



**BOSTON NETWORK**  
The Global Knowledge Network

**Course:**

## **EQ and AQ for Success**

ประสบการณ์ความสำเร็จในชีวิตด้วย Emotional Quotient และ Adversity Quotient

**Duration:** 1 Day (9:00 – 16:00)

**BOSTON NETWORK**  
The Global Knowledge Network



**PRACTICAL  
WORKSHOP**

“ประสบการณ์ความสำเร็จในชีวิตได้  
ด้วย  
Emotional Quotient  
และ Adversity Quotient”

**ด้วยหลักสูตร**

## **EQ AND AQ FOR SUCCESS**

ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันแล้วว่าผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิต มีความสุข ต้องอาศัยปัจจัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องอีกมากมาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องของความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ที่จะทำให้นุคคลคนนั้นประสบความสุขทางใจส่งผลต่อการมีสุขภาพกายที่ดี

สอนโดย  
คณาจารย์  
มืออาชีพ

Class  
Inhouse

Class  
Public

Live  
Distance  
Training



[www.bostonnetwork.com](http://www.bostonnetwork.com)



**02-949-0955**





### หลักการและเหตุผล:

ในอดีตเรามักจะมองว่าผู้ประสบความสำเร็จในชีวิตสูง คือ ผู้ที่มีความสามารถทางสติปัญญา แต่ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันแล้วว่าผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิต มีความสุข ต้องอาศัยปัจจัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องอีกมากมาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเรื่องของความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ที่จะทำให้นบุคคลคนนั้นประสบความสำเร็จทางใจส่งผลต่อการมีสุขภาพกายที่ดี แต่การมีความฉลาดทางอารมณ์ก็ยังไม่ช่วยให้ประสบความสำเร็จในชีวิตได้ หากบุคคลมีความสามารถในการฝ่าฟันอุปสรรค (AQ) โอกาสที่จะประสบความสำเร็จสูงมากทั้งเรื่องงานและเรื่องส่วนตัว สามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง และมีความสุขในการใช้ชีวิตมากยิ่งขึ้น

### ประโยชน์ที่จะได้รับ:

- ผู้เข้าอบรมได้ทราบถึงภาวะ EQ และ AQ ที่มีอยู่ในตนเอง
- เทคนิคในการสร้าง EQ และ AQ อันจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการพัฒนาตนเองไปสู่ความสำเร็จทั้งเรื่องงานและเรื่องส่วนตัว
- ผู้เข้าอบรมเพิ่มทักษะความฉลาดในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองในภาวะปัจจุบันได้
- มีความยืดหยุ่นสามารถปรับตัวในการเผชิญปัญหาได้ดี และพยายามหาหนทางแก้ไขปัญหา

### หัวข้อการบรรยาย:

- ความหมายและความสำคัญของ EQ และ AQ
- คุณลักษณะของผู้ที่มี EQ สูง
- การปรับทัศนคติของตนเองที่มีต่อผู้อื่น
- เทคนิคการจัดการอารมณ์ของตนเอง
  - ทำแบบทดสอบ EQ
- เทคนิคการนำ EQ มาปรับใช้ในการทำงาน
- การพัฒนา EQ 3 ด้าน (ดี เก่ง สุข)
- คุณลักษณะของผู้ที่มี AQ สูง
- การนำ AQ มาใช้ในการทำงาน
- นักไต่เขา 3 แบบ
- หลักการแก้ไขวิกฤติตามแนวคิด AQ
- บันไดในการกำหนดเป้าหมายและการก้าวสู่จุดหมาย
- ทักษะการสร้างแรงบันดาลใจเพื่อรับมือกับเรื่องหนัก ๆ (Self Inspiration) AQ Test

### เหมาะสำหรับ:

- พนักงานทุกระดับ หัวหน้างาน ผู้จัดการ และผู้บริหาร รวมถึงบุคคลทั่วไปที่ต้องการพัฒนา EQ และ AQ ของตัวเอง ให้มีความสามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง และมีความสุขในการใช้ชีวิตมากยิ่งขึ้น



วิทยากร:

วิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิจากบริษัท บอสตันเน็ตเวิร์ค จำกัด

วันและเวลาในการจัดงานสัมมนา

วันที่ 20 มีนาคม 2566 เวลา 09.00 - 16.00 น. โดยสามารถเลือกการเข้าอบรมได้ 2 ช่องทาง ดังนี้

1. เข้าร่วมอบรมที่โรงแรมจัสมิน ซิตี้ (ซอยสุขุมวิท 23) หรือโรงแรมที่เทียบเท่า  
(สถานที่อาจมีการเปลี่ยนแปลงกรุณาติดต่อเจ้าหน้าที่ประสานงาน)  
ค่าใช้จ่ายในการเข้าร่วมงานสัมมนา ราคา 6,500 บาท (ราคานี้ยังไม่รวมภาษีมูลค่าเพิ่ม 7%)
2. เข้าร่วมอบรมแบบทางไกลโดยการประชุม Distance Learning Instructor-led Virtual Class via Face to Face Application  
ค่าใช้จ่ายในการเข้าร่วมงานสัมมนา ราคา 5,500 บาท (ราคานี้ยังไม่รวมภาษีมูลค่าเพิ่ม 7%)

สำหรับรายละเอียดเพิ่มเติม กรุณาติดต่อผู้ประสานงานอบรม โทร: 02 949 0955, 02 318 6891,  
086 337 8266, Email: [seminar@bostonnetwork.com](mailto:seminar@bostonnetwork.com) และ Line ID: @bostonnetwork

ค่าฝึกอบรม สามารถหักค่าใช้จ่ายทางภาษีได้ 200%ของค่าใช้จ่ายจริง  
(พระราชกฤษฎีกาฉบับที่ 437 ใ้ 19 ตุลาคม พ.ศ. 2548 เป็นต้นไป)

สร้างสรรค์หลักสูตรสัมมนาคุณภาพเยี่ยมโดย



**BOSTON + NETWORK**  
The Global Knowledge Network



แผนที่ โรงแรมจัสมีน ซิตี้ (ซอยสุขุมวิท 23) (สถานที่ที่อาจมีการเปลี่ยนแปลงกรุณาติดต่อเจ้าหน้าที่ประสานงาน)





## Registration Form

บริษัท บอสตันเน็ตเวิร์ค จำกัด (สำนักงานใหญ่) 573/140 ซอยรามคำแหง 39 แขวงพลับพลา  
เขตวังทองหลาง กรุงเทพมหานคร 10310 Tel: 02-949-0955, 02-318-6891 Fax: 02-949-0991  
เลขประจำตัวผู้เสียภาษี 0105548037730

ข้อมูลผู้เข้าร่วมสัมมนา : (โปรดกรอกข้อมูลให้ครบถ้วนและชัดเจน, ภาษาไทย: ตัวบรรจง, ภาษาอังกฤษ: ตัวพิมพ์)

หลักสูตรที่ร่วมสัมมนา	วันสัมมนา
ชื่อ-นามสกุล (ภาษาไทย)	_____
(ภาษาอังกฤษ)	_____
บริษัท (ภาษาไทย)	_____
(ภาษาอังกฤษ)	_____
ตำแหน่งงาน:	แผนก/ฝ่าย:
เบอร์โทรศัพท์ที่ทำงาน:	เบอร์โทรศัพท์มือถือ:
เบอร์โทรสาร Fax:	E-mail:
ชื่อผู้ประสานงาน (HR)	เบอร์โทรศัพท์

ข้อมูลเพื่อใช้ออกใบกำกับภาษี : โปรดตรวจสอบความชัดเจนครบถ้วน เพื่อความถูกต้องของใบเสร็จ/ใบกำกับภาษีที่ท่านจะได้รับ)

ชื่อที่ให้ระบุในใบกำกับภาษี :	ตามชื่อบริษัทด้านบน
ที่อยู่ที่ให้ระบุในใบกำกับภาษี:	_____
_____	_____
_____	_____

การชำระเงินค่าสัมมนา : สามารถสอบถามรายละเอียดและสำรองที่นั่งได้ที่ 02-949-0955, 02-318-6891 ต่อ 104, 105, 108, 109

**วิธีการชำระเงิน**

โอนเงินเข้าบัญชี บริษัท บอสตันเน็ตเวิร์ค จำกัด

ธนาคารที่เอ็มบีธนาคาร สาขาเอสพลานาด รัชดา บัญชีออมทรัพย์เลขที่ 667-2-01501-0 โอนวันที่ \_\_\_\_\_

ธนาคารไทยพาณิชย์ สาขาสี่แยกศรีวิภา บัญชีออมทรัพย์เลขที่ 140-2-63049-9 โอนวันที่ \_\_\_\_\_

ถือเช็คจ่ายพนักงานในนาม บริษัท บอสตันเน็ตเวิร์ค จำกัด

จ่ายเงินสดพนักงาน

ข้อมูลครบถ้วนแล้ว กรุณาส่งกลับมาที่ Email: seminar@bostonnetwork.com หรือ Fax พร้อมสำเนาการโอนเงินที่ 02-949-0991

**\*โปรดนำหนังสือรับรองภาษีหัก ณ ที่จ่ายมายื่นในวันสัมมนา\***

- 1) บริษัทฯ ขอสงวนสิทธิ์ในการสำรองที่นั่งให้แก่ผู้ส่งเอกสารลงทะเบียนครบถ้วนและชำระเงินแล้วเท่านั้น
- 2) เจ้าหน้าที่จะแจ้งยืนยันการลงทะเบียนของท่านอีกครั้งหลังจากได้รับเอกสาร
- 3) ในกรณีที่ท่านสำรองที่นั่งไว้แล้วแต่ไม่สามารถเข้าร่วมการสัมมนาได้ กรุณาแจ้งล่วงหน้าก่อนวันงานอย่างน้อย 10 วัน

**\*หากไม่แจ้งตามกำหนด ท่านจะต้องชำระค่าธรรมเนียมเอกสารเป็นจำนวน 50% ของอัตราค่าลงทะเบียน\***