

สรุปผลการพัฒนาการเรียนรู้อย่างวิชาชีพ

การพัฒนาบุคลิกภาพและการพูดเพื่อสร้าง Personal Branding

ผ่านระบบออนไลน์ โครงการมหาวิทยาลัยไซเบอร์ไทย กระทรวงการ
อุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม Thai MOOC Academy

บรรยายโดย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กุลชัย กุลตวนิช
อาจารย์ประจำสาขาเทคโนโลยีการเกษตร
คณะเทคโนโลยีการเกษตร สถาบันเทคโนโลยี
พระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

ประเด็นการเรียนรู้

- Module 1 เรียนรู้บุคลิกภาพกับ Coach บุ่ม
- Module 2 การพูด : ทักษะที่ต้องเอาชนะด้วยการฝึกฝน
- Module 3 การสร้าง Personal Branding ให้ปัง

การพัฒนาบุคลิกภาพและการพูดเพื่อสร้าง PERSONAL BRANDING



การพัฒนาบุคลิกภาพและการพูดเพื่อสร้าง Personal Branding

ในปัจจุบัน การสร้างแบรนด์ส่วนบุคคล (Personal Branding) มีความสำคัญเพิ่มขึ้นอย่างมากสำหรับธุรกิจในยุคดิจิทัล โดย Personal Branding เป็นวิธีที่เราใช้ในการนำเสนอภาพลักษณ์ของตนเองต่อสาธารณะ และสามารถส่งผลกระทบอย่างมีนัยสำคัญต่อความสำเร็จของแบรนด์ต่างๆ การที่จะกลายเป็นบุคคลที่มีชื่อเสียงไม่จำเป็นต้องเริ่มจากการเป็นดาราเสมอไป เพราะโซเชียลมีเดียในปัจจุบันสามารถเปลี่ยนคนธรรมดาให้กลายเป็นที่รู้จักได้ กลยุทธ์นี้เรียกว่า Personal Branding ซึ่งหมายถึงการสร้างตัวตนที่ชัดเจนให้กับบุคคลหนึ่งๆ เพื่อเป็นตัวแทนของแบรนด์สินค้า หรือให้เจ้าของแบรนด์กลายเป็นพรีเซนเตอร์ของสินค้าตนเอง เช่น เมื่อนึกถึง Facebook เราจะนึกถึง มาร์ก ซักเคอร์เบิร์ก และเมื่อพูดถึง Apple เราจะนึกถึง สตีฟ จอบส์

Personal Branding คืออะไร?

Personal Branding คือการสร้างภาพลักษณ์ให้แก่บุคคล โดยมุ่งหวังให้ผู้อื่นรับรู้ภาพลักษณ์ตามที่เรได้สร้างขึ้น ซึ่งกระบวนการนี้รวมถึงการประกาศจุดยืนทางค่านิยมขององค์กร การทำความเข้าใจกลุ่มเป้าหมาย การพัฒนาเอกลักษณ์ของแบรนด์ และการกำหนดกลยุทธ์ในการส่งข้อความที่สอดคล้องกัน การมีแผนการสร้างแบรนด์ส่วนบุคคลที่ดีและมีประสิทธิภาพจะช่วยสร้างความน่าเชื่อถือ ความไว้วางใจ และดึงดูดลูกค้าใหม่หรือโอกาสใหม่ๆ ในการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

แนวทางการพัฒนาบุคลิกภาพ

การพัฒนาบุคลิกภาพคือการวิเคราะห์ถึงลักษณะ ว่าเหมาะสมกับงานที่ทำอยู่ หรือว่าเหมาะสมกับงานประเภทไหน แล้วหาทางพัฒนาหรือปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมให้เหมาะสม กับงานแต่ละประเภทให้ชัดเจนยิ่งขึ้น ซึ่งการพัฒนาบุคลิกภาพ มีกระบวนการสำคัญดังต่อไปนี้



การวิเคราะห์ถึงตัวเราเอง ลสำรวจตัวเองว่าตัวเรานั้นมีความบกพร่องอะไรบ้าง ต้องพัฒนาในด้านไหนเป็นอันดับแรก เพราะว่าการวิเคราะห์ตัวเราเองจะส่งผลถึงการพัฒนามากกว่าบุคคลอื่น



