



หลักสูตร

5Q เพื่อสร้างคุณค่าและความสำเร็จของงาน (5Q for High Value and Effective Work)

□ หลักการและเหตุผล

5Q เป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการบริหารงานของหัวหน้างานและการทำงานของพนักงานทุกระดับ การมี 5Q จะช่วยให้การทำงานประสบความสำเร็จอันจะส่งผลต่อความสำเร็จขององค์กรและความพึงพอใจของพนักงาน ด้วยหลักการ การเรียนรู้ มีความเข้าใจและซึมซับความฉลาดและพัฒนาความสามารถในด้านต่างๆ ทั้ง 5 ด้านเพื่อความสำเร็จของงาน กลายเป็นพฤติกรรมอย่างต่อเนื่องจนเป็นนิสัยการทำงานที่เป็นเลิศ อันจะส่งผลต่อความสำเร็จขององค์กรและความพึงพอใจของพนักงานที่มีการเปลี่ยนแปลง และมีพัฒนาการในทิศทางที่ดีขึ้น อันจะสร้างประโยชน์ให้กับชีวิตและการทำงานได้อย่างสูงสุด

ทั้งนี้รูปธรรมความสำเร็จขององค์กรวัดได้จากคุณภาพชีวิตของพนักงาน ผู้ทำงานควรได้รับการเรียนรู้ เพื่อพัฒนาศักยภาพและองค์กรเปิดโอกาสให้พนักงานได้นำความสามารถมาใช้ได้อย่างเต็มศักยภาพของแต่ละคน เพื่อสร้างมูลค่าเพิ่มของผลผลิตและการบริการที่ประทับใจแก่ลูกค้าทั้งภายนอกและภายในได้มากที่สุด

□ วัตถุประสงค์การเรียนรู้

1. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้และความเข้าใจในการเสริมสร้างความฉลาดและพัฒนาความสามารถทั้ง 5 ด้านเพื่อความสำเร็จของงาน
2. สามารถเรียนรู้และเข้าใจความหมายของรวมถึงเข้าใจตนเองว่าแต่ละท่านมี 5Q (IQ, EQ, AQ, OQ, SQ) ในระดับไหน อย่างไร
3. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้และความเข้าใจในการสร้างนิสัยการทำงานที่เป็นเลิศ
4. เพื่อให้ผู้เข้าอบรมสามารถนำ 5Q ไปประยุกต์ใช้กับการทำงานและการดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

หลักสูตร 5Q เพื่อสร้างคุณค่าและความสำเร็จของงาน

□ เนื้อหาหลักสูตร

- **Concept & Principle of Quotient (Q)**
 - Q คืออะไร และทำไมถึงสำคัญกับการทำงาน
 - Q ที่พนักงานควรมี และQ ไหนที่ควรมีในการทำงาน
 - การพัฒนาความสามารถในด้านต่างๆ 5Q (IQ, EQ, AQ, OQ, SQ)
- **Intellectual Quotient (IQ)**
 - ขีดความสามารถของบุคคล --> ความรู้ (Knowledge)
 - ทักษะการคิดแก้ปัญหาอย่างฉลาด
 - **Workshop** : ทักษะการคิดแก้ปัญหาอย่างฉลาด
- **Emotional Quotient (EQ)**
 - สูตรสำเร็จของการจัดการอารมณ์เชิงลบของตนเอง
 - แบบบันทึกอารมณ์ที่ไม่สามารถควบคุมได้
 - ทำบัญชีรอยยิ้ม (ฝาก – ถอน)
 - **Workshop** : การจัดการอารมณ์เชิงลบของตนเอง
- **Adversity Quotient (AQ)**
 - องค์ประกอบทั้ง 4 ที่ใช้ตอบสนองต่อภาวะวิกฤติ
 - สูตรสำเร็จของการเปลี่ยนอุปสรรคให้เป็นโอกาสที่ท้าทาย
 - **Workshop** : การเปลี่ยนอุปสรรคให้เป็นโอกาสที่ท้าทาย
- **Output Quotient (OQ)**
 - วงจรการตรวจสอบและพัฒนาการทำงานแบบ PDCA
 - การวิเคราะห์และปรับปรุงการทำงานแบบ “3ร”
 - การแสดงผลงานที่มีคุณค่าในการทำงานแบบเชิงรุก
 - **Workshop** : การแสดงผลงานที่มีคุณค่า
- **Spiritual Quotient (SQ)**
 - หลักเกณฑ์ว่าด้วยเรื่องจริยธรรม
 - สูตรสำเร็จการเป็นบุคคลที่มีจริยธรรมอันดี
 - **Workshop** : การเป็นบุคคลที่มีจริยธรรมอันดี
- **5Q Application on Task**
 - วิเคราะห์ และปรับเปลี่ยนถึงความเข้าใจตนเอง 5Q
 - การประยุกต์ใช้ 5Q กับการทำงานและการดำเนินชีวิต
 - **Workshop** : 5Q for Effective Work

หลักสูตร 5Q เพื่อสร้างคุณค่าและความสำเร็จของงาน

- ☐ หลักสูตรนี้เหมาะสำหรับ พนักงานทุกระดับในองค์กร
- ☐ ระยะเวลาการอบรม 1 วัน (09.00 -16.00 น.)
- ☐ รูปแบบการฝึกอบรม
 - ◎ บรรยาย แบบสื่อสาร 2-3 ทาง
 - ◎ การอภิปรายร่วม และกิจกรรมกลุ่มแบบระดมความคิดตลอดการฝึกอบรม
 - ◎ กรณีศึกษา แบบยกตัวอย่างเป็น Case Study และแบบสถานการณ์จริง (Workshop)
 - ◎ สรุปทบทวนบริบท และถาม-ตอบ เพื่อทดสอบความเข้าใจ
 - ◎ บรรยาย 40% , Workshop 60%