

คนสำเร็จ พูดกับ เขา แบบนี้?

คู่มือช่วยให้คุณสำเร็จทุกด้านด้วยการพูด

No.1 หมวด Self-Help ในเกาหลี

โดย Oh Su Hyang, 2016 The Best Person of Education Training Institute, Korea
แปลโดย วสุชา เขมการโกศล

ไฮไลต์เล่มนี้
สแกนเลย!



- กรณีที่ต้องการซื้อจำนวนมาก เพื่อใช้สอน ฝึกอบรม ส่งเสริมการขาย หรือเป็นของขวัญพิเศษ กรุณาติดต่อสอบถามราคาพิเศษได้ที่แผนกการตลาดพิเศษ บริษัท ซีอีดูเคชั่น จำกัด (มหาชน) โทร. 0-2826-8222 หรือ โทรสาร 0-2826-8356-9

คนสำเร็จ เขาพูดกันแบบไหน?

โดย Oh Su Hyang

แปลโดย วรุษา เขมการโกศล

ราคา 215 บาท

Change⁺ สำนักพิมพ์ เซนจ์พลัส

สงวนลิขสิทธิ์ตามกฎหมาย โดย บริษัท ซีอีดูเคชั่น จำกัด (มหาชน)

ห้ามคัดลอก ลอกเลียน ดัดแปลง ทำซ้ำ จัดพิมพ์ หรือกระทำการอื่นใด โดยวิธีการใดๆ ในรูปแบบใดๆ ไม่ว่าส่วนหนึ่งส่วนใดของหนังสือเล่มนี้ เพื่อเผยแพร่ในสื่อทุกประเภท หรือเพื่อวัตถุประสงค์ใดๆ นอกจากได้รับอนุญาต

Illustration © jesadaphorn / shutterstock

THE SECRET HABITS TO MASTER YOUR ART OF SPEAKING

By Oh Su Hyang

Copyright © 2016 Oh Su Hyang

All rights reserved

Thai language copyright © 2017 SE-EDUCATION PUBLIC COMPANY LIMITED

Thai language edition arranged with GARDEN of BOOKS through Eric Yang Agency Inc.

1 1 2 - 0 8 7 - 1 6 1

2 0 6 6 8 7 6 5 4 3 2 1

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

โอ, ซูฮยั้ง.

คนสำเร็จ เขาพูดกันแบบไหน? -- กรุงเทพฯ : ซีอีดูเคชั่น, 2560.

272 หน้า.

1. ความสำเร็จ (จิตวิทยา). I. วรุษา เขมการโกศล, ผู้แปล. II. ชื่อเรื่อง.

158

ISBN (e-book) 978-616-08-3816-5

จัดพิมพ์และจัดจำหน่ายโดย

 **บริษัท ซีอีดูเคชั่น จำกัด (มหาชน)**
SE-EDUCATION PUBLIC COMPANY LIMITED

บริษัท ซีอีดูเคชั่น จำกัด (มหาชน)

เลขที่ 1858/87-90 ถนนเทพรัตน แขวงบางนา เขตบางนาใต้ กรุงเทพฯ 10260

โทร. 0-2826-8000 สายงานการผลิต โทร. 0-2826-8333 โทรสาร 0-2826-8589

พิมพ์ที่

กระดาษกึ่งนอมนายตา  **ห้วยไผ่**

www.greenread.com

พิมพ์ที่ : บริษัท วิ.ปริมท์ (1991) จำกัด 28.30 ซอยเทียนทะเล 10 ถนน บางขุนเทียน-ชายทะเล แขวงแสมดำ เขตบางขุนเทียน

กรุงเทพฯ 10150 โทร. 0-2451-3010 โทรสาร 0-2451-3014

นาย วิเชียร กาญจนพัฒนา ผู้พิมพ์ พ.ศ. 2560

หากมีคำแนะนำติชม ติดต่อได้ที่ comment@se-ed.com

ค้นหาหนังสือที่ต้องการได้เร็วทันใจที่ www.se-ed.com

คำแนะนำผู้เขียน

ฝึกฝนการพูดของคุณโดยใช้โทนเสียงเหมือนในบทเพลง แล้วผู้ฟังจะประทับใจจนอยากฟังคุณพูดแล้วพูดอีก!

คำพูดนั้นมี ‘ระดับเสียง’ เช่นกัน สิ่งที่จะทำให้เราสร้างบรรยากาศการพูดให้ผู้คนสนุกไปกับการฟังจนนั่งไม่ติดที่ นั่นคือการใช้โทนเสียง และอาจจะมีการฝึกมุกตลกหรือคำฮิตตามกระแสด้วย แม้ว่าจะทำได้ดี ก็ไม่แน่ว่าจะได้รับการชื่นชม เช่น พูดได้ดีแล้ว หรือพยายามได้ดีแล้ว เหมือนกับการที่สามารถขึ้นเสียงสูงได้ ก็เชื่อว่าร้องเพลงได้ดี

ดังนั้นที่ว่าพูดได้ดีนั้นเป็นแบบไหน การพูดสำเนียงชัดเจนเป็นการพูดได้ดีแล้วหรือไม่ หากสามารถพูดได้โดยแทบจะไม่พักหายใจเลย คือการพูดได้ดีหรือเปล่า ไม่ใช่เลย คำพูดที่ทำให้คนฟังมีอารมณ์ร่วมด้วย ถึงจะเรียกได้ว่าเป็นการพูดได้ดี

คำพูดมีความสำคัญตามที่กล่าวมา ชีวิตประจำวันในสังคมนั้น เราต้องพูดให้ดี เพื่อให้คู่สนทนาสนใจเรา คนที่พูดอย่างมีชั้นเชิง เมื่อเทียบกับคนอื่นแล้ว ก็จะโดดเด่นมากกว่า เราควรเตรียมวิธีการพูดที่มีประสิทธิภาพเหนือสิ่งอื่นใด เพื่อให้เป้าหมายของการสื่อสารหรือการโน้มน้าว การเจรจาต่อรองนั้นสัมฤทธิ์ผล

ปัญหาคือการเตรียมวิธีการพูดต่างๆ นั้นยังมีข้อจำกัดอยู่ โดยไม่รู้ว่าจะต้องทำอะไรให้การพูดนั้นเป็นไปอย่างสวยงาม หลายครั้งที่เราอาจเข้าใจธรรมชาติของคนที่พูดได้ดีผิดไป และมักมีเสียงตัดพ้อว่า ‘คนที่พูดไม่ดีนั้นะไม่มีทางแก้ไขอะไรได้หรอก’

