۱۰ قدم تا رسیدن به پیشرفت شغلی

بسیاری متخصصین کار براین عقیده اند که بهترین زمان برای پیدا کردن یک کار جدید زمانی است که هنوز سر کار قدیمی خود هستید. اگر فکر می کنید موقعیت کنونی دیگر چالشی برایتان ندارد، پس آماده ترفیع به مقامی بالاتر هستید. اگر در جایی که الان کار می کنید، فرصت زیادی برای ترفیع وجود ندارد، یک کار عالی دیگر جایی دیگر در انتظار شماست.

این روزها، کنترل آینده شغلی تان دست خودتان است واین شما هستید که باید مطمئن شوید، در مسیر مناسب در حال پیشرفت هستید. در زیر به ۱۰ استراتژی عالی و اثبات شده برای شروع اشاره می کنیم:

۱) با رئیس تان صحبت کنید.

بنشینید و گفتگویی رک و کاملاً جهت دار درمورد آینده خود در آن شرکت با رئیس تان داشته باشید. تاکید کنید که می خواهید عملکرد کاری تان در راستای اهداف شرکت باشد. اهداف کاری خودتان را هم با او درمیان بگذارید. مطمئن باشید که رئیستان به‌این اعتماد به نفس و پختگی شما احترام خواهد گذاشت.

۲) بیشتر طلب کنید.

برای کمک به بخش های دیگر شرکت یا تیم‌های دیگر داوطلب شوید یا خیلی ساده مسئولیت های بیشتری از رئیس تان بخواهید. این کار ارزش شما را در سازمان بالا می برد. درخواست کار بیشتر نشان دهنده علاقه شما به کار و به موفقیت شرکت است.

۳) برای عضویت در هیئت مدیره داوطلب شوید.

اگر مسیر شغلی تان را روی چیزی فرای کاری که در موقعیت کنونی انجام می دهید، متمرکز کرده‌اید، به دنبال موقعیت هایی برای پیوستن به هیئت مدیره شرکت باشید که نشاندهنده علاقه و توجه شما به آن صنعت خاص است.

٤) مهارت های اجتماعی خود را تقویت کنید.

مهارت های اجتماعی قوی نقش مهمی در کسب احترام رئیس و همکارانتان دارد. همچنین توجه افراد دیگر خارج از مجموعه را نیز به سمت شما جلب می کند که می تواند فرصت های جدیدی را در اختیارتان قرار دهد. سعی کنید رفتاری صمیمی و دوستانه داشته باشید. خوب به حرفهای دیگران گوش دهید و واضح و تاثیرگذار حرف بزنید.

۵) مبتکر باشید.

هیچوقت از آوردن ایده های جدید نترسید. راه حل های خلاقانه برای مشکلات پیشنهاد دهید که باعث می شود هم خودتان و هم رئیس تان مورد توجه قرار گیرید.

٦) یک مرشد پیدا کنید.

سعی کنید روابط استاد و شاگردی در داخل یا خارج از شرکت پیدا کنید. تحقیقات جدید نشان داده است که چهار مورد از هر پنج مورد از ترفیع های کاری توسط یک مرشد که مقامی بالاتر در شرکت داشته انجام گرفته است.این افراد می توانند منبع بسیار خوبی از اطلاعات و راهنمایی هم برایتان باشند.

۷) فخرفروشی کنید.

هنر ترفیع خود را یاد بگیرید. اگر دستاوردهای بزرگی داشته‌اید یا برنامه های موفقی راایجاد کرده‌اید، حتماً بقیه را هم از آن مطلع کنید، مخصوصاً آنها که نقش موثری در شرکت دارند و می توانند به ترفیع کاری شما کمک کنند. بگذارید همه بفهمند که دنبال ترفیع هستید و می خواهید خودتان را یک پله بالاتر بکشید.

۸) پیوسته یاد بگیرید.

یک راه اثبات شده برای پیشرفت در کارتان‌این است که به طور مداوم علم اندوزی کنید. باید با همه پیشرفت های روز دنیا در رابطه با شغلتان آشنا باشید و حتماً همه مهارت های جدید باید در رزومه کاری تان قید شود.

۹) شبکه شخصی تان را گسترش دهید

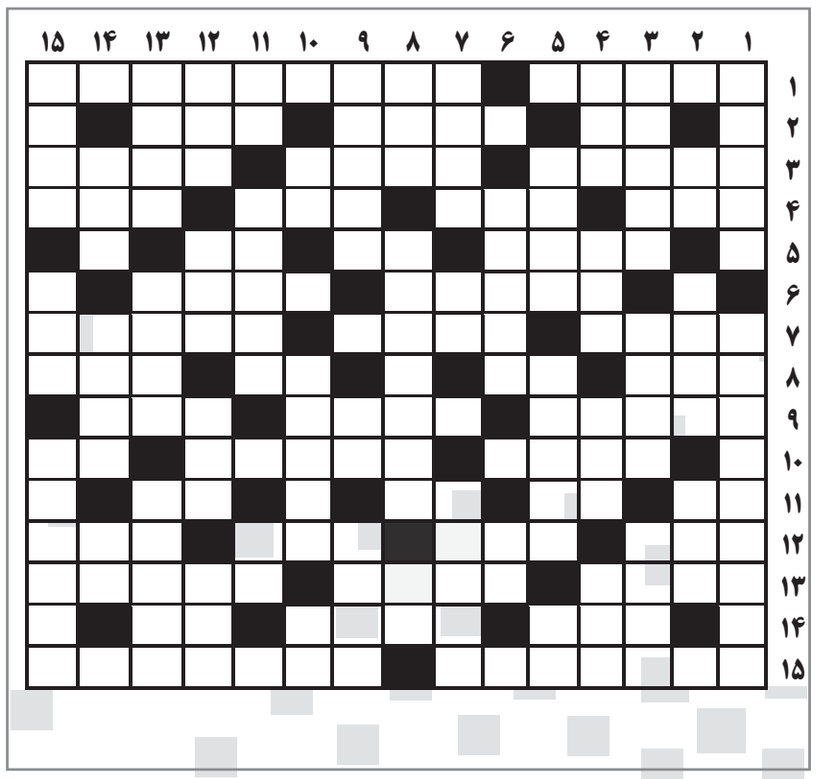
در سازمان های تخصصی عضو شوید و در کنفرانس های صنعتی شرکت کنید. هرچه تعداد افراد بیشتری از توانایی های شما مطلع شوند، شانس شما برای پیشنهادات جدید کاری بیشتر خواهد شد.

۱۰) اعتبار سازی کنید.

در کار، اعتبار شما مهمترین و باارزش ترین چیز است. باید به قابل اطمینان بودن، متخصص بودن و داشتن قدرت همکاری معروف باشید. با حرفه‌ای لباس پوشیدن می توانید خودتان را به‌این هدف نزدیکتر کنید. با شرکت در کنفرانس ها و ارائه سخنرانی یا نوشتن مقالات نام خودتان را به همه بشناسانید.

طرح: عصرمردم

جدول شماره ۹۴/۸۰۷



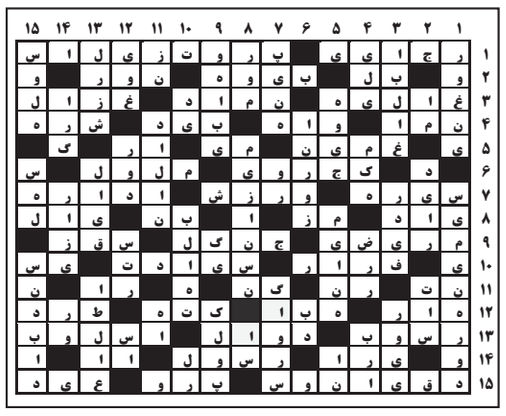
افقی:

۱-به اسکلت سر آدمی می‌گویند- اثری از پادشاه وشمگیر زیاری
۲-تلخ- طولانی شده- گیرنده امواج ماهواره
۳-بالاتر از ناسوت- بسیار بخشنده- انگور خشک شده
٤-زرد خارجی- فرمان- ملکه خدایان- گناه و جرم
۵-برای بچه‌ای که هنوز به دنیا نیامده می‌دوزند- هواپیمای تندرو- سختی
٦-سرزمین‌ایران در شاهنامه- به آن تکیه می‌دهند
۷-از شهرهای جنوبی- قاطر- از شاخه‌های ریاضی
۸-خودرو فرانسوی- ضمیر اول شخص مفرد- دولا- اسب و شیر دارند
۹-تک- فرمان کشتی- شکیبایی
۱۰-پزشک- مردان حق- هزل بی‌پایان
۱۱-از کشیدنی‌ها- عدد فوتبالی- ضمیر اشاره به دور- سه واژگون
۱۲-گریختن- ریسمان- شب گذشته- سرو کوهی
۱۳-خزینه‌دار- بهار عرب- نفیس
۱٤-کد- داخل شدن- ویتامین انعقاد خون
۱۵-از فاکتورهای تعیین رنگ پوست و مو- افراد شعبده‌باز

