

ถอดบทเรียนการประชุมวิชาการประจำปี HA National Forum ครั้งที่ 22

Towards Scaling Up and Resilience in Healthcare

เรื่อง “ค่านิยม...คือเข็มทิศนำพาชีวิต”

วันพฤหัสบดีที่ 10 มีนาคม 2565 เวลา 13.00 - 13.45 น.

รูปแบบผสมผสาน ผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์ออนไลน์ และสถานที่

ณ อาคารอิมแพ็คฟอรัม อาคาร 4 ศูนย์การประชุมอิมแพ็ค ฟอรัม เมืองทองธานี

วิทยากร

คุณนพกฤษฎ์ นิธิเลิศวิจิตร

บริษัทซัคเซสมอร์ปียังก์ จำกัด (มหาชน)

คุณนพกฤษฎ์ นิธิเลิศวิจิตร ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์การนำค่านิยมมาใช้ในชีวิตประจำวัน ภายใต้แนวคิด Towards Scaling-up and Resilience in Healthcare โดยค่านิยมคือ บางสิ่งที่ทำให้ความนิยม โดยมีผลต่อการตัดสินใจที่จะทำหรือไม่ทำในชีวิตประจำวัน ซึ่งการตัดสินใจนั้น มาจากสิ่งที่อยู่ในตัวเรา ในสถานะที่จำเป็นต้องมีการฟื้นฟูพลังงาน เพื่อทำให้เกิดการเติบโตและก้าวหน้าอย่างมีคุณภาพ ซึ่งความก้าวหน้าสอดคล้องกับ Scaling-up เป็นผลจากภายนอก แต่ทุกสิ่งที่อยู่ภายนอกเป็นสิ่งที่มาจากภายใน โดย Resilience เป็นสิ่งที่มาจากภายใน สอดคล้องกับเรื่อง inside & outside ถ้า inside ดี ส่งผลให้ outside ดี หรือ outside ดี inside ก็ดีด้วยเช่นกัน ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทหน้าที่ หรือการทำธุรกิจอะไร outside คือ ผลลัพธ์การให้บริการ inside คือคุณภาพภายในองค์กร การมีจิตบริการ ที่ส่งผลต่อมาตรฐานการให้บริการที่ดี คุณภาพที่สูงขึ้นและมีประสิทธิภาพ โดยในชีวิตประจำวันนั้น outside ที่ดีคือความสุข ความสัมพันธ์ รายได้ เงินออม ซึ่งมาจาก inside นั่นคือ ค่านิยม

หลักการมีชีวิตที่ดี เริ่มจากตัวเรา เข้าใจ และเปลี่ยนแปลงไปพร้อมกัน ซึ่งในชีวิตคนเรา มี 4 ส่วนสำคัญที่ต้องดูแลคือ 1) IQ ความรู้ ความสามารถ 2) PQ ร่างกายต้องคล่องแคล่วว่องไว 3) EQ อารมณ์ความรู้สึก ต้องนิ่ง ควบคุมได้ และ 4) SQ ความฉลาดทางจิตวิญญาณ การทำทุกอย่างเพื่อองค์กร สังคม และชุมชน โดยสิ่งที่จะทำให้ทั้ง 4 ส่วนดี มีความสมดุลคือ ค่านิยม

การนำพาชีวิตให้มีความสุขทั้งในชีวิตประจำวัน และการทำงาน ต้องมีการออกแบบตัวเราจากโลกภายในสู่โลกภายนอก ประกอบด้วย 6 ระดับ ดังนี้

- **จิตวิญญาณ** ต้องมีจุดมุ่งหมายในการดำเนินชีวิต ทำให้พลังงานในตัวมีเกินขีดจำกัด



มหาวิทยาลัยมหิดล
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

งานจัดการความรู้ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

The Faculty of Medicine Siriraj Hospital Knowledge Management

Link - Share - Learn

- **อัตลักษณ์** การเกิดมาอย่างมีความหมาย และมองทุกปัญหาเป็นเรื่องที่สามารถแก้ไข และเปลี่ยนแปลงได้
- **ความเชื่อ/ค่านิยม** การที่เราเชื่อแบบไหน จะเป็นในแบบนั้น เช่น การเชื่อว่าจะทำทุก ๆ วัน ให้เป็นเรื่องที่ดีได้ การช่วยเหลือผู้ป่วยให้หายกลับบ้าน
- **ความรู้/ความสามารถ** การมีความรู้ความสามารถระดับเดียวกัน แต่ความเชื่อ ค่านิยม ต่างกัน จะส่งผลให้คุณค่า หรือผลลัพธ์ที่ต่างกัน
- **พฤติกรรม/อุปนิสัย** การใช้ความรู้ ความสามารถขึ้นอยู่กับพฤติกรรม อุปนิสัยเช่นกัน บางคน ขยัน มุ่งมั่น บางคนเกียจคร้าน ความสามารถที่แสดงออกมามีความต่างกัน
- **สิ่งแวดล้อม** ถ้าจิตวิญญาณ อัตลักษณ์ ความเชื่อ ไม่แข็งแรงพอ ต้องอาศัยสิ่งแวดล้อมที่ดีมากถึง จะทำงานหรือกิจกรรมให้บรรลุเป้าหมายได้

ค่านิยม หมายถึง สิ่งที่ทำให้คุณค่าสูงสุดในชีวิต สิ่งที่ยึดเป็นแก่นสารของชีวิต ช่วยทำให้เรามีความชัดเจน สามารถตัดสินใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่น ถ้าเรามีค่านิยมความซื่อสัตย์ในตัว ถ้ามีเรื่องเกี่ยวกับผลประโยชน์ส่วนตัวเข้ามา เราจะตัดสินใจได้ทันทีว่าเป็นเรื่องที่ไม่ถูกต้อง แต่ถ้าเรามีค่านิยมความซื่อสัตย์แบบกำกวม อาจต้องคิดสักระยะหนึ่งถึงสรุปสิ่งที่ตัดสินใจได้ นอกจากนั้น ค่านิยม ยังช่วยให้เกิดความรู้สึกลึกซึ้งภูมิใจในตนเอง ทำให้เป็นคนมีมาตรฐาน มีผลต่อการใช้ชีวิตประจำวัน หรือความสุขของเรา สุดท้ายคือ ค่านิยมจะเป็นเข็มทิศ นำพาชีวิตของเรานั้นเอง โดยค่านิยมแบ่งเป็น 2 ประเภท ดังนี้

1. ค่านิยมที่เคลื่อนไหวเข้าหา

- | | |
|---------------------|-------------------------|
| ● ความรัก | ● การบรรลุเป้าหมาย |
| ● ความสำเร็จ | ● การเรียนรู้พัฒนาตนเอง |
| ● ความผูกพัน | ● การทำงานเป็นทีม |
| ● ความสนุกสนาน | ● ความซื่อสัตย์ |
| ● ความมั่นคงปลอดภัย | ● การแบ่งปัน |
| ● อำนาจ | ● ความก้าวหน้า |
| ● ความสบาย | ● การมีมาตรฐาน |
| ● สุขภาพแข็งแรง | ● การมีส่วนร่วม |
| ● ความรับผิดชอบ | ● การได้รับการยอมรับ |
| ● ความชื่นชม | ● การได้รับเกียรติ |

ตัวอย่างค่านิยมการเคลื่อนไหวเข้าหา ในเรื่องความรัก ถ้ามีค่านิยมความรักในงานที่ทำมาก หากมีการนัดประชุมในวันหยุด สามารถยกเลิกหรือเลื่อนนัดอื่น ๆ ได้ แต่ถ้ามีค่านิยมความรักในครอบครัวมาก จะสามารถปฏิเสธการประชุมนั้น ๆ ได้ เรื่องการมีมาตรฐาน ถ้ามีค่านิยมมาตรฐานสูง การทำงานต่าง ๆ จะต้องมีคุณภาพ งานทุกอย่างที่ออกมาต้องสมบูรณ์ เป็นต้น ในเรื่องค่านิยม มีทั้งถูกผิด และไม่มีถูกผิด ในส่วนที่มีถูกผิดคือ ค่านิยมที่ทำให้ผู้อื่นเสียหาย เอาเปรียบสังคม ส่วนค่านิยมที่ไม่ส่งผลเสียต่อผู้อื่น แต่เป็นค่านิยมที่ไม่ทำให้ผู้อื่นเสียหาย เราเสียหายเพียงผู้เดียว ซึ่งอยู่ที่ความต้องการของเรา เช่น บางคนชอบความอิสระ ไม่ชอบยุ่งกับใคร ชอบทำกิจกรรมคนเดียว แต่เมื่อมีการทำงานร่วมกันเป็นทีม อาจส่งผลกระทบต่อผู้อื่น ซึ่งตัวเราเองต้องลำดับความสำคัญค่านิยมในแต่ละเรื่อง เพื่อบริหารจัดการตนเองในการดำรงชีวิต โดยเลือกค่านิยมเรื่องสุขภาพ การบรรลุเป้าหมาย การเรียนรู้พัฒนาตนเอง การทำงานเป็นทีม ความซื่อสัตย์ การแบ่งปัน ความก้าวหน้า ไว้ลำดับต้น ๆ เพื่อส่งผลดีต่อค่านิยมเรื่องอื่น ๆ ตามมา ทำให้บุคลากร และหน่วยงานมีแต่ Scaling up อย่างต่อเนื่อง

2. ค่านิยมที่เคลื่อนไหวออกห่าง

- การปฏิเสธ หรือการถูกปฏิเสธ ซึ่งมนุษย์ทุกคนไม่ชอบการถูกปฏิเสธ เพราะมนุษย์ต้องการการยอมรับ ทำให้เกิดการหลีกเลี่ยง ไม่กล้าแสดงออก แสดงตัวตน
- ความโกรธ บางคนหนีความโกรธ ไม่ชอบการปะทะ แต่บางคนอยากเข้าหาความโกรธมากเกินไป อาจเกิดความเสี่ยงในหลายด้าน จึงต้องสร้างสมดุล
- ความคับข้องใจ บางคนหนีความคับข้องใจ พยายามหลีกเลี่ยง ไม่เข้าสังคม
- ความขัดแย้ง บางคนไม่กล้าแสดงความคิดเห็นเพราะกลัวเกิดความขัดแย้ง จึงพยายามหลีกเลี่ยง ไม่แสดงออก เกิดความเครียด
- ความเปล่าเปลี่ยว บางคนหนีความเปล่าเปลี่ยว ต้องการมีเพื่อนมีคนคุยด้วยตลอดเวลา ต้องไปงานเลี้ยงสังสรรค์เสมอ
- ความหดหู่ บางคนไม่ยอมรับความจริงกลัวสิ่งที่เกิดขึ้นจะสร้างความหดหู่กับเรา ปิดกั้นข่าว หรือเรื่องราวที่หดหู่
- ความรู้สึกอับอาย กลัวการนำเสนอหรือแสดงออกในที่สาธารณะ กลัวการถูกมองว่าไม่ดี ไม่กล้าทำอะไรใหม่ ๆ
- ความรู้สึกผิด ไม่กล้าปฏิเสธผู้อื่น แนะนำ หรือให้ข้อเสนอแนะผู้อื่น เพราะรู้สึกผิด

ค่านิยมสามารถจัดเรียงหรือปรับเปลี่ยนใหม่ได้ มีผลต่อการดำเนินชีวิต เป็นพลังที่มาจากภายใน inner power ถ้ามีค่านิยมที่ถูกต้อง สิ่งที่แสดงออกจะไม่ขัดกับตัวเรา และค่านิยมของทุกคนเมื่อรวมกันแล้ว เป็น

ಬುಗಬುಗಬುಗಬುಗಬುಗಬುಗಬುಗಬುಗಬುಗಬುಗ

Siriraj KM
Link - Share - Learn

