

มอง มุม ใหม่

[ภาพลักษณ์
เหนือชั้น]

แนวคิด หัตถศิลป์ และข้อแนะนำ
เพื่อพัฒนาตนเองแบบก้าวกระโดด



เขียนโดย พรสรัญ รุ่งเจริญกิจกุล

ที่ปรึกษาและโค้ชด้านการบริหารเพื่อความสุขและความสำเร็จ

มองมุมใหม่ : ภาพลักษณ์เหนือชั้น

เรียบเรียงจากคอลัมน์ Last But Not Least ในนิตยสาร Gourmet & Cuisine
สวณลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ (ฉบับเพิ่มเติม) พ.ศ. 2558

พรสรัญ รุ่งเจริญกิจกุล เขียน

ประธานกรรมการบริหาร

บรรณาธิการบริหาร

หัวหน้ากองบรรณาธิการ

เลขากองบรรณาธิการ

พิสูจน์อักษร

ออกแบบปก ภาพประกอบ และรูปเล่ม

ผู้จัดการฝ่ายพัฒนาธุรกิจ/ตลาด

สันติ วิริยะรังสฤษฎ์

ภริตา วิริยะรังสฤษฎ์

รัชนีวรรณ เหล่าณัฐภูมิกุล

อดิพร ยังสว่าง

สุกัญญา สุแดงน้อย

เชน บุญบารมีเลิศ

ภาคนี วิริยะรังสฤษฎ์

จัดทำโดย

นิตยสาร Gourmet & Cuisine

42/38 ซอยโชคชัยร่วมมิตร

ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงจอมพล

เขตจตุจักร กรุงเทพฯ 10900

โทร. 0-2691-4126-30

 gourmetandcuisine

 gourmetandcuisine

 gourmetandcuisine

คำนำ

คนอื่นมองเราอย่างไร และเรามองตนเองอย่างไร ล้วนส่งผลต่อวิถีดำเนินชีวิตของเรา การสร้างภาพลักษณ์ตนเองที่ทรงพลังจึงเป็นสิ่งสำคัญต่อความสุขและความสำเร็จ

ภาพลักษณ์ภายในตนเองที่แท้จริงกับภาพลักษณ์ภายนอกที่คนอื่นเห็นมีความแตกต่างกัน บทความในเล่มนี้จะช่วยให้ผู้อ่านมีความเข้าใจ และสามารถพัฒนาศักยภาพตนเองอย่างเต็มที่ รู้วิธีสร้างภาพลักษณ์ในทางบวกเพื่อให้มีพฤติกรรมที่น่าประทับใจและมีความเชื่อมั่นในตนเอง มีแนวทางในการพัฒนาการแสดงออกที่เหมาะสม มีมารยาทงาม และหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่สร้างภาพลักษณ์ในทางลบ เรียนรู้การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับคนอื่นด้วยศิลปะการสื่อสารที่ดี ทั้งการพูด การฟัง การสะท้อนกลับที่สร้างสรรค์ การแสดงความขอบคุณซาบซึ้งใจ รวมถึงการขอโทษและให้อภัย นอกจากนี้ยังสามารถแก้ไขความขัดแย้ง และสร้างแรงบันดาลใจให้ผู้อื่นได้อีกด้วย

ด้วยความปรารถนาดี
พรสรัญ รุ่งเจริญกิจกุล

สารบัญ

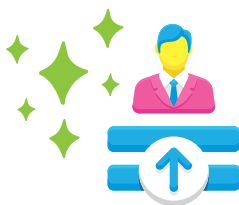
มองมุมใหม่ : ภาพลักษณ์เหนือชั้น

07	...	สร้างภาพลักษณ์เพื่อความสำเร็จ
12	...	หลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่สร้างภาพลักษณ์ในทางลบ
16	...	มารยาทงามในที่ทำงาน
20	...	วิธีแสดงความซาบซึ้งที่ผู้รับประทับใจ
24	...	ขอโทษทำไม ขอโทษอย่างไร?
28	...	ความสัมพันธ์ในทางบวกเพิ่มความสุข
32	...	หลักการพูดจากพหุทวชน
36	...	ศิลปะการแก้ไขความขัดแย้ง
40	...	จุดประกายใจ
44	...	ทักษะการฟังขั้นสูงเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น

- 48 : คุณมีการแสดงออกที่ส่งเสริมความสำเร็จหรือไม่
- 52 : การเพิ่มความเชื่อมั่นด้วยภาพลักษณ์ทางบวก
- 56 : ฟัง คิด ถาม หัวใจของการสื่อสารที่ดี
- 60 : ศิลปะการสนทนากับคนแปลกหน้า
- 64 : เทคนิคการให้ Feedback ที่สร้างสรรค์
- 68 : พุดแบบผู้นำ



- 76 : ประวัตินักเขียน



ภาพลักษณ์ เหนือชั้น

สร้าง “ภาพลักษณ์” เพื่อความสำเร็จ

ในสังคมที่มีการแข่งขันสูงอย่างทุกวันนี้ ตัวตนที่แท้จริงของเรา อาจไม่สำคัญเท่ากับภาพที่คนอื่นมองและประเมินเรา คนที่ต้องการประสบความสำเร็จจึงจำเป็นต้องมีภาพลักษณ์ที่ดีช่วยสนับสนุน

