



پیروزی، یک اتفاق نیست

اهداف آموزشی

از خوانندگان محترم انتظار می‌رود پس از مطالعه بتوانند:

- موفقیت را تعریف کنند.
- ابعاد موفقیت را نام برده و هر یک را مختصر شرح دهند.
- هشت نکته کسب موفقیت را از نظر «ریچارد سنت جان» توضیح دهند.
- توصیه‌های نه‌گانه «برایان تریسی» برای کسب موفقیت را بیان کنند.
- اصول هفت‌گانه موفقیت در زندگی را شرح دهند.
- پنج گام طراحی موفقیت را بیان کنند.

جواد فرحی شاهگلی

کارشناس مسؤول بهورزی
دانشگاه علوم پزشکی تبریز



فریبا واسعی

مربی مرکز آموزش بهورزی
دانشگاه علوم پزشکی تبریز





مقدمه

بدون شک همه انسان‌ها در جستجوی موفقیت هستند، اما هرکسی موفقیت خود را در رسیدن به یک نقطه خاص و تعیین شده تعریف می‌کند. موفقیت راه میان‌بری ندارد اما راه‌های مختلفی برای رسیدن به آن مطرح است. یعنی همه کسانی که حتی هدف یکسانی برای موفقیت دارند، راه‌های مختلفی برای دستیابی به آن در پیش می‌گیرند. در این مقاله سعی شده است به اختصار چندین دیدگاه و راهکار که با سیستم فرهنگی و شغلی مخاطبان مجله قرابت بیشتری دارند ارایه شود. به نظر می‌رسد استفاده تلفیقی و ترکیبی از راهکارهای ارایه شده توسط صاحب‌نظران مختلف، نتایج موفقیت‌آمیزتری در پی خواهد داشت.

تعریف موفقیت

کسب موفقیت، اصلی‌ترین و مهم‌ترین عامل و انگیزه تلاش انسان‌ها است. گرچه هرکس، تعریف خاصی از موفقیت دارد اما ویژگی مشترک در تمام تعاریف «داشتن هدف» است. به نحوی که هر فرد با توجه به روحیات و خلیات خود هدفی را انتخاب و بر حسب میزان تحقق هدف، درجه‌ای از موفقیت را برای خود تعیین می‌کند. به عبارتی موفقیت برداشت درونی فرد است. ولی تعریف جامع و کامل آن عبارتست از: «به سرانجام رساندن هر کاری با بیشترین فایده و تاثیر بر زندگی فرد».

ابعاد موفقیت

موفقیت دارای ابعاد فردی، سازمانی و کلان است. **بعد فردی:** یعنی فرد با تکیه بر توانایی‌های ذاتی خود و البته با تلاش و کوشش بتواند به موفقیت برسد. خودشناسی، ایمان به اعتقادات، هدف‌گذاری، خودباوری، کنترل قدرت و تمایلات فردی از بارزترین نشانه‌های بعد فردی موفقیت است. همه افراد می‌توانند با کشف این بعد در دنیای درونی، زمینه ساز موفقیت خود باشند. **بعد سازمانی:** علاوه بر ابعاد فردی عوامل بیرونی از جمله دوست، خانواده، فامیل و همکار می‌توانند در موفقیت فرد سهیم باشند. گرچه در بعد سازمانی تنها یک نفر

به عنوان فرد موفق شناخته می‌شود. اما در حقیقت، کسانی نیز در پشت پرده وجود دارند که موفقیت کسب‌شده نتیجه تلاش‌های همه آن‌ها است. برای مثال شرکتی که دستاوردهای مهمی در کارنامه فعالیت‌های خود دارد، موفقیتش تنها متوجه یک نفر نبوده بلکه افراد زیادی در این موفقیت سهیم هستند. **بعد کلان:** کشورهای توسعه یافته مثال بارزی برای بعد کلان هستند. این کشورها با توجه به استقلال مالی و سایر شرایط مطلوب می‌توانند براحتی با ترکیب فناوری و ثروت، قله‌های موفقیت را فتح کنند.



موفقیت راه میان‌بری ندارد اما راه‌های مختلفی برای رسیدن به آن مطرح است. یعنی همه کسانی که حتی هدف یکسانی برای موفقیت دارند، راه‌های مختلفی برای دستیابی به آن در پیش می‌گیرند.

عوامل موفقیت در کار

موفقیت در محیط کار چیزی بیش از داشتن توانایی انجام کارهایی است که شما برای آن استخدام شده‌اید. این موفقیت از چند عامل ناشی می‌شود. نخست درک چگونگی کار سازمان، دوم دریافت جنبه‌های ویژه کارهای انجام شده در یک سازمان خاص و سوم آموختن نحوه سازگاری با محیط کار است تا در نهایت بتوانیم صاحب احترام و اعتبار شویم. در ادامه توصیه‌ها و علل موفقیت در کار از منظر چند صاحب نظر ارائه می‌شود.

علل موفقیت از دیدگاه «ریچارد سنت جان»

در بررسی علل موفقیت، پرسش مهم این است که چرا برخی از مردم موفق می‌شوند و برخی دیگر نه؟ آیا باهوش بودن یا خوش شانس بودن دلیل موفقیت این افراد است؟ «ریچارد سنت جان» هیچ‌یک از این دو عامل را دلیل موفقیت نمی‌داند. از دیدگاه وی، افراد موفقیت را در زمان انجام کاری که به آن عشق می‌ورزند، به دست می‌آورند. او به طور خلاصه هشت مورد زیر را برای کسب موفقیت در کار توصیه می‌کند:

۱. اشتیاق به موفقیت را حفظ کنید (حفظ انگیزه در طی مسیر): نخستین عامل موفقیت، اشتیاق است. افراد موفق کاری را انجام می‌دهند که به آن عشق می‌ورزند و تنها کسب درآمد به آن‌ها انگیزه بیشتر نمی‌دهد.
۲. کار برایتان مثل تفریح باشد: دومین عامل ضروری موفقیت، کار و تلاش است. هیچ چیز آسان به دست نمی‌آید و کار و تلاش هم به نوبه خود مفرح و سرگرم‌کننده است. انجام کاری که به آن اشتیاق داریم مثل یک تفریح و سرگرمی موجب ارتقای انرژی درونی می‌شود.
۳. تمرین مداوم داشته باشید: موفق شدن عجیب و وابسته به یک فرمول جادویی نیست و تنها نیازمند تکرار و تمرین مستمر و مداوم است.
۴. تمرکز بر هدف واحد: برای موفق شدن باید تنها بر روی یک هدف تمرکز کرد.

۵. اراده ترغیب کننده: افراد موفق با اراده قوی خود اعتماد به نفس را در وجودشان تقویت کرده و خود را از تردید و خجالت رها می‌کنند.

۶. ارائه خدمات ارزشمند: خدمت کردن به دیگران یکی از عوامل موفقیت است.

۷. ایده‌های ناب و خلاق: پرورش ایده‌های ناب و ارزشمند از دیگر عناصر لازم برای دستیابی به موفقیت است.

۸. مقاومت در برابر ناملايمات: برای کسب موفقیت باید در برابر شکست و ناملايمات مقاومت کرده و در مقابل انتقادها، طرد شدن‌ها و فشار آزار دیگران جا نزنید.

توصیه‌های «برایان تریسی» برای موفقیت در کار و زندگی

برایان تریسی از معروف‌ترین و برترین سخنرانان، مربیان و نویسندگان دنیا توصیه‌های زیر را برای موفقیت در زمینه‌های رشد و توسعه فردی، رهبری، مدیریت زمان، کسب و کار و فروش ارائه می‌کند:

• توجه به آموزش: افراد باید از روندها و تغییرات زمینه کاری خود مطلع و به روز باشند. آموزش و یادگیری





و اساس قدرتمندی برای داشتن یک زندگی و روابط شخصی و کاری موفق است. انضباط و صداقت باعث می‌شود، فرصت‌های زیادی پیش روی فرد گشوده شود.

