

## P-S-Y-C-H-O ในการทำงานร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข



บทความโดย : อารภรณ์ ภูวิทย์พันธุ์

อีเมล : p\_arporn11@yahoo.com

คนเราไม่สามารถทำงานคนเดียวเพียงตามลำพังได้แน่นอนว่าทุกคนย่อมต้องมีการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่นไม่มากก็น้อย การทำงานร่วมกับบุคคลอื่นจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ ซึ่งคนที่คุณจะต้องทำงานร่วมด้วยอาจเป็นได้ทั้งคนที่อยู่ภายในหรือภายนอกหน่วยงานของคุณเอง หากคุณสามารถปรับตัวเองให้ทำงานร่วมกับคนอื่นได้ คุณย่อมจะได้รับความร่วมมือ การยอมรับ และความช่วยเหลือต่าง ๆ ในการทำงาน รวมทั้งการได้รับข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นทั้งภายในหน่วยงานและองค์กรของคุณเป็นอย่างดี

การทำงานร่วมกับบุคคลอื่นเป็นสิ่งที่ยากหรือไม่.....บางคนมีพฤติกรรมที่สามารถปรับตัวและทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี แต่บางคนประสบปัญหาในการทำงานร่วมกับบุคคลต่าง ๆ โดยจะเห็นได้จาก การไม่ได้รับความช่วยเหลือ หรือร่วมมือใด ๆ รวมทั้งการไม่ได้รับข้อมูลต่าง ๆ ที่ต้องการ

ดังนั้นความสามารถในการทำงานร่วมกับผู้อื่นจึงเป็นสิ่งสำคัญและควรฝึกฝนให้มีขึ้น ขอให้คุณคิดถึงประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นอย่างมากหากคุณสามารถเข้ากับผู้อื่นได้ดี และเมื่อคุณได้รับการยอมรับและความร่วมมือจากบุคคลต่าง ๆ แล้วแหละก็ ย่อมจะส่งผลให้คุณเองก็มีความสุขและสนุกกับงานที่ทำอยู่ และในที่สุดก็จะส่งผลต่อเนื่องไปยังความสำเร็จในหน้าที่การงานของตัวเอง...ทั้งนี้การพัฒนาทักษะหรือความสามารถในการทำงานร่วมกับผู้อื่นนั้นเป็นสิ่งที่ไม่ยาก และสามารถสร้างให้เกิดขึ้นได้ ตามแนวทางปฏิบัติง่าย ๆ ตามหลักของ P-S-Y-C-H-O ดังต่อไปนี้

- P = Positive Thinking....คิดแต่ทางบวก สร้างโลกสวยงาม
- S = Smile...ยิ้มแย้มแจ่มใส สร้างความประทับใจ
- Y = Yours...จริงใจให้กัน ช่วยเหลือการงาน
- C = Compromise ..... สมานสามัคคี ด้วยการประนีประนอม
- H = Human Relations .....สัมพันธ์ที่ดี สร้างมิตรผูกพัน
- O = Oral Communication....สื่อสารชัดเจน แก้ไขข้อขัดแย้ง

- **Positive Thinking....คิดแต่ทางบวก สร้างโลกสวยงาม**

ในการทำงานใด ๆ ก็ตาม ทักษะคิดเป็นสิ่งสำคัญ ซึ่งทักษะคิดย่อมมีส่วนสัมพันธ์โดยตรงต่อการแสดงออกทางพฤติกรรม และหากคุณเองมีทัศนคติหรือความคิดในเชิงลบ ตัวคุณเองย่อมมีพฤติกรรมที่ไม่อยากให้ความร่วมมือใด ๆ การนิินทาว่าร้าย การแสดงพฤติกรรมที่ก้าวร้าว และในที่สุดสิ่งเหล่านี้เองจะส่งผลทำให้คุณไม่มีความสุขกับงานของคุณเอง ดังนั้นเพื่อให้คุณสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขและสนุกกับสิ่งที่กำลังทำอยู่ ขอให้คุณปรับความคิด ทัศนคติของตัวเองโดยให้มองโลกในทางบวกไว้เสมอไม่ว่าจะเป็นกับหัวหน้างาน เพื่อนร่วมงาน ลูกทีมของคุณเอง หรือแม้กระทั่งลูกค้าที่คุณต้องติดต่อด้วย

- **Smile...ยิ้มแย้มแจ่มใส สร้างความประทับใจ**

คุณควรจะสร้างความประทับใจแก่ผู้อื่นด้วยการให้รอยยิ้ม การยิ้มแย้มแจ่มใสจะทำให้คุณมีเสน่ห์ที่น่าคบหาสมาคมด้วย แน่แน่นอนว่าคงจะไม่มีใครอยากร่วมงานกับคนที่ทำหน้าที่นี้ว่คว้ขมวดอยู่เป็นประจำ ทำหน้าบึ้งตึงอยู่ตลอดเวลา หรือทำสีหน้าเบื่อหน่ายเมื่อต้องทำงานร่วมกับผู้อื่น....การทำงานด้วยรอยยิ้ม จะส่งผลให้คุณทำงานอย่างมีความสุข และทำให้คุณพร้อมที่จะรับมือกับปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เพราะใจคุณมีความสุข ก็จะทำให้จิตคุณไม่ฟุ้งซ่าน และในที่สุดเมื่อจิตคุณนิ่ง คุณย่อมมีสติ สมภาิ และปัญญาในการวางแผนงานและตัดสินใจปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

- **Yours...จริงใจให้กัน ช่วยเหลือการงาน**

คุณควรมีความจริงใจที่จะให้ความช่วยเหลือ และช่วยแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในการทำงานแก่เพื่อนร่วมงานของคุณ โดยคุณควรมีความมุ่งหวังที่จะให้การทำงานประสบผลสำเร็จในเป้าหมายที่กำหนดขึ้นร่วมกัน ความจริงใจจะส่งผลให้คุณเป็นผู้รับฟังและเป็นผู้ให้ที่ดี ซึ่งคุณไม่จำเป็นต้องรอให้บุคคลอื่นมาร้องขอให้คุณช่วยก่อน คุณสามารถอาสาช่วยเหลือในการทำงานหรือการจัดการกับปัญหาต่าง ๆ และหากคุณมีความจริงใจในการให้ความช่วยเหลือแก่บุคคลต่าง ๆ ...ก็จะทำให้คุณมีความต้องการและความพยายามในการแสวงหาวิธีการเพื่อจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น ....ความจริงใจที่คุณแสดงออกมานั้นย่อมสร้างความประทับใจและทัศนคติที่ดีจากบุคคลรอบข้างตัวคุณ

- **Compromise ..... สมานสามัคคี ด้วยการประนีประนอม**

แน่นอนว่าการทำงานร่วมกันนั้นย่อมต้องมีปัญหาความขัดแย้งเกิดขึ้น อาจเนื่องมาจากทัศนคติและความคิดเห็นที่ไม่ตรงกัน หรืออาจเป็นเพราะความขัดแย้งทางผลประโยชน์ที่ไม่ลงตัวกัน หากคุณเป็นผู้หนึ่งที่อยู่ในสถานการณ์ของความขัดแย้งที่เกิดขึ้น คุณควรเป็นผู้ทำให้เกิดความสามัคคีด้วยการสร้างความประนีประนอมระหว่างกัน ความพยายามทำให้สถานการณ์ลดความตึงเครียดลงโดยทั้งสองฝ่ายไม่เสียผลประโยชน์ สร้างสถานการณ์ในลักษณะของ Win Win Situation นั่นคือไม่มีฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งได้เปรียบหรือเสียเปรียบ.....การที่คุณปล่อยนิ่งดูดาย

โดยไม่พยายามทำอะไรเพื่อให้สถานการณ์ของความขัดแย้งคลี่คลายลง ย่อมจะส่งผลต่อการประสิทธิภาพและประสิทธิผลในการทำงานของกลุ่มหรือทีมงานของคุณเองได้

- **Human Relations .....สัมพันธ์ที่ดี สร้างมิตรผูกพัน**

ความมีมนุษยสัมพันธ์เริ่มจากการเริ่มต้นทักทาย การแสดงความเป็นมิตรกับบุคคลต่าง ๆ ทั้งที่รู้จักและไม่รู้จัก มาก่อน และรวมไปถึงการแสดงความรู้สึกเป็นห่วงเป็นใย การแสดงไมตรีจิตกับผู้อื่น ตลอดจนการแสดงกิริยาท่าทางและการใช้วาจาเพื่อสร้างความคุ้นเคย การรักษาความสัมพันธ์อันดีงามไว้....ซึ่งพฤติกรรมต่าง ๆ เหล่านี้จะทำให้คุณมีเพื่อนหรือเครือข่ายที่กว้างขวางที่พร้อมจะให้ข้อมูลและให้ความร่วมมือกับคุณในการทำงานใด ๆ ก็ตาม นอกจากนี้การที่คุณมีเครือข่ายมากมายย่อมหมายถึงคุณได้รับการยอมรับจากกลุ่มคนเหล่านั้นซึ่งพร้อมที่จะช่วยเหลือคุณอยู่ตลอดเวลา

- **Oral Communication....สื่อสารชัดเจน แก้ไขข้อขัดแย้ง**

ความสามารถในการสื่อสารด้วยวาจาเป็นลักษณะพฤติกรรมอย่างหนึ่งที่สำคัญสำหรับการทำงานร่วมกับผู้อื่น หากคุณพูดหรือให้ข้อมูลข่าวสารที่คลุมเครือ ไม่ชัดเจน ถูกต้องแก่บุคคลหรือหน่วยงานอื่นแล้วละก็ เหตุการณ์เหล่านี้อาจจุดประกายให้คุณเกิดข้อขัดแย้งหรือปัญหาในการทำงานร่วมกับผู้อื่นได้...ดังนั้นขอให้คุณตระหนักไว้เสมอว่าข้อมูลที่ที่กำลังสื่อออกไปนั้นควรจะต้องชัดเจน ถูกต้อง และเป็นปัจจุบันอยู่เสมอ เพราะข้อมูลของคุณ อาจจะเป็นประโยชน์อย่างมากต่อการทำงานของบุคคลหรือหน่วยงานอื่น

สรุปว่า การทำงานร่วมกับผู้อื่นให้ประสบผลสำเร็จได้นั้น คุณควรเริ่มต้นจากการมองตัวคุณเองและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตัวเองให้เป็นคนที่มองโลกในแง่ดี การยิ้มแย้มแจ่มใสอยู่เสมอ มีความจริงใจ ในการให้ความช่วยเหลือ การประนีประนอม การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น รวมทั้งการให้ข้อมูลที่ชัดเจน ....ซึ่งพฤติกรรมต่าง ๆ เหล่านี้ย่อมจะทำให้คุณมีเสน่ห์และสร้างความประทับใจที่ดีกับบุคคลอื่นที่คุณต้องทำงานร่วมด้วย