

# ۳ گام کوچک برای موفقیت‌های بزرگ



منبع: [www.modiresabz.com](http://www.modiresabz.com)

نویسنده: آنتونی رایبیز

موضوع: بهبود شخصی

برای خواندن جدیدترین مطالب مدیریت و بازاریابی به سایت مدیرسبز مراجعه کنید! برای دانلود صدها مقاله مشابه این مطلب عضو سایت مدیر سبز شوید!

## گام اول: تصمیمات

کارهایی که گاهی انجام می‌دهیم، مهم نیستند؛ بلکه اقدامات همیشگی ما نقش مهمی دارند. مولد همه کارها چیست؟

پاسخ این سوال «تصمیمات» ما است. سرنوشت ما هنگام تصمیم‌گیری رقم می‌خورد.

یک تصمیم می‌تواند دریچه‌هایی را به روی ما باز کند. باعث غم یا شادی، ثروت یا فقر، تنهایی یا رفاقت، طول عمر یا مرگ زودرس شود. من از شما می‌خواهم امروز تصمیمی بگیرید که به تغییر یا بهبود سریع کیفیت زندگیتان منجر شود: به کاری که آن را کنار گذاشته‌اید یا به یادگیری مهارت تازه‌ای بیفزایید، با احترام و مهربانی بیشتری با مردم رفتار کنید، با شخصی تماس بگیرید که سال‌هاست با وی صحبت نکرده‌اید، مطمئن باشید تمامی تصمیمات، نتایجی به دنبال خواهد داشت. (حتی تصمیم نگرفتن به نوبه خود یک تصمیم است) در گذشته اتخاذ یا عدم اتخاذ چه تصمیماتی در زندگی کنونی شما تاثیر شگرفی داشته است؟

هر چه بیشتر تصمیم بگیرید، تصمیم‌گیری شما بهتر می‌شود. ماهیچه‌ها با فعالیت بیشتر، قوی‌تر می‌شوند، ماهیچه‌های تصمیم‌گیری شما نیز اینگونه هستند. امروز در مورد دو موضوع که آن‌ها را به تاخیر انداخته‌اید تصمیم بگیرید: یک تصمیم آسان و یک تصمیم که کمی مشکل‌تر است. فوراً در جهت تحقق یکی از تصمیمات اولین قدم و فردا نیز دومین قدم را به سوی تحقق آن بردارید. بدین طریق شما ماهیچه‌ایی را پرورش می‌دهید که می‌تواند زندگی شما را دگرگون کند.

## گام دوم: درس گرفتن از موفقیت‌ها و شکست‌ها

ما باید به جای ملامت خود از اشتباهاتمان درس بگیریم، در غیر اینصورت در آینده این خطاها را دوباره تکرار می‌کنیم. هنگامی که پیشرفت شما موقتا متوقف می‌شود، به یاد داشته باشید که هیچ شکستی در زندگی وجود ندارد، بلکه تنها نتایجی وجود دارد. موفقیت نتیجه تصمیم‌گیری خوب است، تصمیم‌گیری خوب نتیجه تجربه است و تجربه اغلب نتیجه یک تصمیم‌گیری بد است! شما از اشتباهات گذشته چه درسی گرفته‌اید که اکنون می‌توانید



با استفاده از آن‌ها زندگیتان را بهبود ببخشید؟

معمولا موفقیت و شکست تنها نتیجه یک رویداد نیست. شکست می‌تواند در نتیجه کارهایی چون تلفن نکردن به یک شخص، نرفتن به یک مکان و... حاصل شود. همین‌طور که شکست بر اثر این تصمیمات جزئی حاصل می‌شود، موفقیت نیز حاصل پیش قدم شدن، پافشاری کردن و... می‌باشد. اکنون چه اقدامی می‌توانید انجام دهید که در ایجاد حرکتی جدید در جهت موفقیت، شما را یاری کند؟

تحقیقات نشان می‌دهد همیشه افراد موفق، سریع تصمیم می‌گیرند و در تغییر نظرات با دقت و حساب شده عمل می‌کنند. برعکس، افراد شکست‌خورده اغلب به کندی تصمیم می‌گیرند و مرتباً نظراتشان را تغییر می‌دهند. هنگامی که یک تصمیم منطقی می‌گیرید آن را تغییر ندهید.

