

โครงการตามข้อบัญญัติงบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๓
ฝ่ายบริหารทั่วไป สำนักงานปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาธง
อำเภอบางเสาธง จังหวัดสมุทรปราการ

ชื่อโครงการ โครงการคุณธรรมจริยธรรมการฝึกปฏิบัติตนทางศีลธรรมเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติงาน

๑. หลักการและเหตุผล

การจะสร้างสรรค์ประเทศไทยและสร้างคนในชาติให้เข้มแข็ง ล้วนแต่มีพื้นฐานมาจากการสร้างจากสิ่งเล็กน้อยไปสู่สิ่งที่ใหญ่ขึ้น คือการสร้างค่านิยมจากจิตสำนึกของแต่ละบุคคล ที่มีพื้นฐานทางค่านิยมและสติปัญญาทางความคิดที่ไม่เท่าเทียมกัน ซึ่งส่งผลให้เป็นการยากที่จะสามารถวางกรอบหรือแนวทางให้แต่ละบุคคลมีจิตสำนึกค่านิยมที่ไปในทิศทางเดียวกัน และเป็นการยากยิ่งขึ้นในการบริหารจัดการภายใต้โครงสร้างเดียวกันหรือไปจนกระทั่งเมืองเดียวกัน ประเทศเดียวกัน เพราะปัจจุบันมีสิ่งรอบข้างที่ส่งผลกระทบอย่างสูงต่อค่านิยมที่พึงประสงค์และการเรียนรู้ทางด้านคุณธรรมจริยธรรมของคนในชาติ ทั้งปัญหาด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง รวมถึงเหตุการณ์บ้านเมืองต่างๆที่เกิดขึ้นในแต่ละวัน ที่เข้ามามีส่วนทำให้บุคลากรของแต่ละองค์กรมีค่านิยมที่แตกต่างกันออกไป และที่สำคัญยิ่งคือบุคลากรขององค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาธง เกิดผลกระทบอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ดังนั้นเพื่อให้เกิดค่านิยมที่พึงประสงค์ไปในทิศทางเดียวกันหรือทิศทางที่คล้ายคลึงกัน มีการเรียนรู้เพิ่มพูนปัญหาทางด้านคุณธรรมจริยธรรมที่ใกล้เคียงกัน มีการปรับสมดุลทางปัญญาและพร้อมรับมือกับปัญหาอุปสรรคต่างๆที่เกิดขึ้น ให้สามารถแก้ไขปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ และพัฒนาองค์กรไปในทิศทางเดียวกัน มีค่านิยมที่พึงประสงค์ ๑๒ ประการ

๑. ความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒. ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓. กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔. ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรงและทางอ้อม
๕. รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖. มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เผื่อแผ่และแบ่งปัน
๗. เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘. มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙. มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐. รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของ

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี

๑๑. มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำหรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา

๑๒. คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง

สำนักงานปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาธง จึงได้จัดโครงการคุณธรรมจริยธรรมการฝึกปฏิบัติตนทางศีลธรรมเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติงาน เพื่อให้บุคลากรขององค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาธงได้เรียนรู้เพิ่มพูนปัญหาทางด้านคุณธรรมจริยธรรมที่ใกล้เคียงกัน มีการปรับสมดุลทางปัญญาและพร้อมรับมือกับปัญหาอุปสรรคต่างๆที่เกิดขึ้น

๒. วัตถุประสงค์

- ๒.๑ เพื่อเพิ่มพูนปัญหาทางด้านคุณธรรมจริยธรรม และปรับสมดุลทางปัญญา
- ๒.๒ เพื่อให้บุคลากรขององค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาธง เกิดค่านิยมที่พึงประสงค์
- ๒.๓ เพื่อพัฒนาศักยภาพการปฏิบัติงานของบุคลากรในองค์กรให้เกิดประสิทธิภาพยิ่งขึ้น
- ๒.๔ เพื่อก่อให้เกิดอุดมการณ์ที่ดีงามในการทำงาน

