

**ज्यादा से ज्यादा योगदान**

यदि आप कस्टमर सर्विस में हैं और किसी को आपको मदद की जरूरत है तो ऐसा न करें। यदि संभव है तो उनके बाहर काम आप करें। अच्छी सेवाओं की उम्मीदवार प्रशंसा करते हैं। जब बैंस के सामने कोई ग्राहक कॉन्पनी द्वारा दी जा रही अच्छी सेवाओं के साथय से आपको तारीफ करता है, यह आपके लिए मायने रखता है।

अधिकतर कर्मचारी यह नहीं समझते कि जिस कंपनी में वे नोकरी कर रहे हैं, उसका हिस्सा मानने हुए उसे आगे ले जाने की जिम्मेदारी उठी ही है। यहाँ कुछ ऐसी ही कामों की सूची दी जा रही है, जो आपके जॉब प्रोफाइल में शामिल नहीं होते, पर यदि आप उन्हें करती हैं तो आपको आगे बढ़ने के लिए अवसर मिलते रहेंगे। क्योंकि बात जब प्रोमोशन की आती है तो प्रबंधकीय टॉप की नजर ऐसे लीडर्स पर होती है, जो उस कंपनी विशेष के साथ खुद को जोड़ कर देखते हैं।

समस्याओं का अनुमान

भविष्य में आ सकान वाली समस्याओं का अनुमान लगाएं। अपने पास उनके समाधान तैयार रखें। घटनाएं होने का इंतजार न करें, अपने स्तर पर सक्रिय बनें। हम सबके पास ऐसे पल होते हैं, जब लगता है कि उस कार्य को हम और बेहतर कर सकते थे। जब भी ऐसे क्षण आएं तो पूरी योजना के साथ आगे आएं और उस काम को कर लें।

आपके विचार और सुझाव

काम के दौरान यदि आपका लगता है कि किसी काम को अधिक प्रभावी तरीके से किया जा सकता है तो उस संबंध में अपना सुझाव दें। यदि आपका मैनेजर उसमें बाधा पहुंचा रहा है तो जहाँ भी आप अपने सुझाव दें। अपने आगे आती है। अवश्य दें।



आगे बढ़ने के लिए ये भी जरूरी

दूसरी गतिविधियों से जुड़ें

एक कंपनी में कई तरह की गतिविधियां होती हैं। मसलन, आप डाइवर्सिटी कमेटी की सदस्य बन सकती हैं। ऐसे कामों से खुद को जोड़ सकती हैं, जहाँ लाता है कि आप बेहतर योगदान दे सकती हैं। यदि आपको कंपनी की ओर से किसी काम को लॉटरीयर बनने का ई-मेल मिलता है और आप काम कर सकती हैं तो अवश्य करें। कंपनी यदि किसी नए काम पर योगदान दे रही है तो उस बारे में सकारात्मक टिप्पणी भेजें, योगदान देने की अपनी मंशा को भी व्यक्त करें। मैनेजरों को यह बात पसंद आती है।

कहे जाने का इंतजार न करें

आपको लगता है कि कोई कार्य किया जाना है, जिसे कोई कर नहीं रहा है तो उसे करें। यहाँ तक कि लंबे के बाद उस जाह को पुनर्व्यवस्थित करना या पार्टी आदि के किसी आयोजनों में मदद करने से पीछे न हटें। बहुत कम लोग होते हैं जो बिना कहे, काम किए जाने की जरूरत समझते हैं।



कंपनी के बारे में बुराई से बचें

किसी बात पर यदि सहमत नहीं है तो प्रश्न पूछें। पर इन्सर-उधर कंपनी के बारे में दुग्ध बोलना या फिर काम या बैंस के संबंध में अपराध कहना जहाँ नहीं है। ऐसा करने से आपको कंपनी में और उच्च स्तर पर काम करने का अवसर नहीं मिलता। जब भी आप काम पर हों तो कंपनी के कामों में सुधार करने की दिशा में अपना योगदान दें।

मीटिंग्स में चुप न रहें

मीटिंग में कुछ लोग बिल्कुल चुप रहते हैं, हमेशा ये चर्चया सही नहीं होता। किसी भी कर्मचारी के लिए जरूरी है कि वह जिसने अपनी अधिकारी के साथ संवाद करने की ओर से किसी काम करने की जरूरत नहीं है और आप काम कर सकती हैं तो अवश्य करें। कंपनी यदि किसी नए काम पर योगदान देने की अपनी मंशा को भी व्यक्त करें। मैनेजरों को यह बात पसंद आती है।

लीडरशिप डेवलप करें

प्रत्येक टीम या प्रोजेक्ट का एक लीडर होता है तो वह आप क्यों नहीं हो सकते? यदि आप लीडर नहीं भी हों तो भी अधिकार योगदान दें। अपना सुझाव दें। यदि कोई काम गैर उपयोगी लगता है तो अपना मत पूरे शिक्षावाच के साथ व्यक्त करें।



रसोई में काम करने और भोजन करने के बाद तुरंत सफाई कर लेना चाहिए और उपयोग में आने वाली वस्तुओं-बर्तनों की भी तुरंत साफ कर यथास्थान रख देना चाहिए।

