



การวางตัวและการแต่งกายให้
เหมาะสมในเวลาทำงาน

การวางตัวในที่ทำงาน

บุคคลในที่ทำงานแบ่งออกเป็น

เจ้านาย

เพื่อนร่วมงาน

ลูกน้อง

การวางตัวต่อเจ้านาย

- ▶ **เป็นนักสื่อสารที่ดี** เจ้านายต้องการลูกน้องที่สื่อสารได้ชัดเจน โดยเฉพาะเมื่อเวลามีปัญหา ลูกน้องจะต้องสามารถตอบคำถาม อธิบายถึงที่มาของปัญหา สรุปสาระสำคัญ และเสนอแนะวิธีการแก้ไขได้อย่างไม่เยิ่นเย้อ
- ▶ **คนทำงานจริงจัง** หากเจ้านายหยิบยื่นงานมาให้ ต้องตั้งใจทำงานนั้นให้เสร็จเร็วที่สุดและออกมาดีที่สุด แม้ว่าบางครั้งงานนั้นจะยาก แต่หากเริ่มลงมือทำ แล้วแก้ปัญหาไปพร้อมๆ กัน งานจะเสร็จเร็วตามกำหนดเวลา
- ▶ **มีแรงจูงใจในการทำงาน** พนักงานที่ดีย่อมมีแรงจูงใจสูง และจะไม่ปฏิเสธงานหรือความผิดชอบเพิ่มเติมที่หัวหน้างานหยิบยื่นให้ บางครั้งงานอาจจะยาก แต่ความยากของงาน มักจะมาควบคู่กับความท้าทายความรู้และประสบการณ์
- ▶ **กล้าตัดสินใจและเป็นคนที่เรียนรู้เร็ว** ลูกน้องที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ๆ เรียนรู้ระบบการทำงาน และสามารถผลักดันตัวเองให้มีบทบาทโดดเด่น
- ▶ **วินัยดีและตรงต่อเวลา** เจ้านายทุกคน ชอบลูกน้องที่มีวินัยการทำงานสูงและตรงต่อเวลา



การวางตัวต่อเพื่อนร่วมงาน

- ▶ **ช่วยเหลือผู้อื่นเสมอ** เมื่อทำงานด้วยกัน บางครั้งเพื่อนร่วมงานป่วย หรือลาพักร้อน แต่มีเหตุการณ์วิกฤติที่ต้องได้รับการแก้ไขโดยด่วน ลูกน้องต้องแสดงให้เห็นว่ายินดีจะช่วยทำงานแทนเพื่อนด้วยความเต็มใจ
- ▶ **หลีกเลี่ยงการซุบซิบนินทา** อย่าซุบซิบนินทา อย่าพูดถึงข่าวลือ ต้องให้ความเคารพกับสิทธิส่วนตัวของเพื่อนร่วมงาน
- ▶ **ทำงานเป็นทีมได้ดี** หากต้องทำงานร่วมกันเป็นทีม ในแต่ละทีมต้องการคนที่มีความสามารถในระดับที่ทัดเทียมกัน และสามารถช่วยทีมทำงานได้ในหลายๆเรื่องโดยไม่มีการแบ่งแยกว่า ถ้าไม่ใช่งานของตนเองก็จะไม่ทำ
- ▶ **ไม่อิจฉา ริษยา** ซึ่งดีชัดเจน เอาเปรียบเพื่อนร่วมงาน ให้เกียรติไม่ก้าวท้าวเรื่องส่วนตัว และควรจริงจังต่อกัน



การวางตัวต่อลูกน้อง

- ▶ **ให้เครดิตลูกน้องเมื่อเขาทำงานได้ดี** หากงานชิ้นใดชิ้นหนึ่งสำเร็จลงด้วยดี ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องหรือแม้แต่เจ้านายเองก็ตาม ต้องไม่ลืมที่จะกล่าวคำขอบคุณ ด้วยเช่นกัน
- ▶ **จงฟังให้มากกว่าพูด** คือการพูดถึงตัวเองให้น้อยลง และจงฟังในสิ่งที่ลูกน้องพูดให้มากขึ้น และเมื่อฟัง ก็ต้องฟังอย่างเข้าใจ ไม่ใช่แค่ได้ยินเท่านั้น ต้องเข้าใจเลยว่าทำไมลูกน้องเราถึงพูดแบบนั้น
- ▶ **จงแสดงความสนใจและใส่ใจในตัวลูกน้อง** สิ่งที่จะต้องทำก็คือ การใส่ใจ และสนใจลูกน้องของตนเองให้มาก ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของงาน เรื่องส่วนตัว เป็นต้น
- ▶ **อ่านใจลูกน้องให้ออก** ผู้นำที่ดีต้องอ่านใจลูกน้องออก มองทะลุว่าเขาเป็นคนอย่างไร โดยจะต้องเรียนรู้และศึกษาลูกน้องให้รู้จักตัวตน นิสัยใจคอ คุณสมบัติ รวมถึงศักยภาพของเขาให้ได้มากที่สุด



