



องค์ความรู้

เรื่องการส่งเสริมการทำความดี

ของสำนักงานประสานวุฒิสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗



คณะทำงานขับเคลื่อน
องค์กร STRONG จิตพอเพียงต่อต้านทุจริต
ส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใส
ของสำนักงานประสานวุฒิสภา
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗

คำนำ

องค์ความรู้เรื่อง การส่งเสริมการทำความดี ของสำนักงานประธานวุฒิสภา ฉบับนี้ จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับองค์กรคุณธรรม กระบวนการสร้างแรงบันดาลใจให้บุคลากรทำความดี ของสำนักงานประธานวุฒิสภา ตลอดจนผลการปฏิบัติตนตามคุณธรรมเป้าหมายที่ได้ร่วมกันจัดทำขึ้น เพื่อให้สอดคล้องกับแผนบูรณาการส่งเสริมสนับสนุน การดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรมความโปร่งใสและป้องกันการทุจริตของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗

สำนักงานประธานวุฒิสภา หวังเป็นอย่างยิ่งว่าองค์ความรู้เรื่อง การส่งเสริมการทำความดี ฉบับนี้ จะเป็นองค์ความรู้ที่สามารถเป็นแหล่งเรียนรู้ให้กับองค์กรต่าง ๆ ได้ ทั้งนี้ เพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ในการขับเคลื่อนสู่การรักษามาตรฐานการเป็นองค์กรคุณธรรมต้นแบบของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาต่อไป

สำนักงานประธานวุฒิสภา

มิถุนายน ๒๕๖๗

สารบัญ

หน้า

คำนำ	ก
สารบัญ	ข
ส่วนที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญ	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการดำเนินการ	๒
ส่วนที่ ๒ แนวคิดและความสำคัญของการส่งเสริมความดีภายในสำนัก.....	๓
๒.๑ แนวคิดการเกี่ยวกับทำความดี	๓
๒.๒ แนวคิดการพัฒนาตนเอง	๔
ส่วนที่ ๓ การดำเนินกิจกรรมเกี่ยวกับกระบวนการส่งเสริมความดีภายในสำนัก.....	๗
๓.๑ กระบวนการ/ขั้นตอนในการส่งเสริมความดีภายในสำนัก	๗
๓.๒ เรื่องเล่าความดีที่บุคลากรในสำนักงานประธานวุฒิสภาได้กระทำ และได้ถ่ายทอดเพื่อขยายผลความดี	๑๑
ส่วนที่ ๔ ผลการดำเนินกิจกรรม	๓๐
๔.๑ ผลลัพธ์ที่ได้จากการจัดกิจกรรม	๓๐
๔.๒ ประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการดำเนินการส่งเสริมให้บุคลากรทำความดี.....	๓๐
ส่วนที่ ๕ บทสรุป	๓๑
รายการอ้างอิง	๓๒

ส่วนที่ ๑ บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญ

สำนักงานประสานวุฒิสภาเป็นหน่วยงานในสังกัดสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ซึ่งผู้อำนวยการสำนักงานประสานวุฒิสภามีวิสัยทัศน์และนโยบายในการส่งเสริมการพัฒนาบุคลากรให้เป็นคนดีและคนเก่ง อีกทั้งบุคลากรในสังกัดเองต่างได้มีตระหนักรู้และมีความกระตือรือร้นร่วมแรงร่วมใจกัน ในการช่วยกันคิด ช่วยกันลงมือปฏิบัติ เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งในการดำเนินชีวิตและการทำงานจนนำไปสู่สิ่งที่ดีขึ้น รวมถึงสามารถเชื่อมโยงเข้าสู่แผนบูรณาการส่งเสริม สนับสนุน การดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใสและป้องกันการทุจริตของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ก่อให้เกิดการพัฒนาคุณภาพทั้ง องค์กร บุคลากร และผลการปฏิบัติงาน ได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล แม้ในปัจจุบันวิถีชีวิตสิ่งแวดล้อมทางสังคม ต่างดำเนินไปด้วยการมุ่งเน้นการตอบสนองความต้องการของตนเองและพวกพ้อง การพยายามให้ได้มาและรักษาผลประโยชน์เฉพาะส่วนของตน ในบางครั้งอาจเกิดการเบียดเบียนซึ่งกันและกัน ส่งผลให้สังคมเกิดความแตกแยก ขาดความสามัคคีปรองดอง สิ่งเหล่านี้จะทำให้คนในสังคมขาดความยึดมั่น ไม่คำนึงถึง คุณธรรม จริยธรรม และขนบธรรมเนียม วัฒนธรรม ประเพณีที่สั่งสมมาแต่โบราณนับศตวรรษ และหากปัญหาเหล่านี้ถูกปล่อยปะละเลยให้เกิดขึ้นเรื่อย ๆ โดยไม่ได้รับการจัดการและการแก้ไข สังคมไทย คงไม่สามารถก้าวข้ามและฟันฝ่ากับวิกฤตในมิติต่าง ๆ ไปได้ ดังนั้น ในการจัดการหรือการป้องกันปัญหาที่ อาจจะเกิดขึ้น องค์กรทุกสถาบัน หรือองค์กรทุกระดับชั้นในสังคม จำเป็นจะต้องร่วมกันส่งเสริมให้ทุกคน ทำความดี ปฏิบัติแต่สิ่งที่ดี และถ่ายทอดเรื่องราวการทำความดีของตนออกสู่สังคมในวงกว้าง เพื่อเป็น ขยายผลความดีและสร้างแรงบันดาลใจในการทำความดีต่อไป

คณะกรรมการส่งเสริมคุณธรรมแห่งชาติ ซึ่งมีหน้าที่และอำนาจในการเสนอแนะและให้ความเห็น ต่อคณะรัฐมนตรีเกี่ยวกับนโยบายการส่งเสริมคุณธรรมและจริยธรรมในสังคมไทย ประสานนโยบาย และแผน เพื่อเสริมสร้างความร่วมมือในการปฏิบัติงานของภาคส่วนต่าง ๆ ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริม คุณธรรมจริยธรรมในสังคมไทย และกำหนดมาตรการในการส่งเสริมคุณธรรมและจริยธรรมในสังคมไทย ได้จัดทำแผนปฏิบัติการด้านการส่งเสริมคุณธรรมแห่งชาติระยะที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๖๖ - ๒๕๗๐) มีวัตถุประสงค์เพื่อขับเคลื่อนให้คุณธรรมเป็นคุณค่าหลักนำการพัฒนา โดยคณะกรรมการส่งเสริมคุณธรรม แห่งชาติ ได้นำหลักธรรมในศาสนาที่ต่างสอนให้มนุษย์ทุกคนเป็นคนดีและมีคุณธรรม ในการรักษา สืบสานวิถีชีวิตวัฒนธรรมไทยที่สั่งสมมาพร้อมทั้งน้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง กำหนดเป็น คุณธรรมที่พึงประสงค์สำหรับสังคมไทย เพื่อนำสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ครบทุกมิติ ทุกช่วงวัย เป็นคนดี คนเก่ง มีคุณภาพ เข้มแข็งมีภูมิคุ้มกัน และนำพลังบวกมาสร้างความร่วมมือแก้ปัญหาวิกฤติ และเหตุการณ์ พลิกผันต่างๆที่กำลังเผชิญในปัจจุบันและอาจเกิดขึ้นในอนาคต เกิดการพลิกโฉมทางสังคมด้วยการส่งเสริม ให้เกิดกระบวนการทางสังคม เป็นกลไกทางสังคมที่กำกับ/เตือนสติบุคคลให้ตระหนักหรือระมัดระวังการ แสดงออกในพฤติกรรม ก่อให้เกิดเป็นกระแสหรือพฤติกรรมของคนในสังคมที่แสดงออกร่วมกัน เป็นการสร้างกลไกการร่วมขับเคลื่อนการส่งเสริมคุณธรรมในสังคมให้เกิดขึ้น

การขับเคลื่อนคุณธรรมภายใต้แผนปฏิบัติการด้านการส่งเสริมคุณธรรมแห่งชาติ ระยะที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๖๖-๒๕๗๐) ที่มีเป้าหมายหลัก คือ คนไทยมีพฤติกรรมที่สะท้อนการมีคุณธรรมเพิ่มมากขึ้น เพื่อมุ่งสู่สังคมคุณธรรมที่คนไทยอยู่ร่วมกันด้วยความสมานฉันท์ ภายใต้หลักธรรมทางศาสนา หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง วิถีวัฒนธรรมไทยที่ดีงาม และประเทศไทยปลอดการทุจริตและประพฤติมิชอบ แม้คุณธรรมจะสามารถสร้างให้เกิดขึ้นได้ในระดับปัจเจกบุคคลหรือมนุษย์แต่ละคนโดยตรง แต่หากจะให้เกิดผลทางสังคมจะต้องส่งเสริมให้เกิดกระบวนการทางสังคม โดยการกล่อมเกลாத่างสังคมควรเน้นกระบวนการมีส่วนร่วมในการพัฒนาคน โดยใช้หลักการ "ระเบิดจากข้างใน" และหลีกเลี่ยงการสั่งการจากระบบบนสู่ล่าง รวมถึงการดำเนินงานให้เป็นแนวทางเดียวกันก่อให้เกิดกลไกหรือระบบสังคม ทั้งกระบวนการบ่มเพาะภายในจิตใจในทุกช่วงวัยของมนุษย์นับตั้งแต่แรกเกิดการปลูกฝังการเรียนรู้ในระบบครอบครัวและระบบการศึกษาที่ไม่ได้เป็นระบบการเรียนรู้ด้วยการถ่ายทอดจากผู้สอนสู่ผู้เรียนอันเป็นความสัมพันธ์ในทิศทางเดียว แต่เป็นการเรียนรู้ร่วมกัน เป็นกิจกรรมที่สะท้อนการมีคุณธรรม จนเป็นการเรียนรู้แบบนำตนเอง ร่วมทั้งการส่งเสริมสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการแสดงออกที่สะท้อนการมีคุณธรรมในระดับบุคคล จากการปรับเปลี่ยนวิถีคิด กรอบคิด หรือค่านิยมรวมทั้งการปลูกฝังค่านิยมที่พึงประสงค์ให้กับปัจเจกบุคคลที่ส่งเสริมให้เกิดการคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์รวมถึงการคิดถึงคุณค่าและความหมายของการดำรงอยู่ของมนุษย์ที่สะท้อนคุณธรรมออกมาจากการดำเนินชีวิตซึ่งมนุษย์อยู่ร่วมกันเป็นสังคมก็ควรมีการพัฒนาาระบบเสริมสร้างขีดความสามารถในการขับเคลื่อนและส่งเสริมคุณธรรม

ในปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ได้จัดทำแผนบูรณาการส่งเสริมสนับสนุน การดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรมความโปร่งใสและป้องกันการทุจริตของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาขึ้น โดยมีเป้าหมายเพื่อเพิ่มความเข้มแข็งและยกระดับในการเป็นองค์กรคุณธรรมต้นแบบ และเป็นศูนย์เรียนรู้เผยแพร่องค์ความรู้ด้านคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใสและการต่อต้านการทุจริต และเพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินการขับเคลื่อนภารกิจด้านคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใสและการต่อต้านการทุจริตของหน่วยงานในสังกัดสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ตลอดจนเพื่อร่วมกันผลักดันและขับเคลื่อนไปสู่การเป็นสังคมอุดมคุณธรรมตามเป้าหมายของยุทธศาสตร์ชาติและแผนปฏิรูปประเทศ สำนักงานประธานวุฒิสภาซึ่งเป็นหน่วยงานในสังกัดสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ซึ่งบุคลากรต่างมีความตระหนักถึงความสำคัญในการขับเคลื่อนภารกิจด้านคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใสและการต่อต้านการทุจริตของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาตามแผนบูรณาการดังกล่าว อีกทั้งยังมีการเตรียมพร้อมในการลงมือปฏิบัติเพื่อให้สอดคล้องกับแผน จึงได้จัดทำ**องค์ความรู้เรื่องการส่งเสริมการทำความดี** ของ**สำนักงานประธานวุฒิสภาขึ้น** โดยทบทวนความคิดที่ถูกต้องเกี่ยวกับการทำความดี และทบทวนการทำความดีหรือการปฏิบัติสิ่งที่ดี ๆ ของบุคลากรทุกคน และพยายามหมั่นทำสิ่งนั้นอย่างต่อเนื่อง และบันทึกเรื่องราวหรือเก็บข้อมูลไม่ว่าจะเป็นการเขียนบันทึกหรือการถ่ายภาพ เพื่อนำมาเขียนเป็นเรื่องเล่าความดี และเผยแพร่ขยายผลการทำความดีสู่สังคมต่อไป ทั้งนี้ เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ตามที่กำหนดไว้ในแผนบูรณาการของสำนักงานต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการดำเนินการ

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาแนวคิดและความสำคัญการส่งเสริมกระบวนการการทำความดี

๑.๒.๒ เพื่อเผยแพร่ขยายผลการทำความดีออกสู่สังคมและเป็นแรงบันดาลใจให้ผู้อื่นปฏิบัติตาม

ส่วนที่ ๒

แนวคิดและความสำคัญของการส่งเสริมความดีภายในสำนัก

ในการดำเนินการส่งเสริมการทำความดีของสำนักงานประชานวุฒิสภานั้น สำนักงานประชานวุฒิสภาได้ดำเนินการโดยการศึกษา ความสำคัญของคุณธรรมเป้าหมาย

๒.๑ แนวคิดการทำความดี

**“การทำความดีนั้น สำคัญที่สุดอยู่ที่ตัวเอง
ผู้อื่นไม่สำคัญและไม่มีความจำเป็นอันใดที่จะต้องเป็นห่วงหรือรอคอยเขาด้วย
เมื่อใดลงมือลงแรงกระทำแล้ว ถึงแม้จะมีใครร่วมมือด้วยหรือไม่ก็ตาม ผลดีจะต้องเกิดขึ้นแน่นอน”**

พระบรมราชาบาทของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช
ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตร มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ วันที่ ๒๑ ตุลาคม ๒๕๒๑

ความดี^๑ มีความหมายใกล้เคียงกับ goodness เป็นคำนาม และโดยมีความหมายสอดคล้องกับคำว่า virtue คือ คุณความดี ความดีงาม หรือคุณงามความดี มีความหมายตรงข้ามกับ ความชั่ว ดังนั้น คำว่า “ดี” จึงหมายถึง ลักษณะที่เป็นไปในทางที่ต้องการ นำปรารถนา นำพอใจ ใช้ในความหมายที่ตรงข้ามกับ ร้าย อย่างไรก็ตาม ความดี ยังมีความหมายสอดคล้องกับ คำว่า “กุศล” อีกด้วย ซึ่งหมายถึง สิ่งที่ดีที่ชอบ หรือ “บุญ” คือการกระทำดีตามหลักคำสอนในศาสนา

กระบวนการจัดการความดี^๒

การจัดการความดี หมายถึง กระบวนการดึงความดีของแต่ละคนออกมาเป็นพลังและสร้างสรรค์ความดีต่อไป โดยมีขั้นตอน/กระบวนการ ดังนี้

๑. สร้างความคิดที่ถูกต้องเกี่ยวกับความดี

การจัดการความดีต้องเริ่มจากภายในความคิดและจิตใจก่อน ขั้นตอนนี้ต้องมีความเชื่อมั่นว่า ทุกคนต่างมีความดีอยู่ในตัวเอง เช่น การมีเมตตา กรุณา มีความรับผิดชอบ มีความซื่อสัตย์สุจริต และต้องกระตุ้นความคิดจุดนี้ให้มาก เพราะเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญที่สุดของกระบวนการจัดการความดี เพราะถ้าบุคคลมีความเชื่อว่าตนเองมีความดี ก็จะมีโอกาสที่จะแสดงพฤติกรรมความดีนั้นออกมา ในทางกลับกันถ้าบุคคลใดมีความคิดว่าตนเองปราศจากซึ่งความดีแล้ว ก็ยากที่บุคคลนั้นจะประพฤติปฏิบัติความดีใด ๆ ดังนั้น กระบวนการจัดการความดีจึงจำเป็นต้องอย่างยิ่งที่ต้องเริ่มจากตนเองต้องมีความเชื่อมั่นว่ามีความดีอยู่ในตนเอง เป็นพื้นฐานที่สำคัญ

^๑ มารุต พัฒนาผล, “การจัดการความดี” สืบค้นเมื่อวันที่ ๒๙ พฤษภาคม ๒๕๖๗

http://www.curriculumandlearning.com/upload/การจัดการความดี_1415863458.pdf

^๒ เรื่องเดียวกัน ๑

๒. ทบทวนความดีที่เคยปฏิบัติ

เมื่อทุกคนมีความเชื่อมั่นว่ามีความดีอยู่ในตนเองแล้ว จึงคิดทบทวนประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตแล้วคิดเชื่อมโยงว่าสิ่งที่ตนเองประพฤติและปฏิบัติเป็นความดีด้านใด เป็นการคิดทบทวนสิ่งที่เกิดขึ้นจริงในอดีต พิจารณาไตร่ตรองอย่างรอบด้าน จนค้นพบความดีที่มีอยู่ในตนเองซึ่งอาจมีเพียงหนึ่งสิ่งหรือหลายสิ่งก็ได้ และความดีนั้นไม่ได้จำกัดว่าต้องเป็นเรื่องใด ทำให้กับใคร หรือทำที่ไหน

๓. ทำความดีออกมาให้ปรากฏ

ความดีที่มีอยู่ในแต่ละบุคคลจำเป็นอย่างไรที่จะต้องแสวงหาโอกาสในการแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมและมีความเชื่อมโยงกับความดีของบุคคลอื่น ความดีต่าง ๆ ของแต่ละบุคคล เมื่อนำมารวมกันจะกลายเป็นพลังสร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ ได้อย่างไม่มีขอบเขตจำกัด การปฏิบัติในความดีอย่างสม่ำเสมอจะนำไปสู่การมีพฤติกรรมความดีนั้นอย่างเป็นปกติธรรมดา

พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตโต) (2552 : 58) ได้ให้หลักการไว้เกี่ยวกับเรื่อง วินัยของบุคคลว่าการวางระเบียบวินัยต่าง ๆ ในความหมายหนึ่งก็คือ ระบบการสร้างพฤติกรรมเคยชินที่ดี และพฤติกรรมเคยชินที่ตื้น คือ ศิลซึ่งแปลว่าพฤติกรรมดีงามที่เป็นปกติของบุคคลการทำความดีออกมาจะส่งผลให้ผู้กระทำมีศรัทธาต่อความดีนั้นมากขึ้น ยิ่งทำความดีมากขึ้นเท่าใดศรัทธาก็จะเพิ่มขึ้นเท่านั้น

๔. ถอดบทเรียนและขยายความดี

เป็นการตรวจสอบความรู้สึก ความคิดของตนเองที่มีต่อการปฏิบัติความดี โดยคิดไตร่ตรองถึงเหตุและผล สรุปลงมาเป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งจะต้องมุ่งเน้นในสาระสำคัญว่าการทำความดีแล้วไม่ต้องให้ใครมาชื่นชมเรา เราทำความดีก็เพื่อดำรงความดีเอาไว้ เมื่อเราทำความดีมีความสุขเกิดขึ้นทันทีในใจเราและต้องระวังความคิดว่า "เรา" เป็นคนดี "คนอื่นที่ไม่ทำเหมือนเราเป็นคนไม่ดี"

๒.๒ แนวคิดการพัฒนาตนเอง

การพัฒนาตนเอง^๓ คือ การเสาะแสวงหา การเพิ่มพูนองค์ความรู้ ทักษะ รวมไปถึงการฝึกฝนจิตใจ ลักษณะนิสัย ความฉลาดทางอารมณ์ ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่าง ๆ ให้เป็นไปในทางที่ดีขึ้น เป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่แต่ละบุคคลพึงต้องการ รวมทั้งความสามารถในการปรับตนเพื่อดำรงตนอยู่ในสังคม หรือประสบความสำเร็จในชีวิต หน้าที่การงาน ตลอดจนมีทัศนคติที่ดีในการทำงาน อันเป็นผลให้การปฏิบัติงานมีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น เป็นการพัฒนาบุคคลควรส่งเสริมพัฒนาทั้งร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาอย่างทั่วถึงสม่ำเสมอ และต่อเนื่อง

^๓ วชิรวัชร งามละม่อม, “แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง.” สืบค้นเมื่อวันที่ ๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗, https://learningofpublic.blogspot.com/2015/09/blog-post_95.html

ความสำคัญของการพัฒนาตนเอง^๔

บุคคลย่อมต้องการเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ หรืออย่างน้อยก็มีความต้องการในการใช้ชีวิตที่เป็นสุข ในสังคม ประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย และความต้องการของตนเอง พัฒนาตนเองได้เท่าทันต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในสังคมโลก การพัฒนาตนจึงมีความสำคัญที่สามารถแบ่งออกได้ ดังนี้

๑. ความสำคัญต่อตนเอง จำแนกได้ดังนี้

๑) เป็นการเตรียมตนให้พร้อมในด้านต่าง ๆ เพื่อรับกับสถานการณ์ทั้งหลายได้ด้วยความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง มองโลกในแง่บวกอย่างรู้เท่าทัน

๒) เป็นการปรับปรุงข้อบกพร่อง และพัฒนาพฤติกรรมให้มีความเหมาะสม กำจัดคุณลักษณะที่ไม่ต้องการออกจากตัวเอง และเสริมสร้างคุณลักษณะที่สังคมต้องการ

๓) เป็นการวางแผนวางแนวทางให้ตนเองสามารถพัฒนาไปสู่เป้าหมายในชีวิตได้อย่างมั่นใจ

๔) ส่งเสริมความรู้สึกรักคุณค่าในตนเองให้สูงขึ้น มีความเข้าใจตนเอง สามารถทำหน้าที่ตามบทบาทของตนได้เต็มกำลังศักยภาพ

๒. ความสำคัญต่อบุคคลอื่น เนื่องจากบุคคลย่อมต้องเกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน การพัฒนาในบุคคลใด บุคคลหนึ่งย่อมส่งผลต่อบุคคลอื่นด้วย การปรับปรุงและพัฒนาตนเองจึงเป็นการเตรียมตนให้เป็นสิ่งแวดล้อมที่ดีของผู้อื่น ทั้งบุคคลในครอบครัว และเพื่อนในที่ทำงาน สามารถเป็นตัวอย่างหรือเป็นที่อ้างอิงให้เกิดการพัฒนาในคนอื่น ๆ ต่อไป เป็นประโยชน์ร่วมกันทั้งชีวิตส่วนตัว การทำงาน และการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขในชุมชน ที่จะส่งผลให้ชุมชนมีความเข้มแข็งและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง

๓. ความสำคัญต่อสังคมโดยรวม ภารกิจของแต่ละหน่วยงานในสังคมต้องรับผิดชอบ ล้วนต้องอาศัยส่วนทรัพยากรบุคคลเป็นผู้ปฏิบัติงาน การที่ผู้ปฏิบัติงานแต่ละคนได้พัฒนาและปรับปรุงตนเองให้ทันต่อพัฒนาการของรูปแบบการทำงานหรือเทคโนโลยี การพัฒนาเทคนิควิธี หรือวิถีคิดและทักษะใหม่ ๆ ที่จำเป็นต่อการเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานและคุณภาพของผลผลิต ทำให้หน่วยงานนั้น ๆ สามารถแข่งขันในเชิงคุณภาพและประสิทธิภาพกับสังคมอื่นได้สูงขึ้น ส่งผลให้เกิดการพัฒนาในทุก ๆ ด้าน โดยรวมได้

กระบวนการในการพัฒนาตนเอง

กระบวนการในการพัฒนาตนเอง^๕ เพื่อให้ประสบความสำเร็จควรจะมีกระบวนการตามขั้นตอนซึ่งสามารถสรุปดังนี้

๑. สำรวจตัวเอง การที่คนเราจะประสบความสำเร็จนั้น สาเหตุที่สำคัญ คือ จะต้องมีการสำรวจตนเอง ให้รู้เท่าทันตนเอง เพราะตนเองเป็นผู้กระทำและรับผลของการกระทำนั้น ๆ บางคนไม่ประสบความสำเร็จในชีวิตเนื่องจากบุคคลมีจุดอ่อนหรือคุณสมบัติที่ไม่ดีแต่ไม่รู้เท่าทันตนเอง เกิดเป็นผลเสียที่สะสมขึ้นทีละน้อยจนทำให้เกิดความล้มเหลวในชีวิต การที่จะทราบว่า ตนมีคุณสมบัติอย่างไรมานั้น ควรจะต้องมีการสำรวจตนเอง ทั้งนี้ เพื่อที่จะได้ปรับปรุงแก้ไข หรือพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น เพื่อจะได้ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตและการทำงาน

^๔ วินัย เพชรช่วย, “การพัฒนาตน Self Development” สืบค้นเมื่อวันที่ ๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

https://www.novabizz.com/NovaAce/Learning/Self_Development.htm

^๕ สุวรี เทียวทัศน์. (๒๕๔๒) การบริหารทรัพยากรมนุษย์. กรุงเทพฯ : วิญญูชน.

๒. การปลูกคุณสมบัติที่ดีงาม โดยศึกษาคุณสมบัติของบุคคลสำคัญที่ประสบผลสำเร็จแบบอย่าง ซึ่งคุณสมบัติของบุคคลไม่ใช่สิ่งที่ติดตัวมาแต่เกิด แต่สามารถเกิดขึ้นได้ด้วยการศึกษาเรียนรู้ และนำมาปรับใช้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

๓. การปลูกใจตนเอง ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญเพราะบุคคลที่มีกำลังใจดี ย่อมมุ่งมั่นดำเนินการให้บรรลุเป้าหมายของชีวิตที่กำหนดไว้ ด้วยการสร้างหรือหาแรงบันดาลใจให้ตนเองมีที่ยึดเหนี่ยว

๔. การส่งเสริมตนเอง คือการสร้างกำลังใจที่ดี สร้างกำลังใจให้เข้มแข็ง และสร้างกำลังความคิดของตนให้เป็นเลิศ เนื่องจากองค์ประกอบทั้งร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา จะทำให้เกิดเป็น

๕. การดำเนินการพัฒนาตนเอง เป็นการลงมือปฏิบัติเพื่อเสริมสร้างตนเองให้บรรลุวัตถุประสงค์ตามที่ตั้งไว้ โดยต้องปฏิบัติอย่างมีวินัยและสม่ำเสมอ จนเกิดเป็นนิสัยติดตัว

๖. การประเมินผล หากจะทราบว่าดำเนินการพัฒนาตนเองตามที่บุคคลได้ตั้งเป้าหมายไว้ ดำเนินการไปได้ผลมากน้อยเพียงไร จึงจำเป็นต้องอาศัยการวัดผลและการประเมินผล เพื่อนำไปพัฒนาปรับปรุงตัวเองให้ดียิ่ง ๆ ขึ้นต่อไป

ส่วนที่ ๓

การดำเนินกิจกรรมเกี่ยวกับกระบวนการส่งเสริมความดีภายในสำนัก

กระบวนการส่งเสริมความดีภายในสำนัก ของสำนักงานประธานวุฒิสภา ได้ดำเนินการโดยการเสริมสร้างให้บุคลากรของสำนัก ตระหนักถึงคุณค่าของการทำความดี ตั้งแต่กระบวนการปรับมุมมองความคิด ทัศนคติให้มีความถูกต้อง คิดในแง่บวก แล้วจึงปฏิบัติหรือกระทำออกมาให้สอดคล้องกับความคิดที่ถูกต้อง ตลอดจนถ่ายทอดความดีที่แต่ละบุคคลได้ปฏิบัติหรือกระทำ เพื่อถอดบทเรียนและขยายผลไปสู่เพื่อนร่วมงานและสังคม โดยมีรายละเอียด ดังนี้

๓.๑ กระบวนการ/ขั้นตอนในการส่งเสริมความดีภายในสำนัก

กระบวนการ/ขั้นตอนในการส่งเสริมความดีภายในสำนัก สำนักงานประธานวุฒิสภาได้ดำเนินการปฏิบัติ โดยประยุกต์แนวทางที่ได้ศึกษาจาก บทที่ ๒ มาปรับใช้ สามารถแบ่งออกเป็น ๗ ขั้นตอน ได้แก่

- ๓.๑.๑) การแต่งตั้งคณะทำงาน
- ๓.๑.๒) การประชุมสำนัก/กลุ่มงาน
- ๓.๑.๓) เสริมสร้างความคิดที่ถูกต้องเกี่ยวกับความดี
- ๓.๑.๔) ทบทวนความดีที่เคยปฏิบัติและหมั่นทำความดีออกมาให้ปรากฏ
- ๓.๑.๕) เขียนเรื่องเล่าความดี
- ๓.๑.๖) ถอดบทเรียนและขยายความดี
- ๓.๑.๗) เผยแพร่ประชาสัมพันธ์การทำความดีสู่สังคม

๓.๑.๑) การแต่งตั้งคณะทำงาน

กระบวนการส่งเสริมความดีภายในสำนัก ปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ ของสำนักงานประธานวุฒิสภา ผู้อำนวยการสำนักงานประธานวุฒิสภาได้มีคำสั่งแต่งตั้งคณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริต ส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักงานประธานวุฒิสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ เพื่อดำเนินการขับเคลื่อนการทำงานให้สอดคล้องภายใต้นโยบายและแผนดำเนินการคณะกรรมการชมรมขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริตส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา โดยผู้อำนวยการสำนักงานประธานวุฒิสภา ได้มอบหมายผู้รับผิดชอบในการขับเคลื่อน กิจกรรมเรื่องเล่าความดี คือ คณะทำงานสำนักที่มีผลงานด้านการส่งเสริมตามประมวลจริยธรรมข้าราชการรัฐสภาและความโปร่งใส เพื่อนำการขับเคลื่อนการทำงานกิจกรรมของสำนักให้บรรลุตามวัตถุประสงค์



คำสั่งสำนักงำนประธานวุฒิสภำ
ที่ ๑๑ /๒๕๖๖
เรื่อง แต่งตั้งคณะงำนขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงด้านทุจริต
ส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักงำนประธานวุฒิสภำ
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖

ตามที่พระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการรัฐสภา พ.ศ. ๒๕๕๔ มาตรา ๕๕ บัญญัติให้
ส่วนราชการสังกัดรัฐสภา มีหน้าที่ดำเนินการให้มีการเพิ่มพูนประสิทธิภาพและเสริมสร้างแรงจูงใจให้แก่
ข้าราชการรัฐสภา เพื่อให้เป็นข้าราชการที่มีคุณภาพ คุณธรรม จริยธรรม คุณภาพชีวิต มีขวัญกำลังใจ
ในการปฏิบัติราชการให้เกิดผลสัมฤทธิ์ต่อการดำเนินงานของราชการ ทั้งนี้ การดำเนินการของสำนักงาน
เลขาธิการวุฒิสภาเป็นไปตามบทบัญญัติดังกล่าว คณะกรรมการข้าราชการรัฐสภา (ก.ร.)
ได้เห็นชอบให้มีการประเมินผลการปฏิบัติงานด้านคุณธรรมและความโปร่งใส โดยบูรณาการเป็นครั้งชีวิตที่ ๒๓
ร้อยละความสำเร็จของการส่งเสริม สนับสนุน การดำเนินการด้านคุณธรรม และความโปร่งใสของ
ส่วนราชการสังกัดรัฐสภา เพื่อวัดระดับความสำเร็จในการดำเนินการด้านคุณธรรม และความโปร่งใสของ
ส่วนราชการสังกัดรัฐสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ นั้น

ดังนั้น เพื่อรักษามาตรฐานการเป็นองค์กรคุณธรรมต้นแบบและการขับเคลื่อนภารกิจ
ด้านคุณธรรม จริยธรรมและความโปร่งใสของสำนักงานประธานวุฒิสภา เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย
ของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา โดยการรักษาและต่อยอดการเป็นองค์กรต้นแบบด้านคุณธรรมและ
ความโปร่งใสดังกล่าว สำนักงานประธานวุฒิสภา จึงได้แต่งตั้งคณะงำนขับเคลื่อนองค์กร STRONG
จิตพอเพียงด้านทุจริต ส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักงำนประธานวุฒิสภำ ประจำปี
งบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๖ ประกอบด้วย

(๑) คณะงำนด้านแผนงานและติดตามประเมินผล มีหน้าที่ในการดำเนินการกิจขยาย
จำนวนสมาชิก STRONG ภายในสำนัก จัดทำแผนส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใส แผนบริหารความเสี่ยง
ด้านการป้องกันการทุจริต ประพฤติมิชอบของสำนักงำนประธานวุฒิสภำ และติดตามประเมินผล
จัดทำนโยบายต่าง ๆ ของสำนัก พร้อมทั้งจัดทำรายงานรายไตรมาสเกี่ยวกับการดำเนินการของสำนักงำน
ประธานวุฒิสภำเพื่อรายงานต่อคณะกรรมการที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย

- | | |
|-------------------------------------|------------------|
| ๑. ผู้อำนวยการสำนักงำนประธานวุฒิสภำ | ที่ปรึกษาคณะงำน |
| ๒. ผู้บังคับบัญชากลุ่มงำนทุกกลุ่ม | ที่ปรึกษาคณะงำน |
| ๓. นายอภินันท์ พุกเศรษฐี | หัวหน้าคณะงำน |
| ๔. นางนลินี วีระผล | รองหัวหน้าคณะงำน |
| ๕. นายภูษณ์ภูษิต อธิสิทธิ์ | คณะงำน |

๖. นายอาชิน...

-๒-

- | | |
|---------------------------------|---------------------------|
| ๖. นายอาชิน ชะธีระคุปต์ | คณะงำน |
| ๗. นางอินทิรา ชำเอี่ยม | คณะงำน |
| ๘. นายกิตติชาติ ภานเป็สกุล | คณะงำน |
| ๙. นางสาวกานดา คีรศ | คณะงำน |
| ๑๐. นางกษมา เอี่ยมสกุล | คณะงำน |
| ๑๑. นายนิพนธ์พัทธ์ จิระพุก | คณะงำน |
| ๑๒. นางสาวปรนณีย์ สิงจงเจริญกิจ | คณะงำนและเลขานุการ |
| ๑๓. นางสาวสิริภรณ์ ภายจนโสภา | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |
| ๑๔. นางสาวนงิยา ธรรมผล | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |
| ๑๕. นางสาวสุรีย์พร น้อยหงษ์ทอง | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |
| ๑๖. นางสาวศันวรรณ ยิ่งวิริยะ | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |
| ๑๗. นางสาวชมแสน เสมาคำกลาง | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |

(๒) คณะงำนด้านกการคัดเลือกข้าราชการผู้มีคุณธรรมและจริยธรรมดีเด่นของ
สำนักงำนประธานวุฒิสภำ มีหน้าที่ในการดำเนินการกการคัดเลือก/สรรหา กำหนดวิธีการคัดเลือก/
สรรหา บุคคลผู้มีคุณธรรมและจริยธรรมดีเด่นของสำนักงำนประธานวุฒิสภำ จัดทำรายงานเสนอให้
ผู้อำนวยการสำนักงำนตามแบบรายงานผลการดำเนินการคัดเลือก/สรรหา เพื่อเสนอต่อคณะกรรมการ
ที่เกี่ยวข้อง และดำเนินการอื่น ๆ ตามที่ผู้อำนวยการสำนักงำนประธานวุฒิสภำมอบหมาย ประกอบด้วย

๑. ผู้อำนวยการสำนักงำนประธานวุฒิสภำ	ที่ปรึกษาคณะงำน
๒. ผู้บังคับบัญชากลุ่มงำนทุกกลุ่ม	ที่ปรึกษาคณะงำน
๓. นางพัชร์รัตน์ สัจจ์	หัวหน้าคณะงำน
๔. นายยุทธนากรณ์ หมหอม	คณะงำน
๕. นายกิตติกร กอบเงิน	คณะงำนและเลขานุการ
๖. นางสาวโสรวีร์ ชาวลปัญญาวงศ์	คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ
๗. นางสาวณิศา มุสิกุล	คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ
๘. นางสาวศันวรรณ ยิ่งวิริยะ	คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ

(๓) คณะงำนสำนักที่มีผลงานด้านการส่งเสริมตามประมวลจริยธรรมข้าราชการ
รัฐสภาและความโปร่งใส มีหน้าที่ในการดำเนินการกการจัดเตรียมความพร้อมการตรวจสำนึก จัดกิจกรรม
เพื่อรณรงค์ ส่งเสริมคุณธรรมและจริยธรรมตามประมวลจริยธรรมข้าราชการรัฐสภา จัดบอร์ดหรือ
ดำเนินการอื่นใด เพื่อแสดงผลงนของสำนักงำนประธานวุฒิสภำ รวมทั้งจัดทำรายงานผลการดำเนินการ
ตามหลักเกณฑ์คัดเลือกสำนักที่มีผลงานด้านการส่งเสริมตามประมวลจริยธรรมข้าราชการรัฐสภา
และความโปร่งใส และดำเนินการอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ตามที่ผู้อำนวยการสำนักงำนประธานวุฒิสภำมอบหมาย
ประกอบด้วย

๑. ผู้อำนวยการ...

-๓-

- | | |
|-------------------------------------|---------------------------|
| ๑. ผู้อำนวยการสำนักงำนประธานวุฒิสภำ | ที่ปรึกษาคณะงำน |
| ๒. ผู้บังคับบัญชากลุ่มงำนทุกกลุ่ม | ที่ปรึกษาคณะงำน |
| ๓. นายอริภูมิ มีแก้ว | หัวหน้าคณะงำน |
| ๔. นายวิศวล พงษ์ | คณะงำน |
| ๕. นางสาวกมลรศ จิตรอำพร | คณะงำน |
| ๖. นางสาววิภาวี ชมะโชติ | คณะงำน |
| ๗. นายจตุรภัทร์ ภายจนโสภา | คณะงำน |
| ๘. นายบรรตพล นิตวีชรภานนท์ | คณะงำน |
| ๙. นายภูวเรศ สมพร | คณะงำน |
| ๑๐. นายธนากร ปุณณย์พัทธ์ | คณะงำน |
| ๑๑. นางสาวกสิ มุจจวรรณ | คณะงำน |
| ๑๒. นายกิตติกร กอบเงิน | คณะงำนและเลขานุการ |
| ๑๓. นางมนต์ดี ชัยชิตาทร | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |
| ๑๔. นางสาวณิศา มุสิกุล | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |
| ๑๕. นางสาวพนารัตน์ ปาเหน็จพันธ์ุ | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |
| ๑๖. นางจิราพร ทองสระ | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |
| ๑๗. นายณัฐภูมิ มอญวิมล | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |
| ๑๘. นางสาวเอมทิพย์ จงมธุระ | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |
| ๑๙. นายศรพงศ์ นรภัทรธนพงศ์ | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |

(๔) คณะงำนด้านจัดกิจกรรมรณรงค์และส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใสและ
ต่อต้านการทุจริตภายในสำนักงำนประธานวุฒิสภำ มีหน้าที่ในการดำเนินการกการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับ
การรณรงค์ส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใส การต่อต้านการทุจริต การแลกเปลี่ยนเรียนรู้
การเฝ้าระวังการทุจริต และการประชาสัมพันธ์การดำเนินการของสำนักงำนประธานวุฒิสภำ
และดำเนินการอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ตามที่ผู้อำนวยการสำนักงำนประธานวุฒิสภำมอบหมาย ประกอบด้วย

- | | |
|-------------------------------------|-----------------|
| ๑. ผู้อำนวยการสำนักงำนประธานวุฒิสภำ | ที่ปรึกษาคณะงำน |
| ๒. ผู้บังคับบัญชากลุ่มงำนทุกกลุ่ม | ที่ปรึกษาคณะงำน |
| ๓. นายสุทธนากรณ์ หมหอม | หัวหน้าคณะงำน |
| ๔. นายภูริทัต เลิศวุฒิ | คณะงำน |
| ๕. นางพัชร์รัสนีย์ พิณฑุเสถียร | คณะงำน |
| ๖. นายณัฐวุฒิ เพชรศักดิ์ | คณะงำน |
| ๗. นางปิยภา ชะธีระคุปต์ | คณะงำน |
| ๘. นายอมร จิรจุฑาทิ | คณะงำน |
| ๙. นายกาญจน์สุล หลวงวงศ์ | คณะงำน |

๑๐. นายพิชญ...

-๔-

- | | |
|---------------------------------|---------------------------|
| ๑๐. นายพิชญ สุวรรณเปี่ยม | คณะงำน |
| ๑๑. นายอดิสร สุวรรณผ่องใส | คณะงำน |
| ๑๒. นางสาวกฤตยา หวังนุ | คณะงำนและเลขานุการ |
| ๑๓. นางสาวโสรวีร์ ชาวลปัญญาวงศ์ | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |
| ๑๔. นางสาวจุฑาทิพย์ บานดี | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |
| ๑๕. นางสาวสิริรัตน์ รัตถณ | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |
| ๑๖. นางสาวปฎิพัทธ์ ชัยหมอน | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |
| ๑๗. นางสาวณัฐมน โพธิ์เกษม | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |
| ๑๘. นางฉิราพร ณ เชียงใหม่ | คณะงำนและผู้ช่วยเลขานุการ |

ทั้งนี้ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๑๐ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๖

(นายวุฒิชัย วงศ์เมธีวุฒิสภา)
ผู้อำนวยการสำนักงำนประธานวุฒิสภำ

๓.๑.๒) การประชุมสำนัก/กลุ่มงาน

ผู้อำนวยการสำนักงานประสานวุฒิสภา ได้มีดำรินัดประชุมร่วมกับคณะทำงานฯ และผู้แทนของกลุ่มงาน เพื่อร่วมกันหารือ แลกเปลี่ยน ข้อคิดเห็น ข้อเสนอแนะ และร่วมกันตกลงวางแนวทางในการส่งเสริมให้บุคลากรสำนักงานประสานวุฒิสภาลงมือทำความดีและสามารถถ่ายทอดเรื่องเล่าความดีของตนเอง เพื่อขยายผลให้เกิดแรงบันดาลใจในการทำ ความดีสู่สังคมภายนอก โดยแนวทางในที่ประชุมดังกล่าว สรุปใจความสำคัญได้ว่า บุคลากรของสำนักงานประสานวุฒิสภาต่างได้มีการทำความดีหรือปฏิบัติสิ่งที่ดีเป็นประจำอย่างต่อเนื่องอยู่แล้ว ทั้งในชีวิตส่วนตัวและชีวิตการทำงาน เพียงแต่ไม่ได้มีการบันทึกหรือเขียนเรื่องราวเพื่อส่งต่อให้กับบุคคลอื่น ๆ หรือสังคมได้รับรู้ ดังนั้น เพื่อเป็นการดึงเอาคุณงามความดีเหล่านั้นให้ปรากฏเห็นเป็นที่ประจักษ์ จึงเห็นควรให้มีการทบทวนความคิดที่ถูกต้องเกี่ยวกับการทำความดี และทบทวนการทำความดีหรือการปฏิบัติสิ่งที่ดี ๆ ของตนเอง และพยายามหมั่นทำสิ่งนั้นอย่างต่อเนื่อง แล้วบันทึกเรื่องราวหรือเก็บข้อมูลไม่ว่าจะเป็นการเขียนบันทึกหรือการถ่ายภาพ เพื่อนำมาเขียนเป็นเรื่องเล่าความดี โดยผู้แทนของกลุ่มงานที่เข้าร่วมประชุมนำมติที่ประชุมไปสื่อสารให้บุคลากรในกลุ่มงานได้รับทราบและลงมือปฏิบัติ เพื่อให้บุคลากรในกลุ่มงานได้เขียนเรื่องเล่าความดี พร้อมรวบรวมเรื่องเล่าความดีอย่างน้อยกลุ่มงานละ ๒ เรื่อง ให้คณะทำงานฯ เพื่อจัดทำองค์ความรู้เรื่อง การส่งเสริมการทำความดี สำหรับเผยแพร่และขยายผลสู่บุคคลภายนอกและสังคมต่อไป



๓.๑.๓) เสริมสร้างความคิดที่ถูกต้องเกี่ยวกับความดี

จากการประชุมสำนัก/กลุ่มงาน ได้มีการสร้างความตระหนักรู้ความคิดเกี่ยวกับการความดีที่ต้องเริ่มจากภายในความคิดและจิตใจก่อน ขั้นตอนนี้ต้องมีความเชื่อมั่นว่า ทุกคนต่างมีความดีอยู่ในตัวเอง เช่น การมีเมตตากรุณา มีความรับผิดชอบ มีความซื่อสัตย์สุจริต และต้องกระตุ้นความคิดจุดนี้เป็นสำคัญ เพราะเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญที่สุดของกระบวนการส่งเสริมความดี ถ้าบุคคลมีความเชื่อว่าตนเองมีความดี ก็จะมีโอกาสที่จะแสดงพฤติกรรมความดีนั้นออกมา ในทางกลับกันถ้าบุคคลใดมีความคิดว่าตนเองปราศจากซึ่งความดีแล้ว ก็ยากที่บุคคลนั้นจะประพฤติปฏิบัติความดีใด ๆ ดังนั้นกระบวนการจัดการความดีจึงจำเป็นต้องอย่างยิ่งที่ต้องเริ่มจากตนเองต้องมีความเชื่อมั่นว่ามีความดีอยู่ในตนเองเป็นพื้นฐานที่สำคัญ

๓.๑.๔) ทบทวนความดีที่เคยปฏิบัติและหมั่นทำความดีออกมาให้ปรากฏ

เป็นกระบวนการที่ให้บุคลากรคิดทบทวนประสบการณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิต แล้วเชื่อมโยงว่าสิ่งที่ตนเองประพฤติและปฏิบัติเป็นความดีอย่างไร เป็นการคิดทบทวนสิ่งที่เกิดขึ้นจริงในอดีตพิจารณาไตร่ตรองอย่างรอบด้าน ซึ่งการทำความดีของตนเองที่ผ่านมาอาจเป็นการกระทำหรือกิจวัตรประจำวันของตนเองที่ได้ทำเป็นประจำอยู่แล้ว แต่ถูกมองข้ามหรือไม่ได้บันทึกหรือเขียนเก็บไว้เป็นหลักฐาน เมื่อบุคลากรทุกคนต่างได้ทบทวนการทำความดีที่เคยได้ปฏิบัติมาแล้ว จึงหมั่นพัฒนาตนเองในการปฏิบัติความดีอย่างสม่ำเสมอ จนนำไปสู่การมีพฤติกรรมความดีนั้นอย่างเป็นปกติธรรมดา

๓.๑.๕) เขียนเรื่องเล่าความดี

หลังจากที่ได้ให้แนวทางบุคลากรทบทวนความดีที่เคยปฏิบัติและหมั่นทำความดีออกมาให้ปรากฏเป็นกิจวัตรแล้ว คณะทำงานฯ ได้ดำเนินการให้แต่ละกลุ่มงานประชุมหารือกัน เพื่อให้แต่ละกลุ่มงานส่งผู้แทนเขียนเรื่องเล่าความดี อย่างน้อยกลุ่มงานละ ๒ เรื่อง เผยแพร่สร้างแรงบันดาลใจให้ผู้อื่นและสังคม ตลอดจนเพื่อนำมาถอดบทเรียนและขยายผลการทำความดีที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องกับตัวเองและสังคม

๓.๑.๖) เผยแพร่ประชาสัมพันธ์การทำความดีสู่สังคม

คณะทำงานฯ ได้ดำเนินการเผยแพร่อินโฟกราฟิกเรื่องเล่าความดี ของบุคลากรสำนักงาน ประชานวุฒิสภา ผ่านสื่อช่องทางต่าง ๆ ทั้งภายในและภายนอก เพื่อส่งต่อขยายผลความดีและสร้างแรงบันดาลใจใน และส่งเสริมให้ทุกคนในสังคมทำความดีไปด้วยกัน พร้อมจรรโลงสังคมให้น่าอยู่

๓.๑.๗) ถอดบทเรียนและขยายความดี

คณะทำงานฯ ได้ดำเนินการจัดทำองค์ความรู้เรื่อง การส่งเสริมการทำความดี โดยให้บุคลากรในสำนักได้ศึกษาและถอดบทเรียนสรุปออกมาเป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น ซึ่งจะต้องมุ่งเน้นในสาระสำคัญว่าการทำความดีแล้วไม่ต้องให้ใครมาชื่นชมเรา เราทำความดีก็เพื่อดำรงความดีเอาไว้ เมื่อเราทำความดีความสุขเกิดขึ้นทันทีในใจเรา และต้องพึงระวังความคิดว่า เราเป็นคนดี คนอื่นที่ไม่ทำเหมือนเราเป็นคนไม่ดี เพื่อเป็นการย้ำเตือนให้เกิดการตระหนักรู้ในการทำความดี และส่งต่อเรื่องราวการทำความดี โดยขยายผลความดีออกสู่สังคมภายนอกต่อไป

๓.๒ เรื่องเล่าความดีที่บุคลากรในสำนักงานประธานวุฒิสภาได้กระทำและได้ถ่ายทอดเพื่อขยายผลความดี

ในการจัดทำองค์ความรู้การส่งเสริมความดีภายในสำนัก โดยมีเรื่องเล่าความดีจากบุคลากรสำนักงานประธานวุฒิสภา ได้ร่วมเขียนถ่ายทอด จำนวน ๑๕ เรื่อง ดังต่อไปนี้

"ความมีวินัย"

เป็นเครื่องมือนำพาชีวิต

“วินัย” เป็นคุณสมบัติหนึ่งที่สำคัญที่ช่วยให้การดำเนินชีวิตมีความมั่นคง ยั่งยืน และมีความสุข การบรรลุเป้าหมายในชีวิต ความมีวินัยเป็นส่วนสำคัญในการจัดการตนเอง อีกทั้งยังเป็นการสร้างความรับผิดชอบต่อผู้อื่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในยุคที่ความโปร่งใสและความซื่อสัตย์เป็นที่ต้องการมากขึ้น ก็จะพบว่าความมีวินัยเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง

ความมีวินัยมีส่วนเชื่อมโยงเพื่อสรรค์สร้างคุณงามความดีได้หลายประการ ซึ่งผมเริ่มต้นจากการมีวินัยในตนเอง โดยการควบคุมตนเองให้ปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ และหลักการที่ตั้งไว้อย่างต่อเนื่อง และสม่ำเสมอ ได้แก่

- (๑) การบริหารเวลา เป็นวินัยในการดำรงชีวิตต่อตนเอง ซึ่งจะต้องมีการวางแผนและจัดลำดับความสำคัญของการทำงาน การศึกษาค้นคว้าและพัฒนาความรู้และทักษะใหม่ ๆ มาประยุกต์ใช้ในการทำงาน
- (๒) การวางแผนการเงิน เป็นวินัยทางการเงิน ซึ่งจะต้องมีการจัดการเงินอย่างรอบคอบ และวางแผนการออมเงิน ประเมินการใช้จ่ายเงินหลีกเลี่ยงการใช้จ่ายที่ฟุ่มเฟือย และไม่จำเป็น รู้จักความพอเพียงและแบ่งปันให้ผู้อื่น
- (๓) การรับผิดชอบต่อหน้าที่การงาน เป็นวินัยในการทำงาน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การปฏิบัติหน้าที่ราชการ ซึ่งจะต้องรักษาระเบียบวินัย แบบแผนของราชการ ปฏิบัติหน้าที่ตามที่ได้รับมอบหมาย อย่างเต็มความสามารถ มีความรับผิดชอบ และพร้อมแก้ไขปัญหาในกรณีที่พบข้อผิดพลาด



นางวุฒิชัย วงศ์เมธีสุเมธ
ผู้อำนวยการสำนักงานประธานวุฒิสภา









นอกจากความมีวินัยในตนเองแล้ว
ผมทำความดีโดยแสดงความมีวินัย
ต่อผู้อื่น ด้วยการสื่อสารและปฏิบัติ
ต่อเพื่อนร่วมงาน และผู้บังคับบัญชา
ด้วยความเคารพ ยกย่อง
และให้เกียรติ ทำให้มีความสัมพันธ์ที่ดี
และได้รับความเคารพ อีกทั้งยังเป็น

แบบอย่างในการทำความดี สร้างแรงบันดาลใจ
ให้เพื่อนร่วมงานและบุคคลใกล้ชิดมีวินัย
และมุ่งมั่นในการทำสิ่งที่ดีเช่นกัน

ความมีวินัยต่อสังคม เป็นสิ่งสำคัญ
ที่ช่วยเสริมสร้างความเป็นระเบียบเรียบร้อย
ความเจริญก้าวหน้า และความสงบสุขในสังคม
ผมมีวินัยในเรื่องนี้ด้วยการปฏิบัติตามกฎหมาย
โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การใช้รถใช้ถนน
ซึ่งจะต้องปฏิบัติตามกฎหมายจราจร และรวมถึง

การเคารพกฎระเบียบแบบแผนของทางราชการ ที่จะต้องรักษาระเบียบวินัยของทาง
ราชการอย่างเคร่งครัด พร้อมทั้งเป็นแบบอย่างในการรักษาวินัยให้แก่ผู้ใต้บังคับบัญชา



นอกจากนี้ ผมได้มีส่วนร่วมในการทำงานอาสาสมัคร
หรือกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม เช่น การทำความสะอาด
ชุมชน บำรุงพระพุทธศาสนา ด้วยการบริจาคเงินบำรุงวัด
หรือบริจาคสิ่งของเพื่อช่วยเหลือผู้ที่ต้องการความช่วยเหลือ
ใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่า ประหยัด และรู้จักการรีไซเคิล
เพื่อลดหรือก่อกมลพิษต่อสิ่งแวดล้อมให้น้อยที่สุด



HI!



และประการสุดท้าย ผมได้ทำสิ่งที่ใฝ่ฝันที่แสดงออกโดยการมีวินัยต่อสถาบัน พระมหากษัตริย์ด้วยความเคารพและจงรักภักดีต่อสถาบัน การนำแนวทางตามพระราชดำริไปปฏิบัติ และเข้าร่วมกิจกรรมและพิธีการที่เกี่ยวข้องในโอกาสต่าง ๆ เช่น การไปร่วมลงนามถวายพระพร

ดังนั้น การทำความดีด้วยการมีวินัยจะเป็นสิ่งที่ช่วยให้ประสบความสำเร็จและมีความสุขในชีวิตส่วนตัว ครอบครัว และสังคม ความมีวินัยช่วยเสริมสร้างความเชื่อมั่นและความน่าเชื่อถือในสายตาของผู้ที่ได้พบเห็น ทำให้มีโอกาสเติบโตและพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งยังเป็นรากฐานสำคัญในการสร้างสังคมที่มีความเป็นระเบียบเรียบร้อยและมีคุณภาพชีวิตที่ดี

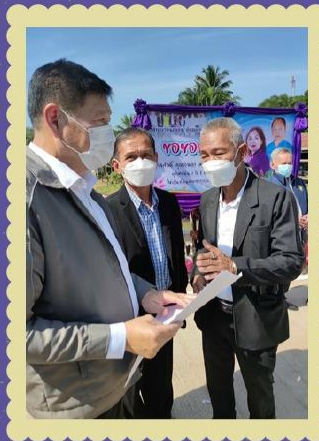


HI!



เรื่องเล่าความดี

นางสาวปัทมาภรณ์ ชูสกุล
กลุ่มงานนโยบายและข้อมูล
สำนักงานประธานวุฒิสภา



1. ช่วยเหลือพี่น้องประชาชน จากการลงพื้นที่และรับทราบ ปัญหาจากการปฏิบัติงาน



โดยใช้ความรู้และประสบการณ์
เพื่อให้คำแนะนำและประสานการ
ปฏิบัติอย่างจริงจัง ต่อความ
เดือดร้อนของพี่น้องประชาชน
จนได้รับการแก้ไขปัญหโดยเร็ว
กว่าการเสนอเรื่องตามสภาวะปกติ
รวม 3 โครงการ



ฝ่ายกันลำไยที่นายกเทศบาล
อำเภอวังชิ้นยื่นเรื่องเสนอมา
ที่คุณปัทมาภรณ์ได้นำเสนอท่านอภิชาติ
ตอนนั้นได้รับการอนุมัติมาแล้วครับ
จาก อบจ.เป็นเงินสะสมจำนวน
6 ล้านบาทครับ จะเริ่มดำเนินการ
ก่อสร้างประมาณเดือนพฤษภาคม



ก่อสร้างสะพานข้ามคลอง
โรงพยาบาลเนินมะปราง
อำเภอเนินมะปราง
จังหวัดพิษณุโลก



งานเสริมคันกันน้ำฝั่งซ้าย
คลองแม่ม หมู่ที่ 13
ตำบลพรหมพิราม
อำเภอพรหมพิราม
จังหวัดพิษณุโลก

เรื่องเล่าความดี

นางสาวปัทมาภรณ์ ชูสกุล
กลุ่มงานนโยบายและข้อมูล
สำนักงานประสานวุฒิสภา



2. ร่วมอนุรักษ์ช่วยเหลือสัตว์ที่เจ็บป่วยและบริจาคโลหิต เพื่อเพื่อนมนุษย์



พिंगบุญศรี ..อายุ 80 ปี
ป่วยต้องพักงาน เนื่องจากความชรา
และมีแผลกดทับจากอาการอ่อนแรง
ตกจากที่นอน
โดยสนับสนุนการอนุรักษ์
และช่วยค่าอาหารให้แก่ช้าง

บริจาคโลหิตเพื่อช่วยชีวิต
เพื่อนมนุษย์

เรื่องเล่าความดี

นางสาวรัตนวรรณ ยั้งวิริยะ
เจ้าพนักงานธุรการอาวุโส
สำนักงานประสานวุฒิสภา



เรื่อง... เส้นทางความสุขและการสวดมนต์

ในชีวิตประจำวันทุกคนก็มีเรื่องทุกข์ เรื่องสุข ผ่านเข้ามาในชีวิต ปีเก่าได้ผ่านพ้นไป ปีใหม่ได้ก้าวเข้ามา สิ่งแรกที่เราควรทำคือการเริ่มต้นสิ่งใหม่ๆ อย่างมีจุดหมายให้กับชีวิต ซึ่งเรื่องราวต่างๆ เราจะต้องทิ้งออกไปจากชีวิต ไม่ให้จมอยู่กับ สิ่งที่ทำให้เสียใจ เมื่อเวลาผ่านไป เราจะนำสิ่งที่ดีและที่สบายใจเข้ามา ซึ่งดีฉัน ในทุกๆ ปี เมื่อมีโอกาสสำคัญหรือมีเวลาว่างที่จะทำบุญหรือบริจาคเงินให้ผู้ช่วยยากไร้ มูลนิธิเด็ก โรงพยาบาลต่างๆ และสวดมนต์ก่อนนอนทุกวัน เพื่อให้ชีวิตเรามีจิตใจที่บริสุทธิ์ รู้สึกมีความสุข อิ่มเอมใจ ที่ได้ให้และช่วยเหลือแก่คนที่ลำบากยากไร้ หรือเด็กที่ยากไร้ เพื่อที่จะทำให้ชีวิตดีขึ้น กำจัดกิเลสที่ทำให้จิตใจ มัวหมอง ลด ละ เลิก เช่น แก้วตั่ว ซึ่งทำให้เป็นเหตุแห่งทุกข์ ผลลัพธ์ที่ได้ก็จะเกิดจากจิตใจเป็นหลัก ทำให้เรามีความคิดดี พูดดี ทำดี และเมื่อเราทำได้ก็จะทำให้เรามีชีวิตที่มีความสุข มีกำลังใจและมีสมาธิในการทำงานมากยิ่งขึ้น ส่งผลให้การทำงานมีประสิทธิภาพ ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดในการทำงาน และเมื่อมีโอกาสดีฉันก็ได้ชักชวนครอบครัว และส่งสอนแนะนำลูกของฉันให้รู้จัก การให้ เสียสละ ช่วยเหลือคนที่ประสบทุกข์ได้ยากกว่า เท่าที่จะช่วยได้ ซึ่งลูกของฉันก็ได้ปฏิบัติตามคำแนะนำอย่างดี ดีฉันจึงมีความคิดว่าการทำบุญด้วยการให้และสวดมนต์เป็นสิ่งที่ดีที่ควรปฏิบัติ ทำให้คนอื่นมีความสุข เราก็มีความสุข และทำให้ชีวิตเรามีค่า มีความหมาย ทำงานอย่างมีความสุขต่อไปได้



เรื่องเล่าความดี เรื่อง...ธรรมนำสุข

นางสาวรณิยา ธรรมผล
ตำแหน่งเจ้าพนักงานธุรการอาวุโส

ข้าพเจ้านางสาวรณิยา ธรรมผล มีความสุขทุกครั้งที่ได้สร้างบุญสร้างกุศล ไม่ว่าจะเป็นการ
ได้ทำบุญ แม้เพียงน้อยนิดก็มีความสุข สุขจากการได้ให้ ได้ทำบุญ ช่วยเหลือคน ช่วยเหลือสัตว์
บริจาคเงิน และการได้ทำงานต่าง ๆ น้อยบ้างมากบ้างตามกำลังและตามโอกาสที่เหมาะสม



การบวชเนกขัมมภิกขุเป็นอีกสิ่งทีสร้างความสุขทางใจให้กับ
ข้าพเจ้า หากมีโอกาสและเวลาเอื้ออำนวยข้าพเจ้าก็มักจะหาโอกาสไป
ฝึกเจริญสติด้วยการบวชเนกขัมมภิกขุ ณ วัดมเหยงคณ์ จังหวัด
พระนครศรีอยุธยา เพื่อฝึกเจริญสติ ชัดเภาจิตใจให้สงบและมีสมาธิ
อยู่เสมอ ประโยชน์ของสมาธินั้นมีมากมาย หลวงพ่อสุรศักดิ์ เขมรังสี
เจ้าอาวาสวัดมเหยงคณ์ ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการเจริญสติไว้ว่า

“เราต้องหมั่นฝึกการเจริญสติ

**การเป็นผู้มีสติในทุกเรื่อง จะได้รับประโยชน์ตรงที่ว่า
จิตใจเราจะเบาขึ้น สงบร่มเย็นขึ้น เราอยู่กับชีวิตนี้กับโลกนี้ได้
อย่างสงบร่มเย็นขึ้น จิตที่ฝึกดีแล้วนำความสุขมาให้”**



การฝึกเจริญสติทำให้ข้าพเจ้าเกิดสมาธิสามารถหยุดนิ่ง
เพื่อพิจารณาสิ่งต่าง ๆ โดยปราศจากอคติได้ดียิ่งขึ้น มีจิตใจที่
ผ่อนคลาย สามารถเข้าใจตนเองและผู้อื่นได้มากขึ้น สามารถปรับ
อารมณ์ต่อสิ่งต่าง ๆ รอบข้างได้ดีมากยิ่งขึ้น ส่งผลให้มีความ
สัมพันธ์อันดีกับคนรอบข้าง และการฝึกเจริญสติยังทำให้ข้าพเจ้า
พบความสงบ ความปิติ และเกิดความสุข ดังพุทธพจน์ที่ว่า

จิตฺตํ ญุตํ สุขาวหํ “จิตที่ฝึกแล้วนำสุขมาให้”



น.ส.กมลมาศ จิตรอำพร
วิทยากร ชำนาญการ
กลุ่มงานประธานวุฒิสภา



เรื่องเล่าความดี



ทำบุญครึ่งใจ สุขใจทุกครา

การทำบุญตักบาตร คือการถวายอาหารแด่พระภิกษุสงฆ์ และเป็นประเพณีสำคัญอย่างหนึ่งที่ชาวพุทธปฏิบัติกันมา ตั้งแต่สมัยพุทธกาล โดยมีความเชื่อกันว่า หากได้ประกอบพิธีดังกล่าวจะช่วยให้มีแต่สิ่งที่ดี ๆ เข้ามาในชีวิต และสร้างสิริมงคลให้กับตัวเอง

ข้อดีของการทำบุญตักบาตร

๑. เป็นการสั่งสมบุญในแต่ละวัน เพราะการสั่งสมเป็นเหตุ นำความสุขมาให้
๒. เป็นการเริ่มต้นวันใหม่ด้วยการทำบุญทำให้จิตใจแจ่มใส เพื่อให้มีกำลังใจที่เข้มแข็ง เพราะผู้ที่ไม่มีบุญ เกื้อหนุนอยู่ในใจ ย่อมพ่ายแพ้ต่อบาปได้ง่าย
๓. เป็นการทำที่พึ่งคือบุญให้แก่ตนเองในอนาคต



ข้าพเจ้าได้ทำบุญตักบาตรในวันสำคัญๆ อย่างสม่ำเสมอตลอดมา ซึ่งการทำบุญตักบาตรในเทศกาลต่างๆ ถือเป็นสิ่งที่ดีงาม และให้ความสำคัญกับพระศาสนา ซึ่งเป็นการแสดงออกถึงความกตัญญูกตเวทีกิ ในฐานะชาวพุทธที่ดีต่อพระพุทธศาสนา และต่อประมุขสงฆ์ ซึ่งนายกองรอง และควรค่าแก่การอนุโมทนาอย่างยิ่ง นอกจากนี้การทำบุญตักบาตรเพื่อความเป็นสิริมงคล ของตัวเองแล้ว ข้าพเจ้าคิดว่ายังสร้างความรักความสามัคคี ต่อเพื่อนร่วมงาน ตลอดจนเป็นการส่งเสริมและรักษาประเพณี และวัฒนธรรมของคนไทยให้คงอยู่ตลอดไป





“การทำบุญถวายสังฆทาน”

สิ่งที่ข้าพเจ้าได้กระทำความดี คือ การถวายสังฆทาน เป็นการช่วยทะนุบำรุงศาสนาที่อยู่ในศีลในธรรม ไม่กระทำความผิดต่อตนเองและผู้อื่น ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน ทำให้เป็นคนเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เป็นทั้งผู้ให้ และผู้รับ ทำให้มีสติอยู่เสมอ และเดินไปในทางที่ถูกต้อง ตั้งมั่นอยู่ในความไม่ประมาท และรักษาตนให้พ้นภัย ช่วยทำให้สังคมรอบตัว และประเทศชาติมีความสุข เจริญรุ่งเรืองเพื่อเพิ่มพูนความดี กรรมดี ทำจิตใจความเห็นแก่ตัว ความเห็นแก่ได้ออกไปจากใจ



เรื่องเล่าความดี



พระพุทธรเจ้าตรีสรว่า “นอกจากการแบ่งปันกันแล้ว มนุษย์หาของที่พึงอย่างอื่นไม่” มนุษย์เราจะอยู่ร่วมกันได้ดี ต้องมีการแบ่งปัน เพราะการแบ่งปัน หรือการเสียสละ นอกจากมีประโยชน์ต่อผู้อื่นแล้ว ยังมีคุณค่าต่อตัวเองด้วย นั่นก็คือ การลด-ละกิเลส ลด-ละความเห็นแก่ตัว

โสรวีร์ ชาวาลปัญญาวงศ์

เรื่องเล่า ความดี

ปฐิพร ชัยหมอน

คิดดี ทำดี อยู่เสมอ

เป็นการสร้างพลังบวกให้กับตนเองและให้ความช่วยเหลือแก่คนอื่นเท่าที่เรทำได้ด้วยความเต็มใจ

ให้อภัย ผู้อื่น

การให้อภัย เป็นบุญอันยิ่งใหญ่ หากเราสามารถปล่อยวางจากความโกรธเคืองจะช่วย

“จิตใจสงบ
มีสมาธิ”



ทำบุญ ด้วยการบริจาคออนไลน์

“การทำบุญออนไลน์ถือเป็นการ.. **เต็มบุญ** ได้นะคะ”

เราสามารถทำบุญได้ตามกำลังทรัพย์ของตนให้แก่ ผู้ยากไร้ ผู้ประสบภัย สัตว์เร่ร่อน เด็กกำพร้า และมูลนิธิต่าง ๆ ที่ยังรอคอยความช่วยเหลือ แม้เป็นเงินเพียงเล็กน้อยแต่อาจช่วยต่อชีวิต หรือเปลี่ยนอนาคตให้กับผู้ที่รอคอยโอกาสนั้นได้ เป็นการเติมเต็มความสุขให้กับชีวิตอื่น การที่เราทำประโยชน์ให้กับสังคมส่วนรวม ก็ถือเป็นการทำดีที่จะก่อให้เกิดความสุขในหัวใจของเรา



เพราะพุทธศาสนาที่เราอยู่คู่สังคมไทยอย่างผดุงต่อ เบ



เรื่องเล่าความดี

นายกิตติกร กอบเงิน
วิทยากรปฏิบัติการ
สำนักงานประสานวุฒิสภา



เรื่อง...ถือศีลฝึกฝนจิตใจ

ในปัจจุบันการใช้ชีวิตประจำวัน มีเรื่องราวต่าง ๆ เข้ามาให้คิดให้ทำ อยู่ตลอดเวลา ทั้งเรื่องชีวิตส่วนตัวและการทำงาน มีดีบ้างร้ายบ้างปะปนกันไป ซึ่งเป็นเรื่องธรรมดาที่เราประสบพบเจอ การรับมือกับปัญหาที่ย่อมแตกต่างกันไปตามโอกาสและช่วงวัยของชีวิต แต่สิ่งหนึ่งที่เราสามารถทำได้หรือสร้างภูมิคุ้มกันให้กับร่างกายและจิตใจเราได้ คือการใช้ธรรมะเป็นที่พึ่งพิง

เมื่อมีเวลาและโอกาสที่เหมาะสม ผมจะถือโอกาสเข้าวัดทำบุญและปฏิบัติธรรมอย่างสม่ำเสมอ การเข้าวัดทำบุญ ถือศีล สวดมนต์ นั่งสมาธิ เจริญภาวนา นั้น เป็นเหมือนการชาร์จพลังให้กับชีวิต

การถือศีลปฏิบัติธรรมของผม เริ่มจากการชักชวนของเพื่อนสมัยเรียน ซึ่งเพื่อนมักจะเข้าวัดทำบุญอยู่เสมอ ผมเลยอยากไปถือศีลปฏิบัติธรรมในครั้งแรกเป็นประสบการณ์ที่ใหม่มาก เนื่องจากเราจะต้องปฏิบัติตามข้อวัตรข้อปฏิบัติของวัดอย่างเคร่งครัด ซึ่งจะระบุตารางเวลาในการปฏิบัติกิจต่าง ๆ อย่างชัดเจน โดยเป็นข้อวัตรข้อปฏิบัติประจำวันที่ทุกคนในวัดต้องปฏิบัติตาม ทั้ง พระสงฆ์ สามเณร แม่ชี ผู้ถือศีล ผู้ปฏิบัติธรรม แต่เมื่อมีเวลาและได้ไปถือศีลปฏิบัติธรรมหลายครั้งมากขึ้น เราก็จะสามารถปรับตัวและทำตามได้อย่างสมบูรณ์ ดังนั้น การถือศีลปฏิบัติธรรมจึงเป็นการฝึกฝนร่างกายและจิตใจให้พร้อมเผชิญหน้าและรับมือกับทุกสถานการณ์ที่จะเข้ามากระทบกับตัวเรา เป็นการฝึกฝนทักษะชีวิต ทำให้เป็นคนตรงต่อเวลา มีสติ มีความอดทน และฝึกระเบียบวินัย อีกทั้ง ทำให้จิตใจผ่องใสสามารถมองโลกได้ตามความเป็นจริง คลายความเครียด ความกังวล และไม่คิดฟุ้งซ่าน และสามารถนำหลักธรรม มาปรับใช้กับการใช้ชีวิตประจำวันและการทำงานได้อย่างเหมาะสม จนประสบผลสำเร็จ

อีกประการสำคัญ การเข้าวัดถือศีลปฏิบัติธรรมและปฏิบัติศาสนกิจทางศาสนา ถือได้ว่าเป็นการแสดงความกตัญญูกตเวทิตาต่อศาสนาอันเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ เป็นการร่วมกันทำนุบำรุงพระพุทธศาสนา เป็นการสืบทอดการทำข้อวัตรข้อปฏิบัติให้พระพุทธศาสนาดำรงอยู่คู่สังคมไทยอย่างมั่นคงต่อไป

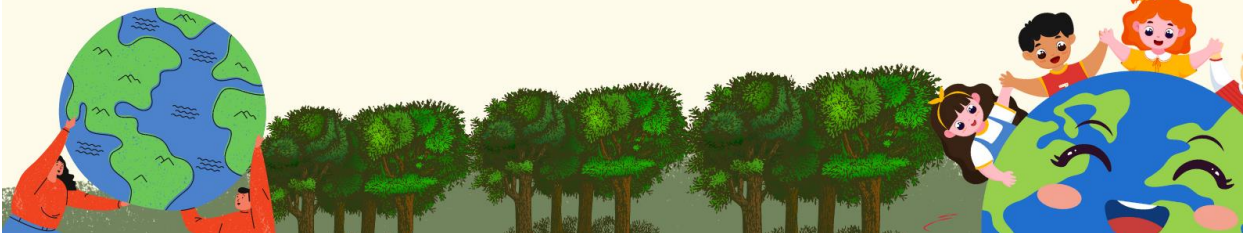
เรื่องเล่าความดี

นางสาวณัฐมน โพธิ์เกษม เจ้าพนักงานธุรการชำนาญงาน รักτύญญและอยู่อย่างพอเพียง



ดิฉัน มีภูมิลำเนาอยู่ต่างจังหวัด เกิดในครอบครัวเกษตรกรกรรม และได้ใช้ชีวิตด้วยความพออยู่พอมี พอกิน ตั้งแต่วัยเด็กดิฉันถูกเลี้ยงดูโดยปู่ย่าตายายและพ่อกับแม่ ผู้ซึ่งพ่ร่ำสอนเสมอให้ดิฉันมีความขยันอดทน หมั่นทำงานฝึกฝนตนเองให้มีความชำนาญ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการใช้ชีวิตหรือการทำงาน และที่สำคัญทำงานทั้งหลายสอนให้ดิฉันดำรงชีวิตด้วยความพอเพียง ประหยัด อดออม รู้จักคุณค่าของการใช้เงิน

