howto

仕事ができる人が見えないところで必ずしていること

ตัวท็อปออฟฟิศ

WORKPLACE SURVIVAL GUIDE

รวม 5 ทักษะที่คนเก่งทำเสมอตอนที่คุณไม่เห็น
อัปเลเวลให้คุณหมดห่วงเรื่องงาน
และกลับบ้านได้อย่างสบายใจ

อาดาจิ ยูยะ เขียน
กมลวรรณ เพ็ญอร่าม แปล

howto

ตัวท็อปออฟฟิศ
Workplace Survival Guide

仕事ができる人が見えないところで必ずしていること

อาดาจิ ยูยะ
เขียน

กมลวรรณ เพ็ญอร่าม
แปล

ตัวอย่าง

การอ่านคือรากฐานที่สำคัญ

ตัวท็อปออฟฟิศ Workplace Survival Guide
仕事ができる人が見えないところで必ずしていること

howto

ในเครือบริษัทอมรินทร์ คอร์เปอเรชั่นส์ จำกัด (มหาชน)
378 ถนนชัยพฤกษ์ (บรมราชชนนี) เขตตลิ่งชัน กรุงเทพฯ 10170
โทรศัพท์ 0-2422-9999 ต่อ 4964, 4969 E-mail: info@amarin.co.th
www.amarinbooks.com **@amarinbooks** **Amarin HOW-TO**

SHIGOTO GA DEKIRU HITO GA MIENAI TOKORODE KANARAZU SHITEIRU KOTO
Copyright © Yuya Adachi 2023
Thai translation rights arranged with Nippon Jitsugyo Publishing Co., Ltd.
through Japan UNI Agency, Inc., Tokyo and Kana Japan rights Agency, Bangkok

สื่อดิจิทัลนี้ให้บริการดาวน์โหลดสำหรับผู้รับบริการตามเงื่อนไขที่กำหนดเท่านั้น
การทำซ้ำ ดัดแปลง เผยแพร่ ไม่มีวิธีใดๆนอกเหนือจากเงื่อนไขที่กำหนด
ถือเป็นความผิดอาญาตาม พรบ.ลิขสิทธิ์
และ พรบ.ว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์

เลขมาตรฐานสากลประจำหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ 978-616-18-8007-1

เจ้าของ ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา บริษัทอมรินทร์ คอร์เปอเรชั่นส์ จำกัด (มหาชน)
กรรมการผู้อำนวยการใหญ่ ศิริ บุญพิทักษ์เกศ • กรรมการผู้จัดการ อุษณีย์ วิรัตกพันธ์
รองกรรมการผู้จัดการ ศศกร วัฒนาสุทธิวงศ์ • ที่ปรึกษา องอาจ จิระอร
บรรณาธิการต้นฉบับ กอบพร ถิรเจริญสกุล • บรรณาธิการ กาญจนภรณ์ เอื้อกิตติพรชัย
ผู้จัดการฝ่ายการผลิต อมรลักษณ์ เชยกลิ่น • ศิลปกรรมปก สิริพงษ์ กิจวัตร
ออกแบบรูปเล่ม สุนิดา ภาวะทรัพย์ • พิสูจน์อักษร ปัณณิกา, รจนา เทียนแดง

สารบัญ

บทนำ 1

1 "ทักษะการลงมือทำ" 6

อาวุธที่ทรงพลังที่สุดในการเปลี่ยนชีวิต
คนทำงานเก่งคือคนที่ "ลงมือทำทันที"

"วิธีเปลี่ยนชีวิต" ของประธานของบริษัท
ที่จ้างเฉพาะผู้มีอายุมากกว่า 50 ปีเท่านั้น 8

คำว่า "อยากลองทำดู" ถือเป็นความเชื่อเลื่อนลอย
คำว่า "ลองทำดูแล้ว" ถือเป็นวิทยาศาสตร์ 14

"การเรียนเพื่อสอบ" ส่งผลร้ายต่อการทำงาน 19

จงอย่าเชื่อว่า "ตัวเรามีโอกาสไม่จำกัด" 24

จงเลือกและตัดสินใจให้เร็ว 27

ทางลัดที่เร็วที่สุดสู่การเป็น "คนทำงานเก่ง" 31

2 “ทักษะการตัดสินใจ” 36

สร้างได้จากการเรียนรู้เรื่องการตีกรอบ
คนทำงานเก่งจะมี “หลักการตัดสินใจ” ที่ใช้ได้ตลอดชีวิต

6 คำตอบสำคัญที่ว่าทำไมคนเราต้องทำงาน 38

3 เรื่องที่คนทำงานเก่งรู้ดี 44

ความแตกต่างของการสื่อสารที่เห็นได้ชัด
ระหว่างวัยเรียนกับวัยทำงาน 50

ทำไมความพยายามถึงสำคัญ
แม้จะไม่ได้รับรางวัลตอบแทนก็ตาม 57

ความแตกต่างเล็ก ๆ น้อย ๆ ระหว่าง “คนที่ดำเนินงานเองได้”
กับ “คนที่ทำงานเองโดยพลการ” 62

ความแตกต่างระหว่าง “การโปรโมตตัวเอง”
กับ “การประจบ” 66

จุดสำคัญที่ใช้ตัดสินใจเรื่องการลาออกว่า
“จะไปต่อ” หรือ “พอแค่นี้” 70

3 “ทักษะการสื่อสาร” 74

เพียงพลิกแพลงเล็กน้อยก็สร้างความแตกต่างที่ยิ่งใหญ่ได้
วิธีเตรียมตัวที่ถูกต้องซึ่งเรียนรู้จากคนทำงานเก่ง

เคล็ดลับการสนทนามีเพียง 2 ประการเท่านั้น 76

8 ข้อที่จะทำให้คุณกลายเป็น “คนที่พูดเข้าใจง่าย” 80

เทคนิค “ฟังให้มากขึ้น พูดให้น้อยลง”
ช่วยเอาชนะอุปสรรคในการสื่อสาร 90

คนที่ความคิดเห็นขัดแย้งกับคุณไม่ใช่ “ศัตรู”
แต่เป็น “คนมีเหตุผล” 95

8 สิ่งที่ “ควรทำเมื่อได้รับมอบหมายงาน” 100

6 ขั้นตอนจากผู้ชำนาญการสัมภาษณ์
ที่คลายความประหม่าได้แม้ในการสัมภาษณ์ครั้งแรก 104

สิ่งสำคัญที่ทำให้ทุกคนกลายเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านการสื่อสาร 110

เมื่อไม่สามารถตอบสนองความต้องการได้
ก็ต้องใช้ทักษะในการสื่อสาร 114

4 “ทักษะการคิดอย่างถี่ถ้วน” 120

ช่วยสอนเราถึงแก่นแท้ของสิ่งต่าง ๆ ที่ยิ่งใหญ่ได้
กิจวัตรที่คนทำงานเก่งปฏิบัติจริงในทุก ๆ วัน

5 เหตุผลที่ทำให้คุณเป็นแค่ “คนฉลาดทั่ว ๆ ไป” 122

8 บทเรียนที่มอบหมายให้ลูกน้องในบริษัทให้คำปรึกษา 127

ไม่มีใครเชื่อถือคนที่ไม่เคยล้มเหลว 133

คนในแวดวงธุรกิจ “เลื่อนตำแหน่ง” กันอย่างไร 137

ทำไมคนที่อยากสร้างผลสำเร็จจึงควรทำ “งานเสริม” 141

สิ่งที่ได้เรียนรู้ในเวลาเพียง 3 วันก็มีค่าแค่ 3 วันเท่านั้น 145

การบอกจำนวน “คนที่เก่งกว่าตัวเอง”
แสดงให้เห็นถึงความสามารถของคนคนนั้น 149

จงพยายามทำให้ “ง่าย” 155

5 “ทักษะการสร้างแรงผลักดัน” 160

พันธมิตรที่ทรงพลังจะช่วยยกระดับชีวิต
คนทำงานเก่งจะเข้าใจความสำคัญของความเป็นผู้นำ

คำว่า “อย่าให้ต้องพูดเรื่องเดิมซ้ำ ๆ อีก”
แปลว่า “หัวหน้าทำงานไม่เก่ง” 162

จงจัดลำดับความสำคัญ
“ทักษะการลงมือทำ” มาก่อน “ความฉลาด” 166

6 เกณฑ์ในการแยกแยะ “หัวหน้าที่ดี” กับ “หัวหน้าที่แย่” 170

เมื่อรู้สึกว่า “ประสบความสำเร็จแล้ว” ชีวิตก็ถึงทางแยก 176

“การรีบเร่ง” กับ “การเพิ่มความเร็ว” ไม่เหมือนกัน 181

วิธีสอนเพื่อพัฒนาบุคลากรอย่างมีชั้นเชิง
คือการไม่บอกทั้งหมด 184

สิ่งที่น่ายินดีที่สุดในการทำงาน
คือการได้รับ “อิสรภาพ” มาครอบครอง 190

บทส่งท้าย 194
เกี่ยวกับผู้เขียน 196

บทนำ

ตอนเข้าทำงานในบริษัทหลังเรียนจบใหม่ ๆ คนส่วนมากมักมีความปรารถนาว่า “ฉันอยากทำงานเก่ง ๆ”

แต่วันเวลาก็ผ่านไปไวเหมือนโกหก จากครึ่งปีเป็น 2 ปี 3 ปี แล้วก็กลายเป็น 10 ปี ทำให้อาจเกิดความคิดว่า “แค่ทำงานในแต่ละวันให้จบ ๆ ไปได้ก็ดีแล้ว”

ผมก็เคยมีช่วงเวลาที่เป็นแบบนี้เหมือนกัน

ทำไมความปรารถนาที่ว่า “ฉันอยากทำงานเก่ง” ถึงจางหายไป แล้วความปรารถนานี้หายไปตั้งแต่เมื่อไรกัน

อาจเป็นเพราะคุณพยายามพุ่งชน “กำแพง” ในการทำงานหลายครั้งจนรู้สึกหมดเรี่ยวแรง

หรืออาจเป็นเพราะคุณรู้สึกโกรธและยอมแพ้กับคำสั่งที่ไร้เหตุผลของหัวหน้า

ไม่ว่าจะเป็นแบบไหน แต่เมื่อไรที่คุณคิดว่า “พอกันที สถานการณ์แบบนี้ฉันเปลี่ยนแปลงอะไรไม่ได้หรอก ฉันทำอะไรไม่ได้เลย การทำงานให้จบ ๆ ไปแบบไม่มีปัญหาเป็นทางที่ดีที่สุดแล้ว” ตอนนั้นเองความปรารถนาที่ว่า “ฉันอยากทำงานเก่ง” ก็ค่อย ๆ เลือนหายไป

ทว่าในโลกนี้ยังมีคนที่ก้าวข้ามกำแพงดังกล่าวไปได้จนกลายเป็น “คนทำงานเก่ง” อยู่เช่นกัน

แล้วพวกเขาทำอย่างไรจึงก้าวข้ามกำแพงและเอาชนะความไร้เหตุผลเหล่านั้นได้

คำตอบง่าย ๆ

เป็นเพราะพวกเขามีคนใกล้ตัวที่ช่วยสอนวิธีก้าวข้ามกำแพงและเอาชนะความไร้เหตุผลอย่างไรล่ะ

จะเรียกคนกลุ่มนี้ว่า “อาจารย์” ก็ย่อมได้

“อาจารย์” คือกลุ่มคนที่มีความสามารถในการถ่ายทอดวิธีที่ตัวเองเรียนรู้มาให้เข้าใจง่ายแก่ลูกน้องหรือรุ่นน้อง

จริง ๆ แล้วผมเองก็มีกลุ่มคนแบบนี้อยู่เหมือนกัน เวลาเจอความยากลำบากในการทำงานที่ปรึกษา พวกเขาก็ช่วยสอนวิธีแก้ปัญหาอย่างราบรื่น บางครั้งถึงกับบอกวิธีหลีกเลี่ยงปัญหาให้อีกด้วย

แต่ถึงอย่างไรก็ยังมีปัญหาอยู่บ้าง

ในกรณีส่วนใหญ่ สิ่งเหล่านี้ถือเป็น “ความรู้เฉพาะตัว” ที่ไม่ได้บันทึกไว้เป็นลายลักษณ์อักษร ดังนั้นเราจึงใช้แก้ปัญหาได้เฉพาะในขอบเขตที่คนคนหนึ่งสอนมาเท่านั้น

ดังนั้นคนโชคดีที่มี “อาจารย์” จึงกลายเป็น “คนทำงานเก่ง” ส่วนคนที่โชคไม่ดีอย่างนั้นก็ยอมแพ้ไปด้วยความคิดว่า “ทำงานแบบส่ง ๆ ไปก็ได้”

อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาในแง่ของการนำทรัพยากรมนุษย์มาใช้ เรื่องนี้ก็น่าเสียดายมากทีเดียว

ดังนั้นตอนที่ผมลาออกจากบริษัทให้คำปรึกษาและมาเริ่มกิจการของตัวเอง ผมจึงตัดสินใจเขียนสิ่งที่ได้เรียนรู้จากประสบการณ์ที่ผ่านมาให้ได้มากที่สุด และสร้างเว็บบล็อกให้เป็น “องค์ความรู้ที่

ชัดเจน" ทั้งในเชิงทฤษฎีและเชิงปฏิบัติ

นั่นคือที่มาของเว็บบล็อก *Books & Apps* ซึ่งก็คือช่องทางสื่อที่ผมดูแลเอง

และในปี 2015

ผมก็ได้รับการติดต่อจากบรรณาธิการของสำนักพิมพ์*นิปปอนจิตซึเกียว*ว่าให้นำเนื้อหาใน *Books & Apps* มาตีพิมพ์เป็นหนังสือ

ชื่อหนังสือเล่มนั้นคือ *ทางลัดที่รวดเร็วที่สุดสู่การเป็น "คนทำงานเก่ง"*

ซึ่งเป็นการนำบทความที่ผมเขียนทุกวันไปแก้ไขเพิ่มเติมและเรียบเรียงจนกลายเป็นหนังสือหนึ่งเล่ม

นั่นเป็นหนังสือเล่มแรกนับตั้งแต่ผมทำงานอิสระ ดังนั้นสิ่งที่เขียนไว้ในหนังสือจึงมีความพิเศษแฝงอยู่แม้ในปัจจุบัน

อย่างที่กล่าวไปว่าผมเรียนรู้ "วิธีการทำงาน" มาจากหัวหน้าหรือรุ่นพี่ในบริษัทให้คำปรึกษาในตอนนั้น เหล่านี้เป็นสิ่งที่บอกต่อกันในกลุ่มคนเล็ก ๆ แต่ตอนนี้วิธีการดังกล่าวได้ถูกเผยแพร่ไปทั่วโลกในฐานะ "ผลงานที่มีลิขสิทธิ์" แล้ว

ผมได้ยินว่าตอนนี้ "งานที่ปรึกษา" เป็นอาชีพที่ได้รับความนิยม แต่บริษัทให้คำปรึกษาในช่วงที่ผมทำงานอยู่มักขึ้นชื่อว่า "มีชั่วโมงการทำงานยาวนาน" "ยึดหลักอิงตามผลประกอบการ" และ "ใช้อำนาจข่มเหง" จึงเป็นเหมือน "บริษัทสีดำ"[1]

