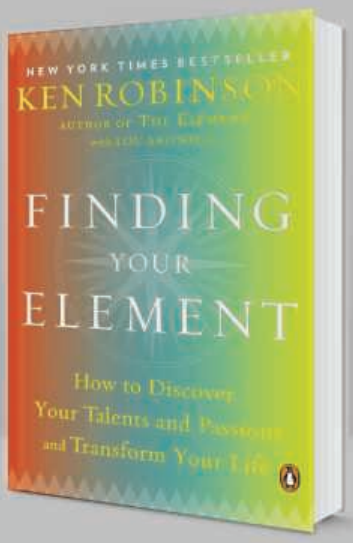
مؤسسة محمد بن راشد آل مكتوم
MOHAMMED BIN RASHID
AL MAKTOUM FOUNDATION

اكتشف موطن قوَّتك

كيف تعرف مواهبك وميولك وتغيِّر حياتك؟



تأليف
كـين روبنسون
لـو أرونيكـا

في ثوانٍ...

إنَّ اكتشافَ مكامن الذات لدينا، يجسِّد قدرةً عظيمة لا يدرك قيمتها الكثيرون، فهي تجعلنا ننطلق نحو تحقيق الإنجازات التي كنا نحلم بها، كما أنها الطريق الأسرع الذي يوصلنا إلى بناء علاقات ناجحة وصحية مع كل من حولنا وخاصة أطفالنا. ومن المهم أن ندرك أن اكتشاف الذات أمر حيوي جداً للجميع في عصرنا الحالي، حتى نستطيع مواكبة التطور العلمي السريع من خلال القدرات التي نمتلكها. ولاشك أن اكتشاف الذات والقدرات الكامنة التي يمتلكها كل فرد ليس بالأمر السهل لكنه مع قليل من الجهد يمكن تحقيقها، عبر عدة صفات يجب أن نتحلى بها وهي: الثقة بالنفس، والتخطيط والصبر، والتعليم والاستمتاع بما نقوم به، وعند تحقيق كل هذه الأمور سنكون قادرين بكل تأكيد على الإدارة الصحيحة لذاتنا لما فيه تطورنا ونجاحنا في كافة المجالات.

وفي إطار حرص مؤسسة محمد بن راشد آل مكتوم على المساهمة في نشر المعرفة في مختلف زوايا حياتنا، نضع بين أيديكم اليوم مجموعة جديدة من ملخصات لأحدث وأهم الكتب العالمية، والتي تسلط الضوء على موضوعات تمس ذواتنا جميعاً منها، أساليب اكتشاف مواطن القوة، وطرق تنمية حس الوعي لدى الوالدين، إلى جانب موضوع تأسيس الهوية التنافسية للدول والمدن.

ومن خلال كتاب «اكتشف موطن قوتك، كيف تعرف مواهبك وميولك وتغير حياتك» للكاتبين كين روبنسون ولو أرونيكا، سنتعرف إلى كيفية اكتشاف نقاط القوة لدينا بشكل سيوفر لنا شعور الاستمتاع بحياتنا وبما نؤديه من عمل. ويوضح الكاتبان أن دوافع بحثنا عن نقاط القوة تكمن في سبب شخصي ندرك من خلاله ما نستطيع القيام به، وسبب اجتماعي يوفر لنا الهدف في حياتنا وبالتالي نكون في منأى عن الوقوع في مشاكل البطالة أو عدم الانسجام مع نظام التعليم على سبيل المثال. أما السبب الثالث فهو اقتصادي لأنه سيتيح للفرد القدرة على الاستقرا ر في الوظيفة أو العلاقات.

ويقدم كتاب «تنمية حس الوعي لدى الوالدين، كيف نغيِّر أنفسنا ونُمكِّن أطفالنا» للكاتبة شيفالي تي سباري وصفة متكاملة للأهل للتربية الناجحة للأبناء، بشكل يضمن أن يعيشوا حياتهم وفقاً لشخصياتهم المتفردة وليس انعكاساً لشخصيات الوالدين. كما تؤكد الكاتبة على قدرة الأبناء في إيقاظ القوى الكامنة لدى الأهل، في حال مراعاة عدة نقاط أهمها تحرير الأطفال من الشروط والموافقات، والتخلص من الأنا والاستفادة من الدروس التي يقدمها الأطفال للآباء. وتسلط الكاتبة الضوء أيضاً على الدور المتفرد الذي تقوم به الأم في عملية التربية، بالإضافة إلى أهمية مفهوم تقدير الذات داخل الأسرة والتواصل مع الأطفال بكافة الجوارح .

وسوف نكتشف معاً آليات التسويق الصحيحة لكل دولة من خلال كتاب «الهوية التنافسية، كيف تدير الأمم والمدن شخصيتها وتضع بصمتها» للكاتب سايمون آنهولت، الذي يوضح في كتابه أنه وبسبب العولمة أصبح العالم عبارة عن سوقٍ واحدة، مما يُحَتِّم على كل دولة أن تتنافس مع الآخرين إذا أرادت أن تحظى بنصيب من المستثمرين والمستهلكين. لذا من المهم أن تحاول كل دولة اكتشاف الصورة الذهنية الموجودة عنها مع تطوير استراتيجية لإدارة تلك الصورة وتحسينها. ويرى الكاتب أن الهوية التنافسية تنشأ من خلال ست قنوات وهي: الدعاية السياحية والعلامات التجارية المصدرة والقرارات السياسية والاهتمام بالأعمال، إلى جانب التبادل التجاري والثقافي ومواطني الدولة أنفسهم، لذا تتسم الهوية التنافسية بأنها إبداعية وقابلة للتبني وواضحة وتلقائية.

كانت تلك لمحات سريعة عن المجموعة الجديدة لملخصات مبادرة «كتاب في دقائق»، والتي نتمنى أن تُزَوِّدَ الجميعَ بمعارفَ ومعلوماتٍ جديدةٍ، وأن تُسهم في رسم طريق النجاح للجميع في جوانب حياتهم اليومية كافةً.

جمال بن حويرب
العضو المنتدب لمؤسسة محمد بن راشد آل مكتوم

ما مكمن قوَّتك؟

يُحكى أنَّ سمكتين صغيرتين كانتا تسبحان في رحلة استكشافية في أعالي النهر، فقابلتهما سمكة كبيرة تسبح في الاتجاه المعاكس وقالت لهما: «صباح الخير»، ثمَّ سألتهما: «كيف وجدتما الماء في أطراف النهر اليوم؟» فتعجَّبت السمكتان الصغيرتان وسألتا السمكة الكبيرة: «الماء! ما هو الماء؟»

هاتان السمكتان الصغيرتان تعتبران وجودهما في الماء من المسلَّمات، حتَّى إنَّهما لا تشعران ولا تدركان أنَّهما تعيشان وتسبحان فيه. وأنت أيضاً؛ عندما تكون في موطنك وتعمل في نطاقك ومجالك الحيوي وتعيش مستثمراً نقاط قوَّتك التي تميزك عن غيرك فستجد نفسك تسبح متدفقاً مع تيارات الحياة، وتحقق إنجازات تثير إعجاب الآخرين، من دون أن تنتبه إلى تفاصيل وتعقيدات إنجازاتك، لأنَّك تعدُّ كلَّ ما تقوم به حدثاً طبيعياً يتوافق مع ميولك ويستدعي قدراتك ويستثير دوافعك، لأنَّك تعيش في نطاقك وتعبِّر عن جوهرك؛ فتتفاعل مع العالم منطلقاً ممَّن تكون ومعبراً عما يحدوك إلى التقدم في الحياة من دون تصنُّع أو افتعال.

هل تعرف مكمن قوَّتك؟

يعيش الكثير من الناس مستندين إلى مكمن قوَّتهم ومرتكزين إلى ما يجعل كلاً منهم فرداً وحدَه، لأنهم يشعرون أنَّ ما يفعلونه هو تماماً ما ولدوا من أجله. وفي المقابل هناك، العديد من الأشخاص لم ينتبهوا إلى مرتكزات قوَّتهم حتى الآن. وبالتالي فهم لا يستمتعون بحياتهم بل يعانون أشد المعاناة في أعمالهم اليومية منتظرين قدوم عطلة نهاية الأسبوع.

ما مكمن القوَّة؟

هو نقطة التقاء قدراتك الطبيعيَّة مع شغفك وميولك الشخصية. قد يكون من يعيشون في نطاقهم ويعملون في مجالهم الحيوي ويوظفون مكامن قوَّتهم؛ مدرِّسين أو مصمِّمين أو رياضيين أو طبَّاخين أو أطباء أو فنَّانين أو جنوداً. فكل منا مسؤول عن اكتشاف نطاق قوته الذي يميزه عن غيره. عندما تكون في موطن قوتك فأنت لا تؤدي الأعمال التي تجيدها وتتقن مهاراتها فقط، فهناك كثيرون يجيدون أعمالاً لا يميلون لها. كونك في موطن قوتك يعني أنك تؤدي أعمالاً تعشقها وتبدع فيها أيضاً. يقول أحد الحكماء: «اختر وظيفة تحبُّها ولن تعمل يوماً واحداً في حياتك.»

إذا كنت تشعر بالإحباط لأنَّك لا تعرف مواهبك وشغفك الحقيقي، وإذا كنت تشغل منصباً لا تحبُّه وتتساءل أين تذهب، أو إذا كنت تشعر بالحاجة إلى توجه جديد في حياتك، أو كنت عاطلاً عن العمل وتحاول التعرُّف إلى ما يجب أن تقوم به؛ فقد حان الوقت لإعادة اكتشاف حماسك القديم والبحث عن السبل التي ابتعدت عنها أو لم تكتشفها حتى اليوم. وهذا هو التوقيت المناسب لتبدأ رحلتك في العثور على مكمن قوَّتك وهي الرحلة الاستكشافية الأولى التي عليك أن تبدأ بها.

أسبـاب ودوافـع البحـث عـن مكمـن قـوَّتـك:

◆ **السبب الأول والأهـم شخصـي:** وذلك لأنَّ العثور على مكمن قوَّتك يُعدُّ ضرورياً لإدراك من أنت وما الذي بمقدورك أن تفعله، والشخص الذي سيسعدك أن تكونه في رحلة حياتك.

◆ **السبب الثـاني اجتمـاعي:** لأنَّ الكثير من الناس يفتقدون الهدف الأصيل والنبيل في حياتهم. والدليل على ذلك موجود في كلِّ ما حولنا: في الأعداد الغفيرة من العاطلين عن العمل، والأشخاص الذين لايهتمون بما يفعلون أو يعانون من البطالة المقنَّعة، وفي الأعداد المتزايدة من الطلاب الذين يشعرون بالغربة ولا يستطيعون الانسجام مع نظام التعليم، بالإضافة إلى ازدياد استخدام مضادات الاكتئاب والمسكِّنات في كثير من المجتمعات. نحن لا نتوقَّع أنَّ مجرَّد مساعدة الناس في العثور على مكمن قوَّتهم ستحلُّ كلَّ المشكلات الاجتماعية والتعليمية والوظيفية التي يواجهها العالم، ولكنَّها بالتأكيد قد تساعد في ذلك؛ لأن انسجام الإنسان في عمله وتكيفه مع متغيرات الحياة هي البداية الطبيعية لانسجامه مع ذاته.

◆ **السبب الثـالث اقتصـادي:** في زمننا الحافل بالمتغيِّرات والتحوُّلات من المحتمل أن تشغل عدَّة وظائف وعدَّة مهن في حياتك العملية. ومن المرجَّح ألا تكون نقطة بدايتك الوظيفية هي نفسها نقطة نهايتك. وستمنحك معرفتك لمكمن قوَّتك إحساساً أفضل بوجهتك وبعلامات الطريق التي ستشاهدها في مسيرتك؛ بدلاً من مواصلة القفز من مؤسسة إلى أخرى وأنت تبحث عن وظيفتك. وبغض النظر عن عمرك الحالي، فهذه هي الطريقة المثلى لإيجاد الوظيفة التي تناسبك من الناحيتين: النفسية والمادية. وفي أوقات الانكماش الاقتصادي يكون ذلك مهماً أكثر من أيِّ وقت آخر. فعندما تُحَدِّد نطاقَك الإبداعي وتستشعرُ مكمنَ قوَّتك، ستتوفَّر لك – على الأرجح – فرصٌ أكثر من غيرك. وبالنسبة للمؤسسات الربحية وغير الربحية أيضاً، لا سيما تلك التي تعاني من شُحِّ الموارد، فمن الأفضل أن تترك موظَّفيها يقومون بما هو هادف وذو معنى لهم. فالمؤسَّسة التي يعيش فريقُها رؤيتها ويدرك أفرادُها أبعادَ رسالتها ومرامي دورها ستكون قادرةً على الأداء والعطاء، أكثر من المؤسسة التي يعمل موظفوها منفصلين بعضُهم عن بعض، وغير مُلْهَمين ويشدُّ كلٌ منهم في اتجاه مُضادٍ للآخرين.

أسس اكتشاف موطن القوة

يُعدُّ العثور على مكمن قوَّتك أمراً شخصياً للغاية، وغالباً ما يتم عبر عمليَّة مفاجئة أيضاً. حيث يبدأ كلٌّ منَّا من مكان مختلف بناءً على صفاتنا وسمات شخصياتنا وظروفنا المختلفة. كما يختلف مكمن القوَّة لكلٍّ واحد منَّا بشكل متفاوت. ومع ذلك فإن رحلة الاكتشاف تنطلق من ثلاثة مبادئ أساسية تنطبق علينا جميعاً وهي:

أولاً: حياتك تجربة فريدة

حياتك تجربة فريدة، على مدى تاريخ البشريـة لم يعِش أحد من قبل حياتك ولن يعيشها أحد من بعدك. فحياتنا تتشكَّل من الاختلافات بين شخصيَّاتنا والظروف المحيطة بنا. فعندما تنشأ بين المجتمعات أفكارٌ وقيمٌ وأنماطُ سلوك مشتركة، تتشكل أيضاً الثقافة. ويتأثَّر ما أنت عليه وفي داخلك بالثقافة التي أنت جزءٌ منها: أي ما تشجِّعه الثقافة السائدة وما تتجاهله وتمنحه وتمنعه. وهكذا يتأثَّر مكمن قوَّتك بما إذا كنت تعيش في زمن السلم أو الحرب أو في فقر أو رخاء، وبما تلقَّيته من التعليم. وتؤثِّر القرارات التي تتخذها أو يتخذها الآخرون على المسار الذي ستتَّخذُه أو تَحيدُ عنه. وهكذا ينعكس العثور على مكمن قوَّتك على ظروفك الثقافيَّة، أي على فرص النموِّ التي تريدها وتحتاجها في الوقت الحالي.

ثانياً: أنت مسؤول عن حياتك

مهما كان ماضيك أو كانت ظروفك لا يجب أن تشعر بأنَّك رهينة لما حدث لك حتَّى الآن. صحيح أنك لا تستطيع تغيير الماضي ولكنك تستطيع تغيير المستقبل. فما يميِّز البشر عن غيرهم من الكائنات هو قدرتهم الطبيعيَّة على التخيُّل والإبداع. فالخيال هو القدرة على التفكير في أشياء غير ملموسة بحواسِّنا. ومن خلاله تستطيع الولوج إلى العوالم الداخليَّة للآخرين؛ محاولاً أن ترى بأعينهم ما يرون وتشعر بما يشعرون. يمكنك تقمُّص حياتك المستقبليَّة أو توقُّعها وتحقيقها. وتُعدُّ قوى الإدراك والتوقُّع والتعاطف والبصيرة من أفضل مصادرك لتشكيل وإعادة تشكيل حياتك.

ثالثاً: حياتك ديناميكية وحيوية

أن يكون إيقاع حياتك حيوياً ومتجدداً يعني أنه من الصعب أن تتوقَّع حياتك لأنَّها لا تسير على خطٍّ مستقيم بل تبقى في حركة دائمة حيث إنَّ حياتك هي عمليَّة تجريب وتجديد مستمرَّة تتأرجح ما بين اهتماماتك وشخصيَّتك من جانب، وبين الظروف والفرص من جانب آخر؛ وهذان الجانبان يتأثَّر أحدهما بالآخر ويؤثِّر فيه. وهكذا تَنتُج أغلب الفرص في حياتك من الطاقة التي تبثها حولك. ولذا فإنَّ العثور على مكمن قوَّتك يعني اكتشاف سُبل وإمكانات جديدة في شخصيَّتك وفي العالم من حولك.

في أيِّ مجالٍ تبرع؟

يُعدُّ استيعاب قدراتك الطبيعية جزءاً أساسياً من عملية العثور على مكمن قوَّتك. وأحد أسباب عدم عثور الكثير من الناس على مواطن قوَّتهم هو عدم معرفتهم الحقيقة بقدراتهم الطبيعيَّة. فما هي قدراتك وملكاتك الفطرية وكيف تكتشفها؟

تتصل القدرات الطبيعيَّة بالتكوين البيولوجي. أي أنَّها المواهب التي ولدت بها. فربَّما صادفت في حياتك عملاً أو شيئاً تفعله بسهولة وبشكل أفضل من الآخرين. فلكل منا أنشطة وعمليات نجيدها بالفطرة، بينما يعاني منها الآخرون. فقد تجيد ممارسة الرياضة أو يكون لديك حسٌّ لصنع الأشياء واستخدام الأدوات بالفطرة. فربما عندما رأيت مفكاً لأوَّل مرة شعرت بفطرتك أنَّه يمكنك إنجاز عمل ما باستخدامه بدلاً من استخدامه للعب في الكهرباء. وهنا يجب أن نفرِّق بين القدرات الطبيعيَّة وبين المؤهِّلات. القدرات الطبيعيَّة جزء لا يتجزَّأ من معدنك وشخصيتك وماهيتك، أمَّا المؤهِّلات فهي ما تكتسبه عن طريق التعليم والتدريب والخبرة، ولذا فإنك تحتاج إلى التجريب والتدريب والممارسة لصقلها. ولا يعني أنَّ مجرَّد امتلاك حسٍّ فطري تجاه شيء ما، أنَّك ستبرع فيه تلقائياً. لأن استيعاب الرياضيَّات بسرعة لا يجعل منك مهندساً وعندما يقول الناس إنَّهم يجيدون شيئاً ما مثل حلِّ الألغاز مثلاً، فغالباً يكون ذلك تعريفاً لقدرة طبيعيَّة. أمَّا عندما تسمع أحدهم يقول: «أنا كاتب أو طيار أو طبيب» فإنه يعرِّف بنفسه من خلال مؤهِّلاته. وحتَّى تكون في نطاقك الخاص أو في مكمن قوَّتك فإنك ستحتاج مزيجاً من القدرات الطبيعيَّة والمؤهِّلات، بالإضافة إلى اكتشاف مواهبك الفطريَّة وصقلها بالتدريب: أي تُشكِّل مزيجك أو خلطتك الشخصية السرية التي تجمع بين ما هو فطري وبين ما هو مكتسب.

ابحث عن قدراتك

1- اكتب اسمك في منتصف ورقة كبيرة وارسم حوله دائرة، ثمَّ اكتب كلَّ المجالات والأعمال التي تناسبك في كلِّ نشاطات الحياة. وارسم دائرة حول كلٍّ منها لتكوِّن شكلاً دائرياً حول اسمك ولكن بمساحة كبيرة بين كلِّ شكل، ثمَّ ارسم خطاً يصل بين كلِّ هذه الدوائر ودائرة اسمك.

2- فكِّر في الأشياء التي تقوم بها في هذه المجالات والقدرات الطبيعيَّة التي تستخدمها، ثمَّ دوِّن كلمات رئيسة أو ارسم صوراً لهذه القدرات داخل الدوائر المرتبطة بها.

3- فكِّر وحدِّد وتساءل أيٍّ من هذه الأنشطة تجيده بالفطرة، وأيُّها تجيده بمستوى متوسِّط، وأيُّها لا تحبه ولا تجيده إطلاقا.

4- ارسم على ورقة أخرى ثلاثة أعمدة وعنْونها بالصفات التالية: «جيد» و«متوسِّط» و«ضعيف»، ثمَّ دوِّن كلَّ القدرات الطبيعيَّة في العمود المناسب لها.

5- اسأل نفسك إلى أيِّ مدًى تعبِّر هذه القائمة عنك، وهل ترغب في تحريك أيِّ شيء من مكانه؟

6- ألقِ نظرة عن كثب على عمود «جيد» وأجب عن الأسئلة التالية: متى وكيف اكتشفت أنَّك تجيد هذه الأشياء؟ هل بينها شيء ما مشترك؟ ما الأدوار والوظائف التي تعتمد عليها؟

يمكنك اعتبار هذا التمرين خطوتك الأولى في طريق اكتشاف قدراتك الطبيعيَّة وأنت تحاول تأطير مكمن قوَّتك. كما يمكنك تغيير قائمتك باستمرار حتَّى تشعر بالرضا تجاهها.

الأعماق الخفيَّة

ربما أنك لا تعرف كلَّ قدراتك الطبيعيَّة؛ وربما لأنَّك لم تستدع أيَّاً منها يوماً ما. ولذا فهي ستبقى خاملة وكامنة في داخلك. وقد يكون عدم معرفتك بما تجيده فرصة لاكتشافه بالرجوع إلى القائمة التي أعددتها لأنك تعلم أنَّك تجيدها بالفعل. ولكن ماذا عن الأشياء التي لم تجرِّبها من قبل؟ مثلاً، إذا كنت تسكن بعيداً عن البحر ولم تخُطُ بقدميك على سطح سفينة من قبل، فكيف ستعرف أنَّ لديك شغفاً وقدرةً طبيعيَّة على الإبحار؟ فمن المحتمل جداً أنك تجيد أشياء مختلفة لم تجرِّبها ولم تعرفها من قبل.

إل سيستيما

في سبعينيات القرن الماضي، لم تكُن في فنزويلا فرقة موسيقيَّة واحدة، ولم يكن هناك تعليم للموسيقى تقريباً. كانت «كاراكاس» العاصمة غارقة في الفقر والجريمة والاضطرابات السياسيَّة. والآن، وعلى الرغم من استمرار هذه الظروف فإنَّ في فنزويلا أكثر من أربعمئة ألف طفل منهمكين جداً في تعلُّم الموسيقى الكلاسيكيَّة، وتعد «كاراكاس» اليوم أحد أشهر المشاهد الأوركستراليَّة الحيويَّة في العالم. حدث كلُّ ذلك عندما ابتكر «خوسيه أنطونيو أبرو» برنامج إل سيستيما.

«أبرو» خبير اقتصادي فنزويلي يعتقد أنَّ الموسيقى قد تكون سبيل المعدمين لإيجاد المجتمع الآمن وتحقيق أهدافه. ولهذا بدأ برنامجاً لتعليم الطلاب مهارات عزف مقطوعات موسيقيَّة تُمثِّل تحدياً. وبدأ بأحد عشر تلميذاً فقط. يقول «أبرو»: «شعرت أنَّ تعليم الموسيقى والفنِّ يجب أن يكون جزءاً من إرث هذا البلد وكل بلد.» أقيمت الحفلة الأولى للأوركسترا الشبابيَّة الجديدة في 30 إبريل 1975، ثم تطوَّر هذا البرنامج تصاعدياً. وأصبح مدعوماً من الحكومة في وقت قصير وتمَّ تصديره إلى عدَّة دول أخرى.

برنامج «إل سيستيما» هو المثال الأكثر وضوحاً على استخراج القدرات الطبيعيَّة من الأطفال، والتي لم يكونوا على علم بوجودها لديهم من قبل. ولا نعلم حتَّى الآن كم عدد أولياء الأمور الذين أشركوا أطفالهم في برنامج «إل سيستيما» معتقدين أنَّهم سيصبحون موسيقيين محترفين في المستقبل. ولكن ما نفترضه هو أنَّهم فعلوا ذلك لمجرَّد الاعتقاد بأنَّه سيساهم في جعل أطفالهم يفكِّرون بطريقة مختلفة في أنفسهم وفي العالم المحيط بهم، وبذلك سيتاح لهم نطاق واسع من الإمكانات التي لم تتوفَّر لهم ولم يجرِّبوها من قبل. وقد وصل «جوستافو دوداميل» أحد خريجي «إل سيستما» والمولود عام 1981 إلى مرتبة عالمية واختير قبل أن يبلغ الثلاثين قائداً لأوركسترا «لوس أنجلوس».

