การพัฒนาภาวะผู้นำกับความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารตามแนวพระพุทธศาสนา
Development of Leadership and Emotional Intelligence of Executives According to Buddhist Guidelines

พระสุทธิสารเมธี* คลฑรรน์รัตน์ ดิษบรรจง**
กฤษฎา ดิษบรรจง*** พระครูธรรมธร เดโช ฐิตเตโช****
Phrasutthisanmathi., Kontarnrat Disbanjong,
Kritsada Disbanjong, Phrakru Thammathon Decho Thitatejo
คณะศาสนาและปรัชญา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
Faculty of Religion and Philosophy, Mahamakut Buddhist University.
E-mail : Saifaa.saimook@gmail.com

Received: December 30, 2021
Revised: March 09, 2022
Accepted: March 12, 2022

บทคัดย่อ

ในการบริหารองค์กร บุคคลที่สำคัญที่สุดในการผลักดันองค์กรสู่ความสำเร็จดังกล่าวคือ ผู้บริหาร โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้บริหารที่สามารถใช้ทั้งความคิด สติปัญญา เพื่อแก้ไขปัญหา นับว่าเป็นผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ในทางพระพุทธศาสนานั้นมีฐานอยู่ที่สติ ทำให้รู้จักตนเอง ตรวจสอบตนเอง ควบคุมตนเอง พร้อมทั้งสามารถที่จะพัฒนาคุณสมบัติของจิตที่เป็นฝ่ายกุศลให้แสดงออกมาปฏิบัติการได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมในแต่ละเหตุการณ์ ความฉลาดทางอารมณ์ที่ทำให้ผู้บริหารและทุกคนในองค์กรทำงานได้อย่างราบรื่นและประสบความสำเร็จด้วยการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ตามหลักไตรสิกขา คือ (๑) การพัฒนาทางกาย เพื่อให้ร่างกายแข็งแรง มีบุคลิกลักษณะที่สง่างาม หน้าตาผ่องใส สามารถ

---

* พระสุทธิสารเมธี, ดร. Phrasutthisanmathi, Dr., อาจารย์ประจำบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมกุฏราชวิทยาลัย Curriculum Lecturer of Graduate School, Mahamakut Buddhist University.

** ดร.คลฑรรน์รัตน์ ดิษบรรจง Dr.Kontarnrat Disbanjong อาจารย์คณะศาสนาและปรัชญา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย Lecturer of faculty of Religion and Philosophy, Mahamakut Buddhist University.

*** ดร.กฤษฎา ดิษบรรจง Dr.Kritsada Disbanjong อัยการพิเศษฝ่าย สำนักงานอัยการสูงสุด Executive Director, Office of Attorney General.

**** พระครูธรรมธร เดโช ฐิตเตโช Phrakru Thammathon Decho Thitatejo นักวิชาการศึกษา คณะศาสนาและปรัชญา มหาวิทยาลัยมกุฏราชวิทยาลัย Educator of faculty of Religion and Philosophy, Mahamakut Buddhist University.

20. (278-290).indd 278 4/26/2022 2:08:11 PM

ปฏิบัติงานได้อย่างดี ด้วยวิธีการประพฤติปฏิบัติตามศีลห้า (๒) การพัฒนาทางจิต เพื่อให้จิตมีสมาธิ เมื่อจิตมีสมาธิ สติสัมปชัญญะก็มีมากขึ้น ผู้บริหารสามารถคิด พิจารณา ในการวางแผนปฏิบัติงานตลอดถึงแก้ไขปัญหาอุปสรรคได้อย่างง่ายดาย ด้วยวิธีพิจารณาถึงหลักสามัญลักษณะ กอร์ปด้วย **อนิจจัง** เป็นภาวะไม่คงที่ ไม่แน่นอน ไม่ถาวรของสรรพสิ่ง เช่น ปัญหาของตนและองค์กร ซึ่งผู้บริหารจะต้องรู้และเข้าใจพร้อมแก้ไขได้ **ทุกขัง** เป็นความไม่คงทนต่อสภาพเดิม เช่น คนในองค์กรและองค์กรต้องเผชิญกับปัญหาเศรษฐกิจยุคโควิด ทั้งผู้บริหารและทุกคนในองค์กรต้องยอมรับและพร้อมที่จะแก้ไขปัญหาไปด้วยกัน **อนัตตา** เป็นความไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง เช่น องค์กรอาจถูกปิดกิจการไป หรือคนในองค์กรถูกเลิกจ้าง หรือเปลี่ยนแปลงโยกย้ายไปที่อื่น ผู้บริหารจะต้องรู้จักการสร้างมนุษยสัมพันธ์ รู้จักอดทน อดกลั้น และสร้างขวัญกำลังใจให้กับพนักงาน ผู้บริหารที่ได้รับการฝึกพัฒนาจิตจนมีสมาธิแกร่งกล้าจนมีทัศนวิสัยที่ดีต่อองค์กร จะเป็นผู้ที่มีความฉลาด รู้เท่าทันสภาวการณ์ที่จะเกิดขึ้นทั้งหมดและพร้อมที่จะแก้ไขปัญหาให้ลุล่วงไปได้ การฝึกฝนทัศนวิสัยนี้ เป็นกระบวนการพัฒนาตามหลักไตรสิกขา คือ การฝึกอบรมด้านความประพฤติ เรียกว่า อธิสีลสิกขา การฝึกอบรมด้านจิตใจ เรียกว่า อธิจิตตสิกขา และการฝึกอบรมทางปัญญา เรียก อธิปัญญาสิกขา[๑]

คำสำคัญ : ภาวะผู้นำ ; ผู้บริหาร ; ความฉลาดทางอารมณ์ ; แนวพระพุทธศาสนา

Abstract

In each organization, the executive is the most person who drive the organization to success. Especially in different ideas intelligence and emotional intelligence have relationship as a driving force that causes emotion to express both good and bad. The development of emotional intelligence on Buddhist Approach is on mindfulness. It helps to know oneself, self-examination, self-control, as well as being able to develop the qualities of a charitable mind to manifest and operate properly and appropriately in events. Emotional intelligence that enables executives and everyone work smoothly and successfully through the development of emotional intelligence according to the threefold principles are : (1) Physical development to keep the body healthy has a graceful personality, bright appearance, able to work well with the method of observing the precepts 5 (2) Mental development for the mind to concentrate and considering the common principles the 3 corps are Impermanence, Dukkha, Anatta.

[๑] นิเทศ สนั่นนารี, **การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวพุทธเพื่อความสำเร็จในการทำงาน**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : KNATION BLOG. Oknation. Nationtv. Tv/blog/mcukkpa/2018/08. [๒๙ มกราคม ๒๕๖๕]

20. (278-290).indd 279 4/26/2022 2:08:11 PM

Executives can put it into practice in order to succeed and be happy to work, Executives can think and consider in planning the operation as well as solving obstacles easily even more benefit and peace for oneself, organization and the whole sustainably.

