



# การสร้างแรงบันดาลใจเพื่อพิชิตเป้าหมายในการทำงาน



## Inspiration for Work

“เพราะแรงบันดาลใจที่ดี...สร้างพลังใจ สร้างทีมงานและสร้างผลลัพธ์ชิ้นเลิศ”

วันที่จัด วันพุธ ที่30 มิถุนายน 2564

สมาชิก : 2,500 + VAT 7% 175 = 2,675 บาท

เวลา 09:00-16:30 น. (ลงทะเบียนเวลา 08.00 น.) รับจำนวน 10 ท่าน

(สมาชิก ส.ส.ท., นักศึกษาปริญญาตรี, หน่วยงานราชการ, รัฐวิสาหกิจ)

Online ผ่านโปรแกรม Video Conferencing

บุคคลทั่วไป : 2,800 + VAT 7% 196 = 2,996 บาท

การทำงานอย่างสนุกและมีไฟในการทำงานทุกวันภายใต้ยุคที่มีการเปลี่ยนแปลงเชิงก้าวหน้า ถือว่า แรงบันดาลใจ เป็นจุดแรกของการก้าวต่อไปสู่เป้าหมายที่ตั้งใจ ใครที่มีแรงบันดาลใจสะสมในตนเองและดึงออกมาใช้ได้มากกว่า พวกเขาจะสามารถลุยต่อและเดินหน้าต่อกับงานที่อยู่ตรงหน้าได้ดี หรือแม้กระทั่งสามารถสร้างสรรค์ผลงานชิ้นใหม่ให้ดูแปลกตาและแตกต่างได้ไม่ยากนัก

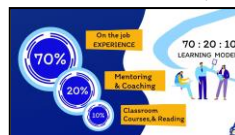
หลายครั้งที่เราอาจจะบอกกับตนเองว่า แรงบันดาลใจของฉันทหมดไปแล้ว หรือช่วงนี้ฉันไม่ค่อยมีไอเดียอะไรใหม่ๆ เท่าที่ควร ภาวะแบบนี้ถือเป็นสัญญาณเตือนจากภายในของเรา เพื่อกระตุ้นเตือนให้เรามองหาสิ่งใหม่มาเรียนรู้ หรือเริ่มลงมือทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อฟื้นฟูแรงบันดาลใจของตนเองให้มีพลังกลับคืนมา เพราะแท้จริงแล้วแรงบันดาลใจอาจจะหลับใหลอยู่ในตัวเรา หรืออาจจะแอบซ่อนอยู่รอบๆ ตัวเรา เพียงแต่เราอาจจะยังไม่ได้สังเกตเห็นและเก็บกลับมาใช้นั่นเอง

### สิ่งที่ได้รับหลังอบรมและสัมมนา

- 1) ทักษะการคิดเชิงระบบและคิดเชิงสร้างสรรค์
- 2) ทักษะการคิดเพื่อทบทวนตนเองสู่เป้าหมายชีวิต
- 3) ทักษะการค้นหาและสร้างแรงบันดาลใจจากสิ่งรอบตัว
- 4) ทักษะการใช้ศิลปะบำบัดและดนตรีบำบัดเพื่อความผ่อนคลาย
- 5) ทักษะการจัดการตนเองและการเป็นสมาชิกของทีม
- 6) ทักษะการฟัง การพูดและการคิดต่อยอดเพื่อการเรียนรู้
- 7) ทักษะการสร้างแรงบันดาลใจให้ตนเองในชีวิตประจำวัน

### คุณสมบัติผู้เข้าอบรมและสัมมนา

- บุคลากรในองค์กรทุกระดับ
- บุคลากรที่ต้องการพัฒนาทักษะการสร้างแรงบันดาลใจ



วิทยากร

**คุณเกสร วลัยชเดช**

ที่ปรึกษาด้านการพัฒนาบุคลากรในองค์กร  
ผู้เชี่ยวชาญด้านกระบวนการคิดและการสื่อสาร

### หัวข้อการอบรมและสัมมนา

**“7ส” ที่จะช่วยปลูกพลังและสร้างแรงบันดาลใจให้คุณ**

- เสาะหาแรงบันดาลใจที่มีอยู่รอบตัวคุณ
- สายธารชีวิตกับเส้นทางแห่งการเติบโตของเรา
- สิ่งเล็กๆ ที่สร้างคุณค่าอันยิ่งใหญ่ในจิตใจ
- สืบค้นความเบิกบานให้กับร่างกาย จิตใจและสมอง
- สลายคลายความยึดติดในตัวตนของเราทุกสรรพสิ่ง
- ส่งต่อการประสานกลมกลืนกับสภาพแวดล้อม
- ใส่ใจกับปัจจุบันขณะและมุ่งมั่นให้เต็มที่

### รูปแบบการสัมมนา:

- บรรยายแบบมีส่วนร่วม คลิปวิดีโอและกรณีศึกษา
- ฝึกปฏิบัติผ่าน Workshop รายบุคคลและกลุ่ม

### Workshop:

- 1) การฟังด้วยใจเพื่อค้นหาคำตอบชีวิต (Deep Listening)
- 2) การใช้ศิลปะบำบัดเชิงสร้างสรรค์ (Art Therapy)
- 3) การทบทวนตนเองทางความคิดและความรู้สึก (Review)
- 4) การสร้างความผ่อนคลายด้วยเพลง (Relaxing Music)
- 5) การสร้างผลงานด้วยพลังหนึ่งเดียว (Oneness)
- 6) การขอบคุณตนเอง ผู้คนและสภาพแวดล้อม (Thank You)
- 7) คำถามสำคัญของชีวิต (Life Questions)

😊 **หลักสูตรที่แนะนำเพื่อต่อยอดการเรียนรู้** 😊

1. พูดอย่างไรให้ใจทีมงาน (1 วัน)
2. การสร้างนิสัยใหม่ เพื่อลดขั้นตอนการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ(1 วัน)
3. ทักษะการลดข้อผิดพลาดในการปฏิบัติงาน (1 วัน)
4. เทคนิคเพิ่มทักษะการสื่อสารเพื่อโน้มน้าวใจผู้อื่น (1 วัน)

สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ 0-2717-3000 ต่อ 81 Call Center