



سلام زندگی | شماره سوم- مرداد ۹۵

موضوع این شماره:

# شغل، حرفه یا رسالت؟



آنها شغل‌هایی را ترجیح می‌دهند که زندگی شخصی‌شان را به هم نریزد. احتمالاً این افراد با محیط کاری و وظایف خود در محیط کار ارتباط کمتری برقرار می‌کنند. در واقع برای این افراد، شغل یک نیاز ضروری در زندگی است.



نگرش نسبت به کار می‌تواند تأثیر مستقیمی بر رضایت از شغل داشته باشد. روانشناسان سه نوع نگرش یا جهت‌گیری به شغل را شناسایی کرده‌اند. ببینید کدام جهت‌گیری با نگرش شما نسبت به کار تناسب بیشتری دارد.

## ■ جهت‌گیری "حرفه‌ای":

فردی که جهت‌گیری حرفه‌ای دارد، به احتمال زیاد تمرکز بیشتری بر موفقیت و مقام دارد.

چنین فردی به توانایی و پیشرفت در حرفه‌ی خود، رسیدن به سمت‌های بالاتر و پیدا کردن جایگاه اجتماعی مرتبط با حرفه‌ی خود علاقه‌مند است.

مشاغلى که «نرdban» ترقی واضحی دارند، برای افراد دارای جهت‌گیری حرفه‌ای جذاب‌تر می‌باشند.

## ■ جهت‌گیری "شغل":

افرادی که در این طبقه قرار می‌گیرند، شغل‌شان را به عنوان ابزاری برای رسیدن به یک هدف می‌دانند. آنها کار می‌کنند تا حقوق و مزايا دریافت کنند و از این طریق به اهداف خانوادگی و تفریحی خود برسند.



شاید مایل باشید که جهت‌گیری خود را از شغل و حرفه به رسالت تغییر دهید. برای این کار چند توصیه را مطرح می‌کنیم:

شرح وظایف خود را بازنویسی کنید.  
از خودتان بپرسید:

چگونه می‌توانید شغل تان را به شکلی توصیف کنید که فرد دیگری که توصیف شمارا می‌شنود، از کار خود بیرون بیاید و بخواهد شغل شمارا بذند!

در کار خود چه تأثیری بر دیگران می‌گذارد؟  
اگر شما این کار را انجام نمی‌دادید چه تأثیر منفی بر سازمان و جامعه می‌گذاشت؟

نام سمت‌هارا عوض کنید:  
اگر عنوان شغلی شما اپراتور باشد چه احساسی دارید؟ آیا این عنوان گرم، دوستانه و امیدوارکننده است؟ احتمالاً نه. اگر شرکت عنوان شغل شمارا تغییر نمی‌دهد می‌توانید عنوان شغلی درونی خودتان را تغییر دهید. از این به بعد، خودتان را با عنوانی بنامید که می‌خواهید. شما همان چیزی هستید که به خودتان می‌گویید. عنوان شغلی و شرح وظایف جدیدی که نوشته‌اید را هر روز مرور کنید.

هدف شغل خود را بیابید:  
آیا ممکن است شغل شما یک هدف پنهانی داشته باشد که تا به حال کشف نکرده‌اید؟ شاید هدف واقعی شغل شما راهنمایی نوجوانان یا ایجاد ارتباط خوب با مراجعین است. یا شاید هدف واقعی شغل شما فراگیری مهارت‌هایی است که در زندگی از آن‌ها استفاده خواهید کرد. شما همین جایی که الان نشسته‌اید می‌توانید هدف‌های پنهانی را بیابید.  
پس شغل خود را رسالت خود کنید.

امیرعلی مازندرانی  
دکترای روانشناسی و مشاور شغلی

## بیایید نگرش یک دستیار اجرایی را در سه جهت‌گیری مختلف مثال بزنیم:

دستیار اجرایی مذکور ممکن است با این روحیه به کار خود نگاه کند:

● «من اینجا کار می‌کنم چون تنها کاری که برایم وجود داشت همین بود. کار خوبی است، اما زندگی ام نیست. من الان به زندگی خانوادگی ام بیشتر علاقه دارم.»

● یا ممکن است این گونه به کار خود بیاندیشد: «خیلی دلم می‌خواهد که پیشرفت کنم. این قدر کار می‌کنم تا مدیرعامل شوم. من دفتر طبقه بالا را دوست دارم. دلم می‌خواهد دیگران را در این سازمان دارای نفوذ و قدرت بدانند.»

● یا این دستیار اجرایی اگر جهت‌گیری رسالت داشته باشد احتمالاً می‌گوید:

● «موجب افتخار من است که مشکلات مشتریان را حتی قبل از این‌که به میز ناظر برسد، حل می‌کنم. من خودم را عنصری اساسی در موفقیت شرکت مان می‌دانم و از درگیری‌هایی که هر روز در این کار دارم لذت می‌برم.»

## به نظر تان جهت‌گیری شغلی شما در کدام طبقه قرار می‌گیرد؟

وقتی بدانید جهت‌گیری تان نسبت به کار چگونه است، راهی می‌یابید تا به خودتان انگیزه بدهید یا موقعیت و شرایط کار خود را متناسب با روحیه خود تنظیم کنید. این کار همچنین به شما کمک می‌کند تا بفهمید چه نوع کارهایی برایتان مناسب‌تر است. همچنین حالا می‌توانید بفهمید چرا همکاران شما نگاه متفاوتی به یک شرایط شغلی مشابه دارند و اگر مدیر یا رئیس یک قسمت هستید، می‌توانید بفهمید جهت‌گیری کارکنان چگونه است و با توجه به این دانش، روی آن‌ها تأثیر مناسبی بگذارید.

## ■ جهت‌گیری "رسالت":

افراد دارای جهت‌گیری رسالت معمولاً کار خود را بخشی از زندگی و هویت خود می‌دانند. کار کردن برای آن‌ها شکلی از ابراز وجود و ابزاری برای دست‌یابی به رضایت شخصی است.



اگرچه هیچ‌کدام از این جهت‌گیری‌ها درست یا غلط نیست، اما پژوهش‌ها نشان می‌دهد که افراد دارای جهت‌گیری رسالت، بیشتر احتمال دارد کار خود را معنادار بیابند و وظایف و روابط کاری خود را به شکلی تنظیم کنند که معنای بیشتری از آن‌ها به دست آورند. این افراد به‌طور کلی از کار و زندگی خود رضایت بیشتری دارند.