

การรายงานผลการดำเนินการ “กิจกรรมครอบครัวอบอุ่นสร้างคุณธรรม”

ระดับหน่วยงาน

หน่วยงาน/อำเภอ.....โรงพยาบาลตากใบ.....

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๙

☐ รอบ ๖ เดือน (๑ ตุลาคม ๒๕๖๘-๓๑ มีนาคม ๒๕๖๙)

☒ รอบ ๖ เดือน (๑ ตุลาคม ๒๕๖๘-๓๑ มีนาคม ๒๕๖๙)

คำชี้แจง : เพื่อส่งเสริมให้บุคลากรใช้เวลาวันอาทิตย์อยู่กับครอบครัว บุตร บิดามารดา สร้างเวลาคุณภาพ และสอดคล้องกับนโยบายผู้บริหารที่เน้นการลดการทำงานในวันอาทิตย์

ผู้บริหารให้นโยบาย

Work-Life Balance สร้างสมดุลให้ชีวิตและการทำงาน

๑. วัตถุประสงค์

- ลดความเสี่ยงจากการเผชิญกับภาวะหมดไฟ (Burnout)
- มีเวลาให้ครอบครัว คนรัก และเพื่อนฝูง

๒. วิธีดำเนินงาน

- กำหนดนโยบายองค์กรในเรื่อง Work Life Balance
- มีนโยบาย เลี่ยงการขึ้นปฏิบัติงานในวันอาทิตย์ ของงานสนับสนุนบริการ ที่ไม่ใช่เวรผลัดในการดูแลผู้ป่วย
- บัณฑิตใหม่ บุคลากรใหม่ เรียนรู้การใช้กฎ 8-8-8: แบ่งเวลา 24 ชั่วโมงต่อวัน เป็น 8 ชั่วโมงสำหรับนอน, 8 ชั่วโมงสำหรับทำงาน, และ 8 ชั่วโมงสำหรับกิจกรรมส่วนตัว/พักผ่อน
- หน่วยงานมีการเรียนรู้การบริหารเวลาและจัดลำดับความสำคัญ งานที่ต้องทำ (To-do list) ไม่เอางานกลับมาทำที่บ้าน
- มีโซนพักผ่อนหย่อนใจ และออกกำลังกาย

๓. ผลการดำเนินงาน

- รอบ ๑๒ เดือน (รอบ ๖ เดือนหลัง) บุคลากรทุกคนเข้าใจถึงนโยบาย Work Life Balance เนื่องจากภาระงานส่วนใหญ่เป็นเวรผลัด ทำให้การมีส่วนร่วมกับครอบครัวมีน้อย แก้ไข โดยการให้วัน off อยู่กับครอบครัวให้มากขึ้น

๔. ผลการประเมิน

- คะแนนเฉลี่ยรวม ๓.๒
- ระดับ ปานกลาง เข้าใจถึงความสำคัญ แต่เนื่องจากภาระงาน จึงมีส่วนร่วมได้ระดับพอใช้
- ข้อเสนอแนะ บุคลากรส่วนใหญ่ให้ความสำคัญต่อการใช้เวลาวันอาทิตย์กับครอบครัว เว้นเสียที่ต้องขึ้นเวรผลัดซึ่งเป็นร้อยละ ๗๐ ของบุคลากรทั้งหมด

๕. ปัญหาและอุปสรรค

- ภาระงานที่มาก บุคลากรจำกัด และการขึ้นปฏิบัติงานเป็นเวรผลัด เมื่อเสร็จจากการทำงาน จะเป็นช่วงเวลาพักผ่อน ทำให้ขาดโอกาสการมีส่วนร่วมกับครอบครัวได้เต็มที่

๖. ข้อเสนอแนะ

- หัวหน้างานตรวจสอบการขึ้นปฏิบัติงานของบุคลากรในหน่วยงาน ให้เหมาะสม
- คณะกรรมการค่าตอบแทนการขึ้นปฏิบัติงานนอกเวลาราชการ ไม่อนุมัติการขึ้นทำงานนอกเวลาราชการในวันอาทิตย์ เว้นเสียมีเหตุผลความเร่งด่วน

๗. สรุป

นโยบาย Work Life Balance นอกจากการให้ความสำคัญกับครอบครัวในวันอาทิตย์แล้ว การนำนโยบายมาปรับให้เหมาะสมกับบริบทการทำงานจึงสำคัญไม่น้อยไปกว่ากัน โดยเฉพาะบุคลากรที่ต้องขึ้นปฏิบัติงานเป็นเวรผลัด การส่งเสริมการทำงานการบริหารเวลาและจัดลำดับความสำคัญงานที่ต้องทำ (To-do list) ไม่เอางานกลับมาทำที่บ้าน สถานที่ทำงานจัดโซนพักผ่อนหย่อนใจ และมีกิจกรรมออกกำลังกาย เป็นอีกช่องทางหนึ่ง ในการลดความเครียดในการทำงาน ไม่เหนื่อยล้าเกินไป
