

หลักสูตร การเพิ่มผลิตภาพตนเอง (Personal Productivity)

ระยะเวลา 1 วัน

หลักการและเหตุผล

ทรัพยากรบุคคลถือได้ว่าเป็นหัวใจของการเพิ่มผลิตภาพ ทั้งในระดับประเทศ ระดับองค์กร หรือแม้แต่มหาชน การพัฒนาตนให้เป็นคนคุณภาพ มีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น อีกทั้งยังมีจิตสำนึกที่จะดำเนินการสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล ใช้ทรัพยากรต่าง ๆ ให้เกิดประโยชน์สูงสุดเป็นคุณสมบัติพื้นฐานที่องค์กรต่าง ๆ ต้องการ โดยเริ่มตั้งแต่สิ่งที่เป็นนามธรรมด้วยการสร้างความเชื่อมั่นในคุณค่าของตนเอง จนถึงสิ่งที่เป็นรูปธรรมด้วยการจัดระบบตนเอง การบริหารเวลา และการจัดระบบงานให้ดำเนินการได้เป็นอย่างดีบรรลุผลตามเป้าหมายที่ได้วางไว้ จนถึงการทำหน้าที่ชีวิตเราต้องการอะไร ต้องการไปให้ถึงจุดใด และมีวิธีไปให้ถึงจุดนั้นได้อย่างไร ผ่านเครื่องมือที่เรียกว่า Self AIMS อันประกอบด้วย การรู้จักและเข้าใจตนเอง (Self Awareness) การสร้างแรงบันดาลใจและกำหนดเป้าหมายในชีวิต (Self Initiation) การกระตุ้นใจตนเองและการบริหารเวลา เพื่อเกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผล (Self Motivation) และการสร้างสมดุลให้แก่ตนเองอันก่อให้เกิดความสำเร็จทั้งงานและชีวิตส่วนตัว (Self Sufficiency) หลักสูตรนี้จะชี้แนะถึงแนวทางและวิธีการ ตลอดจนให้ผู้เข้าอบรมได้ฝึกปฏิบัติในสภาพแวดล้อมที่ใกล้เคียงความเป็นจริงที่สุด เพื่อให้สามารถนำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันและการทำงาน

วัตถุประสงค์

- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้รู้จักและเข้าใจตัวเองสามารถประเมินจุดเด่น และจุดที่ควรมีการปรับปรุงของตนเอง
- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้เรียนรู้การพัฒนาศักยภาพของตนเองผ่านเครื่องมือและวิธีการต่าง ๆ อย่างเป็นระบบ
- เพื่อให้ผู้เข้าอบรมสามารถบริหารจัดการ และวางแผนตนเองให้มุ่งสู่ความสำเร็จอย่างมีแบบแผน

หัวข้อการฝึกอบรม

- แนวคิดผลิตภาพ กับการเปลี่ยนแปลงในยุคปัจจุบัน
- การเพิ่มผลิตภาพด้วยตนเองตามแนวทางของ Self AIMS
- การรู้จักและเข้าใจตนเอง (Self Awareness)
 - แนวทางการจัดทำ และวิเคราะห์ Self SWOT เพื่อการพัฒนาตนเอง
- การสร้างแรงบันดาลใจ เพื่อริเริ่มสิ่งใหม่ๆ ให้กับตนเอง (Self Initiation)
 - หลักการพื้นฐานในการจัดการกับวิถีคิดของตนเองเพื่อแรงบันดาลใจ นำไปสู่การริเริ่มสิ่งใหม่ อย่างสร้างสรรค์
- การบริหารโอกาสของตนเอง (Self Management)
 - แนวทางการบริหารเวลา และจัดลำดับความสำคัญ
- การสร้างสมดุลชีวิตสำหรับตนเอง (Self Sufficiency)
 - หลักการพื้นฐานในการสร้างความสมดุลชีวิต ทั้งกับตนเอง การทำงานและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข
- สรุป และถาม ตอบ

วิธีการฝึกอบรม : บรรยาย / อภิปราย / ฝึกปฏิบัติ

คุณสมบัติผู้เข้าอบรม : Officer / Supervisor / Manager

จำนวนผู้เข้าอบรม 35 คน

หลักสูตร การเพิ่มผลิตภาพตนเอง (Personal Productivity)

ระยะเวลา 1 วัน

อุปกรณ์ประกอบการอบรม

รายการ

- | | |
|--|-----------|
| 1. เครื่อง LCD PROJECTOR | 1 เครื่อง |
| 2. กระดานไวท์บอร์ด และปากกาเคมีสำหรับวิทยากร | 1 ชุด |
| 3. FLIP CHART และปากกาเคมีสำหรับผู้เข้าอบรม | 4 ชุด |

ราคาค่าบริการ

- | | | |
|---|-----------|------------|
| ● วันจันทร์ – ศุกร์ | ราคาวันละ | 30,000 บาท |
| ● วันเสาร์ – อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์ | ราคาวันละ | 37,500 บาท |

หมายเหตุ :

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

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