

# โปรแกรมฝึกอบรมอย่างบูรณาการ

## ชุดหลักสูตรที่ 4 การสร้างภาวะผู้นำและทัศนคติเชิงบวกกับทีมงาน

### (Package# 4.2. หลักสูตร 9 วัน)

### สำหรับทำแผนจัดอบรมภายใน (In-House Group Coaching)

โดย



## สารบัญ

➤ บทสรุปสำหรับผู้บริหาร (Executive Summary) .....	2
➤ แนวความคิดของโปรแกรม สำหรับการพัฒนาทัศนคติเชิงบวกกับตัวเอง.....	3
➤ วัตถุประสงค์ของโปรแกรม .....	4
➤ สิ่งที่คาดหวังว่าจะเกิดการเปลี่ยนแปลง .....	5
➤ รายชื่อหลักสูตร สำหรับโปรแกรมการสร้างภาวะผู้นำและทัศนคติเชิงบวกกับทีมงาน	
▪ หลักสูตร คุณเป็นไปได้ดีกว่าที่คิด.....	6
▪ หลักสูตร การเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานพัฒนาตัวเองด้วย 5 Q .....	9
▪ หลักสูตร การเปลี่ยนแปลงตัวเองด้วยเทคนิค NLP.....	13
▪ หลักสูตร สื่อสาร สร้างสัมพันธ์ เพิ่มพลัง งานสำเร็จ .....	16
▪ หลักสูตร การทำงานเป็นทีมสู่ความสำเร็จ.....	20
▪ หลักสูตร สร้างเสริมทักษะการเจรจาต่อรองอย่างสร้างสรรค์.....	22
▪ หลักสูตร สร้างจิตสำนึกรักองค์กรกันเถอะ.....	25
▪ หลักสูตร ผู้นำการเปลี่ยนแปลงอย่างมีประสิทธิภาพ.....	30
▪ หลักสูตร ผู้นำ 360 องศาขององค์กร.....	32
➤ แนวทางการดำเนินการเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตัวเองอย่างยั่งยืน.....	39

โดย อธิยากร

นาย ปกรณ์ วงศ์รัตนพิบูลย์

Executive Coach

Leadership and Strategic Development Consultant

## 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 ย่อมได้ผลลัพธ์ที่ไม่เพียงพอต่อการทำให้องค์กรพัฒนาไปตามเป้าหมายที่ต้องการเพราะสภาพแวดล้อมของกลุ่มบุคคลที่ยังไม่คิดจะพัฒนาย่อมส่งผลกระทบต่อผลกระทบของการเปลี่ยนแปลงตัวเองของบุคคลที่กำลังฝึกฝนการเปลี่ยนแปลงตัวเองไม่มากนักน้อย

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”

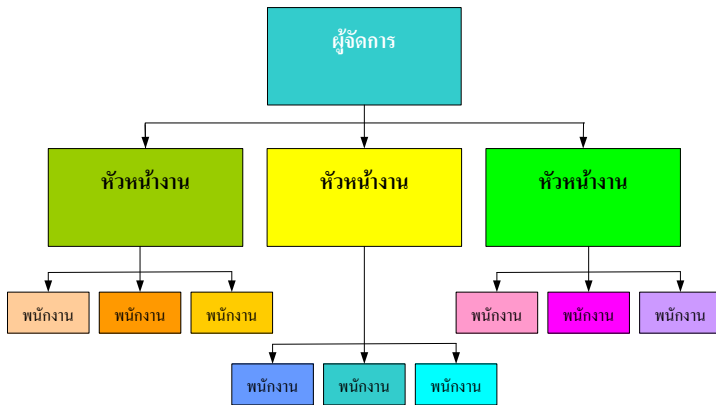
“การฝึกอบรมที่มุ่งเน้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและมีการกำหนดการบ้านเพื่อนำไปฝึกฝน จึงควรมี **กระบวนการติดตามผล** (Follow up) ผลการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของบุคลากร อีกทั้งยังเป็นการกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของบุคลากร อีกทั้งยังเป็นการกระตุ้นให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืน”

“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 (โค้ชชิ่ง) 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)

รายละเอียด และเนื้อหาหลักสูตร

## 1.หลักสูตร คุณเป็นได้...ดีกว่าที่คิด (You are better) ( หลักสูตร 1 วัน )

### จุดประสงค์ของหลักสูตร

- ๙ เพื่อสร้างความตระหนักรู้ในความสำคัญของตัวเองและพัฒนาคุณค่าในตัวเองตามแนวทางที่เหมาะสม โดยดึงศักยภาพที่ซ่อนเร้นอยู่ออกมาใช้
- ๙ เพื่อให้บุคลากรเลือกที่จะพัฒนาความสามารถของตัวเองโดยการสร้างความเชื่อมั่นในตัวเอง ทำให้มีความปรารถนาที่จะพัฒนางานที่ทำอยู่ให้ดีขึ้น
- ๙ เพื่อให้บุคลากรปรับเปลี่ยนแนวความคิดของตัวเองต่องาน,เพื่อนร่วมงาน หัวหน้างานและชีวิตของตัวเองใหม่ในการส่งเสริมทัศนคติเชิงบวกให้สูงขึ้น
- ๙ เพื่อสร้างแนวทางในการทำงานเป็นทีมเวิร์คที่ดีให้เกิดขึ้น โดยบุคลากรทุกคนเห็นความสำคัญของตัวเองในการเป็นส่วนหนึ่งของทีม

### หัวข้อสำคัญของหลักสูตร

#### 🌸 ชีวิตเปลี่ยนแปลงด้วยคำถามง่ายๆ

- คุณคือใคร ?
- อะไรสำคัญสำหรับคุณ ?
- คุณมีแรงบันดาลใจแบบไหน ?
- ความสำเร็จของคุณคืออะไร ?
- อะไรคืออุปสรรคของคุณ ?
- คุณมีความเชื่อแบบไหน ?

#### 🌸 ทุกสิ่งทุกอย่างที่คุณเลือก

- ทัศนคติ
- ความใฝ่รู้
- ความกล้าหาญ
- ความรับผิดชอบ
- การสื่อสารกับผู้อื่น
- การช่วยเหลือผู้อื่น

#### 🌸 เปลี่ยนวิธีคิด...พลิกชีวิตคุณ

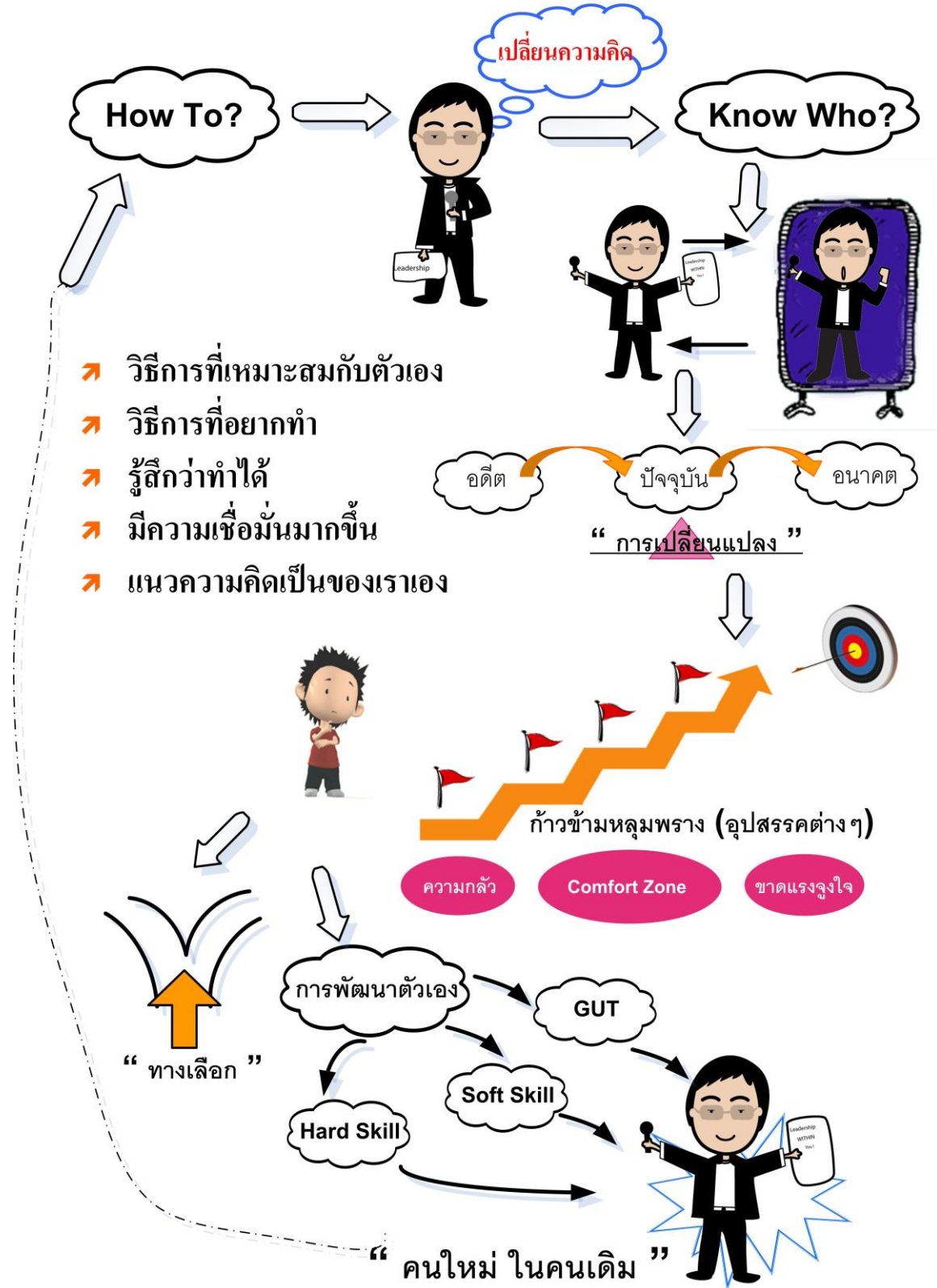
- งานของคุณ
- เพื่อนร่วมงานของคุณ
- หัวหน้างานของคุณ
- ชีวิตของคุณ

#### 🌸 คุณ คือ บุคคลสำคัญของทีมเวิร์ค (Team Work )

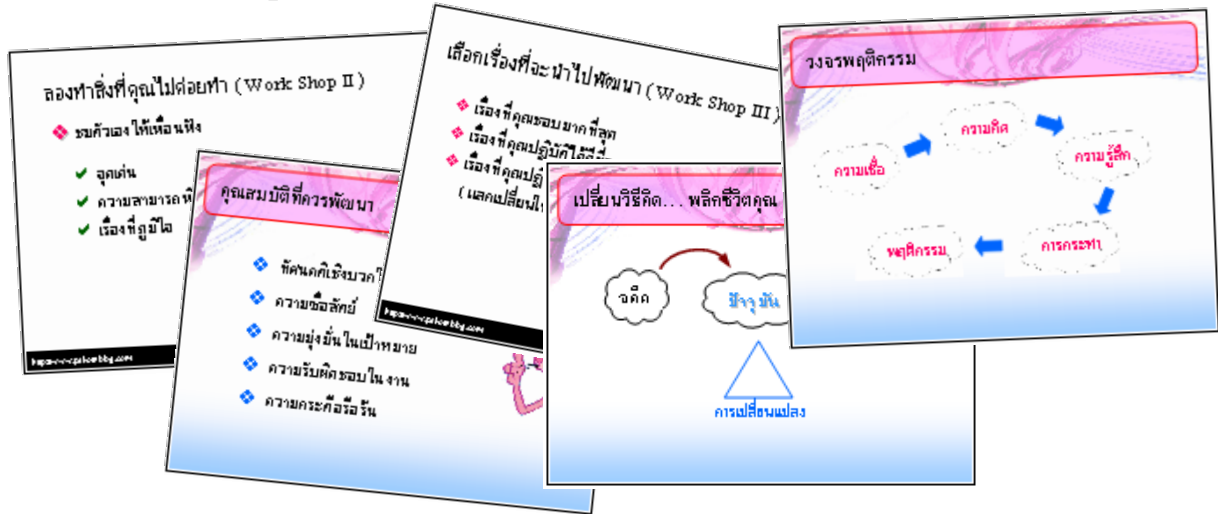
- การให้ความสำคัญของทีม
- การสื่อสารและปฏิสัมพันธ์
- การใส่ใจซึ่งกันและกัน
- การสร้างกำลังใจให้กับทีม
- การบรรลุเป้าหมายร่วมกัน

กรอบในการดำเนินการฝึกอบรม

กรอบการอบรมหลักสูตรคุณเป็นได้...ดีกว่าคิด  
(You are ...Better than you think)



