

Le persone di successo fanno una cosa per volta!

Autore: Redazione

In: Diritto civile e commerciale

Essere a stretto contatto con persone di grande successo può dare informazioni incredibili su chi essi siano veramente, cosa li motiva, e soprattutto cosa li rende così produttivi e di successo.

Leggi anche: I fattori del successo, quali sono?

Kevin Kruse recentemente ha intervistato più di 200 persone di grande successo, tra cui 7 miliardari, 13 atleti olimpionici, e una miriade di imprenditori affermati. La fonte delle sue informazioni proviene da una semplice domanda aperta:

□Qual è il tuo più grande segreto per essere produttivo?□

Nell'analizzare le loro risposte, Kruse ha estrapolato alcuni suggerimenti interessanti. Quelli che seguono sono alcune delle scoperte di Kevin □ le mie preferite.

Potrebbe interessarti anche: La vita che sogni? Definisci gli obiettivi!

1. Si concentrano sui minuti, non sulle ore

La maggior parte delle persone organizza il proprio calendario a □blocchi□ di mezz'ora o un'ora. Le persone di successo sanno che ci sono 1.440 minuti in un giorno e che non c'è niente di più prezioso del tempo. Il denaro può essere perso e guadagnato di nuovo, ma il tempo trascorso non può essere recuperato in alcun modo. La leggendaria ginnasta olimpica Shannon Miller ha detto a Kevin: □Ad oggi, ho un programma che è organizzato quasi minuto per minuto□. È necessario padroneggiare i minuti per padroneggiare la vostra vita.

2. Si concentrano su una sola cosa per volta

Persone ultra-produttive sanno qual è il loro compito più importante e ci lavorano per una o due ore ogni mattina, senza interruzioni. Quale compito avrà il più grande impatto sul raggiungimento dei tuoi obiettivi? Quali traguardi ti condurranno ad una promozione? Questa è la cosa a cui dovresti dedicare tutte le tue mattine.

3. Non usano i promemoria

Butta via la tua lista di cose da fare; programma tutto sul tuo calendario. Scoprirai che solo il 41% delle

cose presenti nella tua lista di promemoria viene realmente completata. Questi compiti non svolti inducono stress ed insonnia a causa dell'effetto Zeigarnik, in sostanza significa che i compiti non completati rimarranno nella vostra mente fino a che non verranno portati a termine. Le persone altamente produttive mettono tutto sul loro calendario e lavorano sui loro compiti giornalieri.

4. Vincono l'indugio con il "viaggio nel tempo"

Non fidatevi di voi stessi nel futuro. Ecco perché siamo incoerenti nel tempo. Acquistiamo verdure oggi perché pensiamo di mangiare insalate per tutta la settimana; a fine settimana buttiamo via tutta la verdura marcia. Le persone di successo sanno cosa possono fare ora per assicurare a loro stessi di fare la cosa giusta nel futuro. Capisci come puoi "auto-sabotare" il tuo futuro, e trova una soluzione oggi per evitare gli errori di domani.

5. Tornano a casa per cena

Kevin ha imparato questo concetto da Andy Grove: "Ci sono sempre più cose da fare, sempre più cose che andrebbero fatte, sempre più cose che possono essere fatte". Le persone di grande successo sanno quali sono le cose di reale valore nella loro vita. Sì, il lavoro, ma cos'altro c'è di valore? Non c'è una risposta corretta a questa domanda, ma per molti sono il tempo dedicato alla famiglia e l'allenamento. Distribuiscono i loro 1.440 minuti al giorno per le cose di reale valore (cioè le mettono sul loro calendario) e rispettano con diligenza il loro programma.

6. Utilizzano un blocco per le note

Richard Branson ha detto in più di un'occasione che non sarebbe stato in grado di costruire Virgin senza un semplice quaderno, che porta con se ovunque vada. In un'intervista, l'armatore magnate greco Aristotele Onassis ha detto: "porta sempre con te un blocco per gli appunti, scrivi tutto" Questa è una lezione da un milione di dollari che non ti insegnano nelle scuole di business!". Le persone ultra-produttive liberano le loro menti, scrivendo su un blocco tutto quello che gli passa per la testa.

