

Effective Time Management

ดร. ชลวิทย์ เจียรจิตต์

หลักการและเหตุผล

จากคำกล่าวของโวลแตร์ นักปราชญ์ชาวฝรั่งเศส ที่ว่า “อะไรในโลกนี้ที่ยาวที่สุด สั้นที่สุด เปลี่ยนแปลงได้รวดเร็วที่สุด และเชื่องช้าที่สุด สามารถตัดทอนให้เหลือน้อยที่สุด ขยายให้ยืดยาวออกไปได้มากที่สุด ถูกทอดทิ้งมากที่สุดและทำให้เสียใจมากที่สุด ซึ่งหากไม่มีมันเสียแล้ว ก็จะไม่สามารถทำอะไรให้สำเร็จได้เลย” เป็นการกล่าวถึง “เวลา” ซึ่งจะเห็นได้ชัดเจนว่า “เวลา” มีความสำคัญมากปานใด และหากจะถามว่า “ทำไมคนๆ นั้นถึงมีเวลาที่จะทำอะไรต่อมิมะไรได้มากขนาดนั้น แต่กับตัวเราเองทำไมถึงไม่ค่อยจะมีเวลาที่จะทำอะไรเอาเสียเลย” จากคำถามนั้น คงจะเป็นความเข้าใจผิดอย่างยิ่ง เพราะในความเป็นจริงแล้ว เวลาในแต่ละวันของเราทุกคนมีเท่ากัน แต่จะมีสักกี่คนที่ใช้เวลาได้อย่างคุ้มค่า และมีคุณค่าสูงสุด เราไม่สามารถที่จะหยุดเวลา หรือย่นเวลาเพื่อนำกลับมาใช้ได้อีก ดังนั้นเราจึงควรที่จะใช้เวลาในแต่ละวันให้คุ้มค่า และเกิดประโยชน์มากที่สุด โดยที่เราต้องเป็นฝ่ายควบคุมเวลา ไม่ให้เวลามาควบคุมเรา

หลักสูตร “การบริหารเวลา (Time Management)” จึงเป็นหลักสูตรที่จะสามารถช่วยในเรื่องของการบริหารจัดการเวลาที่มีอยู่ในแต่ละวัน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องงาน ครอบครัว ส่วนตัว หรือเรื่องสังคม ให้มีความชัดเจนเป็นสัดส่วน โดยอาศัยหลักคิด เทคนิคกลวิธีต่างๆ เป็นเครื่องมือ เพื่อที่จะสามารถควบคุมบริหารจัดการเวลาที่มีอยู่ให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพได้มากที่สุด

ประโยชน์ที่จะได้รับ

1. เพิ่มประสิทธิภาพในการใช้เวลาให้ดียิ่งขึ้น
2. เข้าใจถึงหลักคิด และเทคนิคในการบริหารจัดการเวลา
3. สามารถนำหลักคิด และเทคนิคในการบริหารเวลาไปประยุกต์ใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ
4. เพิ่มคุณค่าในการใช้ชีวิตประจำวันได้มากขึ้น

เนื้อหาการอบรม

1. การวางแผนการใช้เวลา
2. เทคนิคการบริหารเวลาให้สอดคล้องกับองค์กร
3. เทคนิคการสร้างแรงจูงใจในการบริหารเวลา
4. เทคนิคต่างๆ ในการจัดการ

แนวการสอน

1. เนื้อหา/เทคนิค - การบรรยาย เชิงปฏิบัติการ สร้างมุมมองใหม่ ๆ ให้กับชีวิตเพื่อประสิทธิภาพในการทำงานสู่การประสบความสำเร็จ
2. แบบทดสอบ - บทวิเคราะห์ผู้เข้าอบรม ให้รู้จักตนเองมากยิ่งขึ้น
3. Workshop / Focus group - การประชุมเชิงปฏิบัติการ ให้ผู้เข้าร่วมอบรมมีส่วนร่วมในการอบรม ทั้งมีส่วนร่วมในการแสดงศักยภาพ และกระชับความสัมพันธ์บุคลากร

ในองค์กร

ระยะเวลาสัมมนา วัน 1

วิทยากร

ดรชลวิทย์ เจียรจิตต์

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมที่

สถาบันฝึกอบรม เทรนนิ่ง เซ็นเตอร์ เซอร์วิส (TCS) (บริษัท อภาฉาย จำกัด)



Tel No. 0-2736-0408



Fax No.02-736-0050



e-mail: admin@trainingservice.co.th



id-line: pisit131918