
دوره آموزشی

**رازهای رسیدن به
شغل رویایی**

مدرس:
دکتر امیرحسین فرجی

سه سوال مهم



- ۱- چه شغلی برای من مناسب است؟
- ۲- چگونه این شغل را پیدا کنیم؟
- ۳- چه مهارت‌هایی برای موفقیت شغلی نیاز داریم؟



شرکت موثر در کلاس



- ✓ حتما نت برداری کنید.
- ✓ تفکر عمیق...
- ✓ سوالات تان را یادداشت کنید.
- ✓ هر ایده‌ای به ذهنتان رسید، یادداشت کنید. (دفترچه ایده‌ها)

❖ آماده اید؟!

دوره آموزشی

رازهای رسیدن به
شغل رویایی

بخش اول: دنیای جدید شغل‌یابی

مدرس:
دکتر امیرحسین فرجی

قرن تغییر

JOB

- ✓ کاهش شدید استخدام رسمی و دولتی
- ✓ فقط مدرک، کافی نیست
- ✓ فقط مهارت تخصصی، کافی نیست
- ✓ معمولی بودن، ریسکی است
- ✓ رزومه ساختنی است، نه نوشتنی
- ✓ گسترش شرکت‌های مجازی (کار مجازی)

تعریف شغل در ذهن شما؟



▪ **تعریف افراد معمولی:**
فقط روشی برای درآمدزایی است.

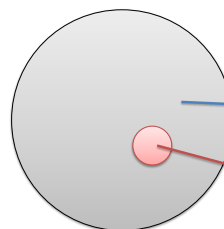
▪ **تعریف افراد برتر:**
بخشی از زندگی که باید از آن لذت برد.

نشانه‌های شغل رویایی

- به رفتن سرکار علاقمند باشید.
- از کاری که می‌کنید، انرژی بگیرید.
- احساس کنید برای تلاش‌تان ارزش قائل هستند.
- از توضیح کارتان به دیگران احساس غرور کنید.
- از افرادی که با آن‌ها کار می‌کنید، لذت ببرید.
- نسبت به آینده خوش‌بین باشید.

راز اصلی موفقیت شغلی

✓ اکثر افراد جامعه به دلیل تنبلی و یا باورهای محدودکننده فقط به دنبال شغل‌های معمولی هستند.



رقابت شدید افراد معمولی
95%

رقابت کمتر افراد عالی
5%

مشکل اصلی کجاست؟

✓ مشکل اصلی بی‌شغلی نیست،
بی‌هدفی است.

✓ هدف شما چیست؟

✓ تفاوت هدف - ابزار - نتیجه



قایق موفقیت شغلی

← قوانین موفقیت
و خودشناسی



← استراتژی و
تاکتیک‌ها

دوره آموزشی

**رازهای رسیدن به
شغل رویایی**

بخش دوم: شغل مناسب من چیست؟

مدرس:
دکتر امیرحسین فرجی

سوال مهم؟

✓ چرا اکثر انسان‌ها به شغل‌های پردرآمد نمی‌رسند؟



خود شناسی



✓ **تعریف:** شناخت آگاهانه از خود

- نگاه عمیق و انتقادی به خودمان!
- نگاه از بالا به زندگی خود!
- واقعا کی هستیم و چه می‌خواهیم؟
- معنا و هدف زندگی ما چیست؟

حضرت علی و خود شناسی

- ✓ هر که خود را شناخت، خدا را شناخت.
- ✓ سودمندترین و برترین شناخت، خودشناسی است.
- ✓ کسی که موفق به خودشناسی شود، به بزرگترین پیروزی رسیده.
- ✓ کسی که خود را نشناسد، چگونه دیگری را بشناسد؟!
- ✓ در شگفتیم از کسی که گمشده‌ی خود را می‌جوید، اما خویشتن را گم کرده و آن را نمی‌جوید!

اجزاء خود شناسی



- ۱- الگوها و موانع ذهنی (سیستم باورها)
- ۲- نظام ارزش‌ها
- ۳- تیپ شخصیتی
- ۴- استعداد و نقاط قوت
- ۵- علاقه و اشتیاق سوزان

۱- الگوها و موانع ذهنی



- ✓ **الگوی ذهن:**
 - روشن ساختار یافته تفکر ما
 - چهار چوب محدود کننده ذهن ما
- ✓ اطلاعات جدید را بر اساس الگوی ذهنی خود پردازش می‌کنیم.
- ✓ تنها چیزهایی را می‌بینیم که هم‌راستا با باورهای ما است.

نگرش‌های ما

✓ **نگرش:** فکر و احساس درونی ما نسبت به یک موضوع (روایت و تفسیر ما از واقعیت)



- نگرش نسبت به خود
- نگرش ما نسبت به دیگران
- نگرش ما نسبت به ثروت
- نگرش ما نسبت به شغل
- نگرش ما نسبت به یادگیری

وظیفه مهم ما

- ✓ کشف الگوی ذهنی و نگرش ها و سپس اصلاح آن
- به چالش کشیدن فرضیه‌ها و دیدن به نوعی متفاوت
- تامل بیشتر در رفتارها، عادت‌ها و تصمیمات تکراری خود



حذف باورهای محدود کننده

- ✓ آگاهی از باورهای محدود کننده خود
- ✓ پیدا کردن مثال نقض
- ✓ تجسم آینده خودتان با باورهای محدود کننده
- ✓ تجسم آینده با باورهای قدرت بخش جدید
- ✓ شرطی سازی هر روزه‌ی ذهن با باورهای جدید



۲- نظام ارزش‌ها

- ✓ ارزش: چیزی که برای ما در زندگی مهم است.
- تصمیم‌گیری ما بر اساس نظام ارزش‌های ماست.
- ارزش‌ها قابل تغییر هستند.
- ✓ وظیفه ما:
- شناخت نظام ارزش‌های خود
- اصلاح آن برای رسیدن به موفقیت در کسب و کار



تهیه لیست ارزش‌ها

لذت از زندگی	پول
عشق	خانواده
پیشرفت	سلامتی
استقلال	آرامش
آزادی زمانی مکانی	امنیت
اثرگذاری بر دیگران	ماجراجویی

چند مثال

- ✓ امنیت بالاتر از استقلال است و برعکس
- ✓ خانواده بالاتر از پول است و برعکس
- ✓ اثرگذاری بالاتر از لذت زندگی است و برعکس

۳- شخصیت شناسی

✓ **تعریف شخصیت:** مجموعه صفاتی که باعث تمایز یک فرد از دیگران می‌شود.

✓ هرکسی را بهر کاری ساختند

میل آن را در دلش انداختند (مولوی)

✓ روش MBTI یا DISC



روش MBTI

✓ چهار بعد تیپ شخصیتی

- ۱- روش تعامل با دنیای بیرون
 برون‌گرا | درون‌گرا
- ۲- روش دریافت اطلاعات
 حسی | شمی
- ۳- روش تصمیم‌گیری
 فکری | احساسی
- ۴- روش سازمان‌دهی کارها
 داورى‌کننده | ملاحظه‌کننده

(۱) روش تعامل با بیرون

درون‌گرا (I)	برون‌گرا (E)
شارژ وقتی تنها هستند	شارژ وقتی در جمع هستند
دنبال توجه دیگران نیستند	علاقه به جلب توجه دیگران
بیشتر گوش می‌دهند	بیشتر حرف می‌زنند تا گوش دهند
در برقراری ارتباط محتاطند	با اشتیاق ارتباط برقرار می‌کنند
شناختن آن‌ها سخت است	شناختن این افراد ساده‌تر است

❖ نمره شما از ۱ تا ۱۰

(۲) روش دریافت اطلاعات

شمی (N)	حسی (S)
حس ششم	حواس پنج‌گانه
توجه به معانی، روابط و احتمالات	توجه به ظاهر و جزئیات
تخیل و نوآوری	واقع‌گرایی و عملی بودن
توجه به "آنچه می‌تواند باشد"	توجه به "آنچه هست"
عاشق پیش‌بینی آینده	توجه به حال

❖ نمره شما از ۱ تا ۱۰

(۳) روش تصمیم‌گیری

احساسی (F)	فکری (T)
توجه بیشتر به احساسات و هم‌دلی	توجه بیشتر به منطق و تحلیل
توجه به همدلی و مهربانی	سبک و سنگین کردن شواهد
تمایل به راضی کردن دیگران	توجه به عیب و ایراد دیگران
به ادب بیشتر از حقیقت توجه دارند	به حقیقت بیشتر از ادب توجه دارند
تغییر تصمیمات با احساسات	پایداری بیشتر روی تصمیمات

❖ نمره شما از ۱ تا ۱۰

(۴) روش سازماندهی کارها

ملاحظه‌کننده (P)	داوری‌کننده (J)
عاشق استقلال و انعطاف	عاشق نظم و ساختارمندی
دوست دارند پرونده را باز بگذارند	علاقه به تصمیم‌گیری
خود را با موقعیت جدید تطبیق می‌دهند	علاشق برنامه‌ریزی کارها
فرآیندگرا و کمال طلب تر هستند	نتیجه‌گرا هستند
زمان را منبعی تجدید شدنی می‌دانند	تاریخ سررسید را جدی می‌گیرند

❖ نمره شما از ۱ تا ۱۰

تیپ شخصیتی شما

ISTJ	ISFJ	INFJ	INTJ
ISTP	ISFP	INFP	INTP
ESTP	ESFP	ENFP	ENTP
ESTJ	ESFJ	ENFJ	ENTJ

✓ ۱۶ تیپ شخصیتی

✓ کتاب "شغل مناسب شما"

رضایت شغلی

✓ شغل ایده‌آل = شغل هماهنگ با تیپ شخصیتی

✓ مثال‌های شغلی:

- مقایسه درون‌گرا و برون‌گرا (تمرکز-ارتباطات)
- مقایسه حسی و شمی (جمع‌کننده اطلاعات - خلاقیت)
- مقایسه فکری و احساسی (تحلیل‌گر - خدمات مشتری)
- مقایسه داوری‌کننده و ملاحظه‌کننده (مدیر - کارآفرین)

تمرین عملی

✓ شناسایی الگوهای فکری و باورهای محدود کننده و تلاش برای حذف آنها

✓ تهیه لیست ارزش‌ها و بررسی تاثیر آن در موفقیت شغلی و سپس اصلاح آن

✓ شناسایی تیپ شخصیتی خود

مدل رفتارشناسی DISC

تیپ D (Dominance) سلطه‌گرها

تیپ I (Influence) تاثیرگذارها

تیپ S (Steadiness) دارای ثبات

تیپ C (Conscientiousness) وظیفه‌گراها



