

แผนปฏิบัติการ เสริมสร้างองค์กรแห่งความสุข Happy Workplace

สำนักงาน
วิทยาเขตพัทลุง

ปี การศึ กษา
2556





แผนปฏิบัติการเสริมสร้างองค์กรแห่งความสุข
(Happy Workplace)

สำนักงานวิทยาเขตพัทลุง ปีการศึกษา 2566

แผนปฏิบัติการเสริมสร้างองค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace) สำนักงานวิทยาเขตพัทลุง ปีการศึกษา 2566

หลักการและเหตุผล

คุณภาพชีวิตในการทำงาน (Quality of Working Life) เป็นสิ่งที่ทุกประเทศล้วนให้ความสำคัญ เพราะคุณภาพชีวิตในการทำงานนั้นจะส่งผลต่อองค์กรสามประการ คือ ช่วยเพิ่มผลผลิตขององค์กร ช่วยเพิ่มพูนขวัญกำลังใจของผู้ปฏิบัติงานตลอดจนเป็นแรงจูงใจในการทำงาน และช่วยปรับปรุงศักยภาพของผู้ปฏิบัติงาน แต่ในสภาพปัจจุบันบุคลากรของมหาวิทยาลัยทักษิณมีความเครียดเพิ่มขึ้น เนื่องจากสภาพแวดล้อมในการทำงานเปลี่ยนแปลงไป โลกเข้าสู่ความเป็นโลกาภิวัตน์ การแข่งขันและความก้าวหน้าด้านเทคโนโลยีจึงทำให้โอกาสในการเข้าถึงองค์ความรู้ต่างๆ มีมากขึ้น เกิดรูปแบบการทำงานใหม่ๆ การทำงานมีบทบาทเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมที่มีแนวคิดว่าการทำงานคือสิ่งจำเป็นเพื่อการเลี้ยงชีวิต แต่ในปัจจุบันการทำงานมิใช่เพียงเพื่อความอยู่รอดของชีวิตเท่านั้น แต่ยังเป็นสิ่งแสดงความสำเร็จอีกด้วย มหาวิทยาลัยจึงได้กำหนดให้มีการวัดดัชนีความสุขของบุคลากรทุกระดับซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 6 มีระบบบริหารจัดการที่เป็นเลิศ เป้าหมายเชิงกลยุทธ์ 6.1 บุคลากรมีทัศนคติที่ดีและภูมิใจในการเป็นสมาชิกของมหาวิทยาลัย โดยสำนักงานวิทยาเขตพัทลุงได้นำแนวคิดการจัดสมดุลชีวิตของมนุษย์ด้านความสุขเพื่อเป็นแนวทางในการบริหารจัดการชีวิตให้มีความสุขอย่างยั่งยืน สร้างทัศนคติบวกต่อมุมมองในการดำเนินชีวิต การอยู่ร่วมกับผู้อื่น การรับมือต่อสังคม เป็นสมาชิกที่ดีต่อครอบครัว องค์กร และสังคม โดยมีความสุขที่แท้จริงบนพื้นฐานความสุข 8 ประการ (Happy 8) ที่สมดุลกับชีวิต และเป็นแนวทางไปสู่การสร้างองค์กรแห่งความสุข Happy work-life ซึ่งประกอบด้วย

- 1. Happy Body (สุขภาพดี)** (สุขภาพแข็งแรงทั้งกายและจิตใจ เพราะมีความเชื่อว่าถ้ามนุษย์มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงก็จะมีจิตใจที่ดี พร้อมทั้งจะรับมือกับปัญหาที่จะเข้ามาได้เป็นอย่างดี
- 2. Happy Heart (น้ำใจงาม)** (มีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกันและกัน เนื่องจากมีความเชื่อว่าความสุขที่แท้จริงคือการเป็นผู้ให้
- 3. Happy Society (สังคมดี)** (มีความรักสามัคคีเอื้อเพื่อต่อชุมชนที่ตนทำงานและพักอาศัย มีสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดีเพราะเชื่อว่าคนที่ผู้คนมีความเป็นอยู่ที่ดีภายในสังคมหรือชุมชนย่อมเป็นพื้นฐานที่ดีทำให้ผู้อยู่อาศัยมีความรัก ความปรองดองสามัคคีต่อกันพร้อมร่วมแรงร่วมใจช่วยกันพัฒนาชุมชนให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น
- 4. Happy Relax (การผ่อนคลาย)** (รู้จักผ่อนคลายต่อสิ่งต่างๆ ในการดำเนินชีวิตเพราะเชื่อว่าคนที่คนทำงานหากไม่รู้จักรักษาการผ่อนคลายให้กับตนเองจะทำให้ร่างกายและจิตใจเกิดความเครียด อันส่งผลกระทบต่อหน้าที่การทำงาน
- 5. Happy Brain (หาความรู้)** (มีการศึกษาหาความรู้พัฒนาตนเองตลอดเวลาจากแหล่งต่างๆ นำไปสู่การเป็นมืออาชีพและความมั่นคงก้าวหน้าในการทำงานเพราะเชื่อว่าถ้าเราทุกคนแสวงหาความรู้ใหม่ๆ มาเพิ่มพูนความรู้และพัฒนาตนเองอยู่เสมอก็จะเป็นอีกหนึ่งแรงผลักดันช่วยให้องค์กรพัฒนาขึ้นด้วยบุคลากรที่มีศักยภาพ

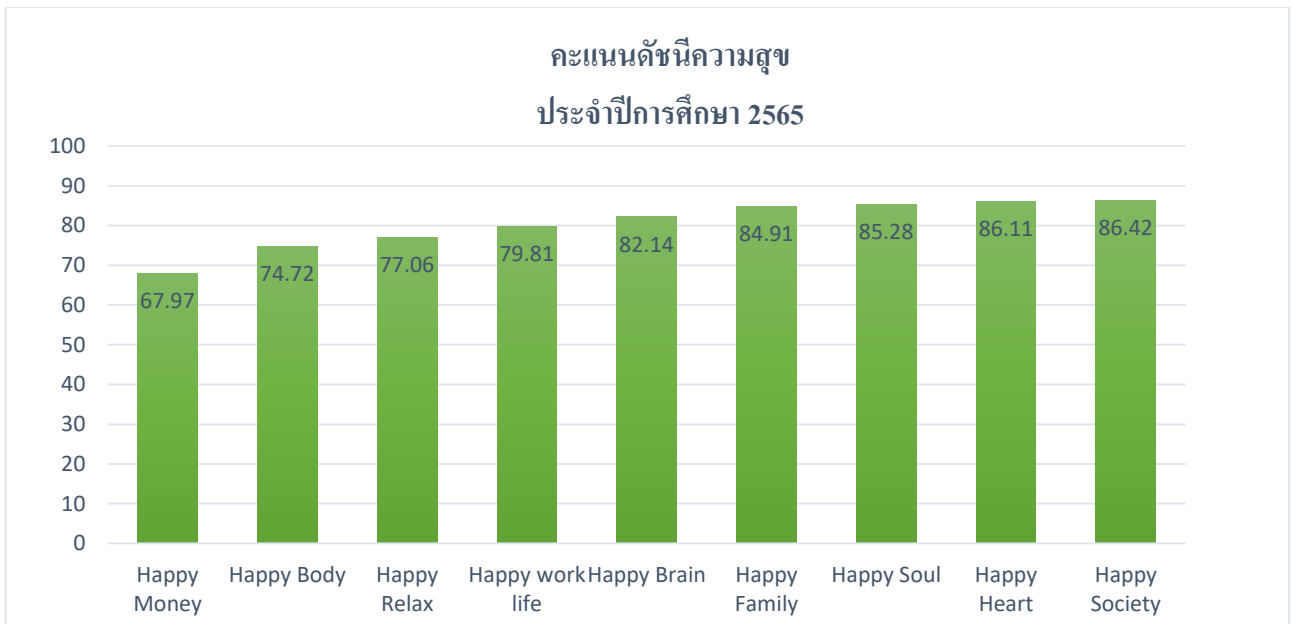
6. Happy Soul (ทางสงบ) มีความศรัทธาในศาสนาและมีศีลธรรมในการดำเนินชีวิต เพราะเชื่อว่าหลักธรรมคำสอนของศาสนาเป็นสิ่งที่ช่วยทุกคนให้ดำเนินชีวิตไปในเส้นทางที่ดีได้ทำให้ทุกคนมีสติ มีสมาธิในการทำงาน สามารถรับมือกับปัญหาที่เข้ามา ยึดหลักสัจจะปฏิบัติเป็นคนดี คิดดี ทำดี และมีความศรัทธาในคุณงามความดีที่พึงปรารถนา

