

## ศิลปะของการทำงานที่ดี

นำเสนอเมื่อ : 30 มิ.ย. 2552

# ศิลปะของการทำงานที่ดี

ศิลปะของการทำงานที่ดีคือการรู้จักหยุดพักในจังหวะที่เหมาะสมเพราะการขยันแบบไม่ลืมหูลืมตาแม้จะสร้างความเครียด จนเป็นการบั่นทอนพลังในการทำงานในที่สุด ยิ่งกว่านั้นการก้มหน้าก้มตาทำงานโดยไม่ยอมหยุดพักเลยอาจทำให้คุณไม่เห็นความเปลี่ยนแปลงของโลกจึงขาดวิสัยทัศน์ที่กว้างไกล ซึ่งแท้จริงเป็นหัวใจแห่งความสำเร็จจะนั้นเรามาดูฝึกฝนคลายอย่างสร้างสรรค์กันเถอะ โดยปฏิบัติดังนี้.....

1. หาช่วงพักระหว่างการทำงานในแต่ละวัน โดยต้องหาจุดสมดุลของแต่ละคน เช่น บางคนใช้ระบบ 50/10 คือใน 1 ชั่วโมงเขียนงาน 50 นาที แล้วหยุดพัก 10 นาที แล้วค่อยเริ่มตันท่างานต่อไป รวมทั้งคนหาตัวเองในด้านอื่น ๆ นอกเหนือจากงานใหญ่แล้วแบ่งเวลาทำสิ่งนั้นให้เป็นงานอดิเรก จะช่วยพัฒนาทักษะใหม่ให้ชีวิต และเพิ่มโลกทัศน์ใหม่ที่คุณอาจคาดไม่ถึง

2. เต็มพลังให้ชีวิตด้วยการไปเที่ยวในวันหยุดสุดสัปดาห์ เพราะแบดเตอรียังต้องมีการชาร์จไฟ คนเราก็ต้องเติมพลังความสดชื่นให้ชีวิตเช่นกัน จะได้มีพลังใจไว้ต่อสู้กับงานหนักข้างหน้า

ที่มา : <http://www.pea.co.th/peac1/data/know/art.html>