โปรแกรมฝึกอบรมอย่างบูรณาการ
ชุดหลักสูตรที่ 1 การพัฒนาภาวะผู้นำในตัวเอง
(Package# 1.1 หลักสูตร 3 วัน 1 กลุ่ม)
สำหรับทำแผนจัดอบรมภายใน (In-House Group Coaching)

โดย

ENTRAINING Executive Development & Training Network

สารบัญ

- บทสรุปสำหรับผู้บริหาร (Executive Summary)………………………………..……..…………...……...…… 2
- แนวความคิดของโปรแกรม สำหรับการพัฒนาภาวะผู้นำในตัวเอง …..…………………….………………….……… 3
- วัตถุประสงค์ของโปรแกรม ……………………………..…………………….………………….…….…..…. 3
- สิ่งที่คาดหวังว่าจะเกิดการเปลี่ยนแปลง …………….………….....…….…………….....……....………………… 3
- รายชื่อหลักสูตร สำหรับโปรแกรมการพัฒนาพัฒนาภาวะผู้นำในตัวเอง
  - หลักสูตรสร้างแรงจูงใจในการทำงานด้วยทัศนคติเชิงบวก (Attitude)……………………..………….. 4
  - หลักสูตรหัวหน้างานพันธุ์แท้ขององค์กร (Your Leadership@Work) ....…. 9
  - หลักสูตรการพัฒนาทักษะการสอนงาน Style โค้ช (Coaching Skill) …………...…………………… 14
- แนวทางการดำเนินการเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตัวเองอย่างยั่งยืน………..……………………..…….…...….. 18

โดย

วิทยากร

นาย ปกรณ์ วงศ์รัตนพิบูลย์

Executive Coach

Leadership and Strategic Development Consultant

บทสรุปสำหรับผู้บริหาร (Executive Summary)

องค์กรต่างๆ มักมีอุปสรรคในการริหารจัดการทีมงาน เนื่องจากผู้จัดการ/หัวหน้างาน ไม่สามารถกระตุ้นแรงจูงใจทีมงานได้เท่าที่ควร อาจเนื่องมาจากหลายสาเหตุ เช่น.....

- ขาดภาวะผู้นำในตัวเอง
- กลัวลูกน้องไม่ยอมรับ
- ไม่รู้ว่าจะมอบหมายงานอย่างไรดี เลยทำเองดีกว่า
- มองแต่ข้อเสียของทีมงานมากเกินไป
- ไม่รับการยอมรับจากทีมงาน

(เป็นต้น)

ผู้จัดการ/หัวหน้างานส่วนใหญ่เติบโตมาจากการทำงานในหน้าที่ได้ดี และอยู่กับองค์กรมานานเป็นที่ไว้วางใจ จึงได้เลื่อนตำแหน่งขึ้นมา แต่ไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ในตำแหน่งที่สูงขึ้นได้ดี จึงทำให้ไม่สามารถบริหารทีมงานให้มีประสิทธิภาพสูงขึ้นได้

โปรแกรมการพัฒนาภาวะผู้นำในตัวเองให้กับผู้จัดการ/หัวหน้างานนั้น จะทำให้สามารถดึงศักยภาพที่มีอยู่ในตัวเองออกมาใช้ได้อย่างมีประสิทธิผล โดยการเริ่มจากการปรับเปลี่ยน<u>ทัศนคติเชิงลบ</u> ของตัวเองให้เป็น<u>ทัศนคติเชิงบวก</u> ต่อการทำงานของเขาด้วย โดยการใช้ภาวะผู้นำของหัวหน้างาน และสอนงาน (Coaching) ให้ทีมงานดึงศักยภาพของตัวเองออกมาใช้ให้เกิดประโยชน์เช่นเดียวกัน

การฝึกอบรมมุ่งเน้นให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงตัวเอง และจูงใจให้ลูกน้องเกิดการเปลี่ยนแปลงด้วยกระตุ้นให้นำไปใช้จริงเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อตัวเองและองค์กร โดยใช้แนวทางการเรียนรู้แบบผู้ใหญ่ (Adult Learning) และกระบวนการโค้ชชิ่ง (Coaching) และเพิ่มการบ้านให้ผู้เรียนนำไปฝึกฝนเพิ่มเติมจากการทำ Workshop ใน Class ไปบางส่วนแล้ว จึงเกิดการเปลี่ยนแปลงด้วยตัวเองอย่างแน่นอน

โปรแกรมออกแบบให้เกิดความสอดคล้องกันตามหลักสูตรต่างๆ เพื่อให้การเปลี่ยนแปลงและฝึกฝนเกิดความต่อเนื่อง จนกลายเป็นอุปนิสัยใหม่ของผู้เรียนในเรื่องต่างๆ ที่ผู้เรียนนำไปใช้ สามารถกระตุ้นและจูงใจให้ลูกน้องเกิดการเปลี่ยนแปลงเช่นเดียวกัน เพราะหัวหน้าสามารถเปลี่ยนแปลงด้วยตัวเองได้แล้ว

โปรแกรมบูรณาการนี้ได้ออกแบบให้มีการติดตามผลลัพธ์ หลังการอบรมเพื่อย้ำเตือนและกระตุ้นให้ผู้เรียนทำการบ้านที่จะฝึกฝนไปใช้ได้จริง อีกทั้งจะมีจดหมายการทักทายจากอาจารย์หลังการอบรมอีก 3 ฉบับ (เดือนละ 1 ครั้ง) ทำให้ผู้เรียนสามารถนึกถึงบรรยากาศของการเรียนได้ ในเว็บไซท์ยังจัดทำพื้นที่ทบทวนเพิ่มเติมสำหรับผู้เรียนที่มีความสนใจเป็นพิเศษอยากจะพัฒนาตัวเองอยู่ตลอดเวลา ก็สามารถเข้าเว็บไซท์และทบทวนเนื้อหาที่เรียนไปแล้วได้อีกครั้งหนึ่ง เพื่อประโยชน์ต่อผู้เรียนเอง

