

รายงานสรุปผลองค์กรสุขภาวะ
(Happy Workplace)
การสร้างสุขในการทำงาน

ของ

องค์การบริหารส่วนตำบลชำผักแพว
อำเภอแก่งคอย จังหวัดสระบุรี

รายงานสรุปผลองค์กรสุขภาวะ
(Happy Workplace)
การสร้างสุขในการทำงาน

ของ

องค์การบริหารส่วนตำบลชำผักแพว
อำเภอแก่งคอย จังหวัดสระบุรี



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลชำผักแพว โทร ๐๓๖ ๗๑๔๐๘๑

ที่ สป ๗๔๐๐๑/ ๑๐๕๐

วันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๘

เรื่อง รายงานผลการดำเนินกิจกรรมการสร้างองค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace)

เรียน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลชำผักแพว

ด้วย สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลชำผักแพว ได้ดำเนินการจัดทำกิจกรรมการสร้างองค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace) ซึ่งเป็นกิจกรรมที่สร้างความสุขในที่ทำงาน เพื่อส่งเสริมและบริหารจัดการองค์การบริหารส่วนตำบลชำผักแพว ให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace) ตามหลักเกณฑ์ที่สำนักงานสนับสนุนสุขภาวะองค์กร (สสส.) กำหนด ๘ ประการ และตามหลักการบริหารกิจการบ้านเมืองที่ดี

จึงขอรายงานผลการดำเนินกิจกรรมการสร้างองค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace) โดยมีรายละเอียดแนบท้าย และขออนุญาตเผยแพร่กิจกรรมดังกล่าว บนเว็บไซต์ขององค์การบริหารส่วนตำบลชำผักแพว และช่องทางการประชาสัมพันธ์อื่น ๆ เป็นต้น

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

(นางสาวอรัทัย นาสารี)

นักจัดการงานทั่วไปปฏิบัติการ

ความเห็นของปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล

(นายกมลพันธ์ คงสมพงษ์)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลชำผักแพว

ความเห็นของนายกองค์การบริหารส่วนตำบล

(☒) อนุมัติ () ไม่อนุมัติ

(นายกมลพันธ์ คงสมพงษ์)

ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบล ปฏิบัติหน้าที่

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลชำผักแพว

สารบัญ

	หน้า
๑. หลักการและเหตุผล	๑
๒. วัตถุประสงค์	๒
๓. กลุ่มเป้าหมาย	๒
๔. ตัวชี้วัดและค่าเป้าหมาย	๓
๕. กระบวนการจัดทำแผน	๓
๖. ผลการดำเนินการ	๓
๗. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินการ	๑๖
๘. ข้อเสนอแนะ	๑๖
๙. ประโยชน์ที่ท่านได้รับจากการดำเนินโครงการ	๑๗

รายงานสรุปผลองค์กรสุขภาวะ

(Happy Workplace)

การสร้างสุขในการทำงาน

๑. หลักการและเหตุผล

องค์กรแห่งความสุข เป็นแนวคิดหลักที่มุ่งดำเนินงานกับกลุ่มเป้าหมายหลัก คือ “คนทำงานในองค์กร” ที่ถือเป็นบุคคลสำคัญและเป็นกำลังหลักของทั้งครอบครัว องค์กร ชุมชน และสังคม มีการส่งเสริมและพัฒนา นโยบาย การสร้างองค์ความรู้และการขับเคลื่อนเครือข่ายในการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตคนทำงาน ด้วยเป็นความสำคัญว่า เมื่อคนทำงานในองค์กรมีความสุข ย่อมส่งผลดีต่อผลประกอบการหรือผลผลิตขององค์กร ความผาสุกในครอบครัว ชุมชน ส่งผลต่อสังคมที่มีความสุขที่ยั่งยืน การสร้างความสุขในการทำงาน ความสุขที่เกิดขึ้นนั้นก่อให้เกิดการรังสรรค์ทางความคิด งานที่ได้รับมอบหมายมีประสิทธิภาพมากขึ้น ลดความตึงเครียดจากการทำงาน และสภาพแวดล้อม ลดความขัดแย้งในองค์กรความสุขที่เกิดขึ้นจากการทำงานเปรียบเสมือนน้ำหล่อเลี้ยงให้พฤติกรรมคนปรับเปลี่ยนและพัฒนาในแนวโน้มที่ดีขึ้น

องค์การอนามัยโลก (Burton, ๒๐๑๐) ได้กำหนดแนวทางของการสร้างเสริมสุขภาวะในที่ทำงานขึ้นเพื่อผลักดันให้เกิดประสิทธิภาพและความสามารถในการผลิตและการแข่งขันขององค์กรนั้น องค์กรจะต้องพิจารณาแนวทาง ๓ ด้าน ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

๑. คนทำงานมีความสุข (Happy People) หมายถึง จัดสมดุลชีวิตได้ตระหนักว่าตนเองเป็นบุคคลที่มีความสำคัญขององค์กร มีความเป็นมืออาชีพ มีความเป็นอยู่ที่ดี มีครอบครัวที่อบอุ่น มีศีลธรรมอันดีงาม และเอื้ออาทรต่อตนเองและสังคม

๒. ที่ทำงานน่าอยู่ (Happy Home) คือ รู้สึกว่าทำงานเป็นหลังที่ ๒ มีความรัก ความสามัคคีในองค์กร โดยลักษณะของที่ทำงานน่าอยู่ประกอบด้วย ๓ ส่วน ได้แก่

๒.๑ เป็นองค์กรที่มีการทำงานเป็นทีม (Teamwork) หมายถึง การร่วมกันทำงานของสมาชิกอย่างมีชีวิตชีวา ทำด้วยใจ และเห็นคุณค่าของสมาชิก งานที่ทำและมีเป้าหมายของงาน

๒.๒ เป็นองค์กรที่มีความสุขในการทำงานร่วมกับ

๒.๓ เป็นองค์กรที่มีความคิดสร้างสรรค์ในการอยู่ร่วมกันและมีการพัฒนาร่วมกัน (Creativity) หมายถึง การสร้างองค์กรแห่งความสุขที่เป็นแบบเฉพาะ และเหมาะสมกับบริบทขององค์กร

๓. ชุมชนสมานฉันท์ (Happy Teamwork) ต้องมีความสามัคคี มีการทำงานเป็นทีม มีการช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน และเอื้ออาทรกับสังคมรอบข้าง ชุมชนสมานฉันท์

สำหรับประเทศไทย นายแพทย์ชาญวิทย์ วสันต์ธนารัตน์ (๒๕๕๓) ผู้จัดการแผนงานสุขภาวะองค์กรภาคเอกชน สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างสุขภาพ กล่าวถึง องค์กรที่มีความสุขจะต้องประกอบด้วยหัวใจสำคัญหลายอย่าง คือ การทำงานเป็นทีม (Teamwork) การมีความสุข (Happy) มีความคิดสร้างสรรค์ที่นำไปสู่ความก้าวหน้า (creativity) โดยได้เสนอแนวคิดและหลักการสร้างองค์กรแห่งความสุข แบบความสุข ๘ ประการ คือ

๑. Happy body มีสุขภาพดี สุขภาพที่แข็งแรงทั้งกายและใจมาจากการที่รู้จักใช้ชีวิต รู้จักกิน รู้จักนอน ชีวิตมีความสุข

๒. Happy heart มีน้ำใจามสิ่งที่เป็นที่รักที่สุดในการที่มนุษย์จะอยู่กับคนอื่นได้ต้องมีน้ำใจ คิดถึงคนอื่น เอื้ออาทรต่อกัน เพราะคนเราอยู่ตัวคนเดียวในโลกนี้ไม่ได้ ต้องรู้จักแบ่งปันอย่างเหมาะสม

๓. Happy Relax การผ่อนคลาย ต้องรู้จักผ่อนคลายสิ่งต่างๆ ในการดำเนินชีวิต เพื่อไม่ให้ตนเองรู้สึกกดดันมากเกินไป หากทำงานเครียดก็ต้องมีวิธีผ่อนคลายในการทำงาน หรือแม้แต่ชีวิตส่วนตัวก็ด้วย ต้องรู้จักผ่อนคลายให้เหมาะสม

๔. Happy brain การหาความรู้ มนุษย์เราอยู่ได้ด้วยการศึกษาหาความรู้พัฒนาตนเอง ตลอดเวลาจากแหล่งต่างๆ เพื่อนำไปสู่การเป็นมืออาชีพและเกิดความมั่นคงก้าวหน้าในการทำงาน หรือพูดง่ายๆคือ เรียนเพื่อรู้ และสอนคนอื่นได้ในงานที่ตนรู้

๕. Happy soulการมีคุณธรรมอันเป็นสิ่งจำเป็นพื้นฐานของการอยู่ร่วมกันของมนุษย์ในสังคม คือการมี หิริโอตตปปะ ในการทำงานเป็นทีม หิริโอตตปปะ คือ ความละอายและเกรงกลัวต่อการกระทำของตนเองโดยเฉพาะการกระทำที่ไม่ดี คนดีมีคุณธรรมนำมาซึ่งความสุข

๖. Happy money รู้จักใช้เงินให้เป็น สามารถจัดการรายรับรายจ่ายของตัวเองได้ มีเงิน รู้จักเก็บรู้จักใช้เป็นหนี้ให้พอดี มีชีวิตที่เหมาะสมกับตัวเอง เพราะวันนี้คนปฏิเสธการเป็นหนี้ไม่ได้ แต่สามารถจัดการค่าใช้จ่ายให้เหมาะสมกับตนเองได้

๗. Happy family ครอบครัวที่ดี การให้ความสำคัญกับครอบครัวทำให้ครอบครัวมีความอบอุ่นมั่นคง เกิดกำลังใจที่ดีในการทำงาน เหมือนเป็นภูมิคุ้มกันที่ช่วยให้เผชิญกับอนาคตหรืออุปสรรคในชีวิตได้

๘. Happy societyสังคมดี สังคมมีสองมิติ คือ สังคมในที่ทำงานกับสังคมนอกที่ทำงาน มนุษย์ทุกคนต้องมีความรักความสามัคคีเอื้อเฟื้อต่อสังคมที่ตนเองอยู่อาศัย เพื่อให้เกิดสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดีตามมา

๒.วัตถุประสงค์

๑. เพื่อเป็นกรอบและแนวทางในการดำเนินงานเพื่อสร้างองค์กรแห่งความสุข
๒. เพื่อกำหนดรูปแบบกิจกรรมของโครงการองค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace)
๓. เพื่อสร้างกระบวนการการมีส่วนร่วมของบุคลากร
๔. เพื่อให้มีการติดตามผลและนำไปปรับปรุง

๓. กลุ่มเป้าหมาย

บุคลากรขององค์การบริหารส่วนตำบลชำผักแพว จำนวน ๔๗ คน

๔. ตัวชี้วัดและค่าเป้าหมาย

ตัวชี้วัดเชิงปริมาณ

๑. ร้อยละความสำเร็จของการดำเนินงานตามแผน (ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐)
๒. ร้อยละของบุคลากรที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมตามแผน (ไม่น้อยกว่าร้อยละ ๘๐)

๕. กระบวนการจัดทำแผน ประกอบด้วย ๕ ขั้นตอน

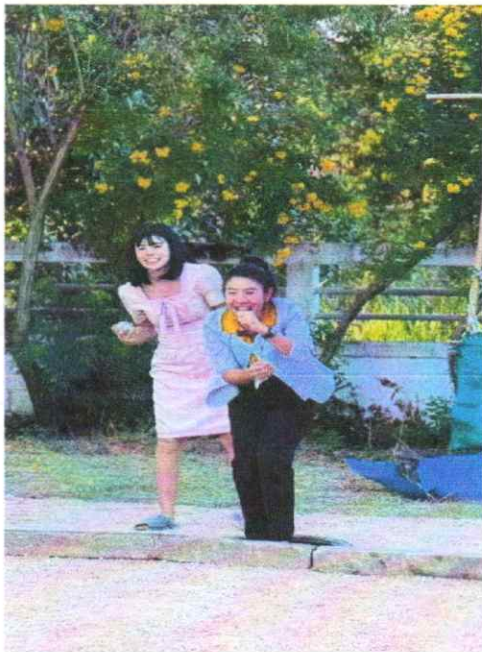
๑. การวิเคราะห์ค่าคะแนนเฉลี่ยความสุขบุคลากร (Happinometer) ในแต่ละประเด็น
๒. การค้นหา Pain Point (ประเด็น) ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อระดับความสุข) ที่ส่งผลให้บุคลากรไม่มีความสุข โดยการระดมสมองจากบุคลากรในหน่วยงานเพื่อพิจารณา Lifecycle ของบุคลากรในช่วงเวลาต่างๆ ตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงเข้านอน หรือตั้งแต่เริ่มงานจนถึงเกษียณอายุราชการ ซึ่งประเด็นที่ต้องพิจารณาประกอบด้วย
 - ๒.๑ ความคิด/ความรู้สึก (ความกังวลหรือแรงจูงใจ) ณ ช่วงเวลานั้นๆ บุคลากรมีความคิด/รู้สึกอย่างไร กังวลเรื่องใด หรือมีแรงจูงใจอะไรบ้าง เช่น ในช่วงเช้า ระหว่างมาทำงาน บุคลากรอาจคิดว่า จะไปถึงที่ทำงานทันหรือไม่ จะหาที่จอดรถได้หรือเปล่า หรือมือเข้านี้จะทานอะไรดี
 - ๒.๒ เห็นอะไร (สภาพแวดล้อม/เพื่อนร่วมงาน/หัวหน้างาน) ณ ช่วงเวลานั้น ๆ บุคลากรได้พบเจอกับอะไรบ้าง ที่อาจส่งผลกระทบต่อความสุขของบุคลากร เช่น ในช่วงเช้านี้จะทานอะไรดี
 - ๒.๓ ได้ยินอะไร (สิ่งที่เพื่อนร่วมงานพูด/สิ่งที่หัวหน้าพูด) ณ ช่วงเวลานั้นๆ เช่น ระหว่างทำงาน อาจได้ยินเพื่อนร่วมงานบ่นเรื่องงานปัญหาส่วนตัว หรือหัวหน้าสั่งงาน
 - ๒.๔ พูด/ทำอะไร (พฤติกรรมที่แสดงออกต่อสาธารณะ) ณ ช่วงเวลานั้น ๆ เช่น ระหว่างการทำงานมีอาการหงุดหงิด อารมณ์ดี อารมณ์หิว หรืออารมณ์เหวี่ยงวิน
 - ๒.๕ แรงจูงใจ (Motivation) และแรงปรารถนา (Insight) เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อแรงจูงใจของบุคลากร หรือแรงปรารถนาสำคัญของบุคลากร คืออะไร เช่น การมอบหมายงานที่ไม่ตรงกับความสามารถ
๓. จัดกลุ่ม Pain Points (ประเด็น/ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อระดับความสุข) ที่ส่งผลให้บุคลากรไม่มีความสุข ว่าปัญหาดังกล่าว อยู่ในประเด็นความสุขในมิติใด ทั้งนี้ Pain Points อาจส่งผลกระทบต่อความสุขในหลายมิติได้
๔. คัดเลือก Pain Points (ประเด็น/ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อระดับความสุข) ที่สำคัญมาวางแผนสร้างสุขเนื่องจากจุดที่เป็นปัญหามองจุด เป็นปัจจัยภายนอกที่ไม่สามารถแก้ไขหรือควบคุมได้
๕. ออกแบบและทดสอบกิจกรรมสร้างสุขเพื่อให้สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมาย โดยการระดมสมองจากคนในองค์กร เพื่อให้แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ได้รับการยอมรับและได้รับความร่วมมือจากบุคลากรในหน่วยงาน

๖. ผลการดำเนินงาน

กิจกรรมที่องค์การบริหารส่วนตำบล กำหนดขึ้น เพื่อเสริมสร้างให้ข้าราชการขององค์การบริหารส่วนตำบล ได้แก่

กิจกรรมการสร้างสุข Happy Body

กิจกรรมที่ ๑ กิจกรรมออกกำลังกาย



กิจกรรมที่ ๒ กิจกรรมการแข่งขันกีฬาภายใน



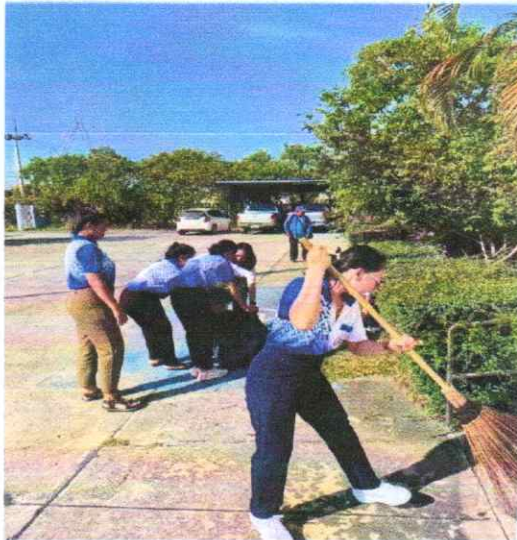
กิจกรรมการสร้างสุข Happy Heart

กิจกรรมที่ ๑ ร่วมใจบริจาคโลหิตกับสภาอากาศไทย



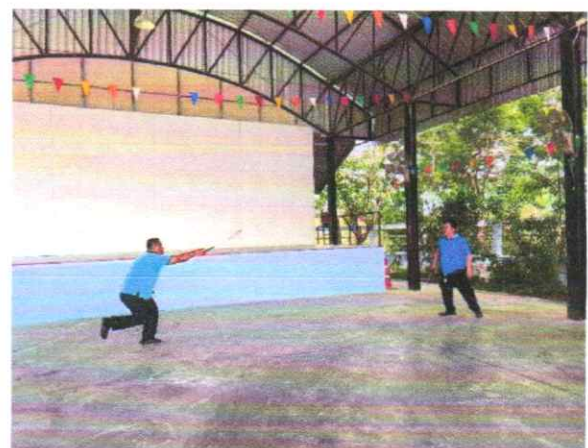
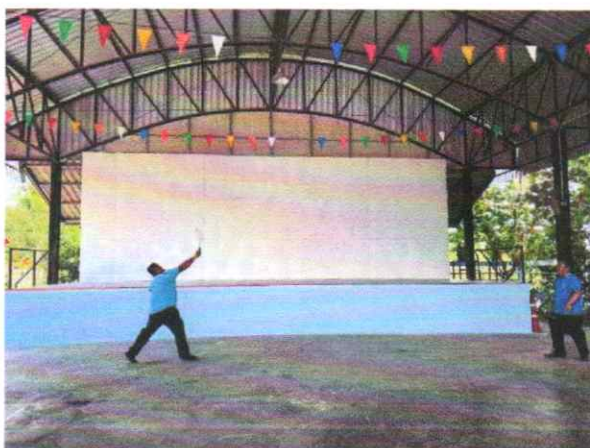
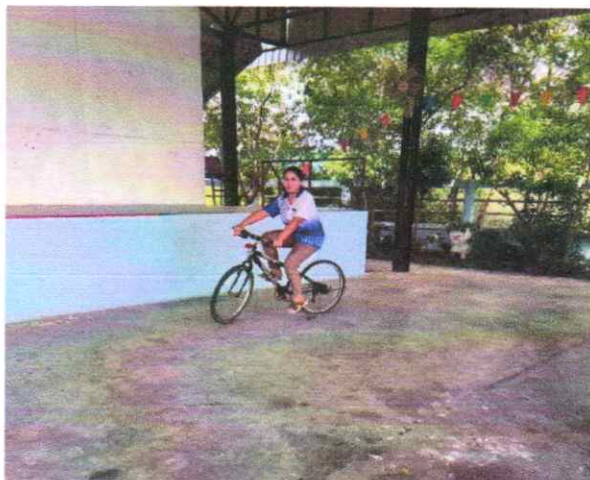
กิจกรรมการสร้างสุข Happy Society

กิจกรรมที่ ๑ กิจกรรม ๕ ส





กิจกรรมสร้างสุข Happy Relax
กิจกรรมที่ ๑ ออกกำลังกายเวลาว่าง



กิจกรรมที่ ๒ จัดทำป้ายเพื่อสื่อถึงเวลาพักผ่อน



กิจกรรมการสร้างสุข Happy Brain

กิจกรรมที่ ๑ กิจกรรมจัดฝึกอบรมสัมมนาศึกษาดูงาน





กิจกรรมการสร้างสุข Happy Soul

กิจกรรมที่ ๑ กิจกรรมถือศีล



กิจกรรมที่ ๒ กิจกรรมตักบาตร



กิจกรรมที่ ๓ กิจกรรมทำความสะอาดวัด



กิจกรรมการสร้างสุข Happy Soul

กิจกรรมที่ ๑ กิจกรรมถือศีล



กิจกรรมที่ ๒ กิจกรรมตักบาตร



กิจกรรมที่ ๓ กิจกรรมทำความสะอาดวัด



กิจกรรมการสร้างสุข Happy Money

กิจกรรมที่ ๑ กิจกรรมนำอาหารจากบ้านมารับประทานอาหารร่วมกัน



กิจกรรมการสร้างสุข Happy Family

กิจกรรมที่ ๑ กิจกรรมแสดงความยินดีเนื่องในวันสำคัญต่าง ๆ



๗. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินการ

๑. การดำเนินการบางอย่างไม่เป็นไปตามแนวทางการดำเนินการ เนื่องจากวัสดุอุปกรณ์ไม่เอื้ออำนวยต่อกิจกรรมบางอย่าง จึงต้องมีการปรับเปลี่ยนแนวทางการดำเนินงานให้เหมาะสมมากยิ่งขึ้น

๒. บางกิจกรรมต้องใช้งบประมาณในการดำเนินการ

๓. บางกองมีภาระงานมาก ซึ่งเป็นงานที่ต้องออกไปวิเคราะห์นอกสถานที่ จึงทำให้การดำเนินกิจกรรมไม่เป็นไปตามที่แนวทางการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ไม่ต่อเนื่อง และส่งผลให้บางกิจกรรมย่อย ๆ ไม่สามารถดำเนินการได้ เช่น การออกกำลังกายร่วมกันในภาพรวมขององค์การบริหารส่วนตำบลชำผักแพว เนื่องจากบางกอง ย้ายไปปฏิบัติงาน ณ อาคาร อบต.หลังเก่า

๔. บุคลากรบางคนไม่ให้ความสำคัญกับกิจกรรมต่างๆ

๘. ข้อเสนอแนะ

การสำรวจความพึงพอใจในครั้งนี้ ดำเนินการสำรวจกับข้าราชการและพนักงานจ้าง ในสังกัดองค์การบริหารส่วนตำบลชำผักแพว จำนวน ๔๗ ราย ได้รับแบบสำรวจกลับคืนมาจำนวน ๔๗ ฉบับ คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐ ของจำนวนข้าราชการและพนักงานจ้างในองค์การบริหารส่วนตำบลชำผักแพว

ผลการสำรวจความพึงพอใจ พบว่า ข้าราชการและพนักงานจ้าง จำนวน ๔๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๘๕.๕๐ มีความพึงพอใจต่อโครงการสร้างสุขในที่ทำงานอยู่ในระดับมากขึ้นไป

ดังนั้นจึงสามารถสรุปได้ว่า ข้าราชการขององค์การบริหารส่วนตำบลชำผักแพว มีความพึงพอใจต่อโครงการฯ สูงกว่าเป้าหมายที่กำหนดไว้ในตัวชี้วัดที่ ๓

การจัดกิจกรรมส่งเสริม Happy Relax

◆ ควรเพิ่มกิจกรรมอื่นๆ เช่น จัดให้มีการนวดผ่อนคลาย การนำบุคลากรในหน่วยงานไปเข้าวัดฟังธรรม การนิมนต์พระมาเทศน์ กีฬาสี การจัดห้องระบายความเครียด ให้ร้องเพลง หรือให้ตะโกนระบายความเครียด เป็นต้น

◆ การจัดกิจกรรมเปิดเพลงเพื่อธรรมชาติและออกกำลังกายเป็นกิจกรรมที่ดี แต่สถานที่ของหน่วยงานไม่อำนวยทำให้การดำเนินกิจกรรมไม่ต่อเนื่อง และไม่เป็นหนึ่งเดียวกัน

◆ การเพิ่มระยะเวลาของกิจกรรม และจำนวนครั้งในการทำกิจกรรมให้มากขึ้น

◆ การจัดกิจกรรมเปิดเพลง ควรมีการกำหนดเวลาที่ชัดเจน

การจัดกิจกรรมส่งเสริม Happy Society

◆ น่าจะให้แต่ละกองเป็นเจ้าภาพในการจัดกิจกรรมเพื่อสังคมสลับหมุนเวียนกันไป

◆ ควรจัดกิจกรรมมอบของ หรือมอบทุนการศึกษาให้เด็กนักเรียนในโรงเรียนห่างไกล

การจัดกิจกรรมส่งเสริม Happy Money

◆ ควรมีการจัดกิจกรรมให้ความรู้เกี่ยวกับการบริหารเงิน การออมในรูปแบบต่างๆ

◆ ควรจัดหากิจกรรมที่เป็นการสร้างรายได้เพิ่มขึ้น

ข้อเสนอแนะอื่นๆ

- ◆ ควรมีการดำเนินการในกิจกรรมต่างๆ อย่างต่อเนื่อง
- ◆ ควรหากิจกรรมที่เจ้าหน้าที่ต่างกองสามารถทำกิจกรรมร่วมกันได้เพื่อความสัมพันธ์อันดี
- ◆ การกำหนดกิจกรรมใดๆ ควรคำนึงถึงทรัพยากรของหน่วยงานว่ามีเพียงพอเหมาะสมหรือไม่
- ◆ ควรมีการประชาสัมพันธ์กิจกรรมต่างๆ อย่างต่อเนื่อง

๙. ประโยชน์ที่ท่านได้รับจากการดำเนินโครงการฯ

๑. ลดความตึงเครียดในการปฏิบัติงาน
๒. ทำให้มีโอกาสนในการเข้าร่วมกิจกรรม ได้พูดคุย ผ่อนคลายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน
๓. เกิดความสัมพันธ์อันดีกับเพื่อนร่วมงานมากยิ่งขึ้น
