

# Mindset สร้างสุขในการทำงาน

By School of Tourism and Hospitality Management



เหตุการณ์ → Mindset → การตอบสนอง



ไม่กล้าพูด เพราะกลัวผิด

ทำไมดี!



ช่วย

ประเภทของ Mindset



คิดบวก



พยายามอีกนิด

การแก้ Fixed Mindset ให้เป็น Growth Mindset



Listen to Mindset (ฟังเสียงวิธีคิด)

Reframe เปลี่ยนกรอบวิธีคิดให้เป็น Growth Mindset

Set Intention ตั้งเจตนา

Action ลงมือปฏิบัติ

Detach from Outcome ปล่อยวางจากผลลัพธ์

Reflection การสะท้อนการเรียนรู้

Continue Growing พัฒนาอย่างต่อเนื่อง

