تحلیل

تحول مسیر شغلی در میانسالی

ممکن است یک دهه باشد که روی یک میز نشسته باشید، هر روز تقریبا با افراد ثابتی ناهار بخورید و مدت‌ها باشد یک مسیر ثابت را به محل کارتان بروید و بیایید. در این برهه از زندگی کاری، به نظر می‌آید ما بیشتر و طولانی‌تر کار می‌کنیم. و به همین دلیل با انتظارات تازه‌ای در مورد هویتمان در محیط کار مواجه می‌شویم. تا بازنشستگی هم راه زیادی باقی مانده و دلمان می‌خواهد این ساعات کاری طولانی را با تفاوت ایجاد کردن و یافتن روش‌های تازه کار کردن، با لذت و رضایت بگذرانیم.

شاید یک دلیلش این است که می‌دانیم رویاهایی که زمانی در مورد کار کردنمان داشتیم دیگر محقق نمی‌شوند - مثلا مربی غواصی در باهاما، یا مدیریت یک مزرعه در جنوب فرانسه. خوشبختانه تصور تغییر شغل در میانسالی دیگر یک کار نامتعارف نیست، بلکه برای خیلی از مردم یک تغییر رویکرد استراتژیک است. خیلی‌ها در میانسالی مسیر حرفه‌ای خود را تغییر می‌دهند و ثابت می‌کنند هیچ وقت برای پیگیری اشتیاق، هدف و رشد در زندگی دیر نیست.

هرمینیا ایبارا، استاد رفتار سازمانی در مدرسه کسب‌وکار لندن و نویسنده کتاب «هویت کاری»، استراتژی‌های غیرمتداول خود را برای عبور از تحولی موفق در میانه عمر کاری افراد به اشتراک گذاشته است.

ذهنیتی کاوشگر داشته باشید

ما در دورانی زندگی می‌کنیم که در مسیر شغلی‌مان اختلالات زیادی پیش می‌آید. مسیرهای شغلی به‌ندرت خطی هستند و سازمان‌ها هم دائما تغییر شکل می‌دهند. مهم‌تر از همه، سن امید به زندگی افزایش یافته که یعنی ما انسان‌ها زمان بیشتری برای بازآفرینی‌های مختلف در طول عمرمان داریم. این سوال که «بعد از این چه کار کنم؟» آیا در موقعیت مناسبی برای انجام کار درست هستم؟» برای خیلی‌ها در سنین مختلف برجسته است.

با هدف آزمایش کنید

وقتی تحول میانه زندگی شغلی‌تان را شروع می‌کنید، یک هدف تعیین کنید و آزمایش کنید. آزمایش را با چیزهایی که به آن علاقه دارید انجام دهید تا ببینید در مرحله بعد باید چه مسیری را بروید. به خودتان آزادی بدهید تا فرصت‌های جدیدی را که منعکس‌کننده ارزش‌ها و آرمان‌های شماست کشف کنید.

شبکه‌های متنوع را بپرورانید

در عبور از تحولات شغلی در میانسالی، شبکه‌سازی نقشی حیاتی دارد. افراد وقتی نسبت به انجام کاری تردید دارند، عصبی می‌شوند و احساس عدم‌اطمینان دارند. بنابراین از انجام کار جدید عقب می‌کشند. اما اگر شروع نکنید، به کشف و درک نمی‌رسید. هر چقدر با افراد بیشتری گفت‌وگو کنید، نسبت به احتمال تغییر مطمئن‌تر می‌شوید و ایده‌های بیشتری به ذهنتان می‌رسد.

در ارتباط برقرار کردن با افراد پیش‌دستی کنید و با مربیان، همتایان و همکارانی که پتانسیلش را دارند ارتباط‌سازی کنید. اما خودتان را به یک حلقه فوری و آنی محدود نکنید. حتی سراغ آشنایی بروید که قبلا هرگز با آنها ارتباط برقرار می‌کردید، چون ممکن است فرصت‌ها و دیدگاه‌های تازه‌ای ارائه دهند. به این ترتیب، به منابع، حمایت و چشم‌اندازهای ارزشمندی دسترسی خواهید یافت که می‌تواند سفر تحول شغلی شما را پربار کند.

به منفی‌بافی‌ها گوش ندهید

برخی اطرافیان شما فکر می‌کنند تغییر مسیر شغلی در این برهه از زندگی، کار شجاعانه‌ای است. برخی دیگر فکر می‌کنند دیوانه شده‌اید. به‌خصوص که اگر شغلی باثبات و با درآمد خوب داشته باشید و دلواپسانه بخواهید آن را ترک کنید، نزدیک‌ترین افراد به شما چنین نظری دارند. تقریبا با هر کسی که حرف بزنید، امیدها و آرزوها و ترس‌های خودش را روی شما پیاده می‌کند.

تصمیم عاقلانه بگیرید

چه چیزی به افراد کمک می‌کند عاقلانه‌ترین تصمیم‌ها را بگیرند؟ این کار ترکیبی مغز و قلب است. برخی از بدترین تصمیم‌ها زمانی گرفته می‌شوند که ما سراغ شغلی می‌رویم که روی کاغذ عالی به نظر می‌رسد، اما همه رادارهای شما در حال هشدار دادن هستند. آرامش خود را حفظ کنید و به محض اینکه در کارتان احساس فشار یا ناامیدی کردید، سراغ اولین فرصت نروید. به خودتان زمان بدهید تا بیشتر فکر کنید و شغلی را انتخاب کنید که با تصوراتتان بیشترین همخوانی را دارد.

داستان خودتان را بسازید

وقتی سفر تغییر شغلی در میانه عمر کاری را شروع می‌کنید، خیلی مهم است که حکایت خودتان را بسازید و بیان کنید. در زمان‌های تغییر، چارچوب‌دهی به این داستان بسیار مهم است. یک نکته عملی این است که آنچه می‌خواهید در مورد خودتان منتقل کنید را دائما تمرین و تکرار کنید.

خودتان را بازنشسته نکنید، بازآفرینی کنید!

در پایان، شروع یک تحول شغلی در میانه زندگی شغلی‌تان، به جسارت، کنجکاوی و تمایل به استقبال از بازآفرینی نیاز دارد. با رعایت نکاتی که گفته شد، می‌توانید این سفر تحولی را با اعتماد به نفس و شفافیت بیشتری طی کنید. هیچ‌گاه برای دنبال کردن علایق دیر نیست. هویت حرفه‌ای خودتان را بازتعریف کنید و در مسیر رشد و یادگیری قدم بگذارید.

مترجم: مریم رضایی
منبع: London Business School

شهردار هشتگرد تاکید کرد:

استفاده بهینه از منابع مالی شهرداری برای تکمیل پروژه‌های عمرانی

پیام آشنا: مهندس علیرضا کیان شهردار هشتگرد در بازدیدی که به همراه معاونین از پروژه‌های عمرانی شهر داشت، بر تکمیل پروژه‌های عمرانی تاکید کرد.

مهندس علیرضا کیان شهردار هشتگرد در بازدیدی که به همراه معاونین از پروژه‌های عمرانی شهر داشت بر تکمیل پروژه‌های عمرانی تاکید کرد. وی گفت: شهرداری نهادی مردمی است و می‌بایست از طریق منابع مالی که از عوارضات پرداختی شهروندان تامین می‌گردد برای حفظ و نگهداری شهر و اجرای پروژه‌های عمرانی استفاده نماید.

شهردار هشتگرد در ادامه بازدید از شهرک کوثر، پروژه‌های عمرانی تعریف شده در بودجه سال ۱۴۰۳ در زمینه‌های مختلف ابنیه و راه و باند می‌باشد که بخشی از این پروژه‌ها به علل مختلف منجمله تغییر در مدیریت راکد مانده است لذا تکمیل این پروژه‌ها با توجه به گذشت ۵ ماه از سال حائز اهمیت ویژه می‌باشد.

کیان بیان کرد: با توجه به اینکه بر اساس بودجه پیشنهادی در سال جاری هیچگونه تخصیصی از منابع دولتی برای پیشبرد اهداف این شهرداری وجود ندارد و تامین هزینه‌های اجرای پروژه‌های عمرانی از محل عوارضات و درآمدهای مستمر شهرداری می‌باشد و می‌بایست علاوه بر پرداخت حقوق و مزایای پرسنل، هزینه‌های خدمات شهری و سایر هزینه‌های جاری برای پرداخت مطالبات پیمانکاران و هزینه های عمرانی این منابع مدیریت گردند و این موضع نیازمند برنامه ریزی منسجم در حوزه درآمدی و مالی همراه با کاهش هزینه های غیر ضرور خواهد بود.

وی تصریح کرد که شهرداری آمادگی دارد تا پس از اخذ مجوزهای قانونی لازم با توجه به وجود اراضی ارزشمند در شهر، نسبت به تهاتر ملک با مطالبات پیمانکاران اقدام و به این طریق پروژه‌هایی که نیاز اساسی شهر است را به سرانجام مطلوب برساند.

شهردار جدید هشتگرد تصریح کرد که شهرداری آمادگی دارد تا پس از اخذ مجوزهای قانونی لازم با توجه به وجود اراضی ارزشمند در شهر، نسبت به تهاتر ملک با مطالبات پیمانکاران اقدام و به این طریق پروژه‌هایی که نیاز اساسی شهر است را به سرانجام مطلوب برساند

مهندس کیان در بازدید از پل شهرک کوثر تکمیل فاز دوم آن را که موجب توسعه این شهرک و ارتقاء کیفیت زندگی ساکنین می‌باشد را اولویت کار عمران بیان کرد که می‌بایست در حوزه معاونت عمرانی پیگیری و این پروژه می‌بایست در دهه فجر تکمیل و به بهره‌برداری برسد.

شهردار هشتگرد در بخش دیگری از بازدیدهای خود به پروژه‌های فضای سبز اشاره کرد که جایگذاری تلگرهای ذخیره آب برای آبیاری فضاهای سبز، استفاده از خشکه منظر و تلاش برای حفظ فضاهای سبز موجود از آن جمله بوده است.

خدمت به شهروندان را وظیفه خود می دانیم

شهردار هشتگرد همچنین گفت: زمینه برای استفاده از ظرفیت بخش خصوصی برای مشارکت در طرح‌های شهری مهیاست سرمایه‌گذاران برای کسب اطلاعات بیشتر به واحد مربوط مراجعه نمایند.

این مسئول در بازدیدی که به همراه معاونین از طرح‌های سرمایه‌گذاری شهرداری داشت، از طی روال قانونی اخذ مجوزهای لازم و تسهیل در ورود بخش خصوصی خبر داد و گفت: برون رفت از بسیاری از مشکلات را جلب مشارکت بخش خصوصی و استفاده بهینه از پتانسیلهای موجود است.

تهیه مستندات از طرح های پیشنهادی سرمایه گذاری، انجام کارشناسی‌ها و برآوردهای لازم، انتشار فراخوان و مراحل قانونی دیگر از دستورات صادره شهردار به حوزه سرمایه گذاری شهرداری بوده است.

احداث پارکینگ طبقاتی یکی از ضرورت های شهر هشتگرد می باشد، که استفاده از طریق سرمایه گذار بخش خصوصی برای رفع مشکلات ترافیکی شهر در بخش جنوبی باولر امام خمینی (ره) از موارد مهم بازدید شده امروز مهندس کیان شهردار هشتگرد و هیات همراه بوده است.

شهردار محمدشهر:

کارگشایی و خدمت به مردم عبادت است

پیام آشنا: شهردار محمدشهر گفت: کارگشایی و خدمت به مردم عبادت است، ما علاوه بر آنکه باید بی‌منت و صادقانه و خالصانه فعالیت نماییم، باید قدردان فرصت طلایی حضور در مناصب اداری و اجرایی باشیم و آن را در جهت نوکری مردم و حل مشکلات و توسعه و آبادانی به نحو احسن استفاده کنیم.

مهندس مهرداد حسن زاده طی سخنانی در آیین تکریم و معارفه معاونین قدیم و جدید خدمات شهری شهرداری محمدشهر و چند حوزه دیگر اظهار داشت: جلیه جایی ها در جهت گردش نخبگانی و استفاده همه جانبه از ظرفیت منابع انسانی برای تحقق اهداف عالیه مدیریت شهری است و مسئولان جدید نیز باید از تجربیات ارزشمند مدیران گذشته و دستاوردهای آنها به خوبی صیانت نمایند.

بر اساس احکام صادره از سوی شهردار محمدشهر، بهنام محمدی به سمت سرپرست حوزه معاونت خدمات شهری، مهدی شهریاری به سمت سرپرست اداره منابع انسانی و زهره ملامحمدی به سمت سرپرست واحد خزانه داری این نهاد منصوب شدند، همچنین بصورت ویژه از زحمات علیرضا اشتری معاون سابق خدمات شهری که به سمت معاون جدید هماهنگی امور عمرانی فرمانداری شهرستان فردیس منصوب شده، تقدیر به عمل آمد.

مهندس حسن زاده پس از انجام معارفه و جابه جایی های جدید، ضمن قدردانی از زحمات ارزشمند مسئولانی که تودیع شدند و آرزوی توفیق و سربلندی برای مدیران معارفه شده در سنگرهای جدید خدمت به مردم و شهروندان، تصریح کرد: هر آمدنی رفتنی دارد و اساسا نظم جهان بر همین امر استوار است لکن مهم روسفیدی ما در دوره خدمت به مردم است و اینکه هر لحظه خود را در پرایر پیشگاه خداوند متعال حاضر ببینیم. حقیقتا برادر گرامی آقای اشتری در دوره فعالیت در معاونت خدمات شهری منشاء اثر بوده

شهردار محمدشهر با اشاره به پروژه های عمرانی سطح شهر و قرار گرفتن در سال پایانی دوره ششم مدیریت شهری، از معاونین و مدیران واحدهای مختلف درخواست کرد که در جهت تکمیل طرح های جاری و تسریع در روند پاسخگویی و خدمت مردم و کاهش هزینه های جاری از هیچ تلاشی فروگذار نکنند

و خدمات خوبی را به مجموعه و شهروندان ارائه کردند که به یادگار خواهد ماند.

وی ادامه داد: خدمت به مردم و مسلمانان از چنان جایگاهی برخوردار است که در برخی روایات در کنار ایمان به خدا از بالاترین خصلت‌ها شمرده شده است؛ چنان که امام حسن عسکری علیه‌السلام می‌فرمایند: «دو خصلت و حالتی که والاتر از آن دو چیز نیست، عبارتند از: ایمان و اعتقاد به خداوند، نفع رساندن به برادران دینی» پس خدمت به خلق همچون ایمان به خدا باعث صعود انسان به مقامات معنوی و جلب رضایت خداوند متعال می‌شود.

شهردار محمدشهر با اشاره به پروژه‌های عمرانی سطح شهر و قرار گرفتن در سال پایانی دوره ششم مدیریت شهری، از معاونین و مدیران واحدهای مختلف درخواست کرد که در جهت تکمیل طرح های جاری و تسریع در روند پاسخگویی و خدمت مردم و کاهش هزینه های جاری از هیچ تلاشی فروگذار نکنند.

این مسئول تصریح کرد: شهر نیازمند کار و خدمت جهادی است و ما در دوره کنونی با حمایت و همراهی شورای محترم اسلامی شهر کارهای خوبی را رقم زده ایم که جا دارد این روند تقویت شود. پروژه های عمرانی در دست اقدام با نظارت مستمر و پیگیری بخش های مختلف شهرداری در موعد مقرر به بهره برداری خواهند رسید و انتظار دارم که عزیزان همچون گذشته انجام وظایف را با جدیت مضاعف دنبال کنند.

وی بر ارائه آموزش های نوین به کارکنان مدیریت شهری محمدشهر جهت ارتقای بهره وری و دانش سازمانی و یادگیری مهارت های جدید در راستای خلاقیت و نوآوری و افزایش سرعت انجام کارها و در عین حال کاهش هزینه های جاری تاکید کرد و گفت: در حوزه اداری باید رعایت نظم سازمانی و حفظ شئونات و ارزش های اداری به جد مورد توجه همکاران محترم قرار گیرد تا بتوانیم در فضای وحدت و همدلی کارها را جلو ببریم.

فرهنگسرای طبیعت به پویش نجات قطره‌ها پیوست

ندا قربانی- پویش نجات قطره‌ها روز دوشنبه ۲۹ مردادماه ۱۴۰۳ در فرهنگسرای طبیعت واقع در پارک چمران برگزار شد و بچه‌ها پس از شرکت در کارگاه مدیریت مصرف آب، به نقاشی دیواری پرداختند.

همتی؛ مدیر فرهنگسرای طبیعت با بیان اینکه این مرکز فعالیت خود را از سال ۱۳۸۱ زیر نظر سازمان فرهنگی، اجتماعی و ورزشی شهرداری کرج آغاز کرده است گفت: "این فرهنگسرا عمدتا رشته‌های تخصصی کشاورزی برای بزرگسالان را ارائه می‌دهد که شامل روغن‌گیری، پرورش زالو، کرم‌سازی و پرورش زنبور عسل است."

او افزود: "اما از گروه سنی کودک و نوجوان نیز غافل نشده‌ایم و رشته‌های باغبانی کودک و آموزش قوانین راهنمایی و رانندگی در شهرک ترافیک را نیز برای گروه سنی چهار تا ۱۰ سال در نظر گرفته‌ایم."

همتی با اشاره به استقبال کودکان از فعالیت‌های محیط زیستی گفت: "بارها در فرهنگسرا پویش‌هایی در خصوص تفکیک زباله از مبدأ داشته‌ایم که خوشبختانه بچه‌ها به صورت پویا در آن شرکت کرده‌اند."

مدیر فرهنگسرای طبیعت از مسئولان درخواست کرد که به پویایی و فعال‌تر شدن فرهنگسراهای تخصصی کرج بیشتر توجه کنند.

او با اشاره به ظرفیت بالای تخصصی تعدادی از فرهنگسراهای کرج افزود: "ایجاد یک گلخانه در این فرهنگسرا و آموزش صفر تا صد پرورش گل و گیاه یکی از موضوعات جذاب برای کودکان است که امیدواریم مسئولان با دغدغه‌مندی و توجه ویژه به مسائل فرهنگی، در این مسیر ما را یاری کنند."

همتی در پایان با بیان اینکه فرهنگسرا به پویش نجات قطره‌ها پیوسته است گفت: "با توجه به جنس محیط زیستی این کمپین، تصمیم گرفتیم با مشارکت بچه‌ها علاوه بر نقاشی دیواری، کارگاه آموزش مصرف بهینه آب را با تشبیهگری تیم اجرایی پویش برای بچه‌ها برگزار کنیم."

گفتنی است پویش نجات قطره‌ها با هدف فرهنگسازی صرفه‌جویی در مصرف آب در قالب نقاشی دیواری و برگزاری کارگاه آموزشی به همت پایگاه خبری هزار و یک شهر، شرکت رنگ نیپون و شرکت آب منطقه‌ای استان البرز برای گروه هدف کودک و نوجوان برگزار می‌شود.

عکس: مجتبی ایمانی

دیدگاه

اثر معماری، هرجا که لازم باشد، می‌تواند و باید تغییر کند

دومینیک پرو

ما باید این اندیشه را که اثر معماری یک شیء ثابت و پایان‌یافته است از بین ببریم. اثر معماری، هرجا که لازم باشد، می‌تواند و باید تغییر کند. نیازی نیست که {مسیر تغییر} اثر معماری یک‌زمان بسته شود، بلکه می‌تواند در حالت پایان‌ناپذیر و ادامه‌دار «شدن» قرار داشته باشد. در تلقی امروز ما، رابطه ما و اثر معماری بسیار محافظه‌کارانه و منفعلانه است، یعنی رابطه ما فعال نیست. چنین رابطه‌ای دیگر کار نمی‌کند و کافی نیست

من می‌توانم بناهایی را تصور کنم که پوشش یا جنبه‌های دیگر خود را متناسب با تغییر کارکرد یا تغییر مالکیت خود تغییر می‌دهند. این تغییرات با هدف انعطاف بیشتر بنا انجام می‌شود. انگیزه و هدف زندگی کاری من است که بناهایی بسازم که شما بتوانید آن را به شکلی منعطف لمس کنید و تغییر دهید. معماری امروز حضوری اقتدارگرایانه دارد، اما ما می‌توانیم معماری امروز، گذشته و آینده را دست‌کاری کنیم و باید چنین کنیم. (در گفتگو با **Mark Garcia**، منتشر شده در مجله **Architectural Design**، دوره ۷۶، ش ۶، سال ۲۰۰۶)

