

# รายงานการวิจัย

เรื่อง

ศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน: การศึกษาเชิงคุณภาพประสบการณ์  
การเรียนรู้ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย

ผู้วิจัย

อาจารย์ ดร.ศศิลักษณ์ ขยันกิจ

สนับสนุนโดย

กองทุนรัชดาภิเษกสมโภช จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตุลาคม ๒๕๕๑

## คำนำ

รายงานวิจัยฉบับนี้ได้รับการสนับสนุนจากกองทุนรัชดาภิเษกสมโภช จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ด้วยการสนับสนุนนี้ทำให้ผู้วิจัยได้รับโอกาสที่ดีในการเรียนรู้บนเส้นทางวิชาชีพ งานวิจัยนี้เป็นการตรวจสอบปรากฏการณ์การเรียนรู้ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ศึกษาศาสตรบัณฑิตเพื่อการพัฒนาภายในตน ด้วยผู้วิจัยมุ่งหวังให้ งานวิจัยนี้เป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนากระบวนการเรียนการสอนสำหรับนิสิตปริญญาดุษฎี ในทางที่ ส่งเสริมให้ผู้เรียนเข้าใจตนเองและเห็นความเชื่อมโยงระหว่างความรู้กับการดำเนินชีวิต

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.จีระพันธ์ พูลพัฒน์ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.บุษบง ตันติวงศ์ ที่สละทั้งเวลาและพลังปัญญาในการให้คำปรึกษาและคำแนะนำที่เป็น ประโยชน์อย่างยิ่ง ขอขอบคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทิพจุกา สุภิมารส เพื่อนร่วมวิชาชีพที่ให้ ข้อคิดและคำแนะนำดีๆ ขอขอบคุณ คุณอัญชนา สุนทรพิทักษ์ วิทยากรและกัลยาณมิตร ผู้สรรค์สร้างเส้นทางการเรียนรู้ผ่านสุนทรียะทางศิลปะ ขอขอบคุณผู้ช่วยวิจัยและนิสิตสาขาวิชา การศึกษาศาสตร์ที่เข้าร่วมกิจกรรม ผู้ซึ่งแสดงให้เห็นว่าความตั้งใจและการเปิดรับเป็นพลังสำคัญของ การเรียนรู้และการเติบโต สุดท้ายนี้ ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ฝ่ายอาคารและสถานที่ ที่คอยอำนวยความสะดวกแก่ผู้วิจัยเป็นอย่างดี

ผู้วิจัย

ตุลาคม ๒๕๕๑

## บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตระดับปริญญาตรี โท และเอก สาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ที่เข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน ในด้าน ๑) มุมมองต่อตนเอง ๒) มุมมองต่อผู้อื่น และ ๓) มุมมองต่อวิชาชีพ งานวิจัยนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อตอบคำถามวิจัย ๒ ข้อ คือ ๑) นิสิตสาขาวิชาการศึกษาศาสตร์มีประสบการณ์การเรียนรู้ในการเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนอย่างไร และ ๒) การเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนทำให้นิสิตเกิดการเปลี่ยนแปลงในมุมมองต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อวิชาชีพ หรือไม่ อย่างไร ผู้เข้าร่วมการวิจัย คือ นิสิตสาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ จำนวน ๑๒ คน ประกอบด้วย นิสิตปริญญาตรี จำนวน ๓ คน นิสิตปริญญาโท จำนวน ๓ คน และนิสิตปริญญาเอก จำนวน ๖ คน นิสิตเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน สัปดาห์ละ ๑ ครั้ง เป็นเวลา ๑ ภาคการศึกษา ผู้วิจัยเก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคล ผลการวิจัย มีดังนี้

๑. นิสิตสาขาวิชาการศึกษาศาสตร์สะท้อนประสบการณ์การเรียนรู้ที่เกิดขึ้น ๔ ประเด็น คือ ๑) การมีสติรู้ตัว ๒) การเรียนรู้ตนเอง ได้แก่ การเข้าใจตนเอง การเป็นผู้สังเกตที่ละเอียดอ่อน การลดตัวตน การรู้เท่าทันอารมณ์ ความคิด การกระทำ และการคิดเป็นระบบ ๓) การเรียนรู้ผู้อื่น ได้แก่ การฟังอย่างตั้งใจ และการเปิดรับ และ ๔) การเรียนรู้ชีวิต ได้แก่ การเห็นความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติ การเข้าใจถึงความไม่เที่ยงของชีวิต และการเห็นคุณค่าในสรรพสิ่ง

๒. นิสิตสะท้อนให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงมุมมองต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อวิชาชีพ ดังนี้ ๑) มุมมองต่อตนเอง ได้แก่ การพัฒนาตนเอง และเห็นคุณค่าในตนเอง ๒) มุมมองต่อผู้อื่น ได้แก่ การเข้าใจและเปิดใจรับ และ ๓) มุมมองต่อวิชาชีพ ได้แก่ การพัฒนาภายในตนของครู และการมีเมตตาต่อเด็ก

ผลของการวิจัย พบว่า สุนทรียะทางศิลปะมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาภายใน ถือเป็นงานท้าทายสำหรับการพัฒนาครูการศึกษาศาสตร์ ในการบูรณาการความรู้ภาคทฤษฎีเข้ากับศิลปะเพื่อสร้างครูที่มีความเข้าใจในตนเองและชีวิต

## ABSTRACT

The purpose of this research was to investigate the early childhood education (ECE) students' learning experiences in viewing themselves, others, and profession. The study used qualitative method to explore two research questions which were 1) how did ECE students experience the art activities for inner development? and 2) did ECE students change their views towards themselves, others, and profession? and how? The participants were 12 ECE students; 3 undergraduate students, 3 master students, and 6 doctoral students. The participants participated in the art activity program once a week for one semester. An in-depth interview was used to elicit the data from each participant.

The findings were as follows;

1. Four themes emerged from the ECE students' learning experience were 1) being mindfulness, 2) learning about themselves which included understanding themselves, being a delicate observer, letting go of ego, detaching from the contents of their consciousness, and thinking systematically, 3) learning toward others which included deep listening and opening their mind, and 4) learning toward life which included understanding the relation between human and the nature, understanding that life was always changing, and appreciating everything around them.

2. ECE students reflected the changes in the views toward themselves, others, and profession which were 1) toward themselves including being able to develop oneself and appreciate themselves, 2) toward others including understanding others and openness, and 3) toward professional including understanding that being a good teacher has to practice inner development and love kindness towards children.

This research found that the aesthetic of art played an important role in inner development. In the field of ECE teacher education, this would be a challenge task to weave the theoretical knowledge with arts in order to cultivate teachers who would have better understanding of themselves and life.

## สารบัญ

|  | หน้า |
|--|------|
| คำนำ.....  | ก    |
| บทคัดย่อภาษาไทย.....   | ข    |
| บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....  | ค    |
| สารบัญ.....  | ง    |
| สารบัญตาราง.....   | ฉ    |
| สารบัญแผนภาพ.....  | ช    |
| สารบัญภาพ.....   | ซ    |
| บทที่ ๑ บทนำ.....  | ๑    |
| ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....                            | ๑    |
| วัตถุประสงค์การวิจัย.....                                      | ๓    |
| คำถามการวิจัย.....   | ๓    |
| ขอบเขตการวิจัย.....  | ๔    |
| วิธีการดำเนินการวิจัย.....                                     | ๔    |
| ประโยชน์ที่ได้รับ.....   | ๕    |
| บทที่ ๒ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....                    | ๖    |
| การจัดการศึกษาสำหรับผู้ใหญ่.....                               | ๗    |
| การเรียนรู้ตามช่วงวัยของชีวิต.....                             | ๗    |
| การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง.....                            | ๙    |
| แนวคิดที่แตกต่างกันของทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง..... | ๑๐   |
| รูปแบบของการบูรณาการเพื่อการเปลี่ยนแปลง.....                   | ๑๒   |
| กระบวนทัศน์เกี่ยวกับการจัดการศึกษา.....                        | ๑๔   |
| กระบวนทัศน์ใหม่ในการจัดการศึกษา.....                           | ๑๕   |
| การจัดการศึกษาตามแนวพุทธศาสนา.....                             | ๑๙   |
| การปฏิบัติตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา.....                         | ๒๐   |
| ศิลปะเพื่อการพัฒนาร่างกายในตน.....                             | ๒๖   |
| ความเข้าใจที่มีต่อศิลปะกับการพัฒนามนุษย์.....                  | ๒๖   |
| การพัฒนาบุคลากรโดยใช้ศิลปะ.....                                | ๒๗   |

## สารบัญ (ต่อ)

|   | หน้า |
|---|------|
| บทที่ ๓ วิธีการดำเนินการวิจัย.....                  | ๓๑   |
| การทบทวนองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้อง.....               | ๓๑   |
| การเตรียมการกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน.....   | ๓๑   |
| การคัดเลือกผู้เข้าร่วมกิจกรรม.....                  | ๓๒   |
| การดำเนินกิจกรรมและการเก็บรวบรวมข้อมูล.....         | ๓๒   |
| การตรวจสอบ วิเคราะห์ และนำเสนอข้อมูล.....           | ๓๘   |
| บทที่ ๔ ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....                   | ๓๙   |
| บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ..... | ๖๔   |
| สรุปผลการวิจัย.....                                 | ๖๕   |
| อภิปรายผลการวิจัย.....                              | ๖๗   |
| ข้อสังเกตจากงานวิจัย.....                           | ๗๑   |
| ข้อเสนอแนะในการวิจัย.....                           | ๗๑   |
| รายการอ้างอิง.....                                  | ๗๓   |

## สารบัญตาราง

|  | หน้า |
|--|------|
| ตารางที่ ๑ ช่วงเวลาการสัมภาษณ์นิสิตรายบุคคล.....   | ๓๔   |
| ตารางที่ ๒ รายละเอียดของกิจกรรมในแต่ละสัปดาห์.....   | ๓๕   |
| ตารางที่ ๓ รายละเอียดการดำเนินกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน<br>ระหว่างเดือนมิถุนายน – กันยายน ๒๕๕๐..... | ๓๖   |
| ตารางที่ ๔ สรุปประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย<br>จำแนกตามกิจกรรม .....           | ๕๖   |

## สารบัญแผนภาพ

|  | หน้า |
|--|------|
| แผนภาพที่ ๑ กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย.....                                    | ๔    |
| แผนภาพที่ ๒ อายุของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ปฐมวัยจำแนกตามระดับการศึกษา..... | ๓๒   |



## สารบัญภาพ

|   | หน้า |
|---|------|
| ภาพที่ ๑ ตั้ดดอกหน้าวัว.....  | ๕๖   |
| ภาพที่ ๒ ภาพสเกตตั้ดดอกหน้าวัวของอัถุชั้น สั้ปดาห้ที่ ๒.....                      | ๕๘   |
| ภาพที่ ๓ ภาพสเกตตั้ดดอกหน้าวัวของอัถุชั้น สั้ปดาห้ที่ ๖.....                      | ๕๘   |
| ภาพที่ ๔ นิสิตเคลี่อนไหวกั้บองค์ประกอบต่าๆในบทเพลงผ่านเสียงเปียโน.....            | ๕๙   |
| ภาพที่ ๕ ระบายสีน้ำ ๓ สี อย่างอิสระ.....  | ๖๒   |
| ภาพที่ ๖ แลกเปลี่ยนประสภารณห์หลังระบายสีน้ำ.....                                  | ๖๓   |
| ภาพที่ ๗ ผลงานสีน้ำที่เป็ดโอกาสให้เพื่อนในกลุ่มหมุนเวียนกันแต่งเติมภาพอย่างสงบ... | ๖๓   |
| ภาพที่ ๘ ภาพสเกตยอดค่อนของต้นไม้.....   | ๗๐   |
| ภาพที่ ๙ ภาพสเกตใบสาวน้อยประแป้ง.....   | ๗๐   |

## บทที่ ๑

### บทนำ

#### ความสำคัญและความเป็นมา

การพัฒนาเด็กซึ่งเป็นอนาคตของชาติให้เป็นคนที่มีคุณภาพได้นั้น ครูต้องเป็นบุคคลคุณภาพเช่นกัน ปัญหาการผลิตครูในปัจจุบัน นอกจากการขาดผู้เรียนที่มีความเก่งเข้าสู่วิชาชีพครูแล้ว กระบวนการฝึกอบรมครูยังไม่สามารถพัฒนาผู้เรียนให้สามารถปฏิบัติงานได้จริง (สำนักงานปฏิรูปวิชาชีพครู, ๒๕๔๓) หลักสูตรที่เน้นภาคทฤษฎีมากกว่าภาคปฏิบัติประกอบกับกระบวนการเรียนการสอนที่ไม่สามารถหล่อหลอมให้ผู้เรียนเข้าถึงจิตวิญญาณของความเป็นครู ผู้ที่จบการศึกษาฝึกหัดครูส่วนใหญ่ยังมีศรัทธา อุดมการณ์ และเจตคติต่อวิชาชีพครูในระดับต่ำ ด้วยเหตุนี้สถาบันฝึกอบรมครูจำเป็นต้องทบทวนแนวทางในการพัฒนาผู้เรียนให้ถึงพร้อมด้วยความรู้ และคุณธรรมโดยคำนึงถึงหลักสูตรที่ไม่แยกการศึกษาออกจากชีวิต การศึกษาทุกระดับทุกประเภทควรทำให้ผู้เรียนรู้จักจิตใจของตนเองและพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้น ไม่ใช่เอาวิชาเป็นตัวตั้ง แต่เป็นการศึกษาเพื่อให้เข้าใจตัวเองและเพื่อการเปลี่ยนแปลง (Transformation) การศึกษาเช่นนี้จึงจะเป็นเครื่องมือสร้างสุขและสร้างสันติภาพ (ประเวศ วะสี, ๒๕๔๖)

การศึกษาคือการทำชีวิตเป็นอยู่ได้อย่างดี ซึ่งต้องฝึกตัวเองตลอดเวลา หลักของการศึกษาหรือไตรสิกขาประกอบด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา ดังนั้น การให้การศึกษาต้องสอนให้ครบทั้ง ๓ มิติ คือ พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา อย่างเป็นองค์รวม (พระธรรมปิฎก, ๒๕๔๕) หากกระบวนการศึกษาสามารถฝึกผู้เรียนให้เห็นความเชื่อมโยงของสรรพสิ่งทั้งนอกและในตัวเอง จะทำให้ผู้เรียนเข้าถึงความจริง ความดี และความงาม ประเวศ วะสี (๒๕๔๖) กล่าวว่า ความดีคือพัฒนาการทางจิตวิญญาณ ผู้ที่เข้าถึงความจริงจะประสบความงามและเกิดความรักต่อเพื่อนมนุษย์และธรรมชาติทั้งหมด นั่นคือ ความดี มนุษย์สามารถเข้าถึงความงามได้หลายวิธีซึ่งหนึ่งในนั้นคือ จากศิลปะ เนื่องจากศิลปะมีพลังอย่างยิ่งในการสื่อสาร ในการพามนุษย์เข้าถึงความงามได้มากกว่าการสื่อสารทางวิชาการ ดังนั้น จึงควรสนับสนุนให้ศิลปะทุกแขนงเข้ามามีบทบาทในการทำให้มหาชนเข้าถึงความดี

การทำงานกับเด็กปฐมวัยถือเป็นงานที่ทำทนายและอาศัยความละเอียดอ่อนสูง เนื่องจากเด็กวัยนี้เรียนรู้ผ่านการเลียนแบบและมีประสบการณ์ต่อโลกผ่านร่างกายเป็นส่วนใหญ่ ประสาทรับรู้ทั้งหมดของเด็กเปิดรับสิ่งต่างๆรอบตัวอย่างเต็มที่โดยปราศจากเครื่องกรองหรือกั้นชน (ราหิมา บาลดิวัน แดนซี, 2548) Duberley (2007) อ้างถึง บทกลอนของรูดอล์ฟ สไตเนอร์

ที่กล่าวว่า “สิ่งใดก็ตามที่ผู้ใหญ่ปฏิบัติ รู้สึก หรือคิด จะถูกเด็กวัยต่ำกว่า 7 ปี เลียนแบบทุกสิ่งทุกอย่าง ดังนั้น ผู้ใหญ่จำเป็นต้องมีสติ จดจ่อกับสิ่งที่กำลังปฏิบัติ ด้วยความรัก ทะนุถนอม ในทุกการกระทำอันจะช่วยก่อร่างสร้างตัวตนให้แก่เด็ก” Duberley กล่าวว่า ครูปฐมวัยต้องทำงานอย่างมีสติรู้ตัวตลอดวัน ต้องเรียนรู้ที่จะเปิดรับสารที่เด็กส่งมาให้ เรียนรู้การสังเกตอย่างเป็น วัตถุประสงค์ เรียนรู้การปล่อยวางและปรับเปลี่ยนแผนการสอน หากสิ่งที่วางแผนไว้ไม่เหมาะสมกับ พฤติกรรมของเด็กที่ปรากฏ ณ ขณะนั้น ดังนั้น การเตรียมพร้อมแก่ครูปฐมวัยในฐานะแม่พิมพ์ ผู้มีจิตใจอ่อนโยน ละเอียดอ่อน และไวต่อการตอบสนองต่อเด็กจึงเป็นงานสำคัญของสถาบัน ผลิตครู Bucci (อ้างถึงใน Baum and King, 2006) กล่าวว่า การตัดสินใจเป็นหัวใจสำคัญ ในการเป็นครูที่จะสามารถตอบสนองต่อความต้องการจำเป็นของเด็กได้อย่างเหมาะสม ทั้งนี้ พื้นฐานของการตัดสินใจที่ดี คือ การพัฒนาให้บัณฑิตนักศึกษาครูมีความตระหนักรู้ในตนเอง Baum and King (2006) นำเสนอแนวทาง 3 ประการ ในการพัฒนาความสามารถในการตระหนักรู้ในตนเอง ได้แก่ การเป็นแบบอย่าง การจัดโอกาสให้ได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง และการพัฒนา มุมมองต่อตนเองที่เป็นจริงผ่านการประเมิน ผู้สอนต้องสร้างให้เกิดบรรยากาศที่ปลอดภัยและ ให้อิสระแก่ผู้เรียนในการค้นหาตัวตน ภายใต้การสนับสนุนและชี้แนะเท่าที่จำเป็น เพื่อให้ผู้เรียน สามารถสร้างความหมายจากการค้นพบด้วยตนเอง

การศึกษาในระดับอุดมศึกษาเป็นการทำงานภายใต้ทัศนคติของการให้การศึกษาสำหรับผู้ใหญ่ ซึ่งเกี่ยวข้องกับองค์ประกอบ ๓ ส่วน คือ ๑) บริบทของการเรียนรู้ ๒) การเรียนรู้ที่สัมพันธ์ กับช่วงวัยของชีวิต และ ๓) การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง (Bodner, ๒๐๐๑) การเรียนรู้เกิดขึ้น จากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างกันและจากประสบการณ์ของตนเองซึ่งเกิดขึ้นตลอดชีวิต โดยมีเป้าหมายของการเรียนรู้ คือ การเปลี่ยนแปลงคุณภาพของผู้เรียน เป็นการเปลี่ยนแปลงตัว บุคคลในระดับลึกที่มากกว่าเพียงการเปลี่ยนพฤติกรรมหรือการเพิ่มปริมาณของความรู้ การเปลี่ยนแปลงนี้เรียกว่า การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง (Transformative learning) Taylor (อ้างถึงใน Imel, ๑๙๙๘) กล่าวถึง ปัจจัย ๓ ประการ ที่สร้างให้เกิดการเรียนรู้ เพื่อการเปลี่ยนแปลง ได้แก่

๑) บทบาทครู ในการสร้างสิ่งแวดล้อมที่ไว้วางใจและห่วงใยซึ่งกันและกัน และ อำนวยความสะดวกให้เกิดความสัมพันธ์อันดีท่ามกลางผู้เรียน ตลอดจนสร้างให้เกิดชุมชน แห่งการเรียนรู้ ให้เกิดการแบ่งปันประสบการณ์ในการพยายามสร้างความหมายต่อประสบการณ์ ชีวิตของผู้เรียนขึ้น

๒) บทบาทผู้เรียน ในการสร้างสิ่งแวดล้อมของการเรียนรู้ในฐานะเป็นส่วนหนึ่ง ของชุมชนแห่งการเรียนรู้

๓) บทบาทของเหตุผลและความรู้สึก บทบาทของการคิดเชิงเหตุผล กับบทบาทของการคิดจินตนาการ ทำให้ผู้เรียนเชื่อมต่อระหว่างเหตุผลและความรู้สึก โดยการใช้ความรู้สึกและอารมณ์ในการคิดวิพากษ์และเป็นทางสู่การสะท้อนความคิด

การศึกษาควรให้ผู้เรียนเข้าถึงความจริง ความดี และความงาม โดยผ่านความงามจะพบความจริงและเข้าถึงความดี ดังนั้น ศิลปะจึงมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาผู้เรียน เนื่องจากการทำงานศิลปะทำให้ค้นพบศักยภาพภายในตนเอง ความคิดสร้างสรรค์ และการเอาชนะอุปสรรคและข้อจำกัดของตนเอง ศิลปะรูปแบบต่างๆมีอิทธิพลต่อภายในของแต่ละคนแตกต่างกัน เมื่อมีการทำงานศิลปะควบคู่กับการเรียนรู้ความรู้ทางทฤษฎี สามารถทำให้เกิดความเข้าใจต่อความแตกต่างและปัจเจกของแต่ละบุคคล (Curative Education and Social Therapy Council, ๒๐๐๑) สอดคล้องกับที่ Wolfensohn and Willams (๑๙๙๓) กล่าวว่า ศิลปะเป็นรูปแบบของความเข้าใจและวิถีการรู้ในสิ่งที่มีคุณค่าต่อตนเอง เป็นพื้นฐานที่สำคัญของการศึกษา ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการสอนและการเรียนรู้ ทั้งยังเสนอว่า ควรนำศิลปะมาใช้เพื่อสร้างให้เกิดการเปลี่ยนแปลงระบบการศึกษาของครูทั้งกับนักศึกษาครูและครูประจำการ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของหุทัย อนุสรราชกิจ (๒๕๔๙) ซึ่งเสนอไว้ว่า การพัฒนาภายในจิตของครูเป็นสิ่งสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการใช้ชีวิตและการทำงานครูที่สะท้อนลงสู่การปฏิบัติกับเด็กโดยตรง ดังนั้น จึงควรมีการศึกษาวิจัยเพื่อช่วยให้นิสิตนักศึกษาครูที่กำลังศึกษาในคณะครุศาสตร์ ได้เรียนรู้และพัฒนาองค์ความรู้ภายในตนเองเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาวิชาชีพและการดำเนินชีวิตต่อไป จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยต้องการตรวจสอบปรากฏการณ์การเรียนรู้ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยเกี่ยวกับประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน ทั้งในมุมมองต่อตัวเอง ต่อผู้อื่น และต่อวิชาชีพ เพื่อใช้เป็นข้อมูลสนับสนุนในการปรับปรุงกระบวนการเรียนการสอนสำหรับนิสิตครูให้ถึงพร้อมด้วยความรู้คู่คุณธรรมโดยไม่แยกการศึกษาออกจากชีวิตจริง

### วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตระดับปริญญาตรี โท และเอก สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ที่เข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน ในด้าน ๑) มุมมองต่อตนเอง ๒) มุมมองต่อผู้อื่น และ ๓) มุมมองต่อวิชาชีพ

### คำถามการวิจัย

๑. นิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยมีประสบการณ์การเรียนรู้ในการเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนอย่างไร

๒. การเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนทำให้นิสิตเปลี่ยนแปลงในมุมมองต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อวิชาชีพ หรือไม่ อย่างไร

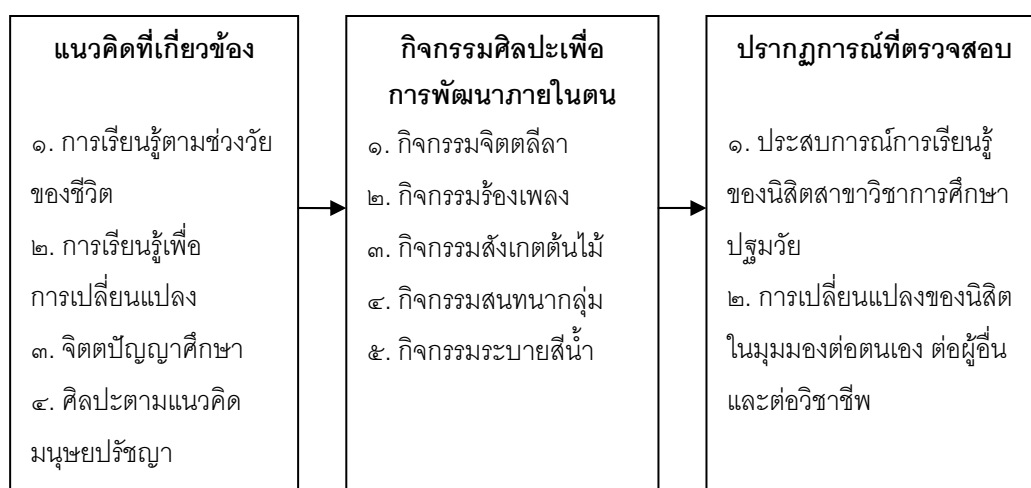
### ขอบเขตของการวิจัย

๑. งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ โดยประเด็นที่ศึกษา คือ ประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย และการเปลี่ยนแปลงในมุมมองต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อวิชาชีพ

๒. ผู้เข้าร่วมการวิจัย จำนวน ๑๒ คน ประกอบด้วย นิสิตสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ระดับปริญญาตรี ปริญญาโท และปริญญาเอก

๓. การดำเนินกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนเป็นในลักษณะของกิจกรรมเสริมหลักสูตร ซึ่งจัดขึ้นสัปดาห์ละหนึ่งครั้งนอกเวลาราชการ

### แผนภาพที่ ๑ กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย



### วิธีการดำเนินการวิจัย

๑. การทบทวนองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาผู้เรียนในระดับอุดมศึกษา การเรียนรู้ตามช่วงวัยของชีวิต การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง กระบวนทัศน์ใหม่ในการจัดการศึกษา การจัดการศึกษาตามแนวพุทธศาสนา การปฏิบัติตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ศิลปะภายใต้แนวคิดมนุษยปรัชญา และ ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ

๒. การเตรียมการกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน ผู้วิจัยประสานความร่วมมือกับวิทยากรซึ่งเป็นบุคคลในเครือข่ายนักพัฒนาศักยภาพภายในตน

๓. การคัดเลือกผู้เข้าร่วมกิจกรรม ผู้วิจัยประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในต้นแก่นิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ระดับปริญญาตรี โท และเอก ได้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตามความสมัครใจจำนวน ๑๒ คน เป็นนิสิตปริญญาตรี ๓ คน ปริญญาโท ๓ คน และปริญญาเอก ๖ คน

๔. การดำเนินกิจกรรมและการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการใน ๒ บทบาท คือ บทบาทของผู้ประสานงานกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในต้น ในการอำนวยความสะดวกในกิจกรรมศิลปะ และบทบาทของผู้วิจัยในฐานะผู้สังเกตแบบมีส่วนร่วมเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล

๕. การตรวจสอบ วิเคราะห์ และนำเสนอข้อมูล ผู้วิจัยตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูล จากหลากหลายวิธีการ ได้แก่ การตรวจสอบกับคนใน การตรวจสอบกับผู้ช่วยวิจัย และการตรวจสอบแบบสามเส้าด้านวิธีรวบรวมข้อมูล เพื่อนำมาวิเคราะห์เนื้อหาและจัดระบบข้อมูลตามวิธีการแบบอุปนัย และนำเสนอข้อมูลในลักษณะเชิงพรรณนา

### ประโยชน์ที่ได้รับ

๑. ได้ข้อมูลสนับสนุนการพัฒนาหลักสูตรและกระบวนการเรียนการสอนระดับอุดมศึกษา
๒. เป็นแนวทางในการพัฒนากระบวนการเรียนการสอนเพื่อพัฒนานิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยให้เป็นผู้ที่มีความรู้คู่คุณธรรม

## บทที่ ๒

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการดำเนินการศึกษาวิจัยเรื่อง ศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน: การศึกษาเชิงคุณภาพ  
ประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ศึกษาศาสตร์ศึกษาศาสตร์ศึกษาศาสตร์ศึกษาศาสตร์ศึกษาปฐมวัย ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัย  
ที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นฐานในการวิจัย ได้แก่

๑. การจัดการศึกษาสำหรับผู้ใหญ่
  - ๑.๑ การเรียนรู้ตามช่วงวัยของชีวิต
  - ๑.๒ การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง
    - ๑.๒.๑ แนวคิดที่แตกต่างกันของทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง
    - ๑.๒.๒ รูปแบบของการบูรณาการเพื่อการเปลี่ยนแปลง
๒. กระบวนทัศน์เกี่ยวกับการเรียนรู้
  - ๒.๑ กระบวนทัศน์ใหม่ในการจัดการศึกษา
  - ๒.๒ การจัดการศึกษาตามแนวพุทธศาสนา
  - ๒.๓ การปฏิบัติตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา
๓. ศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน
  - ๓.๑ ความเข้าใจที่มีต่อศิลปะกับการพัฒนามนุษย์
  - ๓.๒ การพัฒนานุเคราะห์โดยใช้ศิลปะ

## ๑. การจัดการศึกษาสำหรับผู้ใหญ่

### ๑.๑ การเรียนรู้ตามช่วงวัยของชีวิต

Staley (๒๐๐๔) กล่าวว่า ทุกๆช่วง ๗ ปี เป็นช่วงเวลาของการก่อรูปจังหวะพื้นฐานของชีวิตมนุษย์ซึ่งจะมีการเปลี่ยนแปลงสำคัญๆทางชีววิทยาเกิดขึ้นในแต่ละช่วง ๗ ปีนั้นๆ เป็นการเผยออกของคุณสมบัติใหม่ของความเป็นปัจเจก Rudolf Steiner (อ้างถึงใน วิศิษฐ์ วังวิญญู, ๒๕๔๘) แบ่งช่วงชีวิตออกเป็นช่วงละ ๗ ปี โดย ๓ ช่วงแรก คือ แรกเกิดถึง ๒๑ ปี เป็นวัยแห่งการศึกษาเรียนรู้ ในแต่ละช่วงวัยของชีวิตสะท้อนการเรียนรู้และการเปลี่ยนแปลงทั้งในมิติทางด้านกายภาพ ด้านจิตใจ และด้านจิตวิญญาณ รายละเอียดเกี่ยวกับพัฒนาการในแต่ละช่วงวัยของชีวิต ได้แก่ (วิศิษฐ์ วังวิญญู, ๒๕๔๘; Staley, ๒๐๐๔)

๑) อายุแรกเกิด - ๗ ปี เป็นวัยของการเรียนรู้ผ่านกาย ผ่านประสาทสัมผัสและการเคลื่อนไหว เด็กเรียนรู้ผ่านกิจกรรมและการเล่น เด็กเปรียบเสมือนอวัยวะรับสัมผัสที่ซึมซับทุกสิ่งรอบตัวเข้าไปในตัวตน โดยผ่านการเลียนแบบ เด็กเรียนรู้การยืน การเดิน การพูด รอยประทับจากสิ่งแวดล้อมรอบตัวส่งอิทธิพลโดยตรงต่อร่างกาย กล่าวคือ ในสภาวะที่สงบและนุ่มนวล เด็กจะมีความสม่ำเสมอของการหายใจและรู้สึกผ่อนคลาย ในทางกลับกันสภาวะที่มีเสียงดัง แสงกะพริบ ภาพที่เคลื่อนไหวรวดเร็ว สิ่งเหล่านี้ทำให้เด็กเหนื่อยล้า เครียดและหวาดกลัว แม้ว่าเด็กในช่วงวัยนี้มีช่วงเวลาของการตระหนักรู้ หากแต่โดยปกติเด็กยังอยู่ในสภาวะของการหลับใหล ช่วงนี้เป็นการสั่งสมพลังเจตจำนงและพลังแห่งกัณฑ์หรือการสร้างนิสัยด้านบวก การหลุดของฟันน้ำนมเป็นสภาวะทางกายภาพที่สะท้อนความพร้อมของเด็กสู่ช่วงชีวิตถัดไป

๒) อายุ ๗ - ๑๔ ปี เป็นช่วงของการเรียนรู้ผ่านอารมณ์ความรู้สึก ความสัมพันธ์กับสิ่งต่าง ๆ และผู้คน ดังนั้น จินตนาการ ความคิดสร้างสรรค์ ศิลปะ และความงาม จึงเป็นสื่อกลางในการเรียนรู้เรื่องราวรอบตัวของเด็ก จากช่วงชีวิตแรกที่อยู่ในสภาวะของการหลับใหล การตระหนักรู้ของเด็กตื่นขึ้นและขณะนี้เด็กอยู่ในสภาวะที่งัดฟัน การคิดของเด็กได้รับอิทธิพลหลักๆ จากความรู้สึกและความสัมพันธ์กับผู้คน แล้วสื่อสารออกมาผ่านจินตนาการ วัย ๗ ปี เด็กเริ่มแยกตัวออกจากสิ่งแวดล้อมรอบตัวและพ่อแม่ เด็กมีประสบการณ์กับโลกอย่างเป็นวัตถุวิสัยมากขึ้น เด็กวัย ๑๒ ปี พัฒนาการความสามารถในการคิดจากภาพสู่การคิดแบบเป็นเหตุเป็นผล เด็กสามารถเข้าใจได้ว่าสิ่งต่างๆเกิดขึ้นอย่างไรและเหตุใดจึงเกิดขึ้น การเปลี่ยนแปลงที่ชัดเจนในทางกายภาพซึ่งบ่งบอกถึงการสิ้นสุดของช่วงวัยนี้และพร้อมก้าวสู่วัยต่อไป คือ วุฒิภาวะทางเพศ โดยเด็กชายจะเริ่มมีเสียงที่แหบห้าว และเด็กหญิงจะเริ่มมีประจำเดือน ร่างกายมีลักษณะโค้งงอและนุ่มนวล



