



چگونه باقیمانده زندگی‌تان را به بهترین بخش زندگی‌تان تبدیل کنید؟

بخشی از دورنمای تغییر برای ما بسیار هیجان‌انگیز و بخشی دیگر از آن نیز برای ما بسیار هراس‌آور است؛ اما تغییر کردن به‌راستی عاملی بنیادین محسوب می‌شود که با به‌کارگیری آن می‌توانید به موفقیت، ثروت و رضایت خاطر در زندگی شغلی و شخصی‌تان برسید. برایان تریسی در این کتاب به شما نشان می‌دهد چگونه می‌توانید زندگی‌تان را به معنای واقعی دوباره از صفر شروع کنید.

مهارت‌های اندیشیدن در قرن بیست‌ویکم

مجموعه‌ای از مهارت‌های اندیشیدن وجود دارد که باید بر آن‌ها تسلط یابید تا در این دنیای سرشار از تغییر و دگرگونی به موفقیت برسید. این مهارت‌ها در حقیقت هفت مهارت ویژه را شامل می‌شوند.

۱. بارها و بارها ارزیابی کردن

این اقدام در حقیقت هنگامی انجام می‌شود که زمانی را برای بررسی کردن دوباره همه جزئیات مربوط به زندگی‌تان در نظر بگیرید، به‌ویژه در آن زمان که زندگی‌تان بسیار تغییر کرده است. وقتی تنش، فشار، ناکامی، شکست‌خوردگی، ناامیدی یا هرگونه دشواری دیگر را در زندگی‌تان احساس می‌کنید، پی می‌برید زمان آن فرارسیده است تا دوباره زندگی‌تان را ارزیابی کنید.

وقتی در زندگی شغلی یا شخصی خودتان به‌شدت زودرنج، عصبی یا اندوهگین هستید، باید بدانید زمان آن فرارسیده است تا عقب بایستید و وضعیتتان را بر مبنای موقعیت‌های امروزی، بررسی و ارزیابی کنید.

جک ولش زمانی می‌گفت مهم‌ترین اصل در مدیریت در حقیقت اصل واقعیت‌گرایی است. او اصل واقعیت‌گرایی را این‌گونه توصیف می‌کرد: به‌جای آنکه دنیا را همان‌گونه ببینید که آرزو دارید، واقعیت را ببینید و با دنیای واقعی روبه‌رو شوید. جک ولش به این دلیل شهرت داشت که هنگام حضور یافتن در جلسه‌ای ویژه برای برطرف کردن مشکلات، بی‌درنگ چنین سوالی را مطرح می‌کرد: واقعیت چیست؟ انسان‌های توانمند به شیوه‌ای جدید با واقعیت روبه‌رو می‌شوند. آن‌ها به‌جای اهمیت دادن به این موضوع که حق با کیست، به این موضوع اهمیت می‌دهند که واقعیت چیست. انسان‌های توانمند به شیوه‌ای قاطعانه می‌کوشند واقعیت موجود در دل هر رویدادی را کشف کنند و با واقعیت مشکلاتشان روبه‌رو شوند. این افراد هرگز از واقعیت‌ها فرار نمی‌کنند یا در این امید واهی به انتظار نمی‌نشینند که واقعیت‌ها به‌خودی‌خود ناپدید شوند و اهمیتشان را از دست بدهند. آن‌ها همواره موقعیتشان را بر مبنای واقعیت‌های موجود ارزیابی می‌کنند.

۲. بازاندیشی کردن

چگونگی شیوه اندیشیدن شما به‌کلی بر مبنای میزان اطلاعاتی تعیین می‌شود که آن‌ها را در اختیار دارید و با آن‌ها کار می‌کنید. در فرایند بازاندیشی، همه تلاشتان را

به کار می‌برید تا حقایق را به دست آورید. هارولدگنین از موسسه تلفن و تلگراف همواره به این نکته اشاره می‌کرد.

یکی از راه‌های آرامش و شفاف‌سازی ذهن‌تان این است که سوال‌هایی را مطرح کنید. به چند نمونه از این سوال‌ها توجه کنید: این رویدادها چگونه اتفاق افتاد؟ چه افرادی در این ماجرا سهمیم هستند؟ برای بهبود بخشیدن به این وضعیت یا کاهش دادن هزینه‌های ناشی از آنچه اقدامی را می‌توان بی‌درنگ انجام داد؟ شیوه‌ای دیگر برای بازاندیشی بهتر این است که همه جزئیات مربوط به موقعیتتان را روی کاغذ بنویسید. به نظر می‌رسد که رویدادی جالب بین ذهن و دست شما اتفاق می‌افتد. هر چه جزئیات بیشتری را بنویسید، از تاثیرگذاری، آگاهی و آرامش بیشتر بهره‌مند می‌شوید. به این ترتیب روند فعالیت‌های مناسب در صفحه مقابل شما پدید خواهد شد.

۳. دوباره سازمان‌دهی کردن

هدف از سازمان‌دهی کردن هرگونه موقعیت شغلی یا شخصی این است که بهترین بازده ممکن را تضمین کنیم. درحالی‌که روزگار، انسان‌ها و موقعیت‌ها به‌ویژه در این دنیای پرشتاب همواره تغییر می‌کنند. شما باید شیوه‌های زندگی کردن، کار کردن و تجارت کردن خودتان را با دقت و به‌طور منظم بررسی کنید. همواره آماده‌باشید تا مراحل کار، روش‌ها و فعالیت‌های خودتان را بارها و بارها سازمان‌دهی کنید تا به این وسیله بتوانید میزان کارایی و بهره‌وری خودتان را در زندگی شغلی یا شخصی افزایش دهید.

