

كيف تصبح أكثر سعادة في العمل؟

كثير هم الأشخاص الذين يعتبرون أن العمل هو أمر صعب ولكن يجب تحمله من أجل تأمين متطلبات الحياة اليومية.

وإذا كنت تبحث عن أمور لتكون سعيدا في عملك، اليك هذه النصائح التي ستجعلك وتجعلك تنتظر الذهاب الى العمل:

قم بما هو مطلوب منك، وإذا لم تفلح فكر في الأسباب التي تمنعك من هذا وواجهها.

هل انت صادقا مع نفسك في العمل؟ إذا كان لابد عليك أن تبتسم عند الطلب، أو الادعاء أنك سعيد، فإن شيئا ما بداخلك يموت، إكتشف كيف يمكنك أن تصبح نفسك.

ضع هدفا لعملك واسعى لتحقيقه، هذا الامر سيساعدك في فهم الصورة الكبيرة لواجباتك ويسهل عليك مهمة القيام بطلبات مديرك مهما كانت صعبة ومعقدة.

ما الدور الذي تلعبه في وظيفتك؟ إذا لم يكن لديك فكرة واضحة عليك أن تكتشف ماذا يضيف وجودك على هذه المؤسسة من تقدم.

والأهم من ذلك عليك أن تلاحظ الخيارات التي تمتلكها في وظيفتك، وهل يمكنك تقديم أفكارك لتنمية العمل والشركة.

أما من ناحية زملائك في العمل، تبرع لمساعدتهم في حال طلبوا منك، ولكن احذر لا تقم بالعمل عنهم، كأن تقول لزميلك «هل يمكنني مساعدتك».

الى ذلك، احرص على أن يحتوي كل يوم شيئا تستمتع بفعله، وإبحث عن الأشياء التي تجيد فعلها.