



វង្វារកំពេលវេលា Time Trap

រាប់រយសំណួរ ដែលអ្នកមិនធ្លាប់សួរខ្លួនឯង!



BOOK
REVIEW
BY MEY SAMETH

អន្ទាក់ពេលវេលា

TIME TRAPS



អន្ទាក់ពេលវេលា

ត្រូវចាប់ផ្តើមអនុវត្តនៅពេលនេះតែម្តង
ព្រោះខណៈពេលនេះ គឺជាពេលវេលាដែលយើងត្រូវប្រើប្រាស់ជីវិតផ្ទាល់
អនាគត មិនមែនជាសុបិន ឬការស្រមៃស្រមៃដែលចាប់មិនបាននោះទេ

ព្រោះអនាគត... ជាក់ស្តែងគ្រាន់តែជាលទ្ធផល
នៃការប្រើប្រាស់ពេលវេលាភាគច្រើនរបស់យើង
ក្នុងពេលបច្ចុប្បន្នហ្នឹងឯង។



១. ប្រឡងជញ្ញាតិបង្គោល

(អស់ពេលព្រោះរងគ្រប់គ្រងពេលវេលា)

- តើយើងបានឲ្យគុណតម្លៃពេលវេលា តាមរយៈការប្រើប្រាស់ពេលវេលាទៅ បែបណាខ្លះ?
- ភាពមានបាន មិនមែនស្ថិតនៅលើរឿងមានប្រាក់តែម្យ៉ាង ប៉ុន្តែស្ថិតនៅលើជីវិតរបស់យើង ថាតើរស់នៅមានក្តីសុខ ក្នុងកម្រិតណាទៅវិញទេ!
- មនុស្សយើងរមែងតែប្រាស់ទស្សនៈនិងគោលជំហរ នៅពេលវេលាផ្លាស់ប្តូរទៅ។
- យើងមិនអាចគ្រប់គ្រងពេលវេលាបាននោះទេ អ្វីដែលយើងអាចធ្វើបាន គឺគ្រប់គ្រងចិត្តកំនិត ការគិត និងទង្វើរបស់ខ្លួនឯង។
- វិធីជីវិតរបស់យើងរមែងផ្តល់ភាពសំខាន់ជាពិសេស៖
 - ១- ដល់ពេលវេលាសំខាន់
 - ២- ពេលវេលាទទួលបានផលក្លាមៗ
- តើមានការងារណាខ្លះ ដែលធ្វើឲ្យអ្នកមានអារម្មណ៍ថាទាល់ច្រក?
- តើអ្នកចង់ផ្លាស់ប្តូររឿងអ្វីខ្លះ ទាក់ទងនឹងការងារនិងរឿងផ្ទាល់ខ្លួន?
- តើមានអ្វីខ្លះដែលជីវិតរបស់អ្នកបានបាត់បង់ទៅ?

ចម្លើយទាំង ៣ យ៉ាងខាងលើនេះ គឺពាក់ព័ន្ធនឹងការប្រើប្រាស់ពេលវេលាយ៉ាងដូចម្តេចជារៀងរាល់ថ្ងៃ។

២. វេន្យាករកសាងខ្លួន

(ខាតពេលព្រោះរងរកខ្លួនឯងមិនឃើញ)

- ការនិយាយថា នរណាគ្រប់គ្រងកាន់តំណែងនេះ ត្រូវឬខុស ជាក់ស្តែង ការងារទៅវិញទេ ជាអ្នកគ្រប់គ្រងបុគ្គលនោះ។
- ការងារ គឺជាអ្នកកំណត់ខ្លួនរបស់អ្នកឡើងមក
- ដំណាក់កាលដំបូង យើងជាអ្នករើសការងារ បន្ទាប់មកទៀត ការងារទៅវិញទេ ជាអ្នកបង្កើតយើងឡើងមក។
- គួរណាស់តែយើងជាអ្នកស្វែងរកខ្លួនឯងចេញពីការងារ ប៉ុន្តែមនុស្សជាច្រើនបែរជាបាត់បង់អត្តសញ្ញាណរបស់ខ្លួន ក្នុងតំណែងការងារទៅវិញ។
- តើការងារធ្វើឲ្យជីវិតយើងប្រសើរឡើង ឬធ្លាក់ចូលក្នុងគ្រោះអាស្រ័យមែនឬ?
- ខ្លួនរបស់យើងនឹងរស់រវើកការងារតិចឬច្រើន អាស្រ័យលើពេលវេលាផ្តល់អំណោយផលឲ្យ។
- ការរកឃើញគោលដៅ និងអត្ថន័យនៃការធ្វើការងារឃើញ ចាត់ទុកថា មានសំណងណាស់ទៅហើយ ជាការបាននូវ ឯករាជភាពដ៏គួរឲ្យភ្ញាក់ផ្អើល និងនិរន្តរភាពច្រើនជាង។
- តើពេលណានឹងដល់ពេលវេលាដែលយើងបានប្រើជីវិតដ៏ពិតប្រាកដ?
- តើយើងកំពុងតែធ្វើការងារនេះដើម្បីអ្វី?
- ជីវិតមានកិច្ចការជាច្រើនទៀត “ក្រៅពីការងារ”

- បើយើងត្រូវការឲ្យខ្លួនឯងវិលត្រឡប់មកវិញ យើងត្រូវហ៊ានផ្លាស់ប្តូរអ្វីម្យ៉ាង ដែលយើងកំពុងតែធ្វើនៅពេលនេះ។
- ការងារ មិនស្មើនឹងការប្រើជីវិតឲ្យបានត្រឹមត្រូវ
- ជីវិតត្រូវមានន័យខ្លាំងជាងមាសប្រាក់
- ជីវិតនេះនឹងមិនឈប់គាំងទ្រឹងនោះទេ បើយើងមិនព្រមឈប់។
- បើអ្នកលះបង់ពេលវេលាទៅលើអ្វីមួយ កិច្ចការនោះនឹងក្លាយជាអ្នកមកកំណត់ខ្លួនអ្នកវិញ។
- តើនៅពេលនេះ អ្នកជាអ្វី? ជានរណា? តើអ្នកចង់ក្លាយជានរណានាពេលអនាគត?
- ចូរឆ្លើយនឹងខ្លួនឯងថា តើថ្ងៃនេះអ្នកមានអង្គប្រកបអ្វីខ្លះ?
- ចូរត្រួតពិនិត្យមើលថា តើអ្នកចាយពេលវេលារបស់ខ្លួនជាមួយនឹងអ្វីខ្លះ ហើយកិច្ចការនីមួយៗ ស៊ីពេលវេលាអស់ប៉ុន្មាន?
- **ដើម្បីវិលត្រឡប់មករកខ្លួនឯងឲ្យបានលឿនបំផុត អ្នកត្រូវពិនិត្យនូវរឿងពីរយ៉ាងនេះ៖**
 ១. ពិនិត្យមើលថា ខ្លួនបានប្រើពេលវេលាឥតប្រយោជន៍ទៅលើរឿងអ្វីខ្លះ?
 ២. រកវិធីសាស្ត្រប្រើពេលវេលាជាមួយនឹងរឿងផ្សេងៗ ដែលជួយបង្កើតនូវជីវិតមួយដែលអ្នកប្រាថ្នាចង់បាន ឲ្យបានច្រើនបំផុត។

៣. អន្ទាក់ការរៀបចំពេលវេលាធ្វើការ

(ខាតពេលព្រោះរង់ចាំធ្វើការដែលតតប្រយោជន៍)

- ពេលវេលារបស់អ្នកលក់ អាស្រ័យលើអតិថិជននិងបុគ្គលផ្សេងៗទៀត ដូច្នេះប្រាកដណាស់ថា តាមសេចក្តីត្រូវការរបស់ពួកគាត់ មុខជាមិនចប់នៅត្រឹមម៉ោង ៥ ល្ងាចនោះទេ!
- ភារកិច្ចក្នុងការធ្វើការ ប្រៀបដូចជា “ទឹកទន្លេ” ប្រសិនបើមិនព្រមសាងខ្សែដើម្បីឃាំងទឹកទុកទេ មុខជាត្រូវហូរទៅអស់មិនខាន។
- សូម្បីតែទឹកទន្លេដ៏សែនធំល្វឹងល្វើយក៏មិនអាចធ្វើគូប្រកួតប្រជែងនឹងខ្សែបានដែរ។

ដំណាក់កាលនៃការបង្កើតខ្សែ

- ១-បង្កើតរនាំងដើម្បីការពារកុំឲ្យរំខានការងារ-កំណត់ព្រំដែនដើម្បីការពារនិងទប់ស្កាត់នូវកិច្ចការមួយចំនួនដែលចូលចិត្តផ្តាច់ចង្វាក់ការងារដែលកំពុងតែធ្វើ។
- ២- ការត្រួតពិនិត្យ-រើសយកការងារដែលសំខាន់បំផុតមុន
- ៣- អនុវត្តតាម-បង្កើនប្រសិទ្ធភាពការងារដោយរួម
- ៤- វាយតម្លៃ - កម្ចាត់ឧបសគ្គ និងហ្វឹកហាត់ ផ្ដោតផ្ដិតផ្ដង់លើការងារដែលផ្តល់មកនូវប្រាក់កម្រៃខ្ពស់



ចូរបង្កើតខ្សែនការពារទុកឱ្យហើយ
មុននឹងកិច្ចការធំត្រូវរលាយ
បំផ្លាញជីវិតមនុស្សក៏ចោលបាន!

ការបង្កើតខ្សែនដំណាក់កាលទី ១

បង្កើតនូវដំបូងការការពារកុំឱ្យខានការងារ

១. កុំទុកឱ្យមានចន្លោះប្រហោងឱ្យកើតមានទំនាក់ទំនងផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នកនិងអតិថិជនឱ្យសោះ។
២. កុំឱ្យលេខទូរសព្ទ ឬអ៊ីមែលការងារឱ្យដល់មិត្តភក្តិ។
៣. បិទកំណត់កុំឱ្យអ៊ីមែលជូនដំណឹងចេញ-ចូល ប្រើវិធីកំណត់ពេលវេលាដោយខ្លួនឯងប្រសើរជាង។
៤. កុំទទួលការហៅទូរសព្ទចូល លើកលែងតែលេខដែលអ្នកកំពុងតែរង់ចាំប៉ុណ្ណោះ។



៤. អន្ទាក់និងវិវត្តន៍ពេលវេលារបស់អ្នក អស់

នៅពេលចេះតែឆ្លើយ “យល់ព្រម”

- ហេតុផលដែលធ្វើឲ្យការងារកាន់តែរវល់ខ្លាំងនោះ ព្រោះតែអ្នកលក់មិនសូវចេះបដិសេធ។
- បុគ្គលិកការងារភាគច្រើន អ្វីដែលគាត់គិតតាំងពីដំបូងនឹងចាប់ផ្តើមធ្វើការគឺ “ចង់បានការងារពេញម៉ោង” ឬ “ថែមម៉ោង”។ ការគិតបែបនេះ គឺគិតតាំងពីសម័យនៅរៀនម៉្លេះ លុះដល់អាយុ ៤០ ឆ្នាំទៅហើយ ទើបភ្ញាក់ខ្លួន តែពេលវេលាបានកន្លងផុតទៅអស់ ៤០ ឆ្នាំបាត់ទៅហើយ តើនៅសល់ពេលប៉ុន្មានទៀត ដើម្បីមកបង្កើតអ្វីដែលថ្មីសម្រាប់ខ្លួនឯងនោះ?
- ឧត្តមគតិជាបុគ្គលិកដូចបានលើកឡើង ប្រៀបដូចជាគ្រាប់បែកដែលបំផ្ទុះបំផ្លាញចោលទាំងជីវិតដៃគូនិងគ្រួសាររបស់ខ្លួនអ៊ីចឹងដែរ។
- ចូរបែងចែកការងារចេញជា ៣ ក្រុម
 ១. ការងារមិនចាំបាច់ - ភ្លើងក្រហម
 ២. ការងារចាំបាច់ - ភ្លើងលឿង
 ៣. ការងារបង្កើតប្រាក់ចំណូល - ភ្លើងបៃតង

ការបង្កើតខ្សែនដំណាក់កាលទី ២

ការត្រួតពិនិត្យ

- ការងារចាំបាច់ ១: ការងារឯកសារ-១ ថ្ងៃ ២ ម៉ោង -ត្រូវបង្កើតខ្សែនដើម្បីការពារការងារឯកសារ។
- ការងារចាំបាច់ ២: ការងាររៀបចំផែនការនិងកំណត់គោលដៅ - ១៥ នាទី/សប្តាហ៍ ៨-២៤ ម៉ោង/ឆ្នាំ។
- ការងារចាំបាច់ ៣: ការងារត្រួតពិនិត្យមើលអតិថិជន-៥ នាទី សម្រាប់ការលក់ម្តង។
- ការងារចាំបាច់ ៤: ការងារសង្កេតនិងវាយតម្លៃ - ៥ នាទី/ម៉ោង (ខែដំបូង) - ១ ម៉ោង/ខែ។
- ការងារចាំបាច់ ៥: ការងារទំនាក់ទំនង - ៣០នាទី រាល់ ២ ម៉ោងម្តង , ១ ថ្ងៃ ២ ម៉ោង។

៥. អន្តរាគមន៍ ព្រោះឥរិយាបថគ្រប់គ្រងការងារទូទៅ (ធាតុបង់ពេលវេលា ព្រោះឥរិយាបថតែងឯងហែងការងារ)

- ការងារខ្លះបើយើងមិនព្រមព្រៀងលើវាខ្លះទេ វានឹងបែរក្បាលមកចឹកយើងវិញ។
- មានហេតុផលសំខាន់ ៤ យ៉ាង ដែលជាដើមហេតុ ធ្វើឱ្យយើងចង់តែកាន់ការងារគ្រប់យ៉ាង តែឯង។
 ១. អត្តា - គិតថា គ្មាននរណាធ្វើបានល្អជាងខ្លួន។
 ២. ភាពមិនច្បាស់ក្នុងចិត្ត - បើមានគេធ្វើបានល្អជាង យើងមើលទៅហាក់ដូចជាមិន ឮកែ មិនខ្លាំង (ខ្លាចខូចមុខ)។
 ៣. របៀបមិនដឹងខ្យល់ - យើងធ្វើខ្លួនឯងក៏បានដែរ ចុះហេតុអ្វីត្រូវពីងគេ?
 ៤. គិតតែពីអារម្មណ៍ខ្លួនឯង - ធ្វើការជាមួយនឹងអ្នកដទៃវាលំបាកលំបិន។
- ភាពជោគជ័យ មិនថាជារឿងណានោះទេ សុទ្ធតែជាលទ្ធផលចេញពីការលះបង់ពេលវេលា ចំពោះរឿងនោះ។
- ការមានសមត្ថភាពអាចធ្វើអ្វីៗគ្រប់យ៉ាងបាន វាជារឿងល្អ តែសូមកុំធ្វើរឿងគ្រប់យ៉ាងដោយ ខ្លួនឯងពេក។
- រឿងដ៏សំខាន់បំផុត ២ យ៉ាងគឺ៖
 ១. ផ្តល់ទំនុកចិត្តដល់អតិថិជនគោលដៅតាមសមត្ថភាព។
 ២. បង្កើនគុណតម្លៃឱ្យដល់អតិថិជន

ការបង្កើតខ្សែនដំណាក់កាលទី ៣

អនុវត្តតាម

១. សាកល្បងឆ្លើយតបនឹងសំណួរថា ៖

ប្រសិនបើអ្នកបានលះបង់ពេលវេលាទាំងអស់ធ្វើកិច្ចការដែលសំខាន់បំផុត តើអ្នកចូររបស់អ្នកនឹងក្លាយទៅជាយ៉ាងណា?

២. សាកល្បងគិតបែប CEO - ចូរគិតថា ការបំពេញកិច្ចការរបស់ខ្លួន គឺធ្វើក្នុងនាមជាម្ចាស់អាជីវកម្មហើយសម្រេចចិត្តថា នឹងធ្វើគ្រប់យ៉ាង ដើម្បីឲ្យក្រុមហ៊ុនរីកចម្រើនឲ្យស្ថិតស្ថេរគង់វង្សតទៅអនាគត។

៣. ព្យាយាមប្រគល់ការងារចេញទៅសន្សឹមៗ

- ការប្រគល់ការងារដំណាក់កាលដំបូង : ជួលខ្លួនឯង
- ការប្រគល់ការងារដំណាក់កាលទី ២ : ប្រើប្រកដែលក្រុមហ៊ុន ផ្តល់ឲ្យ
- ការប្រគល់ការងារដំណាក់កាលទី ៣ : ជួលអ្នកធ្វើការងារក្រៅម៉ោង
- ការប្រគល់ការងារដំណាក់កាលទី ៤ : ចាប់ផ្តើមបង្កើតការងារ
(មានក្រុមការងាររឹងមាំ នឹងគ្មានអ្វីដែលធ្វើមិនបាននោះទេ)

គន្លឹះសំខាន់ក្នុងការធ្វើឲ្យក្រុមការងាររឹងមាំ និងទទួលបានជោគជ័យ

- ១- ក្រុមការងារត្រូវមានគោលដៅ នៅចាំជួយបុគ្គលិកជុំវិញ។
- ២- ក្រុមការងារត្រូវការឱកាសដើម្បីកិច្ចសហប្រតិបត្តិការរួមគ្នាជាផ្ទុយមួយ គឺការមានទំនួលខុសត្រូវរួមគ្នា។
- ៣- ក្រុមការងារត្រូវការគ្រប់ធ្វើកដើម្បីជួយដុតជំរុញអារម្មណ៍និងបង្កើនកម្លាំង
- ៤- ក្រុមការងារត្រូវការស្តង់ដារតែមួយ សមាជិកក្នុងក្រុមត្រូវមានភាពជិតស្និទ្ធ ស្មោះត្រង់ និងពឹងពាក់អាស្រ័យគ្នា បាន។

៦. អន្តរាគមន៍បច្ចេកវិទ្យា

(ខ្វះពេលវេលា ព្រោះឧបករណ៍ជួយសន្សំពេលវេលា)

- ដរាបណាមនុស្សមិនទាន់សម្បូរបែប បច្ចេកវិទ្យាក៏គ្មានថ្ងៃអាចឈានដល់ចំណុចនោះបានដូចគ្នា។ ទោះបីជាបច្ចេកវិទ្យាដើរលឿនអស្ចារ្យយ៉ាងណា មនុស្សក៏នៅត្រូវសម្ពន្ធភាពរវាងមនុស្សនិងមនុស្សដែរ។
- បច្ចេកវិទ្យា ពុំមែនជាដើមហេតុនៃបញ្ហានោះទេ ដើមហេតុដើមចមនៃបញ្ហា គឺស្ថិតនៅលើខ្លួនអ្នកទៅវិញទេ។
- យើងទៅរំពឹងថាបានខ្លាំងពេកទាំងគ្មានហេតុផល ហើយបានទម្លាក់ជោគវាសនាលើវាខ្លាំងពេក។

ការបង្កើតខ្សែនដំណាក់កាលទី ៤

(តាយតម្លៃ)

- ត្រូវយកឈ្នះអន្ទាក់បច្ចេកវិទ្យាដោយ ៥ វិធី ដូចខាងក្រោមនេះ៖
 ១. ពត់បន្ទប់បច្ចេកវិទ្យា
 ២. ផ្លាស់ប្តូរម៉ាស៊ីនចាស់ចោល មិនមែនសន្សំទុកគឺជាសម្រាប់នោះទេ (ប្តូរមកប្រើម៉ាស៊ីនថ្មីទំនើបជំនួស ដើម្បីបង្កើតនូវទិន្នន័យនៃការងារឲ្យមានប្រសិទ្ធភាពនិងលឿន)
 ៣. សួរពីវិធីប្រើ - កុំអួតក្មេងក្មាងថា ខ្លួនធំ អ្នកមានចំណេះវិជ្ជា មិនដាក់ខ្លួនសួរនាំគេឯង សួរគេទៅសន្សំបានទាំងពេលវេលា មិនសាកល្បងម្តងខុសម្តងត្រូវថែមទៀតផង។
 ៤. ធ្វើតេស្តប្រសិទ្ធភាព-បើមានប្រសិទ្ធភាពទុកប្រើ ប៉ុន្តែបើប្រើមិនកើត ក៏បោះចោល ហើយស្វែងរកយុទ្ធសាស្ត្រថ្មី។
 ៥. ថយក្រោយមួយជំហាន ដើម្បីសម្រុកមុខរុលទៅមុខ -បច្ចេកវិទ្យាមួយចំនួនក៏គ្មានអ្វីអស្ចារ្យលើសដើមអ្វីដែរ គ្រាន់តែថា មើលទៅថ្មីជាងមុន (ទូរស័ព្ទ, កុំព្យូទ័រ ជាដើម)។
- សុខចិត្តខូចពេលនៅគ្រាដំបូងៗ ដើម្បីស្វែងរកច្រកចេញឲ្យបានសមរម្យមួយ ហើយចាំបន្តដំណើរទៅមុខយ៉ាងជឿជាក់។
- សុខចិត្តខូចពេលនៅគ្រាដំបូងៗ ដើម្បីឲ្យមានពេលវេលាកាន់តែច្រើននៅពេលក្រោយវិញ។

៧. អន្ទាក់ នៃចំនួនលក់

(ខួបពេលវេលា ព្រោះអង្គុយតែរាប់ចំនួនលក់)

- ដំណាក់កាលវាយតម្លៃសមិទ្ធផលការងារ ជាញឹកញយប្រើប្រាស់ពេលវេលាដែលបានមក ឲ្យ កើតជាគុណប្រយោជន៍ខ្ពស់បំផុត។
- ការធ្វើធុរកិច្ចមិនមែនគ្រាន់តែជាញឹកញយវាយលុយកាក់ ដើម្បីប្តូរយកទំនិញ ឬសេវាកម្មតែ ម្យ៉ាងប៉ុណ្ណោះទេ ប៉ុន្តែថែមទាំងជាការដោះដូរប្រាក់ជាមួយនឹងពេលវេលាផងដែរ។
- មនុស្សភាគច្រើនមែនទទួលស្គាល់ថា ពេលវេលា គឺជាមាសប្រាក់ ប៉ុន្តែបញ្ហាស្ថិតនៅត្រង់ថា យើងមិនដឹងពីតម្លៃជីវិតពិតប្រាកដរបស់ពេលវេលាឡើយ។
- អ្នកលក់ភាគច្រើនមែនចាយពេលវេលាជាមួយនឹងអ្វីដែលផ្តល់ផលតបស្នងមកវិញតិចបំផុត ទៅវិញ។
- ការកំណត់គោលដៅលក់បានចេញប្រាក់យើងឲ្យលែងស្គាល់តម្លៃនៃពេលវេលា។
- បរិមាណ (លក់បាន) មិនសំខាន់ គុណភាពអតិថិជនទៅវិញទេ គឺជាអ្វីដែលសំខាន់បំផុត។
- ប្រសិទ្ធភាពស្មើនឹងចំនួនលក់ឬពេលវេលាដែលប្រើប្រាស់ទៅ។
- បានជាត្រូវដោះដូរពេលវេលាទៅហើយ ត្រូវបានរបស់ដែលមានតម្លៃកាន់តែខ្ពស់។
- ការមានពេលវេលាដើម្បីធ្វើការងារលក់ **មិនស្មើនឹង** ការប្រើពេលវេលាដូចបានលើកឡើងឲ្យ កើតគុណតម្លៃ។
- ហេតុបច្ច័យមួយដែលដាក់ដែនកំណត់ដល់អ្នកជានិច្ច គឺខ្លួនអ្នកផ្ទាល់ គង់មានថ្ងៃណាមួយ អ្នកនឹងដើរដល់ផ្លូវទាល់មិនខាន។
- បែងចែកក្រុមអតិថិជនចេញជា ៤ ក្រុម ហើយប្រើពេលវេលាជាមួយអតិថិជនដំបូងគេឲ្យបាន ច្រើនបំផុត៖

១. ផ្តល់សេវាកម្មក្រោយការលក់តិច ប៉ុន្តែទទួលបានកម្រៃច្រើន
២. ផ្តល់សេវាកម្មក្រោយការលក់តិច ប៉ុន្តែទទួលបានកម្រៃតិច
៣. ផ្តល់សេវាកម្មក្រោយការលក់ច្រើន ប៉ុន្តែទទួលបានកម្រៃច្រើន
៤. ផ្តល់សេវាកម្មក្រោយការលក់ច្រើន ប៉ុន្តែទទួលបានកម្រៃតិច

-វិធីសាស្ត្របានទទួលផលច្រើនបំផុតពីការប្រើប្រាស់ពេលវេលា

១. ត្រួតពិនិត្យមើលគុណសម្បត្តិរបស់អតិថិជនគោលដៅមុននឹងទៅទំនាក់ទំនង/ចរចា
២. កុំចាប់ផ្តើមឆាកប្រយុទ្ធដោយមិនប្រាប់ដំណឹងជាមុន
៣. កាត់សម្ពន្ធភាពជាមួយនឹងអតិថិជនដែលត្រូវប្រើពេលវេលាច្រើនជ្រុល
៤. ជំរុញសម្ពន្ធភាពឲ្យក្លាយជាម្ចាស់ភាគហ៊ុនរួម

-វិធីសាស្ត្រ ៤ ដំណាក់កាលជួយផ្លាស់ប្តូរអតិថិជនឲ្យក្លាយជាម្ចាស់ភាគហ៊ុនជារៀងរហូតទៅ

១. មើលរាយនាមអតិថិជន, VIP, កងជំនួយ, និង មិនជាប់ចំណាត់ថ្នាក់
២. កំណត់ពេលវេលាដែលនឹងផ្តល់ឲ្យដល់អតិថិជន ទាំង ៣ កម្រិតយ៉ាងទៀងទាត់
៣. ការកំណត់ផែនការទំនាក់ទំនងប្រចាំឆ្នាំ (Relation > Connection)
៤. បិទឆាកដោយប្រាប់ពីទស្សនៈវិស័យឲ្យអតិថិជនបានដឹង (បិទ-មិនបិទ)

- នៅពេលចាប់ផ្តើមធ្វើការងារដ៏សក្តិសមជាមួយនឹងមនុស្សដ៏សក្តិសម អ្នកនឹងដឹងថា ពេលវេលាមួយថ្ងៃ ៨ ម៉ោងនេះ ហួសថា ពីច្រើននឹងធ្វើឲ្យអ្នកទទួលបានជោគជ័យហើយ។

- ការមានយុទ្ធសាស្ត្រល្អៗ ធ្វើឲ្យការងារលក់ក្លាយជាចំណុចចាប់ផ្តើមជីវិតក្នុងសុបិន ដែលអ្នកធ្លាប់គិតថា មិនអាចទៅរួចបាន។

៨. អន្ទាក់នៃភាពបរាជ័យ

(ខូចពេលវេលា ព្រោះនឹកគិតខ្វល់ខ្វាយដល់តែថ្ងៃឆ្លើយឆ្លង)

- ភាពបរាជ័យគឺជាគ្រូរបស់យើង មិនមែនជាសត្រូវរបស់យើងនោះទេ។
- ចូរចាត់ទុកថា “បរាជ័យ” គឺជាសញ្ញាប្រាប់ថា ដែនការរបស់យើងមិនលម្អិតបានគ្រប់គ្រាន់ ដូច្នេះ គួរចាប់ផ្តើមធ្វើជាថ្មីម្តងទៀត។
- ពេលវេលាដែលមានតម្លៃពេលនេះ គឺនៅថ្ងៃនេះ។
- នេះគឺជាជីវិតរបស់អ្នក តើអ្នកបានក្លាយទៅជាអ្វីដែលអ្នកចង់បានហើយឬនៅ? នេះគឺជាជីវិត តើវាបានក្លាយទៅតាមសុបិនរបស់ខ្លួនចង់បានហើយឬនៅ?
- ប្រសិនបើអ្នកនៅសល់តែថ្ងៃនេះជាថ្ងៃចុងក្រោយ សូមកុំបិទភ្នែក ហាមបិទភ្នែកឲ្យសោះ ព្រោះថា បើបិទ អ្វីៗគ្រប់យ៉ាងនឹងសូន្យស្ទើរទៅតាមអ្នកដែរ។
- មនុស្សគ្រប់រូបមានកាលវេលាដែលបានប្រព្រឹត្តអ្វីម្យ៉ាងខុស ហើយចង់បំភ្លេចវាចោល ក៏ដល់ពេលវេលា ត្រូវនិយាយពាក្យថា “លា”។
- ការងារលក់ គឺជាប្រភពកំណើតនៃភាពភ្ញាក់ស្លៀតដ៏សម្បូរបែបបំផុត (លក់ច្រើនដឹងច្រើន = The power of NO)។
- មានរឿងខ្លះ បើយើងមិនព្រមផ្សងព្រេងខ្លះ យើងក៏គ្មានថ្ងៃបានវាមកដែរ។ ទស្សនៈក្នុងការយល់ឃើញដ៏ត្រឹមត្រូវអាចមានប្រយោជន៍ដ៏មហាសាល។
- មានការផ្សងព្រេង ៣ យ៉ាងដែលសក្តិសមនឹងសាកល្បងខ្លាំងបំផុត៖
 ១. ផ្សងព្រេងនឹងបណ្តុះទស្សនៈវិស័យនៃភាពដែលអាចធ្វើបាន/ទៅរួច (វិជ្ជមាន)។
 ២. ផ្សងព្រេងនឹងទទួលខុសត្រូវចំពោះទស្សនៈវិស័យនោះ។
 ៣. ផ្សងព្រេងកំណត់ស្តង់ដារឲ្យខ្ពស់។
- ក្នុងការព្យាយាមដើម្បីទទួលបានជោគជ័យ អ្នកត្រូវតែប្រឈមមុខនឹងរូបបែបដែលមិនធ្លាប់កើតឡើង ។

- មានតែអ្នកធ្វើដំណើរជួងព្រេងផ្លូវឆ្ងាយប៉ុណ្ណោះ ដែលល្មមនឹងដឹងបានថា យើងនឹងធ្វើដំណើរទៅបានឆ្ងាយកម្រិតណា។
- ចូរសុបិនលមើល ហើយកុំលក់ខ្លួនឯងក្នុងតម្លៃថោកឱ្យសោះ។

៩. អន្ទាក់នៃកម្មវិធីជប់លៀង

(ខូចពេលវេលា ព្រោះរងរបបអសាទនៃភាពជោគជ័យ)

- ភាពជោគជ័យ មិនមែនជាគោលដៅចុងក្រោយបង្អស់របស់មនុស្សយើងនោះទេ!
- ព្រោះជាក់ស្តែង ភាពជោគជ័យវាគ្មានន័យអ្វីខ្លាំងក្លាដូចយើងគិតឡើយ!
- ភាពជោគជ័យគួរតែផ្តល់ពេលវេលាកាន់តែច្រើនដល់អ្នក ដើម្បីបានធ្វើកិច្ចការផ្សេងៗ ជាមួយនឹងមនុស្សដែលយើងស្រឡាញ់ ក្រៅពីការងារ។
- វិធីសាស្ត្រក្នុងការចាត់ចែងភាពជោគជ័យ ស្មើគ្នានឹងការទប់ទល់ជាមួយនឹងបរាជ័យដូចគ្នា។
- បើប្រើពេលវេលាខុស ភាពជោគជ័យនឹងលូចពេលវេលារបស់អ្នកទៅ ច្រើនជាងផ្តល់ពេលវេលាឲ្យអ្នកវិញ។
- អន្ទាក់នៃភាពជោគជ័យ រៀបចំកម្មវិធីជប់លៀង បង់រំលស់ផ្ទះថ្មី បានឡានថ្មី ការដើរលេង ញ៉ាំអាហារថ្ងៃៗ
- បើត្រឹមតែល្មមគ្រប់គ្រាន់ក៏បានហើយ ពាក្យថា ល្មមគ្រប់គ្រាន់ហ្នឹងហើយ ដែលជាបញ្ហាធំ។
- តើនិយមន័យនៃពាក្យថា ជោគជ័យរបស់អ្នក គឺជាអ្វី?
- ចូរចោទជាសំណួរឡើងមកថា ហេតុអ្វីបានជាយើងត្រូវការរឿងទាំងអស់នោះ?
- នេះគឺជាសំណួរដែលនាំអ្នកទៅកាន់ “និយមន័យ” សម្រាប់ភាពជោគជ័យដ៏ពិតប្រាកដរបស់អ្នក។
- តើយើងមានជីវិតរស់នៅដើម្បីអ្វី?
- តើយើងជឿជាក់លើការងាររបស់ខ្លួនដែរឬទេ?
- តើការងារនេះប្រើសមត្ថភាពដែលជាទេពកោសល្យរបស់យើងពិតប្រាកដដែរឬទេ?
- តើមានរឿងអ្វីខ្លះដែលមករារាំងដំណើររបស់យើង មិនឲ្យយើងប្រើប្រាស់ពេលវេលាឲ្យបានសក្តិសមនឹងគុណតម្លៃយ៉ាងពិតប្រាកដបាន?

- តើឆ្នាំក្រោយ អ្នកនៅតែសប្បាយរីករាយ ពេញចិត្ត ស្រឡាញ់ការងារនេះពេញបេះដូងដូចដើមដែរឬទេ?
- គោលដៅដ៏អស្ចារ្យរបស់យើងគឺជាអ្វី?
- ការងារផ្សេងៗ ដែលខ្ញុំជ្រើសរើសធ្វើប្រចាំថ្ងៃ មានចំណែកជួយសម្រេចគោលដៅសំខាន់របស់ខ្ញុំដែរឬទេ?
- តើយើងគួរចាត់ចែងប្រើពេលវេលាឲ្យប្រសើរឡើងបានដោយរបៀបណា?
- គោលដៅដ៏ធំបំផុត គឺការបានដឹងឲ្យខាងតែបានថា តើអ្នកត្រូវការអ្វីខ្លះពីពេលវេលា?
- អ្នកមានអំណាចផ្លាស់ប្តូរប្រវត្តិជីវិតខ្លួនឯងបាន ដូច្នេះអ្នកចង់ផ្លាស់ប្តូរជីវិតឲ្យទៅជាអ្វីទៅវិញ ក្នុងរយៈពេល ៥, ១០, និង ២០ ឆ្នាំខាងមុខទៀត?
- នៅពេលណាមួយដែលអ្នកដឹងថា ពេលវេលាដែលអ្នកមានទាំងអស់សម្រាប់កិច្ចការអ្វីមួយហើយ ចូរសម្រុកលះបង់ពេលវេលាទាំងអស់ធ្វើតែកិច្ចការនោះ រហូតដល់អស់ពេលតែម្តង។

១០. អន្ទាក់នៃឥស្សរភាព

(ខួបពេលវេលា ព្រោះយល់ខុសធ្វើខុសពេលវេលា)

