



((با توجه به شرایط فعلی، خلاصه مدیریت بحران را شروع کردیم، ادامه کتاب علم ثروتمند شدن را بعد از این مجموعه ارائه خواهیم داد))

فصل دوم: به توانایی هایتان اطمینان داشته باشید

حل مشکل، از بین بردن بحران را آزمونی برای محک زدن شخصیت و هوش خود بدانید. آن را چالشی در نظر بگیرید که برای بالا بردن دانش و خردتان بر سر راهتان قرار گرفته است.

فرمول تشویش شکن

۱- قدری درنگ کرده و بدترین پیامد احتمالی مشکل یا بحران را شناسایی کنید. کاملاً با خودتان و دیگران صادق و روراست باشید از خود بپرسید: بدترین چیزی که ممکن است در این شرایط اتفاق بیفتد چیست؟

۲- تصمیم بگیرید بپذیرید که بدترین پیامد هر چه که باشد، باید رخ دهد این اقدام موجب آرامش شما و آسودگی ذهن تان می شود. وقتی شما به لحاظ روانی متقاعد می شوید که قادرید با بدترین پیامد ممکن کنار بیایید، آنگاه نگرانی و تشویش تان متوقف می شود.

۳- مشخص کنید که اگر بدترین پیامد ممکن رخ دهد، شما چه خواهید کرد. چه اقداماتی را به عمل خواهید آورد؟



۴- فوراً دست به کار شوید تا وضعیت بدترین پیامد ممکن را بهبود بخشید. هر کاری

که می توانید برای به حداقل رساندن زیان و یا کاهش خسارات انجام دهید را تعیین کنید.

تمام وقت و توجه خود را معطوف دستیابی به بهترین نتیجه ممکن کنید.

درمان نگرانی

تنها درمان واقعی نگرانی ، اقدام قاطعانه در جهت رسیدن به اهدافتان است. به جای

ناراحتی و شک کردن به خود و توانایی هایتان ، عزمتان را جزم کنید تا برای حل مشکل و

بیرون کشیدن خود خود از مخمصه موجود هر اقدامی را که می توانید انجام دهید. به خاطر

داشته باشید که مشکلات نیامده اند که سد راه ما شوند، بلکه برای آموختن

تجارب جدید در مقابل ما قرار گرفته اند.

به خصوص این که شکست یا مشکل به وجود آمده را به خود نگیرید ،

در امور کاری صرف نظر از این که شما چقدر باهوش یا با تجربه اید ، ۷۰ درصد از تصمیمات

در یک زمان معین اشتباه یا ناامید کننده از آب درخواهند آمد. وقتی اتفاقات منفی برایتان رخ

داد، متعجب یا ناراحت نشوید. این اتفاقات برای همه کسانی که وارد یک حرفه کاری شده یا

مسئولیتی را در یک سازمان می پذیرند، رخ می دهند. جمله ای هست که می گوید: هر



کاری مشکلات خاص خودش را دارد . اعتماد به نفس از احساس حرکت رو به جلو به سوی اهدافتان ناشی می شود. آنقدر خود را مشغول یافتن راه حل برای مشکلاتتان کنید که دیگر زمانی برای نگرانی در مورد آنچه رخ خواهد داد، به ویژه آنچه که شما قادر به تغییر آن هستید، نداشته باشید.

اقدامات مناسب در لحظه بحران

۱- فوراً برای حل مشکلاتتان اقدامی قاطعانه به عمل آورید. هر کاری را که می توانید، انجام دهید. اما جسورانه به جلو قدم بردارید تا کنترل اوضاع را به دست گرفته و ضرر و زیان را به حداقل برسانید.

۲- از داشتن حس تاسف برای خود یا انداختن تقصیر به گردن دیگران خودداری کنید. مشکلات بخش طبیعی و معمولی یک زندگی فعالانه و پر جنب و جوش است. در عوض، مسئولیت خود در قبال شرایط را بپذیرید و اقدامات خود را معطوف راه حل کنید.