



รายงานการวิจัย

เรื่อง

กระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัด
การเรียนการสอนและประสบการณ์เรียนรู้ของนิสิต
วิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย

โดย

อาจารย์ ดร.ศศิลักษณ์ ขยันกิจ

สนับสนุนโดย

เงินทุนเพื่อการวิจัย กองทุนคณะครุศาสตร์

ปี 2552

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2553

คำนำ

รายงานวิจัยฉบับนี้ได้รับการสนับสนุนจากโครงการวิจัยเงินทุนเพื่อการวิจัย กองทุน คณะครุศาสตร์ ปีงบประมาณ 2552 ด้วยการสนับสนุนนี้ทำให้ผู้วิจัยได้รับโอกาสที่ดีในการพัฒนาทางวิชาชีพทั้งในส่วนของการสอนและการเติบโตภายใน งานวิจัยนี้เป็นการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอน วิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย และตรวจสอบปรากฏการณ์การเรียนรู้ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัยเกี่ยวกับประสบการณ์การเรียนรู้ในรายวิชา ผู้วิจัยมุ่งหวังว่างานวิจัยนี้จะเป็นทางเลือกหนึ่งในการจัดกระบวนการเรียนการสอนในระดับอุดมศึกษา เพื่อพัฒนาครูปฐมวัยให้เป็นผู้ที่มีความเข้าใจในวิชาชีพและวิชาชีพที่สามารถตอบสนองต่อเด็กปฐมวัยได้อย่างเหมาะสม

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.บุษบง ตันตวงศ์ ที่สละทั้งเวลาและพลังปัญญา ร่วมเรียนรู้และให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่ง ขอขอบคุณผู้ช่วยวิจัยและนิสิตสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย กัลยาณมิตรในชุมชนแห่งการเรียนรู้ครั้งนี้ สุดท้ายนี้ ขอขอบคุณธรรมชาติ และสรรพชีวิตที่ช่วยให้กลุ่มได้เติบโตและเรียนรู้

ผู้วิจัย

มีนาคม 2553

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ของการวิจัยเพื่อ 1) ศึกษากระบวนการนำแนวคิดจิตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอนรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย สำหรับนิสิตระดับปริญญาโท และ 2) ศึกษาประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตในด้านการตระหนักรู้ต่อตนเอง ผู้อื่น และวิชาชีพ บริบทของการวิจัยเป็นชั้นเรียนรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัยที่เปิดสอนในภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2551 สำหรับนิสิตปริญญาโท ภาคนอกเวลา ราชการ จำนวน 32 คน เก็บข้อมูลด้วยการสังเกตแบบมีส่วนร่วมในชั้นเรียน การดึงข้อมูลจากบันทึกสะท้อนการเรียนรู้ของนิสิต และการสัมภาษณ์กลุ่มย่อย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหาและการจัดระบบข้อมูลตามวิธีการแบบอุปนัย

กระบวนการนำแนวคิดจิตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอนรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัยประกอบด้วย 3 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การเตรียมการ ประกอบด้วย การเตรียมชีวิตและการเตรียมวิชา 2) การจัดการเรียนการสอน เป็นการดำเนินการภายใต้บรรยากาศของชุมชนแห่งการเรียนรู้ โดยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ผ่านประสบการณ์ และ 3) การประเมินผลการเรียนรู้ เป็นการประเมินผลการเรียนรู้ที่ครอบคลุมองค์ความรู้ทั้ง 3 ภาค คือ ภาคจิตวิญญาณ ภาควิชาชีพปฐมวัย และภาควิชาการ

ประสบการณ์เรียนรู้ที่เกิดขึ้นสามารถสรุปเป็นประเด็นการตระหนักรู้ต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อวิชาชีพ ดังนี้

1. การตระหนักรู้ต่อตนเอง ได้แก่ การเข้าใจตนเอง การรู้เท่าทันตนเอง การปล่อยวาง ไม่ตัดสิน การเปิดใจกว้าง การเห็นคุณค่าในตนเอง การพัฒนาตนเอง การสังเกตที่ละเอียดลออ การมองโลกในแง่ดีและมีความสุข การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ

2. การตระหนักรู้ต่อผู้อื่น ได้แก่ การเข้าใจและยอมรับผู้อื่น การมองเห็นสรรพสิ่งตามความเป็นจริง การเห็นอกเห็นใจและเห็นคุณค่าของผู้อื่น

3. การตระหนักรู้ต่อวิชาชีพ การมองเด็กตามความเป็นจริง การสอนที่สอดคล้องกับธรรมชาติของเด็ก การเท่าทันตัวเองของครู การพัฒนาตนเองของครู การเป็นครูที่ใส่ใจเด็ก การเห็นคุณค่าของงานครู

ABSTRACT

The purposes of this research were to study the process of implementing contemplative education in the assessment and evaluation of young children course for graduate students and to investigate students' learning experiences in the awareness of self, of others, and of the profession. The context of this qualitative research was the assessment and evaluation of young children course for 32 plan B early childhood education graduate students in the second semester of academic year 2008. Participatory observation, data deducing from students' journals and focus group interview were used. The data were analyzed by using content analysis and inductive method.

The process of implementing contemplative education in the assessment and evaluation of young children course instruction composed of 3 steps; 1) the preparation: lived the ideology and prepared course discipline, 2) instruction: organized community of learning through experiential learning, and 3) evaluation: evaluated 3 domains of knowledge including spiritual knowledge, early childhood profession knowledge, and academic knowledge.

Students' learning experiences were summed up in the awareness of self, of others, and of profession domains as followed;

- 1) Awareness of oneself; understanding more about themselves, being conscious of oneself, being suspended and non-judgmental, being open-minded, appreciating oneself, improving oneself, being sensitively observing, optimistic and happiness, and effective learning.
- 2) Awareness of others; understanding and accepting others, seeing things as they are, and having sympathy and appreciation for others.
- 3) Awareness of profession; seeing children as they are, teaching according to children's natures, teachers' awareness of self, teachers' self improvement, being a caring teacher, and appreciating for teacher tasks.

Key words: contemplative education, early childhood graduate students, learning experiences.

สารบัญ

	หน้า
คำนำ.....	ก
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ข
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ค
สารบัญ.....	ง
สารบัญตาราง.....	ฉ
สารบัญแผนภาพ.....	ช
สารบัญภาพ.....	ซ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความสำคัญและความเป็นมา.....	1
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	2
คำถามการวิจัย.....	2
ขอบเขตการวิจัย.....	3
กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย.....	3
วิธีการดำเนินการวิจัย.....	3
ประโยชน์ที่ได้รับ.....	4
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	5
การพัฒนาครูปฐมวัย.....	5
แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา.....	7
ความหมายของจิตตปัญญาศึกษา.....	8
การปฏิบัติตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา.....	10
จิตตปัญญาศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา.....	12
การรู้ด้วยหัวใจ.....	15
ปัญญาสามฐาน.....	15
ปัญญาญาณ.....	17

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย.....	20
การทบทวนองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้อง.....	20
ประชากร.....	20
บริบทของรายวิชาและการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	20
การตรวจสอบ วิเคราะห์ และนำเสนอข้อมูล.....	22
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล: กระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้.....	23
ตอนที่ 1 บริบทการเรียนรู้ในรายวิชาการวัดและประเมินผลพัฒนาการ เด็กปฐมวัย.....	23
ตอนที่ 2 กระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียน การสอนรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย.....	25
บทที่ 5 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล: ประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิต.....	33
ตอนที่ 1 ประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตในรายวิชาการวัดผลและประเมิน พัฒนาการเด็กปฐมวัย.....	33
ตอนที่ 2 ประสบการณ์การเรียนรู้จากกิจกรรมในรายวิชาการวัดผลและประเมิน พัฒนาการเด็กปฐมวัย.....	48
บทที่ 6 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	65
สรุปผลการวิจัย.....	65
อภิปรายผลการวิจัย.....	67
ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้.....	68
ข้อเสนอแนะในการวิจัย.....	69
รายการอ้างอิง.....	70

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 รายละเอียดของกิจกรรมในแต่ละสัปดาห์.....	25
ตารางที่ 2 การเรียนรู้ในแต่ละสัปดาห์.....	31



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญแผนภาพ

	หน้า
แผนภาพที่ 1 ขั้นตอนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอน...	26
แผนภาพที่ 2 แนวคิดพื้นฐานของการจัดการเรียนการสอนในรายวิชาการวัดผลและ ประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย.....	28
แผนภาพที่ 3 กรอบแนวคิดการจัดการเรียนการสอนในรายวิชาการวัดผลและประเมิน พัฒนาการเด็กปฐมวัย.....	30



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1 การทำให้ลูกตุ้มแกว่งจนขอบแก้วน้ำ.....	50
ภาพที่ 2 การระบายสีน้ำ.....	55
ภาพที่ 3 ผลงานการปั้นดิน.....	56
ภาพที่ 4 บรรยากาศในวงสุนทรียสนทนา.....	58



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญและความเป็นมา

การทำงานกับเด็กปฐมวัยถือเป็นงานที่ทำทนายและอาศัยความละเอียดอ่อนสูง เนื่องจากเด็กวัยนี้เรียนรู้ผ่านการเลียนแบบและมีประสบการณ์ต่อโลกผ่านร่างกายเป็นส่วนใหญ่ ประสบการณ์รับรู้ทั้งหมดของเด็กเปิดรับสิ่งต่างๆรอบตัวอย่างเต็มที่โดยปราศจากเครื่องกรองหรือกั้นชน (ราหิมา บาลาดิน แคนซี, 2548) ดังนั้น การเตรียมพร้อมแก่ครูปฐมวัยในฐานะแม่พิมพ์ผู้มีจิตใจอ่อนโยน ละเอียดอ่อน และไวต่อการตอบสนองต่อเด็กจึงเป็นงานสำคัญของสถาบันผลิตครู Bucci (อ้างถึงใน Baum and King, 2006) กล่าวว่า การตัดสินใจเป็นหัวใจสำคัญในการเป็นครูที่จะสามารถตอบสนองต่อความต้องการจำเป็นของเด็กได้อย่างเหมาะสม ทั้งนี้พื้นฐานของการตัดสินใจที่ดี คือ การพัฒนาให้บัณฑิตนักศึกษาครูมีความตระหนักรู้ในตนเอง

การตระหนักรู้ในตนเองเป็นมิติของการพัฒนาคุณภาพภายในของแต่ละบุคคล เกี่ยวข้องกับการรับรู้ตนเองทั้งในด้านความรู้ ความสามารถ และภาพลักษณ์ของตนเอง กฤษณมูรติ (2548) กล่าวว่า การศึกษาที่ถูกต้องเกิดได้ด้วยครูผู้เข้าใจตัวเองและไม่ยึดติดกับแบบแผนความคิดใดๆ การสอนครูผู้สอน คือ การทำให้ผู้สอนเข้าใจตนเอง ซึ่งเป็นงานที่ยากเย็นที่สุดประการหนึ่ง เนื่องจากการเรียนการสอนในปัจจุบันเป็นการเรียนรู้แบบปลูกฝังความคิดสำเร็จรูปให้กับผู้เรียน แทนที่จะสอนให้ผู้เรียนรู้จักวิคิด นอกจากนั้น ความล้มเหลวของสถาบันผลิตครู คือ กระบวนการเรียนการสอนที่ไม่สามารถหล่อหลอมให้ผู้เรียนเข้าถึงจิตวิญญาณของความเป็นครู ผู้ที่จบการศึกษาฝึกหัดครูส่วนใหญ่ยังมีศรัทธา อุดมการณ์ และเจตคติต่อวิชาชีพครูในระดับต่ำ ประกอบกับจำนวนบัณฑิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัยที่เลือกทำงานตรงสายลดลง ดังนั้น การศึกษาควรทำให้ผู้เรียนรู้จิตใจของตนเองและพัฒนาจิตใจให้สูงขึ้น (ประเวศ วะสี, 2546)

การศึกษาที่เน้นการพัฒนาจิตใจหรือคุณภาพด้านในของมนุษย์ ไม่แยกส่วนความจริง ความดี และความงาม เรียกว่า จิตตปัญญาศึกษา หรือ Contemplative education เป็นกระบวนการของการเรียนรู้เพื่อนำไปสู่การเข้าใจตนเอง ก่อให้เกิดความรู้ทางปัญญาที่เชื่อมโยงระหว่าง 3 ภาค คือ ภาคความรู้ ภาควิชาชีพ และภาคจิตวิญญาณ (วิจักขณ์ พานิช, 2550) ศูนย์วิจัยและพัฒนาจิตตปัญญาศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ด้วยการสนับสนุนจากสำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา ได้จัดอบรมโครงการคุณธรรมขับเคลื่อนในระบบการศึกษาระดับอุดมศึกษา การอบรมภาวะผู้นำทางจิตตปัญญาศึกษาสู่มหาวิทยาลัย

แก่คณาจารย์จากมหาวิทยาลัยทั่วประเทศ ระหว่างเดือนเมษายน ถึง เดือนกันยายน 2551 นับเป็น กระแสของความพยายามในการผลักดันกระบวนทัศน์ใหม่ในการจัดการศึกษา ที่ต้องการสร้างให้ เกิดการเปลี่ยนแปลงจิตสำนึกของผู้เรียนจากการมองทุกสิ่งแบบแยกส่วนสู่โลกทัศน์แบบองค์รวม ผู้วิจัยในฐานะผู้หนึ่งที่เข้าร่วมการอบรม มีความสนใจพัฒนาการเรียนการสอนสำหรับนิสิต สาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ปฐมวัย ให้เป็นผู้มีจิตใจที่ละเอียดอ่อน มีสติ เปิดรับอย่างปราศจากอคติ เพื่อให้สามารถนำพาเด็กให้ได้รับการพัฒนาอย่างสมดุลและสอดคล้องกับความต้องการที่แท้ ของเด็ก

แม้ว่างานวิจัยที่ตีพิมพ์เกี่ยวกับผลลัพธ์ของการปฏิบัติตามแนวคิดปรัชญายังมีไม่มากนัก ประกอบกับมีแนวทางในการจัดการเรียนรู้ที่หลากหลาย แต่งานวิจัยจากสถาบันบางแห่งแสดงให้เห็นผลทางบวกที่เกิดแก่ผู้ปฏิบัติ นอกจากนี้เริ่มมีการวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับเรื่องนี้ใน มหาวิทยาลัยใหญ่ๆมากขึ้น เช่น UCLA (Garrison Institute, 2005) ผู้วิจัยเล็งเห็นช่องว่างของ องค์ความรู้เกี่ยวกับผลลัพธ์ของการปฏิบัติตามแนวคิดปรัชญา ดังนั้น ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษา กระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอนสำหรับนิสิตสาขาวิชา การศึกษาศาสตร์ปฐมวัย และตรวจสอบประสพการณ์การเรียนรู้ของนิสิต เพื่อใช้เป็นข้อมูลสนับสนุน ในการปรับปรุงกระบวนการเรียนการสอนสำหรับนิสิตต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษากระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอน รายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย สำหรับนิสิตระดับปริญญาโท
2. เพื่อศึกษาประสพการณ์การเรียนรู้ของนิสิตในด้านการตระหนักรู้ต่อตนเอง ผู้อื่น และวิชาชีพ

คำถามการวิจัย

1. กระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอน รายวิชา การวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัยเป็นอย่างไร มีองค์ประกอบ และการดำเนินการ อย่างไร
2. นิสิตที่เรียนในรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย มีประสพการณ์ การเรียนรู้เกี่ยวกับการตระหนักรู้อย่างไร

ขอบเขตของการวิจัย

- งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ โดยประเด็นที่ศึกษา คือ กระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอน และประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ในด้าน 1) การตระหนักรู้ต่อตนเอง 2) การตระหนักรู้ต่อผู้อื่น และ 3) การตระหนักรู้ต่อวิชาชีพ
- บริบท คือ ชั้นเรียนรายวิชา 2717658 การวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย ภาคนอกเวลาราชการ สำหรับนิสิตปริญญาโท สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย จำนวน 32 คน ดำเนินการจัดการเรียนการสอนในภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2551

กรอบแนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา คือ กระบวนการเรียนรู้เพื่อนำไปสู่การเข้าใจตนเองของผู้เรียน ก่อให้เกิดความรู้ทางปัญญาที่เชื่อมโยงระหว่างความรู้เกี่ยวกับการเข้าใจตนเอง การปฏิบัติ และวิชาชีพ โดยผสมผสานกระบวนการทำงานศิลปะซึ่งเป็นการพัฒนาภายในตนเองของนิสิต เข้ากับการเรียนรู้เนื้อหาวิชา การปฏิบัติตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษานำไปสู่การเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในตนเองอย่างลึกซึ้ง ในด้านการตระหนักรู้ต่อตนเอง ผู้อื่น และวิชาชีพ

วิธีการดำเนินการวิจัย

- การทบทวนองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาผู้เรียนในระดับอุดมศึกษา แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน และศิลปะตามแนวคิดมนุษยปรัชญา
- ประชากร คือ นิสิตสาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย ภาคนอกเวลาราชการ จำนวน 32 คน ที่ลงทะเบียนเรียนในรายวิชา 2717658 การวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย ภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2551 ซึ่งเป็นรายวิชาที่นำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอน
- การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยในฐานะอาจารย์ผู้สอนรายวิชา เก็บข้อมูลด้วยการสังเกตแบบมีส่วนร่วมในชั้นเรียนรายวิชา 2717658 การวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย และบันทึกเหตุการณ์หรือคำพูดลงในแบบบันทึกย่อของผู้วิจัย เก็บข้อมูลจากบันทึกสะท้อนการเรียนรู้ของนิสิต เป็นระยะตลอดภาคการศึกษา สัมภาษณ์นิสิตเป็นกลุ่มย่อย (focus group) และอาจารย์ผู้สอนรายวิชา เมื่อสิ้นภาคการศึกษา

4. การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูลจากวิธีการ ได้แก่ การตรวจสอบกับคนใน และการตรวจสอบแบบสามเส้าด้านวิธีรวบรวมข้อมูล เพื่อนำมาวิเคราะห์เนื้อหาและจัดระบบข้อมูลตามวิธีการแบบอุปนัย โดยผู้วิจัยทำการวิเคราะห์และตรวจสอบข้อมูลเป็นระยะตลอดการดำเนินการวิจัย และนำเสนอข้อมูลในลักษณะเชิงพรรณนา

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ได้แนวทางในการพัฒนาครูปฐมวัยให้เกิดการตระหนักรู้ต่อตนเองและสามารถมองเห็นเด็กตามความเป็นจริง
2. ได้แนวทางในการพัฒนารายวิชาในหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย เพื่อให้னிสิตเป็นบุคคลที่รอบรู้ในศาสตร์และเข้าใจโลก



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการดำเนินการวิจัยเรื่อง กระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอนและประสบการณ์เรียนรู้ของนิสิต วิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นฐานในการวิจัย ได้แก่

1. การพัฒนาครูปฐมวัย
2. แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา
 - 2.1 ความหมายของจิตตปัญญาศึกษา
 - 2.2 การปฏิบัติตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา
 - 2.3 จิตตปัญญาศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา
3. การรู้ด้วยหัวใจ
 - 3.1 ปัญญาสามระนาบ
 - 3.2 ปัญญาญาณ

1. การพัฒนาครูปฐมวัย

เด็กปฐมวัยเรียนรู้จากการเลียนแบบโดยเปิดรับสิ่งต่างๆผ่านผัสสะอย่างไม่รู้ตัว สิ่งต่างๆที่แวดล้อมตัวเด็กจึงถูกหล่อหลอมเข้ากับความเป็นตัวตนของเด็กกลายเป็นบุคลิกลักษณะ ความคิดความเชื่อ พฤติกรรม และการกระทำ ที่แตกต่างกันไปในเด็กแต่ละคน Duberley (2007) อ้างถึง บทกลอนของ Rudolf Steiner ที่กล่าวว่า “สิ่งใดก็ตามที่ผู้ใหญ่ปฏิบัติ รู้สึก หรือคิด จะถูกเด็กวัยต่ำกว่า 7 ปี เลียนแบบทุกสิ่งทุกอย่าง ดังนั้น ผู้ใหญ่จำเป็นต้องมีสติ จดจ่อกับสิ่งที่กำลังปฏิบัติ ด้วยความรัก ทะนุถนอม ในทุกการกระทำอันจะช่วยก่อร่างสร้างตัวตนให้แก่เด็ก”

Duberley กล่าวว่า ครูต้องทำงานอย่างมีสติรู้ตัวตลอดเวลา ครูวอลดอร์ฟทำงานอย่างมีสติกับทุกมิติของเด็ก ทั้งมิติด้านร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณ สิ่งที่ได้เรียนรู้จากประสบการณ์การสอน คือ เด็กเป็นครู สิ่งที่ครูต้องเรียนรู้ คือ การเปิดใจรับสารที่เด็กส่งมาให้ เรียนรู้การสังเกตอย่างเป็นวัตถุวิสัย คือ ไม่ใช่ความคิดของครูในการตัดสินตีความขณะสังเกต เรียนรู้การปล่อยวาง และปรับเปลี่ยนแผนการสอนหากสิ่งที่วางแผนไว้นั้นไม่เหมาะสมกับพฤติกรรมของเด็กที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ครูปฐมวัยมิใช่ครู หากเป็นเพียงผู้อำนวยความสะดวกให้แก่เด็ก ซึ่งไม่ใช่การพำสอนผ่านคำพูดหากเป็นการฟังอย่างเปิดรับ

Baum และ King (2006) กล่าวว่า ครูปฐมวัยต้องมีความสามารถในการตัดสินใจที่รอบคอบบนพื้นฐานของการสะท้อนความคิด ความรับผิดชอบ จรรยาบรรณ ความคิดสร้างสรรค์ และความใส่ใจ ความท้าทายของสถาบันผลิตครู คือ การเตรียมนิสิตนักศึกษาครูให้มีความสามารถในการตัดสินใจในทางที่ตอบสนองต่อความต้องการที่เปลี่ยนแปลงและหลากหลายของเด็กแต่ละคน การจัดการศึกษาต้องทำให้นิสิตนักศึกษาครูเรียนรู้ที่จะลดละความต้องการของตัวเอง โดยคำนึงถึงความต้องการจำเป็นของเด็กเป็นอันดับแรก พื้นฐานของการตัดสินใจที่ดี คือ การช่วยให้นิสิตนักศึกษาครูพัฒนาการตระหนักรู้ในตนเอง การตระหนักรู้ในตนเองเกี่ยวข้องกับความสามารถในการเข้าใจและรับรู้ตัวเองในเรื่องบุคลิกลักษณะ ความเชื่อ และทัศนคติ ซึ่งมีอิทธิพลต่อการสอนและการเรียนรู้ในฐานครูปฐมวัย แนวทางในการส่งเสริมการตระหนักรู้ในตนเองแก่นิสิตนักศึกษาครู คือ การจัดโอกาสให้ได้สำรวจประสบการณ์ส่วนบุคคล บุคลิกลักษณะ บริบท และระบบความเชื่อที่ส่งผลต่อการทำงานกับเด็กปฐมวัย ดังนี้

