کاتت زیادبکە

ئامادەکردن: گەشتیار غەریب

ناسنامەی کتێب:

- ناوی کتێب: کاتت زیادبکە
- ئامادەکردن: گەشتیار غەریب
- تایپ و پێداچوونەوە: زانیار غەریب
- نەخشاندنی بەرگ: میر موکری
- نۆرەی چاپ: دووەم
- ساڵی چاپ: 2023
- تیراژ: ١٠٠٠ دانە
- نرخ: ٣ هەزار
- لە بەڕێوەبەرایەتیی گشـــتیی کتێبخانە گشـــتییەکان ژمارەی سپاردنی (٢٠٦٨)ی ساڵی (٢٠٢٠)ی پێدراوە.
- لە بەرهەمەکانی پڕۆژەی (کارسازی شادمان).
- کتێبی ژمارە (٥).

بۆ ئەو کەسانەی زۆر سەرقاڵن
بەڵام زۆر سەرکەوتوو نین!

بۆ داواکردنی ئەم کتێبە: لێرە کلیک بکە

بەشی دووەم

دەستکەوتە خەیاڵییەکان

ئەم کتێبە باسی ئەوەیە:

چۆن بگەیتە ئەو شتانەی کە خەڵکی بە خەیاڵی دەزانن؟

سەرەتا دەبێت بزانی خەڵکی چۆن بیردەکەنەوە و چی وایکردووە سەرقاڵبن، دواتر ئەو خۆت دووربگریت لە کارانەی سەرقاڵەکان دەیکەن.

لێرەدا (سێ) خاڵ باسدەکەین بۆ ئەوەی دەستکەوتەکانت گەورەتربن:

یەکەم: هەوڵ یان ئەنجام!

بۆ ئەوەی لە کۆمەڵەی سەرقاڵ ڕزگارتببێت و بچیتە ناو کۆمەڵەی پێشکەوتووەوە، ئەوا پێویستە وەکو کۆمەڵەی پێشکەوتووو بیربکەیتەوە!

وەڵامی ئەم پرسیارەی خوارەوە بدەرەوە:

ئایا بۆ گەیشتن بە ئامانجەکەت هەوڵدان گرنگترە یان ئەنجام؟

وەڵام: (   )

کەسانی سەرقاڵ پێیانوایە:

(هەوڵدان پێوەری ســـــەرکەوتنە: واتا: ئەگەر هەوڵت دا، تۆ سەرکەتوویت. گرنگ نییە ئەنجامت هەبێت، گرنگ ئەوەیە هەوڵی خۆتت داوە!)

بەڵام کەسانی پێشکەوتوو پێیان وایە:

ئەنجام پێوەری ســـــەرکەوتنە. واتا: ئەگەر زۆریش هەوڵ بدەیت، بەڵام ئەنجام بەدەست نەهێنیت، سەرکەوتوو نەبوویت!

ئەگەر بتەوێت بچیتە ناو کۆمەڵەی پێشـکەوتووەوە، پێویسـتە وا بیربکەیتەوە: (پێوەری سەرکەوتن ئەنجامە نەک هەوڵدان).

گرنگ نییە دوێنێ چەند کاتژمێر کارت کردووە، تەنها ئەوە گرنگە: (دوێنی چیت بەدەستهێناوە؟)

بزانە: هەتا ئەنجامێکت نەبێت، خۆت بە سەرکەوو مەزانە.

هەوڵدان واتای ســـــەرکەوتن نییە، بەڵکو (ئەنجام) واتای سەرکەوتنە.

کەسانی سەرقاڵ پێیان وایە (هەوڵدان) هۆکاری سەرکەوتنە. وای دەبینن: ئەگەر ئامانجێکیان هەبوو و ڕۆژانە (10) کاتژمێر کاریان بۆ کرد، ئیتر ئەگەریش ئەنجامیان نەبێت هەر سەرکەوتوون!

ئەڵێن: (من هەوڵمدا، بەڵام خەتای بارودۆخ یان دەوروبەرە).

