

# การพัฒนาหัวหน้างานคุณภาพขององค์กร

*Day I :*

*การเปลี่ยนแปลงตัวเอง...หัวใจของความเป็นผู้นำ*

โดย

อาจารย์ปกรณ์ วงศ์รัตนพิบูลย์

Executive Coach

Leadership and Strategic Development Consultant



 *PakornBlog* 

<http://www.pakornblog.com>



# ผู้นำ...ในความคิดของเรา

- \* นิยามผู้นำ
- \* คุณอยากเป็นผู้นำหรือไม่?
- \* คุณอีกัดใจเรื่องอะไรบ้างในฐานะผู้นำ?
- \* คุณเป็นผู้นำ Style ไหน?

ผู้นำ



# ผู้เข้าฝึกอบรมต้องการอะไรจากหลักสูตร?

- ❁ การเป็นผู้นำที่ดี!
- ❁ การนำแนวความคิดด้านภาวะผู้นำไปใช้
- ❁ เราจะพัฒนาภาวะผู้นำกันอย่างไร
- ❁ การนำเนื้อหาไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน
- ❁ การแก้ปัญหาเรื่องภาวะผู้นำของตัวเอง
- ❁ มีอะไรใหม่ๆ ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับผู้นำบ้าง?
- ❁ สามารถนำความรู้เกี่ยวกับผู้นำไปถ่ายทอดต่อได้
- ❁ อยากรู้ว่าผู้นำเกี่ยวข้องกับเรื่องอะไรบ้าง?





# แนวทางในการฝึกอบรม

- \* การเรียนรู้แบบผู้ใหญ่ ( Adult Learning )
- \* การ Coaching เพื่อให้ทุกคนเห็นตัวเอง
- \* การบรรยายเพื่อให้มีการแลกเปลี่ยนมุมมอง
- \* ทุกคนคิดถึงศักยภาพของตัวเองเพื่อดึงออกมาใช้
- \* ฟัง คิด ถาม เขียน แล้วนำไปฝึกฝน
- \* เตรียมประเด็นสำคัญเพื่อนำไป

พัฒนาทีมงาน



# ผู้นำในอุดมคติของคุณคือใคร ?

ผู้นำ หมายถึง .....



LEADERS

Leadership is action, not position.

- ผู้เป็นศูนย์กลางของกระบวนการกลุ่ม
- ผู้ที่มีศิลปะในการจูงใจในการทำงาน
- ผู้สร้างสรรค์ความคิดริเริ่ม
- ผู้มีอิทธิพลเหนือผู้อื่น
- ผู้ที่เก่งงาน เก่งคน เก่งการจัดการ
- ผู้พัฒนาผู้นำให้เกิดขึ้น
- ผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตัวเอง

# คุณเป็นผู้นำแบบไหน ?

- ✦ \_ ผู้นำที่ใช้อำนาจเป็นเผด็จการทางความคิดในการทำงาน
- ✦ \_ ผู้นำที่ขอเป็นผู้ตัดสินใจแต่เพียงผู้เดียว
- ✦ \_ ผู้นำที่เผชิญหน้ากับปัญหาแทนทีมงาน
- ✦ \_ ผู้นำรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นอยู่เสมอ
- ✦ \_ ผู้นำที่ เป็นผู้กำหนดเป้าหมายในการทำงานแต่เพียงผู้เดียว
- ✦ \_ ผู้นำที่ปราศจากตัวท่ามกลางวิกฤตเสมอ
- ✦ \_ ผู้นำที่ให้ความสำคัญเรื่องการพัฒนาทีมงาน
- ✦ \_ ผู้นำที่ชอบสร้างสรรค์เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา



# ความเชื่อเกี่ยวกับผู้นำ

- ❁ ผู้นำ ไม่มีตำแหน่ง และสามารถเป็นได้ตลอดเวลา
- ❁ ภาวะความเป็นผู้นำเกิดขึ้นจากภายในของผู้คนนั้น ๆ
- ❁ บุคคลแรกที่ควรนำ คือ ตัวเราเอง
- ❁ การเป็นผู้นำ คือ การให้พลังผู้อื่น  
ไม่ใช่การรับจากผู้อื่น
- ❁ ผู้นำที่แท้จริง คือ ผู้ที่เชื่อมั่นในตัวเอง
- ❁ ผู้นำต้องมีความสุข กับการพัฒนาผู้อื่น





