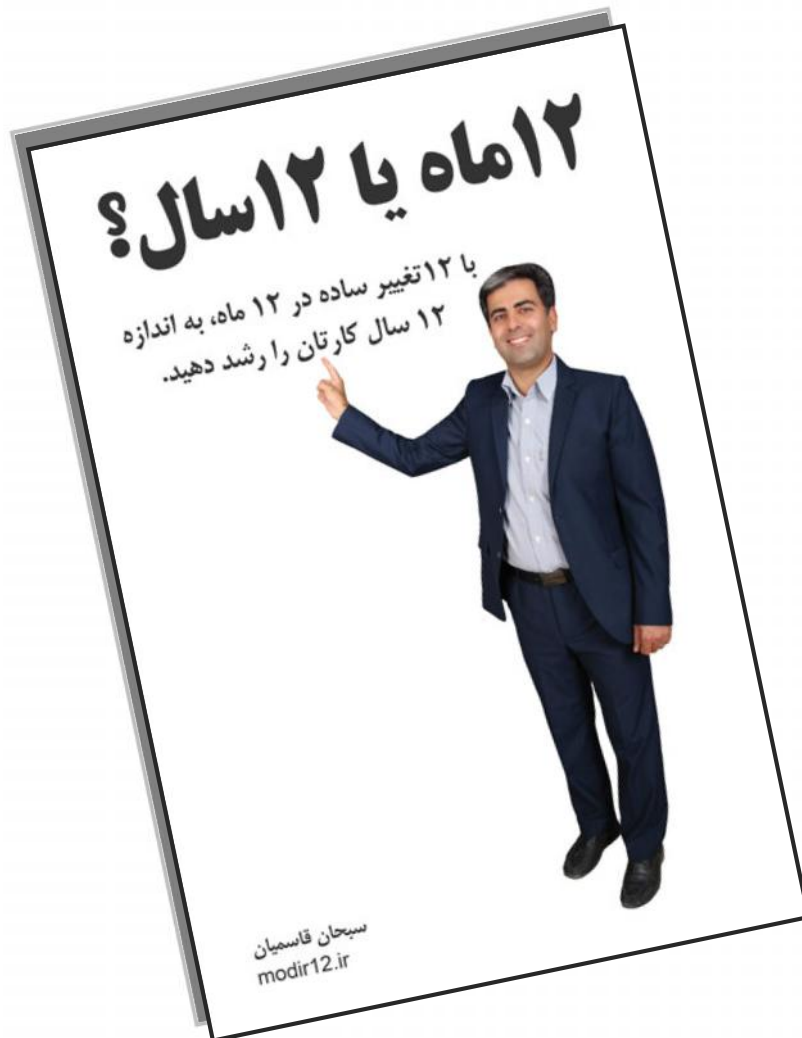


خلاصه شش فصل اول کتاب:



سپاس از شما که این فایل را دریافت کردید.

لطفن این فایل را حداقل به ۱۲ دوست یا همکار از

طریق ایمیل و تلگرام ارسال کنید تا آنها هم موفق شوند.

خلاصه شش فصل اول

۱۲ ماه یا ۱۲ سال؟

برای رسیدن به موفقیت، لازم نیست کارهای خیلی بزرگ انجام داد. با انجام کارهای کوچک و تأثیرگذار به صورت مداوم هم می‌توان خیلی زود به موفقیت‌های بزرگ رسید.

سبحان قاسمیان

Modir12.ir

فهرست کل مطالب کتاب

فهرست مطالب

پیش خوان	۱۳
چرا ۱۲؟.....	۱۴
۱۲ ماه طلایی را خودتان ایجاد کنید.....	۱۵
نوشتن کتاب چقدر طول کشید؟.....	۱۵
آیا سرعت زیاد خطای کار را بیشتر می کند؟.....	۱۶
آیا می توان در ۱۲ ماه موفق شد؟.....	۱۷
مهارت زیاد و سرعت زیاد.....	۱۸
آیا این کتاب برای من نوشته شده است؟.....	۱۹
چرا این کتاب می تواند به پیشرفت شما کمک کند؟.....	۲۰
عجله نکنید!.....	۲۱
پیشرفت شما فقط به چند نکته ساده وابسته است!.....	۲۲
برای موفقیت تصمیمتان را گرفته اید.....	۲۳
قطعه به هدف هایتان خواهید رسید.....	۲۵
عوامل مختلف روی یکدیگر اثر دارند.....	۲۶
به موفقیت دیگران هم کمک کنید.....	۲۷
کتاب را هدیه ندهید!.....	۲۸
چگونه کتاب را بخوانم؟.....	۲۸
روشی نوین برای آموزش موضوعات پیچیده.....	۲۹
فصل ۱: شروع سفر ۱۲ ماهه	۳۱
از کجا شروع کنیم؟.....	۳۲
ثبات یعنی پیشرفت!.....	۳۳

- ۳۳ بهانه‌گیری ممنوع.
- ۳۴ چگونه بهانه‌گیری را از وجودمان حذف کنیم؟
- ۳۵ مسابقه بهانه‌گیری.....
- ۳۶ کار بهانه‌گیری را یکسره کنید!
- ۳۷ چرا مغز انسان بهانه‌ها را دوست دارد؟
- ۳۷ کلکسیون بهانه.....
- ۳۹ خودمان را برای موفقیت آماده کنیم.....
- ۴۰ پروانه‌ها را دنبال نکنید.....
- ۴۱ برای رسیدن به هر هدفی خودتان را آماده دریافت کنید.....
- ۴۳ پیشرفتتان را ثبت کنید.....
- ۴۴ اقداماتی که برای شروع سفر ۱۲ ماهه انجام می‌دهم:.....

فصل ۲: نتیجه ۱۲ تلاش ۴۵

- ۴۶ به کجا می‌خواهیم برسیم؟
- ۴۷ چشم‌اندازتان را مشخص کنید.....
- ۴۸ ترسیم چشم‌انداز.....
- ۴۸ برای چشم‌اندازتان الگو پیدا کنید.....
- ۵۰ چگونه هدف‌گذاری کنیم؟
- ۵۲ هدف‌ها را پیگیری کنیم.....
- ۵۳ هدف‌هایتان را در معرض دیدتان بگذارید.....
- ۵۴ اولویت‌بندی هدف‌ها.....
- ۵۴ جنبه‌های مختلف زندگی.....
- ۵۶ الان تعیین کنید چه چیزهایی در زندگی می‌خواهید.....
- ۵۷ کار عملی:.....

- ۵۸ هدف‌ها را خرد کنید!
- ۵۹ هدف‌های روزانه داشته باشید.
- ۶۰ هدف‌ها و برنامه‌تان را بازبینی کنید.
- ۶۱ هدف‌ها را به کارهای اجرایی کوچک تبدیل کنید.
- ۶۳ درآمدتان را سه برابر کنید.
- ۶۳ هدف را تبدیل به عادت کنیم.
- ۶۴ الگوی موفقیت برای خودتان پیدا کنید.
- ۶۵ اقداماتی برای رسیدن به نتیجه ۱۲ تلاش:

۶۷ فصل ۳: رسیدگی به خود

- ۶۸ در خانه ساعتی را با خودتان خلوت کنید.
- ۶۹ مهم‌ترین سرمایه.....
- ۶۹ هفته‌ای چند بار به طبیعت بروید.
- ۷۰ ورزش اصل اساسی کارآفرینی است!
- ۷۱ ورزش را وظیفه خودتان کنید.
- ۷۲ دفترچه راهنمای استفاده از خودتان را بخوانید یا بنویسید.
- ۷۳ درخت بکارید یا گلدان داشته باشید.
- ۷۳ نفس بکشید.
- ۷۴ درس‌هایی که یاد می‌گیرید به دیگران هم یاد دهید.
- ۷۵ سفر برای شما اجباری است.
- ۷۶ مسافرت خارجی بروید. دنیا را ببینید.
- ۷۷ موفقیت را ریسک‌ها می‌سازند.
- ۷۷ خودتان تصمیم بگیرید حتی اگر ریسک دارد.
- ۸۰ اقدامات برای رسیدگی به خود:

فصل ۴: تغییر در روش زندگی ۸۱

- ۸۲ تصمیمات اساسی و مهم را زودتر بگیرید.
- ۸۳ روزانه تصمیمات مهم را بگیرید و فکرتان را آزاد کنید.
- ۸۳ موارد ناراحت کنند را بنویسید و حل کنید.
- ۸۵ مشکلات آن قدر هم مشکل نیستند.
- ۸۶ موارد آزاردهنده را کاملن پاک کنید.
- ۸۷ کمی مرموز باشیم. پنهان کاری هم بد نیست!
- ۸۸ اخلاق و رفتار دیگران را زود نمی‌توانید تغییر دهید.
- ۸۹ اول برای کارهای مهم زندگی برنامه‌ریزی کنید.
- ۹۰ با اطرافیان ارتباط داشته باشید.
- ۹۱ محل کار کوچکی در خانه داشته باشید.
- ۹۲ کمی تغییر در برنامه روزانه، زندگی شما را متحول می‌کند.
- ۹۴ لیست خوشحالی داشته باشید.
- ۹۶ به دیگران کمک کنید تا بیشتر داشته باشید.
- ۹۷ بخشش‌های متنوع داشته باشید.
- ۹۸ از ثروتمندان و افراد موفق استفاده کنیم.
- ۹۸ یادگیری مهم‌ترین کار یک کارآفرین.
- ۹۹ تغییرات اساسی زندگی کارآفرین.
- ۱۰۰ چه مهارتی برای کارآفرینی نیاز دارید؟
- ۱۰۰ محدودیت سنی برای کارآفرینی وجود ندارد.
- ۱۰۲ اقداماتی برای تغییر در روش زندگی.

فصل ۵: ۱۲ عادت عمیق ۱۰۳

- ۱۰۴ زندگی را عادت‌ها می‌سازند.

- یک ماه زمان برای ایجاد یا تغییر عادت‌ها ۱۰۵
- برنامه‌ریزی برای ایجاد عادت ۱۰۵
- اقدامات کوچک نتایج بزرگ ۱۰۷
- کارهای سخت را تبدیل به عادت‌های لذت‌بخش کنیم ۱۰۸
- کارهای مهمی که باید عادت شوند: ۱۰۹
- همراه یک عادت بزرگ ۱۰۹
- برنامه عادت جدید را علنی کنید ۱۱۱
- عادت‌های کم‌ارزش را حذف کنید ۱۱۲
- در یک سال چقدر تغییر می‌کنید؟ ۱۱۲
- اقداماتی برای ۱۲ عادت عمیق: ۱۱۴

فصل ۶: ساخت و بازسازی کسب‌وکار ۱۱۵

- ترس از کارآفرینی ۱۱۶
- از کارهای خیلی کم ریسک و کوچک شروع کنید ۱۱۶
- نبود سرمایه بدترین بهانه! ۱۱۷
- خودتان را سرمایه‌گذاری کنید ۱۱۷
- شغلتان را از دست ندهید ۱۱۸
- تفاوت کسب‌وکار با شغل ۱۱۹
- چرا افراد زندگی استخدامی و کارمندی را ترجیح می‌دهند؟ ۱۲۰
- هنوز کار دلخواهم را پیدا نکردم ۱۲۲
- پیدا کردن شغل موردعلاقه تلاش زیاد می‌خواهد ۱۲۳
- مشکل فارغ‌التحصیلان بیکار! ۱۲۳
- اگر شکست بخورم دیگران مسخره می‌کنند؟ ۱۲۴
- وارد چه کاری شوم؟ ۱۲۵

۱۲۷	با چقدر سرمایه باید شروع کنیم؟
۱۲۸	بهانه گیری برای شروع ممنوع!
۱۲۹	برای شروع کار کمی آرام تر
۱۲۹	هوش مورد نیاز کارآفرینی
۱۳۰	تبدیل تخصص به پول
۱۳۱	انتخاب نام کسب و کار
۱۳۲	نام تجاری تان را ثبت کنید
۱۳۳	ارزش نام کسب و کار
۱۳۴	وبسایت داشته باشید
۱۳۵	مجوز و ثبت و مالکیت
۱۳۶	ایده های خوب زود کپی می شوند
۱۳۸	اقداماتی برای ساخت و بازسازی کسب و کار:

فصل ۷: پایه های کسب و کار ۱۳۹

۱۴۰	بازاریابی و فروش مهم ترین اصل کسب و کار
۱۴۱	بازاریابی مهم ترین هنر کارآفرین
۱۴۲	بازاریابی و فروش در کنار هم
۱۴۳	علم بازاریابی را باید یاد بگیریم
۱۴۴	بازاریابی فقط تبلیغات نیست
۱۴۴	خیلی از تبلیغات رایج پول تلف کن هستند
۱۴۵	شناسایی کانال های بازاریابی
۱۴۹	سنجش نتایج تبلیغات
۱۵۱	مقدار بازدهی تبلیغات
۱۵۲	از تبلیغات ارزان شروع کنید

۱۵۳	 با چند روش متفاوت تبلیغ کنید.
۱۵۴	 هرروز به گلدانتان آب دهید!
۱۵۵	 فروش نتیجه بازاریابی است.
۱۵۶	 فروشندگی حرفه‌ای
۱۵۷	 ویژگی‌های یک فروشنده حرفه‌ای
۱۵۸	 اعتمادسازی در فروش
۱۵۸	 معاینه خریداران
۱۵۹	 تشخیص نیاز مشتری
۱۶۰	 تجویز محصول و خدمات مناسب
۱۶۱	 پیشنهاد فروش
۱۶۳	 ساده‌سازی فرایندهای سیستم
۱۶۶	 سیستم را هرروز بهینه کنید
۱۶۷	 حسابداری نشان‌دهنده عدد شیرین کسب‌وکار
۱۶۸	 کاراقرین باید حسابداری بلد باشد
۱۶۸	 از ثبت حساب‌های شخصی شروع کنید
۱۷۰	 اقدامات اجرایی برای پایه‌های کسب‌وکار

فصل ۸: رشد ۱۲ برابری کسب‌وکار ۱۷۱

۱۷۲	 به شرایط فعلی عادت نکنیم
۱۷۲	 کسب‌وکارتان را از نو و با ایده‌های نو بسازید
۱۷۵	 ایده‌های کوچک می‌تواند کسب‌وکار را بی‌رقیب کند
۱۷۶	 شناخت حوزه برتری
۱۷۷	 بر روی برتری‌هایتان را برتر کنید
۱۷۸	 استفاده از فناوری در زندگی و کسب‌وکار

- ایده‌ها را در مقیاسی کوچک امتحان کنید..... ۱۷۹
- دفترهای جادویی یک کارآفرین..... ۱۷۹
- سه دفتر مهم را تهیه کنید..... ۱۸۰
- دفتر ایده‌ها یک گنج باارزش..... ۱۸۱
- از گنج‌هایی که ایجاد می‌کنید استفاده کنید..... ۱۸۲
- کارآفرین تنها..... ۱۸۳
- کسب‌وکارشان را با استخدام رشد دهید..... ۱۸۴
- افسانه‌های استخدام بهانه هستند..... ۱۸۵
- استخدام اولین همکار..... ۱۸۶
- اولین همکار را خودتان باید بسازید..... ۱۸۶
- با وسواس زیاد استخدام کنید..... ۱۸۷
- استخدام خوب، کسب کار را متحول می‌کند..... ۱۸۸
- اخراج بزرگ‌ترین لطف است..... ۱۸۸
- انگیزه دادن روزانه به کارمندان..... ۱۸۹
- معیار همکاری کارمندان فقط پول نیست..... ۱۹۰
- استخدام همکاران بعدی..... ۱۹۱
- کارها را به دیگران واگذار کنید..... ۱۹۲
- کارها را بی اصول واگذار نکنید..... ۱۹۲
- اقداماتی برای رشد ۱۲ برابری کسب‌وکار..... ۱۹۴

فصل ۹: ۱۲ سرعت‌گیر موفقیت

- شبکه‌های اجتماعی و تلفن را محدود کنید..... ۱۹۶
- اگر تخصص دارید بهانه‌های تخصصی می‌آورید!..... ۱۹۷
- شکست کسب‌وکار با شکست کارآفرین؟..... ۱۹۷

دلائل ساده شکست کارآفرینان	۱۹۸
جابجا کردن شاخه‌ها خسته‌تان می‌کند.	۲۰۰
با تمرکز روی یک زمینه کاری تلاش کنید.....	۲۰۰
نداشتن یک مهارت می‌تواند سبب شکست شود.....	۲۰۱
شراکت ممنوع!.....	۲۰۳
اطرافیان و خانواده گاهی سد راه می‌شوند.....	۲۰۴
کسب‌وکارتان را به‌دوراز چشم مخالفان شروع کنید.....	۲۰۵
حواستان به رقیبان هم باشد.....	۲۰۵
برخی رقیبان را تبدیل به دوستان کنید و پیشرفت کنید.....	۲۰۷
بر سر قیمت رقابت نکنید. خدمات بهتر ارائه دهید.....	۲۰۸
تله برای افراد باهوش.....	۲۰۹
تلویزیون چند اینچ دارید؟.....	۲۱۰
زندگی بدون تلویزیون.....	۲۱۱
اقداماتی برای مقابله با سرعت‌گیرهای موفقیت:.....	۲۱۳

فصل ۱۰: یادگیری و استفاده از دانسته‌ها

برخی مهارت‌ها را اجبارن باید یاد بگیرید.....	۲۱۶
ایجاد علاقه و انگیزه برای یادگیری.....	۲۱۷
چه کارهایی انجام دهیم که انگیزه حفظ شود؟.....	۲۱۸
هدف‌ها را تصویری کنید.....	۲۱۹
مطالب انگیزشی بخوانید.....	۲۲۰
گروه‌های انگیزشی پیدا کنید.....	۲۲۱
ایده‌هایتان را یادداشت کنید.....	۲۲۲
معجزه عادت به مطالعه.....	۲۲۳

لیست خرید کتاب داشته باشید.....	۲۲۴
۱۲ ماه کتاب خواندن.....	۲۲۵
از تلویزیون استفاده کنید!.....	۲۲۶
به مدرسه و دانشگاه اکتفا نکنیم.....	۲۲۶
اعتماد به یادگیری.....	۲۲۷
در دانشگاه سیار ثبت نام کنید!.....	۲۲۸
در هر زمینه‌ای می‌توانید آموزش ببینید.....	۲۲۹
نقش تحصیلات در موفقیت.....	۲۳۰
مدرک خیلی اهمیت ندارد.....	۲۳۱
ترس از یادگیری مهارت جدید.....	۲۳۱
برای یادگیری مهارت ایدئال گرا نباشیم.....	۲۳۲
اقداماتی برای یادگیری و استفاده از دانسته‌ها:.....	۲۳۳

فصل ۱۱: تعادل زندگی و کار

خودتان را ارزیابی کنید.....	۲۳۵
زندگی را فدای کار نکنیم.....	۲۳۶
زندگی کردن و لذت بردن.....	۲۳۸
ساعات روزانه را برای کارهای مهم تقسیم کنید.....	۲۳۹
خسارت‌های بزرگ از اشتباهات کوچک ناشی می‌شوند.....	۲۴۰
تعادل ۸۸۸.....	۲۴۰
انحراف از ۸۸۸.....	۲۴۱
بازدهی کارتان را بیشتر کنید و ساعات کار را کمتر.....	۲۴۲
خواب و خانواده را نمی‌توان خرید.....	۲۴۲
شارژ باتری‌های خودمان.....	۲۴۳

۲۴۵	یک روز در هفته تعطیل باشید.....
۲۴۶	به خودتان مرخصی اجباری بدهید.....
۲۴۶	مسافرت اجباری بروید.....
۲۴۷	به کارمندان مرخصی اجباری دهید.....
۲۴۸	محل ساخت ایده‌های خوب.....
۲۴۹	کارتان را مربع روییک نکنید.....
۲۵۰	زیاد مهمانی بروید. مهمانی ساده.....
۲۵۱	موفقیت‌ها را جشن بگیرید و چالش جدید تعریف کنید.....
۲۵۲	اقداماتی برای تعادل زندگی و کار:.....

فصل ۱۲: آخرش که چی؟! ۲۵۳

۲۵۴	میراث مالی باقی نگذارید!.....
۲۵۴	فرزندانتان را هم کارآفرین کنید.....
۲۵۵	همین امروز هم باید خوب زندگی کرد.....
۲۵۶	در زندگی‌تان همه باید برنده باشند.....
۲۵۷	پسانداز کردن از درآمد کسب‌وکار.....
۲۵۸	کجا سرمایه‌گذاری کنم؟.....
۲۵۸	سرمایه‌گذاری در املاک.....
۲۶۱	آخرش که چی؟.....

پیش خوان

چرا ۱۲؟

ایده‌ای وجود دارد که می‌توان در ۱۲ ماه به‌اندازه ۱۲ سال پیشرفت کرد. در زندگی اغلب افراد موفق این نوع پیشرفت دیده‌شده است. شما هم اگر مرور کنید می‌بینید که در زندگی خودتان یا اطرافیان این موضوع را دیده‌اید.

اگر زندگی کارآفرینان، مدیران و هر فرد موفق را بررسی کنیم به یک نتیجه عجیب می‌رسیم و آن سرعت پیشرفت در یک دوازده ماه طلایی است. این تئوری سال‌ها پیش توسط متخصصین علم موفقیت نیز مطرح شده است. در زندگی افراد یک ۱۲ ماهی وجود دارد که پیشرفت آن‌ها به‌اندازه ۱۲ سال خواهد بود.

اگر ۱۲ سال منتظر بمانیم که آن ۱۲ ماه طلایی خودبه‌خود اتفاق بیافتد شاید هیچ‌گاه این اتفاق روی ندهد. پس باید کارهایی بکنیم که این ۱۲ ماه طلایی هرچه زودتر رخ دهد و نتایج آن را ببینیم. لازم نیست که حتمناً ۱۲ سال بگذرد. می‌توانید حتی بعد از دو ماه تلاش هم این ۱۲ ماه طلایی را در زندگی خود به وجود بیاورید.

برای خیلی از افراد و بخصوص کارآفرینان این ۱۲ ماه طلایی خیلی زودتر اتفاق می‌افتد و در بیشتر مواقع در سال‌های بعد هم تکرار می‌شود؛ و گاهی تبدیل به ۱۲ سال طلایی می‌شود.

۱۲ ماه طلایی را خودتان ایجاد کنید.

در این کتاب اصول ساده‌ای آموزش داده می‌شود که هر چه زودتر ۱۲ ماه طلایی را برای خودتان ایجاد کنید و در سال‌های بعد هم آن را تکرار و یا چند برابر کنید.

اگر پزشک هستید لزوماً نباید ۱۲ سال منتظر باشید تا کار آیی و مشتریان‌تان به حد رؤیایی‌تان برسد. اگر مطالب این کتاب را اجرا کنید ۱۲ ماه طلایی شما از همین امروز شروع شود.

اگر فروشگاه‌ای دارید که فکر می‌کنید مشتریان کافی ندارید و سودتان مناسب نیست بازهم لازم نیست ۱۲ سال منتظر بمانید تا جا بیفتید. شاید با رعایت کردن چند اصل ساده بتوانید در کمتر از ۱۲ هفته به عدد فروش دلخواهتان برسید.

اگر هنوز کسب‌وکاری ندارید لازم نیست ۱۲ سال تلاش کنید و به هدف‌هایتان برسید. می‌توانید در ۱۲ ماه آینده کسب‌وکارتان را ایجاد کنید و خیلی سریع‌تر از باور دیگران و حتی خودتان به جایگاهی که می‌خواهید برسید.

نوشتن کتاب چقدر طول کشید؟

زمانی که تصمیم به نوشتن این کتاب گرفتم با چند نفر از دوستان که قبلاً کتاب‌هایی نوشته بودند صحبت کردم. پرسیدم که به نظر شما برای نوشتن چنین کتابی چقدر وقت لازم است؟ از حدود ۱۲ سال تا ۱۲ هفته پاسخ‌ها متنوع بود!

من تصمیم گرفتم کتاب را در ۱۲ روز بنویسم. در دهمین روز کتاب نوشته شد! ای‌کاش تصمیم گرفته بودم کتاب را در ۱۲ ساعت بنویسم. شاید روزی به سطحی از مهارت برسم که بتوانم در ۱۲ دقیقه یک کتاب بنویسم. نظرتان در مورد نوشتن کتاب در ۱۲ ثانیه چیست؟!

هرچند این کتاب را در کمتر از ۱۲ روز نوشتم اما مطالب آن حاصل بیش از ۱۲ سال یادگیری و کسب تجربه در زندگی و کسب‌وکار بوده است. شما خیلی خوش‌شانس هستید چون در کمتر از ۱۲ ساعت به مطالبی که ۱۲ سال زمان صرف یادگیری آن‌ها شده است دسترسی دارید.

آیا سرعت زیاد خطای کار را بیشتر می‌کند؟

گفته می‌شود که هرچه سرعت بیشتر باشد خطا هم بیشتر است. این جمله می‌تواند این‌طور باشد: در سرعت زیاد دقت بیشتری لازم است.

کند حرکت کردن همیشه هم مناسب نیست. فرض کنید می‌خواهید دوچرخه‌سواری کنید. آیا می‌توانید از یک حداقل سرعت کمتر حرکت کنید؟ اگر خیلی آهسته حرکت کنید احتمال افتادن شما خیلی بیشتر است تا اینکه با سرعت مناسب و حتی خیلی سریع در حال حرکت باشید.

پیشرفت در زندگی و کار هم همانند دوچرخه‌سواری است. گاهی حرکت خیلی آهسته و نرم سبب آسیب زیاد و غیرقابل جبرانی می‌شود. اگر کسب‌وکاری داشته باشید که در آن زیاد تلاش نکنید و سود نداشته باشید خیلی زود نابود خواهد شد.

در سرعت‌های زیاد حفظ تعادل حرکت راحت‌تر می‌شود. اگر دقت کافی نداشته باشیم احتمال سقوط و انحراف هم خیلی زیاد است. یک هواپیما که از تهران به بندرعباس در حال حرکت است را در نظر بگیرید. اگر آنتن نوک هواپیما فقط یک درجه به چپ یا راست انحراف پیدا کند به نظر شما در کدام فرودگاه باید منتظر این هواپیما بود؟ اگر مسافران خوش‌شانس باشند شاید در فرودگاه زاهدان یا بوشهر به زمین بنشینند اما قطن در مقصدشان که بندرعباس است به زمین نخواهند نشست.

آیا می‌توان در ۱۲ ماه موفق شد؟

از کودکی به ما تلقین کرده‌اند که برای هر موفقیتی باید سال‌ها تلاش کنید. مثلن نظام آموزشی ما بر اساس ۱۲ سال طراحی شده است. آیا بچه‌ها نمی‌توانند مطالب لازم برای کار و زندگی‌شان را در ۱۲ ماه یاد بگیرند؟

محدودیت‌ها را اغلب خودمان ایجاد می‌کنیم. این محدودیت‌های ذهنی معمولن بدون هیچ دلیل موجه‌ای هستند. مثلن دانش‌آموزانی وجود دارند که در هر سال تحصیلی دو سطح را می‌گذرانند. قهرمانان ورزشی هستند که روند رسیدن به رده قهرمانی را بجای ۱۰ سال در یک یا سه سال طی می‌کنند.

فرض کنید مسافت ۱۲ کیلومتر باید طی شود. چقدر زمان نیاز دارد؟ ۱۲ سال؟ ۱۲ ماه؟ ۱۲ هفته؟ ۱۲ روز؟ ۱۲ ساعت؟ ۱۲ دقیقه؟ ۱۲ ثانیه؟ یا ۱۲ میلی‌ثانیه؟...

اگر روزی یک میلی‌متر پیش بروید به ۱۲ میلیون سال زمان نیاز دارید! اما اگر روزی یک سانتیمتر پیش بروید سرعت شما ۱۰ برابر می‌شود بنابراین به حدود یک میلیون سال زمان نیاز دارید. حال روزی یک متر پیش بروید طی ۱۲ هزار سال به مقصد خواهید رسید. خسته نباشید! با این سرعت پیش بروید احتمالن اتم‌های سلول‌های شما به مقصد خواهند رسید!

اگر شما همین مسافت ۱۲ کیلومتری را با سرعت معمولی پیاده‌روی کنید به ۲ ساعت زمان نیاز دارید؛ اما اگر قدرت بدنی و انگیزه برای دویدن داشته باشید احتمالن در کمتر از یک ساعت به مقصدتان می‌رسید.

با یک خودروی معمولی با سرعت ۶۰ کیلومتر در ساعت، ۱۲ کیلومتر را می‌توان در ۱۲ دقیقه طی کرد. البته به خودرو، جاده، سوخت و مهارت رانندگی نیاز داریم.

همین مسافت را اگر با هواپیما طی کنیم به کمتر از یک دقیقه زمان نیاز داریم ولی قطعاً امکانات و مهارت بیشتری نیاز داریم. پس می‌توان زندگی و کسب‌وکاری بسیار قوی و با سرعتی زیاد ساخت و رشد آن را هم خیلی سریع‌تر از معمول انجام داد.

مهارت زیاد و سرعت زیاد

شما با حرکت ملایم و معمولی شاید ده‌ها سال زمان برای پیشرفت و رسیدن به هدف‌هایتان نیاز داشته باشید. با کمی مهارت و فراهم کردن امکانات ضروری می‌توانید سرعت پیشرفت خودتان را چند برابر کنید.

برای حرکت کسب‌وکار با سرعت زیاد نیاز به امکانات، مهارت‌ها و از همه مهم‌تر مدیریت توانمند داریم. ضعف در هر کدام نه‌تنها ما را به‌جایی نمی‌رساند بلکه ممکن است از هدف اصلی هم دور کند. در سرعت‌های زیاد با کمی انحراف ممکن است کیلومترها از مسیر اصلی فاصله بگیریم.

۱۲ ماه برای پیشرفت در کسب‌وکار زمان خیلی زیادی است شاید در سال‌های آینده فقط ۱۲ هفته زمان لازم باشد تا بتوان به موفقیتی بزرگ رسید شاید هم ۱۲ روز کافی باشد. ۱۲ ساعت چطور؟!

آیا این کتاب برای من نوشته شده است؟

شاید پزشک، متخصص، وکیل، مهندس، تعمیرکار، کشاورز یا شغل دیگری دارید که مسئولیت آن با خودتان است. شاید از شغلتان خیلی راضی نیستید و گاهی با خودتان فکر می‌کنید که زمینه کاری و تحصیلی مناسبی را انتخاب نکردید. یا شاید مرغ همسایه غاز است!

شاید فروشگاه‌ای دارید و میلیون‌ها تومان سرمایه‌گذاری کرده‌اید اما فروش خوبی ندارید. شاید فروشتان خوب است اما سودتان مناسب نیست.

شاید کارخانه یا واحد تولیدی دارید که سودی متناسب با تلاشی که می‌کنید به دست نمی‌آورید. شاید هم کار خدماتی دارید ولی از شغلتان خیلی راضی نیستید.

شاید اخیراً کارتان را از دست داده‌اید و اخراج شده‌اید. این بار تصمیم گرفته‌اید برای خودتان کار کنید.

شاید دانشجو یا فارغ‌التحصیل هستید و تصمیم دارید که زندگی شغلی خود را شروع کنید.

شاید هم خانم خانه‌داری هستید که تا الآن درگیر خانه‌داری و بچه‌داری بودید. الآن فرصت بیشتری دارید تا استقلال پیدا کنید و به همسر و فرزندان و از همه مهم‌تر خودتان کمک بیشتری بکنید.

شاید هم شغلی دارید و با داشتن درآمد خوب از شغلان راضی نیستید. باز هم فکر می‌کنید مرغ همسایه غاز است و باید کارتان را عوض کنید.

به هر حال اگر شما مسئول کارتان هستید، درست انتخاب کردید. این کتاب به شما کمک خواهد کرد تا کسب‌وکاری ایجاد کنید و آن را به سرعت رشد دهید. این کتاب به شما کمک خواهد کرد که بازدهی کارتان را چند برابر کنید تا بتوانید وقت بیشتری برای خودتان و خانواده اختصاص دهید.

شما احتمالاً مدیر هستید یا خواهید شد. اگر تصمیم به تغییر و افزایش سرعت موفقیت در زندگی و کارتان را دارید، اشتباه انتخاب نکردید این کتاب دقیقاً برای شما نوشته شده است.

چرا این کتاب می‌تواند به پیشرفت شما کمک کند؟

مطالب این کتاب از ده‌ها کتاب مدیریتی، زندگی افراد موفق، ارتباط با کسب‌وکارهای مختلف و تجربیات کارآفرینان جمع‌آوری شده است. اغلب ایده‌های این کتاب توسط نویسنده در کسب‌وکارهای مختلف امتحان و بررسی شده و از کاربردی بودن آن‌ها مطمئن شده است.

خواندن این کتاب به تنهایی نمی‌تواند شغل و زندگی شما را متحول کند. این کتاب به شما راهکارهای عملی و ایده‌هایی خواهد داد که باید متناسب با حرفه و زندگی خود آن‌ها را سازگار کنید و به کار گیرید.

اگر ایده‌هایی که در حین خواندن کتاب‌ها به ذهنتان می‌رسد را یادداشت نکنید وقتی که صرف خواندن این کتاب یا هر کتاب دیگری می‌کنید هدر خواهید داد.

با خواندن این کتاب صدها ایده اجرایی به ذهن شما خواهد رسید. اگر در یک سال فقط ۱۲ ایده مهم و تأثیرگذار را اجرا کنید به شما تضمین می‌دهم که کسب‌وکارتان بیش از ۱۲ برابر شرایط فعلی رشد کند. با اجرا کردن ایده‌های خوب کیفیت زندگی شما به حدی تغییر می‌کند که احساس می‌کنید وارد یک زندگی جدید شده‌اید.

این کتاب برخلاف کتاب‌های مشابه، به شما وعده تغییر و پیشرفت فوری نمی‌دهد. این کتاب به شما یک برنامه می‌دهد که آرام‌آرام تغییرات اساسی در زندگی و کارتان ایجاد کنید و خیلی سریع‌تر از باورتان به هدف‌هایتان برسید. البته اول از همه باید بخواهید که پیشرفت کنید.

این کتاب تنها کتابی نیست که باید بخوانید. شما به عنوان فردی جسور و باهوش باید هرروز در حال یادگیری و امتحان ایده‌های جدید در زندگی و کسب‌وکارتان باشید. این کتاب به شما دید کلی می‌دهد که در چه مواردی بیشتر تحقیق کنید.

عجله نکنید!

در این کتاب قصد نداریم استرس شما را بیشتر کنیم و شما را دستپاچه کنیم که زود باشید سرعتتان را بیشتر کنید. سرعت زیاد هیجان‌انگیز است؛ اما اگر مدت زیادی هیجان داشته باشید زود فرسوده و خسته می‌شوید و شاید لذت کافی را نبرید.

جاده‌های پرپیچ‌وخم معمولن لذت‌بخش‌تر و به‌یادماندنی هستند. در جاهایی که با سرعت کمتری حرکت می‌کنید فرصت کافی برای دیدن و لذت بردن دارید.

گاهی هم باید سرعت حرکت را کم کرد و اطراف را دید و لذت برد. شاید در همین سرعت کم در کنار جاده سنگ طلا پیدا کنید، شاید هم سایه درختی در کنار جوی آب برای استراحت، شاید هم یک دوست خوب پیدا کنید.

هدف من از نوشتن این کتاب صرفه‌جویی در وقت شماست نه به هم ریختن آرامش زندگی شما. من تمام نکاتی که برای پیشرفت سریع و پایدار در زندگی و کار که طی سال‌ها از مطالعه و بررسی زندگی افراد موفق یاد گرفتم را در این کتاب گردآوری کردم تا شما هم استفاده کنید.

پیشرفت شما فقط به چند نکته ساده وابسته است!

برای پیشرفت و موفقیت نیاز به انجام کارهای عجیب‌وغریب نیست. تمام افراد موفق که به موفقیت‌های بزرگ و خیلی عجیب رسیدند نتیجه مداومت در انجام دادن چند کار خیلی ساده بوده است. اول خواستند و بعد انجام دادند.

مطالب این کتاب توسط من اختراع نشدند. نکات ارزشمندی برای حرکت سریع و پایدار از صدها منبع مختلف گردآوری شدند. من فقط آنچه را لازم بود در کنار هم مرتب و ساده کرده‌ام. تا خوانندگان این کتاب لازم نباشد سال‌ها وقت صرف کنند و همین مطالب را مطالعه کنند. چکیده ده‌ها کتاب و تجربه با زبانی ساده در این کتاب در کنار هم قرار گرفته‌اند.

شما با خواندن این کتاب و اجرای نکاتی که یاد می‌گیرید قطعا سرعتتان چند برابر می‌شود. شاید در چند ماه اول، نتایج برایتان خیلی چشمگیر و واضح نباشد. اگر به حرکت و پیشرفت ادامه دهید بعد از چند ماه فاصله شما از نقطه شروع و اطرافیانتان به حدی زیاد خواهد شد که شاید فراموش کنید از چه جایگاهی به جایگاه فعلی رسیدید.

شما با اجرا کردن مطالب این کتاب، در زندگی و کار شخصی‌تان به حدی تغییر و پیشرفت خواهید کرد که تعجب می‌کنید چرا خیلی از افراد با این سماجت به تغییر، مقاومت نشان می‌دهند. شاید هم کمی از دست خودتان عصبانی شوید که چرا زودتر شروع نکرده بودید. به‌هرحال از هر جا که جلوی ضرر گرفته شود منفعت است.

برای موفقیت تصمیمتان را گرفته‌اید.

شما قطعا موفق خواهید شد و به هدف‌هایتان خواهید رسید. اگر قرار بود به خواسته‌هایتان نرسید الان این کتاب در دستان شما نبود و در حال انجام کارهایی بودید که در روزهای قبل در همین ساعت انجام می‌دادید.

فرض کنید شما با دوست یا همسرتان در زیر سایه یک درخت نشسته‌اید. یکی از شما پیشنهاد می‌کند که در ۱۲ کیلومتر دورتر، یک جای زیبا و فوق‌العاده است که لازم است هرکسی آن را ببیند. شما بلند می‌شوید و شروع به حرکت می‌کنید؛ اما دوست یا همسرتان می‌گوید ۱۲ کیلومتر راه زیادی است، سخت است، خسته می‌شوم، پاهایم درد می‌گیرد، زیاد راه بروم گرسنه می‌شوم، چرا ما ماشین نداریم، چرا اینجا جاده تاکسی رو نیست؟ چرا پول نداریم تاکسی بگیریم؟ چرا کسی ما را بر روی دوش خود نمی‌گذارد و نمی‌برد؟ چرا ما این قدر بدبختیم؟ چرا آن جای زیبا در همین نزدیکی قرار داده نشده و هزاران چراغ دیگر.

اما شما تصمیمتان را گرفته‌اید. شما بلند شده‌اید. شما باید به هدفتان برسید. به دنبال بهانه برای نرفتن به آنجای زیبا نیستید. به حرف‌های دوست یا همسرتان هم توجه نمی‌کنید. شما باید آن جای زیبا را ببینید و لذت ببرید. البته شما فقط از رسیدن به هدف‌ها لذت نمی‌برید بلکه از طی کردن مسیر زندگی هم استفاده می‌کنید و لذت می‌برید.

حرکت می‌کنید. هدف‌تان مشخص است. اول راه می‌روید. بعد می‌دوید. شاید در راه تاکسی بگیرید. شاید هم کسی با خودرو شما را رایگان سوار کند. خلاصه اینکه حداکثر تا ۲ ساعت آینده به مقصدتان می‌رسید شاید هم بعد از چند دقیقه.

مهم‌ترین مرحله برای رسیدن به آن جای زیبا، بلند شدن و تصمیم به حرکت بود. شما اراده‌تان خیلی قوی است که می‌توانید تصمیم به حرکت بگیرید. شروع خواندن این کتاب نشان‌دهنده تصمیم جدی شما برای رسیدن به هدف‌هایتان است.

این موردی است که همیشه در اطرافیان می‌بینیم. افراد خیلی زیادی را می‌شناسیم که سال‌هاست در جای خود نشسته‌اند و می‌گویند: شرایط خوب نیست. پول ندارند. تخصص ندارند. خانواده خوب ندارند. شرایط اقتصادی خوب نیست. مردم خوب نیستند. بازار خوب نیست؛ و هزاران بهانه دیگر.

افراد محدودی مثل شما هستند که معمولن به دنبال بهانه نیستند. افرادی مثل شما به دنبال راه‌حل و حرکت کردن هستند و قطع دیر یا زود به هدف‌هایشان می‌رسند. به شما تبریک می‌گویم اگر شما دنبال بهانه بودید این کتاب در دستان شما نبود!

قطعن به هدف‌هایتان خواهید رسید.

شما قطعن به هدف‌هایتان خواهید رسید. اگر فکر می‌کنید هدف مشخصی ندارید نگران نباشید در این کتاب به شما روش هدف‌گذاری را به صورت ساده آموزش خواهم داد.