แนวความคิดของโปรแกรมสำหรับการพัฒนาภาวะผู้นำในตัวเอง

- ลูกน้องส่วนใหญ่อยากได้รับความไว้วางใจจากหัวหน้าดังนั้นจึงเลือกหัวหน้าที่มีความเป็นผู้นำเป็นตัวอย่างที่ดี และสามารถชี้แนะช่วยเหลือสอนงานลูกน้องได้ เมื่อเกิดปัญหาก็มีความกล้าในการตัดสินใจเป็นตัวอย่างที่ดี ให้ลูกน้องปฏิบัติตามได้
- ผู้จัดการ/หัวหน้างานที่มีคุณภาพ นอกจากเชี่ยวชาญในงานแล้วควรจะมีความสามารถในเรื่องการบริหารและจูงใจคนด้วย ซึ่งการพัฒนาตัวเองอยู่ตลอดเวลาในเรื่องต่างๆ เช่น
  - **การคิดบวก** กับงาน, คนและเหตุการณ์ต่างๆ, ไม่ยอมแพ้ในปัญหาและอุปสรรค์ที่พบเจออยู่
  - **มีภาวะความเป็นผู้นำ** ในการจูงใจ, เชื่อมั่น, รับผิดชอบ, สื่อสารและวินัยในตัวเอง เป็นต้น
  - **การโค้ชชิ่ง (Coaching)** ให้ทีมงานมีความสามารถและดึงศักยภาพของตัวเองออกมาใช้
- ผู้จัดการ/หัวหน้างานควรจะพัฒนาตัวเองก่อนที่จะพัฒนาผู้อื่น ถ้าเรายังพัฒนาตัวเองได้ไม่ดี เราก็คงจะไม่สามารถพัฒนาผู้อื่นได้ดีขึ้น เพราะลูกน้องก็จะคิดว่าขนาดเรายังทำไม่ได้แล้วจะให้ผู้อื่นเปลี่ยนแปลงได้อย่างไร การพัฒนาตัวเองเป็นเรื่องที่มีประโยชน์ และสามารถทำได้ด้วยตัวเอง ไม่ต้องให้ใครมาบอก ถ้าเรารักตัวเองจริง เราก็ควรเปลี่ยนแปลงตัวเองโดยการพัฒนาตัวเองให้เกิดความต่อเนื่องและยั่งยืน

วัตถุประสงค์ของโปรแกรม

- เพื่อการสร้างแนวทางการพัฒนาตัวเองให้กับผู้จัดการ/หัวหน้างานในเรื่องสำคัญๆต่อการบริหารทีมงานและกระตุ้นจูงใจให้ทีมงานทำงานอย่างมีประสิทธิผล
- เพื่อให้การพัฒนาเกิดความต่อเนื่อง และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของหัวหน้างานได้อย่างแท้จริง จนกลายเป็นธรรมชาติเป็นที่ยอมรับของลูกน้อง
- เพื่อให้ผู้เรียนมีช่วงเวลาในการฝึกฝนและปรับใช้พร้อมกับรับคำชี้แนะจากอาจารย์ในช่วงเวลาหนึ่งๆ ไม่ใช่เพียงครั้งเดียวแล้วจบ จะทำให้ผู้เรียนพัฒนาตัวเองได้อย่างมีประสิทธิผลมากขึ้น

สิ่งที่คาดหวังว่าจะเกิดการเปลี่ยนแปลง

- ผู้จัดการ/หัวหน้างาน สามารถมองเห็นเหตุการณ์หรือบุคคลต่างๆในเชิงบวกมากขึ้น ทำให้ไม่อยู่กับปัญหาอุปสรรค สามารถก้าวข้ามไปได้ด้วยตัวเอง โดยการปรับเปลี่ยนความคิดของตัวเองตาม Style ของตัวเองใหม่

- ผู้จัดการ/หัวหน้างานมีภาวะความเป็นผู้นำที่สูงขึ้น เป็นที่ยอมรับจากลูกน้องมากขึ้น สามารถกระตุ้นและจูงใจทีมงานได้เป็นอย่างดี นอกจากเก่งงานแล้วยังเก่งคนเพิ่มขึ้นอีกด้วย
- ผู้จัดการ/หัวหน้างาน มีทักษะในการสอนงาน (Coaching) ให้กับทีมงานด้วยตัวเอง ทำให้เกิดความสัมพันธ์เชิงบวกภายในทีมงานมากขึ้น เพราะหัวหน้าได้ช่วยเหลือทีมงานได้มากขึ้น โดยที่ทีมงานก็เต็มใจเปลี่ยนแปลงตัวเองเช่นกัน
- เกิดบรรยากาศการทำงานเชิงบวกภายในทีมงานมากขึ้น ต่างคนต่างมีความคิดเห็นเชิงบวกมากขึ้นและเกิดการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และทุกคนเกิดการพัฒนาตัวเองด้วยตัวเอง

รายชื่อหลักสูตรสำหรับโปรแกรมการพัฒนาภาวะผู้นำในตัวเอง

1. หลักสูตรสร้างแรงจูงใจในการทำงานด้วยทัศนคติเชิงบวก (Attitude) หลักสูตร 1 วัน
2. หลักสูตรหัวหน้างานพันธุ์แท้ขององค์กร (Your Leadership@Work) หลักสูตร 1 วัน
3. หลักสูตรการพัฒนาทักษะการสอนงาน Style โค้ช (Coaching Skill) หลักสูตร 1 วัน

รายละเอียด และเนื้อหาหลักสูตร

1. หลักสูตรสร้างแรงจูงใจในการทำงานด้วยทัศนคติเชิงบวก (Attitude) หลักสูตร 1 วัน

"ทัศนคติเลือกได้ ทุกอย่างเริ่มต้นที่ความคิดของคุณ"

หลักการ/เหตุผล

- สภาวะเศรษฐกิจในปัจจุบัน นับว่าเป็นเรื่องท้าทายความสามารถของทีมงานเป็นอย่างมาก ทีมงานที่มีความพร้อมทั้งด้านความรู้ความสามารถในงานที่ตัวเองทำอยู่ (Hard Sill) และพฤติกรรมในการมุ่งมั่นเพื่อเอาชนะเป้าหมาย (Soft Skill) ย่อมสามารถผ่านพ้นเหตุการณ์ในครั้งนี้ไปได้
- การสร้างแรงจูงใจ (Motivation) โดยการมีทัศนคติเชิงบวกต่องานที่ทำ จะเป็นแรงกระตุ้นที่ช่วยดึงศักยภาพในตัวคุณออกมา ช่วยให้มองเห็นโอกาสมากขึ้น ตีความเหตุการณ์ต่างๆ ในมุมมองของความหวัง และมีทางออกที่สร้างสรรค์ เอาชนะปัญหาต่างๆ ด้วยความเชื่อมั่นในศักยภาพของตัวเอง
- การเสริมสร้างทัศนคติเชิงบวกในการทำงาน จะส่งผลให้พนักงานสามารถพัฒนาตัวเองให้มีความกระตือรือร้น, มุ่งมั่นในเป้าหมาย และกล้าตัดสินใจในงานของตัวเองมากขึ้น เพราะทัศนคติเชิงบวกที่แท้จริงแล้ว ไม่ใช่เพียงแค่การคิดดี พูดดี และทำดี เท่านั้น แต่ต้องเป็นคนที่ไม่ยอมแพ้กับอุปสรรค และมีความรู้สึกที่ดีต่อเหตุการณ์ต่างๆ ได้ จึงเรียกว่าเป็นคนคิดเชิงบวกอย่างแท้จริง

- การตระหนักรู้ในตัวเอง และอยากที่จะพัฒนาตัวเอง จึงจะนับว่าเป็นคนที่เชื่อมั่นในตัวเอง ดังนั้น หากทำให้พนักงาน พร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงตัวเอง และพัฒนาตัวเองตัวเองด้วยตัวของเขาเองได้แล้ว เขาย่อมเห็นคุณค่าของตัวเอง และนำศักยภาพที่มีอยู่ในตัวเองออกมาใช้ให้มากที่สุด ซึ่งย่อมส่งผลให้งานที่รับผิดชอบสัมฤทธิ์ผลมากขึ้น
- ทีมนับว่าเป็นสิ่งสำคัญ ของการทำงานในองค์กร เนื่องจากบุคลากรที่จะผลักดันให้งานมีประสิทธิผลที่ดีนั้น ย่อมต้องอาศัยการร่วมแรงร่วมใจกันในทีม ไม่สามารถทำงานเพียงลำพังคนเดียวได้ การทำให้พนักงานเข้าใจ ปัจจัยที่สำคัญ และองค์ประกอบสำคัญของทีมย่อมทำให้เกิดทีมเวิร์คขึ้นในองค์กร

จุดประสงค์ของหลักสูตร

- เพื่อทำให้บุคลากรมีแรงจูงใจที่จะก้าวข้ามหลุมพรางที่สกัดกั้นศักยภาพของตัวเองโดยการสร้างเสริมทัศนคติเชิงบวกในการทำงานเพิ่มขึ้น
- เพื่อทำให้บุคลากรสามารถเรียนรู้และเข้าใจกระบวนการเปลี่ยนแปลงตัวเองได้อย่างแท้จริง เกิดความอยากเปลี่ยนแปลงตัวเอง ด้วยการพัฒนาทัศนคติเชิงบวกในการทำงานและมีความสุขกับการเปลี่ยนแปลง
- เพื่อทำให้บุคลากรเลือกคุณสมบัติที่ทำให้ตัวเองสามารถบรรลุเป้าหมายและเหมาะสมกับตัวเองไปพัฒนา ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตัวเอง และสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข
- เพื่อสร้างแนวทางในการทำงานเป็นทีมเวิร์คที่ดีให้เกิดขึ้น โดยบุคลากรทุกคนเห็นความสำคัญของตัวเองในการเป็นส่วนหนึ่งของทีม

เนื้อหาของหลักสูตร (Course Outline)

- ทัศนคติ...เป็นทางเลือกของคุณ
    - คุณมีทัศนคติอย่างไรกับตัวเอง
    - สำรวจตัวเองในเรื่องของทัศนคติ
    - หลุมพรางสกัดกั้นศักยภาพของคุณ
- เปลี่ยนวิธีคิด...พลิกชีวิตคุณ
    - อดีต...ปัจจุบัน...อนาคต
    - วงจรพฤติกรรม
    - ปรับเปลี่ยนความเชื่อของคุณ
- คุณสมบัติ 8 ประการของนักคิดเชิงบวก
    1. ทัศนคติที่ดี
    2. ความกระตือรือร้น
    3. ความเชื่อมั่น
    4. ความยึดมั่นในคุณธรรม
    5. ความกล้าหาญ
    6. ความมั่นใจ
    7. ความมุ่งมั่น
    8. ความอดทน
- ทัศนคติเชิงบวกต่อการทำงานเป็นทีม (Team Work)
    - ทีมเวิร์ค...ทีมในฝัน

- งานของคุณ
- เพื่อนร่วมงานของคุณ
- หัวหน้าของคุณ
- ลูกค้าของคุณ
- ชีวิตของคุณ
- ปรับเปลี่ยนความคิดของการทำงานร่วมกันในทีม
- ภารกิจสำคัญของบุคลากรภายในทีม

เคล็ดลับในการรักษาทัศนคติเชิงบวกของคุณ

ตัวอย่าง Work Shop / กรณีศึกษา

★ ตัวอย่าง Work Shop หัวข้อ “ **การชื่นชมผู้อื่น (จับถูก)** ”

✧ วิธีปฏิบัติ

ลองนึกถึงใครก็ได้ เช่น หัวหน้า , เพื่อน , ลูกค้า , ลูกน้อง เป็นต้น คิดถึงจุดเด่นของเขาที่เราประทับใจและอยากปฏิบัติตาม เล่าให้เพื่อนๆใน Class เช่น - จุดเด่น - ความสามารถพิเศษ - อุปนิสัยที่ดี

✧ ผลที่จะได้รับ

การชื่นชมอย่างจริงใจ จะทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างเรากับผู้นั้นแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น เพราะคนทุกคนชอบคำชม และเมื่อเราชมผู้อื่นมากเท่าไร ผู้อื่นก็จะชมเรามากขึ้นเท่านั้น เท่ากับต่างคนต่างให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ทำให้ทัศนคติของเราเกี่ยวกับคนเป็นในเชิงบวกมากขึ้น (อยากขอย้ำว่าเรื่องที่เราชมนั้นมาจากความรู้สึกที่แท้จริงของเรา ไม่ใช่เสแสร้งน่ะครับ)

✧ การนำไปฝึกต่อไป

ต่อไปนี้ให้บอกกับตัวเองว่า เราจะเริ่มจากการหาข้อดีของผู้ที่เราเกี่ยวข้องก่อนโดยการจับถูก ถึงแม้คนๆนั้นเราจะรู้สึกไม่ถูกใจก็ตาม เราก็จะพยายามหาข้อดีของเขาให้เจอ (เชื่อแน่ว่าทุกคนมีข้อดีครับ แต่เราไม่พยายามหาเท่านั้นเอง) ลองฝึกตัวเองในระหว่างการประชุม ให้หาจุดเด่นหรือข้อดีและความสามารถของแต่ละคนที่เราประชุมด้วย จะทำให้เรามีความสุขกับการประชุมมากขึ้นเลยครับ เมื่อเราเห็นข้อดีของใครแล้ว เราก็จะรับฟังมากขึ้นก็จะทำให้เราได้รับความรู้ใหม่ๆเพิ่มขึ้น เห็นไหมครับมีแต่ข้อดีๆทั้งนั้น

✧ สาเหตุที่ทำให้เราเปลี่ยนแปลงตัวเองได้

การสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นที่ดี คือ การให้ความสำคัญกับเขา ซึ่งก็ควรเริ่มจากการจับถูกในตัวเขาก่อน 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 เพื่อให้ผู้เข้าอบรมเห็นว่า สิ่งที่ต้องการให้เกิดขึ้น และสอบถามอีกครั้งในตอนเย็นว่าได้รับหรือไม่ ถ้าไม่! ก็แสดงว่า อาจารย์สอบผ่าน

- คำถามแลกเปลี่ยนความคิดเห็น / รูปภาพแสดงความคิดเห็น / การทดสอบ
  - ทุกคนได้คิด และแสดงความคิดเห็น
  - จูงใจให้คิดในด้านที่เป็นเชิงบวกได้ดีกว่าบอกโดยตรง
  - ทุกคนได้เรียนรู้จากการคิดของตัวเอง (Learning by Thinking)

    - Unlearn , - Relearn , - Learn
  - การแลกเปลี่ยนแนวความคิดซึ่งกันและกัน ทำให้เปิดกว้างทางความคิดมากขึ้น
  - กระตุ้นให้อยากเรียนรู้ในสิ่งที่ตัวเองคิดไม่เหมือนคนอื่น

❖ เปลี่ยนความคิดใหม่... สร้างเทคนิคการเปลี่ยนแปลงด้วยตัวเอง

- เลือกหลุมพราง => กำหนดวิธีแก้ไขของตัวเอง
- สำรวจแนวคิดกับบุคคลรอบข้าง => ปรับความคิดของตัวเองใหม่
- วงจรพฤติกรรม เริ่มต้นที่ ความคิด / ความเชื่อ
- เรียนรู้ว่า "หลุมพราง" เป็นจินตนาการเชิงลบของตัวเอง
- การเอาชนะจินตนาการเชิงลบ ด้วยการใช้ความคิดเชิงบวกทดแทน

❖ 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. ตั้งเป้าหมายว่าอยากจะอารมณ์ดีขึ้นเมื่อไร => 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 เราจะไม่มีทิศทางที่เราจะเดิน

❖ เทคนิคใน Class ที่ใช้ได้ผล

- กระตุ้นให้เกิดความคิดเห็นที่ขัดแย้งในช่วงเริ่มต้น (ยังไม่รีบที่จะจูงใจ)
- สร้างบรรยากาศ เขียนไป → พูดไป เรื่อยๆ คนจะชินไปเอง
- กำหนดให้คนในClassคัดเลือกคนมา Present เอง (อาจารย์ไม่ต้องเลือก)
- ทำให้คนในClass แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันเองก่อน ในคำถามที่มีคนตอบไม่เหมือนกัน (แย้งกันเอง) ก่อนจะเฉลยเพื่อให้เห็นว่าการเถียงกัน เป็นเรื่องปกติ

- การให้กำลังใจในสิ่งที่ผู้อื่นตั้งใจจะทำ (Hi 5) ทำให้เกิดความฮึกเหิม

ผู้ที่เหมาะสมกับหลักสูตรนี้

- ✔ พนักงานระดับปฏิบัติการ
- ✔ หัวหน้างาน
- ✔ ผู้จัดการ

2. หลักสูตรหัวหน้างานพันธุ์แท้ขององค์กร (Your Leadership@Work) หลักสูตร 1 วัน

หลักการ/แนวความคิด

- ปัจจุบันองค์กรให้ความสำคัญในการพัฒนาหัวหน้างาน (ผู้เชี่ยวชาญในงานที่ทำ) ในเรื่องภาวะความเป็นผู้นำในตัวเองค่อนข้างมาก เพราะหัวหน้างานต้องเป็นผู้พัฒนาทีมงานให้มีความเชี่ยวชาญเหมือนตัวเอง และสามารถทำหน้าที่แทนได้ จึงจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบางอย่างของตัวเอง
- คุณสมบัติหลักที่หัวหน้างานควรได้รับการพัฒนา เช่น กล้าในการตัดสินใจ,รู้จักแก้ปัญหา,รับผิดชอบในหน้าที่,กล้าแสดงออก,พัฒนาลูกน้องได้ เป็นต้น ดังนั้นหัวหน้างานจึงต้องมีความเชื่อมั่นในตัวเองเพิ่มขึ้น และนำศักยภาพที่มีอยู่ออกมาใช้ให้เต็มที่เพราะหัวหน้างานเคยเป็นผู้เชี่ยวชาญมาก่อน ย่อมพัฒนาลูกน้องให้เป็นผู้เชี่ยวชาญได้
- การพัฒนาผู้อื่นในฐานะหัวหน้างานนั้นต้องสามารถพัฒนาตัวเองได้ก่อน โดยการเปลี่ยนแปลงตัวเองจากผู้เชี่ยวชาญไปเป็นบทบาทของผู้นำ (หัวหน้างาน) ให้ได้และเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับทีมงาน สามารถให้พลังผู้อื่นได้ และพัฒนาภาวะผู้นำในตัวเองอย่างต่อเนื่อง

วัตถุประสงค์

- ♣ เพื่อทำให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถนำศักยภาพที่มีอยู่ออกมาใช้ได้อย่างเต็มที่เพื่อให้เป็นที่ยอมรับของลูกน้องมากขึ้น
- ♣ เพื่อให้เข้าใจบทบาทของหัวหน้างานในฐานะผู้นำได้ชัดเจนขึ้น และเลือกผู้นำใน Style ที่ตัวเองเห็นว่าเหมาะสมที่สุดในการพัฒนา
- ♣ เพื่อกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตัวเอง ด้วยตัวเอง นำไปสู่เป้าหมายในการพัฒนาตัวเองให้ดียิ่งๆขึ้น

ขอบเขตของเนื้อหาการฝึกอบรม

การฝึกอบรมจะมุ่งเน้นให้เข้าใจ และเกิดแรงบันดาลใจที่จะเป็นหัวหน้างานที่ดี ในสไตล์ของตัวเองซึ่งประกอบไปด้วย

- ❋ คุณคือผู้เยี่ยมยุทธ์ (เชี่ยวชาญ) ในงานของคุณ
  - ศักยภาพของคุณ
- ❋ การเปลี่ยนแปลงตัวเอง____หัวใจสู่ความสำเร็จ
  - หลุมพรางสกัดกั้นศักยภาพของคุณ

