



โครงการอบรม

“ใช้ 24 ชม. ของวันของคุณให้สุดยอด

(Utilize your 24 hour with maximum time management)”

วันที่ 3 วันศุกร์ที่ 25 กุมภาพันธ์ 2560 และวันที่ 4 วันศุกร์ที่ 23 มิถุนายน 2560

ณ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีมหานคร

การใช้เวลา 24 ชม. ในทุกๆวันของคุณในการทำงานและการใช้ชีวิตให้ประสบผลสำเร็จ เป็นเรื่องที่ทุกๆคน โดยเฉพาะคนทำงานมีความต้องการและมีความปรารถนาที่ เพื่อจะได้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ได้วางไว้ แต่การทำงานและการบริหารงานนั้น จำเป็นที่จะต้องใช้ ศาสตร์ และศิลปะในการจัดการกับเวลาที่มีอยู่จำกัด เป็นเครื่องมือและเป็นปัจจัยที่สำคัญในการทำงาน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ทักษะนี้ต้องการการเรียนรู้ ฝึกฝน ทักษะที่จะใช้เวลา 24 ชม. ในหนึ่งวันอย่างคุ้มค่าและมีประสิทธิภาพนั้นเป็นทักษะที่เรียนรู้และฝึกฝนได้ ดังนั้น “หลักสูตร ใช้ 24 ชม. ของวันของคุณให้สุดยอด”เป็นการเรียนรู้ทักษะ ซึ่งเป็นศิลปะอย่างหนึ่งที่จะต้องใช้ความสามารถในการวางแผน การบริหารจัดการเวลาเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้บังคับบัญชา หรือ ภาระงานและภารกิจส่วนตัว ซึ่งหากเราสามารถทำงานได้บรรลุตามเป้าหมายขององค์กร และผู้บังคับบัญชา จะทำให้เราสามารถปรับชีวิตการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ และใช้ชีวิตได้เต็มศักยภาพอีกด้วย

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมสัมมนาสามารถใช้ เวลา 24 ชม. ของตัวเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยสามารถวางแผน และจัดการกับกิจกรรมต่างๆ ทั้งเพื่อพัฒนาตนเอง พัฒนางาน ได้ตามความเหมาะสมของสถานการณ์
2. เพื่อเสริมสร้างการวางแผนระบบการบริหารเวลาและทำงานอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด
3. เพื่อลดการสูญเสียทรัพยากรและเวลาการทำงานและเพิ่มประสิทธิภาพการทำงาน

หัวข้อการฝึกอบรม

- ปรับทัศนคติเรื่องเวลาของคุณ
- การกำหนดเป้าหมาย 24 ชม ของคุณซะ
- อะไรคือหัวใจของการทำงานของคุณ
- จัดลำดับความสำคัญ คือ กุญแจออกจากความยุ่งเหยิง
- สร้างสมดุล ตารางเวลาชีวิต กับ ตารางเวลางาน
- Tools เพื่อบริหารเวลา ขั้นเทพ
- การปรับปรุงการใช้เวลา ให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุดเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของงาน
- Change yourself, NOW

วิทยากร

- ดร. รุ่งศักดิ์ ศิวาชัย
 - ผู้อำนวยการสำนักฝึกอบรมและพัฒนาทรัพยากรบุคคล และอาจารย์ประจำคณะบริหารธุรกิจ
 - ปริญญาตรี Business Administration, Assumption University
 - ปริญญาโท Economics and Marketing, The University of Sydney
 - ปริญญาเอก Philosophy มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 - ปี 1999 - Business researcher Asia Pacific Partnership, Sydney , Australia
 - ปี 2000 - Account Executive, Dentsu , Thailand
 - ปี 2002 - Account Manager, J Walter Thompson , Thailand
 - ปี 2003 - Strategic Director, Codamax, Thailand
 - ปี 2005 - Head of Business Communication Department,BBA, MUT / Business Consultant
 - (SME international business development) Department of business Development, Ministry of Commerce Thailand
 - ปี 2010 - ปัจจุบัน - Professional Trainer and Coach, Lecturer (Business Communication Department) Consultant- Public Relation and Communication Committee, Ministry of Public Health (Division Commentary and Alternative medicine)
 - ปี 2010 - ปัจจุบัน - Courses: Strategic problem solving and decision making - Strategic communication in organization- Strategic and creative thinking - Strategic management-Strategic marketing communication

กลุ่มเป้าหมาย / เหมาะสำหรับ

1. ผู้บริหารองค์กร/หัวหน้าหน่วยงาน/หัวหน้างาน
2. พนักงานทุกระดับ ฝ่ายทรัพยากรบุคคล ฝ่ายสื่อสารองค์กร หรือผู้ที่สนใจ

รูปแบบการฝึกอบรม

- เรียนทฤษฎีจากตัวอย่าง กรณีศึกษาและใช้เครื่องมือ Tool ในการบริหารเวลา
- บรรยายแบบ Group coaching และผู้อบรมมีส่วนร่วม Participative Technique
- กิจกรรมและปฏิบัติ เพื่อสร้างสรรค์และแลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้ (Work Shop)
- แสดงการสาธิตจำลองให้เกิดการพัฒนา (Adult Learning Approach Role Playing)

ระยะเวลาในการอบรม

- 1 วัน รุ่นที่ 3: วันศุกร์ที่ 25 กุมภาพันธ์ 2560
 รุ่นที่ 4: วันศุกร์ที่ 23 มิถุนายน 2560

สถานที่ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีมหานคร

จำนวนรับ 30 คน

ค่าลงทะเบียนอบรม

คนละ 3,500 บาท

(รวมเอกสารประกอบการอบรม กระเป๋าผ้า ปากกา อาหารว่าง 2 มื้อ และวุฒิบัตร)

โปรโมชั่น

: สมัครเข้าอบรม 3 คน ฟรี 1 คน

: ชำระค่าลงทะเบียนก่อนการอบรม 3 สัปดาห์ รับส่วนลด 5%

(ค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรมสามารถหักลดหย่อนภาษีได้ 200%)

การรับวุฒิบัตร

ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีเวลาเข้าอบรมรวมไม่น้อยกว่า 75% ของระยะเวลาการฝึกอบรมตลอดหลักสูตรจะได้รับวุฒิบัตรจากมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีมหานคร

กำหนดการรับสมัคร

รุ่นที่ 3: ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป – 15 กุมภาพันธ์ 2560

รุ่นที่ 4: ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป – 13 มิถุนายน 2560

วิธีการสมัครและชำระเงิน

1. วิธีการสมัคร มี 3 วิธี

- ทางโทรศัพท์ สำรองที่นั่ง หมายเลข 0-2988-3655 ต่อ 2333-4, 2360-1
- ทางโทรสาร ส่งใบสมัครมาที่หมายเลข 0-2988-3666 ต่อ 2333 และ 0-2988-4040
- ทาง E-mail: training@mut.ac.th

2. วิธีการชำระเงิน มี 2 วิธี

- ส่งจ่ายเช็คในนาม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีมหานคร ส่งไปที่สำนักฝึกอบรมและพัฒนาทรัพยากรบุคคล
- โอนเงินผ่านธนาคารกรุงเทพ สาขาหนองจอก บัญชีสะสมทรัพย์ ชื่อ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีมหานคร เลขที่ 217-0-05142-5 ส่งเอกสารการโอนเงินไปที่สำนักฝึกอบรมและพัฒนาทรัพยากรบุคคล

3. วิธีส่งใบสมัครและหลักฐานการชำระเงิน

- ส่งใบสมัครพร้อมหลักฐานการชำระเงินไปที่ สำนักฝึกอบรมและพัฒนาทรัพยากรบุคคล F503 ชั้น 5 อาคาร F มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีมหานคร เลขที่ 140 ถนนเชื่อมสัมพันธ์ เขตหนองจอก กรุงเทพฯ 10530 โทรศัพท์ 0-2988-3655, 0-2988-3666 ต่อ 2333-4, 2360-1 โทรสาร 0-2988-3655 ต่อ 2333 และ 0-2988-4040
- ทาง E-mail: training@mut.ac.th