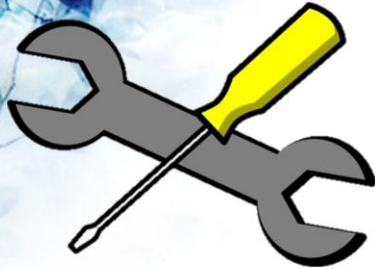


โครงการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่อง  
“เทคนิคการสร้างเครื่องมือการโค้ชชิ่งของตัวเอง”



โดย  
อาจารย์ปกรณ์ วงศ์รัตนพิบูลย์  
*Executive Coach*  
*Leadership and Strategic Development Consultant*



<http://www.entrainning.net>  
<http://www.facebook.com/CSREntainning>



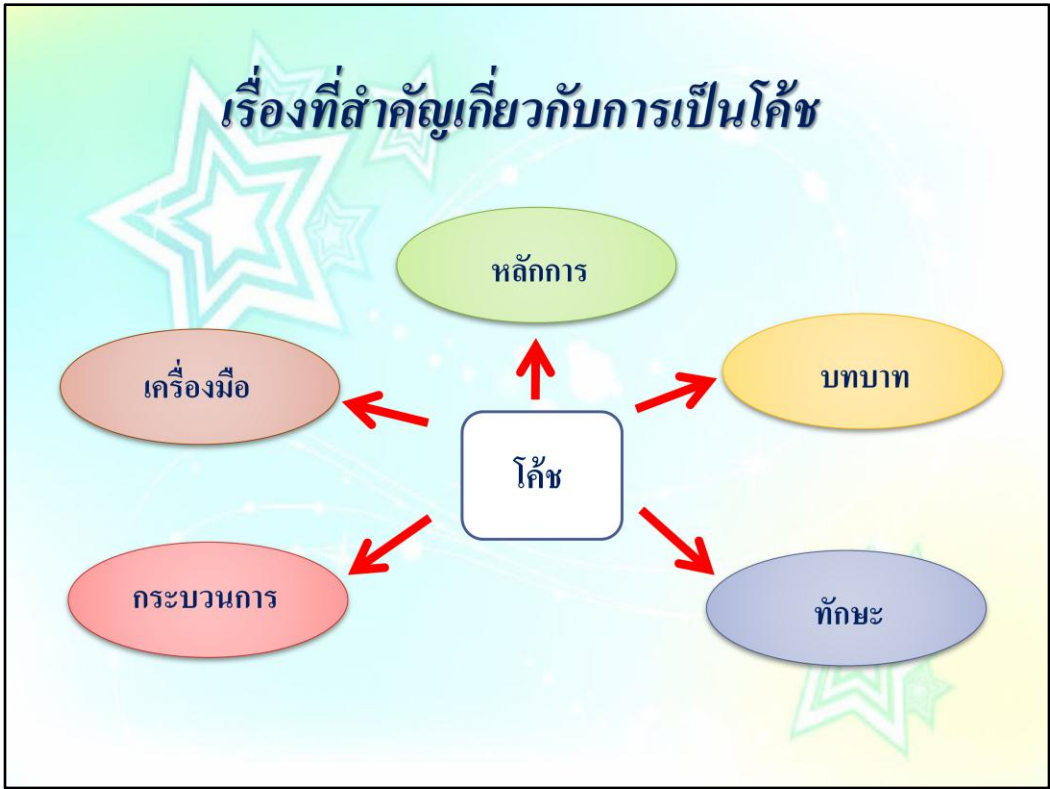
<http://www.pakornblog.com>  
<http://www.facebook.com/pakornblog>



<http://www.entrainning.net>  
<http://www.facebook.com/CSREntainning>



<http://www.pakornblog.com>  
<http://www.facebook.com/pakornblog>



สิ่งที่ได้เรียนรู้

---



---



---



---



---

สิ่งที่นำไปปฏิบัติ

---



---



---



---



---

## การโค้ชคืออะไร? (What is Coaching?)

- ◆ ความหมาย
- ◆ ประเด็นสำคัญ
- ◆ วิธีการ
- ◆ ประโยชน์



สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่จะนำไปปฏิบัติ

---

---

---

---

---

## แนวความคิดของการสร้างเครื่องมือโค้ชชิ่ง

- โค้ชมีความเชี่ยวชาญ (ประสบการณ์) ต่างกัน
- โค้ชสามารถให้ความสำคัญกับการ โค้ชชิ่งในเรื่องต่างๆ
- โค้ชมีความถนัดและ Style ของตัวเอง
- โค้ชมีวิจรรย์ญาณการวิเคราะห์อาการของโค้ชชี่ต่างกัน
- โค้ชควรมีความมั่นใจในการใช้เครื่องมือของตัวเอง
- การ โค้ชชิ่งเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ในการช่วยโค้ชชี่



สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่จะนำไปปฏิบัติ

---

---

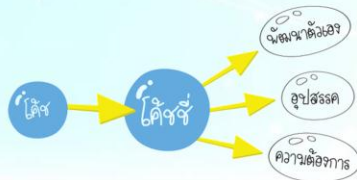
---

---

---

## จุดประสงค์ของการสร้างเครื่องมือด้วยตัวเอง

- ▶▶ เพื่อแปลงหลักการ โค้ชซึ่งสู่วิธีการ โค้ชซึ่งของตัวเอง
- ▶▶ สร้างความเชื่อมั่นในการ โค้ชซึ่ง Style ตัวเอง
- ▶▶ กำหนดกรอบของกระบวนการ โค้ชซึ่งได้ชัดเจน
- ▶▶ สามารถดำเนินการ โค้ชซึ่งอย่างมีรูปแบบที่แม่นยำ
- ▶▶ สนุกสนานกับการฝึกฝนการ โค้ชซึ่งอย่างมีทิศทาง
- ▶▶ เปลี่ยนความกลัวการ โค้ชซึ่งเป็นเรื่องท้าทายให้พิสูจน์



สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่จะนำไปปฏิบัติ

---

---

---

---

---

## การสร้างเครื่องมือโดยอ้างอิงหลักการโค้ชสากล

- ๑ การประเมิน โโค้ช (Assessment)
- ๑ การกำหนดเป้าหมาย (Goal Setting)
- ๑ การใช้คำถามทรงพลัง (Powerful Question)
- ๑ การรับฟังเชิงลึก (Active Listening)
- ๑ กำหนดประเด็นการ โโค้ช (Area of Coaching)



สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่จะนำไปปฏิบัติ

---

---

---

---

---

## เครื่องมือการประเมินโค้ช (Assessment)



- ❑ DISC
- ❑ Talent Scan
- ❑ สัตว์ 4 ทิศ
- ❑ Enneagram

“คุณมีเครื่องมืออะไรเพิ่มเติม?”



สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่จะนำไปปฏิบัติ

---

---

---

---

---

## เครื่องมือการกำหนดเป้าหมาย (Goal Setting)

- ◉ Vision of Success
- ◉ SMART Goal
- ◉ Business Goal
- ◉ Strategic Goal



“คุณมีเครื่องมืออะไรเพิ่มเติม?”



สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่จะนำไปปฏิบัติ

---

---

---

---

---



## เครื่องมือการใช้คำถามทรงพลัง (Powerful Question)

- \* คำถามประเภทต่างๆ
- \* คำถามตามคำสำคัญ (Key words)
- \* คำถามตาม Model
- \* คำถามนุกคิดเชิงลึก

“คุณมีเครื่องมืออะไรเพิ่มเติม?”



สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่จะนำไปปฏิบัติ

---

---

---

---

---

## เครื่องมือการฟังเชิงลึก (Active Listening)

- วงจรพฤติกรรม
- 6 Core Needs
- 3 Core Fears
- Cause > Effect



“คุณมีเครื่องมืออะไรเพิ่มเติม?”



สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่จะนำไปปฏิบัติ

---

---

---

---

---

## เทคนิคการสร้างเครื่องมือประเภทต่างๆ

- กำหนดองค์ประกอบที่จะมีในการ โคล้ซซิ่ง
- เรียนรู้และทำความเข้าใจเครื่องมือแต่ละประเภท
- เลือกเครื่องมือที่เหมาะสมของตัวเองในเรื่องที่จะ โคล้ซซิ่ง
- ประเมินความสามารถและความเชี่ยวชาญในการ ใช้เครื่องมือ
- ทดสอบเครื่องมือที่คัดเลือกเพื่อให้เหมาะสม
- ดำเนินการสร้างเป็นเครื่องมือด้วย Style ตัวเอง
- ฝึกฝนปฏิบัติจนเกิดความเชี่ยวชาญในเครื่องมือ



สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่จะนำไปปฏิบัติ

---

---

---

---

---

# WORKSHOP I



## การออกแบบเครื่องมือของตัวเอง

- × เครื่องมือสำหรับการประเมินโค้ชชี่
- × เครื่องมือเพื่อให้โค้ชชี่กำหนดเป้าหมาย
- × เครื่องมือการสร้างชุดคำถามของตัวเอง
- × เครื่องมือสำหรับเป็นกรอบในการฟัง
- × เครื่องมือสำหรับเป็นพื้นที่ที่เชี่ยวชาญ

สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่จะนำไปปฏิบัติ

---

---

---

---

---

## การใช้เครื่องมือในกระบวนการการโค้ชชิ่ง (Coaching)

- T : Topic (หัวข้อที่เลือก โค้ชชิ่ง)
- G : Goal (เรื่องเกี่ยวกับเป้าหมาย)
- R : Reality (การประเมินความเป็นจริง)
- O : Option (การสร้างทางเลือก)
- W : Way Forward (การตัดสินใจเลือกปฏิบัติ)

“คุณใช้เครื่องมืออะไรบ้างในแต่ละช่วง  
ของกระบวนการ”



สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่นำไปปฏิบัติ

---

---

---

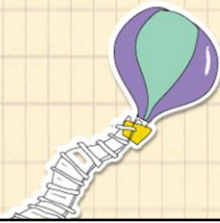
---

---

## Role Playing

### ดำเนินการโค้ชซึ่งด้วยเครื่องมือของตัวเอง

- ๑ จับคู่ดำเนินการโค้ชซึ่ง
- ๑ ดำเนินการโค้ชซึ่งซึ่งกันและกัน
- ๑ การให้ข้อมูลป้อนกลับในการโค้ชซึ่ง
- ๑ สรุปประเด็นสำคัญที่ได้เรียนรู้



สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่จะนำไปปฏิบัติ

---

---

---

---

---

## หลักการพัฒนาเครื่องมือการโค้ชซึ่งเพิ่มเติม

- ๕ พื้นฐานการปฏิบัติตัวเพื่อพัฒนาตัวเอง
- ๕ ประสบการณ์ในอาชีพที่เชี่ยวชาญในอดีต
- ๕ เครื่องมือการพัฒนาตัวเองที่คุ้นเคย
- ๕ ความคิดสร้างสรรค์ในการสร้างเครื่องมือ
- ๕ เครื่องมือการโค้ชซึ่ง คือ เรื่องใกล้ตัวของโค้ช



สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่จะนำไปปฏิบัติ

---

---

---

---

---

## การพัฒนาเครื่องมือและเทคนิคสำหรับโค้ชของตัวเอง

- ๑ การโค้ชผ่านคำสำคัญ (Keywords)
- ๒ การใช้รูปภาพ (Picture) ดำเนินการโค้ช
- ๓ การโค้ชผ่านเรื่องเล่า / หนังสือ น่าสนใจ
- ๔ การโค้ชโดยใช้ประเด็นของโค้ช



สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่จะนำไปปฏิบัติ

---

---

---

---

---



## เทคนิคการใช้คำสำคัญ (Keyword) ในการโค้ชชิ่ง



### เป้าหมาย

- 🖋️ คำว่า “เป้าหมาย” มีความหมายอย่างไรในความคิดของคุณ
- 🖋️ การที่เรามีเป้าหมายที่ชัดเจนจะเกิดประโยชน์ในเรื่องใดบ้าง?
- 🖋️ เป้าหมายที่มีคุณภาพมีคุณลักษณะอย่างไร?
- 🖋️ คนที่มีเป้าหมายกับคนที่ไม่มีความหมายแตกต่างกันอย่างไร?
- 🖋️ คุณอยากนำไปประยุกต์ใช้กับเรื่องใดบ้าง?

สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่นำไปปฏิบัติ

---

---

---

---

---

## เทคนิคการใช้รูปภาพ สร้างแนวความคิดในการโค้ชชิ่ง



-  การให้ความสำคัญที่ปัจจุบัน มากกว่าอดีตและอนาคต
-  สร้างแนวความคิดจากรูปภาพพอสั่งเขป
-  คุณได้แนวคิดอย่างไรบ้าง?
-  คุณสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับเหตุการณ์ใดบ้าง?

สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่นำไปปฏิบัติ

---

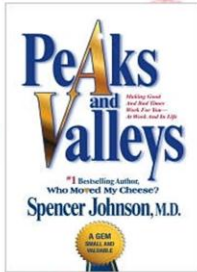
---

---

---

---

## เทคนิคการใช้เรื่องเล่าจากหนังสือในการโค้ชชิ่ง



✍ ผู้แต่ง: Spencer Johnson

✍ การเผชิญกับปัญหาโดยมุ่งสู่เป้าหมาย

- ◆ เล่าประเด็นสำคัญของหนังสือพอสังเขป
- ◆ คุณคิดว่าได้แง่คิดจากหนังสือด้านใดบ้าง?
- ◆ คุณสามารถนำแนวคิดนี้ไปประยุกต์ในเรื่องใดได้บ้าง?
- ◆ คุณเคยเจอเหตุการณ์คล้ายๆ นี้หรือไม่? อย่างไร?

สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่จะนำไปปฏิบัติ

---

---

---

---

---

## ประเด็นสำคัญของการพัฒนาเครื่องมือให้มีคุณภาพ

- เครื่องมือไม่ใช่สูตรสำเร็จ
- เครื่องมือช่วยให้การ โค้ชซึ่งง่ายขึ้น
- เครื่องมือช่วยให้มีกรอบในการ โค้ชซึ่ง
- เครื่องมือไม่สามารถแทนความรู้สึทกของตัวเองได้
- อย่า! ให้เครื่องมือชี้นำความคิดของโค้ช
- อย่า! ยึดติดกับเครื่องมือเพียงอย่างเดียว

QUALITY

สิ่งที่ได้เรียนรู้

---

---

---

---

---

สิ่งที่จะนำไปปฏิบัติ

---

---

---

---

---

การโค้ชซึ่งเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์  
เครื่องมือโค้ชซึ่งของตัวเอง  
สร้างความมั่นใจให้กับโค้ชอย่างเต็มที่



ขอให้โชคดี สวัสดิ์ครับ



<http://www.enttraining.net>  
<http://www.facebook.com/CSREnttraining>

*Pakornblog*

<http://www.pakornblog.com>



<http://www.enttraining.net>  
<http://www.facebook.com/CSREnttraining>

*Pakornblog*

<http://www.pakornblog.com>  
<http://www.facebook.com/pakornblog>