



بحران‌های منابع انسانی در ایران + پادکست

به عنوان یک فرد مذاکره‌کننده، اولین نکته‌ای که پیش از همه باید بدانید، چیزی است که شاید کمتر در مورد آن صحبت می‌شود. برای تبدیل شدن به یک مذاکره‌کننده موفق، شما باید به دنبال بهترین خودتان باشید. شاید پرسید یعنی چه؟ بگذارید مساله را به این صورت پیش ببریم. فرقی نمی‌کند شما صاحب یک کسب و کار هستید، تیمی را رهبری کرده یا یک خانواده را اداره می‌کنید!

در هر کدام از این نقش‌ها، پیش از آنکه بخواهید در مورد هر کدام از کارهای روزانه شما با افراد دیگر صحبت و به اصطلاح مذاکره کنید، باید برآورده شدن نیازها و رسیدن به بهترین حال خودتان را در اولویت قرار دهید تا بتوانید نتیجه اثربخشی بگیرید.



چطور یک مذاکره‌کننده موفق باشیم؟

ممکن است به عنوان مدیر عامل، روزانه جلسات مهمی داشته باشید یا حتی ممکن است یا یک متقاضی استخدام بخواهید مذاکره مهمی داشته باشید و بخواهید به بهترین نتیجه دست پیدا کنید. اگر به هرم نیازهای مازلو دقت کنید، خواهید دید برای اینکه برای اینکه به مرحله خودشکوفایی برسید و در انجام هرکاری (از جمله مذاکره) به موفقیت دست پیدا کنید، ابتدا باید ۴ سطح از این هرم یعنی **نیازهای فیزیولوژیک، امنیت، عشق و عزت نفس** را در خود برآورده کنید.

هرم نیازهای مازلو



راز موفقیت مدیران عامل در مذاکرات چیست؟

نکته‌ای که همیشه مدیران عامل موفق را از دیگر افراد مذاکره‌کننده متمایز می‌کند، بروز رفتاری منحصریفر در آنها است. آنها به طرز عجیبی آرام هستند. دلیل این آرامش این است که آنها در قدم اول، نیازهای اولیه خود را برآورده کرده‌اند و زمانی که می‌خواهند در جلسه مذاکره حاضر شوند؛ به خوبی می‌دانند از مذاکره چه می‌خواهند و از موضع قدرت صحبت می‌کنند.



از آنجایی که یک مدیر، نقش کلیدی برای پیشبرد اهداف و موفقیت سازمان دارد، پس می‌توان به اهمیت مذاکرات تجاری و ارضاء مواردی که پیش نیاز یک مذاکره موفق هستند؛ پی برد. بنابراین در ادامه به ۱۰ مورد روان‌شناسانه‌ی مهم اشاره می‌کنیم که به شما کمک می‌کند پیش از رفتن به جلسه مذاکره، فرد برنده باشید.

۱- مشکلات مالی شخصی خود را حل کنید

اگر به کسی بدهکار مالی هستید یا باید قبض یا حساب بانکی را در مدت زمان کوتاهی تسویه حساب کنید، نمی‌توانید هر روز صبح روی کار خود متمرکز شوید. پس سعی کنید حساب‌های خود را صاف کنید و به یک تعادل مالی برسید.

۲- از گارسون‌ها یاد بگیرید

یکی از عادت‌های گارسون رستوران‌ها این است که از مشتریان انعام می‌گیرند. این انعام به آنها کمک می‌کنند تا امنیت مالی داشته باشند و حتی اگر برای دو سه ماه بیکار شدند، بتوانند از آن بودجه برای تامین مخرج اولیه‌شان استفاده کنند.

اگر شما مثل گارسون‌ها چیزی مثل انعام برای خود ندارید، کاری کنید تا امنیت مالی کافی داشته باشید. برای مثال خریدهای غیرضروری را به زمان دیگری موکول کنید، شغل دوم برای خود دست و پا کنید، چیزهایی که نیاز ندارید را بفروشید یا از خرید وسایل لوکس اجتناب کنید.

۳- مسیر یادگیری خود را مشخص کنید

از خودتان بپرسید اگر فردا بخواهید سر یک کار جدید بروید، آیا فردی هستید که بتوانید با دیگران رقابت کنید و در آن موقعیت کاری باقی بمانید؟ اگر نسبت به این سوال شک دارید یا هنوز مطمئن نیستید، پیشنهاد می‌کنیم خودتان را در موقعیت یادگیری مهارت‌های جدید قرار دهید. برای پیشرفت در کار، خصوصاً مذاکره که یک مهارت پیچیده است، مهارت‌های خود را ارتقاء دهید تا همیشه به توانایی‌های شما نیاز داشته باشند.



۴- از خودتان احساس ارزشمند بودن بگیرید

احساس مفید بودن در یک سازمان، همان چیزی است که همه کارکنان و حتی مدیران برای ادامه فعالیت به آن نیاز دارند. از خودتان در مورد حقوق و مزایا، اختیارات کاری و هرآنچه به کار مربوط می‌شود، بپرسید که آیا واقعاً ارزشش را دارید و شما فرد مناسبی برای این کار هستید؟ ارزیابی خود از ابعاد مختلف، به شما کمک می‌کند تا در هر شرایطی بتوانید فرد مفیدی برای سازمان شما باشید.

۵- به خوبی پرزنت کنید

اگر کاری که به کمک دیگران انجام می‌دهید را به خوبی برای دیگران پرزنت کنید، دیگران به خوبی درک می‌کنند شما و همکاران‌تان چقدر برای سازمان مفید هستید. راهی پیدا کنید تا مدیر شما در سازمان، خروجی کارها را به صورت شفاف مشاهده کند تا متوجه ارزش کار شما بشود.

۶- مراقب سلامت خود باشید

برای مدیریت استرس‌هایی که احتمالاً با آنها مواجه می‌شوید، از تمرین‌هایی استفاده کنید تا در انجام کارهای روتین خود، تغییری مثبت ایجاد کنید. در صورت نیاز، ساعت خواب‌تان را متناسب‌سازی کنید و سعی کنید تغذیه مناسبی داشته باشید. اگر نیاز به گرفتن رژیم دارید، برایش برنامه‌ریزی کنید چون به شدت بر روی اعتماد به نفس شما تاثیرگذار است. پس با تغییر عادات‌های خود از بد به خوب، از سلامتی خود مراقبت کنید.

۷- خودتان را در کانون انرژی مثبت قرار دهید

هر چیزی که به شما انرژی مثبت می‌دهد را در اطراف خود قرار دهید یا شرایط را برای مثبت شدن محیط اطراف خود فراهم کنید. به جای اینکه مدام در اینترنت بچرخید و اخبار ناامیدکننده بخوانید، خود را با خواندن کتاب، شنیدن پادکست و ورزش کردن سرگرم کنید.



۸- با افراد مؤثر ارتباط داشته باشید

در محیط کار و خارج از آن، ارتباطات سالم داشته باشید تا مدام نگران روابط و حواشی اطراف نباشید. وجود این نگرانی‌ها، منجر به کاهش سطح تمرکز شما در انجام کارهایتان دارد. پس با اصلاح ارتباطات و ارتباط با افرادی که از موفقیت شما خوشحال می‌شوند، به خود کمک کنید.

۹- شکرگزار باشید

اگر همین حالا در ذهن‌تان مروری سریع داشته باشید، متوجه می‌شوید چیزهایی در زندگی دارید که باید بابت آنها شکرگزار باشید. اگر دوست دارید، به مکان‌هایی بروید که از نظر معنوی به شما آرامش می‌دهند.

۱۰- حق خود را به خوبی ادا کنید

یک قانون مهم در زندگی وجود دارد که می‌گوید: اگر در دایره کمک به دیگران قرار بگیرید، بیشتر از آنچه می‌دهید؛ بدست می‌آورید. این دقیقاً همان زمانی است که می‌توانید حال خود را بهتر کنید. برای مثال به دیدن سالمندان بروید یا برای انجام یک کار اجتماعی، داوطلب شوید.

پس از انجام موارد بالا، اول از همه به خودتان کمک می‌کنید تا به فردی تبدیل شوید که پیش از انجام هر کاری، از سلامت روان خوبی برخوردار باشید و بتوانید عملکرد منحصر بفردی در کار خود داشته باشید.

حالا می‌توانید از سلسله مراتب نیازهای مازلو کمک بگیرید و مرحله خودشکوفایی بروید. در مطلب بعدی، به این موضوع می‌پردازیم که چگونه برای یک مذاکره آماده شوید و بتوانید فردی تاثیرگذار باشید.

این مطلب را هم بخوانید:

چگونه سودآوری و عملکرد کسب و کارمان را افزایش دهیم؟

کلیک کنید