

## 6 ประการ สูการเป็นมนุษย์เงินเดือนที่ทำงานดีและมีความสุข

นำเสนอเมื่อ : 26 ม.ค. 2558

คำว่า "มนุษย์เงินเดือน" เป็นคำที่ถูกใช้เรียกพนักงานบริษัทที่อยู่ตามตึกออฟฟิศต่าง ๆ อาจจะมีทั้งความหมายที่ดี และความหมายในเชิงเสียดสี แต่ก็ไม่ได้เป็นไปในทางที่เลวร้ายนัก โดยรวมแล้วเมื่อมีคนกล่าวถึงมนุษย์เงินเดือน มักจะทำให้นึกถึงคนที่ทำงานดี ทำงานเก่ง แต่อาจจะไม่ประสบความสำเร็จในการใช้ชีวิต ด้วยเหตุผลหลาย ๆ อย่างทำให้คนทำงานหลายคนถูกมองว่าเป็นมนุษย์เงินเดือนประเภทนั้น

ทำอย่างไรจึงจะเป็นมนุษย์เงินเดือนที่มีความสุข? และในขณะที่เดียวกันก็สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างไม่มีอุปสรรค jobsDB นำเคล็ดลับดี ๆ มาแนะนำให้มนุษย์เงินเดือนคนเก่ากลายเป็นคนทำงานที่มีความสุข และทำงานมีประสิทธิภาพมากขึ้นกว่าเดิม ด้วย 6 ประการ ดังนี้

### 1. มุ่งมั่นกับงานที่ทำ

แม้ว่าเราจะรู้สึกว่าการที่เราทำก็เหมือนกันทุกวัน ให้ลองนึกว่ามันไม่เหมือนเดิม แล้วใส่ใจกับการทำงานมากกว่าเดิม การทำงานที่เรารู้สึกว่ามันน่าเบื่อก็จะมีอีกต่อไป อย่าทำงานด้วยความคิดว่าทำงานให้จบ ๆ ไปแต่ละเดือน แล้วรับเงินเดือน เพราะนั่นจะทำให้เราไม่มีความสุขในการทำงาน แลหาทางลาออกในที่สุด เพราะคิดไปว่างานนี้ไม่มีความน่าตื่นเต้น หากเราคิดเช่นนี้เราก็ต้องหางานใหม่ไปเรื่อย ๆ เมื่อมาทำงานเราต้องตั้งตารอการขึ้นเงินเดือนมากที่สุด ถามตัวเองว่าในแต่ละวันที่มาทำงาน เราได้อะไรกลับไปบ้าง และสามารถนำสิ่งเหล่านั้นไปทำอะไรต่อไปได้บ้าง

### 2. วางแผนการเงินอย่างมีคุณภาพ

คนทำงานหลายคนใช้เงินโดยปราศจากการวางแผน เมื่อได้รับเงินเดือนก็ใช้จ่ายตามใจชอบ โดยไม่คำนึงว่าจะต้องเก็บออม ความคิดนี้อาจจะทำให้ต้องลำบากในภายหลัง เพราะเมื่อวันหนึ่งเรามองดูตัวเลขในบัญชี เราจะรู้สึกว่าเสียค่าวันเวลาที่ผ่านไป หากเราเก็บเงินมากกว่านี้เราก็คงจะมีอนาคตที่ดีกว่าที่เป็นอยู่ หรืออาจจะมีเงินลงทุนทำธุรกิจเล็ก ๆ แลก็เป็นได้ ไม่ต้องมาเป็นพนักงานบริษัทจนกระทั่งแก่

### 3. รักษาสุขภาพให้แข็งแรง

ร่างกายที่แข็งแรงนำมาซึ่งสุขภาพจิตที่ดี บางคนทำงานโดยไม่ได้หาเวลาไปออกกำลังกาย ผลที่ตามมาคือร่างกายต้องรับภาระหนัก เจ็บป่วยง่าย และเป็นโรคที่เรียกว่าออฟฟิศซินโดรม หลายคนอาจจะลืมไปว่าการที่เราจะทำงานได้นั้น เราต้องมีร่างกายที่พร้อมเสียก่อน เพื่อให้เป็นมนุษย์เงินเดือนที่สุขภาพดี เราจึงควรหาเวลาไปออกกำลังกายอย่างน้อยอาทิตย์ละ 3 ครั้ง อย่าใช้คำว่า "ไม่มีเวลา" เป็นข้ออ้าง

