

## “องค์กร” กับ “กล่องแห่งความสุข”

อ.ดร.จิตรสุตา ลิ้มเกรียงไกร \*

หลายๆครั้งเราอาจจะมีคำถามขึ้นมาว่า ความสุขคืออะไร หรือทำอะไรเราถึงจะมีความสุข ถ้าคำถามเรื่องความสุขนี้เกี่ยวข้องกับความสุขจากการทำงาน จากที่ทำงานด้วย ยิ่งเป็นเรื่องที่ต้องให้ความสำคัญเป็นอย่างมาก เพราะคนเราใช้เวลากว่า 8 ชั่วโมง หรือ 1 ใน 3 ของวันไปกับการทำงาน เราคงอยากให้ทุกๆเช้าที่ตื่นไปทำงานเป็นเช้าแห่ง “ความสุข” ด้วยเหตุนี้แนวคิดองค์กรแห่งความสุข หรือ “Happy Workplace” จึงเกิดขึ้นเพื่อเติมเต็มช่องว่างระหว่างนายจ้างกับลูกจ้าง มุ่งสร้างคนในองค์กรให้เป็นผู้ที่มีความสุข เพราะคนคือสิ่งสำคัญที่สุดขององค์กร หากคน เป็นคนทำงานที่มีความสุข การทำงานก็จะมีประสิทธิภาพ องค์กรก็จะเติบโตอย่างยั่งยืน

แล้ว “ความสุข” มันเกิดขึ้นได้จริงหรือ คำถามนี้อาจเป็นคำถามที่ชวนให้คิดชวนให้สงสัยอยู่ไม่น้อย คำตอบตามแนวคิดขององค์กรแห่งความสุขบอกเราว่า **ความสุขจริง ๆมันเกิดขึ้นได้เมื่อเราจัดสมดุลชีวิตให้เหมาะสม** โดยเปรียบเทียบว่ามนุษย์เรามีกล่องใบใหญ่ ๆอยู่หนึ่งใบ เรียกว่า “กล่องแห่งความสุข” จะเอาอะไรเข้าไปใส่ในกล่องก็จะมีความสุข กล่องแห่งความสุขใบใหญ่นี้ประกอบด้วยกล่องแห่งความสุขเล็กๆ อีก 8 ใบ โดย 6 ใบแรกเป็นกล่องแห่งความสุขเรื่องของตัวคน ประกอบด้วย (1) Happy Body (สุขภาพดีทั้งกายและใจ รู้จักกิน รู้จักใช้ชีวิต) (2) Happy Heart (มีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกัน) (3) Happy Relax (ผ่อนคลาย) (4) Happy Brain (ศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมเพื่อพัฒนาตนเองอยู่เสมอ) (5) Happy Soul (มีคุณธรรมและศีลธรรมในการดำเนินชีวิต) และ (6) Happy Money (มีเงิน รู้จักเก็บ รู้จักใช้ไม่เป็นหนี้) อีกใบเป็นกล่องแห่งความสุขเกี่ยวกับครอบครัว เราเรียกว่า (7) Happy Family (มีครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง) และกล่องสุดท้ายคือกล่องแห่งความสุขของสังคม เรียกว่า (8) Happy Society (สังคมดี มีความรัก ความสามัคคีต่อชุมชนที่ตนทำงาน) ซึ่งแนวคิดองค์กรแห่งความสุขนี้เป็นแนวคิดที่ให้ความสำคัญทั้งตัวบุคคล ครอบครัว และสังคม ถือว่าทั้ง 3 สิ่งนี้เป็นสิ่งหลักที่เชื่อมโยงกัน ถ้าบุคคลมีความสุข ย่อมทำให้ครอบครัวมีความสุข เมื่อครอบครัวมีความสุข ย่อมทำให้สังคมมีความสุข

จริงๆ แล้วหลายองค์กรส่วนใหญ่มีกิจกรรมที่สอดคล้องกับแนวคิด “Happy Workplace” กันอยู่แล้ว แต่ยังไม่ได้อัดฉีดเอาใส่กล่องแห่งความสุข 8 กล่องเท่านั้นเอง ดังนั้นในการเริ่มทำตามแนวคิดองค์กรแห่งความสุข หรือ “Happy Workplace” สามารถเริ่มได้โดยแต่ละองค์กรนำกิจกรรมที่เคยทำมาทั้งหมดมาแยกใส่กล่องตามประเภทของความสุข แล้วจะทำให้

ประเมินได้ว่าองค์กรของเราให้น้ำหนักในเรื่องใดมากเรื่องใต้น้อย เพื่อที่ต่อไปจะได้สร้างกิจกรรมภายในองค์กรให้ได้ครบทุกมิติ และกลายเป็นองค์กรแห่งความสุขที่แท้จริง แต่ไม่จำเป็นว่าทุกกล่องต้องมีกิจกรรมเท่ากันหรืออะไรมากที่สุด การที่จะทำอะไรมากกว่านั้นขึ้นอยู่กับสภาพบริบท ทุนเดิม รวมทั้งวัฒนธรรมของแต่ละองค์กรเป็นสำคัญ

ในกรณีที่องค์กรใดสนใจแนวคิดองค์กรแห่งความสุข หรือ **“Happy Workplace”** แต่ยังมีข้อสงสัยหรือต้องการความช่วยเหลือเพื่อจะเริ่มต้นจับความสุขใส่กล่อง สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมไปยังศูนย์สร้างเสริมสุขภาวะองค์กร (Happy Workplace) สำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) หรือสภาอุตสาหกรรมจังหวัดในพื้นที่ที่เข้าร่วมโครงการกับ สสส. ซึ่งต่อไปในอนาคตองค์กรของท่านอาจจะเป็นอีกหนึ่งองค์กรต้นแบบ ที่ช่วยเผยแพร่ความสุขไปยังองค์กรอื่นๆ ให้ทุกๆ องค์กรได้เป็นองค์กรแห่งความสุข **“แฮปปี้”** กันถ้วนหน้า

---

\* ภาควิชาศึกษาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล