

اعتماد به نفس ابزاری جهت تغییر

مأخذ: Organization Development Journal

گروه مترجمان ماهنامه توسعه مدیریت

چکیده

در دهه گذشته و حتی بیشتر از آن افراد علاقه زیادی به استفاده از دیدگاه‌های مشاوران در قبال منابع و منافع خویش اظهار می‌داشتند این منابع عبارت بودند از ارزش‌های شخصی، فلسفی، روحی و همچنین چگونگی انعکاس این ارزش‌ها در نظریات مشاوران، مقاله حاضر مفاهیم مختلف اعتماد به نفس و کاربرد فعلی آن در مشاوره سازمانی را تشریح می‌نماید. همچنین آن دسته از خصایص اعتماد به نفس که باعث تسهیل در ایجاد تغییرات می‌شود نیز مورد بحث قرار گرفته‌اند.

مقدمه

در دهه گذشته حرکتی در میان مشاوران سازمانی آغاز گردید که آنان را به نگرستن و توجه به درون خود به منظور آگاهی از منابع شخصیتی خویش که به هنگام مشاوره به مراجعینشان انتقال می‌دادند، تشویق می‌کرد. توجه مشاوران سازمانی در گذشته تنها بر روی اشخاص، اشیاء، حوادث مرتبط با خودشان چون ارباب رجوع، ارتباط، گروه، سازمان تکنیک‌ها، شیوه‌های نظری و انتخاب ابتکارات مناسب و موثر متمرکز بوده است. ادبیات تحقیق فعلی، انباشته از عناوین و کتبی است که به مفاهیم درونی همچون اعتماد به نفس، روح، کالبد و فلسفه شرقی و اسطوره‌ای می‌پردازند.

هدف مقاله حاضر کشف چگونگی درک بهتر مفاهیم مختلف اعتماد به نفس و استفاده از آنها در افزایش تاثیر کار مشاوران است. در ادامه چند نکته از تعاریف مختلف اعتماد به نفس همراه با ویژگی‌های آن که سبب تسهیل فرآیند مشاوره می‌شود، ذکر شده است. اعتماد به نفس

اعتماد به نفس ابزاری جهت تغییر به چه معناست؟ چه ویژگی‌هایی از نفس در نظر مشاورین دارای حداقل ضرورت برای تحت تاثیر قرار دادن دیگران است؟ از نظر علمی، اعتماد به نفس یک ساختار انتزاعی و یا فرضی چون ضمیر، نهاد و نفس اماره است که قابلیت توصیف و یا برقراری ارتباط روانی را ندارد. فرد قادر به دیدن، شنیدن، بوئیدن، چشیدن و یا لمس کردن آن از طرق عینی یا ماهوی نیست. بدون وجود این مفاهیم، زبان روانشناسی از تشریح رفتارهای انسانی و تغییرات آن قاصر است. در واقع، اعتماد به نفس، تصویری است که نمود عینی یافته و هرگز به شکل نتایج عملی و انتزاعی دیده نخواهد شد. اعتماد به نفس یک کلیت روانی جسمی است که شامل ضمیر آگاه و ناخود آگاه می‌گردد. اعتماد به نفس در شکل اختصاصی، تصویری از فرد است که ارزش‌ها، تفکرات،

احساسات، دریافت‌ها، عقاید همراه با تصورات جسمی و ویژگی‌های فیزیکی وی را نمایان می‌سازد. شخص در مراحل اولیه افزایش اعتماد به نفس، به تدریج میان خویش و محیط تمایز قائل می‌شود، این فرآیند در سراسر زندگی تداوم دارد. او در ابتدا مجذوب اقدام‌های بدن خویش و وظایف آنها مثل تغذیه، دفع، تنش و راه‌های کم کردن فشار و تنش می‌شود. هنگامی که فرد به بلوغ می‌رسد، خود را جدای از دیگران می‌بیند. ما مشاورین، هرگز در حالت برقراری ارتباط مستقیم با افراد تنها نیستیم. ما علاوه بر تواناییهای حرفه‌ای خود، کمیته نامرئی خویش را نیز بهمراه داریم. بدون تاثیر گرفتن از دیگران، همچون والدین، افراد دیگر خانواده، بستگان، آموزگاران، هم سن و سالان و گروه‌های مختلف اجتماعی فرد هرگز به سطح حاضر بلوغ خویش نمی‌رسد. تاثیر کمیته نامرئی فرد، بخش جداناپذیری از خود خیالی وی را تشکیل می‌دهد. زمان و انرژی بعنوان عوامل مهم، در طی سالیان در ایجاد تصویری از خود مورد استفاده قرار می‌گرفته‌اند و فرد در این محدوده سرمایه‌گذاریهای احساسی فراوانی نموده است. وی در مقابل هر اطلاعاتی که سبب ایجاد اهمال و سستی در مسیری می‌شود

که او برای شناخت خویش در پیش گرفته است، مقاومت می‌کند. او نیاز فراوانی برای رسیدن به چنین مفهومی در دست دارد. برای رسیدن به شناختی صحیح از خویش، ما به مبارزه با زمان و تکرار آن می‌رویم. یکی از مهمترین وظایف شغلی مشاورین و کسانی که می‌توانند ارائه دهنده یک الگوی مناسب برای افراد باشند، قبول صحبت‌های افراد درباره

کاذب او را افزایش می‌دهد. در مقابل، وقتی فرد احساس خوبی از خویش دارد تمایل زیادی برای توجه کردن و هدفمند ساختن اطلاعات دریافتی و استفاده از آنان در مسیری سازنده، پیشنهاد آن به دیگران و یا رد آشکار آن دارد. درباره چگونگی تبدیل احساسات درونی به رفتارهای قابل مشاهده، اطلاعات روشن و دقیقی در دسترس نیست. این

(خودخیالی). همچنین تصویری از شخص ایده‌آل خود یعنی آن گونه که دوست می‌داشتیم باشیم نیز به همراه داریم. راجرز در سال ۱۹۵۱ دریافت زمانی که فرد اختلاف بزرگی میان این دو تصویر تجربه می‌کند زندگی درونی وی ناآرام و همراه با فشار و تنش خواهد بود، و از در دسترس داشتن تجربیات خود و قضاوت دیگران دائماً در هراس است. اما زمانی که این دو تصویر با یکدیگر همخوانی دارند، فرد در زندگی درونی خویش احساس آرامش بیشتر، فشار کمتر و ترس کمتری از مورد قضاوت دیگران قرار گرفتن، دارد. او رفتارهای خویش را قبول دارد و آنها را به شکل واقعی و واحدشان نزدیکتر می‌بیند. او خود را بسیار شبیه ایده‌آل خود که در دسترس نیز دارد می‌بیند. سال‌ها پیش راجرز دریافت که در طول روان درمانی بیماران «خودخیالی»، «فلسفه همانگونه که هست» در مسیر خود ایده‌آلی حرکت کرده است. خود ایده‌آلی و احترام به نفس در ارتباط با یکدیگر هستند، هر چه تصور فرد از خود به خود ایده‌آل وی نزدیکتر باشد، عزت نفس وی نیز بیشتر است.

خودشکوفایی

در همه مردم تمایل فراوانی برای تبدیل شدن به چیزی که می‌توانند بشوند وجود دارد. فرد به تنهایی در موضع آفرینش مجدد خویش است. حرکت از خصوصیات بالقوه به بالفعل، فرآیندی طولانی است که در سراسر زندگی بارهای بارها تکرار می‌گردد. بخش درست خودشکوفایی، تلاش و جستجو برای یافتن معنی و مفهوم است. تمامی افراد بشر نیاز مبرمی به فراتر رفتن از

مفهوم احترام به نفس به انعکاس چگونگی ارزیابی تصور شخص از خویش می‌پردازد. اگر فرد نسبت به آنچه هست، احساس خوبی نداشته باشد فرد حساسی است و اطلاعات دریافتی را به گونه‌ای تعبیر می‌کند که خودانگاری منفی را در او تقویت می‌کنند. او زندگی منفی و تهاجمی دارد و بجای این که به خود اجازه چشیدن طعم شیرین خوشی‌ها و لذات زندگی را بدهد، به دفاع از عدم لیاقت، گناه و اشتباهات خویش می‌پردازد.

