

454
1

บันทึกการเล่าเรื่อง



เรื่อง เทคนิคการบริหารเวลาในการทำงาน

วันที่ 16 มกราคม 2558

ณ ห้องประชุมรพีพัฒน์ สำนักงานอธิการบดี มทร.พระนคร

ผู้เล่า (คุณกิจ)	รายละเอียดของเรื่อง	สรุปความรู้ที่ได้
<p>นางสาวทศวรรณ อึ้ง นักวิชาการศึกษา ปฏิบัติการ</p>	<p>เทคนิคการบริหารเวลาในการทำงาน</p> <p>การบริหารเวลา คือ การที่สามารถจัดการสิ่งต่างๆ ภายในเวลาที่มีอยู่ให้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี แต่ใช้เวลาให้น้อยที่สุดและก็มีประสิทธิภาพมากที่สุด การบริหารเวลาที่มีความสำคัญ คือ ถ้าบริหารเวลาที่มีอยู่ภายใต้เวลาจำกัดให้ดีก็ทำให้มีเวลาเหลือมากขึ้น ซึ่งถ้ามีเวลาเหลือมากก็สามารถนำไปทำกิจกรรมอื่นๆ ที่เป็นประโยชน์มากขึ้น สามารถลดความเครียดและความกังวลจากงานที่เราปฏิบัติได้</p> <p>เทคนิคในการบริหารเวลา มีดังนี้</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. การไปถึงที่ทำงานก่อนเวลา เพราะจะทำให้มีเวลาในการเตรียมตัว มีสมาธิคิดที่จะทำอะไรก่อนหลัง และได้เวลาที่ทำงานมากยิ่งขึ้น 2. เขียนในสิ่งที่ต้องทำในบันทึก พร้อมจัดสรรเวลาเรียงลำดับความสำคัญของการปฏิบัติงาน 3. จัดโต๊ะทำงานให้เป็นระเบียบ เช่น การทำ 5 ส. 4. ลดจำนวนครั้งในการประชุม หลีกเลี่ยงหัวข้อการประชุมที่ซ้ำๆ เดิมๆ เพราะในบางครั้งไม่ได้ข้อสรุปแล้ว อาจทำให้เสียเวลามาก ควรรวบรัดการจัดการประชุมในหัวข้อเดียว และมีการสรุป มีมติในที่ประชุมทุกครั้ง เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพ 5. มีการแบ่งงานออกเป็นส่วนๆ คือมีการแบ่งหน้าที่ส่วนที่รับผิดชอบอย่างชัดเจน 6. มีการใช้เทคโนโลยีมาช่วย เพื่อให้การปฏิบัติงานมีประสิทธิภาพมากขึ้น ช่วยลดระยะเวลาการปฏิบัติงาน 7. การมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี ทำให้ได้รับความร่วมมือจากหลายฝ่าย เราสามารถมอบหมายงานให้ช่วยปฏิบัติได้ ซึ่งจะเป็นการประหยัดเวลาในการทำงาน ในกรณีที่มีเวลาที่ค่อนข้างจำกัด 	<p>ได้รับความรู้เกี่ยวกับเทคนิคการบริหารเวลาในการทำงาน สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้กับทุกฝ่ายงาน</p>

A/S6
๒



การถอดบทเรียนการเรียนรู้ด้วยการวิเคราะห์หลังการปฏิบัติ
After Action Review (AAR)

1. เป้าหมายของการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้คืออะไร
เพื่อให้บุคลากรในกองพัฒนานักศึกษา ได้รู้ถึงเทคนิคการบริหารเวลาในการทำงาน และสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับงานของแต่ละฝ่ายงานได้
2. สิ่งที่บรรลุเป้าหมายคืออะไร เพราะอะไร
บุคลากรมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเทคนิคการบริหารเวลาในการทำงาน สามารถบริหารเวลาการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น สามารถลดความเครียดและความกังวลจากงานที่ปฏิบัติได้
3. สิ่งที่ไม่บรรลุเป้าหมายคืออะไร เพราะอะไร
-
4. สิ่งที่เกิดความคาดหวังคืออะไร
บุคลากรทุกฝ่าย สามารถนำเทคนิคการบริหารเวลา ไปประยุกต์ใช้กับงานของตนเองได้มากขึ้น และเห็นประโยชน์ของการบริหารเวลาในการปฏิบัติงาน
5. คิดจะกลับไปทำอะไรต่อ
-

