

การบรรยาย วิชา MGT 636 ประเด็นปัญหาทางการจัดการ
หลักสูตรการจัดการมหาบัณฑิต รุ่นที่ 5 (ดัด "จริต") มหาวิทยาลัยศรีปทุม
โดย ดร. บุญเกียรติ โชควัฒนา และคณะ
วันที่ 1 พฤศจิกายน 2552 (ครั้งที่ 8)

พฤติกรรมมหาบัณฑิต

หลังจากที่นักศึกษาสำเร็จมหาบัณฑิตแล้ว ขอให้คิดเสมอว่า **ตนเองยังรู้น้อยอยู่** ยังสามารถเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ในโลกที่มีประโยชน์ได้อีกมากมาย ซึ่งจะทำให้เปิดรับสิ่งต่าง ๆ และมีความรอบรู้มากขึ้น แต่ก็มีมหาบัณฑิตมากมายที่ไม่เรียนรู้อะไรเพิ่มขึ้นอีกเลย ความรู้ความสามารถก็จะหยุดอยู่แค่ว่าที่ศึกษาจบมาเท่านั้น เหตุที่เป็นเช่นนี้เพราะเขาเหล่านั้นรู้สึกว่าเขามีความรู้เยอะแล้ว จึงปิดตนเองไม่รับสิ่งใด ๆ อีก

สำหรับการฟังการบรรยายของ ดร.บุญเกียรติ นักศึกษาต้องทำความเข้าใจในสิ่งที่แนะนำ บางอย่างก็ต้องทำความเข้าใจให้ลึกซึ้งไปเลย บางอย่างก็ต้องนำกลับไปฝึกคิดเองที่บ้าน ซึ่งจะทำให้สิ่งที่มีประโยชน์เหล่านี้ติดตัวเราไปตลอดชีวิต

ในการฝึกคิดนี้เราต้องฝึกบ่อย ๆ เพราะยิ่งฝึกเราก็จะยิ่งเก่ง ยิ่งชำนาญ

จิตใต้สำนึก (Subconscious)

จิตใต้สำนึก ไม่รู้ผิดรู้ถูก เชื่อฟังจิตสำนึกอย่างไม่มีเงื่อนไข มีความสามารถพิเศษ หรือมีพลัง 5 ประการด้วยกัน คือ

1. ไม่เคยหลับ
2. เหนื่อยนา
3. รวดเร็ว กว่าจิตสำนึกมาก
4. หูทิพย์
5. ตาทิพย์

การที่จิตใต้สำนึกไม่เคยหลับ จึงทำให้เกิดปรากฏการณ์ต่าง ๆ เช่น

- ตื่นนอนตามเวลาที่ตั้งใจได้ โดยไม่ต้องใช้นาฬิกาปลุก
- ถ้าไม่อยากให้ขโมยเข้าบ้าน ก็สามารถกำหนดจิตใต้สำนึก ให้ช่วยดูแลเป็นยามให้กับเราได้
- ลูกสาวของ ดร.บุญเกียรติ ตอนเล็ก ๆ จะละเมอเดินเปิดประตูออกมาจากห้องนอน ภรรยาของ ดร.บุญเกียรติ ซึ่งนอนอยู่อีกห้องหนึ่ง กลัวว่าลูกจะละเมอเดินตกบันได ทำให้เวลาลูกเดินละเมอบิดลูกบิดเปิดประตู แม้จะอยู่อีกห้องหนึ่งก็จะรู้และวิ่งไปหาลูกทันที ทั้ง ๆ โอกาสที่จะได้ยินมีน้อยมาก ซึ่งก็เป็นปรากฏการณ์ของจิตใต้สำนึกที่ตื่นเฝ้าให้ตลอดเวลา

- นอกจากนี้ลูกสาวของ ดร.บุญเกียรติ เวลานั่งรถมาทำงานก็จะหลับ โดยจะตื่นก่อนที่รถเลี้ยวเข้าซอยบริษัททุกครั้ง

หากเราเข้าใจปรากฏการณ์เหล่านี้ เราก็จะสามารถใช้จิตใต้สำนึกให้เป็นประโยชน์ให้คอยคุ้มครองตัวเราได้ อย่างหญิงสาวที่ต้องเดินในที่มืด ๆ คนเดียว ต้องคิดบวกว่า “เราจะปลอดภัย ไม่มีใครกล้ามาจู่เรา” หรือ “ไม่มีใครมาจู่เราได้”

