

Powerful Coaching Question

“คุณรักลูก วันละกี่บาท?”

โค้ช...เปลี่ยนชีวิตได้จริงหรือ?

ได้ครับ เพราะโค้ชเขามีเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพสูงมาก เครื่องมือนี้สามารถเจาะทะลุทะลวงเข้าไปในร่างกายจิตใจได้ดีกว่าเครื่องมือแพทย์เสียอีก เครื่องมือที่ว่านี้คือ “คำถาม” ครับ

คำถามที่ดีมีประสิทธิภาพจะสามารถเจาะลึกเข้าไปจนสามารถทะลุทะลวงความเชื่อในชีวิตที่ผิด ๆ แรงเงาของคำถามไปกระทบความคิดที่อยู่หนึ่ง ๆ เฉย ๆ มานานให้ตื่นมาทำงาน เจาะไปทำให้กระตือรือร้นถึงความรู้สึกที่รู้สึกแล้วอยู่เฉยไม่ได้อีกต่อไป ต้องลุกขึ้นมาทำอะไรสักอย่างเพื่อตอบสนองคำถามนั้น ๆ

ผมจึงอยากจะเล่าเรื่องคำถามโดนใจที่ผมเคยไปให้คำปรึกษาคนบางคนแห่งหนึ่งมาเล่าให้ฟังครับว่าคุณภาพของคำถามที่โดนใจช่วยให้ชีวิตเขาเปลี่ยนได้อย่างไร

เรื่องมีอยู่ว่าในระหว่างที่ผมนั่งคุยกับคน ๆ นี้ ผมพอสังเกตเห็นว่าเรื่องงานเขาก็โอเค แต่เรื่องส่วนตัวดูเหมือนว่าเขายังไม่ค่อยมีระเบียบวินัยในชีวิตมากนัก และจับความรู้สึกได้ว่าเขาเป็นคนรักลูกมากเพราะมีลูกเพียงคนเดียว อายุประมาณ 10 ขวบ หลังจากประมวลผลจากข้อมูลที่ได้แล้ว ผมก็เริ่มถามเขาดังนี้

“เขาหยุดคิดและอึ้งไปเลย
เพราะเขาตอบไม่ได้ว่าเขารักลูก
วันละกี่บาท เดือนละเท่าไร”

“ทำทางคุณจะรักลูกมากเลยนะครับ”

เขาตอบอย่างไม่ลังเลเลยว่ารักลูกมากเพราะตัวเขาเองเป็นเด็กที่เคยลำบากมาก่อน และอยากจะเลี้ยงลูกให้ดีเพื่อไม่ให้เจอปัญหาชีวิตเหมือนที่เขาเคยเจอมา

“ถ้าจัดลำดับความสำคัญของเรื่องและบุคคลดังต่อไปนี้ คุณคิดว่าอะไรสำคัญที่สุดและอะไรสำคัญน้อยที่สุด คือ เหล้าเบียร์ บุหรี่ กาแฟ หวย สังสรรค์กับเพื่อน รถยนต์ บ้าน ภรรยา ลูก?”

เขาตอบผมอย่างไม่ลังเลเลยว่าอันดับหนึ่งคือ ลูก อันดับสองคือ ภรรยา ตามมาด้วยบ้าน รถ และสุดท้ายก็เป็นอบายมุข ผมก็เลยถามต่อว่า

“ผมรบกวนคุณช่วยตีค่าความรักของสิ่งที่คุณรักมากที่สุดจนถึงน้อยที่สุดออกมาเป็นบาทต่อเดือนให้หน่อยได้ไหมครับ?”

ดูหน้าเขาแง ๆ ว่าทำไมต้องตีค่าความรักออกมาเป็นบาทต่อเดือน แต่เขาก็ไม่ถามอะไร เขาพยายามตอบโดยเริ่มตั้งแต่เหล้า/เบียร์ รักมันเดือนละ 3,000 บาท เพราะดื่มทุกวัน วันละ 100 บาท กาแฟวันละ 50 บาท เดือนละ 1500 บาท ไล้มาเรื่อย ๆ จนถึงภรรยา รักเดือนละ 10,000 บาท (ผมแซวเขาเล่น ๆ ว่าเป็นความรักภาคบังคับไซ้ใหม่ เขาอมยิ้ม) แต่พอมาถึงมูลค่าค่าความรักลูก เขาหยุดคิดและอึ้งไปเลย เพราะเขาตอบไม่ได้ว่าเขารักลูกวันละกี่บาท เดือนละเท่าไร เขาเงินตรงไหนมาบอกว่ารักลูก ในใจเขาคิดว่า...ผมรักลูกจริง ๆ นะที่ทำทุกอย่างทุกวันนี้ก็เพื่อลูกนั่นแหละ แต่คำถามที่ผมถามมันทำให้เขารู้สึกผิด รู้สึกละอาย รู้สึกว่าทำไมเราคิดไม่ออก ทำไมเราตอบไม่ได้ คำถามนี้ไปกระทบเอาความรู้สึกที่อยู่ส่วนลึกของจิตใจของเขาอย่างแรง จนทำให้จิตใจเขาทรุดลงมากองอยู่กับพื้นเพราะคำถามนี้กำลังจะฟ้องว่าที่ปากคุณบอกกับผมว่ารักลูกมากที่สุดนั้น แค่หลักฐานชั้นเดียวที่จำเป็นต้องเป็นรูปธรรมได้นั้นคุณยังตอบไม่ได้เลย

ผมไม่ปล่อยให้เขาติดขัดกับคำถามนี้นาน เพราะจะทำให้กลายเป็นความเครียดแทน ผมจึงถามเขาว่า