بەڵام کەسانی پێشکەوتوو وابیرناکەنەوە.

دەڵێن: مادام ئەنجام بەدەست نەهاتووە، هێشتا سەرنەکەوتوون و پێویستە بەردەووامبن تا دەگەن بە ئەنجامەکە.

کەسانی پێشکەوتوو

پێش دەستپێکردنی کارەکە، ئەزانن دەبێت بگەن بە چ ئەنجامێک. لەبەرئەمەیش کاتێکی کەمتر خەرجدەکەن بۆئەوەی ئەنجامەکە بەدەستبهێنن. بەڵام کەسانی سەرقاڵ بە وردی نازانن بەدوای چ ئەنجامێکەوەن، لەبەرئەوە زۆرینەی کاتەکەیان بە هەوڵدانی بێ ئەنجامەوە ئەڕوات.

کەسانی پێشکەوتوو

تەنها ئەنجام بە گرنگ ئەزانن، ئەگەر ئەم ئەنجامە بە هەوڵێکی کەم هاتەدی، ئەوا خێرا بەدەستی دەهێنن و پشووی خۆیان دەدەن.

بەڵام ئەگەر نەگەشتن بە ئەنجام، ئەوا هەوڵی زۆرتر دەدەن. هەتا ئەو ئەنجامە ئەهێننەدی کارئەکەن. کاتێکیش ئەنجامەکە هاتە

دی، خاوەنی دەستکەوتێکی زۆر گەورەترن بە بەراورد بە کەسە سەرقاڵەکان.

هەندێک جار بۆ بەدیهێنانی ئەم دەســـــتکەوتە گەورەیە زۆر کەمتر کاریان کردووە، هەندێک جاریش چەند مانگێک کاریان بۆ کردووە، بەڵام لە کۆتاییدا ئەنجامەکەیان بەدەستهێناوە.

کەسی پێشکەوتوو

جار هەیە چەند مانگێک خەریکی یەک کارە، جگە لەو کارە خەریکی هیچیتر نابێت.

بەڵام کەسی سەرقاڵ جار هەیە دوو ساڵ کاردەکات، هێشتا دەستکەوتی کەمترە لە دوو مانگی کەسێکی پێشکەوتوو، چونکە لەو دوو ساڵەدا خەریکی دەیان کاری تری بچووک بووە.

ئەگەر تۆ یەکێکیت لەو مرۆڤانەی کە دەتەوێت بەدوای (ئەنجام)ەوە بیت، ئەوا هەر لە بەیانییەوە کە دەستت بە کارکردن کرد ، لە خۆت بپرســـــە (ئەمڕۆ ئەمەوێت چ ئەنجامێک بەدی بهێنم؟) لە کۆتایی ڕۆژەکەدا لە خۆت بپرســـــە (چ ئەنجامێکم هێناوەتەدی؟)، ڕەنگە لە کۆتایی ڕۆژەکەدا بزانیت: ڕۆژەکەت هەمووی خەرجبووە و تەنها چەند ئەنجامێکی ناگرنگی بچووکت هەبووە.

سەرکەوتووەکان

تەنهـا بەوە ڕازی نـابن کە ئەنجـامێکیـان هەبێـت، بەڵکو لە خۆیان دەپرســــن: چ ئەنجامێک لە ئەنجامەکانی تر گرنگترە تا بەدەستی بهێنم؟

لە بەشــــەکانی داهاتووی پەرتووکەکەدا بە تەواوەتی ڕوونی ئــەکــەینــەوە، چۆن دەتوانیـت دیـاریبکەیـت چ ئەنجـامێـک لە ئەنجامەکانی تر گرنگترە تا بتوانیت (**کاتت زیادبکەیت**).

دووەم: گۆڕانکاریی لە پێوەرەکاندا

گرنگ نییە دەورووبەرەکەت بە سەرکەوتووت دەزانن یان شکستخواردوو، گرنگ ئەوەیە: (چ ئەنجامێکت بەدەستهێناوە).

