



▶ ดร.ปิณฑิร รัตนพันธุ์

หลักสูตรประกาศนียบัตรพื้นฐาน Ψ Certification Programme

การโค้ชจิตวิทยาบวก Positive Psychology Coaching



การโค้ชด้วยจิตวิทยาบวก (Positive Psychology Coaching) เป็นรูปแบบการโค้ชที่พัฒนามาจากศาสตร์จิตวิทยาบวก (Positive Psychology) หรือจิตวิทยาแห่งความสุข (Psychology of Happiness) กับการโค้ช ซึ่งเป็นศาสตร์ที่เน้นการสร้างการเติบโตของงานของมนุษย์ โดยการใช้จุดแข็ง ด้วยเครื่องมือซึ่งผ่านการพัฒนาสร้างสรรค์ และทดสอบด้วยกระบวนการทางวิทยาศาสตร์ การโค้ชด้วยจิตวิทยาบวกทำให้โค้ชชี้เห็นแผนที่ชีวิตตัวเองได้ชัดเจน รู้ว่าตัวเองมีจุดแข็งอะไรอะไรเป็นจุดแข็งที่ยังไม่ได้พัฒนา แล้วจะพัฒนาได้อย่างไร อะไรคือจุดประสงค์ ความหมาย และคุณค่าของชีวิต สิ่งแวดล้อมภายนอก ทั้งโอกาส และความท้าทาย ทำให้ตั้งเป้าหมายทั้งเรื่องงานและชีวิตได้ดีกว่า พร้อมทั้งค้นพบทรัพยากรสนับสนุน เครือข่ายสังคม ที่ส่งเสริมเป้าหมายตัวเองได้ชัดมากขึ้น

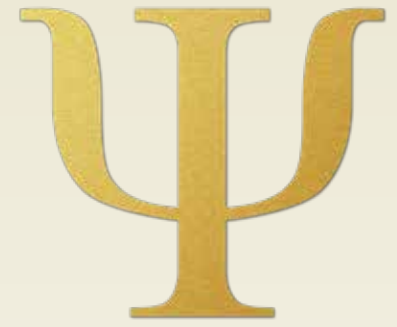
การโค้ชด้วยจิตวิทยาบวก เป็นศาสตร์การพัฒนาคอนที่เหมาะสำหรับโลกในยุค VUCA World ที่เต็มไปด้วยความผันผวน ไม่แน่นอน สลับซับซ้อน และ คลุมเคลือ เพราะทำให้โค้ชสามารถค้นหาจุดแข็ง และเชื่อมโยงไปโอกาส ไม่จมจ่อมอยู่กับอดีต ด้วยศาสตร์ที่เติบโตมาจากวิทยาศาสตร์ความสุข การโค้ชด้วยจิตวิทยาบวก ทำให้โค้ชชี้เห็นคุณค่าของตัวเอง ที่สำคัญความสุขที่เกิดจากกระบวนการทำให้สมองส่วนหน้า (Prefrontal Cortex) เปิดเต็มที่ สมองส่วนนี้เป็นสมองส่วนที่มนุษย์ใช้ในการคิดกลยุทธ์ ความคิดสร้างสรรค์ นวัตกรรมใดๆ เมื่อสมองนี้เปิดด้วยภาวะอารมณ์ที่เป็นสุข โอกาสที่โค้ชจะเกิดคำตอบใหม่ๆ ที่ออกนอกกรอบจึงมีมากกว่า มีทางเลือกมากกว่า สร้างผลงาน และสมดุลชีวิตได้ดีกว่า

หลักสูตรหลักสูตรประกาศนียบัตรพื้นฐานการโค้ชจิตวิทยาบวก (Positive Psychology Coaching Certification Program) นี้ สอนโดยหนึ่งในผู้บุกเบิกศาสตร์นี้ในประเทศไทย เป็นหลักสูตรที่ออกแบบมาให้ผู้เรียนได้สัมผัสทั้งทฤษฎีและภาคปฏิบัติ หลักสูตรครอบคลุมตั้งแต่การประเมิน การเชื่อมโยงจุดแข็งภายในเข้ากับโลกภายนอก การขยายผล จนถึงการวัดผล

ผู้เรียนไม่เพียงแต่จะสามารถนำศาสตร์นี้ไปพัฒนาตนเอง แต่ยังสามารถนำไปพัฒนาผู้อื่นได้ สามารถประยุกต์ใช้ได้ทั้งในหลายแง่มุมไม่ว่าจะเป็นการทำงาน ครอบครัว การเงิน การศึกษา ภาวะผู้นำ การทำงานเป็นทีม ไปจนถึงการสร้างจุดหมายในชีวิต การเติบโตในอาชีพ หรือแม้กระทั่งการสร้างธุรกิจ สามารถนำไปใช้ได้ทั้งเดี่ยว จนถึงเป็นกลุ่ม เป็นหลักสูตรที่เหมาะสมกับผู้บริหาร ผู้นำ โค้ช ที่ปรึกษา ผู้ประกอบการ HRD และ นักพัฒนาองค์กร ที่มีพื้นฐานด้านจิตวิทยาบวก และการโค้ชมาก่อน

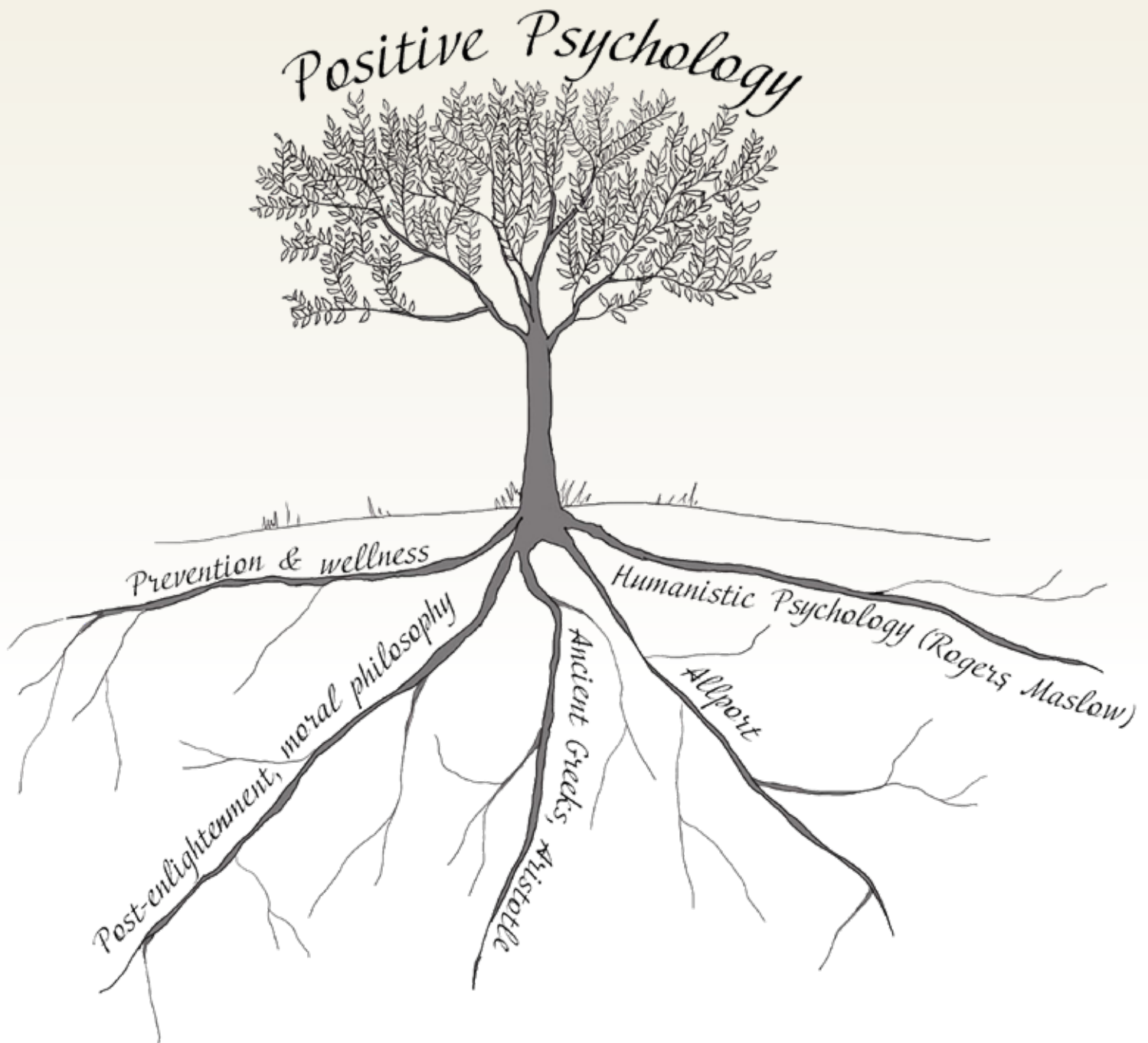
จุดประสงค์ของหลักสูตร (Objectives)

1. เพื่อพัฒนาความรู้ความเข้าใจของผู้เรียนในเรื่องทฤษฎี เครื่องมือ จุดมุ่งหมาย ประโยชน์ และขอบเขตของ Positive Psychology Coaching
2. เพื่อพัฒนาขีดความสามารถของผู้เรียนในการใช้เครื่องมือประเมินด้านจิตวิทยาบวกมาเป็นเครื่องมือในการโค้ช
3. เพื่อพัฒนาขีดความสามารถของผู้เรียนในการประยุกต์ใช้ทฤษฎีสำคัญๆ ในจิตวิทยาบวกมาเป็นเครื่องมือในการโค้ช



ผลที่คาดว่าจะได้รับ (Outcomes)

- ผู้เรียนเข้าใจความสำคัญของทฤษฎี เครื่องมือของการโค้ชจิตวิทยาบวก
- ผู้เรียนสามารถใช้โค้ชจิตวิทยาบวกในการทำให้โค้ชชี่ตระหนักและใช้จุดแข็งของตนเพื่อบรรลุเป้าหมายต่างๆ ได้





เนื้อหาหลักสูตร (Content)

Module 1

วิทยาศาสตร์ความสุข รวมถึงประวัติและพัฒนาการของ Positive Psychology Coaching

Module 2

ทฤษฎีประกอบการโค้ช เช่น Positive Emotions, Positivity, PERMA, FLOW, GRIT, Mindset และเครื่องมืออื่นๆ ทั้งในกลุ่มจิตวิทยาคลินิกที่ 1 และคลินิกที่สอง

Module 3

การออกแบบคำถามทรงพลังสำหรับการโค้ชด้วยจิตวิทยาบวก

Module 4

การโค้ชจิตวิทยาบวกด้วยการประเมินบุคลิกที่เป็นจุดแข็งและคุณธรรม VIA Character Strengths และการใช้ผลการประเมินในการค้นหา Value, Meaning และ Purpose การบรรลุเป้าหมาย

Module 5

การโค้ชจิตวิทยาบวกด้วยการประเมินจุดแข็งแบบ Strengths Profile (Former R2) รวมถึง การนำ Realised Strengths, Unrealised Strengths ไปใช้งาน

Module 6

การโค้ชจิตวิทยาบวกโดยใช้ PERMA, FLOW, Positivity, GRIT

Module 7

การใช้ Positive Reframing ประกอบการโค้ชจิตวิทยาบวกเพื่อสร้าง Growth Mindset

Module 8

การใช้ Metaphor เพื่อการเชื่อมโยงอารมณ์ สมดุลชีวิตกับงาน จุดแข็ง จุดอ่อน คุณค่า ภัยคุกคาม โอกาส พันธมิตรเข้าด้วยกัน เพื่อค้นหาและตั้งเป้าหมายและการทำตามเป้าหมาย

Module 9

การโค้ชจิตวิทยาบวกแบบกลุ่ม และ การสร้าง Coaching Circle เพื่อการพัฒนาทีมงาน องค์กร

Module 10

การประเมินผลการโค้ช และการติดตามผล



ประวัติวิทยากร ดร.ปิยนันท์ รัตนพันธุ์

การศึกษา

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

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

- เป็นผู้นำเปิดการนำ Positive Psychology ในสอนหลักสูตรปริญญาโทบริหารธุรกิจของไทย และการให้คำปรึกษาและโค้ชในธุรกิจ
- เป็นอาจารย์ที่ปรึกษางานวิจัยด้านการใช้ Positive Psychology ในการพัฒนาคน/องค์กรหลายหน่วยงาน
- เป็นผู้ก่อตั้งเครือข่ายชมรม Positive Psychology Thailand