7. Happy Money (ปลอดภัย) (มีเงิน รู้จักเก็บ รู้จักใช้ ไม่เป็นหนี้ ปลูกฝังนิสัยอดออม ประหยัด ไม่ใช่สุรุ่ยสุร่าย ใช้จ่ายแต่เท่าที่จำเป็นยึดหลักคำสอนการดำเนินชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง

8. Happy Family (ครอบครัวที่ดี) (มีครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคงปลูกฝังนิสัยรักครอบครัว เพื่อนำไปเป็นหลักการใช้ชีวิตให้รู้จักความรัก ความเชื่อมั่นและความศรัทธาในความดีงาม จึงจะเกิดเป็นคนดีในสังคม

นอกจากนี้ ผลจากการสำรวจความสุขด้วยเครื่องวัดความสุข HAPPINOMETER แบบออนไลน์ของบุคลากรสำนักงานวิทยาเขตพัทลุง ประจำปีการศึกษา 2565 โดยมหาวิทยาลัยมหิดลพบว่าบุคลากรของสำนักงานวิทยาเขตพัทลุงมีค่าดัชนีความสุข 80.48 (มีความสุขมาก) จากผู้ตอบแบบสำรวจร้อยละ 100 ซึ่งมีคะแนนเฉลี่ยในแต่ละมิติ ดังนี้

มิติความสุข	Happy Body	Happy Relax	Happy Heart	Happy Soul	Happy Family	Happy Society	Happy Brain	Happy Money	Happy work life
คะแนนเฉลี่ย	74.72	77.06	86.11	85.28	84.91	86.42	82.14	67.97	79.81



จากผลการสำรวจความสุขดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าบุคลากรของสำนักงานวิทยาเขตพัทลุงมีความสุขในมิติการเงิน (Happy Money) น้อยที่สุด (67.97) รองลงมา คือ มิติด้านสุขภาพ Happy Body (74.72) และมิติด้านความผ่อนคลาย Happy Relax (77.06) ตามลำดับ ส่วนมิติที่มีความสุขมากที่สุด คือ มิติด้านสังคม Happy Society (86.42) รองลงมาคือ มิติด้านน้ำใจงาม Happy Heart (86.11) และมิติด้านทางสงบ Happy Soul (85.28) ตามลำดับ

ด้วยความสำคัญและผลการสำรวจดังกล่าว สำนักงานวิทยาเขตพัทลุงจึงได้จัดทำแผนปฏิบัติการเสริมสร้างองค์กรแห่งความสุข (Happy Workplace) ปีการศึกษา 2566 เพื่อตอบสนองนโยบายของมหาวิทยาลัย และส่งเสริมให้บุคลากรมีคุณภาพชีวิตในการทำงานและความเป็นอยู่ที่ดี ซึ่งจะทำให้บุคลากรมีความสุขในการทำงาน มีความมั่นคงในการประกอบอาชีพ เกิดความรู้สึกว่าตนเองเป็นทรัพยากรที่มีค่า มีทัศนคติที่ดีต่อองค์กร สร้างแรงจูงใจในการทำงาน และเกิดความผูกพันกับองค์กร

วัตถุประสงค์

1. เพื่อดำเนินการให้เป็นไปตามคำรับรองการปฏิบัติงาน สำนักงานวิทยาเขตพัทลุง ประจำปีการศึกษา 2566 ดังนี้

- 1.1 ตัวชี้วัด 7.3ก-12 ระดับความพึงพอใจของบุคลากรด้านบรรยากาศการทำงาน
- 1.2 ตัวชี้วัด 7.3ก-20 ระดับความผูกพันของบุคลากร
- 1.3 ตัวชี้วัด 7.3ก-21 ดัชนีความสุขของบุคลากรในทุกระดับของมหาวิทยาลัย

2. เพื่อพัฒนากระบวนการสร้างองค์กรแห่งความสุขให้กับบุคลากรของสำนักงานวิทยาเขตพัทลุง
3. เพื่อสร้างความผูกพันของบุคลากร
4. เพื่อสร้างความพึงพอใจของบุคลากรด้านบรรยากาศการทำงาน

กลุ่มเป้าหมาย

1. กลุ่มที่ 1 บุคลากรสำนักงานวิทยาเขตพัทลุงที่ปฏิบัติงานสำนักงาน จำนวน 26 คน
2. กลุ่มที่ 2 บุคลากรสำนักงานวิทยาเขตพัทลุงที่ปฏิบัติงานภาคสนาม จำนวน 77 คน

ตัวชี้วัด

ตัวชี้วัด	ค่าเป้าหมาย
1. ร้อยละของความสำเร็จของการดำเนินงานตามแผนปฏิบัติการเสริมสร้างองค์กรแห่งความสุข	80
2. ดัชนีความสุขของบุคลากรสำนักงานวิทยาเขตพัทลุง	80.49
3. ระดับความพึงพอใจของบุคลากรด้านบรรยากาศการทำงาน	3.93
4. ระดับความผูกพันของบุคลากร	4.23

วิธีดำเนินงาน

1. กำหนดและจัดทำแผนปฏิบัติการเสริมสร้างองค์กรแห่งความสุข
 - 1.1 วิเคราะห์ข้อมูลจากดัชนีความสุขของบุคลากรสำนักงานวิทยาเขตพัทลุง ปีการศึกษา 2565
 - 1.2 สำนวจความต้องการจัดกิจกรรมเสริมสร้างองค์กรแห่งความสุขของบุคลากรสำนักงานวิทยาเขตพัทลุง
 - 1.3 ประชุม/หารือ เพื่อกำหนดกิจกรรม
 - 1.4 จัดทำแผนปฏิบัติการเสริมสร้างองค์กรแห่งความสุขของสำนักงานวิทยาเขตพัทลุง
2. ถ่ายทอดและนำสู่การปฏิบัติ
3. ติดตามและประเมินผล
 - 3.1 ประเมินผลรายกิจกรรม
 - 3.2 ประเมินผลสำเร็จการดำเนินงานตามแผน
 - 3.3 สำนวจดัชนีความสุข
4. ปรับปรุง/ทบทวน และสรุปผลสำเร็จของการดำเนินงานตามแผน

แผนการดำเนินงาน

กิจกรรม	ระยะเวลาดำเนินงาน (ปีการศึกษา 2566)												ผู้รับผิดชอบ	
	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.		
1.ศึกษาข้อมูลกำหนดแผนปฏิบัติการเสริมสร้างองค์กรแห่งความสุข					√									วรรณชนก บุคลากรสำนักงานฯ
2.พิจารณาแผนปฏิบัติการเสริมสร้างองค์กรแห่งความสุขสำนักงานวิทยาเขตพัทลุง ปีการศึกษา 2566						√								คณะกรรมการ บริหารสำนักงาน วิทยาเขตพัทลุง
3.ถ่ายทอดและมอบหมายกิจกรรมตามแผน							√							หัวหน้าสำนักงาน
4.ดำเนินกิจกรรมตามแผน									←————→				บุคลากรสำนักงานฯ	
5.ติดตามและประเมินผล										←————→				วรรณชนก
6.ทบทวน/ปรับปรุงการดำเนินงาน											←————→			บุคลากรสำนักงานฯ
7.สำรวดัชนีความสุขของบุคลากร											←————→			มหาวิทยาลัย
8.สรุปและรายงานผลสำเร็จของการดำเนินงานตามแผน													√	วรรณชนก

รายละเอียดโครงการ/กิจกรรม

สำนักงานวิทยาเขตพัทลุงได้นำผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยแบบสำรวจความสุข HAPPINOMETER ออนไลน์ ของบุคลากรสำนักงานวิทยาเขตพัทลุง ประจำปีการศึกษา 2565 มาเป็นข้อมูลประกอบการพิจารณาเพื่อกำหนดกิจกรรมของแผนปฏิบัติการเสริมสร้างองค์กรแห่งความสุข สำนักงานวิทยาเขตพัทลุง ปีการศึกษา 2566 ให้สอดคล้องกับสภาพปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อดัชนีความสุขของบุคลากรต่อไป ประกอบด้วยกิจกรรมในมิติความสุขต่างๆ รายละเอียดดังตารางต่อไปนี้

ลำดับ	มิติความสุข	โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์
1	Happy Body	1.แข่งขันกีฬาสามัคคีสัมพันธ์ 2.กิจกรรมตรวจสุขภาพประจำปี	1.เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรออกกำลังกาย สร้างความสามัคคีและความสัมพันธ์อันดีให้กับบุคลากรภายในหน่วยงาน 2.เพื่อให้ทราบสุขภาพและความสมบูรณ์ของร่างกาย และรู้ทันความผิดปกติก่อนที่จะเกิดโรค นำไปสู่การป้องกันและวางแผนการรักษาอย่างทันท่วงที
2	Happy Relax	กิจกรรมร้อยสาย สานรัก *เดือนละ 1 ครั้ง	1.เปิดโอกาสให้ผู้บริหารและบุคลากรได้ พบ ปะ พุด คุย ผ่อนคลายความเครียดจากการทำงาน สร้างความสัมพันธ์อันดีต่อกัน
3	Happy Heart	กิจกรรม เหลือคุณ เราขอส่งต่อสังคม	1.เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรมีส่วนร่วมในการแบ่งปันด้วยการบริจาคเสื้อผ้า สิ่งของ ให้เป็นประโยชน์แก่บุคคล หรือหน่วยงานอื่น 2.เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรรู้จักช่วยเหลือเพื่อเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน
4	Happy money	อบรม	เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรมีความรู้ด้านการเงินและให้ความสำคัญกับการออมเงิน

ลำดับ	มิติความสุข	โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์
5	Happy brain	อบรมพัฒนาประสิทธิภาพการทำงาน	เพื่อส่งเสริมและพัฒนาบุคลากรให้มีความรู้และทักษะที่จำเป็นในการปฏิบัติงานด้วยการอบรม ศึกษาดูงาน หรือศึกษาด้วยตนเอง
6	Happy soul	กิจกรรมเสริมสร้างคุณธรรม จริยธรรม และจิตสาธารณะ (พัฒนาวัด/สำนักสงฆ์)	1. เพื่อเสริมสร้างให้บุคลากรมีจิตสาธารณะ เสียสละ ร่วมแรงร่วมใจ ทำประโยชน์เพื่อสังคม 2. เพื่อส่งเสริมการทำความดีและธรรมนุบำรุงพุทธศาสนา

แผนปฏิบัติการ โครงการ/กิจกรรม เสริมสร้างองค์กรแห่งความสุข ประจำปีการศึกษา 2566 สำนักงานวิทยาเขตพัทลุง

มิติความสุข	โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ	เป้าหมาย	ระยะเวลา	งบประมาณ	ผู้รับผิดชอบ
Happy Body	1.แข่งขันกีฬาสามัคคีสัมพันธ์ <u>วิธีดำเนินการ</u> แข่งขันกีฬาพื้นบ้าน อย่างน้อย 1 ครั้ง	-เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรออกกำลังกาย เสริมสร้างสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง -เพื่อสร้างความสามัคคีและความสัมพันธ์อันดีให้กับบุคลากรภายในหน่วยงาน	ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วม	3.51	เม.ย.-พ.ค.67	1,000 บาท (ค่าวัสดุการแข่งขันกีฬา)	ธุรการ (ดารินทร์/ ภัทธิตยา)
	2.กิจกรรมตรวจสุขภาพประจำปี	เพื่อให้บุคลากรในหน่วยงานตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพ ทราบสุขภาพ ความสมบูรณ์ของร่างกาย และรู้ทันความผิดปกติก่อนที่จะเกิดโรค นำไปสู่การป้องกันและวางแผนการรักษาอย่างทันท่วงที	ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วม	3.51	ธ.ค.66	-	ธุรการ (ยุวดี)
Happy Relax	3.กิจกรรม : ร้อยสาย สานรัก <u>วิธีดำเนินการ</u> -ทำอาหารและหิ้วบิ๊นโต -รับประทานอาหารเที่ยงร่วมกัน -ทุกวันศุกร์สัปดาห์สุดท้ายของเดือน * เดือนละ 1 ครั้ง	เปิดโอกาสให้ผู้บริหารและบุคลากร ได้พบปะพูดคุย ผ่อนคลายความเครียดจากการทำงาน สร้างความสัมพันธ์อันดีต่อกัน	ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วม	3.51	ม.ค.- เม.ย. 67	-	ชนภรณ์ (ทุกกลุ่ม ภารกิจ)

มิติความสุข	โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ	เป้าหมาย	ระยะเวลา	งบประมาณ	ผู้รับผิดชอบ
Happy Heart	4.กิจกรรม : เหลือคุณ เราขอ ส่งต่อสังคม (รับบริจาคเสื้อผ้าและของใช้ จำเป็น เช่น กระเป๋า รองเท้า ผ้าห่ม จักรยาน แก้วน้ำ จาน ชาม กล่องใส่อาหาร เพื่อส่ง ต่อน้อง ๆ นักเรียน มูลนิธิ และคนที่ต้องการ)	1.เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรมีส่วน ร่วมในการแบ่งปันด้วยการ บริจาค เสื้อผ้า สิ่งของ ให้เป็น ประโยชน์แก่บุคคล หรือ หน่วยงานอื่น 2.เพื่อส่งเสริมให้บุคลากร รู้จักช่วยเหลือเอื้อเอื้อเพื่อแม่ต่อ เพื่อนมนุษย์ด้วยกัน	ความพึงพอใจของ ผู้เข้าร่วม	3.51	ต.ค. - พ.ย.66	-	ภูมิทัศน์ (ธนภรณ์/ นฤเบศร์)
Happy money	5.อบรม/ให้ความรู้ : บริหาร การเงินให้มีประสิทธิภาพ	เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรมีความรู้ ด้านการเงินและให้ความสำคัญ กับการออมเงิน	ความพึงพอใจของ ผู้เข้าร่วม	3.51	เม.ย.67	1,200 บาท (ค่าตอบแทน วิทยากร/ ค่าของที่ระลึก)	แผนงาน วรรณชนก
Happy brain	6.อบรมพัฒนาประสิทธิภาพ การทำงาน <u>วิธีดำเนินการ</u> -ส่งเสริมให้บุคลากรพัฒนา ทักษะและเพิ่มประสิทธิภาพ ในการทำงานด้วยการ อบรม/ศึกษาดูงาน หรือ เรียนรู้ด้วยตนเอง อย่างน้อย ปีละ 1 ครั้ง	เพื่อส่งเสริมและพัฒนาศักยภาพ ให้มีความรู้และทักษะที่จำเป็น ในการปฏิบัติงาน ด้วยการ อบรมหลักสูตรต่างๆ ผ่านทาง ช่องทางออนไลน์อบรมพัฒนา ประสิทธิภาพการทำงาน	ร้อยละของผู้เข้าร่วม	80	ต.ค.66-พ.ค.67		ธุรการ

มิติความสุข	โครงการ/กิจกรรม	วัตถุประสงค์	ตัวชี้วัดความสำเร็จ	เป้าหมาย	ระยะเวลา	งบประมาณ	ผู้รับผิดชอบ
	<p>7.การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ (KM)</p> <p><u>วิธีดำเนินการ</u></p> <p>- คัดเลือกหัวข้อที่บุคลากรสนใจ หรือทักษะที่จำเป็นต่อการปฏิบัติงานด้านต่างๆ มาถ่ายทอดในรูปแบบการจัดการความรู้ (หัวข้อเทคนิคการถ่ายภาพเพื่อประชาสัมพันธ์)</p>	<p>เพื่อถ่ายทอดและรวบรวมองค์ความรู้ที่จำเป็นต่อการปฏิบัติงาน</p>	<p>ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วม</p>	3.51	ธ.ค.66	600 บาท (ค่าของที่ระลึก)	แผนงาน วรรณชนก
Happy soul	<p>8.กิจกรรมเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมและจิตสาธารณะ</p> <p><u>วิธีดำเนินการ</u></p> <p>- ร่วมกันพัฒนาวัด/สำนักสงฆ์</p> <p>- รับฟังการบรรยายธรรม</p>	<p>1.เพื่อเสริมสร้างให้บุคลากรมีจิตสาธารณะ เสียสละ ร่วมแรงร่วมใจทำประโยชน์เพื่อสังคม</p> <p>2. เพื่อส่งเสริมการทำความดี และธรรมนุบำรุงพุทธศาสนา</p>	<p>ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วม</p>	3.51	ม.ค.-พ.ค.67		ธุรการ (ชนภรณ์)