لازم نیست تمام جزئیات ۵۰ سال آینده‌تان را در هدف‌گذاری مشخص کنید. شاید یک چشم‌انداز از آینده، شما را در مسیر درست موفقیت قرار دهد. برای رسیدن به هدف باید هدف‌های کوتاه‌تر و قابل‌دیدن مشخص کرد. در غیر این صورت ممکن است از مسیر اصلی منحرف شوید و هیچ‌گاه به هدف‌های بزرگ خود نرسید. در این کتاب فقط به مسائل کاری و مالی پرداخته نشده است. لازمه پیشرفت در زندگی و کار، خودتان هستید؛ بنابراین بیشترین سرمایه‌گذاری و آموزش باید روی خودتان انجام شود.

اگر شما قوی شوید پیشرفت کردن شما هم سریع و راحت‌تر خواهد شد. تصور کنید که می‌خواهید ۱۲ کیلومتر معروف را بدوید. اگر توان بدنی شما کم باشد و در عمرتان ۱۰ متر هم ندویده باشید قطعن نمی‌توانید حتی ۲ کیلومتر هم بدوید تا به هدف‌تان نزدیک شوید.

اگر غذای خوب نخورید، روحیه خوب نداشته باشید و از همه مهم‌تر انگیزه کافی نداشته باشید قطعاً نمی‌توانید حرکت کنید.

در این کتاب بیشتر در مورد بهبود شخصی و تغییر دیدگاه آموزش داده شده است. خیلی از وقت‌ها ما تمام تمرکزمان را بر روی کار، تخصص و پول می‌گذاریم و گاهی خودمان را کاملن فراموش می‌کنیم.

عوامل مختلف روی یکدیگر اثر دارند.

رضا چند کیلو اضافه‌وزن را در اثر فدا کردن خود برای کار به دست آورد! چون فقط کار برایش مهم بود. بی‌حساب و کتاب خورد. کمتر ورزش کرد. بیشتر خوابید. کم‌کم حوصله کار کردن نداشت. به مرور تمرکزش کمتر شد. در نتیجه کارش هم پیشرفتی نداشت. در اثر استرس و بی‌برنامگی، اضافه‌وزنش هم بیشتر شد.

الآن هیچ اضافه‌وزنی ندارد. طی ۱۲ ماه گذشته ورزش را کنترل کرده، بیشتر به خود و خانواده وقت اختصاص می‌دهد. بیشتر یاد گرفته. بیشتر ورزش می‌کند. بیشتر فکر می‌کند. تصمیمات بهتر و به موقع‌تر می‌گیرد. بازدهی کارش بیشتر شده و در کارش موفق است. درآمد بیشتر و وقت کافی دارد. به خانواده و خودش بیشتر رسیدگی می‌کند و خیلی هم خوش می‌گذراند و از زندگی لذت می‌برد.

فرایندهای زندگی به یکدیگر ارتباط نزدیکی دارند. اگر کسی خوش‌اخلاق نیست دلیل آن ژنتیکی و ذات فرد نیست. عوامل خیلی زیادی که مهم‌ترین آن‌ها تصمیمان خود فرد است سبب شکل‌گیری چنین رفتاری می‌شود.

بنابراین اگر می‌خواهید به ثروت رؤیایی خود برسید باید از خودتان شروع کنید. خودتان را برای دریافت هدف مالی‌تان آماده کنید. در این کتاب هیچ ترفند فریبکارانه‌ای آموزش داده نمی‌شود که با فریبکاری و اغفال دیگران سریع به هدف‌هایتان برسید.

در این کتاب اصولی آموزش داده می‌شود که اگر تصمیم گرفته‌اید موفق و خوشبخت باشید با اجرا کردن مطالب این کتاب قطعاً به هدف خود خواهید رسید.

به موفقیت دیگران هم کمک کنید.

این کتاب شروع راه موفقیت سریع شماست. شما در طول مسیر نیاز به انرژی، انگیزه و مطالعه بیشتر دارید. با خواندن این کتاب شما دیدگاهی پیدا می‌کنید که خودتان تشخیص می‌دهید چه چیزهایی باید یاد بگیرید، چه کتاب‌هایی بخوانید و با چه کسانی معاشرت یا مشاوره کنید.

اگر این کتاب برای شما مفید بود و تأثیری هرچند کوچک در کار و زندگی شما داشت و یا تجربه‌ای مفید در این زمینه داشتید که به کار سایر دوستان خواهد آمد لطفن در صفحه کتاب در سایت modir12.ir ثبت کنید. پس از ثبت نظرات و پیشنهادهای شما در مورد این کتاب، یک هدیه باارزش به شما تقدیم خواهد شد. می‌توانید نظرات سایر خوانندگان کتاب را هم در سایت ببینید و استفاده کنید.

کتاب را هدیه ندهید!

اگر این کتاب برایتان مفید بود آن را به کسی ندهید! چند ماه دیگر دوباره آن را مرور کنید. در حین خواندن کتاب، نکات مهم را علامت بزنید، خط بکشید، در حاشیه‌ها ایده‌ها و نکات شخصی‌تان را بنویسید. این کتاب بعد از خوانده شدن توسط شما به یک دستورالعمل اجرایی مخصوص خودتان تبدیل خواهد شد. برای استفاده بهتر، لازم است چند بار این کتاب خوانده شود.

اگر فکر می‌کنید در اطرافیان، دوستان، همکاران و خانواده شما افرادی هستند که این کتاب می‌تواند برایشان مفید باشد چند نسخه از کتاب را تهیه کنید و به آن‌ها هدیه دهید و پیگیری کنید که مطالعه کنند. این کتاب باارزش‌ترین هدیه از طرف شما خواهد بود. قطعن خوشحال خواهید شد که افراد بیشتری از ایده‌های این کتاب استفاده کنند.

چگونه کتاب را بخوانم؟

خواندن این کتاب چند ساعت زمان بیشتر نیاز ندارد. چون بسیار ساده نوشته شده است. فقط کتاب را روخوانی نکنید. در کنار خواندن کتاب برای فکر کردن و نوشتن ایده‌هایتان زمان کافی اختصاص دهید. حتی اگر خواندن این کتاب ۱۲ روز هم به طول کشید نگران نباشید. این کتاب می‌تواند ماه‌ها و سال‌ها در وقت شما صرفه‌جویی کند.

سعی کنید یک دفتر مخصوص یادگیری برای خودتان تهیه کنید. هزینه یک دفترچه چند هزار تومان بیشتر نیست اما همانند یک گنج ارزشمند برای شما مفید خواهد بود. هر مطلبی که یاد می‌گیرید و فکر می‌کنید برای شما مهم است را در این دفترچه یادداشت کنید و در ماه‌های بعد چند دقیقه وقت اختصاص دهید و مرور کنید.

می‌توانید کتابی که در دستتان دارید را به‌عنوان دفترچه استفاده کنید و بعداً مرور کنید. پیش‌نویس اولیه این کتاب را به یکی از دوستانم دادم که مطالعه و بررسی کند. وقتی نسخه اصلاح‌شده را دریافت کردم پر از یادداشت و ایده‌های جالبی بود؛ که خیلی از آن‌ها را در کتاب اضافه کردم. البته در برخی صفحات کتاب چند شماره تلفن و لیست خرید سیب‌زمینی و پیاز هم بود که حذف کردم!

در هر صورت خواندن این کتاب انرژی و تمرکز زیادی لازم دارد. چون باید کارهای فکری و گاهی وقت‌گیر به همراه خواندن کتاب انجام دهید. اگر کارهایی که از شما خواسته‌شده را انجام دهید نتایج برایتان باورنکردنی خواهد بود.

روشی نوین برای آموزش موضوعات پیچیده

مطالب این کتاب بدیهیات و مطالب بسیار ساده‌ای هستند که هر کس باید متناسب با زندگی و حرفه خود از آن‌ها استفاده کند. روش نگارش این کتاب مبتنی بر جدیدترین فن‌های آموزش است؛ بنابراین در حین خواندن این کتاب ممکن است هزاران ایده و فکر جدید به ذهن شما برسد.

فرصت را غنیمت بشمارید. بلافاصله هر ایده‌ای هرچند ساده و شاید خنده‌دار که به ذهنتان می‌رسد یادداشت کنید. بعدن برمی‌گردید و ایده‌های خوب را انتخاب و اجرا می‌کنید و متوجه می‌شوید که چه تغییرات عظیمی در زندگی خود ایجاد کرده‌اید. شما ممکن است بعد از چند روز به حدی تغییر کنید که دوست دارید دیگران هم از موفقیت و تغییراتتان خبر داشته باشند. پس در صفحه کتاب در سایت modir12.ir احساس و نظراتان را با دیگران در میان بگذارید تا شاید برای زندگی دیگران هم انگیزه‌ای ایجاد کنید.

این سفر هیجان‌انگیز را همین الآن شروع کنید. به‌جای خلوتی بروید و در آرامش، خواندن کتاب را شروع کنید. در این سفر حداقل یک خودکار و دفتر همراهتان باشد.

سفر خوش

سبحان قاسمیان

Modir12.ir

فصل ۱: شروع سفر ۱۲ ماهه

از کجا شروع کنم؟

از همین الآن و همین جایی که هستید می‌توانید شروع کنید. شاید مدیر و کارآفرینی هستید که کسب‌وکارتان در وضعیت خوبی است اما نیاز به بهتر شدن دارد. شاید از سرعت پیشرفت خود در زندگی و کسب‌وکارتان راضی نیستید.

در هر جایگاه و وضعیتی که هستید قطعاً جای زیادی برای پیشرفت شما وجود دارد. موفقیت حدومرزی ندارد. هر کس به هر جایی که دوست داشته باشد می‌تواند برسد.

چهار تغییر اساسی که هر فرد موفق می‌تواند انجام دهد:

۱- بهانه‌گیری را ترک کنیم.

۲- روی خودمان سرمایه‌گذاری کنیم.

۳- به خودمان و خانواده وقت اختصاص دهیم.

۴- در کارمان پیشرفت کنیم.

زیاد عجله نکنید. لازم نیست تمام تغییرات را یک‌شبه انجام دهید. می‌توانید با یک برنامه‌ریزی ساده خیلی آرام تغییرات را شروع کنید.

بهانه‌گیری ممنوع

یکی از موانع بزرگ موفقیت در زندگی و کسب‌وکار بهانه‌گیری است. اندازه و بزرگی این مانع، به اندازه بهانه‌های ما بستگی دارد. افراد بهانه‌گیر در همه‌جا هستند. شاید هم در وجود همه ما یک شخصیت بهانه‌گیر وجود دارد که اگر به او اجازه دهیم کل وجود ما را خواهد گرفت.

کافی است ایده‌ای را جلوی افراد خیلی بهانه‌گیر مطرح کنید. صدها بهانه برای شما ردیف می‌کنند که این ایده یا پیشنهاد افتضاح است. این بهانه‌ها همانند گلوله به‌سوی شما شلیک می‌شوند. اگر این گلوله‌ها زیاد باشند مطرح کننده ایده، خودش هم چند بهانه پیدا می‌کند تا از خود در برابر این گلوله‌ها دفاع کند. در نتیجه کاری انجام نمی‌شود. فقط از ایده خودتان پشیمان می‌شوید.

اگر می‌خواهید در شغل و کسب‌وکار تان و از همه مهم‌تر در زندگی‌تان به آنچه می‌خواهید برسید اول باید این شخصیت بهانه‌گیر درونی‌تان را نابود کنید.

به نظر من حتی ضعیف کردن این شخصیت بهانه‌گیر در درازمدت جواب‌گو نیست. چون با کوچک‌ترین مشکلی یا ضعیف شدن انگیزه، دوباره شرایطی برای رشد سریع پیدا می‌کند و خود را نشان می‌دهد و روز از نو، روزی از نو. بهانه‌گیری شروع می‌شود.

اگر حتی یک بهانه کوچک هم برای هر چیزی می‌آوردید پس شخصیت بهانه‌گیر هنوز در وجودتان هست. تیر خلاصی را به شخصیت بهانه‌گیر درونی‌تان بزنید و خودتان را راحت کنید. اشتباهی خودتان را نکشید! خونتان گردن من می‌افتد!

کار بهانه‌گیری را یکسره کنید!

اگر می‌خواهید در زندگی موفق شوید باید بهانه‌گیری را یک‌بار برای همیشه کنار بگذارید. در دفترتان شروع به نوشتن بهانه‌هایتان کنید. بهانه‌هایی که تاکنون داشته‌اید. بعید میدانم لیست شما هم کمتر از ۱۰۰ بهانه داشته باشد. اگر به ۱۵۳ بهانه رسید زیاد افتخار نکنید و پز ندهید. چون در مسابقه بهانه‌گیری تازه به من رسیدید! اشکال ندارد کم نیاورید هرچه بهانه وجود دارد بنویسید اکثر ما در بهانه آوردن رتبه بالایی داریم.

بعد از نوشتن همه بهانه‌ها باید آخرین بهانه این باشد: دیگر هیچ بهانه‌ای ندارم!

این جمله را بزرگ بنویسید و در جلوی میز کارتان، کامپیوتر، آینه دستشویی و هرجایی که فکر می‌کنید هرروز می‌بینید نصب کنید. «دیگر هیچ بهانه‌ای ندارم.»

یادتان باشد. اگر گفتید هوا گرم است ممکن است ماشه کشیده شود، چند هزار تومان جریمه شوید یا یک وعده غذای خوشمزه تحریم شوید. اگر گفتید سرعت اینترنت خوب نیست، مردم بد رانندگی می‌کنند و... ممکن است مغزتان متلاشی شود. پس حتی اگر بهانه‌ای هم به ذهنتان آمد خودتان را کنترل کنید و به زبان نیاورید. حتی یک کلمه. چه گفتید؟ شنیدم که گفتید: نمی‌شود. نمی‌توانم. ممکن نیست و...

امتحان‌ش برای شما هزینه‌ای ندارد. چند بار برای از بین بردن بهانه‌گیری تلاش کنید اگر نشد می‌توانید از دیگران کمک بگیرید که این شخصیت بهانه‌گیر را از وجودتان حذف کنید.

چاره‌ای نیست اگر می‌خواهید موفق شوید و به خواسته‌هایتان در زندگی برسید باید فکری برای این بهانه‌گیری بکنید. با بهانه‌گیری مطمئن باشید به هیچ‌کدام از هدف‌هایتان نمی‌رسید. وقتتان را تلف نکنید.

کلکسیون بهانه

آرایشگاهی که قبلاً پیش او می‌رفتم بجای اصلاح موهایم مغزم را پر از بهانه می‌کرد. او کلکسیونی از بهانه را جمع‌آوری کرده بود. همیشه بهانه‌هایی جدید و به‌روز در چنته داشت. چون می‌دانست من دشمن درجه یک بهانه هستم سعی می‌کرد بهانه‌های بزرگ‌تر را برای من رو کند.

مهم‌ترین بهانه‌ای که من را خیلی حرص می‌داد این بود که وضعیت اقتصادی مردم خوب نیست و مردم آرایشگاه نمی‌روند. به همین خاطر من یک روز دستش را گرفتم و به خیابان بردم و گفتم یک ساعت وقت داری تا یک فرد مو بلند و ژولیده نشانم دهی.

آن روز دستش را رها نکردم؛ اما یک موضوع مهم را یاد دادم. اینکه اغلب مردم از افراد بهانه‌گیر فرار می‌کنند و باعث می‌شوند آرایشگر بهانه‌گیر ورشکست شود.

از امروز هر بهانه جدیدی گرفتید سریع یادداشت کنید. اگر شما در به وجود آمدن آن بهانه نقشی ندارید و فکر می‌کنید کاری از دستتان بر نمی‌آید دیگر آن بهانه را تکرار نکنید. اگر خودتان بهانه یا محدودیت را ایجاد کرده‌اید از همین امروز اقدام کنید و بهانه را برطرف کنید.

مثلن وزنتان زیاد شده است. پس خودتان باعث به وجود آمدن آن شده‌اید. همین امروز کتاب‌هایی در مورد تناسب‌اندام پیدا کنید، یک مشاور پیدا کنید، ورزش را شروع کنید. این بهانه را برای همیشه از زندگی‌تان حذف کنید.

اگر هم بهانه آوردن برایتان لذت دارد و فکر می‌کنید که اگر بهانه نیاورید نمی‌شود و زنده‌بودنتان را با اختلال مواجه می‌کند. پس بهانه بیاورید. لطفن این کتاب را هم به دیوار بکوبید و لازم نیست به خواندن ادامه دهید. اگر هم کسی پرسید که چرا کتاب را به دیوار کوبیدید یا دیوار را خراب کردید می‌توانید بهانه بیاورید که این کتاب به درد نمی‌خورد.

راستی اگر واقعن کتاب به دردتان نخورد حتمن در صفحه کتاب در سایت modir12.ir این موضوع را بنویسید. کل مبلغی که بابت کتاب پرداخت کرده‌اید به شما تقدیم خواهیم کرد.

پیشرفتتان را ثبت کنید.

برای اینکه روند پیشرفتتان را بتوانید ارزیابی کنید سعی کنید اطلاعات فعلی‌تان را ثبت کنید. اگر گاهی دلسرد شدید روند پیشرفتتان را بررسی کنید شاید کمی روحیه بگیرید.

اگر چیزی ثبت نشود قابل ارزیابی و سنجش نیست؛ بنابراین می‌توانید اطلاعاتی که یاد می‌گیرید، حساب‌های مالی، تعداد مشتریان، ساعاتی که صرف کار خاصی می‌کنید را ثبت کنید و هرچند وقت یک‌بار ارزیابی کنید.

خلاصه کتاب چه طور بود؟

- اگر حداقل یک ایده کوچک از خلاصه شش فصل اول کتاب به ذهن شما رسید چرا تمام کتاب را مطالعه نمی‌کنید؟
- خواندن کل کتاب چند ساعت بیشتر زمان لازم ندارد ولی می‌توانید زندگی دلخواه‌تان را با کمک آن بسازید.
- پس همین الان اقدام کنید و کتاب را سفارش دهید.
- برای سفارش می‌توانید به سایت modir12.ir مراجعه کنید.
- یا با شماره ۰۲۶۳۲۷۷۶۹۵۱ تماس بگیرید.
- یا عدد ۱۵ را به شماره ۰۲۶۳۵۷۷۶۹۵۱ پیامک کنید.
- شما می‌توانید کتاب را با تعداد بیشتر و تخفیف‌های باور نکردنی تهیه کنید و به دوستان و همکارانتان هدیه دهید. برای سفارش تعداد بیشتر از ۵ نسخه لطفن با ما تماس بگیرید.

فصل ۲:

نتیجه ۱۲ تلاش

به کجا می خواهیم برسیم؟

کسی زندگی بدون هدف ندارد. اغلب ما خواسته یا ناخواسته هدف‌هایی در زندگی داریم. شاید هدف‌های ما خیلی جسورانه و بزرگ نباشند. شاید هم برای رسیدن به آن‌ها تلاش نمی‌کنیم.

در هر صورت اگر زنده هستیم پس یکسری هدف‌هایی داریم. حداقل هدفمان این است که زنده باشیم.

خیلی از ما هنوز باور نداریم که اگر هدف‌هایی برای خودمان تعیین کنیم قطعاً به آن‌ها خواهیم رسید؛ اما شما به عنوان یک کارآفرین و مدیر حتمناً هدف‌های مشخص و بزرگی داشته‌اید که احتمالاً به بخشی از آن‌ها هم رسیدید.

حداقل می‌توانید بخوانید، پس به هدف باسواد شدن رسیدید. شما به عنوان یک مدیر و کارآفرین باید خیلی با دقت بیشتری هدف‌گذاری کنید. قبل از هر چیز باید تأکید کنم که اگر هدف یا هدف‌هایی واضح و بزرگ در زندگی و کارتان نداشته باشید به هیچ جا نخواهید رسید. حداقل اینکه به جای دلخواهتان نخواهید رسید. اولین مرحله در شروع هر حرکت یا تغییر، مشخص کردن مقصد است.

چشم‌اندازتان را مشخص کنید.

چشم‌انداز مجموعه‌ای از هدف‌های بسیار بزرگ‌تر و دورتر است. اگر چشم‌انداز آینده را بتوانیم تعیین کنیم به راحتی می‌توانیم هدف‌های سالیانه، ماهانه و روزانه را مشخص کنیم.

برای تعیین چشم‌انداز می‌توانید آخرین ساعت زندگی‌تان را تصور کنید. کار سختی است اما بسیار جذاب است. حتی می‌توانید مراسم خاک‌سپاری‌تان را تصور کنید. نمی‌خواهم از مرگ و ناامیدی صحبت کنم. شما دوست دارید در آخرین لحظات زندگی‌تان چه شرایطی داشته باشید؟ چه کسانی در کنارتان باشند؟ چه جایگاهی داشته باشید؟ دیگران در مورد شما چه چیزهایی بگویند که به آن افتخار کنید؟

تصور کردن آخرین لحظات زندگی شاید خیلی خوشایند نباشد و اگر هم در آخرین لحظات زندگی باشیم فکر کردن به آن زیاد مشکلی را حل نمی‌کند و تأثیری در کیفیت مرگ ما نخواهد داشت.

اما تصور کردن حاصل سال‌های زندگی، قبل از رخ دادن آن‌ها یک چشم‌انداز به ما می‌دهد که در تصمیم‌گیری‌های الآن ما می‌تواند تأثیر زیادی داشته باشد.

ترسیم چشم انداز

در یک جای خلوت و ساکت مثل اتاق خواب، خودرو، دفتر کارتان در خارج از ساعات کاری، در طبیعت، هتل و هر جایی که کسی مزاحم شما نشود، یک ساعت تنها باشید. در دفتر برنامه ریزی تان یا چند برگه یک روز از روزهای سال آخر عمرتان را بنویسید. اگر نوشتن در مورد سال آخر عمر ناامیدتان می کند می توانید تصویری از خودتان در ۱۰ یا ۲۰ سال آینده بنویسید.

یک روز مهم چند سال آینده را با جزئیات بنویسید. مثلاً کی از خواب بیدار شدید؟ خانه تان در کجاست؟ صبحانه چه خوردید و با چه کسانی؟ خودروی تان چیست؟ با چه کسانی کار می کنید؟ با خانواده کجا می روید و...

همان هدف هایی که در ذهنتان دارید کمی بزرگ تر و جسورانه تر کنید. هدف های فعلی تان را ۱۰ تا ۱۰۰ برابر بزرگ تر کنید. نترسید! کسی شما را به خاطر هدف های بزرگتان بازخواست نمی کند.

نمونه ای از هدف های رایج که می توانند برخی هدف های شما باشند:

وزن من ... کیلوگرم است.

در حساب بانک من تومان پس انداز است.

من روزی ۲ ساعت ورزش انجام می دهم.

من به همه لبخند می زنم.

من روزی ۲ ساعت کتاب می خوانم. تا الآن ۵۰ کتاب خوانده ام.

درآمد ماهانه من تومان است.

من به نفر کمک خیرخواهانه کردم.

خانه زیبایی که دارای مشخصات هست را در خریده ام.

من بسیار وقت شناس هستم و در قرارهایم حداقل ۵ دقیقه زودتر حاضر می شوم.

خودروی من مدل است.

همراه به مسافرت می روم. جاهایی که امسال رفته ام:

من روزی ساعت با خانواده هستم و لحظات شاد و هیجانی باهم می‌گذرانیم.

من هر هفته به ۵ نفر از دوستانم زنگ می‌زنم.

و...

در اینجا تأکید می‌کنم که اول باید هدف‌های شخصی و زندگی را تعیین کنیم و بعد هدف‌های کسب‌وکار. مشکلی که اکثر ما داریم این است که برای کارمان هدف‌های قابل‌سنجش و مشخصی تعیین می‌کنیم اما برای بهتر شدن کیفیت زندگی هدف‌های مشخصی نداریم. بنابراین اول هر هدفی که برای زندگی شخصیتان می‌تواند ارزشمند باشد را مشخص کنید. ساده‌ترین راه برای مشخص کردن هدف‌ها، تصور کردن شش ماه یا یک سال آینده است.

هدف‌ها را به کارهای اجرایی کوچک تبدیل کنید.

شاید با اعتمادبه‌نفسی که در این کتاب به دست آوردید هدف‌هایی به نظر خودتان خیلی بزرگ انتخاب کرده‌اید که شاید از درون حالتان بد شده و احساس می‌کنید خیلی بلندپروازی کردید. آن‌قدر به هدف‌های بزرگتان فکر کنید که احساس کنید آن‌ها را به دست آورده‌اید. اگر بتوانید چیزی را از نظر ذهنی بپذیرید در واقعیت هم به‌زودی به آن خواهید رسید. برای اینکه کمی تسکین پیدا کنید و بتوانید راحت‌تر برنامه‌ریزی کنید هر هدف‌تان را به هدف‌های خیلی کوچک‌تر تقسیم کنید.

اگر می‌خواهید مثلاً ۱۰ کیلوگرم وزن کم کنید می‌توانید آن را بجای یک ماه در یک سال انجام دهید. برای این کار همراه کمتر از یک کیلو لازم است که وزن کم کنید. مثلاً با خوردن روزانه چند قاشق کمتر غذا یا حذف نوشابه‌ها به راحتی به این هدف می‌رسید.

مثلاً اگر می‌خواهید به پس‌انداز یک میلیارد تومان تا پایان سال برسید آن را به هدف ماهانه تقسیم کنید؛ بنابراین شاید رسیدن به ۸۳ میلیون تومان در همراه برای شما کار سختی نباشد. حتی بهتر است آن را به هدف هفتگی تبدیل کنید؛ بنابراین به دست آوردن هفته‌ای ۲۰ میلیون تومان تصور کردنش خیلی ساده‌تر است و بهتر می‌توانید برای آن برنامه‌ریزی کنید. شما باید در روز ۳/۵ میلیون تومان و یا هر ساعت ۴۳۷۰۰۰ تومان درآمد کسب کنید. بهانه نیاورید. آیا کسی نیست که چندین برابر این درآمد را داشته باشد؟

همین محاسبات ساده دیدگاه شما را تغییر می‌دهد. شاید با کسب‌وکار فعلی یا نحوه کار کردن فعلی شما رسیدن به چنین هدفی دور از انتظار باشد؛ اما اگر بخواهید به هدفتان برسید حتمن راهی هم پیدا خواهید کرد.

اگر الآن درآمد شما در حد صفر است پس باید یک تلاش و برنامه‌ریزی بسیار قوی برای رسیدن هدف مالی که مثال زده شد داشته باشید. برای کسی که درآمد روزانه‌ای در حدود یک میلیون تومان دارد رسیدن به این هدف مثل آب خوردن ساده است. چنین فردی باید فقط درآمد خود را سه برابر کند که کار بسیار ساده‌ای است.

هدف را تبدیل به عادت کنیم.

برای رسیدن به هدف‌هایی که هرروز باید برای رسیدن به آن‌ها تلاش کنیم. باید آن‌ها را تبدیل به عادت کنیم تا خودبه‌خود انجام شوند. این نوع از هدف‌ها معمولن با کمترین انرژی و وقتی که از ما می‌گیرند بعد از مدتی به راحتی دست‌یافتنی می‌شوند.

مثلن هدف: **من روزی ۲ ساعت مطالعه می‌کنم.** را در نظر بگیرید. اگر بتوانید به‌روزی دو ساعت مطالعه عادت کنید شک نکنید که بدون اینکه خودتان را مجبور کنید روزی به‌راحتی ۲ ساعت مطالعه می‌کنید. خیلی از آن لذت می‌برید. بعد از مطالعه نه تنها خسته نمی‌شوید بلکه معمولن حال بهتری هم پیدا می‌کنید.

اگر عادت کرده‌اید که مسواک می‌زنید پس می‌توانید عادت‌های دیگری هم ایجاد کنید. اگر هنوز عادت به مسواک زدن ندارید و نخ دندان نمی‌کشید. زودتر هدف‌گذاری کنید و عادت کنید. یا اینکه یکدست دندان مصنوعی سفارش دهید!

فصل ۳:

رسیدگی به خود

در خانه ساعتی را با خودتان خلوت کنید.

هر فردی باید روزانه حدود نیم تا یک ساعت را با تمرکز کامل فکر کند. برای فکر کردن معمولن محیطی غیر از محیط کار بسیار مناسبتر است و بازدهی بیشتری دارد.

این محیط را می‌توانید در خانه یا محلی خارج از محل کار مثلن پارک، رستوران یا حتی خودروی‌تان داشته باشید.

روزانه موارد و مشکلاتی که باید حل‌وفصل شوند را یادداشت کنید. در ساعت جلسه خصوصی که به‌تنهایی با خودتان برگزار می‌کنید راه‌حلی برایشان پیدا کنید. داشتن یک دفتر برای صورت‌جلسات شخصی بسیار مفید است.

بجای کار زیاد و مداوم، ساعت‌هایی را به فکر کردن و برنامه‌ریزی اختصاص دهید. فکر نکردن اشتباهی است که اکثر کارآفرینان مرتکب می‌شوند.

کارآفرینان به‌شدت به کارشان عادت می‌کنند و با کار سرگرم می‌شوند. اکثر کارآفرینان خیلی سریع درگیر کارهای روزمره می‌شوند. بعد از مدتی فکر کردن و برنامه‌ریزی از لیست کارهای روزانه حذف می‌شود و درنتیجه بازدهی به‌شدت کاهش می‌یابد. یک بهانه معمولن جای فکر کردن را می‌گیرد: من وقت ندارم.

هفته‌ای چند بار به طبیعت بروید.

طبیعت‌گردی علاوه بر اینکه از لحاظ فیزیکی انرژی شما را بیشتر می‌کند. از لحاظ روحی نیز قدرت روحی شما را چند برابر می‌کند. گاهی اوقات ما به زندگی شهری و روزمره عادت می‌کنیم و تمام‌روزها درگیر کارهای بی‌روح و خسته‌کننده می‌شویم.

با کمی استفاده از طبیعت می‌توانیم دوباره احساس زنده‌بودن را در خود تقویت کنیم و روحیه خود را قوی‌تر کنیم.

طبیعت‌گردی را حتی اگر در ساعات کاری انجام نمی‌دهید حتمن با خانواده به این کار عادت کنید. مطمئن باشید که به‌شدت روحیه و بازدهی شما را تقویت می‌کند. اگر روزانه نمی‌توانید وقتی برای طبیعت بگذارید

حداقل هفته‌ای یک یا دو بار طبیعت‌گردی را انجام دهید. حتی برای چند ساعت. بازهم که گفتید وقت ندارید. مگر قرار نشد بهانه نیاوریم! بجای بهانه آوردن فکر کنیم و راهی پیدا کنیم.

ورزش اصل اساسی کارآفرینی است!

در مورد نقش ورزش در زندگی و کار چیزهای زیادی شنیده‌ایم. خیلی از ما به حدی درگیر و سرگرم کارهای روزانه کسب‌وکار می‌شویم که فرصتی برای ورزش و تحرک نمی‌گذاریم.

این روزها مهم‌ترین مشکلات زندگی‌های مدیران و حتی کارکنان مربوط به کم‌تحرکی آن‌ها است. آمارها نشان می‌دهد بیش از ۶۰ درصد جمعیت ایران اضافه‌وزن دارد!

گرایش انسان به سمت حالت سکون و راحتی و کم‌تحرکی است؛ بنابراین اگر بدنتان را به حال خود رها کنید مغزتان از بین گزینه‌های تحرک و بی‌تحرکی قطع بی‌تحرکی را انتخاب می‌کند؛ اما شما می‌توانید با تشخیصی که دارید گزینه تحرک را انتخاب کنید و خود را ملزم به ورزش کردن بکنید.

درخت بکارید یا گلدان داشته باشید.

در محل کار و زندگی چیزی که در حال رشد کردن است داشته باشید. یک باغچه کوچک، یک گلدان یا یک درخت بکارید. هرروز چنددقیقه‌ای به مراقبت از آن پردازید. در مورد آن اطلاعات بگیرید و ذهنتان را کمی درگیر آن کنید.

از دیدن موجود زنده که هرروز در حال رشد است روحیه می‌گیرید و شاید گاهی اوقات که هیچ بهانه‌ای برای بیدار شدن نداشته باشید دیدن گیاه دست‌پرورده شما که منتظر آب است شما را از رختخوابتان بیرون بکشد.

این کار می‌تواند برای چند دقیقه شما را از فکر کار خارج کند و ذهنتان را برای برنامه‌ریزی و خلاقیت بیشتر آزاد کند.

نفس بکشید.

شما نمی‌توانید بیشتر از یک دقیقه به‌صورت ارادی نفس نکشید. تنفس به‌صورت غیرارادی انجام می‌شود. گاهی اوقات به حدی کیفیت تنفس ما پایین می‌آید که بدون این که خودمان متوجه شویم روی کار آیی ما اثر می‌گذارد.

هرچند دقیقه یک‌بار چند نفس عمیق ارادی بکشید تا ریه‌هایتان از هوا پر شود. با اکسیژن بیشتری که وارد خونتان می‌کنید خستگی بدن و مغزتان را کمتر می‌کنید.

حداقل ۱۰ ثانیه هوا را به داخل ریه‌هایتان بکشید و چند ثانیه حبس کنید سپس به آرامی و در حدود ۱۰ ثانیه هوا را از ریه‌ها خارج کنید. این کار را در چند نوبت در روز و هر بار حداقل ۵ بار تکرار کنید.

سفر برای شما اجباری است.

سفر کردن یکی از ضروریات دنیای کارآفرینی و زندگی است. در سفر چیزهای زیادی می‌بینید و هم‌زمان دیدگاه شما هم توسعه پیدا می‌کند.

معمولن مسافرت در اولویت‌های خیلی پایین زندگی ما قرار دارد. این در حالی است که در کشورهای توسعه‌یافته سفر به‌عنوان یک اولویت اصلی زندگی قرار دارد و تا حدودی افراد خودشان را ملزم به سفر کردن می‌کنند و یکی از ضروریات زندگی محسوب می‌شود.

هرسال برنامه چند سفر یک‌هفته‌ای را برای خود و خانواده تنظیم کنید. از چند ماه قبل برای سفرهایتان برنامه‌ریزی کنید. اگر فعلن بودجه سفر را ندارید باید تلاش کنید که هزینه سفر را به دست بیاورید و کنار بگذارید. البته لازم نیست در سفر خیلی هم هزینه کنید.

خوشبختانه شرایط ایران طوری است که سفر کردن در آن بسیار ارزان تمام می‌شود؛ بنابراین با برنامه‌ریزی می‌توانید با هزینه کمتر ولی تعداد سفرهای بیشتری داشته باشید.

اگر همراه چند روز سفر کنید بازهم نمی‌توانید ایران را بگردید. حداقل تا ۱۰ سال آینده جاهای دیدنی جدیدی در ایران پیدا خواهید کرد که برنامه‌تان را پر کنید.

ممکن است در مسافرت یا بعد از برگشت کمی خسته شوید. اصلن نگران نباشید. مسافرت می‌روید که انرژی‌تان را تخلیه کنید و دوباره بازیابی کنید. هرچقدر هم خسته شوید ناخواسته روحیه شما شارژ می‌شود و حالتان تغییر می‌کند.

خودتان را مجبور کنید که مرتب مسافرت بروید. تنبلی نکنید. خوابیدن در خانه خیلی راحت‌تر از مسافرت رفتن است. شما از خواب زیاد به‌جایی نمی‌رسید اما با مسافرت زیاد به‌جاهای زیادی می‌رسید. وقتی که صرف مسافرت می‌کنید وقت تلف‌شده نیست. یک سرمایه‌گذاری است که تأثیر آن در زندگی و کارت‌تان چند برابر خواهد بود.

خلاصه کتاب چه طور بود؟

- اگر حداقل یک ایده کوچک از خلاصه شش فصل اول کتاب به ذهن شما رسید چرا تمام کتاب را مطالعه نمی‌کنید؟
- خواندن کل کتاب چند ساعت بیشتر زمان لازم ندارد ولی می‌توانید زندگی دلخواه‌تان را با کمک آن بسازید.
- پس همین الان اقدام کنید و کتاب را سفارش دهید.
- برای سفارش می‌توانید به سایت modir12.ir مراجعه کنید.
- یا با شماره ۰۲۶۳۲۷۷۶۹۵۱ تماس بگیرید.
- یا عدد ۱۵ را به شماره ۰۲۶۳۵۷۷۶۹۵۱ پیامک کنید.
- شما می‌توانید کتاب را با تعداد بیشتر و تخفیف‌های باور نکردنی تهیه کنید و به دوستان و همکارانتان هدیه دهید. برای سفارش تعداد بیشتر از ۵ نسخه لطفن با ما تماس بگیرید.

فصل ۴:

تغییر در روش زندگی

تصمیمات اساسی و مهم را زودتر بگیرید.

زندگی متشکل از مجموعه‌ای از تصمیمات بزرگ و کوچک ما است. ترس از تصمیم‌گیری گاهی اوقات سبب می‌شود برخی کارهای نسبتن ساده ماه‌ها و سال‌ها به تأخیر بیافتد.

چه اقداماتی در زندگی و کسب‌وکار شما وجود دارند که می‌توانند در پیشرفت و موفقیت شما مؤثر باشند؟ کاهش وزن، ورزش کردن، استخدام، شروع کار جدید، توجه بیشتر به خانواده، ساخت یک وبسایت، خرید ملک و...

همه این هدف‌ها را روزی به آن خواهید رسید؛ اما ممکن است خیلی زمان برد یا خیلی دیر شود. هدف‌هایتان را اولویت‌بندی کنید و برای مهم‌ترین‌ها تصمیم بگیرید. تصمیم‌گیری به‌تنهایی کار را تمام نمی‌کند؛ اما شروع بسیار خوبی است. شما با شروع کار، ۵۰ درصد کار را انجام داده‌اید. ۵۰ درصد بقیه معمولن خودبه‌خود و با برنامه‌ریزی بعدی انجام می‌شوند. اکثر هدف‌های ما در اولین مرحله متوقف می‌شوند چون تصمیمی برای آن‌ها گرفته نمی‌شود.

روزانه تصمیمات مهم را بگیرید و فکرتان را آزاد کنید.

همین امروز یکی از مهم‌ترین هدف‌هایی که مشخص کرده‌اید را مرور کنید و برای رسیدن به مهم‌ترین هدف‌تان تصمیم بگیرید.

اگر می‌خواهید وزنتان را کم کنید از همین امروز شروع کنید نه از شنبه. اگر می‌خواهید استخدامی داشته باشید همین امروز تصمیم را بگیرید. البته بعدن باید جزئیات کار را بیشتر بررسی کنید.

اگر برخی تصمیمات احساس می‌کنید خیلی بزرگ و جدی هستند آن‌ها را به بخش‌های کوچک‌تر تبدیل کنید. هرروز برای بخشی از آن راه‌حلی پیدا کنید و کاری انجام دهید.

مثلن می‌خواهید فردی را استخدام کنید. در ابتدا می‌توانید برای کارهایی که باید به همکار جدید واگذار کنید تصمیم بگیرید. بعد در مورد آگهی استخدام و بعد هم برای مراحل استخدام و انتخاب همکار.

موارد ناراحت کنند را بنویسید و حل کنید.

هرکسی در زندگی از بعضی چیزها ناراحت می‌شود. خیلی از این موارد ناراحت‌کننده گذرا هستند و کم‌کم به فراموشی سپرده می‌شوند.

اما برخی موارد هستند که شاید هم خیلی کوچک باشند اما چون ما ارادی خودمان تصمیم نمی‌گیریم و حذفشان نمی‌کنیم مدت‌ها با ما باقی می‌مانند و دائم به ما آسیب می‌زنند.

من چند سال پیش مبلغی از فردی طلبکار بودم. تا یک سال هر هفته به او زنگ می‌زدم و معمولن جواب نمی‌داد. بعدن متوجه شدم که من را در لیست سیاه قرار داده بود. درهرصورت من برای یک مبلغ ناچیز روزهای زیادی فکرم مشغولش بود.

این مشکل را روی کاغذ آوردم. فکر کردم و دیدم که راهی برای مطالبه این وجه از طریق قانونی و راه‌های دیگر نیست و طرف هم قصد پرداخت ندارد؛ بنابراین خودم را روی کاغذ توجیه کردم که چنین طلبی را ندارم. حتی تمام شماره تلفن‌هایی که از این فرد داشتم حذف کردم. در نرم‌افزار حسابداری صورتحسابش را پاک کردم.

نتیجه چه شد؟ مشخص است طلبم را هیچ‌گاه نتوانستم بگیرم؛ اما دو نتیجه بسیار مثبت داشت. اول ازهمه فکرم آزاد شد و بعد از دو هفته کاملن فراموش کردم که حتی چه مبلغی و از چه کسی طلبکارم. درنتیجه فکرم آزاد شد. بازدهی کارم بسیار بیشتر شد. اتفاق جالبی افتاد که در یک کار کوچک که با تمرکز بیشتری انجام دادم دو برابر مبلغ طلبی که داشتم جبران شد.

نتیجه بهتر این بود که روش کارم را اصلاح کردم که کسی دیگر نتواند بدهی‌ها را پرداخت نکند. کمی در مورد جدی بودن در فروش مطالعه کردم و دیگر خیلی به‌ندرت با چنین اشتباهات مالی روبرو شدم.

موارد آزاردهنده را کاملن پاک کنید.

من کلیدهای: Shift+Delete صفحه‌کلید کامپیوتر را خیلی دوست دارم. چون خیلی از مواردی که آزاردهنده هستند و اهمیتی در زندگی و پیشرفت من ندارند باکمال خونسردی حذف می‌کنم. خودتان هم می‌دانید که اگر با چنین روشی فایلی را حذف کردید بازگرداندن آن کار ساده‌ای نیست. با این دو کلید طلایی

حافظه کامپیوترتان برای همیشه از فایل‌های کم‌ارزش خالی می‌شود و جای کافی برای ورود فایل‌های مفید دارد.

بعضی موارد را باید عمقی پاک کرد. برای خیلی از موارد فقط کلید Delete کفایت نمی‌کند. باید سه کلید Shift+Delete را باهم فشار داد. وقتی دو کلید باهم برای یک موضوع فشار داده می‌شوند تقریبین خیالمان راحت می‌شود که این مشکل دیگر وجود ندارد. پس هرچند وقت یک‌بار نمی‌تواند دوباره جلوی چشممان بیاید و فکرمان را مشغول کند.

برای ذهنمان هم می‌توانیم همین کار را بکنیم. خیلی از موارد ناراحت‌کننده را لازم نیست در جایی از ذهنمان داشته باشیم. می‌توانیم یک تصمیم اساسی بگیریم و اگر ارزش فکر کردن ندارند خیلی سریع برای همیشه حذف کنیم.

اگر حذف کردن موارد آزاردهنده را برای مدتی انجام دهید بعد از مثلاً یک ماه احساس می‌کنید ذهنتان فضای خالی زیادی دارد که در این مواقع بهترین فرصت برای وارد کردن موارد مفید و اثرگذار است. فکرهای منفی تمایل بیشتری برای ورود به مغز ما دارند. ما باید با وارد کردن موارد مثبت و مفید فضایی برای فکرهای منفی و آزاردهنده باقی نگذاریم.

اول برای کارهای مهم زندگی برنامه‌ریزی کنید.

برای ایجاد تعادل در کار و زندگی، اگر خودتان به‌تنهایی زندگی می‌کنید با خودتان جلسه‌ای بگذارید و در مورد تقسیم وقت بین بخش‌های مختلف زندگی فکر کنید و تصمیمی بگیرید. اگر هم همسر یا فرزندی دارید با آن‌ها مشورت کنید و با خواسته‌های آن‌ها آشنا شوید و با در نظر گرفتن نیازهای خودتان و شغل‌تان یک برنامه مشخص داشته باشید.

همان‌طور که برای هر هفته کاری برای شغل‌تان برنامه‌ریزی می‌کنید و ساعات کار و جلسات و مسافرت‌های شما مشخص است. برنامه کارهای شخصی و خانوادگی را هم مشخص کنید و بعد برنامه کاریتان را تنظیم کنید.

مثلاً روز خاصی را برای بیرون رفتن با خانواده، مهمانی، مسافرت، مخصوصن بازی با بچه‌ها مشخص کنید. البته خیلی از این کارها باید روزانه انجام شوند. حداقل در روز یک وعده غذایی را در کنار خانواده باشید.

کسی بابت اینکه با خانواده وقت می‌گذرانید به شما پولی پرداخت نمی‌کند اما بهترین بازگشت سرمایه‌گذاری را دارد.

می‌توانید برنامه ورزش و گردش را با خانواده هماهنگ کنید و با اعضای خانواده ورزش کنید. نمی‌خواهم با پیشنهادهایم ذهنتان را محدود کنم. خودتان کارآفرین و مدیر هستید بنابراین با کمی فکر کردن هزاران راه جذاب و مؤثر پیدا خواهید کرد. از مشاوران ارشدتان یعنی اعضای خانواده کمک بگیرید. گاهی با چند دقیقه صحبت کردن راه‌های جالبی پیدا خواهید کرد.

لیست خوشحالی داشته باشید.

اگر در زندگی کمی احساس ناامیدی می‌کنید و یا احساس می‌کنید خیلی خوشحال نیستید یک برگه در دفتر برنامه‌ریزی‌تان بچسبانید و هرروز یک مورد از خوشحالی‌هایتان را بنویسید.

این نوع نوشتن‌ها باعث می‌شود ذهنتان به خوشی‌ها عادت کند و دائم فکرهای خوشحال‌کننده و خوب به ذهنتان بیایند. معمولن اوایل که شروع به نوشتن لیست خوشحالی می‌کنید فکر می‌کنید چیزی به ذهنتان نمی‌آید. ولی خودتان را مجبور کنید روزی حداقل یک خوشحالی را در دفترتان بنویسید. بعد از یک ماه ده‌ها دلیل خوشحالی دارید که به شما انرژی می‌دهد.

مثلن: من می‌توانم نفس بکشم

من سالم هستم.

من می‌توانم بخوانم.

من فلان دوست را دارم.

من اسمم را دوست دارم.

و...

شاید دلایل زیادی هم برای خوشحال نبودن وجود دارند که معمولن زودتر به ذهن می‌آیند. ولی حتی یک دلیل یا بهانه منفی را ننویسید. فقط دلایل خوشحالی‌ها حتی اگر خیلی کوچک باشند.

من موبایل دارم.

من چشم دارم.

من می‌توانم حرف بزنم.

من می‌توانم چیزی بخورم.

من می‌توانم گوش کنم.

من ماشین دارم.

من خانه دارم.

و...

روزی یک مورد را اضافه کنید. بعد از یک سال بیش از ۳۶۵ بهانه برای خوشحال بودن دارید.

بخشش‌های متنوع داشته باشید.

همیشه کمک کردن مالی نیست. خیلی وقت‌ها کمک‌های فکری اثرشان خیلی بیشتر و ماندگارتر است. می‌توانید تجربیات ارزشمندتان را در اختیار دیگرانی که لازم دارند قرار دهید.

گاهی اوقات محبت کردن هم نوعی بخشش است. اگر حتی هیچ چیزی برای بخشش ندارید محبت کردن به دیگران را تجربه کنید.

بخشش باید به یکی از عادات روزانه تبدیل شود. من به شما تضمین می‌دهم که نرخ سوددهی در بخشش بیش از ۱۰ برابر است. خالصانه ببخشید و توقع برگشت نداشته باشید. زمانی نتیجه بخشش با سود چند برابر به شما برگشت خواهد خورد که خودتان هم باورتان نمی‌شود. امتحان کنید. بهانه نیاورید. از بخشش‌های کوچک شروع کنید. اشتباهات دیگران را ببخشید. کارهای بد دیگران را با خوبی‌ها جبران کنید.

یادگیری مهم‌ترین کار یک کارآفرین

شما به عنوان یک کارآفرین یک فرد معمولی نیستید. فردی جسور و بااراده هستید که شهامت ریسک کردن را دارید. چون در حال مطالعه این کتاب هستید. پس مطمئن باشید که نتیجه این تلاشتان را روزی خواهید دید.

یک کارآفرین باید دائم در حال یادگیری فن‌ها و علم‌های موردنیاز برای کسب‌وکار و شغلش باشد. باید عادت کنید حداقل ۱-۳ ساعت در روز را به یادگیری اختصاص دهید؛ و این کار را هرروز انجام دهید حتی زمانی که احساس می‌کنید همه‌چیز را می‌دانید. مطمئن چیزهای جدیدی هستند که باید یاد بگیرید.

کار مهم دیگری که در کنار یادگیری باید انجام دهید اجرا کردن دانسته‌هایتان است. این به این معنی نیست که هر چیزی که یاد گرفتیم از فردا در کارمان وارد کنیم. اگر این کار را بکنید کارتان را با مشکل مواجه می‌کنید. نکاتی که یاد می‌گیرید را باید پخته کنید و بعد در کارتان امتحان کنید.

خلاصه کتاب چه طور بود؟

- اگر حداقل یک ایده کوچک از خلاصه شش فصل اول کتاب به ذهن شما رسید چرا تمام کتاب را مطالعه نمی‌کنید؟
- خواندن کل کتاب چند ساعت بیشتر زمان لازم ندارد ولی می‌توانید زندگی دلخواه‌تان را با کمک آن بسازید.
- پس همین الان اقدام کنید و کتاب را سفارش دهید.
- برای سفارش می‌توانید به سایت modir12.ir مراجعه کنید.
- یا با شماره ۰۲۶۳۲۷۷۶۹۵۱ تماس بگیرید.
- یا عدد ۱۵ را به شماره ۳۰۰۰۲۶۳۵۷۷۶۹۵۱ پیامک کنید.
- شما می‌توانید کتاب را با تعداد بیشتر و تخفیف‌های باور نکردنی تهیه کنید و به دوستان و همکارانتان هدیه دهید. برای سفارش تعداد بیشتر از ۵ نسخه لطفن با ما تماس بگیرید.

فصل ۵:

۱۲ عادت عمیق

زندگی را عادت‌ها می‌سازند.

روش زندگی ما از تعدادی عادت تشکیل شده است. خیلی از این عادت‌ها تبدیل به عادت‌های عمیق شده‌اند. عادت‌ها کارهایی هستند که تقریباً به صورت ناخودآگاه انجام می‌شوند. اگر عادت‌ها خیلی عمیق باشند با کمترین توجه و مصرف انرژی انجام می‌شوند. مثل غذا خوردن، خوابیدن، صحبت کردن، رانندگی، راه رفتن و...

تغییر عادت‌ها کار بسیار سخت و زمان بری است؛ اما اگر قصد پیشرفت و موفقیت دارید چاره‌ای نیست جز اینکه حداقل برخی از این عادت‌ها را تغییر دهید و یا عادت‌های جدیدی اضافه کنید. مثلاً شاید از تناسب‌اندام خود راضی نیستید. احتمالاً چند عادت در وجودتان هست. مثلاً زیاد می‌خورید یا غذاهای مناسب نمی‌خورید یا اینکه تحرکتان کم است. پس اگر می‌خواهید به تناسب‌اندام برسید باید این عادت‌ها را با عادت‌های مناسب‌تری جایگزین کنید.

برای موفق شدن در زندگی و کسب کار چاره‌ای جز ایجاد عادت‌های خوب نیست. درواقع عادت‌های خوب ابزار موفقیت هستند.

به احتمال زیاد شما نیاز به تغییر عادت‌های زیادی در زندگی و کسب و کارتان خواهید داشت. اصلن نگران نباشید در این کتاب به صورت مفصل در مورد عادت‌های مورد نیاز و روش‌های تغییر یا ایجاد این عادت‌ها توضیح داده شده است. فقط باید بخواهید، انتخاب کنید و عمل کنید.

اقدامات کوچک نتایج بزرگ

تاکنون قهرمانان ورزشی را دیده‌اید که مثلاً ۲۰۰ کیلوگرم وزنه را به راحتی بالای سر خود می‌برند و یا ساعت‌ها رکاب می‌زنند؛ اما چگونه توانسته‌اند به چنین نتایج بزرگی برسند؟ این افراد قطعاً یک شبه یا حتی یک ساله هم به این نتایج بزرگ نمی‌رسند. بلکه هرروز با اقدامات کوچک ولی مداوم شروع می‌کنند و کارهای خیلی ساده و کوچک را هرروز تمرین و تکرار می‌کنند.

ما به عنوان مدیر باید برای موفقیت در زندگی و کسب و کار یکسری از کارها را هرروز تکرار و در آن‌ها پیشرفت کنیم.

کارهای مهمی که باید عادت شوند:

شش کار مهمی که فکر می‌کنید برای زندگی و کار بهتر باید انجام دهید و به عادت در شما تبدیل شوند را مشخص کنید. همراه به صورت متمرکز برای عادت کردن به کارهای مهم تلاش کنید. چند کار مهمی که یک فرد موفق باید به آن‌ها عادت کند و همیشه انجام دهد:

ورزش منظم

مطالعه حداقل روزی یک ساعت

اختصاص وقت به خانواده و اطرافیان حداقل ۴-۵ ساعت در روز

برنامه‌ریزی روزانه حداقل نیم ساعت در روز

فکر کردن و حل مشکلات زندگی و کار حداقل یک ساعت در روز

رشد کسب و کار و اجرای ایده‌ها

و...

برنامه عادت جدید را علنی کنید.

برای ایجاد مسئولیت بیشتر می‌توانید عادت‌ی که می‌خواهید ایجاد کنید را علنی کنید. من چند دوست دارم که به شدت پیگیرم هستند. مثلن وقتی می‌خواهم کتابی بنویسم به آن‌ها زنگ می‌زنم و اعلام می‌کنم که فلان کتاب را تا تاریخ مشخصی می‌نویسم.

دوستانم در تاریخ تعیین شده زنگ می‌زنند و پیگیر می‌شوند و اگر کتاب تمام نشده باشد خجالت می‌کشم؛ بنابراین از ترس خجالت پیش دوستان تمام تلاشم را می‌کنم و معمولن چند روز زودتر از زمان تعیین شده خودم خبر اتمام کار را به ایشان اعلام می‌کنم.

اگر بتوانید فرد مناسبی را برای همراهی و پیگیری انتخاب کنید کارتان خیلی سریع‌تر و راحت‌تر پیش می‌رود. افرادی هستند که در ماه میلیون‌ها تومان به یک مشاور پرداخت می‌کنند که برای یک کار ساده مثل رژیم لاغری پیگیرشان باشد و به آن‌ها انگیزه دهد.

دوستان و اطرافیان با انگیزه و با دیدگاه مثبت می‌توانند سرعت موفقیت شما را چند برابر کنند؛ بنابراین در معاشرت با افراد اطرافتان خیلی دقت کنید. مثلاً اگر می‌خواهید عادت مطالعه را در خود ایجاد کنید با افرادی معاشرت کنید که در روز حداقل چند ساعت مطالعه می‌کنند نه با کسی که حتی سالی یک کتاب هم نمی‌خواند. علنی کردن کارها به شما انگیزه می‌دهد که کاری را به نتیجه برسانید. حتی اگر گاهی انگیزه‌تان کم شد اطرافیان این انگیزه را به شما خواهند داد.

در یک سال چقدر تغییر می‌کنید؟

پیشرفتی که در یک سال دارید ناشی از عادت‌هایی است که در خودتان ایجاد کرده‌اید. اگر همراه فقط یک عادت خوب و تأثیرگذار در خودتان ایجاد کرده باشید در پایان سال ۱۲ عادت تعیین‌کننده دارید. داشتن ۱۲ عادت جدید زندگی شما را متحول می‌کند. ۱۲ عادت به حدی زیاد است که احساس می‌کنید فرد دیگری هستید؛ اما شما خودتان هستید ولی با عادت‌های بسیار خوب و لذت‌بخش. برنامه ایجاد عادات خوب را همیشه ادامه دهید. بعد چند سال وجود شما پر از عادت‌های عمیق و تأثیرگذار است که سرعت پیشرفت شما و لذت بردن از زندگی را چند برابر می‌کند. اولین عادتی که باید در خودتان ایجاد کنید چیست؟ این عادت خوب را جایگزین چه عادت نامناسبی می‌کنید؟ با اعضای خانواده بدرفتاری می‌کنید می‌توانید لبخند را جایگزین کنید. زیاد می‌خواهید؟ ورزش را جایگزین کنید. تلویزیون زیاد نگاه می‌کنید. فیلم‌های آموزشی را جایگزین برنامه‌های تلویزیونی کنید.

فصل ۶:

ساخت و بازسازی کسب و کار

ترس از کارآفرینی

آمارها نشان می‌دهد که از هر ۱۰۰ کسب و کاری که توسط کارآفرینان در زمینه‌های مختلف ایجاد می‌شوند فقط ۶۰ کسب و کار می‌توانند اولین سالگرد تأسیسشان را جشن بگیرند. از این ۶۰ کسب و کار باقی‌مانده احتمالاً فقط ۱۲ کسب کار به ۵ سالگی می‌رسند و بقیه حذف می‌شوند. خبر بدتر این است که از این ۱۲ کسب و کار باقی‌مانده، کمتر از یکی از آنها به ۱۰ سالگی می‌رسد.

پس حق دارید که از کارآفرینی بترسید. تلفات در کارآفرینی و کسب و کارها بسیار زیاد است. تعداد کسب و کارهایی که عمری بیش از ۵۰ سال یا حتی ۲۰ سال دارند بسیار محدود و انگشت‌شمار است.

از کارهای خیلی کم ریسک و کوچک شروع کنید.

در شروع کار دقت کنید که از کارهای با سرمایه بسیار اندک و ریسک‌های کمتر استفاده کنید؛ که اگر شکستی در کار بود کمرشکن نباشد و بتوانید خیلی سریع دوباره کار جدیدی شروع کنید.

اگر هم کسب و کاری دارید که فکر می‌کنید خیلی بازدهی خوبی ندارند مطمئن باشید مشکل از خود شماست و باید هرچه سریع‌تر برای پیشرفت آن کاری انجام دهید وگرنه خیلی زود ورشکست می‌شوید یا مجبور می‌شوید خودتان کارتان را تعطیل کنید.

نبود سرمایه بدترین بهانه!

حتمن در اطرافیان‌تان کسانی هستند که یا کاری را شروع نکرده‌اند و یا در کاری شکست خورده‌اند. اگر از آن‌ها دلیل شکستشان را بپرسید قطعاً مهم‌ترین دلیلشان نبود یا کمبود سرمایه خواهد بود. افراد شکست خورده تمرکزشان را از خودشان برداشته‌اند و فقط روی پول متمرکز شده‌اند. پول و سرمایه بدون وجود یک کارآفرین یا فرد توانمند هیچ‌گاه نمی‌تواند موفقیتی ایجاد کند. افراد خیلی زیادی وجود دارند که سرمایه‌های نسبتاً خوبی در اختیارشان قرار گرفته است؛ اما خیلی زود تمام آن را نابود کرده‌اند.

شغلتان را از دست ندهید.

یک‌راه این است که همین شغلی که دارید را خوب حفظ کنید. برای حفظ شغلتان یک‌راه بیشتر وجود ندارد. باید دائماً به‌روز باشید و پیشرفت کنید تا بتوانید شغلتان را حفظ کنید. اگر رشد نکنید یعنی دارید پسرفت می‌کنید و به‌زودی شکست خواهید خورد و شغلتان را از دست می‌دهید. اگر کمی سرعت پیشرفتتان را بیشتر کنید و دیدتان را وسیع‌تر کنید می‌توانید شغلتان را تبدیل به یک کسب و کار کنید. اگر به‌صورت اصولی کسب و کار ایجاد کنید نه تنها درآمدتان چند برابر می‌شود و برای دیگران شغل ایجاد می‌کنید بلکه خودتان هم فرصت بیشتری برای بهبود کیفیت زندگی‌تان خواهید داشت.

خلاصه شش فصل اول کتاب ۱۲ ماه یا ۱۲ سال؟

ساخت و بازسازی کسب و کار

دوستانی دارم که به حدی درگیر شغلشان هستند که بزرگ شدن بچه‌هایشان را ندیدند، یک‌مرتبه متوجه شده‌اند که ۵۰ ساله شده‌اند، موهایشان سفید شده البته اگر نریخته باشند! چندین کیلو اضافه‌وزن دارند و چندین بیماری را هم در خودشان به یادگار گذاشته‌اند.

بله خیلی از این مشکلاتی که در ما وجود دارد باعث‌وبانی آن‌ها خودمان هستیم. نمی‌خواهم بهانه‌گیری را یاد شما بدهم. همه ما به‌اندازه کافی در بهانه آوردن مهارت داریم! مشکلات خانوادگی، جامعه، دولت، گرم شدن کره زمین، وضعیت اقتصادی، وام، بدهی و...

تفاوت کسب و کار با شغل

کسب و کار با شغل تفاوت دارد. کسب کار یک سیستم است که می‌تواند زنده بماند و درآمد ایجاد کند. کارآفرین، خالق کسب و کار است و عوامل مختلف را طوری در کنار هم قرار می‌دهد که بتوانند حتی بدون حضور کارآفرین تولید یا خدمات داشته باشد.

گاهی اوقات فردی یا گروهی از افراد خدمات یا تولیدی دارند که وابسته به یک فرد خاص است. مثلاً یک پزشک زمانی که خودش کاری انجام می‌دهد و درآمد دارد. این نوع از فعالیت‌ها درواقع نوعی خوداشتغالی است. به‌طوری که اگر فرد یک روز کار نکند درآمدی ندارد.

بنابراین کسب و کار و خوداشتغالی باهم تفاوت دارند؛ اما وجه مشترک و اصول یکسانی بین کسب و کار و خوداشتغالی وجود دارد. اگر فردی شغل خوبی داشته باشد به راحتی می‌تواند آن را تبدیل به یک کسب و کار کند.

خلاصه شش فصل اول کتاب ۱۲ ماه یا ۱۲ سال؟

ساخت و بازسازی کسب و کار

خوداشتغالی با استخدام تفاوت دارد. به طوری که در سیستم استخدام شما ممکن است بخشی از یک کسب و کار یا سازمان دولتی و یا خصوصی باشید. زمانی که استخدام شدید باید متناسب با فرهنگ سازمان و شرح وظایفی که داده شده فعالیت کنید و در تغییر سیستم دخل و تصرف زیادی ندارید. در استخدامی شما حقوقتان را از دولت یا ریاستان می گیرید.

این کتاب برای افراد خوداشتغالی نوشته شده که شهامت داشته اند و خودشان شغلی ایجاد کرده اند و حقوقشان را از مشتریان می گیرند. مثلن شاید تعمیرگاه دارید، فروشگاهی دارید، کارخانه دارید، پزشک، وکیل، مهندس، مشاور، خواننده، موسیقی دان، کشاورز، دام پرور، مربی و یا هر شغل مشابهی دارید. به شما تبریک می گویم شما برای خودتان شغلی ایجاد کرده اید که نشان دهنده شهامت و جسارت شما بوده است.

مشکل فارغ التحصیلان بیکار!

پیدا کردن شغل در مورد فارغ التحصیلان دانشگاه مشکل سازتر است. چون این افراد یکسری مهارت های علمی در دانشگاه به دست آوردند و بعد منتظر می مانند که شغلی متناسب با تحصیلاتشان پیدا شود.

مشکل اساسی تر این است که بسیاری از مهارت های ضروری برای شغل های مختلف در هیچ دانشگاهی آموزش داده نمی شود. چون هر کدام از فرصت های کاری، مهارت های اجرایی خاصی لازم دارند.

می توانید چند ماهی را رایگان در جایگاه مورد علاقه تان کار کنید. یا حتی در موقعیت های مشابه تجربه کاری پیدا کنید. به هر حال باید از جایی شروع کنید. راه ساده تری هم وجود دارد می توانید بهانه بیاورید!

ساخت و بازسازی کسب و کار

خلاصه شش فصل اول کتاب ۱۲ ماه یا ۱۲ سال؟

اگر چند سال تلاش کردید و همه راه‌های موجود را رفتید و شغلی پیدا نکردید شاید بهتر باشد ادامه کتاب را بخوانید و به یک کارآفرین یا خود اشتغال تبدیل شوید. شاید زندگی کارآفرینی هم برای شما خوب باشد و بتوانید در آن موفق باشید.

دوستی دارم که حدود ۵ سال است فارغ‌التحصیل شده ولی هنوز بیکار است. هرروز اخبار را گوش می‌کند و عدد نرخ بیکاری که توسط دولت اعلام می‌شود را ثبت می‌کند. در سال شاید چند جایی هم برای مصاحبه کاری می‌رود اما همیشه رد می‌شود. شاید چون هیچ مهارت کاربردی متناسب با هیچ کاری ندارد. البته فقط در بهانه‌گیری مهارت زیادی دارد. هیچ‌کس و هیچ سازمانی کارمندان یا کارگران بهانه‌گیر را دوست ندارد.

بهانه‌گیری برای شروع ممنوع!

قرار شد بهانه پیدا نکنید. راهی پیدا کنید که کسب و کاری را شروع کنید. شاید نتوانید جزئیات کسب و کار اصلی و آینده‌تان را تصور کنید اما باید شروع کنید. به‌مرور آینده و تصویر واقعی کسب و کارتان را ایجاد خواهید کرد.

شروع کار معادل ۵۰ درصد کار است. پس همین الان شروع کنید. از فردا نه از هفته یا ماه آینده و از سال آینده نه. از همین امروز و همین الان کسب و کارتان را شروع کنید. خیلی کوچک و کم ریسک. فقط شروع کنید. شروع کردید یعنی ۵۰ درصد به موفقیت رسیده‌اید.

تبدیل تخصص به پول

یکی از مهارت‌های لازم برای هر کس و در هر سطحی، تبدیل تخصص به درآمد است. قطعاً این آموزش‌ها فقط با سر کلاس نشستن و یا جزوه و کتاب به دست نمی‌آیند. اگرچه کتاب و کلاس روش خیلی خوب و ارزانی برای یادگیری است و حتمناً هم باید باشد؛ اما آموزش اصلی با انجام ریسک‌های کوچک و تجربه کردن به دست می‌آید.

تجربه معلم سختگیری است ابتدا امتحان می‌گیرد و بعد درس می‌دهد. من این جمله را خیلی دوست دارم. کاش در مدارس و دانشگاه‌ها هم ابتدا امتحان می‌گرفتند و بعد درس می‌دادند تا دانش آموزان و دانشجویان بدانند چه چیزی باید یاد بگیرند.

ما چیزهایی در مدارس و دانشگاه‌ها یاد گرفته‌ایم که حتی در عمرمان یک‌بار هم مورد استفاده قرار نمی‌گیرند و نخواهند گرفت. از طرفی هزاران نکته و علم در کار و زندگی لازم داریم که معمولاً در مدارس و دانشگاه‌ها آموزش داده نمی‌شوند و باید هرچه سریع‌تر خودمان دست‌به‌کار شویم و از جایی یاد بگیریم. البته در برخی مدارس و دانشگاه‌ها بهانه‌گیری را به صورت حرفه‌ای آموزش می‌دهند؛ که از اساتید و مربیان زحمتکش رشته تخصصی بهانه‌گیری همین‌جا تقدیر می‌کنم!

خلاصه کتاب چه طور بود؟

- اگر حداقل یک ایده کوچک از خلاصه شش فصل اول کتاب به ذهن شما رسید چرا تمام کتاب را مطالعه نمی کنید؟
- خواندن کل کتاب چند ساعت بیشتر زمان لازم ندارد ولی می توانید زندگی دلخواه تان را با کمک آن بسازید.
- پس همین الان اقدام کنید و کتاب را سفارش دهید.
- برای سفارش می توانید به سایت modir12.ir مراجعه کنید.
- یا با شماره ۰۲۶۳۲۷۷۶۹۵۱ تماس بگیرید.
- یا عدد ۱۵ را به شماره ۳۰۰۰۲۶۳۵۷۷۶۹۵۱ پیامک کنید.
- شما می توانید کتاب را با تعداد بیشتر و تخفیف های باور نکردنی تهیه کنید و به دوستان و همکارانتان هدیه دهید. برای سفارش تعداد بیشتر از ۵ نسخه لطفن با ما تماس بگیرید.