

## การสร้างความสุขในองค์กรด้วยกระบวนการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษาในมหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขต

### นครสวรรค์: การวิจัยเชิงปฏิบัติการ

## **Creating Happiness in Organization through Contemplative Learning Process in Mahidol University Nakhonsawan Campus: An Action Research**

สุปรีย์ส์ กาญจนพิศศาล

### **บทคัดย่อ**

โครงการวิจัยการสร้างความสุขในองค์กรด้วยกระบวนการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษาในมหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตนครสวรรค์: การวิจัยเชิงปฏิบัติการ มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการคือ (๑) เพื่อศึกษากระบวนการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษาที่เอื้อต่อการสร้างความสุขในระดับองค์กรของมหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตนครสวรรค์ ผ่านระเบียบวิธีวิจัยเชิงปฏิบัติการ และ (๒) เพื่อศึกษาการศึกษาการเปลี่ยนแปลงด้านความสุขของผู้เข้าร่วมที่ผ่านกระบวนการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษาผ่านวิธีการวิจัยแนวปรากฏการณ์วิทยา โดยทำการสัมภาษณ์และสนทนากับกลุ่มตัวอย่างจำนวน ๒๒ คน ควบคุมการใช้แบบสำรวจความสุขด้วยตนเองและการสังเกตการณ์แบบไม่มีส่วนร่วม โดยนำข้อมูลที่ได้รับจากการศึกษาทั้ง ๒ ส่วนมาทำวิเคราะห์และจัดทำบทสรุปผลของการวิจัยพบปัจจัย ๖ ข้อที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ของการจัดกระบวนการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษาที่เอื้อต่อการสร้างความสุขในระดับองค์กรของมหาวิทยาลัยมหิดล คือ บุคลิกภาพและความเชี่ยวชาญในองค์ความรู้ด้านจิตตปัญญาศึกษาของกระบวนการ ความสัมพันธ์ใกล้ชิด การออกแบบกระบวนการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นการเปลี่ยนแปลงระดับบุคคล การหิยกยกประเด็นปัญหาและอุปสรรคที่ผู้เข้าร่วมประสบมาใช้ในการออกแบบกระบวนการเรียนรู้ การเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมได้ฝึกออกแบบและจัดกระบวนการเรียนรู้และการอาศัยผู้เข้าร่วมที่มีอิทธิพลในการขับเคลื่อนเชิงนโยบาย รวมถึง ๔ คุณสมบัติที่เอื้อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านความสุขของผู้เข้าร่วมที่ผ่านกระบวนการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษา คือ การตระหนักรู้ในตนเอง การเปิดใจ และการรับฟังอย่างลึกซึ้ง การเผชิญหน้ากับความขัดแย้งภายในใจและกรอบโลกทัศน์ความเชื่อและการยอมรับสถานะความเป็นจริงของตนเองจนนำไปสู่การเกิดมุมมองใหม่ ซึ่งผลลัพธ์เชิงสถิติในแบบสำรวจความสุขด้วยตนเองเพิ่มขึ้นทุกมิติ ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป คือ การถอดบทเรียนการจัดกระบวนการเรียนรู้เรื่องอำนาจภายใต้กรอบแนวคิดการออกแบบกระบวนการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษาตามแนวทางที่โครงการได้วางไว้

คำสำคัญ: ความสุข กระบวนการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษา การวิจัยเชิงปฏิบัติการ  
มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตนครสวรรค์