

การพัฒนาจิตกับการจัดการความรู้

(Spirituality in Organization)

นายยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์

นายแพทย์ทรงคุณวุฒิ

หัวหน้ากลุ่มที่ปรึกษากรมสุขภาพจิต

## 3 ทางเลือก

1. เลือกระบบที่ยุ่ยากซับซ้อน/เป็นภาระทั้งหลาย
2. ทำทุกระบบพร้อมกันกับสร้างสุขในองค์กร
3. ปรับระบบให้เหมาะสม + สร้างสุขในองค์กร

# อะไรคือก้าวต่อไป

- การพัฒนาคนที่ส่วนลึกของจิตใจ (พัฒนาจิต)
- การพัฒนาจิต เป็นส่วนหนึ่งขององค์กรและเชื่อมโยงกับทีมงานและภารกิจองค์กร

# ความพยายามในการพัฒนาองค์กร

- HA

- ISO

- กิจกรรม : OD, 5ส, CQI, KM

แต่คนก็ยังไม่มีความสุขอย่างยั่งยืน

# ทิศทาง

บูรณาการใช้ความรู้ เพื่อพัฒนางาน

ใช้ KM เพื่อเพิ่มคุณภาพงาน

นำองค์กรสู่ LO

ใช้ KM ขับเคลื่อน พันธกิจ / ยุทธศาสตร์กรม

## ใช้ KM

บูรณาการกับงานปกติ

พัฒนางาน

สร้างคุณค่าคน

สร้างวัฒนธรรมองค์กร

## ถูก KM ใช้

เป็นงานพิเศษ

จัดกิจกรรม

ใช้คน

กิจกรรมชั่วคราว

# คุณภาพ VS ภาวะ

แก้ไขโดย

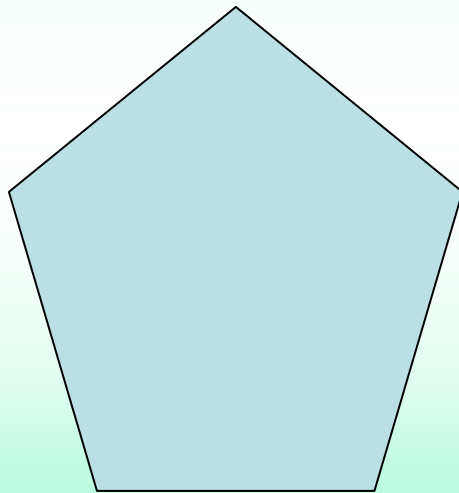
- วิสัยทัศน์ร่วม
- ค่านิยมร่วม
- จิตวิญญาณร่วม

ทำอย่างไรให้คนในองค์กรทำงานอย่างมีคุณภาพ  
มีความสุขและมีการพัฒนาจิต

# ๕ LO

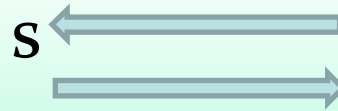
Shared vision

Systems thinking



Team learning

Mental model



Personal mastery

ทีม

ตนเอง



องค์กร



## อะไรคือก้าวต่อไป

- การพัฒนาคนที่ส่วนลึกของจิตใจ  
หรือพัฒนาจิต (Spirituality)
- การพัฒนาคน ให้สัมพันธ์กับ  
ทีมงานและองค์กร