[1] Black Company หมายถึง บริษัทจ้างงานที่เอารัดเอาเปรียบพนักงานและไม่ยอมปฏิบัติตามกฎหมายแรงงาน

ดังนั้นวิธีการทำงานที่ถูกสร้างขึ้นเพื่อให้หลุดพ้นจากสภาพแวดล้อมอันมืดมนและเพื่อสร้างผลประกอบการจึงกลายมาเป็นเนื้อหาของหนังสือ*ทางลัดที่รวดเร็วที่สุดสู่การเป็น “คนทำงานเก่ง”*

ในปัจจุบัน “การปฏิวัติวิธีทำงาน” และ “ปัญหาการจ้างงานเนื่องจากอัตราการเกิดลดลง” เรียกได้ว่าส่งผลให้บริษัทให้คำปรึกษาหลาย ๆ แห่งมีการ “ฟอกขาว” และดำเนินกิจการง่ายขึ้นมาก

ผู้คนที่ทนทุกข์กับการถูกอำนาจข่มเหงแบบไร้เหตุผลหรือต้องทำงานอย่างยาวนานแบบไม่เห็นปลายทางจึงน้อยลงกว่าสมัยก่อนถือเป็นเรื่องน่ายินดีอย่างยิ่ง

ในทางกลับกันก็มีความกดดันว่า “เรายิ่งต้องทำผลงานให้มากที่สุดภายในระยะเวลาสั้น ๆ”

ดังนั้น “วิธีที่ทำให้กลายเป็นคนทำงานเก่ง” จึงมีความเป็นสากลและยังมีประโยชน์แม้ในยุคสมัยปัจจุบัน

เมื่อเร็ว ๆ นี้บรรณาธิการได้พูดคุยกับผมว่าหนังสือ*ทางลัดที่รวดเร็วที่สุดสู่การเป็น “คนทำงานเก่ง”* ที่คัดสรรเนื้อหามาจากเว็บบล็อกเขียนถึง “แก่นแท้ของการทำงานที่เป็นสากลไว้ด้วย” เราจึงนำมาปรับปรุงและเรียบเรียงใหม่ก่อนจะเผยแพร่เป็นหนังสือเล่มนี้

อาดาจิ ยูยะ

1

“ทักษะการลงมือทำ”

อาวุธที่ทรงพลังที่สุด
ในการเปลี่ยนชีวิต

「 คนทำงานเก่งคือ
คนที่ “ลงมือทำทันที” 」

“วิธีเปลี่ยนชีวิต” ของประธานของบริษัท ที่จ้างเฉพาะผู้มีอายุมากกว่า 50 ปีเท่านั้น

แม้ในปัจจุบันคนที่พูดว่า “ถ้าตั้งใจเรียนตั้งแต่เด็กจนได้เข้าโรงเรียนดี ๆ และได้ทำงานในบริษัทดี ๆ ชีวิตก็จะสบายไปตลอดชาติ” ยังมีอยู่เยอะ

แน่นอนว่าการพยายามตั้งใจเรียนเป็นสิ่งที่ดี บางคนก็บอกว่า “ถ้าไม่พยายามในช่วงที่ยังอายุน้อยจะย้อนเวลากลับไปแก้ไขไม่ได้นะ”

เมื่อได้ฟังอย่างนี้แล้ว ผมก็นึกถึงเรื่องราวของคนคนหนึ่ง

ก่อนหน้านี้ผมได้ไปเยี่ยมเยือนบริษัทที่พนักงานส่วนใหญ่มีอายุมากกว่า 50 ปี โดยผู้บริหารมีอายุเกิน 65 ปี และพนักงานก็อายุเกิน 60 ปีแบบไล่เลี่ยกัน ทั้งที่ปกติผมเคยเจอแต่บริษัทที่มีพนักงานอายุ 20 - 30 ปี บริษัทนี้จึงแตกต่างอย่างสิ้นเชิง

นั่นเป็นการพบกันครั้งแรก ผมจึงถามผู้บริหารว่า

: เป็นครั้งแรกเลยครับที่ผมได้มาบริษัทที่ไม่มีคนหนุ่มสาว

: เหรอครับ ผมก็คิดว่าที่อื่นคงไม่ค่อยเป็นแบบนี้เหมือนกัน

: แล้วทำไมที่นี่ถึงไม่มีคนหนุ่มสาวล่ะครับ

: คำตอบก็ง่าย ๆ นะครับ คือผมไม่ได้จ้าง

: ไม่ได้จ้างเหรอครับ

: ใช่ครับ บริษัทเราจ้างเฉพาะคนที่อายุเกิน 50 ปีเท่านั้น

นี่เป็นบริษัทที่ไม่ได้พิจารณาตามความคิดทั่วไป เพราะถ้าพูดถึงการจ้างงาน ไม่ว่าบริษัทไหน ๆ ต่างก็อยากได้คนอายุน้อยเป็นเรื่องปกติ ผมจึงถามถึงสาเหตุที่ทำแบบนั้น

