

كيف تزيد دخلك المالي وتعزز إنتاجيتك؟.. إليك السر



الأحد 23 أكتوبر 2022 12:19 م

يُجهد الناس أنفسهم في البحث عن وسائل لتعزيز إنتاجيتهم في العمل، سواء من أجل الحفاظ على وظائفهم أو من أجل رفع دخولهم المالية، ويستخدمون وسائل مختلفة لهذه الغاية مثل إغلاق هواتفهم الذكية خلال العمل أو حظر المكالمات أو الابتعاد عن شبكات التواصل، إلا أن تقريراً متخصصاً استطلع آراء خبراء مختصين وخلص إلى نتيجة مختلفة تماماً

وحسب تقرير نشره موقع "فاست كومبني الأمريكي"، " فإن الطريقة الأمثل لتعزيز الإنتاجية وزيادة الدخل المالي لأي شخص تتلخص في أمر واحد وبسيط، وهو "أن تكون لطيفاً مع الآخرين".

ونقل الموقع المتخصص بأخبار الشركات وقضايا الموظفين عن فيشن لافياني، مؤلف كتاب (The 6) قوله: "أن تصبح أكثر لطفاً هي النسخة الأفضل من نفسك على الأرجح، حيث يمكنك الدخول في حالة ذهنية تجعلك أكثر تركيزاً وإنجازاً".

ويقول لافياني، وهو أحد مؤسسي تطبيق الصحة "مايند فالي" إن "أهم شيء يتعين علينا القيام به كل يوم هو الحفاظ على حالة من السعادة". ويضيف: "تُظهر الدراسات التي أجريت على حاصل الإيجابية أو (PQ) -وهي نسبة الأفكار الإيجابية إلى الأفكار العامة- أنه كلما ارتفع معدل السعادة لديك كان عمرك أفضل وأكثر إنتاجية".

وبدلاً من ممارسة عملية التأمل التقليدية التي تشد تركيز الشخص، فإن لافياني يوصي بالتأمل الذي يساعد على تحسين سمات الشخصية التي تجعل الشخص أكثر لطفاً مع الآخرين وسعادة

ويقول: "أهم شيء في الحياة هو مستوى نموك الشخصي". ويضيف: "الأشخاص الذين يسبقونها حقاً في الحياة يتدفق المال عليهم، وعلاقاتهم رائعة، وصحتهم مشرقة، وهم في الحالة العاطفية الصحيحة كل هذا يتطلب جعل النمو هو الشيء الرئيسي في حياتك".

ويؤكد لافياني أنه على الرغم من ذلك فمن الممكن أن يكون التركيز على النمو مدفوعاً بالأننا، ونتيجة لذلك فإن اللطف مع نفسك والآخرين هو مهارة أساسية

ويصف لافياني اللطف بأنه "قوة عظمى واختراق للإنتاجية النهائي" إنه نادر أيضاً، لأننا غير قادرين على أن نكون طبيين عندما نواجه التوتر أو الإرهاق أو الخوف".

ويقول: "هذه الأشياء تجعلنا ندخل في وضع البقاء على قيد الحياة، وعندما تكون في وضع البقاء، فالأمر كله يتعلق بك أي شخص آخر، أي وجهة نظر سياسية معارضة، أي منافسة يُنظر إليها على أنها تهديد".