



# TRAINRAIL.CO

trenเร็ว พัฒนาไว  
ใช้บริการ tren เรา

[WWW.TRAINRAIL.CO](http://WWW.TRAINRAIL.CO)

# ABOUT US

**TrainRail.CO** คือ ผู้ให้บริการการพัฒนาบุคลากรแก่องค์กร ซึ่งมุ่งเน้นองค์ประกอบที่สำคัญทั้ง 3 ด้าน ได้แก่

- **People** องค์ประกอบด้านคน เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตและการทำงาน (Quality of Work-Life)
- **Leader** องค์ประกอบด้านผู้นำ เพื่อสร้างหัวหน้าให้เป็นผู้นำ ด้วยการมีทัศนคติที่เหมาะสมและคอยสนับสนุนการทำงานของทีมงาน
- **Performance** องค์ประกอบด้านการปฏิบัติงาน เพื่อยกระดับผลลัพธ์ในการทำงานให้ดียิ่งขึ้น

::::::::::::::::::::::::::::::::

## FUTURE SKILLS FOR UNCERTAIN WORLD

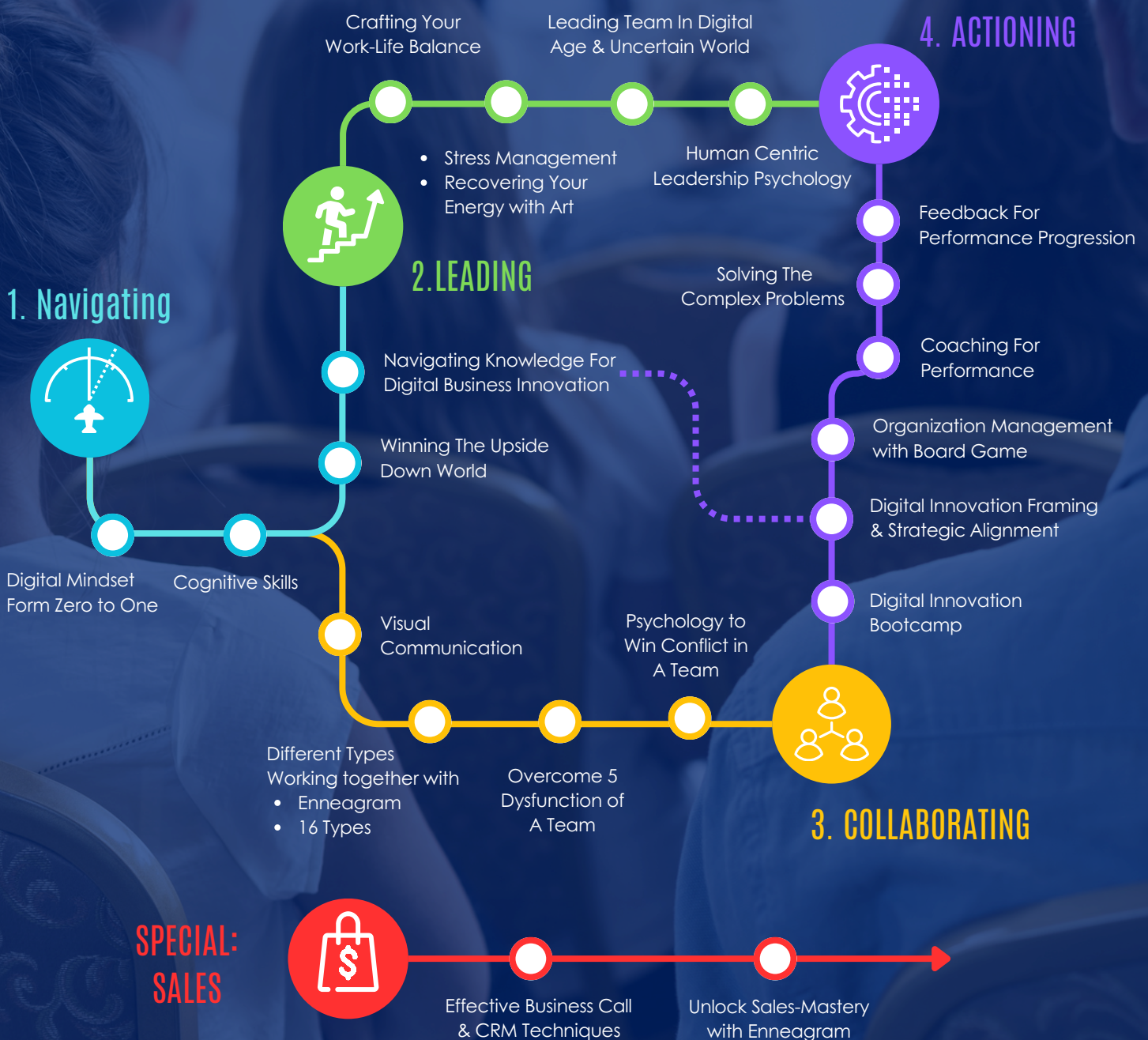
โลกยุคที่ไม่แน่นอน (Uncertain World) ที่สถานการณ์ต่างๆ สามารถพลิกผันได้อย่างไม่คาดคิด ทั้งเทคโนโลยี สภาพเศรษฐกิจและวิถีการทำงานของพนักงานรุ่นใหม่ที่เปลี่ยนไปจากเดิม จะส่งผลกระทบต่อปัจจัยทั้งสามด้านข้างต้น องค์กรสามารถเตรียมพร้อมพนักงานให้รับมือกับสิ่งเหล่านี้ได้ ด้วยทักษะการทำงานแห่งอนาคต\* (The Skills of Future ) ซึ่งสรุปได้ 4 ด้าน คือ

- **Navigating** ความสามารถในการระบุทิศทางในยุคใหม่ให้ได้ เพื่อให้รู้ว่าเป้าหมาย และรูปแบบของการทำงานแบบใหม่ ต้องปรับเปลี่ยนไปในทิศทางใด
- **Leading** ความสามารถในการนำพาผู้คน และตนเอง ให้มีแรงจูงใจที่เหมาะสม รู้แนวทางสนับสนุน และบริหารจัดการสมดุลของงานและคนในยุคดิจิทัลได้
- **Collaborating** ความสามารถในการผสานความแตกต่าง เข้าใจและสร้างความสัมพันธ์ระหว่างกัน ให้เกิดความร่วมมือร่วมใจและผูกพันในการทำงาน
- **Actioning** ความสามารถในการกล้าลงมือทำ ปรับเปลี่ยน ปรับปรุงและพัฒนาการทำงานอย่างต่อเนื่อง ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคที่เกิดจากสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงอย่างพลิกผันและรวดเร็ว

# 4 TRACKS

หมวดหมู่การพัฒนาพนักงานสู่ยุคใหม่ของการทำงาน

TrainRail.Co จึงพัฒนาแนวทางการเรียนรู้ที่เป็นหมวดหมู่ มีเส้นทางการพัฒนาที่ต่อเนื่อง เหมาะกับองค์กรที่ต้องการหาไอเดีย เพื่อเลือกโปรแกรมการพัฒนาผสมผสานได้ตามต้องการ และตอบรับการเปลี่ยนแปลงของโลกที่ไม่แน่นอน ไม่ว่าเราจะเรียกโลกใบใหม่นี้ว่า VUCA World หรือ BANI Worlds ก็ตาม



\*World Economic Forum, Gartner, and McKinsey



[WWW.TRAINRAIL.CO](http://WWW.TRAINRAIL.CO)



# HALF-DAY WORKSHOP



## DIGITAL TRANSFORMATION FOR YOUR BETTER TOMORROW

รู้ทันโลกใบใหม่ เข้าใจการทำงานยุคดิจิทัล

### HIGHLIGHT

เพื่อให้พนักงานทุกระดับรู้ทันการเปลี่ยนแปลงของโลกดิจิทัล และปรับการทำงานให้สอดคล้อง โดยหัวข้อปรับให้ครอบคลุมบทบาท เช่น mindset ของหัวหน้า หรือ พนักงาน รวมถึงบริบทขององค์กรทั้งภาครัฐ และภาคธุรกิจ