ห้ามคิดอย่างนั้นโดยเด็ดขาด หากได้ชมภาพยนตร์เรื่อง The King's Speech แล้วคุณจะเข้าใจ ตอนเกิดสงครามโลกครั้งที่ 2 ในพระราชวังของประเทศอังกฤษ พระเจ้าจอร์จที่ 6 มีอาการพูดติดขัดอยู่บ่อยครั้ง และพยายามหลีกเลี่ยงคำพูดที่ก่อให้เกิดความเข้าใจผิดกันได้ ดังนั้นการปราศรัยของเขาจึงไม่ได้รับเสียงตอบรับใดๆ จากประชาชนเลย เขาจึงพยายามฝึกฝนการพูดอย่างไม่ย่อท้อ จนเปลี่ยนการพูดที่อึกอักให้ดีขึ้นอย่างเห็นได้ชัดและกล่าวปราศรัยเรื่องประกาศภาวะฉุกเฉินได้จนสร้างความประทับใจให้กับประชาชนและในที่ชุมนุมแห่งนั้น จนได้ผลตอบรับอย่างก็กก้องจากประชาชนชาวอังกฤษ

ผู้เขียนเองก็เป็นอย่างนั้น แม้ตอนนี้ตัวเองจะเป็นที่รู้จักอย่างกว้างขวางในฐานะผู้เชี่ยวชาญเรื่องเทคนิคการพูด แต่ก่อนหน้านั้นผู้เขียนก็ไม่ได้พูดอย่างเป็นธรรมชาติขนาดนี้ ช่วงที่อยู่มัธยมปลาย ผู้เขียนได้รับคำชมจากคุณครูสอนภาษาตอนอ่านหนังสือเรียน เลยมีความมั่นใจในการพูดมากขึ้น หลังจากนั้นก็ฝึกฝนอยู่เรื่อย ๆ จนพูดได้ดีขึ้นกว่าเมื่อก่อนอย่างเห็นได้ชัด จนในที่สุดก็เดินบนเส้นทางพิธีกร วิทยากรที่ให้คำปรึกษา นักจัดรายการวิทยุ ศิลปินได้ โดยเริ่มจากการเป็นผู้สื่อข่าว และได้รับมอบหมายให้จัดกิจกรรมนอกสถานที่ และในงานคอนเสิร์ตมากมาย ทำให้ทักษะการพูดของผู้เขียนดีขึ้น เมื่อได้พูดบ่อยครั้งต่อหน้าผู้คนมากมาย ได้ลองผิดลองถูก และผ่านพ้นมันมาได้ ก็ทำให้ตอนนี้มีความภาคภูมิใจในทักษะที่มีขึ้นสูงมากจนแล้ว การที่ผู้เขียนได้รับฉายาว่า ‘คะแนนการสอนในชั้นเรียนเต็มร้อย’ ก็เหมือนเป็นการพิสูจน์ให้เห็นถึงทักษะการพูดของผู้เขียนในชั้นเรียน และทำให้ได้รับการเรียกร้องให้เข้าสอนอยู่เป็นประจำ ช่วงนี้เลยยุ่งกับการให้คำปรึกษา และเปิดชั้นเรียนในเรื่องทักษะการพูดที่มหาวิทยาลัย สำนักงานเพื่อการศึกษา สถาบันฝึกอบรมองค์กรธุรกิจ จนแทบไม่มีเวลาเลยทีเดียว

ไม่ว่าใครก็ตาม หากมีความพยายามฝึกฝน ก็สามารถพัฒนาทักษะการพูดให้ดีขึ้นได้ ด้วยความเชื่อนี้ จึงทำให้ผู้เขียนถักทอเรื่องราวต่างๆ ในเรื่องทักษะการพูดจนกลายเป็นหนังสือเล่มนี้ขึ้นมา เรื่องราวเกี่ยวกับทักษะการพูดในชั้นเรียน การทำงาน หรือการอยู่ในสังคมนั้นมีมากมายจนนับไม่ถ้วน เนื้อหาของหนังสือเล่มนี้ใช้คำพูดที่เข้าใจง่าย โดยเล่าเรื่องราวบางส่วนที่น่าสนใจของเหล่าบุคคลดัง พร้อมแนะนำเคล็ดลับที่เป็นหัวใจสำคัญของการพูดด้วย หากได้ลองอ่านไปเรื่อย ๆ ก็จะช่วยให้เพิ่มความมั่นใจว่า 'ฉันเองก็พูดได้ดีเหมือนกัน' ไปโดยอัตโนมัติ

หนังสือ **คนสำเร็จ เขาพูดกันแบบไหน?** เล่มนี้ ไม่ใช่หนังสือที่อ่านแล้วจะเก่งได้ในทันที แต่ทักษะการพูดจะค่อย ๆ ดีขึ้นหากพยายามฝึกฝน หรือเชื่อว่าหากเปลี่ยนคำพูด ชีวิตก็เปลี่ยนไปได้ หนังสือเล่มนี้จึงเหมาะกับทุกคนที่ดิ้นรนต่อสู้เพื่อให้ตัวเองมีความก้าวหน้าและประสบความสำเร็จในทุกด้าน !

SE-ED
Oh Su Hyang
inspiration starts here

เกี่ยวกับผู้เขียน



โอซูฮยยังเป็นประธานคณาจารย์ในที่ประชุมของมหาวิทยาลัยกุกมิน และเป็นนักวิจัยอันดับหนึ่งของศูนย์วิจัยการศึกษาตลอดชีพเกี่ยวกับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ มหาวิทยาลัยแพคชอก รวมถึงเป็นผู้อำนวยการศูนย์วิจัยวอยซ์ SHO และยังเป็นผู้บรรยายให้กับเหล่านักธุรกิจและหน่วยงานราชการจำนวนมาก นอกจากนี้ยังได้เป็นครูฝึกสอนผู้เชี่ยวชาญ