۴. دوباره پی‌ریزی کنید

در این دنیا هرگز زمان یا سرمایه‌ای بی‌پایان را در اختیار ندارید تا به همه خواسته‌های ارزشمندتان برسید یا همه کارهای سازنده و دلخواهتان را به ثمر برسانید، پس باید

همواره صرفه‌جویی کنید. پی‌ریزی کردن دوباره به این معنی است که زمان، سرمایه و منابعتان را، بیش از این برای فعالیت‌های مربوط به بخش‌های کم‌ارزش صرف نکنید و این زمان، سرمایه و منابع را بر انجام دادن فعالیت‌هایی با ارزش بیشتر متمرکز کنید.

در کسب‌وکارتان برای دوباره پی‌ریزی کردن می‌توانید بهترین استعدادها و منابعتان را در زمینه به ثمر رساندن بزرگ‌ترین فرصت‌های موجود به کار ببرید. برای دوباره پی‌ریزی کردن زندگی شخصیتان می‌توانید بیشتر وقتتان را برای انجام دادن فعالیت‌هایی صرف کنید که بیشتر شادی و رضایت خاطر واقعی را برای شما به ارمغان می‌آورند. شاید برای دستیابی به چنین هدفی باید تصمیم بگیرید فقط بر انجام دادن ۲۰ درصد از فعالیت‌های شغلی خودتان متمرکز شوید که بیشترین میزان درآمدتان را برای شما به ارمغان می‌آورند. به این ترتیب می‌توانید زمان بیشتر را در کنار اعضای خانواده خودتان باشید یا به فعالیت‌های شخصی‌تان بپردازید.

۵. دوباره طراحی کردن

این ابزار رایج در زمینه مدیریت در حقیقت برای ساده‌سازی به کار می‌رود. همواره باید شیوه‌هایی را برای کاهش دادن تعداد مراحل مربوط به انجام دادن هر کار یا پیچیدگی‌های موجود در هر زمینه جست‌وجو کرد. برای کاهش دادن پیچیدگی‌ها می‌توانید به این شیوه عمل کنید: انجام دادن وظایف و فعالیت‌های کم‌ارزش را به افرادی واگذار کنید که درآمدشان از شما کمتر است یا می‌توانند این کارها را بهتر و ارزان‌تر از شما انجام دهند.

شما می‌توانید زندگی‌تان را دوباره طراحی کنید. برای دستیابی به چنین هدفی کافی است انجام دادن همه کارهای کم‌اهمیت مربوط به زندگی شغلی یا شخصی‌تان را به افراد یا سازمان‌هایی بسپارید که در زمینه انجام دادن آن کارها مهارت دارند.

۶. دوباره شروع کردن

این مهارت در حقیقت شگفت‌انگیزترین و دگرگون‌کننده‌ترین مهارتی است که در زمینه اندیشیدن خواهید آموخت. دوباره شروع کردن مستلزم این است که گذشته خودتان را به کلی کنار بگذارید و تصور کنید اگر قرار بود همین امروز در هر زمینه‌ای از صفر شروع کنید، چه کاری را قصد داشتید یا می‌توانستید انجام دهید.

اگر کسب‌وکاران یک‌شبه از بین می‌رفت و شما مجبور بودید کارتان را از صفر شروع کنید، چه اقدامی را بی‌درنگ شروع می‌کردید و چه اقدامی را هرگز تکرار نمی‌کردید؟

اندیشه از صفر شروع کردن را در هر زمینه از زندگی‌تان تمرین کنید. همواره از خودتان بپرسید: آیا کاری وجود دارد که در حال حاضر به انجام دادن آن مشغول هستم اما با توجه به آنچه هم‌اکنون می‌دانم، اگر قرار بود زندگی شغلی‌ام را از صفر شروع کنم، هرگز این کار را دوباره شروع نمی‌کردم؟ مطرح کردن این سوال در حقیقت یکی از ابزارهای موثر در زمینه بازآفرینی محسوب می‌شود.

۷. دوباره مسلط شدن

وقتی در زندگی‌تان با تغییر و تحولی مهم روبه‌رو می‌شوید، شاید اغلب احساس کنید همچون قایقی کوچک هستید که در طوفان گرفتار شده است. گاهی احساس می‌کنید که از نظر جسمانی و عاطفی هیچ‌گونه تعادلی ندارید. در میان آشفتگی‌ها و نابسامانی‌ها گاهی به واکنش نامتعادل جنگیدن و عقب‌نشینی کردن پیاپی دچار می‌شوید. در این وضعیت به‌طور نسنجیده و پیاپی تصمیم می‌گیرید مبارزه یا عقب‌نشینی کنید. در این‌گونه از موقعیت‌ها احساس می‌کنید که گویا در مسیر پرپیچ‌وخم عاطفی قرار دارید. در این زمان بیش از زمان‌های دیگر باید بکوشید دوباره بر خودتان، احساسات و عملکردتان مسلط شوید.