اصول هفتگانه موفقیت در زندگی شامل موارد زیر است:

۱. **قانون انگیزه:** انگیزه مهم‌ترین و اصلی‌ترین فرمول موفقیت است. انگیزه و باور به توانایی‌های خود یک ندای درونی است و به واقع گوش دادن به این ندا و پرداختن به آن اولین گام موفقیت است.
۲. **قانون انتظار:** داشتن اعتماد به نفس اصلی‌ترین رکن قانون انتظار است. این قانون می‌گوید: «اگر با اعتماد به نفس در انتظار هدفی باشید که قرار است به آن برسید، آن هدف صد در صد در زندگی شما محقق می‌شود».
۳. **قانون تمرکز:** قانون تمرکز می‌گوید روی چیزی که می‌خواهید به آن برسید یا آن را به دست بیاورید، تمرکز داشته باشید. با این کار به حتم آن خواسته برای شما محقق خواهد شد.
۴. **قانون عادت:** طبق تحقیقات ۹۵ درصد کارهایی که افراد در طول روز انجام می‌دهند بر اساس عادت است. پس با تمرین و تکرار می‌توان کارهای مفیدی مثل ورزش و مطالعه که موفقیت در پی دارند را به عادات روزمره تبدیل کرد.
۵. **قانون انتخاب:** زندگی مملو از چالش، تصمیم‌گیری و

مسأله‌ای است که در طول زندگی باید همواره مورد توجه قرار بگیرد.

- **کسب مهارت:** هر چقدر مهارت‌های بیشتری داشته باشید، فرصت‌های بهتری برای رشد و پیشرفت در شغلتان خواهید داشت. می‌توانید از طریق مطالعه یا کسب تجربیات مختلف، مهارت‌های خود را افزایش دهید.
- **گسترش ارتباطات:** این کار به زمان و تلاش زیادی نیاز دارد و همواره باید در حال افزایش دایره ارتباطات خود باشید. در مواقع لزوم هر یک از افراد می‌توانند به یاری شما آمده و به موفقیت و پیشرفتتان کمک کنند.
- **مدیریت مالی:** مدیریت پول و دارایی بسیار مهم است. اگر به میزان کافی پول داشته باشید می‌توانید از فرصت‌های پیش روی خود استفاده کنید. برای مثال اگر از شغلتان رضایت نداشته باشید، اما به درآمد آن نیاز داشته باشید براحتی نمی‌توانید موقعیت خود را تغییر دهید، اما اگر امکانات و گزینه‌های مختلفی پیش رو داشته باشید در این صورت قادر خواهید بود آزادانه‌تر عمل کنید.
- **برخورداری از عادات کاری خوب:** پرورش عاداتی از قبیل اولویت‌بندی منطقی کارها، فعال بودن، انضباط و دقت داشتن در انجام کارها ضمن ارتقای بهره‌وری منجر به موفقیت می‌شوند.
- **مثبت اندیشی:** داشتن یک دیدگاه مثبت ذهنی در زندگی شخصی و کاری بسیار مفید خواهد بود. لازم است در هر شرایطی جنبه مثبت ماجرا را دیده و به پیش بروید.
- **داشتن ظاهر مناسب:** یکی از بهترین راه‌هایی که می‌توانید خودتان را به دیگران نشان دهید، ایجاد یک تصویر مثبت از خودتان است. البته هدف تظاهر و اغفال دیگران نبوده و آرایه‌های شکیل و تمیز خود و فرآیندها مدنظر است.
- **افزایش خلاقیت:** خلاقیت از مهم‌ترین عوامل موفقیت در زندگی است. گاهی داشتن تنها یک ایده خلاق می‌تواند منجر به ثروت‌آفرینی و کارآفرینی شود.
- **برخورداری از یک شخصیت محکم و دوست‌داشتنی:** احترامی که به دنبال اعتماد دیگران ایجاد شود، پایه

تنها رسیدن به یک موقعیت شغلی یا پول زیاد نیست. همواره تعادل را برقرار کرده و زمانی را برای خود و بهبود ویژگی‌های شخصی اختصاص دهید. ورزش کنید، مدیتیشن و مراقبه داشته باشید، کتاب بخوانید و روابط اجتماعی خود را بهبود ببخشید.

۵. **اصلاح افکار:** مثبت اندیشی یا منفی بافی مطلق می‌تواند به رسیدن به موفقیت صدمه بزند. افکار مثبت و منفی را در تعادل باهم نگه دارید و جنبه‌های خوب و بد اهدافتان را در نظر بگیرید تا در صورت شکست، آسیب نبینید.

نتیجه‌گیری

موفقیت امری تصادفی نیست که بخواهد برای شما یا فرد دیگری اتفاق بیفتد. بسیاری از بزرگان عوامل مختلفی را برای رسیدن به موفقیت مؤثر می‌دانند که برخی از مهم‌ترین آن‌ها ارابه شد. اگر به دنبال فرمولی برای رسیدن به موفقیت هستید، این موارد را با هم تلفیق و جمع‌بزنید، به یقین به نتیجه می‌رسید. به خاطر داشته باشید که داشتن پویایی در کار لازمه رشد، بالندگی و موفقیت است.

پیشنهادها

با توجه به کثرت مطالب در زمینه موفقیت در جنبه‌های فردی و شغلی امکان ارابه تمام مطالب در یک مقاله وجود ندارد؛ لذا پیشنهاد می‌شود علاقمندان از سایر کتاب‌ها و سایت‌های مفید در دسترس استفاده کنند.

انتخاب است. با آگاهی و روشنفکری می‌توان انتخاب‌هایی کرد، که سعادت و کامیابی در پی داشته باشند.

۶. **قانون تفکر مثبت:** افکار هر فرد معرف تمایلات درونی اوست. پرورش افکار مثبت منجر به زندگی شادتر، پرانرژی‌تر و ایده‌آل‌تری می‌شود.

۷. **قانون تغییر:** تغییر امری اجتناب‌ناپذیر است. تغییر به دو شکل خوب و بد وجود دارد. ایجاد تغییرات خوب و مثبت، زندگی را بهتر و مفرح‌تر می‌کنند.

پنج گام طراحی موفقیت (رازهای پنج‌گانه موفقیت)

۱. **نوشتن اهداف:** برای رسیدن به موفقیت باید اهداف را کاملاً روشن و واضح تعیین کرد. نوشتن اهداف با جزئیات و زمان‌رسیدن به آن‌ها اولین گامی است که برای موفق شدن لازم است. علاوه بر اولویت بندی اهداف، ترسیم راه‌های رسیدن به آن‌ها نیز ضروری است.
۲. **برنامه‌ریزی روزانه:** پس از نوشتن اهداف و راه رسیدن به آن، طراحی برنامه روزانه و هفتگی جهت رسیدن به هدف و موفقیت مفید خواهد بود. گرچه داشتن برنامه‌ریزی دقیق مهم است اما باید نسبت به آن تعهد داشت و هر شب قبل از خواب برنامه روز بعد را نوشت.
۳. **عملگرایی:** تعیین هدف و برنامه‌ریزی بدون عمل کردن هیچ معنایی ندارد و بی‌شک کاری بیهوده و عبث است. برای رسیدن به موفقیت باید مداخله‌ها و اقدام‌های لازم انجام پذیرد.
۴. **سرمایه‌گذاری شخصی:** برای رسیدن به موفقیت باید روی خود سرمایه‌گذاری کنید. رسیدن به موفقیت

منابع

- <https://idehalmag.com>
 - <https://honorfardi.com>
 - <https://mostafae.com>
 - <https://www.beytoote.com/psychology/zendegi-behtar/secrets3-success-need.html>
 - <https://www.chetor.com>
 - <https://www.tarafdari.com>
- ال‌ووداف‌هالتون، شارون‌اس، ناکوبین، چگونه در اولین شغل خود موفق شویم؟ توصیه‌هایی برای فارغ‌التحصیلان جدید، ترجمه مهندس نرگس مینا، چاپ اول ۱۳۸۲، چاپ مبتکران، ISBN:964-95168-0-8