Keywords : Leadership ; Executives ; Emotional Intelligence ; Buddhist Guidelines

ความนำ

ความฉลาดทางอารมณ์หรือที่ทุกคนเรียกกันว่า EQ เป็นการใช้ปัญญากำกับอารมณ์ที่แสดงพฤติกรรมออกมาอย่างมีเหตุผลในแต่ละสถานการณ์ ถ้าพลังขาดปัญญากำกับก็เท่ากับเป็นพลังตาบอด ปัญญาจึงเปรียบประดุจดังผู้กำกับชีวิตของมนุษย์ให้สามารถรับรู้ สามารถควบคุม และสร้างแรงกระตุ้นภายในให้แสดงพฤติกรรมในทางที่ถูกต้อง เหมาะสม[๒] ในส่วนของการใช้ปัญญากำกับอารมณ์ของผู้อื่นนั้น เป็นการรับรู้ ให้กำลังใจ และแสดงออกถึงความเอื้ออาทร ความเข้าใจ และความเห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่น ตลอดจนบริหารอารมณ์ของผู้อื่นให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข[๓]

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ได้พัฒนาแนวคิดเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ โดยแบ่งองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ออกเป็น ๓ ประการ คือ (๑) ความดีเป็นความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนได้ มีจิตโน้มนำในทางเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และรับผิดชอบต่อองค์กร หรือส่วนรวม (๒) ความเก่ง เป็นความสามารถในการสร้างแรงจูงใจ สามารถควบคุมตนเอง รู้จักตนเอง และมีศักยภาพในความสามารถที่จะตัดสินใจในการแก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งการมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้อื่น (๓) ความสุข เป็นความสามารถในการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข พอใจในชีวิตความเป็นอยู่[๔]

ความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นองค์ประกอบสำคัญที่สามารถทำให้เกิดความสำเร็จทั้งในการดำรงชีวิตและการทำงาน[๕] ใครก็ตามที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง มักเป็นผู้ประสบแต่ความสุข ความสมหวังในชีวิต หากต้องเผชิญกับอุปสรรคปัญหาต่าง ๆ ก็สามารถแก้ไขได้ ไม่ว่าจะเป็นปัญหาความขัดแย้งกับบุคคลอื่นและปัญหาส่วนตน

---

[๒] พรรณี บุญประกอบ, อีคิวในแนวทางพุทธศาสนา, **วารสารพฤติกรรมศาสตร์**, ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๑, หน้า ๗. [ออนไลน์], แหล่งที่มา : http://bsris.swu.ac.th/journal/50842/file/52.pdf [๒๙ มกราคม ๒๕๖๕]

[๓] แสงอุษา โลจนานนท์ และกฤษณ์ รุยาพร, **การบริหารรอยยิ้มด้วยอารมณ์แบบไทย ๆ,** (กรุงเทพมหานคร : ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๔).

[๔] กรมสุขภาพจิต, **คู่มือความฉลาดทางอารมณ์,** (กรุงเทพมหานคร : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย, ๒๕๔๓).

[๕] Daniel Goleman, **Emotional Intelligence**, (New York : Bantam Books. 1995), pp. 20.

20. (278-290).indd 280 4/26/2022 2:08:11 PM

การที่ผู้บริหารไม่สามารถควบคุมอารมณ์ความรู้สึกของตนได้ มีอารมณ์ร้อน หงุดหงิด โมโหง่าย โกรธง่าย มักจะแสดงพฤติกรรมเชิงก้าวร้าว บางคนก็เบียดเบียนตัวเอง เบียดเบียนผู้อื่น ชอบติ ชอบดุด่าว่าร้าย ไม่ไว้หน้าลูกน้อง เอาแต่ใจตน ไม่สนใจในความรู้สึกของผู้อื่น หากผู้บริหารมีอารมณ์รุนแรงไม่มั่นคง ประกอบกับไม่ได้เรียนรู้วิธีการฝึกปฏิบัติเพื่อยับยั้งอารมณ์หรือปรับอารมณ์ให้เหมาะสม ก็จะแสดงพฤติกรรมไปตามอารมณ์และความรู้สึกนั้น ซึ่งก่อให้เกิดความเสียหายแก่องค์กร ทุกคนก็จะขาดขวัญและกำลังใจในการทำงาน ผู้บริหารที่มีความฉลาดทางอารมณ์จะต้องใช้สติปัญญา ใช้เหตุผล ควบคุมอารมณ์ของตนให้ได้ หากองค์กรใดผู้บริหารสามารถบริหารจัดการอารมณ์ของตนได้ ใส่ใจความรู้สึก ยอมรับฟังความคิดเห็นของลูกน้อง สามารถติดต่อสื่อสารกับลูกน้องได้ดี องค์กรก็สามารถเปลี่ยนแปลงพัฒนาไปได้อย่างรวดเร็ว เพราะฉะนั้นผู้บริหารจึงต้องใช้ศาสตร์และศิลป์ คือใช้ทั้งสติปัญญา (Intelligent Quotient) ควบคู่กับความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient) อยู่เสมอ สติปัญญาจึงเป็นเสมือนหนึ่งผู้กำกับผู้ชี้นำให้อารมณ์ขับเคลื่อนไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสมได้ สามารถขับเคลื่อนองค์กรไปสู่จุดหมายตามที่ปรารถนา

ดังนั้น ความสำเร็จขององค์กรจึงขึ้นอยู่กับคุณภาพของผู้บริหารที่มีความฉลาดทางอารมณ์สูง ความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นความสามารถในการเข้าใจและรับรู้ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น รู้จักเห็นใจและเข้าใจผู้อื่น สามารถบริหารจัดการกับอารมณ์ให้เป็นไปตามทิศทางที่ส่งเสริมให้เกิดความสงบสุขและความสำเร็จในชีวิตได้

กิปปส์ (Gibbs)[๖] ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญและส่งผลต่อความสำเร็จในชีวิตเหนือกว่าเชาว์ปัญญาถึง ๔ เท่า ที่จะส่งผลต่อความสำเร็จในอาชีพ

โกลแมน (Goleman)[๗] ความฉลาดทางอารมณ์ยังช่วยส่งเสริมอัจฉริยภาพของความเป็นผู้นำให้มีศิลปะในการรู้จักใช้คนและครองใจคน สามารถโน้มน้าวผู้อื่นให้ทำในสิ่งที่ตนต้องการได้สำเร็จ งานก็ได้ผล คนก็เป็นสุข เกิดความรักงาน รักองค์กร มีความจงรักภักดีมากขึ้น[๘]

