

## Course outline หลักสูตรครอบเครื่องเรื่องการโค้ช (Coaching) ด้วยหลักการต่างๆ

(หลักสูตร 1 วัน)

โดย นาย ปกรณ์ วงศ์รัตนพิบูลย์

Executive Coach : Leadership and Strategic Development Consultant

### หลักการ/เหตุผล

- ★ การโค้ช (Coaching) มีความสำคัญต่อการพัฒนาบุคลากรภายในองค์กรเป็นอย่างมาก เนื่องด้วยเหตุผล ดังต่อไปนี้...
  - การใช้ศักยภาพของบุคลากรยังไม่เต็มที่
  - บุคลากรมีความสามารถที่พร้อมปรับเปลี่ยนตัวเอง
  - ผู้บริหาร ผู้จัดการ หัวหน้างานควรมีบทบาทเป็นโค้ช
  - วิธีการสอนและการพัฒนาแบบเดิมเริ่มไม่เหมาะสม
  - การโค้ช (Coaching) ช่วยทำให้คนเปลี่ยนแปลงได้จริง
- ★ การโค้ช (Coaching) มีหลักการที่เกี่ยวข้องกับการสร้างการเปลี่ยนแปลงให้กับบุคลากรอยู่หลายหลักการ และแต่ละหลักการก็มีจุดมุ่งเน้นผลลัพธ์ของการเปลี่ยนแปลงที่แตกต่างกัน ดังนั้นการทำความเข้าใจและเรียนรู้หลักการต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการโค้ช ย่อมทำให้สามารถดำเนินการโค้ชได้อย่างมีประสิทธิภาพเพิ่มขึ้น
- ★ เป้าหมายของการโค้ชที่โค้ชที่ต้องการมีความแตกต่างกัน การเชื่อมโยงหลักการโค้ชกับความต้องการได้ชัดเจน ก็จะทำให้ผลลัพธ์ของการโค้ชตรงความต้องการมากยิ่งขึ้น เช่น...
  - การปฏิบัติงานที่ดีขึ้น (Performance)
  - ความรู้สึกมีความสุขมากขึ้น (Happiness)
  - การเอาชนะปัญหาและอุปสรรค (Belief & Fear)
  - การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น (Need & Fear)
- ★ การเข้าใจหลักการพื้นฐานและเทคนิคการโค้ชตามกระบวนการที่ถูกต้อง จะช่วยทำให้ผู้บริหาร ผู้จัดการ และหัวหน้างานเกิดความมั่นใจในการโค้ชมากขึ้น การแสดงบทบาทสมมุติ (Role Playing) จะทำให้ผู้เรียนเห็นความแตกต่างและความเหมือนของการโค้ชในแต่ละหลักการได้อย่างชัดเจน ทำให้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ด้วยความมั่นใจ

## วัตถุประสงค์ของหลักสูตร

- & เพื่อให้ผู้เรียนเรียนรู้และเข้าใจหลักพื้นฐานของการโค้ช ได้ชัดเจนเพิ่มขึ้น
- & เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจความเหมือนและความต่างของการโค้ชด้วยหลักการต่างๆ อย่างละเอียดลึกซึ้ง
- & เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจในการโค้ชด้วยหลักการที่ต่างกัน ผ่านการแสดงบทบาทสมมติ (Role Playing) ทำให้เข้าใจอย่างแท้จริง
- & เพื่อจูงใจให้ผู้เรียนนำไปประยุกต์ใช้ด้วยตัวเองกับสถานการณ์จริงด้วย Style ที่เหมาะสมของตัวเอง

## กลุ่มผู้เรียนที่เหมาะสมกับหลักสูตรนี้

- ☞ ผู้บริหาร ผู้จัดการและหัวหน้างานที่สนใจการเป็นโค้ชภายในองค์กร
- ☞ ผู้บริหารที่ต้องการสร้างวัฒนธรรมการโค้ชภายในองค์กร
- ☞ ผู้จัดการที่มีหน้าที่รับผิดชอบในการพัฒนาบุคลากรภายในทีม
- ☞ หัวหน้างานที่ต้องสอนงานให้กับพนักงานระดับปฏิบัติการ
- ☞ ผู้ที่สนใจการโค้ชเชิงปฏิบัติการ (Coaching in Application)

