

پرتوجفتایی



روزنامهنگار

بدون شک برای شما هم پیش آمده که در محل کار تان فرد یا افرادی باشند که رفتارشان از استانداردهای رفتار طبیعی یک کارمند فاصله دارد. برای مثال با صحبت‌ها و نحوه رفتارشان دیگران را تحریک می‌کنند، به حرف مدیران بالادستی خود گوش نمی‌دهند، کاری را که فرد دیگری انجام داده به نام خود تمام می‌کنند، وقت مدیران و دیگر همکاران خود را با پرداختن و یا صحبت کردن درباره مسائل بی‌اهمیت می‌گیرند، گاهی مثل عقل کل‌ها رفتار می‌کنند و تمام‌مدت لب به انتقادهای غیرمنصفانه می‌گشایند. اما نحوه برخورد درست با چنین افرادی در محیط کار چگونه باید باشد؟ چه شما مدیر یک فرد بدقلق و ناسازگار باشید چه همکار او، مسیر دشواری پیش رو خواهید داشت تا راهکاری ایده‌آل بیابید و شرایط را تعدیل و یا مدیریت کنید.

گاهی پیش می‌آید که در محل کار تان با همکاران دیگر، رئیس یا سایرین به مشکل برخورد داشته باشید. ممکن است واکنش‌هایتان به‌قدری شدید و تند باشد که نسبت به آنچه می‌گویید و انجام می‌دهید کنترل‌نا داشته باشید. شاید هم بخواهید مشکلی که پیش آمده را بدون عصبانیت در سکوت به حال خود بگذارید. پاسخ دادن به بدجنسی یک همکار ممکن است دشوار باشد. برخی به امید آنکه جلوی فرد بدجنس را بگیرند، وسوسه می‌شوند اجازه دهند رفتار پر خاشاگر یانه کم‌کم در وجودشان پیدا شود. برخی دیگر هم تلاش می‌کنند تا موقعیت از دست‌رفته خود را باز یابند. رویکرد و نحوه برخورد شما به هر شکل که باشد، بهتر است مهارت حل تعارضات و چالش‌های موجود در محل کار را بیاموزید. اگر بخواهید از پس افراد بدقلق بر بیایید، اول از همه باید عواطف خود و فرد مقابل تان را مدیریت کنید؛ اینکه چگونه در یک گفت‌وگو یا چالش برانگیز خشمگین نشوید و چطور هنگام روبه‌رو شدن با دیدگاه‌های تهاجمی و انفعالی خشم خود را کنترل کنید.

وقتی تفاوت ایدئولوژی مشکل‌ساز است

تعارض و مناقشه در محیط کار به دلایل بسیار زیادی اتفاق می‌افتد و می‌تواند از دلخوری‌ها و ناراحتی‌های کوچک مشکلاتی بزرگ ایجاد کند. یکی از اصلی‌ترین دلایل ایجاد تعارضات این است که مردم اغلب ایده‌ها و روش‌های مختلفی برای انجام کارها و دستیابی به

چگونه با افراد ناسازگار و بدقلق در محیط‌های کاری مقابله کنیم؟

مسیری از تعارض به تعامل



این زمینه‌هاست. در واقع مهارتی است که هر شخصی با صرف زمان، پرسیدن سوالات کلیدی و در نظر نگرفتن پیش‌فرض ذهنی در مورد فکر و یا احساس دیگران، می‌تواند به توانمندی بالادست پیدا کند. بهترین راه مدیریت تعارض انتخاب راهکارهایی برای شنیده‌شدن هر دو طرف است. یکی از راه‌های کلیدی و اثرگذار برای جلوگیری از درگیری بی‌مورد در محل کار، صرف زمان مناسب جهت ایجاد روابط خوب با سرپرستان و همکاران است. آدم‌ها در تعامل با دوستان و کسانی که ارتباط نزدیک‌تری با آن‌ها دارند، کمتر دچار سوءتفاهم و تنش می‌شوند.

شما باید توجه بیشتری به عوامل ایجاد تعارض در محیط کار داشته و برای مدیریت تعارضات سازمانی همیشه پیش‌قدم باشید؛ چرا که پیشگامی در گفت‌وگو برای رفع تعارض باعث بیان مشکلات موجود در میان افراد شده و آن‌ها را مجبور می‌کند راهی برای تعامل و ارتباط بهتر و سازنده‌تر پیدا کنند. کهنه شدن تعارض و کدورت باعث سخت‌تر شدن حل مشکل می‌شود. به همین دلیل است

خواسته‌های خود دارند (ایدئولوژی‌های متفاوت) که لزوماً تمام افراد با آن‌ها موافق نیستند. از مهم‌ترین دلایل این است که افراد راه و ایده‌های مختلفی برای انجام کار خود دارند که ممکن است اطرافیان و همکاران‌شان با آن موافق نباشند. عموماً افراد سریع یاد می‌گیرند که چالش‌ها را رفع کنند، بعضی از افراد می‌دانند که چگونه به‌درستی خواسته‌ها و نیازهای خود را برای درک بهتر با اطرافیان به اشتراک بگذارند و با آن‌ها ارتباط بگیرند، اما برخی دیگر پر خاشاگری کرده و تمایلی به حل چالش‌ها ندارند که این راه، رسیدن به هر نوع سازشی را سخت می‌کند. افراد وقتی احساس خطر کنند، یا از خطر دوری می‌کنند یا سعی می‌کنند با پر خاشاگری با آن مقابله کنند که هیچ کدام از این روش‌ها، راه خوبی برای رفع تعارضات و چالش‌ها نیست؛ چرا که ریشه مشکل هنوز حل نشده و هیچ کدام از طرفین به نتیجه مورد نظر نرسیده است.

در مدیریت تعارض‌ها پیش‌قدم باشید

«مدیریت تعارض» راهکاری بسیار کمک‌کننده در

که پیشنهاد می‌شود تعارضات را هر چه سریع‌تر حل کرده تا از غرق‌شدن افراد در احساسات بد و منفی جلوگیری کنید. معمولاً افراد اهمیتی بیشتر از حد واقعی برای تعارضات قائل می‌شوند و به‌علت غرور شخصی، تمایلی ندارند برای رفع آن پیش‌قدم شوند. پیش‌قدم شدن برای رفع تعارض در محیط کار نشان از تمایل جهت رفع مشکلات و ناراحتی‌ها و همچنین بلوغ فکری فرد دارد.

صورت مسئله را پاک نکنید و به تکامل برسید

شما نمی‌توانید به هر آدم بدقلقی که در زندگی تان وجود دارد بگویید از زندگی تان خارج شود و هرگز نزدیک‌تان نیاید. گاهی اوقات این آدم‌های بدقلق بسیار به شما نزدیک هستند مثل مادر، پدر، یا هر فرد دیگری و حتی اگر بخواهید به هر قیمتی از آن‌ها دوری کنید، به نوعی مجبور می‌شوید با آن‌ها رابطه داشته باشید. اینجاست که می‌گوییم باید به تکامل برسید. اجازه ندهید رابطه‌تان با یک فرد خاص، یک سال دیگر هم شبیه رابطه‌ای باشد که الان با او دارید. برای روشن‌تر شدن این مسئله، به رابطه والدین و فرزند نگاه کنید؛ وقتی دو ساله هستید، مادر و پدرتان بیشتر تصمیم‌های زندگی را برای تان اتخاذ می‌کنند.

وقتی ۲۲ ساله می‌شوید، تقریباً شاید هیچ تصمیمی را مادر و پدرتان برای تان نگیرند. این رابطه باید تغییر کند تا شما به آدمی کارآمد و مسئولیت‌پذیر تبدیل شوید. این مسئله در مورد روابط‌تان با آدم‌های بدقلقی که نمی‌توانید از محیط کاری کنارتان بگذارید نیز صدق می‌کند. به خودتان بگویید قرار نیست در مانگر این آدم‌ها باشید. همچنین قرار نیست به شخصی تبدیل شوید که آن‌ها بتوانند تمام هیجان‌های منفی‌شان را سر شما خالی کنند. محیط‌های کاری ما را وادار می‌کنند تا تفاوت‌ها در شخصیت، فرهنگ و ساختارهای اعتقادی را بررسی کنیم.

کار اغلب ما را در موقعیت‌های استرس‌زا قرار می‌دهد و توانایی ما را برای صبور و مهربان بودن آزمایش می‌کند. در نهایت، محل کار می‌تواند مسائل اساسی را آشکار کند؛ از جمله بحران در خانه، مشکلات جسمی، یا مشکلات سلامت روانی و عاطفی. در هر صورت، در یک محیط حرفه‌ای، برای مهربانی و برقراری ارتباط بیشتر تلاش کنید. صبور باشید، تا حد امکان واضح ارتباط برقرار کنید و همیشه به‌دنبال همدلی با دیگران باشید. نتیجه ارزشش را دارد. روابط سالم و سازنده، محل کار شادتر و کار با کیفیت بالاتر.

لنگرگاه

برج قربان، یک بنای بازمانده



بنای تاریخی برج قربان یکی از جاذبه‌های شهر همدان است که در بافت کهن و تاریخی این شهر و به فاصله اندکی از حاشیه جنوبی تپه مصلی، بین خیابان‌های طالقانی و مدنی و در محله زندگی‌ها قرار گرفته است. ساختمان برج قربان از نوع

مقبره‌های برجی با نقشه دوازده‌ضلعی بیرونی و درونی، گنبد دویوش مخروطی و به ارتفاع ۱۶ متر است. برج مقبره‌ای موسوم به قربان در فهرست آثار ملی ایران ثبت‌شده و از ساخته‌های منسوب به سده‌های ششم تا هشتم هجری قمری است. بر اساس مستندات تاریخی، این اثر زیبا جزئی از یک مجموعه بزرگ متشکل از مدرسه، مسجد، کتابخانه، خانقاه و... بوده، که امروزه تنها بنای باقی‌مانده از این مجموعه عظیم، بنای تاریخی برج قربان است. درباره وجه تسمیه و نام‌گذاری این اثر نظرات متفاوتی وجود دارد. از جمله گفته‌اند در فتنه محمود افغان شخصی به نام قربان، برج را سنگر قرار داده و با کمک مردم به مقابله با افغان‌ها پرداخته است. نظر دیگر حاکی از این است که مردم در روزهایی معین شتری را در آنجا قربانی می‌کردند، برخی دیگر معتقدند قربان نام معمار بنا بوده است. به‌نظر می‌رسد این بنا مدفن یکی از بزرگان و مفاخر همدان به نام حافظ ابوالعلاء همدانی باشد. همچنین گفته شده عده‌ای از امیران سلجوقی در برج مدفون‌اند که شاید اشاره به قبور طغرل دوم یا مسعود سلجوقی و یا هر دو باشد.

کاروبار

قنادی خانگی راه‌بیندازید



یکی از مشاغل جذاب و پردرآمد کیک و شیرینی‌پزی در خانه است. تصور کنید که با فعالیت در این شغل شما گذر زمان را حس نخواهید کرد و در دنیایی از عطرهای دلچسب، رنگ‌های متنوع و مزه‌های شیرین مشغول به کار هستید. هر روز یک

سفارش متفاوت دارید. یک چالش جدید و یک تجربه لذت‌بخش. این شغل یک هنر است و علاقه‌مندان به این کار با کسب مهارت‌های لازم می‌توانند با یک‌سری امکانات حداقلی شروع به کار کنند. بدون شک به جز لذتی که از انجام این کار می‌برید با توجه به صرف وقت و هزینه باید بازگشت مالی مطلوبی را به‌همراه داشته باشد. چه شما یک قناد مبتدی باشید چه حرفه‌ای، باید بازار کار این شغل و راه‌های کسب درآمد و سودرسانی آن را بشناسید.

