

## สรุปเนื้อหาการถ่ายทอดความรู้

### หลักสูตร “การพัฒนาการคิดเชิงบวกเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน”

การสร้างความคิดเชิงบวก คือ การสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง เชื่อในสิ่งที่ดีงามว่าเป็นสิ่งที่ถูกต้อง มองสิ่งต่าง ๆ อย่างเข้าใจ ยอมรับได้ในด้านลบ มองปัญหา ความไม่ราบรื่นเป็นเรื่องธรรมดา รู้จักเลือกใช้ประโยชน์จากด้านบวกที่แฝงอยู่จากสิ่งนั้น เหตุการณ์บางอย่าง เราไม่สามารถเลือกได้ว่าจะให้เกิดหรือไม่ให้เกิด แต่เมื่อเกิดขึ้นไปแล้ว เราเลือกได้ว่าจะมองและรู้สึกกับมันอย่างไร การฝึกตนให้เป็นคนคิดในเชิงบวกอยู่เสมอจะทำให้เป็นคนที่มีความสุขในชีวิต การคิดบวกจะเป็นพลังขับเคลื่อนให้มีพฤติกรรมที่จะตอบสนองต่อบุคคลรอบข้างในทางบวก

#### ตัวอย่าง...ของการปรับความคิดเช่น

- ทำไปบ่นไป ไม่ว่าจะงานจะใหญ่หรือเล็ก ก็ปรับความคิดเป็น ชอบรับผิดชอบงานใหญ่
- อิจฉาทุกคนที่เหนือกว่าตัวเอง ก็ปรับความคิดเป็น ยินดีกับผู้เหนือกว่าตน
- อบรมบ่อยจริง ๆ อย่างนี้จะทำงานทันได้อย่างไร ก็ปรับความคิดเป็น อบรมบ่อย ๆ ดีจัง จะได้มีความรู้เยอะ ๆ
- จะลำบากไปทำไม ยิ่งไงก็ไม่รวย ก็ปรับความคิดเป็น รู้ว่าตัวเองจะรวย แม้ลำบาก

#### ทำอย่างไร...ให้เราคิดบวก

1. ไม่ยึดติดและรู้จักปล่อยวาง
2. คิดแบบผู้ใหญ่ ทำแบบเด็ก
3. เลิกจับผิดคนอื่น ๆ แล้วจับผิดที่ตัวเรา
4. ปัจจุบันคือสิ่งสำคัญ
5. อย่าให้อารมณ์เหนือกว่าสติ
6. ไม่ผิดที่เราจะคิดลบ

7. คิดลบได้ แต่ก็ต้องรู้จักการคิดบวก
  8. พัฒนาความคิดด้วยการเรียนรู้
  9. หยุดมองคนอื่นแต่หันมามองที่ตัวเรา
  10. ฝึกการคิดบวกอย่างสม่ำเสมอ
-

# ภาพกิจกรรม

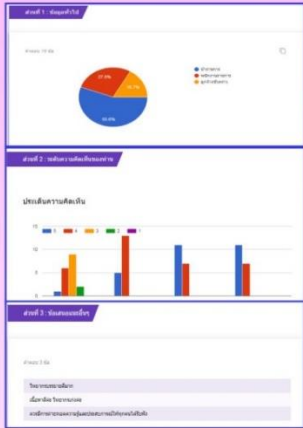


## สรุปแบบประเมินความพึงพอใจ Scan QR-Code

**การถ่ายทอดความรู้ (วิทยากรตัวคุณ)**  
หลักสูตร "การพัฒนาภาคีเชิงบวกเพื่อประสิทธิภาพในการทำงาน"  
ระหว่างวันที่ 13 - 15 มิถุนายน 2561  
เวลา 12.30 - 13.30 น.พักกลางวัน  
ณ ห้องประชุม 1 สำนักส่งเสริมการค้า



Scan QR-Code  
แบบประเมินความพึงพอใจ



สรุปผลการประเมินความพึงพอใจ

เปรียบเทียบคะแนน

ประเภทการประเมิน	คะแนน
วิทยากรตัวคุณ	4.5
เนื้อหาสาระ	4.2
วิธีการสอน	4.0

สรุปผล

วิทยากรตัวคุณ: 4.5  
เนื้อหาสาระ: 4.2  
วิธีการสอน: 4.0

## สรุปผลความคิดเห็น

### หลักสูตร “การพัฒนาการคิดเชิงบวกเพื่อประสิทธิภาพในการทำงาน”

ระหว่างวันที่ 13 - 15 มิถุนายน 2561 (เวลา 12.30 – 13.30 นาฬิกา)

ระดับความเห็นค่าเฉลี่ย

คะแนน 1.00 - 1.79 = น้อยที่สุด

คะแนน 1.80 - 2.59 = น้อย

คะแนน 2.60 - 3.39 = ปานกลาง

คะแนน 3.40 - 4.19 = มาก

คะแนน 4.20 - 5.00 = มากที่สุด

### ความคิดเห็นต่อการถ่ายทอดความรู้

ผู้เข้ารับฟังการถ่ายทอดความรู้ทำการสแกน QR-Code เพื่อตอบแบบสอบถาม ภายหลังจากเสร็จสิ้นการถ่ายทอดความรู้ จำนวน 18 คน ซึ่งสามารถสรุปความคิดเห็นได้ดังนี้

ที่	รายการประเมิน	แปรผล	ค่าเฉลี่ย ( $\bar{x}$ )
1	ความเข้าใจในเนื้อหาวิชา ก่อนเข้ารับการถ่ายทอดความรู้	ปานกลาง	3.33
2	ความเข้าใจในเนื้อหาวิชา หลังเข้ารับการถ่ายทอดความรู้	มากที่สุด	4.28
3	การถ่ายทอดความรู้ตรงตามสมรรถนะ ความรู้ความสามารถ และทักษะในการปฏิบัติงาน	มากที่สุด	4.61
4	บุคลากรสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปปฏิบัติงาน	มากที่สุด	4.33
5	ประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้ารับการถ่ายทอดความรู้	มากที่สุด	4.50
6	ความสามารถของวิทยากรในการถ่ายทอดความรู้	มากที่สุด	4.56
	ค่าเฉลี่ยรวม	มากที่สุด	4.27