

เทคนิคการบริหารเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ

Time Management

เวลาเป็นของที่เราทุกคนได้มาโดยไม่มีค่าใช้จ่าย โดยเราทุกคนได้รับมาเท่า ๆ กันเมื่อเกิดขึ้นมาบนโลก ในวันนี้มี 24 ชั่วโมงต่อวัน เวลาเป็นสิ่งที่ซื้อตรง เดินหน้าไปอย่างไร้หยุดหย่อน และไม่เคยรอใคร ถามคือ เราจะเป็นผู้ควบคุมเวลา หรือจะให้เวลาคอยควบคุมเรา ดังนั้นหลักสูตร เทคนิคการบริหารเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ จึงจัดขึ้นเพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมสามารถจัดระบบเวลาได้อย่างมีประสิทธิภาพ จัดสิ่งที่ทำให้สูญเสียเวลา และสร้างเวลาเพิ่มขึ้นมาเพื่อรองรับภารกิจที่เผชิญอยู่ทั้งเรื่องงาน และเรื่องส่วนตัว ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

วัตถุประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้เรียนรู้หลักการจัดความสำคัญของงาน เทคนิคในการบริหารเวลาอย่างมีประสิทธิภาพ
2. เพื่อให้สามารถนำความรู้ และเครื่องมือด้านเทคนิคการบริหารเวลา ไปประยุกต์ใช้ในการทำงาน และในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

หัวข้อการบรรยาย

1. กิจกรรม เรียนรู้ก่อนการเรียนรู้
2. แบบทดสอบ การบริหารเวลา
3. ข้อคิด ความสำคัญของการบริหารเวลา
4. การวางแผนเรื่องเวลา เมื่อได้รับงาน
5. การแยกย่อยกิจกรรม และคาดการณ์เวลา
6. การจัดทำผังภาพรวมงานในความรับผิดชอบ
7. การจัดลำดับความสำคัญของงาน
8. เทคนิคและเครื่องมือที่ใช้การบริหารเวลา เพื่อลดการสูญเสียเวลา
9. การพัฒนาตนเอง เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน



ประโยชน์ที่จะได้รับ

- ✓ มีความรู้และความเข้าใจในการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุด
- ✓ รู้แนวทางในการจัดหรือลดสิ่งที่ทำให้เสียเวลา
- ✓ เรียนรู้การใช้อุปกรณ์ บุคลากร และการควบคุมตนเองเพื่อการบริหารเวลา
- ✓ รู้จักจัดลำดับความสำคัญ และความเร่งด่วนของงาน

หลักสูตรนี้เหมาะสำหรับ

- ผู้ทำงานทุกระดับ

รูปแบบการอบรม (ทฤษฎี 30% เชิงปฏิบัติการ 70%)

- ▣ การบรรยาย-สาธิตเนื้อหาและทฤษฎี รวมทั้งชมภาพและวีดีทัศน์ประกอบ
- ▣ ตัวอย่างกรณีศึกษาสำหรับการฝึกปฏิบัติ (Case Study)
- ▣ กิจกรรมกลุ่มระดมสมอง – กิจกรรมกลุ่ม (Workshop) และอภิปรายกลุ่ม

จำนวนผู้เข้าอบรม :


- ไม่เกิน 30 ท่านต่อรุ่น


ระยะเวลาการอบรม : 1 วัน

- (6 ชั่วโมง : 09-00 – 16.00 น.)



อุปกรณ์ที่ใช้และรูปแบบการจัดห้องสัมมนา

 LCD Projector

 Microphone

 Flip Chart

 จัดห้องแบบ Workshop

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

คุณศรินญา (จิ๊กซอว์) E-Mail : sarinya@wisdommaxcenter.com

โทร 092-349-1524

คุณสมศักดิ์ชัย (เล็ก) E-Mail : L_somsakchai@wisdommaxcenter.com

โทร 092-460-9645

สำนักงาน โทร 038-109-260 Fax; 038-109-261

Website; www.wisdommaxcenter.com Facebook; www.facebook.com/wisdommaxcenter