

ภาคที่49 ทำอย่างไร เมื่อคุณไม่มีความสุขในการทำงาน

ที่มา: <http://www.pattanakit.net/index.php?lay=show&ac=article&Id=538723965&Ntype=128>



หลายๆคนอาจจะเกิดความเครียดและเบื่อหน่ายกับงานที่ทำอยู่นะคะ ก็มีหลายคนได้มาปรึกษาปัญหาเรื่องงานบ้าง ก็อยากจะลาออก และบ้างก็ถามว่าแล้วจะปรับตัวอย่างไรหากเกิดความรู้สึกเบื่อหน่ายกับงานที่ทำอยู่

อยากจะฝากข้อคิดไว้ประการหนึ่งนะคะว่า ถ้าหากมีอิสรภาพทางการเงินซึ่งหมายถึงว่า การที่มีเงินที่ใช้สอยได้ไม่เดือดร้อนแล้ว ก็ “สามารถเลือกที่ทำในสิ่งที่คุณรัก” แต่ถ้าหากยังมีเงินไม่พอที่จะใช้จ่ายแล้ว “ก็ต้อง (พยายาม)รักในงานที่ทำ”

การจะรักในงานที่ตนเองทำอยู่อาจจะเป็นเรื่องที่พูดง่ายแต่ทำได้ยาก และเห็นคนวัยรุ่นหนุ่มสาวในปัจจุบันจะมีความอดทนค่อนข้างต่ำ พอรู้สึกไม่พอใจ / ไม่ถูกใจกับงานหรือกับคนร่วมงานก็จะคิดลาออก

การลาออกไม่ได้เป็นการแก้ปัญหา เพราะจากประสบการณ์การทำงานที่ผ่านมาของตัวเอง หรือคนรู้จัก ทั้งที่เป็นเพื่อนฝูงและญาติพี่น้อง ก็ได้ยื่นทุกคนบ่นถึงปัญหาในที่ทำงานของตนเองแทบทั้งสิ้นไม่ว่าจะเป็นหน่วยงานราชการ รัฐวิสาหกิจ หรือ ธุรกิจเอกชน เพียงแต่ปัญหาจะมากหรือน้อยเท่านั้น ดังนั้นการย้ายงานจากหน่วยงานหนึ่งไปยังอีกหน่วยงานหนึ่ง ก็จะเผชิญกับปัญหาในอีกรูปแบบหนึ่งเท่านั้นเอง

ดังนั้นการที่จะทำให้รักกับงานก็จะต้องพยายามคำนึงถึงปัจจัยดังต่อไปนี้

1. ความจำเป็นของรายได้สำหรับมาเลี้ยงตนเองและสมาชิกในครอบครัว เพราะการมีรายได้สำหรับเลี้ยงตนเองทำให้ตนเองอยู่อย่างมีศักดิ์ศรี ไม่ต้องพึ่งพาคนอื่น การจะต้องพึ่งพาคนอื่นที่แม้จะเป็นญาติพี่น้องแล้ว อาจเป็นไปได้เพียงชั่วครั้งชั่วคราวหรือเพียงระยะเวลาสั้นๆเท่านั้น นอกจากพ่อแม่แล้ว คนที่จะมารับภาระหรืออุปถัมภ์เราตลอดไป คงจะเป็นไปได้ยาก

ดังนั้นอย่าด่วนผลุนผลันลาออกจากงาน ควรจะไตร่ตรองดูว่าอะไรคือปัญหาเกิดจากตัวเรา เกิดจากเพื่อนร่วมงาน หรือเกิดจากระบบ และวัฒนธรรมขององค์กร และพิจารณาว่าเราสามารถปรับตัวเราได้หรือไม่ เราไม่สามารถปรับเปลี่ยนเจ้านายหรือเพื่อนร่วมงานได้ ถ้าเป็นสิ่งที่เราไม่สามารถจะปรับตนเองได้ จึงตัดสินใจว่าขั้นสุดทำถึงการลาออก ก่อนจะลาออกก็ท่องสโลแกนที่เคยฮิตในยุคหนึ่งว่า **“งานคือเงิน เงินคืองาน บັນดาลสุข”** พยายามท่องไว้ให้ขึ้นใจ

2. ให้เห็นคุณค่าของงาน ทั้งนี้งานอาชีพที่สุจริตทุกชนิดล้วนแต่มีคุณค่าของตนเอง ทั้งนี้ไม่ว่าจะเป็นงานระดับล่าง เช่น เสมียน ภารโรง หรือพนักงานทำความสะอาดต่างเป็นกลไกหนึ่งขององค์กร และทำงานในส่วนที่รับผิดชอบให้ดีที่สุดด้วยความขยันหมั่นเพียร การทำงานที่เท่ากับคนอื่นทำก็จะได้เท่ากับคนอื่น การทำงานจะต้องทำให้มีผลงานที่ดีและในวันหนึ่งก็จะเป็นที่ประจักษ์รับรู้ของบุคคลอื่นและเมื่องานที่เราทำได้รับการยอมรับ

3. มองถึงคนอื่นที่ด้อยกว่าตนเอง เพื่อสร้างกำลังใจในการทำงานต้องคิดว่าเราโชคดี ที่ยังมีงานทำในขณะที่คนอื่นอีกจำนวนมากกำลังตกงานหรือหางาน การจะมองแต่

บุคคลที่อยู่สูงกว่าเราก็อาจจะทำให้หุดหู่ท่อถ้อย ดังนั้นการมองว่าคนอื่นที่ยากลำบากกว่าเราก็ยังมีอยู่มาก

4. ทำใจให้รักกับงาน ถ้าคิดว่างานดูน่าเบื่อหน่าย ก็จะทำให้ไม่อยากจะทำงาน ดังนั้นจึงต้องคิดปรับปรุงและพัฒนางานให้ท้าทาย น่าสนใจ ว่าเราจะทำให้ดีขึ้นได้อย่างไร ซึ่งถ้าหากทำได้สำเร็จก็จะเป็นชัยชนะอันยิ่งใหญ่ที่ก้าวข้ามความเบื่อหน่ายจากงานประจำ

หวังว่าคงจะเป็นข้อคิดให้สำหรับคนที่กำลังเซ็งและเบื่อหน่ายกับงานนะคะ และถ้าหากจะตัดสินใจลาออกจากงานจริง ก็เสนอให้ลาพักร้อน เพื่อใช้เวลาสำหรับการไตร่ตรองดูก่อน