



เทคนิค...การ

พัฒนาตนเอง

เพื่อการพัฒนางานอย่างมีประสิทธิภาพ

- ค้นคำตอบ...เกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง
ทำไม? เพื่ออะไร? ใคร? เมื่อไหร่? อย่างไร?
- ทำอย่างไร? เมื่อองค์กร...ต้องการ “คน”
ที่มีการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง
- อยากเป็นคนเก่ง Professional ขององค์กร
เริ่มต้นอย่างไร?
- วางแผน...อย่างไรเป็นรูปธรรม
ในการพัฒนาตนเองเพื่อการพัฒนางาน

หลักสูตรนี้จะทำการค้นหาแนวทางและจุดเริ่มต้นในการพัฒนาตนเองให้กับพนักงานที่ต้องการเป็นมืออาชีพ
ในการทำงานที่มีความพร้อม ที่จะพัฒนาตนเอง โดยการทำความเข้าใจถึงการวางแผนพัฒนาตนเองอย่างเป็นระบบ
มุ่งเน้นการสร้างแนวคิด ปรับเปลี่ยนมุมมอง ทักษะ และเสริมสร้างลักษณะนิสัยของการทำงานแบบมืออาชีพ
ให้สอดคล้องกับความต้องการขององค์กรที่ต้องการ “คน” ที่มีศักยภาพ เป็นฟันเฟืองช่วยขับเคลื่อนองค์กร
ให้ก้าวสู่ความเป็นผู้นำทางธุรกิจและโดดเด่นด้วยบุคลากรที่มีความรู้ ความสามารถ

กำหนดการอบรม

วันอังคารที่ 18 สิงหาคม 2569

(เวลา 09.00 - 16.00 น.) ณ ห้องอบรม

โรงแรมจูปีลี เพรสทีจิวัน รัชดาภิเษก

(ถ.รัชดาภิเษก สี่แยกห้วยขวาง)

รถไฟฟ้าใต้ดิน MRT สถานีห้วยขวาง ทางออกที่ 2

อัตราค่าอบรม

สมาชิก (Tax, HR)

4,000 + VAT 280 = 4,280 บาท

บุคคลทั่วไป

4,700 + VAT 329 = 5,029 บาท

(รวมเอกสาร ค่ากาแฟ อาหารว่าง อาหารกลางวัน)

หัวข้ออบรม

1. การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อการพัฒนาตนเอง
 - ด้านความคิด
 - ด้านความรู้สึก
 - ด้านการปฏิบัติงาน
2. การสร้างความเชื่อมั่นในการพัฒนาตนเอง
 - วิธีการสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง
 - การสร้างขวัญกำลังใจในการทำงาน
3. การเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานให้ประสบความสำเร็จ
 - การประเมินผลการทำงานของตนเอง
 - วิเคราะห์สาเหตุของปัญหาในการทำงาน
 - วิธีการปรับปรุงคุณภาพในการปฏิบัติงาน
 - เคล็ดลับในการทำงานให้ประสบความสำเร็จ
4. ปัญหาและแนวทางการแก้ไขปัญหาในการทำงาน
 - ความหมายของปัญหา
 - ขั้นตอนการแก้ไขปัญหา
 - การลดความขัดแย้งในการทำงาน
5. เทคนิคการบริหารความเครียด สร้างสุขในการทำงาน
6. การปรับเปลี่ยนวิธีคิด Mind Set ในการพัฒนาตนเอง
7. ค้นหาสาเหตุ...สำคัญภายใต้ความรู้สึกของตนเองที่ก่อให้เกิดความรู้สึกเหล่านี้
 - เกิดความหงุดหงิด เบื่อหน่าย ท้อแท้ ไม่ชอบงานที่ทำ
 - อยากรับคนเก่งแต่หาจุดแข็งของตนเองไม่เจอ
 - ต้องการเป็นคนสำคัญ
 - ไม่สามารถทำงานร่วมกับคนอื่นได้ ฯลฯ
8. การจัดทำกลยุทธ์และการวางแผนในการพัฒนาตนเอง
 - การทำ SWOT Analysis วิเคราะห์จุดแข็ง จุดอ่อนของตนเองให้ตรงจุด
 - Set Goal การกำหนดเป้าหมายในการพัฒนาตนเอง
 - การพัฒนา Competency (ความสามารถ) ของตนเอง
9. การจัดทำ IDP (Individual Development Plan) ด้วยตนเอง

วิทยากร

ดร.กษกร ชำนาญกิตติชัย

วิทยากรบรรยายทางด้านบุคลิกภาพ หัวหน้างาน จิตวิทยาการพัฒนาประสิทธิภาพการทำงาน

ชำระค่าสัมมนาเป็น เงินโอน สั่งจ่ายในนาม บริษัท ฝึกอบรมและสัมมนาธรรมนิติ จำกัด
178 อาคารธรรมนิติ ชั้น 4 ซ.เพิ่มทรัพย์ (ประชาชื่น 20) ถ.ประชาชื่น แขวงบางซื่อ เขตบางซื่อ กรุงเทพฯ 10800
TAX ID 010-553-300-1556 (สำนักงานใหญ่) (กรณีไม่มีหนังสือรับรองหัก ณ ที่จ่าย ต้องชำระเต็มจำนวน) งดรับเช็คส่วนตัว

ยิ่งอบรมมาก ยิ่งเสียภาษีน้อย ค่าอบรมสามารถลงรายจ่ายได้เพิ่มขึ้นถึง 200%

สำรองที่นั่งได้ที Tel. 02-555-0700 กด 1,080-251-9946,086-378-8470 Website. www.dst.co.th