

โปรแกรมฝึกอบรมอย่างบูรณาการ  
ชุดหลักสูตรที่ **1** การพัฒนาทัศนคติเชิงบวกกับตัวเอง  
(Package# **4.2.1** หลักสูตร **9** วัน )  
สำหรับทำแผนจัดอบรมภายใน (In-House Group Coaching)  
โดย



## สารบัญ

|   |  |    |
|---|--|----|
| ➤ | บทสรุปสำหรับผู้บริหาร (Executive Summary) .....                          | 2  |
| ➤ | แนวความคิดของโปรแกรม สำหรับการพัฒนาทัศนคติเชิงบวกกับตัวเอง.....          | 3  |
| ➤ | วัตถุประสงค์ของโปรแกรม .....   | 4  |
| ➤ | สิ่งที่คาดหวังว่าจะเกิดการเปลี่ยนแปลง .....                              | 5  |
| ➤ | รายชื่อหลักสูตร สำหรับโปรแกรมการสร้างภาวะผู้นำและทัศนคติเชิงบวกกับทีมงาน |    |
|   | ▪ หลักสูตร คุณเป็นไปได้อีกกว่าที่คิด.....                                | 6  |
|   | ▪ หลักสูตร การเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานพัฒนาตัวเองด้วย 5 Q .....        | 9  |
|   | ▪ หลักสูตร การเปลี่ยนแปลงตัวเองด้วยเทคนิค NLP.....                       | 14 |
|   | ▪ หลักสูตร สื่อสาร สร้างสัมพันธ์ เพิ่มพลัง งานสำเร็จ .....               | 16 |
|   | ▪ หลักสูตร การทำงานเป็นทีมสู่ความสำเร็จ.....                             | 20 |
|   | ▪ หลักสูตร สร้างเสริมทักษะการเจรจาต่อรองอย่างสร้างสรรค์.....             | 22 |
|   | ▪ หลักสูตร สร้างจิตสำนึกรักองค์กรกันเถอะ.....                            | 25 |
|   | ▪ หลักสูตร ผู้นำการเปลี่ยนแปลงอย่างมีประสิทธิภาพ.....                    | 30 |
|   | ▪ หลักสูตร ผู้นำ 360 องศาองค์กร.....                                     | 32 |
| ➤ | แนวทางการดำเนินการเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตัวเองอย่างยั่งยืน.....      | 38 |

โดย

วิทยากรประจำสถาบันเอ็นเทรนนิ่ง

## บทสรุปสำหรับผู้บริหาร (Executive Summary)

โรงงานอุตสาหกรรมต้องใช้บุคลากรจำนวนมากในการบริหารการผลิตให้มีประสิทธิภาพ การบังคับบัญชาได้มีการจัดแบ่งอย่างชัดเจนและมีบุคลากรที่ต้องเกี่ยวข้องกับการผลิตค่อนข้างมาก ทำให้เกิดประเด็นปัญหาต่างๆ ดังนี้

การไม่ยอมรับซึ่งกันและกัน

- ระหว่างลูกน้องและหัวหน้า
- ระหว่างแผนกต่างๆ

การสื่อสารที่บกพร่อง

- ไม่กล้าแสดงความคิดเห็น
- การสั่งอย่างเดียวไม่ได้สอน
- การพูดด้วยอารมณ์

การจินตนาการความคิดเชิงลบต่อเหตุการณ์และบุคคล

- ขาดความมั่นใจในตัวเอง
- ก้าวทำผิด จึงไม่ตัดสินใจเลย
- จับผิดผู้อื่น แล้วใช้เป็นข้ออ้างในการทำงาน

การไม่พัฒนาตัวเอง

- ขาดระเบียบวินัย
- ขาดความกระตือรือร้น
- ควบคุมอารมณ์ตัวเองไม่ได้ (EQ)
- ไม่มีความรับผิดชอบ
- มีทัศนคติเชิงลบมากเกินไป

การพัฒนากลุ่มบุคคลในกลุ่มเดียว ย่อมได้ผลลัพธ์ที่ไม่เพียงพต่อการทำให้องค์กรพัฒนาไปตามเป้าหมายที่ต้องการเพราะสภาพแวดล้อมของกลุ่มบุคคลที่ยังไม่คิดจะพัฒนาย่อมส่งผลกระทบของการเปลี่ยนแปลงตัวเองของบุคคลที่กำลังฝึกฝนการเปลี่ยนแปลงตัวเองไม่มากนักน้อย