بلا تکلیفی، تفاوت میان تجربیات آزمایشگاهی و یافته‌های این تحقیق را منعکس می‌سازد.

چگونه می‌توانیم احترام به نفس خویش را افزایش دهیم؟ این پرسشی است که ممکن است فرد در هر حادثه‌ای از خویش بپرسد. ناتانیل براندن سراسر زندگی را به تحقیق در خصوص اعتماد به نفس و شیوه‌های افزایش آن گذرانده است. او در آخرین کتابش به توصیف «عزت نفس» پرداخته است. عزت نفس حالتی است که شخص خود را فردی صالح و شایسته در رویارویی با مشکلات زندگی می‌بیند و همواره خوشحال و شادمان است.

خودایده‌آلی

همه ما انسان‌ها تصویری ذهنی از خودمان آنگونه که هستیم داریم

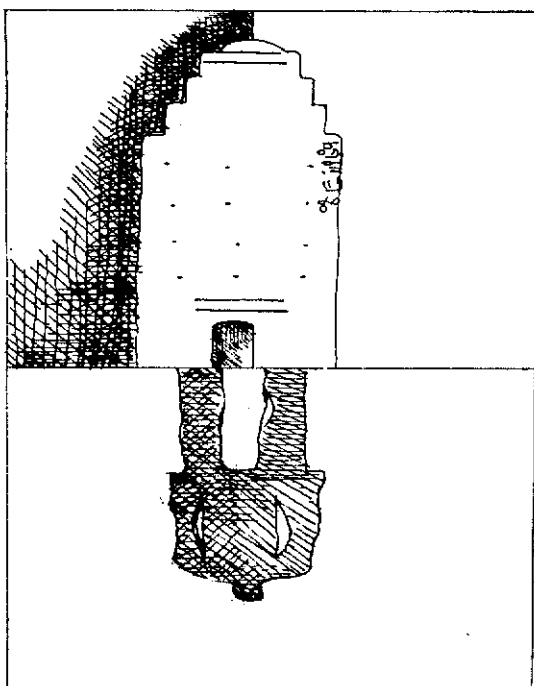
نکات مهم زندگی گذشته شان البته با رویی باز و گشاده و نه به شکلی تهاجمی می‌باشد. احترام به نفس

مفهوم احترام به نفس به انعکاس چگونگی ارزیابی تصور شخص از خویش می‌پردازد. اگر فرد نسبت به آنچه هست، احساس خوبی نداشته باشد فرد حساسی است و اطلاعات دریافتی را به گونه‌ای تعبیر می‌کند که خودانگاری منفی را در او تقویت می‌کنند. او زندگی منفی و تهاجمی دارد و بجای این که به خود اجازه چشیدن طعم شیرین خوشی‌ها و لذات زندگی را بدهد، به دفاع از عدم لیاقت، گناه و اشتباهات خویش می‌پردازد. او خودانگاری منفی وجود خویش را بگونه‌ای می‌پرواند که انگار اصلاً خودی وجود ندارد عزت نفس

فرهنگ‌های دیگران را تحت‌تاثیر قرار می‌دهد. برای افزایش هوشیاری دربارهٔ عوامل مختلف فرهنگی باید از این موارد آگاه باشیم:

- تاثیر تعبیر و ارزیابی ما از حوادث
- راهنمائی در ارائهٔ ارزش‌های خود به دیگران
- فرونشاندن رفتارهای نژاد پرستانه در مواجهه با گونه‌های رفتاری متفاوت با فرهنگ خودمان
- ایجاد فرضیه‌ای شفاف مبنی بر این که عقاید ما بر عقاید دیگران برتری دارد. ویژگی‌هایی از اعتماد به نفس که ایجاد تغییرات را آسانتر می‌سازند. رضایت از خود

مقولهٔ رضایت از خود به معنای احساس خوب فرد از نحوهٔ نگرش او به خویش است. یعنی فرد دارای جنبهٔ مثبت احترام به خود است و به خود اطمینان دارد. اگر احساسات فرد در قبال خویش منفی باشد، تصور رضایت وی از خود



می‌باشد. فرد در حالت آگاهی و هوشیاری انگیزه‌ها و مقاصد خود را به دیگران نشان می‌دهد. در این فرآیند فرد نظریهٔ تکمیلی خود را دربارهٔ دیگران به اجرا می‌گذارد، یعنی او تفکرات و انگیزه‌های خود را به دیگران نشان می‌دهد. کمبود هوشیاری و آگاهی در فرد وی را در ایجاد تمایز میان خود و دیگران، پذیرش و قبول نظریات، افکار، احساسات و ارزشهای آنان، وقتی این ویژگی‌ها در تضاد با ویژگی‌های خود شخص هستند، او را با مشکل مواجه می‌سازند. درجهٔ شناخت فرد از خویش، با درجهٔ آگاهی و هوشیاری وی از زندگی ناخود آگاه وی تعیین می‌گردد. او باور دارد هوشیاری بیشتر فرد را به سوی جنبه‌های وسیعتری از بازتاب خود و شناخت اهداف جهان حمایت می‌کند و هر چه درجهٔ این هوشیاری کمتر باشد رد عقاید بسته و محدود فرد و دیگران تجلی می‌یابد. از نظر دانشمندان رفتارشناسی

مفهوم درجات آگاهی یا شناخت فرآیند افزایش آگاهی شخص نسبت به عقاید قدیمی «شناخت خود» را سهل‌تر می‌سازد.

خودآگاهی و فرهنگ

خودآگاهی، شامل خودآگاهی فرهنگی نیز می‌شود. برای ما به عنوان مشاوره، بسیار اهمیت دارد که میزان تاثیر فرهنگ خودمان بر عقاید، تفکرات و ارزش‌های خودمان آگاه باشیم و بدانیم چگونه این شرایط پاسخ ما به

فعالیت‌های زندگی عادی خویش و یافتن پاسخ پرسش‌هایی نظیر: که هستند؟ چه می‌کنند؟ و چگونه زندگی می‌کنند؟ دارند. آنان با یافتن معنای حیات، زندگی خویش را مقبولتر و امنتر می‌سازند. عدم دریافت معنی و مفهوم از زندگی، منجر به هدایت آنان به سوی ناامیدی می‌شود. این موضوع در مراحل میانسالی بیشتر آشکار می‌شود.

خودآگاهی

بسیاری از افراد قادر به جستجو و کنکاش در درون خویش بعنوان اهداف یک مطالعه هستند. آنان می‌توانند احساسات خود مشتمل بر حالت‌های روحی، فعالیت‌ها، عکس‌العمل‌ها و تداخل امور در موقعیت کنونی را مشاهده کرده یا مشخص سازند. همچنین خود آگاهی شامل تفکر دربارهٔ افکار خود شخص و عملکرد مؤثر، هوشیاری و آگاهی در تمامی لحظات، بدون داشتن قضاوت یا تحلیل است. هوشیاری در نقطهٔ تلاقی میان خود و غیرخود ایجاد می‌شود. از نظر آدلر این آگاهی تنها از ظاهر حیات است که در قلمرو وجود شخص یعنی جایی که فعالیت‌ها انجام می‌پذیرند جای دارد و به زندگی معنا و حرکت می‌دهد. این خودآگاهی به فرد امکان می‌دهد تا به انتخاب‌های آگاهانه، مستقل و به دور از تاثیر فشار عوامل خارجی دست بزنند. در واقع، هدف ابتدائی روان‌درمانی وابسته به انگیزه‌های فکری، کمک به فرد جهت افزایش آگاهی‌دهی از خود و دیگران می‌باشد. آگاهی داشتن از عناصر اصلی ساختاری وجود فرد و جهان پیرامون، در داشتن اقتدار و توانائی در زندگی حائز اهمیت

بسیار مشکل است. این رضایت مبتنی است بر این که فرد به چه میزان از خود آگاهی دارد و تا چه حد تحت تاثیر کیفیت اموری است که با آنها سروکار دارد. اگر شما فردی هستید که از خود رضایت دارید اما خود را مثل همیشه در مواجهه با مشکلات نمی بینید، به شما حسی برای شنیدن بازخوردهای مهم و عقاید مختلف بوجود می آید. البته رضایت داشتن از خود به این معنا نیست که فرد نباید برای پیشرفت و شکوفائی خصوصیات بالقوه خویش به جستجو و کنکاش در درون خود بپردازد. همواره، اکثریت مردم در جریانی به سوی گسترش یک خودآگاهی شفاف و رسیدن به یک تصویر واضح از اهداف مطلوبی قرار دارند که به سوی آن در حرکت هستند. رضایت از خویش مستلزم یک پایه گذاری خوب است و این به معنای آگاهی داشتن از مرزهای وجودی خویش، اتفاقاتی که در درون و بیرون در حال انجام هستند، توجه به اتفاقات آینده و توأم با نوعی حس آرامش و خونسردی است. مطمئناً این ویژگی ها یک شبه کسب نمی شوند و بدون پشتیبانی و حمایت، مبهم و نامعلوم باقی می ماند. برای ایجاد تغییر تنها هوشیاری کافی نیست، بلکه شخص باید از نیاز به تمرین و ممارست به منظور ایجاد ویژگی های جدید و رفتارهایی که خصوصیات فردی را قابل تحمل می سازند، آگاه باشد. رضایت از خود، فرد را به جدال برای یافتن پاسخ سؤالاتی همچون «که هستم؟ چه می کنم؟ چه می خواهم؟ و چگونه آن را بدست خواهم آورد؟» فرا می خواند. همچنین کیفیت این

دانستن و رضایت از خود منجر به ایجاد واکنشی مثبت در دیگران می شود و رضامندی آنها را برای تاثیرپذیری افزایش می دهد.

فعالیت های مرتبط با ارزش ها

آنچه فرد انجام می دهد یا نمی دهد، تعریف و نشانه ای است از ارزش های او. برای درک ارزش های فرد به آنچه انجام می دهد یا آنچه می گوید توجه کنید. ارزش ها، انگیزه ها، مقاصد و فعالیت ها نمایانگر پیشرفت هستند. آیا ارتباط و پیوستگی میان این مراحل وجود دارد؟ آیا فعالیت ها با اهداف همبستگی دارند؟

آیا اهداف مرتبط

با انگیزه ها

هستند؟ آیا

انگیزه ها با

ارزش ها

همخوانی دارند؟

در بعدی فراتر از

خویش، آیا

فعالیت ها با مشکلات شخص ارتباط دارند؟ همچنین آیا فعالیت ها بیانگر تقدم و تاخر هستند. آنچه که شخص انجام می دهد، از میان انتخاب های متعدد او صورت می گیرد. به این ترتیب آزمایش کردن ارزش هایی که در اعمال فرد انعکاس می یابند، اهمیت بسیار زیادی دارد.

رفتارهای فعال در مقابل رفتارهای واکنشی

رضایت داشتن از خود و همچنین داشتن ارزش های شفاف، تنها عوامل تسهیل کننده مراحل تغییر در دیگران نیستند. برای ایجاد تغییر، فرد باید علاقمند به آغاز فعالیت باشد. افراد فعال کسانی هستند که خود ارزش هایشان را به

حرکت و پویائی درمی آورند. این افراد خود مسئول زندگی خویش هستند. به رفتارهای آنان به منزله تصمیماتی که اتخاذ می کنند و نه بعنوان نتایج شرایط محیطی احاطه کننده آنها بنگرید. این افراد خود عامل وقوع رویدادها هستند. از سوی دیگر افرادی که دارای رفتارهای واکنشی هستند، توسط احساسات، شرایط و رفتارهای دیگران برانگیخته می شوند. بیشتر حوادث که در دنیای خارج به وقوع می پیوندند تعیین کننده رفتارهای آنان (عکس العمل هایشان) هستند تا چارچوب های درویشان. افراد

افراد فعال بیشتر از درون خویش هدایت می شوند، در حالی

که افراد دارای رفتارهای واکنشی توسط دیگران هدایت

می شوند. آنچه که ما را آزوده می سازد چیزی نیست که

برای ما اتفاق می افتد بلکه پاسخ ما به اتفاقی که افتاده باعث

رنجش ما می گردد.

