

قراراتنا وسعادتنا وجودة الحياة

الكاتب



شيماء المرزوقي

يقال إن الحياة السعيدة عبارة عن القرارات التي تتخذها، كلما كانت قراراتك صحيحة، كانت حياتك مستقرة وسعيدة، وكلما كانت قراراتك خاطئة كان الفشل والإحباط، والحزن والكآبة، وبغض النظر عن مدى صحة مثل هذا القول، خاصة وهو يقتزن بالعمومية والشمولية، إلا أن القرارات في حياتنا واقع، ولا بد أن تقرر، وبعضها تكون مصيرية، ولا تقبل الخطأ، أو أن الخطأ فيها يكون كارثياً أو جسيماً.

والحقيقة أن حياتنا عبارة عن سلسلة من القرارات، التي تبدأ في سنوات مبكرة من عمرنا، صحيح أن في مراحل العمر الأولى تكون قراراتنا متواضعة وهامشية وبسيطة، لكنها بالنسبة لنا في تلك المرحلة مهمة جداً، عندما نقرر أي نوع من الحلوى سنشتري، نفكر بكل حواسنا، لأننا لا نريد الخطأ في شراء حلوى لا تعجبنا، عندها نسارع للاستعانة بكل خبراتنا المتواضعة، بل قد نسمع لتجارب ونصائح الآخرين، عندما يحثون على ترك هذه الحلوى لأن الشكولاتة فيها قليلة، واختيار الأخرى لأنها تتميز بأنها مغطاة تماماً بالشكولاتة، لكن، لا يبقى عند عتبة مثل هذه القرارات، لأننا نكبر، ومعنا تكبر تطلعاتنا وآمالنا، وأيضا طموحاتنا وأعمالنا، ومعها تكبر قراراتنا، وتصبح أكثر أهمية، بل قد تحدد مستقبلنا وقادم الأيام التي نعيشها، وتؤثر في جودة حياتنا وسعادتنا.

وكما جاء في كتاب: (لماذا تعتمد على الحظ؟ فن وعلم اتخاذ القرارات الصائبة)، من تأليف: أستاذ الفيزياء، والرئيس السابق لقسم الفيزياء في جامعة كاليفورنيا، البروفيسور هارولد دبليو لويس، حيث قال: «ما من مفر من اتخاذ القرارات. أحياناً نتخذ القرارات في غمرة لحظات السعادة، وأحياناً في غيرها، أحياناً في حياتنا المهنية أو العملية، وأحياناً في غيرها، أحياناً من أجل ربح أو تحقيق تقدّم، وأحياناً لأجل شيء آخر، أحياناً لأننا قرّرنا أنه قد حان الوقت لاتخاذ قرار، وأحياناً لأن اتخاذ القرار يُفرض علينا.

ومهما كانت الأسباب، فمن المنطقي أن نُؤدّي هذه المهمة بكفاءة بدلاً من الاعتماد على الحظ، ما يعني أن فهم الكيفية التي تُتخذ بها القرارات أمرٌ له جدواه» علينا كمربين ومعلمين وآباء وأمّهات، تعليم أطفالنا فنون اتخاذ القرارات، منذ

نعومة أظفارهم، أما نحن الكبار، فعلىنا إعادة التفكير وتنمية المعرفة بهذا المجال، لأن معظم مشاكلنا الحياتية، هي نتاج لقرارات تم اتخاذها سريعاً أو في لحظات مشحونة بالعاطفة، ولم تستند على الموضوعية

Shaima.author@hotmail.com

www.shaimaalmarzoqi.com

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024