

# หลุดพ้น

## ด้วยการคำนึงถึงคนอื่น

สารบำรุงสมอง

เรื่อง : รศ.ดร.วราภรณ์ สามโกเศศ ภาพ : ชัญญุณี สมบัติ

‘กล่อง’ ที่ทำให้มนุษย์ไม่สามารถหลุดพ้นหรือก้าวข้ามออกไปได้ คือ ความรู้สึกเอนเอียงตามธรรมชาติว่าสิ่งที่เป็นลบต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับตนเองนั้นล้วนเป็นความผิดของผู้อื่นทั้งสิ้น เราต้องมีวิธีคิดใหม่เพื่อให้หลุดพ้นออกไปเพื่อประสพสิ่งที่ดีงามกว่าเดิม



พ่อมักโทษความเกรงไม่เอาถ่านของลูกว่าเป็นเพราะแม่ตามใจ ไม่อบรมบ่มนิสัยให้ดี ครูก็ไม่รับผิดชอบ ทุกสิ่งล้วนเป็นความผิดของคนอื่นไปเสียหมด โดยไม่ได้ตระหนักเลยว่าตนเองนั้นแหละอาจเป็นต้นเหตุของปัญหาหรือตัวปัญหาเลยก็เป็นได้

พ่อลืมนึกไปว่าตนเองไม่ได้ทำตัวให้เป็นแบบอย่างที่ดีของลูก ไม่ได้ให้เวลาหรือช่วยเหลือภรรยาดูแลลูกอย่างเพียงพอ เก่งอยู่อย่างเดียวคือคำลูกและภรรยาอย่างไม่มีเหตุผล

สถานการณ์ที่โทษคนอื่นเสมอ นั่น นักจิตวิทยาเรียกว่า self - deception หรือการหลอกตัวเอง ความสบายใจเกิดขึ้นเมื่อความผิดเป็นของผู้อื่น การโทษคนอื่นเป็นกลไกทางจิตวิทยาที่ทำให้มนุษย์มีชีวิตรอบโลกได้อย่างมีความสุข ปราศจากความรู้สึกผิด อย่างไรก็ตามก็ดีสำหรับมนุษย์ที่มีปัญญาแล้วจะรู้ว่าหลายครั้งหรือบ่อยครั้ง ตัวเองมีส่วนร่วมด้วยในความผิดพลาดนั้นอย่างสำคัญ

กลุ่มที่ปรึกษา Abinger แห่งสหรัฐอเมริกาเป็นผู้นำในการหาทางออกจากความคิดที่ผิดพลาดนี้ กลุ่มนี้ให้คำปรึกษาและการฝึกฝนอบรมเพื่อให้ได้ผู้นำรุ่นใหม่ที่มี self - deception น้อยที่สุด อันจะบันดาลให้องค์กรประสบความสำเร็จ

การโทษว่าเป็นความผิดผู้อื่นเสมอ นั่น นักวิชาการเรียกว่าเป็นแนวคิดแบบ 'ทัศนคติฝังใจมองเข้าหาตน' (Inward Mindset) กล่าวคือมองแต่ว่าคนอื่น ๆ เป็นสิ่งที่ตนเองจะหาประโยชน์ได้อย่างไร คนเหล่านั้นจะมีผลกระทบต่อตนเองอย่างไร ฯลฯ ทั้งหมดนี้วนเวียนอยู่ที่เป้าหมายของตนเองเป็นหลัก

ในทางตรงกันข้ามถ้ามี 'ทัศนคติฝังใจมองออกจากตน' (Outward Mindset) กล่าวคือมองว่าตนเองมีผลกระทบต่อคนอื่นอย่างไร โดยเปลี่ยนจาก 'มองคนอื่น' มาเป็น 'มองตนเอง' การโทษคนอื่นหรือ self - deception ก็จะลดน้อยลงลงไปได้ สามารถมองเห็นความเป็นจริงได้ชัดเจนขึ้น การ 'ก้าวข้าม' ไปสู่สิ่งที่ตรงมากกว่าก็จะเกิดขึ้นได้

ในองค์กรที่มีแต่การมองแบบ Inward Mindset แต่ละฝ่ายจะทำงานกันเป็น silo หรือโกดังเก็บสินค้าแยกจากกัน แต่ละฝ่ายดูแลเป้าหมายของตนโดยมิได้ดูเป้าหมายรวมขององค์กร ความร่วมมือจึงไม่เกิดขึ้น

ในระดับบุคคล การมี Inward Mindset จะทำให้หัวหน้ามองแต่เป้าหมายของตนเอง เนื่องจากเห็นแต่สิ่งที่คนอื่นจะเป็นประโยชน์แก่ตน โดยมีได้มองว่าตนเองมีผลกระทบต่อคนอื่นอย่างไร

ในองค์กรที่ผู้นำมี Outward Mindset การคำนึงถึงเป้าหมายของแต่ละคน แต่ละฝ่ายเป็นใหญ่จะลดหายไปเนื่องจากแต่ละคน แต่ละฝ่ายคำนึงถึงผลกระทบที่ตนเองอาจมีต่อคนอื่น โดยเปลี่ยนจาก 'ของตน' เป็น 'ของเรา' หากเป็นเช่นนี้องค์กรก็สามารถก้าวข้าม หรือหลุดพ้นไปสู่ความเป็นเลิศได้

Outward Mindset ก็สามารถนำมาใช้ในชีวิตครอบครัวได้เช่นกัน การคำนึงถึงผลกระทบที่ตนเองมีต่อคนอื่น โดยไม่เน้น

สิ่งที่ตนเองต้องการเป็นใหญ่ ย่อมทำให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว ปราศจากการโทษกัน มีแต่ความร่วมมือซึ่งกันและกัน หัวใจของความสำเร็จในทุกเรื่อง

บุคคลที่ถูกครอบงำด้วย Inward Mindset จะเป็นคนแคบ นึกถึงแต่ประโยชน์ของตนเอง การคำนึงถึงความสัมพันธ์กับผู้อื่นอันเป็นผลจากการมองโลกชนิดแคบของตนเองจะถูกกลืนเลย นอกจากนี้ Inward Mindset มีความสัมพันธ์สูงกับการเป็นคนมองโลกในแง่ร้ายอีกด้วย

การที่บุคคลหรือองค์กรหนึ่งจะหลุดพ้นจากรูปแบบไปไม่ได้ จะต้องคำนึงจุดอ่อนของมนุษย์คือ self - deception หรือการหลอกตัวเองโดยการโทษคนอื่นอยู่เสมอ พร้อมกับมีแนวคิด Outward Mindset มิฉะนั้นจะเป็นเหมือนมนุษย์ปกติส่วนใหญ่ในโลก

ไม่มีมนุษย์ใดที่จะมี Outward Mindset ได้ในทุกเรื่อง ในทุกเวลาตราบที่เป็นมนุษย์ปุถุชน อย่างไรก็ตามก็ดีกว่าตระหนักถึงการมีจุดอ่อนของตนเองในเรื่องการโทษคนอื่น การมักเน้นประโยชน์ของตนเองโดยละเลยการคำนึงถึงผลกระทบที่ตนเองมีต่อคนอื่นบ่อยครั้งก็จะช่วยให้หลุดพ้นจากรูปที่บีบรัดไปสู่ศักยภาพที่ยิ่งใหญ่ได้