๓. เป้าหมาย

ด้านปริมาณ

ผู้บริหาร สมาชิกสภา อบต. พนักงานส่วนตำบล จำนวน ๑๘๐ คน

ด้านคุณภาพ

ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถนำประสบการณ์จากการฝึกอบรม มาปรับใช้ในการปฏิบัติงานและการดำเนิน

ชีวิตได้ดีขึ้น

๔. วิธีการดำเนินการ

๔.๑ เขียนโครงการและเสนอขออนุมัติโครงการ

๔.๒ ประสานงานกับกลุ่มเป้าหมาย วิทยากรและจัดเตรียมกำหนดการฝึกอบรม

๔.๓ ดำเนินการฝึกอบรมตามกำหนดการ

๕. ระยะเวลาดำเนินการ

มิถุนายน ๒๕๖๓

๖. สถานที่ดำเนินการ

องค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาชง

๗. งบประมาณ

ตามข้อบัญญัติงบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๓ แผนงานบริหารทั่วไป หมวดค่าใช้จ่าย ประเภทรายจ่ายเกี่ยวเนื่องกับการปฏิบัติราชการที่ไม่เข้าลักษณะรายจ่ายหมวดอื่นๆ หน้า ๘๖ ค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรมเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม ตั้งไว้ ๑๕๐,๐๐๐ บาท เพื่อจ่ายเป็นค่าใช้จ่ายในการดำเนินโครงการฝึกอบรมเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมให้แก่ ผู้บริหาร สมาชิกสภาฯ พนักงานส่วนตำบล ลูกจ้างและพนักงานจ้าง ฯลฯ เช่น ค่าวิทยากร ค่าอาหาร ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่มต่างๆ เป็นต้น ตั้งจ่ายจากเงินรายได้ ปรากฏในแผนงานบริหารทั่วไป (งานบริหารทั่วไป)

๘. หน่วยงานที่รับผิดชอบ

สำนักงานปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาชง

๙. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๙.๑ บุคลากรได้รับการเพิ่มพูนปัญญาทางด้านคุณธรรมจริยธรรม และปรับสมดุลทางปัญญา

๙.๒ บุคลากรมีค่านิยมที่พึงประสงค์

๙.๓ บุคลากรได้รับการพัฒนาศักยภาพการปฏิบัติงานให้เกิดประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

๙.๔ บุคลากรมีอุดมการณ์ที่ตั้งมั่นในการทำงาน

(ลงชื่อ).....ผู้เขียนโครงการ (ลงชื่อ).....ผู้เสนอโครงการ

(นายจตุรงค์ สามารถ)

(นางสาวทัศนีย์ มอญ)

ผู้ช่วยเจ้าพนักงานธุรการ

หัวหน้าฝ่ายบริหารทั่วไป

(ลงชื่อ).....ผู้รับผิดชอบฯ (ลงชื่อ).....ผู้ตรวจสอบโครงการ

(นางสาวธัญวรรณ ศรีธำรัตน์)

(นายอรรถสิทธิ์ มณีปุระ)

หัวหน้าสำนักปลัด อบต.

รองปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาชง

ความเห็นปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล เห็นชอบ ไม่เห็นชอบ เพราะ.....

(ลงชื่อ).....ผู้ให้ความเห็นชอบโครงการ

(นางสาวสุชาดา หงษ์จร)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาชง

ความเห็นนายกองค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาชง อนุมัติ ไม่อนุมัติ เพราะ.....

(ลงชื่อ).....ผู้อนุมัติโครงการ

(นายเกษม แซ่ลี่)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาชง

วันที่.....เดือน.....ปี.....พ.ศ.....

กำหนดการโครงการคุณธรรมจริยธรรมการฝึกปฏิบัติตนทางศีลธรรมเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติงาน

วันพุธที่ ๒ กันยายน พ.ศ.๒๕๖๓ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๖.๓๐ น.

ณ ห้องประชุมองค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาธง ชั้น ๓ อำเภอบางเสาธง จังหวัดสมุทรปราการ

- | | | |
|------|------------------|--|
| เวลา | ๐๘.๐๐ น. | - ผู้เข้าร่วมโครงการลงทะเบียน |
| | ๐๘.๓๐ - ๐๙.๐๐ น. | - พิธีเปิดโครงการ โดยนายกองค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาธง
(ประธานจตุรปูเทียนบูชาพระรัตนตรัย) ทำแบบทดสอบก่อนการฝึกอบรม |
| | ๐๙.๐๐ - ๑๑.๓๐ น. | - รับฟังการบรรยายธรรม โดยพระวิทยากร มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในหัวข้อ การฝึกปฏิบัติตนทางศีลธรรมเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติงาน |
| | ๑๑.๓๐ - ๑๒.๓๐ น. | - พักรับประทานอาหารกลางวัน |
| | ๑๒.๓๐ - ๑๖.๐๐ น. | - รับฟังการบรรยายธรรม โดยพระวิทยากร มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในหัวข้อ ค่านิยมที่พึงประสงค์ ๑๒ ประการ
๑. ความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
๒. ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
๓. กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
๔. ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรงและทางอ้อม
๕. รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
๖. มีศีลธรรม รักษาความสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เพื่อแม่และแบ่งปัน
๗. เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุขที่ถูกต้อง
๘. มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย ผู้น้อยรู้จักการเคารพผู้ใหญ่
๙. มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ รู้ปฏิบัติตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
๑๐. รู้จักดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น มีไว้พอกินพอใช้ ถ้าเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
๑๑. มีความเข้มแข็งทั้งร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำหรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักของศาสนา
๑๒. คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และของชาติมากกว่าผลประโยชน์ของตนเอง |
| | ๑๖.๐๐ - ๑๖.๓๐ น. | - สรุปผลการอบรม ทำแบบทดสอบหลังการฝึกอบรม
- พิธีปิดการฝึกอบรม |

สำเนาฉบับ

ที่ สป ๗๓๐๐๑/ ๒๖๐๔

ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาธง
ถนนเพชรตัด กม.๒๖ สป ๑๐๕๗๐

๗ สิงหาคม ๒๕๖๓

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์พระวิทยากรบรรยายธรรม

กราบนมัสการ 'อธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

สิ่งที่ส่งมาด้วย กำหนดการโครงการฯ

จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วยองค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาธง ได้กำหนดจัดโครงการคุณธรรมจริยธรรม การฝึกปฏิบัติตนทางศีลธรรมเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติงาน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรม ได้นำหลักธรรมคำสอนตลอดจนแนวทางปฏิบัติที่ถูกต้องทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน มีผู้เข้ารับการอบรมประกอบด้วย ผู้บริหาร สมาชิกสภา อบต. และพนักงานองค์การบริหารส่วนตำบล บางเสาธง จำนวน ๑๘๐ คน โดยจัดอบรม ในวันพุธที่ ๒ กันยายน ๒๕๖๓ เวลา ๐๘.๐๐-๑๖.๓๐ น. ณ ห้องประชุมองค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาธง ชั้น ๓ ตำบลบางเสาธง อำเภอบางเสาธง จังหวัด สมุทรปราการ รายละเอียดตามเอกสารที่ส่งมาพร้อมนี้

ในการนี้องค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาธง พิจารณาแล้วเห็นว่าพระวิทยากรจากส่วน วางแผนและพัฒนากิจกรรม สถาบันวิปัสสนาธุระ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยเป็นผู้มีความรู้ความสามารถในการฝึกอบรมคุณธรรม จึงกราบนมัสการมาเพื่อขอความอนุเคราะห์พระวิทยากรมา ให้การอบรมคุณธรรม ในวันพุธที่ ๒ กันยายน ๒๕๖๓ ตำบลบางเสาธง อำเภอบางเสาธง จังหวัด สมุทรปราการ โดยองค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาธง ได้มอบหมายให้นายอรรถสิทธิ์ มณีปุระ ตำแหน่ง รองปลัด อบต. เบอร์โทร ๐๘๙-๔๕๕-๗๙๐๖ อีเมล obt.bangsotong@gmail.com เป็นผู้ประสานงาน ต่อไปและได้โปรดตอบรับการเป็นวิทยากร ตามเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงกราบนมัสการมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์พระวิทยากรมาให้การอบรมคุณธรรมตามวัน เวลา และสถานที่ดังกล่าวจักเป็นพระคุณยิ่ง

กราบนมัสการด้วยความเคารพอย่างสูง


(นายเกษม แซ่ลิ้)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาธง


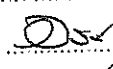



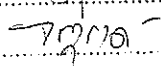
สำนักงานปลัด อบต.