کەسێکی سەرقاڵ لە چاوی دەوروبەرەکەیدا سەرکەوتووە، چونکە لە بە دەوروبەرەکەی سەرکەوتووترە. خۆیشی دڵی بەوە خۆشە و لە جێگەکەی خۆی ڕازییە.

بەڵام ئەم کەسە، زۆرێک لە کارەکانی ناگرنگن و کاتی بۆ خۆی و ماڵوخێزانەکەی نییە!

بەردەوام خەریکی ئیشکردنە، نەک فریای هیچ ناکەوێت، بەڵکو لە میوانییەکانیش بەردەوام دڵی لای ئەوەیە ئیش و کارەکەی پەکی نەکەوێت. گەرچی ئەم کەسە خۆی بە سەرکەوتوو دەزانێت، بەڵام لە چاوی کەسانی پێشکەوتوودا ناسەرکەوتووە، چونکە دەستکەوتێکی زۆر کەمتری هەیە لە تواناییەکانی.

ئەگەر تۆ لەو کەسانەیت: ئەوا ئەم کتێبە ڕزگارت دەکات لەم قۆناغەی ئێستات و بەرەو قۆناغێکی نوێ دەتبات.

خۆت بە سەرکەوتووترین مرۆڤەکانی دونیا بەراورد بکە، ئەو کەسانەی کە توانیویانە لە سفرەوە بازرگانییەک دابمەزرێنن و تا ترۆپک ببیەن؛ وەکو تۆ وان، تاکە جیاوازییان ئەوەیە: ئەو کارانە

دەکەن کە گرنگترینن و بەم هۆیەیشـــــەوە کەمتر کاردەکەن و زیاتر چێژوەردەگرن.

وریابە!

نەکەویتە (تەڵەی خۆ بەســـــەرکەوتووزانین)ەوە، چونکە ئەم تەڵەیە، وات لێئەکات هەوڵ نەدەیت بەرەو سەرکەوتن بڕۆیت.

هەوڵبدە ئەو ئەنجامەی کە ئەتوانیت لە حەفتەیەکدا بەدەســتی بهێنیت، لە (یەک) ڕۆژدا بەدەستی بهێنیت.

دواتر هەوڵ بدە لە یەک ڕۆژدا (دە) ئەوەندەی ئەو ئەنجامە بەدەســــتبهێنیت. ئەمە وات لێدەکات: بچیتە ڕیزی کەســـــانی پێشکەوتووەوە.

سێیەم: وازهێنان لە کۆمەڵەی سەرقاڵ

تەنها ئەوەندە بەس نییە: (بزانیت کۆمەڵەی پێشـــکەوتوو بە کاتێکی کەمتر دەســـتکەوتی زیاتریان هەیە)، بەڵکو دەبێت تۆیش ببیت بە یەکێک لە کەسە پێشکەوتووەکان.

بۆچی خەڵک لە جێی ئەوەی کارێکی گەورە بکەن، حەزدەکەن بە کاری بچووکەوە سەرقاڵبن؟

وەڵام: لەبەرئەوەی زۆرینەی خەڵک لەبارەی ســـەرکەوتنەوە دیدگایەکی هەڵەیان هەیە.

کاتێک گەورەبوون، بە بەردەوامی پێیان وتراوە: (بە هەوڵدانی زۆر ســەردەکەویت)، لەبەرئەمە حەزدەکەن بەردەوام ســەرقاڵبن تا سەرکەوتووبن.

ڕۆژانــە بــە دوای کردنی کۆمــەڵێـک کــاری بچووک و کەمبەهاوەن، بەڵام ئەو کارە بچووک و کەمبەهایانە بە هیچ جۆرێک نایانگەیەنێت بە دەستکەوتی گەورە. بۆیە ئەگەر بتەوێت سەرکەوتووبیت، ئەبێت ئاگات لەو بینشە هەڵەیەبێت.

