

BEST  
หนังสือ  
ขายดี  
SELLER

# กล้า เปลี่ยน แบบ



**ก้าวกระโดด**  
ข้ามสิ่งที่เป็นอยู่ไปสู่สิ่งที่ต้องการ

ณรงค์วิทย์ แสนทอง



ความดีใดๆ ที่เกิดจากหนังสือเล่มนี้  
ขอมอบให้คุณคน ดังต่อไปนี้

### บิดามารดา

ผู้ให้ชีวิตและความรู้

### ครูบาอาจารย์

ผู้ให้ความรู้และความคิด

### ญาติสนิทมิตรสหาย

ผู้ให้แนวคิดและประสบการณ์ชีวิต

### ครอบครัว

ผู้สนับสนุนพลังความคิดและกำลังใจแห่งชีวิต

ขอขอบคุณ...

บริษัท ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด (มหาชน)

ผู้เปิดโอกาสให้ถ่ายทอดประสบการณ์ชีวิต  
และแนวคิดสู่งานเขียน

# คำนำ

หนังสือเล่มนี้ไม่ใช่คัมภีร์ที่จะนำเสนอแนวทางสู่ความสำเร็จ เพราะเป็นเรื่องยากที่จะบอกว่าอะไรคือความสำเร็จ เนื่องจากแต่ละคนได้ให้คำจำกัดความที่ต่างกันไป บางคนบอกว่าความสำเร็จทางการเงินคือการที่มีเงินเป็นพันล้าน แต่บางคนบอกว่า ถ้าเงินพันล้านเป็นเงินที่ได้มาจากมรดกของพ่อแม่ ยังไม่ถือว่าเป็นความสำเร็จ เพราะเขายังไม่ได้ลงมือทำอะไรเลย ส่วนความสำเร็จในด้านการศึกษา บางคนบอกว่าเป็นสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาเอก ในขณะที่บางคนบอกว่าความสำเร็จด้านการศึกษาไม่จำเป็นต้องมีใบปริญญารองรับเสมอไป เช่น ชาวบ้านที่จบแค่ประถม 4 แต่สามารถบริหารงานของชุมชน หมู่บ้าน ได้ดี จนรัฐมนตรีระดับดอกเตอร์ต้องไปขอคำปรึกษา อย่างนี้ก็อาจจะเรียกว่าความสำเร็จทางการศึกษาได้

หนังสือเล่มนี้จะไม่ตัดสินว่าอะไรคือความสำเร็จ อะไรคือความล้มเหลว เพราะเรื่องเดียวกัน คนหนึ่งอาจจะบอกว่าสำเร็จ แต่คนอื่นหลายคนอาจจะบอกว่าไม่สำเร็จก็ได้ ดังนั้นหนังสือเล่มนี้จะมุ่งเน้นที่ **“ความก้าวหน้า”** ในชีวิตมากกว่า ความก้าวหน้าในที่นี้หมายถึง การที่เราได้กำหนดเป้าหมาย (อยากได้ อยากมี หรืออยากเป็น) ในเรื่องใดไว้แล้ว เราสามารถบรรลุเป้าหมายนั้นได้จริง

ผมถือโอกาสนี้ ขอขอบคุณผู้อ่านทุกท่านที่ได้ให้เกียรติหยิบหนังสือเล่มนี้ขึ้นมาอ่าน และขอให้คุณจงประสบแต่ **“ความก้าวหน้า ในชีวิตในทุกด้านตลอดไป”**

ณรงค์วิทย์ แสันทอง

# สารบัญ

## ภาคที่ 1 แนวคิดในการบริหารชีวิต

- หย่า “เสียดาย” 13
- การบริหารธุรกิจชีวิตสู่ความสำเร็จ 17
- การพัฒนาชีวิตด้วยแนวคิด BSC และ KPIs 25
- ต้นทุน-กำไรกับการบริหารกำไรชีวิตแบบมูลค่าเพิ่ม 30
- การบริหารผลงานชีวิตต่อตคอม 34
- การบริหารความเสี่ยงในชีวิต 39

## ภาคที่ 2 เทคนิคการพัฒนาตนเอง

- การค้นหาศักยภาพตัวเอง 47
- กลยุทธ์การบริหารข้อมูลย้อนกลับ 53
- กำจัดจุดอ่อนและพัฒนาจุดเด่น 58
- ตรวจสอบโปรแกรมการคิดแบบอัตโนมัติ 63
- การพัฒนาศักยภาพการคิดด้วยการอ่าน 67
- การอ่านหนังสือแบบนักคิด 72
- การพัฒนาทักษะการคิดด้วยการเขียน 76
- เทคนิคการคิดเพื่อพิชิตความท้าทาย 81
- การคิดนอกกรอบ 84
- การพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ 89

- เครื่องมือการพัฒนาศักยภาพการคิดสร้างสรรค์ 98
- แบ่งเวลาและหาโอกาสคิดสิ่งใหม่ๆ 103
- การบริหารเวลาเพื่อสร้างมูลค่าเพิ่มให้ชีวิต 107
- เวลาที่มีค่ามากที่สุดคือเวลาที่น้อยที่สุด 111
- ความภูมิใจที่แท้จริงไม่ได้อยู่ที่ผลของความสำเร็จ 116
- การพัฒนาภาวะผู้นำ 121

### ภาคที่ 3 การพัฒนาความก้าวหน้าในหน้าที่การงาน

- ทำอย่างไรถ้าใจเบื่องาน 127
- การพัฒนาประสิทธิภาพในการทำงาน 131
- ตั้งเป้าท้าทาย มีความหมายต่อพฤติกรรมการทำงาน 136
- การจัดทำตัวชี้วัดความก้าวหน้าในชีวิตการทำงาน 141
- สร้างโอกาสจากวิกฤตของหัวหน้าที่มีปัญหา 145
- การบริหารหัวหน้าที่จุกจิก จู้จี้ และขี้บ่น 151
- การค้นหาพลังภายในของลูกน้อง 155
- การสร้างแรงจูงใจให้กับลูกน้อง 160
- คนทำงานยุคใหม่ต้อง...กล้าตักงาน! 165
- เปลี่ยนงานอย่างไรจึงจะไม่เสี่ยง 169
- ทำงานอย่างไรไม่ให้ล้มเหลว 174
- บันไดชีวิตจากลูกจ้างสู่การเป็นนายจ้าง 178


### ภาคที่ 4 การพัฒนาคุณภาพชีวิต

- การบริหารชีวิตแบบพึ่งพาและพอเพียง 185
- เทคนิคการแก้ปัญหาความเครียด 188
- การควบคุมอารมณ์ 193
- ทางเลือกในการจัดการกับอารมณ์ของผู้อื่น 198
- การพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยหลักการคิดแบบ 5 ส 202
- สรุปข้อคิดทิ้งท้าย 206

# ภาคที่ 1

## แนวคิดในการ บริหารชีวิต

· ปัญหาที่สำคัญประการหนึ่งในการเริ่มต้นพัฒนาตัวเองของ  
· คนทุกๆ ไปคือ ขาดกรอบแนวคิดในการบริหารชีวิตที่ชัดเจน  
· เมื่อชีวิตไม่มีกรอบ ก็คงไม่ต่างอะไรไปจากประชาธิปไตยไม่มี  
· รัฐธรรมนูญ

·  ดังนั้น สิ่งสำคัญที่สุดประการแรกในการที่จะเริ่มต้น  
· พัฒนาศักยภาพตนเองคือ การกำหนดกรอบแนวคิดในการ  
· พัฒนาชีวิตของเราขึ้นมาก่อน เพราะกรอบแนวคิดในการบริหาร  
· ชีวิตนี้จะช่วยให้เรากำหนดเป้าหมายชีวิตได้ง่ายขึ้น ช่วยให้เรา  
· สามารถเลือกเทคนิคในการพัฒนาศักยภาพตัวเองให้เหมาะสม  
· มากยิ่งขึ้น รวมถึงช่วยป้องกันไม่ให้เราเดินหลุดออกนอกกรอบ  
· ชีวิตของเราอีกด้วย

· สำหรับแนวคิดในการบริหารชีวิตที่ผมจะกล่าวถึงนี้เป็น  
· เพียงตัวอย่างเท่านั้น คุณผู้อ่านสามารถเลือกใช้หรือกำหนดขึ้น  
· มาใหม่ได้ตามความเหมาะสมของแต่ละคน ในชีวิตเราไม่จำเป็นต้อง  
· ต้องมีเพียงแนวคิดเดียว เราอาจจะนำเอาแนวคิดในการบริหาร  
· ชีวิตหลายๆ แบบมาผสมกันก็ได้

· ลองมาติดตามดูว่า ตัวอย่างแนวคิดในการบริหารชีวิตเพื่อ  
· พัฒนาตนเองนั้นมีอะไรบ้าง

# ■ หย่า “เสียดาย”

การดำเนินชีวิตของเราโดยทั่วไปมักจะตั้งอยู่บนความประมาท มีทั้งที่เกิดจากความเชื่อมั่นในความรู้สึกของตัวเองมากเกินไป บางคนอาจจะหลงไปกับกระแสสังคม ทำให้หลงลืมหลักการของความเป็นจริงในชีวิต การบริหารชีวิตจึงอยู่บนพื้นฐานของความรู้สึกมากกว่าการใช้หลักเหตุและผล และมากกว่าการใช้ข้อมูลข่าวสาร การบริหารชีวิตเช่นนั้นนอกจากจะทำให้ชีวิตสับสนแล้ว ยังส่งผลให้เกิดสนิมในชีวิตชนิดที่เรียกว่า “เสียดาย” เต็มไปหมด

ถ้าถามว่าในชีวิตที่ผ่านมาของเรานั้น เราเคยเสียดายอะไรบ้าง ผมเชื่อเหลือเกินว่าไม่มีใครตอบว่า “ไม่มี” เพราะในความเป็นจริงทุกชีวิตย่อมรู้จักคำว่าเสียดายนี่เป็นอย่างดี จะแตกต่างกันบ้างก็ตรงที่จำนวนครั้ง ระดับของความเสียดาย และความถี่ที่เกิดขึ้นเท่านั้น ถึงแม้การเสียดายของแต่ละคนจะมีความแตกต่างกันบ้าง แต่ถ้าวิเคราะห์กันลึกๆ แล้วจะพบว่าสาเหตุหรือที่มาของคำคำนี้ไม่ค่อยแตกต่างกันเลย เพราะส่วนมากแล้วมันจะเกิดจากสาเหตุหลักดังนี้

## ขาดการวางแผนชีวิต

ความเสียดายของหลายคนเกิดจากความประมาท ขาดความรอบคอบในการวางแผนชีวิตทั้งในระยะสั้นและระยะยาว คนบางคนเลือกเรียนในมหาวิทยาลัยเพียงเพราะต้องการเรียนในคณะใดๆ โดยที่ไม่รู้ว่าจบแล้วตัวเองจะทำอะไร คนบางคนเลือกทำงานกับบริษัทที่มีชื่อเสียงในตำแหน่งที่ตัวเองไม่ถนัด และไม่เคยคิดว่าถ้าทำงานในตำแหน่งงานนั้นๆ แล้วอนาคตจะเป็นอะไร งานที่เลือกทำอยู่นั้นมีส่วนเกี่ยวข้องกับเป้าหมายในชีวิตมากน้อยเพียงใด คนหลายคนทำงานมาเป็นเวลานานกว่าสิบปีแล้ว ยังตอบตัวเองไม่ได้เลยว่าในอนาคตตัวเองจะเป็นอะไร

