

Inspiration – สร้างแรงจูงใจและแรงบันดาลใจในการทำงาน

(Inspire to Change)

1. ความสำคัญ

ในช่วงเวลาที่มีความท้าทายต่างๆเข้ามาในชีวิต หลายครั้งที่เผชิญกับปัญหาหรือสถานการณ์ที่ทำให้เครียดหรือหาทางออกไม่ได้ ทำให้มีผลต่ออารมณ์ในการใช้ชีวิตทั้งด้านการงานและชีวิตส่วนตัว ดังนั้น หลักสูตรนี้จึงออกแบบมาเพื่อช่วยให้ผู้เรียนได้ค้นหาตัวเอง ได้เห็นศักยภาพดีๆ คุณค่าดีๆ ในตัวเอง ที่มีบางครั้ง เรามองความสิ่งดีๆในชีวิตไป หลักสูตรนี้จะช่วยให้เราเห็นช่วงเวลาดีๆของชีวิตที่มีความหมาย ที่มีคุณค่า ให้พลัง ให้เราก้าวเดินได้อย่างแข็งแรง ผู้เรียนจะได้เรียนรู้วิธีการสื่อสารภาษาที่สร้างคุณค่า สร้างมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับคนรอบข้าง ที่สามารถสร้างสุขให้ตัวเองและคนรอบข้างได้ทุกวัน

หลักสูตรนี้ เหมาะสมกับพนักงานทุกคน ที่ต้องการพัฒนาศักยภาพของตนเอง ได้มองเห็นตัวเอง ได้มองเห็นคุณค่าดีๆ ของตัวเอง พร้อมทั้งยังสามารถตั้งเป้าหมายที่ท้าทาย และมีความสุขได้ทุกๆจังหวะของชีวิต ด้วยความสำคัญของการรู้จักตัวเอง คุณค่าของตัวเอง และรู้จักคนอื่น หลักสูตรนี้จึงได้ถูกออกแบบมาเพื่อมุ่งเน้นให้ ผู้เข้าอบรมมีพื้นที่ปลอดภัย สุขใจเมื่อได้ปฏิบัติหน้าที่ให้บริการคนอื่น และสบายใจเมื่อได้รับสิ่งดีๆ จากคนอื่น กระตุ้นความรู้สึกเป็นเจ้าขององค์กร ทั้งนี้ เมื่อจบการฝึกอบรมผู้เข้ารับการฝึกอบรมจะสามารถนำไปประยุกต์ใช้และฝึกฝนทักษะให้ชำนาญได้มากขึ้นเพื่อนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

2. วัตถุประสงค์

- 2.1 เพื่อสร้างทัศนคติที่ดี เห็นคุณค่าดีๆของตัวเอง กระตุ้นความรู้สึกเป็นเจ้าขององค์กร
- 2.2 เพื่อเรียนรู้และพาตัวเอง ได้มองเห็นเป้าหมายในอนาคตที่เราเชื่อว่าเป็นไปได้
- 2.3 เพื่อเรียนรู้การสื่อสารภาษาที่สร้างคุณค่าดีๆกับคนรอบข้าง สร้างความภาคภูมิใจให้ตนเอง
- 2.4 เพื่อเรียนรู้วิธีการสร้างสุขให้ตัวเองเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาหรือสถานการณ์ที่ทำให้เครียดและมีผลต่ออารมณ์ในการใช้ชีวิตทั้งด้านการงานและชีวิตส่วนตัว

3. หัวข้อการบรรยาย/กิจกรรม

- 3.1 Happiness Mindset
- 3.2 Being ตัวตนที่เติบโต
- 3.3 Beliefs ความเชื่อทรงพลัง
- 3.4 Fears ความกลัวที่ถูกต้อง
- 3.5 Be + Do + Have
- 3.6 5 Love Language (5 ภาษารักเพื่อสร้างความสัมพันธ์)
- 3.7 Positive Change เปลี่ยนความคิด ชีวิตเปลี่ยน

3.8 Good for me and good for others สุขใจเมื่อเป็นผู้ให้ สบายใจเมื่อเป็นผู้รับ

3.9 Gratitude Activity

4. รูปแบบการฝึกอบรม

- บรรยาย และยกตัวอย่างประกอบเพื่อเสริมสร้างความเข้าใจหลักการบริหารทีมงานต่างวัย
- การแลกเปลี่ยนแนวคิด และประสบการณ์ ด้วย Case Study และ Discussion
- ประยุกต์หลักการและแนวคิดผ่านการระดมสมอง และ Workshop
- บูรณาการองค์ความรู้แต่ละวิชาโดย Workshop Group Presentation

5. ผู้เข้าร่วมฝึกอบรม

- พนักงานทุกระดับ

6. ระยะเวลาฝึกอบรม

- ระยะเวลา 1 วัน/รุ่น
- เวลา 09.00 – 16.00 น.

7. วิทยากร

- อาจารย์ธนเดช ทิพย์อภิชากุล
ผู้เชี่ยวชาญ และที่ปรึกษาด้านการพัฒนาศักยภาพผู้นำรุ่นใหม่และการบริหารผลงานเชิงกลยุทธ์

8. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- เรียนรู้ที่จะรู้จักตัวเอง
- เรียนรู้ที่จะมองเห็นและได้ยินคนรอบข้าง ด้วยมุมมองด้านบวก
- เป็นผู้ให้บริการที่ดีขึ้น เข้าใจคนมากขึ้น รู้วิธีการสร้างสุขให้กับตนเองเมื่อต้องเจอปัญหาหรือสถานการณ์ต่าง ๆ
- สื่อสารภาษาที่สร้างคุณค่าดี ๆ กับคนรอบข้าง สร้างความภาคภูมิใจให้ตนเอง
- ได้มองเห็นศักยภาพของตนเอง และคุณค่าของตัวเองจากการปฏิบัติหน้าที่
- ได้วางแผนและลงมือทำบางอย่างดี ๆ เพื่อตัวเองและคนรอบข้าง