پێت وا نەبێت ئەو کەســـانەی کە بەبەردەوامی کارناکەن، ئارەق نارێژن و زەحمەت ناکێشــن، ســـەرکەوتوونین، بەڵام ئەو کەســـانەی بە بەردەوامی کاردەکەن و بەیانیان زوو دەردەپەڕن بۆ سەرکار و تا شەو درەنگ کاردەکەن، سەرکەوتوون.

زۆرێک لە مرۆڤە سەرقاڵەکان پێیان وایە: ئەگەر لە ڕۆژێکدا تەنها (دوو کاتژمێر) کار بکەیت و دەستکەوتی گەورەت هەبێت، ئەوا هەڵەیەک هەیە!

لە ڕاستیدا تاکە گرفت ئەوەیە: کەسە سەرقاڵەکان بە کۆمەڵێک کاری زۆر بچووکەوە سەرقاڵن، نەوەک کەسە پێشکەوتووەکان گرفتیان هەبێت.

پێت وایە: مارک زوکەربێرگ (دامەزرێنەری فەیسبووک)، شەو تا درەنگ ناخەوێ و کاردەکات؟ کاتی نییە بچێتە میوانی؟ کاتی نییە لە ژیانی خۆی چێژوەربگرێت؟

بە دڵنیاییەوە وا نییە، لە کەسە سەرقاڵەکانی وڵاتەکەی خۆی کاتی زیاترە و لەوانیش کەمتر کاردەکات!

بەشی سێیەم

کەمتر کارکردن

کەســـــە پێشـــــکەوتووەکان پێیان وایە: زۆرێک لە کارەکانی کەسانی سەرقاڵ کارکردن نین، بەڵکو کات فەوتاندنن.

یەکێک لەو باوەڕانەی کە دەبێت بیگۆڕین ئەوەیە: (ئەگەر ڕۆژانە دەیان کارمان ئەنجامدا، ئەوا سەرکەوتووین).

دەزانیت مرۆڤە پێشـــکەوتووەکان لە ڕۆژێکدا تەنها (یەک)کار دەکەن، نەک هەر ئەوە، بەڵکو جار هەیە لە یەک مانگدا تەنها (یەک)کار دەکەن. ئەگەر دەتەوێت وەکو (کەســانی پێشــکەوتوو) بیت، دەبێت دیدگات لە زۆر کارکردنەوە بگۆڕیت بۆ کەمتر کارکردن.

ئەو (یەک) کارەی کە ڕۆژانە جێبەجێی ئەکەین بریتییە لە گرنگترین کار، و کارەکانی تر کە هەموویان بچووکن و ڕۆژانە سەرقاڵمان دەکەن. دەبێت بۆ هەمیشە وازیان لێبهێنین، تەنها ئەو کارە بکەین کە گرنگە و سوودی گەورەی بۆ داهاتوو لێچاوەڕێ دەکرێت.

زۆرینەی مرۆڤەکان دەکەونە (تەڵەی سەرقاڵبوونی زۆر)ەوە.

لە ڕابردوودا گۆڤاری ســـەرکەوتنی ئەمریکا چاوپێکەوتنێکی لەگەڵ کۆمەڵێک کەســی پێشــکەوتووی ئەمریکادا کردووە و لێی پرسیون: (بۆچوونتان لەسەر کەسانی سەرقاڵ چییە؟)، ئەوانیش ئەم وەڵامە جیاوازانەیان هەبووە:

هەندێک وتوویانە:

کەســانی ســەرقاڵ ترسـنۆکن، ناوێرن کارە گرنگەکانی ژیانی خۆیــان جێبــەجێبکــەن، بۆیە بــە کــاری لاوەکی و بچووک و کەمگرنگەوە خۆیان سەرقاڵدەکەن.

هەندێکیان وتوویانە:

کەســانی ســەرقاڵ بێ غیرەتن! خۆیان دەشــارنەوە لە پشـتی کۆمەڵێک کاری بچووکەوە و خۆیان لە کارە سەختەکەیان نادەن.

هەندێکی تریان وتوویانە:

کەســانی ســەرقاڵ بێ ئیرادەن! ئیرادەیان نییە خەریکی کارە گرنگەکەی ژیانیان بن. ئەگەر بە ڕاســـتی ئیرادەیان هەبووایە، وازیان دەهێنا لەوەی بە درێژایی ســاڵ خەریکی کۆمەڵێک کاری ناگرنگ و بچووک بن، بەڵکو ئیرادەیان ئەکرد و ســـەرقاڵی کارە سەخت و گرنگەکانی ژیانیان ئەبوون.

هەندێکیان پێیان وایە:

تەمبەڵن! تەمبەڵن لەوەی واز لەو سەرقاڵییەی خۆیان بهێنن و خەریکی یەک کاری گرنگ بن.

کارە گرنگەکان شایانی پێورانن، هەموو خەڵک پێی دەزانن و بۆچوونی خۆیانی لەسەر باسدەکەن، هەر ئەمەیش وادەکات کەسە سەرقاڵەکان خۆیان بشارنەوە لەوەی هەمووان هەڵیان بسەنگێنن.

پرسیار ئەمەیە:

بۆچی کەسانی سەرقاڵ لەو سەرقاڵییەی خۆیان چێژوەردەگرن؟

وەڵام: مێشکی مرۆڤ بە جۆرێک درووستکراوە کاتێک کارێکی بچووک ئەنجامدەدات، هۆرمۆنێک دەردەدرێت کە هەستی دڵخۆشی دەداتە کەسەکە و پێی وایە کارێکی کردووە و گەیشتووەتە دەستکەوتێک، لەم هەستەدا چێژهەیە و ئەم چێژە وادەکات کە مرۆڤە سەرقاڵەکان بە سەرقاڵیەکەیان دڵخۆشبن. ئەم شادییەش هیچ ترسێکی لەگەڵدا نییە و بە ئاسوودەیی دەیانهێڵێتەوە.

زۆرێک لە مرۆڤەکانی کۆمەڵگە پێیان باشە چێژ لە کارە بچووکەکان وەربگرن و تێیدا بمێننەوە، چونکە مێشک هەمیشە چێژی خێرا هەڵدەبژێرێت بەسەر چێژی درەنگکەوتوودا.

بە دڵنیاییەوە لە پەرتووکەکانی ڕێکخستنی کاتدا خوێندووتانەتەوە: بۆئەوەی کە بتانەوێت کارێکی گەورە ئەنجامبدەن، دەبێت کارەکە بەشبەش بکەن بۆ بەشی بچووکتر و هەر ڕۆژێک خەریکی کردنی بەشێکی بچووکی بن، تا ئەو کارەکە تەواو دەبێت.

گرفتەکە ئەوەیە کە ئەم کەسانە کارە گەورەکە دابەشدەکەن بۆ کاری بچووکتر، ڕۆژانە لیستێکی گەورە (لە مێشکیان، یان لە تێنووسەکەیاندا) هەیە بۆ جێبەجێکردن؛ ئەوانیش بە کارێکی ناگرنگ دەستپێدەکەن و (هێڵی ئەنجامدان) دەدەن لە کارەکە و واهەستدەکەن کارێکی گرنگیان کردووە.

بۆچی بەو جۆرە دەکەن؟

چونکە دەیانەوێت لە کردنی هەستی دڵخۆشی کارە بچووکەکان بەدەست بهێنن.

بۆ نموونە:

دەکرێ یەکێک لە کارەکان ئەوە بێت (پەیوەندی بکەن بە هاوڕێیەکیانەوە بۆ پرسیارێک)، پەیوەندییەکە دەکەن و لە (دوو)

خولەکدا، پەیوەندییەکە کۆتایی دێت، دوای ئەوە، هەســـتێکی خۆشــیان هەیە کە کارێکیان کردبێت و (هێڵی ئەنجامدان) دەدەن لە کارەکە.

کەسانی پێشکەوتوو

پێیان وایە ئەم کارانە تەنها خۆخەڵەتاندنە، چونکە ئەم دەکرێت کارانە هەر نەکرێن، یان کەسێکی تر بیان کات).

