



การพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณเพื่อส่งเสริมประสิทธิภาพการพยาบาล

The Spiritual Intelligence (SQ) Development to Enhance

Effective Nursing Performance

ศศิลักษณ์ ศรีสุทรภรณ์

Sasiluk Srisutraporn

อาจารย์ประจำ คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ, Full-time lecturer, Faculty of Nursing Science, Assumption University

Corresponding author, Email: sasiluksrs@au.edu

บทคัดย่อ

ความฉลาดทางจิตวิญญาณ (spiritual intelligence: SQ) คือ ความสามารถในการรับรู้ความหมายและคุณค่าของชีวิตอย่างลึกซึ้ง ช่วยให้บุคคลเข้าใจเป้าหมายของชีวิต มีมุมมองต่อชีวิตที่กว้างขึ้น มีความเข้าใจและเห็นใจผู้อื่น มีความรับผิดชอบต่อตนเองและภาระที่ต้องรับผิดชอบ มีความเป็นอิสระ สามารถสร้างแรงบันดาลใจ มีความกล้าที่จะเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ และสามารถแก้ไขปัญหาคืออย่างสร้างสรรค์โดยยึดหลักคุณธรรม จริยธรรม ทำให้บุคคลประสบความสำเร็จ มีความสุขในการดำรงชีวิตและอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข ความฉลาดทางจิตวิญญาณจึงมีความสำคัญสำหรับพยาบาลซึ่งมีบทบาทหน้าที่ในการดูแลผู้ป่วย ครอบครัว และผู้รับบริการอื่น ๆ รวมทั้งการทำงานเป็นทีมร่วมกับทีมสุขภาพอื่น ๆ การพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณสามารถเพิ่มประสิทธิภาพการพยาบาลในการดูแลผู้ป่วยและครอบครัว รวมทั้งการทำงานร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข การพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณนี้ต้องใช้การฝึกฝนซึ่งพยาบาลสามารถทำได้ด้วยตนเองหรือเข้าร่วมกลุ่มโดยมีลำดับขั้นตอน คือ ตระหนักรู้ตนเอง มุ่งมั่นที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง ทบทวนเป้าหมายที่แท้จริงในชีวิต ค้นหาอุปสรรคและแก้ไขอุปสรรค หาแนวทางและปฏิบัติตามแนวทางเพื่อให้บรรลุเป้าหมายของชีวิต ค้นหาและเปิดใจยอมรับแนวทางอื่น ๆ ที่จะทำให้บรรลุเป้าหมายในชีวิตได้

บทความนี้ผู้เขียนได้รวบรวมความสำคัญของความฉลาดทางจิตวิญญาณต่อประสิทธิภาพการพยาบาล รวมทั้งวิธีการพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณ เพื่อเป็นแนวทางที่จะนำไปใช้ในการส่งเสริมความฉลาดทางจิตวิญญาณสำหรับผู้ประกอบวิชาชีพพยาบาลต่อไป

คำสำคัญ ความฉลาดทางจิตวิญญาณ พยาบาล ประสิทธิภาพการพยาบาล

ABSTRACT

Spiritual intelligence (SQ) refers to the ability to grasp life's ultimate meaning and value. It empowers individuals to comprehend life's purpose, gain a broader perspective, understand and empathize with others, take

personal responsibilities and duties, foster independence, inspire, tackle challenges and obstacles, and creatively solve problems adhering to morality and ethics. This enables individuals to achieve success, find happiness in life, and live in harmonious coexistence. Spiritual intelligence is therefore important for nurses, who have responsibility to take care for patients, families, and other service users, as well as to work collaboratively within healthcare teams. Its development can enhance nursing performance, benefiting patients and their families, as well as promoting satisfaction in teamwork. To nurture spiritual intelligence, nurses can engage individually or participate in group settings, following a structured process. This process involves self-awareness, a commitment to personal growth, reevaluating on life's purpose, exploring barriers and solutions, seeking methods and adhering to achieve life goals, and remaining open to diverse paths towards achieving these goals.

This article remarks the importance of spiritual intelligence for effective nursing performance and methods for spiritual intelligence development which can be applied as the guideline to enhance the growth of spiritual intelligence for nurses.

Keywords spiritual intelligence, nurse, effective nursing performance

บทนำ

ความฉลาดทางจิตวิญญาณ (spiritual intelligence: SQ) หมายถึง ความสามารถในการรับรู้สิ่งต่าง ๆ อย่างถูกต้องและเชื่อมโยงความรู้เพื่อใช้เป็นแนวทางการคิดอย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งนำไปสู่การปฏิบัติที่มีประสิทธิผล (Palthe, 2021) ความฉลาดทางจิตวิญญาณนี้เป็นความฉลาดที่ทำให้บุคคลสามารถแยกแยะสิ่งต่าง ๆ ตามหลักศีลธรรม มีความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความเป็นอิสระ สามารถประเมินการกระทำของตนเอง สามารถแก้ไขปัญหในการดำเนินชีวิต สร้างความฝันและแรงบันดาลใจ มีความคิดสร้างสรรค์ในอันที่ช่วยให้เกิดการแก้ไขปรับเปลี่ยนกฎเกณฑ์ที่ตายตัวด้วยวิธีการใหม่ ๆ อย่างมีขอบเขตและเหมาะสม สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีอย่างยั่งยืน (Zohar &

Marshall, 2000) รวมทั้งช่วยให้บุคคลมีศักยภาพในการเชื่อมโยงสิ่งต่าง ๆ เพื่อการเติบโตและพัฒนาสังคมมนุษย์ต่อไป ความฉลาดทางจิตวิญญาณจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งทั้งต่อการดำเนินชีวิต การอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข (Golmakani, Rezaei, & Mazloom, 2018) และการทำงานในองค์กร จากการศึกษา พบว่า ความฉลาดทางจิตวิญญาณของพนักงานมีผลต่อประสิทธิผลการปฏิบัติงานของบุคลากร (กองแก้ว เมธา, 2564) และประสิทธิภาพขององค์กร พนักงานที่มีความฉลาดทางจิตวิญญาณสูงช่วยให้ประสิทธิภาพขององค์กรดีขึ้น (Malik & Tariq, 2016) ซึ่ง Zohar (2018) ได้เปรียบเทียบความฉลาด 3 ด้าน ได้แก่ ความฉลาดในการใช้เหตุผล (rational intelligence) ความฉลาดทางอารมณ์ (emotional intelligence) และความฉลาดทางจิต