# องค์ประกอบหลักที่ทำให้ความคิดเห็นแตกต่างกัน

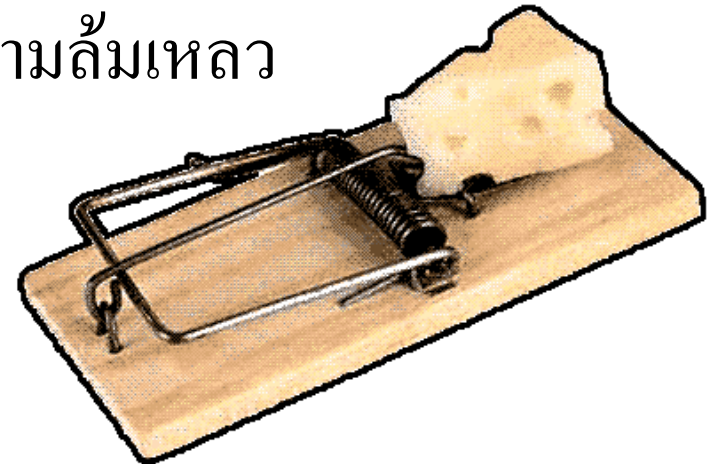
- ❁ ความเชื่อส่วนบุคคล (Belief)
- ❁ ค่านิยมที่ยึดถือ (Value)
- ❁ ประสบการณ์ในอดีต (Experience)
- ❁ กฎ-มาตรฐานของตัวเอง (Rule)





# หลุมพรางทางความคิดที่สกัดกั้นความเป็นผู้นำ

- ❁ รู้สึกว่าต้องรองรับแรงกดดันรอบด้าน
- ❁ เกิดอาการท้อถอยกับการทำงานบ่อย ๆ
- ❁ ขาดความมั่นใจในตัวเอง
- ❁ มองการทำงานเป็นความเครียดไม่ใช่เรื่องท้าทาย
- ❁ สับสนในตัวเองว่าเรื่องใดควรทำเองเรื่องใดควรให้ผู้อื่นทำ
- ❁ การใช้อำนาจแบบผิด ๆ จึงไม่ได้รับความร่วมมือ
- ❁ ไม่กล้าตัดสินใจ เพราะกลัวความล้มเหลว



# Work Shop I : การเอาชนะหลุมพรางทางความคิด

- ❖ หลุมพรางที่เจออยู่ในปัจจุบันคืออะไร?
- ❖ สาเหตุที่เรารู้สึกแบบนั้นเป็นเพราะอะไร?
- ❖ เราสามารถเอาชนะได้โดยวิธีใด?
- ❖ แลกเปลี่ยนให้เพื่อนฟัง



# เทคนิคการเอาชนะห่อุมพรางทางความคิด

- ❁ ปรับนิยามใหม่!
- ❁ การใช้คำถามสร้างพลัง!
- ❁ เปลี่ยนความคิดต่อเหตุการณ์ใหม่!
- ❁ สร้างทัศนคติเชิงบวก!
- ❁ ยอมรับความเปลี่ยนแปลง!



# คำถามแลกเปลี่ยนความคิด

- \* ทัศนคติเชิงบวกกับทัศนคติเชิงลบ เกิดขึ้นพร้อมกันหรือไม่
- \* ใครมีทัศนคติเชิงบวกมากกว่ากันระหว่าง.....
  - o เด็ก,วัยรุ่น, ผู้ใหญ่
- \* เราจับผิดผู้อื่น หรือ จับถูกผู้อื่น มากกว่ากัน?
- \* เราชักตัวเองกันหรือไม่
  - o พัฒนาตัวเอง หรือ ทำลายตัวเองมากกว่ากัน?