دەتوانیت زۆرێک لەو کارانەی کە ڕۆژانە ئەنجامیان دەدەیت، بەیەکجاری تەرک بکەیت و هیچیش ڕوونەدات!

بۆ نموونە:

کەســــانێک کە پەیجێکیان هەیە، دوای دانانی بڵاوکراوەیەک، دادەنیشـــــن بزانن کێ کۆمێنت و لایکی کردووە، لە کاتێکدا ئەمە هیچ گرنگ نییە، وا باشـــترە لەو کاتەدا ســـەرقاڵی کارێکی گرنگ بن.

بۆچی گرنگ نییە؟ چونکە هیچ کاریگەرییەکی دوورمەودای لەسەر داهاتووی کەسەکە نییە.

بە ئیشـــی بچووک خۆتان مەخەڵەتێنن و پێتان وابێت کارێکی گرنگتان ئەنجامداوە. کاری بچووک لەناو بازنەی کەســــانی ســــەرقاڵدا دەتانهێڵێتەوە. لەبەرئەوە بە یەکجاری لیســـتەکەتان بدڕێنن، بۆچی؟ لەبەرئەوەی، لەناو ئەو لیســـتە گەورەیەی کە درووســـتتان کردووە، هەرگیز ناگەنە کارە (ترســـناک و

ســـەختەکان)، بەڵکو هەمیشـــە کارە بچووکەکان جێبەجێدەکەن، ڕۆژەکەتان کۆتایی دێت و هێشـــتا دەســـتان بە کارە ســـەختەکە نەکردووە!

ناوەڕۆك

وەرزی یەکەم: پێش بکەوە

بەشی یەکەم: چوار جۆرەکەی مرۆڤ ٩

بەشی دووەم: دەستکەوتە باوەڕپێنەکراوەکان ١٥

وەرزی دووەم: کەمتر کاربکە

بەشی سێیەم: کەمتر کارکردن ٢٥

بەشی چوارەم: یاسای لەسەدا چوار ٣١

بەشی پێنجەم: چالاکییە بنچینەییەکانی ژیان ٣٧

بەشی شەشەم: یاسای سێ گرنگترین کار ٤١

بەشی حەوتەم: گرنگترین کاری ژیان ٤٣

وەرزی سێیەم: بەڕێوەبردنی کارە کەمتر گرنگەکان

بەشی هەشتەم: نوێڵ درووست بکە ٥٣

بەشی نۆیەم: ڕاسپاردنی سەرکەتوو ٦٣

وەرزی چوارەم: بەرزکردنەوەی کواڵیتی کارەکان

بەشی دەیەم: بەکارهێنانی کات ٦٩

بەشی یانزەیەم: وەکو کەسە سەرکەوتووەکان بە ٧٧

بەشی دوانزەیەم: تەرکیزکردن لەسەر یەک کار ٨٥

بەشی سیانزەیەم: چێژوەرگرتن ٩٥

بەرهەمەکانی گەشتیار غەریب

لە پڕۆژەی کارسازی شادمان (کتێب)

ژ	ناوی کتێب	شێواز
١	شادمانی لە ناوجەرگەی سەختییەکاندا	وەرگێڕان لە ئینگلیزییەوە
٢	دوای دڵت بکەوە	وەرگێڕان لە ئینگلیزییەوە
٣	ڕێی ساماندارbوون	ئامادەکردن
٤	دەستکەوتت زیادبکە	ئامادەکردن
٥	ئەنجامی بدە	ئامادەکردن
٦	کاتت زیاد بکە	ئامادەکردن
٧	بازاڕکاریی دەروونی	وەرگێڕان لە فارسییەوە
٨	وەک دکتۆرەکان بفرۆشە	نووسین
٩	کڕیارەکانت زیاد بکە	نووسین
١٠	شکاندنی سنوورەکانی فرۆش	وەرگێڕان لە فارسییەوە

بۆ داواکردنی کتێبەکان: لێرە کلیک بکەن