: แปลกเหรอครับ ถ้าคิดแบบทั่วไปก็คงจะเป็นอย่างนั้น แต่นอกเหนือจากเรื่องอายุแล้ว ผมมีเกณฑ์การจ้างงานอย่างอื่นอีกนิดหน่อยด้วย

: คุณมีเกณฑ์อะไรเหรอครับ

: **ผมจะจ้างเฉพาะคนที่อยากเปลี่ยนแปลงชีวิตตัวเองครับ**

การอยากเปลี่ยนแปลงชีวิตอาจฟังดูยิ่งใหญ่ไปสักหน่อย ผมจึงอยากรู้เจตนาที่เฉพาะเจาะจงกว่านั้น

: คุณหมายถึงคนที่อายุเกิน 50 ปีและต้องการจะเปลี่ยน-แปลงชีวิตใช่ไหมครับ ก็ถือว่าแปลกอยู่นะครับ

: ก็อาจจะเป็นอย่างนั้น เพราะปกติแล้วคนจะบอกว่า “ถ้าอยากเปลี่ยนแปลงชีวิตก็ต้องทำระหว่างที่ยังอายุน้อย ๆ สิ” แต่จริง ๆ แล้วทุกคนเปลี่ยนแปลงชีวิตเมื่อไหร่ก็ได้ครับ

: ถ้างั้นผมขอถามเกี่ยวกับเรื่องนี้อีกสักหน่อยได้ไหมครับ

: ได้สิครับ ผมเองก็บอกกับพนักงานเสมอว่าถ้าจะเปลี่ยน-แปลงชีวิต ก็แค่ต้องรู้อะไรเพิ่มอีกสักหน่อยนั่นละ

: ครับผม

ผมยังสงสัยอยู่บ้างในคำพูดที่ว่า “ทุกคนเปลี่ยนแปลงชีวิตเมื่อไหร่ก็ได้” อีกฝ่ายจึงเล่าถึง 6 สิ่งที่จะช่วยให้เราเปลี่ยนชีวิตได้อย่างมีความสุข

: อย่างแรก **การเปลี่ยนชีวิตไม่ใช่การเปลี่ยนแปลงแบบพลิกผันภายในคราวเดียว แต่คือการเปลี่ยนกิจวัตรเล็กๆ น้อยๆ ในชีวิตประจำวัน** “การทำสิ่งต่าง ๆ อย่างต่อเนื่อง” ก็มีคุณค่าในตัวเอง ตัวอย่างเช่น “การตื่นเช้า” หรือ “การอ่านหนังสือระหว่างเดินทางมาทำงาน” ในการทำงานก็เช่นกัน อาจเป็น “การโทรศัพท์วันละ 10 สาย” หรือ “การตั้งใจเขียนอีเมลให้ลูกค้า” จะเป็นอะไรก็ได้ทั้งนั้น และชีวิตของคนเราจะเปลี่ยนไปได้ก็ด้วยกิจวัตรเล็ก ๆ น้อย ๆ เหล่านี้

: แต่ผมรู้สึกว่ามันดูไม่น่าจะเปลี่ยนแปลงอะไรใหญ่ ๆ ได้เลยนะครับ

: คุณคิดอย่างนั้นเหรอครับ พนักงานที่โทรศัพท์หาลูกค้าวันละ 10 สายย่อมมีโอกาสเป็นพนักงานขายระดับท็อป พนักงานที่ตั้งใจเขียนอีเมลก็อาจกลายเป็นพนักงานที่ลูกค้ามาอุดหนุนซ้ำอันดับหนึ่งได้นะครับ ซึ่งถ้าทำไปสัก 2 ปี ไม่ว่าใครก็เกิดความชำนาญได้ทั้งนั้นแหละครับ

: ...

: ในช่วงเริ่มแรก ผลสำเร็จจากการทำอะไรสักอย่างได้อย่างต่อเนื่องถือเป็นก้าวแรกของการเปลี่ยนแปลงชีวิตเลยละครับ

ประสบการณ์แห่งความสำเร็จที่เราสามารถทำอะไรสักอย่างได้อย่างต่อเนื่องเป็นสิ่งที่ช่วยสร้างการเปลี่ยนแปลงอันยิ่งใหญ่ให้กับวิธีคิดของเราได้แบบจริงแท้แน่นอน

: อย่างที่ 2 **ถ้าเราเริ่มทำกิจวัตรดังกล่าวได้โดยไม่ต้องเตือนตัวเองอีกแล้ว เราก็จะได้ท้าทายกับกิจวัตรอย่างต่อไป** ซึ่งจะเป็นอะไรก็ได้ ขอแค่ให้ได้เริ่มทำสิ่งใหม่ ๆ เสมอก็พอ

: อะไรก็ได้เลยเหรอครับ

: อะไรก็ได้จริง ๆ ครับ จะเป็น “การกล่าวคำทักทายอย่างสม่ำเสมอ” หรือจะเป็น “การไม่กินอาหารหลัง 3 ทุ่ม” ก็ได้ หรือทำสิ่งที่เราคิดไว้มาตลอดก็ได้เหมือนกัน

: ก็จริงนะครับ ผมก็มีบางเรื่องเหมือนกันที่ได้แต่คิดว่าอยากทำ

: ส่วนใหญ่ทุกคนจะใช้เวลา 5 ปี เพื่อมาถึงจุดนี้ แต่พอมาถึงแล้ว ทุกคนจะดูต่างจากเดิมมากเลยละครับ

เมื่อได้ยินคำว่า “ใช้เวลา 5 ปี” บอกตรง ๆ ผมรู้สึกว่าค่อนข้างนานเลยทีเดียว ผมจึงเอ่ยปากถามท่านประธานต่อ

: บางคนก็ทำเป็นกิจวัตรอย่างต่อเนื่องไม่ได้ใช่ไหมครับ

: ก็ตามนั้นแหละครับ ดังนั้นอย่างที่ 3 คือ **ถ้าทำอย่างแรกไม่ไหว ก็ต้องกำหนดสิ่งที่จะทำใหม่** เรื่องไหนที่ฝืนทำไม่ไหว ย่อมทำต่อไปไม่ได้ ความล้มเหลวจึงถือเป็นการตระหนักรู้ในตัวเองเหมือนกัน กิจวัตรบางอย่างก็เหมาะกับเรา บางอย่างก็ไม่เหมาะ

เพราะฉะนั้นไม่ต้องฝืนทำ นี่คือเรื่องสำคัญ อย่างพนักงานตามตัวอย่างเมื่อครู่ที่ “โทรศัพท์ได้เรื่อย ๆ” ก็เคยหมดกำลังใจอยู่ 2 ครั้งกว่าจะไปถึงจุดนั้นได้ ดังนั้นเราไม่จำเป็นต้องรู้สึกผิดว่ามีบางอย่างที่เราทำไม่ได้ แต่เราต้องรู้ว่า “เรื่องไหนบ้างที่เราทำไม่ได้”

นี่เป็นแนวคิดเรียบง่ายที่ว่า “เราจะทำสิ่งที่ทำได้อย่างต่อเนื่องต่อไป” เพราะสิ่งไหนที่เราต้องฝืนทำไปเรื่อย ๆ จะพัฒนาเป็นกิจวัตรและเป็นจุดแข็งของเราไม่ได้ ซึ่งก็สมเหตุสมผล

: อย่างที่ 4 ต้องรักษาแนวคิดที่ว่า**จงอย่าโทษคนอื่นเด็ดขาด** เพราะการโทษคนอื่นหมายถึงเราไม่ได้กำหนดชีวิตด้วยตัวเราเอง

: ถึงแม้มันจะเป็นความผิดของหัวหน้าแย่ ๆ เหรอครับ

: ฮ่า ๆ นั่นสินะครับ สมมติว่าเป็นความผิดของหัวหน้า แต่ถ้ามัวคิดโทษคนอื่นไป ผลลัพธ์ก็ยังเหมือนเดิมอยู่ดี หรือถ้ามัวแต่นั่งเสียใจก็เสียเวลาไปเปล่าประโยชน์ใช่ไหมล่ะครับ

: ...

: อย่างที่ 5 ต้องรักษาแนวคิดที่ว่า**จงมีน้ำใจกับผู้อื่น**

: มันเป็นเรื่องทั่วไปนี่ครับ จะรวมเรื่องนี้ไปด้วยเหรอครับ

: แน่นอนครับ นี่เป็นเรื่องสำคัญเลยละ เพราะการเปลี่ยนแปลงทุกอย่างเริ่มต้นจากการมีน้ำใจ

: อย่างสุดท้าย **จงคิดว่า “วินาทีที่เราตัดสินใจจะเปลี่ยนแปลงชีวิต ก็ถือว่าชีวิตของเราเริ่มเปลี่ยน-แปลงแล้ว”**

: หมายความว่ายังไงเหรอครับ

: คุณรู้ไหมครับว่าการตัดสินใจที่จะเปลี่ยนแปลงชีวิตตอนอายุ 50 เป็นยังไง

: ก็ค่อนข้างเป็นการตัดสินใจที่เด็ดเดี่ยวพอสมควรเลยใช่ไหมครับ

: ใช่ครับ ดังนั้นผมถึงให้คนที่อายุเกิน 50 ปีมาสัมภาษณ์งาน และส่วนมากจะจ้างงานเฉพาะคนที่เห็นด้วยกับแนวคิดที่ว่ามา และผมก็ให้ความนับถือผู้คนเหล่านั้นด้วยครับ

ดังนั้นทุกครั้งที่ผมได้ยินว่า “พอเข้าสู่วัยกลางคนแล้วชีวิตจะไม่มีการเปลี่ยนแปลง” หรือ “คนเราต้องใช้พลังงานอย่างมากเพื่อจะเปลี่ยนเส้นทางชีวิต” ผมจะนึกถึงคำพูดของผู้บริหารคนนั้นและตอบกลับไปว่า “มันไม่ได้เป็นอย่างนั้นเสมอไปซะหน่อย”

สิ่งที่คนเก่งทำเสมอตอนที่คุณไม่เห็น

นำความตั้งใจที่จะเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องมาสร้างเป็นกิจวัตร

