



เบญจวรรณ ฉายแสง (อ.เบญ)

วิทยาการกระบวนการ ด้านจิตวิทยา

+ ประสบการณ์ วิชาชีพมากกว่า 15 ปี

- เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาบุคลากร การบริหารจัดการอารมณ์ ห่วงหน้างาน ภาวะผู้นำ การสื่อสาร การบริการ บุคลิกภาพ การบริหารทีม การออกแบบ และพัฒนาระบบการเรียนรู้เพื่อพัฒนาศักยภาพมนุษย์ ด้วยกระบวนการ **Activity Based Learning** ในรูปแบบเฉพาะแต่ละองค์กร
- นักส่งเสริมคุณภาพชีวิต ในกลุ่มเป้าหมายต่างๆ เช่น ครู / เยาวชน / บุคลากรทางการแพทย์ / ผู้สูงอายุ / อสม.



+ ประวัติการศึกษา

• ปริญญาโท

ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

• ปริญญาตรี

วิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาการจัดการนันทนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

+ ประสบการณ์วิชาชีพ

- HRD Manager** บริษัท ETERNAL SAKATA INX & INTERINK
- Professional Trainer** ฝ่ายพัฒนาบุคลากร บริษัท ซาบีน่า จำกัด (มหาชน)
- Behavior Change Communication** มูลนิธิ PSI Thailand (Population service International) ในกลุ่มเป้าหมายที่มีความเปราะบาง เช่น ผู้ต้องขังในเรือนจำ, ผู้ใช้สารเสพติดชนิดฉีด, ผู้ติดเชื้อเอชไอวี / เอดส์, ผู้มีความหลากหลายทางเพศ
- วิทยากร/บริหารโครงการ** ฝ่ายรณรงค์และป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสเอชไอวี/เอดส์ สภากาชาดไทย Thai Red Cross AIDS Research Centre ในกลุ่มเป้าหมายที่มีความเปราะบางและหลากหลาย เช่น เด็กและเยาวชนในสถานพินิจ, ผู้ต้องขัง, ชุมชนแออัด, ผู้ติดเชื้อเอชไอวี/เอดส์, ความหลากหลายทางเพศ

+ Professional Certificates

- นักสร้างสุขครอบครัว** จากสถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล
- การวินิจฉัยสถานประกอบการ** เพื่อยกระดับความสามารถในการแข่งขัน (Shindan)"
- วิทยากรจิตใต้สำนึก จากสถาบันพัฒนาศักยภาพพลจิตใต้สำนึก
- เทคนิคการสร้าง HR การเป็น Strategic Partner**
- Motivation Training & Development**
- หลักสูตรการติดตามและการประเมินผล
- หลักสูตรการสื่อสารเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
- Coaching / การให้คำปรึกษา
- หลักสูตรบุคลิกภาพและการพูดในที่สาธารณะ
- สันทันวัฒนธรรมการเสริมสร้างศักยภาพผู้ให้คำปรึกษาเพื่อนครอบครัวหัวใจตื่นรู้ยุคดิจิทัล** มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย ร่วมกับกรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว
- ชีวาชีวิต มิติจิตใจและมิตีสื่อสาร/สังคม** ชีวามิตร วิชากิจเพื่อสังคม และ สสส.
- การโค้ชเชิงพุทธ** สถาบันโค้ชไทย
- การพัฒนาทักษะทางสังคมด้วยการสื่อสารที่ทรงพลัง** มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
- ชีวาชีวิต มิตีการแพทย์** ชีวามิตร วิชากิจเพื่อสังคม และ สสส.



+ หัวข้อบรรยายสำหรับบุคลากร/องค์กรทั่วไป

- **Growth Mindset**
- **Mentoring Technique for High Performance**
- **Emotional Intelligence Development**
- Train the Professional TRAINER
- Service Excellence
- Effective Communication & Coordination Techniques
- Professional Supervisor Skill
- หลักสูตร DISC ดูคนออก บอกคนได้ ใช้คนให้ได้งาน
- หลักสูตรการพัฒนาบุคลิกภาพ
- หลักสูตรการสร้างทีมด้วยกิจกรรม Walk Rally
- หลักสูตรผู้นำและบริหารกิจกรรมนันทนาการ
- หลักสูตรการสร้างและพัฒนาทีมงาน Team building
- Positive Thinking
- **หลักสูตรการออกแบบ Activity based Learning**
- หลักสูตรการพัฒนาศักยภาพตัวเอง Self-improvement
- หลักสูตรการบริหารงาน (รู้ตน รู้คน รู้งาน)
- **Heart Sell**
- Ice Breaking activity



+ หัวข้อบรรยาย สำหรับส่งเสริมคุณภาพชีวิต

- ปฐมนิเทศ บุคลากรใหม่
- **Organization Development (OD)**
- Walk rally & Team building
- **หลักสูตร นันทนาการ (เกม&เพลง)**
- **ถอดบทเรียน การทำงาน**
- การเตรียมความพร้อมสู่สังคมผู้อายุ
- ลดความรุนแรงในครอบครัว
- การสื่อสาร เพื่อสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว
- จิตวิทยาในการปรับพฤติกรรม เด็กและเยาวชนที่เหมาะสม
- **การดูแลและเฝ้าระวังภาวะซึมเศร้าในเด็ก และเยาวชน**
- ค่ายครอบครัว
- การให้คำปรึกษา เด็กและเยาวชน
- Life Skill ทักษะการใช้ชีวิตในวัยรุ่น
- **หลักสูตรโรงเรียนผู้สูงอายุ**
- การดูแลคุณภาพชีวิต ระยะสุดท้าย
- จิตอาสาพัฒนาชุมชน ผู้นำเข้มแข็ง ชุมชนยั่งยืน
- จิตสำนึกรักสิ่งแวดล้อมและการสร้างเครือข่ายในการทำงาน
- ความหลากหลายทางเพศ (LGBTQ)
- HIV Testing and Counseling (USAID)
- การพัฒนาสมรรถนะการให้บริการประชาชนของบุคลากรในท้องถิ่นสู่ความเป็นเลิศ

+ หน่วยงานที่เคยบรรยาย

- | | | |
|---|--------------------------------------|---|
| • Western Digital Technologies, Inc. | • Innovation Group (Thailand) | • Toyota Boshoku Asia Co., Ltd. |
| • บริษัท กราเวียอาร์ต เซ็นเตอร์ จำกัด | • บริษัท เอฟพีเซียน โลจิสติกส์ จำกัด | • บริษัท โทเคน เอกซ์ จำกัด (สำนักงานใหญ่) |
| • Reckitt Benckiser (Dettol Thailand) | • Thai Summit PK Corporation | • บริษัท ออลเน็กซ์ (ประเทศไทย) จำกัด |
| • บริษัท ไทยเล็งอินเตอร์เนชั่นแนล (ประเทศไทย) | • บริษัท มหาชัยคราฟท์เปเปอร์ จำกัด | • BevChain Logistics |
| • T.C.H. Suminoe Co.,Ltd. | • PARADISE Ex Corporation | • มหาวิทยาลัยมหิดล |
| • Mitsubishi Electric | • บริษัท อัลติเมท พลัส ชัพพลาย จำกัด | • กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว |