



www.irelecom.com

samira.sadi@outlook.com

info@irelecom.com

سمیرا سعدی

مشاور و کارشناس تجارت الکترونیک، کسب و کار و بازاریابی

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

هدف گذاری و تحقق اهداف

مؤلف:

سمیرا سعدی

هدف گذاری یکی از اقدام های مهم و ضروری هر فرد در زندگیش است. هر انسانی بدون هدف به پوچی می رسد و امید و نشاط کافی برای زندگی ندارد. اما برای این که اهدافی را مشخص کنیم باید ابتدا خود و علائق خود را بشناسیم. پس از آن هدف را مشخص نماییم و سپس مسیر و پیش نیازهای رسیدن به هدف را تعیین کنیم و اهداف بلندمدت را به پله های کوتاه تر تبدیل کنیم.

مقدمه

آیا تابه حال فکر کرده اید که چرا ما اکثرا تنبل هستیم؟ چرا همیشه از کار کردن طفره می رویم . چرا بعد از وجود استراحت یا مسافرت های مفرح باز هم از به خاطر آوردن اینکه در فلان روز دوباره باید سرکار برویم ناراحت و عصبانی می شویم، ماتم می گیریم و به سختی و از روی اجبار آن را می پذیریم . به راستی چرا این چنین است. دلیل بسیار مهمی که وجود دارد این است که اکثر ما در زندگی بی هدف و پوچ زندگی می کنیم . نمی دانیم از زندگی چه می خواهیم و چون برنامه خاصی که آن را از آن خود بدانیم نداریم، به همین خاطر بیشتر اوقات سردرگم هستیم و در گيجی به سر می بریم، تنها بی هدف ساعت ها را سپری کرده بدون اینکه هیچ هدف خاصی داشته باشیم؛ و همیشه تکرار روزهایی که کاملا شبیه هم هستند در زندگی مان وجود دارد مسلما هر موجودی از این وضع زندگی کردن خسته و سردرگم می شود و احساس تنبلی به سراغش می آید .

در زندگی چیزهای زیادی وجود دارد که موجب فرسودگی، بی حوصلگی، بی انگیزگی و غیره در افراد می شود که بی هدف بودن و نداشتن هدف یکی از مهم ترین آن هاست.

بدون هدف زندگی کردن موجب یکنواختی زندگی می شود و همان طور که می دانیم یکنواختی دلزدگی می آورد و کلا روحیه ما را به هم می ریزد.

اما بالعکس آن اگر در پس هر یک از کارهایمان یک هدف وجود داشته باشد، حتی اگر آن کارها را خیلی دوست نداشته باشیم یا انجام کارها سخت باشد اما فقط به شوق رسیدن به هدف تمام سختی ها را به جان خریده و با اشتیاق فراوان هر روز کار را انجام می دهیم تا به هدف دلخواهمان برسیم. در این صورت دیگر سرکار رفتن هم دیگر برایمان سخت و ملالت آور نیست.

فلورانس اسکاول شین نویسنده ی آمریکایی می گوید «اگر انسان، هدفی یا سرزمین نوید داده شده ای نداشته باشد که او را به پیش براند، به تباهی و نیستی می گراید.»

مهمترین عامل ، در کسب هر موفقیتی ، تدوین و مشخص کردن دقیق اهداف می باشد. هدف گذاری مهمترین عامل حرکت و خلق آینده است ، هدف ها هستند که مقصد و مسیر زندگی فردی و سازمانی را روشن می کنند. هدف گذاری به مثابه ترسیم جاده ای برای آینده است . تلاشی ارزشمند است که معطوف به هدف باشد، تلاش بی هدف پرتاب تیر در تاریکی است یکی از موانع بسیار مهم موفقیت و کامیابی ، ناتوانی افراد در تدوین اهداف می باشد . آنهایی که رویایی در ذهن و هدفی بر روی کاغذ نداشته باشند مقصدشان ناکجا آباد خواهد بود .

هدف گذاری

قبلی از هر چیز در مبحث هدف گذاری ابتدا ببینیم که هدف گذاری چیست؟
 بیان این مفهوم با ذکر یک تکه داستان کوتاه در ذهن بسیار زیبا است: «در قصه ی شازده کوچولو، شاهزاده از گربه سوال می کند باید کدام طرفی بروم. گربه می گوید، کجا می خواهی بروی؟ و شاهزاده جواب می دهد که نمی دانم و گربه به زیبایی پاسخ می دهد، پس از هر کجا بروی فرق نمی کند».
 «هدف گذاری عبارتست از تبیین اهداف فردی و سازمانی به طور ساده و قابل فهم که قابلیت تصمیم گیری و واگذاری برای اجرا برای خود فرد و افراد سازمان را داشته باشد».
 وقتی هدف داشته باشید و مراحل رسیدن به آن را زمان بندی کنید، آن گاه خواهید توانست میزان موفقیت خویش را اندازه گیری کنید و بدانید که از برنامه عقب هستید یا خیر. برای مثال هدف شغلی، هدف تحصیلی، هدف معنوی، هدف مادی و غیره سپس مراحل رسیدن به هر هدف را زمان بندی و ایستگاه بندی کنید به طوری که در پایان هر ماه یک بار بررسی کنید که نسبت به هر هدف در چه مرحله ای هستید و آن گاه به اصلاح نواقص بپردازید.

و در بیانی دیگر هدف گذاری تلاشی ارزشمند است که باید هدف مند باشد.
 یکی از علل ناتوانی افراد در دستیابی به موفقیت، ناتوانی آن ها در تدوین هدف است. اما یک روش بسیار موثر برای موفقیت در کارها، که در مدیریت زمان نیز به آن ها اشاره شده نوشتن اهداف بر روی کاغذ، ثبت

آن‌ها در موبایل و چیزهایی از این قبیل است. اگر هم که خیلی هدفمند کار کنیم برای آن‌ها زمان تعیین می‌کنیم. تحقیقات ثابت کرده که میزان کارایی افرادی که هدف دارند در مقایسه با کسانی که هدف ندارند یا حتی هدف هم ندارند ولی هدف‌هایشان را ثبت نمی‌کنند بسیار بیشتر است.

اهداف استانداردها و الگوهای قابل قبول ارزیابی عملکرد را فراهم می‌کنند. هدف‌ها به حرکات انسان ثبات و نظم می‌دهند و مانع از رفتن او به سوهای مختلف شده و او را در مسیر صحیح نگه می‌دارند و باعث می‌شوند که لطمات و آسیب‌ها و مشکلات زندگی نتواند او را از مسیر اصلی‌اش منحرف کند. اگر به اهداف‌تان محکم بچسبید و پیوسته آن‌ها را مد نظر داشته و برای آن‌ها برنامه‌ریزی کنید، دقیقاً به همان جایی می‌رسید که در نظر داشته‌اید.

بگذارید کمی واضح‌تر و شفاف‌تر در مورد مبحث بسیار مهم هدف‌گذاری صحبت کنیم:

آیا به این فکر می‌کنید که در بازه‌های زمانی مختلف چه کارهایی را می‌خواهید انجام دهید؟

آیا زمانی که سرکار هستید درباره هدف اصلی خود شفاف و قاطع هستید؟

آیا هر روزی را که شروع می‌کنید می‌دانید در پایان آن روز چه می‌خواهید؟

اگر می‌خواهید در کارهایتان موفق شوید، نیاز به تعیین هدف دارید. شما بدون هدف، فاقد تمرکز و جهت‌گیری خواهید بود. تعیین هدف، نه تنها به شما اجازه می‌دهد که مسیر زندگی خود را کنترل کنید، بلکه معیاری برای تعیین اینکه آیا واقعاً موفق هستید یا خیر برایتان فراهم می‌آورد.

کمی به این موضوع فکر کنید که چگونه اهداف و خواسته‌ها نحوه و چگونگی فعالیت‌های شما را تغییر می‌دهند. مثلاً اگر یکی از اهداف شما کسب ثروت باشد، داشتن ۱۰۰ میلیون تومان در بانک، نشانه‌ای از موفقیت شما است. اما اگر هدف شما انجام فعالیت‌های خیریه باشد، بنابراین، نگهداشتن پول با نحوه تعریف شما از موفقیت در تضاد خواهد بود.

برای رسیدن به اهداف‌تان بایستی بدانید که چگونه آن‌ها را تعیین کنید. شما نمی‌توانید به سادگی بگویید که «من می‌خواهم» و انتظار رخ دادن آن را داشته باشید. تعیین هدف، فرایندی است که با توجهات

دقیق راجع به اینکه چه چیزهایی را می‌خواهید به دست آورید آغاز می‌شود و با انجام کارهای سخت پایان می‌پذیرد. در این میان، گام‌های تعریف شده‌ای وجود دارند که فراتر از مشخصه‌های هر هدف هستند. دانستن این گام‌ها به شما اجازه خواهد داد که اهداف خود را برنامه‌ریزی کنید.

هدف گذاری یکی از اقدام های مهم و ضروری هر فرد در زندگی است. هر انسانی بدون هدف به پوچی می‌رسد و امید و نشاط کافی برای زندگی ندارد. اما برای این که اهدافی را مشخص کنیم باید ابتدا خود و علائق خود را بشناسیم. پس از آن هدف را مشخص نماییم و سپس مسیر و پیش نیازهای رسیدن به هدف را تعیین کنیم و اهداف بلندمدت را به پله‌های کوتاه‌تر تبدیل کنیم.

قوانین تعیین اهداف

۱. اهدافی را تعیین کنید که به شما انگیزه بدهد.

زمانی که اهداف‌تان را تعیین می‌کنید، باید آن‌ها به شما انگیزه بدهند. این یعنی اطمینان از اینکه این اهداف برای شما مهم هستند و دستیابی به آن‌ها برای شما ارزشمند است. اگر شما علاقه کمی به نتیجه داشته باشید، پس شانس شما در تلاش برای به حقیقت پیوستن آن‌ها بسیار کم است. انگیزه، کلیدی برای دستیابی به اهداف است.

اهدافی را تعیین کنید که بالاترین اولویت را در زندگی شما داشته باشند. بدون این نوع تمرکز، شما می‌توانید به اهداف زیادی دست یابید، اهدافی که زمان کمی را صرف آنها کرده‌اید. دستیابی به هدف نیازمند تعهد است، پس برای افزایش احتمال موفقیت، نیاز به حس اضطرار و داشتن نگرش "باید این را انجام دهم" دارید. زمانی که این نگرش و احساس را نداشته باشید، این امر باعث می‌شود تا تحقق هدف را به تاخیر بیندازید. این کار موجب سرخوردگی و ناامیدی شما می‌شود و احساس پوچی به شما دست می‌دهد که هیجان و انگیزه شما را کم می‌کند و ممکن است به این نقطه برسید که «هیچ کاری نمی‌توانم انجام دهم یا در هیچ کاری نمی‌توانم موفق شوم».

در نهایت برای اینکه اطمینان حاصل کنید که هدف‌تان، به شما انگیزه می‌دهد، بنویسید که چرا این هدف برای شما ارزشمند و مهم است. از خودتان بپرسید که اگر بخواهم هدفم را با دیگران سهیم کنم، باید به آنها چه بگویم تا آنها را متقاعد کنم که هدفم ارزشمند است؟ اگر به خودتان شک دارید یا دچار فقدان اطمینان به توانایی‌تان برای تحقق هدف‌تان هستید، می‌توانید از این عبارت برانگیزاننده برای کمک به خود استفاده کنید.

۲. اهداف SMART را تعیین کنید.

ممکن است واژه SMART را شنیده باشید. اما آیا این قانون را به کار گرفته‌اید؟ حقیقت این است که اهداف بایستی نیرومند باشند، آنها بایستی طوری طراحی شوند که SMART باشند: SMART مخفف کلمات زیر است:

مشخص و صریح، قابل اندازه‌گیری، قابل دستیابی، متناسب، مقید به زمان؛

- اهداف خود را صریح و مشخص تعیین کنید.

اهداف شما بایستی واضح و خوب تعریف شده باشد. اهداف عمومی و مبهم مفید نیستند، زیرا برای شما جهت‌گیری کافی را فراهم نمی‌آورند. به خاطر داشته باشید که به اهدافی نیاز دارید تا راه را به شما نشان دهند. تا جایی که می‌توانید اهداف خود را دقیق تعریف کنید.

- اهداف خود را قابل اندازه‌گیری تعیین کنید.

تاریخ‌ها، مقادیر دقیق و غیره را در اهداف خود وارد کنید با این کار می‌توانید درجه موفقیت خود را اندازه بگیرید. اگر اهداف شما بدین صورت تعریف شود «کاهش هزینه‌ها»؛ اگر در بازه زمانی یک ماهه یک درصد کاهش داشته باشید یا در بازه زمانی دوساله ۱۰ درصد کاهش داشته باشید، چگونه می‌فهمید چه زمانی موفق شده‌اید؟ بدون داشتن روشی دقیق برای اندازه‌گیری موفقیت، لحظه و زمانی که به موفقیت واقعی دست می‌یابید را از دست می‌دهید.