خبر خوب برای شما این است که کسب درآمد از این راه از آنچه تصور می‌کنید آسان‌تر است و فقط نیاز به آگاهی دارد. برای عرضه تولیدات خود باید در ابتدا کار خود را تبلیغ کنید. شیوه تبلیغات شما می‌تواند به شکل یک فعالیت و شراکت دوجانبه با هم‌صنف‌های تان باشد. برای مثال با یک دفتر تشریفات همکاری و در ازای سفارشات می‌گیرید به مشتریان دیگر خود این مجموعه را معرفی کنید. کافه و رستوران‌ها، مراسم عروسی و جشن‌های خانوادگی نیز می‌توانند گزینه‌های خوبی برای همکاری باشند.

دگردیسی

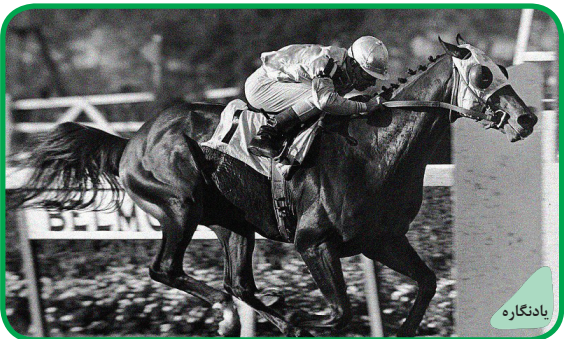
آر‌سی‌های فراموش‌شده



درباره پیشینه آر‌سی‌دوزی یا کفش‌دوزی در ایران اطلاعات دقیق مستند و مکتوبی در دسترس نیست اما از نسل قدیم آر‌سی‌دوزان که بیشتر آن‌ها در شهرستان بیرجند سکونت داشته و هنوز در قید حیات هستند، می‌توان به این موضوع رسید که

از روزهای پایانی این حرفه سال‌های زیادی نگذشته است. زمانی که کافی بود یک چرخ چرم‌دوزی و نخ و سوزن مخصوص داشته باشیم و مهارتی برای دوخت کفش. آن وقت بود که می‌توانستیم کار و بار خود را آغاز کنیم و برای مردم شهرمان کفش یا در اصطلاح آر‌سی‌بدوزیم. در قدیم آر‌سی‌دوزان کفش‌های متنوعی مانند راحتی، دستک‌زیر، فوتبالی، نیم‌پوتین، پوتین، تابستانی و گرجی یا طبلکی می‌دوختند. از آنجایی که در آن زمان هنوز واکس وجود نداشت، برای براق کردن کفش از جک زردآلو (شیره درخت زردآلو) استفاده می‌شد. همچنین برای دوام کفش، چرم را پس از دیباغی با پی (دنبه گوسفند) آغشته می‌کردند. نخ کفش‌دوزی را نیز مومیایی می‌کردند تا دوام آن زیاد شود و کفش به‌مرور زمان دهان باز نکند. به همین دلیل بود که عمر کفش‌ها زیاد می‌شد و معمولاً یک جفت آر‌سی به‌طور طبیعی چهار تا پنج سال عمر می‌کرد و قابل استفاده بود. بهترین چرم از پهلوی ران راست گاو تهیه می‌شد زیرا در زمان‌های قدیم وقتی گاو نافرمانی می‌کرد صاحبش با ترکه پهلوی راست آن را تاز یانه می‌زد لذا از این قسمت بدن گاو چرم مقاوم‌تری تهیه می‌شد.

فرمان‌شدن یک اسب که سوارکارش در میانه مسیر مسابقه جان باخته بود – سال ۱۹۲۲ نیویورک



یادنگاره

من فمیده‌ام که...

باید برای اطرافیانم دوست بهتری باشم و می‌دانم که دوستی سالم یعنی به اشتراک گذاشتن و درک آسیب‌پذیری‌ها



رواق

دشت شقایق بیلافت کرمون - گیلان



زادبوم

