

## เทคนิคการบริหารเวลา และวางแผนการทำงาน ให้มีประสิทธิภาพ EFFECTIVE TIME MANAGEMENT & WORK PLANNING

วิทยากรโดย  
อ.ดร.วชิระ ชนะบุตร



**จัดอบรมวันที่ 21 กุมภาพันธ์ 2561 เวลา 9.00- 16.00 น.**

สถานที่จัดอบรม โรงแรม แกรนด์ สุขุมวิท (สุขุมวิท ซอย 6, BTS นานา)

*\*สถานที่อบรมอาจเปลี่ยนแปลงได้\**

### ความสำคัญ

ปัจจุบันภารกิจของบุคคล หนึ่งวันจะมีแต่เพิ่มมากขึ้น ๆ อันเนื่องมาจากสภาพแวดล้อมและความต้องการที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทำให้บุคคลต้องมีการบริหารเวลาที่ถูกต้องในการวางแผนการทำงานให้มีความสัมพันธ์กับเป้าหมาย และการวางแผนการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพย่อมหนีไม่พ้นที่จะต้องมีการบริหารเวลาในการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพด้วย เวลาจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญที่สุดสำหรับบุคคลและองค์กร การเข้าใจคุณค่าของเวลาว่ามีอยู่อย่างจำกัด การจัดลำดับความสำคัญเร่งด่วนของงาน การวางแผนการทำงานและการทำงานตามแผนงานอย่างมีประสิทธิภาพอย่างเป็นระบบ (Systems Thinking) และเทคนิคต่างๆ จึงเป็นเรื่องจำเป็นอย่างยิ่งที่ทุกคนจะต้องมีความสามารถในเรื่องเหล่านี้ อันจะช่วยทำให้บุคคลและองค์กรไปสู่เป้าหมายตามวัตถุประสงค์ได้

### วัตถุประสงค์

1. ให้มีความรู้ความเข้าใจ และเทคนิคในเรื่องการบริหารเวลา และวางแผนการทำงาน โดยนำมาใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ
2. ให้มีความเข้าใจกระบวนการคิดอย่างเป็นระบบ และวิธีการเชื่อมโยงมาใช้ในการบริหารเวลา และวางแผนการทำงานอย่างเป็นระบบ
3. ให้มีทักษะในการบริหารเวลา และวางแผนการทำงานสู่การปฏิบัติให้สำเร็จ อันจะนำไปสู่การทำงานที่มีประสิทธิภาพ

## หัวข้ออบรม / รูปแบบการอบรม

### หัวข้อการอบรม

1. สร้างระบบความคิดให้ถูกต้อง เกี่ยวกับการบริหารเวลา และวางแผนการทำงาน
  - วิธีการคิดอย่างเป็นระบบ (Systems Thinking) การดูแนวโน้มเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้น
  - ความเป็นเหตุและผล (Causal loop) ระบบความคิดเพื่อการบริหารเวลาและวางแผนการทำงาน
2. การบริหารเวลา อย่างมีประสิทธิภาพ
  - การจัดการเวลากับชีวิตส่วนตัว และชีวิตการทำงาน
  - การจัดการกับอุปสรรคในการบริหารเวลา
3. การวางแผนการทำงาน อย่างมีประสิทธิภาพ
  - กระบวนการและวิธีการวางแผนการทำงาน
  - การจัดลำดับความสำคัญและความเร่งด่วนของงาน
4. เครื่องมือในการวางแผนการทำงาน
  - ตารางการวางแผนทำงาน รายปี
  - ตารางการวางแผนทำงาน รายเดือน
  - ตารางการวางแผนทำงาน รายสัปดาห์ และรายวัน
5. เทคนิคการบริหารเวลา และการวางแผนการทำงาน
  - เทคนิคการมอบหมายงาน
  - เทคนิคการบริหารการประชุมที่มีประสิทธิภาพ
  - เทคนิคการทำให้มีเวลามากขึ้น
6. การเชื่อมโยงเทคนิคการคิดอย่างเป็นระบบ มาใช้ในการบริหารเวลา และวางแผนการทำงานสู่การปฏิบัติให้เกิดผลสำเร็จ