## گام سوم: اهداف

همه ما اهدافی داریم و ممکن است این اهداف مشخص یا نامعلوم باشند. مهم نیست این اهداف چه هستند به هر حال آن‌ها تاثیر شگرفی بر زندگی ما دارند. راز آزاد کردن نیروی واقعی‌تان، تعیین اهدافی است که جذابیت لازم برای تحریک خلاقیت و احساسات شما را داشته باشند. اکنون با هوشیاری اهداف خود را مشخص کنید، در مورد هر چیزی که ارزش پیگیری دارد، فکر کنید. سپس هدفی که بیشتر از سایر موارد شما را برانگیخته می‌کند را انتخاب کنید، هدفی که برای آن زود از خواب برمی‌خیزید و تا دیروقت بیدار می‌مانید. برای تحقق این هدف مهلت تعیین کنید؛ سپس در یک بند دلیل تحقق حتمی این هدف را ذکر کنید. آیا این هدف به قدری مهم است که شما را به مبارزه وادارد؟ باعث شود بر محدودیت‌هایتان غلبه کنید؟ توانایی‌های بالقوه شما را بروز دهد؟

## راهنمایی‌هایی در خصوص تعیین هدف:

۱. هم اکنون با خود عهد کنید که طی چهار روز آینده روزی ده دقیقه را برای تعیین هدف صرف کنید. (گزارش دائم این اهداف را در دفترچه‌ای بنویسید)

۲. هنگامی که در حال انجام تمرین تعیین هدف هستید مدام از خود بپرسید: ”در زندگی چه آرزویی داشتی؟ اگر می‌دانستم به هر ترتیب آن را به دست می‌آوردم؟“ اگر می‌دانستم شکست نمی‌خورم چه می‌کردم؟“

هرگز بدون انجام اقدام مثبت در راستای نیل به هدف‌تان، آن را رها نکنید. اکنون اولین گام به سوی تحقق هدف‌تان را تعیین کنید. برای پیشرفت خود چه اقدامی می‌توانید انجام دهید؟ حتی کوچکترین گام - یک تماس تلفنی، یک قول، تهیه برنامه اولیه - شما را به هدف‌تان نزدیک‌تر می‌کند. سپس از کارهای ساده‌ای که می‌توانید روزانه در ده روز آینده انجام دهید، فهرستی تهیه کنید. شکل‌گیری مجموعه‌ای از عادات و حرکتی غیرقابل توقف طی این ده روز، موفقیت شما را در درازمدت تعیین می‌کند. از همین حالا شروع کنید!

اگر اولین تلاش شما در راه تحقق هدف‌تان بیهوده به نظر رسید، آیا باید آن را رها کرد و اقدام دیگری انجام داد؟ مطمئناً خیر! پافشاری و سماجت به عنوان با ارزش‌ترین عامل تشکیل‌دهنده کیفیت زندگی، همه موارد حتی



استعداد را تحت الشعاع قرار می‌دهد. به علاوه، علاقه‌مندی به تحقق هدف باعث تحقق آن نمی‌شود و باید نسبت به هدفمان متعهد باشیم، آیا ممکن است شکست‌های کوتاه‌مدت باعث ایجاد این نگرش در شما شوند که در آینده در پی دستیابی به موفقیت‌های بزرگ‌تری باشید؟ البته که ممکن است! مقصود واقعی یک هدف این است که هنگام تعقیب آن از شما یک انسان کامل بسازد. نتیجه نهایی این هدف شخصیتی است که شما پیدا می‌کنید. شروع کنید و تمامی خصوصیات اخلاقی، مهارت‌ها، توانایی‌ها، باورها و عقاید لازم برای تحقق اهداف‌تان را یادداشت ذکر کنید.

## فرمول موفقیت سریع:

تمامی افرادی که آگاهانه یا ناآگاهانه به موفقیت رسیده‌اند از فرمول مشابهی استفاده کرده‌اند، با استفاده از ۴ مرحله ساده زیر شما می‌توانید به آنچه می‌خواهید برسید:

۱. خواسته خود را مشخص کنید: دقیق باشید! داشتن افکاری واضح یک مزیت است.

۲. اقدام کنید: آرزو به خودی خود کافی نیست.

۳. توجه کنید که تلاش شما نتیجه بخش بوده است: قرار نیست انرژی خود را برای روش بی‌ارزش صرف کنید.

۴. روش خود را تغییر دهید تا زمانی که به خواسته خود برسید: تغییرپذیری، نیروی ایجاد روش و نتیجه جدید را به شما می‌دهد.