### OBJECTIVES



รู้ความสำคัญและเทรนด์ของเทคโนโลยีว่าผลักดันเปลี่ยนโลกให้เปลี่ยนไปอย่างไร



ตระหนักถึงความสำคัญของการเปลี่ยนแปลงองค์กรให้ก้าวสู่การเป็น Digital Organization



เข้าใจบทบาทและแนวทางการเติบโตเพื่อปรับตัวให้เป็น Digital Citizen

### Contact Us:

ติดต่อสอบถามและรับสาระการพัฒนาคอนจากเราได้ที่ LINE OA





# 1-DAY WORKSHOP



## HIGHLIGHT

เพื่อให้พนักงานทุกระดับรู้ทันการเปลี่ยนแปลงของโลกดิจิทัล และปรับการทำงานให้สอดคล้องกับการทำงานในโลกยุคดิจิทัล ที่มีความเปลี่ยนแปลงหลายด้านจากการทำงานในยุคเดิม

## WINNING THE UPSIDE DOWN WORLD

WITH DIGITAL MINDSET

## OBJECTIVES



รู้ความสำคัญและเทรนด์ของเทคโนโลยีว่าผลักดันเปลี่ยนโลกให้เปลี่ยนไปอย่างไร



ตระหนักถึงความสำคัญของการเตรียมตัวเพื่อรับมือ และมองการเปลี่ยนแปลงองค์กร และเปลี่ยน (Change) เป็นโอกาส (Chance) ในการพัฒนาตนเอง



เข้าใจบทบาทและแนวทางการเติบโตเพื่อปรับตัวให้เป็น Digital Citizen เพื่อเป็นกำลังที่สำคัญให้กับองค์กร

## Contact Us:

ติดต่อสอบถามและรับสาระการพัฒนาคอนจากเราได้ที่ LINE OA





# 1-DAY WORKSHOP



## HIGHLIGHT

Work-Life Balance เป็นสิ่งที่พนักงานยุคใหม่ให้ความสำคัญมาก และเป็นสิ่งที่ช่วยให้พนักงานเกิดความรู้สึกพึงพอใจกับองค์กร ซึ่งจะนำไปสู่การทุ่มเทแรงกายแรงใจในการทำงาน

## CRAFTING YOUR WORK-LIFE BALANCE

FOR YOUR PERFORMANCE & WELL-BEING

## OBJECTIVES



เข้าใจค่านิยมและแรงจูงใจของตนเอง ซึ่งเป็นแรงผลักดันในการทำงานและใช้ชีวิต



เข้าใจสถานการณ์ บริบท และจุดมุ่งหมายขององค์กรและมองหาแนวทางการเติบโตร่วมกัน



รู้ทักษะการบริหารจัดการเวลา การเจรจา และสร้างคุณภาพชีวิตที่ดี พร้อมกับการสร้างผลการทำงานที่เยี่ยมยอด



รู้ทักษะการบริหารจัดการจิตใจ และเทคนิคการผ่อนคลายความเครียดจากการทำงาน

## Contact Us:

ติดต่อสอบถามและรับสาระการพัฒนาคอนจากเราได้ที่ LINE OA





# 1-DAY WORKSHOP



## STRESS MANAGEMENT TO BALANCE YOUR WORK & LIFE

ทุกข์-สุขสร้างได้ บริหารใจให้เป็น  
เห็นสมดุลของชีวิตการทำงาน

.....

### HIGHLIGHT

ระดับความเครียด เป็นปัจจัยหลักที่กระทบ Work-Life Balance ของพนักงาน และเมื่อสะสมไปเรื่อยๆ จะนำไปสู่การหมดไฟในการทำงาน (Burnout) ได้

การสร้างทักษะเพื่อให้พวกเขาสามารถบริหารจัดการความเครียดที่เกิดจากการทำงานได้นั้น จะช่วยให้พนักงานรู้วิธีเติมพลังและสามารถนำสมดุลมาสู่ชีวิตและการทำงานได้เองในที่สุด

### OBJECTIVES



สามารถสังเกต และประเมินระดับความเครียดของตนเองได้ก่อนจะสายเกินไป



รู้เทคนิคในการบริหารจัดการความเครียดด้วยวิธีต่างๆ เช่น การกำหนดจิตใจ, CBT, Aromatherapy, Hypnotherapy

### Contact Us:

ติดต่อสอบถามและรับสาระการพัฒนาคอนจากเราได้ที่ LINE OA





# HALF-DAY WORKSHOP



## RECOVERING TEAM ENERGY WITH ART

เติมพลังการทำงานและผ่อนคลาย  
จิตใจด้วยกิจกรรมศิลปะ

.....

### OBJECTIVES



เสริมสมรรถภาพ สร้างความจดจ่อ ความคิด  
สร้างสรรค์ ความกล้า และการวางแผน  
ผ่านการทำงานศิลปะ\*



ผ่อนคลายความล้าจากการทำงานทั้งทาง  
อารมณ์และร่างกายจากการเคลื่อนไหว  
กล้ามเนื้อมัดเล็ก

### HIGHLIGHT

กิจกรรมศิลปะ นอกจากเป็นการใช้เวลา  
เพื่อผ่อนคลายความเครียดแล้ว ยังช่วยให้  
เกิดสมาธิ ความคิดสร้างสรรค์ ความกล้า  
ในการลงมือทำงาน ตลอดจนการวางแผน  
ผ่านการทำชิ้นงานศิลปะแบบต่างๆ ด้วย จึง  
เป็นการเติมพลังในการทำงานให้กับ  
พนักงานของคุณทางอ้อมอีกด้วย

\* หมายเหตุ ขึ้นอยู่กับประเภทชิ้นงานที่เลือกใช้บริการ เช่น Doodle Art,  
Watercolor, Line Art หรือ งานปั้น เป็นต้น สามารถขอคำแนะนำจากที่ปรึกษาได้

### Contact Us:

ติดต่อสอบถามและรับสาระการพัฒนาคอนจากเราได้ที่ LINE OA





# 1-DAY+ WORKSHOP



## LEADING TEAM

IN DIGITAL AGE & UNCERTAIN WORLD

.....

### HIGHLIGHT

เพื่อให้หัวหน้างานทุกระดับ รู้ทันการเปลี่ยนแปลงของโลกดิจิทัล และปรับบทบาทหัวหน้าให้เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลง จากเดิมที่เน้นการสั่งการและควบคุม เป็นการส่งเสริม สนับสนุน และพัฒนาความสามารถ เพื่อให้ทำงานได้เกิดผลลัพธ์ ตลอดจนพัฒนาทักษะหัวหน้างานได้สอดคล้องกับบทบาทนั้น

เพื่อสร้างพนักงานให้เป็นกำลังสำคัญรับมือการเปลี่ยนแปลงในยุคดิจิทัล

### OBJECTIVES



รู้ความสำคัญและเทรนด์ของเทคโนโลยีว่าผลักดันเปลี่ยนโลกให้เปลี่ยนไปอย่างไร



ยกระดับและปรับทักษะหัวหน้าทีม (Upskills) ให้เหมาะสมกับบริบทการทำงานในโลกยุคดิจิทัล เช่น การสื่อสารสั่งการ การประชุม และพัฒนาทีมงานให้ปรับผลการทำงานในทุกวัน



เรียนรู้กรอบความคิดและทักษะใหม่ๆ (Reskills) ที่หัวหน้าทีมต้องใช้ในยุคดิจิทัล เช่น การมอบอำนาจ สร้างความเชื่อใจ และสนับสนุนการทำงานของทีมงาน และการสร้าง Wellbeing ให้ทีมงาน

### Contact Us:

ติดต่อสอบถามและรับสาระการพัฒนาคอนจากเราได้ที่ LINE OA





# 1-DAY WORKSHOP



## HIGHLIGHT

ความเป็นผู้นำที่ให้ความสำคัญกับผู้คนมีความสำคัญอย่างยิ่งในยุคดิจิทัลเพราะการทำงานต้องผสานความหลากหลายไม่ว่าจะเป็นช่วงวัย ความคิด ทักษะ หรือ

