

บทที่ 6

การสอนจิตตปัญญาศึกษาในสามคณะในมหาวิทยาลัยมหิดล

ในบทนี้เป็นการนำเสนอผลการวิจัยที่ได้จากการเก็บข้อมูลของผู้วิจัยในส่วนของ การสอนจิตตปัญญาศึกษาในสามคณะในมหาวิทยาลัยมหิดล โดยใช้วิธีการสังเกตอย่างมีส่วนร่วม (Participant Observation) ตลอดภาคการศึกษา กรณีตัวอย่างทั้งสามกรณีนั้นได้แก่

วิชา	คณะ	อาจารย์ผู้สอน	ช่วงเวลาศึกษา
1). เทอร์โมไดนามิกส์ 1	วิศวกรรมศาสตร์	ผศ.ดร.จารุพรรณ กุลดิลก	1 ภาคเรียน
2). การจัดการทรัพยากร ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม	วิทยาศาสตร์	ดร.สรยุทธ รัตนพจนารถ	1 ภาคเรียน
3). ศาสนาเปรียบเทียบ	สังคมศาสตร์	ผศ.ดร.ปารีชาติ สุวรรณบุบผา	5 สัปดาห์

การเก็บข้อมูลอาศัยเครื่องมือดังนี้

1. การตั้งคำถามนักศึกษาในช่วงต้นเทอม (Pretest) เปรียบเทียบกับปลายเทอม (Post test)
2. การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม
3. การให้นักศึกษาเขียน journal เป็นประจำตลอดภาคการศึกษา
4. การประชุมกลุ่มผู้เรียนหลังปิดคอร์ส (Focus Group)
5. การสัมภาษณ์ผู้สอน (in-depth Interview)
6. การสัมภาษณ์ผู้เรียน (in-depth Interview)
7. การจัดประชุมกลุ่มผู้เชี่ยวชาญเพื่อขอคำแนะนำต่อผลการวิจัย

การนำเสนอข้อมูลในบทนี้จะแบ่งออกเป็น 3 ส่วน เพื่อแสดงให้เห็นว่าการสอนตามแนว จิตตปัญญาศึกษาในมหาวิทยาลัยมหิดลนั้นมีปรากฏอยู่และก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัว ผู้เรียนได้ การนำเสนอข้อมูลจึงแบ่งออกเป็นส่วนต่างๆ เพื่อให้เห็นบริบทของแต่ละกรณี ตัวอย่างและปัจจัยที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในผู้เรียน ดังนี้

ส่วนที่ 1 การวิเคราะห์กรณีตัวอย่าง 3 กรณี

ส่วนที่ 2 สรุปกิจกรรมที่ทั้งสามชั้นเรียนนำมาใช้ในการจัดการเรียนการสอน

ส่วนที่ 3 การวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียน

ส่วนที่ 1 : การวิเคราะห์กรณีตัวอย่าง 3 กรณี

1.1 กรณีตัวอย่างที่หนึ่ง : วิชาเทอร์โมไดนามิกส์

1.1.1 บริบท

ชั้นเรียนที่นำมาเป็นกรณีศึกษานั้นเปิดสอนในภาคการศึกษาที่ 1 ปีการศึกษา 2549 นักศึกษาที่เรียนในวิชานี้มีทั้งหมด 55 คน โดยทุกคนเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยมหิดล

วิชานี้เป็นวิชาบังคับตามหลักสูตร เนื้อหาวิชาเป็นเรื่องเฉพาะทางที่เกี่ยวกับสูตร ทฤษฎีทางวิทยาศาสตร์ และทักษะการคิดคำนวณต่างๆที่ยากแก่การทำความเข้าใจ อีกทั้งทาง คณะและภาควิชาได้กำหนดนโยบายให้การวัดและประเมินผลผู้เรียนจากทักษะทางวิชาการและ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นหลัก ประกอบกับเป็นชั้นเรียนใหญ่จึงทำให้การออกแบบการสอนไม่สามารถใช้กระบวนการได้หลากหลาย

1.1.2 เป้าหมายในการจัดการเรียนการสอน

ให้นักศึกษามีความสุขในการเรียน มีสติ มีศักยภาพในการเรียนรู้ที่จะส่งผลต่อชีวิต ด้านอื่นๆ ให้ชีวิตได้มีความสุขมากขึ้น พัฒนาและเติบโตได้อย่างมั่นใจ คิดถึงตัวเองน้อยลง อยากทำประโยชน์เพื่อผู้อื่นมากขึ้น

“การวัดว่าอาจารย์สอนได้ประสบความสำเร็จหรือเปล่า ดูจากการที่ พวกเราจบไปเป็นคนดี ช่วยคนที่ด้อยโอกาส ช่วยเหลือสังคม” (บันทึก สนาม, 27 กรกฎาคม 2549)

1.1.3 บรรยากาศในชั้นเรียน

ชั้นเรียนนี้เป็นชั้นเรียนค่อนข้างใหญ่ ด้วยมีนักศึกษาจำนวนถึง 55 คน การเรียน การสอนส่วนใหญ่จัดขึ้นในห้องเรียนของคณะที่มีการจัดห้องเรียนตามลักษณะของห้องเรียน โดยทั่วไป กล่าวคือนักศึกษานั่งเรียงกันเป็นแถว แบ่งเป็นสามแถวตามแนวลึก แต่ละแถวนั่ง ด้วยกันประมาณ 2 – 3 คน ทุกคนนั่งหันหน้าเข้าหากระดาน

ความสัมพันธ์ระหว่างอาจารย์และนักศึกษาค่อนข้างเป็นกันเอง อาจารย์มักเรียก นักศึกษาโดยใช้ชื่อเล่น และมักจะมีคำพูดกระซำเข้าหาหน้านักศึกษาอยู่เสมอ ในชั้นเรียนจะได้ยิน เสียงหัวเราะเป็นระยะๆ ในชั้นเรียนจะได้ยินคำพูดให้กำลังใจผู้เรียนอยู่เสมอไม่ว่าจะเป็นในการ เรียน การสอบ การตอบคำถาม นักศึกษาสามารถนำขนมมารับประทานในชั้นเรียนได้ บางครั้งก็ แบ่งขนมให้กับอาจารย์ การเรียนการสอนส่วนใหญ่ดำเนินไปอย่างสบายๆ

ผู้สอนได้ให้ความสำคัญกับการมีช่วงเวลาแห่งความสงบ ให้ผู้เรียนได้กลับมาอยู่กับตัวเองในช่วงนั่งสงบนิ่งระหว่างเรียน หรือหลังเรียน

1.1.4 ผู้สอน

ผู้สอนเป็นผู้ที่มีความรักความเมตตาต่อศิษย์ มีความมุ่งมั่นให้ศิษย์เป็นผู้ที่มีความรักเป็นคนดี สามารถช่วยเหลือสังคมได้ พยายามสอนโดยสอดแทรกคุณธรรม จริยธรรม มีความตั้งใจในการถ่ายทอดวิชาความรู้ให้แก่ศิษย์อย่างเต็มที่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการที่วิชานี้เป็นวิชาที่ยาก ทำให้ผู้สอนพยายามที่จะหาวิธีการอธิบายโดยการยกตัวอย่างเพื่อให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจได้ง่ายขึ้น และยังเป็นผู้ที่สนใจฝึกปฏิบัติ เจริญสติ ภาวนา การพัฒนามิติทางจิตวิญญาณของตนเอง และเห็นประโยชน์ในการนำมาถ่ายทอดแก่ศิษย์ให้สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาชีวิตได้ต่อไป

“ขอบอาจารย์ตรงที่อารมณ์ดี มีคติสอนใจ สอนให้รู้จักการดำเนินชีวิตด้วย” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 21 กันยายน 2549)

“หนูว่าวิชานี้สอนให้คิดอะไรดีๆ และเหมือนกับอาจารย์ให้สิ่งดีๆ มา เหมือนกับเป็นแนวคิดให้มองโลกในแง่ดี ให้เราทำสิ่งดีๆ กับตัวเองกับคนอื่น และเราก็จะได้รับกลับได้ ได้รับสิ่งดีๆ กลับมา อาจารย์ให้สิ่งดีๆ ถ้าใครซึ่มซั่มไปได้ ก็จะได้รับสิ่งดีๆ... หนูว่ามันก็เป็นวิชาที่สอนการใช้ชีวิต สอนแนวคิดให้เรารู้จักคิดอะไรให้กว้างขึ้น ให้เรามองอะไรที่ดีๆ ” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 21 กันยายน 2549)

“สิ่งที่ผมได้เห็นวิชา... ที่แตกต่างจากวิชาอื่นก็คือ เรื่องคุณธรรม จริยธรรมที่ได้ ผมเห็นว่าวิชานี้ค่อนข้างที่จะให้มากกว่าวิชาอื่น สอนให้ช่วยเหลือคนอื่น สอนให้เราอยู่ร่วมกัน ซึ่งในวิชาอื่นจะไม่มี” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 21 กันยายน 2549)

1.1.5 ความมุ่งหวังต่อการพัฒนาการเรียนการสอนในอนาคต

ผู้สอนมีความตั้งใจที่จะปรับปรุง และพัฒนาการเรียนการสอนในภาคเรียนต่อไป
ในเรื่อง

- การกำหนดให้มีการนั่งสมาธิ เจริญสติ ก่อนเรียนประมาณ 15 นาที อย่างเป็นประจำสม่ำเสมอ เนื่องจากที่ผ่านมากการให้นักศึกษาได้นั่งสมาธิในชั้นเรียนนั้นยังไม่ค่อยสม่ำเสมอ ไม่ได้กำหนดช่วงเวลาที่เหมาะสม
- มีความพยายามที่จะลดภาระงานของตนเองเพื่อที่จะได้จัดเวลาให้กับผู้เรียนมากขึ้น ได้เป็นกัลยาณมิตรของผู้เรียนมากขึ้นกว่าเดิม
- ปรับเรื่องการประเมินผล ดูการเปลี่ยนแปลงภายในของนักศึกษาด้วย

1.2 กรณีตัวอย่างที่สอง : วิชาการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

1.2.1 บริบท

ชั้นเรียนนี้เป็นวิชาในกลุ่มสิ่งแวดล้อม ซึ่งเปิดสอนในภาคเรียนที่สอง ปีการศึกษา 2549 นักศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนวิชานี้มีทั้งหมด 19 คน เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 และ 4 นอกจากนี้ยังมีนักศึกษาบางส่วนเป็นนักศึกษาปริญญาโทที่เคยเรียนในวิชานี้มาเข้าเรียนร่วมด้วยประมาณ 3 - 4 คน นอกจากอาจารย์ผู้สอนประจำวิชาแล้ว ยังมีผู้ช่วยสอนที่มาร่วมในชั้นเรียนอย่างสม่ำเสมอ

วิชานี้เป็นวิชาเลือก เนื้อหาวิชาเป็นเรื่องที่มีขอบเขตเนื้อหาที่กว้าง ไม่จำกัด จึงเอื้อต่อการจัดกิจกรรมกระบวนการเรียนรู้ตามแนวคิดปรัชญาศึกษา ทำให้การออกแบบการสอนสามารถอำนวยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ทักษะ เนื้อหา ได้จากแหล่งเรียนรู้ที่ไม่จำกัด

1.2.2 เป้าหมายในการจัดการเรียนการสอน

ผู้สอนมีความมุ่งหวังที่จะให้ผู้เรียนได้รับการพัฒนาในมิติทางจิตวิญญาณ เข้าใจในความจริงของชีวิต นอกเหนือจากความรู้ในเนื้อหาวิชา รวมถึงสามารถกำหนดทางเดินชีวิตของตนเองได้

“การเรียนการสอนมันเป็นไปได้เพื่อที่จะมีอะไรมากกว่าตัวชุดของข้อมูล หรือความรู้ชุดหนึ่งที่จะไปทำมาหาเลี้ยงชีพแต่ทางโลก แต่มันมีเป้าหมายยิ่งใหญ่กว่านั้น เช่นเรื่องทางจิตวิญญาณ การเวียนว่ายในวัฏสงสาร” (สรยุทธ รัตนพจนารถ, สัมภาษณ์, 25 มีนาคม 2550)

“ต้องให้เขารู้เนื้อรู้ตัวว่าเขามีความรับผิดชอบต่อชีวิตเขาเต็ม 100% ต้องให้เขารู้ว่าเขาเป็นคนที่มียานาจกำหนดชะตาชีวิตของเขาทั้งหมดก่อน” (สรยุทธ รัตนพจนารถ, สัมภาษณ์, 25 มีนาคม 2550)

1.2.3 บรรยากาศในชั้นเรียน

การจัดชั้นเรียนทุกครั้งจะจัดเก้าอี้เล็กเซอร์นั่งเป็นวงกลมเดียว ในกรณีที่เรียนในชั้นเรียนเนื่องจากการเรียนทุกครั้งจะใช้กระบวนการสุนทรียสนทนาเป็นหลัก ก่อให้เกิดบรรยากาศการเรียนการสอนที่แตกต่างจากชั้นเรียนโดยทั่วไป นักศึกษาคนหนึ่งได้สะท้อนความเห็นต่อบรรยากาศการเรียนรวมถึงผลที่เกิดขึ้นว่า

“เป็น Class ที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัวมีบรรยากาศการเรียนที่ไม่เหมือนกันเลยในแต่ละสัปดาห์เพราะในแต่ละบรรยากาศเกิดขึ้นมาจากความรู้สึกการมีส่วนร่วมของกลุ่ม ทุกคนนั่งหันหน้าเข้าหากัน รับฟังความคิดเห็น เปิดเผยความคิด มุมมอง ประสบการณ์ ทุกคนต่างได้เรียนรู้อย่างอิสระเสรี เพราะเป็นการเน้นที่ตัวผู้เรียนไม่ได้เน้นที่วิชาเหมือนอย่าง Class อื่น ชอบที่เปิดโอกาสให้ทุกคนได้แสดงความคิดเห็นอย่างเสรี ซึ่งสิ่งที่ไม่ออกมาไม่มีการตัดสินว่าถูกหรือผิด เป็นการเรียนรู้แบบกลุ่มและการเดินทางของกลุ่ม ทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ที่ตระหนักถึงความสำคัญของการ “ไว้วางใจผู้อื่น” (สตุติ โชติรัตน์, การประเมินอาจารย์และประเมินชั้นเรียน, กุมภาพันธ์ 2550)

มีหลายครั้งที่ผู้สอนได้นำนักศึกษาไปเรียนตามสวนสาธารณะต่างๆ เช่นสวนรถไฟ สวนเบญจสิริ สวนลุมพินี เป็นต้น การไปเรียนนอกสถานที่ทำให้ผู้เรียนได้สัมผัสกับธรรมชาติและทุกครั้งเมื่อไปเรียนนอกสถานที่อาจารย์จะนัดหมายผู้เรียนให้รับผิดชอบตัวเองไปพบกันยังจุดนัดหมายตามเวลาที่กำหนดเพื่อเป็นการฝึกวินัยและความตรงต่อเวลา ซึ่งเมื่อใดที่นักศึกษา มาสาย อาจารย์ผู้สอนจะให้ความสำคัญกับเรื่องนี้เป็นอย่างมาก และจะให้ให้นักศึกษาทั้งชั้นได้พูดคุยถึงเรื่องที่มาสายเพื่อหาทางแก้ไขไม่ให้เกิดขึ้นอีก บางครั้งอาจารย์ให้นักศึกษาที่มาสาย แยกวงไปคุยกันเพื่อไม่ให้กระทบต่อเพื่อนที่มาทันเวลา

“ปัญหาการมาสายของคนส่วนน้อยที่กระทบต่อคนส่วนใหญ่ใน class ส่วนหนึ่งที่เราควรแก้จากตัวเราเองแล้วนั้น ยังได้เพื่อน ๆ ที่เราจะคอยเป็นห่วงกัน ก็ช่วยให้กำลังใจที่จะใช้แก้ปัญหาการมาสาย และทำให้ปัญหานี้อยู่ในสำนึกของทุกคนใน class ก็ว่าได้” (สมพงษ์ วรกุล, การประเมินอาจารย์และประเมินชั้นเรียน, กุมภาพันธ์ 2550)

1.2.4 ผู้สอน

ผู้สอนเป็นผู้ที่สนใจในเรื่องการพัฒนาமிติด้านในและฝึกปฏิบัติด้วยตนเองอย่างต่อเนื่องจริงจัง ขวนขวายที่จะเรียนรู้และพัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลา เป็นผู้ที่มีประสบการณ์ในการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามแนวคิดปัญญา และสามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้มาประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนได้เป็นอย่างดี

บทบาทของผู้สอนในวิชานี้ ผู้สอนเรียกตัวเองว่า “มัคคุเทศน์” เปรียบเสมือนผู้นำทาง ไม่ใช่คนที่รู้มากกว่า แต่เป็นเหมือนผู้ที่เคยเดินทางมาก่อน และจะนำพาทุกคนเดินทางไปค้นหาความรู้ด้วยกัน

“หนูคิดว่าอาจารย์เป็นคนที่อยู่หัวเรือ ซึ่งคอยนำทางให้เราล่องไป ให้เราไม่หลงทิศ แล้วในบางครั้งอาจารย์ก็ยังมาทำหน้าที่นายท้ายเรือไปพร้อม ๆ กัน เพื่อคอยบังคับเรือให้ไปในทางที่ควรจะไปค่ะ” (ศวิตา อยู่ประเสริฐ, การประเมินอาจารย์ประเมินชั้นเรียน, กุมภาพันธ์ 2550)

ผู้สอนมีความเป็นกันเองกับผู้เรียน หุ่่มเทให้กับการสอน ให้ความสำคัญกับการสอนอย่างเต็มที่ นอกจากนี้ยังมีการวางแผนการจัดการเรียนการสอน มีการเตรียมการที่ดี เห็นได้จากการออกแบบการสอนว่าจะต้องเชิญใครเป็นวิทยากรในวิชานี้ และมีการดำเนินการติดต่อวิทยากรตั้งแต่ยังไม่เปิดคอร์ส

“พอเรียนไปเรื่อย ๆ แต่ละกิจกรรม แต่ละการเรียนรู้ แต่ละทุกสิ่งทุกอย่างที่อาจารย์สรรสร้างในคลาส ไม่ว่าใครก็มองเห็นว่ามีความตั้งใจและพลังที่อยากจะให้กับพวกหนู” (ศุภร์นิมิต สุจิรา, การประเมินอาจารย์และประเมินชั้นเรียน, กุมภาพันธ์ 2550)

“หนูมองว่าอาจารย์เป็นอาจารย์ที่มีอุดมการณ์สูง เน้นที่ผู้เรียนเป็นสำคัญ ไม่ได้เน้นเกรดหรือวิชาการ” (สดุติ โชติรัตน์, การประเมินอาจารย์และชั้นเรียน, กุมภาพันธ์ 2550)

นอกจากนี้ผู้สอนยังเป็นผู้ที่มีวินัยสูง ให้ความสำคัญกับการตรงต่อเวลา และเป็นแบบอย่างที่ดีโดยจะมาก่อนเวลาที่สอน หรือนัดหมายทุกครั้ง

“หนูได้รู้จักกับคำว่าอาจารย์ที่อบรมสั่งสอนจริยธรรมให้นักเรียนด้วย นำปลื้มใจมากค่ะ อาจารย์เป็นท่านแรกที่ทำให้หนูตระหนักถึงการตรงต่อเวลา ค่ะ ไม่ใช่แค่รู้ว่า การมาสายมันไม่ดี แต่มันตระหนักเข้าไปในใจอยู่ได้จิตสำนึกของหนูเลยคะ หนูเริ่มตรงเวลามากขึ้น ไม่ใช่กับอาจารย์คนเดียว แต่กับคนอื่น

ที่หน้าต๊ะเจอข้างนอกด้วย อาจารย์ชี้หน้าแนวทางที่ถูกต้องให้พวกเราเข้าใจถึงคุณค่าของจิตใจมากขึ้น” (ภาณุมาศ จีรภัทร์, บันทึกการเดินทาง, กุมภาพันธ์ 2550)

1.2.5 ความมุ่งหวังต่อการพัฒนาการเรียนการสอนในอนาคต

- จัดให้มีกิจกรรมปลีกวิเวก (retreat) เพื่อให้นักศึกษาได้เรียนรู้กับการอยู่กับตนเองในสภาพแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติ
- สร้างพื้นที่ในชั้นเรียนให้เป็นพื้นที่ในการปฏิบัติร่วมกัน
- ให้นักศึกษาออกแบบโครงการสิ่งแวดล้อมศึกษาเพื่อมานำเสนอในชั้นเรียน เป็นการเรียนรู้ด้วยตนเองโดยถือเป็นส่วนหนึ่งของการประเมินผลการเรียนรู้

1.3 กรณีตัวอย่างที่สาม : วิชาศาสนาเปรียบเทียบ

1.3.1 บริบท

ชั้นเรียนที่นำมาเป็นกรณีศึกษานั้นเปิดสอนในภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2549 นักศึกษาที่เรียนในวิชานี้มีทั้งหมด 8 คน โดยมีทั้งนักศึกษาที่เป็นพระและฆราวาสในสัดส่วนเท่าๆกัน โดยทุกคนเป็นนักศึกษาระดับปริญญาโท ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหิดล การจัดการเรียนการสอนนี้เป็นส่วนของรายวิชาในสาขามนุษยศาสตร์ ที่มีเนื้อหาวิชาที่เอื้อต่อการจัดการศึกษาตามแนวคิดปัญญา แต่เนื่องจากการที่ผู้สอนมีภาระงานมากทั้งในงานบริหาร การต้องไปเป็นวิทยากรจัดกระบวนการให้กับหน่วยงาน องค์กรต่างๆอยู่บ่อยครั้ง ทำให้เวลาในการสอนน้อย ในช่วงครึ่งเทอมแรกผู้สอนยังต้องเดินทางไปเป็นผู้บรรยายยังต่างประเทศ ยิ่งทำให้เวลาเรียนในชั้นนี้ลดน้อยไปมาก

1.3.2 เป้าหมายของการจัดการศึกษา

เพื่อให้ผู้เรียนเรียนแล้วรู้สึกว่าคุณค่า และขยายความเป็นมนุษย์ของตนได้

1.3.3 บรรยากาศการเรียนการสอน

เป็นบรรยากาศที่ผ่อนคลาย สบาย มีความเป็นกันเองระหว่างศิษย์กับอาจารย์ และระหว่างเพื่อนร่วมชั้นเรียน และยังมี การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในบรรยากาศที่มีความไว้วางใจ การฟังอย่างลึกซึ้ง ไม่ต้องกลัวการถูกตัดสิน

“บรรยายภาคี อาจารย์เป็นกันเอง สอนด้วยใจ ทำให้นักศึกษา เข้าถึง ตอนแรก ๆ ก็เขิน ๆ หลัง ๆ ทำให้นักศึกษาเป็นกันเอง” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 20 มีนาคม 2550)

“เรียนแล้วไม่เหนื่อย เราไม่ใช่คนที่คอยตามอาจารย์ บางครั้งเหมือนอาจารย์เก่งมากจนไม่รู้จะถามอะไรกับอาจารย์ เป็นผู้รับอย่างเดียว แต่วิชานี้เราเป็นทั้งฝ่ายให้และรับเหมือนเป็นการผ่อนคลายเป็นการผ่อนคลาย” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 20 มีนาคม 2550)

1.3.4 ผู้สอน

มีความตั้งใจสูงในการถ่ายทอดประสบการณ์ การเรียนรู้ด้านในของตนแก่ผู้เรียน และยังมีความเป็นกันเอง มีความรักปรารถนาดีต่อศิษย์อย่างจริงใจ แสดงความใส่ใจอาหารต่อนักศึกษาอย่างสม่ำเสมอ

“อาจารย์เป็นคนเรียนเก่งและเข้าใจเนื้อหารายวิชา อาจารย์ไม่อัดเนื้อหาแต่สามารถเข้าถึงจุดมุ่งหมายของรายวิชาได้ เพราะถ้าเราเข้าใจสิ่งที่อาจารย์สอน เราก็จะถึงจุดหมาย อาจารย์สอนจิตวิญญาณ สิ่งที่เน้นตลอดคือการฟังอย่างลึกซึ้ง ให้เราเข้าใจสิ่งที่อาจารย์สื่อสาร อีกอันหนึ่งคือการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ ก็ทำให้เราเข้าใจว่า เขาและเราก็ต่างมีศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์เหมือนกัน เราก็ต้องทำให้มันเข้ากันได้ การฟังอย่างลึกซึ้ง การปฏิบัติ เป็นการปลุกจิตวิญญาณของเรา เราต้องพูดโดยที่มีสติก่อนพูด ฟังอย่างมีสติ” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, มีนาคม 2550)

“อาจารย์เอาใจใส่มากเลยครับ เป็นห่วง จะคอยถามตลอดเรียนเป็นยังไง อะไรต่ออะไร” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, มีนาคม 2550)

“อาจารย์ใส่ใจ ใช้จิตวิญญาณสอน ผมก็ใช้ทั้งสองอย่างเรียน นำมาใช้ได้ เรียนแล้วมีความสุข มองทางบวกกับอาจารย์และวิชาก่อน ผลก็คืออยู่แล้ว อาจารย์เรียกตัวเองว่าครูก็จะสบายใจ” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 20 มีนาคม 2550)

อาจารย์ผู้สอนยังเป็นผู้ที่ฝึกปฏิบัติ ฝึกฝนพัฒนามิติภายในของตนอยู่เสมอ โดยเฉพาะการได้เข้าร่วมโครงการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมและกระบวนการจิตตปัญญาศึกษา ทำให้ได้เรียนรู้เกี่ยวกับกระบวนการ เกิดประสบการณ์ที่ได้จากการสัมผัสด้วยใจอย่างใคร่ครวญ และพยายามถ่ายทอดเรื่องราว ประสบการณ์เหล่านั้นให้นักศึกษาได้รับรู้ทุกครั้งเมื่อมีโอกาส

1.3.5 ความมุ่งหวังต่อการพัฒนาการเรียนการสอนในอนาคต

- แนะนำให้นักศึกษาเขียน journal อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น
- การให้นักศึกษาไปทำงานอาสาสมัคร เป็นการทำงานที่เป็นประโยชน์เพื่อผู้อื่น
- เชิญวิทยากรต่างศาสนามาสอนทบทวนกับนักศึกษา
- ให้นักศึกษาได้ไปจัดกระบวนการใดอะลื้อดให้กับบุคคลภายนอก เช่นกลุ่มเด็กที่บ้านปรานี เพื่อให้ได้มีประสบการณ์ของการเป็นกระบวนการผู้จัด มากกว่าเป็นเพียงผู้ปฏิบัติในชั้นเรียนกับเพื่อนๆเท่านั้น
- มีการจัดกิจกรรมมากขึ้น ให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองมากขึ้น ลดบทบาทของผู้สอนลง

ส่วนที่ 2 กิจกรรมตามแนวคิดปัญญาที่นำมาใช้ในการจัดการเรียนการสอน

การนำเสนอผลการวิจัยในส่วนนี้แบ่งออกเป็น 4 หัวข้อ ได้แก่

- 2.1 กิจกรรมที่ใช้ในวิชาเทอร์โมไดนามิกส์
- 2.2 กิจกรรมที่ใช้ในวิชาการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
- 2.3 กิจกรรมที่ใช้ในวิชาศาสนาเปรียบเทียบ
- 2.4 การเปรียบเทียบปัจจัยร่วมและปัจจัยที่แตกต่างในสามกรณีตัวอย่าง

2.1 วิชาเทอร์โมไดนามิกส์

การเรียนการสอนในวิชานี้โดยส่วนใหญ่อาจารย์ผู้สอนจะใช้วิธีการอธิบายเนื้อหาต่างๆ โดยเขียนบนกระดาน สลับกับการสอดแทรกวีดิทัศน์ มุมมองต่อโลกและชีวิตในช่วงที่สามารถเชื่อมโยงได้

การสอนในวันแรกอาจารย์ได้นำนักศึกษาไปนั่งเรียนนอกห้องเรียนโดยให้ไปนั่งที่ร้านกาแฟ ที่อยู่ภายในมหาวิทยาลัย ท่ามกลางต้นไม้ สนามหญ้า แต่ด้วยจำนวนนักศึกษาที่มาก และพื้นที่เปิดโล่งทำให้การเรียนการสอนนอกสถานที่มีอุปสรรคค่อนข้างมาก

2.1.1 การทำสมาธิ

ในการเรียนการสอนทุกครั้งอาจารย์พยายามให้นักศึกษามีช่วงเวลาที่ได้นั่งสมาธิ โดยใช้วิธีเปิดเพลงบรรเลง ให้นักศึกษานั่งสงบนิ่ง เมื่อผู้วิจัยเข้าไปสังเกตการณ์ในชั้นเรียน อาจารย์มักขอให้ผู้วิจัยนำสมาธิให้กับนักศึกษา ซึ่งจะไม่กำหนดว่าเป็นช่วงเวลาใดเวลาหนึ่งเป็นการเฉพาะ บางครั้งเป็นช่วงคั่นกลางในระหว่างการสอน หรือหลังจากพักระหว่างชั่วโมงสอน โดยผู้วิจัยจะใช้วิธีการนำสมาธิโดยใช้แสงสว่างโดยมีขั้นตอนดังนี้

ให้ทุกคนนั่งหลังตรง หลับตาเบาๆ หายใจลึกๆช้าๆ จากนั้นให้ผู้เรียนคิดตามที่ผู้วิจัยพุดนำ

“ขอให้ทุกคนนึกถึงแสงสว่างที่อยู่ข้างหน้าของเรา นำแสงสว่างเข้ามาทางหน้าผาก เข้ามาในบริเวณศีรษะของเรา ให้ศีรษะของเราเต็มไปด้วยแสงสว่าง เมื่อแสงสว่างอยู่ที่ไหน ความมืดย่อมอยู่ไม่ได้ เราจะคิดแต่สิ่งที่ดี คิดแต่สิ่งที่มีประโยชน์ ความคิดของเราเต็มไปด้วยความรักและความเมตตา..

นำแสงสว่างลงมาที่หัวใจของเรา คิดว่าที่หัวใจมีดอกบัว เมื่อกระทบกับแสงสว่าง ดอกบัวก็จะค่อยๆบานออก สวยงาม เช่นเดียวกับจิตใจของเราที่เต็มไปด้วยความเบิกบาน เต็มไปด้วยความสงบสุข เต็มไปด้วยความรักและความเมตตา...

นำแสงสว่างมาที่แขนและมือของเรา ให้มือทั้งสองข้างเต็มไปด้วยแสงสว่าง เราจะทำแต่สิ่งที่ดี รับผิดชอบต่อผู้อื่นเสมอ...

นำแสงสว่างลงมาที่ขาและเท้าของเรา ให้เท้าทั้งสองข้างเต็มไปด้วยแสงสว่าง เราจะก้าวเดินไปในทางที่ดี ไปในสถานที่ดีๆ ไปพบกับคนดีๆ...

นำแสงสว่างกลับขึ้นมาใหม่ ผ่านร่างกายของเรา มาที่ปากและลิ้นของเรา ให้ปากและลิ้นของเราเต็มไปด้วยแสงสว่าง เราจะพูดแต่สิ่งที่ดี พูดแต่ความจริง พูดด้วยคำพูดที่ไพเราะสุภาพ

นำแสงสว่างมาที่หูของเรา หูทั้งสองข้างของเราเต็มไปด้วยแสงสว่าง เราจะฟังแต่สิ่งที่ดี ได้ยินได้ฟังแต่ความดีของผู้อื่นอยู่เสมอ...

นำแสงสว่างมาที่ตาของเรา ตาทั้งสองข้างเต็มไปด้วยแสงสว่าง เราจะมองแต่สิ่งที่ดี เห็นความดีในทุกสิ่งทุกอย่าง เห็นความดีในทุกๆคน...

นำแสงสว่างกลับขึ้นมาที่ศีรษะของเรา ให้ศีรษะของเราเต็มไปด้วยแสงสว่าง.... กระจายแสงสว่างออกไป นำไปมอบให้กับคุณพ่อและคุณแม่ผู้ที่ทำให้กำเนิดและเลี้ยงดูเรามา... นำแสงสว่างไปมอบให้กับครูอาจารย์ผู้อบรมสั่งสอนให้ความรู้แก่เรา กระจายแสงสว่างออกไป ไปมอบให้กับญาติพี่น้องของเรา เพื่อนของเราทุกคน กระจายแสงสว่างออกไปให้แก่ปกคลุมไปทั่วโลก ไปยังสิ่งที่มีชีวิตทั้งหลาย ขอให้ทุกชีวิตจงอยู่ร่วมกันด้วยความสงบสุข กระจายแสงสว่างออกไปให้ทั่วจักรวาล ให้ทุกหนทุกแห่งเต็มไปด้วยแสงสว่าง...เราอยู่ในแสงสว่าง...แสงสว่างอยู่ในตัวเรา...เราคือแสงสว่าง (สงบนิ่งประมาณ 1-2 นาที)ในตอนนีขอให้นำแสงสว่างมาบรรจุไว้ที่หัวใจของเรา และเราจะเก็บรักษาแสงสว่างนี้ไว้กับเรา..ตลอดไป..... ค่อยๆลืมตา

ในช่วงแรกๆ นักศึกษามีความรู้สึกแปลกๆกับการนั่งสมาธิ แต่เมื่อได้ลงมือไประยะหนึ่งก็พบว่านักศึกษาส่วนใหญ่เห็นความสำคัญและประโยชน์ที่เกิดจากการทำสมาธิ กระทั่งมีการนำไปฝึกปฏิบัติเองที่บ้านอย่างต่อเนื่อง และมีบางส่วนที่สนใจอยากไปเข้าคอร์สปฏิบัติภาวนาอย่างจริงจัง

“พอมามาเข้าวิชา.....ผมได้มานั่งสมาธิอีกครั้งหนึ่ง ผมก็รู้สึกดี รู้สึกมีสมาธิ และผมเห็นเพื่อนข้างๆที่นั่งเรียนด้วย เขาก็กลับไปนั่งตอนกลางคืนประจำเหมือนกัน ผมก็รู้สึกแปลกใจเหมือนกันที่ ในรายวิชาหนึ่งทำให้คนคนหนึ่งเปลี่ยนไปได้ขนาดนี้ ผมก็คิดว่าน่าแปลกดี” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 21 กันยายน 2549)

“เมื่อก่อนผมคิดว่านั่งสมาธิมันไม่มีประโยชน์อะไร แต่พออาจารย์ให้มานั่งอีกครั้ง ผมก็ลองทำดูว่ามันมีประโยชน์จริงไหม และฟังอาจารย์อธิบายว่ามันคืออะไร ซึ่งมันก็ดีจริงๆ ทำให้ผมนั่งดีขึ้น และช่วยยกระดับจิตใจ” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 21 กันยายน 2549)

“คือเป็นคนที่นั่งสมาธิไม่ค่อยได้ มันจะคิดเรื่องอะไรเข้ามา แต่พออาจารย์มาสอน ทำให้เรามีแนวในการนั่งสมาธิแบบใหม่ๆ พอมามาทำจริงมันก็รู้สึกมันนิ่งขึ้น แล้วตอนนั้นหนูก็มาใช้ แต่เป็นการนั่งเวลาไม่นาน เวลาผ่านไปเรื่อยๆ หนูก็อยากจะทำพักโดยการนั่งสมาธิ มันทำให้เราไม่คิดเรื่องอื่น มันวุ่นวายมาก หนูรู้สึกวุ่นวายมากแต่เรื่องเข้ามา การนั่งสมาธิก็เหมือนกับเราอยู่กับตัวเอง มันทำให้เรามองอะไรได้ชัดขึ้น บางสิ่งบางอย่างที่ไม่เคยเห็น ก็เห็นชัดขึ้น และรู้ว่าควรจะทำอย่างไรต่อไป” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 21 กันยายน 2549)

“กระบวนการที่ได้อยู่กับตัวเอง ได้เห็นตัวเองชัด ๆ อย่างการเจริญสติ ไม่ฟังชานกัวงวลใจมีการรับรู้ดีขึ้นจะทำให้มีความสุขกับการเรียน ช่วยได้เยอะเลยอยากเปิดโอกาสให้เค้าได้เอาสิ่งเหล่านี้ไปพัฒนา พอบอกเค้าว่าลองดูไหม ถ้าเอาไปพัฒนาตัวเองได้ก็ดี ลึก ๆ เด็ก ๆ ก็ต้องการ” (ปาริชาติ สุวรรณบุบผา, สัมภาษณ์, 10 เมษายน 2550)

2.1.2 การเขียน journal

ผู้สอนได้กำหนดให้ผู้เรียนเขียน journal ตลอดภาคการศึกษา แต่ไม่ได้ถือเป็นส่วนหนึ่งของการประเมิน ผู้เรียนส่วนใหญ่เขียน journal กันมาอย่างอิสระตามแนวการเขียนของตนเองโดยที่ผู้สอนไม่ได้ให้แนวทางในการเขียนก่อนในเบื้องต้น แต่อย่างไรก็ดีผู้เรียนยังคงเห็นประโยชน์จากการได้เขียน journal เป็นประจำ

“ประโยชน์ของการเขียน journal ทำให้เรารู้จักตัวเองมากขึ้น ก็คือ เราเขียนบันทึกทุกวันพอเราเปิดอ่านอีกที ก็จะได้รู้ว่าแต่ละวันเราทำอะไรมาบ้าง จะได้รู้จักตัวเองมากขึ้นว่าเมื่อก่อนเราทำอย่างนี้มันไม่ดีนะ จะได้เข้าใจตัวเองมากขึ้น นำไปปรับปรุงตัวด้วย” (บันทึกการสนทนากลุ่ม ,21 กันยายน 2549)

“การเขียน Journal คือการมองตัวเอง เราเกิดอะไรขึ้น เราไปโกรธเขาเรื่องอะไร เรื่องเล็กๆน้อยๆทำไมไม่พูดกัน พูดกันแล้วเสียเกียรติไหม” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 21 กันยายน 2549)

2.1.3 การฉายภาพยนตร์

ผู้สอนได้นำภาพยนตร์เรื่อง What the Bleep Do We Know? มาฉายให้นักศึกษาดู ในชั้นเรียน ภาพยนตร์เรื่องนี้มีเนื้อหาเกี่ยวข้องกับวิชาที่เรียนและเกี่ยวข้องกับควอนตัมฟิสิกส์ (Quantum Physics) ทำให้เห็นความเกี่ยวข้อง เชื่อมโยงของสิ่งต่าง ๆ

“หนังเรื่องนี้เหมือนวิชาเทอร์โมไดนามิกส์คือเราไม่สนใจเฉพาะแต่ละบุคคล เราสนใจว่าเมื่อทุกคนมาอยู่ร่วมกันแล้วเป็นยังไง จึงอยู่กันได้อย่างมีความสุข” (บันทึกสนทนา, 17 กรกฎาคม 2549)

2.2 กิจกรรมตามแนวจิตตปัญญาศึกษาในวิชาการจัดการทรัพยากร ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

การเรียนการสอนในวิชานี้ผู้สอนได้แจ้งแก่นักศึกษาว่าการเรียนวิชานี้เปรียบเสมือนการเดินทางที่ทุกคนเดินไปด้วยกัน ไปสู่ขอบพรมแดนความรู้ ดังนั้นในการเรียนการสอนจึงเน้นการมีส่วนร่วมของผู้เรียนเพื่อให้การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นไม่ได้เกิดจากการสอนของอาจารย์ผู้สอนเท่านั้น นักศึกษาคนหนึ่งได้สะท้อนความเห็นต่อรูปแบบการเรียนการสอนวิชานี้ว่า

“หนูรู้สึกว่ารูปแบบการเรียนการสอนของอาจารย์เป็นอะไรที่แปลก และก็ใหม่แต่หนูก็ว่าดีเพราะทำให้เกิดการเรียนรู้หลาย ๆ อย่าง อาจารย์มักสอนโดยให้นักศึกษาค่อยๆ เรียนรู้เองและคอยดูแลอยู่ห่าง ๆ ทำให้นักศึกษาแต่ละคนมีรูปแบบที่แตกต่างกันตามแต่การเดินทางของตัวเอง แต่สิ่งที่คล้ายๆกันก็คือพื้นฐานทางความคิดในการมองและจัดวางตัวเองอยู่ในธรรมชาติ และจากกระบวนการเหล่านี้เนื้อหาที่เรียนจึงหล่อหลอมมาเป็นตัวเราและทำให้แต่ละคนดูจะมีอัตลักษณ์ของตัวเอง และไม่ลืมตัวตนของตัวเอง ซึ่งหนูว่าเป็นสิ่งที่สำคัญ” (ภาณุมาศ จีร์ภัทร์, การประเมินอาจารย์และประเมินชั้นเรียน, กุมภาพันธ์ 2550)

“เดินทางร่วมกัน คำนี้มันเป็นคำที่ไม่ได้บังคับว่าวันนี้คุณต้องหรือ ยัดอะไรใส่หัวไปได้แค่ไหนถึงจะพอ แต่เป็นคำที่แสดงถึงความรับผิดชอบในการอ่านหนังสือ mail review การให้เกิดริ้วรอย การเคารพกติกา การเคารพความเงียบ การฟังอย่างลึกซึ้ง อื่นๆ สิ่งเหล่านี้ล้วนสอนให้ผู้เรียนเกิดการตระหนักรู้ เห็นคุณค่าของสิ่งต่างๆ รอบตัว ทั้งตัวเราเอง เพื่อนๆ รุ่นพี่ อาจารย์ วิทยากร และที่สำคัญคือธรรมชาติที่เราต้องรักษาไว้” (สฤติ ไซดิรัตน์, การประเมินอาจารย์และประเมินชั้นเรียน, กุมภาพันธ์ 2550)

“การเรียนรู้นั้นไม่จำเป็นต้องมาจกสิ่งที่อาจารย์สอนเสมอไปแต่มาจากการที่อาจารย์ชี้แนวทางและผลักดันให้นักศึกษาเรียนรู้ด้วยตัวเอง” (ภาณุมาศ จีรภัทร์, การประเมินอาจารย์และประเมินชั้นเรียน, กุมภาพันธ์ 2550)

2.2.1 การนั่งสมาธิ

ทุกครั้งก่อนเริ่มเรียนและก่อนจบชั้นเรียน อาจารย์ผู้สอนจะให้นักศึกษาได้นั่งสมาธิเป็นประจำ โดยให้มีผู้นำในการทำสมาธิซึ่งบางครั้งเป็นอาจารย์ หรือบางครั้งนักศึกษาจะเป็นผู้นำ โดยผู้นำสมาธิจะพูดนำความคิดให้คนที่นั่งจินตนาการตาม นักศึกษาคนหนึ่งได้สะท้อนความเห็นต่อกิจกรรมการนั่งสมาธิไว้ว่า “การที่ได้ทำสมาธิ ดึงให้กลับมาอยู่กับตัวเอง และการเช็คอินก่อนเรียนนั้น ก็เป็นสิ่งที่ดีมากเลยคะ เพราะในหนึ่งสัปดาห์ หนูแทบจะไม่เคยเข้ามาอยู่กับตัวเอง มาดูว่าตัวเองรู้สึกอย่างไร สบายดีไหม หรือสับสนวุ่นวาย ฟุ้งซ่านอยู่รึเปล่า” (การประเมินอาจารย์และประเมินชั้นเรียน, กุมภาพันธ์ 2550) ความเห็นดังกล่าวทำให้เราเข้าใจได้ถึงสภาวะทางจิตใจของเยาวชนในยุคปัจจุบันที่ในชีวิตประจำวัน มักจะใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับเรื่องนอกตัว ไม่มีโอกาสได้เข้ามาเรียนรู้อยู่กับตัวเองเลย นอกจากนี้การทำสมาธิยังทำให้ผู้เรียนได้ตระหนักถึงความสำคัญของสิ่งที่กำลังจะเรียนมากขึ้น

“การเริ่มด้วยการทำสมาธิก่อนเรียน เป็นการบอกจุดประสงค์ อาจารย์บอกว่า เราเรียนเพื่อตัวเอง และเพื่อผู้อื่น เรียนแล้วรู้สึกเพื่อออกไปทำประโยชน์แก่สังคม ควรมีในทุกวิชาและสาขาอาชีพ หมอต้องมีเรียนเรื่องจริยธรรม” (ภาณุมาศ จีรภัทร์, บันทึกการสนทนากลุ่ม, 14 กุมภาพันธ์ 2550)

2.2.2 การเจริญสติ

การนำนักศึกษาไปเรียนรู้เรื่องการเจริญสติ กับ อาจารย์อมรา สาขากร ที่สวนพุทธธรรม อำเภอบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ตั้งแต่ช่วงต้นของภาคการศึกษา ทำให้นักศึกษาได้ “เครื่องมือ” ในการเรียนรู้ที่สำคัญที่นำไปใช้ได้ทั้งในและนอกชั้นเรียน

“ถ้าไม่ได้วิชานี้ ขอบอกตรงๆว่าหนูคงไม่รู้จักคำว่า “สติ” อย่างแท้จริง การรู้ตัวที่เรียนมาตั้งแต่ตอน ประถม ยัน มัธยม ว่าคือ สติ มันก็เท่านั้นแล้วไง.. ถ้าเราไม่ได้สัมผัสความรู้ตัวนั้นเราก็จะไม่รู้เลยว่าสติคืออะไร มันเป็นเครื่องมือชั้นยอดที่จะช่วยให้หนูจัดการชีวิตได้หลาย ๆ อย่าง รวมไปถึงว่าจะอยู่อย่างไร ...จะสอนน้อง...สอนลูก...อย่างไรให้อยู่อย่างไม่เบียดเบียนสิ่งแวดล้อม มีสติ” (ศุภรณิมา สัจจรา, การประเมินอาจารย์และประเมินชั้นเรียน, กุมภาพันธ์ 2550)

“อาจารย์ยังให้สิ่งที่ใช้ได้จนกระทั่งวันตายเลยก็ คือ “เครื่องมือ” ละ เครื่องมือที่ได้มาจากที่อยุธยา มันเป็นเรื่องที่หนูยังพยายามฝึกดูใจอยู่ตลอดเวลาละ สำหรับวิชานี้เป็นการเปลี่ยนแปลงของจิตใต้สำนึก ซึ่งจะปลดปล่อยเราออกจากวิถีชีวิตที่เดิมๆ ปล่อยความคิดเราให้เป็นอิสระมากขึ้น เรามีอิสระทั้งความคิด และการพูด” (ศิวัพร กิจอุดมทรัพย์, การประเมินอาจารย์และประเมินชั้นเรียน, กุมภาพันธ์ 2550)

“การเจริญสติกับคุณแม่อมรา การฟังดร.อาจองท่านพูด ทำให้หนูได้พบและได้เห็นแสงสว่างภายในจิตใจ เห็นความสุขที่ประณีต เป็นความสุขที่เกิดจากการเห็นสภาพความเป็นจริง ความเป็นธรรมดาของชีวิตในช่วงเวลาหนึ่ง จะเอาอะไรหนักหนากับชีวิต! ทำให้ลดความอยากความฟุ้งซ่าน เพราะมีเครื่องมือที่สามารถพกพาได้สะดวกที่สุด หยิบใช้ได้ง่ายที่สุด แต่บางครั้งเราก็ลืมที่จะนำมาเพื่อจัดการกับสภาวะอารมณ์ซึ่งเป็นของไม่เที่ยง” (สฤดี โชติรัตน์, การประเมินตนเอง, 22 กุมภาพันธ์ 2550)

“วันที่รีบอะไรก็ดูแย้ (รีบกลับไปทำงานวิชานี้เวศวิทยาเพราะส่งพรุ่งนี้) รอรถนาน เสียเวลาเวลา มาก ๆ พอคิดอย่างนี้จิตก็ตก พอรู้สึกตัวว่าท้อแท้ รู้ว่าเหนื่อย รู้ว่าเครียด พอมีสติเห็นอารมณ์ที่เข้ามาก็เริ่มตัดทีละอย่าง จิตก็เริ่มเบิกบานขึ้น เริ่มรู้สึกนิ่งขึ้น” (ศิวัพร กิจอุดมทรัพย์, บันทึกการเดินทาง, 13 ธันวาคม 2549)

2.2.3 การอ่านหนังสือ

วิชานี้ผู้สอนได้กำหนดให้นักศึกษาอ่านหนังสือคนละ 3 เล่ม ได้แก่ อิซมาเอล เขียนโดย แดเนียล ควิन्ह์ แปลโดย กรรณิการ์ พรหมเสาร์ ซึ่งเป็นวรรณกรรมเกี่ยวกับสมดุลของระบบนิเวศ แนวคิดเรื่องวิวัฒนาการ ความหลากหลายทางชีวภาพ การกำเนิดและการอยู่ร่วมกันของพืช สัตว์ มนุษย์ เล่มที่สองคือธรรมชาติของสรรพสิ่งเขียนโดยนักคิดชั้นนำของไทยหลายท่าน แสดงให้เห็นถึงความเชื่อมโยง เป็นอันหนึ่งอันเดียวของสรรพสิ่ง ธรรมชาติของกายและจิต และเล่มที่สามคือหนังสือที่นักศึกษาเลือกเอง การได้อ่านหนังสือทำให้นักศึกษาได้รับแนวคิดที่เป็นประโยชน์และเมื่อนำข้อมูลเหล่านั้นมาผ่านกระบวนการใคร่ครวญในกิจกรรมสุนทรียสนทนา ทำให้ได้เรียนรู้จากกลุ่ม จากมุมมองที่หลากหลาย

“หลังจากที่ได้เรียนแล้วก็ได้อ่านหนังสือหลาย ๆ เล่ม ก็ทำให้ได้ทราบความเป็นจริงของความคิดมนุษย์ ของแม้วัฒนธรรมในสังคมที่เราโตขึ้นมา และการกล่อมเกลามาของเรที่ทำให้เราไม่เคยคิดเคลือบแคลงใจเลย กับความคิดและการสอนที่บอกว่า เราเป็นศูนย์กลางของทุกสิ่ง เป็นเจ้าของทุก ๆ อย่าง และยังได้เรียนในหลาย ๆ วิชา ก็มีเนื้อหาที่บ่งบอกว่า มนุษย์คิดเช่นนั้นจริง ๆ แต่ถ้าเราดูในหนังสือเจ้าชายน้อยนั้น การที่เราจะรู้สึกว่าเป็นเจ้าของสิ่งใด ก็ต่อเมื่อเราได้ดูแลเอาใจใส่เขาอย่างดี เราได้ทำอะไรเพื่อเขาแล้ว เราปกป้องเขา แต่ดูเหมือนว่าในปัจจุบันความเป็นเจ้าของไม่ได้มีพื้นฐานมาจากสิ่งนี้อีกต่อไปแล้ว ปัจจุบันก็จะเห็นว่าธรรมชาติกำลังแสดงให้เห็นมนุษย์เข้าใจว่า เราไม่ใช่เจ้าของสิ่งใด เราไม่ใช่ศูนย์กลาง สิ่งต่าง ๆ ต่างก็ต้องอาศัยอยู่ร่วมกัน ฟังพากันไป เรากำลังจะอยู่รอดได้นาน”

(ศวิตา อยู่ประเสริฐ, แบบประเมินตนเอง, 17 กุมภาพันธ์ 2550)

“หนูรู้สึกโชคดีมากที่ได้อ่านธรรมชาติของสรรพสิ่งก่อนสอบ สิ่งที่ได้คือ หนูได้ใช้หลักอภิปัจจยตา และมองให้เห็นถึงความเชื่อมโยงทั้งหมด จะพยายามนึกตลอดว่าทำไมมันถึงเป็นอย่างนี้ อาศัยหลักความเข้าใจ และที่สำคัญเข้าใจเข้าไปอ่านด้วย คิดตลอดว่าเราต้องมองให้เห็นความเชื่อมโยงกันให้ได้ ผลลัพธ์ก็คือ ตอนที่เขียนคำตอบนอกจากจะมาจากทฤษฎีที่ได้แล้ว หนูยังใส่ความเชื่อมโยงเข้าไปด้วย ดีใจที่ได้ที่ข้อสอบในความรู้สึกนี้ และคะแนนที่ออกมาก็พอใจมาก ความเป็นจริงแล้วโลกกว้างใบนี้ มันมีสิ่งที่เชื่อมกันหมดนั้นแหละ ถ้าไม่มองอย่างอคติและขาดความเชื่อมโยง เรียนรู้ที่จะอยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ของธรรมชาติ เพราะความจริงก็คือความจริง ความจริงที่ขาดการ

ปรุงแต่งนั้นคงทำให้ความทุกข์ลดน้อยลง”(สฤติ โชติรัตน์, บันทึกการเดินทาง , กุมภาพันธ์ 2550)

“หนังสือทุกเล่มที่อาจารย์ให้อ่านและที่อาจารย์ให้เลือกทำให้หนูได้เรียนรู้หลายสิ่งหลายอย่างที่เข้ามาในตัวหนูและทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงหลายอย่างโดยเฉพาะทางความคิดและทำให้ตัวหนูเป็นรูปเป็นร่างมากขึ้น” (ภาณุมาศ จีรภัทร์, แบบประเมินตนเอง, 24 กุมภาพันธ์ 2550)

กระบวนการเรียนรู้หนึ่งซึ่งถือว่ามีผลสำคัญ เป็นทั้งการเปิดโลกทัศน์ และการสร้างวินัยในการทำงานให้แก่ผู้เรียน คือการรวิวหนังสือ ซึ่งอาจารย์ผู้สอนได้กล่าวถึงเรื่องนี้ว่า “การทำรวิวหนังสือ คิดว่าเป็นหัวใจสำคัญ เพราะถ้าเขาอ่านหนังสือไม่แตก อ่านไม่ขาด อ่านระหว่างบรรทัดไม่เป็น เขาก็จะมีชีวิตอยู่ในสังคมโลกอันซับซ้อนปัจจุบันไม่ได้” (สรยุทธ รัตนพจนารถ, สัมภาษณ์, 25 มีนาคม 2550)

ในวิชานี้อาจารย์ผู้สอนได้กำหนดให้นักศึกษาทำงานรวิวหนังสือทั้ง 3 เล่มที่กำหนดให้อ่าน โดยถือเป็นส่วนหนึ่งของการประเมินผลในวิชานี้ ในแต่ละเล่มจะต้องเขียนรวิว 4 ลักษณะ

รอบแรก *Descriptive review* คือให้เขารวิวแบบเอาเนื้อหาเนื้อหาๆว่าใครทำอะไร ที่ไหน อย่างไร เมื่อไหร่ โดยที่เขาไม่ต้องตีความ อันที่สองคือ *Interpretative review* ตีความว่าสิ่งที่คนเขียนอยากจะสื่อคืออะไร อะไรคือสิ่งที่อยู่ระหว่างบรรทัดที่ไม่ได้เขียนออกมาให้เห็นตรงๆ อันที่สามคือ *Evaluative review* คือการประเมินว่าหนังสือนี้มันดีหรือไม่ดีอย่างไร ดีไม่ดีเขาก็เป็นคนที่ตั้งเกณฑ์เอง จากความสละสลวยของภาษา ความสามารถในการเขียนแบบให้น่าติดตาม เรื่องของความถูกต้องของข้อมูล เรื่องของวลีซึ่งของประเด็นที่น่าเสนอ เรื่องของประโยชน์ต่อมนุษยชาติ โดยเกณฑ์อะไรก็ได้ สุดท้ายก็เป็น *Free Essay* เปิดพื้นที่จินตนาการให้เขา อันนี้เกิดจากการที่เขาเอ็นแกกับหนังสือต่างๆ (สรยุทธ รัตนพจนารถ, สัมภาษณ์, 25 มีนาคม 2550)

ในการรวิวหนังสือเล่มสุดท้ายที่ผู้เรียนเป็นผู้เลือกเองนั้น ผู้เรียนต้องนำเสนอเนื้อหาเรื่องราว และสิ่งที่ได้เรียนรู้ให้เพื่อนในชั้นฟัง ซึ่งถือเป็นส่วนหนึ่งของการประเมินผล กิจกรรมนี้ทำให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากหนังสือที่เพื่อนเลือกมา ได้เปิดมุมมองและปรับทัศนคติแม้ว่าไม่ได้อ่านด้วยตนเอง

“ได้เรียนรู้ถึงแนวทางการปฏิบัติ การฟื้นฟูสิ่งแวดล้อมจากการ present ของเพื่อน ที่ทำให้เห็นถึงการปรับสมดุลด้วยตัวเองของธรรมชาติ สะท้อนให้เห็นว่ามนุษย์เราเป็นคนที่เห็นแก่ได้มากจริง ๆ ปรากฏจากการคำนึงถึงผลกระทบที่จะตามมา ทำให้โลกทุกวันนี้มีแต่ความวุ่นวายเพราะมนุษย์เป็นตัวเร่งวิกฤตการณ์ทุกอย่างให้เร็วขึ้น ทุกวันนี้เราดำเนินชีวิตอย่างรีบเร่ง จนลืมมองถึงความเชื่อมโยงและความสมดุลทั้งในตัวเองและธรรมชาติด้วย” (สดุดี โชติรัตน์, แบบประเมินตนเอง, 22 กุมภาพันธ์ 2550)

2.2.4 การเขียนบันทึกการเดินทาง (journal)

การเขียนบันทึกการเดินทางเป็นเครื่องมือสำคัญอีกอย่างที่เป็นพื้นที่การสื่อสาร ที่สร้างความรู้จักอย่างใกล้ชิดให้กับอาจารย์และนักศึกษา มากกว่าการมีปฏิสัมพันธ์กันเพียงแคในชั้นเรียน เป็นพื้นที่ที่ทำให้เกิดความไว้วางใจในตัวอาจารย์ผู้สอน และมีความเป็นส่วนตัวมากพอที่จะสามารถถ่ายทอดเรื่องราวที่ไม่กล้าสื่อสารในชั้นเรียนได้

“เหมือนเป็นอีกพื้นที่หนึ่งที่เราได้แสดงความคิดเห็น บอกเล่า สิ่งที่เราคิด ก็ได้แสดงออกทางความคิด มั่นติตรงที่ เราสื่อสารโดยตรงกับอาจารย์ โดยไม่ต้องแคร้ความรู้สึกของคนในวง เรื่องบางเรื่องที่เราไม่อยากให้คนอื่นรู้ก็ได้บอกความคิดเห็นกับอาจารย์ พอมีอะไรเกิดขึ้นในคลาสก็เหมือนสัญญาณเตือนกันอย่างหนึ่ง” (ชิตนภา กิตติกุล, บันทึกการสนทนากลุ่ม, 14 กุมภาพันธ์ 2550)

“บันทึกการเดินทาง ทุก ๆ ครั้งก็เขียนก็ค่อนข้างมั่นใจกับเรื่องราวของตนเองว่าตั้งใจจริง...โดยอยากจะแบ่งปันประสบการณ์บางอย่างที่ผ่านเข้ามาในชีวิตแล้วมองย้อนกลับเข้าไปในมุมมองของตนเองและเปิดกว้างออกไปในมุมมองของอีกด้านหนึ่งในสังคม ตั้งปัญหาซึ่งหลายครั้งไม่สามารถหาคำตอบได้ในขณะนี้หรือหาคำตอบได้หลาย ๆ ด้านแล้วก็พักไว้...รออะไรบางอย่างหรือลืมนั้นไปเลยก็ได้ แต่อย่างน้อยก็เป็นการที่ได้เขียนสิ่งที่มีอยู่ในเวลาและเหตุการณ์นั้น ๆ ออกมาได้บอกเล่า และ ได้อยู่กับมันก็เป็นความรู้สึกที่ ok แล้ว”(โกวิทย์ มีเย็น, แบบประเมินตนเอง, 21 กุมภาพันธ์ 2550)

เมื่อนักศึกษาส่งบันทึกการเดินทางให้อาจารย์ก่อนวันเรียนในแต่ละสัปดาห์ อาจารย์จะต้องรีบอ่านบันทึกของนักศึกษาทุกคนเพื่อเขียนตอบ และคืนให้ในชั้นเรียนวันถัดมา ซึ่งนักศึกษาทุกคนจะมีความรู้สึกที่ดีต่อการเขียนตอบของอาจารย์ซึ่งบางครั้งเป็นการเขียนในเชิงให้สติ บางครั้งเป็นเชิงถามให้คิด และบางครั้งเป็นการแสดงความรู้สึก ความคิดเห็นต่อสิ่งที่นักศึกษาได้เขียนมา

“เป็นพื้นที่เขียนความรู้สึกส่วนตัว แล้วมันก็เหมือนเดิมกำลังใจเวลาอาจารย์เขียน comment มาให้ การเขียนบันทึกการเดินทาง แล้วกลับมาอ่าน ทำให้เห็นความรู้สึกของเราตอนนั้น เป็นการฝึกการทำงานด้วยใจ” (สุดดี โชติรัตน์, บันทึกการสนทนากลุ่ม, 14 กุมภาพันธ์ 2550)

“เรื่องความเอาใจใส่กับนักเรียนนี่ถือว่าดีมาก การเขียนตอบในบันทึกการเดินทางนี่ถือเป็นสิ่งที่แสดงให้เห็นถึงการเอาใจใส่มากๆ” (ชิตนภา กิตติกุล, การประเมินอาจารย์และประเมินชั้นเรียน, กุมภาพันธ์ 2550)

นักศึกษายังได้สะท้อนความรู้สึกที่ได้จากการเขียนบันทึก (journal) ว่าเป็นเหมือนสิ่งที่สะท้อนให้เห็น “ตัวตน” อย่างอิสระและตรงไปตรงมา ทำให้มองเห็นพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงของตนเอง เสมือนกับได้ดูภาพถ่ายของตนเอง

“ในบันทึกเราสามารถบันทึกความรู้สึกเราได้ทั้งหมด โดยที่ไม่มีใครมานั่งจ้องนั่งกำกับเราจากทิศไหน ๆ เลยรู้สึกอิสระและเป็นตัวของตัวเองเต็มที่ อีกทั้งบันทึกการเดินทางยังทำให้เราได้เห็นพัฒนาการทางความคิดของตัวเองด้วย กลับไปย้อนอ่านบันทึกตอนแรกๆ ก็ารู้สึกและเห็นการเปลี่ยนแปลงทางความคิดได้เลยนะ สนุกดี เหมือนได้ดูหนังสือที่เกี่ยวกับตัวเอง ดูความรู้สึกอารมณ์ที่กำลังเปลี่ยนไป” (กุลธิดา นิเวศอนันต์กุล, แบบประเมินตนเอง, 22 กุมภาพันธ์ 2550)

“ถือเป็นครั้งแรกของชีวิตที่ได้จัดอะไรเกี่ยวกับตัวเอง สะท้อนตัวตนอย่างตรงไปตรงมา ได้หันกลับมาดูตัวเองในสภาวะต่าง ๆ ในต่างละช่วงเวลา ถือว่าได้ประโยชน์จากบันทึกค่อนข้างมาก” (ชิตนภา กิตติกุล, แบบประเมินตนเอง, 17 กุมภาพันธ์ 2550)

2.2.5 สุนทรียสนทนา

สิ่งที่เกิดขึ้นอย่างสม่ำเสมอในชั้นเรียนนี้ คือความเงียบ ความสงบ ที่นำพาให้ทุกคน ได้มีโอกาสกลับเข้าไปข้างในตนเองมากกว่าที่จะเป็นการอภิปราย ถกเถียงเพื่อหาข้อสรุป กระบวนการสุนทรียสนทนาเป็นการเรียนรู้ที่ฝึกให้พูดและฟังอย่างมีสติ เปิดใจกว้างที่จะรับฟัง ผู้อื่นอย่างไม่ตัดสิน

“การเฝ้าดูเสียงจากข้างในไปพร้อม ๆ กับการรับรู้สิ่งภายนอก(ทั้ง เสียงและภาพ)เป็นสิ่งที่ทำบ่อย ๆ ในระยะหลัง เพราะหนูค้นพบว่ามันช่วยให้ หนูไม่ตามความรู้สึกของตัวเองที่เกิดจากการปะทะกับคำพูดของผู้คนในวง อย่างรวดเร็วและทำให้ติดค้างอยู่ในใจ แต่ช่วยให้หนู(คิดว่า)ฟังอย่างไม่ตัดสิน ว่าสิ่งที่คนอื่นพูดนั้นถูกหรือผิดได้ดีขึ้น สิ่งที่ได้รับจากการฝึกนี้ก็คือ ไม่เกิด อารมณ์ขุ่นมัวเวลาคำพูดใด ๆ ที่ไม่เป็นไปอย่างที่เราให้บรรทัดฐานไว้ ทำให้ สามารถวางกรอบของเราไว้ก่อน และฟังเค้าว่าเอ๊ะ...ไหน?เค้าคิดอย่างไร บรรทัดฐานของเขาเป็นอย่างไร เป็นต้นค่ะ พอเราเข้าใจเค้าได้ดีขึ้น มากขึ้น เวลาเราย้อนกลับมามองตัวเองก็จะเห็นได้ชัดเจนและตรงไปตรงมามากขึ้น ค่ะ” (สุวิมลนา ชุมพลกุลวงศ์, การประเมินตนเอง, 23 กุมภาพันธ์ 2550)

“Class นี้ก็สอนให้เรียนรู้ ปรับตัว และเคารพ กับความหลากหลาย ของแต่ละคน ช่วงแรกคงหนีไม่พ้นที่จะพยายามปรับความรู้สึกที่ไม่ถูกชะตา กับหลายคน แต่เมื่อได้เห็นลึก ๆ ภายในที่ทุกคนแสดงออก ออกดีจากรูปลักษณ์ภายนอกก็เลือนหายไป จึงทำให้การรับฟังความคิดเห็นจากการ dialogue ด้วยใจที่เป็นกลางและไม่ตัดสิน” (สมพงษ์ วรกุล, การประเมิน อาจารย์และประเมินชั้นเรียน, กุมภาพันธ์ 2550)

“การรับฟังความคิดเห็นของคนอื่น มาจาก Dialogue ด้วยว่าเราไม่ ตัดสินคน ใจเย็นขึ้น เปิดกว้างมากขึ้น มองคนและสังคมซับซ้อนขึ้นในมุมมอง ด้านอื่นบ้าง ไม่ได้มองมุมเดียวแบบ Utopia” (ชิตนภา กิตติกุล, การประชุม กลุ่ม, 14 กุมภาพันธ์ 2550)

“ชอบการได้นั่งเฉยๆ เมื่อก่อนจะเป็นคนที่นั่งนิ่งๆไม่ได้เลย ต้องหาอะไรทำตลอด แต่เวลานั่งเฉยๆในคลาสรู้สึกมีความสุข ได้อยู่กับตัวเอง ได้ฟัง คนอื่นพูดได้รู้ว่าคนอื่นก็มีความคิดดีๆกันเยอะ พอได้อยู่กับตัวเองมากขึ้น ตอนนี้นำให้ผมใจเย็นขึ้นเยอะ ไม่โกรธง่ายเหมือนเมื่อก่อน” (เกียรติคุณ กานต์โกเมศ, สัมภาษณ์, 20 เมษายน 2550)

“รู้สึกว่าการได้เรียนรู้ร่วมกับ class ทำให้มีความคิดเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น ลดความเอาแต่ใจ และอารมณ์ร้อนลงได้ค่อนข้างมาก คิดถึงใจของผู้อื่นมากขึ้น มีสมาธิจดจ่อต่อการทำอะไรได้นานขึ้น แก้นิสัยการฟังแล้วชอบตัดสินไปก่อนได้มาก ทำให้รู้จักอยู่กับความเงียบ อยู่กับตัวเอง ได้สัมผัสและพูดคุยกับหัวใจของตัวเอง รู้จักตั้งคำถามว่าที่จริงแล้วที่กำลังอยู่ต้องการอะไร จะทำอะไรก็คิดมากขึ้น” (ทักษิณา บุรณพันธ์, แบบประเมินตนเอง, 22 กุมภาพันธ์ 2550)

นอกจากนี้การเรียนรู้จากกลุ่มยังเป็นสิ่งที่มีคุณค่าที่ทำให้ผู้เรียนได้เห็นมุมมองที่หลากหลายจากอาจารย์และเพื่อนร่วมชั้น และยังทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติที่มีต่อกัน

“หนูชอบฟังมากกว่าพูด เวลาฟังเพื่อนพูดก็รู้สึกว่าความคิดของเราไม่ได้ดีที่สุด ที่เขาพูดมามันดีกว่า ทำให้เห็นว่าที่เคยมองเพื่อนแบบนิ่ง จริงๆ แล้วเค้าเป็นคนที่มีความคิดดีนะ อ้อ..เค้าคิดแบบนี้ด้วยเธอ บางทีที่อยากจะพูดก็มีคนพูดแทน บางครั้งก็ได้พูดออกมาทางความคิด” (ทักษิณา บุรณพันธ์, สัมภาษณ์, 19 เมษายน 2550)

“การสนทนาอย่างลึกซึ้งในคลาส...การเรียนรู้เป็นกลุ่มมันมีพลังอย่างน่าทึ่งเลย และทำให้เขาเห็นประสบการณ์ว่า ที่คนพูดจนเป็นคำเฝือ ว่าองค์รวมมีค่ามากกว่าผลรวมแต่ละองค์ประกอบมารวมกัน มันเป็นอย่างไร”

(สรยุทธ รัตนพจนารถ, สัมภาษณ์, 25 มีนาคม 2550)

2.3 วิชาศาสนาเปรียบเทียบ

วิชาศาสนาเปรียบเทียบเป็นวิชาในกลุ่มมนุษยศาสตร์ซึ่งเป็นการส่งเสริมกระบวนการให้คุณค่า และผู้สอนมีความเห็นว่ากระบวนการสุนทรียสนทนานั้นแยกไม่ออกจากเรื่องการฝึกสติ การฝึกคุณค่าภายในเลย การใช้กระบวนการนี้ยังเป็นการสอนที่ยึดผู้เรียนเป็นสำคัญ ให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมมากกว่าที่จะสอนโดยวิธีบรรยายอย่างเดียว

2.3.1 สุนทรียสนทนา (สานเสวนา)

กระบวนการนี้เป็นการฝึกจิตทั้งภายนอกภายใน ภายนอกคือการสื่อสารกับคนอื่น รับข้อมูลได้ ส่วนภายในเป็นการฝึกจิตให้เรามีใจกว้าง มีสติ เห็นจิตใจคนอื่น

“เข้าใจตัวเองและคนรอบข้างมากขึ้น ไม่ใช่กระบวนการที่จบแคใน ห้อง แต่มันเอาไปใช้นอกห้องได้ อย่างเช่น กฎของอาจารย์ข้อหนึ่งคือการ พุดคุยกันอย่างเป็นมนุษย์ คือเวลาพุดไป คนที่เขาฟังเราให้ความรู้สึกอีกอย่าง หนึ่ง มันก็จะดีมากที่ทำให้เราได้รู้จักที่จะรับฟังผู้อื่น เพราะการเป็นผู้ฟังที่ดี อย่างน้อยเขาก็จะได้รับความสบายใจ” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 20 มีนาคม 2550)

2.3.2 การใช้ระฆังแห่งสติ

การเริ่มต้นชั้นเรียนทุกครั้งด้วยการใช้ระฆังแห่งสติ เพื่อให้กายและใจของผู้เรียน พร้อมที่จะเรียน มีสติอยู่กับปัจจุบัน

“ทำให้เราพร้อมที่จะทำอะไรต่อไป อยู่กับตัวเอง”

“เหมือนการรวบรวมสติ เปิดโล่งพร้อมรับสิ่งต่าง ๆ”

(บันทึกการสนทนากลุ่ม, 20 มีนาคม 2550)

2.3.3 การใช้เรื่องเล่า

หลังจากนั่งสงบนิ่งโดยใช้ระฆังแห่งสติแล้ว ผู้สอนจะให้ผู้เรียนออกมาเล่าเรื่องราว ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในช่วงที่ผ่านมา เหตุการณ์ที่เป็นความประทับใจให้เพื่อนในชั้นฟัง เป็นการฝึกให้ผู้เรียนมีการพุด และฟังอย่างมีสติ ฟังอย่างลึกซึ้ง

2.3.4 การใช้เกมส์/กิจกรรม

ผู้สอนใช้กิจกรรมต่าง ๆ ที่ประยุกต์มาจากการที่ได้ไปเรียนรู้มา เช่นการนับเมล็ด พันธุ์แห่งความดี เพื่อให้ผู้เรียนได้ตระหนักถึงความดีของตนเอง และของผู้อื่น กิจกรรม สามเหลี่ยมสัมพันธ์ทำให้ผู้เรียนได้เห็นถึงความสัมพันธ์เชื่อมโยงของผู้คนในสังคมที่การเคลื่อนที่ ของคนคนหนึ่งทำให้มีผลกระทบต่อคนที่เหลือ

“สามเหลี่ยมที่อาจารย์สอน สอนให้เราสำนึกเข้าไปในสมอง เราต้อง สามเหลี่ยมสัมพันธ์กัน” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 20 มีนาคม 2550)

“ทำให้ขอบเขตของคำว่าความดีมากขึ้น ทำให้รู้สึก ว่า เออ เราก็ทำดี มามากเหมือนกันนะ ได้จากการนับเมล็ดถั่วเขียว มันจะมีเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่คิดไม่ถึงว่ามันคือความดีได้” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 20 มีนาคม 2550)

จากการสังเกตอย่างมีส่วนร่วมของผู้วิจัยในชั้นเรียนที่เป็นกรณีตัวอย่างทั้งสามกรณี รวมถึงข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ผู้สอน จัดสนทนากลุ่มผู้เรียน เอกสารการประเมินตนเอง ประเมินชั้นเรียน และการเขียน journal ของนักศึกษา ทำให้สามารถสรุปปัจจัยร่วมของทั้งสามกรณีตัวอย่างที่มีความสำคัญต่อการจัดการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษาและเป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียน ได้ดังนี้

2.4 สรุปเปรียบเทียบปัจจัยร่วมและปัจจัยที่แตกต่างในสามกรณีตัวอย่าง

2.4.1 ปัจจัยร่วมของทั้งสามกรณีตัวอย่าง มี 4 ด้าน ได้แก่

1. ด้านกิจกรรมกระบวนการเรียนรู้
2. ด้านบรรยากาศการเรียนรู้
3. ด้านตัวผู้สอน
4. ความเป็นชุมชนแห่งการเรียนรู้ (Community of Practices)

1. ปัจจัยด้านกิจกรรมกระบวนการเรียนรู้

กิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวจิตตปัญญาศึกษาที่ใช้ในสามชั้นเรียนเป็นกิจกรรมที่มีอยู่อย่างต่อเนื่องเป็นประจำสม่ำเสมอ ได้แก่การฝึกสมาธิก่อนเรียน และ/หรือ หลังเรียน ฝึกการเจริญสติเพื่อให้ผู้เรียนได้ย้อนกลับเข้าไปภายในตนเอง ฝึกให้เท่าทันกระบวนการทางความคิด การรับรู้ความรู้สึก มีเวลาพิจารณาใคร่ครวญกับข้อมูลที่ได้รับรู้ หรือประสบการณ์ที่ได้สัมผัสจากการใช้สุนทรียสนทนา ให้ผู้เรียนได้ฝึกการฟังอย่างลึกซึ้ง ไม่ตัดสิน เห็นในความเท่าเทียมเคารพในความแตกต่าง และเชื่อมั่นในความเป็นมนุษย์ การใช้เรื่องเล่าจากประสบการณ์ตรงของเพื่อนร่วมชั้น อาจารย์ผู้สอน หรือการได้มีปฏิสัมพันธ์จากวิทยากรผู้เป็นแบบอย่างและปฏิบัติจริงเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดแรงบันดาลใจ และยังเป็น การเปิดโลกทัศน์ มุมมองต่อโลกและชีวิตให้กว้างขวาง ลึกซึ้งยิ่งขึ้น

ตารางที่ 11 สรุปกิจกรรมตามแนวคิดตปัญญาศึกษาที่ทั้งสามกรณีตัวอย่างนำมาใช้ในการจัดการเรียนการสอน

รายวิชา	กิจกรรมที่ทั้งสามวิชาใช้ในการจัดการเรียนการสอน						
	สมาธิ	เจริญสติ	journal	สุนทรียสนทนา	สัมผัสสภาพธรรมชาติ	อ่านหนังสือ	เชิญวิทยากร
1. เทอร์โมไดนามิกส์	✓	✓	✓				✓
2. การจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
3. ศาสนาเปรียบเทียบ	✓	✓		✓			

2. ปัจจัยด้านบรรยากาศการเรียนรู้

บรรยากาศการเรียนรู้ในสามชั้นเรียนเป็นบรรยากาศของความอบอุ่น ผ่อนคลาย เป็นกันเอง จากความสัมพันธ์อันดีที่มีต่อกันระหว่างเพื่อนร่วมชั้นเรียน ครูและศิษย์ที่มีความสนิทสนมใกล้ชิดแต่ยังคงแฝงไว้ด้วยความเคารพ การช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ความปรารถนาดีที่มีต่อกัน เป็นบรรยากาศที่ช่วยโอบอุ้มแต่ละคนในชั้นเรียนให้เกิดการเรียนรู้และพัฒนาจากสิ่งที่ตนเองเป็น อีกทั้งยังมีช่วงเวลาที่มีความนิ่ง ความเงียบ ในช่วงของการนั่งสมาธิและสุนทรียสนทนา การฝึกให้ฟังอย่างไม่ตัดสินทำให้เกิดความไว้วางใจ ความรู้สึกปลอดภัย อีกทั้งยังเป็นการสร้างปฏิสัมพันธ์กันอย่างเป็นกัลยาณมิตร

3. ปัจจัยด้านตัวผู้สอน

อาจารย์ผู้สอนทั้งสามคนเป็นผู้ที่มีความตั้งใจที่จะพัฒนามิตติ์ด้านในของตนเอง มีการฝึกปฏิบัติและเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง เป็นผู้มีความรักความเมตตา (compassion) ปรารถนาดีต่อศิษย์อย่างจริงใจ มีวิธีการสอนการชี้แนะโดยไม่ตั้งใจที่จะเปลี่ยนแปลงศิษย์ แต่สนับสนุนให้ศิษย์ได้เปลี่ยนแปลงตนเองโดยการสร้างโอกาสการเรียนรู้ และจัดบรรยากาศสภาพแวดล้อมให้ศิษย์ได้มีประสบการณ์ตรงด้วยตนเอง รู้จักตนเอง ด้วยความเชื่อมั่นในความเป็นมนุษย์ เชื่อว่ามนุษย์ทุกคนสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างไม่มีขีดจำกัด เป็นผู้ที่ยอมรับความแตกต่าง เปิดใจกว้าง (openness) ใจรับฟัง มีความชัดเจน (clarity) และเป็นแบบอย่าง (role model) ในสิ่งที่ตนเองสอน กล่าวคือนอกกรอบ กล่าวที่จะใช้แนวทางการสอนที่ไม่ใช้วิธีการสอนโดยทั่วไปหากเห็นว่าสิ่งนั้นก่อประโยชน์ต่อการพัฒนาศิษย์

4. ปัจจัยในความเป็นชุมชนแห่งการเรียนรู้ (Community of Practices)

ลักษณะของชั้นเรียนทั้งสามกรณีตัวอย่างมีลักษณะเป็นชุมชนแห่งการเรียนรู้ที่มีการเรียนรู้จากการปฏิบัติทั้งของตนเองและผู้อื่น มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เป็นพื้นที่ของการฝึกปฏิบัติร่วมกัน เป็นพื้นที่ที่ปลอดภัย เพื่อให้สามารถเปิดเผยตัวตน รู้จักตัวเอง รู้จักกันและกัน ได้มากขึ้น โดยมีการยอมรับในความแตกต่างหลากหลาย เชื่อมมั่นในศักยภาพของความเป็นมนุษย์ ได้มองเห็นความเป็นตนเองในผู้อื่น เห็นความเกี่ยวพันเชื่อมโยง มีความสัมพันธ์ที่ชัดเจน และจริงใจ ความเป็นกัลยาณมิตรต่อกัน

“ทุกคนในวงล้วนเป็นกัลยาณมิตร เพราะทุกคนหวังดีต่อกัน และจะไม่ตัดสินเราในสิ่งที่เราคิดหรือพูดออกไป (ศิวัพร กิจอุดมทรัพย์, การประเมินอาจารย์และประเมินชั้นเรียน, กุมภาพันธ์ 2550)

“คนล้านคนอยู่ร่วมกันในเมืองใหญ่ทั่วโลก แต่กระนั้นแม้อยู่ใกล้ชิดกันเช่นนี้หลาย ๆ คนก็ยังรู้สึกโดดเดี่ยว บางคนก็ไม่มีแม่มนุษย์สักคนมาแบ่งความรู้สึกเล็ก ๆ ด้วยกัน และดำรงชีวิตอยู่ในสภาวะที่ปั่นป่วนสับสน...แต่การพัฒนาสังคมมนุษย์นั้นมีพื้นฐานอยู่ที่การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ...ครั้งเราสูญเสียลักษณะหลักของมนุษยชาติที่เป็นรากฐานของเราแล้วการแสวงหาแต่พัฒนาการทางวัตถุจะช่วยเหลืออะไรได้เล่า... จากหนังสือ กล้าฝันเพื่อมนุษยชาติ ในภาคผนวกซึ่งเป็นพระนิพนธ์ของทะเลลามา... เมื่อได้อ่านแล้วทำให้ตอบได้ว่าทำไม class นี้เราถึงมีความสุข ทำให้รู้สึกสนิทกับคนใน class ทุกคนดูเป็นกัลยาณมิตร เพราะการช่วยเหลือกันและกันที่ทุกคนมีให้ จึงทำให้เราไม่รู้สึกโดดเดี่ยว รู้สึกดีทุกครั้งที่เพื่อน ๆ คอยหยิบยื่นสิ่งดี ๆ ให้กันและกัน แบ่งปันหนังสือให้ยืม ชมมอรรอย ๆ ซึ่งคิดว่าเป็นส่วนสำคัญของการเดินทางใน class นี้” (สมพงษ์ วรกุล, การประเมินอาจารย์และประเมินชั้นเรียน, กุมภาพันธ์ 2550)

2.4.2 ปัจจัยที่แตกต่างของทั้งสามกรณีตัวอย่าง

กรณีตัวอย่างทั้ง 3 กรณีที่ผู้วิจัยได้เข้าไปสังเกตมีความแตกต่างกันในหลายด้าน ที่สำคัญและมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของผู้เรียน ได้แก่

1. บริบท
2. เนื้อหาวิชา
3. กระบวนการเรียนรู้
4. การประเมินผล

1. บริบท

การเป็นวิชาเลือกหรือวิชาบังคับมีผลต่อขนาดชั้นเรียน เนื่องจากในวิชาบังคับนักศึกษาทุกคนในภาควิชาต้องลงทะเบียนเรียนในวิชานั้นๆ ทำให้นักศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนในวิชาที่มีจำนวนมาก ส่งผลให้เป็นอุปสรรคต่อการจัดกิจกรรม หรือกระบวนการเรียนรู้ เนื่องจากอาจารย์ผู้สอนไม่สามารถจัดกิจกรรมได้หลากหลาย การนำนักศึกษาไปเรียนนอกสถานที่ทำได้ยาก การดูแลผู้เรียนเป็นรายบุคคลก็ทำได้ไม่ทั่วถึง นอกจากนี้นักศึกษาที่เข้ามาเรียนยังมีความหลากหลายมากน้อยต่างกัน ในวิชาเลือกนักศึกษาที่ลงทะเบียนเข้ามาเรียนจะมีความสนใจในวิชานั้นอยู่ในระดับหนึ่งทำให้เลือกจัดกิจกรรมตามความสนใจของผู้เรียนได้ง่ายกว่า ส่วนนักศึกษาที่เรียนเป็นวิชาบังคับจะมีความหลากหลายของผู้เรียนสูงมากดังนั้นการออกแบบการเรียนการสอนตามความสนใจของผู้เรียนจึงทำได้ยาก

2. เนื้อหาวิชา

ทั้งสามกรณีตัวอย่างมีเนื้อหาวิชาที่แตกต่างกันอย่างชัดเจน กรณีตัวอย่างที่สองและสามคือวิชาการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมเป็นวิชาที่เอื้อต่อการสอนตามแนวคิดตปัญญาศึกษาเนื่องจากเป็นวิชาเพื่อพัฒนาจิตสำนึกของผู้เรียนให้ใส่ใจต่อธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ส่วนวิชาศาสนาเปรียบเทียบเป็นวิชาในกลุ่มมนุษยศาสตร์ที่เน้นการพัฒนาระบบคุณค่า ส่วนวิชาเทอร์โมไดนามิกส์ในกรณีตัวอย่างที่หนึ่งนั้นเป็นวิชาที่เน้นให้ผู้เรียนมีทักษะในการคิดคำนวณเพื่อเป็นพื้นฐานของการเรียนวิชาอื่นๆต่อไป แต่ถึงกระนั้นอาจารย์ผู้สอนก็ได้สอดแทรกเรื่องของคุณค่าและชีวิตเข้าไปในเนื้อหาได้เป็นอย่างดี

3. กระบวนการเรียนรู้

ปัจจัยที่สำคัญอย่างหนึ่งของการเรียนรู้ตามแนวคิดตปัญญาศึกษาคือการให้ผู้เรียนได้มีการฝึกปฏิบัติ มีประสบการณ์ตรง ลงมือปฏิบัติจริง เรียนรู้จากผู้อื่นที่หลากหลายดังเช่นวิชาทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมได้จัดให้ผู้เรียนได้มีประสบการณ์ตรง ทำให้ผู้เรียนสามารถเชื่อมโยง เห็นความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันของชีวิตและสิ่งแวดล้อม ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวของสรรพสิ่งได้ดี

“สอนให้เป็นประสบการณ์ตรง ไม่ว่าจะเป็น อ.อาจอง อาจารย์พาเราไปพบวิทยากรโดยตรง เช่น คุณแม่อมรา ทำให้เราได้ฝึกการพัฒนากระบวนการความคิดของเราเองด้วย วิชาอื่นเราไม่ได้เห็นจริง ขาดความเชื่อมโยง”

การทำกิจกรรมต่างๆในชีวิตประจำวัน ก็ล้วนแล้วแต่เป็นบทเรียนที่ก่อให้เกิดการเรียนรู้ได้ทั้งสิ้น เมื่อผู้เรียนได้กลับมาไตร่ตรองสะท้อนในการเขียนบันทึกยิ่งทำให้สามารถเชื่อมโยงสิ่งที่เรียนรู้ในวิชา กับชีวิตได้เป็นอย่างดี

“การไปพบไปเจอกับเรื่องต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันของเรานั้นแหละ ค่อยกับเพื่อนบ้าง ค่อยกับพ่อแม่บ้าง ไปดูหนังเอย อ่านหนังสือ(ทั้งหนังสือเรียน และหนังสืออ่านเอง นิยายสาร ฯลฯ) ซึ่งมันเข้ามาหาเราเอง แค่ว่าเราได้คิด ไตร่ตรองเวลาเรื่องต่างๆ มากกระทบกับเรา (สำคัญนะ...เพราะบางครั้งเราก็ไม่คิดอะไรกับเรื่องที่ผ่านมาเข้ามาในชีวิตเรานัก) มันก็จะเกิดความเชื่อมโยงกับประเด็นที่เกี่ยวข้องกับวิชานี้ได้เอง ยิ่งคิด ก็ยิ่งเข้าใจและเห็นความเชื่อมโยงระหว่างสิ่งต่างๆ มากขึ้น...มากขึ้น” (สุวิมลนา ชุมพลกุลวงศ์, แบบประเมินตนเอง, 23 กุมภาพันธ์ 2550)

“ในการมองสิ่งหนึ่ง ๆ นั้นเราไม่สามารถมองเห็นความจริงได้ หากเราละเอียดองค์ประกอบที่รวมเป็นหนึ่ง ๆ ซึ่งการมอง ต้องมองในองค์ประกอบที่เป็นสภาพที่แท้จริงของสิ่งนั้น ๆ ไม่ใช่มองในองค์ประกอบที่เราอยากให้เห็นนั้นเป็น” (ภาณุมาศ จิรภัทร์, บันทึกการเดินทาง, 12 พฤศจิกายน 2550)

นอกจากนี้ผู้เรียนยังได้เห็นสาระสำคัญของเนื้อหาวิชาที่เรียน รวมถึงเป้าหมายรายวิชา และเกิดทักษะตามวัตถุประสงค์ของวิชานั้นๆ ได้อย่างแท้จริง

“การอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติไม่ใช่แค่เพียงแต่การเรียนรู้ว่าเราจะอนุรักษ์ทรัพยากรอย่างไรหากแต่มันต้องมาจากข้างในจริง ๆ คือการที่เรามองเห็นความสำคัญของมันจริง ๆ” (ทศพล จงประเสริฐ, แบบประเมินตนเอง, 22 กุมภาพันธ์ 2550)

“ผมคิดว่า class นี้มีประโยชน์มากกับคนที่เรียนแล้วก็กลับไปดูจิต ดูใจตัวเอง เรียนแล้วเชื่อมโยงกับสรรพสิ่ง ซึ่งปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับ class เกิดกับตัวเองมันก็มีประโยชน์ต่อการเรียนรู้ ที่เมื่อเราจริงใจกับมันแล้วปัญหานั้นก็ดูว่าจะแก้ไขได้สำเร็จ ทุกสิ่งที่เกิดขึ้นกับทุกคนและร่วมแบ่งปันประสบการณ์นั้นด้วยกันมันก็จะยิ่งรัก class นี้มากขึ้นทุกทีและรู้สึกว่าการ class นี้ไม่ได้จบลงเลย” (สมพงษ์ วรกุล, การประเมินอาจารย์และประเมินชั้นเรียน, กุมภาพันธ์ 2550)

4. การประเมินผล

รูปแบบการประเมินผลในวิชาการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมต่างจากวิชาอื่นคือ มีการแบ่งการประเมินออกเป็นสามส่วน คือให้ผู้เรียนประเมินตนเอง ให้เพื่อนประเมิน และอาจารย์ประเมิน โดยดูจากการมีส่วนร่วมในชั้นเรียน ความตั้งใจที่จะเรียนรู้ พัฒนาการที่เกิดขึ้น โดยเน้นที่การประเมินเพื่อพัฒนามากกว่าที่จะตัดสินผล และให้ผู้เรียนได้ประเมินตนเอง (self-reflection) ในระหว่างที่เรียน โดยให้ผู้เรียนใช้ “การตระหนักรู้” เป็นเครื่องมือในการประเมิน

“ให้เขาดูตัวเองประเมินคุณภาพคุณภาพการเรียนรู้ของตัวเองตลอด และต้องมีประเมินกับเขาตลอด โดยที่ดูความสนใจในชั้นเรียน ดู journal ของเขา ดูการส่งงานของเขาผมจะประเมินในแง่นักศึกษาแต่ละคนเขามีภาวะอย่างไร เขามีที่มาที่ไปอย่างไร และเขามีความพร้อมทางกาย ทางอารมณ์ ทางสังคม ทางจิตวิญญาณอย่างไร และการเรียนรู้แบบไหนที่มันเหมาะกับคนคนนั้นมากที่สุด ทั้งในแง่ปัจเจก และกลุ่ม อันนี้ต่างหากซึ่งเป็นการบ้านที่ผมทำตลอดเวลาว่า เขาอยู่ฐานะไหนกันแล้ว ใครตอนนี้นักมันสติแตกหลุดลอยไปกับข้างนอกเยอะพอหรือยังที่เราจะเตือนเขา ได้ลองได้เห็นไหมว่าจิตอยู่ที่ไหน ต้องให้เครื่องมือต่าง ๆ เหล่านี้กับเขา เพื่อที่เขาจะให้ใช้ประเมิน และเรียนรู้ตนเองด้วย” (สรยุทธ รัตนพจนารถ, สัมภาษณ์, 25 มีนาคม 2550)

สิ่งที่ประเมินนั้นไม่ใช่ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ใช้การสอบข้อเขียนเพื่อวัดความรู้ของผู้เรียน แต่ผู้สอนจะประเมินการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นว่าผู้เรียนมีการพัฒนาในทางที่ดีขึ้นอย่างไร

“ประเมินเรื่องของ transformation การเปลี่ยนแปลงว่า เปลี่ยนแปลงไปสู่คุณภาพใหม่ที่มันดีกว่าเดิม เช่น มีมุมมองที่จากเดิมที่เห็นว่ามุมมองในแง่ลบต่อธรรมชาติว่า มนุษย์ก็อย่างนี้แหละ โลก และสังคมมันแก้ไม่ได้ แต่เขาเห็นว่าจริงๆ แล้วมันแก้ได้โดยเริ่มจากตัวเอง หรือมองว่าคนลบเหลือเกินจริงๆ แล้วมนุษย์ก็ยังมีหวัง และไม่ยากอะไรที่จะเป็นคนดีกันเยอะหรือเห็นต่างจากเดิมที่ว่าเรื่องของฉัน เรื่องของคนอื่น มาเห็นว่าฉันปล่อยเรื่องของคนอื่นไม่ได้แล้ว ทุกคนมันมี interconnectedness” (สรยุทธ รัตนพจนารถ, สัมภาษณ์, 25 มีนาคม 2550)

“มันเป็นการเรียนแบบช่วยกัน มันวัดที่ตัวเรา ถ้าเราประสบความสำเร็จกับตัวเราแล้วเกรดอะไรก็ช่าง” (สมพงษ์ วรกุล, การประชุมกลุ่ม, กุมภาพันธ์ 2550)

การประเมินที่เน้นการพัฒนา ทำให้ผู้เรียนให้ความสำคัญกับคะแนนและเกรดน้อยกว่าผลที่เกิดขึ้นต่อตนเองตนเอง ไม่เห็นความสำคัญของเนื้อหามากกว่ากระบวนการ และรู้จักที่จะประเมินตนเองเพื่อเป็นฐานของการพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสมต่อไป

“ทำโดยไม่ได้นึกถึงคะแนน ไม่เคยคิดว่าจะต้องได้เกรดอะไร ทำไปตามใจของตัวเอง ไม่ได้ถูกบังคับให้ทำ ถ้าอาจารย์เอาหนังสือมา สอน lecture ก็คงไม่แตกต่างในเนื้อหา แต่น่าจะแตกต่างทางคุณค่ามากกว่า” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 14 กุมภาพันธ์ 2550)

“วิชานี้ถือเป็นวิชาแรกที่เรียนแล้วไม่รู้สึกรู้ว่าฉันจะต้องได้เกรดสวย ๆ เพื่อใส่ใน Transcript หรือได้รับคะแนนดี ๆ เพื่อที่จะได้ไม่ต้องรู้สึกแย่หรือหดหู่ใจ หนูรู้สึกว่าเป็นช่วงที่เรียนหนูมีความสุขมาก ทั้งการที่ได้อ่านหนังสือหลาย ๆ เล่ม ทั้งการได้ทำ Dialogue ไปเจริญสติ หรือแม้แต่ตอนที่รู้สึกที่ตัวเองสับสนก็ตาม เพราะทุกสิ่งที่ได้รับและเกิดขึ้น ทั้งหมดมันเป็นการเรียนรู้และประสบการณ์ที่จะติดอยู่ที่ตัวหนู มันเป็นการเรียนรู้ที่ทำให้หนูได้รู้จักตัวเองมากขึ้น ซึ่งวิชาอื่น ๆ ไม่เคยให้อะไรแบบนี้เลย มีแต่จะให้ท่อง ๆ สอบ ๆ แล้วก็ทำให้เกิดความรู้สึกว่า ความรู้ที่เราพยายามจะเรียนรู้มัน เราทำเพื่อตัวเลขตัวหนึ่งนั่นแหละหรือ แล้วมันจะได้อะไรขึ้นมาในเมื่อพอได้รับตัวเลขนี้มาแล้วความรู้ที่เรารู้มามันก็จางหายไปหมด.....”

ส่วนที่ 3 : บทวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงของผู้เรียน

ในส่วนของการเปลี่ยนแปลงผู้เรียนจะได้นำเสนอข้อมูลโดยแบ่งเป็น 4 หัวข้อ ได้แก่

- 3.1 การวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงของผู้เรียนในภาพรวมของแต่ละวิชา
- 3.2 วิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงผู้เรียนจากการตั้งคำถาม “อะไรคือเป้าหมายชีวิตของเรา” เปรียบเทียบก่อนเรียน (Pretest) และหลังเรียน (Posttest)
- 3.3 การวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงของผู้เรียนจากการเขียนบันทึกการเดินทาง (Journal) จำนวน 6 กรณีศึกษา
- 3.4 ปัจจัยที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตัวผู้เรียน

3.1 การวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงของผู้เรียนในภาพรวมของแต่ละวิชา

3.1.1 การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับผู้เรียนวิชาเทอร์โมไดนามิกส์

ผู้เรียนได้สะท้อนให้เห็นความเปลี่ยนแปลงของตนเองในแง่มุมมองต่างๆ จากการประชุมกลุ่ม ทำให้เห็นว่าผู้เรียนมีการเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านโลกทัศน์ ที่สะท้อนออกมาเป็นพฤติกรรม การเห็นแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ต่างไปจากเดิม

“อยากเป็นผู้ให้มากขึ้น รู้สึกว่าชีวิตเราไม่ใช่แค่เกิดมา โต ทำงาน เรียน จบ มันไม่ใช่” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 21 กันยายน 2549)

“อย่างสมมุติเวลาทะเลาะกับเพื่อน เราอาจจะไม่พอใจกับคนๆ หนึ่ง ไม่พอใจกับการกระทำของเขา และเราก็หงุดหงิดตามไปด้วย ทั้งๆที่เขาทำ และเราก็ไม่พอใจ และเราจะไปบังคับให้เขาทำอย่างที่เราพอใจก็ไม่ได้ เราเหมือนกับปล่อยวางดีกว่า อย่าเอาการกระทำของเขามาทำให้เราไม่สบายใจ” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 21 กันยายน 2549)

“วิชาอาจารย์มองความเป็นคน เป็นจิตใจ เหมือนการใช้ชีวิต มันต้องมีหลายๆด้าน มันจะว่าด้านไหนไปด้านหนึ่งมันเป็นไปไม่ได้ การทำงานมันต้องเก่งต้องแข่งขัน การทำงานก็สอนให้คนเราลึกๆแล้วมีจิตใจที่ดี ถึงสภาวะแวดล้อมอาจจะแข่งขัน คนเราก็ต้องมีการแข่งขัน แต่ถ้าจิตใจข้างในแข่งขันจนมากเกินไป ความเป็นคนมันจะหายไป” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 21 กันยายน 2549)

“อาจารย์จะนำอะไรที่นอกกรอบวิชาเทอร์โมไดนามิกส์มาให้ เป็นวิชาเทอร์โมไดนามิกส์ได้ มันจะคล้ายๆเป็นการจุดประกายว่า การดำรงชีวิตต่อไปของผมห้ถ้าทำแบบนี้ได้มันจะส่งผลดี พยายามคิดอะไรที่มองโดยภาพรวม มองอะไรให้ครอบคลุมทั้งหมด จากเมื่อก่อนอาจจะมองไม่ครอบคลุมทั้งหมด แต่พอตอนนี้ก็ได้เป็นไอเดียว่า อย่างนี้ควรจะทำอย่างนี้ก็ได้นะ ไม่ใช่ว่าจะต้องเป็นอย่างนี้อย่างเดียว มันมาจุดประกายความคิด แต่ถ้าตอนนี้ยังทำไม่ได้ แต่ถ้าผมพยายามปรับตัวขึ้นไปมันก็จะเป็ผลดีต่อผมหอง” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 21 กันยายน 2549)

3.1.2 การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับผู้เรียนวิชาการจัดการทรัพยากร ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

การเปลี่ยนแปลงที่สำคัญที่เกิดขึ้นในตัวผู้เรียน ได้สะท้อนให้เห็นจากการเขียน journal การบอกกล่าวพูดคุยกัน หรือจากการประเมินตนเองว่าผู้เรียนมองเห็นว่าชีวิตมีความเชื่อมโยงกับสรรพสิ่ง มองเห็นผลกระทบที่เกิดจากการกระทำของตนเองต่อสิ่งอื่น ซึ่งเป็นผลจากการได้เปิดโลกทัศน์จากการอ่านหนังสือที่กำหนดให้ในชั้นเรียนรวมถึงการได้พบกับวิทยากรที่เป็นแรงบันดาลใจ

“ทุกวันนี้เริ่มคิดถึงสิ่งรอบตัวมากขึ้นและมองลึกขึ้น อะไรที่เมื่อก่อนว่าไม่เกี่ยวข้องกัน เดี่ยวนี้ชักเริ่มที่จะไม่แน่ใจ ก่อนจะทำการคิดอย่างละเอียด ประกอบกับมองในมุมที่ไม่เคยคิดแม้แต่จะมอง จนทำให้การกระทำ พฤติกรรมและผลที่ได้จากการกระทำนั้นเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้น” (พาทิศ มหาภักดีคุณ, แบบประเมินตนเอง, 20 กุมภาพันธ์ 2550)

“เริ่มจากการได้อ่านอิชมาเอล ทำให้ผมได้เห็นภัยของความเห็นแก่ตัวของคนซึ่งเมื่อก่อนผมรู้สึกว่าเป็นเรื่องธรรมดาเพื่อนทุกคนก็มีความเห็นแก่ตัวทั้งนั้น และที่ผมมาเปลี่ยนแปลงมากที่สุดก็คือตอนที่ได้ไปบ้านพี่วิฑูรย์ มันทำให้ผมคิดถึงคนอื่นมากขึ้น(ความรักชาติฟุ้งปรี่ด) บอกตรง ๆ ว่าผมก็เริ่มปลงเหมือนกัน ไม่ใช่ปลงในชีวิตนะครับแต่ปลงในความทะยานอยาก ปลงในความต้องการที่ไม่สิ้นสุดของตัวเอง ผมเริ่มรู้สึกว่าธรรมชาติหรือสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ บนโลกนั้นมีความสำคัญกับผมไม่น้อยไปกว่าความรู้สึกที่ว่าผมเป็นสิ่งเดียวที่พระเจ้าสร้างขึ้นมาบนโลกใบนี้” (ทศพล จงประเสริฐ, แบบประเมินตนเอง, 22 กุมภาพันธ์ 2550)

ผู้เรียนเห็นว่าตนเองสามารถเลือกทางเดินชีวิตที่เหมาะสมได้โดยไม่ต้องตามกระแสสังคม เข้าใจโลกและชีวิตเพิ่มขึ้น ซึ่งผู้เรียนได้สะท้อนว่าการเปลี่ยนแปลงนี้เกิดขึ้นจากการได้สัมผัสพูดคุย รับประทานอาหารต่อสู้อะไรและการทำงานอย่างมีอุดมการณ์ของวิทยากร

“สิ่งที่ได้จากคลาสพี่วิฑูรย์คือ ความกล้าหาญ ที่เชื่อมั่นในสิ่งที่ตัวเองทำ สิ่งที่ถูกต้องในความจริง มันทำให้หนูรักข้าวที่กิน” (สฤดี โชติรัตน์, บันทึกการเดินทาง, มกราคม 2550)

“ผมอยากเรียนโททางด้านเกษตร แต่พอคิดว่าจะทำงานทางด้านเกษตร ผมกลับรู้สึกกลัว กลัวกับคำพูดที่ว่า เป็นเกษตรมีแต่จนและลำบาก

กลัวกับการที่ผมจะมีคำนำหน้าว่าเป็น เกษตรกร ในคลาสพีวีทิวรย์ผมเห็นพลัง จากการทำงานของกลุ่มคนเล็ก ๆ ผมรู้สึกนับถือ ชื่นชม และเห็นว่าสิ่งที่เรา จะทำอะไรให้สำเร็จ เราจำเป็นต้องมีความรู้ในเรื่องนั้น ๆ ให้มาก นอกจากนี้ ผมยังรู้สึกสนใจในเรื่องภูมิปัญญาไทย ความหลากหลายของไทยที่น่าศึกษา และคลาสพีวีทิวรย์ก็ทำให้ผมอยากเป็นเกษตรกร อยากพิสูจน์ว่า การเป็น เกษตรกร ก็เป็นอาชีพที่น่าสนใจ อยากให้รู้ว่าเกษตรเป็นอาชีพที่สุขสบายได้ ผมได้อ่าน ‘ปฏิวัติยุคสมัยด้วยฟางเส้นเดียว’ อ่าน ‘เกษตรกรรรมสำนึก’ ได้ดู รายการเกี่ยวกับฟาร์มโชคชัย ก็เต็มกำลังใจแล้วบ้างที่จะทำให้ผมเดินไป ในทางเกษตรและไม่อายที่จะใช้คำว่าผมเป็น เกษตรกร ” (สมพงษ์ วรกุล, บันทึกการเดินทาง, 29 มกราคม 2550)

นอกจากนี้ยังเห็นว่าผู้เรียนเกิดความเชื่อมั่น ศรัทธาในความเป็นมนุษย์ที่เป็นผู้มี ศักยภาพ สามารถพัฒนาและเปลี่ยนแปลงตนเองได้ และยังมีความรู้สึกชื่นชมยินดีกับการที่ได้ เห็นความเปลี่ยนแปลงของตนเอง และของเพื่อน

“คนเราเปลี่ยนแปลงตัวเองได้ในทางที่ดีขึ้นได้รวดเร็วไม่น่าเชื่อเลย ทำให้มองเห็นศักยภาพในการพัฒนาของคนและเชื่อมั่นมากขึ้นว่ามันเป็นไปได้ นะเนี่ย” (ชิตนภา กิตติกุล, แบบประเมินตนเอง, 17 กุมภาพันธ์ 2550)

“การเรียนรู้ในวิชานี้ ทำให้หนูได้มีโอกาสสัมผัสกับแนวคิดที่ หลากหลายในการมองเหตุและปัจจัยของเหตุการณ์ต่างๆซึ่งทำให้หนูเข้าใจว่า ปัญหาต่าง ๆ นั้นเกิดมาจากการวางตัวเราไว้ผิดที่ผิดทางเราไม่สามารถ แก้ปัญหาต่างๆโดยการเอาตัวเองเป็นที่ตั้งได้ หากแต่ต้องแก้ปัญหาด้วยการ เอา ชุมชน และโลก/นิเวศเป็นที่ตั้ง” (ภาณุมาศ จิรภัทร์, แบบประเมินตนเอง, 24 กุมภาพันธ์ 2550)

3.1.3 การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับผู้เรียนวิชาศาสนาเปรียบเทียบ

การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับผู้เรียนในชั้นเรียนนี้ ผู้เรียนได้สะท้อนให้เห็นจากการ ประชุมกลุ่มผู้เรียน โดยส่วนใหญ่ให้เหตุผลว่าการเปลี่ยนแปลงของตนเกิดจากการมีกระบวนการ สานเสวนา (สุนทรียสนทนา) ในชั้นเรียนอย่างสม่ำเสมอ ทำให้ผู้เรียนตัดสินใจลด ละ พัง อย่างลึกซึ้งมากขึ้น เอาใจเขามาใส่ใจเรา ใจเย็นอดทนและเคารพในความหลากหลายมากขึ้น

“Dialogue ที่ทำให้เลิกไปเลยก็คือ การตัดสินคนอื่น เห็นเขาเป็นเขา ไม่มีภาพอะไรล่องหน้า ใจจะวางเฉย ความจริงของเขากับเราไม่เหมือนกัน

ปล่อยให้เป็นอย่างที่มันเป็น เราจะเข้าใจเขาในฐานะที่เป็นมนุษย์ ทำให้รับเรื่องทุก ๆ อย่างได้” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 20 มีนาคม 2550)

“สิ่งที่เน้นตลอดคือการฟังอย่างลึกซึ้ง ให้เราเข้าใจสิ่งที่อาจารย์สื่อสาร อีกอันหนึ่งคือการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ ก็ทำให้เราเข้าใจว่า เขาและเราก็ต่างมีศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์เหมือนกัน เราก็ต้องทำให้มันเข้ากันได้ การฟังอย่างลึกซึ้ง การปฏิบัติ เป็นการปลุกจิตวิญญาณของเรา เราต้องพูดโดยที่มีสติก่อนพูด ฟังอย่างมีสติ” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 20 มีนาคม 2550)

“แต่เดิมชอบตัดสิน พอได้เข้าใจ มีสองประโยคที่ติดอยู่ในใจคือ ฟังให้จบ และความจริงของเขาไม่เหมือนเรา” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 20 มีนาคม 2550)

“ใจเย็นขึ้น อดทนอะไรได้มากขึ้น เมื่อก่อนนี่จะเป็นแบบ อะไรที่ไม่เป็นดังใจก็จะปฏิเสธ ตอนนี่ก็จะใจเย็น และรับฟังผู้อื่นว่าเขาพูดอะไร คิดอะไร รู้สึกอย่างไร” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 20 มีนาคม 2550)

“เรียนแล้วเริ่มเข้าใจ เรียนรู้อ่อน ทำให้รู้สึกดีขึ้นกับศาสนาต่าง ๆ อดคิดน้อยลงเป็นความเข้าใจแทน ตอนแรกมาก็ใช้กับตัวเองมาทำ Dialogue กับตัวเอง เพราะตัวเองบางครั้งก็ขัดแย้ง พอมาทำความเข้าใจกับตัวเอง คุยกับตัวเอง ก็เข้าใจตัวเองมากขึ้น ความสัมพันธ์กับคนรอบข้างดีขึ้น เมื่อก่อนอคติกับอิสลาม เพราะมัสนิดตรงข้ามวัดและชอบเอาไม้ค้ำเสาใส่วัด ตอนนี่ก็ไม่เหมารวมว่าคนมุสลิมไม่ดี (ที่เกิดปัญหาชายแดนภาคใต้) ที่เปลี่ยนไปเกิดจากความเข้าใจ ทั้งเนื้อหา Dialogue องค์กรรวมและการคิดด้วย การเอาใจเขามาใส่ใจเรา ทำให้เชื่อมต่อกันได้” (บันทึกการสนทนากลุ่ม, 20 มีนาคม 2550)

3.2 วิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงผู้เรียนจากการตั้งคำถาม “อะไรคือเป้าหมายชีวิตของเรา” เปรียบเทียบก่อนเรียน (Pretest) และหลังเรียน (Posttest)

ในการเก็บข้อมูลส่วนนี้ผู้วิจัยได้ทำการเก็บข้อมูลจากนักศึกษาในกรณีตัวอย่าง 2 กรณี เนื่องจากกรณีที่ตัวอย่างที่สามผู้สอนขาดสอนเป็นเวลานาน ผู้วิจัยได้เข้าไปสังเกตอย่างมีส่วนร่วมในชั้นเรียนได้เพียง 5 สัปดาห์ ทำให้มีช่วงเวลาจำกัดในการเก็บข้อมูลโดยการใช้เครื่องมือที่

หลากหลาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งการวัดทัศนคติต่อชีวิต นับว่าเป็นช่วงเวลาที่ไมเหมาะสมต่อการใช้คำถามดังกล่าว เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาเปรียบเทียบ

กรณีตัวอย่างแรกมีนักศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนในวิชานี้จำนวน 55 คนแต่สามารถเก็บข้อมูลทั้ง Pretest และ Posttest ได้จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 80

กรณีตัวอย่างที่สองมีนักศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนในวิชานี้จำนวน 19 คน สามารถเก็บข้อมูลได้ครบทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100

ตารางที่ 12 ผลการเปรียบเทียบ Pretest – Posttest ของผู้เรียนต่อคำถาม “อะไรคือเป้าหมายชีวิตของเรา”

วิชา	จำนวนผู้เรียนที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านต่าง ๆ (คน)					จำนวนผู้เรียนที่มีการเปลี่ยนแปลงภายใน
	โลกทัศน์	นิยามความสุข	นึกถึงคนรอบข้าง	นึกถึงสังคมและสิ่งแวดล้อม	มีความรักเมตตา	
1. เทอร์โมไดนามิกส์ (44 คน) *	32 (72%)	13 (29%)	16 (36%)	19 (43%)	4 (9%)	35 (79.55%)
2. การจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (19 คน)	15 (78%)	7 (36%)	15 (78%)	11 (57%)	3 (15%)	19 (100%)
รวม (63 คน)	47 (74%)	20 (31%)	31 (49%)	30 (47%)	7 (11%)	54 (85%)

(* นักศึกษาในชั้นเรียนทั้งหมด 55 คน เก็บข้อมูลได้ 44 คน)

จากตารางข้างต้น ผลของการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า จากผู้เรียนจำนวน 44 คน ในวิชาเทอร์โมไดนามิกส์มีการเปลี่ยนแปลงภายในจำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 79.55 ไม่เห็นการเปลี่ยนแปลง 9 คน คิดเป็นร้อยละ 20.45

ส่วนผู้เรียนในวิชาการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมจำนวน 19 คน ที่ทำการเปรียบเทียบข้อมูลก่อนเรียน (Pretest) และหลังเรียน (Posttest) พบว่าผู้เรียนในชั้นเรียนนี้ทั้งหมด 19 คนมีการเปลี่ยนแปลงภายในที่เกิดขึ้นทุกคน คิดเป็นร้อยละ 100

การวิเคราะห์ข้อมูลแสดงให้เห็นว่าผู้เรียนมีการเปลี่ยนแปลงด้านโลกทัศน์มากที่สุด รองลงมาคือนึกถึงคนรอบข้าง นึกถึงสังคมและสิ่งแวดล้อม มีการเปลี่ยนแปลงนิยามความสุข และมีความรักความเมตตา ตามลำดับ

ในการตอบคำถาม Pretest นักศึกษาส่วนใหญ่ในวิชาเทอร์โมไดนามิกส์พูดถึงเป้าหมายของชีวิตว่าต้องการเรียนจบ มีงานทำ มีเงินเดือนสูง ดูแลพ่อแม่ ซื้อมอเตอร์ไซด์ ซึ่งล้วนแต่เป็นเป้าหมายที่แสดงถึงการเอาตนเองเป็นศูนย์กลาง แต่การตอบคำถามใน Posttest แสดงให้เห็นว่านักศึกษาอยากทำอะไรเพื่อผู้อื่น เพื่อสังคม และเป็นประโยชน์ต่อประเทศชาติมากขึ้น

ส่วนในวิชาการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมข้อมูลที่ได้พบว่าผู้เรียนทุกคนมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านโลกทัศน์ การให้นิยามความสุข การคิดถึงคนรอบข้าง สังคม และสิ่งแวดล้อมมากขึ้นกว่าเดิม

ในการถามทัศนคติต่อเป้าหมายชีวิตก่อนเรียน ผู้เรียนส่วนใหญ่เห็นว่าเป้าหมายชีวิตของตน คือการได้เรียนจบ อยากเรียนต่อ มีงานทำ แต่งงาน เลี้ยงดูพ่อแม่ ซึ่งเป็นความต้องการที่เห็นประโยชน์ส่วนตนและครอบครัวของตนเป็นหลัก

ส่วนหลังเรียน ผู้เรียนต้องการมีชีวิตที่สงบสุข อยู่อย่างเรียบง่ายพอเพียง ได้ดูแลพ่อแม่ เห็นความสำคัญของการฝึกปฏิบัติตามหลักพุทธศาสนา และต้องการที่จะได้ตายอย่างสงบ ผู้เรียนบางส่วนยังไม่ชัดเจนในเป้าหมายของชีวิต ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่า เป้าหมายชีวิตไม่จำเป็นต้องเป็นอย่างไรที่เห็นจากภาพยนตร์ หรือโฆษณาที่มักพบตามสื่อต่างๆ ที่ปลูกฝังว่าความสำเร็จในชีวิตคือความมั่งคั่งทางวัตถุ เงินทอง แต่ทุกคนสามารถเลือกทางเดินชีวิตอย่างที่ตนเองต้องการได้ แต่ก็ยังไม่แน่ใจว่าจะเดินไปทางใด ในการตอบคำถามครั้งนี้ ผู้เรียนได้มองเห็น และนึกถึงการทำประโยชน์เพื่อผู้อื่น เพื่อสังคมและคนด้อยโอกาส เริ่มมีการตั้งคำถามในเชิงปรัชญาว่าอยากรู้ว่าเราเกิดมาทำไม

การวิเคราะห์ข้อมูลได้พิจารณาประกอบกับการเขียน journal ของนักศึกษาเพื่อตรวจสอบความตรง

ผู้เรียนทุกคนแม้จะมีการเปลี่ยนแปลงแต่ระดับของการเปลี่ยนแปลงนั้นไม่เท่ากันบางคนเปลี่ยนแปลงในระดับน้อย บางคนเปลี่ยนแปลงปานกลาง บางคนเปลี่ยนแปลงมาก โดยเปรียบเทียบกับตัวของผู้เรียนเองเมื่อต้นเทอมกับช่วงหลังจากสิ้นสุดการเรียนการสอนในเทอนั้นๆ ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงได้รับคำแนะนำจากผู้ทรงคุณวุฒิให้ทำการศึกษาเพิ่มเติมในส่วนของ การเปลี่ยนแปลงของผู้เรียนเป็นรายบุคคล เพื่อวิเคราะห์ถึงปัจจัยที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในของผู้เรียน

3.3 การวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงของผู้เรียนจากการเขียนบันทึกการเดินทาง (Journal) จำนวน 6 กรณีศึกษา

ในการวิเคราะห์ผลการวิจัยในขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยได้เลือกเอาบันทึกการเดินทางของนักศึกษา 6 คน ในชั้นเรียนวิชาการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมมาวิเคราะห์ให้เห็นการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียน รวมถึงสาเหตุที่ทำให้ผู้เรียนมีการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว โดยเลือกจากผู้เรียนทั้ง 6 คนที่มีระดับการเปลี่ยนแปลงที่แตกต่างกันโดยเปรียบเทียบกับพื้นฐานเดิมของผู้เรียนแต่ละคนจากการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ การเปรียบเทียบเป้าหมายชีวิต (Pretest) (Posttest) ประกอบกับการหารือกับอาจารย์ผู้สอนในการเลือกกลุ่มตัวอย่างดังกล่าว แบ่งออกเป็นกลุ่มที่มีการเปลี่ยนแปลงมาก เปลี่ยนแปลงปานกลาง และเปลี่ยนแปลงน้อย โดยมีข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้เรียนเป็นรายบุคคล ข้อมูลจากการสังเกตในชั้นเรียน ข้อมูลจากการประเมินตนเอง รวมถึงข้อมูลที่ได้จากการประเมินของเพื่อนและอาจารย์ นำมาประกอบผลการวิเคราะห์

3.3.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลของนักศึกษาที่มีการเปลี่ยนแปลงในระดับน้อย

นักศึกษา A

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการเขียน journal (ตารางที่ 3 ภาคผนวก ฉ) แสดงให้เห็นว่านักศึกษา A มีการเปลี่ยนแปลงในระดับน้อย คือเห็นเฉพาะการเกิดความรู้สึก ความมีสติ ใจเย็นขึ้น ซึ่งข้อมูลจากการเขียน journal และการสัมภาษณ์ระบุว่าเกิดจากกระบวนการสุนทรียสนทนา ที่ทำให้ได้อยู่หนึ่งๆ ได้เห็นตัวเอง แต่ไม่เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในทางด้านโลกทัศน์ หรือการเห็นความเชื่อมโยงของสรรพสิ่ง ไม่ว่าจะเป็ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ หรือ การเขียนประเมินตนเองก็ไม่แสดงให้เห็นการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวแต่อย่างใด

การประเมินของเพื่อนและอาจารย์ต่อนักศึกษา A ก็อยู่ในระดับต่ำ (C+) เช่นเดียวกัน ข้อมูลจากการสังเกตแสดงให้เห็นว่านักศึกษา ก มีส่วนร่วมในชั้นเรียนน้อยมาก ไม่ค่อยแสดงความคิดเห็น เขียนบันทึกไม่สม่ำเสมอ ไม่ได้ไปเข้าร่วมการอบรมเจริญสติ และยังขาดเรียนหลายครั้ง การมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้นเรียนน้อย ซึ่งอาจส่งผลต่อนักศึกษาทำให้ไม่เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในเท่าที่ควร

นักศึกษา B

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล (ตารางที่ 4 ภาคผนวกที่ ฉ) แสดงให้เห็นว่านักศึกษา B มีการเปลี่ยนแปลงภายในด้านของโลกทัศน์ต่ำ การมีสติความตระหนักรู้ของนักศึกษามีมากขึ้น

เมื่อเรียนไปจนถึงปลายเทอม เห็นว่านักศึกษาสามารถควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น ใจเย็นขึ้น มีการให้อภัยผู้อื่นมากขึ้น ในส่วนของการเห็นความเชื่อมโยงของสรรพสิ่งไม่มีข้อมูลแสดงให้เห็น

ในด้านโลกทัศน์นักศึกษามีการเปลี่ยนมุมมองที่มีต่อความสุข คือเห็นว่าการได้นั่งเฉยๆ ทำใจให้สบายๆ ปล่อยวาง ก็สามารถทำให้มีความสุขได้ เป็นความสุขที่เกิดจากภายใน แทนที่ความสุขที่เกิดจากวัตถุภายนอก ส่วนมุมมองต่อโลกและชีวิต ยังสะท้อนให้เห็นถึงการคิดถึงเรื่อง ของตนเองเป็นหลัก ทัศนคติในเรื่องเกรดและการเรียนเป็นผลมาจากการที่นักศึกษามีผลการเรียนต่ำอยู่ในเกณฑ์ภาคทัณฑ์ แต่ผู้ปกครองมีความคาดหวังในเรื่องการเรียนของนักศึกษาสูง ประกอบกับผลจากการสัมภาษณ์นักศึกษาไม่มีความสุขกับการเรียนเลย เพราะถูกบังคับให้เรียนในสาขาที่ตนไม่ชอบ แต่รู้สึกดีเมื่อเรียนในวิชานี้ ถึงกระนั้นผลการเรียนของนักศึกษาในวิชานี้ก็อยู่ในเกณฑ์ต่ำ (c+) เช่นเดียวกัน

จากข้อมูลการสังเกตพบว่านักศึกษา B มีส่วนร่วมในชั้นเรียนน้อย ไม่ค่อยแสดงความคิดเห็น หรือแสดงออกในเรื่องใดๆ มักนั่งเงียบๆ และไม่ได้ไปเข้าร่วมการอบรมเจริญสติ ซึ่งอาจเป็นสาเหตุของการที่นักศึกษามีการเปลี่ยนแปลงภายในน้อย ประกอบกับข้อมูลจากการสัมภาษณ์พบว่า นักศึกษาไม่ค่อยมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับผู้ปกครอง มีความรู้สึกในทางลบกับพ่อแม่ แต่ภายหลังมีมุมมองที่เปลี่ยนไปบ้าง มองพ่อแม่ในแง่ดีมากขึ้น มีการพูดคุยกับเพื่อนร่วมชั้นนอกห้องเรียนมากขึ้น เปิดใจรับผู้อื่น และมองโลกในแง่ดีมากขึ้น นำเอาการทำสมาธิมาใช้ในชีวิตเมื่อจิตใจอยู่ในสภาวะว้าวุ่น วิตกกังวล เริ่มตั้งคำถามถึงความต้องการที่แท้จริงของตนเอง

3.3.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลของนักศึกษาที่มีการเปลี่ยนแปลงในระดับปานกลาง นักศึกษา C

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล (ตารางที่ 4 ภาคผนวก ฉ) แสดงให้เห็นว่านักศึกษา C มีการเปลี่ยนแปลงภายในอยู่ในระดับปานกลาง

ด้านโลกทัศน์ พบว่ามีการเปลี่ยนแปลงให้เห็นจากช่วงแรก que คิดถึงเรื่องของตนเองครบครัน เมื่อผ่านไปถึงปลายเทอมนักศึกษาเริ่มนึกถึงสิ่งแวดล้อมมากขึ้น และเห็นว่าตนสามารถทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงได้โดยไม่ต้องรอคนอื่น

ด้านการมีสติ ตระหนักรู้ พบว่า นักศึกษาได้นำเอาการเจริญสติไปใช้ในชีวิตประจำวันบ่อยครั้ง รู้ตัว สามารถควบคุมอารมณ์ แก้ไขความทุกข์ของตนเองได้

ไม่เห็นความเปลี่ยนแปลงในการเห็นความเชื่อมโยงของสรรพสิ่ง

ข้อมูลจากการสังเกตแสดงให้เห็นว่านักศึกษา C มีส่วนร่วมในชั้นเรียนสูง กล้าแสดงออก และมักแสดงความคิดเห็นของตนต่อประเด็นต่างๆอยู่เสมอ มีความสุขกับการเรียนในวิชานี้และทำกิจกรรมต่างๆด้วยความตั้งใจ ประกอบกับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ทำให้เห็นว่านักศึกษามีคุณสมบัติของความเป็นผู้นำสูง พุดเก่ง กล้าตัดสินใจ มีความมั่นใจในตนเองสูง รักครอบครัว นักศึกษาได้ไปร่วมการอบรมเจริญสติและเห็นประโยชน์ของการนำไปใช้ในชีวิตประจำวันทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพอสมควร

นักศึกษา D

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล (ตารางที่ 5 ภาคผนวก ฉ) แสดงให้เห็นว่านักศึกษา D มีการเปลี่ยนแปลงภายในอยู่ในระดับปานกลาง พบว่าตั้งแต่ต้นเทอมนักศึกษามีมุมมองต่อโลกและชีวิตที่อยู่ในระดับของการมองข้ามพ้นตัวตน เห็นความสัมพันธ์เชื่อมโยงของสรรพสิ่ง ความเกี่ยวข้องเชื่อมโยงของโลกและชีวิต และมีสติ ความตระหนักรู้

จากการสัมภาษณ์ทำให้ได้ข้อมูลว่า พื้นฐานทางครอบครัวของนักศึกษา D มีการใส่ใจดูแล ให้การอบรมปลูกฝังแต่สิ่งที่ดีงาม ฝึกปฏิบัติเป็นศาสนิกชนที่ดี สอนให้รู้จักคิด ใส่ใจสังคม ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม รวมทั้งได้รับสื่อที่ดี จากการชอบอ่านหนังสือ และเลือกดูแต่รายการโทรทัศน์ที่ดีมีสาระ

ด้านโลกทัศน์ พบว่า นักศึกษา D ให้ความสำคัญกับความรู้ในตัวตน และภูมิปัญญาท้องถิ่น มีอคติต่อความรู้ในระบบ และความเป็นโลกาภิวัตน์ แต่เมื่อถึงปลายเทอม นักศึกษาได้ตระหนักว่าเราไม่สามารถเปลี่ยนแปลงคนอื่นได้อย่างใจ ยอมรับในสิ่งที่เห็นแตกต่างได้มากขึ้น มีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น

ด้านการตระหนักรู้ พบว่า นักศึกษาเข้าใจเรื่องของการเกิดสติ และนำไปใช้ในการเรียนและในชีวิตประจำวันอยู่เสมอ

ด้านการเห็นความเชื่อมโยงของสรรพสิ่ง พบว่า นักศึกษามองเห็นว่าทุกสิ่งมีเหตุปัจจัยเชื่อมโยงถึงกันมาตั้งแต่ต้น และมองได้ลึกซึ้งชัดเจนยิ่งขึ้นในช่วงปลายเทอม

ข้อมูลจากการสังเกตแสดงให้เห็นว่า นักศึกษา D มีส่วนร่วมในชั้นเรียนดีพอสมควร กล้าแสดงความคิดเห็นมากขึ้นในช่วงหลังๆ อาสาที่จะนำเสนอให้เพื่อนในชั้น นักศึกษามักหาโอกาสไปเข้าร่วมฟังการบรรยาย การจัดงานเสวนาต่างๆที่ผู้สอนแนะนำอยู่เสมอ สะท้อนให้เห็นถึงการเป็นผู้ใฝ่รู้ ใฝ่ดี และแสวงหาความรู้อยู่ตลอดเวลา ประกอบกับได้เรียนรู้การเจริญสติจากการไปเข้ารับการอบรม มีผลให้ผู้เรียนให้ความสำคัญกับการฝึกปฏิบัติยกระดับจิตใจ ซึ่งสอดคล้องกับคำสอนของคุณแม่ที่เป็นผู้ที่มีอิทธิพลทางความคิดของนักศึกษาที่สุดมาตั้งแต่ต้น ทำให้นักศึกษาเป็นผู้ที่ "คิดได้ คิดเป็น"

3.3.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลของนักศึกษาที่มีการเปลี่ยนแปลงในระดับมาก นักศึกษา G

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล (ตารางที่ 6 ภาคผนวก ฉ) แสดงให้เห็นว่านักศึกษา G มีการเปลี่ยนแปลงในระดับมาก กล่าวคือ เห็นการเปลี่ยนแปลงภายในทั้งทางด้านโลกทัศน์ การมีสติตระหนักรู้ และการเห็นความเชื่อมโยงของสรรพสิ่ง

ในด้านโลกทัศน์ นักศึกษามีมุมมองต่อโลกและชีวิตที่ข้ามพ้นตัวตนไปจนเห็นการเอาโลกเป็นศูนย์กลาง มีความรู้สึกที่อยากปกป้องดูแลโลกและมีการแสดงออกมาเป็นการกระทำ โดยการไปออกค่ายเพื่อทำประโยชน์ให้แก่สังคม ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์แสดงให้เห็นว่า นักศึกษามีการมองโลกในแง่ดีมากขึ้น จากเดิมที่เห็นว่าสังคมเลวร้าย ปัจจุบันนักศึกษามีความเชื่อมั่นในความเป็นมนุษย์มากขึ้น เห็นว่าคนเราสามารถเปลี่ยนแปลงและพัฒนาตนเองได้ จากการเห็นความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับเพื่อนในชั้นเรียน

