**Working Hour**

**Permen Karet, Si Penghilang Rasa Lapar**  
Anda termasuk *emotional eater*, kerap melampiaskan kekesalan dan stres pekerjaan saat Anda makan? Sebenarnya yang terjadi Anda tidak terlalu lapar, tapi mulut ingin mengunyah. Strateginya, sediakan selalu permen karet bebas gula di tas. Makanlah satu bila ‘lapar’ karena stres. Tapi jangan mengunyah permen karet terlalu sering. Hasil riset di Swiss menunnjukkan bahwa sering mengunyah permen karet dapat merusak bahan tambalan gigi. Tidak salahnya untuk dicoba, kan? (Ayu Martha)

**Anti Penjilat**Berpikir *out of the box*, memang ada bedanya. Eits, tapi nggak selamanya menjadi beda memberikan nilai plus. Kalau *too much*  ‘thinking out of the box’, malah membuat kita menjadi penjilat! Untuk menghindarinya kamu bisa dengan meningkatkan skill kamu dengan mengikuti pelatihan, seminar, baca kisah sukses, atau berbincang dengan orang yang telah sukses. Dalam mencuri perhaatian nggak harus dilakukan dengan hanya berdekat-dekatan dengan si Bos, sikap *talk less do more*  patut kamu tertibkan. Nggak mau ‘kan kamu ditetapkan sebagai penjilat di kalangan teman kantor? (Ayu Martha)

**Kepuasan Pekerja Tertinggi di Indonesia**

Bos galak, pekerjaan yang selalu menumpuk merupakan sekian dari banyak alasan yang terkadnag membuat kita mengeluh. Hmm…sebenarnyabukan hanya kita yang tinggal di Indonesia mendapatkan masalah itu. Sebagian besar pekerja di Indonesia juga mengalami hal yang sama. Tapi di luar dugaan, ternyata pekerja Indonesia memiliki kepuasaan paling tinggi di Asia Tenggara lho.Hal ini dibuktikan dengan penelitian terbaru yang dilakukan oleh konsultan manajemen internasional, Accenture, terhadap 4.100 eksekutif dari organisasi menengah hingga besar di 33 negara, termasuk Indonesia.

*Sampai Jumpa, Deadline?*

Masih merasa kekurangan waktu dan harus mengejar deadline? Nggak bisa dong terus-terusan begini. Tentu aja ada caranya dong, *ladies!*Ada orang yang bekerja optimal saat pagi hari, sementara ada pula yang baru bisa berkonsentrasi di siang hari. Manfaat jam produktif, tingkat produktivitas kita bakal lebih tinggi dibandingkan jam-jam ngantor lainnya. Makanya, sangat disarankan, tuh, untuk menyelesaikan tugas-tugas berat yang butuh kerja otak ekstra. Selain itu, kamu bisa melakukan prioritas. Tetapi prioritas jenis apa yang bis adilakukan biar kerja kita nggak molor? Mulai dari pekerjaan yang besar, dengan begini kamu nggak akan keteteran dan setelah pekerjaan satu kelar, kamu bisa menyelesaikan pekerjaan kecil. Nah kalau semua selesai tepat waktu, siapa yang untung?   
 