

มีมติหญิงชายและการประกอบการ

ชุดการฝึกอบรมว่าด้วย  
การก้าวไปข้างหน้าของผู้หญิงในวิชาชีพ  
(GET Ahead For Women in Enterprise  
Training Package and Resource Kit)



ซูซาน โบเออร์ เทอร์รี่ ฟินนิแกน เนลสัน แอสเพิลส์  
มณีนันท์ พงษ์ประเสริฐชัย และ สุนทรีย์ ทัศนีย์ แซ่ก๊วง



สำนักงานแรงงานระหว่างประเทศ  
ประจำอนุภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ กรุงเทพฯ  
แผนกส่งเสริมการจ้างงานและการมีงานทำ

# มิติหญิงชายและการประกอบการ

## ชุดการฝึกอบรมว่าด้วย การก้าวไปข้างหน้าของผู้หญิงในวิชาชีพ (GET Ahead For Women in Enterprise Training Package and Resource Kit)



ซูซาน โบเออร์ เกอร์รี ฟินนิแกน เนลสัน แอสเพิลส์  
มณีนันท์ พงษ์ประเสริฐชัย และ สุนทรี ทัศนีย์ คุ้มแก้ว



สำนักงานแรงงานระหว่างประเทศ  
ประจำอนุภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ กรุงเทพฯ  
แผนกส่งเสริมการจ้างงานและการมีงานทำ

คำนำ			1
กิตติกรรมประกาศ			3
ภาคที่ 1 บทนำ			5
บทที่ 1	จุดมุ่งหมายและยุทธศาสตร์ : อบรมทำไม อบรมอะไร เพื่อใคร และด้วยวิธีการอย่างไร		7
บทที่ 2	เนื้อหาและโครงสร้างการอบรม		11
บทที่ 3	ข้อควรรู้สำหรับวิทยากรฝึกอบรม		13
บทที่ 4	คำแนะนำในการจัดฝึกอบรม		17
ภาคที่ 2	หมวดวิชาและกิจกรรม		27
หมวดวิชาที่ 1	พื้นฐานเกี่ยวกับมิติหญิงชายและการประกอบการ		29
หมวดวิชาที่ 1.1	แนะนำโครงการฝึกอบรมและผู้เข้าอบรม		31
กิจกรรมที่ 1	แนะนำ : อบรมอะไร ด้วยวิธีการอย่างไร และเพื่อใคร		33
กิจกรรมที่ 2	ประสานความคาดหวังและการร่วมแบ่งปัน		43
หมวดวิชาที่ 1.2	การส่งเสริมความเสมอภาคทางเพศ : วงจรชีวิตของบุคคลและธุรกิจ		47
กิจกรรมที่ 3	การส่งเสริมความเสมอภาคทางเพศ : เกมต่อเส้นเป็นสร้อย		49
กิจกรรมที่ 4	วงจรชีวิตบุคคลและธุรกิจ		56
หมวดวิชาที่ 2	ผู้ประกอบการหญิงและสิ่งแวดล้อม		73
หมวดวิชาที่ 2.1	ผู้ประกอบการหญิง : เธอสามารถทำได้		75
กิจกรรมที่ 5	การค้นหาคุณลักษณะเด่น 10 ประการ ที่นำไปสู่ความสำเร็จทางธุรกิจ		77
กิจกรรมที่ 6	การประเมินตนเองด้วยหลัก 5 ประการ (SMART)		88
กิจกรรมที่ 7	คุณลักษณะเด่น 10 ประการ ของแม่ (เลือกได้)		96
หมวดวิชาที่ 2.2	สิ่งแวดล้อมทางธุรกิจ : เธอไม่ได้โดดเดี่ยวบนทางเส้นนี้		103
กิจกรรมที่ 8	การสร้างธุรกิจในสภาพแวดล้อมของเธอเอง		105
กิจกรรมที่ 9	ธุรกิจของเธอในชุมชนของเธอ : แผนที่ทางธุรกิจ		113
กิจกรรมที่ 10	เครือข่ายเส้นด้าย		117
กิจกรรมที่ 11	โยงโยความสัมพันธ์ (เลือกได้)		121
หมวดวิชาที่ 3	โครงการธุรกิจ		129
หมวดวิชาที่ 3.1	ความคิดทางธุรกิจ โอกาส และสิ่งท้าทาย		131
กิจกรรมที่ 12	การระดมสมองเพื่อสร้างความคิดทางธุรกิจ		133
กิจกรรมที่ 13	การคัดกรองความคิดทางธุรกิจอย่างละเอียด		144
กิจกรรมที่ 14	หลายสิ่งในหนึ่งเดียว (เลือกได้)		150

หมวดวิชาที่	<b>3.2</b>	<b>การตลาด</b>	<b>153</b>
กิจกรรมที่	15	การตลาดเบื้องต้น : กรณีของคุณเต็ม	155
กิจกรรมที่	16	เกมกระดานส่วนประสมทางการตลาด	160
กิจกรรมที่	17	ขายอย่างไรให้ประสบความสำเร็จ	191
กิจกรรมที่	18	การศึกษาตลาด (อย่างย่อ)	196
หมวดวิชาที่	<b>3.3</b>	<b>การผลิต การบริการ และเทคโนโลยี</b>	<b>205</b>
กิจกรรมที่	19	สิ่งที่จำเป็นสำหรับการสร้างสินค้าหรือบริการ	207
กิจกรรมที่	20	ผลิตภัณฑ์ที่เพิ่มขึ้นและดีขึ้น	220
หมวดวิชาที่	<b>3.4</b>	<b>การเงิน</b>	<b>227</b>
กิจกรรมที่	21	การจัดการเงินของคุณ	229
กิจกรรมที่	22	การคิดต้นทุนและการกำหนดราคา	240
กิจกรรมที่	23	เครื่องมือในการบันทึกบัญชี	250
หมวดวิชาที่	<b>4</b>	<b>บุคลากร องค์กร และการจัดการ</b>	<b>269</b>
หมวดวิชาที่	<b>4.1</b>	<b>การจัดการตนเองและผู้อื่น</b>	<b>271</b>
กิจกรรมที่	24	การจัดการตนเองและทีมงาน	273
กิจกรรมที่	25	การจัดการธุรกิจส่วนตัว ธุรกิจครอบครัว และธุรกิจกลุ่ม	280
กิจกรรมที่	26	ธุรกิจครอบครัว : การทำงานร่วมกัน การตัดสินใจ และรายได้	284
กิจกรรมที่	27	ย่างก้าวด้วยความไว้วางใจ (เลือกได้)	295
หมวดวิชาที่	<b>4.2</b>	<b>การสนับสนุนและการสร้างเครือข่ายทางธุรกิจ</b>	<b>297</b>
กิจกรรมที่	28	การสร้างเครือข่ายทางธุรกิจ	299
กิจกรรมที่	29	สถาบันและบริการสำหรับผู้ประกอบการหญิง	308
กิจกรรมที่	30	การจัดตั้งกลุ่ม	311
หมวดวิชาที่	<b>4.3</b>	<b>การวางแผนปฏิบัติการสำหรับธุรกิจของคุณ</b>	<b>319</b>
กิจกรรมที่	31	การวางแผนทางธุรกิจสำหรับผู้หญิงในธุรกิจ	321
กิจกรรมที่	32	การประเมินและติดตามผลการฝึกอบรม GET Ahead	331
ภาคที่	<b>3</b>	<b>แหล่งข้อมูลเพื่อการค้นคว้าต่อไป</b>	<b>335</b>
บทที่	<b>1</b>	<b>เอกสารข้อมูลพื้นฐานเรื่องมิติหญิงชายและการประกอบการ : การก้าวไปข้างหน้าของผู้หญิงในวิสาหกิจ</b>	<b>337</b>
บทที่	<b>2</b>	<b>คู่มืออ้างอิงเกี่ยวกับศัพท์ทางธุรกิจและการเงิน</b>	<b>349</b>
บทที่	<b>3</b>	<b>สิ่งตีพิมพ์และเว็บลิงค์</b>	<b>355</b>
<b>รายชื่อวิทยากรสำหรับการฝึกอบรม GET Ahead</b>			<b>364</b>

## รายการเอกสารประกอบ

ภาคที่	1	บทนำ	
บทที่	4	คำแนะนำในการจัดฝึกอบรม	
		ก ตารางการอบรม GET Ahead สำหรับหลักสูตรการอบรมวิทยากร 5 วัน	21
		ข ตารางการอบรม GET Ahead สำหรับหลักสูตรการอบรมผู้ประกอบการ 5 วัน	23
		ค ตัวอย่างแบบฟอร์มการเสนอชื่อ : ประวัติผู้เข้าอบรมหลักสูตรการอบรมวิทยากร	25
		ง ตัวอย่างแบบฟอร์มการเสนอชื่อ : ประวัติผู้เข้าอบรมหลักสูตรการอบรมผู้ประกอบการ	26
ภาคที่	2	หมวดวิชาการฝึกอบรมและกิจกรรมต่างๆ	
หมวดวิชาที่	1.1	แนะนำโครงการฝึกอบรมและผู้เข้าอบรม	
กิจกรรมที่ 1	แนะนำ :	1.1 ข้อมูลโดยย่อเกี่ยวกับการอบรม GET Ahead	37
อบรมอะไร ด้วยวิธีการ		1.2 ธุรกิจเปรียบเสมือนบ้าน	39
อย่างไร และ		1.3 เกมเรียกชื่อ	40
เพื่อใคร		1.4 วงจรการเรียนรู้จากประสบการณ์	42
หมวดวิชาที่	1.2	การส่งเสริมความเสมอภาคทางเพศ : วงจรชีวิตของบุคคลและธุรกิจ	
กิจกรรมที่ 3		3.1 การส่งเสริมความเสมอภาคทางเพศ : ความหมายที่ 1	53
การส่งเสริมความ		3.2 เพศทางสรีระ เพศภาวะ และความเสมอภาคทางเพศ :	
เสมอภาคทางเพศ :		ความหมาย	54
เกมต่อเส้นเป็นสรีระ			
กิจกรรมที่ 4		4.1 ขั้นตอนต่าง ๆ ในวงจรชีวิตของบุคคล	64
วงจรชีวิตของบุคคล		4.2 การส่งเสริมความเสมอภาคทางเพศ : ความหมายที่ 2	65
และธุรกิจ		4.3 บันได 5 ขั้น ในการประกอบธุรกิจ	67
		4.4 วงจรชีวิตของการทำกิจกรรม	68
		4.5 การไหลของแม่น้ำ	69
		4.6 คำถามในการทำกิจกรรมกลุ่ม สำหรับการอบรมวิทยากร (กิจกรรม ก)	70
		4.7 คำถามในการทำกิจกรรมกลุ่ม สำหรับการอบรมผู้ประกอบการหญิง (กิจกรรม ข)	71
		4.8 วงจรชีวิตของบุคคลและธุรกิจ	72
หมวดวิชาที่	2.1	ผู้ประกอบการหญิง : เธอสามารถทำได้	
กิจกรรมที่ 5	การค้นหา	5.1 คุณลักษณะเด่น 10 ประการ	84
คุณลักษณะเด่น		5.2 ไบค่าสิ่ง แผ่นที่ 1	85
10 ประการ		5.3 ไบบันทึกผลงาน แผ่นที่ 2	86
ที่นำไปสู่ความสำเร็จ		5.4 ไบบันทึกผลงาน แผ่นที่ 3 (เลือกได้)	87
ทางธุรกิจ			

