

درون یا برون

مسئله این است!

درون‌گرایی و برون‌گرایی یکی از موضوعاتی است که آدم‌ها را کاملاً در دو دسته متفاوت قرار می‌دهد. بعضی از آدم‌ها به برقراری ارتباط علاقه شدیدی دارند و در طول روز با افراد زیادی معاشرت می‌کنند و درباره موضوعات متعدد حرف می‌زنند. برخلاف این آدم‌ها، کسانی هستند که درون‌گرایی را ترجیح می‌دهند به کار خودشان مشغول باشند و با آدم‌های زیادی ارتباط برقرار نکنند.

حالا تصور کنید فردی درون‌گرا با یک فرد برون‌گرا همکاری شود و مجبور باشند حداقل روزی هشت ساعت با همدیگر در یک محیط کار کنند. احتمالاً روز دوم دعوی‌شان خواهند شد. فرد برون‌گرا مدام می‌خواهد با آدم درون‌گرا ارتباط برقرار کند و با او دوست شود و این موضوع درون‌گرایی موردنظر ما را کلافه می‌کند. از طرف دیگر، سکوت و خلوت‌گزین بودن آدم درون‌گرا هم برون‌گرا را خسته می‌کند و انگیزه کار کردن را از او می‌گیرد.

این اتفاق یکی از پربسامدترین مشکلاتی است که سرکار رخ می‌دهد و به راحتی هم قابل حل نیست؛ تفاوت در روحیات همکاران. آن اوایل که وارد محل کار شده بودم، همکاری داشتم که درباره تمام موضوعات زندگی من کلی سؤال داشت

و انگار قرار بود از روی مسائل شخصی من آزمون سراسری بدهد! درباره تمام موضوعات اقتصادی و اجتماعی و سیاسی هم نظر می‌داد و توقع داشت من هم در مقابل نظراتش واکنش نشان بدهم. هر قدر هم با لبخندهای ملایم و بی‌توجهی سعی می‌کردم از پرسیدن سؤالات بی‌شمار منصرفش کنم، فایده نداشت.

بعد از چندماه، هر دوی ما آن قدر از دست هم کلافه شدیم که به محض پیش آمدن فرصت مناسب، اتاقتان را عوض کردیم و در دفتری که بیشتر به روحیاتمان می‌خورد، مشغول به کار شدیم؛ این بهترین کاری بود که می‌توانستیم انجام دهیم. اما اگر در شغلی امکان این جابه‌جایی وجود نداشت باید چه کار کرد؟

به طور کلی، بهترین راه برای داشتن محیط آرام کاری، تمرکز روی کار است. لزومی ندارد حتماً ارتباط ما با همکارانمان فراتر از بحث‌های کاری باشد. فردی که درون‌گراست، چاره‌ای ندارد جز اینکه ارتباطات خود را در حدی که پیشرفت در کار و حرفه‌اش به آن احتیاج دارد، گسترده کند. از طرف دیگر، فرد برون‌گرا هم باید در محیط کار رفتارهایش را در جهت پیشرفت کار قرار دهد. اگر در شغلی که دارد زیاد صحبت کردن و اجتماعی بودن ضرورت ندارد، برخلاف میلش، ارتباطش را با همکاران ساکت و کم حرفش محدود کند تا چالشی به وجود نیاید.

نمی دانم شما در حال حاضر شاغل هستید یا در آینده شاغل خواهید شد، اما از همین حالا خودتان را آماده کنید تا با چالش هایی از این دست مواجه شوید. بهترین راه برای گیرنفتادن در این شرایط، کنترل ارتباطات با همکاران از همان ابتدای کار است. خوب است با همکارانمان ارتباط دوستانه و همدلانه داشته باشیم. به نفع خودمان و کارمان است به همدیگر کمک کنیم، اما ایجاد ارتباط خیلی صمیمانه می تواند مشکلاتی را در محل کار برانمان ایجاد کند. احتمالاً افرادی را دیده اید که در محل کار با همکارانشان به مشکل برمی خورند و سر موضوعات کاری یا مالی ارتباطشان با دیگران شکر آب می شود. در این وضعیت، اگر همکاران رفیقان باشند، یا دوستی تان به هم خواهد خورد یا مجبور می شوید از آنچه در محیط کار می خواهید، کوتاه بیایید تا دوستی تان به هم نخورد.

از طرف دیگر، اگر نتوانید بین دوستی و کارتان مدیریت کنید، ممکن است ناچار شوید به خاطر حفظ رفاقتان در محل کار، به دوستان بیشتر از بقیه خدمات بدهید و بین او و سایر کارکنان فرق بگذارید. در این حالت سایر همکاران به شما بدبین خواهند شد و ارتباطتان با دیگران به هم می خورد. مثلاً دوست شما و یکی دیگر از کارکنان، به شرکتهای ضرر مالی می زند. شما اگر بخواهید این دو کارمند را تویخ کنید، رفاقتان خراب می شود و اگر از رفیقان بگذرید و کارمند دیگری را تویخ کنید، در محل کارتان بدنام می شوید. برای اینکه این دو مشکل پیش نیایند، ممکن است ناچار شوید از اشتباه هر دو نفر چشم پوشید که در این شرایط سنگ روی سنگ بند نمی شود و کسی از شما حساب نخواهد برد.

دوستان عزیز، همدلی کردن و کمک رساندن به همدیگر در محیط کار بهترین راه برای پیشرفت محسوب می شود، اما در عین حال باید مراقب باشید ارتباطتان با دوستی خاص، به کارتان لطمه نزند. البته اگر بتوانید بین ارتباط دوستانه و قواعد کاری مرز ایجاد کنید و نگذارید مشکلات کاری به رفاقتان لطمه بزند، بدون شک دوستان شما بهترین همکارانان هستند.

حال که برایتان از آدم های درونگرا و برونگرا گفتیم باید با میانگراها هم آشنا شوید. میانگرا کسانی هستند که اگر تلاش نکنید آن ها را درک کنید احتمالاً از معاشرت با آن ها سردرگم و کلافه می شود؛ البته این را باید بگویم که میانگراها عجیب و غریب نیستند و اتفاقاً شبیه اکثر ما هستند. کسانی که دوست دارند در جمع باشند و پر انرژی و فعالند اما به همان اندازه به تنهایی هم نیاز دارند و نیمی از اوقات دوست دارند در جمع های کوچک حاضر شوند. شاید در ارتباط با این دسته از آدم ها کمی گیج بشید و ندانید که باید با آن ها تا چه حد ارتباط برقرار کرد و چقدر تنهایشان گذاشت. این افراد در تنهایی طولانی مدت حوصله شان سر می رود و اگر هم زیاد میان جمع بمانند خسته می شوند. اما بیشتر آدم ها همین طور هستند، مگر آدم همیشه یک حال احوال دارند و عوامل گوناگون روی حوصله و اخلاقش تأثیر نمی گذارد؟ بهترین راه برای برقراری ارتباط خوب و بدون تنش با آدم ها، فقط درک متقابل و مهربانی با خلیقات منحصر به فرد همدیگر است.