

پرتوجتایی

روزنامهنگار

بحران برای همه اتفاق می‌افتد. برای شرکت‌ها و سازمان‌ها و همه مردم. در واقع بحران در زندگی شخصی و زندگی حرفه‌ای ما اتفاق می‌افتد. بحران‌ها تغییر و تحول بزرگی در زندگی ما ایجاد می‌کنند که می‌تواند کل مسیر زندگی شخصی یا کاری آینده ما را تغییر دهد. به همین دلیل است که می‌گویند زمانی که با بحران مواجه می‌شوید باید آن را مدیریت کنید. اما چطور؟ قطعاً مدیریت بحران کار بسیار بزرگی است که علاوه بر صبر و زمان نیاز به آموزش‌های اساسی دارد.

به نظر می‌رسد بحران‌های عمیق مالی، در سرتاسر جهان، هرچه بیشتر روی می‌دهند و روی هر شخص، بخصوص روی شرکت‌هایی تأثیر می‌گذارد که در یک اقتصاد به‌صورت فزاینده رقابتی حضور دارند و تغییرات سریع و مداوم اقتصادی، سیاسی و فناوری را تجربه می‌کنند؛ شرکت‌هایی که باید برای تداوم توسعه به اعتبار مالی و بانکی دسترسی داشته باشند.

بحران چیست؟

مردم به‌صورت کلی، علاقه‌ای به بحران ندارند. هر چند معنای لغوی واژه (Crisis) یا بحران، تحول یا نقطه عطفی است که باعث تغییر قطعی (بدرتر یا بهتر) می‌شود و معمولاً بار معنایی منفی دارد. وقتی مردم واژه «بحران» را می‌شنوند، خود به‌خود به یک فاجعه فکر می‌کنند. اغلب مردم از بحران می‌ترسند و این حتی در مدیران سازمان‌ها بیشتر به چشم می‌خورد؛ یعنی همان مدیرانی که باید نگران حفظ موجودیت سازمان‌شان باشند. هر کسب و کار در اداره امور جاری خود به دلیل شرایط و پیچیدگی‌های پیش‌رو، ممکن است با بحران‌های مقطعی و موانع مختلفی مواجه شود که با مدیریت صحیح آن می‌تواند منجر به افزایش سود و رونق کسب و کار شود. بحران‌های مختلف مثل تحریم‌های شدید و یا همین شیوع ویروس کرونا در دنیا.

لذا اولین قدم برای برنامه‌ریزی صحیح تبیین و شناخت وضعیت موجود است که نیاز به واقع‌بینی دارد تا خوش‌بینی و تأکید می‌کنیم که این واقع‌بینی بر اساس خردی صورت می‌گیرد که از دل اطلاعات صحیح و به‌روز در ذهن مدیران شکل می‌گیرد. موانع کسب و کار استرس و تلاطم‌های بسیاری دارد که در طول مراحل رشد کسب و کار، از لحظه آغاز و حتی زمانی که تجارت شما به ثبات رسیده شما را با موانع بسیاری مواجه خواهد کرد. اگر می‌خواهید به عنوان یک کارآفرین و مالک یک کسب و کار به موفقیت برسید، باید آمادگی

چگونه می‌توان تنش‌های شغلی را پیش‌بینی و از بروز آن‌ها جلوگیری کرد؟

در مواجهه با بحران



پذیرش این چالش‌ها را داشته باشید و فعالانه با خطرات احتمالی برخورد کنید.

باید شناخت مشتریان فعلی و درک نیازها مدنظر قرار گیرد. درک نیاز مشتری سبب توسعه و طراحی محصولی می‌شود که بیشترین انطباق را با خواسته مشتری داشته باشد. همچنین شما باید بدانید که طی سال چقدر می‌خواهید درآمد کسب کنید و آن را به‌فصل و ماه‌ها تقسیم کنید و براساس بازه زمانی بودجه مشخص داشته باشید. این نقشه باید نشان دهد به چه طریقی و با چه پیغامی می‌بایست مشتری را جذب کنید. یکی از مهم‌ترین دغدغه‌ها در هر کسب و کار، حفظ مشتریان قدیم و افزایش رضایت آن‌هاست. کسب و کارها همواره در تلاش‌اند با ارائه خدمات بهتر به مشتریان، جایگاه برند خود را بهبود و بازاریابی دهان به دهان را توسعه دهند. اما با افزایش

