



यह है आत्मविश्वास बढ़ाने की कुंजी



टॉपर्स बनने के टिप्पणी

सफलता को पाने के लिए कड़ी मेहनत तो करनी ही पड़ती है। हम किसी कक्षा की एग्जाम या प्रतियोगी परीक्षा की तैयारी कर रहे हैं, इसके लिए सिर्फ एक ही लक्ष्य रखना पड़ता है। वह है पढ़ाई।



किसी परीक्षा में टॉप करने वाले स्ट्रॉटेज को देखकर मन में यही विचार आता है कि टॉपर्स अपनाने हैं-

- शुरूआत में ही यह सोच लें कि आपको किस क्षेत्र में करियर बनाना है, उस क्षेत्र में सफलता के लिए जुट जाएं।
- पूर्ण समर्पण के साथ पढ़ाई करें। अगर कांचिंग के अलावा घर पर भी पढ़ाई करें।
- स्वयं का आत्मविश्वास बनाए रखें। स्वयं पर किसी प्रकार का दबाव न आने दें।
- अपनी कमज़ोरियों को खोजें और उन्हें दूर करने का प्रयास करें।
- टॉपर्स को रनने की बजाय समझकर पढ़ने की कोशिश करें।
- पढ़ाई में निरन्तरता रखें। रेग्यूलर पढ़ाई करने से वह बोझ महसूस नहीं होती।
- किसी प्रतियोगी एग्जाम की तैयारी प्लानिंग से करें ताकि रिविजन में परेशानी न आए।
- अपने ऊपर किसी प्रकार का दबाव न आने दें।
- पढ़ाई के दौरान किसी भी प्रकार की परेशानी अपने पर उसका टीचर्स से या दोस्तों के साथ मिलकर हल निकालने का प्रयास करें।
- किस क्षेत्र में आप तैयारी कर रहे हैं, उस क्षेत्र के एकसर्ट?स का मार्गदर्शन समय-समय पर लेते रहें।

ऐसे करें

टाइम मैनेजमेंट

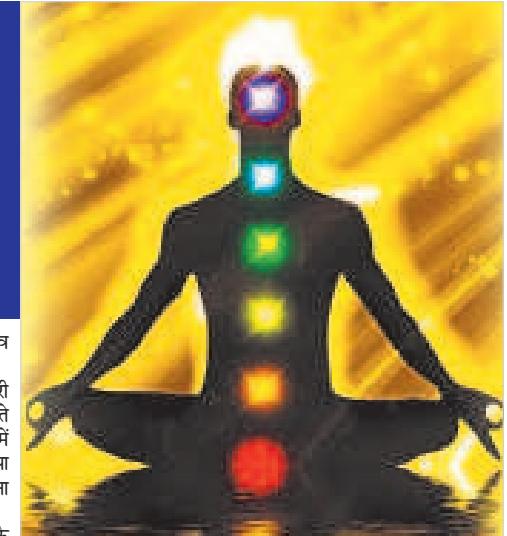
समय का पहिया निरंतर धूमता रहता है। किसी के लिए रुकता नहीं है। जिस तरह मुझे मैं बैंधी हुई रेत को फिसलने से हाथ में ?नहीं रोका जा सकता है, उसी तरह समय के ?पहिये को भी नहीं रोका जा सकता है।

कॉम्पीटिशन के इस दौर में समय के साथ चलना जरूरी है। अक्सर लोग समय का रोक रोते रहते हैं। खासकर युवा वर्ष्य काम में अपना समय लगाकर अपने महत्वपूर्ण काम की अनदेखी करते हैं। फिर उनकी शिकायत रहती है हमें ही नहीं रोकता है। ऐसे में आवश्यकता होती है टाइम मैनेजमेंट की। आप अपना कार्य जितने व्यवसित तरीके से करें, काम उतना बेहतर और जर्दी होगा।

जानिए टाइम मैनेजमेंट के कुछ टिप्पणी-

- सभी समय का पहिया निरंतर धूमता रहता है। जैसे चेटिंग, फेस्टुक, ई-मेल या टीवी वैरोवाह। इन कामों का समय नियंत्रित कर आप काफी टाइम बचा सकते हैं।
- प्राथमिकताएं तय कीजिए। जो काम जरूरी है उसे अपनी ?कीजिए और जो बाद में किया जा सकता है, उसके लिए समय तय कीजिए। गैर जरूरी काम छोड़कर भी आप वर्कलोड कम कर सकते हैं।
- टाइम मैनेजमेंट दृष्टि का उपयोग कीजिए। गोबाल, कैरेंटर या वार्ट वार्हर की मदद से काम समय पर निपटाएं जा सकते हैं। बस रिमार्ड को अवॉइड करने की आत्म छोड़ी होगी।
- काम आउटसोर्स कीजिए। आप वाहं स्ट्रॉटेंट्स को दूसरों से करवाएं जा सकते हैं। इससे आपका वर्कलोड कम होगा और आप बेहतर काम कर पाएंगे।
- इंजिनियर में वर्क बर्बाद न करें। कई मौकों पर हमें इंजिनियर करते हुए लंबा समय युजुराना पड़ता है। कुछ छोटे-मोटे काम इस समय निपटाएं जा सकते हैं। जैसे मेल्स चेक करना, नोट ?स बनाना या जरूरी फोन लगाना।
- इन आसान टिप्पणी को अपनाने पर आप समय के सदउपयोग के साथ उसके साथ आगे बढ़ सकेंगे।

संकल्पों के साथ कैरियर की शुरुआत



जो संकल्प लिया गया है, उसके बारे में अपने दोस्तों तथा रिश्तेदारों को भी बताना जरूरी है। इससे फायदा यह होता कि आप सकल्प पूर्ण करने में जरा भी महत्वपूर्ण होता है, लेकिन यह सोच करते ही उचित नहीं है कि आप एकसाथ कई संकल्प की बाद लगाता है। संसार के अपील तक के बड़े से बड़े कार्य आत्मविश्वास के बलबूते ही हुए हैं और हो रहे हैं तथा होते रहेंगे।

वर्षों में आत्मविश्वास भरें।

जिस भी व्यक्ति का मन शांका, चिंता और भय से भरा हो वह बड़े कार्यों की सफलता नहीं हो सकता है।

आत्मविश्वास के बारे में-

वर्षा है आत्मविश्वास?

आत्मविश्वास वस्तुतः एक मानसिक पर्व आध्यात्मिक शक्ति है। इससे महान कार्यों के संपादन में सहजता और सफलता हमें प्रमुख यही ही है।

वर्षा है आत्मविश्वास के बारे में-

वर्षा है आत्मविश्वास?

आत्मविश्वास वस्तुतः एक मानसिक पर्व आध्यात्मिक शक्ति है। इससे महान कार्यों के संपादन में सहजता और सफलता हमें प्रमुख यही ही है।

वर्षा है आत्मविश्वास के बारे में-

वर्षा है आत्मविश्वास?

आत्मविश्वास के बारे में-

वर्षा है आत्मविश्वास?</p