- اهداف خود را دست‌یافتنی تعیین کنید.

از این موضوع اطمینان حاصل کنید که دستیابی به اهدافتان امکان پذیر است. اگر هدفی را تعیین کنید که هیچ امیدی به تحقق آن ندارید، روحیه خود را از دست می‌دهید و اعتماد به نفس‌تان از بین می‌رود. از بیان اهداف ساده خودداری کنید. رسیدن به هدفی که مجبور نباشید برای آن سخت کار کنید می‌تواند در بهترین حالت، ناامیدکننده باشد و باعث شود که شما در تعیین اهداف بعدی که ممکن است خطر عدم تحقق را به دنبال داشته باشد بترسید. با تعیین اهداف واقعی اما چالش برانگیز، به تعادل مورد نیازتان می‌رسید. اهداف مختلفی وجود دارند که شما را وادار به تلاش می‌کنند و بیشترین خشنودی شخصی را برایتان به ارمغان می‌آورند.

- اهداف خود را متناسب تعیین کنید.

اهداف بایستی متناسب با جهت زندگی و شغل شما باشد. با اتخاذ اهدافی در این راستا، تمرکز خود را برای پیشرفت و رسیدن به خواسته‌هایتان افزایش خواهید داد. تعیین اهداف پراکنده و ناسازگار باعث می‌شود که زمان و زندگی خود را هدر دهید.

- اهداف را مقید به زمان‌تان کنید.

اهداف شما باید مهلت داشته باشند. یعنی بدانید که چه زمانی می‌خواهید موفقیت خود را جشن بگیرید. زمانی که شما در یک بازه زمانی کار می‌کنید، حس اضطراب شما افزایش می‌یابد و تحقق پذیری هدف‌تان سریع‌تر می‌شود.

۳. اهداف خود را بنویسید.

نوشتن یک هدف، آن را واقعی و ملموس می‌کند. با نوشتن، دیگر هیچ بهانه‌ای برای فراموش کردن آن ندارید. هنگامی که می‌نویسید، از کلمه «می‌خواهم» به جای «دوست دارم» یا «می‌بایست» استفاده کنید. مثلاً، امسال «می‌خواهم هزینه‌های عملیاتی را تا ۱۰ درصد کاهش دهم»، نه اینکه «دوست دارم هزینه‌های عملیاتی را تا ۱۰ درصد کاهش دهم». اولین عبارت، قدرت دارد و شما می‌توانید خودتان را در حال کاهش

هزینه‌ها ببینید. عبارت دوم فاقد انگیزه هست و اگر از کار خود منحرف شوید، این عبارت بهانه‌ای به دست شما می‌دهد.

پس به‌خاطر داشته باشید:

- عبارت هدف خود را مثبت بیان کنید. مثلاً اگر بخواهید نرخ نگهداری خود را بهبود ببخشید بگویید «می‌خواهم تمامی کارکنان موجود را برای سه ماه آتی نگه دارم» به‌جای اینکه بگویید «می‌خواهم نرخ نقل و انتقال کارکنان را کاهش دهم». اولین جمله، برانگیزاننده است، جمله دوم شامل شرط خروج است که اگر برخی از کارکنان کار را ترک کنند، به شما اجازه موفقیت می‌دهد.

- اگر از یک لیست کارهای لازم استفاده می‌کنید، الگویی برای این لیست تهیه کنید که اهداف شما در بالای آن قرار داشته باشد. اگر از یک برنامه عمل استفاده می‌کنید، اهداف شما بایستی در بالای فهرست کاری شما قرار بگیرد. اهداف‌تان را در مکان‌های قابل رویت بچسبانید تا هر روز به یاد خودتان بیاورید که تمایل به انجام چه کاری دارید. آن‌ها را به‌عنوان یک یادآوری کننده همیشگی، روی دیوارها، میز، مانیتور، آینه حمام یا درب یخچال بچسبانید.

۴. یک برنامه‌ی عمل ایجاد کنید.

