



DALE CARNEGIE TRAINING®

It's time to get human again with Dale Carnegie Training.®
The original and still the best resource
for developing the people side of business.

E-Tips 36

Kebiasaan Kerja Yang Mencegah Kecemasan dan Kelelahan

Sebagian besar waktu kita dihabiskan untuk bekerja daripada melakukan hal lain, oleh karena itu kita ingin mengurangi rasa stres di tempat kerja sebisa mungkin. Berikut adalah beberapa kebiasaan kerja yang bisa kita terapkan untuk meminimalisir kecemasan dan kelelahan di pekerjaan:

1. Bersihkan meja kerja Anda dari berbagai kertas kecuali hal-hal yang akan segera Anda kerjakan.
2. Lakukanlah pekerjaan Anda mulai dari yang terpenting.
3. Belajarlah untuk lebih terorganisir dan mendelegasikan tanggung jawab.
4. Jangan menunda menyelesaikan suatu masalah. Jika ada masalah, selesaikan hanya jika Anda memiliki fakta-fakta yang dibutuhkan untuk mengambil sebuah keputusan.