

กิจกรรมเล่าความดี

หัวข้อ ความดีที่สอดคล้องกับคุณธรรม ๕ ประการ
(พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา กตัญญู)



โดย

คณะกรรมการด้านการคัดเลือกข้าราชการผู้มีคุณธรรมและจริยธรรมดีเด่น
ของสำนักนโยบายและแผน

เป็นโครงการ/กิจกรรมตามแผนส่งเสริม สนับสนุนการดำเนินการด้านคุณธรรม
จริยธรรม ความโปร่งใสและป้องกันการทุจริต
ของสำนักนโยบายและแผน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗



"ในบ้านเมืองนั้น มีทั้งคนดีและคนไม่ดี

ไม่มีใครที่จะทำให้ทุกคนเป็นคนดี
ได้ทั้งหมด การทำให้บ้านเมืองมีความปรกติสุข เรียบร้อยจึงมิใช่การทำให้
ทุกคนเป็นคนดี หากแต่อยู่ที่การส่งเสริมคนดี ให้คนดีปกครองบ้านเมือง
และควบคุมคนไม่ดี ไม่ให้มีอำนาจไม่ให้ออกความเดือดร้อนวุ่นวายได้"

พระบรมราโชวาทในพิธีเปิดงานชุมนุมลูกเสือแห่งชาติ
ณ ค่ายลูกเสือวชิราวุธ จังหวัดชลบุรี

๑๑ ธันวาคม ๒๕๑๒



คำนำ

ตามแผนส่งเสริมสนับสนุนการดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใสและป้องกันการทุจริตของสำนักนโยบายและแผน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ ได้กำหนดให้มีการจัดทำองค์ความรู้ เรื่อง “การส่งเสริมการทำความดี” ของข้าราชการที่ได้รับการคัดเลือกเป็นผู้มีคุณธรรมและจริยธรรมดีเด่น ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๖๔ - ๒๕๖๖ ผู้อำนวยการสำนัก และผู้บังคับบัญชากลุ่มงาน รวม ๑๑ คน เป็นผู้เขียน เรื่องเล่าความดี ที่สอดคล้องกับคุณธรรม ๕ ประการ ได้แก่ พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา กตัญญู

ดังนั้น เพื่อให้การขับเคลื่อนกิจกรรม การจัดทำองค์ความรู้ เรื่อง “การส่งเสริมการทำความดี” ของสำนักนโยบายและแผน บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ จึงได้แต่งตั้งคณะทำงานเพื่อขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริตส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักนโยบายและแผน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ เพื่อขับเคลื่อนภารกิจด้านคุณธรรม จริยธรรม และความโปร่งใสของสำนักนโยบายและแผน ประกอบด้วย

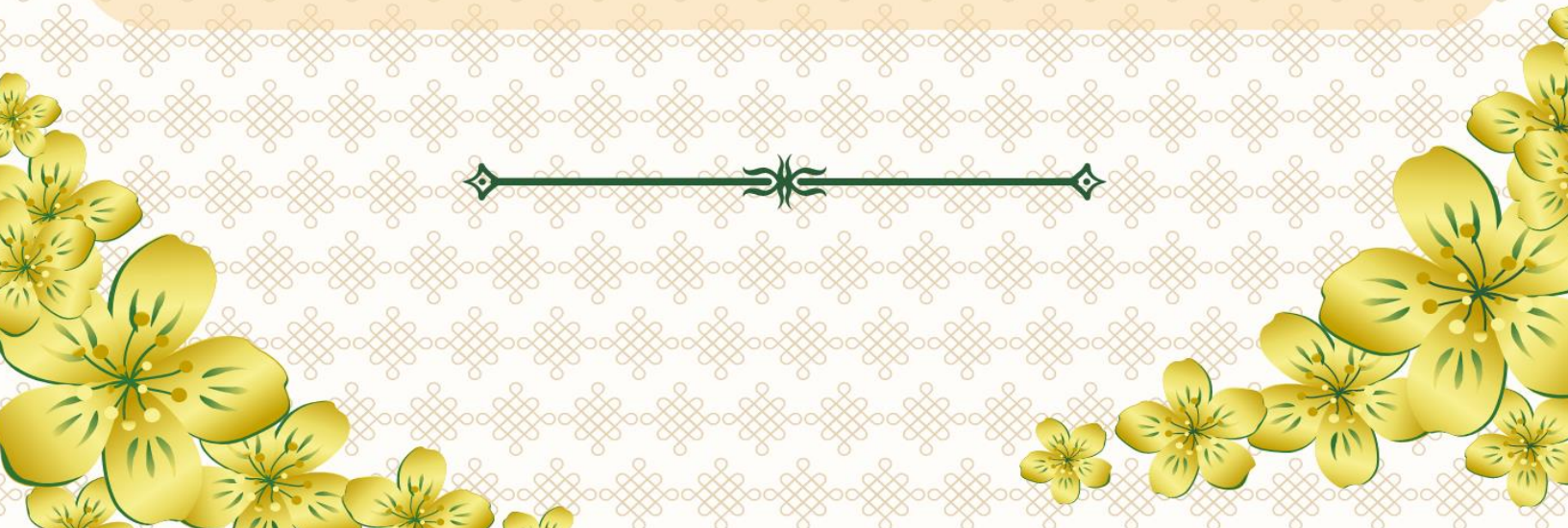
(๑) คณะทำงานด้านแผนงานและติดตามประเมินผล

(๒) คณะทำงานด้านการคัดเลือกข้าราชการผู้มีคุณธรรมและจริยธรรมดีเด่นของสำนักนโยบายและแผน

(๓) คณะทำงานสำนักที่มีผลงานด้านการส่งเสริมตามประมวลจริยธรรมข้าราชการรัฐสภา และความโปร่งใส

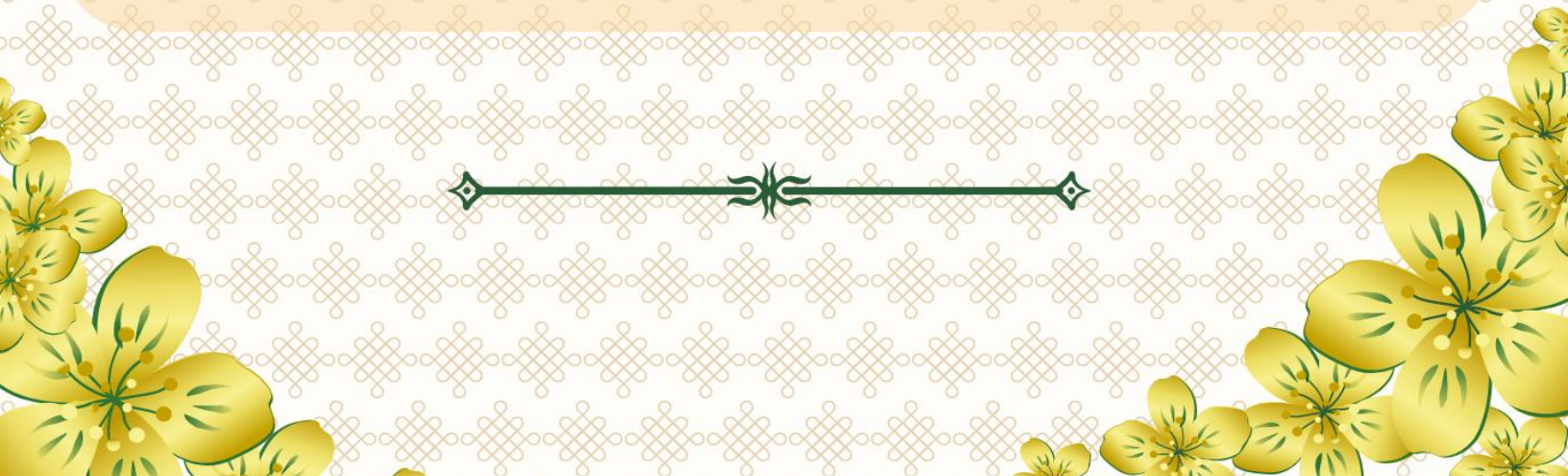
(๔) คณะทำงานด้านการจัดกิจกรรมรณรงค์และส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใส และต่อต้านการทุจริตภายในสำนักนโยบายและแผน

โดยมอบหมายให้คณะทำงานด้านการคัดเลือกข้าราชการผู้มีคุณธรรมและจริยธรรมดีเด่นของสำนักนโยบายและแผน เป็นผู้รับผิดชอบดำเนินการจัดทำองค์ความรู้ เรื่อง “การส่งเสริมการทำความดี” พร้อมทั้งเผยแพร่องค์ความรู้ดังกล่าว แก่บุคลากรสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาต่อไป



สารบรรณ

เรื่อง	หน้า
คำนำ	ก
สารบัญ	ข
บทสรุปผู้บริหาร	๑
สรุปรายงานผลการจัดกิจกรรม เรื่องเล่า ความดี	๓
กระบวนการส่งเสริมความดี ภายในสำนัก/กลุ่มงาน	๔
ความดีที่ได้กระทำ	๗



บทสรุปผู้บริหาร

แผนบูรณาการส่งเสริม สนับสนุน การดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใสและ ป้องกันการทุจริตของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ ได้จัดทำตามกรอบของแผนที่เกี่ยวข้องเป็นแนวทางในการดำเนินการ ดังต่อไปนี้

๑. แผนนโยบายการดำเนินการด้านคุณธรรมและความโปร่งใสของส่วนราชการสังกัด รัฐสภา
๒. บันทึกข้อตกลงความร่วมมือในการป้องกันและปราบปรามการทุจริตระหว่างสำนักงาน ป.ป.ช. กับสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาและสำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร ฉบับที่ ๒
๓. แผนปฏิบัติการด้านการส่งเสริมคุณธรรมแห่งชาติ ระยะที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๖๗ – ๒๕๗๐)
๔. ประมวลจริยธรรมข้าราชการรัฐสภา

โดยนโยบาย/แผนดังกล่าวข้างต้น มีส่วนเกี่ยวข้องกับการประเมินผลการดำเนินการของ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ดังนี้

แผนส่งเสริม สนับสนุน การดำเนินการด้านคุณธรรมและความโปร่งใสของส่วนราชการ สังกัดรัฐสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ เป็นการประเมินระดับความสำเร็จในการดำเนินการด้านคุณธรรมและความโปร่งใสของส่วนราชการสังกัดรัฐสภา โดยมีคณะทำงานส่งเสริม สนับสนุนการดำเนินการด้านคุณธรรมและความโปร่งใสของส่วนราชการสังกัดรัฐสภาเป็นคณะกลั่นกรองเบื้องต้น และนำเสนอคณะกรรมการประเมินผลการดำเนินการตามมาตรฐาน ความโปร่งใสของส่วนราชการสังกัดรัฐสภา อ.ก.ร. ประเมินประสิทธิภาพและประสิทธิผลของงาน ราชการของรัฐสภา และเสนอ ก.ร. เพื่อพิจารณาการประเมินผลการปฏิบัติราชการของส่วนราชการ สังกัดรัฐสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ ของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา โดยมีผู้ประเมินภายนอกเป็นผู้ตรวจสอบผลการดำเนินการตามคำรับรองการปฏิบัติราชการ

บันทึกข้อตกลงความร่วมมือในการป้องกันและปราบปรามการทุจริตระหว่างสำนักงาน ป.ป.ช. กับสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาและสำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร ฉบับที่ ๑ เกี่ยวข้องกับการประเมินความสำเร็จในการป้องกันและปราบปรามการทุจริต และการขับเคลื่อน องค์กรต้นแบบ STRONG จิตพอเพียงด้านทุจริต

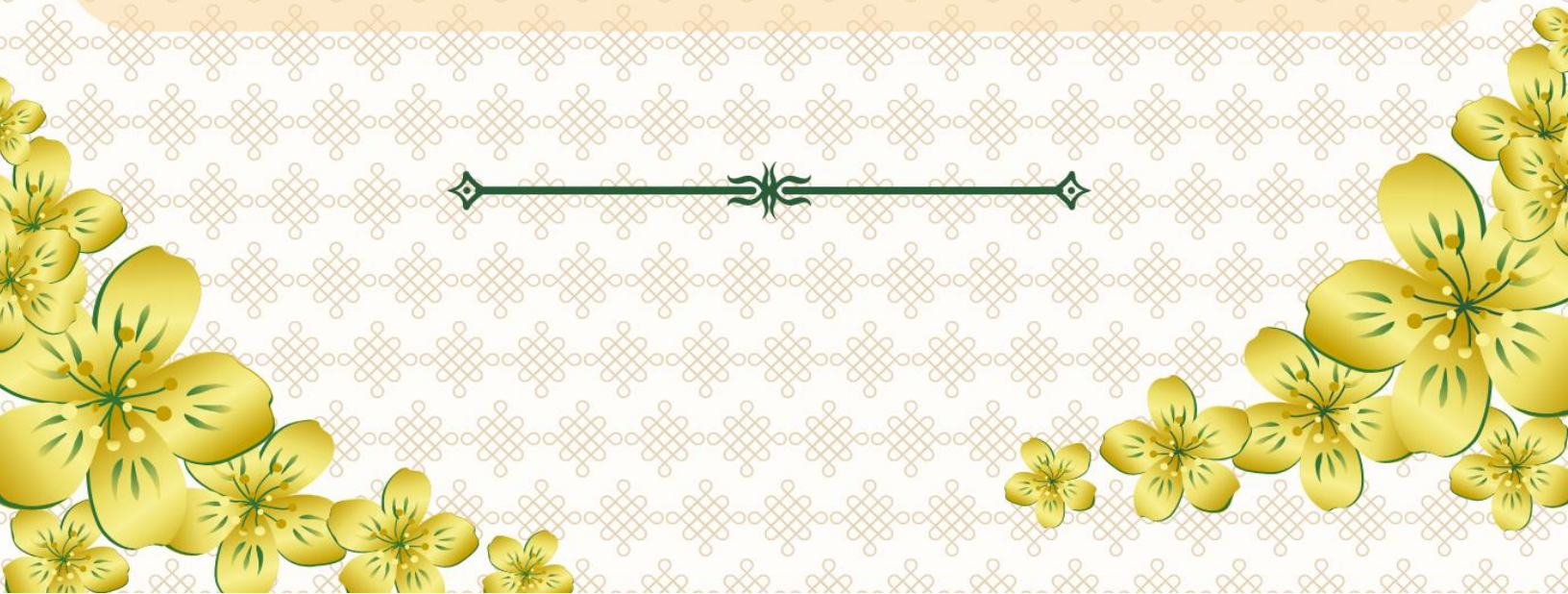
แผนปฏิบัติการด้านการส่งเสริมคุณธรรมแห่งชาติ ระยะที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๖๗ – ๒๕๗๐) เป็น การขับเคลื่อนภารกิจในการส่งเสริมคุณธรรมและจริยธรรม เพื่อยกระดับคุณธรรมตามกรอบการ ประเมินองค์กรคุณธรรมต้นแบบ

แผนบูรณาการส่งเสริม สนับสนุน การดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใส และป้องกันการทุจริตของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ ประกอบด้วยนโยบายสำคัญ ๓ ประการ ดังนี้

- 1) การยกระดับในการขับเคลื่อนกระบวนการรักษามาตรฐาน การเป็นองค์กรคุณธรรมต้นแบบ
- 2) การส่งเสริม สนับสนุนการดำเนินการตามหลักธรรมทางศาสนา หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง วิถีวัฒนธรรม

- 3) การจัดกิจกรรมเพื่อสาธารณประโยชน์และการป้องกันการทุจริตเพื่อสนับสนุนการขับเคลื่อนการประเมินคุณธรรมและความโปร่งใสในการดำเนินงานการ สนับสนุนการของหน่วยงานภาครัฐ (Integrity and Transparency Assessment : ITA) ตาม แนวทางของสำนักงาน ป.ป.ช.

ในการนี้ เพื่อดำเนินการขับเคลื่อนกิจกรรม/แผนงาน/โครงการ ตามแผนบูรณาการดังกล่าวบรรลุผลสำเร็จตามที่กำหนดไว้ สำนักนโยบายและแผน จึงได้ดำเนินการจัดทำแผนบูรณาการส่งเสริม สนับสนุนการดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใสและป้องกันการทุจริตของสำนักนโยบาย และแผน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ ขึ้น ประกอบด้วย โครงการ/กิจกรรมหลักทั้งสิ้น ๓๘ กิจกรรม และกิจกรรมเรื่องเล่าความดี เป็นกิจกรรมลำดับที่ ๒๕ ที่จะต้องดำเนินการ และรายงานผลการดำเนินการเสนอต่อคณะกรรมการส่งเสริม สนับสนุน การดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรม และความโปร่งใสของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ รายงานรอบ ๙ เดือน (๑ เมษายน – ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๗) ส่งรายงานภายในวันที่ ๒๐ มิถุนายน ๒๕๖๗



สรุปรายงานผลการจัดกิจกรรม เรื่องเล่า ความดี
หัวข้อ ความดีที่สอดคล้องกับคุณธรรม ๕ ประการ
(พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา กตัญญู)

➤ **หลักการเหตุผล**

ตามแผนส่งเสริม สนับสนุนการดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใสและป้องกันการทุจริตของสำนักนโยบายและแผน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ กิจกรรมที่ ๒๕ กิจกรรมเรื่องเล่าความดี เป็นความดีที่บุคลากรของสำนักนโยบายและแผน ได้ประพฤติ ปฏิบัติตนเพื่อเป็นแบบอย่างที่ดี จากรุ่นพี่ รุ่นน้อง มาอย่างต่อเนื่อง และเพื่อให้ความดีที่ได้กระทำนั้น สามารถนำมาเป็นองค์ความรู้ เรื่องการส่งเสริมการทำความดี สำนักนโยบายและแผนจึงได้รวบรวม ประสบการณ์ การทำความดีของบุคลากรสำนักนโยบายและแผน ประกอบด้วย ผู้อำนวยการสำนัก ผู้บังคับบัญชากลุ่มงาน และผู้ที่เคยได้รับการคัดเลือกเป็นข้าราชการผู้มีคุณธรรมและจริยธรรมดีเด่นของสำนักนโยบายและแผน ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๖๔ – ๒๕๖๖ ผู้อำนวยการสำนัก และผู้บังคับบัญชากลุ่มงาน (รวม ๑๑ คน) เป็นผู้เขียนเรื่องเล่าความดี ที่สอดคล้องกับคุณธรรม ๕ ประการ มาเป็นคุณค่าหลักในการดำเนินชีวิต ประกอบด้วย พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา กตัญญู

๑. นางสาวสุภาวดี มลคลธรรมกุล ตำแหน่ง ผู้อำนวยการสำนักนโยบายและแผน เรื่อง พอเพียง
๒. นางสาวพรรณสิริ พรหมพันธุ์ม ตำแหน่ง ผู้บังคับบัญชากลุ่มงานนโยบายและยุทธศาสตร์ เรื่อง กตัญญู
๓. นางชรัญญา ประสิทธิินาวา ตำแหน่ง ผู้บังคับบัญชากลุ่มงานแผนงานและโครงการ เรื่อง พอเพียง
๔. นายธัชชัย แก้ววารีย์ ตำแหน่ง ผู้บังคับบัญชากลุ่มงานติดตามและประเมินผล เรื่อง สุจริต
๕. นางมันทนา เอกถันนารัตน์ ตำแหน่ง ผู้บังคับบัญชากลุ่มงานบริหารทั่วไป เรื่อง วินัย
๖. นางสาวนาตยา พ่วงพูล ตำแหน่ง นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ เรื่อง จิตอาสา
๗. นายศักดิ์เดช รัตนประทีปพร ตำแหน่ง นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการ เรื่อง จิตอาสา
๘. นางสาวบุญณิศา ไทยช่วย ตำแหน่ง นักวิเคราะห์นโยบายและแผนปฏิบัติการ เรื่อง จิตอาสา
๙. นางสาวชัชพร แดงสำราญ ตำแหน่ง เจ้าพนักงานธุรการอาวุโส เรื่อง กตัญญู

๑๐. นางสาวยุรฉัตร อักษรถึง ตำแหน่ง เจ้าพนักงานธุรการอาวุโส
เรื่อง จิตอาสา

๑๑. นางสาวลลิตา โคตรสุวรรณ ตำแหน่งเจ้าพนักงานธุรการชำนาญงาน
เรื่อง จิตอาสา

➤ วัตถุประสงค์

๑) เพื่อมุ่งมั่นในการขับเคลื่อนภารกิจด้านคุณธรรม จริยธรรมและความโปร่งใสของสำนัก
นโยบายและแผน อย่างจริงจัง และอย่างต่อเนื่อง

๒) เพื่อส่งเสริมสนับสนุนให้บุคลากรของสำนักนโยบายและแผน ได้ประพฤติปฏิบัติตนภายใต้
คุณธรรม จริยธรรม ระเบียบ วินัย มีพฤติกรรมและค่านิยมที่ดี อันจะก่อให้เกิดความรัก ความสามัคคี เป็นองค์กร
แห่งความสุข ผ่านสื่อ “ตัวอักษร” เรื่องเล่าความดี

๓) เพื่อจัดทำเป็นองค์ความรู้ และเผยแพร่แก่บุคลากรของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา

➤ กระบวนการส่งเสริมความดี ภายในสำนัก/กลุ่มงาน

๑. แต่งตั้งคณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงด้านทุจริตส่งเสริม
คุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักนโยบายและแผน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗

เพื่อดำเนินงานด้านคุณธรรม จริยธรรม และความโปร่งใสของสำนักนโยบายและแผน โดยแต่งตั้งคณะทำงานที่
เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย

(๑) คณะทำงานด้านแผนงานและติดตามประเมินผล มีภารกิจขยายจำนวนสมาชิก
ชมรม STRONG ภายในสำนัก และจัดทำแผนส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใส แผนบริหารความเสี่ยงด้านการ
ป้องกันการทุจริตและประพฤติมิชอบของสำนักนโยบายและแผน และติดตาม ประเมินผล จัดทำนโยบายต่างๆ
ของสำนัก พร้อมจัดทำรายงานไตรมาสเกี่ยวกับการดำเนินการของสำนักนโยบายและแผน เพื่อรายงานต่อ
คณะกรรมการที่เกี่ยวข้อง

(๒) คณะทำงานด้านการคัดเลือกข้าราชการผู้มีคุณธรรมและจริยธรรมดีเด่นของ
สำนักนโยบายและแผน มีภารกิจด้านการคัดเลือก/สรรหา กำหนดวิธีการคัดเลือก/สรรหาภายในสำนักนโยบาย
และแผน พร้อมจัดทำรายงานเสนอให้ผู้อำนวยการสำนักลงนามตามแบบรายงานผลการดำเนินการคัดเลือก/
สรรหา เพื่อเสนอต่อคณะกรรมการที่เกี่ยวข้อง และดำเนินการอื่นๆ ตามที่ผู้อำนวยการสำนักนโยบายและแผน
มอบหมาย เช่น ดำเนินการกิจกรรมเรื่องเล่าความดี ดำเนินการกิจกรรมรักษ์เรา รักขัโลก ร่วมกัน พบถุงใส่ยา
มอบแก่โรงพยาบาล ณ ต่างจังหวัด

(๓) คณะทำงานสำนักที่มีผลงานด้านการส่งเสริมตามประมวลจริยธรรมข้าราชการ

รัฐสภาและความโปร่งใส มีภารกิจจัดเตรียมความพร้อมการตรวจสำนัก จัดบอร์ดหรือจัดอื่นใดเพื่อแสดงผลงานของสำนักนโยบายและแผน รวมทั้งจัดทำรายงานผลการดำเนินการตามหลักเกณฑ์คัดเลือกสำนักที่มีผลงานด้านการส่งเสริมตามประมวลจริยธรรมข้าราชการรัฐสภาและความโปร่งใส

(๔) คณะทำงานด้านจัดกิจกรรมรณรงค์และส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใส และต่อต้านการทุจริตภายในสำนักนโยบายและแผน มีภารกิจจัดกิจกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริม คุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใส การต่อต้านการทุจริต การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การเฝ้าระวังการทุจริตและการประชาสัมพันธ์ การดำเนินการของสำนักนโยบายและแผน

โดยได้มีประชุมคณะทำงานเพื่อกำหนดกรอบแนวทางในการดำเนินการส่งเสริมคนดีในด้านต่างๆ ที่สอดคล้องกับคุณธรรม ๕ ประการ มาเป็นคุณค่าหลักในการดำเนินชีวิต โดยการสร้างความเข้าใจร่วมกัน เพื่อรวมพลังการสร้างคนดี ซึ่งบุคลากรสำนักนโยบายและแผนทุกคนพึงมีในการปฏิบัติงานและในชีวิตประจำวัน เพื่อปลูกและปลูกจิตสำนึกให้ร่วมกันสร้างค่านิยมในการทำคนดี ประกอบด้วย พอเพียง วินัย สุจริต จิตอาสา กตัญญู อันจะนำไปสู่การเป็นองค์กรคุณธรรมอย่างยั่งยืนสืบไป



๓. สร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการส่งเสริมคุณธรรม/การทำความดี

เพื่อขับเคลื่อนคุณธรรม ๕ ประการ โดยสร้างสภาพแวดล้อมในที่ทำงานให้มีความสะอาด ปลอดภัย ทุกคนร่วมใจจิตอาสาดูแลรักษาความสะอาดในพื้นที่ส่วนรวมของสำนักฯ ร่วมกันรณรงค์รักษาสิ่งแวดล้อม มีจิตเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีผลไม้ มะม่วง กัลยาดำ ตะไคร้ ผัก มะกรูด มะนาว ที่ปลูกไว้ มาแบ่งปันเพื่อนร่วมงาน และร่วมรณรงค์รักษาระเบียบวินัย มาปฏิบัติงานตรงเวลา อุทิศเวลาให้กับราชการในวันที่มีภารกิจสำคัญ โดยไม่เบิก OT โดยเห็นประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตน และแต่งชุดข้าราชการโดยพร้อมเพรียง ในวันที่มีการประชุมวุฒิสภา เป็นต้น

๔. กำหนดแนวทางในการส่งเสริมให้บุคลากร ประพฤติ ปฏิบัติตนเป็นคนดี มีคุณธรรม จริยธรรม ปฏิบัติหน้าที่ด้วยความซื่อสัตย์ สุจริต รักษาระเบียบวินัยของทางราชการ เพื่อให้บุคลากรสำนึกนโยบายและแผน เกิดความภาคภูมิใจ และเป็นขวัญกำลังใจในการทำ ความดี จึงได้กำหนดแนวทางในการสร้างขวัญกำลังใจให้บุคลากร ดังนี้

- (๑) ผู้อำนวยการสำนักนโยบายและแผน ประพฤติปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างในการเป็นข้าราชการที่ดี
- (๒) มอบเกียรติบัตรให้กับผู้ได้รับคัดเลือกเป็นข้าราชการผู้มีคุณธรรม จริยธรรม ดีเด่นของสำนักนโยบายและแผน ในแต่ละปี โดยในปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ จำนวน ๒ ราย
 - ๒.๑ นางขวัญญา ประสิทธิ์ินาวา ตำแหน่งผู้บังคับบัญชากลุ่มงานแผนงานและโครงการ
 - ๒.๒ นางสาวพิสมัย วงละคร ตำแหน่ง เจ้าพนักงานธุรการอาวุโส
- (๓) เผยแพร่ ประกาศคุณงามความดีผ่านสื่อ Social ต่าง ๆ ได้แก่ ไลน์สำนักนโยบายและแผน ไลน์สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา Facebook สำนักนโยบายและแผน และ e-Office สำนักนโยบายและแผน
- (๔) พิจารณาให้รางวัลตอบแทนความดีในการพิจารณาขั้นพิเศษ บวกเงินเพิ่มพิเศษให้บุคลากรที่มีความมุ่งมั่นทำความดีให้เป็นที่ประจักษ์



➤ ความดีที่ได้กระทำ

เป็นการเล่าเรื่อง ความดี ที่ได้กระทำในชีวิตประจำวัน เป็นการปลูกฝังค่านิยมการทำดี ทำได้ทุกวัน

ทำได้ตลอดเวลา



เรื่องเล่าความดี เรื่อง "ความพอเพียง"

นางสาวสุภาวดี มงคลธรรมกุล
ผู้อำนวยการสำนักนโยบายและแผน

จะขอเล่าเรื่องความพอเพียงของฉัน คือ ความพอประมาณ รู้จักวางแผน การดำเนินชีวิต ไม่ว่าจะเป็นเรื่องชีวิตส่วนตัว หรือเรื่องการทำงาน ฉันจะนึกอยู่เสมอว่า เราจะต้องทำอะไรให้ไม่ต้องไปเบียดเบียนผู้อื่น ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ฉันตั้งใจมาประกอบอาชีพรับราชการเนื่องจากความประสงค์ของบิดา ซึ่งเป็นตัวอย่างในการดำเนินชีวิตในแง่มุมมองของความพอเพียงได้อย่างดีที่สุดใน



คือ บิดา หรือที่ฉันเรียกท่านว่า เตี่ย เพราะเตี่ยมีเชื้อสายจีน มีอาชีพเกษตรกรทำสวนมะม่วงที่จังหวัดฉะเชิงเทรา เตี่ยจะทำงานทุกอย่าง และอุปกรณทุกอย่างที่ทำเองได้ ยกตัวอย่าง เช่น ตะกร้อสอยมะม่วง เข่งใส่มะม่วง ทานกึ่งมะม่วงขาย และมีการวางแผนอนาคต เพื่อให้ลูกได้อยู่อย่างสบาย ไม่ต้องลำบากไปขอร้องผู้อื่น ฉันจึงคิดเสมอว่าฉันได้ซึมซับความพอเพียงมาจากเตี่ยของฉัน



เมื่อฉันมารับราชการ จึงใช้ชีวิตอย่างพอเพียง ไม่ฟุ้งเฟ้อ หรูหราเพราะว่าอาจจะทำให้รายได้กับรายจ่ายไม่สมดุลกัน เมื่อก่อนตอนที่ฉันเข้ารับราชการแรกบรรจุ ได้รับเงินเดือน ๙,๓๖๐ บาท จะมีการทำบัญชีรายรับ รายจ่ายเพื่อจดบันทึกค่าใช้จ่ายไว้ว่าจ่ายอะไรบ้างเนื่องจากรายได้น้อย แต่ก็ยังไม่ถึงกับต้องหิбыืมคนอื่น และจะพยายามสอนน้องๆ ที่ทำงานให้ใช้ชีวิตอย่างพอเพียง บางครั้ง บางเรื่องราว ความพอเพียงก็สามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ทุกอย่าง ไม่ว่าจะเป็นการทานข้าว นอนหลับ ตื่นมาทำงาน การเรียน



พอจะสรุปได้ว่าความพอเพียงของฉันก็คือ ความพอดี ไม่มากไป ไม่น้อยไป และไม่ต้องเบียดเบียนผู้อื่น ประกอบด้วย ๓ หลัก ดังนี้



๑. ความมีเหตุผล ต้องมองให้ออกว่าทำไมต้องทำ มีเหตุผลอะไร มีทางเลือกให้เลือกหรือไม่ ทำไมจึงเลือกทำแบบนี้ แล้วเกิดประโยชน์หรือโทษกับคนอื่นหรือไม่

๒. ความพอประมาณ คือการใช้ปัจจัยที่เหมาะสม ไม่มากจนเหลือ ไม่น้อยจนไม่พอ และทำให้เกิดประโยชน์อย่างคุ้มค่า

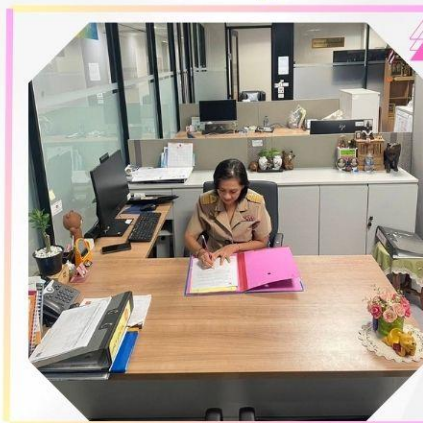
๓. มีภูมิคุ้มกัน มีการวางแผนสำรองเสมอในการดำเนินชีวิต หากเกิดเหตุการณ์ที่ไม่ดีอย่างที่หวังไว้ต้องสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยตัวเอง

เรื่องเล่าความดี

ของ นางมันทนา เอกลักษณ์รัตน์ ผู้บังคับบัญชากลุ่มงานบริหารทั่วไป
สำนักนโยบายและแผน
ความดีที่สอดคล้องกับคุณธรรม ๕ ประการ หัวข้อ "วินัย"



วินัย เป็นพฤติกรรมที่ต้องถือปฏิบัติ
วินัย คือ พฤติกรรมที่แสดงออก
วินัย คือ ข้อห้ามและข้อปฏิบัติที่กำหนดไว้



ความดีที่ได้กระทำ :

สิ่งที่ตนเองได้ยึดถือและปฏิบัติตามตลอดระยะเวลาการรับราชการ (๓๒ ปี) คือ การมีวินัย ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง เราต้องมีความจริงใจกับกฎ กติกาที่ตนเองตั้งขึ้น มีสัจจะกับตนเอง เคารพตนเอง เมื่อสัญญาว่าจะทำอะไรแล้วก็ต้องทำให้ได้ โดยเฉพาะสัญญาที่เราตั้งขึ้นมาเองโดยไม่มีใครมาบังคับให้เป็นข้ออ้าง การฝึกที่ต้องฝึกกับความเคยชินเดิมเป็นสิ่งยากมาก จึงต้องค่อยเป็นค่อยไป หากเราอดทนต่อสัจจะ ทำอย่างต่อเนื่องจนกระทั่งกลายเป็นความเคยชินใหม่เข้ามาแทนที่ จากนั้นเราก็จะอยู่กับความเคยชินใหม่ที่มีวินัย

