

## 5+1 เคล็ดลับมีความสุขกับงานด้วยสิ่งเล็กๆ น้อยๆ



### 1. ใช้เวลากับการเรียนรู้

ไม่ว่าจะเป็นการติดตามเหตุการณ์ปัจจุบัน หรือการเรียนรู้สิ่งใหม่ทุก ๆ วัน ก็เป็นวิธีเติมพลังที่ดีให้คุณ ไม่หยุดคิดและสร้างสรรค์ ซึ่งมันมีผลต่อการใช้ชีวิตและการทำงานในแต่ละวันด้วย

### 2. ชาหรือกาแฟดีๆ ชักแก้ว

ไม่เชื่อก็ต้องเชื่อ! ว่าเครื่องดื่มดี ๆ อย่างชา หรือกาแฟสักแก้ว ช่วยให้อารมณ์ชุ่มฉ่ำในวันที่อากาศไม่เป็นใจนั้นดีขึ้นได้อย่างน่าอัศจรรย์

### 3. มื้อกลางวันสุดพิเศษ

มื้อกลางวันเป็นสิ่งสำคัญที่ห้ามมองข้าม! เพราะสมองของคุณจะตื่นตัวเป็นพิเศษเมื่อได้ทานของอร่อย

### 4. ฟังเพลงเพราะๆ

เพลงเพราะ ๆ ช่วยสร้างแรงบันดาลใจ และทำให้โมเมนต์เปื่อย ๆ ช่วงบ่ายหายไป รู้แบบนี้มาเลือก Playlists ที่คุณชอบกันดีกว่า

### 5. เปิดใจกับเพื่อนร่วมงานและแบ่งขนมกันทาน

จะมีอะไรดีไปกว่าการพูดคุย สนทนากับเพื่อนร่วมงาน และแบ่งขนมกันทานในออฟฟิศ ความสนุกจะเริ่มขึ้นเมื่อแต่ละคนหยิบขนมแสนอร่อยจากบ้านมาแลกเปลี่ยนกัน!

### 6. มีเวลาทำงานที่ยืดหยุ่น

ชั่วโมงการทำงานที่ยืดหยุ่นในบางบริษัท เป็นความสุขอันดับต้น ๆ ของพนักงานเลยทีเดียว แต่บางคนก็เลือกจัดสรรเวลาด้วยตัวเอง ด้วยการผันตัวมาเป็นฟรีแลนซ์ซึ่งเวลาทำงานยืดหยุ่นสบาย