

ยุทธศาสตร์การพัฒนาคูณภาพชีวิตของข้าราชการ พ.ศ. ๒๕๕๔ - ๒๕๕๖

ที่มา

๑. พ.ร.บ. ระเบียบข้าราชการพลเรือน พ.ศ. ๒๕๕๑

มาตรา ๓๔ กำหนดวัตถุประสงค์ของการจัดระเบียบข้าราชการต้องเป็นไปเพื่อผลสัมฤทธิ์ต่อภารกิจภาครัฐ โดยให้ข้าราชการปฏิบัติราชการอย่างมีคุณภาพ คุณธรรมและ**มีคุณภาพชีวิตที่ดี**

มาตรา ๑๓(๘) กำหนดให้สำนักงาน ก.พ. มีหน้าที่ส่งเสริมประสานงาน เผยแพร่ ให้คำปรึกษาแนะนำและดำเนินการเกี่ยวกับการจัดสวัสดิการและ**การเสริมสร้างคุณภาพชีวิต**

มาตรา ๗๒ ให้ส่วนราชการมีหน้าที่เพิ่มพูนประสิทธิภาพและเสริมสร้างแรงจูงใจให้ข้าราชการมีคุณภาพ คุณธรรม จริยธรรม และ**คุณภาพชีวิต** มีขวัญ กำลังใจในการปฏิบัติราชการ

ที่มา

๒. สภาพปัญหาคุณภาพชีวิตของข้าราชการพลเรือนสามัญ

- ๑) ข้าราชการมีสถิติการเป็นหนี้สินเพิ่มสูงขึ้น
- ๒) ข้าราชการมีภาวะความเครียดจากการทำงาน
- ๓) ข้าราชการมีหน้าที่ความรับผิดชอบและภาระงานเพิ่มมากขึ้น
- ๔) วัฒนธรรมการทำงานร่วมกันลดลง
- ๕) ข้าราชการมีความสุขและความภูมิใจในการเป็นข้าราชการลดลง

ข้อเสนอยุทธศาสตร์การพัฒนาคูณภาพชีวิตข้าราชการพลเรือน พ.ศ. ๒๕๕๔ - ๒๕๕๖

หลักการ

๑. ทำให้เกิดความสุขในการทำงาน ความสมดุลระหว่างคุณภาพชีวิตกับการทำงาน ส่งผลต่อการเพิ่มประสิทธิภาพ ผลิตภาพ และขีดสมรรถนะของส่วนราชการ

๒. ดำเนินการวางแผน จัดกิจกรรม ประเมินผลอย่างเป็นระบบ และพัฒนาอย่างต่อเนื่อง เพื่อสร้างเสริมให้ข้าราชการมีคุณภาพชีวิตที่ดี ให้เกิดผลสัมฤทธิ์ต่อภารกิจภาครัฐและประโยชน์สุขของประชาชน

๓. มีความสอดคล้องกับการพัฒนาสมรรถนะการบริหารทรัพยากรบุคคลของส่วนราชการและจังหวัด

ข้อเสนอยุทธศาสตร์การพัฒนาคูณภาพชีวิตข้าราชการพลเรือน พ.ศ. ๒๕๕๔ - ๒๕๕๖

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อให้ข้าราชการปฏิบัติงานอย่างมีความสุข มีคุณธรรม จริยธรรม มีจิตสาธารณะและปฏิบัติงานอย่างมืออาชีพ เป็นที่เชื่อถือไว้วางใจของประชาชน
๒. เพื่อให้ส่วนราชการมีกำลังคนที่มีสมรรถนะสูง พร้อมขับเคลื่อนภารกิจของส่วนราชการอย่างมีประสิทธิภาพ
๓. เพื่อให้ส่วนราชการมีระบบ กลไก และวิธีการ ในการพัฒนาคูณภาพชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพและเป็นมาตรฐาน
๔. เพื่อให้ระบบราชการมีประสิทธิภาพและมีภาพลักษณ์ที่ดี ทำให้สังคมและประเทศไทยเจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้น

ยุทธศาสตร์การพัฒนาคณาชีวิตข้าราชการพลเรือน พ.ศ. ๒๕๕๔ - ๒๕๕๖

ยุทธศาสตร์ที่ ๑ การพัฒนาคณาชีวิตด้านการทำงาน ประกอบด้วย ๓ กลยุทธ์ ดังนี้

กลยุทธ์	เป้าประสงค์	ตัวชี้วัด	ตัวอย่างกิจกรรม
๑. ปรับปรุงสภาพแวดล้อม สร้างบรรยากาศในการทำงาน	๑.ปรับปรุงสถานที่ทำงาน ๒.อุปกรณ์ เทคโนโลยีเหมาะสม เพียงพอ	๑. สถานที่ทำงานถูกสุขลักษณะตามเกณฑ์ ๒. ความพึงพอใจของข้าราชการ	-ปรับปรุงสถานที่ -กิจกรรม ๕ ส - Big Cleaning Day - ปรับปรุงอุปกรณ์ ฯลฯ
๒. พัฒนาระบบ วิธีการทำงาน	จัดระบบและวิธีการทำงานให้เหมาะสมและชัดเจน	ผลการปฏิบัติงานตามคำรับรองสูงขึ้น	- ระบบพี่เลี้ยง - การสอนงาน - คู่มือ แนวทาง ฯลฯ
๓. การบริหารทรัพยากรบุคคลที่มีประสิทธิภาพตามหลักคุณธรรม	มีหลักเกณฑ์และวิธีการดำเนินการที่มีประสิทธิภาพ	๑. ความพึงพอใจของข้าราชการต่อระบบ ๒. ความผูกพัน ความภูมิใจและทุ่มเททำงาน	- การสร้างประสิทธิภาพ โปร่งใส เป็นธรรมในการแต่งตั้ง โยกย้าย ฯลฯ - มีระบบและวิธีการใหม่ๆ และการพัฒนาทุกระดับ ต่อเนื่อง ฯลฯ

ยุทธศาสตร์การพัฒนาคูณภาพชีวิตข้าราชการพลเรือน พ.ศ. ๒๕๕๔ - ๒๕๕๖

ยุทธศาสตร์ที่ ๒ การพัฒนาคูณภาพชีวิตด้านส่วนตัว ประกอบด้วย ๒ กลยุทธ์ ดังนี้

กลยุทธ์	เป้าประสงค์	ตัวชี้วัด	ตัวอย่างกิจกรรม
๑. การสร้างเสริมสุขภาพ เพื่อให้มีสุขภาพที่ดี	๑. ข้าราชการมีความรู้ สามารถดูแลสุขภาพ ตนเองและครอบครัว ๒. ข้าราชการมีความรู้ในการจัดการความเครียด	๑. จำนวนข้าราชการที่มีความรู้และเข้าร่วม กิจกรรมดูแลสุขภาพ ๒. ค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลลดลง	-กิจกรรมสร้างสุขภาพ -ตรวจสุขภาพประจำปี - กิจกรรมบริหารจัดการความเครียด - จัดให้มีที่ปรึกษา ฯลฯ
๒. เสริมสร้างชีวิตครอบครัวที่อบอุ่น มีความสมดุลระหว่างชีวิตการทำงานกับส่วนตัว	๑. ข้าราชการมีความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวและสังคม ๒. ข้าราชการมีความสุขเพิ่มขึ้น และครอบครัวอบอุ่น	๑. จำนวนกิจกรรมที่ให้ครอบครัวเข้าร่วมกิจกรรม ๒. ข้าราชการมีความสุขเพิ่มขึ้น และมีอัตราการหย่าร้างลดลง	- เวลาทำงานยืดหยุ่น - การทำงานที่บ้าน - ให้ครอบครัวร่วมกิจกรรมสันทนาการ - ฯลฯ

ยุทธศาสตร์การพัฒนาคณาภชีวิตข้าราชการพลเรือน พ.ศ. ๒๕๕๔ - ๒๕๕๖

ยุทธศาสตร์ที่ ๓ การพัฒนาคณาภชีวิตด้านสังคม ประกอบด้วย ๒ กลยุทธ์ ดังนี้

กลยุทธ์	เป้าประสงค์	ตัวชี้วัด	ตัวอย่างกิจกรรม
๑. พัฒนาวัฒนธรรมองค์กรที่เหมาะสมกับลักษณะงาน ให้ข้าราชการมีความเชื่อถือไว้วางใจในการทำงานร่วมกัน	ส่วนราชการมีวัฒนธรรมและค่านิยมที่เหมาะสมและเสริมสร้างให้ข้าราชการเชื่อถือไว้วางใจในการทำงานร่วมกัน	๑. มีนโยบายที่ชัดเจนในการสร้างวัฒนธรรมฯ ๒. จำนวนข้าราชการที่มีส่วนร่วมสร้าง/ปฏิบัติตามวัฒนธรรมองค์กร ๓. จำนวนข้าราชการที่เข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมความสัมพันธ์ฯ	- สร้างวัฒนธรรมองค์กร - จัดกิจกรรมนันทนาการ - พัฒนาระบบการสื่อสาร - พัฒนาช่องทางการสื่อสารที่หลากหลาย - ฯลฯ
๒. ข้าราชการมีจิตสาธารณะ มีความรักสามัคคีภายในองค์กร	๑. ข้าราชการมีความรักสามัคคีและการทำงานร่วมกันมากขึ้น ๒. ข้าราชการมีจิตสาธารณะเพิ่มขึ้น	๑. จำนวนกิจกรรมเพื่อส่งเสริมความสัมพันธ์สาธารณะประโยชน์ ๒. จำนวนข้าราชการที่เข้าร่วมกิจกรรมฯ	- จัดกิจกรรมให้ข้าราชการมีส่วนร่วม - จัดโครงการบำเพ็ญสาธารณะประโยชน์ - ทำบุญ ปลูกป่า ฯลฯ



ยุทธศาสตร์การพัฒนาคณาภชีวิตข้าราชการพลเรือน พ.ศ. ๒๕๕๔ - ๒๕๕๖

ยุทธศาสตร์ที่ ๔ การพัฒนาคณาภชีวิตด้านเศรษฐกิจ ประกอบด้วย ๒ กลยุทธ์ ดังนี้

กลยุทธ์	เป้าประสงค์	ตัวชี้วัด	ตัวอย่างกิจกรรม
๑. เสริมสร้างความรู้เกี่ยวกับการออมและการบริหารจัดการการเงินให้ข้าราชการ	๑. ข้าราชการมีความรู้ด้านการบริหารเงินและการออม ๒. ข้าราชการดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ๓. ข้าราชการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้จ่าย	๑. อัตราการออมเงินสูงขึ้น ๒. จำนวนข้าราชการที่มีความรู้ด้านการบริหารการเงินและการออม ๓. จำนวนข้าราชการที่มีภาระหนี้สินลดลง	- ให้ความรู้ด้านการวางแผนและบริหารเงิน - รณรงค์การดำเนินชีวิตตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง - ให้ความรู้การทำอาชีพเสริมนอกเวลาราชการ - ฯลฯ
๒. จัดสวัสดิการเพิ่มเติม นอกเหนือจากที่รัฐจัดให้ เพื่อบรรเทาความเดือดร้อน และสร้างความสุข	ส่งเสริมให้ส่วนราชการจัดสวัสดิการเพิ่มเติม นอกเหนือจากที่รัฐจัดให้	๑. จำนวนกิจกรรมสวัสดิการที่ส่วนราชการจัดเพิ่มเติมฯ ๒. จำนวนข้าราชการที่ได้รับสวัสดิการเพิ่มเติมฯ	- การจัดสวัสดิการเพิ่มเติม เช่น สงเคราะห์ค่าอาหาร ค่าเดินทาง ประสภภัยพิบัติ - รวมกลุ่มเพื่อจัดกิจกรรมช่วยเหลือข้าราชการฯลฯ

ปัจจัยความสำเร็จในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

ปัจจัย
ความสำเร็จใน
การพัฒนา
คุณภาพชีวิต
ข้าราชการ

ด้านนโยบาย
(Policy)

- กำหนดเป็นนโยบายให้ส่วนราชการและจังหวัดถือเป็น ภารกิจสำคัญ โดยดำเนินการอย่างต่อเนื่อง ครอบคลุมทั้ง ๔ มิติ

ด้านองค์ความรู้
(Knowledge)

- ดำเนินการปรับเปลี่ยนแนวความคิด
- สร้างเครื่องมือและคู่มือ
- พัฒนาเครื่องมือประเมินผลความสำเร็จ

ด้านการสร้าง
เครือข่าย
(Network)

- สร้างเครือข่ายระหว่างส่วนราชการและหน่วยงานภาครัฐและภาคเอกชน เช่น รัฐบาล กระทรวง กรม สป.สช. สสส. สถาบันการศึกษา สถาบันการเงิน สำนักงาน ก.พ. เป็นต้น

ประโยชน์ที่ได้รับ

๑. ข้าราชการมีประสิทธิภาพในการทำงาน เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาสังคมและประเทศชาติ
๒. ประชาชนได้รับบริการที่ดีจากข้าราชการ
๓. ข้าราชการมีความภาคภูมิใจในการรับราชการและบริการประชาชน
๔. ข้าราชการมีขวัญกำลังใจในการทำงานให้มีประสิทธิภาพ
๕. ข้าราชการมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น
๖. ค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลภาครัฐลดลง

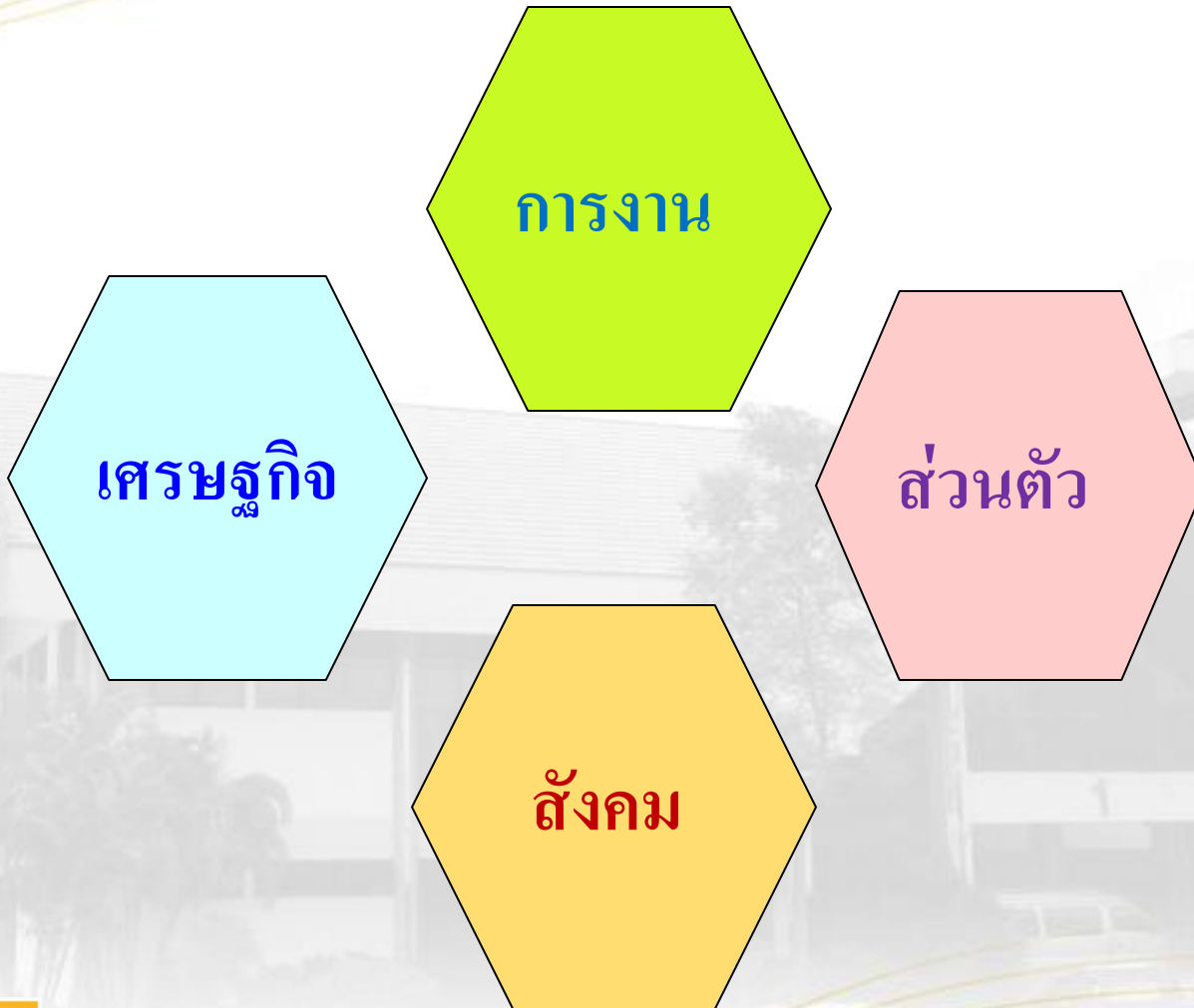
งานพัฒนาคุณภาพชีวิต → สร้างคุณค่าให้ชีวิต

๑. ได้สังคมดี
๒. มีมิตรในที่ทำงาน
๓. ได้ช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่น
๔. เพิ่มพูนการให้
๕. ทำให้ใจมีสุข

ขั้นตอนการจัดกิจกรรมส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิต

๑. ศึกษายุทธศาสตร์การพัฒนาคุณภาพชีวิตข้าราชการฯ
๒. วิเคราะห์ปัญหาคุณภาพชีวิตข้าราชการ
๓. วิเคราะห์สภาพแวดล้อม (**SWOT Analysis**)
๔. คัดเลือกกิจกรรม
๕. วางแผนและขออนุมัติโครงการ
๖. ดำเนินการตามที่ได้รับอนุมัติ
๗. ติดตาม ประเมินผล จัดทำรายงานและเผยแพร่

๒. การวิเคราะห์ปัญหาข้าราชการ



๓. วิเคราะห์สภาพแวดล้อม (SWOT Analysis)

๑. จุดแข็ง (Strengths)

๒. จุดอ่อน (Weaknesses)

๓. ปัญหาอุปสรรคหรือข้อจำกัด (Threats)

๔. โอกาส (Opportunities)

๔. คัดเลือกกิจกรรม

- ๔.๑ เลือกกิจกรรมที่เป็นปัญหาคุณภาพชีวิตของข้าราชการ
- ๔.๒ ศึกษาตัวอย่าง/แนวทางดำเนินการ
- ๔.๓ วิเคราะห์ความพร้อม /โอกาสที่จะสำเร็จ
- ๔.๔ มีความคิดริเริ่ม/สอดคล้องกับระเบียบของทางราชการ
- ๔.๕ มีสิ่งส่งเสริม/สนับสนุนการดำเนินการ
- ๔.๖ มีผลต่อความสุข/ประสิทธิภาพของข้าราชการ

๕.วางแผนและเขียนโครงการ

๕.๑ ใช้แบบฟอร์มที่ตรงกับแหล่งเงินทุนสนับสนุน

๕.๒ ศึกษาตัวอย่างโครงการที่ได้รับอนุมัติ

๕.๓ กำหนดระยะเวลาจัดทำคำขอสอดคล้องกับแหล่งทุน

๕.๔ กำหนดเงินที่ใช้ดำเนินการอย่างเหมาะสม

๕.๕ กำหนดผู้รับผิดชอบ/ผู้ร่วมดำเนินการ

๖. ดำเนินการ

๑. ดำเนินการตามแผนงาน
๒. ทำงานเป็นทีม
๓. มุ่งผลสัมฤทธิ์ในการดำเนินการ
๔. คำนึงถึงความประหยัดและคุ้มค่า
๕. รวบรวมข้อมูลแนวทางดำเนินการเพื่อจัดทำคู่มือ/เผยแพร่ต่อไป

๓. ติดตาม ประเมินผล และเผยแพร่

๓.๑ กำหนดระยะเวลาติดตามผลเป็นระยะ

๓.๒ ประเมินผล (ผลผลิต/ผลลัพธ์)

๓.๓ เผยแพร่ผลงาน/แจ้งผลงานตามกำหนด

ตัวอย่างกิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านการทำงาน

๑. ปรับปรุงซ่อมแซมสถานที่ทำงาน/ภูมิทัศน์
๒. ปรับปรุงระบบแสงสว่าง/มีระบบไฟฟ้าสำรอง/มีแสงสว่างจุดสำคัญ
๓. ติดตั้งกล่องวงจรปิด/ซ่อมหนีไฟ/จัดสถานที่สูบบุหรี่
๔. จัดหาอุปกรณ์การทำงานให้เพียงพอและทันสมัย/มีอุปกรณ์ความปลอดภัย
๕. กิจกรรม๕ส. / **Big Cleaning Day**/แยกขยะ / **Recycle** ของเสีย
๖. ปรับปรุงระบบเทคโนโลยีสารสนเทศ/จัดสำนักงานอัตโนมัติ
๗. จัดทำคู่มือการปฏิบัติงาน/จัดระบบสอนงาน
๘. ทำแผนพัฒนาบุคลากรรายปี/ จัดชุดอบรม/พัฒนาความรู้ ทักษะ สมรรถนะ
๙. นำระบบ **ISO** มาใช้ ฯลฯ

ตัวอย่างกิจกรรมการพัฒนาคูณภาพชีวิตด้านส่วนตัว

๑. การตรวจสอบสุขภาพประจำปี/ ติดตามตรวจกลุ่มเสี่ยง
๒. ทำสถิติโรคที่เป็นกันมาก ให้ความรู้การป้องกัน/รักษาสุขภาพ
๓. รณรงค์เลิกเหล้า / บุหรี่เพื่อสุขภาพ
๔. จัดกิจกรรมออกกำลังกาย เช่น โยคะ แอโรบิก เป็นต้น
๕. แข่งกีฬาภายใน/ระหว่างหน่วยงาน
๖. จัดชมรมรักษสุขภาพ ชมรมผู้สูงอายุ ชมรมกีฬา
๗. จัดสถานที่ออกกำลังกาย (ฟิตเนส) ห้องปฏิบัติธรรม
๘. กิจกรรมครอบครัวสัมพันธ์ วันพ่อ/แม่ วันเด็ก ฯลฯ

ตัวอย่างกิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านสังคม

๑. กิจกรรมเสริมสร้างความรับผิดชอบต่อสังคม เช่น ลดการใช้กระดาษ พัฒนาโรงเรียน ปลูกป่า สร้างฝาย มอบทุนการศึกษา เลี้ยงเด็กกำพร้า
๒. กิจกรรมMorning Talk/Morning Brief / ทานอาหารร่วมกัน
๓. ระบบสื่อสารทาง Internet/Intranet /เสียงตามสาย/ จดหมายข่าว
๔. ศึกษาดูงานนอกสถานที่/ทัศนศึกษา
๕. สร้างค่านิยม/ วัฒนธรรมองค์กร
๖. รณรงค์แต่เครื่องแบบ/เครื่องแต่งกายเรียบร้อยหรือตามสีประจำวัน
๗. ทำบุญตักบาตรร่วมกัน/ทำบัตรอวยพรในโอกาสต่างๆ
๘. มีอาสาสมัครพิทักษ์คุณธรรม

ตัวอย่างกิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านเศรษฐกิจ

๑. สหกรณ์ออมทรัพย์ กองทุนสวัสดิการสงเคราะห์ข้าราชการ/ลูกจ้าง
๒. บ้านพักสวัสดิการ/ สวัสดิการที่อยู่อาศัย
๓. ร้านค้า/ร้านอาหารสวัสดิการ/กิจกรรมจำหน่ายสินค้าราคาถูก
๔. อบรมอาชีพเสริม/จัดจำหน่ายสินค้าข้าราชการผลิต
๕. ประกันชีวิต/ประกันภัย/ประกันชีวิตหมู่
๖. ให้ความรู้การศึกษาข้าราชการ/บุตร
๗. อบรม/ ให้ความรู้วิธีการบริหารจัดการการเงินและการออม
๘. การแก้ไขปัญหาหนี้สิน/บัตรเครดิต
๙. จัดรถรับส่ง



การทำงานให้ดี มีคุณภาพ และประหยัดเวลา

๑. ทำจิตใจให้สบาย ทุกเรื่องไม่ยาก ปัญหาไม่ไว้แก่ใจ (ทัศนคติเชิงบวก)
๒. ศึกษาว่า มีแนวทาง หรือเคยดำเนินการหรือไม่ (อบรม/ฝึกปฏิบัติมาก)
ถ้ามี- หาข้อมูลเพิ่มเติมมาปรับใช้เพื่อพัฒนา
เก็บข้อมูล/ตัวอย่างที่ดีอย่างเป็นระบบ (จัดระเบียบเอกสารดี)
ถ้าไม่มี- หาข้อมูลมาวิเคราะห์/สังเคราะห์/เทียบเคียง(มีอุปกรณ์ช่วย)
และปรึกษาผู้รู้ (สื่อสารดี/สังคมดี/มีจิตสาธารณะสูง)
๓. รู้วิธีทำงาน/รู้ลำดับความสำคัญ/จัดสรรเวลาดี(มีสมรรถนะสูง)
๔. มุ่งมั่น / ทำทันที / มีสมาธิ (ระบบบริหารทรัพยากรบุคคลดีและโปร่งใส
ทำให้ผู้ปฏิบัติงานมีขวัญกำลังใจดี)

การดูแลรักษาสุขภาพสำหรับข้าราชการ

สาเหตุของปัญหาสุขภาพของข้าราชการ

๑. ความเครียด ความวิตกกังวล
 ๒. การพักผ่อนไม่เพียงพอ
 ๓. การไม่ออกกำลังกาย
 ๔. รับประทานอาหารไม่ถูกส่วน
 ๕. ความสูงวัย
- ฯลฯ

การมีสุขภาพดี สบาย หล่อ บุคลิกภาพดีสร้างได้ง่ายนิดเดียว

ร่างกายแข็งแรง - ทานอาหารเป็นเวลา ในปริมาณที่เหมาะสม

และทานอาหารครบส่วน

- ต้องเคลื่อนไหวออกกำลังกาย และออกกำลังกาย

- พักผ่อนเพียงพอและเป็นเวลา

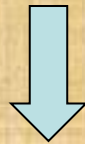
จิตใจแข็งแรง - จิตต้องอยู่นิ่ง

- อารมณ์ไม่หวั่นไหวง่าย

- ไม่เครียดหรือวิตกกังวลมาก

การศึกษาของนักวิชาการพบว่า หลังอายุ ๒๕- ๓๐ ปีไปแล้ว

- อาหารจะไปซ่อมแซมร่างกายลดลง และ
การเผาผลาญให้เป็นพลังงานลดลง
- การเคลื่อนไหวร่างกายลดลง
- การสร้างเซลล์ใหม่ๆลดลง