คำว่า "อยากลองทำดู" ถือเป็นความเชื่อเลื่อนลอย คำว่า "ลองทำดูแล้ว" ถือเป็นวิทยาศาสตร์

เวลามีใครสักคนพูดกับผู้บริหารของคนรู้จักของผมว่า "ในอนาคตฉันอยากลองทำ...ดูค่ะ" เขาจะตัดบททันทีว่า "แล้วตอนนี้คุณทำอะไรอยู่เหรอ"

ผู้บริหารท่านนั้นอาจดูเป็นคนพูดจาโผงผาง

แต่เพราะ**ระหว่างคำว่า "อยากลองทำดู" กับ "ลองทำดูแล้ว" นั้นแตกต่างกันอย่างไม่น่าเชื่อ** เขาจึงพูดแบบนี้เพื่อเจ้าตัวนั่นละครับ

: "การอยากลองทำดู" กับ "การลองทำดูแล้ว" ทั้ง 2 อย่างนี้แตกต่างกันโดยสิ้นเชิง ซึ่งไม่ได้แตกต่างในแง่ของนามธรรมเหมือนอย่าง "ระดับความตั้งใจ" ด้วย

: ถ้าไม่เหมือนระดับความตั้งใจ แล้วมันแตกต่างกันยังไงเหรอครับ

: ง่าย ๆ เลย "การลองทำดูแล้ว" ถือเป็นวิทยาศาสตร์ ส่วน "การอยากลองทำดู" เป็นความเชื่อเลื่อนลอยน่ะ

: หมายความว่ายังไงนะครับ

: ถ้าได้ลองทำดูแล้ว เราจะได้ข้อมูลต่าง ๆ และจะได้คิดวิธีการที่ดียิ่งกว่าเดิมไปพร้อม ๆ กัน ดังนั้นเมื่อได้

ทดลองทำจริง ๆ แล้ว เราจึงจะได้พิสูจน์ให้แน่ชัดและทำซ้ำได้ นี่ละวิทยาศาสตร์ แต่ว่า...

: แต่อะไรครับ

: **คนที่ไม่เคยลงมือทำจะย่ำอยู่ที่สมมติฐานหรือความเชื่อผิด ๆ เท่านั้น** เหมือนเป็นการพึ่งพาความเชื่อเลื่อนลอย เช่น ถ้าอยากพัฒนาสินค้าก็ต้องให้ลูกค้าทดลองใช้ แล้วคอยไปสอบถามลูกค้าวนไปเรื่อย ๆ ไม่อย่างนั้นก็คงไม่ได้ข้อมูลมาพัฒนาหรอก

: แต่บางคนก็กลัวการทดลองน่ะครับ

: ทุกคนก็กลัวความเชื่อเลื่อนลอยได้เหมือนกันนั่นละ นายรู้จักนักวิทยาศาสตร์การแพทย์ที่ชื่อเจนเนอร์[2] ไหม

: คนที่คิดค้นวัคซีนไข้ทรพิษใช่ไหมครับ

: ใช่ เจนเนอร์สร้างวัคซีนผ่านการพิสูจน์ทางวิทยาศาสตร์ แต่คนที่เชื่อในไสยศาสตร์บอกว่า “ถ้าฉีดวัคซีนแล้วจะกลายเป็นวัว” จึงต่างรู้สึกกลัวทั้งที่ไม่มีหลักฐานแน่ชัดสักหน่อย

: อย่างนี้นี่เอง

: ก่อนที่กาลิเลโอ กาลิเลอี จะทำการทดลองทิ้งวัตถุ ทุกคนต่างก็เชื่อกันว่าวัตถุหนัก ๆ จะตกลงสู่พื้นเร็วกว่าวัตถุที่มีน้ำหนักเบา

: นั่นสิครับ

: สรุปคือ หากเราไม่มีการทดลองก็จะไม่รู้ผลลัพธ์ที่ชัดเจน ดังนั้นสิ่งที่จำเป็นคือการทดลองกับข้อมูล ไม่ใช่ความเชื่อผิด ๆ หรือสมมติฐานเลื่อนลอย

[2] เอดเวิร์ด เจนเนอร์ แพทย์และนักวิทยาศาสตร์ชาวอังกฤษผู้คิดค้นวัคซีนโดยคิดค้นวัคซีนไข้ทรพิษหรือโรคฝีดาษเป็นวัคซีนชนิดแรกของโลก

: ...

: แม้แต่ในบริษัท ผมก็บอกลูกน้องว่าอย่าไปกลัว ให้รวบรวมข้อมูลไป จะได้พิสูจน์สมมติฐานได้ไว ๆ

หลังจากฟังเรื่องนี้ผมก็นึกขึ้นได้ว่าหลายบริษัทก็มีหลายคนที่พูดจาด้วย “ความเชื่อผิด ๆ” หรือ “สมมติฐานเลื่อนลอย” อยู่เหมือนกัน

อยากลองทำดู : พนักงาน A

: ในอนาคตผมอยากทำอาชีพอิสระครับ

: แล้วตอนนี้นายทำอะไรอยู่ล่ะ

: ตอนนี้ผมกำลังเรียนรู้เพื่อจะทำอาชีพอิสระครับ

: ถ้าจะเรียนรู้ละก็ ลาออกจากการเป็นพนักงานบริษัทไปเลยสิ เพราะการทำอาชีพอิสระถือเป็นการเรียนรู้ที่ดีที่สุดเลยนะ

