

## ۷ اشتباه که شما باهوش ها انجام می دهید!

حتماً آدم های بسیار باهوش و توانمندی را می شناسید که هیچ کار مفیدی انجام نمی دهند. آنها ساعت های طولانی کار می کنند، به خودشان استرس وارد می کنند اما هیچ پیشرفت خوبی نمی کنند. همه ما در طول زندگی عادت های غیر مفیدی پیدا می کنیم که ما را از رسیدن به هدف اصلی زندگیمان دور می کند. و معمولاً در این دنیا که با سرعت شگرفی پیش می رود، حتی متوجه نمی شویم که همان اشتباهات را دوباره و دوباره مرتکب می شویم. برای اینکه زندگی متوازن و مفید داشته باشید باید طولانی مدت در کاری که راضیتان می کند تلاش نموده و از اشتباهاتی که در زیر عنوان می گردد دوری کنید.

*این ۷ اشتباه انسان های باهوش است و نشانتان می دهیم که چطور از این اشتباهات در امان بمانید:*

### ۱. آنها مشغول بودن را با مفید بودن اشتباه می گیرند.

سرعتتان را کندتر کنید و این را به یاد بیاورید: بیشتر چیزها هیچ اهمیت خاصی ندارند. مشغول بودن معمولاً یک شکل تنبلی ذهنی است—تنبلی فکر کردن و با تنبلی عمل کردن. بخاطر همین است که می گویند عاقلانه تر کار کنید نه سخت تر. فقط کافی است که یک نگاه به اطرافتان بیندازید. آنها که از همه مشغول ترند بازده کمتری دارند.

افراد پرمشغله همیشه وقت کم می آورند. همیشه در تلاش برای رسیدن به سر کار، کنفرانس، میتینگ، جلسات کاری و از این قبیل هستند. معمولاً کم پیش می آید که وقت کافی برای خانواده و دور هم بودن داشته باشند، حتی برای خوابیدن هم وقت ندارند.

برنامه پرمشغله شان باعث می شود احساس مهم بودن کنند اما این فقط یک توهم است.

راه حل: سرعتتان را کم تر کنید. نفس بکشید. تعهداتتان را مرور کنید. کارهای مهم را اول برنامه بیاورید. هر زمان فقط یک کار را انجام دهید. از همین حالا شروع کنید. هر دو ساعت یکبار یک وقفه کوتاه برای استراحت داشته باشید. بعد تکرار کنید.

### ۲. یاد می گیرند یک کار را چطور انجام دهند اما هیچوقت انجامش نمی دهند.

متأسفانه تعداد کمی از آدم ها طوری زندگی می کنند که به آن موفقیتی که همیشه در رویاهایشان بوده دست پیدا کنند. و این یک دلیل ساده دارد:

هیچوقت وارد عمل نمی شوند!

علم آموزی به این معنا نیست که رشد می کنید. رشد زمانی اتفاق می افتد که چیزهایی که می دانید زندگی شما را تغییر دهند. بیشتر آدم ها در سردرگمی کاملند. درواقع آنها زندگی نمی کنند. فقط روزها را می گذرانند و هیچوقت کاری که لازم است را انجام نمی دهند—یعنی دنبال کردن آرزوهایشان.

مهم نیست که نابغه باشید یا دکترای فیزیک کوانتوم داشته باشید، اگر عمل نکنید نمی‌توانید کوچکترین تغییری در زندگیتان ایجاد کنید. بین دانستن خالی و دانستن و عمل کردن تفاوت زیادی وجود دارد. دانش و هوش بدون عمل هر دو بی ارزش هستند. به همین سادگی!

راه حل: موفقیت در تصمیم به زندگی کردن—جذب خودتان در فرایند دنبال کردن اهدافتان—نهفته است. پس تصمیم بگیرید و وارد عمل شوید

### ۳. برای بررسی پیشرفتشان معیار سنجش درستی ندارند.

نمی‌توانید چیزی که به درستی آنرا نسنجیده اید را کنترل کنید و چیزی که می‌سنجید آینده شما را تعیین می‌کند. اگر چیزهای درستی را بررسی نکنید نسبت به فرصتهایی که برایتان پدیدار می‌شود کور می‌شوید.

تصور کنید که در کار تجاری کوچکی که انجام می‌دهید، مقرر کنید که میزان مدادها و گیره های کاغذ که مصرف کردید را حساب کنید. آیا این منطقی است؟ خیر! چون مدادها و گیره های کاغذ معیار خوبی از چیزهای مهم برای یک تجارت نیستند. مدادها و گیره‌های کاغذ هیچ تاثیری در درآمد، رضایت مشتری، رشد بازار و از این قبیل نیستند.

