



การสร้างแรงจูงใจให้ตนเองด้วย

# Growth Mindset

## เพื่อปลุกไฟในการทำงาน

ธรรมชาติการทำงานของคนในองค์กรพบว่าในช่วงแรกจะมีความตื่นตัว ตั้งใจเรียนรู้งาน มีความอดทนต่อบรรยากาศในการทำงานได้เป็นอย่างดี แต่หลังจากเวลาผ่านไป 2 – 3 ปี กลับพบว่าพลังในการทำงานของพนักงานมักลดลง อันเนื่องมาจากปัจจัยสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ในงานที่มีผลต่อทัศนคติกรอบความคิดและแรงจูงใจในการทำงาน จึงทำให้ประสิทธิภาพในการทำงานตกต่ำ ดังนั้นการพัฒนาแรงจูงใจในตนเองด้วย Growth Mindset จึงเป็นแนวทางให้พนักงานค้นพบตนเองรู้จักการตั้งเป้าหมายชีวิตในการทำงาน รู้จักใช้ศักยภาพหรือความสามารถแฝงอยู่ภายในตนเองออกมา เพื่อใช้ในการปฏิบัติงานอย่างเต็มที่

- ความสำคัญและวิธีการในการสร้าง Growth Mindset
- เทคนิคการสร้างกรอบความคิดชุดใหม่เพื่อเปิดการมองเห็นศักยภาพของตนเอง
- S-T-A-R-T Model : กระบวนการในการสร้าง Self Motivation (workshop)

### กำหนดการอบรม

วันอังคารที่ 10 มิถุนายน 2568

(เวลา 09.00 - 16.00 น.) ณ ห้องอบรม

โรงแรมอวานี รัชดา กรุงเทพฯ

ถ.รัชดาภิเษก สี่แยกพระราม9

(รถไฟฟ้าใต้ดิน MRT สถานีพระราม 9 ทางออกที่ 1)

### อัตราค่าอบรม

สมาชิก (Tax, HR)

4,000 + VAT 280 = 4,280 บาท

บุคคลทั่วไป

4,700+ VAT 329 = 5,029 บาท

(รวมเอกสาร ค่ากาแฟ อาหารว่าง อาหารกลางวัน)

## หัวข้อสัมมนา

1. Growth Mindset & Fixed Mindset
  - 1.1. Fixed Mindset : ความคิดแบบปิดกั้น
  - 1.2 Growth Mindset : ความคิดแบบเติบโตเปิดกว้าง
2. ความสำคัญและวิธีการในการสร้าง Growth Mindset
3. เทคนิคการสร้างกรอบความคิดชุดใหม่เพื่อเปิดมุมมองเห็นศักยภาพของตนเอง  
Workshop : เรียนรู้และเข้าใจ Mindset ของตนเอง
4. Growth Mindset กับการสร้างแรงจูงใจเพื่อปลุกไฟในการทำงาน
5. เทคนิคการสร้างแรงจูงใจให้ตนเองสู่ความสำเร็จในการทำงาน
  - 5.1 5S. องค์ประกอบในการสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง
    - 5.1.1. Self Discipline การมีวินัยในตัวเอง
      - การรู้หน้าที่ของตน
      - การมาปฏิบัติงานโดยตรงต่อเวลา
      - การส่งมอบงานตรงกำหนดเวลาให้ผู้เกี่ยวข้องหรือผู้บังคับบัญชา
      - การไม่ปฏิบัตินอกเหนือคำสั่ง
      - การยับยั้งชั่งใจ ไม่ให้ความอยากได้ใคร่มีต่อผลประโยชน์
    - 5.1.2 Self Leadership ภาวะผู้นำในตนเอง
      - Proactive Working (การทำงานเชิงรุก)
      - Work Process Improvement (การปรับปรุงกระบวนการงาน)
      - Prioritizing Job (การจัดลำดับงาน)



- 5.1.3 Self Efficacy การรับรู้ความสามารถในตนเอง
    - ประสบการณ์แห่งความสำเร็จในอดีต
    - แบบอย่างแห่งความสำเร็จ
    - คำพูดให้กำลังใจ
    - สภาพความพร้อมแห่งตน
  - 5.1.4 Self Awareness การตระหนักรู้ในตนเอง
    - รู้ว่าอะไรคือจุดดี-จุดด้อยของตนเอง (Me ตัวฉัน/มีข้อดี-มีข้อเสีย)
    - ความรู้สึกที่ตนมีต่อตนเอง-ผู้อื่นและสถานการณ์
    - พฤติกรรมที่แสดงออกของตนต่อผู้อื่นและสถานการณ์ในการทำงาน
    - ผลกระทบต่าง ๆ ที่เกิดจากการกระทำของตนต่อผู้อื่นและสถานการณ์
  - 5.1.5 Self Development การพัฒนาตนเอง
6. S-T-A-R-T Model : กระบวนการในการสร้าง Self Motivation (workshop)
- S urvey your need : สำรวจความต้องการของตนเอง
- T arget setting : กำหนดเป้าหมาย
- A ction plan : มีแผนปฏิบัติการ
- R einforcement yourself : เสริมแรงตนเอง
- T ake it now : ลงมือทำทันที

## วิทยากร

### อาจารย์พรพล ฉันทนาวิ

- คอลัมนิสต์และนักเขียน HR Society Magazine
- ผู้อำนวยการฝ่ายฝึกอบรมและพัฒนา กลุ่มบริษัท TCC Capital Group
- ผู้จัดการฝ่ายฝึกอบรมและพัฒนา กลุ่มบริษัทในเครือ UCOM
- ผู้เชี่ยวชาญการออกแบบและพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม บมจ. เทเลคอมเอเชีย คอร์ปอเรชั่น
- อาจารย์พิเศษ (Guest Speaker) เรื่อง HRM & HRD การสื่อสารและพฤติกรรมมนุษย์ในองค์กร จิตวิทยาอุตสาหกรรม ภาวะผู้นำและทีมงาน ให้กับระดับปริญญาตรีและโท ในมหาวิทยาลัยชั้นนำ

ชำระค่าสัมมนาเป็น เงินสด หรือ เช็ค สั่งจ่ายในนาม บริษัท ฝึกอบรมและสัมมนาธรรมนิติ จำกัด

178 อาคารธรรมนิติ ชั้น 4 ซ.เทพทวีทรัพย์ (ประชาจีน 20) ถ.ประชาจีน แขวงบางซื่อ เขตบางซื่อ กรุงเทพฯ 10800

TAX ID 010-553-300-1556 (สำนักงานใหญ่) (กรณีไม่มีหนังสือรับรองหัก ณ ที่จ่าย ต้องชำระเต็มจำนวน) **งดรับเช็คส่วนตัว**

**ยิ่งอบรมมาก ยิ่งเสียภาษีน้อย ค่าอบรมสามารถลงรายจ่ายได้เพิ่มขึ้นถึง 200%**

**สำรองที่นั่งได้ที่ Tel. 02-555-0700 กด 1,080-251-9946,086-378-8470 Website. [www.dst.co.th](http://www.dst.co.th)**