หลักสูตร

ความสุขในการทำงานและตัวชี้วัดสุขภาพองค์กร

Happiness at Work & OHI (Organizational Health Index)

1. หลักการและเหตุผล

ในยุคปัจจุบัน การสร้างความสุขในการทำงานและการประเมินสุขภาพองค์กรเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยส่งเสริมประสิทธิภาพการทำงานและความสำเร็จในระยะยาวขององค์กร ความสุขของพนักงานไม่เพียงช่วยเพิ่มผลผลิต แต่ยังช่วยลดอัตราการลาออกและความขัดแย้งในที่ทำงาน ในขณะเดียวกัน ตัวชี้วัดสุขภาพองค์กร (Organizational Health Index - OHI) เป็นเครื่องมือสำคัญในการวิเคราะห์และพัฒนาองค์ประกอบต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อความสำเร็จขององค์กรในระยะยาว หลักสูตร "ความสุขในการทำงานและตัวชี้วัดสุขภาพองค์กร" ได้รับการออกแบบเพื่อพัฒนาความเข้าใจและทักษะในด้านดังกล่าวแก่ผู้บริหารและบุคลากรในองค์กร

การบริหารทรัพยากรมนุษย์ในยุคใหม่ไม่ได้เน้นเพียงการเพิ่มผลผลิตหรือการลดต้นทุน แต่ยังมุ่งเน้นไปที่การสร้างสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมความสุขของพนักงานและการประเมินสุขภาพองค์กรอย่างรอบด้าน การอบรมหลักสูตร "ความสุขในการทำงานและตัวชี้วัดสุขภาพองค์กร" มุ่งเน้นให้ผู้เข้าร่วมสามารถสร้างความสมดุลระหว่างความต้องการขององค์กรและความต้องการส่วนบุคคลของพนักงาน รวมถึงการเรียนรู้วิธีการใช้ตัวชี้วัด OHI ในการวิเคราะห์และปรับปรุงองค์ประกอบต่าง ๆ ขององค์กร เพื่อสร้างความเข้มแข็งและความยั่งยืนในระยะยาว

สำนักบริการวิชาการ (UNISERV) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เล็งเห็นถึงความสำคัญดังกล่าว จึงได้กำหนดจัดฝึกอบรม **หลักสูตร ความสุขในการทำงานและตัวชี้วัดสุขภาพองค์กร Happiness at Work & OHI (Organizational Health Index)** หลักสูตรนี้ได้ออกแบบเพื่อเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสุขในการทำงานและผลกระทบต่อองค์กร รวมถึงการสร้างกลยุทธ์และแนวทางในการเพิ่มความสุขและประสิทธิภาพการทำงานของพนักงาน

2. วัตถุประสงค์

2.1 เข้าใจแนวคิดและความสำคัญของ Happiness at Work ตระหนักถึงความสัมพันธ์ระหว่างความสุข ความผูกพันของพนักงาน ประสิทธิภาพการทำงาน และความสำเร็จขององค์กร

2.2 วิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขในการทำงาน ทั้งในระดับบุคคล ระดับทีม และระดับองค์กร เพื่อสร้างสภาพแวดล้อมการทำงานที่เอื้อต่อความสุขและการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ

2.3 เรียนรู้และสามารถวิเคราะห์ตัวชี้วัดสุขภาพองค์กร (OHI : Organizational Health Index) เพื่อวิเคราะห์ประเด็นสำคัญในการพัฒนา

2.4 ประยุกต์ใช้โมเดลและกลยุทธ์การสร้างความสุขในการทำงาน พร้อมออกแบบแนวทางสร้างสุขที่เหมาะสมกับบริบทของตนเอง ทีมงาน และองค์กร

3. หัวข้อการฝึกอบรม (จำนวน 12 ชั่วโมง)

Day 1 : Fundamentals of Organizational Happiness & Well-being

3.1 หมวดที่ 1: กรอบความคิดและความสำคัญของความสุขในองค์กร

- นิยามและความสำคัญของความสุขในการทำงานต่อองค์กรยุคใหม่
- ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อระดับความสุขและบรรยากาศในองค์กร

3.2 หมวดที่ 2: เครื่องมือวิเคราะห์และการสร้างสมดุลเชิงกลยุทธ์

- การวิเคราะห์และประเมินตัวชี้วัดสุขภาพองค์กร (Organizational Health Index : OHI)
- การสร้างสมดุลระหว่างเป้าหมายองค์กร (Business Goals) และความสุขความพึงพอใจของพนักงาน (Employee Well-being)

3.3 หมวดที่ 3: ภาวะหมดไฟและโมเดลความสุขในการทำงาน

- แนวทางป้องกันและการรับมือภาวะ Burnout เพื่อรักษาความสุขและเสริมประสิทธิภาพการทำงาน
- โมเดลการสร้างความสุขในการทำงาน (Happy Workplace Model)
- **Workshop Day 1:** การประเมินสุขภาพองค์กร วิเคราะห์จุดคอขวดด้านความสุข และออกแบบแนวทางป้องกันภาวะ Burnout

Day 2 : Strategies, Psychology & Action for High-Happiness Workplace

3.4 หมวดที่ 4: กลยุทธ์การสร้างสุข 3 ระดับ (3-Tier Happiness Strategies)

- กลยุทธ์และวิธีการสร้างความสุขในองค์กรอย่างเป็นระบบ
- ปัจจัยสร้างสุขระดับบุคคล (Individual), ระดับทีม (Team) และระดับองค์กร (Organization)

3.5 หมวดที่ 5: จิตวิทยาการทำงานและสภาวะลื่นไหล (Psychology & Flow State)

- เทคนิคทางจิตวิทยาเพื่อสร้างความยืดหยุ่นทางจิตใจ (Resilience) ในการทำงาน
- 5 เทคนิคการสร้างสภาวะ Flow (Flow State) ในการทำงานเพื่อเพิ่มประสิทธิผลสูงสุด
- The 3 Cs : กุญแจสำคัญในการสร้างความสุขและความผูกพันในองค์กร
- Workshop Day 2: การออกแบบแผนขับเคลื่อนองค์กรแห่งความสุข (Happy Organization Action Plan)

3.6 สรุปภาพรวมการอบรม: การนำเครื่องมือและเทคนิคไปประยุกต์ใช้จริงในองค์กร

4. เป้าหมาย

4.1 ผู้บริหารระดับสูง และผู้นำองค์กร (Executive & C-Suite)

- ผู้บริหารระดับสูง ผู้อำนวยการ และผู้กำหนดนโยบาย (Policy Makers) ทั้งภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และภาคเอกชน ที่ต้องการเครื่องมือเชิงกลยุทธ์ (OHI) ในการประเมินสุขภาพองค์กร เพื่อเชื่อมโยงความสุขของพนักงานเข้ากับผลการดำเนินงานและเป้าหมายการเติบโตอย่างยั่งยืน

4.2 ผู้จัดการและหัวหน้างานทุกระดับ (Managers & Supervisors)

- ผู้บริหารระดับกลาง ผู้จัดการฝ่าย/แผนก และหัวหน้างาน ที่ต้องดูแลทีมงานโดยตรง ต้องการเทคนิคการบริหารจัดการบรรยากาศการทำงาน ลดภาวะ Burnout การสร้างสภาวะ Flow และการสร้างความสุขในระดับทีม (Team Well-being)

4.3 บุคลากรสายงานทรัพยากรบุคคลและพัฒนาองค์กร (HR, HRD & OD Professionals)

- นักบริหารและนักพัฒนาทรัพยากรบุคคล (HR/HRD), นักพัฒนาองค์กร (OD Specialist) และทีมผู้รับผิดชอบด้านวัฒนธรรมองค์กร (Corporate Culture) ที่ต้องการเรียนรู้วิธีการวัดผลดัชนีสุขภาพองค์กร (OHI) การออกแบบกลยุทธ์ Happy Workplace และการทำแผน Action Plan ขับเคลื่อนความสุขในองค์กร

4.4 คณะทำงานด้านความปลอดภัย สุขภาพ และคุณภาพชีวิตบุคลากร (Well-being & Safety Committee)

- เจ้าหน้าที่และคณะกรรมการที่รับผิดชอบโครงการส่งเสริมคุณภาพชีวิต สุขภาพจิต ความผูกพันของพนักงาน (Employee Engagement) และสภาพแวดล้อมในการทำงาน

4.5 ผู้สนใจทั่วไปและผู้เตรียมพร้อมเป็นผู้นำยุคใหม่ (High Potentials & General Interest)

- บุคลากรที่ต้องการพัฒนาทักษะการบริหารตนเอง (Self-Management) การสร้างความยืดหยุ่นทางจิตใจ (Resilience) และผู้ที่สนใจแนวทางการสร้างความสุขในการทำงานอย่างมีสมดุล

5. ระยะเวลาการฝึกอบรม (12 ชั่วโมง)

ระหว่างวันที่ 18 - 19 กุมภาพันธ์ 2570 เวลา 09.00 - 16.00 น.

6. สถานที่จัดการฝึกอบรม

ณ สำนักบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (Uniserv CMU)

7. วิทยากร

7.1 อาจารย์ ดร.เบ็ญจวรรณ บุญใจเพ็ชร

- วิทยากรผู้เชี่ยวชาญด้านการพัฒนาคนพัฒนางานภายในองค์กร ประจำสำนักบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- ผู้อำนวยการบริหารศูนย์พัฒนาบุคลากรทางธุรกิจ (Business Human Development Center)
- ที่ปรึกษาสภาอุตสาหกรรมจังหวัดเชียงใหม่

7.2 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณฐวัฒน์ ล่องทอง

- อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- วิทยากรผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาองค์กร ประจำสำนักบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

UNISERV

8. การรับสมัคร

- สมัครเข้าร่วมการฝึกอบรมได้ที่ Website : www.uniserv.cmu.ac.th หรือ QR Code จากสื่อประชาสัมพันธ์ สำนักบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

- สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ ฝ่ายบริการวิชาการ สำนักบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โทรศัพท์ หมายเลข 053-942875 Line Official: @uniserv.cmu หรือ E-mail: uniserv.training@gmail.com

9. การชำระค่าลงทะเบียน (4,900 บาท สำหรับการอบรม Onsite)

- ค่าลงทะเบียนอัตรานี้รวมค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการดำเนินงานหลักสูตร ค่าบริการวิชาการ ค่าใบประกาศนียบัตร และค่าตอบแทนวิทยากร ฯลฯ

- หากมีจำนวนผู้สมัครถึงเกณฑ์ที่สามารถจัดฝึกอบรมได้ ผู้สมัครจะได้รับการยืนยันอีกครั้งและโปรดชำระค่าลงทะเบียน **ภายใน 10 วันทำการก่อนวันฝึกอบรม โดยชำระค่าลงทะเบียน**

ผ่านธนาคารไทยพาณิชย์ สาขามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ บัญชีออมทรัพย์

ชื่อบัญชี : **สำนักบริการวิชาการ (งานห้องพักห้องประชุม)**

เลขที่บัญชี : **566-304267-9**

ธนาคาร : **ไทยพาณิชย์ (มหาชน)**

สาขา : **คณะแพทยศาสตร์เชียงใหม่**

- กรุณาส่งสำเนาเอกสารหลักฐานการชำระเงินมายัง **E-mail : uniserv.training@gmail.com** โดยระบุชื่อผู้สมัคร ชื่อหลักสูตร วันที่อบรม ตลอดจนรายละเอียดในการออกใบเสร็จรับเงินที่ชัดเจนและถูกต้อง

10. เมื่อชำระค่าลงทะเบียนแล้วไม่สามารถยกเลิกการฝึกอบรมได้ ยกเว้น

- หากติดภารกิจ โปรดแจ้งเป็นลายลักษณ์อักษร พร้อมทั้งแนบสำเนาหนังสือสั่งการหรือเอกสารที่เกี่ยวข้องจากหน่วยงานมายังสำนักบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ล่วงหน้าไม่น้อยกว่า 5 วันทำการก่อนวันฝึกอบรม ท่านจะได้รับค่าลงทะเบียนคืนเต็มจำนวน

- หากผู้สมัครมีเหตุจำเป็นอื่น ๆ โปรดแจ้งเป็นลายลักษณ์อักษรมายังสำนักบริการวิชาการ ล่วงหน้าไม่น้อยกว่า 5 วันทำการก่อนวันฝึกอบรม สำนักบริการวิชาการ จะทำการคืนเงินค่าลงทะเบียนแก่ผู้สมัครในสัดส่วนร้อยละ 80 ของจำนวนเต็ม โดยหักเป็นค่าใช้จ่ายในการดำเนินงานร้อยละ 20

- หากผู้สมัครที่ชำระค่าทะเบียนมาแล้ว แต่มีเหตุจำเป็นใด ๆ ที่ทำให้ไม่สามารถเข้าร่วมอบรมได้ตลอดระยะเวลาการจัดฝึกอบรม สามารถส่งผู้แทนท่านอื่นเข้ารับการฝึกอบรมแทนได้ โดยการแจ้งรายละเอียด (ชื่อ-นามสกุล, หน่วยงาน, ตำแหน่ง, ประเภทอาหาร และรายละเอียดและหมายเลขการออกใบเสร็จ) ของผู้เข้าอบรมแทนมายัง สำนักบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

- หากปรากฏว่าผู้สมัครไม่ได้แจ้งยกเลิกตามเงื่อนไขตามเวลาที่กำหนด สำนักบริการวิชาการ ขอสงวนสิทธิ์ปฏิเสธการคืนเงินค่าลงทะเบียนทุกกรณี

- ส่งเอกสาร / หลักฐานมายัง E-mail : uniserv.training@gmail.com

UNISERV



11. หมายเหตุ

- หน่วยงานภาครัฐ สามารถเบิกค่าใช้จ่ายในการอบรมตามระเบียบกระทรวงการคลังว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรม การจัดงาน และการประชุมระหว่างประเทศ พ.ศ. 2555 และระเบียบการคลังว่าด้วยการเบิกค่าใช้จ่ายในการเดินทางไปราชการ พ.ศ. 2554 และ (กรณีจากหน่วยงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น) สามารถเบิกค่าละทะเบียนได้เต็มจำนวนตามระเบียบกระทรวงมหาดไทยว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรม และการเข้ารับการฝึกอบรมของเจ้าหน้าที่ท้องถิ่น พ.ศ. 2557 หมวด 2 ข้อ 28 (1) และระเบียบกระทรวงมหาดไทยว่าด้วยค่าใช้จ่ายในการเดินทางไปราชการของเจ้าหน้าที่ท้องถิ่น พ.ศ. 2555 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 4) พ.ศ. 2561

- หน่วยงานเอกชน สามารถนำค่าใช้จ่ายในการฝึกอบรมพัฒนาฝีมือแรงงานลดหย่อนภาษีได้ร้อยละ 200 (คำสั่งกรมสรรพากร ที่ ป. 122/2545 เรื่อง ภาษีเงินได้ กรณีการยกเว้นภาษีเงินได้สำหรับกำไรสุทธิของบริษัทหรือห้างหุ้นส่วนนิติบุคคลที่ได้จากการประกอบกิจการสถานศึกษา และที่ได้จากการประกอบกิจการสถานฝึกอบรมเพื่อพัฒนาฝีมือแรงงานของลูกจ้างและรายจ่ายเพื่อการศึกษาหรือฝึกอบรมลูกจ้างของบริษัทหรือห้างหุ้นส่วนนิติบุคคล (http://www.rd.go.th/publish/13490.0.html)

- มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เป็นนิติบุคคลที่มิใช่บริษัทหรือห้างหุ้นส่วนจำกัด ตามมาตรา 39 แห่งประมวลรัษฎากร ไม่อยู่ในข่ายเสียภาษีเงินได้หัก ณ ที่จ่าย 3%

12. การประเมินผล

โดยการใช้แบบสอบถาม เพื่อประเมินผลเนื้อหาการฝึกอบรม วิทยากร และการจัดโครงการในภาพรวมหลังเสร็จสิ้นการฝึกอบรมแล้ว

13. การรับรองผลการฝึกอบรม

ผู้เข้ารับการฝึกอบรม ต้องเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของหลักสูตรการฝึกอบรมไม่ต่ำกว่า 80% ของระยะเวลาตลอดหลักสูตร จึงจะมีสิทธิได้รับประกาศนียบัตรรับรองผล

14. หน่วยงานรับผิดชอบ

ฝ่ายบริการวิชาการ สำนักบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
โทรศัพท์ 053-942875 E-mail : uniserv.training@gmail.com

UNISERV

LINE

สแกน QR Code ติดต่อเจ้าหน้าที่ทางไลน์

LINE ID : @uniserv.cmu (ใส่ @ นำหน้าด้วย)



กำหนดการ
หลักสูตร ความสุขในการทำงานและตัวชี้วัดสุขภาพองค์กร
Happiness at Work & OHI (Organizational Health Index)
ระหว่างวันที่ 18 - 19 กุมภาพันธ์ 2570 เวลา 09.00 – 16.00 น.
ณ สำนักบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

<u>วันที่ 18 กุมภาพันธ์ 2570</u>

เวลา	กิจกรรม/Workshop
09.00 – 16.00 น.	**วิทยากรบรรยายโดย** **อาจารย์ ดร.เบ็ญจวรรณ บุญใจเพ็ชร** **ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณฐวัฒน์ ล่องทอง**
08.30 – 09.00 น.	ลงทะเบียน
09.00 – 10.30 น.	**หมวดที่ 1: นิยาม ปัจจัย และสุขภาพองค์กร** • นิยามและความสำคัญของความสุขในการทำงานต่อการเติบโตขององค์กร • ปัจจัยหลักที่ส่งผลต่อความสุขในองค์กรยุคปัจจุบัน • การวิเคราะห์ตัวชี้วัดสุขภาพองค์กร (Organizational Health Index : OHI)
10.30 – 10.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง (Morning Coffee Break)
10.45 – 12.00 น.	**หมวดที่ 2: การสร้างสมดุล & การรับมือ Burnout** • การสร้างสมดุลระหว่างเป้าหมายองค์กรและความสุขความพึงพอใจของพนักงาน • แนวทางป้องกันและรับมือภาวะ Burnout เพื่อความสุขและเสริมประสิทธิภาพการทำงาน
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน (Lunch)
13.00 – 14.30 น.	**หมวดที่ 3: โมเดลการสร้างความสุขในการทำงาน** • โครงสร้างและโมเดลการสร้างความสุขในการทำงาน (Happy Workplace Model) • การประยุกต์ใช้โมเดลความสุขในบริบทงานจริง
14.30 – 14.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง (Afternoon Coffee Break)
14.45 – 16.00 น.	**Workshop Day 1 : OHI & Burnout Prevention Analysis** • ฝึกปฏิบัติวิเคราะห์ดัชนีสุขภาพองค์กร และออกแบบเครื่องมือป้องกันภาวะ Burnout ในหน่วยงาน • **สรุปประเด็นการเรียนรู้ประจำวัน (Day 1 Reflection)**

หมายเหตุ

1. พัก 15 นาที (เช้า เวลา 10.30 - 10.45 น.) และ (บ่าย เวลา 14.30 - 14.45 น.)
2. กำหนดการอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม



<u>วันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2570</u>

เวลา	กิจกรรม/Workshop
09.00 – 16.00 น.	**วิทยากรบรรยายโดย** **อาจารย์ ดร.เบ็ญจวรรณ บุญใจเพ็ชร** **ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณฐวัฒน์ ล่องทอง**
08.30 – 09.00 น.	ลงทะเบียน และทบทวนความรู้สำคัญจาก Day 1
09.00 – 10.30 น.	**หมวดที่ 4: กลยุทธ์การสร้างสุข 3 ระดับ** • กลยุทธ์และวิธีการสร้างความสุขในองค์กร • การวิเคราะห์ปัจจัยสร้างสุข : ระดับบุคคล (Individual) / ระดับทีม (Team) / ระดับองค์กร (Organization)
10.30 – 10.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง (Morning Coffee Break)
10.45 – 12.00 น.	**หมวดที่ 5: จิตวิทยาการทำงาน & 5 เทคนิคสภาวะ Flow** • เทคนิคทางจิตวิทยาเพื่อสร้างความยืดหยุ่นทางจิตใจ (Resilience) ในการทำงาน • 5 เทคนิคสร้างสภาวะ Flow ในการทำงาน เพื่อเพิ่มดัชนีความสุขและผลงานเชิงรุก
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน (Lunch)
13.00 – 14.30 น.	**หมวดที่ 6: The 3 Cs & Happy Organization** • The 3 Cs : กุญแจสำคัญในการสร้างความสุขและความผูกพันในองค์กร
14.30 – 14.45 น.	พักรับประทานอาหารว่าง (Afternoon Coffee Break)
14.45 – 16.00 น.	**Workshop Day 2 : Happy Organization Action Plan** • ฝึกปฏิบัติการจัดทำแผนขับเคลื่อนองค์กรแห่งความสุขรายหน่วยงาน • **สรุปภาพรวมการอบรม ตอบข้อซักถาม (Q&A) และปิดการอบรม**

.....

หมายเหตุ

1. พัก 15 นาที (เช้า เวลา 10.30 - 10.45 น.) และ (บ่าย เวลา 14.30 - 14.45 น.)
2. กำหนดการอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

UNISERV