



## به جای کلمه « ناکامی » از عبارت « تجربه آموزنده » استفاده کنید چون هر

### اتفاقی ، فرصتی برای یادگیری است

من با جوانان زیادی ملاقات کرده ام ، که پس از چند ماه مطالعه و تلاش ، موفق به پشت سر گذاشتن کنکور دانشگاه نشدند و از این واقعه به عنوان یک ناکامی یاد کرده اند. من همواره به آنان گفته ام که این واقعه یک شکست و ناکامی نیست بلکه ، یک تجربه «آموزنده» است که باید از آن نکات فراوانی فرا گرفت. این نوع نگرش اولاً باعث عدم تضعیف روحیه فرد شده و ثانیاً باعث می شود که از آنچه اتفاق افتاده به عنوان یک فرصت یادگیری بهره گیری کند. گاهی اوقات این دوستان می گویند که بهای این تجربه آموزنده بسیار گزاف بوده است ولی شما زمانی می توانید بگویید بهای چیزی گزاف است که این امکان فراهم باشد تا مورد مشابه آن را به بهای کمتر کسب نمایید. حال آیا درسی که شما از نتیجه این تلاش کسب کرده اید را می توان به طریقی دیگر به دست آورد ؟ پس بهای پرداخت شده کاملاً درست بوده چون چنین دانشی منحصر به فرد است.

پس از انجام هر کاری ، چه کاری که در انجام آن موفق بودید و چه کاری که تجربه ای آموزنده بوده ، از خود دو سوال بپرسید. اول این که « چه اقدامات درستی انجام دادم ؟ » و دوم این که « اگر بخواهم این کار را دوباره انجام دهم ، چه اقدامات متفاوتی انجام خواهم داد؟ » پاسخ به هر دو این سوالات برای شما انرژی بخش است چرا که پاسخ سوال اول ، مرور تصمیمات و اقدامات درست شماست که باعث ایجاد احساس رضایت شده ، انگیزه ای برای تقویت آنها خواهد شد و پاسخ سوال دوم آینده محور بوده و قوه تخیل و خلاقیت شما را به چالش گرفته و باعث جلوگیری از تکرار اشتباهات شما می شود.