

Happy Workplace ความสุข ๘ ประการ ในชีวิตทำงาน



สุขภาพดีทั้งกายใจ
(Happy Body)

- มีวิถีชีวิตที่สมดุล
- ปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อม
- มีหัวใจที่เข้มแข็ง



มีน้ำใจเอื้ออาทร
Happy Heart

- เอื้ออาทรต่อเพื่อนร่วมงาน
- ฟังกันและกัน
- แบ่งปันความสุข
- Cared & Shared



มีครอบครัวที่อบอุ่น
(Happy Family)

- ครอบครัวเข้มแข็ง/มั่นคง
- มีภูมิคุ้มกันทางใจของครอบครัว
- มีเวลาให้กันและกันของสมาชิก



มีความรักสามัคคี
(Happy Society)

- ชุมชนแห่งการให้ด้วยใจ
- เอื้อเฟื้อผู้ด้อยกว่าในสังคม
- เป็นกัลยาณมิตรแก่กันและกัน

คนทำงานมีความสุข
(Happy person)
ที่ทำงานน่าอยู่
(Healthy workplace)
ชุมชนสามานฉันท์
(Unity community)



รู้จักผ่อนคลาย
(Happy Relax)

- มีการปล่อยวาง
- ใช้ชีวิตแบบมีสติ
- หยุดเพื่อทบทวนตนเอง



รู้จักเก็บรู้จักใช้
(Happy Money)

- รู้จักการจัดการการเงิน
- ไม่เป็น/ลด หนี้สิน
- ใช้จ่ายในสิ่งที่จำเป็น
- มีระบบการออมที่ดี



มีศีลธรรมและศรัทธา
(Happy Soul)

- ยึดมั่นในหลักการ
- สร้างค่านิยมร่วมที่ดี
- มีจริยธรรมในการทำงาน
- รัก และศรัทธาในคน ค้าของงาน



รู้จักพัฒนาตนเอง
(Happy Brain)

- เรียนรู้อย่างต่อเนื่อง
- เรียนรู้ที่หลากหลาย
- แบ่งปันความรู้แก่กันและกัน
- อ่านหนังสือเพื่อสร้างสมอง

แนวคิด ความสุข ๘ ประการ ของสถานที่ทำงาน จาก นิตยสาร หมอชาวบ้าน ฉบับ ๓๔๙ ปีที่ ๓๐ เดือน พฤษภาคม ๒๕๕๑
เขียนแผนที่ความคิดโดย ดร. ประชาสารัตถ์ แสนภักดี www.prachasan.com