



## บันทึกข้อความ

พด 1150

ส่วนราชการ ส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล โทร. ๐ ๒๕๕๓ ๔๑๙๓ - ๔

ที่ สบค ๐๖/๑๐๒๐

วันที่ ๖ มิถุนายน ๒๕๖๖

สงอ 44๕๐1 78๒ ๖๖

เรื่อง พิจารณาคัดเลือกข้าราชการเข้าร่วมการสัมมนาโครงการสัมมนาเชิงปฏิบัติการ หลักสูตร “สร้างสุขสี่สิบ”

รุ่นที่ ๗

๐๓/๑๒๐๗

เรียน ผู้อำนวยการสำนัก/ กอง/ ศูนย์/ กลุ่ม และสถาบัน

ตามที่กรมอนุมัติให้ส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล ร่วมกับส่วนสวัสดิการและพัฒนาคุณภาพชีวิต สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล จัดโครงการสัมมนาเชิงปฏิบัติการ หลักสูตร “สร้างสุขสี่สิบ” รุ่นที่ ๗ ในวันที่ ๑๒ - ๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖ ณ โรงแรมชาวลัน รีสอร์ท อำเภอดอนตูม จังหวัดนครปฐม เพื่อให้ผู้เข้าร่วมสัมมนามีความรู้ ความเข้าใจในแนวทางการเตรียมความพร้อม ด้านสุขภาพ ด้านชีวิตส่วนตัว ด้านสังคมและการมีส่วนร่วม ด้านเศรษฐกิจ และการปรับเปลี่ยนทัศนคติในการดำเนินชีวิตให้เหมาะสมกับสถานการณ์ในปัจจุบัน ตามรายละเอียดโครงการที่แนบ นั้น

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา ดังนี้

๑. คัดเลือกบุคลากรในสังกัดที่เป็นข้าราชการหรือลูกจ้างประจำที่มีอายุ ๔๐ ปี ขึ้นไป จำนวน ๑ คน เพื่อเข้าร่วมการสัมมนาหลักสูตรดังกล่าว

๒. ให้ส่วนบริหารทั่วไป รวบรวมรายชื่อผู้ที่ได้รับการคัดเลือกให้เข้าร่วมการสัมมนา ส่งให้ส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล ภายในวันที่ ๑๔ มิถุนายน ๒๕๖๖ และจะแจ้งรายชื่อผู้มีสิทธิ์เข้าร่วมการสัมมนาให้ทราบต่อไป

๓. ติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ นางสาวนันทิยา อาภาพันธ์ นักทรัพยากรบุคคล ปฏิบัติการ ส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล กรมชลประทาน อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี โทรศัพท์ ๐ ๒๕๕๓ ๔๑๙๓ - ๔ โทรสาร ๐ ๒๕๕๓ ๖๑๒๒ โทรศัพท์มือถือ ๐๘ ๑๕๗๒ ๑๘๖๖

ว่าที่ร้อยตรี

(ยุทธนา จันทโรภาส)

ผพ.บค. ปฏิบัติราชการแทน ผส.บค.

เรียน ผอ.ส่วน ผอ.ช.ภาค ทน.๑-๙ บอ. และหัวหน้าฝ่ายในส่วนบริหารทั่วไป

เพื่อโปรดทราบและแจ้งข้าราชการหรือลูกจ้างประจำในสังกัดที่มีคุณสมบัติตามที่กำหนดทราบ หากสนใจเข้าร่วมโครงการดังกล่าว แจ้งรายชื่อให้ส่วนบริหารทั่วไป ภายในวันที่ ๑๔ มิถุนายน ๒๕๖๖ เพื่อสำนักคัดเลือกเข้าร่วมโครงการ จำนวน ๑ คน

(นางสาวประทุมทิพย์ ลุณวารรณ)

นักวิชาการเงินและบัญชีชำนาญการ

รักษาการในตำแหน่ง ผพ.บค.

๗ มิ.ย. ๒๕๖๖



เลขที่ ๐๖/๗๐๖/๒๕๖๖

ลก ๕๑๗/๖๖

รศ. ๓๐๗/๕

๒๕/๑๖.๖.๖๖  
15.22 น.

## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล ส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล โทร. ๐ ๒๕๘๓ ๔๑๙๓ - ๔

ที่ สบค. ๗๓๑๖

วันที่ ๒๕ เมษายน ๒๕๖๖

เรื่อง ขออนุมัติจัดโครงการสัมมนาเชิงปฏิบัติการ หลักสูตร "สร้างสุขสี่สิบ" รุ่นที่ ๗

เรียน รร.

ตามที่กรมอนุมัติแผนพัฒนาบุคลากรกรมชลประทาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ เมื่อวันที่ ๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ ให้ส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล ร่วมกับส่วนสวัสดิการและพัฒนาคุณภาพชีวิต สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล จัดโครงการสัมมนาเชิงปฏิบัติการ หลักสูตร "สร้างสุขสี่สิบ" รุ่นที่ ๗ ซึ่งเป็นโครงการตามแผนพัฒนาบุคลากรกรมชลประทาน ยุทธศาสตร์ที่ ๕ เสริมความผูกพันและคุณภาพชีวิตที่ดีเพื่อสร้างความภูมิใจในองค์กร ลำดับ ๗๐ นั้น

เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปตามแผนพัฒนาบุคลากรกรมชลประทาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ ส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล ได้ดำเนินการจัดทำรายละเอียดโครงการตามเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

อนึ่ง ตามคำสั่งกรมชลประทาน ที่ ข ๓๕๔/๒๕๖๔ ลงวันที่ ๑๗ มีนาคม ๒๕๖๔ มอบอำนาจให้รองอธิบดีสั่งการและปฏิบัติราชการแทนอธิบดีกรมชลประทาน โดยให้รองอธิบดีฝ่ายบริหารมีอำนาจปฏิบัติราชการ การสั่งการ การอนุญาต การอนุมัติ ควบคุม กำกับดูแล และดำเนินการอื่นใดตามกฎหมาย ระเบียบ คำสั่ง หรือมติคณะรัฐมนตรี

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา หากเห็นชอบโปรดอนุมัติ ดังนี้

๑. ให้ส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล ร่วมกับส่วนสวัสดิการและพัฒนาคุณภาพชีวิต สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล จัดโครงการสัมมนาเชิงปฏิบัติการ หลักสูตร "สร้างสุขสี่สิบ" รุ่นที่ ๗ ระหว่างวันที่ ๑๒ - ๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖ ณ โรงแรมชวาลัน รีสอร์ท อำเภอตะกั่วทุ่ง จังหวัดนครปฐม

๒. ค่าใช้จ่ายในการดำเนินการ เช่น ค่าสมนาคุณวิทยากร ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ค่าอาหารเช้า ค่าอาหารกลางวัน ค่าอาหารเย็น (ผู้เข้าร่วมการสัมมนา วิทยากร และเจ้าหน้าที่) ค่าที่พัก (ผู้เข้าร่วมการสัมมนา ระหว่างสัมมนา วิทยากร และเจ้าหน้าที่) ค่ายานพาหนะ และค่าใช้จ่ายอื่น ๆ ใช้งบประมาณตามแผนพัฒนาบุคลากรกรมชลประทาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ เป็นจำนวนเงิน ๔๓๖,๙๕๐ บาท (สี่แสนสามหมื่นหกพันเก้าร้อยห้าสิบบาทถ้วน) โดยสามารถดัดจ่ายได้ตลอดหลักสูตร สำหรับค่าใช้จ่ายของผู้เข้าร่วมการสัมมนา เช่น ค่าที่พักก่อนและหลังการสัมมนา ค่าเบี้ยเลี้ยง และค่ายานพาหนะ ใช้งบประมาณจากต้นสังกัด ตามระเบียบของทางราชการ

๓. ให้ผู้อำนวยการสำนักบริหารทรัพยากรบุคคล สามารถอนุมัติเปลี่ยนแปลงวัน เวลา สถานที่ และรูปแบบการดำเนินโครงการได้ตามความจำเป็นและเหมาะสม

๔. ให้วิทยากรที่เป็นบุคคลภายนอกในโครงการดังกล่าว ได้แก่ นายเกียรติศักดิ์ ลิ้มปเจริญกุล ได้รับค่าสมนาคุณ เกินกว่าอัตราที่กำหนด ชั่วโมงละ ๓,๕๐๐ บาท นายสง่า ดามาพงษ์ และนายปรีดา ต้นติเวสส ได้รับค่าสมนาคุณ เกินกว่าอัตราที่กำหนด ชั่วโมงละ ๓,๐๐๐ บาท เนื่องจากเป็นผู้มีความรู้ ความสามารถและประสบการณ์เฉพาะตัวเป็นพิเศษ ซึ่งเป็นไปตามระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการจัดฝึกอบรม การจัดงานและการประชุมระหว่างประเทศ (ฉบับที่ ๓) ที่ กค๐๔๐.๖/ว๔๑๓ ลงวันที่ ๑๒ ตุลาคม ๒๕๕๕

ข้อ ๑๔ (๒) ค....

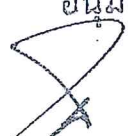
ข้อ ๑๔ (๒) ค. ว่าด้วย เรื่องอัตราค่าสมนาคุณ กำหนดว่ากรณีที่ต้องใช้วิทยากรที่มีความรู้ ความสามารถ ประสบการณ์พิเศษ สามารถให้ค่าสมนาคุณวิทยากรสูงกว่าอัตราที่กำหนดได้ โดยให้อยู่ในดุลยพินิจของ หัวหน้าส่วนราชการเจ้าของงบประมาณ

๕. ค่าใช้จ่ายอื่น ๆ ในการดำเนินการ (ค่าวัสดุอุปกรณ์ ค่าจัดทำกระเป่าเอกสารและค่าจัดทำ เอกสาร) ให้ดำเนินการตามระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ. ๒๕๖๐ ยกเว้นกรณีมีความจำเป็นเร่งด่วนที่เกิดขึ้นโดยไม่ได้คาดหมายไว้ก่อนและไม่อาจดำเนินการ ตามปกติ ได้ทัน ให้ดำเนินการตามระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยการจัดซื้อจัดจ้าง และการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ. ๒๕๖๐ ข้อ ๗๙ วรรคสอง



(นายณัฐพล วุฒิจันทร์)  
ผส.บค.

อนุมัติ



(นายสุริยพล นุชองงค์)  
รธร.  
๑ พ.ค. ๒๕๖๖

๒๕๖๖

โครงการสัมมนาเชิงปฏิบัติการ หลักสูตร “สร้างสุขสี่สิบ” รุ่นที่ ๗  
ดำเนินการโดย  
ส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล ร่วมกับส่วนสวัสดิการและพัฒนาคุณภาพชีวิต  
สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล

---

**หลักการและเหตุผล**

การเปลี่ยนแปลงของสังคมไม่ว่าจะเป็นการเพิ่มขึ้นของประชากรสูงอายุ การลดลงของปริมาณทารกแรกเกิด การเพิ่มขึ้นของอายุขัยเฉลี่ย การที่จำนวนสมาชิกในครอบครัวลดลง และการกระตุ้นให้เกิดสังคมบริโภคนิยม ต่างทำให้วิถีชีวิตของคนในสังคมเปลี่ยนแปลงไป ต้องดำเนินชีวิตอย่างเร่งรีบ และมีการแข่งขันกันมากขึ้น คนไทยจึงให้ความสำคัญกับการทำงานมากกว่าการใส่ใจในการดูแลสุขภาพ ประกอบกับมลภาวะทางสิ่งแวดล้อมที่เพิ่มขึ้นแต่เวลาในการดูแลสุขภาพของตนเองกลับน้อยลง นำมาซึ่งปัญหาด้านสุขภาพต่าง ๆ นอกจากนี้ยังส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมบริหารเงินของบุคคลขาดสมดุล ส่งผลกระทบต่ออารมณ์ การบริหารหนี้สิน การลงทุน และการวางแผนเพื่อการเกษียณประกอบกับข้อมูลจากผลการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพชีวิตข้าราชการไทย โดยสถาบันวิจัยสังคม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และสำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน (ก.พ.) โดยการสำรวจข้าราชการพลเรือนสามัญทั่วประเทศไทย พบว่า ข้าราชการไทย ๑ ใน ๓ มีโรคประจำตัว และร้อยละ ๒๕ มีความเครียดสูง นอกจากนี้ยังพบว่า ข้าราชการไทยมีหนี้สินค่อนข้างมาก ส่วนใหญ่เป็นหนี้ที่อยู่อาศัยและผ่อนชำระสินค้า

จากพระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการพลเรือนสามัญ พ.ศ. ๒๕๕๑ ในมาตรา ๓๔ บัญญัติว่าการจัดระเบียบข้าราชการพลเรือนต้องเป็นไปเพื่อผลสัมฤทธิ์ต่อภารกิจของรัฐ ความเป็นประสิทธิภาพและความคุ้มค่า โดยให้ข้าราชการปฏิบัติราชการอย่างมีคุณภาพ คุณธรรม และมีคุณภาพชีวิตที่ดี และมาตรา ๗๒ ให้ส่วนราชการมีหน้าที่เพิ่มพูนประสิทธิภาพและเสริมสร้างแรงจูงใจให้ข้าราชการมีคุณภาพ คุณธรรม จริยธรรม คุณภาพชีวิต มีขวัญ และกำลังใจในการปฏิบัติราชการ อนึ่งกรมชลประทานมีการจัดทำแผนกลยุทธ์การพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคลากรกรมชลประทาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ – ๒๕๗๐ โดยมีประเด็นกลยุทธ์ที่สอดคล้องกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต เช่น การส่งเสริมให้บุคลากรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรม การดำเนินชีวิตที่ถูกต้องเพื่อการมีร่างกาย พละนาามัยที่แข็งแรง และมีจิตใจผ่อนคลาย ส่งเสริมให้บุคลากรมีทักษะการคิดเชิงบวกและมีความสุขในการทำงานร่วมกัน ส่งเสริมให้บุคลากรได้ทำกิจกรรมร่วมกันทั้งภายในและภายนอกองค์กร ตลอดจนมีจิตสาธารณะ และส่งเสริมให้บุคลากรมีความรู้เรื่องการบริหารการจัดการระบบการเงิน เป็นต้น

ดังนั้น ส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล จึงร่วมกับส่วนสวัสดิการและพัฒนาคุณภาพชีวิต สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล ในฐานะหน่วยงานรับผิดชอบการพัฒนาคุณภาพชีวิตการทำงานของบุคลากรกรมชลประทาน ได้เล็งเห็นความสำคัญและตระหนักถึงผลกระทบของการเปลี่ยนแปลงของสังคมว่าจำเป็นต้องมีการวางแผนเพื่อเตรียมความพร้อมของข้าราชการก่อนเกษียณอายุราชการ เพื่อเป็นการเสริมสร้างแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของข้าราชการจึง จัดโครงการสัมมนาเชิงปฏิบัติการ หลักสูตร “สร้างสุขสี่สิบ” รุ่นที่ ๗ ขึ้น

**วัตถุประสงค์** เพื่อให้ผู้เข้าร่วมสัมมนา

๑. มีความรู้ ความเข้าใจในแนวทางการเตรียมความพร้อมทั้ง ด้านสุขภาพ ด้านชีวิตส่วนตัว ด้านสังคมและการมีส่วนร่วม และด้านเศรษฐกิจ
๒. มีความรู้ ความเข้าใจในแนวทางการเตรียมความพร้อม ด้านการเงินก่อนเกษียณอายุราชการ
๓. ปรับเปลี่ยนทัศนคติในการดำเนินชีวิตให้เหมาะสมกับสถานการณ์ในปัจจุบัน
๔. เสริมสร้างแรงจูงใจในการปฏิบัติงานให้ผู้เข้าร่วมโครงการ

หัวข้อวิชาการสัมมนา

- |  |                        |
|--|------------------------|
| ๑. แนวทางเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพ (กาย)                               | ๓ ชั่วโมง              |
| ๒. ทักษะคิดและความคิดเชิงบวก   | ๓ ชั่วโมง              |
| ๓. แนวทางเตรียมความพร้อมด้านสังคมและการมีส่วนร่วม                      | ๓ ชั่วโมง              |
| ๔. กระบวนการสร้างความสัมพันธ์  | ๑๐ ชั่วโมง             |
| ๕. แนวทางเตรียมความพร้อมด้านการเงินก่อนเกษียณอายุราชการ (ด้านเศรษฐกิจ) | ๓ ชั่วโมง              |
| ๖. การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และสรุปบทเรียน                                | ๒ ชั่วโมง              |
|  | รวมทั้งสิ้น ๒๔ ชั่วโมง |

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ผู้เข้าร่วมสัมมนาสามารถวางแผน และปรับตัวเพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุราชการ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คุณสมบัติของผู้เข้าร่วมการสัมมนา

