الفصل الثانى

النجاح فى الحياة....والعمل المناسب

المقدمة:

(١) المزايا العظيمة للعمل. والنجاح فى الحياة

(٢) عوامل جعل العمل شائقا.

(٣) المهنة المناسبة... والنجاح فى الحياة

١ - أهمية التوجيه المهنى

٢ - أهمية تعرف كل فرد على نفسه.

٣ - دوافع العمل... والمهنة المناسبة.

٤ - دوافع الاستمرار فى العمل.. والمهنة المناسبة

الفصل الثانى

النجاح فى الحياة.... والعمل المناسب

* * * * * * *

المقدمة:

العمل هـو المجال الذى يتجـه إليه نشـاط الفرد الإنسانـى، ومن خلاله يحقق ذاته، وتتكامل شخصيته، وتتـبلور أهدافه، وتتحقق أمانيه. . . وبالتالى يتم تكيفه مع الجماعة من خلال وضعه الاجتماعى ومساهمته الإنتاجية ودوره فى الحياة، والذى يحدده نوع العمل ومدى نجاحه فيه.

إن صحة الفرد النفـسية تتوقف إلى حد كبـير على مدى توافق الإنسان مع عمله واستيعاب هذا العمل لنشاطه الرئيسى وقواه الإبداعية.

(١) المزايا العظيمة للعمل.... والنجاح فى الحياة:

١ - يملأ فراغ ساعات كثيرة من النهار:

يملأ فراغ ساعات كثيـرة من النهار، من غير أن يحتاج المرء ماذا يصنع اليـوم، ومعـظم الناس إذا تركوا لأنـفسـهم أحـرارا فى ملء وقتـهم حـسب اختيارهم يتحيرون فى انتقاء الشىء السار لإغرائهم ببذل الجهد.

وأيا كان اختـيارهم، فالقلق يراودهم بأنه كان فى وسعهم اخـتيار شىء ربما كان أفضل مما اختاروه فعلا.

لذلك: فإن شغل وقت الفراغ بذكاء هى آخر مبتكرات العصر الحديث ومع ذلك، فمعظم الناس لم يصلوا إلى هذا المستوى بعد. ثم إن عمليات الاختيار نفسها - على كل حال - متعبة بل مرهقة اللهم إلا لمن لديهم مبادأة غير عادية أما من عداهم فيسرهم جدا أن يقال لهم ماذا يصنعون فى كل ساعة من ساعات النهار بشرط ألا تكون هذه الأوامر مكدرة جدا.

الأغنياء المتعطلون يعانون سأما لا يوصف لتحريرهم من الكدح:

وقد يجدون أحيانا راحة فى صيد الوحوش الكبيرة فى أفريقيا، أو بالطيران حول العالم، ولكن عدد هذه المثيرات محدود ولا سيما بعد انقضاء فترة الشباب. ولذا: نجد الأغنياء الأذكياء يعملون بجد وكدح وكأنهم فقراء. أما النساء الثريات فيشغلن أنفسهن فى الغالب بتفاهات لا حصر لها يؤمن بأنها بالغة الأهمية.

العمل مرغوب فيه.. لأنه واق من الضجر:

لأن الضجر الذى يحسه المرء وهو يقوم بعمل ضرورى وإن كان غير شاق لا يقاس بالضجر الذى يشعر به عندما لا يكون لديه ما يصنعه فى أيامه المتوالية.

العمل يجعل العطلات شديدة المتعة عندما يجىء وقتها:

وما لم يكن المرء مضطر للعمل الشاق بصورة تضر بصحته، فهو خليق أن يجد فى وقت فراغه من الإقبال الاستمتاعى أكثر مما يمكن أن يجده الشخص المتعطل.

٢ - العمل يتيح فرص النجاح وتحقيق الطموح والأهداف:

إن معظم العمل المدفوع الأجر، ولبعض العمل بغير أجر أنه يتيح فرص النجاح وتحقيق الطموح والأهداف.

وفى معظم الأعمال قياس النجاح بالدخل، ولا مفر من هذا المقياس، ما ظل المجتمع الرأسمالى قائما. ولكن هذا المقياس ليس الطبيعى لأفضل الأعمال. والرغبة التى يشعر بها الأفراد فى زيادة دخلهم إنما فى رغبة فى النجاح يقدر ما هى فى رغبة فى الكماليات الإضافية ووسائل الراحة التى يكفلها الدخل المرتفع.

ومهما كان العمل سخيفا إلا أنه يغدو محتملا إذا كان وسيلة لبناء الشهرة سواء فى العالم على رحبه، أو فى محيط المرء الخاص وتحقيق الأهداف من أهم مكونات السعادة والنجاح فى الحياة على المدى الطويل... وهذا ما يحققه العمل لمعظم الناس.

العمل يقترن بقتل الوقت ويتيح متنفسا للطموح:

معظم الأعمال تقترن بقتل الوقت وتتيح متنفسا - مهما كانت متواضعة للطموح وذلك كاف لجعل المرء - وإن كان عمله مملا - أسعد حالا فى المتوسط ممن لا عمل له إطلاقا.

أما حين يكون العمل شاقا، فهو كفيل بحال من الرضا أسمى بكثير من مجرد الراحة من الملل. وفى الإمكان ترتيب الأعمال التى فيها بعض الطرافة.

(٢) عوامل جعل العمل شائقا:

هناك عاملان يجعلان العمل شائقا:

١ - استخدام المهارة.

٢ - العمل البناء

١ - استخدام المهارة:

كل شخص اكتسب مهارة غير عادية يستطيع أن يستمتع باستعمالها أو ممارستها إلى أن تغدو مسألة طبيعية مفروغا منها.

أو أن يعجز عن تحقيقها.. وكثيرا جدا من الأعمال تتيح نفس اللذة التى تستخدم من ألعاب المهارة.

فالجراح القدير - برغم الظروف المؤلمة التى يمارسها فى عمله، يستمد السرور والرضا من دقة جراحاته البارعة.

ونفس هذا النوع من اللذة، ولكن فى صورة أقل حدة يمكن أن يستمد من أعمال أكثر تواضعا فكل عمل يحتاج لمهارة يمكن أن يكون مصدر لذة بشرط أن تكون هناك المهارة المطلوبة، إما متنوعة أو قابلة للتحسن غير المحدود. فإن لم يتوفر هذان الشرطان كف العمل عن الإنصاف بالطرافة عندما يصل صاحبه إلى المهارة القصوى.

هناك أعمال ذات المهارة، يصل فيها الناس إلى ذروة براعتهم فيها فيما بين الستين والسبعين مثل: السياسة والتأليف. والسبب أن الخبرة الواسعة ضرورة لها. ولذا يكونون فى السبعين أسعد حالا من غيرهم من أبناء هذه السن.

٢ - العمل البناء:

هناك مصدر هام لجعل العمل مصدرا للسعادة، وهو أن يكون العمل بناء، ففى بعض الأعمال يجرى بناء شيء ما، يبقى بمثابة الصرح عندما يتم العمل. والرضا المستمر من النجاح فى عملية بناء كبير وأعظم ما يمكن أن تقدمه الحياة، وإن كان ذلك للأسف لا يتاح فى مستوياته العليا إلا لذوى القدرات الاستثنائية.

* فالرجل الذى استطاع بنظام جديد فى الرى أن يجعل التربة تزدهر بالنبات يستمتع بعمله هذا بشكل ملموس.

* إنشاء منظمة ما قد يكون عملا على أرفع مستوى من الأهمية:

* وكذلك عمل أولئك الساسة من رجال الدولة الذين وفقوا حياتهم على استخراج النظام من ظلمات الفوضى... وأبرز الأمثلة على ذلك هم:

الفنانون ورجال العلم... فكبار الفنانين وكبار رجال العلم يقومون بأعمال مبهجة فى ذاتها، وتكفل لهم وهم يقومون بها احترام من يستحق احترامهم، الحرص عليه والسعى إليه، ويمنحهم ذلك أعظم سلطان ممكن، أعنى السلطان على أفكار الناس ومشاعرهم.

