บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เยาวชนเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณค่าอย่างยิ่งของประเทศ เป็นกำลังสำคัญ และเป็นผู้สืบทอดการพัฒนาประเทศต่อไปในอนาคต ปัจจุบันประเทศไทยมีเยาวชนที่มีอายุไม่เกิน 25 ปี จำนวนมากถึง 16,955,000 คน (จำนวนประชากรระดับประเทศ จำแนกตามกลุ่มอายุ วัยเรียน และเพศ ปี พ.ศ.2533-2563, ม.ป.ป.) ดังนั้น เยาวชนทุกคนจึงสมควรได้รับการพัฒนาให้เป็นไปตามสภาวะความต้องการพื้นฐาน และบริการสำหรับเยาวชน และให้เต็มตามศักยภาพ ตามที่รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2540 ที่ได้ระบุไว้ว่า

"รัฐพึงสนับสนุนและส่งเสริมการพัฒนาพลเมืองของชาติ
โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กและเยาวชนให้เป็นผู้มีความสมบูรณ์
ทั้งทางร่างกาย จิตใจ สติปัญญา คุณธรรมและจริยธรรม"

(รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2540, ม.ป.ป.)

ด้วยมาตราดังกล่าว ดังนั้นคณะรัฐมนตรีจึงได้กำหนดนโยบายเยาวชนแห่งชาติเพื่อเป็นแนวทางหลักให้หน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน นำไปใช้ในการดำเนินงานเพื่อพัฒนาเยาวชนได้อย่างสอดคล้องและบรรลุจุดมุ่งหมายร่วมกัน ดังนี้ (นโยบายเยาวชนแห่งชาติ อ้างถึงใน http://greensociety.co.th)

1. ปลูกฝังให้เยาวชนตระหนักในความมั่นคงปลอดภัยของประเทศ ยึดมั่นในการปกครองระบอบประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข และมีความสำนึกนิยมภาคภูมิใจ ในความเป็นไทยร่วมกัน ตลอดจนรักษาและส่งเสริมค่านิยมและวัฒนธรรมอันเป็นเอกลักษณ์ประจำชาติ

2. เร่งเร้าความปรารถนาอันบริสุทธิ์ใจของเยาวชนให้มีความสำนึกในหน้าที่ มีโอกาสแสดงความคิดเห็นและมีส่วนร่วมรับผิดชอบในการพัฒนาสังคมให้เกิดประโยชน์

สูงสุดต่อส่วนรวม ลดความขัดแย้งในกลุ่มเยาวชน เพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกันในสังคมด้วยความสมานฉันท์ เคารพในความคิดเห็น และไม่ละเมิดในเกียรติและศักดิ์ศรีของผู้อื่น แก้ไขปัญหาด้วยสติปัญญาอย่างสันติ โดยยึดทางสายกลางและการประสานประโยชน์

3. ส่งเสริมสุขภาพพลานามัยทั้งทางกาย จิตใจและสติปัญญา ให้การป้องกันโรคติดต่อ อุบัติภัยและสารพิษ ปลอดจากภาวะทุพโภชนาการและลดอุบัติการโรคอันเกิดจากภาวะพันธุกรรม ผิดปกติ เพื่อให้พร้อมที่จะพัฒนาความสามารถ ทัศนคติ พฤติกรรมและคุณธรรมของเยาวชนให้เป็นพลเมืองดี มีคุณภาพชีวิตดีขึ้น

4. ปลูกฝังให้เยาวชนมีบุคลิกภาพดี มีจิตใจเข้มแข็ง มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ รักเหตุผล ยึดมั่นในระเบียบวินัย และความสามัคคี มีน้ำใจนักกีฬา อดทนเสียสละ เกื้อกูลซึ่งกันและกัน รู้จักการทำงานร่วมกัน ขยันหมั่นเพียร ประหยัด สำนึกในสิทธิหน้าที่และมีความรับผิดชอบที่มีต่อสังคม มีความเคารพและปฏิบัติตามกฎหมาย

5. ส่งเสริมการดำเนินชีวิตประจำวันของเยาวชนให้อยู่ในศีลธรรม มีคุณธรรมและจริยธรรมขั้นพื้นฐาน ตามหลักศาสนาที่ตนนับถือ มีความสุจริต ยุติธรรม ประพฤติตนตามควรแก่วัย เพื่อเป็นรากฐานแห่งความร่มเย็นเป็นสุขในสังคม

6. กระตุ้นให้เยาวชนเป็นผู้ใฝ่หาความรู้อยู่เสมอ เร่งรัดให้เยาวชนได้รับการศึกษาขั้นพื้นฐานเป็นอย่างน้อย ฝึกฝนซึ้งและสรรค์สร้างศิลปะ ส่งเสริมการฝึกอบรมวิชาชีพเพื่อประกอบ สัมมาชีพตามสภาพของท้องถิ่น และความต้องการของตลาดแรงงาน รู้จักใช้และสงวนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม รู้จักจัดระบบเศรษฐกิจของตนเอง

7. สนับสนุนให้เยาวชนรู้จักคุ้มครองป้องกันตนเองจากอบายมุขและสิ่งแวดล้อมที่ไม่เหมาะสมต่อชีวิตและที่เป็นภัยต่อสังคม พร้อมที่จะเผชิญปัญหาสังคมตลอดจนการเสริมสร้างบรรยากาศ สิ่งแวดล้อม และสถานพักผ่อนหย่อนใจ อันเหมาะสมเป็นการลดปัญหาความตึงเครียดทางจิตใจ ตลอดจนส่งเสริมให้มีการวิจัยเพื่อแก้ไขปัญหาเยาวชนด้านต่าง ๆ

8. ให้การสงเคราะห์ ฟื้นฟู พัฒนาและพิทักษ์สิทธิแก่เด็กในสภาวะยากลำบากทุกกลุ่ม ซึ่งมีทั้งเด็กที่ถูกละเมิดสิทธิ โสเภณีเด็ก แรงงานเด็ก เด็กถูกปล่อยปะละเลย กำพร้า อนาถาไร้ที่พึ่ง เด็กประพฤติตนไม่สมควร ติดยาเสพติด และเด็กพิการทุพพลภาพ ไร้หรือเสมือนไร้ความสามารถ ให้สามารถเป็นที่พึ่งของตนเองได้ และเป็นพลเมืองดีให้การอบรมสงเคราะห์และเกื้อกูล ในสิ่งที่จำเป็น ต่อการดำรงชีวิตแก่เยาวชน

ที่ขาดแคลนคุ้มครองการใช้แรงงานเด็กและเยาวสตรี ทั้งในชุมชนเมือง ชนบท และชายแดนให้บังเกิดผลอย่างจริงจัง

9. ส่งเสริมมิตรภาพ และความเข้าใจอันดีระหว่างเยาวชนในประเทศกับต่างประเทศ ตามนโยบายแห่งรัฐ เพื่อความมั่นคงและก้าวหน้าของภูมิภาคตลอดจนสร้างสันติสุขของโลก

นอกจากนโยบายของรัฐแล้ว ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 พ.ศ. 2545-2549 ยังได้กำหนดแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนขึ้นมา เพื่อเพิ่มศักยภาพและสร้างความเสมอภาค ทางโอกาสให้กับเด็กและเยาวชนทั้งในกลุ่มภาวะยากลำบาก กลุ่มปกติทั่วไป และกลุ่มปัญญาเลิศ เพื่อเตรียมความพร้อมให้เป็นบุคคลที่มีคุณค่าอยู่ในสังคมอนาคตได้อย่าง มีความสุข โดยได้กำหนดคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของเด็กและเยาวชนไทยไว้ดังนี้ (แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 (พ.ศ. 2545-2549), 2545)

1. มีสายใยผูกพันกับสมาชิกในครอบครัว

2. มีสุขภาพดีทั้งร่างกายและจิตใจ เจริญเติบโตสมวัย มีบุคลิกภาพที่เหมาะสมมั่นคง มีความเคารพและภาคภูมิใจในตนเอง

3. มีวัฒนธรรมที่ดีงาม เข้าใจหลักการที่ถูกต้องของศาสนา สาระแก่นแท้ของชีวิตและคุณค่าภูมิปัญญาท้องถิ่น

4. มีความสามารถในการสื่อสารมากกว่า 1 ภาษา รู้จักใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและเข้าใจถึงสาระประโยชน์เพื่อนำมาประยุกต์ใช้อย่างกลมกลืนกับวัฒนธรรมไทย

5. เลื่อมใสในการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุข มีวินัย และพร้อมที่จะเสียสละประโยชน์ส่วนตนเพื่อประโยชน์ส่วนรวม

6. เข้าใจสิทธิและหน้าที่ตามกฎหมายรัฐธรรมนูญ และกฎหมายอื่นที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันและการทำงาน รวมทั้งเคารพสิทธิของผู้อื่น

7. รู้จักคิด ไม่งมงาย และรู้จักประยุกต์ใช้เทคโนโลยีเพื่อการพึ่งตนเอง ตลอดจนเห็นคุณค่าของพลังงาน และการประหยัดพลังงานทุกประเภท

8. มีการดำเนินชีวิตที่เรียบง่าย เป็นผู้ผลิตที่รับผิดชอบต่อสังคม รู้จักสร้างงานและอาชีพอิสระที่มีระบอบการจัดการที่ดี

9. รับผิดชอบในการรักษาและพัฒนาทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
10. รู้จักปรับเปลี่ยนแนวคิดและพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง

จากนโยบายเยาวชนแห่งชาติและแผนพัฒนาเด็กและเยาวชน ดังที่กล่าวมานั้น จะเห็นได้ว่าทั้งสองส่วนได้เน้นให้เยาวชนได้มีการพัฒนาตนเองทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์ และรู้จักที่จะเกื้อกูลต่อบุคคลอื่น ต่อสังคม ต่อธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัว เป็นสำคัญ

อย่างไรก็ตามแม้ว่าประเทศไทยจะมีนโยบายเยาวชนแห่งชาติและแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนที่ได้กำหนดลักษณะที่พึงประสงค์ของเด็กและเยาวชนไว้ก็ตาม แต่ในสภาพความเป็นจริง การพัฒนาเยาวชนยังไม่สอดคล้องกับเป้าหมายของนโยบายและแผนที่วางไว้ เนื่องจากมีเด็กและเยาวชนเป็นจำนวนมากยังไม่ได้รับการบริการ และการคุ้มครองโดยเฉพาะกลุ่มเด็กและเยาวชนเป้าหมายพิเศษ ซึ่งถูกปล่อยปะละเลยและถูกละเมิดสิทธิในรูปแบบต่าง ๆ เช่น เด็กเร่ร่อน เด็กพิการ แรงงานเด็ก โสเภณีเด็ก (สถานการณ์การพัฒนาเด็กและเยาวชนและแนวโน้ม อ้างถึงใน http://greensociety.com) อีกทั้งเยาวชนมักเป็นกลุ่มที่มีการดำเนินชีวิตที่ทำลายสุขภาพของตน เช่น การสูบบุหรี่ การใช้ยาเสพติด การดื่มสุรา โดยเพื่อนมีบทบาทสูงในการชักชวนให้ทดลอง เยาวชนยังมีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายและพยายามฆ่าตัวตายเมื่อเกิด ความกดดันในชีวิตมากกว่าวัยอื่นและยังมีอุบัติการของภาวะอุปทานระบาด ซึ่งเป็นอาการที่สะท้อนความเครียดและวิตกกังวลโดยเฉพาะในเยาวชนหญิง (จันทร์เพ็ญ ชูประภาวรรณ และคนอื่น ๆ, 2541) การดำเนินชีวิตดังกล่าวแสดงถึงว่า เยาวชนเป็นกลุ่มประชากรที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาในหลาย ๆ เรื่อง เนื่องจากการขาดความเป็นตัวของตัวเอง การยังต้องพึ่งพาคนอื่น และสิ่งแวดล้อมรอบตัว (McWhirter, and others, 1993) นอกจากนี้ ในสภาพปัจจุบันที่มีการเร่งขยายกระแสบริโภคนิยมให้กับเยาวชนโดยผ่านธุรกิจบันเทิงและโฆษณา ทำให้เยาวชนเกิดความสับสนทางค่านิยม เกิดการใช้เวลาว่างไม่เหมาะสม ใช้ชีวิตแบบเลื่อนลอย ค่อนข้างไร้สาระ สนใจแต่เรื่องตนเอง ใช้จ่ายอย่างฟุ่มเฟือย หาความสนุกสนานโดยที่หาแก่นสารไม่ได้ (สมพงษ์ จิตรระดับ, 2537) ยิ่งในยุคปัจจุบันที่เป็นยุคเทคโนโลยีสารสนเทศที่ก่อให้เกิดความหลากหลายรูปแบบของข่าวสาร แต่เยาวชนก็มีปัญหาในการเลือกข้อมูลข่าวสาร เพื่อให้

หอสมุดกลาง สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม (สถานการณ์ การพัฒนาเด็กและเยาวชน และแนวโน้ม, อ้างถึงใน http://greensociety.com)

จะเห็นได้ภาวะในขณะนี้ เยาวชนไทยยังต้องพึ่งพาบุคคลอื่น และสิ่งแวดล้อมรอบตัวค่อนข้างมาก จึงทำให้ขาดความเป็นตัวของตัวเอง ขาดความรับผิดชอบต่อชีวิต ตนเองมีความเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตน ของกลุ่มตนมากกว่าส่วนรวม

จากคุณลักษณะที่พึงประสงค์ที่ได้กำหนดไว้ในนโยบายเยาวชนแห่งชาติและแผนพัฒนาเด็กและเยาวชน จะพบว่ามีความสอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับอุปนิสัยของผู้มีประสิทธิผลสูง 7 ประการของสตีเฟ่น อาร์ โควี่ (Stephen R. Covey, 1990) ซึ่งเป็นแนวคิดที่ถ้านำมาพัฒนาให้เยาวชนไทยเกิดลักษณะนิสัยเหล่านี้ น่าจะช่วยทำให้เยาวชนได้มีการพึ่งพาตนเอง พัฒนาตนเองได้ และสามารถที่จะเข้าใจผู้อื่นและเกื้อกูลคนอื่นได้ (Covey, 1998) ซึ่งน่าจะส่งผลต่อการลดความเสี่ยงของปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดกับเยาวชนที่ได้กล่าวมาข้างต้นแล้ว

แนวคิดอุปนิสัย 7 ประการพัฒนาสู่ผู้มีประสิทธิผลสูง (Seven Habits of Highly Effective People) เกิดจากการพัฒนาโดย สตีเฟน อาร์ โควี่ (Stephen R. Covey) ที่มีความเห็นว่า คนที่จะพบความสำเร็จที่แท้จริงและมีความสุขแบบถาวรได้นั้น จะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อสามารถนำหลักการเกี่ยวกับคุณลักษณะต่าง ๆ ซึ่งเป็นปัจจัยพื้นฐานของความสำเร็จในชีวิต เช่น ความพากเพียร ความซื่อสัตย์ การมีชีวิตอยู่อย่างเรียบง่าย ฯลฯ มาปฏิบัติให้กลายเป็นอุปนิสัยพื้นฐานของตนเอง (Covey, 1990)

โควี่ (Covey, อ้างแล้ว) เห็นว่า การพัฒนาตนเองนั้น เป็นการทำตามหลักการโดยมีพื้นฐานอยู่บนการแก้อุปนิสัยจากภายในสู่ภายนอก" โดยต้องเริ่มต้นที่ตนเองก่อนตั้งแต่เบื้องต้น เริ่มต้นด้วยสิ่งที่อยู่ในตัวตนของเรา ทั้งในเรื่องของกรอบความคิด ลักษณะอุปนิสัยและแรงจูงใจ เพื่อให้เกิดประสิทธิผลทั้งในแง่บุคคลแต่ละคน นำไปสู่รูปแบบของการเป็นคนที่มีความรับผิดชอบ และพึ่งพาอาศัยกันได้อย่างมีประสิทธิผล

อุปนิสัย 7 ประการพัฒนาสู่ผู้มีประสิทธิผลสูงที่พัฒนาขึ้นโดย สตีเฟ่น อาร์ โควี่ (Stephen R. Covey) นั้น ประกอบด้วยอุปนิสัยต่าง ๆ ดังนี้ (Covey, 1990, and Covey, 1998)

อุปนิสัยที่ 1: การมีความเป็นผู้นำตนเอง (Be Proactive)

บุคคลที่มีอุปนิสัยแบบนี้ มีความเชื่อว่าตนเองสามารถกำหนดชะตาชีวิตของตนเองให้มีความสำเร็จได้ รู้จักควบคุมตนเอง มีเหตุผล ยึดมั่นในหลักธรรมจริยาทั้งในความคิดและการกระทำ มีความเห็นคุณค่าในตนเอง มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดี กระทำตนให้เป็นส่วนหนึ่งของการแก้ปัญหามิใช่ก่อปัญหา

อุปนิสัยที่ 2 : การรู้จักเริ่มต้นด้วยเป้าหมายในใจ (Begin with the End in Mind)

