الإتكالية.. مشكلة يعاني منها الكثيرون

بدأت مشلكتي منذ سن صغيرة بالإعتماد على الأهل وخاصة والدتي في المذاكرة، كنت لا أحب المذاكرة فكانت والدتي تذاكر لي.

اتت مرحلة الثانوية وفيها تعب كثير ثمّ ظهرت النتيجة وتلقيت النقد من أهلي ودخلت كلية الحقوق إرضاءً لأهلي مع وعد مني ببذل مجهود كبير لكي أنجح وأتغيّر لأني لم أكن إجتماعي وكنت أريد أن أحقق رغبة أهلي فقط.

المهم تحصيلي كان ضعيف ولم يكن على المستوى المطلوب، مرت السنين الأربعة وكل سنة اذاكر فيها ولا أحصل على الكثير وطبعاً بمساعدة أهلي بإلزامي بالجلوس للمذاكرة أو تلخيص الكتب.

أصبت بحالة نفسية صعبة وأصبح عندي وسواس قهري في النظافة ثمّ تعديت على الذات الإلهية بالشتيمة وشككت في تديني، المهم تخرجت ولأني أحب الكمبيوتر طلب مني أهلي بأخذ دورات فيه.

ذهبتُ مع أهلي إلى العمرة ودعيت من الله أن يرزقني بالعمل في إحدى الشركات الكبيرة وبالفعل رزقني الله بتلك الوظيفة، واجهتني مشكلة هي انني ليس لدي خبرة في التعامل مع الناس فكنت أتجنّب الموظّفين معي والآن أريد تلك الشركة لأنني لم أختر العمل الذي أحبه ولكن والدتي تخوفني من أخذ هذا القرار فما الفرق بين أن يكون لي شخصية وبين أنني منفذ قرارات أهلي مع العلم أنني لا أريد أن أكره أُمّي

أو أهلي.

الأخ الكريم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

تحية طيبة وبعد..

الأهل عموماً – والوالدة خصوصاً – لا يريدون لك إلاّ الخير، فإذا ما عرضوا مساعدتك أو التدخل في أمرك، فهم يتدخلون بهذه النيّة الطيّبة، ولكن التدخل ذلك يتوقف عليك، فبمقدار ما أنت تفسح المجال وتسمح بذلك ولا تأخذ زمام أمورك بيدك، تكون قد هيأت الساحة للآخرين لكي يفكّروا محلك ويقرّروا لك.

عليك أوّلاً أن تعرف بأنّ التساهل في القرار والإنتقال يوماً بعد آخر من عمل لآخر قد يعرضك للخطر خصوصاً وأن لديك بعض الإستعداد النفسي لذلك... فإذا كنت تشكو من الفراغ في العمل فكيف بك إذا خسرت عملك وأصبحت عاطلاً أسير الفراغ وهو من أصول الأدواء وفيه مفاسد عظيمة على النفس والبدن.

لذا ينبغي أن تتمسّك بعملك وتجد فيه ولا تتركه حتى تحصل على فرصة عمل أفضل منها.

حاول أن تنسى الماضي، والطريق إلى ذلك الإستغفار وطلب العفو من الله تعالى... تطلّع إلى المستقبل بنظرة إيجابية ولتكن ثقتك بالله تعالى كبيرة... ألم يرعاك صغيراً وكبيراً وأنعم عليك بنعم لا تعد ولا تحصى، واعلم أنّ الله تعالى قابل التوبة وهو الرؤوف الرحيم.

اعمل على إصلاح وضعك بالعمل على هجر الكسل والضجر، وابدأ بوضع برنامج يومي نشط:

- استيقظ مبكراً وتناول إفطارك جيّداً.

- ضع وقتاً يومياً للرياضة و أملها الجري والمشي.

- اسع إلى الصلاة في أوقاتها أو الصلاة في المسجد ولو لمرّة يومياً.

- اعمل على القناعة والرضا عن وضعك وعملك... تفاعل واسع إلى تطوير كفاءاتك ومهاراتك.

- الإستقلالية في الشخصية من أهم خصائص قوتها ونجاحها، لذا حاول أن يكون لك برامجك الخاصة للمطالعة والإستراحة، وأن تفكّر بنفسك ولا يمنع ذلك من التشاور مع الآخرين، دون الإستسلام الأعمى والإنقياد التام لآرائهم، من دون تعقل أو وعي.

- ليكن لك برامج للترفيه السليم ولا تدع الفراغ يضجرك.

- يمكن للأصدقاء أن يحلّوا محل الأهل في العمل والمجتمع فبادر إلى إنتخاب الصالحين منهم، دون أن يخل ذلك بإلتزاماتك العائلية وأنُسك بأهلك.

ومن الله التوفيق.