### รูปแบบการอบรม

- ✓ บรรยายให้ความรู้ความเข้าใจเชิงลึก
- ✓ เน้นฝึกปฏิบัติจาก Workshop ให้นำไปประยุกต์สู่การทำงานจริงการปฏิบัติจริง
- ✓ เพิ่มประสบการณ์จากตัวอย่าง / กรณีศึกษา , ให้คำปรึกษาในระหว่างการอบรม

### อัตราค่าอบรมสัมมนา

1. กรณีชำระ ก่อนวันอบรมอย่างน้อย 3 วัน รับส่วนลด 5% จาก 4,800 บาท = 4,560 บาท/ท่าน (ยังไม่รวม VAT)
  2. กรณีชำระ หน้างาน ชำระในราคาเต็ม = 4,800.00 บาท/ท่าน (ยังไม่รวม VAT)
- ❖ **กรณีสมัครเข้าร่วมอบรมตั้งแต่ 3 ท่านขึ้นไป รับส่วนลดพิเศษ 10% จาก 4,800 บาท คงเหลือ 4,320 บาท/ท่าน (ยังไม่รวม VAT)**  
โดยชำระก่อนวันอบรม หากชำระหน้างานชำระราคาเต็ม\*\*

## ประวัติวิทยากร

อ.ดร.วชิระ ชนะบุตร  
วิทยากร ที่ปรึกษา อาจารย์พิเศษ

Human Resources Development & Organization  
Development



### การศึกษา

- ปริญญาเอก การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง
- ปริญญาโท บริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยสยาม
- ปริญญาตรี เศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

### ประสบการณ์การทำงาน

ปัจจุบัน : ที่ปรึกษา สถาบันประกันภัยไทย (Thailand Insurance Institute)

วิทยากรและที่ปรึกษาศูนย์ฝึกอบรม VICKK TRAINING บริษัท บุญเน บิสซิเนสชั่น จำกัด  
อาจารย์พิเศษ มหาวิทยาลัยของรัฐและเอกชนหลายแห่ง / ที่ปรึกษาองค์กรหลายแห่ง

### ประสบการณ์ในงานประจำ

- มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม : อาจารย์ สาขาวิชาการจัดการทรัพยากรมนุษย์
- สถาบันการจัดการปัญญาภิวัฒน์ : อาจารย์ สาขาวิชาการบริหารคนและองค์กร
- บริษัท สิ้นมั่นคงประกันภัย จำกัด (มหาชน): ผู้จัดการฝ่ายพัฒนาทรัพยากรบุคคล
- ธนาคารกรุงศรีอยุธยา จำกัด (มหาชน): นักวิจัยธุรกิจและพัฒนาระบบงาน
- ธนาคารซีไอเอ็มบีไทย จำกัด (มหาชน) : หัวหน้างานพัฒนาองค์กรและระบบงาน
- ธนาคารกรุงไทย จำกัด (มหาชน) : นักส่งเสริมธุรกิจ
- กระทรวงมหาดไทย : นักวิเคราะห์นโยบายและแผนงาน

### ประสบการณ์เป็นที่ปรึกษา อาทิเช่น

- เป็นผู้จัดทำและ Implement ระบบ Competency บริษัทประกันวินาศภัยขนาดใหญ่
- เป็นทีมงานจัดทำแผนยุทธศาสตร์ และ Competency HR ให้กับ ธกส ., บจก. ซีต้าปลีกและการตลาด.พี.
- จัดทำแบบทดสอบ Competency HR ให้กับ ธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร.(ธกส) บมจ.ซีพี ออลล์ ,PMAT
- เป็นคณะกรรมการพัฒนาหลักสูตรบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาวิชาการกลยุทธ์การบริหารทรัพยากรมนุษย์และองค์กร (MBA S-HRM) สถาบันการจัดการปัญญาภิวัฒน์
- เป็นคณะกรรมการฝ่ายสัมมนา สภาองค์กรนายจ้างผู้ประกอบการค้าและอุตสาหกรรมไทย(ECONTHAI)

