

## درس سوم: چرا بحث خود شناسی مهم است؟؟!!

### آنچه در این درس از فراگیر انتظار می رود:

- ۱- عواقب خود ناشناسی را بداند
- ۲- اهمیت خودشناسی در انتخاب شغل را دریابد
- ۳- نتایج و دستاوردهای خود شناسی در زندگی را درک کند

بعد از بیان اهمیت و ضرورت خود شناسی در کلام ائمه در اینجا می‌خواهم اهمیت این بحث را بیشتر توضیح بدهم.

یادگیری درباره شخصیت و هویت برای داشتن یک زندگی هدفمند و معنا دار ضروری است. وقتی بدانیم ریشه اصلی صفات ما از کجاست خود آگاهی بیشتری بدست می آوریم و این کلید رسیدن به فهم و شناخت بیشتر از خودمان است. ما در دورانی هستیم که معنا و کشف هویت فردی برای هر کس به بخش مهمی از زندگی تبدیل شده است و افراد تلاش می کنند تا خود و مقصود و هدفشان از زندگی را پیدا کنند، لذا به نظر می رسد شناخت خود و آشنایی با صفات و خصوصیات که داریم اولین گام برای رسیدن به این هدف است.

حال بیاید ببینیم که وقتی از شخصیت خودمان و کارکرد های خاصی که داریم اطلاعی نداشته باشیم چه عواقبی را در پی خواهد داشت؟؟

۱. خودمان را به طور دقیق نمی شناسیم و نمیدانیم دلیل برخی از رفتارهایمان چیست
۲. نمی فهمیم چه چیزی باعث شده جایی باشیم که اکنون هستیم
۳. از موانع و سختی هایی که در آنها رشد کرده ایم و توانستیم شخصیتمان را بسازیم غفلت می کنیم
۴. مهم تر از همه اینکه نسبت به خواسته ها و نیاز های واقعی خودمان در موقعیت های مختلف بی اطلاع خواهیم بود.

### یک مثال:

داشتن شناخت و آگاهی از شخصیت در ساده ترین کارهای روزمره ما هم نمود و تاثیر خواهد داشت. مثلا طلبه ای را در نظر بگیرید که متوجه می شود درونگراست. در نتیجه این طلبه بر اساس شناخت انتخاب های هدفمندتری خواهد داشت و مثلا موقع مطالعه ترجیح می دهد خودش به تنهایی مطالعه کند در جایی ساکت و دور از مزاحمت های دیگران به مطالعه خودش می پردازد و از مطالعه لذت بیشتری خواهد برد. در نقطه مقابل یک طلبه برونگرا را در نظر بگیرید که با اطلاع از ویژگی شخصیتی که دارد ترجیح می دهد به صورت گروهی و همراه با تعدادی از دوستانش مطالعه کند.

در واقع این دو نفر با علم و آگاهی از ویژگی های شخصیتی شان دست به انتخاب هایی زده اند که برایشان مناسب تر است و رضایت و آرامش بیشتری به همراه دارد. فرض کنید آن طلبه درونگرا اطلاعی از نیاز و ترجیح خودش نداشت، در این صورت بعید نبود که با انتخابی اشتباه مثلا به یک کتابخانه مرکزی و شلوغ برود و در این مدت خودش را مجبور به پیگیری و تداوم این تصمیم می کرد و همین مسئله در بلند مدت باعث تنش و استرس در او می شد.

### خودشناسی و آینده شغلی:

مهم تر از همه وقتی کسی می خواهد دست به انتخاب مسیر شغلی بزند لازم است از خصوصیات و ویژگی های اصلی خودش مطلع باشد تا شغلی را برگزیند که با توانمندی ها و ویژگی های او تناسب و هماهنگی خوبی دارد. مثلا اگر طلبه ای در علوم عقلی و تئوریک مهارت بیشتری دارد بهتر است وقتش را در تبلیغ تلف نکند. یا طلبه ای با استعداد تئاتر و نمایش نامه نویسی نباید انرژی اش را صرف این کند که منبری خوبی شود.

در حقیقت هر کس خودش و توانمندی هایش را بهتر بشناسد، عمرش را در مسیر درست سرمایه گذاری خواهد کرد و در پی استعداد هایش می رود، ضمن اینکه اجازه نمی دهد نقاط ضعفش راه را بر پیشرفت او ببندد.

### نتایج خودشناسی:

خود شناسی و خود آگاهی به ما کمک می کند تا :

- تصمیمات آگاهانه تری برای خودمان و زندگی مان بگیریم
- مسیری که از همه بیشتر برای ما متناسب و معنادار است را بر گزینیم
- هرچقدر نسبت به روحیات و ویژگی های خودمان آگاهی بیشتری داشته باشیم، راحت تر می توانیم خود واقعی مان را ابراز کنیم
- به احساس یکپارچگی و یکرنگی درونی با خودمان دست پیدا خواهیم کرد
- قرار گرفتن در مسیر جستجوی معنا و هویت مسیری کاملاً منطقی خواهد بود

خلاصه آنکه اگر سوال شد که چرا بحث و مطالعه در مورد شخصیت و شناخت آن مهم است؟ ساده ترین پاسخ آن این است: اگر ندانید از کجا آمده اید و چه چیز به شخصیت کنونی شما شکل بخشیده است، چطور می خواهید دریابید که مقصد بعدی تان کجاست و قرار است به کجا بروید. پس تو خود حدیث مفصل بخوان از این مجمل!!

### اندکی تأمل!!

شما هم می توانید با لیست خصوصیات خودتان متوجه شوید تا چه اندازه از خودتان شناخت دارید.

کاغذی بردارید و هر چه درباره خودتان می دانید یاد داشت کنید. در آینده متوجه این تکلیف و بهره آن خواهید شد!!