โทรศัพท์ ๐-๒๗๐๗-๑๖๗๒-๓ ต่อ ๑๑๗

โทรสาร ๐-๒๗๐๗-๑๖๗๔

www.obt-bangsotong.go.th

มือถือ ๐๙๖-๙๖๙-๕๕๕๙

นายก อบต.	
รองนายก อบต.	
ปลัด อบต.	
หัวหน้ากอง	
สภา	
วัฒนธรรม	
อื่น ๆ	



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักงานปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาชง

ที่ วันที่ ๔ กันยายน ๒๕๖๓

เรื่อง รายงานผลการฝึกอบรมโครงการคุณธรรมจริยธรรมการฝึกปฏิบัติตนทางศีลธรรมเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติงาน

เรียน นายองค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาชง

ตามบันทึกสำนักปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาชง ลงวันที่ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๖๓ อนุมัติให้ดำเนินโครงการคุณธรรมจริยธรรมการฝึกปฏิบัติตนทางศีลธรรมเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติงาน ในวันที่ ๒ กันยายน ๒๕๖๓ ณ ห้องประชุมองค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาชง ชั้น ๓ ซึ่งโครงการการดังกล่าวมีจุดประสงค์เพื่อสร้างจิตสำนึกที่ดีให้บุคลากรในการทำงาน มีทัศนคติที่ดี มีการพัฒนาด้านอารมณ์ รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น สามารถนำมาใช้ในการปฏิบัติงานและอยู่ร่วมกัน พัฒนาองค์กร พัฒนางานได้อย่างมีประสิทธิภาพ นั้น บัดนี้ การดำเนินโครงการดังกล่าวได้เสร็จสิ้นแล้ว จึงขอรายงานผลการดำเนินโครงการดังนี้

๑. วัตถุประสงค์การฝึกอบรมในหลักสูตรดังกล่าว

- ๑.๑ เพื่อเพิ่มพูนปัญญาทางด้านคุณธรรมจริยธรรม และปรับสมดุลทางปัญญา
- ๑.๒ เพื่อให้บุคลากรขององค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาชง เกิดค่านิยมที่พึงประสงค์
- ๑.๓ เพื่อพัฒนาศักยภาพการปฏิบัติงาน ของบุคลากรในองค์กรให้เกิดประสิทธิภาพยิ่งขึ้น
- ๑.๔ ก่อให้เกิดอุดมการณ์ และทัศนคติที่ดีงามในการทำงาน

๒. เนื้อหาของการบรรยาย โดยพระวิทยากร มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มีดังนี้

๒.๑ การฟังอย่างลึกซึ้ง (Deep Listening)

