



ที่ ศธ ๐๗๐๘๘/ว ๓๐๘

สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดสตูล
ต.คลองขุด อ.เมืองสตูล จ.สตูล ๙๑๐๐๐

๕ เมษายน ๒๕๖๙

เรื่อง โครงการพัฒนาบุคลากรเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการปฏิบัติงานในจังหวัดชายแดนภาคใต้

เรียน ผู้อำนวยการสถานศึกษาศูนย์ส่งเสริมการเรียนรู้ระดับอำเภอทุกอำเภอ

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. กำหนดการประชุม จำนวน ๑ ฉบับ
๒. รายละเอียดจำนวนผู้เข้าร่วมโครงการฯ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย สถาบันส่งเสริมการเรียนรู้ภาคใต้ ได้กำหนดจัดโครงการพัฒนาบุคลากรเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการปฏิบัติงานในจังหวัดชายแดนภาคใต้ กิจกรรมที่ ๔ อบรมเชิงปฏิบัติการ “หลักสูตรการแนะแนวและให้คำปรึกษาด้านจิตวิทยา เสริมพลังครู สกร.ชายแดนใต้” สำหรับพนักงานราชการ (ผู้ที่ทำหน้าที่สอน) ระหว่างวันที่ ๖ – ๘ พฤษภาคม ๒๕๖๙ ณ โรงแรมहरรรษาเจบี อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

ในการนี้ สำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ ประจำจังหวัดสตูล ขอเชิญบุคลากรในสังกัดของท่าน พนักงานราชการ (ผู้ที่ทำหน้าที่สอน) เข้าร่วมอบรมเชิงปฏิบัติการดังกล่าว ซึ่งทางโครงการฯ จะเตรียมอาหารกลางวัน อาหารเย็น อาหารว่างและเครื่องดื่มสำหรับผู้เข้าร่วมอบรม โดยขอความอนุเคราะห์เบิกค่าใช้จ่ายอื่นๆ จากต้นสังกัด และลงทะเบียนแบบตอบรับ ภายในวันที่ ๒๕ เมษายน ๒๕๖๙ ทั้งนี้ ให้ส่งแบบตอบรับผ่าน QR Code รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการในส่วนที่เกี่ยวข้อง

ขอแสดงความนับถือ

(นางวาสนา อนุสรณ์ประเสริฐ)

ผู้อำนวยการสำนักงานส่งเสริมการเรียนรู้ประจำจังหวัดสตูล

กลุ่มอำนวยการ (งานบุคลากรและนิติการ)

โทร. ๐ ๗๔๗๑ ๑๔๔๙

โทรสาร ๐ ๗๔๗๒ ๑๔๑๓

“เรียนดี มีคุณธรรม”

กำหนดการ

โครงการพัฒนาบุคลากรเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการปฏิบัติงานในจังหวัดชายแดนภาคใต้
กิจกรรมที่ ๔ อบรมเชิงปฏิบัติการ “หลักสูตรการแนะแนวและให้คำปรึกษาด้านจิตวิทยา
เสริมพลังครู สกร.ชายแดนใต้” สำหรับพนักงานราชการ (ผู้ที่ทำหน้าที่สอน)

ระหว่างวันที่ ๖ - ๘ พฤษภาคม ๒๕๖๙

ณ โรงแรมहरราชาเจบี อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

วันที่ ๖ พฤษภาคม ๒๕๖๙	
เวลา ๐๘.๐๐-๐๙.๐๐ น.	ลงทะเบียน
เวลา ๐๙.๐๐-๐๙.๓๐ น.	- พิธีเปิดโครงการพัฒนาบุคลากรเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการปฏิบัติงาน ในจังหวัดชายแดนภาคใต้ กิจกรรมที่ ๔ อบรมเชิงปฏิบัติการ “หลักสูตรการแนะแนว และให้คำปรึกษาด้านจิตวิทยา เสริมพลังครู สกร.ชายแดนใต้” โดย นางสาวบุษยิณี พิษณุสัมพันธ์ มณีรัตน์ ผอ.สกร.ประจำจังหวัดสงขลา ปฏิบัติหน้าที่ผู้อำนวยการสถาบันส่งเสริมการเรียนรู้ภาคใต้
เวลา ๐๙.๓๐-๑๒.๐๐ น.	• กิจกรรมละลายพฤติกรรม และสร้างพื้นที่ปลอดภัยทางใจ (Safe Space) วิทยากร : ผศ.นพ.ปวรุตม์ พวงศรี วิทยากร : อาจารย์ พญ.ปานรดา สมितिธิติ การอบรมหัวข้อ : ดูแลใจตัวเองก่อนจะดูแลคนอื่น • กิจกรรมเชื่อมโยงครูพื้นที่เสี่ยง แลกเปลี่ยนประสบการณ์การทำงานในพื้นที่วิกฤต วิทยากร : ผศ.ดร.นพพร ธรรมรงค์รัตน์
เวลา ๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐-๑๗.๐๐ น.	• กิจกรรมเชิงปฏิบัติการ (กลุ่มย่อย) “ครูในพื้นที่วิกฤต: ความเครียด ภาวะหมดไฟ และบาดแผลทางใจ” - ความเครียดสะสมจากสถานการณ์น้ำท่วมและเหตุความรุนแรง - ภาวะหมดไฟในการทำงาน (Burnout) - การรับรู้และยอมรับอารมณ์ของตนเอง วิทยากร : ผศ.นพ.ปวรุตม์ พวงศรี วิทยากร : อาจารย์ พญ.ปานรดา สมितिธิติ วิทยากร : ผศ.ดร.นพพร ธรรมรงค์รัตน์ วิทยากร : นางชูใจ ช่วยชู
เวลา ๑๗.๐๐-๑๘.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารเย็น
เวลา ๑๘.๐๐-๒๑.๐๐ น.	• กิจกรรมเชิงปฏิบัติการ “การรู้เท่าทันอารมณ์และร่างกายของตนเอง” - สัญญาณเตือนของความเครียด - เทคนิคการผ่อนคลายและดูแลใจ (Breathing / Grounding)

	<p>- ฝึกปฏิบัติการใช้เครื่องมือดูแลใจตนเอง (Self-care tools)</p> <ul style="list-style-type: none"> • วงสะท้อนคิดและสรุปทเรียนประจำวัน <p>วิทยากร : ผศ.นพ.ปวรุตม์ พวงศรี วิทยากร : อาจารย์ พญ.ปานรดา สมितिธิติ</p>
วันที่ ๗ พฤษภาคม ๒๕๖๙	
เวลา ๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น.	<p>การอบรมหัวข้อ : ฟื้นฟูพลังใจ และสร้างความเข้มแข็งจากภายใน</p> <ul style="list-style-type: none"> • กิจกรรมฟื้นฟูพลังใจยามเช้า <ul style="list-style-type: none"> - ทบทวนการเรียนรู้จากวันแรก - บรรยายและแลกเปลี่ยน Resilience และการเติบโตหลังวิกฤต (Post-Traumatic Growth) <p>วิทยากร : นางซูใจ ช่วยชู</p> <ul style="list-style-type: none"> • กิจกรรมเชิงปฏิบัติการ (กลุ่มย่อย) <p>“ เปลี่ยนประสบการณ์ยากลำบากเป็นพลังใจ ”</p> <ul style="list-style-type: none"> - การมองเหตุการณ์เชิงบวก - การสร้างความหมายใหม่ให้บทบาทรุ <p>วิทยากร : ผศ.นพ.ปวรุตม์ พวงศรี วิทยากร : อาจารย์ พญ.ปานรดา สมितिธิติ วิทยากร : ผศ.ดร.นพพร ธรรมรงค์รัตน์ วิทยากร : นางซูใจ ช่วยชู</p>
เวลา ๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐-๑๗.๐๐ น.	<ul style="list-style-type: none"> • กระบวนการกลุ่ม <p>“ Empowerment ครู สกร. ในพื้นที่พิเศษ ”</p> <ul style="list-style-type: none"> - การเห็นคุณค่าในตนเอง - การค้นหาจุดแข็งของครู
เวลา ๑๗.๐๐-๑๘.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารเย็น
เวลา ๑๘.๐๐-๒๑.๐๐ น.	<ul style="list-style-type: none"> • ฝึกทักษะการสื่อสารอย่างเข้าใจและไม่ตัดสิน (Empathic Communication) <p>วิทยากร : ผศ.นพ.ปวรุตม์ พวงศรี วิทยากร : อาจารย์ พญ.ปานรดา สมितिธิติ วิทยากร : ผศ.ดร.นพพร ธรรมรงค์รัตน์ วิทยากร : นางซูใจ ช่วยชู</p> <ul style="list-style-type: none"> • สรุปทเรียนและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ <p>วิทยากร : ผศ.นพ.ปวรุตม์ พวงศรี วิทยากร : อาจารย์ พญ.ปานรดา สมितिธิติ</p>

วันที่ ๘ พฤษภาคม ๒๕๖๙	
เวลา ๐๙.๐๐-๑๒.๐๐ น.	<p>การอบรมหัวข้อ: จากครูที่เข้มแข็ง สู่การดูแลนักเรียน</p> <ul style="list-style-type: none"> • กิจกรรมเชื่อมโยงและทบทวนพลัง 2 วันที่ผ่านมา <p>วิทยากร : นางชูใจ ช่วยชู</p> <ul style="list-style-type: none"> • บรรยายและกิจกรรม <p>“ เข้าใจนักเรียนในบริบทความเสี่ยงและความเปราะบาง ”</p> <p>วิทยากร : ผศ.ดร.นพพร ธรรมรงค์รัตน์</p> <ul style="list-style-type: none"> • กิจกรรมเชิงปฏิบัติการ <p>“ เครื่องมือจิตวิทยาต่างๆ สำหรับใช้กับนักเรียน ”</p> <ul style="list-style-type: none"> - การฟังอย่างลึกซึ้ง - การเสริมแรงเชิงบวก - กิจกรรมคลายเครียดในห้องเรียน <p>วิทยากร : ผศ.นพ.ปวรุตม์ พวงศรี</p> <p>วิทยากร : อาจารย์ พญ.ปานรดา สมितिฐิติ</p>
เวลา ๑๒.๐๐-๑๓.๐๐ น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
เวลา ๑๓.๐๐-๑๖.๓๐ น.	<ul style="list-style-type: none"> • การออกแบบแผนกิจกรรมดูแลใจนักเรียน (แบ่งกลุ่มตามพื้นที่/จังหวัด) • นำเสนอผลงานและแลกเปลี่ยนความคิดเห็น • สรุปผลการอบรม และสร้างเครือข่ายครูดูแลใจในพื้นที่ <p>วิทยากร : ผศ.นพ.ปวรุตม์ พวงศรี</p> <p>วิทยากร : อาจารย์ พญ.ปานรดา สมितिฐิติ</p> <p>วิทยากร : ผศ.ดร.นพพร ธรรมรงค์รัตน์</p> <p>วิทยากร : นางชูใจ ช่วยชู</p> <ul style="list-style-type: none"> • พิธีปิดโครงการพัฒนาบุคลากรเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการปฏิบัติงานในจังหวัดชายแดนภาคใต้ กิจกรรมที่ ๔ อบรมเชิงปฏิบัติการ “หลักสูตรการแนะแนวและให้คำปรึกษาด้านจิตวิทยา เสริมพลังครู สกร.ชายแดนใต้” <p>โดย นางสาวบุษกพิชญ์สัมพันธ์ มณีรัตน์ ผอ.สกร.ประจำจังหวัดสงขลา</p> <p>ปฏิบัติหน้าที่ผู้อำนวยการสถาบันส่งเสริมการเรียนรู้ภาคใต้</p>

หมายเหตุ : อาหารว่างและเครื่องดื่ม เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๐.๓๐ น. และ เวลา ๑๔.๐๐ - ๑๔.๓๐ น.
กำหนดการอาจเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

รายละเอียดจำนวนผู้เข้าร่วมโครงการพัฒนาบุคลากรเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการปฏิบัติงาน
ในจังหวัดชายแดนภาคใต้

กิจกรรมที่ ๔ อบรมเชิงปฏิบัติการ “หลักสูตรการแนะแนวและให้คำปรึกษาด้านจิตวิทยา
เสริมพลังครู สกร.ชายแดนใต้ สำหรับพนักงานราชการ (ผู้ที่ทำหน้าที่สอน)”

ระหว่างวันที่ ๖ - ๘ พฤษภาคม ๒๕๖๙

ณ โรงแรมทรราชเจบี อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

ที่	สถานศึกษา	พนักงานราชการ (ผู้ที่ทำหน้าที่สอน) จำนวน (คน)	รวม จำนวน (คน)
๑	สกร.ระดับอำเภอเมืองสตูล	๓	๓
๒	สกร.ระดับอำเภอละงู	๒	๒
๓	สกร.ระดับอำเภอท่าแพ	๒	๒
๔	สกร.ระดับอำเภอทุ่งหว้า	๒	๒
๕	สกร.ระดับอำเภอควนโดน	๑	๑
๖	สกร.ระดับอำเภอควนกาหลง	๑	๑
๗	สกร.ระดับอำเภอมะนัง	๑	๑
รวม		๑๒	๑๒



แบบตอบรับเข้าร่วมประชุมฯ



กลุ่มไลน์การอบรม

“เรียนดี มีคุณธรรม”