แม่ในวันนี้ดิฉันได้เข้ามาทำงานรับราชการในกรุงเทพฯ ดิฉันไม่เคยลืมวิถีชีวิตที่เคยดำรงอยู่ในต่างจังหวัดเลย เมื่อมีวันหยุดหรือว่างเว้นจากการทำงาน ดิฉันมักเดินทางกลับบ้านที่ต่างจังหวัดอยู่เสมอ เพื่อไปช่วยแบ่งเบาภาระงานของพ่อกับแม่ที่มีอายุมากแล้ว เมื่อดิฉันได้กลับบ้านจะช่วยงานในการทำการเกษตรของท่านทั้งสอง ได้ในทุก ๆ อย่าง เพราะได้ซึมซับและเห็นมาตั้งแต่เด็ก ๆ และทุกครั้งกลับบ้าน ดิฉันจะนำผลผลิตทางการเกษตร รวมทั้งพืชผักสวนครัวที่ปลูกไว้ที่บ้าน มาแบ่งปันให้กับเพื่อนร่วมงาน ได้รับประทานพืชผักที่ปลูกโดยธรรมชาติ ไม่ใช้สารเคมี ซึ่งเป็นความสุขเล็ก ๆ ที่สามารถแบ่งปันให้กันได้ในสังคม ทั้งยังสามารถช่วยประหยัดและลดค่าใช้จ่ายในครัวเรือนได้ และที่สำคัญเป็นการสร้างมิตรภาพ ความเอื้ออาทรให้เกิดขึ้นในสังคม แม้วิถีชีวิตในเมืองจะเปลี่ยนไปมาแล้วก็ตาม



เรื่องเล่าความดี

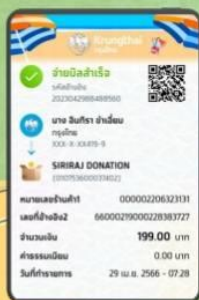


จินทรา ชำเอี่ยม
วิทยากรชำนาญการ
กลุ่มงานรองประธานวุฒิสภา คนที่สอง

“สุขที่ได้ให้”

ถ้าจะพูดถึงคำว่า “ความสุข” เรานึกถึงอะไรบ้าง มีอะไรบ้างที่จะทำให้เรามีความสุขได้ บางคนอาจจะตอบว่า ความสุข คือการได้รับในสิ่งที่ปรารถนา การได้พักผ่อน หรือการเก็บออมเงินให้ได้เยอะๆ แน่นอนว่าสิ่งเหล่านี้ ย่อมสร้าง “ความสุข” ให้เกิดขึ้นได้

แต่ถ้าเราลองเปลี่ยน “ความสุขจากการเป็นผู้ได้รับ” มาเป็น “ความสุขจากการเป็นผู้ให้” นั้นสามารถเกิดขึ้นได้ง่ายๆ เพราะเป็นความสุขจากการเสียสละเพื่อส่วนรวม บ่อยครั้ง ที่ฉันจะร่วมบริจาคเงินให้กับองค์กรต่าง ๆ เพื่อช่วยเหลือผู้อื่นที่ลำบากกว่าเรา การรู้จักเป็นผู้ให้ต่อส่วนรวมสามารถช่วยพัฒนาตัวเราให้มีความคิดในด้านบวกและสามารถสร้างการเปลี่ยนแปลงให้เกิดขึ้นในสังคมได้ เพราะการให้... ทำให้เรารู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่นและมองเห็นคุณค่าของเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน ถึงแม้ว่าจำนวนเงินนั้นจะไม่มากแต่การที่เราได้รู้จักการเสียสละให้ผู้อื่นนั้น เป็นการให้โดยไม่หวังสิ่งตอบแทน คือ ของขวัญชิ้นดีสำหรับผู้ให้ ไม่จำเป็นต้องรยล้นฟ้า ให้ตามกำลังที่เรามี ให้ตามกำลังศรัทธาและเมื่อเราให้แล้ว นอกจากผู้รับจะมีความสุขแล้ว แต่เราในฐานะผู้ให้ ก็มีความสุขไปด้วย





เรื่องเล่าความดี

นายธนากร พันธณภัทร์
 นิติกรปฏิบัติการ
 สำนักงานประสานวุฒิสภา



ให้ไปสุขใจก็คือดีคืน

“การปิดทองหลังพระนั้น เมื่อถึงคราวจำเป็นก็ต้องปิด ว่าที่จริงแล้วคนโดยมากไม่ค่อยชอบปิดทองหลังพระกันนัก เพราะนึกว่าไม่มีใครเห็น แต่ถ้าทุกคนพากันปิดทองแต่ข้างหน้า ไม่มีใครปิดทองหลังพระเลย พระจะเป็นพระที่งามบริบูรณ์ไม่ได้”

พระบรมราโชวาทของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 9 ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 25 กรกฎาคม 2506

ด้วยพระบรมราโชวาทดังกล่าว สอนให้ผมรู้ว่าการทำความดีนั้นไม่จำเป็นต้องรอโอกาส เวลา สถานที่ ไม่มีเงื่อนไข ไม่ต้องสนใจว่าทำมาก ทำน้อย แต่ทำในแบบที่เป็นเรา ทำให้สะดวกและเรียบง่าย ทำความดีได้ตลอดเวลาแม้ขณะหายใจ การทำความดีมักเริ่มจากการเป็นผู้รับที่ดี แล้วเป็นผู้ให้ที่ดี ไม่ไปตัดสินใคร

ด้วยอันประสงค์ของการทำความดีนั้นไม่เพียงแต่ครองใจผู้คน ยังช่วยครองงาน ครองชีวิต ครองสติและครองตน ให้สุขสงบทั้งโลกภายในและภายนอกเป็นความความงามบริบูรณ์ตามพระบรมราโชวาทของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 9 นั่นเอง

ทำความดีในแบบที่เป็นตัวเอง



เรื่องเล่าความดี **ให้** คือ **ความสุข**

โดย น.ส. กฤตยา หวังบุญ (น้ำปิ่น)
กลุ่มงานนโยบายและข้อมูล สำนักงานประธานวุฒิสภา

"การให้" นำไปสู่ความรู้สึกอึดอัด และมีความสุข เพราะทำให้คนเรารู้สึกว่าชีวิตมีคุณค่าและมีความหมาย ซึ่งการให้ก็มีหลายรูปแบบ เช่น ให้สิ่งของ ให้โอกาสผู้อื่น ให้ความรักและกำลังใจ ให้ความรู้ ให้ภัย ซึ่งการที่เราได้ให้สิ่งดี ๆ แก่ผู้อื่น ผู้อื่นเป็นสุขตัวเราเองก็มีความสุขมากขึ้นไปด้วย



"การให้" ของฉันที่ทำเป็นประจำ คือ

1. การให้ความรัก ดูแลเอาใจใส่ติดตามมารดาในยามที่ท่านทั้งสองแก่ชราอย่างสม่ำเสมอและใกล้ชิด อาทิ การขับรถทางไกล การทำงานบ้าน งานช่าง งานทำสวน ช่วยหารายได้พิเศษ และการดูแลสุขภาพ ทั้งนี้ เพื่อให้ท่านทั้งสอง สุขกาย สบายใจ

2. การแบ่งปันเผื่อแผ่แก่ผู้อื่น การให้เงินทองของใช้ การทำบุญ การบริจาคโลหิต หรือสิ่งอื่นใด ถือเป็นบุญทั้งสิ้น ซึ่งการให้เป็นการลดความเห็นแก่ตัว ความตระหนี่ถี่เหนียว และความคับแคบในจิตใจให้น้อยลง ทำให้เราไม่ยึดติดในวัตถุสิ่งของ



3. การให้ความเมตตาต่อสัตว์

เมตตา คือ ปราบปรามต้อยยากให้เขามีความสุข มีจิตอันแผ่ไมตรี

กรุณา คือ ความสงสาร คิดช่วยให้พ้นทุกข์

มุทิตา คือ ความยินดี ในเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข

อุเบกขา คือ ความวางใจเป็นกลาง ดำรงอยู่ในธรรม

การเมตตาต่อสัตว์และเพื่อนมนุษย์ ถือเป็นหนึ่งในหลักธรรมประจำใจ หรือ พรหมวิหาร 4 ประกอบด้วย เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ซึ่งเป็นหลักธรรมที่ทุกคนควรถือปฏิบัติ หรือเรียกว่า เมตตาธรรมค้ำจุนโลก โดยฉันได้อุปลาระแมวจรเทศเมีย ที่ไม่มีที่พึ่งพิง ฉันได้ให้ที่อยู่อาศัย ให้อาหาร และให้ความรักพร้อมตั้งชื่อให้ว่า "ล่าดวง"





เรื่องเล่าความดี

นางสาวกาวนา คำรงค์
วิทยากรชำนาญการ
กลุ่มงานรับเรื่องราวร้องทุกข์ สำนักงานประธานวุฒิสภา



“ความกตัญญู” สร้างคนดีให้สังคมทำให้สถาบันครอบครัวและสังคมมั่นคง ในปัจจุบันโลกมีความเจริญก้าวหน้าทางวัตถุไปอย่างไม่หยุดยั้ง ท่ามกลางความเจริญทางด้านวัตถุ ส่งผลให้สภาพแวดล้อมเปลี่ยนแปลงไป ทำให้จิตใจมนุษย์ต่ำลง มีความเห็นแก่ตัว ไม่สำนึกบุญคุณบุคคลที่มีคุณธรรมด้านความกตัญญูทุกเวทีจึงมีจำนวนน้อยลง

การได้อยู่ และใช้เวลากับพ่อ นับเป็นช่วงที่ดีที่สุด การได้ทำให้พ่อในวัย 84 ปี ได้มีรอยยิ้มเต็มใบหน้า แค่นี้ท่านก็มีความสุขที่สุดแล้ว ทุกวันนี้จะโทรหาพ่อบ่อย ๆ คอยถามว่า “พ่อทำอะไรอยู่” “กินข้าวหรือยัง” “กินข้าวกับอะไร” “อร่อยไหม กินเยอะ ๆ นะ จะได้แข็งแรง” “วันนี้ฝนตกไหม” “หนาวไหม” “อากาศร้อนไหม” แค่นี้ก็ยินดี และคำตอบที่ท่านตอบมาอย่างสดใสว่า “พ่อสบายดี ไม่ต้องห่วงพ่อนะ” แค่นี้ก็ทำให้มีกำลังใจอย่างล้นหลาม และมีความสุขที่สุดแล้ว

ผู้มีความกตัญญูจะใช้ชีวิตให้มีคุณค่า เป็นคนที่มีแต่คนรักใคร่ชอบพอ มีคนยกย่องสรรเสริญ ดังนั้น จึงควรปฏิบัติตนเป็นผู้มีความกตัญญูทุกเวที โดยรู้จักเห็นคุณค่า สำนึกและรู้จักตอบแทนผู้มีพระคุณ เพราะคุณธรรมทั้งหลายไม่อาจเริ่มต้นได้ หากขาดสิ่งทีเรียกว่า “กตัญญู”



เรื่องเล่าความดี

นายศิริพงศ์ นรภัทรธนพงศ์
นักวิชาการสนับสนุนงานปศุสัตว์
กลุ่มงานบริเวณราชวอจทุกย์

กิจกรรมถวายโคมตรา เนื่องในพระราชพิธีทรงบำเพ็ญพระราชกุศล
วิสาขบูชา พุทธศักราช ๒๕๖๗

วันวิสาขบูชาตรงกับวันเพ็ญกลางเดือน ๖ หรือ
เดือน ๗ ในปีอธิกมาส เป็นดิถีคล้ายวันก่สมเด็จพะ
สัมมาสัมพุทธเจ้าทรงประสูติ ตรัสรู้ และปรินิพพาน
จึงเป็นวันสำคัญทางพุทธศาสนา ซึ่งได้จัดโคมตรา
ไปจุดเป็นพุทธบูชา โดยเสด็จพระราชกุศล เนื่องใน
พระราชพิธีทรงบำเพ็ญพระราชกุศลวิสาขบูชา
พุทธศักราช ๒๕๖๗ ณ วัดพระศรีรัตนศาสดาราม
ในพระบรมมหาราชวัง



โครงการ "เจ้ารักษ์พระปรางค์"

เกิดขึ้นโดยดำริของพระเดชพระคุณ พระพรหมวิริเมธี เจ้าอาวาส
วัดอรุณราชวราราม ได้กำหนดทำจิตอาสาร่วมกับความสะอาดลาน
รอบพระปรางค์ ที่ ๕ สัก รวมทั้งบริเวณรอบวัดอรุณราชวราราม
และพระอุโบสถ

สักการะพระบรมสล่าวิจิธาตุ และพระอรหันตธาตุของ พระสล่าวีบุตร และพระโมคคัลลานะ

พระบรมสล่าริกธาตุ และพระอรหันตธาตุของพระสล่าบุตร และพระโมคคัลลานะ อัญเชิญ
จากสาธารณรัฐอินเดีย มาประดิษฐานเป็นการชั่วคราว ณ ห้องสนามหลวง
พระบรมสล่าริกธาตุที่อัญเชิญมานี้ ทุกคนพบในสลูกี่หมู่บ้านนิปราชว่า อันเป็นที่ตั้งของ
กรุงกบิลพัสดุ์ โดยบรรจุในหมอบที่มีลักษณะโบราณจารึกว่า พระบรมสล่าริกธาตุเป็นสลักหิน
คากวยงศ์ ส่วนพระอรหันตธาตุของพระสล่าสาวก ได้แก่ พระสล่าบุตร ผู้เป็นเลิศด้านปัญญา
และ พระโมคคัลลานะ ผู้เป็นเลิศด้านผู้ถือกรรมมาก ทุกคนพบที่บริเวณสลูกี่บางยี่



กิจกรรมลวมผ้าไทย ใส่บาตร ปล่อยปลา มีลูข

การดักบาตรตอนเช้า เป็นประเพณีที่คนไทยปฏิบัติสืบต่อกันมา
ยาวนาน เป็นการแสดงถึงความกตัญญูต่อบุคคลที่ช่วยเหลือ
พระภิกษุสามเณรให้มีปัจจัยใช้ในการดำรงชีพ และยังเป็นการสร้างกุศลให้
แก่ตนเองและครอบครัวอีกด้วย รวมทั้งการปล่อยปลาเป็นการทำบุญที่
ช่วยให้ผู้ปล่อยมีจิตใจเมตตา และมีคุณลูข

เรื่องเล่าความดี

1



วิภาวี ชมะโชติ
 นิติกรชำนาญการ
 กลุ่มงานรับเรื่องราวร้องทุกข์

การกราบสักการะพระบรมสารีริกธาตุ

เป็นการแสดงความเคารพต่อพระพุทธเจ้า ช่วยเสริมสร้างศรัทธาในพระพุทธศาสนา และกระตุ้นให้ผู้กราบบำเพ็ญศีลธรรม ปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า สามารถสร้างความสงบใจและความสุขในจิตใจของผู้ที่มาปฏิบัติ ทำให้เกิดความสงบและความร่มเย็น เป็นกิจกรรมที่เชื่อมโยงผู้คนในชุมชนเข้าด้วยกัน ส่งเสริมความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน เป็นการรักษาวัฒนธรรมประเพณีที่ดีงาม และเป็นการเสริมสร้างพลังงานบวกให้กับตนเองและคนรอบข้าง ทำให้เกิดบรรยากาศที่ดี และมีความเป็นมงคลต่อชีวิต



การทำบุญตักบาตรในวันสำคัญทางศาสนา

ช่วยให้จิตใจสงบสุข เกิดความปีติยินดี ลดความเครียด แบ่งปันทรัพย์สินหรืออาหารกับพระสงฆ์และผู้อื่น ซึ่งเป็นการเสริมสร้างความมีเมตตาและกรุณาในจิตใจ ซึ่งการทำบุญตักบาตรเป็นหมู่คณะจะช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีและความสามัคคี การทำบุญตักบาตรสอนให้เรารู้จักแบ่งปัน และรู้จักพอเพียง ซึ่งช่วยลดความโลภและความต้องการในสิ่งที่ไม่จำเป็น และเป็นการสนับสนุนพระสงฆ์ในการปฏิบัติธรรม และเผยแพร่พระธรรมคำสอน



เรื่องเล่าความดี

2

การสวดมนต์และนั่งสมาธิ

ช่วยให้จิตใจสงบ ลดความคิดฟุ้งซ่าน และสร้างความรู้สึกละมุนคลาย การนั่งสมาธิช่วยฝึกฝนให้มีสมาธิที่ดีขึ้น ทำให้สามารถโฟกัสกับงานหรือกิจกรรมต่าง ๆ ได้ดีขึ้น ช่วยลดอาการของโรคซึมเศร้าและโรควิตกกังวล รวมถึงช่วยเพิ่มความรู้สึกเป็นสุขและความพึงพอใจในชีวิต สามารถช่วยให้เกิดความรู้สึกเมตตาต่อตนเองและผู้อื่นมากขึ้น ช่วยให้มีภาระหนักในตนเองและสิ่งรอบตัวมากยิ่งขึ้น และมีความเข้าใจต่อผู้อื่น รวมถึงทำให้ความสัมพันธ์กับคนรอบข้างเป็นไปในทิศทางที่ดีขึ้น



การเข้าร่วมกิจกรรมอาสาสมัคร

เช่น การช่วยเหลือผู้ยากไร้ การสนับสนุนการศึกษา หรือการรักษาสิ่งแวดล้อม ช่วยให้ผู้เข้าร่วมได้เรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ เช่น การบริหารจัดการ การทำงานเป็นทีม การสื่อสาร ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเอง การได้มีส่วนร่วมในการทำประโยชน์เพื่อผู้อื่นทำให้รู้สึกว่าคุณค่าและสามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในเชิงบวก ช่วยสร้างจิตสำนึกในเรื่องความรับผิดชอบต่อสังคม และการดำรงชีวิตร่วมกันอย่างยั่งยืน ช่วยให้คนที่มีโอกาสน้อยได้มีโอกาสเข้าถึงทรัพยากรและโอกาสต่าง ๆ ซึ่งช่วยลดความเหลื่อมล้ำและความไม่เท่าเทียมในสังคม การทำความดีเพื่อผู้อื่นช่วยให้รู้สึกมีความสุขและสุขภาพจิตดีขึ้น เนื่องจากมีการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีและการให้ความช่วยเหลือ สามารถเป็นตัวอย่างและแรงบันดาลใจให้คนอื่น ๆ ทำตาม ทำให้เกิดการขยายผลในการทำประโยชน์ต่อสังคมอย่างต่อเนื่อง

ส่วนที่ ๔

ผลการดำเนินกิจกรรม

๔.๑ ผลลัพธ์ที่ได้จากการจัดกิจกรรม

บุคลากรของสำนักงานประสานวุฒิสภา สามารถคิดทบทวนและลงมือทำความดี พร้อมทั้งสามารถเขียนเรื่องเล่าความดี เพื่อสร้างแรงบันดาลใจและขยายผลการทำความดีไปสู่ผู้อื่นและสังคมได้ โดยเรื่องเล่าความดีของบุคลากรสำนักงานประสานวุฒิสภา มีทั้งสิ้น ๑๕ เรื่อง ทั้งนี้ ได้เผยแพร่ทั้งภายในและภายนอกเรียบร้อยแล้ว

๔.๒ ประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการดำเนินการส่งเสริมให้บุคลากรทำความดี

ประโยชน์ที่ได้รับจากการดำเนินกระบวนการส่งเสริมให้บุคลากรของสำนักงานประสานวุฒิสภาทำความดี การทำความดีนั้น เมื่อเราต่างได้กระทำแล้ว ย่อมเกิดผลดีทั้งสิ้น แม้ไม่มีผู้ใดได้มาเห็นหรือรับรู้ความดีนั้นย่อมได้รับรู้โดยตัวเองและเกิดเป็นความอึดอึดใจ แต่หากเราได้ส่งต่อหรือถ่ายทอดการทำความดีให้ผู้อื่นหรือสังคมได้รับทราบ จะเป็นการขยายผลให้เกิดแรงบันดาลใจให้ผู้อื่นต่อไป โดยประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการดำเนินการส่งเสริมให้บุคลากรทำความดี สามารถสรุป ได้ดังนี้

๔.๒.๑ ประโยชน์ต่อตนเอง เป็นการสร้างพลังใจ ความภาคภูมิใจ ความอึดอึดใจให้แก่ตนเอง เป็นการวางแนวทางให้ตนเองสามารถพัฒนาไปสู่เป้าหมายในชีวิตได้อย่างมั่นใจ ทำให้รู้สึกมีคุณค่าในตนเองมากขึ้น มีความเข้าใจตนเองมากขึ้น สามารถทำหน้าที่ตามบทบาทของตนได้เต็มกำลังศักยภาพ

๔.๒.๒ ประโยชน์ต่อองค์กร การทำความดีและการถ่ายทอดขยายผลเรื่องราวความดีให้ผู้อื่นและสังคมรับรู้ จะเป็นการสร้างแรงบันดาลใจ และดึงดูดให้ผู้อื่นรู้สึกมีกำลังใจและภาคภูมิใจในการทำความดี สามารถเป็นตัวอย่างให้บุคคลอื่น ๆ ต่อไป ทั้งชีวิตส่วนตัว การทำงาน และการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขในองค์กร ส่งผลให้องค์กรมีความเข้มแข็งและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง ก้าวไปสู่การเป็นองค์กรต้นแบบที่สามารถเผยแพร่และเป็นแบบอย่างให้กับองค์กรอื่น ๆ ภายนอกได้

๔.๒.๓ ประโยชน์ต่อสังคมและประเทศชาติ การที่สังคมโดยรวม จะก้าวเข้าสู่สังคมในอุดมคติหรือสังคมแห่งความดี หรืออย่างน้อยก็สามารถทำให้การกระทำผิดทั้งหลายทั้งปวงลดน้อยลงได้ ล้วนต้องอาศัยทรัพยากรบุคคลซึ่งเป็นผู้กระทำให้เกิดผลต่าง ๆ ซึ่งการใช้ชีวิตและปฏิบัติงานของแต่ละคนจึงจำเป็นต้องพัฒนาและฝึกฝนตนอย่างสม่ำเสมอ ไม่ลุ่มหลงไปกับความผิดทั้งหลาย การขาดสติยังคิดจนหลงลืมคุณธรรม จริยธรรม และขนบธรรมเนียมประเพณีที่ดีงาม ทุกคนในสังคมต้องหมั่นตรวจสอบพิจารณาการกระทำของตนเอง และรักษามาตรฐานการทำความดีให้คงอยู่อย่างสม่ำเสมอ เมื่อทุกคนเป็นคนที่มีคุณภาพทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสติปัญญาแล้ว จะนำมาซึ่งการพัฒนาสังคมและประเทศชาติในทุกมิติ

ส่วนที่ ๕

บทสรุป

การส่งเสริมความดีภายในสำนักของสำนักงานประธานวุฒิสภา ได้ดำเนินกระบวนการขั้นตอน โดยการเสริมสร้างให้บุคลากรของสำนัก ตระหนักถึงคุณค่าของการทำความดี ตั้งแต่การปรับมุมมองความคิด ทัศนคติให้มีความถูกต้อง คิดในแง่บวก แล้วจึงปฏิบัติหรือกระทำออกมาให้สอดคล้องกับความคิดที่ถูกต้องที่ควร ตลอดจนถ่ายทอดความดีที่แต่ละบุคคลได้ปฏิบัติหรือกระทำ เพื่อถอดบทเรียนและขยายผลไปสู่สังคมต่อไป

การส่งเสริมความดีภายในสำนักของสำนักงานประธานวุฒิสภา ผ่านกิจกรรมเรื่องเล่าความดี ได้มีบุคลากรของสำนัก ถ่ายทอดเรื่องเล่าความดี รวมทั้งสิ้น ๑๕ เรื่อง ซึ่งเป็นความดีที่สามารถลงมือทำได้ในชีวิตประจำวัน ไม่มีข้อจำกัดว่าเป็นความดีด้านใด ความดีก็คือความดี ที่สร้างสรรค์และจรรโลงสังคมให้น่าอยู่ แม้เป็นความดีที่เกิดจากคนตัวเล็ก ๆ เพียงคนเดียว หากแต่เรารวมพลังทำความดีกัน อยู่อย่างต่อเนื่อง จากหนึ่งคนเป็นสองคนเป็นสิบคน ก็จะเกิดเป็นสังคมที่อุดมไปด้วยความดี มีความสงบสุขร่มเย็น

รายการอ้างอิง

วชิรวัชร งามละม่อม, “แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนาตนเอง.” สืบค้นเมื่อวันที่ ๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗, https://learningofpublic.blogspot.com/2015/09/blog-post_95.html

วินัย เพชรช่วย, “การพัฒนาตน Self Development” สืบค้นเมื่อวันที่ ๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ https://www.novabizz.com/NovaAce/Learning/Self_Development.htm

สุวรี เทียวทัศน์. (๒๕๔๒) การบริหารทรัพยากรมนุษย์. กรุงเทพฯ : วิทยุชน.

สำนักงานพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.(๒๕๕๐) หลักการทรงงานในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
กรุงเทพฯ: สำนักงานพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ

สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร. (๒๕๖๑). คู่มือมาตรฐานทางจริยธรรมตามประมวลจริยธรรม
ข้าราชการรัฐสภา. กรุงเทพฯ: สำนักการพิมพ์ สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร

สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร. (๒๕๖๑). การมีส่วนร่วมทางการเมืองในระบอบประชาธิปไตย.
กรุงเทพฯ: สำนักการพิมพ์ สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร



คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG
จิตพอเพียงต่อต้านทุจริตส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใส
ของสำนักงานประธานวุฒิสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