



**Good
health
Behavior
Outcome**



5 KEY-MANS PROGRAM COACHING

1 PROJECT MANAGER

15,22,29 กันยายน และ 27 ตุลาคม 2568

องค์กรจะพัฒนาก้าวหน้าได้ นอกจากมีวิสัยทัศน์ที่ดีจากผู้บริหารแล้ว ยังต้องมีบุคลากร หรือทีมในการขับเคลื่อน และ ทีมนั้นต้องมีความรู้ ทักษะ กระบวนการในการผลักดันให้เกิดการพัฒนาองค์กร ผ่านการใช้ทรัพยากรต่างๆ ที่จำเป็น พร้อมทั้งต้องมีแผนงานที่ชัดเจนถึงจะสามารถพัฒนาองค์กรได้สำเร็จ โปรแกรมนี้จะช่วยสร้าง 5 KEY-MANS สำหรับขับเคลื่อนโครงการนี้ให้บรรลุผลลัพธ์ที่ต้องการให้กับองค์กร

ผู้จัดการโครงการ คือผู้ที่มีบริหารจัดการทรัพยากรต่างๆ เช่น คน งาน งบประมาณ วัสดุอุปกรณ์ให้เกิดผลผลิต ผลลัพธ์ ตามเป้าหมาย

คุณสมบัติของ Project Manager ?

มีทัศนคติที่ดีในงานบริหารจัดการ มีภาวะผู้นำ รักการเจรจาต่อรอง มีความยืดหยุ่นสูง สามารถจัดลำดับความสำคัญได้

สิ่งที่คุณจะได้รับ ?

บุคลากรที่มีความรู้ ทักษะ กระบวนการด้าน Project Manager อย่างเป็นระบบมากขึ้น และบุคลากรที่ปรับความคิด ทัศนคติ พฤติกรรมจากเดิมเพิ่มขึ้น และนำมาประยุกต์ใช้ในองค์กร

- **สำหรับองค์กรที่เข้าร่วม**กิจกรรมสร้าง ยกระดับองค์กรสุขภาวะ 2568 ได้รับสิทธิพิเศษ สามารถส่งเข้าร่วมได้ องค์กรละ 2 ท่านต่อหลักสูตร
- **สำหรับองค์กรที่ไม่ได้เข้าร่วม**กิจกรรมสร้าง ยกระดับองค์กรสุขภาวะ 2568 เก็บค่าอบรมหลักสูตรละ 3,000 บาทรวมอาหาร 4 วัน

ติดต่อสอบถาม และสมัครเข้าร่วมโครงการได้ที่ :
(โค้ชหนึ่ง โค้ชเตย คุณนก)

สแกนสมัครเข้าร่วม
5 หลักสูตร



หรือ ลิงค์สมัครเข้าร่วม 5 หลักสูตร :

โทร : 091-7212597 , 081-8591929 , 083-1292606

<https://forms.gle/GiGr6RtMjmgj2AVzT8>

เนื้อหา การแลกเปลี่ยนเรียนรู้

1. Project Manager Competency & Positive Thinking
2. Workshop การบริหารจัดการทีม และบริหารจัดการโครงการ หรือกิจกรรม
3. Workshop การวิเคราะห์ปัญหา แนวทางแก้ไข การออกแบบ และเขียนโครงการ หรือกิจกรรม การวางแผนการดำเนินงาน การติดตามประเมินผล สรุปผลงานและการนำเสนอ
4. นำเสนอแผนงานโครงการ และสรุปผลงาน

รูปแบบ :
Training , Coach , Workshop , Brainstorming , Game , Role play , Participation



Good health Behavior Outcome



5 KEY-MANS PROGRAM COACHING

3 HEALTH COACH

16,23,30 กันยายน และ 28 ตุลาคม 2568

องค์กรจะพัฒนาก้าวหน้าได้ นอกจากมีวิสัยทัศน์ที่ดีจากผู้บริหารแล้ว ยังต้องมีบุคลากร หรือทีมในการขับเคลื่อน และ ทีมนั้นต้องมีความรู้ ทักษะ กระบวนการในการผลักดันให้เกิดการพัฒนาองค์กร ผ่านการใช้ทรัพยากรต่างๆ ที่จำเป็น พร้อมทั้งต้องมีแผนงานที่ชัดเจนถึงจะสามารถพัฒนาองค์กรได้สำเร็จ โปรแกรมนี้จะช่วยสร้าง 5 KEY-MANS สำหรับขับเคลื่อนโครงการนี้ให้บรรลุผลลัพธ์ที่ต้องการให้กับองค์กร

โค้ช คือผู้ที่สะท้อนให้เห็นตนเอง และบอกเล่าประสบการณ์ พร้อมทั้งให้กำลังใจ และมอบพลังเพื่อก้าวข้ามอุปสรรคต่างๆ อย่างมีกระบวนการที่นำไปสู่เป้าหมายที่ชัดเจน

คุณสมบัติของ Coach ?

มีจิตวิทยาในการพัฒนาคน มีความสามารถในการสร้างความไว้วางใจ มีภาวะผู้นำ สามารถกระตุ้นจูงใจ และช่วยเหลือแนะแนว

สิ่งที่ท่านจะได้รับ ?

บุคลากรที่มีความรู้ ทักษะ กระบวนการด้าน Coach อย่างเป็นระบบมากขึ้น และบุคลากรที่ปรับความคิด ทัศนคติ พฤติกรรม จากเดิมเพิ่มขึ้น และนำมาประยุกต์ใช้ในองค์กร

- **สำหรับองค์กรที่เข้าร่วม**กิจกรรมสร้าง ยกระดับองค์กรสุขภาพฯ 2568 ได้รับสิทธิพิเศษ สามารถส่งเข้าร่วมได้ องค์กรละ 2 ท่านต่อหลักสูตร
- **สำหรับองค์กรที่ไม่ได้เข้าร่วม**กิจกรรมสร้าง ยกระดับองค์กรสุขภาพฯ 2568 เก็บค่าอบรมหลักสูตรละ 3,000 บาทรวมอาหาร 4 วัน

ติดต่อสอบถาม และสมัครเข้าร่วมโครงการได้ที่ :
(โค้ชหนึ่ง โค้ชเตย คุณนก)

สแกนสมัครเข้าร่วม 5 หลักสูตร



หรือ ลิงค์สมัครเข้าร่วม 5 หลักสูตร :

โทร : 091-7212597 , 081-8591929 , 083-1292606 <https://forms.gle/GiGr6RtMjnmj2AVzT8>

เนื้อหา

การแลกเปลี่ยนเรียนรู้

1. Coach Competency & Positive Thinking , Workshop เครื่องมือการ Coach 4 Is , Grow Model
2. Workshop การสร้างแรงจูงใจในการดูแลสุขภาพกาย สุขภาพใจ , การฟังอย่างลึกซึ้ง (Deep Listening)
3. Workshop การเสริมสร้างความเข้มแข็งทางใจ RQ เครื่องมือพื้นฐานเพื่อดูแลสุขภาพกาย ใจ การสร้างวัฒนธรรมการมีส่วนร่วมในการสร้างสุขในองค์กร
4. นำเสนอผลการ Health Coach

รูปแบบ :

Training , Coach , Workshop , Brainstorming , Game , Role play , Participation



**Good
health
Behavior
Outcome**



5 KEY-MANS PROGRAM COACHING

4 TRAINER

19,26 กันยายน และ 3,10 ตุลาคม 2568

องค์กรจะพัฒนาก้าวหน้าได้ นอกจากมีวิสัยทัศน์ที่ดีจากผู้บริหารแล้ว ยังต้องมีบุคลากร หรือทีมในการขับเคลื่อน และ ทีมนั้นต้องมีความรู้ ทักษะ กระบวนการในการผลักดันให้เกิดการพัฒนาองค์กร ผ่านการใช้ทรัพยากรต่างๆ ที่จำเป็น พร้อมทั้งต้องมีแผนงานที่ชัดเจนถึงจะสามารถพัฒนาองค์กรได้สำเร็จ โปรแกรมนี้จะช่วยสร้าง 5 KEY-MANS สำหรับขับเคลื่อนโครงการนี้ให้บรรลุผลลัพธ์ที่ต้องการให้กับองค์กร

ครูฝึก คือผู้นำความรู้ มาถ่ายทอด
ด้วยเทคนิคการสอนต่างๆ ผ่านการวางแผนการสอน

คุณสมบัติของ Trainer ?

มีความศรัทธาในการสอน เห็นคุณค่าและประโยชน์ของการสอน มีความเชื่อมั่นในการเป็นวิทยากร ใฝ่หาความรู้ ประสบการณ์ ตลอดเวลา

สิ่งที่คุณจะได้รับ ?

บุคลากรที่มีความรู้ ทักษะ กระบวนการด้าน Trainer อย่างเป็นระบบมากขึ้น และบุคลากรที่ปรับความคิด ทักษะ ทักษะ พฤติกรรม จากเดิมเพิ่มขึ้น และนำมาประยุกต์ใช้ในองค์กร

- **สำหรับองค์กรที่เข้าร่วม**กิจกรรมสร้าง ยกระดับองค์กรสุขภาวะ 2568 ได้รับสิทธิพิเศษ สามารถส่งเข้าร่วมได้ องค์กรละ 2 ท่านต่อหลักสูตร
- **สำหรับองค์กรที่ไม่ได้เข้าร่วม**กิจกรรมสร้าง ยกระดับองค์กรสุขภาวะ 2568 เก็บค่าอบรมหลักสูตรละ 3,000 บาทรวมอาหาร 4 วัน

ติดต่อสอบถาม และสมัครเข้าร่วมโครงการได้ที่ :
(โค้ชหนึ่ง โค้ชเตย คุณนก)

โทร : 091-7212597 , 081-8591929 , 083-1292606

สแกนสมัครเข้าร่วม
5 หลักสูตร



หรือ ลิงค์สมัครเข้าร่วม 5 หลักสูตร :

<https://forms.gle/GiGr6RtMjmmj2AVzT8>

เนื้อหา

การแลกเปลี่ยนเรียนรู้

1. Trainer Competency & Positive Thinking , Workshop การสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ และการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า
2. Workshop การวางแผนกระบวนการการออกแบบและการเตรียมพร้อมในการเป็น Trainer , การสื่อสารผ่านกระบวนการรูปแบบต่างๆ
3. ทบทวนแนวคิด และเครื่องมือการทำงาน Mindfulness in Organization : MIO , Core Skill , เตรียมการฝึก , Microteaching Module 1
4. เตรียมจิต , Microteaching Module 2 และสรุปการฝึก แนวทางการติดตามและฝึกสติในการประชุม และก้าวต่อไป (Next Step)

รูปแบบ :

Training , Coach , Workshop , Brainstorming , Game , Role play , Participation



**Good
health
Behavior
Outcome**

**5 KEY-MANS
PROGRAM COACHING**

**5 PROACTIVE
COMMUNICATOR**

18,25 กันยายน และ 2,30 ตุลาคม 2568

องค์กรจะพัฒนาก้าวหน้าได้ นอกจากมีวิสัยทัศน์ที่ดีจากผู้บริหารแล้ว ยังต้องมีบุคลากร หรือทีมในการขับเคลื่อน และ ทีมนั้นต้องมีความรู้ ทักษะ กระบวนการในการผลักดันให้เกิดการพัฒนาองค์กร ผ่านการใช้ทรัพยากรต่างๆ ที่จำเป็น พร้อมทั้งต้องมีแผนงานที่ชัดเจนถึงจะสามารถพัฒนาองค์กรได้สำเร็จ โปรแกรมนี้จะช่วยสร้าง 5 KEY-MANS สำหรับขับเคลื่อนโครงการนี้ให้บรรลุผลลัพธ์ที่ต้องการให้กับองค์กร

นักสื่อสารเชิงรุก คือผู้ที่ดำเนินการสื่อสารเรื่องราวของโครงการ ทุกมิติ ทุกรูปแบบ อย่างเป็นระบบ และเป็นเชิงรุก เพื่อให้สื่อสารได้ตรงกับกลุ่มเป้าหมายและได้ผลลัพธ์

**คุณสมบัติของ
Proactive Communicator ?**

มีทักษะในการสื่อสาร มีความใฝ่หาความรู้ ชอบเทคโนโลยี

สิ่งที่คุณจะได้รับ ?

บุคลากรที่มีความรู้ ทักษะ กระบวนการด้าน Proactive Communicator อย่างเป็นระบบมากขึ้น และบุคลากรที่ปรับความคิดทัศนคติ พฤติกรรมจากเดิมเพิ่มขึ้น และนำมาประยุกต์ใช้ในองค์กร

- **สำหรับองค์กรที่เข้าร่วม**กิจกรรมสร้าง ยกระดับองค์กรสุขภาวะ 2568 ได้รับสิทธิพิเศษ สามารถส่งเข้าร่วมได้ องค์กรละ 2 ท่านต่อหลักสูตร
- **สำหรับองค์กรที่ไม่ได้เข้าร่วม**กิจกรรมสร้าง ยกระดับองค์กรสุขภาวะ 2568 เก็บค่าอบรมหลักสูตรละ 3,000 บาทรวมอาหาร 4 วัน

ติดต่อสอบถาม และสมัครเข้าร่วมโครงการได้ที่ :
(โค้ชหนึ่ง โค้ชเตย คุณนก)

สแกนสมัครเข้าร่วม
5 หลักสูตร



หรือ ลิงค์สมัครเข้าร่วม 5 หลักสูตร :

โทร : 091-7212597 , 081-8591929 , 083-1292606 <https://forms.gle/GiGr6RtMjmmj2AVzT8>

เนื้อหา

การแลกเปลี่ยนเรียนรู้

1. Why? Pro.comm. มีไว้ทำไม , What? ต้องทำอะไร เพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ต้องการและจะต้องมีความสามารถอะไรถึงทำได้ , How? ต้องทำอย่างไร ที่ไหน เมื่อไร , Who? มีใครที่เกี่ยวข้องบ้าง
2. นวัตกรรมสร้างเสริมสุขภาพ คือ? , กระบวนการคิดเชิงออกแบบ , กิจกรรมเชิงปฏิบัติการ
3. Workshop นวัตกรรมสร้างเสริมสุขภาพกาย ใจ ตามบริบทขององค์กร และนวัตกรรมสื่อสาร เชิงรุกในงานสร้างเสริมสุขภาพกาย ใจ
4. นำเสนอผลงาน Proactive Communicator

รูปแบบ :

Training , Coach , Workshop , Brainstorming , Game , Role play , Participation

