

راه و روش افراد موفق برای عملی کردن افکارشان

همه انسان ها آرزو و خواسته هایی دارند که در رویای رسیدن به آن هستند. برای عملی کردن افکارشان باید راههایی را امتحان کنید تا به نتیجه مطلوب برسید.

به گزارش سایت خبری پرسون، طبق بررسی ها و تخمینی که تا به حال انجام شده است، ما در طول روز تقریباً ۶۰۰۰ فکر مختلف در سر داریم که خیلی از آن ها را نادیده می گیریم و بخشی از آن ها کاملاً بی ارزش هستند. این افکار می تواند روی قضاوت و رفتار ما هم تاثیر گذار باشد. تنها تعداد کمی از این افکار باعث ایجاد انگیزه و انجام یک کار خوب می شوند. نکته مهم اینجا است؛ زمانی که ارزش و اعتبار خود را بشناسیم، می دانیم که باید افکاری را در ذهن خود پرورش دهیم که اهمیت دارند و باعث ایجاد انگیزه می شود.

باور داشته باشید که یکی از ساده ترین و مهم ترین اصول رسیدن به آرزوهایی که مدام به آنها فکر میکنید و افکارشان را روی تک تکشان متمرکز کرده اید، همین مورد بظاهر ساده ای است که در ادامه خواهید خواند. تجربه میلیون ها انسان موفق ثابت کرده است که انجام صحیح و قوی این تکنیک ساده، تغییرات باورنکردنی ایجاد میکند.

به افکارشان ارزش قائل شوید تا عملی شوند

اما سوال اینجا است که چگونه باید به افکار ارزش و احترام داد و آن ها را عملی کرد؟ افکار ما از طریق متغیرهای مختلفی ارزش و اعتبار می گیرند و عوامل درونی و بیرونی روی آن ها موثر می باشد. در واقع شرایط مختلف روی افکار تاثیر می گذارند.

ارزش گذاری ذهن زمانی اتفاق می افتد که افراد مطمئن باشند باور ها و عقایدشان درست است. ارزش گذاری احساسی و عاطفی زمانی اتفاق می افتد که شما در مورد یک باور یا فکر احساس خوبی داشته باشید. همزمان که افکار قضاوت می شود، بی ارزشی بیشتری پیدا می کنند و تاثیرگذاری آن ها کمتر می شود. این ارزش گذاری و عملی کردن افکار متغیرهای مختلفی را در بر می گیرد که ممکن است این متغیرها تاثیر زیادی در تصویر ذهنی ما داشته باشد.

شرایط مختلف روی عملی کردن افکار اثرگذار است

عملی کردن افکار نتیجه در نظر گرفتن متغیرهای مختلفی است که نشان می دهد این فکر ما باید در سکوت باقی بماند یا این که باید برایش وقت گذاشت تا عملی شود. در واقع این زمان گذاشتن، تعیین می کند که فکر ما ارزشمند است یا خیر. معنای پتانسیل عملی کردن افکار باید یک معنای انعطاف پذیر باشد و در شرایط مختلف می توان آن را تغییر داد. اما به هر حال زمانی می توانید بفهمید افکارشان ارزش و اعتبار دارد و باید آن را عملی کنید یا خیر، که ببینید آن فکر باعث شده که رفتارشان تغییر کند یا بدون تغییر بوده است.