

مهارت حل مسئله چیست؟

چطوری این مسئله ای که درگیرش هستیم را حل کنیم؟
احتمالا این سوالیه که شاید همین الان توی ذهنتان دارید،
که این مقاله رو به خاطرش سرچ کردید و می خوانید!
زندگی هر آدمی پر از بالا و پایین های مختلف هست و هیچکس نمی تواند،
بگوید که من مشکل و مسئله ای ندارم و اصلا درگیر هیچ موضوع نیستیم.
شاید با همین مسئله ها است که انسانیم و با حل مسئله زنده مانده ایم.

**انسان تلاشی می کند برای زنده ماندن و زندگی کردن و اگر مسائل را حل نکند،
و برای زندگی اش نجنجد چطوری می تواند ادعای زنده بودن بکند؟**

پس شاید بهتر باشد قبل از هرچیزی بدانیم که زندگی،
با وجود مشکلات و مسائلی که دارد و با تقویت مهارت حل مسئله و حل کردنشان،
معنا پیدا می کند و گرنه خوشبختی و آسایش و آرامش و... معنایشان را از دست می دادند.

همین الان همه ما درگیر مسائل مختلفی هستیم و برای هرکسی با هر شرایطی متفاوت است،
مثلا یک دختر نوجوان مسئله اش انتخاب رشته مناسب است.
یک پسر جوان درگیر موضوع سربازی و رفتن و نرفتن است.
یک خانم جوان نگران تربیت بچه ها و یک آقا نگران آینده زندگیش است.

من و شما هم درگیر موضوع خودمان هستیم،
اما اگر بخواهیم راحت به حل مسئله بپردازیم، نیاز است که ذهنمان را آرام و منظم کنیم.
با ذهن آرام می توانیم گام به گام به سمت حل مسئله مهم زندگیمان بپردازیم،
و با انجام روش هایی بهترین تصمیم ها را بگیریم.

برای حل مسئله تان ابتدا ریشه یابی کنید

گاهی عدم موفقیت ما برای حل مسئله ای که داریم بر می گردد،
به اینکه اصلا نمی توانیم مشکل را به درستی تشخیص بدهیم.
مثلا مادری که همیشه از تنبلی فرزند خود گله دارد و نگران این مسئله است،
نمی داند که **تنبلی** با عدم مسئولیت پذیری ارتباط مستقیمی دارد،
و اگر فرزندش تنبل است شاید به خاطر این باشد که والدین از اول او را مسئولیت پذیر تربیت نکرده اند.

شاید اگر ریشه موضوع را بررسی کنند به این مطلب برسند،
که اتفاقا همان مادر با کاستی هایی که حتما از روی ناآگاهی بوده،

موجب شده که بعد از سال ها فرزندی تنبل داشته باشد. حالا گاهی ممکن است در موقعیت هایی قرار بگیریم، که نیاز به تصمیم گیری و حل مسئله خیلی فوری باشد. در چنین شرایطی بهترین گزینه این است که کمی تمرکز کنیم، و تمام جوانب را در نظر بگیریم بعد تصمیم بگیریم. به عبارت بهتر قبل از اینکه بخواهیم مسئله ای را حل کنیم، بهتر است مشکل را پیدا کنیم بعد دست به اقدام بزنیم.

راه حل های احتمالی را پیدا کنید تا حل مسئله راحتتر شود

بعد از اینکه مسئله اصلی را پیدا کردیم بهترین راه این است، که با کسانی که چنین شرایطی را پشت سر گذاشته اند، و یا در حال طی کردن این مرحله هستند صحبت کنیم و نظراتشان را جمع کنیم.

هرچقدر این افراد عاقل تر باشند، بیشتر می توانند به ما در حل مسئله مان کمک کنند. حتی کسانی که برخورد عاقلانه ای هم با موضوع نداشته اند، می توانند کمک کنند و با درس گرفتن از اشتباه آن ها، روش بهتر و مناسب تری را انتخاب کنیم.

البته به این روش بارش فکری هم می گویند، که باید نظر افراد مختلف را فارغ از کیفیت نظراتشان، یادداشت کرد و آن ها را بررسی کرد.

مثلا فرض کنیم همین مادر می خواهد کاری کند که فرزندش دیگر تنبل نباشد.

بعد از اینکه بررسی های لازم را انجام داد تصمیم می گیرد، با دوستانش که همه تجربه دارند و هرکدام چند فرزند دارند، در مورد این موضوع صحبت کند و راه حلی پیدا کند و به حل این تعارض بپردازد. یکی می گوید باید ورزش کند، یکی می گوید با مشاوره صحبت کن، دیگری می گوید کارهایی که به انجام دادنشان علاقه دارد، را به او بسپار تا کم کم مسئولیت پذیر شود، دیگری می گوید تنبیه کند و...

هرکدام از این نظرات می توانند درست یا غلط باشند، اما فقط آن مادر می تواند بهتر تشخیص بدهد که کدام روش بیشترین،

و بهترین نتیجه را به او می دهد و با این بارش فکری به نتیجه مد نظرش می رسد. البته می توان در چنین موقعیت هایی یک [بتنا](#) هم داشت و در صورت نیاز از آن استفاده کرد.

برای حل مسئله تان مطلب های علمی مرتبط بخوانید

یکی از بهترین گزینه ها این است که در گوگل سرچ کنید، و در مورد موضوعی که ذهنتان را درگیر کرده جست و جو کنید. شاید خیلی ها ارتباط زیادی با دیگران نداشته باشند، که بتوانند از روش بارش فکری استفاده کنند.

یا دوست نداشته باشند دیگران را باخبر از مشکلشان کنند. در نتیجه بهترین روش این است که اطلاعات عمومی خود را از آن موضوع افزایش بدهیم. برای اینکار گوگل بهترین گزینه است که اتفاقا دسترسی گسترده ای به هرکسی درمورد هر موضوعی می دهد.

هزاران مقاله و ویدئوهای آموزشی و... در مورد هر موضوعی در گوگل وجود دارد که می توان به راحتی به آن ها دسترسی پیدا کرد. یا حتی فضاهای مجازی که زمان زیادی را هم در آن ها می گذرانیم، می تواند استفاده مفیدی برای هرکدام از ما داشته باشد.

می توانیم در فضاهای مجازی مطالب علمی را پیدا کنیم، و در موردش بحث و گفت و گو کنیم.

دانستن دلیل علمی در مورد هر موضوعی کمکمان می کند،

که آن مسئله را بهتر درک کنیم و خیلی راحت تر بتوانیم به حل مسئله پردازیم. خواندن مطالب علمی باعث می شود گزینه های بیشتری برای حل مسئله مقابلمان داشته باشیم.

راه حل ها را بنویسیم

حالا باید تمام این راه حل هایی که از جاهای مختلف و به روش های متفاوت پیدا کردیم را یادداشت کنیم. اگر راه حل های زیادی داشتیم،

بهتر است شروع به حذف گزینه های اضافی کنیم که می دانیم نتیجه ای برایمان ندارد.

حالا با توجه به راه حل هایی که باقی می ماند می توانیم جدولی تهیه کنیم و هر مورد را بررسی کنیم. مثلا بنویسیم فایده ها و ضررهای هر کدام چیست،

و اگر هر روش را پیش بگیریم چه نتیجه ای را ممکن است ببینیم.

بعد از اینکه آن ها را به طور دقیق بررسی کردیم و نوشتیم که کدام راه حل نتیجه بهتری برایمان خواهد داشت،
وقت آن است که دست به کار شویم و به آنچه که رسیده ایم، عمل کنیم.