



Journal of
Buddhist Innovation Review



บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

การพัฒนาสุขภาพจิตผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยเชิงพุทธบูรณาการ A Buddhist Integrated mental health Development for Construction entrepreneurs in Thai society

Research Articles

บทความวิจัย

ยงยุทธ พงษ์ศรี Yongyot Pongsri

พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Ph.D. Student Department of Buddhist Studies Graduate School

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

E-mail : yongyutps21@gmail.com

Article history:

Received: Aug 7, 2023 / Accepted: Aug 19, 2023

Revised: Aug 21, 2023 / Available Online: Aug 26, 2023

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 3 ข้อ คือ 1) เพื่อศึกษาสภาพสุขภาพจิตของผู้ประกอบการด้านธุรกิจการก่อสร้างในสังคมไทยปัจจุบัน 2) เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมในการพัฒนาสุขภาพจิตสำหรับผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทย 3) เพื่อนำเสนอรูปแบบการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยเชิงพุทธบูรณาการ งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 20 รูป/คน และศึกษาวิจัยเชิงเอกสารหลักพุทธธรรมที่เหมาะสมสำหรับพัฒนาสุขภาพจิตผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทย เชิงพุทธบูรณาการ วิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า สภาพสุขภาพจิตของผู้ประกอบการด้านธุรกิจการก่อสร้างในสังคมไทยปัจจุบัน สรุปได้เป็น 3 ประเด็น ดังนี้ 1) สภาพสุขภาพจิตในสภาวะจิตปกติ คนสุขภาพจิตดีต้องมีความรู้สึกเป็นสุข สามารถทำอะไรก็ได้ตามศักยภาพของตนทั้งทางร่างกายสติปัญญาและอารมณ์ความรู้สึก มีความตระหนักรู้เกี่ยวกับการสภาพปัญหาที่จะตามมาที่เกิดผลกระทบต่องิตใจของตนเอง 2) สภาพสุขภาพจิตในสภาวะวิกฤติการก่อสร้าง คือ สภาวะที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตเกิดความเครียด ความกังวล ความท้อแท้ไม่มีกำลังใจทำงาน เกิดโรคซึมเศร้า 3) พฤติกรรมและผลกระทบจากสุขภาพจิต ก่อให้เกิดความเครียด ความวิตกกังวล ซึมเศร้า การทำหน้าที่ยานงานบกพร่อง มีความก้าวร้าวเกิดความสิ้นหวังท้อแท้ ตลอดจนพฤติกรรมเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายในที่สุด พฤติกรรมและผลกระทบจากสุขภาพจิต จะทำให้เกิดความเครียดสะสม การใช้ชีวิตบนความตึงเครียด ความกดดัน หลักพุทธธรรมในการพัฒนาสุขภาพจิตสำหรับผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทย คือ หลักภavana 4 หลักปาปนิกรรม 3 อริยมรรคมีองค์ 8 หลักสติ รูปแบบการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการด้านธุรกิจการก่อสร้างในสังคมไทยเชิงพุทธบูรณาการ คือ โมเดล “BMP” สามารถนำมาประยุกต์ใช้พัฒนาสุขภาพจิตผู้ประกอบการก่อสร้างได้แบบมั่นคงยั่งยืนต่อไป

คำสำคัญ : รูปแบบการพัฒนาสุขภาพจิต; ผู้ประกอบการก่อสร้าง; พุทธบูรณาการ

Abstract

This research has three objectives: 1) To study the mental health state of the construction entrepreneurs in current Thai society, 2) To study Buddhadhamma, the Buddhist principles for improving mental health of the construction entrepreneurs in Thai society, 3) To present the Buddhist integrated approach model for improving mental health of the construction entrepreneurs in Thai society. This research is qualitative research. The methods include in-depth interviews from twenty interviewees, and documentary research for suitable Buddhadhamma for improving mental health of the construction entrepreneurs through Buddhist integrated approach. From data analysis, the research found that the current mental health of the construction entrepreneurs can be summarized as follows: 1) Mental health during normal mental state. A mentally healthy person must be happy and is able to do things according to one's physical, intellectual, and mental capability. He can be aware of trouble that will affect his own mind. 2) Mental health during construction crisis. It is the state that will affect mental health, cause stress, anxiety, discouragement, lack of work motivation and depression. 3) Behavior and effect from mental health will cause stress, worry, anxiety, depression, impaired work function, aggression, despair, discouragement, and risk for suicide. The behavior and the effect from mental health will lead to accumulated stress and make life under stress and pressure. Buddhadhamma for improving mental health of the construction entrepreneurs are four mental developments (bhāvanā), The qualities of a successful businessperson (pāpaṇika dhamma), The noble eightfold path, and mindfulness (sati). The Buddhist integrated approach model for improving the mental health of the construction entrepreneurs is "BMP" model. This model can be applied for stability and sustainability improvement of the construction entrepreneurs' mental health.

Keywords : Mental Health Development Model; Construction Entrepreneur; Buddhist integration

บทนำ

สภาพบุคคลจะมีความแตกต่างกันมีความหลากหลายในการวัดระดับคุณภาพชีวิต แต่คุณภาพชีวิตก็ยังเป็นที่นิยมใช้ เนื่องจากคุณภาพชีวิตเป็นเป้าหมาย และผลลัพธ์ของการดูแลสุขภาพและมีองค์ประกอบด้วยเนื้อหาที่มีขอบเขตกว้างขวางหลากหลายที่สะท้อนถึงความรู้สึกนึกคิดที่แตกต่างกันไปในแต่ละด้านองค์การอนามัยโลกได้นิยามคุณภาพชีวิตว่าเป็นการรับรู้ต่อชีวิตตามเป้าหมายความคาดหวัง และ มาตรฐานของบุคคลภายใต้บริบทของสังคมวัฒนธรรมที่บุคคลนั้นอาศัยอยู่ (อัฐญา แพทย์ศาสตร์, 2562, หน้า 119) ดังนั้นเมื่อต้องทำงานให้ครอบคลุมตลอดช่วงวัยของชีวิตของคนในสังคมให้เกิดประโยชน์ทั้งด้านสังคมสุขภาพกายและด้านสุขภาพจิต จากผลกระทบของกระแสยุคโลกาภิวัตน์ที่มีต่อสังคมไทยจากอดีตสู่ปัจจุบันส่งผลให้เกิดความเปลี่ยนแปลงในสังคมไทยที่มีความเจริญด้านเทคโนโลยี สภาพสังคมที่มีความเป็นสังคมเมืองมากขึ้นเรื่อย ๆ อันส่งผลให้ค่านิยมด้านวัตถุ สภาพ

เศรษฐกิจ วัฒนธรรม วิถีชีวิตชุมชนที่เปลี่ยนแปลงไปจนทำให้การดำเนินชีวิตของคนเราต้องเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา นอกจากนี้ยังพบว่า การดำเนินชีวิตที่มีการแข่งขันและความเห็นแก่ตัวสูงขึ้น นั้นส่งผลให้ความเป็นอยู่แบบถ้อยที่ย่อยอาศัยอย่างสังคมชนบทในอดีตลดน้อยลง ซึ่งหากใครที่ไม่สามารถปรับตัวกับความเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาของกระแสสังคมได้อาจมีแนวโน้มเป็นผู้มีปัญหาสุขภาพจิต จนทำให้เกิดพฤติกรรมเสี่ยงที่อาจก่อปัญหาสังคมต่าง ๆ เช่น ปัญหาการติดยา ติดเหล้า ติดเรื่องการเมือง มีเพศสัมพันธ์พฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง พฤติกรรมต่อต้านสังคม ปัญหาโรคซึมเศร้า และการฆ่าตัวตาย ที่จะตามมาสุขภาพจิตเป็นส่วนสำคัญของแนวคิดเรื่องสุขภาวะเพราะสามารถทำให้บุคคลทำหรือเป็นตามสิ่งที่ตนให้คุณค่าในทางกลับกัน การเป็นหรือทำสิ่งต่างๆ ตามที่ตนเห็นคุณค่านั้นถือเป็นตัวส่งเสริมสุขภาพจิตด้วยสมรรถนะในการทำหรือเป็นนั้นถูกกำหนดตามสภาพทางสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม ซึ่งในปัจจุบันสังคมกำหนดเช่นนี้สมรรถนะและสุขภาวะจึงมีความสัมพันธ์กับระดับทางสังคม เศรษฐกิจ ตามปัจจัยสังคมเพื่อเป็นการกำหนดขอบเขตของคนในสังคม (กรมสุขภาพจิตร่วมกับสปสช, (วันที่สืบค้น 7 เมษายน 2566), แหล่งที่มาจาก www.hfocus.org)

ปัจจุบันสุขภาพจิตนั้นมีความสัมพันธ์กับสุขภาพกาย หากคนเรามีสุขภาพจิตที่ดีก็อาจจะส่งผลให้มีสุขภาพกายที่ดีตามไปด้วยอาจกล่าวได้ว่าสุขภาพจิตเป็นตัวกำหนดความสุขในการดำเนินชีวิตและการประสบความสำเร็จของบุคคล หากบุคคลมีสุขภาพจิตที่ดีมักจะมีพลังในการเผชิญปัญหาต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นในการดำรงชีวิต และสามารถจัดการปัญหาได้อย่างเหมาะสม เป็นคนรู้จักยอมรับความจริงของชีวิต รู้จักควบคุมตนเองรู้จักใช้สติปัญญาและอารมณ์ของตนในขณะที่ผู้ที่มีสุขภาพจิตที่ผิดปกติ นั้นจะมีลักษณะที่แสดงออกเริ่มตั้งแต่พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลง มีผลต่อสมรรถภาพในการกระทำใดๆ มีความผิดปกติของความคิดและอารมณ์ จนถึงระดับที่อาจเป็นอันตรายต่อตนเองและผู้ใกล้ชิด (ศูนย์สุขภาพใจ, (วันที่สืบค้น 7 เมษายน 2566), แหล่งที่มาจาก; www.hfocus.org)

การก่อสร้างเป็นกิจกรรมที่เกิดมาพร้อมกับความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ คือมนุษย์ต้องการที่อยู่อาศัย วิวัฒนาการของงานก่อสร้างมีการเปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัย ตามความต้องการและเป็นไปตามความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีของโลก จากสิ่งก่อสร้างขั้นพื้นฐานของคนพัฒนาไปสู่ระดับชุมชน ท้องถิ่น เมือง ภูมิภาค และประเทศ การก่อสร้างมีองค์ประกอบของกิจกรรมย่อยและทรัพยากรที่หลากหลาย อันนำไปสู่ความซับซ้อนของกิจกรรมหลัก ดังนั้นการจะทำให้กิจกรรมเหล่านี้ดำเนินไปด้วยดีและบรรลุเป้าหมายจำเป็นต้องมี “การบริหารงาน” เพื่อให้เกิดปัญหาและอุปสรรคน้อยที่สุด อันเป็นที่มาของศาสตร์และวิชาการทางด้าน “การบริหารงานงานก่อสร้าง” การบริหารงานก่อสร้าง คือกระบวนการในการดำเนินงานโครงการก่อสร้างให้บรรลุผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์ของโครงการก่อสร้างที่กำหนดไว้โดยอาศัยปัจจัยและทรัพยากรต่างๆที่เกี่ยวข้องกับโครงการ (Principles of Construction Management, 1976, หน้า 235-236)

สำหรับธุรกิจงานก่อสร้างจะไม่ใช้ทรัพยากรที่เป็นเงินสดมากเกินไปการมีเงินสดอยู่ในมือตลอดเวลา นั้นมีข้อดีคือ มีสภาพคล่องทางการเงินสูง ทำให้สามารถชำระหนี้ได้ทันตามกำหนดเวลา แต่ถ้าพิจารณาในแง่ธุรกิจ จะทำให้เสียโอกาสในการนำเงินไปลงทุนในด้านอื่นๆ หรือทำให้เสียโอกาสในการลดค่าใช้จ่ายที่สำคัญคือดอกเบี้ย เพราะฉะนั้นการใช้เครดิตในการชำระหนี้หรือใช้เครดิตในการลงทุนล่วงหน้าจึงเป็นการวางแผนการใช้เงินให้เหมาะสมในทางกลับกัน ถ้าแผนการเงินจัดไว้ไม่ดี เกิดการหมุนเวียนที่ขาดช่วง ย่อมทำให้โครงการก่อสร้างหยุดชะงักได้ ฉะนั้นการวางแผนจัดสรรการใช้เงินต้องเหมาะสม ทั้งด้านการใช้จ่ายของโครงการและด้านการชำระ

หนี้จากสถาบันที่กู้ยืมเงินมาลงทุนโครงการก่อสร้างโดยทั่วไปต้องใช้ระยะเวลาในการก่อสร้างยาวนาน การกำหนดการใช้จ่ายเงินในงานก่อสร้างจึงกำหนดให้จ่ายเป็นงวด ๆ ลักษณะของงวดขึ้นอยู่กับลักษณะของงาน เช่น กำหนดการจ่ายเป็นงวดรายเดือนตามปริมาณงานที่ทำได้ (monthly payment) กำหนดการจ่ายเป็นงวดจนทำงานเสร็จตามที่กำหนด (periodical payment) การกำหนดให้มีการจ่ายเป็นงวดๆ เพื่อเป็นการควบคุมการทำงานของผู้รับเหมา และเป็นการติดตามความก้าวหน้าของผลงานที่แล้วเสร็จ และทำให้การใช้จ่ายเงินของโครงการน้อยที่สุด และในการจ่ายเงินงวดแต่ละงวดก็มักจะจ่ายเงินที่มีมูลค่าน้อยกว่าปริมาณของงานที่ทำเสร็จแล้วจริง ทั้งนี้เพื่อเป็นการป้องกันความเสี่ยงของเจ้าของงาน และเป็นการทำให้ผู้รับเหมาก่อสร้างต้องมีทุนของตนเอง หรือต้องมีเครดิตของตนเองด้วย ถ้ายังไม่เพียงพอก็ต้องขอกู้จากธนาคารมาทำธุรกิจ การขอกู้เงินจากสถาบันการเงินนั้น ผู้ขอกู้ต้องทำแผนการได้รับเงินแต่ละงวดจากเจ้าของงาน ต้องทำแผนการรับจ่ายเงินของโครงการ (cashflow forecast) สถาบันการเงินจะพิจารณาจำนวนเงินที่ขอกู้เทียบกับความสามารถและความเป็นไปได้ของผู้รับเหมาที่จะทำให้โครงการสำเร็จได้ การทำงานให้เสร็จได้ตามแผนงานแต่ละงวดก็จะสามารถรับการสนับสนุนจากสถาบันการเงินได้อย่างต่อเนื่อง (Principles of Construction Management, 1976, หน้า 235-236)

ที่มาของปัญหาและความเสี่ยง จากการบริหารงานก่อสร้างข้างต้น นอกจากจะส่งผลความเสียหายต่อทรัพย์สิน ต่อชีวิต ต่อสังคม และต่อเศรษฐกิจแล้วนั้น ซึ่งรวมๆ ก็คือความทุกข์ทางกายยังส่งผลกระทบต่อจิตใจ คือความทุกข์ทางใจ เช่น ความวิตกกังวล ความเครียด ความขัดแย้งความไม่ได้ตามที่ปรารถนา หลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา เป็นหลักที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้เรารู้จักทุกข์และเอาชนะความทุกข์ผ่านหลักคำสอนเรื่องอริยสัจ 4 ทั้งในภาคทฤษฎีและปฏิบัติ มีปรากฏในธัมมจักกัปปวัตตนสูตร พระสูตรต้นตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวรรค (พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539, เล่ม 19 ข้อ 1081 หน้า 592) ถ้าเรามีเป้าหมายเพียงแค่ให้ทุกข์เบาบางลงบ้าง ไม่ต้องถึงขั้นให้ทุกข์ดับสิ้นเชิง “การคิด” น่าจะมีอิทธิพลทำให้เราสุขหรือดับทุกข์ได้ ในพระสูตรต้นตปิฎก ขุททกนิกาย เถรคาถา มหากัปปินเถรคาถา ตามภาษิตของพระมหากัปปินเถระว่า “นรชนผู้ประกอบด้วยปัญญาในโลกนี้ แม้ในเวลาที่ยากลำบาก ก็ยังประสบสุขได้” (พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539, เล่ม 26 ข้อ 551 หน้า 435) ภาษิตนี้เมื่อนำมาพิจารณาน่าจะมองได้ว่า ทุกข์สามารถแก้ได้ด้วยปัญญา สมเด็จพระญาณสังวร (สุวฑฺฒโน) ได้กล่าวว่า “การแก้ทุกข์นั้น ความสำเร็จมากน้อยเพียงใดอยู่ที่ปัญญา คือความคิดนั่นเองให้ถูกต้องกับเรื่องราวให้มีเหตุผล อย่าให้ขาดเหตุผล เหตุผลคือปัญญาเป็นเครื่องแก้ไขสิ่งทั้งปวงได้รวมทั้งแก้ไขทุกข์ทั้งปวงได้ด้วย (สมเด็จพระญาณสังวร, 2549, หน้า 23)

จากสาเหตุของปัญหาที่กล่าวมาข้างต้น ล้วนแต่เป็นเหตุที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างได้ทั้งสิ้น ทำให้ผู้ประกอบการก่อสร้าง สุขภาพจิตไม่ดี เกิดภาวะความเครียดเจ็บป่วยทำให้เกิดเป็นโรคซึมเศร้าการทำงานไม่มีคุณภาพ เป็นผลกระทบต่อเนื่องในงานทำให้เกิดความล่าช้าของการทำงานก่อสร้าง จนถึงการส่งมอบงานไม่ทันตามที่กำหนดไว้กับลูกค้า ทำให้เกิดปัญหาของต้นทุนที่สูงขึ้นของผู้รับเหมาก่อสร้าง และสูญเสียโอกาสในการใช้ประโยชน์จากโครงการที่ก่อสร้างของเจ้าของโครงการอีกด้วย เมื่อหน้างานเกิดผลกระทบจึงไม่น่าแปลกใจว่าหลังบ้านก็ย่อมได้รับผลกระทบด้วยเช่นกัน และอาจได้รับผลกระทบหนักกว่าด้วยซ้ำในด้านต้นทุนของการดำเนินการที่สูงขึ้น อันส่งผลถึงกำไรของกิจการองค์กรหรือธุรกิจ นำไปสู่ความสำเร็จหรือล้มเหลวของโครงการงานก่อสร้างซึ่งย่อมส่งผลโดยตรงต่อการอยู่รอดขององค์กรธุรกิจประเภทรับเหมาก่อสร้างทั้งสิ้น ด้วย

เหตุผลดังกล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยมีความสนใจศึกษาเรื่อง “การพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยเชิงพุทธบูรณาการ” เพื่อศึกษาความสำคัญของปัญหาและอุปสรรคของผู้ประกอบการก่อสร้างและประยุกต์หลักพุทธธรรมมาใช้ในการประกอบการของผู้บริหารจัดการธุรกิจให้เกิดผลประโยชน์ที่ดีต่อสังคมด้วยการบูรณาการหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้ามาประยุกต์ใช้เพื่อเสริมสร้างสุขภาพจิตให้แก่ผู้ประกอบการก่อสร้างในการบริหารจัดการงานที่รับผิดชอบให้ประสบความสำเร็จและมีสุขภาพที่ดีในทุกด้านเพื่อสร้างความสุขในการทำงานให้มีประสิทธิภาพและเกิดประสิทธิผลในองค์กรสังคมประเทศชาติต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาสภาพสุขภาพจิตของผู้ประกอบการด้านธุรกิจการก่อสร้างในสังคมไทยปัจจุบัน
- 2) เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมในการพัฒนาสุขภาพจิตสำหรับผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทย
- 3) เพื่อนำเสนอรูปแบบการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยเชิงพุทธบูรณาการ

3. วิธีการดำเนินวิจัย

การวิจัยเรื่อง “พัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยเชิงพุทธบูรณาการ” เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) และแบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-dept interview) แบ่งออกเป็น 6 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources) เก็บรวบรวมข้อมูลจากพระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. 2539

ขั้นตอนที่ 2 ศึกษาเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources) ได้แก่ หนังสือ เอกสาร สิ่งพิมพ์และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทย รวมถึงหลักพุทธธรรมที่เหมาะสมกับการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทย

ขั้นตอนที่ 3 จัดทำเครื่องมือการวิจัย แบบสัมภาษณ์เชิงลึกที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทย

ขั้นตอนที่ 4 สัมภาษณ์และเก็บข้อมูลจากผู้ให้สัมภาษณ์ ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม รวมจำนวน 20 รูป/คน ประกอบด้วย กลุ่มที่ 1 กลุ่มผู้เชี่ยวชาญด้านพระพุทธศาสนาและเชี่ยวชาญด้านธุรกิจ จำนวน 5 รูป/คน กลุ่มที่ 2 กลุ่มบริหารงานในองค์กรระดับผู้บังคับบัญชา และผู้บริหารระดับสูงจากบริษัทต้นแบบในสังคมไทย จำนวน 3 คน กลุ่มที่ 3 กลุ่มบุคคลที่เกี่ยวข้อง จำนวน 12 คน

ขั้นตอนที่ 5 วิเคราะห์ข้อมูล สรุปสังเคราะห์ข้อมูลและอภิปรายผลการวิจัย พร้อมเสนอแนวคิดของผู้วิจัยให้สอดคล้องตามวัตถุประสงค์และตอบปัญหาที่ต้องการทราบ

ขั้นตอนที่ 6 บูรณาการหลักพุทธธรรมในการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทย

ขั้นตอนที่ 7 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ นำเสนอผลการวิจัยโดยทำการสรุปเนื้อหา เขียนบรรยายเชิงวิเคราะห์เพิ่มเติมข้อเสนอแนะทั้งในด้านเนื้อหาและประเด็นในการทำวิจัย

4. ผลการวิจัย

4.1 สภาพสุขภาพจิตของผู้ประกอบการด้านธุรกิจการก่อสร้างในสังคมไทยปัจจุบัน พบว่า

4.1.1 สภาพสุขภาพจิตในสภาวะจิตปกติของผู้ประกอบการก่อสร้าง สุขภาพจิตของคนปกติ

ทั่วไปคือมีความรู้สึกนึกคิดและทำอะไรๆ ได้เหมือนคนทั่ว ๆ ไป คนปกติที่มีสุขภาพจิตดี แต่ในความจริงสุขภาพจิตดีควรเป็นอะไรที่มากกว่าการไม่ป่วย คนสุขภาพจิตดีต้องสามารถมีความรู้สึกเป็นสุข สามารถทำอะไรๆ ได้เต็มที่ตามศักยภาพของตนทั้งทางร่างกาย สติปัญญา และอารมณ์ความรู้สึก สุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้าง ต้องมีความตระหนักรู้เกี่ยวกับสภาพปัญหาที่จะตามมาที่เกิดผลกระทบต่อจิตใจของผู้บริหารงานในองค์กรเอง ซึ่งปัญหาดังกล่าวต้องตระหนักรู้เกี่ยวกับโรคทางจิตใจ และอารมณ์มักจะเกิดขึ้นเมื่อตนเองไม่สบายใจ ไม่สบายกายทำความลำบาก ให้ผู้อยู่ในแวดล้อมเดียวกันจนเห็นว่าพฤติกรรมนั้นไม่เป็นที่ยอมรับในสังคม สรุปได้ว่า สุขภาพจิตปกติของผู้ประกอบการต้องมีสภาวะจิตใจที่สร้างความสัมพันธ์อย่างราบรื่นกับผู้อื่นความสามารถในการดำรงชีพอยู่ได้อย่างสร้างสรรค์ได้ในสภาพของสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงความสามารถที่จะบรรลุความพึงพอใจที่สมตุล สามารถปรับตัวในการดำเนินชีวิตได้และมีความสุขตามที่ควรจะเป็นมีความรู้สึกที่ดี รวมถึงการรับมือกับความเครียดและปัญหาต่างๆ ในชีวิต ซึ่งใครๆ ก็สามารถมีสุขภาพจิตที่ดีได้เพียงปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางอารมณ์ในการใช้ชีวิตปรับมุมมองให้เป็นไปในแง่ดี เพื่อให้มีความสุขกับชีวิตมากยิ่งขึ้น

