

Jangan Biarkan Sikap Suka Bertanggung Dalam Melakukan Pekerjaan Menjadi Suatu Tabiat Di Dalam Hidup Kita!

Tabiat menanggung sesuatu pekerjaan ke saat-saat akhir boleh menjadi satu masalah besar dalam kerjaya dan juga kehidupan kita. Antara sebab utama sikap suka menanggung kerja ini berpunca daripada:

- ✓ *Tekanan*
- ✓ *Tabiat Pengurusan Masa Yang Tidak Baik*
- ✓ *Terlampau Banyak Kerja*
- ✓ *Rasa Malas*
- ✓ *Kurang Motivasi*
- ✓ *Kurang Disiplin*
- ✓ *Kurang Kemahiran*

Ini amat membimbangkan dan dikhuatiri akan bertukar menjadi tabiat yang seterusnya menjadikan kita seorang manusia yang tidak cemerlang dalam kehidupan. Sebagai pekerja yang bertanggungjawab kita hendaklah sentiasa merasa bahawa setiap kerja yang diamanahkan kepada kita mestilah dilaksanakan dengan teliti dan sempurna.

Pada kali ini Unit Integriti ingin berkongsi 15 tips bagaimana cara untuk bersikap positif di tempat kerja. Marilah kita bersama berazam menjadi MATRADERS yang bersemangat tinggi untuk berjaya bukan sahaja dalam pekerjaan bahkan juga di mana-mana bidang yang diceburi.

Masa untuk menjadi cemerlang adalah sekarang!

#wakeup

15 TIPS BAGAIMANA CARA UNTUK BERSIKAP POSITIF DI TEMPAT KERJA

Rutin Pagi

Mulakan hari anda dengan melakukan sesuatu yang anda gemari (i.e: mendengar muzik, senaman).



Tiba Awal

Tiba di tempat kerja lebih awal.

Emel

Elakkan memeriksa emel perkara pertama. Fokus pada tugas yang ada dan periksa emel secara berkala sepanjang hari.



Perancangan

Jadualkan hari anda dan tentukan objektif yang hendak dicapai.



Berehat (Take Five)

Berehat sebentar dan kembali fokus pada tugas anda.



Mesyuarat

Mesyuarat yang diadakan haruslah mempunyai objektif yang jelas dan tidak mengambil masa terlalu lama.



Kesihatan & Kesejahteraan

Perlu keseimbangan antara kerja dan kesihatan untuk mengurangkan tekanan dan kembali meningkatkan produktiviti anda.



Berhati-Hati Dalam Membuat Tugas

Elakkan membuat sesuatu tugas dengan tergesa-gesa.



Bersikap Positif

Tanamkan sikap positif terhadap pekerjaan, rakan sekerja dan persekitaran.



Sokongan

Kongsi pencapaian anda dan beri sokongan kepada rakan sekerja dalam melaksana tugas.

Bersangka baik

Bersikap profesional walaupun orang bersikap negatif kepada anda.

Kerjasama

Bekerjasama untuk mencapai tujuan bersama.

Politik Pejabat

Jangan terjebak dalam politik pejabat (i.e membawang) Fokus pada apa yang diperlukan untuk maju.

Menyesuaikan Diri

Setiap organisasi perlu perubahan untuk kekal relevan mendepani zaman. Pastikan anda sentiasa bersikap terbuka dalam menerima perubahan.

Hari Cuti

Maksimakan cuti anda dengan aktiviti-aktiviti yang menarik (i.e berbasikal, berkebun, bersenam) agar kembali positif bila ke pejabat.