

## Miracle Cards: Life Purpose

ระยะเวลาอบรม 3 ชั่วโมง

### รายละเอียดหลักสูตร

- ความเชื่อและการตอบสนองต่อความจริง กับการใช้การ์ดในการดำเนินชีวิต
- กระบวนการใช้การ์ดในการดำเนินชีวิต คือ การตั้งเป้าหมาย สถานะปัจจุบันแผนการที่จะทำให้เป้าหมายสำเร็จ สร้างแรงจูงใจในการเริ่มลงมือ การติดตามความคืบหน้า และผลลัพธ์
- การทวนา กับ การ Connect การ์ด เพื่อการเลือกการ์ด
- การแปลความหมายของการ์ดแต่ละใบด้วยตนเอง
- การสังเกตการรับรู้ ความคิด อารมณ์และความรู้สึก การเรียนรู้ของตนเองที่เกิดขึ้นระหว่างการเปิดการ์ด
- สะท้อนการเรียนรู้

### หลักสูตรนี้จะช่วยพัฒนาในด้าน

- Planning and Organizing
- Resilience, Stress Tolerance and Flexibility
- Active Learning and Learning Strategies
- Adaptability
- Creativity, Originality and Initiative

### สิ่งที่ผู้เข้าอบรมจะได้รับหลังจากอบรม

- เข้าใจและประยุกต์วิธีการใช้การ์ดในการดำเนินชีวิต
- เข้าใจ และปฏิบัติกระบวนการใช้การ์ดในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสมกับสถานการณ์ของตนเอง
- สังเกตเห็น รับรู้และยอมรับตนเอง ผ่านประสบการณ์การแปลความหมายของการ์ดด้วยตนเอง
- ทบทวนความคิด อารมณ์และความรู้สึกจากภายในตนเองจากภายนอก เพื่อพัฒนาตนเอง เช่น การสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น การฟังแบบ Empathy การตั้งเป้าหมายและผลลัพธ์ การฝึกมุ่งมั่นต่อเป้าหมายตรงหน้า