บุคคลที่มีอุปนิสัยนี้มีความสามารถในการอธิบายและกำหนดภารกิจและเป้าหมายของตน ได้ตามบทบาทที่ตนมีอยู่ และมีพฤติกรรมที่ถูกทำนองคลองธรรมเหมาะสมกับกาลเทศะ

อุปนิสัยที่ 3 : การรู้จักวางแผน (Put First Things First)

บุคคลที่มีอุปนิสัยนี้รู้จักจัดลำดับสิ่งที่ทำในแต่ละวัน พร้อมทั้งระยะเวลาที่ใช้

อุปนิสัยที่ 4 : การคิดแบบชนะ ชนะ (Think Win-Win)

บุคคลที่มีอุปนิสัยนี้มักมีใจเมตตา มีน้ำใจ ใจกว้าง มีความคิดและการกระทำในหนทาง ที่จะเกิดประโยชน์ร่วมกัน

อุปนิสัยที่ 5 : การเข้าใจคนอื่นก่อนที่จะทำให้คนอื่นเข้าใจเรา (Seek First to Understand, then to be Understood)

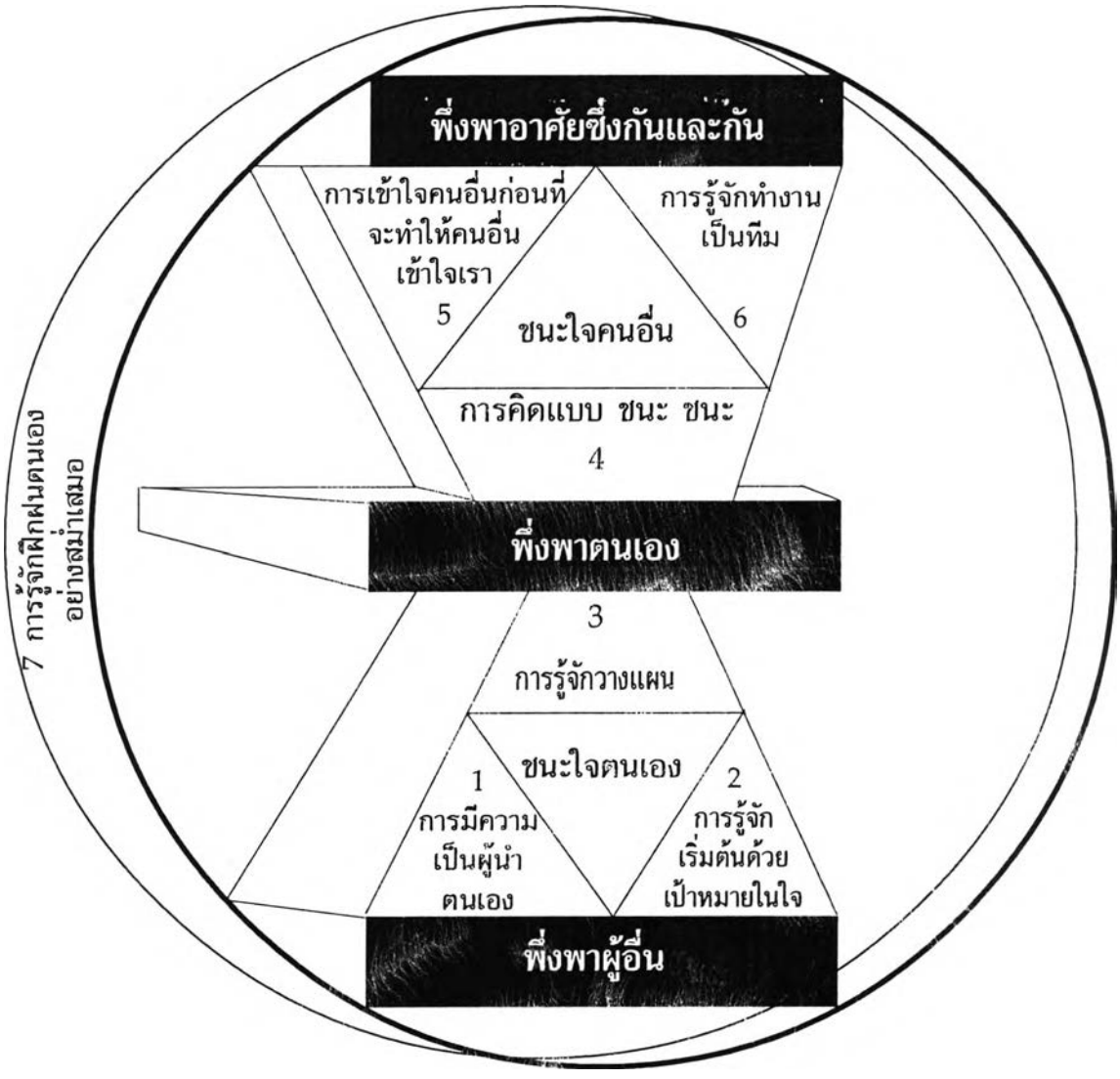
เป็นการพยายามที่จะเข้าใจผู้อื่น แสดงถึงการให้เกียรติผู้อื่น รู้จักรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น รู้จักเสียสละและเห็นอกเห็นใจผู้อื่น มีความพยายามที่จะทำความเข้าใจให้ถ่องแท้ในคำพูด กิริยา ท่าทาง ความคิด ความรู้สึก ความต้องการ อารมณ์ของผู้อื่น แล้วจึงค่อยหาวิธีทำให้อีกฝ่ายเข้าใจตนเอง

อุปนิสัยที่ 6 : การรู้จักทำงานเป็นทีม (Synergize)

เป็นลักษณะนิสัยที่แสดงถึงความมีมนุษยสัมพันธ์ รู้จักดึงเอาพลังสร้างสรรค์หรือจุดแข็งของอีกฝ่ายหนึ่งมาผสมผสานกับจุดแข็งของตน เพื่อเพิ่มพูนประโยชน์ต่อทุกคน แสดงถึงการทำงาน ร่วมกับผู้อื่นเป็น

อุปนิสัยที่ 7 : การรู้จักฝึกฝนตนเองอย่างสม่ำเสมอ (Sharpen the Saw)

เป็นอุปนิสัยที่มักจะหมั่นฝึกฝนตนเองอย่างสม่ำเสมอ ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ จิตวิญญาณ (Spiritual dimension) วิชาชีพและวิชาการ ความรู้ต่าง ๆ



ภาพที่ 1 กรอบความคิดของอุปนิสัยทั้ง 7 ประการของโควี่ (Covey, 1990)

อุปนิสัยที่ 1, 2 และ 3 เกี่ยวข้องกับการเอาชนะตนเอง เปลี่ยนตนเองจากคนที่ต้องพึ่งพาคนอื่นไปเป็นคนที่สามารถพึ่งพาตนเองได้ จะทำให้เกิดความมั่นใจในตนเอง รู้จักธรรมชาติของตนเอง รู้จักคุณค่าในตนเอง และความเป็นเอกลักษณ์ที่ไม่เหมือนใคร เมื่อรู้สึกว่าชีวิตเป็นสิ่งที่มีค่าจะทำให้สามารถควบคุมตนเองได้อย่างมั่นใจ สามารถกำหนดชีวิตตนเองจากความรู้สึกข้างในมากกว่าที่จะกำหนดโดยความคิดเห็นของคนอื่น ๆ รอบตัว เป็นการ "ชนะใจตนเอง" ที่เป็นแก่นแท้ของการปรับเปลี่ยนสู่อุปนิสัยที่ดี ต่อมาเมื่อเปิดใจให้กับอุปนิสัยที่ 4, 5 และ 6 ซึ่งเป็นอุปนิสัยที่ทำให้สามารถเอาชนะใจคนทั่วไป จะเกิดการค้นพบและปลดปล่อยทั้งความต้องการและทรัพยากรเพื่อรักษาและก่อกำเนิดมิตรภาพที่มั่นคงและสร้างสรรค์ ส่วนอุปนิสัยที่ 7 เป็นอุปนิสัยที่ต้องหมั่นทบทวนอย่างสม่ำเสมอ ทำให้ทั้งสี่มิติของชีวิต คือ ร่างกาย สติปัญญา จิตวิญญาณ สังคมและอารมณ์ เป็นไปอย่างสมดุลย์ เป็นการส่งเสริม

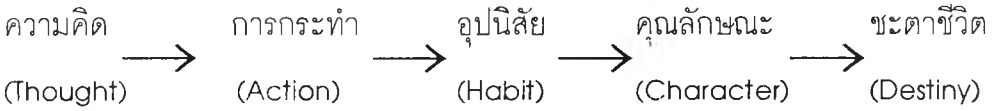
และเพิ่มกำลังให้กับอุปนิสัยทั้งหมด เป็นอุปนิสัยของคนที่ต้องการพัฒนาตนเองอย่างสม่ำเสมอ ทำให้เป็นคนที่พึ่งพาตนเองได้อย่างแท้จริง และพร้อมที่จะช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่น

อริสโตเติล (อ้างถึงใน Covey, 1990 และเกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2544) กล่าวไว้ว่า

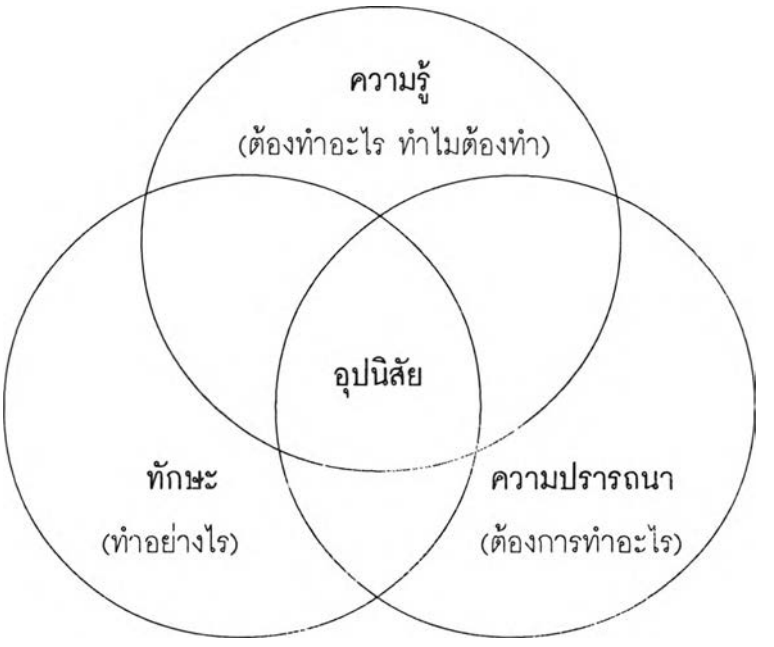
> "เราคือผลผลิตจากการที่ได้ประพฤติซ้ำกันหลาย ๆ ครั้ง หลังจากนั้นมันก็จะไม่ใช่ความประพฤติอีกต่อไป แต่กลับกลายเป็นอุปนิสัย"

ซึ่งตรงกับที่ โควี่ (Covey, อ้างแล้ว) กล่าวว่า พฤติกรรมของเราประกอบไปด้วยอุปนิสัย ต่าง ๆ ในตัวเรา ความคิดจะส่งผลให้เกิดการปฏิบัติและเมื่อปฏิบัติเป็นประจำก็จะกลายเป็นอุปนิสัย เมื่อมีอุปนิสัยก็จะกลายเป็นคุณลักษณะและในที่สุดจะกลายเป็นวิถีชีวิต

ข้อความของอริสโตเติล และโควี่นั้นสอดคล้องกับที่ สักการ (Sarkar, quoted in Muni, 1990) ผู้ก่อกำเนิดแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส (Neo-humanist) ที่กล่าวถึง ความคิดและการกระทำเป็นตัวกำหนดอุปนิสัย คุณลักษณะ และชะตาชีวิตของคนเรา ดังแผนภาพ ดังนี้



ดังนั้น โควี่ (Covey, อ้างแล้ว) จึงมีความเห็นว่า "อุปนิสัย" เป็นการผสมผสานกันระหว่าง ความรู้ ทักษะ และความปรารถนาเข้าด้วยกัน โดยความรู้นั้นเป็นสิ่งที่บ่งบอกว่าจะต้องทำอะไรและทำไม ทักษะบ่งบอกถึงว่าจะต้องทำอย่างไร ส่วนความปรารถนาเป็นแรงกระตุ้น หรือแรงจูงใจที่บ่งบอกว่าต้องการทำอะไร แสดงให้เห็นว่า "อุปนิสัย" จะเกิดได้นั้นบุคคลนั้นจะต้องมีความรู้เกี่ยวกับอุปนิสัยนั้น ๆ รู้เหตุผลว่า พัฒนาอุปนิสัยไปเพื่ออะไร ในการพัฒนาให้เกิดอุปนิสัยที่พิจารณาแล้วว่าดี มีการกระทำที่ก่อให้เกิดอุปนิสัยนั้น ๆ อยู่เสมอ รวมทั้งมีแรงจูงใจที่จะพัฒนาตนให้มีอุปนิสัยนั้น ๆ เพราะเห็นคุณค่าในการพัฒนาอุปนิสัยนั้น ๆ

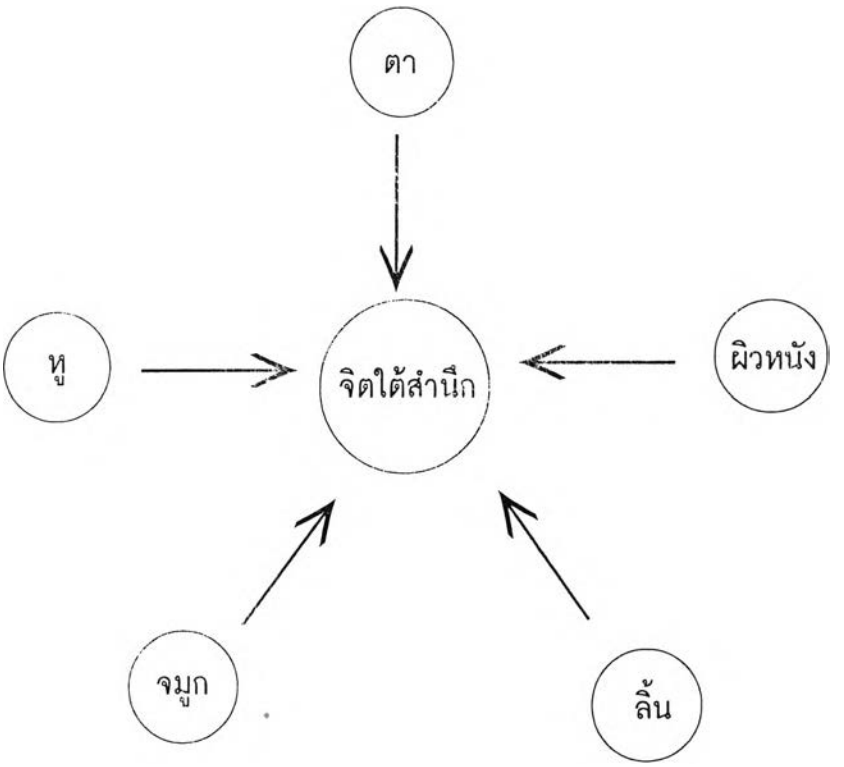


ภาพที่ 2 อุปนิสัยที่มีประสิทธิผล

หลักการภายในและแบบแผนของพฤติกรรมต่าง ๆ

ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ได้กล่าวถึงการพัฒนาอุปนิสัยนั้นจะต้องมีการพัฒนาความคิดต่อตนเองหรือการมีภาพพจน์ต่อตนเองทางบวกในทางบวก โดยความคิดของคนเรานั้นมีพลังมหาศาลที่สามารถส่งผลให้ชีวิตของคนเราหันเหให้เกิดการกระทำซึ่งเมื่อทำเสมอ ๆ บ่อย ๆ จนเคยชิน จะค่อย ๆ กลายเป็นนิสัยประจำตัวไปในที่สุด นอกจากการมีภาพพจน์ต่อตนเองทางบวกและมีการลงมือทำอย่างสม่ำเสมอแล้ว การพัฒนาให้มีอุปนิสัยที่ดีนั้น จะต้องใช้การจูงใจไม่ใช่การบังคับ โดยผู้พัฒนาอุปนิสัยนั้นควรได้รับการอธิบายอย่างชัดเจนว่า อะไรที่เขาต้องทำและเมื่อทำแล้วจะเกิดผลดีอย่างไร (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2544) การพัฒนาความคิดหรือความรู้สึกต่อตนเองในทางบวก หรือการมีภาพพจน์ที่ดีต่อตนเองตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสเห็นว่า เป็นการพัฒนาตนเองในระดับจิตใต้สำนึก มีหน้าที่ที่สำคัญคือ การบันทึกและสะสมข้อมูลต่าง ๆ ที่ประสบมาในชีวิตโดยผ่านทางประสาทสัมผัส (ตา หู จมูก ลิ้น และผิวหนัง) โดยเฉพาะการได้ยินคำพูด และการได้เห็นสิ่งต่าง ๆ แต่จิตใต้สำนึกไม่สามารถแยกแยะข้อมูลที่บันทึกนั้นว่าถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดี (Sarkar, 1984 และ เมอร์ฟี, 2536) ดังนั้นถ้าบุคคลได้ยินและได้เห็นสิ่งที่ดีอย่างสม่ำเสมอ จิตใต้สำนึกก็จะบันทึกสิ่งที่ดีนั้นไว้ แล้วผลักดันให้แสดงออกมาเป็นพฤติกรรม

ที่ดี ที่เกี่ยวเนื่องกับข้อมูลที่จิตใต้สำนึกบันทึกไว้ ซึ่งจะก่อให้เกิดผลดีต่อบุคคลนั้นและคนรอบข้างในทางตรงข้าม ถ้าบุคคลได้ยินและได้เห็นในสิ่งที่ไม่ดีบ่อย ๆ จิตใต้สำนึกก็จะบันทึกสิ่งที่ไม่ดี นั้นไว้เช่นกัน และจะผลักดันให้แสดงพฤติกรรมที่ไม่ดีออกมา ซึ่งจะมีผลเสียต่อตนเองและผู้อื่น (วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา, 2538) ระบบ การทำงานของจิตใต้สำนึกนี้เองที่มีผลทำให้บุคคลเกิดความคิดความรู้สึกต่อตนเองในทางบวก หรือการมีภาพพจน์ต่อตนเองทางบวก



ภาพที่ 3 กระบวนการทำงานของจิตใต้สำนึก

การมีภาพพจน์ต่อตนเองที่เป็นบวกนั้น มีความสำคัญยิ่งต่อการดำเนินชีวิตของบุคคล ถ้าบุคคลใดมีสิ่งนี้ การดำเนินชีวิตน่าจะมีความสุขและพบความสำเร็จในการพัฒนาตนเองไปในทิศทางที่ต้องการได้

วิกกินส์และกิลส์ (Wiggins, and Giles, 1984) มีความเห็นว่า ภาพพจน์ของตนเองนั้นสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงได้ และจะเป็นส่วนสำคัญที่จะช่วยส่งเสริมให้บุคคลอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มีความเชื่อมั่นว่าจะดำเนินชีวิตได้อย่างมีคุณค่า

ดังเช่นที่บรูโน (Bruno, 1983) เสนอวิธีการในการพัฒนาภาพพจน์ของตนเองในทางบวกโดยการเสนอแนะหรือให้ข้อคิดโดยตรง (Direct suggestion) อาจจะเป็นการให้ข้อคิดหรือข้อเสนอแนะโดยผู้อื่น (Outer-suggestion) หรือโดยตนเอง (Auto-suggestion) เป็นการให้ข้อมูลที่มีผลกระทบให้เกิดกำลังใจและเสริมสร้างการมองโลกและชีวิตในแง่บวก

แนวคิดนีโอฮิวแมนนิส มีความเห็นว่า การเปลี่ยนแปลงนิสัย ทัศนคติ รวมทั้งวิธีการดำเนินชีวิตจะเป็นไปได้ง่ายขึ้น ถ้าการเปลี่ยนแปลงนั้นเริ่มต้นที่ภาพพจน์ของตนเอง ให้มีการมองโลกและชีวิตในแง่บวก (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2540)

ภาพพจน์ของตนเอง (Self image) เป็นความรู้สึกที่เรามีต่อตนเอง เป็นความเชื่อฝังใจที่หยั่งลึกลงไปในจิตใต้สำนึกของคนเราที่ทำให้เชื่อว่าตนเองนั้นเป็นคนอย่างไร ทุก ๆ อารมณ์ ความรู้สึก การกระทำ พฤติกรรม ทัศนคติ รวมทั้งความสามารถด้านต่าง ๆ ของคนเรานั้น มีความสัมพันธ์โดยตรงกันกับภาพพจน์ของคนเราเอง (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2540) แสดงว่า คนเรานั้นจะมีการกระทำหรือการแสดงออกที่สอดคล้องกับภาพพจน์ของเราเอง ภาพพจน์ของตัวเราจึงเปรียบเสมือนเป็นจุดเริ่มต้นของความสำเร็จ ความล้มเหลว หรือชะตาชีวิตของคนเรา

ในการเปลี่ยนภาพพจน์ของตนเองให้มองโลกและชีวิตในแง่บวกนั้น ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส จะใช้วิธีการผสมผสานทั้งการฝึกพลังสติเพื่อให้เกิดสมาธิ การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดภวังค์แห่งการรับรู้โดยใช้การฝึกอาสนะและเพลงบรรเลงและจินตนาการ การฝึกจินตนาการเพื่อให้เห็น ภาพที่ดีของตนเอง การฝึกการใช้คำพูดด้านบวกเพื่อให้เกิดความรู้สึกที่ดีกับตนเอง (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, อ้างแล้ว)

พลังสติหรือพลังสมาธิ (Power of Concentration) หมายถึง สภาวะที่จิตใจของคนเราเป็นหนึ่งเดียวในการจดจ่อกับสิ่งที่ต้องทำในอยู่ในปัจจุบัน ซึ่งจะทำให้ประสิทธิภาพในการทำ ภารกิจ ใด ๆ ในชีวิตเป็นไปได้สูงสุด ความจริงแล้วเราทุกคนก็มีสติด้วยกันทุกคนจะต่างกันก็คือ การได้รับการฝึกมามากน้อยต่างกัน บางคนได้รับการฝึกฝนมาน้อยก็จะเป็นคนที่ไม่ค่อยมีสติ คนที่มีสติสูงจะสามารถควบคุมทุกอิริยาบถของชีวิตได้อย่างเหมาะสม สติจึงเปรียบเสมือนเป็นหางเสือของชีวิตที่คอยควบคุมชีวิตของคนเราให้เดินไปตามทิศทางที่มุ่งหมายได้อย่างรวดเร็ว แน่นอน มั่นคง การฝึกสติ จึงเป็น

ความจำเป็นพื้นฐานในการพัฒนาของทุกเรื่องในชีวิตของคนเรา (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, อ้างแล้ว)

ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ได้เสนอการฝึกสติที่ได้ผลรวดเร็วก็คือ การฝึกท่าเต้นรำเกาชิกิ (Kaoshikii) ซึ่งประดิษฐ์ขึ้นโดย สักการ (Sarkar) ผู้ก่อตั้งแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส การเต้นเกาชิกิจะประกอบด้วย 18 จังหวะ ไปทางขวา 5 จังหวะ ไปทางซ้าย 5 จังหวะ ไปข้างหน้า 3 จังหวะ และไปข้างหลัง 5 จังหวะ ขณะที่เต้นรำผู้เต้นจะต้องมีสติอย่างสูงเพราะจะต้องควบคุมการเคลื่อนไหว ที่สัมพันธ์กันของมือและเท้า (Anandamitra, 1991) (รายละเอียดในภาคผนวก)

การผ่อนคลายเพื่อให้เกิดภวังค์แห่งการรับรู้ (Trance) มีความเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงภาพพจน์ตนเอง ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส กล่าวคือ การเปลี่ยนแปลงความรู้สึกต่อตนเองในจิตใต้สำนึกจะต้องพิจารณาถึงช่วงเวลาที่เหมาะสม ซึ่งตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส เห็นว่า ช่วงเวลาที่เหมาะสมคือช่วงเวลาที่ร่างกายและจิตใจมีความผ่อนคลาย (วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา, 2538) สภาวะที่ผ่อนคลายของร่างกายและจิตใจนั้นตามหลักทางวิทยาศาสตร์ พิจารณาได้จากภาพของคลื่นสมอง โดยวัดจากเครื่องมือที่เรียกว่า EEG (Electroencephalogram) (โยธิน ศันสนยุทธ และคนอื่น ๆ, 2533) ในสภาวะที่ร่างกายและจิตใจของคนเราสงบ ผ่อนคลาย สมองจะส่งคลื่นชนิดหนึ่งออกมา เรียกว่า คลื่นอัลฟา (Alpha Wave) จะมีความถี่ประมาณ 8-13 รอบต่อวินาที เป็น คลื่นที่มีจังหวะช้า ในสภาวะที่คนเราส่งคลื่นชนิดนี้ออกมาจะมีจิตใจเยือกเย็น แต่มีความตื่นตัวพร้อม ที่จะทำกิจกรรมใด ๆ ของชีวิตอย่างมีประสิทธิภาพ (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2540, และ James, 1987) ในสภาวะคลื่นสมองต่ำเช่นนี้เอง เป็นสภาวะที่สมบูรณ์แบบที่สุดที่จิตใต้สำนึกของคนเราจะมี สภาพคล้ายเป็นฟองน้ำที่สามารถซึมซับหรือรับข้อมูลใหม่ ๆ เข้ามาได้อย่างรวดเร็ว การเปลี่ยนแปลงภาพพจน์ของตนเองจึงเป็นไปได้อย่างง่ายดายและรวดเร็วที่สุด ในสภาวะที่สมองของคนเราส่งคลื่นอัลฟาออกมา และเราเรียกสภาวะที่สมองส่งคลื่นสมองต่ำ ๆ ออกมานี้ว่า ภวังค์แห่งการรับรู้ (Trance) (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, อ้างแล้ว)

การทำให้ร่างกายและจิตใจมีความผ่อนคลายตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสจะประกอบไปด้วยการฝึกอาสนะ การจูงจิตใจไปสู่สภาวะอัลฟาด้วยเสียงเพลงและจินตนาการ

โดยการฝึกอาสนะ ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสนั้น เป็นการบริหารร่างกายแบบหนึ่ง ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของโยคะศาสตร์ ต้องกระทำให้สัมพันธ์กับการหายใจ มีการเคลื่อนไหวอย่างอ่อนโยนผสมกับการสูดลมหายใจลึก ๆ และสลับด้วยการหยุดนิ่งของร่างกายช่วงเวลาหนึ่ง ทำให้ระบบกล้ามเนื้อ ระบบประสาทผ่อนคลายยิ่งขึ้น ทำให้คลื่นสมองของคนเราค่อย ๆ ปรับความถี่ช้าลง ๆ ราบเรียบมากขึ้นเป็นคลื่นอัลฟา (Anandamitra, 1991) ซึ่งสอดคล้องกับที่เพชรสุภร (2520) กล่าวถึงผลลัพธ์ของการฝึกอาสนะ กล่าวคือ จะทำให้ผ่อนคลายความตึงเครียดทั้งกายและใจ ทำให้เกิดความสงบภายใน มีสมาธิในการปฏิบัติงานต่าง ๆ

หลังจากการทำอาสนะแล้ว เราจะทำให้ร่างกายและจิตใจมีความผ่อนคลายมากยิ่งขึ้นอีก โดยการจูงจิตใจไปสู่สภาวะอัลฟาด้วยเสียงเพลงและจินตนาการ การเปิดเพลงบรรเลงเบา ๆ ช้า ๆ เป็นเพลงที่มีลักษณะเฉพาะที่เมื่อฟังแล้วทำให้รู้สึกสงบและสบายใจ เช่น เพลงของคิทาโร่ ราชาลิส เสียงเพลงจะทำให้ร่างกายและจิตใจมีความผ่อนคลาย ส่วนการจินตนาการเป็นการไม่ให้สิ่งเร้าต่าง ๆ มารบกวน ขณะผ่อนคลาย เป็นการจินตนาการว่า เรากำลังอยู่ในที่ที่สงบเงียบ ห่างไกลจากความอึกทึก วุ่นวายต่าง ๆ จินตนาการจะทำให้เราสามารถจูงจิตใจไปสู่สภาวะผ่อนคลายได้เร็วขึ้น (วีระเทพ ปทุมเจริญวัฒนา, 2538)

ดังที่ได้กล่าวมาแล้วว่า การเปลี่ยนแปลงภาพพจน์ของตนเองนั้น ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส จะต้องกระทำในขณะที่ร่างกายและจิตใจมีความผ่อนคลาย โดยหลังจากที่จูงจิตใจไปสู่สภาวะอัลฟาด้วยเสียงเพลงและจินตนาการแล้ว จะทำการบันทึกความรู้สึกที่ดีต่อตนเองเข้าสู่จิตใต้สำนึก โดยการฝึกการใช้คำพูดด้านบวกเพื่อให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง และการฝึกจินตนาการเพื่อ ให้เห็นภาพที่ดีของตนเอง

การใช้คำพูดด้านบวกเพื่อให้เกิดความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและการจินตนาการเพื่อให้เห็นภาพที่ดีของตนเองเป็นการเปลี่ยนแปลงภาพพจน์ของตนเอง (Self image) โดยใช้คำพูดด้านบวก โดยที่ผู้ที่ต้องการเปลี่ยนแปลงจะนึกถึงตนเองในสิ่งที่ดี ๆ เช่น "ฉันเป็นคนดีที่มีความสามารถ" "ฉันเป็นคนที่เชื่อมั่นในตนเอง" "ฉันเป็นคนที่มีเสน่ห์และน่ารัก" ช่วงระยะเวลาหนึ่ง นอกจากนี้การใช้จินตนาการเห็นภาพสิ่งที่เราปรารถนาให้เกิดขึ้นในชีวิตให้ชัดเจนจะช่วยทำให้ภาพพจน์ของเรา ค่อย ๆ เปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่ต้องการ แนวคิดเหล่านี้สอดคล้องกับที่สักการ (Sarkar อ้างถึงใน เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2534)

กล่าวถึง อานุภาพของความคิดของมนุษย์ไว้ว่า "เราคิดอย่างไร เราก็จะรู้สึกเช่นนั้นหรือกลายเป็นเช่นนั้น (As you think, so you become.)" ซึ่งในปัจจุบัน แนวคิดนี้เป็นที่ยอมรับว่า จิตสำนึกของคนเราสามารถจะเปลี่ยนสภาพกลายเป็นสิ่งที่เราคิดถึงใฝ่ฝันถึง หรือให้ความสนใจอย่างแรงกล้าต่อเนื่องกันเป็นเวลานาน ๆ ได้ ดังนั้น การใช้จินตนาการ (Visualization) และการย้ำคิดถึง (Affirmation) จะค่อย ๆ เปลี่ยนแปลงจิตใจของคนเราไปสู่สิ่งที่ใฝ่ถึงอยู่ เสมอได้ ทำให้มองชีวิตของตนเอง ผู้อื่น กิจกรรมต่าง ๆ และโลกในแง่ที่ดีมีคุณค่ามากยิ่งขึ้น (Anandamitra, 1991 และ เกียรติวรรณ อมาตยกุล, อ้างแล้ว)

อย่างไรก็ตาม ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสการพัฒนาอุปนิสัยให้เกิดขึ้นนั้น นอกจากบุคคลนั้นจะต้องมีการปฏิบัติให้ตนเองผ่อนคลายแข่พัฒนาตนให้ภาพพจน์ที่ดีต่อตนเองแล้ว บุคคลควรที่จะมีการกระทำพฤติกรรมที่จะนำไปสู่อุปนิสัยนั้น ๆ อย่างสม่ำเสมอ แสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมที่จะนำสู่นิสัยนั้น จะต้องมีการฝึกฝน (Drill) อย่างสม่ำเสมอ ดังที่โควี่ (Covey, 1990) กล่าวไว้ว่า พฤติกรรมที่มีการกระทำบ่อย ๆ จะกลายเป็นอุปนิสัย ดังนั้นในการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาอุปนิสัยจะต้องเน้นกิจกรรมที่ต้องมีการลงมือทำ และมีฝึกฝนอยู่เสมอ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส ที่มีความเห็นว่า การพัฒนาตนเองนั้น 95 เปอร์เซ็นต์ เน้นที่การปฏิบัติ อีก 5 เปอร์เซ็นต์เป็นทฤษฎีหรือแนวคิด (Sarkar, quoted in Prasiidananda, n.d.)

การจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาอุปนิสัยที่เน้นกิจกรรมที่มีการลงมือทำนั้น สอดคล้องกับแนวคิด การเรียนรู้จากประสบการณ์ (Experiential Learning) โดยบุคคลเข้าไปมีส่วนร่วมในประสบการณ์การเรียนรู้ที่จัดขึ้นเรียนรู้จากการปฏิบัติ (Action Learning) มีการฝึกหัดปฏิบัติจริงจนกระทั่งสามารถที่จะปฏิบัติซ้ำในสิ่งที่คาดหวังให้เรียนรู้ได้ และเกิดความชำนาญ (Kolb, 1984 และ อังศินันท์ อินทรกำแหง, 2543) ซึ่ง แม็คคาร์ธี่ (Mc Carthy, 1997) ได้อธิบายถึงการเรียนรู้แบบนี้ เป็นการเรียนรู้ที่เกิดจากการรับรู้ด้วยการลงมือกระทำจนเป็นประสบการณ์รูปธรรม โดยจะวิเคราะห์ถึงความสำคัญ และความเกี่ยวโยงกับสถานการณ์ในชีวิตจริง

ในการพัฒนาอุปนิสัย นอกจากจะต้องส่งเสริมให้บุคคลนั้นมีความผ่อนคลายและภาพพจน์ที่ดีกับตนเอง และมีการจัดกิจกรรมที่เน้นการลงมือทำ หรือเรียนรู้จากการ

ปฏิบัติการจูงใจให้เข้าร่วมกิจกรรมนั้นก็เป็นปัจจัยสำคัญอีกประการหนึ่ง ที่จะนำมาให้บุคคลมีการพัฒนาอุปนิสัยไปในทิศทางที่คาดหวัง

