

หลักสูตรประกาศนียบัตรพื้นฐาน

การฟังอย่างลึกซึ้ง

The Power of Deep Listening

การฟังอย่างลึกซึ้งไม่เพียงแต่เป็นหัวใจสำคัญ หรือเป็นเสาหลักของโค้ชมืออาชีพ และยังสำคัญกับทุกอาชีพด้วย การฟังอย่างลึกซึ้งคือการสร้างพื้นที่ปลอดภัย ที่ปราศจากเงื่อนไข การตัดสิน การตอบสนอง หรือพยายามเปลี่ยนแปลงโดยใช้ความเชื่อ สมมติฐานของผู้นำเพียงอย่างเดียว หากแต่เปิดโอกาสให้โค้ชและผู้โค้ชได้สำรวจความรู้สึก ประสบการณ์ และเปิดโอกาสให้โค้ชได้มีพื้นที่อิสระในการแสดงความคิดเห็น ประสบการณ์ความเชื่อ และความรู้สึก การฟังอย่างลึกซึ้ง เมื่อนำมาประกอบกับการโค้ช นอกจากจะทำให้โค้ชได้ค้นพบจุดแข็ง และโอกาสด้วยตัวเองอย่างรวดเร็ว ส่วนโค้ชก็ได้ข้อมูล มุมมอง ที่นำไปสู่การสร้างสรรคคำถามทรงพลังที่ดีกว่า ตรงจุดกว่า นำไปสู่การดึงศักยภาพของโค้ชได้สูงกว่า ทำให้โค้ชเกิดการตระหนักรู้และความเชื่อมั่นในสร้างการเปลี่ยนแปลงด้วยตัวเองมากกว่า

▶ ดร.กัญญ์ รัตนาพันธุ์, PCC

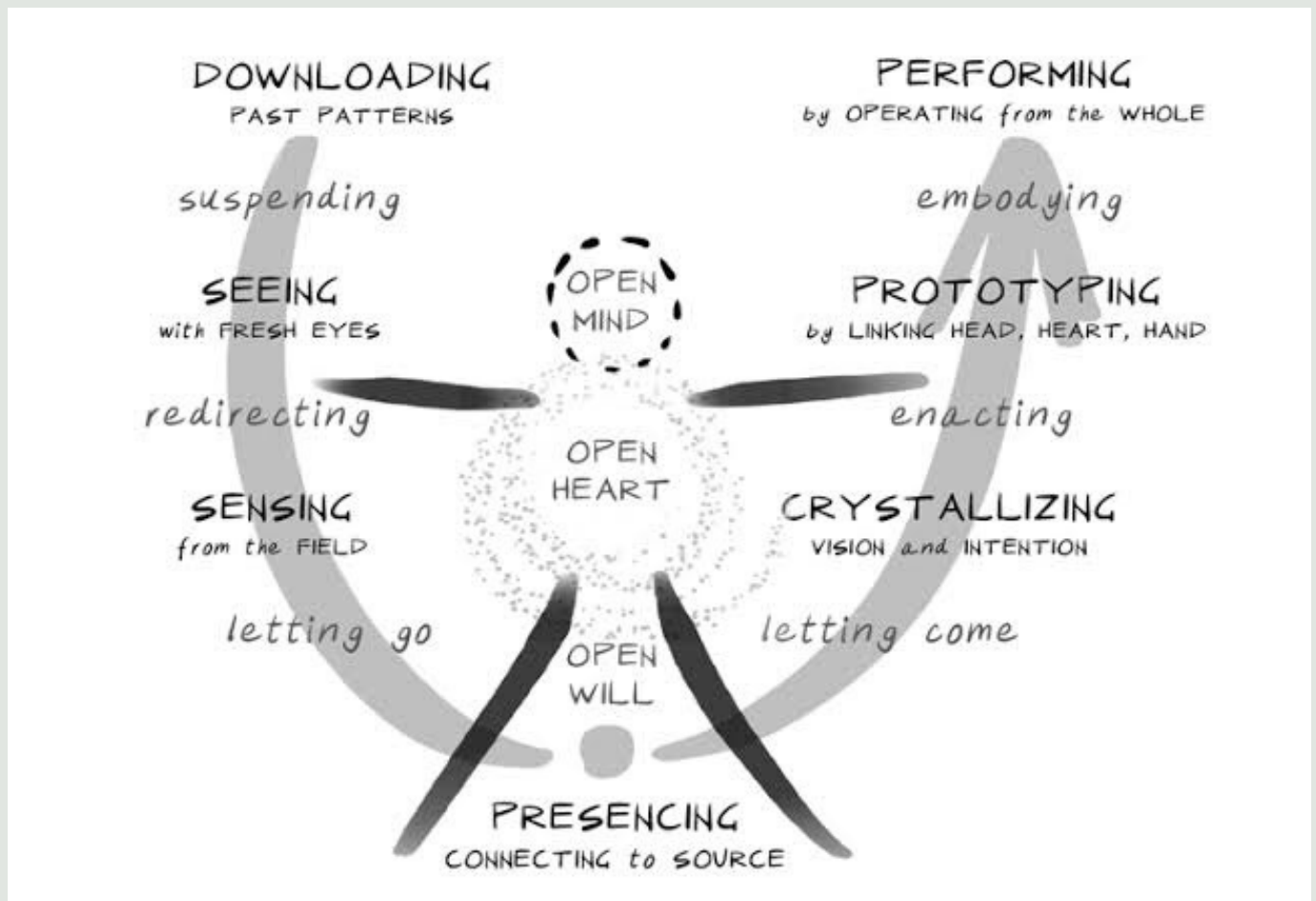


เรียนรู้แบบ
ออนไลน์

2-3-4
พฤศจิกายน 2563
19.00-21.30 น.



ICM
International Coaching Mastery



ปัจจุบันการฟังอย่างลึกซึ้ง มีการพัฒนาต่อยอดไปเป็นเครื่องมือใหม่ๆ มากมาย ตั้งแต่การเตรียมการ และวิธีการ มีการต่อยอดไปใช้เป็นเครื่องมือการพัฒนาตนเอง การโค้ช การสร้างการเปลี่ยนแปลงทั้งในตัวเอง และกลุ่ม เช่น Theory U อาจบอกได้ว่าคุณภาพของการโค้ชขึ้นกับคุณภาพของการฟัง การฟังอย่างลึกซึ้งนอกจากนี้ยังช่วยให้โค้ชเป็นนักสื่อสารที่ดี สามารถสร้างสรรคความสัมพันธกับคนรอบข้างได้ หลักสูตรการฟังอย่างลึกซึ้งนี้เน้นการสร้างนักฟังและโค้ชมืออาชีพที่มีขีดความสามารถในการสร้างพื้นที่ปลอดภัย มีความเข้าใจสามารถแยกระหว่างการฟังที่ไม่มีคุณภาพและมีคุณภาพได้ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ในการโค้ชทั้งโค้ชชีวิต (Life Coaching) และโค้ชผลงาน (Performance Coaching) การโค้ชเดี่ยว หรือโค้ชเป็นกลุ่ม การโค้ชตัวเอง นอกจากนี้ยังเอาไปใช้ในการพัฒนาระบบการโค้ชของตัวเองได้อีก

จุดประสงค์ของหลักสูตร (Objectives)

1. เพื่อให้ผู้เรียนได้เข้าใจหลักการพื้นฐานของการฟังเชิงลึก
2. เพื่อพัฒนาขีดความสามารถของผู้เรียนในการฟังเชิงลึก
3. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถประยุกต์ใช้การฟังเชิงลึกกับการโค้ชได้
4. เพื่อให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตัวเองผ่านการฟังเชิงลึกได้

ผลที่คาดว่าจะได้รับ (Outcomes)

1. ผู้เรียนมีความเข้าใจเรื่องการฟังเชิงลึก
2. ผู้เรียนมีขีดความสามารถในการใช้การฟังเชิงลึกกับการโค้ช
3. ผู้เรียนมีขีดความสามารถในการโค้ชมากขึ้น
4. ผู้เรียนมีศักยภาพของตนเองในด้านการสื่อสาร การสร้างสัมพันธ์กับคนรอบข้างเพิ่มขึ้น



เนื้อหาหลักสูตร (Content)

Module 1

ที่มา ทฤษฎี และ ประโยชน์ของการฟังอย่างลึกซึ้งกับการโค้ช และความเชื่อมโยงกับจิตวิทยาเชิงบวก

Module 2

การเตรียมความพร้อมสำหรับการฟังเชิงลึกที่เน้นการจูนตัวโค้ชเข้ากับตัวโค้ชซี ด้วยวิธีการเช่น การเจริญสติ (Mindfulness) การใช้ Alexander technique เพื่อปรับความพร้อมในการฟัง

Module 3

การฟังเชิงลึก 5 ระดับ เน้นการประเมินระดับการฟัง ทำให้เห็นปัญหาและโอกาส

Module 4

เทคนิคในการฟังเชิงลึก ประกอบด้วย การฟังพร้อมการฝึกฟังจนเข้าถึงที่ไม่ตัดสิน ไม่พยายามเปลี่ยนแปลง

Module 5

การใช้ Theory U ร่วมกับการฟังเชิงลึก เน้นการฟังลงลึกถึงการที่ทั้งโค้ชและโค้ชซี ตกพัสลิกเห็นจุด Blindspot และมองเห็นทางออกด้วยตัวเอง

Module 6

การใช้ LH Column ร่วมกับการฟังเชิงลึก เน้นการฟังและวิเคราะห์ผ่านเครื่องมือ LH Column เครื่องมือง่ายๆ ที่ทำให้โค้ชซีเห็นสิ่งที่ซ่อนอยู่ภายใต้ปัญหานั้นๆ

Module 7

สุนทรียสนทนาเพื่อการฟังอย่างลึกซึ้ง เป็นการสนทนาที่เน้นการฟังอย่างลึกซึ้ง ผ่านการไม่ตัดสิน เป็นการฝึกให้โค้ชซีสามารถกลับไปต่อยอดสร้างพื้นที่ปลอดภัย และแก้ปัญหาล้างที่อยู่ใต้ภูเขาน้ำแข็งด้วยตนเอง

Module 8

การใคร่ครวญ (Reflection) เพื่อการพัฒนาสมรรถนะในการฟัง เน้นการฟังเสียงตนเอง เป็นเครื่องมือที่โค้ชและโค้ชซีสามารถนำมาประเมินกระบวนการในการแก้ปัญหของโค้ชซี ที่มุ่งเน้นที่กระบวนการ เพราะการเปลี่ยนกระบวนการย่อมทำให้ผลลัพธ์เปลี่ยน

Module 9

การค้นหาดูแแข็ง (Strengths Spotting) จากการฟังเชิงลึกและการสะท้อนผล เพื่อเป็นทรัพยากรสำหรับโค้ชซีในการสร้างการเปลี่ยนแปลงด้วยตนเอง เป็นเครื่องมือเสริมที่ช่วยให้การโค้ชทรงพลังยิ่งกว่าเดิม ทำให้โค้ชซีสร้าง Action Plan ได้ง่าย ดังศักยภาพได้มากกว่าเดิม



ประวัติวิทยากร ดร.ปิยนุช รัตนพันธุ์, PCC

การศึกษา

ระดับปริญญาตรี	วิศวกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาวิศวกรรมระบบวัดคุม สถาบันเทคโนโลยี พระจอมเกล้า เจ้าคุณทหารลาดกระบัง
ระดับปริญญาโท	MBA (การเงิน) Virginia Tech, USA
ระดับปริญญาเอก	Organization Development มหาวิทยาลัยอีสต์สมิธตัน

Certificate and Diploma

1. “Appreciative Inquiry” from Prof. David Cooperrider, founding father of Appreciative Inquiry, 2012
2. “Appreciative Coaching” with Ann Clancy Ph.D. and Jacqueline Bingkert
3. “Diploma of Positive Psychology and Wellbeing” from Langley Institute, accredited by the British Society of Psychology, 2015
4. Certificate in Meaning & Valued Living Coaching Masterclass 2018.
5. Professional Coach Certification Program from Thailand Coaching Institute 2019

ผลงานที่โดดเด่น

- ผู้ก่อตั้งกลุ่ม Thailand Appreciative Inquiry Network (AI Thailand)
- ผู้บุกเบิกการฟังแบบลึกซึ้งด้วย Theory U ในประเทศไทย