อ่อนง่าย พลังน้อย แก่เร็วขึ้น

ร่างกายแข็งแรง

๑. ทานอาหารปริมาณเหมาะสม (อายุมากขึ้นปริมาณลดลง หรือเปลี่ยนประเภทอาหาร ทานเป็นเวลา ครบ 5 หมู่)
๒. เคลื่อนไหวร่างกาย (ปริมาณ/ลักษณะ)
๓. ออกกำลังกาย เช่น แอโรบิก ได้แก่ ว่ายน้ำ วิ่ง ถีบจักรยาน เดินเร็ว เต้นแอโรบิก โยคะ ...ซิ่ง...ไทเก๊ก...สมาธิ ฯลฯ
๔. สิ่งแวดล้อมสะอาด/อากาศบริสุทธิ์
๕. ดื่มน้ำสะอาดเพียงพอ/ระบบขับถ่ายไม่มีปัญหา

จิตใจแข็งแรง

๑. ครอบครัวยดี - มีศีลธรรม ถือความสัตย์
จัดสรรเวลาดูแลครอบครัว
 ๒. มีจิตใจเป็นสุข คิดเชิงบวก และพึงพอใจ
สิ่งที่มีอยู่ในปัจจุบัน
 ๓. มีจิตมุ่งมั่นแสวงหาความก้าวหน้าในชีวิต
 ๔. เข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่น
 ๕. แก้ไขปัญหาทางกายภาพและทางจิตใจ
 ๖. เพิ่มพลังความเข้มแข็งของจิตใจ เช่น
ทำสมาธิ การผ่อนคลาย การเปลี่ยนอารมณ์
- ฯลฯ

ข้าราชการมีฐานะทางเศรษฐกิจดี (รู้แล้วรวย)

- ข้าราชการสร้างฐานะได้ด้วยตนเอง

๑. ใช้จ่ายเงินอย่างฉลาด
๒. ออมเงินเป็น
๓. เป็นหนี้เท่าที่จำเป็น
๔. บริหารเงินเก่ง
๕. เร่งวางแผนชีวิต

- ภาครัฐส่งเสริมฐานะทางเศรษฐกิจข้าราชการ
(ค่าตอบแทน เงินกบข. สวัสดิการ สหกรณ์ฯ
สวัสดิการภายในส่วนราชการ ฯลฯ)

ใช้เงินอย่างฉลาด

๑. ซื้อเฉพาะที่จำเป็นต้องใช้
๒. ใช้ให้หมดก่อนซื้อใหม่
๓. ซื้อของดีมีคุณภาพสมราคา
๔. อย่าให้พ่อค้ารวยมาก (ถ้าไร้อยละ ๓๐ ขึ้นไป)
๕. อย่าซื้อเพราะลดราคา/ของแถม
๖. อย่าซื้อเกินตัว
๗. อย่าซื้อเผื่ออนาคต
๘. อย่าซื้อเผื่อคนอื่น
๙. อย่าซื้อเพื่อความสบายใจ ฯลฯ

ออมเงินเป็น

๑. ออมก่อนรวยกว่า (ดอกเบี้ยทบต้นช่วยเพิ่มเงิน)
๒. ออมก่อนใช้จ่ายกว่าออมเงินเหลือ
๓. มีวินัยในการออม(ออมสม่ำเสมอ)
๔. ออมทุกครั้งที่ใช้(ลดการใช้จ่ายได้เหมือนกัน)
๕. แยกบัญชีเงินออม/เงินใช้ประจำวัน
๖. ประกันชีวิตสะสมทรัพย์/กองทุนรวมลดภาษีช่วยออมเงินได้

เป็นหนี้เท่าที่จำเป็น

๑. ไม่ควรเป็นหนี้(บัตรเครดิต/หนี้นอกระบบ)
๒. ถ้าเป็นหนี้ให้มีหนี้ดอกเบี้ยต่ำที่สุด
๓. ควรเป็นหนี้ซื้อบ้านก่อนซื้อรถ
๔. ลงทุนหารายได้เพิ่มอย่าทำเกินตัว
๕. ลงทุนทำธุรกิจเฉพาะเรื่องที่เราู้และชอบ
๖. ไม่ควรร่วมลงทุนทำธุรกิจ(ควรทำคนเดียว)
๗. ถ้าต้องร่วมลงทุนจรรอบคอบเอกสาร/การเงิน)

บริหารเงินเก่ง

๑. มีเงินออมต้องใช้จ่ายเงินทำงาน สร้างดอกผลให้สูง

๒. รู้แหล่งเพิ่มดอกผล เปรียบเทียบผลประโยชน์และความเสี่ยง

๓. กระจายการลงทุน อย่าใส่ไข่ในตะกร้าเดียวกัน

๔. การลงทุนและให้ดอกผลเหมือนปลูกต้นไม้เพื่อเก็บผล

๕. อย่าถึงผลเลิศ อย่าโลภมาก การลงทุนทุกอย่างมีความเสี่ยง

เร่วางแผนชีวิต

๑. เป้าหมายคืออะไร (ศึกษาต่อ บ้าน รถยนต์ บุตร ลงทุน เงินหลังเกษียณ)

๒. ต้องใช้เงินเท่าไร ช่วงเวลาไหน จะหาเงินมาใช้ได้อย่างไร

๓. ประเมินความสามารถ ปรับเปลี่ยนเป้าหมาย หากตัวช่วยได้อย่างไร

๔. เริ่มทำสิ่งที่ทำได้ อย่ามัวฝัน จะไปไม่ถึงเป้าหมาย

๕. ไม่บรรลุเป้าหมายไม่ใช่เรื่องน่าอายถ้าทำเต็มที่ มีผลลัพธ์แน่นอน

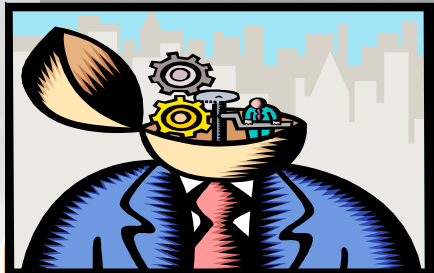
การพัฒนาคุณภาพชีวิตข้าราชการกรมชลประทาน (บ่าย)

ต้นแบบที่ดี

มีการพัฒนา

ก้าวหน้า

ในอนาคต



- ปัญหา/ความต้องการของข้าราชการ
ในปัจจุบัน (จำแนกเพศ ระดับ อายุ
สายอาชีพ หน่วยงาน)
- ผลกระทบของสภาพแวดล้อมในการทำงาน
ในอนาคต (น้ำท่วม ฝนแล้ง แผ่นดินไหว)
- การเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่
ประชาคมอาเซียน (เช่น การขาดแคลน
กำลังคน สมรรถนะไม่เหมาะสม)
- การดำเนินการเกี่ยวกับสหภาพข้าราชการ



การวางแผนพัฒนาคุณภาพชีวิตข้าราชการแบบสมดุล



การกำหนดแนวทางการวางแผนและดำเนินการ

แนวทางการวางแผนและดำเนินการพัฒนาคุณภาพชีวิตข้าราชการ

1 การดำเนินการในภาพรวมของกรมชลประทาน (Creative/Standard)

- พัฒนาสมรรถนะทั้งสี่ด้าน
 - พัฒนาเพื่ออนาคต
 - วัดประเมินผลการดำเนินการ

2 การดำเนินการของหน่วยงานย่อย (Tailor Made)

- เลือกตามความต้องการของข้าราชการ



การจัดทำกิจกรรมกลุ่ม เพื่อคัดเลือกกิจกรรมปี ๒๕๕๕

๑ แบ่งกลุ่มออกเป็น ๔ กลุ่ม(ส่วนกลาง/ภูมิภาค)

๒ ดำเนินการคัดเลือกกิจกรรมส่งเสริมฯตาม
ขั้นตอนการจัดกิจกรรมส่งเสริมฯ ที่ ๑-๔

๓ นำกิจกรรมที่คัดเลือกได้ไปดำเนินการจัดทำ
แผนงานเพื่อเสนอกรมชลประทานต่อไป

กิจกรรมกลุ่มส่งเสริมการพัฒนาคุณภาพชีวิต(๔ ขั้นตอนแรก)

๑. ศึกษายุทธศาสตร์การพัฒนาคูณภาพชีวิตข้าราชการฯ
๒. วิเคราะห์ปัญหาคุณภาพชีวิตข้าราชการ
๓. วิเคราะห์สภาพแวดล้อม (SWOT Analysis)
๔. คัดเลือกกิจกรรม
๕. วางแผนและขออนุมัติโครงการ
๖. ดำเนินการพัฒนาคูณภาพชีวิตข้าราชการ
๗. ติดตาม ประเมินผล จัดทำรายงานและเผยแพร่

คำถามเรื่องที่เกี่ยวข้อง

ภมรพรรณ ศิริชนะ	โทร. 0 2547 1822
นำบุญ เจนสรรพกิจกุล	โทร. 0 2547 1824
ปณิต มีแสง	โทร. 0 2547 1850
สลิลา อัครวิโรจน์	โทร. 0 2547 1847