## ตัวอย่าง Work Shop / กรณีศึกษา



### ★ ตัวอย่าง Work Shop หัวข้อ “การเอาชนะความกลัวอย่างไม่มีเหตุผล”

#### ◇ วิธีปฏิบัติ

- ▶ เลือกเรื่องของตัวเองกลัวอย่างไม่มีเหตุผลมา 1 เรื่อง
- ▶ ถามตัวเองว่าเรากลัวเรื่องนั้นอย่างไร?
- ▶ จัดเรียงลำดับความกลัวเรื่องนั้น (จากมากที่สุดไปน้อย หรือน้อยไปมากที่สุดก็ได้)
- ▶ ลงมือปฏิบัติในเรื่องนั้น ที่กลัวน้อยที่สุดก่อน
- ▶ สังเกตความรู้สึกที่เกิดขึ้นที่ได้ลงมือทำแล้ว

#### ◇ ผลที่ได้รับ

: การเรียงลำดับความกลัวกลัว จะทำให้เราเข้าใจตัวเองมากขึ้น ว่าเรื่องอะไรบ้าง ที่เรากลัวจริงๆ หรือเราจินตนาการไปเอง เมื่อเรามีสติรู้ในสิ่งที่เรารู้สึกกลัวแล้ว หลังจากนั้นได้ลงมือทำในสิ่งที่ยากที่สุดก่อน ก็จะทำให้เราได้กำลังใจเพิ่มขึ้นว่า “เราสามารถพิชิตได้แล้ว” เมื่อฝึกฝนบ่อยๆ เราก็จะหายจากความกลัวเรื่องนั้นไปเอง

#### ◇ การนำไปฝึกฝนต่อไป

: พยายามเขียนรายการที่เรามีความรู้สึกกลัวให้ได้ แล้วจัดเรียงลำดับ เพื่อนำไปฝึกฝนทีละขั้น เช่น ความรู้สึกกลัวต่อหน้าชุมชน ก็จะเรียงลำดับอาจใช้ จำนวนคนเป็นตัวตั้งก็ได้ แล้วเริ่มพูดเรื่องที่เรารเตรียมไว้ กับคนจำนวนน้อยๆ ก่อน อาจจะเป็น 1 คน, 5 คน, 20 คน, 30 คน จนเพิ่มจำนวนเท่าที่เรารู้สึกจะพูด ก็จะทำให้เราคลายความรู้สึกกลัวไปเองครับ

#### ◇ สาเหตุที่ทำให้เราเปลี่ยนตัวเองได้

: การเอาชนะความกลัวที่ไม่มีเหตุผลนั้น คือ การ “เผชิญ” กับสิ่งที่ทำกลัวที่น้อยก่อน เพราะความกลัวนั้นเป็นเงื่อนไขที่ติดอยู่ในความรู้สึกนึกคิดของเราเองเมื่อเราค่อยๆ เผชิญกับมัน ความรู้สึกนึกคิดของเรา ก็จะเปลี่ยนไปใหม่ ทำให้เราจินตนาการถึงความกลัวนั้นน้อยลงไปเรื่อยๆ กลายเป็นความจริงมากขึ้น เราก็เปลี่ยนแปลงตัวเองไปได้เอง



## ผู้ที่เหมาะสมกับหลักสูตรนี้

- ✓ ปฏิบัติการ
- ✓ หัวหน้างาน
- ✓ ผู้จัดการ

## 2.หลักสูตร การเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานด้วย 5Q (Effective Working by 5Q) (หลักสูตร 1 วัน)

### หลักการ/แนวความคิด

- การดำเนินชีวิตให้ประสบความสำเร็จนั้น มีองค์ประกอบมากมายที่จะนำมาพิจารณา การทำงานให้บรรลุเป้าหมายก็เช่นเดียวกัน ความรู้ความสามารถเพียงด้านเดียวไม่เพียงพอต่อการพิชิตเป้าหมาย การพัฒนาระดับ (Quotient) ในด้านต่างๆ ของแต่ละบุคคลจึงเป็นประเด็นที่สำคัญที่จะทำให้คนประสบความสำเร็จในการทำงานหรือไม่
- การพัฒนาระดับความสามารถในด้านต่างๆ ที่สำคัญ (5Q) ของแต่ละบุคคลด้วยตัวเอง จึงเป็นแนวทางที่องค์กรส่วนใหญ่อยากให้เกิดขึ้นกับบุคลากรในองค์กรของตัวเอง โดยการทำให้บุคลากรมี 5Q ที่สูงขึ้น เช่น
  - IQ: ทักษะการคิดแก้ปัญหาอย่างฉลาด
  - EQ: การจัดการอารมณ์เชิงลบของตัวเอง
  - AQ: การเปลี่ยนอุปสรรคให้เป็น โอกาสที่ท้าทาย
  - OQ: การแสดงผลงานที่มีคุณค่า
  - SQ: การเป็นบุคคลที่มีจริยธรรมอันดี
- การประยุกต์ใช้แนวทางบริหารจัดการ Q (Quotient) ต่างๆ กับเป้าหมายหรืองานที่ได้รับ รวมถึงสภาพแวดล้อมในการปฏิบัติงาน ข่อมทำให้บุคลากรสามารถพิชิตเป้าหมายของตัวเอง และมีความสัมพันธ์ที่มีต่อบุคคลรอบข้าง รวมถึงการเป็นบุคลากรที่มีจิตใจที่ดีขององค์กร จะทำให้องค์กรประสบความสำเร็จอย่างแน่นอน
- การเรียนรู้และนำแนวทางไปปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตัวเอง จะทำให้บุคลากร ได้ใช้ศักยภาพที่มีอยู่แล้วอย่างเต็มที่ ซึ่งจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงวิปถิบัติงานของแต่ละบุคคลที่ดีขึ้น จึงทำให้เกิดผลงานที่มีประสิทธิผลมากยิ่งขึ้น

## วัตถุประสงค์ของหลักสูตร

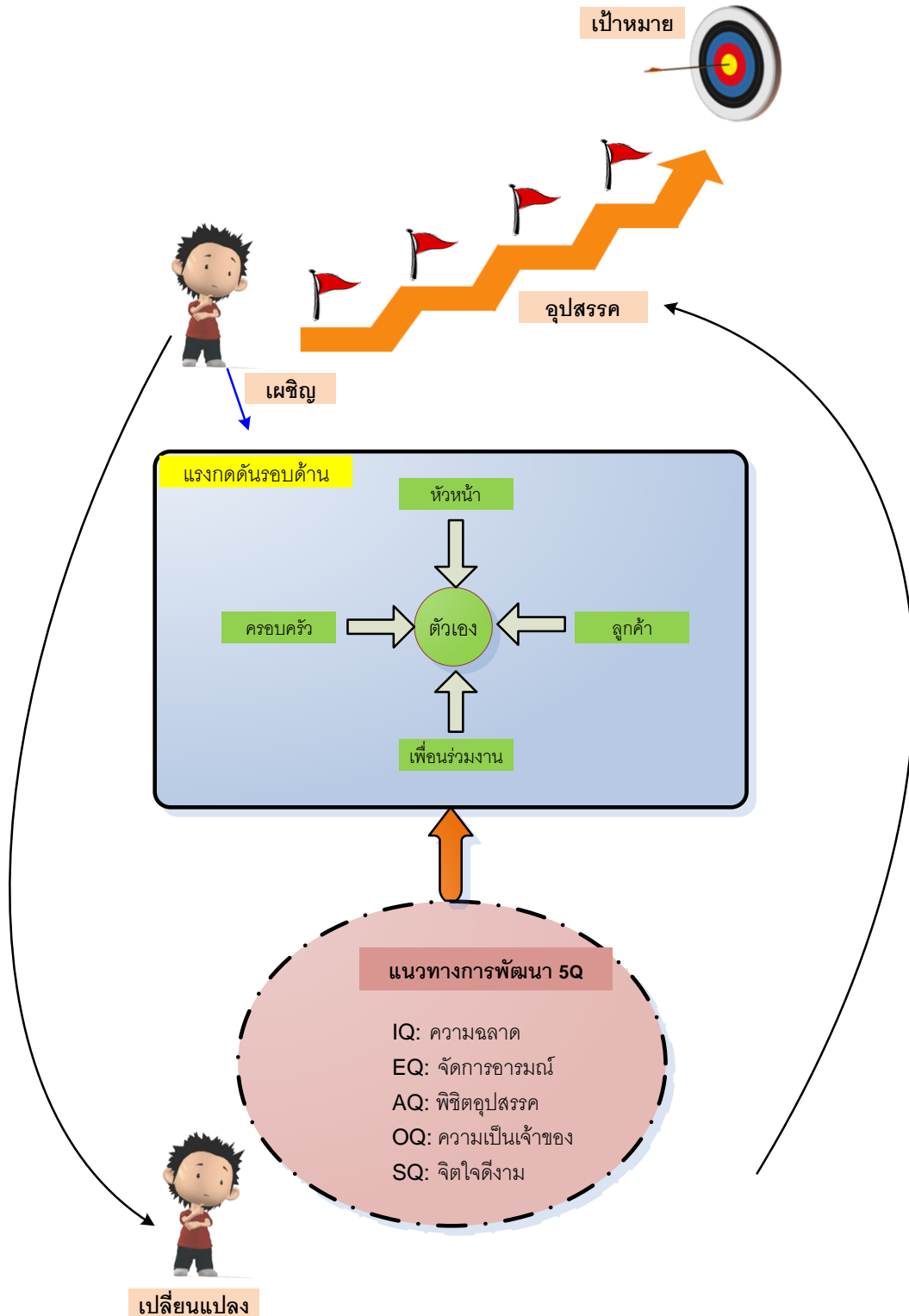
- ★ เพื่อให้ผู้เรียนได้หัวใจแนวทางการพัฒนาตัวเองในด้านต่างๆ เพื่อเอาชนะข้อจำกัดที่เป็นอยู่แล้ว ก้าวข้ามอุปสรรคไปได้ด้วยตัวเอง
- ★ เพื่อให้ผู้เรียนสามารถประยุกต์ใช้ 5Q กับการทำงานและการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น
- ★ เพื่อให้ผู้เรียนมองปัญหาและอุปสรรคของงานที่เจออยู่ด้วยมุมมองใหม่ๆ แล้วสามารถนำวิธีการใหม่ๆ ของตัวเองมาใช้ในการแก้ปัญหาได้อย่างเป็นอัตโนมัติ

## รายละเอียดเนื้อหาตามหลักสูตร

- ◎ สำรวจแนวความคิดเกี่ยวกับ 5Q ของตัวเอง
  - แบบทดสอบความคิดความรู้สึกกับสถานการณ์ต่างๆ
  - แนวทางจัดการปัญหาประเภทต่างๆ
  - ความหมายและแก่นสำคัญของ 5Q
  - Workshop: คุณมี 5Q ระดับไหน?
- ◎ การเรียนรู้และทำความเข้าใจ 5Q ของตัวเอง
  - สนุกกับการใช้ IQ แก้ปัญหาต่างๆ
  - การพัฒนาให้ตัวเองมีความฉลาดทางอารมณ์ (EQ)
  - การกำหนดแนวทางเพื่อก้าวข้ามอุปสรรค (AQ)
  - การแสดงผลงานอย่างมีคุณค่าด้วยความเป็นเจ้าของ (OQ)
  - การพัฒนาตัวเองด้านจิตใจ (SQ)
  - Workshop: กำหนดแนวทางพัฒนา 5Q ของตัวเอง
- ◎ เทคนิคการใช้ 5Q กับสถานการณ์ต่างๆ
  - การเผชิญกับเป้าหมายที่ยากและไม่เคยทำ
  - ความเครียด ความกังวล ความกลัวกับงานที่ได้รับมอบหมาย
  - ความรู้สึกเชิงลบกับสภาพแวดล้อม
  - การเผชิญกับปัญหา/อุปสรรคที่ต้องการของทีมเวิร์ค
  - การเกิดวิกฤตและความผิดพลาดกับความรับผิดชอบ
  - Role Playing: เทคนิคการใช้ 5Q พิชิตเป้าหมาย
- ◎ การประยุกต์ใช้ 5Q กับการดำเนินชีวิต
  - การประยุกต์ใช้กับการทำงาน
  - การประยุกต์ใช้กับทีมงาน
  - การประยุกต์ใช้กับเป้าหมาย
  - การประยุกต์ใช้กับครอบครัว
  - การประยุกต์ใช้กับสังคม

- Workshop: แนวทางการพัฒนา และเปลี่ยนแปลงตัวเอง
- การบ้านเพื่อนำไปฝึกฝนและปฏิบัติจริง

### กรอบแนวคิดของหลักสูตร (Course Framework)



## ตัวอย่าง Work Shop / กรณีศึกษา



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

#### ◇ วิธีปฏิบัติ

▶ ลองนึกถึงใครก็ได้ เช่น หัวหน้า, เพื่อน, ลูกค้า, ลูกน้อง เป็นต้น คิดถึงจุดเด่นของเขาที่เราประทับใจและอยากปฏิบัติตาม เล่าให้เพื่อนๆ ใน Class เช่น - จุดเด่น - ความสามารถพิเศษ - อุปนิสัยที่ดี

#### ◇ ผลที่จะได้รับ

▶ การชื่นชมอย่างจริงใจ จะทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างเรากับผู้นั้นแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น เพราะคนทุกคนชอบคำชม และเมื่อเราชมผู้อื่นมากเท่าไร ผู้นั้นก็จะชมเรามากขึ้นเท่านั้น เท่ากับต่างคนต่างให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ทำให้ทัศนคติของเราเกี่ยวกับคนเป็นในเชิงบวกมากขึ้น (อยากขออ้อว่าเรื่องที่เรานำมาชมนั้นมาจากความรู้สึกที่แท้จริงของเรา ไม่ใช่เสแสร้งนะครับ)

#### ◇ การนำไปฝึกต่อไป

▶ ต่อไปนี้ให้บอกกับตัวเองว่า เราจะเริ่มจากการหาข้อดีของผู้ที่เราเกี่ยวข้องก่อน โดยการจับถูก ถึงแม้คนๆ นั้นเราจะรู้สึกไม่ถูกใจก็ตาม เราก็จะพยายามหาข้อดีของเขาให้เจอ (เชื่อแน่ว่าทุกคนมีข้อดีครับ แต่เราไม่พยายามหาเท่านั้นเอง) ลองฝึกตัวเองในระหว่างการประชุม ให้หาจุดเด่นหรือข้อดีและความสามารถของแต่ละคนที่เราประชุมด้วย จะทำให้เรามีความสุขกับการประชุมมากขึ้นเลยครับ เมื่อเราเห็นข้อดีของใครแล้ว เราก็จะรับฟังมากขึ้นก็จะทำให้เราได้รับความรู้ใหม่ๆ เพิ่มขึ้น เห็นไหมครับมีแต่ข้อดีทั้งนั้น

### ❖ สาเหตุที่ทำให้เราเปลี่ยนแปลงตัวเองได้

➤ การสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นที่ดี คือ การให้ความสำคัญกับเขา ซึ่งก็ควรเริ่มจากการจับคู่กันในตัวเขาก่อน เมื่อฝึกฝนบ่อยๆเราจะมีทัศนคติที่ดีขึ้นเลยครับ

## 3. หลักสูตรการเปลี่ยนแปลงตัวเองด้วยเทคนิค NLP (Change Yourself by NLP)

### ( หลักสูตร 1 วัน )

#### หลักการ/แนวความคิด

- การเรียนรู้และเข้าใจแนวความคิดของ NLP (Neuro-Linguistic Programming) จะทำให้เราสามารถสร้างการเปลี่ยนแปลงด้วยตัวเองได้อย่างง่ายดายสามารถประยุกต์ใช้กับสถานการณ์ต่างๆได้ทันที เพราะเป็นการเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของตัวเราเอง
- การพัฒนาการเปลี่ยนแปลงตัวเองให้เป็นอย่างที่เราต้องการ อย่างมีหลักการจำเป็นต้องมีการฝึกฝนเทคนิคของ NLP ให้เกิดความชำนาญ ซึ่งจะประกอบไปด้วยเทคนิคสำคัญๆดังนี้
  - การใช้คำพูดใหม่ที่ทรงพลัง (มีประโยชน์)
  - การค้นหาสมอเรือแล้วถอนออก (ปลดปล่อยตัวเอง)
  - การเปลี่ยนภาพตัวเองใหม่ด้วยจินตภาพ (สร้างเป้าหมาย)
  - การสร้างพลังให้กับเป้าหมาย (จัดจ่อ) เป็นต้น
- การประยุกต์ใช้ NLP ในการพัฒนาตัวเองนั้นนอกจากสร้างการเปลี่ยนแปลงตัวเองแล้วยังสามารถพัฒนาคุณสมบัติต่างๆได้ด้วยเช่น...
  - สร้างแนวคิดเชิงกลยุทธ์
  - การพัฒนาภาวะผู้นำในตัวเอง
  - การสร้างทัศนคติเชิงบวกในการทำงาน
  - การพัฒนาทีมงานด้วยการ โค้ชชิ่ง

#### วัตถุประสงค์ของหลักสูตร

- & เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจแนวความคิดของ NLP และการประยุกต์ใช้ด้วยตัวเอง
- & เพื่อให้ผู้เรียนสร้างโปรแกรมการพัฒนาตัวเองในด้านต่างๆด้วยเทคนิคของ NLP ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ของตัวเอง
- & เพื่อให้ผู้เรียนสามารถประยุกต์ใช้แนวคิดของ NLP กับการพัฒนาคุณสมบัติต่างๆทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างยั่งยืน

## รายละเอียดเนื้อหาของหลักสูตร

### ๓๑ เรียนรู้และเข้าใจแนวความคิดด้าน NLP

- หลักจิตวิทยาเบื้องต้น
- กิจกรรม : สนุกกับแนวความคิดเรื่อง NLP
- ความหมายของ NLP และหลักการที่เหมาะสม
- การประยุกต์ใช้ NLP กับเหตุการณ์ต่างๆ
- Workshop : การเลือกใช้ NLP กับตัวเอง

### ๓๒ หลักการพื้นฐานทั่วไปกับหลักการ NLP

- ธรรมชาติของมนุษย์
- วงจรพฤติกรรม
- การให้ความสำคัญ ณ ปัจจุบัน
- พลังของการกำหนดเป้าหมาย
- Workshop: หลักการที่คุณจะนำไปพัฒนาตัวเอง
- 

### ๓๓ เทคนิคทรงพลังของการใช้ NLP

- การใช้คำพูดใหม่เพิ่มพลัง
- การค้นหาสมอเรือแล้วถอนออก
- การเปลี่ยนภาพตัวเองด้วยจินตภาพ
- การสร้างพลังให้กับเป้าหมาย

- Workshop: เทคนิคที่คุณเลือกไปประยุกต์
- กิจกรรม : การใช้เทคนิค NLP กับสถานการณ์ต่างๆ

### ๓๔ การประยุกต์ใช้ NLP กับการพัฒนาตัวเอง

- การพัฒนาภาวะผู้นำในตัวเอง (Leadership)
- การสร้างแนวความคิดเชิงบวกกับสถานการณ์ (Attitude)
- การสอนแนวและจูงใจผู้อื่น (Coaching)
- Workshop: สร้างแนวความคิดของตัวเอง

### ๓๕ การบ้านเพื่อนำไปฝึกฝนและพัฒนาตัวเอง

## ตัวอย่าง Work Shop / กรณีศึกษา



### ★ ตัวอย่าง Work Shop หัวข้อ “ การชื่นชมผู้อื่น (จับคู่)”

#### ✧ วิธีปฏิบัติ

➢ ลองนึกถึงใครก็ได้ เช่น หัวหน้า, เพื่อน, ลูกค้า, ลูกน้อง เป็นต้น คิดถึงจุดเด่นของเขาที่เราประทับใจและอยากปฏิบัติตาม เล่าให้เพื่อนๆ ใน Class เช่น - จุดเด่น - ความสามารถพิเศษ - อุปนิสัยที่ดี

#### ✧ ผลที่จะได้รับ

➢ การชื่นชมอย่างจริงใจ จะทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างเรากับผู้อื่นแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น เพราะคนทุกคนชอบคำชม และเมื่อเราชมผู้อื่นมากเท่าไร ผู้อื่นก็จะชมเรามากขึ้นเท่านั้น เท่ากับต่างคนต่างให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ทำให้ทัศนคติของเราเกี่ยวกับคนเป็นในเชิงบวกมากขึ้น (อยากขออย่าว่าเรื่องที่เรารชมนั้นมาจากความรู้สึกที่แท้จริงของเรา ไม่ใช่เสแสร้งนะครับ)

#### ✧ การนำไปฝึกต่อไป

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

## 4.หลักสูตร สื่อสาร...สร้างสัมพันธ์...เพิ่มพลัง...งานสำเร็จ (Effective Communication & Connection) (หลักสูตร 1 วัน)

### หลักการ/แนวความคิด

- การติดต่อสื่อสาร สร้างความสัมพันธ์ในการทำงานร่วมกันภายในองค์กรมีความสำคัญเป็นอย่างมาก เพราะงานจะสำเร็จลุล่วงได้ต้องได้รับความร่วมมือ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และทำงานให้สอดคล้องกัน ดังนั้น การสื่อสารให้เกิดความเข้าใจและสร้างความรู้สึกร่วมกัน จะทำให้งานส่วนรวมบรรลุเป้าหมายได้ โดยที่ทุกฝ่ายต่างพยายามที่จะต่อเชื่อมแนวความคิดให้เข้าใจตรงกัน
- ปัจจุบันปัญหาต่างๆ ในองค์กรที่เกิดขึ้นส่วนมากรวมมาจากความบกพร่องในการติดต่อสื่อสารซึ่งกันและกัน โดยสาเหตุหลักมาจากแนวความคิด ดังนี้
  - ต้องการผลลัพธ์ตามที่ตัวเองต้องการเป็นหลัก
  - คิดว่าผู้อื่นเป็นผู้ดำเนินการผิดพลาด ทำให้มีปัญหา
  - มองว่าผู้อื่นไม่ให้ความร่วมมือ
  - ไม่อยากเสนอความคิดเห็นเพราะกลัวถูกตำหนิ เป็นต้น
- การพัฒนาทักษะการสื่อสารและสร้างความสัมพันธ์ในการทำงานให้สามารถต่อเชื่อม (Connect) กับผู้ติดต่อได้อย่างมีประสิทธิภาพ เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน มองเห็นเป้าหมายเดียวกันและทำงานเป็นทีม จะทำให้ปัญหาที่เกิดขึ้นในองค์กรลดน้อยลงและเพิ่มผลผลิตตามความต้องการได้ สามารถเอาชนะปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

### วัตถุประสงค์ของหลักสูตร

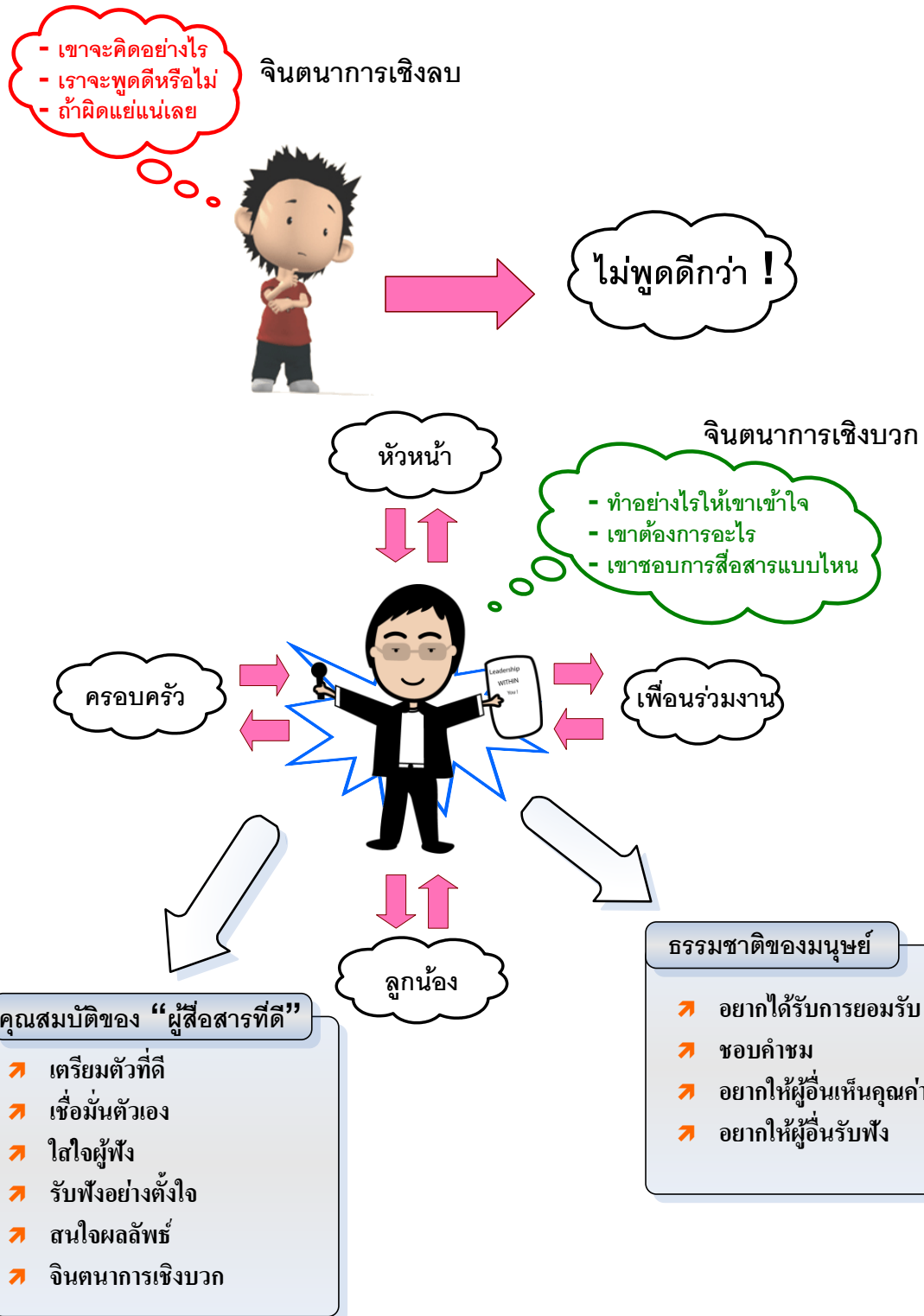
- ๓ เพื่อทำให้ผู้เรียนเข้าใจหลักการสื่อสารที่ดีและสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับการทำงานได้เป็นอย่างดี
- ๓ เพื่อลดปัญหาที่เกิดขึ้นจากการไม่สื่อสาร หรือสื่อสารอย่างไม่ชัดเจนให้สามารถทำงานร่วมกันได้อย่างเป็นทีมเวิร์ค
- ๓ เพื่อกระตุ้นให้ผู้เรียนพัฒนาทักษะการสื่อสารและสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นเพิ่มขึ้น กล้าแสดงความคิดเห็นและสนใจผู้อื่นให้คล้อยตามแนวความคิดได้



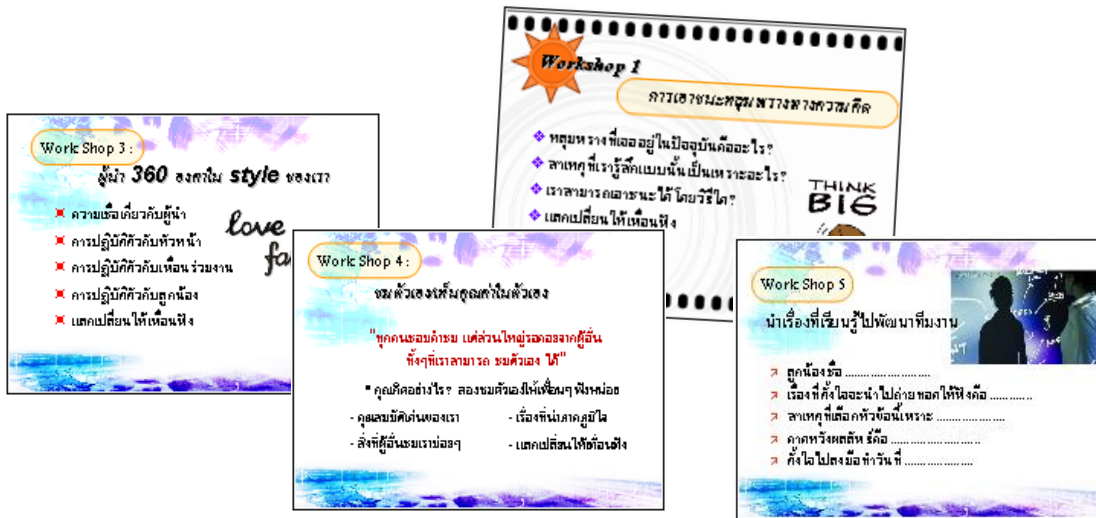
## รายละเอียดเนื้อหาของหลักสูตร

- ★ หลักการสำคัญของการสื่อสารที่ดี
  - การสื่อสารให้ผู้อื่นเข้าใจ
  - การสร้างความสัมพันธ์
  - การประสานการทำงานร่วมกัน
  - การนำเสนอแนวความคิด
  - กิจกรรม: การสื่อสารที่ดีกับเหตุการณ์ต่างๆ
- ★ สื่อสารเป็น เห็นชัยชนะร่วมกัน
  - หลุมพรางทางความคิดของการสื่อสาร สร้างความสัมพันธ์
  - ปัจจัยสำคัญของการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี
  - เทคนิควิธีสื่อสารให้เข้าใจ บรรลุเป้าหมายทุกสถานการณ์
  - สร้างแนวความคิดการสื่อสารในการทำงานเป็นทีม
  - Workshop: เทคนิคการเอาชนะหลุมพรางทางความคิด
  - Role Playing: การสื่อสาร ประสานงานและนำเสนอในการทำงาน
- ★ คุณสมบัติของนักสื่อสาร สร้างความสัมพันธ์
  - ค้นหาความสัมพันธ์ด้วยจุดยืนร่วมกัน
  - ทำเรื่องยากให้เป็นเรื่องง่าย
  - สร้างประสบการณ์ที่ทุกคนชื่นชอบ
  - เป็นแรงบันดาลใจให้แก่ผู้อื่น
  - กรณีศึกษา: การพัฒนาตัวเองให้เป็นนักสื่อสาร สร้างความสัมพันธ์
- ★ การพัฒนาทักษะการสื่อสาร สร้างความสัมพันธ์ในการทำงาน
  - การแสดงความคิดเห็นให้ผู้อื่นเข้าใจ
  - การติดต่อประสานงานระหว่างกัน
  - การยืนยันในแนวความคิดของตัวเอง
  - การจูงใจให้ผู้อื่นคล้อยตามแนวความคิด
  - การนำเสนอรายงานในการประชุม
  - การซักถามและให้ข้อมูลป้อนกลับอย่างสร้างสรรค์
- ★ การบ้านสำหรับการนำไปฝึกฝนและพัฒนาตัวเอง

## กรอบในการดำเนินการฝึกอบรม



## ตัวอย่าง Work Shop / กรณีศึกษา



### ★ ตัวอย่าง Work Shop หัวข้อ “ การชื่นชมตัวเอง ”

#### ◇ วิธีปฏิบัติ

▷ ลองชมตัวเองให้เพื่อนๆ ฟังในด้านต่างๆ เหล่านี้

- จุดเด่น
- ความสามารถพิเศษ
- สิ่งที่มีใจ

#### ◇ ผลที่ได้รับจาก Work Shop หัวข้อ “ การชื่นชมตัวเอง ”

: การชมตัวเองจะทำให้เกิดความมั่นใจในตัวเองเพิ่มขึ้น คนส่วนใหญ่ให้นิยาม การรักตัวเองการชมตัวเองแบบผิดๆ เช่น เดียวจะหลงตัวเอง , ทำให้เห็นแก่ตัว เป็นต้น ซึ่งการชมตัวเองแบบสร้างสรรค์นั้น จะทำให้เรามีเป้าหมายในตัวเองเพิ่มขึ้นเพราะเราเห็นคุณค่าของตัวเองแล้ว

#### ◇ การนำไปฝึกฝนต่อไป

: ลองฝึกชมตัวเองต่อหน้ากระจกบ่อยๆ เพื่อให้กำลังใจตัวเองในการเอาชนะอุปสรรคต่างๆ ที่กำลังเจอ หรือแก้การท้อถอยได้ ยิ่งชมตัวเองมากหรือบ่อยแค่ไหนจะทำให้เรามีพลัง ในการทำงานมากขึ้นเท่านั้น

#### ◇ สาเหตุที่ทำให้เราเปลี่ยนตัวเองได้

: คนทุกคนต้องการ คำชม แต่ส่วนใหญ่จะรอจากผู้อื่น เมื่อ ไม่ค่อยได้ก็จะรู้สึกท้อถอยหรือ หหมดแรงในการทำงาน แต่ถ้าเราชมตัวเองได้ เราจะรู้สึกดี เพราะความรู้สึกของเราไม่รู้ หรือกว่าใครชมขอให้ เป็น คำชม ก็พอ

## 5.หลักสูตร การทำงานเป็นทีมสู่ความสำเร็จ ( Working As A Team) ( หลักสูตร 1 วัน )

### หลักการและ แนวความคิด

- ทีม เป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งที่ช่วยส่งเสริม และผลักดันมนุษย์เราไปสู่เป้าหมาย ฉะนั้นความสำเร็จของบุคคลใดบุคคลหนึ่ง คงจะไม่สัมฤทธิ์ผลได้เต็มร้อย หากขาดการสนับสนุนและแรงผลักดันอันดีเยี่ยมเปี่ยมด้วยประสิทธิภาพของกลุ่มคนที่ เรียกว่า ทีม
- ทุกคนต่างก็รู้ว่า การทำงานร่วมกันเป็นทีมเป็นสิ่งที่ดี ควรทำและควรประพฤติ เพราะเป็นเรื่องสำคัญมาก โดยการให้ความสำคัญกับ เป้าหมายส่วนรวม มากกว่าเป้าหมายส่วนตัว กำหนดสิ่งที่ยึดถือร่วมกัน เช่น วิสัยทัศน์ , ค่านิยม , เป้าหมาย , แผนงาน และผลลัพธ์ เพื่อให้มีทิศทางที่ชัดเจนและแม่นยำ จะทำให้ทีมประสบความสำเร็จได้
- การทำงานในระบบทีมเวิร์คนี้ ผลสำเร็จสูงสุดเกิดจากการทำงานร่วมกันในสองมิติ คือ มิติของงาน และมิติของจิตใจ สำหรับมนุษย์แล้วต้องพิจารณาปัญหาทางด้านจิตวิทยาก่อนเสมอ เพราะเขาจะไม่ต้องการวิชาการใดๆเลย ถ้าหากความรู้สึกลงในการทำงานร่วมกัน ยังไม่ได้รับการพัฒนาให้เหมาะสมเสียได้ การทำให้พนักงานเข้าใจ ปัจจัยที่สำคัญ และองค์ประกอบสำคัญของทีมย่อมทำให้เกิดทีมเวิร์คขึ้นในองค์กร

### จุดประสงค์ของหลักสูตร

- เพื่อสร้างความตระหนักรู้ในความสำเร็จของการทำงานเป็นทีม ให้กับผู้เข้าฝึกอบรมได้ประเมินตัวเอง
- เพื่อชี้ชวนให้ผู้เข้าฝึกอบรมได้เลือกแนวทางในการพัฒนาศักยภาพของตัวเอง ให้สามารถทำงานร่วมกับทีมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ส่งผลให้ทีมบรรลุเป้าหมาย
- เพื่อกำหนดปัจจัยสำคัญร่วมกันภายในทีม ที่เหมาะสมกับแต่ละองค์กร โดยนำมาจากแนวความคิดของบุคลากรภายในทีมเดียวกัน
- เพื่อพัฒนาศักยภาพภาวะผู้นำของแต่ละคนด้วยตัวเอง เพื่อนำมาใช้ในการทำงานเป็นทีมที่ดีเลิศ (Team Spirit)

## เนื้อหาของหลักสูตร (Course Outline)

- ◆ ทีมเวิร์ค ... ทีมในฝัน
  - สสำรวจสถานะของทีมงาน
  - ภาพลักษณ์ทีมในฝันที่ต้องการ
  - ปัจจัยสำคัญที่ทีมงานมีส่วนร่วม
- ◆ ปรับเปลี่ยนความคิด การทำงานร่วมกันในทีม
  - ทัศนคติเชิงบวกเกี่ยวกับทีม
  - การเป็นผู้นำ 360 องศา
  - คุณสมบัติของทีมเวิร์ค
- ◆ องค์ประกอบสำคัญของทีมเวิร์ค (Team Work)
  - การให้ความสำคัญกับทีม
  - การสื่อสารและปฏิสัมพันธ์
  - การใส่ใจซึ่งกันและกัน
  - การสร้างกำลังใจให้กับทีม
  - การบรรลุเป้าหมายร่วมกัน
- ◆ ภารกิจสำคัญของบุคลากรภายในทีม
  - วิสัยทัศน์
  - เป้าหมาย
  - แนวทางปฏิบัติงาน
  - คุณค่าของทีม
  - ประโยชน์ที่จะได้รับ

## ตัวอย่าง Work Shop / กรณีศึกษา



★ ตัวอย่างWork Shop หัวข้อ “ การชื่นชมผู้อื่น (จับคู่)”

### ❖ วิธีปฏิบัติ

➢ ลองนึกถึงใครก็ได้ เช่น หัวหน้า, เพื่อน, ลูกค้า, ลูกน้อง เป็นต้น คิดถึงจุดเด่นของเขาที่เราประทับใจและอยากปฏิบัติตาม เล่าให้เพื่อนๆ ใน Class เช่น - จุดเด่น - ความสามารถพิเศษ - อุปนิสัยที่ดี

### ❖ ผลที่จะได้รับ

➢ การชื่นชมอย่างจริงใจ จะทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างเรากับผู้นั้นแน่นแฟ้นยิ่งขึ้น เพราะคนทุกคนชอบคำชม และเมื่อเราชมผู้อื่นมากเท่าไร ผู้อื่นก็จะชมเรามากขึ้นเท่านั้น เท่ากับต่างคนต่างให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ทำให้ทัศนคติของเราเกี่ยวกับคนเป็นในเชิงบวกมากขึ้น (อยากขออ้อว่าเรื่องที่เรานำมาจากการรู้สึกที่แท้จริงของเรา ไม่ใช่เสแสร้งนะครับ)

### ❖ การนำไปฝึกต่อไป

➢ ต่อไปนี้ให้บอกกับตัวเองว่า เราจะเริ่มจากการหาข้อดีของผู้ที่เราเกี่ยวข้องก่อน โดยการจับถูก ถึงแม้คนๆ นั้นเราจะรู้สึกไม่ถูกใจก็ตาม เราก็จะพยายามหาข้อดีของเขาให้เจอ (เชื่อแน่ว่าทุกคนมีข้อดีครับ แต่เราไม่พยายามหาเท่านั้นเอง) ลองฝึกตัวเองในระหว่างการประชุม ให้หาจุดเด่นหรือข้อดีและความสามารถของแต่ละคนที่เราประชุมด้วย จะทำให้เรามีความสุขกับการประชุมมากขึ้นเลยครับ เมื่อเราเห็นข้อดีของใครแล้ว เราก็จะรับฟังมากขึ้นก็จะทำให้เราได้รับความรู้ใหม่ๆ เพิ่มขึ้น เห็นไหมครับมีแต่ข้อดีๆ ทั้งนั้น

### ❖ สาเหตุที่ทำให้เราเปลี่ยนแปลงตัวเองได้

➢ การสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นที่ดี คือ การให้ความสำคัญกับเขา ซึ่งก็ควรเริ่มจากการจับถูกในตัวเขาก่อน เมื่อฝึกฝนบ่อยๆ เราจะมีทัศนคติที่ดีขึ้นเลยครับ

## ผู้ที่เหมาะสมกับหลักสูตรนี้

- ✓ พนักงานทุกระดับขององค์กร
- ✓ หัวหน้างาน / ผู้จัดการ

## 6. หลักสูตร สร้างเสริมทักษะการเจรจาต่อรองอย่างสร้างสรรค์ (Win : Win Negotiation) (หลักสูตร 1 วัน)

### หลักการ/แนวความคิด

➤ การเจรจาต่อรองอย่างสร้างสรรค์มีส่วนสำคัญต่อการขายอย่างมาก เพราะการขายได้โดยที่ลูกค้ารู้สึกว่าคุณเอาเปรียบ เราก็จะสามารถขายได้เพียงครั้งเดียว แต่ถ้าลูกค้ารู้สึกว่าคุ้มค่าในการซื้อขาย ก็จะเกิดการซื้อซ้ำต่อไปอีกในอนาคต

- พนักงานขายที่ดีควรมี “ ทักษะการเจรจาต่อรองที่ดี (Negotiation skill ) ” เพื่อให้กระบวนการขายดำเนินต่อไปจนถึงการปิดการขาย ดังนั้น พนักงานขายควรให้ความสำคัญกับการเจรจาต่อรอง มองว่าเป็นเรื่องที่ทำขายไม่ใช่คิดว่าเป็นความเครียด
- การพัฒนาทักษะการเจรจาต่อรองนั้น ต้องพัฒนาทั้ง 2 ด้าน คือ
  - ✦ รู้เขา : รู้ความต้องการที่แท้จริงของลูกค้า ( จับถูก )
  - ✦ รู้เรา : รู้จุดเด่นและคุณค่าของตัวเอง ( เชื้อมั่น )

แล้วจึงนำข้อมูลทั้งหมดมาเจรจาต่อรอง เพื่อให้ทั้งสองฝ่าย ได้รับตามเป้าหมายของตัวเอง เกิดความรู้สึกว่า **ชนะทั้งคู่ (Win : Win)**

### วัตถุประสงค์ของหลักสูตร

- ◆ เพื่อสร้างเสริมแนวความคิดในเรื่องการเจรจาต่อรองที่สร้างสรรค์ไม่ใช่มุ่งแต่เอาชนะลูกค้า
- ◆ เพื่อพัฒนาทักษะการเจรจาต่อรองให้พนักงานขายสามารถนำไปปรับใช้ ตามสถานการณ์ของตัวเองได้อย่างเหมาะสม
- ◆ เพื่อทำให้เกิดการฝึกฝนคุณสมบัติที่ดีในการเป็นนักเจรจาต่อรองที่มีคุณภาพและประสบความสำเร็จในงานขายมากยิ่งขึ้น

### รายละเอียดของหลักสูตร

- |  |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ <b>สำรวจแนวความคิดเรื่องการเจรจาต่อรอง</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✦ การเจรจาต่อรอง (Negotiation ) คืออะไร ?</li> <li>✦ คุณเป็นนักเจรจาต่อรองหรือไม่ ?</li> <li>✦ หลุมพรางทางความคิดเรื่องการเจรจาต่อรอง</li> <li>✦ เทคนิคการเอาชนะหลุมพราง</li> <li>✦ Work shop : สร้างเทคนิคการเอาชนะหลุมพรางด้วยตัวเอง</li> </ul> </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ <b>สร้างเสริมทักษะการเจรจาต่อรอง ( Negotiation skill )</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✦ กำหนดจุดประสงค์</li> <li>✦ การเตรียมตัวก่อนเริ่มเจรจา</li> <li>✦ ขั้นตอนการเจรจาอย่างสร้างสรรค์</li> <li>✦ สรุปผลลัพธ์การเจรจาแบบ Win : Win</li> <li>✦ Workshop : : ออกแบบโปรแกรมการเจรจาต่อรอง</li> </ul> </li> </ul> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ <b>การพัฒนาตัวเองให้เป็นนักเจรจาที่ดี</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✦ สร้างความเชื่อมั่นในตัวเอง</li> <li>✦ เข้าใจธรรมชาติของมนุษย์</li> <li>✦ วิถีชนะมิตรและการจูงใจ</li> </ul> </li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>☐ <b>คุณสมบัติของการเป็นนักเจรจาต่อรองที่มีคุณภาพ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>✦ การคิดเชิงกลยุทธ์</li> <li>✦ ความคิดเชิงสร้างสรรค์</li> </ul> </li> </ul>   |

- ✦ การหลีกเลี่ยงข้อโต้แย้ง
  - ✦ ทัศนคติศึกษา : พัฒนาแนวความคิดของตัวเอง
  - ✦ มนุษย์สัมพันธ์
  - ✦ มุ่งมั่นต่อเป้าหมาย
  - ✦ ทัศนคติเชิงบวก
  - ✦ Workshop : เลือกคุณสมบัติเพื่อการพัฒนา
- ☐ การบ้านเพื่อนำไปฝึกฝนเพิ่มเติม ( คัมภีร์การเจรจา)

### ผู้ที่เหมาะสมกับหลักสูตรนี้

- ✓ พนักงานขาย
- ✓ เจ้าหน้าที่ธุรการฝ่ายขาย
- ✓ ผู้จัดการทีมงานขาย
- ✓ ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับงานขายและการตลาด

### ตัวอย่าง Work Shop / ทัศนคติศึกษา



**Work Shop I : นักขายเชิงกลยุทธ์**

- กำหนดเป้าหมายยอดขาย
- แบ่งเป็นเป้าหมายย่อย
- วางแผนการทำงาน
- กำหนดลูกค้าเป้าหมายหลัก
- แลกเปลี่ยนให้เพื่อนฟัง

**นักขายต้องกล้าตัดสินใจ**

- ✦ มุ่งมั่นเป้าหมายเป็นเรื่องที่ขายอะไรก็ตามทำได้
- ✦ รักในงานขายเป็นชีวิตจิตใจ
- ✦ ค้นหาความต้องการของลูกค้าเป็นหลัก
- ✦ มีทัศนคติเชิงบวกกับงานขาย เพื่อก้าวข้ามอุปสรรค
- ✦ วางแผนการทำงานอย่างเป็นระบบ สามารถวัดผลได้
- ✦ เชื้อมั่นในตัวเอง มุ่งมั่นในเป้าหมายจนบรรลุผลสำเร็จ

**การบ้านเพื่อนำไปฝึกฝนเพิ่มเติม “คัมภีร์” การขายของตัวเอง**

- การวิเคราะห์ขนาดของตลาด
- บทพูดสำหรับนักขาย
- การจัดทำข้อมูลบริหารงานขาย
- คุณสมบัติที่เด่นของตัวเอง

**Workshop III : นักขายยอดเยี่ยมกับการพูด**

- ★ ป้ายโฆษณาหลาย.....บาท
- ★ รายได้ลูกค้าหลัก 1-5 ราย
- ★ บุคคลอาสาสมัครอาสาสมัคร หนึ่งคน
- ★ กลยุทธ์ที่จะนำมาใช้
- ★ เทรนด์สินค้าของท้องถิ่น

**นักขายยอดเยี่ยม กล้าพูด หรือ ฟินสาวแก้ว**

- สัตว์เลี้ยงน่ารัก
- นวัตกรรมทางเทคโนโลยี
- นวัตกรรมใหม่
- นวัตกรรมที่สร้างสรรค์
- นวัตกรรมที่ทันสมัย
- นวัตกรรมที่สร้างสรรค์
- นวัตกรรมที่สร้างสรรค์
- นวัตกรรมที่สร้างสรรค์

### ★ ตัวอย่างWork Shop หัวข้อ “การทำพิมพ์เขียวงานขายของตัวเอง”

#### ❖ วัตถุประสงค์

- เพื่อให้พนักงานขายสามารถวางแผนลูกค้าเป้าหมายที่คาดหวังจะดำเนินการปิดการขายได้มีมากขึ้น
- เพื่อให้พนักงานมองเห็นภาพงานขายของตัวเองกับลูกค้าเป้าหมายหลัก ว่าเราต้องดำเนินการอย่างไรกับเขาบ้าง



✦ **แนวทางในการดำเนินการ**

- คัดเลือกลูกค้าเป้าหมายหลัก โดยใช้ทฤษฎี 80 : 20 หมายถึงลูกค้าที่ให้ผลตอบแทนที่บริษัทค่อนข้างสูงมาทำ Blue Print
- กำหนดรายชื่อลูกค้าหลังลงในตารางเพื่อการวิเคราะห์ โดยในตารางมีหัวข้อหลัก ดังนี้
- ตาราง Blue Print อาจทำเป็นประจำปี หรือ ประจำเดือน และคอย Update อยู่เรื่อยๆ อาจเริ่มต้นที่ Excel File แล้วขยายไปเรื่อยๆ ก็ได้

✦ **ผลลัพธ์ที่คาดหวัง**

- สามารถประมาณการรายได้ทั้งปี ในเบื้องต้นได้ว่า มีลูกค้าเท่าไร
- ผู้บริหาร สามารถใช้ในการติดตาม และช่วยเหลือพนักงานขาย สำหรับลูกค้ารายใหญ่
- พนักงานขายมีแผนในการทำงานที่ชัดเจน แม่นยำ
- การติดตามผลใช้เวลาน้อย ไม่เสียเวลากับลูกค้าทั่วไป เน้นที่รายสำคัญ
- พยากรณ์ยอดขายได้แม่นยำขึ้น

## 7. หลักสูตร สร้างจิตสำนึกรักองค์กรกันเถอะ (หลักสูตร 1 วัน)

### หลักการ และ แนวความคิด

- ปัจจุบันผู้บริหารส่วนใหญ่ ต้องการที่จะให้พนักงาน มีความผูกพันกับองค์กรมากขึ้น เนื่องจากการปฏิบัติตัวของพนักงานไม่ค่อยมีความรักต่อองค์กร ไม่มองว่าองค์กรเป็นเสมือนบ้านของตัวเอง เหมือนในอดีต ซึ่งอาจเกิดจากปัจจัยหลายๆอย่าง เช่น การมีทัศนคติเชิงลบต่อองค์กร , การมองเห็นแต่ข้อเสียขององค์กรเพียงด้านเดียว เป็นต้น
- การสร้างจิตสำนึกในองค์กร จึงเป็น โงทย์ที่ผู้บริหารต้องการแก้ไขเป็นที่สุด เพราะหากสามารถทำให้พนักงานมีความผูกพันกับองค์กรและทีมงานที่แน่นแฟ้นเท่าไร การทำงานก็จะมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากยิ่งขึ้นเท่านั้น
- บุคลากรซึ่งเป็นส่วนหนึ่งขององค์กรคงต้องเป็นผู้สร้างจิตสำนึกรักองค์กรขึ้นด้วยตัวเอง โดยการสร้างภาพลักษณ์องค์กรในฝันให้มีความสอดคล้องกับคุณค่าและวัฒนธรรมที่องค์กรเป็นอยู่ รวมทั้งการปฏิบัติตัวในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อบุคคลรอบข้างในองค์กร เพื่อทำให้เกิดความสุขและความภาคภูมิใจที่เป็นส่วนหนึ่งขององค์กร
- วิธีง่ายๆที่สามารถสร้างความรักในองค์กร ก็คือ การมององค์กรในแง่ดีและการปฏิบัติตัวให้รักในงานที่รับผิดชอบ พร้อมกับจับถูกบุคคลรอบทิศทาง ก็จะสามารถเกิดความสุขในการอยู่ร่วมกันในองค์กรได้แล้ว

## วัตถุประสงค์

- เพื่อให้บุคลากรมีความเข้าใจในการสร้างจิตสำนึกรักองค์กรได้ด้วยตัวเองอย่างง่ายๆ
- เพื่อสะท้อนให้เห็นหลุมพรางที่เกิดความรู้สึกในด้านลบกับองค์กร เพื่อให้สามารถปรับเปลี่ยนแนวความคิดของตัวเองเสียใหม่
- เพื่อเสนอแนะแนวทางในการปฏิบัติตัวให้สอดคล้องกับภาพลักษณ์องค์กรในฝันของตัวเอง และเป็นองค์กรปัจจุบันที่เป็นอยู่

## ขอบเขตของเนื้อหาการฝึกอบรม

- \* สํารวจข้อความสำคัญขององค์กร
    - วิสัยทัศน์ (Vision)
    - ภารกิจ (Mission)
    - คุณค่า (Value)
    - วัตถุประสงค์ (Objective)
    - เป้าหมาย (Goal)
  - \* ภาพลักษณ์ขององค์กรในฝัน
    - วิสัยทัศน์ของคุณ
    - คุณค่าที่คุณอยากให้องค์กรมี
    - เป้าหมายที่คุณอยากมีส่วนร่วมกับองค์กร
      - คุณลักษณะเด่นที่พนักงานควรมี
      - หัวหน้าในอุดมคติของคุณ
      - เพื่อนร่วมงานในอุดมคติของคุณ
      - ลูกน้องในอุดมคติของคุณ
  - \* หลุมพรางทางความคิดสกัดกั้นความรักในองค์กร
    - ความเป็นจริงขององค์กรไม่ตรงกับภาพลักษณ์ในฝัน
    - การทำงานไม่ตรงกับที่คาดหวังไว้
  - มองเห็นข้อเสียด้านต่างๆขององค์กรมากเกินไป
  - ความสัมพันธ์กับบุคลากรรอบทิศไม่ค่อยดีเท่าไร
  - ขาดความรักในงานที่ทำอยู่ปัจจุบัน
  - มองไม่เห็นข้อดีของตัวเอง
  - มองไม่เห็นข้อดีของผู้อื่น
  - มองไม่เห็นอนาคตของตัวเองในองค์กรนี้
- \* เปลี่ยนความคิด...พลิกชีวิตคุณ
    - ทัศนคติเชิงบวกในเรื่องต่างๆ
    - จับถูกบุคคลรอบทิศทาง
    - สร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น
    - อดีต ปัจจุบัน อนาคต
    - พัฒนาองค์กรจากการกระทำ
  - \* สร้างจิตสำนึกรักองค์กร
    - องค์กรให้ประโยชน์อะไรกับเรา ?
    - เราอยากเป็นส่วนหนึ่งขององค์กรเพราะเหตุใด ?

- เราจะปฏิบัติตัวอย่างไร เพื่อเป็นบุคลากรที่ดี ?
  - องค์กรในฝัน เหมือนองค์กรปัจจุบันในเรื่องใด ?
  - เราอยากพัฒนาองค์กรให้ดีขึ้นอย่างไร ?
  - เราภูมิใจในองค์กรเรื่องอะไร ?
- \* สร้างทัศนคติเชิงบวกต่อองค์กร
- ทัศนคติเชิงบวกเป็นทางเลือก
- ทัศนคติของคุณบอกระกระทำของคุณ
  - องค์กรเป็นอย่างไรขึ้นอยู่กับทัศนคติของคุณ
  - ความสุขที่เกิดขึ้นสืบเนื่องจากทัศนคติของคุณ
  - คุณรักองค์กรหรือไม่ อยู่ที่ทัศนคติของคุณเอง

ตัวอย่าง Work Shop / กรณีศึกษา

<p><b>Workshop II : สร้างทัศนคติการเอาชนะหลุมพรางด้วยตัวเอง</b></p> <p>▶ หลุมพรางทางความคิดเป็นแค่ความรู้สึกเชิงลบที่เรามีต่อเหตุการณ์ต่างๆรอบๆตัวเท่านั้น คุณสามารถเอาชนะได้ด้วยวิธีของตัวเอง</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> เตือนหลุมพรางของตัวเอง 1 เรื่อง</li> <li><input type="checkbox"/> สาเหตุที่รู้สึกแบบนี้เป็นเพราะเหตุใด?</li> <li><input type="checkbox"/> สามารถเอาชนะได้โดยวิธีใด?</li> <li><input type="checkbox"/> แสดงเปลี่ยนให้เพื่อนฟัง</li> </ul> 	<p><b>มองด้านดี(จับจุด)ของบุคคลรอบทิศทาง</b></p> 
<p><b>สร้างทัศนคติเชิงบวกต่อองค์กร</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ ทัศนคติเชิงบวกเป็นทางเลือก</li> <li>❖ ทัศนคติของคุณบอกระกระทำของคุณ</li> <li>❖ องค์กรเป็นอย่างไรขึ้นอยู่กับทัศนคติของคุณ</li> <li>❖ ความสุขที่เกิดขึ้นสืบเนื่องจากทัศนคติของคุณ</li> <li>❖ คุณรักองค์กรหรือไม่ อยู่ที่ทัศนคติของคุณ</li> </ul> <p><b>“คิดบวก หรือ คิดลบ ใครเป็นคนคิดครับ”</b></p> 	<p><b>การพัฒนาตนเองให้เวิร์ค</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ คำว่า ที่จะไม่สื่อสารกับผู้อื่น</li> <li>❖ คำว่า ที่จะไม่แสดงออกและเล่นอวดความคิดเห็น</li> <li>❖ คำว่า ที่จะไม่คิดลน ใจ ในงานของเรา</li> <li>❖ คำว่า ที่จะไม่รับผิดชอบ ในศตวรรษ</li> <li>❖ คำว่า ที่จะไม่ยอมรับการเปลี่ยนแปลง</li> </ul> 

★ ตัวอย่างWork Shop หัวข้อ “ การชื่นชมตัวเอง ”

◇ วิธีปฏิบัติ

- ▶ ลองชมตัวเองให้เพื่อนๆฟังในด้านต่างๆเหล่านี้
  - จุดเด่น
  - ความสามารถพิเศษ
  - สิ่งที่น่าสนใจ

## ✧ ผลที่ได้รับจาก Work Shop หัวข้อ “ การชื่นชมตัวเอง ”

: การชมตัวเองจะทำให้เกิดความมั่นใจในตัวเองเพิ่มขึ้น คนส่วนใหญ่ให้นิยาม การรักตัวเองการชมตัวเองแบบผิดๆ เช่น เดียวจะหลงตัวเอง , ทำให้เห็นแก่ตัว เป็นต้น ซึ่งการชมตัวเองแบบสร้างสรรค์นั้น จะทำให้เรามีเป้าหมายในตัวเองเพิ่มขึ้นเพราะเราเห็นคุณค่าของตัวเองแล้ว

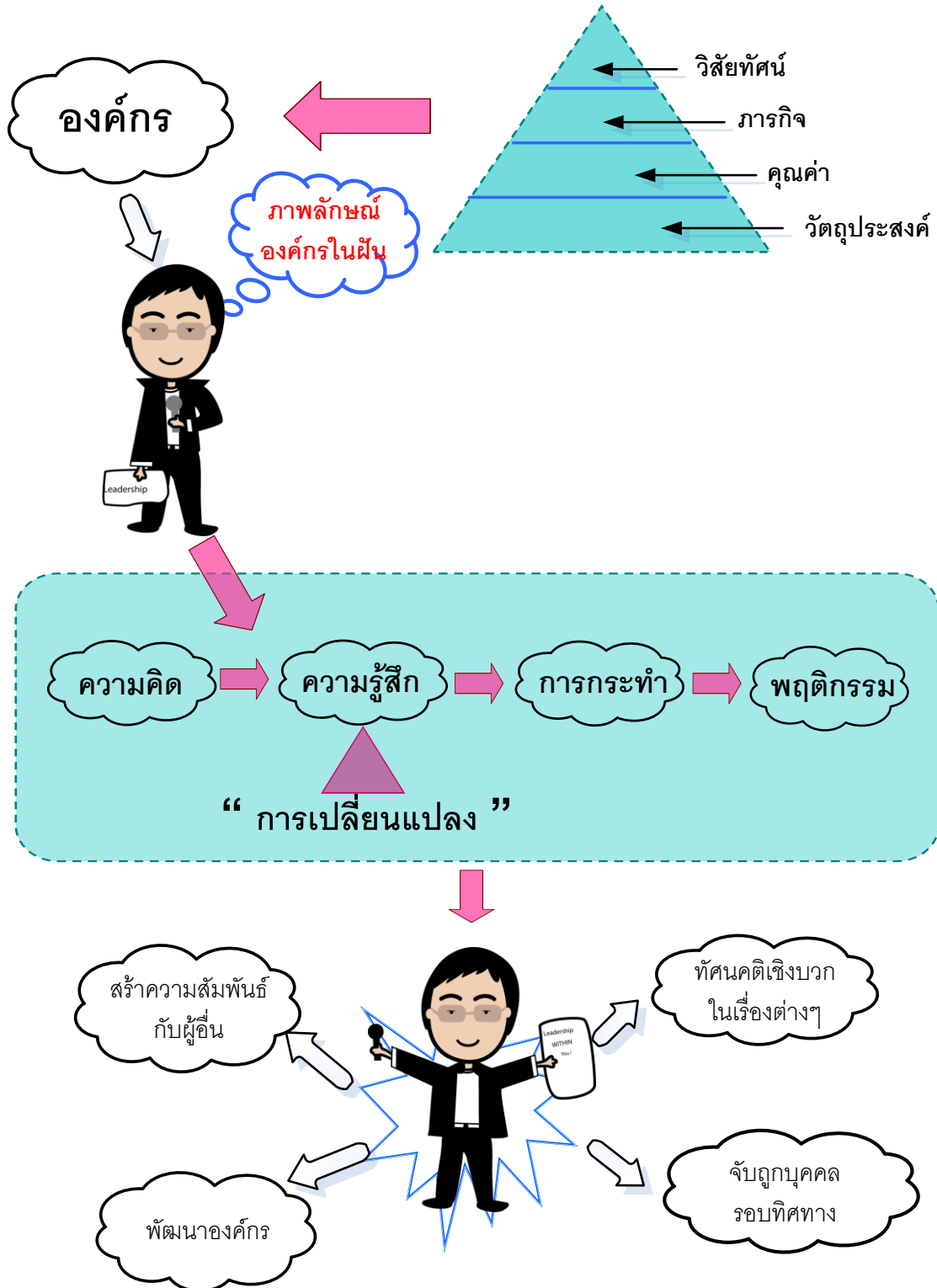
## ✧ การนำไปฝึกฝนต่อไป

: ลองฝึกชมตัวเองต่อหน้ากระจกบ่อยๆ เพื่อให้กำลังใจตัวเองในการเอาชนะอุปสรรคต่างๆ ที่กำลังเจอหรือแก้แอกการท้อถอยได้ ยิ่งชมตัวเองมากหรือบ่อยแค่ไหนจะทำให้เรามีพลัง ในการทำงานมากขึ้นเท่านั้น

## ✧ สาเหตุที่ทำให้เราเปลี่ยนตัวเองได้

: คนทุกคนต้องการ คำชม แต่ส่วนใหญ่จะรอจากผู้อื่น เมื่อไม่ค่อยได้ก็จะรู้สึกท้อถอยหรือหมดแรงในการทำงาน แต่ถ้าเราชมตัวเองได้ เราก็จะรู้สึกดี เพราะความรู้สึกของเราไม่รู้ หรือกว่าใครชมขอให้ เป็น คำชม ก็พอ

กรอบการฝึกอบรมตามหลักสูตร (Frame Work)



ผู้ที่เหมาะสมกับหลักสูตรนี้

✓ พนักงานระดับปฏิบัติการ

✓ หัวหน้างาน

✓ ผู้จัดการ

## 8. หลักสูตร ผู้นำแห่งการเปลี่ยนแปลงอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective Leadership for Change) (หลักสูตร 1 วัน)

### หลักการ/แนวความคิด

- การเปลี่ยนแปลงมักจะทำให้เกิดความสับสน และทำให้ได้รับความรู้สึกที่ขัดแย้งและเป็นทุกข์ ดังนั้นคนส่วนใหญ่จึงพยายามหลีกเลี่ยงการเปลี่ยนแปลงให้มากที่สุด แต่การเปลี่ยนแปลงก็เป็นส่วนหนึ่งในชีวิตองค์กร ที่ต้องการอยู่รอดและมีความก้าวหน้าในการแข่งขันในปัจจุบัน
- การบริหารจัดการกับการเปลี่ยนแปลงที่มีประสิทธิภาพต้องเริ่มที่ผู้นำที่พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น และทำให้ผู้ใต้บังคับบัญชาหรือผู้อื่นยอมรับความเป็นจริงที่เกิดขึ้น พร้อมปรับเปลี่ยนตัวเองเสียใหม่ให้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นใหม่ ผู้นำยังต้องช่วยเหลือให้ผู้อื่นสามารถจัดการกับการเปลี่ยนแปลงได้ด้วยตัวของเขาเอง
- ผู้นำเชิงกลยุทธ์จะกล้าเผชิญกับการเปลี่ยนแปลง กำหนดเป้าหมายและแนวทางที่จะดำเนินการเปลี่ยนแปลง นำทีมงานให้ยอมรับและเอาชนะต่อความรู้สึกเชิงลบต่อการเปลี่ยนแปลง พร้อมทั้งก้าวข้ามการเปลี่ยนแปลงได้อย่างมีประสิทธิภาพ

### วัตถุประสงค์ของหลักสูตร

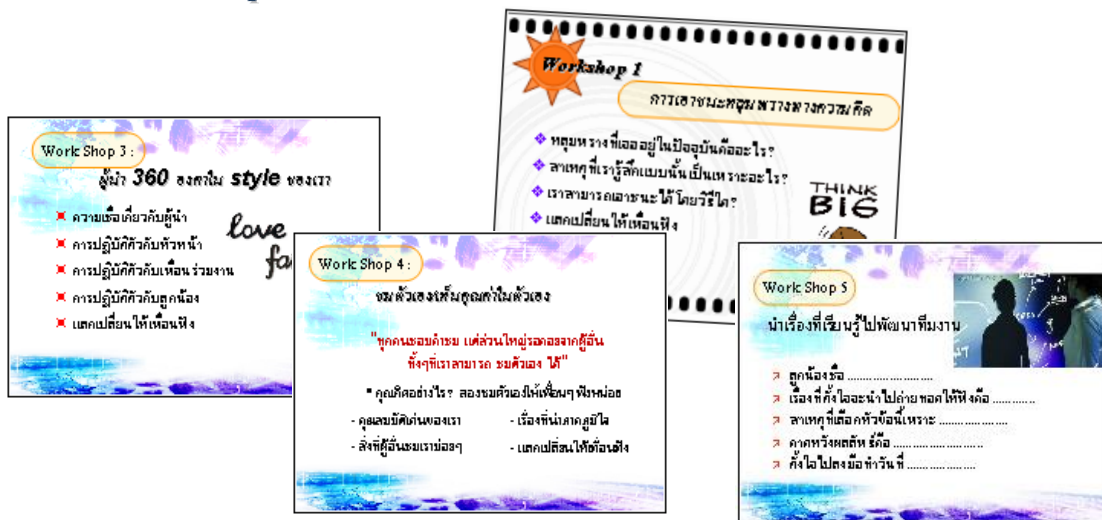
- ✦ เพื่อสร้างการเรียนรู้ในเรื่องของผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงภายในองค์กร
- ✦ เพื่อให้ผู้นำสามารถบริหารจัดการกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- ✦ เพื่อให้ผู้นำสร้างแนวคิดในการบริหารจัดการกับการเปลี่ยนแปลงด้วย Style ที่เหมาะสมกับตัวเอง

### รายละเอียดเนื้อหาของหลักสูตร (Course Outline)

- ☆ สสำรวจแนวความคิดเรื่อง “การเปลี่ยนแปลง”
  - ความท้าทายของการเปลี่ยนแปลงในองค์กร
  - สัญญาณการเปลี่ยนแปลงขององค์กร
  - คุณพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงหรือไม่?
- ผู้นำบริหารจัดการการเปลี่ยนแปลงอย่างไร?
- ☆ ทักษะในการจัดการกับการเปลี่ยนแปลงอย่างสร้างสรรค์
  - กำหนดประเภทของการเปลี่ยนแปลง
  - สร้างแรงจูงใจในการเปลี่ยนแปลง

- การสอนให้พนักงานจัดการกับการเปลี่ยนแปลง
- การทำให้องค์กรมีความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลง
- ★ **กรณีศึกษา: เรียนรู้แนวความคิดเรื่องการบริหารการเปลี่ยนแปลง**
  - การโอนย้ายและปรับเปลี่ยนงานใหม่
  - แก้ไขไปที่จะเรียนรู้หรือไม่?
  - การยุบรวมหน่วยงานให้ราบรื่น
  - การขยายงานที่เกินความคาดหมาย
- ★ **การเป็นผู้นำในการเปลี่ยนแปลงด้านกลยุทธ์**
  - การทำให้ทีมงานมองเห็นปัญหา/อุปสรรค
  - การกระตุ้นให้ทีมงานลงมือทำ
  - การช่วยเหลือในการปฏิบัติงานสำเร็จ
  - การสร้างแนวคิดด้านการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง
- ★ **การบ้านเพื่อนำไปฝึกฝน: คัมภีร์การบริหารการเปลี่ยนแปลงของตัวเอง**

### ตัวอย่าง Work Shop / กรณีศึกษา



### ★ ตัวอย่าง Work Shop หัวข้อ “ การชื่นชมตัวเอง ”

#### ☆ วิธีปฏิบัติ

▶ ลองชมตัวเองให้เพื่อนๆ ฟังในด้านต่างๆ เหล่านี้

- จุดเด่น
- ความสามารถพิเศษ
- สิ่งที่ถูกใจ

✧ ผลที่ได้รับจาก Work Shop หัวข้อ “ การชื่นชมตัวเอง ”

: การชมตัวเองจะทำให้เกิดความมั่นใจในตัวเองเพิ่มขึ้น คนส่วนใหญ่ให้นิยาม การรักตัวเองการชมตัวเองแบบผิดๆ เช่น เดียวจะหลงตัวเอง , ทำให้เห็นแก่ตัว เป็นต้น ซึ่งการชมตัวเองแบบสร้างสรรค์นั้น จะทำให้เรามีเป้าหมายในตัวเองเพิ่มขึ้นเพราะเราเห็นคุณค่าของตัวเองแล้ว

✧ การนำไปฝึกฝนต่อไป

: ลองฝึกชมตัวเองต่อหน้ากระจกบ่อยๆ เพื่อให้กำลังใจตัวเองในการเอาชนะอุปสรรคต่างๆ ที่กำลังเจอหรือแก้แอกการที่ถอดใจได้ ยิ่งชมตัวเองมากหรือบ่อยแค่ไหนจะทำให้เรามีพลัง ในการทำงานมากขึ้นเท่านั้น

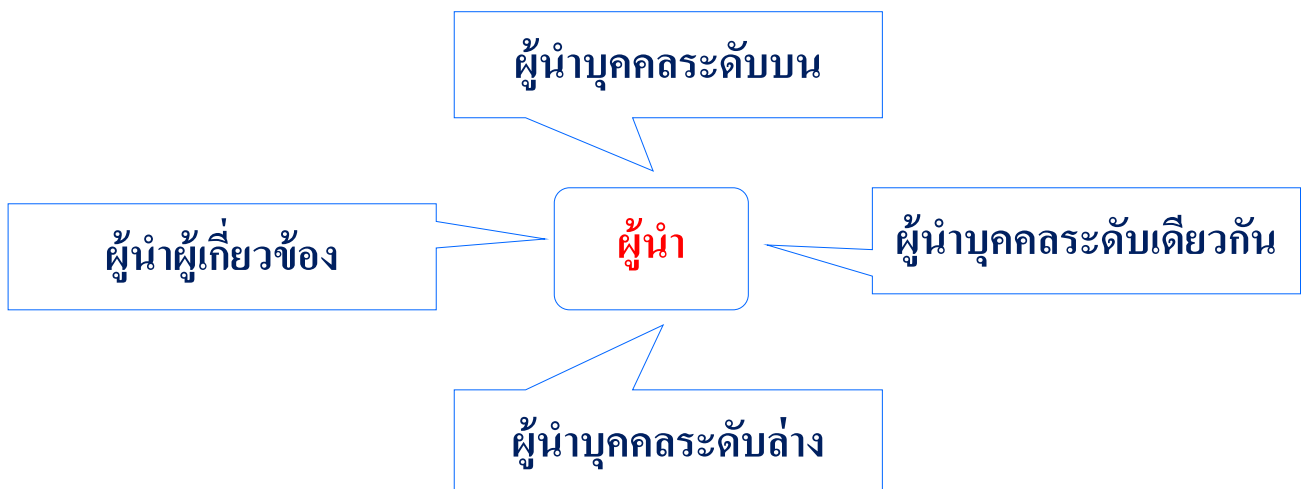
✧ สาเหตุที่ทำให้เราเปลี่ยนตัวเองได้

: คนทุกคนต้องการ คำชม แต่ส่วนใหญ่จะรอจากผู้อื่น เมื่อไม่ค่อยได้ก็จะรู้สึกท้อถอยหรือหมดแรงในการทำงาน แต่ถ้าเราชมตัวเองได้ เราก็จะรู้สึกดี เพราะความรู้สึกของเราไม่รู้ หรือกว่าใครชมขอให้ เป็น คำชม ก็พอ

## 9. หลักสูตร ผู้นำ 360 องศาขององค์กร ( หลักสูตร 1 วัน )

### หลักการและแนวความคิด

- องค์กรที่ประสบความสำเร็จ มุ่งเน้นการพัฒนาบุคลากรให้มีภาวะผู้นำในตัวเองและแสดงภาวะผู้นำต่อผู้อื่น ดังนั้น การเป็นผู้นำจึงเป็นบาทที่สำคัญของบุคลากรทุกคนในองค์กร ซึ่งเราเรียกว่า “ผู้นำ 360 องศา”





- หลักการของการเป็นผู้นำ 360 องศา มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งเพราะภาวะผู้นำเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากภายในของบุคคลนั้น ผู้อื่นเป็นผู้ที่ยอมรับว่าเขาเป็นผู้นำหรือไม่ ไม่ใช่โดยตำแหน่ง ดังนั้น ผู้นำควรพัฒนาตัวเองให้เกิดภาวะผู้นำภายในตัวเอง เช่น
  - เฝือกกับแรงกดดันรอบด้าน
  - ทำทายความเชื่อผิดๆ เกี่ยวกับผู้นำ
  - เอาชนะหลุมพรางทางความคิดให้ได้ด้วยตัวเอง
- การพัฒนาภาวะผู้นำต้องดำเนินการอย่างต่อเนื่อง จนกลายเป็นธรรมชาติในการปฏิบัติตัว การฝึกฝนคุณสมบัติของผู้นำ 360 องศา การสร้างคุณค่าผู้นำแบบ 360 องศา และการปฏิบัติตัวในฐานะผู้นำ 360 องศา จึงต้องดำเนินต่อไปอยู่ตลอดเวลา ทั้งต่อหน้าและลับหลังผู้อื่น ภาวะผู้นำที่สมบูรณ์แบบนี้จะเกิดขึ้นอย่างแท้จริง

### วัตถุประสงค์

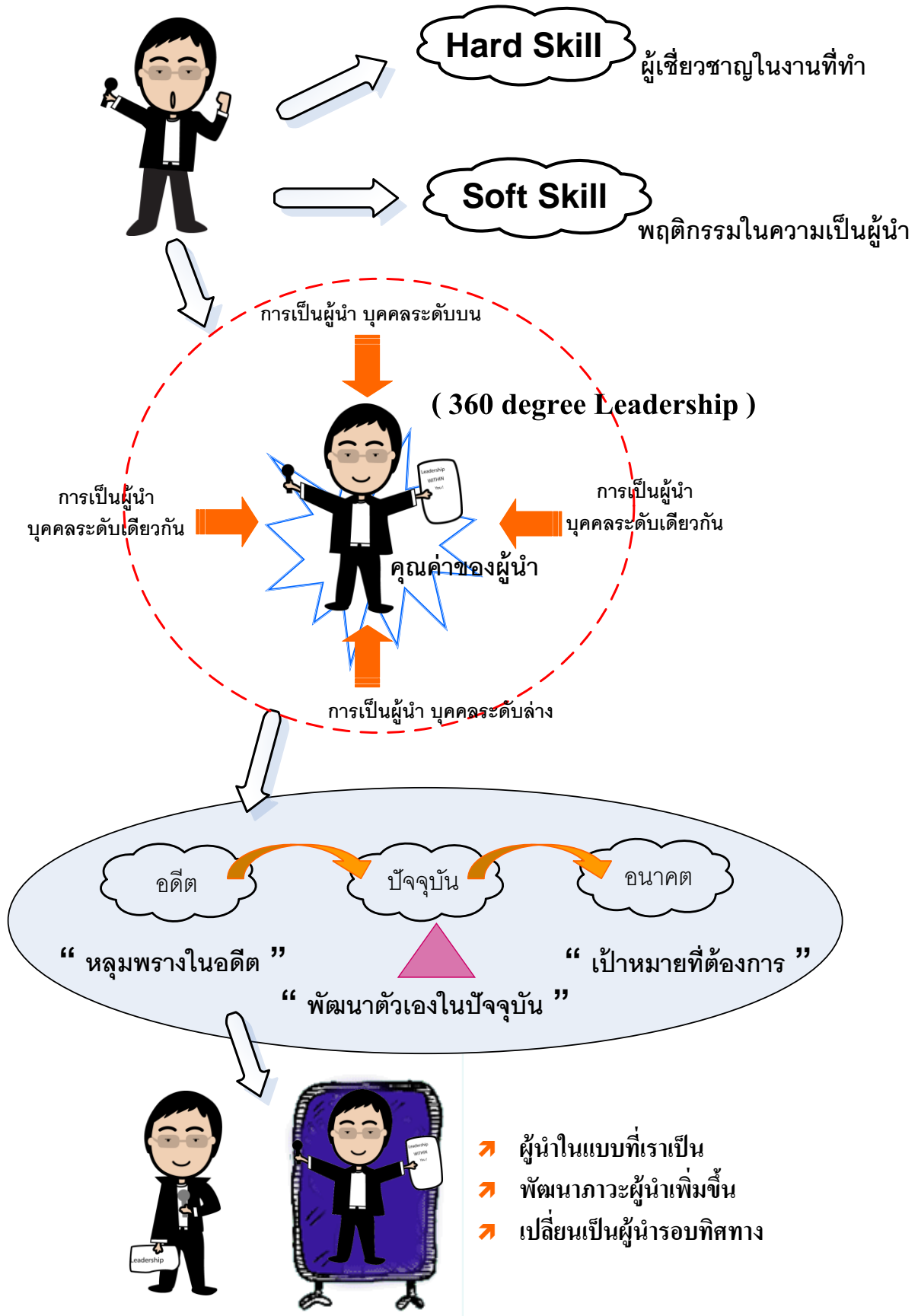
- ☞ เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจแนวทางการปฏิบัติตัวในฐานะผู้นำ 360 องศา ที่ไม่ใช่เรื่องของตำแหน่ง
- ☞ เพื่อสร้างแนวทางการเรียนรู้หลักการเป็นผู้นำ 360 องศา และการปฏิบัติต่อบุคคลระดับต่างๆ ได้อย่างเหมาะสมและได้รับการยอมรับในฐานะผู้นำ
- ☞ เพื่อช่วยให้ผู้เรียนสร้างแผนการพัฒนาตัวเองให้เกิดคุณค่าในตัวเองด้วย Style การเป็นตัวของตัวเอง
- ☞ เพื่อส่งเสริมให้มีการพัฒนาภาวะผู้นำให้กับบุคลากรขององค์กรเพิ่มมากขึ้น

### รายละเอียดเนื้อหาของหลักสูตร

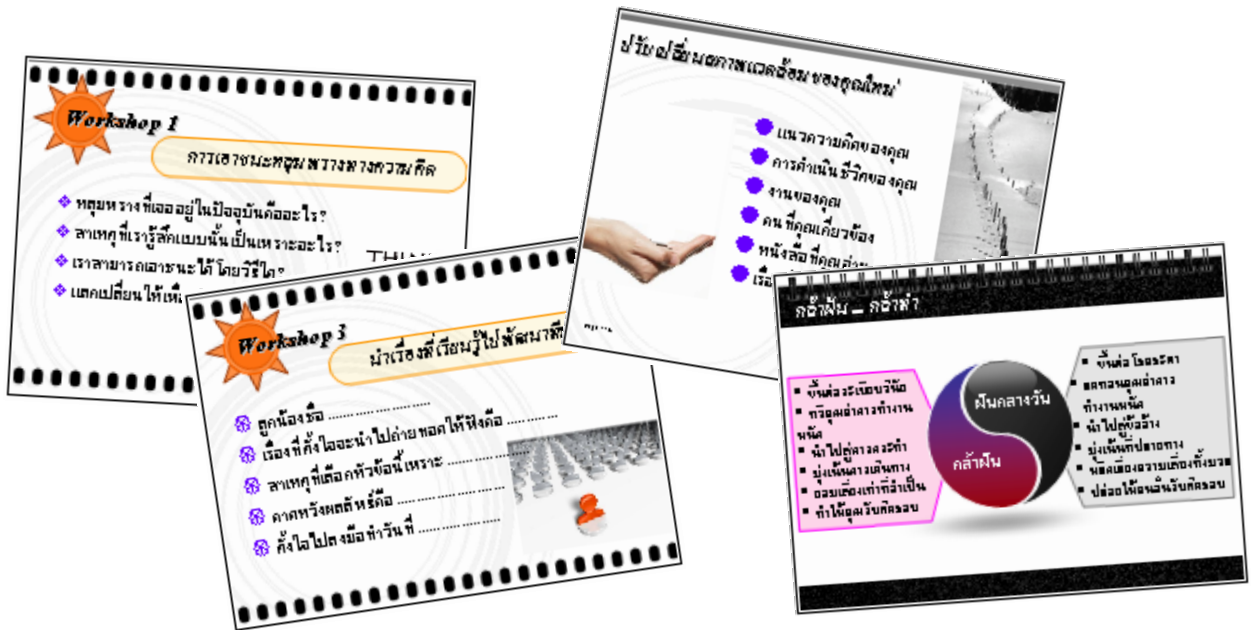
- ▶ **สำรวจแนวความคิดเกี่ยวกับผู้นำ 360 องศาของตัวเอง**
  - คุณอยากเป็นผู้นำ 360 องศาหรือไม่?
  - ความเชื่อเกี่ยวกับผู้นำ 360 องศา
  - การปฏิบัติตัวในฐานะผู้นำ 360 องศา
  - Workshop: กรอบความคิดเกี่ยวกับผู้นำ 360 องศา
- ▶ **สาเหตุของการเป็นผู้นำ 360 องศาที่ไม่สมบูรณ์แบบ**
  - ความเชื่อผิดๆ เกี่ยวกับผู้นำ
  - ความท้าทายของผู้นำที่ต้องเผชิญ
  - หลุมพรางทางความคิดเชิงลบในฐานะผู้นำ
  - Workshop: เทคนิคการเอาชนะแนวความคิดเชิงลบ
- ▶ **หลักการที่ผู้นำ 360 องศาต้องฝึกฝนปฏิบัติ**
  - การเป็นผู้นำบุคคลระดับบน (หัวหน้า)
  - การเป็นผู้นำบุคคลระดับเดียวกัน (เพื่อนร่วมงาน)

- การเป็นผู้นำบุคคลระดับล่าง (ลูกน้อง)
- Workshop: การปฏิบัติตัวในฐานะผู้นำ 360 องศา
- กรณีศึกษา: การเอาชนะหลุมพรางในฐานะผู้นำ 360 องศา
- ▶ การสร้างคุณค่าให้ตัวเองเพื่อเป็นผู้นำ 360 องศา
  - คุณสมบัติของผู้นำ 360 องศา
  - แนวทางการปฏิบัติตัวในฐานะผู้นำ 360 องศา
  - คุณค่าของผู้นำแบบ 360 องศา
  - Workshop: กำหนดแนวทางการพัฒนาตัวเอง
- ▶ การบ้านเพื่อนำไปฝึกฝนและพัฒนาตัวเอง

กรอบในการดำเนินการฝึกอบรม



## ตัวอย่าง Work Shop / กรณีศึกษา



### ★ ตัวอย่าง Work Shop หัวข้อ “ การชื่นชมตัวเอง ”

#### ◇ วิธีปฏิบัติ

▶ ลองชมตัวเองให้เพื่อนๆ ฟังในด้านต่างๆ เหล่านี้

- จุดเด่น                      - ความสามารถพิเศษ                      - สิ่งที่น่าสนใจ

#### ◇ ผลที่ได้รับจาก Work Shop หัวข้อ “ การชื่นชมตัวเอง ”

: การชมตัวเองจะทำให้เกิดความมั่นใจในตัวเองเพิ่มขึ้น คนส่วนใหญ่ใ้หนียาม การรักตัวเองการชมตัวเองแบบผิดๆ เช่น เดียวจะหลงตัวเอง , ทำให้เห็นแก่ตัว เป็นต้น ซึ่งการชมตัวเองแบบสร้างสรรค์นั้น จะทำให้เรามีเป้าหมายในตัวเองเพิ่มขึ้นเพราะเราเห็นคุณค่าของตัวเองแล้ว

#### ◇ การนำไปฝึกฝนต่อไป

: ลองฝึกชมตัวเองต่อหน้ากระจกบ่อยๆ เพื่อให้กำลังใจตัวเองในการเอาชนะอุปสรรคต่างๆ ที่กำลังเจอหรือแก้แอกการถอดใจได้ ยิ่งชมตัวเองมากหรือบ่อยแค่ไหนจะทำให้เรามีพลัง ในการทำงานมากขึ้นเท่านั้น

#### ◇ สาเหตุที่ทำให้เราเปลี่ยนตัวเองได้

: คนทุกคนต้องการ คำชม แต่ส่วนใหญ่จะรอจากผู้อื่น เมื่อไม่ค่อยได้ก็จะรู้สึกท้อถอยหรือหมดแรงในการทำงาน แต่ถ้าเราชมตัวเองได้ เราก็จะรู้สึกดี เพราะความรู้สึกของเราไม่รู้ หรือกว่าใครชมขอให้ เป็น คำชม ก็พอ

## ผู้ที่เหมาะสมกับหลักสูตรนี้

- ✓ หัวหน้างาน
- ✓ ผู้จัดการ

## แนวทางในการพัฒนาตามหลักสูตร

- การฝึกอบรมเป็นรูปแบบการเรียนรู้แบบผู้ใหญ่ (Adult Learning) ซึ่งเน้นให้เกิดความคิด การแลกเปลี่ยน ประสบการณ์ การเล็งเห็นประโยชน์ของเนื้อหาเพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างแท้จริง
- วิทยากร จะถ่ายทอดจากประสบการณ์ ทั้งในด้าน One on One Coaching , Group Coaching และ Executive Coaching เพื่อให้เข้าใจถึงแก่นแท้ของการเป็น โค้ชที่แท้จริง
- การอบรมมีทั้งการบรรยาย เพื่อให้เห็นภาพกระบวนการสอนงาน การ Work Shop เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้ ฝึกเขียน รูปแบบของการ Coaching ในสไตล์ของตัวเอง อีกทั้งการทำ Role Playing เพื่อให้เห็นจริงใน การทำ Coaching ทำให้การอบรม เป็นไปอย่างสนุกสนาน

## รายละเอียดและเทคนิคที่อาจารย์ใช้ในการดำเนินการฝึกอบรม

### (รูปแบบการฝึกอบรมโดยรวม)

- ❖ การละลายพฤติกรรม ( Ice Breaking )  
ปรับจูนแนวความคิดเบื้องต้นของผู้เข้าฝึกอบรมกับเนื้อหาตามหลักสูตร
  - แนะนำตัวเอง
  - คำสำคัญ ( Key Words )
  - คำถามสร้างแนวความคิด
- ❖ การสำรวจตัวเอง , การมองเห็นตัวเองและการยอมรับตัวเอง  
การทำให้ผู้เข้าฝึกอบรม มองเห็นตัวเอง จะนำไปสู่การอยากเปลี่ยนแปลงตัวเอง
  - ค้นหาหลุมพรางทางความคิดในเรื่องต่างๆ
  - สำรวจพฤติกรรมของตัวเองในด้านต่างๆ
  - เรียนรู้ธรรมชาติของการเปลี่ยนแปลง
- ❖ กำหนดเป้าหมายที่จะเปลี่ยนแปลงของตัวเอง  
กระตุ้นให้ผู้เข้าฝึกอบรม ทดสอบกระบวนการเปลี่ยนแปลงตัวเองแบบง่ายๆ
  - เลือกเรื่องที่จะลองเปลี่ยนแปลง
  - เปลี่ยนความคิดในเรื่องต่างๆ ด้วยตัวเอง
  - กำหนดแนวทางของตัวเองใหม่

- ❖ กำหนดคุณสมบัติที่จะนำไปพัฒนาตัวเองเพิ่มเติม  
เลือกวิธี (How to) ที่เหมาะสมกับ Style ของตัวเอง เพื่อการพัฒนาตัวเอง
  - การเตรียมความพร้อมของตัวเอง
  - วางแผนการพัฒนาตัวเองอย่างมีขั้นตอน
  - เลือกกระบวนการเปลี่ยนแปลงของตัวเอง
  - ปรับเปลี่ยนสภาพแวดล้อมใหม่
  
- ❖ สร้างความคาดหวังก่อนการฝึกอบรม  
เทคนิคการทำให้ผู้เข้าฝึกอบรมเขียนความคาดหวังและผลลัพธ์เมื่อสิ้นสุดการอบรม
  - ทำให้ผู้เรียนจดจ่อต่อการเรียนรู้ เพราะอยากเรียนของตัวเอง
  - นำเรื่องที่ทำให้เรียนรู้ไปใช้ได้จริง
  
- ❖ Workshop ประเด็นสำคัญที่สามารถไปฝึกฝนได้  
ดำเนินการ Workshop ในเรื่องที่สำคัญเพื่อให้เข้าใจและนำไปฝึกฝนได้จริง
  - กระตุ้นให้ คิด → เขียน → พูด
  - การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันภายใน Class
  - การนำเสนอกลุ่มจากการระดมความคิดเห็น
  - การนำไปใช้ฝึกฝนกับตัวเอง
  
- ❖ การบ้านเพื่อนำไปฝึกฝนเพิ่มเติม  
เรื่องให้ผู้เข้าฝึกอบรมยืนยันกับตัวเองว่าจะนำไปปฏิบัติเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง
  - เรื่องที่ได้รับจากการอบรม
  - เรื่องที่ชอบ
  - เรื่องที่จะนำไปปฏิบัติเป็นเรื่องแรก
  - การบ้านของตัวเอง
  
- ❖ กิจกรรมเสริมการเรียนรู้ให้เกิดความสนุกสนาน  
จัดกิจกรรมให้เหมาะสมในแต่ละกลุ่มที่เข้าฝึกอบรมและสอดคล้องกับเนื้อหา
  - เกม / การละเล่น
  - Role Playing
  - นิทานให้แนวความคิด
  - กรณีศึกษา

## 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