نسخه‌ای روان‌شناسانه برای «اسکوچیچ»!

اگر ویژگی‌های شخصیتی فردی با خصوصیات شغلی حرفه‌اش هماهنگ نباشد خودش دچار فرسودگی شغلی و دیگران ناراضی از عملکردش می‌شوند، سرمربی تیم‌ملی باید چه کند؟

مهدی خراسانی | کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی

محوری

فقط چهار ماه تا اولین بازی ایران در جام جهانی ۲۰۲۲ باقی مانده است اما به‌جای آرامش که یکی از رموز موفقیت در هر کاری است، حاشیه‌های عجیب‌وغریبی گریبان تیم‌ملی فوتبال کشورمان را گرفته است. «دراگان اسکوچیچ»، اواخر هفته گذشته از سوی کمیته فنی فدراسیون فوتبال از سرمربیگری تیم‌ملی فوتبال ایران برکنار شد اما هیئت رئیسه فدراسیون فوتبال، رای صادر شده از سوی کمیته فنی را وتو کرد. سرمربی تیم‌ملی فوتبال کشورمان که تاریخ‌سازترین صعودادوار تاریخ جام جهانی را برای ما رقم زد، حالا روزهای پردردسرتری را پیش رو دارد. واضح است که در این مطلب به نکات فنی عملکرد «اسکوچیچ» نمی‌پردازیم اما موضوعی که می‌خواهیم از آن بگوییم اگر اهمیتش بیشتر از نکات فنی نباشد، کمتر نیست و آن چیزی نیست جز ویژگی‌های شخصیتی آقای سرمربی که موافقان و مخالفانش، این روزها درباره‌اش زیاد صحبت می‌کنند.

تاثیر ویژگی‌های شخصیتی در موفقیت شغلی

هر فردی دارای ویژگی‌های شخصیتی است که از دیگر افراد متمایز می‌شود. مثلا یک فرد برونگرا است و دیگری درونگرا. یکی به کارهای فنی علاقه دارد و دیگری به کارهای اجتماعی و فرهنگی. هر شغلی هم ویژگی‌های خاص مربوط به خودش را دارد. در یک شغل نیاز است که فرد یک کار ثابت انجام دهد مثل بایگانی در یک اداره، اما در شغلی دیگر لازم است در مکان‌های مختلف حضور داشته باشد مانند خبرنگار. حال نکته این جاست که اگر ویژگی‌های مخصوص به یک شغل با ویژگی‌های شخصیتی یک فرد هماهنگ باشد، این هماهنگی نتیجه بسیار مناسبی را هم برای فرد و هم برای دیگران در پی دارد. در این شرایط، خود فرد به رضایت شغلی می‌رسد و دیگران هم اعم از مدیرانش، اطرافیان و... از کار او راضی‌اند. اگر هم برعکس باشد، یعنی ویژگی‌های شخصیتی فرد با خصوصیات شغلی که به آن اشتغال دارد هماهنگ نباشد، دچار فرسودگی شغلی می‌شود و دیگران دچار نارضایتی از عملکرد او می‌شوند.

سرمربیگری یک حرفه مدیریتی

حالا برمی‌گردیم به داستان «اسکوچیچ». شغل سرمربیگری فوتبال از مشاغلی است که در رده حرفه‌های مدیریتی قلمداد می‌شود. یک مدیر در کنار این که لازم است مراقب و دلسوز کارمندش باشد، باید بتواند منافع سازمان را بر منافع شخص ترجیح دهد. با بی‌نظمی و بی‌انضباطی قاطعانه برخورد کند تا جلوی اتفاقات مشابه گرفته شود و عنان کار از کفش خارج نشود. همچنین یک مدیر باید در بین کارمندانش مقبولیت داشته باشد تا دستوراتش اجرا شود. بنابراین به صورت خلاصه مدیر باید بتواند نیروهای سازمان را در جهت اهداف سازمان بسیج کند و در این راه نگذارد حواشی، مانع رسیدن سازمان به اهداف مدنظر شود.

مماشات به‌جای قاطعیت، بلای جان اسکوچیچ

در عملکرد مربیان بزرگ هم این منش را بسیار دیده‌ایم. مانند برخورد بلاژویچ با خداداد عزیزی، کی‌روش با سیدمهدی رحمتی و برانکو ایوانکوویچ با پیام صادقیان، محسن مسلمان و.... این افراد جایی که احساس کردند بی‌نظمی یک بازیکن ممکن است برای دیگران الگو شود، قاطعانه ایستادگی کردند، همچنان که اقتدار کی‌روش همواره نقل محافل ورزشی بوده و حتی فدراسیون برای ارتباط با او، حد و مرزی قائل بود چه برسد به بازیکنان، اما در مورد اسکوچیچ این مطلب مشاهده نمی‌شود و شاهد مماشات بسیار زیاد او و برگشتن از تصمیماتش بوده‌ایم. مثلا خیلی زود مهدی طارمی را بخشید، با این که بازیکنان استقلال را توبیخ کرده بود دوباره آن‌ها را به اردوی تیم‌ملی دعوت کرد و....

شخصیت مربی مهم‌تر است یا دانش او؟

در این جاست که مشاهده می‌کنیم ویژگی‌های شخصیتی اسکوچیچ با ویژگی‌هایی که شغل او می‌طلبد، انگار هماهنگی ندارد. اسکوچیچ فردی است که تا حد امکان از تنش دوری می‌جوید، هر شرایطی را که از طرف فدراسیون تحمیل می‌شود، می‌پذیرد، روحیه‌ای نرم و آرام دارد و در یک کلام فردی مهربان است، اما سرمربیگری تیم‌ملی با تنوع بالای سلیقه‌های بازیکنان و... روحیه‌ای مقتدر می‌طلبد که مجموعه تیم‌ملی را از حواشی دور کند. وقتی حرفی را می‌زند، قاطعانه روی آن بایستد و اجازه دخالت دیگران را ندهد. چه بسا بتوان گفت که شخصیت یک سرمربی از دانش او بسیار مهم‌تر باشد چرا که همین شخصیت است که آرامش را به تیم وارد و کمک می‌کند بازیکنان از حداکثر توان خود استفاده کنند. البته صفاتی مانند قاطعیت و اقتدار اگر چه ذاتی است اما با تمرین، تجربه و بالا بردن دانش تخصصی و استفاده از دستیاران قوی قابل جبران است، نسخه‌ای که امیدوارم زودتر به دست آقای اسکوچیچ برسد و گرنه معلوم نیست این بار کج در جام جهانی، به سرانجام مطلوبی برسد یا نه.

دلایل درس‌آموز قوی‌شدن حافظه رانندگان تاکسی

تحقیقات جدید ثابت کرده که مغز رانندگان تاکسی با حرکت در خیابان‌ها و پیدا کردن مسیرهای مختلف رشد می‌کند، نکته‌ای که به درد همه می‌خورد

فرنگیس یاقوتی | مترجم

منبع: scientificamerican.com

از دنیای روان شناسی

قرن‌هاست که دانشمندان به دنبال بررسی و آزمایش عملکرد مغز انسان برای پی بردن به سیستم پیچیده آن هستند. محققان دانشگاه لندن در جدیدترین بررسی‌های خود به این نتیجه رسیده‌اند که حافظه و دانش رانندگان تاکسی را با هیچ اپلیکیشنی نمی‌توان جایگزین کرد. این تحقیق، ۷۹۰ راننده تاکسی را طی چهار سال به وسیله ام‌آرآی و اسکن مغز ارزیابی کرده است. در خور ذکر است، این رانندگان از نرم‌افزارهای مسیریابی استفاده نمی‌کردند. بعد از پایان تحقیقات، محققان به‌طور قطع بیان کردند که رانندگان تاکسی حافظه‌ای بهتر و قوی‌تر از افراد معمولی یا دیگر رانندگان تاکسی دارند که از نرم‌افزارهای مسیریابی استفاده می‌کنند.

وقتی هیپوکامپ مغز بزرگ‌تر می‌شود

محققان با اسکن کردن مغز افراد معمولی و مقایسه آن با اسکن مغز رانندگان تاکسی در شهر لندن به این نتیجه رسیدند که هیپوکامپ رانندگان تاکسی از افراد معمولی بزرگ‌تر است. هیپوکامپ مرکز یادگیری و حافظه است. دلیل این اتفاق این است که رانندگان تاکسی، دایم در حال یادگیری مسیرهای مختلف در خیابان‌ها و کوچه‌های پیچ در پیچ هستند و این کار بر رشد این قسمت از مغز تاثیر مثبت می‌گذارد.

محققان در این مطالعات متوجه شدند که رانندگان تاکسی لندن در هیپوکامپ خلفی خود ماده خاکستری بیشتری نسبت به افرادی دارند که از نظر سن، تحصیلات و هوش مشابه بودند اما راننده تاکسی نبودند.

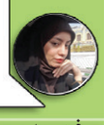
رشد نورون‌های جدید و افزایش حافظه

یکی از محققان این پژوهش می‌گوید: «نکته جالب توجه این است که برای رشد هیپوکامپ، فرد باید حدود سه یا چهار سال راننده تاکسی بوده باشد و سپس هر قدر میزان سال‌ها افزایش یابد، مرکز حافظه و یادگیری او بزرگ‌تر می‌شود به این صورت که مغز برای پاسخگویی به نیاز فرد بزرگ‌تر می‌شود و حافظه خود را افزایش می‌دهد. چرایی‌های مختلفی برای توضیح افزایش اندازه هیپوکامپ وجود دارد. یکی از دلایل ممکن است رشد نورون‌های جدید در هیپوکامپ یا ایجاد ارتباط بیشتر بین نورون‌های موجود باشد. این مسئله می‌تواند برای همه مردم مورد توجه قرار بگیرد که اگر از ذهن‌شان بیشتر استفاده کنند، حافظه قوی‌تری خواهند داشت».

پرسش و پاسخ های ۱۰ ثانیه ای

به خواستگاری که بعد از جلسه اول، نظرش مثبت است ولی ما نظر مثبتی نداریم، باز هم فرصت آشنایی بیشتر و صحبت بدهیم؟

برای داشتن یک ازدواج موفق، نیازی به عشق هیجانی نیست. اگر حس بدی به او ندارید، فرصت بدهید اما حواس‌تان به معیارهای عقلی و منطقی برای گرفتن تصمیم نهایی باشد.



فهیمه میرزایی، کارشناس ارشد روان‌شناسی

می‌ترسم که دوستان شوهرم، چشم و گوشش را باز کنند!

شوهرم، خودش آدم خوبی است اما دوستانی دارد که خیلی متعهد و اخلاق‌مدار به نظر نمی‌رسند. در تلگرام خودم دیدم که در گروه‌شان، عکس‌های خانم‌های خارجی می‌گذارند و.... می‌ترسم چشم و گوش شوهرم را باز کنند و او را در دام روابط خارج از خانواده بیندازند. نگران زندگی‌ام هستم. لطفا راهنمایی‌ام کنید.

دکتر حسین محرابی | روان‌شناس

مشاوره زوجین

مخاطب گرامی، ضمن درک نگرانی شما و ارج نهادن به تلاش‌تان برای حفظ زندگی مشترک، هرچند شایسته بود اطلاعاتی از قبیل سن، تحصیلات و شغل همسرتان و مدت زندگی مشترک‌تان و... را قید می‌کردید اما چند توصیه به شما دارم.

خویشتن‌داری شوهرتان باید تقویت شود

بهتر است به‌جای کنترل شوهرتان از طریق حذف منابع بیرونی، به دنبال راهکارهای فراگیری مهارت نه گفتن و همچنین تقویت خویشتن‌داری برای شوهرتان باشید زیرا منابع اطلاعاتی و وسوسه‌های بیرون از خانواده در زمینه‌های مختلف وجود دارد و قطعا شما امکان حفاظت از شوهرتان در برابر همه آن‌ها را ندارید بنابراین اگر به شوهرتان کمک کنید تا به مرحله‌ای برسد که خودش در مقابل این موارد مقاومت کند، آن‌گاه نیازی نیست همواره نگران اشتباهات او باشید.

از فانتزی‌های ذهنی شوهرتان آگاه شوید

یکی از رمزهای موفقیت زوج‌ها، شناخت مناسب روحیات، سلایق و نیازهای طرف مقابل است. اگر می‌خواهید همسرتان به هیچ فردی جز شما فکر نکند، بهتر است ابتدا خودتان و سپس همسرتان را خوب بشناسید و از فانتزی‌های ذهنی وی آگاه شوید. در این صورت می‌توانید برای رفع نیازها و خواسته‌های وی اقدام کنید و تا حد ممکن آن‌ها را پوشش دهید.

عواقب اشتباه شوهرتان را به او بگویید

با اشتباهات شوهرتان به مقابله برنخیزید و هیچ‌گاه از ادبیات دستوری و سرزنش کردن استفاده نکنید بلکه همواره سعی کنید در زمان مناسب و با آرامش وی را متوجه اشتباهاتش و عواقب آن‌ها بکنید و اجازه بدهید خودش تصمیم بگیرد که آن‌ها را تکرار نکند زیرا فقط در این صورت نتیجه مطلوب حاصل می‌شود. توجه داشته باشید که یکی از مهارت‌های اساسی و لازم برای همه زن و شوهرها، فراگیری مهارت گفت‌وگو کردن است و توانایی زوج‌ها در این مهارت به آن‌ها کمک می‌کند تا بسیاری از مشکلات، نگرانی‌ها، سوءتفاهمات و انتظارات متقابل خود را بدون ایجاد درگیری و با لحنی آرام و منطقی بیان و حل و فصل کنند. بنابراین لازم است شما در این خصوص با شوهرتان صحبت کنید و به‌جای گفتن عباراتی از قبیل من دوست ندارم، مخالفم، توحق نداری، نباید و... از کلماتی نظیر شایسته نیست، به صلاح زندگی مشترک‌مان نیست یا از تو توقع ندارم و... استفاده و در نهایت هم دلایل خود را مطرح کنید.

به روابط‌تان تنوع بدهید

یکی از نکاتی که در تحکیم روابط زوج‌ها موثر واقع می‌شود، ایجاد جذابیت و تنوع در روابط مختلف زن و شوهری در خانواده است زیرا این موضوع باعث می‌شود حالت یکنواختی، سردی و فاصله گرفتن از یکدیگر به وجود نیاید. پیشنهاد می‌شود محیط منزل را به نحوی مدیریت کنید تا هر چند وقت، حداقل یک تجربه جدید یا تنوع در امور روزمره را در زندگی داشته باشید.

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

* پرونده زندگی سلام درباره «بدرود جهانگرد امیدوار» را دوست داشتم. معرفی افراد موفق ایرانی در کشور ما، کمتر اتفاق می‌افتد. اگر این افراد خارجی بودند، فقط پیج اینستاگرام‌شان چندین میلیون فالوئر داشت!

* خسته نشدین این قدر درباره ترغیب مردم به تلاش و هدف و برنامه‌ریزی در صفحه خانواده مطلب زدین؟ کسی که می‌خواسته بخونه و عمل کنه، تا الان به جایی رسیده و گرنه دیگه چاپ این مطالب هیچ فایده‌ای نداره.

* این بار که برم تهران، حتما می‌رم این موزه برادران امیدوار رو می‌بینم. به نظرم خیلی جالب اومد.

* در صفحه سلامت درباره خوردن خربزه، بهترین زمانش خوردنش، فوایدش و... هم بنویسین.

* مرحوم امیدوار به خاطر عشقش، از ایران رفته و ساکن شیلی شده با این که ایران رو دوست داشته. بعد پسرهای امروزی، روی کمترین قول‌هاشون به عشق‌شون نمی‌ایستن.

* از چاپ مطلب «موقع درددل شنیدن چه بگوییم؟ چه نگوییم؟» ممنونم.

* من هر دوز واکسن کرونا رو که زدم، قاعدگیم کلا به هم ریخت و خیلی اذیت شدم. امیدوارم این دفعه، کمتر اذیت بشم.

* طرف پیام داده و گفته که خوشگل‌تر بودنم از شوهرم برایم دردسرساز شده، مشاور حتی یک کلمه بهش نگفته که این اعتماد به نفس و خودشیفتگی‌ات اذیتت نمی‌کنه؟

* زندگی سلام. یارب به حق غدیر و مولای غدیر، با دست علی مرتضی دستم گیر. عید همه مبارک و به آرزوهاتون برسین ان‌شاءا....

برگ سبز و سند کمپانی موتورسیکلت تیزپر مدل ۹۲ به شماره انتظامی ۷۶۸-۸۶۸۸۳ به شماره موتور 0125N3N005597 به شماره شاسی N3N***125T9235975 بنام مرتضی میرزابیگی مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۰۰۸۴/م

برگ سبز و سند کمپانی موتورسیکلت آریانا مدل ۸۴ به شماره انتظامی ۷۷۴-۷۷۱۸۹ به شماره موتور IR1006698 به شماره شاسی IRADW8410BC417421 بنام سعید خراسانی مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۰۰۰۸/م

برگ سبز و کارت خودرو کامیون کشنده سیستم HOWO هوو تیپ ۴*۶(ZZ۴۲۵۷S ۳۲۴۱ V) مدل ۲۰۰۵ سفید شماره انتظامی ۳۲-ایران ۵۳۶ ع ۱۲ شماره موتور WD۶۱۵۴۷۰۵۱۲۰۷۲۳۶۶۷ شماره شاسی LZZ۷CLHB۵۵A۰۶۸۷۰۰ بنام غلام حسین وفادار مفقود و اعتبار ندارد ۱۴۰۱۸۰۰۹۸/ف

پاسپورت عراقی اینجانب عباس رمیض عبدالحسن به شماره پاسپورت A۱۶۷۸۳۸۱۸ مفقود و فاقد اعتبار است از یابنده خواهشمند است به کنسولگری عراق تحویل دهد ۱۴۰۱۸۰۰۳۴/م

برگ سبز - سند کمپانی- کارت مشخصات موتور سیکلت هوندا ۱۲۵cc تک تاز به شماره انتظامی ۷۶۷-۲۳۴۹۳ و شماره موتور ۰۰۷۱۳۹۵۹ و شماره تنه ۹۱۰۵۰۰۸ بنام مهدی کشمیری قرقی مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۰۰۸۷/ف

کارت ماشین و برگ سبز خودرو PK مدل ۸۳ به شماره انتظامی ایران ۱۲-۱۲۸ب ۱۵ به شماره موتور M۱۳-۶۲۹۱۹۷ به شماره شاسی PSU۶۸H۲۰۲۳۹۳۶ بنام محمد احمدی مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۷۹۹۷۲/م

برگ سبز و سند کمپانی مزدا دو کابین سفید (سی ان جی) مدل ۸۹ به شماره انتظامی ۱۸۲-۴۲ ن ۴۸ به شماره موتور: FE۵۵۸۱۴۹ به شماره شاسی NAGDPX۲PN۱۲G۱۰۹۰۷ بنام عباس خیرآبادی مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۰۰۹۲/م

آگهی مجمع عمومی عادی سالیانه مرحله اول شرکت تعاونی مصرف کارکنان قند جوین به شماره ثبت ۱۰۹ و شناسه ملی ۱۰۳۸۰۰۲۰۵۸۸

بدین وسیله از کلیه اعضای محترم شرکت تعاونی مصرف دعوت به عمل می آید تا در مجمع عمومی عادی سالیانه شرکت که در ساعت ۰۹:۰۰ صبح مورخه ۱۴۰۱/۵/۷ روز جمعه در محل نمازخانه شرکت کشت و صنعت جوین برگزار میشود حضور بهم رسانند.
۱-استماع گزارش هیئت مدیره و بازرس قانونی شرکت
۲-تصویب صورت مالی سال ۱۴۰۰ * ۳-تعیین بودجه سال ۱۴۰۱
۴-انتخاب بازرس اصلی و علی البدل شرکت به مدت یک سال مالی
۵-انتخاب روزنامه کثیرالانتشار
۶-انتخاب هیئت مدیره و علی البدل شرکت به مدت سه سال
۷-سایر مواردی که در حیطه اختیارات مجمع عمومی عادی سالیانه میباشد.
هیئت مدیره شرکت تعاونی مصرف کارکنان قند جوین ۱۴۰۱۸۰۰۹۷/م

برگ سبز سایپا مدل ۹۹ سفید به شماره انتظامی ۷۷۲ هـ ۳۲ ایران ۷۴ و شماره شاسی NAS۸۳۱۱۰۰L۵۸۷۵۳۰۱ و شماره موتور M۱۵/۸۹۷۷۳۲۵ بنام آرشان نعیمی پور مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۴۰۱۸۰۰۷۵/ف

برگ سبز خودرو پراید سفید شیری مدل ۱۳۷۷ به شماره انتظامی ایران ۴۲- ۶۱۹ ج ۷۵ به شماره موتور ۰۰۰۸۸۰۱۶ شماره شاسی S ۱۴۱۲۲۷۷۵۷۰۸۲۲ به نام حسن فتحی مفقود و فاقد اعتبار است. ۱۴۰۱۸۰۰۷۶/م

سند کمپانی و برگ سبز موتورسیکلت آزما مدل ۹۸ به شماره انتظامی ۷۷۶-۷۲۵۹۸ به شماره موتور 0۱۲۴NBD۰۰۳۱۹۰ به شماره شاسی NBDATCKAAKUD۷۰۴۲۸ بنام یاسر یاحسین مفقود و فاقد اعتبار است ۱۴۰۱۸۰۰۲۳/م

برگ سبز موتور سیکلت اریا ۱۲۵ به شماره انتظامی ۳۷۷۹۲ ایران ۷۶۵ و شماره موتور b۵۲۸۳۵۵a و شماره شاسی 125a۸۷۷۶۱۶۷ به نام سید جلال شریعت مغانی مفقود و فاقد اعتبار میباشد ۱۴۰۱۸۰۰۸۸/خ

آگهی مزایده اموال منقول کلاسه ۱۴۰۰/۲۴۴
خانم الهه برومند شریفی به استناد سند ازدواج ۱۳۸۳/۷/۱۱-۲۸۳۳۵ دفتر خانه ۴۹/۶ مشهد اجرائیه ای تحت کلاسه ۱۴۰۰/۲۴۴ در قبال ۳۱۴ سکه تمام بهار آزادی علیه حامد کافی یزدی فرزند محمد باقر کد ملی ۰۷۳۱۷۵۳۸۰۱ صادر که پس از ابلاغ اجرائیه در پایان مهلت های مقرر و آیین نامه اجرای مفاد اسناد رسمی لازم الاجرا و تقاضای بستانکار مبنی بر ارزیابی و مزایده اموال منقول بازداشت شده در پرونده که متعلق به بدهکار می باشد به مبلغ ۷۵۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال ارزیابی و قطعیت یافته که توصیف آنها بدین شرح می باشد.
سواری پراید مدل ۸۸ رنگ نوک مدادی دوگانه سوز.
مورد مزایده اموال منقول فوق الذکر است واقع در شهرستان فریمان پارکینگ عرفان.
نظریه ارزیابی: اموال منقول فوق الذکر به مبلغ ۷۵۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال تعیین و پیشنهاد می گردد.
مزایده در روز شنبه ۱۴۰۱/۰۵/۲۲ از ساعت ۹ صبح الی ۱۲ ظهر در محل اجرای ثبت اسناد فریمان واقع در شهرستان فریمان از طریق مزایده نقدا به فروش خواهد رسید. ضمنا بدهی های مربوطه تا تاریخ مزایده اعم از اینکه رقم قطعی آن معلوم شده یا نشده بعهده برنده مزایده است. ضمنا چنانچه روز مزایده با تعطیلی مصادف گردد روز بعد در همان ساعت و محل مقرر برگزار خواهد شد و حق مزایده و نیمعشر دولتی و هزینه های قانونی طبق تبصره۶ ماده ۱۲۱ بعهده برنده مزایده می باشد.
محمدرضا رجایی مقدم-رییس اداره ثبت اسناد و املاک فریمان ۱۴۰۱۸۰۰۶۵/ش