

เรื่อที้ # 2

สาธตมรเป็นคณต้งใจทำงาน และทำงานได้ดี ถ้าทำด้วยคณต้งใจ แต่หากต้องร่วมทำกับผู้อื่น ก็จะทำไ้ไม่มี เพราะรู้สึทว่าคณอื่นต้งใจทำงานเท่าไร และทำไ้ไม่มี จึงหงุดหงิดกับเพื่อนต้งใจอยู่เวื่อๆ เวลาได้รับมอบหมายงานมาก็พยายามจะทำคณต้งใจแต่ก็ทำไ้ไม่ไหว ถ้าจะให้เพื่อนช่วยก็ไ้ไม่แนใจสลดสั้วว่าจะออกมาดี จึงกลายเป็นความเครียดและกังวลว่างานจะไ้ไม่เสร็จ แล้วหัวหน้จะลงโทษไ้



สาธตมรทำไ้ไม่จ้ง จ้งหงุดหงิด จ้งไ้ไม่ไ้ จ้งเลย

เพื่อนต้งใจอยู่เวื่อๆ
ทำงานเลยค้ะ น้ันเลยหงุดหงิด

อยากไ้อาการหงุดหงิด ลดน้อยลงไ้ไหม?

อยากข้ค้ะ ช่วยหน้หน่อยค้ะ

คุณในฐานะหัวหน้ของสาธตมร จะดำเนินการไ้ค้ชข้ง (coaching) ไ้คุณสาธตมร ลดอาการหงุดหงิดของตัวเองอย่างไรค้ะ



การวางแผนการโค้ชชิ่ง (Coaching)

- หัวข้อที่ใช้ในการโค้ชชิ่ง (Coaching)

.....

.....

.....

- สาเหตุที่เลือกหัวข้อนี้เพราะเหตุใด?

.....

.....

.....

- ขั้นตอนในการCoaching คร่าวๆ

.....

.....

.....

- คาดหวังผลลัพธ์อย่างไร?

.....

.....

.....