ผู้บริหารในเครือสหพัฒน์ท่านหนึ่ง ไปต่างประเทศของจะหายทุกครั้ง เป็นเพราะว่าเขากลัวของหาย ยิ่งกลัวของก็ยิ่งหาย เพราะเมื่อกลัวจิตใต้สำนึกก็จะยิ่งเชื่อเชิญเหนียวนำขโมยให้เข้ามาขโมยทรัพย์สิน จนในครั้งล่าสุดที่ผู้บริหารคนนี้ไปต่างประเทศถึงขนาดถูกโจรจี้ชิงทรัพย์เลยทีเดียว จิตใต้สำนึกจึงมีผลอย่างมากกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวเรา เวลาเราคิดอะไรเราจึงต้องคิดอย่างพิถีพิถัน

คำพูดของพ่อแม่ ก็มีผลต่อจิตใต้สำนึกของลูกอย่างมาก โดยเฉพาะตอนที่ลูกยังเป็นเด็ก พ่อแม่ที่พูดบวกกับลูก โตขึ้นลูกก็จะมีพฤติกรรมที่ดีเป็นบวก ตรงข้ามกับพ่อแม่ที่พูดลบ พอลูกโตขึ้นก็จะมีพฤติกรรมที่เป็นลบ

กรณีที่มีการวิจัยนักโทษที่ติดคุกในอเมริกา พบว่านักโทษส่วนใหญ่ตอนเด็ก ๆ จะเคยถูกพ่อแม่ด่าว่า “อย่างนี้อีกหน่อยต้องติดคุกติดตาราง” อิทธิพลของคำพูดนี้ทำให้โตขึ้นคนเหล่านี้มีโอกาสดูดูกสูงมากขึ้น

ลูกของแพทย์ โตขึ้นก็มักไม่อยากเป็นแพทย์ โดยเฉพาะกลุ่มที่ตอนเด็ก ๆ เห็นพ่อแม่ที่เป็นแพทย์ทำงานอย่างหามรุ่งหามค่ำ ดึกดื่นก็ยังคงดูแลคนไข้ จึงไม่อยากเป็นแพทย์ที่ต้องลำบากอย่างที่ท่านเห็น

นักเรียนแพทย์ที่กระโดดตึกฆ่าตัวตายก็มีข่าวให้เราพบเห็น ที่เป็นเช่นนี้ก็เกิดจากความเครียด อันอาจเกิดจากพ่อแม่ให้เรียนแพทย์ แต่ลูกไม่ชอบ อาจจะไม่ชอบการคำนวณ หรืออาจจะเป็นเพราะกลัวผี พอทำตามความคาดหวังของพ่อแม่ไม่ได้ เครียดมาก ๆ จึงไปกระโดดตึกฆ่าตัวตาย

นักกีฬาที่เล่นกีฬาตั้งแต่เด็ก ๆ หากเวลาใดที่แข่งแพ้แล้วถูกพ่อแม่ว่า โตขึ้นตอนแข่งกีฬา ก็จะรู้สึกเครียด กลัวแพ้ เวลาแข่งก็จะเกร็ง จึงแพ้อย

อย่างลูกอายุ 6 – 7 ขวบ พ่อแม่มาบอกลูกว่า “ลูกต้องดูแลพ่อแม่นะ” ลูกก็จะเกิดความเครียดเพราะจิตของลูกจะรู้สึกว่าลูกเองตัวเล็กนิดเดียว จะต้องดูแลพ่อแม่ที่เป็นผู้ใหญ่ตัวโต ๆ ตั้ง 2 คน จะดูแลได้อย่างไร

พ่อแม่จึงต้องพิถีพิถันกับคำพูดที่จะพูดกับลูกให้มาก ๆ เพราะคำพูดเหล่านั้นจะมีผล จะมีอิทธิพลต่อลูกสูงมาก

สุขภาพดีหรือคำคมก็มีผลกับจิตใต้สำนึกของเรา อาทิ แพ้เป็นพระ ชนะเป็นมาร ทำให้คนไทยไม่สู้ใคร รู้สึกว่าการแพ้เป็นสิ่งที่ดี ยิ่งเป็นนักกีฬาจะคิดอย่างนี้ไม่ได้

นักกีฬาจะต้องคิดบวกว่า “เราไปแข่งที่ไหน เราก็จะชนะทุกที” สำหรับบางครั้งที่แข่งแล้วแพ้ก็ให้คิดว่า “ครั้งหน้าเราจะชนะ” หรือ “ไม่มีอะไรสมบูรณ์แบบ 100% ส่วนใหญ่เราชนะแต่ก็ต้องมีแพ้อ้าง แต่ครั้งหน้าเราจะชนะ”

