

“BAŞARILI” OLMAK İÇİN 7 TEMEL YÖNTEM

Sizce başarı nedir? Zengin olmak mı? İyi bir iş ve kariyer mi? Mutlu bir aile kurmak mı? Mükemmel bir çocuk yetiştirmek mi? Bunların hepsi mi? Yoksa hiçbiri mi? O zaman gelin biz başarıyı, hayatta ulaşılan hedefler olarak özetleyelim. O halde, başarılı kişiler de hayatında belirlediği hedeflere ulaşabilenlerdir denebilir. Peki, böyle kişilerin hangi ortak özellikleri var acaba? Bizler de başarılı olmak için neler yapmalıyız? Gelin cevaplara birlikte göz atalım...



1) Yaptıklarınıza duygusal bağlılığınız olsun (be emotionally committed). Yani, yaptığınız şeyleri sevin ya da sevdiğiniz şeyleri yapın. Bu sizin için tamamen mümkün değilse bile, en azından yaptıklarınız içerisinde seveceğiniz, sizi mutlu edecek şeyler arayın. İşte ya da iş dışında yaptıklarınıza kendinizce değerli bir anlam yüklemeye de çalışın (*logoterapi*).¹ Nasıl mı? Ne demişler?: “*Arayan bulur*” ☺ Yeter ki niyetiniz bu olsun. Siz, sevdiğiniz ve kendinizce anlamlı şeyler yaparsanız başarı er ya da geç kendiliğinden gelecektir. Hem madden hem de manen ☺

2) Başkalarının sizin için ne düşündüğüne pek aldırmayın (don't care too much what others think of you). Çevre etkisinin belki de en güçlü olduğu ülkede yaşıyoruz. En genel haliyle “*El, âlem ne der?*” korkusu diyebiliriz buna. Başkalarının size uygun gördüğü şeyleri yapmak, size uygun gördüğü hayatı yaşamak ileride “*keşke*”lerle dolu bir yaşlılık geçirmenizden başka bir işe yaramaz. Bu nedenle, çevrenizdekilere değil yapmak istediğiniz şeylere odaklanın. Herkes gibi olmaktansa kendiniz gibi olmaya, kendi farklılığınızı ortaya koymaya çalışın. Sizi kendisine benzetemeyenlerin tepkisine de kulak asmayın.

3) Beyninizi her zaman esnek tutun (don't let your brain get rigid). Sürekli aynı şeyleri yapmamaya ya da sürekli yaptığınız şeyleri aynı yapmamaya çalışın ☺ Buna, işinizi belli aralıklarla değiştirin de diyebiliriz. Aynı iş yerinde ve aynı işi (görev tanımı) çok uzun süre yapmamaya çalışın. Bununla birlikte bilgi ve sosyal çevre kaynaklarınızı da ara ara değiştirmeye özen gösterin. Örneğin; farklı hobiler, seminerler ve seyahatler hayata bambaşka açılardan bakmanıza ve sosyal çevrenizi zenginleştirmenize yardımcı olacaktır. Bizler, eğitimlerimizde buna “*kalıpların dışında düşünmek*” diyoruz. Beynimiz her ne kadar rutinlerle çalışmayı sevse de, siz rutinelere saplanıp kalmayın.

4) Telefonunuzu kapatacağınız zamanı iyi bilin (know when to turn off your phone). Teknoloji ve sunduğu imkânlar nedeniyle artık belki de en çok zorlandığımız şey herhangi bir şeye odaklanmak. Bu problem yeni nesilde *hiperaktivite* (dikkat bozukluğu, konsantrasyon eksikliği vb.) olarak ortaya çıkmakta. İşte ya da iş dışında herhangi bir şeye odaklanmanız gerektiğinde telefon gibi dikkatinizi dağıtacak şeylerden (*distractors*) uzak durmaya çalışın, gerekirse de kapatın. Çünkü başarı konsantrasyon gerektirir. Aynı anda birden fazla şeyi yapma (*multi-tasking*) hakkındaki efsanelerin artık yok olmaya başladığını da unutmayın. “*Bir koltukta iki karpuz taşınmaz*” sözünü hatırlayın ☺

5) Bir odaklanma alışkanlığı edinin (have a focus routine). “*Her yiğidin bir yoğurt yiyişi vardır*” sözünden hareketle, kendi odaklanma alışkanlığınızı edinin. Ne yaptığınızda ya da yapmadığınızda daha iyi odaklandığınızı ve daha verimli çalıştığınızı keşfetmeye çalışın. Bunu deneme-yanılma yöntemiyle zamanla da ortaya çıkartabilirsiniz. Bir önceki maddeyi de göz önünde bulundurarak, her ne yapıyorsanız o an sadece onunla ilgilenin. İşte ya da iş dışında bu şekilde çalıştığınızda, çok daha kısa sürede çok daha verimli olduğunuzu ve sonuç aldığınızı göreceksiniz.²

¹ Ayrıntılı bilgi için bkz. “*Mutlu Olmak için 7 Temel İpucu*”:
<http://www.abcdanismanlik.com/makaledetay.php?id=15>

² Almanya'nın yıllık ortalama 1.413 adam/saat ile dünyada en az çalışılan ikinci ülke olduğunu biliyor musunuz? (Türkiye 1.877 adam/saat ile 58 iş günü daha fazla) Ayrıntılı bilgi için bkz. “*İş&Özel Hayat Dengesi için 7 Temel İpucu*”:
<http://www.abcdanismanlik.com/makaledetay.php?id=11>

6) Geçmişteki küçük ya da büyük başarılarınızı unutun (*don't live in your past successes*). Rahmetli Demirel'in deyimiyle, "*Dün dündür, bugün bugündür*". Geçmişteki hatalarınız kadar başarılarınıza da çok fazla takılıp kalmayın. Daima geleceği ve yapacağınız yeni şeyleri düşünün. Küçük başarılarınızın daha büyük başarılarınıza engel olmasına izin vermeyin. Unutmayın ki, rehavete kapılmak başarı için çok tehlikelidir. Hep daha iyiye ve sizi zorlayacak hedeflere yürümeye çalışın. Konfor alanınızın (*comfort zone*) oluşmasına sakın izin vermeyin.

7) Kendinize güvenin (*trust yourself*). Hedeflerinizi ulaşamayacağınız kadar yükseğe koyup hayal kırıklığını garanti altına almanın bir anlamı yok. Hayaliniz en üst seviyede olsun ama bu hayale ulaşmak için belirlediğiniz hedeflerinizi küçük adım ve aşamalara bölün. Ulaştığınız her hedef sizi hayalinize yani başarıya bir adım daha yaklaştıracaktır. Kendinize güvenin yeter.³ "***Nasıl başardınız?***" sorusuna, Atatürk'ün verdiği cevapla bitirelim: "***Önce hayal ettim, sonra hayalimin önündeki engelleri tespit ettim. Engelleri kaldırdırca hayalim kendiliğinden gerçekleşti***"

(Genel Kaynak: Robert Greene, "*The 48 Laws of Power*")

Arif Gökhan Rakıcı / Eylül 2016

³ Ayrıntılı bilgi için bkz. "***Özgüvenli Kişilerin 7 Temel Özelliği***":
<http://www.abcdanismanlik.com/makaledetay.php?id=53>