این قدم غالباً در فرایند تعیین هدف فراموش می‌شود. شما روی نتیجه‌ای متمرکز هستید که فراموش می‌کنید برای تمامی گام‌های آن برنامه‌ریزی کنید. با نوشتن مراحل و حذف کردن آن‌ها بعد از انجام شدن، خواهید فهمید که در راستای اهداف خود در حال پیشرفت هستید. مخصوصاً اگر هدف شما بزرگ و طاقت‌فرسا و یا بلندمدت باشد.

۵. به هدف‌تان وفادار باقی بمانید.

به‌خاطر داشته باشید که تعیین هدف یک فعالیت مستمر است، نه وسیله‌ای برای رسیدن به نقطه پایان. در یادآوری کننده خود، دوره‌های زمانی منظمی برای بررسی اهداف‌تان ایجاد کنید و مستمراً پیگیر نتایج باشید. مقصد نهایی شما ممکن است بعد از یک مدت طولانی بدون تغییر باقی بماند، اما طرح فعالیت‌ی که

برای هدف‌تان تعیین کرده‌اید ممکن است به‌طور چشم‌گیری تغییر کند. از این مطلب اطمینان حاصل کنید که تناسب، ارزش و ضرورت هدف، متعالی باقی خواهند ماند.

تعیین اهداف خیلی ساده‌تر از این است که بگویید می‌خواهید چیزی اتفاق بیفتد. اگر بطور شفاف تعریف نکرده باشید که چه می‌خواهید و ندانید که چرا آن‌را به‌عنوان اولویت اول می‌خواهید، شانس شما در موفقیت بطور چشم‌گیری کاهش پیدا می‌کند. با دنبال کردن این قوانین برای تعیین اهداف، می‌توانید اهداف خود را با اطمینان بیشتر تعیین کنید و از دستیابی به آنچه که تعیین کرده‌اید لذت ببرید.

بسیار خوب، امروز تصمیم دارید که چه کاری را به انجام برسانید؟

قوانین اصلی برای رسیدن به هدف‌گذاری موفق

در یک هدف‌گذاری علمی و صحیح یک سری از قوانین وجود دارند که پیروی از آن‌ها شما را در انجام یک هدف‌گذاری صحیح و رسیدن به اهداف مورد نظر یاری خواهد نمود:

۱. قانون وضعیت خنثی

وقتی شما با آخرین سرعت در حال رانندگی باشید تشخیص درستی جهت حرکت یا برنامه‌ریزی در مورد مسیرتان به راحتی مقدور نیست. اگر مدام در حال تلاش برای دستیابی به هدف‌های گوناگون باشید، هیچ فرصتی ندارید تامل کرده و از خود بپرسید آیا این اهداف، همان چیزی است که واقعا می‌خواهید به آن برسید؟ برای ایجاد هر تغییری در زندگی، گاهی باید توقف کنید و فقط پس از آن است که می‌توانید مسیرتان را تغییر دهید.

۲. قانون خط مستقیم

کوتاه‌ترین فاصله بین دو نقطه، یک خط مستقیم است. برای یافتن کوتاه‌ترین راه رسیدن به اهداف‌تان، شما باید مختصات این دو نقطه را بدانید، موقعیت فعلی و موقعیت اهداف آینده‌تان. اگر شما مقصدتان را شناسید از مسیر منحرف شده و فرصت‌ها را از دست می‌دهید و این چرخه ادامه خواهد یافت.

۳. قانون تاکسی

زمانی که سوار تاکسی می‌شوید در واقع اختیار کنترل ماشین و تعیین مسیر را به راننده می‌دهید. همین طور اگر اجازه بدهید فرد یا اداره و سازمان دیگری اولویت‌های زندگی‌تان را تعیین کند. آن وقت ناچارید به جای مسیر خودتان، مسیر او را تا پایان ادامه دهید. هر چه بیشتر در حال پیمودن مسیر دیگران بمانید برای بازگشت به مسیر دلخواه خود باید بهای زیادی پرداخته و زمان زیادی صرف کنید. اگر مسیری را که در زندگی انتخاب کرده‌اید دوست ندارید، احتمالاً زمان آن رسیده که به مسیر خود برگشته و کنترل زندگی خود را به دست بگیرید.

