

...โค้ช...

เปลี่ยนชีวิตได้จริงหรือ?

คุณเคยสงสัยไหมครับว่า “ทำไมนักกีฬาต่าง ๆ ระดับโลกจึงต้องมีโค้ช”

คุณเคยสงสัยไหมครับว่า “ทำไมผู้บริหารหรือเจ้าของกิจการจึงต้องมีที่ปรึกษา”

คุณเคยคิดไหมว่า “คนที่ประสบความสำเร็จส่วนใหญ่มีใครเป็นโค้ชให้เขาบ้างหรือไม่”



ผมไม่อยากจะตอบคำถามทั้งสามข้อดังกล่าว แต่อยากให้คุณลองอ่านบทความนี้ให้จบ แล้วท่านจะได้คำตอบด้วยตัวท่านเองนะครับ ก่อนอื่นลองมาดูว่าคำว่า “โค้ชซิ่ง” คืออะไร ถ้าพูดกันแบบง่าย ๆ คือ กระบวนการในการที่ใครสักคนมาช่วยให้เราคิดเป็น คิดได้ จนทำให้ชีวิตเราประสบความสำเร็จดีกว่า เร็วกว่า ง่ายกว่าที่เราคิดเองเออเองคนเดียววันนั้นเองครับ

หลายคนอาจจะมีคำถามต่อไปว่า แล้วโค้ชเขามาช่วยอะไรให้เราได้ดีกว่าที่เราคิดเองทำเองคนเดียว บทบาทของโค้ชมีหลายอย่าง เช่น

- **ช่วยกระตุ้นให้เราอยากพัฒนาตนเอง** หลายคนไม่รู้สักอย่างที่จะทำอะไรเพิ่มเติมในชีวิตนี้เพราะชีวิตที่เป็นอยู่ก็ได้อยู่แล้ว หลายคนเคยฝันแต่ฝันสลายมาหลายครั้งแล้ว ในขณะที่หลายคนรู้สักอย่างจนน้ำลายไหลว่าอยากไป อยากมี อยากได้ อยากเป็นโน่นนี่ แต่ตอนนี้หมดความอยากไปแล้ว หรือบางคนมีอาการอยาก ๆ เบื่อ ๆ โค้ชจะเป็นผู้ที่มาคอยกระตุ้นให้เราคิดโน่น นี่ นั่น จนเรารู้สึกอยากหรือกลัวกับสิ่งที่เราคิด พอเราอยาก หรือกลัวมาก ๆ เราก็เริ่มอยากจะทำสิ่งนั้นสิ่งนี้ขึ้นมาทันที เช่น กลัวตายไปแล้วคนที่อยู่ลำบากอยากเห็นคนที่เรารักมีความสุข ฯลฯ สรุปว่าโค้ชจะช่วยให้เราเกิดแรงจูงใจและยังไม่พอใจกับชีวิตที่เป็นอยู่ โดยการกระตุ้นให้เราคิดค้นพบจุดที่ทำให้เราเกิดความอยากและความกลัวได้
- **ช่วยกระตุ้นให้เราตั้งเป้าหมายที่ท้าทาย** คนเรามักจะมีปัญหาว่าตั้งเป้าหมายไม่เป็น ตั้งได้แต่ไม่ตี ตั้งเป้าแล้วไม่มีความหมาย เพราะไม่ได้ทำ เป้าหมายเยอะมากจนไม่รู้จะทำเป้าไหนก่อน บางเรื่องเป็นเป้าหมาย หรือแค่ความอยากของอารมณ์ชั่ววูบ เป้าเปลี่ยนทุกวันเหมือนเป่าบิน อาการเหล่านี้โค้ชช่วยได้ตรงที่โค้ชจะคอยซักถามเพื่อให้เราคิดและหาคำตอบเพื่อให้ได้เป้าหมายที่ท้าทาย เป็นเป้าที่แท้จริง และเป็นสิ่งที่เป็นไปได้โดยการช่วยตั้งคำถามทั้งที่เป็นคำถามประเภทสงสัย คำถามให้คิดเพิ่มเติม คำถามแบบกวน ๆ เพื่อให้เป้าหมายพุ่ง ๆ ไสซิ่ง คำถามแบบเด็ก ๆ แบบโง่ ๆ (ในความรู้สึกของคนถูกถาม) แต่จะช่วยให้เราคิดถึงสิ่งที่เรามองข้ามได้

- **ช่วยกระตุ้นให้เราค้นหาศักยภาพที่ซ่อนอยู่ในตัวเรา** เคยไหมที่เราอยากเป็นเหมือนคนนั้นคนนั้น แล้วเราพยายามหาทางทุกวิธีเพื่อพัฒนาตัวเอง ให้เป็นอย่างเขาให้ได้ พัฒนาไปนานเท่าไร ยิ่งท้อแท้มากเท่านั้น เพราะเราไม่ใช่เขา เขาไม่ใช่เรา คนหลายคนเสียเวลาพัฒนาจุดอ่อนมากเกินไป จนสุดท้ายก็แค่เปลี่ยนจุดอ่อนให้เป็นแค่จุดปกติ ไม่ได้ดีเด่นอะไรกว่าใครเลย ได้ชจะช่วยให้เราหันกลับมาสนใจจุดเด่น จุดแข็งที่เราดีกว่าคนอื่น และได้ชจะช่วยให้เรายอมรับ เห็นความสำคัญของมันก่อน แล้วกระตุ้นให้เราคิดหาทางนำเอาจุดแข็งไปพัฒนาเป็นจุดขาย และจุดขายนี้แหละคือหัวหอกในการนำทางเราทะลุทะลวงปัญหาอุปสรรคระหว่างเส้นทางที่จะเดินไปสู่ความสำเร็จตามที่เราคิดฝันไว้
- **ช่วยกระตุ้นให้เราคิดหาหนทางไปสู่เป้าหมายที่เหมาะสม** หากเราดำเนินชีวิตด้วยตัวคนเดียว ปัญหาหนึ่งที่มีมักจะเกิดขึ้นคือ ชยันแบบผิด ๆ เห็นอภัยเกินเหตุ ทำแล้วไม่คุ้มค่า เสียเวลามากกว่าจะได้ความสำเร็จมาครอบครอง ได้ชจะช่วยให้เราคิดหาแนวทาง วิธีการ และเส้นทางไปสู่เป้าหมายให้มากที่สุดเท่าที่เราจะคิดได้ และช่วยกระตุ้นให้เราคิดหาเส้นทางใหม่ ๆ ที่ยังไม่มีใครเดิน เพราะบางครั้งเส้นทางใหม่ไม่ใช่เรื่องยากสำหรับเราหากเรามีจุดแข็งในบางเรื่องอยู่ในตัว ได้ชจะช่วยให้เราคิดหน้าคิดหลัง คิดอย่างรอบคอบก่อนที่จะวางแผนและลงมือทำ เพราะฉะนั้นหากเรามีได้ชโอกาสที่จะเสี่ยงที่จะผิดพลาดก็น้อยลงกว่าที่เราคิดเองเดินเองคนเดียวอย่างแน่นอน
- **ช่วยเป็นเพื่อนคู่คิดไปตลอดเส้นทางกับเรา** ถึงแม้เราจะวางแผนชีวิตดีอย่างไร แต่ระหว่างเส้นทางเรามักจะเจอกับปัญหาอุปสรรคที่เราไม่คาดคิดมาก่อนได้เสมอ เวลาเราเดินไปไกล ๆ แล้วมองไม่เห็นทั้งคนที่มาโบกมือส่งเราที่ต้นทาง และยังไม่เห็นใครที่จะมารอรับเราที่ปลายทาง นั่นคือโอกาสแห่งความล้มเหลวอาจจะมาเยือนเราได้ง่าย ๆ ได้ชจึงเป็นคนที่เข้ามาเป็นเพื่อนร่วมทางกับเราแม้ว่าจะไม่ได้ช่วยเราเดิน แต่เมื่อไหร่ที่เราอยากหยุดอยากคุย อยากถาม ต้องการยืนยันสิ่งที่เราคิดว่าถูกหรือผิด เรามีได้ชอยู่ใกล้ชีวิตกับเราตลอดเวลา จนกว่าเราจะเดินทางได้เองโดยลำพังในเส้นทางใหม่ ๆ

สรุปว่า การมีได้ชย่อมดีกว่าการดำเนินชีวิตเองตามลำพัง เพราะได้ชคือคนที่ จะช่วยให้เรามีชีวิตที่ดีกว่า เร็วกว่า ง่ายกว่า และที่สำคัญเราจะมีชีวิตที่สมดุลในทุก ๆ ด้าน ไม่เน้นความสำเร็จเพียงด้านเดียวจนทำให้ชีวิตด้านอื่น ๆ ล้มเหลว เพราะได้ชคือคนที่ มองเห็นภาพรวมในชีวิตของเราได้เป็นอย่างดี คอยกระตุ้นเตือนให้เราคิดถึงเรื่องนั้น คิดถึงคนนี้ คิดถึงเหตุการณ์นั้น สถานที่ที่อยู่ตลอดเวลา และที่สำคัญการได้ชซึ่งสามารถใช้ได้กับทุกคนไม่ว่าคน ๆ นั้นจะเป็นคนธรรมดา นักกีฬา คนทำงานในองค์กร หรือแม้กระทั่งผู้บริหารระดับสูงขององค์กรก็ตาม แล้วคุณ องค์กรของคุณ พร้อมแล้วหรือยัง ที่จะหาได้ชมาช่วยให้ก้าวกระโดดไปสู่ความสำเร็จที่ดีกว่า เร็วกว่า ง่ายกว่า อย่างสมดุล และอย่างยั่งยืน?

