

แผนดำเนินงานการส่งเสริมและบริหารจัดการ  
ให้เป็นองค์กรสุขภาวะ  
(Happy Workplace)



องค์การบริหารส่วนตำบลลุมพุก  
อำเภอเมืองบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์



## แผนดำเนินงานให้องค์การบริหารส่วนตำบลลุมพุก อำเภอเมืองบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์

### เป็นองค์การสุขภาวะ (Happy Workplace)

องค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace) เป็นแนวคิดหลักที่มุ่งการดำเนินงานกับกลุ่มเป้าหมายหลักคือ “คนทำงาน ในองค์กร” ที่ถือเป็นบุคคลสำคัญและเป็นกำลังหลักของทั้งครอบครัว องค์กร ชุมชน และสังคม การสร้างความสุขในที่ทำงาน นับว่าเป็นปัจจัยสำคัญในการบริหารองค์กร มุ่งเน้นให้บุคลากรทุกคนในองค์กร มีความสุขในการทำงาน ความสุขที่เกิดขึ้นนั้นก่อให้เกิดกระบวนการทางความคิด ทำให้งานที่ได้รับมอบหมายมีประสิทธิภาพมากขึ้น ลดความตึงเครียดจากการทำงาน สภาพแวดล้อม รวมทั้งลดความขัดแย้งภายในองค์กร ความสุขที่เกิดขึ้นจากการทำงานเปรียบเสมือนน้ำหล่อเลี้ยงให้พฤติกรรมคนปรับเปลี่ยนและพัฒนาในแนวโน้มที่ดีขึ้น

Happy Workplace คือ กระบวนการพัฒนาคนในองค์กรอย่างมีเป้าหมายและให้ยุทธศาสตร์สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ขององค์กร เพื่อให้องค์กรมีความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะนำพาองค์กรไปสู่การเติบโตอย่างยั่งยืน (การจัดการองค์กรโดยเน้น การจัดการ “คน” เป็นหลัก) โดยใช้ความสุขพื้นฐานแปดประการ (Happy ๘) เป็นแนวทางในการบริหารจัดการชีวิตให้มีความสุข อย่างยั่งยืน สร้างทัศนคติบวกต่อมุมมองในการดำเนินชีวิต การอยู่ร่วมกับผู้อื่น การรับผิดชอบต่อสังคม เป็นสมาชิกที่ดีต่อครอบครัว องค์กร และสังคม โดยมีความสุขที่แท้จริงบนพื้นฐาน ความสุขแปดประการที่สมดุลกับชีวิต ประกอบด้วย

#### ๑. Happy Body (สุขภาพดี)

##### (การส่งเสริมด้านสุขภาพกายและใจ)

มีสุขภาพแข็งแรงทั้งกายและจิตใจ เพราะมีความเชื่อว่าถ้ามนุษย์มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงก็จะมีจิตใจที่ดีพร้อมที่จะรับมือกับปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี

#### ๒. Happy Heart (น้ำใจงาม)

##### (การส่งเสริมให้เกิดความเกื้อกูลในองค์กร) น้ำใจงาม

มีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกันและกัน เนื่องจากมีความเชื่อว่าความสุขที่แท้จริงคือการเป็นผู้ให้

#### ๓. Happy Society

##### (การส่งเสริมให้เกิดความสามัคคีในองค์กร) สังคมดี

มีความรักสามัคคีเอื้อเฟื้อต่อชุมชนที่ตนทำงาน และพักอาศัย มีสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดีเพราะเชื่อว่าการที่ผู้คนมีความเป็นอยู่ที่ดีภายในสังคมหรือชุมชน ย่อมเป็นพื้นฐานที่ดี ทำให้ผู้อยู่อาศัย มีความรัก ความปรองดอง สามัคคีต่อกัน พร้อมร่วมแรงร่วมใจช่วยกันพัฒนาชุมชนให้มีชีวิตการเป็นอยู่ที่ดีขึ้น

#### ๔. Happy Relax

(การส่งเสริมให้มีสภาพแวดล้อมที่ผ่อนคลาย) ผ่อนคลาย

รู้จักผ่อนคลายต่อสิ่งต่างๆ ในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่าการทำงาน หากไม่รู้จักสรรหาการผ่อนคลายให้กับตนเอง จะทำให้ร่างกายและจิตใจเกิดความเครียด อันส่งผลกระทบต่อหน้าที่การทำงาน

#### ๕. Happy Brain

(การส่งเสริมให้บุคลากรได้พัฒนาความรู้ความสามารถ) หาความรู้

มีการศึกษาหาความรู้พัฒนาตนเองตลอดเวลาจากแหล่งต่างๆ นำไปสู่การเป็นมืออาชีพและความมั่นคงก้าวหน้าในการทำงานเพราะเชื่อว่า ถ้าเราทุกคนแสวงหาความรู้ใหม่ๆ มาเพิ่มพูนความรู้และพัฒนาตนเองอยู่เสมอ ก็จะเป็นอีกหนึ่งแรงผลักดัน ช่วยให้องค์กรพัฒนาขึ้นด้วยบุคลากรที่มีศักยภาพ

#### ๖. Happy Soul

(การส่งเสริมให้บุคลากรมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต) ทางสงบ

มีความศรัทธาในศาสนาและมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่าหลักธรรมคำสอนของศาสนาเป็นสิ่งที่ช่วยการดำเนินชีวิตของทุกคนให้ดำเนินไปในเส้นทางที่ดีได้ ทำให้ทุกคนมีสติมีสมาธิในการทำงาน สามารถรับมือกับปัญหาที่เข้ามาได้ ยึดหลักสัจจะปฏิบัติให้เป็นคนดี คิดดี ทำดีและมีความศรัทธาในคุณงามความดีทั้งปวง

#### ๗. Happy Money

(การส่งเสริมด้านการออมและการวางแผนในการใช้จ่าย) ปลอดภัย

มีเงิน รู้จักเก็บรู้จักใช้ ไม่เป็นหนี้ ปลูกฝังนิสัยอดออม ประหยัด รู้จักวิธีใช้เงิน ไม่ใช่สุรุ่ยสุร่ายใช้จ่ายแต่เท่าที่จำเป็น ยึดหลักคำสอนการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

#### ๘. Happy Family

(การส่งเสริมสถาบันครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง) ครอบครัวดี

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

**แผนการดำเนินงานทั้ง ๘ ด้าน มีกิจกรรมหรือโครงการที่ส่งเสริมและบริหารจัดการองค์กร  
ปกครองส่วนท้องถิ่นให้เป็นองค์กรสุขภาวะ (Happy Workplace)**

| ลำดับที่ | (Happy Workplace)<br>๘ ด้าน | รายละเอียด กิจกรรม หรือโครงการ  | หมายเหตุ |
|----------|-----------------------------|---|----------|
| ๑        | ด้านที่ ๑ Happy Body        | กิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายให้กับพนักงาน เพราะการมีสุขภาพร่างกายที่ดีส่งผลให้การทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพการมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงก็จะมีจิตใจที่ดี พร้อมทั้งจะรับมือกับปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี   |          |
| ๒        | ด้านที่ ๒ Happy Heart       | กิจกรรมจิตอาสาที่มีความเอื้ออาทรเอาใจใส่ต่อบุคคลรอบข้างรู้จักการแบ่งปัน และให้ความช่วยเหลือผู้อื่นทั้งภายในและภายนอกองค์กรในเรื่องต่างๆอย่างเหมาะสมด้วย เสริมสร้างให้คนที่ทำงานรู้จักทำงานร่วมกันเป็นทีม  |          |
| ๓        | ด้านที่ ๓ Happy Society     | โครงการแข่งขันกีฬาต้านยาเสพติด ประจำปี พ.ศ.๒๕๖๕ ลุมปุ๊กเกมส์ ครั้งที่ ๒๒ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ องค์กรบริหารส่วนตำบลลุมปุ๊ก อำเภอเมืองบุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์ เพื่อสร้างกิจกรรมแบบบูรณาการ การมีส่วนร่วม และเจตคติที่ดี ระหว่างองค์กร ผู้นำชุมชน เด็กเยาวชน และประชาชนตำบลลุมปุ๊ก |          |
| ๔        | ด้านที่ ๔ Happy Relax       | กิจกรรมปรับปรุงสภาพแวดล้อม สถานที่ทำงาน ให้มีที่พักผ่อนหย่อนใจ เป็นสถานที่ให้เอื้อต่อการทำงาน ทำให้การทำงานอย่างมีความสุขมีประสิทธิภาพ  |          |
| ๕        | ด้านที่ ๕ Happy Brain       | โครงการส่งเสริมองค์ความรู้ให้แก่บุคลากรขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖  |          |
| ๖        | ด้านที่ ๖ Happy Soul        | กิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมส่งเสริมให้บุคลากรมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต   |          |
| ๗        | ด้านที่ ๗ Happy Money       | กิจกรรมส่งเสริมการออมการออมโดยการประชาสัมพันธ์ให้บุคลากรได้รู้จักวิธีการออมเพื่อเป็นการวางแผนการออมเงิน ไว้ใช้ในยามจำเป็นในอนาคต  |          |
| ๘        | ด้านที่ ๘ Happy Family      | กิจกรรมรณรงค์ดำหัววันสงกรานต์เพื่อเป็นสิริมงคลและเป็นการสืบสานประเพณีวัฒนธรรมอันดีงามของไทย และยังเป็นการสร้างขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติงานต่อไปและ สร้างความสัมพันธ์ที่ดีของบุคลากรในองค์กร  |          |



# กิจกรรมส่งเสริมและบริหารจัดการ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นให้เป็นองค์กรสุขภาวะ Happy Workplace

Happy Workplace คือ กระบวนการพัฒนาคนในองค์กรอย่างมีเป้าหมายและให้ยุทธศาสตร์สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ขององค์กร เพื่อให้องค์กรมีความพร้อมต่อการเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะนำพาองค์กรไปสู่การเติบโตอย่างยั่งยืน (การจัดการองค์กรโดยเน้น การจัดการ “คน” เป็นหลัก) โดยใช้ความสุขพื้นฐานแปดประการ (Happy ๘) เป็นแนวทางในการบริหารจัดการชีวิตให้มีความสุข อย่างยั่งยืน สร้างทัศนคติบวกต่อมุมมองในการดำเนินชีวิต การอยู่ร่วมกับผู้อื่น การรับผิดชอบต่อสังคม เป็นสมาชิกที่ดีต่อครอบครัว องค์กร และสังคม โดยมีความสุขที่แท้จริงบนพื้นฐาน ความสุขแปดประการที่สมดุลกับชีวิต ประกอบด้วย

## ๑. Happy Body การส่งเสริมด้านสุขภาพกายและใจ

กิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายให้กับพนักงานเพราะการมีสุขภาพร่างกายที่ดีส่งผลให้การทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพการมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงก็จะมีจิตใจที่ดี พร้อมทั้งจะรับมือกับปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี



๒. Happy Heart การส่งเสริมให้เกิดความเกื้อกูลในองค์กร  
กิจกรรมเสริมสร้างให้คนที่ทำงานรู้จักทำงานร่วมกันเป็นทีม กิจกรรมจิตอาสา



### ๓. Happy Society การส่งเสริมให้เกิดความสามัคคีในองค์กร

โครงการแข่งขันกีฬาต้านยาเสพติด “ลุ่มปุ๊กเกมส์” ครั้งที่ ๒๒ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖





## ๔. Happy Relax การส่งเสริมให้มีสภาพแวดล้อมที่ผ่อนคลาย

กิจกรรมปรับปรุงสภาพแวดล้อม สถานที่ทำงานให้มีที่พักผ่อนหย่อนใจ เป็นสถานที่ให้เอื้อต่อการทำงาน

ทำให้การทำงานอย่างมีความสุขมีประสิทธิภาพ



## ๕. Happy Brain การส่งเสริมให้บุคลากรได้พัฒนาความรู้ความสามารถ

โครงการส่งเสริมองค์ความรู้ให้แก่บุคลากรขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖



## ๖. Happy Soul การส่งเสริมให้บุคลากรมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต

### กิจกรรมส่งเสริมให้บุคลากรมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต



## ๗. Happy Money การส่งเสริมด้านการออมและการวางแผนในการใช้จ่าย

กิจกรรมส่งเสริมการออมการออมโดยการประชาสัมพันธ์ผ่านเว็บไซต์องค์การบริหารส่วนตำบลลุมพุกให้บุคลากรได้รู้จักวิธีการออม เพื่อเป็นการวางแผนการออมเงิน ไว้ใช้ในยามจำเป็นในอนาคต

องค์การบริหารส่วนตำบลลุมพุก

5 เทคนิคการออมเงิน แบบง่ายๆแสนสนุก

ออมก่อนใช้

กำหนดรายรับ-รายจ่าย

ตั้งเป้าหมายในการออมให้ชัดเจน

ออมเงิน 10% ของรายได้

เก็บเศษเหรียญหยอดใส่กระปุก

องค์การบริหารส่วนตำบลลุมพุก

5 เทคนิคการออมเงิน แบบง่ายๆแสนสนุก

ออมก่อนใช้

กำหนดรายรับ-รายจ่าย

ตั้งเป้าหมายในการออมให้ชัดเจน

ออมเงิน 10% ของรายได้

เก็บเศษเหรียญหยอดใส่กระปุก

องค์การบริหารส่วนตำบลลุมพุก

Happy Family การส่งเสริมสถาบันครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง  
กิจกรรมรดน้ำดำหัว วันสงกรานต์เพื่อความเป็นศิริมงคลและเป็นการสืบสานประเพณี  
วัฒนธรรมอันดีงามไทย และยังเป็นการสร้างขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานต่อไป

