



اغلب ما سریال‌ها و فیلم‌های مربوط به نخبه‌ها و یا هکرهای منزوی را دیده‌ایم؛ افراد جوانی که مهارت‌هایی فوق‌العاده در زمینه‌های فنی و به ویژه کامپیوتر و اینترنت دارند، عملیاتی انجام می‌دهند که تیم‌های متخصص از عهده خنثی کردن آن‌ها برنمی‌آیند، اما همین نخبه‌ها، از برقراری ساده‌ترین روابط انسانی عاجز هستند. شخصیت‌هایی که می‌توانند به دلیل هوش سرشار خود، ده‌ها و صدها حرکت بعدی یک سیستم کامپیوتری را محاسبه کنند، اما از محاسبه چند حرکت ساده انسان‌ها در یک رابط احساسی-عاطفی ناتوان هستند.

آیا تا کنون فکر کرده‌اید که چرا چنین است؟ چرا آن‌ها نمی‌توانند با تکیه بر هوش سرشار و ناب خود و مهارت‌های خارق‌العاده‌ای که در کار با سیستم‌های کامپیوتری آموخته‌اند، حرکات بعدی انسان‌ها را هم پیش‌بینی کنند و متناسب با آن از خود کنش یا واکنش نشان دهند؟ جواب شاید تا حدودی در این جمله نهفته باشد: هوش و مهارت به تنهایی کافی نیستند. چیز یا چیزهای دیگری نیز لازم است تا یک نفر بتواند هم از هوش و مهارت خود استفاده کند و هم بتواند ارتباطی درست با انسان‌های اطراف خود و یا دست کم انسان‌ها مهم زندگی خود برقرار کند.

### **نه گنده‌ای، نه دودی، نه پیچش مویی ...**

در اغلب رشته‌های علمی و صنعتی و حتی هنری، وقتی آدم‌ها از سن خاصی می‌گذرند، به دلیل کسب دانش زیاد در یک رشته، در کنار کسب تجربه و انجام تمرینات فراوان، از جایگاه ویژه‌ای برخوردار می‌شوند به گونه‌ای که به قول سعدی قدر بینند و بر صد نشینند. کامپیوتر اما، خود هم رشته جوانی است و هم جوان‌پسند است و کم‌تر پیران با تجربه و خست‌خام‌بین در آن یافت می‌شوند و اگر هم یافت شوند، چندان ارج و قربی نخواهند داشت. دلیل آن هم دم به دم نوشدن این علم است و لزوم به دور انداختن بسیاری از چیزهایی که آموخته بودی به سختی و با هزینه، و یاد گرفتن چیزهای دیگری است، باز به سختی و باز به هزینه بسیار.

### **رشته جوان، شغل‌های لرزان ...**

از سوی دیگر، امروزه یافتن یک شغل که هم مطابق تحصیلات و علایق شخص باشد و هم مدتی مدید ادامه یابد، روز به روز سخت‌تر می‌شود. همان‌طور که پیش از این هم گفته‌ام، در دنیای امروز به طور متوسط هر نفر در طول دوره کاری خود، هفت بار شغل عوض می‌کند. این به معنای آن است که از یک طرف نگه‌داری یک شغل بسیار دشوار شده است و از سوی دیگر نشان می‌دهد که شرکت‌ها در اخراج افرادی که با نیازهای آن‌ها مطابقت ندارند تردیدی به خود راه نمی‌دهند. شاید به همین خاطر است که در این دنیا انسان‌های چهل‌ساله و پنجاه‌ساله هنوز دانشجویی می‌کنند چرا که آموخته‌های آن‌ها به وقت دانشجویی، کفایت روزگار پرشتاب امروز را نمی‌دهد. اکنون با مطرح شدن مفاهیمی مانند «اینترنت اشیا» یا «اینترنت برای همه چیز» نیاز شرکت‌ها و جوامع به نیروهای مهندسی فناوری‌های پیشرفته روز به روز بیشتر می‌شود و از سوی دیگر باز هم داستان نیاز به به‌روز شدن و آموختن

فناوری‌ها و مهارت‌های تازه اینجا هم تکرار می‌شود.

## پس چه باید کرد...

من جواب از پیش‌آماده‌ای برای این سوال ندارم، به ویژه برای بخش فنی آن؛ اما بنا به آموخته‌های خودم و تجربه کار نسبتاً طولانی‌ام، می‌توانم توصیه‌هایی به کسانی که در آستانه ورود به بازار کار و به ویژه در حوزه فناوری‌های نوین هستند و یا هم اکنون در آن مشغول به کارند، داشته باشم. بسیاری از ما، به ویژه جوان‌ترهای ما، شغل‌های مناسبی به دست می‌آوریم، اما گاه به دلایلی غیرفنی آن را از دست می‌دهیم. اینجا بحث نداشتن مهارت‌های فنی روز مطرح نیست، بحث نداشتن مهارت‌های ارتباطی و کلامی و ندانستن چگونگی کارکرد زبان بدن است. گاه از یک حادثه کوچک چنان کوهی می‌سازیم که زیر بار سنگینی آن له می‌شویم و گاه آنجا که باید، اهمیتی به موضوع یا واقعه‌ای درخور نمی‌دهیم.

## هر احساسی ریشه‌ای دارد و نتیجه‌ای ...

هر کدام از احساس‌های ما، مانند غم و شادی، عصبانیت و سرخوشی، از جایی در درون ما ناشی می‌شوند که ترکیب پیچیده‌ای هستند از وراثت و محیط، از کارکرد پیک‌های عصبی مانند سروتونین و عادت‌هایی که در طول زندگی کسب کرده‌ایم. از سوی دیگر، هر کدام از همین احساس‌ها، برای ما دستاورد یا هزینه‌ای دارند؛ چرا که این احساس‌های ما هستند که اغلب پایه و اساسی را برای رفتارهای بعدی تشکیل می‌دهند.

فرض کنید یک همکار مهم شما یا مدیرتان عادت‌ی دارد که شما از آن خوشتان نمی‌آید و این کار او احساس خشم نسبتاً شدیدی را در شما به وجود می‌آورد. توجه کنید که خشم در اینجا تنها یک احساس است و هنوز تبدیل به یک رفتار نشده است. اما این که این احساس چه عملی را در پی داشته باشد، بستگی به همان عواملی مانند محیط یا وراثت و ... دارد. در یک سطح کلی شما چند گونه می‌توانید با او برخورد کنید. برای مثال می‌توانید در برابر کارهای او ساکت شوید و روبه‌ای منفعل در پیش بگیرید؛ یا جواب او را با صراحت بدهید و به عواقب آن فکر نکنید؛ یا برخورد منطقی و بالغانه در پیش بگیرید و ضمن تسلط بر احساس‌تان، کارهایی که لازم است را انجام بدهید. هر کدام از این رویه‌ها، عمل‌هایی است که می‌توانند تأثیرات مهمی هم در زندگی کاری، هم زندگی عاطفی و احساسی و هم بر جسم و بدن شما داشته باشد. اگر انفعال را انتخاب کنید، در درون، روز به روز بر احساس خشم شما افزوده می‌شود. این احساس خشم ابرازنشده، به تدریج جسم شما را از درون می‌خورد و با انواع مشکلات روبرو می‌کند. دردهای استخوانی به ویژه در ناحیه کمر و پشت، ناراحتی‌های مربوط به دستگاه گوارش به ویژه معده و روده، مشکلات تنفسی و بیماری‌هایی مانند آسم، اختلالات قلبی و عروقی و ناراحتی‌های پوستی از جمله شایع‌ترین مشکلات جسمی هستند که تحت تأثیر احساس‌های ناخوشایند ابراز نشده هستند که به آن‌ها دردهای روان-تنی (Psychosomatic) گفته می‌شود. اگر به هر دلیلی تصمیم بگیرید که آزارهای آن شخص را تحمل کنید، و به اصطلاح صبر پیشه کنید و بردباری به خرج دهید، دیر با زود مجبور خواهید شد تا در برابر آزارهای پیش‌رونده او بیاستید و مشخص نیست که این ایستادن به چه بهایی برای شما تمام شود. متأسفانه هنگامی که ما در مقابل کسانی که به نوعی آزاری به ما می‌رسانند ساکت می‌شویم، یکی از سخت‌ترین آسیب‌ها را به جسم خود وارد می‌کنیم. خطری دیگری که افراد تحمل‌کننده را تهدید می‌کند و متأسفانه بسیار هم رخ می‌دهد، ابراز خشم انفجاری و ناگهانی پس از مدتی صبر و تحمل است. شخصیت‌های منفعل پرخاشگر (Passive-Aggressive)، کسانی هستند که در ابتدا فکر می‌کردند که با تحمل می‌توانند بر رفتارهای شخص مقابل تأثیر بگذارند و او را مجبور به تغییر رویه بکنند. اما در نهایت توان ادامه این روش را نداشته و در نقطه‌ای توان تحمل آن‌ها تمام می‌شود و چنان واکنشی از خود نشان می‌دهند که گویی تمامی خشم‌های ابرازنشده گذشته را با هم در یک لحظه به بیرون پرتاب می‌کنند. تقریباً بر همه روشن است که این گونه ابراز خشم می‌تواند پی‌آمدهای ویران‌کننده‌ای به ویژه در حوزه کار و شغل داشته باشد. افرادی را می‌شناسم که شغل‌های مناسب به همراه دستمزدهای بالا و حتی شرایط محیطی خوبی داشتند اما در برخورد با یک فرد در محیط کار خود، روش انفعالی پرخاشگرانه را در پیش گرفتند و در آخر به دلیل انفجار خشم ناگهانی و لحظه‌ای، موقعیت شغلی خود را به طور کامل از دست دادند.

این که برخورد درست در چنین مواردی چیست خود داستانی جداگانه دارد؛ این موضوع را به عنوان نمونه‌ای از احساس‌هایی که موجب رفتارهای نامناسب می‌شوند ذکر کردم و برای آن که از بحث اصلی منحرف نشویم، ادامه آن را در یکی از شماره‌های آینده پی خواهیم گرفت.

## بدانیم و بشناسیم ...

برای همه دوستانی که در رشته‌های فنی درس می‌خوانند و یا کار می‌کنند پیشنهادی دارم. من نمی‌دانم که آیا در

دانشکده‌های فنی چیزی درباره روابط انسانی- اجتماعی در محیط کار به دانشجویان می‌آموزند یا نه. اما از روی برخورد‌های بسیاری از دانش‌آموخته‌های این دانشکده‌ها می‌توانم حدس بزنم که اگر هم چنین چیزی وجود دارد، بسیار سطحی به آن نگریده می‌شود و هیچ‌وقت به عنوان یک موضوع مهم به آن پرداخته نمی‌شود. این پیشنهاد می‌تواند برای مسئولان دانشگاهی کشور هم کاربرد داشته باشد. به دانشجویان و دانش‌آموختگان رشته‌های فنی پیشنهاد می‌کنم که در کنار درس‌های فنی خود، دست‌کم به اندازه حدودی هشت واحد درسی، از مباحث علوم انسانی و اجتماعی، به ویژه علومی مانند روان‌شناسی و جامعه‌شناسی را مطالعه کنند. این مطالعه می‌تواند در قالب یک مطالعه نسبتاً منسجم کتاب‌های مباحثی و کاربردی این رشته‌ها یا شرکت در کارگاه‌ها و دوره‌های این رشته‌ها یا حداقل دیدن و شنیدن فایل‌های چنین دوره‌هایی باشد. چنین آگاهی می‌تواند درجه‌های جدیدی را به روی آن‌ها بگشاید، به گونه‌ای که تلاش نکنند که همه مشکلات را با دید مهندسی خود حل کنند و به این نکته توجه کنند که بسیاری از مشکلات فردی و اجتماعی در این علوم شناخته شده هستند و برای بسیاری از آن‌ها راه‌حل‌های مناسبی وجود دارد. آن‌ها باید بدانند که بیش از یکصد سال است که در هر دوی این رشته‌ها و بسیاری از رشته‌های علوم انسانی، انسان‌هایی با هوش و ذکاوت بالا تلاش کرده‌اند که پاسخی‌هایی برای پرسش‌های دایمی افراد و جوامع در حوزه‌های شناختی و رفتاری پیدا کنند. میلیون‌ها تحقیق و مطالعه در حوزه‌های انسانی و اجتماعی صورت گرفته است که عدم آشنایی با حداقلی از آن‌ها می‌تواند خسرانی جبران‌ناپذیر برای هر انسانی در پی داشته باشد. در این‌جا قصد من این نیست که دانشجویان یا دانش‌آموختگان رشته‌های فنی را با تئوری‌های پیچیده روان‌شناسی یا علوم اجتماعی آشنا کنم. بلکه می‌خواهم بگویم که به اندازه نیاز و یا به قدر تشنگی‌تان می‌توانید از آب این دریای بی‌کران بهره بگیرید. به عنوان یک نمونه کوچک اما مهم می‌توانم به آزمون MBTI اشاره کنم. آزمونی که تنها با آرایه سی‌چهل سوال چندگزینه‌ای، می‌تواند چهار بعد مهم شخصیت انسانی را به ما نشان دهد و شناختی اجمالی و مهم از ابعاد شخصیتی خود یا دیگران به دست می‌دهد. این آزمون به ظاهر ساده، در طول ده‌ها سال مبنایی برای استخدام در بسیاری از بنگاه‌های و شرکت‌های فنی و غیرفنی و دستگاه‌های اداری دولتی در بسیاری از کشورها بوده است. برای آشنایی بیشتر با این آزمون و اولین بعد از ابعاد شخصیتی که می‌سنجد، می‌توانید به مقاله یا پادکست «[شما درون‌گرا هستید یا برون‌گرا؟ نقش این ویژگی‌ها در موفقیت شما چیست؟](#)» یا به پادکست «[شما درون‌گرا هستید یا برون‌گرا؟](#)» در سایت شبکه مراجعه کنید. همچنین در همین زمینه چند کتاب به زبان فارسی و صدها کتاب به زبان انگلیسی وجود دارد که می‌توانید به آن‌ها هم رجوع کنید. با خواندن چنین مقالات یا کتاب‌هایی شما می‌توانید، به نوعی طبقه‌بندی از انواع شخصیت‌های انسانی و ویژگی‌های هر کدام دست یابید که این یافته می‌تواند در مواجهه با واقعیت‌های محیط کار و نیز سایر محیط‌ها در زندگی به شما کمک کند. در شماره‌های آینده تلاش خواهم کرد به جنبه‌های دیگری از این موضوع پردازم و از تمامی خوانندگان یا متخصصان این حوزه‌ها دعوت می‌کنم که با طرح پرسش‌های خود و یا آرایه نظریات به این بحث بپیوندند.

## تاریخ انتشار:

13 اردیبهشت 1397

نشانی منبع:

<https://www.shabakeh-mag.com/success-and-entrepreneurship/11155/%DA%86%D8%B1%D8%A7-%D9%87%D9%88%D8%B4-%D9%88-%D9%85%D9%87%D8%A7%D8%B1%D8%AA%D8%8C-%D8%A8%D8%B1%D8%A7%DB%8C-%D8%AF%D8%A7%D8%B4%D8%AA%D9%86-%DB%8C%DA%A9-%D8%B4%D8%BA%D9%84-%DA%A9%D8%A7%D9%81%DB%8C>

%D9%86%DB%8C%D8%B3%D8%AA%D9%86%D8%AF%D8%9F