คนหลายคนเริ่มเห็นผลของการขาดการวางแผนชีวิตก็ต่อเมื่อโอกาสดีๆ ในชีวิตเข้ามา เช่น วันหนึ่งมีคนมาชวนเราให้ไปทำงานต่างประเทศ แต่ที่ผ่านมาระหว่างที่ไม่เคยสนใจเรียนรู้เรื่องภาษาอังกฤษเลย เพราะไม่เคยคิดว่าจะได้มีโอกาสไปทำงานที่ต่างประเทศ ดังนั้นโอกาสดีๆ จึงหลุดลอยไป การที่คนขาดการวางแผนในชีวิตนี้จะส่งผลให้การดำเนินชีวิตในแต่ละวันขาดจุดหมาย ไม่รู้ว่าข้อมูลข่าวสารหรือประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละวันนั้น มีอะไรบ้างที่จะเป็นประโยชน์กับแผนการชีวิตในระยะยาว ทำให้เราปล่อยสิ่งที่เป็ประโยชน์ในชีวิตผ่านเลยไป กว่าจะรู้ตัวว่าในอดีตน่าจะทำอย่างนั้นน่าจะทำอย่างนี้นั้นก็ผ่านไปเรียบร้อยแล้ว ไม่สามารถย้อนเวลาหาอดีตได้เลย

## ตัดสินใจผิด

สาเหตุที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ เรามักจะใช้ความรู้สึกตัดสินใจและทางเลือกในชีวิตมากกว่าการใช้ข้อมูลข่าวสารหรือหลักของเหตุผล ยิ่งคนที่เก่งๆ มักจะมีโอกาสติดกับดักของความเสียหายมากกว่าคนทั่วไป เพราะมักจะเชื่อว่าสิ่งที่ตัวเองคิดนั้นเป็นสิ่งที่ถูกเสมอ การตัดสินใจในหลายๆ เรื่องและหลายๆ ครั้งเรามักจะ “ด่วนสรุป” ไปก่อน และเมื่อตัดสินใจไปแล้วก็ไม่สามารถแก้ไขได้ คำว่า **เสียหาย** จึงมาเยือน เช่น บริษัทหนึ่งจ่ายเงินเดือนให้สูงมาก เราจึงรีบตัดสินใจไปทำงานกับเขาทันที โดยลืมนึกถึงปัจจัยในการทำงานอื่นๆ ประกอบการตัดสินใจ เมื่อไปทำงานแล้วเกิดความล้มเหลว แต่กว่าจะรู้ว่าคิดผิดก็สายไปเสียแล้ว

## ยึดติดกับกระแสสังคม

คนที่เกิดคำว่าเสียหายในชีวิตบ่อยๆ ส่วนหนึ่งเกิดจากการเดินเข้าไปติดกับดักของกระแสสังคม การดำเนินชีวิตของเราส่วนใหญ่มักจะเดินไปตามกระแสเหมือนคนอื่นๆ เราลองดูตัวอย่างง่ายๆ ว่าเวลาเราออกมาจากโรงภาพยนตร์ พฤติกรรมการเดินทางของคนจะไม่แตกต่างกันคือเดินตามหลังกันไปติดๆ โดยที่บางครั้งเราไม่รู้เลยว่าคนที่เดินนำหน้าไปถูกทางหรือไม่ ถ้าเกิดไฟไหม้เราจะทำอย่างไร ในเมื่อเราเข้าไปอยู่ในกระแสของคนจำนวนมากแบบนี้แล้ว หรือถ้าเราลืมของไว้ที่ที่นั่งในโรงภาพยนตร์ เราจะเดินย้อนกลับมาได้หรือไม่ ในเมื่อกระแสฝูงชนหนาแน่นมาก



เราจะเห็นว่าพฤติกรรมดังกล่าวนี้เป็นพฤติกรรมที่เราทำตามกระแสสังคม ซึ่งในความเป็นจริงแล้วเวลาออกจากโรงภาพยนตร์ เราไม่ได้รับร้อนไปไหน ไม่มีใครบังคับว่าทุกคนต้องออกให้หมดภายใน 2 นาที ถ้าเราออกเป็นคนสุดท้าย เวลาที่ออกมาข้างนอกคงจะไม่แตกต่างจากคนที่ออกมาคนแรกมากนัก แล้วเราจะรีบออกมาปะปนกับกระแสสังคมทำไม

## ลุ่มหลงโอกาสในอดีต

คำว่า “เสียดาย” จะระงับไม่ได้และจะเกิดขึ้นบ่อยๆ เพราะคนมักจะเอาความรู้สึกและเอาสถานการณ์ปัจจุบันไปวิเคราะห์และตัดสินเรื่องในอดีตที่ผ่านมาไปแล้ว ไม่ยอมปล่อยให้วางกับสิ่งที่ผ่านไป แล้วมักจะเอาเรื่องต่างๆ ที่เป็นโอกาสแห่งชีวิตกลับมาทบทวนว่าถ้าเราไม่ทำแบบนั้น ถ้าทำอย่างนั้นปานนี้คงจะร้ายวายเป็นแล้ว ถ้าเราเชื่อฟังพ่อแม่ตั้งแต่แรกปานนี้เราคงมีงานดีๆ ทำไปแล้ว ยิ่งเรามีสนิมของคำว่า “เสียดาย” มากเท่าใด หรือถ้าเราเปิดโอกาสให้มันเข้ามาบรบกวนจิตใจเรา มันจะชักชวนกันมาเป็นขบวนการไม่รู้จักจบสิ้น ยิ่งนำมันออกมาคิดบ่อยเท่าใด จะทำให้ลบคำว่าเสียดายสิ่งนั้นเสียดายสิ่งนี้ยากขึ้นเท่านั้น

ดังนั้นคำว่า “เสียดาย” จึงเป็นคำที่ไม่น่าจะมีอยู่ในพจนานุกรมของ “คนมีอาชีพ” อย่างเรา เราควรจะตัดสัมพันธ์กับมันโดยการ “หย่า” กับคำว่าเสียดาย กล่าวง่ายๆ ก็คือคนที่มีการวางแผนชีวิตแบบมีอาชีพนี้ จะไม่สามารถคบหาสมาคมกับคำว่า “เสียดาย” ได้เลย เพราะมันเปรียบเสมือนเส้นขนานในชีวิต เมื่อใดที่เราเลือกที่จะอยู่กับคำว่า “เสียดาย” ชีวิตเราก็อาจจะตายไปจากคำว่า “สำเร็จ” ยิ่งมีคำว่าเสียดายมากเท่าใด ยิ่งห่างไกลความสำเร็จมากขึ้นเท่านั้น

คนที่มีจิตใจเข้มแข็งพอที่จะหย่าขาดกับคำว่า “เสียดาย” จะต้องเป็นคนที่มีแผน มีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน มีสติคิดรอบคอบ ไม่ตั้งอยู่บนความประมาท ตัดสินใจให้ดีที่สุดที่สุดในสถานการณ์นั้นๆ และเมื่อตัดสินใจไปแล้วต้องคิดว่านั่นคือสิ่งที่ดีที่สุด ในขณะที่นั้น ซึ่งอาจจะไม่ใช่สิ่งที่ดีที่สุดในอนาคต เราต้องไม่ลืมนึกว่าชีวิตไม่ใช่รถยนต์ที่มีเกียร์ถอยหลังได้ เรามีแต่เกียร์เดินหน้า ถ้าเราขับรถชีวิตคันนี้ไม่ดี เกิดไปติดหล่ม ตกหลุม ตกบ่อ หรือขับไปพบทางตันแล้ว เราจะเสียใจและเสียดายกับมันไปตลอดชีวิต

นอกจากนี้เราสามารถหลีกเลี่ยงกับการเสียดายบางสิ่งบางอย่างในชีวิตได้ โดยการเรียนลัดจากประสบการณ์ชีวิตของคนอื่น เพื่อไม่ให้ชีวิตของเราเกิดคำว่าเสียดายซ้ำรอยกับชีวิตคนที่เคยผ่านจุดนั้นๆ ไปแล้ว เพราะการเสียดายบางเรื่องเป็นสิ่งที่สามารถหลีกเลี่ยงได้ ถ้าเรารู้ก่อนและป้องกันไว้ก่อน ดังนั้นเพื่อเปิดโอกาสให้เราได้แต่งงานกับ “คุณสำเร็จ” จงรีบหย่ากับ “คุณเสียดาย” ตั้งแต่วินาทีนี้เป็นต้นไป และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าชีวิตแต่งงานใหม่ของคุณท่านคงจะสดใสขึ้นกว่าเดิมนะคะ

“ทำดีที่สุดคือ กลยุทธ์การหย่ากับคำว่าเสียดาย”



*คุณกล้าเปลี่ยนแปลงตัวเองหรือยัง?*

# ■ การบริหารธุรกิจชีวิต

## สู่ความสำเร็จ

ผมมีความเชื่อว่าการดำเนินชีวิตคือ การบริหารธุรกิจประเภทหนึ่งที่มีเป้าหมายสุดท้ายคือกำไร กำไรในที่นี้มีได้หมายถึงเงิน แต่หมายถึง “ความสำเร็จ” ดังนั้น ถ้าเป้าหมายของธุรกิจชีวิตเราคือความสำเร็จ เราจะต้องเริ่มบริหารชีวิตอย่างมีกลยุทธ์มากขึ้น คนหลายคนสูญเสียเวลาแห่งชีวิตไปกับเรื่องที่ไม่ไร้สาระ ปล่อยให้เวลาให้ล่วงเลยไปกับเซ็กนาฟิกา ปล่อยให้โอกาสล่องลอยไปกับสายลมและแสงแดด คนหลายคนมีคำว่า “เสียดาย” ดังที่ได้กล่าวมาแล้วอยู่เต็มหัว เพราะมารู้สึกตัวในเรื่องต่างๆ หรือคิดได้ก็สายไปเสียแล้ว กว่าจะรู้ว่าการออกกำลังกายเป็นสิ่งจำเป็น และสำคัญก็เจ็บป่วยไปเรียบร้อยแล้ว กว่าจะรู้ว่าครอบครัวสำคัญก็มีปัญหา ครอบครัวแตกแยกไปเรียบร้อยแล้ว กว่าจะรู้ว่าความสามารถยังไม่ถึงก็ต่อเมื่อโอกาสดีๆ ผ่านไปแล้ว

เพื่อให้ชีวิตมุ่งไปสู่วัตถุประสงค์ที่แท้จริงของชีวิตคือความสำเร็จ เราจะต้องมีการบริหารชีวิตตามแนวทางการบริหารธุรกิจชีวิตอย่างจริงจัง เพื่อให้มั่นใจได้ว่า เราไม่ได้ละเลย หลงลืม หรือแกล้งลืมทำบางสิ่งบางอย่างในชีวิตในเวลาที่เราควรจะทำ กล่าวง่ายๆ ก็คือป้องกันคำว่า “เสียดาย” อย่าให้เกิดขึ้นกับชีวิตของเราเลย ผมจึงขอแนะนำแนวทางในการบริหารธุรกิจชีวิตดังนี้

### กำหนดวิสัยทัศน์ของชีวิต (Life Vision)

เราต้องกำหนดเป้าหมายสูงสุดในชีวิตให้ชัดเจนว่า เราต้องการความสำเร็จอะไรและเมื่อใด เช่น ต้องการเป็นเจ้าของกิจการเมื่ออายุ 35 ปี ต้องการเป็นนักการเมืองเมื่ออายุประมาณ 40 ปี หรือต้องการมีเงินเก็บสัก 10-20 ล้านบาทภายในสิบปี

ฯลฯ คนหลายคนมักจะบอกว่าไม่รู้จะกำหนดเป้าหมายชีวิตได้อย่างไร จะเริ่มต้นที่ไหน ผมขอแนะนำว่าการกำหนดวิสัยทัศน์ของชีวิต สามารถกำหนดได้สองลักษณะคือ

- **กำหนดจากความฝันของเราเอง** ความฝันของเราอาจจะเกิดจากแรงดลใจบางอย่างในชีวิต หรือเกิดจากความยากลำบากในชีวิต เช่น บางคนฝันอยากทำงานมูลนิธิเพื่อช่วยเหลือเด็ก เพราะเคยเป็นเด็กกำพร้ามาก่อน
- **กำหนดจากแบบอย่างความสำเร็จของผู้อื่น** โดยเราอาจเลือกใครบางคนมาเป็นตัวอย่างเพื่อสร้างเป้าหมายหรือวิสัยทัศน์ให้กับตัวเอง หรืออาจจะกำหนดจากความสำเร็จของคนหลายคนรวมกันก็ได้ เช่น เราอยากเป็นนักเขียนที่ประสบความสำเร็จเหมือนนักเขียนบางคน หรือเราอยากเป็นเจ้าของธุรกิจขนาดเล็กเหมือนเจ้าของธุรกิจบางคนที่ประสบความสำเร็จ

วิสัยทัศน์ของชีวิตเปรียบเสมือนดวงดาวบนท้องฟ้า ที่ถึงแม้จะอยู่ห่างไกลแต่ก็สามารถสร้างพลังแสงสว่างให้กับเราได้ ในขณะที่เดียวกันวิสัยทัศน์ก็เปรียบเสมือนเข็มทิศที่จะนำพาชีวิตเราไปสู่ทิศทางที่ต้องการโดยไม่ต้องเสียเวลาและหลงทาง คนที่กำหนดวิสัยทัศน์ของชีวิตไว้ชัดเจนย่อมได้เปรียบคนอื่นอย่างแน่นอน เพราะในแต่ละย่างก้าวของชีวิตย่อมเชื่อมโยงไปสู่เป้าหมาย และคงไม่ปล่อยให้ชีวิตก้าวออกนอกเส้นทางไปจากเป้าหมายอย่างเด็ดขาด

## วิเคราะห์จุดอ่อนจุดแข็ง

### (SWOT Analysis)

เมื่อเรามีเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจนแล้ว เราก็ต้องกลับมาวิเคราะห์ตัวเราเองว่าชีวิตเราในส่วนไหนบ้างที่เป็นจุดแข็ง ที่จะสามารถนำพาเราไปสู่จุดหมายที่กำหนดไว้ได้ มีจุดไหนบ้างที่เรายังต้องพัฒนาปรับปรุงเพื่อลดปัญหาอุปสรรคที่อาจจะเกิดขึ้นระหว่างทาง เช่น เราต้องการเป็นเจ้าของธุรกิจที่ค้าขายกับต่างประเทศทุกภูมิภาคทั่วโลก จุดแข็ง (strengths) ของเราก็คือเรามีเงินลงทุนเพียงพอ เคยทำธุรกิจครบครันมาก่อน แต่จุดอ่อน (weaknesses) ของเราคือใช้ภาษาต่างประเทศไม่เก่ง หรือไม่ค่อยเข้าใจวัฒนธรรมของคนต่างชาติ

ในขณะเดียวกัน เราก็จะต้องวิเคราะห์ว่าชีวิตของเรามีสภาพแวดล้อมภายนอกอะไรบ้างที่เอื้ออำนวย (opportunities) และเป็นอุปสรรค (threats) ในการเดินทางไปสู่จุดหมาย เช่น เทคโนโลยีการสื่อสารก้าวหน้าช่วยให้เราสามารถขายสินค้าผ่านระบบอินเทอร์เน็ตได้ แต่เราจะต้องประสบกับปัญหาการกีดกันทางการค้าจากประเทศตะวันตก โดยเงื่อนไขทางการค้าหรือมาตรฐานสากลประเภทต่างๆ

การวิเคราะห์จุดอ่อน จุดแข็ง โอกาส และปัญหาอุปสรรคในชีวิตนั้น จะช่วยให้เราเข้าใจตัวเอง ยอมรับจุดบกพร่องของตัวเอง และพร้อมที่จะพัฒนาให้ถูกต้องและเหมาะสมสอดคล้องกับเป้าหมายในชีวิตได้ ถ้าจุดมุ่งหมายของชีวิตคือการเดินทางไปจังหวัดเชียงใหม่โดยรถยนต์ภายในเวลา 10 ชั่วโมง การวิเคราะห์ SWOT ของชีวิตก็เปรียบเสมือนการตรวจสอบสภาพของรถยนต์ว่าสามารถวิ่งทางไกลได้หรือไม่ เครื่องยนต์ร้อนเร็วหรือช้า ทำความเร็วได้กี่กิโลเมตรต่อชั่วโมง สามารถวิ่งขึ้นเขาได้หรือไม่ มีส่วนไหนของรถที่อาจจะทำให้เกิดปัญหาระหว่างเดินทางได้บ้าง รวมถึงการวิเคราะห์ว่าเส้นทางที่เราไปนั้น มีบ้านคนมากหรือไม่มี มีปั้มน้ำมันมากหรือน้อย โอกาสที่ฝนจะตกมีมากหรือไม่

## กำหนดปัจจัยสู่ความสำเร็จ (Critical Success Factors)

การกำหนดปัจจัยสู่ความสำเร็จหมายถึง การกำหนดว่าอะไรคือปัจจัยที่สำคัญที่สุดที่จะนำไปสู่เป้าหมายตามวิสัยทัศน์ เช่น เราต้องการเป็นเจ้าของกิจการ ปัจจัยสู่ความสำเร็จอาจจะประกอบด้วย

- **เงินลงทุน** เพราะถ้าเราไม่มีเงิน เราคงเป็นเจ้าของกิจการไม่ได้
- **ความรู้ด้านการจัดการ** เราในฐานะเจ้าของกิจการจะต้องมีความรู้ในธุรกิจที่ทำเพียงพอ
- **ลูกค้า** เราต้องมีกลุ่มลูกค้าที่สนับสนุนสินค้าหรือบริการของเรา
- **บุคลากร** ซึ่งเป็นผู้ที่มีส่วนสำคัญในการทำงานให้กับเรา
- **เทคโนโลยี** ซึ่งจะช่วยให้เรามีความได้เปรียบในการแข่งขัน

แต่ถ้าเป้าหมายชีวิตของเราคือการเป็นนักเขียนที่มีชื่อเสียง ปัจจัยสู่ความสำเร็จคือ

- **ความรู้** เพราะถ้าขาดความรู้คงไม่สามารถเขียนหนังสือหรือบทความได้
- **เทคนิคการเขียน** เป็นศิลปะการเขียนที่มีเอกลักษณ์ช่วยเพิ่มสีสันให้กับข้อเขียนที่เขียนขึ้น
- **ผู้อ่าน** เป็นผู้ที่บ่งบอกว่างานเขียนของเราประสบความสำเร็จหรือไม่
- **ประสบการณ์** ถือเป็นปัจจัยสำคัญที่จะช่วยให้เราก้าวไปสู่เส้นทางของการเป็นนักเขียน

เราจะเห็นได้ว่าการมีจุดมุ่งหมายเป็นนักเขียนที่ประสบความสำเร็จนั้น ถึงแม้เงินทุนจะมีความจำเป็น แต่ก็ไม่ถือว่าเป็นปัจจัยสู่ความสำเร็จที่สำคัญ ไม่เหมือนกับการเป็นเจ้าของธุรกิจส่วนตัว ดังนั้นการกำหนดปัจจัยสู่ความสำเร็จในชีวิตนี้จะช่วยให้เรามองเห็นว่าในชีวิตนี้เราจะต้องให้ความสำคัญกับสิ่งใดมาก ให้ความสำคัญกับสิ่งใดน้อย ซึ่งจะช่วยให้เราสามารถจัดลำดับความสำคัญในชีวิตได้ดียิ่งขึ้น

เราจะเห็นว่า ปัจจัยสู่ความสำเร็จของนักกีฬาส่วนมากต้องประกอบด้วยการมีสุขภาพที่แข็งแรง ดังนั้นการดูแลสุขภาพจึงเป็นเรื่องที่สำคัญที่สุดสำหรับความสำเร็จประเภทนี้ ในขณะที่ความสำคัญอันดับต้นๆ ของคนที่เป็นักเขียนคือการแสวงหาความรู้ใหม่ๆ อยู่ตลอดเวลา

## กำหนดเป้าหมายเชิงกลยุทธ์ (Strategic Aim)

เมื่อทราบเป้าหมายสูงสุดของชีวิตและทราบจุดอ่อนจุดแข็งของตัวเองแล้ว ก็ต้องเริ่มกำหนดเป้าหมายในเรื่องต่างๆ ให้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น เช่น ถ้าต้องการเป็นเจ้าของกิจการ เราจะต้องมีเงินทุนอย่างน้อยหนึ่งล้านบาท แต่ปัจจุบันเรามีเงินทุนเพียงห้าแสนบาท เราเหลือเวลาอีกห้าปีในการหาเงินทุนให้ครบ ดังนั้นเป้าหมายเชิงกลยุทธ์ในแง่ของเงินทุนของเราคือห้าแสนบาทภายในห้าปี

การกำหนดเป้าหมายกลยุทธ์ให้กับชีวิตในแต่ละด้าน จะช่วยให้เรามองเห็นภาพรวมได้ชัดเจนขึ้นว่าปัจจัยตัวไหนที่ยังอยู่ห่างจากเป้าหมาย ปัจจัยตัวไหนที่

ใกล้เคียงกับเป้าหมายที่เรากำหนดไว้ ซึ่งจะทำให้เราสามารถจัดลำดับความสำคัญของการไปสู่เป้าหมายได้ง่ายขึ้น เช่น เป้าหมายทางด้านเงินทุน ซึ่งไม่ค่อยยากนักเพราะมีเวลาเก็บเงินอีกหลายปี แต่เป้าหมายทางด้านความรู้และประสบการณ์ในการจัดการทางธุรกิจ เราอาจจะยังห่างจากเป้าหมายอยู่มาก ดังนั้นพฤติกรรมในการดำเนินชีวิตของเรา ก็จะต้องทุ่มเทเวลาในการหาความรู้และประสบการณ์มากกว่าการหาเงินทุน

## กำหนดทางเลือก (Strategic Option)

ในแต่ละเป้าหมายเชิงกลยุทธ์ย่อยๆ ในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป้าหมายด้านเงินทุน เป้าหมายด้านความรู้ และเป้าหมายด้านประสบการณ์ เราจะต้องกำหนดทางเลือกขึ้นมาเพื่อให้มีความเหมาะสมกับตัวเราให้มากที่สุด เช่น เป้าหมายย่อยทางด้านเงินทุน เราอาจจะกำหนดทางเลือกในการหาเงินทุน ดังนี้

- กู้เงินจากสถาบันการเงิน เงื่อนไขคือเราต้องมีหลักทรัพย์หรือการค้ำประกัน
- กู้ยืมเงินจากญาติพี่น้อง เงื่อนไขคือญาติพี่น้องเรามีเงินหรือไม่ เขาไว้ใจเราหรือไม่
- เก็บสะสมเงินด้วยตัวเอง เงื่อนไขคือต้องใช้เวลานาน
- ระดมทุนจากหุ้นส่วน เงื่อนไขคือกิจการนั้นต้องมีผู้ถือหุ้นหลายคน

คนหลายคนที่มีมักจะตายน้ำตื้น คือมีวิสัยทัศน์ที่ชัดเจน วิเคราะห์ตัวเองดี มีการกำหนดเป้าหมายเชิงกลยุทธ์ไว้อย่างดี แต่พอมาถึงการหาทางเลือกกลับคิดไม่ออก ไม่สามารถหาทางเลือกให้กับตัวเองได้ เพราะคนส่วนมากมักจะคิดในเชิงลบ เช่น คงเป็นไปไม่ได้หรอกเพราะต้องลงทุนเป็นล้านบาท คงจะยากนะที่จะไปขอกู้เงิน เพราะเราไม่มีหลักทรัพย์ คนประเภทนี้มักจะตัดสินความคิดของตัวเองด้วยตัวเอง ทั้งๆ ที่บางความคิดอาจจะจริงขึ้นมาได้ถ้าเราได้ลองลงมือทำจริงๆ ซึ่งเราต้องทดลองทำก่อนแล้วค่อยตัดสินว่าใช่หรือไม่ใช่

เราคงเคยได้รับทราบประวัติของเจ้าของธุรกิจบางคน que เริ่มต้นมาจากศูนย์ ไม่มีเงิน แต่มีความพยายาม มีความขยัน มีความสุจริต มีน้ำใจ วันหนึ่งสิ่งดีๆ

ที่เขาเคยทำในอดีตอาจจะส่งผลต่อการแสวงหาทางเลือกของเขาได้ เช่น มีชายคนหนึ่งอยากมีธุรกิจเป็นของตัวเอง เดินไปขอกู้เงินที่ไหนก็ไม่มีใครให้ เพราะไม่มีหลักทรัพย์อะไรเลย จนมาวันหนึ่งเขาเดินไปขอกู้เงินที่ธนาคารแห่งหนึ่ง พอเข้าไปคุยกับผู้จัดการแล้ว ผู้จัดการท่านนั้นไม่ได้ให้เขากู้เงินธนาคาร แต่ให้กู้เงินส่วนตัวของท่านเอง เพราะเมื่อหลายปีก่อนผู้จัดการธนาคารท่านนี้เคยประสบอุบัติเหตุเกือบเอาชีวิตไม่รอด ถ้าไม่ได้ชายคนนี้ช่วยเหลือไว้

จากเรื่องนี้ ผมอยากให้ทุกคนคิดอยู่เสมอว่าทุกเส้นทางที่เราต้องการจะไปถึงนั้นมีทางออกอยู่เสมอ เพียงแต่ทางออกสำหรับชีวิตของเราอาจจะแตกต่างจากคนทั่วไป อาจจะแตกต่างจากคนอื่น ๆ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับเบื้องหน้าและเบื้องหลังชีวิตของแต่ละคน จากตัวอย่างนี้จะเห็นว่าไม่ใช่คนทุกคนจะได้รับเงินกู้จากผู้จัดการธนาคารท่านนี้ บางคนอาจจะได้รับเงินกู้จากภรรยาผู้จัดการ บางคนอาจจะได้รับเงินให้เปล่าจากคนบางคน บางคนอาจจะได้คนมาร่วมลงทุนก็เป็นไปได้ ดังนั้นจึงขอให้ทุกคนเชื่อว่า “ทุกปัญหามีทางออกเสมอ” แต่จะต่างกันตรงที่ความยาก ง่าย เร็ว หรือช้าเท่านั้น

## กำหนดแผนกลยุทธ์ (Strategic Plan)

เมื่อเราได้เลือกทางเลือกเชิงกลยุทธ์ในด้านต่างๆ ไปแล้ว เช่น เราจะหาเงินโดยการเก็บออมด้วยตัวเอง เราจะแสวงหาความรู้เพิ่มเติมโดยการศึกษาศาสตร์ต่อปริญญาโททางการบริหารธุรกิจ เราจะหาประสบการณ์โดยเข้าไปทำงานกับธุรกิจครอบครัวที่เป็นมืออาชีพ เราจะอ่านหนังสือด้านการทำธุรกิจแบบมืออาชีพให้มากขึ้น เราต้องนำเอากลยุทธ์ในแต่ละด้านมาจัดทำเป็นแผนเชิงกลยุทธ์ ว่าในแต่ละช่วงเวลาของชีวิตเราจะทำอะไรก่อนหลัง อะไรที่ทำความคุ้นกันได้ กลางๆๆ ก็คือเอาสิ่งต่างๆ มาจัดทำตารางการดำเนินชีวิตให้ชัดเจนมากขึ้นว่าเราจะทำอะไร เมื่อใด และอย่างไรนั่นเอง สิ่งสำคัญอย่างหนึ่งที่ไม่ควรมองข้ามในเรื่องของการวางแผนเชิงกลยุทธ์ของชีวิตคือต้องมีแผนสำรอง (contingency plan) เผื่อไว้ในกรณีที่แผนที่วางไว้ไม่เป็นไปตามที่เราต้องการ



## นำไปปฏิบัติตามวงจร PDCA

เมื่อเรากำหนดแผนงานชีวิตไว้เรียบร้อยแล้ว (plan) จึงจะลงมือนำไปปฏิบัติจริง (do) จะต้องมีการตรวจสอบเป็นระยะๆ ว่าสิ่งที่ได้ลงมือทำไปนั้นเป็นไปตามแผนและเป้าหมายหรือไม่ (check) หลังจากนั้นถ้าไม่เป็นไปตามเป้าหมายจะต้องมีการแก้ไขปรับปรุงให้สอดคล้องกับเป้าหมาย (act) ซึ่งเราจะต้องคำนึงถึงวงจรนี้อยู่ตลอดเวลา วงจร PDCA นี้ใช้ได้ทั้งวงจรของแผนใหญ่ในชีวิตและแผนสั้นบนานๆ เช่น แผนด้านการเงินก็ต้องใช้ PDCA แผนด้านการหาความรู้เพิ่มเติมก็ต้องใช้วงจร PDCA เช่นเดียวกัน



*คุณกล้าที่จะกระโดดข้ามช่องว่างระหว่าง  
ความฝันกับปัจจุบันของคุณแล้วหรือยัง?*

จากแนวทางดังที่ได้กล่าวมาทั้งหมดนี้ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงจะสามารถจุดประกายให้คุณผู้อ่านได้ลองหยุดคิดพิจารณาดูว่า ชีวิตของเราได้ถูกกำหนดไว้อย่างเป็นระบบและเป็นขั้นเป็นตอนหรือไม่ ทำไมเราจึงมายืนอยู่ตรงจุดนี้ของชีวิตได้ เป็นเพราะเราวางแผนธุรกิจชีวิตไว้ก่อนล่วงหน้าดี หรือเพราะดวงชะตาฟ้าลิขิต หรือด้วยเหตุผลอื่นๆ แล้วช่วงเวลาแห่งชีวิตที่ยังเหลืออยู่ เราจะยังคงใช้วิธีการแบบเดิมๆ เดินไปสู่จุดหมาย หรือเราจะต้องกำหนดแผนกลยุทธ์ชีวิตเสียใหม่เพื่อไม่ให้เสียเวลาไปกับสิ่งที่ไม่สำคัญและไม่จำเป็นเหมือนในอดีตที่ผ่านมา เราต้องเชื่อมั่นเสมอว่าผู้ที่วางแผนชีวิตได้ดีกว่าย่อมมีโอกาสไปสู่เส้นชัยได้เร็วกว่า และดีกว่าคนอื่นอย่างแน่นอน

“หนึ่งชีวิตคือหนึ่งหน่วยธุรกิจของบริษัทสังคม”



# กล้าเปลี่ยนแปลง

‘ถ้าคุณไปวิ่งออกกำลังกายตอนเช้า หลังจากวิ่งผ่านไป 2 กิโลเมตรแล้ว คุณรู้สึกเหนื่อยมาก คิดในใจว่าคงจะวิ่งต่อไปไม่ไหวแน่ๆ แต่บังเอิญมีสุนัข ซึ่งเป็นโรคพิษสุนัขบ้าวิ่งไล่กัดคุณ...คุณคิดว่า จะมีแรงวิ่งต่ออีกหรือไม่?’

‘ถ้าคุณไม่มีเวลาออกกำลังกายเพราะเหตุใดๆ ก็ตาม ถ้าวันหนึ่ง แพทย์ได้บอกคุณว่า คุณเป็นโรคร้ายแรงต้องเสียชีวิตภายใน 7 วัน มีทางเดียวที่จะรักษาได้คือ ให้ออกกำลังกายทุกวัน วันละ 2 ชั่วโมง... คุณคิดว่า จะมีเวลาออกกำลังกายหรือไม่?’

ผมเชื่อว่าทั้งสองคำถามคุณต้องตอบว่า **“มี”** ดังนั้นคุณจะเห็นว่า ศักยภาพในตัวคุณมีอยู่อย่างไม่จำกัด ขึ้นอยู่กับว่าคุณจะมีเทคนิค และวิธีการที่จะดึงมันออกมาให้ได้และดีเพียงใด

ประวัติผู้เขียน : **ณรงค์วิทย์ แสนทอง**

## การศึกษา

- ปริญญาโท รัฐประศาสนศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- ปริญญาตรี รัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

## ประสบการณ์ทำงาน

- ด้านการบริหารทรัพยากรมนุษย์ จากบริษัทในเครือเจริญโภคภัณฑ์
- บริษัทในเครือปูนซีเมนต์ไทย
- บริษัทเซราบอส (ประเทศไทย) จำกัด

## ปัจจุบัน

- กรรมการผู้จัดการบริษัท พีพีเอส แวลว จำกัด
- วิทยากร ที่ปรึกษา และนักเขียน

## ผลงานเขียน

- หนังสือ** - การบริหารทรัพยากรมนุษย์สมัยใหม่ภาคปฏิบัติ
- คู่มือการพัฒนาระบบการบริหารผลงานยุคใหม่
- เทคนิคการจัดการทำใบกำหนดหน้าที่งานบนพื้นฐานของ Competency และ KPI
- The Balanced Scorecard : ตัวอย่างการนำไปใช้ในองค์กร

## บทความ

- คอลัมน์ “โลกนักบริหาร” ในหนังสือพิมพ์กรุงเทพธุรกิจ
- วารสารของสมาคมการจัดการงานบุคคลแห่งประเทศไทย



# SE-ED

[www.se-ed.com](http://www.se-ed.com)

ISBN 978-974-212-578-3



9 789742 125783

120 บาท

การพัฒนาคัดลอก