وهم أيضا على أحق الحق إذ يحسنون الرأى فى أنفسهم.

* فهذا المزيج من الظروف السعيدة ينبغى فيما أعتقد، أن تكون كافية لإسعاد أى إنسان، وتكفل لها النجاح فى الحياة.

العمل ودوافع المرء البناءة:

كلما تيسر للمرء أن يقوم بعمل رضى لدوافعه البناءة من غير أن يتضرر جوعًا بالفعل، فمن الخير له ولمصلحة سعادته الخاصة أن يقوم به، ويفضله على عمل آخر أعلى أجرا بكثير ولكنه لا يستحق أن يؤدى لذاته. فالسعادة الحقيقية تكاد تكون مستحيلة بدون احترام للذات والشخص الذى يخجل أو يخزى من عمله لا يمكن أن يحقق احترامه لذاته.

(٣) المهنة المناسبة.... والنجاح فى الحياة:

١ - أهمية التوجيه المهنى:

يعتبر التوجيه المهنى من أهم العمليات الاجتماعية ويعتمد على عاملين أساسيين:

أ - تحليل العمل: أى أن نضع ما يشبه الخريطة لمتطلبات العمل النفسية والعقلية والجسمية والاجتماعية:

- فمثلا مهنة البرادة تستلزم قوة بدنية معينة، ومهارات محددة.
- ومهنة الكهربائى تتطلب استعدادا جسميا خاصا، وسلامة فى الحواس، ومهارات عقلية وقدرة توافقية - وهكذا تحدد وفقا لمتطلبات كل مهنة الخصائص التى لابد أن تتوفر فيمن يستطيع أن يزاول هذه المهنة بنجاح.

ب - تحليل الفرد: وفى نفس الوقت يجب أن يكون لكل فرد تحليل كامل لمهاراته واستعداداته وقدراته الجسمية والنفسية والعقلية واتجاهاته الاجتماعية.

ومن تحليل العمل وتحليل الفرد: نستطيع أن نقوم بعملية التوجيه المهنى فيحدد لكل مهنة ما يناسبها فيمن تتوفر فيه الشروط اللازمة لها، وليتخذ كل فرد العمل الذى يناسب استعدادته وقدراته.

وهكذا نضع الرجل المناسب فى المكان المناسب، ونضمن بذلك تحقيق التكيف المهنى. وهذه العملية على قدر بالغ من الأهمية بالنسبة للعمل وللعامل، وأساس هام جدا من أسس النجاح فى الحياة، وتحقيق الصحة النفسية.

٢ - أهمية تعرف كل فرد على نفسه:

ليس من المفروض أن يقوم الأخصائيون بتقرير مصير الفرد أو قياداته فسرا نحو مهنة معينة. فأى فرد من الممكن أن ينجح فى أكثر من مهنة، ومهمة الموجه المهنى هى المعاونة على معرفة المهن التى تلائمه أفضل ملائمة عن طريق استغلال قدراته واستعداداته، ومعرفة ما يثير اهتمامه ويتفق مع ميوله.

والمطلوب أن يتعرف كل فرد على نفسه، ويدرك ما فى طبيعته من حيث:

١ - قدراته أى ما يشمل خواص القوة ونواحى الضعف.

٢ - ميوله أى ألوان النشاط المهنى التى يحبها والتى يكرهها.

٣ - سماته الشخصية، كيفية معاملته مع غيره، واختلاطه بالناس وتلقيه للأوامر، وتعاونه فى العمل.

٤ - صحة جسمه، وقوة احتماله، ومميزاته العقلية.

٥ - مؤهلاته - استعداداته الكافية فيما يختص بميادين نجاحه وفشله السابق فى المهن المختلفة وظروف ذلك.

