

بخش ۳

یک مشکل گشای شگفت انگیز باش!

بخش بزرگی از پرورش ذهنیت رشدگرا این است که یاد بگیری چگونه یک مشکل گشای شگفت انگیز باشی. موضوع فقط این نیست که از مشکلات درس بگیری، بلکه لازم است راه‌حلی پیدا کنی تا کارها را به شکل متفاوتی انجام بدهی و بتوانی اشتباهات خودت را اصلاح کنی. هر وقت چیز جدیدی را امتحان می‌کنی، به حل مسئله نزدیک و نزدیک‌تر می‌شوی. به همین دلیل، حل مسئله می‌تواند سرگرم‌کننده و جالب باشد. خیلی از مسئله‌ها بیش از یک راه‌حل دارند. موقع حل کردن یک مسئله، از خلاقیت استفاده کن تا راه‌حل‌های بیشتری پیدا کنی. همان‌طور که یاد گرفتیم اشتباهات را دوست داشته باشیم، می‌توانیم یاد بگیریم چالش‌ها را نیز دوست داشته باشیم. در این بخش با استقبال از چالش‌ها و استفاده از کلمه‌ی قدرتمند «هنوز»، یاد می‌گیری که مشکل گشای شگفت انگیز بودن دقیقاً چه معنایی دارد. بیا از مسائل و مشکلات ساده‌تر شروع کنیم و به دنبال راه‌حلی برای آن‌ها باشیم.



فراتر از مسئله‌های ریاضی

وقتی به حل مسئله فکر می‌کنی، شاید بیشتر یاد حل کردن مسائل ریاضی بیفتی. احتمالاً روش‌های مختلف حل کردن مسائل ریاضی را یاد گرفته‌ای. بنابراین قبلاً حل مسئله را تمرین کرده‌ای، اما استفاده از این مهارت فراتر از حل کردن مسئله‌های ریاضی است. درحقیقت تو هر روز در حال حل مسئله هستی. حل مسئله یعنی فرایند پیدا کردن راه حل برای یک مسئله.

علاوه بر مسئله‌های درسی مانند ریاضی یا علوم، می‌توانی از این روش برای حل کردن اختلافاتی که با دوستان یا خانواده داری هم استفاده کنی. به روزی فکر کن که دوستت به خاطر موضوعی از دست تو ناراحت شده بود. احتمالاً با خودت فکر کرده‌ای که چه چیزی او را ناراحت کرده و تلاش کردی دنبال راه‌حلی بگردی تا دوباره او را خوشحال کنی. این یعنی حل مسئله!

قبل از اینکه بتوانی مسئله‌ای را حل کنی، باید بدانی مشکل دقیقاً چیست. با پرسیدن این سؤال‌ها دقیقاً متوجه می‌شوی که مشکل چیست. مثلاً:

- این مشکل از چه زمانی شروع شد؟
- من چگونه متوجه مشکل شدم؟
- این مشکل به چه دلیل‌هایی به وجود آمده است؟
- تا حالا چه کارهایی برای حل مشکل انجام داده‌ام؟ چرا بی‌فایده بودند؟
- آیا این مشکل قبلاً هم اتفاق افتاده؟ اگر اتفاق افتاده است، قبلاً چگونه آن را حل کرده بودم؟
- اگر این مشکل را نادیده بگیرم، چه اتفاقی می‌افتد؟
- چه چیزهایی درباره‌ی این مشکل می‌دانم؟
- چه کسی می‌تواند به من کمک کند تا این مشکل را حل کنم؟

شاید با چیزهایی روبه‌رو بشوی که نمی‌گذارند مشکل را حل کنی.

چیزهایی که نمی‌گذارند مشکل را حل کنی

- زود تسلیم شدن
- ناامیدی یا گفت‌وگوی منفی با خود
- این فکر که تو همه چیز را از قبل می‌دانی
- مشکل را به طور کامل درک نکردن
- کمک نگرفتن از افراد قابل اعتماد

برای موفق شدن در حل مسئله باید ذهنی باز و گشوده داشته باشی و به تجربه کردن چیزهای مختلف هم علاقه مند باشی. شاید اولین راه‌حلی که امتحان می‌کنی بی‌فایده باشد؛ بنابراین، قبل از انجام دادن هر کاری، خوب است که یک روش یا برنامه‌ی مخصوص برای خودت طراحی کنی. اگر برای حل مسئله چندین ایده‌ی مختلف داشته باشی، عالی می‌شود. این یعنی خلاقیت را به کار بگیری تا مشکل را از جنبه‌های مختلفی

بینی و راه‌های متفاوتی را امتحان کنی تا به بهترین راه‌حل برسی. می‌توانی از تجربه‌ی اشتباهات گذشته‌ات استفاده کنی. آن‌ها به تو کمک می‌کنند! با انجام دادن فعالیت پیش‌رو مانند یک مشکل‌گشای حرفه‌ای فکر کن.



برنامه‌ی من برای روبه‌رو شدن با مشکلات

به یک مشکل که همین الان با آن درگیر هستی فکر کن. این مشکل ممکن است در مدرسه، در خانه، در رابطه با یک دوست یا درمورد فعالیت فوق برنامه باشد.

مشکل من:

این راه‌حل‌های احتمالی را بخوان و برای حل مشکل یک برنامه بریز.

- درباره‌ی مشکلم اطلاعات بیشتری به دست بیاورم.
- عذرخواهی کنم.
- با دیگران مشورت کنم.
- مهارتی را تمرین کنم که به من کمک می‌کند مشکلم را حل کنم.
- سعی می‌کنم مشکل را بهتر بشناسم.
- درمورد مشکلم سؤال‌های مختلفی بپرسم.
- درباره‌ی مشکلات مشابه تحقیق کنم.
- با یک بزرگ‌تر قابل اعتماد صحبت کنم.
- برای جبران اشتباهم کاری انجام دهم.

برای حل مشکلم سعی می‌کنم:
