

วิธีพัฒนาตนเอง.....สู่ความเป็นเลิศ....

นำเสนอเมื่อ : 25 พ.ค. 2552

มีวิธีพัฒนาตนเองสู่ความเป็นเลิศ มาฝากค่ะ

❌ **1.ตั้งเป้าหมาย** เพราะชีวิตที่ประสบความสำเร็จ คือ ชีวิตที่มีเป้าหมาย ไม่ว่าจะเรื่องเล็ก เรื่องใหญ่ รวมทั้งการใช้เวลาอย่างมีคุณค่า เพื่อนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ต้องการ

❌ **2.มีวินัย** เป็นหลักปฏิบัติที่ช่วยให้ทำงานสำเร็จ เอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ ได้ด้วยเวลาอันสั้นเป็นตัวกำหนดการเรียนรู้อันจะรับผิดชอบหน้าที่ที่ได้รับ และช่วยควบคุมตนเองได้ดี

❌ **3.สร้างความมั่นใจ** ถือเป็นก้าวแรกสู่ความสำเร็จและเป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิต ทั้งเรื่องเรียนและการทำงาน นอกจากจะส่งผลให้เป็นคนกล้าแสดงออก และกล้าเผชิญกับเรื่องต่างๆ อย่างมั่นใจแล้ว ยังทำให้บุคลิกภาพดีด้วย

❌ **4.รับฟังความคิดเห็น** และคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่นอย่างมีเหตุผล ขณะเดียวกันเมื่อพบกับปัญหาควรหาทางออกที่เหมาะสม เพื่อสร้างความร่วมมือที่ดีในการทำงาน

❌ **5.มองโลกในแง่ดี** มีความคิดเชิงบวก จะส่งผลให้สุขภาพจิต สุขภาพกายดี ความคิดโปร่งใส สุดท้ายจะตามมาด้วยความสุขและความสำเร็จ

❌ **6.ใช้ชีวิตให้สมดุล** ด้วยการเดินสายกลาง อยู่ทุกมุมเทศชีวิตให้ด้านใดด้านหนึ่ง จนด้านอื่น ๆ ขาดการดูแล รู้จักใช้ชีวิตให้สมดุล เพื่อกระตุ้นให้ชีวิตมีความสุข มีความคิดสร้างสรรค์ และมีพลังในการเรียน การทำงานต่อไป

การพัฒนาด้านอารมณ์และจิตใจ ควบคู่ไปกับ IQ นั้น ถือเป็นกุญแจสำคัญที่จะนำไปสู่การใช้ชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ และนำไปสู่ความสำเร็จอย่างแท้จริง.

ขอขอบคุณเนื้อหาข่าว คุณภาพดี โดย: หนังสือพิมพ์เดลินิวส์