

# 6 อุปนิสัยสำคัญ ทำให้ไปถึงเป้าหมาย

## 1. ตั้งเป้าหมายที่ชัดเจน

เห็นภาพ เขียนลงกระดาษให้เห็นทุกวันว่า  
เรามีเป้าหมายอะไรที่ต้องทำให้บรรลุ .

## 2. แยกเป้าหมายเป็นกิจกรรมประจำวัน

แยกเป้าหมายเป็นกิจกรรมที่ต้องทำประจำ  
และลงมือทำทุกวันให้ได้ตามเป้าหมายย่อย ๆ  
ในแต่ละวัน

## 3. มีวินัยในตนเอง ลงมือทำเพื่อเป้าหมาย

มีวินัยในตนเอง ลงมือทำอย่างไม่ย่อท้อ  
ต่อเนืองสม่ำเสมอ เพื่อเป้าหมายที่กำหนด

## 6. เรียนรู้และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง

เรียนรู้และพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง ทั้งการอ่าน การฟัง  
โลกนี้มีสิ่งที่จะต้องเรียนรู้เสมอ

## 5. ยอมรับความผิดพลาด เรียนรู้ไม่ให้ผิดซ้ำ

ยอมรับความผิดพลาดที่เกิดขึ้นว่าเป็นเรื่องปกติ  
แต่เรียนรู้จากมันเพื่อไม่ให้ผิดซ้ำ

## 4. บริหารจัดการเวลาของตนเองอย่างสมดุล

บริหารจัดการเวลาของตนเองอย่างสมดุล ทั้งเรื่องงาน  
เรื่องส่วนตัว การพักผ่อนและสุขภาพ



ที่มา “ว่าที่ร้อยตรีดิษฐ์ พิทักษ์อรณพ นพ.สสจ.อุทัยธานี ” กล่าวในการประชุม กวป.ครั้งที่ 2/2566 เมื่อวันที่ 1 มี.ค.2566