

หลักสูตร Happy @ Workplace

(ทำงานอย่างมีความสุข)

วิทยากร: พท.ดร.ธธีร์ธร ธีรขวัญโรจน์

อดีต General Manager - บริหารสินค้า บริษัท ห้างสรรพสินค้าเซ็นทรัล จำกัด
อดีตผู้จัดการและบริหารการขายอุตสาหกรรมนมไทย(นมตราหะลิ)
ประสบการณ์ระดับงานบริหารและเป็นผู้เชี่ยวชาญการวางแผนงาน และพัฒนาระบบงาน
ที่ใคร ๆ ต้องถามถึงทั้งวงการมากกว่า 25 ปี

15 พฤศจิกายน 2564

09.00 – 16.00 น.

** โรงแรมโกลด์ ออร์คิด กรุงเทพฯ (ถนนวิภาวดีฯ-สุทธิสาร)

*สถานที่จัดอบรมอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

หลักการและเหตุผล

องค์กรที่ประสบความสำเร็จ ต้องมีผลมาจากความสุขของคนภายในองค์กร... Happy @ workplaceจึงเป็นปัจจัยสำคัญ ที่ทำให้การบริหารงานราบรื่น เมื่อคนในองค์กรมีความสุข สนุกกับสิ่งที่ตัวเองทำ เกิดความภูมิใจ เห็นคุณค่าของงาน มองเห็นคุณค่าของเพื่อนร่วมงาน ตลอดจนรู้จัก เข้าใจคนรอบข้าง... ทั้งหลายเหล่านี้ ทำให้เกิดการกระตุ้น เสริมพลังการทำงาน และสร้างแรงจูงใจ ในการเพิ่มปริมาณและคุณภาพของผลงานที่ดี เกิดความคิดสร้างสรรค์ ลดความขัดแย้งในการทำงาน เกิดวัฒนธรรมการทำงานที่ดี สามารถส่งเสริมภาพลักษณ์องค์กร ทำให้องค์กรเจริญก้าวหน้า และการพัฒนาที่ยั่งยืน

หลักสูตรนี้ จึงจัดขึ้นมาเพื่อเสนอกลยุทธ์ในการสร้างความสุขในที่ทำงาน จนส่งผลถึงประสิทธิภาพ และประสิทธิผล โดยผ่าน Workshop และ กิจกรรม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมเข้าใจถึงความสุข และสามารถสร้างความสุขได้ด้วยตนเอง
2. เพื่อสร้างแรงบันดาลใจ ในชีวิตการทำงาน
3. เพื่อให้สามารถสร้างความพอใจให้กับลูกค้า และสร้างความสำเร็จให้กับองค์กร

หัวข้อการฝึกอบรม

Module 1 นิยามความสุขในที่ทำงาน

1. ความหมายของความสุข และ การสร้างสุข
2. มุมมองรอบด้าน..เชื่อมโยงชีวิตกับการทำงาน
3. **ความสุข....ทำหน้าที่อย่างไร และมีผลอย่างไรกับชีวิต ?**
4. กิจกรรม "ความสุขในที่ทำงานของคุณ"

Module 2 อะไรที่ทำให้ไปไม่ถึง...ความสุข

5. งานไม่สร้างสุข หรือ คนไม่สร้างสรรค์
6. องค์กรไม่สร้างสุข ???
7. เทคนิคจัดการกับปัญหา และคนอแง ในที่ทำงาน
8. กิจกรรม : สสำรวจ...เหตุผลของความไม่มีความสุข

Module 3 ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขในการทำงาน

9. ความพร้อม และความแข็งแรงสมบูรณ์ของร่างกาย
10. ความพร้อมของจิตใจ
11. วิธีการทำงาน
12. สัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนร่วมงาน หัวหน้า และลูกน้อง
13. สภาพแวดล้อมในสถานที่ทำงาน
14. กิจกรรม : ผลงานที่ออกมาจากความสุขในการทำงาน

Module 4 เพิ่มพลังกายและพลังใจ ...มุ่งสู่ความสุขในการทำงาน

15. พัฒนาทักษะการทำงาน – ทำงานยากให้เป็นงานง่าย
 - สร้างแรงบันดาลใจ ในการทำงาน
 - เสริมสร้างร่างกาย ปลุกพลังใจ ในการทำงาน
- 16. กิจกรรม : เต็มเต็มความสุขในการทำงาน**
17. พัฒนาทักษะชีวิต – เสริมสร้างมุมมองเพื่อการเปลี่ยนแปลง
18. วิธีผ่อนคลายความเครียดในที่ทำงาน
 - ผ่อนคลายสรีระ
 - ผ่อนคลายอารมณ์
 - ผ่อนคลายการกระทำ
- 19. กิจกรรม : การผ่อนคลายความเครียด**
20. สรุปคำถามและคำตอบ

ประกาศนียบัตร: บริษัท ไฮโป เทรนนิ่ง แอนด์ คอนเซิร์ทแทนซ์ จำกัด

อัตราหลักสูตร (ต่อ 1 ท่าน)

ราคาค่าอบรมสัมมนา / ท่าน					
ประเภท	ค่าสัมมนา	VAT 7%	หัก ณ ที่จ่าย 3 %	รวมจ่ายสุทธิ	กรณีไม่มีหนังสือหัก ณ ที่จ่าย
บุคคลทั่วไป	3,900.00	273.00	117.00	4,056.00	4,173.00
สมาชิก HIPO	3,700.00	259.00	111.00	3,848.00	3,959.00
ราคาพิเศษ !!! ชำระค่าอบรมสัมมนา ก่อนวันอบรม 15 วัน					
ประเภท	ค่าสัมมนา	VAT 7%	หัก ณ ที่จ่าย 3 %	รวมจ่ายสุทธิ	กรณีไม่มีหนังสือหัก ณ ที่จ่าย
บุคคลทั่วไป	3,700.00	259.00	111.00	3,848.00	3,959.00
สมาชิก HIPO	3,400.00	238.00	102.00	3,536.00	3,638.00

วิธีการชำระเงิน:

1. โอนผ่านบัญชีธนาคาร ดังนี้
 - 1.1 ธนาคารกรุงเทพ สาขาซอยอารี บัญชีสะสมทรัพย์ เลขที่ 127-4-66322-6
 - 1.2 ธนาคารไทยพาณิชย์ บัญชีออมทรัพย์ สาขาพหลโยธิน เลขที่ 014-2-63503-8

ชื่อบัญชี บริษัท ไฮโป เทรนนิ่ง แอนด์ คอนเซิร์ทแทนซ์ จำกัด
และแฟกซ์ใบ Pay in และหนังสือรับรองหัก ณ ที่จ่าย (ถ้ามี) ที่ 0-2615-4479
พร้อมระบุชื่อบริษัท เบอร์ติดต่อของท่าน ชื่อหลักสูตรและวันอบรม
2. ชำระด้วยเช็คสั่งจ่าย บริษัท ไฮโป เทรนนิ่ง แอนด์ คอนเซิร์ทแทนซ์ จำกัด (สำนักงานใหญ่)
3. หัก ณ ที่จ่าย 3% เลขประจำตัวผู้เสียภาษี 0-1055-48105-59-0
บริษัท ไฮโป เทรนนิ่ง แอนด์ คอนเซิร์ทแทนซ์ จำกัด
40/81 ซอยอินทามระ 8 ถนนสุขุมวิทจรัญแจ๊ว แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400
4. บริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการไม่คืนเงินที่ได้ชำระมาแล้ว

รายละเอียดเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ:

บริษัท ไฮโป เทรนนิ่ง แอนด์ คอนเซิร์ทแทนซ์ จำกัด



บริษัท ไฮโพ เทรนนิ่ง แอนด์ คอนเซ็ปต์แทนซี่ จำกัด
HIPO TRAINING & CONSULTANCY CO.,LTD.

Outline Hipo

โทรศัพท์: 02-615-4499, 02-615-4477
แฟกซ์: 02-615-4479 Hotline: 086-3183151-2
เว็บไซต์: www.hipotraining.co.th
อีเมล: hipotraining@gmail.com
ไอดีไลน์: hipotraining
เฟสบุ๊ค: www.facebook.com/HIPOtraining

อบรม, สัมมนา, ความรู้ทั่วไป, ทักษะ, การทำงาน, ความสุข, Happy, @, Workplace