นักกีฬาอาชีพระดับโลก Tiger Woods พ่อของเขาก็สอนให้เวลาตีกอล์ฟอย่าคิดย้อนอดีตในเรื่องขมขื่น อย่าไปคิดถึง Shot ที่ไม่ดี ไม่เช่นนั้นจะเกิดเหตุการณ์นั้นซ้ำขึ้นมาอีก เวลาตีเสียจึงต้องพูดถึงน้อย ๆ คิดถึงน้อย ๆ ไม่ควรให้สัมภาษณ์ จะต้องคิดว่า “ต่อไปเราจะตีดีขึ้น” “ต่อไปจะตีได้ดี” คิดไปข้างหน้ามุ่งในความสำเร็จตลอดเวลา ซึ่งเป็นการปลุกจิตให้มีพลัง

Tiger Woods ตั้งแต่เด็ก ๆ พ่อเขาจะส่งไปหาแพทย์ทางด้านสะกดจิต เพื่อบอกให้เขาตี เก่ง เป็นแชมป์ และก่อนนอนก็จะมีเทปบันทึกเสียงให้เขาฟัง บอกว่า “เขาต้องเป็นแชมป์ ต้องเป็นแชมป์ที่เก่งที่สุดในโลก” เขาจึงตีกอล์ฟได้ดีมาโดยตลอด

นักกีฬาของไทยสอนเรื่องเทคนิคกันเยอะมาก แต่กลับลืมสอนเรื่องการคิดบวก

คิดบวก (Positive Thinking)

คิดบวก ไม่ใช่เรื่องของข้อเท็จจริง ไม่ใช่เรื่องของข้อมูล เป็นการกำหนดจิตใจของเราให้มีพลังที่ดี

ตัวอย่างการคิดบวก

นักศึกษาที่ ดร.บุญเกียรติ เคยสอนมาบ่นให้ ดร.บุญเกียรติ ฟังว่าเพื่อนที่ทำงานที่ตำแหน่งสูงกว่า ชอบเอางานที่เพื่อนเองต้องรับผิดชอบมาให้ทำเป็นประจำ ซึ่งงานเหล่านั้นก็ไม่ได้อยู่ในความรับผิดชอบของเขาเลย ดร.บุญเกียรติ ได้แนะนำนักศึกษาคนนั้นไปว่าให้เขาทำไป ให้คิดบวกว่า “ยิ่งทำก็ยิ่งได้ประสบการณ์ ทำไปอีกหน่อยก็จะดีเอง” เขาก็ไปปฏิบัติตาม อีกไม่นานเขาก็ได้รับตำแหน่งของเพื่อนคนนั้น ส่วนเพื่อนคนนั้นก็ถูกย้ายไปทำงานที่อื่น ซึ่ง ดร.บุญเกียรติ ก็แนะนำเพิ่มอีกว่า “อย่าไปสมน้ำหน้าเขา ที่เขาถูกย้ายไปที่อื่น” เรายังต้องหวังดีต่อเขา หวังดีให้เขาได้รับตำแหน่งดี ๆ สูงขึ้นไปอีก เหตุการณ์นี้ทำให้นักศึกษาผู้นั้นเข้าใจว่าการคิดบวกคืออะไร

หากเราสังเกตคนที่จะเจริญก้าวหน้าในงาน ในองค์กร จะพบว่าเขาเหล่านั้นเป็นคนที่คิดบวก อย่างนักแสดงที่ดีก็ต้องเป็นคนคิดบวก ทั้งกับตัวเอง กับผู้อื่น กับอาชีพ

- คิดบวกกับตัวเอง เช่น คิดว่าตนเองจะเป็นดารายอดนิยม เป็นดาวค้างฟ้า
- คิดบวกกับผู้อื่น เช่น เพื่อนร่วมงานน่ารักทุกคน ทุกคนจะช่วยเหลือเรา จะดีกับเรา ทุกคนจะคอยดูแลเรา

นักกีฬา เวลาที่แข่งขันแล้วแพ้ ก็จะคิดลบ แบบนี้เป็นการนำข้อเท็จจริงมาเป็นบรรทัดฐานในการคิด นักกีฬาเหล่านี้จะประสบความสำเร็จไปได้ไม่นาน แต่การคิดบวก

ไม่ใช่เรื่องของข้อเท็จจริง แต่เป็นการปลุกจิตให้มีพลังตามที่ได้กล่าวมาแล้ว และ นักกีฬาที่คิดบวกก็จะมีโอกาสชนะมากกว่านักกีฬาที่คิดลบ

กรณีเสือเหลือง เสือแดง เราก็คงคิดได้ เช่น เรื่องนี้เป็นเรื่องที่ไหน ๆ ก็มี ที่อื่นเขายังแยกว่าเราอีก ประเทศของเรามีแค่นี้ก็ดีมากแล้ว ดีกว่าประเทศอื่นตั้งเยอะ

เรื่องการคิดบวกนี้ ขอให้ศึกษานักกลับไปคิดบ่อย ๆ จนเกิดความเข้าใจที่ลึกซึ้ง จึงจะเกิดประโยชน์กับตัวเอง กับสังคม เพราะคนสมัยนี้มีแนวโน้มที่จะคิดลบ ยึดติดกับข้อเท็จจริงสูงมาก ขาดความเข้าใจในเรื่องคิดบวก และหากจะสังเกตดูคนที่รวย ๆ ในประเทศไทย จะพบว่าเขาเหล่านั้นมีเรื่องของการคิดบวกอยู่มาก ไม่เช่นนั้นคงไม่มีวันนี้

การเปลี่ยนตัวเอง

Resolution: ในแต่ละปี ดร.บุญเกียรติ จะทบทวนว่าจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอะไร จะปรับปรุงตัวเองให้ดีขึ้นตรงไหน โดยไม่ต้องรอให้เกิดปัญหา หรือมีเหตุกดดันให้ต้องเปลี่ยนแปลง โดยพิจารณา ทบทวนตัวเองว่าเราจะเปลี่ยนตรงไหน อย่างไร เพื่อให้ตนเองดีขึ้น สังคมดีขึ้น

จึงขอฝากวิธีคิดนี้ให้นักศึกษาลองนำไปคิดดู โดยให้คิดเสมอว่าทุกเรื่องสามารถเปลี่ยนได้ทั้งนั้น ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเล็กหรือเรื่องใหญ่ก็ตาม

ดร.บุญเกียรติ เองก็ได้พัฒนาปรับเปลี่ยนตัวเองไปแล้วมากมายหลายเรื่อง เช่น เลิกสูบบุหรี่ เลิกดื่มสุรา เลิกคิดไม่ดีกับคนอื่น (คิดลบกับคนอื่น)

ในการสำนึก ตระหนักถึงภาวะโลกร้อน ดร.บุญเกียรติ ก็ได้พัฒนาปรับเปลี่ยนตัวเอง เช่น

- ลดการใช้กระดาษทิชชู จากใช้ 20 กว่าแผ่นต่อวัน เปลี่ยนมาใช้ผ้าเช็ดหน้า ซึ่งกว่าจะปรับได้ก็ใช้เวลาเป็นเดือน
- การขับรถโดยใช้ความเร็วอย่างมาก 100 – 110 กิโลเมตรต่อชั่วโมง เพราะถ้ายิ่งขับรถเร็วก็จะยิ่งเปลืองน้ำมัน และจะปล่อย CO₂ ออกมามากขึ้น สมมติรถใช้ความเร็ว 90 กิโลเมตรต่อชั่วโมง จะใช้น้ำมัน 16 ลิตรต่อกิโลเมตร แต่พอวิ่งที่ 140 กิโลเมตรต่อชั่วโมง จะใช้น้ำมัน 8 ลิตรต่อกิโลเมตร

การบ้าน

ให้นักศึกษาไปคิดว่าตัวเราเอง เราจะพัฒนาปรับเปลี่ยนตัวเราเอง “เด็ดจริง” ก็เรื่อง อะไรบ้าง ในปีหน้า (1 ม.ค. 53) คิดแล้วให้เราวางแผนด้วยว่าจะใช้วิธีการอย่างไร โดยส่ง E-mail มาที่: anakeicc@icc.co.th

การนึก - การคิด

- **การนึก (Recall)** คือ การนำประสบการณ์ หรือเรื่องเดิม ๆ ที่เคยทำ หรือจดจำไว้ นำมาใช้ เช่น
 - ฟัง เห็น สิ่งที่คนอื่นทำมา
 - ข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้รับมา
 - เนื้อหาจากการเรียนหนังสือ การอบรมสัมมนา
 - เนื้อหาจากการอ่านหนังสือ
- **การคิด (Think)** ต้องเริ่มจากการมีวัตถุประสงค์หรือเป้าหมาย และจึงคิดหาวิธีการหรือกระบวนการ เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์หรือเป้าหมายที่ตั้งไว้

หลักคิด

คือ บทสรุปสั้น ๆ ของเรื่องราวต่าง ๆ ที่มีประโยชน์ แล้วนำมาคิดบ่อย ๆ จนสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการทำงาน หรือการดำเนินชีวิต เพื่อให้ประสบความสำเร็จ

วิธีสร้างหลักคิด

เมื่อเราทำอะไรมา (รับรู้) แล้วนำมาทำความเข้าใจ (เรียนรู้) แล้วนำสิ่งที่เรียนรู้มาเฉพาะในสิ่งที่ดี มีประโยชน์ นำมาสรุปเป็นประเด็นสั้น ๆ แล้วคิดถึงประเด็นนั้นซ้ำ ๆ บ่อย ๆ จนฝังลงไปในจิตใต้สำนึก เป็นหลักคิด จนสามารถนำออกมาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ได้ในสถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่ใช่ ที่เหมาะสม (รับเรียนรู้)

ที่ต้องนำมาสรุปเป็นประเด็นสั้น ๆ เพราะจิตใต้สำนึกไม่สามารถรับประโยคที่ยาว ๆ ได้

Mindset (จิตกำหนด)

คือ ฐานความคิดที่เรายึดติด ซึ่งมีทั้งที่เป็นบวกและลบ ทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว โดยเป็นความเชื่อที่ฝังอยู่ในจิตใต้สำนึก ซึ่งมีผลต่อพฤติกรรม

วิธีปลด Mindset

- รู้ก่อนว่า เรามี Mindset อะไรบ้าง ทั้งลบและบวก
- พิจารณาว่า Mindset ที่เป็นลบนั้นน่าจะไม่ดีต่อตัวเองอย่างไร
- คิดในทางบวก ที่ตรงกันข้าม โดยบอกตัวเองซ้ำ ๆ
- ระลึกได้ตลอดเวลาถึง Mindset ที่เป็นบวกนั้น ๆ
- ทบทวนว่า Mindset ที่เป็นบวกนั้น ๆ ว่าทำประโยชน์ให้กับเราอย่างไรบ้าง

ตัวอย่าง Mindset และวิธีปลด

Mindset: งานยากเกินไป เพราะไม่เคยทำ

สาเหตุของ Mindset: เคยทำงานพลาดมาแล้วครั้งหนึ่ง จึงไม่อยากทำงานที่ไม่เคยทำมาก่อน

ส่งผลถึงงาน: ทำให้หัวหน้าขาดความมั่นใจในตัวเขา ทำให้เสียโอกาสที่ดี

วิธีคิดเพื่อปลด Mindset:

- ให้ทำบ่อย ๆ ถ้าพลาดก็คิดเสียว่าเป็นประสบการณ์ จะได้ไม่ทำพลาดอีก
- ไม่มีอะไรยากเกินความสามารถ
- เราสามารถทำได้ทุกเรื่องที่ได้รับมอบหมายมา
- งานยากทำให้เรามีความเชี่ยวชาญมากขึ้น
- ไม่มีอะไรที่เราทำไม่ได้
- ฯลฯ

Mindset: กลัวในสิ่งที่ยังไม่เกิด

สาเหตุของ Mindset: เพื่อนบอกว่า งานที่ได้รับมอบหมายยาก

ส่งผลถึงงาน: ขาดความรับผิดชอบต่องาน และมีผลกระทบต่อองค์กร

วิธีคิดเพื่อปลด Mindset:

- งานนี้ง่ายมาก
- ไม่มีงานใดยากเกินความสามารถ
- เราทำได้
- กล้าคิด กล้าทำ แล้วจะประสบความสำเร็จ
- อะไรที่ยังไม่เกิดออกไปกลัว เราทำให้เต็มความสามารถเราก่อน
- ถ้าเราตั้งใจ ไม่มีอะไรที่น่ากลัว
- ฯลฯ

Mindset: ไม่กล้าพูดภาษาอังกฤษกับชาวต่างชาติ

สาเหตุของ Mindset: เคยฟังภาษาอังกฤษแล้วไม่เข้าใจ จึงตอบคำถามไม่ได้

ส่งผลถึงงาน: หลีกเลี้ยงที่จะเผชิญหน้ากับชาวต่างชาติ

วิธีคิดเพื่อปลด Mindset:

- ภาษาอังกฤษไม่ใช่เรื่องยาก
- ภาษาอังกฤษง่ายนิดเดียว
- เราต้องทำได้
- ฯลฯ

Mindset: ความกดดันที่มาจากความคาดหวังของคนรอบข้าง

สาเหตุของ Mindset: คิดลบ เนื่องจากตอนเด็ก ๆ เวลาแพ้พ่อจะดุจะว่า

ส่งผลถึงงาน: เครียดในขณะที่มีการแข่งขัน

วิธีคิดเพื่อปลด Mindset:

- เราไปแข่งที่ไหน เราก็จะชนะทุกที

เอนก สุรูป / พิมพ์