

การประยุกต์ใช้สติเพื่อพัฒนาการทำงานอย่างมีสันติสุข ของแรงงานฝ่ายผลิต: ศึกษากรณีห้างหุ้นส่วนจำกัด คอนติเนนตัลนิตติ้ง

An Application of Mindfulness to Develop Manufacture Labour's Work with Happiness: A Case Study of Continental Knitting Ltd., Part.

ปัญจเรย์ จุลไกรอานิสอง¹, พระมหาหรรษา ธมฺมหาโสและพูนสุข มาศรีรังสรรค์

Panjaree Julkraianisong¹, Phramaha Hansa Dhammahāso, and

Poonsuk Masrungson

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Graduate School, Mahachulalongkornrajavidyalaya University,

79 M.1, Lamsai, Wang-noi, Phra Nakorn Si Ayutthaya 13170, Thailand

¹Corresponding Author. E-mail: panjaree_j@hotmail.com



บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาปัญหาการทำงานที่ส่งผลต่อการทำงานและการดำเนินชีวิตของแรงงานในห้างหุ้นส่วนจำกัด คอนติเนนตัลนิตติ้ง 2) เพื่อศึกษาหลักสติในพระพุทธศาสนาเถรวาท และ 3) เพื่อประยุกต์ใช้หลักสติในการพัฒนาการทำงานอย่างมีความสุขของแรงงานฝ่ายผลิต ห้างหุ้นส่วนจำกัด คอนติเนนตัลนิตติ้ง เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบภาคสนาม ผลการวิจัยพบว่า

สภาพปัญหาและอุปสรรคในการทำงานของแรงงาน คือ แรงงานฝ่ายผลิตยังขาดสมาธิและสติในการทำงาน ไม่ตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาและข้อผิดพลาดในการผลิต ดังนั้น จึงเกิดการใช้ประยุกต์ใช้สติด้วยการจัดกิจกรรมโครงการสวดมนต์ปฏิบัติธรรมร่วมกัน เพื่อสร้างความระลึกได้ ความเอาใจใส่ ความจำได้ ความไม่เลือนลอย ไม่ประมาท กระทำทุกอย่างระมัดระวังตัว รับผิดชอบไม่ปล่อยปละละเลย รู้จักคิดไตร่ตรองอย่างถี่ถ้วน ความรอบคอบ ไม่ทำผิดพลาดเสียหายผลการประยุกต์ใช้หลักสติพบว่า พนักงานมีใจเย็นขึ้น มีอารมณ์สุขุม มีความคิดเป็นเหตุเป็นผล พูดจาสื่อสารกันอย่างระมัดระวัง มีความเห็นอกเห็นใจกันมากขึ้น มีความรอบคอบ ไม่เข้าใจผิด ไม่หลงลืม ไม่เผลอตัว การสูญเสียผลิตภัณฑ์อันเกิดจากความผิดพลาดมีอัตราส่วนลดน้อยลงอย่างเห็นได้ชัด และเกิดประสิทธิภาพในการทำงานมีคุณภาพ

คำสำคัญ: สติ; แรงงาน; การทำงาน

Abstract

The objectives of this research are: 1) to study working problems affected in the working and the way of living of the labours in Continental Knitting Ltd., 2) to study the principle of mindfulness in Theravada Buddhism, and 3) to apply the principle of mindfulness for development of working with happiness of labours in department of manufacturing of Continental Knitting Ltd. This research is interdisciplinary research between qualitative and field-work research.

As a result, the problem is that labours in department of manufacturing still lack of concentration and mindfulness. They are not aware of the problems and mistakes that will affect the organization. To solve the problems, principle of mindfulness was applied to labours by training in the project of activities, i.e. praying, meditating together for awareness, attentiveness, remembering, doing every action with care, being responsible without neglect, awakening while working, careful considering, deliberateness, and preventing mistake. By this project, the labours are chilled out, discreet, not aggressive, able to control oneself, and reasonable. They carefully communicate with one another and have more sympathy towards one another. Furthermore, the damage of products from the mistake have done in past are less than afterward. The working efficiency is qualified.

Keywords: Mindfulness; Labor; Working

บทนำ

ประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่การเป็นประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน (ASEAN Economic Community: AEC) ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2558 ซึ่งปัจจุบันพบว่า เศรษฐกิจไทยได้ผนวกเข้ากับเศรษฐกิจอาเซียนแล้ว โดยเฉพาะกับกลุ่มประเทศ CLMV ทั้งในด้านการค้าระหว่างประเทศ การลงทุนโดยตรง และการเคลื่อนย้ายแรงงานไร้ฝีมือ ทำให้ที่ผ่านมาเศรษฐกิจไทยได้รับประโยชน์สูง แต่ประเด็นสำคัญที่ต้องพิจารณา คือ การเตรียมความพร้อมมาตรฐานฝีมือแรงงานที่สอดคล้องกับมาตรฐานอาเซียน ส่วนแรกคือ การกำหนดมาตรฐานฝีมือแรงงานเพิ่มเติมเพื่อยกระดับฝีมือแรงงานไทยให้มีความพร้อมมากขึ้นเพื่อไม่ให้มีการนำแรงงานอื่นมาเติมในตำแหน่งนั้นๆ โดยเฉพาะความพร้อมด้านภาษาและทักษะในการประกอบอาชีพ (Chalamvong, 2017) การแก้ปัญหาการขาดแคลนแรงงานในอุตสาหกรรมการผลิตที่มีการใช้แรงงานเข้มข้นและมีการนำแรงงานต่างด้าวมาทดแทนนั้น โดยจัดให้มีบริการจัดหางานครบวงจรอยู่ในเขตเศรษฐกิจพิเศษ รวมถึงกระบวนการคัดกรองแรงงานที่ดี มีการจัดทำฐานข้อมูลที่ทันสมัยและเชื่อมโยงกับส่วนกลาง จะช่วยแก้ปัญหาการล้นไหลของแรงงานเข้ามาในส่วนกลางได้ รวมถึงช่วยแก้ปัญหาแรงงานต่างด้าวในมิติอื่นๆ ได้ด้วย (Ministry of Labour, 2017) เช่น การพิสูจน์สัญชาติ และการฝึกอบรมหรือทดสอบทักษะแรงงานให้เสร็จสิ้นก่อนเข้ามาทำงานในประเทศไทย เป็นต้น อันจะเป็นประโยชน์ต่อการบริหารตลาดแรงงานในภาพรวม และเป็นประโยชน์สำหรับภาคธุรกิจในการวางแผนประกอบกิจการ จึงควรเร่งดำเนินการให้มีความชัดเจนโดยเร็ว

อุตสาหกรรมสิ่งทอและเครื่องนุ่งห่ม เป็นอุตสาหกรรมที่มีความจำเป็นที่จะต้องใช้แรงงานเป็นจำนวนมาก เมื่อแรงงานเป็นปัจจัยสำคัญในการขับเคลื่อนอุตสาหกรรม ผู้ลงทุนส่วนใหญ่จึงพยายามแสวงหาแรงงานราคาถูกที่มีประสิทธิภาพเพื่อมาดำเนินธุรกิจของตน ในภาวะที่ค่าจ้างแรงงานในประเทศสูงขึ้นทำให้เกิดปัญหาขาดแคลนแรงงานในการผลิต ผู้ประกอบการส่วนหนึ่งประสบกับปัญหาด้านทุนการผลิตที่สูงขึ้นจึงมีแนวทางในการที่จะต้องทำการจ้างแรงงานต่างด้าวจำนวนเพิ่มขึ้นโดยมีฐานการผลิตที่สำคัญบริเวณชายแดน และอีกจำนวนหนึ่งได้แสวงหาฐานการผลิตแหล่งใหม่ ปัญหาอุปสรรคในการดำเนินธุรกิจต่างประเทศที่สำคัญคือ การขาดข้อมูลที่เพียงพอต่อการพิจารณาในการประกอบกิจการที่ต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อม และบริบทของสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป (Board of Investment (BOI), 2011)

ห้างหุ้นส่วนจำกัด คอนดิเนนดัลนิตติ้ง เป็นโรงงานผลิตผ้าลูกไม้ ตั้งอยู่ที่ ต.อ้อมน้อย อ.กระทุ่มแบน จ.สมุทรสาคร จากสถานการณ์แรงงานในปัจจุบันเป็นผลทำให้ห้างหุ้นส่วนจำกัดฯ มีการจ้างงานทั้งแรงงานไทยและแรงงานต่างด้าว สาเหตุสำคัญที่ทำให้ห้างหุ้นส่วนจำกัดฯ ประสบกับปัญหา คือ ด้านประสิทธิภาพการทำงานของแรงงาน จนเป็นเหตุให้ส่งผลกระทบต่อคุณภาพสินค้า ต้นทุนการผลิต และรวมถึงความปลอดภัยในการทำงาน สาเหตุหลักอันเนื่องมาจากวิธีการทำงาน ทักษะ และความรับผิดชอบต่อนหน้าที่ของพนักงานซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญ ดังนั้นจึงเป็นความจำเป็นที่ต้องพัฒนาแรงงานทั้งทางด้านเทคนิคการทำงานอย่างถูกต้องและการพัฒนาทางด้านสติ สมัชชัญญะ สมาธิ เพราะในการทำงานต้องเกี่ยวข้องกับเครื่องจักรขนาดใหญ่ที่มีส่วนประกอบของอุปกรณ์มากมายจนอาจจะเป็นเหตุให้เกิดข้อผิดพลาดในงานและเป็นอันตรายต่อร่างกายได้

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะนำกิจกรรมกลุ่มโดยใช้หลักสติมาประยุกต์ใช้กับแรงงานฝ่ายผลิต เพื่อเสริมสร้างพัฒนาฝึกฝนอบรมความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติงานอย่างถูกต้องและมีความสุขกับชีวิตในการทำงาน ภายใต้การทำงานอย่างมีสติ ซึ่งจะช่วยลดปัญหาที่เกิดจากสาเหตุดังกล่าวจนนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายของการทำงานอย่างมีความสุข

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัญหาการทำงานที่ส่งผลต่อการทำงานและการดำเนินชีวิตของแรงงานในห้างหุ้นส่วนจำกัด คอนดิเนนตลันติตั้ง
2. เพื่อศึกษาหลักสติในพระพุทธศาสนาเถรวาท
3. เพื่อประยุกต์ใช้หลักสติในการพัฒนาการทำงานอย่างมีความสุขของแรงงานฝ่ายผลิต ห้างหุ้นส่วนจำกัด คอนดิเนนตลันติตั้ง

วิธีดำเนินการวิจัย

ขั้นตอนที่ 1 ผู้วิจัยสภาพบริบทปัญหาการทำงานที่ส่งผลต่อการทำงานและการดำเนินชีวิตของแรงงานใน ห้างหุ้นส่วนจำกัด คอนดิเนนตลันติตั้ง ไม่ว่าจะเป็นเชื้อชาติ ศาสนา วัฒนธรรม ภาษา ตลอดถึงระบบรูปแบบการทำงาน และการดำเนินชีวิตของพนักงาน เป็นต้น

ขั้นตอนที่ 2 ผู้วิจัยดำเนินการศึกษา แนวทาง หลักการ แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวกับหลักสติในพระพุทธศาสนาเถรวาท แนวคิดหลักการหรือพุทธธรรมที่เกี่ยวข้องสติ เพื่อพัฒนาศักยภาพในการทำงาน และการใช้ชีวิตให้เกิดความสุข จากแหล่งข้อมูลในคัมภีร์พระพุทธศาสนา เป็นต้น

ขั้นตอนที่ 3 ผู้วิจัยทำการสร้างเครื่องมือในการวิจัย ประกอบด้วยแบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) ตามกรอบแนวคิดข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสาร นำมาเป็นแนวคำถามที่ปรึกษา จากนั้นดำเนินการตรวจเครื่องมือวิจัย โดยมีผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน เป็นผู้ตรวจเครื่องมือเพื่อให้สอดคล้องกับเนื้อหาหรือผ่านค่า IOC

ขั้นตอนที่ 4 ผู้วิจัยดำเนินการจะศึกษาข้อมูลพร้อมทั้งลงพื้นที่ เพื่อทำการสัมภาษณ์โดยจะทำการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ Key Informants จำนวน 17 ท่าน รวบรวมเอกสาร และข้อมูลการสัมภาษณ์เกี่ยวกับหลักการ วิธีการในการประยุกต์ใช้สติเพื่อพัฒนาการทำงานอย่างมีสันติสุขของแรงงานฝ่ายผลิต โดยจะมีการคัดกรองเอาข้อมูลอย่างเหมาะสมรอบด้าน ภายใต้กรอบหรือแนวทางของหลักธรรมว่าด้วยสติที่มีความสัมพันธ์ต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตในการทำงานให้มีความสุข

ขั้นตอนที่ 5 ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ สังเคราะห์ ข้อมูลทั้งหมด สรุปผลการวิจัยด้วยการเรียบเรียงเชิงเนื้อหา (Content analysis) ตามกรอบแนวคิดสติ สะท้อนให้เห็นถึงการดำเนินชีวิต การทำงาน การอยู่ร่วมกันของพนักงานแรงงานภายใต้กรอบการฝึกฝนอบรมของสติ

ขั้นตอนที่ 6 ผู้วิจัยนำเสนอแนวทางการประยุกต์ใช้สถิติเพื่อพัฒนาการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพของแรงงานฝ่ายผลิตทางหุ่นส่วนจำกัด คอนติเนตลันติ่ง

ผลการวิจัย

ปัญหาการทำงานที่ส่งผลต่อการทำงานและการดำเนินชีวิตของแรงงาน

ผลการวิจัยพบว่าแนวคิดการบริหารจัดการแรงงานในองค์กรของเจ้าของกิจการ ยังคงเน้นให้ความสำคัญต่อระบบการทำงานที่ยังใช้คนในการควบคุมการผลิตมากกว่าที่จะใช้เครื่องจักรในการผลิตทั้งหมด เหมือนอุตสาหกรรมอื่นๆด้วยผู้บริหารได้ตระหนักถึงคุณภาพสินค้าประเภทสิ่งทอโดยเฉพาะอย่างยิ่งสายการผลิตการถักลูกไม้ซึ่งมีผลผลิตที่ค่อนข้างละเอียดอ่อนที่เครื่องจักรไม่สามารถทำแทนได้หมด หรือถ้าหากใช้เครื่องจักรมาทดแทนคน ผู้ประกอบการคงต้องใช้ทุนมหาศาลและท้ายที่สุดก็ต้องอาศัยคนในการควบคุมเครื่องจักรให้มีคุณภาพอยู่ จึงได้ริเริ่มนำระบบการจัดการทำงานองค์กรโดยใช้เทคโนโลยีคอมพิวเตอร์บ้าง ซึ่งในช่วงแรกๆ ค่อนข้างจะเป็นปัญหากับบุคลากรฝ่ายผลิตเนื่องจากความที่ไม่คุ้นเคยกับเทคโนโลยีและการจัดการทำงานระบบใหม่ ที่เน้นการนำหลัก PDCA P (Plan) คือ ขั้นตอนการวางแผน D (Do) ขั้นตอนการดำเนินการแก้ไข C (Check) คือ ขั้นตอนการตรวจสอบ และเปรียบเทียบผล A (Action) คือ การกำหนดเป็นมาตรฐานและปรับปรุงให้ดียิ่งขึ้น (Deming, 1986)

การพัฒนาคุณภาพการทำงานของพนักงานในองค์กรซึ่งสามารถจำแนกมุมมองที่มีต่อปัญหาได้ดังนี้

มุมมองจากหัวหน้าฝ่ายผลิต: ปัญหาที่เกิดจากความผิดพลาดในการผลิตเกิดจากความไม่สนใจในการทำงานอย่างจริงจังและการไม่จดจ่อในงานเท่าที่ควรเนื่องจากขาดสมาธิและสติในการทำงาน การบอกต่องานที่ยังขาดการถ่ายทอดให้กันและกันในระหว่างกะของการเปลี่ยนงานการประมาณคิดว่าไม่น่าจะเกิดการเสียหายในขณะที่ไปเข้าห้องน้ำทำธุระจึงไม่ได้บอกกล่าวพนักงานท่านอื่นให้ช่วยดู และยังมีปัญหาเรื่องการสื่อสารการใช้ภาษาที่ไม่เข้าใจกันของแรงงานต่างด้าว (Marntong, 2018)

มุมมองของแรงงานฝ่ายผลิต: สภาพเหตุปัจจัยแวดล้อมการทำงาน แสงสว่างไม่เพียงพอ สภาพอากาศที่ร้อนความอ่อนล้าจากการพักผ่อนไม่เพียงพอ เพราะมีการเข้ากะดึก บางครั้งอุปสรรคเกิดจากความง่วงนอน ความหิวและความเหนื่อยล้า (Usonsilivongsar, 2018)

ทั้งนี้ปัญหาและอุปสรรคในการทำงานของแรงงานฝ่ายผลิตในด้านของเชิงกายภาพ สภาพแวดล้อมของการทำงาน เป็นสิ่งที่แก้ไขปรับปรุงไม่ยากและองค์กรได้เล็งเห็นและแก้ไขปรับปรุงให้อำนวยความสะดวกกับแรงงานฝ่ายผลิตมากขึ้น แต่อย่างไรก็ตามปัญหาความผิดพลาดการทำงานก็ยังพบเห็นได้อยู่ แรงงานฝ่ายผลิตยังขาดการจดจ่อในงาน และยังมีมองไม่เห็นตระหนักถึงปัญหาการผิดพลาดในการผลิตที่เกิดขึ้นว่าจะส่งผลกระทบอย่างไร (Teantud, 2018)

จากการศึกษาพบว่า สภาพปัญหาและอุปสรรคในการทำงานของแรงงานฝ่ายผลิต ห้างหุ้นส่วนจำกัด คอนดิเนนตลันตัง เป็นบริบทปัญหาที่เกิดขึ้นได้ในทุกๆ บริษัท เพราะเหตุว่าเป็นโรงงานผลิตที่มีพนักงานแรงงานมีความหลากหลายของด้านเชื้อชาติ ภาษาและวัฒนธรรม อีกทั้งอุปกรณ์เครื่องมือการผลิตยังต้องอาศัยทักษะความรู้ความชำนาญอีกด้วย จึงเป็นเหตุเป็นปัจจัยที่อาจเกิดความเสียหายและส่งผลกระทบต่อระยะยาว คนต่างชาติต่างภาษามักมีความเข้าใจผิดในพฤติกรรมของฝ่ายตรงข้ามเนื่องมาจากความแตกต่างทางภาษาและวัฒนธรรม ผลของความเข้าใจผิดมักนำมาซึ่งความขัดแย้งระหว่างคนต่างเชื้อชาติ ส่งผลทำให้เกิดอคติ เกิดการกล่าวโทษการกระทำผิดของผู้อื่นและมักเอาตัวเองเป็นศูนย์กลาง การกีดกัน มีการดูถูกเหยียดหยาม ส่งผลกระทบต่อในด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลต่างเชื้อชาติและระหว่างประเทศทำให้เกิดการเข้าใจผิดและนำมาซึ่งความสัมพันธ์ที่ไม่ดี (Chompooming and Team, 2014)

แนวทางการเพิ่มประสิทธิภาพการปฏิบัติงานควรปรับปรุงวิธีการทำงานให้พนักงานแต่ละตำแหน่งสามารถทำงานทดแทนกันได้ผู้บริหารควรให้ความสำคัญกับเรื่องความผิดพลาดในการทำงานเป็นลำดับต้นๆ ควบคู่ไปกับการมีนโยบายการฝึกอบรมที่เน้นให้พนักงานมีทักษะความสามารถในการทำงานในสายงานที่มีความใกล้เคียงกันและควรมีการปรับเปลี่ยนการบริการและสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ให้มีความเหมาะสมสอดคล้องกับความต้องการควรกำกับดูแลเอาใจใส่ลูกน้องเพื่อลดความผิดพลาดในการทำงาน (Wathantrangsorn, 2015)

หลักสติในพระพุทธศาสนาเถรวาท

ผลการวิจัยพบว่า สติเป็นหลักแนวทางการพัฒนามนุษย์ สามารถนำสิ่งเหล่านั้นมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ไม่ว่าจะทำกิจการงานใดๆ ต้องมีสติและสัมปชัญญะเพราะสติเป็นตัวกำหนด คือ การที่จิตนึกถึงสิ่งที่จะพูดจะทำได้ นึกถึงสิ่งจะทำคำที่พูดไว้แล้วได้ เป็นอาการที่จิตไม่หลงลืม ไม่เผลอเผลอผิดคิดขึ้นได้ ระงับยับยั้งได้ เรียกอีกหนึ่งว่าความไม่ประมาท (Thai Tipitaka 21/30/49) คือ ให้ตื่นตัวอยู่เสมอ ทำให้ไม่เผลอเผลอพลั้งเผลอ ป้องกันความเสียหายเป็นต้น เป็นเหตุให้ถูกต้อง ยับยั้งชั่งใจ และกระตุ้นทำให้นึกถึงชีวิตทำให้เสียสละทำความดีต่างๆ ได้ แต่หากขาดสติแล้ว จะเป็นเหตุให้ทำอะไรมิผิด และเสียหายร้ายไป

สติ หมายถึง ความระลึกได้คือความไม่ประมาทความเป็นอยู่อย่างไม่วุ่นวายหรือความเพียรที่มีสติเป็นเครื่องเร่งเร้าและควบคุมได้แก่การดำเนินชีวิตโดยมีสติเป็นเครื่องกำกับความประพฤติปฏิบัติและการกระทำทุกอย่างระมัดระวังตัวไม่ยอมถลำลงไปทางเสื่อมแต่ไม่ยอมพลาดโอกาสสำหรับความดีงามและความเจริญก้าวหน้าตระหนักในสิ่งที่พึงทำและพึงละเว้นใส่ใจสำนึกอยู่เสมอในหน้าที่อันจะต้องรับผิดชอบไม่ยอมปล่อยปละละเลยกระทำการด้วยความจริงใจรอบคอบและรุดหน้าเรื่อยไป (Phra Brahmagunabhorn P. A. Payutto, 2003) และ สติ เป็นคุณที่เกิดขึ้นเองไม่ได้ ต้องทำให้เกิดด้วยการฝึกจิตรวบรวมจิตให้หนึ่งด้วยวิธีต่างๆ เช่น ทำสมาธิ สวดมนต์สติ มีความหมาย 3 อย่างคือ 1. ความระลึกได้ความเอาใจใส่ความจำได้ (Poonyanupar, 1992) 2. การตามระลึกความหวนระลึกกิริยาที่ระลึกความทรงจำความไม่เลื่อนลอย (Thai Tipitaka 34/52/36) 3. ความไม่หลงลืมคือสติที่เป็นอินทรีย์สติที่เป็นพลังสมาธิคือ ความระลึกได้ นึกได้สำนึกอยู่เสมอไม่เผลอในการปฏิบัติการเจริญสติ

การมีสติคือความระลึกได้สำนึกอยู่ความไม่เผละความระมัดระวังความไม่ประมาทระลึกอยู่ตลอดเวลา ตั้งความรู้สึกไว้กับตัวให้สติเฝ้าดูอารมณ์และการเคลื่อนไหวของตนเองความรู้ตัวว่า กำลังทำอะไร พุดอยู่ หรือ กำลังคิดอะไรอยู่ ความตื่นตัวในขณะทำงาน หรือยืน เดิน นั่งนอน เป็นต้น ไม่หลงๆ ลืมๆ หรือ เลอะเลือนในขณะนั้น พร้อมทั้งรู้ว่า สิ่งที่ทำที่พุดคิดนั้นดีไม่ดี สามารถควบคุมการทำการคิด ให้อยู่ในกรอบให้คิดไตร่ตรองอย่างถี่ถ้วนในขณะทำ พุด คิด ทำให้เกิดความรอบคอบ (Phra Dhammakittiwong Thongdee Suratejo, 1092) ไม่ผิดพลาดเสียหาย และสามารถละการทำพุดคิดที่ไม่ถูกต้องด้วยตัวเองการรู้ตัวว่าสิ่งที่กำลังทำอยู่นั้น เป็นสิ่งที่ดีมีประโยชน์จะทำอะไรก็ไม่ควรรีบร้อนควรให้รอบคอบทำด้วยความสุขุมสติจึงจะเกิดทันและได้ผลเพิ่มขึ้นสติก็คือความไม่ประมาทนั่นเอง เพราะชีวิตของผู้ไม่ประมาทมีสติรอบคอบระมัดระวังในทุกสถานจะมีความสมบูรณ์การดำเนินชีวิตจะไม่ผิดพลาดและมีประสิทธิภาพมากขึ้นจึงได้ชื่อว่าเป็นธรรมสำหรับส่งเสริมและพัฒนาตนเองให้มีระเบียบวินัยเพราะการมีสติติดกำกับให้ระลึกได้ คือ ความไม่ประมาท (Thai Tipitaka 21/30/49)

จากการศึกษาพบว่า หลักสติดังกล่าวข้างต้นมีสติ คือ ความระลึกได้ ความไม่หลงไม่ลืม ความไม่เลื่อนลอย ความไม่ประมาท คือการระลึกอารมณ์ และเป็นสิ่งที่ยังต้องมีติดอกติดใจในฝ่ายอกุศล หน้าที่ของสติคือ การไม่หลงลืมหน้าที่ การจำได้อย่างแม่นยำ เหนียวอารมณ์ไว้กับจิต คุมหรือกำกับจิตไว้กับอารมณ์ การรักษาอารมณ์ให้คงที่อยู่เสมอ ประโยชน์ของสติ คือ ห้ามมิให้เราสร้างกรรมชั่ว ป้องกันมิให้มีการก่อเวรเกิดขึ้น เป็นการเตรียมตัวก่อนตาย ถ้ามีสติเป็นเครื่องระลึกไม่ต้องไปทุกข์ภูมิ (Marpue, 2013) เป็นเหตุนำสู่การอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขหรือสันติภาพ สติเป็นเหตุก่อเกิดภาวะที่คนสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างสงบสุข โดยปราศจากความรุนแรงต่อกัน (Phrakhrusantiwachirakit Wimok, 2017)

การประยุกต์ใช้หลักสติในการพัฒนาการทำงานอย่างมีความสุขของแรงงานฝ่ายผลิต ห้างหุ้นส่วนจำกัด คอนติเนนตัลนิตตั้ง

ผลการวิจัยพบว่า จากการจัดกิจกรรม “โครงการสวดมนต์ปฏิบัติธรรมร่วมกัน” ซึ่งเป็นการนำหลักสติมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาการทำงานของแรงงานฝ่ายผลิต เพื่อเป็นการพัฒนาอบรมสติให้เกิดขึ้นให้พนักงานมีความไม่ประมาท ความเพียร สามารถควบคุมประพฤติกรรม ปฏิบัติและการกระทำทุกอย่าง ระมัดระวังตัว การตระหนักในสิ่งที่พึงทำและพึงละเว้นใส่ใจสำนึกอยู่เสมอในหน้าที่อันจะต้องรับผิดชอบ ไม่ยอมปล่อยปละละเลยกระทำด้วยความจริงจังรอบคอบสามารถควบคุมการทำการคิด ให้อยู่ในกรอบให้คิดไตร่ตรองอย่างถี่ถ้วนในขณะทำ พุด คิด ทำให้เกิดความรอบคอบ ไม่ผิดพลาดเสียหายคือ รู้ชัดว่ามีประโยชน์หรือตระหนักในจุดหมาย รู้ชัดหรือตระหนักในความเหมาะสม รู้ชัดว่าในกิจหน้าที่ของตน รู้ชัดว่าไม่หลงหรือตระหนัก ไม่สับสน พ้นเพี้ยน (Phra Brahmagunabhorn (P. A. Payutto), 2008)

แนวทางการพัฒนาฝึกฝนอบรมสติในการทำงานใช้ทำกิจกรรมโครงการสวดมนต์ปฏิบัติธรรมร่วมกันเพื่อกล่อมเกลาคิดใจให้รู้สึกผ่อนคลายจากการทำงานหน้าเครื่องจักรเป็นเวลาหลายชั่วโมงในแต่ละวัน กิจกรรมมีรายละเอียด คือ กิจกรรมสวดมนต์ไหว้พระ ปฏิบัติเจริญจิตภาวนา ร่วมกันสวดมนต์ รับฟังพระ

ธรรมเทศนาถวายทาน บริจาคสงเคราะห์ โดยใช้ระยะเวลาของโครงการ 6 เดือน ผลที่ปรากฏอันเกิดจากการฝึกฝนอบรมสติของแรงงานฝ่ายผลิตจากการจัดกิจกรรม “โครงการสวดมนต์ปฏิบัติธรรมร่วมกัน” พบว่า จากผลการทดสอบความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหลักสติในการทำงาน ก่อน-หลัง การเข้าร่วมกิจกรรม ได้คะแนนรวมคิดเป็นร้อยละ 62.50 และ 84.50 กล่าวได้ว่า กิจกรรมฯ สามารถสร้างความรู้ความเข้าใจเรื่องเกี่ยวกับหลักสติในการทำงานให้กับแรงงานฝ่ายผลิตได้สูงขึ้น

เมื่อผ่านการอบรมหรือร่วมกิจกรรมแล้ว พบว่า พนักงานใจเย็นขึ้น มีอารมณ์สุขุม ไม่วุ่นวาย สามารถควบคุมตนเองได้ อุดหนุนได้นานขึ้น (Vongtalar, 2018) มีความคิดเป็นเหตุเป็นผล พุดจาสื่อสารกันรู้เรื่อง อย่างระมัดระวัง มีความเห็นอกเห็นใจกันมากขึ้น อภัยกันได้ง่าย รู้จักวิธีการแผ่ความปรารถนาดี แผ่เมตตาจิตมีความสุข ใจเยือกเย็นลงจากการได้ฟังธรรมะ ได้สวดมนต์ไหว้พระในแต่ละวัน ทำจิตให้เป็นสมาธิ หายโกรธหงุดหงิดได้เร็ว สติสัมปชัญญะให้รู้ตัวเมื่อหงุดหงิด รู้เท่าทันอารมณ์ตนเอง มีความรอบคอบ ไม่เข้าใจผิด ไม่ค่อยหลงลืม ไม่เผลอตั่ว หลงลืมสติ มีสภาวะแห่งความตื่นและความรู้สึกตัวควบคุมอารมณ์ได้ง่าย (Onkom, 2018) แรงงานฝ่ายผลิตสามารถนำองค์ความรู้และการปฏิบัติที่ได้ได้รับการฝึกฝนมาใช้ในการทำงานจนได้ผลการผลิตที่ดีขึ้นในแง่ของความปลอดภัยในการทำงาน, การสูญเสียผลิตภัณฑ์อันเกิดจากความผิดพลาดของผู้ควบคุมเครื่องจักรมีอัตราส่วนลดน้อยลงอย่างเห็นได้ชัด ดังจะเห็นได้จากตัวบ่งชี้ที่ปรากฏประสิทธิภาพในการทำงานมีคุณภาพ มีความเสียหายผิดพลาดน้อย กล่าวคือ จำนวนเงินสมทบที่ส่งเข้ากองทุนเงินทดแทน สำนักงานประกันสังคม สะท้อนให้เห็นถึงจำนวนการส่งเงินสมทบเข้ากองทุนเงินทดแทนที่มีอัตราส่วนลดลง นับตั้งแต่ปี 2558-2560 ตามลำดับ (Dangthisong, 2018)

