

หลักสูตรฝึกอบรม

การครองตน ครองคน ครองงาน

❖ หลักการและเหตุผล

การครองตน ครองคน และครองงานที่ดี เป็นหลักการที่สำคัญสำหรับเจ้าหน้าที่ของรัฐทุกระดับ จะพึงปฏิบัติให้มีไว้ตลอดเวลา การพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองให้สุขภาพที่แข็งแรงและมีความสุข (ครองตน) การอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยความเข้าอกเข้าใจ มีน้ำใจให้แก่กัน (ครองคน) และการปฏิบัติหน้าที่ด้วยความซื่อสัตย์สุจริต รับผิดชอบ มุ่งผลสัมฤทธิ์ของงาน (ครองงาน) จึงมีความจำเป็นจะต้องพัฒนาบุคลากรของรัฐทุกระดับ ให้มีศักยภาพในการครองตน ครองคน และครองงานได้อย่างมั่นคง เพื่อรักษาเกียรติภูมิของการเป็นข้าราชการและเจ้าหน้าที่ของรัฐอย่างมีอาชีพ อันส่งผลให้เกิดภาพลักษณ์ที่ดีต่อองค์กรและเป็นประโยชน์สุขแก่ประชาชนโดยรวม

❖ ขอบข่ายเนื้อหาการบรรยาย / Workshop

● หลักการครองตน

๑. เริ่มต้นต้องเป็นคนรู้จักตนเอง
๒. วิธีเปลี่ยนแปลงตนให้เป็นคนที่น่ารัก
๓. พัฒนา ๓ ดี สร้างความสุขในการครองตน

● หลักการครองคน

๑. หลักปฏิบัติที่ดีระหว่างบุคคลในที่ทำงาน
๒. วิธีสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันอย่างมีประสิทธิภาพ
๓. การจัดการอารมณ์ตนเองเมื่ออยู่ร่วมกับคนที่เป็นพิษ (Toxic People)

● หลักการครองงาน

๑. ลักษณะการทำงาน ๒ แบบ
๒. หลักปฏิบัติสู่ความสำเร็จในการทำงาน
๓. การปฏิบัติงานตามมาตรฐานทางจริยธรรม

❖ ประโยชน์ที่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมจะได้รับ

- ✓ มีความรู้ความเข้าใจ หลักการครองตน ครองคน ครองงาน และการนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาตนเอง พัฒนาคนและพัฒนางานได้อย่างมีประสิทธิภาพ
- ✓ มีความมุ่งมั่นและรักษาไว้ซึ่งเกียรติภูมิของข้าราชการ สามารถปฏิบัติหน้าที่โดยยึดหลักคุณธรรมจริยธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต การปฏิบัติตามมาตรฐานทางจริยธรรมอย่างเคร่งครัด และเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ผู้อื่น

● รูปแบบการฝึกอบรม

- ✓ หลักสูตรนี้เหมาะสำหรับ : ข้าราชการบรรจุใหม่ เจ้าหน้าที่ของรัฐทุกระดับ และบุคลากรที่สนใจทั่วไป
- ✓ บรรยาย ๓๐ % และกิจกรรม ๗๐ %
- ✓ ระยะเวลาอบรมรุ่นละ ๑ วัน รวม ๖ ชั่วโมง
- ✓ ติดต่อประสานงานและสอบถามได้ที่ : โทรศัพท์ ๐๖๕๓๒๔๑๔๕๔

หลักสูตรฝึกอบรม หลักการทรงงานกับการพัฒนาที่ยั่งยืน

❖ หลักการและเหตุผล

พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร รัชกาลที่ ๙ ทรงเป็นพระมหากษัตริย์ที่ทรงงานเพื่อช่วยเหลือราษฎรทุกหมู่เหล่า ตลอดระยะเวลาที่ทรงครองราชย์ยาวนาน ๗๐ ปีทำให้เกิดเป็นโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริมากมายในทุกด้าน กระจายไปทั่วทุกพื้นที่ของประเทศไทย จนเกิดเป็นหลักการทรงงาน หลักคิดและหลักปฏิบัติ อันเป็นเข็มทิศในการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติตนของประชาชนทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชน จนถึงระดับรัฐ

ศูนย์พัฒนาทรัพยากรมนุษย์และสังคม ได้ตระหนักถึงความสำคัญในการขับเคลื่อนหลักการทรงงาน อันเป็นหลักการ หรือแนวทางปฏิบัติพระราชกรณียกิจต่างๆของพระองค์ เพื่อมุ่งเน้นให้ประชาชน ครอบครัว ชุมชน และเจ้าหน้าที่ ของรัฐทุกระดับ ได้น้อมนำและประยุกต์ใช้เพื่อเป็นแนวทางปฏิบัติในการทำงานให้ประสบผลสำเร็จ และสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมั่นคงยั่งยืน ภายใต้กระแสการเปลี่ยนแปลงของโลก

❖ ขอบข่ายเนื้อหาการบรรยาย / Workshop

๑. ชื่อสัตย์ สุจริต จริงใจต่อกัน	๑๕. ใช้ธรรมชาติช่วยธรรมชาติ
๒. อ่อนน้อม ถ่อมตน	๑๖. ธรรมปราบอธรรม
๓. ความเพียร	๑๗. ประโยชน์ส่วนรวม
๔. รู้ รัก สามัคคี	๑๘. การพึ่งตนเอง
๕. ทำเรื่อย ๆ ทำแบบสังฆทาน	๑๙. เศรษฐกิจพอเพียง
๖. มีความสุขในการทำประโยชน์ให้กับผู้อื่น	๒๐. เข้าใจ เข้าถึง พัฒนา
๗. ศึกษาข้อมูลอย่างเป็นระบบ ทำงานอย่างผู้รู้จริง	๒๑. แก้ปัญหาที่จุดเล็ก คิด Macro เริ่ม Micro
๘. ระเบิดจากข้างใน	๒๒. ไม่ติดตำรา ทำให้ง่าย
๙. ทำตามลำดับขั้น	๒๓. การมีส่วนร่วม
๑๐. ภูมิสังคม	๒๔. พออยู่พอกิน
๑๑. องค์กรรวม	๒๕. บริการรวมที่จุดเดียว
๑๒. ประหยัด เรียบง่าย ได้ประโยชน์สูงสุด	๒๖. ร่าเริง รื่นเริง คึกคัก ครึกครื้น กระฉับกระเฉง
๑๓. ขาดทุนคือกำไร	มีพลัง เป็นปัจจัยของการทำงานที่มีประสิทธิภาพ
๑๔. ปลุกป่าในใจคน	๒๗. ชัยชนะของการพัฒนา

❖ สิ่งและผู้เข้ารับการฝึกอบรมจะได้รับ

๑. มีความรู้ความเข้าใจความหมายของหลักการทรงงาน และหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และเกิดแรงบันดาลใจในการทำงาน ทุ่มเทเสียสละเพื่อส่วนรวม และมีประสิทธิภาพ

๒. นำความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้ในการปฏิบัติหน้าที่ การปฏิบัติตน และเสริมสร้างจิตสำนึกในการเทิดทูนสถาบันพระมหากษัตริย์

- ✓ หลักสูตรนี้เหมาะสำหรับ: เจ้าหน้าที่ของรัฐทุกระดับ / พระสงฆ์ / ผู้นำศาสนา และผู้สนใจทั่วไป
- ✓ ระยะเวลาการฝึกอบรม ๑ วัน จำนวน ๖ ชั่วโมง
- ✓ วิธีการฝึกอบรม : บรรยาย ๓๐ % และกิจกรรม ๗๐ %
- ✓ ติดต่อและประสานงานได้ที่อีเมล: ratchapol.hrd159@gmail.com โทรศัพท์ ๐๖๕๓๒๔๑๕๕๔

หลักสูตรฝึกอบรม การพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อชีวิตที่ดีกว่า

❖ หลักการและเหตุผล

การเสริมสร้างสุขภาวะในทุกรูปแบบสำหรับคนทุกช่วงวัย และบุคลากรในองค์กร ให้มีความสามารถในการบริหารจัดการตนเอง มีสติปัญญาในการแก้ปัญหาต่างๆ อันก่อให้เกิดผลกระทบต่อชีวิตตนเอง ครอบครัว การงาน และสังคม ดังนั้น การเสริมสร้างสุขภาวะด้วยมิติแห่งหลักธรรม สามารถยกระดับคุณภาพชีวิตด้านกายให้แข็งแรงและสุขภาพใจให้มีภูมิคุ้มกันที่เข้มแข็ง รู้จักจัดการกับอารมณ์ตนเอง ลดความเครียด ลดความวิตกกังวล ดำรงตนอย่างมีคุณค่า เสริมสร้างแรงบันดาลใจในการทำงาน มีจิตอาสาเพื่อส่วนรวม และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข จึงได้จัดทำหลักสูตรฝึกอบรม“การพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อชีวิตที่ดีกว่า” เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของคนทุกช่วงวัยให้มีสุขภาวะที่ดี

❖ ขอบข่ายเนื้อหาการบรรยาย / Workshop

❖ ขวนคุยชวนคิดเปลี่ยนชีวิตให้ดีกว่าเดิม	❖ ฝึกฝนการชื่นชมอย่างจริงใจ
❖ ให้สิ่งที่ดีแก่ผู้อื่น	❖ ใส่ใจแสวงหาความรู้อยู่เสมอ
❖ รักขาระเบียบวินัย	❖ ให้ความรู้ที่ถูกต้อง
❖ พัฒนาจิตใจและปัญญา	❖ การมีทัศนคติที่ดี
❖ ประพฤติอ่อนน้อมถ่อมตน	❖ เสริมสร้างชีวิตให้มีคุณค่าด้วยหลัก อธิกา
❖ มีจิตอาสาให้บริการ	❖ Workshop ออกแบบพัฒนาคุณภาพงาน
❖ แบ่งปันความดีให้แก่ทุกคน	ชีวิตที่มีคุณค่า และความสุข

❖ สิ่งที่จะได้เรียนรู้

- ✓ การมีทัศนคติที่ดี การเห็นคุณค่าและความภาคภูมิใจในตนเอง
- ✓ ทักษะการสื่อสารที่ดี การมีจิตอาสาให้บริการด้วยหัวใจ และการทำงานที่มีประสิทธิภาพ
- ✓ การดูแลรักษาสุขภาวะที่ดีด้านกาย ใจของตนเอง และการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข
- ✓ หลักสูตรนี้เหมาะสำหรับ: เจ้าหน้าที่ของรัฐทุกระดับ / อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) / ผู้สูงอายุ/ ผู้นำชุมชน / และผู้สนใจทั่วไป อบรมรุ่นละ ๔๐-๑๐๐ คน
- ✓ ระยะเวลาการฝึกอบรม ๑ วัน จำนวน ๖ ชั่วโมง
- ✓ รูปแบบการฝึกอบรม บรรยาย ๓๐ % และกิจกรรม ๗๐ %
- ✓ ติดต่อประสานงานและสอบถามได้ที่ : e-Mail: ratchapol.hrd159@gmail.com
หมายเลขโทรศัพท์ ๐๖๕๓๒๔๑๔๕๔