



หลักสูตร : Growth Mindset ปรับวิธีคิดพิชิตความสำเร็จ

หลักการและเหตุผล

การทำงานในองค์กรต่าง ๆ ประกอบไปด้วยพนักงานจำนวนมาก บางแห่งมีหน่วยงานภายใน แบ่งเป็นแผนกมากมาย มีการมอบหมายงาน สั่งการ ประสานงานกันภายในและภายนอก ปัญหาที่พบส่วนใหญ่ คือ พนักงานปฏิบัติงานเฉพาะส่วนที่รับผิดชอบเป็นหลัก รอรับคำสั่ง ไม่มีการนำเสนอแนวคิดการแก้ไขปัญหา หรือ การพัฒนางาน ให้หน่วยงานหรือองค์กรได้ ประกอบกับการทำงานปัจจุบัน ที่มีการเน้นเรื่อง ความคิดสร้างสรรค์ การจัดการความรู้ และเทคโนโลยีมากยิ่งขึ้น ทำให้องค์กรไม่สามารถรอเวลาให้พนักงานพัฒนาตนเองได้อย่าง สมัยก่อน เพราะมีการแข่งขันสูง การเจริญเติบโต ในหน้าที่การงานและรายได้ ก็มีผลต่อพนักงานไปด้วย ทำให้ บางครั้งเกิดการสูญเสียพนักงานและความรู้ไปอย่างน่าเสียดาย

Dr.fish สถาบันคิดบวก ขอแนะนำหลักสูตร “Growth Mindset ปรับวิธีคิดพิชิตความสำเร็จ” เพื่อ ตอบสนององค์กรที่ยังต้องใช้พนักงานระดับปฏิบัติการทำงาน หรือต้องการส่งเสริมให้พนักงานระดับปฏิบัติงาน ได้มี โอกาสเติบโตในเส้นทางอาชีพ ให้มีความรู้ความเข้าใจในการทำงาน ยุคใหม่ ให้สามารถปฏิบัติงานได้อย่าง เหมาะสมและสอดคล้องกับความต้องการขององค์กร คือ มีความคิดสร้างสรรค์ กล้านำเสนองานและแก้ไขปัญหา และปรับปรุงงานในส่วนที่ตนเองรับผิดชอบได้ ก็จะทำให้องค์กรพัฒนา เปลี่ยนแปลง ไปในทางที่ดีขึ้น และตัว พนักงานเอง ก็มีความมั่นคงและก้าวหน้าในอาชีพได้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้พนักงานสามารถรู้และเข้าใจถึงการปรับทัศนคติสร้าง วิธีคิดแบบ Growth Mindset ในการพัฒนา ตนเอง
2. เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานภายในบริษัทให้สามารถทำงานได้อย่างถูกต้อง รวดเร็ว ประหยัดเวลา และทรัพยากรได้อย่างคุ้มค่า
3. เพื่อให้พนักงานสามารถนำเสนอแนวทางการแก้ไขปัญหาและพัฒนาการทำงานได้
4. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมสร้างจิตสำนึกความรับผิดชอบในการทำงานต่อตนเองและทำงานในเชิงรุกมากขึ้น

หัวข้อการอบรม

1. เรียนรู้ผลกระทบและความท้าทายที่องค์กรต้องเผชิญเพื่อปรับแนวคิดในการสร้างจิตสำนึกคุณภาพในการ ทำงานและปลูกฝังแนวคิดความเป็นเจ้าขององค์กรเพื่อการพัฒนาตนเองในเชิงบวก
2. เรียนรู้วิธีคิดความแตกต่างระหว่าง Growth Mindset และ Fixed Mindset และต้องทำอะไรให้เกิด Growth Mindset ในทุก ๆ วัน
3. เรียนรู้การสร้างทัศนคติเชิงบวก Positive Thinking ปรับวิธีคิดเพื่อแก้ไขปัญหาที่พบเจอในแต่ละวัน



4. เรียนรู้หลักการบริหารอารมณ์เชิงลบ (Emotional Quotient) ด้วยวิธีคิด The Zones of Regulation
5. เรียนรู้หลักการสร้างตนเองเพื่อการทำงานเชิงรุกและเสริมสร้างความเป็นมืออาชีพที่องค์กรคาดหวังในการเพิ่มประสิทธิภาพของการทำงาน
6. เรียนรู้หลักการบริหารจัดการในการทำงาน การวางเป้าหมายที่ชัดเจน การวางแผน การบริหารเวลาในการทำงานแต่ละวัน อะไรคือ ความสำคัญ อะไรไม่สำคัญในแต่ละวันเพื่อสร้างประสิทธิภาพในการทำงานให้ประสบความสำเร็จ
7. เรียนรู้รูปแบบการสร้าง Growth Mindset เพื่อความก้าวหน้าในการทำงาน

กลุ่มเป้าหมาย

หัวหน้างาน, พนักงานระดับปฏิบัติการ

รูปแบบการสัมมนา

1. การบรรยาย 40 %
2. เกมส์ / กิจกรรมกลุ่ม / ฝึกปฏิบัติ Workshop และการนำเสนอผลงานกลุ่ม 50%
3. กรณีศึกษา และดูภาพยนตร์ 10 %