ให้กับผู้ดำเนินรายการโฮมช้อปปิ้งมือใหม่ของ GS Home Shopping รวมทั้งได้ออกรายการต่างๆ มากมาย เช่น Morning Square ช่อง KBS, Kim Kyung Ran's Biz Inside ช่อง SBS CNBC, Contents ช่อง TV Chosun, Daily Economy ช่อง Asia Economy TV และยังได้รับหน้าที่บรรยายเกี่ยวกับการใช้คำพูดสำหรับคุณแม่่มือใหม่ในรายการ Child Rearing School Pin ช่อง EBS อีกด้วย นอกจากนี้ยังได้เข้าร่วมกิจกรรม เช่น เทศกาลละครเกาหลีใต้ครั้งที่ 8 (KPOP, เพลงประกอบละคร, คอนเสิร์ต 8090) เทศกาลใหญ่ที่รวมทุกคนเป็นหนึ่งเดียวในวันประกาศเอกราช 15 สิงหาคม การประชุมอภิปรายผู้สมัครรับเลือกตั้งประจำท้องถิ่นในการเลือกตั้งแบบแบ่งเขตวันที่ 4 มิถุนายน และเธอได้รับรางวัลมากมาย เช่น บุคคลยอดเยี่ยมแห่งสถาบันการศึกษาในปี 2016, บุคคลผู้มีความสามารถเชี่ยวชาญสาขา Voice Training ในปี 2015 และบุคคลผู้มีชื่อเสียงแห่งปีเกาหลีในปี 2015

คำนิยม

อาจารย์ไอซูฮยังเป็นผู้เชี่ยวชาญในเรื่องเทคนิคการพูด ซึ่งเขียนหนังสือได้อย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับวิธีโต้ตอบกับคู่สนทนาให้ได้ผล หนังสือเล่มนี้มีเนื้อหาหลากหลายเกี่ยวกับวิธีต่างๆ ที่จะอัปเกรดตัวเราเอง เช่น การสื่อสาร การโน้มน้าว หรือการเจรจาต่อรอง หนังสือเล่มนี้จึงเหมาะกับผู้สนใจเกี่ยวกับเทคนิคการพูดทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็นนิสิตนักศึกษา ผู้ที่กำลังหาอาชีพ หรือนักธุรกิจ

– **בחןח (กรรมการที่ปรึกษาการวิทยุเกาหลี และอาจารย์นักวิจัยมหาวิทยาลัยศิลปะโซล)**

คำพูดเป็นหนึ่งในตัวบ่งบอกถึงบุคลิกภาพของคนคนนั้น และสมควรอย่างยิ่งที่จะใส่ใจและฝึกฝนอยู่ตลอด น่าเสียดายที่การศึกษาในปัจจุบันไม่ค่อยเน้นการเรียนการสอนที่เกี่ยวกับวิธีการพูดเท่าไรนัก หนังสือของอาจารย์ไอซูฮยัง จึงเป็นหนังสือที่มีประโยชน์สำหรับคนทั่วไปในแง่การศึกษาหาความรู้ได้อย่างแน่นอน

– **คิมชินอิล (อดีตรัฐมนตรีกระทรวงศึกษาธิการและอดีตอาจารย์มหาวิทยาลัยโซล)**

อาจารย์ไอซูฮยังเป็นผู้เชี่ยวชาญคนหนึ่งในวงการการพูด ‘คะแนนการสอนในชั้นเรียนเต็มร้อย’ ‘ทุกคนเรียกร้องจะฟังการพูดของเธอ’ ‘ครูผู้สอนที่โดดเด่นที่สุด’ ข้อความเหล่านี้เหมือนเป็นหลักฐานบอกความเป็นเธอ และแล้วเธอก็ได้คลอดหนังสือเล่มนี้ออกมา คาดว่าก็จะได้รับคะแนนยอดเยี่ยมจากผู้อ่านด้วย

– **คิมจงพโย (ผู้อำนวยการสถาบันบัณฑิตวิทยาลัยการศึกษา มหาวิทยาลัยแพคชอก, อดีตนายกลสมาคมส่งเสริมการศึกษาตลอดชีวิตเกาหลี)**

จุดเด่นของหนังสือเล่มนี้คือ อ่านได้ลื่นไหลเหมือนกับอ่านบทกวีไพเราะ
เรื่องหนึ่ง บรรยายได้กระจ่างเห็นภาพ และไม่ยืดเยื้อ แม้ว่าจะบรรยายตรงไป
ตรงมา แต่เลือกใช้คำพูดที่แทนใจ แทนความรู้สึกได้ดีมากๆ เนื้อหาในหนังสือ
เป็นประโยชน์สำหรับนักเรียนทั้งหลายที่ต้องพูดรายงานหน้าชั้นเรียน รวมไปถึง
ถึงครูหรืออาจารย์ที่ต้องพูดบรรยายในชั้นเรียน

– ลีควันอี (อดีตคนบดวิทย์วิทยาลัยการตำรวจและอดีตนายกสมาคม
รัฐธรรมนูญเกาหลี)

การออกอากาศตามรายการต่างๆ ต้องการผู้ที่มีทักษะการพูดที่ดี
ไม่ใช่แค่ผู้ประกาศข่าว ดังนั้นโปรดิวเซอร์ พิธีกร นักแสดงตลก ดาราเองจะ
พูดแบบไร้อารมณ์ไม่ได้ หนังสือเล่มนี้จำเป็นต่อทุกคนที่สนใจหรือกำลังฝึกฝน
ที่จะพูดออกอากาศเป็นอย่างมาก

– ฮวังเจยอง (อดีตกรรมการรายการโทรทัศน์ KBS และ โปรดิวเซอร์
รายการ VJ Special Assault Commando)

จุดเด่นของหนังสือเล่มนี้คือสามารถอ่านได้อย่างสนุกสนานเหมือน
เป็นนิยายเรื่องหนึ่ง หากว่ามีความกังวลเกี่ยวกับการพูดของตัวเอง หรือ
อยากรู้เคล็ดลับในการพูดคุยกับผู้อื่นแล้วละก็ นี่เป็นหนังสือเล่มแรกๆ ที่ทุกคน
ต้องอ่านเลยละ

– ลีแทคริม (พิธีกร และผู้ดำเนินรายการวิทยุ Lee Taek Lim's fun
night road ของสถานี KBS)

สารบัญ

คำนำผู้เขียน	3
--------------------	---

เกี่ยวกับผู้เขียน	6
-------------------------	---

คำนิยม	7
--------------	---

บทที่ 1 จะเป็นที่ 1 หรือที่ 2 ก็ขึ้นอยู่กับคำพูด	13
--	----

- ความประทับใจแรกเกิดขึ้นได้จากอะไร
- ใช้คำพูดอย่างมีเหตุผล เพื่อให้เรื่องราวดูน่าเชื่อถือ
- การเล่าเรื่องราว (Storytelling) ที่บ่งบอกความเป็นตัวเอง
- สาเหตุที่ทำให้กลัวการพูด
- เตรียมพร้อมสี่หน้าท่าทางที่ดึงดูดใจ
- หากเปลี่ยนคำพูด ชีวิตก็จะเปลี่ยน
- สร้างความเป็นไปไม่ได้ให้เป็นไปได้

inspiration starts here

บทที่ 2 คนที่เป็นผู้ฟังที่ดี ก็เป็นนักพูดที่ดีได้เช่นกัน	61
--	----

- จงถาม จงชมเชย จงมีปฏิกิริยาตอบรับ
- คุณภาพมาก่อนปริมาณ
- คำพูดที่แค่ได้ยิน ก็ทำให้่วงนอนแล้ว
- คำพูดที่ดึงดูดใจได้
- ลองหัวเราะสัก 20 นาที
- การโน้มน้าวเริ่มด้วยการปล่อยหมดทุก
แต่โดนใจในช่วงท้าย

● เทคนิคโน้มน้าวที่มัดใจคน.....	99
● ทักษะเจรจาที่ทำให้ได้สิ่งที่ต้องการ.....	106
● พื้นฐานของการอภิปรายคือการตั้งใจฟัง.....	112

บทที่ 3 เพียงคำเดียว ที่ทำให้อีกฝ่ายมาอยู่ฝั่งเรา.....119

● แคคีย์เวิร์ดหนึ่งคำที่ชนะใจคน มากกว่าคำเป็นสิบคำ.....	121
● สาเหตุที่ทำให้ข้าวกล่องราคา 3,900 วอน (117บาท) ขายดีเป็นเทน้ำเทท่า.....	127
● การเล่าเรื่องที่มาจากพล็อตที่น่าสนใจ.....	132
● เข้าใจเนื้อหาสำคัญได้ครบถ้วน จึงจะประสบความสำเร็จ.....	139
● พลังของการทำซ้ำจนได้คำตอบ ‘Yes’.....	144
● คำถามที่ช่วยจูงใจให้เปิดเผยความลับ.....	149
● ไม่มีใครขอบคุณในเรื่องที่ไม่มีประโยชน์กับตัวเอง.....	155

inspiration starts here

บทที่ 4 ความลึกของเนื้อหาเป็นตัวตัดสินความลึกซึ้งของคำพูด.....161

● ไม่ว่าใครก็มีจุดเริ่มต้นที่เหมือนกัน.....	163
● พุดราวกับนักแสดงละครเวที.....	168
● ถ้าทำให้สงสัย ก็ถือว่าประสบความสำเร็จแล้ว.....	174
● สร้างรายได้หลายทางเพราะคำพูด.....	179
● นิยายที่รอบรู้คือสุดยอดสมบัติ.....	184
● คำพูดเดียวที่เหมือนกับมื้ออาหารพิถีพิถันของแม่.....	189

● ใช้หลัก KISS เป็นพื้นฐานการสนทนา.....	195
● ใช้คำพูดเปรียบเปรยให้คนฟังเห็นภาพ.....	199
● ยุคสมัยของวาทศิลป์ผ่านพ้นไปแล้ว.....	205
● จงแสดงความกระตือรือร้นที่พุ่งพล่านออกมา.....	211

บทที่ 5 **น้ำเสียงที่ดีไม่ได้ติดตัวมาตั้งแต่เกิด.....** 219

● เสียงก้องกังวานดังตูตใจผู้คน.....	221
● แคเสียงเพียงอย่างเดียว ก็เหมือนมีภาพปรากฏอยู่.....	227
● หากเป็นวัยรุ่น เสียงก็ต้องเหมือนกับทะเลใสๆ.....	233
● เสียงของผู้ประกาศข่าวที่เปี่ยมด้วยพรสวรรค์.....	238
● MC นักแสดงตลกแห่งทักษะการปล่อยมุขซ้ำๆ.....	243
● อย่าสร้างภาพ ให้ทำตามสัญชาตญาณ.....	249
● พลังของคำพูดที่สุขุมเยือกเย็นและมีวิจารณ์ญาณ.....	254
● เสียงที่ปลอบประโลมอย่างอ่อนโยน.....	260



inspiration starts here

บทที่ 1

จะเป็นที่ 1 หรือที่ 2
ก็ขึ้นอยู่กับคำพูด



“หากพูดแบบคนมีฝัน
ความฝันนั้นก็เริ่ม
ประสบความสำเร็จแล้ว”

SE-ED

inspiration starts here

ความประทับใจแรก เกิดขึ้นได้จากอะไร

😊 กลายเป็นคนที่ไม่น่าคบหาเพราะคำพูด

“ผมมีเรื่องกังวลครับ ผมเป็นคนที่ไม่มีข้อบกพร่องเลยสักอย่าง แต่พอไปนัดบอด กลับโดนผู้หญิงปฏิเสธ ที่ทำงานผมเข้ากับทุกคนได้ดี ความสัมพันธ์กับเพื่อนก็ดีนะครับ แต่ทำไมถึงดึงดูดใจเพศตรงข้ามไม่ได้กันล่ะครับ”

นี่คือคำพูดของคุณ K อายุ 30 ปี ผู้ซึ่งทำงานในบริษัท IT ชื่อนำคนที่ทำงานกับธุรกิจอันดับต้นๆ ยังมีเรื่องไหนให้ต้องกังวลใจอีก เขามีหน้าที่วิจัยและพัฒนาประจำบริษัท เลยไม่มีเวลาให้เพศตรงข้ามมากนัก เขาเลยได้แต่เก็บเรื่องการแต่งงานไว้ในใจ และเพิ่มมีโอกาสนัดบอดมาไม่นาน แต่ก็ถูกสาว ๆ ปฏิเสธกลับมาทุกครั้ง

เมื่อฟังเรื่องราวของเขาแล้ว ผู้เขียนพิจารณาเขาด้วยความสนใจ และไม่เห็นปัญหาอะไรเป็นพิเศษจากอุปนิสัยของเขา เป็นนิสัยปกติทั่วไปที่พบเห็นได้ทุกคน และยังทิ้งกับความภาคภูมิใจในตนเองของเขา ที่บอกว่าทั้งระดับการศึกษา หน้าที่การงาน ครอบครัว รูปร่างหน้าตา ก็ไม่น้อยหน้ากว่าใคร แม้ว่าบางอย่างจะไม่รู้แน่ชัด แต่เขาก็พูดถึงบ่อยมาก และหลังจากนั้นไม่นาน ผู้เขียนก็เข้าใจว่าอะไรที่เป็นปัญหา

“เวลาไปนัดบอด พูดกับผู้หญิงอย่างไรบ้างเธอคะ”

“ก็..พูดธรรมดาเนะครับ”

“เท่าที่ฉันดู น่าจะไม่ค่อยธรรมดาเท่าไหร่นะคะ ฝ่ายหญิงเลยไม่ประทับใจคุณ K นะคะ การพบกันครั้งแรกสำหรับผู้หญิง ความประทับใจแรกถือว่าเป็นเรื่องสำคัญมากนะคะ ไม่ว่าจะเป็นหน้าตาที่ดูสะอาดสะอ้าน หรือว่าการแต่งตัวที่สะอาดตา นอกจากนั้นสิ่งที่สำคัญมากพอกันคือคำพูดค่ะ ไม่ใช่แค่คำเสี่ยงที่น่าฟังเท่านั้นนะคะ แต่จะพูดอย่างไรให้ฝ่ายตรงข้ามประทับใจเรา นั่นก็สำคัญค่ะ วันนี้เท่าที่ฉันเห็น ระหว่างที่เราพูดกันอยู่ คุณ K พูดชมตัวเองบ่อยมากค่ะ ถ้าฉันเป็นผู้หญิงที่มานัดบอดก็คงไม่ชอบคุณเลยล่ะค่ะ”

แม้เขาจะเตรียมพร้อมสำหรับการสร้างความประทับใจแรกไปได้แล้ว แต่ก็ดูเหมือนเพราะคำพูดที่ทำให้ทุกอย่างพัง น้ำเสียงของเขาฟังดูสงบเยือกเย็น ฟังแล้วรู้สึกดี แต่คำพูดของเขานั้นแหละคือปัญหา เขาไม่ใส่ใจคู่สนทนา เอาแต่พูดถึงตนเองด้วยความภาคภูมิใจ ก็เลยถูกตราหน้าจากฝ่ายตรงข้ามว่าไม่น่าประทับใจเอาเสียเลย

คนที่เคยคบผู้หญิงมาแล้วหลายคน ไม่มีใครไม่รู้ว่าผู้หญิงไม่ชอบผู้ชายที่เอาแต่ชมตัวเอง ตามที่กล่าวมานี้จึงเกี่ยวกับสามัญสำนึกนั่นเอง และเพราะไม่เข้าใจในเรื่องเหล่านี้ ทำให้ทุกครั้งที่ไปนัดบอด สาวๆ จึงไม่ประทับใจคุณ K ตั้งแต่แรกเจอ

ด้วยการพูดที่ไม่เหมาะสมนี้ ทำให้โอกาสที่คะแนนความประทับใจแรก ลดลงมีไม่น้อยเลยทีเดียว ดังเช่นอีกตัวอย่างหนึ่ง คุณ A เป็นนักการเมือง ที่เมื่อก่อนเป็นคนพูดตะกุกตะกัก ทำให้ผู้อื่นไม่ประทับใจมาตลอด แน่นอนว่า เมื่อเปรียบเทียบกับนักการเมืองคนอื่นแล้ว การพูดของเขาเยือกเย็น และอ่อนน้อม ถ่อมตนกว่ามาก ซึ่งถือเป็นเรื่องดี ทว่าเพราะการพูดตะกุกตะกัก และดูซ้ำจวนเกินไป ทำให้กลายเป็นคนลนลาน แถมยังขาดการตัดสินใจที่เด็ดเดี่ยว จึงถูกมองติดลบ สำหรับนักการเมืองแล้ว ความเป็นผู้นำที่แข็งแกร่ง และการมีพลังผลักดันในชีวิตนั้น ทำให้เป็นคนไม่มีจุดอ่อนที่ร้ายแรงเลย

ผู้คนไม่มีทางจะรู้ว่าจริงๆ แล้วเขาเป็นคนอย่างไร แต่จะเผยออกมาให้สื่อมวลชนได้เห็น ตอนนี้คำพูดของเขาที่ออกไปตามรัฐสภา ที่ประชุม หรือ การให้สัมภาษณ์ต่าง ๆ ถือเป็นคำพูดที่มีมาตรฐานในการตัดสินใจที่สำคัญต่าง ๆ เลยทีเดียว จากคำกล่าวที่ว่า “คำพูดทำให้เปลี่ยนความประทับใจแรกไปได้” และการพูดของเขาเปลี่ยนจากคนทำธุรกิจ มาเป็นนักการเมือง จึงเป็นเรื่องที่น่าเสียดายไม่น้อย

😊 หากพลาดตั้งแต่คำแรก ก็จะไม่มีโอกาสต่อไป

ลองมาดูตัวอย่างนักการเมือง N ที่ผู้คนยอมรับเพราะประทับใจ ในคำพูดเขาและเข้าถึงผู้คนได้สำเร็จ ด้วยจุดเด่นคือบุคลิกภาพและคารมคมคาย การพูดนั้นเผยความเป็นตัวตนที่พิเศษของเขาออกมา นักการเมืองคนนี้สร้างความประทับใจแรกที่อบอุ่นจากการพูดบรรยายที่แฝงมุกตลกสนุกสนาน เขาใกล้ชิดกับผู้คนมากขึ้น และได้สัลลภาพนักการเมืองเชิงกร้าวออกไปด้วยการพูดจาติดตลก ยิ่งไปกว่านั้นคำพูดติดตลกของเขาก็ทำให้รู้สึกคุ้นเคยและเป็นสิ้นทางการเมืองอย่างหนึ่ง มาลองฟังคำพูดของเขากัน

“ตอนนี้จะได้เวลาของการเลือกตั้งแล้วนะครับ อยู่ดี ๆ ปลาเทราต์กับปลาแซลมอนโผล่ออกมาเต็มเลยครับ แล้วสะอาดกันหมดเลยด้วยนะ และแม้เราจะเคยมีประสบการณ์กันมาแล้ว แต่ก็ลองมาเลือกปลาเทราต์ ปลาแซลมอนที่สะอาดกันดูอีกทีนะครับ และหากเราปล่อยให้พรรคการเมืองระดับ 3 ระดับ 4 เข้าไปทำหน้าที่แล้วละก็ ปลาทั้งหลายก็อาจไม่รอดนะครับ ไม่อย่างนั้นก็ต้องทำให้ปลาทั้งหลายกลายพันธุ์ไปนะครับ ถึงจะอยู่รอด”

“จากสถานการณ์ตลอด 50 ปีที่ผ่านมา เราอย่างหมูสามชั้นกันมาโดยตลอด ทำให้ตอนนี้มันดำไปหมดแล้วครับ ถึงเวลาที่เราต้องปรับเปลี่ยนแล้วละครับ”

หากมองด้วยเหตุผลบางอย่าง คำพูดที่แฝงมุกตลกเป็นต้นเหตุในการสร้างความเสียหายได้เช่นกัน แต่ด้วยมุกตลกของเขา ทำให้จากที่เคยเป็นนักการเมืองไม่มีชื่อเสียงใดๆ ตอนนี้สามารถอยู่ในจุดที่โด่งดังเป็นนักการเมืองระดับเซเลบได้แล้ว

หากพูดถึงวลีที่ว่า “คำพูดที่สร้างความประทับใจ” คงจะลืมน ลีก็มฮีผู้ประกาศข่าวไปไม่ได้ ลีก็มฮีให้ความรู้ลึกในครั้งแรกว่าเป็นคุณหนูผู้อบอุ่นผ่านการบรรยายที่นุ่มนวลราวใยไหม หลักพื้นฐานของผู้ประกาศข่าวจะต้องพูดอย่างมีเหตุมีผล และดูภูมิฐาน แต่ก็ต้องหนี้อยู่กับการถูกจัดระดับกับผู้ประกาศข่าวคนอื่นด้วยสิ่งเหล่านี้ และต้องมีสิ่งอื่นให้เหนือกว่า ลีก็มฮีเป็นคนมีแรงดึงดูดที่ทำให้คู่สนทนาสบายใจ เธอจะพูดสั้นๆ ด้วยคำพูดที่จำเป็นเท่านั้น และพร้อมตั้งใจฟังคำพูดของฝ่ายตรงข้าม เธอใส่ใจความรู้สึกของฝ่ายตรงข้ามราวกับโอบกอดอีกฝ่ายไว้

ลี้กิมฮีแนะนำกลยุทธ์สำคัญของการพูดของเธอไว้ดังนี้

“ก่อนอื่นเราต้องมองตาฝ่ายตรงข้าม หากเขารับเชิฐรู้สึกว่ ‘พิธีกรพยายามตั้งใจฟัง และพยายามทำความเข้าใจเรื่องราวของฉัันมากเลยนะ’ เขาก็จะเปิดเผยเรื่องราวที่ปิดบังเอาไว้ออกมา”

หากทำเช่นนี้แล้วการสนทนากับฝ่ายตรงข้ามก็จะราบรื่นอย่างต่อเนื่อง โดยไม่มีติดขัดเลยทีเดียว ถ้าจะเรียกลี้กิมฮีว่าเป็นโอปราห์ วินฟรีย์ ของเกาหลีก็ไมผิดนัก

หากดูตามสถิติแล้ว สัดส่วนการคัดเลือกพนักงานใหม่แผนกต้อนรับของบริษัทต่างๆ นั้น กว่า 66 เปอร์เซ็นต์ประเมินจากความประทับใจแรก และการจะตัดสินความประทับใจแรกนั้นจะใช้เวลาประมาณ 1 นาที 5 นาที ทันทีที่พบกัน 3 นาที หรือ 10 นาทีตามลำดับ ดังนั้นสามารถทราบไ้เลยว่า คำพูดในระยะเวล่สั้นๆ นั้น เป็นปัจจัยที่จะทำให้อีกฝ่ายตัดสินความประทับใจแรกได้เลย

ตามที่กล่าวมานี้ ถือไ้ว่าเมื่อคนเราพบเจอกัน ความประทับใจแรกนั้นสำคัญมากทีเดียว หากคุณคิดว่า ถึงการเจอกันคราวนี้จะทำไ้ไม่ค่อยประทับใจเท่าไ้ไหร่ แต่เจอกันคราวหน้า ค่อยสร้างว่ความประทับใจใหม่ไ้ไ้ นั่นคือคิดผิด เราจะต้องไ้รับความรู้สึกดีๆ จากอีกฝ่ายในการเจอกันครั้งแรกก่อน ถึงจะสามารถนัดเจอกันในคราวหน้าไ้ และเพราะจะไ้สร้าง “ความสัมพันธ์” กันต่อไป เราจะต้องเตรียมตัวไ้ดีเพื่อให้ไ้รับการยอมรับในการเจอกันครั้งแรกจากฝ่ายตรงข้าม

* โอปราห์ วินฟรีย์ (Oprah Winfrey) เป็นพิธีกรทอล์กโชว์ชื่อดังในอเมริกา เจ้าของรายการ The Oprah Winfrey Show ที่มีเรตติ้งการชมสูงที่สุดในประวัติศาสตร์รายการโทรทัศน์ และยังเป็นผู้หญิงชาวแอฟริกันอเมริกันที่รวยที่สุดในศตวรรษที่ 20

รูปร่างหน้าตาดี การแต่งหน้า การแต่งกาย หรือทรงผม ทั้งหมดนี้
ไม่สามารถปล่อยปละละเลยได้ และยิ่งกว่านั้น เราจะละเลยเรื่องคำพูด
ไปไม่ได้ คำพูดถือเป็นมาตรฐานในการตัดสินความประทับใจแรก
หรือทุกอย่างของคนคนนั้นอย่างคร่าว ๆ จึงจะได้รับความรู้สึกที่ดีจาก
อีกฝ่าย และจะดึงดูดอีกฝ่ายให้สนใจในตัวเราได้



ใช้คำพูดอย่างมีเหตุผล เพื่อให้เรื่องราวดูน่าเชื่อถือ

😊 การจะยืนยันเรื่องใดๆ และจะโน้มน้าวผู้อื่นนั้น
ต้องมีข้อมูลอ้างอิง

SEED
inspiration starts here

“ฉันไม่มีความมั่นใจในการพูดเลย ทำอย่างไรจึงจะพูดได้ดีล่ะคะ”

น้องสาวที่ต้องการเข้าร่วมการประกวดนางงามมาหาผู้เขียน หากพูดถึงรูปร่างหน้าตาของเธอแล้วถือว่าเปรียบพร้อม ไม่มีอะไรให้ต้องติเลย ยิ่งกว่านั้นคำพูดของเธอก็ดูไม่มีปัญหาอะไร น้ำเสียงดูภูมิฐาน ท่าทางการพูดเด็ดเดี่ยว แต่ปัญหาคือการพูดที่ไม่ราบรื่น พูดเรื่องนั้นที่เรื่องนี้ที่เธอดูไม่ค่อยคิดเป็นเหตุเป็นผลเท่าไรหรอก บ่อยครั้งที่คำพูดของเธอจึงวกวนไม่เป็นลำดับ

การพูดลักษณะนี้ เป็นปัจจัยที่ทำให้ถูกหักคะแนนสำหรับเวทีประกวดนางงามได้เลย การตัดสินใจของคณะกรรมการนั้น จะกวาดตาจากความคิดผ่านทางคำพูดของผู้เข้าแข่งขันจึงประเมินคะแนนออกมาได้ ผู้ที่พูดอย่างมีเหตุมีผล และมีไหวพริบดี ก็จะได้คะแนนสูง

คำพูดสะท้อนความคิดของคนคนนั้นได้ทั้งหมด แม้จะได้สนทนากันเพียงชั่วคราว แต่ก็รับรู้ได้ว่าคนคนนั้นมีเหตุมีผลหรือไม่ เราจึงต้องฝึกฝนการพูดให้ออกมาดี และคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผล ลองมาดูเนื้อหาบางส่วนจากในหนังสือพลังของการคิดอย่างมีเหตุผล (Logical thinking know-how do-how) ของสถาบันทรัพยากรมนุษย์ของเกาหลีกัน

“คนที่มีเหตุมีผล ก็จะใช้เหตุใช้ผล คำพูดหรือข้อความที่แสดงความคิดเห็นใดๆ ออกมาไม่ว่าทางใดทางหนึ่ง จะไม่พบความไม่สมเหตุสมผลในทางตรงกันข้าม คนที่ไม่ใช้หลักเหตุและผล ไม่ว่าจะในสถานการณ์ใด ก็จะไม่พบหลักการที่มีเหตุมีผลเลย”

หากจะพูดถึงการพูดที่มีเหตุมีผลแล้วละก็ จะลืมชนชอกฮี ลีอภิลักษณ์คนนี้ไปไม่ได้เลย เขาแสดงทักษะการพูดที่มีเหตุมีผล และไหวพริบเฉพาะหน้าได้อย่างน่าพอใจผ่านทางรายการ โต้เวที 100 นาที มาฟังบทความนี้ๆ กับชนชอกฮี ระหว่างสัมภาษณ์นักแสดงสาว บริจิตต์ บาร์โดต์* และใช้คำพูดอันชาญฉลาดตั้งคำถามเธอเกี่ยวกับเนื้อสุนัข เราลองมาฟังตัวอย่างที่น่าสนใจกัน

* บริจิตต์ บาร์โดต์ (Brigitte Bardot) อดีตนักแสดง นักร้องและนางแบบชาวฝรั่งเศสสุดเซ็กซี่ในยุค 50 และ 60 ภายหลังได้ผันตัวเองมาเป็นนักรณรงค์สิทธิสัตว์

“ที่อินโดนีเซียไม่กินเนื้อวัว แต่เขาก็ไม่ได้ต่อต้านผู้คนต่างชาติที่กินเนื้อวัว คุณคิดอย่างไรเกี่ยวกับการยอมรับความแตกต่างทางวัฒนธรรมนี้ครับ”

“คุณคิดว่าคนที่กินเนื้อสุัขในประเทศเกาหลีมีประมาณเท่าไรครับ”

การพูดคุยเรื่องแรกคือข้อมูลด้านวัฒนธรรมของอินโดนีเซียที่ได้รู้จักมากขึ้น เนื่องจากข้อมูลนี้มีหลักฐานอ้างอิงสนับสนุน ทำให้ชนชอกฮีโน้มนำเธอให้ยอมรับมากขึ้น เรื่องต่อไปคือโต้เถียงกล่าวหาที่ว่าคนเกาหลีทั้งหมดเป็นคนป่าเถื่อน โดยใช้ตัวเลขยืนยันข้อเท็จจริงว่าไม่ใช่คนเกาหลีทั้งหมดที่กินเนื้อสุัข เขาได้ชวนคุยด้วยเหตุผล และค่อยๆ ชี้แจงไปอย่างสุขุมทีละเรื่อง บริจิตต์ บาร์โดต์เองก็พูดคุยด้วยอย่างกระตือรือร้นและวางสายไป ถือว่าชนชอกฮีได้แสดงให้เห็นว่าคำพูดที่มีเหตุมีผลของเขาน่าชื่นชมเพียงใด

😊 ปลุกฝังคำพูดอย่างมีเหตุผลให้เป็นความเคยชิน

การพูดอย่างมีเหตุผล จะสามารถเป็นจุดแข็งที่แตกต่างได้ในโลกที่มีแต่การแข่งขันไม่จบสิ้น

แต่คำพูดที่มีเหตุผลนั้นไม่ได้สร้างขึ้นได้ในชั่ววันหนึ่ง เราจะต้องฝึกฝนการพูดให้มีเหตุผลอย่างไม่หยุดยั้ง และควรใส่ใจการพูดของตนเองเป็นพิเศษตลอดเวลา มาลองดูปัจจัย 5 ข้อที่จะทำให้เราพูดจาวางอย่างมีเหตุผลกัน หากทำตามข้อเหล่านี้แล้ว จะรู้ลึกว่าการพูดของตนเองนั้นหนักแน่นและเต็มไปด้วยเหตุผลขึ้นเยอะเลย

1. หาข้อมูลที่เหมาะสมเพื่อยืนยัน

การยืนยันเรื่องใดๆ ก็ตาม จะต้องต้องมีข้อมูลมาสนับสนุน นั่นเป็นคำที่เห็นบ่อยในการเขียนเรียงความ การพูดแบบมีเหตุผลก็มีผลก็เช่นกัน อย่างที่ทราบกันว่าคำพูดที่ใช้อยู่ประจำในทุกๆ วัน อาจขาดข้อมูลไปบ้าง เนื่องจากไม่เคยชินกับสถานการณ์ที่ต้องใช้เหตุผลตลอดทุกครั้ง