۴. قانون خلاء

برای قرار دادن اشیای نو در اتاق باید اثاث کهنه را از آن خارج کرد تا جای کافی برای اشیای نو فراهم شود. بنابراین ابتدا کمد کهنه و بدرد نخور را از اتاق خارج کرده و سپس اتاق را تمیز نمایید. آن‌گاه می‌توانید اشیای نو را در آنجا قرار دهید. همین‌طور برای ایجاد تغییر در زندگی‌تان می‌بایست باورهای غیر مفید را از خود دور کنید. (من نمی‌توانم، من استعداد ندارم، در ایران نمی‌شود، من اعتماد به نفس ندارم، من هوش و هواس ندارم، و غیره) آن وقت می‌توانید باورهای مثبت را جایگزین آنها کنید.

۵. قانون عینک بزرگ نما

هیچ‌کدام از ما درک عینی از واقعیت نداریم. غالباً جزییاتی از زندگی را که فعالانه پیگیری می‌کنیم برایمان بزرگ جلوه می‌کنند. حال اگر توجه‌مان را روی مشکلات متمرکز کنیم آن‌ها بزرگ‌تر و وحشتناک‌تر به نظر می‌رسند. اما اگر توجه خود را به سمت نکات مثبت زندگی هدایت کنیم آن‌ها گسترش می‌یابند. تنها یک راه برای تغییر واقعیت وجود دارد: کانون تمرکزتان را تغییر دهید.

۶. قانون عدم قطیعت

شما نمی‌توانید همه اتفاقات ممکن را پیش‌بینی کنید. با اینکه برنامه دقیق و گام به گام، بخش مهمی از هدف‌گذاری موفق است اما این برنامه باید آن‌قدر انعطاف‌پذیر باشد تا با مشکلات و پیشامدهای غیرمنتظره نیز قابل اجرا باشد.

۷. قانون محدودیت

خداوند، فرصت‌ها و انتخاب‌های نامحدودی را پیش‌روی ما می‌گذارد، اما انرژی ما محدود است. به همین دلیل ما باید موضوعاتی را که برایشان هزینه می‌کنیم، هوشمندانه انتخاب کنیم. ما قادر نیستیم همه چیز را همزمان با هم به دست بیاوریم. ما با انتخاب یک هدف، زمینه رسیدن به اهداف دیگر را از دست می‌دهیم. بنابراین شما باید اولویت‌هایتان را تعیین کنید، در غیر این صورت ممکن است چیز هایی را به دست بیاورید که واقعا به دنبال آن نیستید.

۸. قانون بی تحرکی

اگر شی‌ای در حال حرکت باشد، به حرکت خود ادامه خواهد داد مگر اینکه شی دیگری آن را متوقف کند و اگر شی‌ای حرکت نکند تا زمانی که شی دیگری آن را به حرکت در نیآورد، همان جا ساکن خواهد ماند. در حقیقت تا وقتی شما برای رسیدن به آن چه که می‌خواهید حرکتی نکنید هیچ نتیجه‌ای به دست نخواهید آورد و یک جسم بی‌تحرک خواهد ماند. به هر طریق حتی یک کار کوچک برای رسیدن به هدف‌تان کافی است تا عزم حرکت را ایجاد کرده و بر بی‌تحرکی و تعلل شما غلبه کند.

۹. قانون اثر گلوله برفی

ما بیش از آن که به اثرات مثبت مشکلات در آینده توجه کنیم، به خود مشکلات فکر می‌کنیم. وجود مشکلات به ما کمک می‌کند رشد کرده و درس‌های ارزشمندی یاد بگیریم. ما با نادیده گرفتن یک مشکل اثر گلوله برفی را ایجاد می‌کنیم. مشکلات کوچک کم‌کم روی هم جمع شده و آن قدر بزرگ می‌شوند که دیگر نمی‌توان آن‌ها را نادیده گرفت. اگر ما نتوانیم از مشکلات کوچک، درس‌های زندگی را یاد بگیریم مجبور می‌شویم از مشکلات بزرگ و سخت آن‌ها را بیاموزیم.

برای خواندن ادامه کتاب می‌توانید با مراجعه به سایت www.irelecom.com به این مقصود دست یابید. همچنین در این سایت می‌توانید از مطالب کاملاً رایگان این سایت شامل مقالات متعدد و گوناگون در زمینه‌های بازاریابی، تجارت الکترونیک، کسب و کار، فروش موفق و غیره بهره‌مند شوید. در ضمن با عضویت رایگان در سایت می‌توانید از اخبار مقالات و محصولات جدید و سایر مطالب ما باخبر شوید.

