



Course outline

หลักสูตรการพัฒนาทักษะการคิดนอกกรอบ

(Lateral Thinking)

(หลักสูตร 1 วัน)

โดย

นาย ปกรณ์ วงศ์รัตนพิบูลย์

Executive Coach

Leadership and Strategic Development Consultant

หลักการ/แนวความคิด

- สมอของคนเราทำหน้าที่คิดอยู่ตลอดเวลา แม้เราจะรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็ตามการปล่อยให้สมองคิดด้วยเหตุการณ์ปกติ ย่อมได้ผลลัพธ์ไม่ตรงกับที่เราต้องการ ดังนั้นเราจึงควรฝึกฝนแนวความคิดที่ถูกต้อง และมีประโยชน์ต่อตัวเรามากที่สุด เพื่อให้สมองทำหน้าที่ของตัวเอง อย่างที่เราต้องการ
- การคิดนอกกรอบ คือ การคิดสร้างสรรค์ นั้นเป็นการคิดประเภทหนึ่งที่มีความสำคัญอย่างมาก หากเราสามารถฝึกฝนทักษะการคิด และพัฒนาตัวเองให้มีความคิดสร้างสรรค์ การแก้ปัญหา , การทำงาน , การบริหารงานและการดำเนินชีวิตของเราช่วยก่อให้เกิดประสิทธิผลที่สูงขึ้น
- องค์กรต่างๆ อยากได้นักบุคลากรที่มีความคิดนอกกรอบ ในการทำงานการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในด้านที่มีประโยชน์ต่อองค์กร เพราะปัจจุบันการเปลี่ยนแปลงของโลกภายนอกเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ถ้าบุคลากรไม่เปลี่ยนแปลงแนวความคิดของตัวเองจากภายในย่อมไม่ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของโลกภายนอก
- ความคิดของเราถูกข้อจำกัดต่างๆ ควบคุมไว้โดยเราอาจไม่รู้ตัว เมื่อเรามองเห็นกรอบหรือแนวทางการคิดสร้างสรรค์ที่ถูกต้อง ย่อมทำให้เราก้าวออกจากกรอบความคิดเดิมๆ ได้ด้วยตัวของเราเอง หลังจากการฝึกฝนบ่อยๆแล้ว ย่อมทำให้เราสามารถปลดปล่อยตัวเองจากพันธนาการแห่งความคิดได้

วัตถุประสงค์ของหลักสูตร

- ◆ เพื่อให้เข้าใจรูปแบบการคิดแบบต่างๆ ในการทำงานของสมอง
- ◆ เพื่อให้มีแนวทางการคิดนอกกรอบของตัวเองเพื่อใช้ในการฝึกฝน
- ◆ เพื่อให้สามารถประยุกต์ใช้การคิดสร้างสรรค์ในการทำงานและดำเนินชีวิต
- ◆ เพื่อนำความคิดนอกกรอบไปแลกเปลี่ยนกับบุคลากรภายในองค์กรต่อไป

รายละเอียดเนื้อหาของหลักสูตร

- * สสำรวจแนวความคิดเรื่อง “ การคิดในแบบต่างๆ ”
 - คุณชอบการคิดแบบไหน?
 - หลักการคิดในแบบต่างๆ
 - เทคนิคการคิดในด้านต่างๆ
 - ประโยชน์ของการคิดแต่ละประเภท
- * ความสำคัญของการคิดนอกกรอบ (Lateral Thinking)
 - ความหมายของการคิด
 - กระบวนการสร้างแนวคิดนอกกรอบ
 - องค์ประกอบของการคิดนอกกรอบ
 - ปัญหา / อุปสรรคของความคิดนอกกรอบ
- * การคิดนอกกฎ ทำนอกกรอบ อย่างสร้างสรรค์
 - สร้างทัศนคติที่สร้างสรรค์
 - มองปัญหาให้รอบด้าน
 - การสร้างไอเดียใหม่ๆ
 - คิดสร้างสรรค์ร่วมกับคนอื่น
 - นำไอเดียสร้างสรรค์ไปปฏิบัติ
- * เทคนิคการประยุกต์ใช้ การคิดสร้างสรรค์ด้วยตัวเอง
 - การแก้ปัญหา
 - การทำงาน
 - การบริหารงาน
 - การดำเนินชีวิต
- * การบ้านเพื่อนำไปฝึกฝน : ออกแบบการคิดนอกกรอบของตัวเอง

แนวทางในการพัฒนาตามโปรแกรม

- ☑ การฝึกอบรมในรูปแบบของการเรียนรู้แบบผู้ใหญ่ (Adult Learning) ทำให้ผู้เรียนรู้สามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปรับใช้ในการปฏิบัติงานได้ทันที เพราะได้ดำเนินการคิดร่วมกันระหว่างการฝึกอบรมแล้ว
- ☑ การฝึกอบรมมีความหลากหลาย เพื่อให้เกิดความสนุกสนานและเข้าใจง่าย
 - การบรรยาย : เน้นเนื้อหาที่ใกล้ตัว เพื่อให้ง่ายต่อการเรียนรู้
 - Work Shop : กระตุ้นให้เกิดการแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน
 - การนำเสนอ : เกิดการฝึกฝนการแสดงออกและทำงานเป็นทีม
 - การตอบคำถาม : จูงใจให้ผู้ฝึกอบรมได้คิด และแสดงความคิดเห็น
- ☑ กำหนดแนวทางให้ผู้เข้าฝึกอบรม ได้นำความรู้ที่ได้รับไปปรับเปลี่ยนตัวเองทั้งด้านความคิด ความรู้สึกและการกระทำ โดยการพัฒนาตัวเอง ด้วยการฝึกฝนจนกลายเป็นธรรมชาติ
- ☑ การบ้านที่เป็นเป้าหมาย สามารถนำไปจัดทำเป็น โครงการในแง่ส่วนบุคคล และ/หรือ ทีม ที่เหมาะสมตามที่ตัวเองเลือก

ตัวอย่าง Work Shop / กรณีศึกษา



★ ตัวอย่างWork Shop หัวข้อ “ การชื่นชมผู้อื่น (จับคู่)”

◇ วิธีปฏิบัติ

▷ ลองนึกถึงใครก็ได้ เช่น หัวหน้า , เพื่อน , ลูกค้า , ลูกน้อง เป็นต้น คิดถึงจุดเด่นของเขาที่เราประทับใจและอยากปฏิบัติตาม เค้าให้เพื่อนๆ ใน Class เช่น - จุดเด่น - ความสามารถพิเศษ - อุปนิสัยที่ดี

◇ ผลที่จะได้รับ

▷ การชื่นชมอย่างจริงใจ จะทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างเรากับผู้นั้นแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น เพราะคนทุกคนชอบคำชม และเมื่อเราชมผู้อื่นมากเท่าไร ผู้นั้นก็จะชมเรามากขึ้นเท่านั้น เท่ากับต่างคนต่างให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ทำให้ทัศนคติของเราเกี่ยวกับคนเป็นในเชิงบวกมากขึ้น (อยากขออย่าว่าเรื่องที่เรานับนั้นมาจากความรู้สึกที่แท้จริงของเรา ไม่ใช่เสแสร้งนะครับ)

◇ การนำไปฝึกต่อไป

▷ ต่อไปนี้ให้บอกกับตัวเองว่า เราจะเริ่มจากการหาข้อดีของผู้ที่เราเกี่ยวข้องก่อน โดยการจับคู่ ถึงแม้คนๆนั้นเราจะรู้สึกไม่ถูกใจก็ตาม เราก็จะพยายามหาข้อดีของเขาให้เจอ (เชื่อแน่ว่าทุกคนมีข้อดีครับ แต่เราไม่พยายามหาเท่านั้นเอง) ลองฝึกตัวเองในระหว่างการประชุม ให้หาจุดเด่นหรือข้อดีและความสามารถของแต่ละคนที่เราประชุมด้วย จะทำให้เรามีความสุขกับการประชุมมากขึ้นเลยครับ เมื่อเราเห็นข้อดีของใครแล้ว เราก็จะรับฟังมากขึ้นก็จะทำให้เราได้รับความรู้ใหม่ๆเพิ่มขึ้น เห็นไหมครับมีแต่ข้อดีๆทั้งนั้น

◇ สาเหตุที่ทำให้เราเปลี่ยนแปลงตัวเองได้

▷ การสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นที่ดี คือ การให้ความสำคัญกับเขา ซึ่งก็ควรเริ่มจากการจับคู่ในตัวเขาก่อน เมื่อฝึกฝนบ่อยๆเราจะมีทัศนคติที่ดีขึ้นเลยครับ

รายละเอียดและเทคนิคที่อาจารย์ใช้ในการดำเนินการฝึกอบรม

(รูปแบบการฝึกอบรมโดยรวม)

❖ สร้างประเด็นสำคัญเรื่องการรัก (3 รัก)

1. รักงาน → มีความสุขกับงานหรือไม่ ?
2. รักผู้อื่น → เกลียดใครอยู่หรือไม่ ?
3. รักตัวเอง → ภูมิใจในตัวเองเรื่องอะไร ?

Note: คนส่วนใหญ่ติดอยู่กับหลุมพรางของตัวเอง ทำให้ไม่ได้รักทั้ง 3 อย่าง ได้เต็มที่ การปรับเปลี่ยนทัศนคติของตัวเองเสียใหม่ ก็จะทำให้เกิดความรักมากขึ้น

❖ ผลลัพธ์ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นหลังการอบรม

- ทุกคนมีความสุขกับการทำงานมากขึ้น
- ทุกคนมองเห็นคุณค่าและเชื่อมั่นในตัวเองเพิ่มขึ้น
- มีแนวความคิดในการสร้างทัศนคติเชิงบวกของตัวเอง

Note: ตั้งเป็นเป้าหมาย เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเห็นว่า สิ่งที่ต้องการให้เกิดขึ้น และสอบถามอีกครั้งในตอน
เย็นว่าได้รับหรือไม่ ถ้าไม่! ก็แสดงว่า อาจารย์สอบผ่าน

- ❖ คำถามแลกเปลี่ยนความคิดเห็น / รูปภาพแสดงความคิดเห็น / การทดสอบ
 - ทุกคนได้คิด และแสดงความคิดเห็น
 - จูงใจให้คิดในด้านที่เป็นเชิงบวกได้ดีกว่าบอกโดยตรง
 - ทุกคนได้เรียนรู้จากการคิดของตัวเอง (Learning by Thinking)
 - Unlearn , - Relearn , - Learn
 - การแลกเปลี่ยนแนวความคิดซึ่งกันและกัน ทำให้เปิดกว้างทางความคิดมากขึ้น
 - กระตุ้นให้อยากเรียนรู้ในสิ่งที่ตัวเองคิดไม่เหมือนคนอื่น

- ❖ เปลี่ยนความคิดใหม่... สร้างเทคนิคการเปลี่ยนแปลงด้วยตัวเอง
 - เลือกลูมพราง => กำหนดวิธีแก้ไขของตัวเอง
 - สำรวจแนวคิดกับบุคคลรอบข้าง => ปรับความคิดของตัวเองใหม่
 - วงจรพฤติกรรม เริ่มต้นที่ ความคิด / ความเชื่อ
 - เรียนรู้ว่า “ลูมพราง” เป็นจินตนาการเชิงลบของตัวเอง
 - การเอาชนะจินตนาการเชิงลบ ด้วยการ ใช้ความคิดเชิงบวกทดแทน

- ❖ การจัดการอารมณ์เชิงลบของตัวเอง ด้วย EQ / EI
 - เราต้องพัฒนา EQ ของเราเอง => เพื่อตัวเรา => รักตัวเอง
 - เราต้องอยากออกจากอารมณ์เชิงลบก่อน เราจึงจะมีวิธีของเราเอง
 - ความเข้าใจในวิธีการไม่เพียงพอ ต้องลงมือทำ! ด้วย
 - สร้างนิสัยแบบใหม่ขึ้นมา

Note: การจัดการอารมณ์เชิงลบง่ายๆ คือ

1. เลือกอารมณ์เชิงลบที่อยากกำจัดออกมา => รู้สึกว่าอยู่ในกรงขัง
2. ค้นหาสาเหตุว่าเกิดอารมณ์นี้เพราะเหตุใด => รู้ตัวเอง/ยอมรับตัวเอง
3. ตั้งเป้าหมายว่าอยากจะทำอารมณ์ดีขึ้นเมื่อไร => กำหนดสิ่งที่จะทำ
4. สามารถเปลี่ยนเป็นอารมณ์เชิงบวกได้หรือไม่ => กระตุ้นความอยากเปลี่ยนแปลง
5. กำหนดข้อความ/แนวคิดเชิงบวกของตัวเองใหม่ => เปลี่ยนความคิด
6. ปฏิบัติตามข้อความ/แนวคิดใหม่ => การกระทำต้องลงมือทันที

- ❖ คัดเลือกคุณสมบัติที่ตัวเองชอบ เพื่อนำไปปฏิบัติ
 - แลกเปลี่ยนคุณสมบัติของนักคิดเชิงบวก
 - คัดเลือกคุณสมบัติบางส่วนที่ตัวเองชอบ
 - ค้นหาสาเหตุที่ชอบคุณสมบัตินั้นๆ
 - ประกาศให้ผู้อื่นรับรู้เรื่องของเรา (Commitment)

Note: การตั้งเป้าหมาย จะทำให้เรามีใจจดจ่อกับเรื่องที่เราเลือก และนำไปสู่การกระทำที่ต่อเนื่อง ถ้าเป้าหมายนั้นยังสำคัญสำหรับเราอยู่ เราก็จะนำทางไปเรื่อยๆ มิเช่นนั้น เราจะไม่มิติศทางที่เราจะเดิน

- ❖ เทคนิคใน Class ที่ใช้ได้ผล
 - กระตุ้นให้เกิดความคิดเห็นที่ขัดแย้งในช่วงเริ่มต้น (ยังไม่รีบที่จะจูงใจ)
 - สร้างบรรยากาศ เขียนไป → พูดไปเรื่อยๆ คนจะชินไปเอง
 - กำหนดให้คนในClassคัดเลือกคนมา Present เอง (อาจารย์ไม่ต้องเลือก)
 - ทำให้คนในClass แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันเองก่อน ในคำถามที่มีคนตอบไม่เหมือนกัน (แย้งกันเอง) ก่อนจะเฉลยเพื่อให้เห็นว่าการเถียงกัน เป็นเรื่องปกติ
 - การให้กำลังใจในสิ่งที่ผู้อื่นตั้งใจจะทำ (Hi 5) ทำให้เกิดความฮึกเหิม

ผู้ที่เหมาะสมกับหลักสูตรนี้

- ✓ พนักงานระดับปฏิบัติการ
- ✓ หัวหน้างาน
- ✓ ผู้จัดการ

แนวทางการดำเนินการเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตัวเองอย่างยั่งยืน

“ การเปลี่ยนแปลงตัวเอง ต้องดำเนินการอย่างต่อเนื่อง และมีความสุขที่ได้ทำ ”

การสร้างกิจกรรมหลังการฝึกอบรมนับว่าเป็นเรื่องที่สำคัญเพราะจะทำให้การพัฒนาตัวเองเกิดความต่อเนื่อง และหากสามารถทำให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมดำเนินการฝึกฝนในเรื่องที่เขาอยากเปลี่ยนแปลงได้ยาวนาน ก็จะทำให้เขาสามารถสร้างอุปนิสัยใหม่ของตัวเองขึ้นมาได้ เมื่อมีความมั่นใจในการเปลี่ยนแปลงตัวเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่งแล้ว เขาก็จะสามารถสร้างกระบวนการเปลี่ยนแปลงตัวเองในเรื่องอื่นๆต่อไปได้ด้วยตัวเอง อีกทั้งยังสามารถนำไปให้ผู้อื่นได้พัฒนาต่อไปได้ด้วย

กิจกรรมที่ช่วยให้ผู้เข้าอบรมสามารถพัฒนาตัวเองได้อย่างต่อเนื่อง สามารถเอาชนะสภาพแวดล้อมได้ ควรเป็นสิ่งที่ใกล้เคียงกับสิ่งที่เกิดขึ้นในระหว่างการฝึกอบรม ทำให้เขานึกถึงบรรยากาศในการฝึกอบรมและเขาเลือกเรื่องที่จะเปลี่ยนแปลงตัวเอง เพื่อพัฒนาตัวเองให้ดีขึ้น

กิจกรรมที่สามารถดำเนินการได้มีดังนี้

1. การบ้านสำหรับการนำไปฝึกฝนหลังการอบรม
2. เอกสารอ้างอิงสำหรับนำไปประกอบการฝึกฝน
3. เว็บไซต์ด้านการพัฒนาตัวเอง เพื่อศึกษาเรื่องต่างๆเพิ่มเติมที่ pakornblog.com
4. จดหมาย Reminder จากอาจารย์ปกรณั๊วะมาทักทาย
5. สมักร Mailing List รับข่าวสารด้านการพัฒนา
6. การติดตามผล (Follow up) โดยทีม HRD ขององค์กร
7. การติดตามผล (Follow up) โดยทีม วิทยากรผู้ช่วย (มีค่าใช้จ่าย)
8. การสร้างโครงการร่วมกันในองค์กร โดย HRD
9. การดำเนินการ Clinic โดยอาจารย์ปกรณั๊วะ (มีค่าใช้จ่าย)

ผลลัพธ์จากการฝึกอบรม ทุกคนจะมีประเด็นสำคัญของตัวเองที่จะนำไปพัฒนา แต่จะหยุดการพัฒนา กลางคันเพราะไม่สามารถเอาชนะสภาพแวดล้อมได้ ดังนั้นกิจกรรมเหล่านี้จะช่วยให้เขาสามารถพัฒนาตัวเองต่อไปได้ด้วยตัวของเขาเอง

โดยสรุปแนวทางการพัฒนาตัวเองอย่างต่อเนื่องสามารถทำได้โดย

1. **ตัวผู้เข้าอบรม พัฒนาตนเอง โดยใช้**
 - การบ้านที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมจะนำไปทำ (ถ้ามี)
 - เอกสารเพิ่มเติมสำหรับนำไปฝึกฝน
 - แหล่งความรู้เตือนความทรงจำในเว็บไซต์ Pakornblog.com
 - Mailing List ความรู้ส่งตรงถึงที่ จาก ทีม วิทยากรผู้ช่วย ถึงผู้เข้าอบรม
 - จดหมาย Reminder (ทักทาย) จากอาจารย์ ปกรณั๊วะ 3 ฉบับ (3 เดือน)
 - การสร้างโครงการพัฒนาอย่างต่อเนื่องโดยผู้เข้าอบรมเอง หรือ ร่วมกับ HRD (ถ้ามี)
2. **ติดตามผลการอบรมโดย HRD ของ บริษัทลูกค้า**
 - HRD ตามการบ้านที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมจะนำไปทำ (ถ้ามี)
 - การสร้างโครงการพัฒนา / อำนวยความสะดวก ให้ผู้เข้าอบรม พัฒนาอย่างต่อเนื่อง
3. **ติดตามผลการอบรม โดย วิทยากรผู้ช่วย ของ อาจารย์ปกรณั๊วะ**
 - ดำเนินการแทน HRD โดยมีรายงานสรุปผล ความเปลี่ยนแปลงให้
4. **Clinic โดย อ.ปกรณั๊วะ**
 - ดำเนินฝึกอบรมเพิ่มเติม โดยให้ผู้เข้าอบรมทำการบ้าน (งานที่ผู้เข้าอบรมบอกว่าต้องการไปพัฒนา) และ อาจารย์ มาให้คำแนะนำ

กรณีการติดตามผลแบบมีค่าใช้จ่าย หากต้องการข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อทีมงานเพื่อขอรายละเอียดรูปแบบ และการดำเนินการเพื่อนำเสนอเพิ่มเติม