

แรงจูงใจกับการพัฒนาตนตามหลักภวานา 4

MOTIVATION AND SELF-DEVELOPMENT ACCORDING TO THE PRINCIPLE OF PHAWANA 4

Received : October 28, 2018

พนัทเทพ ณ นคร

Revised : November 26, 2018

Panattap Na Nakorn

Accepted : December 30, 2018

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเสนอแนวทางในการพัฒนาตนของทั้งทางกายวิภาคและจิตใจ การพัฒนาตนของเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคนโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนามุ่งมองที่สำคัญของมนุษย์ รวมถึงภูมิปัญญา สติปัญญาและด้านอื่น ๆ เมื่อการพัฒนาตนของเกิดขึ้นมนุษย์จะสามารถดำเนินชีวิต อย่างมีประสิทธิภาพซึ่งรวมถึงชีวิตรากฐานและชีวิตส่วนตัว แต่จะนำไปสู่ครอบครัวที่มีความสุขและ องค์กรที่ประสบความสำเร็จ มุ่งยึดที่ใช้ชีวิตโดยปราศจากการพัฒนาตนของจะส่งผลให้เกิดความล้มเหลว ในชีวิตเนื่องจากไม่สามารถรับมือกับการเปลี่ยนแปลงของโลกได้ ดังนั้น ผู้เขียนจึงนำเสนอแนวทางโดยใช้ หลักภวานา 4 เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนของ

คำสำคัญ: การพัฒนาตนของ, การดำเนินชีวิต, ภวนา 4

Abstract

This article aims to propose the way of self-development in both physical, verbal and mind. Self-development is necessary for individual aiming to develop key angles of human including wisdom, mental and other area. Once self-development has happened, human being will be able to proceed an effective living which includes work life and personal life, yet, it will lead to happy family and successful organization. All human beings who live life without self-development, will get the result in a failure their lives as they cannot cope up with the change of the world. Hence, the writer presents the core concept of Dhamma is Bhavana 4 which are four dimensions as to be self-development.

Keyword: Self-development, life, Bhavana 4

บทนำ

สังคมไทยในปัจจุบันนี้ มีการพัฒนาไปได้อย่างรวดเร็ว และต่อเนื่องเป็นอย่างมาก สืบเนื่องมาจากสภาพของธรรมชาติโดยทั่วไป มนุษย์พัฒนาตนเองมาโดยเป็นลำดับ ในตอนแรกก็อยู่กันเป็นกลุ่มเฉพาะบุคคล ปักป้องแต่พวกรตนเป็นหลัก ในขณะเดียวกันก็เป็นศัตรูกับกลุ่มอื่น ๆ แก่งแย่งชิงดีชิงเด่นกันสู้รบกับกลุ่มอื่น ๆ จนภายหลังมีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนา ใช้ปัญญาในการวิวัฒนาการที่เปลี่ยนแปลงไปสามารถรวมกลุ่มให้ใหญ่ขึ้นไปเรื่อย ๆ และสามารถอยู่ร่วมกันได้ มนุษย์นั้นเป็นสังคม หมายถึง การอยู่ร่วมเป็นกลุ่ม ๆ ไม่ได้อยู่อย่างโดดเดี่ยว อยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม ๆ ที่มีลักษณะต่าง ๆ แตกต่างกันออกไปเป็นต้นว่า อยู่กันเป็นครอบครัว ผู้พันธุ์ชุมชนสังคม และประเทศชาติ เมื่อมาอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มนั้นย่อมมีผู้นำและผู้ตาม ของประชาชนหรือคนในกลุ่ม ยังมีการควบคุมดูแล การจัดระเบียบ และการพัฒนาเพื่อให้เกิดความสงบสุข และมีการพัฒนาขึ้นมาได้อย่างต่อเนื่อง เมื่อมีกลุ่มคนเหล่านี้ ก็ย่อมมีในสิ่งที่ดีที่เจริญต่อไป ในทางคำกริยาของ คำว่า พัฒนา หมายความว่า การทำให้เจริญ ทำให้เติบโตของงานและเจริญมากขึ้น (ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2542: 238)

การพัฒนาตนเอง เป็นการส่งเสริมให้บุคคลมีความรู้ ความสามารถ มีทักษะในการทำงานให้ดีขึ้นอันจะนำไปสู่การทำงานที่มีประสิทธิภาพ ส่งผลดีต่อครอบครัวและองค์กร การพัฒนาตนมีความจำเป็นสำหรับมนุษย์ทุกคนที่ต้องการความก้าวหน้า มีตำแหน่งหน้าที่การทำงานที่สูงขึ้น ทำงานมีประสิทธิภาพมากขึ้น มีความพึงพอใจที่จะทำงานมากขึ้น มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่สมบูรณ์ (เพศala ไกรสิทธิ์, 2541: 3) การพัฒนาตนเองเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับทุกคนที่ต้องการความสำเร็จ ในทุก ๆ ด้าน บุคคลที่มีรู้จักการพัฒนาตนจะเป็นผู้ที่มีประสบความสำเร็จในชีวิตนั่นเอง

แนวความคิดเกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง

คำว่า การพัฒนา คือ อะไร ก่อนอื่นเราต้องทราบก่อนว่า พัฒนา คือ การมุ่งให้เกิดความเจริญก้าวหน้า มุ่งให้ทุกคนมีความสุขสบาย ดังนั้น ทุกคนจึงมุ่งที่จะพัฒนาตนเอง เพราะการที่ทุกคนมุ่งที่จะพัฒนาตนเองนี้จึงมีทางทำให้เสียได้ เพราะว่ามีผู้ที่ไม่ได้มุ่งให้เกิดความก้าวหน้าที่แท้จริงรวมอยู่ด้วย หรือฝ่ายตรงข้ามนำเอาราคำว่า พัฒนา ไปใช้ด้วยกีด้วยกีด ผู้ที่ผลิตมีหวาริบดึงจะแยกได้ว่า ใครจะมาพัฒนา ให้และใครจะมามุ่งพัฒนาเพื่อประโยชน์ของฝ่ายพวกรตัวเอง (พระบรมราโชวาทของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 9, 14 ตุลาคม 2512: 18)

การพัฒนาตนเองนั้นมีองค์ประกอบที่สำคัญใน 3 ด้าน คือ ด้านรูปร่าง ด้านวิชา และด้านทางจิตใจ ซึ่งมีองค์ประกอบที่สำคัญ เช่น

1) รูปร่างพัฒนาให้ดีขึ้น โดยใช้การแต่งกายช่วยลดจุดด้อย หรือเสริมจุดเด่นให้มีหน้าตาสดชื่นแจ่มใส สะอาดหมดจด อาภัปปิริยาการแสดงออกเช้มแข็งแต่ไม่แข็งกระด้าง อ่อนโดยแต่ไม่อ่อนแอ การยืน การเดิน และการนั่งต้องมั่นคงเรียบร้อย การแต่งกายต้องสะอาดเหมาะสมกับกาลเทศะ เหมาะสมกับรูปร่างและผิวพรรณเป็นต้น

2) ทางวิชา มีการพูดดีต้องมีองค์ประกอบ 4 ประการ คือ พูดแต่เมื่อประโยชน์ ผู้ฟังชอบ และ เพราะมีเนื้อหาสาระดีทำให้ทุกคนมีความสุข ก่อนพูดทุกครั้งต้องคิดก่อนพูด มีปัญหาจะเป็นลมปาก ที่หวานๆไม่รู้หาย เป็นที่รักใคร่ชอบพอกันทุก ๆ ฝ่ายที่ได้ยินได้ฟังคำพูดที่ไฟร่า

3) ทางจิตใจ มีการพัฒนาทางจิตใจเมื่องค์ประกอบหลายประการ เช่น ความมั่นใจ มีความมั่นคงในตนเอง จะทำอะไรก็สำเร็จ ความจริงใจ คือ เป็นบุคคลที่รักษาสัจจะ ได้แก่ ความจริงใจที่ออกจากจิตใจของบุคคลที่มีการพัฒนาแล้ว ปากกับใจต้องตรงกัน ความกระตือรือร้น ความกระฉับกระเฉง แจ่มใส มีชีวิตชีวา ความมานะพยายามไม่ยอมแพ้ต่ออุปสรรค ความซื่อสัตย์สุจริตความสุขใจ ความอดกลั้น ความมีเหตุผล การมีสมรรถภาพในการจำ และมีความคิดสร้างสรรค์ เป็นต้น

เป้าหมายของการพัฒนาตนเองมีอยู่ ๓ ระดับ (ส่วน สุทธิเลิศอรุณ, 2543: 10) ดังนี้

1) เพิ่มพูนความรู้และความคิด นับเป็นความสำคัญอย่างยิ่งที่จะต้องเตรียมตัวพัฒนาตนเอง ในการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศตามที่ตนสนใจเรียนรู้เทคโนโลยีสารสนเทศ เรียนรู้สภาพร่างกายของตน ตลอดจนวิธีบำรุงรักษาสุขภาพพลานามัยให้แข็งแรงสมบูรณ์ ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บและเรียนรู้ศาสตร์ต่าง ๆ ที่จำเป็นแก่การประกอบอาชีพทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ เปรียบประดุจเพชรที่แวงววาซึ่งได้เจียระไนแล้ว นับว่ามีคุณค่า หรือคุณภาพอันควรแก่การดำเนินงานที่ดีทั้งหลาย อันเนื่องจากมนุษย์ได้รับการพัฒนาจะเพิ่มพูนทักษะความรู้ความสามารถให้ตนเองได้สูงที่สุด

2) เพื่อเพิ่มพูนทักษะและความชำนาญ มนุษย์ที่ได้รับการพัฒนาจะเพิ่มพูนทักษะและความชำนาญให้มีคุณค่าที่สอดคล้องกับความคิดของตนเองที่นำไปเป็นทางที่ดี

3) เพื่อพัฒนาและเปลี่ยนแปลงเจตคติ และความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ มนุษย์ที่ได้รับการพัฒนาแล้วจะพัฒนาและเปลี่ยนแปลงเจตคติ และพฤติกรรมด้านความรู้สึกจากเจตคติ และอารมณ์เชิงลบ เป็นเจตคติและอารมณ์เชิงบวก และสามารถควบคุมอารมณ์ตนได้ อันจะช่วยพัฒนาตนให้เป็นคนดี มีน้ำใจแห่งการเสียสละ ใจกว้าง รู้จักให้เกียรติผู้อื่นและช่วยลดความเห็นแก่ตัวของตนให้น้อยลง เพื่อเพิ่มพูนความมีเจตสุกในตัวมนุษย์ให้มากขึ้น ซึ่งเป็นผลดีแก่ตนในการพัฒนาตนเอง

การเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง เป็นหลักการและแนวทางหนึ่งที่ถูกพัฒนามาจากหลักการและแนวคิดของ (Knowles, M.S., 1975: 18) ซึ่งได้มีการกล่าวถึงการเรียนรู้แบบชั้นนำตนเอง หรือการเรียนรู้ด้วยตนเองว่า เป็นกระบวนการที่บุคคลคิดริเริ่มตนเอง ในการวินิจฉัยความต้องการในการเรียนรู้กำหนด จุดมุ่งหมาย เลือกวิธีการเรียนจนถึงการประเมินความก้าวหน้าในการเรียนรู้ ทั้งนี้โดยได้รับหรือไม่ได้รับการช่วยเหลือจากผู้อื่นก็ตาม และได้ให้ข้อคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้ โดยการชั้นนำตนเอง โดยผู้ที่เริ่มเรียนรู้ด้วยตนเองจะเรียนรู้ได้มากกว่า และดีกว่าผู้ที่รับรู้จากผู้อื่น ผู้เรียนที่เรียนรู้โดยชั้นนำตนเองจะเรียนอย่างตั้งใจอย่างมีจุดมุ่งหมาย และอย่างมีแรงจูงใจสูงอกจากนั้นยังใช้ประโยชน์จากการเรียนรู้ได้กว่า และยawnan กว่าผู้ที่รับรู้ความรู้จากผู้อื่นมาประกอบด้วย

1. การเรียนรู้โดยชั้นนำตนเองสอดคล้องกับจิตวิทยาพัฒนาการได้ก้าวว่า เด็กตามธรรมชาติต้องพึงพึงผู้อื่น และต้องการผู้ปักครองปกป้องเลี้ยงดู และตัดสินใจแทน เมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ก็มีการพัฒนาขึ้นให้มีความอิสระพึงพึงจากคนภายนอกดลง และเป็นตัวของตนเองจนมีคุณลักษณะการชั้นนำตนเองได้

2. นวัตกรรมรูปแบบของกิจกรรม การศึกษาใหม่ เช่น ห้องเรียนแบบเปิดศูนย์การเรียนรู้ Independent Study เป็นต้น เป็นรูปแบบของกิจกรรมการศึกษาที่เพิ่มบทบาทของผู้เรียนและให้ผู้เรียนรับผิดชอบกระบวนการเรียนรู้ของตนเองเพิ่มมากขึ้นในลักษณะเรียนรู้โดยชี้นำตนเองมากขึ้น

3. การเรียนรู้โดยชี้นำตนเองเป็นลักษณะการเรียนรู้เพื่อความอยู่รอดของมนุษย์ตามสภาพความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตลอดเวลา และที่ความรวดเร็วมากขึ้นตามความก้าวหน้าของเทคโนโลยี การเรียนรู้โดยการชี้นำตนเองเป็นกระบวนการต่อเนื่องตลอดชีวิตของมนุษย์โลก และ Knowles ยังได้กล่าวถึงบทบาทของผู้เรียนในการวางแผนการเรียน ดังนี้

3.1 ขั้นการวินิจฉัยความต้องการการเรียนรู้ของตน

3.2 ขั้นการกำหนดเป้าหมายการเรียนรู้

3.3 ขั้นการกำหนดทรัพยากรเพื่อการเรียนรู้ทั้งด้านวัสดุ อุปกรณ์ และด้านบุคคล

3.4 ขั้นการให้ยุทธวิธีที่เหมาะสมในการเรียนรู้

3.5 ขั้นการประเมินผลการเรียนรู้

จากการศึกษาแนวคิดของ (Knowles, M.S., 1975: 18) มีความสอดคล้องกับการศึกษาที่ได้ศึกษาถึงแนวคิดเกี่ยวกับเรียนรู้แบบชี้นำตนเอง พบว่า 1. การชี้นำตนเองเป็นคุณลักษณะที่มีอยู่ในทุกบุคคลเพียงแต่จะมีมาก หรือน้อยเท่านั้นขึ้นอยู่กับสถานการณ์การเรียนรู้

2. บทบาทของผู้เรียน คือ มีความรับผิดชอบในการเรียนรู้เป็นหลักใหญ่ เป็นผู้ที่ตัดสินใจวางแผน และเลือกประสบการณ์การเรียนรู้ การดำเนินการตามแผนการประเมินความก้าวหน้าของการเรียนรู้ทั้งหมด นี้อาจเกิดขึ้นตามลำพังหรือเกิดในกลุ่มผู้เรียนกลุ่มเล็กหรือกลุ่มใหญ่ที่ผู้เรียนจะร่วมรับผิดชอบในการเรียนรู้ของเข้า (Brockett, Ralph G. and Roger Hiemstra, 1991: 4)

3. คำว่า การชี้นำตนเองในการเรียนรู้ หรือการเรียนรู้โดยการชี้นำตนเอง จะเน้นความรับผิดชอบของผู้เรียน และเชื่อในศักยภาพที่ไม่สิ้นสุดของมนุษย์ (Never-ending Potential of Human)

4. การชี้นำตนเองในการเรียนรู้ ก่อให้เกิดผลด้านบวกของการเรียนรู้ตัว เช่น ผู้เรียนจะจำได้มากขึ้น เกิดความสนใจในการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง และสนใจในเนื้อหามากขึ้น มีทัศนคติที่เป็นบวกต่อผู้สอนมากขึ้นมั่นใจในความสามารถเรียนรู้ได้ของตนเองมากขึ้น

5. กิจกรรมการเรียนรู้โดยการชี้นำตนเองมีหลากหลายรูปแบบ เช่น การอ่านการเขียนการเสาะหาความรู้โดยการสัมภาษณ์ การศึกษาเป็นกลุ่มทัศนศึกษา การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้เชี่ยวชาญ หรือผู้สอนการหาความรู้โดยใช้คอมพิวเตอร์ หรือแม้กระทั่งการเรียนจากสื่อ เช่น การเรียนโปรแกรมของคอมพิวเตอร์รวมทั้งสื่อช่วยการเรียนรู้ในรูปอื่น ๆ เป็นต้น

6. ในการเรียนรู้โดยการชี้นำตนเองที่ประสบผลสำเร็จ ผู้อำนวยความสะอาดจะต้องมีบทบาทในการร่วมปรึกษาแลกเปลี่ยนความคิดเป็นแหล่งความรู้ตามที่ผู้เรียนต้องการมีความสัมพันธ์อันดีกับผู้เรียนมีส่วนร่วมในการถ่ายโอนบทบาทการเรียนการสอน และสนับสนุนให้ผู้เรียนคิดอย่างแตกฉาน (critical thinking)

7. การชี้นำตนเองเป็นสิ่งที่มีคุณค่าเป็นวิธีที่ผู้เรียนมีอิสรภาพในการแก้ปัญหาซึ่งไม่จำกัดว่าจะเกิดขึ้นในสภาพแวดล้อมที่เป็นประชาธิปไตยเท่านั้น

8. การเรียนรู้โดยการซึ่นนำตนเองสามารถเกิดขึ้นได้ในประชาชนทุกหมู่เหล่าไม่จำกัดเพียงกลุ่มใดเชือชาติใดเท่านั้น

9. หากผู้สอนให้ความไว้วางใจแก่ผู้เรียน ผู้เรียนส่วนใหญ่จะเรียนรู้อย่างเต็มที่ และทุ่มเทในการเรียนรู้เพื่อคุณภาพ

10. การเรียนรู้โดยการซึ่นนำตนเองไม่สามารถแก้ปัญหาในการเรียนรู้ได้ทุกปัญหาในบางกรณีอาจมีข้อจำกัดบ้าง เช่น ในบางสังคม และวัฒนธรรม

การซึ่นนำตนเองในการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ (Self-direction in Adult Learning) มีองค์ประกอบที่สำคัญ คือ

1. ความรับผิดชอบต่อตนเอง (Personal Responsibility) เป็นกระบวนการกระตุ้นเพื่อให้เกิดความตระหนักรู้ในความจะเป็นที่จะต้องมีการเรียนรู้ และส่งเสริมให้ผู้เรียนมีความรับผิดชอบในตนเองในการที่จะตัดสินใจเรียนรู้ การวางแผนการเรียนรู้การดำเนินงาน และการประเมินตนเองในการเรียนรู้

2. ผู้เรียนที่มีลักษณะซึ่นนำตนเอง (Learner Self-direction) เป็นคุณลักษณะเฉพาะตัวหรือบุคคลิกภาพของผู้เรียนที่ເອົ້າ และสนับสนุนให้เกิดการเรียนรู้โดยการซึ่นนำตนเองซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะที่เกิดจากภายในตัวของผู้เรียนเอง

3. การเรียนรู้โดยการซึ่นนำตนเอง (Self-directed Learning) เป็นกระบวนการที่ทำให้เกิดการเรียนรู้โดยการซึ่นนำตนเองซึ่งอาจเกิดจากการจัดการของผู้สอน หรือการวางแผนการเรียนรู้ของผู้เรียนเองแต่ความสำคัญของผู้สอนนั้นจะเป็นเพียงผู้ค่อยช่วยเหลือเสนอแนะแนะนำหรืออำนวยความสะดวกในการเรียนรู้เท่านั้น ส่วนการดำเนินกิจกรรมการเรียนทั้งหมดนั้นจะเป็นการดำเนินการโดยผู้เรียนทั้งสิ้น

4. ปัจจัยภายในทางสังคม (The Social Context for Self-direction in Learning) เป็นองค์ประกอบทางสังคมซึ่งรวมถึงสภาพแวดล้อมทางสังคมของผู้เรียน เช่น สภาพครอบครัวการทำงานสิ่งแวดล้อม เป็นต้น ซึ่งจะทำให้ผู้เรียนยังคงสภาพความเป็นอยู่จริงในสังคมได้

นอกจากนี้ (Marquardt, M. J., & Reynolds, A., 2004: 3-5) ยังได้มีการนำเสนอแนวทางในการพัฒนาตนเอง หรือการเรียนรู้ขั้นตอนปฏิบัติงาน ด้วยหลักการที่สำคัญ 6 ประการ คือ

1. ปัญหา (Problem) หมายถึง การมุ่งที่ปัญหา โครงการ ความท้าทาย และโอกาสที่จะแก้ไขปัญหา ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุดแก่บุคคลที่มี และองค์กร ปัญหาจะต้องชัดเป็นความรับผิดชอบของทีมที่ต้องมีการแก้ไขปัญหา อาจจะต้องให้โอกาสสำหรับกลุ่มที่จะสร้างโอกาสในการเรียนรู้ สร้างความรู้ และพัฒนาทักษะรายบุคคลที่มี และองค์กร กลุ่มอาจจะจัดชีวภาพไปที่ปัญหาเดียว ๆ ขององค์กรหรือหลาย ๆ ปัญหา ซึ่งนำเสนอโดยสมาชิกของกลุ่ม

2. กลุ่มหรือทีม (Group) แก่นสำคัญของการทำการเรียนรู้ขั้นตอนปฏิบัติงาน คือ กลุ่มจะเรียกว่า เซต (Set) หรือทีมก็ได้ กลุ่มจะประกอบด้วยสมาชิกตั้งแต่ 4-8 บุคคล ซึ่งจะเป็นผู้ศึกษา โครงการสร้างของปัญหาที่ไม่จำกัดต่อการแก้ไขปัญหา กลุ่มจะต้องมีพื้นฐานหลากหลาย และประสบการณ์ในหลากหลายเช่นกัน และส่งเสริมเพื่อทำให้เกิดความมุ่งหมาย สมาชิกกลุ่มที่จะแก้ไขปัญหาโดยการใช้ action learning อาจจะมาจากการสมัครใจหรือการแต่งตั้งจากหลายหน่วยงาน อาจจะรวมถึงองค์กรอื่น ๆ หรือผู้เชี่ยวชาญรวมถึงลูกค้า และผู้ให้บริการ

3. การตั้งคำถาม (Question) โดยกระบวนการของการตั้งคำถาม และการสะท้อนการรับฟัง เน้นที่คำถามจะผลการสะท้อนกลับจากคำถาม และความคิดเห็น โดยมุ่งที่คำถามที่ถูกต้องมากกว่า คำตอบที่ถูกต้อง มุ่งที่สิ่งที่ไม่รู้ เช่นเดียวกับสิ่งที่รู้กระบวนการ action learning จะเริ่มต้นด้วยการถาม เพื่อสร้างความกระจั่งของธรรมชาติของปัญหา สะท้อน และซึ่งปัจจุบันเป็นไปได้ของแนวทางการแก้ไข หลังจากนั้นจึงทำความแก้ไข จุดมุ่งเน้นอยู่ที่คำถาม ในขณะที่การแก้ปัญหาส่วนใหญ่อยู่ภายใต้การแก้ไข คำถาม คำถามควรจะสามารถทำให้เกิดการสนทนาระหว่างกลุ่ม มีการโต้ตอบ และสามารถรวม แนวคิด นวัตกรรมเชิงระบบ ซึ่งจะขยายผลของการเรียนรู้

4. การปฏิบัติ (Action) การแก้ไขปัญหาที่ต้องการกลุ่มที่มีความรู้ ความสามารถในการแก้ไข ปัญหา สมาชิกของกลุ่ม ต้องมีพลังในตนเอง และมีความมั่นใจว่า สิ่งที่เข้าແນະน้ำจะต้องได้รับการปฏิบัติ ถ้ากลุ่มทำแค่การเสนอแนะจะเป็นการสูญเสียพลังงาน ความคิด และความมุ่งมั่น ไม่มีความหมายที่ชัดเจน หรือการเรียนรู้เชิงปฏิบัติ (Practical Learning) จนกว่าจะเกิดการปฏิบัติ (Action) และสะท้อน ไปยังความคิดหรือแผนจะมีประสิทธิผล ต่อเมื่อได้รับการนำไปใช้ การปฏิบัติจะขยายผลการเรียนรู้ เนื่องจากเป็นการใช้พื้นฐานยืดติดกับทิศทางหลักของภาพสะท้อน การปฏิบัติของ Action Learning เริ่มต้นที่การวางแผนของปัญหา และศึกษาเป้าประสงค์ หลังจากนั้น จึงศึกษากลยุทธ์ และนำไปปฏิบัติ

5. การเรียนรู้ (Learning) ความมุ่งมั่นที่จะเรียนรู้ เป็นการแก้ไขปัญหาขององค์กรใน ทันทีทันใด เพื่อผลประโยชน์ขององค์กรในระยะสั้น แต่ในระยะยาวผลของการเรียนรู้จะเป็นประโยชน์ ต่อสมาชิกของกลุ่ม และกลุ่มในภาพรวมอย่างเป็นระบบตลอดทั้งองค์กร ดังนั้น การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นใน Action Learning จะเป็นกลยุทธ์ที่มีคุณค่าอย่างยิ่งสำหรับองค์กร มากกว่าสิ่งที่ได้รับจากกุศโลบายใน การแก้ไขปัญหาระดับต่ำ นอกจากนั้น Action Learning จะให้ผลการเรียนรู้จากการพัฒนาบุคคล และ ทีม เช่นเดียวกับการแก้ไขปัญหาจะเพิ่มขีดความสามารถในการตัดสินใจ และนำไปปฏิบัติ

6. ผู้ให้คำแนะนำ (Coach) การให้คำแนะนำเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับกลุ่ม เพื่อมุ่งไปที่ ความสำคัญของการเรียนรู้ เท่ากับความร่วงด่วนของการแก้ไขปัญหา ผู้ให้คำแนะนำต้องอยู่ช่วยเหลือ สมาชิกในทีม ให้ได้รับการเรียนรู้ และสามารถแก้ไขปัญหาได้ ในลำดับของคำถาม ผู้ให้คำแนะนำต้องให้ สมาชิกในทีมสามารถสะท้อนการรับฟังของเขารึถึงการวางแผนของปัญหา และการโต้ตอบ การวางแผน การทำงาน และข้อกำหนดต่าง ๆ ที่ทำให้บุคคลเขื่อนำไปปฏิบัติได้ ผู้แนะนำการเรียนรู้ ต้องช่วยเหลือทีม มุ่งประเด็นไปในสิ่งที่จะทำสำเร็จความยุ่งยาก กระบวนการที่ใช้และนัยสำคัญของกระบวนการ บทบาท ของการให้คำแนะนำ อาจจะมีการหมุนเวียนจากสมาชิกด้วยกันหรืออาจมีบุคคลให้ครอบคลุม บุคคลหนึ่งดำเนินการในช่วงเวลาของกลุ่ม

การพัฒนาเพื่อให้ประสบความสำเร็จ ความสำเร็จเป็นสิ่งที่พึงประสงค์ของทุกคน เพราะ ความสำเร็จทำให้คุณเกิดความภาคภูมิใจ ตระหนักรู้ว่าตัวเรามีคุณค่า เป็นผู้มีความสามารถและสังคมก์ให้ การยอมรับการยกย่อง ความสร้างสรรค์ เราสามารถแบ่งความสำเร็จออกได้เป็น 4 ลักษณะที่เกี่ยวข้องกัน (ศิริวรรณ เกษมศาสตร์กิตากร, 2539: 19) คือ

1. ความสำเร็จส่วนตัวหรือความสำเร็จเฉพาะตน
2. ความสำเร็จส่วนสังคม หรือเกี่ยวกับการทำงานเพื่อสังคม
3. ความสำเร็จของประเทศชาติ หรือการทำงานเพื่อประโยชน์ของส่วนรวม

4. ความสำเร็จเกี่ยวกับมนุษยชาติ หรือการทำงานเพื่อมนุษยชาติ

การพัฒนาตนเองเพื่อให้ประสบความสำเร็จ ควรจะต้องทำความเข้าใจในสิ่งต่อไปนี้

1. การรู้จักเข้าใจตนเอง พื้นฐานที่สำคัญอันหนึ่งที่จะทำให้คนประสบความสำเร็จ คือ การรู้จักตนเองอย่างถ่องแท้ ทุกแห่งทุกมุมรู้จักอย่างถูกต้อง ไม่สูงหรือต่ำกว่าความเป็นจริง

2. การเข้าใจผู้อื่น เนื่องจากมนุษย์เป็นสัตว์สังคม มีความจำเป็นที่จะต้องอยู่ร่วมกับผู้อื่น บุคคลจะประสบความสุขความสำเร็จได้ดีเพียงใด ขึ้นอยู่กับความเข้าใจผู้อื่น ตลอดจนถึงสามารถปรับตัวให้เข้ากับบุคคลอื่นได้อย่างดี

3. การเข้าใจความจริงของชีวิต เป็นการเข้าใจชีวิตอย่างแท้จริง คือ เข้าใจถูกของไตรลักษณ์ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แปลว่า สรรพสิ่งต้องอยู่ในลักษณะเกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไป การยึดมั่นถือมั่น เพราะไม่เข้าใจถูกธรรมชาติ ข้อนี้ทำให้คนเกิดความทุกข์และข้ามพ้นความทุกข์ได้ยาก เพราะจะต้องมีปัญญาในระดับที่สูงพอก็สามารถได้กิเลสเหมือนความส่วนที่ไม่ความมีดให้หายไปอีกนั้น คนส่วนใหญ่ เข้าใจความจริงของชีวิตในระดับพื้น ๆ แบบนกแก้ว นกขุนทอง (พูดตามเขาว่า) แต่ไม่รู้ถึงขั้นรู้แจ้ง ยกเว้นบุคคลที่ได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานได้ถูกในระดับสูง อย่างไรก็ตามหากได้หมั่นสังเกต ใช้หลักของโยนิโสมนิสการ พิจารณาธรรมชาติรอบตัวอย่างแยกคายบ่ออย ๆ ก็พอจะเข้าใจและแก้ทุกข์ได้ พอกล่าว

4. เข้าใจงานที่ทำตลอดชีวิตของคนเรา งานที่ทำมีความสำคัญยิ่ง คนที่ประสบความสำเร็จในอาชีพ มักเป็นคนที่เลือกอาชีพที่ตนเองสนใจและพัฒนางานของตนให้เจริญก้าวหน้า รู้จักทำงานอย่างเป็นทำงาน มีระเบียบแบบแผนเรียกว่า วงจรแห่งความก้าวหน้าซึ่งประกอบด้วยการวางแผน การปฏิบัติงาน และการประเมินผลงาน

สรุปได้ว่า การพัฒนาตนเอง คือ การปรับปรุง และการพัฒนาตนเองของบุคคล เพื่อทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายสามารถสรุปได้ว่า การพัฒนาตนเอง หมายถึง การปรับปรุงและพัฒนาตนเองของบุคคลเพื่อทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายและทางจิตใจให้ดีขึ้น

ทฤษฎีแรงจูงใจของมาสโลว์ (Maslow's theory of motivation)

มาสโลว์ได้ตั้งทฤษฎีเกี่ยวกับแรงจูงใจ โดยมาสโลว์ได้อธิบายถึงความต้องการของมนุษย์ ซึ่งมีลักษณะเป็นลำดับขั้นจากต่ำไปสูง (Hierarchy of Needs) และเป็นทฤษฎีที่ยอมรับกันแพร่หลาย สมมติฐานดังกล่าวมีความเกี่ยวกับ พฤติกรรมของมนุษย์ ดังนี้

1) มนุษย์มีความต้องการมีอยู่เสมอ และไม่มีที่สิ้นสุด แต่สิ่งที่มนุษย์ต้องการนั้นขึ้นอยู่กับว่า เขามีสิ่งนั้นอยู่แล้วหรือยัง ขนาดที่ความต้องการได้รับการตอบสนองแล้วความต้องการอื่นจะเข้ามาแทนที่กระบวนการนี้ไม่มีที่สิ้นสุด และจะเริ่มตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย

2) ความต้องการที่ได้รับการตอบสนองแล้ว จะไม่เป็นสิ่งจูงใจของพฤติกรรมอีกต่อไป ความต้องการที่ไม่ได้รับการตอบสนองเท่านั้นที่เป็นแรงจูงใจของพฤติกรรม

3) ความต้องการของมนุษย์มีลำดับขั้นความสำคัญ กล่าวคือ เมื่อความต้องการระดับต่ำได้รับการตอบสนองแล้ว ความต้องการระดับสูงก็จะมีการเรียกร้องให้มีการตอบสนองทันที

4) ตามทฤษฎีของมาสโลว์ได้แบ่งลำดับขั้นของความต้องการ (Hierarchy of Needs) ไว้ 5 ขั้นจากต่ำไปสูง (Maslow's General Theory of Human & Motivation, 1954: 80-106) ดังนี้

1. ต้องการของร่างกาย (Physiological needs) เป็นความต้องการพื้นฐานเพื่อความอยู่รอดของชีวิต ได้แก่ ความต้องการปัจจัยสี่ ความต้องการการยกย่อง และความต้องการทางเพศ ฯลฯ เป็นต้น

2. ความต้องการความปลอดภัย (Safety needs) เป็นความต้องการที่เหนือกว่าความต้องการอยู่รอด ซึ่งมนุษย์ต้องการเพิ่มความต้องการในระดับที่สูงขึ้น เช่น ต้องการความมั่นคงในการทำงาน ความต้องการได้รับการปกป้องคุ้มครอง ความต้องการความปลอดภัยจากอันตรายต่าง ๆ เป็นต้น

3. ความต้องการด้านสังคม (Social needs) หรือความต้องการความรักและการยอมรับ (Love and belongingness needs) ความต้องการทั้งในแง่ของการให้และการได้รับซึ่งความรัก ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ ความต้องการให้ได้การยอมรับ เป็นต้น

4. ความต้องการการยกย่อง (Esteem needs) ซึ่งเป็นความต้องการการยกย่องส่วนตัว (Self-esteem) ความนับถือ (Recognition) และสถานะ (Status) จากสังคมตลอดจนเป็นความพยายามที่จะให้มีความสัมพันธ์ระดับสูงกับบุคคลอื่น เช่น ความต้องการให้ได้การเคารพนับถือ ความสำเร็จ ความรู้ ศักดิ์ศรี ความสามารถ สถานะที่ดีในสังคมและมีชื่อเสียงในสังคม

5. ความต้องการประสบความสำเร็จสูงสุดในชีวิต (Self-actualization needs) เป็นความต้องการสูงสุดแต่ละบุคคล ซึ่งถ้าบุคคลได้บรรลุความต้องการในขั้นนี้ได้ จะได้รับการยกย่องว่าเป็นบุคคลพิเศษ เช่น ความต้องการที่เกิดจากความสามารถทำทุกสิ่งทุกอย่างได้สำเร็จ นักร้องหรือนักแสดงที่มีชื่อเสียง เป็นต้น

จากหลักการของทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ ที่กล่าวมาข้างต้นเป็นแนวคิดที่แสดงให้เห็นว่า มนุษย์แต่ละคนจะมีความต้องการหลาย ๆ อย่างอยู่ในตัว แต่ในขณะหนึ่งจะมีความต้องการอย่างใดอย่างหนึ่งที่มีลักษณะเด่นที่สุดเกิดขึ้น ซึ่งจะเป็นแรงกระตุ้นหรือผลักดันให้ต้องพยายามหาวิธีการที่กระทำการเพื่อให้ได้สิ่งนั้นและความต้องการของคนจะมีลักษณะเป็นลำดับขั้นจากต่ำไปทางสูง

ทฤษฎีการพัฒนาตามหลักของพระพุทธศาสนา

ทฤษฎีของพระพุทธศาสนากล่าวถึงการพัฒนา ตรงกับคำว่า ภวนา หมายถึง การทำให้เจริญของงาน การทำให้ตนเองดีขึ้นตามลำดับ ถึงอย่างไรก็ตาม คำว่า การพัฒนาในที่นี้เป็นคำที่กำหนดให้มีคุณค่า และตามหลักการของพระพุทธศาสนา การพัฒนาจะต้องดำเนินไปพร้อม ๆ กัน 4 ทาง (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2551: 281) คือ

1. การพัฒนาทางด้านกายภาพ (Physical development) เป็นกระบวนการสร้างความเจริญของงานทางร่างกาย การฝึกอบรมร่างกายให้รู้จักติดต่อกับสิ่งภายนอกด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งภายนอกเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษ ให้กุศลธรรมเจริญของงานและกำจัดให้กุศลธรรมเสื่อมสูญไป สิ่งภายนอกที่มีบทบาทต่อชีวิตมนุษย์ คือ อารมณ์ภายนอกทั้ง 5 ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส จุดมุ่งหมายของ การพัฒนาในข้อนี้ คือ การทำให้บุคคลรู้จักวิธีการเกี่ยวข้องกับ อารมณ์ภายนอกทั้ง 5 อย่างนี้ อย่างถูกต้องเหมาะสม และเป็นคุณประโยชน์ต่อการพัฒนาชีวิตให้เจริญก้าวหน้าสูงขึ้น

2. การพัฒนาทางด้านศีลธรรม (Moral development) เป็นกระบวนการฝึกอบรมบุคคลให้มีศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบี้ยน หรือก่อความเดือดร้อนเสียหายแก่บุคคลอื่น สามารถอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นได้เป็นอย่างดี มีความเอื้อเฟื้อกลุ่มต่อบุคคลอื่นอย่างมีความสุข

3. การพัฒนาทางด้านจิตใจ หรือทางด้านอารมณ์ (Spiritual orotional development) เป็นความพยายามที่จะฝึกอบรมจิตใจให้เข้มแข็งให้มีความมั่นคง และมีความเจริญของงานด้วยคุณธรรม ทั้งหลาย เช่น มีเมตตากรุณา มีความยั่นหนั่นเพียร มีความอดทน มีสมารถ มีความสติชื่น เป็นบาน มีความสงบสุข แจ่มใส เป็นต้น การพัฒนาทางด้านจิตใจบางที่เรียกว่า การพัฒนาอารมณ์

4. การพัฒนาทางด้านสติปัญญา (Intellectual development) เป็นกระบวนการในการฝึกอบรมให้รู้และเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ผู้ที่มีความรู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาพของมัน สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ และบริสุทธิ์หลุดพ้นจากกิเลสศรั้ว仇恨 และทำตนให้ปลดพันจากความทุกข์ ทำตนให้มีความสุข สามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ (อ.ปุณจก. (ไทย) 22/79/121), (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2556: 70) รวมทั้งสามารถทำตนให้อยู่เหนือปัญหา เห็นความขัดแย้ง และพัฒนาส่วนรวมให้มีความสงบ มีความเสมอภาค และมีความเป็นประชาธิปไตยอย่างมีคุณภาพ

ทฤษฎีการเรียนรู้ (Learning Theory)

แนวความคิดและทฤษฎีการเรียนรู้มุ่งที่ข้อเท็จจริง (Facts) และรวมรวมตั้งเป็นหลักการ (Principles) และเป็นที่ยอมรับความถูกต้องของทฤษฎีนี้ ฯ แบ่งเป็นกลุ่มทฤษฎี S-R (Stimulus-Response Theories) คือ แสดงปฏิกิริยาโดยตอบของผู้เรียนซึ่งเข้มโงยต่อสิ่งร้าแรงอย่าง ตลอดการเปลี่ยนแปลงของผู้เรียนรู้เองเป็นการเรียนรู้เรื่องการประดิษฐ์ต่อเข้าด้วยกันกับการเสริมแรง (Reinforcement) ซึ่งถือเป็นความสำคัญของการเรียนรู้

- กลุ่มทฤษฎีสนา� (Field Theories) คือ เน้นการเปลี่ยนแปลงในเหตุการณ์และสถานการณ์ ทั่วไปกับความเข้าใจสำเนียง (Perception) ของผู้เรียนและรวมถึงการเรียนรู้ถึงความคิดต่าง ๆ ที่เรียกว่า “พิชชาน” (Cognition) และการเรียนรู้สัญญาณทั่วไป (Sign)

- ทฤษฎีความต่อเนื่อง (Contiguity Theory) ของGuthrie คือ เป็นทฤษฎี Conditioning ที่ถือว่า Conditioned Response หมายถึง ความต่อเนื่องระหว่างสิ่งเร้าให้ทำให้เกิดปฏิกิริยาโดยตอบซึ่งถือว่าเกิดการเรียนรู้ขึ้นแล้วและสถานการณ์นั้นที่คล้ายกัน ผู้เรียนจะนึกถึงปฏิกิริยาโดยตอบที่เหมาะสมได้ทันทีซึ่งเป็นหลักการแทนที่ (Principle of Substitution)

- แนวคิดทางพุทธปัญญา (Cognitive Science) จัดเป็นทฤษฎีการเรียนรู้ได้ให้ความสนใจเรื่องกระบวนการคิดของสมอง ได้แก่ การรับรู้ การเรียนรู้ และการจดจำ ไม่เน้นเรื่องสิ่งเร้า เนื่องไป ตัวเสริมแรง แต่จะเน้นเรื่องแรงจูงใจ และกระบวนการทางสมองที่เกิดขึ้นในการเรียนรู้และรับรู้สิ่งต่าง ๆ (วราลักษณ์ วีรารามกุชช์, 2541, อ้างในรศ. นลลิติกา คณานุรักษ์, 2547: 64-65)

ทฤษฎีการจูงใจของ Lyman W. Porter และ Edward E. Lawler

การจูงใจหรือการสร้างความต้องการให้คนทำงานนั้น ผู้บริหารจะต้องพยายามที่จะเพิ่มหรือกระตุ้นความพยายามของลูกน้องเพื่อให้งานบรรลุตามที่คาดหวังไว้ โดยอาศัยการฝึกอบรม การแนะนำ การสอนงาน และการมีส่วนร่วมเป็นต้น การให้รางวัลจะต้องมีความชัดเจน และสัมพันธ์กับพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมา โดยเฉพาะพฤติกรรมที่มีความสำคัญกับองค์การ และความต้องการของคนในองค์การนั้นย่อมมีจำนวนมาก มีความหลากหลายและมีคุณค่าต่างกันในสายตาของแต่ละบุคคล

ผู้บริหารจึงต้องทำความเข้าใจและแสวงหาเพื่อให้ทราบความต้องการของบุคคล และวางแผนการให้รางวัลของแต่ละบุคคล โดยการพิจารณาให้รางวัลกับความต้องการของบุคลากรให้เหมาะสม และจากที่ได้กล่าวมาแล้วจะเห็นได้ว่า ทฤษฎีความคาดหวังนั้น เป็นทฤษฎีที่เสนอแนะว่า ในการวิเคราะห์จุดมุ่งหมายของการกระทำ หรือการแสดงพฤติกรรมของมนุษย์นั้น ควรพิจารณาถึงความคาดหวังของบุคคลในผลตอบแทนที่จะได้รับอันเป็นผลตอบแทนที่เกิดขึ้นจากการกระทำการของมนุษย์ในเรื่องใดเรื่องหนึ่งหรือหลายเรื่อง โดยเฉพาะการพิจารณาความคาดหวังในเรื่องค่านิยมและความสนิใจที่มีผลต่อค่าตอบแทนของบุคคล ซึ่งจะทำให้การตัดสินใจเลือกทางของแต่ละบุคคลแตกต่างกันออกไป

เห็นว่า ผลจากการปฏิบัติงานจะก่อให้เกิดผลลัพธ์หรือรางวัลซึ่งรางวัลเหล่านี้ประกอบด้วย รางวัลภายนอก (Extrinsic Rewards) ซึ่งได้แก่ รายได้และการเลื่อนตำแหน่ง ส่วนรางวัลภายใน (Intrinsic Rewards) ได้แก่ การยอมรับตัวเองและความรู้สึกถึงความสำเร็จ ซึ่งแต่ละคนจะประเมินผลถึงความเสมอภาคหรือความยุติธรรมของรางวัลกับความพยายามที่จะได้ใช้ไป รวมทั้งระดับของความสำเร็จในการปฏิบัติงาน หากรู้สึกว่ารางวัลที่ได้รับมีความยุติธรรม บุคคลนั้นก็จะมีความพึงพอใจในงาน (Lyman W. Porter and Edward E. Lawler III., 1968: 87)

หลักการ 4 ในทางพระพุทธศาสนา

คำว่า ภารนา แปลว่า การทำให้มีให้เป็น หมายความว่า อันไหนที่ไม่เป็นก็ทำให้เป็นขึ้น อันไหนที่ไม่มีก็ทำให้มีขึ้นซึ่งหมายความโดยไปว่า การทำให้เพิ่มพูนขึ้น ทำให้กล้าแข็งขึ้นของเรวนี้ เราจึงแปลกันอีกความหมายหนึ่งว่า “ฝึกอบรม” คำว่า “ฝึกอบรม” ก็ไปใกล้กับความหมายของคำว่าสิึกษา เพราะฉะนั้น สิึกษา กับภารนา จึงเป็นคำที่ใช้อย่างใกล้เคียงกัน (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), 2540: 51) บางที่เหมือนกันแทนกันเลยที่เดียว นี้เป็นการโยงเข้ามาหาตัวหลักใหญ่ ในการปฏิบัติทางพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าตรัสในคำสอนของพระพุทธองค์เองเพื่อใช้เป็นคุณสมบัติของบุคคล ท่านใช้ว่า ภาริตกาโย ภาริตสีโล ภาริตจิตโต ภาริตปัญญา คำว่า ภารนา เวลาใช้เป็นคุณศพที่เป็น ภาริตะ ภาริตกาโย ผู้มีกายที่เจริญแล้วหรือฝึกอบรมแล้ว ภาริตสีโล ผู้มีสีลที่ฝึกอบรมแล้วหรือเจริญแล้ว ภาริตจิตโต ผู้มีจิตที่เจริญแล้วหรือมีจิตที่ฝึกอบรมแล้ว ภาริตปัญญา ผู้มีปัญญาที่เจริญแล้วหรือปัญญาที่ฝึกอบรมแล้ว ถ้าเป็นคำนั้น 4 อย่างนี้ คือ

1. ภารภารนา คนเป็นภาริตกาโย ตัวการกระทำเป็นภารภารนา 2. ศีลภารนา คนเป็นภาริตสีโล ตัวกระทำเป็นจิตภารนา 3. จิตภารนา คนเป็นภาริตจิตโต ตัวกระทำเป็นจิตภารนา 4. ปัญญาภารนา คนเป็นภาริตปัญญา ตัวกระทำเป็นปัญญาภารนา (พระพรหมคุณากร (ป.อ.ปยุตโต), 2544:

151) ได้กล่าวไว้ว่า การพัฒนาตามความหมายของพระพุทธศาสนา คือ ภารนา หมายถึง การทำให้มีให้เป็นขึ้น การฝึกอบรม การพัฒนา ซึ่งมีการพัฒนาอยู่ 4 ประเภท คือ

1. กายภารนา คือ การเจริญกาย การพัฒนากาย การฝึกอบรม ให้รู้จักติดต่อเกี่ยวกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้งห้าด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษให้กุศลธรรมของงาน ให้กุศลธรรมเสื่อมสูญ การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ

2. ศีลภารนา คือ การเจริญศีล การพัฒนาความประพฤติ การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัยไม่เบี่ยดเบี้ยน หรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้ด้วยดีเกือกุลแก่กัน

3. จิตภารนา คือ การเจริญจิต การพัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีการเมตตา มีฉันทะ ขยันหมั่นเพียร อดทนมีสมาธิและสติชื่นเปิกบาน เป็นสุขผ่องใส เป็นต้น

4. ปัญญาภารนา คือ การเจริญปัญญา การพัฒนาปัญญา การฝึกอบรมปัญญาให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำให้เป็นอิสรทำตนให้บริสุทธิ์ จากกิเลส และปลดพันจากความทุกข์แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญาความหมายการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามแนวพระพุทธศาสนาที่ต้องพัฒนาร่วมกันหลายอย่าง เช่น การพัฒนากาย การพัฒนาจิต การพัฒนาปัญญาเข้าด้วยกันจึงจะเป็นการพัฒนาที่ยั่งยืน โดยไม่นเนนอย่างโดยย่างหนึ่ง

หลักภารนานิยมใช้ในเวลาด้วยหรือแสดงผล แต่ในการฝึกศึกษาหรือตัวกระบวนการการฝึกฝนพัฒนา จะใช้เป็นไตรสิกขา เนื่องจากภารนาท่านนิยมใช้ในการวัดผลของการศึกษา หรือการพัฒนาบุคคล รูปศพที่พับจึงมักเป็นคำแสดงคุณสมบัติของบุคคล คือ แทนที่จะเป็น ภารนา 4 (กายภารนา ศีลภารนา จิตภารนา และปัญญาภารนา) ก็เปลี่ยนเป็นภาริต 4 คือ

1. ภาริตกาย มีกายที่พัฒนาแล้ว (= มีกายภารนา) คือ มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพในทางที่เกือกุลและได้ผลดี เริ่มแต่รู้จักใช้อินทรีย์ เช่น ตา หู ทุฟฟ์ เป็นต้น อย่างมีสติ ดูเป็นพึงเป็นให้ได้ปัญญา บริโภคปัจจัย 4 และสิ่งของเครื่องใช้ตลอดจนเทคโนโลยีอย่างฉลาด ได้ผลตรงตามความคุณค่า

2. ภาริตศีล มีศีลที่พัฒนาแล้ว (= มีศีลภารนา) คือ มีพัฒนารมทางสังคมที่พัฒนาแล้วไม่เบี่ยดเบี้ยนก่อความเดือดร้อนเรื่องภัย ตั้งอยู่ในวินัยและมีอาชีวะที่สุจริต มีความสัมพันธ์ทางสังคมในลักษณะที่เกือกุล สร้างสรรค์ และส่งเสริมสันติสุข

3. ภาริตจิต มีจิตที่พัฒนาแล้ว (= มีจิตภารนา) คือ มีจิตในที่ฝึกอบรมดีแล้วสมบูรณ์ด้วยคุณภาพจิต คือ ประกอบด้วยคุณธรรม เช่น มีเมตตา กรุณา เอื้ออารี มีมุทิตามีความเคารพ อ่อนโยน ซื่อสัตย์ กตัญญู เป็นต้นสมบูรณ์ด้วยสมรรถภาพจิต คือ มีจิตใจเข้มแข็งมั่นคงมีความเพียรพยายาม กล้าหาญ อดทน รับผิดชอบ มีสติ มีสมาธิ เป็นต้น และสมบูรณ์ด้วยสุขภาพจิต คือ มีจิตใจที่ร่าเริง เปิกบาน สดชื่น เอื้ออิ่ม ผ่องใส และสงบ เป็นสุข

4. ภาริตปัญญา มีปัญญาที่พัฒนาแล้ว (= มีปัญญาภารนา) คือรู้จักคิดรู้จักพิจารณา รู้จักวินิจฉัย รู้จักแก้ปัญหา และรู้จักจัดทำดำเนินการต่างๆ ด้วยปัญญาที่บริสุทธิ์ ซึ่งมองดูรู้เข้าใจเหตุปัจจัย มองเห็นสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริงหรือตามที่มันเป็น ปราศจากอคติและแรงจูงใจแอบแฝง เป็นผู้ที่กิเลส ครอบงำบัญชาไม่ได้ เป็นอยู่ด้วยปัญญารู้เท่าทันโลกและชีวิตเป็นอิสระไรทุกข์ ผู้มีภารนาครบทั้ง 4 อย่าง

เป็นภารกิจทั้ง 4 ด้านนี้แล้ว โดยสมบูรณ์เรียกว่า “ภารกิจตั้งตระหง่าน” แปลว่า ผู้ได้พัฒนาตนแล้ว ได้แก่ พระอรหันต์

หลักธรรมที่จะเป็นเครื่องช่วยทำให้เจริญ มีการฝึกฝนพัฒนาตนเองให้ดียิ่งขึ้นไป คือ ภารกิจ การเจริญ, การทำให้มีขึ้น, การฝึกอบรม, การพัฒนา ได้แก่ 1) ภารกิจ หมายถึง การเจริญกาย การพัฒนากาย การฝึกอบรมกาย ให้รู้จักติดต่อเกี่ยวข้องกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้ง 5 ด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษ ให้กุศลธรรมอุปนิธิให้อุปนิธิธรรมเสื่อมสูญ การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ 2) สีภารกิจ หมายถึง การเจริญศีล การพัฒนาความประพฤติ การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกือกุศลแก่กัน 3) จิตภารกิจ หมายถึง การเจริญจิต การพัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญองค์ความด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตากรุณา ขยันหมั่นเพียร อดทนมีสมารถ และสติชีน เป็นสุขผ่องใส เป็นต้น

4) ปัญญาภารกิจ หมายถึง การเจริญปัญญา การพัฒนาปัญญา การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นโลก และชีวิตตามสภาพ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลส และปลดพันจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญาในบาลีที่มาท่านแสดงภารกิจ 4 นี้ ในรูปที่เป็นคุณบทของบุคคล จึงเป็นภารกิจภารกิจ ภารกิจศีล ภารกิจจิต ภารกิจปัญญา หมายถึง ผู้ได้เจริญกายศีลจิต และปัญญาแล้ว บุคคลที่มีคุณสมบัติขุนนี้ครบถ้วนย่อมเป็นพระอรหันต์ (อ. ปัญจก. (ไทย) 22/79/121)

สรุปว่า พระพุทธศาสนาทำให้มนุษย์เป็นศูนย์กลางในการพัฒนา กล่าวคือ มนุษย์ต้องเป็นผู้กระทำด้วยการฝึกฝนอบรมให้เกิดคุณสมบัติภายในตน ได้แก่ คุณสมบัติทางกาย ทางศีล ทางจิต และทางปัญญาที่ส่งผลไปสู่ภายนอกตนซึ่งแสดงออกผ่านพฤติกรรมทางกายและจิต เมื่อมีปฏิบัติในทุกด้าน ครบถ้วนแล้วในทางศาสนา ก็จะให้ความสำคัญต่อเรื่องจิต เพราะจิตเป็นผู้บงการให้บุคคลมีพฤติกรรมต่างๆ ได้ ในการพัฒนาจิตของบุคคลตามแนวพุทธนี้เป็นการฝึกให้บุคคลมีจิตใจสงบถือว่าเป็นการทำให้บุคคลได้พัฒนาคุณธรรมและจริยธรรมตามที่สั่งคุมต้องการ ผู้ที่ได้รับการอบรมทางจิตให้ถูกวิธีจะสามารถพัฒนาจิตได้ มีคุณลักษณะ “จิตเป็นนาย กายเป็นป่าว” จึงเป็นความจริง เพราะเมื่อบุคคลมีจิตใจสงบและคิดแต่ในสิ่งที่ดีแล้วก็จะมีผลทำให้ร่างกาย พฤติกรรมหรือการประพฤติปฏิบัติเป็นไปแต่ในสิ่งที่ดีงาม

บทสรุป

มนุษย์ทุกคนอยากเป็นคนที่สมบูรณ์ มีชีวิตที่มีความสุขในการดำเนินชีวิต ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตัวเองได้ตั้งไว้ จึงจะต้องมีการพัฒนาตนเองให้มีการเรียนรู้ สร้างวิสัยทัศน์ใหม่ ๆ ที่ทันสมัยต่อโลกในปัจจุบันนี้ เมื่อมารับปรุงเปลี่ยนแปลงตนเอง ให้ตนเองได้ทันยุคทันสมัย มีความเจริญองค์ความรู้ มีทักษะและมีความสามารถ ในการพัฒนาประสิทธิภาพในการทำงาน ด้านการอยู่ร่วมในกับสังคม มีปัญญาและคุณธรรมควบคู่ไปด้วย ดังคำที่ว่า “เมื่อไม่ได้พัฒนาที่จิตใจจะพัฒนาด้านใด ๆ ก็ไร้ผล การพัฒนาจึงต้องเริ่มที่ใจคน เพื่อเกิดผลพัฒนาที่ถาวร” คนที่จะพัฒนาตนเองจะเริ่มต้นด้วยการสำรวจและพิจารณาตนเองว่ามีข้อดีและข้อ บกพร่องอะไรบ้าง การสำรวจจะใช้วิธีการส่อง

McGrath (คนที่เรามีความสัมพันธ์ด้วยช่วยบอกร) เมื่อทราบแล้วก็จะมาวิเคราะห์ตนเองและตั้งเป้าหมายว่า มีสิ่งใดที่ดีและมีอยู่ในตัวเราแล้ว

เราเก็บรวบรวมข่าว สิ่งใดที่ไม่ดีและมีอยู่ในตัวเรา เราเก็บรวบรวมทางทำให้ลดน้อยลงหรือควร ขัดให้หมดไป และมีสิ่งใดที่ดีและยังไม่มีในตัวเรา เราเก็บรวบรวมมาเพิ่มให้กับตัวเราให้มากขึ้น หลักธรรมในด้านการพัฒนาตนด้วยภาระ 4 นั้น ทางด้านกายเป็นการพัฒนามีความสัมพันธ์ต่อ สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ โดยเฉพาะทางด้านอินทรีย์ทั้ง 5 ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น และกาย ให้มีเกือกุลกัน และกัน ด้านสีลักษณะ เป็นการเจริญศีล การพัฒนาศีล การพัฒนาความสัมพันธ์ และความประพฤติให้ อยู่ร่วมกัน โดยตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียดซึ่งกันและกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกันกับผู้อื่นในสังคม ด้วยดี ด้านจิตภาระ เป็นการพัฒนาจิตทำให้จิตมีความเข้มแข็ง มั่นคง มีความเมตตากรุณา ขยันหมั่นเพียร เป็นสุข ผ่องใส่ใจงาม เจริญองค์การด้วยคุณธรรม และด้านปัญญาภาระ เป็นการพัฒนา ด้านปัญญา ให้มีการเสริมสร้างฝึกฝนปัญญาให้มีความรู้ชัดในความเป็นจริงเป็นปัจจุบัน รู้และเข้าใจในสิ่ง ที่เป็นไปรู้แจ้งในโลก ใช้ชีวิตตามสภาวะ สามารถแก้ไขปัญหาด้วยปัญญา มีชีวิตที่ดีงามโดยปราศจากทุกข์ ทั้งปวง

เอกสารอ้างอิง

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

จำงค์ อดิวัฒนสิทธิ์. (2545). ลังค์วิทยาตามแนวพุทธศาสตร์. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, สำนักอธิการบดี.

พระบรมราชโองการ ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 9, (14 ตุลาคม 2512). พระราชนครแห่งผู้นำเยาวชนและเจ้าหน้าที่ ณ พระตำหนักจิตรลดารโหฐาน พระราชนครวังสวนดุสิต.

พระธรรมปีปฏิ. (ป.อ.ปยุตโต). (2544). พุทธธรรม (ฉบับเดิม). พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดงแก้ว.

_____. (2540). พุทธธรรมกับการพัฒนาชีวิต. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมสภा.

พระพรหมคุณภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). (2546). พุทธธรรม (ฉบับเดิม). พิมพ์ครั้ง 10. กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส. อาร์ พรินเตอร์ แมส โปรดักส์ จำกัด.

ไพบูล ไกรสิทธิ์. (2541). การศึกษาเพื่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์. ราชบุรี: สถาบันราชภัฏ หมู่บ้านจอมบึง.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2542). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542. กรุงเทพมหานคร: กระทรวงศึกษาธิการ.

มัลลิกา คณานุรักษ์, รศ. (2547). จิตวิยาการลือสารของมนุษย์. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ โอดีเยนส์ โทร์.

ศิริวรรณ เกษมศาสตร์กิตากร. (2539). ศิลปะการอยู่ร่วมกับผู้อื่น. กรุงเทพมหานคร: สมาคมศิษย์เก่า วิศวกรรมชลประทานในพระบรมราชูปถัมภ์.

สงวน สุทธิเลิศอรุณ. (2543). พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน. กรุงเทพมหานคร: ทิพย์วิสุทธิ์.

Brockett, Ralph G. and Roger Hiemstra. (1991). *Self-directed adult learning*. New York: Chapman and Hall..

Knowles, M.S. (1975). *Self-Directed Learning : A Guide for Learners and Teachers*. Chicago : Follett Publishing Company.

Lyman W. Porter and Edward E. (1968). *Lawler III. Managerial Attitudes and Performance*. Homewood, Ill.: Dorsey Press.

Marquardt, M. J., & Reynolds, A. (2004). *The Global Learning Organization*. New York: Harper and Row.

Maslow. Abraham M. (1954). *Motivation and Personality*. New York: Harper and Row.