



- به هنگام و دقیق از همکاری‌اش تعریف می‌کند؛

- همواره با دقت و انصاف، نظر خود را درباره کار همکاری‌اش اعلام می‌کند؛

- بی‌توجهی ندارد، همه را خوب می‌بیند و خوب می‌داند که همه انسان‌ها نیاز به دیده شدن دارند؛

- برای هر کاری عکس‌العمل مناسبی دارد. از نوشتن یک نامه کوتاه صمیمی به همکاری‌اش هرگز طفره نمی‌رود؛

- تلاش می‌کند که نسبت به همکاری‌اش شناخت بیشتری داشته باشد. همکاری‌ان ما دارای خانواده هستند، علائقی دارند و ... ؛

- تلاش می‌کند بر داشته‌های خود بیفزاید. از این رو هم برای ارتقای دانایی خویش و هم برای ارتقای همکاری‌اش تلاش می‌کند؛

- برنامه‌هایش را به دقت مراقبت می‌کند، تا همواره ساعتی را در کنار کارمندانش سپری کند؛ همان‌گونه که ساعتی را در کنار خانواده‌اش است؛

- به احساسات خود و همکاری‌اش توجه می‌کند؛

- به‌درستی این نکته را درک کرده است که تغییرات کوچک، تغییرات بزرگ و عمیق را به‌وجود می‌آورند. از همین رو تغییر را با یک لبخند آغاز می‌کند.

با یک صبح به‌خیر شورانگیز تغییر آغاز شده است. تصمیم تازه‌تان مبارک! ■

برای تغییر نیازمند «اقدام» هستیم؛ اقدامی آگاهانه و متعهدانه. ما برای تغییر به خویش متعهد هستیم. روزمرگی و تن‌دادن به جریان خواب‌آلودگی زندگی، ما را بیمار خواهد کرد. هدف‌هایتان را مرور کنید، برای نیل به آن‌ها برنامه‌ریزی داشته باشید و سپس اقدام کنید. نقطه عزیمت، اولین گام برای تغییر است. اگر تصمیم نگیرید، منتظر هجوم بیماری‌ها باشید؛ بزرگان علم می‌گویند: افراد دو دل و مردد دچار دلهره و اضطراب هستند. دودلی و بی‌تصمیمی باعث می‌شود که مشکلات و نگرانی‌ها روی هم انباشته شوند. تاریخ انسان براساس تصمیم‌گیری‌ها ساخته شده است. تصمیم‌گیری دقیق به معنی چشم‌پوشی آگاهانه از بعضی مزایا و ارزش‌ها برای به دست آوردن بعضی دیگر است. افراد بدون تصمیم در معرض بیماری‌های عصبی و ... هستند. هر روز به خودتان بگویید ایجاد محیط مطلوب ذهنی با خود من است.

حالا دوباره با هم مرور کنیم:

- آیا هدف‌هایم را برای خودم روشن ساخته‌ام؟ نقاط ابهام کجاست؟ چه چیزی مرا به هراس افکنده است؟ چگونه باید بر هراسم غلبه کنم؟ و حالا چند کار ساده را با هم آغاز کنیم:

مدیر موفق مدیری است که :

- حضور محسوسی در محیط کار دارد ؛

### دوباره نگاه کن

# تصمیم تازه‌تان مبارک!

دکتر محمدعلی شامانی