- ความเชื่อมั่นในตัวเอง
- กล้าฝันกับเป้าหมาย
- ความสำเร็จเกิดขึ้นได้ทุกวัน

❋ สำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับผู้นำในตัวคุณ

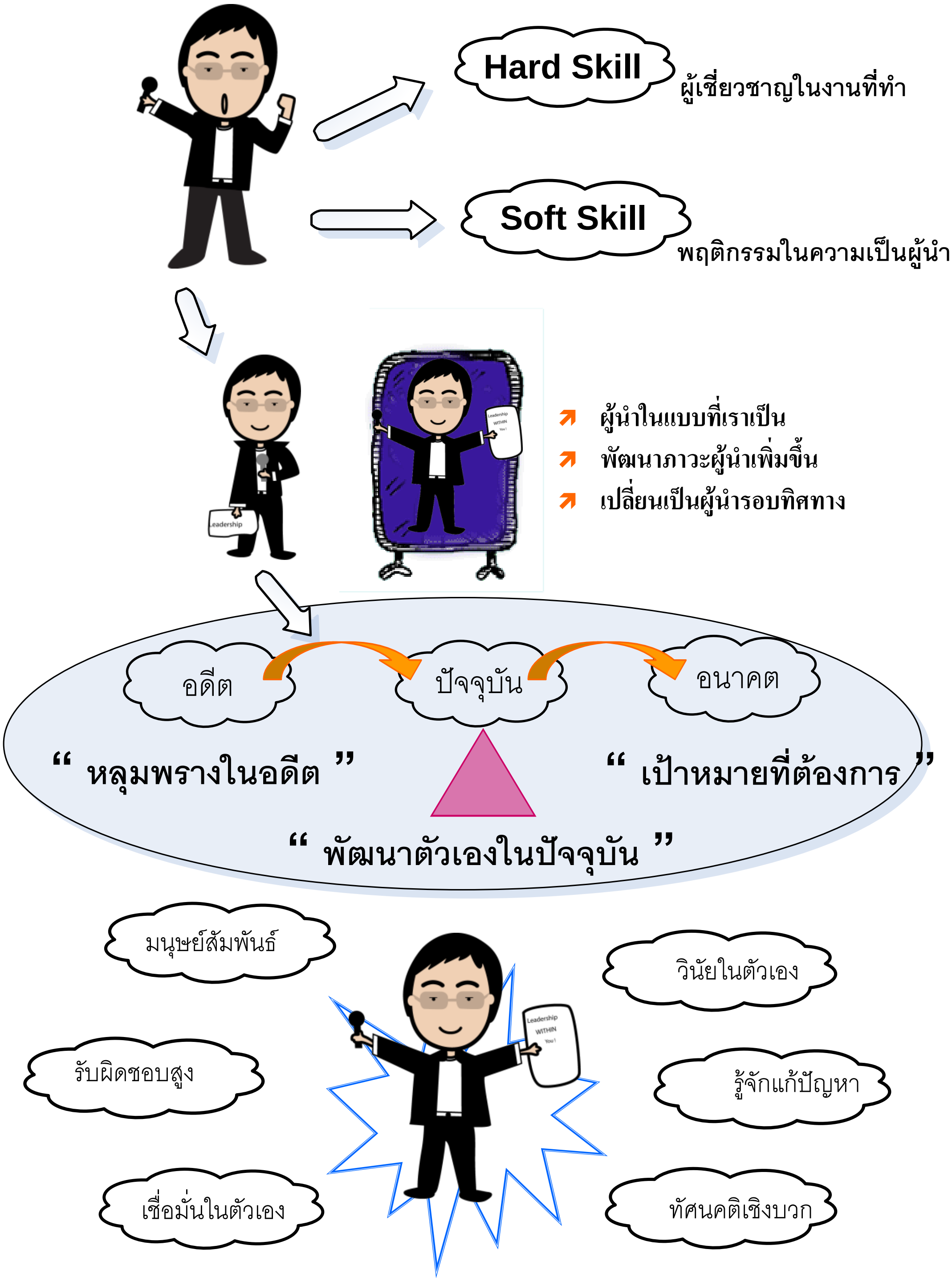
- ความหมายของผู้นำ
- ผู้นำใน Style ของคุณ
- ผู้นำ 5 ระดับ
- ผู้นำรอบทิศทาง (360 องศา)

- ก้าวข้ามหลุมพรางทางความคิด
- กำหนดเป้าหมายการเปลี่ยนแปลง
- เปลี่ยนวิธี....พลิกชีวิตคุณ
- สร้างเสริมทัศนคติเชิงบวก

❋ การพัฒนาภาวะความเป็นผู้นำด้วยตัวคุณเอง

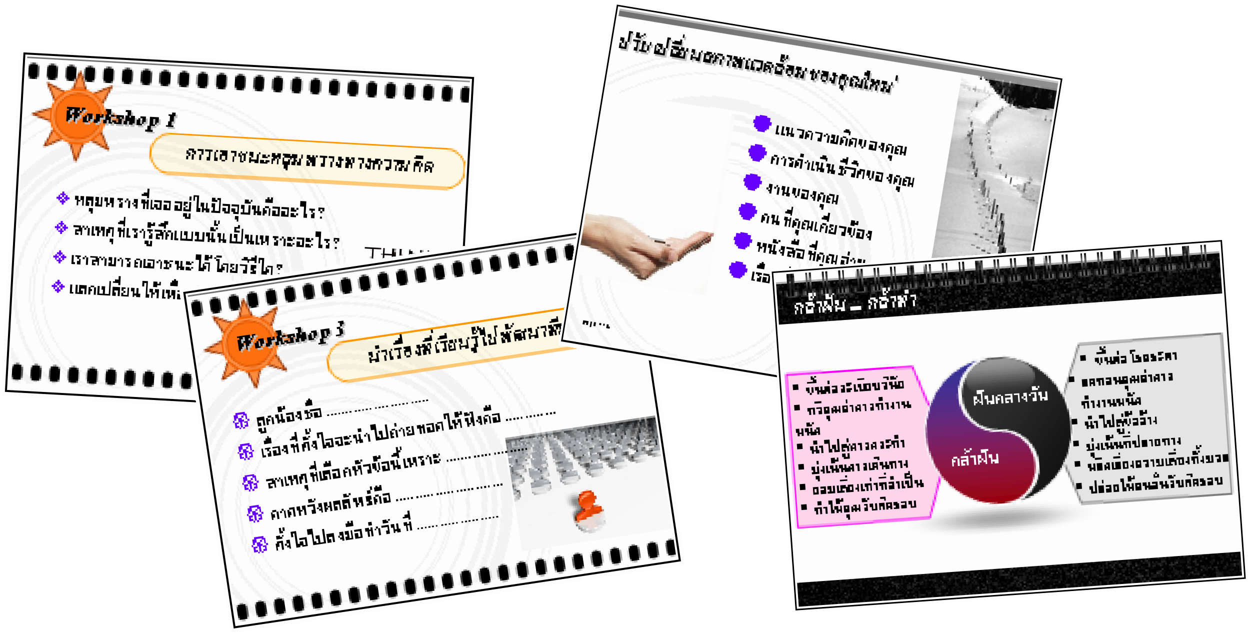
- คุณสมบัติความเป็นผู้นำ
- การนำศักยภาพออกมาใช้
- ปรับเปลี่ยนสภาพแวดล้อม
- พึ่งพาตัวเอง
- การบริหารทีมงานอย่างสร้างสรรค์

กรอบในการดำเนินการฝึกอบรม



"หัวหน้างานพันธุ์แท้ "

ตัวอย่าง Work Shop / กรณีศึกษา



★ ตัวอย่าง Work Shop หัวข้อ “ **การชื่นชมตัวเอง** ”

✧ **วิธีปฏิบัติ**

➢ ลองชมตัวเองให้เพื่อนๆฟังในด้านต่างๆเหล่านี้

- จุดเด่น - ความสามารถพิเศษ - สิ่งที่ภูมิใจ

✧ **ผลที่ได้รับจาก** Work Shop หัวข้อ “ **การชื่นชมตัวเอง**”

: การชมตัวเองจะทำให้เกิดความมั่นใจในตัวเองเพิ่มขึ้น คนส่วนใหญ่ให้นิยาม การรักตัวเอง การชมตัวเองแบบผิดๆ เช่น เดี๋ยวจะหลงตัวเอง, ทำให้เห็นแก่ตัว เป็นต้น ซึ่งการชมตัวเองแบบสร้างสรรค์นั้น จะทำให้เรามีเป้าหมายในตัวเองเพิ่มขึ้นเพราะเราเห็นคุณค่าของตัวเองแล้ว

✧ **การนำไปฝึกฝนต่อไป**

: ลองฝึกชมตัวเองต่อหน้ากระจกบ่อยๆ เพื่อให้กำลังใจตัวเองในการเอาชนะอุปสรรคต่างๆ ที่กำลังเจอ หรือแก้อาการท้อถอยได้ ยิ่งชมตัวเองมากหรือบ่อยแค่ไหนจะทำให้เรามีพลัง ในการทำงานมากขึ้นเท่านั้น

✧ **สาเหตุที่ทำให้เราเปลี่ยนตัวเองได้**

: คนทุกคนต้องการ คำชม แต่ส่วนใหญ่จะรอจากผู้อื่น เมื่อไม่ค่อยได้ก็จะรู้สึกท้อถอยหรือหมดแรงในการทำงานแต่ถ้าเราชมตัวเองได้เราก็จะรู้สึกดีเพราะความรู้สึกของเราไม่รู้ หรอกว่าใครชมขอให้เป็น คำชม ก็พอ

ผู้ที่เหมาะสมกับหลักสูตรนี้

✔ หัวหน้างาน ✔ ผู้จัดการ

รายละเอียดและเทคนิคที่อาจารย์ใช้ในการดำเนินการฝึกอบรม

(รูปแบบการฝึกอบรมโดยรวม)

- การละลายพฤติกรรม (Ice Breaking)

  ปรับจูนแนวความคิดเบื้องต้นของผู้เข้าฝึกอบรมกับเนื้อหาตามหลักสูตร

  - แนะนำตัวเอง
  - คำสำคัญ (Key Words)
  - คำถามสร้างแนวความคิด

- การสำรวจตัวเอง, การมองเห็นตัวเองและการยอมรับตัวเอง

  การทำให้ผู้เข้าฝึกอบรม มองเห็นตัวเอง จะนำไปสู่**การอยากเปลี่ยนแปลงตัวเอง**

  - ค้นหาหลุมพรางทางความคิดในเรื่องต่างๆ
  - สำรวจพฤติกรรมของตัวเองในด้านต่างๆ
  - เรียนรู้ธรรมชาติของการเปลี่ยนแปลง

- กำหนดเป้าหมายที่จะเปลี่ยนแปลงของตัวเอง

  กระตุ้นให้ผู้เข้าฝึกอบรม ทดสอบกระบวนการเปลี่ยนแปลงตัวเองแบบง่ายๆ

  - เลือกเรื่องที่จะลองเปลี่ยนแปลง
  - เปลี่ยนความคิดในเรื่องต่างๆ ด้วยตัวเอง
  - กำหนดแนวทางของตัวเองใหม่

- กำหนดคุณสมบัติที่จะนำไปพัฒนาตัวเองเพิ่มเติม

  เลือกวิธี (How to) ที่เหมาะสมกับ Style ของตัวเอง เพื่อการพัฒนาตัวเอง

  - การเตรียมความพร้อมของตัวเอง
  - วางแผนการพัฒนาตัวเองอย่างมีขั้นตอน
  - เลือกกระบวนการเปลี่ยนแปลงของตัวเอง
  - ปรับเปลี่ยนสภาพแวดล้อมใหม่

- สร้างความคาดหวังก่อนการฝึกอบรม

  เทคนิคการทให้ผู้เข้าฝึกอบรมเขียนความคาดหวังและดูผลลัพธ์เมื่อสิ้นสุดการอบรม

  - ทำให้ผู้เรียนจดจ่อต่อการเรียนรู้ เพราะอยากเรียนของตัวเอง
  - นำเรื่องที่ให้เรียนรู้ไปใช้ได้จริง

- Workshop ประเด็นสำคัญที่สามารถไปฝึกฝนได้

  ดำเนินการ Workshop ในเรื่องที่สำคัญเพื่อให้เข้าใจและนำไปฝึกฝนได้จริง

  - กระตุ้นให้ คิด → เขียน → พูด
  - การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันใน Class

- การนำเสนอกลุ่มจากการระดมความคิดเห็น
- การนำไปใช้ฝึกฝนกับตัวอง

❖ การบ้านเพื่อนำไปฝึกฝนเพิ่มเติม

เรื่องที่ผู้เข้าฝึกอบรมยืนยันกับตัวเองว่าจะนำไปปฏิบัติเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง

- เรื่องที่ได้รับจากการอบรม
- เรื่องที่ชอบ
- เรื่องที่จะนำไปปฏิบัติเป็นเรื่องแรก
- การบ้านของตังเอง

❖ กิจกรรมเสริมการเรียนรู้ให้เกิดความสนุกสนาน

จัดกิจกรรมให้เหมาะสมในแต่ละกลุ่มที่เข้าฝึกอบรมและสอดคล้องกับเนื้อหา

- เกม / การละเล่น
- Role Playing
- นิทานให้แนวความคิด
- กรณีศึกษา

3.หลักสูตรการพัฒนาทักษะการสอนงาน Style โค้ช (Coaching Skill) หลักสูตร 1 วัน

"สอนงาน Style โค้ช เพื่อก้าวกระโดดสำหรับองค์กรยุคใหม่"

หลักการ/แนวความคิด

- ผู้จัดการ/หัวหน้างาน มีบทบาทหน้าที่ในการพัฒนาบุคลากรภายในทีมให้สามารถนำความรู้ ความสามารถมาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตัวเอง และงานองค์กร อย่างมีประสิทธิภาพและบรรลุเป้าหมายตามที่ต้องการ ดังนั้นจึงต้องสามารถ**สั่ง** และ**สอนงาน** ผู้ใต้บังคับบัญชาได้
- การพัฒนาการสอนงาน (Coaching) ให้กับผู้จัดการ/หัวหน้างานจึงเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างสูงในปัจจุบัน เพราะพบว่าผู้จัดการจะเกิดความเครียดที่ต้องสั่งงานให้กับลูกน้องแล้วไม่ได้รับผลลัพธ์ตามที่ต้องการ ดังนั้นการสอนงาน (Coaching) จึงเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่ควรพัฒนาทักษะนี้ให้กับผู้จัดการ เพื่อให้สามารถทำให้บุคลากรพัฒนาตัวเองได้ด้วยตัวเอง
- การสอนงาน (Coaching) มีความแตกต่างกับการสอน (Teaching) โดยที่**การสอนงาน** จะมุ่งเน้นที่พฤติกรรม, ทัศนคติ และบุคลิกภาพของโค้ชซึ่งเป็นสำคัญ โดยทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงแล้วนำความรู้

ความสามารถที่มีอยู่แล้วออกมาปฏิบัติงานให้บรรลุเป้าหมายตามที่ต้องการ ในขณะที่**การสอน**มุ่งเน้นที่เนื้อหาของงานเพียงอย่างเดียวเพื่อให้ผู้ใต้บังคับบัญชาฟังแล้วนำไปปฏิบัติเท่านั้น

- การเรียนรู้เคล็ดลับในการพัฒนาทักษะต่างๆจะทำให้ผู้จัดการ/หัวหน้างาน สามารถนำไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิผล และสร้างวัฒนธรรมการสอนงาน (Coaching) ให้เกิดขึ้นในองค์กร

วัตถุประสงค์ของหลักสูตร

- เพื่อสร้างความเข้าใจในบทบาทของการเป็นโค้ชให้กับผู้จัดการ
- เพื่อพัฒนาทักษะการสอนงาน (Coaching) ในเรื่องต่างๆ ให้กับผู้จัดการ และกระตุ้นให้เกิดการนำไปใช้ให้เหมาะสมกับ Style ตัวเอง
- เพื่อกำหนดโปรแกรมการสอนงาน (Coaching) ร่วมกับผู้จัดการให้สามารถนำไปใช้จริงในการสอนงาน (Coaching) บุคลากรในองค์กร
- เพื่อสร้างเสริมเคล็ดลับในการใช้เครื่องมือต่างๆเพื่อพัฒนาตัวเองให้เป็นโค้ชที่ดี

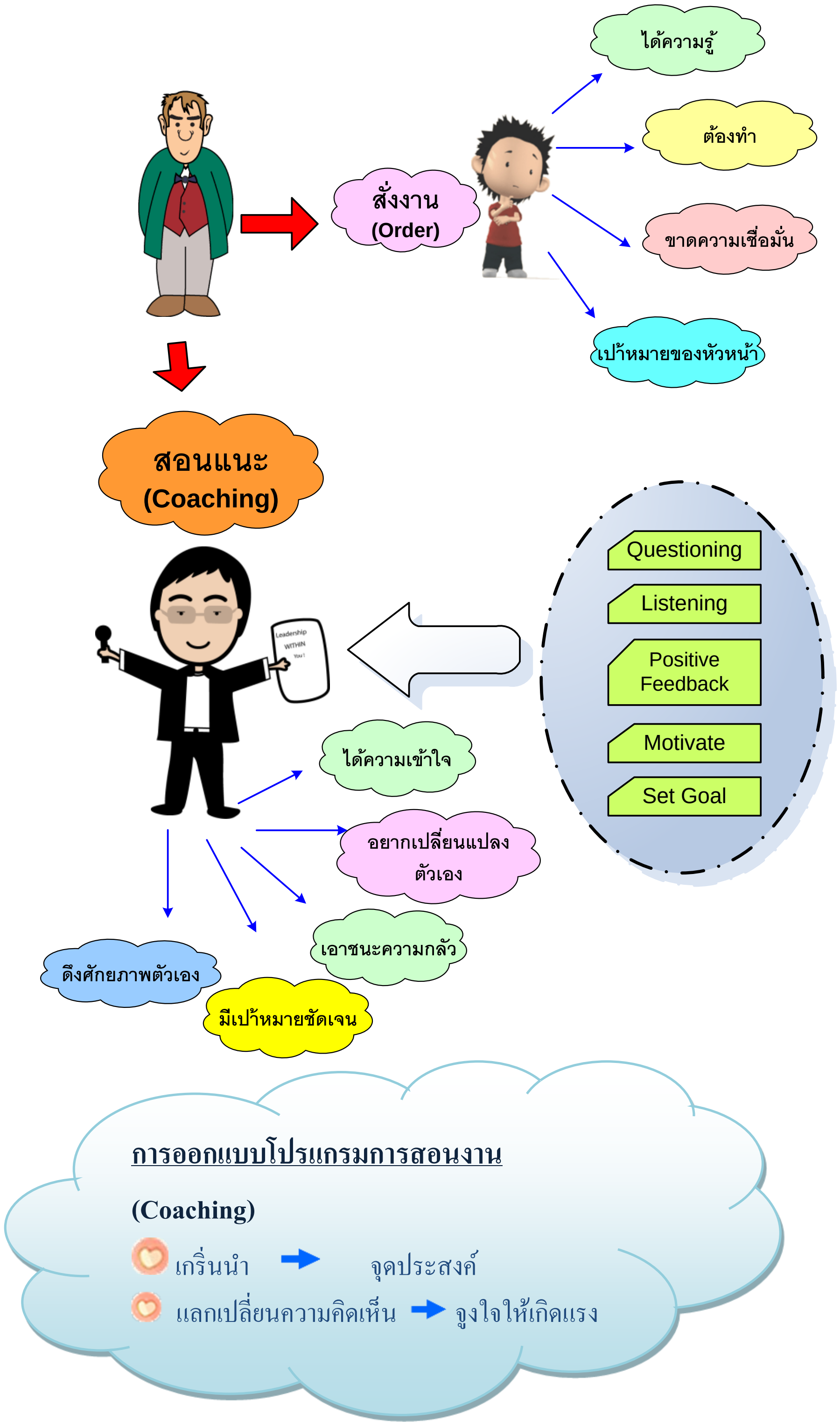
รายละเอียดเนื้อหาตามหลักสูตร

- หลักพื้นฐานของการสอนงาน (Coaching)
  - องค์ประกอบของการสอนงาน
  - โอกาสในการสอนงาน
  - เราควรสอนงานใครบ้าง
- การสร้างเสริมและพัฒนาทักษะการสอนงาน
  - เทคนิคการใช้คำถามให้ถูกจุด (Questioning)
  - การรับฟังอย่างตั้งใจ (Listening)
  - การให้ข้อมูลป้อนกลับของโค้ช (Feed back)
  - การสนับสนุนแนวความคิดของโค้ชชี่ (Motivation)
  - การสร้างเป้าหมายร่วมกัน (Goal)
- การสร้างกระบวนการสอนงานด้วยตัวเอง
  - การคัดเลือกโค้ชชี่
  - การเตรียมตัวก่อนการเป็นโค้ช
  - ขั้นตอนในการสอนงาน
  - การติดตามผลตามโปรแกรม
- เคล็ดลับและเครื่องมือสำหรับการสอนงาน
  - การออกแบบโปรแกรมการสอนงานของตัวเอง
  - ตัวอย่างการใช้คำถามประเภทต่างๆ
  - บอกเล่าประสบการณ์โค้ชชิ่ง

- Role Playing การโค้ชแบบ 1:1
- ตัวอย่างการให้คำปรึกษา อาการต่างๆของโค้ชชี่

การบ้าน : โปรแกรมการโค้ชชิ่งในองค์กร

ขอบเขตการฝึกอบรม (Course Frame Work)



ผู้ที่เหมาะสมกับหลักสูตรนี้

✔ หัวหน้างาน ✔ ผู้จัดการ ✔ ผู้บริหาร

แนวทางในการพัฒนาตามหลักสูตร

- การฝึกอบรมเป็นรูปแบบการเรียนรู้แบบผู้ใหญ่ (Adult Learning) ซึ่งเน้นให้เกิดความคิด การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ การเล็งเห็นประโยชน์ของเนื้อหาเพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างแท้จริง
- วิทยากร จะถ่ายทอดจากประสบการณ์ ทั้งในด้าน One on One Coaching , Group Coaching และ Executive Coaching เพื่อให้เข้าใจถึงแก่นแท้ของการเป็นโค้ชที่แท้จริง
- การอบรมมีทั้งการบรรยาย เพื่อให้เห็นภาพกระบวนการสอนงาน การ Work Shop เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้ฝึกเขียน รูปแบบของการ Coaching ในสไตล์ของตัวเอง อีกทั้งการทำ Role Playing เพื่อให้เห็นจริงในการทำ Coaching ทำให้การอบรม เป็นไปอย่างสนุกสนาน

ตัวอย่าง Work Shop / กรณีศึกษา

★ ตัวอย่าง Work Shop หัวข้อ “**การเปลี่ยนแปลงตัวเอง...หัวใจสำคัญของความเป็นผู้นำ** ”

จุดประสงค์

- ทำความเข้าใจธรรมชาติของการเปลี่ยนแปลงตัวเอง
- เรียนรู้หลุมพรางและอุปสรรคที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ไม่ประสบความสำเร็จ
- การเปลี่ยนความคิดของตัวเองใหม่...ทำให้ชีวิตเปลี่ยน

ประเด็นสำคัญ

- อดีต ⇨ ปัจจุบัน ⇨ อนาคต (การเปลี่ยนแปลง ณ ปัจจุบัน ดีที่สุด)
- หลุมพรางของการเปลี่ยนแปลงคือ

  - ความกลัว - พื้นที่แห่งความคุ้นเคย (Comfort Zone)

  - เป้าหมายไม่ชัดเจน - วงจรพฤติกรรม (ความคิด → ความรู้สึก → การกระทำ → พฤติกรรม)

- คุณสมบัติของผู้ประสบความสำเร็จ

แนวทางการดำเนินการเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตัวเองอย่างยั่งยืน

"การเปลี่ยนแปลงตัวเอง ต้องดำเนินการอย่างต่อเนื่องและมีความสุขที่ได้ทำ"

การสร้างกิจกรรมหลังการฝึกอบรมนับว่าเป็นเรื่องที่สำคัญเพราะจะทำให้การพัฒนาตัวเองเกิดความต่อเนื่อง และหากสามารถทำให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมดำเนินการฝึกฝนในเรื่องที่เขาอยากเปลี่ยนแปลงได้ยาวนานก็จะทำให้เขาสามารถสร้างอุปนิสัยใหม่ของตัวเองขึ้นมาได้ เมื่อมีความมั่นใจในการเปลี่ยนแปลงตัวเองในเรื่องใดเรื่องหนึ่งแล้ว เขาก็จะสามารถสร้างกระบวนการเปลี่ยนแปลงตัวเองในเรื่องอื่นๆต่อไปได้ด้วยตัวเอง อีกทั้งยังสามารถนำไปให้ผู้อื่นได้พัฒนาต่อไปได้ด้วย

กิจกรรมที่ช่วยให้ผู้เข้าอบรมสามารถพัฒนาตัวเองได้อย่างต่อเนื่อง สามารถเอาชนะสภาพแวดล้อมได้ ควรเป็นสิ่งที่ใกล้เคียงกับสิ่งที่เกิดขึ้นในระหว่างการฝึกอบรม ทำให้เขานึกถึงบรรยากาศในการฝึกอบรมและเขาเลือกเรื่องที่จะเปลี่ยนแปลงตัวเอง เพื่อพัฒนาตัวเองให้ดีขึ้น

กิจกรรมที่สามารถดำเนินการได้มีดังนี้

1. การบ้านสำหรับการนำไปฝึกฝนหลังการอบรม
2. เอกสารอ้างอิงสำหรับนำไปประกอบการฝึกฝน
3. เว็บไซด์ด้านการพัฒนาตัวเอง เพื่อศึกษาเรื่องต่างๆเพิ่มเติมที่ pakornblog.com
4. จดหมาย Reminder จากอาจารย์ปกรณ์แวะมาทักทาย
5. สมัคร Mailing List รับข่าวสารด้านการพัฒนา
6. การติดตามผล (Follow up) โดยทีม HRD ขององค์กร
7. การติดตามผล (Follow up) โดยทีม วิทยากรผู้ช่วย (มีค่าใช้จ่าย)
8. การสร้างโครงการร่วมกันในองค์กรโดย HRD
9. การดำเนินการ Clinic โดยอาจารย์ปกรณ์ (มีค่าใช้จ่าย)

ผลลัพธ์จากการฝึกอบรม ทุกคนจะมีประเด็นสำคัญของตัวเองที่จะนำไปพัฒนา แต่จะหยุดการพัฒนากลางคันเพราะไม่สามารถเอาชนะสภาพแวดล้อมได้ ดังนั้นกิจกรรมเหล่านี้จะช่วยให้เขาสามารถพัฒนาตัวเองต่อไปได้ด้วยตัวของเขาเอง

โดยสรุปแนวทางการพัฒนาตัวเองอย่างต่อเนื่องสามารถทำได้โดย

1. ตัวผู้เข้าอบรม พัฒนาตนเอง โดยใช้

- การบ้านที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมจะนำไปทำ (ถ้ามี)

- เอกสารเพิ่มเติมสำหรับนำไปฝึกฝน
- แหล่งความรู้เตือนความทรงจำในเว็บไซด์ Pakornblog.com
- Mailing List ความรู้ส่งตรงถึงที่ จาก ทีม วิทยากรผู้ช่วย ถึงผู้เข้าอบรม
- จดหมาย Reminder (ทักทาย) จากอาจารย์ ปกรณ์ 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 อาจารย์ปกรณ์**
   - ดำเนินการแทน HRD โดยมีรายงานสรุปผล ความเปลี่ยนแปลงให้
4. **Clinic โดย อ.ปกรณ์**
   - ดำเนินฝึกอบรมเพิ่มเติม โดยให้ผู้เข้าอบรมทำการบ้าน (งานที่ผู้เข้าอบรมบอกว่าต้องการไปพัฒนา) และ อาจารย์ มาให้คำแนะนำ

กรณีการติดตามผลแบบมีค่าใช้จ่ายหากต้องการข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อทีมงานเพื่อขอรายละเอียดรูปแบบและการดำเนินการเพื่อนำเสนอเพิ่มเติม