

المجلد ٧ الاصدار ٤

المشوّقة

المجلة التي تحركك!

الخيار الصحيح

الأبوة من القلب

ه أسباب تجعلك تتّبع ما يمليه عليك قلبك

كيف تتخذ قرارات حكيمة حول مهنتك



غالباً ما تشهد حياتنا مواسم تجلب لنا مجموعة متنوعة من التحديات والفرص. فتحن نتعامل مع الضغوطات ونتخذ القرارات بناء على أفضل قدراتنا، إلا أننا لا نعرف ما الذي يخفيه المستقبل لنا، وأدائنا في الماضي لا يستطيع أن يضمن نجاحنا في المستقبل. إذا كنتم مثلي، قد تشعرون بالضيق قليلاً في بعض الأحيان، وتتساءلون كيف تتابعون حياتكم وتتخذون القرارات الصحيحة لأنفسكم وعائلتكم ومستقبلكم.

وجدت نفسي في وضع مؤخراً حيث كنت أعلم بأنه كان يتوجب علي التفكير في تغيير وظيفتي لأسباب عملية ومالية. كانت هناك عدة خيارات واتجاهات أمامي لكي أختار من بينها، وتساءلت كيف يمكنني أن أعرف أي منها كان الأفضل. أحدها يوفر لي أماناً أكثر، إلا أن الفرصة الأخرى قدمت لي الخبرة التي أحتاجها.

إنتهى بي المطاف بأن قمت باختيار الخيار الأقل راحة، وأعتقد بأنني قمت باتخاذ القرار الصحيح. أنا سعيدة جداً في عملي، وخبرة العمل العملية هذه تعلمني الكثير. ومع مرور الوقت ربما يتوجب علي عمل تغيير آخر وخيار آخر، إلا أنني الآن قانعة بالقرار الذي اتخذته.

ربما تكون هناك تغييرات- شخصية ومهنية- تحدث من حولك أيضاً والتي تتطلب منك أن تختار بين خيارات مختلفة. إذا كان الأمر كذلك، فإنني أمل أن تكون المقالات حول الطرق المختلفة لإتخاذ القرارات في هذا العدد من المشوقة ملهمة ومشجعة لكم، وتسهل عليكم عملية اتخاذ أفضل الخيارات - تلك المناسبة لكم.

كريستينا لين
الى المشوقة

٣ الخيار الصحيح

٤ ه أسباب تجعلك تتبّع ما يمليه عليك قلبك

٦ عن الآيس كريم والأحلام

٧ المفتاح من أجل اتخاذ القرارات الصحيحة

٨ الأبوة من القلب
تعليم الأطفال مهارة اتخاذ القرارات

٩. كيف تتخذ قرارات حكيمة حول مهنتك

١٣ أقوال مأثورة الخيارات

المجلد ٧ الاصدار ٣
كريستينا لين

العدد
أسرة التحرير

واثق زيدان

التصميم:

اتصل بنا:

motivated@motivatedmagazine.com
www.motivatedmagazine.com

موقع الكتروني:
بريد الكتروني:

المشوقة © ٢٠١٥
جميع الحقوق محفوظة

الخيار الصحيح

بقلم إلسا شيكروفسكي، بتصرف

تعلمت بأنه لا يمكن اتخاذ أي قرار بدون أن ينطوي على قدرٍ من المجازفة؛ إلا أنه حين تكون مستعداً للمجازفة فإن ذلك أمرٌ جوهري للوصول الى الخيار الصحيح. إن مواجهة صعوبةٍ في التوصل إلى قرار والشعور بالقلق حياله، أو أن تكون غير متيقن حول الأمر فيما بعد هو شيء طبيعي، والعواطف القوية ليست مؤشراً على أنه لم يكن ينبغي عليّ القيام بالرحلة أو أن مركبي سوف يفرق.

مع التحلي بالصبر، وبعون الله، سوف أصل إلى وجهتي في الوقت المناسب. ■

كنت في الثانية عشرة من عمري. وفي فصل الصيف تحديداً من تلك السنة، فاجأنا أبي أنا وشقيقتي الأصغر مني حين أعلمنا بأن لديه فكرة جديدة لعطلتنا الصيفية، بدلاً من تخطيط إجازتنا، أعطانا النقود التي كان قد وضعها جانباً وتركنا نقرر ما نفعله بها. كان بإمكاننا ادخارها أو إنفاقها كما نشاء، أو استخدامها لقضاء إجازة على البحيرة لمدة خمسة أيام. وبعد بعض المناقشات قلت أنا وشقيقتي لأبي بأننا نريد الذهاب في إجازة على البحيرة.

إلا أنه بعد قيامي بإتخاذ القرار مباشرة، غمرتني الشكوك. اعتقدت بأنني لم أقم بإتخاذ القرار الصحيح. هل كان من الأفضل إنفاق النقود على أمرٍ آخر؟ ربما تجربنا سلسلة من الأعاصير الشديدة وحالات الطوارئ العائلية على تأجيل العطلة حتى الصيف المقبل، وهذا ما زاد من مخاوفي. ام هل هو قلق لا داعي له؟

عندما عبرت عن ما شعرت لوالدي، أكد لي بأنني حرة في تغيير رأيي، لكن في نفس الوقت يجب أن أعلم المخاوف والشكوك هي جزء من اتخاذ القرارات. " فقط لأنك لا تشعرين باليقين التام ذلك لا يعني بأنك قمت باتخاذ القرار الخاطيء".

شجعتني كلماته وقررت الإنتظار لكي تسير الأمور بشكل جيد في الوقت المناسب. الأمر المؤكد هو أننا قضينا على البحيرة أفضل أوقات حياتنا ذلك الصيف. وأحضرت مع الكثير من الذكريات واللحظات السعيدة، علمتني التجربة دروساً مهمة ساعدتني منذ ذلك الوقت في الكثير من الأحيان حين كنت أواجه قرارات أكبر وأكثر أهمية وذات مجازفات أكبر.

أسباب تجعلك تتبع ما يملكه عليك قلبك

بقلم ناتالي نكسون ، بتصرف

من عادة اتباع حدسهم، ذلك الصوت الداخلي. الدراسة الجامعية مكلفة للغاية، والحياة قصيرة حتى تهمل اتباع حدسك بشكل حتمي. إذا كان قلبك يقول لك بأن عليك دراسة الرسم وليس المحاسبة، عندها إفعل ذلك.

قام وليام دوغان بالكتابة حول أنواع الحدس الثلاثة التي تحقق الإنجاز البشري في سياق الأعمال وهو ما يسمى الحدس الإستراتيجي.

- (١) الحدس العادي، والذي هو غريزي للغاية.
- (٢) حدس الخبير، والذي يأتي على شكل استجابة متدربة.
- (٣) الحدس الإستراتيجي والذي يشار إليه بشكل عام بـ "ومضة البصيرة".

من المفترض أن نمارس الثلاثة، كلما كان ذلك ممكناً، وليس من قبيل الصدفة أن بعض رجال الأعمال الذين نعجب بهم كانوا أولئك الذين استمروا في اتباع حدسهم لفعل الأشياء حسب الغريزة، وليس

إحدى أعظم الهدايا التي أعطاني إياها والداي هي عندما كنت طالبة في الجامعة وكان علي اختيار مادة التخصص الرئيسية. كنت مرعوبة من اتخاذ القرار الخاطيء. قالوا لي ببساطة، ادرسي ما تحببينه. وسوف تأتيك الفرص.

جعلتني تلك التوجيهات لإتباع قلبي أشعر بحرية. لقد أزيح حمل ثقيل عن كاهلي، وفي هذه الأيام فإنني أمارس أنا وزوجي ما نسميه "قانون الزخم". لقد اخترعنا هذا المصطلح. بالنسبة لنا، هو فقط يعني أن تواصل السير عبر الأبواب المفتوحة بدلاً من قرع الأبواب الموصدة أمامك. ربما لا تكون موهوباً في مجال معين، أو قد تشعر بأن ذلك مجرد عمل غير ممتع. بإختصار أنت تعلم بأنك تتبع حدسك الداخلي حيث يكون هناك المزيد من التدفق والذي هو صميم الابداع.

كأستاذة في الجامعة، فأنا أصادف الكثير من الناس الذين لديهم عادة إهمال الحدس الداخلي بدلاً

إعتماداً على أدلة كانت واضحة مادياً. على سبيل المثال، فإن قرار ستيف جوبز دراسة الخط لمدة ١٨ شهراً في كلية ريد جعله أكثر اهتماماً بالتفاصيل الجمالية والدقة كخبير تقنيات.

الأمر المؤكد هو أن إتباع قلبك وإطاعة الحدس الداخلي غالباً ما يجعلك تشعر بالراحة. كيف تتبع ذلك المسار عندما تكون هناك فواتير يتوجب عليك دفعها والتوقعات من الآباء والأسرة والمجتمع (ملء الفراغات) والتي تشعرك بأنك مجبر على تلبيةها؟ في الحقيقة، إن إتباع قلبك لا يبدو في بداية الطريق أنه الأقل مقاومة.

إليك ٥ أسباب تجعلك تتبّع قلبك:

الحدس يزداد قوة مع كثرة استعماله.
الحدس هو الدافع الداخلي. والحدس بشكله الأساسي هو التعرف على الأنماط. إنه بمثابة رادار بشري، ويصبح قاتماً إذا ما واصلت إهماله ودفعه للداخل. الحدس يصبح أكثر وضوحاً وأكثر موثوقية وأكثر إيقاعاً كلما تتأقمت معه أكثر. الحدس يحتل مكاناً في قلب الكثير من قرارات العمل اللامعة والمشاريع المشتركة واستراتيجيات الخروج. أحياناً لا يمكن للعقل والمنطق تزويدنا بالدليل الذي نحتاجه لكي نخطو نحو الأمام أو الخلف أو نحو الجانبين.

الندم أمر سيء. هل قمت بإتخاذ قرار، سواء كان كبيراً أم صغيراً بدون إتباع قلبك ومن ثم تساءلت ماذا لو؟ إنه ليس بالشعور الجيد. كلما وجدت نفسي في مفترق الطرق، فإنني أحاول أن أتخيل نفسي في السيناريو "أ" حيث أحاول ومن ثم السيناريو "ب" حيث لم أحاول. السيناريو الذي أجد نفسي فيه أكثر سعادة هو المسار الذي سوف أسلكه. عادة هو الخيار الذي أختاره، السيناريو "أ" لأنني أعتقد بأن الندم هو أسوأ المشاعر في العالم.

الحصول على الإحترام والإعجاب في الأوقات والأماكن غير المتوقعة. إن إطاعة حدسك الداخلي يجبرك على ممارسة عادات جديدة لتكريم نفسك مقابل شحذ ممارسة التسويق. على سبيل المثال، قد يشعر بعض الذين يتخلون عن الدراسة بالرغبة في السفر، أو متابعة الأنشطة الأخرى لإكتساب بعض الخبرة، بدلاً من الذهاب إلى الجامعة مباشرة .

سوف تتعرض لذلك إذا لم تتبع قلبك، ليس صحيحاً أن إتباع المسار الأقل مقاومة هو الخيار الأسهل. فعدم إتباع الحدس الداخلي يجعلك أكثر تلبداً، ويجعلك تشعر بعدم الرضا عن النفس مع الشعور الملح بأن هناك شيئاً خاطئاً. لماذا تعاني من ذلك في نهاية حياتك، عندما يكون بإمكانك مواجهة الأمر وجهاً لوجه في سن الشباب أو منتصف العمر؟ لم يفت الأوان للتوقف. تريت، ثم قيّم الوضع، واصفي إلى ذلك الصوت الداخلي.

الوضوح حول من أنت وأين أنت. عند ممارسة إطاعة حدسك الداخلي، ستكون أكثر سعادة على الأرجح، وكذلك الناس من حولك. سيكون لديك إحساس واضح بالهدف حين تقوم بصياغة الإنفتاح والتوقعات في وقت واحد مع المواجهات العادية. أليست هذه هي أفضل طريقة للعمل مع الآخرين أو البدء في مشروع جديد!

أنا سعيدة للغاية لأنني قررت دراسة الأنتروبولوجيا والدراسات الأفريقية منذ تلك السنوات البعيدة! لم يطلب مني أي أحد أن أعمل بجدية أكبر على الإطلاق أو أن استيقظ بشكل مبكر أو السهر ليلاً. وما زالت أفعل ذلك في عملي اليوم. عند تتبع حدسك الداخلي فإنك تصنع طاقة مغناطيسية، والفرص تأتي لك حقيقة. يمكنك القول بأنها ممارسة يمكن أن تنقذ حياتك. ■

عن الآيس كريم والأحلام



بقلم بونيتا هيلي، بتصرف

استراتيجي تحتها. كلما زاد سيلانها كلما أحكم جيري بقبضته عليها. أخيراً لم تتمكن قشرة الشوكولاتة من تحمل الضغط وسالت تاركة الصبي حزيناً على خسارته.

حملته أمه ومسحت دموعه وقامت بمسح ما تسبب به من فوضى. ومن ثم طلبت آيس كريم آخر له- هذه المرة في علبة ومع ملعقة. إتفقنا جميعاً على أن ذلك هو القرار الحكيم.

مع مواصلة الرحلة فكرت فيما حدث للتو، كان للحدث أهمية جديدة. كم مرة كنت فيها مصممة على أمر ما وكنت متأكدة بأنه الأفضل بالنسبة لي، بعض الأحلام أو الرغبات؟ تركيزي بأكمله كان على ذلك الشيء الوحيد فقط. كنت أجد نفسي متمسكة به كثيراً. فيما بعد كنت أمسح دموعي وأخيراً أقبل ما هو أفضل بالنسبة لي، وهو الأمر الذي لم أفكر به ثانية.

هكذا هي الحياة. نجد أنفسنا باستمرار أمام ضرورة اتخاذ القرارات والخيارات. إنه أمر حكيم أن نفكر في جميع الخيارات وألا نركز على أمر واحد فقط، وأن نفكر في عواقب خياراتنا قبل أن نقرر أخيراً. لذا، ماذا نختار الكوز أم العلبة؟ ■

كانت فترة إجازة وكنت أنا وزوجي نقود السيارة مع عائلة أخرى الى منتجع على الشاطئ على بعد ١٦ ساعة من منزلنا. إنطلقنا قبل طلوع الشمس، إلا أنه مع الظهيرة كنا في منتصف الطريق فقط.

لم يكن بمقدورنا تشغيل مكيف الهواء لأن السيارة كانت خارجة حديثاً من الصيانة وكان مؤشر الحرارة يرتفع. بدأت الرحلة في السيارة تنهك أطفال الأسرة الأخرى الثلاثة، لذا قررنا التوقف والإستراحة.

وجدنا مطعم على قارعة الطريق واشترينا قهوة لنا نحن البالغين وآيس كريم للأطفال. كان جيري الأصغر سناً في الثالثة من عمره. كان متلهفاً لإختيار نوع الآيس كريم الذي يعبه وقرر أخذ الفانيلا المغموسة بالشوكولاته على الكوز.

سوف يحدث فوضى قالت أمه، لا بأس قال أبيه، انه النوع الذي أراده، دعيه يستمتع به.

تابعنا بالكثير من الإهتمام السباق بين جيري والجو الحار. أمسك جيري بالآيس كريم بكلتا يديه، محاولاً تناوله قبل أن يذوب. كانت الشوكولاتة متماسكة إلا أن آيس كريم الفانيلا بدأت تسيل على ذراع جيري ومن ثم على صحن موضوع بشكل

المفتاح لاتخاذ القرارات الحكيمة

بقلم جوناثان ويلز، بتصرف

مع مهارة الحياة هذه. في الحقيقة، إن تعقيد العملية يمكن أن يقود المسألة بسهولة الى التسويف والتردد.

دعونا نبسط الأمر
والآن حيث أننا قمنا بفحص بعض الأسباب التي تجعل اتخاذ القرارات أمرا معقدا للغاية، دعونا نبسط الأمر.

القاعدة الحقيقية لإتخاذ القرارات الأفضل. أحد المفاتيح المهمة لاتخاذ القرارات الحكيمة هو التفكير في النتائج. كل قرار قمت باتخاذهُ أو سوف تتخذهُ له نتائج. حين نتعلم التفكير في أن هناك عواقب لقراراتنا سوف نجد بأن هناك اعتبارات أخرى أيضا.

إسأل أسئلة بسيطة مثل: إذا فعلت ذلك، كيف ستكون النتيجة؟ إذا اخترت هذا المسار، كيف ستكون العواقب؟

كن حكيما عند اتخاذ القرارات، لا تعمل على تعقيدها. بغض النظر عن الطريقة التي قمت باتخاذ القرارات فيها في الماضي، يمكنك أن تبدأ باتخاذ قرارات حكيمة الآن. فكر مليا بالأشياء قبل أن تقرر. إن هذه الممارسة البسيطة ستساعدك في تجنب الكثير من الألم والندم. سوف يتعجب الآخرون حين تتشكل حياتك حول النتائج المفيدة لقراراتك الحكيمة. ■

من بين جميع مهارات الحياة القيمة التي يستطيع الإنسان تطويرها، فإن القدرة على اتخاذ القرارات الحكيمة تحتل الصدارة. ما من مهارات أخرى لها نفس التأثير الكبير على نوعية الحياة. ومع ذلك، فإن المجتمع والتعليم لا يعلمنا هذه المهارات في معظم الأحيان.

هل سبق لك وتساءلت لماذا مهارات الحياة المهمة تعتبر تحديات الهائلة للكثيرين؟ هل سبق لك وأن كافحت مع هذه التحديات شخصيا؟ الحمد لله، يمكننا تحسين قدرتنا على صنع القرارات مع تطبيق بضعة مبادئ أساسية.

ماهي تأثيرات عملية صنع القرارات؟ إحدى الأسباب التي تجعل الناس يكافحون عندما يتعلق الأمر باتخاذ القرارات هو أن هناك الكثير من الأشياء التي يجب التفكير بها. لدينا حاجتنا الشخصية والتأثير المالي وتأثير أصدقائنا وأسرتنا وغيرها. هذا لوحده يمكن أن يكون متعبا.

ومن ثم هناك الضغوطات من التأثيرات الخارجية. على سبيل المثال، يعمل العاملون في مجال الدعاية بجد ويستخدمون جميع الحيل النفسية للتأثير على قراراتنا لصالحهم.

حين ننظر الى جميع الجوانب المختلفة لاتخاذ القرارات، يكون بإمكاننا رؤية لماذا يكافح الكثيرون



تعليم الأطفال مهارة اتخاذ القرارات



بقلم كارولين وورنموند

فكرة سيئة، فكرة سيئة". حتى لو أنها لم تكن تُراقب فقد كانت تسمع الكلمات وتتدخل.

مثل ممارسات الأبوة الفعالة الأخرى، فإن تعليم اتخاذ القرارات الحكيمة يأخذ وقتاً. هناك خطوات عندما نتخذها يجب إعطاء الأطفال الأدوات لاستخدامها عندما يتخذون القرارات بمفردهم.

إن تعليم اتخاذ القرار الحكيم يبدأ منذ الصغر. كانت إحدى بناتي معتادة على استخدام كلمة فكرة جيدة وفكرة سيئة عندما كانت تعلم أطفالها كيفية اتخاذ القرارات. عندما كان يتوجه أحدهم نحو التلفاز أو مكان آخر كانت تقول له "هل هذه فكرة جيدة أم فكرة سيئة؟" وحين كان أحد الأطفال يبدأ في عمل شيء لم يكن من المفترض عمله كان يقول "

١. قدم الاسباب

أن ارى لماذا تودين اتخاذ هذا الخيار، من ناحية أخرى، أنا أتساءل فيما إذا فكرت إعرضي خيارات ربما لم تفكر بها. فوق كل شيء، كوني رؤوفة. يريد الأطفال اتخاذ قرارات جيدة. إنهم لا يمتلكون الخبرة لإتخاذ أفضل القرارات دائماً. إذا لم يتخذوا القرار الجيد أرشديهم لإتخاذ قرار أفضل بدون الحكم على قدراتهم.

٤. دعهم يجربون.

عندما تتخذ الطفلة قرار، دعها تجرب ذلك ما لم يكن ذلك مؤذياً لها أو للآخرين. سوف تجرب نتائج خيارها وسوف يساعدها ذلك في عملية إتخاذ القرارات في المستقبل.

عندما تكون نتيجة إتخاذها القرار ايجابية، احتفلي معها ودعها تعرف بأنك مسرورة لأن قرارها كان جيداً. إذا لم تكن النتائج إيجابية كما كانت تأمل، كوني متفهمة. ساعدها في تحليل ما الذي لم ينجح، وكيف يمكنها أن تفكر بطريقة مختلفة في المستقبل.

٥. التقدير

بغض النظر عما سيؤول اليه القرار، فإن الأطفال يودون معرفة أنك تقدرين جهودهم. دعها تعرف أنك موجودة لمساعدتها وبأنك ستكونين معها عندما تتخذ قرارات في المستقبل.

سيقوم الأطفال، خاصة الأكبر سناً والمراهقين، بإتخاذ العديد من القرارات بأنفسهم. أحيانا تكون نتائجها جيدة، وأحيانا لا تكون. هذا هو جزء من عملية النضوج. إفعلي أفضل ما بوسعك عند مساعدة أطفالك لكي يتعلموا عملية إتخاذ القرارات الفعالة. ومن ثم كوني متواجدة لدعمهم وهم يشهدون النجاحات والإخفاقات حين ينضجون. ■

قبل ان يبدأ الاباء حتى بتعليم الاطفال حول اتخاذ القرارات بانفسهم فانهم بحاجة لان يتحدثوا حولها فيما اذا كانت تصرفات مقبولة او غير مقبولة ولماذا. على سبيل المثال، عندما يبدأ الاطفال بالزحف فانهم يشاهدون اشياء صغيرة على الارض وغالبا ما يضعوها في افواههم. وعندما يشاهد أحد الأبوين ذلك فإنه بدلاً من القول "لا، لا" يمكن أن يقول "لا، لا دعنا نترك ذلك على الأرض لأنك قد تختنق إذا ما وضعتها في فمك". حتى وإن كانت الطفلة صغيرة جداً ولا تستطيع أن تفهم ما الذي تقصدينه إلا أنها ستبدأ بملاحظة أن هناك عواقب لتصرفها. قد لا يحب الأطفال الأكبر سناً سماع أسباب عدم موافقتك على قراراتهم، لذا ربما تودين استخدام عبارة قصيرة أو كلمة واحدة. عادة ما يودون الإصغاء إليك والتفكير بما قلتيه.

٢. العصف الذهني

عندما تقومين بتعليم الأطفال في سن الدراسة أو الأكبر سناً إتخاذ القرارات، قومي بعملية العصف الذهني. أسألهم أن يفكروا بأكثر عدد ممكن من الأسباب من أجل إتخاذ أو عدم إتخاذ خيار معين. في هذا التمرين لا يوجد داع للمراقبة. إن الخروج بأفكار جديدة يساعدهم في تقليص الخيارات وإتخاذ قرار معقول.

٣. ناقشي.

عندما تختار الطفلة خياراً إما مع أو ضد القضية التي تقرر حيالها تحدثي عن الأمر معها. قدرتي الأفكار التي ضمنتها في قرارها. أعطي المدخلات لماذا تتفقين أو لا تتفقين مع خيارها من خلال استخدام رسالة "أنا". يمكنك أن تقولي "أنا أتفق مع قرارك لأن.. " أو "يمكنني

كيفية اتخاذ قرارات العمل الحكيمة

بقلم كريسي سيفيك، بتصرف

معقدة ومتعددة الجوانب والأبعاد بحيث لا يمكن لشخصين أن يشاهدا نفس العالم.

كما هو الحال مع معظم الأشياء في العالم، فإن بذل الجهود هو أفضل طريقة لتقليص احتمالية حدوث نتائج مخيبة للآمال في النهاية. لا يوجد هناك ضمان بالطبع. حتى أكثر القرارات المدروسة بعمق لها نتائجها العكسية. غالباً ما يكون القرار ليس أكثر من مجرد تخمين - خطوة مأمولة في اتجاه جديد.

لذا، عند مواجهة خيار متعلق بالعمل، سواء كان كبيراً أو صغيراً، كيف يمكنك التأكد بأنك تقترب بالوضع من المستوى المناسب من التفكير؟ كيف يمكن لك أن تضمن بأن "تخمينك" هو أفضل ما يمكنك عمله؟ فيما يلي أوجز بعض النقاط التي يجب تذكرها في عملية اتخاذ القرار:

الحياة مليئة بالخيارات. بعضها يتطلب القليل من التفكير والتأمل - مثل خيار ماذا نأكل على العشاء - أما البعض الآخر فإنه يتطلب مداورات صارمة. عندما يتعلق الأمر بمهنتك، ربما تكون قد اتخذت عدة خيارات مختلفة في الماضي وسوف تواجه المزيد بدون شك.

هناك جوانب إيجابية وسلبية لكل قرار. عادة، عندما يتم الحصول على شيء ما، فإنك تخسر أمراً آخر. من أجل اتخاذ القرار الحكيم، يجب عليك أن تقيّم المخاطر مقابل المكاسب المحتملة. يجب عليك أن تصنع توقعات وافتراسات، وفي بعض الأوقات، عليك القيام بمجازفات كبيرة. نادراً ما تكون الخيارات أبيض وأسود، كلها جيدة أو كلها سيئة، صحيحة أو خاطئة بشكل واضح. إنها

الخيارات تعكس القيم

عندما يكون من الأفضل لك أن تترك وضعا ما يجري في مساره الطبيعي بدون محاولة توجيهه في أي اتجاه. استرح ودع الأحداث تجري ودع المسار يتشكل بشكل طبيعي.

أرفض "أي من/أو" العضلات

هناك دوماً المزيد من الخيارات. عندما تقيد نفسك في تفكير محدود، فإنك تخفق في رؤية الفرص الحقيقية. لا تضع قيود اصطناعية على نفسك أو على الإمكانيات التي يقدمها العالم. عندما تواجه "أي من أو" العضلات إبحث عن المكان الرمادي في الوسط. هذا ليس فراغاً خالياً، إنه بئر عميق من الإمكانيات اللامتناهية.

قم ببناء الثقة

ثق بنفسك، وثق بالآخرين وثق بالله. تحلى بالإيمان بأن كل شيء سيسير على ما يرام، سواء أن كان المستقبل يبدو كما تخيلته تماماً أم لا. تذكر بأن التغيير مستمر وبأنه لديك المصادر لمعالجة ما سوف يأتي. إن لخياراتك نتائج تقوم بتشكيل واقعك، لديك دائماً الفرص لصنع الخيارات المختلفة في المستقبل وعمل واقع جديد لنفسك.

تذكر بأن الخيارات المدروسة لا تكون خاطئة أبداً، مهما حدث. قد يكون أمراً مغرباً أن تضع اللوم على نفسك عندما لا تؤول الأمور كما كنت تتوقع، ولكن ذلك لا ينجز أي شيء. لا تعيش على الندم. تقبل ببساطة الدرس وامضي في طريقك. خذ ما تعلمته معك واستخدمه في المرة القادمة التي تواجه فيها خياراً صعباً في مهنتك أو في مكان آخر في حياتك. ■

حياتك هي نتيجة خياراتك. إن كل خيار يشكل واقعك وهو انعكاس عنك ما الذي تقدره وما الذي تريده. اتخاذ القرارات التي تتعارض مع قيمك الأساسية سوف يؤدي حتماً الى التملل وعدم الرضا. إذا لم تكن سعيداً بالخيارات التي قمت بها في الماضي، قم بتقييم قيمك وما الذي يحفز قرارك.

العواطف تؤثر على الخيارات

تعرّف على الدور الذي تلعبه العواطف في عملية اتخاذك للقرارات. ومع أنه أمر غير واقعي- وغير صحي- أن تكبت العواطف، فإن من المستحسن أن تفهم كيف تؤثر على تصرفاتك. إبحث عن الرسالة خلف العواطف. دع قلبك وعقلك يعملان معاً لكي تجد أفضل الحلول.

لا تتعجل

القلق والتسرع غالباً ما يكون لهما تأثير سلبي على اتخاذ القرارات. لا تدع الوقت يدفعك من أجل اتخاذ قرار لم تقيّمه بشكل صحيح. بالتأكيد أنت لا تملك قدراً نهائياً من الوقت لتستغله. ولكن تجنب وضع وقت محدد على نفسك. فكر جيداً ووازن بين رغبتك في الوصول الى حلول سريعة وبين حاجتك للوصول الى عملية اتخاذ قرارات مدروسة.

إن عدم اتخاذ خيار هو قرار.

لا يمكنك ببساطة تجاهل قرار يجب اتخاذه، وتوقع أن يمضي. إن اختيار عدم الإختيار هو تخلي عن السلطة. إلا أنه يبقى قراراً بطريقته الخاصة. إنه خيار المراقبة بدلاً من المشاركة، والذي لا يكون سيئاً بالضرورة. هناك أوقات



أقوال
مأثورة

الخيارات

إننا نصنع قراراتنا ومن ثم فإن قراراتنا تدور وتصنعنا -
فرانك بورام

إياك وأن تتخذ قراراً دائماً مبنياً على عاصفة مؤقتة.
مهما كانت الأمور سيئة اليوم، قم بتذكير نفسك، سوف
يزول ذلك أيضاً - تي دي جيكس

يجب أن يقرر الرجال ما لا يجب أن يفعلوه ومن ثم
يكونوا قادرين على العمل بقوة حول ما يجب عليهم
عمله - مينيسوس

الأمس مضى، غداً لم يات بعد. لدينا اليوم فقط. دعونا
نبدأ - الام تيريسا

لا يستطيع الإنسان اكتشاف محيطات جديدة ما لم تكن
لديه الشجاعة لتترك الشاطئ - اندريه جايد

القرار هو الشرارة التي تشعل الفعل. الى أن يتم اتخاذ
قرار، ما من شيء يحدث. إن القرار هو المواجهة
الشجاعة للقضايا، مع معرفة أنه في حال عدم
مواجهتها، فإن المشاكل ستبقى غير محلولة للأبد -
ويلفرد بيترسون

لا تسأل الله أن يرشد خطواتك ما لم تكن راغباً في
تحريك قدميك - غير معروف

سأل مراسل مدير أحد البنوك: سيدي، ما هو سر
نجاحك؟

كلمتان

وما هما يا سيدي؟

القرارات الجيدة

وكيف تصنع القرارات الجيدة؟

كلمة واحدة

وما هي يا سيدي؟

الخبرة

وكيف تحصل على الخبرة؟

كلمتان

وما هما يا سيدي؟

القرارات السيئة - الكاتب غير معروف

