

# 404

مهارت هایی که برای زندگی بهتر و

موفقیت در مسیر طلبگی لازم است.

قسمت دوم

در قسمت اول این نوشتار درباره مهارت هایی گفتیم که نهادهای رسمی آموزشی، ماموریت و رسالتی برای خود در مورد آموزش آنها قائل نیستند. که البته ما این را یک ضعف بزرگ در حوزه آموزش و پرورش می دانیم. چه آنکه این مهارت های روانی و اجتماعی به ما کمک می کند با نیازها و چالش های زندگی روزمره بهتر و بیشتر کنار بیاییم. بدین معنی که اینها را باید اصول و پایه های یک زندگی سالم دانست.

یادگیری سایر دانش ها و مهارت ها بدون تسلط بر مهارت های پیش نیاز زندگی مانند یک بسته بندی شکل برای یک کالای کم ارزش است. در این قسمت نیز به معرفی چند مهارت عمومی دیگر که برای موفقیت در هر عرصه ای به آن نیاز داریم می پردازیم.

۵- مهارت تفکر

این مهارت از پایه ای ترین و اساسی ترین مهارت های انسان خردمند است. ذهن انسان مستعد و آماده انواع و اقسام خطا هاست لذا پیشگیری از این اشتباهات فکری نیازمند یک مهارت بزرگ به نام تفکر است. از دیرباز متفکرین و دانشمندان بزرگی به این موضوع پرداخته اند و دانش هایی نیز در این زمینه پدید آمده است اما متأسفانه بیشتر جنبه تئوری به خود گرفته و کمتر در مسائل روزمره زندگی ما کاربرد دارد.

مهارت تفکر به چهار دسته ی تفکر سیستمی، تفکر استراتژیک، تفکر خلاقانه و تفکر نقادانه تقسیم می شود که بیان تفاوت های آنها خارج از حوصله این بحث است و فرصتی جداگانه می طلبد.

۶- مهارت شناخت و حل مسئله

زندگی ما روزانه درگیر دهها و صدها مسئله گوناگون است. بعضی از آن ها مسائلی است که می تواند آینده ما را تحت الشعاع قرار دهد. شناخت دقیق این مسئله ها و چگونگی برخورد و حل آنها یک مهارت راهبردی و خطیر است که جز از طریق تسلط علمی و تمرین حاصل نخواهد شد.

برای شناخت بهتر این مهارت فقط به این نکته اکتفا می کنیم که مسائل اقتصادی یکی از هزاران مسائل هر یک از ماست. حال ببینید کنار آمدن و حل همین یک مسئله چه مهارت وسیعی می طلبد.

۷- مهارت مدیریت احساسات و هیجانات و استرس

بی شک تصدیق خواهید کرد که زندگی در زمانه کنونی بسیار پر تنش و استرس زاست. مسائل مختلف در ما ایجاد احساسات و هیجانات فراوانی می‌کند و بعضاً موجب استرس نیز می‌شود. چگونگی مدیریت این احساسات و هیجانات و غلبه بر استرس‌ها بر کیفیت زندگی ما اثر بسزایی دارد و نیازمند آموختن یک مهارت کاربردی است.

#### ۸- مهارت خلاقیت و نوآوری

مدیریت زندگی ما در روزگار کنونی، دیگر تنها با راهکارهای قدیمی و سنتی قابل انجام نیست. در این زمانه انسان‌هایی موفق ترند که می‌توانند خلاقانه به کشف راهکارهای جدید بپردازند. تسلط بر مهارت خلاقیت و نوآوری مرز شفافیت بین انسان‌های موفق و ناموفق تشکیل داده است و در زمان حاضر تقریباً نمی‌توان انسان موفق‌تری یافت که بویی از این مهارت نبرده باشد.

دسته بندی مهارتهای ضروری زندگی، انواع و اشکال مختلفی دارد و ما نیز از دریچه نگاه خود به این ۸ مهارت اشاره کردیم و آنها را الفبای زندگی دانستیم. در مطلب بعدی به مهارتهای تخصصی پیشنهادی که بهره‌وری ما را به لحاظ شغلی و کاری (بر فرض اینکه تحصیل را نیز یک شغل بدانیم) افزایش خواهد داد، اشاره می‌کنیم.

**برای مشاهده قسمت اول این مقاله اینجا کلیک نمایید**