

## زمینه سبک زندگی و موفقیت در کسب و کارها

مسعود لرستانی

### چکیده

فضای کسب و کار همواره در حال دگرگونی و تحول بوده است. اما در سالیان اخیر این تحولات سرعت فزاینده‌ای یافته است. صاحبان شرکت تا و کسب و کارها برای حفظ و یا حصول به موقعیتی پایدار و مشتریان دائمی و بیشتر، نیازمند آگاهی از این تغییرات به منظور کسب آمادگی‌های موردنیاز هستند. در این صورت آنان با اتخاذ تدابیر و راهبردهایی متمایز، ضمن هماهنگی با تغییرات تلاش می‌نمایند تا بر آنها فایز آمده و کمتر با اثرات ناخواسته مواجه شوند. تعداد معدودی نیز ضمن پیشتازی و کسب فرصت‌های نهفته در تحولات حتی منشأ فرصت‌های جدید برای دیگران خواهند بود. به هر حال یادگیری به موقع و فراموشی سریع‌ترین سیاست در این مسیر خواهد بود.

افراد موفق فقط کارهایی را که افراد ناموفق نکرده‌اند را به خوبی و منظم انجام داده‌اند. موضوع بنظر ساده می‌آید؛ افراد موفق براساس اقداماتی مشخص به نتایج مشخصی رسیده‌اند. مهم‌ترین چیزی که در افراد موفق می‌بینید این است که معنی موفقیت را برای خودشان روشن کرده‌اند. تکلیف‌شان معلوم است، می‌دانند چه می‌خواهند و به کجا باید برسند. دیگر اینکه خودشان در اولویت هستند و صرفاً به دنبال کسب رضایت دیگران نیستند.

**واژگان کلیدی:** سبک زندگی، موفقیت، کسب و کار

موفقیت کلمه‌ای جادویی است که بسامد و استفاده‌ی فوق‌العاده‌ای دارد و صدها کتاب در این زمینه به رشته‌ی تحریر درآمده است. زیرا همه‌ی افراد می‌خواهند از راز آن آگاه شوند چراکه شادمانی و خوشبختی ما رابطه‌ی تنگاتنگی با میزان موفقیت‌مان در زندگی دارد. افراد موفق، در هر یک از عرصه‌های زندگی، از نشاط و رضایت خاطر و محبوبیت بیشتری برخوردارند و افراد جامعه با سبک خاصی با آنان برخورد می‌کنند. در گفتگوهای عرفی و عمومی نیز به صورت گسترده‌ای از واژه‌ی موفقیت استفاده می‌شود و مواقعی نیز اتفاق می‌افتد که به صورت نادرست از آن استفاده می‌شود (کیهانیان، ۱۳۹۳).

اگرچه بیشتر نویسندگان و حتی اندیشمندان سعی کرده‌اند تعریف جامعی از موفقیت ارائه کنند، اما تا به حال تعریف دقیقی و توصیف مشخص و قابل‌اعتمادی از این کلمه به دست نیامده است.

آلفرد اوست معتقد است: آرامش و امنیت بهترین نوع موفقیت است.

موریس تامس می‌نویسد: عقیده‌ی ما راجع به موفقیت باید به عقایدمان راجع به برتری، رضایت خاطر و خوشبختی، نزدیک باشد. خوشبخت‌ترین مردم دنیا افرادی هستند که به کارشان عشق می‌ورزند بدون توجه به این که از این راه ثروت، شهرت، قدرت و موقعیت‌های اجتماعی بالا به دست می‌آورند یا خیر. خوشنودترین مردم افرادی هستند که از کارشان لذت می‌برند، هر کاری می‌خواهد باشد، تلاش می‌کنند تا آن را خوب انجام دهند.

در فرهنگ وبستر موفقیت به مفهوم (نیل رضایت‌بخش به هدف) تعریف شده است.

در نگاه بیشتر مردم، فرد موفق کسی است که به آرزوهای خود برسد و در درون خویش احساس رضایت خاطر کند و از اینکه بر اثر تلاش و کوشش مداوم به این احساس رسیده است، احساس خوشنودی کند.

از منظر آموزه‌های دینی و اسلامی، مفهوم موفقیت ارتباط نزدیکی با مفهوم سعادت و خوشبختی دارد، و اگرچه بین این دو واژه تفاوت‌هایی به چشم می‌خورد، ولی مصداق موفقیت مطلق و سعادت مطلق، یکی است. در رابطه با عوامل موفقیت و مفهوم آن، مباحث مختلفی مطرح است. از جمله‌ی مباحث اساسی در زندگی، عوامل موفقیت در زندگی اجتماعی است.

از جمله عوامل تأثیرگذار در موفقیت داشتن سبک زندگی موفق هست. انسانها برای دستیابی به موفقیت در تمامی جنبه‌های زندگی فردی و اجتماعی خود نیازمند داشتن سبک زندگی صحیح که زمینه‌ساز موفقیت آنان هست، هستند.

