



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ (สำนักปลัด) องค์การบริหารส่วนตำบลหนองหล่ม

โทร. ๐-๕๔๓๖-๘๔๓๕ ต่อ ๑๓

ที่ ลป ๗๙๑๐๑/๓๒๙

วันที่ ๗ ตุลาคม ๒๕๖๘

เรื่อง รายงานผลการดำเนินงานองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ขององค์การบริหารส่วนตำบลหนองหล่ม

เรียน นายองค์การบริหารส่วนตำบลหนองหล่ม

ตามที่สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลหนองหล่ม ได้ดำเนินการองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๘ เพื่อสร้างองค์กรที่มีสภาพแวดล้อมที่ดีในที่ทำงาน ก่อให้เกิดความสบาย สุขใจ ในที่ทำงานและวัฒนธรรมที่เอื้อต่อการลดปัจจัยเสี่ยง และสร้างปัจจัยเสริมด้านสุขภาพให้แก่บุคลากรโดยใช้สูตรสร้างองค์กรสุขภาวะ (๘ Happy) ตามหลักเกณฑ์ที่สำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร (สสส.) นั้น

บัดนี้การดำเนินงานองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๘ เรียบร้อยแล้ว จึงขอรายงานผลการดำเนินงานองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๘

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

(นางสาวลิดาวัลย์ ชันแก้ว)

นักทรัพยากรบุคคลชำนาญการ

ความเห็นหัวหน้าสำนักปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล..... เพื่อโปรดทราบ

(นางรัตนาภรณ์ อินนาค)

หัวหน้าสำนักปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลหนองหล่ม

ความเห็นปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล..... เพื่อทราบ

(นางทิวดา สังวรรณ)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลหนองหล่ม

ความเห็นนายองค์การบริหารส่วนตำบล..... ทราบเป็นดาร์ประจำชุมชนหมู่บ้านหนองหล่ม

(นายสุรียา ตาสูวรรณ)

นายองค์การบริหารส่วนตำบลหนองหล่ม



# รายงานผลการดำเนินงานองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)



องค์การบริหารส่วนตำบลหนองห่อม  
อำเภอห้วยฉัตร จังหวัดฉะเชิงเทรา



## Happy Workplace หรือ องค์กรแห่งความสุข

ก็คือกระบวนการพัฒนาคนในองค์กรอย่างมีเป้าหมาย และยุทธศาสตร์ให้สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ขององค์กรเพื่อให้ องค์กรมีความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลง นำพาองค์กรไปสู่การเติบโตอย่างยั่งยืน

องค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace) เป็นแนวคิดหลักที่มุ่งการดำเนินงานกับ กลุ่มเป้าหมายหลักคือ “คนทำงาน ในองค์กร” ที่ถือเป็นบุคคลสำคัญและเป็นกำลังหลักของทั้งครอบครัว องค์กร ชุมชน และสังคม การสร้างความสุขในที่ทำงาน นับว่าเป็นปัจจัยสำคัญในการบริหารองค์กร มุ่งเน้นให้บุคลากรทุก คนในองค์กรมีความสุขในการทำงาน ความสุขที่เกิดขึ้นนั้นก่อให้เกิดกระบวนการทางความคิด ทำให้งานที่ ได้รับมอบหมายมีประสิทธิภาพมากขึ้น ลดความตึงเครียดจากการทำงาน สภาพแวดล้อม รวมทั้งลดความขัดแย้ง ภายในองค์กร ความสุขที่เกิดขึ้นจากการทำงานเปรียบเสมือนน้ำหล่อเลี้ยงให้พฤติกรรมคนปรับเปลี่ยนและพัฒนาใน แนวโน้มที่ดีขึ้น

Happy Workplace คือ กระบวนการพัฒนาคนในองค์กรอย่างมีเป้าหมายและให้ยุทธศาสตร์ สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ขององค์กร เพื่อให้องค์กรมีความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะนำพาองค์กรไปสู่การเติบโต อย่างยั่งยืน (การจัดการองค์กรโดยเน้น การจัดการ “คน” เป็นหลัก) โดยใช้ความสุขพื้นฐานแปดประการ (Happy ๘) เป็นแนวทางในการบริหารจัดการชีวิตให้มีความสุข อย่างยั่งยืน สร้างทัศนคติบวกต่อมุมมอง ในการดำเนินชีวิต การอยู่ร่วมกับผู้อื่น การรับมือต่อข้อสงสัย เป็นสมาชิกที่ดีต่อครอบครัว องค์กร และสังคม โดยมีความสุขที่แท้จริงบนพื้นฐาน ความสุขแปดประการที่สมดุลกับชีวิต ประกอบด้วย



### Happy Body (สุขภาพดี)

มีสุขภาพแข็งแรงทั้งกายและจิตใจ เพราะมีความเชื่อว่าถ้ามนุษย์ มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงก็จะมีจิตใจที่ดี พร้อมทั้งจะรับมือกับปัญหา ที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี



### Happy Heart (น้ำใจงาม)

มีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกันและกัน เนื่องจากมีความเชื่อว่าความสุขที่แท้จริงคือการเป็นผู้ให้



### Happy Society (สังคมดี)

มีความรักสามัคคีเอื้อเฟื้อต่อชุมชนที่ตนทำงาน และพักอาศัย มีสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดี เพราะเชื่อว่าการที่ผู้คนมีความเป็นอยู่ที่ดี ภายในสังคมหรือชุมชน ย่อมเป็นพื้นฐานที่ดี ทำให้ผู้อยู่อาศัย มีความรัก ความปรองดอง สามัคคีต่อกัน พร้อมร่วมแรงร่วมใจช่วยกันพัฒนาชุมชน ให้มีชีวิตการเป็นอยู่ที่ดีขึ้น



### Happy Relax (ผ่อนคลาย)

รู้จักผ่อนคลายต่อสิ่งต่างๆ ในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่าการที่คนทำงาน หากไม่รู้จักสรรหาการผ่อนคลายให้กับตนเอง จะทำให้ร่างกายและจิตใจเกิดความเครียด อันส่งผลกระทบต่อหน้าที่การทำงาน



### Happy Brain (หาความรู้)

มีการศึกษาหาความรู้พัฒนาตนเองตลอดเวลาจากแหล่งต่างๆ นำไปสู่การเป็นมืออาชีพและความมั่นคงก้าวหน้าในการทำงาน เพราะเชื่อว่า ถ้าเราทุกคนแสวงหาความรู้ใหม่ๆ มาเพิ่มพูนความรู้และพัฒนาตนเองอยู่เสมอ ก็จะเป็นอย่างหนึ่งแรงผลักดัน ช่วยให้องค์กรพัฒนาขึ้นด้วยบุคลากรที่มีศักยภาพ



### Happy Soul (ทางสงบ)

มีความศรัทธาในศาสนาและมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่าหลักธรรมคำสอนของศาสนาเป็นสิ่งที่จะช่วยการดำเนินชีวิตของทุกคนให้ดำเนินไปในเส้นทางที่ดีได้ ทำให้ทุกคนมีสติ มีสมาธิในการทำงาน สามารถรับมือกับปัญหาที่เข้ามาได้ ยึดหลักสนับสนุนให้เป็นคนดี คิดดี ทำดีและมีความศรัทธาในคุณงามความดีทั้งปวง



### Happy Money (ปลอดภัย)

มีเงิน รู้จักเก็บรู้จักใช้ ไม่เป็นหนี้ ปลูกฝังนิสัยอดออม ประหยัด รู้จักวิธีใช้เงิน ไม่ใช่สุรุ่ยสุร่าย ใช้จ่ายแต่เท่าที่จำเป็น ยึดหลักคำสอนการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง



### Happy Family (ครอบครัวดี)

มีครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง ปลูกฝังนิสัยรักครอบครัว เพื่อนำไปเป็นหลักการใช้ชีวิตให้รู้จักความรัก ความเชื่อมั่น และความศรัทธา ในความดีงาม จึงจะเกิดเป็นคนดี ในสังคม (รักตนเอง รักครอบครัว รักการงาน รักเพื่อน รักในสิ่งที่พอเพียง)



องค์การบริหารส่วนตำบลหนองห่อม  
มีการจัดกิจกรรมและโครงการที่ส่งเสริมและบริหารจัดการองค์กรให้เป็นองค์กรสุขภาวะ  
(Happy Workplace)

๑. Happy Body (สุขภาพดี)

- กิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย (หลังเลิกงาน)



- ส่งเสริมการเล่นกีฬาของพนักงานส่วนตำบลร่วมกับชุมชน



(๒) Happy Heart การส่งเสริมให้เกิดความเกื้อกูลในองค์กร จัดกิจกรรมส่งเสริมบุคลากร มีน้ำใจเอื้อเฟื้อเพื่อแผ้ว  
เกิดความเอื้ออาทรต่อกัน

- กิจกรรมวันแสดงมุทิตาจิต



(๓) Happy Society การส่งเสริมให้เกิดความสามัคคีในองค์กร จัดกิจกรรมสนับสนุนให้ เกิดความรักความ  
เข้าใจรักสามัคคีในองค์กร

- กิจกรรมจิตอาสา



(๔) Happy Relax การส่งเสริมให้มีสภาพแวดล้อมที่ผ่อนคลาย จัดกิจกรรมนันทนาการเพื่อผ่อนคลายความเครียดจากการทำงาน

- รับประทานอาหารร่วมกัน พบปะ พูดคุย



(๕) Happy Brain การส่งเสริมให้บุคลากรได้พัฒนาความรู้ความสามารถ จัดกิจกรรมส่งเสริมให้บุคลากรศึกษาหาความรู้ด้วยตนเองเพื่อให้เกิดทักษะ ความชำนาญ

- ส่งเจ้าหน้าที่เข้ารับการอบรมตามหลักสูตรเพื่อพัฒนาตนเอง ตัวอย่างใบประกาศผู้ผ่านการอบรม



(๖) Happy Soul การส่งเสริมให้บุคลากรมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต จัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้บุคลากร มีความศรัทธาในศาสนาและมีศีลธรรม

-โครงการแห่เทียนจำนำพรรษา กิจกรรมเข้าวัดฟังธรรม ร่วมกิจกรรมทางพุทธศาสนา





(๘) Happy Money การส่งเสริมสถาบันครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง

- จัดทำเอกสารประชาสัมพันธ์การส่งเสริมสถาบันครอบครัวให้กับพนักงาน และเจ้าหน้าที่ในหน่วยงาน

 <p style="text-align: center;"><b>10 ลักษณะครอบครัวที่อบอุ่น</b> ครอบครัวอบอุ่น คือครอบครัวที่สมบูรณ์แบบ การมีครอบครัวที่อบอุ่นทำให้เราดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุข</p>	
 <p><b>มีขอบเขตที่เหมาะสม ทั้งขอบเขตส่วนบุคคล และคนในครอบครัว</b></p>	 <p><b>มีความผูกพันทาง อารมณ์ที่เหมาะสม ไม่ห่างเกินไป และไม่ใกล้ชิด ชิดกันเกินไป</b></p>
 <p><b>มีการจัดลำดับอำนาจ และความเป็นผู้นำที่ชัดเจน</b></p>	 <p><b>สมาชิกมีบทบาทหน้าที่ ชัดเจนและปฏิบัติหน้าที่ได้ อย่างสอดคล้องกัน</b></p>
 <p><b>โครงสร้างและการปฏิบัติ หน้าที่ของครอบครัวมีความ ยืดหยุ่นดีและเหมาะสม</b></p>	 <p><b>สามารถแก้ไขความขัดแย้ง ได้อย่างมีประสิทธิภาพ</b></p>
 <p><b>มีการจัดระบบภายใน ครอบครัวอย่างมี ประสิทธิภาพ</b></p>	 <p><b>มีการสื่อสารที่มี ประสิทธิภาพ</b></p>
 <p><b>มีเครือข่ายทางสังคมที่ดี และมีความสัมพันธ์ที่ดีกับ ครอบครัว</b></p>	 <p><b>สมาชิกในครอบครัวใช้ เวลาอยู่ร่วมกันตาม สมควร</b></p>

**4 วิธี** 

**สร้างความสัมพันธ์ที่อบอุ่นในครอบครัว**

- 1 การเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน..**

เอาใจใส่ช่วยเหลือเกื้อกูลกันเสมอไม่ปล่อยประหลาดกัน  
เวลาไม่เข้าใจถึงคุยกันด้วยเหตุผล ขอร้องขอเสียและขอ  
ปรับปรุงให้ดีขึ้น ซึ่งจะเป็ค่าแรกที่จะช่วยให้ครอบครัวแบ่ง  
แรงหากยังชีพ


- 2 ความเข้าใจ..**

การที่สมาชิกภายในบ้านพยายามทำความเข้าใจความ  
รู้สึก นิสัย ตัวตน และความต้องการของกันและกัน และคอย  
ปรับจูนขาดตรงกลางที่พอดีสำหรับทุกคน ขวุดที่ทำได้ทุก  
คนได้เป็สิ่งที่ต้องการภายใต้ขอบเขตที่ทุกคนในบ้าน  
ยอมรับได้


- 3 การพูด..**

การพูดที่จะช่วยทำให้สัมพันธ์ภาพของคณะในครอบครัวดี  
และอบอุ่นมากยิ่งขึ้น คือ การพูดคุยด้วยความเคารพให้เกียรติ  
ซึ่งกันและกัน คอยถายสารทุกข้อสงสัยกับข้อสงสัย คอยสอนใน  
สิ่งที่ถูกต้อง และคอยให้กำลังใจกันอยู่เสมอ


- 4 ใช้เวลาร่วมกัน..**

พยายามหาเวลาในแต่ละวันให้ได้ทำกิจกรรมร่วมกัน  
อย่างพอเพียง ช่วงเวลาที่ดีควรจะเป็นเวลาว่างที่ถือเป็นเวลา  
ของครอบครัว ที่คนในบ้านจะได้มาเจอตัวกัน เพื่อพูดคุยแลกเปลี่ยน  
ประสบการณ์หรือสิ่งที่ได้มาเจอมาในแต่ละวัน



- ส่งเสริมให้พนักงาน และเจ้าหน้าที่ในหน่วยงานสร้างความอบอุ่นในครอบครัว โดยสามารถนำบุคคลในครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมและใช้เวลาร่วมกันในงานกิจกรรมต่างๆ ของหน่วยงานที่จัดได้ เช่น กิจกรรมวันเด็กแห่งชาติ กิจกรรมวันแม่แห่งชาติ กิจกรรมทำบุญตักบาตร และกิจกรรมรดน้ำดำหัวผู้สูงอายุ เป็นต้น

