

Change⁺

อยาก **ได้เปรียบ** ต้อง **"กล้า"** เปลี่ยนก่อน
อยาก **มีแต่มีต่อ** ต้อง **"พร้อม"** รับการเปลี่ยนแปลง

เปลี่ยนแปลง ได้ก่อน



มีโอกาส มากกว่า

เปลี่ยนแปลง
ได้ก่อน



มีโอกาสมากกว่า

โดย ดร.รพีรัฐ ธัญวัฒน์พรกุล

Change⁺

จัดพิมพ์และจัดจำหน่ายโดย บริษัท ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด (มหาชน)

ค้นหาหนังสือที่ต้องการ (รวม e-book และสินค้าที่น่าสนใจ) ได้เร็ว ทันใจ

★ บน PC และ Notebook ที่ www.se-ed.com

★ สำหรับ Smartphone และ Tablet ทุกยี่ห้อ ที่ <http://m.se-ed.com>

(ผ่าน browser เข้าอินเทอร์เน็ตแล้วทำ Bookmark บนจอ Home จะใช้งานได้เหมือน App ทุกประการ)

หรือติดตั้ง SE-ED Application ได้จาก Play Store บน Android หรือจาก App Store บน iOS

กรณีที่ต้องการซื้อจำนวนมาก เพื่อใช้สอน ฝึกอบรม ส่งเสริมการขาย หรือเป็นของขวัญพิเศษ กรุณาติดต่อสอบถามราคาพิเศษได้ที่ ฝ่ายขาย บริษัท ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด (มหาชน) โทร. 0-2826-8222 โทรสาร 0-2826-8356-9

เปลี่ยนแปลงได้ก่อน มีโอกาสมากกว่า

โดย ดร. วพีรัฐ ธีญวัฒน์พรกุล

ราคา 180 บาท

Change+ สำนักพิมพ์ เซนจ์พลัส

สงวนลิขสิทธิ์ตามกฎหมาย โดย ดร. วพีรัฐ ธีญวัฒน์พรกุล © พ.ศ. 2562

ห้ามคัดลอก ลอกเลียน ดัดแปลง ทำซ้ำ จัดพิมพ์ หรือกระทำการใด โดยวิธีการใดๆ ในรูปแบบใดๆ ไม่ว่าจะส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือเล่มนี้ เพื่อเผยแพร่ในสื่อทุกประเภท หรือเพื่อวัตถุประสงค์ใดๆ นอกจากจะได้รับอนุญาต

0 4 6 - 1 8 8 - 1 9 8

2 6 6 1 0 9 8 7 6 5 4 3 2

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

ดร. วพีรัฐ ธีญวัฒน์พรกุล.

เปลี่ยนแปลงได้ก่อน มีโอกาสมากกว่า.-- กรุงเทพฯ : ซีเอ็ดดูเคชั่น, 2562.

216 หน้า.

1. การเปลี่ยนแปลง (จิตวิทยา).

I. ชื่อเรื่อง.

158.1

ISBN : 978-616-08-3411-2

จัดพิมพ์และจัดจำหน่ายโดย

 **บริษัท ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด (มหาชน)**
SE-EDUCATION PUBLIC COMPANY LIMITED

เลขที่ 1858/87-90 ถนนเทพรัตน แขวงบางนาใต้ เขตบางนา กรุงเทพฯ 10260

โทรศัพท์ 0-2826-8000

พันธมิตร
กระดานอนุบาลตา  **ช่วยขยายตาคุณ**
www.greenedu.com

พิมพ์ที่ บริษัท วี.พี.เอ็นท์ (1991) จำกัด

เลขที่ 23/71-72 หมู่ 1 ซอยเทียนทะเล 10 ถนนบางขุนเทียน-ชายทะเล แขวงแหลมคำ เขตบางขุนเทียน กรุงเทพฯ 10150

โทรศัพท์ 0-2451-3010 นายวิชัย กาญจนพัฒนา ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา พ.ศ. 2562

