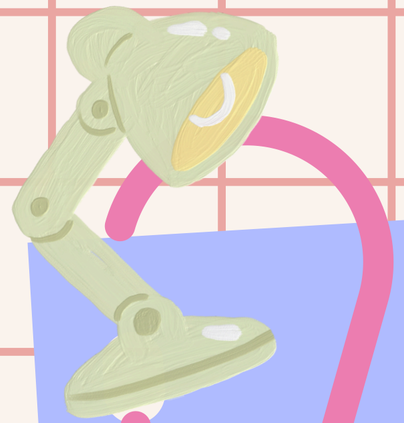
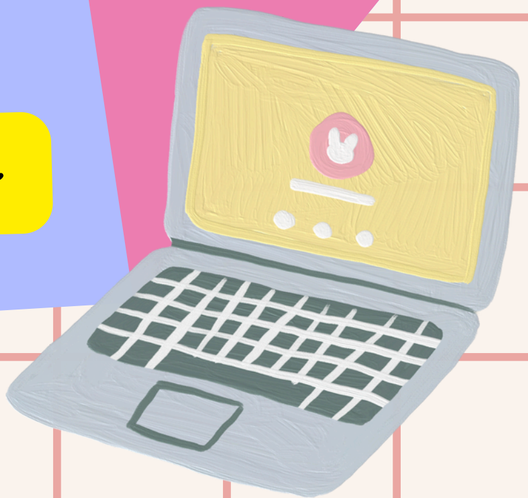


บทที่4
การพัฒนาลักษณะนิสัยส่วนตัว

อาจารย์ผู้สอน อาจารย์วรานิษฐ์ พุทธโรจน์รังษี



ความหมายของการพัฒนาลักษณะนิสัยส่วนตัว

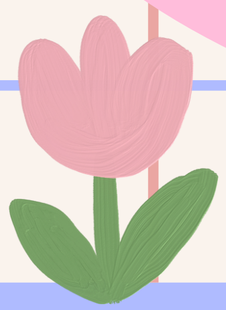
เป็นการทำให้รู้จักตนเองก่อนเป็นประการแรกว่าเราเป็นบุคคลประเภทใด มีคุณลักษณะอย่างไร มีข้อดี ข้อเสีย รู้จักหลักในการดำเนินชีวิตประจำวัน ในการทำงานและการเข้าสังคมอย่างไร สิ่งสำคัญที่เป็นพื้นฐานในการพัฒนาบุคลิกภาพคือ ความเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพดี

ความหมายของการพัฒนาลักษณะนิสัยส่วนตัว

ความเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพดี ต้องมีส่วนประกอบที่สำคัญทางด้านร่างกายที่สมบูรณ์และจิตใจที่ดี จึงต้องอาศัยสุขภาพที่ดีด้วย กล่าวคือ มีร่างกายแข็งแรง รูปร่างสมส่วน มีความคล่องตัว ว่องไว ปรับตัวได้ง่าย

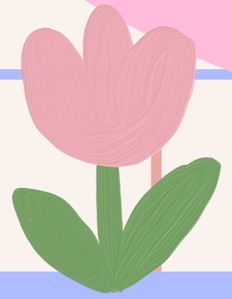
การพัฒนาลักษณะนิสัยส่วนตัว

การพัฒนาตัวเราในเรื่องของหน้าที่การงานนั้นเป็นเรื่องที่สำคัญเช่นกันเพราะจะทำให้เราประสบความสำเร็จในชีวิต แต่บุคลิกภาพส่วนตัวก็เป็นเรื่องที่สำคัญมากเช่นกัน เพราะว่าเป็นการแสดงออกให้เห็นถึงภาพลักษณ์ของตัวเราเองรวมถึงแสดงให้เห็นถึงภาพลักษณ์ในองค์กรอีกด้วย



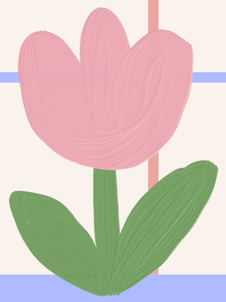
การพัฒนาลักษณะนิสัยส่วนตัว

บุคลิกภาพจึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญอย่างมาก ที่จะสะท้อนให้เห็นถึงตัวเราและองค์กรนั้น มีความน่าเชื่อถือหรือสร้างความน่าประทับใจ มีความเป็นมืออาชีพในด้านสายงาน การพร้อมที่จะให้บริการทั้งภายในและภายนอกมากน้อยเพียงใด

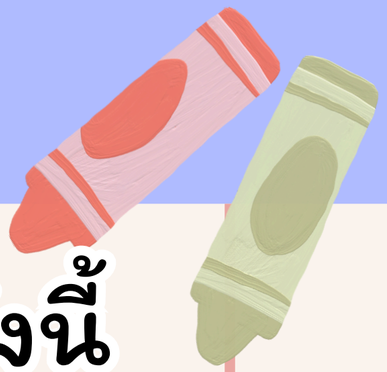


การพัฒนาลักษณะนิสัยส่วนตัว

การพัฒนาบุคลิกภาพจำเป็นต่อการที่จะเรียนรู้ทั้งการพัฒนาในส่วนภายในตัวเรา เช่น การมีทัศนคติในเชิงบวก ความคิดของเราต่อองค์กรและคนรอบข้าง.



