ระยะเวลาการสัมมนา 1 วัน

จำนวนผู้เข้าสัมมนา: ไม่เกิน 20 คน

**Happy Work & Happy Life**

สัมมนาเชิงปฏิบัติ:ชีวิต&งานและความสุขของฉัน

ความสุขเป็นสิ่งที่ใครๆก็ปรารถนาเพราะความสุขเป็นเครื่องมือหนึ่งที่นำเราไปสู่ความสำเร็จทั้งในชีวิตและการทำงาน

**ใครควรเข้ารับการอบรม**

ถ้าท่านเป็นผู้จัดการ หัวหน้างาน หรือ พนักงานที่กำลังมองหาความสุขและความสำเร็จในการดำเนินชีวิตและการทำงาน “**ชีวิต &งานและความสุขของฉัน”** เป็นคำตอบหนึ่งที่จะนำคุณไปสู่สิ่งนั้น

**เป้าหมายของการอบรม: เพื่อพัฒนาตนเอง**

**สิ่งที่ผู้เข้ารับการอบรมได้รับ**

* รู้จักและเห็นคุณค่าของตนเอง
* มีแนวทางการดำเนินชีวิตที่นำไปสู่ความสุขและความสำเร็จ
* มีวิธีสร้างพลัง กำลังใจให้ตนเองในการดำเนินชีวิตและการทำงาน

**เนื้อหาสำคัญของหลักสูตร**

* การรู้จักตนเองเพื่อหาคุณค่าของตัวเองซึ่งนำไปสู่การรู้จัก เข้าใจและยอมรับผู้อื่นได้มากขึ้น (Knowing Self with NLP)
* การสื่อสารเพื่อความสุขและความสำเร็จ (NLP Communication Model)
* การตั้งเป้าหมายเพื่อนำไปสู่พลัง กำลังใจในการดำเนินชีวิตและการทำงาน (Power Goal Setting with NLP)

NLP (Neuro Linguistic Program) คือเทคโนโลยีสร้างความสำเร็จจากการสร้างโปรแกรมภายในระบบประสาทผ่านการสื่อสารของตนเองช่วยให้คิดบวกและมีทัศนคติที่ดีเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จ ดูข้อมูลเพิ่มเติมจาก

<http://m.youtube.com/watch?v=pnzafO1-wHI&desktop_uri=%2Fwatch%3Fv%3DpnzafO1-wHI>

**รูปแบบการอบรม**

* การสัมมนารูปแบบการโค้ชที่ทำให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองและพัฒนาตนเองได้
* เรียนรู้จากกิจกรรม
* เรียนรู้จากประสบการณ์ตนเองและแลกเปลี่ยนกับผู้อื่น