

ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ สสส. เปิดตัวนิทรรศการหมุนเวียน “HAPPY 8 นิทรรศการความสุขไม่รู้จบ”



เมื่อวันที่ 12 ธันวาคม 2560 ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้เปิดตัวนิทรรศการหมุนเวียน “Happy 8 นิทรรศการความสุขไม่รู้จบ” เพื่อเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจ และสร้างประสบการณ์ตรงให้กับเยาวชน บุคลากรวัยทำงาน ตลอดจนประชาชนทั่วไปได้เรียนรู้หลักความสุขแปดประการ (Happy 8) และสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขบนพื้นฐานสมดุลชีวิต ที่เกิดจากโลกความสุข 3 ใบที่ทับซ้อนกัน ได้แก่ ตนเอง ครอบครัว องค์กร/สังคม

คุณเบญจมาภรณ์ ลิมปิษเฐียร ผู้อำนวยการศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ สสส. กล่าวว่า “Happy 8 ความสุขแปดประการ” เป็นแนวคิดหนึ่งที่สสส. ได้สังเคราะห์ขึ้นมาบนพื้นฐานของความต้องการให้เกิดความสุขที่สมดุล ซึ่งหากเยาวชน บุคลากรวัยทำงาน ตลอดจนประชาชนทั่วไปได้เรียนรู้ เข้าใจหลักการในเบื้องต้นก็จะเป็นการสร้างเสริมให้บุคลากรเหล่านี้เป็นคนที่มีความสุขที่ดีและมีความสุข เพื่อเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจ และสร้างประสบการณ์ตรงให้กับเยาวชน บุคลากรวัยทำงาน ตลอดจนประชาชนทั่วไปได้เรียนรู้ หลักความสุขแปดประการ (Happy 8) และสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข บนพื้นฐานสมดุลชีวิต ที่เกิดจากโลกความสุข 3 ใบที่ทับซ้อนกัน ได้แก่ ตนเอง ครอบครัว องค์กร/สังคม จึงได้จัดนิทรรศการหมุนเวียน เรื่อง “Happy 8 นิทรรศการความสุขไม่รู้จบ” (พลิกความคิด คลิกชีวิตให้แจ่มใส) ขึ้น โดยจัดแสดงตั้งแต่วันที่ไปจนถึงวันที่ 21 เมษายน 2561 ณ ห้องนิทรรศการหมุนเวียน ชั้น 2 อาคารศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ สสส.

ดร.สัมพันธ์ ศิลปนาฏ กรรมการกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ และรองประธานและผู้จัดการทั่วไป บริษัท เวสเทิร์น ดิจิตอล คอร์ปอเรชั่น จำกัด กล่าวว่า หากมององค์กรในรูปแบบเชิงธุรกิจ สิ่งหนึ่งที่มีความสำคัญมากนั่นคือ “ความยั่งยืน” (Sustainability) การที่องค์กรจะยั่งยืนในหลายๆ บริบทได้ คือความเชื่อมั่น (Trust) ของคนในองค์กร และพบว่าสิ่งหนึ่งที่เป็นตัวแปรสำคัญที่ทำให้เกิดความเชื่อมั่นนั้นได้ คือพนักงานในองค์กรต้องมีความสุข องค์กรแห่งความสุขจะต้องวัดได้จริงๆ และพนักงานทุกคนต้องทุ่มเทอย่างมุ่งมั่น เมื่อพนักงานมีความสุข KPI ทุกตัวในองค์กรก็จะตามมาอย่างสวยงาม ตลอดระยะเวลา 10 ปี ที่ทำในบริษัท เวสเทิร์น ดิจิตอลเป็นตัวการันตีที่ชัดเจน และทำให้เห็นว่าที่ผ่านมาผลประกอบการที่ยั่งยืนของบริษัท เวสเทิร์น ดิจิตอลดีขึ้นมาโดยตลอด ไม่ว่าจะเจอปัญหาใหญ่เล็กแค่ไหนแต่ก็สามารถผ่านมาได้เสมอ และสิ่งสำคัญที่สุดคือทีมงานทุกคนมีความสุข และมีความชัดเจนมุ่งมั่นที่จะทำให้องค์กรประสบความสำเร็จ

ดร.วิภาภรณ์ เกียรติอำนาจ รองกรรมการผู้จัดการ บริษัท เจ เอช อุตสาหกรรม เผยว่า การนำหลัก Happy 8 มาใช้ในองค์กรนั้นตอบโจทย์ตั้งแต่ระดับบุคคล ทีมงาน องค์กร และออกสู่สังคม ในส่วนของบุคคลเห็นได้ชัดในเรื่องของ

การลดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ลดจำนวนการเป็นโรคอ้วน รวมทั้งลดการใช้จ่ายที่ฟุ่มเฟือย อีกทั้งทีมงานยังมีค่านิยมร่วมกันคือการสร้างสภาพแวดล้อมของความสุขด้วยความสัมพันธ์ระหว่างกันที่ดี เมื่อคนมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีขึ้นก็จะส่งผลให้การสื่อสารดีขึ้นตาม พร้อมทั้งส่งผลให้การทำงานภายในหน่วยงานดีขึ้นตามเช่นเดียวกัน ซึ่งผลที่ได้รับจากการทำ Happy 8 คือความพึงพอใจของลูกค้าสูงขึ้น ยอดขายก็สูงขึ้นด้วย ผลลัพธ์จะไม่ออกมาในทิศทางที่ดีขึ้นหากไร้ปัจจัยของความสำเร็จในการนำ Happy 8 ไปใช้ในองค์กรที่ประกอบด้วย 5 อย่างด้วยกัน ไม่ว่าจะเป็น 1. ความมุ่งมั่นของผู้บริหารที่ให้การสนับสนุน 2. การสรรหาทีมงานที่มีความเข้มแข็ง 3. การถ่ายทอดนโยบายและกลยุทธ์ที่ชัดเจน 4. การให้ร่วมมือของทุกส่วนขององค์กร และสุดท้ายคือการมีตัวชี้วัด KPI และการติดตามผลอย่างเป็นรูปธรรม คุณชนิดา และ ด.ญ.เรไร สุวีรานนท์ เจ้าของเพจเรไรรายวัน และตัวแทน Happy Family เผยว่า ที่บ้านอยู่กันเป็นครอบครัวใหญ่ และมีหลากหลายช่วงอายุ ในตอนแรกพยายามหากิจกรรมต่างๆ เพื่อให้ได้ใช้เวลาร่วมกัน แต่สุดท้ายค้นพบว่า ช่วงเวลาที่ดีที่สุด คือการไม่ได้ไปไหน แต่เป็นวันที่อยู่บ้านด้วยกันทั้งครอบครัว เพียงแค่นี้ก็เพียงพอแล้ว และการได้ใช้เวลาอยู่ร่วมกันสามารถมองเห็นในข้อดีหรือข้อไม่ดีของกันและกัน รู้จักนิสัยใจคอ และสามารถส่งเสริมหรือรังกันได้ แม้ว่าลูกๆทั้งสามคนจะมีความแตกต่างกัน ที่สำคัญคือ ต้องมีการสร้างสมดุลความสุขของแต่ละคน เพื่อให้ทั้งครอบครัวมีความสุขที่จะอยู่ร่วมกันได้

ธันย์-ณิชาชารีย์ เป็นเอกชนะศักดิ์ ในฐานะของผู้สำรวจความสุขคนไข้ กล่าวว่า Happy Heart เริ่มต้นจากความเรียบง่าย เพราะเธอได้ทำทุกอย่างของเธอให้มีความสุขด้วยจิตใจที่อímเอม และความสุขของเธอจะส่งต่อไปยังคนรอบข้าง และสังคมได้อย่างธรรมชาติ อย่างวันที่เธอประสบเหตุการณ์ร้ายแรงที่สุดในชีวิตถึงขั้นต้องเสียขาทั้งสองข้างไป เธอยังเลือกที่จะยิ้มแยมและเข้มแข็งแม้จะอยู่บนเตียงพร้อมความสูญเสีย เพราะเธอไม่ต้องการให้คนที่มาเยี่ยมเธอ นั้นเสียใจหรือต้องร้องไห้เพราะเธอ ซึ่งการกระทำของเธอทำให้คนที่มาเยี่ยมทุกคน กลับบ้านไปพร้อมความสบายใจ และเมื่อไม่มีคนทุกข์ เธอก็รู้สึกอย่างมีความสุขอย่างบอกไม่ถูกนั่นเอง

ข้อมูลเพิ่มเติม

ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ มีภารกิจในการเสริมสร้างความเข้าใจความรู้สุขภาวะให้แก่ประชาชนทั่วไป สำหรับนิทรรศการหมุนเวียน “Happy 8 นิทรรศการความสุขไม่รู้จบ ” นั้นจะทำให้ทุกคนเข้าใจและได้เรียนรู้

วิถีสร้างสมดุลชีวิตด้วยโลกความสุข 3 โลกที่ทับซ้อนกัน ได้แก่ โลกของตนเอง ครอบครัว และสังคม ผ่านองค์ประกอบแห่งความสุข 8 ประการ

นอกเหนือจากนิทรรศการหมุนเวียนดังกล่าวข้างต้น และงานเสวนาแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการสร้างสมดุลความสุข 8 ประการในวันนี้แล้ว ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ สสส.ยังได้พัฒนาสื่อการเรียนรู้เกี่ยวกับ Happy 8 สำหรับประชาชน รวมทั้งวางแผนจัดกิจกรรมค่าย Happy 8 สำหรับกลุ่มเด็กและเยาวชนในช่วงปิดเทอม ในช่วงเดือนมีนาคม-เมษายน 2561 อีกด้วย

ผู้สนใจสามารถเข้าชมนิทรรศการหมุนเวียน “Happy 8 ความสุขไม่รู้จบ” ได้ตั้งแต่วันที่จนถึงวันที่ 21 เมษายน 2561 โดยเปิดให้บริการวันอังคาร ถึงวันเสาร์ (ปิดทุกวันอาทิตย์ จันทร์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์) ตั้งแต่เวลา 10.00-17.00 น. ณ ชั้น 2 อาคารศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ หรือสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ทีมบริหารนิทรรศการ เบอร์ติดต่อ

093-124-6914 หรืออีเมล exhibition.thc@thaihealth.or.th