กิจกรรมที่ 6	6.1	คำอธิบายแนวคิดเรื่องการประเมินตนเองด้วยหลัก 5 ประการ (SMART)	93
SMART	6.2	รายการเกี่ยวกับจุดมุ่งหมายในชีวิตและในการดำเนินธุรกิจ	94
การประเมิน			
กิจกรรมที่ 7	7.1	กรณีศึกษาของแป้ม	99
คุณลักษณะเด่น	7.2	ทบทวนคุณลักษณะเด่น 10 ประการ อีกครั้ง	102
10 ประการ ของแป้ม			
<b>หมวดวิชาที่ 2.2</b>		<b>สิ่งแวดล้อมทางธุรกิจ : เธอไม่ได้โตโตเดียวบนทางเส้นนี้</b>	
กิจกรรมที่ 8	8.1	ใบงานสำหรับการแสดงบทบาทสมมุติ	109
การสร้างธุรกิจใน			
สภาพแวดล้อมของ			
เธอเอง			
กิจกรรมที่ 9	9.1	ตัวอย่างแผนที่หมู่บ้าน	116
ธุรกิจของเธอใน			
ชุมชนของเธอ :			
แผนที่ทางธุรกิจ			
กิจกรรมที่ 10	10.1	สุขภาพจิตของชาวมาลี (แอฟริกาตะวันตก) เกี่ยวกับ “การทำงานร่วมกัน”	120
เครือข่ายเส้นด้าย			
กิจกรรมที่ 11	11.1	ตัวอย่างแผนที่สิ่งแวดล้อมทางธุรกิจ	126
โยงโยความสัมพันธ์	11.2	แมงมุม	127
<b>หมวดวิชาที่ 3.1</b>		<b>ความคิดทางธุรกิจ โอกาส และสิ่งท้าทาย</b>	
กิจกรรมที่ 12	12.1	กิจกรรมกระตุ้นต่อมสมอง	138
การระดมสมองเพื่อ	12.2	การระดมสมองทำอย่างไร	142
สร้างความคิดทาง	12.3	เกณฑ์การเลือกความคิดทางธุรกิจ	143
ธุรกิจ			
กิจกรรมที่ 13	13.1	แผนภูมิการคัดกรองอย่างละเอียด	149
การคัดกรองความคิด			
ทางธุรกิจอย่างละเอียด			

กิจกรรมที่	14	14.1 ตัวอย่างเรื่องหลายสิ่งในหนึ่งเดียว	152
หลายสิ่งในหนึ่งเดียว			
หมวดวิชาที่	3.2	การตลาด	
กิจกรรมที่	15	15.1 ภาพ “ตลาด”	159
การตลาดเบื้องต้น :			
กรณีของคุณเต็ม			
กิจกรรมที่	16	16.1 เกมกระดานส่วนประสมทางการตลาด	164
เกมกระดานส่วน		16.2 แผนภูมิสรูปและโปสเตอร์เรื่องหลักการทางการตลาด 5 ประการ	165
ประสมทางการตลาด		16.3 กลเม็ดเรื่องหลักการทางการตลาด 5 ประการ	171
		16.4 บัตรเกม (5 ชุด แต่ละชุดสำหรับหลักการแต่ละข้อ)	173
กิจกรรมที่	17	17.1 บทสนทนาการขาย 1 และ 2 สำหรับผู้แสดงบทบาทสมมุติ	194
ขายอย่างไรให้ประสบ			
ความสำเร็จ			
กิจกรรมที่	18	18.1 คำถามหลักในการวิจัยตลาด	201
การศึกษาตลาด		18.2 แบบสอบถามสำหรับการศึกษาตลาด (อย่างย่อ)	202
(อย่างย่อ)		18.3 ตัวอย่างแบบสอบถามทางการตลาดของคุณสมบัติ	203
หมวดวิชาที่	3.3	การผลิต การบริการ และเทคโนโลยี	
กิจกรรมที่	19	19.1 แผนภูมิการผลิต	211
สิ่งที่จำเป็นสำหรับ		19.2 รายการต้นทุนวัตถุดิบ	212
การสร้างสินค้าหรือ		19.3 รายการเวลาแรงงาน	213
บริการ		19.4 รายการต้นทุนเครื่องมือและอุปกรณ์	214
		19.5 ต้นทุนคงที่และต้นทุนผันแปร	215
		19.6 ตัวอย่างต้นทุนคงที่และต้นทุนผันแปร	216
		19.7 วงจรการผลิต : ธุรกิจการผลิต	217
		19.8 วงจรการให้บริการ : ธุรกิจการบริการ	218
		19.9 รายการกระบวนการผลิต (เลือกได้)	219
กิจกรรมที่	20	20.2 แผนภูมิแบบจำลองสแกมเปอร์	224
ผลิตภัณฑ์ที่เพิ่มขึ้น		20.1 แบบจำลองสแกมเปอร์	225
และดีขึ้น : แบบจำลอง			
สแกมเปอร์			
(The SCAMPER			
Model)			

หมวดวิชาที่	3.4	การเงิน	
กิจกรรมที่	21	21.1 กระเป๋าเงิน “ส่วนตัวและครอบครัว” และ “กระเป๋าเงินสำหรับธุรกิจ”	236
การจัดการเงินของคุณ		21.2 การจัดการเงินของคุณ	237
กิจกรรมที่	22	22.1 แผนภูมิเรื่องต้นทุนและราคาต่อหน่วย ตัวอย่างธุรกิจ	
การคิดต้นทุนและการ		“น้ำส้มเพื่อสุขภาพสำหรับทุกคน” ของครอบครัวสร้างสรรค์	247
กำหนดราคา		22.2 แผนภูมิเรื่องต้นทุนและราคาต่อหน่วย : แผนภูมิเปล่า	248
		22.3 องค์ประกอบของต้นทุน (เลือกได้)	249
กิจกรรมที่	23	23.1 การบันทึกบัญชีคืออะไร	258
เครื่องมือในการ		23.2 ตัวอย่างการบันทึกบัญชีทางการเงินอย่างง่าย : แบบฟอร์มเปล่า	259
บันทึกบัญชี		23.3 ตัวอย่างสมุดบัญชีในระบบบัญชีคู่ : แบบฟอร์มเปล่า	260
		23.4 ตัวอย่างสมุดบัญชีลูกค้ำร้านขายเครื่องเขียนของอ้อย และสมชาย	261
		23.5 งบกำไร-ขาดทุน : ธุรกิจกลุ่มของหมู่บ้าน “ผู้หญิงทอผ้าเพื่อความมั่งคั่ง”	162
		23.6 ระบบการบันทึกบัญชีทำงานอย่างไร	263
		23.7 แผนภูมิกระแสเงินสด	264
		23.8 แผนกระเงินสดที่ 1 ของร้านคมคาย	265
		23.9 แผนกระเงินสดที่ 2 ของร้านคมคาย	266
		23.10 แผนกระเงินสด : แผนเปล่า	267
		23.11 ประเด็นเรียนรู้ที่สำคัญในเรื่องการจัดการทางการเงิน	268
หมวดวิชาที่	4.1	การจัดการตนเองและผู้อื่น	
กิจกรรมที่	24	24.1 แบบฟอร์มวิเคราะห์การบริหารจัดการในการสร้างหอคอย	278
การจัดการตนเอง		24.2 รูปแบบการบริหารจัดการ	279
และทีมงาน			
กิจกรรมที่	25	25.1 ตารางการวางแผนปฏิบัติการเรื่องการช่วยเหลือและการขัดขวาง	283
การจัดการธุรกิจ			
ส่วนตัว ธุรกิจ			
ครอบครัว และ			
ธุรกิจกลุ่ม			
กิจกรรมที่	26	26.1 กรณีศึกษาเรื่องธุรกิจของครอบครัวโอบอ้อมอารี	287
ธุรกิจครอบครัว : การ		26.2 แผนภูมิคำตอบสำหรับกรณีศึกษาเรื่องธุรกิจครอบครัวโอบอ้อมอารี	290
ทำงานร่วมกัน การ		26.3 บัญชีรายการสำหรับการบริหารจัดการธุรกิจครอบครัวหรือธุรกิจกลุ่ม	292
ตัดสินใจ และรายได้			

หมวดวิชาที่	4.2	การสนับสนุนและการสร้างเครือข่ายทางธุรกิจ	
กิจกรรมที่	28	28.1 ธุรกิจกลุ่มและเครือข่ายทางธุรกิจ	303
การสร้างเครือข่าย		28.2 ตัวอย่างเครือข่ายทางธุรกิจ	304
ทางธุรกิจ		28.3 คำถามสำหรับงานกลุ่มเรื่องประสบการณ์ของคุณ และการวางแผนเพื่อการสร้างเครือข่ายในอนาคต	306
		28.4 ความสำเร็จและความเสี่ยงในการทำงานร่วมกัน	307
กิจกรรมที่	30	30.1 ตัวอย่างข้อบังคับของกลุ่ม	316
การจัดตั้งกลุ่ม			
หมวดวิชาที่	4.3	การวางแผนปฏิบัติการสำหรับธุรกิจของคุณ	
กิจกรรมที่	31	31.1 แผนภูมิทบทวนความเสี่ยง	325
การวางแผนทาง		31.2 แผนการทางธุรกิจ	326
ธุรกิจสำหรับ		31.3 แผนปฏิบัติการ “เมื่อกลับบ้าน”	327
ผู้หญิงในธุรกิจ		31.4 แผนปฏิบัติการทางธุรกิจ	328
กิจกรรมที่	32	32.1 ตัวอย่างแบบสอบถามการฝึกอบรม GET Ahead	333
การประเมินและติดตามผลการฝึกอบรม			
GET Ahead			

การสนับสนุนด้านงบประมาณในการผลิต  
ชุดการฝึกอบรมว่าด้วยการก้าวไปข้างหน้าของผู้หญิงในวิชาชีพ



หน่วยงานความร่วมมือ :

โครงการภาคีความร่วมมือในการพัฒนาระหว่างประเทศไอร์แลนด์และสำนักงานแรงงานระหว่างประเทศ

รัฐบาลญี่ปุ่น โดยการสนับสนุนผ่านทางโครงการความร่วมมือระหว่างประเทศญี่ปุ่นและสำนักงานแรงงานระหว่างประเทศในระดับภูมิภาคเอเชียว่าด้วยการส่งเสริมโอกาสการมีงานทำสำหรับสตรี

รัฐบาลแห่งสหราชอาณาจักร โดยการสนับสนุนผ่านทางโครงการระหว่างประเทศว่าด้วยการจัดการใช้แรงงานเด็ก และโครงการเศรษฐกิจนอกระบบ ความยากจน และการมีงานทำ

โครงการฟื้นฟูการดำรงชีพในธุรกิจท่องเที่ยวหลังภัยพิบัติสึนามิ ในจังหวัดภูเก็ตและพังงา โดยความร่วมมือระหว่างรัฐบาลไทย สำนักงานแรงงานระหว่างประเทศ และ สำนักงานโครงการพัฒนาแห่งสหประชาชาติ

คู่มือฉบับนี้มีเผยแพร่ทางเว็บไซต์ที่

[www.ilo.org/asia/library/pub4.htm](http://www.ilo.org/asia/library/pub4.htm) หรือ [www.ilo.org/seed](http://www.ilo.org/seed)

สำหรับข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับสิ่งพิมพ์ฉบับนี้ โปรดติดต่อ

สำนักงานแรงงานระหว่างประเทศ

สำนักงานประจำภูมิภาคเอเชียและแปซิฟิก

ชั้น 11 อาคารสหประชาชาติ ถนนราชดำเนินนอก

ตู้ ป.ณ. 2-349 กรุงเทพฯ 10200 ประเทศไทย

โทรศัพท์ : +66 2 288 1768-9 โทรสาร : +66 2 288 3060 อีเมล : [libroop@ilo.org](mailto:libroop@ilo.org)

หรือ

International Labour Office

Department of Job Creation and Enterprise Development (EMP/ENT)

4 Route des Morillons, CH-1211, Geneva, Switzerland

Tel: +41 22 799 8025 Email: [ifp-seed@ilo.org](mailto:ifp-seed@ilo.org)