- នៅពេលអ្នកមានឥស្សរភាពពេញលេញ អ្នកនឹងត្រូវជួបប្រទះបេះដូងពិតប្រាកដរបស់ខ្លួន ឯងម្តងទៀត។
- ពេលវេលា គឺជាមិត្តដ៏ល្អបំផុតសម្រាប់យើង គ្រាន់តែយើងចេះប្រើវាឲ្យមានប្រសិទ្ធភាព ប៉ុណ្ណោះ។
- អ្នកអាចនឹងដឹងថា ខ្លួនកំពុងតែស្វែងរកអ្វី ឬពេលខ្លះមើលទៅហាក់ដូចជាឈប់ស្វែងរក បាត់ទៅហើយ ប៉ុន្តែលុះដល់ពេលវេលាដ៏សក្តិសមមួយ វានឹងវិលត្រឡប់មករកយើងវិញជា ថ្មីម្តងទៀត។
- រឿងដែលគួរឲ្យសោកសៅបំផុត គឺយើងជាអ្នកឈប់ស្វែងរករឿងនោះ។
- គ្មានអ្វីដែលសំខាន់ជាងជីវិតដែលស្ថិតនៅក្រោមអនុសម្បជ្ជញ្ញៈដ៏សែនជ្រៅរបស់យើង។
- សេចក្តីត្រូវការក្នុងចិត្តរបស់យើង គឺបានកំណត់ខ្លួនយើងទុកជាស្រេច។
- **មានរឿងតែមួយគត់ដែលវាយតម្លៃជាមាសប្រាក់មិនបាន គឺពេលវេលា។**
- តើវិថីជីវិតបែបណាដែលអ្នកបានព្យាយាមស្វែងរកស្ទើរពេញមួយជីវិតនេះទៅហើយនោះ? ហើយតើអ្នកកំពុងតែស្ថិតនៅវិថីឆ្ពោះទៅរកវិថីជីវិតបែបនោះដែរឬទេ? ឬផ្លាស់ប្តូរហើយ?
- **មនុស្សយើងកើតមកដើម្បីភាពអស្ចារ្យជាងអ្វីដែលខ្លួនឯងកំពុងមាននាពេលបច្ចុប្បន្ន...ធ្វើ នៅរឿងដែលខ្លួនឯងពេញចិត្តធ្វើ វានឹងផ្តល់ផលពេញចិត្តជាង អភិវឌ្ឍន៍សមត្ថភាពខ្លួនឯង ឲ្យបានកាន់តែច្រើនជាង និងធ្វើឲ្យចិត្តគំនិតរបស់យើងរីករាយច្រើនជាង។**
- បេះដូងរមែងស្រែកដង្ហើយហៅរឿងទាំងនោះ ដែលបានបាត់បង់ទៅ ព្រោះវាជាដណ្តើរ ឡើងមួយកាំទៀត ដើម្បីឆ្ពោះទៅរកឥស្សរភាពបាន។
- **មនុស្សភាគច្រើនមិនពេញចិត្តចំពោះរឿង ៤ យ៉ាង៖ ជីវិតអាពាហ៍ពិពាហ៍ ការងារ ប្រាក់ និងជីវិត។**

- តើមានអ្វីខ្លះដែលអ្នកត្រូវសម្រេចចិត្តធ្វើនៅពេលនេះតែម្តងដើម្បីសម្រេចបាននូវសេចក្តីប្រាថ្នាជីពិតប្រាកដរបស់អ្នកនោះ?
- មានមនុស្សជាច្រើនបន់ឲ្យតែដល់ថ្ងៃស្អែកឆាប់ៗ តាមពិតគួរតែពេញចិត្តសម្រាប់ពេលវេលានៅថ្ងៃនេះសោះ!!!
- បើជីវិតនេះគ្មានក្តីស្រឡាញ់ តើអ្នកមានរឿងអ្វីទៀតដែលនៅសេសសល់សម្រាប់នឹកឃើញដល់ពេលវេលាឈ្នួរៗ ទាំងស្នាមញញឹមបានទៅ?
- ហៅបេះដូងនិងពេលវេលារបស់ខ្លួនឲ្យរីលក្រឡប់មកវិញ ។
- បេះដូងមានហេតុផល ជាហេតុផលដែលខ្វះក្បាលមិនអាចយល់ បាន។
- ការច្បាំងគ្នារវាងខ្វះក្បាលនិងបេះដូង គឺបន្តមកអស់រយៈពេលដ៏យូរលង់ណាស់មកហើយ ប៉ុន្តែអ្នកគួរតែស្តាប់សំឡេងបេះដូងខ្លួន!
- មានតែបេះដូងប៉ុណ្ណោះដែលអាចប្រាប់អ្នកបានថា តើសេចក្តីប្រាថ្នាជីពិតប្រាកដក្នុងជីវិតរបស់អ្នកគឺជាអ្វី?
- បេះដូងនឹងបើកទម្លាយអាថ៌កំបាំងឲ្យអ្នកបានដឹងថា អ្វីដែលនឹងធ្វើឲ្យពេលវេលារបស់អ្នកមានខ្លឹមសារបំផុត។
- បេះដូង គឺជាអ្នកបង្ហាញផ្លូវឲ្យអ្នកអាចទៅរកឥស្សរភាពនៃពេលវេលាបាន។
- បើការចងចាំក្នុងអតីតរបស់អ្នក ធំមហាអស្ចារ្យជាងសុបិនចង់បាននាពេលអនាគត នោះមានន័យថា អ្នកបានស្លាប់បាត់ទៅហើយ។
- ក្នុងអំឡុងពេលនេះ គឺពេលវេលាដែលត្រូវប្រើប្រាស់ជីវិតពិតប្រាកដ ត្រូវប្រើពេលវេលានៅថ្ងៃនេះនិងថ្ងៃខាងមុខ យ៉ាងប៉ិនប្រសប់បំផុត ព្រោះថា វាជាមធ្យោបាយតែមួយគត់ក្នុងការនាំអ្នកទៅកាន់ឥស្សរភាពយ៉ាងពិតប្រាកដ។

