



รายงานผลการจัดโครงการฝึกอบรม

พัฒนาศักยภาพบุคลากรของเทศบาลเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕

ระหว่างวันที่ ๑๖-๑๘ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๕

ณ โรงแรมขอนแก่นธานีไฮเต็ล ต.ขอนแก่น อ.ขอนแก่น จ.นครศรีธรรมราช



จัดทำโดย

งานกาารเจ้าหน้าที่ สำนักปลัด เทศบาลตำบลกรูด

อําเภอกาฬจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี

บทนำ

รายงานสรุปประเมินผลโครงการฝึกอบรมพัฒนาศักยภาพบุคลากรของเทศบาลเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕ ระหว่างวันที่ ๑๖-๑๘ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๕ โดยมีวัตถุประสงค์

๑.๑ เพื่อให้บุคลากรของเทศบาลตำบลกรูดได้รับการพัฒนาสมรรถนะทางด้านต่างๆ เช่น ด้านมุ่งผลสัมฤทธิ์ (Achievement Motivation-ACH) การทำงานเป็นทีม (Teamwork-TW) ความเข้าใจในองค์กรและระบบงาน (Organization and Process Understanding-OPU) การบริการเป็นเลิศ (Service Mind-SERV) การวิเคราะห์ (Analytical Thinking -AT) ความสามารถในการเป็นผู้นำอย่างต่อเนื่อง และให้เห็นถึงศักยภาพ และสามารถดึงศักยภาพของตนเองมาใช้ในการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

๑.๒ เพื่อให้บุคลากรของเทศบาลตำบลกรูดได้รับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริหารจัดการองค์ความรู้ อย่างเป็นระบบ การประสานงานที่ดีและการทำงานเป็นทีมเพื่อให้เกิดการสร้างเครือข่ายภายในหน่วยงาน

๑.๓ เพื่อให้บุคลากรของเทศบาลมีศักยภาพในการปฏิบัติงานและให้บริการประชาชน สามารถแก้ไขปัญหาและพัฒนาท้องถิ่น สอดคล้องกับความต้องการของประชาชน บรรลุเป้าหมายกับพัฒนาและนโยบายของผู้บริหาร รวมทั้งนำความรู้และประสบการณ์มาใช้ในการพัฒนาเทศบาลให้มีความเจริญก้าวหน้า

๑.๔ เพื่อสร้างความสามัคคีและเป็นขวัญกำลังใจแก่บุคลากรในหน่วยงาน

ในการจัดโครงการครั้งนี้ได้รับความร่วมมือจากผู้บริหาร สมาชิกสภา หัวหน้าหน่วยงานและบุคลากรในสังกัด ให้ความสนใจและเข้าร่วมจำนวนทั้งสิ้น ๕๐ คน วิทยากรจำนวน ๓ คน ทำให้การอบรมครั้งนี้เกิดผลสัมฤทธิ์ บุคลากรมีความรู้ความเข้าใจ และได้พัฒนาสมรรถนะอย่างต่อเนื่อง ได้เห็นถึงศักยภาพของตนเองสามารถดึงศักยภาพของตนเองมาใช้ในการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนเข้าใจเพื่อนร่วมงาน ทั้งนี้ เพื่อการทำงานเป็นทีมที่มีประสิทธิภาพ และทำงานร่วมกันอย่างมีความสุข ผลที่ได้จากการจัดทำโครงการครั้งนี้ นับได้ว่าบรรลุวัตถุประสงค์ของโครงการเป็นอย่างดี ดังรายละเอียดในรายงานฉบับนี้แล้ว

งานการเจ้าหน้าที่ สำนักปลัดเทศบาล เทศบาลตำบลกรูด

๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๕

คำนำ

การรายงานสรุปผลการดำเนินโครงการฝึกอบรมพัฒนาศักยภาพบุคลากรของเทศบาลเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕ ระหว่างวันที่ ๑๖-๑๘ กันยายน ๒๕๖๕ ฉบับนี้ จัดทำขึ้นเพื่อส่งเสริมความรู้ เพิ่มพูนทักษะของบุคลากรของเทศบาลตำบลกรูด โดยมุ่งเน้นให้บุคลากรทุกระดับ มีความเข้าใจเกี่ยวกับการปฏิบัติงาน พัฒนาสมรรถนะหลัก สามารถนำมาปรับใช้ในการปฏิบัติงานให้มีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น โดยมีการจัดกิจกรรมอบรม (บรรยายและฝึกปฏิบัติ) เพื่อนำมาปรับใช้ในการปฏิบัติงานให้เกิดประสิทธิภาพทั้งตัวบุคคลและองค์กร

คณะผู้จัดทำหวังเป็นอย่างยิ่งว่า การรายงานสรุปผลโครงการฯ ดังกล่าวนี จะ เป็น ประโยชน์สำหรับ คณะผู้บริหาร สมาชิกสภาเทศบาล พนักงานเทศบาลและพนักงานจ้าง สามารถนำมาปรับปรุงแนวทางการปฏิบัติงานของตนเองและการพูดในที่สาธารณะหรือชุมชน หรือพูดในโอกาสต่างๆ รวมถึงการทำงานเป็นทีม มีส่วนร่วมในการพัฒนา หรือดำเนินกิจกรรม ร่วมปรึกษาหารือ เพื่อให้ เกิดผลการปฏิบัติงานมีศักยภาพ และ เกิดภาพลักษณ์ที่ดี อันจะทำให้เกิดผลสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนดไว้

งานกรเจ้าหน้าที สำนักปลัด
เทศบาลตำบลกรูด

สารบัญ

หน้า

☛ บทนำ

☛ สรุปเนื้อหาพอสังเขป

๑. วัตถุประสงค์ในการจัดโครงการ
๒. รูปแบบการอบรมและกิจกรรม
๓. ระยะเวลาการอบรม/สถานที่ดำเนินการ
๔. งบประมาณการเบิกจ่าย
๕. รายละเอียดของกิจกรรม
๖. สรุปความรู้ ประโยชน์ที่ได้รับจากโครงการอบรมในครั้งนี้
๗. ปัญหา อุปสรรคการดำเนินงาน
๘. ข้อเสนอแนะ

☛ แบบประเมินความพึงพอใจ

☛ ภาคผนวก

- โครงการฝึกอบรมพัฒนาศักยภาพบุคลากรของเทศบาลเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕

การทำงาน

“อัน การทำงาน นั้น กล่าวโดยสรุป
ขึ้นอยู่กับความสามารถสองอย่างเป็นสิ่งสำคัญ คือ
ความสามารถในการใช้วิชาการอย่างหนึ่ง
กับความสามารถในการสัมพันธ์ติดต่อและประสานกับผู้อื่น
ไม่ว่าจะในวงการเดียวกันหรือต่างวงงานกัน
อีกอย่างหนึ่งทั้งสองประการนี้ ย่อมดำเนินควบคู่ไปด้วยกัน”

พระบรมราชาบาทในพิธีพระราชทานปริญญาบัตร
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สงขลา
๓๑ สิงหาคม ๒๕๑๖

เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



ตามที่งานการเจ้าหน้าที่ สำนักปลัด เทศบาลตำบลกรูดได้กำหนดจัดโครงการฝึกอบรมพัฒนาศักยภาพบุคลากรของเทศบาลเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕ ระหว่างวันที่ ๑๖-๑๘ กันยายน ๒๕๖๕ ณ โรงแรมขอนแก่นบีชโรสไฮเต็ล ตำบลขอนแก่น อำเภอขนอม จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยกำหนดกลุ่มเป้าหมายในการเข้ารับการอบรม ประกอบด้วย คณะผู้บริหาร สมาชิกสภาเทศบาล พนักงานเทศบาลและพนักงานจ้างของเทศบาลตำบลกรูด จำนวน ๕๕ คน ซึ่งมีผู้สนใจสมัครเข้าร่วมโครงการจำนวน ๕๐ คน

สรุปเนื้อหาพอสั่งเขปดังนี้

๑. โครงการดังกล่าวมีวัตถุประสงค์เพื่อ

๑.๑ เพื่อให้บุคลากรของเทศบาลตำบลกรูดได้รับการพัฒนาสมรรถนะทางด้านต่างๆ เช่น ด้านมุ่งผลสัมฤทธิ์ (Achievement Motivation-ACH) การทำงานเป็นทีม (Teamwork-TW) ความเข้าใจในองค์กรและระบบงาน (Organization and Process Understanding-OPU) การบริการเป็นเลิศ (Service Mind-SERV) การวิเคราะห์ (Analytical Thinking -AT) ความสามารถในการเป็นผู้นำอย่างต่อเนื่องและให้เห็นถึงศักยภาพ และสามารถดึงศักยภาพของตนเองมาใช้ในการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

๑.๒ เพื่อให้บุคลากรของเทศบาลตำบลกรูดได้รับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการบริหารจัดการองค์ความรู้ อย่างเป็นระบบ การประสานงานที่ดีและการทำงานเป็นทีมเพื่อให้เกิดการสร้างเครือข่ายภายในหน่วยงาน

๑.๓ เพื่อให้บุคลากรของเทศบาลมีศักยภาพในการปฏิบัติงานและให้บริการประชาชนสามารถแก้ไขปัญหาและพัฒนาท้องถิ่น สอดคล้องกับความต้องการของประชาชน บรรลุเป้าหมายกับพัฒนาและนโยบายของผู้บริหาร รวมทั้งนำความรู้และประสบการณ์มาใช้ในการพัฒนาเทศบาลให้มีความเจริญก้าวหน้า

๑.๔ เพื่อสร้างความสามัคคีและเป็นขวัญกำลังใจแก่บุคลากรในหน่วยงาน

๒. รูปแบบการอบรมและกิจกรรม

เป็นการบรรยายเนื้อหา และการฝึกปฏิบัติ (Work Shop) กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์และ Team Building โดยมีหัวข้อดังนี้

๒.๑ จิตวิทยาการบริหารและการจูงใจทีมงาน	จำนวน	๔	ชั่วโมง
๒.๒ กระบวนการความคิดเพื่อสร้างสรรค์ในการปฏิบัติงาน	จำนวน	๓	ชั่วโมง
๒.๓ เทคนิคการสื่อสารและการทำงานเป็นทีม	จำนวน	๓	ชั่วโมง
๒.๔ ทักษะการเป็นผู้นำและการบริหารการเปลี่ยนแปลง	จำนวน	๓	ชั่วโมง

➤ วันที่ ๑๖ กันยายน ๒๕๖๕

- อบรมหัวข้อ จิตวิทยาการบริหารและการจูงใจทีมงาน (โดยนางสาวถิรมา ธาระเนตร นักจิตวิทยาปฏิบัติการ โรงพยาบาลสิชล)

เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



วันที่ ๑๗-๑๘ กันยายน ๒๕๖๕

- กิจกรรมนันทนาการ การละลายพฤติกรรมในหัวข้อ กระบวนการทางความคิดเพื่อสร้างสรรค์ในการปฏิบัติงาน เทคนิคการสื่อสารและการทำงานเป็นทีมและทักษะการเป็นผู้นำและการบริหารการเปลี่ยนแปลง (โดย นายวิชา ประสงค์จินดา ตำแหน่ง รองสารวัตร (สอบสวน) สถานีตำรวจภูธรกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี)

๓. ระยะเวลาการอบรม / สถานที่ดำเนินการ

๑๖-๑๘ กันยายน ๒๕๖๕ ณ โรงแรมขอนแก่นบีชไฮเต็ล ตำบลขนอม อำเภอขนอม จังหวัดนครศรีธรรมราช

๔. งบประมาณการเบิกจ่าย

เบิกจ่ายจากเทศบัญญัติงบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕ สำนักปลัด แผนงานบริหารงานทั่วไป งบดำเนินการ หมวดค่าใช้สอย รายจ่ายเกี่ยวเนื่องกับการปฏิบัติราชการที่ไม่เข้าลักษณะรายจ่ายอื่นๆ หน้า ๘๒ ค่าใช้จ่ายโครงการฝึกอบรมฝึกอบรมพัฒนาศักยภาพบุคลากรของเทศบาลเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕ ตั้งไว้ ๓๒๐,๐๐๐.- บาท

เบิกจ่ายทั้งสิ้น ๑๘๙,๙๔๕.- บาท

คงเหลือ ๑๓๐,๐๕๕.- บาท

คิดเป็นร้อยละของ ๕๙.๓๖ ของการเบิกจ่ายงบประมาณ

คิดเป็นร้อยละ ๔๐.๖๔ ของงบประมาณคงเหลือ

เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



๕. รายละเอียดของกิจกรรม

ในวันที่ ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๕

☞ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๐.๐๐ เดินทางไปสถานที่อบรม และลงทะเบียนผู้เข้าร่วมอบรม

ภาคเช้า



เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



☞ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๑.๐๐ น. พิธีเปิดโครงการฝึกอบรมพัฒนาศักยภาพบุคลากรของเทศบาลเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๕ ประธานในพิธีเปิด (โดยนายจรงค์ ชุมสุข นายกเทศมนตรีตำบลกรูด) กล่าวรายงาน (โดยนายวีรวัฒน์ เมืองน้อยปลัดเทศบาลตำบลกรูด)

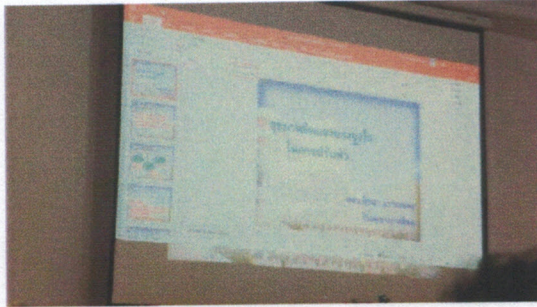


เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



☞ เวลา ๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. อบรมหัวข้อจิตวิทยาการบริหารและการจูงใจทีมงาน วิทยากรโดยนางสาว
ฉิรมา ธาระเนตร นักจิตวิทยาปฏิบัติการโรงพยาบาลสิชล



เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



☞ เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น. อบรมหัวข้อจิตวิทยาการบริหารและการจูงใจทีมงาน วิทยากรโดยนางสาว
ฉิรมา ธาระเนตร นักจิตวิทยาปฏิบัติกรโรงพยาบาลสิชล (ต่อ)

ภาคบ่าย



เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



สรุปเนื้อหาพอสั่งเขปดังนี้

สุขภาพจิตและแรงจูงใจในการปรับตัว สรุปสาระสำคัญได้ดังนี้

สุขภาพจิต คือ การมีสภาพชีวิตที่เป็นสุข มีอารมณ์มั่นคงสามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มีสมรรถภาพในการทำงานและอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยความพอใจ

สุขภาพจิตที่ดี คือ... กายดี จิตดี คิดดี

สุขภาพจิต : เป็นเสมือนเข็มทิศชีวิตที่จะทำให้คุณภาพชีวิตเราพัฒนาไปได้อย่างมีทิศทางมีหลักเกณฑ์ในการปรับตัวเราให้อยู่ในสังคม ได้อย่างมีความสุขและผู้อื่นเป็นสุขด้วย

ปัญหาสุขภาพจิตรู้ได้อย่างไร? : รู้ได้เมื่อบุคคลนั้นมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนไปจากสังคมปกติ มีลักษณะค่อนข้างยาวนาน มีผลเสียต่อการดำรงชีวิตในสังคมหลังจากได้พยายามช่วยเหลือแล้วความผิดปกติก็ยังไม่หายไป

ปัญหาสุขภาพจิตแบ่งออกเป็น ๓ ประเภท

๑. **บุคลิกภาพแปรปรวน** คือ คนที่มีความลำบากในการปรับตัว มีปัญหาความประพฤติ ทั้งด้านการเรียน การงาน เศรษฐกิจ และชีวิตในครอบครัว แสดงออกเป็นพฤติกรรมที่ก้าวร้าวต่อต้านสังคม ดิตยาเสพติด กินเหล้า เป็นอาชญากร เป็นต้น
๒. **บุคลิกภาพแปรปรวน** คือ คนที่มีความลำบากในการปรับตัว มีปัญหาความประพฤติ ทั้งด้านการเรียน การงาน เศรษฐกิจ และชีวิตในครอบครัว แสดงออกเป็นพฤติกรรมที่ก้าวร้าวต่อต้านสังคม ดิตยาเสพติด กินเหล้า เป็นอาชญากร เป็นต้น
๓. **บุคลิกภาพแปรปรวน** คือ คนที่มีความลำบากในการปรับตัว มีปัญหาความประพฤติ ทั้งด้านการเรียน การงาน เศรษฐกิจ และชีวิตในครอบครัว แสดงออกเป็นพฤติกรรมที่ก้าวร้าวต่อต้านสังคม ดิตยาเสพติด กินเหล้า เป็นอาชญากร เป็นต้น

- โรคประสาทต่างจากโรคจิต ตรงที่ โรคประสาท สามารถแยกความจริงกับความไม่จริงได้ ยังรับรู้ต่อสภาพแวดล้อมและกฎเกณฑ์กติกาของสังคมได้

ความเครียด คือ ??? : สภาวะการตื่นตัวของร่างกายและจิตใจต่อสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่งที่ไม่น่าพอใจ เป็นเรื่องที่หนักหนาสาหัสเกินความสามารถที่จะแก้ไขได้ ทำให้รู้สึกหนักใจเป็นทุกข์และส่งผลให้เกิดอาการผิดปกติทางร่างกาย และพฤติกรรมตามมา

ความเครียดเกิดจากอะไร ??

-ปัญหา กระตุ้น

-การคิด ประเมินสถานการณ์

เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



๑. สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิต เช่น ปัญหาการเงิน งาน ครอบครัวการเรียน สุขภาพ มลพิษ น้ำท่วม ภัยธรรมชาติ ความขัดแย้ง

๒. การคิดและการประเมินสถานการณ์ของบุคคล

: คนที่มองโลกในแง่ดี อารมณ์ขัน ใจเย็นจะ “เครียดน้อย”

: คนที่มองโลกในแง่ร้าย จริงจังกับชีวิตใจร้อน จะ “เครียดมาก”

การจัดการกับความเครียด

แนวทางจัดการกับความเครียด มีดังต่อไปนี้

๑. หมั่นสังเกตความผิดปกติทางร่างกาย จิตใจ และพฤติกรรมที่เกิดจากความเครียด โดยใช้วิธีการประเมินความเครียดด้วยตนเอง

๒. พยายามค้นหาต้นเหตุของปัญหาเพื่อหาทางแก้ไขโดยเร็ว

๓. ปรับเปลี่ยนแนวคิดจากแง่ลบให้เป็นแง่บวก

๔. หัวเราะบ่อยๆเป็นการช่วยให้อารมณ์ดี

๕. ใช้เทคนิคเฉพาะในการคลายเครียด เช่น การทำ relaxation

การสำรวจความเครียดด้วยตนเอง

๑. ความผิดปกติทางร่างกาย : ปวดศีรษะ ไมเกรน ท้องเสีย ท้องผูก นอนไม่หลับ ง่วง หาวตลอดเวลา เมื่อยกล้ามเนื้อ เบื่ออาหาร กินมากเกินไป อาหารไม่ย่อย ประจำเดือนไม่มา เป็นต้น

