

# รับส่วนลดค่าอบรม เพิ่มทันทีจากราคาสมาชิก

เมื่อสมัครหรือต่ออายุ 1-5 ปี

ตั้งแต่วันที่ 1-31 พฤษภาคม 2569

วารสารเอกสารภาษีอักษร

รับส่วนลดเพิ่ม

**500-2,500** บาท

วารสาร HR Society Magazine

รับส่วนลดเพิ่ม

**300-900** บาท

เงื่อนไข : 1. สมาชิกวารสารเอกสารภาษีอักษร / วารสาร HR Society Magazine ใช้สิทธิ์ส่วนลดค่าอบรมเฉพาะหลักสูตร On-site และ Online ราคา 3,400 บาทขึ้นไป (ยังไม่รวม VAT) ที่จัดอบรมในเดือนพฤษภาคม-กรกฎาคม 2569

1.1 สมัครใหม่/ต่ออายุสมาชิก วารสารเอกสารภาษีอักษร รับส่วนลดค่าอบรมเพิ่ม 500 - 2,500 บาท (จากค่าอบรมราคาสมาชิก)

1.2 สมัครใหม่/ต่ออายุสมาชิก วารสาร HR Society Magazine รับส่วนลดค่าอบรมเพิ่ม 300 - 900 บาท (จากค่าอบรมราคาสมาชิก)

2. การใช้สิทธิ์ส่วนลดสมาชิก / 1 สิทธิ์ / 1 ครั้ง ตามเงื่อนไขที่บริษัทฯ กำหนด

สแกน QR Code สมัคร/ต่ออายุสมาชิก



โปรโมชั่นพิเศษ เฉพาะพนักงานอบรมเท่านั้น

**DHARMNITI  
BOOK STORE**

ซื้อหนังสือครบ

**1,000.-**

รับส่วนลดค่าหนังสือ

**100.-**

ซื้อหนังสือครบ

**2,000.-**

รับส่วนลดค่าหนังสือ  
และกระเป๋า

**200.-**

+

กระเป๋า HR Society Tote Bag  
จำนวน 1 ใบ มูลค่า 159.-



ขอสงวนสิทธิ์ในการเปลี่ยนแปลงของแคมเปญโดยไม่แจ้งให้ทราบล่วงหน้า

สแกน QR Code เพื่อดูรายการหนังสือเพิ่มเติม

[www.dharmnitibook.com](http://www.dharmnitibook.com)





# Psychological Safety

กลยุทธ์การสร้างความปลอดภัยทางจิตใจ  
เพื่อความกล้าคิด กล้าทำสิ่งใหม่ที่สร้างสรรค์



ปัญหาต่าง ๆ ที่รุมเร้าเข้ามาทักทาย ทำให้พนักงานต้องรับมือกับความเครียดและความกดดัน  
ในการทำงาน เมื่อพนักงานรู้สึกไม่ปลอดภัย เกราะป้องกันตัวที่บั่นทอนการทำงานร่วมกันและปิดกั้นความคิด  
ริเริ่มสร้างสรรค์ จะถูกสร้างขึ้นโดยอัตโนมัติ ผู้นำจึงจำเป็นต้องมีศิลปะในการบริหารอารมณ์และเปลี่ยนพฤติกรรม  
ป้องกันตัวเหล่านั้นให้กลายเป็นพลังขับเคลื่อนทีมผ่านความไว้วางใจ ด้วยการสร้าง **Psychological Safety**  
**หรือ ความปลอดภัยทางจิตใจ** ให้เป็นรากฐานสำคัญสำหรับพนักงาน เพื่อให้เกิดความกล้าในการเผชิญปัญหา  
ซับซ้อนและสร้างนวัตกรรมได้อย่างยั่งยืน เพราะทีมที่ประสบความสำเร็จ คือ ทีมที่สมาชิกกล้าแสดงออก  
โดยไม่ต้องกลัวการถูกตัดสิน

- ★ ทำลายกำแพงความกลัวและสร้างบรรยากาศแห่งการสื่อสารที่เปิดกว้าง
- ★ เทคนิครับมือกับปฏิกิริยา สู้-หนี-นิ่ง เพื่อเปลี่ยนการตั้งรับเป็นการร่วมมือแก้ปัญหา
- ★ ปรับเปลี่ยนวัฒนธรรมองค์กร ส่งเสริมความกล้าคิด กล้าทำ กล้าพูดเพื่อสร้างทีมที่แข็งแกร่ง
- ★ พัฒนาวัฒนธรรมการเรียนรู้ ท้าทายแนวคิดเดิม มุ่งสู่การสร้างนวัตกรรม

## กำหนดการอบรม

วันอังคารที่ 23 มิถุนายน 2569

(เวลา 09.00 - 16.00 น.) ณ ห้องอบรม

โรงแรมจูบิลี เพรสทีจัน รัชดาภิเษก

ถ.รัชดาภิเษก สีแยกห้วยขวาง

รถไฟฟ้าใต้ดิน MRT สถานีห้วยขวาง ทางออกที่ 2

## อัตราค่าอบรม

สมาชิก (Tax, HR)

4,000 + VAT 280 = 4,280 บาท

บุคคลทั่วไป

4,700 + VAT 329 = 5,029 บาท

(รวมเอกสาร ค่ากาแฟ/อาหารว่าง อาหารกลางวัน)

# หัวข้ออบรม

## Module 1: การเสริมสร้างบรรยากาศความปลอดภัยทางจิตใจ

### (Psychological Safety) ในการทำงานร่วมกัน

#### 1. ภาพรวมของความปลอดภัยทางจิตใจ

(PS: Psychological Safety) กับความเกี่ยวข้องในการทำงาน

- แบบสำรวจ 5 จุดเปลี่ยนสู่ Psychological Safety
- SAFETY: 6 คุณลักษณะผู้นำปลอดภัยเพื่อสร้างนวัตกรรม
- ถอดบทเรียนจาก Google: Project Aristotle ทำไมความปลอดภัยทางจิตใจจึงสำคัญกว่าความอัจฉริยะของสมาชิก
- Case Study องค์กรชั้นนำในประเทศไทยกับการสร้างความปลอดภัยทางจิตใจ เพื่อการปรับใช้จริง
- 4 Stages of Psychological Safety นิยามและกลไกการพัฒนา

#### 2. สถานการณ์ความพลิกผันในโลกยุคปัจจุบัน (VUCA world) ที่ส่งผลต่อคนทำงาน

#### 3. ยกระดับ Psychological Safety ด้วย 6 เทคนิคเชิงจิตวิทยา

#### 4. 5 Defensive Behaviors: วิเคราะห์ภาวะป้องกัน 5 รูปแบบ เพื่อทำลายกำแพงความกลัวและสร้างบรรยากาศแห่งการสื่อสารที่เปิดกว้าง

#### 5. Biology of Fear: กลไกสมองภายใต้ความกดดัน และปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นในที่ทำงาน

#### 6. Disarming Groupthink: กลยุทธ์ "คิดต่าง FRV" เพื่อส่งเสริมการแสดงความคิดเห็นอย่างมีคุณภาพ

#### 7. The Action Loop: วงจรการสร้าง ประเมิน และรักษาพื้นที่ปลอดภัยอย่างต่อเนื่องเพื่อความยั่งยืนขององค์กร

#### 8. Brain puzzle activity กิจกรรมระดมความคิดเพื่อตระหนักถึงความสำคัญของ SAFETY

#### 9. Workshop ค้นหาที่ใช้แบบ SAFETY

## Module 2: ยกระดับบรรยากาศความปลอดภัยทางจิตใจ

### (Psychological Safety) ปลดล็อก '5 Defensive Behaviors' และเสริมสร้าง 'SAFETY: ผู้นำปลอดภัย สร้างนวัตกรรม'

#### 1. เทคนิค ฉลาดฟัง 4E

- 4E - ปลดล็อกความเข้าใจ ฟังให้ลึกซึ้ง เข้าถึงใจคนอื่น
- โพรสเสียงเสียง: 9 วิธีเปิดเรดาร์อ่านใจทีมงาน
- Ask - 12 คำถามกระตุ้นคิด พลิกวิกฤติเพิ่มโอกาส
- ปรับสมองให้ฟังชัด: 313 - ฟังเสียงปรับโฟกัส
- Activity: "ยอดนักสืบ" สังเกตสิ่งที่มีมองเห็นได้ยาก

#### 2. เทคนิค ฉลาดต่าง Okay

- 4 ระดับสู่ความปลอดภัยทางจิตใจในทีม
- แตกต่างอย่างสร้างสรรค์: Okay ฉลาดต่าง ไม่เสียสัมพันธ
- พลิกสถานการณ์ยาก ด้วย I & We - statement: เมื่อฉันเป็นทีมงาน
- ถอดรหัสคำพูดผู้นำ: สร้างพื้นที่ปลอดภัยแม้ในสถานการณ์ยาก: เมื่อฉันเป็นผู้นำ
- Activity "แห่งยืน" ความสำคัญของพื้นที่ปลอดภัย

#### 3. เทคนิค ถอดบทเรียน 3L

- 3L: 9 คำถามถอดบทเรียน ด้วยกลยุทธ์ลับไปข้างหน้า
- เหลือหลัง แลหน้า: 10 คำถามสรุปบทเรียน เพื่อนอนาคต
- Activity "What's wrong?" กลไกการหนีปัญหา

#### 4. เทคนิค ขึ้นเชิงบวก 3ข

- ดิชมันโดนใจ 10 วิธีสื่อสารเติบโต
- 3ข: ปลดล็อกศักยภาพ ด้วยพลังคำชี้แนะ (Effective Feedback)
- Activity "เป่ายิงดู" ความสำคัญของ Feedback

#### 5. เทคนิค คิดยึดหยุ่น SEE

- SEE: เคล็ดวิชาคิดยึดหยุ่น พลิกแตกต่างสู่เต็มเต็ม
- รีชีตอรามนน์ เก้าอี้ว่าง - เคล็ดวิชาสกัดจุดหยุดคนลู่
- Activity "Illusion picture" มุมมองที่แตกต่าง

#### 6. เทคนิค รู้ทัน ฉันทใจ Free

- Free: 4 ขั้นตอน พลิกอารมณ์ แบบ รู้ทัน ฉันทใจ
- อารมณ์นวนลู่? 12 คำถามปลดล็อก กับดีทอรามนน์
- 3S: รหัสลับปรับความคิดชีวิตสำเร็จ ด้วยดนตรีบำบัดแบบ NLP
- Activity "Hidden faces" อารมณ์ที่ซ่อนอยู่
- Workshop ดนตรีบำบัด "รู้ทัน ฉันทใจ"

## Module 3: การสรุปเพื่อปรับใช้และพัฒนาความปลอดภัยทางจิตใจ (Psychological Safety) อย่างต่อเนื่อง

#### 1. 70:20:10: ปฏิบัติการ "รู้เปลี่ยนโลก"

#### 2. บทสรุปและชุดทักษะเพื่อยกระดับ HI CREATOR (Human Intelligence)

# วิทยากร

## ดร.นพ.ยุรนา ภาระนันท์

แพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา การให้คำปรึกษาและการบริหารองค์กร

ยิ่งอบรมมาก ยิ่งเสียยาน้อย ค่าอบรมสามารถลงรายจ่ายได้เพิ่มขึ้นถึง 200%

สำรองที่นั่งได้ที่ Tel. 02-555-0700 กด 1,080-251-9946,086-378-8470 Website. www.dst.co.th