4.2 หลักพุทธธรรมในการพัฒนาสุขภาพจิตสำหรับผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทย พบว่าหลักพุทธธรรมที่เหมาะสมสำหรับการพัฒนาสุขภาพจิตผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทย ได้แก่ หลักภavana 4 หลักปาณิยกรรม 3 หลักอริยมรรคมีองค์ 8 หลักสติ ดังนี้

4.2.1 การบูรณาการหลักภavana 4 ในการพัฒนาสุขภาพจิตผู้ประกอบการก่อสร้าง การพัฒนาที่เป็นหลักปฏิบัติที่นำไปสู่ความเจริญทั้งด้านร่างกายและจิตใจของผู้ประกอบการก่อสร้างทางของพระพุทธศาสนา สภาพปัญหาของสังคมปัจจุบัน คือปัญหาความเสื่อมโทรมทางจิตใจ ศีลธรรม และทางกายทางวาจา และทางใจ กับ การ เกี่ยวข้องกับอบายมุข จึงได้มีการนำหลักภavana 4 มาใช้เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนา คือ ผู้ประกอบการก่อสร้าง ควรมีการพัฒนากาย คือ ทำให้มองทุกสิ่งอย่างได้ตามความเป็นจริง ไม่ยึดมั่นถือมั่นในตัวตน รวมทั้งสิ่งใดสิ่งหนึ่ง การพัฒนาตนเองด้านศีลตามหลักสุจจริต คือ ความประพฤติชอบด้วยกาย วาจา และใจ การพัฒนาตนเองด้านจิตตภาวนานี้ มีแนวทางการพัฒนาจิตตามหลักจิตตานุปัสสนา คือ พิจารณาความนึกคิดของตน พิจารณาอารมณ์ที่เข้ามาทางอายตนะ และพิจารณาทั้งความนึกคิดและ อารมณ์ที่เข้ามาทางอายตนะ การพัฒนามนุษย์ด้านปัญญาภาวนาตามหลักโยนิโสมนสิการ คือ การทำในใจโดยแยบคาย สาเหตุมาจากเสื่อมโทรมทางจิตใจ ศีลธรรม สิ่งเหล่านี้นับว่าเป็นปัญหาที่ต้องได้รับการพัฒนา

4.2.2 การบูรณาการปาณิยกรรม 3 ในการพัฒนาสุขภาพจิตผู้ประกอบการก่อสร้าง ผู้ประกอบการก่อสร้างต้องมีวิสัยทัศน์รู้จักพัฒนาตนเองมีเป้าหมายชัดเจน การบริหารโครงการก่อสร้างสำหรับธุรกิจรับเหมาก่อสร้างนั้นเป็นงานที่ต้องใช้ทั้งศาสตร์และศิลป์ควบคู่กันความรู้ด้านทฤษฎีต้องแน่นรวมถึงต้องมีการประสบการณ์ทำงานด้วย เพราะต้องนำมาใช้ในการวางแผนการทำงานอันซับซ้อน บริหารทั้งคน และทรัพยากรอื่นๆให้เป็นไปตามเป้าที่วางไว้และเรียกได้อีกอย่างว่าการบริหารโครงการก่อสร้าง เป็นการช่วยขับเคลื่อนธุรกิจ ทำให้องค์กรประสบผลสำเร็จมาด้วยกันว่าควรมีการบริหารโครงการก่อสร้าง แบบไหนถึงจะเรียกได้ว่ามีประสิทธิภาพ และผลลัพธ์ที่ดี การบริหารโครงการก่อสร้าง คือ การบริหารจัดการทรัพยากรที่มีอยู่ให้สำเร็จตามเป้าที่วางไว้ภายในระยะเวลา และงบประมาณที่จำกัด ซึ่งการบริหารโครงการหลักๆจะเน้นการบริหารเพื่อผลลัพธ์ คือ เวลา ต้นทุน และคุณภาพ

4.2.3 การบูรณาการหลักอริยมรรคมีองค์ 8 ในการพัฒนาสุขภาพจิตผู้ประกอบการก่อสร้าง

ผู้ประกอบการก่อสร้างควรมีแนวทางการเสริมสร้างการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยตามหลักมรรค 8 ที่สามารถนำมาใช้ในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตเพื่อให้มีสุขภาพจิตที่ดีในชีวิตประจำวันได้จริง มีวิธีการในการนำมาปรับใช้เพื่อให้เกิดความสงบสุขของอารมณ์และจิตใจ ถึงความดับทุกข์ทางกายและใจได้อย่างเหมาะสม อยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างปกติสุข มรรคมีองค์ 8 ผู้ประกอบการก่อสร้างควรมีสติ ประกอบด้วย สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ คือการฝึกฝนด้านความประพฤติ ระเบียบวินัย ความสุจริตทางกายและวาจาโดยการอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยดี มีความเกื้อกูล พึ่งพาอาศัยกัน ไม่เบียดเบียน ไม่ทำลายกัน เพื่อให้บุคคลสามารถอยู่ร่วมกับคนในสังคมได้อย่างปกติสุข และควรมีสมาธิในการประกอบธุรกิจ ประกอบด้วย สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ คือ การฝึกฝนด้านคุณภาพของจิต การฝึกจิตใจให้เข้มแข็ง มั่นคงแน่วแน่ ควบคุมตนได้ดี มีสมาธิมีกำลังใจสูง ให้เป็นจิตที่สงบผ่องใส ปราศจากกิเลสรบกวน ในอิริยาบถต่างๆและมีปัญญา ประกอบด้วย สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ คือ การฝึกปัญญาให้เกิดความรู้จริง ความเข้าใจทุกสิ่งตามความเป็นจริง จนกระทั่งหลุดพ้น มีจิตใจเป็นอิสระโดยสมบูรณ์ เมื่อมีปัญหาที่บริสุทธิ์รู้เห็นตามเป็นจริงนี้เกิดขึ้นแล้วก็จะช่วยให้จิตนั้นสงบมั่นคงยิ่งขึ้น แนวทางการเสริมสร้างการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทย ตามหลักมรรค 8 สอดคล้องกับหลักไตรสิกขา คือ การที่จะทำให้อุบายจิตดีนั้น จะต้องมีการพัฒนาสุขภาพจิตในด้าน ศีล สมาธิ ปัญญา ที่บุคคลศึกษาอบรมมาดีแล้วก็จะดูแลบุคคลนั้นๆ ให้ดีให้สุจริตดี

4.2.4 การบูรณาการหลักสติ ในการพัฒนาสุขภาพจิตผู้ประกอบการก่อสร้าง

การพัฒนาสุขภาพจิต คือ สมาธิ และสติ จะช่วยให้เรารู้สึกสงบ มั่นคง และปล่อยวางซึ่งสติเป็นเรื่องพื้นฐานที่สำคัญของแนวคิด HAPPY 8 ความสุขแปดประการ เมื่อมีสิ่งเร้าเข้ามากระทบมนุษย์เราจะมีปฏิกิริยาตอบสนองกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดแบบอัตโนมัติการเสริมสร้างการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทย การหันมาใช้สติเพื่อเป็นแนวทางเป็นเพื่อช่วยให้ชีวิตดำเนินไปอย่างราบรื่นและสมดุล โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับการทำงานได้อย่างมีความสุขการใช้ชีวิตอย่างมีสติ เป็นสิ่งที่ทุกคนสามารถเรียนรู้ได้ ด้วยการกำหนดลมหายใจ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ประกอบการก่อสร้างให้เกิดความสงบ ด้วยการรับฟังอย่างมีสติ มีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ทำให้เรามีความรับผิดชอบ คิดบวก ซึ่งจะส่งผลกับภาพรวมขององค์กรทั้งการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น มีการสื่อสารที่เข้าใจกัน และความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานที่ดีขึ้น ทำจิตใจให้สงบ จัดการกับจิตใจได้สำนึกด้วยการเตือนตัวเองการมีสติรับรู้ตัวเองอยู่ตลอดเวลาจะทำให้จิตเราสงบมั่นคงสมดุล มีคุณภาพกับชีวิตเรามากขึ้น นอกจากการนำมาใช้ในชีวิตประจำวันแล้ว ยังนำมาใช้กับการทำงานในองค์กร ด้วยการทำสมาธิก่อนเริ่มงาน ให้ทำงานอย่างมีสติ ช่วยให้งานได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีความสุข

5. องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

ผู้วิจัยได้องค์ความรู้ใหม่ คือ “รูปแบบการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยเชิงพุทธบูรณาการ” และได้สรุปเป็น Model “BMP” เพื่อพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยให้มีสุขภาพจิตที่ดีทำงานออกมาอย่างมีประสิทธิภาพเกิดความศรัทธา และความเชื่อมั่นในตัวเอง ส่งต่อผลประกอบการของธุรกิจมีลูกค้าเพิ่มมากขึ้นที่ผู้ใช้บริการเข้ามาใช้และกลับมาใช้บริการในครั้งต่อไปองค์ความรู้ใหม่จากการวิจัยการบูรณาการหลักพุทธธรรมเพื่อพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยเชิงพุทธบูรณาการ 3 ด้าน ซึ่งประกอบด้วยหลักพุทธธรรมที่ประยุกต์ใช้กับผู้ประกอบการก่อสร้างด้านการพัฒนาสุขภาพจิต 3 ด้านได้แก่ (1) ด้าน

หลักพุทธธรรม (Buddhist/B) มีหลักปาปนิกรรม 3 หลักอริยมรรคมีองค์ 8 หลักสติ หลักภavana 4 (2) ด้านการบริหารงานก่อสร้าง(Management/M) บริหารคน วัสดุ เครื่องมือและเงิน (3) ด้านสุขภาพจิต (Psychology/P) การรับรู้(Perception) การเรียนรู้ (Learning) ทศนคติ (Attitudes) บุคลิกภาพ (Personality)

(1) ด้านหลักพุทธธรรม (Buddhist/B) การพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยนั้น หลักธรรมที่สามารถนำมาบูรณาการใช้ได้ดังนี้

ภavana 4 คือ 1) กายภavana ผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทย ควรมีการพัฒนาความสัมพันธ์กายของเรากับสิ่งแวดล้อมภายนอกปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณเพื่อประโยชน์ต่อร่างกายและสุขภาพจิตของตนเอง 2) ศีลภavana ผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยควรมีการฝึกความประพฤติให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดีเกื้อกูลแก่กัน 3) จิตตภavana ผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยมีการพัฒนาจิตให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย 4) ปัญญาภavana ผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยควรมีปัญญาให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นโลกและชีวิตตามสภาวะสามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดพ้นจากความทุกข์

ปาปนิกรรม 3 (องค์คุณของพ่อค้า 3) ผู้ประกอบการก่อสร้าง ต้องมีวิสัยทัศน์รู้จักพัฒนาตนเอง มีเป้าหมายชัดเจน การบริหารโครงการก่อสร้าง สำหรับธุรกิจรับเหมาก่อสร้างนั้น เป็นงานที่ต้องใช้ทั้งศาสตร์และศิลป์ควบคู่กัน ความรู้ด้านทฤษฎีต้องแน่น รวมถึงต้องมีประสบการณ์หน้างานด้วย เพราะต้องนำมาใช้ในการวางแผนการทำงานอันซับซ้อน บริหารทั้งคน และทรัพยากรอื่นๆให้เป็นไปตามเป้าที่วางไว้ และเรียกได้อีกอย่างว่า การบริหารโครงการก่อสร้าง เป็นการช่วยขับเคลื่อนธุรกิจ ทำให้องค์กรประสบผลสำเร็จมาด้วยกันว่าควรมีการบริหารโครงการก่อสร้าง แบบไหนถึงจะเรียกว่ามีประสิทธิภาพ และผลลัพธ์ที่ดี การบริหารโครงการก่อสร้าง คือ การบริหารจัดการทรัพยากรที่มีอยู่ให้สำเร็จตามเป้าที่วางไว้ภายในระยะเวลา และงบประมาณที่จำกัด ซึ่งการบริหารโครงการหลักจะเน้นการบริหารเพื่อผลลัพธ์ คือ เวลา ต้นทุน และคุณภาพ ต้องมีกระบวนการและขั้นตอนในการบริหารโครงการก่อสร้างโดย มีการวางแผน เมื่อโครงการได้รับการอนุมัติ หรือมีความเป็นไปได้สูงที่จะถูกอนุมัติ ต่อมาคือการวางแผน เป็นการลงรายละเอียดกิจกรรมทั้งหมดของโครงการเพื่อให้มั่นใจได้ว่ากิจกรรมของโครงการจะอยู่ในเวลา และงบประมาณที่กำหนดการวางแผนที่ดีควรลงรายละเอียดว่าพนักงานแต่ละคนทำกิจกรรมอะไรบ้างรวมถึงวางแผนให้ครอบคลุมการบริหารความเสี่ยงต่างๆด้วย การดำเนินการตามแผนที่วางไว้ และมีการจัดการความเสี่ยงหรือปัจจัยต่างๆที่อาจจะส่งผลกระทบต่อโครงการมีการตรวจสอบและควบคุม จะดำเนินการไปพร้อมกับขั้นตอนก่อนหน้า โดยทำการตรวจสอบและควบคุมให้กิจกรรมในโครงการดำเนินไปตามแผนที่วางไว้ ทั้งด้านเวลา ต้นทุน และคุณภาพของงานการปิดโครงการ เป็นขั้นตอนสุดท้ายที่ทำการส่งมอบผลลัพธ์โครงการให้กับลูกค้า และเป็นการนำทรัพยากรต่างๆไปให้โครงการอื่นใช้ต่อไป

หลักอริยมรรคมีองค์ 8 ผู้ประกอบการก่อสร้าง ควรมีแนวทางการเสริมสร้างการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทย ตามหลักอริยมรรคมีองค์ 8 ที่สามารถนำมาใช้ในการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตเพื่อให้มีสุขภาพจิตที่ดีในชีวิตประจำวันได้จริง มีวิธีการ ในการนำมาปรับใช้ให้เกิดความสงบสุขของอารมณ์และจิตใจ ถึงความดับทุกข์ทางกายและใจได้อย่างเหมาะสม อยู่ร่วมกับ ผู้อื่นในสังคมได้อย่างปกติสุข อริยมรรคมีองค์ 8 ผู้ประกอบการก่อสร้างควรมีศีล ประกอบด้วยสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ คือการฝึกฝนด้านความประพฤติ ระเบียบวินัย ความสุจริตทางกายและวาจาโดยการอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยดี มีความเกื้อกูล

พึ่งพาอาศัยกัน ไม่เบียดเบียนไม่ทำลายกัน เพื่อให้บุคคลสามารถอยู่ร่วมกับคนในสังคมได้อย่างปกติสุข และควรมีสมาธิในการประกอบธุรกิจประกอบด้วยความพยายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ คือ การฝึกฝนด้านคุณภาพของจิต การฝึกจิตใจให้เข้มแข็ง มั่นคงแน่วแน่ควบคุมตนได้ดี มีสมาธิ มีกำลังใจสูง ให้เป็นจิตที่สงบ ผ่องใส ปราศจากกิเลส รบกวน ในอิริยาบถต่างๆ และมีปัญญาประกอบด้วย สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ คือ การฝึกปัญญาให้เกิดความรู้จริง ความเข้าใจทุกสิ่งตามความเป็นจริง จนกระทั่งหลุดพ้น มีจิตใจเป็นอิสระโดยสมบูรณ์เมื่อมีปัญญาที่บริสุทธิ์รู้เห็นตามเป็นจริงนี้เกิดขึ้นแล้วก็จะช่วยให้จิตนั้นสงบมั่นคงยิ่งขึ้น แนวทางการเสริมสร้างการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยตามหลักอริยมรรคมีองค์ 8 สอดคล้องกับหลักไตรสิกขา คือการที่จะทำให้สุขภาพจิตดีนั้นจะต้องมีการพัฒนาสุขภาพจิต ในด้าน ศีล สมาธิ ปัญญา ที่บุคคลศึกษาอบรมมาดีแล้วก็จะดูแลบุคคลนั้น ๆ ให้ดีให้สุจริตดี เป็นต้น

หลักสติ การฝึกจิตหรือการพัฒนาสุขภาพจิต คือ หลักสติ จะช่วยให้เรารู้สึกสงบ มั่นคง และปล่อยวาง ซึ่งสติเป็นเรื่องพื้นฐานที่สำคัญของแนวคิด HAPPY 8 ความสุขแปดประการ เมื่อมีสิ่งเร้าเข้ามากระทบมนุษย์เราจะมีปฏิกิริยาตอบสนองกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดแบบอัตโนมัติ การเสริมสร้างการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทย การหันมาใช้สติเพื่อเป็นแนวทางเป็นเพื่อช่วยให้ชีวิตดำเนินไปอย่างราบรื่นและสมดุล โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับการทำงานได้อย่างมีความสุขการใช้ชีวิตอย่างมีสติ เป็นสิ่งที่ทุกคนสามารถเรียนรู้ได้ด้วยการกำหนดลมหายใจ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ประกอบการก่อสร้าง ให้เกิดความสงบ ด้วยการรับฟังอย่างมีสติ มีความรู้สึกเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ทำให้เรามีความรับผิดชอบ คิดบวก ซึ่งจะส่งผลกับภาพรวมขององค์กรทั้งการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น มีการสื่อสารที่เข้าใจกัน และความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานที่ดีขึ้น เวลาเกิดความเครียดหลายคนเลือกไปเดินเล่นพักผ่อน การฝึกสมาธิที่ทำให้ความเครียดหมดไป โดยการฝึกสมาธิทุกคนสามารถทำได้ด้วยตัวเองด้วยการฝึกกำหนดลมหายใจ ลองรับรู้ลมหายใจเข้าออก ถ้ามีความคิดแทรกเข้ามาก็เตือนตัวเองทุกครั้งหายใจต่อเนื่อง ทำจิตใจให้สงบ จัดการกับจิตใจได้สำนักด้วยการเตือนตัวเองการมีสติรับรู้ตัวเองอยู่ตลอดเวลา จะทำให้จิตเราสงบมั่นคงสมดุล มีคุณภาพกับชีวิตเรามากขึ้น นอกจากการนำมาใช้ในชีวิตประจำวันแล้ว ยังนำมาใช้กับการทำงานในองค์กร ด้วยการทำสมาธิก่อนเริ่มงานให้ทำงานอย่างมีสติ ช่วยให้ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและความสุข

(2) ด้านการบริหารงานก่อสร้าง (Mnagement/M) จากแนวทางการเสริมสร้างการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยได้สร้างคุณประโยชน์ให้สังคมมากมาย ช่วยเสริมสร้างคุณภาพชีวิตของผู้ประกอบการก่อสร้าง อันทำให้คุณภาพชีวิตดีขึ้น สามารถเป็นแบบอย่างนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันให้เกิดประโยชน์แก่ตนเพื่อให้ผู้ประกอบการก่อสร้างมีสุขภาพจิตที่ดีทรัพยากรของงานก่อสร้าง (Construction Resources)งานก่อสร้างประกอบด้วยทรัพยากรที่เรียกว่า 4 Ms เช่นเดียวกับงานผลิตอุตสาหกรรมประเภทอื่นๆ ได้แก่กำลังคน (Manpower) วัสดุ (Material) เครื่องมือ,เครื่องจักร (Machine) เงิน (Money) ทรัพยากรทั้งสี่ประเภทนี้จะผสมผสานกัน จนสำเร็จเป็นรูปงานก็ด้วยการใช้วิธีการและเทคนิคของการจัดการ หรือ Management

(3) ด้านจิตวิทยา (Psychology/P) ผู้ประกอบการก่อสร้าง ปัจจัยที่สำคัญอีกอย่างที่จะนำมาพัฒนาในเรื่องของสุขภาพจิต คือปัจจัยด้านจิตวิทยา ที่เกี่ยวข้องกับการประกอบธุรกิจของผู้ประกอบการก่อสร้าง ผู้ประกอบการก่อสร้าง ต้องมีแรงบันดาลใจหรือความต้องการที่ประกอบธุรกิจให้ประสบความสำเร็จ ที่มาจากความท้าทาย การไม่ขึ้นอยู่กับผู้อื่น การมองความไม่แน่นอนและความเสี่ยงในแง่ดี มีแรงบันดาลใจที่จะมีวิถีชีวิตที่ดีขึ้น มีการยอมรับกับความล้มเหลวที่จะเกิดขึ้นผู้ประกอบการก่อสร้างต้องมีความอดทนต่อความไม่แน่นอนและมี

ความเชื่อในความสร้างสรรค์ของตนผู้ประกอบการก่อสร้าง ควรมีพฤติกรรมส่วนบุคคล (Individual Behavior) พฤติกรรมส่วนบุคคลเกิดขึ้นจากปัจจัยต่างๆ คือ 1) เชื้อชาติ ปัญญาความสามารถพิเศษ ความถนัดและความสนใจ บุคคลที่มีเชื้ชาติปัญญาดีย่อมมีพฤติกรรมต่างจากบุคคลที่มีเชื้ชาติปัญญาต่ำบุคคลที่มีเชื้ชาติปัญญาดียะชอบคันคว้าหาความรู้ ชอบศีกษาวิจัย ชอบอ่านหนังสือ 2) เพศและขนาดของร่างกาย เพศต่างกันทำให้มีพฤติกรรมต่างกัน เช่น หญิง มีกิริยาวาจาอ่อนหวาน นุ่มนวล ส่วน ชายจะหยาบกระด้างกว่าขนาดของร่างกาย รูปร่างหน้าตา ก็มี ส่วนทำให้พฤติกรรมแตกต่างกัน ผู้มีรูปร่างหน้าตาดี ก็ะชอบออก สังคม ปราบกฏตัวต่อหน้าชุมชน ส่วนผู้มีปมด้อย เกี่ยวกัรูปร่างหน้าตา เช่น อ้วน เตี้ย จะเก็บตัวไม่ค่อยกล้าแสดงออก 3) สภาพเศรษฐกิจ สังคมและสภาพ สิ่งแวดล้อมบุคคลที่มีฐานะเศรษฐกิจดีมีฐานะร่ำรวยจะอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ดีและพฤติกรรมจะแตกต่างจากบุคคล ที่มีฐานะด้อยกว่าและอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่ดี 4) วัฒนธรรมประเพณี ศาสนา และการใช้ภาษาของแต่ละท้องถิ่น สิ่งเหล่านี้ ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมแตกต่างกันอย่าง หลากหลาย การดำเนินชีวิต การพูด การรับประทานอาหาร การแสดงออกเกือบทุกด้านจะอยู่ภายใต้อิทธิพลของวัฒนธรรม ประเพณี ศาสนา การใช้ภาษาของแต่ละท้องถิ่น แทบทั้งสิ้น 5) สภาพภูมิศาสตร์ของแต่ละท้องถิ่น สภาพภูมิอากาศ ภูมิประเทศ มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมโดยเฉพาะ นิสัยใจคอกความรู้สึกนึกคิดของบุคคล 6) อาชีพ อาชีพที่ต่างกัน มีอิทธิพลให้พฤติกรรมแตกต่างกันทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ ฐานะบทบาท สถานภาพ และกาลเทศะ ของบุคคล เช่น อาชีพนักธุรกิจกับครูสอนหนังสือ เกษตรกรกับคนงานใน โรงงาน ล้วนแต่มีพฤติกรรมที่แตกต่างกัน เป็นต้น

ดังนั้น “รูปแบบการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยเชิงพุทธบูรณาการ” สามารถสรุปเป็น Model “BMP” เพื่อพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยให้มีสุขภาพจิตที่ดี ทำงานออกมาอย่างมีคุณภาพเกิดความสุขและความเชื่อมั่นในตัวเอง ส่งต่อผลประโยชน์ของธุรกิจมีลูกค้า เพิ่มมากขึ้นที่ผู้ใช้บริการเข้ามาใช้และกลับมาใช้บริการในครั้งต่อไปองค์ความรู้ใหม่จากการวิจัยการบูรณาการหลัก พุทธธรรมเพื่อพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยเชิงพุทธบูรณาการ ดังนี้

1) ผู้ประกอบการก่อสร้างต้องมีการพัฒนาด้านการบริหารจัดการ ในเรื่องของ การบริหารคน ผู้ประกอบการก่อสร้างต้องเริ่มจากการบริหารจัดการกับตนเองก่อน คือทำให้ตนเองมีความสุขให้มีสุขภาพจิตที่ดี ตลอดจนบุคลากรในองค์กรต้องได้รับการเอาใจใส่ดูแลให้เขามีความสุข และวัสดุอุปกรณ์/เครื่องมือเครื่องใช้ในการ ทำงานต้องครบมีความพร้อมและทันสมัยอยู่เสมอ และที่สำคัญต้องมีแหล่งเงินทุนในการดำเนินกิจการของตนเอง เมื่อทุกอย่างมีความพร้อมจะทำให้บุคลากรในองค์กรมีความสุของค์กรมีความมั่นคง และมีความเข้มแข็ง การทำงาน มีประสิทธิภาพ ทั้งนี้จะส่งผลต่อการสร้างเครือข่ายในการทำงานลูกค้ามีความเชื่อมั่นในองค์กรทำให้การทำงานมีความยั่งยืนและสร้างสรรค์เกิดสุขภาพจิตที่มีประโยชน์ต่อตนเอง องค์กร ดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขมากขึ้น

2) องค์กรมีความสุขส่งผลให้องค์กรเข้มแข็งและการทำงานมีประสิทธิภาพนำไปสู่การพัฒนาเติบโต อย่างต่อเนื่องขององค์กร ความสุขขององค์กรและสังคมเป็นแนวทางหนึ่งในการบริหารจัดการชีวิตให้มีความสุข อย่างยั่งยืน สร้างทัศนคติเชิงบวกในการดำเนินชีวิต การนำหลักภาวนา 4 ในใช้ในการสร้างความสุขให้ตนเองและ สร้างความสุขให้กับองค์กรก็เป็สิ่งสำคัญ ผู้ประกอบการก่อสร้างควรมี กายภาวนา ศีลภาวนา สมาธิภาวนา และ ปัญญาภาวนามาประยุกต์ในการการดำเนินชีวิต

3) การสร้างเครือข่ายส่งผลให้เครือข่ายของผู้ประกอบการก่อสร้างมีความยั่งยืนและเกิดการสร้างสรรค์ หลักปาปนิกรรมเพื่อส่งเสริมการสร้างเครือข่ายของผู้ประกอบการก่อสร้างสำนักงานคือ ด้านจักขุมา เป็น

วิสัยทัศน์ที่ นำไปสู่การขับเคลื่อนองค์กรการมีวิสัยทัศน์ดี มีระบบคิดชัดเจน มีวิสัยทัศน์เชิงยุทธศาสตร์ ด้านวิธูโร มีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน ทำงานโดยยึดหลักความถูกต้องตามกฎหมายจริยธรรมองค์กร นำเทคนิคต่างๆ ทางด้านเทคโนโลยีมาใช้ในการปฏิบัติงาน ด้านนิสัยสัมผัสปันโน มีความสามารถติดต่อประสานงานการสร้าง เครือข่ายการมีส่วนร่วมในการทำงานให้สำเร็จลุล่วงได้ตามเป้าหมายมีการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน มีมนุษยสัมพันธ์ดี มีการส่งเสริมการสร้างเครือข่ายในการทำงานของผู้ประกอบการก่อสร้างอย่างเป็นระบบและการวางแผน ให้เป็นต้นแบบที่ดี โดยสรุปออกมาเป็นโมเดล “BMP” สามารถแสดงเป็นแผนภาพได้ดังนี้



องค์ความรู้ MODEL BMP : ที่มาของโมเดล โดยผู้วิจัย

6. บทสรุป

การพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยเชิงพุทธบูรณาการ ผู้ที่ทำหน้าที่ ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทย ซึ่งผู้ให้สัมภาษณ์ สิ่งที่สังเกตได้ผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยการพัฒนา สุขภาพจิตให้ดีขึ้น องค์ประกอบที่สำคัญ คือด้านหลักพุทธธรรม ด้านการบริหารงานก่อสร้าง ตลอดจนองค์ประกอบ ด้านจิตวิทยา สิ่งที่จะทำให้ผู้ประกอบการก่อสร้างมีสุขภาพจิตที่ดีควรมีการวางนโยบายการบริหารหรือแนวทาง ธุรกิจในงานก่อสร้างในด้านต่าง ๆ ผู้ประกอบการก่อสร้างต้องมีวิสัยทัศน์รู้จักพัฒนาตนเอง มีเป้าหมายชัดเจนการ บริหารโครงการก่อสร้างสำหรับธุรกิจรับเหมาก่อสร้างนั้น เป็นงานที่ต้องใช้ทั้งศาสตร์และศิลป์ควบคู่กัน ความรู้ด้าน ทฤษฎีต้องแน่น รวมถึงต้องมีประสบการณ์หน้างานด้วยเพราะต้องนำมาใช้ในการวางแผนการทำงานอันซับซ้อน บริหารทั้งคน และทรัพยากรอื่น ๆ ให้เป็นไปตามเป้าที่วางไว้และเรียกได้อีกอย่างว่า การบริหารโครงการก่อสร้าง เป็นการช่วยขับเคลื่อนธุรกิจทำให้องค์กรประสบผลสำเร็จมากไปกว่าควมมีการบริหารโครงการก่อสร้างแบบไหนถึง จะเรียกว่ามีประสิทธิภาพ และผลลัพธ์ที่ดีการบริหารโครงการก่อสร้าง คือ การบริหารจัดการทรัพยากรที่มีอยู่ให้ สำเร็จตามเป้าที่วางไว้ภายในระยะเวลา และงบประมาณที่จำกัด ซึ่งการบริหารโครงการหลักๆจะเน้นการบริหาร เพื่อผลลัพธ์ คือ เวลาต้นทุน และคุณภาพ การที่จะพัฒนาสุขภาพจิตตนเองให้ดีขึ้นผู้ประกอบการก่อสร้างต้องมี การรับรู้ปัจจัยภายนอกปัจจัยภายใน มีการเรียนรู้ มีทัศนคติที่ดีตลอดจนการมีบุคลิกภาพที่ดี เป็นคนมีศีล จะทำให้

เป็นที่น่าเชื่อถือในสังคม สามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นหรือคนในสังคมได้อย่างมีความสุขเป็นผู้ที่มีสมาธิหรือเป็นคนมีสมาธิ ทำให้มีสุขภาพจิตสมบูรณ์สามารถปฏิบัติธุรกิจของตนเองได้ดี และดำรงตนอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุขของค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย คือโมเดล “BMP” ซึ่งจัดลำดับในการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้าง 3 ด้าน ได้แก่ (1) ด้านหลักพุทธธรรม (Buddhist/B) มีหลักปาปนิกรรม 3 หลักอริยมรรคมีองค์ 8 หลักสติ หลักภavana 4 (2) ด้านการบริหารงานก่อสร้าง (Management/M) บริหารคน วัสดุ เครื่องมือและเงิน (3) ด้านสุขภาพจิต (Psychology/P) การรับรู้ (Perception) การเรียนรู้ (Learning) ทักษะคติ (Attitudes) บุคลิกภาพ (Personality) ผู้ประกอบการก่อสร้างต้องมีวิสัยทัศน์รู้จักพัฒนาตนเอง มีเป้าหมายชัดเจน มีการสร้างความเข้มแข็งให้กับองค์กร การสร้างเครือข่ายในการบริหารงาน การบริหารโครงการก่อสร้างสำหรับธุรกิจรับเหมาก่อสร้างนั้นเป็นงานที่ต้องใช้ทั้งศาสตร์และศิลป์ควบคู่กันความรู้ด้านทฤษฎี รวมถึงต้องมีประสบการณ์ทำงาน เพราะต้องนำมาใช้ในการวางแผนการบริหารงานอันซับซ้อน บริหารทั้งคน และทรัพยากรอื่น ๆ ให้เป็นไปตามเป้าที่วางไว้ และผู้ประกอบการก่อสร้างต้องมีสุขภาพจิตที่ดี โดยถือปฏิบัติยึดปฏิบัติตาม หลักภavana 4 ภาวนา สติภavana สมาธิภavana และปัญญาภavana อริยมรรคมีองค์ 8 หลักปาปนิกรรม 3 และหลักสติ การพัฒนาสุขภาพจิตผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทย การที่จะพัฒนาสุขภาพจิตตนเองให้ดีขึ้นนั้นผู้ประกอบการก่อสร้าง มีจิตวิทยาในการรับรู้และเรียนรู้ มีทัศนคติที่ดี ตลอดจนมีบุคลิกภาพเป็นที่น่าเชื่อถือ มีการสร้างความสุขให้กับตนเอง องค์กร ตลอดจนคนในสังคม และสามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นได้อย่างมีความสุข ซึ่งจะมีผลต่อประสิทธิภาพการทำงานของผู้ประกอบการก่อสร้าง และต่อองค์กรสร้างศรัทธาและเชื่อมั่นให้กับตนเองและลูกค้าที่จะมาใช้งานก่อสร้างของเราเป็นการสร้างความเข้มแข็งและยั่งยืนให้กับองค์กรต่อไป

7. ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ควรนำองค์ความรู้ไปใช้เป็นแนวทางในพัฒนาสุขภาพจิตของพนักงานในองค์กรก่อสร้างเพื่อการป้องกันสุขภาพจิตของพนักงานไม่ให้เกิดความเครียดในการทำงาน หรือหน่วยงานอื่นที่มีความสนใจ
2. ควรนำผลจากการศึกษาวิจัยไปในการกำหนดเป็นแนวทาง กิจกรรมที่จะนำมาเสริมสร้างในการพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างและองค์กรอื่นที่มีความสนใจและประสบปัญหาเรื่องสุขภาพจิตในสังคมไทย
3. ควรนำผลจากการศึกษาวิจัยไปปรับใช้ในการวางแผนที่จะรับมือกับมีปัญหาด้านสุขภาพจิตที่กำลังศึกษาด้านวิศวกรรมก่อสร้างและหลักสูตรอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง

ข้อเสนอแนะสำหรับนำผลการวิจัยไปใช้ในเชิงปฏิบัติ

1. ควรมีการวางกำหนดแนวทางในการส่งเสริมการสร้างเสริมความเข้มแข็งที่จะพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างรวมถึงผู้ใช้แรงงานในการก่อสร้างในสังคมไทยที่ชัดเจน
2. ควรกำหนดโครงการ/กิจกรรมที่สามารถปฏิบัติได้จริง และสามารถที่จะพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างรวมถึงผู้ใช้แรงงานในการก่อสร้างในบริษัทต้นแบบในสังคมไทยที่ชัดเจนและเป็นรูปธรรม
3. ควรมีระบบการสนับสนุนให้องค์กร หน่วยงาน ทั้งภาครัฐและเอกชนพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้าง รวมถึงผู้ใช้แรงงานในการก่อสร้างในบริษัทต้นแบบสังคมไทย

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

การพัฒนาสุขภาพจิตของผู้ประกอบการก่อสร้างในสังคมไทยเชิงพุทธบูรณาการ หลังช่วงการเปลี่ยนผ่านรัฐบาล แนวโน้มเศรษฐกิจไทยและเศรษฐกิจโลกปี 2566 พร้อมแนวทางรับมือกับผลกระทบจากวิกฤตโลกต่ออุตสาหกรรมการผลิตในประเทศไทยจากปัญหาสภาพเศรษฐกิจในปี 2565 ส่งผลต่อความท้าทายที่จะเกิดขึ้นในปีหน้าไม่ว่าจะเป็นความขัดแย้ง ภูมิรัฐศาสตร์ สงครามการค้า เงินเฟ้อ สภาพของเศรษฐกิจที่ถดถอยอยู่เบื้องหน้าแต่จากวิเคราะห์สภาพเศรษฐกิจจากทั่วโลกแล้วท่ามกลางบรรยากาศเหล่านี้ภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้กลับได้รับผลกระทบน้อยกว่าภูมิภาคอื่นๆ ในโลกไม่ว่าจะเป็นการฟื้นตัวด้วยศักยภาพที่มีอยู่โดยสามารถคาดการณ์ถึงสถานการณ์และโอกาสที่จะเกิดขึ้นในปี 2566 ต่อภาคอุตสาหกรรมในหลากหลายมุมมองได้ ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปใช้ ดังนี้

1. ศึกษาแนวทางการสร้างความเข้มแข็งในการบริหารจัดการธุรกิจงานก่อสร้างเชิงพุทธบูรณาการ โดยศึกษาแนวคิดทฤษฎี และหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาประยุกต์ใช้
2. ศึกษาวิจัยเชิงเปรียบเทียบปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความสำเร็จและอุปสรรค ของการดำเนินงานก่อสร้าง
3. ศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างของรูปแบบการก่อสร้างจากสมัยพุทธกาลกับยุคปัจจุบัน

เอกสารอ้างอิง :

หนังสือ :

สมเด็จพระญาณสังวร (สุวฑฺฒโน). (2549). *การบริหารจิตสำหรับผู้ใหญ่*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย.

Pilcher Roy. (1976). *Principles of Construction Management*. London : Mcgraw-Hill Book มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎก ภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

วารสาร :

อัฐญา แพทย์ศาสตร์. (2562). แนวทางการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตด้านจิตใจและด้านความสัมพันธ์ทางสังคมของผู้สูงอายุในตำบลห้วยน้ำขาว จังหวัดตราด. *วารสารวิจัยรำไพพรรณี*, 13 (1), 119.

สื่ออิเล็กทรอนิกส์ :

กรมสภาพจิตร่วมกับ สปสช. *ปัญหาสุขภาพจิตมีแนวโน้มสูงขึ้นทั่วโลก เร่งขยายสิทธิประโยชน์ด้านการรักษา* (ออนไลน์). แหล่งที่มา: www.hfocus.org/content. (วันที่สืบค้น 7 เมษายน 2566).

ศูนย์สุขภาพใจ. *ปัญหาสุขภาพจิตคุกคามชีวิตวัยทำงาน*. (ออนไลน์). แหล่งที่มา: www.vimut.com/article. (วันที่สืบค้น 7 เมษายน 2566)

Reference :

Books :

- Somdej Phra Yan Sangworn (Suwatthano). (2006). Mind Management for Adults. Bangkok: Mahamakut Rajawittayalai Printing House.
- Pilcher Roy. (1976). *Principles of Construction Management*. London : McGraw-Hill Book
- Mahachulalongkornrajavidyalaya University. (1996). Thai Tripitaka Mahachulalongkornrajavidyalaya Edition. Bangkok: Mahachulalongkornrajavidyalaya University Printing House.

Journal :

- Atcharya Paetsaat. (2019). Guidelines for enhancing the quality of life in terms of mental and social relationships of the elderly in Huai Nam Khao Subdistrict, Trat Province. Ramphaiphannee Research Journal. 13 (1); 119.

Electronic media:

- The Department of Mental Health, in collaboration with the National Health Security Office (NHSO), is addressing the increasing trend of mental health problems worldwide and is accelerating the expansion of healthcare benefits. (Online). Source: www.hfocus.org/content. (Accessed April 7, 2023).
- Mental Health Center. Mental health problems threaten working-age lives. (Online). Source: www.vimut.com/article. (Accessed April 7, 2023)