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

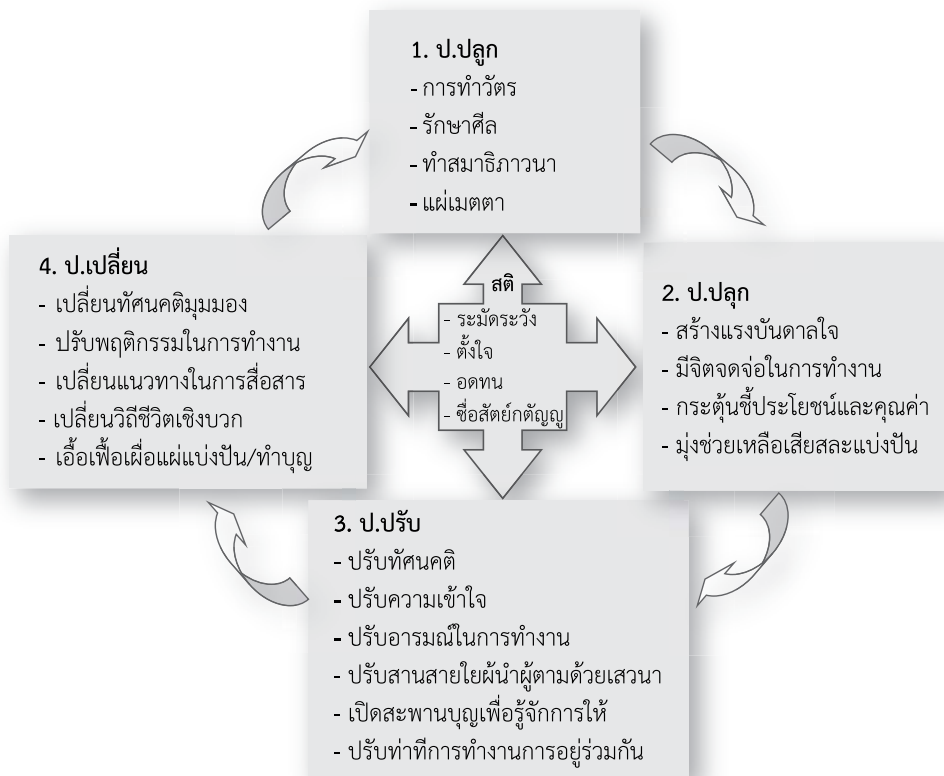
กิจกรรมที่ชื่อว่า “โครงการสวดมนต์ปฏิบัติธรรมร่วมกัน” สร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อการเจริญสติในระหว่างวันทำงาน และการกระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้และแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เกิดความระมัดระวัง มีความรอบคอบในการทำงาน มีความตั้งใจใส่ใจในกระบวนการขั้นตอนของการทำงาน ไม่รัดขั้นตอนมีความเป็นระเบียบหรือมีวินัย พนักงานมีความอดทนขยันหมั่นเพียร มีความซื่อสัตย์และความกตัญญู เป็นต้น ผู้วิจัยได้สรุปประมวลกระบวนการขั้นตอนแนวทางการพัฒนาด้วยกระบวนการ 4 ป. คือ ป.ปลูก ป.ปลูก ป.ปรับ ป.เปลี่ยน ได้แก่

1. ป.ปลูก เพื่อการตื่นรู้ในการทำงาน: สร้างความเข้าใจและการมีส่วนร่วม สร้างความเห็นถูกปลูกปัญญาด้วยการ การทำวัตร การรักษาศีล การทำสมาธิภาวนาแผ่เมตตาจิตต่อกัน

2. ป.ปลูก การฝึกสติเพื่อปลูกจิตสำนึกการทำงาน: จัดกิจกรรมสานสายใยผู้นำด้วยการเสวนาพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น สร้างแรงบันดาลใจในการทำงานต้องอาศัยจิตวิญญาณของความรักในอาชีพหรืองานที่ตนทำ มีจิตจดจ่อในการทำงาน สร้างการตื่นตัวระมัดระวังเกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี

3. ป.ปรับ เพื่อการเข้าหากันฉันมิตร: เปิดโอกาส สอบถามความห่วงใย ชักชวนแนะนำปรับความคิดความรู้สึก ปรับทัศนคติในการอยู่ร่วมกัน ปรับความเข้าใจปรับอารมณ์ในการทำงานหรือปรับท่าทีการทำงานการอยู่ร่วมกัน

4. ป.เปลี่ยนเพื่อผลการทำงานที่ดีและมีความสุข: เปลี่ยนทัศนคติมุมมองและหันมาความสัมพันธ์ที่ดีของผู้ร่วมงานส่งต่องานด้วยสำนึกของความรับผิดชอบและด้วยความใส่ใจเปลี่ยนพฤติกรรมในการทำงาน สร้างความสามัคคีเข้าใจกับเพื่อนร่วมงานมีความอ่อนน้อมถ่อมตน สงเคราะห์เกื้อกูลกัน แบ่งปันเอื้อเฟื้อและช่วยเหลือกันและกัน สรุปเป็นแผนภาพได้ ดังนี้



สรุป

การประยุกต์ใช้หลักสติในการพัฒนาการทำงานอย่างมีความสุขของแรงงานฝ่ายผลิต มีการใช้สติทำให้เกิดความรู้ตัว มีความตั้งมั่นไม่หวั่นไหว โดยการฝึกอบรมสวดมนต์ภาวนาผ่านโครงการกิจกรรมที่ชื่อว่า “โครงการสวดมนต์ปฏิบัติธรรมร่วมกัน” ได้เกิดการปรับเปลี่ยนประพฤติกรรม มีความระมัดระวัง มีความรอบครอบ ไคร่ครวญ ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยดี เกื้อกูลกันมีจิตใจที่เข้มแข็งมั่นคง มีความขยันหมั่นเพียร อดทน มีสมาธิ มีความไม่ประมาทรู้อยู่กับสิ่งที่เกิดขึ้นที่กำลังคิดพูดทำอยู่ในขณะนั้น ทำให้ไม่เกิดความผิดพลาดเสียหายหลงลืมหรือพลั้งเผลอ และยังเกิดการปรับเปลี่ยนเชิงบวกทำให้พนักงานทำงานมีประสิทธิภาพ เกิดความเสียหายจากการทำงานน้อย พนักงานมีสติ มีความระมัดระวังรอบครอบ พนักงานแรงงานเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตดีมีความสุขในการทำงาน มีความตั้งใจ มุ่งมั่นและมีความสามัคคีเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเพื่อการนำผลวิจัยไปใช้ประโยชน์

การมีสติก่อให้เกิดความไม่ประมาท เกิดความเข้าใจ สร้างมนุษยสัมพันธ์ การครองใจคน รู้วิธีปฏิบัติ ทำให้คนรัก องค์กรหรือบริษัทโรงงานต่างๆ สามารถนำไปเป็นแนวทางปฏิบัติได้ เพราะทำให้เกิดการให้การเสียสละหรือการเอื้อเฟื้อแบ่งปันรูปแบบโครงการทดลองฝึกสติดังกล่าวสามารถนำมาเป็นตัวอย่าง เพื่อเป็นแบบในการปฏิบัติและพัฒนาองค์กรบริษัทของตนเองได้ ซึ่งจะนำไปสู่ความเป็นองค์กรบริษัทแห่งการเรียนรู้ตื่นตัว ไม่ประมาทพึ่งตนเองได้และมีความสุข

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยในครั้งต่อไป

1. ศึกษาเปรียบเทียบแนวทางการพัฒนาบริษัทสันติสุขตามกรอบแนวคิดธรรมภิบาลกับหลักสติในพระพุทธศาสนา
2. ศึกษาวิเคราะห์แนวทางการสร้างความสัมพันธ์เพื่อการอยู่ร่วมกันระหว่างเชื้อชาติตามหลักสติในพระพุทธศาสนา
3. ศึกษาแนวทางการส่งเสริมและพัฒนาเยาวชนเพื่อให้เห็นโทษ และการห่างไกลจากยาเสพติดตามหลักสติในพระพุทธศาสนา
4. ศึกษาแนวทางการพัฒนาพฤติกรรมของพนักงานเพื่อการเรียนรู้และเข้าใจกันและกันตามหลักศีล 5

References

- Board of Investment (BOI). (2011). *Textile industry and clothing in the country of CLMV*. Complete Insights Report Asian Studies Institute. Bangkok: Chulalongkorn University.
- Deming, W.E. (1986). *Out of the Cisis*. Cambridge: Massachusetts Institute of Technology.
- Mahachulalongkorn University. (1996). *Thai Tipitakas*. Bangkok: MCU Press.
- Ministry of Labour. (2017). *Introduction to Aliens*. Retrieved Dec. 8, 2017, from http://fromhttp://www.mol.go.th/academician/basic_alien>.
- Phra Brahmagunabhorn (P. A. Payutto). (2008). *Dictionary of Buddhism (Word)*. (11th ed.). Bangkok: Sahadhamika.
- Phra Brahmagunabhorn (P. A. Payutto). 2003). *Dictionary of Buddhism*. Bangkok: MCU Press.
- Phra Dharmkittiwong (Thongdee Suratacho). (2010). *Dictionary for Buddhist Studies "Kamwat words"*. Bangkok: Morals Council and Morals Celebrate Institutions.
- Phrakhrusantiwachirakit (Wimok). (2017). The Way of Conceptual Idea of Citizen Engagement in Mobilizing the Project of Five-Precept Village for Peaceful Community : A Case Study of Bannonedum Community, Kampaengphet Province. *Journal of MCU Peace Studies*. 5 (Special Issue), 1-16.
- Chompooming, P. et al. (2014). Human Resources Institute. *Thammasat University*, 9 (1).
- Wathantrangson, P. (2015). *Enhancing the performance of 4 star hotel employees in SiamSquare*. Thesis Master of Arts. Graduate School: Bangkok University.
- Marpue, S. (2013). *Use mindfulness to apply. To solve doing work Employees of Electricity Generating Authority of Thailand*. Thesis Master of Arts. Graduate School: Mahachulalongkorn University.
- Chalamvong Y. (2017). *Challenges of Thai workers in the digital age*. National Institute for Thailand Development Research. From <http://tdri.or.th/2015/01/thailaborinthe digitalage>>.
- Dangthisong, T. (2018). Labor of Production. *Interview*. February, 1.
- Onkom, J. (2018). Labor of Production. *Interview*. February, 1.
- Vongtalar, B. (2018). Labor of Production. *Interview*. February, 1.
- Teantud, M. (2018). Chief of Production. *Interview*. February, 8.
- Usonsilivongsar, K. (2018). Labor of Production. *Interview*. February, 1.
- Marntong, A. (2018). Chief of Production. *Interview*. February, 2.