

Course outline หลักสูตรเทคนิคการสร้างเครื่องมือการโค้ช (Coaching Tools) ของตัวเอง (หลักสูตร 1 วัน)

โดย นาย ปกรณ์ วงศ์รัตนพิบูลย์

Executive Coach : Leadership and Strategic Development Consultant

หลักการ/เหตุผล

- ★ การโค้ช (Coaching) เป็นกระบวนการที่โค้ชใช้ในการช่วยเหลือให้ผู้อื่นเกิดการเปลี่ยนแปลงได้ด้วยตัวเอง ด้วยการค้นพบวิธีการที่เหมาะสมของตัวเองผ่านทักษะและเทคนิคของโค้ชที่ใช้ตามหลักการที่ถูกต้องเหมาะสมกับโค้ชแต่ละคนและเป้าหมายที่แตกต่างกันของการโค้ช เช่น...
 - การพาโค้ชจากที่หนึ่งไปอีกที่หนึ่งที่เป็นเป้าหมาย
 - การทำให้โค้ชเกิดความสมดุลในชีวิตของตัวเอง
 - การช่วยให้โค้ชมีวิธีการปฏิบัติงานที่ดีขึ้น
 - การทำให้โค้ชมีสติระลึกรู้ของตัวเอง
- ★ การสร้างเครื่องมือการโค้ช (Coaching Tools) จะช่วยทำให้โค้ชเกิดความมั่นใจในกระบวนการโค้ชของตัวเองเพิ่มขึ้น เพราะสามารถประยุกต์ใช้เครื่องมือต่างๆ ได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ที่เป็นของโค้ชซึ่งได้อย่างทันท่วงที ทำให้กระบวนการโค้ชเกิดประสิทธิผลและเป็นประโยชน์กับโค้ชมากที่สุด
- ★ การพัฒนาทักษะการโค้ช (Coaching Skill) ของตัวเองอย่างสม่ำเสมอ จะทำให้เกิดความเชี่ยวชาญ แล้วกลายเป็นการโค้ชอย่างเป็นธรรมชาติ เกิดเป็นสมรรถนะ (Competency) ของตัวเองขึ้นมา ดังนั้นการสร้างเครื่องมือที่เกี่ยวข้องกับการโค้ชด้วยตัวเอง จึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เพราะการที่โค้ชดำเนินการโค้ชโดยรู้ตัวอยู่ตลอดเวลาว่า กำลังใช้เครื่องมืออะไรสำหรับการโค้ชในแต่ละครั้ง จะทำให้เกิดความชำนาญขึ้นแบบรู้ตัว
- ★ การโค้ช (Coaching) เป็นกระบวนการที่มีรูปแบบที่ชัดเจน ทำให้มีองค์ประกอบสำคัญๆ ที่จำเป็นต่อการโค้ชอยู่พอสมควร เช่น...
 - เทคนิคการประเมินโค้ชชี่ (Assessment)
 - การกำหนดเป้าหมาย (Goal Setting)
 - การใช้คำถามทรงพลัง (Powerful Questions)
 - การรับฟังเชิงรุกอย่างเข้าใจ (Active Listening)
 - การโค้ชตามกระบวนการ (Coaching Process)การมีแนวทาง รูปแบบ เครื่องมือประกอบการโค้ชในแต่ละขั้นตอนการโค้ช จะช่วยทำให้โค้ชสามารถช่วยเหลือโค้ชชี่ได้ตรงตามเป้าหมายของการโค้ช

วัตถุประสงค์ของหลักสูตร

- & เพื่อให้โค้ชมีแนวทางในการสร้างเครื่องมือสำหรับการโค้ชใน Style ของตัวเอง
- & เพื่อให้โค้ชมีความมั่นใจในการโค้ชของตัวเองทุกครั้งที่ทำเนิการโค้ชผ่านเครื่องมือที่ถูกรสร้างและประยุกต์ใช้ด้วยตัวเอง
- & เพื่อให้โค้ชสามารถนำหลักการและเทคนิคในการสร้างเครื่องมือการโค้ชไปประยุกต์ใช้ในการสร้างเครื่องมือเพิ่มเติมในโอกาสต่อไป
- & เพื่อฝึกฝนในเชิงปฏิบัติกันด้วยตัวเอง ทำให้เกิดความเข้าใจขั้นตอนและกระบวนการสร้างเครื่องมืออย่างแท้จริง
- & เพื่อให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ในการสร้างเครื่องมือและมีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ใน Class อย่างเต็มที่

กลุ่มผู้เรียนที่เหมาะสมกับหลักสูตรนี้

- ☞ ผู้ที่ได้ผ่านพื้นฐานการเรียนรู้เรื่องการโค้ช (Coaching Skill) มาแล้ว
- ☞ ผู้ที่เป็นโค้ชภายในองค์กรอยู่แล้วและดำเนินการโค้ชอยู่
- ☞ ผู้ที่สนใจบทบาทการเป็นโค้ชและต้องการฝึกฝนการสร้างเครื่องมือการโค้ชของตัวเอง
- ☞ ผู้บริหาร ผู้จัดการที่ต้องการเรียนรู้เทคนิคการสร้างเครื่องมือของโค้ช

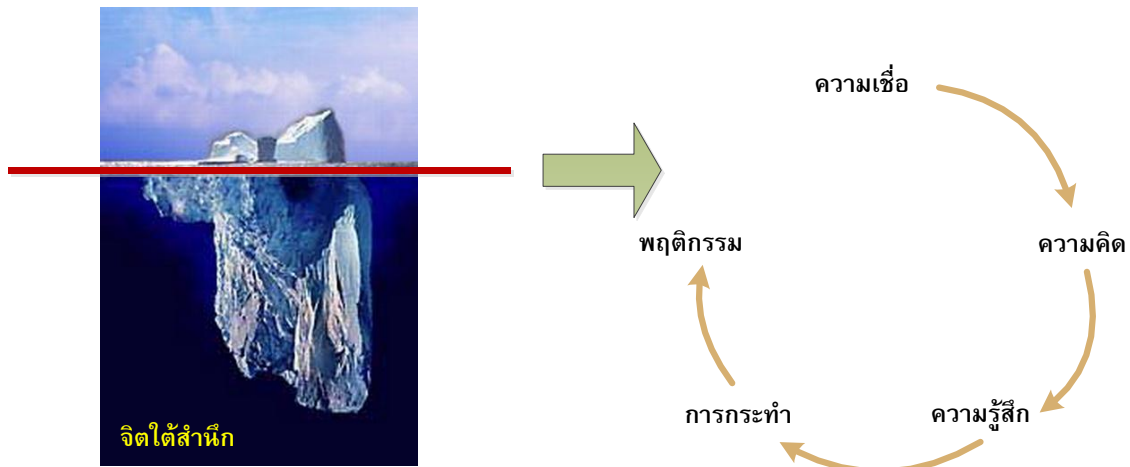
รายละเอียดเนื้อหาของหลักสูตร (Course Outline)

- ➔ หลักการที่สำคัญของการโค้ช (Principle of Coaching)
 - ความหมายของการโค้ช (What is Coaching?)
 - ทักษะที่สำคัญของการโค้ช (Coaching Skill)
 - กระบวนการของการโค้ช (Coaching Process)
 - คุณสมบัติของโค้ชที่ดี (To Be Good Coach)
 - Workshop: กำหนดหลักการการโค้ชของตัวเอง
- ➔ เทคนิคการสร้างชุดคำถามสำหรับการโค้ช
 - คำถามทรงพลังประเภทต่างๆ (Type of Questions)
 - คำถามสร้างการเปลี่ยนแปลงด้วยคำสำคัญ (Questioning by Keywords)
 - คำถามสร้างกระบวนการคิดด้วยรูปแบบ (Questioning by Model)
 - คำถามการโค้ชตาม GROW Model
 - Workshop: สร้างชุดคำถามสำหรับการโค้ชของตัวเอง

- ➔ เทคนิคการสร้างรูปแบบการฟังสำหรับการโค้ช
 - การรับฟังเพื่อผลการปฏิบัติงาน (Listening for Performance)
 - การรับฟังเพื่อสร้างสมดุลชีวิต (Listening for Life)
 - การรับฟังเพื่อปลดล็อกความเชื่อ (Listening for NLP)
 - การรับฟังอย่างมีสติระลึกรู้ (Mindfulness Listening)
 - Workshop: สร้างรูปแบบการฟังสำหรับการโค้ชของตัวเอง
- ➔ เทคนิคการสร้างองค์ประกอบของการโค้ช
 - การทำแบบประเมินโค้ชชี่ (Assessment)
 - การสร้างเป้าหมายร่วมกับโค้ชชี่ (Goal Setting)
 - การกำหนดแบบฟอร์มการโค้ช (Coaching Form)
 - Workshop: สร้างแบบฟอร์มเกี่ยวกับการโค้ชของตัวเอง
- ➔ การบ้าน: สร้างคัมภีร์การโค้ช (Coaching Manual) ของตัวเอง

ขบวนการ (Process) ในการฝึกอบรม

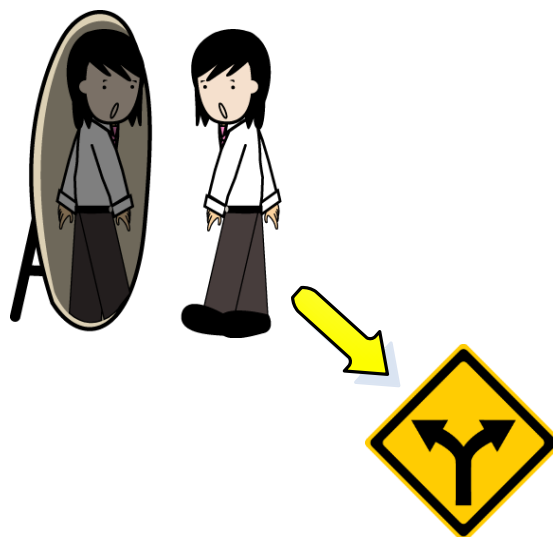
▶ ใช้หลักการ การเรียนรู้ของผู้ใหญ่ (Adult Learning)



- ความเชื่อ
- ความเคยชิน
- ค่านิยม
- อุปนิสัย

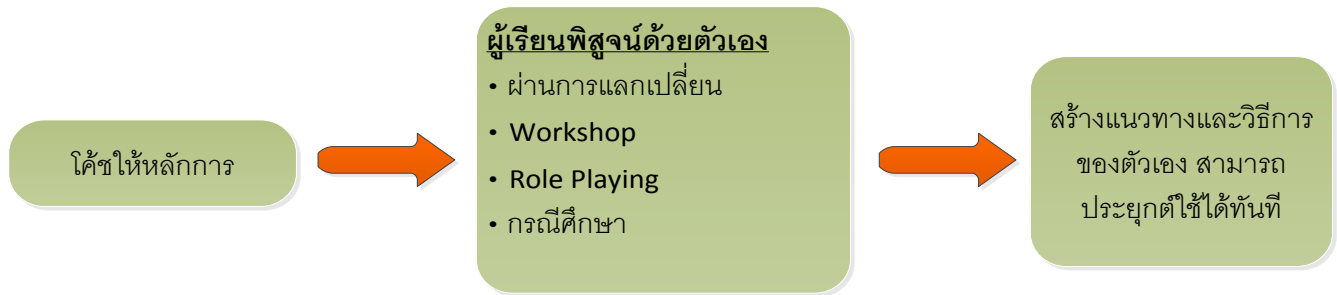
หมายเหตุ: ผู้ใหญ่เรียนรู้ผ่านประสบการณ์ในอดีตของตัวเอง ซึ่งเป็นข้อมูลที่จะอยู่ภายในจิตใต้สำนึก ผ่านการแสดงด้วยวงจรพฤติกรรม หากต้องการให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงจึงต้องทำให้ผู้เรียนยินดีที่จะปรับเปลี่ยนความคิดของตัวเองใหม่ เพื่อสร้างความรู้สึที่ดีในการเปลี่ยนแปลงตัวเอง (การกระทำแบบใหม่)

▶ การใช้กระบวนการโค้ชชิ่ง (Coaching) กับการฝึกอบรม



หมายเหตุ: การทำให้ผู้เรียนมองเห็นตัวเองและยอมรับในสิ่งที่เป็นอยู่ด้วยตัวเองผ่านการใช้คำถาม (Questioning) ของโค้ช (วิทยากร) จะสร้างความอยากเปลี่ยนแปลงตัวเองของผู้เรียน แล้วผู้เรียนก็จะเลือกทำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปประยุกต์ใช้กับ Style และสภาพแวดล้อมของตัวเองได้อย่างเหมาะสมมากที่สุด

▶ **แก่นสำคัญของการฝึกอบรมในรูปแบบ Group Coaching**



หมายเหตุ: การทำให้ผู้เรียนมองเห็นตัวเองและยอมรับในสิ่งที่เป็นอย่างอยู่ด้วยตัวเองผ่านการใช้คำถาม (Questioning) ของโค้ช (วิทยากร) จะสร้างความอยากเปลี่ยนแปลงตัวเองของผู้เรียน แล้วผู้เรียนก็จะเลือกทำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปประยุกต์ใช้กับ Style และสภาพแวดล้อมของตัวเองได้อย่างเหมาะสมมากที่สุด

“การบอกให้ฟัง กับ กระตุ้นให้คิด อย่างไหนดีกว่ากัน?”

“ชี้แนะวิธีการให้ กับ ถามว่ามีวิธีการของตัวเองอย่างไร?” แบบไหนจำได้มากกว่ากัน

❖ **แนวทางการบรรยายสไลด์ (Slide)**

- ❖ อธิบาย □ กระตุ้นให้คิด □ ถามให้ประยุกต์ใช้ □ จูงใจให้มี Commitment
- ❖ สร้างความเข้าใจในเนื้อหาด้วย Keywords และประโยคสำคัญ
- ❖ เปิดโอกาสให้สำรวจตัวเองและสร้างแนวทางแก้ไขด้วยตัวเอง
- ❖ ฝึกให้จับประเด็นสำคัญที่อยู่ในสไลด์ (Slide) ได้ด้วยตัวเอง
- ❖ ทำให้ผู้เรียนรู้สึกว่ามีอิสระในการเลือกใช้ความรู้ ไม่ได้บังคับ



❖ **กิจกรรมเชิงปฏิบัติการ (Workshop)**



- ❖ สร้าง Commitment ในสิ่งที่จะนำไปปฏิบัติ
- ❖ พิสูจน์หลักการและเทคนิคที่ได้เรียนรู้ด้วยตัวเอง
- ❖ สร้างความเข้าใจในเนื้อหาด้วยตัวเองและพร้อมไปประยุกต์ใช้ทันที
- ❖ สนุกสนานกับกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยตัวเอง
- ❖ สร้างแนวความคิดใหม่ๆ ของตัวเองผ่านการแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน



❖ การแสดงบทบาทสมมติ (Workshop) ผ่านกรณีศึกษา

- ✦ กรณีศึกษา ก็เหมือนกับเหตุการณ์จริงที่ผู้เรียนต้องเผชิญ หากมีการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ประยุกต์กับกรณีศึกษา ก็เสมือนหนึ่งให้พิสูจน์หลักการและวิธีการใหม่ๆ ที่ได้เรียนรู้กับกรณีศึกษา จะทำให้เข้าใจเนื้อหาและวิธีการใช้ได้อย่างแม่นยำ
- ✦ การแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing) สร้างความสนุกสนานได้แก่งคิดผ่านเหตุการณ์คล้ายสถานการณ์จริง ทำให้เมื่อเจอสถานการณ์จริงหลังการฝึกอบรมแล้ว ผู้เรียนก็จะสามารถประยุกต์ใช้ได้ทันที

❖ การบ้านเพื่อการนำไปฝึกฝนและปฏิบัติจริง

- ✦ ผู้เรียนควรมีความตั้งใจในการนำสิ่งที่เรียนรู้ไปใช้ด้วยตัวเอง
- ✦ การพัฒนาตัวเองควรปฏิบัติบ่อยๆ จนกลายเป็นธรรมชาติของตัวเอง
- ✦ การเรียนรู้ผ่านกระบวนการ Coaching จะทำให้ผู้เรียนอยากนำสิ่งที่รู้ไปใช้จริง
- ✦ การบ้านเป็นสิ่งที่ผู้เรียนยินดีที่จะกำหนดด้วยตัวเอง
- ✦ ผลลัพธ์ของการฝึกอบรมสามารถวัดได้จากการบ้านที่ผู้เรียนนำไปปฏิบัติจริง



ผู้ที่เหมาะสมกับหลักสูตรนี้

- ✓ ผู้บริหาร
- ✓ ผู้จัดการ
- ✓ หัวหน้างาน
- ✓ พนักงานปฏิบัติการ