ในการมีสติตระหนักรู้ นักศึกษาได้ไปเข้าร่วมการอบรมเจริญสติ และสามารถอธิบายสภาวะจิตของตนเองได้อย่างประณีต ลึกซึ้ง เห็นความหลงของตนเอง มีความประทับใจจากการที่ได้เห็นตนเอง และพยายามฝึกปฏิบัติอย่างต่อเนื่องในชีวิตประจำวัน มีการให้นิยามความสุขในระดับที่ละเอียด ลึกซึ้ง ปรารถนาจากการยึดติดทั้งวัตถุและตัวตน คือความสุขที่เกิดจากการเห็นสภาพความเป็นจริง ความเป็นธรรมชาติของชีวิต นอกจากนี้ยังมีข้อมูลที่สะท้อนให้เห็นว่า นักศึกษาเข้าใจถึงหลักของการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไปของสรรพสิ่ง

ในการเห็นเชื่อมโยง นักศึกษามองเห็นความสัมพันธ์ของสรรพสิ่ง โดยสามารถอธิบายความเกี่ยวข้อง เชื่อมโยงให้เห็นได้อย่างชัดเจน มีความคิดในเชิงวิพากษ์ สามารถนำเอาทักษะนี้ไปใช้ในการทำข้อสอบของวิชาอื่นโดยอธิบายให้เห็นความเชื่อมโยงของสิ่งต่างๆ ทำให้สามารถทำคะแนนในวิชานั้นได้ในระดับดีมาก

นักศึกษามีความคิดที่จะทำเพื่อผู้อื่นอยู่เสมอจากการที่อยากเปิดโรงเรียนเด็ก มีความรักความเมตตาต่อสัตว์และเพื่อนมนุษย์ที่แสดงออกมาอย่างชัดเจน มีความต้องการจะออกไปช่วยเหลือชาวนาในชนบท เอาของไปแจกผู้ยากไร้ นอกจากนี้ยังมีความคิดอยากที่สุดท้ายอยากจะทำเพื่อแสวงหาทางพ้นทุกข์

ข้อมูลจากการสังเกตแสดงให้เห็นว่านักศึกษามีส่วนร่วมในชั้นเรียนมาก มีการพูดแสดงความคิดเห็นซึ่งแสดงให้เห็นถึงความคิดที่มีความชัดเจน ตรงไปตรงมา นักศึกษาสะท้อนว่าการเปลี่ยนแปลงของตนเกิดจากการที่นักศึกษาได้อ่านหนังสือที่อาจารย์กำหนดรวมถึงหนังสือที่แนะนำให้อ่านเพิ่มเติมด้วยความสนใจทำให้ได้แรงบันดาลใจจากการอ่านเช่นจาก

หนังสือของครูโกมล คีมทอง อาจารย์ระพี สาคริก พระไพศาล วิสาโล เป็นต้น รวมถึงการเรียนรู้จากความคิดเห็นที่เพื่อน ๆ แบ่งปันทำให้เป็นเหมือนคลื่นที่เกือหนุนกัน นอกจากนี้การไปร่วมอบรมเจริญสติเป็นกระบวนการที่นักศึกษาเห็นว่าก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองอย่างมาก

นักศึกษา J

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล (ตารางที่ 7 ภาคผนวก ฉ) แสดงให้เห็นว่านักศึกษา J มีการเปลี่ยนแปลงในระดับมาก โดยดูจากการที่นักศึกษามีเป้าหมายชัดเจนที่จะไปทำงานในองค์กรเอกชนที่ไม่หวังผลกำไร (NGO) ซึ่งเป็นองค์กรที่มีค่าตอบแทนไม่มาก แต่งานที่ทำเพื่อผู้อื่นนั้นมีคุณค่าอย่างมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งต่อเกษตรกรไทย โดยเป็นหน่วยงานที่เป็นที่ทำงานของวิทยากรผู้ซึ่งได้มาถ่ายทอดประสบการณ์และสร้างแรงบันดาลใจให้กับนักศึกษาในชั้นเรียนมาก แม้ว่าทางบ้านจะไม่สนับสนุนความคิดนี้ แต่ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์หลังจบคอร์สเรียนไปแล้ว 2 เดือน นักศึกษายังคงยืนยันและมุ่งมั่นที่จะไปทำงานที่องค์กรดังกล่าวหลังเรียนจบ

ข้อมูลที่ได้จากการสังเกตแสดงให้เห็นว่านักศึกษามีส่วนร่วมอย่างมากในชั้นเรียน มีจิตอาสาเสนอตัวในการติดต่อประสานงานต่าง ๆ อยู่เสมอ ไม่ว่าจะเป็นการติดต่อวิทยากร การประสานงานกับเพื่อนในชั้นเรียน การจัดบันทึกการเรียนรู้อีกในชั้น

ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์แสดงให้เห็นว่าเดิมนักศึกษา J เป็นผู้ที่ไม่มีความสนใจในเรื่องของการพัฒนาตนเอง หรือการยกระดับจิตใจมาก่อน ความสนใจส่วนใหญ่จะเกี่ยวข้องกับเรื่องของความบันเทิง เช่น ชอบดูหนังเกาหลีมาก ชอบดาราเกาหลี ชอบเล่นเกมส์ ไม่ชอบอ่านหนังสือเลย

พื้นฐานครอบครัวแตกแยก ต้องไปอาศัยอยู่ตามบ้านญาติและคนรู้จัก ความสัมพันธ์กับแม่และพี่น้องไม่ดี

ปัจจุบันนักศึกษา ฝึกฝนการเจริญสติในชีวิตประจำวันอยู่เสมอ ส่งผลให้ความสัมพันธ์กับแม่และพี่ ๆ ดีขึ้น มีสติในการทำสิ่งต่าง ๆ มากขึ้น รวมถึงคอยเตือนคนรอบข้างให้มีสติเสมอ สนใจเรื่องราวที่มีสาระมากขึ้น ติดตามข่าวสารทางสังคม สิ่งแวดล้อม ซื่อหาหนังสือดี ๆ ที่อาจารย์แนะนำมาอ่าน นึกถึงผลกระทบจากการกระทำของตนเองที่มีต่อสิ่งอื่นมากขึ้น นักศึกษามีจุดยืนที่ชัดเจนต่อสิ่งที่อยากจะทำ มีการตั้งคำถามในเชิงปรัชญา ว่าคนเราเกิดมาทำไม

เมื่อเปรียบเทียบกับพื้นฐานเดิมแล้วทำให้เห็นว่านักศึกษามีการเปลี่ยนแปลงภายในในระดับมาก และยังคงพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง มีการนำตนเองเข้ามาอยู่ในชุมชนเรียนรู้ และสนใจจะศึกษาเพิ่มเติมในเรื่องเกี่ยวกับการพัฒนามิตภายใน

3.4 ปัจจัยที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตัวผู้เรียน

กลุ่มตัวอย่างที่ 1 (วิชาเทอร์โมไดนามิกส์)

การที่ผู้เรียนส่วนใหญ่เกิดการเปลี่ยนแปลง มีการให้ข้อคิดเห็นในการสนทนากลุ่มผู้เรียนว่าผู้เรียนมีความประทับใจในความเมตตา การเป็นแบบอย่างที่ดีของอาจารย์ผู้สอน การที่ผู้สอนแสดงความรักความเอาใจใส่ต่อศิษย์ ทำให้ศิษย์อยากทำให้อาจารย์มีความสุขด้วยการทำตนเป็นคนดีตามที่อาจารย์สอน ประกอบกับการได้สัมผัสและฟังการถ่ายทอดประสบการณ์ของวิทยากรซึ่งก่อให้เกิดแรงบันดาลใจที่จะเป็นคนดี และทำประโยชน์เพื่อสังคมได้เหมือนกัน

นอกจากนี้การให้ผู้เรียนได้นั่งสมาธิในชั้นเรียนเป็นประจำ ทำให้ผู้เรียนได้อยู่กับตนเอง มีช่วงเวลาสงบ ทำให้นักศึกษาได้สัมผัสกับการสร้างความสงบให้แก่จิตใจและเห็นผลดีจนกระทั่งนำไปฝึกปฏิบัติด้วยตนเอง อีกทั้งมีนักศึกษาบางส่วนที่อยากจะได้ไปเข้าอบรมฝึกปฏิบัติภาวนาอย่างจริงจังมากขึ้น

การที่กรณีตัวอย่างนี้เป็นชั้นเรียนที่ใหญ่ทำให้ผู้สอนไม่สามารถจัดกิจกรรมได้หลากหลาย ประกอบกับเนื้อหาวิชาที่เน้นทักษะการคิดคำนวณ การทำความเข้าใจโจทย์ และทฤษฎี ทำให้ผู้สอนต้องใช้วิธีการสอดแทรกคุณธรรม ความจริงของชีวิตเข้าไปในเนื้อหา แต่ก็สามารถก่อให้เกิดผลการเปลี่ยนแปลงต่อนักศึกษาได้ในระดับที่น่าพอใจ

กลุ่มตัวอย่างที่ 2 (วิชาการจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม)

จากการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น แสดงให้เห็นถึงผลการจัดการกระบวนการเรียนรู้จิตปัญญาศึกษาในชั้นเรียนนี้ ซึ่งได้คำนึงถึงผู้เรียนเป็นรายบุคคล มีการให้คำแนะนำอย่างใกล้ชิด และสม่ำเสมอผ่านการเขียน journal อันเป็นผลที่เกิดจากบทบาทของครูที่ทำให้ผู้เรียนได้เกิดการสะท้อนตนเอง (self-reflection) ทำให้เห็นและเกิดการยอมรับตนเองได้มากขึ้น การจัดการกระบวนการเรียนรู้ที่หลากหลาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งการให้ “เครื่องมือคู่มือ” คือการพาผู้เรียนไปเข้าอบรมเจริญสติ ตั้งแต่ระยะแรกของการเรียน ทำให้ตลอดทั้งเทอมผู้เรียนได้ใช้เครื่องมือนี้พัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้การใช้กระบวนการสุนทรียสนทนาก็เป็นสนามในการให้ผู้เรียนได้ฝึกฝนใช้เครื่องมือนี้จนเกิดความคุ้นเคย สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี การได้อ่านหนังสือ และพบปะพูดคุยกับบุคคลที่ก่อให้เกิดแรงบันดาลใจทำให้ผู้เรียนได้เปิดโลกทัศน์ มีมุมมองที่เชื่อมโยงและหลากหลายมากขึ้น ตัวผู้สอนเองก็มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของผู้เรียนเช่นเดียวกัน ความเป็นตัวอย่างที่ดีก่อให้เกิดแรงบันดาลใจที่จะพัฒนาตนเอง และก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตัวผู้เรียนด้วยเช่นเดียวกัน

กลุ่มตัวอย่างที่ 3 (วิทยาศาสตร์เปรียบเทียบ)

การที่ผู้เรียนส่วนใหญ่สะท้อนถึงความเปลี่ยนแปลงของตนเองจากการสนทนากลุ่ม ผู้เรียนว่าเกิดจากการที่ได้ใช้กระบวนการसानเสวนา (สุนทรียสนทนา) เป็นประจำในชั้นเรียน นอกจากนี้ผู้เรียนยังมีความประทับใจในความเมตตา การเป็นแบบอย่างที่ดีของอาจารย์ผู้สอน การที่ผู้สอนแสดงความรักความเอาใจใส่ต่อศิษย์อย่างจริงใจเป็นสิ่งที่สัมผัสใจของผู้เรียน ให้แสดงออกด้วยการเรียนด้วยใจ

สรุปบทเรียนที่ได้จากชั้นเรียนทั้งสามกรณีตัวอย่างแสดงให้เห็นว่าการจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดทฤษฎีจิตวิทยาศึกษาได้มีการดำเนินการอยู่ในการศึกษาระดับอุดมศึกษาของไทยในสาขาวิชาต่าง ๆ และยังเป็นการศึกษาที่ทำให้เกิดผลเป็นการเปลี่ยนแปลงภายในตัวผู้เรียน ดังที่เห็นจากการเปลี่ยนแปลงของผู้เรียนทั้งในระดับชั้นเรียนและในระดับบุคคลดังที่ได้เสนอไว้ข้างต้น

เมื่อนำกรอบแนวคิดของการวิจัยมาวิเคราะห์ทำให้เห็นปัจจัยที่มีผลชัดเจนต่อความเปลี่ยนแปลงของผู้เรียน ดังนี้

3.4.1 ปัจจัยภายใน ได้แก่

1. การตระหนักรู้ เป็นปัจจัยที่นำมาซึ่งการเกิดความสงบในจิตใจ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ และพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ทำให้จิตสามารถขยายขอบเขตของการเรียนรู้จนเห็นและเข้าใจความจริงของสิ่งต่างๆ ได้อย่างชัดเจน

2. การใคร่ครวญ การมีเวลาที่เพียงพอในการเรียนรู้ทำให้ผู้เรียนได้มีโอกาสในการเห็นสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง โดยไม่ด่วนตัดสินตามความเชื่อหรือสมมุติฐานเดิมของตน มีเวลาได้พิจารณาอย่างเนิ่นนานพอ จนสามารถถกผลึก เห็นที่มาที่ไป เหตุปัจจัยและความสัมพันธ์เชื่อมโยงของสิ่งต่างๆ ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

3.4.2 ปัจจัยภายนอก ได้แก่

1. กัลยาณมิตร เพื่อนร่วมชั้นและครูอาจารย์ผู้ทำหน้าที่เป็นกัลยาณมิตร แนะนำชักชวนในทางที่ดี ทำให้เห็นชอบ ทำในสิ่งที่ถูกที่ควร แบ่งปันความรู้และเรียนรู้ร่วมกัน ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งความรู้สึกเอื้ออาทรต่อกัน ความรักความเมตตา การเปิดโลกทัศน์มุมมองใหม่ที่กว้างขวาง มองโลกในแง่ดีมากขึ้น

2. **ผู้สอน** เป็นผู้มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนอย่างมาก เนื่องจากเป็นแบบอย่างที่มีพลังของการให้ความสำคัญต่อการพัฒนาตนเองในทุกมิติ อีกทั้งสิ่งที่ปรากฏในความคิด คำพูดและการกระทำก็สะท้อนสิ่งที่เป็นประสบการณ์จริง และยังทำให้เห็นเจตจำนง ความตั้งใจของผู้สอนที่ทำให้ผู้เรียนได้ตระหนักถึงความทุ่มเทต่อการทำหน้าที่ครู ความใส่ใจที่มีต่อศิษย์ การปฏิบัติต่อศิษย์ด้วยความรักเมตตา และความสามารถในการสะท้อนให้ผู้เรียนได้มองเห็นตนเองได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

3. **การเรียนรู้แบบองค์รวม** กิจกรรมการเรียนรู้ต่างๆ ที่นำมาใช้ในการจัดการเรียนการสอนที่ขาดไม่ได้คือกิจกรรมที่ให้ผู้เรียนได้ฝึกฝนการเจริญสติ ไม่ว่าจะเป็นการฝึกสมาธิ สุนทรียสนทนา หรือการเขียนบันทึก โดยการจัดกิจกรรมยังต้องคำนึงถึงการให้ผู้เรียนได้มีประสบการณ์ตรงจากกระบวนการที่หลากหลาย จากการได้ฝึกปฏิบัติร่วมกัน เป็นการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจากกระบวนการกลุ่ม และการเรียนรู้โดยการได้อยู่กับตนเอง และมีการนำความรู้ที่ได้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวัน

3.4.3 ปัจจัยเกื้อหนุน ได้แก่

1. **การจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้** นอกจากบรรยากาศในชั้นเรียนที่มีความเป็นนามธรรมสัมผัสได้ด้วยใจแล้ว ยังมีส่วนของบรรยากาศทางกายภาพเช่นการจัดห้องเรียน ขนาดชั้นเรียน สถานที่เรียนเป็นต้น ดังที่ได้กล่าวไปแล้วว่าจำนวนผู้เรียนมีผลต่อความสามารถของอาจารย์ผู้สอนในการที่จะดูแลผู้เรียนได้อย่างใกล้ชิด รู้จักผู้เรียนเป็นรายบุคคล เพื่อจะช่วยให้เกิดการพัฒนาดังเดิมที่ สถานที่เรียนที่มีความสงบสบายยังมีผลต่อจิตใจของผู้เรียน เอื้อให้เกิดความสงบภายในและเรียนรู้ได้อย่างลึกซึ้งยิ่งขึ้น การได้อยู่ในสภาพแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติยังจะช่วยให้เกิดการเรียนรู้จาก “ครู” ที่ยิ่งใหญ่ คือการเรียนรู้ความดี ความงาม ความจริง จากธรรมชาติเพิ่มมากขึ้น

2. **การประเมินผล** นับเป็นปัจจัยที่มีผลต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนมากอีกปัจจัยหนึ่ง เพราะนอกจากจะเป็นตัวกำหนดแนวทางการเรียนรู้ของผู้เรียนแล้ว ยังเป็นสิ่งที่ทำให้ผู้เรียนเห็นความสำคัญของการเรียนเพื่อการพัฒนาตนเอง มากกว่าการเรียนเพื่อให้ได้ผลการเรียนที่ดีๆ เท่านั้น นอกจากนี้ยังมีผลต่อการออกแบบการสอนของอาจารย์ผู้สอนด้วยว่าจะให้ความสำคัญหรือใช้เวลากับเรื่องใดระหว่างผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการกับผลที่เกิดขึ้นจริงกับตัวผู้เรียน

สรุปบทเรียนที่ได้จากบทนี้แสดงให้เห็นถึงการจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดปัญญาศึกษาในกรณีตัวอย่าง 3 กรณีในมหาวิทยาลัยมหิดล ซึ่งทำให้ได้เข้าใจถึงบริบทของแต่ละ

รายวิชา และปัจจัยที่ก่อให้เกิดผลการตามเป้าหมายของการจัดการศึกษาตามแนวทางจิตตปัญญา นั่นคือการก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตัวผู้เรียน ซึ่งปรากฏให้เห็นเป็นการเปลี่ยนแปลงในด้านโลกทัศน์ การคิดถึงคนรอบข้าง สังคมและสิ่งแวดล้อมเพิ่มมากขึ้น ซึ่งสะท้อนถึงการมีจิตที่ขยายใหญ่พ้นไปจากการยึดเอาตนเองเป็นศูนย์กลาง เห็นความเชื่อมโยงของธรรมชาติและสรรพสิ่ง เกิดการตระหนักรู้ และที่สำคัญคือนักศึกษาเห็นว่าสิ่งที่ได้เรียนรู้จากวิชาเหล่านี้จะเป็นคุณสมบัติติดตัวที่จะเป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตได้อย่างแท้จริง