๓) อายุ ๑๔ - ๒๑ ปี เป็นวัยแห่งการก่อรูปของบุคลิกลักษณะของแต่ละคน และเป็นช่วงวัยของการเรียนรู้ความคิด เป็นเวลาที่โลกแห่งสัญลักษณ์เข้ามามีความหมาย ความคิดเข้ามาสู่ภายในตัวตนมีลักษณะเป็นนามธรรม เป็นช่วงเวลาที่ฮอร์โมนในร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงสูงสุด สะท้อนให้เห็นผ่านกายภาพของร่างกายที่เปลี่ยนแปลงมากเมื่อเทียบกับวัยก่อนหน้า อารมณ์ความรู้สึกในวัยนี้อยู่ในภาวะสับสนวุ่นวายมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก ความสามารถในการคิดของคนวัยนี้มีลักษณะวิพากษ์วิจารณ์ต่อทุกสิ่งรอบตัว มักตั้งคำถามและบางครั้งปฏิเสธแง่มุมของโลกทัศน์ที่ไม่น่าพึงใจ วัยนี้เริ่มยอมรับความขัดแย้งความแตกต่างของชีวิตและมักทုံมเทพพลังในการเปลี่ยนแปลงโลกให้ดีขึ้น

๔) อายุ ๒๑ - ๒๘ ปี เป็นช่วงของการเผชิญโลกและค้นหาตัวเอง เป็นช่วงที่ดีที่สุดในการค้นหาว่าตัวเราคือใคร มีที่ทางอย่างไรในโลก ช่วงที่ตัวตนภายในปรากฏชัดเจน เป็นเวลาที่ตัวตนพยายามสร้างความสมดุลระหว่างแรงกระตุ้นจากภายนอกและอารมณ์ความรู้สึกภายใน เป็นช่วงเวลาของการทำงานและเก็บเกี่ยวประสบการณ์โดยวัยนี้เริ่มต้นการให้ค่าสิ่งที่ได้เรียนรู้

๕) อายุ ๒๘ - ๓๕ ปี เป็นช่วงแห่งการทำงาน ภารกิจหลักคือการทำงานให้สำเร็จ มองโลกกับชีวิตอย่างเคร่งเครียดจริงจัง มองโลกตามความเป็นจริงมากขึ้นและมักมองสิ่งต่างๆอย่างเป็นทวิภาวะซึ่งหมายถึงการมองเห็นสิ่งต่างๆเป็นขาวเป็นดำมากเกินไป วัยนี้มีประสบการณ์ชีวิตผ่านการคิดและการตื่นรู้ต่อความจริงของชีวิต เป็นวัยของการจัดการกับชีวิต มองชีวิตอย่างเป็นวัตถุวิสัยมากขึ้น รวมทั้งความคิดที่ทำให้ตัวตนแยกออกจากชีวิต วัยนี้มักตัดสินทุกสิ่งรอบตัว มีแนวโน้มของการวิพากษ์วิจารณ์ เย็นชาไม่แยะแผลและมั่นใจว่าตนเองเป็นฝ่ายถูก ยึดมั่นในความถูกต้องของตน เหล่านี้มีแนวโน้มของการนำไปสู่ความไม่พอใจ รวมทั้งมีความรู้สึกว่าคุณค่าของชีวิตจะไม่สามารถแก้ไขทุกปัญหาได้

๖) อายุ ๓๕ - ๔๒ ปี เป็นช่วงของการเปลี่ยนผ่านครั้งสำคัญอีกครั้งของชีวิตเป็นรอยต่อระหว่างการไขว่คว้าทางวัตถุหรือการค้นหาความหมายอันยิ่งใหญ่ของชีวิต คำถามที่เกิดขึ้นในช่วงวัยนี้ คือ คำถามที่ค้นหาว่าชีวิตมีความหมายอย่างไรสำหรับตัวตน เป็นช่วงเวลาแห่งความเข้มแข็งและความทะเยอทะยานในขณะเดียวกันก็เป็นช่วงเวลาแห่งความว่างเปล่าและโดดเดี่ยว ประสบการณ์ที่รับเข้ามาผ่านผัสสะไม่ทำให้พึงพอใจอีกต่อไป เกิดความรู้สึกท่วมท้นกับความต้องการในชีวิต แม้ว่าชีวิตสามารถดำเนินไปอย่างเป็นปกติแต่กลับมีปัญหามากมาย และเริ่มวิพากษ์วิจารณ์เรื่องของเหตุผล ปรัชญา ศาสนา ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในวัยก่อนหน้านี้นี้

ภารกิจในแต่ละช่วงวัยแตกต่างกันไป ในวัยเด็กเป็นวัยแห่งการก่อร่างสร้างตัว พัฒนาการทางกายสูงที่สุด เด็กเรียนรู้โลกรอบตัวจากการใช้ผัสสะ ในขณะที่วัยผู้ใหญ่ซึ่งบรรลุวุฒิภาวะทางกายภาพแล้ว เป็นวัยแห่งการค้นหาคุณค่าแห่งชีวิต เป็นช่วงเวลาของการพัฒนามิติด้าน

จิตวิญญาณ ภารกิจในแต่ละช่วงวัยนั้นมีความหมายกับชีวิตและเป็นโจทย์สำคัญที่แต่ละบุคคล จำต้องเผชิญเพื่อการเติบโตทั้งในมิติด้านร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณ

## ๑.๒ การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง

การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง คือ การมองการเรียนรู้ในบริบทของผู้ใหญ่ที่เป็นผู้เรียน เป็นการอธิบายการเรียนรู้ที่ไปเปลี่ยนแปลงตัวบุคคลในระดับลึก ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงในระดับที่มากกว่าเพียงการเปลี่ยนพฤติกรรมหรือการเพิ่มปริมาณของความรู้ Kegan กล่าวว่า การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงเป็นการเปลี่ยนในเชิงการให้ความหมายของบุคคลที่มีต่อสิ่งนั้นๆ ใหม่ที่มีความซับซ้อนมากขึ้น การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นเมื่อบุคคลเปลี่ยนแปลงซึ่งไม่ใช่การเปลี่ยนพฤติกรรมหรือความรู้สึก แต่เป็นการเปลี่ยนการรู้ ไม่ใช่เพียงว่ารู้อะไรแต่เป็นวิธีการที่บุคคลนั้นให้ความหมายเกี่ยวกับสิ่งนั้นๆ ทั้งนี้ Kegan กล่าวว่า การเปลี่ยนแปลงจะเกิดขึ้นเมื่อเราถอยหลังออกมา สะท้อนความคิดต่อสิ่งนั้น และตัดสินใจเกี่ยวกับสิ่งนั้น (Berger, ๒๐๐๓) Taylor, Marienau, and Fiddler (๒๐๐๐) ได้อ้างถึงทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงของ Mezirow ที่อธิบายถึงการเรียนรู้ที่เปลี่ยนแปลงไปว่า เป็นวิธีการคิดแบบหนึ่งซึ่งมีการเพิ่มขึ้นรวมตัวแบ่งแยก หรือบูรณาการประสบการณ์สู่มุมมองที่คนละใหม่ เป็นการเปลี่ยนในระดับที่ลึกไปถึงค่านิยม เจตคติ และความเข้าใจ เขายังกล่าวอีกว่าไม่ใช่การเรียนรู้ทุกอย่างจะมีศักยภาพของพัฒนาการเช่นนี้ เพราะการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงเป็นเสมือนรูปแบบการเรียนรู้ใหม่ที่ใหญ่กว่าเดิม โดยเปลี่ยนในระดับลึก คือเปลี่ยนตัวตนมนุษย์ในระดับที่มากกว่าการเรียนรู้ที่เป็น การได้มาซึ่งความรู้

Hamil (๒๐๐๒) ทำการวิจัยเพื่อตรวจสอบคุณภาพการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงของบุคคลต่อประสบการณ์ที่อยู่เหนือความเข้าใจ โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพศึกษาปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น เก็บข้อมูลคำบรรยายของประสบการณ์ที่เหนือความเข้าใจ แล้วกำหนดคุณภาพและกระบวนการการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงในผู้ใหญ่ ซึ่งคุณภาพที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง คือ ความคิดเห็นส่วนบุคคล คำบรรยาย ความมั่นใจและความน่าเชื่อถือ ปฏิสัมพันธ์ต่อสังคมที่จำกัด แหล่งข้อมูล มิติของการรู้ และการยอมรับในการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงของแต่ละคน ผลจากการวิจัยสนับสนุนความคิดที่ว่า การจัดการศึกษาให้แก่ผู้ใหญ่สมควรใช้ประสบการณ์ที่หลากหลายและกว้างขวางขึ้นเพื่อทำให้ผู้ใหญ่เรียนรู้เหนือไปจากมิติของการรู้เชิงเหตุผล และการใช้เพียงพุทธิปัญญา

Taruna College (๒๐๐๗) นำเสนอกระบวนการ ๗ ขั้น ของการเรียนรู้ชีวิต  
ซึ่งประกอบด้วย

- ๑) การเปิดรับ – การสังเกต – การฟัง
- ๒) การสำรวจ – ความสัมพันธ์ – การเปรียบเทียบ – ความเข้าใจ
- ๓) การอธิบาย – การวิเคราะห์ – การเปลี่ยนแปลง – การย่อ – การจดจำ
- ๔) การเป็นปัจเจก – การแยกตัว – การเป็นเจ้าของ – การสะสม
- ๕) การปฏิบัติ – การรวมเป็นหนึ่ง – การปรับปรุง
- ๖) การแผ่ขยาย – การเติบโต – การพัฒนาคุณภาพด้านในใหม่ ๆ
- ๗) การสร้างใหม่ – การสร้างต้นแบบ – การสอน

กระบวนการทั้ง ๗ ขั้นของการเรียนรู้ สามารถนำไปใช้กับการจัดการเรียนการสอน  
สำหรับนิสิตนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา เพื่อให้การเรียนรู้เกิดขึ้นแบบหยั่งรากสู่ความเข้าใจอย่าง  
ถ่องแท้ โดยความรู้ที่เกิดขึ้นถูกหลอมรวมกับประสบการณ์เดิมสู่การก่อเกิดสิ่งใหม่ซึ่งไม่แยกส่วน  
ความรู้ทางทฤษฎีกับความเป็นตัวตนของผู้เรียน

#### ๑.๒.๑ แนวคิดที่แตกต่างกันของทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง

การเรียนรู้ของผู้ใหญ่นั้นเกี่ยวข้องและสัมพันธ์โดยตรงกับการเรียนรู้  
เพื่อการเปลี่ยนแปลง กล่าวอีกนัยหนึ่งคือ มุมมองต่อโลกหรือการกระทำที่เปลี่ยนแปลงไปสะท้อน  
ให้เห็นถึงการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ที่เกิดขึ้น ซึ่งการจะเปลี่ยนแปลงการเรียนรู้ได้นั้นต้องอาศัยบริบท  
ที่เหมาะสมต่อการเรียนรู้

Apt (๒๐๐๓) กล่าวถึงการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงว่า เป็นทฤษฎีการเรียนรู้  
ที่เป็นพลวัต เกิดขึ้นเมื่อปัจเจกบุคคลสะท้อนความคิดต่อสมมุติฐานหรือความคาดหวังแล้ว  
มีการค้นหาสาเหตุ ทบทวน หรือเปลี่ยนแปลงความคิด การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงเป็น  
การอธิบายว่าผู้เรียนเรียนรู้ด้วยการบูรณาการความรู้ใหม่กับความรู้เดิม (รวมทั้งความเชื่อและ  
ประสบการณ์) Imel (๑๙๙๘) ได้นำเสนอหลักสำคัญ ๓ ประการของทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อ  
การเปลี่ยนแปลงของ Mezirow ดังนี้

๑) การเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์ (Centrality Experience) ประสบการณ์  
เป็นโครงสร้างทางสังคมซึ่งเป็นส่วนที่ทำให้เกิดการคิดสะท้อนวิพากษ์ ประสบการณ์การเรียนรู้  
เกิดจากการที่ผู้เรียนสร้างความหมายโดยการคิดสะท้อนวิพากษ์ด้วยตนเองและการสนทนา  
กับผู้อื่น

๒) การคิดสะท้อนวิพากษ์ (Critical Reflection) เป็นการคิดสะท้อนวิพากษ์ต่อประสบการณ์ใหม่ที่รับเข้ามา ซึ่งทำให้เกิดความขัดแย้งทางความคิด อารมณ์ และการแสดงออก การคิดสะท้อนวิพากษ์เป็นกระบวนการรับรู้โดยการที่บุคคลเปลี่ยนทัศนคติของตนเองต่อสิ่งที่รู้ รู้สึก เชื่อ และการลงมือกระทำ

๓) การสนทนาเชิงเหตุผล (Rational Discourse) เป็นการสนทนาเพื่อที่จะประเมินเหตุผลที่สนับสนุนการแปลความหมาย ด้วยการไตร่ตรอง ได้เจียง และค้นหามุมมองทางเลือกอื่นที่หลากหลาย

การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงเป็นพัฒนาการทางการคิดของบุคคล ซึ่งเป้าหมายหลักของการให้การศึกษาผู้ใหญ่ คือ ความเข้าใจถึงความหมายของประสบการณ์ที่ได้รับ และการที่จะไปเปลี่ยนแปลงความเชื่อ ทัศนคติ การตอบสนองทางด้านอารมณ์ของผู้เรียนได้นั้น ต้องเกี่ยวข้องกับการสะท้อนวิพากษ์ต่อประสบการณ์ของเขา อันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงมุมมองของการมองโลก ความเข้าใจ และความรู้สึกต่อโลก Mezirow อธิบายว่า การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นต่อเมื่อคนๆ นั้นเปลี่ยนกรอบความคิดใหม่ด้วยการสะท้อนวิพากษ์ต่อสมมุติฐานและความเชื่อ แล้วสร้างผังความคิดเกี่ยวกับนิยามความหมายต่อโลกขึ้นมาใหม่ ซึ่งกระบวนการเรียนรู้นั้นอยู่บนหลักของความเป็นเหตุเป็นผล การวิเคราะห์ และพุทธิปัญญา

Imel ยังได้เสนอทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงอีกทฤษฎีหนึ่งซึ่งพัฒนาขึ้นโดย Boyd ที่ให้ความสำคัญกับกระบวนการของญาณทัศนะ ความคิดสร้างสรรค์ และอารมณ์ความรู้สึก โดยมีหัวใจของการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง คือ ความสามารถในการเข้าใจ (Discernment) ซึ่งเกิดขึ้นจากแหล่งข้อมูลที่เหนือเหตุผล เช่น สัญลักษณ์ ภาพ แม่แบบ แหล่งข้อมูลเหล่านี้ช่วยสร้างวิสัยทัศน์หรือความหมายของความเป็นมนุษย์ขึ้นในแต่ละบุคคล ทั้งนี้ความสามารถในการเข้าใจประกอบด้วย

๑) การรับประสบการณ์ (Receptivity) เป็นการรับประสบการณ์ใหม่เข้ามา

๒) การจดจำ (Recognition) เป็นการรับรู้ว่าคุณสมบัติเหล่านั้นจริง

๓) การปรับความเชื่อ (Grieving) เป็นขั้นของการวิเคราะห์ เกิดขึ้นเมื่อคนเราเชื่อว่าการรับรู้เดิมนั้นไม่สัมพันธ์กับการรับรู้ใหม่ จะเกิดการสร้างแบบแผนของความคิดใหม่ขึ้นมา และท้ายสุดจะบูรณาการการรับรู้ทั้ง ๒ ส่วนเข้าด้วยกัน

กล่าวได้ว่า การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงนั้นเป็นการทำงานของพื้นที่ประสบการณ์ภายใน โดยขั้นหนึ่งคือการแสดงออกเชิงเหตุผล ผ่านการตระหนัก การตัดสินใจ และการตีความ อีกขั้นหนึ่งคือการแสดงออกเหนือเหตุผล ผ่านสัญลักษณ์ ภาพ และความรู้สึก ซึ่งความสามารถในการเข้าใจเป็นการเลื่อนไหลอย่างเป็นพลวัตระหว่าง ๒ ขั้นความคิด คือ เหตุผลกับเหนือเหตุผล

การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงทั้ง ๒ ทฤษฎีนี้ มีจุดร่วมกัน คือ ทั้ง ๒ ทฤษฎี ใช้กระบวนการคิดเชิงเหตุผลร่วมกับการใช้จินตนาการ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการสร้างสรรค์ โดย Mezirow เน้นเรื่องการคิดเชิงเหตุผล ในขณะที่ Boyd เน้นเรื่องการคิดจินตนาการและความคิดเหนือเหตุผลมากกว่า ทั้งนี้ไม่มีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงที่หนักไปทางใดทางหนึ่ง เนื่องจากปัจจัยที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับกระบวนการของการเปลี่ยนแปลง อันประกอบด้วย ความแตกต่างของบริบทการเรียนรู้ ผู้เรียน และครู ปัจจัยเหล่านี้มีอิทธิพลต่อประสบการณ์ในการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง เนื่องจากคนเราเรียนรู้ต่างกันแต่เป็นไปในทางที่เชื่อมโยงถึงกันระหว่างกัน ซึ่งครูไม่ควรมองการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงว่าเป็นเป้าหมายเดียวในการให้การศึกษา Taylor (อ้างถึงใน Imel, ๑๙๙๘) กล่าวว่า เราไม่สามารถโน้มน้าวผู้เรียนทุกคนให้เข้าสู่กระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงได้ และไม่ว่าการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงจะเป็นกระบวนการคิดเชิงเหตุผลหรือผ่านการหยั่งรู้ในกระบวนการคิดจินตนาการก็ตาม ผู้ปฏิบัติควรคำนึงถึงปัจจัยทั้ง ๓ ในการสร้างสิ่งแวดล้อมการเรียนรู้ที่จะก่อให้เกิดการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงดังนี้

๑) บทบาทครู ครูเป็นผู้สร้างสิ่งแวดล้อมที่สร้างให้เกิดความไว้วางใจและห่วงใยซึ่งกันและกัน และเป็นผู้อำนวยความสะดวกให้เกิดความสัมพันธ์อันดีท่ามกลางผู้เรียน เหล่านี้เป็นหลักพื้นฐานของการส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง นอกจากนี้ครูยังต้องสร้างให้เกิดชุมชนแห่งการเรียนรู้ ให้เกิดการแบ่งปันประสบการณ์ในการพยายามสร้างความหมายต่อประสบการณ์ชีวิตของผู้เรียนขึ้น

๒) บทบาทผู้เรียน ผู้เรียนมีส่วนรับผิดชอบในการสร้างสิ่งแวดล้อมของการเรียนรู้ในฐานะเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนแห่งการเรียนรู้ ผู้เรียนแบ่งปันความรับผิดชอบในการสร้างและสร้างสรรค์สภาวะภายใต้การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น

๓) บทบาทของเหตุผลและความรู้สึก บทบาทของความเป็นอัตวิสัย (Objective) คือ การใช้พหุปัญญาและการคิดเชิงเหตุผล กับบทบาทของความเป็นอัตวิสัย (Subjective) คือ การหยั่งรู้และการคิดจินตนาการ ทั้ง ๒ ขั้วมีส่วนในการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง โดยครูพิจารณาในการทำให้ผู้เรียนเชื่อมต่อบริเวณเหตุผลและความรู้สึก โดยการใช้ความรู้สึกและอารมณ์ในการคิดวิพากษ์และเป็นทางสู่การสะท้อนความคิด

#### ๑.๒.๒ รูปแบบของการบูรณาการเพื่อการเปลี่ยนแปลง

ทุกคนเรียนรู้ตลอดเวลาจากการสัมผัสสัมพันธ์กับสิ่งต่างๆรอบตัว การเปิดรับประสบการณ์และความคิดใหม่ที่หลอมรวมเข้ากับความคิดเดิม ไม่เพียงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นภายในตัวเองเท่านั้น หากส่งผลต่อเนื่องไปยังบุคคลอื่นที่มีปฏิสัมพันธ์ด้วย ในการวิจัย การปฏิบัติ และการพัฒนาตนเอง ผลที่เกิดขึ้น คือ การเปลี่ยนแปลงต่อตัวผู้วิจัย ผู้ปฏิบัติ และ

ผู้ที่ต้องการพัฒนาตนเอง Braud and Anderson (๑๙๙๘) กล่าวถึง รูปแบบของการบูรณาการ เพื่อการเปลี่ยนแปลงว่าประกอบด้วยลักษณะ ๕ ประการ ที่ดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง เป็นขั้นตอน ของกระบวนการในการได้มาซึ่งความรู้ ปัญญา และการกระทำ ประกอบด้วย

๑) การมีใจจดจ่อ (Mindfulness of heart and intellect) กระบวนการของการเปลี่ยนแปลงเริ่มจากการมีใจจดจ่อ เป็นการเฝ้าดูและเปิดรับสิ่งที่เข้ามาอย่างมีสติ รู้ตัว เพื่อให้เกิดการรับรู้ที่กระจ่างชัดและเห็นตามความเป็นจริง เป็นสภาวะของการตระหนักรู้อย่างเมตตา ทั้งการกระทำ แรงจูงใจ และความคิด

๒) ความสามารถในการเข้าใจ (Discernment) เมื่อมีใจจดจ่อต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง จะทำให้เกิดความสามารถในการเข้าใจ คือ การมองเห็นแก่นแท้ของสรรพสิ่ง เป็นการเห็นหรือการรู้ ที่ไม่ใช่จากเพียงเปลือกนอก แต่เป็นความสามารถของการแยกแยะที่ถูกต้องแม่นยำ โดยคำนึงถึง แหล่งที่มา ความสำคัญ รูปแบบ และแรงจูงใจ

๓) การเห็นคุณค่าและความเข้าใจ (Appreciation and understanding) เมื่อมีใจจดจ่อและความสามารถในการเข้าใจแล้ว สิ่งก็ตามมา คือ การเห็นคุณค่าและความเข้าใจ เป็นการรู้ที่ไม่ได้เกิดจากการใช้เหตุผลเชิงตรรกะ แต่เป็นความรู้ที่รับได้ด้วยหัวใจ ซึ่งมีความถูกต้อง มีคุณธรรม และเป็นสิ่งที่ดี การรู้หรือเข้าใจด้วยหัวใจนี้เป็นการหลอมรวมการรับสัมผัส การรับรู้ ความรู้สึก และจินตนาการเข้าไว้ด้วยกัน

๔) การเปลี่ยนแปลงตัวตน (Transformation of self) การนำพาการรู้ด้วยหัวใจ เคลื่อนไปสู่ความคิดและการกระทำ เป็นการหลอมรวมสิ่งที่ได้เรียนรู้หรือมีประสบการณ์ เข้าในตัวตนในทันที ทำให้ความคิดนั้นเคลื่อนผ่านความรู้สึกและลงสู่ประสบการณ์ที่มีชีวิตหรือ การกระทำ นั่นคือ การเปลี่ยนแปลงตัวตน ที่เป็นการเปลี่ยนแปลงทางปัญญาและความรู้สึกของผู้ค้นหา ผู้วิจัย และผู้ปฏิบัติ

๕) การเปลี่ยนแปลงผู้อื่น (Transformation of others) เมื่อเราได้แบ่งปันสิ่งที่ได้เรียนรู้หรือเปลี่ยนแปลงกับผู้อื่น ผู้นั้นจะเกิดการเปลี่ยนแปลงเช่นกัน การที่เราได้แบ่งปัน เปิดใจ กว้าง เอื้อเฟื้อ เมตตา และช่วยเหลือผู้อื่น สิ่งเหล่านี้ช่วยสร้างให้เกิดความเมตตาที่ยั่งยืนและเป็นมิตรกับโลก ไม่เฉพาะกับบุคคลใดบุคคลหนึ่งเท่านั้นที่เปลี่ยนแปลง แต่เป็นการเปลี่ยนทั้งระบบ ไม่ว่าจะกลุ่มเล็กหรือกลุ่มใหญ่ องค์กร สถาบัน สังคม และวัฒนธรรม รวมทั้งโลกใบนี้ก็สามารถเปลี่ยนแปลงได้ในขั้นนี้ของกระบวนการ กล่าวได้ว่า การสื่อสารและการแบ่งปันเรื่องราวสามารถขยายวงของการเปลี่ยนแปลงให้เกิดขึ้นกับผู้มีส่วนร่วมทุกคน รวมทั้งผู้อ่านรายงานเช่นกัน

การบูรณาการเพื่อการเปลี่ยนแปลงเป็นการดำเนินไปอย่างเป็นลำดับขั้นของการเปิดรับความคิดใหม่ด้วยความตระหนักรู้ เข้าสู่กระบวนการหลอมรวมความคิดใหม่เข้ากับ ความคิดเดิม เกิดเป็นความเข้าใจถ่องแท้ที่ขับเคลื่อนความคิดใหม่ผ่านความรู้สึกลงสู่การกระทำ

ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั่วทั้งตัวตนของผู้เรียนรู้ ซึ่งไม่เพียงเปลี่ยนเฉพาะบุคคลนั้นแต่เปลี่ยนทั้งระบบที่บุคคลนั้นสัมพันธ์ด้วย ลักษณะทั้ง ๕ ประการ เป็นกุญแจสำคัญในการดำเนินชีวิต การปฏิบัติ และการวิจัย ในทางที่สร้างให้เกิดความก้าวหน้าและการหลีกเลี่ยงการรับรู้ที่บิดเบือนหรืออคติ การมีใจจดจ่อ ความสามารถในการตัดสินใจ การเห็นคุณค่า ความเข้าใจ การให้เกียรติ ความนับถือ เหล่านี้เป็นลักษณะสำคัญของการขับเคลื่อนไปสู่การเห็นและเข้าใจ ในความเป็นจริงของการเติบโตและการพัฒนาบุคคล ทั้งนี้ ต้องผ่านการฝึกฝนและพัฒนาตนเอง เพื่อให้ลักษณะทั้ง ๕ ประการ ทำงานได้อย่างเป็นธรรมชาติภายในตัวเรา ตัวอย่างวิธีการวิจัยที่สัมพันธ์กับการวิจัยที่สร้างให้เกิดการเปลี่ยนแปลงกับผู้วิจัย ผู้ปฏิบัติ และผู้ที่ต้องการพัฒนาตนเอง ได้แก่ การวิจัยเชิงปรากฏการณ์ การวิจัยเชิงประสบการณ์ การสืบค้นแบบร่วมมือ การวิจัยแบบมีส่วนร่วม งานวิจัยเหล่านี้มีลักษณะสำคัญ คือ การมีส่วนร่วมของนักวิจัย ผู้เข้าร่วม และผู้ฟัง ในการสืบค้นและแสดงออกถึงความเข้าใจที่แท้จริงของประสบการณ์ด้านหนึ่งด้านใดของมนุษย์ โดยผู้คนที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการทุกคนจะเกิดการเปลี่ยนแปลง

## ๒. กระบวนทัศน์เกี่ยวกับการจัดการศึกษา

ในกระบวนการเรียนการสอนนั้น ผู้ที่มีบทบาทสำคัญคือ ครู ในฐานะผู้สร้างสรรคทำให้เกิดการเรียนรู้ คุณภาพของเด็กเป็นภาพสะท้อนการทำงานของคุณ ซึ่งระบบการศึกษาของไทยยังประสบปัญหาการได้มาซึ่งครูที่มีคุณภาพ กล่าวคือ ปัญหาสำคัญของกระบวนการผลิตครู นอกจากการขาดผู้เรียนที่มีความเก่งเข้าสู่วิชาชีพครูแล้ว กระบวนการฝึกอบรมครูยังไม่สามารถพัฒนาผู้เรียนให้สามารถปฏิบัติงานได้จริง (สำนักงานปฏิรูปวิชาชีพครู, ๒๕๔๓) กระแสการปฏิรูปการศึกษาในปี ๒๕๔๒ ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งระบบของการศึกษาไทย คำถามคือ การปฏิรูปนั้นสร้างให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในเชิงคุณภาพหรือไม่ การศึกษาในระบบโรงเรียนของไทยพัฒนาขึ้นตามค่านิยมและระบบการศึกษาตะวันตก เอกวิทย์ ฌ ถกลาง (๒๕๔๔) กล่าวว่า การพัฒนาที่มุ่งตามกระแสโลกตะวันตกเช่นนี้ ทำให้เนื้อหาและวิธีการในระบบการศึกษาละเลยความรู้ที่เป็นมรดกภูมิปัญญาของบรรพบุรุษที่ได้ถ่ายทอดมาเป็นเวลานาน เป็นการศึกษาที่แยกส่วนความรู้กับความจริงของชีวิตและปฏิเสธรากเหง้าของตน การศึกษาทุกระดับทุกประเภทควรทำให้ผู้เรียนรู้จิตใจตนเองและพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้น ไม่ใช่เอาวิชาเป็นตัวตั้ง (ประเวศ วะสี, ๒๕๔๖) ผลของระบบการศึกษาแบบเดิมๆ ที่เน้นวิชาความรู้ ไม่สนใจธรรมชาติผู้เรียน และแยกส่วนกับชีวิตจริง ทำให้เกิดปัญหาภัยสังคม นั่นคือ ไม่ช่วยให้ผู้เรียนมีความคิดเป็นของตนเอง โดยเฉพาะในวิทยาลัยและมหาวิทยาลัยที่หล่อหลอมผู้เรียนโดยใช้เป้าหมายพิมพ์เดียวกัน กลายเป็นมนุษย์ที่มุ่งแต่จะสร้างฐานะ เกียรติยศ ชื่อเสียง หรือไม่ก็หาความสำราญใส่ตัวโดยใช้สมองคติน้อยที่สุด (กฤษณมูรติ, ๒๕๔๘) ประเวศ วะสี (๒๕๔๔) กล่าวว่า การศึกษาควรมีความหลากหลาย

ให้เหมาะสมกับความหลากหลายของผู้คน การปฏิรูปการศึกษาต้องส่งเสริมความหลากหลายของการศึกษา ต้องส่งเสริมการศึกษาทางเลือกให้มากขึ้น ซึ่งได้นำเสนอแนวทางการเปลี่ยนแปลงไว้ ๓ ประเด็น ได้แก่

- ๑) การสร้างความเข้าใจและการเห็นคุณค่าของความหลากหลาย
- ๒) การลดอำนาจส่วนกลางและส่งเสริมความริเริ่มของปัจเจกชน องค์กรเอกชน ชุมชน ท้องถิ่น
- ๓) การกำหนดมาตรฐานการศึกษาที่เปิดกว้าง ไม่มุ่งเฉพาะมาตรฐานการศึกษากลาง แล้วนำมาตรฐานนั้นไปจับกับการศึกษาทางเลือก

#### ๒.๑ กระบวนทัศน์ใหม่ในการจัดการศึกษา

ในยุคก่อนสมัยใหม่ มนุษย์เรียนรู้และดำรงชีวิตอยู่กับธรรมชาติอย่างสมดุล พึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน มนุษย์เรียนรู้ที่จะได้และรับจากธรรมชาติเพื่อการดำรงชีวิต จิตของมนุษย์ผูกพันกับธรรมชาติ ฝึสาง เทพยดา เมื่อเข้าสู่ยุคสมัยใหม่ จิตของมนุษย์เริ่มแยกส่วนระหว่างความจริงในโลกภายในกับความจริงภายนอก มนุษย์ใช้กระบวนการทางวิทยาศาสตร์ในการค้นหาความจริง พัฒนาเทคโนโลยีต่างๆ เพื่อตอบสนองความต้องการของตน และมองว่าธรรมชาติเป็นผู้รับใช้ การมองว่ามนุษย์อยู่เหนือธรรมชาติส่งผลให้มนุษย์มุ่งใช้ประโยชน์จากธรรมชาติโดยปราศจากการเคารพและเห็นคุณค่า ปัญหาสังคมและภัยธรรมชาติที่เกิดขึ้นอย่างมากในปัจจุบันสะท้อนผลของความเจริญทางวัตถุของยุคสมัยใหม่ ประสาน ต่างใจ (๒๕๔๕) กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงของยุคหลังสมัยใหม่ที่แตกต่างจากยุคสมัยใหม่ว่า ผู้คนในปัจจุบันเริ่มเปลี่ยนแนวคิดจากการมองว่าธรรมชาติเป็นทาสรับใช้ให้มนุษย์ทำลายและใช้ประโยชน์เนื่องจากธรรมชาติกำลังหมดสิ้นไป สังคมกำลังเปลี่ยนแปลงไปสู่ยุคสมัยแห่งจิตวิญญาณ สู่ภายในตัวตนและการครุ่นคิด สู่ธรรมชาติ ข่ายใยของความเป็นหนึ่งเดียวกัน สู่ความพอดีที่ยั่งยืน ยุคหลังสมัยใหม่ สะท้อนโลกทัศน์ที่สอดคล้องกับธรรมชาติ ความเป็นหนึ่งเดียวกันของทุกสิ่งทุกอย่างที่แยกจากกันไม่ได้ โลกทัศน์นี้ตั้งอยู่บนยุทธศาสตร์แห่งความเพียงพอที่ยั่งยืน รู้จักตัวเอง เชื่อมมั่นในศักยภาพของตัวเองมากกว่าสถาบัน ซึ่งระบบการศึกษาจำเป็นต้องเป็นเช่นนั้น

เอกวิทย์ ญ ถกลาง (๒๕๔๔) กล่าวว่า สถานการณ์ของโลกปัจจุบันที่มีการเติบโตขององค์วิชาความรู้ มีความเชื่อมโยงเกี่ยวพันกับเหตุปัจจัยทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง วัฒนธรรม ต่างๆ อย่างซับซ้อน จำเป็นต้องมีการพัฒนาวัฒนธรรมการเรียนรู้ในสังคมไทยอย่างใหญ่หลวง เพื่อให้คนไทยสามารถปรับตัวต่อวิกฤตการณ์ สามารถเรียนรู้ได้อย่างเหมาะสมทันท่วงทีต่อสถานการณ์ทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง วัฒนธรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถอยู่รอดต่อไปได้ ซึ่งข้อบกพร่องของวัฒนธรรมการเรียนรู้ที่เป็นอยู่นี้ ได้แก่



๑) ระบบการศึกษาในสังคมไทยซึ่งรวมถึงในหมู่พระสงฆ์ เคยชินกับการเรียนรู้ในรูปของการท่องจำข้อมูลข้อเท็จจริงไว้ใช้สอบโดยให้ความสำคัญน้อยกว่าความหมายและคุณค่าของสิ่งที่ท่องป่น

๒) การวัดผลสอบในระบบการศึกษาไทยนิยมสอบข้อเท็จจริงมากกว่าความคิดและกระบวนการวิธี มุ่งเน้นการวัดสัมฤทธิ์ผลมากกว่าวัดศักยภาพและความรู้

๓) การแสวงหาความรู้ความเข้าใจศาสตร์ศิลป์สาขาต่างๆ เพื่อให้ทันต่อกระแสโลกยังอยู่ในวงจำกัดและไม่ทันทั่วถึง ขณะที่วิถีโลกกำลังเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว

๔) ผู้สอนในระบบการศึกษาไทยมักมีความรู้ความสามารถระดับปานกลาง ขณะทำงานด้านการศึกษาหรือวัฒนธรรมเป็นงานที่ลึกลับ ซ้ำซ้อน และต้องการความรู้ความสามารถอย่างยอดเยี่ยมมาทำให้เกิดผล

๕) กระแสการพัฒนาของไทยมุ่งตามกระแสโลกตะวันตก ไม่สนใจความรู้ที่เป็นมรดกทางปัญญา ภูมิปัญญาบนพื้นฐานของอารยธรรมโลกตะวันออก

๖) ในการศึกษายังขาดการพิจารณาปัญหาอย่างกว้างขวางและลึกเป็นองค์รวมขาดญาณวิทยาเพื่อให้เกิดปัญญาที่แท้จริง มุ่งเน้นแต่ความรู้และปัญญาตามทฤษฎี

๗) วัฒนธรรมการเรียนรู้ของไทยไม่จำแนกแยกแยะหรือมีวิธีที่แตกต่างกันในการเรียนรู้สิ่งที่มีธรรมชาติต่างกัน

๘) การเรียนการสอนของสังคมไทยค่อนข้างย่อหย่อนคุณภาพและประสิทธิภาพ

กฤษณมูรติ (๒๕๔๘) กล่าวว่า การศึกษาต้องทำให้เราสามารถประสานความคิดและความรู้สึกให้กลมกลืนกัน ให้สามารถดำรงชีวิตอย่างกลมกลืนกับโลกได้ ปัจจุบันเราแบ่งแยกชีวิตออกเป็นส่วนๆ การศึกษาจึงลดฐานะเป็นเพียงส่วนเล็กๆ ที่แทบจะหาความหมายมิได้ เป็นเพียงการเรียนรู้วิชาการเฉพาะด้านหรือวิชาชีพ แทนที่จะเรียนเพื่อกระตุ้นให้เกิดสติปัญญาอันสมบูรณ์สถานศึกษาส่งเสริมให้ผู้เรียนปฏิบัติตามแบบแผนจนขาดโอกาสทำความเข้าใจตัวเองอย่างเป็นขบวนการทั้งหมด เมื่อขาดความเข้าใจตนเอง การประกอบอาชีพแต่อย่างเดียวก็นำให้คับข้องใจต้องหาทางระบายออกด้วยกิจกรรมต่างๆที่เป็นภัย

ประเวศ วะสี (๒๕๔๖) ได้เสนอแผนงานพัฒนาจิตเพื่อสุขภาพ ๑๒ แผนงาน ดังต่อไปนี้

๑) การประมวลและกระจายความรู้เกี่ยวกับจิตวิวัฒน์ เป็นหัวใจทางขบวนการเคลื่อนไหว เพราะจะทำให้การเคลื่อนไหวทำไปด้วยความรู้ มิใช่ด้วยความไม่รู้ ความรู้มีทั้งความรู้เก่าและความรู้ใหม่ซึ่งกำลังมีการค้นพบจากที่ต่างๆทั่วโลก ทั้งจากประสบการณ์ใหม่ๆ วิธีการใหม่ๆ

๒) โยคะเพื่อสุขภาพ โยคะเป็นคำกลางๆ ที่หมายถึง การบริหารกายที่มีการบริหารจัดการไปด้วย โยคะแบบอินเดียหรือการรำมวยจีน มีการกำหนดสติไปกับการเคลื่อนไหวร่างกาย ทำให้เกิดความสมดุลระหว่างกายกับใจ เกิดสุขภาวะ ทำให้สุขภาพดีเป็นคุณภาพบำบัด พัฒนาจิตใจให้สูงขึ้น

๓) สิ่งแวดล้อมกับพัฒนาการทางจิตวิญญาณ ธรรมชาติแวดล้อมมีความศักดิ์สิทธิ์ คนโบราณที่อยู่ใกล้ชิดธรรมชาติจะสัมผัสกับคุณค่าอันสูงส่งหรือมิติทางจิตวิญญาณของธรรมชาติ ถ้าเข้าถึงความเป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติจิตจะใหญ่มาก เพราะความจริง คือ ธรรมชาติทั้งหมด เชื่อมโยงเป็นหนึ่งเดียวกันทั้งเอกภพและเลยเอกภพ การเข้าถึงความจริงนี้จะทำให้จิตเป็นอิสระ หลุดพ้นจากความคับแคบในตัวตน ประสบความงามอันล้นเหลือเกิดความรักอันไพศาลต่อเพื่อนมนุษย์และธรรมชาติ ทั้งหมดนี้เรียกว่า พัฒนาการทางจิตวิญญาณ การเห็นเชื่อมโยง คือ ปัญญา

๔) ศิลปะกับพัฒนาการทางจิตวิญญาณ ความจริง ความงาม ความดี เป็นสิ่งเชื่อมโยงกันอย่างใกล้ชิด ความดี คือ พัฒนาการทางจิตวิญญาณ ใครเข้าถึงความจริงจะประสบความงามอันล้นเหลือ และเกิดความรักอันไพศาลต่อเพื่อนมนุษย์และธรรมชาติทั้งหมด (ความดี) ใครยังไม่ประสบความงามแปลว่ายังไม่เข้าถึงความจริง ทุกหนทุกแห่งเต็มไปด้วยความงามถ้าเราเข้าถึงความจริง จุดสำคัญ คือ ต้องพยายามถึงความงาม ความจริง ความดี ให้อยู่ที่เดียวกันให้มากที่สุด ส่งเสริมให้คนทั้งหมดเข้าถึงความงามจากการเข้าถึงความจริงและความดีในวิถีชีวิตอันหลากหลาย

๕) วิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นวิถีชีวิต วิปัสสนากัมมัฏฐานในที่นี้ไม่จำเป็นต้องเป็นพุทธศาสนา จะเป็นลัทธิ หรือศาสนาใดๆ หรือไม่มีศาสนาก็ได้ เรียกกันโดยทั่วไปว่า Meditation เป็น เทคนิคของการดูให้รู้จิตใจของตัวเอง ทำให้รู้ตัวรู้เท่าทัน เกิดปัญญา และความดี

๖) การศึกษาเพื่อพัฒนาจิตใจ การศึกษาทั้งหมดล้วนเอา “วิชา” เป็นตัวตั้ง ไม่มีการศึกษาเพื่อให้เข้าใจตัวเองและเพื่อการเปลี่ยนแปลง มนุษย์จึงตกเข้าไปสู่ “โมหภูมิ” และก่อให้เกิดวิกฤตการณ์ขึ้นทุกแห่งหน การศึกษาทุกระดับทุกประเภทควรทำให้ผู้เรียนเรียนรู้จิตใจตัวเองและพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้น

๗) สื่อสร้างสรรค์ สื่อมีอิทธิพลมากทั้งทางบวกและทางลบ ปัจจุบันนี้ใช้สื่อในทางลบมาก ในขณะที่ความพยายามใช้สื่อในทางบวกหรือสื่อสร้างสรรค์มีน้อย ดังนั้น จึงควรสนับสนุนให้มีบุคคลและองค์กรเข้ามาทำเรื่องสื่อสร้างสรรค์อย่างจริงจังและเป็นระบบเพื่อยกระดับจิตวิญญาณของประเทศขึ้น โดยคำนึงถึงสื่อทุกประเภท ได้แก่ สิ่งพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต รวมทั้งทางศิลปะ ได้แก่ วรรณกรรม การแสดง ภาพยนตร์

๘) อาสาสมัครเพื่องานสังคม การเอาแต่ใจทำให้จิตใจตกต่ำ ที่ใดมีการให้ ที่นั่นมีจิตใจสูง การให้ที่สำคัญ คือ การให้ตัวเองเข้าไปร่วมทุกข์ ไปรับใช้ ไปช่วยเหลือ สังคมตัวใครตัวมัน จะขาดจิตวิญญาณ แต่หากมีอาสาสมัครเพื่อสังคม สังคมนั้นจะอบอุ่นและปลอดภัย ผู้คนจิตใจสูงขึ้น และนำผู้คนเข้ามาแลกเปลี่ยนเรียนรู้เรื่องของเพื่อนมนุษย์ ไม่แปลกแยกและทอดทิ้งกัน ดังปัจจุบัน ดังนั้น จึงควรสนับสนุนให้มีกลุ่มหรือองค์กรที่ทำให้เกิดจิตวิญญาณแห่งการเป็นอาสาสมัครเกิดขึ้นเต็มแผ่นดิน อันจะเป็นการยกระดับจิตใจให้สูงขึ้นอีกทางหนึ่ง

๙) ชุมชนเข้มแข็งและเศรษฐกิจพอเพียง หากมนุษย์อยู่แบบตัวใครตัวมัน ทอดทิ้งกัน จิตใจจะตกต่ำ คิดแต่ผลประโยชน์เฉพาะตัว แต่ถ้ารวมตัวร่วมคิดร่วมทำ เรียกว่าเกิดเป็นชุมชน คำนี้ถึงการอยู่ร่วมกัน ลดความเห็นแก่ตัวลง มิติทางจิตวิญญาณจะสูงขึ้น เมื่อชุมชนเข้มแข็งจะสามารถแก้ปัญหาเศรษฐกิจ จิตใจ ครอบครัว ชุมชน สิ่งแวดล้อม และสุขภาพพร้อมกันไป สิ่งนี้คือชีวิตวัฒนธรรม ซึ่งในวัฒนธรรมมีจิตวิญญาณอยู่ด้วยเสมอ ชีวิตเกิดจากการเชื่อมโยงผนึกกัน วัฒนธรรม คือ การมีชีวิตร่วมกัน ในความร่วมมือกันจึงมีจิตและจิตวิญญาณ

๑๐) การทำงานคือการปฏิบัติธรรม การปฏิบัติธรรมมิได้มีอยู่แต่ในสำนักปฏิบัติธรรมเท่านั้น การทำงานทุกชนิด หากทำด้วยใจสุจริต มีความเพียรอันบริสุทธิ์ ทำด้วยความประณีต โดยหวังประโยชน์เกื้อกูล โดยการเรียนรู้ให้เกิดปัญญา การทำงานนั้น คือ การปฏิบัติธรรม ถ้ามีสติอยู่กับงานนั้นๆ จิตจะสงบ มีความสุขอย่างยิ่ง ในระบบการศึกษา ควรลดการใช้เวลาให้หมดไปกับการ “ท่องวิชา” แต่ไม่ได้สัมผัสผลความเป็นจริง ครูและนักเรียนควรใช้เวลาแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับคนที่ทำงานจริงๆ เพื่อให้ได้สัมผัสกับผู้ที่ปฏิบัติธรรมในการทำงาน ระบบการศึกษาควรวิจัยให้รู้จักคนเหล่านี้ เรียกได้ว่าเป็นการวิจัยความดีของมนุษย์

๑๑) ธุรกิจเพื่อสังคม ธุรกิจเป็นเรื่องที่มีพลังมาก แต่ถ้าธุรกิจทำเพื่อเงินหรือเพื่อผลประโยชน์ส่วนตัวอย่างเดียว ก็จะทำลายจิตใจให้ตกต่ำลง ธุรกิจนั้นสามารถทำด้วยจิตใจที่ตั้งไว้ดี ทำด้วยความประณีต ทำด้วยความรับผิดชอบต่อสังคม พร้อมกับมีกำไรตามสมควร ซึ่งจะเป็นธุรกิจเพื่อความดี

๑๒) ความเป็นธรรมทางสังคมและสันติภาพ การขาดความเป็นธรรมเป็นปัญหาใหญ่และยากแก่การดำรงอยู่ทั่วไป การขาดความเป็นธรรม ทำให้จิตใจตกต่ำ ทำให้ไม่สามารถอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข นำไปสู่ความขัดแย้งและความรุนแรงในด้านต่างๆ การขาดสันติภาพเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนา อีกทั้งยังเป็นต้นทุนที่ใหญ่หลวงของสังคม การขาดความเป็นธรรมทางสังคมเป็นปัญหาเชิงโครงสร้างทางเศรษฐกิจและการเงิน โครงสร้างทางกฎหมาย โครงสร้างทางการเมือง

จุมพล พูลภักษ์ชิวิน (๒๕๔๖: ๑๓๑ - ๑๔๔) กล่าวถึงการพัฒนาสุขภาวะทางจิตวิญญาณ ซึ่งมีหลายวิธี เพราะความหมายที่แตกต่างจากมิติการมองที่หลากหลาย เช่น การพัฒนาสุขภาวะทางจิตวิญญาณโดยการทำงานด้านศิลปะ ดนตรี วรรณกรรม การนั่งสมาธิ

การเจริญสติ การฝึกลมหายใจ การสวดมนต์ภาวนา หรือยึดศรัทธาเป็นหลักเพียงเดียว หากเราสามารถที่ทำได้ให้ว่าง สังเกตธรรมชาติ เรียบรู้จากธรรมชาติ เป็นหนึ่งเดียวกับธรรมชาติ เห็นความสัมพันธ์เชื่อมโยงของสรรพสิ่ง เราก็สามารถเข้าสู่สภาวะทางจิตวิญญาณได้ และมีโอกาสเกิดปัญญาจากการเข้าไปสัมผัสกับธรรมชาติ

กระบวนการที่ใหม่ในการจัดการศึกษานี้สะท้อนการเปลี่ยนแปลงจิตสำนึกของมนุษย์จากการมองทุกสิ่งแบบแยกส่วนสู่โลกทัศน์แบบองค์รวม เป็นการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนามนุษย์อย่างสมดุลทั้งมิติด้านกายภาพ จิตใจ และจิตวิญญาณ โดยเฉพาะเรื่องของจิตวิญญาณที่เป็นส่วนสำคัญและเชื่อมโยงกับสรรพสิ่งบนโลก มนุษย์จำเป็นต้องมีการพัฒนาทางจิตวิญญาณเพื่อการหลุดพ้นจากวิกฤตการณ์ต่างๆที่มนุษย์ต้องเผชิญ

## ๒.๒ การจัดการศึกษาตามแนวพุทธศาสนา

พระพุทธศาสนาของมนุษย์ว่าประกอบด้วยกายและจิต ดังนั้น การจัดการศึกษาที่สอดคล้องกับหลักของศาสนาพุทธ คือ การพัฒนามนุษย์อย่างเป็นองค์รวมทั้งด้าน พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา กล่าวคือ เป็นการปฏิบัติตามหลักของไตรสิกขา อันประกอบด้วย ศีล สมาธิ และปัญญา ซึ่งถือเป็นหัวใจของพระพุทธศาสนาสู่การหลุดพ้น สุมน อมรวิวัฒน์ (๒๕๓๐) ให้รายละเอียดเกี่ยวกับการปฏิบัติตามหลักของไตรสิกขา ดังนี้

๑) ศีล เป็นการปฏิบัติให้กาย วาจา สงบเรียบร้อย ปราศจากโทษแก่ตนเอง และผู้อื่น เป็นข้อปฏิบัติที่เกี่ยวกับประโยชน์ให้สุขในพื้นฐานทั่วไป การปฏิบัติศีลจนครบถ้วนแล้ว ยังไม่อาจล่วงพ้นความทุกข์จากการเกิดแก่เจ็บตาย ยังไม่พ้นทุกข์จากการเบียดเบียนของกิเลสได้ ต้องมีการปฏิบัติต่อไปถึงขั้นสมาธิและปัญญา

๓) สมาธิ คือ การสามารถควบคุมจิตให้ตั้งมั่นอยู่ในหน้าที่การงาน หรือภารกิจต่างๆ ที่กำลังทำอยู่ในปัจจุบัน ทำให้เกิดประโยชน์ถึงที่สุด ในขั้นสมาธิมีความประพฤติดีทางจิต คือ จิตไม่มีความคิดผัด ไม่เศร้าหมอง ไม่ฟุ้งซ่าน มีความสงบอยู่ในสภาพที่สามารถจะปฏิบัติหน้าที่ของมัน การฝึกฝนจิตได้ถึงที่สุด จะเกิดสมาธิซึ่งเป็นสิ่งที่ทำให้ภารกิจบรรลุความสำเร็จ

๓) ปัญญา ในที่นี้หมายถึง ปัญญาแห่งการดับทุกข์ หรือที่เรียกว่า สติปัญญา เมื่อจิตเป็นสมาธิแล้วย่อมเกิดปัญญา เห็นสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตามความเป็นจริง และไม่เกิดการยึดมั่นถือมั่น เป็นการหลุดพ้นจากความทุกข์ ปัญญา กับสมาธิจะต้องเกี่ยวข้องกัน จะต้องหมั่นทำสมาธิ จนได้สมาธิที่ถูกต้องพร้อมที่จะปฏิบัติงานทางจิต

ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นชุดธรรมที่ต่อเนื่องกันเหมือนบันไดสามขั้น เมื่อเรามีศีล ทำให้เรามีกายมีวาจาที่ปกติ และทำให้เรามีจิตใจที่สงบมีสมาธิ เมื่อจิตใจเป็นสมาธิแล้ว จะทำให้เกิดปัญญา

แห่งความดับทุกข์ได้ กล่าวได้ว่า เราใช้บันไดขั้นศีลป็นไปหาบันไดขั้นสมาธิ แล้วใช้บันไดขั้นสมาธิ ปีนขึ้นไปหาบันไดขั้นปัญญา ซึ่งถือว่า สูงสุด เพราะดับทุกข์ได้แล้ว

ประเวศ วะสี (๒๕๔๗) กล่าวถึงการพัฒนา ๔ ด้าน คือ จิต ที่มีได้ดำรงอยู่เป็นเอกเทศ หากแต่ทั้ง กาย – จิต – สังคม – สิ่งแวดล้อม นั้นเชื่อมโยงไปมาถึงกัน การพัฒนาจิตต้องเป็นไป ทั่วทุกมิติที่เชื่อมโยงกัน ทั้งภูมิปัญญาตะวันออกและตะวันตกเห็นตรงกันว่า การพัฒนาควรมีใน ๔ มิติ คือ กาย จิต สังคม และปัญญา การพัฒนาทุกมิติ มุ่งให้เกิดความถูกต้องดีงามและการมี จิตใจสูง ซึ่งจิตใจสูง หมายถึง การลดน้อยถอยลงของความเห็นแก่ตัว มีความรักเพื่อนมนุษย์และ สรรพสิ่ง การเข้าถึงความจริง ความงาม และความดี มีสุขภาพะ และเป็นไปเพื่อการอยู่ร่วมกัน อย่างสันติ โดยที่ กาย จิต สังคม และปัญญา เชื่อมโยงกัน การพัฒนาที่กล่าวถึงนี้บางเรื่อง อยู่คาบเกี่ยวกันหลายมิติ เช่น โยคะ มีทั้งมิติทางกายและทางจิต ศิลปะมีมิติทางกาย ทางจิต ทางสังคม ทางปัญญา เป็นต้น

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต)(๒๕๔๓) กล่าวว่า ปัจจุบันผู้คนไปหนุนเรื่องสุขนิยมกันมาก ตั้งแต่ในบ้านโดยไม่รู้ตัว พ่อแม่ก็ไม่ว่าสิ่งที่มีพิษมีภัยอย่างไร คิดแต่ว่าถ้าได้บำรุงบำเรอเด็กตาม ค่านิยมสุขนิยมก็แสดงว่ารักลูก เด็กจึงยิ่งอ่อนแอและยิ่งห่างไกลออกไปจากการศึกษา การเน้น เรื่องความสุขจากปัจจัยภายในซึ่งเด็กสร้างขึ้นได้ในตัวเอง ทั้งเป็นสุขที่ยั่งยืนปลอดภัยและช่วยให้ เด็กพัฒนาเป็นความสุขจากการสนองความใฝ่รู้

### ๒.๓ การปฏิบัติตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

จิตตปัญญาศึกษาไม่ใช่เรื่องของการสร้างกฎเกณฑ์ค่านิยมทางสังคม ความเป็นเลิศทาง วิชาการ ความคาดหวังทางศีลธรรม หรือกระทั่งความสูงส่งทางจิตวิญญาณ แต่กลับเป็นเรื่อง ง่าย ๆ อย่างการให้ความเคารพแก่ศักยภาพแห่งการเรียนรู้ของคนทุกคนอย่างไร้อคติ กระบวนการ การเรียนรู้เช่นนี้จะต้องตั้งอยู่บนความเข้าใจที่ว่า ธรรมชาติพื้นฐานของความเป็นมนุษย์คือ ธรรมชาติแห่งการตื่นรู้หรือพุทธสภาวะ ซึ่งกระบวนการศึกษาจะนำผู้เรียนเข้าสู่กระบวนการ ใคร่ครวญด้วยใจ การขบคิดด้วยปัญญาจากการบ่มเพาะและให้คุณค่าพื้นที่ว่างแห่งการเรียนรู้ ด้านใน การลองผิดลองถูกด้วยประสบการณ์ตรง เพื่อเป้าหมายของการตระหนักรู้ถึงพุทธสภาวะ ที่มีอยู่แล้วในตนเองอย่างเป็นกระบวนการตามธรรมชาติของชีวิต (วิจักขณ์ พานิช, ๒๕๕๐)

กฤษณมูรติ (๒๕๔๘) กล่าวว่า หากเราอยากรู้จักเด็กสักคนหนึ่ง เราจะต้องตื่นรู้อย่าง สังเกต มีความรู้สึกถึงวิถีแห่งตนอยู่เสมอ ครูที่ดีต้องเข้าใจเด็กตามสภาพที่เขาเป็นอยู่จริง โดย ไม่คิดปั้นแต่งให้เป็นไปตามอุดมคติที่ครูกคิดว่าเขาควรจะเป็น คีษานักเรียนเป็นรายบุคคล

ทำความเข้าใจเด็กให้มาก ซึ่งต้องอาศัยจิตใจที่หนักแน่นเปี่ยมด้วยความอดทนและความรัก การศึกษาที่ถูกต้องเกิดได้ด้วยครูผู้เข้าใจตัวเองและไม่ยึดติดกับแบบแผนความคิดใดๆ การสอนของครู คือ การทำให้ผู้สอนเข้าใจตนเอง เป็นงานที่ยากเย็นที่สุดประการหนึ่ง เพราะคนส่วนใหญ่มีระบบความคิดหรือแบบแผนแนวปฏิบัติที่ตกผลึกอยู่ในใจแล้ว เราจึงได้ปลูกฝังความคิดสำเร็จรูปให้แก่เด็กแทนที่จะสอนให้เขารู้จักวิธีคิด กล่าวได้ว่า การศึกษาที่ทำให้ผู้เรียนเข้าใจตนเอง ผู้อื่น และความสัมพันธ์ระหว่างตนและสิ่งแวดล้อมรอบตัว คือ การศึกษาที่เปิดพื้นที่ด้านในของมนุษย์เพื่อการเรียนรู้ตนเอง

Duberley (๒๐๐๗) อ้างถึง บทกลอนของ Rudolf Steiner ที่กล่าวว่า “สิ่งใดก็ตามที่ผู้ใหญ่ปฏิบัติ รู้สึก หรือคิด จะถูกเด็กวัยต่ำกว่า ๗ ปี เลียนแบบทุกสิ่งทุกอย่าง ดังนั้น ผู้ใหญ่จำเป็นต้องมีสติ จดจ่อกับสิ่งที่กำลังปฏิบัติ ด้วยความรัก ทะนุถนอม ในทุกการกระทำอันจะช่วยก่อร่างสร้างตัวตนให้แก่เด็ก” Duberley กล่าวว่า ครูต้องทำงานอย่างมีสติรู้ตัวตลอดเวลา ควบคู่อดอร์ฟทำงานอย่างมีสติกับทุกมิติของเด็ก ทั้งมิติด้านร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณ สิ่งที่ได้เรียนรู้จากประสบการณ์การสอน คือ เด็กเป็นครู สิ่งที่ครูต้องเรียนรู้ คือ การเปิดใจรับสารที่เด็กส่งมาให้ เรียนรู้การสังเกตอย่างเป็นวัตถุวิสัย คือ ไม่ใช่ความคิดของครูในการตัดสินตีความขณะสังเกต เรียนรู้การปล่อยวาง และปรับเปลี่ยนแผนการสอนหากสิ่งที่วางแผนไว้นั้นไม่เหมาะสมกับพฤติกรรมของเด็กที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ครูปฐมวัยมิใช่ครู หากเป็นเพียงผู้อำนวยความสะดวกให้แก่เด็ก ซึ่งไม่ใช่การพร่ำสอนผ่านคำพูดหากเป็นการฟังอย่างเปิดรับ

สุมน อมรวิวัฒน์ (๒๕๔๘) กล่าวว่า การเรียนรู้ที่อยู่จุดมุ่งหมายและกระบวนการ ประสบการณ์จากการเรียนรู้จะทับซ้อนสะสมมีทั้งความรู้ที่ข้ามพ้นไปสู่สิ่งใหม่หลอมรวมกับประสบการณ์เดิมเป็นการ “ก้าวพ้นแต่ปนอยู่” (transcend and include) นั่นคือ กระบวนการเรียนรู้นั้นมีโครงสร้างแบบเกลียวพลวัต (spiral dynamics) มีธาตุรู้ที่สามารถเชื่อมโยงจิตสำนึกและจิตใต้สำนึก จนเกิดปัญญาและความรู้ใหม่ กระบวนการเรียนรู้ที่ฝึกเชื่อมโยงจิตสำนึกกับจิตไร้สำนึกเช่นนี้ นำไปสู่สุขภาวะทางจิตวิญญาณอย่างไม่มีข้อสงสัยอีกทั้งยังโยงไปถึงสุขภาวะองค์รวมชีวิต วิเศษฐ์ วังวิญญู (อ้างถึงใน สุมน อมรวิวัฒน์, ๒๕๔๘) เน้นว่า การเรียนรู้ที่แท้จริงเกิดจากสภาวะของจิตที่โปร่งสบาย ผ่อนคลาย แล้วจิตวิเคราะห์เข้าภายในตน ขณะเดียวกันก็ได้สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและเชื่อมโยงกับผู้อื่น การยึดติดกับเนื้อหาสาระที่ตายตัวนั้นแม้จะรู้มาก ก็มีประโยชน์น้อยกว่าการรู้สาระที่เปลี่ยนแปลงเชื่อมโยงกับชีวิตเรา

การศึกษาที่เน้นการพัฒนาจิตใจหรือคุณภาพด้านในของมนุษย์ ไม่แยกส่วนความจริง ความดี และความงาม เรียกว่า จิตตปัญญาศึกษา หรือ Contemplative education วิจักขณ์ พานิช (๒๕๕๐) ให้ความหมายของคำว่า Contemplative education ว่าหมายถึงถึง

การเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ เป็นกระบวนการของการเรียนรู้เพื่อนำไปสู่การเข้าใจตนเอง ก่อให้เกิดความรู้ทางปัญญาที่เชื่อมโยงระหว่าง ๓ ภาค คือ ภาคความรู้ ภาควิชาชีพ และภาค จิตวิญญาณ การเรียนรู้เช่นนี้จำเป็นต้องเกิดขึ้นในสิ่งแวดล้อมที่สบาย เห็นคุณค่าของการเรียนรู้ ด้านใน เอาใจใส่จิตใจของผู้เรียนรู้ในทุกขณะ ประกอบด้วยกระบวนการ ๓ ลักษณะ ได้แก่

๑) การฟังอย่างลึกซึ้ง (Deep listening) เป็นการฟังด้วยหัวใจ ด้วยความตั้งใจ อย่าง สัมผัสได้ถึงรายละเอียดของสิ่งที่ฟัง จิตใจตั้งมั่น นอกจากนี้ยังรวมไปถึงการรับรู้ทางอื่นๆ เช่น การมอง การอ่าน การสัมผัส

๒) การน้อมสู่ใจอย่างใคร่ครวญ (Contemplation) เป็นกระบวนการต่อเนื่องจากการฟัง อย่างลึกซึ้ง มีการน้อมนำความคิดนั้นมาใคร่ครวญอย่างลึกซึ้ง อาศัยความสงบเย็นของจิตใจ แล้วจึงนำไปปฏิบัติเพื่อให้เห็นผลจริง

๓) การเฝ้ามองเห็นตามที่เป็นจริง (Meditation) เป็นการปฏิบัติธรรมหรือการภาวนา คือ การเฝ้าดูธรรมชาติที่แท้จริงของจิต ทำให้เห็นความเชื่อมโยงจากภายในสู่ภายนอก เห็นความจริง ที่ไปพันอำนาจแห่งตัวตนของตน

ชลดา ทองทวี และคณะ (๒๕๕๑) ทำการวิจัยเชิงสำรวจเพื่อ ๑) ศึกษาข้อมูลและความรู้ เกี่ยวกับจิตตปัญญาศึกษา ๒) สร้างฐานข้อมูลจิตตปัญญาศึกษา ๓) ศึกษาประเด็นการวิจัยและ สร้างแผนที่ลำดับความสำคัญของการวิจัยที่เกี่ยวกับจิตตปัญญาศึกษา และ ๔) พัฒนาเครือข่าย นักวิจัยและนักปฏิบัติในด้านจิตตปัญญาศึกษา คณะวิจัยใช้เวลาทำวิจัยทั้งสิ้น ๑ ปี ผลการวิจัย ทำให้ได้นิยาม “จิตตปัญญาศึกษา” ว่าหมายถึง กระบวนการเรียนรู้และชุมชนที่เป็นเหตุปัจจัยที่ เกื้อกูลต่อองค์ประกอบหรือกระแสแห่งการพัฒนาจากจิตเล็กสู่จิตใหญ่ โดยหยั่งรากลงถึงฐานคิด เชิงศาสนา มนุษยนิยม และองค์รวมบูรณาการ เป็นการเปลี่ยนแปลงจากจิตที่ยึดติดกับอัตตา ตัวตนที่คับแคบยึดติดกับการมองโลกเป็นส่วนเสี้ยว สู่จิตที่ตื่นรู้ เข้าถึงความเชื่อมโยงของสรรพสิ่ง เป็นองค์รวม มีความรักความเมตตา โดยการสังเคราะห์ครั้งนี้สามารถนำเสนอคุณลักษณะเฉพาะ ของจิตตปัญญาศึกษาเป็น จิตตปัญญาพหุศึกษา ซึ่งประกอบด้วย

๑) ราก คือ ฐานแนวคิด ได้แก่ แนวคิดเชิงศาสนา เชิงมนุษยนิยม และเชิงบูรณาการ องค์รวม

๒) ผล คือ เป้าหมายการเรียนรู้สู่จิตใหญ่ที่กว้างขวางครอบคลุมและเชื่อมโยง ซึ่งกันและกัน

๓) แก่น คือ องค์ประกอบหรือกระแสแห่งพัฒนาสู่จิตใหญ่ ได้แก่

- ๓.๑) การมีสติเปิดรับประสบการณ์ตรงในปัจจุบันขณะอย่างเต็มเปี่ยม
- ๓.๒) การสืบค้นกระบวนการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตน
- ๓.๓) การน้อมมาปฏิบัติอย่างต่อเนื่องจริงจัง

๓.๔) ความเบิกบานและผ่อนคลาย

๓.๕) การมีจิตตั้งมั่นและเป็นกลาง

๔) กระพี้ คือ บริบทของกระบวนการเรียนรู้และปฏิบัติ ได้แก่ สังคม คือ การให้คุณค่าต่อการสร้างชุมชนแห่งการเรียนรู้ และวัฒนธรรม คือ การให้คุณค่าแก่รากฐานทางภูมิปัญญา

๕) เปลือก คือ เครื่องมือการปฏิบัติในรูปแบบต่างๆของจิตตปัญญาศึกษา

๖) เมล็ด คือ ศักยภาพภายในของมนุษย์ทุกคน

๗) ผืนดิน คือ วงการต่างๆที่นำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาไปประยุกต์ใช้

๘) ความรู้ในการปลูกและดูแล คือ การวิจัยสืบค้นความรู้และการวัดประเมินสำหรับจิตตปัญญาศึกษา

ทั้งนี้ คณะวิจัยได้เสนอประเด็นการวิจัย สำหรับผู้สนใจนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนในสถาบันอุดมศึกษาไทย ได้แก่

๑) การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม เพื่อสร้างองค์กรแห่งการเรียนรู้

๒) การวิจัยสำรวจองค์ความรู้และวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อสร้างระบบการวัดประเมินการเรียน และการทำงานในฐานะกระบวนการส่งเสริมการเรียนรู้และความสุข

๓) การวิจัยพัฒนาอาจารย์ กระบวนกร และผู้จัดการเรียนรู้แบบจิตตปัญญาศึกษา

๔) การวิจัยศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแก่นกับบริบทในลักษณะที่มีความหมายต่อชุมชน

๕) การวิจัยศึกษาและพัฒนาระบบการบริหารจัดการที่เป็นโครงสร้างรองรับจิตตปัญญาศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาไทย

การศึกษาในระดับอุดมศึกษาที่ให้ความสำคัญกับการคิดวิเคราะห์สังเคราะห์ในฐานะเครื่องมือพัฒนาความสามารถทางปัญญาของบุคคล ไม่สามารถพัฒนาคุณสมบัติของการรู้ที่ลึกซึ้ง ที่เหนือกว่าประสบการณ์และความเป็นเหตุเป็นผลได้ ผู้เรียนได้พัฒนาในมิติของปัญญาเชิงเหตุผลซึ่งแยกส่วนกับปัญญาการเข้าใจตนเอง การรู้ด้วยใจหรือการปฏิบัติตามแนวจิตตปัญญาเน้นการตระหนักรู้ในปัจจุบันขณะและคุณค่าภายในของประสบการณ์มากกว่าผลลัพธ์ที่เป็นเกรดหรือพฤติกรรมที่แสดงออก เป็นกระบวนการที่มีพลังในการสร้างให้เกิดคุณภาพของการเรียนรู้และการเปลี่ยนแปลงผู้เรียนขั้นพื้นฐาน (Hart, ๒๐๐๔)

Miller (๑๙๙๔) นำเสนอบทบาทของการปฏิบัติตามแนวจิตตปัญญาที่มีต่อการศึกษาระดับอุดมศึกษา ดังนี้

๑) จิตตปัญญาเป็นการเรียนรู้ด้วยตัวเอง ผู้เรียนเรียนรู้การไว้วางใจต่อเสียงภายในหัวใจหรือการหยั่งรู้ภายในตัวตนผ่านกระบวนการใคร่ครวญอย่างลึกซึ้ง การเฝ้ามองประสบการณ์ของ



ตนเอง การสังเกตตามรู้ความคิด ความรู้สึกของตนเอง นำมาซึ่งความเข้าใจต่อตนเองและธรรมชาติของประสบการณ์ตนเองอย่างถ่องแท้ ในขณะที่การศึกษาในระดับอุดมศึกษานั้น ผู้เรียนเรียนรู้จากอาจารย์หรือหนังสือ จิตตปัญญาหรือการปฏิบัติแบบโคจรกรรม คือ การเรียนรู้จากตนเองและประสบการณ์ของตนเอง

๒) จิตตปัญญาเป็นตัวช่วยผู้เรียนให้สามารถรับมือกับความเครียดในชีวิต ผู้เรียนเผชิญกับความกดดันในชีวิตประจำวันที่ส่งผลให้เกิดอาการทางกายจากสภาวะกดดันทางจิตใจ เช่น อาการปวดหัว การใช้เวลาอย่างสงบกับตัวเองในการทำสมาธิ เป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพในกระบวนการผ่อนคลาย การปฏิบัติตามแนวจิตตปัญญาส่งผลในทางบวกแก่ผู้เรียน ทั้งการลดอาการปวดหัว รวมไปถึงการเพิ่มความสามารถในการเผชิญกับความเครียดที่เกิดขึ้นจากสถานการณ์ประจำวัน

๓) จิตตปัญญาเป็นตัวช่วยให้ผู้เรียนลดละตัวตน สังคมปัจจุบันหล่อหลอมความยึดมั่นถือมั่นในตัวตนของปัจเจก แต่ละคนมีบทบาททางสังคมมากมายในชีวิต ไม่ว่าจะเป็น พ่อแม่ พนักงานบริษัท สามีภรรยา ซึ่งบทบาทนั้นๆมาพร้อมกับความทุกข์ ยกตัวอย่างเช่น คนที่ทำงานมากๆเมื่อเกษียณอายุแล้วจะพบกับความยากลำบากในการปรับตัว หรือ พ่อที่ผูกพันกับลูกมากๆ จะพบกับความยากลำบากเมื่อถึงเวลาที่ลูกย้ายออกจากบ้าน โครงสร้างทางสังคมในปัจจุบันก่อรูปความเป็นตัวตนผ่านการแข่งขันและความกลัว การทำสมาธิทำให้เกิดการตระหนักรู้ตนเองตระหนักในการกระทำของตนเอง เป็นการมองตนเองในฐานะบุคคลที่สาม การรู้เช่นนั้นเป็นจุดเริ่มต้นของอิสระและความเมตตา

๔) จิตตปัญญามีใช้การสอนแบบยึดตัวตน การสอนที่ยึดตัวตนของครูเป็นศูนย์กลาง นำมาซึ่งความอึดอัดใจและสงครามย่อยๆระหว่างครูกับเด็ก เป็นการสอนที่ทำให้เกิดการแบ่งแยกและความทุกข์ การสอนที่ดีควรเป็นการเติมเต็มประสบการณ์และทำให้ประสบการณ์นั้นมีคุณค่า นั่นคือ การสอนที่มาจากความเป็นตัวเองของผู้สอน

Hart (๒๐๐๔) กล่าวว่า การรู้แบบจิตตปัญญาส่งผลกระทบต่อผู้เรียนในด้านพฤติกรรม การแสดงออก บุคลิกลักษณะ และความลึกซึ้งของความเข้าใจ จิตตปัญญาเป็นทางที่สามของการรู้ ซึ่งไปเติมเต็มการรู้แบบเหตุผลและการรู้จากประสบการณ์ ทั้งนี้ การปฏิบัติตามแนวจิตตปัญญามีหลากหลายวิธี เช่น การอ่านบทกลอน การทำสมาธิ การทำโยคะ การสวดมนต์ การสนทนา เป็นกิจกรรมที่ถูกออกแบบให้เกิดความสงบและใจนิ่ง เพื่อบ่มเพาะความสามารถในการตระหนักรู้อย่างลึกซึ้ง ความสามารถในการเข้าใจ รวมทั้งสมาธิ ผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติตามแนวจิตตปัญญาจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่มีพลัง ทั้งมุมมองต่อโลก ต่อตนเอง และความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับโลก การปฏิบัติเช่นนี้เกี่ยวข้องกับความสามารถตามธรรมชาติในการรู้ของมนุษย์ ผ่านความสงบ การมองเข้าไปภายในตน การไตร่ตรองอย่างลึกซึ้ง การมองตัวเอง

ในฐานะบุคคลที่สาม กล่าวได้ว่า การมีจิตที่ใคร่ครวญ คือ การไม่ยึดติดกับตัวตน ความคิด ความรู้สึก และการกระทำที่มากับความคิด เป็นการทำให้ใจมีอิสระพอที่จะสังเกตเห็นสิ่งที่ ไม่คาดคิด เช่น สังเกตเห็นความโกรธในขณะที่กำลังโกรธ

The Center for Contemplative Mind in Society (๒๐๐๘) ได้เสนอตัวอย่างของ การปฏิบัติตามแนวคิดปัญญาวินัยว่า ไม่ใช่เฉพาะการนั่งสมาธิเท่านั้น หากรวมถึงการสวดมนต์ การเดินจงกรม การอยู่กับธรรมชาติ การเล่นโยคะ การทำงานศิลปะ และการปฏิบัติกิจกรรม ทางกายอื่นๆ การปฏิบัติตามแนวคิดนี้มีศักยภาพในการรวบรวมสมาธิหรือความสนใจของบุคคล เพื่อพัฒนาความดี ความเมตตาให้เกิดขึ้นในตัวตน สร้างให้เกิดความตระหนักรู้ต่อความเชื่อมโยง สัมพันธ์กันของทุกชีวิต พัฒนาความเอื้ออาทรและทักษะการสื่อสาร เพิ่มพูนสมาธิ ลดความเครียด เสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์ ที่สำคัญการปฏิบัติตามแนวคิดนี้มุ่งเพาะความเข้าใจอย่างถ่องแท้ ความเป็นเหตุเป็นผล และการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน

หฤทัย อนุสรราชกิจ (๒๕๔๙) ทำการวิจัย เรื่อง การพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้ ตามแนวคิดการศึกษาเด็กอย่างใคร่ครวญ เพื่อปรับเปลี่ยนมุมมองและการปฏิบัติของครูการศึกษา ปฐมวัย งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบมีการแทรกแซง มีวัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนา กระบวนการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดการศึกษาเด็กอย่างใคร่ครวญสำหรับครูการศึกษาปฐมวัย และเพื่อศึกษาผลการปรับเปลี่ยนมุมมองและการปฏิบัติของครูที่เข้าร่วมกระบวนการจัดการเรียนรู้ ใน ๓ ด้าน คือ ๑) ต่อตนเอง ๒) ต่อเด็ก และ ๓) ต่อผู้อื่น ทำการศึกษาครูจำนวน ๓ คน ผลการวิจัยทำให้ได้กระบวนการจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมให้ครูรู้ตัวเอง รับรู้ความจริงในปัจจุบัน มีสติ และรับรู้เด็กอย่างเป็นธรรมชาติตามจริง ซึ่งกระบวนการเรียนรู้ประกอบด้วย ๔ ขั้นตอน ได้แก่

- ๑) การเปิดใจรับรู้ ยอมรับทั้งตนเองและผู้อื่น
- ๒) การพัฒนาภายในตนเอง ด้วยการฝึกสติ สมาธิ ประสาทสัมผัส การรู้เท่าทันปัจจุบัน
- ๓) การศึกษาเด็ก ที่เน้นการสังเกตเด็กและการใคร่ครวญในชีวิตประจำวัน
- ๔) การสะท้อนการเรียนรู้

นอกจากนั้น ผลการวิจัยทำให้ครูเกิดการเปลี่ยนแปลงมุมมองทั้งในด้านตนเอง เด็ก และ ผู้อื่น ทั้งนี้ การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นแก่ครูแตกต่างกันไปตามลักษณะของครู ๓ แบบ คือ ครูที่ใช้ ความรู้สึก ครูที่ยึดมั่นกับความคิดตนเอง และครูที่เป็นนักปฏิบัติ ผู้วิจัยได้เสนอไว้ว่า การเลือก กิจกรรมที่เหมาะสมกับลักษณะของครู ส่งเสริมการเรียนรู้ที่ช่วยให้ครูเปิดการรับรู้ของตนเอง มองเห็น และรับรู้ตนเองชัดขึ้น เข้าใจความแตกต่างของตนเอง โดยครูที่ถนัดใช้ความรู้สึกและอารมณ์ เรียนรู้ ได้จากกิจกรรมที่พัฒนาสุนทรียะทางอารมณ์ เช่น งานศิลปะ ครูที่ยึดมั่นกับความคิดของตน ถนัดกับการทบทวนตนเองและเขียนบันทึกการเรียนรู้ ครูที่เป็นนักปฏิบัติ ถนัดกิจกรรมที่ปฏิบัติ ผ่านกาย เช่น โยคะ บัณฑิติน ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้ช่วยกำกับสติและการกระทำของครู

จิตตปัญญาศึกษาเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่พร้อมด้วยศีล สมาธิ ซึ่งเป็นฐานของการก่อกำเนิดความรู้ที่ถึงพร้อม คือ ปัญญา ทำให้มองเห็นสรรพสิ่งตามที่เป็นจริง เห็นความสัมพันธ์ เชื่อมโยง การเปลี่ยนแปลงไหลเวียนไม่หยุดนิ่ง เห็นความไม่แน่นอนของชีวิตที่ทำให้กลับมาเห็นคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ในปัจจุบันขณะ ด้วยสติสัมปชัญญะที่สมบูรณ์ เป็นการศึกษาด้วยความอ่อนน้อมถ่อมตน ด้วยสายตาแห่งความสดใหม่อยู่เสมอ (วิจักขณ์ พานิช, ๒๕๕๐) อย่างไรก็ตาม การนำลงสู่การปฏิบัติในห้องเรียนจำเป็นต้องคำนึงถึงจุดมุ่งหมายที่ต้องการให้เกิดขึ้นแก่ผู้เรียนเพื่อการเลือกใช้ชีวิตที่เหมาะสม นอกจากนั้น การรู้จักและเข้าใจความแตกต่างของผู้เรียนแต่ละคนยังช่วยให้สามารถเลือกกิจกรรมและสาระที่เหมาะสมกับผู้เรียนแต่ละแบบในการเปิดพื้นที่การพัฒนาดนเองภายใน (หฤทัย อนุสรราชกิจ, ๒๕๔๙)

### ๓. ศิลปะเพื่อการพัฒนาดนภายในตน

ทุกสิ่งทุกอย่างรอบตัวเราเกี่ยวข้องกับศิลปะ สภาพแวดล้อมที่แห้งแล้ง สกปรก ไม่งามตา ส่งผลต่ออารมณ์ความรู้สึกและสภาพจิตใจของผู้คนที่อาศัยอยู่ ดังนั้น ศิลปะจึงมีความสำคัญในการดำรงชีวิตของมนุษย์ ในฐานะเป็นสิ่งหล่อเลี้ยงดวงจิตของมนุษย์

#### ๓.๑ ความเข้าใจที่มีต่อศิลปะกับการพัฒนามนุษย์

อัญชนา สุนทรพิทักษ์ (๒๕๕๑) กล่าวว่า มนุษย์รับรู้สิ่งต่างๆผ่านประสาทรับรู้ของมนุษย์ นั่นคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ อันเป็นประตูตามธรรมชาติในการเรียนรู้โลกของมนุษย์ ทุกคนนับแต่แรกเกิดจนวาระสุดท้าย การพัฒนาชีวิตมนุษย์นั้นจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องปลูกประสาทรับรู้ให้ตื่นตัว เปิดรับมนุษย์ตัวเล็กๆที่อยู่ตรงหน้า ผูกพันกับปรากฏการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นกับลูกศิษย์อย่างตื่นตัว เปี่ยมด้วยความสนใจและความอดทนอย่างล้นเหลือ ในโลกปัจจุบันที่ไม่อาจปฏิเสธการดำรงอยู่โดยอาศัยเทคโนโลยี การทำงานศิลปะถือว่าเป็นประตูบานสำคัญในการพาประสาทรับรู้และความเป็นมนุษย์ให้กลับมีชีวิตชีวา มีพลังภายในขึ้นอีกครั้ง ศิลปะเป็นประสบการณ์ทางกายและทางจิตใจควบคู่กันไปเพื่อการตื่นรู้ของจิตวิญญาณ ในภพภาคหน้า ในช่วง ๗ ปี ที่ผ่านมา สังคมเริ่มให้ความสนใจกับความหมายและพลังของศิลปะในการบำบัดเยียวยาและพัฒนามนุษย์ ซึ่งทัศนะเกี่ยวกับศิลปะ มีดังนี้

๑) ประสบการณ์ทางศิลปะเป็นประสบการณ์ที่มนุษย์ใช้ถ่ายทอดโลกภายในจิตใจ ให้ปรากฏต่อโลกภายนอก ศิลปะสมัยโบราณสะท้อนจิตสำนึกที่มนุษย์มองตนเองว่าเป็นส่วนหนึ่งของจักรวาลและธรรมชาติ งานศิลปะโบราณจึงเกี่ยวข้องกับโบสถ์ วิหาร เทวรูป ซึ่งเป็นศิลปกรรมที่ถ่ายทอดโลกสวรรค์ โลกมนุษย์ และโลกในภพภูมิอื่นที่มนุษย์ในสมัยนั้นมีญาณรำลึกได้ตามธรรมชาติ ในขณะที่ปัจจุบัน มนุษย์รับรู้ตัวตนในฐานะปัจเจกบุคคลที่แตกต่างจากคนอื่น มิได้มีจิตเชื่อมโยงกับจักรวาลและธรรมชาติ งานศิลปะจึงมีความหลากหลายทั้งรูปแบบและเนื้อหา

จิตใจและกายต่างอิงอาศัยซึ่งกันและกันเพื่อการเติบโตของจิตวิญญาณ ปัจจุบันมนุษย์จำเป็นต้องฝึกฝนพัฒนาจิตใจอย่างรอบคอบและเคร่งครัด เนื่องจากการพัฒนาความรู้ทางกายภาพได้ก้าวข้ามเส้นศีลธรรม ละเลยการเคารพโลกทางจิตวิญญาณ จักรวาล และธรรมชาติ หากมนุษย์ต้องการสร้างความสมดุลแก่ชีวิตและโลก มนุษย์ไม่ควรปฏิเสธการพัฒนาจิต มนุษย์ควรเปิดใจกว้างต่อประสบการณ์ในการพัฒนาจิตในวิถีที่เป็นอิสระ ไม่ยึดติดกับความเคยชิน ความรู้เดิม เปิดรับด้วยความเคารพและบริสุทธิ์ใจ ด้วยพลังเช่นนี้ ประสาททั้งหมดที่ผ่านสู่ประสาทสัมผัสจะมีผลเยียวยาบำบัดทั้งกายและจิตใจให้คืนสู่สมดุลได้

๒) ประสบการณ์ทางศิลปะเป็นประสบการณ์ที่มนุษย์ทุกคนสามารถสัมผัสได้ ไม่ว่าจะมีความแตกต่างทางเพศ วัย เชื้อชาติ ภาษา หรือแม้แต่ว่าผู้มีความบกพร่องทางกายและจิต เนื่องจากศิลปะทำงานโดยตรงกับความรู้สึก และความรู้สึกมีความสัมพันธ์ต่อลมหายใจ ดังนั้น มนุษย์ทุกคนที่ยังมีลมหายใจจึงสามารถรับรู้ ชิม ชับ และสร้างสรรค์ศิลปะได้ นอกจากศิลปะจะเป็นสะพานระหว่างโลกภายในของมนุษย์กับโลกภายนอกได้อย่างอัศจรรย์แล้ว ศิลปะยังเชื่อเชิญให้มนุษย์ผู้มีข้อจำกัดในการรับรู้โลกให้ตื่นขึ้นบนโลกอย่างค่อยเป็นค่อยไป เป้าประสงค์ของการทำงานศิลปะมิใช่การฝึกฝนเพื่อให้เป็นศิลปิน หากแต่เป็นไปเพื่อให้มนุษย์ได้มีโอกาสตื่นขึ้น และสร้างสรรค์ชีวิตของตนในห้วงดงามในฐานะมนุษย์คนหนึ่ง ดังนั้น การทำงานศิลปะจึงเปิดมนุษย์สู่โลกภายในตนเอง ให้รู้จักและเข้าใจตนเอง ตลอดจนจนได้มีโอกาสขัดเกลาตนเองผ่านกระบวนการทางสุนทรียศาสตร์ ในขณะที่เดียวกันก็เปิดสู่โลกภายในของผู้อื่นอย่างเคารพต่อความแตกต่าง กระบวนการทางศิลปะจึงเป็นกระบวนการอิสระที่ไม่มีการตัดสิน เป็นกระบวนการที่ช่วยให้เห็นถึงความเป็นไปได้ โดยใช้ความคิด ความรู้สึก และการลงมือกระทำ อย่างสอดคล้องกัน ทั้งสามส่วนนี้มีพลังในจิตใจและทางกายภาพของมนุษย์ กล่าวคือ เชื่อมโยงกับระบบประสาท ระบบจักษะ และระบบการย่อยอาหาร ดังนั้น ในกระบวนการทำงานศิลปะ จิตใจและร่างกายของมนุษย์จึงกำลังได้รับการบำบัดเยียวยาอย่างเป็นธรรมชาติ

### ๓.๒ การพัฒนานุเคราะห์โดยใช้ศิลปะ

เป้าหมายหลักในการพัฒนานุเคราะห์ทางด้านการศึกษาบำบัดในแนวมนุษยปรัชญา คือ การพัฒนาผู้เรียนให้สามารถใช้ชีวิตและทำงานร่วมกับบุคคลที่มีความต้องการพิเศษได้อย่างมีความสุข ใสใจและมีความรับผิดชอบต่อการทำงาน รวมทั้งเสริมสร้างผู้เรียนให้มีความรู้ และทักษะที่จำเป็น เพื่อให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาความอดทนอดกลั้นและการเริ่มต้นใหม่อย่างมีพลัง การพัฒนานุเคราะห์ทางด้านการศึกษาบำบัดที่อยู่บนฐานของประสบการณ์ตรง เป็นการบูรณาการความรู้เข้ากับการปฏิบัติ โดยให้ความสำคัญกับศิลปะในฐานะเป็นสื่อกลางเพื่อเสริมสร้างทักษะและความเข้าใจอย่างถ่องแท้ ผู้เรียนเรียนรู้ผ่านการทำงานศิลปะที่หลากหลายซึ่งช่วยสร้างสิ่งแวดล้อมทางสังคมและบรรยากาศในชีวิตที่มีรูปแบบที่สร้างสรรค์ นอกจากนั้น

การพัฒนาผู้เรียนในมิติด้านใน ไม่เฉพาะการมีความรู้ทางทฤษฎี การมีทักษะความสามารถ เท่านั้น หากรวมไปถึงการพัฒนาตัวตนของผู้เรียนในแง่ของความเข้าใจ การเห็นอกเห็นใจ การริเริ่ม และความรับผิดชอบ ตลอดจนความสามารถในการสะท้อนตนเองและการเรียนรู้ด้วยตนเอง (The European Cooperation for Anthroposophical Curative Education and Social Therapy [ECCE], ๒๐๐๑)

ECCE (๒๐๐๑) กล่าวว่า การทำงานกับศิลปะเสริมสร้างให้ผู้เรียนตระหนักรู้ถึง คุณภาพของศิลปะแต่ละแขนงซึ่งคุณภาพเหล่านี้พัฒนาการสังเกตและทักษะการวินิจฉัย ศิลปะแขนงต่างๆ ได้แก่

๑) สถาปัตยกรรม (Architecture) รูปแบบของอาคารและพื้นที่ภายในมีอิทธิพลต่อ จิตสำนึกและสภาวะภายใน สถาปัตยกรรมรอบตัวส่งผลต่อจิตใจในทางที่เข้าไปมีอิทธิพลต่อ สุนทรียภาพร่างกายเช่นกัน

๒) การปั้นและการแกะสลัก (Modeling and Sculpture) งานปั้นหรืองานแกะสลัก ทำให้ผู้เรียนได้รับประสบการณ์การเปลี่ยนแปลงรูปร่างของวัสดุตามความตั้งใจ ความคิดของ ผู้ทำงานศิลปะนั้นๆ ให้ประสบการณ์ในแง่ของการติดตามวิวัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงที่ เกิดขึ้นในสิ่งมีชีวิต คุณภาพที่เกิดขึ้นในกระบวนการของการรับรู้และสร้างสรรค์ผลงานนำผู้เรียน ไปสู่การรับรู้คุณภาพของแง่มุมที่เป็นพื้นฐานและการเปลี่ยนแปลงของสังคมเหล่านั้น ซึ่งเป็น ส่วนหนึ่งของกระบวนการวินิจฉัย

๓) การวาดภาพ (Drawing) การวาดภาพธรรมชาติเป็นการฝึกฝนการสังเกตอย่าง ละเอียดลออซึ่งเป็นพื้นฐานของทักษะการวินิจฉัย การวาดภาพอิสระพัฒนาความรู้สึกในเรื่องของ จังหวะ การจัดการกับพื้นที่ และความคิดสร้างสรรค์

๔) การระบายสี (Painting) สีสัมผัสพลังในตัวเอง การทำงานกับสีช่วยให้ผู้เรียน ได้รับประสบการณ์ตรงถึงพลังของสีสันท การทำงานศิลปะลักษณะนี้อย่างต่อเนื่องพัฒนา ความลึ้นไหลภายใน และการรับรู้คุณภาพของสีสันทแต่ละสี สีส่งผลโดยตรงต่อความรู้สึก มีพลัง ในการกระตุ้นพลังชีวิตภายใน การระบายสีเป็นการทำงานโดยตรงกับความรู้สึกทั้งการรับรู้ คุณสมบัติของสี และการถ่ายทอดความรู้สึกภายในผ่านสี กล่าวได้ว่า การระบายสีเป็น กระบวนการหายใจของดวงจิต

๕) ดนตรี (Music) ดนตรีทำให้เกิดการฟังอย่างตั้งใจ ซึ่งพัฒนาความสามารถใน การเข้าถึงสิ่งต่างๆที่รับรู้จากโลกภายนอก การฟังผู้อื่น และการเข้าสู่บทสนทนา

๖) การพูด (Speech) การพูดเป็นการแสดงออกโดยตรงถึงตัวตนแต่ละคน ผู้เรียน ควรพัฒนาให้พูดได้อย่างชัดเจนซึ่งยังช่วยในเรื่องความสามารถในการจำแนก แยกแยะ

ความแตกต่าง ศิลปะของการพูดและการแสดงบทบาทสมมติเป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาบุคคล และการสร้างชุมชน

๗) จิตตลีลา (Eurythmy) จิตตลีลาเป็นศิลปะของการเคลื่อนไหวที่สอดคล้องกับการพูด ดนตรีรวมถึงอารมณ์ของบทกวีและท่วงทำนองของดนตรี การเคลื่อนไหวสะท้อนความรู้สึกที่อยู่ภายในคำพูดหรือดนตรี การปฏิบัติจิตตลีลาสามารถพัฒนาความเข้าใจในบทกวีและเพลงอย่างลึกซึ้ง ในขณะเดียวกันเป็นการเปิดประสบการณ์ใหม่แก่บุคคลต่อรูปแบบของการเคลื่อนไหวของตนในพื้นที่ การเคลื่อนไหวเป็นกลุ่มและปฏิสัมพันธ์ทางสังคม จิตตลีลาเป็นการเสริมสร้างให้เกิดการตระหนักรู้ตนเองและความสัมพันธ์กับผู้อื่นในบริบททางสังคม ทำให้เกิดการตื่นรู้และรับประสบการณ์เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวของร่างกายผ่านจังหวะ รูปแบบ ภาษาท่าทาง ความลื่นไหล และการแสดงออกที่มีความหลากหลาย

ศิลปะทำให้บุคคลค้นพบศักยภาพภายในตน ทั้งในด้านความมุ่งมั่น ความปรารถนาภายในที่ต้องการสร้างสรรค์ผลงาน การเผชิญอุปสรรคและข้อจำกัดของตน ศิลปะแต่ละลักษณะมีอิทธิพลต่อชีวิตด้านใน ต่ออารมณ์ความรู้สึกของบุคคลแตกต่างกัน การวาดภาพ การระบายสี และการปั้น มีพลังของรูปทรงสูงและให้ความรู้สึกมีชีวิตชีวา ดนตรีพัฒนาอวัยวะภายใน การฟัง และขยายความสามารถในการได้ยินและการเชื่อมโยง รวมทั้งให้ความรู้สึกว่าเร้าใจและทำให้ร่างกายเคลื่อนไหว ศิลปะการละครและการพูดสร้างให้เกิดพลังในการลงมือกระทำ การทำงานศิลปะช่วยพัฒนาความสามารถในการจำแนก ความสามารถในการรับรู้ รับประสบการณ์ และลงมือกระทำ ศิลปะทำให้ค้นพบสิ่งใหม่เกี่ยวกับตัวเอง ความรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง ความมั่นใจในตนเอง ค้นพบข้อจำกัดของตน ตลอดจนเข้าใจผู้อื่น การจัดการศึกษาจำเป็นต้องจัดให้มีความสมดุลระหว่างการเรียนรู้จากการปฏิบัติและการเรียนรู้จากทฤษฎี โดยใช้ศิลปะเป็นสื่อกลางในการพัฒนาบุคคล

ECCE (๒๐๐๑) นำเสนอความสำคัญของการใช้ศิลปะตามแนวคิดมนุษยปรัชญา ในการพัฒนาการศึกษา ได้แก่

- ๑) ศิลปะเป็นองค์ประกอบในการพัฒนาภายในตน
- ๒) ศิลปะเป็นพื้นฐานในการเข้าใจความแตกต่างของมนุษย์
- ๓) ศิลปะเป็นสื่อกลางในการให้การศึกษแก่ผู้คน เพื่อการทำงานร่วมกันในสังคม
- ๔) ศิลปะเป็นสื่อกลางของการบำบัด
- ๕) วิธีการทำงานศิลปะทั้งรายบุคคลและกลุ่มพัฒนาผู้เรียนในมิติที่แตกต่างกัน กล่าวคือ ในการทำงานรายบุคคล ผู้เรียนพึงความสนใจที่ตนเองทำให้เห็นตนเองอย่างที่เป็น ในขณะที่การทำงานกลุ่มเป็นการเรียนรู้ร่วมกันอย่างเป็นพลวัตร ช่วยให้เกิดบทสนทนาที่งดงาม ช่วยให้ผู้เรียนเรียนรู้จากกันและกัน ปรับตนเองให้เข้ากับกลุ่มและเคลื่อนไหวร่วมกันอย่าง

สอดประสาน นอกจากนั้น การสะท้อนความคิดต่อผลงานช่วยพัฒนาคุณภาพในเรื่องของการตัดสินใจ โดยเป็นการเปิดพื้นที่ระหว่างผู้เรียนกับผลงานเพื่อให้ผู้เรียนได้เปรียบเทียบ ประเมิน และวิพากษ์ผลงานของตน

การนำศิลปะตามแนวคิดมนุษยปรัชญาไปใช้ในการพัฒนาผู้เรียนนั้น เป็นการให้ผู้เรียนได้รับประสบการณ์ทางศิลปะที่หลากหลายตลอดจนการทำงานทั้งรายบุคคลและกลุ่ม ในทางที่จะพัฒนาผู้เรียนให้เกิดศักยภาพของการเข้าใจตนเองและผู้อื่น ให้ผู้เรียนสามารถนำความรู้มาใช้ได้อย่างเหมาะสมในการดำเนินชีวิตอย่างสอดคล้องสมดุลงกับธรรมชาติ ตัวอย่างสถาบันที่นำศิลปะตามแนวคิดมนุษยปรัชญาไปใช้ในการพัฒนาผู้เรียน ได้แก่ ศูนย์จิตตปัญญา มหาวิทยาลัยมหิดล ดำเนินการภายใต้โครงการศิลปะสร้างสรรค์คุณภาพชีวิตภายใน ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการทดลองปฏิบัติการกิจกรรมศิลปะตามแนวคิดมนุษยปรัชญา สำหรับนักศึกษาในระดับปริญญาตรี มีเป้าหมายเพื่อให้นักศึกษาได้สร้างคุณค่าภายในตนเอง เข้าถึงภายในและเชื่อมโยงระหว่างจิตภายในกับธรรมชาติ สิ่งแวดล้อมภายนอก ตลอดจนเข้าใจวัฒนธรรมและสังคมรอบตัว โดยจัดกิจกรรมศิลปะ ได้แก่ กิจกรรมการเคลื่อนไหวยูริมี การวาดรูปและระบายสี และงานปั้น ดำเนินการอบรม ๒ ครั้ง ครั้งที่ ๑ จัดอบรมในช่วงปิดภาคการศึกษา มีผู้เข้าร่วมจำนวน ๓๐ คน เป็นนักศึกษาจากคณะต่างๆภายในมหาวิทยาลัย ครั้งที่ ๒ จัดอบรมในช่วงเปิดภาคการศึกษา มีผู้เข้าร่วมจำนวน ๑๘๐ คน เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ ๑ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จัดอบรม ๒ รุ่น รุ่นละ ๙๐ คน ผลการดำเนินโครงการสามารถสรุปได้ ดังนี้ งานศิลปะทั้ง ๓ แขนง เป็นกระบวนการเชื่อมโยงของสองสิ่ง คือ สิ่งภายนอกและการรับรู้ของใจภายใน ทุกกิจกรรมมีเป้าหมายเดียวกัน คือ เพื่อให้ผู้ตัว มีการระลึกที่ลึกกว่าการรับรู้ปกติ ศิลปะทำให้เกิดการรับรู้ตนเองที่รอบข้าง และรู้โลก ทั้งนี้ ได้มีการนำกิจกรรมนพลักษณ์และการเข้าค่ายธรรมะมาปฏิบัติ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมอบรมได้มีประสบการณ์ทางด้านจิตวิญญาณ ให้ศิลปะเป็นสื่อเชื่อมถึงจิตใจได้ง่ายขึ้นเพื่อการรู้จักตนเองและรับรู้ความรู้สึกภายในของตนเองได้รวดเร็ว (คณะดำเนินงานโครงการศิลปะสร้างสรรค์คุณภาพชีวิตภายใน, ๒๕๕๑)

ผู้วิจัยได้ประมวลแนวคิดต่างๆที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาสำหรับผู้ใหญ่ การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง กระบวนทัศน์ใหม่ในการจัดการศึกษา การจัดการศึกษาตามแนวพุทธศาสนา การปฏิบัติตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา และศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน เพื่อสร้างกรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย และใช้เป็นแนวทางในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตอบคำถามการวิจัย ในการได้มาซึ่งประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยที่เข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน

## บทที่ ๓

### วิธีการดำเนินการวิจัย

งานวิจัยนี้ผู้วิจัยต้องการค้นหาคำตอบเกี่ยวกับประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตสาขาวิชา การศึกษาปฐมวัย ระดับปริญญาตรี โท และเอก ที่เข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน ที่ผู้วิจัยจัดขึ้น ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย ประกอบด้วย

๑. การทบทวนองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้อง
๒. การเตรียมการกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน
๓. การคัดเลือกผู้เข้าร่วมกิจกรรม
๔. การดำเนินกิจกรรมและการเก็บรวบรวมข้อมูล
๕. การตรวจสอบ วิเคราะห์ และนำเสนอข้อมูล

ผู้วิจัยนำเสนอรายละเอียดของการดำเนินการวิจัย ดังนี้

๑. การทบทวนองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยศึกษาข้อมูลพื้นฐานจากเอกสารต่างที่เกี่ยวข้องกับประเด็นที่ศึกษา ได้แก่ การจัดการศึกษาสำหรับผู้ใหญ่ การเรียนรู้ตามช่วงวัยของชีวิต การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง กระบวนทัศน์ใหม่ในการจัดการศึกษา การจัดการศึกษาตามแนวพุทธศาสนา การปฏิบัติ ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ศิลปะภายใต้แนวคิดมนุษยปรัชญา และ ระเบียบวิธีการวิจัยเชิง คุณภาพ นอกจากการศึกษาข้อมูลพื้นฐานจากเอกสารที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยสนทนากับบุคคลที่มี ประสบการณ์ในการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาผู้ใหญ่ผ่านศิลปะ เพื่อเป็นแนวทางสำหรับการออกแบบ การวิจัยและการเตรียมการสำหรับกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน

๒. การเตรียมการกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน

ผู้วิจัยประสานความร่วมมือกับ คุณอัญชนา สุนทรพิทักษ์ นักจิตตลีลา หนึ่งใน เครือข่ายนักพัฒนาศักยภาพภายในตน ให้เป็นวิทยากรดำเนินกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนา ภายในตนสำหรับนิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย โดยผู้วิจัยชี้แจงถึงรายละเอียดของการวิจัย และร่วมวางแผนกับวิทยากรเพื่อให้กิจกรรมศิลปะสอดคล้องกับธรรมชาติของนิสิตสาขาวิชา การศึกษาปฐมวัย ซึ่งทำงานในเรื่องการพัฒนามนุษย์ ทั้งนี้ คุณสมบัติของวิทยากรประกอบด้วย

- ๑) เป็นผู้ที่มีใบรับรองความรู้ด้านศิลปะแขนงใดแขนงหนึ่งภายใต้แนวคิด มนุษยปรัชญา

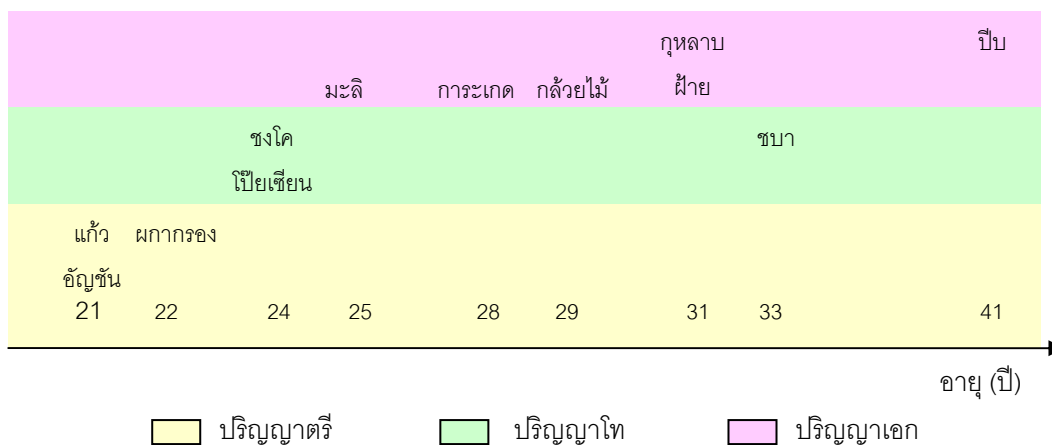


- ๒) เป็นผู้ที่มีประสบการณ์ในการทำงานด้านการพัฒนาบุคลากรมากกว่า ๒ ปี
  - ๓) ยินดีเป็นวิทยากรดำเนินกิจกรรมให้กับกลุ่ม
๓. การคัดเลือกผู้เข้าร่วมกิจกรรม

ผู้วิจัยประชาสัมพันธ์กิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนเองแก่นิสิตสาขาวิชา การศึกษาปฐมวัย ทั้งระดับปริญญาตรี โท และเอก และคัดเลือกผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้นิสิต ผู้เข้าร่วมจำนวนทั้งสิ้น ๑๒ คน เป็นนิสิตระดับปริญญาตรี จำนวน ๓ คน นิสิตระดับปริญญาโท จำนวน ๓ คน และนิสิตระดับปริญญาเอก จำนวน ๖ คน คุณสมบัติของนิสิตผู้เข้าร่วมวิจัย ประกอบด้วย

- ๑) เป็นนิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย
  - ๒) เป็นผู้สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมและยินดีให้ความร่วมมือในการสัมภาษณ์รายบุคคล เพื่อเก็บข้อมูลเชิงลึก
  - ๓) เป็นผู้ที่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมตามวันเวลาที่กำหนดได้อย่างสม่ำเสมอ
- นอกจากนั้น ผู้วิจัยขอความร่วมมือนิสิตปริญญาโทที่สมัครใจจำนวน ๑ คน เป็นผู้ช่วยวิจัย โดยเป็นผู้อำนวยความสะดวกในด้านสถานที่ การจัดเตรียมอุปกรณ์ การบันทึกและถอดเทปเสียง

แผนภาพที่ ๒ อายุของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยจำแนกตามระดับการศึกษา



- ๔. การดำเนินกิจกรรมและการเก็บรวบรวมข้อมูล
- ผู้วิจัยดำเนินการใน ๒ บทบาท ได้แก่ บทบาทของผู้ประสานงานกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนเอง และบทบาทของผู้วิจัยในฐานะผู้สังเกตแบบมีส่วนร่วม

๔.๑ บทบาทของผู้ประสานงานกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน ผู้วิจัยเป็น  
อำนวยความสะดวกแก่วิทยากรและผู้เข้าร่วมกิจกรรม ในการจัดเตรียมสถานที่ บุคลากร และ  
วัสดุอุปกรณ์

๔.๒ บทบาทของผู้วิจัยในฐานะผู้สังเกตแบบมีส่วนร่วม ผู้วิจัยเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะ  
ทุกครั้ง เก็บข้อมูลตลอดระยะเวลาของการดำเนินกิจกรรมโดยบันทึกเสียงในกิจกรรมสนทนากลุ่ม  
ฉบับที่ก่อกำหนดในสมุดบันทึกของผู้วิจัย และขอความร่วมมือผู้เข้าร่วมวิจัยเขียนบันทึก (Journal)  
สะท้อนการเรียนรู้ในแต่ละครั้งของการร่วมกิจกรรม ตลอดจนการเก็บข้อมูลประสบการณ์  
การเรียนรู้ของผู้เข้าร่วมภายหลังกิจกรรมเสร็จสิ้นลง โดยการสัมภาษณ์รายบุคคล ใช้เวลาประมาณ  
๑ ชั่วโมง ผู้วิจัยฉบับที่ก่อกำหนดในสมุดบันทึกของผู้วิจัยและบันทึกเสียงตลอดการสนทนา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล

๑) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยใช้การสังเกตแบบมีส่วนร่วมและ  
การสัมภาษณ์เชิงลึกเป็นหลัก นอกจากตัวผู้วิจัยซึ่งเป็นเครื่องมือสำคัญในการวิจัย ผู้วิจัยใช้  
เครื่องมืออื่นๆ ได้แก่

๑.๑) แบบบันทึกย่อ เป็นบันทึกที่ผู้วิจัยบันทึกข้อมูลขณะสังเกต สนทนา  
หรือสัมภาษณ์ โดยบันทึกเฉพาะข้อความสำคัญเพื่อช่วยเตือนความจำเกี่ยวกับเหตุการณ์หรือการ  
สนทนานั้นๆ

๑.๒) แบบบันทึกการสัมภาษณ์ เป็นการจดรายละเอียดที่ได้จากการถอด  
ความจากเทปบันทึกเสียงขณะสัมภาษณ์นิตินรายบุคคล ในการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยมีแนวคำถาม  
(ภาคผนวก ก) เพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะ ความรู้สึกนึกคิด  
ที่เกิดขึ้นขณะร่วมกิจกรรมแต่ละกิจกรรม และการสะท้อนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้น ทั้งในมุมมอง  
ต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อวิชาชีพ

๒) อุปกรณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล ได้แก่ เครื่องบันทึกเสียง กล้องถ่ายภาพ  
และกล้องวิดีโอ

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ภายหลังสิ้นสุดการดำเนินกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน ผู้วิจัย  
นัดหมายนิตินล่วงหน้าเพื่อขอสัมภาษณ์ในวันเวลาที่นิตินสะดวก (ตารางที่ ๑) ผู้วิจัยใช้  
การสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการเป็นหลักในการได้มาซึ่งข้อมูลที่สะท้อนประสบการณ์การเรียนรู้  
ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน โดยขออนุญาตบันทึกเสียงขณะสัมภาษณ์  
แล้วนำมาถอดความแบบคำต่อคำ นอกจากการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยใช้วิธีดึงข้อมูลจากสมุดบันทึก  
ของนิติน โดยขอความร่วมมือนิตินในการเขียนบันทึกสะท้อนการเรียนรู้ เพื่อประกอบการวิเคราะห์  
ข้อมูลประสบการณ์การเรียนรู้

ตารางที่ ๑ ช่วงเวลาการสัมภาษณ์นิตราบุคคล

| จันทร์            | อังคาร                                  | พุธ                          | พฤหัสบดี            | ศุกร์                          |
|-------------------|---|------------------------------|---------------------|--------------------------------|
|                   |   | ๒๖ ก.ย. ๕๐<br>ชงโค           |                     | ๒๘ ก.ย. ๕๐<br>ชบา<br>เป็ยเขียน |
| ๑ ต.ค. ๕๐<br>แก้ว | ๒ ต.ค. ๕๐<br>ผกากรอง                    |                              | ๔ ต.ค. ๕๐<br>อัญชัน |                                |
|                   | ๙ ต.ค. ๕๐<br>กล้วยไม้<br>การะเกด<br>ปีบ | ๑๐ ต.ค. ๕๐<br>มะลิ<br>กุหลาบ |                     | ๑๒ ต.ค. ๕๐<br>ฝ้าย             |

บริบทของกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน

กิจกรรมดำเนินไปอย่างสม่ำเสมอ ตลอดภาคการศึกษาต้น ปีการศึกษา ๒๕๕๐ จำนวนทั้งสิ้น ๑๓ ครั้ง เริ่มตั้งแต่เดือนมิถุนายน ถึง เดือนกันยายน ๒๕๕๐ โดยจัดขึ้นในทุกเย็นวันศุกร์ ระหว่างเวลา ๑๖.๐๐ – ๑๙.๐๐ น. ณ ห้อง ๕๐๗ อาคาร ๓ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ห้องเรียนถูกจัดให้มีพื้นที่โล่งเพียงพอสำหรับการเคลื่อนไหวร่างกายขณะปฏิบัติกิจกรรม แก้อัปเดตจัดวางเป็นรูปวงกลมมีระยะห่างเท่าๆกัน ศูนย์กลางของห้องประดับด้วยแจกันทรงระบอบใบสูงสีขาวที่มีดอกไม้หลากชนิดสลับหมุนเวียนกันไปในแต่ละสัปดาห์

เสียงระฆังดังขึ้น ๓ ครั้ง เป็นสัญญาณของการเริ่มต้น “ขอให้ทุกคนกลับมาสู่บ้านของตนเอง” หลังจากนั้นเข้าสู่กิจกรรมจิตตลีลา ซึ่งเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายทุกส่วนอย่างมีสติรู้ตัว อย่างสอดคล้องประสานและสอดคล้องกันไปในกลุ่มใหญ่ ต่อด้วยการร้องเพลงประสานเสียง และการปรบมือเป็นจังหวะ กิจกรรมต่อไป คือ การสังเกตต้นไม้ เป็นกิจกรรมที่นิสิตแต่ละคนเฝ้าสังเกตการเปลี่ยนแปลงของต้นไม้ที่ตนเลือกตามความพึงพอใจ เวลา ๒๐ นาทีของการสังเกต และการวาดภาพต้นไม้ เป็นเวลาส่วนตัวที่นิสิตใช้เวลาเพียงลำพังกับโจทย์การสังเกตที่แตกต่างกันไปในแต่ละครั้ง โดยช่วงแรก (ครั้งที่ ๑ – ๕) เป็นการสังเกตแบบอ้อมวิสัย นิสิตสามารถถ่ายทอดความรู้สึกนึกคิดของตนที่มีต่อการสังเกตได้อย่างอิสระ และช่วงที่สอง (ครั้งที่ ๖ – ๑๓) เป็นการสังเกตแบบภววิสัย โดยมีโจทย์ของการสังเกตในแต่ละสัปดาห์ที่เฉพาะเจาะจง เช่น สังเกตบริเวณโคนของต้นไม้ ลักษณะของกิ่ง ก้าน ใบ ลักษณะของเรือนยอด ต่อด้วยกิจกรรมการสนทนากลุ่ม ใช้เวลาประมาณ ๖๐ นาที เป็นการบรรยายสิ่งที่ได้สังเกตและการทบทวนประสบการณ์การเรียนรู้ในสัปดาห์ที่ผ่านมา จบกิจกรรมแต่ละครั้งด้วยการระบายสีน้ำเทคนิคเปียกบนเปียก กำหนดสีที่ใช้เพียง ๓ สี โดย ๓ ครั้งแรก ระบายเพียงสีเขียวทั่วกระดาษ

เริ่มจากสี่เหลี่ยม น้ำเงิน และแดง ตามลำดับ สัปดาห์ต่อไประบาย ๓ สี ให้สีทั้งสามบรรจบกัน เกิดเป็นสีเส้นต่างๆ จากนั้นวิทยากรให้นิสิตเดินชมผลงานของแต่ละคนและแลกเปลี่ยนประสบการณ์จากการทำกิจกรรม ก่อนจากกันไปพร้อมกับเสียงระฆัง ๓ ครั้ง ที่เป็นสัญญาณของการสิ้นสุดกิจกรรม

ลำดับกิจกรรมข้างต้นดำเนินไปอย่างสม่ำเสมอ ยกเว้น ๔ สัปดาห์ ที่มีกิจกรรมจิตตลีลาพร้อมการบรรเลงเปียโน โดยใช้ห้อง ๑๐๖ เป็นสถานที่เรียนรู้แทนห้องเรียน นิสิตได้ใช้เวลาประมาณ ๕๐ นาที กับกิจกรรมจิตตลีลาซึ่งเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายพร้อมกับองค์ประกอบต่างๆในบทเพลงผ่านเสียงเปียโน การออกแบบกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนเอง เน้นกิจกรรมหลัก คือ การสังเกตต้นไม้และการสนทนากลุ่ม โดยมีกิจกรรมศิลปะแขนงอื่นๆ สอดประสานให้เกิดความหลากหลายและเกิดประสบการณ์ที่แตกต่าง ทั้งการร้องเพลง ประสานเสียง จิตตลีลา และการระบายสีน้ำ

#### ตารางที่ ๒ รายละเอียดของกิจกรรมในแต่ละสัปดาห์

| ช่วงเวลา | กิจกรรม             | รายละเอียดของกิจกรรม  |
|----------|---------------------|---|
| ๑ นาที   | การเริ่มต้นกิจกรรม  | วิทยากรตีระฆังเจริญสติ ๓ ครั้ง ทุกคนยืนสงบนิ่งเป็นเวลา ๑ นาที   |
| ๑๕ นาที  | กิจกรรมจิตตลีลา     | การเคลื่อนไหวพร้อมกันในกลุ่มใหญ่  |
| ๒๐ นาที  | กิจกรรมสังเกตต้นไม้ | นิสิตเลือกต้นไม้เพื่อสังเกต ใช้เวลากับต้นไม้ที่ตนเลือกประมาณ ๑๕ - ๒๐ นาที สังเกตลักษณะ วาดภาพการสังเกต บันทึกความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะสังเกต   |
| ๖๐ นาที  | กิจกรรมสนทนากลุ่ม   | นิสิตนั่งล้อมวงและใช้เวลาคนละประมาณ ๓ นาที บรรยายลักษณะของต้นไม้ที่สังเกต และทบทวนสิ่งดีๆที่เกิดขึ้นหรืออุปสรรคที่เผชิญในช่วงสัปดาห์ที่ผ่านมา |
| ๓๐ นาที  | กิจกรรมระบายสีน้ำ   | นิสิตเตรียมอุปกรณ์ และระบายสีน้ำตามโจทย์ที่วิทยากรให้ในแต่ละครั้ง จากนั้นนำผลงานมาวางไว้ตรงกลางวงและแลกเปลี่ยนประสบการณ์การระบายสีน้ำ         |
| ๑ นาที   | การสิ้นสุดกิจกรรม   | วิทยากรตีระฆังเจริญสติ ๓ ครั้ง ทุกคนยืนสงบนิ่งเป็นเวลา ๑ นาที   |

**หมายเหตุ** กิจกรรมดำเนินไปอย่างสม่ำเสมอในแต่ละสัปดาห์ ยกเว้นกิจกรรมจิตตลีลาที่มีการบรรเลงเปียโนประกอบ จำนวน ๔ ครั้ง ซึ่งใช้เวลาประมาณ ๕๐ นาที

ตารางที่ ๓ รายละเอียดการดำเนินกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน  
ระหว่างเดือนมิถุนายน – กันยายน ๒๕๕๐

| ลำดับ<br>ที่ | วันที่      | กิจกรรม  |   |   |  |
|--------------|-------------|--|---|---|--|
|              |             | จิตตลีลา   | การสังเกตต้นไม้   | การสนทนากลุ่ม   | การระบายสีน้ำ  |
| ๑            | ๑๕<br>มิ.ย. | เคลือบไหวรูปแบบ<br>ของพลังต่างๆใน<br>ธรรมชาติ                  | ทำความรู้จักเพื่อน<br>ใหม่ สังเกตและวาด<br>ภาพต้นไม้โดยรวม                      | เล่าถึงต้นไม้ที่สังเกต<br>และทบทวนเรื่องราว<br>ในลำดับที่   | -  |
| ๒            | ๒๒<br>มิ.ย. | เคลือบไหวกับ<br>องค์ประกอบต่างๆ<br>ในบทเพลงผ่านเสียง<br>เปียโน | (เป็นการสังเกต<br>แบบอัตวิสัย<br>สามารถแสดง<br>ความรู้สึกส่วน<br>ตัวอย่างอิสระ) | ผ่านมา  | ระบายสีเหลือง  |
| ๓            | ๒๙<br>มิ.ย. | เคลือบไหวรูปแบบ<br>ของพลังต่างๆใน<br>ธรรมชาติ                  |   | บรรยายพระจันทร์ที่<br>สังเกตในคืนวันเพ็ญ                    | -  |
| ๔            | ๒๐<br>ก.ค.  |  |   |   | -  |
| ๕            | ๒๗<br>ก.ค.  |  |   |   | ระบายสีน้ำเงิน   |
| ๖            | ๓<br>ส.ค.   | เคลือบไหวกับ<br>องค์ประกอบต่างๆ<br>ในบทเพลงผ่านเสียง<br>เปียโน | เริ่มการสังเกตแบบ<br>ภาวิสัย โดยให้<br>สังเกตส่วนโคนของ<br>ต้นไม้               | บรรยายลักษณะ<br>ของต้นไม้แบบ<br>ภาวิสัย                     | ระบายสีแดง   |
| ๗            | ๑๐<br>ส.ค.  |  | สังเกตลักษณะของ<br>ลำต้น  | หลับตา นึกภาพตาม<br>คำบรรยายต้นไม้                          | ระบาย ๓ สี คือ<br>สีเหลือง สีแดง และ<br>สีน้ำเงิน อย่างอิสระ |
| ๘            | ๑๗<br>ส.ค.  |  | สังเกตลักษณะของ<br>กิ่ง ก้าน ใบ   | ทบทวนเรื่องเราแบบ<br>ย้อนกลับจากเวลา                        |  |
| ๙            | ๒๔<br>ส.ค.  |  | สังเกตลักษณะของ<br>เรือนยอด   | ณ ปัจจุบันไปสู่อดีต<br>เพื่อฝึกการลำดับ<br>ความคิดที่ชัดเจน |  |
| ๑๐           | ๗<br>ก.ย.   | เคลือบไหวรูปแบบ<br>ของพลังต่างๆใน<br>ธรรมชาติ                  | -   | ทบทวนเรื่องราว<br>แบบย้อนกลับ และ<br>ข้อคิดที่ได้รับ        |  |
| ๑๑           | ๑๔<br>ก.ย.  |  | ให้ไปพบต้นไม้ด้วย<br>ความว่าง ใช้เวลา<br>อย่างสงบกับต้นไม้                      |   |  |

ตารางที่ ๓ รายละเอียดการดำเนินกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน  
ระหว่างเดือนมิถุนายน – กันยายน ๒๕๕๐ (ต่อ)

| สัปดาห์<br>ที่ | วันที่     | กิจกรรม                       |  |   |  |
|----------------|------------|-------------------------------|--|---|--|
|                |            | จิตตลีลา                      | การสังเกตต้นไม้                            | การสนทนากลุ่ม                                       | การระบายสีน้ำ  |
| ๑๒             | ๒๑<br>ก.ย. | เคลื่อนไหวพร้อม<br>เสียงขลุ่ย | แนะนำต้นไม้ของตน<br>ให้เพื่อนในกลุ่มรู้จัก | แลกเปลี่ยน<br>ความรู้สึกการเข้า<br>ร่วมกิจกรรมศิลปะ | ระบาย ๓ สี คือ<br>สีเหลือง สีแดง และ<br>สีน้ำเงิน อย่างอิสระ<br>และเปิดโอกาสให้<br>เพื่อนในกลุ่มทุกคน<br>แต่งเติมภาพนั้น<br>อย่างสงบ |

**หมายเหตุ** กิจกรรมร้องเพลง เป็นการร้องเพลงประสานเสียง ใช้เพลง Sing together และ  
เพลง No life without love ซึ่งเพลงทั้งสองเป็นเพลง round คือ สามารถร้องแบบต่อเนื่องได้

กิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนถูกออกแบบเพื่อให้สอดคล้องกับธรรมชาติ  
ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ปฐมวัย ซึ่งความคิดเบื้องหลังในการออกแบบกิจกรรม ประกอบด้วย

๑) กระบวนการเรียนการสอนในระดับอุดมศึกษาเน้นการคิดเชิงตรรกะ ดังนั้น  
กระบวนการทางศิลปะจึงถูกนำมาใช้เพื่อเป็นสื่อในการสร้างให้เกิดการคิดในเชิงสร้างสรรค์  
ผสมกับความรู้สึกและการลงมือกระทำ

๒) จังหวะชีวิตในแต่ละสัปดาห์ของนิสิตเกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ทางโลก ซึ่งเป็นเนื้อหา  
ทางวิชาการ การได้ใช้เวลาอย่างสม่ำเสมอทุกวันศุกร์ซึ่งเป็นช่วงเวลาท้ายสุดของสัปดาห์แห่ง  
การเรียนรู้ ในการย้อนทบทวนเรื่องราวในชีวิตทั้งที่กระทบต่อกายและจิต เป็นผลดีแก่นิสิตเพื่อ  
ย้อนดูตัวเองอย่างชัดเจน มีเวลาพักเพื่อฟื้นฟู และตั้งสติกับตัวเอง

๓) นิสิตสาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ปฐมวัยทำงานในเรื่องการพัฒนามนุษย์ ซึ่งมนุษย์มี  
การเปลี่ยนแปลงตลอดชีวิตทั้งมิติทางกายและทางจิต ดังนั้น นิสิตจำเป็นต้องมี  
ประสบการณ์การสังเกตอย่างละเอียดลออ ตลอดจนมีระเบียบวินัย ความมุ่งมั่น และจังหวะเวลา  
ที่ดีในการสังเกตที่ชัดเจนและต่อเนื่อง จากการสังเกตภาพรวม สู่การสังเกตเฉพาะส่วน และกลับสู่  
ภาพรวมอีกครั้งด้วยคุณภาพการสังเกตที่ลึกซึ้งขึ้น กิจกรรมสังเกตต้นไม้จึงถือเป็นกิจกรรมหลัก  
ในการเรียนรู้ เนื่องจากต้นไม้มีทั้งกายภาพ (Physical body) และกายแห่งชีวิต (Ethereic body)  
เช่นเดียวกับมนุษย์ ในขณะที่นิสิตจดจ่อกับการวาดภาพและการสังเกต นิสิตจะได้รับพลังชีวิต  
และพลังบำบัดจากต้นไม้ไปในตัว เนื่องจากสิ่งที่มีมนุษย์แตกต่างจากพืช คือ กายแห่งความรู้สึก

(Astral body) และการตระหนักรู้ภายในตน (Ego) ดังนั้น ในขณะที่มีมนุษย์เคลื่อนไหวและรู้สึกนึกคิด พีชนิ่ง สิ่งนี้คือพลังที่แตกต่างที่ส่งผลถึงการบำบัดมนุษย์โดยไม่รู้ตัว

๔) ในแง่มุมมองของการรู้จักตนเอง นิสิตเรียนรัฐวิชาซึ่งเป็นการเรียนรู้โลกภายนอก กระบวนการศิลปะนี้พยายามพัฒนาการเข้าถึงโลกภายในและการสะท้อนโลกภายในออกมาผ่านคำพูดเพื่อสื่อสารกับผู้อื่น ถือเป็นการพัฒนาตนทั้งในมิติของการยอมรับตนเองและกล้าเปิดเผยตัวตน ความรู้สึกนึกคิดของตน อย่างสัจยข้อต่อผู้อื่น

#### ๕. การตรวจสอบ วิเคราะห์ และนำเสนอข้อมูล

ผู้วิจัยตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูลจากหลากหลายวิธีการ ดังนี้

๑) การตรวจสอบกับคนใน โดยนิสิตผู้ให้ข้อมูลตรวจสอบความถูกต้องภายหลังการถอดข้อความจากเทปเสียงและบันทึกลงในแบบบันทึกบทสัมภาษณ์เชิงลึก รวมทั้งการตรวจสอบการตีความหมายของผู้วิจัย

๒) การตรวจสอบกับผู้ช่วยวิจัย โดยผู้วิจัยถ่ายถอดข้อมูล รวมทั้งแลกเปลี่ยนประเด็นและทัศนะการตีความข้อมูลกับบุคคลที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ผู้ช่วยวิจัย ที่ปรึกษาวิจัย วิทยากร และเพื่อนร่วมงานในสาขาวิชาการศึกษาระดับมัธยม เพื่อตรวจสอบความถูกต้องและความชัดเจนในแต่ละประเด็น

๓) การตรวจสอบแบบสามเส้าด้านวิธีรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการต่างๆ ได้แก่ การสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคล การบันทึกเสียงในกิจกรรมสนทนากลุ่ม และการดึงข้อมูลจากบันทึกสะท้อนการเรียนรู้

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลตามประเด็นคำถามวิจัย โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหา ดังนี้

๑) ผู้วิจัยจัดระเบียบข้อมูลที่ได้จากบทสัมภาษณ์ซึ่งถอดจากเทปเสียงแบบคำต่อคำ ข้อมูลจากแบบบันทึกย่อ และสมุดบันทึกของนิสิต ด้วยวิธีแบบอุปนัยเพื่อจัดกลุ่มข้อความที่เป็นการปรากฏขึ้นของประเด็นประสบการณ์การเรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนของนิสิต

๒) ผู้วิจัยใช้การอ่านทบทวนซ้ำหลายครั้งในการตีความและสร้างข้อสรุป ปรับวิธีการนำเสนอข้อสรุปหลายครั้งเพื่อให้ได้คำตอบของคำถามเกี่ยวกับประสบการณ์การเรียนรู้และการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทั้งในมุมมองต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อวิชาชีพ

๓) ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ตรวจสอบซ้ำ ๒ ครั้งเพื่อยืนยันผลสรุปจากการวิจัย และนำเสนอข้อมูลในลักษณะเชิงพรรณนา

## บทที่ ๔ ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

คำถามวิจัยข้อที่หนึ่ง “นิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยมีประสบการณ์การเรียนรู้ในการเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนอย่างไร” นิสิตสะท้อนประสบการณ์การเรียนรู้จากกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน ได้แก่ กิจกรรมจิตตลีลา การระบายสีน้ำ การร้องเพลง การสังเกตต้นไม้ และการสนทนากลุ่ม

การเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน ดำเนินไปอย่างสม่ำเสมอในทุกเย็น วันศุกร์ ระหว่างเวลา ๑๖.๐๐ – ๑๙.๐๐ น. นิสิตสะท้อนความคิดในช่วงแรกเกี่ยวกับความรู้สึก ทั้งทางบวกและทางลบ ในความรู้สึกทางลบนั้น นิสิตรับรู้ถึงความเครียด ความกลัว ความลังเลสงสัย ความกังวล ส่วนความรู้สึกทางบวก นิสิตรับรู้ถึงความสนุก ความสุข เมื่อกิจกรรมดำเนินไป นิสิตสะท้อนความคิดว่าเกิดความรู้สึกทางบวกมากขึ้นนั่นคือ ความสุข ความสงบ ความผ่อนคลาย ความสบายใจ ความรู้สึกลอยเหมือนฝัน ความสดชื่น และความว่าง

“...ตั้งแต่ตอนแรก...ไม่เข้าใจเลย ทำอะไร มาทำอะไร พอจบชั่วโมง แล้วคุยกัน ความสงสัยมันเริ่มหายไป มันไม่ได้เข้าใจนะคะ มันเหมือนกับว่า ทำไม่ต้องสงสัย มันดีจะตาย มันทำให้เรารู้สึกดี...พอจบชั่วโมงทุกครั้งเรารู้สึกอิมใจจังเลย รู้สึกเรานิ่งขึ้น เราเครียดอยู่นะแต่เออทำไมเรารู้สึกดี...มันเหมือนไม่ต้องพยายามหาเหตุผลแล้ว เหมือนกับพบแล้วว่ามันดี”

(อัญชน)

“ตอนแรกก็เกิดอคติขึ้นมา ...ไม่คุ้นเคยกับการไปนั่งคุยกับต้นไม้ เลยรู้สึกแปลกๆ...ก็นั่งอยู่เฉยๆ มองไปเรื่อยๆ ...มองอะไรก็เออเกิดความสงบขึ้น ในใจเรา แล้วก็หันไปมองต้นไม้ที่เราเลือก ก็เห็นเขาสงบนิ่งเนอะ เมื่อกี้ใจเรา มันไม่สงบเองแหละ”

(การะเกด: กิจกรรมสังเกตต้นไม้)

นอกจากนั้น นิสิตสะท้อนความคิดต่อบรรยากาศของการเรียนรู้ว่า ดำเนินไปภายใต้ความอบอุ่น จริงใจ ยิ้มแย้ม เป็นมิตร เป็นธรรมชาติ โดยนิสิตบางคนสะท้อนว่ารับรู้ได้ถึงพลังทางบวกที่เกิดขึ้นภายในห้อง เป็นพลังของกลุ่มในการสนับสนุนการเรียนรู้



“ตระหนักได้ถึงพลังในห้วงที่เกิดขึ้น ทุกคนมีพลังดีๆออกมา แล้วก็กระจายเข้าหา  
แต่ละคน...มีความสุขกับอะไรที่มันจับต้องไม่ได้ด้วยซ้ำ”

(อัญชัน)

“สงบแต่มีพลังกลุ่ม”

(ชงโค)

ข้อมูลที่รวบรวมได้จากการสัมภาษณ์นิสิตรายบุคคลสะท้อนให้เห็นประสบการณ์  
การเรียนรู้ที่เกิดขึ้น ๔ ประเด็น ดังนี้

๑. การมีสติรู้ตัว
๒. การเรียนรู้ตนเอง ได้แก่
  - ๒.๑ การเข้าใจตนเอง
  - ๒.๒ การเป็นผู้สังเกตที่ละเอียดอ่อน
  - ๒.๓ การลดตัวตน
  - ๒.๔ การรู้เท่าทันอารมณ์ ความคิด การกระทำ
  - ๒.๕ การคิดเป็นระบบ
๓. การเรียนรู้ผู้อื่น ได้แก่
  - ๓.๑ การฟังอย่างตั้งใจ
  - ๓.๒ การเปิดใจรับ
๔. การเรียนรู้ชีวิต ได้แก่
  - ๔.๑ การเห็นความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติ
  - ๔.๒ การเข้าใจถึงความไม่เที่ยงของชีวิต
  - ๔.๓ การเห็นคุณค่าในสรรพสิ่ง

ผู้วิจัยนำเสนอรายละเอียดของประเด็นการเรียนรู้ที่เกิดขึ้น ดังนี้

๑. การมีสติรู้ตัว นิสิตสะท้อนความคิดว่า กิจกรรมต่างๆทำให้ใจกลับมาอยู่กับตัวเอง  
จากสภาวะที่ความคิด อารมณ์พลุ่งพล่าน หรือล่องลอยออกไปนอกตัว เมื่อได้ยินเสียงระฆังซึ่งเป็น  
สัญญาณเริ่มต้นของกิจกรรม ทำให้รู้สึกตัว สามารถดึงใจกลับมาอยู่กับตัวเอง อยู่กับปัจจุบันขณะ  
และเมื่อกิจกรรมดำเนินไปการมีสติรู้ตัวยิ่งต่อเนื่อง จดจ่อ เป็นการทำงานกับตัวตนภายใน ทำให้  
เกิดความสงบ ผ่อนคลาย มีสติ มีสมาธิ ใจจดจ่อกับการปฏิบัติกิจกรรม

“เป็นเรื่องของการทำงานภายใน...ช่วงเวลาวันศุกร์มันเป็นเรื่องของความสงบนิ่ง  
พอมีเรื่องสุนทรียะเข้ามา มันก็ทำให้รู้สึกข้างในมันผ่อนคลาย แล้วก็สงบ พอสงบ  
แล้วก็ได้ฟังตัวเอง ได้ยินเสียงตัวเอง รู้ว่าตัวเองคิดอะไรทำอะไร”

(การระเกด: ภาพรวมของกิจกรรม)

“มันทำให้เราเหมือนกับได้มีเวลาอยู่กับอะไรมากขึ้น มันก็ยิ่งจะคิดซ้ำ แต่มันก็คิด  
ทำให้เราได้จดจ่ออยู่กับอะไร”

(แก้ว: ภาพรวมของกิจกรรม)

“มองว่ามันเป็นการฝึกสมาธิอย่างหนึ่ง มันทำให้เราต้องจดจ่ออยู่กับตรงนั้น...  
นอกจากใจทุกคนที่อยู่กับตัวเองแล้ว มันเหมือนเข้าไปอยู่รวมกันเป็นหนึ่ง”

(เป็ป: กิจกรรมจิตตลีลา)

“จำได้ว่าวันนั้นทุกซักรึที่ห้องเปียโน ยังไงก็ไม่มีทางสลัดความทุกข์นี้  
ได้หลุด แต่ว่าวันนั้นพอเริ่มเคลื่อนไหว ร่างกายมันเริ่มสัมพันธ์กับจิตใจ  
แล้วความคิดมันหายไป...จิตเราไปอยู่กับการเคลื่อนไหว มันก็ไม่ต้อง  
คิดอะไรมาก”

(อัญชัน: กิจกรรมจิตตลีลา)

“มันสงบดี ตอนที่ไปคนเดียว นั่งอยู่เฉยๆ...เหมือนเราจะนิ่งขึ้น ก็นิ่งๆ ค่อยๆสงบ”

(ผกากรอง: กิจกรรมสังเกตต้นไม้)

“ใจมันถึงขณะที่เราทำตรงนี้ ไปเรื่อยๆ นิ่งๆ ทำไปทำมา มันก็เพลิน และมันก็รู้สึก  
นิ่งที่จะทำ มันก็รู้สึกทำได้ รู้สึกชอบที่จะทำ...ใช้สมาธิ ไม่รู้สึกอึดอัด ไม่รู้สึกกดดัน  
ไม่รู้สึกเบื่อ...มีสมาธิในการทำทุกๆสี”

(กุลลาบ: กิจกรรมสีน้ำ)

๒. การเรียนรู้ตนเอง นิสิตสะท้อนความคิดว่า กิจกรรมศิลปะทำให้มีประสบการณ์กับ  
การกลับมาอยู่กับตัวเอง การมีสติรู้ตัวทำให้เกิดสมาธิและความสงบภายในใจ การมีสมาธิจดจ่อ  
อยู่กับตัวเองทำให้ตระหนักถึงตนเองและได้เรียนรู้ตนเอง ได้ใช้เวลากับการคิดทบทวนตัวเอง  
เฝ้ามองความคิด ตามรู้อารมณ์ตนเอง นิสิตสะท้อนให้เห็นถึงการเรียนรู้ใน ๕ ประเด็น ได้แก่

๒.๑ การเข้าใจตนเอง นิสิตสะท้อนการเรียนรู้จากกิจกรรมศิลปะว่า ทำให้ได้ใช้เวลากับ  
ความคิด ความรู้สึก และการกระทำของตนเอง ได้ทบทวนตัวเอง เฝ้ามองตัวเอง ส่งผลให้เกิด  
ความเข้าใจในตัวเองมากขึ้น เข้าใจธรรมชาติของตนเองและรู้จักตนเองมากขึ้น

“รู้สึกความองตัวเองเยอะขึ้น ไม่เคยรู้ว่าตัวเองเป็นสีน้ำเงิน”

(ชบา: กิจกรรมสีน้ำ)

“ทำให้เรารู้จักตัวเองมากขึ้น พอรู้ว่าเรามีปฏิกิริยากับสีแดง มันทำให้เราสังเกตตัวเองได้ในหลายๆสถานการณ์”

(อัณชัน: กิจกรรมสีน้ำ)

“ช่วงที่วาด รู้สึกถึงความคิดตัวเองเยอะมาก คิดตลอดเวลา แอบมี perfectionist เล็กๆ...ทำไมฉันได้ยินแต่เสียงความคิดตัวเอง...ก่อนหน้านี้คิดแต่ไม่รู้ว่าจะคิดเยอะ”

(ฝ้าย: กิจกรรมสังเกตต้นไม้)

“การคิดย้อนหลังมันทำให้หนูได้รู้จักตัวเองมากขึ้น เหมือนได้ดูตัวเอง ทำอย่างนี้ลงไปนะ...นอกจากทำให้รู้จักตนเองแล้ว มันได้คิดถึงสาเหตุว่าทำไมมันเป็นอย่างนั้น”

(ผกากรอง: กิจกรรมสนทนากลุ่ม)

“เห็นความไร้จังหวะของตัวเองมาก...มันเป็นความรู้ที่ได้มาจากการสังเกตเอง”

(กล้วยไม้: กิจกรรมจิตตลีลา)

๒.๒ การเป็นผู้สังเกตที่ละเอียดอ่อน นิสิตสะท้อนการเรียนรู้จากกิจกรรมสังเกตต้นไม้ ว่า การได้ใช้เวลาส่วนตัวอยู่กับต้นไม้ที่ตนเป็นผู้เลือกนั้น ทำให้เรียนรู้การเป็นผู้สังเกตที่ละเอียดอ่อน คือ การสังเกตที่ไม่ใช่เพียงการมองเท่านั้น หากแต่เป็นการเปิดรับประสบการณ์ภายนอกผ่านผัสสะต่างๆ ได้แก่ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ นอกจากนั้น นิสิตยังสะท้อนว่า ได้เรียนรู้การเป็นผู้สังเกตที่ปราศจากอคติ คือ การสังเกตโดยไม่ใช้ความรู้สึกหรือการตัดสินตีความจากความนึกคิดของตน หากแต่เป็นการสังเกตอย่างเป็นวัตถุวิสัย สังเกตให้เห็นถึงลักษณะที่แท้จริงของต้นไม้ ทั้งนี้ การสังเกตเพื่อให้ได้คุณภาพที่แท้จริงของสิ่งที่สังเกต ผู้สังเกตต้องมีสมาธิจดจ่อต่อเนื่องกับสิ่งนั้น

“เป็นจุดเริ่มต้นที่ดีที่จะมองอะไรให้ละเอียดมากขึ้น ได้เรียนรู้จากเพื่อน เป็นจุดเริ่มต้นที่จะทำอะไรให้ละเอียดมากขึ้น”

(ชงโค: กิจกรรมสังเกตต้นไม้)

“...มันฝึกเราเรื่องการสังเกตเยอะ...การสังเกตจะต้องมีความตั้งใจและจดจ่อ...  
สังเกตแค่ตา也不行ได้”

(เป็ยเขียน: กิจกรรมสังเกตต้นไม้)

“เห็นรายละเอียด แล้วก็ก็เป็นคนที่มีความรู้สึกว่าเขาใจใส่แม้กระทั่งเพื่อนที่เป็น  
ต้นไม้...เห็นรายละเอียดของเขาในทุกๆครั้งที่ไป”

(การะเกด: กิจกรรมสังเกตต้นไม้)

“ตัวเองสังเกตดีขึ้น ไม่ค่อยเอาความคิดเอาความรู้สึกของตัวเองเข้าไปใส่”

(ผกากรอง: กิจกรรมสังเกตต้นไม้)

“ตอนแรกไม่รู้จะให้ไปทำอะไรก็พยายามบอกอย่าคิดมาก ทำไปก่อน  
อย่าคิดมาก ช่วงหลังเริ่มเข้าใจว่า การสังเกตคือการสังเกตด้วยใจ  
อย่างใคร่ครวญ คือดูเขาอย่างที่เขาเป็นและไม่เอาความคิดเราไปใส่ว่า  
เขาเป็นอย่างไร”

(กล้วยไม้: กิจกรรมสังเกตต้นไม้)

๒.๓ การลดตัวตน นิสิตสะท้อนการเรียนรู้ว่า กิจกรรมศิลปะทำให้เกิดการเรียนรู้  
ในลักษณะของการเปิดรับและไม่ยึดตัวตนเป็นที่ตั้งในการตัดสินใจ การมีสมาธิจดจ่อกับการปฏิบัติ  
กิจกรรมในขณะเดียวกันก็เปิดรับและมีสติตามรู้บรรยากาศรอบตัวถึงสิ่งที่เกิดขึ้นและดำเนินไป  
ภายนอกตัวเอง ทำให้เกิดการเรียนรู้ที่ไม่ยึดติดกับความคิดหรือความเป็นตัวของตัวเอง

“บอกว่าเราควรที่จะมองอะไรให้มากมุ่มกว่านี้ ให้รอบคอบกว่านี้ ให้ทำอะไร  
คิดถึงใจคนอื่นมากกว่านี้ รู้สึกว่ายึดถือใจตัวเองน้อยลง”

(กุลลาบ: กิจกรรมสนทนากลุ่ม)

“ตอนแรกๆยึดตนเองเป็นศูนย์กลางมากๆเลย คิดว่าของฉันสวย ฉันดีที่สุดใน  
แต่พอเห็นของคนอื่นก็รู้สึกว่าเขาก็สวยนะ เหมือนรู้สึกเปิดใจยอมรับ  
ของคนอื่น มันไม่ใช่ว่าเขาแค่ตัวของเราเองต้องดูของคนอื่น กับสีน้ำทำให้เรา  
เปิดใจไปปล่อยใจ”

(ผกากรอง: กิจกรรมสีน้ำ)

๒.๔ การรู้เท่าทันอารมณ์ ความคิด และการกระทำ นิสิตสะท้อนการเรียนรู้ว่า กิจกรรมศิลปะทำให้ตื่นรู้กับประสบการณ์ที่เข้ามากระทบกับตนเองทั้งในด้านความรู้สึก ความคิด และการกระทำ ได้มีเวลาเฝ้ามองอารมณ์ ตามรู้ความคิด และสังเกตการแสดงออกของตนเอง ต่อสถานการณ์ที่แตกต่างกันไป นิสิตสะท้อนว่าเมื่อรู้ตัวว่าคิด ความคิดก็หยุด เมื่อรู้ตัวว่าอารมณ์ พลุ่่งพล่านก็ตามรู้อารมณ์นั้นๆ การรู้เท่าทันและตระหนักต่อสิ่งที่เข้ามากระทบใจ ส่งผลให้เกิด ความนิ่ง สงบ ภายในใจ

“มีโอกาสได้กลับมามองตัวเองได้เยอะขึ้น แล้วการที่เราได้อยู่หนึ่งๆ ได้อยู่กับตัวเอง มันมีประโยชน์มากคะ...ถ้าไม่ได้ตรงนี้ ก็คงจะมีสติแตกกันบ้างนะคะ... มันทำให้เรามีสติในการควบคุมตนเองในเรื่องต่างๆ”

(เป็บ: ภาพรวมของกิจกรรม)

“การหมกมุ่นของความคิด...เรารู้ว่าเราคิดอยู่ ไม่ค่อยตื่น และพอรู้ว่าเราสามารถ ถูกครอบงำกับความคิดตัวเองได้ ตรงนี้มันตื่นมากขึ้น...หยุดคิด...สงบภายใน”

(กล้วยไม้: กิจกรรมสังเกตต้นไม้)

“มันมีกระบวนการของตัวเอง ก่อนที่จะพูดออกมา การนี้ก็ย้อนทำให้เห็นว่า ช่วงเวลาของเรา เราก็อยู่กันแบบกึ่งฝัน ไม่ค่อยได้รู้สึกสักเท่าไร...เรารู้ว่าเราทุกข์ แต่เราไม่รู้ว่าเราทุกข์ขนาดนั้นจนกระทั่งเราพูดถึงทุกข์ของเรา มันทำให้เรา ตระหนักว่า จริงๆเรารู้สึกกับมันแค่ไหน แล้วมันก็จะคลี่คลายไปเอง...พอเรารู้ว่า มันมีอยู่ มันก็มีแนวโน้มว่าจะหายไปอย่างรวดเร็วกว่าที่ไม่รู้ว่ามันมี... เห็นความเปลี่ยนแปลงของตัวเองด้วย เห็นอารมณ์ ความคิด”

(กล้วยไม้: กิจกรรมสนทนากลุ่ม)

๒.๕ การคิดอย่างเป็นระบบ นิสิต สะท้อนการเรียนรู้จากกิจกรรมสนทนากลุ่มว่า ได้เรียนรู้การจัดการกับความคิดตนเอง การคิดที่เป็นระบบเป็นขั้นตอน การถ่ายทอดและ เรียบเรียงความคิดให้เป็นคำพูด

“เรียนรู้การเอาความคิดออกมาเป็นคำพูด มันต้องใช้ทักษะ...มันทำให้เรามีระบบ การคิด ประมวลความคิดที่ดีขึ้น...เอาความคิดของเราแบ่งปันให้คนอื่นฟัง มากขึ้น”

(ฝ้าย: กิจกรรมสนทนากลุ่ม)

“ทำให้เราได้คิดและก็ได้พูดมากขึ้น...ถ่ายทอดความคิดตัวเองได้ดีขึ้น และ  
เราได้เอาริธีนี้ไปใช้กับเพื่อน...ช่วยให้เรามีกระบวนการคิดที่เป็นระบบมากขึ้น

(แก้ว: กิจกรรมสนทนากลุ่ม)

“รู้สึกว่าจะแต่ทำกิจกรรมศิลปะนี้ รู้สึกว่าเป็นคนคิดมากขึ้น...ตอนแรกจะคิด  
สะเปะสะปะ คิดฟุ้งซ่าน คิดไม่เป็นระบบ แต่พอทำศิลปะบำบัด ดนตรีบำบัด  
มันเหมือนเรารู้ว่ามันเป็นขั้นตอน เป็นระบบ คิดอะไรที่เป็นลำดับขั้น มากกว่า  
ที่จะคิดลอยๆ...เหมือนเราได้คิดมากขึ้นแล้วไต่ร่อง”

(ผกากรอง: ภาพรวมของกิจกรรม)

๓. การเรียนรู้ผู้อื่น การตระหนักรู้ภายในตนและการเรียนรู้ตนเองทำให้นิสิตเข้าใจตนเอง  
ส่งผลถึงการเข้าใจผู้อื่นเช่นกัน ลักษณะของกิจกรรมศิลปะนั้นออกแบบให้นิสิตได้ใช้เวลา  
กับตนเองในขณะเดียวกันก็เปิดพื้นที่ของการทำงานเชิงความสัมพันธ์กับกลุ่มใหญ่ เช่น กิจกรรม  
จิตตลีลา การสนทนากลุ่ม การร้องเพลงประสานเสียง ซึ่งนิสิตสะท้อนความคิดว่า กิจกรรมทำให้  
ได้เรียนรู้จากผู้อื่นใน ๒ ประเด็น ได้แก่

๓.๑ การฟังอย่างตั้งใจ นิสิตสะท้อนการเรียนรู้ว่า กิจกรรมกลุ่มทำให้เกิดการเรียนรู้  
เชิงความสัมพันธ์กับผู้อื่น เรียนรู้ที่จะเป็นผู้ฟังที่ดีโดยการฟังอย่างใส่ใจ อย่างตั้งใจจริง การฟัง  
ลักษณะนี้ทำให้ได้รับมุมมองใหม่ๆจากเพื่อนในกลุ่ม เรียนรู้แง่มุมที่แตกต่างไปจากมุมมองเดิม  
เปิดรับและไม่ยึดติดกับมุมมองเดิมๆของตน ทั้งนี้ การฟังต้องเป็นไปในลักษณะที่ไม่รีบตัดสิน  
ไม่เอาความรู้สึกตนเองเข้าไปร่วม หากแต่เป็นการฟังแบบมีใจเป็นกลางและมีสติรู้ตัว

“เวลาที่คนอื่นพูดต้องตั้งใจฟังจริงๆ ต้องใส่ใจฟังจริงๆ ถ้าไม่ตั้งใจ ไม่ใส่ใจที่จะ  
ฟังจริงๆ บางทีมันเหมือนเล่าเรื่องสัพเพเหระทั่วๆไป...มีความรู้สึกที่ต้องสงบ  
จริงๆ...เวลาฟัง แล้วถ้าบางทีเกิดอารมณ์ร่วมกับเขามากๆมันก็ไม่ใช่ มันไม่เกิด  
การเรียนรู้...เวลาเขาเล่า เราต้องถอยตัวเราออกมาสักก้าวสองก้าว เพื่อที่จะได้  
พิจารณา ได้ทวน”

(เป็บ: กิจกรรมสนทนากลุ่ม)

“มันทำให้ตัวเองหยุดฟังคนอื่นมากขึ้น...บางทีเราหยุดที่จะฟังคนอื่น เรื่องของ  
คนอื่นก็สอนเราเหมือนกัน”

(ชบา: กิจกรรมสนทนากลุ่ม)

“เวลาเราทบทวนมันเหมือนเราเห็นเราในฐานะที่ไม่ใช่ตัวเรา...มันทำให้เราเข้าใจมากขึ้น...ทำให้เราเห็นมุมมองหลายมุม จากวิถีคิดของคนอื่น มันทำให้เรารู้ว่าเราคิดแบบเดิมแบบเดียวของเรามันไม่เพียงพอกับการที่จะอยู่ตรงนี้”

(กุหลาบ: กิจกรรมสนทนากลุ่ม)

“เรียนรู้ที่จะเป็นคนอื่นบ้าง รู้สึกกับคนอื่นบ้าง เปลี่ยนมุมมอง เปลี่ยนจังหวะชีวิต มันก็ทำให้เรามองเห็นบางมุมของอีกคนหนึ่ง”

(ชงโค: กิจกรรมจิตตลีลา)

๓.๒ การเปิดใจรับ นิสิตสะท้อนการเรียนรู้ว่า การเรียนรู้จากผู้อื่นทำให้เกิดความเข้าใจในความแตกต่าง เข้าใจตัวเขาและตัวเราที่ต่างต่างกัน ซึ่งส่งผลถึงการเปิดใจยอมรับในความต่างนั้น เรียนรู้ที่จะเคารพประสบการณ์และความเป็นตัวตนของอีกฝ่ายหนึ่ง การเข้าใจความแตกต่างและเปิดใจรับต่อความแตกต่างและข้อจำกัดของผู้อื่น ทำให้ได้เรียนรู้การปล่อยวาง ไม่คาดหวัง ไม่ตัดสิน ไม่ยึดติดกับความคิดและความต้องการของตน ซึ่งการปล่อยวางนี้ทำให้เกิดความสุข ความสงบขึ้นภายในใจ

“เรียนรู้ว่าแต่ละคนแตกต่างกัน คนแต่ละคนแต่ละวันไม่มีอะไรที่ซ้ำเดิม... การได้มาพูดคุยกัน ได้มาสื่อสาร ก็ช่วยให้เข้าใจกันมากขึ้น...ได้เรียนรู้มุมมองอื่นที่เรายังไม่รู้ และก็เหมือนการได้เรียนรู้สิ่งมีชีวิตที่เรียกว่ามนุษย์”

(แก้ว: กิจกรรมสนทนากลุ่ม)

“การเรียนรู้จากคนอื่นเวลาที่ทุกคนแบ่งปันประสบการณ์...ถ้าใจเรากว้าง ถ้าเราฟังเขา ถ้าใจเรากว้าง เราเปิดที่จะรับเรื่องของเขา เราเรียนรู้ได้จากทุกคนจริงๆ เพราะว่าทุกคนมีแง่มุมที่พิเศษ...รู้สึกว่าเคารพประสบการณ์ส่วนตัวของคนอื่นได้เยอะขึ้น”

(กล้วยไม้: กิจกรรมสนทนากลุ่ม)

“พยายามหาความสมดุลระหว่างเรากับเขา ให้มันอยู่ได้อย่างกลมกลืน ไม่ต้องให้เรากับเขาปะทะกันมาก พยายามอยู่กับมันราบรื่น...แต่ก่อนจะคาดหวังว่าทำไมเขาไม่เป็นแบบนี้ แต่เดี๋ยวนี้จะยอมรับว่าเขาเป็นอย่างนี้ก็ต้องเป็นอย่างนี้ เราจะทำอย่างไรถึงจะเข้าไปกับเขาได้”

(ชบา: ภาพรวมของกิจกรรม)

“เรียนรู้เรื่องราวของคนอื่น มันมีเหตุมาอย่างนั้นมันก็เกิดขึ้นแบบนั้น ไม่ต้อง  
ไปคาดหวัง ให้เกิดความรู้สึกปล่อยวาง”

(การะเกด: กิจกรรมสนทนากลุ่ม)

๔. การเรียนรู้ชีวิต นอกจากกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนทำให้นิสิตได้เรียนรู้  
ตนเองและเรียนรู้ผู้อื่นแล้ว นิสิตยังสะท้อนความคิดว่า ได้เรียนรู้และเข้าใจชีวิตผ่านกิจกรรม  
เหล่านั้นใน ๔ ประเด็น ได้แก่

๔.๑ การเห็นความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติ นิสิตสะท้อนการเรียนรู้จาก  
กิจกรรมสังเกตต้นไม้ว่า ชีวิตของตนเองกับธรรมชาติสัมพันธ์กัน การเฝ้ามองธรรมชาติรอบตัวและ  
การเปลี่ยนแปลงของต้นไม้ที่ได้สังเกตในแต่ละสัปดาห์เป็นภาพที่สะท้อนการดำเนินไปของชีวิตตน  
นิสิตเรียนรู้ว่ามนุษย์กับธรรมชาติสัมพันธ์กัน มนุษย์เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติซึ่งธรรมชาติให้  
พลังชีวิตแก่มนุษย์ และหากมนุษย์พร้อมเปิดรับมนุษย์จะเรียนรู้ได้จากธรรมชาติ

“ได้สังเกต ได้สัมผัส เพราะงานนี้เลยได้นั่งเฝ้ามองดูความเป็นไป รู้สึกว่า  
ธรรมชาติกับชีวิตมันแยกออกจากกันไม่ได้...ธรรมชาติส่งผลต่อตัวเรามาก  
เราเป็นแค่จุดเล็กๆในโลกใบนี้เท่านั้นเอง”

(ชงโค: กิจกรรมสังเกตต้นไม้)

“...ลองหาพลังจากธรรมชาติ ตัวเราก็คือธรรมชาติ มันก็มีขึ้นมีลง เหมือน  
พระอาทิตย์ขึ้น พระอาทิตย์ตกเป็นอย่างนี้แหละ...รู้สึกตัวเองไม่ต่างจาก  
ธรรมชาติ แต่ก่อนก็รู้ว่าต้นไม้มันเป็นธรรมชาติ เราคือมนุษย์ รู้สึกว่าสองอย่าง  
มันต่างกัน แต่ตอนนี้กลับรู้สึกว่า เรากับเขาไม่ได้ต่างกัน มันมีจังหวะที่มันต้อง  
เดินไปอย่างสม่ำเสมอ...”

(ชบา: ภาพรวมของกิจกรรม)

“เห็นว่าทุกอย่างมีความสัมพันธ์กัน เพียงแต่เราจะได้เรียนรู้หรือเปล่า เราต้อง  
เปิดใจกว้างที่จะก้าวเข้าไปหา มัน เรียนรู้กับสิ่งต่างๆ แม้ว่าบางครั้งอาจจะ  
มองข้ามไป”

(แก้ว: ภาพรวมของกิจกรรม)



“...ที่ว่าเรียนรู้มันไม่ใช่เรียนรู้กับเรื่องของเรา แต่ว่าเป็นการเรียนรู้ที่เหมือนว่า ประสบการณ์ของเขาคล้ายๆของเรา มันต้องมีอะไรใหม่ๆเลยที่โลกนี้มันสัมพันธ์กันหมด มันเชื่อมโยง...มันเหมือนกับว่าเราทุกคนเปิดใจ และอยู่เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติ และเราก็มองเห็นกันและกันอย่างนี้ และทุกคนไม่แตกต่างกัน ในสรรพสิ่งในโลกนี้ อีทัปปัจจยตา...คนเราอยู่ด้วยกันมีเหตุปัจจัย สัมพันธ์กัน”

(การะเกด: กิจกรรมสหชนากลุ่ม)

๔.๒ การเข้าใจถึงความไม่เที่ยงของชีวิต นิสิตสะท้อนการเรียนรู้ว่า กิจกรรมศิลปะ ทำให้ได้ใช้เวลาในการเฝ้ามองและเฝ้าสังเกตสิ่งรอบตัวในขณะที่จิตเป็นสมาธิ ซึ่งนอกจากความสงบ ความนิ่งที่ได้รับแล้ว ยังได้ความคิดใหม่ๆเกิดขึ้น นั่นคือ เห็นการแปรเปลี่ยนของชีวิต การควบคุมไม่ได้ ทำให้เข้าใจว่าชีวิตนี้ไม่มีอะไรเที่ยงแท้

“มันก็แบบอนิจจัง ชีวิตมันมีขึ้นลง...มันไม่เที่ยง ทุกอย่างเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา กลับมาเรื่องความคาดหวังอีกเช่นกัน...เหมือนกับตัวเองยังคาดหวังกับตัวเองไม่ได้เลย”

(ชงโค: กิจกรรมสังเกตต้นไม้)

“รู้สึกสบายใจ...เห็นคุณค่าของสิ่งที่ไม่เคยเห็นมาก่อน...เห็นมันมีชีวิต...เห็นว่าธรรมชาติมันเปลี่ยนแปลง...ชีวิตมันเปลี่ยนแปลงไปเรื่อยๆ”

(อัญชัน: กิจกรรมสังเกตต้นไม้)

“เรียนรู้ลักษณะของเขา (ต้นไม้) ความเป็นลักษณะของเขาที่เรามองเห็น ภายนอก มันมีหลายๆสิ่งหลายๆอย่างที่มันประกอบเป็นตัวเขา...มองว่า มันไม่มีอะไรที่สมบูรณ์...วันหนึ่งเราเห็นเขาตูม วันหนึ่งก็เห็นเขาบาน วันหนึ่งก็ร่วงโรยไป บางทีก็ถูกตัด เห็นวัฏจักรของความเปลี่ยนแปลงในตัวเขา ถึงแม้เขาจะอยู่ที่นั่นแต่เขาก็มีการเปลี่ยนแปลง คิดต่อว่า สักวันหนึ่งเราก็ต้องเป็นอย่างนี้บ้าง...ไม่มีอะไรจะหยุดนิ่ง”

(แก้ว: กิจกรรมสังเกตต้นไม้)

๔.๓ การเห็นคุณค่าในสรรพสิ่ง นิสิตสะท้อนการเรียนรู้ว่า กิจกรรมศิลปะทำให้เกิดการเรียนรู้ที่จะเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น และเชื่อมโยงไปถึงการเห็นคุณค่าต่อตนเอง ผู้อื่น และธรรมชาติรอบตัว

“มีครั้งหนึ่งรู้สึกเครียดๆ เปิดเพลงแล้วก็ขยับเท้าขยับมือตามทุกจังหวะ มันมีความสุขมากเลย...ฟังดนตรีเลยรู้ว่าตัวโน้ตมีมากมาย แล้วกลายเป็นว่า เราเห็นคุณค่าของมันโดยไม่รู้ตัว...ทุกทำนอง ทุกครั้งที่เราขยับเท้าตาม ชีวิตมีความสุขง่ายขึ้นมาก”

(อัญชัน: กิจกรรมจิตตลีลา)

“มันรู้สึกได้เลยว่า ชีวิตมันมีคุณค่า จากธรรมชาติเนี่ย เราเห็นคุณค่าของต้นไม้ และตัวเอง...เห็นคุณค่าของต้นไม้แล้วก็เลยย้อนมาดูแลตัวเอง

(อัญชัน: กิจกรรมสังเกตต้นไม้)

“มีกิจกรรมดีๆทำร่วมกัน เหมือนกับสร้างปฏิสัมพันธ์ เพราะแต่ก่อนไม่ค่อยสนิท กับน้องสาว พอเดี๋ยวนี้เห็นคุณค่าในตัวเขามากขึ้น”

(อัญชัน: กิจกรรมร้องเพลง)

ประสบการณ์การเรียนรู้ในกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนของนิสิต สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย จำนวน ๑๒ คน สะท้อนให้เห็นกระบวนการเรียนรู้ที่ศิลปะเป็นตัวกลาง ในการขับเคลื่อนความคิดและความรู้สึก แม้ว่ากิจกรรมศิลปะแต่ละกิจกรรมมีลักษณะที่แตกต่าง และให้ประสบการณ์ที่แตกต่างกันไป แต่ภาพรวมของประสบการณ์ที่นิสิตสะท้อนถึงการเรียนรู้ ที่ได้รับนั้นเป็นไปในแนวทางเดียวกัน นั่นคือ กิจกรรมทำให้เกิดการมีสติรู้ตัว เกิดการเรียนรู้ตนเอง เรียนรู้ผู้อื่น และเรียนรู้ชีวิต ภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่น เป็นมิตร ผ่อนคลาย อิสระ ไม่คาดหวัง นิสิตสะท้อนให้เห็นความเชื่อมโยงระหว่างความรู้สึก ความคิด และการกระทำผ่านการทำงาน กับศิลปะ โดยศิลปะทำงานโดยตรงกับความรู้สึกจากนั้นเชื่อมโยงไปสู่การกระทำและความคิด เมื่อเกิดสมาธิ มีใจจดจ่อกับการกระทำ สิ่งที่เกิดขึ้น คือ การเรียนรู้ตนเองในขณะเดียวกันได้เรียนรู้ จากผู้อื่น เมื่อเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่นสิ่งที่ตามมา คือ การเปิดใจรับ การลดอคติ และ เห็นคุณค่าในสรรพสิ่ง ทั้งคุณค่าต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อธรรมชาติ ตลอดจนการพยายาม พัฒนาตนเองให้ก้าวพ้นข้อจำกัดนั้นๆ

คำถามวิจัยข้อที่สอง “การเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนทำให้นิสิต เกิดการเปลี่ยนแปลงในมุมมองต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อวิชาชีพ หรือไม่ อย่างไร” คำตอบที่ได้ จากการสัมภาษณ์นิสิตรายบุคคลสะท้อนให้เห็นการเปลี่ยนแปลงมุมมองต่างๆ ดังนี้

๑. มุมมองต่อตนเอง ได้แก่ การพัฒนาตนเอง และการเห็นคุณค่าในตนเอง
๒. มุมมองต่อผู้อื่น ได้แก่ การเข้าใจและเปิดใจรับ
๓. มุมมองต่อวิชาชีพ ได้แก่ การพัฒนาภายในตนของครู และการมีเมตตาต่อเด็ก

นิสิตสะท้อนการเรียนรู้จากกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาการภายในตนเองที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงมุมมองต่างๆ ดังนี้

๑. มุมมองต่อตนเอง นิสิตสะท้อนการเรียนรู้ว่า ทำให้เกิดการเรียนรู้ที่ส่งผลต่อการปรับเปลี่ยนหรือขยายมุมมองต่อตนเองในแง่ของการพัฒนาตนเองและการเห็นคุณค่าในตนเอง

๑.๑ การพัฒนาตนเอง กิจกรรมศิลปะทำให้นิสิตได้ใช้เวลาอยู่กับตนเอง ซึ่งทำให้เกิดความเข้าใจในตัวเอง รู้จักตัวเองมากขึ้น ทั้งในด้านบุคลิกลักษณะ ความอ่อนไหวของอารมณ์เมื่อมีสิ่งเข้ามากระทบ ตลอดจนการหมกมุ่นกับความคิดและอารมณ์ การเห็นตนเองที่ชัดเจนทำให้นิสิตตระหนักถึงการพัฒนาตนเองเพื่อก้าวข้ามข้อจำกัดของตนเอง พยายามดำเนินชีวิตในแต่ละวันอย่างมีสติรู้ตัว รู้เท่าทันความคิด อารมณ์ และการกระทำ โดยนิสิตได้นำกิจกรรมศิลปะที่ตนรู้สึกชอบไปใช้ในการผ่อนคลายความตึงเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เช่น การร้องเพลง การเล่นดนตรี การระบายสีน้ำ การวาดภาพ

“กลายเป็นคนที่สงบ รู้ว่าตัวเองคิดอะไร ก็รู้ความคิด ถ้าคิดมันก็จะรู้ทัน แล้วถ้าเกิดความโกรธมันก็จะรู้ทัน”

(การะเกด)

“คิดเยอะมาก มันทำให้เรารู้ตัวในขณะที่เราคิดมากขึ้น...พยายามรู้ว่ากำลังรู้สึกเยอะขึ้น”

(ฝ้าย)

“เหมือนกับรู้เลยว่า จริงๆฉันเป็นคนขี้เกียจ และก็รู้ว่าจะทำอย่างไรถึงจะไม่ขี้เกียจ เหมือนรู้จักตัวเองมากขึ้น รู้ว่าหน้าที่ของเราคืออะไร และต้องทำอะไรตามหน้าที่นั้น ทำให้รู้จักรับผิดชอบมากขึ้น”

(ผกากรอง)

“...หันกลับมามองตัวเองเยอะขึ้น มันทำให้เราเจอตัวเองด้วย...เราเป็นคนสีน้ำเงิน เออ ฉันก็มีความสุขดี ตอนนี้อยู่ไม่ใช่ออ แต่เป็น ออ ฉันเป็นสีน้ำเงินนี่เอง ฉันต้องพยายามเอาสีอื่นเข้ามาช่วย”

(ชบา)

“มันทำให้เราเข้าใจว่าฉันเป็นคนใช้อารมณ์มากนะ...แล้วก็เข้าใจว่าเราก็มองเห็นตัวเองนะว่าเราเป็นคนคิดมาก แล้วพอมาฟังคนอื่นๆ เขาไม่เห็นต้องคิดมากอย่างนั้นเลย...เราต้องลองปรับบ้าง...ตัวเองเปลี่ยนเรื่องอารมณ์ ถ้าอารมณ์ขึ้นแต่ก่อนไม่รู้จะทำอย่างไร...แต่พอมาทำอย่างนี้ มันก็มีอีกวิธีหนึ่งที่ช่วยเราได้มาก จะใช้ดนตรี วาดรูป ร้องเพลง มันจะช่วยเรื่องอารมณ์เราดีขึ้น”

(โป๊ยเขียน)

“เราจะหาสาเหตุแห่งความทุกข์ ความเศร้า ความ Chaos ได้เร็วขึ้น...มันฟื้นตัวได้เร็วขึ้นเมื่อเทียบกับประสบการณ์ที่ตกห้วงอารมณ์แบบนี้ เมื่อก่อนกว่าที่จะตะกายขึ้นมาปากเหวเนี่ยนาน แต่เดี๋ยวนี้ใช้เวลาเร็วขึ้น เนื่องจากทำใจยอมรับกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ง่ายขึ้นค่ะ”

(ชงโค)

### ๑.๒ การเห็นคุณค่าในตนเอง บรรยากาศของกิจกรรมศิลปะที่อบอุ่น

ผ่อนคลาย ทำให้นิสิตเกิดความรู้สึกทางบวกในขณะที่ทำกิจกรรม กิจกรรมศิลปะทำให้นิสิตรู้จักตัวเองและพยายามพัฒนาตนเอง พยายามพาตนเองให้ก้าวข้ามข้อจำกัดต่างๆ เช่น ความไม่ชอบใจ ความรู้สึกว่าคุณไม่มีความสามารถ ความกลัว ความลังเลสงสัย ซึ่งผลของการทำงานศิลปะนี้ทำให้นิสิตสะท้อนว่า เห็นคุณค่าในตนเอง มองว่าชีวิตมีความสุขได้ไม่ยาก และความสุขนั้นอยู่ภายในตนเอง

“...กิจกรรมครั้งนี้มันทำให้รู้ว่า มันไม่ต้องมีตัวตนเลย เห็นคุณค่าของคนอื่น แล้วมันก็ย้อนกลับมาให้เห็นคุณค่าตัวเราด้วย...เลิกทุกข์กับมันได้เร็วขึ้น...มันเห็นการเปลี่ยนแปลงของตัวเองค่ะ...คิดอะไรน้อยลง เหมือนกับเราสามารถส่งพลังดีๆออกไปให้เขารับรู้ได้ แค่นี้ก็พอแล้ว ไม่ต้องให้เขามาตระหนักถึงความสำคัญในตัวเรามากมาย...มองตัวเองในแง่ดีมากขึ้น ไม่ปิดกั้นตัวเองมากเกินไป เปิดมาก...กลายเป็นคนที่หยิบสิ่งดีๆจากชีวิตขึ้นมาให้ตัวเองมีความสุขขึ้น เมื่อก่อนทุกข์เราก็จะอยู่กับความทุกข์ตรงนั้น แต่ตอนนี้รู้จักหยิบความสุขมาทำให้ตัวเองดีขึ้น เห็นคุณค่าในตัวเองมากขึ้น...มองตัวเองในแง่ดี แล้วหยิบตรงนั้นมาเป็นของขวัญในชีวิตเราดีจริงๆค่ะ”

(อัญชัน)

“เราควรที่จะมีชีวิตที่อยู่อย่างเรียบง่ายและก็พอเพียง ศิลปะบำบัดทำให้เราอยู่กับธรรมชาติมากขึ้น ได้หวนมาทบทวนกับตัวเอง ได้คิดว่าจริงๆ แล้วสิ่งที่เราต้องการจริงๆ คืออะไร มันไม่ใช่แค่เพียงความรู้เพื่อไปประกอบอาชีพ แต่ชีวิตต้องการความสุขที่อยู่ภายในใจมากกว่า... จดจ่อ มีสมาธิ บางครั้งก็ทำให้เราคิดว่า เราก็มีความสุขได้ถึงแม้เราไม่ได้ร่ำรวย ไม่ได้พร้อม แต่เราก็มีความสุขอย่างที่เรามี”

(แก้ว)

“เห็นตัวเองชัดขึ้น... เรื่องที่เราคิดเยอะ และเรื่องที่เรามีปัญหาเรื่องจังหวะ บางทีก็เห็นความคาดหวังอะไรเล็กๆ ในตัวเอง... พอมาร่วมกิจกรรม มันสำคัญ มันให้ความรื่นรมย์กับชีวิตได้นะ คนตรีอะไรประมาณนี้ เราก็ให้ความรื่นรมย์กับชีวิตของตัวเองได้ มีวิธีตั้งเยอะแยะที่เรารู้มา”

(กล้วยไม้)

“มุมมองที่ได้เอาไปใช้ในชีวิต เช่น การรับฟังคนอื่น อย่าอยู่กับตัวเองมากเกินไป รู้จักเปิดใจ รู้จักที่จะมองมุมมองของคนอื่นด้วย... มันทำให้เราตระหนักมากขึ้น และมันทำให้เราเรียนรู้ว่าจะสุขจะทุกข์มันอยู่ที่ใจเรา...”

(กุหลาบ)

๒. มุมมองต่อผู้อื่น นิสิตสะท้อนการเรียนรู้จากกิจกรรมศิลปะว่า ทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนมุมมองและการปฏิบัติต่อผู้อื่นในด้านการเข้าใจและเปิดใจรับ นิสิตสะท้อนว่าการได้ร่วมทำกิจกรรมศิลปะในกลุ่มใหญ่ทำให้เกิดการเรียนรู้จากกันและกัน ทำให้เกิดการขยายมุมมอง เข้าใจความแตกต่าง ความเฉพาะของแต่ละบุคคล เปิดใจรับ เห็นอกเห็นใจ และมองผู้อื่นในแง่บวกมากขึ้น ซึ่งการเข้าใจและเปิดใจยอมรับความเป็นตัวตนของผู้อื่นเป็นการลดการยึดติดในความคิดของตนเอง ไม่ใช้ความคิดตนเองไปตัดสินผู้อื่น ในขณะเดียวกัน ไม่คาดหวังให้ผู้อื่นปฏิบัติตามความคิดของตน

“เขาก็มีเอกลักษณ์ของเขา การที่เราเข้าใจว่าเขาเป็นอย่างนั้น มันทำให้เราไม่ร้อนรุ่ม”

(เป็ป)

“ทำงานกับจิตใจเรา รู้ว่าเราต้องการอะไร ทำอะไร แต่มันไม่สามารถสร้างให้เกิดขึ้นมาได้ มันต้องอาศัยการปมเพาะภายใน...มันทำให้เราเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เข้าใจเขา เห็นตัวเราในตัวเขา ทุกคนไม่ต่างกัน”

(การะเกด)

“ใช้ความรู้สึกเยอะขึ้น แต่ก่อนชอบคิดๆๆ มักวิตกกังวล...แต่เดี๋ยวนี้เริ่มมีความรู้สึกกับคนอื่น...มีความรู้สึกดีๆให้กับคนอื่น มองเขาในทางบวกเยอะขึ้น พยายามคิดอะไรให้มันเป็นบวกมากๆ”

(ชบา)

“มองเห็นว่าคนอื่นคิดไม่เหมือนกัน มันทำให้เราปรับฟังเขา และก็รู้ว่าต้องยอมรับเขา เพราะว่ามันเป็นตัวเขา ให้มันเป็นไป...เข้าใจคนอื่น ไม่เอาความคิดไปผูกพันกับสิ่งรอบๆข้าง 'ได้อยู่กับปัจจุบันมากขึ้น...ทำให้เรามองเห็นโลก โลกที่มันเป็นแบบนี้จริงๆ”

(แก้ว)

“ตรงนี้เหมือนมาอีกสังคมหนึ่ง ประสบการณ์จะเบาๆสบายๆ ยังมีผู้คนที่จิตใจดีมาก เมื่อก่อนมองโลกในแง่ร้าย...แต่พออยู่ตรงนี้เริ่มรู้สึกว่า โลกมันเป็นเชิงบวก ชีวิตมันไม่ได้เลวร้ายอะไรขนาดนั้น มีผู้คนรอบตัวเราที่แบบจิตใจดี เมตตา ให้เราจริงๆ มันทำให้เรามองคนรอบตัวดีขึ้น”

(ชงโค)

“...มันเหมือนสังคมแห่งการแบ่งปัน...แค่รับฟังเฉยๆอย่าไปตัดสินใคร มันมีผลกับตัวเองตั้งแต่ประโยคนี้อ...เรากลับไปคิดว่าเราตัดสินคนอื่นมากไปหรือไม่ รวมถึงตัดสินตัวเองด้วย มันทำให้เราไม่เห็นคุณค่าในตัวเองหรือเปล่า”

(อัญชัน)

“เรายอมรับคนอื่นมากขึ้นและเห็นคนอื่นเท่ากับเรามากขึ้น...มันเรียนรู้ที่จะทำกิจกรรมอย่างไม่ตัดสินนะ ว่ารูปของฉันสวยหรือไม่สวย มันสนใจกระบวนการมากกว่า”

(กล้วยไม้)

๓. มุมมองต่อวิชาชีพ นิสิตสะท้อนการเรียนรู้จากกิจกรรมศิลปะว่า ทำให้เกิดการเรียนรู้ที่เชื่อมโยงไปถึงมุมมองต่อความเป็นครูและวิชาชีพครูในด้าน การพัฒนาภายในตนของครู และการมีเมตตาต่อเด็ก

๓.๑ การพัฒนาตนเองของครู นิสิตสะท้อนมุมมองต่อวิชาชีพครูในแง่ที่ว่า ครูที่ดี ต้องพัฒนาภายในตนเองอยู่เสมอ ให้เป็นผู้ที่เปิดรับ สงบ นิ่ง และละเอียดอ่อน

“รู้สึกว่าการฟังคนอื่น การดูคนอื่นมันไม่ใช่เรื่องง่ายนะ...มันต้องฝึกตัวเอง เยอะเลย ว่าเรากำลังดูอยู่นะ ณ ตอนนี้อะไรถ้าเราไม่ได้มองเด็กคนนี้ เรากำลังมองอะไรอยู่...มันเป็นเรื่องการพัฒนาภายในตนเองที่ดีก่อน คือ สงบ นิ่ง ผู้ตัวเอง รับฟังผู้อื่นก่อน ถึงจะไปปฏิบัติงานในวิชาชีพของเราได้”

(การะเกด)

“มองกลับมาคิดว่าอยากจะพัฒนาตัวเราไปเรื่อยๆ เวลามองว่าเราเป็นครู ก็อยากจะพัฒนาเด็ก แต่บางที่เราลืมนึกไปว่าตัวเราเองก็ต้องพัฒนาไป พร้อมๆเขา...มองให้เจอว่าเด็กเขาก็เป็นอย่างนั้นนะ และเราก็พยายามช่วยเขา ในตรงนั้น ในขณะที่เดียวกัน เราก็พัฒนาตัวเองไปด้วยมันน่าจะดี”

(ชบา)

“การทำงานกับเด็กๆ ลูกศิษย์ที่มีชีวิตจิตใจจริงๆ มันต้องการความละเอียดลออ ของตัวเราอย่างสูง...มันจำเป็นต้องเร่งสร้างตัวเองด้วยค่ะ”

(ชงโค)

๓.๒ การมีเมตตาต่อเด็ก นิสิตสะท้อนว่า สิ่งสำคัญที่ครูสำหรับเด็กเล็กพึงมี คือ การใช้หัวใจในการสอนเด็ก ครูต้องเป็นผู้ที่ใส่ใจ มีจิตใจที่งดงาม จริงใจ และเมตตา ซึ่งสิ่งเหล่านี้ ส่งผ่านจากครูสู่เด็กและพัฒนาเป็นคุณภาพภายในของเด็กต่อไป

“ทำให้รู้สึกว่าเป็นครูมันไม่ต้องอาศัยอะไรมาก แค่ต้องมีความรู้สึก ความใส่ใจอะไรบางอย่าง...สื่อสารกับเด็กเขาจริงๆ พูดคุยกับเขาจริงๆ ตอบเขา จริงๆ เหมือนกับเห็นเด็กจริงๆค่ะ...เห็นคุณค่าของเด็กมากขึ้น เราตระหนักถึง ตัวเขา ไม่ใช่แค่สอน...มันเห็นภาพชัดเจนมากขึ้น ที่อาจารย์พยายามสอนว่า ให้ทำอย่างเป็นรายบุคคล ไม่ใช่แค่รู้จักจากบทเรียนแต่มันรู้จากข้างใน”

(อัญชัน)

“มันทำให้เรามีเมตตาต่อกับเด็ก กับคนอื่น”

(กุลลาบ)

“ความเป็นครูจะต้องมีทั้งศาสตร์และศิลป์ ครูปัจจุบันสอนเฉพาะศาสตร์... เด็กจะซึมซับความงดงามภายในใจ โดยเฉพาะเด็กตัวเล็กๆ เขายังจะสัมผัส ได้กับสิ่งนี้เพราะมันเป็นความอบอุ่นในใจครู เพราะถ้าครูไม่มีสิ่งเหล่านี้มันก็ยาก ที่เราจะอยู่ในหัวใจของเด็กๆได้... ศิลปะบำบัดเข้ามาใช้ในการบำบัดตัวครูและ การทำงานร่วมกับผู้อื่น...เราต้องรับฟังคนอื่น และก็ยอมเปิดใจ...”

(แก้ว)

“เรามองเด็กอย่างไรเราก็จะคิดกับเด็กอย่างนั้น วิธีการมองของเรามันถึงสำคัญ และก็ความใจกว้างของครูมันสำคัญที่จะให้เด็กเติบโต”

(กล้วยไม้)

ข้อมูลจากการสัมภาษณ์นิสิตภายหลังการสิ้นสุดกิจกรรม พบว่า นิสิตสะท้อนให้เห็นถึงประสบการณ์การเรียนรู้จากกิจกรรมศิลปะที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงทั้งในมุมต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อวิชาชีพ การที่นิสิตได้ใช้เวลาอย่างมีสติรู้ตัวกับกิจกรรมศิลปะในลักษณะต่างๆ ทำให้นิสิตได้สำรวจตัวเอง เกิดความเข้าใจตนเองและเข้าใจต่อข้อจำกัดของตน ซึ่งนำไปสู่ความพยายามหาแนวทางในการพัฒนาตนเองเพื่อให้ก้าวข้ามข้อจำกัดนั้นๆ นิสิตสะท้อนว่าได้นำกิจกรรมศิลปะไปใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น การร้องเพลง การเล่นดนตรี การระบายสีน้ำ การวาดภาพ ทำให้นิสิตค้นพบว่า ความสุขในชีวิตนั้นหาได้ไม่ยากและอยู่ภายในตนเอง ทำให้เห็นคุณค่าในตนเองมากขึ้น นอกจากการเปลี่ยนมุมมองที่มีต่อตนเอง นิสิตสะท้อนว่า มีมุมมองในการมองผู้อื่นเปลี่ยนไปเช่นกัน กล่าวคือ การปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มใหญ่ การได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้จากกิจกรรมศิลปะทำให้เข้าใจผู้อื่น เข้าใจในธรรมชาติที่แตกต่างกันของแต่ละคน ซึ่งนำไปสู่การเปิดใจรับและไม่ตัดสิน ไม่ใช้ความคิดของตนเป็นใหญ่ และไม่คาดหวัง เมื่อไม่คาดหวัง จึงไม่ผิดหวังและไม่รู้สึกกดดัน นิสิตสะท้อนถึงมุมมองต่อวิชาชีพครูในแง่ที่ว่า การเป็นครูที่ดีต้องพัฒนาภายในตนอยู่เสมอ ครูที่ทำงานกับเด็กเล็กต้องมีความละเอียดอ่อน และไวต่อการรับรู้ ซึ่งต้องอาศัยความสงบ ความนิ่งภายในใจ ที่สำคัญครูต้องเป็นผู้ที่ใส่ใจและมีเมตตาต่อเด็ก

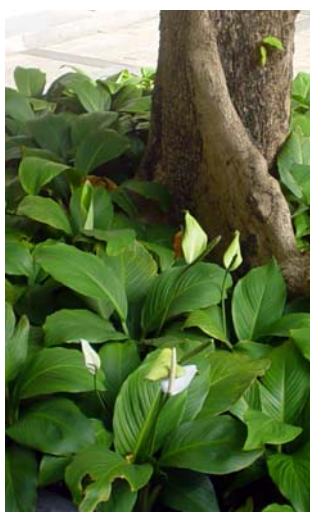
ผู้วิจัยวิเคราะห์ประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยที่มีต่อ กิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนจำแนกตามกิจกรรม ดังตารางที่ ๔



ตารางที่ ๔ สรุปประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยจำแนกตามกิจกรรม

| การเรียนรู้   | กิจกรรม | กิจกรรมกลุ่มใหญ่ |                            |                   | กิจกรรมรายบุคคล     |                   |
|---|---------|------------------|----------------------------|-------------------|---------------------|-------------------|
|   |         | จิตตลีลา         | การร้องเพลง<br>ประสานเสียง | การสนทนา<br>กลุ่ม | การสังเกต<br>ต้นไม้ | การระบาย<br>สีน้ำ |
| ๑. การมีสติรู้ตัว                                   |         | ✓                | ✓                          | ✓                 | ✓                   | ✓                 |
| ๒. การเรียนรู้ตนเอง                                 |         |                  |                            |                   |                     |                   |
| ๒.๑ การเข้าใจตนเอง                                  |         | ✓                | ✓                          | ✓                 | ✓                   | ✓                 |
| ๒.๒ การเป็นผู้สังเกต                                |         |                  |                            |                   | ✓                   |                   |
| ๒.๓ การลดตัวตน                                      |         |                  |                            |                   |                     | ✓                 |
| ๒.๔ การรู้เท่าทันความคิด<br>อารมณ์ การกระทำ         |         |                  |                            |                   | ✓                   |                   |
| ๒.๕ การคิดเป็นระบบ                                  |         |                  |                            | ✓                 |                     |                   |
| ๓. การเรียนรู้ผู้อื่น                               |         |                  |                            |                   |                     |                   |
| ๓.๑ การฟังอย่างตั้งใจ                               |         | ✓                | ✓                          | ✓                 |                     |                   |
| ๓.๒ การเปิดใจรับ                                    |         | ✓                |                            | ✓                 | ✓                   |                   |
| ๔. การเรียนรู้ชีวิต                                 |         |                  |                            |                   |                     |                   |
| ๔.๑ การเห็นความสัมพันธ์<br>ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติ |         |                  |                            |                   | ✓                   |                   |
| ๔.๒ การเข้าใจถึงความไม่<br>เที่ยงของชีวิต           |         |                  |                            |                   | ✓                   |                   |
| ๔.๓ การเห็นคุณค่าใน<br>สรรพสิ่ง                     |         | ✓                | ✓                          |                   | ✓                   |                   |

กิจกรรมสังเกตต้นไม้



การให้นิสิตได้เลือกสังเกตต้นไม้ตามความพึงพอใจ โดยใช้  
เวลา ๒๐ นาที ในการสังเกตและวาดภาพสิ่งที่สังเกต นิสิตสะท้อน  
ความคิดว่า การได้ใช้เวลาเงียบๆอยู่กับต้นไม้ ทำให้เกิดความนิ่ง  
ความสงบ ความสบายใจ ทำให้จิตหวนกลับเข้ามามองภายในตนเอง  
สังเกตตนเองได้ละเอียดมากขึ้น เข้าใจตนเอง และรู้เท่าทันอารมณ์  
ความคิด การกระทำของตนเอง

การได้ใช้ประสาทสัมผัสต่างๆในการสังเกตทำให้รู้จักต้นไม้  
ที่สังเกตอย่างละเอียด ความสม่ำเสมอในการสังเกตส่งผลต่อ  
ความสามารถในการสังเกตที่พัฒนาขึ้น นิสิตสะท้อนความคิดว่า

ภาพที่ ๑ ต้นดอกหน้าวัว

การสังเกตของตนดีขึ้น เห็นรายละเอียดในสิ่งที่ไม่เคยเห็นมาก่อน นอกจากนั้นการได้ใกล้ชิดกับ ต้นไม้ต้นหนึ่งเป็นเวลานานสร้างให้เกิดความสัมพันธ์ระหว่างตนกับต้นไม้ ซึ่งก่อให้เกิดการเรียนรู้ จากธรรมชาติ เห็นสัจธรรมของชีวิต ทำให้เห็นถึงคุณค่าของต้นไม้ ธรรมชาติ และตนเอง โดยนิสิต ส่วนใหญ่สะท้อนความคิดว่า ต้นไม้ที่ตนเลือกนั้นสะท้อนความเป็นตัวตนเองและเห็นตนเองชัดขึ้น ผ่านการสังเกตต้นไม้ นอกจากนั้น การเฝ้ามองการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับต้นไม้ในแต่ละสัปดาห์ ทำให้นิสิตเรียนรู้การเปิดใจรับ ไม่คาดหวัง ยอมรับในสิ่งที่ปรากฏ ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง การเรียนรู้ที่จะไม่ยึดติดกับความคิด ความคาดหวังของตนทำให้เกิดความสุข ความสบายใจ

“ก็ไม่ว่าทำอะไรตัวเองถึงเลือกต้นนั้น...บางอย่างมันก็คล้ายๆเรา มันเป็นต้นไม้ เล็กๆที่ไม่รู้ด้วยซ้ำไป ตอนแรกๆคิดว่ามันเป็นกาฝาก”

(ฝ่าย)

“...เหมือนเขาเป็นเพื่อนเราจริงๆ มีอะไรก็พูดให้เขาฟัง และก็รู้สึกเหมือนเรา ได้ระบายความรู้สึกออกไปเยอะเลย...บางทีเครียดๆ มันเหมือนกับว่าไม่มีใคร ...ก็นั่งกับเพื่อน ดูเพื่อน มันเหมือนกับว่า เรารู้สึกว่าจะอย่างน้อยก็ยังมีเขา... เขาก็รับฟังตลอด รู้สึกดี...มันสงบดี ตอนที่ไปคนเดียว นั่งอยู่เฉยๆ เหมือนเราจะนั่งขึ้น ก็นั่งๆค่อยๆสงบค่ะ”

(ผกากรอง)

“...ได้เรียนรู้ว่า จริงๆ ทุกอย่างเรามองครั้งเดียว มุมเดียวไม่ได้ ต้องมอง ให้ครบหลายๆด้าน...เมื่อก่อนผ่าน ก็ต้นยูคาลิปตัส มองในภาพรวม แต่ไม่เคย อ้อ เปลือกของมันเป็นอย่างนี้หรือ กลิ่นอย่างนี้หรือ มันก็เหมือนกับชีวิต คนเรานะคะ”

(เป็ป)

“...class นี้เหมือนที่ที่สามารถพูดความรู้สึกของเราได้ด้วยความรู้สึกที่ อิศระมากๆ เพราะการที่จะบอกคนอื่นว่า เรามีเพื่อนเป็นต้นไม้ หรือ ต้นไม้ ส่งกำลังใจด้วยการยิ้มให้และโบกไหวๆ เขาคงจะคิดว่าเราสติยังสมบูรณ์ไหม แน่ๆ...ยอมรับจริงๆว่า ตอนนี้มีมองโลกในแง่ที่สว่างงามมากขึ้น และเริ่ม ทำความเข้าใจว่าทุกสรรพสิ่งล้วนมีความเป็นธรรมชาติในตัวของมันเอง เมื่อไหร่ไปฝันคงไม่ตีแน่ และที่สำคัญ รู้สึกรักตัวเองมากขึ้น เห็นคุณค่า ของตัวเองมากขึ้น ดีจริงๆเลย...ขอบคุณมากนะคะ”

(อัญชัน: บันทึกสะท้อนการเรียนรู้)



“ทำให้เราพูดออกมาแล้วรู้สึกดี...มองตัวเองในแง่ดีมากขึ้น ไม่ปิดกั้นตัวเอง  
มากเกินไป เปิดมากขึ้น...ฝึกเราให้เป็นคนฟังคนอื่น...ทำให้เห็นคนหลายแง่มุม  
...บอกว่าเราอย่าไปมองใครผิวเผิน เรียนรู้ที่จะเป็นผู้ฟังที่ดีที่สุด”

(อัญชัน)

“เรียนรู้การรับฟัง การรอคอย ความรู้สึกข้างในว่า รู้สึกอย่างไร คิดอย่างไร...  
ถ้าเราได้ฟัง คือ ข้างในเราฟัง...บางที่ไม่ได้ฟัง มันก็อาจเป็นเรื่องที่เราคิดอะไร  
เรื่อยเปื่อย มันก็รู้ที่กำลังคิดแล้วนะ ถ้าช่วงไหนมันสงบมากๆ มันก็คือ  
ได้ทำงานกับข้างในค่ะ”

(การะเกด)

“เวลาทบทวนมันเหมือนเราเห็นเราในฐานะที่ไม่ใช่ตัวเรา...มันทำให้เรา  
เข้าใจมากขึ้น”

(กุหลาบ)

“พอมาทบทวน นี่ถึงในสิ่งที่ทำแต่ละอัน มันจะพบสาเหตุของมัน และจะบอก  
กับตัวเองได้ว่า ก็เราเริ่มทำแบบนี้ก่อน เราก็ต้องรับผลอันนี้ เหตุกับผล แต่ว่า  
ก็ต้องมีสติรู้ตอนที่ทำเหตุก่อน ไม่เช่นนั้นก็จะยอมรับผลมันไม่ได้เพราะ  
หาสาเหตุไม่เจอ”

(ชงโค)



ภาพที่ ๔ นิสิตเคลื่อนไหวกับองค์ประกอบต่างๆ  
ในบทเพลงผ่านเสียงเปียโน

### กิจกรรมจิตตลีลา

จิตตลีลาเป็นกิจกรรมเริ่มต้นของ  
การเรียนรู้ในแต่ละครั้ง ซึ่งนิสิตได้ใช้เวลากับ  
การเคลื่อนไหวรูปแบบของพลังต่างๆใน  
ธรรมชาติอย่างสัมพันธ์กันในกลุ่มใหญ่ โดย  
นิสิตยังได้รับประสบการณ์การเคลื่อนไหวกับ  
องค์ประกอบต่างๆในบทเพลงผ่านเสียง  
เปียโน จำนวน ๔ ครั้ง ครั้งละประมาณ  
๕๐ นาที ซึ่งนิสิตสะท้อนความคิดว่า  
จิตตลีลาทำให้มีสติอยู่กับการเคลื่อนไหว  
ทำให้ต้องละวางความคิด การเคลื่อนไหว

อย่างสอดคล้องประสานระหว่างจิตใจและร่างกายทำให้ผ่อนคลาย สบาย สนุก และใจนิ่ง การมีสติ

อยู่กับการเคลื่อนไหวของตนในขณะเดียวกันต้องเปิดรับโลกภายนอก นั่นคือ การสังเกตเพื่อนรอบข้างเพื่อให้การเคลื่อนไหวของตนกลมกลืนไปกับกลุ่มใหญ่ กิจกรรมนี้ยังทำให้นิสิตรู้ถึงความสัมพันธ์ระหว่างร่างกายกับความคิด และเห็นข้อจำกัดของตนเองชัดเจน นอกจากการเรียนรู้ตนเองแล้ว กิจกรรมนี้ยังเสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดี ที่แน่นแฟ้นขึ้นกับเพื่อนในกลุ่ม ซึ่งจิตตลีลา ทำให้ได้เรียนรู้การสร้างสมดุลระหว่างตนเองกับสังคมรอบตัว

“ช่วยให้เรามีสติ มันทำให้เห็นความสำคัญของการมีสติจดจ่อกับสิ่งที่ทำ... มันจะต้องคอยมอง ต้องสัมพันธ์กับคนอื่นตลอดเวลา”

(เป็ยเซียน)

“มันไปด้วยกันทั้งหมด มันเป็นเรื่องสังคมคนเรา มันต้องทำอะไรให้มันผ่านไป ...ได้เรียนรู้ว่าต้องดูจังหวะ ดูคน...ทำให้รู้สึกว่ามันดีต่อความสัมพันธ์ของกลุ่ม ...ต้องบริหารความสัมพันธ์กลุ่ม”

(มะลิ)

“จะเอาตัวเราออกไปข้างนอกไม่ได้ ความคิดออกไปข้างนอกไม่ได้เพราะมันจะไม่รู้เรื่อง...พยายามตั้งใจฟังมากขึ้น สังเกตคนอื่นมากขึ้น เลยทำให้เรานิ่งขึ้น...เรียนรู้การจัดระบบ จัดกระบวนการของตัวเอง...เราต้องดูคนรอบข้างด้วย ดูจังหวะว่ามันใช่และมันก็เป็นจังหวะเข้าออกเหมือนกับชีวิต มันต้องมีผ่อนคลายเป็นเหมือนทำงานบ้าง ออกมาบ้าง เป็นจังหวะของชีวิตลักษณะนั้น”

(กุหลาบ)

“การพัฒนาบุคคลไม่ว่าจะอยู่ในช่วงใด ก็ต้องพัฒนาอย่างเป็นองค์รวมอยู่ที่ที่เกริ่นแบบนี้ขึ้นมาเพราะรู้สึกมีความสุขกับการทำยูริธมี (จิตตลีลา) ได้เคลื่อนไหวไปพร้อมกับดนตรีเพราะๆ เคลื่อนไหวผสมผสานกันกับเพื่อน และฝึกสมองไปในตัว ตอบโจทย์ของการพัฒนาทั้งร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา เพราะลักษณะของการเรียนที่กำลังเรียนอยู่ รู้สึกว่าตนเองกำลังโตเฉพาะส่วน”

(ชงโค: บันทึกสะท้อนการเรียนรู้)

### กิจกรรมร้องเพลงประสานเสียง

การร้องเพลงประสานเสียงเป็นกิจกรรมที่ต่อจากจิตตลีลา หากบางครั้งการเริ่มต้นด้วยการร้องเพลงก็สามารถทำให้การเคลื่อนไหวในกลุ่มใหญ่สัมพันธ์กันและลื่นไหลมากขึ้น

นิสิตสะท้อนความคิดว่า การร้องเพลงประสานเสียงทำให้เกิดความสงบ มีสติ มีสมาธิ สบายใจ สนุกสนาน ผ่อนคลาย เป็นกิจกรรมที่สร้างความสัมพันธ์ระหว่างกัน สิ่งที่ได้เรียนรู้จากการร้องเพลงลักษณะนี้ คือ การฟังผู้อื่น ซึ่งต้องอาศัยการฟังเสียงภายนอกในขณะที่ต้องมั่นคงกับเสียงภายในของตนเอง นอกจากนี้ยังสะท้อนว่า การร้องเพลงทำให้ได้เรียนรู้ตนเองและพยายามก้าวข้ามข้อจำกัดของตนเอง

“ได้สมาธิ...ตั้งสติให้มันดีๆ อยู่กับสิ่งที่เราทำ มันไม่ค่อยจะหลุดไปกับคนอื่น”

(ชบา)

“กิจกรรมร้องเพลงเป็นกิจกรรมที่เราฟังคนอื่นเยอะมาก...บอกตัวเองใหม่ว่า จะไม่ฟังเสียงแต่ตัวเอง จะฟังเสียงคนอื่นๆ พยายามฟังเสียงคนอื่น ให้เยอะที่สุด...ก็ได้ฟังเสียงคนอื่น ๆ เยอะขึ้น แล้วก็ได้ออกจากตัวเองมากขึ้น”

(ฝ่าย)

“ต้องมีสมาธิกับตรงนั้น ตั้งสติดีๆ เหมือนกับว่าเราต้องรู้สึกที่จะอยู่กับตัวเอง มีสมาธิกับตัวเอง ในขณะที่เราต้องฟังคนอื่นด้วย...ต้องฟังจังหวะ สังเกตมือวิทยากร...มันฝึกที่จะให้เราทำงานกับตัวเองด้วย ในขณะที่ต้องรับรู้ข้างนอกด้วย ไม่ใช่แค่ตัวเองคนเดียว”

(กุลลาบ)

“รู้สึกว่าการร้องเพลงให้ไม่หลงเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตที่ต้องทำ...การร้องเพลงด้วยกันมันได้ concept เดียวกับจิตตลีลา แล้วมันก็เป็นวิธีการฝึกสติ ที่เยี่ยมมากเลย ที่ได้แบ่งกลุ่ม เพราะว่าถ้าสติหลุดก็ไปเลย ไปไหนไม่รู้เหมือนกัน”

(กล้วยไม้)

## กิจกรรมระบายสีน้ำ



ภาพที่ ๕ ระบายสีน้ำ ๓ สี อย่างอิสระ

กิจกรรมท้ายสุดของวัน คือ การระบายสีน้ำ โดยใช้เทคนิคสีน้ำบนกระดาษเปียก (Wet on wet) ซึ่งใช้เวลาประมาณ ๓๐ นาที สีที่ใช้เป็นแม่สีทั้งสิ้น ได้แก่ สีน้ำเงิน สีแดง และสีเหลือง บทเรียนการระบายสีน้ำในแต่ละครั้งแตกต่างกันไป นิสิตสะท้อนความคิดว่า การระบายสีน้ำเป็นการทำงานโดยตรงกับอารมณ์ความรู้สึก ซึ่งสีมีผลโดยตรงต่ออารมณ์ แต่ละสีมีผลต่อความรู้สึกแตกต่างกัน เช่น สีเหลืองให้ความรู้สึกสดใส สีแดง

ให้ความรู้สึกถึงพลังงาน สีน้ำเงินให้ความรู้สึกผ่อนคลาย เย็นใจ กิจกรรมนี้ให้ความรู้สึกของการปลดปล่อย การได้ใช้เวลากับการค่อยๆ ระบายสีทีละสีทำให้ใจนิ่ง มีสติ มีสมาธิ รู้สึกถึงความสงบในจิตใจ และละวางความคิดลงได้ นิสิตส่วนใหญ่สะท้อนว่ามีความสุขกับการระบายสีน้ำ เกิดความผ่อนคลาย และเรียนรู้ตนเองผ่านสี ทำให้รู้จักและเข้าใจตนเองมากขึ้น ในขณะที่เดียวกัน ได้เรียนรู้การไม่ยึดตัวตน

“เหมือนเราได้ระบายความรู้สึกของเราออกมา บางครั้งเรามีความทุกข์ อยู่ในใจ เวลาทำงานศิลปะสีน้ำ มันเหมือนการได้ทำอะไรออกไป ขณะนั้น เราไม่ได้คิดเรื่องความทุกข์เลย เหมือนกับเราสนุกกับศิลปะ เหมือนการได้ถ่ายทอดอะไรออกมาโดยอัตโนมัติ”

(แก้ว)

“มันคุมไม่ได้ มันไม่ได้เป็นอย่างที่เราคิด แล้วมันเป็นเรื่องที่แปลกเหมือนกันว่า เราไม่ได้คิดและเราทำใจให้สงบ รูปมันสวยนะ”

(กล้วยไม้)

“สีน้ำมีการเปลี่ยนแปลง ตอนทำแบบหนึ่ง พอทำเสร็จแบบหนึ่ง พอแห้ง ก็อีกแบบหนึ่ง...เราอย่าไปยึดติดว่า ตอนแรกฉันทำไม่สวย พอตอนสุดท้าย ยิ่งไปกันใหญ่ เลยเลิกคาดหวัง เลิกยึดติดกับมัน...กิจกรรมเป็นเรื่องของความสิ้นไหล เป็นเรื่องของความสงบ มันเหมือนกับได้ทำงานข้างในเยอะ”

(กระเกต)

“๓ สี มีผลกับอารมณ์จริงๆ ตอนนั้นดูแล้วน้ำตาจะไหล ภาพนี้มันเป็นเราเลย  
คือ เหมือนมันได้ปลดปล่อยอะไรบางอย่างออกมา รู้สึกดีมาก ๆ...  
คือ ประสบการณ์แบบนี้ไม่เคยเกิดขึ้น...ความรู้สึกข้างใน มันต้องทำอย่างนี้นะ  
เพราะปกติจะต้องคิดก่อน แต่พออยู่ดีๆมันเกิดขึ้นมาจาก passion”

(อัญชัน)



ภาพที่ ๖ แลกเปลี่ยนประสบการณ์หลังระบายสีน้ำ



ภาพที่ ๗ ผลงานสีน้ำที่เปิดโอกาสให้เพื่อนในกลุ่ม  
หมุนเวียนกันแต่งเติมภาพอย่างสงบ ผลงานสุดท้าย  
สามารถนำมาเรียงร้อยต่อกันเป็นภาพที่ต่อเนื่องได้  
อย่างน่าอัศจรรย์ใจ





การเรียนรู้ในแต่ละครั้งของการเข้าร่วมกิจกรรม ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลภายหลังกิจกรรมศิลปะเสร็จสิ้นลงโดยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคล ในช่วงเดือนตุลาคม ๒๕๕๐ ข้อมูลการสัมภาษณ์ที่ได้นำมาถอดเทปเสียงแบบคำต่อคำ เรียบเรียง และส่งให้บัณฑิตตรวจสอบความถูกต้องจากการถอดข้อความ จากนั้นผู้วิจัยตรวจสอบกับผู้ช่วยวิจัย เพื่อตรวจสอบความถูกต้องและความชัดเจนในแต่ละประเด็น โดยการแลกเปลี่ยนทัศนะกับผู้ช่วยวิจัย รวมทั้งที่ปรึกษาวิจัย และเพื่อนร่วมงานในสาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ภูมิคุ้มกัน ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลตามประเด็นคำถามวิจัย โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหา จากนั้นสังเคราะห์ข้อสรุปย่อยๆ เข้าด้วยกันและสร้างเป็นบทสรุปองค์ความรู้ที่ได้จากการทำวิจัยตามวิธีการแบบอุปนัย นำเสนอข้อมูลในลักษณะเชิงพรรณนา

### สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยโดยสรุป มีดังนี้

๑. คำถามวิจัยข้อที่หนึ่ง “นิสิตสาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ภูมิคุ้มกันมีประสบการณ์การเรียนรู้ในการเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนเองอย่างไร”

ข้อมูลที่รวบรวมได้จากการสัมภาษณ์นิสิตรายบุคคลสะท้อนให้เห็นประสบการณ์การเรียนรู้ที่เกิดขึ้น ๔ ประเด็น ดังนี้

๑) การมีสติรู้ตัว นิสิตสะท้อนความคิดว่า กิจกรรมต่างๆ ทำให้ใจกลับมาอยู่กับตัวเอง จากสภาวะที่ความคิด อารมณ์พลุ่งพล่าน หรือล่องลอยออกไปนอกตัว สู่การอยู่กับปัจจุบันขณะ การมีสติรู้ตัวที่ต่อเนื่องเป็นการทำงานกับตัวตนภายใน ทำให้เกิดความสงบ ผ่อนคลาย มีสติ มีสมาธิ

๒) การเรียนรู้ตนเอง นิสิตสะท้อนการเรียนรู้ใน ๕ ประเด็น ได้แก่

๒.๑) การเข้าใจตนเอง กิจกรรมศิลปะทำให้ได้ใช้เวลากับความคิด ความรู้สึก และการกระทำของตนเอง ได้ทบทวนตัวเอง เผชิญตัวเอง ส่งผลให้เกิดความเข้าใจในตัวเอง เข้าใจธรรมชาติของตนเองและรู้จักตนเองมากขึ้น

๒.๒) การเป็นผู้สังเกตที่ละเอียดอ่อน กิจกรรมสังเกตต้นไม้ทำให้เรียนรู้การเป็นผู้สังเกตที่ละเอียดอ่อน สังเกตโดยใช้ผัสสะต่างๆ ได้แก่ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ สังเกตอย่างเป็นวัตถุวิสัย ทั้งนี้ การสังเกตเพื่อให้ได้คุณภาพที่แท้จริงของสิ่งที่สังเกต ผู้สังเกตต้องมีสมาธิจดจ่อต่อเนื่องกับสิ่งนั้น

๒.๓) การลดตัวตน กิจกรรมศิลปะทำให้เกิดการเรียนรู้ในลักษณะของการเปิดรับ และไม่ยึดความคิดหรือตัวตนเป็นที่ตั้งในการตัดสินใจ

๒.๔) การรู้เท่าทันอารมณ์ ความคิด การกระทำ กิจกรรมศิลปะทำให้ตื่นรู้กับ ประสบการณ์ที่เข้ามากระทบกับตนเองทั้งในด้านความรู้สึก ความคิด และการกระทำ การรู้เท่าทัน และตระหนักต่อสิ่งที่เข้ามากระทบใจ ส่งผลให้เกิดความนิ่ง สงบ ภายในใจ

๒.๕) การคิดเป็นระบบ กิจกรรมสนทนากลุ่มทำให้ได้เรียนรู้การจัดการกับ ความคิดตนเอง การคิดที่เป็นระบบเป็นขั้นตอน การถ่ายทอดและเรียบเรียงความคิดให้เป็นคำพูด

๓) การเรียนรู้ผู้อื่น นิสิตสะท้อนความคิดว่า กิจกรรมทำให้ได้เรียนรู้จากผู้อื่นใน ๒ ประเด็น ได้แก่

๓.๑) การฟังอย่างตั้งใจ การได้ร่วมกิจกรรมกลุ่มให้เกิดการเรียนรู้ในการเป็นผู้ฟัง ที่ดีโดยการฟังอย่างใส่ใจ อย่างตั้งใจจริง ไม่รีบตัดสิน และไม่เอาความรู้สึกตนเองเข้าไปร่วม ทำให้ ได้รับมุมมองใหม่ๆจากเพื่อนในกลุ่ม เรียนรู้แง่มุมที่แตกต่างไปจากมุมมองเดิม เปิดรับและ ไม่ยึดติดกับมุมมองเดิมๆของตน

๓.๒) การเปิดใจรับ การเรียนรู้จากผู้อื่นทำให้เกิดความเข้าใจในความแตกต่าง เรียนรู้ที่จะเคารพประสบการณ์และความเป็นตัวตนของอีกฝ่ายหนึ่ง ทำให้ได้เรียนรู้การปล่อยวาง ไม่คาดหวัง ไม่ตัดสิน ไม่ยึดติดกับความคิดและความต้องการของตน ผลจากการปล่อยวางนี้ ทำให้เกิดความสุข ความสงบขึ้นภายในใจ

๔) การเรียนรู้ชีวิต นิสิตสะท้อนความคิดว่า ได้เรียนรู้และเข้าใจชีวิตผ่านกิจกรรม เหล่านั้นใน ๔ ประเด็น ได้แก่

๔.๑) การเห็นความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติ กิจกรรมสังเกตต้นไม้ ทำให้ได้เรียนรู้ว่า มนุษย์กับธรรมชาติสัมพันธ์กัน มนุษย์เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติซึ่งธรรมชาติ ให้พลังชีวิตแก่มนุษย์ และหากมนุษย์พร้อมเปิดรับมนุษย์จะสามารถเรียนรู้ได้จากธรรมชาติ

๔.๒) การเข้าใจถึงความไม่เที่ยงของชีวิต กิจกรรมศิลปะทำให้ได้ใช้เวลา ในการเฝ้ามองและเฝ้าสังเกตสิ่งรอบตัวในขณะที่จิตเป็นสมาธิ ทำให้เห็นการแปรเปลี่ยนของชีวิต การควบคุมไม่ได้ ทำให้เข้าใจว่าชีวิตนี้ไม่มีอะไรเที่ยงแท้

๔.๓) การเห็นคุณค่าในสรรพสิ่ง กิจกรรมศิลปะทำให้เกิดการเรียนรู้ที่จะเข้าใจ ตนเอง เข้าใจผู้อื่น และเชื่อมโยงไปถึงการเห็นคุณค่าต่อตนเอง ผู้อื่น และธรรมชาติรอบตัว

๒. คำถามวิจัยข้อที่สอง “การเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนทำให้นิสิต เกิดการเปลี่ยนแปลงในมุมมองต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อวิชาชีพ หรือไม่ อย่างไร”

ข้อมูลการสัมภาษณ์นิตราชนิพนธ์รายบุคคลสะท้อนให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงมุมมอง ดังนี้

๑) มุมมองต่อตนเอง ได้แก่

๑.๑) การพัฒนาตนเอง กิจกรรมศิลปะทำให้ทัศนคติรู้จักตัวเองมากขึ้น การเห็นตนเองที่ชัดขึ้นทำให้ทัศนคติตระหนักถึงการพัฒนาตนเองเพื่อก้าวข้ามข้อจำกัดของตนเอง พยายามดำเนินชีวิตในแต่ละวันอย่างมีสติรู้ตัว รู้เท่าทันความคิด อารมณ์ และการกระทำ

๑.๒) การเห็นคุณค่าในตนเอง บรรยากาศในกิจกรรมศิลปะทำให้ทัศนคติมีความสุขกับกิจกรรมซึ่งนิสิตสะท้อนว่า เห็นคุณค่าในตนเอง มองว่าชีวิตมีความสุขได้ไม่ยาก และความสุขนั้นอยู่ในตนเอง

๒) มุมมองต่อผู้อื่น ได้แก่ การเข้าใจและเปิดใจรับ การได้ร่วมทำกิจกรรมศิลปะในกลุ่มใหญ่ทำให้เกิดการเรียนรู้จากกันและกัน ทำให้เกิดการขยายมุมมอง เข้าใจความแตกต่าง ความเฉพาะของแต่ละบุคคล เปิดใจรับ เห็นอกเห็นใจ และมองผู้อื่นในแง่บวกมากขึ้น ในขณะที่เดียวกัน ไม่คาดหวังให้ผู้อื่นปฏิบัติตามความคิดของตน

๓) มุมมองต่อวิชาชีพ ได้แก่

๓.๑) การพัฒนาภายในตนเองของครู ครูที่ดีต้องพัฒนาภายในตนเองอยู่เสมอ ให้เป็นผู้ที่เปิดรับ สงบ นิ่ง และละเอียดอ่อน

๓.๒) การมีเมตตาต่อเด็ก ครูต้องเป็นผู้ที่ใส่ใจ มีจิตใจที่งดงาม จริงใจ และเมตตา

### อภิปรายผลการวิจัย

๑. ความแตกต่างของนิสิต ได้แก่ บุคลิกลักษณะ อายุ เพศ ระดับการศึกษา ประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมา ส่งผลต่อประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตแต่ละคนจากการเข้าร่วมกิจกรรมศิลปะ เพื่อการพัฒนาภายในตน ทั้งนี้ การให้ความสนใจและการเปิดรับต่อประสบการณ์ศิลปะ ตลอดจนการละลายกรอบความคิดหรือประสบการณ์เดิม สำคัญมากต่อการเรียนรู้ประสบการณ์ใหม่ๆ การยึดติดกับความคิด อารมณ์ และการกระทำที่คุ้นชินของตนเป็นอุปสรรคต่อการเรียนรู้ ประสบการณ์ที่แตกต่าง พบว่า นิสิตระดับปริญญาตรีให้คำตอบที่น่าสนใจเกี่ยวกับประเด็นการเรียนรู้ชีวิต ดังเช่นตัวอย่างของแก้วและอัญชัน ในขณะที่คำตอบของนิสิตระดับปริญญาเอก ส่วนใหญ่เกี่ยวข้องกับประเด็นการเรียนรู้ตนเอง ดังเช่นตัวอย่างของป๊อบ กุหลาบ ฝ่าย

“เรียนรู้ลักษณะของเขา...มองว่ามันไม่มีอะไรที่สมบูรณ์แบบ...วันหนึ่งเราเห็นเขาตุ้ม วันหนึ่งก็เห็นเขาบาน วันหนึ่งก็ร่วงโรยไป เห็นวัฏจักรของความเปลี่ยนแปลง...เราก็ต้องเป็นอย่างนี้บ้าง...ศิลปะบำบัดทำให้เรามองเห็นโลก โลกที่มันเป็นอย่างนั้นจริงๆ”

(แก้ว: การสัมภาษณ์)

“รู้สึกสบายใจ...เห็นคุณค่าของสิ่งที่ไม่เคยเห็นมาก่อน...เห็นมันมีชีวิต...เห็นว่า  
 ธรรมชาติมันเปลี่ยนแปลง...ชีวิตมันเปลี่ยนแปลงไปเรื่อยๆ...พอมาทำกิจกรรมนี้  
 รู้สึกได้ว่า ชีวิตมันมีคุณค่า จากธรรมชาติ เราเห็นคุณค่าของต้นไม้และตัวเอง”  
 (อัญชัน: การสัมภาษณ์)

“บางอย่างหายไป ทำให้เห็นอะไรชัดเจนขึ้น...  
 หยดน้ำบนใบบัว ถ้าเราเป็นใบบัว หยดน้ำคือทุกข์ ไม่ยึดติดใดๆ คงสุขมากๆ”  
 (เป็บ: บันทึกสะท้อนการเรียนรู้)

“มุมมองที่ได้เอาไปใช้ในชีวิตมากกว่า คือ การรับฟังคนอื่น อย่าอยู่กับตัวเองมาก  
 เกินไป รู้จักเปิดใจ รู้จักที่จะมีมุมมองของคนอื่นด้วย...ทำให้เราตระหนักมากขึ้น  
 และทำให้เราเรียนรู้ เช่น จะสุขจะทุกข์มันอยู่ที่ใจเรา”  
 (กุลลาบ: การสัมภาษณ์)

“รู้จักตัวเองมากขึ้น หันย้อนมองตัวเองมากขึ้น...คิดเกี่ยวกับตัวเอง อารมณ์ตัวเอง  
 มากขึ้น”  
 (ฝ่าย: การสัมภาษณ์)

๒. กิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้อยู่บนฐานของ  
 ศิลปะตามแนวคิดมนุษยปรัชญา ที่มองมนุษย์ว่ามีองค์ประกอบคือ กาย จิตใจ และจิตวิญญาณ  
 โดยให้ศิลปะได้ทำงานอย่างสอดคล้องประสานระหว่างการลงมือกระทำ ความรู้สึก และความคิด  
 เป็นการพัฒนามนุษย์อย่างเป็นองค์รวม ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงแก่ผู้เรียน กล่าวคือ ศิลปะ  
 เป็นเครื่องมือช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ตนเองในฐานะบุคคลที่สาม เป็นการทำงานภายใน ก่อเกิดเป็น  
 ความเข้าใจในตนเองและการเข้าใจผู้อื่น ซึ่งส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านมุมมองและ  
 การกระทำ สอดคล้องกับผลการวิจัยของโครงการศิลปะสร้างสรรค์คุณภาพชีวิตภายในที่สรุป  
 ไว้ว่า กระบวนการทำงานศิลปะเป็นการเชื่อมโยงของสิ่งภายนอกและการรับรู้ของใจภายใน  
 ทำให้เกิดการรู้ตัว เป็นการระลึกรู้ที่ลึกกว่าการรู้ปกติ ทั้งนี้ ศิลปะทำให้เกิดการรับรู้ตน สิ่งรอบข้าง  
 และโลก (คณะดำเนินงานโครงการศิลปะสร้างสรรค์คุณภาพชีวิตภายใน, ๒๕๕๑) นอกจากนี้  
 ยังสอดคล้องกับที่ ECCE (๒๐๐๑) ได้นำเสนอไว้ว่า ศิลปะทำให้บุคคลค้นพบศักยภาพภายในตน  
 ทั้งในด้านความมุ่งมั่น ความปรารถนาภายในที่ต้องการสร้างสรรค์ผลงาน การเผชิญอุปสรรค  
 และข้อจำกัดของตน และที่ อัญชันา สุนทรพิทักษ์ (๒๕๕๑) กล่าวว่า การทำงานศิลปะเปิดมนุษย์  
 สู่โลกภายในตนเอง ให้รู้จักและเข้าใจตนเอง ตลอดจนได้มีโอกาสขัดเกลาตนเองผ่านกระบวนการ  
 ทางสุนทรียศาสตร์

๓. กิจกรรมการสังเกตต้นไม้เป็นกิจกรรมที่สามารถพัฒนานิสิตให้เป็นผู้สังเกตที่ละเอียดอ่อนและเปิดรับอย่างไม่ถือคติ ทั้งนี้ นิสิตไม่เพียงเชื่อมโยงการเรียนรู้จากการสังเกตต้นไม้สู่การเข้าใจเด็กและบทบาทของครูปฐมวัยในฐานะผู้สังเกตอย่างบริสุทธิ์ โดยไม่ใช้ความคิดเห็นเองในการตัดสินเด็กเท่านั้น หากเชื่อมโยงสู่ความเข้าใจชีวิตและเห็นคุณค่าในสรรพสิ่ง การใช้เวลาอย่างสงบในการสังเกตและวาดภาพต้นไม้เป็นการเปิดพื้นที่ทางความคิดจินตนาการ ซึ่งความคิดใหม่ที่สร้างสรรค์สามารถผุดเกิดขึ้นมาในขณะที่ใจว่างจากการคิดเชิงเหตุผล กล่าวได้ว่า การสังเกตธรรมชาติช่วยให้เกิดการเรียนรู้ที่เชื่อมโยงกันระหว่างภาควิชาชีพ คือ การปฏิบัติ และภาคจิตวิญญาณ คือ การตระหนักรู้ภายในตน สอดคล้องกับที่ วิจักขณ์ พานิช (๒๕๕๐) กล่าวว่า การเรียนรู้ด้วยใจอย่างไคร่ครวญเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ก่อให้เกิดความรู้ทางปัญญาที่เชื่อมโยงระหว่าง ๓ ภาค คือ ภาคความรู้ ภาควิชาชีพ และภาคจิตวิญญาณ การสังเกตธรรมชาติจะเป็นแนวทางการเรียนรู้ที่สำคัญสำหรับการพัฒนาครูปฐมวัยในฐานะผู้ตื่นรู้และเปิดใจรับตัวตนที่แท้จริงของเด็กปฐมวัย

๔. กิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนนี้เป็นการปฏิบัติตามแนวคิดทฤษฎีการศึกษา ก่อให้เกิดการเรียนรู้ด้านใน คือ การเรียนรู้ตนเอง ประสบการณ์การเรียนรู้ที่นิสิตสะท้อนความคิดสามารถนำเสนอเป็น ๔ ประเด็น ได้แก่ การมีสติรู้ตัว การเรียนรู้ตนเอง การเรียนรู้ผู้อื่น และการเรียนรู้ชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับรูปแบบของการบูรณาการเพื่อการเปลี่ยนแปลงที่นำเสนอโดย Braud and Anderson (๑๙๙๘) ว่าประกอบด้วยลักษณะ ๕ ประการ ได้แก่ การมีใจจดจ่อ ความสามารถในการเข้าใจ การเห็นคุณค่าและความเข้าใจ การเปลี่ยนแปลงตัวตน และการเปลี่ยนแปลงผู้อื่น

๕. กิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน สามารถนำไปปรับใช้กับการจัดการเรียนการสอนในชั้นเรียน เพื่อให้ นิสิตเกิดการเรียนรู้ในลักษณะเชื่อมโยงประสบการณ์ตรงที่ได้รับจากการทำงานศิลปะเข้ากับความเข้าใจในเนื้อหาวิชา อันนำไปสู่ความเข้าใจอย่างแท้จริงที่ไม่แยกส่วนระหว่างการศึกษากับความเข้าใจชีวิต ดังข้อความในบันทึกสะท้อนการเรียนรู้ของนิสิตระดับปริญญาโท จำนวน ๕ คน ในรายวิชาการวัดและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย จากกิจกรรมการสังเกตต้นไม้ นิสิตเชื่อมโยงประสบการณ์ในการสังเกตต้นไม้เข้ากับการประเมินพัฒนาการและการเข้าใจตนเอง

“เราสังเกตสิ่งเดิมซ้ำๆทุกอาทิตย์ ยังพบความจริงที่ว่า เรามองข้ามไปในบางจุด หากเราไปสังเกตเด็กจริงๆ สมควรที่จะต้องละเอียดถี่ถ้วน และที่สำคัญ ต้องตัดอคติออกจากใจ มองเด็กในสภาพที่เป็นจริง”

“...เมื่อเราได้รู้จักกันมากขึ้น เธอมิได้เผยให้ฉันเห็นตัวตนของเธอในวันแรกที่รู้จัก แต่เธอก็เหมือนกับฉัน ที่ต่างค่อยๆเปิดเผยตัวตนออกมาให้เราได้เรียนรู้และรู้จักกัน และกัน หากฉันมองย้อนกลับไปถึงวันที่ฉันทำงานกับเด็กๆ ทำให้มองเห็นว่า เด็กๆ แต่ละคนต้องใช้เวลาในการยอมรับครู เปิดเผยตัวตนต่อครู และยอมรับครูของเขา ตัวครูก็ไม่ต่างจากเด็ก ต้องรู้จักเด็ก เข้าใจความต้องการ อารมณ์ ความรู้สึก พัฒนาการของเด็กแต่ละคน”

“ข้าพเจ้ามาเข้าเรียนด้วยสภาพจิตใจที่ย่ำแย่ น้ำตาคลอเบาๆ ไปวาดรูปเพื่อนพร้อมเสียงสะท้อน แล้วก็เข้าใจขึ้นมาว่า การมานั่งวาดรูปเกี่ยวข้องกับอะไรที่เข้าใจ คือ ถ้าสภาพอารมณ์ครูเป็นแบบนี้ อย่าพูดถึงการประเมินเลย แค่ว่าไปยืนยิ้มและสอนเด็กๆจะได้หรือไม่...เราเปรียบเทียบการวาดภาพเป็นวิธีการหนึ่งที่ใช้ประเมินเด็ก และต้นไม้คือตัวเด็กที่เราต้องสังเกตอย่างละเอียดลออ แต่ไม่ใช่แค่การสังเกตการสัมผัสจับต้อง แต่รวมถึงการใช้ใจในการดูเด็กและดูตนเอง”



“โอ้โฮ ดูลิ ทำไมไม่มหัศจรรย์อย่างนี้ ถ้าไม่มองให้ลึกละเอียดลงไป ก็คงไม่เห็นเจ้าใบเล็กๆที่รอคอยจะเปิดเผยตัวเองขึ้นมาบนโลก กว่าที่เราจะรู้จักใครสักคนได้ดี เราคงต้องใช้เวลาในการมองให้มากขึ้นและละเอียดขึ้น เพราะบางครั้งส่วนที่เรามองข้ามนั้นอาจเป็นสิ่งสำคัญที่สุด”

ภาพที่ ๘ ภาพสเกตยอดอ่อนของต้นไม้



“อากาศเย็น ดูเพื่อนจะแห้งๆเฉาๆ หรืออาจเพราะจิตใจของเราเหวี่ยงกันแน่?”

ภาพที่ ๙ ภาพสเกตใบสวนน้อยประแป้ง

“การที่เรามองอะไรผ่านๆหรือมองแต่ส่วนที่เด่นที่สุดของเขา บางครั้งก็ทำให้เราไม่เห็นอีกด้านของเขา การที่เราได้ไปสังเกตเพื่อนทำให้เราได้ย้อนกลับมามองตัวเอง รู้ว่าตัวเองเป็นคนที่ไม่ค่อยสังเกต และเป็นคนไม่ค่อยเก็บรายละเอียดอะไรมากนัก”

การเปิดพื้นที่การเรียนรู้ผ่านการทำงานศิลปะที่ให้นิสิตได้ใช้เวลาอยู่กับการผ่อนคลาย การเฝ้าสังเกต และการใคร่ครวญกับการกระทำของตน ในสภาวะที่สงบ มีสมาธิ ไม่ถูกกดดัน ให้นิสิตได้เรียนรู้ผ่านความรู้สึก การลงมือกระทำ และก่อให้เกิดความคิดใหม่ที่สามารถ เชื่อมโยงเข้ากับเนื้อหาวิชาและการดำเนินชีวิตประจำวัน การนำกิจกรรมศิลปะเพื่อ การพัฒนาภายในตนไปปรับใช้ในการเรียนการสอนระดับอุดมศึกษา ควรคำนึงถึงธรรมชาติของ รายวิชา ขนาดชั้นเรียน ระดับการศึกษา และความถนัดของผู้สอน ทั้งนี้ ไม่เน้นผลสัมฤทธิ์ทาง พหุทธิปัญญาเพียงด้านเดียวและต้องเปิดโอกาสให้นิสิตได้สะท้อนการเรียนรู้และประเมินตนเอง อย่างอิสระ

### ข้อสังเกตจากงานวิจัย

กิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนแต่ละกิจกรรมที่ใช้ในการวิจัยนี้ จัดขึ้นตาม ธรรมชาติและลักษณะของผู้เข้าร่วมซึ่งเป็นนิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย โดยวิทยากร ให้ความสำคัญกับกิจกรรมการสังเกตต้นไม้ซึ่งถือเป็นกิจกรรมหลัก ส่วนกิจกรรมอื่นๆเป็นกิจกรรม ที่สร้างให้เกิดความหลากหลายของการเรียนรู้ เนื่องจากความสามารถในการสังเกตอย่าง ละเอียดลอออันสำคัญมากสำหรับครูปฐมวัยในการส่งเสริมและประเมินพัฒนาการเด็ก ตลอดจน การตอบสนองต่อความต้องการที่แท้จริง ซึ่งเด็กสื่อสารผ่านการแสดงออกทางพฤติกรรมมากกว่า การใช้คำพูด การวิจัยนี้เป็นการจัดประสบการณ์ศิลปะให้นิสิตได้เรียนรู้โดยมิได้อธิบายสิ่งที่เกิดขึ้น หากเป็นการเผยออกของความเข้าใจด้วยตนเองผ่านการเข้าร่วมกิจกรรมในแต่ละครั้ง โดยใน ท้ายที่สุด นิสิตได้คำตอบที่ตนพึงพอใจและเห็นคุณค่าของศิลปะในฐานะเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้ การดำเนินชีวิตเป็นไปได้อย่างมีความสุข

### ข้อเสนอแนะในการวิจัย

๑. การวิจัยนี้ต้องการค้นหาประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ที่เข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน ซึ่งเป็นกิจกรรมเสริมหลักสูตรที่จัดขึ้นสำหรับ นิสิตผู้สนใจเข้าร่วมกิจกรรม ดังนั้นจึงควรมีการวิจัยในลักษณะการวิจัยและพัฒนาเพื่อ นำศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตรในสถาบัน ฝึกหัดครู ในทางที่สร้างให้เกิดการเรียนรู้อย่างสอดประสานระหว่างภาคความรู้ ภาควิชาชีพ และ ภาคจิตวิญญาณ



๒. การวิจัยนี้เป็นการศึกษาประสบการณ์การเรียนรู้จากนิสิตระดับปริญญาตรี โท และเอก จำนวนทั้งสิ้น ๑๒ คน ดังนั้น ควรมีการวิจัยโดยใช้ศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตนกับผู้เข้าร่วมที่กว้างขวางและหลากหลายมากขึ้น อาจทำวิจัยกับผู้เข้าร่วมจำนวนมากขึ้น แยกระดับการศึกษา หรือทำกับกลุ่มครูประจำการ

๓. การวิจัยนี้เป็นการศึกษาประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตเฉพาะสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย ควรมีการวิจัยเพื่อค้นหาลักษณะของกิจกรรมศิลปะที่เหมาะสมกับธรรมชาติของผู้เรียนสาขาวิชาอื่น ซึ่งจะทำให้ได้นวัตกรรมทางการศึกษาที่เหมาะสมกับผู้เรียนที่มีความแตกต่าง

## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

กฤษณมูรติ. ๒๕๔๘. **การศึกษาและสาระสำคัญของชีวิต**. แปลโดย นวลคำ จันภา.

กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิอันวิเศษณา.

คณะดำเนินงานโครงการโครงการศิลปะสร้างสรรค์ดูดยภาพชีวิตภายใน. ๒๕๕๑. **ศิลปะ**

**สร้างสรรค์ดูดยภาพชีวิตภายใน**. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์จิตตปัญญา

มหาวิทยาลัยมหิดลและสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.

จุมพล พูลภัทรชีวิน. ๒๕๔๖. **สู่ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพทางจิต**

**วิญญาณ**. **วารสารครุศาสตร์**. ๓๒, ๑: ๑๓๑ – ๑๔๔.

ชลลดา ทองทวี และคณะ. ๒๕๕๑. **เอกสารประกอบการประชุม จิตตปัญญาศึกษา เรียนรู้**

**ข้ามวิกฤตสู่จิตใหญ่**. ๒๒ มกราคม ๒๕๕๑. โครงการสำรวจและสังเคราะห์ความรู้

จิตตปัญญาศึกษา.

ประสาน ต่างใจ. ๒๕๔๕. **บุพนิมิต กระบวนทัศน์ใหม่**. กรุงเทพมหานคร : สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์.

ประเวศ วะสี. ๒๕๔๔. **ธรรมชาติหลากหลาย: การศึกษาหลากหลาย**. กรุงเทพมหานคร:

กลุ่มงานปฏิรูปการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ.

ประเวศ วะสี. ๒๕๔๖. **วิถีมนุษย์ในศตวรรษที่ ๒๑ สู่ภพภูมิใหม่แห่งการพัฒนา**.

กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสดศรี-สฤษดิ์วงศ์.

ประเวศ วะสี. ๒๕๔๗. **การพัฒนาจิตเพื่อสุขภาพ สู่สุขภาพจากการมีจิตใจสูงทั้งประเทศ**.

กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสดศรี-สฤษดิ์วงศ์.

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). ๒๕๔๕. **การศึกษาฉบับง่าย**. กรุงเทพมหานคร: สี่อตะวัน.

ราหิมา บาลดีวิน แดนซี. ๒๕๔๘. **คุณคือครูคนแรกของลูก**. แปลและเรียบเรียงโดย

สุวรรณา ไชยประจักษ์ชัด อุษาคตานนท์. กรุงเทพฯ: ซีเอ็ดยูเคชั่น.

วิจักขณ์ พานิช. ๒๕๕๐. **เรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ การศึกษาดั่งเส้นทางแสวงหาทาง**

**จิตวิญญาณ**. กรุงเทพมหานคร: สอนเงินมีมา.

วิศิษฐ์ วัจวิญญู. ๒๕๔๘. **มณฑลแห่งพลัง ญาณทัศนะแห่งการเข้าถึงตัวตนที่แท้**.

กรุงเทพฯ. สอนเงินมีมา.

สุมน อมรวิวัฒน์. ๒๕๓๐. **นันททัศนะต่อหัวใจพระพุทธศาสนา : รายงานการวิจัยจาก**

**เรียงความที่ส่งเข้าประกวด เพื่อรับรางวัลบริษัทปูนซิเมนต์ไทย**. กรุงเทพฯ: โครงการ

ตำราและเอกสารทางวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุมน อมรวิวัฒน์. ๒๕๔๘. ๖ กันยายน ๒๕๔๘. **ดูดยภาพของการเรียนรู้**. **มติชน**: ๙.

สำนักงานปฏิรูปวิชาชีพครู, สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. ๒๕๔๓. รายงานการประชุมสัมมนาเพื่อพิจารณารายงานการวิจัยเรื่องนโยบายการผลิตและพัฒนาครู. กรุงเทพมหานคร: วี.ที.ซี.คอมมิวนิเคชั่น.

หฤทัย อนุสรราชกิจ. ๒๕๔๙. การพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดการศึกษาเด็กอย่างใคร่ครวญเพื่อปรับเปลี่ยนมุมมองและการปฏิบัติของครูการศึกษาปฐมวัย. วิทยานิพนธ์ปริญญาคุษฎีบัณฑิต. ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยีการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อัญชนา สุนทรพิทักษ์. ๒๕๕๑. ๕ มีนาคม. นักจิตตลีลา. สัมภาษณ์.

เอกวิทย์ ณ ถลาง. ๒๕๔๔. ข้อพิจารณาเพื่อปฏิรูปวัฒนธรรมการเรียนรู้. ใน, วัฒนธรรมเสวนา ณ วัดฐานเวศกวัน, หน้า ๒๓๔ – ๒๕๔. กรุงเทพมหานคร: ภัคบรรด.

### ภาษาอังกฤษ

Apt,B. ๒๐๐๓. Transformational learning and qualitative evaluation. [online]. Available from: <http://www.indiana.edu/~1506/transeval.html>. [๒๐๐๔, September ๑๔]

Baum, A.C. and King, M.A. ๒๐๐๖. Creating a climate of self-awareness in early childhood teacher preparation programs. *Early Childhood Education Journal*, ๓๓: ๒๑๗ – ๒๒๒.

Braud,W., and Anderson,R. ๑๙๙๘. *Transpersonal research methods for the social sciences: Honoring human experience*. California: Sage.

Bodner, J.B. ๒๐๐๑. Parents as adult learners in family-centered early education. *American Annals of the Deaf*, ๑๔๖, ๓: ๒๖๓ – ๒๖๙.

Berger, J.G. ๒๐๐๓. A summary of the constructive-developmental theory of Robert Kegan, (Mimeographed).

Duberley, M. ๒๐๐๗. The inner life and work of the teacher. *Gateways*, ๕๒: ๑๖ - ๑๙.

Hamil,D.J. ๒๐๐๒. Transcendent transformation: Transformational adult learning through transcendent encounters. [online]. Available from: UMI ProQuest Database. [๒๐๐๔, September ๑๔]

Hart, T. ๒๐๐๔. Opening the contemplative mind in the classroom. *Journal of Transformative Education*. ๒,๑: ๒๘ – ๔๖.

Imel, S. ๑๙๙๘. Transformative learning in adulthood. [online]. Available from: ERIC Database. [๒๐๐๔, September ๑๔]

- Miller, J.P. ୧୯୯୯. **The contemplative practitioner: Meditation in education and the profession.** CT: Bergin&Gravey.
- Staley, B.K. ୨୦୦୯. **The seven-year rhythm. Lilipoh the Spirit in Life.** ୧: ୧୩ - ୧୯.
- Taylor,K., Marienau,C., and Fiddler,M. ୨୦୦୦. **Developing adult learners.**  
San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Taruna College. ୨୦୦୯. **Diploma in Rudolf Steiner Education 2007 Programme.**  
New Zealand: Taruna College.
- The Center of Contemplative Mind in Society. ୨୦୦୦ - ୨୦୦୯. **What are Contemplative Practices?.** [online]. Available from: <http://www.contemplativemind.org/practices/>. [୨୦୦୯, April ୯]
- The European Cooperation for Anthroposophical Curative Education and Social Therapy. ୨୦୦୧. **Handbook for training in curative education and social therapy.**  
Dornach: Medical Section of the School of Spiritual Science at the Goetheanum.
- Wolfensohn, J.D. and Willams, H.M. ୧୯୯୩. **The power of the arts to transform education: An agenda for action.** [online]. Available from: EBSCOhost [୨୦୦୯, March ୨୬]