: ไม่ครับ ไม่ใช่แค่จะทำอาชีพอิสระอย่างเดียว เพราะถ้าทำอาชีพอิสระแล้วไม่ประสบความสำเร็จก็จะสูญเปล่าไปเลยนะครับ ตอนนี้ยังไม่ถึงเวลานั้น ผมยังไม่มีทั้งเส้นสายและความรู้ ถ้ายังไม่มีสิ่งเหล่านี้ ผมก็ทำอาชีพอิสระไม่ได้หรอกครับ

ลองทำดูแล้ว : พนักงาน B

: ในอนาคตฉันตั้งใจจะทำอาชีพอิสระค่ะ

: แล้วตอนนี้คุณทำอะไรอยู่ล่ะ

: ฉันเก็บเงินได้ 8 ล้านเยนแล้วค่ะ และตอนนี้ฉันก็คอยไปเยี่ยมคนที่คาดว่าจะมาเป็นลูกค้าเอาไว้ เพื่อเริ่มทำอาชีพอิสระในอีก 1 ปีต่อจากนี้ค่ะ

: งั้นเหรอ ถ้างั้นก็มาพยายามไปด้วยกันนะ

อยากลองทำดู : นักศึกษา C

: ผมอยากพูดภาษาอังกฤษได้ครับ

: แล้วตอนนี้ทำอะไรอยู่ล่ะ

: ผมว่าจะไปเรียนที่สถาบันสอนพูดภาษาอังกฤษครับ

: แล้วยังไม่ได้ไปเรียนที่นั่นเหรอ

: ตอนนี้ยุ่งอยู่กับงานวิจัยน่ะครับ...แล้วก็กำลังคิดอยู่ว่าจะเรียนยังไงให้ได้ผลดี

ลองทำดูแล้ว : นักศึกษา D

: ฉันอยากพูดภาษาอังกฤษได้ค่ะ

: แล้วตอนนี้ทำอะไรอยู่ล่ะ

: อีก 2 ปีข้างหน้าจะมีสอบเพื่อเรียนต่อต่างประเทศ ฉันก็เลยเรียนที่สถาบันเพื่อการเรียนต่อต่างประเทศโดยเฉพาะอยู่ค่ะ และคอยถามเทคนิคการเรียนจากคนที่ทำสำเร็จเพื่อจะได้สอบผ่าน มีคนหนึ่งใจดีมาก ๆ ฉันก็เลยทำตามเทคนิคของเขาอยู่ค่ะ

: ถ้าอย่างนั้นเธอจะสอบผ่านแน่นอน

ดังนั้น “การอยากลองทำดู” กับ “การลองทำดูแล้ว” จึงเป็นสิ่งที่แตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง

สิ่งที่คนเก่งทำเสมอตอนที่คุณไม่เห็น

ลองลงมือทำดูก่อน เพื่อพิสูจน์ข้อมูลให้แน่ชัด แล้วค่อยทำซ้ำต่อไป

ตัวอย่าง

ใครไม่เคยเจอเรื่องเครียดในที่ทำงานยกมือขึ้น
ถึงมองไม่เห็น แต่ก็มั่นใจว่ามีประชากรราวๆ 99% ที่ไม่ยกมือ

Workplace Survival Guide เล่มนี้จะพาคุณรอดจากสารพัดวิกฤติในที่ทำงาน
และไม่ใช่แค่รอดไปวันๆ ตามเกณฑ์เฉลี่ยธรรมดา
แต่วันหนึ่งคุณอาจกลายเป็นตัวท็อปในออฟฟิศที่ใครก็อยากไปให้ถึงจุดนั้นบ้าง

อาดาจิ ยูยะ อดีตที่ปรึกษาซึ่งเคยร่วมงานกับนักธุรกิจมากกว่า 10,000 คน
จะเผย 5 ทักษะอันเป็นจุดร่วมของ "คนทำงานเก่ง" ที่ช่วยให้คุณอัปสกิล
และพบกับวิธีที่จะอยู่ร่วมกับงานได้อย่างมีความสุข (หรืออย่างน้อยๆ ก็ไม่ทุกข์เกินไป)

- **ทักษะการลงมือทำ**
- **ทักษะการตัดสินใจ**
- **ทักษะการสื่อสาร**
- **ทักษะการคิดอย่างถี่ถ้วน**
- **ทักษะการสร้างแรงผลักดัน**

พร้อมด้วยเคล็ดลับอีกมากมายที่คนเก่งมักทำเสมอตอนที่เราไม่เห็น

ปล่อยให้งานรุกรานเราได้แค่คอ บ่า ไหล่
ส่วนความเติบโตก้าวหน้าและสภาวะจิตใจ
มาถนอมเอาไว้ให้ดีกันเถอะ!

หมวดจิตวิทยาพัฒนาตนเอง
ISBN 978-616-18-7844-3
9 786161 878443
Cover Design: FIELD
245 บาท