التوسُّـع

يعتمد العثور على مكمن قوَّتك على الفرص التي تجعلك تكتشف ما أنت قادر على القيام به، وهذا يحتم عليك أن تتحدَّي أفكارَك بخصوص نفسك.

فأيًّا كان عمرك، أنت كغيرك من بني البشر قد كتبت سيناريو قصَّتك الداخلية بالفعل، وحصرت نفسك فيما ترى أنه يمكنك أو لا يمكنك فعله. وحتى لا تضلِّل نفسك عليك أن تتوسَّع. وتقوم بتطبيق التمرين التالي:-

1- ضع قائمة بالقدرات الطبيعيَّة التي تراها في أشخاص آخرين ولا تعلم ما إذا كانت تتوافر لديك أيضاً.
2- ظلِّل القدرات التي تود أن تكتشفها في نفسك وطوِّرها إن أمكن.
3- ضع قائمة بالأنشطة التي تعتقد أنَّها ستنمِّي هذه القدرات.
4- ضع دائرة حول ما ترغب في تجربته.
5- حدِّد الخطوات العملية التي ستتبعها عند تجربة أيٍّ منها.

سيساعدك هذا التمرين حتماً في اكتشاف أعماقٍ جديدةٍ لم تكن تتخيَّل أنَّك تملكها.

أين يكمن شغفك؟

الشغف هو الانجذاب الشخصي العميق لشيء ما، والألفة أو الحماس الشديد المؤدِّي إلى شعور عميق بالمتعة والإنجاز. فالشغف شكل من أشكال الحب نعبر عنه عندما نعمل في مجالنا الحيوي وفي نطاق قوتنا فنعلن أننا نحب أعمالنا ونعشق أداءها رغم صعوبتها. ولكن السؤال الذي يجدر طرحه هو: ماذا لو كنت لا تجيد ما تحبه؟

لا شك أنَّ القدرات الطبيعيَّة مهمَّة ولكن الشغف أهم. فإن أحببت شيئاً ما فستكون مهتمَّاً دائماً في أن تتقنه أكثر وبشكل عام، هناك نوعان من الدوافع: داخلية وخارجية. فقد تكون مضطراً لعملٍ ما بسبب الدوافع أو الضغوط الخارجيَّة؛ لأنَّ ذلك العمل يوفِّر لك الوظيفة التي حصلت عليها بمؤهلاتك التعليمية لا بقدراتك الفطرية. وقد يكون عليك فعل شيء ما لأنَّ لديك دافعاً داخلياً مُلِّحاً؛ وذلك لما ينتابك من مشاعر إيجابية وسعادة عملية وأن تبدع فيما تحب.

نعم، كلنا نحقِّق أفضل النتائج عندما يتعلَّق الأمر بدوافعنا الداخليَّة. فكما يقال: «يصبح الناس أكثر إبداعاً عندما يكونون شغوفين بما يفعلون». فعلى الرغم من احتمال شعورهم في وقتٍ ما أنَّهم لا يقضون وقتاً ممتعاً لأنَّ العمل صعب، فإنَّه سيظلُّ لديهم شعور عميق بالارتباط بهذا العمل. ومن المحتمل أن تحتاج إلى بعض القدرات الطبيعيَّة فيما تريد أن تفعل، ولكنَّ الشغف يصنع فارقاً بالفعل. ولذا فإنك ستؤدِّي أفضل ممَّا تتوقَّع عندما يتعلَّق الأمر بشيء تحبه. وربما تستخف بموهبتك لأنَّك حددت مقاييس مرتفعة بشكل غير معقول لنفسك.

ويُعدُّ تحديد مقاييس مرتفعة جيداً إذا لم تكن مصاباً بوسواس نقد وتقريع الذات. فإذا ما بدأت بممارسة الرسم حديثاً، فإنك لن ترتقي إلى مصاف كبار الفنانين بسرعة، لأن الإتقان يستغرق وقتاً ويتطلب مجهوداً. ولكن إن كنت على الطريق الصحيح فإنك ستشعر بالبهجة حتماً. ولكن عليك أن تتلقى الإلهام ممن سبقوك في مجالك الحيوي؛ لأنك لن تستطيع التراجع أو لن تحب التراجع عن ممارسة ما تحب من ناحية، ولأنك ستعيش حياة سعيدة ومفيدة بما أنك تقوم على إتقان أعمال تعشقها. إذ يؤكد خبراء مدرسة علم النفس الإيجابي على أن القدرات التي تضمر داخلنا لأننا لم نستثمرها، تظل تصرخ فينا وتنادينا لكي نتحرك باتجاهها.

السعادة والرفاهيَّة

تُعدُّ حالتك الشعوريَّة من أهمِّ ما يجب عليك ملاحظته وأنت تبحث عن مكمن قوَّتك: ونعني بذلك سعادتك. لكن التركيز على السعادة وحدها هو مدخل محدود جداً؛ حيث إنَّ السعادة عنصر أو مكون من مكونات الرفاهية ومتعة وشغف العيش. وللرفاهية خمسة عناصر قابلة للقياس، وهي:

الرفاهية الوظيفيَّـــة: أن تشغل وقتك وتعيش عاشقاً لكل ما تفعله يومياً.
الرفاهية الاجتماعيَّة: أن تمتلك شبكة علاقات قويَّة وتحظى بالحب أيضاً.
الرفاهية الحسِّيـــة: أن تتمتع بصحَّة جيِّدة وطاقة كافية للقيام بكل ما تريد من أعمال.
الرفاهية الماليَّـــة: أن تدير شؤونك الاقتصاديَّة بفاعليَّة.
الرفاهية الوطنيـــة: أن تشعر بالانتماء إلى الدولة والمدينة والمنطقة التي تعيش فيها.

أجرى علماء منظمة «جالوب» بحثاً عن مكونات الرفاهية الوظيفية، وسلطوا الضوء على العلاقة بين رفاهيتك بشكل عام، وبين العمل في نطاق موطنك وقوَّتك. فما تستغرق فيه وقتك يومياً يشكِّل هويَّتك سواءً كنت طالباً أو أباً أو متقاعداً أو قائداً، حيث نقضي معظم ساعات استيقاظنا في القيام بما نعتبره مهنتنا أو وظيفتنا أو موهبتنا أو عملنا. فعندما يتقابل الناس لأوَّل مرَّة يسألون بعضهم بعضاً: «ما عملك وما هواياتك؟» فإن كان عملك ومجالك ذا معنى، وشعرت بالسعادة وأنت تجيب عن هذا السؤال، فعلى الأرجح أنك تنعم بالرفاهية الوظيفيَّة. أمَّا إذا كنت تفعل شيئاً لا تحبُّه، أي إن لم تكن في نطاق قوَّتك، فإن الرفاهية ستتلاشى من المجالات والنِّعَم الأخرى.

تخيَّل أنَّك تتمتع بعلاقات اجتماعيَّة ممتازة وأمان مالي وصحَّةً جيِّدةً، ولكنَّك لا تحبُّ ما تقوم به يومياً. فإنَّ ما تقضيه من وقت في المجال الاجتماعي سيزول بسبب القلق والشكوى حول وظيفتك السيِّئة ممَّا يسبِّب لك ضغطاً ويؤثِّر بشكل سلبي على صحَّتك الجسديَّة، حيث إنَّ أكثر ما يؤثِّر على مستويات السعادة الحقيقيَّة هو ما اخترت أن تقوم به من عمل، والأحاسيس التي تستشعرها. فلا يكمُن مفتاحُ السعادة في تغيير شكلك أو مكانك أو فيما تعجز عن القيام به أو في ظروفك، ولكن يكمُن في «الأنشطة اليوميَّة المقصودة.» وهذا يجعل من العثور على مكمن قوَّتك ومكوثك في داخله جزءاً مهماً من هذه العمليَّة.

الرؤيـــة الثاقبـــة

لا يتعلَّق العثور على مكمن قوَّتك بالقدرات الطبيعيَّة والشغف فقط. بل يتعلَّق أيضاً بالسلوك. يقول «شكسبير» في مسرحية «هاملت»: «لا يوجد شيء جيِّد وشيء سيِّئ؛ فتفكيرنا يصنِّفهما كذلك.» وهذه حقيقة جوهريَّة، لأننا لا نرى العالم أو أنفسنا بشكل مباشر، بل عبر حُجُب الأفكار والمشاعر والقيم التي نعيش فيها. ولهذا يجد بعض الناس مكمن قوَّتهم بسهولة، بينما يعاني بعضهم الآخر كثيراً مع سلوكهم. لنأخذ مثلاً حالة «جيف لينش»؛ فبسبب تدني مستواه الوظيفي، ما كان ينبغي أن يكلِّف نفسه عناء الذهاب إلى المقابلة الوظيفيَّة عندما علِمَ أنَّ «جنرال موتورز» تبحث عن مدرِّب متمرِّس في قسم الشاحنات الصغيرة؛ وهي الوظيفة التي أرادها جيف أكثر من أيِّ شيء آخر في العالم. تتطلَّب الوظيفة درجة جامعيَّة عليا، بينما لم يدخل «جيف» الجامعة أبداً. وكان عليه أيضاً أن يرتدي بذلة جديدة وحذاء مناسباً للمقابلة، وأن يغسل يديه جيداً؛ بسبب عمله كميكانيكي في إحدى ورش صيانة سيارات «شيفروليه». وعلى الرغم من أنَّ هذه الفرصة لم تبدُ واعدةً، إلا أنه حصل على الوظيفة. فقد كان شغوفاً بالسيَّارات إلى درجة يصعب تخيلها. لقد كان «جيف» بارعاً على الدوام في كل ما يفعله، وهو ما لاحظه مديره، فتجاهل عدم حصوله على التعليم الرسمي المطلوب لهذه الوظيفة. وبمجرَّد حصوله على الوظيفة كان عليه أن يتعامل مع واقع جديد عليه تماماً، ومع ذلك حقق ناجحاً تحدثت عنه «جنرال موتورز» بسبب شغفه وتعلقه النفسي بعمله.

لم يمض وقت طويل، حتى أرادت الشركة ترقية «جيف» إلى مدير للخدمات مما شكَّل حاجزاً جديداً أمامه. فقد كانت الوظيفة تتطلب تقييم واعتماد إصلاحات تُقدَّر بملايين الدولارات على مدار العام، ليساعد خدمة العملاء في اتخاذ قرارات صحيحة. ذهب جيف إلى مديره وأخبره بأنه يثمن كلَّ ما قدمه له ولكنَّه يشعر بأنَّ الوظيفة ليست مناسبة له وأنَّه يمكنه تحقيق إنجازات أكبر في مركز التدريب، فحدَّد له مقابلة. وكان الحاجز التالي هو عمره، حيث كان أصغر بكثير من المدرِّبين الآخرين في مجال تؤمن إدارته بأنَّ الخبرة فيه هي المُعَوَّل الأول. لكنَّهم منحوه الفرصة ليكون أصغر مدرِّب في تاريخ الشركة. كان منصبه الجديد يتطلَّب ترجمة ما يمرُّ به المهندسون لمساعدة الميكانيكيين في أداء عملهم. وفي عالم السيارات التي تعمل بالكمبيوتر كانت مهمته أصعب من تعلم اللغة الصينيَّة. وبدلاً من أن يذعن أو يتراجع استخدم إدراكه الفطري وعشقه للسيَّارات وخبرته كميكانيكي وتمكن من تفسير المعلومات بطرق لم يفطن إليها المدرِّبون المحترفون.

يقول جيف: «لعب الحظُّ والفرصة دوراً كبيراً معي ولكن المفتاح دائماً هو الانتباه والملاحظة إلى مكمن الفرصة وعدم الانتظار حتى تكشف هي عن نفسها». ولهذا تُعدُّ قصة جيف دليلاً على أنَّ السلوك هو كلُّ شيء في رحلة العثور على مكمن القوة. فقد امتلك قدرة طبيعيَّة في كل ما يقوم به ويحبُّه أيضاً. في حين قد يرتبك آخرون أمام هذا القرار لعدم حصولهم على المؤهِّلات التقليدية وعدم شعورهم بأهليَّتهم للترقية وقدرتهم على الإبداع. وهذا يعني أن الحواجز التي لا نراها تكون غير قائمة بالفعل.

أين قبيلتك؟

على الرغم من أنَّه لا يوجد مثلك في هذا العالم ولا يستطيع أحد غيرك أن يعيش حياتك، فإن هناك العديد من الأشخاص الذين يشاركونك نفس الاهتمامات والشغف. ومعنى أن تكون داخل مكمن قوَّتك هو أن تكتشف في أيَّ عالم تريد أن تعيش حياتك بمعنى ما الثقافة والبيئة التي تستمتع بها؟ ومن هم أقرانك و «أفراد قبيلتك»؟

القبيلة المهنية هي مجموعة من الناس يتشاركون نفس الاهتمامات والشغف، سواء كانت كبيرة أم صغيرة. وهي توجد افتراضياً عبر وسائل التواصل الاجتماعي وتوجد واقعياً في كل حي ومدينة ودولة. وللتواصل مع أناس يشاركونك ميولك وشغفك ونقاط قوتك فوائد جمَّة لك ولهم منها:

◆ **الدَّعم:** فأعضاء القبيلة – وعلى الرغم من اختلاف وتنوُّع شخصيَّاتهم – يساعدون بعضهم بعضاً لينجحوا، فأنت تؤازر الأعضاء الذين يشاركونك اهتماماتك من خلال التزامك نحوهم، وهم يخفِّفون من شعورك بالانعزال الذي يشعر به عادة كل من يفتقد للتواصل مع أفراد فريقه وأعضاء زمرته. أمَّا إذا ذهبت إلى القبيلة المهنية الخطأ فستجد نفسك في حالة من الجمود والذبول. فاسأل نفسك: هل تشعر بأنَّك أصبحت أكثر أم أقل حماساً منذ أن بدأت تقضي وقتك مع من يشاركونك نفس الشغف والقدرات؟ هل تكتشف مع مرور الوقت أنك لم تعد تشعر بالراحة تجاه فريقك أو قبيلتك المهنية الجديدة؟ أم أنك ترى فرصاً لم تستشرفها من قبل ممَّا يجعلك جزءاً طبيعياً من هذا العالم؟ فاكتشاف قبيلتك وهويتك المهنية التي تعشقها هو المعدن الحقيقي لمكمن قوَّتك.

◆ **الترابط:** تعمل القبائل والروابط المهنية كأساس ونظام دعم، فتحقِّق القبائل التي تعمل معاً أكثر بكثير ممَّا نحقِّقه كأفراد؛ لأنَّهم يشجِّعون بعضهم بعضاً على الإبداع وتنمية الحسِّ الفنِّي. وحتَّى تكون في داخل مكمن قوَّتك يجب أن تتمتَّع بالإخلاص والإصرار وبدرجة عالية من الوعي بالذات.

وحين يكون الحفاظ على الطاقة والإلهام لتواصل مسيرتك أمراً صعبـاً؛ فإن القبيلـة ستوفر لك الدعم والبدائل المتعَّدِدة والمتَجّددة.

◆ **الإلهام:** تُعدُّ القبيلة المتآزرة والتواقة والمتحمسة مصدراً مهماً للإلهـام. فرؤية ما يحقِّقه الآخرون ممَّن يشاركونك نفس الشغف تطوِّر عملك كثيراً وترفع سقف طموحاتك.

فتِّش عن قبيلتك

كيف تعثر على قبيلتك إذا لم تكن قد وجدتها وعايشتها حتَّى الآن؟

◆ **استخـدم الإنترنت:** يوفِّر الإنترنت فرصاً غير مسبوقة لتتصل بأناس لهم نفس اهتماماتك. وستساعدك محرِّكات البحث على تقديم نفسك لقبيلتك. اكتب، عبارة «أندية الخطابة» على محرك «جوجل» وستحصل على عشرات الملايين من نتائج البحث. ونظراً لصعوبة مراجعتها كلِّها، فإن استعراض الصفحات الأولى سيقودك إلى نتائج شيِّقة: ستكتشف مؤسَّسات ومؤتمرات وخبراء ومدربين ومؤلفين واستشاريين؛ ولا يبقى أمامك سوى اختيار أقربها إلى نفسك أو نطاق اهتمامك ومكان عملك.

◆ **عد إلى أرض الواقع:** ابحث عن نوادٍ وجمعيات يمكن دخولها والمشاركة في نشاطاتها. فعلى الرغم من قيمة المجتمعات الافتراضية، يبقى الوجود في المكان والعمل على أرض الواقع هو أعلى مستويات التواصل. ابحث عن فعالِيَّات مميَّزة وتفاعل مع المتحدِّثين وقادة ورش العمل وفي المعارض وركِّز على التواصل والحوار.

◆ **اشترك:** اشترك في الدورات التدريبيَّة المكثفة والقصيرة والمتنوعة؛ حيث توفِّر المؤسَّسات التعليميَّة برامج متنوعة وفصولاً مسائيَّة ومحاضراتٍ عامَّة وفعاليات متخصصة.

◆ **تطوَّع:** تتحقق السعـادة الحقيقيـة عندمـا تساعد الآخـرين. هنـاك مؤسَّسـات تركِّـز علـى كـلِّ نـوع من الاحتياجات الشخصيَّة والاجتماعيَّة فتحقق منافع متبادلة، فالذين يحتاجون لمثل هذه الخدمة يستفيدون منك ويفيدونك في توسيع نطاقات الأنشطة والعلاقات.

ولا يتغيَّر هذا المبدأ أبداً: فأنت تفتح فرصاً جديدة لغيرك وأنت تقتنص ما يتوفَّر لك منها.

◆ **اعثر على معلمـك:** استثمر بعض الوقت في البحث عن مدرِّبين. افحص مواقعهم الإلكترونيَّة وكتبهم إن وجدتها. فإن عثرت على ما يناسبك فاستثمر وقتك ومالك وتأكَّد من أنَّ النتائج المترتِّبة تستحقُّ ذلك.

سِر إلى الهدف بشَغف

المنحة الإلهية التي يتلقَّاها كل إنسان عاقل هي امتلاكه لمصادر إبداعيَّة، وباستخدام تلك المصادر يستطيع كل منا تغيير حياته إلى الأفضل دائماً. فسواءً رغبت في تغيير العالم أو تغيير نفسك، فإنَّ حدودك يحدّدها خيالك أكثر ممَّا تحدَّدها ظروفك، وهذه هي سيرة العالم عبر تاريخ الحضارة منذ بدء الخليقة.

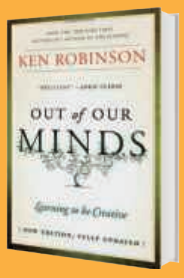
وإذ تواجه كل الرحلات الاستكشافية مخاطرَ لا يمكن توقُّعها، فإنَّها تتمخَّض أيضاً عن فرص لا يمكن التنبُّؤ بها. ولذا عليك أن تبدأ فقط بتحديد الاتجاه وأخذ أولى الخطوات، وما عليك بعدها سوى تقبُّل المخاطر والاحتمالات وأن تبقى يقظاً ومستعداً للاستجابة لها. وهذه هي آلية عمل كل العمليات الإبداعيَّة دائمة الحركة. فنحن جميعاً كفرق عمل وأفراد نختبر أحلاماً مختلفة وننعمُ ونشقى أيضاً في ظروف مختلفة. ويُعدُّ استشعار أحلامنا واحترامها ومعرفة شروط تحقيقها من ضروريات الحياة ليصبح كل منا ذلك الشخص الذي يتمنَّاه.

وختاماً؛ إن لم يضمن لك العثور على مكمن قوَّتك واستكمال حياتك في حالة مستمرَّة ومستَقرِّة تغمرها البهجة والسعادة، فسينتابك شعورٌ عميقٌ بماهيتك والحياة التي يجب أن تحياها. وتذكَّر دائماً أنَّه مهما كانت ظروفك فأمامك دائماً خيارات، فقد تحيا في أقسى الظروف، ويبقى بمقدورك أن تختار وأن تفكِّر وتشعر وتتصرَّف بطريقة مختلفة. ولكن الخطوة الأكثر أهميَّة هي أن تتحرَّك وتتأمل فرصك الخارجية وقدراتك الداخلية. فأنصت إلى ندائك الداخلي، وركِّز بوصلتك القوية إلى حيث تشير طاقاتك الداخلية ومواطن قوتك المحورية.

كتب مشابهة:

Find Your Passion

25 Questions You Must Ask Yourself.
By Henri Junttila. 2013



Out of Our Minds

Learning to be Creative
By Ken Robinson. 2011

Reinventing You

Define Your Brand,
Imagine Your Future
By Dorie Clark. 2013

قراءة ممتعة

ص.ب: 214444
دبي، الإمارات العربية المتحدة
هاتف: 04 423 3444
نستقبل آراءكم على pr@mbrf.ae

تواصلوا معنا على

MBRF_News
MBRF_News
mbrf.ae
www.mbrf.ae

Qindeel | قنديل
لخدمات الطباعة والنشر

" إِنَّ الْقَلَمَ وَالْمَعْرِفَةَ أَقْوَى بِكَثِيرٍ مِنْ أَيِّ قُوَّةٍ أُخْرَى "

صَاحِبُ السُّمُوّالشَّيْخُ مُحَمَّد بِن رَاشِد آل مَكْتُوم

بِهَذِه الْمَقُولَة يُرْسِي سُمُوُّه دَعَائِمَ التَّنْمِيَة الْمُسْتَدَامَة وَقِوَامُهَا الْعِلْمُ وَالْمَعْرِفَةُ، وَهُمَا رَكَائِزُ التَّطَوُّرِ الَّذِي انْطَلَقَتْ مِنْ أَجْلِه مُؤَسَّسَةُ مُحَمَّد بِن رَاشِد آل مَكْتُوم، وَالْهَادِفَةُ إِلَى نَشْرِ الْمَعْرِفَة وَتَعْزِيز ثَقَافَة الْإِبْدَاع وَالابْتِكَار فِي نُفُوسِ الشَّبَاب بِغَرَض إِيجَاد مُجْتَمَعَات عَرَبِيَّة رَكِيزَتُهَا الْمَعْرِفَةُ وَطَرِيقُهَا التَّنْمِيَةُ وَغَايَتُهَا الازْدِهَارُ وَالرَّخَاءُ.

إِنَّ الْمُبَادَرَات وَالْبَرَامِجَ الَّتِي أَطْلَقَتْهَا مُؤَسَّسَةُ مُحَمَّد بِن رَاشِد آل مَكْتُوم تَهْدِفُ جَمِيعُهَا إِلَى بِنَاء مُجْتَمَعَات قَائِمَة عَلَى اقْتِصَاد الْمَعْرِفَة، سَوَاءً مِنْ خِلَال إِثْرَاء الْمُجْتَمَعَاتِ بِالْفِكْرِ وَالثَّقَافَة ، أَوْ دَعْم وَتَمْكِين اللُّغَة الْعَرَبِيَّة وَتَعْزِيز مَكَانَتِهَا لَدَى الْأَجْيَال الْقَادِمَة ، وَكَذَلِكَ عَبْرَ عَرْض النِّتَاجِ الْفِكْرِيِّ لِلْحَضَارَات وَالثَّقَافَات الْمُخْتَلِفَة ، بِالْإِضَافَة إِلَى تَأْهِيل وَإِعْدَاد جِيل مِن الْمُبْدِعِينَ قَادِرٍ عَلَى دَفْعِ الْأُمَّة لِلّحَاقِ بِالتَّطَوُّرِ الْعَالَمِيّ.

مؤسسة محمد بن راشد آل مكتوم
MOHAMMED BIN RASHID AL MAKTOUM FOUNDATION

MBRF_News MBRF_News mbrf.ae www.mbrf.ae