ผู้นำจึงต้องผสานความหลากหลายนี้ ให้เกิดพลังในการสร้างสิ่งใหม่ๆ รวมถึงให้คุณค่าสนับสนุน และดูแลพนักงานได้อย่างเหมาะสม

การเน้นคนเป็นศูนย์กลาง คือการมองพนักงานในฐานะบุคคล และใช้จิตวิทยาเรื่องคน เพื่อปรับใช้ในทุกบทบาทของหัวหน้างานให้ได้ จึงจะได้รับความไว้วางใจในฐานะผู้นำอย่างแท้จริง

## HUMAN LEADERSHIP PSYCHOLOGY FOR LEADING THE TEAM

## OBJECTIVES



เข้าใจความหลากหลายที่เกิดจาก ค่านิยม และแรงจูงใจของพนักงาน



รู้ความสำคัญของความหลากหลายต่อโลกการทำงานในยุคใหม่



รู้บทบาทของผู้นำเชิงมนุษย และพัฒนาทักษะการบริหารที่มีคนเป็นศูนย์กลาง



ใช้หลักจิตวิทยาการบริหารคนตามบทบาทของหัวหน้างานยุคใหม่ เพื่อให้เกิดความไว้วางใจ (Trust) ได้

## Contact Us:

ติดต่อสอบถามและรับสาระการพัฒนาคอนจากเราได้ที่ LINE OA

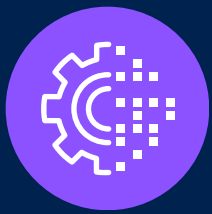




# VISUAL COMMUNICATION

• • • • •





# 1-DAY WORKSHOP



## HIGHLIGHT

VUCA และ BANI World นำมาซึ่งการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็ว และไม่แน่นอนของสถานการณ์ รวมทั้งปัจจัยต่างๆ ที่เชื่อมโยงและส่งผลกระทบต่อกันอย่างซับซ้อน ทำให้คนทำงานเกิดความคลุมเครือยากต่อการตัดสินใจ ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใดก็ตาม

การสร้างทักษะในการหารากของปัญหาที่ซับซ้อนให้ออก การสร้างทางเลือกใหม่ๆ ในการตัดสินใจ และกล้าที่จะตัดสินใจได้อย่างเชื่อมั่นจึงเป็นสิ่งที่สำคัญและจำเป็นต่อการทำงานอย่างยิ่ง

## SOLVING THE COMPLEX PROBLEMS

FOR WORKING IN THE UNCERTAIN WORLD

## OBJECTIVES



รู้ความสำคัญและเทรนด์ของเทคโนโลยีว่าผลักดันเปลี่ยนโลกให้เปลี่ยนไปอย่างไร



เข้าใจระบบการคิด และรู้ทักษะการคิดที่จำเป็นในการทำงานโลกยุคใหม่ เช่น การคิดเชิงระบบ การคิดวิเคราะห์ การคิดสร้างสรรค์ ตลอดจนการคิดเพื่อตัดสินใจ โดยคำนึงถึงปัญหาที่แท้จริง ผลกระทบในภาพรวม และประโยชน์ของคนที่เกี่ยวข้อง

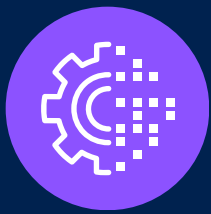


รู้แนวทางการใช้เครื่องมือ เพื่อวิเคราะห์รากปัญหา การสร้างทางเลือก และการตัดสินใจอย่างเหมาะสม

## Contact Us:

ติดต่อสอบถามและรับสารการพัฒนาคอนจากเราได้ที่ LINE OA





# 1-DAY WORKSHOP



## FEEDBACK

FOR PERFORMANCE PROGRESSION

รู้ทันโลกใบใหม่ เข้าใจการทำงานยุคดิจิทัล

### HIGHLIGHT

ในยุคดิจิทัล ความเร็วในการปรับตัวเป็นเรื่องที่สร้างความได้เปรียบทางธุรกิจ การปรับปรุงงานในทุกวัน ทำให้ทีมงานแต่ละคนสามารถขับเคลื่อนการทำงานให้บรรลุเป้าหมาย ถูกทิศทางและได้ผลลัพธ์เร็ว

ความท้าทายจึงอยู่ที่หัวหน้า หรือ ทีมงานแต่ละคน จะให้ฟีดแบ็กอย่างไร เพื่อสร้างแรงจูงใจในการปรับการทำงานและการพัฒนาตนเองและสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ของทีมแบบ Real-time

.....

### OBJECTIVES



รู้เทรนด์ของโลก และความสำคัญของการให้ฟีดแบ็ก เพื่อเพิ่มความไวในการปรับเปลี่ยนการทำงาน



ใช้ทักษะการให้ฟีดแบ็กทั้ง 3 รูปแบบ คือ Positive, Development และ Forward รวมถึงการสร้างวงจรฟีดแบ็ก เพื่อขับเคลื่อนทีมให้บรรลุเป้าหมายถูกทิศทางและได้ผลลัพธ์

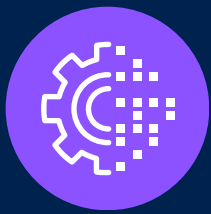


เข้าใจจิตวิทยาของคนในการให้และรับฟีดแบ็ก เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพ

### Contact Us:

ติดต่อสอบถามและรับสาระการพัฒนาคอนจากเราได้ที่ LINE OA





# 1-DAY WORKSHOP



## COACHING FOR PERFORMANCE

รู้ทันโลกใบใหม่ เข้าใจการทำงานยุคดิจิทัล

.....

### OBJECTIVES

### HIGHLIGHT

เพื่อให้หัวหน้างาน สามารถโค้ชซึ่งให้  
พนักงานเกิดการมองเห็นตัวเอง และ  
เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของพนักงาน เพื่อ  
นำไปสู่การเติบโต การพัฒนาส่วนบุคคล  
และ การปรับการทำงานเพื่อก้าวไปสู่เป้า  
หมายของตัวเขาและทีมงานได้ด้วยตนเอง



ปรับความคิดเพื่อเกิดภาวะผู้นำ ซึ่งนำไป  
สู่ความไว้วางใจ และโน้มนำให้คนอื่น  
ติดตามคุณด้วยความเต็มใจได้



รู้บทบาท สร้างกรอบความคิด และสร้าง  
ทักษะการเป็นโค้ช ควบคู่กับการเป็นหัวหน้า  
ที่ส่งเสริมพัฒนาการของสมาชิกในทีมได้

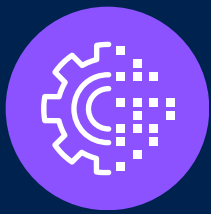


สามารถประยุกต์แนวทางการโค้ชซึ่ง  
เพื่อสร้างให้เกิดผลลัพธ์ในการทำงานได้

### Contact Us:

ติดต่อสอบถามและรับสาระการพัฒนาคอนจากเราได้ที่ LINE OA





# 1-DAY+ WORKSHOP



## ORGANIZATION MANAGEMENT WITH BOARDGAME

บริหารงานอย่างเข้าใจ ด้วย  
การจำลองบทบาทผู้บริหาร  
ผ่านบอร์ดเกม

### HIGHLIGHT

โปรแกรมพัฒนากรอบความคิดแบบ  
เจ้าของกิจการ การมองภาพรวม จากการ  
บริหารกิจการจำลองด้วยบอร์ดเกม โดย  
สามารถปรับเนื้อหาให้เหมาะสมกับทักษะที่  
ต้องการและพนักงานในทุกระดับตั้งแต่  
ปฏิบัติการจนถึงระดับบริหาร

### OBJECTIVES



ฝึกกรอบความคิดแบบเจ้าของกิจการ โดย  
เข้าใจภาพรวมของธุรกิจ และเห็นความ  
สัมพันธ์ของหน่วยงานต่างๆ ในเชิงระบบ



เพื่อให้พนักงานทุกระดับ ได้มองเห็นภาพ  
สะท้อนวิธีการทำงานของตัวเองผ่านการ  
เล่นเกม



รู้แนวทางการเติบโต และปรับการทำงาน  
ของตนเองให้เหมาะสมกับบทบาทงานของ  
ตนเอง

### Contact Us:

ติดต่อสอบถามและรับสาระการพัฒนาคอนจากเราได้ที่ LINE OA





# 1-DAY WORKSHOP



## EFFECTIVE BUSINESS CALL & CRM TECHNIQUES

For B2B Sales

### HIGHLIGHT

เพื่อสร้างความสำเร็จในการนำเสนอ การสร้างความผูกพัน ความจงรักภักดีใน Brand การรักษาและเพิ่มฐานลูกค้า รวมถึงการดึงดูด โน้มน้าวจิตใจลูกค้า ให้ใช้บริการอย่างต่อเนื่อง

### OBJECTIVES



รู้หลักการ และเพิ่มทักษะการสื่อสารและการบริการทางโทรศัพท์อย่างมีประสิทธิภาพ



รู้แนวทางการสร้างความผูกพัน รักษาฐานลูกค้าเดิม ดึงดูดลูกค้าใหม่ โน้มน้าวจิตใจ ให้ใช้บริการอย่างต่อเนื่อง



เพิ่มทักษะ การนำเสนอขาย และการโน้มน้าวทางโทรศัพท์



ทราบเทคนิคและวิธีการจัดการกับข้อโต้แย้ง ในสถานการณ์ต่างๆ



นำความรู้ที่ได้ ไปใช้ให้เกิดผลลัพธ์ ทั้งในด้านการสร้างความพอใจให้ลูกค้าและการเพิ่มยอดขายให้ประสบความสำเร็จ ตามเป้าหมายองค์กร

### Contact Us:

ติดต่อสอบถามและรับสาระการพัฒนาคอนจากเราได้ที่ LINE OA





# 2-DAY WORKSHOP



## UNLOCK SALES-MASTERY

The Enneagram Edge in B2B Sales

.....

### OBJECTIVES

### HIGHLIGHT

สภาพเศรษฐกิจที่มีความผันผวนและการแข่งขันสูงอย่างยิ่งในปัจจุบัน แนวทางการขายต้องมีกลยุทธ์ยิ่งกว่าเดิม การเข้าถึงจิตใจลูกค้า (Customer Empathy) จะช่วยปรับแต่งการสื่อสารเพื่อขายธรรมชาติทั่วไป ให้เหมาะกับลูกค้าแต่ละรายที่มีความแตกต่างกัน จนช่วยเพิ่มยอดขายของธุรกิจ B2B ได้อย่างมีประสิทธิภาพได้



ความเข้าใจลูกค้า 9 แบบที่แตกต่างกันอย่างลึกซึ้ง (Deep Insights)



สร้างกลยุทธ์ที่ปรับให้เหมาะสมกับความต้องการของลูกค้าอย่างแท้จริง (Personalized Strategies)



รู้แนวทางในการเจรจาต่อรองให้ได้ผลดียิ่งขึ้น ด้วยความเข้าใจในแรงจูงใจและสิ่งก่อความเครียดของลูกค้าแต่ละแบบ



เพิ่มทักษะการสื่อสารที่ได้ผล สร้างความสัมพันธ์ที่ดี และทำให้ลูกค้าไว้วางใจอย่างที่ไม่เคยมีมาก่อน



เรียนรู้วิธีที่จะเอาชนะจุดอ่อนส่วนตัวที่เป็นอุปสรรคต่องานขาย และปลดปล่อยศักยภาพที่มี

### Contact Us:

ติดต่อสอบถามและรับสาระการพัฒนาคอนจากเราได้ที่ LINE OA





# CONTACT US

หากสนใจรายละเอียดหลักสูตร Workshop หรือ ต้องการรับสาระ  
ความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาคน ติดต่อสอบถามและเป็นเพื่อนกับเราที่



WEBSITE: [TRAINRAIL.CO](http://TRAINRAIL.CO)  
FB: [TRAINRAILCONSULTING](https://www.facebook.com/TRAINRAILCONSULTING)