تتغير القناعات مع تغير القرارات!

قديماً، حاول الإغريق والرومان لعدة عقود، كسر الرقم القياسي لسباق الجري وهو أربع دقائق للميل الواحد؛ باعتبار ان ذلك الرقم هو الرقم القياسي الذي يستحيل تخطيه.

بقي حاجز الأربع دقائق ثابتاً كما هو، حتى قرر شاب إنكليزي يدعى (روجر بانيستر) إنه سيحطم هذا الرقم، وحطم بانيستر، هذا الرقم الصعب تحطيمه، واستطاع ان يقطع الميل بزمن قدره 3دقائق و59.6 من الثانية يوم 6 مايو عام1954م، وأصبح بطل العالم في الجري، ومنح لقب الفارس.

وسبب سردي لهذه القصة هو أن أركز على ما حدث بعد ذلك، والذي اعتقد انه اكثر أهمية من الحدث نفسه، فعلى امتداد السنوات الأربع التالية من فوز بانيستر، استطاع أكثر من أربعين شخصاً تحقيق رقم (بانيست) في أقل من اربع دقائق!!

أرأيت كيف تتغير القناعات التي هي مصدر القرارات

فالرقم غير القابل للتحطيم أصبح الآن يُحطم بشكل متكرر تماماً وتغير الاعتقاد بالقرار، فالقول بأنه يمكنك الآن ان تجري الميل في أقل من أربع دقائق، أصبح تصريحاً مسلماً به بمجرد أن جميع من حطموه قرروا ذلك.

ألا تتفق معي في ان السبب في عدم تخطي الحاجز قبل بانيستر، من قبل الأربعين شخصاً كان وهمياً.

فالتغيير-دائماً- يعتمد بشكل كبير على اتخاذ القرار، ولابد ان تكون متأكداً، ان كل أنسان على وجه الأرض، لديه القدرة على اتخاذ القرار، الذي يؤهله إلى الوصول إلى الهدف المنشود، والذي سيصله ان أراد هو ذلك.

إن اتخاذ الخطوات الأولى هو أمر يرجع اليك بشكل كامل وقاطع، وهو بداية النجاح ويتطلب قراراً جاداً وقوياً ويحتاج لقناعة بإمكانية الوصول والمتابعة كما هي السباحة بالماء.

فإذا تراجعت، فأن السبب قد يكون قناعتك أن درجة حرارة الماء قد لا تكون مناسبة في البداية، كذلك التغير عادة ما يبعث على الشعور بعدم الراحة في أول الأمر، ولكن مع مرور الوقت وخلال فترة قصيرة، فسوف تشعر أنه مناسب لك تماماً، بل ويمكنك حتى ان تشعر بروعته.

إذا لا تجعل قرارتك المتذبذبة والضعيفة سبباً في فشلك.

فكرة ملهمة

للتعايش مع التغيير وتجني من ورائه أفضل النتائج، فأنت بحاجة لمبادئ لا تقبل التغيير

ستيفن كوفي

إياك والتفريط في قرارتك

أعلم أن القرار ينبغي أن يتبعه التنفيذ، فالقرار بدون تنفيذ يعني الإحباط وانخفاض الهمة عن بلوغ ما تطمح إليه، هذا بالإضافة إلى المعوقات التي لم تكن بالحسبان، والتي قد تعترض طريقك حينها قد يشعر الانسان انه غير كفء، ويبدأ بلوم نفسه عما فرط.

فأنا لا أريدك فقط ان تتخذ قراراً بالتغيير، بل أريدك أن تلتزم بتنفيذه، تتذكر دائماً العهد الذي عاهدت نفسك فيه على التغيير.

فمن هذه اللحظة أحرص على الالتزام الصارم بالتخلص من عاداتك السلبية، من أجل تحقيق النجاح في عملية التغيير وتذكر دائماً ان الحلم يبقى حلماً، ما لم تلمسه على أرض الواقع.

فكرة ملهمة

كل شيء يبدأ بك أنت ساعة تقرر ما الذي سوف تفعله بحياتك.

توني دورسي..

الحلم يبقى حلماً

انتوني روبنز، تكلم عن دور التحكم بالذهن والعواطف والقدرات في جعل حياتك أفضل، فأول شيء تكلم عنه هو(القرار) وتحدث عن مقابلة لأحد أغنياء أمريكا المشهورين- وكان أسود البشرة- حين سألته المذيعة في مقابلة تلفزيونية: كيف أصبحت غنياً؟ فقال لها:(قررت أن أصبح غنياً ففشلت، ثم حاولت وفشلت، ومرة أخرى حاولت وفشلت حتى وصلت محاولاتي 27مرة.. في كل مرة أحاول وأفشل، وفي المحاولة السابعة والعشرون نجحت!!

ولما سألته: لماذا حاولت كل هذه المحاولات؟ فقال: أقول قررت ان أصبح كذلك ولم أكتف بالتمني.

فالتمني هو بمثابة الحلم، والحلم بعيد عن التحقيق... إن لم نقرر تحويله إلى حقيقة، وهذا ما حدث مع احدى المتدربين عندي بالضبط.

الآن وقبل أن يغلق باب التسجيل

قال لي إحدى المتدربين في إحدى الدورات التي كنت اقدمها لما، أخذته الحماسة العلمية وقال لي: أنه يريد ان يكمل دراسته للحصول على شهادة الماجستير، فقلت له: ومن يمنعك؟ قال لي: سأبدأ على الفور بعد إنهاء هذه الدورة، فقلت لهإذا انت لم تقرر بعد!! فقال لي: لقد قررت، قلت له: إن كنت قد قررت

فمن الآن ينبغي ان تقدم على التسجيل في إحدى الجامعات وسأزودك بأسماء الجامعات التي تستطيع من خلالها إنجاز ما عزمت عليه، وهذا مايعنيه كونك قد قررت.. وهوان تبدأ من الان.

وبالفعل، أخذ مني العناوين والأرقام ولم أره لمدة سنتين، إلى أن التقينا في احتفالات تخرج دفعة من المتدربين في برنامج Crestcom العالمي، فإذا به يلقي كلمة الخرجين!! فلما راني ضمن الحضور قال في كلمته: أنا لا أنسى كلمة للدكتور صلاح العبد الجادر عندما قال لي: أذا كنت قد قررت فسجل من الآن، ولو لم أسجل في نفس اليوم لما كنت حصلت على شهادة الماجستير، فلقد كان ذلك اليوم هو آخر يوم في التسجيل للسنة الدراسية، ولا ربما كنت لازلت أتمنى واحلم بحصولي على درجة الماجستير.

{فمجرد قراره كان معناه حصوله على ما يريد، فابحث عن مفتاح قرارك، وحدد إلى أين تتجه}

التردد يعني الفشل

وإليكم قصة متدرب آخر تردد في التقدم لمنحه دراسية قبل خمسة عشر عاماً، متوقعاً انه لن تسنح له الفرصة، حين تم الإعلان من قبل مؤسسة البترول الكويتية عن ثماني منح لشركاتها التابعة، حيث كان مخصصاً للشركة التي يعمل بها منحتان للابتعاث.

كانت المفاجأة إنه لم يتقدم أحد من قبل شركته لتلك المنحتين، فكان تردده سبباً في فوات فرصة ثمينة.

فأعلم جيداً ان حاضرك هو نتيجة قراراتك في الماضي، ومستقبلك هو أيضاً يعتمد ايضاً على قراراتك في الحاضر، وانظر كيف تكون قراراتك وحدد اتجاهاتك.

قرارك يحدد ارتفاعك

كن تماماً مثل الطيار الذي يقود الطائرة، وتخيل إنك تملك كل درجات التحكم تحت اصابعك لتسمح لنفسك بقرار الإقلاع، ولتطير الطائرة على أي ارتفاع تريده، فبشكل أساسي تكون القرارات التي تتخذها، هي التي ستحدد اين ستنتهي بك المطاف. وما أريد فعلاً ان أقدمه لك وأنبهك إليه هنا هو الطاقة الكبرى لعقلك الباطن، والقرارات التي تتخذ من هذا العقل المدبر، والتي تحدث تغييراً إيجابيا في شخصك وحياتك كلها.

فنحن جميعاً معتادون على القرارات العادية التي نتخذها بالبيت او العمل، مثل(سنذهب لتناول الطعام في الثانية عشرة ولمدة ساعة، أو ستأخذ اطفالك الليلة لنادي ألعاب رياضية صغيرة) فتكون هذه قرارات مدركة. أصنع قرارك بنفسك نحو التغيير، وحطم كل عوائق التغيير باتخاذ قرارات إيجابية.

أتخذ قرارات محددة

روى لي أحد الأصدقاء قصة فتى كان يعمل مع والده خبازاً، فعندما رأى والده منه مدى شغفه بالإنشاد ومدى جمال صوته، شجعه على تلقي دروس في الإنشاد، ولكنه كشاب كان يرغب ان يلتحق بالجامعة ليصبح مدرساً، وهو ما فعله.

بعد التخرج طلب هذا الفتى من ابيه ان يساعده في تقرير ما يفعله في حياته، فقدم له والده النصيحة التالية، فقال: (إذا حاولت ان تجلس على مقعدين، فإنك ستسقط بينهما، اخترا دائماً مقعداً واحداً لتجلس عليه).

فقرر هذا الفتى -بعد نصيحة ابيه -ان يمضي في طريق الانشاد، وواجه سنوات عدة من الإحباط واليأس قبل أن يظهر لأول مرة على المسرح بشكل احترافي.

ويذكر هذا الفتى دائماً أن نصيحة والده كانت أهم درس في حياته. فسواء ان كان خبازاً أو فناناً أو رجل أعمال- أيا كان ما يشغله- التزم به.

فتركيزك سيزيد من نضجك وخبرتك وبالتالي نجاحك.

أختر أمراً واحداً وركز عليه، ثم قم به بكل الحماس والحب.

أنغمس حتى اذنيك في حياتك الحالية، وحافظ على عاطفتك مهما حدث، وعندما تختبر الحياة، وعندما تدير ظهرها لك، تماسك، قرر، ولا تتنازل أبداً عن هدفك باتخاذ قرارات إيجابية محددة.

لماذا لا نستطيع أحياناً تنفيذ القرارات التي نتخذها؟

أحد الأسباب أن الناس تكون لديهم توقعات بعيدة وغير واقعية.

على سبيل المثال قد يرغب البعض في تقليل وزنه، ويصر على إتمام هذا الامر بأقصى سرعة.

لذا، عندما يقررون التخلص من عشرين كيلو جرام من وزنهم في ثلاثين يوماً فهم يكونوا قد بدأوا بتوقعات كبيرة وتصميم شديد.

ويستمر هذا لأسبوع تقريباً، ولكن لأن الهدف غير واقعي، فأنهم يكتشفون أن ذلك الهدف غير قابل للتحقيق، وعندها يصيبهم الإحباط ويعلنون استسلامهم، أو يتجهون إلى العمليات الجراحية الخطيرة.

والسبب الثاني، في فشل القرار أنه يتطلب التزاماً، وفعلاً جاداً. وكما هو في الامثال: (فعل رجل في ألف رجل أبلغ من قول ألف رجل في رجل).

والسبب الثالث، في فشل القرارات هو عدم تحلي الأفراد بالصبر والمثابرة، فهم يتوقفون عند أول فشل يواجههم.

ربما أكبر أسباب فشلنا في الوصول إلى أهدافنا، هو أننا نضع الكثير من الأهداف والقرارات في نفس الوقت دون نظام أولويات واضح.

من الطبيعي ان نسعى إلى تحقيق عدد من الأشياء عندما نكون في حاجة إلى التغيير، وأن نحصرها جميعاً ونتعامل مع بعض منها في نفس الوقت، إلا أن هذه الطريقة تعيق قدرتنا على الحصول على أي هدف بعينه بشكل كامل، فمن المستحيل في العادة أن نركز على أشياء متعددة في نفس اللحظة.

ونتساءل هنا، ما نوع التفكير الذي يقدم فرصة أفضل لمساعدتك في الوصول إلى قراراتك وأهدافك؟

والجواب كما قلت لك سابقاً، أولا.... القضية قضية تركيز ليس ألا.

فلما لا تركز على هدف واحد، وتوجه له كل اهتمامك وطاقتك دون غيره من الأهداف؟

فإذا ركزت على هذا الهدف ونجحت في قرارك، فإن نجاحك سوف يؤثر على كل أبعاد حياتك، ويمكنك استغلال هذه الطاقة في حل المزيد والمزيد من المشكلات في حياتك وتحقيق باقي أهدافك.

فعندما تمضي قدماً في ناحية واحدة من حياتك، فأنك تمهد الطريق لتقدم في جميع النواحي الأخرى أيضاً، والأشخاص الأكثر حكمة يعرفون دائماً كيف يبدؤون بالقليل في تحقيق أهدافهم، فالكثير يأتي فيما بعد، كمحصلة طبيعية فأول الغيث قطرة.

السبب الأخير في فشل القرارات

هو أن كلمة قرار نفسها عادة ما يكون لها وقع سلبي علينا، فنحن نشعر انها يعني نحرم أنفسنا من بعض الأشياء.

ولكن في الواقع، كلمة قرار لها معنى رائع. فكلمة قرار في الإنكليزية Decisionأو resolutionتأتي من الأصل اللاتيني والتي تعني حرفياً (النظر إلى الوراء وحل المشكلات) وهي أيضاً تعني (أن تحرر نفسك) بمعنى أن تكون حراً من أي قيود تقيدك. وهذا يغير معنى الكلمة تماماً. أليس كذلك؟!

والآن، بعد أن علمت أن قراراتك هي التي ستحدد مدى نجاحك، وإلى أي مدى سوف تغير من اتجاهاتك؟

هل اتخذت قراراً حقيقياً؟

بالتأكيد.... بوسعنا وبوسع أي مدرب أو محاضر مساعدتك على بث الثقة في نفسك، ولكن يجب أولاً أن تكون أنت من يرغب ويقرر ذلك.

فالنجاح الحقيقي يتمثل في القرار والإصرار في مواصلة التدريب والعزم على إحداث التغيير، فالأمر بكامله يعود إليك، فإذا أردت تحقيق النجاح، فلتحمل على عاتقك مسؤولية القيام بذلك والالتزام به.

إن الحقيقة ببساطة هي: أن مواصلة نفس السلوك سيؤدي حتماً إلى تحقيق نفس النتائج لابد من تغيير السلوك، باتباع أساليب متجددة.

فشمر، وواصل، واتخذ القرار.