โปรแกรมการพัฒนาบุคลากรอย่างบูรณาการนี้ ได้ถูกออกแบบมาตามแนวคิดที่ว่า

1. เปลี่ยนแปลงตัวเองก่อน
2. เปลี่ยนแปลงทีมงาน โดยให้เขาเปลี่ยนแปลงตัวเอง
3. คนจำนวนมากพัฒนาตัวเองแล้ว องค์กรย่อมพัฒนา
4. การเปลี่ยนแปลงของคนส่วนใหญ่จะทำให้สภาพแวดล้อมเปลี่ยนแปลงไป
5. การสร้างเสริมทัศนคติเชิงบวกให้กับบุคลากรย่อมทำให้ปัญหาต่างๆ ลดลง

หลักสูตรที่ใช้ในการพัฒนาบุคลากรในแต่ละระดับอย่างเหมาะสม จะทำให้เกิดการเกื้อหนุนและส่งเสริมให้มีการเปลี่ยนแปลงได้อย่างยั่งยืนยิ่งขึ้น อีกทั้งการเพิ่ม**การบ้าน**ที่ต้องนำไปฝึกฝน จะทำให้ผู้เรียนมีเป้าหมายการเปลี่ยนแปลงของตัวเอง เพื่อใช้ในการพัฒนาตัวเองในเรื่องแรกๆ และการเสริม **กระบวนการติดตามผล** (Follow up) จะเป็นการย้ำเตือนให้ผู้เรียนได้ไปปฏิบัติบ่อยๆ จนกลายเป็นธรรมชาติใหม่ของแต่ละบุคคลในอนาคต

### แนวความคิดของโปรแกรมสำหรับการสร้างภาวะผู้นำและทัศนคติเชิงบวกกับทีมงาน

“ภาวะผู้นำ ไม่เกี่ยวกับตำแหน่ง การพัฒนาภาวะผู้นำให้กับบุคลากรภายในองค์กรนั้น ควรทำให้ครบในทุกระดับ อย่างบูรณาการ เพื่อให้เกิดความสอดคล้องและเกี่ยวเนื่องกันอย่างสมบูรณ์แบบ”

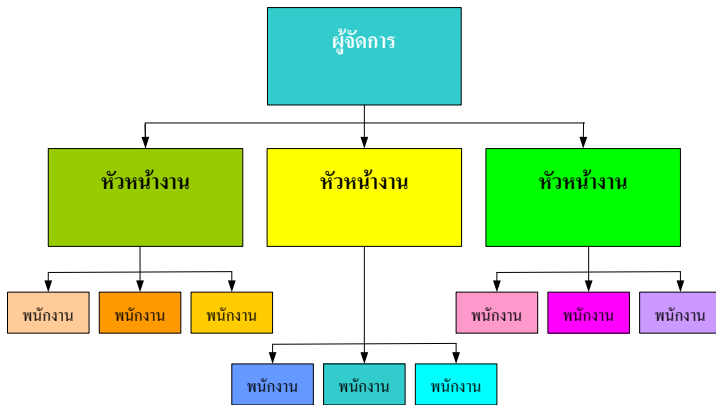
“การฝึกอบรมที่มุ่งเน้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและมีการกำหนดการบ้านเพื่อนำไปฝึกฝน จึงควรมี **กระบวนการติดตามผล** (Follow up) ผลการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของบุคลากร อีกทั้งยังเป็นการกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของบุคลากร อีกทั้งยังเป็นการกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืน”

“การเปลี่ยนแปลงที่แท้จริงนั้น จะเกิดขึ้นทีละเล็กทีละน้อย ค่อยๆเป็นค่อยๆไป ดังนั้นผู้ที่กำลังเปลี่ยนแปลงตัวเอง ต้องหมั่นทำซ้ำๆบ่อยๆ **อย่างต่อเนื่อง** จนกลายเป็นอุปนิสัยใหม่ของตัวเอง”

“ผู้จัดการ และ/หรือ หัวหน้าที่ให้ความสำคัญในเรื่องการพัฒนาทีมงานเพื่อทำให้เขาอยากเปลี่ยนแปลงด้วยตัวเอง **ในฐานะโค้ช** นั้น ย่อมทำให้เกิดความสุข และอยากพัฒนาต่อไปเรื่อยๆ เพราะตัวโค้ชเองก็ต้องเป็นผู้ที่สร้างการเปลี่ยนแปลงด้วยตัวเองได้ก่อน จึงจะสามารถจูงใจให้ผู้อื่นเปลี่ยนแปลงตัวเองได้”

“การสร้าง**ทัศนคติเชิงบวก**ในการทำงานให้แก่บุคลากรทุกคนในองค์กรย่อมทำให้ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นลดน้อยลง เพราะผู้มีทัศนคติเชิงบวกที่แท้จริง ย่อมสามารถจัดการอารมณ์เชิงลบของตนได้, มีความเชื่อมั่นในตัวเอง, กล้าเอาชนะปัญหาและอุปสรรคต่างๆ มองผู้อื่นในด้านดี (จับถูก) และมุ่งมั่นสู่เป้าหมายของตัวเองอย่าง **ไม่รู้จักเหน็ดเหนื่อย**”

## หลักสูตรต่างๆของบุคลากรในแต่ละระดับ



หลักสูตรสำหรับผู้จัดการ:

ผู้นำในฐานะโค้ช...คุณต้องเปลี่ยนแปลงตัวเอง  
(Leader as a Coach ...You must Change)

หลักสูตรสำหรับหัวหน้างาน:

ทักษะความเป็นผู้นำของหัวหน้างาน  
(Supervisory Skill)

หลักสูตรสำหรับพนักงานระดับปฏิบัติการ:

สร้างเสริมทัศนคติเชิงบวกในการทำงาน  
(Positive Attitude)

- |            |  |
|------------|--|
| ผู้จัดการ  | ⇒ ผู้จัดการเปลี่ยนตัวเองเป็นโค้ช                             |
|            | ⇒ การสอน (โค้ชซิง) ควบคู่กับการสั่งย้อมดีกว่า                |
|            | ⇒ ถ้าต้องการทำให้ผู้อื่นเปลี่ยนแปลง ควรเปลี่ยนแปลงตัวเองก่อน |
| หัวหน้างาน | ⇒ ผู้เชี่ยวชาญเรื่องงานพัฒนาเรื่องคนเพิ่มเติม                |
|            | ⇒ สร้างความเชื่อมั่นในตัวเองด้วยการพัฒนาภาวะผู้นำของตัวเอง   |
|            | ⇒ การเป็นผู้นำที่ดีจะทำให้ทีมงานยอมรับมากขึ้น                |
| พนักงาน    | ⇒ สร้างทัศนคติเชิงบวกต่อเหตุการณ์ต่างๆ                       |
|            | ⇒ การจัดการอารมณ์เชิงลบของตัวเอง                             |
|            | ⇒ การเปลี่ยนความคิด...พลิกชีวิตของตัวเอง                     |

## วัตถุประสงค์ของโปรแกรม

- เพื่อสร้างแนวความคิดให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ครอบคลุมกลุ่มบุคคลอย่างทั่วถึงทั้งองค์กร ทำให้สามารถเกิดผลกระทบที่มีประสิทธิผล เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงจะเกิดขึ้นพร้อมๆกัน ไม่ใช่กลุ่มใดกลุ่มหนึ่งที่เปลี่ยนแปลงเท่านั้น
- เพื่อพัฒนาให้ผู้จัดการให้ความสำคัญ เรื่องการพัฒนาทีมงานในฐานะโค้ชและหัวหน้างาน พัฒนาตัวเองเพื่อเป็นผู้นำที่มีคุณภาพ รวมทั้งจูงใจให้พนักงานระดับปฏิบัติการมีทัศนคติเชิงบวกในการทำงาน

- เพื่อสร้างกระบวนการพัฒนาองค์กรให้เกิดความสอดคล้องกันตั้งแต่ระดับผู้จัดการ หัวหน้างาน และพนักงานได้มองเห็นการเปลี่ยนแปลง ซึ่งกันและกัน เกิดความเข้าใจในซึ่งกันและกัน และคอยช่วยเหลือให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเป็นไปอย่างราบรื่นมากยิ่งขึ้น

### สิ่งที่คาดหวังว่าจะเกิดการเปลี่ยนแปลง

- ผู้จัดการพร้อมที่จะพัฒนาตัวเองให้มีภาวะผู้นำและให้ความสำคัญกับการสอนงาน (Coaching) ในฐานะโค้ช
- ผู้จัดการพร้อมพัฒนาหัวหน้างานได้มากขึ้น และหัวหน้างานก็ยอมรับผู้จัดการในเรื่องการสอนงาน (Coaching) โดยที่หัวหน้างานเข้าใจจุดประสงค์ของผู้จัดการในการพัฒนามากขึ้น
- หัวหน้างานมีความพร้อมในการเป็นผู้นำ และสามารถจูงใจพนักงานให้ปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น
- พนักงานปฏิบัติงานมีทัศนคติเชิงบวก เข้าใจ และยอมรับหัวหน้างานและผู้จัดการ ในการมอบหมายงานให้ด้วยความเต็มใจ
- องค์กรเกิดการเปลี่ยนแปลงในการปฏิบัติงานและเกิดทีมเวิร์คภายในองค์กร

### รายชื่อหลักสูตรสำหรับโปรแกรมการพัฒนาทัศนคติเชิงบวกกับตัวเอง

1. หลักสูตร คุณเป็นได้...ดีกว่าที่คิด (You are better) ( หลักสูตร 1 วัน )
2. หลักสูตร การเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานด้วย 5Q (Effective Working by 5Q) (หลักสูตร 1 วัน)
3. หลักสูตรการเปลี่ยนแปลงตัวเองด้วยเทคนิค NLP (Change Yourself by NLP) ( หลักสูตร 1 วัน )
4. หลักสูตร สื่อสาร...สร้างสัมพันธ์...เพิ่มพลัง...งานสำเร็จ (Effective Communication & Connection) (หลักสูตร 1 วัน )
5. หลักสูตร การทำงานเป็นทีมสู่ความสำเร็จ ( Working As A Team) ( หลักสูตร 1 วัน )
6. หลักสูตร สร้างเสริมทักษะการเจรจาต่อรองอย่างสร้างสรรค์ (Win : Win Negotiation)( หลักสูตร 1 วัน )
7. หลักสูตร สร้างจิตสำนึกองค์กรกันเถอะ (หลักสูตร 1 วัน)
8. หลักสูตร ผู้นำแห่งการเปลี่ยนแปลงอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective Leadership for Change) (หลักสูตร 1 วัน)
9. หลักสูตร ผู้นำ 360 องศาขององค์กร ( หลักสูตร 1 วัน)

## แนวทางการดำเนินการเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตัวเองอย่างยั่งยืน

### “การเปลี่ยนแปลงตัวเอง ต้องดำเนินการอย่างต่อเนื่อง และมีความสุขที่ได้ทำ”

การสร้างกิจกรรมหลังการฝึกอบรมนับว่าเป็นเรื่องที่สำคัญเพราะจะทำให้การพัฒนาตัวเองเกิดความต่อเนื่อง และหากสามารถทำให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมดำเนินการฝึกฝนในเรื่องที่เขาอยากเปลี่ยนแปลงได้ยาวนาน ก็จะทำให้เขาสามารถสร้างอุปนิสัยใหม่ของตัวเองขึ้นมาได้ เมื่อมีความมั่นใจในการเปลี่ยนแปลงตัวเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่งแล้ว เขาก็จะสามารถสร้างกระบวนการเปลี่ยนแปลงตัวเองในเรื่องอื่นๆต่อไปได้ด้วยตัวเอง อีกทั้งยังสามารถนำไปให้ผู้อื่นได้พัฒนาต่อไปได้ด้วย

กิจกรรมที่ช่วยให้ผู้เข้าอบรมสามารถพัฒนาตัวเองได้อย่างต่อเนื่อง สามารถเอาชนะสภาพแวดล้อมได้ ควรเป็นสิ่งที่ใกล้เคียงกับสิ่งที่เกิดขึ้นในระหว่างการฝึกอบรม ทำให้เขานึกถึงบรรยากาศในการฝึกอบรมและเขาเลือกเรื่องที่จะเปลี่ยนแปลงตัวเอง เพื่อพัฒนาตัวเองให้ดีขึ้น

กิจกรรมที่สามารถดำเนินการได้มีดังนี้

1. การบ้านสำหรับการนำไปฝึกฝนหลังการอบรม
2. เอกสารอ้างอิงสำหรับนำไปประกอบการฝึกฝน
3. เว็บไซต์ด้านการพัฒนาตัวเอง เพื่อศึกษาเรื่องต่างๆเพิ่มเติมที่ <http://entraining.net>
4. การติดตามผล (Follow up) โดยทีม HRD ขององค์กร
5. การติดตามผล (Follow up) โดยทีม วิทยากรผู้ช่วย (มีค่าใช้จ่าย)
6. การสร้างโครงการร่วมกันในองค์กร โดย HRD
7. การดำเนินการ Clinic โดยอาจารย์ผู้สอน (มีค่าใช้จ่าย)

ผลลัพธ์จากการฝึกอบรม ทุกคนจะมีประเด็นสำคัญของตัวเองที่จะนำไปพัฒนา แต่จะหยุดการพัฒนา กลางคันเพราะไม่สามารถเอาชนะสภาพแวดล้อมได้ ดังนั้นกิจกรรมเหล่านี้จะช่วยทำให้เขาสามารถพัฒนาตัวเองต่อไปได้ด้วยตัวของเขาเอง

กรณีการติดตามผลแบบมีค่าใช้จ่าย หากต้องการข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อทีมงานเพื่อขอรายละเอียด รูปแบบและการดำเนินการเพื่อนำเสนอเพิ่มเติม