

## แนวทางการดำเนินงานองค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace) องค์การบริหารส่วนตำบลลิพัง อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

### ๑. หลักการและเหตุผล

“บุคลากรในองค์กร” ถือเป็นบุคคลสำคัญและเป็นกำลังในการขับเคลื่อนองค์กร เมื่อบุคลากรในองค์กรมีความสุขย่อมส่งผลดีต่อการทำงานขององค์กร ความผาสุกในครอบครัว และชุมชน การสร้างความสุขในที่ทำงานนับว่าเป็นปัจจัยสำคัญในการบริหารองค์กร ความสุขที่เกิดขึ้นนั้นก่อให้เกิดการรังสรรค์ทางความคิด งานมีประสิทธิภาพมากขึ้น ทำงานอย่างเต็มที่เต็มความสามารถ ลดความเครียด ลดความขัดแย้งในองค์กร เกิดความก้าวหน้าและการพัฒนาขององค์กรอย่างต่อเนื่อง นำไปสู่องค์กรแห่งความสุขอย่างแท้จริงความสุขที่เกิดขึ้นจากการทำงานทำให้พฤติกรรมคนปรับเปลี่ยนและพัฒนาในแนวโน้มที่ดี ทั้งยังเป็นแรงจูงใจให้อยู่กับองค์กรนานกว่าคนที่ไม่มีความสุข ซึ่งเป็นการธำรงรักษาอัตราตามแผนการบริหารและพัฒนาทรัพยากรบุคคล

องค์การแห่งความสุข (Happy Workplace) คือ กระบวนการพัฒนาคนในองค์กรอย่างมีเป้าหมายให้สอดคล้องกับวิสัยทัศน์และภารกิจขององค์กร เพื่อให้องค์กรมีความสุขพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลง นำพาองค์กรไปสู่การเติบโตอย่างยั่งยืน (ชาญวิทย์ วสันต์ธนารัตน์, และธีรธรรม วุฒิวิตรชัยแก้ว. (๒๕๕๙). องค์กรแห่งความสุข. กรุงเทพฯ: บริษัทแอทไฟร์พรินท์ จำกัด.) ซึ่งเป็นการจัดการองค์กรโดยเน้นการจัดการ “คน” เป็นหลัก ใช้ความสุขแปดประการ (แนวคิด Happy ๘) เป็นแนวทางในการบริหารจัดการชีวิตให้มีความสุขอย่างยั่งยืน สร้างทัศนคติบวกต่อมุมมองในการดำเนินชีวิต การอยู่ร่วมกับผู้อื่น การรับผิดชอบต่อสังคม เป็นสมาชิกที่ดีต่อครอบครัว องค์กร และสังคม โดยมีความสุขที่แท้จริงบนพื้นฐานความสุขแปดประการที่สมดุลกับชีวิต

### ๒. วัตถุประสงค์

๑. เพื่อเป็นกรอบแนวทางในการดำเนินงานเพื่อสร้างองค์กรแห่งความสุข
๒. เพื่อกำหนดรูปแบบกิจกรรมขององค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace)
๓. เพื่อให้การทำงานขององค์กรมีประสิทธิภาพมากขึ้น
๔. เพื่อธำรงรักษาอัตรากำลังตามแผนการบริหารและพัฒนาทรัพยากรบุคคล

### ๓. ความสุขแปดประการ (แนวคิด Happy ๘)

ความสุขแปดประการ (แนวคิด Happy ๘) คือ แนวคิดของการจัดสมดุลชีวิตผ่านความสุขในโลกสามใบที่ซับซ้อนกันอยู่ ได้แก่ ความสุขในโลกส่วนตัว ความสุขในโลกครอบครัว และความสุขในโลกสังคม(ซึ่งในส่วนของสังคมแบ่งเป็นส่วนสังคมภายในองค์กรกับนอกองค์กร) เพื่อที่จะมองความสุขว่ามีองค์ประกอบอะไรบ้างและจะจัดการได้อย่างไร

