

Waiwit F.

WELL-BEING MIND GROWTH MINDSET & E.Q.

สร้างเสริมจิตที่เป็นสุขด้วย ความคิดพัฒนา
และความฉลาดทางอารมณ์

Conduct By:

Mr. Waiwit (White)

OUR LEARNING PROGRAM

- ✓ ความท้าทายในการดำเนินงานในโลกปัจจุบัน
- ✓ เทคนิคปลดล็อกศักยภาพตนเองด้วย Growth Mindset
- ✓ ความฉลาดทางอารมณ์ (E.Q) ก้าวอย่าง สำคัญแห่งความสุข & ความสำเร็จ

ติดตามผลงานได้ที่ :



@Mrwaiwit



สนใจติดต่อ



064 614 4652 (Knot)



www.Mrwaiwit.com

Well-Being Mind by “Growth Mindset” and E.Q.

สร้างเสริมจิตที่เป็นสุขด้วย ความคิดพัฒนา และความฉลาดทางอารมณ์

หลักการและเหตุผล

ในโลกแห่งการแข่งขันรุนแรงเช่นปัจจุบัน ยุคกระแสล่มสลายของโลกยุคเก่า (Disruption) โลกดูเหมือนจะหมุนเร็วขึ้นๆ การเปลี่ยนแปลงในโลกธุรกิจเปลี่ยนไปอย่างรวดเร็ว จับพลัน เป็นเหตุให้ บุคคลใด องค์กรใด ที่ปรับเปลี่ยนไม่ทันต่อสถานการณ์ กลัวการเปลี่ยนแปลง และไม่ยอมเปลี่ยนแปลง พัฒนา บุคคลเหล่านั้น องค์กรเหล่านั้น ก็จะถูกฝังร่อนให้กระเด็นกระดอนออกไปจากระบบ หรือกระแสแห่งโลก New Normal

หากเราไม่เห็นความสำคัญของการเปลี่ยนแปลง และพัฒนาตนเอง เมื่อเวลาผ่านไปเนิ่นนาน จนกระทั่งมองไม่เห็นความทันสมัยในปัจจุบัน เมื่อถึงเวลาจวนตัวภายใต้ภาวะวิกฤติเราจะสะดุ้งตื่นมามองตนเอง และเพิ่งจะรู้ว่าเราผ่านความฝันมา และเมื่อเราตื่นขึ้นมาเราก็ต้องเผชิญกับโลกความจริงใบใหม่ที่ทำให้เราต้องปรับวิธีการคิด กระบวนการในการทำงานทั้งองค์กรให้ทันต่อการเคลื่อนไหวของกระแสการเปลี่ยนแปลงอีกครั้ง “กระแสล่มสลายของโลกยุคเก่า (Disruption)” ก็เป็นเช่นนี้การบริหารเพื่อการเปลี่ยนแปลง และการปรับวัฒนธรรมองค์กร จึงเป็นเรื่องที่ต้องเข้าใจธรรมชาติ ต้องรู้จัก และหาทางในการปรับกระบวนการคิด และกระบวนการทำงานให้ดำรงอยู่อย่างเหมาะสม

ดังนั้นหลักสูตรนี้ จะช่วยแนะนำเทคนิควิธีการ ที่จะช่วยให้คุณเข้าใจความสำคัญของการเปลี่ยนแปลง และแนวทางในการบริหารการเปลี่ยนแปลงในองค์กร ในฐานะที่ท่านเป็นผู้นำแห่งการเปลี่ยนแปลง

Module 1: Growth Mindset for Success

- โลกแห่งการเปลี่ยนแปลงในยุคปัจจุบัน
- Disruption คือ อะไร และ มีผลกระทบต่อเราอย่างไร ?
- นวัตกรรมที่จะมา Disrupt หน้าที่การงานของเรา
- ความท้าทายที่เราต้องเผชิญ ในโลกยุค New Normal
- ความหมาย และ ความสำคัญของ Mindset
- Growth Mindset ส่งผลต่อ อารมณ์ ความรู้สึกอย่างไร ?
- ความแตกต่างของคน Growth Mindset & Fixed Mindset
- คำต้องห้าม Vs. คำต้องพูด
- Growth Mindset ส่งผลต่อ Self-Esteem (การเห็นคุณค่าในตนเอง : Respect)
- เทคนิคปลดล็อกศักยภาพตนเองด้วย Growth Mindset
- แนวทางพัฒนาตนเอง สร้างอุปนิสัยใหม่ๆ ด้วย Growth Mindset
- เคล็ดลับสร้างความมั่นใจ ในการแก้ปัญหา ด้วย Growth Mindset
- การประยุกต์ Growth Mindset กับการจัดการความเครียด
- 4 ขั้นตอนในการพัฒนา Growth Mindset
 - “เปลี่ยนแนวคิด ชีวิตเปลี่ยน”
- **WORKSHOP** : แนวทางพัฒนา Growth Mindset ทั้ง 4 ขั้นตอน
- **Homework** : การสร้างปณิธานทรงอำนาจ (Commitment) สู่ความสำเร็จ

หัวข้ออบรม

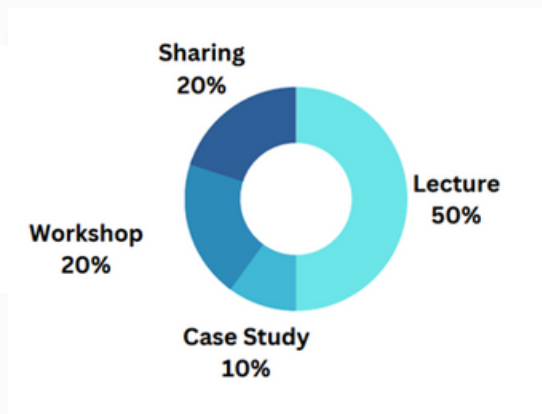
Module 2 : Emotional Quotient (สร้างฉลาดทางอารมณ์)

- ต้นเหตุของเครียด เกิดจากอะไรกันแน่
- ภัยร้ายที่มากับความเครียด
- ความฉลาดทางอารมณ์ (E.Q) ก้าวอย่างสำคัญแห่งความสุข & ความสำเร็จ
- บันได 5 ชั้น สู่ความฉลาดทางอารมณ์ (E.Q.)
 - รู้ทันอารมณ์ตนเอง
 - บริหารจัดการกับอารมณ์
 - สร้างแรงจูงใจแก่ตนเองได้
 - ลดทวิ วิตตา ยอมรับผู้อื่นได้
 - เข้ากับคนอื่นได้
- แนวทางฝึกบริหารอารมณ์ด้วยตนเอง
- แนวทางฝึกพัฒนาตนเองให้มีความสุข และ สร้างพลังในการทำงาน
- ประยุกต์ Growth Mindset & E.Q. ในเรื่อง การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ
- วิธีรับมือกับ Toxic People
- Toxic People มีที่ประเภท ? อะไรบ้าง ?
- วิธีรับมือกับ ลูกค้าเจ้าอารมณ์ ความคาดหวังสูง
- แนวทางสร้างองค์กร Happy Workplace ด้วย Growth Mindset
- สรุป คำถาม คำตอบ

แนวทางอบรม

ผมได้เน้นการสัมมนาโดยยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ดังนั้นผมจึงได้ออกแบบการฝึกอบรมให้มีองค์ประกอบหลากหลายรูปแบบ ทั้งการนำอภิปราย การบรรยาย กรณีศึกษา บทบาทสมมติ การเปิดโอกาสให้ถามคำถาม และตลอดทั้งการฝึกอบรม จะมีเกมส์ กิจกรรม มาช่วยสร้างบรรยากาศแห่งการเรียนรู้ สร้างการมีส่วนร่วม โต้ตอบกันอยู่ตลอดเวลา

ผมจึงสามารถให้ความมั่นใจแก่ท่านได้ ว่าผู้เข้าอบรมจะเต็มเปี่ยมด้วยสาระ ความรู้ ความสนุกสนานต่อการเรียนรู้ รวมทั้งกำลังใจ แรงบันดาลใจที่วิทยากรได้สอดแทรกให้ตลอดการฝึกอบรม



ผลลัพธ์ที่ได้

- สร้างบรรยากาศ แห่งการเรียนรู้ มีความสุขในการเรียนรู้ กล้าแสดงความคิดเห็น
- สร้างทัศนคติเชิงบวกแก่ผู้เข้าอบรม
- สร้างการมีส่วนร่วม ผู้เรียนกล้าตอบคำถาม และ แสดงความคิดเห็น
- สร้างพลังบวก และ ทัศนคติเชิงบวกในการทำงาน เพื่อเปิดใจ นำความรู้ไปปฏิบัติ
- เกิดการเรียนรู้ และเข้าใจเปลี่ยนแปลงของโลกในอนาคต
- เรียนรู้แนวทางที่ก่อให้เกิด Growth Mindset & E.Q

เกี่ยวกับ วิทยากร

อ.ไววิทย์ แสงอสังการ หรืออีกชื่อหนึ่งที่ผู้เข้าอบรมมักเรียกอย่างคุ้นเคยว่า อ.ไวท์ เป็นหนึ่งในผู้มีความสามารถในการสรรค์สร้างการฝึกอบรมสัมมนา ให้เป็นเรื่องสนุก ให้ผู้เข้าอบรมเปี่ยมด้วยความสุข กำลังใจ แรงบันดาลใจ ซึ่งเป็นจุดกำเนิดแห่งการเรียนรู้ และพัฒนาตลอดชีวิต

อ.ไวท์ คร่ำหวอดอยู่ในวงการวิทยากร และนักพัฒนาบุคคล มากกว่า 20 ปี และเป็นวิทยากรที่ได้ถูกรับเชิญให้ไปบรรยายกับองค์กรชั้นนำทั่วประเทศมาแล้วมากกว่า 1,000 บริษัท สามารถดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ www.MrWaiwit.com

- วิทยากรรับเชิญหลายสถาบัน
- MD U. Service Professional
- Co-Founder : Connect ED
- Co-Founder : Cost Innovation
- อดีตผู้บริหาร U. Federal Express (FedEx)
- อดีตผู้บริหาร บมจ. AIS
- อดีตผู้บริหาร U. Chevalier
- อดีตวิศวกรดาวเทียม บมจ. ดาวเทียมไทยคม

Waiwit F.

อ.ไววิทย์ แสงอสังการ (ไวท์)