7. Invia email solo un paio di volte al giorno

Le persone ultra-produttive non controllano le loro email in ogni momento del giorno. Non rispondono ad ogni vibrazione o "ding" per capire chi ha scritto alla loro casella di posta. Invece, come tutto il resto, programmano il loro tempo in modo da rispondere alle email in modo rapido ed efficiente. Per alcuni basta una volta al giorno, Per altri tre, non c'è una regola fissa.

8. Evitano i meeting

Quando Kevin ha chiesto a Mark Cuban di dare un consiglio sulla produttività, lui ha risposto in modo deciso: "Mai fissare incontri almeno che qualcuno non ti stia firmando un assegno". Le riunioni sono assassine del tempo. Iniziano sempre in ritardo, coloro che vi partecipano sono le persone sbagliate, creano confusione tra gli argomenti, hanno tempi troppo lunghi. Dovresti uscire da un incontro ogni volta che ne hai l'occasione. Per fare funzionare un incontro, mantenetelo breve e andate dritti al punto.

9. Dicono "no" a quasi tutti

Il miliardario Warren Buffet afferma: "La differenza tra le persone di successo e le persone di grande successo è che queste ultime dicono "no" a quasi tutto". James Altucher ha dato invece a Kevin questo colorito suggerimento: "Se qualcosa non è un "Diavolo, Sì!" allora è un no. "Ricorda, hai solo 1440 minuti in un giorno. Non "darti via" facilmente".

10. Seguono la regola 80/20

Noto come principio di Pareto, nella maggior parte dei casi l'80% dei risultati ottenuti proviene dal 20%

delle attività svolte. Le persone ultra-produttive sanno quali sono le attività che li portano ad ottenere grandi risultati. Focalizzati su quel 20% ed ignora il resto.

11. Delegano quasi tutto

Le persone ultra-produttive non chiedono "Come posso fare questo compito?" Si chiedono invece: "Come può essere portato a termine questo compito?" Delegano spesso i compiti da svolgere. Le persone ultra-produttive non devono avere il controllo di tutte le cose, non sono micro-manager. In molti casi "abbastanza buono" è "abbastanza buono".

12. Prendono in mano le cose una sola volta

Quante volte hai aperto una lettera o forse una bolletta o per poi lasciarla lì e riprenderla in un secondo momento? Quante volte hai letto una email per poi chiuderla e riprenderla in un momento successivo? Le persone estremamente di successo provano a prendere in mano le cose una sola volta. Se questa richiede meno di 5 o 10 minuti qualsiasi cosa sia la fanno subito. Questo riduce lo stress, fino a che non dovranno eventualmente rileggere o rivalutare la cosa in futuro.

13. Hanno una coerente routine mattutina

La più grande sorpresa riscontrata da Kevin nelle oltre 200 interviste effettuate è che le persone di grande successo volevano condividere i loro rituali mattutini con lui. Ha ascoltato una grande varietà di abitudini personali, molti alla mattina nutrono il loro corpo con acqua, una colazione salutare ed esercizio fisico leggero; nutrono invece la loro mente attraverso la meditazione o la preghiera, letture ispiranti o giornali.

14. L'energia è tutto

Non puoi avere più minuti di quelli esistenti in una giornata, ma puoi far crescere la tua energia per aumentare la concentrazione e la produttività. Le persone di grande successo non saltano i pasti, non rinunciano alle ore di sonno, non smettono mai di produrre. Vedono i pasti come un carburante, il sonno come recupero, le pause come un'opportunità di ricaricarsi al fine di essere ancora più produttivi.

In conclusione:

Potresti non essere un imprenditore, un atleta olimpico o un miliardario, ma questi segreti potrebbero aiutarti a produrre di più in meno tempo ed assisterti nel farti sentire meno oberato di lavoro e meno sopraffatto.

<https://www.diritto.it/le-persone-di-successo-fanno-una-cosa-per-volta/>