



Work / Life Balance : Happiness & Success life

การสร้างสมดุลชีวิตการทำงาน และ ชีวิตส่วนตัว ...
สู่ความก้าวหน้า ความสุขที่มากกว่า

หลักการและเหตุผล

เป็นที่น่าตกใจ ที่พบว่าคนทำงานในยุคปัจจุบันกว่า 90% ไม่มีความสุขในการทำงาน !!!
แล้วคุณเคยสงสัยไหมว่า คนที่ประสบความสำเร็จเปี่ยมด้วยความสุข ในเวลาเดียวกัน
เขาทำได้อย่างไร?

คนที่ประสบความสำเร็จในงาน และมีครอบครัวที่มีความสุขมากๆ เขาทำได้อย่างไร?
คนที่ประสบความสำเร็จในงาน แต่มีเวลาพักผ่อน มีเวลาออกกำลังกาย ดูแลสุขภาพ เขา
ทำได้อย่างไร?

คำตอบของคำถาม คือ ...

เพราะคนเหล่านั้น เขารู้จักวางแผนการใช้ชีวิต และสามารถสร้างสมดุลชีวิต (Work Life Balance) ได้อย่างดีเยี่ยม

ฉะนั้นในหลักสูตรนี้ เราจะมาเผยเคล็ดลับ How To การวางแผน และสร้างสมดุลชีวิตที่
ยอดเยี่ยมนั้นเป็นอย่างไร

เรามั่นใจว่า หากท่านนำเคล็ดลับเหล่านี้ไปลงมือปฏิบัติจริง ... ชีวิตของท่านจะก้าว
กระโดดไปอีกหลายเท่าตัวทีเดียว

ดังนั้น หากคุณเป็นหนึ่งในคนที่ปรารถนาสู่ความก้าวหน้า ความสำเร็จอย่างเปี่ยมสุข ...
หลักสูตรนี้จะทำให้ผู้เข้าสัมมนา มีคำตอบ มีแรงบันดาลใจ มีความรู้สึกและความคิดเชิงบวกกับ
ตนเอง & การทำงานมากๆ พร้อมทั้งจะจุดประกายไฟในตัวคุณให้มีความมุ่งมั่น เพื่อส่งเสริม
ตนเองสร้างแรงบันดาลใจ สู่ความก้าวหน้า และ ประสบความสำเร็จต่อไป



• Mr. Waiwit Saeng-Alangkarn •

Tel. 08-6661- 1616, 08-666-2121// Fax. 0 2349 6041

E-Mail : waiwit@MrWaiwit.com // www.MrWaiwit.com



หัวข้ออบรม

- สมดุลชีวิต (Work Life Balance) คืออะไร ?
- สัญญาณบ่งบอก หากเราเสียสมดุลชีวิต ?
- วงจรชีวิตที่ประสบความสำเร็จอย่างมีความสุข
- แนวทางที่ทำให้ท่าน ประสบความสำเร็จอย่างมีความสุข
- Workshop :: สิ่งที่สำคัญที่สุดในชีวิตเรา
- 9 เคล็ดลับ สร้างชีวิตที่สมดุล
 1. E.Q. คือ กุญแจแห่งความสำเร็จ
 2. เริ่มต้นด้วยเป้าหมาย และปณิธาน
 3. Pareto's Law ช่วยคุณได้
 4. วางแผนชีวิต ด้วยการจัดลำดับความสำคัญ
 5. มุ่งมั่นพัฒนาตนเองให้เกินความคาดหวัง
 6. ความมีวินัย เป็นดุษฎีภาพแห่งชีวิต
 7. ใช้เวลาให้มีคุณภาพ
 8. กฎ 15 นาที ทองคำ
 9. กฎทอง ของ เอดิสัน
- สรุป คำถาม คำตอบ



แนวทางการสัมมนา

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

ผมจึงสามารถให้ความมั่นใจแก่ท่านได้ ว่าผู้เข้าอบรมจะเต็มเปี่ยมด้วยสาระความรู้ ความสนุกสนานต่อการเรียนรู้ รวมทั้งกำลังใจ แรงบันดาลใจที่วิทยากรได้สอดแทรกให้ตลอดการฝึกอบรม





ผลที่ได้ คือ



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

เกี่ยวกับ วิทยากร....

อ.ไววิทย์ แสงอสังการ หรืออีกชื่อหนึ่งที่ผู้เข้าอบรมมักเรียกอย่างคุ้นเคยว่า **อ.ไวท์** เป็นหนึ่งในผู้มีพรสวรรค์ในการสรรคสร้างการฝึกอบรม สัมมนา ให้เป็นเรื่องสนุก ให้ผู้เข้าอบรมเปี่ยมด้วยความสุข กำลังใจ แรงบันดาลใจ ซึ่งเป็นจุดกำเนิดแห่งการเรียนรู้ และพัฒนาตลอดชีวิต

อ.ไวท์ ได้หันมาเป็นวิทยากรอิสระ มีอาชีพ เมื่อ 9 ปีที่ผ่านมา และเป็นวิทยากรที่ทาสถิติ โดยได้ถูกรับเชิญให้ไปบรรยายกับองค์กรชั้นนำทั่วประเทศมาแล้วมากกว่า 800 บริษัท สามารถดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ www.MrWaiwit.com

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

