



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.

Newsletter 25

Jangan Stres dengan Perubahan di Tempat Kerja

Manusia pada alaminya adalah makhluk yang berkebiasaan. Saat hal-hal tidak berjalan seperti yang kita inginkan, kita biasanya bereaksi dengan perlawanan. Bagaimanapun, adalah penting untuk menyadari bahwa semua hal di sekitar kita berubah setiap harinya. Manajer yang baru direkrut, teknologi yang lebih baik menggantikan yang sudah usang, perusahaan bergabung, dan lain-lain. Keputusan-keputusan yang diambil oleh anggota-anggota lain di dalam perusahaan dapat secara langsung mau pun tidak langsung mempengaruhi kita, dan ketakutan kita bisa menjadi rintangan besar atas keberhasilan di masa depan. Bekerja, tumbuh dan bersinar dengan perubahan daripada dilumpuhkan oleh perubahan. Kemajuan hanya dapat dibuat dengan perubahan yang progresif dan dinamis. Berikut ini beberapa tips untuk membantu kelegaan menuju kemajuan:

1. Gunakan kesempatan.

Sadari faktanya bahwa Anda tidak dapat menghentikan perusahaan Anda bergabung dengan perusahaan lain, Anda dapat menangkap kesempatan untuk menangani beberapa pekerjaan tambahan. Usaha ekstra dan mengekspresikan ide-ide dapat membuat Anda mendapatkan promosi. Ini merupakan kesempatan yang tidak berujung.

2. Ubah kenegatifan menjadi yang positif.

Berhenti berkonsentrasi dari hal-hal yang Anda tidak memiliki kontrol untuk itu. Daripada mengeluhkan orang lain mendapatkan promosi, ambil sisi obyektifnya dari kinerja Anda untuk mengetahui apa yang kurang dari Anda. Selalu ada sesuatu untuk dikembangkan dan cara untuk memoles ide Anda di lain waktu. Ambil kesalahan-kesalahan negatif dan ubahlah menjadi tujuan positif di masa depan.

3. Jika Anda selalu melakukan apa yang biasa Anda lakukan, Anda akan selalu mendapatkan apa yang biasa Anda dapatkan

Kebiasaan buruk akan membuahkan hasil yang buruk. Sedikit ruang untuk berkembang akan membuat Anda frustrasi saat Anda tidak bisa melangkah mendekati ke tujuan Anda. Tidak seorang pun mau meluangkan waktu untuk mempelajari sistem komputer yang baru, tetapi setiap orang akan segera menyesuaikan dan meningkatkan komunikasi dalam kantor, dan Anda akan tetap menggerutu dan tertinggal dalam pekerjaan jika Anda bertahan.

4. Ambil sesuatu dengan perlahan-lahan.

Hanya karena telah menerima kenyataannya jika atasan Anda memiliki harapan baru dari Anda, tidak berarti Anda tidak akan merasa frustrasi. Cobalah untuk tidak terlalu berlebihan dan ambillah transisi satu perubahan kecil perlahan-lahan. Batasi diri Anda sehingga Anda tidak mengambil terlalu banyak terlalu cepat. Dengan segera anda akan menemukan bahwa Anda telah menyelesaikan seluruh *puzzle* sementara Anda berkonsentrasi menemukan beberapa bagian yang hilang.