

# กรณีศึกษา : สร้างทัศนคติเชิงบวกในการทำงาน

## เรื่องที่ 7 # เเชิญกับเพื่อนๆ ที่ไม่ช่วยกันทำงาน

การทำงานเป็นทีมย่อมได้ผลลัพธ์ที่ดีกว่าการทำงานคนเดียว แต่ถ้าคุณอยู่กับเพื่อนๆ ที่ไม่ค้อยตั้งใจทำงาน คุณจะทำอย่างไรกับตัวเองดี

สาครได้รับมอบหมายงานจากหัวหน้าพร้อมกับทีมงานที่มีอยู่ 5 คน แต่ในทีมมีเพื่อนอยู่ 2 คน ที่ไม่ตั้งใจทำงานและทำงานไม่เสร็จตามกำหนดอยู่บ่อยๆ ส่วนเพื่อนอีก 2 คนสามารถทำงานได้เสร็จตามที่รับผิดชอบได้ สาครก็สามารถทำงานของตัวเองได้ดี แต่เมื่อรวมงานทั้งทีมแล้วก็ถือว่ายังไม่เสร็จ สาครไม่แน่ใจว่าควรจะทำตัดสินใจอย่างไรดี



### สิ่งที่สาครสามารถตัดสินใจได้

1. ปล้อยให้งานของทีมไม่เสร็จเพราะไม่เกี่ยวข้องกับเรา
2. โหม้เพื่อนว่าทำให้งานของทีมไม่เสร็จ เต็มวโดนหัวหน้าว่า
3. กระตุ้นให้เพื่อนที่ทำงานไม่เสร็จให้ทำงานเพิ่มขึ้น
4. ชวนเพื่อนที่เหลือไปช่วยกันทำงานเพิ่มขึ้น
5. อาสาช่วยงานเพื่อนเพียงคนเดียว
6. เครียด กังวล แต่ก็ไม่รู้จะทำอย่างไรดี

ถ้าคุณเป็นสาคร คุณจะตัดสินใจอย่างไรดี และเพราะเหตุใด ?



## การปรับเปลี่ยนความคิดของตัวเองใหม่

- ความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับเหตุการณ์นี้

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

- สาเหตุที่เกิดความรู้สึกนี้

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

- แนวทางในการเอาชนะอารมณ์เชิงลบ

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_