ความสุขแปดประการที่สมดุลกับชีวิตภายในองค์กร ประกอบด้วย

๑. Happy Body (สุขภาพดี) ส่งเสริมสุขภาพที่แข็งแรงทั้งกายและใจ ซึ่งมาจากการที่รู้จักใช้ชีวิต รู้จักกิน รู้จักนอน รู้จักออกกำลังกาย งดเหล้าบุหรี่และอบายมุขทั้งปวง ชีวิตมีความสุขพร้อมที่จะรับมือกับปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี

๒. Happy Heart (น้ำใจงาม) ส่งเสริมให้เกิดความเกื้อกูลกันในองค์กร มีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกัน รู้จักการให้อภัย ยอมรับผิดและปรับปรุงตัว เพราะคนเราอยู่ตัวคนเดียวในโลกนี้ไม่ได้ ต้องรู้จักแบ่งปันอย่างเหมาะสม

๓. Happy Society (สังคมดี) ส่งเสริมให้เกิดความสามัคคีในองค์กร เป็นน้ำใจเดียวปรองดองกัน ทำงานเป็นระบบทีม (Teamwork) เพื่อให้เกิดสังคมและสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ดีตามมา

๔. Happy Relax (ผ่อนคลาย) ส่งเสริมให้รู้จักผ่อนคลายและปล่อยวางต่อสิ่งต่างๆ เพื่อลดความกดดัน หากทำงานเครียดก็ต้องมีวิธีผ่อนคลายในการทำงาน เช่น การลาพักผ่อน การลู่จากโต๊ะทำงานเพื่อพักผ่อน การนั่งไต่ต้นไม้ในสภาพแวดล้อมที่ผ่อนคลาย หรือแม้แต่ชีวิตส่วนตัวก็ต้องรู้จักผ่อนคลายให้เหมาะสม เพราะความเครียดจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพกายใจและประสิทธิภาพในการทำงาน

๕. Happy Brain (หาความรู้) ส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาเพิ่มพูนความรู้ความสามารถ ไม่ว่าจะเป็นการอบรมหลักสูตรต่างๆ การพัฒนาด้วยตนเอง หรือการถ่ายทอดความรู้กันภายในองค์กร โดยการพัฒนาตนเองอย่างสม่ำเสมอเป็นอีกหนึ่งแรงผลักดันที่ช่วยให้องค์กรพัฒนาขึ้น

๖. Happy Soul (ทางสงบ) ส่งเสริมทางด้านคุณธรรมจริยธรรม ความซื่อสัตย์ มีความศรัทธาในศาสนาและมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต ทำให้ทุกคนมีสติ มีสมาธิในการทำงาน สามารถรับมือกับปัญหาที่เข้ามา ยึดหลักสนับสนุนให้เป็นคนดี คิดดี ทำดี และมีความศรัทธาในคุณงามความดีทั้งปวง

๗. Happy Money (ปลอดภัย) ส่งเสริมด้านการออมและวางแผนการใช้จ่าย มีเงินรู้จักเก็บ รู้จักใช้ ไม่เป็นหนี้ ปลุกฝังนิสัยอดออม ไม่ใช่จ่ายสุรุ่ยสุร่าย ยึดหลักคำสอนการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

๘. Happy Family (ครอบครัวดี) ส่งเสริมสถาบันครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง ปลุกฝังนิสัยรักครอบครัว ครอบครัวดีพื้นฐานของชีวิตดี เกิดกำลังใจที่ดีในการทำงาน เหมือนเป็นภูมิคุ้มกันที่ช่วยให้เผชิญกับอนาคตหรืออุปสรรคในชีวิตได้

#### ๔. แนวทางการดำเนินงานองค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace)

กระบวนการสร้างสุขขององค์กร แบ่งได้เป็น ๔ ขั้นตอน ประกอบด้วย

๑. การทำความรู้จักองค์กร

๒. การตรวจสอบสุขภาวะองค์กร

๓. การประเมินความต้องการขององค์กรว่าต้องการสร้างสุขเรื่องใด แบบใด

๔. การกำหนดรูปแบบกิจกรรมขององค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace)

๕. ทบทวนผลการสร้างสุขตลอดจนกระบวนการสร้างสุขเพื่อปรับปรุงและพัฒนาให้ดีขึ้น

#### ๕. กลุ่มเป้าหมาย

บุคลากรขององค์การบริหารส่วนตำบลลิพัง อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง คณะผู้บริหาร สมาชิกสภาองค์การบริหารส่วนตำบลลิพัง พนักงานส่วนตำบล พนักงานครูทางการศึกษา ลูกจ้างประจำ และพนักงานจ้าง

#### ๖. ตัวชี้วัดและค่าเป้าหมาย

ตัวชี้วัดเชิงปริมาณ

๑. ร้อยละความสำเร็จของการดำเนินงานตามแผน (ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐)

๒. ร้อยละของบุคลากรที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมตามแผน (ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๖๐)



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักงานปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลพิง

ที่ ตง ๗๗๙๐๑/

วันที่ ๑๓ ตุลาคม ๒๕๖๖

เรื่อง รายงานผลการดำเนินการองค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖

เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลพิง

ตามที่องค์การบริหารส่วนตำบลพิง จัดให้มีแนวทางการดำเนินงานองค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace) เนื่องจาก “บุคลากรในองค์กร” ถือเป็นบุคคลสำคัญและเป็นกำลังในการขับเคลื่อนองค์กร เมื่อบุคลากรในองค์กรมีความสุขย่อมส่งผลดีต่อการทำงานขององค์กร ก่อให้เกิดการรังสรรค์ทางความคิด งานมีประสิทธิภาพมากขึ้น ลดความเครียด ลดความขัดแย้งในองค์กร เกิดความก้าวหน้าและการพัฒนาขององค์กรอย่างต่อเนื่อง ทั้งยังเป็นแรงจูงใจให้องค์กรนานกว่าคนที่ไม่มีความสุข ซึ่งเป็นการธำรงรักษาอัตรากำลังตามแผนการบริหารและพัฒนาทรัพยากรบุคคล นั้น

สำนักปลัด อบต. ขอรายงานการดำเนินการองค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖ ตามหลักความสุขแปดประการที่สมดุลกับชีวิตภายในองค์กร ดังนี้

๑. Happy Body (สุขภาพดี) ส่งเสริมสุขภาพที่แข็งแรงทั้งกายและใจ ซึ่งมาจากการที่รู้จักใช้ชีวิต รู้จักกิน รู้จักนอน รู้จักออกกำลังกาย งดเหล้าบุหรี่และอบายมุขทั้งปวง ชีวิตมีความสุขพร้อมที่จะรับมือกับปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี

-มีการออกกำลังกายเป็นประจำ



-ปลูกผักปลอดสารพิษ



๒. Happy Heart (น้ำใจงาม) ส่งเสริมให้เกิดความเกื้อกูลกันในองค์กร มีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกัน รู้จักการให้อภัย ยอมรับผิดและปรับปรุงตัว เพราะคนเราอยู่ตัวคนเดียวในโลกนี้ไม่ได้ ต้องรู้จักแบ่งปันอย่างเหมาะสม

-ร่วมแสดงความยินดีในวันคล้ายวันเกิด



-ร่วมรับประทานอาหารกลางวัน, จัดเลี้ยงในองค์กร



-ร่วมแสดงความยินดีกับบุคลากรรับโอน(ย้าย)





๓. Happy Society (สังคมดี) ส่งเสริมให้เกิดความสามัคคีในองค์กร เป็นน้ำใจเดียวปรองดองกัน ทำงานเป็นระบบทีม (Teamwork) เพื่อให้เกิดสังคมและสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ดีตามมา  
-ทำงานร่วมกันเป็นทีม





-ร่วมกิจกรรมจิตอาสา





-ร่วมทำพิธีวันสำคัญ และกิจกรรมวันท้องถิ่นไทย



๔. Happy Relax (ผ่อนคลาย) ส่งเสริมให้รู้จักผ่อนคลายและปล่อยวางต่อสิ่งต่างๆ เพื่อลดความกดดัน หากทำงานเครียดก็ต้องมีวิธีผ่อนคลายในการทำงาน เช่น การลาพักผ่อน การลุกจากโต๊ะทำงานเพื่อพักสมอง การนั่งไต่ต้นไม้ในสภาพแวดล้อมที่ผ่อนคลาย หรือแม้แต่ชีวิตส่วนตัวก็ต้องรู้จักผ่อนคลายให้เหมาะสม เพราะความเครียดจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพกายใจและประสิทธิภาพในการทำงาน

-มุมผ่อนคลายในสำนักงาน



-ร่วมกิจกรรมวันปีใหม่



๕. Happy Brain (หาความรู้) ส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาเพิ่มพูนความรู้ความสามารถ ไม่ว่าจะเป็นการอบรมหลักสูตรต่างๆ การพัฒนาด้วยตนเอง หรือการถ่ายทอดความรู้กันภายในองค์กร โดยการพัฒนาตนเองอย่างสม่ำเสมอเป็นอีกหนึ่งแรงผลักดันที่ช่วยให้องค์กรพัฒนาขึ้น

-การอบรมหลักสูตรต่างๆ



-การอบรมโครงการต่างๆ เพื่อถ่ายทอดความรู้ภายในองค์กร





๖. Happy Soul (ทางสงบ) ส่งเสริมทางด้านคุณธรรมจริยธรรม ความซื่อสัตย์ มีความศรัทธา  
ในศาสนาและมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต ทำให้ทุกคนมีสติ มีสมาธิในการทำงาน สามารถรับมือกับปัญหาที่เข้า  
มา ยึดหลักสนับสนุนให้เป็นคนดี คิดดี ทำดี และมีความศรัทธาในคุณงามความดีทั้งปวง  
-ร่วมกิจกรรมจิตอาสา รู้จักเสียสละ มีความสามัคคีเพื่อส่วนรวม





-ร่วมกิจกรรมประเพณีทางศาสนา





๗. Happy Money (ปลอดหนี้) ส่งเสริมด้านการออมและวางแผนการใช้จ่าย มีเงินรู้จักเก็บ รู้จักใช้ ไม่เป็นหนี้ ปลุกฝังนิสัยอดออม ไม่ใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่าย ยึดหลักคำสอนการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง -ส่งเสริมกิจกรรมในครัวเรือนเพื่อการบริโภค เช่น การปลูกผัก เลี้ยงปลา เลี้ยงไก่ฯ







-กิจกรรมการคัดแยกขยะรีไซเคิล



๘. Happy Family (ครอบครัวดี) ส่งเสริมสถาบันครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง ปลุกฝังนิสัยรักครอบครัว ครอบครัวดีพื้นฐานของชีวิตดี เกิดกำลังใจที่ดีในการทำงาน เหมือนเป็นภูมิคุ้มกันที่ช่วยให้เผชิญกับอนาคตหรืออุปสรรคในชีวิตได้

-กิจกรรมวันครอบครัว





จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา



(ลงชื่อ)

(นางสาวมณธิรา หนูเร็ก)  
นักทรัพยากรบุคคลชำนาญการ

ความเห็นหัวหน้าสำนักปลัด อบต.

.....  
.....

(ลงชื่อ)

(นางอริสรา นพรัตน์)  
หัวหน้าสำนักปลัด อบต.

ความเห็นรองปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล

.....  
.....

(ลงชื่อ)

(นายสุธีรพันธ์ วารินสะอาด)  
รองปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลลิพัง

ความเห็นปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล

.....

.....



(ลงชื่อ)



(นายวรวิทย์ เพ็ชรเพ็ง)  
ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลลิพัง

ความเห็นนายกองค์การบริหารส่วนตำบล

.....

.....

(ลงชื่อ)



(นายธีรภาพ แสงภาคินีย์)  
นายกองค์การบริหารส่วนตำบลลิพัง

**ภาพถ่ายกิจกรรมความสุขแปดประการ(Happy 8)**



## องค์การบริหารส่วนตำบลลิพิง อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

### Happy Body (สุขภาพดี)

กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพที่แข็งแรงทั้งกายและใจ ซึ่งมาจากการที่รู้จักใช้ชีวิต รู้จักกิน รู้จักนอน รู้จักออกกำลังกาย งดเหล้าบุหรี่และอบายมุขทั้งปวง ชีวิตมีความสุขพร้อมที่จะรับมือกับปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี





## องค์การบริหารส่วนตำบลลิพัง อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

### Happy Heart (น้ำใจงาม)

กิจกรรมส่งเสริมให้เกิดความเกื้อกูลกันในองค์กร มีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกัน รู้จักการให้อภัย ยอมรับผิดและปรับปรุงตัว เพราะคนเราอยู่ตัวคนเดียวในโลกนี้ไม่ได้ ต้องรู้จักแบ่งปันอย่างเหมาะสม





# องค์การบริหารส่วนตำบลลิพียง อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

Happy Society (สังคมดี)

กิจกรรมส่งเสริมให้เกิดความสามัคคีในองค์กร เป็นน้ำใจเดียวปรองดองกัน ทำงานเป็นระบบทีม (Teamwork)

เพื่อให้เกิดสังคมและสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ดีตามมา





## องค์การบริหารส่วนตำบลลิปัง อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

### Happy Relax (ผ่อนคลาย)

กิจกรรมส่งเสริมให้รู้จักผ่อนคลายและปล่อยวางต่อสิ่งต่างๆ เพื่อลดความกดดัน หากทำงานเครียดก็ต้องมีวิธี

ผ่อนคลายในการทำงาน เช่น การลาพักผ่อน การลุกจากโต๊ะทำงานเพื่อพักผ่อน การนั่งใต้ต้นไม้ใน  
สภาพแวดล้อมที่ผ่อนคลาย หรือแม้แต่ชีวิตส่วนตัวก็ต้องรู้จักผ่อนคลายให้เหมาะสม เพราะความเครียด

จะส่งผลกระทบต่อสุขภาพกายใจและประสิทธิภาพในการทำงาน







## องค์การบริหารส่วนตำบลลีปัง อำเภอลี้ปง จังหวัดต๋อง

### Happy Brain (หาความรู้)

กิจกรรมส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาเพิ่มพูนความรู้ความสามารถ ไม่ว่าจะเป็นการอบรมหลักสูตรต่างๆ การพัฒนาด้วยตนเอง หรือการถ่ายทอดความรู้กันภายในองค์กร โดยการพัฒนาตนเองอย่างสม่ำเสมอเป็นอีกหนึ่งแรงผลักดันที่ช่วยให้องค์กรพัฒนาขึ้น





# องค์การบริหารส่วนตำบลลิขัง อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

## Happy Soul (ทางสงบ)

กิจกรรมส่งเสริมทางด้านคุณธรรมจริยธรรม ความซื่อสัตย์ มีความศรัทธาในศาสนาและมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต ทำให้ทุกคนมีสติ มีสมาธิในการทำงาน สามารถรับมือกับปัญหาที่เข้ามา ยึดหลักสนับสนุนให้เป็นคนดี คิดดี ทำดี และมีความศรัทธาในคุณงามความดีทั้งปวง





# องค์การบริหารส่วนตำบลลิขัง อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

## Happy Money (ปลอดหนี้)

กิจกรรมส่งเสริมด้านการออมและวางแผนการใช้จ่าย มีเงินรู้จักเก็บ รู้จักใช้ ไม่เป็นหนี้ ปลูกฝังนิสัยอดออม

ไม่ใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่าย ยึดหลักคำสอนการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง





## องค์การบริหารส่วนตำบลลิพัง อำเภอปะเหลียน จังหวัดตรัง

### Happy Family (ครอบครัวดี)

กิจกรรมส่งเสริมสถาบันครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง ปลูกฝังนิสัยรักครอบครัว ครอบครัวดีพื้นฐานของชีวิต ดี เกิดกำลังใจที่ดีในการทำงาน เหมือนเป็นภูมิคุ้มกันที่ช่วยให้เผชิญกับอนาคตหรืออุปสรรคในชีวิตได้