การแต่งกายให้เหมาะสมในเวลาทำงาน

การแต่งตัวไปทำงานหรือไปสัมภาษณ์งานดูเป็นเรื่องหนักใจของใครหลายคน ยิ่งในยุคที่วัฒนธรรมของหลาย ๆ องค์กร และทัศนคติของคนในปัจจุบันเปลี่ยนไป ยอมรับและให้ความสำคัญกับการแต่งตัวแฟชั่นมาทำงานมากขึ้น ทำให้การตัดสินใจหยิบเสื้อผ้าสักชุดหนึ่งมานั้นดูเป็นเรื่องยากกว่าที่เคย เพราะไม่ว่าจะชายหรือหญิงล้วนอยากดูดีและมั่นใจภายใต้การแต่งกายที่รู้สึกว่าเป็นตัวเอง แต่หลายครั้งการเป็นตัวเองและความเหมาะสมกับการทำงานนั้นดูเป็นเรื่องที่จะมาบรรจบกันได้ไม่ถนัดนัก แต่ก็ใช้ว่าจะไม่สามารถทำได้ โดยแนวทางที่จะช่วยให้คุณแต่งตัวในสไตล์ของตัวเอง แต่ก็ยังคงไว้ซึ่งความเหมาะสม มีกรอบกว้าง ๆ ดังนี้



เลือกชุดที่มีขนาดพอดีตัว

- ▶ หลายคนที่ไม่มั่นใจในหุ่นของตัวเองมักคิดว่าการใส่เสื้อผ้าตัวใหญ่หรือเล็กกว่าขนาดตัวจะช่วยแก้ปัญหาเหล่านี้ได้ แต่จริง ๆ แล้วการที่ใส่ชุดใหญ่หรือเล็กกว่าตัวผู้ใส่ทำให้เสียบุคลิกภาพ นอกจากนี้ยังอาจทำให้เคลื่อนไหวไม่สะดวกส่งผลกระทบต่อประสิทธิภาพในการทำงาน และทำให้คุณไม่มั่นใจในตัวเองด้วย



อย่าแต่งตัวเชิ้กเกินไป

- ▶ ข้อนี้เจาะจงไปที่ผู้หญิงโดยเฉพาะ คำว่า “เชิ้กซี่” ในที่นี้นอกจากจะหมายถึงไม่โชว์สัดส่วนมากเกินไปแล้วยังหมายถึงความมิดชิดของเสื้อผ้าด้วย เช่น ถ้าจะใส่เสื้อที่ผ้าค่อนข้างบางก็ควรใส่เสื้อไว้ข้างในอีกชั้นหนึ่ง แต่ถ้าคุณคิดว่าสไตส์การแต่งตัวแบบ “เชิ้กซี่นิด ๆ” คือความเป็นคุณมากที่สุด ควรเลือกที่จะเชิ้กซี่แบบพอดี ๆ เช่น คุณใส่เสื้อคอวี (ลึกนิดหน่อย) ได้ แต่ควรใส่คู่กับกางเกงผ้าขายาวปิดข้อเท้า หรือหากคุณอยากใส่กระโปรงก็ควรเลือกที่ไม่สั้นเกินไป โดยคำนึงถึงเวลานั่งเป็นหลัก



รองเท้าควรเป็นแบบรัดหรือหุ้มส้น

สำหรับคำแนะนำการเลือกใส่รองเท้าต้องแยกออกจากกันอย่างชัดเจน ดังนี้

- ▶ ผู้ชาย : รองเท้าสำหรับผู้ชายควรเป็นรองเท้าหุ้มส้น ไม่ว่าจะเป็นรองเท้านั่งหรือรองเท้าผ้าใบ และควรสวมถุงเท้าอยู่เสมอเพื่อสุขภาพเท้าที่ดี ในปัจจุบันนิยมใส่ถุงเท้าไม่ถึงข้อเท้า หรือในองค์กรที่ไม่เคร่งครัดก็ถือเป็นเรื่องที่ยอมรับได้ แต่ในกรณีงานเป็นทางการและสวมรองเท้านั่งคุณควรใส่ถุงเท้าที่ปิดไม่ให้เห็นเนื้อขาเพื่อความสุภาพ
- ▶ ผู้หญิง : ผู้หญิงการใส่รองเท้าที่เปิดหน้าเท้าบ้างไม่ใช่เรื่องน่าเกลียดแต่ควรเป็นแบบที่สุภาพและหุ้มส้นเพื่อไม่ให้เกิดเสียงดังขณะเดิน และไม่ควรสูงจนเกินไปจนทำให้เป็นอุปสรรคในการทำงาน นอกจากนี้ ถ้ามั่นใจจะโชว์เท้า อย่าลืมดูแลความสะอาดและตกแต่งเล็บเท้าให้น่ามองอยู่เสมอด้วย



อ้างอิง

การวางตัวในที่ทำงาน อ้างอิงจาก : <https://www.manpowerthailand.com>

การแต่งกายให้เหมาะสม อ้างอิงจาก : <https://blog.jobthai.com/lifestyle>