### 4. ทำงานด้วยทัศนคติเชิงบวก

การคิดบวกเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งในการทำงาน เพราะไม่เพียงแต่จะทำให้โลกของเราสดใส แต่ยังทำให้เราเป็นคนที่น่าคบหาอีกด้วย การคิดเชิงบวกเริ่มต้นได้ง่าย ๆ ด้วยการมองไปข้างหน้าเท่านั้น อย่าไปยึดติดกับอดีต แม้วาเราอาจจะทำความผิดพลาด ไม่ว่าจะ เป็น เรื่องการทำงาน หรือเรื่องส่วนตัวก็ตาม

อย่าเอาความผิดพลาดนั้นมากตင်ตัวเอง เพราะมันไม่มีประโยชน์อะไร นอกจากทำให้เรารู้สึกแย่งลง  
กอนทำงานในแต่ละวัน ให้เราบอกกับตัวเองว่า "วันนี้ต้องดีกว่าเมื่อวาน" ให้คิดว่าเราทำได้ ขอเพียงเราตั้งใจทำให้ดี  
แล้วการทำงานของเราก็จะสดใสอย่างแน่นอน

## 5.อย่าเป็นคนขี้อิจฉา

มนุษย์เงินเดือนมักจะถูกมองว่าเป็นคนที่ไม่น่าไว้วางใจในบางเรื่อง โดยเฉพาะเรื่องการเป็นคนขี้อิจฉา  
บางคนอิจฉาเพื่อนร่วมงาน บางคนอิจฉาพนักงานใหม่ สิ่งเหล่านี้ หลายคนอาจจะมองว่าเป็นเรื่องเล็ก ๆ นอย ๆ  
ไม่น่าจะเป็นปัญหาอะไรได้ แต่ในความเป็นจริง ความรู้สึกนี้อาจนำมาซึ่งความเดือดร้อนที่รุนแรงได้  
หากความอิจฉานั้นกลายเป็นการใส่ร้ายป้ายสี เพื่อหลีกเลี่ยงการเกิดปัญหานั้น คนทำงานต้องเปิดใจให้กว้าง  
รู้สึกยินดีกับคนที่ทำงานได้ดี โดยที่ไม่ต้องรู้สึกอิจฉา เพราะไม่เช่นนั้นแล้ว  
ความสุขในการทำงานก็จะไม่สามารถเกิดขึ้นได้เลย

## 6.แบ่งเวลาให้เป็น

บางคนให้เวลากับการทำงานมากไปจนลืมไปว่ายังมีครอบครัวอยู่ข้างหลัง  
ไม่ว่าจะด้วยเหตุผลใดก็ตามที่ทำให้เราทำงานหนักเกินไป เราต้องมาตั้งต้นใหม่  
แยกชีวิตการทำงานกับชีวิตส่วนตัวให้แยกออกจากกันโดยเด็ดขาด ไม่เช่นนั้นแล้ว  
เราอาจจะต้องสูญเสียความสุขในบางส่วนของชีวิตไป เราอาจจะประสบความสำเร็จในการทำงาน  
แต่หาความสุขกับคนในครอบครัวไม่ได้เลย

การจะเป็นมนุษย์เงินเดือนที่ประสบความสำเร็จ และมีความสุขไม่ใช่เรื่องยากเลย  
เพียงแต่เราต้องรู้จักวางแผน และปรับการวางตัวให้เหมาะสม ทำให้ทุกวันที่ทำงานมีความสุข  
เพราะเราต้องไม่ลืมว่าเราใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่ในออฟฟิศ ดังนั้น เราต้องทำให้ชีวิตของเราดี  
และมีคุณภาพให้ไต่มากที่สุด ไม่เช่นนั้นแล้ว เราก็จะเป็นเพียงมนุษย์เงินเดือนในแบบที่คนอื่นสายหัว  
เราต้องไม่หยุดถามตัวเองว่าทำอย่างไรจึงจะเป็นมนุษย์เงินเดือนที่ทำงานดีและมีความสุข

ขอบคุณที่มาจาก [ประชาชาติธุรกิจออนไลน์](#)