فعال بیشتر از درون خویش هدایت می شوند، در حالی که افراد دارای رفتارهای واکنشی توسط دیگران هدایت می شوند. آنچه که ما را آزوده می سازد چیزی نیست که برای ما اتفاق می افتد بلکه پاسخ ما به اتفاقی که افتاده باعث رنجش ما می گردد. یک ویژگی معلوم/مجهول در ابعاد عمل و عکس العمل وجود دارد، اگر بنا باشد مشاوران تنها حالت واکنشی داشته باشند و هیچ حرکتی برای رویارویی با مشکلات انجام ندهند، پس میزان توانایشان برای تاثیرگذاری و ساده سازی تغییرات تا چه حد است؟ آنها چه الگوهایی را به مشاوره شوندهان

ارائه می‌کنند؟

زمانی که فرد در موقعیت آموزش گسیرنده / آموزش‌دهنده یا مشاوره‌کننده/ مشاوره‌گیرنده قرار دارد، چه نوع ارتباطی را باید انتخاب کرد؟ آیا ما مشاورین حقیقتاً از دیده‌ها، شنیده‌ها، تجربیات دیگران و آگاهی از اتفاقاتی که در حال رخ دادن هستند، به نحو احسن

استفاده می‌کنیم؟ آیا ما به قابلیت اجزای نظریات شیوه‌های تشخیصی، موارد مشابه که در نقاط دیگر تحت مطالعه هستند، راه‌حل‌های ممکن، علاقمندی به موفقیت خویش و حتی درآمدان فکر می‌کنیم؟ افکاری از این دست با ارتباطی خوب و خوشایند همراه هستند. برای کمک کردن به دیگران، مشاور نیاز دارد تا از وجود بعضی دام‌های ممکن مطلع باشد. یک نمونه از چنین دامهایی این است که فرض کنیم ماهیت وجودی هر

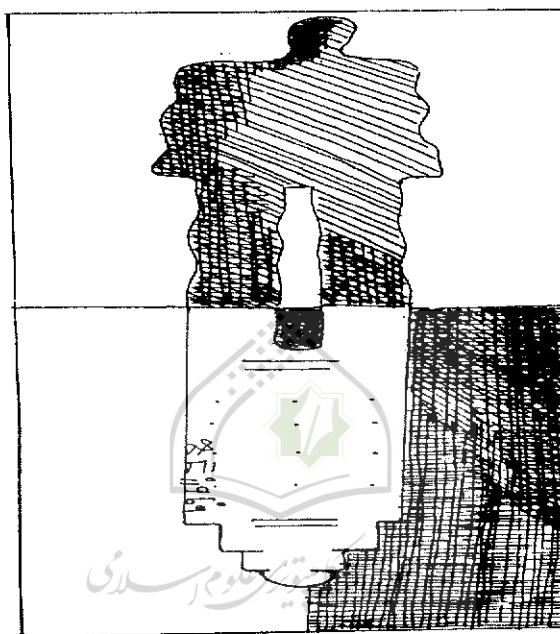
شخص دقیقاً شبیه ماهیت وجودی مشاوره‌شونده است یعنی تجربیات دیگران از جهان همانند و مشابه تجربیات خود شخص از جهان است. به عنوان نتیجه فرد ممکن است تفکرات، ارزش‌های و عقاید خویش را به دیگر افراد تحمیل کند و فرض کند که آنها نظریات وی را خواهند فهمید و قبول خواهند کرد. به سه عبارت ذیل توجه کنید:

● ما هرگز قادر به مشاهده «دنیای درونی» سایر افراد نیستیم.

