

۷ توصیه برای حفظ شور و نشاط در محل کار

با مطالعه و اجرای ۷ توصیه زیر می توانید شور و نشاط را در محل کارتان حفظ کنید.

• به کارهایی که علاقه دارید پردازید

لیستی از کارها و فعالیت های مورد علاقه تان تهیه کنید و به آنها پردازید.

• چیزهای جدید بیاموزید

توانایی ها و مهارت هایتان را گسترش دهید.

• تمرین سپاسگزاری

آغاز و پایان روز به کارکنان تان توجه کنید و از آنها قدردانی کنید.

• زمانی برای تمدد اعصاب و استراحت کردن اختصاص دهید.

مکانی آرام بیابید و یک ساعت استراحت کنید. این کار سبب تجدید قوایتان می شود تا با قدرت به کارها رسیدگی کنید.

• هر روز این سوال را از خود پرسید:

- باید چه کنم تا امروز را برای افراد بتدل به روز خوبی شود؟

• برگزاری جلسات

با برگزاری جلسات کارمندان می توانند نظرات شان را مطرح کنند و با همکاران شان ارتباط مستقیم و بی واسطه برقرار کنند.

• هر روز داستان منحصر به فردی دارد

زمانی برای شنیدن حرف های دیگران اختصاص دهید و مدتی مکث کنید تا روش های حل و فصل مسائل را بیابید. وقتی به دقت داستان های کارکنان و همکاران را می شنویم، روش های گوناگونی برای حل و فصل مشکلات به ذهن مان خطور می کند.