

**اگر بعد از تصمیم مهمی
مثل انتخاب رشته در
مورد آن مردد شدم،
چاره چیست؟**

پاسدانا



شاید چند ماه و گاهی هم یک سال تحصیلی می‌گذرد و کم‌کم سروکله تردیدها پیدا می‌شود. آیا در انتخاب رشته‌ام درست عمل کردم؟ سردرگم بودن بساط خودش را پهن می‌کند و ما نگرانیم که این وضعیت تا دانشگاه ادامه پیدا کند. ما آدم‌ها برای همه تصمیم‌های ریز و درشتمان مسیری را طی می‌کنیم تا بالاخره آن تصمیم را بگیریم. هرچقدر که این مسیر خردمندانه باشد، هم نتیجه بهتری دارد و هم اضطراب و نگرانی‌های بعدی کمتر خواهد بود.





اما این مسیر چیست و طی کردن آن چگونه است؟ ابتدا راجع به آنچه موضوع تصمیم‌گیری است، تا جان در بدن دارید تحقیق می‌کنید. این قسمت بیشترین زمان را بین همه مراحل تصمیم‌گیری لازم دارد. با افراد مطمئن و مختلف مشورت کنید؛ افرادی که از آن رشته راضی هستند یا ناراضی هستند، دلایلشان را بشنوید و بنویسید.





حتی ممکن است آزمون‌هایی مثل آزمون شخصیت بدهید یا چند جلسه مشاوره شرکت کنید. در نهایت، همه این اطلاعات را جمع‌بندی کرده و بر اساس میزان اهمیت هرکدام به آنها ضریب بدهید؛ مثلاً، ممکن است ضریب اینکه یک رشته با روحیه من چقدر سازگار است بالا باشد، ولی در عوض درآمد اقتصادی آن ضریب زیادی نداشته باشد. هر چقدر در این قسمت زمان بیشتر برای تحقیق و بررسی صرف کرده باشید آرامشتان بعد از تصمیم‌گیری بیشتر خواهد بود.



تصمیم‌هایی که گرفتید خشک و غیرقابل تغییر نیستند. اگرچه گاهی با سختی، ولی امکان ایجاد تغییر کماکان وجود دارد. یکی از دلایل ایجاد سردرگمی این است که احساس می‌کنید انتخابتان ابدی بوده و هیچ جای تغییری وجود ندارد. باید ابدی و مطلق بودن تصمیم را در ذهنتان بشکنید.





ممکن است یک عامل دیگر هم باعث سردرگمی و اضطراب شما بشود، آن هم اطرافیانی که دائم تصمیم شما را به چالش می‌کشند. اگر انتخابتان با پشتوانه محکم بوده به خوبی می‌توانید برای بقیه هم توضیح بدهید یا حداقل خودتان به هم نریخته و از اضطراب نجات یابید.



۶

در آخر اینکه وقتی ما به قدر کافی تلاش و مشورت کردیم، باید توکل کنیم و نتیجه را به خدا بسپاریم، چراکه هیچ کس از آینده خبر ندارد. کافی است هر لحظه به وظیفه مان به خوبی عمل کنیم و بعد همه چیز را به خدایی که هم قدرتمندترین و هم مهربانترین است بسپاریم.