سبک زندگی در دو سنت متفاوت علمی جامعه‌شناسی و روانشناسی، پایه‌گذاری و رشد یافته است. تعاریفی که از مفهوم و اصطلاح سبک زندگی بر اساس رویکرد جامعه‌شناختی ارائه می‌شوند، بیشتر نگاه توصیفی دارند. رکن اصلی تعاریف جامعه‌شناختی، توجه به رفتار و نمودهای رفتاری است. این اصطلاح در نگاه

جامعه‌شناسانه نقشی همچون اصطلاح (طبقه اجتماعی) یا (هویت اجتماعی) ایفا می‌کند و اساساً در ابتدا، به عنوان جایگزینی برای اصطلاح مارکسیستی (طبقه) مورد استفاده قرار گرفته است (آزاد و رفیعی هنر، ۱۳۹۶). در حوزه‌ی روانشناسی اولین بار آدلر، اصطلاح سبک زندگی را مطرح کرد، سپس توسط پیروان او گسترش یافت. آدلر می‌گوید (سبک زندگی یعنی کلیت بی‌همتا و فردی زندگی که همه‌ی فرآیندهای عمومی زندگی، ذیل آن قرار دارند).

سبک زندگی رفتار و منش نیست، بلکه امری است که همه‌ی رفتارها و تجربیات انسانی را برای واحد هدایت می‌کند. و خود به واسطه‌ی خوی و منش فردی شکل می‌گیرد. آدلر با مقایسه‌ی درخت کاجی که در یک دوره رشد می‌کند با درخت کاجی که در قله کوه می‌روید، اصطلاح سبک زندگی را معرفی می‌کند: سبک زندگی مفهومی است که افزون بر هدف، دربردارنده‌ی اندیشه‌ی فرد درباره‌ی خود و دنیا و همچنین شیوه‌ی منحصر به فرد او در تلاش برای رسیدن به هدف، در شرایط خاص است. سبک زندگی فرد پلی است به سوی نیل به هدف شخصی.

بطور کلی با ارزیابی سبک زندگی افراد می‌توان میزان موفقیت‌های فردی و اجتماعی آنان در زندگی مورد ارزیابی و بررسی قرارداد (افشانی، ۱۳۹۳).

## ۲. مبانی نظری

### مفهوم شناسی

#### سبک زندگی

سبک زندگی از مفاهیم امروزی علوم اجتماعی است که مورد استفاده بسیاری دارد. بعد از طرح مفهوم سبک زندگی و محبوبیت آن نزد نسل جدید محققان، در مقایسه با مفاهیم قشر بندی اجتماعی و طبقه اجتماعی، نقدهای بسیاری بر آن وارد شده است. سبک زندگی را می‌توان در تمامی کنش‌ها و رفتارهای فرد و در تعاملات و ارتباطات وی با دیگران، طبیعت و به‌طور کلی محیط اجتماعی اطراف وی ملاحظه و مشاهده کرد که معمولاً قابل مشاهده، توصیف و اندازه‌گیری است.

سبک زندگی در نظریه‌ی روانشناسی فردی آدلر، مهمترین عامل تنظیم‌کننده‌ی زندگی انسان و مشخص‌کننده حرکت وی در زندگی و جهان است و نحوه‌ی کنار آمدن فرد با موانع و مشکلات زندگی و پیدا کردن راه‌حل و دستیابی به اهدافش است (کاوایی، ۱۳۹۳).

سبک زندگی برآیند ارزش‌های درونی شده فرد است؛ مجموعه‌ای از ارزش‌ها تا در فرد درونی می‌شود و فرد را ناگزیر می‌کند که به آن شیوه زندگی کند. بنابراین با توجه به این که مختصات فکری و ارزش‌های درونی شده افراد باهم متفاوت‌اند، سبک‌های مختلفی نیز برای زندگی وجود دارد. به دیگر تعبیر، افراد از مبانی اعتقادی، فرهنگی یکسانی پیروی نمی‌کنند و به دلیل تنوع در دنیای مدرن، خرده‌فرهنگ‌های

بسیاری درون هر نظام فرهنگی دیده می‌شود. این خرده‌فرهنگ تا و الگوهای رفتاری در گذشته، بسته به گروه‌های نژادی، دینی، قومی و طبقاتی متفاوت بود، اما امروزه دامنه این تکثر و تنوع بسیار گسترده‌تر است و جامعه انسانی به گروه‌هایی مبدل شده که هر یک، از لحاظ باورها، ارزش‌ها، نگرش‌ها، آرمان‌ها و نیازها متفاوت و متمایز هستند، این تمایزها در سبک زندگی بروز و تجلی می‌یابد و این‌گونه است که با انواع سبک زندگی روبه‌رو هستیم (شریفی، ۱۳۹۳).

