



Spark up “Well-Being Mind”

จุดพลังแห่งความสุข... เสริมสร้างความสำเร็จในชีวิต

หลักการและเหตุผล

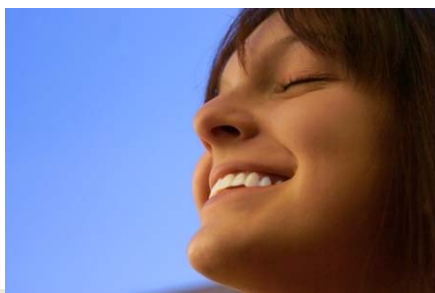
เป็นที่เห็นพ้องตรงกันว่าในการแข่งขันของธุรกิจที่รุนแรงขึ้นทุกวันๆ ทำให้เกิดความเครียดในการทำงานสูง ซึ่งเป็นเหตุทำให้เกิดผลเสียต่างๆ ตามมา เช่น สุขภาพแย่ลง ความสัมพันธ์ทั้งในที่ทำงาน ที่บ้านแย่ลง ไม่สามารถทำงานได้เต็มศักยภาพ การสื่อสาร การบริการแย่ลง ส่งผลให้เกิดปัญหามากขึ้น และกลายเป็นแรงปฏิกริยาย้อนกลับมาที่ตนเองให้ยิ่งเครียดขึ้นๆ

คุณคงไม่อยากเห็น พนักงานของคุณทำงานด้วยความเครียด และไม่มีความสุขเป็นแน่ ทำอย่างไรจึงจะสามารถช่วยเขาเหล่านั้นให้สามารถบริหารความเครียดได้ เพื่อพนักงานจะสามารถทำงานได้อย่างมีความสุข และดึงเอาศักยภาพออกมาได้อย่างเต็มที่

เมื่อพนักงานมีความสุขในการทำงาน บรรยากาศของการทำงาน การประสานงาน การสื่อสาร รวมทั้ง ผลลัพธ์ในการทำงานจะมีประสิทธิภาพมากขึ้น นี่คือเป้าหมายของหลักสูตรนี้

ดังนั้น หลักสูตรนี้จึงได้ออกแบบมาเพื่อท่านจะได้เรียนรู้เทคนิค “ศาสตร์แห่งความสุข” เคล็ดลับการสร้างความสุข เพิ่มพลังให้แก่ตนเอง เพื่อดึงเอาศักยภาพที่เป็นเลิศออกมาใช้ในการดำเนินชีวิต ก้าวสู่ความสำเร็จที่เป็นเลิศ ...

.... ขอให้ทุกท่านประสบผลแห่งความตั้งใจ มุ่งสู่ความสำเร็จในชีวิตที่เปี่ยมด้วยความสุข เทอญ





หัวข้ออบรม

1. วิเคราะห์ และ ทำความเข้าใจ ความเครียด งาน และ ตนเอง
2. สาเหตุของความเครียด
3. ผลกระทบของความเครียดต่อชีวิต
4. เทคนิคการใช้ความเครียดให้เป็นประโยชน์
5. ความคิดเชิงบวก : ชนะความเครียด สร้างความสุข
6. ความสำคัญของทัศนคติเชิงบวก
7. กฎแห่ง ดันเหตุ และ ผลลัพธ์
8. แนวทางการสร้างทัศนคติเชิงบวก สู่การสร้างความสุขในการทำงาน
"เปลี่ยนความคิด ชีวิตเปลี่ยน"
 - แนวคิดสร้างความสุข เพิ่มคุณค่าแก่ชีวิต จาก "แมตต์ว" & "ท่าน ว."
 - แนวคิดสร้างความสุข สร้างแรงบันดาลใจ จาก "Nick Vucijij" & "Hoyt Team"
9. แนวทางการสร้างสุข ด้วยการสร้างความฉลาดทางอารมณ์ (E.Q.)
 - **E.Q. with Smile**
 - S : Self Awareness
 - M : Manage Emotion
 - I : Innovate Inspiration
 - L : Listen with head & heart
 - E : Enhance social skill
10. สรุป คำถาม คำตอบ





แนวทางการสัมมนา

ผมได้เน้นการสัมมนาโดยยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ดังนั้นผมจึงได้ออกแบบการฝึกอบรมให้มีองค์ประกอบหลากหลายรูปแบบ ทั้งการนำอภิปราย การบรรยาย กรณีศึกษา บทบาทสมมติ การเปิดโอกาสให้ถามคำถาม และตลอดทั้งการฝึกอบรม จะมีเกมส์ กิจกรรม มาช่วยสร้างบรรยากาศแห่งการเรียนรู้ สร้างการมีส่วนร่วม ได้ตอบกันอยู่ตลอดเวลา และที่สำคัญที่สุด คือการให้กำลังใจ สร้างแรงบันดาลใจ ให้เกิดความรู้สึกอยากเปลี่ยนแปลงพัฒนาตนเองสู่ความเป็นเลิศ

ผมจึงสามารถให้ความมั่นใจแก่ท่านได้ ว่าผู้เข้าอบรมจะเต็มเปี่ยมด้วยสาระ ความรู้ ความสนุกสนานต่อการเรียนรู้ รวมทั้งกำลังใจ แรงบันดาลใจที่วิทยากรได้สอดแทรกให้ตลอดการฝึกอบรม

ผลที่ได้ คือ..



- สร้างบรรยากาศ แห่งการเรียนรู้ มีความสนุกสนาน เป็นกันเอง กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าแสดงออก
- สร้างทัศนคติเชิงบวกแก่ผู้เข้าอบรม
- กระตุ้นให้พนักงานตอบคำถาม และ แสดงความคิดเห็น
- สอดแทรกบทเรียนการทำงานเป็นทีม มีความสามัคคี ร่วมมือร่วมใจ เพื่อไปให้ถึงเป้าหมาย
- สอดแทรกบทเรียนของการให้บริการ
- สร้างความสัมพันธ์ที่ดีของผู้เข้าอบรม





เกี่ยวกับวิทยากร..

อ.ไววิทย์ แสงอลังการ หรืออีกชื่อหนึ่งที่คุณผู้อบรมมักเรียกอย่างคุ้นเคยว่า **อ.ไวท์** เป็นหนึ่งในผู้มีพรสวรรค์ในการสรรค์สร้างการฝึกอบรมสัมมนา ให้เป็นเรื่องสนุก ให้ผู้เข้าอบรมเปี่ยมด้วยความสุข กำลังใจ แรงบันดาลใจ ซึ่งเป็นจุดกำเนิดแห่งการเรียนรู้ และพัฒนาตลอดชีวิต

อ.ไวท์ ได้หันมาเป็นวิทยากรอิสระ มีอาชีพ เมื่อ 4 ปีที่ผ่านมา และเป็นวิทยากรที่ทาสถิติ โดยได้ถูกรับเชิญให้ไปบรรยายกับองค์กรชั้นนำทั่วประเทศมาแล้วมากกว่า 400 บริษัทในรอบ 4 ปีที่ผ่านมา สามารถฉายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ www.MrWaiwit.com



- วิทยากรรับเชิญหลายสถาบัน
- MD บ. Service Professional
- อดีตผู้บริหาร บ. Federal Express (FedEx)
- อดีตผู้บริหาร บ. AIS
- อดีตผู้บริหาร บ. Chevalier
- อดีตวิศวกรควบคุมการสื่อสารดาวเทียม บมจ. ดาวเทียมไทยคม

