

หลักสูตรองค์กร ร่มเย็น

Mindfulness Organization



(สำหรับผู้บริหารระดับสูงที่ต้องการสร้างพลังบวกให้กับองค์กร ผู้บริหารที่รับผิดชอบด้านการเปลี่ยนแปลงองค์กร)

2 - 4 สิงหาคม 2566

ณ หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ - สวนโมกข์ กรุงเทพฯ



ลงทะเบียนหลักสูตร

ค่าธรรมเนียม
25,000 บาท*
(ไม่รวมภาษีมูลค่าเพิ่ม)

รับจำนวน 20-25 ท่าน

สอบถามเพิ่มเติม
คุณกิตติศักดิ์ พรหมเดช (เจมส์)
Ins. 095-042-9327

รายได้ทั้งหมดหลังหักค่าใช้จ่าย
มอบให้มูลนิธิหอจดหมายเหตุ
พุทธทาส อินทปัญโญ



2
ส.ค.
Part
1

Introduction of
Mindfulness
Organization
(องค์กรร่มเย็น)

3
ส.ค.
Part
2

The self and
Mindful
Relationship
(เข้าใจตน เข้าใจคน
เป็นต้นทางแห่งร่มเย็น)

4
ส.ค.
Part
3

Mindfulness
Leadership
(ผู้นำร่มเย็น)

***พิเศษ** ค่าธรรมเนียมหลักสูตร **45,000 บาท** (ต่อ 2 ท่าน) สำหรับองค์กรที่สมัครเข้าร่วมทั้งผู้บริหารระดับสูงและผู้บริหารด้านทรัพยากรบุคคล/วัฒนธรรมองค์กร เพื่อขับเคลื่อนองค์กรร่มเย็นให้เกิดผลเป็นรูปธรรม

องค์กร สมณีย์ คือ องค์กรที่พนักงานทำงานด้วยความสุข เกิด **“พลังการทำงานเชิงบวก”** ลดความกลัว มีความคิดสร้างสรรค์ สามารถปรับเปลี่ยนองค์กรได้อย่างรวดเร็ว เท้าทันต่อการเปลี่ยนแปลง โดยอาศัยหลักคิดเรื่องการสร้าง **สติ และ สมาธิ** ในการพัฒนา และขับเคลื่อนบุคลากรใน 3 ระดับ ได้แก่ **“บุคคล-ทีม-องค์กร”** ที่เริ่มตั้งแต่หลักคิดของผู้บริหาร การบริหารจัดการ และการผลักดันให้เกิดวัฒนธรรมองค์กร

ผู้บริหารองค์กร สมณีย์ เริ่มจากการตระหนักและเห็นความสำคัญของ **“สติ”** สามารถฝึกตนให้มีสติและนำมาใช้ในการบริหารจัดการองค์กร เพื่อให้องค์กรเป็นองค์กรที่มีพลังบวก บุคลากรมีความสุข ทำงานร่วมกันและมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างเห็นอกเห็นใจ เข้าใจกันอย่างแท้จริง มีใจเป็นกลาง รับรู้สภาพการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างที่เป็น โดยปราศจากอคติ อันจะนำไปสู่การเพิ่มผลิตภาพและนวัตกรรมในองค์กร

คนงาม ชุมชนงาม จินงาม
ธรรมชาติเป็น **สมณีย์**

องค์กร สมณีย์ = เป็นองค์กรที่ผู้บริหารตั้งอยู่บนฐานของการมีสติ + เข้าใจตนเอง + ตระหนักรู้ตนเอง + ความเกี่ยวเนื่องกับผู้อื่น นำไปสู่การปรับการมีปฏิสัมพันธ์เชิงบวก



09.00 – 10.00 น.

รู้จักกับ “องค์กรสมณีย์”

โดย

ดร.วิโรโก สันติประภพ

ประธานกรรมการบริหาร
หอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ

“องค์กรสมณีย์” เป็นองค์กรที่ผู้บริหารดำรงตนอย่างมีสติ
เข้าใจตนเอง ตระหนักรู้ตนเอง เข้าใจความเกี่ยวเนื่องกับผู้อื่น
อันนำไปสู่การปรับและสร้างปฏิสัมพันธ์เชิงบวก และสามารถ
ถ่ายทอดคุณสมบัติดังกล่าวไปสู่ทีมงานทุกระดับในองค์กรในที่สุด

- องค์กรสมณีย์ คืออะไรและสำคัญอย่างไร?
- แนวคิดเกี่ยวกับองค์กรสมณีย์
- เส้นทางการเรียนรู้สู่การสร้างองค์กรสมณีย์

10.00 – 12.00 น.
และ 13.00 – 14.15 น.

