



8 اشتباه احمقانه که آدم‌های با هوش مرتکب می‌شوند

حتما آدم‌های بسیار باهوش و توانمندی را می‌شناسید که هیچ کار مفیدی انجام نمی‌دهند. آنها ساعت‌های طولانی کار می‌کنند، به خودشان استرس وارد می‌کنند اما هیچ پیشرفت خوبی نمی‌کنند.

حتما آدم‌های بسیار باهوش و توانمندی را می‌شناسید که هیچ کار مفیدی انجام نمی‌دهند. آنها ساعت‌های طولانی کار می‌کنند، به خودشان استرس وارد می‌کنند اما هیچ پیشرفت خوبی نمی‌کنند.

همه ما در طول زندگی عادت‌های غیر مفیدی پیدا می‌کنیم که ما را از رسیدن به هدف اصلی زندگیمان دور می‌کند. و معمولاً در این دنیا که با سرعت شگرفی پیش می‌رود، حتی متوجه نمی‌شویم که همان اشتباهات را دوباره و دوباره مرتکب می‌شویم. برای اینکه زندگی متوازن و مفید داشته باشید باید طولانی مدت در کاری که راضیتان می‌کند تلاش نموده و از اشتباهاتی که در زیر عنوان می‌گردد دوری کنید.

این 8 اشتباه انسان‌های باهوش است و نشانتان می‌دهیم که چطور از این اشتباهات در امان بمانید:

1. آنها مشغول بودن را با مفید بودن اشتباه می‌گیرند. سرعتتان را کندتر کنید و این را به یاد بیاورید: بیشتر چیزها هیچ اهمیت خاصی ندارند. مشغول بودن معمولاً یک شکل تنبلی ذهنی است. تنبل فکر کردن و با تنبلی عمل کردن. بخاطر همین است که می‌گویند عاقلانه تر کار کنید نه سخت‌تر.

فقط کافی است که یک نگاه به اطرافتان بیندازید. آنها که از همه مشغول ترند بازده کمتری دارند.

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

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

راه حل: سرعتتان را کم‌تر 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.

2. وقتشان را صرف دنبال کردن یک دستاورد ساختگی می‌کنند. رشد شخصی مسئله‌ای سالم است. رشد شخصی یک دستاورد است. اما تا زمانیکه واقعی باشد. مشکل اینجاست که فشار برای رشد کردن به همراه خود، انگیزه برای راحت‌تر کردن آن رشد می‌آورد. یا اگر بخواهیم دقیق‌تر بگوییم، برای ساده‌تر به نظر رسیدن رشد.

بازی‌های رشد که دستاوردهای ساختگی دارند را در اینترنت بارها می‌بینید. خیلی از آنها حاوی محصولات و خدماتی هستند که توسط اسامی معروفی مثل Facebook و Twitter فراهم می‌شوند. هرکدام یک زیربنای روانی دارند که از یک بازی رشد پر از دستاوردهای ساختگی حمایت می‌کنند جمع‌آوری امتیازهایی که به فایده‌موردنظر آن محصول یا خدمات نزدیک باشد.

در Facebook لیست دوستان و در Twitter دنبال‌کنندگان آن.

بله، هرکدام از آنها اگر به تعادل و باهدف استفاده شوند، یک هدف منطقی به دنبال دارد. اما بیشتر افراد اینقدر خود را درگیر سیستم امتیازهای آن بازی می‌کنند که آن دلیل اصلی و قانونی که بخاطر آن شروع به استفاده از آن محصول یا خدمات کردند را به کلی فراموش می‌کنند.

اگر این بازی را فقط برای سرگرمی انجام می‌دهید، و از آن آگاهید، عالی است و هیچ اشکالی ندارد. اما اگر هدفتان به دست آوردن

دوستان بیشتر و بیشتر و بالا بردن تعداد دوستان و دنباله روهایتان فقط برای دست یافتن به آن است، دستاوردهایتان کاملاً ساختگی است.

به همین دلیل خیلی مهم است که ذهنتان را روی کاری که می‌کنید و دلیل انجام آن تمرکز دهید.

راه‌حل: از خودتان بپرسید: آیا این فعالیت یک تغییر مثبت و محسوس در زندگی من یا فردی دیگر ایجاد می‌کند؟ آیا لازمه یک هدف واقعی است؟ آیا به نظرم اشکالی ندارد که اینکار را فقط به خاطر اینکه از انجام آن لذت می‌برم انجام می‌دهم، فارغ از اینکه فکر کنم برای خودم یا دیگری فایده دارد یا نه؟

3. یاد می‌گیرند یک کار را چطور انجام دهند اما هیچوقت انجامش نمی‌دهند.
متأسفانه تعداد کمی از آدم‌ها طوری زندگی می‌کنند که به آن موفقیتی که همیشه در رویاهایشان بوده دست پیدا کنند. و این یک دلیل ساده دارد:

هیچوقت وارد عمل نمی‌شوند!