อย่าลืมว่าการยืนยันที่จัดเตรียมข้อมูลไว้อย่างดี กับการยืนยันที่ไม่ได้เตรียมอะไรมาเลยนั้นแตกต่างกันมาก นักศึกษาคนหนึ่งต้องการไปท่องเที่ยวที่ยุโรป จึงขออนุญาตคุณพ่อคุณแม่ของเธอ การยืนยันเข้าไปขำมาของนักศึกษานั้น ยากที่จะทำให้คุณพ่อคุณแม่เห็นด้วย แต่หากใช้ข้อมูลยืนยัน การโน้มน้าวก็จะง่ายขึ้น

“ส่งหนูไปแบ็กแพ็คที่ยุโรปสักเดือนหนึ่งเถอะนะคะ (การยืนยัน) เพื่อจะได้มีประสบการณ์และความรู้ในระดับสากลมากขึ้น ในอนาคต เวลาไปสมัครงานจะได้ใส่ประสบการณ์การทำงานเข้าไปได้นะคะ (ข้อมูล)”

หากพูดแบบนี้แล้ว คุณพ่อคุณแม่จะคัดค้านการท่องเที่ยวยุโรปของลูกตนเองได้หรือ โดยเฉพาะในการทำงาน หากพนักงานมีประวัติดี ผู้บังคับบัญชาก็จะโปรดปรานเป็นพิเศษ

2. เลี่ยงการคุยโว และการขาดเหตุผลทางตรรกะวิทยา

การที่คนเกาหลีบางคนกินเนื้อสุนัข ไม่สามารถตัดสินได้ว่าคนเกาหลีทั้งหมดเป็นคนป่าเถื่อน ดังนั้นเราต้องใส่ใจว่า ปลาเน่าตัวเดียวน้ำก็เน่าทั้งหมด รวมไปถึงควรระมัดระวังในการขาดเหตุผลอีกด้วย มีลักษณะของ

ประเทศญี่ปุ่นว่าไว้ว่า “เมื่อลมพัดมา ร้านขายถังไม้จะมีกำไร” กล่าวคือ เวลาที่ลมพัดมา ละอองฝุ่นจะปลิวอ่อนมากมาย ทำให้ผู้คนหลังไหลกัน เข้าใช้บริการที่ห้องอาบน้ำสาธารณะ ทำให้ถังน้ำของห้องอาบน้ำมีไม่พอ ร้านถังไม้จึงสร้างรายได้จากเหตุการณ์นี้ ทว่าหากมองตามความเป็นจริงแล้ว การที่ลมพัดกับร้านขายถังไม้ที่หาเงินได้นั้น แทบจะไม่เกี่ยวข้องกันเลยสักนิด

3. ยึดมั่นในคำยืนยันของตัวเอง

หากยืนยันไม่หนักแน่น นั่นเป็นเพราะตัวเองอาจยังพะว้าพะวง และขัดแย้งในตัวเองอยู่ก็เป็นได้ เนื่องจากความคิดใหม่ที่ต่างจากความคิด แรกผุดขึ้นมาเรื่อย ๆ ดังนั้นเราต้องยึดมั่นคำยืนยันเดิมของตนเองไว้ให้ได้

4. ใช้คำง่าย ๆ ไม่ซับซ้อน

ผู้ที่ชอบพูดภาษาอังกฤษหรือหรือใช้ศัพท์วิชาการเฉพาะอยู่บ่อย ๆ คล้ายจะช่วยสนับสนุนคำพูดของตนที่พูดกับอีกฝ่าย มักจะถูกคัดค้าน จากอีกฝ่ายได้โดยง่าย ควรเข้าใจว่าคำพูดที่ใช้คำยาก ๆ จะเป็นตัวทำให้ การสื่อสารไม่ราบรื่น

* เมื่อลมพัดมา ร้านขายถังไม้จะมีกำไร เป็นสำนวนเปรียบเทียบกับว่า หากเกิดเหตุการณ์หนึ่ง อาจส่งผลทำให้เกิดเหตุการณ์ อีกอย่างหนึ่งขึ้นตามมา โดยเหตุการณ์ทั้ง 2 อย่าง แทบไม่ได้มีส่วนเกี่ยวข้องกัน และแทบจะคาดคะเนล่วงหน้า ไม่ได้เลย หรือใช้เป็นสำนวนเปรียบกับการคาดหวังในสิ่งที่แทบไม่อาจเป็นไปได้อีกด้วย

5. อย่าปล่อยให้ความสุขเหินหายไป

หากชมรายการได้วาทีที่ออกอากาศทางโทรทัศน์ จะได้ยินคำพูดที่มาจากความรู้สึกทั้งตามใจตนเองไม่เกี่ยวกับประเด็นอภิปรายแต่อย่างใด เช่น สายกระเป๋าคูณยาว หรือสั้น* ฟันเพเดิมเป็นคนชอนรา หรือคยองซัง* เหตุการณ์เหล่านี้เกิดขึ้นเพราะผู้พูดคิดว่าทำให้สถานการณ์ในรายการดูน่าสนใจขึ้น แต่ควรเลี่ยงคำพูดที่นึกสนุกจนคำพูดที่มีเหตุผลหายไป



- * สายกระเป๋าคูณยาว หรือสั้น เป็นคำเปรียบเปรยกับความรู้ทางวิชาการว่ามีมากหรือน้อย
 - * ฟันเพเดิมเป็นคนชอนรา หรือคยองซัง ในอดีต นักการเมืองที่เป็นคนชอนรากับนักการเมืองที่เป็นคนคยองซัง มีข้อพิพาทกันในเรื่องการเมือง ซึ่งเกี่ยวกับการสนับสนุนประธานาธิบดีพัคจองฮี ทำให้เวลานั้นหากคนชอนรา เจอกับคนคยองซัง ก็จะมีเรื่องราวทะเลาะกันได้
- ดังนั้น สองวลีข้างต้น ผู้เขียนต้องการสื่อว่า ไม่ควรนำเรื่องที่ละเอียดอ่อนมาพูดเล่นกัน