

พิเศษสุด!

สมัครสมาชิกหรือต่ออายุสมาชิก ภายใน 30 ธันวาคม 2567

รับส่วนลดค่าสมาชิกรวมกันที่จากราคาสมาชิก 

เมื่อเข้าอบรมหลักสูตรเดือน มกราคม - กุมภาพันธ์ 2568

เมื่อสมัคร/ต่ออายุ 1-5 ปี วารสารเอกสารภาชือากร
500 - 2,500 บาท

เมื่อสมัคร/ต่ออายุ 1-5 ปี วารสาร HR Society Magazine
300 - 900 บาท

- เงื่อนไข :**
- 1.ใช้สิทธิ์ส่วนลดได้ทั้งหลักสูตร On-site หรือ Online ราคา 3,300 บาทขึ้นไป (ยังไม่รวม VAT)
 - 2.สมัครใหม่/ต่ออายุ วารสารเอกสารภาชือากร รับส่วนลดค่าสมาชิกรวมกันที่ 500 บาท (จากค่าสมาชิกราคาสมาชิก)
 - 3.สมัครใหม่/ต่ออายุ วารสาร HR Society Magazine รับส่วนลดค่าสมาชิกรวมกันที่ 300 บาท (จากค่าสมาชิกราคาสมาชิก)
 - 4.สมัครใหม่หรือต่ออายุสมาชิกก่อน เพื่อรับส่วนลดค่าสมาชิกรวมกัน
 - 5.1 สมาชิก : 1 ที่นั่ง

8Q

ความฉลาดแห่งอนาคต เพื่อยกระดับ การปฏิบัติงาน



- ฝึกคิด ปรับปรุง พัฒนาสิ่งใหม่ๆ และสื่อสารให้เกิดการปรับเปลี่ยนทัศนคติ เพื่อสร้างประสิทธิภาพในการทำงาน
- รับมือกับอารมณ์เชิงลบ คำตำหนิวิจารณ์ และการถูกปฏิเสธอย่างไร?
- เรียนรู้การรับมือและเทคนิคการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าในการทำงาน

SCAN เพื่อจองสัมมนา



พิเศษสุด!

หลักสูตรเดือน มกราคม-กุมภาพันธ์ 2568

จองอบรมล่วงหน้าภายในวันที่ 31 ธันวาคม 2567

จองอบรมตั้งแต่วันที่ 1 ม.ค. - 28 ก.พ. 2568

เข้าอบรมทุกที่นี้
รับส่วนลด 500 บาท

เข้าอบรม 2 ท่าน รับส่วนลด 500 บาท
เข้าอบรม 3 ท่าน รับส่วนลด 1,000 บาท
หลักสูตรนี้สอน / ไม่ซ้ำเรียนในวัน

เมื่อทางฯ ฝึกอบรม
ไม่รับยื่นขอคืนค่าอบรม ให้สาขาอื่นหรือ On site สาขา 4,000 บาท/วัน ขึ้นไป
สมัครหลักสูตร Online ราคา 3,300 บาท/วัน ขึ้นไป (ยังไม่รวม VAT) / ไม่รวมไปรษณีย์

Promotion

โปรโมชั่นพิเศษสำหรับหลักสูตรนี้ !!!

ชำระค่าอบรมล่วงหน้า
ภายในวันที่ 15 ม.ค. 2568

รับฟรี !!! DHARMNITI
Planner 2025



วิทยากร

ดร.นพ.ยุกรนา ภาระนันท์

แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา
การให้คำปรึกษาและการบริหารองค์กร



กำหนดการสัมมนา

วันพุธที่ 22 มกราคม 2568

(เวลา 09.00 - 16.00 น.)

โรงแรมไพล์พอยท์ส บาย เซอรานตี กรุงเทพฯ เพลินจิต

(ชื่อเต็ม รร.โนโวเทล กรุงเทพ เพลินจิต)

ช.ร่วมฤดี (รถไฟฟ้า BTS สถานีเพลินจิต)

อัตราค่าสัมมนา

สมาชิก (Tax, HR)

4,000 + VAT 280 = 4,280 บาท

บุคคลทั่วไป

4,700 + VAT 329 = 5,029 บาท

(รวมเอกสาร ค่ากาแฟ อาหารว่าง อาหารกลางวัน)

1. **8Q คุณสมบัตินักความฉลาดแห่งอนาคต กับ การเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน**
 - 1.1 Resilience Quotient – ฉลาดยืดหยุ่น
 - 1.2 Creative Quotient – ฉลาดคิดสร้างสรรค์
 - 1.3 Emotional Quotient - ฉลาดทางอารมณ์
 - 1.4 Adversity Quotient - ฉลาดแก้ปัญหา
 - 1.5 Optimist Quotient – ฉลาดมองโลกในแง่ดี
 - 1.6 Social Quotient - ฉลาดเข้าสังคม
 - 1.7 Happiness Quotient - ฉลาดสร้างสุข
 - 1.8 Digital Quotient - ฉลาดดิจิทัล
2. **การรับมือปัญหาและวิกฤต ด้วยฉลาดยืดหยุ่น (RQ)**
 - 2.1 VUCA ความท้าทายแห่งยุคโลกพลิกผัน
 - 2.2 3R ปัญญาล้มลุก (Resilience) “ล้มแล้วลุกให้ไว”
3. **ฉลาดคิดสร้างสรรค์ (CQ) ด้วยการคิดนอกกรอบ**
 - 3.1 เคล็ดลับการพัฒนาสมอง 2 ซีก ด้วยการคิดนอกกรอบ (Lateral thinking)
 - 3.2 กระตุ้นการคิดนอกกรอบด้วย ART Mind Map
 - 3.3 ปลดล็อกกับดักความคิดสร้างสรรค์ (Unlock Creative thinking)
4. **พัฒนา EQ ด้วยการรู้เท่าทันอารมณ์ (Emotional agility)**
 - 4.1 สัญญาณเตือนพร่อง EQ (Low-EQ signal)
 - 4.2 รับมืออย่างไรเมื่อถูกปฏิเสธผลงาน (Rejection)
 - 4.3 เสริมสร้างอารมณ์ดี ด้วย EQ Vitamin
5. **เปลี่ยนอุปสรรคให้เป็นโอกาสที่ท้าทายด้วยฉลาดแก้ปัญหา (AQ)**
 - 5.1 ทำความเข้าใจระดับของ AQ
 - 5.2 การรับมือกับปัญหาเฉพาะหน้าในการทำงาน
6. **ปรับมุมมองการทำงานด้วยการมองโลกในแง่ดี (OQ)**
 - 6.1 สิ่งท้ออย่างไรเมื่อคิดบวกจนเป็นพิษ (Toxic Positivity)
 - 6.2 มองโลกในแง่ดีให้มีวุฒิภาวะ (Realistic Optimism)
 - 6.3 วิธีการปรับมุมมอง 4 ทิศ เปลี่ยนวิธีคิด ต่อสถานการณ์ ต่อผู้อื่นและตนเอง
7. **ความฉลาดเข้าสังคม (SQ) กับ การสร้างผลสำเร็จในที่ทำงาน**
 - 7.1 เคล็ดลับการเป็นบุคคลที่เข้ากับคนอื่นได้ง่าย
 - 7.2 ความสามารถในการพูดคุยติดต่อกับผู้อื่นเพื่อจัดการกับสิ่งยุ่งยากอย่างได้ผลสำเร็จร่วมกัน
8. **ฉลาดสร้างสุข (HQ) ในการทำงานร่วมกัน**
 - 8.1 ทำความเข้าใจ 8 อุปนิสัยสร้างสุข
 - 8.2 สร้างสุข สนุกกับงาน ด้วยพลัง HQ
9. **เสริมภูมิคุ้มกันในการทำงานด้วยความฉลาดทางดิจิทัล (DQ)**
 - 9.1 การรับมือและปรับตัวในโลกดิจิทัล
 - 9.2 การรักษาความปลอดภัยในโลกออนไลน์
 - 9.3 การวิเคราะห์แยกแยะข้อมูลถูก-ผิดอย่างมีวิจารณญาณ
10. **CEO's success story: ถอดบทเรียน 8Q เชิงวิเคราะห์**
11. **กิจกรรมรู้จักตัวเอง ด้วย 8Q**

ชำระค่าสัมมนาเป็น **เงินสด** หรือ **เช็ค** ส่งจ่ายในนาม **บริษัท ฟิงคอมและสัมมนาธรรมนิติ จำกัด**

178 อาคารธรรมนิติ ชั้น 4 ซอยเพิ่มทรัพย์ (ประชาชื่น 20) ถ.ประชาชื่น แขวงบางซื่อ เขตบางซื่อ กรุงเทพฯ 10800

เลขประจำตัวผู้เสียภาษี 010-553-300-1556 (สำนักงานใหญ่) (กรณีไม่มีหนังสือรับรองทุก ณ ที่จ่าย ต้องชำระเต็มจำนวน) **งดรับเช็คส่วนตัว**

ยิ่งอบรมมาก ยิ่งเสียเวลาน้อย ค่าอบรมสามารถลงรายจ่ายได้เพิ่มขึ้นถึง 200%

ท่านสามารถดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ www.dst.co.th และสำรองที่นั่งได้ที่ Tel 02-555-0700 กด 1