در تعریفی ساده می‌توان سبک زندگی را شیوه زندگی نامید که نه تنها شامل تمام عادات و روش‌هایی است که یک فرد به آن تا عادت کرده و عملاً با آن تا سروکار دارد بلکه شامل تمامی حوزه‌های زندگی فردی، اجتماعی، اقتصادی و شغلی فرد می‌گردد.

در زمینه شاخص‌های شناخته شده سبک زندگی می‌توان به فعالیت‌های فیزیکی، اوقات فراغت، خواب و بیداری، روابط اجتماعی روابط خانوادگی، معنویت، ایمنی و آرامش، تغذیه و کسب و کار اشاره کرد که هر کدام به منزله‌ی شاهرایی از زندگی افراد محسوب می‌شوند.

#### موفقیت

بسیاری از افراد درباره موفقیت صحبت می‌کنند. آنها معمولاً می‌گویند که می‌خواهند در زندگی یا زمینه‌ای خاص موفق شوند اما زمانی که فرصت مناسب برای آنها فراهم می‌شود، هیچ کار مفیدی را انجام نمی‌دهند. چراکه آنها خصوصیتی که افراد برای موفقیت در هر زمینه‌ای به آن نیاز دارند را در ذهن خود ایجاد نکرده‌اند. موفقیت چیست؟ آیا ثروت است؟ آیا شاد بودن است؟ در تعریف لغوی آن می‌توان گفت که موفقیت رسیدن به احترام یا شهرت زیاد است. موفقیت در درست و مطلوب بودن نتیجه یک تلاش است. موفقیت زمانی معنا پیدا می‌کند که کسی یا چیزی به آن هدفی که تعیین شده دست پیدا کند. به گفته زیگ زیگلر یکی از معروف‌ترین متخصصان موفقیت در زندگی در کتاب خود با عنوان «به دنیا آمده‌اید تا برنده شوید» اعتقاد دارد که موفقیت را نمی‌توان در یک جمله تعریف کرد. از نظر او موفقیت ترکیبی از چند مورد متفاوت است.

#### تعریف کسب و کار

نویسندگان مختلف، تعاریف متفاوتی از کسب و کار دارند. در واژه نامه آکسفورد، کسب و کار به معنی خرید و فروش و تجارت آمده است. در واژه نامه لانگمن، کسب و کار به فعالیت پول درآوردن و تجارتهای که از آن پول حاصل شود، گفته می‌شود.

به زبان ساده، کسب و کار عبارت است از حالتی از مشغولیت و به‌طور عام، شامل فعالیت‌هایی است که تولید و خرید کالا تا و خدمات با هدف فروش آنها را به منظور کسب سود، در برمی‌گیرد.

۱. بر طبق نظر ارویک و هانت کسب و کار عبارت است از هر نوع کسب کاری که در آن خدمات یا کارهایی که دیگر افراد جامعه به آن نیاز دارند و مایل به خرید آن هستند و توان پرداخت بهای آن را دارند، تولید، توزیع و عرضه می شود.

۲. پترسن و پلومن بر این باورند که هر تبادلی که در آن خرید و فروش صورت گیرد، کسب و کار نیست، بلکه کسب و کار، هر نوع تبادل تکراری و تجدیدشونده خرید و فروش است.

۳. پروفیسور اون، کسب و کار را یک نوع کاسبی می داند که طی آن کالا تا یا خدمات برای فروش در بازار تولید و توزیع می شوند.

به زبان ساده، کسب و کار عبارت است از حالتی از مشغولیت و به طور عام، شامل فعالیت هایی است که تولید و خرید کالا و خدمات با هدف فروش آنها را به منظور کسب سود، در برمی گیرد. طرح کسب و کار سندی مکتوب است که جزئیات کسب و کار پیشنهادی را مشخص می کند. این سند باید ضمن تشریح موقعیت کنونی، نیاز تا، انتظارات و نتایج پیش بینی شده را شرح دهد و کلیه جوانب آن را ارزیابی کند. امروزه کسب و کارهای خانگی از بخش های حیاتی و ضروری فعالیت های اقتصادی کشورهای پیشرفته محسوب می شوند. کسب و کار خانگی از نظر ایجاد شغل، نوآوری در عرضه محصول یا خدمات، موجب تنوع و دگرگونی زیادی در اجتماع و اقتصاد هر کشور می شوند. همچنین برای جوانان، کسب و کارهای خانگی نقطه شروع مناسبی برای راه اندازی کسب و کار شخصی است، زیرا راه اندازی آن در مقایسه با دیگر انواع کسب و کار ساده و آسان است.

کسب و کار اینترنتی به فروش محصولات یا خدمات در اینترنت گفته می شود. این نوع کسب و کار به سرعت در اقتصاد امروز رشد و پیشرفت کرده است. خرید و فروش اینترنتی به کوچک ترین کسب و کار تا نیز این امکان و فرصت را می دهد که به مخاطبان خود در سطح جهانی با حداقل هزینه دسترسی پیدا کنند. امروزه بیش از ۹۰۰ میلیون نفر در سطح دنیا از اینترنت استفاده می کنند. ۶۹ درصد از این جمعیت، در طول ۹۰ روز، دست کم یک خرید از اینترنت داشته اند.

شروع کسب و کار یکی از جالب ترین عملکردهایی است که یک فرد می تواند داشته باشد. بیش از ده میلیون نفر هر ساله کسب و کاری را آغاز می کنند و در نتیجه بیش از سه میلیون کسب و کار کوچک هر ساله ایجاد می شود. کارآفرینی مزایای متعددی دارد و در نتیجه رقابت در این حیطه نیز بسیار است. درک ابعاد این رقابت و طرح کسب و کار دقیق و کارا می تواند منجر به شروع کی کسب و کار موفق شود.

سه دسته اصلی و عمده از مشاغل در دنیای نوین فناوری اطلاعات، جدیداً پدید آمده اند که آن طور که باید و شاید نمی توان آنها را در دسته بندی موجود جای داد. این سه دسته عبارتند از: مشاغل مبتنی بر وب، مشاغل مرتبط به پایگاه های اطلاعاتی و مهندسی نرم افزار و مشاغل مرتبط با سیستم تا.

پس از توسعه و به کارگیری فناوری، فرصت‌های کار در مشاغل جدید به وقوع می‌آید که هم ارزش افزوده زیاد دارند و هم سختی آنها کم است و هم سطح رفاه اجتماعی را بالاتر می‌برند. البته پیوستن افراد به این مشاغل، آموزش لازم و مهارت‌های جدیدی را طلب می‌کند.

موفقیت در کسب و کار به عنوان یکی از جنبه‌های عینی و ذهنی موفقیت و پیشرفت یک فرد است. از دیدگاه برخی محققین موفقیت شغلی دارای چهار بعد مجزا است که شامل تحقق اهداف، موفقیت‌های اجتماع یار، موفقیت کار راه و بازخورد مثبت هستند. تحقق اهداف، هسته اصلی موفقیت شغلی بوده و به معنی دستیابی به اهداف از پیش تعیین شده در قالب عملکرد تکلیفی است. موفقیت اجتماع یار، نوع اولیه موفقیت شغلی ناشی از تلاش و کوشش بوده و به عنوان نتایج مطلوب و خوشایند رفتاری که به هدف ارتقاء و بهبود موقعیت دیگران صورت می‌گیرد، هست. بازخورد مثبت به عنوان قدردانی و ارج نهادن به عملکرد خوب برای رفتار کاری یک فرد و کیفیت روابط بین فردی تعریف می‌شود. موفقیت کار راه به معنی دستیابی به مراحل بالا در کار راه یک فرد است. ارتقاء و پیشرفت کار راه، افزایش سطح عملکرد شغلی و برقراری روابط کاری موفقیت‌آمیز مثال‌هایی از موفقیت کار راه است. به‌طور کلی با توجه به توضیحات، باید بیان نمود که موفقیت در کسب و کار مفهومی ارزیابی‌کننده و رابطه‌ای است که بین پیشرفت کنونی فرد و ایده آل‌های آینده‌اش در زمینه اشتغال وجود دارد (کرمی و صیری، ۱۳۹۸).

سبک زندگی افراد موفق چگونه است؟

افراد موفق فقط کارهایی را که افراد ناموفق نکرده‌اند را به خوبی و منظم انجام داده‌اند. موضوع بنظر ساده می‌آید؛ افراد موفق براساس اقداماتی مشخص به نتایج مشخصی رسیده‌اند. مهم‌ترین چیزی که در افراد موفق می‌بینید این است که معنی موفقیت را برای خودشان روشن کرده‌اند. تکلیف‌شان معلوم است، می‌دانند چه می‌خواهند و به کجا باید برسند. دیگر اینکه خودشان در اولویت هستند و صرفاً به دنبال کسب رضایت دیگران نیستند.

چطور سبک زندگی افراد موفق را پیش بگیریم؟

سعی کنید به خودشناسی برسید تا چراغ‌های جاده زندگی برایتان روشن شود. لازم نیست از ابتدا تا ته جاده را ببینید؛ همین که چند قدم بعدی را بدانید کافی است. از کسانی که این راه را طی کرده‌اند مشورت بگیرید. مشاوره با افراد موفق و یا مربیان موفقیت می‌تواند راهگشا باشد؛ با کمک دیگران می‌توانید راهتان را پیدا کنید. اگر تازه دانشگاه را تمام کرده‌اید و می‌خواهید مسیرتان را مشخص کنید دست بکار شوید. با صحبت کردن با این افراد می‌توانید روش زندگی افراد موفق را پیدا کنید. درست است که گفتیم تعریف موفقیت

نسبی است، اما حتماً برای شخص شما هم تعریفی مشخص وجود دارد. فقط کافی است شروع کنید؛ انتخاب شغل مناسب می تواند شروع خوبی باشد.

### برخی راه‌های رسیدن به موفقیت در کسب و کار:

#### • تمرکز بر تعهد

به این فکر کنید که چقدر به هدف خود پایبند هستید و تعهد دارید؟ هدفتان چقدر برای شما مهم است و برای رسیدن به آن باید چه فداکاری‌هایی کنید یا متحمل چه سختی‌هایی شوید؟ اگر خودتان را متعهد به هدفتان ببینید، قطعاً انگیزه کافی برای آن را نیز پیدا می‌کنید.

#### • مثبت اندیشی

افکار به شدت روی احساسات شما تأثیر می‌گذارند و دید شما را نسبت به کار و هدفتان تغییر می‌دهند. شما روزانه میلیون‌ها فکر در سر خود دارید و همیشه انتخاب می‌کنید که روی کدام یک تمرکز کنید. افکاری را جایگزین کنید که عاملی برای هیجان، قدم روبه‌جلو، تجربه و یادگیری می‌باشند

#### • پشتکار

وجود عوامل مختلف در اطراف شما که باعث پریشانی و حواس‌پرتی می‌شوند، ممکن است باعث درست انجام ندادن وظایف شما شوند. مانند اعضای خانواده، تماس‌های تلفنی، برنامه‌های تلویزیون، شبکه‌های اجتماعی و .. که تمرکز شما را به شدت کاهش می‌دهند و دیگر قادر به انجام درست وظایف خود نخواهید بود. بهترین کار دوری کردن از همه عوامل پریشان‌کننده و استرس‌زا است

#### • به دیگران وابسته نباشید

هرگز نباید از دیگران انتظار داشته باشید که کاری برایتان انجام دهند. نه همسر، نه دوست، نه رئیس و نه هیچ‌کس دیگر. همگی مشغول کار خودشان هستند و نمی‌توانند نیازهای شما را برطرف کنند. هیچ‌کس نمی‌تواند به اندازه خودتان در رسیدن به اهداف زندگی و شاد بودن مؤثر باشد.

#### • برنامه‌ریزی کنید

همیشه بدانید که سه مرحله بعدی باید چه کارهایی انجام دهید. بیش از این نیاز به برنامه‌ریزی در آینده دارید و همین مقدار برایتان کافی است برنامه‌ریزی کنید که هر روزتان قرار است چگونه سپری شود و چگونه می‌توانید آن را بهتر کنید.

#### • تعیین اهداف

شاید از کمبود انگیزه در زندگی رنج می‌برید اما دلیلش تنبلی شما نیست. دلیلش بدون هدف بودن در زندگی است همیشه هدفی تعیین کنید و سعی کنید که در مورد راه‌های رسیدن به آن کنج‌کاو و کاوشگر باشید.

#### • بهترین استفاده را از زمان خود ببرید

هنگامی که وظایف خود را در زمان معین شده کامل انجام می‌دهید از پشتکار خود خوشحال می‌شوید. به همین دلیل در برنامه‌ریزی روزانه برای کارهای خود، زمان تعیین کنید.

### • مسئولیت‌پذیر باشید

اگر می‌خواهید موفق شوید باید راهی بیابید تا مسئولیت‌پذیر بمانید. می‌توانید مدیر و مشوق خودتان باشید و خودتان را به سمت موفقیت سوق دهید.

### • با افراد موفق در ارتباط باشید

تلاش کنید در شبکه‌ی کاری خود با این افراد ارتباط برقرار کنید. اگر با فردی که تمایل دارید از او یاد بگیرید مستقیماً ارتباط ندارید، یک معرف پیدا کنید. از شبکه‌های اجتماعی برای پیدا کردن افراد استفاده کنید. اکثر افراد حداقل از یک شبکه‌ی اجتماعی استفاده می‌کنند فیس‌بوک، توئیتر و لینکدین از بهترین ابزارها برای دسترسی به افراد هستند.

### رایج‌ترین موانع موفقیت در کسب‌وکار

بعضی عوامل باعث می‌شوند که موفقیت در دسترس نباشد:

### • تعویق انداختن فعالیت‌ها

اگر کاری در حد و اندازه قابلیت‌هایتان به شما روی آورد ولی به دلیل عذر و بهانه‌های ذکر شده از انجام آن ممانعت به عمل آوردید، قطعاً پشت‌گوش‌اندازی مشکل اصلی بوده و باید مرتفع گردد.

### • بهانه‌تراشی

به دلیل شکست‌هایتان مدام دیگران را مقصر جلوه ندهید و سرزنش نکنید. مسئولیت خطاهایتان را بپذیرید. شما خودتان در انتخاب‌تان اشتباه کرده‌اید. انتخاب‌های غلطتان را توجیه نکنید. فرد موفق کسی است که از خطاهایش درس می‌گیرد و آنها را اصلاح می‌کند.

### • عدم تلاش و پشتکار

اغلب اوقات مسابقه با شکست روبرو می‌شود زیرا مسابقه تمام نشده است. موفقیت در تیزترین کنج یا شیب‌دارترین تپه است. پشتکار داشته باشید. ادامه دهید.

### • تمرکز روی موارد منفی

بیشتر مواقع شرایط و موضوعاتی منفی در زندگی وجود دارد که شما روی آنها کنترل ندارید. همین‌طور هم تجربه‌های مثبت بسیاری نیز وجود دارد و حتی می‌توان گفت این تجربه‌های مثبت از منفی‌ها بیشتر است. اگر شما می‌خواهید زندگی موفق داشته باشید روی موارد منفی متمرکز نشوید، زیرا این کار باعث می‌شود هرگز احساس رضایت نکنید و در نهایت همچون فرد شکست‌خورده‌ای به نظر برسید.

### • نداشتن چشم‌انداز



افراد زیادی درباره‌ی اهمیت هدفمندی صحبت می‌کنند. آنها می‌گویند: «پیش از آنکه کاری را شروع کنید، هدف‌تان را مشخص کنید.» اما در بسیاری مواقع محرکی برای رسیدن این اهداف و گذر از محدودیت‌هایمان نداریم. از این رو برای دنبال کردن اهدافمان به اندازه‌ی کافی با انگیزه و مصمم نیستیم و دلیلی برای ادامه دادن و پیمودن باقی مسیر موفقیت نداریم علت این اتفاق آن است که بیشتر افراد چشم‌اندازی اساسی از زندگی‌شان ندارند. کار آنها مانند ساختن مجل‌ترین قصرها بدون ساختن پی است. در نتیجه بیشتر تلاش‌هایشان از همان اول محکوم به شکست است. اگر از این زاویه به قضیه نگاه کنیم، نداشتن چشم‌انداز یکی از بزرگ‌ترین موانع موفقیت است.

### • ضعف اراده

ضعف اراده می‌تواند به مشکلی چالش‌برانگیز در مسیر موفقیت تبدیل شود. اگر کسی اراده‌ی قوی نداشته باشد، قدرت ذهنی لازم برای انجام کارهای ضروری و رسیدن به موفقیت را نخواهد داشت. مطالعات بسیار نشان داده‌اند که قدرت اراده و خویش‌داری ارتباط نزدیکی با سطوح بالای موفقیت و شادی دارد.

### • ترس

ترس به طرق گوناگون مانع موفقیت می‌شود. در برخی موارد صرفاً از شکست خوردن می‌ترسیم، گاهی از جواب رد شنیدن و بعضی وقت‌ها نمی‌خواهیم با چیزی ناشناخته مواجه شویم. در هر شکلی که باشد، ترس مانع موفقیت است.

### • ایده آل‌گرایی

کمال‌طلبی مطمئناً مزایای زیادی دارد: تشویقمان می‌کند خودمان را اصلاح کنیم اما کمال‌گرایی ممکن است تبدیل به مشکلی بزرگ بر سر راه موفقیت شود. این وسواس که هر کاری را «عالی» انجام دهیم، حواسمان را از چیزی که واقعاً مهم است پرت می‌کند و باعث کاهش انعطاف‌پذیری و توانایی ما برای پیشرفت کردن می‌شود. گاهی اوقات بهتر است زمانتان را صرف تمرکز بر یافتن راه‌حل مسائل مهم‌تر بکنید.

### موفق شدن آسان، موفق ماندن دشوار

برخی فکر می‌کنند موفقیت آخر مسیر است، در حالی که موفقیت تازه شروع راه است. وقتی شما در زمینه‌ی ای موفق می‌شوید، تازه سروکله‌ی رقبا پیدا می‌شود.

تازه باید از موفقیتی که به دست آورده‌اید دفاع کنید. وقتی موفق می‌شوید آن‌قدر کارهای زیادی باید برای حفظ موفقیت خود انجام دهید که اگر عاشق مسیرتان نباشید دیگر لذتی از مسیر خود در راه رسیدن به اهدافتان نمی‌برید

عوامل کلیدی کلید برای سبک زندگی موفق

خوب حالا که می دانید موفقیت چیست، چگونه باید به آن دست یافت؟ باور کنید یا نه، اگر چه موفقیت برای همه متفاوت به نظر می رسد، لیستی از استراتژی تا یا کلیدهای دستیابی به این موفقیت مشترک وجود دارد و این واقعاً خبر خوبی است، پس از یادگیری نحوه موفقیت، می توانید از این ابزارها برای موفقیت در زمینه های مختلف زندگی خود استفاده کنید.

این کلیدها یا ابزارهای ذکر شده در زیر به شما کمک می کند تا در زندگی خود قفل موفقیت را باز کنید. آنها استراتژی هایی هستند که توسط ورزشکاران، بازرگانان و هنرمندان موفق استفاده می شوند. رمز موفقیت این است که ذهن آگاه خود را به چیزهایی متمرکز کنیم که آرزو می کنیم نه چیزهایی که از آنها می ترسیم. کلید اول: برنامه ریزی کنید

اولین کلید موفقیت ایجاد یک برنامه است. این بدان معناست که شما تصویری واضح از زندگی خود دارید و مجموعه ای از اهداف کاملاً مشخص را برای رسیدن به آن زندگی در کنار هم قرار داده اید. برنامه ریزی خوب با فهمیدن خواسته تا و نوشتن جزئیات آن شروع می شود. مهم است که در تعریف خود از موفقیت تصویری شفاف داشته باشید. این پایه و اساس برنامه شماست.

موفقیت به معنای تحقق هدف است. با این تعریف، اگر اهدافی را تعیین نکنید، هرگز موفق نخواهید شد.

کلید دوم: برای موارد غیرمنتظره آماده شوید

بسیاری از بهترین طرح های ارائه شده، ابتدا از یک اشتباه شروع شده اند.

آماده شدن برای اتفاقات غیرمنتظره می تواند منجر به موفقیت های بزرگ شود.

بنابراین چگونه برای چیزهای غیرمنتظره آماده می شوید؟ با تهیه لیستی از مواردی که ممکن است در برنامه شما اشتباه رخ دهد، شروع کنید. سپس برای هر مشکل احتمالی راه حلی ایجاد کنید. درست مانند زمانی که در حال رانندگی هستید؛ اما باز هم از جی پی اس به منظور اطلاع از ترافیک های غیرمنتظره استفاده می کنید.

کلید سوم: اهداف خود را اولویت بندی کنید

همان طور که دستگاه های خود را ایجاد می کنید و عادت های خوب خود را عملی می کنید، احتمالاً خواهید دید که هر روز وقت کافی برای کار در جهت رسیدن به هر هدفی وجود ندارد. وقت خود را هوشمندانه مدیریت کنید، تا فعالیت های صحیح در اولویت قرار گیرند.

اگر مطمئن نیستید که چطور اهداف را اولویت بندی کنید، ممکن است به کارگیری برخی تکنیک تا مانند سیستم رتبه بندی عددی یا ماتریس آیزنهاور به شما کمک کند. اولویت بندی اهداف خود به این معنی است که اجازه ندهید کارهای غیرضروری مانع از انجام کارهای ضروری و مهم تر شوند. به عبارت دیگر، اجازه ندهید که صحبت با یک بازاریاب تلفنی برنامه های شما برای کار در وب سایت تان را از بین ببرد.

کلید چهارم: ایجاد عادت های خوب

شما می‌توانید رویاهای بزرگ و اهداف عالی داشته باشید و باز هم شکست بخورید. سومین کلید موفقیت شما را ملزم می‌کند که اهداف خود را به اهداف عملی تبدیل کنید. اقدامات مکرر در مسیر درست به عادت‌های مفیدی تبدیل می‌شوند و هنگامی که عادت‌های درست را شکل می‌دهید، حرکت در جهت رسیدن به آن تا ایجاد خواهد شد.

کلید پنجم: از اشتباهات خود بیاموزید

بزرگان می‌گویند “راه موفقیت با شکست هموار شده است.” موفقیت به احتمال زیاد از طریق تلاش (و شکست) در راه‌های مختلف حاصل می‌شود. بله، شما می‌توانید راه خود را برای رسیدن به موفقیت را تغییر دهید درحالی‌که از اشتباه‌های خودتان نیز درس می‌گیرید. شکست معلم شماست و بخشی از فرایند موفقیت است.

کلید ششم: راهکارهای مختلف را امتحان کنید

اگر در ابتدا موفق نشدید، راه دیگری را امتحان کنید. راه موفقیت مستقیم نیست. توقف و شروع، چرخش و انحراف وجود دارد. هرکسی که بگوید مسیر دقیق موفقیت شما را پیدا کرده احتمالاً دروغ می‌گوید.

کلید هفتم: خطرات هوشمند را بپذیرید

هنگامی که استراتژی‌های مختلف را امتحان می‌کنید، ممکن است متوجه شوید که درحال امتحان کردن موردی کاملاً جدید هستید. ممکن است ترسناک باشد و مسلماً پذیرفتن ریسک ترسناک است، اما ریسک هوشمندانه می‌تواند بازدهی بزرگی داشته باشد. انجام یک خطر هوشمندانه یا حساب شده به معنای تحقیق در مورد نتایج بالقوه و تعیین احتمال موفقیت شما است.

توسعه مهارت‌های خوب ریسک‌پذیری به زمان نیاز دارد. در ابتدای راه و هنگام امتحان کردن ریسک تا احتمالاً با چند شکست نیز روبه‌رو خواهید شد.

کلید هشتم: از کارشناسان بیاموزید

به‌راستی، هیچ راهی برای موفقیت وجود ندارد. با این وجود، از مطالعه زندگی سایر افراد موفق می‌توان چیزهای زیادی از آن تا آموخت. حتی بهتر این است که از فردی راهنمایی گرفته و یا مستقیماً زیر نظر شخصی تحصیل کنید.

در این راه به شما پیشنهاد می‌کنیم به مطالعه زندگی افرادی بپردازید که در حوزه کاری شما موفق هستند.

کلید نهم: آموختن نه گفتن

من فکر می‌کنم فرهنگ ما اهمیت نه گفتن را دست کم می‌گیرد و این موضوع می‌تواند بسیار ناراحت‌کننده باشد. اگر به مصاحبه با افراد موفق گوش دهید، احتمالاً خواهید شنید که آنها در مورد رد کردن فرصت‌های خوبی که می‌دانستند برای آنها مناسب نیست صحبت می‌کنند.

نه گفتن، به معنای شناختن خود، مرزها و توانایی تشخیص ارزش و وقت شما نیست. نه گفتن به یک چیز اشتباه، فضا را برای گفتن بله به حرف درست می‌گذارد.

کلید دهم: در روابط سرمایه‌گذاری کنید

به عنوان یک قاعده، سرمایه‌گذاری در روابط کاملاً ارزشمند است. افراد ساخته شده‌اند تا به یک اجتماع متصل شوند. مزایای حضور در یک جامعه امن و دلگرم‌کننده فراتر از موفقیت در هر زمینه زندگی است. همان‌طور که جیمز کلیر در عادات اتمی می‌گوید:

یکی از مؤثرترین کارهایی که می‌توانید برای ایجاد عادت‌های بهتر انجام دهید، پیوستن به فرهنگی است که رفتار مورد نظر شما همان رفتار عادی جلوه می‌دهد.

انواع مختلفی از روابط وجود دارد که می‌تواند شانس موفقیت شما در زندگی را افزایش دهد. به عنوان مثال، روابطی که بیشتر از همه به آن احتیاج دارید ممکن است دوستی باشد که هیچ "ارتباطی" با او ندارید؛ اما در مواقع سخت از شما پشتیبانی می‌کند.

شاید رابطه مورد نیاز شما، رابطه با یک رقیب باشد، کسی که شما را به چالش بکشد. پیشنهاد می‌کنیم یک رابطه مریگیری را دنبال کنید، که می‌تواند منجر به فرصت‌های شبکه‌سازی و مشاوره‌های ارزشمند شود. ما می‌دانیم که فقدان این روابط می‌تواند بزرگ‌ترین فاصله بین پیر شدن جوانان در پرورش و موفقیت باشد.

## منابع و مآخذ

- واحدی، ح.، و آقاجانی، ح.، و صفایی قادیکلایی، ع.، و شیرخدایی، م. (۱۳۹۹). شناسایی و سطح بندی مهمترین عوامل مؤثر بر موفقیت برند محصولات کسب‌وکارهای دانش‌بنیان صنعتی با استفاده از تکنیک ISM (شاهد تجربی: واحدهای فناوری مستقر در پارک علم و فناوری استان سمنان). مدیریت فردا، ۱۹(۶۳)، ۱۹-۳۲.  
<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=563307>
- شفیعی نیک‌آبادی، م.، و فرحمند، ه.، و درخشان، ع.، و رضایی، ف. (۱۳۹۳). بررسی سطح ریسک بالقوه بر میزان موفقیت باز مهندسی فرایندهای کسب و کار در شرکت‌های کوچک و متوسط. رشد فناوری، ۱۰(۴۰)، ۳۷-۴۴.  
<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=227176>
- هاشمی، ح. (۱۳۸۵). آینده و فضای کسب‌وکار. رشد فناوری، ۲(۷)، ۳۶-۴۸.  
<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=102573>
- عزیزی، م.، و حاتمی، ف. (۱۳۹۴). شناسایی شایستگی‌های مورد نیاز مشاوران کسب‌وکار. مشاوره شغلی و سازمانی، ۷(۲۵)، ۱۰۲-۱۱۹.  
<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=297137>
- کاشانی پور، م.، و فرخی، م.، و غلامی جمکرانی، ر.، و مهربان پور، م.، و میثمی، ح. (۱۳۹۸). الگوی اسلامی کسب‌وکار پایدار. الگوی پیشرفت اسلامی ایرانی، ۷(۱۴)، ۱۹۶-۲۲۴.  
<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=548617>
- مفتح، م. (۱۳۹۳). سبک زندگی مدیران زمینه‌ساز. مشرق موعود، ۸(۳۱)، ۱۳۱-۱۵۳.  
<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=234886>
- البدوی، ا.، و ساعدی، م. (۱۳۸۲). چارچوبی مفهومی از مدل‌های کسب‌وکار مبتنی بر دانایی. فنی و مهندسی مدرس، ۱۱(۱)، ۵۳-۶۳.  
<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=11428>

شفیعی نیک‌آبادی، م.، و فرحمند، ه.، و درخشان، ع.، و رضایی، ف. (۱۳۹۳). بررسی سطح ریسک بالقوه بر میزان موفقیت باز  
مهندسی فرایندهای کسب و کار در شرکت‌های کوچک و متوسط. رشد فناوری، ۱۰(۴۰)، ۳۷-۴۴.  
<https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=227176>