1) การสร้างสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัยทางอารมณ์และความคิด สร้างบรรยากาศให้นิสิตนักศึกษาครูรู้สึกปลอดภัยและได้รับการประคับประคองในกระบวนการของการค้นพบตัวเอง ให้นิสิตนักศึกษาครูรู้สึกได้ถึงการยอมรับในฐานะปัจเจกบุคคลที่มีความเฉพาะตัวและในฐานะมนุษย์คนหนึ่งที่สามารถเติบโตและพัฒนาได้ โดยให้รับรู้ว่ามีคุณค่า มีความสำคัญ สร้างให้เกิดความท้าทายและการมีส่วนร่วม ทั้งในและนอกชั้นเรียน ผู้สอนต้องให้ความสำคัญกับการฟังอย่างตั้งใจและการพบปะกับนิสิตนักศึกษาอย่างไม่เป็นทางการ นอกจากนั้น ต้องสร้างให้นิสิตนักศึกษาเกิดความเชื่อมั่นในตัวผู้สอน และรู้สึกสบายใจในการแสดงความคิดเห็นของตน

2) การจัดการศึกษาแบบองค์รวม จัดการศึกษาที่ตอบสนองต่อธรรมชาติของผู้เรียน เช่นเดียวกับการจัดการศึกษาสำหรับเด็กปฐมวัยที่ไม่แยกส่วนพัฒนาการหรือเน้นพัฒนาการด้านใดด้านหนึ่งโดยเฉพาะ หากเป็นการจัดการศึกษาที่ทุกมิติของความเป็นมนุษย์ได้รับการพัฒนาอย่างสมดุลบนพื้นฐานของความเข้าใจในพัฒนาการ ความต้องการจำเป็นของแต่ละคน บริบททางสังคมวัฒนธรรม ดังนี้

2.1) ความเหมาะสมกับวัย ทำความเข้าใจธรรมชาติของนิสิตนักศึกษาที่อยู่ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นซึ่งเป็นวัยของการค้นหาตัวตน โดยจัดให้ได้สำรวจว่าตนเองเป็นใคร ต้องการทำอะไรในอนาคต ให้ได้ทบทวนจุดแข็ง จุดอ่อน และความสนใจ ให้ได้คิดเกี่ยวกับตนเองและคิดทบทวนเกี่ยวกับบทบาทของครูปฐมวัย

2.2) ความเหมาะสมกับแต่ละบุคคล ทำความรู้จักนิสิตนักศึกษาเป็นรายบุคคล ผู้ซึ่งมีแบบในการเรียนรู้ที่แตกต่างกัน สร้างความสัมพันธ์ส่วนบุคคลที่มีความหมายกับนิสิตนักศึกษา ตลอดจนสนับสนุนให้นิสิตนักศึกษาได้สำรวจตนเองทั้งในเรื่องบุคลิกลักษณะ

พื้นอารมณ์ แบบในการเรียนรู้ โดยเป็นผู้อำนวยความสะดวกแก่นิสิตนักศึกษาในกระบวนการค้นหาตนเอง

2.3) ความเหมาะสมกับสังคม วัฒนธรรม คำนึงถึงอิทธิพลของสังคม วัฒนธรรมที่ส่งผลต่อความคิด ความเชื่อที่แตกต่างไปของแต่ละบุคคล โดยจัดให้นิสิตนักศึกษาได้ค้นหาและยอมรับในความเหมือนและความต่างของตนเองกับผู้อื่นที่มาจากบริบททางสังคม วัฒนธรรมที่แตกต่างกัน

3) การตรวจสอบความเชื่อเกี่ยวกับการสอน จัดให้นิสิตนักศึกษาได้รับโอกาสในการสะท้อนความคิดต่อประสบการณ์การเรียนรู้ที่ผ่านมาของตนและเชื่อมโยงเข้ากับประสบการณ์ใหม่ในการพัฒนาเป็นความเชื่อส่วนบุคคลเกี่ยวกับการสอนและการเรียนรู้ โดยต้องให้ได้เรียนรู้ถึงการปฏิบัติที่ดีที่สุด ดังนั้น ผู้สอนจำเป็นต้องจัดประสบการณ์การเรียนรู้ที่เป็นการปฏิบัติที่ดีที่สุดแก่นิสิตนักศึกษา และเป็นต้นแบบที่ดีเกี่ยวกับการตระหนักรู้ในตนเอง จัดให้นิสิตนักศึกษาได้มีโอกาสเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองและประเมินตนเอง โดยจัดให้เกิดการประเมินที่มีประสิทธิภาพและมีความหมายเพื่อให้นิสิตศึกษาค้นพบจุดแข็ง จุดอ่อน และสิ่งที่ต้องได้รับการพัฒนา ซึ่งทำให้สามารถจัดประสบการณ์การเรียนรู้ในขั้นต่อไปได้อย่างเหมาะสม

การพัฒนาครูปฐมวัยให้มีความสามารถในการจัดการศึกษาแก่เด็กปฐมวัยได้อย่างสอดคล้องตามหลักการและธรรมชาติของเด็กแต่ละคนที่มีความเฉพาะ จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องพัฒนาให้ครูเกิดการตระหนักรู้ในตนเอง ซึ่งจะทำให้ครูทำงานได้อย่างมีสติ เปิดรับ และตอบสนองต่อความจริงเบื้องหน้าอย่างปราศจากอคติ นอกจากนั้น ต้องพัฒนาให้ครูมีความสามารถในการประเมินตนเองและการสอนของตนเองได้อย่างตรงตามความเป็นจริง ซึ่งการพัฒนาความสามารถในการประเมินตนเองตามความเป็นจริงนี้เป็นสิ่งที่ยากและท้าทาย

2. แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

กฤษณมูรติ (2548) กล่าวว่า หากเราอยากรู้จักเด็กสักคนหนึ่ง เราจะต้องตื่นรู้อย่างสังเกต มีความรู้สึกตัวถึงวิถีแห่งตนอยู่เสมอ ครูที่ดีต้องเข้าใจเด็กตามสภาพที่เขาเป็นอยู่จริงโดยไม่คิดปั้นแต่งให้เป็นไปตามอุดมคติที่ครูกคิดว่าเขาควรจะเป็น โดยศึกษาเด็กเป็นรายบุคคล ทำความเข้าใจเด็กให้มาก ซึ่งต้องอาศัยจิตใจที่หนักแน่นเปี่ยมด้วยความอดทนและความรัก การศึกษาที่ถูกต้องเกิดได้ด้วยครูผู้เข้าใจตัวเองและไม่ยึดติดกับแบบแผนความคิดใดๆ การสอนของครู คือ การทำให้ผู้สอนเข้าใจตนเอง เป็นงานที่ยากเย็นที่สุดประการหนึ่ง เพราะคนส่วนใหญ่มีระบบความคิดหรือแบบแผนแนวปฏิบัติที่ตกผลึกอยู่ในใจแล้ว เราจึงได้ปลูกฝังความคิดสำนึกรูปให้แก่เด็กแทนที่จะสอนให้เขารู้จักวิถีคิด กล่าวได้ว่า การศึกษาที่ทำให้ผู้เรียนเข้าใจตนเอง ผู้อื่น

และความสัมพันธ์ระหว่างตนและสิ่งแวดล้อมรอบตัว คือ การศึกษาที่เปิดพื้นที่ด้านในของมนุษย์ เพื่อการเรียนรู้ตนเอง

2.1 ความหมายของจิตตปัญญาศึกษา

การศึกษาที่เน้นการพัฒนาจิตใจหรือคุณภาพด้านในของมนุษย์ ไม่แยกส่วนความจริง ความดี และความงาม เรียกว่า จิตตปัญญาศึกษา หรือ Contemplative education วิจักขณ์ พานิช (2550) ให้ความหมายของคำว่า Contemplative education ว่าหมายถึง การเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ เป็นกระบวนการของการเรียนรู้เพื่อนำไปสู่การเข้าใจตนเอง ก่อให้เกิดความรู้ทางปัญญาที่เชื่อมโยงระหว่าง 3 ภาค คือ ภาคความรู้ ภาควิชาชีพ และภาค จิตวิญญาณ การเรียนรู้เช่นนี้จำเป็นต้องเกิดขึ้นในสิ่งแวดล้อมที่สบาย เห็นคุณค่าของการเรียนรู้ ด้านใน เอาใจใส่จิตใจของผู้เรียนรู้ในทุกขณะ ประกอบด้วยกระบวนการ 3 ลักษณะ ได้แก่

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

2) การน้อมสูใจอย่างใคร่ครวญ (Contemplation) เป็นกระบวนการต่อเนื่องจากการ ฟังอย่างลึกซึ้ง มีการน้อมนำความคิดนั้นมาใคร่ครวญอย่างลึกซึ้ง อาศัยความสงบเย็นของจิตใจ แล้วจึงนำไปปฏิบัติเพื่อให้เห็นผลจริง

3) การเฝ้ามองเห็นตามที่เป็นจริง (Meditation) เป็นการปฏิบัติธรรมหรือการภาวนา คือการเฝ้าดูธรรมชาติที่แท้จริงของจิต ทำให้เห็นความเชื่อมโยงจากภายในสู่ภายนอก เห็นความ จริงที่ไปพันอำนาจแห่งตัวตนของตน

สุมน อมรวิวัฒน์ (2548) กล่าวว่า การเรียนรู้ที่จุดมุ่งหมายและกระบวนการ ประสบการณ์จากการเรียนรู้จะทับซ้อนสะสมมีทั้งความรู้ที่ข้ามพ้นไปสู่สิ่งใหม่หลอมรวมกับ ประสบการณ์เดิมเป็นการ “ก้าวพ้นแต่ปนอยู่” (transcend and include) นั่นคือ กระบวนการ เรียนรู้นั้นมีโครงสร้างแบบเกลียวพลวัต (spiral dynamics) มีธาตุรู้ที่สามารถเชื่อมโยงจิตสำนึก และจิตใต้สำนึก จนเกิดปัญญาและความรู้ใหม่ กระบวนการเรียนรู้ที่ฝึกเชื่อมโยงจิตสำนึกกับ จิตไร้สำนึกเช่นนี้ นำไปสู่สภาวะทางจิตวิญญาณอย่างไม่มีข้อสงสัยอีกทั้งยังโยงไปถึงสภาวะ องค์รวมชีวิต วิเศษฐ์ วัชวิญญู (อ้างถึงใน สุมน อมรวิวัฒน์, 2548) เน้นว่า การเรียนรู้ที่แท้จริงเกิด จากสภาวะของจิตที่โปร่งสบาย ผ่อนคลาย แล้วคิดวิเคราะห์ให้เข้าไปในตน ขณะเดียวกันก็ได้ สัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและเชื่อมโยงกับผู้อื่น การยึดติดกับเนื้อหาสาระที่ตายตัวนั้นแม้จะรู้มาก ก็มีประโยชน์น้อยกว่าการรู้สาระที่เปลี่ยนแปลงเชื่อมโยงกับชีวิตเรา

วิจักขณ์ พานิช (2550) กล่าวว่า จิตตปัญญาศึกษาไม่ใช่เรื่องของ การสร้างกฎเกณฑ์ ค่านิยมทางสังคม ความเป็นเลิศทางวิชาการ ความคาดหวังทางศีลธรรม หรือกระทั่งความสูงส่งทางจิตวิญญาณ แต่กลับเป็นเรื่องง่ายๆอย่างการให้ความเคารพแก่ศักยภาพแห่งการเรียนรู้ของคนทุกคนอย่างไร้อคติ กระบวนการการเรียนรู้เช่นนี้จะต้องตั้งอยู่บนความเข้าใจที่ว่า ธรรมชาติพื้นฐานของความเป็นมนุษย์คือ ธรรมชาติแห่งการตื่นรู้หรือพุทธสภาวะ ซึ่งกระบวนการศึกษาจะนำผู้เรียนเข้าสู่กระบวนการใคร่ครวญด้วยใจ การขบคิดด้วยปัญญาจากการบ่มเพาะและให้คุณค่าพื้นที่ว่างแห่งการเรียนรู้ด้านใน การลองผิดลองถูกด้วยประสบการณ์ตรง เพื่อเป้าหมายของการตระหนักรู้ถึงพุทธสภาวะที่มีอยู่แล้วในตนเองอย่างเป็นทางการตามธรรมชาติของชีวิต

ชลดา ทองทวี และคณะ (2551) ทำการวิจัยเชิงสำรวจเพื่อ 1) ศึกษาข้อมูลและความรู้เกี่ยวกับจิตตปัญญาศึกษา 2) สร้างฐานข้อมูลจิตตปัญญาศึกษา 3) ศึกษาประเด็นการวิจัยและสร้างแผนที่ลำดับความสำคัญของการวิจัยที่เกี่ยวกับจิตตปัญญาศึกษา และ 4) พัฒนาเครือข่ายนักวิจัยและนักปฏิบัติในด้านจิตตปัญญาศึกษา คณะวิจัยใช้เวลาทำวิจัยทั้งสิ้น 1 ปี ผลการวิจัยทำให้ได้นิยาม “จิตตปัญญาศึกษา” ว่าหมายถึง กระบวนการเรียนรู้และชุมชนที่เป็นเหตุปัจจัยที่เกื้อกูลต่อองค์ประกอบหรือกระแสแห่งการพัฒนาจากจิตเล็กสู่จิตใหญ่ โดยหยั่งรากลงถึงฐานคิดเชิงศาสนา มนุษยนิยม และองค์รวมบูรณาการ เป็นการเปลี่ยนแปลงจากจิตที่ยึดติดกับอัตตาตัวตนที่คับแคบยึดติดกับการมองโลกเป็นส่วนเสี้ยว สู่จิตที่ตื่นรู้ เข้าถึงความเชื่อมโยงของสรรพสิ่งเป็นองค์รวม มีความรักความเมตตา โดยการสังเคราะห์ครั้งนี้สามารถนำเสนอคุณลักษณะเฉพาะของจิตตปัญญาศึกษาเป็น จิตตปัญญาพฤษา ซึ่งประกอบด้วย

- 1) ราก คือ ฐานแนวคิด ได้แก่ แนวคิดเชิงศาสนา เชิงมนุษยนิยม และเชิงบูรณาการองค์รวม
- 2) ผล คือ เป้าหมายการเรียนรู้สู่จิตใหญ่ที่กว้างขวางครอบคลุมและเชื่อมโยงซึ่งกันและกัน
- 3) แก่น คือ องค์ประกอบหรือกระแสแห่งการพัฒนาสู่จิตใหญ่ ได้แก่
 - 3.1) การมีสติเปิดรับประสบการณ์ตรงในปัจจุบันขณะอย่างเต็มเปี่ยม
 - 3.2) การสืบค้นกระบวนการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตน
 - 3.3) การน้อมมาปฏิบัติอย่างต่อเนื่องจริงจัง
 - 3.4) ความเบิกบานและผ่อนคลาย
 - 3.5) การมีจิตตั้งมั่นและเป็นกลาง
- 4) กระพี้ คือ บริบทของกระบวนการเรียนรู้และปฏิบัติ ได้แก่ สังฆะ คือ การให้คุณค่าต่อการสร้างชุมชนแห่งการเรียนรู้ และวัฒนธรรม คือ การให้คุณค่าแก่รากฐานทางภูมิปัญญา
- 5) เปลือก คือ เครื่องมือการปฏิบัติในรูปแบบต่างๆของจิตตปัญญาศึกษา

- 6) เมล็ด คือ ศักยภาพภายในของมนุษย์ทุกคน
- 7) ฝืนดิน คือ วงการต่างๆที่นำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาไปประยุกต์ใช้
- 8) ความรู้ในการปลูกและดูแล คือ การวิจัยสืบค้นความรู้และการวัดประเมินสำหรับจิตตปัญญาศึกษา

จุดมุ่งหมายของกระบวนการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา คือ การเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในตนเอง ได้แก่ การเข้าใจตนเอง ผู้อื่น และสรรพสิ่งอย่างลึกซึ้ง ความรักเมตตา ความอ่อนน้อมถ่อมตน และการเกิดจิตสำนึกต่อส่วนรวม อันจะนำไปสู่การกระทำเพื่อเปลี่ยนแปลงสังคมและโลก (ธนา นิลชัยโกวิทย์, 2551)

2.2 การปฏิบัติตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

การศึกษาต้องพัฒนามนุษย์อย่างเป็นองค์รวม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่ลึกซึ้งและส่งผลต่อชีวิตด้านในของผู้เรียนจนเกิดการเปลี่ยนผ่าน จิตตปัญญาศึกษา คือ หนึ่งในวิธีการเรียนรู้ที่นำผู้เรียนไปสู่การเปลี่ยนแปลงภายในตนเองอย่างลึกซึ้ง และเชื่อมโยงไปสู่การเปลี่ยนแปลงของสังคมและโลกจากรากฐานของการปฏิบัติและฝึกฝนจริง โดยวิธีหลักที่ใช้ คือ การสร้างความรู้เชิงประจักษ์ให้เกิดกับผู้เรียน ด้วยการฝึกฝนทางกาย เช่น ชีกง โยคะ การเคลื่อนไหวร่างกายแบบต่างๆ การเรียนรู้ผ่านกระบวนการทางศิลปะรูปแบบต่างๆ การใคร่ครวญทางความคิดโดยอาศัยประสบการณ์ที่ผ่านมาเป็นบทเรียน จิตตปัญญาศึกษาทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้านในของตนเองในขณะเดียวกันเปิดรับประสบการณ์ด้วยใจที่เปิดกว้าง อันนำไปสู่การตระหนักรู้ การหยั่งรู้ ความเปิดกว้าง การเคารพในความเป็นมนุษย์ และการยอมรับในความแตกต่างหลากหลาย (สื่อการศึกษา, 2552)

Haynes (2005) กล่าวว่า Contemplative มาจากภาษาละติน คือ Contemplari แปลว่า สังเกต พิจารณา หรือจ้องมองอย่างตั้งใจ นำไปสู่การปฏิบัติที่หลากหลาย ได้แก่ การนั่ง การยืน การเดิน การนอน การสงบนิ่ง การฟังอย่างลึกซึ้ง การใคร่ครวญ การตั้งคำถามเชิงวิพากษ์ การจินตนาการตามเสียงนำ การบริหารร่างกาย พื้นฐานของจิตตปัญญาศึกษา คือ การมีสติรู้ตัว การอยู่กับปัจจุบันขณะ การปฏิบัติตามแนวจิตตปัญญาศึกษาในชั้นเรียนส่งผลต่อประสบการณ์ที่แตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ผู้เรียนได้พัฒนาเทคนิคในการตระหนักรู้ ฝึกฝนทักษะการสังเกต และการรับรู้ ปรับเปลี่ยนทัศนคติจากการวิพากษ์วิจารณ์โลกรอบตัวมาเป็นความกระหายใคร่รู้ ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนกับเนื้อหาวิชาแน่นขึ้นในขณะเดียวกันลดความกังวลในการเรียนรู้ลง

สถาบัน Center for Contemplative Mind in Society (2008) ได้แบ่งวิธีการในการปฏิบัติตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาออกเป็น 7 แนวทาง ซึ่งแนวทางทั้ง 7 อยู่บนพื้นฐานของการพัฒนาความตระหนักรู้และการเชื่อมโยงกับสิ่งศักดิ์สิทธิ์หรือปัญญาภายใน ดังนี้

- 1) ฝึกกับการสงบนิ่ง ได้แก่ การปฏิบัติสมาธิ
- 2) ฝึกกับการเคลื่อนไหว ได้แก่ โยคะ ชีกง ไทเก๊ก การเดิน
- 3) ฝึกกับกิจกรรมทางสังคม ได้แก่ การทำงานอาสาสมัคร
- 4) ฝึกกับกิจกรรมสร้างสรรค์ ได้แก่ การสวดมนต์ การแผ่เมตตา การท่องมนตรา
- 5) ฝึกกับพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ ได้แก่ นิเวศภาวนา การสวดมนต์ภาวนา
- 6) ฝึกกับกระบวนการเชิงความสัมพันธ์ ได้แก่ สุนทรียสนทนา การฟังอย่างลึกซึ้ง การฟังเรื่องเล่า
- 7) ฝึกกับกระบวนการสร้างสรรค์ ได้แก่ การร้องเพลง การทำงานศิลปะ การเขียนบันทึก

Zinger (2008) กล่าวว่า นักการศึกษาจำนวนมากมีความเห็นว่า การจัดการศึกษาที่เน้นการคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผล การวิพากษ์วิจารณ์ และการวิเคราะห์เชิงปริมาณอย่างเป็นวิทยาศาสตร์ ไม่เพียงพอในการพัฒนาผู้เรียน หากการศึกษาต้องทำให้ผู้เรียนได้รับการซ่อมแซมสุขภาพทางปัญญาผ่านการพัฒนาทางจิตวิญญาณ การปฏิบัติตามแนวคิดปัญญาก่อให้เกิด “การรู้ตัว” ซึ่งเป็นความสามารถในการดำรงอยู่กับปัจจุบันขณะ ข้อดีของการสอนตามแนวคิดปัญญานี้ ได้แก่

- 1) ลดความเครียด ความกังวล
- 2) ลดการขาดเรียนแบบไร้เหตุผล
- 3) เพิ่มสมาธิและความจดจ่อ
- 4) เพิ่มความสามารถในการจดจำ และมีความสามารถในการ “อยู่กับปัจจุบัน”
- 5) ลดความตื่นตระหนกและความกังวลเมื่อต้องพูดในที่สาธารณะ

สมาธิและการอยู่กับปัจจุบันขณะช่วยให้ผู้เรียนเปิดรับโลก ชั้นเรียน และผู้อื่น มากขึ้น มีความเมตตามากขึ้น รวมทั้ง การมีประสบการณ์กับการไม่รีบตัดสินใจ ทำให้มองเห็นอย่างกระจ่างชัด มองเห็นตามความเป็นจริง และเท่าทันการรับรู้ประสบการณ์ อย่างไรก็ตาม ผู้สอนต้องเรียนรู้การลดการควบคุมชั้นเรียนเพื่อสร้างให้เกิดความอดทนอดกลั้น การเปิดรับ การรับฟัง และพื้นที่อิสระในการเรียนรู้ที่มากขึ้น ทั้งนี้ ต้องคำนึงถึงความแตกต่างของผู้เรียนในด้านความถนัดในการเรียนรู้และความสนใจที่เกี่ยวข้องกับเทคนิควิธีที่ผู้สอนจะนำมาใช้ในชั้นเรียน สมาธิในชั้นเรียนทำให้เกิดการตระหนักรู้ในตนเอง ซึ่งช่วยให้ผู้เรียนได้สังเกตอารมณ์ความรู้สึกของตน และสร้างช่องว่างระหว่างประสบการณ์และปฏิกิริยาตอบสนอง

งานวิจัยที่นำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในกระบวนการพัฒนาครูปฐมวัย ได้แก่ ฤทธิ์ อนุสรราชกิจ (2549) ทำการวิจัย เรื่อง การพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิด การศึกษาเด็กอย่างใคร่ครวญ เพื่อปรับเปลี่ยนมุมมองและการปฏิบัติของครูการศึกษาปฐมวัย งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบมีการแทรกแซง มีวัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนากระบวนการ จัดการเรียนรู้ตามแนวคิดการศึกษาเด็กอย่างใคร่ครวญสำหรับครูการศึกษาปฐมวัย และเพื่อศึกษา ผลการปรับเปลี่ยนมุมมองและการปฏิบัติของครูที่เข้าร่วมกระบวนการจัดการเรียนรู้ใน 3 ด้าน คือ 1) ต่อตนเอง 2) ต่อเด็ก และ 3) ต่อผู้อื่น ทำการศึกษาครูจำนวน 3 คน ผลการวิจัย ทำให้ได้ กระบวนการจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมให้ครูรู้ตัวเอง ได้รับความจริงในปัจจุบัน มีสติ และรับรู้เด็กอย่าง เป็นธรรมชาติตามจริง ซึ่งกระบวนการเรียนรู้ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่

- 1) การเปิดใจรับรู้ ยอมรับทั้งตนเองและผู้อื่น
- 2) การพัฒนาภายในตนเอง ด้วยการฝึกสติ สมาธิ ปรารถนาลมผัส การรู้เท่าทัน ปัจจุบัน
- 3) การศึกษาเด็ก ที่เน้นการสังเกตเด็กและการใคร่ครวญในชีวิตประจำวัน
- 4) การสะท้อนการเรียนรู้

นอกจากนั้น ผลการวิจัยทำให้ครูเกิดการเปลี่ยนแปลงมุมมองทั้งในด้านตนเอง เด็ก และผู้อื่น ทั้งนี้ การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นแก่ครูแตกต่างไปตามลักษณะของครู 3 แบบ คือ ครูที่ใช้ ความรู้สึก ครูที่ยึดมั่นกับความคิดตนเอง และครูที่เป็นนักปฏิบัติ ผู้วิจัยได้เสนอไว้ว่า การเลือก กิจกรรมที่เหมาะสมกับลักษณะของครู ส่งเสริมการเรียนรู้ที่ช่วยให้ครูเปิดการรับรู้ของตนเอง มองเห็น และรับรู้ตนเองชัดขึ้น เข้าใจความแตกต่างของตนเอง โดยครูที่ถนัดใช้ความรู้สึกและอารมณ์ เรียนรู้ ได้จากกิจกรรมที่พัฒนาสุนทรียะทางอารมณ์ เช่น งานศิลปะ ครูที่ยึดมั่นกับความคิดของตน ถนัด กับการทบทวนตนเองและเขียนบันทึกการเรียนรู้ ครูที่เป็นนักปฏิบัติ ถนัดกิจกรรมที่ปฏิบัติผ่าน กาย เช่น โยคะ ปั่นดิน ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้ช่วยกำกับสติและการกระทำของครู

2.3 จิตตปัญญาศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา

แนวคิดเรื่องจิตตปัญญาศึกษาเริ่มต้นที่มหาวิทยาลัยนาโรปะ มลรัฐโคโลราโด ประเทศสหรัฐอเมริกา ในปี ค.ศ. 1974 ก่อตั้งโดยเชอเกียม ตรุงปะ รินโปเซ ผู้นำจิตวิญญาณ ชาวทิเบต มหาวิทยาลัยแห่งนี้จัดการศึกษาที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้สืบค้นสำรวจภายในตนเอง เรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง และรับฟังด้วยใจที่เปิดกว้าง ปัจจุบันมีสถาบันอุดมศึกษาที่มีปรัชญา และพันธกิจของสถาบันในการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาจิตหลายแห่ง อาทิ California Institute of Integral Studies (CIS) ประเทศสหรัฐอเมริกา Buddhist Tzu Chi University ประเทศไต้หวัน

และ Sathya Sai Institute of Higher Learning ประเทศอินเดีย ในประเทศไทยมีการรวมตัวของภาคีเครือข่ายจิตตปัญญาศึกษาเพื่อขับเคลื่อนการศึกษาตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา ในสถาบันการศึกษาต่างๆทุกหลักสูตรและทุกระดับ (สื่อการศึกษา, 2552) มหาวิทยาลัยมหิดล ได้จัดตั้งศูนย์จิตตปัญญาศึกษาขึ้น เมื่อวันที่ 19 กรกฎาคม 2549 และเริ่มผลิตบัณฑิตตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา ในปีการศึกษา 2551 ในหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตตปัญญาศึกษาและการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง (ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา, 2550) กระแสของจิตตปัญญาศึกษานำไปสู่ความพยายามในการขับเคลื่อนให้สถาบันผลิตครูทั่วประเทศปรับเปลี่ยนกระบวนการทัศน์ในการจัดการศึกษาที่ไม่แยกส่วนชีวิตกับวิชา โดยในปี 2552 เกิดชุดโครงการเพิ่มขีดความสามารถของคณะครุศาสตร์/ศึกษาศาสตร์สู่การเป็นสถาบันพัฒนาบุคลากรทางการศึกษาที่มีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ภายใต้การสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ ในการสร้างเครือข่ายความร่วมมือกับ 25 มหาวิทยาลัยทั่วประเทศพัฒนาหลักสูตรและการจัดการเรียนการสอนตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาบัณฑิตให้เป็นผู้มีหัวใจและความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์

Miller และ Nozawa (2005) นำเสนอผลของการปฏิบัติตามแนวจิตตปัญญาในชั้นเรียนระดับอุดมศึกษา ซึ่งเป็นหนึ่งในรายวิชาเลือกระดับปริญญาโท โดยการนำสมาธิมาใช้เป็นเครื่องมือในการเรียนรู้ที่พัฒนาผู้เรียนอย่างเป็นองค์รวมมีชีพพัฒนาเฉพาะความคิดเท่านั้น ด้วยมองว่าสมาธิเป็นการเรียนรู้เกี่ยวกับตัวเอง ซึ่งช่วยให้นักศึกษาสามารถรับมือกับความเครียดในการดำเนินชีวิต ตลอดจนลดตัวตนของผู้สอนทำให้การสอนมีความสนุกสนานและเบิกบาน ในรายวิชานี้มีการแนะนำวิธีการปฏิบัติสมาธิแบบต่างๆ 6 แบบ เพื่อให้นักศึกษาเลือกปฏิบัติต่อเนืองที่บ้านเป็นเวลา 30 นาทีต่อวัน ในการเรียนการสอนแต่ละครั้ง เริ่มต้นด้วยการแผ่เมตตา จากนั้นให้นักศึกษาปฏิบัติสมาธิตามวิธีการเฉพาะตน โดยจบบทเรียนด้วยการให้นักศึกษาฝึกฝนการอยู่กับปัจจุบันขณะ และเขียนบันทึกการเรียนรู้ซึ่งเน้นการตอบคำถามที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการปฏิบัติสมาธิ คำตอบของนักศึกษาจากการเรียนรู้ในรายวิชานี้ ได้แก่ ได้มีเวลาอยู่กับตัวเอง เพิ่มความสามารถในการฟัง รู้สึกว่ามีพลังมากขึ้น ตอบสนองต่อสถานการณ์ช้าลง และรู้สึกสงบและมีความกระฉับกระเฉงมากขึ้น บทความเรื่อง การปฏิบัติตามแนวจิตตปัญญาในการจัดการศึกษาสำหรับครู นำเสนอผลการจัดการเรียนการสอนโดยใช้การสัมภาษณ์นักศึกษาที่ยังคงปฏิบัติสมาธิอย่างต่อเนื่องแม้ว่าได้จบการศึกษาไปแล้ว โดยมีผู้ให้ข้อมูลจำนวน 21 คน จากนักศึกษาที่เคยผ่านการเรียนรายวิชานี้จำนวนทั้งสิ้น 182 คน ร้อยละ 62 ของผู้ให้ข้อมูลซึ่ง 15 คน เป็นครูในโรงเรียนให้สัมภาษณ์ว่า สมาธิทำให้ผ่อนคลาย เกิดความสงบทั้งในชีวิตการทำงานและชีวิตส่วนตัว และมีปฏิกิริยาตอบโต้ต่อสถานการณ์ที่เป็นปัญหาในชั้นเรียนลดลง

ชลดา ทองทวี และคณะ (2551) ได้เสนอประเด็นการวิจัย สำหรับผู้สนใจนำแนวคิด จิตตปัญญาศึกษาไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนในสถาบันอุดมศึกษาไทย ได้แก่

- 1) การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม เพื่อสร้างองค์กรแห่งการเรียนรู้
- 2) การวิจัยสำรวจองค์ความรู้และวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อสร้างระบบ การวัดประเมินการเรียน และการทำงานในฐานะกระบวนการส่งเสริมการเรียนรู้ และความสุข
- 3) การวิจัยพัฒนาอาจารย์ ภาวะบวร และผู้จัดการเรียนรู้แบบจิตตปัญญาศึกษา
- 4) การวิจัยศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแก่นกับบริบทในลักษณะที่มีความหมาย ต่อชุมชน
- 5) การวิจัยศึกษาและพัฒนาระบบการบริหารจัดการที่เป็นโครงสร้างรองรับจิตต ปัญญาศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาไทย

เนื่องจากการปฏิบัติตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามีหลากหลายวิธี ไม่ว่าจะเป็นการ นั่งสมาธิ การเดินจงกรม การสวดมนต์ การปฏิบัติกิจกรรมจิตอาสา หรือการทำงานศิลปะ ผู้วิจัย สนใจศึกษางานวิจัยที่นำศิลปะมาใช้ในการพัฒนาผู้เรียนให้เข้าถึงความจริงภายในตนเอง เนื่องจากศิลปะเป็นเครื่องมือในการพาให้บุคคลค้นพบศักยภาพภายในตน ตัวอย่างงานวิจัย ที่เกี่ยวข้อง ได้แก่

ศุภณีย์จิตตปัญญา มหาวิทยาลัยมหิดล ดำเนินการภายใต้โครงการศิลปะสร้างสรรค์ ดุลยภาพชีวิตภายใน ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการทดลองปฏิบัติการกิจกรรมศิลปะตามแนวมนุษย ปรัชญา สำหรับนักศึกษาระดับปริญญาตรี มีเป้าหมายเพื่อให้นักศึกษาได้สร้างคุณค่าภายใน ตนเอง เข้าถึงภายในและเชื่อมโยงระหว่างจิตภายในกับธรรมชาติ สิ่งแวดล้อมภายนอก ตลอดจน เข้าใจวัฒนธรรมและสังคมรอบตัว โดยจัดกิจกรรมศิลปะ ได้แก่ กิจกรรมการเคลื่อนไหวยูริธมี การวาดรูปและระบายสี และงานปั้น ดำเนินการอบรม 2 ครั้ง ครั้งที่ 1 จัดอบรมในช่วงปิด ภาคการศึกษา มีผู้เข้าร่วมจำนวน 30 คน เป็นนักศึกษาจากคณะต่างๆภายในมหาวิทยาลัย ครั้งที่ 2 จัดอบรมในช่วงเปิดภาคการศึกษา มีผู้เข้าร่วมจำนวน 180 คน เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จัดอบรม 2 รุ่น รุ่นละ 90 คน ผลการดำเนินโครงการสามารถสรุปได้ ดังนี้ งานศิลปะทั้ง 3 แขนง เป็นกระบวนการเชื่อมโยงของสองสิ่ง คือ สิ่งภายนอกและการรับรู้ของ ใจภายใน ทุกกิจกรรมมีเป้าหมายเดียวกัน คือ เพื่อให้รู้ตัว มีการระลึกที่ลึกกว่าการรู้ปกติ ศิลปะ ทำให้เกิดการรับรู้ตน รู้สิ่งรอบข้าง และรู้โลก ทั้งนี้ ได้มีการนำกิจกรรมนพลักษณ์และการเข้าค่าย ธรรมะมาปฏิบัติ เพื่อให้ผู้เข้าร่วมอบรมได้มีประสบการณ์ทางด้านจิตวิญญาณ ให้ศิลปะเป็นสื่อ เชื่อมถึงจิตใจได้ง่ายขึ้นเพื่อการรู้จิตตนเองและรับรู้ความรู้สึกภายในของตนเองได้รวดเร็ว (คณะดำเนินงานโครงการศิลปะสร้างสรรค์ดุลยภาพชีวิตภายใน, 2551)

ศศิลักษณ์ ชัยนิกิจ (2551) ทำการวิจัยเรื่อง ศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน:

การศึกษาเชิงคุณภาพประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตสาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตระดับปริญญาตรี โท และเอก สาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ ที่เข้าร่วมกิจกรรมศิลปะเพื่อการพัฒนาภายในตน ในด้าน 1) มุมมองต่อตนเอง 2) มุมมองต่อผู้อื่น และ 3) มุมมองต่อวิชาชีพ มีผู้เข้าร่วมวิจัยทั้งสิ้น 12 คน เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคลภายหลังเสร็จสิ้นกิจกรรมใน 1 ภาคการศึกษา ผลการวิจัย พบว่า นิสิตสะท้อนประสบการณ์การเรียนรู้ที่เกิดขึ้น 4 ประเด็น ได้แก่ การมีสติรู้ตัว การเรียนรู้ตนเอง การเรียนรู้ผู้อื่น และการเรียนรู้ชีวิต นอกจากนี้ นิสิตยังสะท้อนถึงการเปลี่ยนแปลงมุมมองต่อตนเอง ผู้อื่น และวิชาชีพ ได้แก่ 1) มุมมองต่อตนเอง คือ การพัฒนาตนเอง และการเห็นคุณค่าในตนเอง 2) มุมมองต่อผู้อื่น คือ การเข้าใจและเปิดใจรับ และ 3) มุมมองต่อวิชาชีพ ได้แก่ การพัฒนาภายในตนของครูและการมีเมตตาต่อเด็ก

3. การรู้ด้วยหัวใจ

จิตตปัญญาศึกษาก่อให้เกิดความรู้ทางปัญญาที่มีใช้การรู้ผ่านกระบวนการคิดอย่างเชิงวิพากษ์วิจารณ์หรือความพยายามในการคิดอย่างเป็นเหตุเป็นผล หากเป็นการแขวนลอยการตัดสินใจโดยเปิดรับอย่างบริสุทธิ์ต่อประสบการณ์ต่างๆที่เข้ามากระทบกับการรับรู้ไม่ว่าจะเป็นทางตา หู จมูก ลิ้น กาย หรือใจ ก่อให้เกิดการรู้ที่ผุดขึ้นมาเองในสภาวะที่ใจนิ่ง จดจ่อ และเป็นสมาธิ การรู้ลักษณะนี้เรียกว่า การรู้ด้วยหัวใจหรือปัญญาญาณ

3.1 ปัญญาสามฐาน

สมองของมนุษย์มีพัฒนาการจากด้านในออกด้านนอก และจากส่วนหลังไปหาส่วนหน้า โดยใน 7 ปีแรกของวัย ซึ่งอยู่ในพัฒนาขั้นก่อนการคิดเชิงตรรกะ หรือ ขั้นรับรู้จากประสาทสัมผัสและการเคลื่อนไหวและขั้นเริ่มคิดด้วยญาณ ตามทฤษฎีของเพียเจต์ สมองส่วน R-system จะมีพัฒนาการสูงสุดหรือบรรลุภาวะเป็นอันดับแรก สมองส่วนนี้ทำหน้าที่ควบคุมประสาทอัตโนมัติ เกี่ยวกับการเต้นของหัวใจ การหายใจ และการดำรงชีวิตตามสัญชาตญาณ เด็กวัยนี้จึงเรียนรู้ได้ดีผ่านการลงมือกระทำและการใช้ประสาทสัมผัสเรียนรู้โลกรอบตัว ในวัย 7 – 15 ปี สมองส่วนกลางหรือ Limbic system ที่เริ่มพัฒนามาตั้งแต่ปฐมวัยจะมีวุฒิภาวะสูงสุด สมองส่วนนี้ทำหน้าที่เกี่ยวกับความจำ การเรียนรู้ พฤติกรรม ความสุข และอารมณ์ขั้นพื้นฐาน เด็กวัยนี้จึงเรียนรู้ได้ดีผ่านอารมณ์ความรู้สึก จังหวะ การคิดที่เริ่มเป็นเหตุเป็นผล และในวัย 15 – 21 ปี สมอง

ส่วนหน้าหรือ Neocortex จะพัฒนาถึงขั้นที่มีคุณภาพสูงสุด ซึ่งสมองส่วนนี้เป็นส่วนที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกนึกคิด การเรียนรู้ สติสัมปะชัญญะ และรายละเอียดที่สลับซับซ้อน ในช่วงวัยรุ่นเป็นวัยที่สามารถเรียนรู้เชิงวิชาการที่ซับซ้อนที่ต้องอาศัยการคิดขั้นสูง จำพวกการคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ การคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณ พัฒนาการ 3 ขั้นดังกล่าวเป็นไปตามคุณภาพอันสัมพันธ์กับการเจริญเติบโตขององค์ประกอบสำคัญของมนุษย์ซึ่งมีด้วยกัน 3 ส่วน คือ สมอง หัวใจ และร่างกายที่ทำงานอย่างสอดคล้องกัน กล่าวคือ ร่างกายแสดงการกระทำตามการสั่งงานของสมองและหัวใจ โดยหัวใจเป็นศูนย์กลางของการควบคุมจังหวะต่างๆในร่างกายให้ดำเนินไปอย่างสอดคล้องและสัมพันธ์กัน (บุษบง ตันติวงศ์ และศศิลักษณ์ ชัยนิกิจ, 2551) Osho (อ้างถึงใน ประพนธ์ ผาสุขยัต, 2548) กล่าวถึงศูนย์กลางของปัญญาสามฐาน ดังนี้

- 1) ก้านสมอง เป็นบ่อเกิดของสัญชาตญาณ มีศูนย์กลางอยู่ที่ ท้อง
- 2) สมองส่วนกลาง เป็นบ่อเกิดของปัญญาญาณ มีศูนย์กลางอยู่ที่ หัวใจ
- 3) สมองส่วนหน้า เป็นบ่อเกิดของปรีชาญาณ มีศูนย์กลางอยู่ที่ หัว

การกระทำ ความรู้สึก และความคิด มีความเกี่ยวโยงสัมพันธ์กัน วิศิษฐ์ วังวิญญู (2548) กล่าวว่า ความคิดและอารมณ์ทำงานร่วมกันอย่างใกล้ชิด โดยอารมณ์เข้ามามีบทบาทในการจัดระเบียบของความคิด ระนาบของปัญญาสามระนาบนี้ เมื่อสัตว์วิวัฒนาการปัญญา มิได้มีการละทิ้งขั้นเดิมและก่อสร้างขั้นใหม่ขึ้นมา หากสร้างขั้นใหม่ขึ้นมาซ้อนทับขั้นเก่าโดยใช้ขั้นเก่าเป็นฐาน นั่นคือ ความคิดเหตุผลจากสมองส่วนนอกหรือนีโอคอร์เท็กซ์อาศัยปัญญาอารมณ์เป็นฐาน ซึ่งมีที่ทางอยู่ที่สมองส่วนกลาง และปัญญาอารมณ์อาศัยปัญญากายของสัตว์เลื้อยคลานซึ่งมีที่ทางอยู่ที่ก้านสมอง ปัญญากาย ได้แก่ ปัญญาแห่งการกระทำ การลงไม้ลงมือ การเคลื่อนไหว รวมถึงประสาทสัมผัสต่างๆ ดังนั้น ในการปฏิบัติธรรมซึ่งใช้กายเป็นสื่อในการเข้าถึงจิต จึงเป็นการทำงานกับจิตทั้งในส่วนที่เป็นอารมณ์ ความคิด และจิตวิญญาณ ความเข้าใจเกี่ยวกับปัญญาสามฐานแสดงให้เห็นว่าการเรียนรู้มิได้เกิดขึ้นในระดับความคิดโดยเฉพาะอย่างยิ่งความคิดที่เป็นพุทธิปัญญาเท่านั้น หากเกิดขึ้นกับกายหรือการกระทำ อารมณ์ความรู้สึกหรือความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์เช่นกัน (วิศิษฐ์ วังวิญญู, 2552) ดังนั้น การศึกษาต้องให้ความสำคัญกับปัญญาทั้งสามในการพัฒนาเด็กให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์และสมดุล

3.2 ปัญญาญาณ

“จงทิ้งสมองที่จ้องคิดแบบถ้อยคำ
 จงหนุนนำความคิดที่สร้างบทกลอน
 ปล่อยวางความชำนาญในการอ้างเหตุอ้างผล
 ปล่อยให้เสียงเพลงนำทางชีวิตของท่าน
 เคลื่อนย้ายจากปรัชญาญาณไปสู่ปัญญาญาณ
 จากหัวคิดไปสู่จิตใจ
 เพราะจิตใจนั้นอยู่ใกล้ความลึกกลับมากกว่า”

Osho (อ้างถึงใน ประพนธ์ ผาสุขยீด, 2548)

ระบบการศึกษาในปัจจุบันมุ่งให้ความสำคัญกับการพัฒนาสติปัญญาหรือสมอง โดยละเลยการพัฒนาจินตนาการหรือหัวใจ การศึกษาที่จะสามารถพัฒนามนุษย์ที่สมบูรณ์ได้นั้นต้องพัฒนามนุษย์อย่างเป็นองค์รวม ทั้งร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา การมุ่งพัฒนาเพียงปรัชญาญาณ (intellect) หรือการคิดเป็นเหตุเป็นผลเพียงด้านเดียวไม่อาจนำพาผู้เรียนให้ก้าวพ้นปัญหา หรือดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข หลายครั้งหลายคราที่นำพาไปพบกับความเครียด การยึดติดตัวตน หากการศึกษาต้องการพัฒนาผู้เรียนให้เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น และผู้เบิกบาน จำต้องให้ความสำคัญกับการพัฒนาปัญญาของสมองไปพร้อมๆ กับการพัฒนาปัญญาของหัวใจ

Osho (อ้างถึงใน ประพนธ์ ผาสุขยี่ด, 2548) กล่าวว่า ปัญญาญาณ (intuition) เป็นการเข้าถึงความจริงในระดับที่สูงกว่าปรัชญาญาณซึ่งเป็นการคิดเชิงเหตุผล ปัญญาญาณเป็นการรู้ในลักษณะก้าวกระโดดที่ไม่สามารถอธิบายได้ในเชิงเหตุผลหรือเข้าถึงได้ด้วยวิธีการคิดแบบปรัชญาญาณ เป็นปัญญาของหัวใจ ซึ่งเป็นบ่อเกิดของงานด้านศิลปะ เกี่ยวข้องกับความสวยงาม ความงาม ความรัก และมิตรภาพ ปัญญาญาณ หรือ การรู้ด้วยใจ หรือ การรู้แบบปิ้งแว็บ เป็นปรากฏการณ์ผุดบังเกิดผ่านช่องทางหรือสภาวะที่เป็น “สมาธิ” ผ่านจิตใจที่ใสสะอาด ว่าง และปล่อยวาง เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายใน เป็นการเห็นด้วยตนเอง เป็นการสอนที่มาจากข้างใน ปัญญาญาณมักให้คำตอบต่อคำถามสำคัญๆ ที่มีอยู่ภายในใจ ซึ่งอาจมิใช่คำตอบที่ถ่ายทอดออกมาเป็นคำพูด หากเป็นคำตอบที่ผุดขึ้นมาจากภายในใจ ซึ่งมีใช่การเข้าใจโดยอาศัยความคิด การเข้าถึงปรัชญาญาณทำให้ได้ “ความรู้” หากการเข้าถึงปัญญาญาณทำให้เกิด “การรู้” ซึ่งเป็นการสลัดทิ้งความคิดทั้งหลาย และดำรงอยู่ภายใต้สภาวะที่เรียบง่าย สงบนิ่ง “ความรู้” เป็นเรื่องของทฤษฎี เป็นของที่ไม่แท้ เป็นสิ่งภายนอก ทำให้เกิดระยะห่างระหว่างผู้รู้และสิ่งที่ถูกรู้ ในขณะที่ “การรู้” เป็นเรื่องของประสบการณ์ภายใน เป็นความจริงแท้ ไม่แบ่งแยกผู้รู้ออกจากสิ่งที่ถูกรู้ซึ่งทำให้เกิด “ความเป็นหนึ่งเดียวกัน”

การมองเห็นสรรพสิ่งตามความเป็นจริงต้องละทิ้งความคิดยึดติดหรือประสบการณ์เดิมโดยอาศัยการตื่นรู้ มีสติ และการอยู่กับปัจจุบันขณะ Osho (อ้างถึงใน ประพนธ์ ผาสุขยัตติ, 2548) กล่าวว่า ความจริงที่เรารับรู้มีเพียง 2% เท่านั้นที่เหลือ คือ ความคิดปรุงแต่งหรือสิ่งที่เราสร้างขึ้นมา หากต้องการเข้าถึงความจริงแท้จำเป็นต้องเรียนรู้วิถีและศิลปะในการปกปิดเลือก “กันชน” ที่กั้นเราจากสภาวะของการดำรงอยู่ที่แท้จริงนั้น

เปลือกชั้นที่ 1 ความรู้สึกทางกายภาพ คือ สิ่งที่บิดเบือนการสัมผัสทางกายภาพผ่านประสาทสัมผัส ได้แก่ การมองเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การลิ้มรส และการรับสัมผัส มนุษย์สูญเสียความสามารถในการรับรู้ผ่านประสาทสัมผัสเนื่องด้วยกรอบทางสังคมที่เป็นตัวกำหนดความคิด ความรู้สึก หรือการกระทำ สิ่งที่อยู่บนเปลือกชั้นนอกนี้ ทำหน้าที่เป็นตัวกรองที่คอยตีความ จัดการ และแปรเปลี่ยนความเป็นจริง

เปลือกชั้นที่ 2 เงื่อนไขที่สร้างขึ้น คือ ระบบความเชื่อของบุคคลที่ถูกหล่อหลอมจากสังคม การเมือง หรือศาสนา การได้ยินเสียงที่แท้จริงจะหายไปหากเต็มไปด้วยความเชื่อ ความคิดยึดติดภายในหัว การสนทนาจะเต็มไปด้วยการคิดตัดสินและการโต้ตอบ หากต้องการได้ยินและได้ฟังสิ่งนั้นๆตามความเป็นจริงต้องทิ้งระบบความเชื่อทั้งหมดเสียก่อน ปลดอวาระบบความเชื่อต่างๆเพื่อการเกิดขึ้นของความเข้าใจที่แท้จริง

เปลือกชั้นที่ 3 การใช้เหตุผล คือ คำแก้ตัว การอธิบาย การใช้เหตุใช้ผลต่างๆที่หยิบยกขึ้นมาทำให้รู้สึกพึงพอใจกับการกระทำ ความคิด ความรู้สึกของตน เหล่านี้เป็นเหตุผลจอมปลอมที่เป็นตัวขวางกั้นการเข้าถึงความเป็นจริง

เปลือกชั้นที่ 4 ความรู้สึกที่อ่อนไหว คือ อารมณ์ความรู้สึกจอมปลอม ไม่ใช่ของจริง เป็นความว่างเปล่าชนิดหนึ่ง มิใช่พลังแห่งการเห็นอกเห็นใจที่แท้จริง เช่น ร้องไห้เมื่อบ้านไฟไหม้ การร้องไห้นั้นมิได้มีประโยชน์แต่อย่างใด หากสามารถค้นหาความรู้สึกแบบจอมปลอมนี้ได้จะทำให้สามารถรับรู้ได้ถึงความรู้สึกที่แท้จริง ความรู้สึกที่แท้จริงนั้นมิใช่พลังทำให้เกิดการมีส่วนร่วม สร้างความมุ่งมั่น มิใช่เพียงแค่การเห็นอกเห็นใจเท่านั้นหากทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตัวตน ความรู้สึกเป็นตัวขับเคลื่อนให้เกิดการลงมือกระทำ ซึ่งความรู้สึกที่อยู่เพียงระดับความรู้สึกไม่สร้างให้เกิดพลังของการลงมือกระทำจะถือว่าเป็นความรู้สึกจอมปลอม

เปลือกชั้นที่ 5 การสะกดกลั้น การเก็บกด คือ ผลที่เกิดขึ้นจากการบิดเบือนสัญชาตญาณจนทำให้สัญชาตญาณผิดเพี้ยนไป จงให้สมองได้ทำหน้าที่ในเรื่องเหตุผล ให้หัวใจทำงานในด้านความรู้สึก อย่าใช้สมองทำงานแทนความรู้สึก เมื่อปล่อยให้ทุกอย่างได้ทำหน้าที่ตามที่ควรจะเป็น เมื่อนั้นความสุขสบายจะเกิดขึ้นภายในตัวเรา

เปลือกชั้นที่ 6 ปัญญาญาณที่แปดเปื้อน คือ ปรากฎการณ์ที่เกิดขึ้นมาโดยปราศจากเหตุผล สามารถให้ข้อสรุปได้โดยมิต้องอาศัยกระบวนการ มีการค้นพบที่ยิ่งใหญ่มากมายที่มีได้มาจากการใช้เหตุผลหากมาจากปัญญาญาณ เมื่อละทิ้งความคิด ปัญญาญาณจะเกิดขึ้น เป็นการก้าวกระโดดจากปัญหาไปสู่คำตอบ เรียกได้ว่า เป็นทางลัด เกิดขึ้นเหมือนสายฟ้าแลบ เมื่อเปลือกชั้นที่ 5 หายไป และสามารถละทิ้งความคิดยึดติดที่ว่าเหตุผลคือประตูทางเดียวที่จะนำไปสู่คำตอบ เมื่อนั้นปัญญาญาณจะเริ่มเบ่งบาน

การพัฒนาครูปฐมวัยผู้ซึ่งทำงานกับเด็กที่มีสภาวะการรู้ตัวแบบกึ่งฝันนั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีความตั้งใจที่เปิดรับอย่างบริสุทธิ์ โดยเปิดพื้นที่ให้ครูได้พัฒนาตนเองเพื่อเข้าถึงปัญญาของหัวใจ อันจะนำไปสู่การเข้าใจเด็ก เข้าใจตนเอง และเข้าใจต่อความเป็นจริงตามธรรมชาติ โดยการศึกษาต้องพัฒนาผู้เรียนอย่างสมดุลทั้งกาย ใจ และสมอง



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

งานวิจัยนี้ ผู้วิจัยต้องการศึกษากระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ ในการจัดการเรียนการสอนรายวิชา 2717658 การวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย และตรวจสอบประสพการณ์การเรียนรู้ของนิสิตเกี่ยวกับการตระหนักรู้ ขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย ประกอบด้วย

1. การทบทวนองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้อง
2. ประชากร
3. บริบทของรายวิชาและการเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การตรวจสอบ วิเคราะห์ และนำเสนอข้อมูล

ผู้วิจัยนำเสนอรายละเอียดของการดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. การทบทวนองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยศึกษาข้อมูลพื้นฐานจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับประเด็นที่ศึกษา ได้แก่ การพัฒนาผู้เรียนในระดับอุดมศึกษา แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน และศิลปะตามแนวคิดมนุษยปรัชญา

2. ประชากร คือ นิสิตสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย ภาคนอกเวลาราชการ จำนวน 32 คน ที่ลงทะเบียนเรียนในรายวิชา 2717658 การวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย ภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2551 ซึ่งเป็นรายวิชาที่นำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอน

3. บริบทของรายวิชาและการเก็บรวบรวมข้อมูล

รายวิชา 2717658 การวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย เป็นวิชาบังคับเลือก จำนวน 2 หน่วยกิต สำหรับนิสิตสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย ระดับปริญญาโท ภาคนอกเวลาราชการ เรียนทุกวันศุกร์ ระหว่างเวลา 18.00 – 20.00 น. จำนวน 16 สัปดาห์ รวมทั้งสิ้น 32 ชั่วโมง ระหว่างวันที่ 31 ตุลาคม 2551 – 13 กุมภาพันธ์ 2552 ณ ห้อง 602 อาคาร 3 ชั้น 6 อาจารย์ผู้สอน คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.บุษบง ดันติวงศ์ และผู้วิจัย ในฐานะอาจารย์ผู้สอนรายวิชา

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อตอบคำถามการวิจัย 2 ข้อ ดังนี้

3.1 การตอบคำถามวิจัยข้อที่ 1 กระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอน รายวิชา 2717658 การวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย เป็นอย่างไร มีองค์ประกอบ และการดำเนินการอย่างไร

ผู้วิจัยใช้การจดบันทึกรายละเอียดของกิจกรรมในรายวิชา จดบันทึกย่อในสมุดบันทึกของผู้วิจัยระหว่างการวางแผนการสอนร่วมกับอาจารย์ผู้สอนรายวิชาตลอดภาคการศึกษา ตลอดจนการสัมภาษณ์อาจารย์ผู้สอนเมื่อสิ้นสุดภาคการศึกษา

3.2 การตอบคำถามวิจัยข้อที่ 2 นิสิตที่เรียนในรายวิชา 2717658 การวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย มีประสบการณ์การเรียนรู้เกี่ยวกับการตระหนักรู้ได้อย่างไร

ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการจดบันทึกรายละเอียดของกิจกรรมในรายวิชา และคำพูดของอาจารย์และนิสิตในกิจกรรมสุนทรียสนทนา จดบันทึกย่อในสมุดบันทึกของผู้วิจัย ดึงข้อมูลจากบันทึกสะท้อนการเรียนรู้ (Journal) รายสัปดาห์ของนิสิตและข้อสอบปลายภาค การศึกษา และเมื่อสิ้นสุดภาคการศึกษา สัมภาษณ์กลุ่มย่อย (focus group) นิสิตกลุ่มละ 3 – 7 คน ใช้เวลาประมาณ 2 - 3 ชั่วโมง โดยจดบันทึกข้อมูลลงในสมุดบันทึกของผู้วิจัยและบันทึกเสียงตลอดการสนทนา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล

1) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยใช้การสังเกตแบบมีส่วนร่วมและการสัมภาษณ์กลุ่มย่อยเป็นหลัก นอกจากตัวผู้วิจัยซึ่งเป็นเครื่องมือสำคัญในการวิจัย ผู้วิจัยใช้เครื่องมืออื่นๆ ได้แก่

1.1) แบบบันทึกย่อ เป็นบันทึกที่ผู้วิจัยบันทึกข้อมูลขณะสังเกต สนทนา หรือ สัมภาษณ์ โดยบันทึกเฉพาะข้อความสำคัญเพื่อช่วยเตือนความจำเกี่ยวกับเหตุการณ์หรือ การสนทนานั้นๆ

1.2) แบบบันทึกการสัมภาษณ์ เป็นการจดรายละเอียดที่ได้จากการถอดความจากเทปบันทึกเสียงขณะสัมภาษณ์กลุ่มย่อย ในการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยมีแนวคำถาม (ภาคผนวก ก) เพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับประสบการณ์การเรียนรู้ในรายวิชา และการตระหนักรู้ต่อตนเอง ผู้อื่น และ วิชาชีพ

2) อุปกรณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล ได้แก่ เครื่องบันทึกเสียง และกล้องถ่ายภาพ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

เมื่อสิ้นสุดภาคการศึกษา ผู้วิจัยนัดหมายนิสิตล่วงหน้าเพื่อสัมภาษณ์กลุ่มย่อยในวันเวลาที่นิสิตสะดวก ใช้การสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการเป็นหลักในการได้มาซึ่งข้อมูลที่สะท้อนประสบการณ์การเรียนรู้ในรายวิชา โดยขออนุญาตบันทึกเสียงขณะสัมภาษณ์แล้วนำมาถอด

ความแบบคำต่อคำ นอกจากการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยใช้วิธีดึงข้อมูลจากบันทึกสะท้อนการเรียนรู้ของนิสิต รายละเอียดการสัมภาษณ์กลุ่มย่อย เป็นดังนี้