ตนเอง



ทีม

องค์กร

# Spirituality ในตนเอง

คุณค่าในตนเอง

- อะไรคือคุณค่าในตนเอง
- รากฐานทางจิต

เครื่องมือสร้างรากฐาน

- สมาธิ
- สติ

## คุณลักษณะร่วม

ความรัก

ความเมตตา

เสียสละ

อดทน

ปลุกฝังให้เป็นคนดี

ให้กำลังใจ

ให้โอกาส

ช่วยเหลือ

ซื่อสัตย์

ยุติธรรม

เป็นแบบอย่าง

ให้อภัย

คุณค่าภายใน

ความสงบ

สมาธิ → สติ

# สมาธิ : จิตตั้งมั่น

คิด → ว้าวุ่น → เครียด

Thinking

Upset

Stress

ความคิดหยุด → สงบ → ผ่อนคลาย

Thought stopping

Calmness

Relaxation

- ร่างกาย

- จิตใจ

# ฝึกสมาธิ

## 1. ฝึกหยุดความคิด

Thought stopping

## 2. ฝึกหยุดความคิดจนจิตสงบ

Development of calmness

## 3. ฝึกหยุดความคิดจนสงบและผ่อนคลาย

Relaxation

# สติ : รู้ในกิจที่ทำ

## Right Mindfulness

รู้ตัวแต่ขาด —————> ความติดอกแวก —————> อารมณ์แทรก  
ฐานสติ

มีฐานสติ —————> ไม่ออกแวก —————> ควบคุมความคิด/  
อารมณ์



# ฝึกสติ

## Mindfulness Training

1. ฝึกมีฐานสติ Base of mindfulness
2. ฝึกแบ่งสติ Different use of mindfulness
3. ฝึกสติ → ปัญญาภายใน  
From mindfulness to wisdom

# Spirituality กับทีม

```
graph TD; A[Spirituality กับทีม] --> B[การสื่อสารในทีม]; A --> C[การคิดทางบวก]; B --- D["-Dialogue<br>-I message"]; C --- E["-กับคน<br>-กับงาน"]
```

การสื่อสารในทีม

-Dialogue  
-I message

การคิดทางบวก

-กับคน  
-กับงาน

## การสื่อสารภายในทีม : ฝึกการสนทนาอย่างมีสติ

- จับคู่เล่าเรื่องที่ทำให้ โกรธ ผิดหวัง เสียใจ
- เล่าธรรมดา / เล่าอย่างมีสติ

# Spirituality ในองค์กร

ค่านิยมร่วม

-ค่านิยมที่มุ่งผู้ป่วยและญาติ

ระบบที่ช่วยสร้าง

-คุณค่าในตนเอง

-ทีมSpirit

-Organization  
value

## ค่านิยมร่วม

- นึกถึงการดูแลผู้รับบริการที่ภูมิใจที่สุด
- 3-4 คน ค้นหาลักษณะร่วม
- สรุปลักษณะร่วม
- วิธีการสร้าง

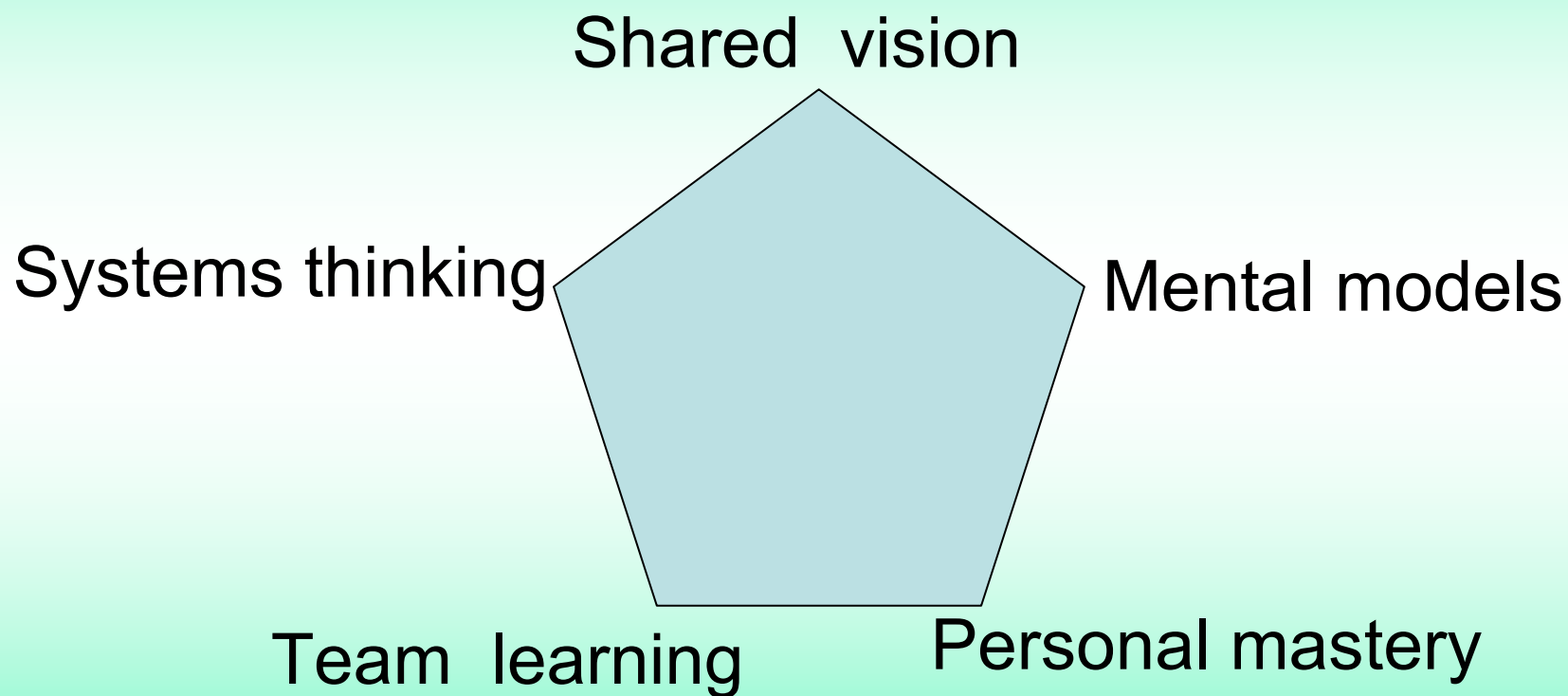
คุณค่าในตนเอง

สติ

ค่านิยมในทีม

ค่านิยมในองค์กร

# องค์กรแห่งการเรียนรู้



# Structure

Intraperson    Interperson    organization

- คุณค่าในตนเอง
  - การพัฒนาจิต
- 1 สมบัติ
- 2 สติ
- ⇒
- การสื่อสาร
  - 1. ทาการ
  - 2. ไม่เป็นทาการ
  - ความคิดทาบวก
- ⇒
- ค่านิยมองค์กร
  - การสร้างระบบ

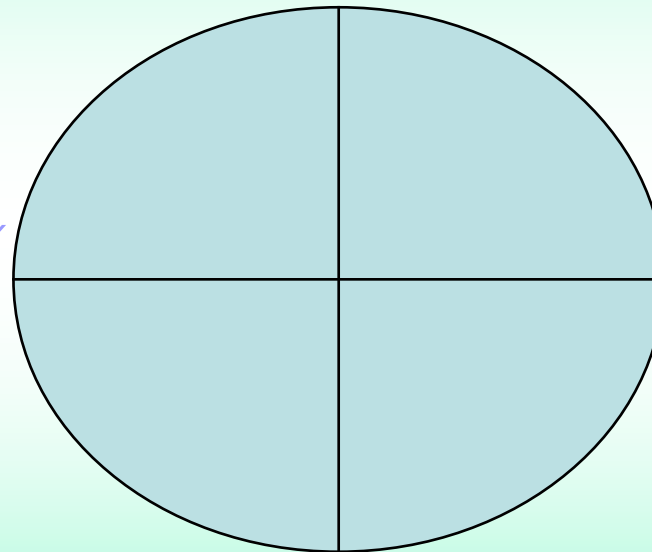


# กระบวนการ

การเรียนรู้ เช่น ประสบการณ์

ประสบการณ์

ประยุกต์ /  
ปฏิบัติ



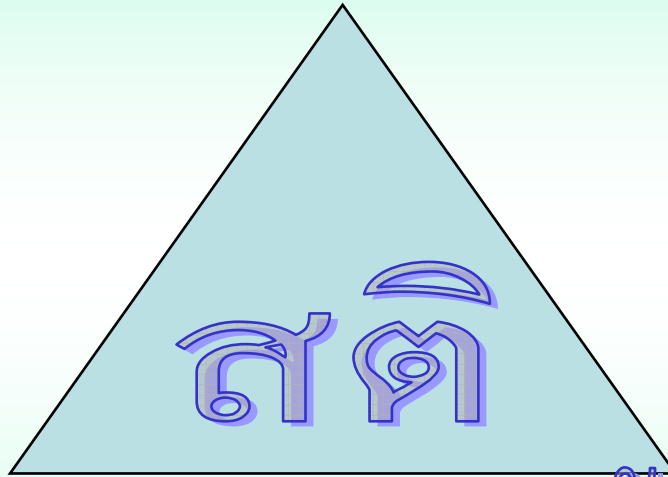
สะท้อน/  
อภิปราย

ความเข้าใจ

# เครื่องมือ

- ภาษา 
  - สมาธิ
  - สติ
- Dialogue 
  - deep listening
  - reflection
- Visualization
- Creativity / play
- Role play

ตนเอง



พัฒนาत्म

พัฒนาองค์กร

# องค์กรแห่งการเรียนรู้

