

# รู้จักวิถี4เจนเนอร์ชั่นในที่ทำงาน และ 'ตัวตน' ที่ร่วมงานได้กับทุกวัย

เพราะมนุษย์กับการอยู่ร่วมกันเป็น "สังคม" นั้นเป็นสิ่งที่แยกออกจากกันได้ยาก และยังคงดำเนินไปด้วย "ความหลากหลาย" ซึ่งแต่ละสังคม แต่ละคนก็มักจะมีวิธีการปรับตัวเพื่อให้เดินหน้าต่อไปได้

โดยเฉพาะกับสถานที่ที่เรียกว่า "ที่ทำงาน" ซึ่งมีความหลากหลายอยู่มาก โดยเฉพาะ "ช่วงวัย" ที่ส่งผลให้หลายคนรู้สึกถึงความ "แตกต่าง" กระทั่งมีการหยิบยกคำมาอธิบายว่าเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นเพราะ "ช่องว่างระหว่างวัย" (generation gap)

ทั้งนี้ การได้ทำความรู้จักกับแต่ละช่วงวัยในที่ทำงานมากขึ้น ว่าด้วยสภาพแวดล้อม สังคม วัฒนธรรม วิถีนั้นๆ เติบโตมา ส่งผลให้มีลักษณะนิสัย ตลอดจนแนวคิดเป็นอย่างไร อาจจะเป็นเรื่องที่ดี ซึ่งในที่นี้ไม่ได้เหมารวมถึงทุกคนแต่เป็นการอธิบายโดยพิจารณาตามวัฒนธรรมการสื่อสารในบริบทที่เจนเนอร์ชั่นนั้นๆ เติบโตมาว่ามีความสัมพันธ์ต่อแนวคิดการทำงานอย่างไร

ซึ่งใน มหิตล พอดแคสต์ รายการ Well-Being สุขภาพดี ชีวิตดี สร้างได้ หัวข้อ "หลายกำแพงต่างวัยในออฟฟิศ" ดำเนินรายการโดย อ.เต๋ - ดร.ระพี บุญเปลื้อง อาจารย์ประจำสาขาวิชาชีววิทยา คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล และ อ.ปิ๊ป ผศ.ดร.ก.บ. ศุภลักษณ์ เข็มทอง อาจารย์ประจำสาขาวิชา กิจกรรมบำบัด คณะกายภาพบำบัด มหาวิทยาลัยมหิดล ได้ให้ข้อมูลไว้อย่างน่าสนใจ

ผศ.ดร.ก.บ.ศุภลักษณ์ เผยว่า ปัจจุบัน "ช่วงวัย" หรือ "เจนเนอร์ชั่น" (generation) แบ่งออกเป็น 4 ช่วงด้วยกัน ดังนี้ 1.เบบี้ บูมเมอร์ (Baby boomer) อายุมากกว่า 60 ปี เกษียณเกือบ 5 ปีแล้ว 2.เจนเอ็กซ์ (Gen-X) ช่วงอายุ 40-60 ปี ยังทำงานอยู่เป็นรุ่นซีเนียร์ ในองค์กร 3.เจนวาย ช่วงอายุ 24 ปีขึ้นไป (Gen-Y) 4.เจนแซด (Gen Z) ช่วงอายุ 8-24 ปี

"เจนวายเติบโตมาในยุคมิลลิเนียม ยุคที่คอมพิวเตอร์ไวขึ้น ทันสมัยขึ้น เจนแซดมาพร้อม



ระพี บุญเปลื้อง



ศุภลักษณ์ เข็มทอง

กับมือถือที่เล็กลงมามากๆ ส่วนเจนเอ็กซ์และเบบี้ บูมเมอร์คล้ายกันมากๆ ไม่ว่าจะพิมพ์ดีดที่วี เป็นต้น" ผศ.ดร.ก.บ.ศุภลักษณ์กล่าว

ขณะเดียวกัน อ.เต๋ตั้งข้อสังเกตว่า เกี่ยวกันหรือไม่ที่หลายคนมักจะกล่าวว่าคนที่มีการเปลี่ยนผ่านจากยุคอนาล็อกสู่ยุคดิจิทัลจะมีความสามารถในการอดทนรอได้ดีในระดับหนึ่ง ขณะเดียวกันคนที่เติบโตมาในยุคดิจิทัล ส่วนใหญ่จะรอไม่เป็น

อ.ปิ๊ปตอบว่า มีความเกี่ยวข้องกัน ด้วยสิ่งใดก็ตามที่มาพร้อมกับเทคโนโลยีจะมีความเร็วร้อน มีความคาดหวังสูง อารมณ์ต้องทำให้เสร็จ ได้ผลเห็นผลเร็ว ขณะเดียวกันจะขาดวิธีการสื่อสารที่อ่อนโยน สื่อสารประสพการณ์ชีวิต

ไม่ค่อยได้ เพราะรุ่นพ่อรุ่นแม่ก็รับแรงเหมือนกัน ทั้งนี้ กับปัญหาในที่ทำงานเช่น ทำงานมานานทำไมยังไม่เลื่อนขั้นสักที ขณะที่หลายคนเพิ่งเข้ามาทำงานแต่กลับเลื่อนขั้นทุกปี กับเรื่องนี้ มีวิธีจัดการหรือปรับความคิดอย่างไร?

อ.ปิ๊ปกล่าวว่า "ไม่ต้องจัดการอะไร" โดยอธิบายถึงพื้นฐานด้านการทำงานของแต่ละช่วงวัยที่มีความแตกต่างกันไว้ว่า อย่างเช่น

"เจนเอ็กซ์" เป็นเจนเนอร์ชั่นประเภทวันแมนโชว์ สามารถทำงานคนเดียวได้ ไม่ค่อยอยากเป็นหัวหน้าใคร ทำงานเองได้จะภูมิใจมาก ขณะเดียวกันก็มีความขี้งาน และต้องการความสมดุลระหว่างงานและชีวิตส่วนตัว สุขภาพ เวลาพักผ่อน เป็นต้น

# มติชน

Matichon  
Circulation: 950,000  
Ad Rate: 1,550

Section: First Section/ผู้หญิง

วันที่: ศุกร์ 5 พฤศจิกายน 2564

ปีที่: 44

ฉบับที่: 15944

หน้า: 14(ล่างขวา)

Col.Inch: 72.80 Ad Value: 112,840

PRValue (x3): 338,520

คลิป: สีสี่

หัวข้อข่าว: รู้จักวิถี4เจนเนอร์ชั่นในที่ทำงาน และ 'ตัวตน' ที่ร่วมงานได้กับทุกวัย

ขณะที่เจนที่มีความต้องการเลื่อนขั้น หรือ เป็นหัวหน้าสูงคือ **“เจนแซด”**

เหตุผลที่ **“ไม่ใช่เจนวาย”** เพราะเจนวาย เป็นเจนที่มีความวิตกกังวล ลังเลสงสัย จะเป็นหัวหน้าทำไม แค่นี้ก็งานยุ่งอยู่แล้ว เจนวายจะชอบการมีหัวหน้างาน ชอบการมีเสาหลัก เป็นหัวหน้าแทนแต่จะทำตามไม่ทำตามอาจจะเป็นอีกเรื่อง ส่วนหนึ่งเป็นเพราะคนเจนนี้รักอิสระ

ขณะเดียวกัน ในประเด็นที่คนสนใจ ถึงความแตกต่างระหว่าง **“หัวหน้า”** กับ **“โค้ช(สอนงาน)”** ตรงนี้ก็ตอบโจทย์เพราะคนเจนวายมีความต้องการที่จะให้หัวหน้างานเป็นโค้ชด้วย กล่าวคือ ในเวลาที่เขาวิตกกังวล เขาต้องการพึ่งพาที่ปรึกษาในด้านสุขภาพจิตด้วย ฉะนั้น คนเจนวายจึงมีความต้องการหัวหน้าที่เป็นโค้ชได้ หรือโค้ชที่สามารถเป็นหัวหน้า นำทางเขาได้เช่นกัน

ด้วยเหตุนี้ **“เจนแซด”** จึงเป็นเจนที่เรียนรู้จากเจนเอ็กซ์และเจนวายแล้วก็จะปรับปรุงตัวเองให้ดีกว่าเอ็กซ์และวาย ในด้านการทำงานคนเจนนี้จะปรับตัวได้ไว ขณะเดียวกันด้วยความที่คนเจนนี้ **“รักความยุติธรรม”** ทุกคนเท่าเทียมกัน ในบางคราวจึงไม่มีหัวหน้า ไม่มีโค้ช

ทุกคนจะได้เป็นหัวหน้าเฉพาะเรื่องที่ถนัด เจนแซดสนใจคนที่สร้างแรงบันดาลใจ มีประสบการณ์ชีวิต และค้นหาเบบี้บูมเมอร์หรือเจนเอ็กซ์ที่มาถ่ายทอดแลกเปลี่ยนเรียนรู้อย่างจริงจัง

อย่างไรก็ตาม เจนเนอร์ชั่น เป็นเพียงสิ่งที่บอกเพียงให้รู้ว่าเราอยู่ในเจนไหน ด้วยที่สุดทุกเจนเนอร์ชั่นมีการพัฒนาที่ดีขึ้น ปัจจุบันจึงมีคำใหม่ว่า **“SELF”** หรือ **“ตัวตน”** กล่าวถึง ทุกวัยไม่สนใจว่ามาจากเจนไหน เรียนรู้เรื่องของ S : Social (สังคม), E : Emotional (อารมณ์), L : Learning (เรียนรู้) และ F: Flow (ยืดหยุ่น) ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้ไม่ว่าจะกับเจนไหนก็สามารถทำงานด้วยกันได้

อ.ปิ๋ปกกล่าวทิ้งท้ายว่า เมื่อสมองและจิตใจสมดุล คิดบวก คิดยืดหยุ่น อารมณ์ดีไปกับทุกๆ วันได้ มีกิจกรรมร่วมมือ ร่วมแรง ร่วมใจระหว่างคนต่างวัย ทำให้เกิดการสื่อสารในทางบวก อารมณ์ลบมาโฟลว์ไปให้เป็นอารมณ์บวก ซึ่งไม่ใช่การเก็บกด ทว่าเป็นการสร้างพื้นที่ทำงานให้เป็นเหมือนบ้าน เป็นพื้นที่ที่ไว้ออกไว้ใจกันได้ SELF จึงเป็นจิตวิทยาทางบวกอย่างหนึ่งที่สามารถนำไปใช้ในการทำงานได้

**หลายกำแพงระหว่างวัย**