

Foresight Knowledge Article

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Title / ชื่อเรื่อง : | **บริหารความสุขในการทำงาน ด้วยหลัก P-D-C-A** | | |
| Reference / ข้อมูลอ้างอิง : | www.peoplevalue.co.th เขียนโดยคุณอาภรณ์ ภู่วิทยพันธุ์ | | |
|  | | |
|  | | |
| Author / ผู้เขียน : | น.ส.เสาวคนธ์ ใหม่สุวรรณ | Position / ตำแหน่ง : | พ.บริหารงานทั่วไป 7 |
| E-mail : | saowakon@nha.co.th | Date / วันที่เขียน : | 01/03/03 |

สรุปสาระสำคัญ

ชีวิต คนทำงานไม่มีใครที่ไม่ต้องการความสุข เพราะความสุขที่เกิดขึ้นเป็นเสมือนน้ำหล่อเลี้ยงให้พฤติกรรรมคนปรับเปลี่ยน และพัฒนาไปในทางที่ดีขึ้น อันนำไปสู่ผลการปฏิบัติงานตามที่องค์กรต้องการ ดังนั้นความสุขจึงเป็นสิ่งที่ทุกคนแสวงหา การบริหารความสุขในชีวิตการทำงานจึงเป็นเรื่องที่สำคัญมาก โดยเฉพาะสังคมไทยในยุคเศรษฐกิจเช่นนี้ ปัญหาต่างๆ ที่รุมเร้าเข้ามา เป็นเหตุให้พนักงานทั้งหลายต้องกล้าเปลี่ยนแปลง กล้าคิดใหม่เพื่อทำให้ตนเองมีความสุขเทคนิคหนึ่งที่ผู้เขียนอยากจะแนะนำให้ผู้อ่านทุกท่านลองนำไปปฏิบัติ ด้วยการบริหารตนเองให้มีความสุขตามหลักของ **P-D-C-A** นั่นก็คือ  
**Plan**  
ในการทำงานหากขาดเป้าหมายที่ ชัดเจน ทำงานไปวันๆ ย่อมเป็นสาเหตุหลักที่ทำให้พนักงานเกิดความรู้สึกเบื่อหน่าย และความรู้สึกเบื่อนี้เองจะเป็นอันตรายเนื่องจากจะนำไปสู่ผลการทำงานที่ถด ถอย หรือเป็นต้นเหตุของการสูญเสียคนดีมีฝีมือ ดังนั้นการวางแผนผลการปฏิบัติงานที่ชัดเจน (Performance Planning) รู้ เป้าหมายว่าในแต่ละวันต้องทำอะไรบ้าง และเพื่อทำให้ได้เป้าหมายที่ต้องการ จะต้องแสดงออกหรือมีพฤติกรรมเช่นไรนั้น จะช่วยทำให้เกิดความคิดที่เป็นระบบ ทำงานเป็นขั้นเป็นตอนมากขึ้น และเมื่องานที่ได้รับมอบหมายบรรลุผลสำเร็จ ย่อมเป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้คนทำงานเกิดความรู้สึกโล่งอก โล่งใจ ซึ่งความรู้สึกเช่นนี้มักจะเป็นแรงผลักดันให้เกิดความคิดสิ่งใหม่ ๆ ที่สามารถนำมาใช้เพื่อการปรับปรุงงานให้เกิดประสิทธิภาพมากขึ้น ทั้งนี้การวางแผนงานที่ชัดเจนจำเป็นจะต้องมีการจดบันทึกว่าในแต่ละวันงานที่ ต้องทำให้สำเร็จมีอะไรบ้าง เพราะแผนงานที่ถูกเขียนขึ้นมาอย่างเป็นลายลักษณ์อักษรจึงเป็นเสมือนเข็มทิศ หรือเครื่องนำทางให้สามารถทำงานแต่ละชิ้นอย่างเป็นระบบและเป็นขั้นเป็นตอน  
**Do**  
แผนงานที่ดีย่อมมีการปฏิบัติ การตรวจสอบ การติดตามผลงานที่ทำไปแล้วว่าสำเร็จหรือไม่สำเร็จบ้าง ด้วยการให้ข้อมูลป้อนกลับกับตนเอง (Performance Feedback) ซึ่งไม่จำเป็นต้องรอผู้อื่นที่จะมาบอกว่างานแต่ละชิ้นคุณเองสามารถทำสำเร็จหรือไม่

การ Feedback กับ ตนเองก็คือ การหาโอกาสบอกหรือพูดคุยกับตนเองในแต่ละวัน ผู้เขียนขอแนะนำว่าควรจะเป็นตอนกลางคืนก่อนนอนจะดีกว่า เพื่อสำรวจว่าวันนี้คุณได้ทำงานเสร็จไปกี่อย่างบ้าง และงานใดบ้างที่คุณทำไม่สำเร็จเป็นเพราะเหตุใด เพื่อที่ว่าคุณจะได้นำปัญหาที่เกิดขึ้นมาวางแผนว่าควรจะทำอย่างไรให้งานชิ้น นั้นประสบผลสำเร็จในวันถัดไป ทั้งนี้ขั้นตอนการปฏิบัติสำหรับหลาย ๆ คนคิดว่าเป็นขั้นตอนที่ยากกว่าการวางแผนงาน เนื่องจากไม่สามารถทำงานให้บรรลุตามแผนที่กำหนดขึ้น เพราะจิตไม่อยู่กับที่ เกิดความกระวนกระวายใจ จิตไม่สงบ ขาดสมาธิ ซึ่งผู้เขียนขอแนะนำว่าในระหว่างการทำงานแต่ละอย่างนั้น ควรคิดถึงงานชิ้นนั้นอย่างเดียวทั้งกายและใจ จิตที่มีสมาธิจะทำให้เกิดปัญญาที่จะบริหารงานแต่ละอย่างสำเร็จเร็วกว่าเวลา ที่กำหนดขึ้น และเมื่อคุณทำงานสำเร็จ เชื่อแน่ว่าคุณจะรู้สึกภาคภูมใจ รู้สึกมีความสุขกับงานแต่ละอย่างที่สำเร็จลุล่วงไป  
**Check**  
ความสุขเกิดขึ้นจากการให้ ให้ในสิ่งที่ผู้รับได้รับประโยชน์จากงานของคุณ ซึ่งการบริหารความสุขของตนเอง ก็คือการบริหารจิตใจของผู้อื่นด้วยเช่นกัน ดังนั้นตัวคุณเองจะต้องประเมินผลงานที่ทำขึ้นมาว่าผู้รับหรือลูกค้ามีความ พึงพอใจกับผลงานแต่ละชิ้นมากน้อยแค่ไหน การประเมินผลงาน (Performance Appraisal) จึง เป็นขั้นตอนสำคัญที่ผลักดันให้คุณจะต้องปรับปรุงผลงานของตัวคุณเองอยู่เสมอ ด้วยการวางแผนงานใหม่อีกสักครั้ง หากงานที่ทำไปแล้ว ถึงแม้คุณทำงานได้สำเร็จตามแผนที่กำหนดขึ้น แต่ผู้รับไม่ชอบ ไม่พอใจ คุณจะต้องปรับเปลี่ยนแผนงานใหม่ เพื่อสร้างผลงานให้ลูกค้าหรือผู้รับของคุณเกิดความพึงพอใจทั้งในแง่ของ คุณภาพและปริมาณงานที่ส่งมอบ ซึ่งวิธีการประเมินผลงานที่คุณสามารถทำได้และไม่ยุ่งยากก็คือ การสอบถามและพูดคุยกับลูกค้าของคุณว่าเขาชื่นชอบในผลงานที่ทำให้ไปมากน้อย แค่ไหน ทั้งนี้คำว่า “ลูกค้า” นั้น ผู้เขียนไม่ได้มองเพียงแค่ลูกค้าภายนอกอย่างเดียวเท่านั้น ผู้เขียนจะมองไปถึง ผู้บังคับบัญชา ผู้ใต้บังคับบัญชา เพื่อนร่วมงาน คู่ค้า ด้วยเช่นกัน  
**Act**  
การปรับเปลี่ยนกระบวนการ และวิธีการทำงานของคุณว่าอะไรเป็นสาเหตุที่ทำให้ลูกค้าไม่พอใจบ้าง เพื่อที่ว่าคุณจะได้หาวิธีการทำอย่างไรก็ตามในการตอบสนองต่อความต้องการของ ลูกค้า เพราะหากลูกค้ามีความสุข คุณเองย่อมมีความสุขในการทำงานด้วยเช่นกัน การสำรวจและจดบันทึกว่ามีแนวทางไหนบ้างในการปรับเปลี่ยนและพัฒนากระบวนการทำ งานของคุณให้ดีขึ้น การพัฒนาผลงานของคุณ (Performance Development) จะ ทำให้คุณมีการปรับปรุง และการปรับเปลี่ยนตนเองอยู่เสมอ ไม่ซ้ำซากจำเจกับวิธีการทำงานแบบเดิม ๆ เพราะความซ้ำซากทำงานแต่แบบเดิม ๆ ก็เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้คุณเกิดความรู้สึกไม่มีความสุขในการทำงาน  
  
สรุปว่า ความสุขในการทำงานทุกวันนี้ ไม่ได้เกิดขึ้นการได้รับเงินเดือนที่เพิ่มขึ้นทุกปีเท่านั้น แต่สิ่งหนึ่งที่ทำให้ตัวคุณเองเกิดความสุขได้ก็คือ การวางแผน การปฏิบัติ การตรวจสอบ และการปรับปรุง หรือการปฏิบัติตามหลัก

มีผลต่อการเคหะแห่งชาติอย่างไร (ถ้ามี)

**การบริหารความสุขในการทำงาน P-D-C-A**  ซึ่งจะเป็นหนทางให้ตัวผู้ปฏิบัติงานเองและคนรอบข้าง เกิดความสุขในการทำงาน ส่งเสริมและนำไปสู่องค์กรที่ยั่งยืนต่อไป