จากประสบการณ์ที่ผ่านมาทั้งในเรื่องการปฏิบัติงานและการดำรงชีวิต ตนเองได้ฝึกและพัฒนาเรื่องของวินัย มาตลอด โดยเฉพาะ ๕ อย่าง ได้แก่

๑. ความมีวินัยสำนึกรับผิดชอบ ตั้งใจปฏิบัติหน้าที่ที่ตนเองต้องกระทำทั้งเรื่องการทำงาน การดำเนินชีวิตให้ประสบความสำเร็จอย่างมีคุณภาพ รวมทั้งการยอมรับผลกระทำของตนเอง
๒. ความมีวินัยในการควบคุมตัวเองให้มีจิตใจที่เข้มแข็ง มีมุมมองทัศนคติด้านบวก
๓. ความมีวินัยในการแสดงความเคารพอย่างถูกต้องเหมาะสมตามกาลเทศะ
๔. ความมีวินัยในการยอมรับและปฏิบัติตามมาตรฐานทางสังคม เพื่อให้การติดต่อสัมพันธ์กันทางสังคมเป็นไปอย่างเรียบร้อย ลดความขัดแย้งในสังคม ช่วยให้สังคมดำรงอยู่อย่างสงบสุขและมั่นคง หากตัวเราเป็นผู้ที่มีวินัยดีในเรื่องต่าง ๆ เหล่านี้แล้ว ย่อมสามารถวางแผนจัดระเบียบในการปฏิบัติงาน การทำกิจวัตรประจำวันได้อย่างลงตัว ทำให้ไม่มีปัญหาสับสนวุ่นวาย ส่งผลให้ชีวิตมีความสุขความเจริญและเป็นที่น่าชื่นชมให้กับผู้อื่นได้

ความคิดเห็นของผู้บังคับบัญชา / เพื่อนร่วมงาน

จากที่ข้าพเจ้าได้รู้จักและร่วมงานกับนางมันทนา เอกลักษณ์รัตน์ (พี่แหม่ม) ในฐานะผู้บังคับบัญชา และเพื่อนร่วมงาน พี่แหม่มเป็นคนที่มีความรับผิดชอบต่องานที่สูงมาก มีความมุ่งมั่นตั้งใจที่จะทำงานที่ได้รับมอบหมายจากผู้บังคับบัญชาเพื่อให้งานนั้นบรรลุเป้าหมายอย่างดียิ่ง มีความตรงต่อเวลา เสียสละ ประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับน้อง ๆ ผู้ใต้บังคับบัญชา เช่น ความสุภาพเรียบร้อยทั้งกาย วาจา ใจ ความมีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อเพื่อน ๆ พี่ ๆ ร่วมงานไม่ว่าจะเป็นเจ้าหน้าที่ข้าราชการ เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัย เจ้าหน้าที่ทำความสะอาด

ชื่อผู้แสดงความคิดเห็น

(นายสุรศักดิ์ มั่งคั่ง)

เรื่องเล่าความดี “การรักษาวินัย”

โดย นางสาวพรรณลิริ พรหมพันธุ์ม สังกัด : สำนักนโยบายและแผน

ข้าพเจ้ามีความเห็นว่าการรักษาวินัยของข้าราชการเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง วินัยข้าราชการ โดยสรุปหมายถึงแบบแผนความประพฤติที่ทางราชการกำหนดให้ ข้าราชการจะต้องยึดถือและปฏิบัติ เพื่อให้ข้าราชการแสดงพฤติกรรมออกมาในทางที่ถูกต้อง ควรมีการควบคุมตนเองให้แสดงพฤติกรรมที่ถูกระเบียบหลักเกณฑ์หรือแบบแผนที่ทางราชการกำหนดไว้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในฐานะข้าราชการรัฐสภาสามัญ ซึ่งเป็นตัวแทนของรัฐในการบริหารราชการและบริการต่อสมาชิกรัฐสภา และประชาชน จึงต้องประพฤติปฏิบัติตนให้เป็นที่เชื่อถือและไว้วางใจ รวมทั้งเป็น ตัวอย่างที่ดีให้แก่ประชาชน

เมื่อข้าราชการเป็นผู้มีวินัยดี ประชาชนก็就会有ความเชื่อถือศรัทธา ส่งผลให้ ประชาชนศรัทธาในหน่วยงานโดยส่วนรวม ในฐานะผู้บังคับบัญชากลุ่มงานข้าพเจ้าปฏิบัติตามวินัยข้าราชการอย่างเคร่งครัดศึกษาคู่มือวินัยข้าราชการรัฐสภาเพื่อให้สามารถให้คำแนะนำแก่บุคลากรภายในกลุ่มงานเพื่อให้สามารถปฏิบัติได้อย่างถูกต้องลดโอกาสในการเกิดปัญหาทั้งในการทำงานและในเรื่องส่วนบุคคล



ความคิดเห็นของผู้บังคับบัญชา / เพื่อนร่วมงาน

พี่ไก่ เป็นผู้รักษาระเบียบวินัย เพื่อเป็นแบบอย่างให้กับน้องๆ ในสำนักนโยบายและแผน โดยมาทำงานตรงเวลา แต่งเครื่องแบบทุกครั้งในวันที่มีการประชุมวุฒิสภา และปฏิบัติตามระเบียบของทางราชการอย่างเคร่งครัด เป็นแบบอย่างที่ดี ที่ควรชื่นชม

(ชรัญญา ประสิทธิธนาภา)

ผู้แสดงความคิดเห็น

เรื่องเล่าความดี

โดย ธัชชัย แก้ววาริ สำนักนโยบายและแผน

ข้าพเจ้าศรัทธา เชื่อมั่น และประพฤติปฏิบัติใน “หลักของความสุจริต” มาอย่างต่อเนื่อง โดย สุจริต อันหมายถึง ความประพฤติดี, ประพฤติชอบ, ประพฤติถูกต้องตามคลองธรรม ดังนี้

1. ความสุจริตทางกาย ทำสิ่งที่ตั้งงามถูกต้อง

- ▶ ละเว้นจากการทำลายชีวิต
- ▶ ละเว้นจากการลักทรัพย์ แย่งชิงลักขโมย เอาไรต์เอาเปรียบ เบียดเบียนทรัพย์สินของ ของผู้อื่นมาเป็นของตน



2. ความสุจริตทางวาจา พูดสิ่งที่ถูกต้อง



- ▶ ไม่พูดเท็จ โกหกหลอกลวง หรือพูดให้ผิดจากความเป็นจริง
- ▶ เว้นจากการพูดส่อเสียด ยุยง สร้างความแตกแยก พูดแต่การส่งเสริมความสามัคคี
- ▶ ไม่พูดเหลวไหลเพื่อเจ้า ไร้สาระ เลื่อนลอย ไม่มีเหตุผล พูดแต่คำจริง เป็นประโยชน์ มีเหตุผล ถูกกาลเทศะ

3. มโนสุจริต ความสุจริตทางใจ คิดสิ่งที่ตั้งงามถูกต้อง

- ▶ ไม่ละโมภ ไม่เพ่งเล็งคิดหาทางเอาแต่จะได
 - ▶ ไม่คิดร้ายมุ่งเบียดเบียน หรือเพ่งมองในแง่ที่จะทำลาย
 - ▶ มีความเห็น เข้าใจในการทำดีมีผลดี ทำชั่วมีผลชั่ว
- รู้เท่าทันความจริงที่เป็นธรรมดาของโลกและชีวิต



ความคิดเห็นเพื่อนร่วมงาน

..... น้องธรรมเป็นคนที่มีความประพฤติดี มีความรับผิดชอบสูง ตั้งใจทำงาน เป็นคนเอื้ออารีย์ ชอบ

..... ทำบุญและช่วยเหลือผู้อื่น เป็นตัวอย่างที่ดีให้กับน้อง ๆ ในสำนักนโยบายและแผน

.....
 (นางชรัญญา ประสิทธิ์นาวา)

เรื่องเล่าความดี “จิตอาสา”

เขียนเรื่องเล่าโดย : นางสาวนัตยา พ่วงพูล

สำนักนโยบายและแผน

“บริจาคโลหิต ช่วยชีวิตเพื่อนมนุษย์” จำไม่ได้แล้วว่าเริ่มบริจาคโลหิตครั้งแรกเมื่อไหร่ เพราะช่วงแรกที่บริจาคน่าจะนานมาแล้ว จากนั้นก็บริจาคไปเรื่อย ๆ เท่าที่มีโอกาส แต่มีครั้งที่เป็นความประทับใจและเป็นจุดเปลี่ยนให้ตั้งใจ และใส่ใจดูแลสุขภาพให้สามารถบริจาคโลหิตได้ทุก ๆ 3 เดือน คือ วันนั้นไปบริจาคโลหิตที่โรงพยาบาลแห่งหนึ่ง กำลังบริจาคโลหิตอยู่บนเตียง แบบซีวล์ ซีวล์ มีญาติคนไข้เดินมาหา แล้วถามว่าที่บริจาคโลหิตให้ใคร รบกวนแจ้งความประสงค์ให้ญาติเค้าได้ไหมเพราะเกิดอุบัติเหตุต้องการใช้เลือด เราก็บาง ๆ นะ แล้วพยาบาลก็มาบอกว่าเดี๋ยวจัดการให้คะ แล้วพยาบาลก็เชิญญาติคนนั้นออกไปจากห้อง เราก็กถามพยาบาลว่าให้เค้าได้ไหม แต่พยาบาลบอกว่าทางโรงพยาบาลจะดำเนินการให้คะ ตั้งแต่ครั้งนั้นเรารู้สึกว่า โโลหิตสำคัญต่อชีวิตมาก จึงเป็นส่วนหนึ่งของความตั้งใจที่จะดูแลสุขภาพ เพื่อให้ร่างกายสามารถบริจาคโลหิตได้

จากจุดเปลี่ยนที่ทำให้เห็นว่าการบริจาคโลหิตสำคัญ ปัจจุบันสามารถบริจาคโลหิตได้จำนวน 51 ครั้ง สถานที่บริจาคจะบริจาคโลหิตทั้งที่สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา และสภาอากาศไทย เนื่องจากมีการบริจาคต่อเนื่องส่งผลให้บางครั้งไม่สามารถบริจาคโลหิตได้ เนื่องจากค่าความเข้มข้นของเลือดไม่ถึงเกณฑ์ก็จะได้รับการส่งตัวไปพบแพทย์เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพและการทานยาเสริมธาตุเหล็ก เป็นการดีต่อสุขภาพของเราไปในตัวด้วย ข้อดีในการบริจาคโลหิต ข้อมูลจากศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย พบว่า

 การบริจาคเลือด 1 ครั้ง สามารถช่วยได้ถึง 3 ชีวิต สามารถช่วยได้ถึง 3 ชีวิต

การบริจาคเลือด 1 ครั้ง สามารถช่วยได้ถึง 3 ชีวิต โดยเลือด 1 ถุง จากการบริจาค จะถูกนำไปปั่นแยกเป็นส่วนประกอบโลหิตหลัก ๆ 3 ชนิด คือ เม็ดเลือดแดง เกล็ดเลือด และพลาสมา

 การบริจาคเลือด 1 ครั้ง เราเสียเลือดแค่ 10% - 12% เท่านั้น ซึ่งไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ

การบริจาคเลือด 1 ครั้ง เราจะเสียเลือดแค่ 10 - 12 % เท่านั้น ซึ่งไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ

 เลือดไม่สามารถผลิตด้วยวิธีอื่นได้ และไม่ได้ใช้แค่สำหรับผู้ที่ประสบอุบัติเหตุ หรือเข้ารับการผ่าตัดเท่านั้น

เลือดไม่สามารถผลิตด้วยวิธีอื่นได้ และไม่ได้ใช้แค่สำหรับผู้ป่วยประสบอุบัติเหตุหรือเข้ารับการผ่าตัดเท่านั้น แต่ยังนำไปให้ผู้ป่วยที่สูญเสียเลือดเฉียบพลัน เช่น ผู้ประสบอุบัติเหตุ ผู้ที่เข้ารับการผ่าตัด 77% และนำไปรักษาผู้ป่วยโรคเลือดชนิดต่าง ๆ เช่น โรคโลหิตจางธาลัสซีเมีย และมะเร็งชนิดต่าง ๆ 23% ซึ่งผู้ที่เสียเลือดจำนวนมาก อาจเป็นอันตรายถึงชีวิตต้องได้รับเลือดจากการบริจาคเท่านั้น



“การบริจาคโลหิต เป็นการกระทำด้วยความสมัครใจ ไม่ได้หวังสิ่งตอบแทนใด ๆ และยังได้ช่วยเหลือผู้อื่นด้วย เป็นการสร้างให้ตระหนักถึงการทำความดี โดยไม่หวังสิ่งตอบแทน และได้สุขภาพที่ดีด้วยคะ หากใครอ่านเรื่องเล่านี้ ถ้ามีโอกาสไปบริจาคโลหิต ช่วยชีวิตเพื่อนมนุษย์กันนะคะ ขอขอบคุณคะ”

ความคิดเห็นของเพื่อนร่วมงาน

จากการได้ร่วมงานกัน เห็นว่าพี่เล็กชอบช่วยเหลือผู้อื่นอยู่เสมอ มีน้ำใจ ช่วยแนะนำการทำงานดี ทำให้งานมีประสิทธิภาพ ที่สำคัญมีจิตอาสาชอบช่วยเหลือสังคม และงานของสำนักนโยบายและแผน และของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา โดยไม่หวังสิ่งตอบแทน เมื่อมีกิจกรรมจิตอาสาเมื่อใด ก็ทำด้วยความเต็มใจ


(นางสาวปฐุณิศ ไทยช่วย)



เรื่องเล่าความดี

ไม่ว่าสิ่งที่ท่านทำจะเป็นความดีเล็ก ๆ หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่
โปรดจงบันทึกเก็บไว้เป็นเรื่องเล่าความดี

ชื่อ - นามสกุล : นายศักดิ์เดช รัตนประทีปพร สังกัด : สำนักนโยบายและแผน

เรื่อง จิตอาสาบำเพ็ญสาธารณูปโภค

ความดีที่ได้กระทำ :

กระผม นายศักดิ์เดช รัตนประทีปพร เป็นบุคลากรของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ที่ได้รับโอกาสให้มีส่วนร่วมขับเคลื่อนงานด้านคุณธรรมและความโปร่งใสของหน่วยงาน หลากหลายรูปแบบไม่ว่าจะเป็นการวิเคราะห์ความเสี่ยงเพื่อกำหนดมาตรการป้องกันการทุจริต การร่วมผลักดันวัฒนธรรม No GIFT Policy ตลอดจนคณะกรรมการต่าง ๆ ซึ่งที่ผ่านมาสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาเป็นหน่วยงานที่ได้รับรางวัลด้านคุณธรรมและความโปร่งใสจนเป็นที่ประจักษ์ในการเป็นหน่วยงานต้นแบบต่อสาธารณะชน ไม่ว่าจะเป็นรางวัลระดับผู้นำสูงสุดขององค์กร รางวัลระดับองค์กร และรางวัลระดับหน่วยงานภายใน

ด้วยเหตุนี้กระผมในฐานะที่เป็นบุคลากรของหน่วยงานจึงเกิดการซึมซับพฤติกรรมวิถีการปฏิบัติของสิ่งต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับคุณธรรมและความโปร่งใสของหน่วยงาน และเล็งเห็นความสำคัญและตระหนักถึงประโยชน์ส่วนรวมกับประโยชน์ส่วนตนทั้งต่อสังคม ต่อหน่วยงาน และต่อตนเอง และพึงระลึกเสมอว่าสิ่งที่ได้อยู่ในที่หนึ่งใดนั้น ก็จะต้องทำความดีตอบแทนที่แห่งนั้น และเมื่อกระผมมีโอกาสจากระดับสังคมหรือระดับชุมชน กระผมจึงได้ทุ่มเทแรงกายแรงใจไปกับการเป็นจิตอาสาของสังคมในพื้นที่บริเวณหมู่บ้านอยู่อาศัย เนื่องจากเห็นว่าขณะนั้นคนในหมู่บ้านยังขาดการเสนอตัวเป็นจิตอาสาและอยู่ในช่วงสำคัญที่ต้องมีการตรวจสอบความเรียบร้อยของพื้นที่ส่วนกลางก่อนการส่งมอบพื้นที่หรือการจัดตั้งนิติบุคคลของหมู่บ้าน โดยหากขาดคนที่มีความรู้ความสามารถและมีแรงใจเข้ามาช่วยเหลือก็จะทำให้ชุมชนของเรานั้นเสียประโยชน์ให้กับบริษัทเอกชน ซึ่งจากการดำเนินการของกระผมส่งผลให้หมู่บ้านอยู่อาศัยได้รับการดำเนินการแก้ไขในหลายเรื่อง เช่น การแก้ไขถนนส่วนกลาง การแก้ไขสระว่ายน้ำ การแก้ไขรั้วหมู่บ้าน การแก้ไขท่อระบายน้ำ และแก้ไขปัญหาการบุกรุกพื้นที่ส่วนกลางของคนที่ไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตนทั้งขณะก่อน ระหว่าง และหลังการดำเนินการ และหากนำมาคิดเป็นตัวเงินก็อาจหลายแสนบาท แต่สิ่งที่มีมูลค่าสูงสุดจริง ๆ นั้น คือ คุณค่าทางจิตใจ



และถึงแม้ว่าการทำจิตอาสาในครั้งนี้ อาจเป็นเพียงการทำจิตอาสาในบริเวณหมู่บ้านอยู่อาศัยเล็ก ๆ เท่านั้น แต่ข้าพเจ้าก็ทำด้วยความเต็มใจ และเมื่อมีเวลาอยู่กับตัวเองก็มานั่งคิดว่าที่ทำงานเหนื่อยนะ และทำแล้วหลายคนก็อาจไม่รับรู้หรือไม่เห็นคุณค่า แต่ท้ายสุดสิ่งหนึ่งที่ชัดเจน คือ การรับรู้ว่าคุณเองนั้นเป็นผู้มีจิตอาสา หรือการรับรู้ว่าคุณที่ตนทำนั้นทำแล้วสบายใจ และรับรู้ต่อว่าไม่จำเป็นต้องมานั่งถามตนเองอีกว่าทำไปเพื่ออะไร เพราะคำตอบนั้นชัดเจนอยู่แล้วว่าสิ่งที่ทำนั้นทำให้ตัวเองมีความสุข สุดท้ายนี้ กระผมจะรักษาและต่อยอดสิ่งที่ดีงามที่พึงกระทำต่อไป

ความคิดเห็นของผู้บังคับบัญชา / เพื่อนร่วมงาน

จากเพื่อนร่วมงาน : นายศักดิ์เดชฯ เป็นผู้ที่มีความขยันตั้งใจในการทำงาน

.. มีความปรารถนาดี และหวังดีต่อผู้อื่นจนเป็นที่รักของเพื่อนๆทุกคน

.. ทำงานด้วยความเต็มใจ โดยมีหวังสิ่งตอบแทน และเป็นผู้กล้าแสดงความคิดเห็นในเรื่องต่างๆ

.. ใหม่ๆได้เป็นอย่างดี และกลับบ้านเย็นเพื่อเคลียร์งานเป็นประจำเกือบทุกวัน

..

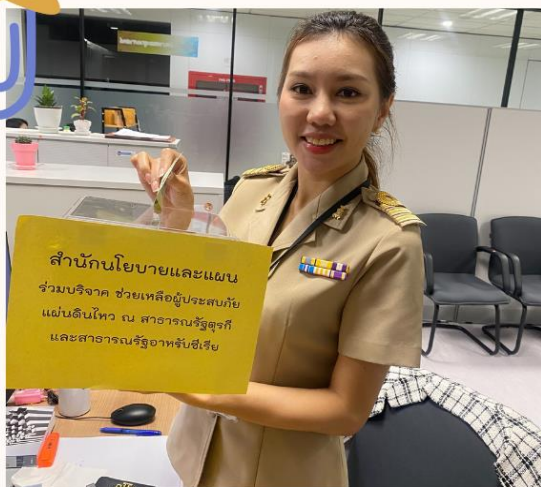
ชื่อผู้แสดงความคิดเห็น

นางสาวพิสมัย วงละคร

(.....)

เพื่อนร่วมงาน





บันทึกเรื่องเล่าความดี

นางสาวปญญिता ไทยช่วย
นักวิเคราะห์นโยบายและแผนปฏิบัติการ

จิตอาสาทำความดี

"การทำความดี ถึงแม้ไม่มีใครเห็นแต่ก็เป็นสุขใจ" เป็นคำขวัญประจำข้าพเจ้าและเป็นเครื่องเตือนใจให้ข้าพเจ้าทำความดีโดยเสมอ ถึงแม้ในโลกปัจจุบันจะก้าวหน้าไปอย่างรวดเร็ว แต่การทำความดีก็เป็นสิ่งเหนือกาลเวลา ข้าพเจ้าเชื่อว่ายิ่งสังคมเปลี่ยนแปลงไปเท่าไร คุณธรรมและความดีงามในจิตใจของคนก็ย่อมเป็นสิ่งสำคัญในการรโรงสังคมให้ก้าวหน้ามากขึ้นเท่านั้น การทำความดีนอกจากจะทำให้สังคมน่าอยู่แล้ว ยังทำให้ข้าพเจ้ารู้สึกมีคุณค่าต่อตัวเอง และมีความสุขในทุกๆ ครั้ง

ทำได้ทุกที่ทุกเวลา

สำหรับความดีของข้าพเจ้า ถึงแม้จะเป็นแค่ส่วนเล็กๆ แต่ข้าพเจ้าก็ยินดีและมีความสุขเสมอที่จะได้ทำ โดยเฉพาะการทำจิตอาสาทำประโยชน์ให้สังคม ไม่ว่าจะเป็นการบริจาคปัจจัยเล็กน้อยเพื่อเพื่อนมนุษย์ในยามที่ยากลำบากด้วยการบริจาคช่วยเหลือผู้ประสบภัยแผ่นดินไหวประเทศตุรกีและซีเรีย การทำบุญบำรุงพระพุทธศาสนาด้วยการร่วมโครงการของสำนักงานฯ การเป็นจิตอาสาทำความสะอาดพื้นที่ลานจอดรถของสำนักงานฯ การร่วมกิจกรรมพับถุงยาเพื่อบริจาคให้แก่โรงพยาบาล การให้อาหารปลาในแม่น้ำเจ้าพระยา เป็นต้น ในการทำความดี ข้าพเจ้าคิดว่าสามารถทำได้ทุกที่ทุกเวลา ถึงแม้ว่าภาระงานจะยุ่งแต่การตั้งใจทำงานและมอบความปรารถนาดีให้แก่เพื่อนร่วมงานด้วยการพูดดี คิดดี ทำในสิ่งที่ดีก็ถือว่าเป็นการทำความดีต่อสังคมแล้ว



ข้าพเจ้ามีความตั้งใจว่าจะทำความดี มีจิตอาสาต่อไป トラบเท่าที่เรามีแรงและมีกำลังความสามารถทำได้ และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าการทำความดีเพียงส่วนที่เล็กน้อยของข้าพเจ้าจะช่วยส่งเสริมความเป็นองค์กรคุณธรรมต้นแบบของสำนักงานฯ ให้มีความยั่งยืน และช่วยให้สังคมมีความน่าอยู่ยิ่งขึ้นต่อไป





เรื่องเล่าความดี "กตัญญู"

เขียนเรื่องเล่าโดย : นางสาวชัชพร แดงสำราญ
สำนักนโยบายและแผน



รักของฉันคือเธอ

"กตัญญู" หมายถึง รักรุ่น ระลึกคุณของผู้มีพระคุณ
"กตเวทิต" หมายถึง การตอบแทนบุญคุณ การปฏิบัติตนตอบแทนผู้มีพระคุณ

ความกตัญญูเป็นหลักธรรมพื้นฐานที่ทำให้เรารู้จักการกระทำหน้าที่อันเหมาะสม
ของตนเองซึ่งขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมไทยได้สอดแทรกความ
กตัญญูกตเวทิตไว้เกือบทุกเรื่องการกตัญญูรู้คุณต่อบิดา มารดา
เป็นสิ่งที่พึงกระทำ บิดา มารดา เป็นผู้มีพระคุณสูงสุด



ข้าพเจ้าได้พักอาศัยอยู่กับพ่อแม่ตั้งแต่เล็กจนถึงปัจจุบัน ช่วงก่อนนั้นก็จะมีห้อง ๆ อยู่ด้วยกันอีก
3 คน แต่ตอนหนึ่งห้องๆ ได้ย้ายไปมีครอบครัวกันหมดแล้ว ก็เลยมีแค่เราอยู่ด้วยกัน 3 คน พ่อแม่ลูก
พ่อข้าพเจ้าอายุมากแล้วอายุท่านเกือบ 90 ปี ส่วนแม่ข้าพเจ้าอายุ 73 ปี เพราะความที่ทั้งสองท่านอายุเยอะ
ข้าพเจ้าจึงต้องดูแลพิเศษอย่างใกล้ชิด พ่อและแม่ของข้าพเจ้า มีโรคประจำตัวกันคนละหลายโรค
ก็จะมีคิวนัดหมอทุกเดือน ข้าพเจ้าต้องบริหารเวลาในการพาพ่อแม่ไปหาหมอ ต้องคอยดูวันสลับกับห้องๆ
แบ่งเบากัน ส่วนเรื่องอาหารการกินของพ่อแม่และแม่ ข้าพเจ้าจะเตรียมให้ทุกวันก่อนมาทำงาน ถ้าวันทำงาน
ข้าพเจ้าต้องตื่นตีสี่ครึ่ง ส่วนวันเสาร์อาทิตย์ก็จะมีเวลาอนเพิ่มอีก 1 ชั่วโมง เพราะเป็นวันหยุด พ่อเป็น
คนกินง่ายมากกินได้ทุกอย่าง แต่ที่ชอบมากคืออาหารเกี่ยวกับปลา กินได้ทุกวัน ไม่เบื่อ ส่วนแม่ก็กิน
หลากหลายชอบพวกเส้น ๆ ไม่ค่อยชอบเนื้อสัตว์เท่าไร แต่เตรียมอะไรให้ก็กินได้ การดูแลผู้สูงอายุ
ถึงสองคน จะเหนื่อยมากเพราะท่านทำอะไรเองไม่ได้เท่าไร แต่ข้าพเจ้าก็มีความสุข การที่เห็นรอยยิ้ม
หัวเราะของพ่อแม่ ทำให้ข้าพเจ้ามีความสุขเหนื่อย ข้าพเจ้าอยากดูแลให้พ่อแม่มีความสุขกาย สุขใจในตอน
ที่ท่านยังอยู่กับเราอยากได้ยินเสียง รอยยิ้ม ไปทราบข่าวท่านาน เป็นความทรงจำที่ไว้ให้จดจำต่อไป



ความคิดเห็นเพื่อนร่วมงาน :

ในฐานะที่ได้เป็นเพื่อนร่วมงานกันมากกว่า 15 ปี...ก็อปได้รับรู้เรื่องราวของพี่ปумаโดยตลอดเกี่ยวกับการปรนนิบัติดูแลพ่อแม่ที่
สูงอายุ พี่ปูเป็นพี่สาวที่เสียสละของห้อง ๆ ถึงแม้ว่าตัวเธอหนึ่ง จะมีโรคประจำตัวไม่น้อย แต่เธอก็สามารถเป็นธุระจัดการในทุก ๆ
เรื่องของครอบครัวและของเพื่อน ๆ ได้เป็นอย่างดี เธอจะทำทุกอย่างด้วยตัวเองไม่ค่อยรบกวนใคร เรียกได้ว่า **"Strong ตัวแม่"**
ได้เลยก็เดียว

พี่ปูสามารถบริหารจัดการเวลาของการทำงาน และการดูแลผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี เธอเต็มที่ในทุก ๆ เรื่อง และเป็น
ที่รักของครอบครัวและเพื่อนร่วมงานทั้งในสำนักนโยบายและแผน และสำนักอื่น ๆ ดังนั้น ความกตัญญูกตเวทิตจึงเป็น
เครื่องหมายของคนดีที่ชื่อ "นางสาวชัชพร แดงสำราญ" อย่างแท้จริง

ชัชพร แดงสำราญ

นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ

บันทึกเรื่องเล่าความดี นางสาวยุรฉัตร อักษรถึง เจ้าพนักงานธุรการอาวุโส



“จิตอาสาทำความดี”

“จิตอาสา” คือ “จิตสาธารณะ” ที่แสดงออกมาในรูปของพฤติกรรม ที่เกิดขึ้นด้วยความสมัครใจ เพื่อส่วนรวม โดยการแสดงออกด้วยการอาสา ไม่มีใครบังคับอาสา เป็นเรื่องที่เต็มไปด้วยความเอื้อเฟื้อและกระตือรือร้นในการช่วยเหลือผู้อื่น โดยไม่คาดหวังเงินเหมือนกับการทำงานปกติ โดยมีหลายวิธีในการแสดงออกถึงจิตอาสาได้ สำหรับตัวข้าพเจ้า ยินดีและเต็มใจถึงแม้สิ่งที่ข้าพเจ้าได้ทำลงไปอาจจะเป็นส่วนน้อยนิดในสังคมใบนี้

เช่น การช่วยเหลือเพื่อนร่วมงานในการปฏิบัติงานต่าง ๆ การเก็บขยะริมแม่น้ำ การพับถุงยาเพื่อบริจาคให้กับโรงพยาบาล การลอกท่อ การที่เราเข้ามาช่วยลอกท่อเพื่อรักษาความปลอดภัยและป้องกันการกัดกร่อนของท่อน้ำ ไม่เพียงแต่ช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดอุบัติเหตุ แต่ยังเป็นการช่วยให้ชุมชนมีการใช้น้ำได้สะอาดและปลอดภัยมากยิ่งขึ้นด้วย หรือการทำบุญเพื่อสังคม ซึ่งตัวข้าพเจ้าเองรู้สึกใจฟู ปลื้มใจทุกครั้งที่ได้ทำความดีเพื่อสังคม และตัวข้าพเจ้าก็จะทำต่อไปเรื่อย ๆ เท่าที่มีโอกาสและสามารถทำได้



ความคิดเห็นเพื่อนร่วมงาน ****

ตลอดเวลาที่ได้รู้จักและทำงานร่วมกันกับนางสาวยุรฉัตร อักษรถึง เป็นเวลา 15 ปี ได้รับความช่วยเหลือไม่ว่าเรื่องงานหรือกิจกรรมต่าง ๆ และนางสาวยุรฉัตร อักษรถึง ได้ช่วยเหลือและอาสาช่วยเพื่อนร่วมงาน หัวหน้า ผู้บังคับบัญชาทุกระดับด้วยความเต็มใจ และยึดประโยชน์ในการทำงานและประโยชน์ส่วนรวมเป็นสำคัญ และไม่ย่อท้อต่อการทำความดี

ศุภรา สิริภักชนันทร

ผู้แสดงความความคิดเห็น นางสาวศุภรา สิริภักชนันทร

เรื่องเล่าความดี... "จิตอาสา"

นางสาวลลิตา โคตรสุวรรณ เจ้าพนักงานธุรการชำนาญงาน

"จิต" เป็นคำนาม หมายถึง ใจ สิ่งที่มีหน้าที่รู้ คิด และนึก
"อาสา" เป็นคำกริยา หมายถึง เสนอตัวเข้ารับทำ
ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ฉบับ พ.ศ. 2542



"จิตอาสา" ทำในสิ่งที่ใจอยากทำ ทำในสิ่งที่เราพอจะช่วยได้



การได้ทำ ได้ช่วยเหลือ หรือได้เป็นส่วนหนึ่งใน
กิจกรรมต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็กิจกรรม
ที่ได้รับมอบหมายหรืออาสา
และเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม สังคม



ไม่ว่ากิจกรรมไหน ถ้าเรามุ่งมั่นทำด้วยใจ
มีทั้งรอยยิ้ม และเสียงหัวเราะ ทั้งผู้ให้และผู้รับ
แค่นี้ก็คือความสุขแล้ว



“ การให้ที่สุขใจ คือ การให้ที่ไม่หวังผลตอบแทน ”



ตั้งแต่ที่ได้รู้จักกับก๊ากโก ก็ได้นั้นความเสียสละอยู่เสมอ หากมีการทำกิจกรรมต่าง ๆ
ที่สำนึกนโยบายและแผน หรือ สำนักงานเลขานุการวุฒิสภา จัดขึ้น ถ้ามีพี่ ๆ หรือ น้อง ๆ ในกลุ่มฯ หรือ
แม้แต่นอกกลุ่มฯ ไม่สะดวกหรือมีเหตุขัดข้องที่ไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ๆ ได้ ก็อาสาไปโดยตลอด
ด้วยความเต็มใจ รวมถึงการให้แนะนำในการทำงาน หากเราไม่ถนัดทางด้านใดก็จะแนะนำและทำในงงานนั้น
ประสบผลสำเร็จได้อย่างมีประสิทธิภาพ.....(พี่ตุ๊กตง)

ชลลิตา
นางสาวชนิสรา เข้มขันธ์
เจ้าพนักงานธุรการชำนาญงาน





คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริต ส่งเสริมคุณธรรม
และความโปร่งใส ของสำนักงานนโยบายและแผน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