

اهدافمان را به چه اشخاصی نباید بگوییم؟

بازگو کردن اهداف با دیگران، چرا و با چه کسانی؟



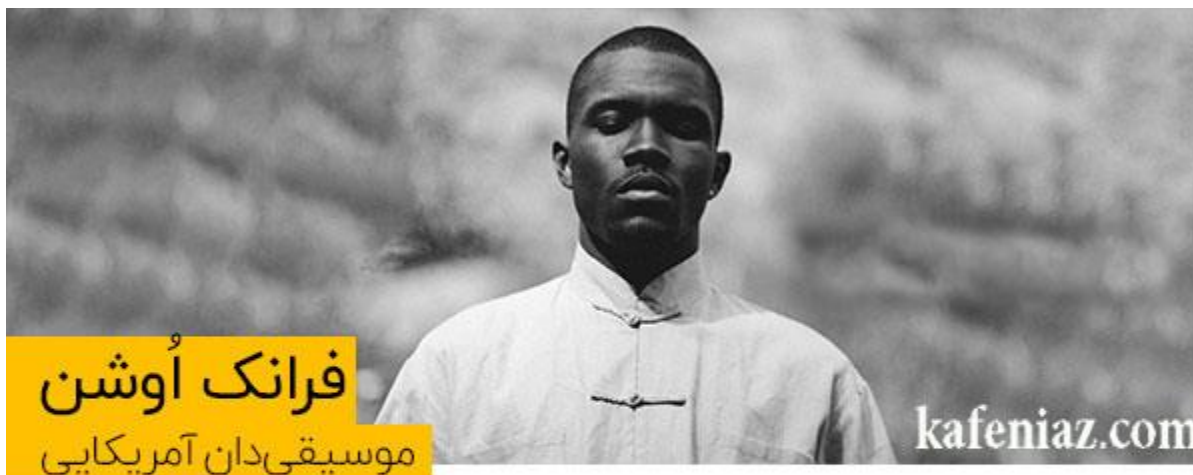
همه‌ی ما در زندگی کم و بیش اهدافی داریم. بعضی از اشخاص به تمام اهدافشان می‌رسند و بعضی دیگر فقط وقت تلف می‌کنند. تصویری که در گروه دوم وجود دارد این است که هدفی را که تعیین می‌کنند به همه اشخاص اطراف خودشان اعلام می‌کنند تا به قول خودشان چون همه می‌دانند پس باید آن را انجام دهم. اما این تصویری کاملاً اشتباه و مرگبار است.

زمانی که شما هدفی را تعیین می‌کنید و به دیگران حتی اگر قابل اعتماد هم باشند، اعلام کنید کافیست که جمله‌ی "یعنی واقعاً این عملی است؟" یا "نمی‌دونم، شاید هم بتونی انجامش بدی" از طرف مقابل بشنوید. این دو جمله چون بار منفی دارد مطمئن باشید که شما را به فکر فرو می‌برد و به خودتون می‌گوید "نکنه نشه؟". "یعنی واقعاً عملی میشه؟". "نکنه این بار هم شکست بخورم؟"

قدرت فکر منفی ۷۰ برابر فکر مثبت هست. این جملات بار منفی خیلی زیادی دارند و زمانی که می‌خواهید اهدافتان را با دیگران مطرح کنید، خیلی باید حواستان جمع باشد.

این گونه افراد به سه دسته تقسیم می‌شوند:

۱. اشخاصی که به دنبال اهداف خودشان نیستند



در سکوت به تلاشت ادامه بده، بگذار موفقیت هایت به جای تو حرف بزنند.

خیلی از مردم در زندگی فقط دنباله رو دیگران هستند و چشم به دست دیگران دوخته‌اند تا نانی به دست بیاورند و به اصطلاح برای اهداف دیگران تلاش می‌کنند. این اشخاص چون خودشان هدفی ندارند پس به شما هم پیشنهاد می‌کنند که در زندگی نیازی نیست که تغییر کنید. این شخص دوست دارد که با شما در یک سطح از زندگی باشد و مایل نیست شما را بالاتر از خودش ببیند.

دوست بودن با افراد منفی و اشخاصی که هدفی در زندگی ندارند باعث می‌شود که شما هم دنباله رو آنها باشید و به جای اینکه تلاش و کوشش کنید و به هدف خود برسید، در همان جایی که هستید، می‌مانید. بهترین راه ممکن این است که افراد منفی را از زندگی خود بیرون کنید و باورهای مثبت را جایگزین باورهای منفی کنید، و این همان باورهای افراد موفق است.

برای تغییر باورها سعی کنید که از تلقین‌های مثبت و ضمیر ناخودآگاه خودتان کمک بگیرید. همیشه به خودتان بگویید که:

من بهترینم

من خوشبختم

من ثروتمندم

من به اهداف خودم رسیدم

و ...

این تلقین‌های مثبت رو به کار ببرید. در ابتدای کار امکان دارد که به مشکل بر بخورید اما با گذشت زمان این باورهای مثبت جایگزین باورهای غلط و منفی می شود.

با کنار گذاشتن افراد منفی خواهید دید که احساس تردید برای رسیدن به اهدافتان از بین خواهد رفت و خود را در مرتبه و جایگاهی خواهید دید که می‌توانید به هر هدفی که تعیین کردید، برسید.

۲. دسته دوم اشخاصی هستند که فقط هدف شما را تحسین می‌کنند

از بازگو کردن اهدافتان برای اشخاصی که فقط به تحسین اهدافتان می پردازند، بترسید



kafeniaz.com

حس پذیرفته شدن در نزد همه‌ی مردم وجود دارد. اگر هدفی تعیین و به دیگران اعلام می‌کنید، مایل هستید که شما را تحسین کنند. این تحسین کردن باعث بالا رفتن اعتماد به نفس و عزت نفس ما می‌شود. اما این کاری اشتباه است. چرا که مردم فقط هدف شما را تحسین می‌کنند.

اگر قرار بر این باشد که شما اهداف خودتان را به دیگران بگویید ولی هیچ اقدام یا عملی برای دستیابی به هدفتان در کار نباشد، چه فایده‌ای دارد؟

اگر اطرافیان ما برای اهدافی که تعیین کرده‌ایم ما را تحسین کنند این کار فقط باعث می‌شود که در ذهن داشته باشیم که یک هدف داریم ولی امکان دارد که شهادت حرکت برای رسیدن به آن را نداشته باشیم.

اگر هدفی را به اشخاصی که دوست دارید بیان می‌کنید، به این نکته توجه کنید که از گفتن تا عمل راهی دراز وجود دارد. اقدام و عمل مقدمه‌ای است برای رسیدن به هدف. تحسین و تبریک‌های اطرافیان خودتان را در ذهن و ضمیر ناخودآگاهتان ذخیره نمایید و در هنگام مواجه شدن با مشکل از آن استفاده نمایید.

۳. اشخاصی که همیشه منفی هستند و از همه کس انتقاد می‌کنند

اهدافتان را با افراد منفی و منتقد بازگو نکنید



سعی نکنید با افرادی که همیشه و همه جا از همه کس انتقاد می‌کنند رابطه داشته باشید و هدفتان را بازگو کنید. اگر در ابتدای کار هستید یعنی شما اعتماد به نفس لازم را دارید تا زمانی که به شخصی اهدافتان را بازگو نکرده‌اید. زمانی که به یک شخص منتقد بازگو کردید با بیان کردن جملاتی مانند: "این هدفی که تو انتخاب کردی خیلی از اشخاص دیگه هم انتخاب کردند ولی موفق نشدند." یا "دولت نمیزاره که تو وام بگیری" و ...

از نظر یک منتقد شاید وی نیت خیری داشته باشد اما در هر حال او شخصی محافظه کار است و دوست ندارد که شما وارد مسیری شوید که اشتباهی در آن باشد.

سعی کنید با این گونه افراد کمتر در ارتباط باشید و مواقعی اهدافتان را برای آنها بازگو کنید که به نتایج خوبی رسیده باشید. در موارد چون این اشخاص منتقد هستند می‌توانند بازخورد خوبی از مسائل مربوط به هدف‌هایمان را به ما گوشزد کنند.