

แนวทางในการพัฒนาตน

- EQ = ความฉลาดทางอารมณ์
AQ = ความฉลาดทางการแก้ปัญหาอุปสรรค
TQ = ความฉลาดในการทำงานเป็นทีม
CQ = ความฉลาดทางความคิดสร้างสรรค์



การทำงานเป็นทีม (TQ)

ทีม หมายถึง บุคคลตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปมาร่วมกันทำงาน เพื่อเป้าหมายและวัตถุประสงค์เดียวกัน

- *คนมีข้อจำกัดในเรื่องพลัง*
- *มีความคิด ความสามารถต่างกัน*
- *ให้ผลเร็วกว่า และมีประสิทธิภาพมากกว่า*
- *ทำให้อบอุ่น สุกสนานในการทำงาน*
- *ก่อให้เกิดการพัฒนาตน*



การทำงานเป็นทีม

ความฉลาดในการทำงานเป็นทีม (TQ)

◇ สุขภาพจิต

- ▣ สองหัวดีกว่าหัวเดียว
- ▣ รวมกันเราอยู่ แยกกันเราตาย
- ▣ งานที่ยากจะไม่เป็นอุปสรรคถ้าช่วยกันทำเป็นทีม

ทีมงานที่มีประสิทธิภาพ

➤ รู้จักไวใจกัน	Trust	T
➤ เห็นประสิทธิภาพ	Effectiveness	E
➤ มีความสามารถ	Ability	A
➤ กระตุ้นให้เกิดพลัง	Motivation	M
➤ มุ่งมั่นตั้งใจ	Willingness	W
➤ เป้าหมายชัดเจน	Objective	O
➤ รู้บทบาทหน้าที่	Role	R
➤ ใฝ่ดีคอยเติมความรู้	Knowledge	K

จิตวิทยาการทำงานเป็นทีม

➤ มีส่วนร่วม	Participate	P
➤ จริงใจ	Sincere	S
➤ ตอบรับ	Yes	Y
➤ ร่วมมือ	Cooperate	C
➤ ซื่อสัตย์	Honest	H
➤ เป้าหมายชัดเจน	Objective	O
➤ รักและห่วงใย	Love	L
➤ ยอมรับความเห็น	Opinion	O
➤ เห็นความสุภาพ	Gentle	G
➤ ได้ผลสมใจ	Yield	Y

การเป็นสมาชิกที่ดีของทีม

☞ ตามหลักของศาสนาพุทธ คือ สังคหะวัตถุ 4

ทาน - การให้

ปิยะวาจา - พูดดี พูดเพราะ พูดมีสาระประโยชน์

อรรถจริยา - ทำตัวเป็นประโยชน์ ช่วยเหลือเกื้อกูล

สมานัตตา - เสมอต้นเสมอปลาย

การพัฒนาส่วนตัว

☞ ใช้หลักพุทธศาสนา คือ อิทธิบาท 4

- ฉันทะ - มีความพอใจในงาน
- วิริยะ - มีความขยัน มุ่งมั่น
- จิตตะ - มีใจจดจ่อในงานที่ทำ
- วิมังสา - หมั่นพิจารณาข้อบกพร่อง เพื่อปรับปรุงให้ดีขึ้น

การสร้างมนุษยสัมพันธ์ 10 ประการ

1. ยิ้มแย้มแจ่มใสเสมอ
2. จำชื่อผู้อื่นให้ได้
3. รู้จักยกย่องชมเชยผู้อื่นบ้าง
4. รู้จักช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน
5. เป็นนักฟังที่ดี



การสร้างมนุษยสัมพันธ์ 10 ประการ

6. หลีกเลียงความขัดแย้ง
7. สุภาพ อ่อนโยน
8. กล่าวคำขอบคุณ และขอโทษให้ติดปาก
9. เอาใจเขามาใส่ใจเรา
10. มีความจริงใจ