วิญญาณ (spiritual intelligence) กับต้นทุนไว้ว่า ความฉลาดในการใช้เหตุผล ซึ่งช่วยในการอธิบาย ถึงเหตุผลและตรรกะในการแก้ปัญหาเปรียบเหมือน ต้นทุนทางวัตถุ (material capital) ความฉลาดทาง อารมณ์ ซึ่งช่วยให้บุคคลประจักษ์ถึงความไว้วางใจ ความรู้สึกร่วม ความตระหนักในอารมณ์ และการ ควบคุมตนเอง รวมทั้งมีความสามารถในการ ตอบสนองต่ออารมณ์ของผู้อื่น ได้อย่างเหมาะสม เปรียบเหมือนต้นทุนทางสังคม (social capital) ส่วน ความฉลาดทางจิตวิญญาณเปรียบเหมือนต้นทุนทาง จิตวิญญาณ (spiritual capital) ที่ช่วยเสริม ความสามารถของบุคคล โดยช่วยให้บุคคลสามารถ ประเมินค่านิยมและความหมายของชีวิตที่สูงขึ้น ยึด มั่นในเป้าหมาย สามารถรู้ถึงตัวตนที่แฝงอยู่ใน ระดับลึก รวมทั้งนำสิ่งเหล่านี้ไปปฏิบัติเพื่อให้ชีวิต มีความสมบูรณ์และสร้างสรรค์มากขึ้น อีกทั้งยัง ช่วยให้เกิดความร่วมมือระหว่างกันอันจะนำมาซึ่ง ความก้าวหน้าอย่างแท้จริงขององค์กรและระหว่าง องค์กร ความฉลาดทางจิตวิญญาณจึงมีความสำคัญ ต่อการทำงานของพยาบาลซึ่งต้องทำงานร่วมกัน เป็นทีมกับสหสาขาวิชาชีพในการดูแลผู้ป่วย ครอบครัวยุค การศึกษาที่ผ่านมา พบว่า ความฉลาด ทางจิตวิญญาณมีผลต่อประสิทธิภาพการทำงาน ของพยาบาล (Rani, Abidin, & Hamid, 2013) ศิลปะ ในการให้การพยาบาล ความสามารถในการ ปฏิบัติการพยาบาลและความมุ่งมั่น (Sharifnia, Fernandez, Green, & Alananzeh, 2022) การมี จริยธรรมและการตัดสินใจตามหลักจริยธรรม (Arsang-Jang, Khoramirad, Pourmarzi, & Raisi,

2020) รวมทั้งมีความสุขในชีวิต (สุภารัตน์ รัตน เพชร, นิยะดา จิตต์จรัส, และกัญญาพันธ์ เพ็ญชัย, 2559)

บทความนี้ขอนำเสนอทฤษฎีความฉลาด ทางจิตวิญญาณ ความสำคัญของความฉลาดทางจิต วิญญาณต่อประสิทธิภาพการพยาบาล แนวทางการ พัฒนา และสร้างเสริมความฉลาดทางจิตวิญญาณ สำหรับพยาบาล เพื่อส่งเสริมประสิทธิภาพการ พยาบาลสำหรับผู้ประกอบวิชาชีพพยาบาลต่อไป

ทฤษฎีความฉลาดทางจิตวิญญาณของ Zohar และ Marshall

Zohar และ Marshall (2000) ได้อธิบาย ความฉลาดทางจิตวิญญาณ โดยใช้ดอกบัวเป็น สัญลักษณ์ เรียกว่าดอกบัวแห่งตัวตน (lotus of the self) ดอกบัวแห่งตัวตนนี้ใช้แทนตัวตนของบุคคล (self) แบ่งออกเป็น 3 ชั้น ชั้นนอกสุด คือ กลีบบัว แสดงถึงอัตตา (ego) ของบุคคล 6 ประเภทตาม ทฤษฎีบุคลิกภาพของ J. L. Holland นักจิตวิทยาชาว อเมริกัน ชั้นที่สองได้กลีบบัวแสดงถึงแรงจูงใจและ จิตไร้สำนึก (unconsciousness) ที่เป็นจิตต้นแบบ ของบุคคลที่เป็นแรงผลักดัน เป็นจุดอ่อนหรือความ มีดของจิตวิญญาณและจุดแข็งของตัวตนของบุคคล นั้น ซึ่งมีผลต่อบุคลิกภาพของบุคคล ส่วนชั้นที่สาม หรือชั้นในสุดแสดงถึงแก่นแท้ของตัวตน บุคลิกภาพทั้ง 6 ประเภทซึ่งแทนด้วยกลีบบัว มีดังนี้

กลีบที่ 1 บุคลิกภาพแบบมีระเบียบแบบ แผน (conventional personality type) คือ บุคลิกภาพ

ของบุคคลที่มีความเป็นระเบียบ มีความระมัดระวัง และปฏิบัติตามกฎระเบียบ

กลีบที่ 2 บุคลิกภาพแบบชอบเข้าสังคม (social personality type) ผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบนี้ ส่วนมากเป็นผู้หุยิง มีความเป็นมิตร มีความเมตตา กรุณา ชอบช่วยเหลือ เข้าใจและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

กลีบที่ 3 บุคลิกภาพแบบชอบสำรวจ (investigative personality type) คือ บุคลิกภาพของบุคคลที่มีเหตุผล มีความหลงใหลในความคิด ชอบ ค้นหา วิเคราะห์ และแก้ไขปัญหิต่าง ๆ รักอิสระ และชอบความสันโดษ

กลีบที่ 4 บุคลิกภาพแบบศิลปิน (artistic personality type) เป็นบุคลิกภาพที่ตรงข้ามกับแบบมีระเบียบแบบแผน บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบนี้ เป็นผู้ที่มีความซับซ้อนทางอารมณ์ อารมณ์แปรปรวน ง่าย อ่อนไหว รักอิสระและชอบความสันโดษ

กลีบที่ 5 บุคลิกภาพแบบยึดถือความจริง (realistic personality type) ผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบนี้ ส่วนมากเป็นผู้ชายเป็นผู้ที่มีจริงจัง มีความคือร้อน ยึดความจริงเป็นหลัก และเป็นพวกวัตถุนิยม

กลีบที่ 6 บุคลิกภาพแบบกล้าได้กล้าเสีย (enterprising personality type) บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบนี้ มีความมั่นใจในตนเองสูง มีความทะเยอทะยาน ชอบความท้าทาย มองโลกในแง่ดี และพร้อมที่จะทดลองสิ่งต่าง ๆ

จะเห็นได้ว่าบุคคลที่มีบุคลิกภาพที่แตกต่างกัน มีลักษณะที่แตกต่างกัน ทั้งในด้านการแสดงออกและพฤติกรรมของบุคคล บุคลิกภาพนี้ได้รับผลมาจากแรงจูงใจและจิตไร้สำนึกที่ซ่อนอยู่

ซึ่งเป็นจุดอ่อนและจุดแข็งของบุคคลนั้น ส่งผลต่อความฉลาดทางจิตวิญญาณและการพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณด้วย ดังนั้นพยาบาลที่ต้องการจะพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณควรจะเริ่มต้นด้วยการค้นหาและวิเคราะห์ตนเองว่ามีบุคลิกภาพแบบใด มีจุดอ่อนและจุดแข็งใดบ้าง

ประสิทธิภาพการพยาบาล

ประสิทธิภาพการพยาบาล เป็นการให้การพยาบาลตามมาตรฐานวิชาชีพ ประกอบด้วย การใช้กระบวนการพยาบาลในการปฏิบัติงาน การรักษา สิทธิผู้ป่วย จริยธรรมและจรรยาบรรณวิชาชีพ การพัฒนาคุณภาพการปฏิบัติการพยาบาล การจัดการ การดูแลต่อเนือ่ง การบันทึก และรายงานการพยาบาล (ประกาศสภาการพยาบาลเรื่องมาตรฐานการพยาบาล พ.ศ. 2562) รวมทั้งทักษะการติดต่อสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ ลดค่าใช้จ่าย และสร้างความพึงพอใจแก่ผู้ป่วย ประสิทธิภาพการพยาบาลนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยภายนอกและภายใน ปัจจัยภายนอกได้แก่ เงินเดือน นโยบายขององค์กร เป็นต้น ปัจจัยภายใน ได้แก่ แรงจูงใจภายใน ความฉลาดทางจิตวิญญาณ เป็นต้น

ความสำคัญของความฉลาดทางจิตวิญญาณต่อประสิทธิภาพการพยาบาล

จากการศึกษา พบว่า ความฉลาดทางจิตวิญญาณมีผลต่อประสิทธิภาพของพยาบาลทั้งในด้านการให้การพยาบาลผู้ป่วย การสื่อสาร คุณธรรม จริยธรรม และการตัดสินใจตามหลักจริยธรรม

รวมทั้งอัตมโนทัศน์ต่อตนเองด้วย ดังเช่นการศึกษา ทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบเกี่ยวกับ ความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางจิตวิญญาณ กับการปฏิบัติการพยาบาล จากฐานข้อมูลระหว่างปี 2550 ถึง 2563 พบว่า ความฉลาดทางจิตวิญญาณมี ผลต่อการปฏิบัติการพยาบาล 4 ด้าน คือ ศิลปะการ ให้การพยาบาล สมรรถนะทางการพยาบาล คุณลักษณะของการพยาบาล และความมุ่งมั่น ส่วนตัว (Sharifnia et al., 2022) รวมทั้งมีผลต่อ สมรรถนะทางการพยาบาลในด้านการดูแล การ สื่อสาร คุณธรรมและจริยธรรมวิชาชีพ การพัฒนา ด้านวิชาชีพ การศึกษา การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และการบริหารจัดการ (Karimi-Moonaghi et al., 2015) นอกจากนี้ยังพบว่าความฉลาดทางจิต วิญญาณมีผลต่อการตัดสินใจตามหลักจริยธรรม ของพยาบาล โดยพยาบาลที่มีความฉลาดทางจิต วิญญาณสูงมีการตัดสินใจทางจริยธรรมโดย คำนำถึงคุณค่าทางศีลธรรมและยึดหลักอุดมคติ สากล ซึ่งเป็นจริยธรรมขั้นสูงสุดตามทฤษฎี พัฒนาการทางจริยธรรมของ Kohlberg (Arsang-Jang et al., 2020) Riahi และคณะ (2018) ได้ทำการศึกษา โดยประเมินผลของการฝึกความฉลาดทางจิต วิญญาณที่มีต่อการดูแลผู้ป่วยในด้านจิตวิญญาณ พบว่า พยาบาลที่ได้รับการฝึกความฉลาดทางจิต วิญญาณมีสมรรถนะการให้การพยาบาลด้านจิต วิญญาณที่ดีกว่า และการฝึกฝนความฉลาดทางจิต วิญญาณยังช่วยเพิ่มทักษะของพยาบาลในการ สื่อสารกับผู้ป่วยอีกด้วย (Arad, Alilu, Habibzadeh, Khalkhali, & Goli, 2022) ทั้งนี้เนื่องจากความฉลาด

ทางจิตวิญญาณมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับ คุณลักษณะส่วนบุคคลอันมีผลต่อการประกอบ วิชาชีพ ดังเช่น การศึกษาของ Hojat และ Badiyepymaiejahromi (2021) พบว่า พยาบาลที่มีความฉลาดทางจิตวิญญาณสูงเป็นผู้ที่มีอัตมโนทัศน์ วิชาชีพพยาบาลที่ดี มีความพึงพอใจในวิชาชีพ (Heydari, Meshkinyazd, & Soudmand, 2017) มีความเข้าใจ เห็นอกเห็นใจผู้ป่วยสูง (Aliabadi et al., 2021) และช่วยให้พยาบาลมีจุดมุ่งหมายในชีวิต และมีสุขภาวะทางจิตที่ดี (Sahebalzamani, Farahani, Abasi, & Talebi, 2013) จะเห็นได้ว่าความ ฉลาดทางจิตวิญญาณเป็นปัจจัยที่จะช่วยส่งเสริม ประสิทธิภาพการพยาบาลในด้านการพยาบาลตาม มาตรฐานวิชาชีพ การสื่อสาร และการบริหารจัดการ อีกทั้งยังช่วยให้พยาบาลมีความสุขกับการ ทำงาน ซึ่งจะส่งผลต่อผู้ป่วย ญาติ และผู้รับบริการ อื่น ๆ โดยตรง ดังนั้นจึงควรมีการพัฒนาและสร้าง เสริมความฉลาดทางจิตวิญญาณแก่พยาบาลเพื่อ ประโยชน์ของผู้ป่วยและผู้รับบริการรวมทั้งตัว พยาบาลเองด้วย

แนวทางการพัฒนาและสร้างเสริมความฉลาดทาง จิตวิญญาณสำหรับพยาบาล

การพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณนี้ พยาบาลสามารถฝึกฝนและพัฒนาได้ด้วยตนเอง หรือเข้าร่วมกลุ่มฝึกอบรม ผู้ที่ต้องการพัฒนาความ ฉลาดทางจิตวิญญาณด้วยตนเองควรเริ่มจากการ ค้นหาค้นหาตนเองว่ามีบุคลิกภาพอย่างไร มีความมีตทาง จิตวิญญาณหรือจุดอ่อนอะไรบ้างเพื่อจะได้เข้าใจ

ตนเองมากขึ้น รวมทั้งมีแนวทางปฏิบัติอย่างไรที่เหมาะสมกับบุคลิกภาพของตนเอง สามารถศึกษาจากเส้นทางในการพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณตามลักษณะบุคลิกภาพ (six paths towards greater spiritual intelligence) ของ Zohar และ Marshall (2000) ดังนี้

เส้นทางที่ 1 เส้นทางของหน้าที่ (the path of duty) เป็นเส้นทางของผู้ที่บุคลิกภาพแบบมีระเบียบแบบแผน (conventional personality type) บุคคลที่เดินทางในเส้นทางนี้จะได้รับความร่วมมือ ความเอื้อเฟื้อ และการเกื้อกูลโดยกลุ่มสังคมหรือชุมชนที่บุคคลนั้นอาศัยอยู่ ดังนั้นความปลอดภัย และเสถียรภาพของบุคคลนั้นจึงขึ้นอยู่กับประสบการณ์ที่มีกับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อมส่วนใหญ่ในวัยเด็ก

ความมีจิตวิญญาณของผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบมีระเบียบแบบแผน คือ ความหลงตนเอง ส่งผลให้กระทำพฤติกรรมซึ่งไม่เป็นที่ยอมรับของกลุ่มที่ตนอยู่ร่วมด้วย ทำให้ต้องถอนตัวจากกลุ่มหรือถอนความสัมพันธ์ สูญเสียปฏิสัมพันธ์ที่สร้างสรรค์ กลายเป็นผู้ที่ปิดกั้นตัวเอง และปฏิบัติตามกฎระเบียบข้อบังคับเนื่องจากความกลัว ความเบื่อ หรือเพียงต้องการให้เข้ากับกลุ่มได้

การพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณจึงควรเริ่มจากความต้องการที่จะเข้าใจตนเอง การลองทำสิ่งใหม่ๆ ที่ขัดกับความรู้สึกของตนเอง จากนั้นค้นหาว่าอะไรคือแรงจูงใจที่เป็นรากเหง้าของการกระทำของตนเอง

เส้นทางที่ 2 เส้นทางแห่งการเลี้ยงดู (the path of nurturing) ผู้ที่เดินในเส้นทางนี้ คือ ผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบชอบเข้าสังคม (social personality type) เส้นทางนี้จึงเกี่ยวข้องกับความรัก การเลี้ยงดู การปกป้อง และการทำให้เกิดความอุดมสมบูรณ์

ความมีจิตวิญญาณของผู้ที่บุคลิกภาพแบบชอบเข้าสังคม คือ ความเกลียดชัง การแก้แค้น และการทำลายล้าง

การพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณเริ่มด้วยการเปิดเผยตัวตนที่แท้จริง เปิดใจยอมรับฟัง และเรียนรู้เกี่ยวกับความจริงของตนเอง รวมทั้งผลที่จะเกิดขึ้นจากการเปิดเผยตัวตนของตนเอง ความฉลาดทางจิตวิญญาณของผู้ที่อยู่บนเส้นทางนี้ คือ การมีความฉลาดทางอารมณ์ในความรัก ด้วยการยอมรับ และการส่งเสริมศักยภาพของบุคคลอันเป็นที่รักด้วย

เส้นทางที่ 3 เส้นทางของความรู้ (the path of knowledge) เป็นเส้นทางของบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบชอบสำรวจ (investigative personality type) เส้นทางนี้เริ่มตั้งแต่ความเข้าใจในการปฏิบัติทั่วไป จนกระทั่งถึงการแก้ปัญหาผ่านการแสวงหาความจริงทางปรัชญาที่ลึกซึ้ง การแสวงหาหนทางแห่งการดับทุกข์โดยสิ้นเชิง

ความมีจิตวิญญาณของผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบชอบสำรวจ คือ การหลีกเลี่ยงจากการเข้าไปมีส่วนร่วม การเพิกเฉยไม่ต้องการที่จะเข้าใจ การอวดรู้ การมุ่งเน้นและหมกมุ่นอยู่กับส่วนย่อยของความรู้หรือปัญหาต่าง ๆ แทนการมองหรือมุ่งเน้นในภาพรวม หลงตัวเองว่าเป็นผู้ที่มี

ความรู้ ทำให้ปิดกั้นตนเอง ขาดความเข้าใจที่ลึกซึ้งเกี่ยวกับชีวิตที่กว้างขึ้นและความเป็นจริงอย่างแท้จริง รวมทั้งการใช้พลังแห่งความรู้นี้ในการแสวงหาผลประโยชน์ของตนเองในทางที่ไม่ถูกต้อง

การส่งเสริมความฉลาดทางจิตวิญญาณจึงควรเริ่มจากการฝึกฝนให้ตนเองมีทัศนคติที่เปิดกว้างในทุก ๆ ด้าน เริ่มจากกระบวนการคิดทบทวนไตร่ตรองในแต่ละวันหรือแต่ละโครงการที่เข้ามาในชีวิต โดยมุ่งเน้นหาสาเหตุและกระบวนการของการเกิดปัญหา จากนั้นคิดหาทางเลือกที่เป็นไปได้ในสถานการณ์ปัจจุบันรวมทั้งไตร่ตรองถึงผลลัพธ์ที่เป็นไปได้ของทางเลือกเหล่านี้ ซึ่งจะนำไปสู่ความเข้าใจว่าจะสามารถแก้ไขสถานการณ์ให้ดีขึ้นได้อย่างไร

เส้นทางที่ 4 เส้นทางแห่งการเปลี่ยนแปลงบุคคล (the path of personal transformation) เป็นเส้นทางสำหรับผู้ที่บุคลิกภาพแบบศิลปิน (artist personality type) ผู้ที่เดินทางในเส้นทางนี้จึงเปี่ยมไปด้วยแรงจูงใจของความคิดสร้างสรรค์และพลังแห่งการเปลี่ยนแปลง มีจินตนาการที่เชื่อมโยงพร้อมเปิดรับประสบการณ์ที่ลึกซึ้ง อารมณ์ที่สุดขั้ว มีความเป็นตัวของตัวเองที่แปลกแตกต่างจากผู้อื่น พลังแห่งแรงจูงใจของคนกลุ่มนี้ คือ ความปรารถนาแรงดังคูดภายใน และการสร้างแรงดังคูดจากฝ่ายตรงข้าม

ความมืดทางจิตวิญญาณของผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบศิลปิน คือ การทำลายล้างและความโกลาหลซึ่งเป็นผลมาจากความกลัวที่จะเผชิญกับความขัดแย้ง ฉะนั้นความกล้าที่จะเผชิญกับความ

ขัดแย้งจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้คนกลุ่มนี้พัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณได้

การส่งเสริมความฉลาดทางจิตวิญญาณ คือ การฝึกความเต็มใจที่จะจดจำและไตร่ตรองความฝันของตนเอง การเข้าไปมีส่วนร่วมในการสนทนาที่สร้างสรรค์ ความกล้าที่จะเผชิญกับอันตรายและความขัดแย้ง รวมทั้งความกล้าในการเสียสละอย่างแท้จริง ที่สามารถช่วยผู้อื่นได้แม้ว่าตนเองจะไม่ได้รับสิ่งใดตอบแทนก็ตาม

เส้นทางที่ 5 เส้นทางแห่งภราดรภาพ (the path of brotherhood) เป็นเส้นทางของผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบยึดถือความจริง (realistic personality type) ผู้ที่เดินทางในเส้นทางนี้ชอบแสวงหาความยุติธรรมโดยปราศจากการประนีประนอม

ความมืดทางจิตวิญญาณของผู้ที่บุคลิกภาพแบบยึดถือความจริง คือ การใช้ชีวิตที่แคบ สนใจแต่ตนเอง การแสวงหาการปฏิบัติที่ไม่ทำทนาย การไม่พยายามสื่อสารหรือเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เป็นผู้ที่เกียจคร้านทางอารมณ์ เห็นว่าอารมณ์ความรู้สึกคือปัญหาและอุปสรรคในชีวิต

การส่งเสริมความฉลาดทางจิตวิญญาณควรเริ่มจากการสร้างความรู้สึกเบื้องต้นต่อตนเองในเรื่องดังต่อไปนี้ คือ การไม่ใส่ใจหรือความสนใจที่แคบ ความรู้สึกโดดเดี่ยวอันเนื่องมาจากการขาดสัมผัสทางอารมณ์ ความหงุดหงิดกับการไม่สามารถพูดระบายความคิดและความรู้สึกของตนเองได้ ขั้นต่อไปคือการยอมรับอย่างตรงไปตรงมาว่าสิ่งเหล่านี้คือความล้มเหลวของตนเอง ขอมเปิดใจและความสนใจของตนเองให้กว้างขึ้น มีความต้องการความ

แตกต่าง ต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มที่ใหญ่ขึ้น และมีความหลากหลายมากขึ้น

เส้นทางที่ 6 เส้นทางแห่งผู้นำแบบผู้รับใช้ (the path of servant leadership) เป็นเส้นทางสำหรับผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบกล้าได้กล้าเสีย (enterprising personality types) ผู้ที่เดินทางในเส้นทางผู้นำแบบผู้รับใช้ที่แท้จริง คือ ผู้ที่รับใช้ความปรารถนาอันลึกซึ้งในจิตวิญญาณของมนุษย์ ทำให้สิ่งที่ผู้อื่นรู้สึกว่าเป็นไปไม่ได้ให้เกิดขึ้นได้ สร้างวิธีการใหม่ ๆ เพื่อให้มนุษย์มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน รวมทั้งการสร้างแนวทางใหม่ ๆ และวิธีการใหม่ ๆ เพื่อสังคมที่เป็นอยู่ เป็นผู้ช่วยปรับปรุงทัศนคติและวิถีชีวิตของกลุ่มคน

ความมีจิตทางจิตวิญญาณของผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบกล้าได้กล้าเสีย คือ การใช้อำนาจเพื่อสนองความต้องการของตนเองหรือใช้อำนาจในทางชั่วร้าย เช่น การใช้อำนาจเพื่อทำลายล้างผู้อื่นหรือการทุจริตเพื่อผลประโยชน์ของตนเอง คนกลุ่มนี้ที่มีความฉลาดทางจิตวิญญาณปานกลาง คือ ผู้นำที่รับใช้กลุ่ม ชุมชน สังคม และประเทศของตนเองตามด้วยวิธีการแบบเดิม สำหรับผู้ที่มีความฉลาดทางจิตวิญญาณสูงจะสร้างสรรค์วิสัยทัศน์และทำสิ่งใหม่ ๆ ให้เกิดขึ้นเพื่อผู้อื่นและสังคม

การส่งเสริมความฉลาดทางจิตวิญญาณ คือ การพิจารณาถึงสิ่งที่ตนเองกระทำว่าเป็นสิ่งที่ดีที่สุดแล้วหรือไม่ และจะทำอย่างไรที่จะสามารถช่วยให้สังคมนี้ดีขึ้น

จากเส้นทางทั้งหกตามบุคลิกภาพของบุคคล พยาบาลเป็นผู้ที่มีลักษณะของบุคลิกภาพ

แบบชอบเข้าสังคม คือ ให้การช่วยเหลือ มีความเป็นมิตร มีความเมตตากรุณาปราณี ควรยึดเส้นทางที่ 2 เส้นทางแห่งการเลี้ยงดูในการพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณของตนเอง

อย่างไรก็ตามผู้ที่ต้องการพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณ ควรคำนึงถึงหลักในการพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณ ซึ่ง Zohar (2018) ได้นำเสนอไว้ 12 ประการ ดังนี้

1. การตระหนักรู้ในตนเอง (self-awareness) หมายถึง การตระหนักรู้ว่าตนเองสนใจอะไร มีชีวิตอยู่เพื่ออะไร และจะตายเพื่ออะไร การตระหนักรู้นี้จึงเป็นการมีชีวิตอยู่อย่างซื่อสัตย์ต่อตนเองในขณะที่เดียวกันก็ให้ความเคารพกับผู้อื่นด้วย

2. ความเป็นธรรมชาติ (spontaneity) หมายถึง พฤติกรรมหรือการตอบสนองที่เป็นธรรมชาติของตนเองอันเกิดจากการที่ได้รับการฝึกฝนวินัยในตนเอง การควบคุมตนเอง และความรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง รวมทั้งการอยู่กับปัจจุบัน และการละวางปัญหาต่าง ๆ ในอดีต รวมทั้งอคติ ค่านิยม ข้อสันนิษฐาน และการคาดคะเนต่าง ๆ

3. เป็นผู้มีวิสัยทัศน์และค่านิยม (being vision and value-led) คือ ความสามารถในการมองเห็นสิ่งที่สร้างแรงบันดาลใจให้กับตนเองและการมีวิสัยทัศน์ที่กว้างขึ้น

4. องค์กรวม (holism) คือ ความรู้สึกมีส่วนร่วม ตระหนักว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของระบบ โดยการมองในภาพรวม ซึ่งก่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีช่วยให้มีการทำงานร่วมกันอย่างมี

ประสิทธิภาพมากขึ้น การขาดความรู้สึกมีส่วนร่วม นำมาซึ่งการแข่งขันที่ก่อให้เกิดความแตกแยก

5. ความเห็นอกเห็นใจ (compassion) หมายถึง ความเข้าใจในความรู้สึกของผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง ไม่ใช่เพียงแค่การตระหนักหรือยอมรับความรู้สึกของผู้อื่นแต่เป็นการเห็นอกเห็นใจเอาใจเขามาใส่ใจตน

6. รื่นรมย์กับความหลากหลาย (celebration of diversity) หมายถึง การยอมรับและให้คุณค่ากับความแตกต่างของแต่ละบุคคลและการกระทำของบุคคลอื่นด้วยความรื่นรมย์ โดยไม่มีการแข่งขัน

7. มีความเป็นอิสระ (field independence) หมายถึง การเป็นตัวของตัวเอง เชื่อมมั่นในแนวทางของตนเอง รวมทั้งสามารถดำเนินการตามแนวทางที่พิจารณาอย่างรอบคอบแล้วด้วยตนเอง

8. ความอ่อนน้อมถ่อมตน (humility) คือ การตระหนักถึงบทบาทของตนเองที่เป็นเพียงนักแสดงคนหนึ่งในโรงละครที่ยิ่งใหญ่ ซึ่งตนเองอาจคิดผิด หรืออาจกระทำไม่ถูก

9. การตั้งคำถามว่า ทำไม (tendency to ask fundamental “why?” questions) ช่วยให้เกิดความเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ อย่างลึกซึ้ง รวมทั้งที่มาหรือแก่นของสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้น

10. ความสามารถในการปรับเปลี่ยน (ability to reframe) คือ การรู้จักถอยออกมาจากสถานการณ์หรือปัญหานั้น ๆ เพื่อที่จะมองเห็นปัญหาได้อย่างชัดเจนและกว้างขึ้นรวมทั้งรู้จักนำ

วิธีการใหม่ ๆ มาใช้แก้ปัญหาและแสวงหาวิธีการใหม่ ๆ อยู่เสมอ

11. การใช้อุปสรรคในเชิงบวก (positive use of adversity) คือ การเรียนรู้และเติบโตจากความผิดพลาด ความพ่ายแพ้และความเจ็บปวด โดยมีความรู้สึกว่าเป็นเจ้าของ รับผิดชอบ และรับทราบความผิดพลาดนั้น กล้ายอมรับความผิดพลาดและเรียนรู้จากความผิดพลาดที่เกิดขึ้น

12. ความรู้สึกของการเป็นมืออาชีพ (sense of vocation) หมายถึง ความรู้สึกเป็นวิชาชีพ โดยรู้สึกถึงการรับใช้และการให้กลับคืนสู่สังคม

เมื่อพยาบาลผู้ที่ต้องการฝึกฝนพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณได้เข้าใจตนเอง และรู้แนวทางการพัฒนาที่เหมาะสมกับบุคลิกภาพของตนเอง และหลักการพัฒนาแล้ว จากนั้นจึงดำเนินการตามขั้นตอนการพัฒนาส่งเสริมความฉลาดทางจิตวิญญาณ 7 ขั้นตอน (Zohar & Marshall, 2000) ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การสร้างความตระหนักรู้ว่าตนเองอยู่ ณ จุดใด เช่นรู้ว่าสถานการณ์ตอนนี้คืออะไร ผลที่ตามมาคืออะไร และจะมีผลกระทบอย่างไร การกระทำนั้นเป็นการทำร้ายตนเองหรือผู้อื่นอยู่หรือไม่ ซึ่งในขั้นตอนนี้ต้องมีการสร้างความตระหนักรู้ตนเองโดยการเรียนรู้จักประเมินตนเอง พฤติกรรมของตนเองในแต่ละวัน โดยใช้เวลาช่วงสั้น ๆ ในแต่ละวันเพื่อทำสมาธิโดยมีเป้าหมายให้เกิดความสงบ

ขั้นตอนที่ 2 ความต้องการการเปลี่ยนแปลง สร้างความมุ่งมั่นภายในที่จะเปลี่ยนแปลง หลังจากได้ไตร่ตรองแล้วว่าพฤติกรรมของตนเอง ความสัมพันธ์

ระหว่างตนเองกับครอบครัว เพื่อนร่วมงาน และชีวิตของตนเองรวมทั้งผลงานของตนเองน่าจะดีกว่านี้ ขั้นนี้ต้องอาศัยการคิดอย่างตรงไปตรงมาเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงที่ต้องอาศัยพลังงานและการเสียสละ เช่น ให้ความสำคัญกับการพึ่งตนเองและคนอื่นมากขึ้นพร้อมที่จะใช้ชีวิตอย่างมีวินัย เช่น อ่านหนังสือ ออกกำลังกายเพิ่มขึ้น

ขั้นตอนที่ 3 ค้นหาเป้าหมายสูงสุดที่แท้จริงของชีวิต เช่น การทบทวนโดยวิธีสมมติว่า ถ้ากำลังจะตายภายในสัปดาห์หน้า สามารถบอกได้หรือไม่ว่าได้ประสบผลสำเร็จจะอะไรบ้างในชีวิต และถ้ามีเวลาเหลือ 1 ปี จะทำอะไรในช่วงเวลาที่เหลืออยู่

ขั้นตอนที่ 4 หาว่าอะไรคืออุปสรรคและจะกำจัดอุปสรรคได้อย่างไร โดยเริ่มจากการเขียนรายการของอุปสรรคเป็นข้อ ๆ จากนั้นพัฒนาความเข้าใจว่าจะกำจัดอุปสรรคเหล่านี้ได้อย่างไร ขั้นตอนนี้อาจจะดำเนินการแบบค่อยเป็นค่อยไปซึ่งอาจต้องใช้เวลานาน รวมทั้งต้องอาศัยคำแนะนำจากเพื่อนที่ดีหรือผู้นำทางจิตวิญญาณ

ขั้นตอนที่ 5 หาแนวทางในการปฏิบัติที่จะก้าวไปข้างหน้า หาว่าควรจะปฏิบัติตามหลักอะไร เส้นทางหรือวิธีการอะไรที่ควรปฏิบัติตาม พันธกิจใดที่คุ้มค่าที่จะกระทำ โดยการใช้จิตวิญญาณในการค้นหาหนทางที่เป็นไปได้ตามจินตนาการ จากนั้นค้นหาว่าจะนำมาปฏิบัติได้อย่างไรรวมถึงความเป็นไปได้ของแต่ละวิธี

ขั้นตอนที่ 6 มุ่งมั่นในเส้นทางและพันธกิจของชีวิต มีการไตร่ตรองทุกวันว่า ได้ทำดีที่สุดเพื่อตนเองและผู้อื่นหรือไม่ ได้ทำดีที่สุดหรือยัง ใน

สถานการณ์ที่เป็นอยู่รู้สึกสงบและพึงพอใจกับสิ่งที่ดำเนินอยู่หรือไม่ และสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้มีความหมายกับชีวิตของตนเองหรือไม่

ขั้นตอนที่ 7 ตระหนักถึงทางเลือกอื่น ๆ ในขณะที่ได้เลือกทางเลือกสำหรับตนเองแล้ว รวมทั้งให้เกียรติผู้อื่นในการเลือกทางเลือกอื่นของพวกเขา ซึ่งทางเลือกของผู้อื่นนั้นอาจจะเป็นทางเลือกสำหรับตนเองในอนาคต

ผู้เขียนขอยกตัวอย่างการฝึกฝนและพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณด้วยตนเองตามแนวทางของ Zohar และ Marshall (2000) โดยสังเขป ดังนี้

พยาบาล ก ต้องการฝึกฝนและพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณของตนเอง จึงเริ่มศึกษาเกี่ยวกับหลักการปฏิบัติและบุคลิกภาพ พบว่าตนเองมีบุคลิกภาพแบบชอบเข้าสังคม จากนั้นจึงเริ่มปฏิบัติตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 พยาบาล ก ฝึกทำความสงบและทบทวนตนเอง พบว่า ตนเองเป็นคนที่โอบอ้อมอารี ชอบช่วยเหลือผู้อื่น อ่อนไหวในบางครั้ง คิดมาก และหมกมุ่นอยู่กับอดีต บางครั้งเวลาโกรธจะแสดงออกทางสีหน้าหรือวาจาในทางที่ไม่ดีทั้งในที่ทำงานและครอบครัว ส่งผลกระทบต่อจิตใจของเพื่อนร่วมงานและคนในครอบครัว

ขั้นตอนที่ 2 ภายหลังจากทบทวน สอบถามตนเองแล้วว่าต้องการที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองหรือไม่ พยาบาล ก พบว่าตนเองมีความต้องการที่จะเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่ดีนี้อย่างจริงจัง จึงตั้งใจว่าจะต้องหยุดการใช้วาจาหรือพฤติกรรมใดที่ไม่ดีต่อ

ผู้อื่นแม้พฤติกรรมนี้จะไม่ได้เกิดทุกครั้งที่มีความโกรธหรือไม่พอใจก็ตาม

ขั้นตอนที่ 3 เมื่อตัดสินใจที่จะเลิกพฤติกรรมที่ไม่ดีนี้แล้ว พยายาม ก จึงค้นหาและทบทวนว่าเป้าหมายสูงสุดที่แท้จริงในชีวิตของตนเองคืออะไร และพบว่าตนเองต้องการที่จะมีความสุขในชีวิตทั้งการทำงานและชีวิตส่วนตัว

ขั้นตอนที่ 4 ค้นหาอุปสรรคในชีวิตและหาทางแก้ไข พยายาม ก พบว่า ความเหนื่อยล้าและการพักผ่อนที่ไม่เพียงพอคืออุปสรรคสำคัญที่ส่งผลทำให้เกิดความเครียด กระตุ้นให้เกิดอารมณ์โกรธได้ง่าย จึงแก้ไขโดยการจัดตารางการดำเนินชีวิตให้มีเวลาพักผ่อนอย่างเพียงพอและลดความเหนื่อยล้าโดยการลดการเล่นโซเชียลมีเดีย ลดปริมาณคาเฟอีนและออกกำลังกายสม่ำเสมอต่อเนื่อง

ขั้นตอนที่ 5 หาแนวทางในการทำให้ตนเองมีความสุขตามเป้าหมายสูงสุดของชีวิต นั่นคือการหยุดพฤติกรรมที่ไม่ดีเมื่อโกรธ โดยขอให้เพื่อนและคนในครอบครัวช่วยเหลือและจดบันทึกจำนวนครั้งของพฤติกรรมที่ตนเองแสดงเมื่อโกรธเพื่อใช้ในการเตือนตนเอง นอกจากนี้พยายามฝึกตนเองให้มีสติ ลดการหมกหมุ่นอยู่กับอดีตและมีความสุขอยู่กับปัจจุบันโดยการเล่นโยคะ

ขั้นตอนที่ 6 ปฏิบัติตามแนวทางที่วางไว้ คือ ขอรับการเตือนสติจากเพื่อนและคนในครอบครัวเมื่อมีพฤติกรรมที่ไม่ดีและจดบันทึกจำนวนครั้งของพฤติกรรมเหล่านั้นในแต่ละวันเพื่อประเมินผล เล่นโยคะวันละ 20 – 30 นาทีทุกวัน

ขั้นตอนที่ 7 ตระหนักว่ายังมีวิธีอื่น ๆ ที่ฝึกให้อยู่กับปัจจุบันและเกิดสติไปพร้อม ๆ กัน เช่นการฝึกสมาธิแบบขณิกสมาธิเพื่อให้เกิดเป็นขณะ ๆ ซึ่งเป็นอีกวิธีหนึ่งที่จะเหมาะสมกับตนเองในการที่จะทำให้เกิดความสุขทั้งในที่ทำงานและครอบครัว อันเป็นเป้าหมายสูงสุดของชีวิต

ขั้นตอนที่ 7 ขั้น ในการพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณนี้มีการนำไปประยุกต์ใช้เพื่อเพิ่มความฉลาดทางจิตวิญญาณแก่พยาบาล อาทิเช่น Riahi et al. (2018) ใช้การฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการ ความฉลาดทางจิตวิญญาณต่อการพัฒนาความสามารถของพยาบาลในการดูแลด้านจิตวิญญาณตามแนวทางของ Zohar และ Marshall เป็นเวลา 8 สัปดาห์ โดยมีขั้นตอน คือ ให้ผู้เข้าฝึกอบรมตระหนักรู้ตนเอง รู้ความหมายของชีวิต การแก้ปัญหาด้วยวิธีทางจิตวิญญาณ ทักษะการให้อภัย เพื่อฟื้นฟูความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การสวดอธิษฐาน คุณค่าและพันธกิจของตนเองต่อสุขภาพที่ดีของชีวิตตามลำดับ พบว่า การฝึกอบรมความฉลาดทางจิตวิญญาณนี้ช่วยพัฒนาความสามารถของพยาบาลในการดูแลทางจิตวิญญาณได้ ถึงแม้ว่าผู้เข้าฝึกอบรมส่วนใหญ่ (89%) ไม่เคยได้รับการศึกษาเกี่ยวกับการดูแลด้านจิตวิญญาณมาก่อน Bagherian และ Mahmoudi (2020) ใช้การฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการความฉลาดทางจิตวิญญาณต่อการพัฒนาความสามารถในการสื่อสารของพยาบาล โดยมีลำดับขั้นตอน คือ ให้ผู้เข้าฝึกอบรมตระหนักรู้ตนเอง ความซื่อสัตย์ต่อตนเอง ความหมายและบทบาทของชีวิต ศีลธรรมและความสำคัญของ

ศีลธรรม การควบคุมตนเองและพฤติกรรมที่ดี
ความมีน้ำใจ ความเห็นอกเห็นใจ ภูมิปัญญาและ
ความยืดหยุ่นตามลำดับ เป็นเวลา 2 เดือน พบว่า
พยาบาลที่ได้รับการฝึกอบรมความฉลาดทางจิต
วิญญาณมีทักษะการสื่อสารด้านการฟังอย่างมี
ประสิทธิภาพและการควบคุมอารมณ์ดีขึ้น

จากการศึกษาดังกล่าวจะเห็นได้ว่าการ
ฝึกอบรมความฉลาดทางจิตวิญญาณนี้ สามารถ
นำไปประยุกต์ใช้ในการส่งเสริมประสิทธิภาพการ
พยาบาลได้อย่างเป็นรูปธรรม ขั้นตอนที่สำคัญที่สุด
คือ การตระหนักรู้ตนเองช่วยให้ผู้ฝึกได้รู้จักตัวตนที่
แท้จริง ทั้งที่เป็นจุดแข็งและจุดอ่อนของตนเอง ซึ่ง
เป็นขั้นตอนแรกที่จะนำไปสู่การพัฒนาความความ
ฉลาดทางจิตวิญญาณในขั้นต่อไป

สรุป

การส่งเสริมและพัฒนาความฉลาดทางจิต
วิญญาณเป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยให้พยาบาลเข้าใจ
ตนเองและผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง สามารถเผชิญกับปัญหา
และแก้ไขปัญหาย่างสร้างสรรค์ ส่งผลให้
ประสิทธิภาพในการพยาบาลเพิ่มขึ้น ลดปัญหาและ
ความกดดันที่เกิดขึ้นจากงาน นำมาซึ่งความสุขใน
การดำเนินชีวิต การพัฒนาความฉลาดทางจิต
วิญญาณนี้ พยาบาลสามารถฝึกฝนได้ด้วยตนเอง
หรือเข้าร่วมกลุ่มอบรม ฝึกปฏิบัติโดยวิทยากร
วิธีการในการฝึกฝนและพัฒนาด้วยตนเองสามารถ
เริ่มจากการศึกษาและค้นหาบุคลิกภาพของตนเอง
ศึกษาหลักในการพัฒนาความฉลาดทางจิตวิญญาณ
จากนั้นจึงฝึกฝนตามขั้นตอนการพัฒนาความฉลาด

ทางจิตวิญญาณทั้ง 7 ขั้นตอน โดยเริ่มจากการ
ตระหนักรู้ตนเอง มุ่งมั่นที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง
ทบทวนเป้าหมายที่แท้จริงในชีวิต ค้นหาอุปสรรค
และแก้ไขอุปสรรค หาแนวทางและปฏิบัติตาม
แนวทางเพื่อให้บรรลุเป้าหมายของชีวิต ค้นหาและ
เปิดใจยอมรับแนวทางอื่น ๆ ที่จะทำให้บรรลุ
เป้าหมายในชีวิตได้ ส่วนการส่งเสริมและพัฒนา
ความฉลาดทางจิตวิญญาณแบบกลุ่มนั้น ผู้จัด
จำเป็นต้องใช้กระบวนการสร้างความรู้ความเข้าใจ
อย่างลึกซึ้งอย่างเป็นระบบตามหลักการและ
ขั้นตอนการพัฒนา โดยใช้บทเรียนการฝึกอบรม
หรือการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการ เพื่อให้พยาบาลมี
ความเข้าใจตนเองและด้านจิตวิญญาณอย่างแท้จริง

เอกสารอ้างอิง

- กองแก้ว เมธา. (2564). ความสัมพันธ์ระหว่างความ
ฉลาดทางอารมณ์และความฉลาดทางจิต
วิญญาณกับประสิทธิผลการปฏิบัติงานของครู
สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษา
มัธยมศึกษา เขต 41 จังหวัดพิจิตร. *วารสารครู
ศาสตร์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏ
กำแพงเพชร*, 6(11), 25-38.
- ประกาศสภาการพยาบาล เรื่อง มาตรฐานการพยาบาล
พ.ศ. 2562. (2562, 18 เมษายน). *ราชกิจจา
นุเบกษา*, 136 (ตอนพิเศษ 97 ง), 30-35.
- สุดารัตน์ รัตนเพชร, นิยะดา จิตต์จรัส, และภิญญาพันธ์
เพ็ญชัย. (2559). ความสัมพันธ์ระหว่างความ
ฉลาดทางจิตวิญญาณ สติและความสุขตาม
แนวทางพุทธศาสนา. *วารสารพฤติกรรม
ศาสตร์เพื่อการพัฒนา*, 8(1), 79-102.



- Aliabadi, P. K., Zazoly, A. Z., Sohrab, M., Neyestani, F., Nazari, N., Mousavi, S. H., ... Ferdowsi, M. (2021). The role of spiritual intelligence in predicting the empathy levels of nurses with COVID-19 patients. *Archives of Psychiatric Nursing, 35*(6), 658-663. doi: 10.1016/j.apnu.2021.10.007
- Arad, M., Alilu, L., Habibzadeh, H., Khalkhali, H., & Goli, R. (2022). Effect of spiritual intelligence training on nurses' skills for communicating with patients - an experimental study. *Journal of Education and Health Promotion, 11*(1), 127. doi: 10.4103/jehp.jehp_1483_20
- Arsang-Jang, S., Khoramirad, A., Pourmarzi, D., & Raisi, M. (2020). Relationship between spiritual intelligence and ethical decision making in Iranian nurses. *Journal of Humanistic Psychology, 60*(3), 330-341. doi: <https://doi.org/10.1177/0022167817704319>
- Bagherian, F., & Mahmoudi Rad, G. H. (2020). The effect of spiritual intelligence training on communication ability for nurses. *Modern Care Journal, 17*(1), e92334. doi: <https://doi.org/10.5812/modernc.92334>
- Golmakani, N., Rezaei, F., & Mazloom, S. (2018). The relationship of spiritual intelligence and religious activities with happiness of midwives working in hospitals and health centers. *Journal of Midwifery and Reproductive Health, 6*(2), 1264-1272. doi: 10.22038/jmrh.2017.9935
- Heydari, A., Meshkinyazd, A., & Soudmand, P. (2017). The effect of spiritual intelligence training on job satisfaction of psychiatric nurses. *Iranian Journal of Psychiatry, 12*(2), 128-133.
- Hojat, M., & Badiyepeymaiejahromi, Z. (2021). Relationship between spiritual intelligence and professional self-concept among Iranian Nurses. *Investigacion y Educacion en Enfermeria, 39*(3), e12. doi: <https://doi.org/10.17533/udea.iee.v39n3e12>
- Karimi-Moonaghi, H., Gazerani, A., Vaghee, S., Gholami, H., Salehmoghaddam, AR., & Gharibnavaz, R. (2015). Relation between spiritual intelligence and clinical competency of nurses in Iran. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research, 20*(6), 665-669. doi: 10.4103/1735-9066.170002
- Malik, M. S., & Tariq, S. (2016). Impact of spiritual intelligence on organizational performance. *Econ Journals International Review of Management and Marketing, 6*(2), 289-297.
- Palthe J. (2021). *Spiritual Intelligence : The Original*. Retrieved Nov 3, 2023, from <https://www.everand.com/read/524431918/Spiritual-Intelligence-The-Original>
- Rani, A. A., Abidin, I., & Hamid, M. R. (2013). The impact of spiritual intelligence on work performance: Case studies in government hospitals of East Coast of Malaysia. *The Macrotheme Review, 2*(3), 46-59. doi:

- http://macrotheme.com/yahoo_site_admin/sets/docs/7RaniMR23.40131338.pdf
- Riahi, S., Goudarzi, F., Hasanvand, S., Abdollahzadeh, H., Ebrahimzadeh, F., & Dadvari, Z. (2018). Assessing the effect of spiritual intelligence training on spiritual care competency in critical care nurses. *Journal of Medicine and Life, 11*(4), 346-354. doi: 10.25122/jml-2018-0056
- Sahebalzamani, M., Farahani, H., Abasi, R., & Talebi, M. (2013). The relationship between spiritual intelligence with psychological well-being and purpose in life of nurses. *Iranian Journal of Nursing and Midwifery Research, 18*(1), 38-41.
- Sharifnia, A. M., Fernandez, R., Green, H., & Alananzeh, I. (2022). Spiritual intelligence and professional nursing practice: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Nursing Studies Advances, 4*. doi: <https://doi.org/10.1016/j.ijnsa.2022.100096>
- Zohar, D. (2018). *Spiritual intelligence: A new paradigm for collaborative action*. Retrieved Nov 3, 2023, from <https://thesystemsthinker.com/spiritual-intelligence-a-new-paradigm-for-collaborative-action/>
- Zohar, D., & Marshall, I. (2000). *SQ: Spiritual Intelligence: the Ultimate Intelligence*. London: Bloomsbury Publishing.