ความสำคัญของบุคลิกภาพ



บุคลิกภาพมีความสำคัญต่อตัวบุคคล ดังนี้

ช่วยให้เราเข้าใจทัศนนิสัยของแต่ละบุคคล หรือลักษณะนิสัยเฉพาะตัว

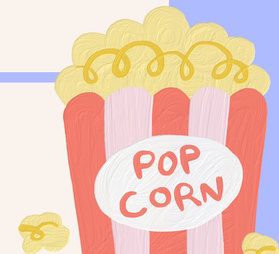
บุคลิกภาพของเราต้องสามารถเป็นแบบอย่างให้กับคนอื่นได้

ความสำคัญของบุคลิกภาพ

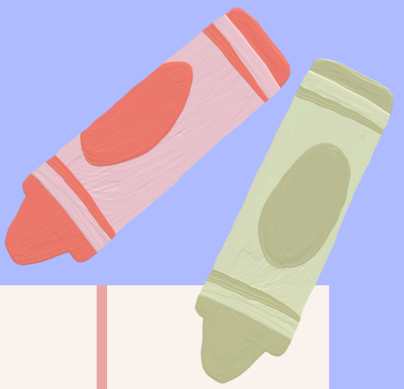
บุคลิกภาพมีความสำคัญต่อตัวบุคคล ดังนี้

สามารถช่วยให้ตัวบุคคลสามารถเข้าถึงสังคมได้ง่าย

บุคลิกภาพที่ดีสังคมจะยอมรับตัวเรามากยิ่งขึ้น



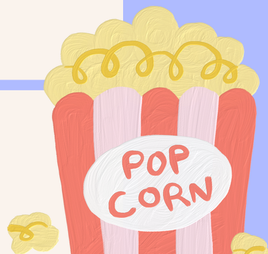
ความสำคัญของบุคลิกภาพ



บุคลิกภาพมีความสำคัญต่อตัวบุคคล ดังนี้

เสริมสร้างความมั่นใจในตนเองมากยิ่งขึ้น

ช่วยให้ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานได้

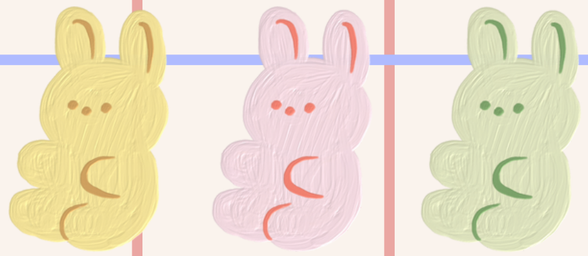


ปัจจัยต่าง ๆ ที่จะส่งผลต่อบุคลิกภาพ

1.ปัจจัยด้านพันธุกรรมหรือกรรมพันธุ์ลักษณะต่างๆที่เกิดขึ้นมาโดยกำเนิดถูกถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษ เช่น รูปร่างหน้าตา ผิวพรรณ กรุ๊ปเลือด และโรคบางโรคที่ถูกถ่ายทอดออกมา เช่น เบาหวาน

2. ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ สภาพแวดล้อมทำให้บุคลิกภาพของเรานั้นเปลี่ยนแปลงตามไปด้วย เช่น การเลี้ยงดู สภาพสังคมรอบตัวเรา หรือแม้จะเป็นประเพณีพิธีกรรมของแต่ละพื้นที่ก็ส่งผลให้บุคลิกภาพของเรานั้นเปลี่ยนแปลงตามไปด้วย

แนวทางการพัฒนาบุคลิกภาพ



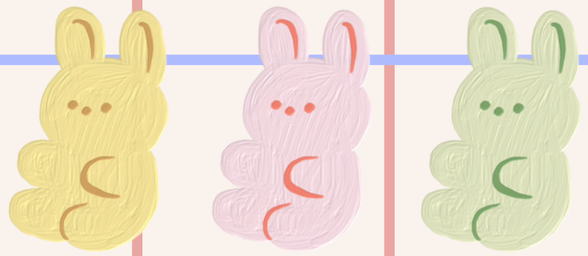
การพัฒนาบุคลิกภาพ คือการวิเคราะห์ถึงลักษณะว่าเหมาะสมกับงานที่ทำอยู่ หรือว่าเหมาะสมกับงานประเภทไหน แล้วหาทางพัฒนาหรือปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมให้เหมาะสม กับงานแต่ละประเภทให้มากหรือชัดยิ่งขึ้นซึ่งการพัฒนาบุคลิกภาพมีกระบวนการสำคัญดังต่อไปนี้

แนวทางการพัฒนาบุคลิกภาพ

1. การวิเคราะห์ถึงตัวเราเอง

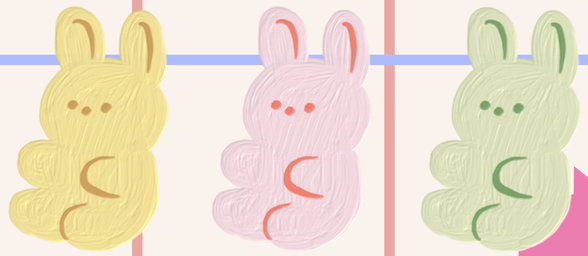
สำรวจตัวเองว่าตัวเรานั้นมีความบกพร่องอะไรบ้าง ต้องพัฒนาในด้านไหนเป็นอันดับแรก เพราะว่าการวิเคราะห์ตัวเราเองจะส่งผลถึงการพัฒนาที่มากกว่าบุคคลอื่น

แนวทางการพัฒนาบุคลิกภาพ



2.คอยปรับปรุงและพัฒนาตัวเอง การปรับปรุงและพัฒนาตัวเราเองอยู่เสมอ สิ่งแรกที่สำคัญคือการที่มีจิตใจที่พร้อมจะพัฒนาต้องคอยรู้เสมอว่าตนเองนั้นเหมาะสมที่จะเปลี่ยนแปลงไปในด้านไหน พฤติกรรมไหนที่จะส่งผลเสียต่อเราต้องยอมรับที่จะเปลี่ยนแปลงในส่วนนั้นและพัฒนาตัวเองให้ดียิ่งขึ้น

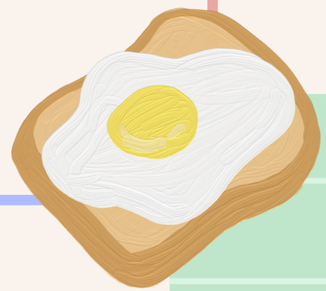
แนวทางการพัฒนาบุคลิกภาพ



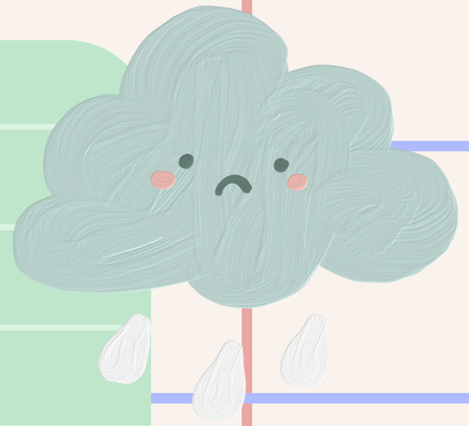
3.การแสดงออก

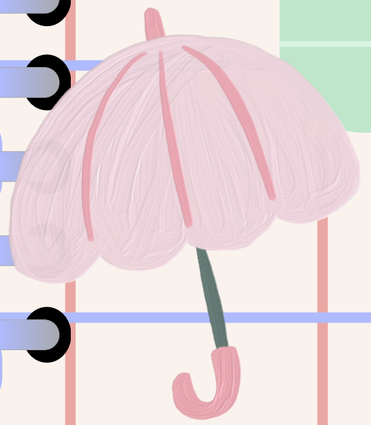
การแสดงออกหลังจากการปรับปรุงนิสัยของตัวเราเอง ว่าพัฒนาขึ้นมากน้อยเพียงใด หากการพัฒนามากขึ้นแล้วต้องคงบุคลิกภาพตัวเองนี้เอาไว้

วิธีพัฒนาบุคลิกภาพในตัวเราเอง



1. มีการวางตัวที่ดี
2. แต่งกายให้เหมาะสม
3. ยิ้มแย้มแจ่มใส





4.การสื่อความหมายทั้งภาษาพูดและภาษากาย

5.การให้เกียรติต่อศักดิ์ศรีตัวเองและผู้อื่น

6.สนุกสนานไม่มีความตึงจนเกินไป

7.แสดงออกอย่างเต็มใจและตรงไปตรงมา

8.คอยควบคุมอารมณ์ของตนเองอยู่เสมอ

9.อ่านความต้องการของตนเองและผู้อื่น

10.มีความตรงต่อเวลาทั้งในเรื่องการทำงานและชีวิตประจำวัน

11.อย่าวางตัวว่าตัวเองเหนือกว่าผู้อื่น

ถาม - ตอบ