اجازه دهید بعنوان یک مثال عینی از فروشگاه اینترنتی اسم ببریم. بیشتر صاحبین این سایتها که از آن راه زندگی خود را می‌گذرانند، تعداد مشترکین RSS خود را اولین معیار موفقیت سایتشان قلمداد کرده و به دقت آن را بررسی می‌کنند اما نمی‌دانند که تعداد مشترکین RSS یک معیار حیاتی نیست زیرا بیشتر این مشترکین درصد فعالیت بسیار پایینی در سایت میزبان و تولید کننده درآمد آن دارند.

اینکه چه چیز را بسنجید آینده شما را پیشبینی می‌کند. باید چیزهایی را بسنجید که مستقیماً به هدف اولیه شما مرتبط باشد. راه حل: رویکرد مناسب این است که بفهمید هدف اصلیتان چیست و بعد چیزهایی که مستقیماً در رسیدن به آن هدف دخیل هستند را بسنجید. در مورد مثال سایت تجاری، هدف باید "اخذ درآمد از طریق سایت" باشد. و چیزهای کمی که ارزش بررسی را دارند تعداد کلیک‌هایی است که روی تبلیغات، نرخ‌های تبدیل مرتبط، نرخ‌های تبدیل محصولات داخل و فیدبک مشتری/خواننده و از این قبیل می‌باشد.

توصیه ما این است که برای تعیین هدف اصلیتان وقت بگذارید، بعد مهمترین موارد برای بررسی کردن را تعیین کرده و بعد بلافاصله شروع به بررسی کنید. به طور هفتگی اعداد را یادداشت کرده و از آن اطلاعات برای ایجاد یک نمودار روند رشد هفتگی یا ماهانه استفاده کنید تا پیشرفتتان را ارزیابی کنید. بعد عملکردهایتان را بنا به پیشرفت بیشتر توسعه دهید.

### ۴. درگیر ایده آلسازی همه چیز می‌شوند.

خیلی از ما ایده آل‌گرا هستیم. معیارهای بالایی برای خودمان در نظر می‌گیریم و بیشترین تلاشمان را می‌کنیم. زمان و توجه زیادی را صرف کار/علاقه مان می‌کنیم تا استانداردهای شخصیمان را بالا نگه داریم. عشق ما به بهترین‌ها باعث می‌شود دست به

تلاش‌های بیشتر بزنیم، هیچ وقت دست از کار نکشیم و هیچ وقت از پا ننشینیم. و این اختصاص دادن کامل خود به ایده آل‌ها به ما کمک می‌کند به نتیجه دلخواه‌مان برسیم. البته تازمانیکه این روش ما را اسیر خود نکند.

اما وقتی اسیر ایده آل‌گرایی شدیم چه اتفاقی می‌افتد؟

وقتی نتوانیم به استانداردهایی که برای خودمان تعیین کرده‌ایم برسیم، ناامید و دلسرد می‌شویم و نمی‌توانیم با چالش‌های جدید روبه‌رو شویم و یا حتی کاری که شروع کرده‌ایم را تمام کنید. اصرار ما برای رساندن همه چیز به منتهای درجه عالی بودن باعث تاخیرهای زیاد در کارها، استرس شدید و نتیجه نامطلوب می‌شود.

ایده آل‌گراهای واقعی کارها را سخت شروع می‌کنند و برای اتمام آنها هم بسیار سختی می‌کشند.

راه‌حل: دنیای واقعی هیچ پاداشی به ایده آل‌گراها نمی‌دهد. دنیا به کسانی پاداش می‌دهد که کارها را انجام می‌دهند. و تنها راه برای انجام کارها این است که ۹۹٪ مواقع ایده آل انجام ندهیم. فقط با سالها تمرین و غیرایده آل انجام دادن کارهاست که می‌توانیم به بارقه‌هایی از ایده آل دست پیدا کنیم. پس تصمیم بگیرید. وارد عمل شوید. از نتیجه کار درس بگیرید. و این روش را بارها و بارها انجام دهید. این بهترین راه برای دست یافتن به ایده آل‌هاست

## **۵. قبل از اینکه برای یک فرصت وارد عمل شوند صبر می‌کنند تا ۱۰۰٪ برای آن آماده گردند.**

این مورد تا حدودی به مورد بالا مرتبط است اما نکاتی دارد که باید جداگانه درمورد آن بحث شود.

یکی از مهمترین چیزهایی که می‌بینیم افراد باهوش را عقب می‌اندازد بی‌میلی خودشان برای قبول کردن فرصت‌ها فقط به این دلیل است که تصور می‌کنند برای آن آمادگی ندارند. به عبارت دیگر، تصور می‌کنند که به دانش، مهارت و تجربه بیشتری نیاز دارند تا بتوانند برای آن فرصت اقدام کنند. متأسفانه، این طرز فکر جلوی پیشرفت را می‌گیرد

واقعیت این است که وقتی موقعیت و فرصتی پیش می‌آید هیچکس هیچوقت ۱۰۰٪ آماده نیست. چون بیشتر فرصت‌های زندگی ما را مجبور می‌کند از نظر احساسی و عقلی رشد کنیم. این فرصت‌ها باعث می‌شود از منطقه امنمان پا را فراتر بگذاریم و این یعنی اول کار احساس راحتی چندانی نخواهیم داشت. و وقتی احساس راحتی نکنیم، احساس آمادگی هم نمی‌کنیم

راه حل: یادتان باشد که فرصت‌های استثنایی برای رشد و پیشرفت فردی بارها و بارها در طول زندگی اتفاق می‌افتد. اگر می‌خواهید در زندگیتان تغییر مثبت ایجاد کنید، باید از این موقعیت‌ها استفاده کنید، حتی اگر ۱۰۰٪ احساس آمادگی برای آن نکنید

## **۶. خود را با انتخاب‌های زیاد اشباع می‌کنند.**

اینجا در قرن ۲۱ که اطلاعات با سرعت نور حرکت می‌کند و فرصت‌های تغییر و پیشرفت به‌نظر بی‌انتهای می‌رسد، برای انتخاب روند زندگی و کار با موقعیت‌های مختلفی روبه‌رو هستیم. اما متأسفانه، زیاد بودن گزینه‌های انتخاب معمولاً موجب بی‌تصمیمی،

سردرگمی و بی‌حرکتی می‌شود

تحقیقات مختلفی در مورد کار و بازاریابی نشان داده است که وقتی مشتری با انتخاب های مختلفی از محصولات روبه‌رو باشد، خرید کمتری می‌کند. مطمئناً انتخاب از بین سه گزینه بسیار راحت‌تر از بین سیصد گزینه است. اگر تصمیم برای خرید کردن سخت باشد، بیشتر افراد خسته شده و دست از خرید می‌کشند.

به همین ترتیب اگر شما هم خودتان را در معرض تعداد گزینه های انتخاب زیادی قرار دهید، ذهن ناخودآگاهتان خسته می‌شود. راه حل: اگر یک خط تولید را می‌فروشید، سعی کنید ساده باشد. و اگر سعی دارید در مورد چیزی در زندگیتان تصمیم بگیرید، وقتتان را صرف ارزیابی آخرین جزئیات هر انتخاب نکنید. چیزی را انتخاب کنید که فکر می‌کنید برایتان مناسب است و آن را امتحان کنید. اگر موثر نبود، چیز دیگری را انتخاب کنید و پیش بروید

## ۷. در زندگی خود تعادل ندارند.

اگر از آدم‌ها بخواهید آنچه که از زندگی می‌خواهند را برایتان خلاصه کنند، آن را در کلماتی مثل "عشق"، "موفقیت"، "خانواده"، "شناخت"، "آرامش"، "خوشبختی" و امثال آن خلاصه می‌کنند. اما همه اینها چیزهایی کاملاً متفاوت هستند و بیشتر آدم‌ها همه آن را در زندگیشان می‌خواهند. متأسفانه، تعداد زیادی از آدم‌ها برای رسیدن به این اهداف زندگیشان را درست متعادل نمی‌کنند

کسی را می‌شناسم که سال گذشته یکصد میلیون تومان از تجارت خود درآمد کسب کرد اما وقتی با من درد و دل می‌کرد می‌گفت که افسرده است. وقتی از او دلیلش را پرسیدم گفت چون تنها و خسته است و وقت کافی برای خودش اختصاص نداده است

یک نفر دیگر را هم می‌شناسم که همیشه و تقریباً همه روز را در ساحل مشغول موج سواری است. او از آندسته آدم‌های مثبت‌اندیش بسیار شاد است که همیشه نیشش تا بناگوشش باز است. اما در یک وَن می‌خوابد و واقعاً محتاج نان شبش است. نمی‌توانم با اینکه این مرد همیشه شاد به نظر می‌رسد داستان زندگیش را یک زندگی موفق بدانم.

اینها دو سبک زندگی تقریباً نامتعادل هستند. میلیون‌ها زندگی دیگر هم مثل اینها وجود دارد.

راه حل: وقتی زندگی کاریتان (یا زندگی اجتماعیتان، خانوادگیتان و از این قبیل) پرمشغله باشد و همه انرژی‌تان در آن نقطه متمرکز شده باشد، خیلی راحت تعادل زندگیتان برهم می‌خورد. باینکه انگیزه اهمیت زیادی دارد اما اگر می‌خواهید کارها درست انجام شود، باید ابعاد مختلف زندگیتان را متعادل کنید. اینکه یک بُعد زندگی را فراموش کرده و بیشتر وقتتان را صرف یک بُعد زندگی کنید، فقط برایتان خستگی و استرس به همراه خواهد داشت.