

بسم الله الرحمن الرحيم.

ن والقلم.

داستان انتخاب

جستارهایی در باب علاقه، استعداد، انتخاب رشته و مسیر شغلی
گایدلاین هدایت تحصیلی و شغلی گروه مشاوره تحصیلی فارانیوم

محمد حسام سوف باف سرجمعی

سید محمد مجتبی سید محسنی

تقدیم به معلمین و

مشاورین دلسوز و ساعی میهن عزیزمان ایران

- سرشناسه : سوف باف سرجمعی، محمد حسام، ۱۳۸۰-
 عنوان و نام پدیدآور : داستان انتخاب: جستارهایی در باب علاقه، استعداد، انتخاب رشته و مسیر شغلی گایدلاین
 هدایت تحصیلی و شغلی گروه مشاوره تحصیلی فارانیوم/ محمد حسام سوف باف سرجمعی،
 سید محمد مجتبی سیدمحسنی.
 مشخصات نشر : یزد: انتشارات سرنخ: گروه مشاوره تحصیلی فارانیوم، ۱۴۰۲.
 مشخصات ظاهری : [۵۴] ص.
 شابک : ۱۳۰۰۰۰ ریال: ۹-۷-۹۳۱۳۸-۶۲۲-۹۷۸
 وضعیت فهرست نویسی : فیپا
 یادداشت : کتابنامه: ص. [۵۴].
 عنوان دیگر : جستارهایی در باب علاقه، استعداد، انتخاب رشته و مسیر شغلی گایدلاین هدایت تحصیلی
 و شغلی گروه مشاوره تحصیلی فارانیوم.
 موضوع : راهنمایی شغلی
 Vocational guidance
 راهنمایی شغلی -- ایران
 Vocational guidance -- Iran
 شناسه افزوده : سیدمحسنی، سید محمد مجتبی، ۱۳۸۰-
 شناسه افزوده : گروه مشاوره تحصیلی فارانیوم
 رده بندی کنگره : HF۵۳۸۱
 رده بندی دیویی : ۱/۶۵۰
 شماره کتابشناسی ملی : ۹۳۱۸۷۸۹
 اطلاعات رکورد کتابشناسی : فیپا

عنوان کتاب:	داستان انتخاب
مؤلف:	محمد حسام سوف باف سرجمعی، سید محمد مجتبی سیدمحسنی
ناشر:	انتشارات سرنخ با همکاری گروه کوچینگ تحصیلی فارانیوم
ویراستار:	محمد حسام سوف باف سرجمعی
صفحه آرای و طراحی جلد:	سبحان دهقان چناری
نوبت چاپ:	چاپ اول- ۱۴۰۲
شمارگان:	۵۰۰ نسخه
شابک:	۹۸۷-۶۲۲-۹۳۱۳۸-۷-۹
قیمت:	۱۳۰۰۰۰ تومان
تلفن مرکز پخش:	۰۹۱۳۱۵۳۳۲۵۱
آدرس:	یزد - بلوار پاکنژاد - خانه نوآوری فارانیوم
پایگاه اینترنتی:	www.Faranium.ir



کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر محفوظ است. هرگونه استفاده از مطالب این کتاب اعم از بازنویسی، خلاصه سازی، نقل مطالب آموزشی، استفاده از سوالات یا پاسخ ها، برداشت به صورت دست نویس، کپی، تکثیر و یا هر گونه چاپ سنتی و دیجیتالی، استفاده به صورت کتاب الکترونیکی، لوح فشرده، قرار دادن مطالب بر روی اینترنت و وب سایت ها و یا هر گونه شبکه کامپیوتری دیگر و به طور کامل هر گونه استفاده اشخاص حقیقی و حقوقی در جهت منافع معنوی و مادی خود، بدون اجازه ناشر ممنوع و بر اساس بند ۵ ماده ۲۳ قانون حمایت از حقوق مولفان و مصنفان و قوانین مربوط به جرایم رایانه ای کشور قابل پیگیری در محاکم قضایی می باشد.

داستان انتخاب، داستانی است برآمده از دل همه کسانی که سالیان زیادی از عمرشان را در مسیرهای اشتباه و نامناسب تلف کرده اند.

روایتی از پیروزی های چشمگیری که از دل تصمیم ها و نگرش های صحیح و حرفه ای به دست آمده اند.

و حکایت حرفه ای گری در تحصیل و انتخاب مسیر شغلی با نگرشی جدید و جهانی.

حرف اول:

سلام دوست من!

امیدوارم هرکجا که هستی سالم و خوشحال باشی.

تصمیم داشتم نوشته را بی مقدمه آغاز کنم اما گفتم شاید چند کلمه ای صحبت خودمانی قبل از شروع اصل داستان بد نباشد :

من، محمد حسام سوف باف سرجمعی هستم و قرار هست در مسیر نوشتن این کتاب، مروری بر سه سال فکر کردن، مطالعه و تصمیم گیری های گاها غلط و گاها درست خودم داشته باشم و هر آنچه که از میان چند صد ساعت جلسه مشاوره و چند ده کتاب و دوره مختلف در طول این سال ها آموخته ام را برایت به صورت مختصر و مفید بیان کنم!

البته اینجا هیچ وقت قرار نیست لقمه آماده به دست کسی بدهیم. من و مجتبی در این کتاب تصمیم مان بر این است که نکاتی که همیشه از دید دانش آموزان نهمی و دوازدهمی و والدین گرامی در هنگام انتخاب رشته تحصیلی پنهان می ماند را یادآوری کنیم و در کنار آن تعدادی رفرنس هم جهت مطالعه بیشتر معرفی کنیم که هر زمان که علاقه مند بودی مطالعات خودت را بسط بدهی و آگاهی و دانش خودت را از موضوع هدایت تحصیلی و مسیر شغلی افزایش بدهی به سراغ آنها بروی.

قطعا در طول مسیر مطالعه این کتاب و یا بعد از پرس و جو و تحقیق در مورد رشته ها و شغل ها و روش ها و تست ها و تکنیک های مختلف در مورد انتخاب رشته به تعدادی چالش برخواهی خورد که در این

صورت خیلی خوشحال خواهیم شد تا از طریق راه های ارتباطی با ما در تماس باشی و تا حد امکان بتوانیم ابهامات و مشکلات و گروه های ذهنی ات را رفع و رجوع کنیم.

راستی اگر کتاب را خواندی و برایت مفید بود، حتما آن را به یکی دیگر از دوستانت هم هدیه بده تا بقیه هم از مطالب و ایده های این کتاب استفاده کنند.

قربان شما،

محمد حسام سوف باف سرجمعی

مدیر گروه مشاوره تحصیلی فارانیوم

با هم در تماس باشیم:

WWW.Faranium.ir

WWW.HesamSoufbaf.ir

@faranium

@hesamsoufbaf



۱

انتخاب شغل و رشته کاری یا تحصیلی را شاید بتوان یک چالش هر روزه برای خیلی ها دانست! ربطی به جایگاه اجتماعی و درآمد آن شغل هم ندارد. حتی گاهی پزشکان متخصصی هستند که هر روز این سوال را از خود می پرسند که آیا باید همین کار را ادامه بدهم یا هنوز هم می توانم شغلم را عوض کنم و به کار و حرفه دیگری مشغول شوم؟

کم نیستند مهندسانی که حتی بعد از طی کردن مراتب بالای تحصیلی و گرفتن دکترا هم این سوال را از خود می پرسند که میخواهم با زندگی ام چه کار کنم؟

پس این سوال که "وقتی بزرگ شدی میخواهی چه کاره شوی؟" گویا قرار است تا مدت ها بعد از انتخاب رشته تحصیلی در دانشگاه هم به همراه ما بیاید و برای جمع کثیری از ما قرار نیست که به یک باره و در زمان انتخاب رشته و ورود به دانشگاه به پایان برسد و حل شود.

اتفاقاً این روزها بسیار هم رایج است که دانشجویانی را می بینیم که پس از ورود به دانشگاه واقعیت های آن شغل یا رشته ای که از دوران کودکی می خواسته اند در آن بدرخشند را دیده اند و آن زمان بوده که تازه سوالات و چالش های جدید و مهمی در سر راهشان قد علم کرده اند.

اما چه می شود کرد؟

شاید در اینجا و با دیدن عنوان این کتاب به دنبال یک مدل خاص و یا یک فرم امتیازدهی باشید که بتوانید در آن با امتیاز دادن به ۱۰۰ سوال از ۰ تا ۵ و در نهایت محاسبه امتیاز خودتان متوجه شوید که باید به سمت چه رشته ای بروید یا به قول بعضی ها برای چه کاری ساخته شده اید؟

یا اینکه احتمالاً به دنبال اطلاعاتی از این دست هستید که به شما بگویند "پزشکی اشباع شده! داروسازی هم سخت است، پس بهتر است دندان پزشکی بخوانید."

و یا اینکه "مکانیک و برق برای قدیم ها بود! الان یا باید بروی عمران یا کامپیوتر!"

یا این گزاره که در ایران روانشناسی خواندن به درد نمی خورد، ولی وکالت پول خوبی دارد، بهتر است حقوق بخوانی!

خیر. توصیه می‌کنم اگر به دنبال یک لقمه آماده کرده و یک نسخه از قبل پیچیده برای تصمیم‌گیری در مورد سرنوشت تان می‌گردید قبل از هر چیز این کتاب را همچون یک تکه آتش گداخته به سمت دیگری پرتاب کنید و پس از آن به نزد نویسنده و مشاور دیگری بروید.

چراکه ما معتقدیم مقوله استعدادیابی و هدایت تحصیلی ذاتاً فرمول مشخصی ندارد و باید به صورت جزیره‌ای و چند بعدی بررسی کنید که آیا به یک رشته و حرفه خاص علاقه دارید یا خیر و همینطور برای بررسی استعداد خودتان در یک زمینه خاص باید مدت زمان نسبتاً زیادی را صرف بررسی و تحقیق شخصی کنید تا بتوانید در عمل به کشف این موضوع دست پیدا کنید.

به هر حال در این نوشته قرار بر این نیست که به صورت مستقیم در مورد رشته‌های مختلف صحبت کنیم و یا قالب دیدمان را محدود به سیستم آموزشی و کنکور ایران و دانشگاه‌ها و رشته‌های در دسترس امروز کشورمان کنیم.

تصمیم ما بر آن است که تا جای ممکن و با استفاده از منابع مختلف و کاربردی در دسترس بیشتر و بهتر بینم و با چشم انداز وسیع‌تری به موضوعات مورد بحث مان بنگریم و آنها را تحلیل کنیم.

بگذارید هدفم را به نحو دیگری بیان کنم!

من، به عنوان نویسنده این اثر تا همین چند ماه پیش درگیر این سوال بودم که حسام جان! بالاخره قرار هست با زندگی ات چه کنی؟

بله! تا پایان دوران علوم پایه مشغول پاسخ دادن به این سوال بودم و عملاً مشاوره‌های هدایت تحصیلی و مسیر شغلی و انتخاب رشته من از دوران راهنمایی تا همین چندماه پیش و اواخر دوران علوم پایه هم ادامه داشت!

به یک سری دیدگاه و یک سری حرف درست و غلط در این زمینه رسیدم که آنها را برای خودم مثل پازل کنار هم چیدم و نتیجه این شد که الان در جایی هستم که دارم از مسیر خودم لذت می‌برم و در تلاشم که رویای خودم را بسازم و با آن رویا به زندگی ام ارزش بدهم. همین.



در ادامه با هم به سفری خواهیم رفت که احتمالا تا چندین و چند سال بعد از تمام کردن این کتاب هم برای شما ادامه خواهد داشت. با این حال امیدواریم پایان این سفر را بتوانیم در کنار افتخارات مان جشن بگیریم و از مسیری که رفته ایم لذت برده باشیم.

۲

نامحدود بازی کنیم:

کتابی هست تحت عنوان **بازی نامحدود، نوشته سایمون سینک**. در این کتاب عمده بحث بر سر فضا و بازی کسب و کار و نامحدود بودن آن است. در این کتاب می خوانیم که بنا بر نظریه بازی ها ما دو دسته بازی داریم: (۱) بازی های محدود (۲) بازی های نامحدود

در بازی های محدود طبق قوانین بازی ما به دلیل محدودیت زمانی یا هر محدودیت دیگری شاهد پایان بازی خواهیم بود و در انتهای بازی یک نتیجه مشخص اعلام خواهد شد.

به عنوان مثال در ورزش والیبال شما در نهایت به دلیل محدودیت بازی در ۵ ست، شاهد این خواهید بود که یک تیم به عنوان برنده و تیم دیگر به عنوان بازنده انتخاب می شود و عملا بازی به پایان می رسد.

اما در مقلبل بازی های زیادی را هم داریم که نامحدود هستند! به عنوان مثال بازی های کامپیوتری ای که به دلیل داستانی بودن شان تا بی نهایت ادامه دارند و کفایت شما به عنوان بازیگر در این مسیر حضور داشته باشید تا از بازی لذت ببرید.

لذت بردن شما از بازی موضوعی کاملا شخصی است و نه چیزی که به رقبای شما و پسر همسایه و همکلاسی درس خوان تان در مدرسه ارتباطی داشته باشد.

این شما هستید که می توانید بازی کنید و لذت ببرید و به بازی تا زمانی که می خواهید ادامه بدهید.

توصیه می کنم حتما در فرصت مقتضی این کتاب را مطالعه کنید و خلاصه ای از آن را همیشه در ذهن تان داشته باشید.

اما از این صحبت ها که بگذریم، همیشه به دوستان و همکلاس هایم در جلسات مشاوره یا در مدرسه گفته ام که تحت هیچ شرایطی به مسیر تحصیل و کار به عنوان یک رقابت محدود نگاه نکنند. زندگی به مراتب زیباتر و هیجان انگیز تر از آن است که بخواهیم آن را در قالب یک مشیت عدد و رتبه و معیار اشتباه خلاصه کنیم.

درست است که در پایان مقاطع تحصیلی مان به ما عددی تحت عنوان معدل یا رتبه یا تراز و... می دهند تا با آن بتوانیم ادامه مسیر را طی کنیم اما این توصیه را از من بپذیرید که هیچ گاه نباید اجازه بدهیم این عدد و رتبه شخصیت و توانایی ما را تعیین کند و یا روی عزت نفس و اعتماد به نفس ما اثر منفی بگذارد. ما به این دنیا نیامده ایم که صرفا یک عدد دریافت کنیم و تا آخر عمر زیر سایه آن عدد به زندگی مان ادامه بدهیم.

ما آمده ایم که تا جای ممکن حرفه ای زندگی کنیم و تا آخرین لحظه ای که می توانیم با خلاقیت و ذوق و شوق خودمان در این بازی بمانیم و از آن لذت ببریم.

پس از امروز یاد بگیریم که باید تحت هر شرایطی بازی را ادامه بدهیم و فرایند تحصیل را نه به عنوان یک رقابت پایان پذیر که به عنوان یک بازی نامحدود بشناسیم.



۳

هنرمند باشیم:

در جایی می خواندم که عمر آدمی به مراتب کوتاه تر از آن است که بتوان با آن پاس‌خگوی همه استعدادهای انسان بود و حجم زیادی از این استعداد ها خواه ناخواه با پایان یافتن عمرمان بدون استفاده در زیر خاک مدفون خواهند شد.

اما در این جا و برای این موضوع چه باید کرد؟

آیا باید اجازه بدهیم که صرفاً آن کاری که دنیا از ما می خواهد انجام بدهیم ما را محدود کند و همه شور و انگیزه مان را از بین ببرد؟

یا راه دیگری برای داشتن و معنادار کردن زندگی هست!؟

ست گادین مربی و مشاور رهبری و بازاریابی در آثارش از یک کلمه به وفور استفاده می کند و آن کلمه هم کلمه **هنر** است. هنر به این معنا که می بایست چیزی برآورنده و زیبا خلق کرد و سپس آن را به زیبایی به جهانیان هدیه داد و بعد از همان اثر هنری و مردمی که آن را پس‌نندیده‌اند توقع داشت که جایگاه اجتماعی و شغلی خوبی برایمان پدید آورند.

به عبارتی در عصر امروز نمی توانیم به دنبال رشته ها و مشاغلی بگردیم که استخدام خوبی دارند! در عوض باید به دنبال رشته و شغلی باشیم که بتوانیم با آن هنر زیباتری را خلق کنیم. هنری که بشود به وسیله آن توجه مثبت مردم را جلب کرد.

از مقصد شروع کنیم:

کلمه استراتژی یا استراتژیک را زیاد شنیده اید.

مثلا می گویند فلان تصمیم واقعا استراتژیک است و یا الان باید به دنبال استراتژی بهتری برای برون رفت از این مشکل باشیم.

اما به واقع استراتژی به چه معناست و بهترین معادل برای آن چه می تواند باشد؟

استراتژی در نزدیک ترین معنا و با توجه به شرایط نوشته ما که به دور از مباحث کسب و کار و بازار و یا علوم سیاسی است به معنای **نقشه راه** است. نقشه راهی مبتنی بر در نظر گرفتن فرصت ها و تهدید ها و نقاط قوت و ضعف که به ما کمک می کند ظرف مدت زمان مشخصی به مقصود و مقصد مان برسیم.

متخصصین علم استراتژی همواره در مسیر نگارش و تدوین یک سند استراتژی این نکته را مطرح می کنند که بهتر است ابتدا از مقصد شروع کنید و به عبارتی اول آن مدینه فاضله ای که می خواهید به آن برسید را برای خودتان متصور شوید و سپس با تحلیل شرایط فعلی خودتان مسیر را برنامه ریزی کنید.

این همان تمرینی است که در همه جلسات مشاوره از دوستانم می خواهم چند دقیقه ای برایش وقت بگذارند:

با خودتان ببینید در انتهای مسیر و یا مثلا در سن سی سالگی می خواهید کجا باشید؟

در چه محیط کاری؟

در کنار چه مدل همکارانی و در حال کار کردن روی چه موضوعی؟

آیا تصمیم دارید چیزی خلق کنید (رشته های مهندسی و فنی) و یا اینکه صرفا می خواهید وضع موجود را بهبود ببخشید (رشته های انسانی و تجربی) ؟

تا چه میزان درآمد برایتان ارزشمند است و چه سبک زندگی ای را برای خودتان می پسندید؟

درآمد زیاد با فشردگی زمانی بسیار یا درآمد متوسط با فرات عمل و آزادی برای تشکیل یک زندگی خانوادگی گرم و دوست داشتنی؟



و سوالاتی از این دست که به شما مسیری را که قرار هست در سالیان آینده زندگی تان طی کنید نشان می دهند.

اما همانطور که در بالا هم ذکر شد هر مسیر علاوه بر مقصد، مبدایی نیز دارد.

فراموش نکنید که طراحی مسیر شغلی را می بایست بعد از تجسم چشم انداز مورد نظرتان از امروز شروع کنید و نه از رویاهایتان.

به قول معروف، برای برنامه ریزی باید پاهایمان روی زمین باشد و با زبان منطق مان صحبت کنیم و نه تخیل مان!

مبدا امروز شما کجاست؟

چه مهارتهایی دارید؟

چه موضوعاتی را بلد هستید و یا حداقل علاقه تان بیشتر به سمت چه موضوعاتی است؟

شهرت شما در بین درسهایتان بیشتر در کدام درس است؟

در چه مباحثی ضعف دارید و یا کدام یک از حوزه های شغلی همیشه حال تان را بد می کند و با اکراه در مورد آنها صحبت می کنید؟

و سوال های بسیاری که بصورت مفصل در جلسات مشاوره آنها را در کنار مشاورتان باید پیگیری کنید تا به یک شناخت و تحلیل صحیح از شرایط فعلی تان دست پیدا کنید.

پس از این دو مرحله قادر خواهید بود برنامه ریزی برای دستیابی به اهداف شغلی و حرفه ای آینده تان را آغاز کنید.

۵

هشدار: تغییر خواهیم کرد.

می خواستم این موضوع را در انتهای این کتاب ذکر کنم اما گفتم تا صحبت از علاقه ها و استعدادهایمان شده همینجا گذری هم به این موضوع بزنم که شما در حالی دارید این خطوط را از پیش چشم می گذرانید که در متغیرترین و بی ثبات ترین سال های زندگی تان هستید.

احتمالا سخت ترین نوع تصمیم گیری در شرایطی است که به قول معروف ما هنوز خودمان هم نمی دانیم با خودمان چند چندیم؟! چه چیزهایی را می خواهیم و چه چیزهایی را نه؟!

هرم و نظام ارزشی مان به چه شکلی است؟!

پول برایمان مهم تر است یا علم؟!

قدرت را بیشتر می پسندیم یا شهرت را؟!

ثروت و دسترسی به منابع مالی برایمان چه طعمی دارد؟! ...

تا حدود سن ۲۳ سالگی هم باید انتظار تغییرات عظیم و انقلاب گونه را در جواب این پرسش ها داشته باشیم.

شاید شنیده یا دیده اید که گاهی در مورد شخصی گفته می شود که نمی دانیم چه شد؟! همیشه علاقه به کار علمی داشت و سرش به درس و پژوهش و کتاب گرم بود اما ناگهان تصمیم گرفت همه را کنار بگذارد و به سمت شغل آزاد و بازرگانی برود.

اولا که این نکته را باید مد نظر داشته باشیم که هیچ اتفاقی ناگهانی نمی افتد و ذره ذره شناخت و اطلاعات در ذهن ما در گذر سالها انباشته می شود تا در نهایت ما یک تصمیم بگیریم.

خیلی از افراد بعد از تصمیم گیری در مورد شغل و رشته شان تا پایان مسیر خودشان را ملزم به انجام همان کار می بینند اما در نسل جدید که این روزها زیاد از آنها می شنویم و دوره ها و کتاب های بسیاری در مورد آنها (Z generation) نوشته می شود بعید است این سازش با همان شدت نسل های قبل اتفاق بیفتد. اتفاقا در این نسل حتی در صورت فراهم بودن خیلی از امکانات باز هم میل به تغییر و بازآفرینی فضای بازی بسیار زیاد است.



به هر حال احتمال تغییر در ذهنیت یک نوجوان بالاست و اتفاقا نباید از این احتمال تغییر بترسیم و یا
واهمه داشته باشیم. هر تغییری که بر مبنای شناخت بهتر و سواد بیشتر ما باشد قطعا ما را به مقصد بهتری
هدایت خواهد کرد.

با چرا شروع کنید!

این عبارت عنوان کتابی است که توسط سایمون سینک، مشاور رهبری و ارتباطات نوشته شده است و در آن در مورد لزوم توجه به چرایی و فلسفه وجودی سازمان ها می پردازد.

اما در اینجا ما می خواهیم بیشتر بر بعد شخصی ماجرا تمرکز کنیم. اینکه چرا ما در مسیر زندگی مان تصمیم می گیریم به یک سری از گزینه ها بله و به یک سری دیگر از گزینه ها خیر بگوییم.

چرا؟! واقعا چرا!؟

بدانید که مهم ترین موضوع در مسیر تصمیم گیری برای رشته یا شغل، چرایی های تصمیم گیری شماست. و البته تنها فاکتوری که می توانید با آن بعدا قدرت تصمیم گیری تان را تحلیل کنید هم همین یافتن ریشه های تصمیم گیری شماست!

قطعا اگر با خودتان صادق باشید در زمان پرسیدن سوال **چرا فلان رشته را می خواهی؟! از خودتان** می توانید به سرنخ های مهمی در مورد علائق و شخصیت تان برسید.

موضوع دیگری که در بحث چرایی اهمیت دارد پیگیری دلایل اشخاص دیگر در ارائه توصیه هایشان است.

همیشه به محض دریافت یک توصیه یا نصیحت در رابطه با یک رشته خاص، از خودتان و از طرف مقابل تان بپرسید چرا؟! و ریشه فکری یک توصیه را پیگیری کنید تا بتوانید تشخیص بدهید که این توصیه خاص به درد شما و نظام ارزشی و استعدادهایتان می خورد یا خیر؟



۷

یادگیری و بیش یادگیری را قبل از شروع مسیر بیاموزید.

کتاب بیش یادگیری، نوشته اسکات یانگ را چند سال پیش و زمانی که در تلاش برای یادگیری اصولی برنامه ریزی درسی در مقیاس خرد و کلان بودم مطالعه کردم.

داستان از این قرار است که نویسنده کتاب در نوشته هایش در مورد تجربه شخصی اش در گذراندن دوره ۴ ساله لیسانس مهندسی کامپیوتر MIT در یک سال می نویسد و تکنیک های زیادی را یادآوری می کند که در این دوره یک ساله از آنها برای فشرده تر کردن و باکیفیت تر کردن مسیر یادگیری استفاده کرده است.

این روزها از یادگیری نه به عنوان یک چیز ثابت و خشک که به عنوان یک جریان سیال یاد می شود و مهارت یادگیری از اولین چیزهایی است که در آکادمی های مختلف جهان به دانشجویان تعلیم داده می شود.

پس یادگیری را به عنوان یک مهارت جدی در هر مقطعی که هستید بیاموزید.

در درس ویژگی های انسان تحصیل کرده متمم یکی از ویژگی هایی که خیلی روی آن بحث می شود: یادگیری مادام العمر است.

این موضوع که شما در طول زندگی تان بیاموزید و هیچ گاه مسیر یادگیری را متوقف نکنید!

البته موضوع یادگیری مادام العمر چیزی نیست که بشود به صورت اجباری برای همه تجویز کرد! شاید خیلی از دوستان شما و یا بزرگترهای شما باشند که با توجه به شرایط شان حتی نیازی به گرفتن یک لیسانس ساده هم نداشته باشند. اما همانطور که در مقدمه کتاب هم گفته شد روی صحبت ما با دوستانی است که در مسیر حرفه ای شدن هستند و تصمیم به ساختن یک شخصیت ماندگار و قوی برای خودشان دارند. در این مسیر قطعاً آگاهی از تئوری های یادگیری و مدل های آموزشی و برنامه ریزی برای توسعه مهارت ها می تواند برای شما مفید باشد. پس موضوع یادگیری مادام العمر را نه به عنوان یک شعار که به عنوان یک اصل برای بودن در بازی سراسر رقابت شغل و تحصیل این روزها در نظر بگیرید.

اما به عنوان یک درس از کتاب بیش یادگیری این را هم مدنظر بگیرید که: بله! می شود پزشکی خواند و در کنارش مدیریت را هم ادامه داد اما قطعا در این مسیر سختی های بسیاری است و نمی توان مثل بقیه دانشجو ها هر روز چندین ساعت را در کافه گذراند و بعد هم بخواهیم همزمان دو رشته را بخوانیم.

نیاز داریم خودمان، انرژی مان و وقت مان را وقف این موضوع کنیم و در مسیر ساختن آینده مان هزینه های مورد نیازش را بپردازیم.

در مورد استراتژی های فعالیت در دو رشته متفاوت بعدا به تفصیل در همین کتاب حرف خواهیم زد.



دایره شایستگی هایتان را تعریف کنید.

قطعا شما هم در بین دوستان و آشنایان تان زیاد دیده اید کسانی را که همزمان با هم در چندین و چند رشته فعال هستند و در همه این رشته ها هم به دنبال بهترین شدن می گردند!

با دانش نسبی امروز مان می دانیم که این چنین اتفاقی از محالات است.

شاید چند قرن پیش می شد که یک نفر همزمان طبیب و حکیم و موسیقی دان و منجم باشد و در این میان چند بیتی شعر و چند خطی نثر مسجع هم از خودش بر جا گذاشته باشد اما با عمیق تر شدن دانش بشری در حوزه های گوناگون به مرور شرایط به گونه ای پیش رفت که این روزها حتی متخصص شدن در یک حوزه خاص و محدود هم نیازمند چندین و چند سال تلاش مداوم و پیوسته است!

پس بهتر است برای خودمان یک دایره شایستگی تعیین کنیم:

لفظ این عبارت را اولین بار در کتاب **هنر خوب زندگی کردن** از رالف دوبلی استخراج کردم اما در اینجا می خواهم آن را مفصل تر شرح دهم و مقداری دخل و تصرف در آن داشته باشم:

منظور من از دایره شایستگی اشتراکی از علائق شما، تجربیات گذشته تان، تصویر سازی های آینده تان و بقیه مواردی است که می خواهید روزی در زندگی تجربه کنید است!

همه شان را یک بار برای خودتان بنویسید و البته به یاد داشته باشید که این لیست می تواند به مرور اصلاح و تکمیل شود.

اشتراک این علائق را برای خودتان تعریف کنید و سعی کنید حوزه هایی که خیلی ارتباطی با بقیه ندارند را فعلا حذف کنید و تمرکزتان را روی حوزه هایی که نزدیکی بیشتری به هم دارند بگذارید. احتمالا این حوزه ها اصل علاقه و استعداد شما را مشخص می کنند.

ابتدا میخ اول را محکم بزنید.

این جستار را برای دوستانی می نویسم که در بین استعدادهای مختلف خودشان گیر افتاده اند.

یادم هست در زمان انتخاب رشته تحصیلی، چه در مقطع راهنمایی که باید بین رشته های ریاضی، تجربی و انسانی یکی را انتخاب می کردیم و چه در زمان انتخاب رشته دانشگاهی این چالش همیشگی برایم وجود داشت که کدام استعدادم را اصل قرار بدهم؟! و کدام را بی خیال شوم!؟

موسیقی! روان شناسی! تجربی و مسیر پزشک شدن! فعالیت حرفه ای در زبان انگلیسی! ورزش! ادامه دادن شغل پدری!

همه موارد بالا موضوعات و حوزه هایی بودند که در زمان هدایت تحصیلی دوره اول دبیرستان ذهنم را درگیر کرده بودند.

پزشکی! داروسازی! روان شناسی! مدیریت مالی! مدیریت بیمه! دندان پزشکی!

و این کلمات هم عناوین رشته های انتخابی ام در انتخاب رشته دانشگاه بودند که به دلیل شرایط رتبه و اولویت بندی ام قرعه به نام پزشکی روزانه یزد افتاد.

تنوع و تفاوت را خودتان می بینید!؟

توصیه می کنم فیلم **Divergent** را در این زمینه ببینید. از موضوع و داستان اصلی فیلم که بگذریم و اگر یک لایه عمیق تر به موضوع مورد بررسی فیلم بنگریم متوجه اثر حضور انسان های چندبعدی در جامعه می شویم.

افرادی که صرفا در یک قالب خاص نمی گنجند و به قول معروف نمی توانند فقط یک چیز باشند!

اما به عنوان توصیه:

درست است که ما جمله **پزشکی بخوان و در کنارش مهندسی هوا فضا را هم ادامه بده** را به شوخی مطرح می کنیم اما در شرایط خاصی می شود دو یا سه پروژه را در امتداد هم انجام داد:

توجه کردید؟!؟



شما می توانید چند پروژه را **در امتداد هم** انجام دهید اما انجام دادن چند پروژه **همزمان** با هم شرایط بسیار سختی را برای شما خواهد آفرید.

به عنوان مثال

پزشکی که به ثبات نسبی تحصیلی رسیده و مسیر موسیقی را آغاز می کند قطعاً می تواند در هر دو حوزه به دستاوردهای خوبی برسد.

پس به عنوان نتیجه گیری می توانیم اینگونه بگوییم که بهترین کار و نقشه برای کسانی که تمایل به فعالیت در چند حوزه مختلف را دارند: شروع از یک نقطه و **NAIL DOWN** کردن در یک حوزه خاص و پس از آن ادامه دادن در بقیه حوزه هاست.

همه چیز فروش است!!!

نه اشتباه نکنید! قطعا این جملات عقیده شخصی من نیست. بلکه عنوان کتابی است نوشته گرتن کاردن، یکی از کارآفرینان و سرمایه گذاران معروف آمریکایی.

ایده اصلی تعدادی از مشاورین کسب و کار به این شکل بیان می شود که شما در هر شغل و مقام و رشته ای که باشید قبل از هر چیز باید یک فروشنده ماهر باشید تا بتوانید اهداف خودتان در مسیر رشد و توسعه کسب و کار یا پست سازمانی تان را پیگیری کنید.

حتی شخصی که به عنوان کارمند یک سازمان فعالیت می کند هم باید توانایی ارائه کردن توانمندی ها و استعدادهایش را در جلسه استخدامی داشته باشد تا بتواند به استخدام یک مجموعه درآید.

همینطور یک مشاور روان شناس و یا یک پزشک هم باید توانایی حرفه ای گری را در خودش به نحوی تقویت کند که در مدت محدودی برند خوبی از خودش بسازد و آن برند را هم در طی سالیان توسعه و بهبود ببخشد.

به تعبیری شاید بتوان گفت همه ما فروشنده هستیم! و هر کس در جای خودش نیازمند آن است که مقدماتی از کسب و کار و فروش را بداند تا بتواند در بازار پر از رقابت این روزهای جهان گلیم خودش را از آب بکشد و توسعه پایداری در زندگی شغلی و تحصیلی اش ایجاد کند.

پس بهتر است کسب و کار را در حد مقدمات به صورت حرفه ای و اصولی بیاموزید.



همیشه یکی از فعالیت هایی که در جلسات انتخاب رشته و هدایت تحصیلی خیلی محبوب است برگزار کردن آزمون های شخصیت شناسی و یا هوش های چند گانه است.

صحبت در مورد این تست ها و کارا بودن یا نبودن شان همیشه مورد بحث بوده است اما در اینجا تمایل داریم مقداری در مورد کارکرد کلی این گونه تست ها صحبت کنیم و البته محور بحث مان را تست MBTI قرار خواهیم داد.

تست MBTI تست ابداع شده توسط ایزابل مایرز (Isabel Myers) و مادرش کاترین بریگز (Katherine Briggs) است که در زمان کار کردنشان روی «تئوری انواع شخصیت» کارل یونگ معرفی شد.

این تست یک تست شخصیت شناسی معروف (شاید هم معروف ترین تست شخصیت شناسی) هست که علاوه بر (ادعای) کمک به شما در شناخت شخصیت تان، یک سری ایده ها و پیشنهادات و پیش بینی ها هم در مورد نقاط قوت و ضعف شخصیتی، شغل مناسب شما، سبک ارتباطی تان در روابط دوستانه و عاشقانه، رفتارهایتان بعد از پدر و مادر شدن، عادت هایی که در محل کار دارید، نحوه گذراندن اوقات فراغت و... به شما ارائه می کند.

البته که نیت پشت این تست و دیگر تست های شخصیت شناسی خیر است و هدف این است که کسی که این تست را می دهد، بتواند خودش، علایق و نقاط قوت و ضعفش و... را بهتر و بیشتر بشناسد و از همین طریق به فعالیت ها و مشاغلی مشغول شود که برایش مناسب هستند و به حس خوب و رضایت و پیشرفتش کمک میکنند.

اما این تست همانند دیگر تست های شخصیت شناسی و استعدادیابی و خودشناسی و... که ممکن است با آن ها مواجه شوید و امتحانشان کنید، قرار نیست همه چیز را در مورد شخصیت شما بگویند؛ و همین چیزهایی هم که الان درموردتان می گویند همیشه و همه جا درست نیست و درست هم نخواهد بود.

به عنوان مثال خود من به عنوان نگارنده این مطلب، در سال اول دانشگاه که همین تست را در سایت www.personalities.com دادم، تیپ شخصیتی ISTJ برای من در نظر گرفته شد. اما همین چند روز پیش که خواستم این مطلب را در مورد تست MBTI را بنویسم، مجدد تست دادم و این دفعه نتیجه ENTP بود!

به همین خاطر باید با نگاهی نقادانه به اعتبار و صحت این تست ها نگاه کنید.

و یا حتی در مورد بقیه دوستانم هم زیاد پیش آمده است که سالی یک بار دچار تغییر و دگردیسی شخصیتی می شوند و این تست ابداً یک تیپ یکسان را برای شما در طول عمرتان تعیین نخواهد کرد.

حتی به قول یکی از دوستان که به مزاح مدعی بود همینکه شما گرسنه و خسته باشید یا پرانرژی در نتیجه تست های شخصیت اثر دارد.

اما چرا این قدر ممکن است نتایج این تست در زمان های مختلف تغییر کند؟

اولین دلیل همانطور که مشخص هست، این است که ما انسان هستیم!

و انسان بودن هم همراه است با تغییر.

ما مدام تغییر می کنیم. من و شما با تک تک دوستان جدیدی که پیدا می کنیم، تک تک مطالب تازه ای که می خوانیم و تک تک فیلم هایی که می بینیم و با آن ها به فکر فرو می رویم، یک سری ارتباطات جدید در مغزمان شکل می گیرد که همین ارتباطات جدید، بیانگر تغییر در ما هستند. یعنی مغز من، قبل و بعد از نوشتن یا خواندن همین مطلب هم تغییر میکند و این کاملاً نرمال و طبیعی است.

مطمئناً خودتان هم اگر به افکار و رفتارهای گذشته تان فکر کنید و آن ها را همین الان مرور کنید، متوجه تغییرات جزئی؛ و چندین مورد هم تغییرات اساسی در دیدگاه ها و عقایدتان نسبت به سال گذشته می شوید.

دلیل دوم این است که ما معمولاً چیزی که می خواهیم باشیم را در گزینه ها می زنیم نه چیزی که هستیم.

از طرفی ممکن است در لحظه ای که در حال تست دادن هستیم، اینطور فکر کنیم چیزی که می خواهیم باشیم، همان چیزی است که واقعاً هستیم؛ و جالب تر اینکه معمولاً نمی توانیم این تفکر Manipulative و دست کاری شده را تشخیص دهیم. ناخواسته در دامش می افتیم.

مثلاً من خیلی دوست دارم کسی باشم که صراحت و قاطعیت بالایی در برخورد با دیگران دارم و از حق و حقوقم دفاع کنم؛ اما حقیقتاً آدمی هستم که با سهل انگاری در برخورد با دیگران، اجازه می دهم که گاهی از من سوءاستفاده شود و عزت نفسم پایمال شود. اما در این تست یا هر تست دیگری که در مورد صراحت و قاطعیت از من سوال می پرسد، شاید وسوسه شوم به اینکه بنویسم صراحت و قاطعیت دارم و نمی گذارم کسی حقم را پایمال کند!



دلیل سوم را بگذارید با استناد به یک پژوهش علمی توضیح بدهم: دانشمندان متوجه شده‌اند که شیوه تصمیم‌گیری انسان در شرایط مختلف فیزیکی و روانی مثل زمانی که مثانه شما پر است یا گرسنه هستید، یا زمانی که تحت تاثیر استرس یا سوگ هستید بسیار تغییر می‌کند.

به همین پستوانه و به عنوان یک مثال، توصیه می‌شود که اگر می‌خواهید برای خانه از یک فروشگاه خرید کنید، با شکم خالی و درحالت گرسنگی به خرید نروید. چون معمولاً علاوه بر چیزهایی که به آن‌ها نیاز داشتید، چیزهایی را می‌خرید که به آن‌ها نیاز ندارید و صرفاً در لحظه‌ی خرید هوس کرده‌اید.

یا می‌گویند همیشه قبل از امتحان مدرسه یا دانشگاه، مثانه‌تان خالی باشد و نه خیلی سیر باشید و نه خیلی گرسنه. چون بر عملکرد مغز و سیستم تفکر و تصمیم‌گیری‌تان تاثیرات قابل توجهی می‌گذارد.

علاوه بر این سه دلیل، دلایل دیگری هم هست که چرا نمی‌توان خیلی به این گونه تست‌ها خصوصاً در تصمیم‌گیری برای موضوع مهمی همچون مسیر شغلی اعتماد کرد و برنامه‌ی زندگی را بر اساس آن‌ها چید.

حالا که این قدر از نقاط کور تست‌های شخصیت‌شناسی حرف زدیم، ممکن است از خودتان بپرسید که پس این تست‌ها به چه دردی می‌خورند؟!

جواب این است که به درد می‌خورند؛ اما در حد یک تست که بخشی از وجودتان را با آن بسنجید و کمی بشناسید.

زندگی واقعی و پیدا کردن علایق و سلايق و نقاط قوت و ضعف، کاری نیست که توسط یک تست نیم ساعته تکلیفش معلوم شود.

زندگی واقعی را باید تجربه کرد. زندگی واقعی جواب سراسر است ندارد و هیچ تست و آزمونی نمی‌تواند در مسیر خودشناسی شما و پیدا کردن شغل و رشته مورد علاقه‌تان معجزه کند.

پس با یک انتظار و توقعی واقع بینانه به سراغ تست شخصیت‌شناسی MBTI بروید و نه از این تست و نه از هیچ تست دیگری توقع معجزه و رسم مسیر زندگی‌تان در نیم ساعت را نداشته باشید.

تست‌ها را امتحان کنید، درمورد چیزهایی که درموردتان می‌گویند فکر کنید و به تجربیات گذشته‌تان بیندیشید. در نهایت تجربه کنید، تجربه کنید و تجربه کنید. ما خودمان را با تجربیاتمان می‌شناسیم نه با چیزهایی که تست‌ها درموردمان می‌گویند.

و در نهایت این نکته را همیشه به خاطر داشته باشید که هیچ تست همه چیزدانی برای طراحی زندگی و کشف مسیر نیست.

نه تنها تست شخصیت شناسی MBTI که حتی تست های سنجش هوش اوکانر، گاردنر و کلیفتون نیز هیچ کدام موجود پیچیده ای مثل انسان را مدل سازی نمی کنند.

ما نهایتا از تست های مختلفی استفاده می کنیم و نام گذاری استعداد های مختلف را یاد می گیریم و با آنها آشنا می شویم تا به شناخت بهتری از شرایط فعلی خودمان دست یابیم اما هیچ کدام برای طراحی مسیر شغلی کافی نیستند و موضوعات و چالش های بسیار مهم تری هستند که باید در این مسیر بررسی شوند.



۱۲

مخاطب شما همه دنیاست!

خودتان را برای بازار های جهانی آماده کنید.

احتمالا شما هم این روزها زیاد صحبت هایی که در مورد درآمد دلاری می شود را شنیده اید.

عبارتی که خیلی وقت ها برای مان وسوسه انگیز است و هر موقع هم از درآمد های ریالی مان خسته می شویم ممکن است جستجویی در وب و فضای مجازی در مورد آن داشته باشیم تا ببینیم چه کارهایی می شود کرد؟!

از همه اینها گذشته خودمان هم می دانیم که هر روز که از عمر این دنیا می گذرد آدمی بیش از پیش در حال تبدیل جهان به یک دهکده است و عبارت دهکده جهانی که تا چند سال پیش به عنوان یک چشم انداز رویایی تعریف می شد اکنون در نزدیک ترین موقعیت خودش به دنیایی است که من و شما در حال زندگی کردن در آن هستیم.

شنیده ها و دیده هایتان را جدی بگیرید! همه این روندها در حال اتفاق افتادن هستند و مطابق معمول هر کسی که توان و اراده تغییر را در خودش ایجاد نکند، محکوم به حذف شدن توسط چرخ دنده های تغییر است.

در دوره و زمانه ای به سر می بریم که دانستن زبان انگلیسی یا عربی که روزگاری یک مزیت رقابتی مهم شناخته می شد، نه یک مزیت که یک باید است و برای دانستن آنها باید هرچه زودتر اقدام کنیم.

حتی نگارش یک متن ساده مثل همین کتاب هم در مراحل تحقیق و پژوهش نیازمند آشنایی کامل با زبان انگلیسی است.

حالا از همین مثال ساده حرکت کنید و به سمت کسب درآمد و فروش کالا و خدمات در آن سوی مرزها بروید. قطعا دشواری کار به مراتب بیشتر می شود.

در مسیر استعدادیابی: تجربه فوق العلم!

این گزاره شاید مهم ترین جمله این کتاب باشد: هیچ وقت تا زمانی که چیزی را از نزدیک و شخصا درک نکرده اید در موردش صحبت نکنید!

ممکن است در رابطه با یک رشته تحصیلی یا یک شغل خاص چندین و چند ساعت مطالعه و تحقیق کرده باشید و از چند نفری هم راجع به آن پرسیده باشید اما تا زمانی که مدت مشخصی را در محیط کاری آن شغل و در حال انجام فعالیت های روزانه آن شغل نگذرانید نمی توانید صحبت از علاقه واقعی کنید!

همان داستانی که زیاد این روزها در مورد عشق و علاقه و ازدواج می شنویم و دو نفر که حتی حاضر بوده اند برای هم بمیرند، در عرصه واقعیت زندگی چندان هم با هم سازگار نمی شوند و در نهایت هم دیگر را ترک می کنند!

موضوع دیگری که در بحث علاقه بسیار مهم است این است که **علاقه ساختنی است!**

دقیقا مثل تعبیری که از عشق در ازدواج های سنتی وجود دارد!

علاقه صرفا یک حس مادرزادی در درون شما نیست که بر مبنای آن بگویید من فلان شغل یا رشته را دوست دارم و از شغل یا رشته دیگری بیزارم.

به عنوان مثال یکی از پارامتر هایی که در مسیر انتخاب رشته و شغل موثر است بحث درآمد و کارایی مالی یک شغل است.

قطعا اگر شما با انجام دادن یک شغل که حتی به آن علاقه بسیاری هم دارید نتوانید ساده ترین نیازهای زندگی خودتان را هم رفع کنید بعد از مدتی خستگی بر شما چیره می شود و تصمیم به کنار گذاشتن آن شغل می گیرید و در مقابل اگر شغلی بتواند برای شما شهرت و موقعیت مالی و اجتماعی خوبی فراهم کند حتی اگر آن را آنچنان هم سوزان و عاشقانه دوست نداشته باشید، احتمالا بعد از مدتی به آن بیشتر از گذشته علاقه مند خواهید شد.



برای یک مسیر شغلی موفق ما باید همه جنبه های زندگی را در نظر بگیریم و نه فقط خود شغل را!

در جلسات مشاوره زیاد پیش می آید که صحبت از تصمیم گیری بین دو رشته متفاوت در یک شهر و یا یک رشته در دو شهر متفاوت به میان می آید. در چنین زمان هایی ما نیازمند این هستیم که تمرکزمان را از روی رشته و شهر موردنظر برداریم و بیشتر روی کیفیت و شرایط و سبک زندگی در دو حالت متفاوت تمرکز کنیم.

اینکه در مدت تحصیل آیا امکان فعالیت کاری داریم یا خیر؟! سبک زندگی مورد نیاز برای هر شغل و رشته به چه شکلی خواهد بود؟! آیا ممکن است که به دلیل خسته شدن از آن رشته و ناهمخوانی آن با مدل زندگی فعلی مان آن را بعد از چند سال ترک کنیم!؟

همه این سوالات را باید از خودمان پرسیم چراکه انتخاب شغل و رشته تحصیلی یک موضوع ایزوله نیست که هیچ ارتباطی با بقیه ابعاد زندگی ما نداشته باشد. برعکس، بخش زیادی از رضایت ما از زندگی در پی رضایت شغلی مان خواهد بود.

همین که ما در هنگام فکر کردن در مورد رشته های مختلف این واقعیت را که در میان چه گروه هایی از افراد قرار است زندگی کنیم و در مسیر آینده شغلی مان تا چه اندازه امکان رشد فردی و تحصیلی و اجتماعی فراهم است یعنی ما یک نگاه چندجانبه و سیستمی به مقوله انتخاب شغل و رشته داشته ایم و از این بابت می توانیم با اطمینان بیشتری از تصمیم گیری مان بگوییم.

توانایی های خودتان را دست بالا نگیرید!

حضور در دنیای واقعی به مراتب سخت تر از آن است که تصورش را بکنید. اما مغز ما با همه ادعاهایش مبنی بر منطقی بودن تعداد زیادی باگ دارد که یکی از مهم ترین آنها همین **موضوع بیش برآورد کردن توانایی هایمان** است.

به صورت مفصل در کتاب تفکر، سریع و کند نوشته دانیل کانمن می توانید در مورد سوگیری ها و خطاهای شناختی مغز انسان مطالعه کنید.

تقریباً می توانم بگویم همیشه ۲۰ درصد از دانش آموزانم در جلسات مشاوره و خصوصاً جلسات مشاوره انتخاب رشته با ایده های بزرگی وارد جلسه شده اند.

اینکه می خواهند یک استارتآپ چند میلیارد تومانی را در پایتخت راه اندازی کنند یا اینکه تمایل به ادامه تحصیل در رشته ای خاص با هدف مهاجرت در مقطع ارشد دارند و...

قطعاً به عنوان یک معلم وظیفه من است که حتی به رویاپردازی و خلاقیت دانش آموزانم کمک بکنم اما در اینجا خواستم این نکته را خاطر نشان کنم که همه ما در زمان هایی که صحبت از توانایی هایمان می شود و یا حتی زمانی که می خواهیم برای انجام کاری برنامه ریزی کنیم توانایی های خودمان را دست بالا می گیریم.

مثلاً من همین نوشته را دارم با یک هفته تاخیر نسبت به برنامه ریزی خودم می نویسم!

پس همیشه سعی کنید در زمان تصمیم گیری هایی که نیازمند تحلیل کردن ویژگی های شخصیتی و یا توانمندی های شما هستند مقداری به خودتان تخفیف بدهید و از تصور خودتان در مورد توانمندی هایتان بکاهید تا کمتر دچار عوارض این سوگیری شناختی شوید.



در مسیر توسعه فردی از همین امروز شروع کنید! از همین استعدادها و توانایی هایی که دارید. حتی اگر مدتی است که سمت آنها نرفته اید مشکلی ندارد! باز هم شروع به کار کردن عمیق و متمرکز کنید و توانایی های بالقوه خودتان را به بالفعل تبدیل کنید.

و همینطور در مسیر پیشرفت خودتان از شکست خوردن نترسید اما خیلی هم به سمت شکست نروید! بعضی از شکست ها ممکن است شما را از پا در آورد.

بله، درست است می دانم شاید اولین نفری نباشم که به شما گوشزد می کنم مراقب خودتان باشید و در هر مسیری به دنبال کسب تجربه نروید!

بسیاری از مسیر هایی که من و شمای نسل جوان در اول آن ایستاده ایم و اصرار در پیش رفتن در آنها داریم را نسل قبلی با ضریب شکست ۹۹ درصد پشت سر گذاشته اند و به ما توصیه می کنند که وارد آنها نشویم. بهتر است این توصیه ها را جدی بگیریم تا بتوانیم زمان و انرژی مان را روی موضوعاتی که بیشتر و بهتر می توانیم در زندگی مان آنها را پیگیری کنیم متمرکز کنیم.

افسانه با استعدادها:

شاید شما هم زیاد شنیده اید از کسانی که از بدو تولد شان نشانه هایی از یک هنر یا علم خاص را بروز می داده اند. خیلی هم اینجور قصه ها را باور نکنید! یادم هست چند سال پیش یکی از دوستانم من را در جایی دید و از نزدیک به من خیره شد و گفت بعله! ببین از همین جا هم مشخص بوده که پزشک می شوی!!!

شاید پرسید از کجا؟!

از گوشه چشمم! دوست ما بعد از محاسبات بسیار متوجه شده بود که زاویه گوشه چشم من خیلی هم به سمت پایین نیست و این موضوع را به این ایده ربط داده بود که پزشکان زیادی در طول تاریخ این گونه بوده اند و احتمال این که کسی با این ویژگی ها پزشک شود بسیار بالاست.

یا داستان دیگری را از یکی از همکاران خودم نقل می کنم:

علی دانشجوی سال چهارم دندان پزشکی است اما می گفت در زمانی که برای انتخاب رشته کنکور به مشاور مراجعه کردم، مشاور بدون پرسیدن هیچ گونه سوالی گفته: از دور که تو را می بینم بیشتر یک پزشک می بینم و نه یک دندان پزشک!!!

حال آنکه علی به قول خودش هیچ کدام از ویژگی ها و فاکتور های خاص پزشکی را شخصا نمی پسندیده! این گونه صحبت ها و افسانه ها را ابداً جدی نگیرید.

منطق و علم بهترین قاضی برای انتخاب رشته و شغل شما خواهند بود و بهتر است تمرکز خود را روی پارامترهایی که در همین کتاب ذکر شده بگذارید و از مسائل غیرعلمی دوری کنید.



عمل گرایی و اصل گرایی را از امروز تمرین کنید.

چه بگویم که بشریت هرچه می کشد از تاخیر در عمل است! نمی گویم نسنجیده و بدون فکر کار کنید اما یک مرز برای خودتان تعریف کنید و در زمانی که کلیت و حدود داستان برایتان مشخص شد عمل کنید و به صورت جدی در مسیر به پیش بروید.

عادت به اقدام کردن می تواند در جاهای زیادی برای شما مفید واقع شود. خصوصا در جهان امروز که سرعت حرکت جریان ها و ارائه ایده ها به لطف اینترنت و شبکه های مجازی به بیشترین مقدار خودش رسیده، تنها تجویز برای ماندن در رینگ رقابت **اقدام گرایی** است.

البته در اینجا منظور ما اقدام کردن برای همه کارها نیست!

گرگ مک کیون در کتاب اصل گرایی به صورت کامل توضیح می دهد که ما نیاز نیست همه کارهای موجود در دنیا را بصورت جدی انجام بدهیم!

همین که یک یا چند کار مهم تر که توانایی انجام آنها را بهتر از بقیه کارها داریم را برای هر روز و هر دهه از زندگی مان مشخص کنیم و تمام تمرکزمان را روی آنها بگذاریم می توانیم نتایج شگفت انگیزی در همان زمینه ها کسب کنیم و همین برایمان کافی است.

آنکه به استقبال آینده می رود، بیناترین است. امام علی (ع)

روند ها و رویه های آینده پژوهی را جدی بگیرید.

داستانی را برایتان تعریف کنم از دوران دبیرستانم!

یادم هست روزی در کلاس درس شیمی، معلم بعد از چند دقیقه ای درس دادن از کلاس پرسید که هر کدام مان می خواهیم در آینده چه کاره شویم؟

مسلمای کسی در کلاس دوازدهم تجربی سمپاد نمی خواست پلیس شود و عمده صحبت ها بین پزشکی و پرستاری و دندان پزشکی و داروسازی بود!

نوبت که به من رسید به معلم مان گفتم: یا پزشکی با نیت روان پزشک شدن و یا داروسازی با نیت والتروایت شدن و یا روانشناسی به نیت مشاور شدن!

وقتی معلم دلیلش را ازم جويا شد گفتم: ما ۲۳ نفر در این کلاس هستیم که این ۲۳ نفر با شناختی که من دارم، همین الان هم درجاتی از مانیا و افسردگی و اضطراب را در روزمره شان دارند! قطعاً ۱۰ سال دیگر و وقتی که من وارد بازار کار شوم، همه شان اولین مریض های من خواهند بود!!!

از شوخی های همیشگی ام با دوستانم که بگذریم! مثال بالا اشاره به یک روند مهم در این روزهای زندگی ما دارد!

قیاس های دائمی خودمان با دیگران! تداخل فرهنگی شرق و غرب! فضای مجازی! کمتر شدن معنویات و انواع بنیان های فکری معنوی اصیل! انواع و اقسام اعتیاد ها در آینده نزدیک نیاز آدمی به همیار درمان های روانی را به مراتب بیش از امروز خواهد کرد!

پس احتمالاً حضور علمی و صحیح در حوزه های مرتبط با اعصاب و روان انسان در آینده پرترفدار خواهد بود.

این حداقل نقشه راه خودم هست که خواستم خیلی درگوشی با شما در میان بگذارم و البته که ورود به بحث آینده پژوهی با خودمان است و خروج از آن با خدا.

اما در اثنای این کتاب هرکجا که بشود نکات دیگری را نیز اضافه خواهیم کرد!



۲۰

سبب انتخاب هایتان را گسترده تر کنید!

اولین بار این موضوع را در یکی از اپیزود های فاراگست با دوستانم در میان گذاشتم!

این جمله را احتمالا زیاد شنیده اید که می گویند: فلان رتبه را بیاور که دستت باز باشد در انتخاب!

آیا واقعا دست باز در این حد مهم است که برای آن سطح بیشتری از تلاش را در درس خواندن خودمان به کار بگیریم؟!؟

بله! قطعاً!

این سوال جزو محدود سوالاتی است که جوابش را قاطعانه **بله** می گویم! چیزی که خیلی کم پیش می آید! اما شاید با خودتان بگویید چرا!!؟

دلیلش فردای مبهمی است که در موردش صحبت کرده ایم!

ما از فردایمان هیچ خبری نداریم!

مهاجرت، ادامه تحصیل، ازدواج، فعالیت کاری و... همه و همه امکان دارد کاملاً مطابق چیزی که ما روی کاغذ می آوریم پیش نرود!

ممکن است همان کسی که برای کار و زندگی در ایران و یک شهرستان کوچک برنامه ریزی کرده است چند سال دیگر در دبی در حال راهبری یک شرکت چند ملیتی باشد و یا بالعکس!

پس عقل حکم می کند که اگر در توان امروزمان می بینیم، بیشترین تلاش ممکن را انجام بدهیم و بهترین نتیجه ممکن را کسب کنیم!

خود من به کرات برایم اتفاق افتاده که تلاشی که شاید چند سال پیش با زور و به اجبار خانواده داشته ام و تصورم این بوده که فلان تجربه و فلان کار هیچ تاثیری در آینده ام نخواهد داشت، چندین سال بعد در جایی که حتی تصورش را هم نمی کرده ام به کمک من آمده و سرمایه گذاری ام جواب داده است.

پس در اولین قدم سعی کنید نگرش تان را به شکلی تغییر بدهید که به تجربه هایتان به چشم سرمایه گذاری و نه هزینه نگاه کنید و از نمونه سازی برای تکمیل بانک تجربه خودتان استفاده کنید.

گیج بزنید و از گیج زدن نترسید.

خیلی ها نمی دانند می خواهند چکار کنند؟

این موضوع برای من و شما نیست! حتی بعضی از کسانی که سن شان به ۳۰ سال هم رسیده است هنوز نمی دانند چه می کنند؟

پس برای مبهم بودن شرایط تان به خودتان سخت نگیرید!

ویدیویی هست از رضا امیرخانی، نویسنده چیره دست و کاربلد کشورمان که می گوید تا سی سالگی می توانید خط کاری و تحصیلی تان را عوض کنید!

به این معنا که تا سی سالگی مگر در شرایطی که می دانید دارید به خودتان آسیب می زنید، بهتر است بقیه چیزها را نیز تجربه کنید!

شغل های مختلف، دوره های مطالعاتی مختلف و پست ها و مسئولیت های سازمانی مختلف را حتی اگر تضمینی برای ادامه دادن آنها ندارید امتحان کنید و خودتان را در آن موقعیت ها بسنجید و به هیچ وجه نگران زمان نباشید.

حتما شما هم زیاد خولنده لید که ما در سنین بالاتر نه به خاطر کارهایی که انجام داده ایم که به دلیل کارهایی که انجام نداده ایم حسرت خواهیم خورد.

تجربه کنید و به پیش بروید و به این موضوع ایمان داشته باشید که از دل همین تجربه ها پختگی به دست می آید و اتفاقات بزرگی رقم خواهد خورد.



۲۲

هیچ کس محکوم به دانشگاه رفتن نیست!

یک جمله مرسوم در بحث انتخاب رشته کنکور و جدیداً در حوزه هدایت تحصیلی دانش آموزان نهم این هست که:

یک چیزی بزنید که قبولی را بیاورد!!!

قرن ۲۱ و از این حرف ها؟!

بله. متأسفانه هنوز هم گاهی در بین دانش آموزان یا والدین دیده می شود که تحصیل صرفاً وسیله ای برای وقت گذرانی است و گاهی هیچ دید حرفه ای نسبت به فرایند تحصیل وجود ندارد.

قطعاً می دانید از چه چیزی صحبت می کنم!؟

از مدرک گرایی و این دید که برای ازدواج، فرار از خدمت سربازی، یا صرفاً کلاس گذاشتن برای همسایه و فامیل درس بخوانیم و ادامه تحصیل بدهیم.

هیچ مشکلی ندارد که شما به تحصیلات تان در یک رشته مفید و یک دانشگاه خوب افتخار کنید اما اینکه تنها دلیل درس خواندن تان این موضوع باشد احتمالاً دیر یا زود باعث می شود که از مسیر تحصیل خسته و دلزده دور شوید و آنچنان که باید به صورت عمیق دل به یادگیری علم و مهارت مورد نظر تان ندهید.

یاد بگیریم که پذیرش در دانشگاه نمی تواند دلیلی برای پذیرش ما در جامعه باشد و بهتر است اگر واقعا و عمیقاً نیازی به درس یا رشته خاصی احساس نمی کنیم وقت و انرژی مان را روی حوزه دیگری متمرکز کنیم تا زمانی که این احساس نیاز در ما ایجاد شود و آنگاه تصمیم به تحصیل در یک رشته خاص بگیریم.

هیچ گاه فراموش نکنید که ادامه تحصیل تنها یکی از گزینه های پیش روی ما برای ادامه دادن زندگی است و نه تنها گزینه مان! پس بهتر است با عمر و جوانی و انرژی خودمان شوخی نکنیم و چه در مسیر درس و تحصیل و چه در مسیر شغل و حرفه مان اگر نشانی از علاقه و انگیزه پیشرفت نداریم آن حوزه را رها کنیم و وقت مان را بیهوده هدر ندهیم.

البته توصیه من به دانش آموزان مقطع راهنمایی این است که حتی اگر شغل مورد علاقه شان را از همین حالا می شناسند و این شغل هم نیازی به تحصیلات آکادمیک ندارد، باز هم حداقل تحصیلات را تا دیپلم

ادامه دهند. این ادامه دادن را هم نه برای اخذ مدرک که برای یادگیری یک سری از علوم پایه ای و خصوصا ریاضیات ادامه بدهند!

صحبت از ریاضیات شد!

اجازه بدهید این را به عنوان یک اصل بسیار مهم بگوییم.

در هر رشته و هر جایگاهی یادگیری ریاضیات و محاسبات را در دستور کار خودتان قرار بدهید.

به واسطه فعالیت ام در صنعت بیمه تعداد حداقل ۱۰۰ جلسه مصاحبه استخدامی را مدیریت کرده ام. در همه این جلسات هم به عنوان یک سوال و چالش بسیار مهم توانایی داوطلب استخدام را در محاسبات ریاضی و توانایی تحلیل عددی سنجیده ام. شاید از خودتان بپرسید چه دلیلی دارد تا زمانی که ماشین حساب در کنار دست مان هست از ذهن مان برای محاسبه استفاده کنیم!؟

دقیقا صحبت من هم از همینجا شروع می شود! از تنبلی ذهنی. زمانی که ما کم کم به خودمان این اجازه را بدهیم که تا جای ممکن از مغزمان کمتر استفاده کنیم، از یک جا به بعد این دیگر لطف ما به بدن مان نیست بلکه ما داریم خواسته یا ناخواسته در مسیر خنگ شدن گام بر می داریم!

و سوای از اینها کسی که محاسبات ساده ریاضی را هم برون سپاری می کند قطعا در هنگام تصمیم گیری و حل مسائل سازمانی هم به مشکل بر خواهد خورد و به احتمال زیاد نیروی کار مفید و کارایی برای یک سازمان نخواهد بود.

پس هم برای خودتان و هم برای آینده تان توجه به دانش ریاضیات در سطوح مقدماتی و پایه را جدی بگیرید و با این روش ذهن تحلیلگر تان را هم تقویت کنید.

در ادامه بحث خودمان این نکته را هم اضافه کنم که بهتر است نتیجه مشاوره های انتخاب رشته مشاورین را تنها در زمان اعلام نتایج نهایی چک نکنید!

بگذارید شفاف تر صحبت کنیم:

هر مسیری دارای دو هدف است:

اولی هدفی نزدیک است و ما آن را عینا و با فاصله زمانی کمی می بینیم. دومین هدف اما همان اتفاقاتی است که ۱۰ سال بعد و پس از ورود داوطلبین به بازار کار باید بررسی کنیم و ببینیم که چه رخ داده است!؟



اینکه صرفاً به دلیل قبول شدن یک نفر در یک رشته و دانشگاه تصور کنیم که مسیر پایان یافته است و ما با موفقیت به هدف مان رسیده ایم تا حدودی ساده انگارانه است.

چگونه می شود تلف کردن ۴ سال از عمر و جوانی یک انسان در یک رشته تحصیلی که امکان فعالیت شغلی و حرفه ای خوبی ندارد را موفقیت شمرد؟!

به عنوان نتیجه گیری این جستار:

۱ الزامی به دانشگاه رفتن نیست!

۲ ریاضی یاد بگیرید، تا هر کجا که می توانید!

۳ با چشم باز و با بررسی آینده نگرانه رشته تان را انتخاب کنید و نه صرفاً برای اینکه در جایی پذیرفته شوید.

۲۳

نگرش تان را اصلاح کنید:

در مورد نگرش بحث های بسیاری را می توان مطرح کرد اما آن چیزی که در این جستار قرار هست به بررسی آن بپردازیم را در چند نکته مختصر عنوان خواهیم کرد:

۱ تا می توانید مسئولیت تصمیم ها، کارها و مشکلات تان را خودتان بر عهده بگیرید و به زمین و زمان گله و شکایت نکنید.

۲ انسان قوی رشته اش را می سازد و نه رشته خوب یک انسان قوی را! پس بهتر است در هر رشته ای که مشغول به فعالیت هستید در صورتی که مشکل خاصی با آن رشته ندارید به بهترین نمونه برای همکاران و هم کلاسی هایتان تبدیل شوید.

۳ فراموش نکنید که در قدم اول، خود فعالیت های یک شغل باید برای شما ارزشمند باشد و نه دستاورد های احتمالی آن. چراکه ممکن است شما به همه اهداف مالی و اجتماعی تان نرسید. پس بهتر آن است که حداقل در مسیری گام بردارید که طی کردن آن برایتان جذاب باشد.

علاوه بر اینکه به احساسات خوبی که در مورد شغل‌های مختلف دارید می‌اندیشید، به احساسات ناخوشایندی مثل حسادت هم توجه کنید.

به این فکر کنید که به چه کسانی حسادت می‌کنید یا دوست دارید به جای آن‌ها باشید.

فقط به کسی حسادت کن که میدانی دوست داری کاملاً به جای او باشی.

هرکسی که به او حسادت می‌ورزید می‌تواند قطعه‌ای از پازل آینده شغلی شما را کامل کند.

"حسادت یک واکنش طبیعی است از طرف شما نسبت به علاقه‌ای که در درونتان وجود دارد. حسادت کردن به دیگران یک فراخوان به انجام دادن عملی خاص است که باید به آن توجه نشان داد."

تمرین عملی در مواجهه با موضوع حسادت:

- یکی از کسانی را که مورد حسادت شماست در نظر بگیرید، فهرستی از ویژگی‌های تحسین‌برانگیز او تهیه کنید. برای مثال، می‌توانید بنویسید: «شخص الف؛ زیرا اعتماد به نفس بالایی دارد، سنجیده عمل می‌کند، ثروتمند است و...»
- از فهرستی که تهیه کردید، سه مورد را که بیش از بقیه موارد، حسادت شما را برمی‌انگیزد مشخص کنید. حالا از خودتان بپرسید که چگونه می‌توانید این سه ویژگی را وارد زندگی خود کنید؟ به دنبال راه‌های عملی باشید.



تصمیم گیرنده نهایی شما هستید!

این را هیچ وقت فراموش نکنید: تنها کسی که قرار است با مشقت های مسیر تحصیل و شغلش دست و پنجه نرم کند شخص شما هستید!

شب بیداری هایی که برای درس خوندن یا کارتان باید تحمل کنید و یا تک تک چالش هایی که در مسیرتان رخ خواهد داد را کس دیگری بجز شما نمی تواند مدیریت کند و حتی خیلی وقت ها همان اطرافیانی که ممکن است امروز شما را به سمت یک رشته یا شغل خاص هل بدهند از دادن ساده ترین کمک ها هم به شما امتناع می کنند پس بهتر است همزمان با اینکه نظر عزیزان تان و کسانی که آنها را در زندگی قبول دارید جویا می شوید مواظب باشید که مسئولیت نهایی این تصمیم، هرچه که باشد، با شخص شماست و نه کس دیگری.

شغل مورد علاقه یک خواسته جدید است. در گذشته کسی به این موضوع که در عین حال که از شغلش «درآمد خوبی» به دست می آورد، به آن «علاقه» هم داشته باشد فکر نمی کرد. اما در روزگار فعلی، توقع من و شما از شغل مان به مراتب بیشتر از قبل شده است. ما توقع این را داریم که همزمان با اینکه یک شغل پردرآمد داریم از آن لذت هم ببریم و همینطور در کنار همه این ویژگی ها به دنبال معنادار بودن آن هم هستیم و توقع داریم که شغل مان به زندگی مان معنای جدیدی هم بدهد.

خوشبختانه ما در عصری زندگی می کنیم که تنوع کارهایی که می توانیم انجام دهیم به حدی زیاد است که خواستن و داشتن شغل مورد علاقه یک خواسته ی به حق است.

برای داشتن یک شغل رضایت بخش لازم است که یک سری مهارت ها را کسب کنیم و در آن ها خبره شویم که به مرور در مورد این مهارت های صحبت خواهیم کرد.

کاملا ممکن است شما هم از مهارت های لازم برای یک شغل بهره مند باشید و هم درمورد فرصت های موجود اطلاعات کافی و گسترده داشته باشید. اما چون نمیدانید که چه می خواهید و چرا آن را می خواهید، تلاش هایتان در این مسیر به بن بست میرسد.

به عبارتی وقتی هدف مشخص و منسجمی نداشته باشید، معمولاً تلاش هایتان اثربخشی لازم را نخواهد داشت.

مراقب «**استورهی رسالت**» باشید. این موضوع یکی از معضلات بزرگی است که بسیاری از ما با آن دست و پنجه نرم می کنیم و مانع از تجربه‌ی واقعی زندگی و کار می شود. اما چرا؟

این ایده که همه‌ی ما در زندگی، یک رسالت شخصی داریم که باید به انجام برسانیم و اگر در راستای رسالتمان نباشد، بیهوده زنده بوده‌ایم، منشأ دینی دارد و بخش بزرگی از مسیحیت کاتولیک بر پایه آن استوار است. به این صورت که کشیش‌های کلیسا خودشان را برگزیده‌ی خدا میدانستند و معتقد بودند که با داشتن این شغلشان رسالت مهمی بر عهده دارند و باید مردم را به راه راست و رستگاری رهنمون شوند.

بعد از کشیش‌های کلیسا، هنرمندان هم به این گروه پیوستند. به عنوان مثال میکل آنژ که بزرگترین هنرمند دوران رنسانس بود، اعتقاد داشت که روحش او را ملزم به این میکند که مجسمه‌های مرمری درست کند و بر سقف کلیساها نقاشی بکشد.

شنیدن چنین ماجراهایی باعث شده است تا ما به دنبال آن رسالت بزرگی باشیم که باید در زندگی انجام دهیم. ما دوست داریم کار بزرگ و مهمی انجام دهیم و در غیر این صورت، به هیچ عنوان از شغل خود رضایت نخواهیم داشت. به همین خاطر است که وقتی هنوز در زندگیمان مسیر خاصی نداریم، نه تنها هراسان می‌شویم، بلکه روحیه خود را می‌بازیم و فکر می‌کنیم که ما محکوم هستیم تا یک زندگی پیش‌پاافتاده و یک شغل بی‌اهمیت داشته باشیم.

بدتر از همه، آنکه فکر می‌کنیم همه انسان‌ها باید در مدت زمان کوتاهی مسیر زندگی خود را مشخص کنند.

گواه این مسئله هم این سوال مزخرفمان از بچه‌هاست که می پرسیم وقتی بزرگ شدی می خواهی چه کاره شوی؟ و وقتی هم که جوابی برای آن ندارند، ممکن است در دلمان برایش متاسف شویم!

این سوال و انتظار از یک کودک شش ساله که چه شغلی می‌خواهد انتخاب کند، ریشه در این تفکر دارد که ما معتقدیم انسان «به صورت غریزی» شغل مورد علاقه‌اش و کاری که باید به آن مشغول شود به او الهام می‌شود!

غافل از اینکه ندانستن جواب این سوال و عدم شناخت کافی استعدادها و بازار کار و... کاملاً طبیعی است و نباید به خاطر آن خودمان یا کسی را سرزنش کنیم؛ هرچند که یافتن جواب سوالات و استعدادهایمان مسئولیتی است که بر عهده خودمان است و قرار نیست مدرسه و دانشگاه به ما یاد بدهند.



مواظب فرایند های سریع انتخاب رشته و هدایت تحصیلی باشید:

اگر در برنامه ریزی قبل از جلسه مشاوره تان چندین و چند ساعت مطالعه و تحقیق و تفکر وجود دارد آنگاه شاید منطقی باشد که فرایند تصمیم گیری در مورد شغل و رشته تان را به نیم ساعت حضور در جلسه مشاوره و آن هم صرفا برای تصمیم گیری نهایی معطوف کنید اما اگر هنوز خودتان هم در مورد گزینه های زیادی ابهام دارید، احتمالا شرکت در یک جلسه چند دقیقه ای که آنچنان هم مبتنی بر شناخت از شما نیست و صرفا برای تمام کردن مسیر انتخاب رشته برگزار می شود می تواند آینده شما را در معرض ریسک بزرگی قرار بدهد.

پس سعی کنید به جلسات مشاوره هدایت تحصیلی نه به عنوان تنها مرجع سنجش و بررسی علائق و استعداد های خودتان که به عنوان یکی از محل هایی که قرار است از آن اطلاعات کسب کنید نگاه کنید.

موضوع مهم دیگر هم در رابطه با تصمیم گیری سریع است!

خیلی وقت ها ما به دلیل خطای ذهنی ناشی از آخرین اطلاعات به دست آمده، بقیه اطلاعات و چالش های ذهنی مان را فراموش می کنیم و صرفا روی همان آخرین اطلاعات مان متمرکز می شویم و عملا بعد از سی دقیقه صحبت با هر کسی از جمله مشاور مان یا دمان می رود که موضوعات دیگری هم در ذهن مان بوده و هست که نیاز به بررسی بیشتر دارند!

بهترین راهکار برای این موضوع یادداشت برداری مداوم از اطلاعات و ابهام هایمان است تا بتوانیم به مرور و با پیش روی بیشتر تکه های اطلاعات را مثل بریده های پازل در کنار هم قرار بدهیم و به یک تصویر کامل و شناخت درست از شرایط مان برسیم.

مواظب آرزوهای آموخته شده باشید:

مواظب باشید که بسیاری از آرزوهایی که این روزها شما در مورد آنها شوق و ذوق دارید و با حرارت بسیار از آنها صحبت می کنید در واقع آرزوهای شما نیستند.

همه ما انسان ها در فاصله سنی ۱۴ تا ۲۳ سال خیلی وقت ها به دلیل اینکه تصمیم گیری مان در این بازه زمانی آنچنان هم آگاهانه نیست، تصور می کنیم به موضوعاتی علاقه داریم که شاید چند سال بعد از آن هیچ گونه علاقه یا کششی نسبت به آنها احساس نکنیم. الزامی به تعهد به مسیر انتخابی تا پایان عمر نیست.

به تعبیری در دنیایی که هر روز در حال تغییر است و شخص شما با خودتان در یک سال گذشته تفاوت های بسیاری کرده اید چرا باید پاسوز تصمیم گیری خود پیشین تان که احتمالا تجربیات و دانش و شناخت امروختان را نداشته بشوید.

سعی کنید این نکته را هم به خاطر داشته باشید که سخت کوشی در مسیر اشتباه نابودکننده خواهد بود و انتخاب زمین بازی مناسب خیلی مهم تر از خوب بازی کردن است.

به عبارتی اگر متوجه شدید که مسیری که در حال پیش رفتن در آن هستید مسیر شما نیست و به هر دلیلی اشتباهاً به آن وارد شده اید هرچه سریعتر و از اولین دوربرگردان تصمیم به بازگشت بگیرید و مسیر اشتباه را با این بهانه که مقداری انرژی در آن گذاشته اید و وقت تان را برای آن صرف کرده اید ادامه ندهید.

در کنار این، بحث دیگری که برایمان اهمیت دارد توجه به این مطلب است که چون همه یک مسیر را انتخاب می کنند، لزومی ندارد که شما هم همان مسیر را انتخاب کنید.

اتفاقا هنر شما در خلاقیت شما خواهد بود.

خلاق باشید و کار خودتان را بسازید و آن را به بهترین شکل ممکن ارائه بدهید!

به عبارتی نیاز نیست حتما یکی از شغل هایی که در اطراف تان می بینید را انتخاب کنید. در سطحی بالاتر شما قادر خواهید بود که با توجه به علاقه خودتان و توانمندی هایی که از خودتان سراغ دارید، برای خودتان شغلی را طراحی و پیاده سازی کنید که متناسب با ویژگی های مدنظرتان باشد.



۲۸

مواظب شغل ها و قوانین دنیای جدید دنیا باشید:

قطعا شما هم این نکته را می دانید که بسیاری از مشاغل امروزی رشته مشخصی در دانشگاه برایشان وجود ندارد. به عنوان مثال شما نمی توانید در دانشگاه بلاگری بخوانید! یا درخواست ادامه تحصیل در رشته تولید محتوا یا سئو بدهید!

اما این عناوین مشاغلی هستند که چند سالی است بیش از بسیاری دیگر از مشاغل قدیمی توانسته اند برای صاحبان شان سودآفرینی کنند.

پس بهتر است درکنار بررسی شغل های جلوی چشم تان به دنبال شغل هایی که خیلی هم از آنها به صورت رسمی در دفترچه های انتخاب رشته و هدایت تحصیلی نام برده نمی شود نیز بروید و لازمه این موضوع تمرکز در تحقیقات و بررسی های مداوم است.

همچنین این نکته را هم اضافه کنم که هیچ الزامی وجود ندارد که شغل شما مرتبط با تحصیلات تان باشد.

همانطور که شاید این روزها برایمان عادی تر شده است که پزشکی را ببینیم که معلمی می کند و یا معلمی که در بازار آزاد هم فعالیت دارد، قطعا تا چند سال دیگر همین مرز ها هم برداشته خواهد شد و بیش از پیش ما به یک سری از انسان های حرفه ای که به صورت تخصصی در یک زمینه تجربه کسب کرده اند و فارغ از رشته تحصیلی دانشگاهی شان در حال فعالیت هستند نیازمند خواهیم بود.

نگرش ارزش آفرینی داشته باشید:

قبل از هر چیز به عنوان یک منبع جامع و مفید در بحث ارزش آفرینی توصیه می کنم دوره ارزش آفرینی متمم را بگذرانید. اما در اینجا اگر بخواهیم به صورت خلاصه صحبتی در این زمینه داشته باشیم باید به چند نکته اشاره کنیم:

کلمه ارزش آفرینی ذاتا به معنای خلق چیزی است که ارزش و ماندگاری داشته باشد.

همین که شما بدانید که در زندگی تان می بایست چیزی به دنیا اضافه کنید و تغییری مثبت در زندگی خودتان و دیگران بیافرینید، خود مفهوم ارزش آفرینی را به خوبی توضیح می دهد.

از یک منظر می توان گفت که بسیاری از شرکت های بزرگ و استارتاپ های مطرح جهان هم با همین هدف فعالیت شان را انجام می دهند و اگر هم موفقیت یا ثروتی به دست می آورند، محصول جانبی همین ارزش آفرینی خواهد بود.

آنچه که یک کسب و کار اقتصادی را سودده یا حتی یک سازمان غیرانتفاعی و یا یک شخصیت حقیقی را ماندگار می کند، ارزش آفرینی است.

پس یکی دیگر از مواردی که همواره در زمان تصمیم گیری در زمینه رشته شغلی و تحصیلی باید مدنظر قرار بگیرد بحث ارزش آفرینی است.

اینکه شغل یا رشته ای که ما آن را انتخاب کرده ایم تا چه میزان به ما توانایی خلق ارزش و ثروت برای جامعه مان را می دهد!؟

آیا این رشته تحصیلی و این شغل من را به فرد موثرتر و خلاق تری تبدیل خواهد کرد یا خیر!؟



۳۰

به دنبال ضد علایق هم باشید. در مسیر انتخاب علاقه اصلی تان باید به دو نکته در مورد ضدعلاقه ها هم توجه کنید!

اول اینکه بسیاری از ضد علاقه ها هستند که واقعا ضدعلاقه نیستند! به عبارتی دیگر یا به دلیل یک سوگیری اشتباه تصور می کنید که از فلان رشته و شغل بدتان می آید و یا اینکه نسبت به آن در واقع خشی هستید.

بحث دیگر سیگنال گرفتن از ضدعلاقه هایتان هست! آن را موشکافانه بررسی کنید و ببینید چه چیزی باعث می شود از یک رشته یا حوزه کاری خاص بدتان بیاید.

همان عامل را در بقیه زمینه ها هم جستجو کنید و ببینید که آیا صرفا به همین دلیل از یک رشته بیزارید یا خیر و دلایل دیگری هم در این موضوع دخیل هستند.

۳۱

دوازده جنبه لذت بخش کار:

الان می‌خواهیم درمورد دوازده جنبه‌ی لذت بخش کار صحبت کنیم. البته در ابتدا لازم است بگوییم که هیچ شغلی نیست که هر دوازده مورد را باهم داشته باشد. بعضی جنبه‌ها در بعضی شغل‌ها پررنگ تر و در بعضی کمرنگ تر هستند.

۱. لذت پول در آوردن.
۲. لذت زیبایی
۳. لذت خلاقیت
۴. لذت فهم
۵. لذت ابراز خوشتن
۶. لذت فناوری
۷. لذت یاری به دیگران
۸. لذت رهبری
۹. لذت تدریس
۱۰. لذت استقلال
۱۱. لذت نظم
۱۲. لذت طبیعت

همه ما به یک اندازه با دوازده لذتی که نام برده شد ارتباط برقرار نمی‌کنیم. شاید یک نفر از پول درآوردن لذت بیشتری ببرد و نفر دیگر از به‌دست آوردن استقلال.

توصیه ما به شما این است که یک کاغذ و قلم بردارید و لذت‌های خود را به‌ترتیب اولویت یادداشت کنید. سپس یکی از گزینه‌های شغلی خود را که به آن فکر می‌کنید، در کنار فهرست لذت‌ها بنویسید و ویژگی‌های آن شغل را برشمارید.

در قدم بعدی ببینید که آیا این شغل، ویژگی‌های لذت‌بخشی که برای شما مطرح است را در بر می‌گیرد یا نه؟ توجه داشته باشید که این شغل باید سه ویژگی ابتدایی فهرست شما را پوشش دهد. در غیر این صورت، حتی اگر شغلی که مدنظرتان است بسیار عالی و جذاب هم باشد، برای شما مناسب نیست.

برای پیش رفتن بهتر این تمرین، می‌توانید آن را با یک دوست انجام دهید. حرف زدن با یکدیگر درباره فهرست لذت‌ها کمک می‌کند تا به جزئیات بیشتر و دقیق‌تری دست پیدا کنید.



نقش خانواده در مسیر شغلی ما:

در گذشته، سرنوشت شغلی یک نسل، پیشاپیش توسط نسل قبلی تعیین می‌شد؛ افراد معمولاً شغل پدر و پدربزرگ خود را ادامه می‌دادند. به همین خاطر، گزینه‌های شغلی آنها بسیار محدود بود؛ و حتی گاهی منحرف شدن از مسیر شغلی خانوادگی تاوان سنگینی به دنبال داشت از جمله طرد شدن توسط والدین و اجتماع خانوادگی!

اما به مرور زمان و با تغییر نگرشی که در نسل‌های جدیدتر اتفاق افتاد، این تاوان‌ها و هزینه‌ی انتخاب و طی کردن مسیری متفاوت کمتر شد. البته که هنوز به طور کامل این موضوع در همه‌جا از بین نرفته است و هنوز هم کسانی هستند که به دلیل مخالفت‌های خانوادگی نمی‌توانند شغل موردعلاقه خودشان را در پیش بگیرند.

بنابراین، در حال حاضر، ما یک آزادی انتزاعی و نسبی به‌دست آورده‌ایم؛ چراکه همچنان در پس ذهن خود به رضایت و خواست خانواده هم فکر می‌کنیم. در پس ذهن ما چیزی به نام **چارچوب‌های شغلی خانواده** وجود دارد که به‌طور غیرمستقیم در مسیر شغلی ما تأثیر می‌گذارد. این چارچوب، ما را به سمت گزینه‌های شغلی خاصی سوق می‌دهد و بدون آنکه متوجه باشیم، مانع از آن می‌شود که خودمان را به‌طور کامل وقف یک شغل خاص کنیم.

اما چارچوب‌های شغلی خانواده از چه چیزهایی ساخته شده‌اند؟

در وهله اول، چارچوب شغلی یک خانواده را اطلاعات آنها از جهان کسب‌وکار می‌سازد.

اگر در تمام نسل‌های یک خانواده، حتی یک مهندس هم پیدا نشود و همه وکیل و قاضی باشند، رفتن به سمت مهندسی از چارچوب آنها خارج است؛ زیرا اطلاعات کافی درباره مهندسی ندارند و نگران عواقب این شغل برای شما هستند. به اصطلاح، آنها نگران آینده نامعلوم شما در این شغل هستند؛ زیرا چیزی درباره آن نمی‌دانند.

چنین وضعیتی یک مانع بیرونی و نادرست محسوب می‌شود. شما می‌توانید با آشنا کردن خانواده خود با شغل مورد نظرتان نگرانی آنها را رفع کنید. عامل دیگری که به چارچوب شغلی خانواده شکل می‌دهد، باورها و نگرش آنهاست. اگر اغلب اعضای یک خانواده پزشک باشند، احتمالاً نجات دادن جان انسان‌ها را بالاترین ارزشی می‌دانند که یک شغل می‌تواند داشته باشد. در چنین فضایی که کسی ارزش کار

هنری را درک نکرده است، رفتن به سمت تئاتر، نقاشی و هنرها و مشاغلی از این دست ممکن است خیلی سخت باشد؛ زیرا باید بتوانید چارچوب ارزش‌های شغلی خانواده‌تان را وسیع‌تر کنید.

به طور کلی می‌توانیم بگوییم که چارچوب‌های شغلی خانوادگی حاصل دو چیز است:

۱- چیزهایی که والدینمان ارزشمند می‌دانند و نسبت به آنها اشتیاق دارند.

۲- چیزهایی که از آنها هراس دارند و گریزانند.

این هراس هم همان‌طور که گفته شد ممکن است حاصل **محدود بودن تجربیاتشان** باشد یا حاصل **باورهایی که دارند**.

والدین به‌طور غیرمستقیم، نگاه تحقیرآمیز به یک شغل را به ما منتقل می‌کنند، به‌طور غیرمستقیم به ما القاء می‌کنند که فلان شغل در شأن ما نیست و یا با داشتن یک شغل خاص، زندگی رؤیایی‌ای خواهیم داشت. ما نیز ناخودآگاه سعی می‌کنیم خواسته‌های خود را با آرزوها و رؤیاهای والدینمان هم‌سو کنیم. اما نکته مهم این است که **باید بتوانیم واقعیت را از تخیلات والدین خود تشخیص دهیم**.



۳۳

باور داشته باشید که وقتی از خود می‌پرسیم: قرار است با زندگی شغلی خود چه کنیم؟

بخش عمده‌ای از پاسخ صحیح را درون خودمان داریم. کفایت به سمت آن حرکت کنیم. اما این مسیر پریچ و خم است و نباید خیلی زود خسته و ناامید شوید.

همه مانده‌های درونی‌ای داریم که با ما سخن می‌گویند. این ندهای درونی می‌توانند به اعتمادبه‌نفس ما اضافه کنند و جسارت رفتن به سمت شغل مورد علاقه‌مان را در ما ایجاد کنند. اما گاهی اوقات نیز ممکن است کاملاً برعکس کار کنند؛ برای مثال، ممکن است شما واقعاً توانایی و استعداد زیادی برای خلبان شدن داشته باشید، اما ندهای درونی‌تان مدام بگویند: تو نمی‌توانی، بی‌عرضه‌ای و...

ندهای درونی همیشه حقیقی نیستند، بلکه بیشتر تحت‌تأثیر محیط بیرون و نظرات دیگران هستند. پس اجازه ندهید ندهای درونی منفی بر توانمندی‌های شما سایه بیندازند.

فراموش نکنید که حسادت‌های اشتباه هم می‌توانند مسیر شغلی شما را به بی‌راهه بکشند. اما گاهی دلیل پیدا نکردن شغل مورد علاقه، بسیار ساده‌تر از این حرف‌ها است: خستگی.

به خودتان فرصت استراحت کردن بدهید و با ذهنی باز به شغل آینده‌تان فکر کنید. خستگی روحی و ذهنی می‌تواند بهترین شغل‌های دنیا را برای شما تبدیل به بدترین شغل‌ها بکند و ممکن است به یکباره خیال کنید که واقعاً به هیچ شغل و فعالیتی علاقه ندارید.

در چنین موقعیتی نترسید، بلکه اجازه دهید ذهن‌تان خستگی در کند، آن‌وقت دوباره علایق و تمایلات‌تان خودشان را بروز خواهند داد.

ما فقط یک شغل به قدر کافی خوب لازم داریم، نه بیشتر:

احتمالاً همه انسان‌هایی که در شغل مورد علاقه خود مشغول به کار هستند، هرازگاهی به شغل‌های دیگری که می‌توانستند در آنجا نیز بدرخشند فکر می‌کنند. بخشی از این اتفاق به دلیل طبیعت تنوع‌طلب ما است، بخشی دیگر به دلیل کمال‌گرایی و بخش عمده آن نیز به دلیل این است که ما حقیقتاً در مشاغل بسیاری استعداد داریم که محدودیت عمر اجازه پرداختن به آنها را به ما نمی‌دهد.

بنابراین، فکر کردن به شغل‌های دیگر درعین داشتن شغل موردعلاقه، به هیچ‌عنوان نشانه بی‌تعهدی شما نیست. درواقع، ما فراتر از آن چیزی هستیم که در دنیای شغل‌ها مجال بروزش را می‌یابیم و مدل بازار کار، ما را مجبور می‌کند تا فقط یک جنبه وجودی خود را به نمایش بگذاریم.

به‌ویژه در بازار کار امروزی، ما برای موفقیت چاره‌ای جز متخصص شدن در یک حرفه نداریم. بنابراین، با در نظر گرفتن استعدادهای و توانایی‌های متعددی که دارید، درنهایت باید بهره‌برداری از یکی از آنها برایتان اولویت داشته باشد.

نباید به دنبال یک شغل ایدئال و بی‌نقص باشید؛ زیرا چنین شغلی وجود ندارد. ما هم گشتیم نبود نگرديد که نیست. فقط الکی خودتان را گول می‌زنید.

بنابراین، هدف شما باید پیدا کردن یک شغل به قدر کافی خوب باشد؛ یعنی شغلی که دارای طیف کاملی از نقایص معمولی است، گاهی اوقات حوصله‌تان را سر می‌برد، جنبه‌های پرزحمت و مایوس‌کننده دارد، گاهی اضطراب‌آور است، گاهی مجبورتن می‌کند مورد قضاوت کسانی قرار بگیرید که نظرشان هیچ ارزشی برایتان ندارد و از طرف دیگر دارای طیف کاملی از ویژگی‌های خوب و لذت‌بخش است؛ گاهی واقعاً از انجام دادن کارتان هیجان‌زده می‌شوید، به تلاش‌های بی‌دریغ شما توجه می‌شود و پاداش می‌گیرید، دوستان خوبی پیدا می‌کنید، کسانی که هدف مشترکی با شما دارند و...

این تمرین‌ها را حتماً انجام دهید:

- تصور کنید می‌خواهید با کسی که در شغل موردعلاقه و موردنظر شما مشغول به کار است مصاحبه‌ای انجام دهید.

- چه سؤالاتی از او می‌پرسید؟ این سؤالات نشان می‌دهند که واقعاً چه چیزهایی در آن شغل برای شما مهم است. ممکن است بپرسید «از درآمدت راضی هستی؟/ آیا هیچ‌وقت سرکار حوصله‌ات



سر رفته؟/ بعد از زمان کاری، ذهنت چقدر درگیر کار باقی می ماند؟/ این شغل چقدر جای پیشرفت دارد؟/ و...

- فکر می کنید پاسخ طرف مقابل شما به این سؤالات چه باشد؟ برای یافتن پاسخ های واقعی می توانید تحقیق و پرس و جو کنید و یا این مصاحبه را به طور واقعی با یک نفر انجام دهید.

۳۵

خطاهای متداول در انتخاب شغل:

روی یک شغل خاص گیر نکنید. ممکن است بر اساس ایده ی اسطوره رسالت که قبل تر مطرح کردیم، فکر کنید که موفقیت و خوشبختی شما در گرو دستیابی به یک شغل خاص است. در حالی که این تصور از موفقیت به هیچ عنوان واقع بینانه نیست. در این دام نیفتید که فکر کنید خوشبختی شما فقط در گرو یک شغل است. آن هم شغلی که در هجده سالگی انتخاب کرده اید.

در راستای این موضوع می توانید این دو تمرین را انجام دهید:

تمرین اول

- ویژگی های شغلی را که روی آن کلید کرده اید و با تمام ضررهایی که بهتان می رساند هنوز به دنبال آن هستید بنویسید. سپس با تحقیق و فکر کردن، شغل های دیگری را که دارای این ویژگی ها هستند بیابید.

تمرین دوم

- صنایع، شرکت ها و مشاغل گوناگونی را در نظر بگیرید؛ درباره آنها تحقیق کنید و خروجی ای که دارند را بررسی کنید. خروجی کدام شغل ها مورد علاقه شما است؟
- حال به ورودی هایی که شغل های مورد نظرتان نیاز دارند فکر کنید. ورودی کدام شغل مطابق با توانمندی های شما است؟

حرف آخر:

شاید زمانی که روی جلد این کتاب را خواندی، توقع داشتی که در این کتاب هم مثل خیلی از کتاب ها و مقالات مرتبط با این حوزه به یک مدل و یا تست بررسی که در آن با پاسخ دادن به ۲۰ سوال تستی همزمان هم بتوانی شخصیت ات را بشناسی و هم شغل آینده ات را به یک باره تشخیص بدهی.

اما حداقل اگر در این لحظه به این نتیجه رسیده باشی که ((به همین سادگی ها هم نیست!)) خودش برای من و دوستانم دستاورد بزرگی است و عملا ما به هدف مان رسیده ایم.

در مسیر زندگی مسیر های میانبر و آسان زیادی وجود دارند که شاید رسیدن از طریق آنها حس زرنگ بودن را در ما القا کند اما اصل داستان چیز دیگریست!

در این چند روز محدود عمرمان برانزده تر آن است که از راه درست و با تکیه زدن بر منطق و تولنایی خودمان و همینطور تترسیدن از شکست هایی که ممکن است برایمان پیش آید بتوانیم چیزی خلق کنیم و انسانی را بسازیم که همیشه با سر بلند از آن صحبت کنیم و بعد از چند سال و زمانی که به مسیر زندگی مان نگاه می کنیم به خودمان افتخار کنیم.

سخت است! بسیار سخت! اما می شود.

نه سریعاً، اما با صبر و پایداری قطعاً!

میزون باشین!

به پایان این نوشته رسیدیم و از الان بازی برای تو شروع شد!

یا علی.

معرفی منابعی برای مطالعه بیشتر:

وبسایت متمم: دوره های استعدادیابی مقدماتی و پیشرفته و مسیر شغلی و ارزش آفرینی
وبسایت فارانیوم: آکادمی هدایت تحصیلی
پادکست کارنکن
وبسایت کارنکن: دوره مسیر شغلی با تدریس امین آرامش
کتاب شغل مورد علاقه، آلن دوباتن
کاش وقتی بیست ساله بودم می دانستم، تینا سیلیگ
چراغ سبز ها، متئو مک کانهای
قدرت شروع ناقص، جیمز کلیپر
کار عمیق، کال نیوپورت
توصیه هایی به جوانی که می خواهد به جایی برسد، رایان هالیدی
فریب ایکاروس، ست گادین
تفکر نامطمئن، آنی دوک
بیش یادگیری، اسکات یانگ
گستره! عمق یا وسعت، دیوید اپستین
طرز فکر، کارل دوک
مهره حیاتی، ست گادین
بازی نامحدود و با چرا شروع کنید، سایمون سینک
کشف شمال حقیقی، بیل جورج
مدل کسب و کار شما، تیم کلارک، الکساندر استروالدر
خلق مدل کسب و کار، الکساندر استروالدر
استراتژی های یک حرفه ای، دکتر مجتبی لشکر بلوکی
تفکر؛ سریع و کند، دانیل کانمن
به جعبه دست بزن، ست گادین
تئوری انتخاب، ویلیام گلسر. ترجمه دکتر علی صاحبی