

KSU
จบ
ในเล่มเดียว

100

Prompt

ChatGPT



เพิ่มประสิทธิภาพงาน
ประหยัดเวลา
ทำงานปลอดภัย
ด้วย AI



สำหรับ จบ. และ งานความปลอดภัย



ครอบคลุมทุกงานความปลอดภัย

- ✓ กฎหมายและมาตรฐาน
- ✓ การประเมินความเสี่ยง
- ✓ การตรวจสอบและรายงาน
- ✓ การอบรมและสื่อสารความปลอดภัย
- ✓ แผนฉุกเฉินและการตอบโต้
- ✓ สถิติ วิเคราะห์ และปรับปรุงงาน
- ✓ เอกสารและแบบฟอร์ม
- ✓ อีกมากมาย 100 หัวข้อ



กฎหมาย



ประเมินความเสี่ยง



ตรวจสอบ



อบรม



แผนฉุกเฉิน



วิเคราะห์ & ปรับปรุง



เอกสาร &
แบบฟอร์ม

ใช้ได้ทันที!
คิดสรรพร้อมใช้
100 หัวข้อ

www.สมาร์ทเซฟตี้.COM



ประหยัดเวลา

ทำงานเร็วขึ้น



แม่นยำ น่าเชื่อถือ

ใช้งานได้จริง



ปลอดภัย

ตามกฎหมาย



ยกระดับงาน จบ.

สู่มืออาชีพ

สำหรับ: ผู้เขียนชม

ตัวอย่าง - SAMPLE 08/07/2026 05:48



E-BOOK ฉบับสมบูรณ์

100

ไอเดียคำสั่ง

ChatGPT

เพื่อ จป. มืออาชีพ

เสริมพลังงาน
เพิ่มประสิทธิภาพ
ลดความเสี่ยง
ในทุกวัน!



ใช้งานได้ทันที ครอบคลุมทุกด้าน



กฎหมาย & มาตรฐาน

เข้าใจกฎหมายและข้อบังคับง่ายขึ้น



เอกสาร & แบบฟอร์ม

สร้างเอกสารไว ใช้ได้จริง



วิเคราะห์ความเสี่ยง

ประเมินอันตราย แม่นยำ ครบถ้วน



สื่อสาร & อบรม

สื่อสารชัด อบรมสนุก เข้าใจง่าย



เครื่องมือ & เทคนิคล้ำ

ตัวช่วยงาน จป. ยุคดิจิทัล

พร้อมใช้ ครอบคลุม 5 หมวดหลัก

- ✓ กฎหมาย & มาตรฐาน (JSA, JHA, SOP)
- ✓ แบบฟอร์ม & เอกสาร (Check List, Report)
- ✓ วิเคราะห์ความเสี่ยง (HAZOP, Risk Assessment)
- ✓ สื่อสาร & อบรม (Toolbox Talk, Infographic)
- ✓ เครื่องมือ & เทคนิคพิเศษ (5 Why, Root Cause)

เปลี่ยนงานยาก
ให้เป็นเรื่องง่าย

ด้วยพลังของ AI



ออกแบบเพื่อ จป. ทุกคน

ทำงานปลอดภัย มั่นใจในทุกขั้นตอน
สร้างวัฒนธรรมความปลอดภัยในองค์กรอย่างยั่งยืน

“ คนทำงานกลับบ้านได้ทุกวัน คือชัยชนะที่แท้จริงของ จป. ” ตัวอย่าง - SAMPLE_08/07/2026_05:48

คำนำ

ในยุคที่เทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ (AI) ก้าวเข้ามามีบทบาทในชีวิตประจำวันและการทำงาน ผู้เขียนเชื่อมั่นอย่างยิ่งว่า เจ้าหน้าที่ความปลอดภัย (จป.) คือกลุ่มวิชาชีพที่จะได้รับประโยชน์จาก AI มากที่สุดกลุ่มหนึ่ง

งานของ จป. มีความหลากหลายและซับซ้อน ตั้งแต่การเขียนเอกสาร JSA, SOP, แผนฉุกเฉิน ไปจนถึงการวิเคราะห์อุบัติเหตุ การจัดอบรม และการรายงานต่อหน่วยงานราชการ งานเหล่านี้ต้องใช้ทั้งความรู้เชิงเทคนิคและทักษะการสื่อสารที่ดี ซึ่งมักใช้เวลา