๒. ความผิดปกติทางจิตใจ : วิตกกังวล คิดมาก ฟุ้งซ่าน ลืมง่าย ไม่มีสมาธิ หงุดหงิด โกรธง่าย ซึมเศร้า ว่าเหว ลึนหวัง

๓. ความผิดปกติทางพฤติกรรม : สูบบุหรี่ ดื่มสุรา ใช้สารเสพติด ให้อานอนหลับจู้จี้ขี้บ่น ขวน ทะเลาะกัดเล็บ กัดฟัน เจ็บขริม เก็บตัว

สิ่งที่ควรละเว้นเมื่อเกิดความเครียด

- อย่าแก้ปัญหาแบบวู่วาม ไม่ใช่อารมณ์เป็นใหญ่
- อย่าหนีปัญหาแล้วหันมาพึ่งบุหรี่ยสุรา
- สารเสพติด การพนัน เที้ยวกลางคืน
- อย่าคิดพึ่งพาผู้อื่นอยู่รำไป
- อย่ามัวโทษตัวเอง
- อย่าโยนความผิดให้คนอื่น

คิดอย่างไรไม่ให้เครียด ?

- คิดอย่างยืดหยุ่นให้มาก
- คิดอย่างมีเหตุผล
- คิดหลายๆ แง่มุม
- คิดแต่เรื่องดีๆ

แนวทางการผ่อนคลายความเครียด

- นอนหลับพักผ่อน
- ออกกำลังกาย
- ทำสมาธิ

เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



- เล่นดนตรี
- ฟังเพลง
- ไปเที่ยวเปลี่ยนบรรยากาศ
- ตกแต่งบ้าน

การปรับตัว หมายถึง? : ความสามารถของเราในการเผชิญปัญหาต่าง ๆ แล้วสามารถปรับปรุงตัว ได้เหมาะสมกับสภาพความเป็นจริง ทำให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ภายใต้กฎเกณฑ์ของชุมชนและสังคม

ลักษณะของผู้ที่มีสุขภาพจิตดี

๑. มีความรับผิดชอบและความสามารถเหมาะสมกับบทบาท
๒. พอใจในความสำเร็จ
๓. กล้าเผชิญกับปัญหาที่เกิดขึ้น
๔. เป็นผู้ที่อดทน อดกลั้นต่อความผิดหวัง
๕. คิดก่อนทำ
๖. มีกาลเทศะแสดงออกได้อย่างเหมาะสม
๗. สามารถนำศักยภาพที่มีอยู่นำออกมาใช้เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้
๘. ยอมรับสภาพความเป็นจริงและพยายามต่อสู้กับอุปสรรค

ประโยชน์ของการมีสุขภาพจิตดี

๑. ช่วยให้สามารถแก้ไขปรับปรุงการดำรงชีวิตให้อยู่ในสังคมได้อย่างราบรื่นเหมาะสม มีความสุข รู้จักจุดอ่อน จุดเด่นของตนเอง
๒. ช่วยปรับปรุง แก้ไข และป้องกันความคับข้องใจ
๓. ช่วยให้เกิดความเข้าใจตนเองและผู้อื่น รู้จิตใจ ความรู้สึก อารมณ์ของคนอื่นได้
๔. ช่วยให้สามารถพัฒนาอาชีพ การงาน และครอบครัว
๕. สุขภาพจิตดีไม่มี “แก่เร็ว”

เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



ในวันที่ ๑๗ กันยายน ๒๕๖๕

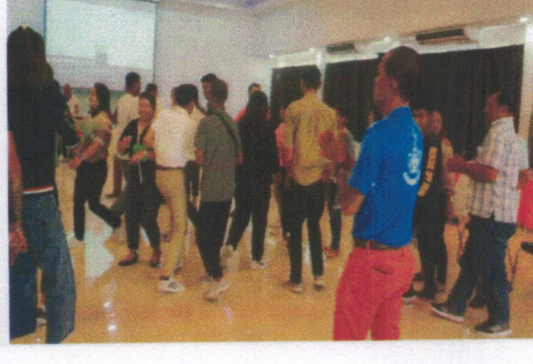
เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ อบรมหัวข้อ กระบวนการทางความคิดเพื่อสร้างสรรค์ในการปฏิบัติงาน (โดยนายวิสา ประสงค์จินดา ข้าราชการบำนาญ และ พันตำรวจเอก ธนวัฒน์ สุวรรณเรืองศรี ตำแหน่งรองสว (สอบสวน) สภ.กาญจนดิษฐ์)

ภาคเช้า



เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



☞ เวลา ๐๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ อบรมหัวข้อ เทคนิคการสื่อสารและการทำงานเป็นทีม (โดยนายวิชา ประสงค์จินดา ข้าราชการบำนาญ และ พันตำรวจเอก ธนวัฒน์ สุวรรณเรืองศรี ตำแหน่งรอง สว (สอบสวน) สภ.กาญจนดิษฐ์)

ภาพถ่าย



เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



เทศบาลตำบลกรูด

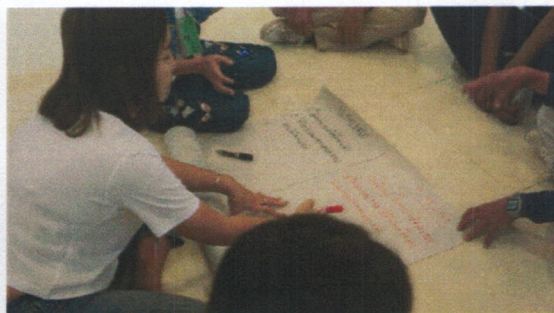
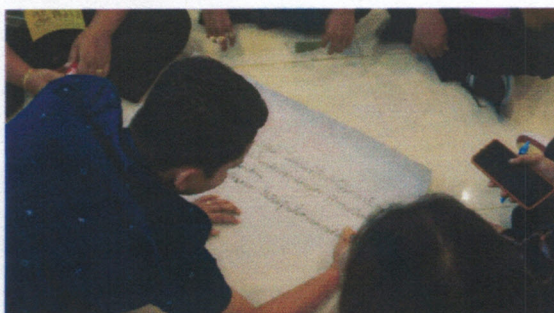
อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



ในวันที่ ๑๘ กันยายน ๒๕๖๕

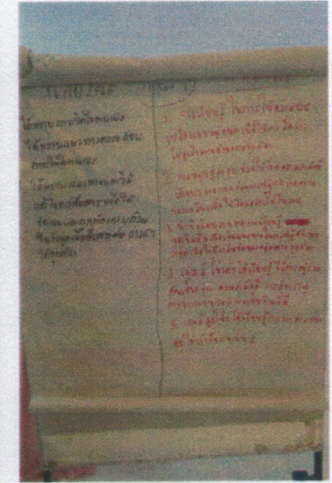
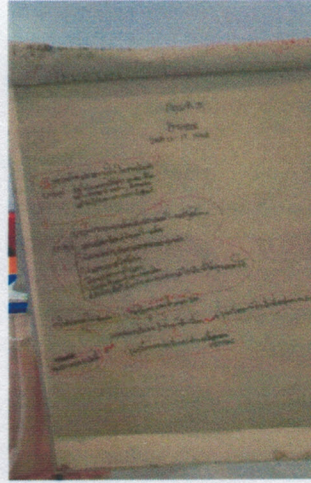
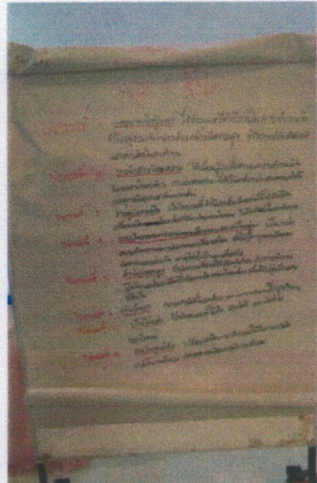
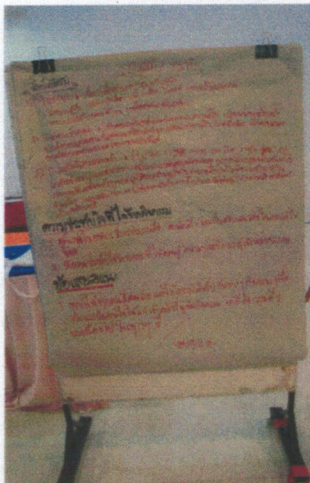
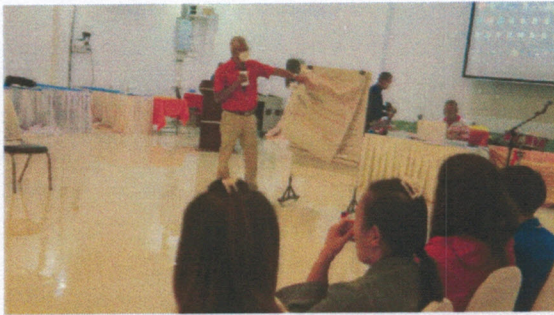
☞ เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ อบรมหัวข้อ ทักษะการเป็นผู้นำและการบริหารการเปลี่ยนแปลง (โดยนายวิสา ประสงค์จินดา ข้าราชการบำนาญ และ พันตำรวจเอก ธนวัฒน์ สุวรรณเรืองศรี ตำแหน่งรอง สว (สอบสวน) สภ.กาญจนดิษฐ์)

ภาคเช้า

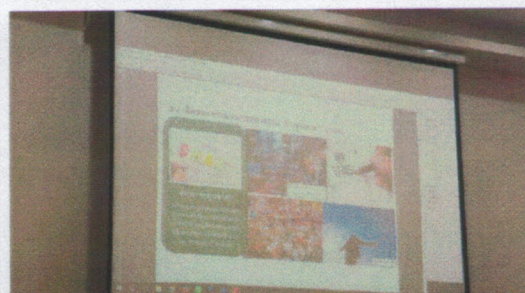
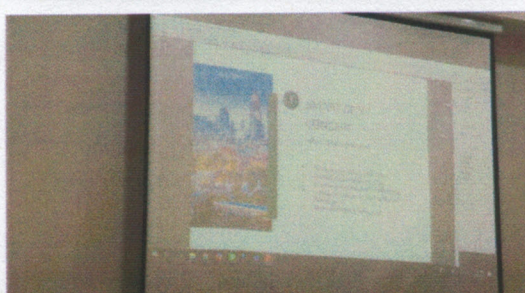
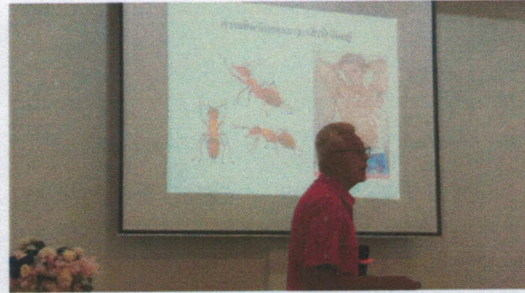
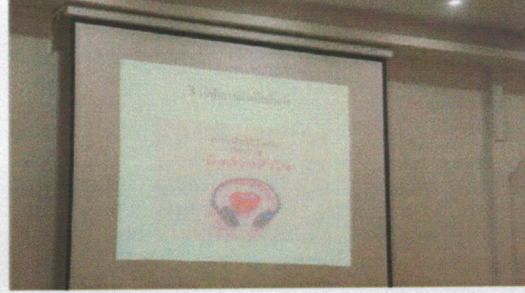
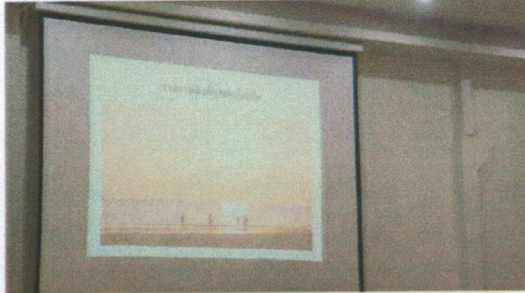
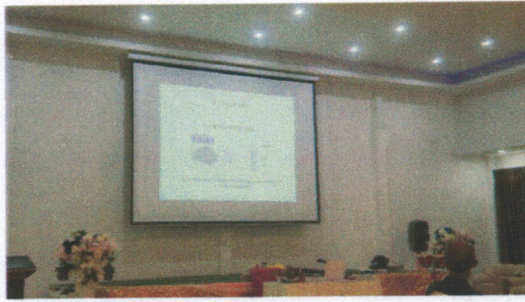


เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



เทศบาลตำบลกรูด อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



กิจกรรมสร้างผูกข้อมือข้อมือและพิธีปิด



เทศบาลตำบลกรูด อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



☛ นำเสนอการถอดบทเรียนจากกิจกรรมต่างๆ โดยตัวแทนของกลุ่ม





สรุปการถอดบทเรียนจากกิจกรรมต่างๆ ดังนี้

๑. กิจกรรมการนำสารข้อความ

เป็นกิจกรรมที่สอดแทรกการสื่อสารการทำงานของคนในองค์กร การประสานงานที่ทำงานในองค์กรประสบความสำเร็จ บรรลุวัตถุประสงค์ขององค์กร ดังนั้น การสื่อสารในองค์กร คือ การสื่อสารระหว่างบุคคลในองค์กรเพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนข้อมูล ข่าวสาร ระหว่างบุคคลทุกระดับ ทุกหน่วยงานในองค์กร ทั้งผู้บังคับบัญชา เพื่อนร่วมงาน ผู้มาติดต่อที่เกี่ยวข้อง ด้วย กระบวนการพูด การเขียน หรือการแสดงลักษณะท่าทาง ระหว่างผู้ส่งและผู้รับข่าวสารจากภายในและภายนอก องค์กร โดยมีวัตถุประสงค์ในการสื่อสาร เพื่อสร้างความเข้าใจระหว่างผู้ส่งและผู้รับสาร สร้างความสัมพันธ์อันดี ระหว่างบุคลากรในองค์กร ทำให้เกิดความร่วมมือและการประสานงานที่ดี และเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน ในองค์กรให้บรรลุตามเป้าหมายขององค์กร ลักษณะของการสื่อสารในองค์กร การสื่อสารในองค์กร โดยทั่วไปแล้วจะมีการแบ่งรูปแบบของลักษณะการสื่อสาร อยู่ด้วยกัน ๓ ลักษณะ คือ

๑. การสื่อสารระหว่างบุคคล คือ การสื่อสารกันระหว่างพนักงานต่อพนักงาน หรือระหว่างผู้บังคับบัญชากับผู้ใต้บังคับบัญชา

๒. การสื่อสารระหว่างหน่วยงานภายในองค์กร คือการสื่อสารกันระหว่างหน่วยงานภายในองค์กร

๓. การสื่อสารระหว่างองค์กร คือ การติดต่อที่เกิดขึ้นระหว่างองค์กรต่อองค์กร

ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อสื่อสารในองค์กร

๑. ปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ การรับรู้ขึ้นอยู่กับ ความสนใจ การยอมรับ ความรู้สึก ของตัว บุคคล ทักษะในการสื่อสาร คือผู้ส่งสาร และผู้รับสารมีทักษะในการ อ่าน ฟัง การคิดและใช้เหตุผล สามารถเข้าใจตรงกันระหว่างผู้ส่งสารและผู้รับสารได้

๒. ปัจจัยระหว่างบุคคล ได้แก่ สภาวะแวดล้อม ความเชื่อถือความไว้วางใจและ สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม เช่น อายุ เพศ เป้าหมาย ค่านิยม ประเพณีและวัฒนธรรม

๓. ปัจจัยด้านโครงสร้างองค์กร ได้แก่ สถานภาพของบุคลากรในองค์กร เช่น สถานภาพ ตำแหน่ง ลำดับชั้นในการสื่อสาร เช่น ลำดับการบริหาร การเชื่อมโยง ขนาดของกลุ่ม เช่น พฤติกรรม ความสามัคคีในองค์กร

๔. ปัจจัยด้านเทคโนโลยี ได้แก่ การสื่อความหมาย การตีความ การใช้น้ำเสียง ช่องทางการสื่อสาร ประสิทธิภาพของสื่อ ขึ้นอยู่กับการเลือกสื่อ ประเภทของสื่อ วัตถุประสงค์ในการสื่อสาร

เพราะฉะนั้น การสื่อสารภายในองค์กรที่ดี ที่จะช่วยสร้างความเข้าใจในนโยบายของผู้บริหาร และเป็นสิ่งเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างบุคลากรในองค์กร และเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลต่อองค์กรในทางบวก เพราะนโยบายการบริหารงานการจัดการขององค์กรเป็นส่วนสำคัญ และเพื่อให้การดำเนินงานบรรลุเป้าหมายที่วางไว้ การสื่อสารภายในองค์กร จึงเป็นสิ่งจำเป็นยิ่งสำหรับกิจกรรมและการดำเนินงานต่างๆ ที่เกิดขึ้นในองค์กร ทั้งนี้หากการสื่อสารภายในองค์กรดีชัดเจน ก็จะส่งผลให้การปฏิบัติงานตามนโยบายเป็นไปในทิศทางเดียวกัน บุคลากรในองค์กรเกิดความพึงพอใจ และเข้าใจนโยบายได้อย่างชัดเจน และส่งผลต่อประสิทธิภาพ ในการทำงาน ดังนั้น กระบวนการทำงานขององค์กรเพื่อให้บรรลุเป้าหมายจะต้องทำให้การติดต่อสื่อสารระหว่างบุคลากรในฝ่ายต่างๆ ทั้งภายใน และภายนอกองค์กรเป็นไปอย่างคล่องตัว เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ตรงกันเกิดความร่วมมือ และการประสานงานอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อให้การทำงานขององค์กรสามารถบรรลุเป้าหมาย และประสบผลสำเร็จด้วยดี

เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



๒. กิจกรรมวาดรูปความฝัน

เป็นกิจกรรมที่สอดแทรกเกี่ยวกับการตั้งเป้าหมาย ไว้ให้กับชีวิต คือ การที่เรากำหนดเป้าหมายที่เราอยากได้ให้มันชัดเจนที่สุด แล้วเราก็คิดอย่างเป็นขั้นตอนว่าเราต้องทำอะไร เพื่อไปให้ถึงจุดนั้น

การตั้งเป้าหมายในการทำงาน คือ การกำหนดสิ่งที่เราต้องการจะได้อะไร หรือสิ่งที่เราต้องการจะทำ หรือความต้องการอะไรก็แล้วแต่ที่เรามุ่งมั่นตั้งใจจะทำสิ่งนั้นให้สำเร็จ ในที่นี้ก็คือ เราเห็นภาพตัวเองทำงานแบบไหน ประสบความสำเร็จอย่างไรในหน้าที่การงาน ซึ่งหลายครั้งอาจเกี่ยวข้องกับองค์กร เช่น เห็นภาพตัวเองเป็นผู้บริหารในองค์กรที่ทำงานอยู่ หรือกลายเป็นผู้เชี่ยวชาญ หรือ Specialist ในสายงานที่ทำอยู่ หรือจะเป็นการได้เปลี่ยนงาน ย้ายเข้าทำงานในหน่วยงานที่ใฝ่ฝัน เหล่านี้ล้วนแต่เป็นเป้าหมายในการทำงานได้ทั้งนั้น ซึ่งการวางเป้าหมายเป็นส่วนสำคัญในการวางแผนเพื่อให้บรรลุตามความต้องการ เปรียบเสมือนในองค์กรที่ต้องมีการกำหนดนโยบาย วิสัยทัศน์ในการทำงาน และบริหารงานให้บรรลุตามเป้าหมายที่วางไว้

๓. กิจกรรมเล่าเรื่องจากภาพวาด

เป็นกิจกรรมที่สร้างกระบวนการทางความคิด โดยการนำความต้องการของแต่ละคนมาเรียบเรียง เพื่อให้รู้ว่าทุกคนในองค์กรมีความต้องการอย่างไร ทุกคนมีความต้องการที่แตกต่างกัน แต่มุ่งไปสู่เป้าหมายเดียวกัน กิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่สามารถบ่งบอกถึงความรู้สึกนึกคิด นิสัยใจคอ และความต้องการลึกๆ ภายในจิตใจของคนในองค์กรได้

๔. กิจกรรมส่งห่วง

เป็นกิจกรรมที่สร้างการเรียนรู้เกี่ยวกับการทำงานเป็นทีม การช่วยเหลือซึ่งกันและกันของคนในองค์กร เพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่สำเร็จ

๕. กิจกรรมแข่งเรือบก

เป็นกิจกรรมสร้างความสามัคคีในองค์กร การทำงานเป็นทีมและการวางแผนในการทำงาน การวางแผนการทำงาน คือ เครื่องมือที่สำคัญของงานที่จะช่วยให้มองเห็นภาพรวมของงานว่ามีลำดับขั้นตอนการทำงานอย่างไร มีงานอะไรบ้างที่ต้องทำ ควรมอบหมายงานให้ใครทำ ใครเป็นผู้นำ ใครเป็นผู้ตาม และติดตามอย่างไรที่งานนั้นจะเป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนดไว้

ดังนั้น การวางแผน เป็นงานที่สำคัญและจำเป็นต่อการบริหารขององค์กร เป็นภารกิจที่ผู้บริหารต้องกระทำเป็นลำดับแรกของกระบวนการบริหาร การดำเนินการใด ๆ ถ้ามีการวางแผนที่ดีมีขั้นตอนการปฏิบัติที่ชัดเจนก็เชื่อได้ว่า งานนั้นย่อมประสบผลสำเร็จและบรรลุเป้าหมาย โดยเฉพาะการพัฒนางาน การป้องกันความผิดพลาดทำได้โดยการวิเคราะห์ ขั้นตอนการทำงานและปัจจัยการดำเนินงาน องค์กรไม่มีแผนงานย่อมมีโอกาสที่ประสบกับความล้มเหลวได้ง่าย ดังนั้น องค์กรจึงต้องมีการวางแผนเพื่อให้กระบวนการปฏิบัติงานเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

๖. กิจกรรมเก็บไข่เต่า

เป็นกิจกรรมที่สร้างความรัก สามัคคี และมีสติในการทำงาน การมีสติในการทำงาน คือ การทำงานที่ละเอียดด้วยความเต็มเปี่ยม เราตระหนักว่าถึงแม้เราจะงานยุ่งแค่ไหน แต่เราก็สามารถทำได้ทีละอย่างอยู่ดี เราอาจเคยได้ยินคำว่า “Multitasking” ซึ่งหมายถึงการทำหลาย ๆ อย่างพร้อม ๆ กัน แต่หากลองสังเกตดี ๆ ในความรวดเร็วฉับไวนั้น เราก็กำลังทำทีละอย่างอยู่ดี แม้นิ้วที่รบกวนแป้นคีย์บอร์ดก็สัมผัสกดลงแป้นทีละนิ้ว ถ้าเราคิดเรื่องอื่นพร้อมกับการทำงานอีกอย่าง เราจะไม่สามารถสังเกตเห็นสิ่งนี้ เมื่อสังเกตเห็นว่าเรากำลังทำหนึ่ง

เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



อย่าง นั่นก็คือเรากำลังมีสติในการทำงานหากเราทำงานอย่างมีสติ เราจะมีความสุขในขณะที่กำลังทำ เราจะรู้สึกผ่อนคลายจากความคิดที่ว่า “งานยุ่งจังเลย” เราจะทำงานไปพร้อมกับเรามีพื้นที่ว่างในใจ ให้สามารถเปิดรับผู้คน และเหตุการณ์ความไม่แน่นอนต่าง ๆ ที่อาจแทรกเข้ามา โดยไม่รู้สึกต่อต้าน หรือขัดเคืองใจ ซึ่งจะส่งผลให้ลดข้อผิดพลาดในการทำงานได้

๗. กิจกรรมภารกิจลูกโป่ง

เป็นกิจกรรมที่สอนให้รู้จักระมัดระวังในการทำงาน เพื่อลดความผิดพลาดในการทำงาน **ความปลอดภัยในการทำงาน** คือ การมีสภาพการณ์ที่ปลอดภัยพนักงานที่ทำงานปราศจากการอุบัติเหตุต่างๆ ที่ส่งผลให้เกิดการบาดเจ็บต่อร่างกาย ชีวิต หรือทรัพย์สินในขณะที่ปฏิบัติงาน ดังนั้น ความปลอดภัยในการทำงานจึงถือเป็นหัวใจสำคัญของการทำงาน เมื่อมีความรู้และความเข้าใจที่ถูกต้องแล้วนั้น โอกาสที่จะประสบอันตรายในขณะทำงานย่อมลดน้อยลงตามไปด้วย

ความปลอดภัยในการทำงานจึงเป็นหน้าที่ที่ทุกคนต้องช่วยกันทำให้เกิดความปลอดภัยในองค์กรของเราโดยไม่โยนให้เป็นหน้าที่ความรับผิดชอบของใครคนใดคนหนึ่งเพื่อให้เรานั้นทำงานและกลับบ้านได้อย่างปลอดภัย

๖. สรุปความรู้ ประโยชน์ ที่ได้จากโครงการฝึกอบรมในครั้งนี้

เชื่อว่าหัวใจสำคัญของทุกองค์กรคงหนีไม่พ้นพนักงานหรือทีมในองค์กรที่เป็นฟันเฟืองหลักในการทำงาน โดยในทุกทุกปี องค์กรจะมีกิจกรรมที่พาเหล่าพนักงานไปทำกิจกรรมนอกพื้นที่ เพื่อเป็นการสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างพนักงานด้วยกัน เพิ่มความสามัคคีและสร้าง Productivity ในการทำงาน เพราะฉะนั้นวันนี้ จากการจัดทำโครงการฝึกอบรมพัฒนาศักยภาพบุคลากรของเทศบาลเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๕ เทศบาลตำบลกรูดได้ตระหนักถึงความจำเป็นในการพัฒนาความรู้ ความสามารถของบุคลากรควบคู่กับการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม เพราะในองค์กรการทำงานร่วมกันของบุคคล บุคคลจะเรียนรู้ซึ่งกันและกันด้วยการติดต่อสื่อสารสัมพันธ์กัน ซึ่งบางเรื่องก็มักใช้ประสบการณ์ของตนเองเข้าไปตัดสินการกระทำของคนอื่น ๆ อยู่เสมอ บางกรณีส่งผลทำให้เกิดความไม่เข้าใจกันหรือทะเลาะกันได้ ในทางจิตวิทยามีเทคนิคที่จะช่วยให้บุคคลที่ปฏิบัติงานร่วมได้รู้จักและเข้าใจตนเอง รวมทั้งรู้จักและเข้าใจผู้อื่นได้ดียิ่งขึ้นคือการให้บุคลากรผู้ปฏิบัติงานได้เข้ากลุ่มและทำกิจกรรมร่วมกัน

หากพิจารณาในภาพรวม จะพบว่าการสร้างทีมงาน หรือการทำงานเป็นทีม ช่วยทำให้องค์กรสามารถรวมพลังในการปฏิบัติงาน งานที่ยากลำบากเพียงใดก็สามารถประสบผลสำเร็จได้ได้ไม่ยากนัก เมื่อผลงานได้ประสิทธิภาพและประสิทธิผลมากขึ้น (ทั้ง คุณภาพดีขึ้น ปริมาณมากขึ้น) ก็ส่งผลต่อความสามารถในการเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน

สำหรับการอบรมครั้งนี้ เป็นการอบรมจึงเน้นการฝึกปฏิบัติมากกว่า เพื่อให้บุคลากรทุกระดับสามารถพัฒนาตนเองนำความรู้ที่ได้มาเป็นแบบอย่างในการดำรงชีวิต และเกิดการพัฒนาศักยภาพของบุคลากรในการปฏิบัติงานด้านการบริการสาธารณะ มีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น สามารถผลักดันให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นบริหารจัดการและปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ เกิดผลสัมฤทธิ์ต่อภารกิจของรัฐและประโยชน์สุขของประชาชน เพราะฉะนั้น จากการทำกิจกรรมต่างๆ เป็นการสอดแทรกเนื้อหา องค์ความรู้ต่างๆ ที่ทำให้พนักงานทุกคนสามารถถึงศักยภาพของตนเอง มาปรับประยุกต์ใช้กับการปฏิบัติงานในองค์กร ทำให้งานนั้นบรรลุตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ งานออกมามีประสิทธิภาพ สร้างความพึงพอใจให้กับประชาชนผู้มาติดต่อ

เทศบาลตำบลกรูด

อำเภอกาญจนดิษฐ์ จังหวัดสุราษฎร์ธานี



๗. ปัญหา อุปสรรคการดำเนินงาน

๑. การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ (โควิด-๑๙)

๘. ข้อเสนอแนะ

อยากให้องค์กรมีกิจกรรมแบบนี้ต่อเนื่องเป็นประจำทุกปี นอกเหนือจากการเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานแล้ว ยังเป็นการสร้างความผ่อนคลายความตึงเครียดของพนักงานที่เกิดจากการปฏิบัติงานในองค์กรได้อีกด้วยถือเป็นสวัสดิการอย่างหนึ่งให้กับพนักงานในองค์กรนอกเหนือจากโบนัสที่ได้รับตามระเบียบ

นอกจากนี้ ก็ เพื่อเพิ่มพูนประสบการณ์การเรียนรู้ของผู้เข้าอบรม ในด้านพฤติกรรมการทำงานร่วมกันในองค์กร ตระหนักถึงบทบาทของตนเองที่มีต่อความสำเร็จของเป้าหมายองค์กร เพื่อให้ผู้เข้าอบรมได้เรียนรู้จากประสบการณ์ และได้ระดมสมองเพื่อหาแนวทางในการพัฒนาการทำงานร่วมกันอย่างสร้างสรรค์ และนำไปประยุกต์ใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ ความสามัคคี การยอมรับซึ่งกันและกัน อันก่อให้เกิดบรรยากาศที่ดีในการทำงาน เพื่อเป็นการเสริมสร้างบรรยากาศที่ดีในการอยู่ร่วมกัน การทำงานร่วมกันอย่างมีความสุขเอื้ออาทร ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เกิดทัศนคติที่ดีต่อองค์กรและเพื่อนร่วมงาน เป็นการเสริมสร้างความรู้และทักษะในการพูดได้เป็นอย่างดี ตัวบุคคลเองก็เกิดภาพลักษณ์ที่ดี ทำให้เป็นที่น่าเชื่อถือ เกิดความศรัทธาและการยอมรับจากผู้ที่เกี่ยวข้องและผู้มาติดต่อกับองค์กร สามารถสื่อสารกับประชาชนผู้มารับบริการให้เข้าใจ ลดความขัดแย้งที่อาจจะเกิดขึ้นได้ อันจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการประสานงานและการปฏิบัติงานต่อไปและเพื่อปลูกจิตสำนึกรักในการอยู่ในองค์กร เกิดทัศนคติที่ดีต่อองค์กรและเพื่อนร่วมงาน อันจะก่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ต่อภารกิจของรัฐและประโยชน์สุขของประชาชน