หากมีคำแนะนำติชม ติดต่อได้ที่ comment@se-ed.com

ค้นหาหนังสือที่ต้องการ ได้เร็ว ทันใจ ที่ www.se-ed.com

การเปลี่ยนแปลงนั้น
ทำให้เกิดสิ่งใหม่ๆ
เรื่องใดเรื่องหนึ่งเสมอ
ไม่ดีขึ้น ก็แย่ลง



คนที่ไม่คิดจะเปลี่ยนแปลง
ไม่นานหรอก
ก็จะถูกบังคับให้ต้องเปลี่ยนแปลง

การเปลี่ยนแปลงที่มีการคิด
และวางแผนไว้ล่วงหน้า
จะเกิดผลดี มากกว่าผลเสียแน่นอน
หากเปลี่ยนแปลงแล้วไม่ดีนัก
อย่างน้อยเราก็ยังได้เรียนรู้จากมัน

อย่าให้ความกลัว อยู่เหนือความกล้า
อย่าให้ความยาก ทำลายความอยาก



เปลี่ยนแปลงเสียแต่วันนี้
แล้ว...
ในอนาคตเมื่อคุณมองย้อนกลับมา
คุณจะรู้สึกชอบใจตัวคุณเอง

คำนำสำนักพิมพ์

ทุกวันนี้ เราจะพบเห็นความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา ไม่มีสิ่งใดที่หยุดนิ่ง โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงทางด้านเทคโนโลยี ที่มองเห็นได้ชัดเจนมาก และทำให้โลกทุกวันนี้สามารถติดต่อสื่อสารและรับรู้เรื่องราวระหว่างกันได้หมด ด้วยสถานะที่เรียกว่า *ไร้พรมแดน*

แล้วเราจะรับมือกับความเปลี่ยนแปลงต่างๆ เหล่านี้ได้อย่างไร

หนังสือเล่มนี้คือ คำตอบสำหรับทุกท่าน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ผู้ที่เป็น “มนุษย์เงินเดือน” ที่ต้องเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในสถานที่ทำงาน ทั้งเจ้านาย เพื่อนร่วมงาน หรือตัวงานที่กำลังทำ ซึ่งทุกอย่างนั้น ไม่ว่าจะดีหรือไม่ดี มนุษย์เงินเดือนก็ต้องพยายามหาทางปรับตัว ปรับปรุง เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง เพื่อจุดหมายปลายทางคือ *ความสำเร็จ* และ *ความสุข* ของชีวิต

เนื้อหาของหนังสือเล่มนี้ ได้ถูกนำมารวบรวมเป็นรูปเล่มโดย ดร. วรพีรัฐ ธัญวัฒน์พรกุล หรือ ดร.พี เจ้าของเพจ “มนุษย์เงินเดือนพันธุ์ใหม่” ที่มีผู้ติดตามมากกว่า 4 แสนคน ซึ่งทุกหัวข้อที่นำมาล้วนแต่ “โดนมาก” “ใช่เลย” และ “ถูกต้องที่สุด” เหมาะสำหรับที่จะนำไปเปลี่ยนแปลงตัวเราเอง เพื่อให้เกิดสิ่งใหม่ที่จะต้อง *“ดีขึ้น”*

สรिता สาระจันทร์

บรรณาธิการบริหารฝ่ายผลิต

สำนักพิมพ์เซนจ์พลัส

คำนำผู้เขียน

ในยุคนี้ ยุคที่มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วมาก เราจึงเห็นหลายๆ บริษัทที่เคยยิ่งใหญ่ในอดีตกลับต้องปิดตัวลงไปมากมายหลายบริษัท และผลของการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นไม่ใช่แค่กระทบกับตัวบริษัทเพียงอย่างเดียว แต่มีผลกระทบต่อคนทำงาน หรือมนุษย์เงินเดือนอย่างเราด้วย

ข่าวการเลิกจ้าง ข่าวการลดจำนวนพนักงาน เริ่มมีให้เราเห็นบ่อยมากขึ้น ในช่วงปีที่ผ่านมา และแน่นอนว่าจะทวีคูณมากขึ้นเรื่อยๆ ด้วยเพราะสาเหตุที่ว่า ทั้งบริษัทและคนทำงาน ไม่สามารถปรับตัวได้อย่างเท่าทันการเปลี่ยนแปลงของโลก

บริษัทต้องปิดตัวลง เพราะไม่สามารถแข่งขันทางธุรกิจต่อไปได้ แล้วพนักงานบริษัท จะอยู่กันอย่างไร?

เพื่อดำรงไว้ซึ่งความสามารถในการแข่งขัน ผลที่ตามมาก็คือ หลายๆ บริษัทเลือกที่จะใช้เทคโนโลยีมาทดแทนการทำงานของมนุษย์ เราจึงเห็นโครงการหุ่นยนต์ หรือโครงการที่นำเรื่องปัญญาประดิษฐ์มาขยายผลและใช้ในกระบวนการทำงาน และในการผลิตมากขึ้น

แล้วคนทำงานอย่างเรา จะอยู่กันอย่างไร?

ตอนนี้ การเปลี่ยนแปลงมาเคาะประตูหน้าบ้านเราแล้ว เราจะยังเลือกที่จะ
อยู่เฉยอีกหรือ หรือเราจะรอให้เป็นผู้ถูกกระทำ และโดนคลื่นของการ
เปลี่ยนแปลงพัดพาเราออกไปจากโลกของการทำงานในยุคนี้

นี่คือสัญญาณอันตราย สำหรับคนทำงาน

เราต้องเตรียมตัว สะสมความสามารถ เพื่อสร้างศักยภาพในการแข่งขัน
ที่ไม่ใช่แค่เพียงกับเพื่อนร่วมงาน แต่เป็นการแข่งขันกับการเปลี่ยนแปลงที่
กำลังถาโถมเข้ามาในตอนี้และอนาคตอันใกล้นี้

หนังสือเล่มนี้ เป็นเพียงจุดเริ่มต้น ที่จะสร้างการตระหนักรู้ และมีตัวอย่าง
ให้เห็นในหลายแง่มุม ให้ผู้อ่าน (คนทำงาน) ได้เห็นถึงผลกระทบของการ
เปลี่ยนแปลง รวมไปถึงวิธีการรับมือกับการเปลี่ยนแปลง ซึ่งเป็นแนวทาง
ที่ได้พิสูจน์แล้วว่าใช้ได้จริง

เส้นทางของคนทำงานยุคนี้ ไม่ได้ง่าย หรือมันคงเหมือนเมื่อก่อนอีกต่อไป
แล้ว หลายๆ อาชีพก็เริ่มหายไป ดังนั้น ถ้าเราไม่ยอมตกเป็นเหยื่อของ
การเปลี่ยนแปลง เราก็ต้องเริ่มเปลี่ยนแปลงตัวเองตั้งแต่วันนี้

เพราะผู้ที่อยู่รอดและสำเร็จ คือ ผู้ที่เปลี่ยนแปลงตัวเองก่อนการ
เปลี่ยนแปลงจะมาถึง

ดร. รพีรัฐ ธัญวัฒน์พรกุล

คำนิยม

ทันทีที่ผมได้อ่านต้นฉบับหนังสือ “มนุษย์เงินเดือนพันธุ์ใหม่ 2: เปลี่ยนแปลงได้ก่อน มีโอกาสมากกว่า” ที่ ดร.พรพิรุณ ธัญวัฒน์พรกุล ผู้เขียน ส่งมาให้ จบบลง

บอกตามตรงเลยว่าชอบเนื้อหาและวิธีการเขียน ทั้ง 35 เรื่องมากเพราะผู้เขียนเขียนจากเรื่องจริงเป็นประสบการณ์ตรง มีทั้งตัวอย่าง มีเรื่องเล่าที่เป็นกรณีศึกษาของผู้เขียนเอง ของบุคคลอื่นและขององค์กรธุรกิจ ทำให้หนังสือเล่มนี้มีคุณค่า เหมาะกับคนอ่าน 3 กลุ่มนี้

กลุ่มแรกคือ วิทยากรที่สอนเรื่องการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตวิธีทำงานของมนุษย์เงินเดือนให้ประสบความสำเร็จ และทักษะการเป็นหัวหน้างานของมนุษย์เงินเดือน เพราะหนังสือเล่มนี้เขียนจากเรื่องจริงเป็นหลัก (based on true story) ทำให้วิทยากรสามารถ นำเนื้อหาไปใช้เป็นตัวอย่างใช้อ้างอิงในงานสอนได้เลย

กลุ่มที่สอง คือมนุษย์เงินเดือน ที่อยากเปลี่ยนแปลงตัวเอง ให้ก้าวหน้าในหน้าที่การงาน เพราะพวกเขาจะได้แนวคิดและแนวทางการเปลี่ยนแปลงตัวเองที่มีอยู่ในหนังสือเล่มนี้ไปใช้ได้ทันที

และกลุ่มที่สาม คือมนุษย์เงินเดือนที่ไม่อยากเปลี่ยนแปลงตัวเอง ที่ผมคิดว่าคนกลุ่มนี้ควรได้อ่านก็เพราะในเล่มนี้มีเรื่องจริงของคนและองค์กรที่ได้รับบทเรียนที่รุนแรงจากการที่ไม่ยอมรับการเปลี่ยนแปลง อ่านแล้วจะได้ตระหนักรู้ เตรียมตัวเตรียมใจ ไว้แต่เนิ่น ๆ จะได้เจ็บปวดน้อยกว่าที่ควรจะเป็น

ผมเชื่อว่าถ้าคนทั้งสามกลุ่มข้างต้นได้อ่านทุกอย่างที่ ดร.พีรรัฐ เขียนไว้ในหนังสือเล่มนี้ และนำไปคิดนำไปประยุกต์ใช้ ทุกคนจะได้ประโยชน์ และเกิดการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกกับชีวิตการทำงานของตัวเองแน่นอนครับ

ไชยยศ บันสกุลไชย

วิทยากรอิสระ และนักเล่าเรื่อง



คำนิยม

ต้องพูดว่า “อ่านแล้วชอบเลย”

ชอบตรงไหนบ้าง

ชอบที่อ่านแล้วเหมือนฟังใครสักคนกำลังเล่าให้เราฟัง

ชอบที่ใช้ภาษาง่ายๆ สบายๆ ใครก็อ่านได้

ชอบตรงที่สอดแทรกสาระ ข้อคิดในเรื่องเล่าได้อย่างลงตัว

ชอบที่มีมุมมอง วิธีคิดที่แตกต่างจากลูกจ้างทั่วๆ ไป

ใครเป็นมนุษย์เงินเดือนควรจะอ่านหนังสือเล่มนี้อย่างยิ่ง
จริงๆ ก็อยากจะแนะนำให้นายจ้างและผู้นำในองค์กรอ่านด้วยซ้ำไป
เพราะหากเราเข้าใจคนทำงานมากเท่าไร ก็จะบริหารเขาได้ดีมากเท่านั้น

ขอให้หนังสือเล่มนี้เป็นหนังสือประจำตำแหน่ง

“มนุษย์เงินเดือนมืออาชีพ” ทุกคนนะครับ

ณรงค์วิทย์ แสันทอง

อดีตมนุษย์เงินเดือน

วิทยากร ที่ปรึกษา นักเขียน

คำนิยม

ในฐานะที่เป็นนักวิชาการและนักปฏิบัติ ผมอ่านหนังสือเพื่อค้นคว้าหาความรู้มาใช้งานจริงมามาก หนังสือที่ยอดเยียมมาจากเนื้อหาที่ยอดเยียม เนื้อหาที่ยอดเยียมย่อมมาจากประสบการณ์ ภูมิปัญญาที่ยอดเยียมของผู้เขียน หนังสือเรื่อง “เปลี่ยนแปลงได้ก่อน มีโอกาสมากกว่า” เล่มนี้ ผมเชื่อว่าเป็นหนังสือที่จัดอยู่ในประเภทหนังสือยอดเยียม

จะว่าไปแล้วหนังสือเป็นสิ่งที่ไม่ใช่อ่านเพื่อระดับความรู้เท่านั้น จริงแล้วหนังสือยังสามารถยกระดับความคิด ทำให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ เห็นโอกาสใหม่ๆ ปรับมุมมองในชีวิตและท่าทีในการมองโลก ในโลกของหนังสือ หนังสือที่ดีควรมีลักษณะที่มีองค์ความรู้ที่เกิดจากการปฏิบัติจริงจากผู้เขียน ทำให้ผู้อ่านสามารถหยิบจับความรู้ไปใช้แก้ปัญหาได้ทันที

หนังสือเล่มนี้ตอบโจทย์นี้ได้เป็นลำดับแรก เพราะเป็นประสบการณ์ตรงของผู้เขียนที่ไม่ได้เพียงแต่เขียนในมุมมองของประสบการณ์ตนเอง เนื้อหาในหนังสือเล่มนี้มาจากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์จากปัญหาจริงของคนจำนวนมาก เรียกว่าทรงคุณค่าด้านความรู้ ต่อมาหนังสือที่ดีควรทำให้เราเกิดทิศทางใหม่ๆ เกิดทัศนคติใหม่ๆ การเป็นคนทำงานด้วยความที่ต้องพยายามก้าวให้ทันต่อความกดดันมหาศาลที่เข้ามาในชีวิต มุมมองใหม่ๆ ทำให้เกิดการคิดพูดทำใหม่ๆ เล่มนี้ก็ตอบโจทย์ เรียกว่าไปถึงการปรับ Mindset เชื่อกันว่าคนที่เชื่อว่าไม่ว่าเราจะมาจากไหน อยู่ในสถานภาพใด เราก็สามารถพัฒนาตนเองให้ไปไกลได้เสมอ

ประสบการณ์ของเขียนที่ถลันกรองมาจากประสบการณ์จริง ทำให้ผมเชื่อว่าผู้อ่านจะเห็นโอกาสการเติบโตใหม่ๆ ในชีวิตการทำงานไม่ว่าตนเองกำลังจะเผชิญอยู่กับขีดจำกัดใดๆ ไม่เพียงเท่านั้นหนังสือที่ดีควรทำให้เราเห็นพลัง มีความหวัง การได้เห็นกรณีศึกษา และคนที่กำลังเผชิญปัญหาอยู่ ทำให้รู้สึกไม่โดดเดี่ยว ยิ่งด้วยเนื้อหาที่เจาะตรงคนทำงานโดยตรง ทำให้เหมือนได้มีที่ปรึกษาอยู่ใกล้ตัว ผู้อ่านจึงมีโอกาสค้นพบจุดแข็งและโอกาสได้ไม่ยาก

ที่สุดแล้วหนังสืออะไรก็ตามที่เกิดจากผู้เขียนที่มีจุดหมายชัดเจน เกิดจากการทุ่มเทของผู้เขียน เพื่อแก้ปัญหาต่างๆ มานาน ผ่านการลงลึก ไม่ใช่แก้ปัญหาในสนามซ้อมเท่านั้น แต่ลงไปอยู่ในสงครามจริงๆ ผ่านการตกผลึกมายาวนาน ย่อมทำให้หนังสือเล่มนี้เป็นหนังสือที่ทรงคุณค่าแห่งยุคสมัยเล่มหนึ่งที่คนทำงานควรมีไว้ ทุกโรงงาน ห้างร้าน ควรมีวางไว้ให้พนักงานได้ศึกษา แก้ปัญหา ผมว่าจะทำให้ชีวิตคนทำงานดีขึ้นแน่นอน

ดร.กัญญา รัตนพันธุ์

ผู้ก่อตั้ง AI Thailand
www.aithailand.org

คำนิยาม

การเปลี่ยนแปลงเป็นเรื่องธรรมดา ทุกๆ อย่างย่อมมีการเปลี่ยนแปลงเสมอ ไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง ผลของการเปลี่ยนแปลงนั้นก็ย่อมทำให้เกิดผลสองอย่างคือ ดีขึ้น หรือ แย่ลง

มีผู้กล่าวไว้ว่า

“หากไม่เปลี่ยนแปลงเอง
ก็จะต้องถูกบังคับให้เปลี่ยนแปลง”

คำกล่าวนั้นเป็นความจริงอย่างยิ่ง มนุษย์เงินเดือนหลายๆ คน ทำงานอยู่ที่เดิมก็รู้สึกสบายอยู่แล้ว ไม่ได้ชวนชวายเป็นทำอะไรใหม่ๆ ไม่ได้หางานเสริมอื่นๆ

บางทีเรื่องที่คุณคิดว่าสบายในตอนนี้อีกไม่นานนักอาจไม่สบายเหมือนเดิมก็ได้

ดังนั้นต้องระลึกไว้เสมอว่า อยู่ใน Comfort Zone มันสบายก็จริง แต่ก็เฉพาะในตอนนั้น การเปลี่ยนแปลงที่เห็นชัดเจนแบบเปลี่ยนจากหน้ามือเป็นหลังมือ นั่น ไม่น่ากลัวเท่าการเปลี่ยนแปลงแบบค่อยเป็นค่อยไป ค่อยๆ เปลี่ยนแปลงไป โดยเราอาจจะไม่ทันสังเกตเลย เมื่อรู้ตัวอีกทีก็สายไปเสียแล้ว และอาจปรับตัวไม่ทัน

ดร. พิ นำเสนอเนื้อหาในหนังสือเล่มนี้ ในแง่มุมของการเปลี่ยนแปลงหลายๆ ด้าน เพื่อให้มนุษย์เงินเดือนทุกคนได้ตระหนัก เปลี่ยนแปลงตัวเอง และเตรียมพร้อมรับมือกับการเปลี่ยนแปลงต่างๆ

คนที่พร้อมรับมือกับการเปลี่ยนแปลง
และคนที่เปลี่ยนแปลงก่อนถูกบังคับให้เปลี่ยนแปลง
ย่อมได้เปรียบ และมีแต้มต่อ
แม้ว่าจะเกิดการเปลี่ยนแปลง ก็พร้อมเสมอ

ผมมั่นใจว่า เนื้อหาที่ ดร. พิ ได้เขียนไว้ในหนังสือเล่มนี้ จะทำให้มนุษย์เงินเดือนพันธุ์ใหม่ พร้อมรับกับการเปลี่ยนแปลงในทุกๆ สถานการณ์

จักร พิชัยศรี

บรรณาธิการอิสระ
และนักเขียน

5 คำถามที่สำคัญ

ที่สามารถเปลี่ยนความคิด และเปลี่ยนชีวิตของเราได้

1. ตอนนี้ เรากำลังทำอะไรอยู่
 - เราได้ทำในสิ่งที่เราวางแผนและตั้งใจเอาไว้หรือเปล่า
2. เราสัญญากับตัวเองเอาไว้กี่เรื่อง
 - และมีกี่เรื่องที่เราทำได้จริง หรือทำสำเร็จ
3. มีเรื่องอะไรบ้างที่เราปล่อยวางไม่ได้
 - ทั้งๆ ที่จริงแล้ว มันก็ปล่อยวางและลืมมันไปได้
4. ยังจำคนที่เราเกลียด เมื่อสิบปีที่แล้วได้ไหม
 - แล้วตอนนี้เหนื่อยไหม ที่ยังเกลียดเขาอยู่
5. มีเรื่องอะไรบ้างที่เรา ต่างจากคนส่วนใหญ่
 - แล้วเราสามารถนำเรื่องนั้น มาสร้างประโยชน์ได้อย่างไร

ตอบให้ได้...แล้วค่อยไปต่อ

สารบัญ

01	โอกาส แค่เสี่ยววินาทีเดียว	24
02	พ่อแม่ รังแกฉัน	28
03	ถ้าถอดใจง่าย ก็ลาออกไป	34
04	อาชีพของเรา ความรู้ของเรา มีวันหมดอายุ	40
05	นี่คือโอกาสหรืออุปสรรคกันแน่	46
06	อย่าพลาดไปเผาสะพานเข้าล่ะ	52
07	เราและหัวหน้า ต่างก็มีสิทธิ์ที่จะไม่ชอบกัน และกัน	58
08	เมื่อเราเจอกับปัญหาในที่ทำงาน... จะอยู่หรือไป	64
09	อยากย้ายแผนก แต่หัวหน้าไม่ยอมให้ย้าย	70
10	ผิดด้วยเหตุที่เปลี่ยนงานบ่อย	76
11	กลับไปทีเ่ก่าด้วยเงินที่มากขึ้น กับความกังวลในเรื่องความรู้สึก ของเพื่อนร่วมงาน	82
12	คุณก็แค่พนักงานคนหนึ่ง	88
13	เจ้านายของเราไม่ดี จริงหรือเปล่า หรือเรา คิดไปเอง ในเวลาที่เรามีปัญหากับเจ้านาย	92
14	การประชุม NATO - No action, Talk Only	98
15	ที่เดิมที่คุ้นเคย vs ที่ใหม่ที่น่าตื่นเต้น เลือกทางไหนดี	102
16	เจ้านายรังแกฉัน	108
17	ผู้นำในยุคนี้ มีแนวโน้มที่จะไปไม่รอด	112
18	พี่ครับ...ผมถูกวางยา	118

A เปลี่ยนแปลงได้ก่อน มีโอกาสมากกว่า

19	ความเครียดกับแก้วน้ำ	124
20	ศักยภาพของเรา ที่ถูกพันนาการเอาไว้	130
21	อดีตพนักงานที่ดี กลายเป็นหัวหน้า ที่ไม่ได้เรื่อง	136
22	ถ้าต้องเลือกงานใหม่ที่เงินเดือนน้อยลง... มันดูแย่ไหม	142
23	ถึงเวลาแล้วว๊ยยย ที่เราควรต้องลาออก	148
24	เราอาจจะต้องหันกลับมา ขอบคุณบริษัทบ้าง	154
25	ความรู้สึกที่ไม่ถูกชะตา	158
26	สังคมแห่งการซ้ำเติม	162
27	3 (+1) เรื่องที่เราต้องทำทันที	166
28	Comfort Zone ในวันนี้ อาจจะเป็น หลุมฝังตัวเราเองในวันหน้า	174
29	ความแน่นอน ไม่มีจริง	178
30	เรากำลังติดคุก ในความคิดของเราเอง	184
31	พนักงาน และปัญหาที่เกิดจากการ เปลี่ยนแปลง จากการปรับ โครงสร้างองค์กร	188
32	โรค Autopilot	194
33	Connecting and Collecting the Dots	198
34	บ้าน - รถ - ลงทุน เลือกอะไรดี?	204
35	นิยามของคำว่า "ล้มเหลว"	210
	รู้จักผู้เขียน	214

01



โอกาส แค่เสี้ยววินาทีเดียว

“โอกาส และความสำเร็จ ไม่ได้รอดคอยเรา
เราต้องเดินไปหามันเท่านั้น”

เมื่อเดือนที่แล้วได้มีโอกาสได้เจอรุ่นพี่ที่เคยเรียนมหาวิทยาลัยเดียวกัน แต่คนละคณะ แก่กว่าผมราวๆ 3 ปี แก่ชื่อ พี่โจ

พี่โจเป็นคนเรียนเก่งมาก อันดับต้นๆ ของคณะ และพี่เขาก็เป็นติวเตอร์ช่วยน้องๆ เพื่อนๆ ให้เรียนจบกันหลายคนเลยทีเดียว รวมถึงผมด้วย

ตามประสาคนเคยรู้จักกันดี แกมไม่ได้เจอกันนานกว่า 10 ปี เลยคุยกันยาว ราวกว่าชั่วโมงครึ่ง ได้ข้อคิดมากมายหลายอย่าง เลยอยากเอามาแชร์

“เรียนกับทำงาน มันคนละเรื่องกันเลย”

เรียนเก่ง คะแนนดี เป็นตัว Top ของรุ่น แต่เอาเข้าจริง มันไม่ได้ช่วยให้ประสบความสำเร็จในเรื่องการทำงานเลย

อันนี้พี่เขา confirm เพราะชีวิตในรั้วมหา'ลัยถึงจะมีการสอบ แต่ก็มีเฉลยแต่ในรั้วการทำงาน มันไม่มีเฉลยนะสิ ต้องลงมือลุยทำไปก่อน ถึงจะมีคำตอบ

ในชีวิตของการเป็นนักศึกษา มันก็มีแค่เรียนหนังสือ อ่านหนังสือ ทำข้อสอบ เพื่อที่จะได้เกรดที่ดี วิธีการมันตายตัว การวัดผลมันก็ชัดเจน ไม่มีพลิกแพลง ชีวิตไม่ค่อยมีความกดดันมากมายอะไร เพราะทุกคนมาเรียนก็คงมีเป้าหมายหลัก ก็คือ เรียนให้จบ เรียนให้ได้ผลการเรียนดีๆ จะได้ไปหางานดีๆ ทำ หลังจากเรียนจบได้

แต่ชีวิตในการทำงาน มันต่างกันอย่างสิ้นเชิง มันมีปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต ต่อการสร้างผลงาน หรือต่อการประสบความสำเร็จ ภาวะการแข่งขันก็มีความแตกต่างกันมาก มีทั้งการแก่งแย่ง ชิงดีชิงเด่น เอารอด เอาเปรียบกันในทุกรูปแบบ ทั้งยังต้องเจอกับปัญหาในเรื่องการเงิน และความก้าวหน้าในหน้าที่การงานอีก

ทักษะการเอาตัวรอดในการทำงาน จึงแตกต่างจากการเอาตัวรอดในมหาวิทยาลัยโดยสิ้นเชิง เพราะสถานการณ์หรือปัญหาที่ทุกคนอาจจะต้องเจอในที่ทำงาน มันยากเกิดคาดเดาได้ (ไม่เหมือนกับตอนเป็นนักศึกษา) โดยเฉพาะปัญหาเรื่องที่เกี่ยวข้องกับคน ซึ่งถือว่าเป็นปัญหาที่น่าปวดหัวมากที่สุดในที่ทำงาน

อันหลังนี้ ผมยืนยันว่า **จริงที่สุด**

“พีตัดสินใจผิด แควินาที่เดียวเอง พีเลยต้องเป็นแบบนี้”

พีเขาบอกว่า พีเขาเคยมีโอกาสดี ๆ เข้ามาในชีวิต

แต่ด้วยตัวพีเขาเอง เป็นคนที่มีความกังวลมากเกินไป เหตุ ทำให้พีเขาด่วนตัดสินใจปฏิเสธโอกาสดี ๆ นั้นไป จนพีแกต้องมานั่งบ่นเสียดายทุกครั้งที่ได้นึกถึงเรื่องนี้

โอกาสที่มาพร้อมกับตำแหน่งใหม่ กับเงินก้อนใหญ่ หายวับไปในเสี้ยววินาทีเดียว

พี่โจ้ยังเล่าให้ฟังต่ออีกว่า เพื่อนของแกรับโอกาสนี้ไป ตอนนีกลายเป็นผู้บริหารบริษัทไปแล้ว แยกบอกอีกว่า เพื่อนแคนนี้ ไม่ได้เรียนเก่งอะไรเลย แต่เขากล้าที่จะลอง กล้าที่จะเสี่ยง สุดท้ายเขาก็ไปต่อได้ แต่พี่โจ้ 10 ปีผ่านมา แกก็ยังคงทำงานในตำแหน่งเดิม เพิ่มเติมคือ อายุมากขึ้น พร้อมกับผมขาวที่มากขึ้น

....

เรื่องนี้ มันก็ให้แง่คิดกับตัวเราเช่นกัน บางครั้งการที่เรากลัว หรือกังวลไปเกินกว่าเหตุ ก็อาจจะทำให้เราตัดสินใจปฏิเสธโอกาสนั้นเร็วเกินไป ซึ่งอาจจะทำให้อนาคตเราเปลี่ยนไปทันที

ความกังวลหรือกลัวไปเกินกว่าเหตุ อาจจะทำให้เรามองไม่เห็นโอกาส หรือมองภาพอนาคตไม่ชัด แน่ใจว่าโอกาสมันมาไม่บ่อย มันย่อมมีความเสี่ยงบ้าง เป็นเรื่องธรรมดา แต่มันก็มีรางวัลใหญ่ตอบแทนเช่นกัน

คงต้องขึ้นอยู่กับแต่ละคนแล้วว่า มีความสามารถในการบริหารความเสี่ยงได้มากน้อยแค่ไหน

แต่ที่แน่ๆ...

การอยู่อย่างเดิม อย่าคิดว่าไม่เสี่ยง
มันอาจจะเสี่ยงหนักกว่าเดิมก็ได้!

เปลี่ยนแปลง ได้ก่อน มีโอกาสมากกว่า

การเปลี่ยนแปลงที่ผ่านการวางแผนล่วงหน้า
จะเกิดผลดีมากกว่าผลเสียแน่นอน
หากว่าเปลี่ยนแปลงแล้วยังไม่ดีนัก
อย่างน้อย เราก็ยังได้เรียนรู้จากมัน



www.se-ed.com



[sbc.fans](https://www.facebook.com/sbc.fans)

ISBN 978-616-08-3411-2



9 786160 834112

180 บาท

การพัฒนาตนเอง-จิตวิทยา