Проблемът може да е предизвикателство

ОТ МАГДАЛЕНА НИКОЛОВА

Проблемите са ситуации на трудност и объркване. Те носят оттенък на негативно събитие. Проблемът притиска човек до стената, а това не е най-удачното място за решението му. От друга страна, предизвикателството вдъхновява и дава желание да се надскочат пречките по пътя към целите и мечтите. Предизвикателството има позитивен заряд и предполага креативност. Рационалното конструктивно мислене и фокусът върху ситуацията провокират раждането на идеи за решение на дадения казус. И от проблемите, и от предизвикателствата човек излиза с нови умения, знания и натрупан опит. Въпросът е дали пътят до целта ще бъде извървян с положителни емоции и дали процесът по генериране, анализ и оценка на възможните решения ще е приятен и вдъхновяващ за човек.

Проблеми или предизвикателства

Обстоятелствата в една ситуация са реалността пред човек. Те не са прости или сложни сами по себе си, но неговите възприятия ги правят такива. Вниманието може да е насочено в две посоки – в търсене на проблемите или в търсене на възможностите. Именно фокусът влияе пряко върху резултатите, които човек получава в живота си – той може да е бутан от дълбоки проблеми или воден от завладяващи предизвикателства. Очакванията за бъдещето, вярванията за вероятното и възможното оформят начина на възприемане и справяне с реалността. Колкото повече човек мисли за проблеми, толкова повече проблеми съзира около себе си

или по-лошо - изкуствено ги създава. Липсата на пари за даден проект за един мениджър може да се окаже предизвикателство за решаване, от което той да придобие нови умения, но за друг това може да се превърне в истински проблем, съпроводен от неприятни емоции и без очевидни изходи от ситуацията.

Сценарии

Веднъж след като ситуацията е налице и човек я е преценил като проблем или предизвикателство, умът му започва да генерира сценарии за развитието ѝ. Някои хора имат склонност да създават положителни сценарии, а други – възможно най-лошите такива. Лошият сценарий провокира песимистично настроение и понякога дори нежелание за справяне със ситуацията. Когато проблемът наистина се случи, човек е склонен да го възприеме като доказателство в подкрепа на по-нататъшни очаквания за отрицателни събития. Добрият сценарий ориентира мисленето към целите, настройва оптимистично и вдъхновява за действие. Клопката е, че често сценариите зависят от досегашния опит на човек. Позитивният опит провокира оптимистични сценарии. И тъй като сценарият има пряка връзка с избора на стратегия за действие, хората с подобно мислене се мотивират и преминават през предизвикателствата по пътя към целта с повече лекота.

Думите

Думите, използвани от един човек за описание на реалността, имат влияние върху същата тази реалност. Съществуват хора, способни да видят и опишат ситуацията такава, каквато наистина е в действителност. Този процес им помага да се абстрахират от емоциите, съпровождащи конкретния казус, и да подходят проактивно към намиране на изход. Те притежават умението да превърнат реалността в креативни предизвикателства с изказа си. Ампутирали са думите „проблем" и „провал" от речника си. Преформулират проблемите в предизвикателство под формата на кратки въпроси като „По какви начини мога да...?" или „Какво ново можем да измислим...?". Способни са да сменят перспективите, да потърсят как ще изглежда ситуацията от друга гледна точка. Задават въпроси. В корпоративния свят комуникират с хората, включени в задачата. Като резултат са способни да намерят и единствения позитивен елемент в ситуацията. Накратко – следват принципа на Айнщайн, който казва, че „не можем да решим един проблем, използвайки същия начин на мислене, с който сме го създали".

МАГДАЛЕНА НИКОЛОВА,
БИЗНЕС ТРЕНЬОР В MLC INTERNATIONAL