علم‌آموزی به این معنا نیست که رشد می‌کنید. رشد زمانی اتفاق می‌افتد که چیزهایی که می‌دانید زندگیتان را تغییر دهند. بیشتر آدم‌ها در سردرگمی کاملند. درواقع آنها زندگی نمی‌کنند. فقط روزها را می‌گذرانند و هیچوقت کاری که لازم است را انجام نمی‌دهند 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!

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

4. 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 بدهید 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.

راه‌حل: رویکرد مناسب این است که بفهمید هدف اصلیتان چیست و بعد چیزهایی که مستقیماً در رسیدن به آن هدف دخیل هستند را بسنجید. درمورد 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.

5. درگیر ایدآل سازی همه چیز می شوند.

خیلی از ما ایدآل گرا هستیم. معیارهای بالایی برای خودمان در نظر می گیریم و بیشترین تلاشمان را می کنیم. زمان و توجه زیادی را صرف کار/علاقه مان می کنیم تا استانداردهای شخصیمان را بالا نگه داریم. عشق ما به بهترین ها باعث می شود دست به تلاش های بیشتر بزنیم، هیچ وقت دست از کار نکشیم و هیچ وقت از پا ننشینیم. و این اختصاص دادن کامل خود به ایدآل ها به ما کمک می کند به نتیجه دلخواهمان برسیم. البته تازمانیکه این روش ما را اسیر خود نکند.

اما وقتی اسیر ایدآل گرایی شدیم چه اتفاقی می افتد؟

وقتی نتوانیم به استانداردهایی که برای خودمان تعیین کرده ایم برسیم، ناامید و دلسرد می شویم و نمی توانیم با چالش های جدید روبه رو شویم و یا حتی کاری که شروع کرده ایم را تمام کنید. اصرار ما برای رساندن همه چیز به منتهای درجه عالی بودن باعث تاخیرهای زیاد در کارها، استرس شدید و نتیجه نامطلوب می شود.

ایدآل گراهای واقعی کارها را سخت شروع می کنند و برای اتمام آنها هم بسیار سختی می کشند.

راه حل: دنیای واقعی هیچ پاداشی به ایدآل گراها نمی دهد. دنیا به کسانی پاداش می دهد که کارها را انجام می دهند. و تنها راه برای انجام کارها این است که 99% مواقع ایدآل انجام ندهیم. فقط با سالها تمرین و غیرایدآل انجام دادن کارهاست که می توانیم به بارقه هایی از ایدآل 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 ایدآل ها است.

6. قبل از اینکه برای یک فرصت وارد عمل شوند صبر می کنند تا 100% 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 می بینیم افراد باهوش را عقب می اندازد بی میلی خودشان برای قبول کردن فرصت ها فقط به این دلیل است که تصور می کنند برای آن آمادگی ندارند. به عبارت دیگر، تصور می کنند که به دانش، مهارت و تجربه بیشتری نیاز دارند تا بتوانند برای آن فرصت اقدام کنند. متأسفانه، این طرز فکر جلوی پیشرفت را می گیرد.

واقعیت این است که وقتی موقعیت و فرصتی پیش می آید هیچکس هیچوقت 100% آماده نیست. چون بیشتر فرصت های زندگی ما را مجبور می کند از نظر احساسی و عقلی رشد کنیم. این فرصت ها باعث می شود 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 نمی کنیم.

راه حل: یادتان باشد که فرصت های استثنایی برای رشد و پیشرفت فردی بارها و بارها در طول زندگی اتفاق می افتد. اگر می خواهید در زندگیتان تغییر مثبت ایجاد کنید، باید از این موقعیت ها استفاده کنید، حتی اگر 100% احساس آمادگی برای آن نکنید.

7. خود را با انتخاب های زیاد اشباع می کنند.

اینجا در قرن 21 که اطلاعات با سرعت نور حرکت می کند و فرصت های تغییر و پیشرفت به نظر بی انتها می رسد، برای انتخاب روند زندگی و کار با موقعیت های مختلفی روبه رو هستیم. اما متأسفانه، زیاد بودن گزینه های انتخاب معمولاً موجب بی تصمیمی، سردرگمی و بی حرکتی می شود.

تحقیقات مختلفی درمورد کار و بازاریابی نشان داده است که وقتی مشتری با انتخاب های مختلفی از محصولات روبه رو باشد، خرید کمتری می کند. مطمئناً انتخاب از بین سه گزینه بسیار راحت تر از بین سیصد گزینه است. اگر تصمیم برای خرید کردن سخت باشد، بیشتر افراد خسته شده و دست از خرید می کشند.

به همین ترتیب اگر شما هم خودتان را در معرض تعداد گزینه های انتخاب زیادی قرار دهید، ذهن ناخودآگاهتان خسته می شود.

راه حل: اگر یک خط تولید را می فروشید، سعی کنید ساده باشد. و اگر سعی دارید درمورد 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.

8. 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 دردودل می‌کرد می‌گفت که افسرده است. وقتی از او دلیش 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.

راه‌حل: 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.