



**กรมอนามัย**  
DEPARTMENT OF HEALTH

## สรุปการแลกเปลี่ยนเรียนรู้

หัวข้อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ : การรับมือกับการเปลี่ยนแปลงเพื่อความสำเร็จในการทำงาน

สถานที่ ห้องประชุมกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ วันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2565 เวลา 08.30-15.00 น.

ผู้สรุปประเด็นการเรียนรู้ : น.ส.บุศรินทร์ ทนันทชัยบุตร

จัดทำโดย : กลุ่มพัฒนาระบบบริหาร กรมอนามัย

การรับมือกับการเปลี่ยนแปลงเพื่อความสำเร็จในการทำงาน โดย ทันตแพทย์สุธา เจียรมนิโชติชัย

### หัวข้อ

ความเป็นปกติแบบใหม่ (the new normal) V-Volatility ความผันผวนสูง สภาวะแวดล้อม ที่มีการเปลี่ยนแปลง อยู่ตลอดเวลาและเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว จะเป็นการยากที่จะเดาหรือพยากรณ์ถึงการเปลี่ยนแปลงได้ล่วงหน้า ทั้งในมิติของการ เปลี่ยนแปลงและมิติของระยะเวลา การเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมนั้นเกิดขึ้นแน่ๆแต่ไม่สามารถคาดเดาหรือพยากรณ์ได้ถึง ความ รุนแรงหรือความเร็วในการเปลี่ยนแปลง U-Uncertain ความไม่แน่นอน สภาวะแวดล้อมที่ไม่แน่นอนขาดความรู้ ความชัดเจนว่า สภาพแวดล้อมจะมีการเปลี่ยนแปลงหรือไม่ ซึ่งสุดท้ายแล้วอาจจะไม่มีการเปลี่ยนแปลงใดๆ เกิดขึ้นก็ได้ แต่ความไม่แน่นอนทำให้ ผู้บริหารไม่สามารถที่จะวางแผนหรือตัดสินใจให้ชัดเจนได้ว่า จะทำอะไร ผู้บริหารขาดข้อมูลที่แน่นอนและชัดเจนสำหรับที่จะทำ การตัดสินใจ C-Complex ความซับซ้อน สภาพแวดล้อมที่มีปัจจัยต่างๆที่เข้ามาเกี่ยวข้องมากมายอาจจะมีข้อมูลหรือสามารถ พยากรณ์ถึงการเปลี่ยนแปลงของปัจจัยต่างๆได้ แต่เนื่องจากมีปัจจัยที่จะต้องพิจารณามากเกินไปจนกว่าที่จะสามารถประมวลผล เพื่อการตัดสินใจได้ A-Ambiguous ความคลุมเครือ สภาวะแวดล้อมที่มีความคลุมเครือหรือความไม่ชัดเจนถึงความสัมพันธ์ของ ปัจจัยต่างๆในเชิงเหตุและผล เช่น เมื่อเข้าไปลงทุนในตลาดหรือประเทศใหม่ๆจะไม่ทราบเลยว่าการใช้กลยุทธ์ในรูปแบบหนึ่งจะ ส่งผลในทางบวกหรือลบต่อองค์กรของท่าน ท่านพบสถานการณ์เหล่านี้ในกลยุทธ์ใหม่ๆที่ท่านจะใช้ เนื่องจากขาดข้อมูล ที่เป็นอดีต จะช่วยเป็นข้อมูลพื้นฐานในการตัดสินใจ

**VUCA World**

- V - Volatility** ความผันผวนสูง
- U - Uncertain** ความไม่แน่นอนสูง
- C - Complex** ความซับซ้อน
- A - Ambiguous** ความคลุมเครือ

**The New Normal**  
ความเป็นปกติแบบใหม่

THINK INNOVATION  
www.sasimasuk.com

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

f t y v www.anamai.moph.go.th



**กรมอนามัย**  
DEPARTMENT OF HEALTH

## สรุปการแลกเปลี่ยนเรียนรู้

หัวข้อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ : การรับมือกับการเปลี่ยนแปลงเพื่อความสำเร็จในการทำงาน

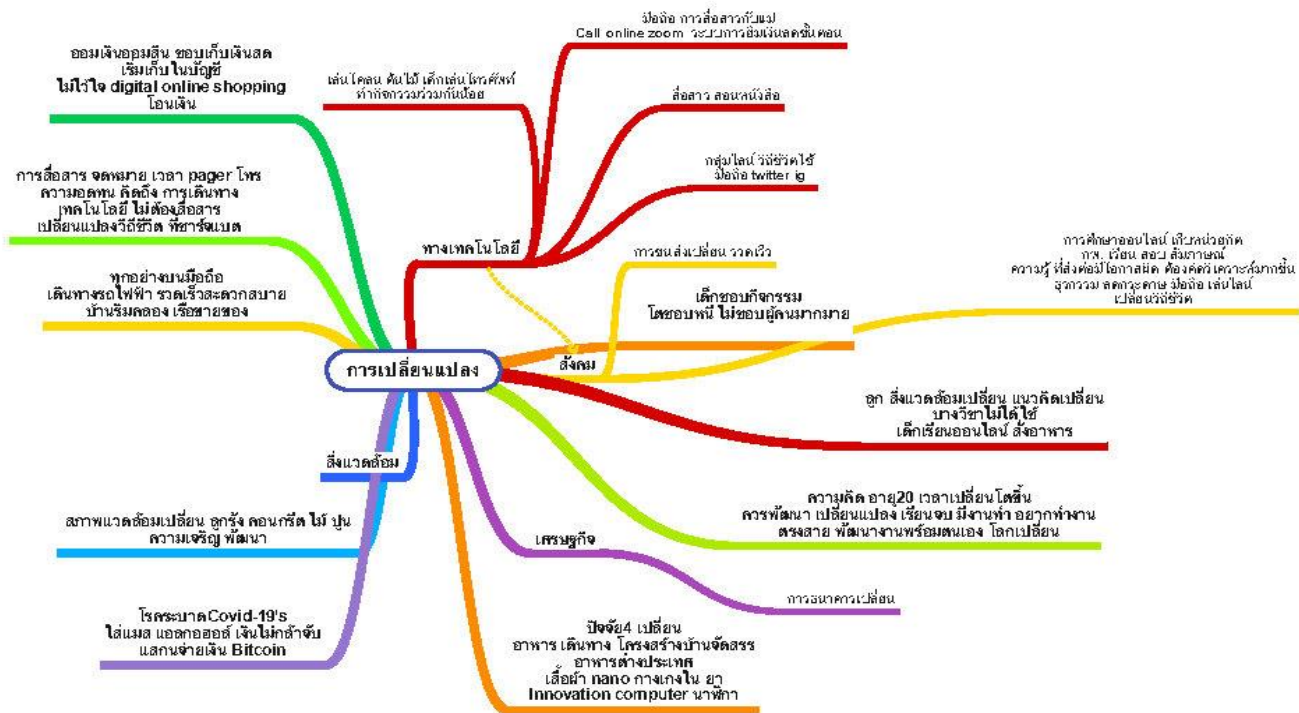
สถานที่ ห้องประชุมกองกิจการทางกายเพื่อสุขภาพ วันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2565 เวลา 08.30-15.00 น.

ผู้สรุปประเด็นการเรียนรู้ : น.ส.บุศรินทร์ ทนันทชัยบุตร

จัดทำโดย : กลุ่มพัฒนาระบบบริหาร กรมอนามัย

### การเปลี่ยนแปลง

การเปลี่ยนแปลงในทัศนะ มุมมอง นิยาม และตัวอย่างประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงของแต่ละคน  
: การระดมสมองแชร์ประสบการณ์เปลี่ยนแปลงที่พบหรือรับรู้ ของบุคลากรกลุ่มพัฒนาระบบบริหาร



: จากประสบการณ์ของการเปลี่ยนแปลงสามารถสรุปอะไรได้บ้าง

การเปลี่ยนแปลงจากประสบการณ์บุคลากรกลุ่มพัฒนาระบบบริหารที่ผ่านมา กล่าวโดยสรุปว่า การเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี ที่มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว มีการใช้เทคโนโลยีมากขึ้น การติดต่อสื่อสารผ่านแอปพลิเคชันออนไลน์ การประชุมออนไลน์ การซื้อของบนแพลตฟอร์ม การเดินทางที่สะดวกรวดเร็ว การจัดส่งพัสดุที่มีให้เลือกหลากหลาย รวดเร็ว สะดวกขึ้น การเปลี่ยนแปลงทางสิ่งแวดล้อม สภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไป มีฝุ่น PM2.5 เยอะขึ้น ภาวะโลกร้อน ถนนหนทางพัฒนามากขึ้น ทางด่วน รถไฟฟ้า เกิดถึงหลายสาย การเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ ธนาคารมีการเปลี่ยนรูปแบบการบริการ มีการดำเนินการธุรกรรมบนแอปพลิเคชันมากขึ้น อำนวยความสะดวกเยอะขึ้น และด้วยโลกที่เปลี่ยนอย่างรวดเร็ว จึงมีความจำเป็นที่เราจะต้องพัฒนาตนเองให้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง เพื่อให้การดำเนินชีวิตประจำวันเป็นไปอย่างราบรื่นและมีความสุข รวมไปถึงการทำงานที่มีประสิทธิภาพสูงสุดด้วย เพื่อรองรับทักษะแห่งโลกอนาคต



กรมอนามัย  
DEPARTMENT OF HEALTH

## สรุปการแลกเปลี่ยนเรียนรู้

หัวข้อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ : การรับมือกับการเปลี่ยนแปลงเพื่อความสำเร็จในการทำงาน

สถานที่ ห้องประชุมกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ วันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2565 เวลา 08.30-15.00 น.

ผู้สรุปประเด็นการเรียนรู้ : น.ส.บุศรินทร์ ทนันทชัยบุตร

จัดทำโดย : กลุ่มพัฒนาระบบบริหาร กรมอนามัย

### ความจริงของการเปลี่ยนแปลง

- เป็นสิ่งแน่นอนเป็นสัจธรรม
- เริ่มต้นจากเหตุนำสู่ผล ผลจะกลายเป็นเหตุของผลถัดไป
- จากเหตุนำไปสู่ผลนั้นจำเป็นต้องมีปัจจัยต่างๆเข้ามาสนับสนุน
- เหตุการณ์ต่างๆล้วนสัมพันธ์และเกี่ยวเนื่องกัน (Butterfly effect)
- เหตุการณ์มีจุดเริ่มต้น ดำเนินไป และสิ้นสุดลง (Broken windows)
- ความจริงของการเปลี่ยนแปลงมีทั้งบวกและลบ ขึ้นอยู่กับมุมมองของบุคคล กลุ่มคน

### ความสำเร็จ

- ส่วนตัว เงินทอง วิถีชีวิต สุขภาพ ครอบครัว
- การงาน การบริหารความสัมพันธ์ทั้งเบื้องบน เบื้องล่าง และรอบข้าง
- มีทักษะด้านเทคนิค (technical skill) ความสามารถในการประยุกต์ใช้ความรู้และความสามารถเชี่ยวชาญเฉพาะด้านเกี่ยวกับงาน ทักษะด้านคน (human skill) ทักษะในการประสานกับกลุ่มที่ผู้บริหารนั้นรับผิดชอบ เป็นการทำงานที่เกี่ยวข้องกับเรื่องทัศนคติ การสื่อสาร ทักษะการทำงานกับคน ทักษะด้านความคิด (conceptual skill) เป็นความสามารถในการมององค์การในภาพรวม มีทักษะด้านความคิด สามารถเข้าใจความสัมพันธ์ การเปลี่ยนแปลงที่มีผลกระทบต่อหน่วยงานต่างๆในองค์การว่ามีผลต่อกันอย่างไร

### การทำงาน

• **Fixed Mindset** ที่เป็นปัญหาและพบได้บ่อยในการทำงาน เช่น บางคนเมื่อพวกเขาต้องเจอกับปัญหา หรือ ต้องเจอกับสถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคย ก็ออกอาการถอดใจ หรือยอมแพ้ง่ายๆ แต่กับอีกคน เขาอาจจะขอลองแก้ไขดูก่อน หรือลองทำดูก่อน ทั้งๆ ที่อาจจะไม่มีประสบการณ์ในเรื่องนั้นมาก่อน แต่ก็มีความเชื่อว่า น่าจะมีวิธีการที่จะแก้ไขในเรื่องนี้ได้

ดังนั้นเรื่องของความเชื่อ จึงมีผลต่อความเป็นไปได้ ในสิ่งที่เราเชื่อสูงมาก แล้วเราความเชื่อแบบไหนดี? ที่จะส่งผลดีกับชีวิตการทำงานของเรา อย่างไรก็ตาม เราเลือกที่จะเชื่อในศักยภาพของตัวเองได้เสมอ เหมือนกับที่โบราณเขาว่าเอาไว้ “เราคิดสิ่งไหน เชื่อแบบไหน ก็จะได้แบบนั้น” ซึ่งตรงกับแนวทางของ **Growth Mindset** ที่ว่า เราควรเชื่อว่าทุกอย่างเป็นไปได้ และขอให้ลงมือทำด้วยความเต็มใจและความตั้งใจไปก่อน ความผิดพลาดระหว่างทาง คือ เรื่องธรรมดา หากเรารู้จักเรียนรู้ ปรับปรุง และพร้อมที่จะแก้ไขผลลัพธ์ที่เราต้องการก็จะอยู่ไม่ไกลอย่างแน่นอน

### จากบทความ ณ วัดโทมฯ แห่งหนึ่ง ได้อะไรจากเรื่องนี้บ้าง

- เข้าใจธรรมชาติของเหตุการณ์ จากเหตุปัจจัยนำสู่ผล
- มีการตั้งเป้าหมายให้ชัดเจน ทบทวนสถานการณ์ปัจจุบัน
- หากลยุทธ์ในการทำงาน ตั้งต้นจากวัตรปฏิบัติของตนเอง อดทน สร้างศรัทธา
- ล้มเหลว ทบทวน สรุปบทเรียน ตั้งต้นใหม่ fail fast, agile, resilience, flexible
- สำคัญที่สุดคือ Mindset (fixed or growth mindset)