اهمیت برنامه‌ریزی در بحران

موفقیت بدون استراتژی و برنامه‌ریزی دقیق در هیچ زمینه‌ای امکان پذیر نیست. یکی از علل مهم عدم رشد کسب و کارهای کوچک بی‌توجهی به برنامه‌ریزی و استراتژی است. کارآفرینان یک برنامه مشخص و یکنواخت برای شرکت خود دارند و هر ماه آن را اجرا می‌کنند. این روند، در طولانی‌مدت هیچ ارزشی نخواهد داشت زیرا لازمه یک برنامه‌ریزی موفق شناسایی دقیق موقعیت فعلی است. پس از شناسایی موقعیت فعلی،

مشتریان و تعداد پاسخگویان به مخاطبان در سازمان فرصت‌ها تبدیل به تهدیدات جدی برای سازمان می‌شوند. تنها راه جلوگیری از این بحران ایجاد بستر مناسب جهت دسترسی به‌موقع سازمان به اطلاعات در زمان ارتباط با مشتری است. به‌همین منظور نرم‌افزارهای ارتباط با مشتریان و باشگاه‌های وفاداری به وجود آمدند. به کمک این ابزار، ارتباط میان سازمان و مشتری مانند اعضای یک خانواده خواهد بود. به این ترتیب رضایت مشتریان افزایش قابل توجهی یافته و حلقه‌های اتصال میان آن‌ها حتی در دوران بحران، قوی‌تر خواهد شد.

یافتن اطلاعات لازم

شما به عنوان یک رهبر وظیفه دارید از احتمال بروز یک معضل جدید آگاهی یابید. مسلماً قادر نخواهید بود به تمامی اختراهای مربوط به خطرات احتمالی پاسخ به‌موقع دهید. همچنین نمی‌توانید بی‌خیال باشید و تنها به دلیل پیچیده بودن یک مشکل، مسئولیت آن را نپذیرفته و صورت مسئله را پاک کنید.

با توجه به اینکه شما به عنوان یک مدیر از زنگ خطرهای موجود در شرکت فاصله زیادی دارید، چگونه می‌توانید از بروز یک اتفاق در بخشی از شرکت که مستقیماً مسئول آن نیستید، آگاه شوید؟ و چگونه می‌توانید مطمئن شوید که پیش از مبذل شدن مشکل به بحرانی جهانی که ممکن است در آن گیر بیفتید، اقدامات اصلاحی و صحیح انجام گرفته است؟ پس راهکارهایی را در نظر داشته باشید و آن‌ها را به کار ببندید.

مدیریت شرایط

تقریباً پیش از وقوع هر بحران و حادثه‌ای، افراد مستقر در سطوح مختلف سازمانی علائم خطر را دهند مربوط به مشکل ایجاد شده را احساس می‌کنند. از این رو، آگاهی از چگونگی روند طبیعی انتقال اطلاعات در شرکت امری ضروری به نظر می‌رسد. برای نیل به این هدف، پیشنهاد می‌شود طرحی را ارائه دهید که امکان پیش‌بینی روابط انسانی موجود در شبکه سازمانی شما را فراهم آورد. در بی یافتن راه‌هایی باشید که از طریق آن‌ها بتوان کارمندان را از دپارتمان‌ها خارج کرد تا به برقراری روابط درون شرکتی با سایر همکاران خود بپردازند. فرصت‌های لازم جهت گفت‌وگو و تبادل نظر با افراد جوان را با هدف طرح پرسش‌ها، نگرانی‌ها و نگرش‌های‌شان به وجود آورید و البته نکته مهم‌تر این است که با سرزدن به بخش‌های مختلف شرکت، شرایط را مدیریت کنید. بهتر است تا به شکل غیرمنتظره در قسمت‌های مختلف شرکت حضور یابید، اما طوری که احساس نشود شما برای مع‌گیری یا بهانه گرفتن از کارمندان وارد اتاق‌های آن‌ها شده‌اید، بلکه آن‌ها را تشویق به برقراری ارتباط باز، صادقانه، حقیقی و رودررو کنید.

روستای لی‌لی پوتی‌ها

لنگرگاه



در ایران روستاهای شگفت‌انگیز زیادی برای دیدن وجود دارد. یکی از این روستاها را در خراسان جنوبی و شهرستان سرپیشه می‌توان دید. مکانی پر رمز و راز و عجیب و غریب، با مردمی عجیب‌تر که باورها و سنت‌های خاص و منحصر به فردی دارند. این روستا ماخونیک نام دارد و به‌خاطر قدمدانش به سرزمین لی‌لی پوتی‌ها و شهر آدم کوتوله‌ها معروف شده است. برای رفتن به روستای ماخونیک باید مسیر خراسان جنوبی را در پیش بگیرید و به شهرستان سرپیشه سفر کنید. بعد از آن در مسیر جاده سرپیشه، به روستای دُرُخ و به ماخونیک خواهید رسید. روستا شگفت‌انگیز و دور افتاده و پنهان در میان کوه‌هاست و از جاهای دیدنی ببر چند به‌شمار می‌آید. روستایی که به‌خاطر آداب و رسوم و فرهنگ که مردمان زحمتکش و مهربانش دارند، نه تنها در ایران بلکه در جهان نیز معروف شده است. از دیدنی‌های این روستا می‌توان به سنگ سیاه یا سنگ نگار، بنای برج و قلعه، برج گل انجیر، منزل سرگردونی و نادر مرده اشاره کرد. یک برج سنگی در طبقات بالای روستا ساخته شده به‌طوری که به اطراف روستا اشراف داشته باشد. از این برج جهت دیده‌بانی استفاده می‌کردند تا در صورت حمله احتمالی دشمن، به همه اهالی روستا اطلاع دهند. مردمان ماخونیک لباس‌هایی مانند بلوچ‌ها دارند و شلوار، پیراهن و دستار می‌پوشند. زمان مناسب برای سفر به روستای ماخونیک در فصل بهار و پاییز است. چرا که در این فصول هوای این روستا مطبوع و دلپذیر است. جالب است بدانید که روستای ماخونیک جزو هفت روستای عجیب جهان است و دیدن آن به تمام گردشگران ایرانی و خارجی پیشنهاد می‌شود.

عشایر بختیاری - الیگودرز



زادبوم

من فمیدهم که...

مسیر ابرنسان شدن، غلبه بر دیگران با انقیاد آن‌ها نیست، بلکه مسیر آن غلبه بر خود است.

رواق



آداب برنامه‌ریزی

راهکار



اولین قدم برای استفاده بهینه از اوقات با ارزش عمر، داشتن یک برنامه کارآمد و صحیح است. اما ویژگی‌های یک برنامه استاندارد چیست؟ به منظور داشتن یک برنامه منظم، لازم است آن را مکتوب کنید و یک نسخه را همیشه همراه خود داشته باشید.

برای نوشتن برنامه می‌توانید جدولی تهیه کنید و ساعات شبانه‌روز را در ستون افقی و ایام هفته را در ستون عمودی یادداشت کرده و برای هر ساعتی در هر روز از ایام هفته کار و برنامه مناسب را در آن یادداشت کنید. به منظور داشتن یک برنامه کارآمد ۱۰ اصل برنامه‌ریزی وجود دارد که در ادامه به آن‌ها خواهیم پرداخت. مرحله اول تعیین اهداف کوتاه‌مدت و بلندمدت برای خود است. قدم دوم شناسایی احتیاجات اساسی خود در زمینه‌ای که قصد برنامه‌ریزی برای آن را دارید است. همچنین مشخص کنید زمان لازم برای صرف این برنامه‌ریزی چقدر خواهد بود. در ادامه اهداف‌تان را بر حسب اولویت‌ها و میزان اضطرار و اهمیت آن، طبقه‌بندی کرده و برای جلوگیری از خستگی و دل‌زدگی در برنامه تنوع ایجاد کنید. حواس‌تان باشد برنامه‌ای متعادل و در حد توان بنویسید و روحیه انعطاف‌پذیری را در خود تقویت کنید. این بدین معناست که در عین حال که باید فردی منظم و دقیق باشید، همواره به این نکته توجه کنید که همه شرایط و زوایای کار در میدان دید و شناخت ما نیست. ایده‌آل نگر و مطلق گران‌باشید و در نهایت پس از اجرا به ارزیابی فعالیت‌های انجام شده بپردازید تا میزان دسترسی به اهداف مشخص شده و میزان عدم موفقیت در رسیدن به برنامه را نیز معلوم کنید.

جشن پیروزی بر آلمان‌ها در جنگ جهانی دوم - ۱۹۴۵



یادنگاره

برگی از ادبیات



وفات در گمنامی

مولا علی (ع) خسته و خاک‌آلود سطل پر از خاک را از چاه بیرون آورد. عباس که تازه ۱۰ ساله شده بود، سطل سنگین خاک را گرفت و به دورتر برد. مالک اشتر به عمار یاسر اشاره کرد سکوت کند تا کار حضرت پایان پذیرد. مولا علی (ع) طناب را گرفت و پایین رفت. انتهای چاه گرفته و گرمایش خفه‌کننده بود. مولا علی (ع) کلنگ می‌زد تا به آب برسد. عمار یاسر سرش را به دهانه چاه نزدیک کرد تا حضرت حرف‌هایش را بشنود.

یا ابوتراب، نه من و نه صحابه‌ای دیگر دوست نداریم کار به جنگ و خشونت کشیده شود. بارها به خلیفه اعتراض کردیم، دوستانه و بردارانه پند و اندرز دادیم، آیا فایده‌ای داشت؟ ابودر غفاری، صحابی گرانقدر رسول‌الله فقط به‌خاطر اعتراض به ظلم و ستمی که بر مردم می‌رفت، به دستور خلیفه به ریزه تبعید شد و در همان‌جا در گمنامی وفات کرد. خدا به مالک اشتر و عبدالله بن مسعود خیر دهد که اتفاقی راشان به آنجا افتاد و بر پیکر آن دوست وفادار نماز خواندند. عبدالله بن مسعود قناری و حافظ بی‌ظنیر قرآن کریم زیر ضربات چماق و لگد محافظان خلیفه دنده‌هایش شکسته و خانه‌نشین شد. بارها خود من به دستور مستقیم خلیفه کتک خورده و مجروح شدم، چرا؟ به‌خاطر گفتن حقایق و اعتراض به بریز و بیاش‌هایی که می‌شد و می‌نشود. صحابه بزرگوار پیامبر (ص) و یاران وفادارش تبعید و خانه‌نشین شده‌اند. در حالی که خاندان ابوسفیان و معاویه حکومت می‌کنند و به کسی جوابگو نیستند. مروان حکم، شده وزیر و مشاور امین خلیفه و اسبش را هر طور دوست دارد، می‌راند. مروان است که بر آتش فتنه می‌دمد و اینکه مردم خسته و عاصی شده و سرازیر مدینه شده‌اند. گروه‌هایی از سربازان و ارتش اسلام که وظیفه‌شان حفظ مرزهای عراق و مصر بوده، به مدینه آمده‌اند تا تکلیف‌شان را با خلیفه مشخص کنند. شما بگویید ما چکار کنیم؟ مولا علی (ع) به خاک خیس ته چاه چنگ زد. لیخن روی لبش نشست و با قدرت به کلنگ‌زدن ادامه داد. با چند ضربه دیگر جوش آب شد گرفت. آب تا زانوین ایشان رسید. حضرت سطل را پر از آب کرد. طناب را گرفت و خودش را بالا کشید. خسته و عرق کرده اما راضی از چاه بیرون آمد.

از کتاب «برادر من تویی» نوشته داوود امیریان

گذرگاه کهنسالی



لزوم «شادی» برای سالمندان

طبق تعریف سازمان بهداشت، سالمندی بیش از ۶۰ سال است. برای همه افرادی که از حوادث روزگار جان سالم به‌در برداند و دوران جوانی و میانسالی را پشت‌سر گذاشته‌اند، این دوران محقق می‌شود. می‌توان گفت پیری بخشی از روند زندگی هر فرد است. با گذشت زمان، بیماری‌های مختلف جسمی و روحی از جمله عواملی هستند که تأثیر زیادی در این مسیر دارند. اما این سؤال پیش می‌آید که راه‌های شاد نگه داشتن سالمندان چیست؟ سالمندان دوست دارند در مورد تجربیات خود با فرزندان و اطرافیان خود صحبت کنند. گوش دادن به مکالمات آن‌ها و استفاده از تجربیات‌شان بخشی از چیزی است که آن‌ها را خوشحال می‌کند. بنشینید و چهره سالمند را تماشا کنید تا شاد شوید. همین کار کوچک می‌تواند در او یک احساس خوب و شاد ایجاد کند. به اشتراک گذاشتن مسائل روز با افراد مسن باعث می‌شود احساس بهتری داشته باشند.

افراد مسن ممکن است انگیزه‌ها یا اهداف خاصی در زندگی شخصی خود داشته باشند که در جوانی نتوانسته‌اند به آن‌ها دست یابند. اگر سالمندی از نظر روانی سالم باشد و امید به زندگی داشته باشد، با محبتی که با او دارد، می‌توانیم در او انگیزه پیدا کنیم و شرایط را برای اجرا فراهم کنیم. با این کار شادی را برای سالمندان به ارمغان می‌آوریم. یکی از راه‌های شاد نگه داشتن سالمندان انجام یک سری فعالیت‌هایی است که ذهن سالمندان را درگیر خود می‌کند. با انجام بازی‌های فکری مانند پازل و حل سودوکو می‌توانیم توانایی‌های ذهنی فرد را تقویت و او را شاد کنیم.