



## Course outline

หลักสูตร การพัฒนาศักยภาพการทำงานของตนเองและการทำงานเป็นทีม

(หลักสูตร 2 วัน)

โดย

อาจารย์อัครินทร์ ภูทองกลม



### หลักการและเหตุผล

ในสถานการณ์ที่มีการแข่งขันสูง องค์กรต่างๆ ต้องเผชิญกับปัญหามากมาย ไม่ว่าจะเป็นการแข่งขันในเชิงการตลาด หรือการให้บริการที่มากขึ้น ทุกองค์กรต่างต้องพัฒนาทั้งเทคโนโลยี วิทยาการต่างๆ ซึ่งทำให้ผู้บริหารต้อง เพิ่มพูนศักยภาพในการบริหารงานมากขึ้น โดยเฉพาะหัวใจสำคัญนั้นคือ “ทรัพยากรบุคคล” ในองค์กรนั่นเองที่ ทุกฝ่ายจะต้องประสานความร่วมมือ เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน เพื่อให้การปฏิบัติงานบรรลุตามเป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ดังนั้น บุคลากรในองค์กร จำเป็นที่จะต้องเรียนรู้ วิธีการเสริมสร้างขีดความสามารถในตนเอง สร้างแรงจูงใจ เพื่อก่อให้เกิดปัญญา จนนำไปสู่ความสำเร็จแห่งการบรรลุเป้าหมายขององค์กร และในชีวิตของตนเอง อีกทั้งยังเป็นการพัฒนาศักยภาพและวุฒิภาวะทางอารมณ์ เพื่อเพิ่มมูลค่าให้กับงานที่ตนเองรับผิดชอบ จนนำไปสู่การสร้างประสิทธิภาพและประสิทธิผลขององค์กรต่อไป

นอกจากการมีทัศนคติที่ดีต่อการทำงานแล้ว ยังจำเป็นต้องมีหลักคิดที่มีประสิทธิภาพ ที่ทำให้สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพด้วย หลักสูตรนี้จึงพัฒนาขึ้นมาเพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้เรียนรู้ทั้งเทคนิคและวิธีการในการ

พัฒนาประสิทธิภาพในการทำงานอย่างเป็นระบบ ผ่านการฝึกปฏิบัติ ทำกิจกรรมและระดมสมองที่จะทำให้ผู้  
อบรมเข้าใจและสามารถประยุกต์ใช้ได้ด้วยตนเองเมื่อปฏิบัติงานจริง

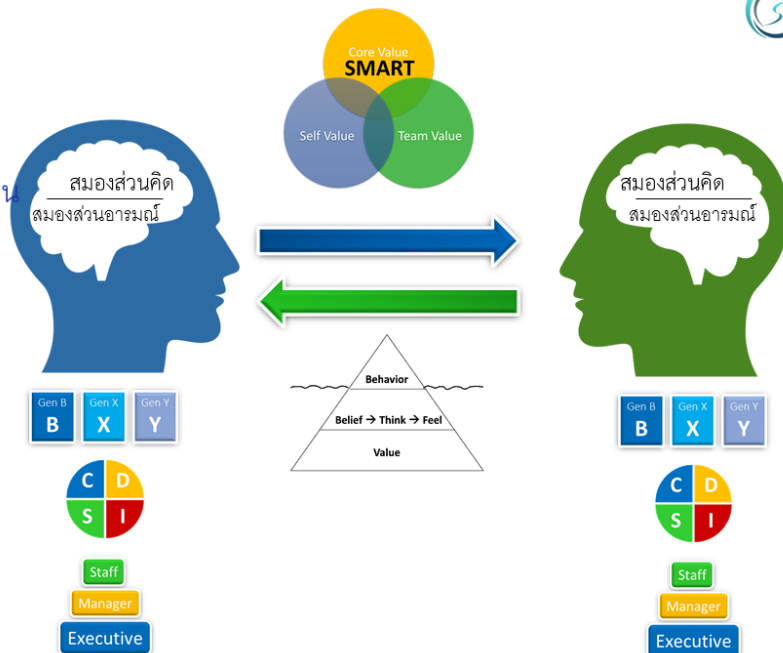
## วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีความรู้ความเข้าใจในการบริหารงานทั้งของตนเองและของทีมงานมีประสิทธิภาพ
2. เข้าใจความสัมพันธ์ระหว่าง สภาพแวดล้อม วงจรการทำงานสมอง จิตใจ และพฤติกรรมที่แสดงออก  
เพื่อเข้าใจที่มาของความแตกต่างระหว่างช่วงวัยและความหลากหลายของแต่ละบุคคล
3. มองความแตกต่างของแต่ละบุคคลเป็นเรื่องธรรมชาติ แล้วเลือกใช้คุณค่าหลักและเป้าหมายขององค์กร  
เป็นจุดร่วมเพื่อสร้างความสำเร็จไปด้วยกัน
4. สร้างแนวทางการพัฒนาตนเอง ในการทำงานร่วมกับทีมงาน เพื่อให้ตนเองมีอารมณ์เชิงบวก และได้  
ผลลัพธ์ในการทำงานมากขึ้น

## กรอบแนวคิดของหลักสูตร

### Good for Great

- รู้เป้าหมายชีวิต
- ตระหนักในหน้าที่และเป้าหมายในงาน
- มองเห็นคุณค่าที่สำคัญของตนเอง
- เข้าใจคุณค่าภายในของผู้อื่น
- ผสมผสานคุณค่าบนพื้นฐานและบทบาท  
ที่มีความแตกต่าง
- พัฒนาคุณค่าขององค์กรร่วมกัน



## แนวทางในการฝึกอบรม

- Experiential Based Learning คือ เน้นการเรียนรู้แบบผู้ใหญ่ (Adult learning) โดยการเชื่อมโยงหลักการหรือแนวทางปฏิบัติกับประสบการณ์ตรงของผู้เรียน ซึ่งจะส่งผลให้ผู้เรียนเกิดการมองเห็น ยอมรับ และตัดสินใจอยากเปลี่ยนแปลงตนเองด้วยตนเอง พร้อมทั้งสามารถประยุกต์ใช้หลักการที่เรียนกับบทบาทหน้าที่งานที่รับผิดชอบ ปัญหาหรือเป้าหมายที่ท้าทาย ได้ทันทีในระหว่างเรียน

## รายละเอียดของเนื้อหาตามหลักสูตร

### วันที่ 1 ปลุก **“Passion”** ปั้น **“Performance”**

#### ช่วงที่ 1 ค้นหาแรงบันดาลใจและตั้งเป้าหมาย

- ความสำคัญของการตั้งเป้าหมายและการพิชิตเป้าหมาย
- ตั้งเป้าหมาย เพิ่มพลังให้ชีวิตเพื่อพิชิตความสำเร็จ
- เชื่อมโยงเป้าหมายกับความปรารถนาภายในจิตใจ
- ปลุกพลังตนเอง เพื่อสร้างสรรค์ความสำเร็จ
- สร้างแนวทางเพื่อก้าวสู่เป้าหมายไปที่ละก้าว

#### ช่วงที่ 2 สร้างทัศนคติเชิงบวกและแรงจูงใจในการทำงานรุก

- หลุมพรางทางความคิดที่ฉุดรั้งให้ชีวิตติดลบ
- ก้าวข้ามอุปสรรคในการคิดที่ส่งผลให้ชีวิตติดลบ
- พลังของการคิดเกี่ยวกับตัวเองและผู้อื่น เพื่อดึงดูความสำเร็จ
- เลือกเป็นผู้ลิขิต หรือ ติดเป็นเหยื่อ ในความคิด
- การลดความคิดทางลบ (Negative Thinking Decreasing)
- การเพิ่มความคิดทางบวก (Positive Thinking Increasing)

#### ช่วงที่ 3 ขับเคลื่อนเป้าหมายด้วยคุณค่าจากภายในตนเอง

- ค้นหาคุณค่าและจุดแข็งของตนเอง เพื่อขับเคลื่อนเป้าหมาย
- สร้างกลยุทธ์ในการไปสู่เป้าหมายด้วยศักยภาพที่มีในตนเอง
- ใช้ชีวิตไม่ติดลบด้วย 4 level Learning

#### ช่วงที่ 4 กำหนดเป้าหมายชีวิตที่สมดุลทั้งชีวิตการทำงานและชีวิตส่วนตัว

- เชื่อมโยงและสร้างความสอดคล้องระหว่างเป้าหมายของตนเอง ทีม และองค์กร

- สร้างแนวทางสู่เป้าหมายและขับเคลื่อนผลงาน
- การวางแผนการเดินทางสู่เป้าหมายและกระบวนการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง PDCA

## วันที่ 2 ปั้น “ความสุข” ปลุก “Performance”

### พัฒนาการทำงานเป็นทีมเพื่อประสิทธิภาพในการทำงาน

#### ช่วงที่ 1 Explore สสำรวจรูปแบบพฤติกรรมของตัวเราเองและผู้อื่น

- ความแตกต่างของ Generation และความหลากหลายของบุคลิกภายในองค์กร
- ความโดดเด่นและจุดแข็งที่แตกต่างกันและความหลากหลายของแต่ละ Generation
- เรียนรู้ Generation & Diversity บน วงจรพฤติกรรม เพื่อเข้าใจสมองและจิตใจสำคัญของเรา

#### กิจกรรม Make it Happen วางแผนสู่เป้าหมายด้วยจุดแข็งที่โดดเด่นของตนเอง

#### ช่วงที่ 2 Extend ขยายศักยภาพเพื่อข้ามขอบเขตความเชื่ออันจำกัด

- **FEARS** หลุมพรางทางความคิด ที่ปิดกั้นศักยภาพของตัวเราในการทำงานร่วมกับคนที่แตกต่าง
- **Unlock Potential** สร้างแนวคิดใหม่ เพื่อก้าวข้ามหลุมพราง เพื่อการทำงานที่มีความสุขและประสิทธิภาพยิ่งขึ้น
- **Fulfill the Gap** การผสานช่องว่างระหว่าง วัย ประสบการณ์ การศึกษา ตำแหน่ง และบทบาท เพื่อการทำงานร่วมกันอย่างมีประสิทธิภาพ

#### กิจกรรม Creation New Options ทดลองสร้างทางเลือกใหม่ๆ เพื่อสร้างผลลัพธ์ที่ดีขึ้นในการทำงานร่วมกันและการทำงานข้ามสายงาน ภายใต้สถานการณ์เดิม

#### ช่วงที่ 3 Extra เครื่องมือต่างๆ ในการสื่อสารและการทำงานเป็นทีม

- **DISC - Communication** เข้าใจและเคารพต่อรูปแบบการทำงานและการสื่อสารของคนแต่ละกลุ่มที่ต่างกัน
- **Start with Listening** เริ่มต้นการสื่อสาร ด้วยการฟังความต้องการที่แท้จริงของแต่ละบุคคล
- **Communication for Trust** เทคนิคการสื่อสารเพื่อสร้างความไว้วางใจในการทำงานร่วมกัน

#### กิจกรรม Case Study เรียนรู้และออกแบบการสื่อสารของตัวเราเองเพื่อให้สามารถทำงานร่วมกับบุคคลหรือหน่วยงานอื่นที่มีความแตกต่างได้อย่างมีประสิทธิภาพ พร้อมทั้งสร้างแนวทางในการทำงานร่วมกันและทำงานข้ามสายงาน โดยปราศจากความขัดแย้ง

#### ช่วงที่ 4 Expert – Diversity management for driving goal การบริหารความหลากหลายเพื่อขับเคลื่อนเป้าหมายองค์กร

- **Strategic Goal Synergy** กลยุทธ์การผสานเป้าหมายที่สอดคล้องและส่งเสริมกันระหว่าง องค์กร / ทีม-ระหว่างทีม / ส่วนบุคคล
- **Synergy Core Value** กลยุทธ์การผสานค่านิยมหลักขององค์กร ค่านิยมร่วม/ทีม ค่านิยมส่วนบุคคล เพื่อการทำงานที่สอดคล้องกันสู่การบรรลุเป้าหมายร่วมกัน (ผสานจุดแข็ง)
- **Work as Team** แนวคิดการทำงานเป็นทีม เพื่อบรรลุเป้าหมายที่รับผิดชอบร่วมกัน

**กิจกรรม SMART Work** กำหนดแนวทางและสร้างแผนการทำงานของตัวเองใหม่ เพื่อให้เกิดการทำงานเป็นทีม และการส่งต่องานกันอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อความสำเร็จร่วมกันและบรรลุเป้าหมายขององค์กร

### การบ้านและการติดตามผล

1. ผู้เรียนเลือกสถานการณ์ที่จะกลับไปเปลี่ยนแปลงตนเอง ในการทำงานร่วมกับบุคคลและหน่วยงานที่มีความแตกต่าง
2. ผู้เรียนเลือกที่จะเกิดการเปลี่ยนแปลง เพื่อให้ตนเอง มีความสุขมากขึ้น มีความสำเร็จมากขึ้น ในการทำงาน ร่วมกับผู้อื่น
3. การบ้านเป็นสิ่งที่ผู้เรียนกำหนดขึ้นมาเพื่อให้ตนเองดีขึ้น
4. การติดตามผลเน้นการกระตุ้นเพื่อช่วยให้ผู้เรียนเกิดการนำไปใช้ ไม่ใช่เป็นเพียงการตรวจสอบ
5. ผลลัพธ์การฝึกอบรมเกิดจากสิ่งที่ผู้เรียนนำการบ้าน ไปปฏิบัติจริง

### ผู้ที่เหมาะสมกับหลักสูตรนี้

พนักงาน / หัวหน้างาน / ผู้จัดการ

### ระยะเวลา/จำนวนผู้เข้าอบรม

ระยะเวลารวม 2 วัน (เวลา 9.00 – 16.00 น.)

จำนวนผู้เข้าอบรม 30-40 คน

### วิทยากร

อาจารย์อัครินทร์ ภูทองกลม

วิทยากร โค้ช และที่ปรึกษาด้านการเพิ่มผลผลิตในองค์กรด้วยหลักการสร้างความไว้วางใจและเปลี่ยนแปลงความขัดแย้ง