



**Course:**

## **Effective Time Management**

การบริหารเวลาอย่างนักบริหารมืออาชีพ

---

Course ID: BN060021  
Duration: 1 day (9:00 – 16:00)  
Instructor:

**หลักการและเหตุผล:**

โลกยุคปัจจุบันที่มีการแข่งขันด้วยความรู้ มนุษย์ทุกคนจะต้องปรับตัวเพื่อต่อสู้และแข่งขันเพื่อสร้างความสำเร็จในอาชีพ การจัดการเวลาถือว่าเป็นสิ่งสำคัญยิ่งสำหรับทุกคน อลัน ลาเกียน ผู้เชี่ยวชาญในการบริหารเวลาชั้นนำของโลก กล่าวว่า “เวลาคือชีวิต มันไม่มีวันย้อนกลับและไม่มีอะไรมาทดแทนมันได้ แต่การเป็นนายเหนือเวลาของคุณ จะเท่ากับเป็นนายเหนือชีวิตของคุณ และคุณจะได้รับประโยชน์จากมันมากที่สุด” เวลาของทุกคนมีเท่ากัน คนจะสำเร็จในชีวิตจะต้องมีวิธีการจัดการเวลาที่ดี เพื่อสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับชีวิต หลักสูตรการบริหารเวลา (Effective Time Management) กำลังจะทำให้คุณรู้จักการปรับเปลี่ยนการใช้เวลาให้มีประสิทธิภาพและสามารถสร้างมูลค่าเพิ่มทั้งในด้านธุรกิจและชีวิตส่วนตัว

**ประโยชน์ที่จะได้รับ:**

- มีทักษะในการจัดการบริหารเวลาได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- สามารถวางแผนใช้เทคนิค กลยุทธ์ต่างๆ ในการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ
- สามารถเป็นตัวอย่างที่ดีในองค์กร รวมทั้งสร้างศักยภาพในการบริหารตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ

**หัวข้อการบรรยาย:**

- ความสำคัญในการบริหารเวลา
- แบบทดสอบประสิทธิภาพในการใช้เวลา
- เทคนิคการสร้างแรงจูงใจในการบริหารเวลา
- การวางแผนการใช้เวลาอย่างมีประสิทธิภาพ
- กลยุทธ์การบริหารเวลาให้สอดคล้องกับองค์กรทฤษฎี “LEADS”
- การใช้เวลาด้วยเทคนิคการวิเคราะห์แบบ “ABC”
- การเพิ่มประสิทธิภาพในการใช้เวลา

**เหมาะสำหรับ:**

- เจ้าของกิจการ ผู้บริหารระดับกลางและระดับสูง รวมถึงบุคคลทั่วไปที่สนใจในเรื่องการพัฒนาความสามารถในการบริหารเวลาให้มีประสิทธิภาพสูงสุด



## Why Boston Network?

---

- **World Class Curriculum** - our course curriculums incorporate best-in-business thinking and practices and are designed for all organizational levels.
- **Renowned Trainers** - all our seminars, conferences are led by senior executives, managers, authors, educators, consultants, even CEOs. They're not only skilled speakers, but top business practitioners who have been in the trenches
- **Satisfaction Guarantee** - we are totally focused on customer satisfaction. Our 100% customer satisfaction guarantee is the factor that will distinct us from others.
- **Experienced Training Specialist** - with more than five years of experiences, we bring in latest business know-how, world-class cutting edge management knowledge, and valuable insights to Thai society. We held over 200 seminar events each year with more than 10,000 executive participants countrywide.



### **100% Satisfaction Guarantee**

After attending Boston Network seminar or event, if you are not fully satisfied that we have delivered everything promised. Simply notify the seminar administrator by the lunch break and we will refund the entire registration fee.