การฟังอย่างลึกซึ้ง เป็นการฟังที่ทำให้เราสามารถช่วยคนที่อยู่ข้างหน้าเรากำลังมีความทุกข์ หรือมีปัญหา โดยสามารถทำได้ง่ายที่สุดและไม่ต้องใช้อุปกรณ์อะไร ในกระบวนการฟังอย่างลึกซึ้ง เราจะไม่พยายามเข้าไปควบคุมความคิดและอารมณ์ของตนเองเมื่อเราได้ยินสิ่งที่เราคิดว่าไม่ถูกต้อง หรือเชื่อว่าไม่ถูกต้อง เรายังคงเท่าทันว่าสิ่งเหล่านี้เป็นการตัดสินและกรอบความเชื่อของเรา เพียงแค่เท่าทันเสียงที่เกิดขึ้นภายใน เท่าทันการแสดงออกของเราในลำดับถัดมา และปล่อยความคิดหรือการตัดสินเหล่านั้นไป และอยู่กับ การฟังคนที่อยู่ข้างหน้าโดยทั่วไปสังคมเราและวัฒนธรรมแบบเก่า มักให้คุณค่ากับคนที่มีความสามารถในการพูด ตั้งแต่ในโรงเรียนที่ออกแบบการสอนให้นักเรียนได้เป็นผู้พูดที่ดี หรือเมื่อเริ่มโตขึ้นความเป็นผู้นำ ก็มักจะให้คุณค่ากับผู้ที่พูดเก่ง มีความสามารถในการอภิปราย โน้มน้าวผู้คน จนทำให้โลกของเราเต็มไปด้วย คำสอน การโน้มน้าวจิตใจ และหลายครั้งที่มีคนเราคิดถึงแต่สิ่งที่ตนเองกำลังจะพูดมากกว่าการฟังสิ่งที่อยู่ข้างหน้า ดังนั้นการฟังอย่างลึกซึ้งจึงเป็นสิ่งสำคัญในยุคที่เต็มไปด้วยการสื่อสารออนไลน์มาก ไม่ว่าจะมีความสำคัญทางด้านการมีความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง ครอบครัว หรือความสำคัญในการสื่อสาร ทำงานร่วมกัน ภาวะความเป็นผู้นำ จนถึงความสำคัญเชิงจิตวิญญาณ การฟังอย่างลึกซึ้งเป็นการฟังที่ทำให้เราสามารถช่วยคนที่อยู่ข้างหน้าเรากำลังมีความทุกข์ หรือมีปัญหา โดยสามารถทำได้ง่ายที่สุดและไม่ต้องใช้อุปกรณ์อะไร และ บางครั้งความทุกข์หรือปัญหาของคนที่อยู่ข้างหน้าอาจไม่ต้องการการแก้ไขหรือคำแนะนำใดๆ เพียงแค่ต้องการ รับฟังเท่านั้น

/การฟัง...

การฟังอย่างลึกซึ้งคืออะไร

การฟังอย่างลึกซึ้ง (Deep Listening) คือการฟังสิ่งที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน โดยห้อยแขวนคำตัดสินหรือเสียงที่เกิดขึ้นภายในของตนเองเอาไว้ เป็นการฟังเพื่อคนที่อยู่ข้างหน้า เป็นการฟังเพื่อได้รับความเข้าใจและข้อมูล และเท่าทันกรอบความคิด ความเชื่อของตนเอง บางครั้งการฟังอย่างลึกซึ้งไม่ได้หมายถึงการฟังเนื้อหาใจความของคำพูด แต่อาจรวมไปถึงเจตนาของผู้พูด ความรู้สึกของผู้พูดขณะที่กำลังพูด โดยที่เจตนาและความรู้สึกของผู้พูดอาจไม่ได้เป็นไปในทิศทางเดียวกันกับสิ่งที่เขาพูดออกมาก็ได้เช่นกัน นอกจากนั้นไม่จำเป็นที่เราจะต้องเข้าใจเรื่องที่มีเนื้อหา ใจความสำคัญจากผู้พูดในทุกแง่มุม เพราะบางครั้งผู้พูดเองก็อาจไม่รู้แน่ชัดว่าต้องการสื่อสารอะไร แต่การฟังอย่างลึกซึ้งจะช่วยสร้างพื้นที่ปลอดภัย พื้นที่ที่เอื้อต่อการเปิดเผยและเข้าใจ ทำให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดี และการเรียนรู้ได้ ในกระบวนการฟังอย่างลึกซึ้ง เราจะไม่พยายามเข้าไปควบคุมความคิดและอารมณ์ของตนเอง เมื่อเราได้ยินสิ่งที่เราคิดว่าไม่ถูกต้อง หรือเชื่อว่าจะไม่ถูกต้อง เรายังคงเท่าทันว่าสิ่งเหล่านี้เป็นการตัดสินและกรอบความเชื่อของเรา เพียงแค่เท่าทันเสียงที่เกิดขึ้นภายใน เท่าทันการแสดงออกของเราในลำดับถัดมา และปล่อยความคิดหรือการตัดสินเหล่านั้นไป และอยู่กับการฟังคนที่อยู่ข้างหน้า

เท่าทันเสียงตัดสินของตนเอง

ขณะที่มีความคิดใดๆ เกิดขึ้น ให้เรารับรู้และเท่าทันความคิด เสียงที่เกิดขึ้นภายใน โดยไม่ไปตัดสินทั้งผู้พูดว่าเป็นความคิดที่ถูกหรือผิด และโดยมากจะเกิดกับเราซึ่งเชื่อว่าสิ่งที่เรากำลังคิดเป็นความจริง สิ่งที่คุณพูดไม่ใช่ความจริง แต่สิ่งที่ยากคือการเท่าทันความเชื่อของตนเองว่าสิ่งที่เราเห็นว่าเป็นความจริง แต่อาจไม่ใช่ความจริงก็ได้ อาจเป็นเพียงความเชื่อตามการรับรู้ของเราก็ได้ ดังนั้นระหว่างการรับฟังอย่างลึกซึ้ง เราจะฝึกปฏิบัติเพื่อเท่าทันเสียงตัดสินต่างๆ ของตนเอง ความแบ่งแยกเป็นขั้วเช่น ถูกผิด ดีเลว ควรไม่ควร จริงไม่จริง ด้วยเช่นกัน

ไม่พูดแทรกและไม่พูดต่อทันที

การฝึกไม่พูดแทรกและไม่พูดต่อทันทีเป็นการฝึกฝนที่ง่ายที่สุด และรู้ตัวได้เร็ว เมื่อเรากำลังจะพูดแทรก และรู้ทันให้หยุดและกลับไปฟังต่อ บางครั้งบทสนทนาอาจทำให้เราอยากพูดออกไปทันทีทันใด โดยอาจมีความคิดลวกให้เราเชื่อว่าหากไม่พูดออกไปตอนนี้ไม่ได้ ให้เราเท่าทันความอยากพูดของตนเอง ไม่พูดแทรก นอกจากนี้ยังแนะนำว่าไม่ควรจะพูดต่อทันทีที่ผู้พูดพูดจบ เพราะหลายครั้งการหยุดพูดอาจเป็นเพียงต้องการเวลาเพื่อรวบรวมความคิดในการพูดต่อ โดยหากเรามีสิ่งที่ต้องการพูดบ้างอาจลองนับ ๑-๑๐ ในใจช้าๆ ก่อนที่จะพูดสิ่งที่เราอยากสื่อสารหรือคำถามที่เราอยากถามออกไป

เท่าทันความรู้สึกที่เกิดขึ้นของตนเอง

สิ่งสำคัญอีกหนึ่งสิ่งคือการเท่าทันความรู้สึกของตนเอง โดยเฉพาะการรับฟังเพื่อเยียวยาหรือการฟังเพื่อบรรเทาความทุกข์ของคนที่อยู่ข้างหน้า อาจมีเรื่องราวที่ทำให้เราเกิดความสั่นสะเทือนภายใน ให้เราเท่าทันความรู้สึกเหล่านั้น และค่อยๆ ตระหนักรู้ อารมณ์ที่เกิดขึ้นภายใน

การฟังอย่างลึกซึ้งไม่ได้หมายความว่าเราจะต้องรู้สึกทุกข้อมไปกับคนที่อยู่ข้างหน้าจนเรากินเราไหว เพียงแต่เราสามารถเข้าใจและเลือกที่จะดูแลตัวเองไม่ให้จมไปกับความคิดหรือความรู้สึกด้านลบมากเกินไป นอกจากนั้นหากเราฟังต่อไม่ไหว หากการฟังสิ่งเหล่านั้นเป็นอันตรายต่อตัวเราเอง หรือเราไม่ได้อยู่ในสถานะที่จะสามารถฟังเรื่องบางเรื่องได้เช่นขณะที่เรามีภาวะซึมเศร้า เราควรจะดูแลตัวเองเพื่อดูแลคนที่อยู่ข้างหน้าได้ดีขึ้นด้วยเช่นกัน