إن وضع المرء فيما لا يصلح له من عمل:

سبب من أسباب فقدان الاتزان الذاتى، قد يؤدى إلى الاضطراب النفسى كما يقول العالم الفرنسى (ألفرد أدلر) "كلما نعرف مقدار الراحة النفسية التى يشعر بها الفرد عند قيامه بعمل يستمتع به كل الاستمتاع، ويتطابق مع ميوله واستعداداته"

إن التوفيق بين الفرد والمهنة أصبح من أهم وأخطر أهداف علم النفس الصناعى والمهنى والتطبيقى، لما له من أثر فى زيادة الكفاية الإنتاجية وفى منع حوادث المهنة.

٣ - دوافع العمل.... والمهنة المناسبة:

يقول علماء النفس أن الدافع الحقيقى للعمل هو أحد أمرين:

إما. الحصول على المال وإما. الخوف من البطالة أو كليهما.

ولكن فى السنوات الأخيرة عدلت الاتجاهات التى تحدد طبيعة دوافع العمل. فلقد وجد أن بعض المديرين ورؤساء الأعمال من رجال العمل والصناعة يحبون العمل رغم عدم حاجتهم للمال، فيكون الدافع الأساسى هنا هو:

١ - مزاولة النشاط الاجتماعى

٢ - تدهيم الصلات بين هؤلاء وبين زملائهم.

٣ - شغل أوقات الفراغ.

دوافع العمل:

ويمكن تلخيص ما توصل إليه الأخصائيون الاجتماعيون فى الميادين المهنية إلى دوافع العمل الآتية:

١ - إن العمل جزء ضرورى وأساسى فى حياة الفرد:

وهو نشاط مفروض وليس بمجرد استجابة لمنبهات مؤقتة أو لقاء مع مطالب العريزة وفيه يستغل الإنسان أفضل شطر من قواه ومن حياته.

٢ - إنه صلة قوية تربط الفرد بالمجتمع الذى يعيش فيه ويتحدد بمقتضاها مركزه الاجتماعى.

٣ - دلت الأبحاث على أن ظروف العمل وأجواءه من حيث الضوء والضجيج والحرارة والرطوبة لا أثر لها فى إخلاص العامل لعمله وفى معنوياته، وإن كانت تؤثر فعلا فى صحته ورفاهيته، وراحته طالما يجد أن الدافع القوى للعمل.

٤ - هناك دوافع أخرى هامة تدفع الفرد لأن يعمل، اتضح فيها أن الحصول على المال أقلها أهمية فى الأحوال الطبيعية. ودلت الأبحاث الأخرى على أن البطالة دافع سلبى قوى، لأنها حقيقة تفصم العروة التى تربط العامل بالمجتمع.

٥ - يساعد على إشباع الحاجات الرئيسية للفرد التى لا تخرج من كونها:

١ - احتياطات مادية بالغذاء والمسكن والملبس.

٢ - احتياطات معنوية كاحترام النفس، والشعور بالإطمئنان وقد أثبتت الدراسات أن الاحتياجات المعنوية على درجة من الأهمية تعادل الاحتياجات المادية إن لم تزد عنها.

وقد صنف "ماسلو" احتياجات الإنسان من العمل فى الخمسة المستويات الآتية:

١ - حاجة الإنسان إلى ما يجنبه الأخطار الخارجية كالملبس والمسكن.

٢ - حاجة الإنسان إلى الراحة النفسية كالحاجة إلى العطف، والعناية والاهتمام من جانب الغير.

٣ - حاجة الإنسان إلى الشعور بتقدير المجتمع لقدراته ومجهوده، فالتقدير الاجتماعى يضيف على الفرد شعورا بأنه غير وحيد فى معترك الحياة وأن المجتمع يؤازره، ويقف بجانبه.

٤ - حاجة الإنسان إلى الإفصاح عما يجول فى نفسه، تأكيدا لإحساسه بأنه فرد له رغباته وشعوره، فهو يرغب فى أن يكون له حق الشكوى، وأن تبحث شكواه بعدالة حتى يشعر بقيمته الشخصية.

٥ - حاجات الإنسان الضرورية: كالحاجة إلى الطعام والشراب والراحة والنوم.

٤ - عوامل رضاء الفرد عن عمله:

قد تطورت أغلب حاجات الفرد، والواقع أن حاجات الإنسان لإرضائه لا حد لها، وإرضاء الإنسان من جميع النواحى دفعة واحدة ليس بالشىء

اليسير فهناك عقبات مادية واجتماعية فى سبيل تحقيق هذه الرغبات جميعها.

والشاهد أن معظم الأبحاث التى أجريت قد أجمعت على اعتبار العشرة الحوافز الآتية أهم العوامل التى تربط الفرد، وتزيد من رضائه عنه وتحقق له النجاح فى الحياة وهى:

١ - الأجر وملحقاته.

٢ - العمل الثابت.

٣ - فرص كثيرة للترفيه.

٤ - شروط عمل جيدة.

٥ - رفاق طيبة بين العاملين.

٦ - رقابة جيدة.

٧ - الاعتراف بأهمية الفرد.

٨ - الاهتمام بالعمل وقوته.

٩ - ساعات عمل مقبولة.

١٠ - المزايا العينية والخدمات.

٥ - دوافع الاستمرار فى العمل.. والمهنة المناسبة:

من البحوث المتعددة فى هذا المجال يمكن تلخيص دوافع الاستمرار فى العمل فسوف أبرزها حسب أهميتها:

أولاً: الدافع الأول - الشعور بالأمان وبضمان المستقبل:

وقد أصبح تحقيق هذا الحق من أولى المهام التى وضعتها الاشتراكية موضع تنفيذ عن طريق مؤسسة التأمينات الاجتماعية التى كفلت للعمال حقهم كاملا فى المعاش، وفى حالات الإصابة أو المرض أو الوفاة إيمانا منها بأن الخوف المعنوى وبالخوف المادى يضعف العزيمة ويشل الإنتاج.

ثانيا: توفر شروط العمل المريح بإزالة عوامل الضجيج والملل والتعب

ثالثا: عاملان اجتماعيان بارزان:

أ - الوئام مع رفاق العمل

ب - حسن اختيار رئيس العمل أو المشرف على العمل

فالإنتاج وتحقيق الأمن من مكان العمل، يتوقفان على حد بعيد على نوع العلاقة السائدة بين العمال ورؤسائهم.

رابعا: ممارسة هواية فى وقت الفراغ:

ينبغى أن يكون لكل لفرد هواية، بل هوايات يتوافر بها اهتمامه وإن أعظم هذه الهوايات هو القراءة وتعود الدراسة، لأنها هى الهواية الباقية إلى سن الشيخوخة وهى فى ظاهرها هواية واحدة، ولكنها فى صميمها جملة هوايات لأن الذى يعشق الدراسة يجد نفسه مشغولا بألوان مختلفة من الاهتمامات:

- يقرأ الجريدة والمجلة ويناقش السياسة. وقد يكافح لمذهب منها.
- كما يقرأ الكتب ويقتنيها. ويضع المشروعات لدراسات جديدة. فيتجدد بذلك ثبات ذهنه، وتتسع أفاقه العملية والأدبية.

ومثل هذا الشخص لن يسأم فراغه.

ويضاف إلى نشاط القراءة، يستغل وقت الفراغ فى أنشطة أخرى مثل:

ممارسة الألعاب الرياضية والنشاط الاجتماعى المثمر، وبذلك تتحول الطاقة لمصلحة الفرد والمصلحة العامة... فيعود الموظف إلى عمله بعد الإجازة الأسبوعية أو السنوية وهو أكثر نشاط وحيوية، حتى يقبل على عمله بروح جديدة مرتاح البدن، هادئ النفس. وبذلك يمكنه أن يحقق لنفسه النجاح فى الحياة.

***