



**Course:**

# Happy Soul & Happy Workplace

มีความสุขแบบพอเพียงในที่ทำงานด้วย Happy Soul & Happy Workplace

---

**Duration:** 1 Day (09.00 - 16.00)

## หลักการและเหตุผล

การเป็นนักบริหารจัดการชีวิตที่มีคุณภาพเปี่ยมด้วยประสิทธิภาพ จำเป็นต้องมีมุมมองทางด้านจิตวิทยาอย่างสูงยิ่ง ที่สำคัญยิ่งคือ ต้องยึดหลักการกระบวนการจัดการความขัดแย้ง (Conflict Management) การคิดทางบวก (Positive Thinking) การคิดแบบสร้างสรรค์ (Innovative Thinking) รวมทั้งการจัดการ EQ อย่างมีประสิทธิภาพ การบริหารจัดการชีวิตจำเป็นต้องมีจิตวิทยากับทุกเรื่อง โดยหลักคือ การบริหารจัดการลดความขัดแย้ง การสร้างแรงบันดาลใจให้ทำงานกับผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพ สุดท้ายจึงต้องนำมาต่อยอดความคิดเชิงบวก พร้อมมี EQ ที่ทรงพลัง หลักสูตร การสร้างทัศนคติที่ดีต่อการทำงาน เป็นหลักสูตรอันทรงพลังที่จะทำให้ผู้รับการอบรมมีความคิดอย่างมีคุณภาพในการจัดการชีวิต การดำรงตนและการทำงานด้วยความสุขและมีประสิทธิภาพ

## วัตถุประสงค์

- มีความคิดทางบวกและมีความคิดสร้างสรรค์ มีพลังในการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ
- ผู้เข้าร่วมกิจกรรมจัดการความขัดแย้งได้ดี, การสร้างแรงบันดาลใจให้ทำงานกับผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพ
- ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความคิดอย่างมีคุณภาพในการจัดการชีวิต การดำรงตนและการทำงานด้วยความสุขและมีประสิทธิภาพ

## หัวข้อการบรรยาย

- การจัดการตนเองอย่างทรงพลัง ด้วยหลัก 7 ประการ
- การจัดการตนเองด้วย SMILE CONCEPT
- EQ กับการจัดการทางอารมณ์
- เทคนิคการนำ EQ มาปรับใช้ในการทำงาน
- การสร้างแรงบันดาลใจด้วย Positive Thinking
- ทักษะการสร้างแรงบันดาลใจเพื่อรับมือกับเรื่องหนัก ๆ (Self inspiration)
- การทำงานอย่างมีประสิทธิภาพและสร้างสรรค์ภายใต้สภาวะกดดัน
- กลยุทธ์คลายเครียดจากการทำงาน
- การบริหารจัดการเวลาอย่างสร้างสรรค์
- UNITY CONCEPT การทำงานเป็นทีมอย่างทรงพลัง

## รูปแบบการอบรม

- บรรยาย เชิงปฏิบัติการ สร้างมุมมองใหม่ ๆ ให้กับชีวิตเพื่อประสิทธิภาพในการทำงานสู่การประสบความสำเร็จ
- Workshop/ Focus group - การประชุมเชิงปฏิบัติการ ให้ผู้เข้าร่วมอบรมมีส่วนร่วมในการอบรม ทั้งมีส่วนร่วมในการแสดงศักยภาพ และกระชับความสัมพันธ์บุคคลากรในองค์กร



### เหมาะสำหรับ

- พนักงานทุกระดับ ผู้บริหารระดับกลางและระดับสูง รวมทั้งผู้ที่สนใจพัฒนาการสร้างความศรัทธาเชิงบวกในการใช้ชีวิตและการทำงานเพื่อสร้างพลังให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ

### วิทยากร:

วิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิจาก บริษัท บอสตันเน็ตเวิร์ค จำกัด

### ประวัติการศึกษา

- ปริญญาเอก ศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต English Language Studies (International Program) คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (กำลังทำวิทยานิพนธ์)
- ปริญญาโท ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (Linguistics) เกียรตินิยมอันดับหนึ่ง Deccan College (เดคคัล คอลเลจ), University of Pune), - India โดยทุนแลกเปลี่ยนทางภาษาและวัฒนธรรมจากรัฐบาล (I.C.C.R. Scholarship)
- ปริญญาตรี ศิลปศาสตรบัณฑิต (English) เกียรตินิยมอันดับสอง มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, วิทยาเขตมหาสารคาม มหาวิทยาลัย อ่างทอง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

### ประวัติการทำงานปัจจุบัน

- อาจารย์ประจำ สาขาวิชาภาษาอังกฤษ คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ
- ผู้ช่วยคณบดี คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ
- ผู้ประเมินคุณภาพการศึกษา ภายในสถาบันการศึกษา ระดับอุดมศึกษา สำนักงานคณะกรรมการ การอุดมศึกษาแห่งประเทศไทย
- วิทยากร และคณะทำงานโครงการพัฒนาบุคลากร มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

### วันและเวลาในการจัดงานสัมมนา

วันที่ 17 กรกฎาคม 2555 เวลา 09.00-16.00 น ณ โรงแรมจัดมินชีตี้ (ซอยสุขุมวิท 23)

(สถานที่อาจมีการเปลี่ยนแปลงกรุณาติดต่อเจ้าหน้าที่ประสานงาน)

### ค่าใช้จ่ายในการเข้าร่วมงานสัมมนา

ราคา 4,800 บาท (ราคานี้ยังไม่รวมภาษีมูลค่าเพิ่ม 7%)

ค่าฝึกอบรม สามารถหักค่าใช้จ่ายทางภาษีได้ 200% ของค่าใช้จ่ายจริง  
(พระราชกฤษฎีกาฉบับที่ 437 ใช้ 19 ตุลาคม พ.ศ. 2548 เป็นต้นไป)

สร้างสรรค์หลักสูตรสัมมนาคุณภาพเยี่ยมโดย





**BOSTON + NETWORK**  
The Global Knowledge Network

แผนที่ โรงแรมจัสมีนซิตี (ซอยสุขุมวิท 23)

**Jasmine**

Lai Suwan Co., Ltd. Jasmine City Building, 2, Soi Prasarnmitr (Sukhumvit 23), Klongtoey-Nua, Wattana, Bangkok 10110, Thailand  
Tel : (66)02 204 5888 Fax : (66)02 204 5858, (66)02 259 8555 E mail address : sales@JasmineCity.com Website : www.JasmineCity.com



## Registration Form

บริษัท บอสตันเน็ตเวิร์ค จำกัด 44 ซอยรามคำแหง 43/1 ถนนรามคำแหง  
แขวงหัวหมาก เขตบางกะปิ กรุงเทพฯ 10240 Tel: 0-2318-6891 Fax: 0-2318-9427  
เลขประจำตัวผู้เสียภาษี 3031759626

\* ข้อมูลผู้เข้าร่วมสัมมนา : (โปรดกรอกข้อมูลให้ครบถ้วนและชัดเจน, ภาษาไทย: ตัวบรรจง, ภาษาอังกฤษ: ตัวพิมพ์)

หลักสูตรที่ร่วมสัมมนา _____	วันสัมมนา _____
ชื่อ-นามสกุล (ภาษาไทย) _____	
(ภาษาอังกฤษ) _____	
บริษัท (ภาษาไทย) _____	
(ภาษาอังกฤษ) _____	
ตำแหน่งงาน: _____	แผนก/ฝ่าย: _____
เบอร์โทรศัพท์ที่ทำงาน: _____	ต่อ _____ เบอร์โทรศัพท์มือถือ: _____
Fax: _____	E-mail: _____
ชื่อผู้ประสานงาน (HR) _____	เบอร์โทรศัพท์ _____ ต่อ _____

ข้อมูลเพื่อให้ออกใบกำกับภาษี : โปรดตรวจสอบความชัดเจนครบถ้วน เพื่อความถูกต้องของใบเสร็จ/ใบกำกับภาษีที่ท่านจะได้รับ)

ชื่อที่ให้ระบุในใบกำกับภาษี : _____	<input type="checkbox"/> ตามชื่อบริษัทด้านบน
ที่อยู่ที่ให้ระบุในใบกำกับภาษี : _____	
_____	
_____	

การชำระเงินค่าสัมมนา : สามารถสอบถามรายละเอียดและสำรองที่นั่งได้ที่ 0-2318-6891 ต่อ 105 หรือ 109

<p><b>วิธีการชำระเงิน</b></p> <p><input type="checkbox"/> โอนเงินเข้าบัญชี บริษัท บอสตันเน็ตเวิร์ค จำกัด ธนาคารธนชาติ สาขารัชดาภิเษก บัญชีออมทรัพย์เลขที่ 260-2-15492-2 โอนวันที่ _____</p> <p><input type="checkbox"/> ถิ่นเช็คจ่ายพนักงานในนาม บริษัท บอสตันเน็ตเวิร์ค จำกัด</p> <p><input type="checkbox"/> จ่ายเงินสดพนักงาน</p> <p>หากข้อมูลครบถ้วนแล้ว กรุณาส่งกลับมาที่ Email: seminar@bostonnetwork.com หรือ Fax มาพร้อมกัน สำเนาการโอนเงินที่ 0-2318-9427 *</p> <p>*โปรดนำหนังสือรับรองภาษีหัก ณ ที่จ่ายมายื่นในวันสัมมนา</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• บริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการสำรองที่นั่ง ให้แก่ผู้ส่งเอกสารลงทะเบียนครบถ้วนและชำระเงินแล้วเท่านั้น</li> <li>• เจ้าหน้าที่จะแจ้งยืนยันการลงทะเบียนของท่านอีกครั้งหลังจากได้รับเอกสาร</li> <li>• ในกรณีที่ท่านสำรองที่นั่งไว้แล้วแต่ไม่สามารถเข้าร่วมการสัมมนาได้ กรุณาแจ้งล่วงหน้าก่อนวันงานอย่างน้อย 10 วัน หากไม่แจ้งตามกำหนด ท่านจะต้องชำระค่าธรรมเนียมเอกสารเป็นจำนวน 50% ของอัตราค่าลงทะเบียน</li> </ul>
---