



در روزگار کنونی بخش زیادی از عمر هر یک از ما صرف آموزش و یادگیری می‌شود سال‌ها در کلاس‌های رسمی و غیررسمی حضور می‌یابیم تا بیاموزیم و زندگی بهتر و مفیدتری داشته باشیم. خواندن و نوشتن ریاضی و محاسبات تاریخ و جغرافیا، شیمی و فیزیک، علوم اجتماعی و ده‌ها عنوان دیگر، که بیشک تاثیر بسزایی در زندگی ما دارد و نمی‌توان از آنها به راحتی چشم پوشید و این علوم را نادیده گرفت.

اما نکته حائز اهمیت این است که تمامی این دانش‌ها از مقولات تئوری است و در مسائل و موضوعات خاص کاربرد و کارکرد دارد. یک فرد دارای مدرک کارشناسی یا سطح دو حوزه به صورت متوسط ۱۶ سال تحصیل کرده است اما در این مدت حتی بدیهی‌ترین و ابتدایی‌ترین مهارت‌ها و علوم کاربردی زندگی به او آموزش داده نشده است.

نه آموزش و پرورش، نه آموزش عالی و نه حوزه علمی هیچکدام خود را متولی آموزش مهارت‌های اینچینی نمی‌دانند و وظیفه‌ای در قبال آماده‌سازی دانش‌آموزان، دانشجویان و طلاب برای ورود به عرصه زندگی غیرتخصصی برای خود متصور نیستند.

ما سعی داریم تا در این مجموعه مطالب مخاطبین گرانقدر را با برخی از مهم‌ترین و ضروری‌ترین عناوینی که می‌توان از آن به عنوان **الفبای زندگی** یاد کرد آشنا سازیم. می‌خواهیم مسیری را ترسیم کنیم که افراد بیشتری را به آموختن این مهارت‌های ضروری رهنمون شود.

پس از مطالعه این سری مطالب، درک خواهید کرد که **یادگیری مهارت‌های گفته شده جزو ضروریات زندگی است و بهتر است که از سنین کودکی و نوآموزی به آنها پرداخته شود.** هرچند هیچگاه و در هیچ سنی نباید از این مسائل غافل شد و شروع آن در همین لحظه بهتر از یک لحظه بعد است. این عناوین و توضیح اجمالی آنها در دو دسته ضروری و پیشنهادی را طی سه مقاله پیوسته ارائه خواهیم کرد.

الف: مهارت‌های ضروری

یک: مهارت یادگیری: تقریباً تمامی کودکان از سنین پیش از دبستان شروع به یادگیری در مراکز آموزشی می‌کنند. اما متأسفانه هیچ‌گاه اصل یادگیری را آموزش نمی‌بینند. همگی ما در طول زندگی آموزش می‌بینیم بدون اینکه آموزش دیدن را آموخته باشیم. یادگیری مهارت یادگیری می‌تواند در کاهش زمان یادگیری و افزایش ماندگاری آموخته‌ها تاثیر بسزایی داشته باشد.

دو: مهارت تصمیم‌گیری: به قول یکی از دانشمندان علم مدیریت زندگی چیزی جز تصمیم‌گیری نیست. در هر لحظه ما تصمیم

می گیریم که چه بکنیم و چه کارهایی را انجام ندهیم. بعضی اوقات این تصمیم‌گیری ها بسیار خطیر و اثرگذار است و تصمیمات اشتباه تمام زندگی یک فرد را تحت الشعاع قرار می دهد. ازدواج، انتخاب رشته تحصیلی، انتخاب شغل و غیره از جمله حساس ترین و مهمترین تصمیمات زندگی هر فرد است.

پر واضح است که مهارت تصمیم گیری نیاز به آموزش دیدن و آموختن دارد و در صورت عدم تسلط به این فن، تصمیمات ما بیشتر وابسته به شانس خواهد بود تا علم و منطق.

سه: مهارت خودشناسی: کمتر کسی است که به اهمیت این مهارت واقف نباشد. کما این که در بیان بسیاری از بزرگان کسب این مهارت لازمه زندگی سالم شناخته شده است. بی شک اگر اندکی درباره این دانش شناخت پیدا کنیم، در می یابیم که موفقیت برای احدی حاصل نخواهد شد، مگر اینکه شخصیت، استعداد، توانایی، ظرفیت و... خود را به صورت صحیح بشناسد و در طول زندگی در مسیر متناسب با آنها گام بردارد.

چه بسیار افراد مستعد و توانمندی که به علت عدم شناخت صحیح ظرفیت‌های خود هیچ گاه - و یا خیلی دیر - به آنچه می باید نمیرسند.

چهار: مهارت ارتباط: در دنیای کنونی روزانه ده ها و صدها ارتباط بین ما و جهان پیرامونمان برقرار می شود که می تواند نقش موثر و حائز اهمیتی در زندگی هر یک از ما داشته باشد. بسیار مهم است که ما شیوه تعامل و ایجاد ارتباط بهتر و موثرتر را بدانیم و بتوانیم تا از این ابزار برای افزایش کیفیت زندگی خودمان و دیگران بهره ببریم.

با نگاهی به افراد پیرامون زندگی خود در می یابیم که افراد دارای ارتباط بهتر، از سطح کیفی بالاتری در زندگی برخوردار هستند لذا مهارت ارتباط تاثیر مستقیم در زندگی همه ما دارد.

ادامه دارد