

ความฉลาดทางอารมณ์วิถีพุทธกับการเสริมสร้างพลังอำนาจภาวะผู้นำสตรี*

BUDDHIST EMOTIONAL INTELLIGENCE AND WOMEN'S LEADERSHIP EMPOWERMENT

ณัฐพร สิงห์สร*, ณัฐกา สงวนวงษ์, ณัฐพัชร สายเสนา, ลำพอง กลมกุล, เรืองวิทย์ นิลโคตร

Natataporn Singporn*, Nattaka Sanguanwong, Natthapat Saisena, Lampong Klomkul, Reongwit Nilkote

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พระนครศรีอยุธยา ประเทศไทย

Faculty of Education, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Phra Nakhon Si Ayutthaya, Thailand

*Corresponding author E-mail: natataporn1223@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอความฉลาดทางอารมณ์วิถีพุทธกับการเสริมสร้างพลังอำนาจภาวะผู้นำสตรี ผลการศึกษาพบว่า การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์วิถีพุทธมีความหมายครอบคลุมถึงให้ความสำคัญกับการเรียนรู้และพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างอารมณ์และการตอบสนองต่อสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างมีสติทั้งต่ออารมณ์ของตนเองและของผู้อื่นโดยการฝึกให้มีสติและความเข้าใจต่อความรู้สึกและความคิดของตนเอง สามารถการพัฒนาทักษะในการจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้น เรียนรู้และประยุกต์ใช้กับการแก้ไขปัญหาอย่างมีสติและสอดคล้องกับความเป็นจริงได้อย่างเหมาะสม ในทางปฏิบัติความฉลาดทางอารมณ์วิถีพุทธเน้นการฝึกให้มีสติสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมและความเป็นจริงของสถานการณ์ หลักธรรมของพระพุทธศาสนาเป็นที่ยอมรับว่าเป็นแนวปฏิบัติที่ส่งเสริมให้มนุษย์มีความสุขและเจริญรุ่งเรืองทางจิตใจและอารมณ์ การเสริมสร้างพลังอำนาจภาวะผู้นำสตรีควรเน้นไปที่การพัฒนาความเข้าใจในหน้าที่และบทบาทของผู้นำ การพัฒนาทักษะการสื่อสาร การเลือกตัดสินใจ การแก้ไขปัญหา การนำทีมสู่การดำเนินการได้อย่างมีประสิทธิภาพและเป็นเลิศ สามารถสร้างผลลัพธ์ที่เชื่อถือได้ และนำพาองค์กรให้เติบโตอย่างต่อเนื่องไปในทิศทางที่ดี การผสมผสานระหว่างความฉลาดทางอารมณ์ที่เกิดจากการฝึกสมาธิและหลักธรรมของพระพุทธศาสนากับการเสริมสร้างพลังอำนาจภาวะผู้นำสตรีจะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการควบคุมอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น ช่วยเสริมความเข้าใจในบทบาทและหน้าที่ของผู้นำ และเสริมสร้างทักษะการสื่อสารและการนำทีมให้มีประสิทธิภาพ ผลลัพธ์ที่ได้จากการผสมผสานดังกล่าวจะเป็นแนวทางสำคัญในการพัฒนาทั้งส่วนบุคคลและองค์กรอย่างมีประสิทธิภาพและยั่งยืน

คำสำคัญ: ความฉลาดทางอารมณ์วิถีพุทธ, การเสริมพลังอำนาจ, ภาวะผู้นำสตรี

Abstract

This article aims to present the integration of Buddhist emotional intelligence with empowerment in female leadership. The study reveals that developing Buddhist emotional intelligence encompasses learning and improving the relationship between emotions and responses to various situations with mindfulness, both towards one's own emotions and those of others. This is achieved through mindfulness training and understanding one's feelings and thoughts, allowing for effective emotional management and problem-solving in alignment with reality. Practically, Buddhist emotional

* Received August 7, 2024; Revised August 29, 2024; Accepted September 6, 2024

intelligence emphasizes mindfulness in relation to one's environment and the reality of situations. Buddhist principles are recognized as practices that promote mental and emotional well-being. Empowering female leadership should focus on enhancing understanding of leadership roles and responsibilities, communication skills, decision-making, problem-solving, and effective team management. This approach leads to reliable outcomes and fosters continuous organizational growth in a positive direction. The integration of emotional intelligence developed through meditation and Buddhist principles with female leadership empowerment enhances the ability to control one's own and others' emotions, improve understanding of leadership roles, and strengthen communication and team leadership skills. The results from this integration provide a crucial approach for effective and sustainable development both at the individual and organizational levels.

Keywords: Buddhist Emotional Intelligence, Empowerment, Women's Leadership

บทนำ

ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ความสามารถในการนำองค์กรไปสู่ความสำเร็จนั้น การเสริมศักยภาพสมาชิกองค์กรให้เป็นกำลังสำคัญเป็นสิ่งจำเป็นอย่างมาก เนื่องจากจะปัจจัยสำคัญในการหนุนเสริมให้องค์กรสามารถเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างเท่าทัน การมีสมาชิกขององค์กรที่มีความเป็นผู้นำจะสามารถช่วยให้องค์กรประสบความสำเร็จได้แม้ว่าจะมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา อย่างก็ตามการวิจัยพบว่า เพียง 13% เท่านั้นของผู้นำและผู้บริหารที่สามารถพัฒนาพนักงานให้มีความเป็นผู้นำได้อย่างดีเยี่ยม (Ruchaneeya L., 2565) ผู้นำจึงมีความสำคัญต่อการพัฒนาองค์กรและเป็นการแสดงให้เห็นถึงศักยภาพของการพัฒนาภาวะผู้นำ (Leadership) โดยเฉพาะการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในยุคเทคโนโลยีดิจิทัลต้องการความฉลาดทางอารมณ์และสังคม ทั้งนี้ เพื่อสร้างความเข้าใจในตนเองและในความรู้สึกของผู้อื่น การพัฒนาทักษะนี้เป็นสิ่งสำคัญในการสร้างบุคลิกภาพของผู้บริหารที่มีประสิทธิภาพและเป็นแบบอย่างในการบริหารจัดการองค์กรในยุคการเปลี่ยนแปลง และสะท้อนถึงความสามารถในการจัดการกับอารมณ์และสังคมของผู้บริหารอย่างมีประสิทธิภาพและมีความสำเร็จ (วิชญพงศ์ ไชยธกุลโรจน์ และคณะ, 2564) ผู้บริหารที่ประสบความสำเร็จจะต้องเป็นผู้ที่สามารถบริหารความฉลาดทางอารมณ์ กล่าวคือ เป็นผู้ที่มีใจจกเอาใจเขามาใส่ใจเรา (Empathy) มีทักษะทางสังคมที่ดี (Social Skills) และต้องประกอบด้วยทักษะการบริหารตนเองที่สำคัญ คือ การตระหนักรู้ในตนเอง (Self-Awareness) การจัดการตนเอง (Self-Regulation) และการสร้างแรงจูงใจตนเอง (Motivation) (Daniel G., 1998) ดังกล่าวนั้น ความฉลาดทางอารมณ์จึงเป็นเครื่องมือหนึ่งสำหรับผู้นำยุคใหม่ในการบริหารจัดการองค์กร

ปัจจุบันผู้นำสตรีมีบทบาทและสิทธิมากขึ้นในสังคม ผลสืบเนื่องจากหลายภาคส่วนสนับสนุนความเท่าเทียมทางเพศและสิทธิสตรีอย่างต่อเนื่อง มีปัจจัยเกี่ยวข้องที่จำต้องอาศัยจากทักษะและประสบการณ์ที่หลากหลาย บางสถานการณ์ทางการบริหารจะต้องอาศัยการทำงานที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับบุคคลต่าง ๆ และการทำงานร่วมกันเป็นทีมเป็นสิ่งสำคัญ ผู้นำสตรีมักมีความเปรียบในการบริหารมากกว่าบุรุษ โดยเฉพาะในด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การรับฟังและการจูงใจผู้อื่น และการปฏิบัติตามกฎระเบียบว่าผู้นำสตรีจะมีความสำเร็จและได้รับการยอมรับเป็นอย่างดีในองค์กรต่าง ๆ บทบาทของสตรีจะหนุนเสริมให้การบริหารจัดการองค์กรจะมีความสำคัญและเข้มแข็งมากยิ่งขึ้น (Fisher, H., 2010) บริบทของสังคมไทยได้มีการเปิดกว้างขึ้นต่อเรื่องสิทธิเสรีภาพทางเพศมากขึ้น สตรีได้เข้ามามีบทบาทในการบริหารองค์กรทั้งภาครัฐและเอกชนเป็นจำนวนมาก และรับผิดชอบตำแหน่งหน้าที่สำคัญในธุรกิจและการศึกษา นอกจากนี้แล้วผู้นำสตรีซึ่งเข้ามามีบทบาทเกี่ยวกับการบริหารองค์กรมีส่วนอย่างยิ่งในการนำพาองค์กรสู่การเป็นองค์กรแห่งความสุข (พรพรหมพรรณ บุญโคกล่าม และคณะ, 2566) มิติทางศาสนาใน



ประเทศไทย ได้มีการยกฐานะของผู้นำสตรีในองค์กรศาสนาโดยเฉพาะประเด็นการบวชได้รับการสนับสนุนอย่างมาก และยังมีความสำคัญที่จะส่งเสริมให้สตรีมีบทบาทในการเป็นผู้นำในองค์กรศาสนาและชุมชนอย่างเพียงพอในปัจจุบันและอนาคต (มติชนสุดสัปดาห์, 2559) นอกจากนี้แล้ว ผู้นำสตรียังมีบทบาทต่าง ๆ มากขึ้นทั้งด้านการศึกษา การบริหารจัดการเครือข่าย การเสริมสร้างการมีส่วนร่วม รวมถึงการรักษาและเจริญของศาสนาภายในชุมชนและองค์กรศาสนา และสามารถสนับสนุนและส่งเสริมบทบาทของผู้นำสตรีอย่างมีประสิทธิภาพได้อย่างมาก (วรรณดี เกตแก้ว, 2552) บทบาทของผู้นำสตรีมีแนวโน้มต่อการบริหารและการขับเคลื่อนองค์กรทั้งปัจจุบันและโอกาสในอนาคตอย่างต่อเนื่อง

พระพุทธศาสนาได้เชื่อว่าเป็นศาสนาแห่งการศึกษาและพัฒนาศักยภาพปัจเจกบุคคล การบรรลุจุดหมายตามแนวพุทธศาสนามุ่งพัฒนาให้จิตใจสลายท่ามกลางสถานการณ์ต่าง ๆ แนวทางการบูรณาการความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวทางพระพุทธศาสนาสามารถนำหลักธรรมมาบูรณาการในการดำเนินชีวิต เช่น การเจริญสติตามหลักสติปัฏฐาน หรือกระบวนการคิดตามแนวทางโยนิโสมนสิการ เป็นต้น จุดมุ่งหมายสำคัญ คือ การพัฒนาตนเองให้สามารถดำรงอยู่กับสถานะที่เป็นจริง และมีความสุขกับปัจจุบัน (สมบุรณ์ วัฒนะ และคณะ, 2566) นอกจากนี้แล้วแนวทางการฝึกสมาธิยังเป็นประโยชน์อย่างมากต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ สมาชิกจะมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาศักยภาพและคุณภาพชีวิต (พระพิทย วชิรวิโช, 2018) หลักธรรมทางพระพุทธศาสนากับแนวคิดการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์มีความสัมพันธ์และเชื่อมโยงกันอย่างยิ่ง โดยเฉพาะการมุ่งเสริมศักยภาพเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทั้งระดับปัจเจกและการเป็นองค์กร

บทความนี้ผู้นิพนธ์มุ่งนำเสนอความฉลาดทางอารมณ์วิถีพุทธกับการเสริมสร้างพลังอำนาจภาวะผู้นำสตรี โดยการสังเคราะห์ความฉลาดทางอารมณ์วิถีพุทธซึ่งใช้แนวคิดพื้นฐานจากความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) ตามแนวคิดของ ดาเนียล โกลแมน (Daniel Goleman) และเชื่อมโยงกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้อง จากนั้นได้นำเสนอแนวทางการเสริมพลังอำนาจภาวะผู้นำสตรี เป็นการทำความเข้าใจและความตระหนักรู้ในตนเองและผู้อื่น รวมถึงทักษะใน การปรับตัวและการเข้าใจทางสังคม ทั้งนี้ เพื่อเสริมความเชื่อมั่นและความเป็นผู้นำที่มีอิทธิพล โดยมุ่งเน้นการพัฒนาผู้นำสตรีที่มีคุณภาพและสามารถสร้างผลการดำเนินงานที่เป็นประโยชน์ต่อองค์กรได้เป็นอย่างดีในสถานการณ์ที่ซับซ้อนและเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในยุคปัจจุบัน

พุทธธรรมกับความฉลาดทางอารมณ์: องค์รวมบนฐานปัญญาปฏิบัติการ

พุทธศาสนากับการบริหารจิตและเจริญปัญญา

พระพุทธศาสนาเป็นภูมิปัญญาสูงสุดของมนุษย์ และพระพุทธศาสนาเป็นทรัพยากรของชาติ หัวใจของพระพุทธศาสนา คือ กรุณาและปัญญา คำสอนของพระพุทธศาสนามุ่งให้โลกทรรศน์และวิถีคิดที่สามารถปลดปล่อยปัจเจกบุคคลไปสู่อิสรภาพ ความสุข ความสร้างสรรค์อันยิ่งใหญ่ วางรากฐานชีวิตตลอดจนหลักประพฤติปฏิบัติในการอยู่ร่วมกันกันผู้อื่นอย่างเหมาะสม เป็นพลเมืองที่ดีร่วมกันสร้างสรรค์สังคมให้เจริญก้าวหน้าและดำเนินชีวิตไปในทางที่ดีงาม มีเป้าหมาย คือ การอยู่ร่วมกันอย่างสันติระหว่างมนุษย์กับมนุษย์และระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติ จนถึงระดับการเข้าถึงจุดหมาย คือ การหลุดพ้น (ประเวศ วะสี, 2546); (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต), 2559) พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับการศึกษา และเป็นการศึกษาที่ตั้งอยู่บนฐานของความเป็นจริงที่เป็นธรรมชาติ ตั้งแต่ธรรมชาติของการดำเนินชีวิตประจำวัน และธรรมชาติแห่งพัฒนาการแบบองค์รวม จนถึงความสมบูรณ์ที่เป็นจุดหมายโดยบุคคลที่ได้พัฒนาสมบูรณ์จริงแล้วเป็นต้นแบบ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต), 2564) หลักพุทธธรรมถือว่าจิตใจเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง เป็นหลักการที่ผสมผสานระหว่างคุณธรรมและจริยธรรม การกระทำต่าง ๆ นั้น จิตใจเป็นจุดเริ่มต้น แนวทาง การบริหารจิต และการฝึกฝนสติและปัญญา จะช่วยส่งเสริมให้รู้เท่าทันอารมณ์ ควบคุมอารมณ์ เข้าใจผู้อื่นและสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต),

2559) กล่าวได้ว่า พระพุทธศาสนาเห็นคุณค่า เชื้อมั่น และมุ่งพัฒนาชีวิตด้วยการบริหารจัดการ และการเจริญปัญญา เป็นการให้ความสำคัญกับร่างกายและจิตใจเชื่อมประสานกัน

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนามีมากถึง 84,000 ข้อ หรือพระธรรมชั้น 3 สามารถแบ่งออกได้เป็นพระวินัย 21,000 ข้อ พระสูตร 21,000 ข้อ และพระอภิธรรม 42,000 ข้อ อย่างไรก็ตาม หลักคำสอนสามารถสรุปได้ คือ “การดำเนินชีวิตโดยไม่ประมาท” (กัลยาณมิตร, 2560) การน้อมนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาสู่การปฏิบัติ จึงมีความหลากหลาย และสามารถประยุกต์ได้ตามบริบทของปัจเจกบุคคลและองค์กร บทความนี้มุ่งนำหลักธรรมที่เป็นพื้นฐานสำคัญทั้งการศึกษา การบริหารจัดการ และการพัฒนาปัญญาทางพระพุทธศาสนาตามหลักการพื้นฐาน 2 ประการ คือ

1. การบริหารจัดการให้มีสมาธิ หรืออาจเรียกว่าเป็นการฝึกสมถกรรมฐาน ที่เป็นพื้นฐานและเป็นแนวปฏิบัติที่สำคัญ ตามความหมายคำว่า “สมาธิ” หมายถึง ความตั้งมั่นแห่งจิต หรือภาวะที่จิตมีเรื่องที่คิดเป็นหนึ่งหรืออาการที่จิตแนบแน่นอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งนาน ๆ (วิทย์ วิศทเวทย์ และเสฐียรพงษ์ วรรณปก, 2562) การบริหารจัดการที่เป็นแนวปฏิบัติ คือ การปฏิบัติตามแนวทางของ สติปัฏฐาน 4 ซึ่งหมายถึง ที่ตั้งของสติ การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความจริง คือ ตามที่สิ่งนั้น ๆ มันเป็นอย่างมันเอง (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต), 2561) ประกอบด้วย 1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณากายให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่าเป็นเพียงกาย ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา จำแนกปฏิบัติไว้หลายอย่าง คือ อานาปานสติ กำหนดลมหายใจ 1 อริยาบถ กำหนดรู้ทันอริยาบถ 1 สัมปชัญญะ สร้างสัมปชัญญะในการกระทำเคลื่อนไหวทุกอย่าง 1 ปฏิกุลมณสิการ พิจารณาส่วนประกอบอันไม่สะอาดทั้งหลายที่ประสมเข้าเป็นร่างกายนี้ 1 ธาตุมนสิการ พิจารณาเห็นร่างกายของตน โดยสักว่าเป็นธาตุแต่ละอย่าง ๆ 1 นวสีวิถิกา พิจารณาซากศพในสภาพ ต่าง ๆ อันแปลกกันไปใน 9 ระยะเวลา ให้เห็นคติธรรมดาของร่างกาย ของผู้อื่นเช่นใด ของตนก็จักเป็นเช่นนั้น 1 2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดเวทนาอันเป็นสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี เฉย ๆ ก็ดี ทั้งที่เป็นสามิส และเป็นนิรามิสตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้น ๆ 3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน กล่าวคือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงจิต ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดจิตของตนที่มีระคะ ไม่มีระคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ เสร้าหมองหรือผ่องแผ้ว พุ้งซ่านหรือเป็นสมาธิ ฯลฯ อย่างไร ๆ ตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้น ๆ และ 4) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดธรรมทั้งหลาย ได้แก่ นิเวธ 5 ชั้น 5 อายตนะ 12 โพชฌงค์ 7 อริยสัจ 4 ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีในตนหรือไม่ เกิดขึ้น เจริญบริบูรณ์ และดับไปได้อย่างไร เป็นต้น ตามที่เป็นจริงของมันอย่างนั้น ๆ

2. การเจริญปัญญาตามกระบวนการคิดแบบโยนิโสมนสิการ ตามความหมาย โยนิโสมนสิการ หมายถึง การทำในใจให้ละเอียดถี่ถ้วน กล่าวคือ การพิจารณาอย่างรอบคอบถี่ถ้วน ทางพุทธศาสนาถือว่ามีความสำคัญเท่ากับความไม่ประมาทหรือ “อัปมาทธรรม” ซึ่งเป็นแหล่งรวมแห่งธรรมฝ่ายดีหรือ “กุศลธรรม” ทั้งปวงเป็นธรรมะข้อหนึ่งในกลุ่มธรรมที่เป็นไปเพื่อความเจริญด้วยปัญญา (บรรจง อมรชีวิต, 2558) กระบวนการคิดตามหลักโยนิโสมนสิการ ประกอบด้วย 1) วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย (Inquiry) เป็นการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของเหตุและผลพิจารณาว่าสิ่งใดเกิดขึ้นเพราะสิ่งใดมี ความเชื่อมโยงกันและกันอย่างไร 2) วิธีคิดแบบแยกส่วน (Analysis) แยกองค์ประกอบของสิ่งต่าง ๆ ออกมาศึกษา วิเคราะห์โครงสร้างและระบบการทำงาน 3) วิธีคิดแบบสามัญลักษณ์ (The Three Characteristic) พิจารณาความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่อัตน ของสรรพสิ่ง 4) วิธีคิดแบบอริยสัจ (The Four Noble Truths) เข้าใจความจริงของทุกข์ ต้นเหตุของทุกข์ วิธีดับทุกข์ และหนทางสู่ความพ้นทุกข์ 5) วิธีคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์ (Principle and Rational) ศึกษาเป้าหมายและวิธีการ วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างเป้าหมายและวิธีการ 6) วิธีคิดแบบพิจารณาคุณโทษและทางออก (Reward and Punishment Approach



and Avoidance) พิจารณาข้อดี ข้อเสีย และทางออกของสถานการณ์ต่าง ๆ 7) วิธีคิดแบบคุณค่าแท้คุณค่าเทียม (Real Value and Unreal Value) แยกแยะแก่นแท้และสิ่งประดับ พิจารณาคุณค่าที่แท้จริง 8) วิธีคิดแบบเร้าคุณธรรม (Virtue and stimulation) คิดสร้างสรรค์ หาประโยชน์จากสิ่งต่าง ๆ คิดบวก มองโลกในแง่ดี 9) วิธีคิดแบบปัจจุบัน (Present Thought) ค้นหาความจริงจากประสบการณ์ตรงผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 6 เน้นการมีสติในปัจจุบัน และ 10) วิธีคิดแบบวิเศษชาติ (Well-Rounded Thought) เป็นกระบวนการคิดแบบ องค์กรวม แยกแยะเทียบเคียงประเด็น พิจารณาความเป็นไปได้

กล่าวได้ว่าโยนิโสมนสิการ เป็นกระบวนการทางปัญญาที่ทรงพลัง ช่วยให้คิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล ตัดสินใจอย่างรอบคอบ แก้ปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ และเข้าใจความจริงของชีวิต นอกจากนี้แล้วหลักธรรมพระพุทธศาสนาสอนให้บริหารจัดการด้วยการฝึกสติและสมาธิ ซึ่งช่วยให้จิตสงบและมั่นคง เมื่อจิตมีความสงบ ปัญญาจะเกิดขึ้น โดยสามารถมองเห็นความจริงของสิ่งต่าง ๆ ตามที่เป็นจริง การเจริญปัญญาในพระพุทธศาสนาจึงเป็นการพัฒนาความเข้าใจและการตัดสินใจที่ถูกต้องด้วยจิตที่บริสุทธิ์และมีสติครบถ้วน

ความฉลาดทางอารมณ์: แนวคิด และหลักการสำคัญ

ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) เป็นความสามารถในการรับรู้และเข้าใจอารมณ์ของตนเองและของผู้อื่น รวมถึงการจัดการอารมณ์และความรู้สึกในทางที่เป็นประโยชน์ ซึ่งแนวคิดดังกล่าวไม่ได้แสดงถึงความฉลาดทางปัญญาเท่านั้น แต่เน้นไปที่การเข้าใจและปรับตัวต่ออารมณ์และความรู้สึกของผู้อื่นและตนเองอย่างมีประสิทธิภาพในสังคมและการทำงาน (Salovey, P. & Mayer, J. D., 1990) ความฉลาดทางอารมณ์มีส่วนประกอบหลัก 4 ด้าน (Goleman, D., 1995) ได้แก่ 1) การรับรู้อารมณ์ (Emotion Perception) ความสามารถในการรับรู้และจำแนกแยกอารมณ์ของตนเองและผู้อื่นอย่างถูกต้อง ซึ่งรวมถึงการรับรู้สภาวะอารมณ์จากทัศนคติ สีหน้า และพฤติกรรมของผู้อื่น 2) การใช้อารมณ์ให้เป็นประโยชน์ (Emotion Regulation) ความสามารถในการจัดการและควบคุมอารมณ์ของตนเองให้เหมาะสมกับสถานการณ์ รวมถึงการเรียนรู้การจัดการกับความเครียด ความโกรธ ความเศร้า และความรู้สึกอื่น ๆ อย่างสมดุล และ 3) การเข้าใจอารมณ์ (Emotion Understanding) ความสามารถในการเข้าใจและวิเคราะห์ว่าทำไมผู้คนมีความรู้สึกแบบนี้ ซึ่งเกี่ยวข้องกับความเข้าใจถึงสาเหตุและผลของอารมณ์ต่าง ๆ และ 4) การจัดการความสัมพันธ์ (Emotion Management) เป็นความสามารถในการสร้างและรักษาความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น โดยใช้ความเข้าใจและการจัดการอารมณ์และความรู้สึกอย่างเหมาะสม

Checklist

ความฉลาดทางอารมณ์ในที่ทำงาน

Self-awareness ความตระหนักรู้ในตนเอง	☐ คุณสามารถรับรู้อารมณ์ของตนเองได้ดี ☐ คุณกล้าเปิดเผยถึงสภาพอารมณ์ของตนเอง ☐ คุณเลือกจุดเด่นของตนเองมาใช้ในการทำงานได้เต็มที่
Self-regulation การควบคุมตนเอง	☐ คุณมีความสุขุมเมื่ออยู่ภายใต้ความกดดัน ☐ คุณจัดการภาวะสับสนทางอารมณ์ในตนเองได้ดี ☐ คุณไม่แสดงอารมณ์เสียใจง่ายเมื่อต้องเผชิญกับสิ่งรบกวนจิตใจในการทำงาน
Motivation แรงบันดาลใจ	☐ คุณมุ่งมั่นที่จะไปให้ถึงเป้าหมายอย่างจริงจัง ☐ คุณกระตือรือร้นไม่ย่อท้อเพื่อยกระดับคุณภาพงาน ☐ คุณรู้จักมองสถานการณ์ให้เป็นช่องทางที่เป็นโอกาส
Empathy ความเห็นอกเห็นใจ	☐ คุณเปิดใจรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของเพื่อนร่วมงาน ☐ คุณสามารถสังเกตอารมณ์ความรู้สึกของเพื่อนร่วมงาน ☐ คุณรับรู้ รับฟัง ให้คำปรึกษาและให้ความช่วยเหลือเพื่อนร่วมงาน
Social skill ทักษะการเข้าสังคม	☐ คุณมีเครือข่ายคนรู้จักขนาดใหญ่ที่สนับสนุนคุณ ☐ คุณสามารถหาจุดร่วมกับคนทุกประเภทได้ ☐ คุณสามารถโน้มน้าวใจเพื่อนร่วมงานได้

ภาพที่ 1 รายการตรวจสอบความฉลาดทางอารมณ์ในที่ทำงาน

กล่าวได้ว่า ความฉลาดทางอารมณ์ คือ ความสามารถในการรับรู้ เข้าใจ และจัดการอารมณ์ของตนเอง และผู้อื่น ซึ่งส่งผลให้สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดี จัดการความเครียด และตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งในชีวิตส่วนตัวและการทำงาน ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญมากในชีวิตประจำวันและการทำงาน เนื่องจากเป็นเครื่องมือสำคัญที่จะช่วยให้ผู้นำสามารถมีสมดุลในความรู้สึก รับมือกับสถานการณ์ที่ท้าทาย และสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ในบริบทขององค์กรจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน สร้างบรรยากาศทำงานที่ดี และสร้างความเชื่อมั่นในพนักงานและผู้นำในองค์กร ปัจจุบันได้มีการประยุกต์ความฉลาดทางอารมณ์เป็นเครื่องมือในการพัฒนาองค์กร

ผู้นำและภาวะผู้นำสตรี

ผู้นำมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการการนำทีมและองค์กรไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ ซึ่งผู้นำมีหน้าที่หลากหลาย เช่น อำนวยความสะดวก วางแผน ชี้แนะ สั่งการ และควบคุมการดำเนินงาน เพื่อให้ผลลัพธ์ที่เป็นไปตามเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ คำว่า “ภาวะผู้นำ” และ “ผู้นำ” มีความหมายที่เกี่ยวข้องกันโดยสมมติในทางปฏิบัติ แสดงถึงคุณสมบัติและความสามารถของบุคคลที่เป็นผู้นำในการนำกลุ่มหรือองค์กรไปสู่เป้าหมาย โดยมีการให้ความหมายตามพจนานุกรม และการศึกษาของ นักทฤษฎีและนักวิชาการต่าง ๆ ซึ่งเน้นไปที่คุณลักษณะและภาวะที่ผู้นำต้องมีการทำหน้าที่ของตนในบทบาทที่ได้รับมอบหมาย คำว่า “ภาวะผู้นำ” และ “ผู้นำ” เป็นคำที่มีความหมายสอดคล้องกัน จึงไม่สามารถแยกจากกันเด็ดขาด เนื่องจากการเป็นผู้นำย่อมมีภาวะผู้นำด้วยเสมอไม่ว่าจะเป็นในลักษณะใดลักษณะหนึ่ง (พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2554) การมีภาวะผู้นำ ความสามารถด้านกระบวนการและสถานการณ์ที่บุคคลหนึ่งได้เป็นที่ยอมรับให้เป็นผู้นำในกลุ่มและมีอิทธิพลเหนือพฤติกรรมของสมาชิกในกลุ่มบุคคลนั้น สมาชิกในกลุ่มเชื่อว่ามีความสามารถในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่กลุ่มเผชิญอยู่ได้โดยอาศัยอำนาจหน้าที่หรือการกระทำของผู้นำในการชักจูงหรือชี้นำบุคคลอื่นให้ปฏิบัติงานสำเร็จตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้ (ภารดี อนันต์นารี, 2552) ภาวะผู้นำ หรือบารมี หมายถึง ความดีที่สั่งสมมา เป็นสิ่งที่ผู้นำทำให้คนพูดถึงได้ตลอดไป ด้วยการยกย่องผลงานและคุณงามความดี และความเด่นเป็นที่รู้จักของผู้นำ โดยภาวะผู้นำมีคุณลักษณะ ทักษะ ความเชี่ยวชาญ พฤติกรรมของบุคคล ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล กระบวนการใช้อิทธิพลและอำนาจ เป็นได้ทุกอย่างทั้งแยกส่วนและรวมกันหลายส่วน อยู่ที่แนวทางในการเลือกที่จะศึกษาและฝึกฝน (วิษณุ เครืองาม, 2554) เป็นบุคคลที่กระตุ้นให้ ผู้ตามดำเนินการตามวัตถุประสงค์ โดยวัตถุประสงค์นั้นต้องเป็นวัตถุประสงค์ร่วมของทั้งผู้นำและผู้ตาม (Burn, J. M., 1978) ผู้นำเป็นผู้มีบทบาทในการแสดงความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่อยู่ใต้บังคับบัญชา ทำหน้าที่เพื่อให้องค์กรประสบความสำเร็จเจริญก้าวหน้า ซึ่งก่อให้เกิดความมั่นคงในองค์กรนำไปสู่การบรรลุตามเป้าหมายขององค์กรที่วางไว้ (Durin, A. J., 2004) กล่าวได้ว่า การเป็นผู้นำ คือ การมีคุณสมบัติหรือใช้อิทธิพลให้เกิดกิจกรรมและความสัมพันธ์ในกลุ่มหรือองค์กร โดยสามารถบริหารตนเองและชักจูงผู้อื่นให้ปฏิบัติงานด้วยความเต็มใจ ไม่ต้องการบังคับหรือข่มขู่ เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ คุณลักษณะที่ดีของผู้นำ คือ บุคลิกภาพที่ดี สติปัญญาเฉลียวฉลาด มีความสามารถพิเศษเฉพาะตัว และมีคุณธรรมและจริยธรรมที่ดี เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปตามหลักของสังคมอันดีงาม ในทางปฏิบัติ ผู้นำควรสร้างสรรค์และสนับสนุนบรรยากาศที่เต็มไปด้วยความสุขและความเข้าใจซึ่งจะกระตุ้นและส่งเสริมการทำงานของทีมงานอย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด ผู้นำยังต้องมีความเป็นศัตรูต่อตนเองและสนับสนุนให้คนในทีมมีโอกาสพัฒนาและเติบโตในทุกมิติของชีวิตความรู้และทักษะ ผู้นำที่ดีจะสร้างเครือข่ายที่แข็งแกร่งและสร้างพลังที่จำเป็นสำหรับการเผชิญหน้ากับความท้าทายและสร้างผลลัพธ์ที่ยอดเยี่ยมสำหรับองค์กร



ผู้นำสตรีกับการบริหารองค์กรในปัจจุบันนับว่ามีความสำคัญมากและมีแนวโน้มว่าผู้นำสตรีจะมีบทบาทต่อการบริหารและพัฒนาในด้านมิติต่าง ๆ มากขึ้น ในปัจจุบัน บทบาทและสิทธิของสตรีหรือผู้หญิงในสังคมไทยมีการเพิ่มมากขึ้น มีการเสนอแนะและรณรงค์เพื่อสร้าง “ความเท่าเทียมทางเพศ” และ “สิทธิสตรี” อย่างต่อเนื่อง ทำให้สังคมไทยเปิดกว้างขึ้นในด้านเพศ ดังเห็นได้จากการมีสตรีเข้ามาเล่นหน้าที่สำคัญในหลายสาขาอาชีพ รวมถึงการเริ่มมีองค์กรสตรีและการเคลื่อนไหวของสตรีในวงการธุรกิจและการศึกษา ในอดีต ในปี พ.ศ. 2475 มีการจัดตั้งองค์กรสตรีครั้งแรกในชื่อของสมาคมสตรีไทยแห่งกรุงสยาม (วันทนี วาสิกะสิน, 2553) และในปี พ.ศ. 2478 มีองค์กรสตรีเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะในวงการวิชาชีพ ซึ่งการรวมตัวกันของผู้หญิงในวิชาชีพต่าง ๆ ได้ช่วยให้มีการแก้ไขกฎหมายเพื่อให้สตรีได้รับสิทธิเท่าเทียมกับชาย ในปี พ.ศ. 2516 หลังจากเหตุการณ์ 14 ตุลาคม มีการเพิ่มเติมผลงานของนักคิดนักเขียนเพื่อสิทธิสตรีในประเทศไทย โดยมีผลงานจากนักคิดนักเขียนชื่อดังหลายคน เช่น จิตร ภูมิศักดิ์ และจิระนันท์ พิตรปรีชา ในกลุ่มปัญญาชนโดยเฉพาะมหาวิทยาลัยได้มีการจัดตั้ง “กลุ่มผู้หญิง” ในมหาวิทยาลัยต่าง ๆ ในกระบวนการต่อสู้และเผยแพร่อุดมการณ์เกี่ยวกับสิทธิสตรีและความเท่าเทียมในสังคม (สุนิ ไชยรส, 2554) กล่าวได้ว่า สตรีในสังคมไทยได้มีการเปลี่ยนแปลงเรื่อยมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ตามลักษณะของการเมืองการปกครองของไทยที่มีการเปลี่ยนแปลง การปกครองมาเป็นระบอบประชาธิปไตย ซึ่งกลุ่มคนรุ่นใหม่ได้ให้ความสำคัญและผลักดันเรื่องของสิทธิสตรีและสิทธิมนุษยชนมากยิ่งขึ้น ผ่านกระบวนการเรียกร้องและการแก้ไขกฎหมายต่าง ๆ เกี่ยวกับสิทธิสตรี ส่งผลให้สตรีในสังคมไทยเริ่มได้รับการยอมรับในการเข้ามามีบทบาทสำคัญทั้งในด้านการเมืองการปกครองและการเข้าถึงการศึกษา ซึ่งเป็นการสร้างความเท่าเทียมและสถานภาพทางสังคมที่ดีขึ้นให้แก่ผู้หญิง ผลสืบเนื่องดังกล่าวได้ส่งเสริมให้สตรีมีบทบาทในการเป็นผู้นำในองค์กรต่าง ๆ อย่างทัดเทียมกับผู้ชายมากยิ่งขึ้นดังปรากฏในปัจจุบัน

สถานการณ์ปัจจุบัน บทบาทผู้นำของสตรีในองค์กรได้ปรากฏความสำคัญมากขึ้นความสำคัญของการมีบทบาททางการบริหารของสตรีเป็นที่รับรู้การรับรู้ว่าคุณสมบัติในการบริหารเท่าเทียมกับบุรุษ โดยเฉพาะภาวะผู้นำของสตรีที่เป็นนักพัฒนา พบว่า มี 2 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) ด้านคุณลักษณะทางบุคลิกภาพ ได้แก่ ความเชื่อมั่นในตนเอง การรู้จักตนเอง และมีเป้าหมายในการทำงาน มีความอดทนต่อความยากลำบาก มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และ 2) ความเหมือนและแตกต่างระหว่างภาวะผู้นำของบุรุษและภาวะผู้นำของสตรี ได้เปรียบเทียบการบริหารมากกว่าบุรุษ ในบางสถานการณ์ทางการบริหารในองค์กร โดยเฉพาะการทำงานที่ต้องอาศัยความสัมพันธ์กับบุคคลต่าง ๆ ที่เชื่อมโยงกันระหว่างบุคคลต่าง ๆ ตามในองค์กร การทำงานร่วมกันเป็นทีมและการตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกันระหว่างพนักงานในทีมงานรวมทั้งทุกระดับ ขอบบังคับต่าง ๆ ในที่ทำงานให้บรรลุผลสำเร็จพบว่า สตรี ได้รับความสำเร็จและได้เปรียบบุรุษในด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การรับฟังความคิดเห็นและการจูงใจผู้อื่นทำให้สตรีได้รับการยอมรับเป็นอย่างดีในองค์กรต่าง ๆ ในอนาคต (Fisher, H., 2010) แม้ว่าบุรุษและสตรีสามารถเป็นผู้นำที่มีประสิทธิภาพได้เหมือนกัน และมีรายงานผลการศึกษาว่าบุรุษและสตรีมีแนวโน้มที่จะใช้รูปแบบในการทำงานแตกต่างกัน สตรีจะใช้หลักประชาธิปไตยและการมีส่วนร่วม โดยการให้เกียรติผู้อื่นแบ่งปันข้อมูลและอำนาจกับคนอื่น (Solovic, W. S., 2007)

กล่าวได้ว่า บุคลิกลักษณะของผู้นำสตรีมีแนวโน้มที่จะเน้นการมีส่วนร่วม การสร้างความเชื่อมั่นและการเป็นเอกฉันท์ในการทำงานมากกว่า และมีการยอมรับว่าสตรีมีความสำเร็จในการบริหารและสร้างความพึงพอใจมากกว่าบุรุษในบางสถานการณ์ ดังนั้น การเรียนรู้และการส่งเสริมบทบาทผู้นำของสตรีในองค์กรเป็นสิ่งสำคัญในการสร้างองค์กรที่มีประสิทธิภาพและยั่งยืนได้ในอนาคต

ความฉลาดทางอารมณ์วิถีพุทธกับการเสริมสร้างพลังอำนาจภาวะผู้นำสตรี

แนวคิดการเสริมพลังอำนาจ (Empowerment) คือ การเพิ่มความสามารถและความมั่นใจให้บุคคลหรือกลุ่มคนมีส่วนร่วมในการตัดสินใจและควบคุมชีวิตของตนเอง โดยผ่านการพัฒนาทักษะ การสนับสนุน และการเข้าถึงทรัพยากรที่จำเป็น (รสสุคนธ์ วาริทสกุล, 2560) การเสริมพลังอำนาจไม่เพียงแต่เป็นการพัฒนาศักยภาพของบุคคล แต่ยังเป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างองค์กรและชุมชนที่มีประสิทธิภาพ การให้โอกาสและการสนับสนุนในการตัดสินใจช่วยให้บุคคลมีความรับผิดชอบและความมุ่งมั่นในการทำงาน ซึ่งส่งผลดีต่อการเติบโตและความสำเร็จขององค์กรโดยรวม นอกจากนี้ การเสริมพลังอำนาจยังช่วยในการลดความตึงเครียดและความขัดแย้งในที่ทำงานหรือในสังคม โดยการสร้างบรรยากาศที่ทุกคนรู้สึกได้รับการสนับสนุนและเคารพ (กาญจนา เหมะรัต และคณะ, 2555) กล่าวได้ว่า การเสริมพลังอำนาจเป็นกระบวนการที่ช่วยให้บุคคลและกลุ่มมีความสามารถในการควบคุมและตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งมีผลดีต่อการพัฒนาและการเติบโตทั้งในระดับบุคคลและในระดับองค์กรหรือชุมชน มิติด้านพระพุทธศาสนา หลักธรรมของพระพุทธศาสนาประกอบด้วยหลักธรรมที่มุ่งเสริมศักยภาพและพัฒนาปัจเจกบุคคลให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ การน้อมนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาสู่การปฏิบัติสามารถประยุกต์ได้ตามความเหมาะสมทั้งนี้เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุข เสริมสร้างชุมชน และองค์กรให้เกิดความร่วมมือและดำเนินการตามภารกิจองค์กรได้อย่างสมบูรณ์ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ดังนั้น การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) และการเรียนรู้วิถีพุทธ (Buddhist practices) เป็นสิ่งสำคัญในการเสริมสร้างพลังอำนาจและภาวะผู้นำในสตรี โดยเฉพาะในสังคมที่กำลังเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมอย่างต่อเนื่อง จากการศึกษาผู้นิพนธ์เสนอแนะ ในการ ความฉลาดทางอารมณ์วิถีพุทธกับการเสริมสร้างพลังอำนาจภาวะผู้นำสตรี ดังนี้

1. ด้านการประยุกต์ใช้ความฉลาดทางอารมณ์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน

1.1 การเสริมทักษะความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) การเสริมสร้างทักษะสตรีให้เป็นผู้มีความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ของตนเอง และปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพ จะมีความเป็นผู้นำที่มีอิทธิพลในองค์กรได้มากขึ้นทั้งการทำงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย การสร้างสัมพันธภาพ และการสร้างสรรค์งานใหม่ ๆ ให้เกิดขึ้น ซึ่งทักษะต่าง ๆ สามารถพัฒนาให้เกิดขึ้นได้ผ่านการเจริญสติในการรับรู้และเข้าใจอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น การเรียนรู้การแก้ไขปัญหาและการต่อสู้กับสถานการณ์ต่าง ๆ ในองค์กรได้อย่างสมดุลและเหมาะสม

1.2 การเรียนรู้การปฏิบัติวิถีพุทธ บนพื้นฐานของพระพุทธศาสนาที่ให้ความสำคัญกับการเสริมศักยภาพโดยเฉพาะด้านการเรียนรู้ การพัฒนาตนเอง และให้ความสำคัญกับการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ดังนั้น การประยุกต์ใช้หลักธรรมและปฏิบัติตามวิถีพุทธอย่างเหมาะสมจะเป็นการเสริมศักยภาพให้สตรีมีความเข้มแข็งทางจิตใจให้มีความสงบ และใช้สติประกอบการเป็นผู้นำ หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจะส่งเสริมให้เกิดภาวะผู้นำที่สมบูรณ์ และสามารถรับมือกับสถานการณ์ที่ท้าทายเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาได้อย่างเหมาะสม เท้าทันต่อสถานการณ์ หลักธรรมที่เป็นพื้นฐานเริ่มจากการปฏิบัติตามศีล สมาธิ และภาวนาขั้นพื้นฐาน จนถึงระดับสูง คือ การเจริญตามแนวสติปัฏฐาน 4 เพื่อนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

1.3 วัฒนธรรมเรียนรู้องค์กร การสนับสนุนและเสริมสร้างกลุ่มและการสร้างวัฒนธรรมการเรียนรู้ในองค์กร การทำงานเป็นกลุ่มหรือพลังความเป็นทีมจำเป็นว่าเป็นปัจจัยสำคัญในการสนับสนุนความเป็นผู้นำ และนำพาองค์กรสู่เป้าหมายได้ การสนับสนุนกลุ่มโดยเฉพาะสตรีในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และการปฏิบัติตามวิถีพุทธจะช่วยให้มีศักยภาพและเกิดพลังการสนับสนุนในการทำงานเป็นทีมในองค์กร การสร้างพื้นที่สำหรับสตรีให้มีบทบาทในการนำองค์กรจะเป็นการเปิดพื้นที่ให้กับผู้นำสตรี เกิดการยอมรับ และและการสนับสนุนการพัฒนาอย่างยั่งยืนได้



1.4 การส่งเสริมการเรียนรู้และพัฒนาทักษะการนำองค์กร แนวโน้มและบทบาทสตรีมีศักยภาพ และเข้าใจในทักษะการนำและมีความสามารถในการประยุกต์ใช้ได้อย่างเหมาะสม ในสถานการณ์ที่แตกต่าง การส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้และพัฒนาตนเองอย่างสม่ำเสมอจะเป็นแนวทางการพัฒนาที่สำคัญในการเสริมสร้างพลังอำนาจและภาวะผู้นำสำหรับสตรี

1.5 องค์กรที่เป็นมิตรต่อสตรี การสนับสนุนและสร้างองค์กรที่เป็นมิตรต่อสตรี โดยการเปิดโอกาสให้สตรีได้รับการฝึกอบรมและพัฒนาทักษะในการเป็นผู้นำ การส่งเสริมความเสมอภาคและสนับสนุนเพื่อให้สตรีมีโอกาสนในการเป็นผู้นำในระดับต่าง ๆ จะเป็นการเปิดพื้นที่ให้เกิดการพัฒนาบทบาทสตรีในองค์กรได้อย่างยั่งยืน

ดังกล่าวมาแล้วนั้น การพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และการเรียนรู้วิถีพุทธในสตรีจะเป็นการเสริมสร้างพลังอำนาจและภาวะผู้นำที่มีประสิทธิภาพในสังคมและองค์กรให้แข็งแกร่งขึ้นอย่างยั่งยืนและสร้างประสิทธิผลในการเป็นผู้นำที่ดีในสังคมที่เปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง

2. ด้านการบูรณาการหลักธรรมวิถีพุทธในชีวิตประจำวัน

การนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันสามารถช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และความสามารถในการเป็นผู้นำของสตรีได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตัวอย่างหลักธรรมที่สามารถนำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ซึ่งสามารถจะนำมาเป็นพื้นฐานในการดำเนินชีวิต มีดังนี้

2.1 การสร้างสมาธิและเจริญสติสำหรับการดำเนินชีวิตประจำวัน หลักธรรมที่ควรมี คือ หลักสติปัฏฐาน 4 ตัวอย่างการประยุกต์ใช้ เช่น การนั่งสมาธิทุกวัน ช่วงเช้าหรือเย็น สามารถออกแบบกิจกรรมตามความสะดวก เพียงวันละ 10 - 15 นาที เพื่อฝึกการมีสติและการทำสมาธิ การฝึกสติในการทำงานประจำวัน เช่น การกำหนดลมหายใจ การรู้สึกถึงการเคลื่อนไหวของร่างกายระหว่างการทำกิจกรรมต่าง ๆ

2.2 การพัฒนาปัญญาตามแนวพุทธ หลักธรรมสำหรับการประยุกต์ใช้ คือ หลักโยนิโสมนสิการ โดยสามารถนำมาประยุกต์ใช้สำหรับการปฏิบัติในการฝึกคิดแบบโยนิโสมนสิการในชีวิตประจำวัน เช่น การวิเคราะห์เหตุและผลของสถานการณ์ต่าง ๆ การพิจารณาข้อดีข้อเสียของการตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ การพิจารณาความไม่เที่ยงของสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตเพื่อสร้างความเข้าใจและความสงบ การวิเคราะห์เหตุและผลของสถานการณ์ต่าง ๆ การฝึกคิดและวิเคราะห์สถานการณ์ต่าง ๆ ด้วยการพิจารณาว่าเหตุใดจึงเกิดเหตุการณ์นี้ขึ้น และผลที่ตามมาคืออะไร เป็นการคิดอย่างมีระบบที่ช่วยให้เราเข้าใจความเชื่อมโยงและความสัมพันธ์ระหว่างเหตุและผล การพิจารณาข้อดีข้อเสียของการตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ก่อนที่จะตัดสินใจในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ควรพิจารณาทั้งข้อดีและข้อเสียของการตัดสินใจนั้น ๆ อย่างละเอียด เป็นการคิดอย่างรอบคอบที่ช่วยให้เรามีมุมมองที่ครอบคลุมและตัดสินใจได้อย่างมีเหตุผล และการพิจารณาความไม่เที่ยงของสิ่งต่าง ๆ ในชีวิต การฝึกคิดและพิจารณาถึงความไม่เที่ยงของสิ่งต่าง ๆ ในชีวิต เช่น ความเปลี่ยนแปลงของสภาพอากาศ การเสื่อมสภาพของสิ่งของ หรือการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง เป็นการเสริมสร้างความเข้าใจและความสงบทางจิตใจ เป็นต้น

2.3 การสร้างสมดุลในการดำเนินชีวิต หลักธรรมที่สำคัญ คือ มัชฌิมาปฏิปทา (ทางสายกลาง) และตัวอย่างการปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวัน เช่น การจัดการเวลาทำงานและเวลาส่วนตัวให้สมดุล การดูแลสุขภาพกายและใจ การสร้างความสมดุลระหว่างการทำงาน การพักผ่อน และการพัฒนาตนเอง

2.4 การสร้างสัมพันธภาพที่ดี หลักธรรมที่สามารถประยุกต์ใช้ คือ ความเมตตา (ความรักและความปรารถนาดี) ตัวอย่างการปฏิบัติ เช่น การใช้เมตตาในการสื่อสารกับผู้อื่น การให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนเพื่อนร่วมงาน การใช้คำพูดที่ดี เป็นที่รื่นรมย์จิตใจ และการกระทำที่สร้างความเข้าใจและความสัมพันธ์ที่ดี

2.5 การส่งเสริมความยั่งยืน หลักธรรมสำหรับการประยุกต์ใช้ คือ อุเบกขา (ความสมดุลและยั่งยืน) ตัวอย่างการปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวัน เช่น การสร้างวัฒนธรรมองค์กรที่ยั่งยืน การส่งเสริมความเสมอภาคและความเท่าเทียมในองค์กร การสนับสนุนให้มีการพัฒนาทักษะและศักยภาพของสตรีในองค์กรอย่างต่อเนื่อง

การนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปปฏิบัติในชีวิตประจำวันไม่เพียงแต่ช่วยเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ แต่ยังเสริมสร้างพลังอำนาจและภาวะผู้นำที่มีประสิทธิภาพในสังคมและองค์กร การบริหารจัดการให้มีสมาธิและการเจริญปัญญาตามหลักโยนิโสมนสิการเป็นพื้นฐานสำคัญในการพัฒนาตนเองและการนำพาองค์กรไปสู่ความสำเร็จอย่างยั่งยืน การประยุกต์ใช้หลักธรรมเหล่านี้จะช่วยให้ผู้นำสตรีสามารถรับมือกับสถานการณ์ที่ท้าทายได้อย่างเหมาะสมและเท่าทันต่อสถานการณ์ สามารถสรุปเป็นแผนภาพได้ ดังนี้



ภาพที่ 2 ความฉลาดทางอารมณ์วิถีพุทธกับการเสริมสร้างพลังอำนาจภาวะผู้นำสตรี

สรุป

การนำเสนอบทความดังกล่าวข้างต้นผู้พนธ์ได้นำเสนอข้อสะท้อนถึงแนวคิดที่เชื่อว่าความฉลาดทางอารมณ์วิถีพุทธโดยได้นำเสนอแนวคิดการบริหารจิตและการเจริญปัญญาซึ่งเป็นหลักการพื้นฐานทางพระพุทธศาสนา ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้เป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพในการพัฒนาภาวะผู้นำสตรีในยุคปัจจุบัน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ซึ่งจะเน้น การสร้างความเข้าใจและความตระหนักรู้ในตนเองและผู้อื่น รวมถึงการพัฒนาทักษะในการปรับตัวและ การเข้าใจทางสังคม เพื่อเสริมความเชื่อมั่นและความเป็นผู้นำที่มีอิทธิพลที่มีประสิทธิภาพ การสร้างความเข้าใจและความตระหนักรู้ในตนเองและผู้อื่นเป็นสิ่งสำคัญที่ผู้นำสตรีควรมี เพื่อทำให้พวกเขาสามารถเข้าใจความต้องการและความรู้สึกของทีมและบุคคลในองค์กรได้อย่างแม่นยำ เช่น การเข้าใจถึงความต้องการของทีม หรือการสนทนาเพื่อสร้างบรรยากาศที่เต็มไปด้วยความเป็นกันเอง การพัฒนาทักษะในการปรับตัวและการเข้าใจทางสังคมเป็นอีกด้านหนึ่งที่สำคัญ ซึ่งจะช่วยให้ผู้นำสตรีสามารถตอบสนองต่อสถานการณ์และความต้องการของบุคลากรได้อย่างเหมาะสม โดยสร้างความไว้วางใจและความสนับสนุนให้กับทีม เช่น การแสดงความเห็นที่เป็นสัดส่วนและการสนับสนุนในการเรียนรู้และ การพัฒนาของสมาชิกในทีม ทั้งนี้ การพัฒนาภาวะผู้นำสตรีให้มีความสามารถในการเป็นผู้นำที่มีคุณภาพและสามารถสร้างผลการดำเนินงานที่เป็นประโยชน์ต่อ



องค์การในสถานการณ์ที่ซับซ้อนและเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในยุคปัจจุบันจึงเป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาภาวะผู้นำสตรีในองค์กร นอกจากนี้ การพัฒนาผู้นำหญิงมีความสำคัญในการเสริมสร้างศักยภาพและประสิทธิภาพในการนำทีม โดยเริ่มจากการจัดโปรแกรมฝึกอบรมที่เน้นทักษะการเป็นผู้นำ การตัดสินใจ และการสื่อสาร รวมถึงการให้โอกาสในการนำโครงการสำคัญและการมีบทบาทในการตัดสินใจในองค์กร การให้คำปรึกษาจากพี่เลี้ยง (Mentor) และการสนับสนุนจากผู้นำระดับสูงช่วยเสริมสร้างทักษะและความมั่นใจ ในขณะเดียวกัน การพัฒนาทักษะทางอารมณ์ เช่น การฝึกสติและการจัดการอารมณ์ เป็นสิ่งสำคัญในการเพิ่มความเข้าใจและการตอบสนองต่อสถานการณ์ และการสร้างเครือข่ายทางวิชาชีพและการสนับสนุนการทำงานที่ยืดหยุ่นช่วยให้ผู้นำหญิงมีโอกาสเติบโตและจัดการกับภาระงานได้ดีขึ้น การติดตามและประเมินผลอย่างต่อเนื่องจะช่วยปรับปรุงกลยุทธ์การพัฒนาให้เหมาะสมและมีประสิทธิภาพ

เอกสารอ้างอิง

- กาญจนา เหมะรัต และคณะ. (2555). รูปแบบการเสริมพลังอำนาจการพยาบาลผู้ป่วยจิตเภทในสังคมเมือง. วารสารพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต, 26(3), 81-86.
- บรรจง อมรชีวิต. (2558). พุทธวิธีคิดวิเคราะห์ด้วยโยนิโสมนสิการ การคิดเพื่อนำไปสู่ปัญญาวิมุตติ. กรุงเทพมหานคร: ภาพพิมพ์.
- ประเวศ วะสี. (2546). ยุทธศาสตร์พระพุทธศาสนากับการพัฒนาประเทศไทย. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิโกมลคีมทอง.
- พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน. (2554). ผู้นำ. เรียกใช้เมื่อ 20 พฤษภาคม 2567 จาก <https://dictionary.orst.go.th>
- พรพรหมพรรณ บุญโคกล่าม และคณะ. (2566). ภาวะผู้นำของผู้บริหารสถานศึกษาสตรีที่ส่งผลต่อความสุขในการทำงานของครูและบุคลากรทางการศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาจันทบุรี ตราด. วารสารมหาจุฬานาครทรรศน์, 10(5), 142-152.
- พระปวิทย์ วชิรวิโช. (2018). ประโยชน์ของการฝึกสมาธิแนวพุทธเซน ในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ศักยภาพผู้ปฏิบัติธรรมชาวฝรั่งเศส. ธรรมธารา, 1(1), 186-200.
- ภาณี อนันต์นาวิ. (2552). หลักการ แนวคิด ทฤษฎี ทางการบริหารการศึกษา. ชลบุรี: มนตรี.
- มติชนสุดสัปดาห์. (2559). ฉัตรสุมาลย์: เสวนาเรื่องบทบาทสตรีฯ. เรียกใช้เมื่อ 20 พฤษภาคม 2567 จาก https://www.matichonweekly.com/column/article_1468
- รสสุคนธ์ วาริตสกุล. (2560). กลยุทธ์การเสริมพลังอำนาจในผู้ป่วยโรคไตเรื้อรัง. วารสารพยาบาลสภากาชาดไทย, 10(1), 1-12.
- วรรณดี เกตแก้ว. (2552). การศึกษาองค์ประกอบคุณลักษณะของผู้นำสตรีทางการศึกษาในภาคใต้. วารสารศึกษาศาสตร์, 20(2), 45-58.
- วันทนี วาสิกะสิน. (2553). สังคมสงเคราะห์แนวสตรีนิยม: ทฤษฎีและการปฏิบัติ. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- วิษณุพงศ์ ไชยธิกุลโรจน์ และคณะ. (2564). ผู้บริหารสถานศึกษากับการพัฒนาตัวบ่งชี้ความฉลาดทางอารมณ์และสังคม. วารสารการวัด ประเมินผล สถิติ และการวิจัยทางสังคมศาสตร์, 4(2), 17-26.
- วิทย์ วิทศทเวทย์ และเสฐียรพงษ์ วรรณปก. (2562). พระพุทธศาสนา ม. 4 กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551. (พิมพ์ครั้งที่ 8). กรุงเทพมหานคร: บริษัท อักษรเจริญทัศน์ อจท. จำกัด.

- วิชญ์ เครืองาม. (2554). เสรีภาพในการแสดงความคิดเห็น. วารสารนิติธรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 13(1), 570-571.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต). (2559). พุทธธรรม ฉบับเดิม. (พิมพ์ครั้งที่ 31). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต). (2561). พจนานุกรมพุทธศาสตร์: ฉบับประมวลศัพท์. (พิมพ์ครั้งที่ 31). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต). (2564). การศึกษาเพื่อพัฒนาอารยธรรมให้สมนาม สยามสามไตรศึกษา 3 พัฒนา 4. (พิมพ์ครั้งที่ 9). กรุงเทพมหานคร: บริษัท พิมพ์สวย จำกัด.
- สมบุรณ์ วัฒนะ และคณะ. (2566). การบูรณาการพระพุทธศาสนาเพื่อสร้างคุณค่าตามคติสุวรรณภูมิ กรณีวัดพระปฐมเจดีย์. ธรรมธารา, 9(1), 80-111.
- สุนี ไชยรส. (2554). เภมินิสต์ ประชาธิปไตยและสิทธิมนุษยชน: การต่อสู้บนเส้นทางแห่งความเสมอภาค. กรุงเทพมหานคร: เดือนตุลา.
- กัลยาณมิตร. (2560). หลักธรรมสำคัญในพระไตรปิฎก. เรียกใช้เมื่อ 20 พฤษภาคม 2567 จาก https://kalyanamitra.org/th/article_detail.php?i=14327
- Burn, J. M. (1978). Leadership. New York: Harper and Row.
- Daniel G. (1998). Working with Emotional Intelligence. New York: Bantam Books.
- Durin, A. J. (2004). Leadership Research Findings, Practice, and Skills. New York: Houghton Mifflin.
- Fisher, H. (2010). The first sex: The natural talents of women and how they are changing the world. New York: Ballantine Books.
- Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. New York: Bantam Books.
- Ruchaneeya L. (2565). ความฉลาดทางอารมณ์-สิ่งสำคัญที่ผู้นำต้องมี. เรียกใช้เมื่อ 20 พฤษภาคม 2567 จาก <https://blog.happily.ai/th/emotional-intelligence-important-key-for-leaders-th/>
- Salovey, P. & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. Imagination, Cognition, and Personality, 9(3), 185-211.
- Solovic, W. S. (2007). The girl's guide to power and success. New York: AMACOM.