“ถามจริง ๆ ตอนนี้คุณมีเงินเก็บเพื่อการศึกษาเพื่ออนาคตของลูกบ้างหรือเปล่า บอกมาตรง ๆ นะครับ ไม่ผิดอะไรหรอก ถ้าไม่มีเดี๋ยวเราจะมาช่วยกันคิดต่อว่าต่อไปจะทำยังไงดี”

สีหน้าเขาเริ่มคลายความกังวลลงได้บ้าง และตอบผมตรง ๆ ว่าไม่มีเลยครับ แต่ก่อนก็เคยเก็บนะแต่พอจำเป็นก็เอาไปใช้ก่อน ตอนนี้ไม่มีเลยครับอาจารย์ ผมก็เลยถามเขาว่า

“สมมติว่าชีวิตนี้ย้อนกลับไปได้ตั้งแต่วันที่ลูกคลอดออกมา ลืมตาดูโลกตั้งแต่วันแรก คุณคิดว่าถ้าคุณรักลูกโดยมีมูลค่าเป็นบาทต่อวัน คุณคิดว่าคุณสามารถรักลูกได้สักกี่บาทต่อวัน มากกว่ากาแฟ เหล้าเบียร์ใหม่ (กระแทกไปอีกหนึ่งดอก)?”

เขาตอบว่า ผมน่าจะรักลูกวันละ 100-200 บาทได้ นะครับ อาจารย์

“แสดงว่ารักเท่ากับ หรือมากกว่าเหล้าเบียร์ใหม่ครับ”

เขาตอบแบบอาย ๆ นิด ๆ ใจครับอาจารย์ ผมก็เลยอธิบายให้ฟังต่อไปว่า ถ้าเขารักลูกแค่เท่ากับเหล้าเบียร์คือ วันละ 100 บาทตั้งแต่วันแรกที่ลูกคลอดมา ถึงตอนนั้นลูกอายุ 10 ขวบ เขาต้องมีมูลค่าความรักลูกไม่น้อยกว่า 100 บาท คูณ 365 วัน คูณ 10 ปี เท่ากับ 365,000 บาท ซึ่งก็น่าจะมากพอที่จะเป็นหลักประกันความมั่นคงให้กับการศึกษาของลูกได้ระดับหนึ่งอย่างแน่นอน เขานิ่งฟังอย่างตั้งใจและกำลังคิดตาม ดูเสมือนว่าเขากำลังตำหนิตัวเองอยู่ ลึก ๆ ว่าทำไมเรื่องแค่นี้เราคิดไม่ได้ หรือคิดได้แต่ทำไมทำไม่ได้ เขามีปมชีวิตเล็ก ๆ ขึ้นมาเพราะคำถามนี้ ผมก็ไม่ปล่อยให้เขา รู้สึกผิดอีกต่อไป เลยตั้งคำถามเชิงแนะนำเพื่อให้เขาได้บาปในเรื่องนี้ไปว่า

“ไม่เป็นไรหรอกถ้าคุณจะรักลูกวันละ 100 บาทจริง ทำไม่ยากหรอก แค่ใช้หนี้ความรักลูกที่ผ่านมาให้ครบ 365,000 บาท หลังจากนั้นก็ค่อยมาเก็บเงินเพื่อลูกวันละ 100 ตามที่คุณบอกได้ หรือคุณอาจจะเริ่มต้นใหม่ตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไปก็ยังไม่สายนะ”

บทสรุปของการให้คำปรึกษาในครั้งนี้คือ คน ๆ นี้เขาสัญญาว่าจะกลับไปเก็บเงินเพื่ออนาคตของลูก โดยจะไม่นำเอามาใช้กับเรื่องอื่นเดือนละ 5,000 บาท และหลังจากผมติดตามผลไปหนึ่งปีพบว่าเขาสามารถเก็บเงินเพื่อเป็นค่าความรักลูกได้ปีเดียวถึง 100,000 บาท ซึ่งไม่น่าเชื่อ ผมเลยถามว่าทำไมเก็บเดือนละ 5,000 บาท ทั้งปีควรจะเก็บได้แค่ 60,000 บาท แล้วทำไมเก็บได้ถึงหนึ่งแสนบาท เขามาบอกผมทีหลังว่าหลังจากคุยกับผมแล้วเขารู้สึกอาย รู้สึกผิด ที่มีลูกแต่รักเหล้าเบียร์มากกว่าลูกมาตลอด บางเดือนเขาเก็บมากกว่า 5,000 บาท และพอโบนัสออกมาเขาก็เลยแบ่งมาเป็นค่าความรักลูกเกือบทั้งหมด ทั้ง ๆ ที่ปีก่อน ๆ โบนัสที่ได้เขามักจะเอาไปซื้อโน่นซื้อนี่ที่ไม่ค่อยจำเป็น หรือสำคัญน้อยกว่าลูก เขาก็มาขอบคุณผมที่ทำให้เขาสามารถพูดกับใครต่อใครได้ว่าเขารักลูกจริง และมีหลักฐานแสดงความรักอย่างน้อยก็คือเงินเก็บเพื่ออนาคตของลูกนั่นเอง

สรุปว่าเครื่องมือที่ได้ขนานมาใช้ในการเปลี่ยนชีวิตให้กับผู้มาขอรับคำปรึกษา คือ คำถามที่ทรงพลังที่จะเข้าไปถึงความเชื่อ ความคิด และความรู้สึกของโค้ชซึ่งเขา รู้สึกว่าชีวิตนี้ต้องทำอะไรบางอย่าง ต้องเปลี่ยนแปลงตัวเองอย่างมากเพื่อตอบสนองต่อคำถามที่ทรงพลังนั้น ๆ ให้ได้...นี่แหละครับที่มาว่าทำไมโค้ชถึงเปลี่ยนชีวิตให้เราได้

