

## الفصل الثالث عشر

### تغيير المزاج تيسيراً للتعلم

للنجاح في أي شيء - ومن ضمن ذلك فن التعلم - أنت بحاجة إلى امتلاك المزاج المناسب لتصل به إلى نهايته. ثمة اثنان من الأنماط الفعلية للمزاج لهما علاقة بالنجاح والإخفاق، وهذان النمطان هما مزاج الثبات ومزاج النمو، ومثلما هو متوقع فإن مزاج النمو هو الذي يجب أن تستهدف التحلي به.

في مزاج الثبات، تعتقد أن القابلية محدودة وأنك لست أهلاً لتحقيق أحلامك، وبنظرك فإن النجوم - نجوم المسرح، والسينما، والإعلام - وُلدوا نجومًا لا أنهم صُنِعوا، وأنهم متمتعون بنعمة لا تتمتع أنت بها ببساطة. غير أن عليك أن تعلم أنك مخطئ في رأيك هذا؛ فأنت تستطيع تحقيق جُل الأشياء التي ترغب فيها، ومن بينها من التقدم في التعلم، شرط التحول إلى امتلاك مزاج النمو.

فمزاج النمو هذا يعرض نوعًا من الحاجة - اجعلها رغبة فعلية - إلى التعلم والتحسين. لست ملزمًا بأن تكون الأفضل الآن، غير أنك تشعر حقًا بأن عليك أن تسعى من أجل أن تصبح الأفضل في وقت ما مستقبلاً، وتعرف

أنك قادر على ذلك، وإن كنت مدركاً أنك لست جاهزاً للأمر بعد؛ إنها نظرة إيجابية مشجعة على التعلم والتحسين الذاتي. وإذا لم تتمخض الأمور عما يحلم به مدمنو التأمل، فإنهم لا يرون ذلك إخفاقاً، فهذه ليست خيبة بل تجربة تعلمٌ تطويرية.

ليست الأخطاء سوى خطوات على طريق النجاح، خطوات تعلمك كيف تتحسن؛ ليس ثمة أي شيء اسمه إخفاق، وإن لم يكن صاحب مزاج النمو بعيداً عن الواقع بما يبقيه مؤمناً بأنه قادر على فعل كل شيء يستهدف فعله بالمطلق؛ لعل الأرجح هو أنها مسألة إيمان بما لديك من طاقة، وبقوة التفكير الإيجابي.

### تعرفْ مزاجَ الثباتِ عندك

قد تظن، إذا كنت صاحب مزاج ثابت، أنك كنت تستطيع إنجاز ما هو أفضل لو كنت متمتعاً بالمزيد من المواهب، ومن الموارد، ومن الوقت، أو غيرها، وقد ترى أنه لا جدوى من المحاولة؛ لأن من المحتمل أن تخفق على أي حال، ولذلك فمن الأفضل عدم المحاولة من البداية. والتحديات بالنسبة إليك عقبات لا فرص نمو للشخص، أو بناء على إنجازات سابقة، ولا تبذل أي جهد إضافي؛ لأنك لا ترى أنك ذلك النمط المصنوع للنجاح أو المحظوظ به من الأشخاص. هذه جميعاً أفكار سلبية، وهي تقف في طريقك وتعطّلك؛ لذا لا بد لك من التصدي لهذه الأفكار السلبية بأفكار أكثر إيجابية إذا أردت أن تتجح في التعلم، بل في أي شيء في الحياة بالفعل.

كلما وجدت نفسك دائماً على اختلاق الأعذار للإخفاق، سارع إلى وقف ذلك النمط من التفكير، واقبله إلى ما هو أكثر اتصافاً بالإيجابية. وإلى أن تتحرر من هذا المزاج الثابت أو الجامد، ستبقى عاجزاً عن بلوغ الأهداف التعليمية التي ترنو إليها.

### تطوير مزاج النمو

ممكن كلياً التحول من مزاج ثبات إلى مزاج نمو؛ لأن كلاً من مقولات مزاج الثبات مقولة تتصدى لها مقولة منتمية إلى مزاج النمو، وأول ما يتعين عليك فعله هو شطب الكلمات السلبية مثل (إخفاق) من معجم مفرداتك.

من المعروف أن توماس أديسون قال: «لقد أخفقت، غير أنني عثرت على عشرة آلاف طريقة مخفقة»، ولا أحد يستطيع أن يشكك بنجاحه، وثمة قول آخر غير منسوب هو: «من لم يقترف أي خطأ، لم يقم بأي عمل»، حاول إذن أن تعيد تسمية الإخفاقات واجعلها درجات سُلِّم صاعد إلى النجاح؛ عانق التحديات، واستقبل النقد بصدر رحب، وضع النكسات في خزانة عقبات ضرورية على الطريق، بدلاً من عدّها أموراً مكلفة باختبارك؛ لأن الأمر لا يتعلق بك في النهاية؛ إنه أسلوبك في النظر إلى الحياة والتعامل معها. من شأن مزاج النمو أن يسلكك بما تتصدى به للتحديات المقبلة، في حين أنه من شأن مزاج الثبات أن يصر على دفعك إلى تجنب التحديات كلياً.

أصحاب الأمزجة الثابتة شديداً الإصرار على استعراض نقاط قوتهم ومواهبهم بما يدفعهم إلى الاستخفاف الكامل بعملية التعلم التي من

شأنها- شرط تبنيتها والإفادة منها- أن تغني تلك المواهب، فهؤلاء يرون النقد ازدراء شخصياً، ويميلون إلى تجاهله، أما نجاح الآخرين فبرهان على أن أناساً معينين يستطيعون أن ينجحوا، في حين أن على آخرين أن يعرفوا حدودهم؛ لعل الأمر كله بالغ السلبية وهزيمة للذات، ولا يفضي إلى النجاح في التعلم، أو في أي شيء آخر بالمناسبة.

بالمقابل، يبقى أصحاب أمزجة النمو مركّزين في تعلم أشياء جديدة وتطوير مهارات طازجة، وهم يقدرّون النقد، بل ويرحبون به؛ لأنهم يرونه تغذية راجعة قيّمة ستساعدهم على أن يكونوا أكثر نجاحاً في المستقبل، أما نجاح الآخرين فيلهمهم ويدفعهم إلى بذل جهود أكبر؛ لأنهم يرون قدرة الآخرين على تحقيق النجاح دليلاً على أنهم قادرون؛ إنه التفكير الإيجابي في أفضل تجلياته، وهو ثوب مفصل للنجاح.

