



งานบันดาลใจ
Inspiration at Work



งานบันดาลใจ
Inspiration at Work

โครงการสร้างสุขภาวะในระบบบริการสุขภาพ
ด้วยจิตวิญญาณความเป็นมนุษย์

ดำเนินงานโดย



สำนักงานวิจัยสังคมและสุขภาพ (สวสส.)

สนับสนุนการดำเนินงานโดย



สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสย.)

สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์

กระทรวงสาธารณสุข



ทำไม? “งานบันดาลใจ”

ความจริงข้อหนึ่งเกี่ยวกับงานที่เราไม่อาจปฏิเสธได้ก็คือ เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ มนุษย์จำเป็นต้องทำงาน แต่ที่มากกว่านั้นก็คือ การทำงานมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อคุณค่าความเป็นมนุษย์ มนุษย์ค้นพบคุณค่าการดำรงอยู่ของตนเองได้จากงานที่ทำ งานจึงมีความหมายมากกว่ากิจกรรมที่เข้าไปเพื่อการยังชีพ เพราะงานทำให้มนุษย์เรียนรู้ เติบโต เห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น ในสังคมสมัยใหม่ที่ผู้คนมีวิถีการทำงานอยู่ในองค์กรต่างๆ หากองค์กรมีวัฒนธรรมการทำงานที่เห็นคุณค่าของงาน ให้โอกาสสำหรับการสร้างสรรค์และการเรียนรู้ เติบโตของคนทำงานผ่านงานที่เขาทำ คนในองค์กรก็สามารถเติบโตงอกงามและสามารถสร้างสรรค์งานที่มีคุณค่าต่อไปอีก

งานที่ช่วยให้มนุษย์เรียนรู้ เติบโต และช่วยเติมเต็มความเป็นมนุษย์ให้สมบูรณ์นี้ เราอาจเรียกว่า “งานบันดาลใจ” เพราะเป็นงานที่ก่อให้เกิดแรงบันดาลใจจากคุณค่าของงานที่เราได้สร้างสรรค์ขึ้น



ที่มา

โครงการงานบันดาลใจ

ระบบบริการสุขภาพที่ถูกสร้างขึ้นด้วยเป้าหมายของการบำบัดเยียวยาความทุกข์ของผู้คน ได้กลายเป็นระบบงานที่สร้างความทุกข์ให้กับทั้งผู้รับบริการและผู้ให้บริการ ภาวะดังกล่าวนอกจากจะเกิดจากภาระงานที่หนักอึ้งแล้ว ยังเกิดจากวัฒนธรรมการทำงานและระบบงานที่สร้างความแปลกแยกต่องาน คนทำงานไม่เห็นคุณค่าของงาน และไม่สามารถแสวงหาความหมายของชีวิตจากการทำงานได้ โดยเฉพาะในระบบงานราชการหรือระบบงานขนาดใหญ่ที่เน้นการวัดผลและประเมินประสิทธิภาพในเชิงปริมาณแต่เพียงด้านเดียว ในระบบงานดังกล่าว นอกจากจะไม่สามารถสร้างสุขภาวะในองค์กรได้แล้ว ความทุกข์ของผู้ให้บริการยังมีผลโดยตรงต่อผู้รับบริการอีกด้วย สภาพเช่นนี้ขัดแย้งอย่างยิ่งกับแนวคิดการสร้างโรงพยาบาลสร้างเสริมสุขภาพ (Health Promoting Hospital) และเป็นอุปสรรคต่อการสร้างระบบบริการที่มีหัวใจความเป็นมนุษย์ (Humanized Healthcare)



สำนักวิจัยสังคมและสุขภาพ สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ กระทรวงสาธารณสุข ได้ดำเนินโครงการสร้างสุขภาวะในระบบบริการสุขภาพ ด้วยจิตวิญญาณความเป็นมนุษย์ (Promoting Humanity and Spiritual Well-being in Healthcare) หรือ โครงการงานบันดาลใจ (Inspiration at Work) ด้วยงบประมาณสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) เพื่อส่งเสริมการเติบโตทางปัญญา หรือทางจิตวิญญาณผ่านการทำงาน โดยถือว่า การเติบโตองงามในทางจิตวิญญาณนั้นแยกไม่ออกจากชีวิตการทำงาน เพราะงานเป็นทั้งเครื่องขัดเกลามนุษย์และเป็นสิ่งที่ทำให้มนุษย์เติบโตเต็มศักยภาพของตนได้