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผู้เข้าอบรมสามารถรู้และเข้าใจถึงการปรับทัศนคติสร้าง วิธีคิดแบบ Growth Mindset ในการพัฒนาตนเอง
2. ผู้เข้าอบรมสามารถเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานภายในบริษัทให้สามารถทำงานได้อย่างถูกต้อง รวดเร็ว ประหยัดเวลาและทรัพยากรได้อย่างคุ้มค่า
3. ผู้เข้าอบรมสามารถนำเสนอแนวทางการแก้ไขปัญหาและพัฒนาการทำงานได้
4. ผู้เข้าอบรมมีจิตสำนึกความรับผิดชอบในการทำงานต่อตนเองและทำงานในเชิงรุกมากขึ้น

กำหนดการ

09.00-16.00 น.

เวลา	หัวข้อ	เนื้อหา / รายละเอียด	รูปแบบการเรียนการสอน
09.00 - 10.00 น.	กิจกรรมละลายพฤติกรรม	แนะนำตนเอง 1-2 นาที สร้างสมาธิและกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ - แบ่งกลุ่มผู้เข้าอบรมจำนวน 4 กลุ่ม - แต่งตัวหัวหน้ากลุ่มพร้อมมอบหมายภารกิจ - ตั้งชื่อกลุ่ม + สโลแกนประจำกลุ่ม - แจกติกการแข่งขันทะหว่างการอบรมเพื่อชิงรางวัล	ทำกิจกรรมสนุกสนานและสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้เรียนกับผู้เรียนและผู้เรียนกับวิทยากร
10.00 - 10.30 น.	ปรับทัศนคติในการสร้างจิตสำนึกคุณภาพในการทำงาน	1.เรียนรู้ผลกระทบและความท้าทายที่องค์กรต้องเผชิญเพื่อปรับแนวคิดในการสร้างจิตสำนึกคุณภาพในการทำงานและปลูกฝังแนวคิดความเป็นเจ้าขององค์กรเพื่อการพัฒนาตนเองในเชิงบวก - เรียนรู้แนวคิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเองในเชิงบวก คำถามที่ 1 องค์กรเผชิญความท้าทายอะไรบ้าง ? เรียนรู้ความท้าทายที่องค์กรเผชิญการเปลี่ยนแปลงจากโลกภายนอก เพื่อสร้างมุมมองให้เกิดความรักต่อองค์กรและสร้างมุมมองในการเป็นเจ้าขององค์กรร่วมกัน คำถามที่ 2 การพัฒนาตนเองเริ่มต้นอย่างไร ? สร้างมุมมองในการปรับทัศนคติของตนเองเพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงในเชิงบวก ด้วยวงจรพฤติกรรม ความเชื่อ + ความคิด + ความรู้สึก + การกระทำ + พฤติกรรม + นิสัย	วิทยากรบรรยาย แลกเปลี่ยนเรียนรู้
10.30 - 10.45 น.	พักเบรก		
10.45 - 11.30 น.	Growth Mindset และ Fixed Mindset	2.เรียนรู้วิธีคิดความแตกต่างระหว่าง Growth Mindset และ Fixed Mindset และต้องทำอะไรให้เกิด Growth Mindset ในทุก ๆ วัน - เรียนรู้แนวคิดปัจจัยที่ควบคุมได้ และ ควบคุมไม่ได้ - ความแตกต่างระหว่าง ระหว่าง Growth Mindset และ Fixed Mindset	วิทยากรบรรยาย แลกเปลี่ยนเรียนรู้ Work Shop นำเสนอ
11.30 - 12.00 น.	เรียนรู้การสร้างทัศนคติเชิงบวก	3.เรียนรู้การสร้างทัศนคติเชิงบวก Positive Thinking ปรับวิธีคิดเพื่อแก้ไขปัญหาที่พบเจอในแต่ละวัน - เรียนรู้หลักคิดบวก และ คิดลบ เพื่อการป้องกันปัญหาและการแก้ไขปัญหา - เรียนรู้หลักคิดเชิงบวก และ หลักคิดเชิงลบ - เรียนรู้สมการสู่ความสำเร็จของคุณ คาซูโอะ อินาโมริ	วิทยากรบรรยาย แลกเปลี่ยนเรียนรู้



เวลา	หัวข้อ	เนื้อหา / รายละเอียด	รูปแบบการเรียนการสอน
12.00 - 13.00 น.	พักทานข้าวกลางวัน		
13.00 - 13.30 น.	กรณีศึกษาการปรับอารมณ์เชิงลบ	4.เรียนรู้หลักการบริหารอารมณ์เชิงลบ (Emotional Quotient) ด้วยวิธีคิด The Zones of Regulation - เรียนรู้การบริหารอารมณ์ในรูปแบบต่าง ๆ - เรียนรู้เทคนิคการปรับอารมณ์เชิงลบให้กลายเป็นบวก - วิธีคิดในการตั้งศักยภาพของตนเองให้มีพลังบวกในทุก ๆ วัน	วิทยากรบรรยาย แลกเปลี่ยนเรียนรู้ แบบทดสอบ
13.30 - 14.00 น.	การพัฒนาตนเองเพื่อการทำงานอย่างมืออาชีพ	5.เรียนรู้หลักการสร้างตนเองเพื่อการทำงานเชิงรุกและเสริมสร้างความเป็นมืออาชีพที่องค์กรคาดหวังในการเพิ่มประสิทธิภาพของการทำงาน - จัดความถี่ออกจากการทำงาน เรียนรู้ถึงสาเหตุ + วิธีแก้ไข Work Shop ค้นหาประโยชน์ของการทำงานที่ทำให้มีวิธีคิดเชิงบวก สู้กับปัญหาที่เจอ (รายบุคคล) พร้อมหลักคิดในการทำงานแบบมืออาชีพ และการทำงานเชิงรุก กรณีศึกษา สาคร แห่งกลุ่มน้ำตาลมิตรผล Work Shop สร้างพนักงานมืออาชีพและทำงานเชิงรุก -ผู้เข้าอบรมนำเสนอ -วิทยากรสรุป	วิทยากรบรรยาย แลกเปลี่ยนเรียนรู้ Work Shop นำเสนอ คลิป VDO
14.00 - 14.30 น.	เรียนรู้หลักการบริหารงาน	6.เรียนรู้หลักการบริหารจัดการในการทำงาน การวางเป้าหมายที่ชัดเจน การวางแผน การบริหารเวลาในการทำงานแต่ละวัน อะไรคือ ความสำคัญ อะไรไม่สำคัญในแต่ละวันเพื่อสร้างประสิทธิภาพในการทำงานให้ประสบความสำเร็จ - เทคนิคในการตั้งเป้าหมายงาน (Goal) คอนเซ็ปต์ คือ ชัดเจน วัดได้ และท้าทาย - วิธีการวางแผนงาน (Action Plan) แนวคิดการวางแผนงานประจำวันตามช่วงเวลาต่าง ๆ หลักการบริหารเวลาในการทำงานแต่ละวัน อะไร? คือ ความสำคัญ...อะไร? ไม่สำคัญ (Time Management) - เรียนรู้การบริหารเวลาในการทำงาน 4 ด้าน 1.งานสำคัญและเร่งด่วน 2.งานสำคัญไม่เร่งด่วน 3.งานไม่สำคัญแต่เร่งด่วน 4.งานไม่สำคัญและไม่เร่งด่วน -กฎพาราโต ทำน้อยให้ได้มาก	วิทยากรบรรยาย แลกเปลี่ยนเรียนรู้ คลิป VDO
14.30 - 14.45 น.	พักเบรก 15 นาที		



เวลา	หัวข้อ	เนื้อหา / รายละเอียด	รูปแบบการเรียนการสอน
14.45 - 15.45 น.	การบริหารงานให้ได้เป้าหมาย (ต่อ)	ฝึกผู้เข้าอบรมคิดในเชิงเป้าหมายที่ชัดเจน และการวางแผนเพื่อการทำงานภายใต้เวลาที่กำหนด 3 คอนเซ็ปต์ คือ ชัดเจน วัดได้ และท้าทาย (เป้าหมาย 50 ซม.ม) เกณฑ์คะแนน 1. แข็งแรง รับ 10 คะแนน 2. ถึงเป้าหมาย 50 ซม.ม รับ 30 คะแนน 3. สูงที่สุดรับ 60 คะแนน คะแนนรวม 100 คะแนน -กลุ่มไหนส่งงานก่อนรับ 20 คะแนน - ผู้เข้าอบรมนำเสนอแนวคิดกลุ่มละ 3 ข้อ - วิทยากรสรุปแนวคิด PDRCA	วิทยากรบรรยาย แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ทำกิจกรรมกลุ่ม อุปกรณ์ มาสมเใกล้กลุ่มละ 1 ก้อน สปาเก็ตตี้กลุ่มละ 20 เส้น เชือก ยาว 90 ซม.ม กลุ่มละ 1 เส้น เทปขาว 90 ซม.ม กลุ่มละ 1 เส้น กรรไกรกลุ่มละ 1 เล่ม เชือกยาว 50 ซม.ม กลุ่มละ 1 เส้น
15.45 - 16.00 น.	แนวทางการพัฒนาตนเองให้คิดแบบ Growth Mindset	7.เรียนรู้รูปแบบการสร้าง Growth Mindset เพื่อความก้าวหน้าในการทำงาน - เรียนรู้การ Disrupt ตนเองเพื่อสร้าง Growth Mindset - เรียนรู้การสร้างกุญแจแห่งความสำเร็จ - เรียนรู้การพัฒนาตนเองวันละ 1 % - Commitment ในการพัฒนาตนเองคนละ 1 ข้อ	วิทยากรบรรยาย แลกเปลี่ยนเรียนรู้
16.00 - 16.10 น.	ปิดการสัมมนา	ถามตอบ / แจกของรางวัล / ถ่ายรูปเป็นที่ระลึก	วิทยากรแจกของรางวัล

หมายเหตุ : กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสมและบริบทของลูกค้า