



مشکل، نگرشی است که به مشکل داریم



منبع: کتاب هفت عادت مردمان مؤثر، ترجمه: ممد رضا آل یاسین

وقتی مردم رویدادهای فوب زندگی افراد و خانواده ها و سازمانهایی را می بینند که بر اصولی مکتب متکی است به هیجان در می آیند. چنین بلوغ و نیروی شفقی، چنین اتقاد فناواری و کار گروهی، یا چنین فرهنگ سازکار جمعی و همکاری سازمانی را می ستایند.

و در فواست بی درنگ آنها، برداشت اصلی شان را آشکار می کند: «چگونه آنها انجام می دهی؟ فنونش را به من بیاموز.» آنچه واقعا می گویند این است که: «اندرزی به من بده که آنها همه چیز اصلاح شود یا راه ملی که بی درنگ در وضعیت مرا بکاهد.»

افراد را نیز می یابند که به فواسته های آنها پاسخ مثبت می دهند و این امور را به آنها می آموزند و برای مدتی کوتاه نیز شاید این مهارتها و فنون مؤثر بنمایند. شاید از طریق تسکین ها و زخم بندیهای اجتماعی، ظاهر قضیه را حفظ و مشکلات شدید را حذف کنند.

اما در مزمین و نرفته برجا می ماند و سرانجام عوارض شدید تازه ای ظاهر می شود. هر چه افراد بیشتر به اصلاحهای آتی بپردازند و بر مشکلات و دردهای شدید متمرکز شوند، خود این نگرش موجب افزایش دردهای مزمین و نرفته می شود.

مشکل، نگرشی است که نسبت به مشکل داریم

دیگر بار به بعضی از مسائل و نگرانیهایی که این فرد ابراز می کند و به تاثیر طرز تفکر ناشی از *افلاخیات شخصیت* بنگرید.

درباره «مدیریت مؤثر» دوره های متعدد گذرانده ام. از کارمندانم انتظار بسیار دارم و ساعتها می کوشم با آنها صمیمی باشم و با آنها درست رفتار کنم. اما هیچ گونه وفاداری از جانب آنها





احساس نمی‌کنم. تصور می‌کنم اگر روزی بیمار شوم و سرکار نروم، آنها تمام وقتشان را کنار آب سردکن بگذرانند. چرا نمی‌توانم به آنها پیاموزم که مستقل و مسؤول باشند، یا کارمندان مسؤول و مستقلی پیدا کنم؟

برداشتیم از افلاقیات شفصیت این است که می‌فواهد بگوید می‌توانم به اعمالی شدید دست بزنم، امور را تکان بدهم، می‌توانم فکر افراد را چنان عوض کنم که کارمندانم ناگهان صاف و آسوده بر جای خود بنشینند و قدر آنچه را که دارند بدانند. یا می‌توانم یک برنامه آموزش ایجاد انگیزه پیدا کنم که آنها را متعهد سازد. یا حتی می‌توانم کارمندان تازه‌ایی استخدام کنم که کارشان را بهتر انجام دهند.

اما شاید در ظاهر رفتار به ظاهر عاری از وفاداری این کارمندان، این سوال نهفته باشد که آیا واقعا به غیر و صلاح آنها رفتار می‌کنم؟ آیا این احساس را دارند که با آنها مانند اشیاء رفتار می‌کنم؟ آیا این نکته تا حدودی حقیقت دارد؟

آیا در ژرفای وجودشان، این گونه به نظر آنها می‌آید؟ آیا امکان دارد شیوه نگرش نسبت به افرادی که برای من کار می‌کنند، بخشی از مشکل من باشد؟

همیشه کار روی سرم ریفته و هیچ‌گاه فرصت کافی ندارم. هر روز و تمام روز و تمام هفته، احساس فشار و گرفتاری می‌کنم. در سمینارهای مربوط به «مدیریت زمان‌بندی» شرکت کرده‌ام و دهها نظام متفاوت برنامه‌ریزی را آزموده‌ام. بعضی از آنها برایم سودمند بوده‌اند. اما هنوز صاحب زندگی شادمانه و بارور و آرامی که می‌فواهم نیستم.

افلاقیات شفصیت می‌فواهد بگوید که عاملی بیرونی وجود دارد- برنامه ریز یا سمیناری تازه - که می‌تواند کمک کند با کارایی بیشتری از عهده همه این فشارها برآیم.

اما آیا این امکان وجود دارد که کارایی پاسخ مسأله نباشد؟ آیا به انجام رساندن اموری بیشتر، در زمانی کمتر تاثیری فواهد داشت، یا فقط بر شتاب واکنش نسبت به افراد و موقعیتهایی که ظاهرآ زندگی را کنترل می‌کنند فواهد افزود؟

آیا ممکن است نیاز داشته باشم چیزی را به شیوهی ژرفتر و اساسی‌تر بینم؟ مثلا بعضی از برداشت‌های درونی خودم را که بر نگرش من از وقت و زندگی و طبیعتم دارم تاثیر می‌گذارند؟





زندگی زناشویی ام کسالت بار شده است. با هم دعوا و مرافعه نداریم. فقط علاقه خود را به هم از دست داده ایم. نزد مشاور رفته ایم. سایر راهها را نیز آزموده ایم. اما گویی هیچ چیز سبب نمی شود علاقه یی را که قبلا به هم داشتیم دوباره احساس کنیم.

افلاقیات شفصیت می فواهر بگوید باید کتاب تازه یا سمیناری وجود داشته باشد که افراد در آنها همه احساسایشان را بیرون بریزند، تا همسرم بهتر بتواند مرا بفهمد. یا شاید این هم بی فایده است و فقط رابطه یی تازه می تواند عشقی را که به آن نیاز دارم در اختیارم بگذارد.

آیا این امکان وجود دارد که همسرم مشکل واقعی نباشد؟ آیا ممکن است نقاط ضعف همسرم را بزرگ می کنم تا زندگی را قربانی شیوه رفتار او بپندارم؟

آیا نسبت به همسرم یا درباره ازدواج یا عشق، برداشتی بنیادی دارم که به مشکل دامن می زند؟

آیا می توانید ببینید که برداشتهای افلاقیات شفصیت، چگونه بر نگرش ما از مشکلات و همپنین شیوه حل آنها تاثیر می گذارد؟

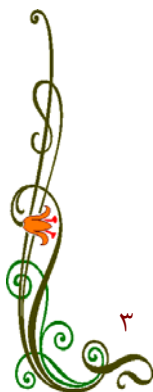
فواه مردم متوجه آن شوند و فواه نه، بسیاری از افراد از وعده های توی افلاقیات شفصیت دلزده شده اند. آنها جوایب جوهرند، فواهان فرایند. چیزی بیش از تسکین دهنده و نوار زخم بندی می فواهند. برآند که مشکلات مزمن و نهفته را حل کنند و بر اصولی متمرکز شوند که ثمراتی مدیر پدید می آورند.

سطح تازه ایی از تفکر

آلبرت اینشتن گفته است: « به هنگام رویارویی با مشکلات اساسی نمی توانیم از همان سطح تفکری که آن را به وجود آورده ایم، آنها را بر طرف کنیم.»

اگر به پیرامون و درونمان بنگریم و مشکلاتی را که زیستن و ارتباط متقابل در قالب افلاقیات شفصیت ایجاد کرده دریایم، پی می بریم اینها مشکلاتی ژرف و اساسی اند که می توانند از آن موضع سطحی که به وجود آمدند برطرف شوند.

برای حل این مسایل ژرف به سطح تازه و ژرفتری نیاز داریم؛ به برداشتی مبتنی بر اصول که دقیقاً منطقه انسان مؤثر و دارای ارتباط متقابل را توصیف کند. نگرشی مبتنی بر اصول، مبتنی بر منش و نگرشی « از درون به بیرون» برای مؤثر واقع شدن در مسایل شفصی و ارتباط متقابل.





نگرش از درون به بیرون یعنی اینکه نفست از خودمان آغاز کنیم، حتی به شیوهٔ اساسی تر یعنی اینکه نفست از درونیتترین بخش خود آغاز کنیم؛ یعنی از برداشتها و منش و انگیزه‌های خود.

یعنی اگر زندگی زناشویی سعادتمندانه می‌خواهید، شفهی باشید که نیروی مثبت ایجاد می‌کند و به جای قدرت بفشیدن به نیروی منفی، از کنار آن می‌گذرد. اگر می‌خواهید فرزند چوالتان دلیزیرتر و سرشار از همکاری باشد، پدر یا مادری سرشار از تفاهم و همدلی و ثبات و مهر و محبت افزونتر باشید.

اگر می‌خواهید در کارتان وسعت عمل و آزادی بیشتری داشته باشید، کارمندی مسئول تر و سرشار از کمک و ایثار افزونتر باشید. اگر می‌خواهید به شما اعتماد کنند، قابل اطمینان باشید. اگر فواهان عظمت فرعی هستید و می‌خواهید استعدادتان مورد توجه قرار گیرد، نفست بر عظمت اصلی یا منش فویشن متمرکز شوید.

نگرش از درون به بیرون می‌گوید پیروزیهای شفهی باید بر پیروزیهای عمومی پیشی گیرند. یعنی وفادار کردن به عهدی که با خود می‌بندیم باید به وفا کردن به قولهایی که به دیگران می‌دهیم پیشی گیرند. این نگرش می‌گوید که مقدم قراردادن شفصیت بر منش و کوشش برای بهبود روابط با دیگران پیش از اینکه خود را بهبود بفشیم بی حاصل است.

نگرش « از درون به بیرون » یک فرایند است؛ فرایند پیوستهٔ تدرید حیاتی مبتنی بر توانین طبیعی ماکم بر رشد و پیشرفت انسان. یعنی ماریچ صعودی رشدی در حال پیشرفت که به صورتهای بالاتر استقلال مسؤولانه و سپس به اتکالی متقابل مؤثر می‌انجامد.

منبع: www.DiaMethod.com

www.iifco.com

