



## گفتگو با دکتر حسین اعرابی مدیرعامل مکتب پناه و عضو هیات مدیره انجمن مدیریت ایران: مدیریت بر خویشتن کلید موفقیت و محبوبیت

در دنیای امروز آموزش مهارت‌های زندگی با هدف دستیابی به توانمندی‌های بیشتر و رسیدن به خلاقیت و رضایت خاطر، که عامل اصلی احساس خوشبختی است، از اهمیت خاصی برخوردار است. به گونه‌ای که حتی سازمان ملل متحد به کشورهای عضو برای اجرای جدی آن در تمام سطوح جامعه تاکید و بر آن پافشاری می‌نماید. از طرفی تجربیات جهانی نشان می‌دهد که سیستم آموزشی رسمی کشورها هرگز قادر نیست به تنهایی چنین آموزش‌هایی را به صورت فراگیر برای تمام سطوح مورد نظر تحت پوشش قرار دهد. بنابراین آموزش‌های غیررسمی توسط سازمان‌های غیر دولتی یا N.G.O.ها اهمیت ویژه‌ای می‌یابد. در همین راستا جهت آگاهی از فعالیت‌های مکتب پناه در زمینه ترویج روانشناسی کاربردی و آموزش مهارت‌های زندگی، با دکتر حسین اعرابی مدیرعامل مکتب پناه و عضو هیات مدیره انجمن مدیریت ایران گفتگوی کوتاهی داشته‌ایم، که در زیر می‌خوانید.

احساسات، هیجانات و رفتارها و روابط خود را کنترل کنم. این گونه افراد می‌توانند بدون احساس حقارت و عناد به خود و یا خودشیفتگی و خودفریبی به این سوالات درباره خودشان به درستی پاسخ دهند؛ من کیستم؟ ماهیت طبع من چیست؟ چه ویژگی‌ها و چه توانمندی‌هایی در وجود من نهفته است؟ و چگونه می‌توانم آنها را پرورش دهم و تکامل بخشم؟ چگونه باید با کسب و جلب رضایت دو جانبه، با دیگران سازگاری و زندگی کنم؟ چگونه باید با محیط پیرامونم پیوند و رابطه داشته باشم که آسیبی به هیچ یک وارد نشود؟ به طور کلی در این دوره انواع مهارت‌های لازم برای مدیریت بر خویشتن و سازگاری با دیگران و انطباق با محیط مورد بحث و بررسی قرار خواهد گرفت.

■ پاسخ به این سوالات در چه سطحی از نظر علمی مطرح خواهد شد؟  
□ با توجه به قدمت این دوره‌ها و سطح علمی شرکت کنندگان، که بعضاً خود مدرسان خودشناسی و مدیران گروه‌های داوطلب مردمی هستند و در سطحی بالا از نظر دانش و بینش و فراست قرار دارند، طبعاً موضوعات مورد بحث فراتر از مطالب اولیه مرتبط با محسوسات و مشهودات رفتاری خواهد بود و به مراحل بالاتر که با عوامل و محرک‌های درونی و ضمیر ناخود آگاه که انسان را به مرحله‌ای از کشف و شهود عرفانی و دید باطن می‌رساند، خواهد پرداخت. به طور کلی هدف این دوره‌های آموزشی، بهتری نسبت به شرایط خودمان است نه برتری جویی نسبت به دیگران، به عبارت دیگر مدیریت بر خویشتن، مسابقه فرد با خود اوست نه رقابت با دیگران.

■ علاقمندان برای استفاده از این مباحث چه شرایطی را باید داشته باشند و چگونه می‌توانند با مکتب پناه تماس بگیرند؟  
□ دوره‌های خاص، شرکت کنندگان خاصی را می‌طلبد که بتوانند از مطالب آن بهره‌گیری نمایند. طبعاً در این زمینه کسانی که دوره‌های قبلی را گذرانده‌اند در اولویت خواهند بود. و در صورت وجود محل از بقیه علاقمندان با توجه به میزان سوابق علمی و تلاش آنها در زمینه روانشناسی عملی و خودشناسی و فعالیتشان در تشکل‌های داوطلب مردمی (N.G.O.ها) پس از اعلام آمادگی دعوت به عمل خواهد آمد. ■

■ قبل از سوال اصلی در مورد طرح دوره آموزشی جدید، ممکن است در مورد فعالیت‌های یک سال گذشته مکتب پناه توضیحی بفرمائید؟

□ مکتب پناه علاوه بر فعالیت‌های عادی و جاری در زمینه خودشناسی و مشارکت در برگزاری همایش‌های مختلف و متنوع فرهنگی، که حتی در تعدادی از شهرستان‌ها و مراکز استان‌ها برگزار شده، در زمینه فعالیت کارشناسی در برنامه‌های صدا و سیما، حضوری پیگیر داشته که از جمله می‌توان از برنامه‌های هفتگی درسایه سپیدار و در گذر نوجوانی در رادیو فرهنگ و برنامه آینه روزگار در رادیو سلامت و همچنین ارائه طرح‌هایی به رادیوی در شرف تاسیس خانواده نام برد. در زمینه انتشارات نیز کتاب‌های رموز روانی مدیریت و اصول مدیریت تشکل‌های داوطلب مردمی چاپ و منتشر گردیده است، که کتاب اخیر می‌تواند عامل موثری برای گسترش این تشکل‌ها به شمار آید. علاوه بر این‌ها دو کتاب مرجع و پایه‌ای مکتب پناه یعنی باورد درمانی و روانکاو که از برجسته‌ترین آثار استاد ابراهیم خواجه‌نوری هستند با تجدید نظر کلی در دست چاپ می‌باشند که امیدواریم به زودی در اختیار علاقمندان به خودشناسی و روانشناسی کاربردی قرار گیرد. کتاب‌های دیگری مانند آموزش مهارت‌های زندگی بر مبنای تکنیک‌های روانشناسی عملی مکتب پناه، زدودن سموم روانی و مدیریت خانواده نیز در نوبت چاپ قرار دارند، که احتمالاً در ماه‌های آینده منتشر خواهند شد.

■ دوره آموزشی جدید مکتب پناه تحت چه عنوان و با چه جزئیاتی طراحی گردیده است؟

□ امسال هشتمین دوره آموزشی سالیانه ما با نام «مدیریت بر خویشتن، کلید موفقیت و محبوبیت» به علاقمندان عرضه خواهد شد. می‌دانیم مدیریت بر خویشتن، مرحله‌ای بسیار ارزشمند و والا در خودشناسی است. موقعیتی که می‌توان آن را ویژه‌نخبگانی دانست، که می‌توانند حاکم بر نفس سرکش خویش باشند مثلاً ما در متون باقیمانده از دوره هخامنشی می‌بینیم که داریوش هخامنشی در توصیف خودش (که رسم آن زمان بوده) می‌گوید: «... و من بر نفس خویش سخت فرمانروا هستم» که معنی آن این است که می‌توانم،