



## نگاهی به اهمیت رضایت شغلی

# آنچه که هستیم

## آنچه که باید ...

سروناز بهبهانی .

ساعت ۶ بعد از ظهر است. در اتاق کارش نشسته. فاکتورهای خرید و فروش روی میز تلنبار شده و از کنار پنجره‌ی نیمه باز به دور دست‌ها خیره می‌شود. نگاهش در آسمان آبی می‌رقصد و با عبور پرندۀ اسپید پرواز می‌کند به سال‌هایی دور. یادش می‌آید که از همان آغاز کودکی تمام زیبایی‌ها را خلاصه در مداد رنگی‌هایش می‌دید. در سال‌های دبستان حاشیه‌ی دفتر مشقش را با تصویر گل و درخت و پرندۀ تزیین می‌کرد؛ بیشتر از هر چیز عکس‌های کتاب فارسی را دوست داشت و در دوران دبیرستان هر چند زنگ هنر، زنگ تفریح به حساب می‌آمد، اما برای او فرصتی بود تا دوباره به سرزمین رنگی کودکی‌اش برگردد.

بسیار باهوش بود و آن قدر مستعد و زرنگ که نه تنها خانواده بلکه مسئولین مدرسه نیز برای کسب رتبه‌های برتر کنکور روی او حساب می‌کردند. تمام توجهش به درس بود و درس و درس. طنین صدای اطرافیان مدام در گوشش تکرار می‌شد: "تو دانش‌آموز برجسته‌ای هستی، تو شایسته‌ی بهترین‌هایی، همه باید از تو یاد بگیرند." اما هیچ وقت نمی‌فهمید شایسته بودن برایش چه مفهومی دارد. اصلاً فرصتی برای فکر کردن نبود، به خود قبولانده بود موفقیت، ارزش، ادای دین به زحمات پدر و مادر و انسانی مفید بودن یعنی قبولی در یکی از رشته‌های مهندسی دانشگاه با رتبه‌ی عالی و در نهایت کسب شغلی با درآمد خوب و موفقیت اجتماعی ایده‌آل. همین طور هم شد؛ نفر ۲۵ کنکور سراسری و دانشجوی رشته‌ی مهندسی. همه به او افتخار می‌کردند. سال‌های دانشگاه را هم تا مقطع دکترا با معدل عالی پشت سر گذاشت و سپس با وجود این همه کمبود فرصت‌های شغلی در جامعه، چندین شرکت معتبر برای استخدامش سر و دست می‌شکستند. در نهایت به عنوان مدیر بخشی از یک اداره مشغول به کار شد و چند سال بعد با یک دختر خانم فارغ‌التحصیل دانشگاه صنعتی شریف ازدواج کرد. باز هم همه به او آفرین می‌گفتند چرا که کسی با موفقیت او باید هم با فردی هم‌ترازش ازدواج می‌کرد و حالا هم به عنوان مدیر عامل یک شرکت معتبر ساختمانی با درآمدی قابل توجه خیلی‌ها به زندگی‌اش غبطه می‌خورند. تازه چند ماه دیگر پدر هم خواهد شد. اما حالا که در گوشه اتاق کارش فرصتی برای فکر کردن پیدا کرده بود، می‌دید که خیلی هم احساس خوشبختی

نمی‌کند؛ حس عجیبی داشت چه کسی باور می‌کند فردی با موقعیت او و تا این حد موفق، احساس رضایت و خوشبختی نکند! اما او امروز می‌دانست که از نظر دیگران موفق شاید، اما راضی نیست...

ناگهان باد ملایمی وزید و پرده با تکان کوچکی صورتش را نوازش کرد، به خود آمد، نگاهی به اطرافش انداخت؛ چه گل‌های نارنجی زیبایی در لیوان کوچک روی میز به او لبخند می‌زد. بی‌اختیار به طرف میز رفت. مداد را برداشت و پشت فاکتورهای فروش، لیوانی با گل‌های نارنجی کشید...

شاید شما نیز تاکنون با موارد بسیاری از این دست مواجه شده باشید. افرادی که به زعم خانواده، دوستان و اجتماع، افرادی موفق به حساب می‌آیند اما از شرایطشان رضایت ندارند. البته بسیاری از افرادی که حتی فرصتی برای فکر کردن به آنچه که می‌خواستند می‌خواهند نداشته‌تن سپرده به مسیر آب آنچه را که برایشان رقم می‌خورد پذیرفته‌اند. اما همین افراد نیز ممکن است تحت تأثیر یک اتفاق یا رخداد عاطفی، اجتماعی به یک‌باره متوجه شوند که می‌توانستند در جایی غیر از این که امروز هستند وجود داشته باشند و چه بسا به تجربه‌ای شادتر و حقیقی‌تر از زندگی نایل می‌شدند. حتی گاهی در لحظه‌ی مرگ یکی از عزیزان ممکن است با خود فکر کنیم که چقدر زمان را برای او بودن و انجام دادن کارهایی که می‌خواست از دست داده‌ایم و اصولاً بر همین اساس است که اکثر مردم در هنگام مرگ احساس می‌کنند که حالا می‌دانند چه می‌خواهند و هیچ وقت آرزو نمی‌کنند که ای کاش مثلاً ساعات بیشتری را در محل کارشان می‌گذرانید.

در بسیاری از موارد نیز بحران‌های شغلی، فیزیکی و رابطه‌ای ممکن است ما را به این هشپاری برساند که بی‌جهت و قمتان را به کارهایی اختصاص داده‌ایم که با مهمترین جنبه‌هایی از زندگی که همواره به جست‌وجوی خود بوده‌ایم و آنچه که در اولویت زندگی‌مان قرار دارد تطبیق ندارند.

اما مسئله‌ی قابل تامل این است که در آن لحظات کمتر پیش می‌آید در صدد التیام زخم‌های کهنه‌ی ناشی از درست ندیدن‌هایمان برآییم؛ بلکه مثل همیشه به بستن روی زخم‌ها و تسکین موقت آن با توجیهات خوش‌آهنگ بسنده می‌کنیم. اما آنچه که مهم‌تر از همه به نظر می‌رسد این است که پیش از رسیدن به این مراحل باید درست فکر کنیم تا در زندگی

مسیری را برگزینیم که بتوانیم بهترین استفاده را از توانایی‌ها و زمان خود ببریم و به یاد داشته باشیم که ما در انتخاب نتیجه و عواقب اعمالمان آزاد نیستیم زیرا نتیجه و عکس‌العمل‌ها تنها در حیطه‌ی اختیارات ما نیست بلکه پدیده‌های طبیعی، کائنات و شرایطی خارج از اختیارات فردی ما نیز بر نتیجه‌ی اعمالمان تأثیرگذار خواهد بود؛ در حالی که ما در انتخاب اعمال و شیوه‌ی زندگی و انجام مسایل مختلف خود آزاد هستیم و این موهبت بزرگی است.

هستند کسانی که موفقیت خود را در معیارهایی همچون ثروت، پیشرفت در کار، تحصیل و موقعیت اجتماعی ترسیم می‌کنند، اما وقتی که با زحمات و مشقات فراوان به این نقطه می‌رسند، حس می‌کنند که این شرایط آن موفقیت و رضایتی را که انتظارش را می‌کشیدند برایشان در پی نداشته است و آن زمان است که دچار یاس و سرخوردگی می‌شوند. مثل کسی که با زحمت فراوان هزینه‌ها و شرایط سفری ویژه را فراهم می‌کند و با پشت سر گذاشتن مراحل مثل (کنکور، مدرک، شغل، پول و...) که می‌توانیم آنها را به مقدمات سفر تشبیه کنیم سوار بر ماشین لوکس موقعیت حرکت می‌کند؛ اما وقتی که به مقصد می‌رسد متوجه می‌شود که با وجود اینکه با دقت، سرعت و به بهترین شیوه رانندگی کرده اما راه را اشتباه آمده و جایی که در آن پیاده شده مقصد مورد نظرش نیست. در نظر بگیرد چه شرایط ناگواری است. شاید این که ما چقدر کارهایمان را درست انجام می‌دهیم به اندازه‌ی این اهمیت نداشته باشد که مشغول انجام دادن کاری باشیم که درست است و خوب انجام دادن کارها و مسئولیت‌ها اگر چه خوب است اما انتخاب و فهمیدن اینکه چه کاری برایمان مناسب است شاید بتواند موجب شود که ما بهترین باشیم. پس باید پیش از هر چیز، خود، توانایی‌ها و خواسته‌هایمان را بشناسیم. به خودمان دروغ نگوئیم و شرایط را برای انجام آنچه که مهمترین هدف در زندگی‌مان است مهیا نماییم. فراموش نکنیم که هر چه فاصله‌ی میان آنچه را که عمیقاً برایمان اهمیت دارد و می‌خواهیم، با آن شرایطی که داریم لحظه‌هایمان را می‌گذرانیم، کمتر کنیم، شادتر بوده و آرامش خواهیم داشت. آنگاه یقین بدانید که حتی در سخت‌ترین شرایط هم احساس رضایت و خوشبختی خواهید کرد چرا که یاری و حضور خود حقیقی‌تان را به همراه دارید و این یعنی شما تنها نیستید و با تمام توانی که دارید و هستید، آنچه را که می‌خواهید دنبال می‌کنید.