ความลับที่ถูกเปิดเผย...ทำอย่างไร?จึงจะไม่เบื่องานประจำที่ทำอยู่!!

นำเสนอเมื่อ : 25 ม.ค. 2552

หลาย ๆ คนเมื่อตื่นเช้าขึ้นมาอาจจะลุกจากที่นอนด้วยความสดชื่นแจ่มใส ในขณะที่บางคนอาจจะรู้สึกว่า "เช้าแล้วหรอเนี่ย " พร้อมด้วยอาการงัวเงียเพราะว่าอยากจะนอนหลับต่อ.....

ซึ่งถ้าคุณมีอาการอย่างหลังล่ะก็ นั่นแสดงว่า คุณเริ่มมีอาการ เริ่มที่จะเบื่องานที่คุณทำแล้วล่ะ ดีไม่ดีหลายคนอาจจะพาลเริ่มมองหางานใหม่ หรือเริ่มจะยื่นใบลาออกแล้วด้วย ชากุอนนะครับ ..... สมัยนี้งานหายาก แถมเศรษฐกิจก็ยังเอาแน่เอานอนไม่ได้ด้วย เพราะฉะนั้นทางที่ดีที่คุณจะสามารถอยู่รวมกับงานที่ทำได้อย่างราบรื่นก็คือ หันหน้ามาเจอกันสักตั้ง !!~

ก่อนอื่นคุณต้องรู้จักตัวของคุณเองก่อนว่าคุณมีความสามารถมากแค่ไหน

สังเกตได้ง่าย ๆ จากงานคราวก่อน ๆ ที่คุณทำว่ามีงานไหนที่ติดขัดบ้าง จำเอาไว้ แล้วคราวหน้าก็อาสาทำงานเท่าที่ตัวคุณเองไม่ลำบาก แม้ว่างานนั้นจะเป็นงานที่จะสร้างอนาคตให้คุณได้ แต่ถ้าคุณไม่ถนัดละก็ โบกมือลาไปก่อนเถอะค่ะ เพราะถ้าคุณดื้อรั้นที่จะทำ คุณจะต้องเครียดกับงานนั้น และอาจจะทำให้งานออกมาไม่ดี พาลส่งผลให้คุณเกลียดงานไปได้ด้วย

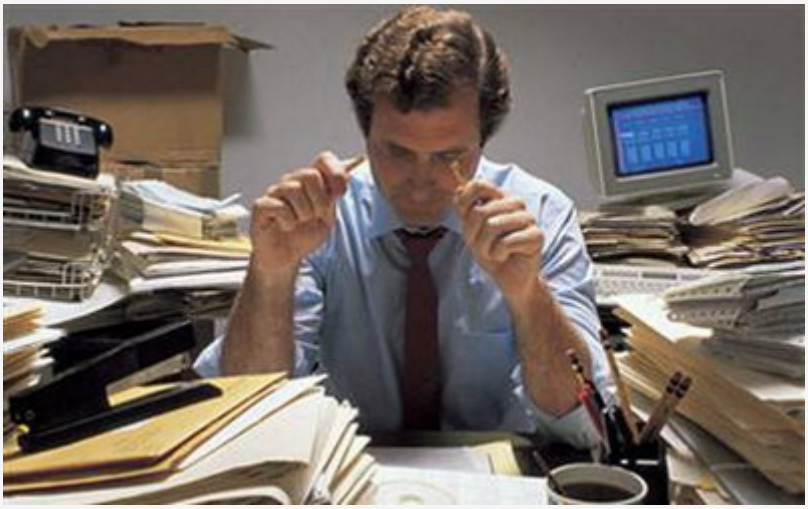


ถ้าเป็นไปได้ก็ควรจะสื่อสารกับหัวหน้าบ่อย ๆ

ไม่ได้หมายความว่าให้คุณไปปรึกษาเรื่องงานกับหัวหน้าทุกเรื่องทุกรายละเอียดปลีกยอยนะครับ แต่หมายถึงให้คุณนะคุยกับหัวหนาในทำนองที่ว่า ตอนนี้งานเดินหน้าไปถึงไหน (เอาตามความเป็นจริงนะ) ถาหากงานสะดุดเพราะมีปัญหาก็ลองบอก ๆ ไปเช่น ชวงนี้คุณรูสึกวาไมคอยสบาย งานกเลยอาจจะชา ๆ ไปหนอย แตไมตองหวงเพราะคุณจะรีบพักผอนใหเพียงพอ เพื่อกลับมาลุยงานอยางเต็มที่อยางแนนอน ทำนองนี้ เพราะถาเป็นเชนนั้นก็เทากับวา คุณไดลดกระบวนการทวงงานซึ่งจะทำให้คุณเครียดไปได้เปราะหนึ่งแล้ว

เมื่อได้งานมาหลายคนอาจจะเริ่มจากงานที่ตัวเองชอบก่อน

แต่เราแนะนำว่า **คุณควรจะเริ่มจากงานที่ไมชอบก่อนดีกว่าครับ** เพราะในช่วงแรก ๆ คุณจะมีเวลามากที่จะทำงานที่ไมชอบให้เสร็จได แลวจึงคอยมาลุยงานที่คุณชอบทีหลัง ซึ่งหากมีเวลาไม่มาก แตอยางนอยมันก็เป็นงานที่คุณชอบ คุณก็ยอมที่จะเต็มใจที่จะทำอยู่แล้ว ดูอยางเวลาทานขาวสิครับ เรายังลึกเก็บของที่เราชอบไวสุดทายเลย เพราะยังไง ๆ สุดทายเราก็ตองกินของที่เราชอบจนหมดอยูดี



นอกจากนี้สิ่งที่ละเลยไม่ได้เลยก็คือ สุขภาพกายและสุขภาพจิตของคุณเอง

เพราะหากคุณมัวแต่ทำงานจนละเลยที่จะดูแลตัวเอง
เมื่อถึงเวลาที่ร่างกายไม่ไหว แต่คุณยังต้องฝืนมานั่งทำงาน
มันจะเป็นจุดเริ่มต้นของการไม่ชอบงานของคุณไปทีละนิด ๆ
จนกลายเป็นเกลียดงานไปในที่สุดครับ เพราะฉะนั้นคุณต้องรู้จักแบ่งเวลา
ว่าเวลาไหนคือเวลางาน เวลาไหนคือเวลาส่วนตัว
ที่คุณต้องรู้จักหากิจกรรมยามว่างผ่อนคลายเสียบ้าง

ใครที่รู้ตัวว่าเริ่มจะไม่ปลื้มงานที่ทำอยู่แล้วล่ะก็
ลองมาปรับตัวให้รักงานที่ทำกันอยู่เถอะนะครับ
เพราะนอกจากจะดีต่อหน้าที่การงานของคุณแล้ว
ยังดีต่อสุขภาพจิตของคุณด้วยนะครับ

ขอขอบคุณที่มาข้อมูลที่นี่ดอทคอม