

۹ قدم تا تغییر زندگی و رسیدن به موفقیت!



مرکز آموزش تخصصی بیمه های زندگی

حسین درست عمل

مدیر فروش شرکت بیمه زندگی خاورمیانه

۱. موفقیت را برای خود تعریف کنید:

تنها شما هستید که می دانید چه چیزی باعث پیشرفت تان می شود. وقتی می خواهید به هدفی برسید (چه این هدف شروع شغل جدید، نوشتن کتاب، و یا راه اندازی باشگاه ورزشی باشد)، فکرتان را با در نظر گرفتن نتیجه نهایی آغاز کنید. آن را بنویسید و هر روز کارهایی در همان راستا انجام دهید.

۲. موفقیتی که تعریف کردید را تجسم کنید:

زمانی را بخاطر بیاورید که کاری را به انجام رساندید و به خودتان افتخار کردید. اکنون تصور کنید بهترین درآمد ممکن برای شغل جدیدی که انتخاب کردید چقدر است و تصویر همان موفقیت و احساس خوب را بخاطر آورید. برای آینده همان کار تلاش کنید و بدبینی های خود را کنار بگذارید.

۳. از افکار کوچکتر آغاز کنید:

نمی توان یک شبه مسیر زندگی را تغییر داد. بنابراین از انتظارات و تصمیمات کوچکتر آغاز کنید و به آرامی در راستای هدفتان گام بردارید. با عجله و برداشتن سنگ بزرگ، زمینه شکست خود را فراهم نکنید.

۴. ثبات شرط اصلی است:

به تعویق انداختن می تواند به سرعت تبدیل به استرس شما شود. مغزتان را در حالت اجبار برای انجام کار قرار دهید. استرس، خلاقیت را از شما گرفته و سلامتی تان را به خطر می اندازد. کارتان را زود شروع کنید و برای هر مرحله، به اندازه خودش زمان بگذارید.

۵. اولویت هایتان را مشخص کنید:

سخت ترین و مهم ترین کارها را در راس برنامه روزانه خود قرار دهید. حتی اگر فکر می کنید انجام چند کار کوچکتر به شما کمک می کند که کار بزرگ را به پیش ببرید، باید بدانید اراده اغلب در آغاز روز (نسبت به پایان روز) قدرت بیشتری دارد. توجه کنید که چه ساعتی کارتان بیشتر است و برنامه خود را بر همان اساس تنظیم کنید.

۶. بخشی از کار را به دیگران بسپارید:

شما نخواهید توانست همه کارها را به تنهایی انجام دهید. فکر کنید (در کار یا زندگی شخصی تان) چه وظایفی را می توان به عهده دیگران سپرد. به این ترتیب شما می توانید زمان بیشتری را به اولویت هایتان اختصاص دهید. از انجام برخی کارها دست بکشید و طعم شیرین بازدهی بالاتر در پایان را بچشید.

۷. برای خود همکارانی پیدا کنید:

برای اینکه پیوستگی این گام ها حفظ شود از دوستان، همکاران، یا اعضای خانواده که هم نظر با شما هستند و شما را درک می کنند و از موفقیت تان خوشحال می شوند و ایده های شان را با شما در میان می گذارند درخواست کمک کنید. گاهی از غیر محتمل ترین افراد حمایت و پشتیبانی به ما می رسد. فقط کافی است ذهن خود را باز بگذارید.

۸. انگیزه خود را حفظ کنید:

برای آنکه به فعالیت ادامه داده و تسلیم شکست نشوید برای خودتان یک کتابچه «انگیزه» تهیه کنید. به گفته های افرادی موفق و الهامبخش توجه کنید و موزیک هایی گوش دهید که خلاقیت و انرژی تان و بازدهی تان را افزایش می دهد. محیطی را فراهم کنید که بستری برای موفقیت تان شود.

۹. یک کار را با دقت انجام دهید و فردا کار بعدی را آغاز کنید:

اگر احساس می کنید سرتان خیلی شلوغ است، دست نگهدارید و فقط بر یک هدف در آن واحد تمرکز داشته باشید. سعی کنید در هر روز وقت تان را بر یک پروژه صرف کنید و نظاره گر موفقیت خود باشید.