แบบฟอร์ม Knowledge Capture

สรุปโดย นายบุญธรรม แสนกูล พนักงานปฏิบัติการ (ชั้น 5) งานบริหารทั่วไป

หน่วยงาน องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้เขตขอนแก่น

1. **บริบท หรือความเป็นมา** ประสบการณ์การทำงานที่องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้

2. **วิธีการ / ขั้นตอน หรือกระบวนการที่ได้เรียนรู้** ประสบการณ์การทำงานที่องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้

3.เทคนิคหรือกลยุทธ์ที่สามารถนำไปสู่การปฏิบัติได้ ให้คนรุ่นหลังนำไปใช้ปฏิบัติงานต่อไป

4. **ประเด็นความรู้ที่สำคัญ**

การเตรียมความพร้อมรถยนต์ก่อนเดินทาง

1. ตรวจสอบสภาพภายนอก

ตรวจดูสภาพภายนอกตัวรถว่ามีอะไรผิดปกติหรือไม่ ตรวจเช็คระบบไฟรถให้พร้อม ที่ปัดน้ำฝนต้องมีความพร้อม

2. ตรวจสอบยางรถยนต์

ยางรถยนต์ เป็นหัวใจของความปลอดภัย ควรเช็คลมยางให้เรียบร้อยทุกครั้งก่อนออกเดินทาง โดยดูปริมาณลมยางที่เหมาะสมจากคู่มือที่มากับรถ นอกจากนั้นควรเช็คดอกยาง รวมทั้งลมของยางสำรองเผื่อไว้ด้วย

3. ตรวจสอบช่วงล่าง

เบรก เป็นอีกสิ่งหนึ่งที่ต้องเช็ค สังเกตได้ง่ายๆ คือ ถ้าเหยียบแล้วเบรกไม่นิ่งแต่มีอาการกระเด้งนิดหน่อย เหยียบเบรกแล้วรถเบนไปด้านใดด้านหนึ่ง หรือมีเสียงแปลกๆ รีบแก้ไขทันที โช้คอัพ เป็นสิ่งสำคัญมากสำหรับความปลอดภัยในการขับรถ ควรจะเช็คได้ว่าโช้คอยู่ในสภาพดีหรือไม่ โดยให้คนที่แข็งแรงออกแรงกดรถทีละด้าน หากรถคืนตัวเป็นจังหวะเดียวแสดงว่าโช้คยังอยู่ในสภาพดี แต่หากรถกระดกขึ้นลงหลายทีก่อนจะหยุด ควรจะนำรถไปให้ช่างตรวจสอบ

4. ตรวจสอบน้ำมันเครื่อง

น้ำมันเครื่อง การเช็คระดับน้ำมันเครื่องควรทำบนพื้นราบ และทำในขณะที่เครื่องยนต์ไม่ร้อนเกินไป โดยให้ดึงก้านวัดออกมา แล้วเช็ดด้วยผ้าสะอาดก่อนเสียบกลับ ทิ้งไว้ราว 3 นาที จึงดึงก้านออกเพื่อดูระดับน้ำมันว่าขีดอยู่ระหว่าง MAX-MIN หรือไม่ พร้อมทดสอบความหนืดของตัวน้ำมันเครื่องด้วยว่ามีความข้นเพียงพอ กรองอากาศ การเช็คกรองอากาศ หากที่กรองอากาศสกปรก รถจะวิ่งได้ไม่เต็มที่ และเปลืองน้ำมัน การเตรียมความพร้อมของร่างกายก่อนเดินทาง

ควรนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอและเต็มที่ ไม่ควรดื่มแอลกอฮอล์ หรือยาแก้แพ้ที่อาจทำให้เกิดอาการง่วงได้ สภาพจิตใจจะต้องสบายไม่หงุดหงิด ดวงตาสดใสไม่ง่วงนอน สามารถสู้แสงแดดได้

ถ้าตาพร่ามัวหรือมองเห็นไม่ชัด คุณควรหยุดขับรถในเวลากลางคืน นอกจากนั้นหากคุณรับประทานยาที่ทำให้เกิดอาการง่วงนอนอ่อนเพียควรจะหยุดรถหรือหากไม่มีสติในการขับรถ เช่นมีอาการมึนเมาก็ควรที่จะหยุดรถเช่นเดียวกัน **นอกจากนี้คนที่นั่งรถไปด้วย ก็ควรมีสติพร้อมเพื่อช่วยเพิ่มความปลอดภัยให้แก่กันและกัน**

วิธีขับรถให้ปลอดภัย

1. มองไกล

การมองเลยไปถึงรถคันที่อยู่ข้างหน้าของรถคันหน้าเราอีกที เพื่อให้สามารถเบรกได้ทันหากมีการเบรกกะทันหัน เพื่อลดความรุนแรงของอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้น และอาจสร้างความเสียหายให้แก่รถที่วิ่งต่อท้ายกันอีกหลายคัน

2. มองภาพกว้าง 360 องศา

ผู้ขับควรมองทั้งหน้า ซ้าย ขวา หลัง ล่าง และมองกระจกทุกๆ 5 – 8 วินาที รับรู้สิ่งที่เกิดขึ้นรอบๆ รถของเรา เพื่อให้สามารถประเมินความเสี่ยงจากทุกทิศทาง และทิ้งระยะห่างจากคันหน้าอย่างน้อย 3-4 วินาที

3. สอดส่ายสายตาตลอดเวลา

ไม่มองจุดใดจุดหนึ่งนานเกินไป (ไม่เกิน 2 วินาที) เพราะจะทำให้เรามองไม่เห็นรถคันอื่นที่อาจแทรกมาได้ การละสายตาออกจากการมองท้องถนนมีโอกาสที่เกิดอุบัติเหตุ ทั้งจากตัวเรา หรือการขับขี่ของผู้ร่วมทางคันอื่นได้ตลอดเวลา

4. สร้างพื้นที่ว่างให้ตัวเอง

หากเป็นไปได้ ให้พยายามให้มีช่องว่างรอบๆ รถของเรา เพื่อให้สามารถหลบหลีกได้ทัน หากมีรถคนอื่นเบียดเข้ามา หรือเบรกกะทันหัน ควรเว้นระยะห่างจากคันหน้าประมาณ 5 เมตรเพื่อความปลอดภัย

5. ให้สัญญาณล่วงหน้า

หากต้องการที่จะเลี้ยว เปลี่ยนเลน หรือหยุด ควรให้สัญญาณแก่รถคันอื่นก่อน เพื่อป้องกันการเกิดอุบัติเหตุ

เทคนิคการขับรถลดอุบัติเหตุ

1. กฎความปลอดภัย

ก่อนสตาร์ทเครื่องยนต์

- คาดเข็มขัดนิรภัยและปรับเบาะนั่ง
- ปรับมุมกระจกส่องหลังทั้ง 3 บาน
- เลื่อนคันเกียร์มาที่ตำแหน่ง P (รถเกียร์อัตโนมัติ) หรือเกียร์ว่างสำหรับรถเกียร์ธรรมดา

- ขณะสตาร์ทเครื่องยนต์ให้เหยียบคลัช (รถเกียร์ธรรมดา) หรือเบรค (รถเกียร์อัตโนมัติ)
- อย่ายืนสตาร์ทเครื่องยนต์รถ
- กรณีขับรถถอยหลัง ให้ขับช้าๆ เท่าที่จะทำได้
- เหยียบเบรคทดสอบในระยะ 10 เมตรแรกที่เคลื่อนรถออก
- ดึงเบรคมือทุกครั้งที่จอดรถ (รวมทั้งจอดรอสัญญาณไฟ)
- หมุนพวงมาลัยให้ล้อชนขอบถนน เมื่อจอดรถบนทางลาดชัน
- การเปลี่ยนยางรถให้หาวัสดุมารองหนุนล้อรถ เพื่อกันรถเคลื่อนขณะขึ้นแม่แรงยกรถ
- อย่าจอดรถบนเชิงสะพาน ทางโค้ง หรือช่องขวาสุด เมื่อรถเสีย

2. ท่านั่งขับรถ (จะบอกขีดความสามารถในการควบคุมรถ)

- การปรับระยะห่างเบาะรองนั่ง สำหรับรถเกียร์ธรรมดา ให้เท้าเหยียบแป้นคลัชจนสุด ค้างไว้โดยไม่เขย่ง แล้วเลื่อนเบาะเข้ามาให้เข่างอเล็กน้อย และรถเกียร์อัตโนมัติให้เหยียบคันเร่งจนสุด โดยไม่เขย่งแล้วเลื่อนเบาะเข้ามาเหมือนกับรถเกียร์ธรรมดา
- ต้องนั่งหลังพิงพนักเบาะให้มั่นคง เวลาโดยชนจะลดแรงที่กระทำต่อกล้ามเนื้อหลัง
- ปรับระดับคอพวงมาลัยให้เห็นมาตรวัดและไพเตือนบนหน้าปัดและวงพวงมาลัยต้องสูงพ้นหน้าตัก/หน้าขาของผู้ขับรถ
- มือจับพวงมาลัยส่วนบนสุดและงอแขนเล็กน้อย จะช่วยให้มีระยะหมุนพวงมาลัยได้ดีกว่าการเหยียดแขนตรง
- เวลาขับรถอย่านั่งหุบเข่า ให้เข่าซ้ายยันกับคอนโซลกลางรถ เพื่อให้เกิดความมั่นคงเวลาขับรถ
- การหมุนพวงมาลัย ต้องให้น้ำหนักเท่ากันทั้งมือขวาและซ้าย จะทำให้หมุนพวงมาลัยไม่กระตุก
- ในการเหยียบเบรคหรือคลัช ให้ส้นเท้าลอยจากพื้นรถ (ถ้าส้นเท้าแตะพื้นรถ แรงจะลงที่พื้นรถมากกว่าไปที่คันเบรค เป็นสาเหตุให้เบรครถไม่หยุด โดยเฉพาะเมื่อเกิดเหตุวิกฤติ)

3. การวางแผนขับรถ จะช่วยลดอุบัติเหตุลงได้ ผู้ขับขี่จะต้อง

- มองรถที่อยู่ข้างหน้าไปอีก 5 คัน ในการขับตามกันบนถนน (ที่รถวิ่งด้วยความเร็วสูง) ถ้าคันหน้าแตะเบรค ผู้ขับขี่ก็จะมีเวลาประมาณ 5 วินาทีในการตอบสนองได้ทัน
- ขณะขับรถเข้าโค้ง ตาต้องมองไปที่ทางโค้ง ซึ่งตาจะประเมินความโค้งและมือจะมีความสัมพันธ์กับตาทำให้ควบคุมรถเข้าโค้งได้ดีขึ้น
- การขับรถเข้าโค้ง ให้ชะลอความเร็ว หรือแตะเบรคก่อนเข้าโค้ง (Entrance) แล้วถอนเบรคพร้อมกับเร่งคันเร่งเมื่อถึงกลางโค้ง (Apex) และคืนพวงมาลัยเมื่อสุดโค้ง (Exit) ดูภาพประกอบ

- การเปลี่ยนเกียร์ เกียร์ธรรมดา เปลี่ยนที่ความเร็วรอบระหว่าง 3,000-4,000 รอบต่อนาที แต่เมื่อจะแซงให้เปลี่ยนเป็นเกียร์ต่ำก่อน เกียร์อัตโนมัติ ให้ใช้ Kick Down ในการแซง

4. เกร็ดเล็กเกร็ดน้อย (Driving Tip)

- การหยุดรถ ควรหยุดห่างจากท้ายรถคันข้างหน้าในระยะที่สามารถมองเห็นล้อรถคันข้างหน้าได้

- การเปลี่ยนช่องทาง การเลี้ยวหรือแซง ควรให้สัญญาณไฟกระพริบอย่างน้อย 3 ครั้ง ก่อนหมุนพวงมาลัยและควรระมัดระวังรถจักรยานยนต์ที่อาจแซงขึ้นมา

- การเว้นระยะห่างในขณะขับรถ ควรเว้นระยะห่างประมาณ 2-4 วินาที โดยสังเกตระยะทางประมาณหนึ่งช่วงเสาไฟฟ้า

- การจอดรถ ควรถอยเข้าที่จอดรถ เพื่อหลีกเลี่ยงการชนกันขณะขับออกจากที่จอดและง่ายต่อการบังคับรถ

เทคนิคในการทำงานที่มีประสิทธิภาพทั้งหมดนี้จะเป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยให้ผู้ปฏิบัติงานในองค์การปฏิบัติงานให้องค์กรเจริญก้าวหน้าต่อไป

5. **บทสรุป** พนักงานขับรถที่ดีไม่เพียงแค่รู้กฎจราจรขั้นพื้นฐานแต่ ยังต้องมีทักษะการขับรถที่ดี มีสมาธิสติระหว่างการขับรถ และต้องคำนึงถึงความปลอดภัยไว้ก่อนเสมอ