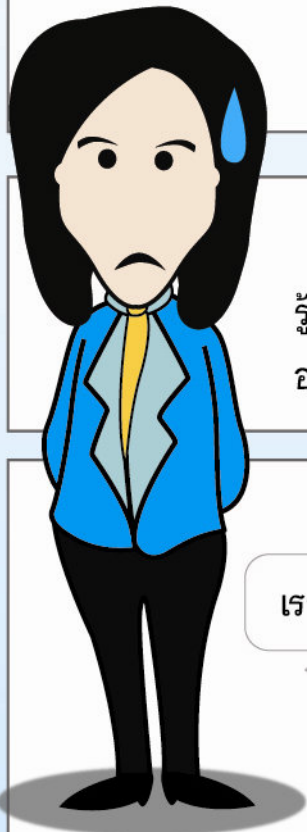


กรณีศึกษา : สร้างทัศนคติเชิงบวกในการทำงาน

เรื่องที่ 4 # ลูกน้องชอบนินทา เอาเรื่องในแผนกไปพูดข้างนอก

มัทยา เป็นคนทำงานดี และจริงจังกับงานมาก แต่เป็นคนพูดน้อย มุ่งทำงานเป็นสำคัญ ทำให้มีน้องๆ ในทีมหลายคนไม่ชอบและมีบางคน ที่นำเรื่องใน แผนกไปเล่าให้คน นอกแผนกฟัง โดยบางเรื่องก็ไม่ใช่เรื่องจริง และมีหลายเรื่องที่ว่าทฤษฎีวิจารณ์การทำงานของมัทยา

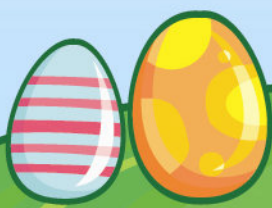


มัทยาเรียกน้องคนนั้นมาคุยหลายครั้งแล้วแต่ก็ยังคงทำอยู่ ทำให้มัทยารู้สึก**เชิงลบ**กับน้องคนนี้มาก ทำให้การทำงานในทีมไม่ดีเลย มัทยารู้สึกไม่ดี อยากจะมองน้องคนนี้ใน**ด้านดี**บ้างจึงมาปรึกษาคุณ

เราอยากมองคนในด้านบวกต้องทำอะไรบ้าง ?

เราจะปรับเปลี่ยนความคิดเธอได้หรือไม่ ?

ได้ซิถ้าทำให้ทุกอย่างดีขึ้น ฉันยินดีลองทำดู



การปรับเปลี่ยนความคิดของตัวเองใหม่

- ความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับเหตุการณ์นี้

1. _____

2. _____

- สาเหตุที่เกิดความรู้สึกนี้

1. _____

2. _____

- แนวทางในการเอาชนะอารมณ์เชิงลบ

1. _____

2. _____