عمودی:

۱-محل کاشت صیفی‌جات- بزرگترین دریاچه جهان
۲- خاندان- تایر روی آن سوار می‌شود- چه کسی را
۳-اثری از افلاطون- از گناهان کبیره- عظیم
٤- از مناطق تاریخی در خراسان بزرگ- مجلس بزرگداشت پس از مرگ- خبر- از آن کلاه می‌سازند
۵-از آرایش‌های زنانه- نامی پسرانه- بن مضارع از مصدر زاییدن
٦-شهری در ترکیه- راز
۷-دارای قطر زیاد- تکخال- گشن
۸-ناله نمودن و شکوه کردن- صفتی برای فرد مرحوم شده- برابر
۹-کم خردی- مایه حیات- فراخوانی
۱۰-نیکی- افراطی- مروارید
۱۱-مانع- میل به خوردن- رایحه و ذوق
۱۲-نصف- از شهرهای قدیمی‌هند- به شاعران مداح می‌دهند- سینمایی که در آتش سوخت
۱۳-بلوا- اهل ادب و نویسنده- ارمغان سفر
۱٤-از شهرهای کویری- همسر اول ابراهیم (ع)- خدای درویشان
۱۵-بیهوده- آسان- از شیرینی‌های رمضانی

جواب جدول شماره ۹۴/۸۰۵



سودوکو

جدول شماره ۹۴/۲۸۱

1				6	8		7	
		6	7			9	5	2
	7		9		4			1
	1	7						3
6								8
9						4	2	
2			8		9		3	
3	5	8			6	1		
	4		1	3				6

جواب جدول شماره ۹۴/۲۸۰

7	2	5	8	3	9	6	4	1
8	6	3	1	4	2	9	7	5
1	9	4	6	5	7	3	8	2
2	4	1	3	7	6	5	9	8
9	5	6	2	8	4	1	3	7
3	8	7	5	9	1	4	2	6
4	7	8	9	6	5	2	1	3
6	3	2	4	1	8	7	5	9
5	1	9	7	2	3	8	6	4

شیوه حل جدول سودوکو

یک سودوکوی معمولی دارای ۹ ستون عمودی و ۹ ردیف افقی است که توسط خطوط پررنگ‌تر به ۹ جعبه ۳ در ۳ تقسیم شده است.

تعدادی از خانه‌ها دراین جدول دارای عدد هستند و وظیفه شمااین است که خانه‌های خالی را پر کنید طوری که هیچ عددی در یک ستون، ردیف و جعبه تکرار نشود.

اعدادی که در هر ردیف و ستون قرار می‌گیرد از عدد ۱ تا ۹ را شامل می‌شود و نباید تکراری باشند.

آشنایی با قرآن

متفکر شهید استاد مرتضی مطهری

تفسیر سوره ضحی

همین طور صبح که خورشید طلوع می‌کند می‌گوییم «ما در تاریکی به سر می‌بردیم و خورشید ما را روشن کرد». دراینجا نمی‌شود گفت «ما روشنایی داشتیم، خیابان‌ها و خانه‌های ما چراغ داشت»؛ بله، خانه‌ها و خیابان‌ها چراغ برق داشت و خیلی هم چراغ‌هایش قوی بود، ولی‌اینها نسبت به آنچه خورشید به ما داد تاریکی بود. پس‌اینها یک سلسله امور نسبی است.

و وجدک عائلا فاغنی تو را فقیر و عیالمند یافت و تو را بی‌نیاز کرد. پیغمبر اکرم (ص) همان طور که یتیم بود فقیر هم بود و می‌دانیم که بعد از بیست و پنج سالگی که با تقاضای خدیجه با او ازدواج کرد، حالت بی‌نیازی پیدا کرد.

این سه آیه را برخی به صورت دیگری [معنا] کرده‌اند که به نظر من بعید است، البته درست است ولی از نظر ظاهر بعید است.

الم یجدک یتیما فاوی آیا تو را یتیم نیافت پس مأوی داد؟! دراینجا نمی‌گوید تو را مأوی داد»، بلکه می‌گوید «مأوی داد».این را به دو صورت می‌توان معنا کرد: یکی‌اینکه تو را مأوی داد، دیگراینکه به وسیله تو دیگران را مأوی داد.

و وجدک ضالا فهدی باز نمی‌گوید تو را هدایت کرد، بلکه مطلق می‌گوید؛ هم تو را هدایت کرد و هم دیگران را به وسیله تو هدایت کرد.

و وجدک عائلا فاغنی. تو را عائل و عیالمند یافت و بی‌نیاز کرد، هم تو را بی‌نیاز کرد و هم دیگران را. خلاصه می‌توان معنی‌این سه آیه را به صورت اعم گرفت.

سه دستور برای امت

حال که‌این سه عنایت را از گذشته درباره تو گفتیم، سه دستور هم به تو می‌دهیم. در واقع‌اینها سه دستور برای همه امت است. تو یتیم بودی، پس می‌دانی یتیمی چیست.

فاما الیتیم فلا تقهر یتیم را مغلوب و مقهور و زیردست قرار مده، از یتیمی یتیم سوء استفاده نکن که او را زیردست خودت و مقهور قرار بدهی؛ یعنی به یتیم آنقدر عزت و احترام بده که هیچ احساس نکند که چون پدر را از دست داده زیردست شده.

و اما السائل فلا تنهر پرسنده‌ها را مران. گفته‌اند «پرسنده» یعنی آنکه چیزی ندارد و از تو می‌خواهد، اعم از مالی و غیر مالی.اینکه می‌فرماید: «مران» غیر ازاین است که بگوید «چیزی بده». گاهی انسان ندارد و چیزی نمی‌دهد.

بر انسان واجب نیست که هر وقت سائلی آمد، چه سائل معنا چه سائل ماده، حتماً چیزی به او بدهد، اما باید او را با مهربانی رد کرد، نه به شدت. دراین جهت قرآن کریم خیلی عنایت دارد.

و اما بنعمه ربک فحدث. دستور سوم ما به تواین است: نعمت خدا را کتمان نکن، بازگو کن. این را اصطلاحاً «تحدث به نعمت» می‌گویند.

در مورد نعمت‌هایی که خدا به انسان می‌دهد، انسان از نظراینکه با مردم بازگو کند یا نکند حالت‌هایی می‌تواند داشته باشد که بعضی مذموم است و بعضی ممدوح.

یکی‌اینکه نعمت را بازگو کند ولی در مقام مفاخره و برای به رخ مردم کشیدن و برای‌اینکه بگوید منم که چنین هستم.اینجا جایی است که نباید نعمت را بازگو کرد؛ یعنی اگر گفتنش سبب می‌شود که دیگری در خود احساس حقارت کند، نباید گفت. آنجا که ذکر نعمت مفهوم تحقیر دارد نباید گفت.

حالت دوم عکس حالت اول است. بعضی با «دارم دارم» می‌خواهند مردم را آزار بدهند و اذیت کنند و از جاده اخلاص و حقیقت خارج شوند، بعضی دیگر با «ندارم ندارم».

خدا به او نعمتی داده ولی دلش نمی‌خواهد دیگران بفهمند و همیشه کتمان می‌کند. مثل افرادی که مرتب دلشان می‌خواهد ترحم دیگران را نسبت به خودشان برانگیزند؛ سالم است مرتب آه می‌کشد و ناله می‌کند.

این عمل، عمل زشتی است، بلکه یک نوع گناه است. خدا به تو سلامت داده، بگو سالمم، چرا بی خود آخ می‌کشی؟! می‌توانی با قد راست حرکت کنی، چرا خودت را خم می‌کنی؟! چرا خودت را بیش از مقداری که شکسته هستی شکسته نشان می‌دهی؟!

چرا خودت را بیش از مقداری که پیر هستی پیر نشان می‌دهی؟! چرا بیش از مقداری که فقیر هستی فقیر نشان می‌دهی؟! چرا نعمت‌های خدا را مخفی می‌کنی برای‌اینکه ترحم دیگران را به خودت جلب کنی؟! به خدا اعتماد نداری؟!

اینجا جای‌این است که انسان تحدث به نعمت بکند و بگوید «الحمدلله ما داریم و احتیاج نداریم، خداوند به ما داده». اگر انسان احتیاج ندارد یا در حد معین احتیاج ندارد و بعداین را مخفی کند و خودش را به صورت محتاج یا محتاج‌تر از حدی که محتاج است نشان بدهد،این یک گناه است.

اینجاست که دستور می‌دهد: و اما بنعمه ربک فحدث بازگو کن نعمتی را که خدا به تو داده، کتمان نکن از مردم، نعمت خداست و خدا دوست دارد که وقتی نعمتی به کسی می‌دهد مردم بدانند که خدا او را مورد نعمت قرار داده.

البته در عین حال خدا دوست ندارد که کسی بخواهد نعمت خدا را به رخ مردم بکشد و ازاین راه بخواهد مردم را تحقیر کند.