● ما هرگز قادر به مشاهده رفتارهای اشخاص دیگر نیستیم.

● به شکلی رفتار کنیم که گویی دو اظهار نظر فوق صحیح نیستند.

اگر فردی عبارت نخست را بپذیرد و قبول کند که قادر به فهمیدن وجود دیگران نیست، نسبت به دیگران در محیط بهتری قرار دارد که می‌تواند ببیند و بشنود و آنچه مرتبط با خویش است را تجربه کند. فرد هرگز نمیتواند مانند



دیگران دنیا را تجربه کند. یافته‌ها، تفکرات، احساسات، ارزش‌ها و عقاید خود فرد، در مسیر خاص خود حرکت می‌کنند. در این میان بهترین کاری که او می‌تواند انجام دهد، کاهش این شلوغی و ازدحام در ذهن خویش است. هنگامی که فرد به مفاهیم بدست آمده از تئوری‌ها و یا گروه و یا تعاریف اجتماعی تکیه دارد و تصور نمی‌کند که این تعاریف درباره افراد به تنهایی نیز کاربرد دارند، ممکن است ارتباط خود با اشخاص دیگر را قطع کند و در بدترین حالت ممکن است فرد فرض کند همانگونه که این مفاهیم برای او مصداق دارند برای دیگر افراد نیز

صادق هستند.

عبارت دوم که مرتبط با عبارت نخست نیز هست، تمایل داشتن به تعبیر و تفسیر رفتارهای دیگران است یعنی رخنه کردن به درون افکار دیگران و نسبت دادن علل و انگیزه به رفتارهای دیگران. البته این امر بدین معنا نیست که فرد نباید هرگز رفتارهای دیگران را مورد

تفسیر قرار دهد. اما باید آگاه باشد که در زمان انجام این کار میان تفسیر و تعبیر و مشاهده صرف تمایز قائل شود. همه این تعبیر نه از فردی که رفتارش مورد تفسیر واقع شده نشأت گرفته بلکه از ذهن تفسیرگر است. تفسیرگر و در این مطالعه مشاور نظریات شخصیتی را که خود انتخاب کرده در رفتارهای فرد اعمال می‌کند. در این میان اگر تفسیر شونده از نظر متفاوت دیگری حمایت کند، این تداخل

غیرقابل استفاده و در بدترین حالت ممکن، نتایج ناگواری را بدنبال خواهد داشت. توصیف و شرح رفتاری که مورد توجه قرار گرفته و پرسش از این که گیرنده چه چیزی از آن دریافت کرده است و یا در آن لحظه خاص چه احساسی داشته است بسیار سودمند خواهد بود. بدین ترتیب یادآوری این نکته که این نظریات فانی و زودگذر هستند و ممکن است در گذر زمان دچار تغییر شوند یا حتی بطور کامل مردود گردند برای مشاوران حائز اهمیت است. فرد هرگز با ماهیت خویش سر و کار ندارد بلکه ارتباط او با برخی نظریه‌های ماهیتی است.

شهامت ذهنی

واژه «ذهنی» در اینجا به منظور ایجاد تمایز و تفاوت با «شجاعت جسمی» و اینکه تمایز این دو از یکدیگر بسیار مشکل است به کار برده می‌شود. بعنوان مثال، ممکن است فردی در جدال فیزیکی بسیار جسور و شجاع باشد اما همین فرد در نگریت به درون ذهن و روان خود بسیار ترسو باشد. افراد در رقابت برای غلبه بر مشکلات، ارتباط و همبستگی‌شان را با جمع و اجتماع از دست نمی‌دهند. شجاعت ذهنی با ارزش‌ها ارتباط دارد. یعنی احترام و توجه به خود و دیگران در حل مشکلاتی که شخص با آنها روبرو است. زیست‌شناسان بر این باورند که آزادی بی‌چون و چرا سبب نگرانی می‌شود. هنگامی که ساختار اجتماعی و تعاریف از رفتارها، ارزش‌ها، تفکرات و عقایدی که شخص را راهنمایی می‌کنند، دچار تغییر و تحول می‌شوند، فرد بدون هر گونه تعلق و وابستگی، تنها می‌ماند. او سپس تحت فشار قرار می‌گیرد تا مسئولیت کامل رفتار - اعمال و اهداف خود را بر عهده بگیرد. شهامت و شجاعت با اثبات خود و نیاز به حفظ مرکزیت خویش همخوانی دارد. تقاضا برای انجام تحقیق پیرامون آزادی، مرکزیت وجودی فرد و اتحاد با دیگران یک نیاز روحی است. یعنی هیجاناناط روح و روان ما و مطالعه برای دسترسی به تجربیات عمیقتر در خصوص روح است که به زندگی معنا و مفهوم می‌بخشد.

یک الگوی رهبری

آیا ما مشاوران فراتر از رهبری ذهنی به عنوان تنها الگوی تغییر حرکت

کرده‌ایم؟ اگر نگوئیم همه، حداقل بسیاری از کتاب‌ها در خصوص رهبری، ویژگی‌های رهبران موفق، چگونگی تمایز رهبران و مدیران از یکدیگر و غیره همگی با افراد مختلف سروکار دارند و بنظر می‌رسد فرد باید پاسخ به این سؤال را در جایی دیگر بیابد. اما از برخی جهات پاسخ به این سؤال «آری» است. الگویی که در حال حاضر مشاوران و برخی رهبران متناوبا از آن استفاده می‌کنند بیش از آنکه جهت را تغییر دهد آن را تسهیل می‌کند. بعد دیگری که بنظر می‌رسد بسیاری از رهبران به سوی آن در حرکت هستند. کاهش تفاوت میان رهبر و پیروان او است. ایجاد حرکت و جهت‌یابی از مسئولیت‌های هر فردی است. با حضور در گروه‌ها، نیروی کار، کنفرانس‌ها، بازارهای کار و غیره هر فردی می‌تواند یکی از دو نقش رهبر یا پیرو را انتخاب کند. در این مراحل مدیر نقش یک شرکت‌کننده یا یک تسهیل‌کننده را بر عهده دارد که منابع و عقاید سازمانی خویش را با دیگران به اشتراک می‌گذارد.

آیا برای ارائه مشاوره، فرد باید یک روشنفکر یا یک نابغه باشد؟ خیر، چنین نیست. اما با این حال افراد به سطحی از شایستگی و توانایی به منظور تسهیل و افزایش سطح یادگیری مشاوره شوندگان نیاز دارند. مشاوران می‌توانند محیطی برای برانگیختن حس اکتشاف خویش ارائه نمایند، اما هر فرد باید خود مسیرش را به سوی روشنفکری بسیابد نه راهی که پیشنهاد مشاوران است.

در تجزیه و تحلیل نهایی، اعتماد به نفس در هر کاری که فرد انجام می‌دهد دخالت دارد. به عنوان مشاور ما همگی به نوبت هم هدایت‌کننده و هم هدایت‌شونده هستیم؛ دیگران را تحت تاثیر قرار می‌دهیم و تحت تاثیر دیگران قرار می‌گیریم؛ کاری را آغاز می‌نماییم و خود منتظر می‌مانیم تا دیگران آغازگر کاری دیگر باشند. ما یک نظریه را وقتی سودمند است به کل القا می‌کنیم و زمانی که مضر است آن را رد می‌کنیم. ما صلاحیت و شایستگی خودمان را ارج می‌نهیم؛ محدودیت‌مان را می‌شناسیم؛ و با هر شیوه و روشی هم مثل دانش‌آموز و هم مثل آموزگار برخورد می‌کنیم. حال سؤال اساسی این است: آیا ما در این فعالیت‌ها با تصویری شفاف از این که چه کسی هستیم مواجه می‌باشیم؟ و آیا از علت این که چرا کاری را انجام و کاری دیگر را انجام نمی‌دهیم مطلع هستیم؟ اگر پاسخ منفی است پس ما که و چه هستیم؟