# รูปภาพให้แง่คิด



มีแค่ครึ่ง หรือ มีทั้งครึ่ง

นี่รูปอะไร

“ เมื่อคุณมีทัศนคติเชิงบวก คุณจะมีความสุขกับตนเอง และกับผู้อื่น คุณจะมีความนับถือตนเอง, มีความรู้สึที่ดีๆ ประสบแต่เรื่องดี ๆ และห่างไกลจากเรื่องร้ายๆ ทัศนคติเชิงบวกสอนให้คุณคิดและทำอย่างสร้างสรรค์ คุณสามารถใช้มัน เพื่อทำความปรารถนาให้เป็นความจริง ”



# คุณมีทัศนคติอย่างไรกับตัวเอง

\* ตอนที่คุณตื่นขึ้นในตอนเช้า



\* ตอนที่คุณมองตัวเองในกระจกในห้องน้ำ



\* ตอนที่คุณคุยกับคนในครอบครัวของคุณ



\* ตอนที่คุณคุยกับลูก ๆ ของคุณ



\* ตอนที่คุณขับรถ / นั่งรถไปทำงาน

\* ตอนที่คุณลงมือทำงาน



\* ตอนที่คุณคุยกับบุคคลในที่ทำงาน



# ทดสอบความคิดเห็นของคุณต่อความหมายต่าง ๆ

(  : จริง ,  : เท็จ )

- 1. คนที่มองโลกในแง่ร้ายเกิดมาเป็นเช่นนั้นเอง
- 2. สิ่งที่สัปดาห์นี้ไม่ให้คนเราทำงานได้อย่างเต็มประสิทธิภาพคือสถานการณ์ที่อยู่นอกเหนือการควบคุม
- 3. ความมั่นใจในตนเอง คือ สิ่งที่เราอาจเสแสร้งขึ้นมาได้
- 4. การกล่าวว่าบุคคลใดมีหลักการคิดในแง่บวกเหมือนกับกล่าวว่าบุคคลนั้นเป็นผู้ไม่ประสีประสาอะไร
- 5. ความเชื่อเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของเรา และพฤติกรรมจะเป็นตัวกำหนดความรู้สึกรของเรา



# ทดสอบความคิดเห็นของคุณต่อความหมายต่าง ๆ

(  : จริง ,  : เท็จ )

- 6. บางครั้งคุณต้องเพิกเฉยกับความจริงบางอย่าง เพื่อที่จะได้เป็นผู้มีหลักคิดในแง่บวก
- 7. เราไม่สามารถเปลี่ยนแปลงความจริงของสถานการณ์ส่วนใหญ่ได้ เราทำได้เพียงควบคุมปฏิกิริยาของเราเอง ที่มีต่อสถานการณ์นั้น ๆ
- 8. การที่เรามีความคาดหวังในตนเอง ไม่ใช่ตัวทำนายว่าเราจะประสบความสำเร็จ
- 9. ข้อเท็จจริง สำคัญกว่า ทัศนคติ
- 10. หากคุณไม่ตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ในชีวิตของคุณเอง คนอื่นจะตัดสินใจให้แทน

## Work Shop II : สำรวจอารมณ์เชิงลบของคุณ

- อารมณ์เชิงลบที่คุณเกิดบ่อยๆคือ \_\_\_\_\_
- เหตุการณ์ใดบ้างที่คุณเกิดอารมณ์นี้?
  1. \_\_\_\_\_
  2. \_\_\_\_\_
  3. \_\_\_\_\_
- คุณปรับเป็นอารมณ์เชิงบวกได้เร็วแค่ไหน?
- คุณทำอย่างไรอารมณ์เชิงลบจึงลดน้อยลง?



# กรณีศึกษา : การพุดกับตัวเองครั้งใหม่

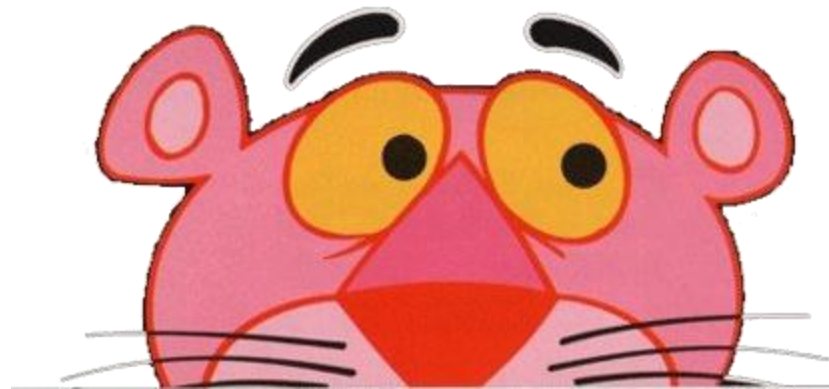
---

ปัญหา : การเจออุปสรรคในการทำงาน

ข้อความเชิงลบ : “มันเป็นปัญหาที่ยากเพราะ.....”

ข้อความเชิงบวก : “มันต้องมีทางออกสักทางซิ”

**Note** : คุณมีข้อความเชิงบวกว่าอย่างไร?



# กรณีศึกษา : การพูดกับตัวเองครั้งใหม่ (ต่อ)

ปัญหา : ความเครียดเมื่อหัวหน้าสั่งงานใหม่ๆ

ข้อความเชิงลบ : “ งานเยอะอยู่แล้ว ยังสั่งเพิ่มอีก  
ทำไมทันหรือ ”

ข้อความเชิงบวก : “ เราต้องจัดลำดับความสำคัญ  
ให้ดีขึ้น ”

**Note** : คุณมีข้อความเชิงบวกว่าอย่างไร?



# กรณีศึกษา : การพูดกับตัวเองครั้งใหม่ (ต่อ)

## ปัญหา

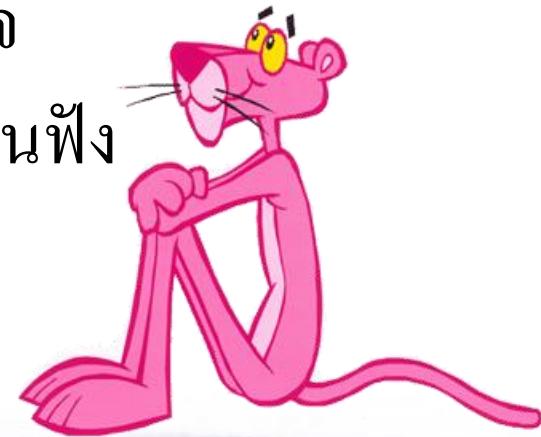
- เพื่อนเห็นแก่ตัวไม่ค่อยช่วยงานเราเลย
- ลูกน้องไม่ค่อยชอบแก้ไขปัญหาคะ โยนปัญหาให้เราอยู่เรื่อย
- ลูกค้าเอาแต่ใจตัวเอง ไม่รู้จะบริการอย่างไร
- หัวหน้าคุณ จี โหม โห เราค่อนข้างกลัว



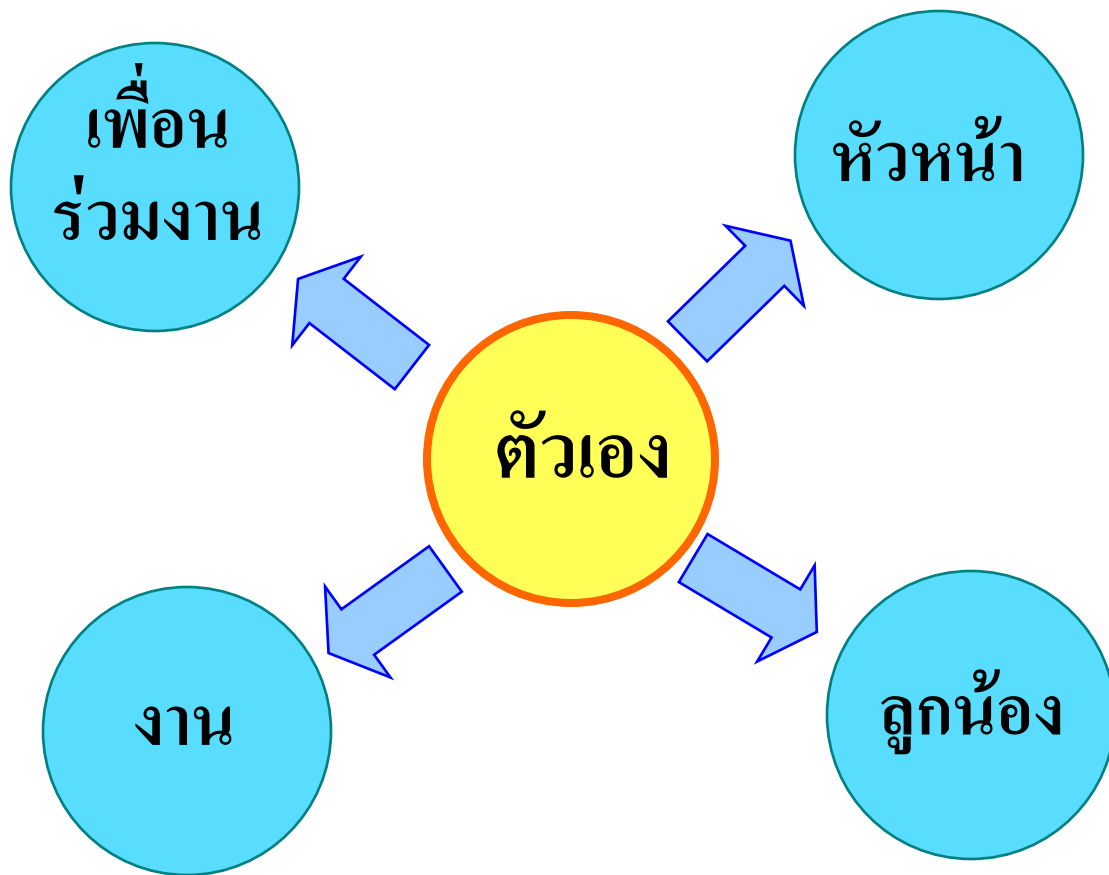
## Work Shop III : ชมตัวเอง/เห็นคุณค่าในตัวเอง

