

กรณีศึกษา : สร้างทัศนคติเชิงบวกในการทำงาน

เรื่องที่ 3 # ทำงานกับหัวหน้าที่เอาจริงเอาจัง ค่อนข้างดุ

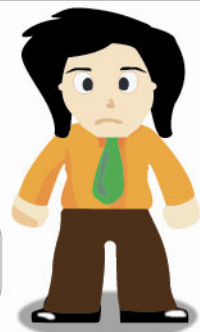
พนักงานชอบหัวหน้าที่ใจดีแต่หัวหน้าส่วนใหญ่กลับมีความเชื่อว่าถ้าดีแล้วงานจะไม่เดิน จึงทำตัวค่อนข้างดุกับลูกน้องเพราะต้องการให้ตั้งใจทำงาน งานจะได้ออกมาดี

นิกรเคยอยู่กับหัวหน้าที่ง่าย ๆ ใจดี ไม่ค่อยทวงงาน ปล่อยให้ตัดสินใจเอง แต่เมื่อเปลี่ยนหัวหน้าใหม่ ได้เจอกับหัวหน้าที่ตั้งใจทำงานมาก งานต้องออกมาดี และค่อนข้างดุ



นิกรงานที่ ผมสั่งไปเสร็จหรือยัง ?

กำลังทำอยู่ครับ



ผมอยากให้คุณตั้งใจกว่านี้หน่อย ผม ซีเรียส กับงานนี้มากนะ อย่าทำเป็นเล่นไป

นิกรนำเหตุการณ์นี้มาเล่าให้คุณฟัง
คุณจะแนะนำให้นิกรสร้างความคิดเชิงบวกได้อย่างไร
เพื่อให้ทำงานกับหัวหน้าลักษณะนี้ได้ดีขึ้น
และมีความสุขกับงานที่ทำอยู่



➤ การปรับเปลี่ยนความคิดของตัวเองใหม่

- ความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับเหตุการณ์นี้

1. _____

2. _____

- สาเหตุที่เกิดความรู้สึกนี้

1. _____

2. _____

- แนวทางในการเอาชนะอารมณ์เชิงลบ

1. _____

2. _____