

چشم‌اندازتان را مشخص کنید



منبع: www.modiresabz.com

نویسنده: برایان تریسی
مترجم: ژان بقوسیان
موضوع: مدیریت زمان
برای خواندن جدیدترین مطالب مدیریت و
بازاریابی به سایت مدیرسبز مراجعه کنید!
برای دانلود صدها مقاله مشابه این مطلب
عضو سایت مدیر سبز شوید!

یکی از بهترین و عمیق‌ترین کتاب‌های سال‌های اخیر کتاب تفکر سریع و آهسته نوشته دانیل کانمن است. دیدگاه او این است که در مواجهه با شرایط مختلف زندگی روزانه‌مان باید از دو نوع تفکر متفاوت استفاده کنیم. تفکر سریع نوعی تفکر است که برای مدیریت وظایف، مسئولیت‌ها، فعالیت‌ها، مشکلات و شرایط کوتاه مدت استفاده می‌کنیم. در این شرایط سریع و از روی غریزه عمل می‌کنیم. در اغلب موارد، تفکر سریع برای فعالیت‌های روزانه بسیار مناسب است.

دومین نوع تفکر به عقیده کانمن، تفکر آهسته است. یعنی زمانی که کنار می‌کشید و قبل از تصمیم‌گیری برای انجام کار، زمان بیشتری را به تفکر دقیق درباره جزئیات شرایط اختصاص می‌دهید. دیدگاه کانمن این است که عدم استفاده از تفکر آهسته هنگام لزوم و نیاز، دلیل بسیاری از اشتباهات ما در زندگی است. برای مهارت یافتن در مدیریت زمان و کنترل همه زندگی‌تان، باید به شکلی منظم به تفکر آهسته پردازید. کار خود را با این سوال آغاز کنید «سعی دارم چه کاری را انجام دهم؟».

قبل از اقدام فکر کنید

در اغلب مواقع می‌بینید که به شدت مشغول کار هستید، اما زمانی را به توقف و اندیشیدن به خواسته و هدف واقعی‌تان اختصاص نداده‌اید.

داستانی درباره زن و شوهری وجود دارد که با اتومبیل خود از سن‌دیگو به لس‌آنجلس می‌روند. جاده برای مرد ناآشنا است، با این حال با سرعت تمام در حال رانندگی است. در یک نقطه خاص، زن می‌گوید «عزیزم، آیا شهر فونیکس در مسیر ما به لس‌آنجلس قرار دارد؟»

مرد می‌گوید «برای چه می‌پرسی؟» زن پاسخ می‌دهد «خوب الان تابلویی را رد کردیم که می‌گفت در جاده فونیکس هستیم.»

مرد پاسخ می‌دهد «مهم نیست، بهمان خیلی خوش می‌گذرد!»

قبل از اینکه پایتان را روی گاز زندگی فشار دهید، باید دید کاملاً شفاف‌ی نسبت به هدف خود داشته باشید.



امبروس بی پرس در کتاب «دایره المعارف پلیدی» می نویسد «تعریف تعصب این است که پس از فراموش کردن هدف، تلاش های تان را دوبرابر کنید».

آیا هدف تان این است که زندگی فوق العاده ای برای خود بسازید؟ آیا تلاش می کنید شغل فوق العاده ای داشته باشید یا کار فوق العاده ای انجام دهید؟ توانایی شما برای عقب ایستادن و خودشناسی و تامل (تفکر آهسته) بسیار مهم است، زیرا می توانید زمان خود را به گونه ای سازماندهی کنید که بهره ورترین فرد باشید و در کاری که انجام می دهید به بیشترین لذت، رضایت و شادی برسید.

به پایان بیندیشید

خروجی های مطلوب خود را به وضوح مشخص کنید. به گفته استفن کاوی «کار خود را با تجسم پایان آن، آغاز کنید». نتیجه، خروجی و موفقیت نهایی که برای دستیابی به آن تلاش می کنید، چیست؟ می خواهید در انتهای روز به کجا برسید؟ هنگامی که در تلاش برای بالا رفتن از نردبان موفقیت هستید، مطمئن شوید که آن را به دیوار مناسبی تکیه داده اید.

آیا برای این کار می کنید که پول کافی به دست آورید، امنیت مالی داشته باشید و احساس خوشحالی کنید؟ آیا به این خاطر کار می کنید که عاشق کارتان هستید یا احساس می کنید ماموریت دارید که کاری مهم را به انجام برسانید؟

اگر به بزرگترین هدف تان دست یابید، دنیای تان چه شکلی خواهد داشت؟ چشم اندازی که برای خود و کارتان در طولانی مدت دارید چیست؟ ماموریت تان چیست؟ دوست دارید چه تفاوت هایی در زندگی دیگران ایجاد کنید؟ اگر همه آنچه برایش تلاش می کنید، کسب درآمد برای پرداخت چک های تان باشد، ایجاد و حفظ سطح بالای تعهد و اشتیاق سخت خواهد بود. برای اینکه واقعا خوشحال و راضی باشید، باید برای انجام کاری تلاش کنید که بزرگتر از خودتان باشد و با این کار در زندگی و کار دیگران هم تفاوت ایجاد می کنید.

روش خود را بررسی کنید

وقتی دقیقا بدانید می خواهید چه کاری انجام دهید، آن وقت باید از خودتان بپرسید «قرار است چطور آن را انجام دهم؟» هر بار که این دو سوال را از خود می پرسید و به آنها پاسخ می دهید، بینشی ارزشمند به دست می آورید که به شما امکان می دهد تا موقعیت خود را بررسی کنید و مطمئن شوید که در مسیر درستی گام برمی دارید. وقتی به وضوح بدانید قرار است چه کاری را و چگونه انجام دهید، باید سوال سوم را از خود بپرسید «چطور پیش می رود؟»

آیا کاری که انجام می دهید، با سریع ترین و کاراترین روش ممکن شما را به سمت آنچه می خواهید، هدایت می کند؟ آیا از میزان پیشرفتتان خوشحال هستید؟ آیا کارها خوب پیش می رود یا در سفر خود موانع و مشکلات زیادی را تجربه می کنید؟

اغلب سوالاتی درباره فرضیات خود بپرسید. به گفته پیتراکرا «در ریشه هر شکست، فرضیات سرگردانی نهفته است.»

فرضیات شما درباره کار و زندگی تان چیست؟ فرضیات خودآگاه شما کدام است؟ فرضیات ناخودآگاه و تغییرناپذیر



شما کدام است؟ جالب اینکه بسیاری افراد سخت‌کوش بر پایه فرضیات اشتباهی کار می‌کنند که هرگز سوالی درباره آن‌ها نپرسیده‌اند.

به دنبال راه بهتری باشید

وقتی سوال «چطور پیش می‌رود؟» را مطرح می‌کنید، باید یک سوال مهم دیگر را نیز در ذهن داشته باشید: «آیا راه بهتری هم وجود دارد؟»

حقیقت این است که تقریباً همیشه روشی متفاوت و بهتر برای رسیدن به یک هدف کاری وجود دارد. این راه ممکن است سریع‌تر، ارزان‌تر، ساده‌تر و کاراتر باشد.

جمله زیبایی وجود دارد که می‌گوید «زندگی بیش از آن ارزش دارد که فقط به دنبال سرعت بخشیدن به آن باشیم.»

بسیاری از افراد سخت‌کار می‌کنند، اما در جهت و مسیری اشتباه گام برمی‌دارند. آن‌ها کاری که قرار است انجام دهند و جایی که قرار است به آن برسند را به وضوح نمی‌شناسند، اما نمی‌خواهند با این احتمال که در اشتباه هستند، روبه‌رو شوند. فرایند مطرح کردن سوالات سخت نیازمند تفکر آهسته است، اما می‌تواند سرعت دستیابی به اهداف کسب‌وکار، چشم‌انداز و مأموریت را به شدت افزایش دهد.