คอยปรับปรุงและพัฒนาตัวเอง การปรับปรุงและพัฒนาตัวเองอยู่เสมอ สิ่งแรกที่สำคัญคือการที่มีจิตใจที่พร้อมจะพัฒนา ต้องคอยรู้เสมอว่าตนเองนั้นเหมาะสมที่จะเปลี่ยนแปลงไปในด้านไหน พฤติกรรมไหนที่จะส่งผลเสียต่อเรา ต้องยอมรับที่จะเปลี่ยนแปลงในส่วนนั้นและพัฒนาตัวเองให้ดียิ่งขึ้น



การแสดงออก การแสดงออกหลังจากการปรับปรุงนิสัยของตัวเอง ว่าพัฒนาขึ้นมากน้อยเพียงใด หากการพัฒนามากขึ้นแล้ว ต้องคอยที่จะคงบุคลิกภาพตัวเองนี้เอาไว้



MODULE 1 เรียนรู้บุคลิกภาพกับ COACH บุ่ม

- หัวใจของการพัฒนาบุคลิกภาพ

ความสำคัญของการที่เรามีบุคลิกภาพที่ดีจะสร้างความน่าเชื่อถือให้กับเราทั้งในแวดวงสังคมและก็เป็นการสร้างตัวตนของเราที่แท้จริง การสร้างบุคลิกภาพที่ดี ได้แก่ การนั่ง จะนั่งหลังตรงไม่ห่อไหล่ สายตาต้องมี eye contact กับเลนส์กล้องหรือคู่สนทนา

- บุคลิกภาพเราสร้างเองได้

วิธีการฝึกบุคลิกภาพ เราสามารถฝึกจากการร้องเพลง โดยการบันทึกจากโทรศัพท์มือถือ แล้วนำกลับมาดูเพื่อให้เกิดการฝึกฝน

- เคล็ดลับการแต่งตัวเพื่อเสริมสร้างบุคลิกภาพ



การแต่งตัวควรเลือกใช้สีไม่เกิน 3 สี เช่น การเลือกโทนสีฟ้า น้ำเงิน ดำ หรือสีน้ำตาลอ่อน น้ำตาลเข้ม และสีขาว เป็นต้น



การเลือกใช้เครื่องประดับ ควรเลือกให้เหมาะสมกับการแต่งกาย เช่น ชุดราตรี เหมาะกับต่างหูแบบระย้า ถ้าใส่ชุดทำงานหรือชุดลำลอง ควรเลือกต่างหูแบบตุ้ม เป็นต้น



การแต่งหน้า ควรเลือกให้เหมาะสมกับใบหน้า ทรงผมควรเลือกให้เหมาะสมกับใบหน้า เช่น ใบหน้ารูปสามเหลี่ยมตัดผมได้ทั้งผมสั้นและผมยาว ใบหน้าทรงกลมไม่เหมาะกับการตัดผมสั้น ส่วนใบหน้ารูปไข่ตัดผมสั้นหรือผมยาวก็ได้ เป็นต้น

- เพิ่มความสง่างามผ่านการนั่ง ยืน และเดิน สำหรับผู้หญิง



ท่าหนึ่ง จะไม่นั่งพิงพนัก จะนั่งห่างจากความลึกของเก้าอี้ประมาณ 80% ปล่อยมือตามสบายไม่เกร็ง ท่ายืน ยืนลำตัวตรง หลังตั้งตรง ปล่อยแขนตามสบาย เท้าวางในรูป 10 นาฬิกา หรือ 14 นาฬิกา การเดินสำหรับผู้หญิง ศีรษะตั้งตรง ตามองไปข้างหน้า ก้าวเท้าระยะเท่าๆ กัน ยกสะโพกเล็กน้อยขณะก้าวเดิน วางปลายเท้าเป็นแนวตรงไม่บิดเบี้ยวไปด้านใดด้านหนึ่ง

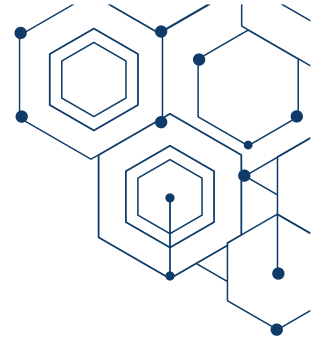
- เพิ่มความสง่างามผ่านการนั่ง ยืน และเดิน สำหรับผู้ชาย



ท่าหนึ่ง จะไม่นั่งพิงพนัก จะนั่งห่างจากความลึกของเก้าอี้ประมาณ 50% มือประสานไว้ข้างหน้า เท้าทั้งสองข้างจะขนานกัน ท่ายืน ยืนลำตัวตรง หลังตั้งตรง ปล่อยแขนตามสบาย เท้าวางขนานกับไหล่ การเดิน เดินเป็นเส้นตรง ตามองไปข้างหน้า ก้าวเท้าระยะเท่าๆ กัน วางปลายเท้าเป็นแนวตรง ไม่บิดเบี้ยวไปด้านใดด้านหนึ่ง

- บุคลิกภาพที่มั่นใจเริ่มต้นจากการฝึกฝน

การฝึกฝนเพื่อให้เกิดบุคลิกภาพที่ดี จำเป็นต้องมีการฝึกฝนทุกวัน อย่างน้อย 90 วัน เพื่อเสริมสร้างความมั่นใจและเชื่อมั่นในตัวเอง



Module 2 การพูด: ทักษะที่ต้องเอาชนะด้วยการฝึกฝน



เคล็ดลับการพูดให้ทรงพลัง

การพูดให้ทรงพลังเราจะต้องสร้างพลังการฝึกสมาธิ วางแนวความคิดในการพูด
ใช้คำพูดดึงดูดความสนใจมีจังหวะ ลีลาในการพูด



ทักษะการใช้เสียง

วิธีการฝึกทักษะการใช้เสียง ได้แก่การวอร์มรูปร่างปาก จะพูดคำว่า เอ อี อาร์ ไอ ยู
ไดนามิกของเสียง การทำให้น้ำเสียงขึ้นลง มีการผ่อนหนักผ่อนเบา



ทักษะการพูดดึงดูดความสำเร็จ เทคนิคในการดึงดูดผู้ชมได้ ดังนี้

- ต้นตื้นเต้น** เป็นการเปิดเรื่องให้ตื้นเต้น ให้ผู้ชมสนใจอาจเปิดเรื่องด้วยคำคม หรือท่าทาง
- กลางกลมกลื่น** เป็นการใช้คำเชื่อมประโยคเป็นการเชื่อมระหว่างประโยคไม่ให้เกิดการเงยบ
เกิดขึ้นในระหว่างการพูดหรือใช้การสื่อสารกับผู้ชมมีส่วนร่วมในการชม
- จบจับใจ** เป็นการใช้คำพูดจบประโยคเพื่อสร้างความประทับใจให้ผู้ชมติดตาม



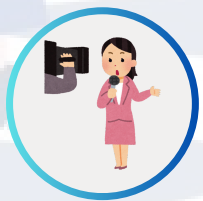
เทคนิคการครองใจผู้ชมและผู้ฟัง

การครองใจผู้ชมและผู้ฟังที่จะทำให้อยู่กับเราไปยาวนานๆ มีเทคนิคง่ายๆคือ
การแบ่งปันประสบการณ์ และการแบ่งปันแรงบันดาลใจกับผู้ชม



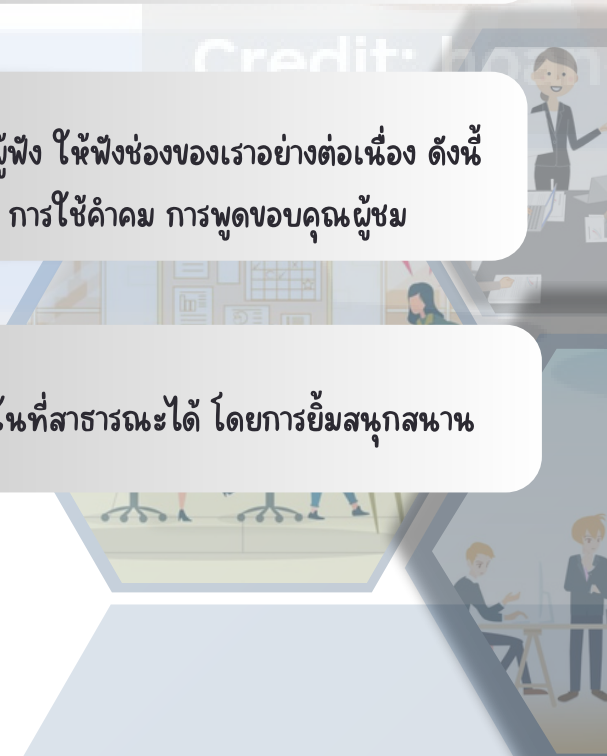
เทคนิคการดึงดูดใจผู้ฟัง

เทคนิคเพื่อดึงดูดความสนใจของผู้ฟัง ให้ฟังช่องของเราอย่างต่อเนื่อง ดังนี้
อ่านทุกแชท พูดสโลแกนของช่อง การใช้คำคม การพูดขอบคุณผู้ชม



เสน่ห์การพูดดึงดูดความสนใจ

เราสามารถสร้างเสน่ห์ในการพูดในที่สาธารณะได้ โดยการยิ้มสนุกสนาน



หลักการพัฒนาตนเอง

หลักการพูดที่ดีเพื่อพัฒนาบุคลิกภาพ

- ก่อนพูด ควรคิดไตร่ตรองให้รอบคอบเสมอ เพื่อหลีกเลี่ยงคำพูดที่อาจทำให้ผู้อื่นไม่พอใจ และหลีกเลี่ยงการพูดโดยไม่มีหลักฐานรองรับ
- ควรใช้คำพูดที่สุภาพและเหมาะสมกับบริบทและบุคคลที่เกี่ยวข้อง
- ออกเสียงสระ พยัญชนะ และตัวควบกล้ำให้ชัดเจน
- ควรคำนึงถึงหลักจิตวิทยาในการพูด เช่น:
 - มีการแสดงสีหน้าท่าทางที่ยิ้มแย้มแจ่มใสขณะพูด
 - การให้คำยกย่องและชมเชยผู้ฟังตามความเหมาะสม
 - ไม่ควรพูดแทรกเพราะจะทำให้การสนทนาไม่ราบรื่น
 - หลีกเลี่ยงการพูดถึงจุดอ่อนของผู้ฟัง
 - และไม่ควรใช้ภาษาที่ไม่เหมาะสมหรือภาษาที่ใช้ในกลุ่มเฉพาะเท่านั้น



วิธีพัฒนาบุคลิกภาพในตัวเอง

- แต่งกายอย่างเหมาะสมและถูกกาลเทศะ
- ตรงต่อเวลาในทั้งด้านการทำงานและชีวิตประจำวัน
- สื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพทั้งในด้านภาษาพูดและภาษากาย
- ให้เกียรติต่อศักดิ์ศรีของตนเองและผู้อื่น
- มีความสนุกสนานโดยไม่รู้สึกตึงเครียดเกินไป
- แสดงออกอย่างตรงไปตรงมาและเปิดเผย
- ควบคุมอารมณ์ของตนเองได้อย่างสม่ำเสมอ
- เข้าใจความต้องการของตนเองและผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง
- และไม่ควรแสดงความเหนือกว่าผู้อื่น



ตัวอย่างการใช้การพูดในสถานการณ์ต่างๆ

1. การสัมภาษณ์งาน: ใช้โอกาสนี้ในการแสดงความสามารถและประสบการณ์ของคุณ และอย่าลืมแสดงความกระตือรือร้นและความตั้งใจในการทำงาน
2. การนำเสนอในที่ประชุม: การพูดในที่ประชุมควรเน้นความชัดเจนและกระชับ ใช้ตัวอย่างและข้อมูลสนับสนุนเพื่อเสริมความน่าเชื่อถือ
3. การสร้างเนื้อหาผ่านโซเชียลมีเดีย: โพสต์วิดีโอหรือบทความที่สื่อถึงความสามารถและความเชี่ยวชาญของคุณเพื่อสร้างความประทับใจให้กับผู้ติดตาม

พูดเพื่อสร้าง Personal Branding ไม่ใช่เรื่องยาก หากคุณมีการเตรียมตัวและฝึกฝนอย่างสม่ำเสมอการแสดงออกถึงความเป็นตัวเองที่แท้จริงจะช่วยให้คุณสร้างแบรนด์ส่วนบุคคลที่แข็งแกร่ง มีความหมาย และน่าสนใจมากยิ่งขึ้น

บุคลิกภาพมีความสำคัญต่อตัวบุคคลดังนี้

1

ช่วยให้เราเข้าใจทัศนคติของแต่ละบุคคล หรือลักษณะนิสัยเฉพาะตัว

2

บุคลิกภาพของเราต้องสามารถเป็นแบบอย่างให้กับคนอื่นได้

3

เสริมสร้างความมั่นใจในตนเองมากยิ่งขึ้น

4

ช่วยให้ตัวบุคคลสามารถเข้าถึงสังคมได้ง่าย

5

หากเรามีบุคลิกภาพที่ดี สังคมจะยอมรับในตัวเรามากยิ่งขึ้น

6

ช่วยให้ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานได้



Module 3 การสร้าง Personal Branding ให้ปัง

สร้างเอกลักษณ์ และตัวตนที่อยาก
จะสื่อสารออกไป

ส่วนใหญ่จะเน้นขายความเป็นตัวของตัวเอง
สิ่งที่ถนัด จุดเด่นที่จะสามารถใช้สร้าง
คอนเทนต์เพื่อโปรโมตได้และทำให้คนเชื่อได้



หากกลุ่มเป้าหมายที่ตรงกับ
ตัวตนของคุณ

การกำหนดกลุ่มเป้าหมายเพื่อสื่อสารโดยใช้วิธีเดียวกับการ
ยิงแอดโฆษณาในโซเชียลมีเดียและจะต้องกำหนด อายุ
เพศ การศึกษา อาชีพ ไลฟ์สไตล์ของผู้ที่จะสื่อสารด้วย
เพื่อสร้างคอนเทนต์และส่งไปถึงกลุ่มเป้าหมายได้อย่าง
แม่นยำ

สื่อสารอย่างต่อเนื่อง



ความถี่ในการลงคอนเทนต์ มีส่วนสำคัญอย่างมาก
ที่จะช่วยให้การสร้างตัวตนของคุณประสบความสำเร็จ
และทำให้คนจดจำคุณได้เร็วขึ้น



เพิ่มเครือข่าย

เป็นหนึ่งในเทคนิคที่จะช่วยเปิดการมองเห็นและ
เพิ่มผู้ติดตามคุณในโลกออนไลน์ ไม่ว่าจะเป็นการ
กดติดตามคนอื่น หรือเข้าร่วมในกิจกรรมต่างๆ
ที่เกี่ยวกับธุรกิจของเรา เป็นต้น

สร้างตัวตนในโลกออนไลน์

ด้วยการใช้แพลตฟอร์มในโซเชียลมีเดีย
อย่าง TikTok , Instagram , Facebook ,
Youtube โดยผลิตคอนเทนต์ออกมาใน
รูปแบบของคลิปวิดีโอ , คลิป Reels เพราะ
สามารถดึงดูดความสนใจของผู้คนให้สนใจ
ตัวตนของคุณได้ดีกว่าการทำให้เป็นภาพนิ่ง
หรือ ได้คำพูด



บทสรุป

และทั้งหมดนี้ก็เป็นเพียงส่วนหนึ่งที่ช่วยให้เราสามารถเริ่มต้นสร้าง Personal Branding ได้ง่ายขึ้นเท่านั้น เพราะยังมีอีกหลากหลายปัจจัยที่เราต้องคำนึงถึงเพื่อสร้างการจดจำในสื่อออนไลน์ได้อย่างยั่งยืน และต้องอย่าลืมว่าทุกสิ่งที่เราสื่อสารออกไปนั้น จะต้องเป็น “เรื่องจริง” ทั้งหมด เนื่องจากเราไม่สามารถสร้างตัวตนที่ไม่ใช่ตัวเราจริง ๆ ขึ้นมา และไม่สามารถ “ดีปแคร็กเตอร์” ให้เป็นเช่นนั้นได้ตลอดไป การจะทำ Personal Branding ให้มีประสิทธิภาพในระยะยาว จึงต้องเริ่มจากการที่เรามีความจริงใจต่อผู้อื่นเสียก่อน ซึ่งเราจะต้องหาจุดเด่นของตนเองให้เจอ แล้วพัฒนาส่วนนั้นให้กลายเป็นตัวตนที่โดดเด่นของเราให้ได้