वस्तुओं की सफाई का क्रम

घर में ऐसी बहुत-सी चीजें होती हैं जिनकी रोज़-रोज़ सफाई करने की बारी नहीं आती। दीवारें, छत आदि में थोड़े दिनों के बाद जाने पड़ते हैं और धूल जम जाती है। साथ में एक दिन पूरे घर की अच्छी तरह सफाई की जा सकती है। मेज, कुर्सी, पलंग, फर्नीचर आदि का झाड़ पौछे तो रोज़ ही ही जाती है पर उनकी टूट-फूट साज संभाल के लिए भी महाने में कम से कम एक दिन नियत रखा जा सकता है। कालीन, दरी, फर्श और बदायोंजां जैसी वस्तुओं के लिए साज संभाल का क्रम बना लेते हैं। इसमें सुधी भी होती है।

हरियाली की उपयोगिता

घर में हरियाली आनंदरूप वातावरण बनाती है। जिन घरों में उत्तम लगाने की जगह न हो, वहाँ ताके की छींकों पर लकड़ने वाले डिब्बे तैयार कर उनमें मिट्टी आदि डालकर उनमें पौधे लगाकर घर के बाहर रख दें। यहाँ यह धून रखना होगा कि आपके पास जो भी बीच हुआ सामान है उसका उपयोग करने के साथ सुख-बूझ इराला आवश्यक है कि स्वच्छता और गुहारजाना एक कला है।

आपकी पहचान है आपका घर

घर में दो स्थानों पर ज्यादा गंदगी होती है—जिनका उपयोग परिवार का प्रत्येक सदस्य कम से कम दो बार करता होता है। रसोई और स्नानालय में इसलिए भी अधिक गंदगी होती है कि वहाँ पर उपयोग के साथ-साथ बिखराव भी होता है।

आजकल मॉड्यूलर किंचन बहुत लोकप्रिय हो रहे हैं। मॉड्यूलर किंचन का सबसे बड़ा लाभ यह है कि यह इस प्रकार से डिजाइन किया जाता है कि छोटी जगहों में कठीनी से एवं अधिक से अधिक सामान रखा जा सके।

नाप के अनुसार होता है डिजाइन

डेस्क प्लांट बढ़ाए टेबल की ब्यूटी

पौधे का चयन करते वक्त

एक सर्वार्थ के अनुसार ऑफिस डेस्क पर रखा हुआ

पौधा हमारे मन को खुशहाल बना रखता है। डेस्क

के लिए पौधा चुनने समय इन बातों का ध्यान रखें—

- डेस्क के लिए ऐसा पौधा चुनें, जो किसी पत्तियां स्फूर्त यानी विकली हो। इससे ऑफिस के लोगों के साथ आपके रिलेशन में सुधार आएंगा।

- जहाँ तक संभव हो हरी पातेयां वाला पौधा ही डेस्क पर रखें, क्योंकि हरा रंग स्नेह और खुशहाली का प्रतीक है।

- चाहे तो छोटे-छोटे फूलों वाला पौधा भी रख सकती है। इससे आपका स्ट्रेस लेवल कम होगा और मैरिड लाइफ में रोमांस बढ़ेगा।

- डेस्क पर रखे हुए पौधे की शाखाएँ मन को शांत और कल्पनाएँ के साथ रिश्तों को तनावबुझ रखती हैं।

ऑफिस के वातावरण को भी शुद्ध रखता है। शोध बताते हैं कि इनडोर प्लांट्स ध्वनि को एंजॉब करते हैं। अतः डेस्क पर रखे प्लांट्स से भी ध्वनि का स्तर कम हो जाता है और हम ध्वनि प्रदूषण से बचते हैं। ऑफिस में मौजूद इलेक्ट्रॉनिक गैजेट्स, जैसे कंप्यूटर, प्रिंटर, फैक्स, रैकेनर आदि से निकलने वाली विशेष गैसों को अवश्यकित करता है। इन गैसों की जगह से सिरदर्द या आंखों में जलन आदि की समस्या हो सकती है।



सभी से बाते होती हैं, हंसी-मजाक होता है। लेकिन उनमें से कुछेक से आप और भी ज्यादा करीब होती हैं। यही वह दोस्त है, जो 'सहेली' बन जाती है।



कुछ खास है सहेली का दर्जा

महिलाओं के लिए एक सहेली का दर्जा कुछ खास होता है। जिन्होंने एक सहेली की जरूरत इसलिए बहुत ज्यादा होती है क्योंकि दो सहेलियों में सबसे पहले जरूरी होने का रिश्ता बन जाता है। इस रिश्ते के दर्द और खुशियां सब लगभग एक समान होते हैं। एक सहेली आपकी पराई होती है। एक एक्टर का एक इंटरव्यू था। उसका कहना था कि एक महिला का किरदार निभाने के लिए उसे साझी पहननी पड़ी और उसे अहसास हुआ कि महिलाओं के लिए एक सहेली होती है। इसमें सुधी भी होती है।

तब उस अहसास हुआ कि महिलाओं को इस वेश के साथ दैनिक कामों में कितनी दिक्कत होती है। ऐसी अंडरटैरेंजिंग एक पुरुष मिन के बजाय एक सहेली से अपनी आंखें बन जाती हैं।

मतलब आपकी भावाओं को एक महिला ज्यादा बेहतर समझ सकती है। वैसे एक दोस्त की जरूरत हमारे मानसिक रखावर्य और बेहतर समाजोजन के लिए बहुत ज़रूरी है। दोस

