

نصائح للتعامل مع أخطاء العمل 8





بصفتك موظفاً محترفاً، قد تؤدي الأخطاء التي ترتكبها في مكان العمل إلى عواقب وخيمة، منها التأثير على نظرة الآخرين لأدائك، لكن غالباً ما تكمن المشكلة الحقيقية في الآثار النفسية الناتجة عن تلك الأخطاء، والتي قد تؤثر سلباً في ثقتك بنفسك وأدائك في عملك. وقد تتفاقم هذه المشكلة إذا لم يتم معالجتها، ما يجعلك تشك في قدراتك وتفقد الثقة في قرارات عملك، ما يؤثر في أدائك بشكل عام، وحتى لو لم يكن للخطأ الأساسي أي علاقة بمهاراتك

إن الأمر صعب، أليس كذلك؟ ولكن الخبر السار هو أن هناك الكثير من الطرق التي يمكنك من خلالها تجاوز الخطأ

الذي ارتكبته في العمل. وفي الواقع، كلما أسرع في التعافي، كلما شعرت بتحسن أكبر وأصبحت أكثر فاعلية في عملك. وفي هذا السياق يقدم لكم موقع «بيت دوت كوم» أهم الطرق للتعامل مع الأخطاء في العمل

1 - لا تسمح لمشاعرك بالسيطرة عليك

لا بأس في أن تشعر بالسوء حيال ارتكاب خطأ ما في العمل؛ حيث يمكنك الغضب، ولوم نفسك، وحتى البكاء؛ إذ إن الشعور بهذه المشاعر السلبية هو أمر طبيعي في مثل هذا الموقف. ولكن لا تسمح لتلك المشاعر بالسيطرة عليك؛ حيث عليك الاعتراف بها أولاً، ثم التخلص منها حتى لا تؤثر فيك وتكون عقبة أمام تقدمك المهني

2 - حاول التعافي من الخطأ في أسرع وقت ممكن

من المهم جداً إدراك حجم خطئك، لكن ارتكاب خطأ ما ليس نهاية العالم. ربما تختبر الآن شعوراً سيئاً، لكن في غضون عام، هل سيُلازمك هذا الشعور؟ لا على الأغلب، طالما أنك تسعى جاهداً لتدارك هذا الخطأ، فالمسألة ليست مصيرية وستُحل بسرعة

3 - ابحث عن وظيفة أخرى

إن الموظفين غير المنخرطين في وظائفهم هم أكثر عرضة بنسبة 60% لارتكاب الأخطاء مقارنة بزملائهم المنخرطين في عملهم. وقد يكون هذا الأمر نتيجة مرورك بمشكلة ما خارج العمل أثرت في مدى تركيزك على عملك. وإذا كان الأمر كذلك، عليك معالجة هذه المشكلة الخارجية. ومع ذلك، قد يكون هذا علامة على أن الوظيفة لا تناسبك. وإذا كان الأمر كذلك، فاعتبر هذا الخطأ كإشارة على أن الوقت قد حان للمضي قدماً في البحث عن وظيفة أخرى

4 - واجه أسوأ الاحتمالات

تتمثل إحدى طرق علاج الوسواس القهري في تشجيع المرضى على مواجهة السيناريو الأسوأ، وغالباً ما تكون هذه الطريقة مجدية كونك تكون مجبراً على مواجهة ما يمكن أن يحدث، وبالتالي التخلص من الخوف من المجهول. لنأخذ هذا السيناريو على سبيل المثال، لقد ارتكبت خطأ ما في العمل، هل من المحتمل طردك بسبب خطئك؟ على الأرجح لا. ولكن، إذا تم طردك، فهل ستحصل على وظيفة أخرى؟ نعم. هل ستنجح؟ نعم. لأن لديك الكثير لتقدمه، وخطأ واحد لا يُحد من قدراتك

5 - اعترف بأخطائك

إن إحدى أسوأ الأمور التي يمكنك القيام بها عندما ترتكب خطأ في العمل هي إنكار ذلك الخطأ. وسيضعك هذا في موقف سيئ حقاً، ومن المحتمل أن يدفع زملائك لتجنب العمل معك مرة أخرى. ولكن، ماذا إن ارتكبت خطأ بحق أحدهم، فكيف يمكنك تدارك هذا الخطأ؟ امتلك زمام الأمور واعتذر وقل إنك تعمل على إيجاد حل، أو أنك على دراية بذلك وستقوم بعمل أفضل في المرة القادمة. ليس هناك حاجة إلى أي شيء أكثر من ذلك

6 - تعلّم من أخطائك

إن إحدى أفضل الطرق للتعافي من الخطأ هي التعلّم منه، وذلك من خلال تحليل ما حدث وطرح الأسئلة التالية على

نفسك، هل احتجت إلى الكثير من الوقت لحل المشكلة؟ هل تغلبت عواطفك عليك؟ هل كنت غير منظم؟ إن الإجابة عن تلك الأسئلة سيسهم في منع حدوث هذا الخطأ مرة أخرى

اهتم بنفسك - 7

أن تقسو على نفسك بسبب خطأ ارتكبت، لن يساعدك على التعافي منه، فالإنسان بطبيعته معرض لارتكاب الأخطاء، ولا أحد مثالي. وقد يكون هذا الخطأ إشارة على أنك بحاجة إلى أن تهتم بنفسك أكثر في الآونة الأخيرة

هل تشعر بالإجهاد؟ هل تشعر بالإحباط قليلاً؟ إذا كان الجواب نعم، فقد حان الأوان لأخذ عطلة. ربما تحتاج إلى ممارسة بعض التأمل، أو تناول الطعام الصحي، أو زيارة الطبيب؛ إذ يوجد العديد من الطرق للاهتمام بنفسك أكثر. أن تتمتع بصحة نفسية وجسدية جيدة يعني أن تكون أفضل في وظيفتك وبعيداً كل البعد عن الأخطاء

تدارك الأخطاء عملياً - 8

بغض النظر عن سبب ارتكابك للخطأ، فإن الحقيقة هي أنك ارتكبت هذا الخطأ وتحتاج إلى الاعتراف أنك تسببت فيه. وإذا ارتكبت أخطاء متكررة في العمل، فمن المحتمل أن يتخذ صاحب العمل قراراً يهدد حياتك المهنية. لذا، إذا أردت أن تجعل الآخرين يعفون عن أخطائك، عليك إيجاد حلول عملية للمشكلة. فعلى سبيل المثال، إذا كنت فظاً مع أحد العملاء على الهاتف، لأنك تشعر بالإرهاق، فإن الإعراب عن الأسف للعميل وصاحب العمل لن يُجدي نفعاً في هذه الحالة؛ حيث إن خدمة العملاء المتميزة والتقييمات الجيدة والعمل بجد سيساعدك على معالجة هذا الخطأ

وفي النهاية، تذكر أن أخطائك لا تحدد من أنت، فأنت موظف محترف وواثق بنفسك ومؤهل ولديك القدرة على التعافي. ومن خلال اتباع النصائح أعلاه والاهتمام بنفسك أكثر، فإنه لا يمكنك فقط تجاوز خطئك؛ بل ويمكنك تحقيق الازدهار والنجاح في حياتك المهنية