๒.๒ ค่านิยมที่พึงประสงค์ ๑๒ ประการ

- ๑) ความรักชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์
- ๒) ซื่อสัตย์ เสียสละ อดทน มีอุดมการณ์ในสิ่งที่ดีงามเพื่อส่วนรวม
- ๓) กตัญญูต่อพ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูบาอาจารย์
- ๔) ใฝ่หาความรู้ หมั่นศึกษาเล่าเรียนทั้งทางตรงและทางอ้อม
- ๕) รักษาวัฒนธรรมประเพณีไทยอันงดงาม
- ๖) มีศีลธรรม รักษาความซื่อสัตย์ หวังดีต่อผู้อื่น เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และแบ่งปัน
- ๗) เข้าใจเรียนรู้การเป็นประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข
- ๘) มีระเบียบวินัย เคารพกฎหมาย เคารพผู้อาวุโส
- ๙) มีสติรู้ตัว รู้คิด รู้ทำ ปฏิบัติตนตามพระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
- ๑๐) ดำรงตนอยู่โดยใช้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รู้จักอดออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น หากเหลือก็แจกจ่ายจำหน่าย และพร้อมที่จะขยายกิจการเมื่อมีความพร้อม เมื่อมีภูมิคุ้มกันที่ดี
- ๑๑) มีความเข้มแข็งทั้งทางร่างกาย และจิตใจ ไม่ยอมแพ้ต่ออำนาจฝ่ายต่ำหรือกิเลส มีความละอายเกรงกลัวต่อบาปตามหลักศาสนา
- ๑๒) คำนึงถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม และประโยชน์ของชาติมากกว่าประโยชน์ส่วนตัว

๓. ประโยชน์ที่ได้รับจากการฝึกอบรม

- ๓.๑ ผู้เข้ารับการอบรมมีความเข้าใจในการฟังผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง โดยเฉพาะการรับฟังเพื่อเยียวยาหรือการฟังเพื่อบรรเทาความทุกข์ของผู้อื่น เกิดความตระหนักรู้ อารมณ์ที่เกิดขึ้นภายใน สามารถเข้าใจตนเองและผู้อื่น อันก่อให้เกิดความรักความเข้าใจ ความสามัคคี ช่วยลดปัญหาความขัดแย้งในสังคมได้
- ๓.๒ บุคลากรได้รับการเพิ่มพูนปัญญาทางด้านคุณธรรม และปรับสมดุลทางปัญญา
- ๓.๓ บุคลากรมีค่านิยมที่พึงประสงค์
- ๓.๔ บุคลากรได้รับการพัฒนาศักยภาพการปฏิบัติงานให้เกิดประสิทธิภาพยิ่งขึ้น
- ๓.๕ บุคลากรมีอุดมการณ์และทัศนคติที่ดีงามในการทำงาน
๔. แนวทางในการนำทักษะ ความรู้ที่ได้รับจากการฝึกอบรม มาปรับใช้ให้เกิดประโยชน์แก่หน่วยงาน
- ๔.๑ เสริมสร้างคุณธรรม และจริยธรรมของบุคลากร ตระหนักถึงการรับฟังผู้อื่นอย่างเข้าใจ ส่งผลต่อการทำงานเป็นทีม เกิดความรัก ความเข้าใจ และความสามัคคีภายในองค์กร
- ๔.๒ บุคลากรมีความรู้ ความเข้าใจ ในเรื่องศีลธรรมและจริยธรรมสามารถนำมาใช้ในการปฏิบัติงาน และอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข


จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

เรียน พลเอก ๑๓. ททสท
- เพื่อโปรดพิจารณา

ทท



(นางสาวสุภาวดี แดงบุญเรือง)
นักจัดการงานทั่วไป



(นายเกษม แซ่ลี)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลบางเสาธง

โครงการคุณธรรมจริยธรรมการฝึกปฏิบัติตนทางศีลธรรมเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติงาน

