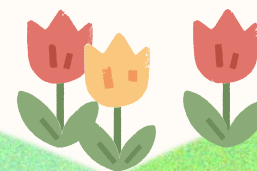


HAPPY 8

ความสุข 8 ประการ



Happy 8

หรือความสุข 8 ประการ



เป็นความสุขที่ทำให้คนเราเกิดสมดุลระหว่างชีวิตการทำงานและชีวิตส่วนตน ภายใต้ความเชื่อที่ว่าคนคือ หัวใจขององค์กร การสร้างคนที่มีความสุขให้อยู่รวมกัน จะเกิดเป็นองค์กรแห่งความสุข (Happy workplace) โดยสำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กรได้นำเสนอแนวคิดองค์กรแห่งความสุขว่าต้องประกอบด้วยความสุข 8 ประการ (HAPPY 8)

ความสุข 8 ประการ



Happy Body (สุขภาพดี) คือ สุขภาพ
แข็งแรงทั้งกายและจิตใจ มาจากการ
ที่รู้จักใช้ชีวิต รู้จักกิน รู้จักนอน ชีวิตมีสุข
เหมาะสมกับเพศ เหมาะสมกับวัย
เหมาะสมกับสถานการณ์ เหมาะสมกับ
ฐานะทางการเงิน



Happy Relax (การผ่อนคลาย) ต้องรู้จัก
การผ่อนคลายกับสิ่งต่าง ๆ ในการดำเนิน
ชีวิต เมื่อชีวิตในการทำงานเครียดก็ต้องมี
วิธีผ่อนคลายในการทำงาน ขณะเดียวกัน
การใช้ชีวิตส่วนตัวก็ต้องรู้จักผ่อนคลาย
เช่นเดียวกัน เป็นการสร้างสมดุลชีวิต



ความสุข 8 ประการ



Happy Heart (น้ำใจงาม) ในองค์กร
สิ่งที่เราจำเป็นที่สุดในการที่มนุษย์จะ
อยู่กับคนอื่นได้ต้องมีน้ำใจคิดถึงคนอื่น
มีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกันและกัน คนเรา
เอาแต่ตัวเองอยู่คนเดียวไม่ได้ ต้องรู้จัก
การแบ่งปันอย่างเหมาะสม ต้องรู้
บทบาทของเจ้านาย บทบาทของลูกน้อง
บทบาทของคุณพ่อ บทบาทของคุณแม่
กับผลสิ่งต่าง ๆ ที่จะเข้ามาในชีวิต



Happy Money (ใช้เงินเป็น) การที่สามารถ
จัดการรายรับรายจ่ายของตนเองได้ คือ
การใช้เงินเป็น มีเงินรู้จักเก็บรู้จักใช้เป็นที่
ให้พอดี มีชีวิตที่เหมาะสมกับตนเอง วันนี้คน
ปฏิเสธเรื่องการเป็นหนี้ไม่ได้ การเป็นหนี้
การใช้จ่ายที่เหมาะสมกับสถานะที่ตนเองหา
มาได้ ทุกคนต้องมีการบริหารจัดการรายรับ
และรายจ่ายของตนเองและครอบครัว ต้อง
รู้จักการทำบัญชี หรือว่าถ้าเป็นระดับ
ครอบครัว เรียกว่าบัญชีครัวเรือน

ความสุข 8 ประการ



Happy Brain (หาความรู้) มนุษย์เราอยู่ได้ด้วย การศึกษาหาความรู้พัฒนาตัวเองตลอดเวลา จากแหล่งต่าง ๆ นำไปสู่การเป็นมืออาชีพเพื่อ ให้เกิดความมั่นคงก้าวหน้าในการทำงาน หรือ ฆุุดง่าย ๆ คือ เรียนเพื่อรู้ มีปัญญาก้าวหน้าใน ชีวิต ทั้งหมดนี้มาจากคำว่ามืออาชีพ มืออาชีพ หมายถึงว่า คนเรา มนุษย์เราทุกคนต้องมีความ รู้ในงาน มีความรับผิดชอบ มีการพัฒนาตนเอง อย่างต่อเนื่อง มีระเบียบวินัยตรงต่อเวลา และ สอนคนอื่นได้ในงานที่ตนรู้ก็คือต้องเป็นครูที่ ปรพร้อมจะสอนให้ความรู้กับคนอื่น



Happy Soul (การมีคุณธรรม ธิริ โอดัปะปะ) ธิริ โอดัปะปะ คุณธรรมเบื่องต้นพื้นฐาน ของการอยู่ร่วมกันของมนุษย์ในสังคม ใน การทำงานเป็นทีม คือ ธิริ โอดัปะปะ ความ ละอายและเกรงกลัวต่อการกระทำของ ตนเองโดยเฉพาะการกระทำที่ไม่ดี คนดี มี ความศรัทธาต่อศาสนา มีศีลธรรมในการ ดำเนินชีวิต มีคุณธรรม มีความซื่อสัตย์ มี ความสามัคคี และมีความเอื้ออาทรช่วย เหลือเกื้อกูลกัน ย่อมนำความสุขสู่องค์กร

ความสุข 8 ประการ

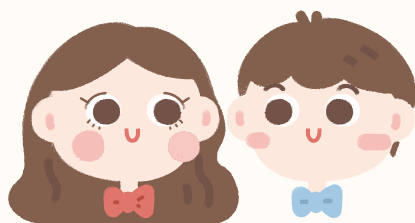


Happy Family (ครอบครัวที่ดี) มีครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคงให้ความสำคัญกับครอบครัวเป็นกำลังใจที่ดีในการทำงาน เพราะครอบครัวเป็นเหมือนภูมิคุ้มกันเป็นกำลังใจในการที่เราจะสามารถเผชิญกับอนาคตหรืออุปสรรคในชีวิตได้ ทำให้เรามุ่งมั่นในการทำให้ชีวิตเราดีขึ้น ฉะนั้นครอบครัวเข้มแข็ง สังคมก็ย่อมมั่นคงเสมอ



Happy Society (สังคมดี) หมายถึงรวมถึงสองมิติ คือ สังคมในที่ทำงานกับสังคมนอกที่ทำงาน มนุษย์ทุกคนต้องมีความรักสามัคคีเอื้อเฟื้อต่อสังคมที่ตนเองทำงานและพัก อาศัย มีสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดี

คณะผู้จัดทำ



น.ส.สุดา ตั้งกานนท์
ตำแหน่ง นักทรัพยากรบุคคล

น.ส.สุพรรณิ กล่อมจิตร
ตำแหน่ง พนักงานธุรการ

