

مشخصات فردی		چه چیزهایی بهم انگیزه میدهد و چه چیزهایی باعث تخلیه انرژی من میشه؟	بهترین روش برقراری ارتباط با من چیه ؟	چه چیزی من را آزار میدهد ؟	چه چیزی رو دیگران در مورد من اشتباه متوجه شدن ؟
نام و نام خانوادگی:	سمت سازمانی:				
خدیدجه شکرالهی	کارشناس تولید محتوا	احترام و ارزش قائل شدن به من انگیزه میدهد بی احترامی و دیده نشدن زحمت ها و وقت و انرژی که گذاشته شده انرژی من رو خیلی میگیره	همراه با احترام	بی احترامی ، رعایت نکردن میزان شوخی	در برخورد اول به نظر نمی‌رسه که آدم حساسی باشم
حدیث برات	کارشناس پشتیبانی نرم افزار	انرژی و لبخند همکاران برام خیلی مهمه با خوش رویی واحترام بهم صحبت کنند مثلا با بی احترامی بهم صحبت کنند خیلی ناراحت کننده اس برام حالا فرقی نمیکند دو تا سرپرست باشن یا سرپرست با نیرو یا حتی موضوع اینکه جلو بقیه همکارها با بدی با نیرو یا همکار صحبت کردن خیلی اذیتم میکنه دو نفر بنا به دلایلی از هم ناراحت هستن تو جمع همکارها این موضوع نباید مشخص بشه	برابری باشه و بصورت حضوری باشه چون تو پیام اصلا نمیتونم منظورم برسونم به طرف مقابلم	با کسی مقایسه بشم کسی ازم ناراحت باشه بهم تگه برام قیافه بگیره رفتارش عوض بشه اذیتم میکنه ترجیح میدم بشنوم حالا با حل میشه یا نه	اینکه مغرور هستم و اعصاب ندارم :)
فهیمة ابودی خواة	مدیرعامل	انگیزه: نشاط و انرژی و با انگیزه و حس خوب کار کردن همکاران در محیط کار گوش کردن آهنگ های شاد وقتی بینیم کارها طبق برنامه پیش می رود انرژی می گیرم. تخلیه انرژی : زمانی که مسائل حاشیه ایی وقتن را تلف کند یا زمانی که یک نفر دائم غرغر کند بدون اینکه پیشنهاد سازنده داشته باشد ، حرف زدن یادیگران در خصوص مشکلات زندگی شخصی آنها زمانی که نتوانم کاری برای حل آنها بکنم باعث تخلیه انرژی من می شود.	موردی که فورس و مهم نیست به صورت پیام یا ویس در شبکه های اجتماعی مواردی که فورس و مهم است به صورت تماس تلفنی ارتباطهای حضوری ترجیحا یا وقت قبلی باشد.	عدم صداقت دیگران در روابط با من ورود دیگران به مسائل و حریم شخصی و خصوصی و خانوادگی من دروغ و بی اعتمادی در روابط کاری اظهارنظر در خصوص موارد تخصصی توسط فردی که تخصص ندارد.	بعضی از همکاران وقتی وارد اتاق من می شوند دست و پاشون رو گم می کنند و استرس می گیرند ، در حالیکه ویژگی در خودم نمی بینم که باعث این حالت در همکاران شود.
فاطمه صالحی	حسابدار	بداخلاقی بی احترامی،دروغ نادیده گرفته شدن،ادم و فضاهای پر حاشیه بی هدف بودن اینا انگیزه منو میگیره. استقلال داشتن .هدف داشتن .پر جنب جوش بودن .رشد و یادگیری تجربه گرفتن و...خیلی چیز های دیگ باعث انگیزه بمن میشه	صادق و شفاف حرف زدن ،قضاوت نشدن،واضح صحبت کردن	سرکوب احساسات بی احترامی نادیده شدن،مقایسه شدن بی احترامی ب حد مرز های زندگی،بدون هدف بودن،ارتباط های ناسالم	اینکه پسری اوقات خیلی جدی هستم و طرف مقابلم فک میکنه من خیلی بداخلاقم ولی بعد ک باهام برخورد دارن میکند اصلا هم ادم بداخلاقی نیستی
فاطمه خدادادی	کارشناس	چیزهایی که بهم انگیزه میدهد : فضای همکاری و همدلی که بین همکاران هست چیزهایی که باعث تخلیه انرژی من میشه : اکثر اوقات پیگیری هایی که باعث کارکرد و یا امور میشه بدون نتیجه میمونه یا برمیگردن بهم میگن خودت انجامش بده ما نمیرسیم یا پیامی که باعث انجام کاری گذاشته میشه عملا بی جواب میمونه و بی تفاوت ازش رد میشن و...	استرس ندادن و بدون استرس صحبت کردن وقتی بابت کاری که انجام دادم تذکر داده میشه و اون تذکر با نشه واقعا استرس میگیرم و ذهنم میریزه بهم و حتی گجج هم میشم از شدت استرس	استرس بداخلاقی، بی احترامی و... همه ی ما درگیری ها و مشغله هایی داریم که بابت اون به روزایی آشفته و بهم ریخته ایم ولی نباید سرهمدیگه خالی کنیم گاهی اوقات که خیلی کم پیش میاد همکاری اون ناراحتیش رو سر آدم خالی میکنه	معمولا وقتی کار جدیدی بهم محول میشه تا کامل یادش بگیرم برام استرس داره ولی اینجوری برداشت شده که نمیخام اون کار رو تقبل کنم در صورتی که حجم استرس تو رفتارم باعث شده این برداشت بشه
فاطمه اسماعیلی	کارشناس فروش نرم افزار	یادگیری _ انجام کار به بهترین شکل _محیط شاد و صمیمی	پیامک	بی احترامی _ توهین	مغرور و خودمو میگیرم
فاطمه اونیک ازه	کارشناس حسابداری	کوچک شمردن و نادیده گرفتن تلاش ها _بی احترامی زحمتی که میکشم و تلاشی که میکنم اگر به چشم بیادودیده بشه انرژی میگیرم و تلاشم راچندبرابرمیکنم اما اگر کارم دیده نشه و به چشم نیاد باعث تخلیه انرژیم میشه درزمان بروز مشکل،مسئله و ...اگرکسی به قصد حل شدن مشکل پیشنهادیده و همدلی کنه انرژی میگیرم اما کسانی که قصدحل مشکل ندارند و فقط می ایستند و غر میزنند باعث تخلیه انرژیم میشن	پیام(۱) تماس(۲) حضور(۳)	به چشم نیومدن کارهام	ادم درونتگرا و آرومی هستم که گاها ممکنه کسی فکرکنه مغرورم
فاطمه اسدی	حسابدار	وقتی حین کار موضوع جدیدی یاد میگیرم و کاری و درست و اصولی انجام میدم انگیزم به شدتت زیاد میشه برای کار و همچنین حضور همکاری برابری و سرزنده و جمع صمیمی و خوب و تنها چیزی که خستم میکنه و انرژی و از من میگیره کارفرما به هرچیز کوچکی گیر بده و ایراد بگیره و تیکه بندازه	تماس تلفنی و حضوری صحبت کردن	حین کار کسی بهم استرس وارد کنه رفتارهای عصبی و خشتی داشته باشه	من کلا ادمی بگو و بختندی ام و زود صمیمی میشم با اطرافیانم البته شوخی و با ادمایی میکنم که میدونم جنبه دارن ولی این اخلاق من باعث شده بعضی ها فکر کنند خیلی راحت باشن و من از هیچ حرف و شوخی ناراحت نمیشم
فاطمه ابراهیمی	حسابدار	اهنگ ملایم،برسیدن به تمامی کارهای روزمره،خوش برخورد بودن همکاران،خوراکی خوشمزه،سر تایم کارها را انجام دادن،به نحو احسن کارها را انجام دادن	من آدمی درون گرا و کم حرف هستم و با گذر زمان با اطرافیان میتوانم ارتباط بهتری بگیرم با تماس و حضوری رابطه خوبی ندارم و پیام را ترجیح میدهم	شلوغی و سروصدای محیط،تکرار کردن یک موضوع چندبار،	اینکه انرژی ندارم در صورتیکه همینطوری آرام هستم.

مشخصات فردی		چه چیزهایی بهم انگیزه میدهد و چه چیزهایی باعث تخلیه انرژی من میشه؟	بهترین روش برقراری ارتباط با من چیه ؟	چه چیزی من را آزار میدهد ؟	چه چیزی رو دیگران در مورد من اشتباه متوجه شدن ؟
نام و نام خانوادگی:	سمت سازمانی:				
زهرا نجفیان	کارشناس مالی و اداری	انرژی همکاریام انرژی و خوش اخلاقی کارهام روی برنامه انجام بشه و به موقع	حضوری و تلفنی با روی خوش	بوی بد بداخلاقی تو قیافه بودن کسی همرو از بالا نگاه کنه	عجول بودن
دريا نوری	سرپرست مالی اداری موسسه	انگیزه‌دهنده: نظم، شفافیت، احترام، بازخورد سازنده و اعتماد و آراستگی تخلیه‌کننده انرژی: بی‌برنامگی، اطلاعات ناقص، فشار غیرضروری و ارتباط غیرشفاف و سوال بی مورد و الکی و مدام ابراز کمبود انرژی	حضوری با لیخند و استفاده از کلمات انرژی زا	لحن طلبکار چهره خیلی جدی یا مضطرب تغییرات ناگهانی بدون اطلاع قبلی بی دقتی مداوم انتقاد نابجا حاشیه سازی	دقت و حساسیت من در کار ممکن است به‌عنوان سخت‌گیری یا انعطاف‌ناپذیری برداشت شود، در حالی که هدفم حفظ صحت و کیفیت کار است. وقتی روی کار متمرکز هستم یا کمتر صحبت می‌کنم، ممکن است بی‌علاقگی یا فاصله گرفتن برداشت شود، در حالی که صرفاً در حال انجام مسئولیت‌ها هستم. درخواست مستندات یا توضیح مکتوب ممکن است به‌عنوان بی‌اعتمادی تلقی شود، در حالی که برای شفافیت و پیگیری کار ضروری است.
فاطمه تقی فارغ	حسابدار	انگیزه :خوش برخورد بودن و پراثری بودن طرف مقابل،یادگیری موضوعات جدید ،محیط کار تمیز و مرتب و وجود گل های طبیعی در محیط، تخلیه انرژی:اینکه مدام در مورد اتفاقات منفی محیط کار صحبت بشه،طرف مقابل در مورد مشکلات کاری غر بزنه .	پیام دادن	طرف مقابلم درک نکنه که من تمام تلاشم رو میکنم تا وظایفم رو به بهترین شکل انجام بدم هرچند که ممکنه در موارد ی بهترین نتیجه حاصل نشه ، در مورد مسائل و وظایفی که مربوط میشه به من قبل از پرسیدن دلیل انجام دادن یا ندادن اون کار از خودم موضوع به بقیه گفته بشه و قضاوت بشم. طرف مقابل با لحن طلبکارانه و توهین آمیز صحبت کنه.	نمیدونم
علیرضا محمدی	کارشناس حسابرسی	وقتی توی محیطی کار کنم که همه روحیه همکاری باهم دارن خیلی انرژی میگیرم	از حاشیه رفتن به شدت دوری کنند و سریع برن سراغ اصل موضوع	اینکه روحیه همکاری بین نیرو ها وجود نداشته باشه و اعتماد در محیط کار نباشه اعتماد و روحیه همکاری خیلی موضوع مهمیه از نظر من	بنظرم اکثر اوقات ما برداشت های اشتباهی نسبت به همکار خودمون داریم و با قضاوت عجولانه واقعیت هارو نمی‌بینیم این مهمه که هرکسی هر برداشت غلطی از من داره اول با من درمیان برازه و راجعیش صحبت کنیم و بعد ا قضاوتی انجام بشه اکثرا قضاوت ها در محیط کار اشتباهی
رقیه عظیمی	سرپرست حسابداری	طرف مقابلم که براش کار انجام میدم متوجه بشه که من تلاشم دارم انجام میدم حتی اگه به نتیجه نرسم برام اون مورد یا کار مهم بوده است که این مورد متوجه بشه بهم انگیزه میدهد و متوجه نشه تخلیه انرژی من میشه	با روی خوش	من چون سریع صحبت میکنم به جاهایی با تاکید زیاد صحبت میکنم طرف مقابل فکر می‌کنه من عصبانی هستم و داد میزنم در حالی که اینطور نیست و من دارم با تاکید بیشتر صحبت میکنم	من چون سریع صحبت میکنم به جاهایی با تاکید زیاد صحبت میکنم طرف مقابل فکر می‌کنه من عصبانی هستم و داد میزنم در حالی که اینطور نیست و من دارم با تاکید بیشتر صحبت میکنم
نرگس انالویی	کارشناس فروش	سر و حال بودن همکاران و پراثری بودن اونا روی منم تاثیر مثبت میذاره و اخلاق از همه چی برام مهم تره اینکه پرخاشگر و آدم طعنه زدن نباشند از دو پهلوی صحبت کردن متنفرم اینکه بخواند منظورشونو جووری دیگه ای بگند توی کنایه اصلا خوشم نمیداد از رگ و رو راست بودن ادما و اینکه اگر از چیزی ناراحت هستند بیاند شفاف بگند اینکه بخواند یاد کنند و تو خودشون برند و هی بخوای بگی چته خیلی بدم میاد کلا از حرف زدن و تعامل که خودش باعث تخلیه ادما میشه بیشتر راضی هستم و از اعتراض های علنی که توجیهه نشده باشند انرژی منو تخلیه میکنه	بهترین حالت رفتاری خوش رویی و رفتار با منابت هست نه از شوخی زیاد خوشم میاد و نه از خشکی زیاد این احترام متقابل هست همیشه چون ادمی هستم که هر طور طرف باشه منم باهاش هومنطورم	من از چیزی که ندونم و اطلاع کامل دربارش نداشته باشم ولی بخواند بگند که میدونستی و انجامش دادی متنفرم کلا از رفتارهای طلبکارانه و غیر از اون چیزی که تصور خودمه خیلی بدم میاد همیشه باید خیلی موضوع شفاف برام توضیح داده بشه نه اینکه با فکر خودم دربارش قضاوت کنم و حتی اگر شخصی هم درباره من دچار سوءتفاهمه حتما انتقال بده با آغوش باز میپذیرم	نمیدونم ولی اگر چیزی اشتباه فکر کردند باید بهم بگیدددد حتما خوشحال میشم دربارش حرف بزنیم
نگین مشاوری	کارشناس حسابداری	خوراکی های خوشمزه وقت گذروندن با کسانی که دوستشون دارم فراهم بودن پیش زمینه های کاری که قراره انجام بدم یکی از چیزهایی که باعث تخلیه انرژیم میشه خندیدن هست	بین ارتباط گرفتن با پیام یا تماس زیاد فرقی برام نداره اما مزیت ارتباط با پیام وجود سندیت هست و مزیت ارتباط گرفتن به صورت تلفنی این هست که منظور طرف مقابلم رو راحت تر متوجه میشم	دو رویی غرور کاذب بوی نامطبوع	فعلا موردی نبوده
مبینا یادبندی	حسابدار-کارآموز	خوراکی خوشمزه و داشتن نیرو های پر انرژی -فراهم بودن امکاناتی که برای یک موسسه لازم هست -اهمیت دادن به نیاز ها بداخلاقی بودن نیرو های موسسه بدخلقی و عصبی بودن آن ها	در درجه اول تلفنی و پیام و درجه آخر حضوری	بد رفتاری با نیرو داد زدن یا درست توضیح ندادن ... معلوم نبودن یک کار و بلا تکلیفی -بداخلاقی بودن - اهمیت ندادن به نیاز های نیروی موسسه	کسی چیزی نگفته و فلن چیزی نیست
