

Growth Mindset & Self-Motivation for Success

การสร้างกรอบความคิดเพื่อการเติบโตและขับเคลื่อนเป้าหมายองค์กร

อาจารย์อัครินทร์ ภูทองกลม

หลักการและเหตุผล

P: Problem: ปัญหา

ในการบริหารงานหรือการบริหารชีวิตเราคงไม่สามารถหลีกเลี่ยงการพบเจอกับปัญหา อุปสรรค เป้าหมายที่ยาก งานที่ลำบากและเยาะ เจอแรงกดดันจากรอบด้าน และถูกคาดหวังจากสภาพแวดล้อมและคนรอบตัว ที่ทำให้เราเจอเกิดอารมณ์เชิงลบ เกิดความคิดเชิงลบต่อสถานการณ์รอบด้าน คิดลบต่อตนเอง คิดลบต่อคนอื่น รู้สึกท้อถอย หมดไฟ ไม่มีความสุขในการทำงาน การสื่อสารและความสัมพันธ์ขัดแย้ง ความคิดสร้างสรรค์หดหาย กำลังใจที่จะเผชิญอุปสรรคหมดไป ความหวังในการบรรลุเป้าหมายไร้หนทาง

C : Cause : สาเหตุ

ซึ่งสาเหตุของปัญหาที่เกิดขึ้นจากที่กล่าวมานั้นมักเกิดจากหลุมพรางทางความคิด (Fixed Mindset) หลายสาเหตุด้วยกัน เช่น

- การความคาดหวังให้เป้าหมายนั้นสำเร็จในทันที โดยที่ไม่ได้วางแผน
- ติดกับดักแห่งอารมณ์เชิงลบจากการเปรียบเทียบสิ่งที่ดีและมีและสิ่งที่ไม่ดี
- การมองไม่เห็นคุณค่า ข้อดี หรือ ศักยภาพภายในตนเอง

A : Answer : แนวทางแก้ไขปัญหาและการบรรลุเป้าหมาย

หากเราสามารถรู้ได้อย่างชัดเจนและมองเห็นว่าสาเหตุของปัญหาที่เรา กำลังเผชิญอยู่นั้นเกิดจากอะไร เราจะสามารถมองเห็นแนวทางต่างๆ ในการก้าวข้ามหลุมพรางทางความคิดที่เป็นอุปสรรคในการขับเคลื่อนเป้าหมายในการทำงานและการใช้ชีวิตได้ดีมากยิ่งขึ้น

N : Net benefit : ผลลัพธ์จากการลงมือปฏิบัติตามแนวทางที่เลือก

วัตถุประสงค์ของการอบรม : (KSA)

Knowledge : ความรู้

เรียนรู้แนวทางการขยายกรอบความคิดในมิติของการเติบโตและการพัฒนาในด้านต่างๆ (Growth Mindset)

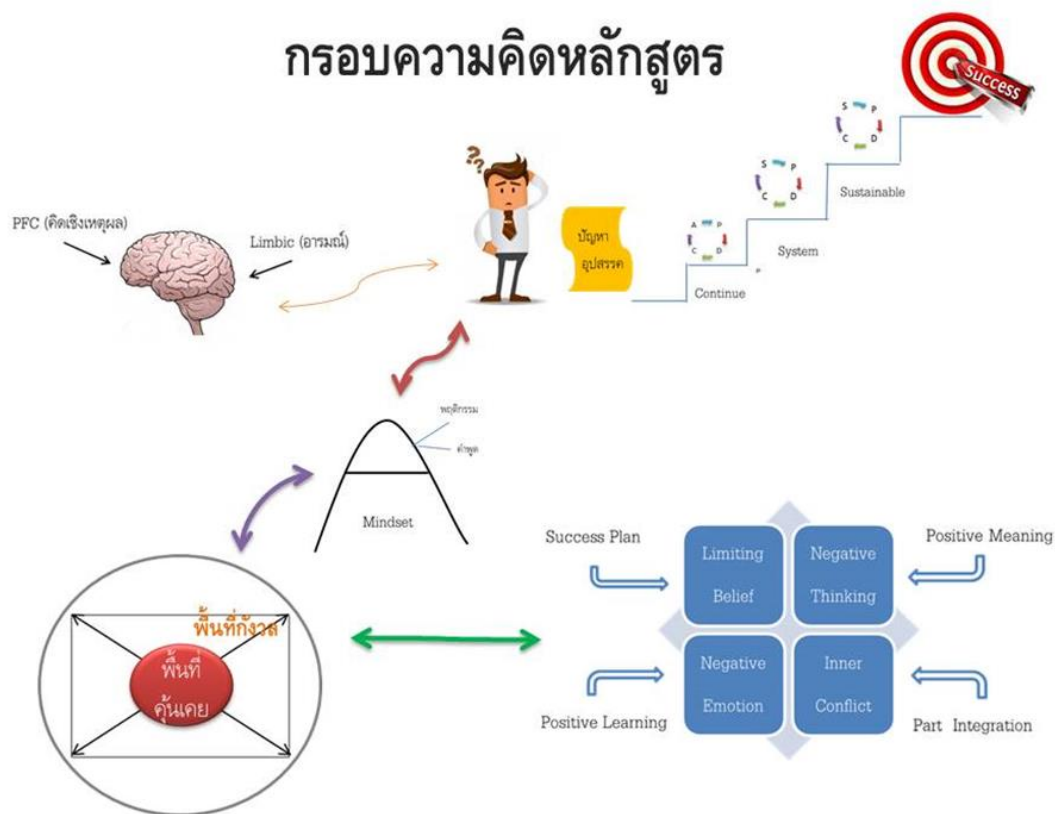
Skill : ทักษะ

สามารถนำ Positive Fixed Mindset และ Positive Growth Mindset มาสร้างแนวทางปฏิบัติในมิติของการสร้างสัมพันธ์ การสื่อสารอย่างสร้างสรรค์ และการบริหารผลงาน ด้วยการเริ่มต้นจากตนเอง (I Can Do) เพื่อขับเคลื่อนและบรรลุเป้าหมายร่วมกัน (We Can Do & Grow Together)

Attribute & Attitude : คุณลักษณะและทัศนคติ

สามารถสร้างความมั่นใจให้เกิดขึ้นภายในตนเอง ขยายสู่การสร้างเชื่อมั่นในที่ทำงานและสร้างไว้วางใจองค์กร ในการเผชิญกับปัญหาที่พบเจอพร้อมสร้างกลยุทธ์ในการพัฒนาสู่การบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้

พร้อมทั้งสร้างมุมมองเชิงบวกเพื่อการเติบโต พัฒนาอย่างต่อเนื่อง เป็นระบบ และยั่งยืน (Growth Mindset) ผ่านการเรียนรู้ พัฒนาต่อยอดจากกระบวนการที่เคยประสบความสำเร็จ (Success Pattern)



เนื้อหาและหัวข้อการอบรม

Confident : สร้างความมั่นใจจากภายในตนเอง

- สสำรวจมุมมองแนวคิดตนเองในปัจจุบันเกี่ยวกับ Fixed Mindset /Growth Mindset & Self Leadership
- หลักการ แนวคิด และความสำคัญ Fixed Mindset และ Growth Mindset& Self Leadership
- กำหนดเป้าหมายของตนเองสำหรับการพัฒนา Fixed Mindset และ Growth Mindset & Self Leadership

กิจกรรม Make it Happen : ค้นหา Positive Fixed Mindset และ Positive Growth Mindset พร้อมทั้งพัฒนา Self-Leadership ของตนเอง

Competence : ขยายศักยภาพ (Growth Mindset & Self Leadership) เพื่อข้ามขอบเขตความเชื่ออันจำกัด (Fixed Mindset)

- หลุมพรางทางความคิด ที่ปิดกั้นศักยภาพของตัวเราในการทำงานและการบรรลุเป้าหมาย

○ Art of Brain Working

- การเข้าใจหลักการทำงานของสมองเพื่อบริหารสมองส่วนคิดและสมองส่วนอารมณ์ให้สมดุลกัน เพื่อสร้างความสมดุลทางอารมณ์จากภายในและใช้ความคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผลเชิงสร้างสรรค์
- การบริหารจัดการอารมณ์เพื่อบริหารสถานการณ์ / บริหารเวลา และบริหารผลงาน

○ Unlock Potential สร้างแนวคิดใหม่ ในการเป็นผู้นำตนเอง (Growth Mindset & Self Leadership) เพื่อก้าวข้ามหลุมพราง / เพื่อการทำงานที่มีความสุข และประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

- ฝึกทักษะการตั้งเป้าหมายและการวางแผนเพื่อการบริหารผลงาน
- ฝึกกระบวนการคิดอย่างเป็นระบบเพื่อตัดสินใจและแก้ไขปัญหา
- ฝึกทักษะการสื่อสารและสร้างสัมพันธ์เพื่อสนับสนุนการขับเคลื่อนผลงาน
- ฝึกทักษะการจัดการบริหารความเครียดและสร้างความสุขเพื่อเติมไฟในการทำงานให้กับตนเอง

กิจกรรม Creation New Options ทดลองสร้างทางเลือกใหม่ๆ เพื่อพัฒนาภาวะผู้นำภายในตนเองในการสร้างผลลัพธ์ที่ดีขึ้นในการทำงานร่วมกันและการทำงานสู่เป้าหมาย ภายใต้สถานการณ์เดิม

Connect to implement : เชื่อมโยงหลักการและประยุกต์ใช้กับการทำงานและสถานการณ์จริงที่พบเจอได้ด้วยความมั่นใจ

- Proactive Working Mindset เทคนิคการสร้างกรอบความคิดในการทำงานเชิงรุก
- Work as Team แนวคิดการทำงานเป็นทีม เพื่อบรรลุเป้าหมายที่รับผิดชอบร่วมกัน
- Synergy Core Value กลยุทธ์การผสมผสานค่านิยมหลักขององค์กร ค่านิยมร่วม/ทีม ค่านิยมส่วนบุคคล เพื่อการทำงานที่สอดคล้องกันสู่การบรรลุเป้าหมายร่วมกัน (ผสมผสานจุดแข็ง)

กิจกรรม : กำหนดแนวทางการทำงานเชิงรุกของตนเองด้วย Growth Mindset

Continuous Improvement : สร้างแนวทางในการพัฒนา Growth Mindset อย่างต่อเนื่อง เป็นระบบ และยั่งยืน

- Plan – เลือกสถานการณ์ที่คาดว่าจะพบเจอ และวางแผนนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปรับใช้
- Do - นำไปปฏิบัติจริงกับสถานการณ์จริง
- Check – ประเมินผลลัพธ์ของการนำไปปฏิบัติด้วยตนเอง (สิ่งที่ทำได้ / สิ่งที่ต้องพัฒนา)
- Sustainable – พัฒนาแนวทางไปสู่ผลลัพธ์ที่ดีกว่าอย่างยั่งยืน

เทคนิคและวิธีการฝึกอบรม

- Training and Group Coaching เพื่อให้ผู้เรียนได้รับทั้งความรู้ ความเข้าใจ ฝึกฝนทักษะ และทัศนคติที่ดี
- Teaching for Knowledge เพื่อให้ข้อมูลหรือทำความเข้าใจเนื้อหาตามหัวข้อบรรยาย
- Training for Skill เพื่อฝึกทักษะผ่านการทดลองคิด วางแผนและปฏิบัติ ผ่านแบบทดสอบ กิจกรรม และกรณีศึกษา
- Brain & Mind Based Training
- Positive Psychology
- Motivation Speaker Style