

ساده باشند یا واقعیت‌ها را نینند. در واقع، افراد مثبت‌نگر می‌دانند، موفقیت مسیر پرپیچ و خمی دارد و در این مسیر طبیعی موانع و شکست وجود دارند. اما آن‌ها به توانمندی‌های خودشان و افرادی که از آن‌ها کمک می‌گیرند ایمان دارند و باور دارند که از پس مشکلات برمی‌آیند. پس این افراد مشکلات و حتی شکست‌ها را هم می‌بینند. اما نکته آنجاست که در برابر آن‌ها تسلیم نمی‌شوند. اولین فایدهٔ این نوع نگرش مثبت، کم کردن

چگونه می‌شود افراد در زمان بروز تعارض و بگومگو و بیان انتقادات نسبت به همدیگر، نه تنها ناراحت نشوند، بلکه این فرصت را برای رشد خودشان خوب ببینند و از آن استفاده کنند؟ شاید بتوان گفت، مهم‌ترین باعث و بانی این اتفاق زیبا در محیط کسب‌وکار، نگرش مثبت افراد است.

نگرش مثبت یعنی افراد اطلاعات مغزی‌شان و اتفاقات اطراف را با ذهنیت خوش‌بینانه بنگرند و پردازش کنند. اما این سخن به معنی نیست که

مدیر خودمان شویم



فشار روانی خودتان و محیط کارتان است. به این ترتیب، دیگر شکست و مشکلات در شما فشار روانی و ترس ایجاد نمی‌کنند، بلکه شما با نگرش مثبت، عبور از مشکلات را ملکه ذهنانتان کرده‌اید و این باعث می‌شود سطح فشار روانی پایین بیاید و این به‌خصوص در محیط‌های کاری که سطح فشار روانی بالایی دارند، بسیار مفید است.

این کم‌شدن فشار روانی فایده دوم را رقم می‌زند. بهره‌وری افراد بیشتر می‌شود. فشار روانی که از ذهن برداشته می‌شود، فرصت تمرکز پیش می‌آید و این باعث به وجد آمدن ذهن می‌شود و در بهترین حالت ممکن کار می‌کند. این افزایش تمرکز، به‌طور طبیعی بهره‌وری کارتان را زیاد می‌کند.

شما و کارمندانان با داشتن نگرش مثبت می‌توانید مسائل را هم راحت‌تر حل کنید. در واقع، قدرت حل مسئله در شما زیادتر می‌شود. از سوی دیگر با نگرش مثبت می‌توانید مهارت‌های لازم کاری یا فردی را راحت‌تر و سریع‌تر یاد بگیرید. نگرش مثبت در محیط کار ذهن فرد را باز و به او کمک می‌کند از همکاران خود بیاموزد و از طریق برنامه‌های آموزش رسمی نیز مهارت‌های جدیدی کسب کند. علاوه بر این، نگرش مثبت به شما کمک می‌کند برای امتحان کردن چیزهای جدید، انگیزه و تمایل بیشتری داشته باشید، چون مطمئن هستید توانایی یادگیری مهارت جدید را دارید. بنابراین، از فرصت‌هایی مانند برنامه‌های ارتقای شغلی یا برنامه‌های آموزشی، به بهترین شکل استفاده خواهید کرد.

حالا تصور کنید فشار روانی ناشی از نگرش منفی بر قضاوت‌های شما در محیط کار تأثیر نگذارد. باز هم به‌طور طبیعی تصمیم‌گیری‌های بهتری خواهید داشت و از اینکه تصمیم درست خواهید گرفت، اطمینان بیشتری در خودتان احساس می‌کنید. این مثبت‌اندیشی می‌تواند روی تعاملات شما با دیگران نیز تأثیر مثبت بگذارد. بیشتر افراد تمایل دارند در محیط‌های کاری با افراد دارای ذهن مثبت

ارتباط برقرار کنند و از افراد بدبین و منفی‌باف دوری می‌کنند. این اتفاق باعث می‌شود در محیط کاری با افراد زیادی به‌سرعت ارتباط برقرار کنید. ثمره این ارتباطات آن است که در محیط کار راحت‌تر شبکه می‌شوید و راحت‌تر با هم کار گروهی خواهید کرد. پس مثبت‌اندیش بودن شما می‌تواند در محیط کار به‌سرعت شما را با افراد زیادی آشنا کند که از فکر و مسیر شما حمایت کنند.

همان‌طور که در ابتدای نوشته گفته شد، این ذهنیت می‌تواند تعارض‌ها را بسیار آموخته کند. بارها دیده‌ایم، بیان انتقادات نسبت به افراد، باعث ایجاد دلخوری و ناراحتی میان آن‌ها می‌شود و تعارض هم باعث شکسته‌شدن انسجام افراد درون کسب‌وکار شده است. افراد مثبت‌اندیش انتقادات را فرصت یادگیری می‌دانند.

آن‌ها نسبت به فرد مقابلشان احساس بدی ندارند و انتقاد او را برای تکمیل خودشان کمک‌کننده می‌دانند. از طرف دیگر، قرار نیست همه افراد همیشه با شما موافق باشند. حالا شما با این واقعیت چگونه روبه‌رو می‌شوید؟ می‌خواهید شب و روز دنبال جلب رضایت همه افراد دور و بر و همکارانتان باشید؟ کار عاقلانه‌ای است؟! اصلاً شدنی است؟! پاسخ هر دو سؤال خیر است. پس باید این مسئله را در ذهن خود حل کنید که پیش‌آمدن اختلاف‌نظر و مخالفت افراد در زندگی و کار اتفاقی طبیعی خواهد بود. پس بهتر است در این مواقع تبدیل شویم به گوش شنوا برای شنیدن حرف‌های افرادی که با ما تعارض دارند. این کار افراد مثبت‌اندیش است.

ما نمی‌توانیم ادعا کنیم انسان کاملی هستیم و هیچ و عیب و نقصی نداریم یا به روش‌ها و پیشنهادهای و کسب‌وکارمان هیچ انتقادی وارد نیست، مهم آن است که با برطرف کردن نقاط ضعف، بهترین خودمان شویم. و بهترین راه برای این کار، گوش دادن به افرادی است که با آن‌ها تعارض داریم. این یعنی مثبت‌اندیشیم و تعارض‌ها را به فرصت تبدیل کرده‌ایم.