نرگس مردانی	کارشناس حسابداری	موارد ایجاد انگیزه: انجام کار ها طبق برنامه ریزی، فراهم بودن امکانات مواردی که سبب تخلیه انرژی می شود: استرس ، نبودن امکانات ، نادیده گرفتن شدن تلاش ها	پیام - رودرو صحبت کردن	دروبی - نامنظم بودن - غرور بیش اندازه	موردی نیست

مشخصات فردی		چه چیزهایی بهم انگیزه میدهد و چه چیزهایی باعث تخلیه انرژی من میشه؟	بهترین روش برقراری ارتباط با من چیه ؟	چه چیزی من را آزار میدهد ؟	چه چیزی رو دیگران در مورد من اشتباه متوجه شدن ؟
نام و نام خانوادگی:	سمت سازمانی:				
مریم شریفی	کارشناس	مواردی که انرژی میدهد - من همیشه از یادگیری چیزهای جدید و ارتقای مهارت‌هام انگیزه می‌گیرم. هر بار که یک موضوع پیچیده مالی یا حقوقی رو حل می‌کنم، احساس پیشرفت و رضایت دارم. - انگیزه اصلی من اینه که بتوانم مسائل پیچیده رو به راه‌حل‌های ساده و عملی تبدیل کنم. وقتی می‌بینم کارها با نظم و دقت پیش میره، انرژی می‌گیرم. - وقتی می‌تونم با دانش و تجربه‌ام به همکاران یا مشتریان کمک کنم و نتیجه مثبت ببینم، انگیزه‌ام چند برابر میشه -- برای من انگیزه یعنی اینکه کارم فقط وظیفه نباشه، بلکه بخشی از رشد شخصی و حرفه‌ای‌ام باشه. این حس باعث میشه حتی در شرایط سخت هم ادامه بدم. -موسیقی ملایم مواردی که باعث تخلیه انرژی ام میشد - وقتی کارهام بدون نظم و تقسیم وظایف مشخص نباشد، انرژی من تحلیل میره. برای همین همیشه تلاشی می‌کنم با برنامه‌ریزی و سازماندهی، شرایط رو مدیریت کنم.» - وقتی زحمات دیده نمی‌شن یا احترام متقابل وجود نداره، انرژی من کم میشه. اما یاد گرفتن با تمرکز روی اهداف شخصی و حرفه‌ای، انگیزه‌ام رو حفظ کنم - صدای بلند -تحقیر کردنم	اگر برای اولین بار درباره موضوعی می‌خواهیم صحبت کنیم و اگر موضوع خیلی مهمه، ترجیح میدم حضوری باشم تا وظایف به صورت دقیق و منظم منتقل شوند تا بتوانم کارها را با دقت پیش ببرم. اگر حضوری مقدور نبود تلفنی امانتیجه آخر از طریق پیام‌های واضح و مستند برای من مؤثرتر است. چون باعث می‌شود سوء تفاهمی پیش نیاید و همکاری‌ها نتیجه‌بخش‌تر باشد.»	یکی از خط قرمزهای من بی‌احترامی یا نادیده گرفتن زحمات است. برای من- احترام متقابل اساس همکاری حرفه‌ای محسوب می‌شود دخالت یا قضاوت شخصی در مسائل کاری است. ترجیح می‌دهم ارتباط‌ها - حرفه‌ای و بر پایه احترام و وظیفه باشد	بنده از روی محبت و به حکم ادب و احوالپرسی، اگر همکاری تشریف نمی‌پاورد سراغ ایشان رازم همکاری‌های دیگر می‌گیرم ولی اشتباهاً مینارم بر دخالت بنده در امور سرپرست‌ها گذاشتند
سمیرا جنتی	سرپرست پشتیبانی	کار مفید و چالش برانگیز شارژم میکنه، در کل از اینکه پیام سرکار و حس کنم کاری انجام ندادم حس بدی پیدا میکنم.	در حوزه کاری، احترام متقابل همراه با صراحت و شفافیت	عدم درک متقابل، بی‌احترامی، نادیده گرفتن ارزش‌ها و تلاش، عدم حمایت از طرف سازمان در خصوص حفظ شأن و منزلت پرسنل چه در مواجهه پرسنل با پرسنل و چه پرسنل با سایر کارفرمایان	نمیدونم، تا حالا بازخوردی نداشتم.
