



۷ ترفند بهره‌وری که من را میلیونر کرد

آیا می‌خواهید اولین میلیون دلار خود را به دست آورید؟ بگذارید حدس بزنم روزتان چطور شروع می‌شود. از خواب بیدار می‌شوید، گوشی‌تان را برمی‌دارید و ۳۰ دقیقه در تیک‌تاک وقت می‌گذرانید. بعد ۲۰ دقیقه را صرف تصمیم‌گیری برای صبحانه و آماده کردن آن می‌کنید. سپس، پشت میزتان می‌نشینید و سه ساعت بعدی را به تماشای پادکست‌های خودیاری اختصاص می‌دهید، به این امید که شاید با دیدن یک پادکست دیگر، بالاخره راه موفقیت را پیدا کنید. این یک اشتباه بزرگ است!

شاید شما هم جزو آن دسته افرادی هستید که صبح زود از خواب بیدار می‌شوند و یک روتین ۱۵ مرحله‌ای صبحگاهی دارند که چهار ساعت طول می‌کشد و در پایان آن، به یک چرت کوتاه نیاز پیدا می‌کنید. هر دو رویکرد کاملاً اشتباه است.

در این مقاله، ایمان گادژی هفت ترفند بهره‌وری را به شما معرفی می‌کند تا برای رسیدن به اولین میلیون دلاریتان از این ایده‌ها و ترفندها کمک بگیرید. گادژی به دهمین سال فعالیتش به‌عنوان کارآفرین نزدیک است؛ بنابراین تجربه زیادی در

کسب‌وکار دارد و می‌تواند با اطمینان کامل بگوید چه چیزی موثر است و چه چیزی نیست.

۱. استفاده از Unhooked

اولین ترفند بهره‌وری که گادژی به شما معرفی می‌کند، ابزاری به نام «Unhooked» است. این ابزار به شما کمک می‌کند تا از حواس‌پرتی‌های غیرضروری در یوتیوب دوری کنید. یوتیوب برای سرگرمی است، نه آموزش. این نکته را همیشه به یاد داشته باشید. در زندگی، با عمل کردن پیشرفت می‌کنید، نه فقط با یادگیری. یادگیری مهم است؛ اما مهم‌تر از آن، به کارگیری آن اطلاعات است.

یوتیوب یک پلتفرم بسیار هوشمند است و می‌تواند بسیار خطرناک باشد. محتوای آموزشی زیادی در یوتیوب وجود دارد؛ اما باید با هدف مشخصی به سراغ آن بروید. برای مثال، اگر می‌خواهید یک مهارت خاص را یاد بگیرید، می‌توانید ویدیوهای مربوط به آن را تماشا کنید؛ اما وقتی به صفحه اصلی یوتیوب می‌روید، الگوریتم تمام تلاشش را می‌کند تا توجه شما را جلب کند.

۲. برنامه‌ریزی روز قبل

دومین و شاید مهم‌ترین ترفند، برنامه‌ریزی روز قبل است. این کار به شما کمک می‌کند تا با هدف و نیت واقعی وارد روز بعد شوید. می‌توانید سه تا پنج کار اصلی را که می‌خواهید در روز بعد انجام دهید، یادداشت کنید. این کار به شما کمک می‌کند تا ذهن در طول شب روی این وظایف کار کند و با هدف مشخصی وارد روز بعد شوید.

۳. پوشیدن لباس‌های مشابه

سومین ترفند، پوشیدن لباس‌های مشابه است. این کار به شما کمک می‌کند تا در مورد آنچه باید بپوشید، تصمیم‌گیری نکنید و از تصمیم‌گیری‌های غیرضروری دوری کنید. برای ایمن گادژی، این کار به معنای پوشیدن یک نوع تی‌شرت و شلوار جین است که به او احساس راحتی و جدیت می‌دهد. این کار به او کمک می‌کند تا در حین کار تمرکز بیشتری داشته باشد.

۴. آماده‌سازی وعده‌های غذایی

چهارمین ترفند، آماده‌سازی وعده‌های غذایی در ابتدای هفته است. به غذا به‌عنوان سوخت نگاه کنید، نه تفریح. وقتی غذای خود را برای هفته آماده می‌کنید، نه تنها وقت خود را صرف تصمیم‌گیری در مورد غذا نمی‌کنید؛ بلکه می‌توانید بر روی وظایف مهم‌تر تمرکز کنید.

۵. حذف تیک‌تاک

پنجمین ترفند، حذف تیک‌تاک از گوشی است، مگر اینکه ارتباط مستقیمی با کار شما داشته باشد. تیک‌تاک تنها ابزاری برای جلب‌توجه است و اگر به جز این، هیچ فایده‌ای برای شما ندارد، بهتر است آن را حذف کنید.

۶. ایجاد یک روتین صبحگاهی ساده

ششمین ترفند، ایجاد یک روتین صبحگاهی ساده است. روتین‌های صبحگاهی پیچیده معمولاً بی‌فایده هستند. شما به یک روتین سه مرحله‌ای نیاز دارید که شامل کارهای مهم شما باشد. این کار کمک می‌کند تا به راحتی و بدون استرس روز خود را آغاز کنید.

۷. آماده‌سازی لباس‌ها شب قبل

آخرین ترفند این است که لباس‌های خود را از شب قبل آماده کنید. این کار به شما کمک می‌کند تا از خستگی تصمیم‌گیری در صبح دوری کنید و صبح خود را بدون استرس شروع کنید.

امیدواریم از مطالعه این مقاله لذت برده باشید و بتوانید این ترفندها را در زندگی روزمره خود تبدیل به عادت کنید.