



# 1 นาที อากาศสมองเวลาเรา

## Life Alignment

by Dr. Wasit Prombutr

TRANSFORM YOUR WORK/LIFE INTEGRATION

ฝึกให้ไกล ไปให้ถึง ใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่

กฎของธรรมชาติ มีอยู่ว่า ... 'ทุกอย่างล้วนก็เดินไปข้างหน้า  
ทำให้ระยะทางมุ่งเป้าหมายเหลือนับลง'

สวัสดีครับวันนี้ ขอแลกเปลี่ยนประเด็นเรื่อง

.....**กรอบความคิด (Mindset) หรือชุดของ  
ความเชื่อที่ส่งผลถึงทัศนคติ พฤติกรรม การ  
แสดงออก**

**เรื่องนี้สำคัญอย่างไร....**

ผลจากงานวิจัยในระยะเวลากว่า ๒๐ ปี ของ  
**Dr. Carol S. Dweck** พบว่า “**ความคิดที่แต่  
ละบุคคลยอมรับสำหรับตัวเองนั้นมีผลอย่างมากต่อ  
ชีวิตในวันข้างหน้า**”

การที่คนเราเชื่อว่า คุณสมบัติของเรานั้นถูกลิขิต  
จารึก สลักมาแล้ว ย่อมเป็นสิ่งที่เรียกว่า ‘**ข้อจำกัด**’  
ซึ่งแตกต่างอย่างสิ้นเชิงกับ ผู้ที่เชื่อว่าคุณสมบัตินั้น  
เรานั้นสามารถพัฒนาหรือ ‘**เติบโต**’ ได้ **ผลตามมาคือ**

