

วันที่ 27 พฤษภาคม ปี 2024

เขียนโดยคุณสระกะอิ ฝ่ายการผลิตงานฉีดพลาสติก แผนกประกอบชิ้นส่วน

ประโยชน์ของ 「การทักทาย」 ในที่ทำงาน

สวัสดีครับทุกท่าน ผมสระกะอิครับ

ผมได้ลองมานั่งคิดเกี่ยวกับประโยชน์ของ 「การพูดคุย」 ในที่ทำงานครับ

ก่อนอื่น 「การพูดคุย」 ก็คือการที่ตัวเราส่งเสียงพูดกับอีกฝ่ายครับ ถือว่าเป็นการสื่อสารในรูปแบบหนึ่งครับ

เช่น การทักทาย หรือ การขอบคุณ ต่างก็ถือเป็นการพูดคุยครับ

แล้วการพูดคุยนี้มีประโยชน์อย่างไร

เมื่อเกิดการสื่อสารขึ้น แน่นอนว่ามีกรณีที่ส่งผลไปถึงการดูแลสุขภาพจิตใจของอีกฝ่ายครับ

ผมขออธิบายประโยชน์เป็นเรื่อง ๆ ตามด้านล่างครับ

• ทำให้อีกฝ่ายเกิดแรงจูงใจ

เมื่อพูดคุยกันเราสามารถกระตุ้นอีกฝ่ายให้เกิดแรงจูงใจขึ้นได้ครับ ยกตัวอย่างเช่น

เมื่อเจ้านายกล่าวคำชมการทำงานของลูกน้อง

ลูกน้องก็จะรับรู้ได้ว่าหัวหน้ารับทราบถึงความทุ่มเทในการทำงานของตัวเอง และก็จะเกิดแรงจูงใจที่ว่า

「จากนี้ไปก็จะพยายามในการทำงานมากขึ้น」 นั่นเองครับ

• บรรเทาความเครียดในการทำงาน

เมื่อหัวหน้างานมีความกระตือรือร้นที่จะพูดคุยกับลูกน้อง จะก่อให้เกิดบรรยากาศการทำงานที่ดีขึ้น

รู้สึกเปิดใจต่อกันได้มากขึ้น ยกตัวอย่างเช่น แทนที่จะกล่าวคำทักทายอย่างเดียว

อาจมีการทักอะไรเพิ่มเติมเกี่ยวกับลูกน้องในทุก ๆ วัน

ทำให้ลูกน้องรู้สึกว่าหัวหน้าของตนนั้นเข้าถึงได้ง่าย

เมื่อเกิดความรู้สึกเช่นนี้ก็จะส่งผลถึงการสื่อสารภายในที่ทำงานให้ราบรื่นมากขึ้นครับ

• ทำให้เกิดความพึงพอใจและสบายใจ

เมื่อเกิดการพูดคุย ฝ่ายหนึ่งสามารถส่งต่อความสนใจหรือความรู้สึกเป็นห่วงให้อีกฝ่ายรับรู้ได้ครับ

เมื่อการสื่อสารเกิดขึ้นซ้ำ ๆ แต่ละฝ่ายก็จะรับรู้ได้ว่าอีกฝ่ายหนึ่งไม่ได้มีความประสงคร้าย

ซึ่งทำให้ง่ายที่จะก่อให้เกิดความเชื่อใจ เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันครับ

มาดูกันนะครับว่าการพูดคุยแบบไหนจะก่อให้เกิดประโยชน์ตามที่เขียนไว้ด้านบน

- การทักทาย

การทักทายเป็นพื้นฐานแรกของการพูดคุยครับ เมื่อไม่รู้จะพูดเรื่องอะไร การทักทายเป็นการเริ่มต้นที่ดีครับ การทำเช่นนี้จะสื่อให้อีกฝ่ายเข้าใจได้ว่าเรารับรู้ในตัวตนของอีกฝ่ายทำให้การสร้างสัมพันธ์ทำได้ง่ายขึ้นครับ

- ไฮเรนโซ

การรายงาน • การติดต่อ • การปรึกษา ล้วนเป็นการพูดคุยที่สำคัญในการทำงานครับ การไม่พลาดที่จะส่งต่อข้อมูลต่าง ๆ ให้ความรู้ที่ทำงานเกี่ยวข้องกันทำให้ทุกฝ่ายดำเนินการตอบสนองต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างยืดหยุ่น เมื่อสามารถตรวจสอบเรื่องต่าง ๆ ได้ล่วงหน้า ก็คาดการณ์ได้เลยว่าปัญหาและความผิดพลาดจะลดลงครับ

- ใช้คำพูดที่คิดถึงความรู้สึกของอีกฝ่าย

การพูดโดยคิดถึงความรู้สึกของฝ่ายตรงข้ามเป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างสัมพันธ์เลยครับ คำถามอย่างเล่น ๆ 「เป็นอะไรไปเล่า ? 」 หรือ 「ถ้ามีอะไรให้บอกได้เลยนะ」 ที่แสดงถึงการเป็นห่วงความรู้สึกของอีกฝ่าย ทำให้การเชื่อมสัมพันธ์ทำได้ดีขึ้นครับ

- กล่าวขอบคุณ

ในทุก ๆ วัน ควรพูดแสดงความรู้สึกซาบซึ้ง เช่น 「ขอบคุณ」 「ช่วยผมไว้เลย」 ออกไปครับ เพราะความรู้สึกเหล่านี้ถ้าไม่พูดออกไปอีกฝ่ายก็จะไม่สามารถรับรู้ได้ครับ

- ชม

การกล่าวคำชมอีกฝ่ายก็เป็นอีกปัจจัยที่ช่วยสร้างความสัมพันธ์ได้ครับ

กล่าวชมอย่างเป็นรูปธรรม เช่น 「ขอบคุณที่คอยช่วยตรวจงานแบบละเอียดให้เนะ เพราะคุณช่วยงานก็เลยไม่มีผิดพลาดเลย」 เป็นการส่งสารว่าตัวเรานั้นรับรู้ตัวตนของอีกฝ่ายครับ

เมื่ออ้างอิงข้อมูลทั้งประโยชน์ของการพูดคุยและวิธีการแล้วทุกท่านก็อย่าลืมเริ่มพูดคุยในที่ทำงานกันนะครับ