กล่าวโดยสรุป ผู้บริหารที่ประสบความสำเร็จ เป็นผู้ที่มีการพัฒนาภาวะผู้นำของตนด้วยหลักความฉลาดทางอารมณ์ในทางพระพุทธศาสนานั้น คือ การมุ่งเน้นหลักไตรสิขาซึ่งเป็นการปฏิบัติทางจิตประกอบด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา อธิศีลสิขา เพื่อน้อมนำมาฝึกหัดอบรมด้านกาย ด้านวาจา ด้านความประพฤติ ความมีระเบียบวินัย ให้มีกายสุจริตเป็นที่ตั้งในความประพฤติดี มีความเหมาะสมตามโอกาส

---

[๖] Nancy Gibbs. **“The EQ Factor” Time,** 9 (October 1995) : 24 – 31. pp.261

[๗] Daniel Goleman, **Emotional Intelligence,** (New York : Bantam Books. 1995), pp. 319-320.

[๘] วีระวัฒน์ ปันนิดามัน, **เชาวน์อารมณ์ (Emotional quotient - EQ) : ดัชนีวัดความสุขและความสำเร็จของชีวิต** ฉบับปรับปรุง, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๓๔-๓๗.

20. (278-290).indd 281 4/26/2022 2:08:11 PM

อธิจิตสิขา เป็นข้อปลูกฝังด้านคุณธรรม ส่งเสริมสุขภาพจิตให้มีความคิดแบบสัมมาทิฐิทำให้เกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริง

ผู้บริหารกับความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางด้านอารมณ์ เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์ ความรู้สึก และสามารถจัดการอารมณ์และการแสดงออกได้อย่างเหมาะสมเพื่อการใช้ชีวิตของตนเองและสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข โดยผู้บริหารจะต้องยึดหลักสำคัญ ๗ ข้อ ดังนี้

๑. การรู้จักตนเอง (Self-Awareness) และความสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ เป็นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์เบื้องต้นที่ผู้บริหารต้องเข้าใจตนเองและพิจารณาตนเองอย่างรอบคอบอย่างกระจ่างแจ้ง ว่าแต่ละขณะเรารู้สึกอย่างไร จับความรู้สึกของตนให้ได้ ต้องรู้วิธีการแสดงออกทางพฤติกรรมต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ต้องเผชิญ รวมทั้งผู้บริหารจำต้องรักษาอารมณ์ที่ส่งผลกระทบต่อผู้อื่นด้วย การรู้ตนเองและสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้นั้นก็เท่ากับว่าเรามีสติตลอดเวลา

๒. การควบคุมสติตนเอง (Maintaining Control) ให้อยู่ในความสงบท่ามกลางความสับสนวุ่นวาย หลังจากที่เราได้รับรู้อารมณ์ในความรู้สึกของเราอย่างดีแล้ว ผู้บริหารต้องรู้จักการมีสติช่วยให้ผู้บริหารสามารถประเมินสถานการณ์และตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ได้ ตลอดถึงช่วยให้เราเข้าใจอุปสรรคส่วนตนให้เกิดการพัฒนาสู่ภาวะผู้นำในตัวผู้บริหารได้อย่างมีประสิทธิผล

๓. การรู้จักผู้อื่นและเข้าใจสภาวะทางอารมณ์ของผู้อื่นด้วย โดยทั่วไปแล้ว ผู้บริหารที่เข้าใจธรรมชาติทางอารมณ์ของผู้อื่นได้มากเท่าใด ก็ย่อมมีความสามารถที่จะโน้มน้าวผู้อื่นและเข้าใจแก่นแท้ของปัญหาของผู้อื่นได้มากเท่านั้น และสามารถแก้ไขสาเหตุของปัญหาทางอารมณ์ที่ไม่ดีของเขาได้ควบคุมหรือบริหารจัดการอารมณ์ของตน ให้มีสติในการแสดงออก เพราะหากคนในองค์กรแสดงออกไม่ว่าทั้งทางกายและวาจาด้วยการขาดสติสัมปชัญญะ ผู้บริหารที่ดีมักจะต้องนิ่ง สงบ สุขุม และเยือกเย็น

๔. การสร้างแรงจูงใจ (Motivation) เป็นเครื่องนำพาสู่ความไว้เนื้อเชื่อใจ ผู้บริหารที่มีชื่อเสียงกุมใจของผู้ใต้บังคับบัญชาได้ ปราศจากเป้าหมายเป็นเงินทอง ชื่อเสียง เกียรติยศ และผลประโยชน์ใดๆ นอกจากความสำเร็จขององค์กร และการพัฒนาคุณภาพของพนักงานด้วยการฉุดกระชากทุกคนในองค์กรจากความยากลำบากในอุปสรรคปัญหาและนำพาทุกคนไปสู่ความสำเร็จ การให้รางวัล การสร้างขวัญกำลังใจ การร่วมแสดงความคิดเห็นด้วยการแก้ปัญหา เป็นแรงนำพาให้ทุกคนก้าวผ่านจากอุปสรรคไปสู่ความสำเร็จได้

๕. การรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา เห็นอกเห็นใจผู้อื่น และเข้าใจผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง (Empathy) ผู้บริหารจะต้องไม่ตัดสินใจเรื่องใด ๆ ตามอารมณ์และความรู้สึกของตน แต่ต้องเข้าใจธรรมชาติอารมณ์ของทุกคนว่าย่อมมีความแตกต่างกัน เราจะต้องยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้ร่วมงานและใช้หลักเหตุผล

20. (278-290).indd 282 4/26/2022 2:08:11 PM

ภายใต้ความยุติธรรมสากลเป็นหลัก นอกจากนี้เราจะต้องยอมรับและเข้าใจเหตุผล อารมณ์ และความคิดเห็น ตลอดถึงการกระทำของลูกน้อง หากผู้บริหารให้ความสำคัญในเรื่องนี้ ลูกน้องจะมีความรู้สึกว่าหัวหน้าให้ความสำคัญในความรู้สึกของตน กับเป็นแรงจูงใจในการสร้างขวัญและกำลังใจในการทำงานต่อไป

๖. การรับรู้ที่ถูกต้อง ชัดเจน แม่นยำ (Perceiving Accurately) เป็นการสืบค้นอย่างลุ่มลึกในข้อมูลทางอารมณ์ที่มีอยู่ในตัวเราโดยปราศจากอคติ ช่วยให้เราสามารถประเมินสถานการณ์ได้อย่างมีเหตุผล หากเรายึดติดในอารมณ์ของเรามากจนเกินไป การรับรู้ของเราก็จะผิดพลาดได้ ผู้บริหารต้องมองให้ลุ่มลึกถึงอคติ หากเรารับรู้อย่างถูกต้อง ย่อมนำไปสู่การตัดสินใจที่มีประสิทธิผล

๗. รู้จักวางตนให้ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างดี (Social Skill) ทักษะข้อนี้เป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นเป็นอย่างมากในการยึดเหนี่ยวใจลูกน้องให้ทำงานอย่างมีความสุข ผู้บริหารต้องมีวิธีการสื่อสารและสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับลูกน้อง เข้าใจความรู้สึกของลูกน้อง เมื่อมีเรื่องกระทบกระทั่งกัน บ้างก็สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ นับเป็นแบบอย่างที่ดีในการทำงาน ใครเห็นก็กระทำเป็นตัวอย่าง ส่งผลให้เกิดสภาพแวดล้อมที่ดีในการทำงาน ทำให้องค์กรเกิดการพัฒนาที่ดีมีความก้าวหน้า องค์กรใดที่ผู้บริหารมีคุณสมบัติทางอารมณ์ดังกล่าวโดดเด่นและยึดเป็นหลักปฏิบัติในการทำงาน เป็นการสร้างศักยภาพในการครองตน การครองคน ตลอดถึงการครองงาน หรือรู้จักตน รู้จักคน และรู้จักงาน การครองตน (Managing Self) นั้น ผู้บริหารสามารถบริหารจัดการภาระหน้าที่ของตนให้ประสบผลสำเร็จ สามารถสร้างขวัญกำลังใจให้แก่ตนเอง ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค เข้าใจในศักยภาพของตน ส่วนการครองคน (Managing Others) ผู้บริหารสามารถสร้างสัมพันธภาพทางสังคมที่ดีในการทำงานกับผู้อื่น มีความเข้าใจผู้อื่น สำหรับการครองงาน (Managing Career) ผู้บริหารก็สามารถที่จะโน้มน้าวสมาชิกทุกคนในองค์กรมองเห็นความสำคัญ มีความเห็นไปในแนวทางเดียวกัน

องค์กรที่คนขาดความฉลาดทางอารมณ์ บุคลากรในองค์กรก็ทำงานด้วยความขัดแย้งกันอยู่ตลอดเวลา เนื่องจากแต่ละคนต่างยึดมั่นถือมั่นในความคิดเห็นของตนเองเป็นหลัก ไม่ยอมรับฟังความคิดเห็นและข้อเสนอแนะของผู้อื่น การทำงานเป็นทีมจึงขาดสัมพันธภาพระหว่างกัน เกิดปัญหาความไม่ไว้ใจระหว่างผู้บังคับบัญชากับผู้ใต้บังคับบัญชา ระหว่างผู้บริหารด้วยกัน และระหว่างผู้บริหารกับลูกน้อง

แนวทางการพัฒนาภาวะผู้นำของผู้บริหารให้มีความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวทางของพระพุทธศาสนา

ในทางพระพุทธศาสนาถือว่าจิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว จิตทำหน้าที่เสมือนหัวรถจักรที่คอยควบคุมลำเลียงรถจักรให้แล่นตามทางได้ จิตจะต้องมีการพัฒนาอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้เกิดสมรรถภาพของจิตใจที่ดี จิตที่มีสมรรถภาพที่ดีนั้นต้องมีสมาธิที่ดีด้วย จิตจึงมีความหนักแน่น เข้มแข็ง ผู้บริหารสามารถคิด

20. (278-290).indd 283 4/26/2022 2:08:12 PM

พิจารณา วางแผน ตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ได้ดี มีประสิทธิภาพ งานก็ก้าวหน้า นอกเหนือจากสมาธิแล้ว ผู้บริหารต้องมีสติที่คอยควบคุมกำกับจิตใจอย่างเหมาะสม ขณะที่มีปฏิสัมพันธ์กับคนในองค์กร เช่น มีความอดทนอดกลั้น มีความกล้าหาญ เป็นต้น เมื่อผู้บริหารมีสมรรถภาพทางจิตที่เข้มแข็งแล้ว ยังจะต้องมีสุขภาพจิตที่มีความสุขด้วย เช่น มีความยินดี มีความเบิกบาน มีความอิ่มอกอิ่มใจ

ในทางพระพุทธศาสนา เน้นว่าผู้บริหารที่ขาดสุขภาพจิตที่ดีมักก่อให้เกิดปัญหาต่อการบริหารงานเป็นอย่างมาก เพราะอารมณ์หรือสุขภาพจิตย่อมส่งผลต่อการแสดงออกของพฤติกรรม ในทางตรงกันข้าม หากผู้บริหารมีการพัฒนาทางอารมณ์อยู่อย่างสม่ำเสมอ ส่งผลต่อพฤติกรรมด้านการแสดงออกทั้งทางกาย วาจา ได้ดีด้วย ทำให้การบริหารจัดการต่อองค์กรเกิดประสิทธิผลยิ่งขึ้น ทุกคนในองค์กรย่อมมีความสุข เพราะฉะนั้นความฉลาดทางอารมณ์เป็นการใช้ปัญญากำกับอารมณ์ที่แสดงออกมาอย่างมีเหตุผลเป็นพลังให้เกิดพฤติกรรมที่แสดงออกมาในแต่ละสถานการณ์ พลังถ้าขาดปัญญากำกับ ก็จะเป็นพลังตาบอด ปัญญาจึงมาเป็นตัวที่จะมากำกับพฤติกรรมของเราให้แสดงออกมาในทางที่ถูกต้อง[๙] และสามารถใช้ปัญญากำกับอารมณ์ของผู้อื่นได้อีกด้วย อาทิ การเข้าใจในอารมณ์ของผู้อื่น ความรู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ทำให้ทุกคนในองค์กรอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ดังนั้นการพัฒนาภาวะผู้บริหารให้มีความฉลาดทางอารมณ์ เพื่อสามารถบริหารจัดการองค์กรให้สำเร็จได้นั้น ต้องพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่มีต่อตนเอง (Personal Emotional Intelligence) คือ การรู้จักตนเอง มีสติรู้ เข้าใจอารมณ์ของตนเอง สามารถบังคับข่มจิตของตนเองได้ และความฉลาดทางอารมณ์ที่มีต่อบุคคลอื่น (interpersonal Emotional Intelligence) เป็นความเฉลียวฉลาดทางปัญญาในการรู้เท่าทันอารมณ์และความคิดของผู้อื่น ทำให้ผู้บริหารกับทุกคนในองค์กรสามารถประสานความคิดในการพัฒนาไปในทางเดียวกัน ประสานสัมพันธ์ได้อย่างกลมกลืน ก่อให้เกิดความสุข องค์กรสามารถพัฒนาให้ก้าวหน้าได้อย่างรวดเร็ว เพราะฉะนั้นจิตที่ดีย่อมคอยควบคุมการกระทำของกายให้มีพฤติกรรมที่ดีได้ ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ด้วยการพัฒนาจิตใจ ให้เกิดสติรู้เท่าทันอารมณ์ของตนได้นั้น ในทางพระพุทธศาสนามุ่งเน้นที่การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔[๑๐] ดังนี้

๑. การฝึกสติด้วยการกำหนดรู้ความจริงหรือการรับรู้เท่าทันอารมณ์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้นตามความเป็นจริง เช่น กิริยาที่เราเก็บเอกสารไว้ในตู้ สติต้องรู้เท่าทันให้กำหนดรู้ว่าเราวางเอกสารไว้ตรงนี้ เมื่อเราไปที่อื่นก็ไม่ลืมว่าเราวางเอกสารไว้ในตู้นั้น ในขณะเดียวกัน จะต้องมีการฝึกฝนตนเองว่ากำลังรู้สึกท้อแท้ใจ ให้ใช้คำพูดว่า ท้อใจหนอ ถ้ายังไม่หายก็ใช้คำพูดนี้ให้ดีขึ้น จนกว่าอารมณ์ท้อแท้ใจจะหายไป การฝึกกำหนดรู้ตามความเป็นจริงนอกจากจะเน้นความรู้ตัวแล้ว ยังเป็นการสกัดการพลัดตกลงในกองทุกข์

---

[๙] พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). “กรรมฐานกับความฉลาดทางอารมณ์ (EQ)”. [ออนไลน์], แหล่งที่มา : www.watprayoon.com/main. php?url=dhamma_view&id= 2818&cat=D&dhamid=1) [๒๙ มกราคม ๒๕๖๕]

[๑๐] ที.ม.อ. ๑๐/๓๐๑/๓๗๓. พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). “กรรมฐานกับความฉลาดทางอารมณ์ (EQ)” [ออนไลน์], แหล่งที่มา : view&id=2818&cat=D&dhamid=1) [๒๙ มกราคม ๒๕๖๕]

20. (278-290).indd 284 4/26/2022 2:08:12 PM

เศร้าหมองใจ สิ้นหวัง รวมทั้งไม่ยึดติดในความสุข ทำให้เรากลับสภาพเป็นปกติได้ และเป็นปกติได้เร็วกว่าผู้ที่ไม่ตระหนักรู้ เพราะฉะนั้น การกำหนดรู้ความจริงทำให้เกิดสติปัญญาที่ดี มีความสว่างในการคิดหาแนวทางในการแก้ปัญหาได้

๒. พิจารณาตนเอง เพื่อหาข้อบกพร่องจากการฝึกกำหนดรู้ตามความเป็นจริงตามหลักของพระพุทธศาสนา คือมุ่งเน้นการมองเห็นและเข้าใจตลอดถึงการยอมรับจิตของตนเอง ทั้งนี้ เพื่อให้เรามีโอกาสปรับปรุงตนเอง เข้าใจตนเอง ยอมรับข้อบกพร่องของตนเองได้ เรียกว่าเราสามารถบริหารจัดการกับอารมณ์ได้ โดยเฉพาะอารมณ์ฝ่ายลบ เช่น เมื่อผู้อื่นทำอะไรไม่ถูกใจ แทนที่เราจะมองการกระทำของเขาในทางลบ เรากลับมองตนเองว่า เรามีนิสัยหงุดหงิดง่าย กดใจ ข่มใจตนเอง เข้าใจตนเองว่า เราเป็นคนเจ้าอารมณ์ เราก็มองว่าทุกคนมีโอกาสทำงานผิดพลาดได้ ควรให้อภัย บางอย่างที่ผู้อื่นคิดและกระทำอาจเป็นผลทางบวกก็ได้

๓. ฝึกแยกแยะและวิเคราะห์สถานการณ์ที่เราต้องเผชิญซึ่งหน้าด้วยเหตุผล ไม่คิดตามอารมณ์หรือความรู้สึกของตนเอง ไม่มีอคติ ไม่ยึดประสบการณ์เดิมมาเป็นฐานในการตีความหรือสรุปข้อเท็จจริงซึ่งอาจทำให้ลงข้อสรุปที่ผิดพลาดได้ เราต้องรับรู้ตามสภาพความเป็นจริงของมัน เป็นการฝึกจิตไม่ให้ยินดียินร้าย ปรุงแต่งไปตามความชอบใจของตน นับว่าเป็นจิตที่เป็นสมาธิ

๔. สร้างสุนทรียทัศน์ทางจิตใจด้วยการมองโลกในแง่ดีด้วยหลักพรหมวิหาร ๔ ที่คอยเชื่อมทุกคนในองค์กรทำงานร่วมกันอย่างเป็นสุขและยังเป็นธรรมที่สร้างขวัญกำลังใจ เพื่อเสริมสร้างประสิทธิภาพในการทำงานให้ดียิ่งขึ้น กอร์ปด้วย

๑) เมตตา เป็นความปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข ผู้บริหารที่มีจิตปรารถนาให้ลูกน้องมีสุขต้องหมั่นเอาใจใส่ดูแล สนับสนุนการทำงานของเขา ให้เขารู้สึกมีกำลังใจ มีความอบอุ่น ไม่ทำงานอย่างโดดเดี่ยว และมีความสุขในการทำงานมากขึ้น

๒) กรุณา เป็นความปรารถนาให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ เมื่อผู้บริหารเห็นลูกน้องประสบทุกข์จะต้องพูดคุย สอบถามปัญหาที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งชี้แนะแนวทางในการพ้นทุกข์ อย่าปล่อยให้ลูกน้องต้องเผชิญกับปัญหาตามลำพัง ต้องคอยสร้างขวัญและกำลังใจอยู่เสมอ เมื่อผู้บริหารเห็นเขาพ้นทุกข์ก็รู้สึกสบายใจ

๓) มุทิตา รู้สึกยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี เมื่อลูกน้องประสบความสำเร็จไม่ว่าจะเป็นด้านการงานหรือด้านการดำรงชีวิต ผู้บริหารควรแสดงความยินดีด้วยความเต็มใจ ทำให้ลูกน้องรู้สึกภาคภูมิใจและรู้สึกว่าตนเองมีความสำคัญ

๔) อุเบกขา ทำใจให้เป็นกลาง รู้จักวางเฉยหรือปล่อยวาง ปฏิบัติหน้าที่อย่างยุติธรรม ไม่เข้าข้างลูกน้องคนสนิทหรือคนมีผลประโยชน์แก่ตน ควรแบ่งปันหน้าที่ สิ่งของ ตลอดถึงให้ความช่วยเหลือลูกน้องอย่างเท่าเทียมกัน เสมอเหมือนกัน ไม่เอนเอียงด้วยความรักหรือความชัง

20. (278-290).indd 285 4/26/2022 2:08:12 PM

หากผู้บริหารปฏิบัติหน้าที่โดยนำพรหมวิหารสี่เป็นธรรมนำทาง ผู้บริหารก็จะมีภาวะผู้นำที่มีอารมณ์สุขุม เยือกเย็น ไม่ฉุนเฉียว ไม่เกรี้ยวกราด และจะเป็นผู้มีเหตุผล ไม่หลงตัวเอง ไม่เห็นแก่ตัว จนในที่สุดก็เป็นผู้ที่สามารถควบคุมตนเองได้ทั้งกายและใจ

๕. ตั้งเป้าหมายในการทำงานให้ชัดเจน เป็นการสร้างพลัง ฉุด กระชากอารมณ์ ควบคุมอารมณ์ในการทำงานได้

ผลจากการพัฒนาภาวะผู้นำของผู้บริหาร

ผลจากการพัฒนาภาวะผู้นำของผู้บริหารให้มีความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวทางของพระพุทธศาสนาด้วยหลักไตรสิกขา ดังนี้

๑. พัฒนาทางกาย มีสุขภาวะทางกายดี หน้าตาผ่องใส อิ่มเอิบ มีน้ำมีนวล ร่าเริง เบิกบานอยู่เสมอไม่ว่าจะอยู่ตามลำพังหรืออยู่กับบุคคลอื่น มีบุคลิกลักษณะดี มีความสง่าผ่าเผย มีสง่าราศี ดูแข็งแรง มีพละกำลังที่มั่นคง สามารถปฏิบัติงานได้ทั้งงานเบาและงานหนัก ติดต่อกันเป็นระยะเวลายาวนาน ร่างกายสามารถต้านทานโรคได้ดี ไม่เจ็บป่วยง่าย มีภูมิต้านทานโรคที่ดี และมีความสมส่วนของร่างกาย วิธีที่จะพัฒนาร่างกายให้ดีมีสมรรถภาพแก่การครองงานครองชีวิตนั้น จำเป็นต้องรักษาศีล ๕ เป็นเครื่องมือขั้นต้นในการนำสู่การพัฒนาสมาธิต่อไปได้ องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงกำหนดหลักของศีลไว้ ๓ ระดับ คือ ระดับต้น ระดับกลาง และระดับสูง

ศีลระดับต้น ได้แก่ ศีล ๕ และธรรม ๕ นั้น พระองค์ทรงกำหนดไว้เป็นพื้นฐานให้ทุกคนดำเนินชีวิตอย่างปกติสุข ไม่เบียดเบียน ไม่เอารัดเอาเปรียบ ให้มีใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เกื้อกูลกัน เป็นข้อปฏิบัติพื้นฐานที่ดีทางกายเพื่อการปฏิบัติดีในศีลระดับกลาง ซึ่งเน้นการพัฒนาด้านจิตใจ ซึ่งพระพุทธองค์ต้องการให้ทุกคนมีจิตใจที่เป็นสมาธิ คือสงบและเยือกเย็น แน่วแน่ เข้มแข็ง ไม่ลังเล ขาดความเชื่อมั่นในการตัดสินใจ สามารถดำรงชีวิตให้อยู่ในความดีและพัฒนาความดีนั้นให้สูงยิ่งขึ้นจนกระทั่งถึงการพัฒนาตามศีลในระดับสูง ซึ่งเป็นจุดมุ่งหมายที่พระพุทธเจ้าทรงต้องการให้ทุกคนมีปัญญา ใช้ปัญญาความรู้ดำเนินชีวิตจนกระทั่งถึงพระนิพพาน

๒. พัฒนาทางจิต เมื่อมนุษย์เราได้รักษาศีลอย่างเข้มแข็งแล้ว ย่อมทำให้จิตเป็นสมาธิ เมื่อจิตมีสมาธิ สติสัมปชัญญะย่อมเกิด เมื่อสมาธิได้รับการพัฒนามากเท่าไหร่ ความเข้มแข็งของจิตย่อมมีมากเท่านั้น การปฏิบัติสมาธิตามแนวทางของพระพุทธศาสนานั้น เน้นปัญญาเป็นหลัก เมื่อจิตมีพลัง สติสัมปชัญญะมากจะก่อให้เกิดปัญญาในระดับต่าง ๆ ดังนี้

๑) ปัญญาระดับสูง เป็นจิตที่รับรู้เท่าทันกิเลส ตัณหา อุปาทาน จนกระทั่งสามารถตัดอาสวกิเลสได้

20. (278-290).indd 286 4/26/2022 2:08:12 PM

๒) ปัญญาระดับกลาง เป็นความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) คือ การรู้เท่าทันจิตในทุกขณะ สามารถทานทนต่อสิ่งยั่วยุจากภายนอกและภายในที่มากระทบต่อเราได้ ผลักให้เราทำสิ่งที่เป็นอกุศลกรรมได้ สติสัมปชัญญะจะเป็นเหมือนพ่อแม่ที่คอยตักเตือนไม่ให้ลูกทำผิด เมื่อผู้บริหารเกิดอารมณ์อคติ ไม่ว่าจะเป็นรัก โกรธ เกลียด ชอบ ไม่ชอบ แม้จะห้ามปรามใจไม่ได้ ก็สามารถหยุดกาย วาจา ไม่ให้ประพฤติผิดศีล ๕ ได้ เมื่อเกิดปัญหา เกิดความทุกข์ยากในชีวิต เช่น ผิดหวังในตัวลูกน้อง รู้สึกเสียใจเมื่อทำงานไม่ประสบความสำเร็จ จิตใจถูกเบียดบังกระแทกกระทั้นด้วยโลกธรรมทั้ง ๘ เราก็สามารถบังคับ ประคับประคองจิตใจให้อยู่ในความเป็นกลางได้ สามารถควบคุมตนเองให้อยู่ในความปกติได้แม้อาจจะมีความหวั่นไหวอยู่บ้าง ไม่ถึงขนาดไม่ยินดียินร้ายจนควบคุมตนเองไม่ได้ ทนต่อทุกขเวทนาไม่ได้ จนต้องหาทางออกในทางที่ผิดอันเป็นอกุศลกรรม

๓) ปัญญาระดับต้น เป็นความชาญฉลาดทางสติปัญญา (IQ) ที่ต้องนำไปใช้ในการทำงาน ทำให้เกิดความผิดพลาดและได้น้อยมาก สามารถแก้ไขพฤติกรรมในการทำงานที่เป็นปัญหาได้ ทำให้เกิดสำนึกในคุณธรรม ทำให้เกิดรับผิดชอบรัก ปฏิบัติตามระเบียบวินัยมากขึ้น ตลอดถึงมีความเข้มแข็ง และมีความมั่นคงทางด้านจิตใจ อดทนต่อความทุกข์ยากลำบากตรากตรำในการทำงาน ไม่ยอมหลงผิด ไม่ลาออกไม่ท้อแท้ ถดถอย ถอดถอนใจ ลาออกจากงาน

หากผู้บริหารและทุกคนในองค์กรได้มีการพัฒนาทั้งกายและใจแล้ว องค์กรก็จะเข้มแข็ง หากมีอุปสรรคปัญหาก็สามารถแก้ไขให้ลุล่วงไปได้ เมื่อสมาชิกทุกคนในองค์กรดำรงชีวิตในหน้าที่การงานอย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จ องค์กรหรือสังคมที่เกี่ยวข้องก็ได้รับประโยชน์ด้วย

การพัฒนาทัศนคติที่ดีตามหลักไตรสิกขา

หากสมาชิกทุกคนในองค์กรมีการพัฒนาทัศนคติที่ดีอยู่อย่างสม่ำเสมอ ยิ่งส่งผลต่อการพัฒนาองค์กรได้ง่ายขึ้น ทุกคนในองค์กรและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถทำงานประสานสัมพันธ์กันได้ดี และยังเป็นการทำงานในรูปแบบการสร้างเครือข่ายได้อย่างมีประสิทธิภาพและเกิดประสิทธิผล

การพัฒนาทัศนคตินี้เรียกว่า หลักไตรสิกขา[๑๑] ดังนี้

๑. อธิศีลสิกขา การพัฒนาด้านการฝึกอบรมในความประพฤติทางกาย ทางวาจา ให้ถูกต้องดีงาม อยู่ในระเบียบวินัย สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่น ให้ความเกื้อกูล ไม่ทำลาย ไม่เบียดเบียน นับเป็นพื้นฐานของการพัฒนาอบรมจิตใจในอธิจิตตสิกขา

๒. อธิจิตตสิกขา การพัฒนาด้านการฝึกอบรมจิตใจให้เกิดสมาธิขั้นสูง ให้จิตมีความเข้มแข็ง มั่นคง มีคุณธรรม เช่น มีความเมตตา มีความกรุณา มีมุทิตา มีความยินดี มีความสุข มีความผ่องใส เป็นฐานราก

[๑๑] พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑).

20. (278-290).indd 287 4/26/2022 2:08:12 PM

แห่งการเจริญปัญญา การพัฒนาด้านนี้ เมื่อจิตมีความบริสุทธิ์ หลุดพ้นจากการยึดมั่นถือมั่นในสรรพสิ่งต่างๆ สามารถดับกิเลส ดับทุกข์ที่อยู่ในใจได้ จิตจึงเป็นอิสระ มีความผ่องใส หากผู้บริหารเป็นผู้มีสุขภาพจิตที่ดีเป็นเบื้องต้น ย่อมเป็นผู้สามารถมองเห็นสิ่งต่างๆ ตามที่เป็นจริง ไม่เกิดอคติหรือต่อต้าน ตามที่เป็นจริง ไม่เกิดอคติหรือต่อต้าน หรือยอมรับทุกสิ่งทุกอย่างอย่างไร้หลักการ ไม่หงุดหงิด ไม่ฉุนเฉียว บ่นว่าตลอดเวลา แต่สามารถมองเห็น พิจารณาสิ่งต่างๆ ได้ตามความยุติธรรม ชี้แนะแนวทางให้ผู้ใต้บังคับบัญชาปฏิบัติหน้าที่ได้อย่างถูกต้อง มีจิตใจเป็นประชาธิปไตย ยอมรับ เคารพสิทธิในความเห็นของลูกน้องได้ รู้จักเอาอกเอาใจ ชมเชย พูดจาโน้มน้าวใจให้ลูกน้องเกิดขวัญและกำลังใจในการทำงาน ตลอดจนเป็นผู้มีความกล้าหาญในการเผชิญกับอุปสรรคปัญหาต่าง ๆ ได้ ประกอบกับผู้บริหารยังสามารถพัฒนาบุคลิกภาพทางสังคมได้ด้วย เช่น มีน้ำใจกับผู้อื่น ไม่เห็นแก่ตัว รู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา มีความซื่อตรง ซื่อสัตย์สุจริต และยุติธรรม คุณสมบัติดังกล่าวนี้มีผลอย่างยิ่งต่อการสร้างสัมพันธไมตรีของทุกคนในองค์กรและระหว่างองค์กรได้ ส่งผลต่อการพัฒนาได้อย่างรวดเร็วและยั่งยืน

๓. อธิปัญญาสิกขา การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งและก่อให้เกิดความเจริญงอกงามทางปัญญา โดยเริ่มจากการเกิดสัมมาทิฏฐิ คือ มองเห็นถูกต้อง เข้าใจถูกต้องต่อการประกอบกุศลกรรมและอกุศลกรรม รวมทั้งเข้าใจในกฎธรรมชาติของชีวิต ผู้บริหารที่ได้รับการฝึกอบรมทางปัญญาดีแล้วย่อมทำให้เข้าใจลูกน้องและองค์กรได้ดี ลูกน้องแต่ละคนมีความจำเป็นที่ต้องลากิจ กลับบ้าน แลกเปลี่ยนเวลาการทำงาน หัวหน้าก็จะมีจิตใจในการเข้าใจและเห็นอกเห็นใจ ยิ่งไปกว่านั้นยังเป็นผู้เปิดใจรับฟังความต้องการและความคิดเห็นของลูกน้องด้วยใจเป็นกลาง ปราศจากอคติ เพื่อการทำงานที่ยุติธรรมและมีความสุขกับทุกฝ่าย ผู้บริหารที่มีจิตใจดีแล้วพร้อมที่จะทุ่มเทและเสียสละตนเองเพื่อส่วนรวม ลงมือปฏิบัติและแก้ไขปัญหากับลูกน้องด้วยความเต็มใจ ใส่ใจในทุกคนสามารถแก้ไขปัญหาด้วยเหตุผล ไม่เอาอารมณ์อยู่เหนือเหตุผล ทำให้ลูกน้องได้รับความยุติธรรมในการทำงาน ทุกคนทำงานด้วยความรู้สึกมั่นคง มีกำลังใจและมีความสุขในการทำงาน

สรุป

วิธีสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของผู้บริหารตามแนวทางพระพุทธศาสนา เพื่อนำพาองค์กรสู่จุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ ให้องค์กรมีความเจริญก้าวหน้า มั่นคงและยั่งยืน ทุกคนในองค์กรมีความสุข มีขวัญและกำลังใจในการทำงาน ซึ่งส่งผลกระทบต่อความสำเร็จขององค์กรเป็นอย่างยิ่ง จะต้องยึดหลักไตรสิกขา คือ ผู้บริหารต้องเริ่มต้นด้วยการพัฒนาจากศีลเพื่อกำกับควบคุมความประพฤติทางกายและวาจาให้มีพฤติกรรมที่ดี น่าเคารพรัก สร้างความศรัทธาให้กับลูกน้อง ส่งผลให้ทุกคนทำงานอย่างมีความสุข ปัญหาในองค์กรก็น้อยลง และเป็นฐานให้เกิดสมาธิในขั้นต่อไป ด้วยการพัฒนาจิตของตนเอง ฝึกกำหนดลมหายใจหรืออาณาปานสติ จิตที่มีสมาธิ จะเกิดภาวะจิตที่สงบ เป็นจิตที่มีสติ มีพลัง มีความมุ่งมั่นที่จะทำแต่สิ่งดี

20. (278-290).indd 288 4/26/2022 2:08:12 PM

ผู้บริหารสามารถที่จะกำหนดวางแผนการทำงานได้ดี ถูกต้อง ตรงไปยังวัตถุประสงค์ที่ต้องการ สามารถอดทน อดกลั้นต่ออารมณ์ผู้อื่น ไม่กลัว มีสติระลึกรู้ถึงปัญหาและแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ พร้อมที่จะชี้นำแนวทางที่ดีแก่ผู้อื่น สามารถให้กำลังใจเมื่อผู้อื่นมีทุกข์ ยินดีเมื่อลูกน้องทำดี ให้ความยุติธรรมแก่ทุกฝ่าย นับว่าเป็นผู้บริหารที่มีปัญญาเป็นเลิศในการบริหารจัดการองค์กร แนวทางการพัฒนาภาวะผู้นำของผู้บริหารให้มีความฉลาดทางอารมณ์นั้น ผู้บริหารต้องฝึกอบรมข้อปฏิบัติความประพฤติทางกาย ด้วยการอบรมพัฒนาให้เกิดสมาธิ การฝึกอบรมพัฒนาทางด้านจิตใจเพื่อให้เกิดคุณธรรม และฝึกพัฒนาอบรมปัญญาประกอบกับปฏิบัติตามแนวทางของมรรค 8 เพื่อการรู้แจ้งในสรรพสิ่ง เข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น เข้าใจองค์กร และสามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในองค์กรได้ พร้อมทั้งสามารถพัฒนาสร้างสรรค์สิ่งใหม่ ๆ ให้แก่องค์กรอีกด้วย[๑๒] การมีศีลเป็นพื้นฐานทำให้เกิดสมาธิ มีสติมั่นคง แน่วแน่ ไม่หวั่นไหว มีเหตุมีผล ปัญญาย่อมเกิดขึ้นมาได้อย่างรวดเร็ว อันเป็นปัจจัยช่วยเสริมสร้างประสิทธิภาพของผู้บริหาร ช่วยกระตุ้นและผลักดันให้เกิดคุณธรรมอันล้ำเลิศ เช่น อิทธิบาท ๔ และพรหมวิหาร ๔ ตามมา

บรรณานุกรม

กรมสุขภาพจิต, **คู่มือความฉลาดทางอารมณ์,** กรุงเทพมหานคร : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย, ๒๕๔๓.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม.** พิมพ์ครั้งที่ ๑๗. กรุงเทพมมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

วีระวัฒน์ ปันนิดานัย. **“เชาวน์อารมณ์ (Emotional quotient - EQ) : ดัชนีวัดความสุขและความสำเร็จของชีวิต”.** พิมพ์ครั้งที่ ๗ ฉบับปรับปรุง. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

อำนาจ บัวศิริ. “กระบวนการสร้างภาวะผู้น้ำด้วยหลักไตรสิขา”. **วารสารครุศาสตร์ปริทรรศน์** ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๓ (กันยายน – ธันวาคม ๒๕๖๑) : ๑ – ๓.

Daniel Goleman. Emotional Intelligence. New York : Bantam Books. 1995. Nancy Gibbs. “The EQ Factor” Time, 9 (October 1995) : 24 – 31.

นิเทศ สนั่นนารี. “การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวพุทธเพื่อความสำเร็จในการทำงาน” [ออนไลน์], แหล่งที่มา. : จาก KNATION BLOG. knation.nationtv/blog/ mcukkpa/2018/08. [๒๙ มกราคม ๒๕๖๕]

[๑๒] อำนาจ บัวศิริ, “กระบวนการสร้างภาวะผู้นำด้วยหลักไตรสิกขา”, **วารสารครุรุศาสตร์ปริทรรศน์,** ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๓ (กันยายน – ธันวาคม ๒๕๖๑) : ๑ – ๓.

20. (278-290).indd 289 4/26/2022 2:08:12 PM

พรรณี บุญประกอบ. “อีคิวในแนวทางพุทธศาสนา”. **วารสารพฤติกรรมศาสตร์** ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๑, หน้า ๗ – ๑๓. (เรียบเรียงจากการบรรยายพิเศษของพระราชวรมุนี (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) แก่กองบรรณาธิการวารสารพฤติกรรมศาสตร์ ณ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย [ออนไลน์], แหล่งที่มา : http://bsris.swu.ac.th/journal/50842/file/52.pdf [๒๙ มกราคม ๒๕๖๕]

พระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณ์กรมพระจันทบุรีนฤนาถ. (๒๔๗๐). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสยามรัฐ. เล่มที่ ๑๐ พระสุตตันปิฎก เล่มที่ ๒ ทีฆนิกาย มหาวรรค มหาสติปัฏฐานสูตร ย่อหน้า ๒๓๗.** [ออนไลน์], แหล่งที่มา : http:// www.84000.org/tipitaka/pitaka_item/v.php?B=10&A=6257&Z=6764&pagebreak=0 [๒๙ มกราคม ๒๕๖๕]

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). “กรรมฐานกับความฉลาดทางอารมณ์ (EQ)” บรรยายแก่นิสิตคณะสังคมศาสตร์ ปีที่ ๑ – ๔ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โครงการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ. มหาจุฬาอาศรม ตำบลพญาเย็น อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา เมื่อวันที่ ๑๖ ธันวาคม ๒๕๖๓. คลิกฟังเสียง/ดาวน์โหลดปาฐกถา. “กรรมฐานกับความฉลาดทางอารมณ์ (EQ)”. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: www.watprayoon.com/main.php?url=dhamma_view&id=2818&cat= D&dhamid=1 [๑๗ ธันวาคม ๒๕๖๔].

20. (278-290).indd 290 4/26/2022 2:08:12 PM