พูดง่าย ๆ ว่า การเติบโตทางจิตวิญญาณก็คือการเติบโตไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์นั่นเอง

วัตถุประสงค์

โครงการงานบันไดใจ

- มุ่งที่จะแสวงหาแนวทางใหม่ๆ ที่ทำให้การสร้างเสริมสุขภาวะทางจิตวิญญาณในที่ทำงาน (spirituality in workplace) มีรูปธรรมการทำงานที่ชัดเจน ง่ายต่อการนำไปปฏิบัติ วัดผลได้ และสามารถนำไปปรับใช้หรือขยายผล
- มีหัวใจสำคัญของการทำงาน คือ การสร้างวัฒนธรรมองค์กรที่หล่อเลี้ยงและต่อยอดการเคารพในคุณค่า ศักดิ์ศรี และศักยภาพความเป็นมนุษย์ที่จะเติบโตไปกับการทุ่มเททำงานตามอุดมคติและความใฝ่ฝัน
- ส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้และเกิดปิติสุขจากงานที่ทำอย่างประณีตใส่ใจและเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่อสังคม
- ใช้การทำงานเป็นหนทางแห่งการเรียนรู้ งามงามและเติบโตไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์และไปสู่สังคมแห่งสุขภาวะร่วมกัน

ปรัชญาและแนวทาง

โครงการงานบันไดใจ

ปรัชญา งานบันไดใจ

การเติบโตของงานในทางจิตวิญญาณสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์นั้น แยกไม่ออกจากชีวิตการทำงาน เพราะงานเป็นทั้งเครื่องขัดเกลามนุษย์และสิ่งที่ทำให้มนุษย์เติบโตเต็มศักยภาพของตนได้

แนวทาง การสร้างงานบันไดใจ

ส่งเสริมให้คนทำงานเห็นคุณค่า เกิดการเรียนรู้ และเกิดปิติสุขจากงานที่ทำในชีวิตประจำวัน พร้อมกับสร้างวัฒนธรรมองค์กร ชุมชนเชิงปฏิบัติการ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และเครือข่ายทางสังคมที่เคารพในคุณค่าศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ของคนทำงาน และสนับสนุนส่งเสริมให้คนทำงานสามารถเติบโตของงานสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์เต็มศักยภาพผ่านวิถีของการทำงานประจำ



การดำเนินงานที่ผ่านมา

โครงการงานบันดาลใจ

โครงการนี้ได้ดำเนินมาเป็นระยะเวลากว่า 2 ปีตั้งแต่ปลายปี พ.ศ. 2557 ทั้งการทบทวนองค์ความรู้เพื่อวางรากฐานการทำงานในหลากหลายประเด็นสำคัญ ทั้งแนวคิดทางปรัชญาเกี่ยวกับงานและความเป็นมนุษย์ จิตวิญญาณกับการส่งเสริมสุขภาพ วัฒนธรรมองค์กรกับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ สร้างชุดความรู้ที่สามารถนำไปใช้งานรองรับการสร้างวัฒนธรรมการทำงานในองค์กรอย่างเป็นรูปธรรม รวมทั้งการสร้างพื้นที่การเรียนรู้และการถอดบทเรียนจากองค์กรต้นแบบ นอกจากนี้ยังมี การนำความรู้ที่สังเคราะห์ขึ้นลงสู่การปฏิบัติการจริงในพื้นที่ ผ่านการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการ “คนสร้างงาน บันดาลใจ” จำนวน 40 ท่าน จาก 20 โรงพยาบาลจากทั่วประเทศที่ผ่านการคัดเลือก และการร่วมทำ “โครงการงานบันดาลใจ” ระหว่างพื้นที่และทีมงานบันดาลใจของสำนักวิจัยสังคมและสุขภาพ

ผลจากการถอดบทเรียนจากประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านการลงมือปฏิบัติการจริงได้กลายมาเป็นแนวคิดและแนวทางสำหรับสร้างสรรค์วัฒนธรรมองค์กรที่หล่อเลี้ยงให้คนทำงานเติบโตกับการทำงานและสร้างสรรค์ “งานบันดาลใจ” ที่สามารถนำไปปรับใช้ตามบริบทขององค์กรรวม 5 ประเด็น

กรอบแนวคิด

โครงการงานบันดาลใจ

แนวคิดและแนวทางสำหรับสร้างสรรค์วัฒนธรรมองค์กรที่หล่อเลี้ยงให้คนทำงานเติบโตกับการทำงานและสร้างสรรค์ “งานบันดาลใจ” ที่สามารถนำไปปรับใช้ตามบริบทขององค์กร รวม 5 ประเด็น ได้แก่

1. การสร้างคุณค่าในตน คือ การสร้างให้คนในองค์กรเห็นคุณค่าของตนเองผ่านการทำงาน เช่น ความภาคภูมิใจที่ได้ใช้ความรู้ความสามารถของตนเองให้เกิดประโยชน์ การมีทักษะความสามารถสูงขึ้นสามารถเอาชนะอุปสรรคหรือความท้าทายต่างๆ การได้ลงมือทำในสิ่งที่ใฝ่ฝันแม้จะต้องทุ่มเทด้วยความเหนื่อยยากก็ตาม





ตัวอย่างกิจกรรม

การเขียนเรื่องเล่า เป็นกระบวนการที่ทำให้
คนทำงานได้ย้อนคิดถึงงานที่ตนเองทำในทุกเมื่อเชื่อวันว่า
มีประโยชน์เกื้อกูลต่อผู้อื่นและต่อตนเองอย่างไร ทำให้
เห็นประสบการณ์ที่ดีในการทำงาน ที่ไม่เพียงเป็น
แรงบันดาลใจให้คนเล่าได้มีกำลังใจและเติบโตในการทำงาน
ต่อไปแล้ว ยังเป็นแรงบันดาลใจให้เพื่อนร่วมงานคนอื่น
อีกด้วย

2. สัมพันธภาพในองค์กร คือ การสร้างความ
สัมพันธ์ที่เกื้อกูลกันในองค์กร มีความใส่ใจ รับฟังความ
เห็นซึ่งกันและกัน เคารพในศักดิ์ศรีและคุณค่าความเป็น
มนุษย์ของทุกคน เปิดโอกาสให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการ
สร้างองค์กร ส่งเสริมการใช้อำนาจร่วมในการตัดสินใจ
ต่างๆ รวมทั้งการสร้างกลไกการจัดการเพื่อการคลี่คลาย
ความขัดแย้งได้อย่างสร้างสรรค์

ตัวอย่างกิจกรรม

Check-in คือ ประชุมก่อนเริ่มงาน ประมาณ
15-20 นาที โดยให้บุคลากรได้สำรวจความพร้อมของตัว
เอง และบอกสภาพร่างกายและจิตใจให้รับรู้ซึ่งกันและกัน
เป็นการสร้างความสัมพันธ์ และการช่วยเหลือกันภายในทีม



๓. สำนักต่อสังคมและเพื่อนมนุษย์ คือ การส่งเสริมให้คนทำงานและองค์กรตระหนักถึงความรับผิดชอบที่มีต่อส่วนรวม ดูแลผู้ป่วยด้วยหัวใจความเป็นมนุษย์ สร้างสรรค์ระบบบริการที่ปลอดภัยสำหรับทุกคน รวมทั้งมีสำนึกและใส่ใจต่อสิ่งแวดล้อม

ตัวอย่างกิจกรรม

สร้างสำนักจิตอาสา คือ การที่องค์กรมีกิจกรรมที่เปิดพื้นที่ให้ทุกคนได้ทำงานเพื่อสังคมนอกเหนือจากงานประจำตามความสมัครใจของแต่ละคน รวมถึงการแลกเปลี่ยนเรียนรู้สะท้อนแบ่งปันประสบการณ์หลังกิจกรรม



4. วัฒนธรรมการสื่อสาร คือ การส่งเสริมการสื่อสารที่ช่วยสร้างสรรค์การทำงานร่วมกัน การสื่อสารถือได้ว่าเป็นรากฐานของวัฒนธรรมองค์กร การสร้างวัฒนธรรมการสื่อสารที่ดี เช่น การฝึกฝนทักษะการฟังที่ดี การสร้างพื้นที่การสื่อสารที่เปิดกว้าง การรู้จักใช้การสื่อสารเพื่อสานสัมพันธ์ การสร้างวัฒนธรรมการขอคุณ-การขอโทษ รวมทั้งการพัฒนารูปแบบการประชุมแบบมีส่วนร่วม การใช้กระบวนการ รวมทั้งการสร้างสรรค์สื่อและภาษาที่ช่วยให้องค์กรมีความละเอียดอ่อนและเคารพในคุณค่าของทุกคน

ตัวอย่างกิจกรรม

การฝึกการฟังอย่างลึกซึ้ง (Deep listening) หมายถึง การสร้างวัฒนธรรมการฟังที่มีคุณภาพของคนในองค์กร เป็นการฟังอย่างลึกซึ้งด้วยจิตจดจ่อตลอดเวลา ฟังจนเกิดสมาธิ เพื่อจะได้รับรู้ข้อมูลจากการสื่อสารของผู้พูดได้อย่างชัดเจน และถูกต้อง ที่สำคัญไม่ด่วนตัดสินผู้พูด



5. สติและตัวตนที่ตื่นรู้ คือ การส่งเสริมการตื่นรู้ภายในที่จะช่วยให้คนทำงานได้ทบทวนตนเอง ตรีภตรอง สะท้อนคิด จนเกิดความรู้เท่าทันและเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง เป็นการยกระดับจิตสำนึกและนำไปสู่การเปลี่ยนผ่านเพื่อการเติบโตสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์

ตัวอย่างกิจกรรม

เสียงแห่งสติ กำหนดให้มีเสียงระฆัง หรือเสียงที่เป็นสัญลักษณ์ร่วมกัน ซึ่งเมื่อได้ยินแล้วให้หยุดกิจกรรมที่กำลังทำประมาณ 30-45 วินาที เพื่อกลับมาอยู่กับความรู้สึกในร่างกาย กับลมหายใจเข้าและออก 3 รอบ เพื่อสร้างความตระหนักรู้ ฝึกการหยุดและบรรเทาภาวะความตึงเครียดในระหว่างวัน



ทั้ง 5 ประการที่กล่าวมา เป็นองค์ประกอบพื้นฐานของการสร้างสรรค์ “งานบันดาลใจ” ในองค์กร เป็นแนวทางสำหรับการสร้างสรรค์วัฒนธรรมองค์กรที่เกื้อกูลให้มนุษย์ได้เติบโตจากการได้ทุ่มเททำงานและได้สร้างสรรค์ผลงานจากความรู้ความสามารถของตน โดยตระหนักว่า มนุษย์เติบโตงอกงามไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ขึ้นได้จากการทำงานที่มีคุณค่าและความหมาย งานที่เราเรียกง่ายๆ ได้ว่า “งานบันดาลใจ”

กรอบแนวคิด โครงการงานบันดาลใจ



1

Value
การสร้างคุณค่าในตน

2

Relationship
สัมพันธภาพในองค์กร

3

Humanistic
สำนึกต่อสังคมและเพื่อนมนุษย์

4

Communication
วัฒนธรรมการสื่อสาร

5

Mindfulness
สติและตัวตนที่ตื่นรู้

เราสนับสนุนการทำงานบันดาลใจผ่าน

1. การบริการทางวิชาการในเรื่องแนวคิดงานบันดาลใจ
2. การสนับสนุนข้อมูลเพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินโครงการงานบันดาลใจ
3. การจัดหรือให้คำแนะนำในการจัดกระบวนการสร้างงานบันดาลใจ

ท่านสามารถสืบค้นหรือสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

www.facebook.com/IAtWork

www.shi.or.th/content/10297/1/

ติดต่อโครงการ “งานบันดาลใจ” ที่

สำนักวิจัยสังคมและสุขภาพ อาคาร 88/37 (คลังพัสดุ)
ชั้น 3 ซอยสาธารณสุข 6 กระทรวงสาธารณสุข ถ.ติวานนท์
ต.ตลาดขวัญ อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000

โทรศัพท์ 0 2590 1352 หรือ 0 2590 1498

E-mail: inspirationatwork1@gmail.com

Website: www.shi.or.th

ทีมงานบันดาลใจ

ดร.บุษบงก์ วิเศษพลชัย

โทรศัพท์ 08 0208 5217

E-mail: bussabongcat@gmail.com

สุธาสินี เอี่ยมสืบทับ

โทรศัพท์ 08 7676 2802

E-mail: sutasineememaysa@gmail.com

พรเพ็ญ วงศ์กิจมโนชัย

โทรศัพท์ 08 1685 8176

E-mail: penpenna@gmail.com



งานบันดาลใจ
Inspiration at Work