“ทุกคนชอบคำชม แต่ส่วนใหญ่รอคอยจากผู้อื่น  
ทั้งๆที่เราสามารถ ชมตัวเองได้”

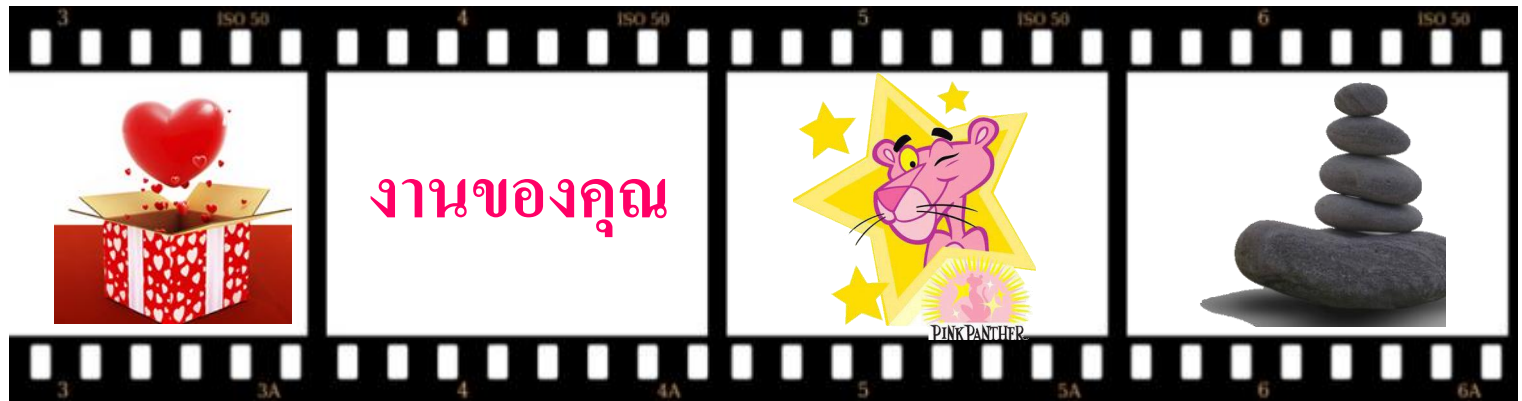
- คุณคิดอย่างไร ? ลองชมตัวเองให้เพื่อนๆ ฟังหน่อย
  - คุณสมบัติเด่นของเรา
  - เรื่องที่น่าภาคภูมิใจ
  - สิ่ง que ผู้อื่นชมเราบ่อยๆ
  - แลกเปลี่ยนให้เพื่อนฟัง



# ทัศนคติของคุณกับบุคคลรอบทิศทาง (360 องศา)



# เปลี่ยนวิธีคิด . . . พลิกชีวิตคุณ



- ❖ คุณชอบงานของคุณเพราะ \_\_\_\_\_
- ❖ งานนี้ให้ประโยชน์อะไร \_\_\_\_\_
- ❖ คุณเลือกทำงานนี้เพราะ \_\_\_\_\_
- ❖ คุณสามารถทำงานนี้ให้ดีขึ้นโดย \_\_\_\_\_



# เปลี่ยนวิธีคิด . . . พลิกชีวิตคุณ



- ❖ คุณชอบเพื่อนร่วมงานเพราะ \_\_\_\_\_
- ❖ เพื่อนช่วยเหลือคุณในเรื่อง \_\_\_\_\_
- ❖ คุณเห็นข้อดีของเพื่อนเช่น \_\_\_\_\_
- ❖ คุณอยากช่วยเหลือเพื่อนในเรื่อง \_\_\_\_\_

# เปลี่ยนวิธีคิด . . . พลิกชีวิตคุณ



- \* จุดเด่นของหัวหน้าคือ \_\_\_\_\_
- \* คุณชอบหัวหน้าในเรื่อง \_\_\_\_\_
- \* หัวหน้าช่วยคุณในเรื่อง \_\_\_\_\_
- \* คุณอยากช่วยหัวหน้าในเรื่อง \_\_\_\_\_

# เปลี่ยนวิธีคิด . . . พลิกชีวิตคุณ



- \* จุดเด่นของลูกน้องคือ \_\_\_\_\_
- \* คุณชอบลูกน้องในเรื่อง \_\_\_\_\_
- \* ลูกน้องช่วยคุณในเรื่อง \_\_\_\_\_
- \* คุณอยากช่วยลูกน้องในเรื่อง \_\_\_\_\_

# เปลี่ยนวิธีคิด . . . พลิกชีวิตคุณ



- \* จุดเด่นของคุณคือ \_\_\_\_\_
- \* คุณมีความสามารถพิเศษด้าน \_\_\_\_\_
- \* คุณมีอุปนิสัยที่ดีในเรื่อง \_\_\_\_\_
- \* คุณอยากพัฒนาตัวเองเรื่อง \_\_\_\_\_



# เคล็ดลับในการรักษาทัศนคติในทางบวก

- ♥ คุณต้องเปิดตัวเองไปสู่ข้อมูลในทางบวก
- ♥ คุณต้องคบหากับคนที่มีทัศนคติเชิงบวก
- ♥ **อย่าไปสนใจคนที่บอกว่า “คุณทำไม่ได้หรอก”**
- ♥ ถ้าคุณไม่มีอะไรดี ๆ จะพูด ก็ไม่ต้องพูดอะไร
- ♥ **อย่าเอาแต่พูดถึงแต่เรื่องที่เป็นปัญหา** ให้มุ่งไปที่ทางออกของปัญหา
- ♥ ความล้มเหลวเป็นเรื่องของเหตุการณ์ไม่ใช่เรื่องของคุณคน
- ♥ การทำงานหนักเป็นที่มาของโชคลาภ

# การบ้าน สำหรับนำไปฝึกฝน

\* หลุมพรางที่ตั้งใจไปเปลี่ยนแปลงตัวเอง

o เรื่อง \_\_\_\_\_

o เปลี่ยนความคิดใหม่ เป็น \_\_\_\_\_

\* เรื่องที่จะนำไปพัฒนาลูกน้องในทีมงาน

o หัวข้อ \_\_\_\_\_

o สาเหตุที่เลือกเพราะ \_\_\_\_\_

o คาดหวังผลลัพธ์ คือ \_\_\_\_\_

o ตั้งใจไปลงมือทำวันที่ \_\_\_\_\_

# สิ่งที่ได้รับจากการฝึกอบรมในครั้งนี้

- ✦ เรื่องที่ได้รับ
- ✦ เรื่องที่ชอบ
- ✦ เรื่องที่คุณจะนำไปปฏิบัติเป็นเรื่องแรก คือเรื่องอะไร ?



Change



“ ผู้นำ คือ ผู้มีอิทธิพลเหนือผู้อื่น  
ทุกคน สามารถ มีอิทธิพลต่อผู้อื่นตลอดเวลา  
ภาวะผู้นำในตัวคุณ รอคุณ หยิบมาใช้ครับ ”

“ คุณ คือ สุดยอดผู้นำ ”

สวัสดีครับ

<http://www.pakornblog.com>



 PakornBlog 

