



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.

Carnegie Coach™, Process Improvement

Perubahan di Tempat Kerja

oleh Michael Crom

(Executive Vice President, Dale Carnegie Training®)

Selalu ada perubahan di dalam dunia bisnis. Kita bayangkan skenario terburuk dan menjadi gelisah dengan perubahan dramatis yang mungkin kita hadapi, tapi ketika Anda betul-betul memikirkannya, perubahan bukanlah sesuatu yang buruk. Dalam situasi seperti ini, cobalah beberapa taktik berikut ini:

1. Hindari menjadi terlalu emosional. Adalah jelas bahwa perubahan besar yang terjadi dalam hidup berpotensi membawa emosi. Meski demikian, seringkali kita membiarkan emosi kita mempengaruhi hubungan keseharian dan mempengaruhi kinerja kita. Jika kita terselimut emosi, kita mulai kehilangan konsentrasi dan kehilangan informasi terbaru.

2. Jangan panik - simpan tenaga untuk mendapatkan lebih banyak informasi. Pada titik ini, Anda mungkin memiliki beribu pertanyaan bertebaran di kepala Anda. Jangan biarkan pikiran Anda berlarian menjawab pertanyaan-pertanyaan dengan jawaban yang liar. Hal terbaik yang bisa Anda lakukan adalah mempertanyakan setiap pertanyaan yang Anda pikirkan. Temukan apa yang karyawan lain lakukan dalam situasi yang sama. Ambil suatu tugas yang dapat Anda lakukan seandainya ketakutan terburuk Anda terjadi - apa saja kesempatan di komunitas Anda, pekerjaan lain apa yang Anda memiliki kualifikasi di dalamnya, dan lain-lain.

3. Negosiasikan separuh dari hidup Anda. Perubahan bisa jadi suatu hal yang baik. Saat ini Anda dapat menciptakan konsentrasi dan misi untuk Anda sendiri. Cobalah pikirkan sesuatu yang selalu ingin Anda lakukan, tapi Anda belum memiliki kesempatannya. Mungkin Anda mempunyai mimpi yang akhirnya bisa Anda wujudkan jika Anda keluar dari pekerjaan Anda.

4. Kelola stres Anda. Jika Anda mulai terobsesi tentang sesuatu yang negatif, ingatlah untuk selalu bersyukur - atas keluarga Anda, kesehatan Anda, kemampuan Anda. Walaupun Anda pikir apa yang telah terjadi adalah hal yang paling buruk, bacalah berita-berita di majalah untuk menyadarkan seberapa buruk yang Anda alami. Jangan berpikir terlalu jauh ke masa depan dan gunakan hidup dalam ruang terbatas kapanpun dimungkinkan. Konsentrasi Anda haruslah pada pekerjaan saat itu. Buat tujuan jangka pendek untuk membuat Anda lega saat mencapainya.