زهرا عباسی	حسابدار	در محیط کار خوش اخلاقی و انرژی مثبت همکاران و همچنین احترام متقابل به همدیگر و رفتار به اصطلاح یک‌رنگی داشتن به من انگیزه میدهد اگر بفهمم همکارم با درو رویی با من رفتار می‌کنه و متوجه بشم جلوی من با من خوبه و انگار از من خوشش میاد و بعد بفهمم پشت سرم حرف‌های برعکس زده و اصلاً از من خوشش نمیاد واقعاً حالم رو بد می‌کنه و انرژی رو می‌گیره چون دورویی خط قرمز منه	من با افرادی که رفتار صادقانه و بی‌آلوسی دارند و به اصطلاح همونی اند که هستن و مهربانند و احترام گذاشتن و احترام گرفتن رو خوب بلدن خیلی خوب ارتباط میگیرم و در مقابل اینطور افراد خیلی خوب می‌توانند با من ارتباط برقرار کنند چون اون حس خوب رو در همون برخورد اولیه ازتون میگیرم.	دورویی رو واقعاً نمیتونم تحمل کنم.درسته که افراد در محیط کار شاید نتوانند اون چهره صد در صد واقعی خودشون رو داشته باشند ولی حداقل مجبور نیستند تظاهر به این کنند که از شما خوششون میاد یا خیلی با شما حس خوبی دارند ولی در واقعیت و یا وقتی که نیستی دربارت حرفهای برعکس بزنند چون در بدترین حالتش اینه که تو اون حرف‌ها رو متوجه میشی و واقعاً برات عجیب و آزار دهنده است	من آدمی هستم که خیلی زود آدم‌ها رو میشناسم و متوجه اون حس واقعی و درونشون نسبت به خودم میشم ولی وقتی طرف رو بشناسم هم رفتارم رو پاهاش تغییر نمی‌دم و همیشه واقعاً همونیم که رفتار میکنم و همین تغییر ندادن رفتار و عوض نشدنم باعث میشه بعضی‌ها فکر کنند من متوجه رفتار اشتباه و بدشون نسبت به خودم نیستم و همون رفتارها و کارهای اشتباهشون نسبت به من رو ادامه میدن و می‌گن خب اینکه متوجه نشد بذار همین رفتار رو ادامه بدم مثلاً چیزی بهش یاد ندم یا بهش بی‌احترامی کنم و خب اینکه با دیگران مثل خودشون رفتار نمیکنم و جوری رفتار میکنم که انگار متوجه رفتار بدشون نیستم باعث میشه برداشت‌های اشتباهی داشته باشند .