AI – ผู้ช่วย จป. ตลอด 24 ชั่วโมง



ChatGPT และ AI เปรียบเสมือน "ผู้ช่วย จป." ที่ทำงานได้ตลอด 24 ชั่วโมง ไม่เหน็ด ไม่เมื่อย และมีความรู้กว้างขวาง – หากคุณรู้จักวิธีสั่งงานที่ถูกต้อง

E-Book เล่มนี้รวบรวม 100 Prompt สำเร็จรูป

ที่ผ่านการทดสอบและปรับปรุงให้เหมาะสมกับงานความปลอดภัยในประเทศไทย ครอบคลุม 12 หมวดหมู่หลัก คุณสามารถนำไปใช้ได้ทันที เพียงแค่ Copy & Paste แล้วปรับให้เข้ากับบริบทของคุณ

ผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่า E-Book เล่มนี้จะช่วยให้ จป. ทุกท่านทำงานได้มีประสิทธิภาพมากขึ้น มีเวลาไปดูแลสิ่งที่สำคัญกว่า นั่นคือ ความปลอดภัยของพนักงานในสถานประกอบการ

ด้วยความปรารถนาดี

 ทีมงาน สมาร์ทแชท

📄 คำนำ

❤️ คำขอบคุณ

ปูพื้นฐานก่อนเริ่ม

★ 🗣️ ChatGPT & Prompt 100 – ทำความรู้จัก AI ฉบับเข้าใจง่าย

6

เนื้อหาหลัก

1	🔧 เริ่มต้นกับ ChatGPT – คู่มือ จป. ฉบับย่อ	10
2	📄 เขียน JSA (Job Safety Analysis)	12
3	🔍 วิเคราะห์อุบัติเหตุ & สอบสวนเหตุการณ์	15
4	📄 เขียน SOP และขั้นตอนปฏิบัติงาน	18
5	🚨 จัดทำแผนฉุกเฉิน (Emergency Response Plan)	21
6	🗣️ เขียน Toolbox Talk	23
7	🔍 วิเคราะห์สาเหตุราก (5 Why Analysis)	26
8	📄 จัดทำรายงานและสถิติความปลอดภัย	29
9	🏠 เนื้อหาอบรมและการสอน	31
10	📄 ตรวจสอบและ Audit ความปลอดภัย	34
11	🔔 การสื่อสารและประกาศด้านความปลอดภัย	36
12	🎯 Prompt ขั้นสูงและเทคนิคพิเศษ	38



📺 ChatGPT & Prompt 101

ก่อนจะไปถึง 100 Prompt สำเร็จรูป มาทำความเข้าใจพื้นฐานกันสักนิด เพื่อให้คุณใช้เครื่องมือนี้ได้อย่างมั่นใจและเกิดประโยชน์สูงสุด บทนี้เขียนสำหรับผู้ที่ไม่เคยใช้ AI มาก่อน อ่านง่าย ไม่มีศัพท์เทคนิคซับซ้อน

🤖 ChatGPT คืออะไร?

ChatGPT คือโปรแกรมปัญญาประดิษฐ์ (AI) ประเภทหนึ่งที่เรียกว่า "แชทบอต" (Chatbot) พัฒนาโดยบริษัท OpenAI ความสามารถหลักของมันคือการเข้าใจภาษามนุษย์และตอบกลับเป็นภาษาที่เป็นธรรมชาติ คุณสามารถพิมพ์คุยกับมันได้เหมือนคุยกับผู้ช่วยที่มีความรู้กว้างขวาง ไม่ว่าจะถามคำถามขอให้เขียนเอกสาร สรุปข้อมูล แปลภาษา หรือช่วยวิเคราะห์ปัญหา

ลองนึกภาพว่า ChatGPT เปรียบเสมือนผู้ช่วยที่เคยอ่านหนังสือ บทความ และเอกสารมานับล้านชิ้น จึงสามารถนำความรู้เหล่านั้นมาช่วยงานคุณได้ทันที เพียงแค่คุณ "สั่งงาน" ให้ถูกวิธี



🗨️ คุยกับ ChatGPT ได้ที่ไหน?

ใช้งานได้ฟรีผ่านเว็บไซต์ chat.openai.com หรือแอปพลิเคชัน ChatGPT บนมือถือ (iOS/Android) เพียงสมัครบัญชีก็เริ่มใช้งานได้ทันที มีทั้งเวอร์ชันฟรีและเวอร์ชันเสียเงิน (Plus) ที่ให้ความสามารถสูงขึ้น