สติเพื่อการตระหนักรู้

โดย

ครูดล ธนวัชร เกตน์วิมุต

ประธานเครือข่ายชีวิตสิกขา
เครือข่ายเพื่อการเรียนรู้และเข้าใจชีวิต

สร้างการตระหนักรู้ (Awareness) ความสำคัญ และ
ประโยชน์ของสติ เพื่อส่งเสริมให้ผู้เข้าอบรมมีความรู้
เกี่ยวกับการฝึกสติ และสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์
แก่ตนเองและผู้อื่นในการใช้ชีวิตและการทำงาน

- สติคืออะไร? : ทำความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิดของการฝึกสติ
- สติสำคัญอย่างไร? : เรียนรู้ประโยชน์และผลลัพธ์
จากการนำสติมาใช้ในมิติของชีวิต
- ฝึกสติอย่างไร? : ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการฝึกสติ
สมาธิ สำหรับผู้เริ่มต้นและการต่อยอดในอนาคต

14.30 – 16.30 น.

Panel Discussion: สติกับการนำองค์กรในมุมมองของปัจเจก

รับฟังมุมมองการนำสติมาใช้ในการบริหารจากผู้นำองค์กร การจัดการตนเองของผู้บริหาร
เพื่อฝึกสติ และการนำมาใช้ประโยชน์เพื่อการบริหารองค์กร การจัดการกับข้อจำกัดและสิ่งที่
ต้องเผชิญในบทบาทของการเป็นผู้บริหาร ทั้งการจัดการกับความรับผิดชอบ ความเครียด
การวางใจให้เป็นกลางในฐานะผู้นำทีมและองค์กร

- ผู้ร่วมอภิปราย -

- ดร.วิโรโก สันติประภพ ประธานกรรมการบริหารหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ
- ดร.ณัฐวุฒิ กุลนิเทศ กรรมการผู้จัดการ และผู้ก่อตั้ง ADGES
- โค้ชจิมมี่ พจนารถ ชิบังเกิด ประธานกรรมการ และผู้ก่อตั้ง Jimi The Coach Group
- ครูดล ธนวัชร เกตน์วิมุต ประธานเครือข่ายชีวิตสิกขา เครือข่ายเพื่อการเรียนรู้และเข้าใจชีวิต

16.30 – 17.00 น.

เพลิชั่นรมนำชมสวนโมกข์ กรุงเทพฯ : ภาพปริศนาธรรม

9.00 – 16.00 น.

การเข้าใจตนเองและผู้อื่นในระดับลึกอย่างแท้จริง ด้วยการนำทางของสติ

โดย

โค้ชจิมมี่ พจนารท ชิบังเกิด ประธานกรรมการ และผู้ก่อตั้ง Jimi The Coach Group

ครูชล ธนวัชร เกตน์วิมุต ประธานเครือข่ายชีวิตสิกขา เครือข่ายเพื่อการเรียนรู้และเข้าใจชีวิต

ผสมผสานการฝึกสติให้เป็นธรรมชาตินิสัยอย่างต่อเนื่อง ควบคู่ไปกับการเรียนรู้ เพื่อให้เข้าใจและยอมรับที่มาของพฤติกรรม อุปนิสัยและพื้นฐานอารมณ์ของตนเอง และของผู้อื่นที่แตกต่างจากตนเอง บ่มเพาะวิธีการมองโลกอย่างเป็นจริง อันเป็นจุดเริ่มต้นของความเมตตา การให้อภัย ความกรุณา การยอมรับและชื่นชมทั้งตนเองและผู้อื่น ตลอดจนการส่งเสริมให้มองเห็นทางเลือกในการดำรงตนอย่างมีความสุขและเป็นประโยชน์ต่อครอบครัว องค์กร และสังคม

Inner Self Journey การเดินทางสู่โลกภายในเพื่อการแสวงหาตนเอง

การรู้จักตัวตนอย่างแท้จริง

- ท่านเป็นคนอย่างไร?
- คนอื่นอธิบายว่าท่านเป็นคนอย่างไร?

ที่มาของความเป็นตัวตน และการบริหารจัดการตนเอง

- 5 แรงผลักดันของปัจเจกบุคคล (What makes me 'ME' today)

Mindfulness from Inside Out การฝึกสติจากภายในสู่การสร้างพฤติกรรมสมาธิ

- การสร้างภูมิคุ้มกันเพื่อการดำรงตนในสภาวะความขัดแย้ง
- การรู้เท่าทันเพื่อการบริหารจัดการอย่างสงบเย็น มั่นคง และสร้างสรรค์

ปรากฏการณ์ที่มีต่อ 'สมาธิวัฒนธรรม' และ 'อริยมรรควัฒนธรรม'

- กรณีศึกษาจากประสบการณ์จริง
- การสร้างวัฒนธรรมสมาธิที่เริ่มต้นจากภายในตัวตน

16.00-16.30 น.

เพลียนธรรมนำชมสวนโมกข์ กรุงเทพฯ :

มรดกธรรม เอกสารข้อเขียนต้นฉบับของท่านพุทธทาส อินทปัญโญ



9.00 – 12.00 น.
และ 13.00 – 14.30 น.

บทบาทของผู้นำแห่งสติ
ที่สามารถสร้างการตื่นตัว
และแรงบันดาลใจ

โดย

ดร.ณัฐวุฒิ กุลนิเทศ

กรรมการผู้จัดการ และผู้ก่อตั้ง ADGES

พร้อมกับกิจกรรมเสริมสติ

โดย

ครูดล ธนวัชร เกตน์วิมุต

ประธานเครือข่ายชีวิตสิกขา
เครือข่ายเพื่อการเรียนรู้และเข้าใจชีวิต

สร้างความรู้ ความเข้าใจ แนวทางปฏิบัติเกี่ยวกับภาวะผู้นำสติ
เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีเครื่องมือในการจัดการสติในการบริหารงาน
บริหารทีมและการสร้างความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง ให้มีความสุข
และผลลัพธ์ที่ดีขององค์กร

**บทบาทของผู้นำแห่งสติ ที่สามารถสร้างการตระหนักรู้
และแรงบันดาลใจ**

- ผู้นำแห่งสติกับภาวะผู้นำในยุคสมัยใหม่
ความสมดุลทางอารมณ์ ความยืดหยุ่น
- บทบาทผู้นำแห่งสติ
- ความฉลาดทางอารมณ์และการตัดสินใจบนพื้นฐานของสติ

วิธีการบริหารจัดการทีมและสร้างวัฒนธรรมองค์กรสมัย

- ความเมตตาและความเป็นผู้นำ
- การสื่อสารด้วยความเข้าใจ
- โมเดลการสร้างทีม : สร้างพลังแห่งความรัก ความสามัคคี
บรรยากาศการทำงานที่มีพลังงานเชิงบวก
- การบริหารให้ “คนสำราญ งานสำเร็จ”
ด้วยการเรียนรู้ภาวะผู้นำ
- มองเห็นภาพรวมกลยุทธ์ได้อย่างยืดหยุ่น

แผนพัฒนาความเป็นผู้นำของคุณ

14.45 – 17.00 น.

Panel Discussion: การบูรณาการสติกับการสร้างองค์กรสมัย

การอภิปรายร่วมจากวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิ แนวทางในการบูรณาการสติกับการสร้าง
องค์กรสมัย โดยการบริหารกระบวนการภายใน ทั้งเรื่องงานทรัพยากรมนุษย์
การจัดโครงสร้างองค์กร การออกแบบและสร้างวัฒนธรรมองค์กรสมัย การจัดการกับ
แรงต้านในองค์กร และการรับมือกับสถานการณ์ และสามารถแก้ไขปัญหาลักษณะต่าง ๆ
ได้อย่างยืดหยุ่น และมีประสิทธิภาพ

- ผู้ร่วมอภิปราย -

- **ดร.วิโรจน์ สันติประภพ** ประธานกรรมการบริหารหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ
- **ดร.ณัฐวุฒิ กุลนิเทศ** กรรมการผู้จัดการ และผู้ก่อตั้ง ADGES
- **โค้ชจิมมี่ พจนารถ ชัยบังเกิด** ประธานกรรมการ และผู้ก่อตั้ง Jimi The Coach Group
- **ครูดล ธนวัชร เกตน์วิมุต** ประธานเครือข่ายชีวิตสิกขา เครือข่ายเพื่อการเรียนรู้และเข้าใจชีวิต

หมายเหตุ: กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม