



หลักสูตร การเพิ่มผลิตภาพตนเอง (Personal Productivity)

ระยะเวลาอบรม1..... วัน

หลักการและเหตุผล

ทรัพยากรบุคคลถือได้ว่าเป็นหัวใจของการเพิ่มผลิตภาพ ทั้งในระดับประเทศ ระดับองค์กร หรือแม้แต่มุมมองส่วนบุคคล การพัฒนาคนให้เป็นคนคุณภาพ มีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น อีกทั้งยังมีจิตสำนึกที่จะดำเนินการสิ่งต่างๆได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล ใช้ทรัพยากรต่างๆให้เกิดประโยชน์สูงสุดเป็นคุณสมบัติพื้นฐานที่องค์กรต่างๆต้องการ โดยเริ่มตั้งแต่สิ่งที่เป็นนามธรรมด้วยการสร้างความเชื่อมั่นในคุณค่าของตนเอง จนถึงสิ่งที่เป็นรูปธรรมด้วยการจัดระบบตนเอง การบริหารเวลา และการจัดระบบงานให้ดำเนินการได้เป็นอย่างดีบรรลุผลตามเป้าหมายที่ได้วางไว้ จนถึงกำหนดว่าชีวิตเราต้องการอะไร ต้องการไปให้ถึงจุดใด และมีวิธีไปให้ถึงจุดนั้นได้อย่างไร ผ่านเครื่องมือที่เรียกว่า Self AIMS อันประกอบด้วย การรู้จักและเข้าใจตนเอง (Self Awareness) การสร้างแรงบันดาลใจและกำหนดเป้าหมายในชีวิต (Self Initiation) การกระตุ้นใจตนเองและการบริหารเวลาเพื่อเกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผล (Self Motivation) และการสร้างสมดุลให้แก่ตนเองอันก่อให้เกิดความสำเร็จทั้งงานและชีวิตส่วนตัว (Self Sufficiency)

หลักสูตรนี้จะชี้แนะถึงแนวทางและวิธีการ ตลอดจนให้ผู้เข้าอบรมได้ฝึกปฏิบัติในสภาพแวดล้อมที่ใกล้เคียงความเป็นจริง เพื่อให้สามารถนำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันและการทำงาน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงจากภายนอกและผลกระทบ แนวคิดธุรกิจ รวมทั้ง
2. แนวทางการเพิ่มผลิตภาพ (Productivity Concept) ที่ใช้ในการพัฒนางานและตนเองได้อย่างต่อเนื่อง
3. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้เรียนรู้แนวทางการพัฒนาตนเองผ่านการฝึกปฏิบัติใช้เครื่องมือและวิธีการต่างๆ ตามแนวทาง “Self-AIMS” เพื่อให้
 - รู้จักและเข้าใจตนเอง (Self Awareness)
 - มองเห็นโอกาสในการพัฒนาและขยายศักยภาพตนเอง (Self Initiation)
 - เสริมสร้างทักษะในการบริหารเวลาและสถานการณ์ (Self Management)
 - มีแนวทางในการบริหารจัดการตนเองในทุกบทบาทได้อย่างสมดุล มุ่งสู่ความสำเร็จทั้งงานและชีวิตส่วนตัว (Self Sufficiency)

วิธีการฝึกอบรม

1. การบรรยาย โดยวิทยากรที่ปรึกษา และวิดีโอทัศน์ประกอบ
2. การทำแบบทดสอบ
3. การฝึกปฏิบัติกิจกรรมกลุ่มและรายบุคคล ด้วยโจทย์ใกล้เคียงกับชีวิตการทำงานจริง

หัวข้อการฝึกอบรม

- ⊙ การเปลี่ยนแปลงภายนอกและผลกระทบ (Global Trends and Organizational Change)
- ⊙ แนวคิดธุรกิจ (Business Concept)
- ⊙ แนวคิดผลิตภาพ (Productivity Concept)
- ⊙ การเพิ่มผลิตภาพตนเอง (Personal Productivity) ผ่านเครื่องมือ Self AIMS
 - รู้ตนได้ ขณะตน ก่อนขณะคนรอบข้าง (Self Awareness)
 - ริเริ่มและสร้างแรงบันดาลใจ (Self Initiation)
 - ประเมินสถานการณ์ และบริหารเวลา (Self Management)
 - สร้างสมดุลให้ชีวิตเพื่อพิชิตงานและความสำเร็จในระยะยาว (Self Sufficiency)

คุณสมบัติผู้เข้าอบรม

พนักงาน หัวหน้างาน ผู้บริหาร และผู้สนใจทั่วไป

จำนวนผู้เข้าอบรม 30-35 คน/รุ่น

กำหนดการอบรม

| | กิจกรรม |
|--------------|---|
| 9.00 – 16.00 | การเปลี่ยนแปลงภายนอกและผลกระทบ (Global Trends and Organizational Change) แนวคิดธุรกิจ (Business Concept) แนวคิดผลิตภาพ (Productivity Concept) การเพิ่มผลิตภาพตนเอง (Personal Productivity) ผ่านเครื่องมือ Self AIMS รู้ตนได้ Self Awareness Exercise I – Enneagram ริเริ่มตนเป็น (Self Initiation) Exercise II – Self SWOT for Opportunity & Potential development Exercise III – Time Management & Situation Analysis Self Sufficiency (Balancing between work and life) Summary |



หลักสูตร การเพิ่มผลิตภาพตนเอง (Personal Productivity)

ระยะเวลาอบรม1..... วัน

อุปกรณ์ประกอบการอบรม

- เครื่อง LCD PROJECTOR 1 เครื่อง - Flip Chart และปากกาเคมี
- อุปกรณ์สำหรับกิจกรรมการเรียนรู้ และ Group Workshop

ราคาค่าบริการ

- วันจันทร์ – ศุกร์ ราคาวันละ 35,000 บาท
- วันเสาร์ – อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์ ราคาวันละ 43,750 บาท

หมายเหตุ :

- ราคานี้ไม่รวมค่าเดินทาง ค่าที่พัก(ถ้ามี) และยังไม่รวมค่าภาษีมูลค่าเพิ่ม VAT 7 %
- สถาบันได้รับยกเว้นการหักภาษี ณ ที่จ่าย 3%

*** ค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรมสามารถลดหย่อนภาษีเงินได้
ตามประกาศ พ.ร.บ. ส่งเสริมพัฒนาฝีมือแรงงาน ***