

กำหนดการ  
โครงการอบรมการ Coaching ด้านสุขภาพ  
ณ บริเวณห้อง 101 อาคารเรียนรวม มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ องค์กรฯ  
วันที่ 26 และ 28 มีนาคม 2568

\*\*\*\*\*

กิจกรรมวันแรก

วันที่ 26 มีนาคม 2568

- |                  |  |
|------------------|--|
| 08.00 – 08.45 น. | ลงทะเบียน  |
| 08.45 – 09.00 น. | คณบดีกล่าวเปิดงาน  |
| 09.00 – 09.40 น. | กิจกรรมสั้นทบทวนการสร้างข้อตกลงในการเรียนรู้ร่วมกัน<br>วิทยากร: อาจารย์ ดร.ณัฐภัทชกฤษฎ์ ทิมาบุตร<br>อาจารย์ ดร.รัตน์ดิพร           โกสุวิรินทร์<br>อาจารย์ ดร.ปะการัง               ศรีมี<br>อาจารย์ ดร.สุนิสา                 ไกรนรา  |
| 09.40 – 10.40 น. | กิจกรรม “การรู้จักตนเองเข้าใจผู้อื่น 1” การเรียนรู้แบบประสบการณ์ที่เน้น<br>การปฏิบัติ ในประเด็น Self – awareness และ Self – esteem<br>วิทยากร: อาจารย์ ดร.ณัฐภัทชกฤษฎ์ ทิมาบุตร<br>อาจารย์ ดร.รัตน์ดิพร           โกสุวิรินทร์<br>อาจารย์ ดร.ปะการัง               ศรีมี<br>อาจารย์ ดร.สุนิสา                 ไกรนรา |
| 10.40 – 12.00 น. | กิจกรรม “การรู้จักตนเองเข้าใจผู้อื่น 2” Enneagram จำแนกอารมณ์ ความคิด และ<br>พฤติกรรม<br>วิทยากร: อาจารย์ ดร.ณัฐภัทชกฤษฎ์ ทิมาบุตร<br>อาจารย์ ดร.รัตน์ดิพร           โกสุวิรินทร์<br>อาจารย์ ดร.ปะการัง               ศรีมี<br>อาจารย์ ดร.สุนิสา                 ไกรนรา  |
| 12.00 – 13.00 น. | รับประทานอาหารกลางวัน  |
| 13.00 – 14.00 น. | กิจกรรม “การรู้จักตนเองเข้าใจผู้อื่น 3” การเข้าใจความแตกต่างของบุคคล และการ<br>วิเคราะห์ศักยภาพของมนุษย์ด้วยเครื่องมือ Belbin<br>วิทยากร: อาจารย์ ดร.ณัฐภัทชกฤษฎ์ ทิมาบุตร<br>อาจารย์ ดร.รัตน์ดิพร           โกสุวิรินทร์<br>อาจารย์ ดร.ปะการัง               ศรีมี<br>อาจารย์ ดร.สุนิสา                 ไกรนรา      |
| 14.00 – 16.00 น. | กิจกรรม “ทักษะการชี้แนะด้านสุขภาพ 1” การชี้แนะด้านสุขภาพ (Coaching)<br>ขั้นพื้นฐานด้วย GROW Model / บรรยายอย่างมีส่วนร่วม อภิปรายกลุ่ม<br>วิทยากร: อาจารย์ ดร.ณัฐภัทชกฤษฎ์ ทิมาบุตร  |

	อาจารย์ ดร.รัตนติพร	โกสุวิรินทร์
	อาจารย์ ดร.ปะการัง	ศรีมี
	อาจารย์ ดร.สุนิสา	ไกรนรา
16.00 – 16.30 น.	สรุปเนื้อหาและสะท้อนการเรียนรู้	
	วิทยากร: อาจารย์ ดร.ณัฐภัทชกฤษณ์ ทิมาบุตร	
	อาจารย์ ดร.รัตนติพร	โกสุวิรินทร์
	อาจารย์ ดร.ปะการัง	ศรีมี
	อาจารย์ ดร.สุนิสา	ไกรนรา

หมายเหตุ : เวลา 10.40 น. และ เวลา 14.30 น. รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม

### กิจกรรมวันที่สอง

วันที่ 28 มีนาคม 2568

08.00 – 08.30 น.	ลงทะเบียน	
08.30 – 09.30 น.	กิจกรรม “ทักษะการชี้แนะด้านสุขภาพ 2” การฟังด้วยหัวใจ และการให้ Empathy ผ่านโมเดลภูเขาน้ำแข็ง	
	วิทยากร: อาจารย์ ดร.ธีรวัฒน์ นิธิธรรมานนท์	
	อาจารย์ ดร.รัตนติพร	โกสุวิรินทร์
	อาจารย์ ดร.ปะการัง	ศรีมี
	อาจารย์ ดร.สุนิสา	ไกรนรา
09.30 – 12.00 น.	กิจกรรม “ทักษะการชี้แนะด้านสุขภาพ 3” การใช้คำถามทรงพลัง	
	วิทยากร: อาจารย์ ดร.ธีรวัฒน์ นิธิธรรมานนท์	
	อาจารย์ ดร.รัตนติพร	โกสุวิรินทร์
	อาจารย์ ดร.ปะการัง	ศรีมี
	อาจารย์ ดร.สุนิสา	ไกรนรา
12.00 – 13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน	
13.00 – 15.30 น.	กิจกรรม “ทักษะการชี้แนะด้านสุขภาพ 4” การชี้แนะด้านสุขภาพ (Coaching) ขั้นพื้นฐานด้วย GROW Model / สาคิตและฝึกปฏิบัติ	
	วิทยากร: อาจารย์ ดร.ธีรวัฒน์ นิธิธรรมานนท์	
	อาจารย์ ดร.รัตนติพร	โกสุวิรินทร์
	อาจารย์ ดร.ปะการัง	ศรีมี
	อาจารย์ ดร.สุนิสา	ไกรนรา
15.30 – 16.30 น.	มอบเกียรติบัตรสำหรับผู้ผ่านการอบรม และสรุปเนื้อหาและสะท้อนการเรียนรู้	
	ทำแบบประเมินโครงการ คณบดีกล่าวปิดโครงการและถ่ายภาพหมู่	
	วิทยากร: อาจารย์ ดร.ธีรวัฒน์ นิธิธรรมานนท์	
	อาจารย์ ดร.รัตนติพร	โกสุวิรินทร์
	อาจารย์ ดร.ปะการัง	ศรีมี
	อาจารย์ ดร.สุนิสา	ไกรนรา

หมายเหตุ : เวลา 10.40 น. และ เวลา 14.30 น. รับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม