

چگونه یک تمام کننده تمام عیار باشیم؟

جاده ای که به جهنم می رسد ممکن است با نیت و اهداف خوب پوشیده شده باشد اما مسیر شکست حتماً همین طور است.

به همکارانت نگاه کن، اکثر آن ها آغازگرهای خوبی هستند کسانی که در پی موفقیت هستند و ایده های خوبی برای محقق کردن آن دارند. آن ها مشتاقانه آغاز به کار می کنند یا حداقل فقط قصد دارند آن کار را به پایانی موفقیت آمیز برسانند. ناگهان اتفاقی می افتد. در میانه راه انرژی تحلیل می رود و پروژه های دیگری هم به کار اضافه می شود. تنبلی و کم کاری شروع می شود و کار سر زمان مقرر به انجام نمی رسد و متأسفانه پروژه ها یکی پس از دیگری به ابدیت می پیوندند. این داستان برایتان آشناست؟ شاید هم خیلی آشناست؟ اگر خودت را به خاطر شروع های خوب اما بی سرانجام در زندگی شخصی و شغلی ملامت می کنی بدان که درگیر مشکلی بسیار عام هستی! به هر حال اگر همه مردم می توانستند خودشان کارهایشان را به انجام برسانند دیوید الن هرگز تبدیل به یک فروشنده مطرح نشده بود.

یک تمام کننده خوب یعنی کسی که بتواند از ابتدای یک پروژه تا انتهای آن انگیزه اش را حفظ کند. مطالعات اخیر پرده از دلایل دشواری حفظ انگیزه برداشته است و راه حل های خوبی برای حفظ آن در طول مدت کار ارائه کرده است.

در این تحقیقات روانشناسان دانشگاه شیکاگو به این نتیجه رسیده اند که وقتی افراد در پی اهدافشان هستند به این فکر می کنند که تا به حال چه اندازه از مسیر را طی کرده اند یا چه اندازه از مسیر را در پیش رو دارند. افراد اکثراً از این دو شیوه تفکر برای حفظ انگیزه استفاده می کنند. یک دوندۀ ماراتن به این فکر می کند که چندین مایل را پیموده است و یا چند مایل دیگر پیش رو دارد. کسی که رژیم گرفته است به این فکر می کند که چند کیلو تا به حال کم کرده است و یا چند کیلوی دیگر باید کم کند تا به وزن مورد نظرش برسد.

هر دو راه به نظر کارآمد و مناسبند. اما تمرکز بیش از حد بر آن چه انجام شده است بیشتر منجر به تمایل به پایان دادن به کار می شود تا ادامه آن.

این دانشمندان معتقدند وقتی در حال انجام کاری هستیم و دائم به این فکر می کنیم که چقدر پیشرفت داشته ایم حس ناپهنگامی از تکامل کار در ما به وجود می آید و شروع به کم کاری و سستی می کنیم.

به عنوان مثال در یک تحقیق مشاهده شد که دانشجویانی که برای یک امتحان مهم آماده می شدند با گفتن اینکه ۵۲ درصد از مواد امتحانی را هنوز نخوانده اند انگیزه بیشتری برای ادامه مطالعه به دست آوردند تا اینکه بگوییم ۴۸ درصد از حجم مواد امتحانی را پشت سر گذاشته اند.

وقتی می خواهیم پیشرفت کنیم باید در آن واحد به همه اهدافمان برسیم و در انجام آن ها تعادل ایجاد کنیم. این شیوه را رفتار کلاسیک یک آغازگر خوب می نامند. چندین قابلمه غذا روی اجاق است اما هیچ کدام برای خوردن آماده نیست. برعکس اگر به این فکر کنیم که چقدر از مسیر باقی مانده است نه تنها انگیزمان سرکوب نمی شود بلکه بالا می رود. این مسئله در ارتباط مستقیم با طرز کار مغز است. انسان ها ناخودآگاه به فاصله بین جایی که هستند و جایی که باید باشند فکر می کنند. وقتی مغز انسان فاصله را درک کند برای کم کردن آن اقدام می کند و از منابعش استفاده می کند: توجه، تلاش، راه کار بهتر و کسب آگاهی بیشتر و البته پشتکار و انگیزه بیشتر.

این اختلاف بین جایی که هستیم و باید باشیم گوشزد می کند که باید کاری انجام شود. با فکر کردن به راهی که آمده ای رضایت حاصل می شود اما برای ادامه راه انگیزه ای ایجاد نمی شود.

تمام کننده های تمام عیار خودشان را بر هدف متمرکز می کنند و به خاطر انجام نصفه و نیمه کار از خودشان متشکر نیستند.

مدیران موفق و بزرگ تمام کننده های خوبی تربیت می کنند آنها به کارکنانشان یاد آوری می کنند که نگاهشان را از پاداش پایان کار بر نگیرند و هرگز برای کاری که هنوز نیمه تمام است جایزه ای در نظر نمی گیرند. ترغیب و تشویق مهم است اما برای حفظ انگیزه کارمندان مراسم اعطای پاداش و سپاس گذاری را به زمانی موکول کنید که پروژه تمام و کمال به پایان رسیده باشد.