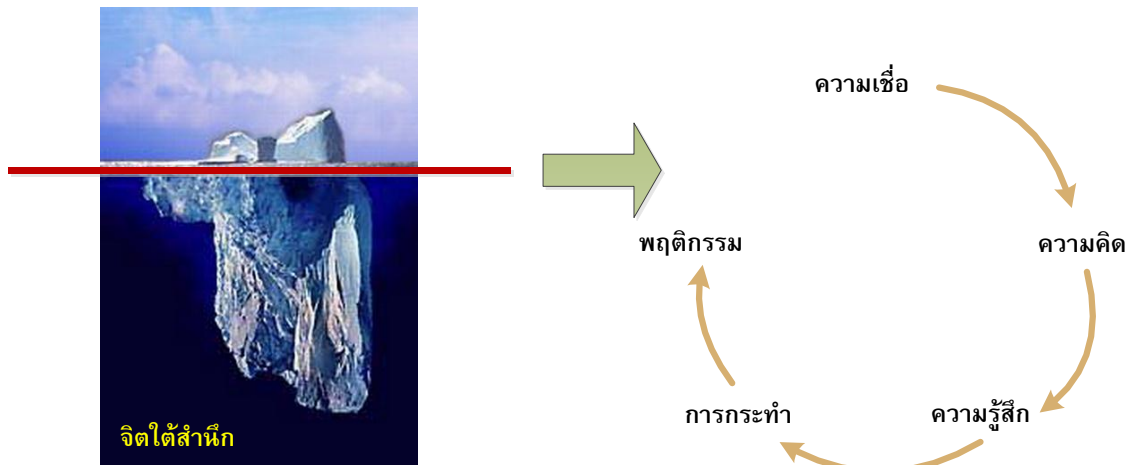
## รายละเอียดเนื้อหาของหลักสูตร (Course Outline)

- ➔ หลักพื้นฐานของการเป็นโค้ช (Coach) และการโค้ช (Coaching)
  - หลักการที่สำคัญของโค้ช (Who are Coach?)
  - ความหมายของการโค้ช (What is Coaching?)
  - บทบาทที่สำคัญของการโค้ช (Role of Coach)
  - ทักษะที่สำคัญของการโค้ช (Coaching Skill)
  - กระบวนการโค้ช (Coaching Process)
  - Workshop: สรุปแนวความคิดเกี่ยวกับการโค้ช
- ➔ หลักพื้นฐานของการโค้ชด้วยหลักการทำงานของสมอง (Brain Base Coaching)
  - เรียนรู้และเข้าใจสมองของมนุษย์ (Brain)
  - การทำงานของสมองที่เกี่ยวกับการโค้ช
  - หลักการสำคัญของการโค้ชด้วยการทำงานของสมอง
  - สิ่งสำคัญที่จะเกิดขึ้นจากการโค้ช
  - Role Playing: ดำเนินการโค้ชซึ่งกันและกัน
- ➔ หลักพื้นฐานของการโค้ชด้วยหลักการสมดุลชีวิต (Life Coaching)
  - เรียนรู้และเข้าใจความเป็นมนุษย์ (Being)
  - ค่านิยม (Value) ที่เป็นตัวผลักดัน

- ความต้องการสำคัญที่เป็นตัวผลักดัน (6 Core Needs)
- ความกลัวที่เป็นอุปสรรคของตัวเอง (3 Core Fears)
- Role Playing: ดำเนินการ โค้ชซึ่งกันและกัน
- ➔ หลักพื้นฐานของการโค้ชด้วยการ โปรแกรมภาษาที่เกี่ยวกับสมอง (NLP Coaching)
  - เรียนรู้และเข้าใจจิตใต้สำนึก (Sub-Conscious)
  - เทคนิคการสร้างความเชื่อที่ทรงพลัง (Empowering Belief)
  - เทคนิคการปรับเปลี่ยนแนวความคิด (Reframing)
  - เทคนิคการปรับสภาวะอารมณ์ (Pack State)
  - Role Playing: ดำเนินการ โค้ชซึ่งกันและกัน
- ➔ การบ้านเพื่อนำไปฝึกฝนและปฏิบัติเพิ่มเติม

## ขบวนการ (Process) ในการฝึกอบรม

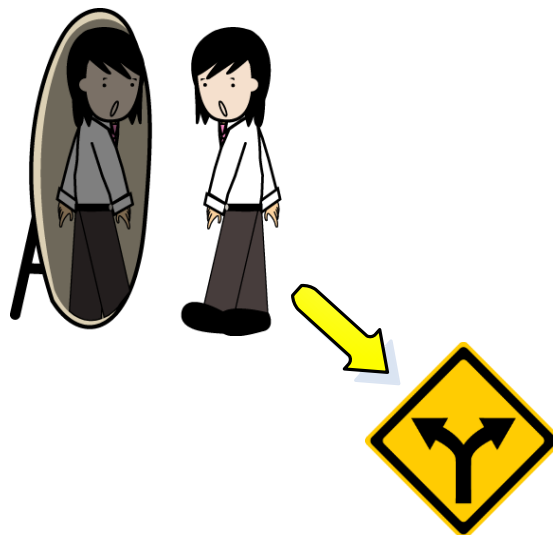
### ▶ ใช้หลักการ การเรียนรู้ของผู้ใหญ่ (Adult Learning)



- ความเชื่อ
- ความเคยชิน
- ค่านิยม
- อุปนิสัย

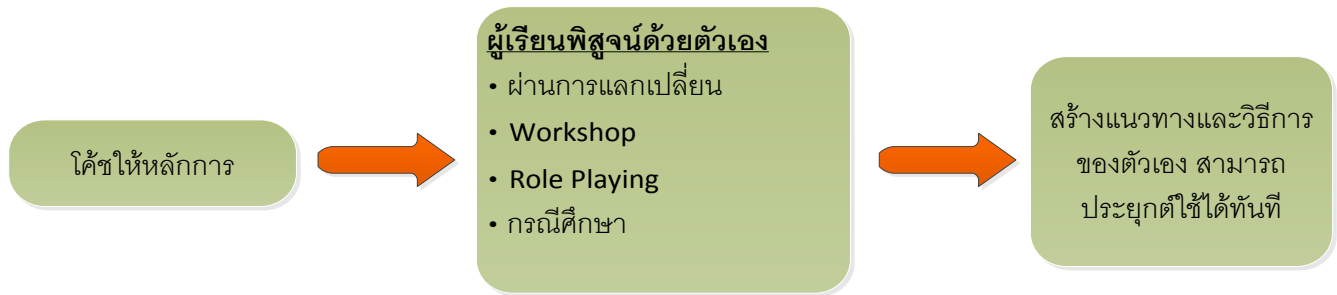
**หมายเหตุ:** ผู้ใหญ่เรียนรู้ผ่านประสบการณ์ในอดีตของตัวเอง ซึ่งเป็นข้อมูลที่จะอยู่ภายในจิตใต้สำนึก ผ่านการแสดงด้วยวงจรพฤติกรรม หากต้องการให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงจึงต้องทำให้ผู้เรียนยินดีที่จะปรับเปลี่ยนความคิดของตัวเองใหม่ เพื่อสร้างความรู้สึที่ดีในการเปลี่ยนแปลงตัวเอง (การกระทำแบบใหม่)

### ▶ 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) สร้างความสนุกสนานได้แง่คิดผ่านเหตุการณ์คล้ายสถานการณ์จริง ทำให้เมื่อเจอสถานการณ์จริงหลังการฝึกอบรมแล้ว ผู้เรียนก็จะสามารถประยุกต์ใช้ได้ทันที

### ❖ การบ้านเพื่อการนำไปฝึกฝนและปฏิบัติจริง

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



### ผู้ที่เหมาะสมกับหลักสูตรนี้

✓ ผู้บริหาร

✓ ผู้จัดการ

✓ หัวหน้างาน