



1 นาที อากาศมองเวลาเรา

*Life Alignment Mentor*  
by Dr. Wasit Prombutr

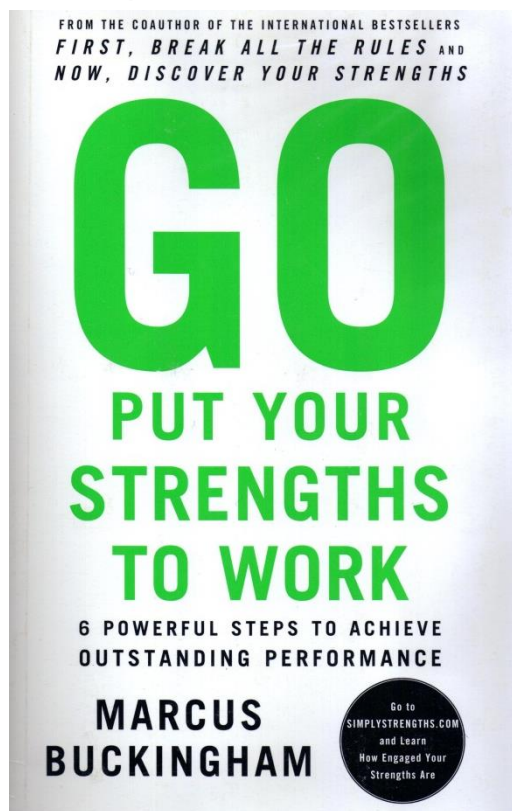
TRANSFORM YOUR WORK/LIFE INTEGRATION

ฝันให้ไกล ไปให้ถึง ใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่

กฎของธรรมชาติ มีอยู่ว่า ... 'ทุกอย่างล้วนก็เดินไปข้างหน้า  
ทำให้ระยะทางสู่เป้าหมายเหลือนับลง'

สวัสดีครับในวันนี้ขอแชร์ ประเด็นเกี่ยวกับ...

'การสร้างจุดแข็งให้เป็นอุปนิสัย' ในหนังสือ



## five strong habits

- every DAY** → Look over your three **Strength Statements** and your three **Weakness Statements**.  
ทุกวันให้มองหาจุดแข็ง จุดอ่อน ๓ ข้อ สะท้อนตัวเองให้ได้ว่าเราจะทำอะไรให้
- every WEEK** → เกิดประโยชน์กับตนเอง  
Complete a **Strong Week Plan**.  
ทุกสัปดาห์ดำเนินการพัฒนาตนเองตามแผนการพัฒนาจุดแข็งประจำสัปดาห์
- every QUARTER** → Close the books on your **strengths**.  
ทุกไตรมาสดำเนินการพูดคุยกับผู้คนรอบข้างในทีมทุกคนเพื่อพัฒนาจุดแข็งของกันและกันอย่างน้อยคนละ ๓๐
- every 6 MONTHS** → **นาที่**  
Pick a week and **capture, clarify, and confirm** your strengths.  
ทุก ๖ เดือนตรวจสอบ ยืนยันและเก็บข้อมูลจุดแข็งที่มีการพัฒนาขึ้น
- every YEAR** → Take the **Strengths Engagement Track**  
ทุกปี ประเมินจุดแข็งของตนเอง และหาโอกาสในการยกระดับจุดแข็งเพิ่มเติม