

# هوشمندانه کار کنید!



منبع: [www.modiresabz.com](http://www.modiresabz.com)

نویسنده: جک کالیس - میکِل لوبایف  
موضوع: بهبود شخصی  
برای خواندن جدیدترین مطالب مدیریت و  
بازاریابی به سایت مدیرسبز مراجعه کنید!  
برای دانلود صدها مقاله مشابه این مطلب  
عضو سایت مدیر سبز شوید!

همه ما درباره کار، ایده‌ها، ارزش‌ها، نظریات گرایش‌هایی داریم. برای ساده‌تر شدن موضوع اجازه دهید آن را «نوار کار» بنامیم: پیام‌های ضبط شده درباره کار که در چین‌های مغز ما قرار گرفته‌اند. ما از وجود برخی از این «نوارها» آگاه هستیم، در حالی که نوارهای دیگر در سطح ناخودآگاه ما قرار دارند. با وجود این، همه این نوارها رفتارهای ما را برنامه‌ریزی می‌کنند. ما نوارهای کاری را از منابع گوناگون، والدین، آموزگاران، روسا، همکاران، تجربه، مذهب و رسانه‌ها به دست می‌آوریم.

مشکل این است که در بسیاری از وضعیت‌ها، این نوارها در بهترین حالت، ناکامل و در بدترین حالت، خیال‌پردازانه هستند. با وجود این، بسیاری از ما، این نوارها را به جریان می‌اندازیم و رهنمودهای خشک و دستورهای آن‌ها را به کار می‌بریم. نتیجه، کار بیشتر با موفقیت کمتر و سرانجام از پا درآمدن است.

در ادامه مطلب، ۹ نوار کاری رایج و بسیار افسانه‌ای را مورد بررسی قرار می‌دهیم. در حالی که هر یک از این نوارها را می‌خوانید، سعی کنید به شخصی که می‌شناسید و دستورهای نوار را به کار می‌برد، فکر کنید. آیا شما آن شخص هستید؟ اگر کاملاً با خود صادق باشید، احتمالاً خود را دست‌کم در یکی از این نوارها می‌بینید.

## ۱. سخت کار کردن و دود چراغ خوردن

این افسانه، باوری را تقویت می‌کند که نتایج را مناسب با زمان صرف‌شده در پیگیری یک هدف می‌داند. افراد معتاد به کار، قربانیان رایج این افسانه هستند. آن‌ها شب‌ها و حتی روزهای تعطیل در دفتر خود هستند و هر لحظه را به شغل خود و کار اختصاص داده‌اند. سایر امور زندگی مانند خواب، خانواده و دیگر مسائل شخصی با فاصله خیلی زیاد در درجه دوم اهمیت قرار گرفته‌اند.

## ۲. فعالیت یعنی سازندگی

بسیاری از ما، فعالیت را - بنا به عادت - با نتایج اشتباه می‌گیریم. این امر را می‌توان در کار مشاهده کرد. اغلب سازمان‌ها، ارزیابی کارکنان خود را دشوار می‌یابند. در نتیجه، فعالیت را به عنوان خط‌کش سنجش، جایگزین نتایج



می‌کنند. پرکارترین فرد، بهترین کارگر می‌شود!

عامل زمان یکی دیگر از عوامل ایجادکننده پرکاری است. بسیاری از ما، کارهای نه تا پنج داریم و برخی روزها کاری برای انجام دادن نداریم. هنوز در بسیاری از موارد باید در محل کار بمانیم و خود را نشان دهیم؛ صرف نظر از میزان کاری که داریم. نتیجه آن، ایجاد شرایطی است که زاینده رفتار مبتنی بر اتلاف وقت و انرژی است. در کل اگر به نظر پرکار نرسیم، ممکن است رئیس تصمیم بگیرد ما را اخراج کند.

در اصل، ما احساس اجبار می‌کنیم که باید پرکار بمانیم؛ در حالی که در مورد کاری که باید بکنیم، اطمینان نداریم. اغلب هنگامی که بینش روشنی درباره هدف نداریم، میزان کوشش‌های خود را دو برابر می‌کنیم. بهترین شکل مبارزه با دام فعالیت، تعیین اهداف و حفظ تمرکز روی آن‌ها است. اگر نتوانیم تمرکز بر هدف را حفظ کنیم، بسیاری از ما دچار انحراف می‌شویم. در روند دنبال کردن هدف، گم شدن در فعالیت‌های زیاد، آسان است. نتیجه ناخوشایندش این است که به عوض اینکه فعالیت، وسیله‌ای برای دست یافتن به هدف شود، خود به هدف تبدیل می‌شود. کافی نیست که مشغول باشیم؛ بلکه سوال این است: مشغول چه چیزی هستیم؟

### ۳. بهترین راه انجام کار این است که خودتان آن را انجام دهید

به جای اینکه از کسی بخواهید کاری را برایتان انجام دهد، خودتان انجامش دهید. این طوری دیگر لازم نیست که صحت انجام کار را هم بررسی کنید. همچنین در وقتی که صرف شرح دادن کار برای دیگری می‌کنید، صرفه‌جویی می‌شود.

برخی اوقات، راه حل این است که خودتان کار را انجام دهید؛ اما به هر حال، به دو علت همیشه این طور نیست:

#### الف. علی‌رغم احساس قدرتمندی، دارای محدودیت هستید

ممکن است خود را در یک پروژه غرق کنید تا متوجه شوید وقت، آموزش یا ابزارهای کامل کردن آن را ندارید. حتی ممکن است مشکل را پیچیده‌تر و وضعیت را دشوارتر کنید. تقریباً هر کسی که برای تعمیرات پیچیده منزل وقت گذاشته باشد، در این دام گرفتار شده است. شما وقت و انرژی خود را در چاهی بی‌انتها می‌ریزید و در ازای آن چیزی به دست نمی‌آورید.

#### ب. انجام همه کارها توسط خودتان، کارآمدی شما را کاهش می‌دهد

اگر کمی از خود را به هر کاری اختصاص دهید، یعنی به هیچ کاری به مقدار لازم بها نداده‌اید. این نگرش موجب می‌شود نتوانید بر چند پروژه پرسود در رابطه با وقت و انرژی سرمایه‌گذاری شده تمرکز کنید. چرا انرژی و تلاش خود را با رویکرد تفنگ ساچمه‌ای پراکنده می‌کنید؛ در حالی که می‌توانید همه این انرژی را بدرقه یک گلوله بکنید؟

### ۴. آسان‌ترین راه بهترین راه است

افرادی که در زندگی به دنبال راه آسان می‌روند، از تئوری سرمایه‌گذاری کار آگاه نیستند. یا عمداً آن را نادیده می‌گیرند. متأسفانه آن‌ها در نهایت می‌فهمند که دنبال کردن راه آسان، بهای زیادی در پی دارد. به نظر می‌رسد آن‌ها هرگز بزرگ‌ترین حقیقت زندگی را در نمی‌یابند: زندگی دشوار است.



از هنگام تولد تا مرگ، زندگی، حل مساله یا مشکلات است. هر اندازه منضبطتر باشیم، توانایی ما برای حل مشکلات بیشتر است. هر قدر بیشتر مشکلات را حل کنیم، زندگی آسان تر می شود و شانس دست یافتن به اهدافی که برای ما اهمیت دارند، بیشتر می شود. آن ها که در جست و جوی راه آسان هستند، زندگی را وصله و پینه می کنند و در انتظار فردها می مانند.

واقعیت این است که هیچ چیزی آسان نیست. راه آسان و کم زحمت، راه بازنده ها است.

## ۵. کار تفریح نیست

هنگامی که ابراهام لینکلن گفت که «پدرم به من یاد داد کار کنم؛ اما آن را دوست نداشته باشم. هرگز دوست نداشتم کار کنم؛ من این را انکار نمی کنم. بیشتر دوست داشتم بخوانم، قصه بگویم، شوخی کنم، بخندم و هر کاری بکنم؛ اما کار نکنم». در واقع این ایده را بیان می کرد.

مشکل پیروی کردن از این نوار این است که اگر اعتقاد داشته باشید کار ناخوشایند است، آن را ناخوشایند خواهید یافت و این احتمال وجود دارد که خود را از برخی نعمات زندگی محروم کنید.

## ۶. تنها یک راه بهترین است؟

بسیاری از تحصیلات رسمی، ما را با این عقیده شرطی می کند. در مدرسه و دانشگاه، بسیاری از وقت خود را صرف آموختن راه حل مسائل یا پاسخ دادن به سوالات می کنیم. همه پاسخ های دیگر نادرست هستند و شخصی که بهترین پاسخ را می دهد، معمولاً دانشجوی خوبی به شمار می آید. پس از سال ها آموختن راه درست، این نوع تفکر را به شغل و سایر جنبه های زندگی خود می کشانیم. هنگامی که می آموزیم کاری را چگونه انجام دهیم، این روش به شیوه انجام کار تبدیل می شود و هیچ نوع رویکرد دیگری مورد توجه قرار نمی گیرد. اگر شخص دیگری کار را به صورتی متفاوت انجام دهد، احتمالاً آن را به طرز نادرست انجام داده است.

اگر راه انجام کاری را پیدا کردید، از کجا می فهمید که راه حل را یافته اید؟ واقعیت این است که متوجه نمی شوید. راه حل مسائل، مطلق نیستند. جارو کردن کف اتاق با جاروی دستی، راه حل خوبی است. اما اگر جارو برقی داشته باشید، چطور؟ قانون طلایی این است که همیشه دو راه خوب برای انجام هر کاری وجود دارد.

## ۷. انضباط بیشتر یعنی آزادی کمتر

در جریان رشد، اشکال متفاوت انضباط را شناخته ایم. هنگامی که یک کودک بودید، روی میزی می نشستید که در یک ردیف با میزهای دیگر چیده شده بود. اجازه نداشتید صحبت کنید. می بایست می نشستید؛ مگر اینکه به شما گفته می شد برخیزید. می بایست در ساعتی مشخص به خانه می آمدید و سر ساعت به رختخواب می رفتید (ممکن بود اصلاً خسته نباشید). شاید در معرض نوعی دیگر از انضباط هم بوده اید.

با داشتن تجاربی از این نوع، جای شگفتی نیست اگر واژه «انضباط» اغلب باری منفی در ذهن تان تداعی کند. اگرچه ممکن است فکر کنیم این تجارب به سود ما بوده است. احساسی درونی، انضباط را با نداشتن آزادی فردی همسان می پندارد. پس به این نتیجه می رسیم که برای منضبط کردن خود باید آزادی ها را محدود کنیم. عادت



کرده‌ایم انضباط و آزادی را دو قطب میله ترازو و مخالف هم بدانیم: هر قدر یکی از آن‌ها بیشتر باشد، دیگری کمتر می‌شود. اگر به عقب برگردیم و آزادی و انضباط را واقع‌بینانه بررسی کنیم، روشن می‌شود که آن‌ها دو قطب مخالف نیستند. آزادی و انضباط، جانشین یکدیگر نمی‌شوند. آن‌ها می‌توانند در ترکیباتی گوناگون در کنار یکدیگر باشند.

## ۸. عدالت برای همه

زندگی منصفانه نیست و هرگز نخواهد بود. بیشتر اوقات، زندگی روی خوش نشان نمی‌دهد. کار را شما انجام داده‌اید؛ اما به نام شخص دیگری به ثبت می‌رسد. این منصفانه نیست. شخص دیگری ترفیع می‌یابد؛ زیرا با رئیس آشنایی بیشتری دارد. این منصفانه نیست. رئیس، خشم خود را بر سر شما می‌ریزد و شما را اخراج می‌کند. این منصفانه نیست. شما دو برابر همکار خود کار می‌کنید و بیشتر از او باهوش و با استعداد هستید؛ اما درآمد شما نصف درآمد او است. منصفانه نیست. نمونه‌های بی‌عدالتی، بی‌شمار هستند.

زندگی به ما بدهکار نیست. با وجود این، طوری توقع داریم که گویی پیش از تولد با زندگی قرارداد بسته‌ایم تا خیلی چیزها برای ما تامین شود. وقتی کارها بروفق مراد ما نباشد، وقت و انرژی خود را در اعتراض به بی‌عدالتی‌ای تلف می‌کنیم که به ما روا داشته شده است: «این عادلانه نیست!» و «مگر من با تو چه کار کرده‌ام؟»؛ «هر چه بلا بود، بر من نازل شد».

برای غلبه بر افسانه بی‌عدالتی باید دانست که عدالت اصلاً وجود خارجی ندارد. عدالت، تنها از دید ما وجود دارد. وقتی سرنوشت با شما مهربان نیست، سعی کنید چیزی از بدشانسی‌ها بیاموزید تا در آینده به شما کمک کند. سپس آن را فراموش کنید. بی‌حرکت شدن و تاسف خوردن به حال خود، راه چاره نیست؛ بلکه گزینه‌ای غیر منطقی است که برخی از ما گاهی آن را انتخاب می‌کنیم. دنیا، دنیای بی‌نظمی است و تضمین قطعی وجود ندارد که اگر کوشش کنید، نتیجه می‌گیرید. در هر صورت، یک چیز قطعی است: اگر تلاش نکنید، چیزی به دست نمی‌آورید.

## ۹. ما زیر فشار، خوب کار می‌کنیم

عده زیادی از ما دوست داریم چنین فکر کنیم که اگر زیر فشار باشیم، بهتر کار می‌کنیم. در هر صورت، نگاهی دقیق‌تر نشان می‌دهد که این نوع تفکر برای توجیه تنبلی است. توجیه چنین است: «چون زیر فشار و اجبار بهتر کار می‌کنم، تا آخرین دقیقه کار را به تعویق می‌اندازم. با این کار، موتورهای روشن می‌کنم، از جا برمی‌خیزم و کارم را انجام می‌دهم».

این بهترین نوع خود فریبی است.

عده‌ای از ما، زیر فشار بهتر کار می‌کنند. می‌خواهید باور کنید یا نکنید. در آینده بدون اینکه خود را زیر فشار قرار دهید، باید عواقب احتمالی ذیل را مورد توجه قرار دهید:



**الف. اگر مجبور هستید با سرعت کار کنید، احتمال ارتکاب اشتباه بیشتر می شود**  
اگر در مسئله حیاتی اشتباه کنید، ممکن است وقتی برای جبران آن نداشته باشید.

**ب. شرایط تحت فشار راه را برای قانون مورفی باز می کند**  
هیچ چیز آن طور که به نظر می رسد ساده نیست. همه چیز بیشتر از حد انتظار شما طول می کشد و اگر اشتباهی رخ دهد، در بدترین لحظه ممکن خواهد بود!