โดยธรรมชาตินั้น คนเราทุกคนต้องการที่จะได้รับการยอมรับ ได้รับการยกย่อง ได้รับการชมเชย ได้รับความสำเร็จ ได้รับความสนุกสนาน และได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส การจัดกิจกรรมให้ผู้ร่วมกิจกรรมเรียนรู้ได้อย่างรวดเร็วและมีความสุข ผู้จัดกิจกรรมจะต้องรู้วิธีการให้ผู้ร่วมกิจกรรมอยากที่จะเรียนรู้ด้วยตนเอง ผู้จัดกิจกรรมจึงมีหน้าที่โดยตรงในการจัดกิจกรรมให้สนุกและท้าทายความสามารถของผู้ร่วมกิจกรรม โดยถูกกระตุ้นให้ใช้ความคิดให้มากขณะทำกิจกรรม ผู้จัดเป็นเพียงผู้นำทางเป็นผู้ชี้ประเด็นและมุมมองที่น่าคิดให้ ผู้ร่วมกิจกรรมทุกคนจะต้องได้รับการเอาใจใส่ ได้รับคำชมเชยและรอยยิ้ม การให้ความสำคัญและการให้กำลังใจจากผู้จัดกิจกรรม ถือว่าเป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ในการจัดกิจกรรม (เกียรติวรรณ อมาตยกุล, 2543)

โดยสรุปแล้ว จะเห็นได้ว่าในการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาอุปนิสัยที่ดีให้เกิดกับบุคคลนั้น ตามแนวคิดนีโอฮิวแมนนิสจะต้องส่งเสริมให้บุคคลมีความผ่อนคลายเพื่อพัฒนาให้เกิดภาพพจน์ที่ดีต่อตนเอง หรือมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น มีการจัดกิจกรรมที่เน้นการลงมือปฏิบัติ และมีการจูงใจผู้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างสม่ำเสมอ

อย่างไรก็ตาม ในการจัดกิจกรรม โดยเฉพาะกิจกรรมทางการศึกษานอกระบบโรงเรียน เพื่อพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลงอุปนิสัยตามแนวคิดของโควี่ (Covey) นั้น เป็นการพัฒนาตนเองและเป็นการพัฒนาความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นด้วย ดังนั้น การจัดกิจกรรมจึงต้องใช้กิจกรรมที่สามารถสร้างความเข้าใจตนเอง เข้าใจบุคคลอื่น และสร้างความสามารถในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น สร้างบรรยากาศที่ส่งเสริมการเรียนรู้ สามารถพัฒนามโนทัศน์เกี่ยวกับตนเอง และพัฒนาให้ผู้เรียนเห็นคุณค่าของตนเอง (คมเพชร ฉัตรศุภกุล, 2522 และพศิน แตงจวง, 2537)

ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการเรียนรู้ต่อไป โดยผ่านการปฏิบัติ ซึ่งในการพัฒนาอุปนิสัยให้เกิดขึ้นได้นั้น จะต้องผ่านการปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ (Sarkar, quoted in Muni, 1990) ดังนั้น ในการจัดกิจกรรมพัฒนาอุปนิสัยจะต้องมีเทคนิค หรือวิธีการที่เน้นให้มีการพัฒนาทักษะ (Skill) ความรู้ (Knowledge) และเปลี่ยนแปลงทัศนคติ (Attitude)

เพื่อให้ผู้ร่วมกิจกรรมเกิดความเข้าใจตนเองเข้าใจผู้อื่น และถ้ายิ่งมีความต้องการสร้างความสามารถในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยแล้ว กิจกรรมที่จัด ควรเป็นกิจกรรมกลุ่มโดยเทคนิคหรือกิจกรรมในการจัดกิจกรรมที่สามารถจัดแล้วส่งเสริมทั้ง 3 ประการได้ อาทิเช่น เกมส์ บทบาทสมมุติ สถานการณ์จำลอง การศึกษารายกรณี การสาธิต การฝึกฝน การฝึกปฏิบัติ ละคร กลุ่มร่วมรู้สึก เป็นต้น (Robinson, 1995)

อย่างไรก็ตามในการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างอุปนิสัย 7 ประการตามแนวคิดของโควี่นั้น ต้องมีการพัฒนาอย่างเป็นระบบ ซึ่งในการพัฒนานิสัยนั้นจะสังเกตเห็นได้จากการแสดงออกในด้านพฤติกรรมหรือการกระทำ ดังนั้น หลักการในการพัฒนารูปแบบที่ผู้วิจัยนำมาใช้เป็นหลักในการวิจัยครั้งนี้ คือ การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดของไทเลอร์

ไทเลอร์ (Tyler, 1986) ได้กำหนดหลักการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนไว้ 4 ขั้น ดังนี้คือ

1. การกำหนดวัตถุประสงค์ทางการศึกษา

โดยการกำหนดวัตถุประสงค์นี้พิจารณาได้จาก ความต้องการและความสนใจของผู้เรียน สภาพชีวิตในด้านต่าง ๆ ของผู้เรียน ไม่ว่าจะเป็นด้านสังคม การเมืองหรือเศรษฐกิจ และจากแนวคิด ทฤษฎี หลักการ หรือข้อเท็จจริงด้านเนื้อหา

2. การเลือกประสบการณ์การเรียนรู้

มีหลักในการเลือกดังนี้ คือ ประสบการณ์การเรียนรู้นั้น ทำให้ผู้เรียนมีโอกาสฝึกฝนและนำไปใช้จริงได้ ทำให้ผู้เรียนเกิดความพึงพอใจ ทำให้มีปฏิกิริยาโต้ตอบ ทำให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ได้ และประสบการณ์การเรียนรู้นั้นทำให้เกิดผลที่ต่อเนื่อง

3. การจัดประสบการณ์การเรียนรู้

โดยการจัดนั้นจะต้องมีความต่อเนื่อง เป็นขั้นตอน และสามารถบูรณาการได้ จัดทั้งในรูปแบบของการให้ข้อมูลความรู้ แนวคิด ค่านิยมและทักษะ

4. การประเมินผลการเรียนรู้

ไทเลอร์จะให้ความสำคัญของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยประเมินจากการกำหนดเป็นวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม นิยามสถานการณ์ที่ทำให้ผู้เรียนสามารถ

แสดงพฤติกรรมนั้น ๆ ได้ เลือกและออกแบบวิธีสำหรับการรวบรวมข้อมูล การกำหนดตัวอย่าง การรวบรวมข้อมูล การสรุปและการจัดการข้อมูลที่รวบรวมมา

จากที่กล่าวมาทั้งหลักการของนีโอฮิวแมนนิส และหลักการการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน โดยผ่านหลักการการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียนตามแนวคิดของไทเลอร์ (Ralph W. Tyler) จะพบว่า มีกระบวนการในการจัดกิจกรรมที่เน้นการพัฒนาให้ผู้ร่วมกิจกรรมเกิดภาพพจน์ของตนเองในทางบวก มีการเรียนรู้โดยการปฏิบัติและฝึกฝน ทั้งโดยส่วนบุคคลและร่วมกัน และมีการจูงใจให้ผู้ร่วมกิจกรรมเกิดความกระหายในการเรียนรู้

จากปัญหาที่เกิดกับเยาวชนในปัจจุบัน ผนวกกับการมีนโยบายและแผนในการพัฒนาเยาวชนให้เกิดลักษณะที่พึงประสงค์ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาและพัฒนาให้เยาวชนมีอุปนิสัย 7 ประการ ตามแนวคิดของ Stephen R. Covey (1990) ซึ่งเป็นแนวคิดที่จะช่วยให้เยาวชนมีความเข้าใจตนเองเข้าใจผู้อื่น และสามารถทำกิจกรรมเพื่อการพัฒนาตนเองและเกื้อกูลผู้อื่นได้ โดยผสมผสานหลักการของนีโอฮิวแมนนิสกับหลักการการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน ซึ่งเป็นแนวทางในการที่จะช่วยให้เยาวชนพัฒนาอุปนิสัยที่พึงประสงค์ และเป็นประชากรที่มีคุณค่าของสังคมต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างอุปนิสัย 7 ประการ ตามแนวคิดของ Stephen R. Covey โดยใช้หลักการของนีโอฮิวแมนนิส และการจัดกิจกรรม การศึกษานอกระบบโรงเรียน สำหรับเยาวชนตอนปลาย

สมมุติฐานของการวิจัย

จากหลักการของแนวคิดนีโอฮิวแมนนิส และการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน และแนวคิดเกี่ยวกับอุปนิสัยของผู้มีประสิทธิผลสูง 7 ประการของโควี่ (Stephen R. Covey) ผู้วิจัยจึงมีกรอบแนวคิดว่า การที่จะสร้างเสริมให้เยาวชนมีอุปนิสัยทั้ง 7 ประการนี้ จะต้องส่งเสริมให้เยาวชนมีความรู้ความเข้าใจในแต่ละอุปนิสัย มีความรู้สึกที่ดีต่อ

ตนเองในการพัฒนาตนเอง และเห็นคุณค่าในการพัฒนาตนให้มีอุปนิสัยนั้น ๆ ส่งเสริมให้มีการกระทำที่จะนำไปสู่อุปนิสัยอย่างสม่ำเสมอ และจูงใจให้เยาวชนเข้าร่วมกิจกรรมอยู่เสมอ ดังที่โควี่ (Covey, 1990) และสักการ (Sarkar, quoted in Muni, 1990) กล่าวถึงว่า พฤติกรรมของคนเรานั้น ประกอบไปด้วยอุปนิสัยต่าง ๆ ในตัวเรา ความคิดจะส่งผลให้เกิดการกระทำและเมื่อทำประจำก็จะกลายเป็นนิสัย โดยที่แนวคิดนีโอฮิวแมนนิสเป็นการพัฒนาตนเองโดยเริ่มต้นจากการเปลี่ยนแปลงที่ตนเองผสมผสานกิจกรรมที่มีการลงมือปฏิบัติ ทำให้มีความรู้ความเข้าใจในแต่ละอุปนิสัย เห็นคุณค่าในการพัฒนาตนให้มีอุปนิสัยนั้น ๆ ซึ่งกิจกรรมจะช่วยทำให้เยาวชนเข้าใจตนเอง รู้จักที่จะเข้าใจผู้อื่น และสามารถสร้างความสามารถในการทำงานร่วมกับ ผู้อื่นได้ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้ตั้งสมมุติฐานของการวิจัยครั้งนี้ว่า

เยาวชนที่ผ่านการร่วมโปรแกรมการเสริมสร้างอุปนิสัย 7 ประการ ตามแนวคิดของ Stephen R. Covey โดยใช้หลักการของนีโอฮิวแมนนิส และการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน จะมีอุปนิสัยทั้ง 7 ประการสูงกว่าเยาวชนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรม

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรที่ศึกษา คือ เยาวชนตอนปลาย
2. ตัวแปร ที่ศึกษาในครั้งนี้ ได้แก่

2.1 ตัวแปรอิสระ คือ การจัดโปรแกรมการเสริมสร้างอุปนิสัย 7 ประการ ตามแนวคิดของสตีเฟ่น อาร์ โควี่ สำหรับเยาวชนตอนปลายโดยใช้หลักการของนีโอฮิวแมนนิส และการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน

2.2 ตัวแปรตาม คือ ผลการจัดโปรแกรมการเสริมสร้างอุปนิสัย 7 ประการ ตามแนวคิดของสตีเฟ่น อาร์ โควี่ในด้านสาระประโยชน์ ด้านเทคนิควิธีการอบรม ด้านการนำไปใช้และด้านการประเมินทั่วไป และผลการใช้โปรแกรมการเสริมสร้างอุปนิสัย 7 ประการตามแนวคิดของสตีเฟ่น อาร์ โควี่ คือ อุปนิสัยทั้ง 7 ประการตามแนวคิดของสตีเฟ่น อาร์ โควี่

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

อุปนิสัย หมายถึง การประพฤติปฏิบัติซึ่งแสดงถึง คุณลักษณะของเยาวชนที่แสดงถึงการรู้จักตนเองและรู้จักผู้อื่น เพื่อทำให้สามารถพึ่งพาตนเองและพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันกับผู้อื่นได้ โดยที่สตีเฟ่น อาร์ โควี่ (Stephen R. Covey) ได้กำหนดอุปนิสัยของผู้มีประสิทธิผลสูงไว้ 7 อุปนิสัย คือ การมีความเป็นผู้นำตนเอง การรู้จักเริ่มต้นด้วยเป้าหมายในใจ การรู้จักวางแผน การคิดแบบชนะ ชนะ การเข้าใจคนอื่นก่อนที่จะทำให้คนอื่นเข้าใจเรา การรู้จักทำงานเป็นทีม การรู้จักฝึกฝนตนเองอย่างสม่ำเสมอ

หลักการนีโอฮิวแมนนิส หมายถึง หลักการที่มีเป้าหมายในการพัฒนาเยาวชนให้มีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง มีจิตใจที่มั่นคง ควบคุมความคิดและการกระทำของตนเองได้ทั้งด้านคุณธรรมและจริยธรรม มีระเบียบวินัย มีจินตนาการ มีความคิดสร้างสรรค์ มีความรักความเมตตาให้กับตนเอง ผู้อื่น และทุกสรรพสิ่ง มีความรู้ทางด้านวิชาชีพและวิชาการ โดยการพัฒนาตนเองนั้นจะต้องเริ่มจากการสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลาย การเสริมสร้างภาพพจน์ที่ดีต่อตนเอง การเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติและการฝึกฝน ทั้งในส่วนบุคคลและเป็นกลุ่ม และการจูงใจเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้ เพื่อนำไปสู่อุปนิสัย คุณลักษณะและวิถีชีวิตที่ดีต่อไป

การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างอุปนิสัยโดยใช้หลักการการจัดกิจกรรมการศึกษานอกระบบโรงเรียน หมายถึง กระบวนการในการสร้างรูปแบบของกิจกรรมทางการศึกษาเพื่อเสริมสร้างอุปนิสัยตามหลักการของไทเลอร์ (Ralph W. Tyler) ซึ่งประกอบด้วยการกำหนดวัตถุประสงค์ทางการศึกษา การเลือกประสบการณ์ การเรียนรู้ การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ และการประเมินผลการเรียนรู้ โดยการจัดประสบการณ์การเรียนรู้นั้น จะทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความรู้ความเข้าใจและเห็นคุณค่าของอุปนิสัยที่ต้องการพัฒนาและจัดกิจกรรมฝึกให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมปฏิบัติจริงอย่างต่อเนื่องจนเกิดเป็นอุปนิสัยของตน

รูปแบบการเสริมสร้างอุปนิสัย หมายถึง รูปแบบของกิจกรรมทางการศึกษาเพื่อเสริมสร้างอุปนิสัย 7 ประการตามแนวคิดของสตีเฟ่น อาร์ โควี่ ประกอบด้วย

หอสมุดกลาง สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

4 องค์ประกอบคือ หลักการ วัตถุประสงค์ กระบวนการของการเสริมสร้างอุปนิสัย 7 ประการตามแนวคิดของสตีเฟ่น อาร์ โควี่ และการประเมินผล

เยาวชนตอนปลาย หมายถึง บุคคลที่มีอายุระหว่าง 18-25 ปี

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. การวิจัยนี้จะทำให้เกิดการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างอุปนิสัย 7 ประการตามแนวคิดของสตีเฟ่น อาร์ โควี่ สำหรับเยาวชนตอนปลายที่เป็นระบบอย่างแท้จริงถูกต้องตามหลักวิชาการ ซึ่งส่งผลต่อประสิทธิภาพในการพัฒนาตนเองของเยาวชนตลอดจนส่งเสริมให้เยาวชนได้พัฒนาอุปนิสัยของตนเองอย่างต่อเนื่อง

2. การวิจัยนี้จะทำให้หน่วยงานต่าง ๆ ที่ทำโครงการที่เกี่ยวข้องกับเยาวชนเกิดความรู้ความเข้าใจในการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างอุปนิสัยที่พึงประสงค์สำหรับเยาวชนเพื่อใช้เป็นทางเลือกใหม่ในการพัฒนาเยาวชน

3. การวิจัยนี้ช่วยให้เกิดผลผลิตต่าง ๆ จากการวิจัยที่เป็นประโยชน์ คือ รูปแบบการเสริมสร้างอุปนิสัย 7 ประการตามแนวคิดของสตีเฟ่น อาร์ โควี่ ที่นักการศึกษานอกระบบโรงเรียน และผู้ที่ทำงานกับเยาวชนสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางการปฏิบัติงานได้จริง

4. การวิจัยนี้จะเป็นพื้นฐานสำคัญที่จะช่วยให้ผู้วิจัยท่านอื่นสามารถนำเอาแนวทางจากการวิจัยครั้งนี้ไปใช้เป็นประโยชน์ในการขยายผล เพื่อพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างอุปนิสัยที่พึงประสงค์ในกลุ่มเยาวชนที่ต่างลักษณะออกไป หรือกับกลุ่มเป้าหมายอื่น ๆ เป็นต้น