حدیثه صائبی	کارآموز	وقتهایی که کارم طبق برنامه و درست انجام بشه بهم انرژی میدهد و وقتهایی که احترام از طرف مقابل میبینم بهم انرژی میدهد وقتهایی که یک نفر بهم بی‌احترامی کنه باعث تخلیه انرژی من میشه	صمیمی بودن با من و بی‌احترامی نکردن بهم	توهین کردن دیگران به من و بداخلاقی دیگران	مورد خاصی وجود نداشته
وحید شفیعی	حسابدار	بازخورد مثبت و به نتیجه رسیدن تلاش‌ها بهم انگیزه میدهد و عدم همکاری متقابل و پیگیری مجدد امور باعث تخلیه انرژی من میشه.	ارسال پیام متنی در ایلچیکشن‌های ارتباطی	اجازه نمیدم چیزی به نقطه آزار برسه قبلش یا جلش میکنم یا ازش فاصله میگیرم	تا الان برداشت غلط خاصی ازم نشده یا شاید بهم گفته شده

با توجه به مسئولیتی که دارم ، معمولاً همکاران در مورد من اینطور برداشت می کنند که طرف مدیریت هستم و منافع و خواسته های پرسنل برایم بی اهمیت است و تلاشی برای تحقق آنها نمی کنم . در صورتی که به نظر خودم یکی از ویژگی های بارز من طرفدار حق بودن است و هر جا تشخیص بدهم حق با طرف دیگری است ، مدافع او خواهم شد و تلاش می کنم طرف مقابل را مجاب نمایم و معمولاً موفق می شوم و اگر هم موفق نشوم ، خوشحالم و مطمئنم که تمام تلاشم را کرده ام .	بزرگترین خط قرمز من دروغ و عدم صداقت است و خودم ب شدت این مورد را از ابتدای شاغل شدن تا امروز رعایت کردم و سعی کردم همیشه با خوش بینی نسبت به مسائل و افراد مواجه شوم . موارد دیگری از جمله بی ادبی ، بی احترامی و کوچک شمردن و تحقیر دیگران نیز خط قرمز من هست .	در درجه اول تا جایی که موارد بیش از حد فورس و ضروری نیست ، در تایم کاری مطرح گردد و خارج از تایم کاری ارتباط از هیچ نوعی برقرار نگردد یا اگر برقرار شد و پاسخی دریافت نشد ، گله مند و طلبکار نباشیم (برای زمان و حریم یکدیگر ارزش قائل باشیم) در تایم کاری ارتباط پیامکی و تلفنی از طریق خط های کاری مرتبط هر واحد برقرار گردد . ترجیح من ابتدا به فراخور موضوع و اهمیت آن به ترتیب ارتباط تماسی ، سپس پیامکی و پیام رسان و در نهایت حضوری می باشد . در همه انواع ارتباطات رعایت ادب ، شأن و شخصیت طرف مقابل برای من بسیار اهمیت دارد	به طور کلی به نظرم در محیط کاری همه چیز باید دو طرفه باشد و این برای من ایده آل و جذاب است مثل : اخلاق حرفه ای،درک متقابل،شفاف بودن انتظارات،مسئولیت پذیری (هرکس مسئولیت کار خود را بپذیرد و توجهی بی مورد نیاورد)قدر دانی و قدر شناسی دو طرفه،خوش پوشی و بوی خوش و خوش رویی و در صورتی که موارد فوق نقض شود و هم چنین بدون منطق صحبت و قضاوت کردن و رعایت حال و شرایط یکدیگر را نکردن،فقط منافع خود را دیدن و اصطلاحاً یک طرفه ب قاضی رفتن،با توجه به شفاف بودن مسئولیت ها و وظایف، از افراد غیر مرتبط سراغ امور را گرفتن(مثلاً از کارشناس اداری سراغ تاریخ واریز حقوق را نگیریم یا اینکه چرا این ماه برای من کمتر واریز شده و یا از واحد مالی بپرسیم فلانی مرخصی هست یا نه و ...) یا زمانی که کاری را قرار است پرسنل انجام دهند و وظیفه ای به عهده آنان گذاشته می شود و در بسیاری از مواقع منافع خودشان در میان است(مثل وارد کردن ساعت کاری در CRM یا استفاده از سامانکو، یا تکمیل فرم های ارزیابی عملکرد یا هر فرم دیگری و مواردی از این قبیل)ک نیاز به پیگیری های متعدد و طولانی جهت انجام دارد. در این موقع انرژی ام تخلیه می شود .	سرپرست منابع انسانی و ...	مریم یکتایی نیا
--	---	---	---	----------------------------------	------------------------