กิจกรรมชุมชนนักปฏิบัติ

กลุ่ม กิจกรรมนักศึกษายุคใหม่ ก้าวไกลสู่สากล

เรื่อง เทคนิคการบริหารเวลาในการทำงาน

วันที่ 16 มกราคม 2558

ณ ห้องประชุมรพีพัฒน์ สำนักงานอธิการบดี มทร.พระนคร

คุณเอื้อ	ผู้อำนวยการกองพัฒนานักศึกษา	
คุณอำนวย	นางสุดารัตน์ จุงใจไพศาล	
คุณประสาน	1. นางสาวสิริพร	พุ่มไสว
	2. นางสาวระพีพร	ทองปน
	3. นายฉลอง	อภิวังค์
	4. นางสาวทศวรรณ	อึ้ง
	5. นางสาวชนิษฐา	สุริยะ
	6. นางสาวธนัชชนม์	รุ่งฤทธิ
	7. นางสาวมนสิการ	ชัยวิบูลย์ผล
	8. นางสุนารี	จุลพันธ์
	9. นายสุทธิศักดิ์	สุขสำราญ
	10. นายอัศนพล	กิตติรัตน์นาโชติ
	11. นายไตรวุฒิ	วุฒิสอน
	12. นางสาวอพิมพ์ภา	พันธุ์โสทร
	13. ว่าที่ ร.ต.สราทตา	เล่งไพบุลย์
	14. นางสาวลักษณาพร	เจริญแพ่ง
คุณกิจ	1. นางสาวสโรชา	หัตถกรรม
	2. นายนเรศ	ภูคะฮาด
	3. นายธีรพล	ชมชื่น
	4. นางสาวมงคลรัตน์	ก้อนเครือ
	5. นางสาวมัลลิกา	วีระสัย
คุณวิศาสตร์	นางกรองจิตต์	มุฮัมหมัด
คุณลิขิต	ว่าที่ ร.ต.ธนิษฐ์ธรรม์	ศรีธนสินธร

H/58
4

กิจกรรมชุมชนนักปฏิบัติ
กลุ่ม กิจกรรมนักศึกษายุคใหม่ ก้าวไกลสู่สากล
เรื่อง เทคนิคการบริหารเวลาในการทำงาน
วันที่ 16 มกราคม 2558
ณ ห้องประชุมรพีพัฒน์ สำนักงานอธิการบดี



4/58
5

ผู้เข้าร่วมกิจกรรมชุมชนนักปฏิบัติ
เรื่อง เทคนิคการบริหารเวลาในการทำงาน
วันที่ 16 มกราคม 2558



ณ ห้องประชุมรพีพัฒน์ สำนักงานอธิการบดี มทร.พระนคร

ลำดับที่	ชื่อ-สกุล	สังกัด	ลงนาม	หมายเหตุ
1	ผอ.ประจักษ์ อดวิทย์	ผู้อำนวยการ		
2	ผอ.สิริพร อ.ไพฑูริย์	รองอธิการฯ		
3	นางพรอณิศา สุคันธนาถ	งานบริหาร		
4	นส. สิริวิภา ชาติภักดิ์	นส.ศิริวิภา		
5	นางนงนุช อดวิทย์	งานบริหาร		
6	ร.พ.พร ออสม	—————		
7	ลักษณะพร อดวิทย์	งานบริหาร	ลักษณะพร.	
8	ชนิศา สุโพธิ์	งานบริหาร	ชนิศา	
9	กัญญา อัญญา	งานบริหาร	กัญญา	
10	มนัสพร อดวิทย์	งานบริหาร	มนัสพร	
11	กัญญา อัญญา	งานบริหาร	กัญญา	
12	อ.พรอณิศา อ.ไพฑูริย์	—————	อ.พรอณิศา	
13	อ.พรอณิศา อ.ไพฑูริย์	งานบริหาร	อ.พรอณิศา	
14	นาง สหวิภา อ.ไพฑูริย์	งานบริหาร	สมิ	
15	อ.นิศา อ.ไพฑูริย์	งานบริหาร	อ.นิศา	
16	อ.พรอณิศา อ.ไพฑูริย์	งานบริหาร	อ.พรอณิศา	
17	อ.พรอณิศา อ.ไพฑูริย์	งานบริหาร	อ.พรอณิศา	
18	อ.พรอณิศา อ.ไพฑูริย์	—————	อ.พรอณิศา	
19	อ.พรอณิศา อ.ไพฑูริย์	งานบริหาร	อ.พรอณิศา	
20	อ.พรอณิศา อ.ไพฑูริย์	งานบริหาร	อ.พรอณิศา	
21	อ.พรอณิศา อ.ไพฑูริย์	—————	อ.พรอณิศา	
22	อ.พรอณิศา อ.ไพฑูริย์	งานบริหาร	อ.พรอณิศา	
23	อ.พรอณิศา อ.ไพฑูริย์	งานบริหาร	อ.พรอณิศา	