เป็นข้าราชการหรือลูกจ้างประจำที่มีอายุ ๔๐ ปี ขึ้นไป

ระยะเวลาการสัมมนา

ระหว่างวันที่ ๑๒ - ๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖

จำนวนผู้เข้าร่วมการสัมมนา

จำนวน ๔๐ คน

สถานที่ในการสัมมนา

ณ โรงแรมชาลัน รีสอร์ท อ่าเภอดอนตูม จังหวัดนครปฐม

เทคนิคในการสัมมนา

การบรรยาย การระดมความคิด การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การแบ่งกลุ่มฝึกปฏิบัติ และการตอบข้อซักถาม

วิทยากรในการสัมมนา

วิทยากรทรงคุณวุฒิจากหน่วยงานภาครัฐและเอกชนที่เหมาะสม

การประเมินผลและติดตามผลการสัมมนา

๑. ประเมินผลสัมฤทธิ์ของโครงการสัมมนา ดังนี้
  - ๑.๑ จำนวนผู้เข้าร่วมการสัมมนาจริงต้องไม่ต่ำกว่าจำนวนผู้เข้าร่วมการสัมมนาตามเป้าหมายโครงการที่กำหนดไว้
  - ๑.๒ ประเมินความคุ้มค่าด้านการประหยัดค่าใช้จ่ายของโครงการสัมมนาเปรียบเทียบกับงบประมาณที่ได้รับการจัดสรร
๒. ประเมินความเหมาะสมของกระบวนการสัมมนา โดยใช้แบบสอบถาม

**เกณฑ์ชี้วัดผลสำเร็จของโครงการ  
ผลผลิต (จากประเมินผลโครงการ)**

๑. จำนวนผู้เข้าร่วมการสัมมนาจริง ต้องไม่ต่ำกว่าจำนวนผู้เข้าร่วมการสัมมนาตามเป้าหมายโครงการที่กำหนดไว้
๒. ร้อยละ ๗๐ ของผู้เข้าร่วมการสัมมนาผ่านเกณฑ์การประเมินในระดับดี
๓. ร้อยละ ๗๐ ของผู้ผ่านการสัมมนา มีการวางแผนการนำความรู้จากการสัมมนาไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงาน
๔. จำนวนค่าใช้จ่ายในการดำเนินโครงการ ต่ำกว่างบประมาณที่ได้รับการจัดสรรไม่น้อยกว่าร้อยละ ๒
๕. ค่าเฉลี่ยระดับความคิดเห็นของผู้เข้าร่วมการสัมมนาเกี่ยวกับความเหมาะสมของกระบวนการสัมมนาในภาพรวม อยู่ในระดับไม่ต่ำกว่าค่อนข้างมาก

**ค่าใช้จ่ายในการสัมมนา**

๑. ค่าใช้จ่ายในการดำเนินการ เช่น ค่าสมนาคุณวิทยากร ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม ค่าอาหารกลางวัน ค่าอาหารเย็น (ผู้เข้าร่วมการสัมมนา วิทยากร และเจ้าหน้าที่) ค่าที่พัก (ผู้เข้าร่วมการสัมมนา ระหว่างสัมมนา วิทยากร และเจ้าหน้าที่) และค่าใช้จ่ายอื่น ๆ ใช้งบประมาณตามแผนพัฒนาบุคลากรกรมชลประทาน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ เป็นจำนวนเงิน ๔๓๖,๙๕๐ บาท (สี่แสนสามหมื่นหกพันเก้าร้อยห้าสิบบาทถ้วน) โดยสามารถถัวจ่ายได้ตลอดหลักสูตร
๒. ค่าใช้จ่ายของผู้เข้าร่วมการสัมมนา เช่น ค่าที่พักก่อนและหลังการสัมมนา ค่าเบี้ยเลี้ยง และค่ายานพาหนะ ใช้งบประมาณจากต้นสังกัด ตามระเบียบของทางราชการ

**ที่ปรึกษาโครงการ**

๑. อธิบดีกรมชลประทาน
๒. รองอธิบดีฝ่ายบริหาร
๓. ผู้อำนวยการสำนักบริหารทรัพยากรบุคคล
๔. ผู้อำนวยการส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล
๕. ผู้อำนวยการส่วนสวัสดิการและพัฒนาคุณภาพชีวิต สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล

**ผู้รับผิดชอบและผู้ประสานงานโครงการ**

ส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล

- |                                  |                             |
|----------------------------------|-----------------------------|
| ๑. นางสาวภรณ์ยา จรูญธนกิจการ     | หัวหน้าฝ่ายบริหารการฝึกอบรม |
| ๒. นายณภัทร มีบุญรอด             | นักทรัพยากรบุคคลชำนาญการ    |
| ๒. นางสาวศิริพร จินหลง           | นักทรัพยากรบุคคลชำนาญการ    |
| ๓. นายศิริสวัสดิ์ ไชยนิล         | นักทรัพยากรบุคคลปฏิบัติการ  |
| ๔. นางสาวนันทิยา อาภานันท์       | นักทรัพยากรบุคคลปฏิบัติการ  |
| ๕. บุคลากรส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล |                             |

ส่วนสวัสดิการและพัฒนาคุณภาพชีวิต สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล

- |  |                             |
|--|-----------------------------|
| ๑. นายตะวัน สันตินรนนท์                    | หัวหน้าฝ่ายพัฒนาคุณภาพชีวิต |
| ๒. นายกฤษณะ ศรีบัวทอง                      | เจ้าพนักงานธุรการปฏิบัติงาน |
| ๓. นางสาวรุ่งรจนา ชูจิต                    | นักทรัพยากรบุคคลปฏิบัติการ  |
| ๔. บุคลากรส่วนสวัสดิการและพัฒนาคุณภาพชีวิต |                             |

สถานที่ติดต่อรายละเอียด

นางสาวนันทิยา อภานันท์ นักทรัพยากรบุคคลปฏิบัติการ และนายศิริสวัสดิ์ ไชยนิล นักทรัพยากรบุคคลปฏิบัติการ ส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล สำนักบริหารทรัพยากรบุคคล กรมชลประทาน อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๒๐ โทรศัพท์ ๐ ๒๕๘๓ ๔๑๙๓ - ๔, ๐๘๙ ๑๒๖ ๒๖๔๙ โทรสาร ๐ ๒๕๘๓ ๖๑๒๒ และเว็บไซต์ <http://person.rid.go.th/training>

รายละเอียดหัวข้อวิชา

โครงการสัมมนาเชิงปฏิบัติการ หลักสูตร “สร้างสุขสี่สิบ” รุ่นที่ ๗

๑. แนวทางเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพ (กาย) ๓ ชั่วโมง  
วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมการสัมมนามีความรู้ ความเข้าใจแนวทางการส่งเสริมสุขภาพวัยผู้ใหญ่  
แนวทางการสัมมนา แนวคิดและวิธีการส่งเสริมสุขภาพวัยผู้ใหญ่  
เทคนิคการสัมมนา การบรรยาย การตอบข้อซักถาม
๒. ทัศนคติ และความคิดเชิงบวก ๓ ชั่วโมง  
วัตถุประสงค์ ๑. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมการสัมมนาเข้าใจความหมายและที่มาของทัศนคติและความคิดเชิงบวก  
๒. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมการสัมมนารับรู้ถึงประโยชน์ของการคิดบวกและโทษของการคิดลบ  
๓. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมการสัมมนาเรียนรู้แนวทางการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงทัศนคติที่ปฏิบัติ  
ได้จริงในระดับจิตใต้สำนึก  
แนวทางการสัมมนา ทัศนคติกับความสุขและความสำเร็จการพัฒนาความคิดเชิงบวก และการกำหนด  
เป้าหมายในชีวิตดี  
เทคนิคการสัมมนา การบรรยาย และตอบข้อซักถาม
๓. แนวทางเตรียมความพร้อมด้านสังคมและการมีส่วนร่วม ๓ ชั่วโมง  
วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมการสัมมนามีความรู้ ความเข้าใจการปรับบทบาทใหม่ในวัยผู้ใหญ่  
แนวทางการสัมมนา แนวคิดและวิธีการในการปรับบทบาทของวัยผู้ใหญ่  
เทคนิคการสัมมนา การบรรยาย การตอบข้อซักถาม และการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น
๔. กระบวนการสร้างความสัมพันธ์ ๑๐ ชั่วโมง  
วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมการสัมมนาได้เรียนรู้และสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้เข้าร่วมโครงการ  
ในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน โดยเน้นการเรียนรู้จากประสบการณ์และลงมือปฏิบัติจริง  
แนวทางการสัมมนา ๑. หลักการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี  
๒. กระบวนการและแนวทางในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี  
เทคนิคการสัมมนา การแบ่งกลุ่มฝึกปฏิบัติ การระดมความคิด และการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น
๕. แนวทางเตรียมความพร้อมด้านการเงินก่อนเกษียณอายุราชการ (ด้านเศรษฐกิจ) ๓ ชั่วโมง  
วัตถุประสงค์ ๑. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมการสัมมนามีความรู้ ความเข้าใจในการบริหารการเงินอย่างถูกต้อง  
๒. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมการสัมมนามีการเตรียมความพร้อมด้านการเงินก่อนเกษียณอายุราชการ  
แนวทางการสัมมนา การบริหารการเงิน การวางแผนทางการเงิน  
เทคนิคการสัมมนา บรรยาย และตอบข้อซักถาม
๖. การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และสรุปทบทวน ๒ ชั่วโมง  
วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมการสัมมนาได้อภิปราย ซักถาม แลกเปลี่ยนความรู้และช่วยกันสรุปทบทวน  
จากหัวข้อวิชาที่ได้เรียนรู้จากการบรรยายและการทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้องเหมาะสม  
แนวทางการสัมมนา ความรู้ที่ได้รับจากการหัวข้อวิชาและกิจกรรมต่าง ๆ  
เทคนิคการสัมมนา การแบ่งกลุ่มฝึกปฏิบัติ การอภิปราย และการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น



กำหนดการ  
โครงการสัมมนาเชิงปฏิบัติการ หลักสูตร “สร้างสุขสี่สิบ” รุ่นที่ ๗  
ระหว่างวันที่ ๑๒ - ๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖  
ณ โรงแรมชวาลัน รีสอร์ท อำเภอดอนตูม จังหวัดนครปฐม

วัน/เวลา	หัวข้อวิชา	ผู้ดำเนินการ/วิทยากร
๑๒ กรกฎาคม ๒๕๖๖ ๐๖.๐๐ - ๐๘.๓๐ น. ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น. ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. ๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น. ๑๘.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	ลงทะเบียน/เดินทาง ชี้แจงโครงการ แนวทางเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพ (กาย) ทัศนคติและความคิดเชิงบวก แนวทางเตรียมความพร้อมด้านสังคมและ การมีส่วนร่วม	ส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล ส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล นายสง่า ดามาพงษ์ นายปรีดา ตันติเวสส นายปรีดา ตันติเวสส
๑๓ กรกฎาคม ๒๕๖๖ ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. ๑๓.๐๐ - ๑๗.๐๐ น. ๑๘.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.	กระบวนการสร้างความสัมพันธ์ (แบ่งกลุ่มฝึกปฏิบัติ ๕ กลุ่ม วิทยากรกลุ่มละ ๒ คน) กระบวนการสร้างความสัมพันธ์ (ต่อ) (แบ่งกลุ่มฝึกปฏิบัติ ๕ กลุ่ม วิทยากรกลุ่มละ ๒ คน) กระบวนการสร้างความสัมพันธ์ (ต่อ) (แบ่งกลุ่มฝึกปฏิบัติ ๕ กลุ่ม วิทยากรกลุ่มละ ๒ คน)	นายนิติ ยอดดำเนิน และคณะ นายนิติ ยอดดำเนิน และคณะ นายนิติ ยอดดำเนิน และคณะ
๑๔ กรกฎาคม ๒๕๖๖ ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. ๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น. ๑๕.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.	แนวทางเตรียมความพร้อมด้านการเงินก่อน เกษียณอายุราชการ (ด้านเศรษฐกิจ) การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และสรุปทบทเรียน (แบ่งกลุ่มฝึกปฏิบัติ ๕ กลุ่ม วิทยากรกลุ่มละ ๑ คน) ประเมินผลโครงการ/ปิดโครงการ	นายเกียรติศักดิ์ ลิ้มปเจริญกุล ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย ส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล และส่วนสวัสดิการฯ ส่วนพัฒนาทรัพยากรบุคคล

**หมายเหตุ** พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม เวลา ๑๐.๓๐ - ๑๐.๔๕ น. และ เวลา ๑๔.๓๐ - ๑๔.๔๕ น.  
พักรับประทานอาหารกลางวัน เวลา ๑๒.๐๐ - ๑๓.๐๐ น.  
พักรับประทานอาหารเย็น เวลา ๑๖.๐๐ - ๑๘.๐๐ น.  
กำหนดการนี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม