

برخیز و بدرخش

نویسنده:

امیر شهرام سعید آبادی

۱۳۹۹

تعمیر و مرمت

- پیش‌گفتار ۷
- بخش اول - هدف ۲۹

بخش اول هدف

همیشه وقتی اوضاع زندگی انسان‌ها در یک جامعه باب میلشان نباشد، اولین حالتی که به آن‌ها دست می‌دهد ناامیدی است. ناامیدی حاصل زنجیره‌ای از اتفاقات ناخوشایند است که شاید بتوانیم با راه حل‌های ارائه شده در این فصل از آن جلوگیری کنیم.

۹۶٪ انسان‌های کره‌ی زمین هدف ندارند. این بی‌هدفی، باعث یکنواختی زندگی می‌شود. انسان‌های هدفمند، با هر طلوع خورشید و آغاز روز جدید، در راستای اهداف از پیش تعیین شده، تلاش خود را شروع می‌کنند و اتفاقات و ناکامی‌ها، آن‌ها را دلسرد نمی‌کند.

داشتن هدف، ترجیح نیست، یک الزام است. مهم نیست شغل شما چیست. یک فرد مهم تجاری، خانم خانه دار، معلم یا راننده کامیون، در هر حال باید هدف داشته باشید. توجه کنید هر روز صبح که از درب منزل بیرون می‌آیید باید مقصد را در نظر بگیرید و

برخیز و بدرخش

سپس انتخاب مسیر کنید، در غیر این صورت با انتخاب تصادفی مسیر، غیر ممکن است به محل مورد نظر خود برسید. پس قدم اول مشخص شد:

انتخاب هدف

همانطور که قبلاً گفتیم ۹۶٪ مردم جهان هدف ندارند. شاید خود این گونه فکر نکنند، ولی واقعیت دارد. حرکات روزمره یا انجام عادات معمولی به معنای هدف داشتن نیست. هدف چیست؟ یکی از روش‌های تعیین هدف، که در تمام دنیا مورد تایید کارشناسان این امر است، روش هوشمند است. این روش چند جزء اصلی دارد که نیازمندی‌های هر هدفی را توضیح می‌دهد و از حیاتی‌ترین و دقیق‌ترین راه‌های توضیح یک هدف است.

مشخص کردن هدف

یک هدف باید کاملاً مشخص و معلوم باشد. واضح تعریف شده باشد. و مبهم و کلی نباشد. شانس رسیدن به یک هدف مشخص و معلوم خیلی بیشتر از یک هدف گنگ و کلی است.

سوال‌های لازم در این قسمت:

با پرسیدن این سوال‌ها برای انتخاب یک هدف دقیق به خود کمک کنید:

چه کسی؟

در این هدف چه کسی درگیر است؟

چه چیزی؟

چه چیزی قرار است به دست آورده شود؟ با جزییات کامل

کجا؟

مکان دقیق هرهدف را مشخص کنید.

برخیز و بدرخش

حال که با مشخصات یک هدف دقیق و هوشمند آشنا شدیم، لیستی از اهداف خودمان را باید بنویسیم. بعد از نوشتن اهداف خودمان، یک سوال مهم پیش می‌آید:

آیا می‌توان چند هدف داشت؟

رسیدن به اهداف مستلزم رعایت نکاتی است. یادتان باشد اهداف مانند فرزندان شما هستند. هرچه تعداد کمتری داشته باشید توجه و رسیدگی شما به آن‌ها بیشتر و بیشتر خواهد بود. به طور متوسط شما ۳ تا ۵ هدف را می‌توانید مدیریت کنید. البته بعد از رسیدن به هر هدف، امکان جایگزین کردن هدف بعدی در لیست شما به جای این هدف وجود دارد. خوب شاید سوالی پیش بیاید که حال، با تمرکز به اهداف امکان تحقق آن‌ها افزایش پیدا می‌کند چرا فقط یک هدف را انتخاب نکنیم، تا با دقت بیشتر بتوانیم سریع تر به هدفمان دست پیدا کنیم؟

در جواب این سوال باید گفت: انسان موجودی چند بعدی است، اگر تمرکز خود را بر یک موضوع خاص قرار دهید از رشد در دیگر جنبه‌های زندگی باز خواهید ماند. پس باید بین ۳ تا ۵ هدف در تمام جنبه‌های زندگی در هر زمان انتخاب کنید. البته بدون تردید یکی از معیارهای مهم در انتخاب هدف، علاقه و شور و اشتیاق است. اهداف انتخابی شما باید شما را تحریک کنند تا برای رسیدن به آن‌ها تلاش کنید. این اشتیاق باعث نمی‌شود که مهم‌ترین معیار، انتخاب هدف باشد. به نظر من مهمترین معیار انتخاب هدف، ایجاد احساس ارزشمندی است. هدفی را انتخاب کنید که برایتان مفید باشد و ضرورت بیشتری دارد.