### ผลงานวิจัย /วิชาการ

- เรื่อง อิทธิพลของปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมการจัดการความรู้ที่ส่งผลต่อความรอบรู้ในงานของบุคลากร บริษัทประกันวินาศภัยในประเทศไทย
- เรื่อง การสร้างระบบบริหารทรัพยากรมนุษย์ไทยสู่ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน
- เรื่อง การสำรวจความผูกพันและความพึงพอใจของพนักงานต่อองค์กร : กรณีศึกษาบริษัทประกันวินาศภัยขนาดใหญ่
- เรื่อง การศึกษาความพร้อมของการจัดการความรู้ในองค์กรธุรกิจไทยกับการเข้าสู่ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน

ผู้เขียนหนังสือ/วารสาร บรรณาธิการ วารสาร PEOPLE (คนสมาคมการจัดการงานบุคคลแห่งประเทศไทย ((PMAT) เล่ม 4/2554 , เล่ม 1 /2555 และเป็นคอลัมน์นิสต์

## ใบสมัครเข้าร่วมอบรม

ชื่อหลักสูตร

---

ชื่อผู้ติดต่อ

---

ชื่อบริษัท

สำนักงานใหญ่  สาขาที่.....

เลขประจำตัวผู้เสียภาษี

---

ที่อยู่ออก ใบกำกับภาษี

---

---

การชำระค่าอบรม

ชำระก่อนล่วงหน้าเพื่อรับส่วนลด 5%  ชำระหน้างาน

เบอร์โทรศัพท์ / FAX

---

อีเมล

---

รายชื่อ / ตำแหน่งงานผู้เข้าอบรม (กรณีผู้เข้าอบรม 3 ท่านขึ้นไป รับส่วนลด 10% โดยชำระล่วงหน้า)

1. ชื่อ—ชื่อสกุล	ตำแหน่ง
2. ชื่อ—ชื่อสกุล	ตำแหน่ง
3. ชื่อ—ชื่อสกุล	ตำแหน่ง
4. ชื่อ—ชื่อสกุล	ตำแหน่ง

การสำรองที่นั่ง : สามารถสำรองได้ 4 ช่องทาง

1. โทรศัพท์สำรองที่นั่ง ที่ โทร. : 095-3691591 และ 095-9616642
2. ส่งใบสมัครมาที่โทรสาร (FAX) : 02-9030080 ต่อ 1724
3. ส่งใบสมัครมาที่ อีเมล : [info@vickktraining.com](mailto:info@vickktraining.com) [vickktraining@gmail.com](mailto:vickktraining@gmail.com)
4. สมัครผ่านเว็บไซต์ [www.vickktraining.com](http://www.vickktraining.com)

การชำระเงิน

1. โอนเงินหรือฝากเช็ค เข้าบัญชีออมทรัพย์ ธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด (มหาชน) สาขา มีนบุรี ชื่อบัญชี บริษัท บุญเน บิสซิเนสชั่น จำกัด เลขที่บัญชี 109-243809-5 เงินสด / เช็ค สั่งจ่าย บริษัท บุญเน บิสซิเนสชั่น จำกัด กรณีชำระหน้างาน
2. แפקซ์ใบ Pay in ไปที่ 02-9030080 ต่อ 1724 หรือสแกนไฟล์ส่งไปที่ [vickktraining@gmail.com](mailto:vickktraining@gmail.com)

รายละเอียดผู้ถูกหักภาษี ณ ที่จ่าย(ค่าบริการ) บริษัท บุญเน บิสซิเนสชั่น จำกัด สำนักงานใหญ่ ที่อยู่ : 17/24 ม.ปริญ รามอินทรา – วัชรพล ซ.วัชรพล 2 (รามอินทรา 55/8) แขวงท่าแร้ง เขตบางเขน กรุงเทพฯ 10230 Tax ID: 0105549026812