

# İdman xarakteri nədir?

Lap uşaqlıqdan mart ayı ilə əlaqəli xatirələrim var. İnsan həyatında stereotiplərin mahiyyətinə çox inanıram və mart ayı bunun, mənim üçün bariz nümunəsidir. Mənim məktəb illərində mart ayı ən həyəcanlı və stresli aylardan biri idi. Mart ayında şahmat üzrə Azərbaycan çempionatı keçirilirdi və bu çempionatın nəticələri mənim il ərzində gedəcəyim yarışların xarakterini təyin edirdi. Bu ayın stressi məndə hələdə qalıb və ad günümün bu aya təsadüf etməsi, 8 mart və Novruz kimi Bayramların bu ayda olması belə stresimi heç cürə azaltmır. Bilirsiniz, məhz bu mart ayının stressləri mənim bugün ki xarakterinin formalaşmasında ciddi rol oynamışdır. Mən hesab edirəm ki, istənilən menecerin malik olduğu əsas xüsusiyyətlərdən biridə “idman xarakteridir” bu xarakter mənə işimdə çox kömək edir. İdman xarakteri dedikdə mən nə başa düşürəm?!

İlk öncə qeyd etmək istərdim ki, bugün idman xarakteri özü-özlüyündə frazeoloji söz birləşməsinə çevrilmişdir və müxtəlif qavramları mövcuddur. Biz idman xarakteri dedikdə aşağıdakı xüsusiyyətləri özündə birləşdirməni başa düşürük: məqsəd yönlülük, əzmkarlılıq, öz üzərində fasiləsiz işləmə, istədiyinə nail olma və s. inadkarlara xas olan xüsusiyyətlər. Mən bu xüsusiyyətlərə məhz şahmatın hesabına nail olmuşam. Məhz yuxarıda xatırlatdığım “mart çempionatı” mənə uşaq yaşlarımdan fasiləsiz öz üzərimdə işləməyi, qoyulan hədəflərə nail olmaq üçün addım-addım getməyi öyrətmişdir. İdman xarakterinin yetişdirməyin ən asand yolu, məhz idmanla məşğul olmaqdan keçir. Yarışlarda iştirak edənlərin çoxları mənimlə razılaşar ki, orada hiss edilən uduzmaq qorxusu insana hazırlaşmaq üçün əlavə motiv verir. Bu yarışlar bizi öyrədir ki, həyatda heç kim çempion olaraq anadan olmur və bu yolun əvvəlidə-sonuda ciddi məşqlərdən keçir.

Professional boksçuların ildə maksimum 3-4 oyun keçirirlər, lakin il boyu məşq edirlər və onlar konkret şəkildə bilirlər

ki rinqdə qalib gəlmək mütləq ciddi məşqlər lazımdır.

Bir dəfə eks dünya çempionu Anatoli Karpov mənə: “İstənilən oyunda uğur qazanmaq üçün o vəziyyət sənə məşq taxtında bir vaxt qurulmalıdır, belə olmasa sənə qalib gəlmək çətin olacaq” dedi və həqiqətdə o oyunları ki, mən ciddi hazırlaşırıdım çox asanlıqla qalib gəlirdim. O vaxtlar mən bu prinsipi tam başa düşməsəmdə indiki Marketing (menecer) fəaliyyətimdə bunu bariz şəkildə görürəm. İstənilən fəaliyyətinin uğurlu olması üçün 2 vacib şərt var: hazırlıqlı olmaq və bu fəaliyyəti aparmaq üçün kifayət qədər biliyə sahib olmaq. Bu 2 xüsusiyyətlər məhz “idman xarakteri” köməyi ilə nail olmaq olar.

Tanıdığım bir neçə çox böyük biznesməndə şahid olduğum bir məsələ diqqətimdən yayınmır: bu adamlar uduzmaq istəmirilər və uduzmamaq üçün ciddi çalışırlar!

Beləliklə idman xarakteri 3 vacib xüsusiyyətin üzərində dayanır: əzmkarlıq, inadkarlıq (bəzən ifrat dərəcədə) və məqsədyünlülük!

Bu xüsusiyyətləri aşılayan isə məhz İDMAN – YARIŞLARDIR! Məndə bu xasiyyəti şahmat formalaşdırıb və mən buna görə öz şahmatçı rəqiblərimə çox sağ ol deyirəm! Əziz dostlar idman xarakterinə öyrənmək yolu idmandan keçsədə bu xarakterin tətbiq dəyirəsi təhcə idman deyil. Hər yerdə, istər biznesdə, istər karyera həyatında, istərsədə ailədə Sizin harda olmağınızdan asılı olmayaraq Siz daim öz üzərinizdə işləməli və hədəflərə çatmaq üçün yolunuzdakı maneyeləri dəf etməlisiniz!

Yarışlarda görüşərik?!

Maraqlı yazı: [Uğurlu təqdimat etmək yolları](#)