منبع: گفتار

محیط زیست

پرونده مستندسازی از حیات وحش ایران روی میز تلویزیون

مجید گل عبد، مستندساز حیات وحش، مهمان نردبان است و درباره زیبایی‌های ایران سخن می‌گوید. همچنین برش‌هایی از مستند اربعینی «رستاخیز به روایت سید مرتضی آوینی» که برداشتی از کتاب «فتح خون» شهید آوینی است، پخش می‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا، دویست و دومین قسمت از برنامه تلویزیونی «نردبان»، امروز جمعه ۲ شهریورماه روی آنتن شبکه مستند سیما می‌رود. تجربه‌های فیلمسازی مستند در حیات وحش موضوع اصلی این قسمت از نردبان است و مجید گل عبد، از مستندسازان این عرصه مهمان نردبان خواهد بود. او در گفت‌وگو با حامد شکیبانیا درباره چالش‌ها، سختی‌ها و زیبایی‌های ساخت مستند از حیات وحش زیبای ایران سخن می‌گوید. مروری بر آثار وی نیز بخش دیگری از نردبان خواهد بود.

مجید گل عبد، مستندهایی از حیات وحش ایران ساخته و بخش‌هایی از زیبایی‌های جانوری ایران را به تصویر کشیده است. از جمله آثار وی می‌توان به «داستان بقا»، مجموعه مستند «پرندگان ایران»، «چین دامنه البرز» و ... اشاره کرد. در بخش دیگری از برنامه نردبان این هفته، برش‌هایی از فیلم مستند «رستاخیز به روایت سید مرتضی آوینی» به کارگردانی سعید صادقی به نمایش درمی‌آید. فیلم مستند «رستاخیز به روایت سید مرتضی آوینی»، برداشتی از کتاب «فتح خون» نوشته شهید سیدمرتضی مرتضی آوینی و با موضوع اربعین حسینی است که توسط گروهی متشکل از ۱۷ مستندساز ساخته شده است. قلم شیوای آوینی و توصیف زیبای او از اربعین شهادت اباعبدالله الحسین، رنگ و بوی خاصی به این مستند داده است.

همچنین، فیلم مستند «آر۲۱»، نامی مستعار برای همبستگی» ساخته مهند یعقوبی مرور می‌شود؛ این مستند ۷۱ دقیقه‌ای که محصول سال ۲۰۲۲ فلسطین، بلژیک و قطر است، مروری بر سال‌ها جنایتی هست که بر فلسطین رفته و سراغ مبارزه‌هایی رفته که بین سال‌های ۱۹۶۰ تا ۱۹۸۰ برای تعیین سرنوشت مردم فلسطین در سراسر دنیا انجام شده است.

در بخش «عکاسی مستند»، دو عکاس کشور مهمان نردبان هستند؛ در این بخش، فرامرز عامل بردبار و اکبر قاسم‌پور از سال‌ها تجربیات خود در عرصه عکاسی سخن می‌گویند و چالش‌ها و نقاط روشن این رشته هنری را مقابل دوربین بیان می‌کنند. «کارگاه تجربه» نیز به عکاسی ماجراجویانه اختصاص داشته و بخش دوم از هفدهمین قسمت از کارنامه هنری «جیمی چین» را بررسی می‌کند.

برنامه تلویزیونی «نردبان» تلاش می‌کند با نگاهی تخصصی به فیلم و عکس مستند، مروری بر آثار ایرانی و خارجی این حوزه داشته باشد. این برنامه با اجرای حامد شکیبانیا، کارگردانی و تهیه‌کنندگی اصغر احمدپور و فاطمه بوربور و ضبط شده در استودیو نفت، با بخش‌هایی متنوع جمعه‌ها ساعت ۱۷:۲۰ روی آنتن شبکه مستند می‌رود و بازپخش آن شنبه‌ها ساعت ۰۰:۰۰ و ۱۴:۳۰ است.