บุคคลที่สามารถสร้างแบรนด์บุคคลได้ดี มีชื่อเสียงโดดเด่นในสาขาอาชีพของตนเอง จนเป็นที่จดจำและสร้างภาพในใจคนได้อย่างดี ก็อย่างเช่น พิมรี่พาย (พิมรดาภรณ์ เบญจวิมลชนะพัชร) ยูทูบเบอร์ที่มีชื่อเสียงในการขายของออนไลน์ชื่อดัง อาจารย์ลักขณ์ เรพานิเทศ หมอดูชื่อดัง เป็นต้น เราจะสังเกตได้ว่าเวลาที่เรานึกถึงบุคคลเหล่านี้ เราจะได้จดจำแค่ความรู้ความสามารถที่เป็นเลิศในสาขาอาชีพของแต่ละคน แต่เราจะจดจำภาพได้ไปจนถึงอากัปกริยา ท่าทาง น้ำเสียง การพูดจา เครื่องแต่งกาย ฯลฯ ที่เป็นเอกลักษณ์ของแต่ละคนด้วย และนี่คือตัวอย่างการทำ Personal Branding ที่ประสบผลสำเร็จ

หัวใจของ Personal Branding = โดดเด่น + เป็นตัวเอง + มีคุณค่าต่อผู้อื่น

ต้องแตกต่างและโดดเด่น การสร้างแบรนด์ส่วนบุคคลจำเป็นต้องมีความแตกต่างและโดดเด่น เพื่อดึงดูดความสนใจจากผู้คน หากไม่มีความโดดเด่น คนจะไม่สนใจติดตามเรื่องราวของคุณ

ต้องเป็นตัวของตัวเอง การสร้างภาพลักษณ์นี้ไม่ได้หมายถึงการเปลี่ยนแปลงเป็นบุคคลใหม่ แต่ควรสะท้อนถึงตัวตนที่แท้จริงของคุณ

ต้องมีประโยชน์ต่อผู้อื่น คอนเทนต์ที่มีคุณค่าต่อสังคมมักจะได้รับการไลค์และแชร์มากที่สุด โดยเฉพาะคอนเทนต์ที่เกี่ยวข้องกับการให้กำลังใจ นอกจากนี้ การคาดการณ์จากความรู้เฉพาะด้านและการเสนอแนวทางแก้ไขปัญหาต่างๆ ในชีวิต ก็เป็นสิ่งที่ต้องการอย่างมากเช่นกัน

ประโยชน์ที่ได้จากการศึกษา

1. สามารถนำความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาบุคลิกภาพไปใช้ในการพัฒนาตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ
2. มีความรู้และความเข้าใจในเทคนิคการพูดเพื่อการสื่อสารที่น่าสนใจ ทำให้เกิดความมั่นใจในการสื่อสารมากขึ้น
3. สามารถสร้าง Personal Branding เพื่อประชาสัมพันธ์และสร้างตัวตนในสังคมได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

หมายเหตุ :

1. ข้อมูลและภาพประกอบจากสื่อการสอนรายวิชา
การพัฒนาบุคลิกภาพและการพูดเพื่อสร้าง Personal Branding
<https://thaimooc.ac.th/> Thai MOOC Academy /Thailand
Massive Open Online Course
2. ภาพประกอบจาก <https://www.istockphoto.com/th>

จัดทำโดย

นางสาวปฐมนวีร์ อินทรีย์

นักทรัพยากรบุคคลปฏิบัติการ

กลุ่มพัฒนาระบบงานและอัตรากำลัง กองการเจ้าหน้าที่

มีนาคม 2568