กลุ่มที่ 1	วันที่ 6 มี.ค. 52	เวลา 17.00 – 20.00 น.	จำนวน 6 คน
กลุ่มที่ 2	วันที่ 7 มี.ค. 52	เวลา 10.00 – 12.00 น.	จำนวน 5 คน
กลุ่มที่ 3	วันที่ 7 มี.ค. 52	เวลา 13.30 – 15.30 น.	จำนวน 3 คน
กลุ่มที่ 4	วันที่ 15 มี.ค. 52	เวลา 9.00 – 12.00 น.	จำนวน 7 คน
กลุ่มที่ 5	วันที่ 17 มี.ค. 52	เวลา 17.00 – 19.00 น.	จำนวน 5 คน
กลุ่มที่ 6	วันที่ 20 มี.ค. 52	เวลา 18.00 – 21.00 น.	จำนวน 6 คน

4. การตรวจสอบ วิเคราะห์ และนำเสนอข้อมูล

ผู้วิจัยตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูลจากหลากหลายวิธีการ ดังนี้

4.1 การตรวจสอบกับอาจารย์คูสอนรายวิชา โดยผู้วิจัยถ่ายทอดข้อมูล รวมทั้งแลกเปลี่ยนประเด็น และทัศนะการตีความข้อมูล เพื่อตรวจสอบความถูกต้องและความชัดเจนในแต่ละประเด็น

4.2 การตรวจสอบแบบสามเส้าด้านวิธีรวบรวมข้อมูล โดยผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการต่างๆ ได้แก่ การสัมภาษณ์กลุ่มย่อย การจดบันทึกในกิจกรรมสุนทรียสนทนา และการดึงข้อมูลจากบันทึกสะท้อนการเรียนรู้และข้อสอบปลายภาคการศึกษา

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลตามประเด็นคำถามวิจัย โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหา ดังนี้

- 1) ผู้วิจัยจัดระเบียบข้อมูลที่ได้จากบทสัมภาษณ์อาจารย์คูสอนรายวิชาซึ่งถอดจากเทปเสียงแบบคำต่อคำ ข้อมูลจากแบบบันทึกย่อ และบันทึกรายละเอียดของกิจกรรม ด้วยวิธีแบบอุปนัยเพื่อถอดกระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการเรียนการสอนในรายวิชา
- 2) ผู้วิจัยจัดระเบียบข้อมูลที่ได้จากบทสัมภาษณ์ซึ่งถอดจากเทปเสียงแบบคำต่อคำ ข้อมูลจากแบบบันทึกย่อ และบันทึกสะท้อนการเรียนรู้และข้อสอบปลายภาคการศึกษาของนิสิต ด้วยวิธีแบบอุปนัยเพื่อจัดกลุ่มข้อความที่เป็นการปรากฏขึ้นของประเด็นประสบการณ์การเรียนรู้ในรายวิชา และประเด็นการตระหนักรู้ต่อตนเอง ผู้อื่น และวิชาชีพ
- 3) ผู้วิจัยใช้การอ่านทบทวนซ้ำหลายครั้งในการตีความและสร้างข้อสรุปปรับวิธีการนำเสนอข้อสรุปหลายครั้งเพื่อให้ได้คำตอบของคำถามวิจัยทั้ง 2 ข้อ
- 4) ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ตรวจสอบซ้ำ 2 ครั้งเพื่อยืนยันผลสรุปจากการวิจัย และนำเสนอข้อมูลในลักษณะเชิงพรรณนา

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล: กระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้

บทที่ 4 นี้มุ่งตอบคำถามการวิจัยข้อที่หนึ่ง คือ กระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอน รายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัยเป็นอย่างไร มีองค์ประกอบ และการดำเนินการอย่างไร

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 บริบทการเรียนรู้ในรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย

ตอนที่ 2 กระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอน

รายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย

ตอนที่ 1 บริบทการเรียนรู้ในรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย

ในทุกเย็นวันศุกร์ระหว่างเวลา 18.00 - 20.00 น. เป็นเวลาของการพบปะระหว่างอาจารย์และนิสิตในชั้นเรียนรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย ห้อง 602 ถูกจัดเตรียมให้พร้อมสำหรับการเรียนการสอน แก้วที่ถูกจัดเรียงเป็นรูปวงกลมสำหรับ 36 ที่ จุดศูนย์กลางของห้องประดับด้วยภาพวาดลายเส้นนพลักษณ์ ดอกไม้ ก้อนหิน เมล็ดข้าวเปลือก และผ้าสีสดใส ในครั้งแรกของพบกัน ผู้สอนได้ให้เครื่องมือการเฝ้าสังเกตตนเองแต่นิสิต นั่นคือ ศาสตร์นพลักษณ์ โดยให้นิสิตศึกษาค้นคว้าและทำแบบทดสอบลักษณะจากเว็บไซต์ ตลอดจนให้เฝ้าสังเกตความรู้สึก ความคิด และการกระทำ ของตนเองว่าสอดคล้องกับลักษณะใดใน 9 ลักษณะ นพลักษณ์จึงเป็นเครื่องมือสำคัญในการเรียนรู้เพื่อการเข้าใจตนเองของนิสิตตลอดระยะเวลา 14 สัปดาห์ นับจากนี้

รายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัยเป็นรายวิชาเลือกที่เปิดสอนสำหรับนิสิตสาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย แผน ข จำนวน 32 คน การเรียนการสอนของรายวิชานี้แตกต่างจากเดิมหลายประการ ประการแรก เป็นการสอนร่วมกันระหว่าง ผศ.ดร.บุษบง ตันติวงศ์ และผู้วิจัย ประการที่สอง เป็นการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอน ประการที่สาม เป็นพื้นที่ร่วมเรียนรู้ของนิสิตระดับดุชะฎีกบัณฑิตจำนวน 2 คน ที่สนใจแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา และประการสุดท้าย เป็นสนามวิจัยสำหรับเก็บข้อมูล การนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอนรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย

สีสันของบทเรียน

นิสิตทยอยเข้าห้องเรียน นั่งประจำที่ของตนตามลักษณะ เวลาของการเรียนรู้ ได้เริ่มต้นแล้ว สิบห้านาทีแรกของบทเรียนในแต่ละครั้ง เริ่มต้นด้วยการผ่อนคลายร่างกาย เป็นกิจกรรมเพื่อการผ่อนคลายความตึงเครียดของร่างกายอย่างมีสติรู้ตัว สลับกับการฝึกสติ ในการรับรู้ผ่านผัสสะ เสียงดนตรีบรรเลงคลอเคล้าเสียงบรรยายที่พุดนาเพื่อให้สติประคองสติ ในขณะนั่งหลับตา การฝึกสติที่นำมาใช้ในการเรียนการสอนครั้งนี้มีหลากหลายรูปแบบ ได้แก่ การทำสมาธิตามเสียงนำ (guided meditation) การทำให้ลูกตุ้มหรือเพนดูลัมแกว่ง การหายใจตัวมือหรือการขยับฝ่ามือเข้าและออกจากกันซ้ำๆ และการหายใจ ทายคำตอบ โดยให้ฝ่ายหนึ่งคิดคำตอบไว้ในใจ แล้วถามคำถามเพื่อให้อีกฝ่ายหนึ่งทายคำตอบ จากนั้นเข้าสู่ช่วงเวลา ของการทำงานกับศิลปะซึ่งเป็นการทำงานกับความรู้สึกในหลายลักษณะ ได้แก่ การวาดลายเส้น เป็นการทำงานกับความรู้สึกผ่านความคิด การระบายสีน้ำ เป็นการทำงานโดยตรงกับความรู้สึก และการปั้นดิน เป็นการทำงานกับความรู้สึกผ่านการลงมือกระทำ โดยในแต่ละครั้ง เปิดพื้นที่ให้ นิสิตได้ใคร่ครวญกับตนเองและแลกเปลี่ยนประสบการณ์จากการทำงานศิลปะระหว่างกัน ต่อจากนั้นเป็นการฝึกสังเกตอย่างใคร่ครวญ เริ่มด้วยการที่ประเด็นสำคัญของการสังเกตอย่าง ใคร่ครวญ ก่อนเปิดพื้นที่ให้นิสิตได้ฝึกฝนการสังเกตอย่างใคร่ครวญด้วยกิจกรรมการสังเกตสิ่ง ต่างๆ ได้แก่ ก้อนหิน ต้นข้าว นิ้วมือ และเด็กอนุบาล โดยบันทึกการสังเกตด้วยการวาดภาพและ การเขียน ต่อด้วยการฟังเรื่องเล่าในลักษณะต่างๆ ได้แก่ นิทาน บทประพันธ์ กรณีศึกษา ทั้งนี้ การฟังกรณีศึกษาเป็นการเชื่อมโยงทฤษฎีสู่การปฏิบัติในการประเมินพัฒนาการเด็กเพื่อให้นิสิต เห็นภาพการทำงานภายใต้บริบทห้องเรียนอนุบาลโดยผู้สอนและผู้วิจัยเป็นผู้เล่าเรื่องประกอบภาพ ต่อด้วยการฟังบรรยายเกี่ยวกับมโนทัศน์สำคัญของการประเมินพัฒนาการเด็กจากหนังสือ ประกอบการเรียนรายวิชานี้ ผู้สอนจัดพื้นที่ให้นิสิตได้ฝึกสรุปบทเรียนและนำเสนอหน้าชั้นเรียนเพื่อ เป็นการทบทวนบทเรียนของสัปดาห์ที่ผ่านมา ช่วงสุดท้ายของบทเรียน เป็นการแลกเปลี่ยน ประสบการณ์ในวงสุนทรียสนทนา ในแต่ละสัปดาห์มีประเด็นสนทนา ได้แก่ บุคลิกลักษณะของคน ลักษณะต่างๆ นพลักษณ์กับตัวละครในเรื่องวินนี่เดอะพูห์ ประสบการณ์การสังเกตอย่างใคร่ครวญ ประสบการณ์การเรียนรู้ในรายวิชา สิ้นสุดบทเรียนในแต่ละครั้งด้วยความเงียบและการกลับมาอยู่กับลมหายใจของตนเอง งานสำคัญของนิสิตในแต่ละสัปดาห์ คือ การเขียนบันทึกสะท้อน การเรียนรู้ เป็นเวลาที่นิสิตได้กลับมาอยู่กับตัวเอง

จังหวะของกิจกรรมในรายวิชา

จังหวะของกิจกรรมในรายวิชาดำเนินไปอย่างสม่ำเสมอ เริ่มต้นด้วยภาค
จิตวิญญาณ ภาควิชาสี่พครูปฐมวัย ภาคความรู้ทฤษฎี และจบลงด้วยภาคจิตวิญญาณอีกครั้ง
ทั้งนี้ ระยะเวลาในการเรียนแต่ละครั้งมีการปรับเปลี่ยนตามความเหมาะสม เช่น ขยายเวลาเรียน
เป็น 3 ชั่วโมง กรณีชดเชยวันหยุดนักขัตฤกษ์หรือกรณีที่มีการระบายน้ำ

ตารางที่ 1 รายละเอียดของกิจกรรมในแต่ละสัปดาห์

ช่วงเวลา	พื้นที่การเรียนรู้	กิจกรรม	รายละเอียดของกิจกรรม
15 นาที	ภาคจิตวิญญาณ	การสงบนิ่ง	ผู้สอนเปิดเพลงบรรเลง พร้อมพุดนำให้นิสิตตามรู้การรับรู้ผ่านผัสสะ รวมทั้งการฝึกสติในลักษณะต่างๆ เช่น การทำให้เพนดูล้มให้แกว่ง การหายใจหายใจคำตอบ
25 นาที		การทำงานศิลปะ	ผู้สอนจัดให้นิสิตได้ทำงานศิลปะในลักษณะต่างๆ ได้แก่ การลากลายเส้น การระบายน้ำ การปั้นดิน
30 นาที	ภาควิชาสี่พครูปฐมวัย	การฝึกสังเกตอย่างใคร่ครวญ	ผู้สอนบรรยายมโนทัศน์การสังเกตอย่างใคร่ครวญ จากนั้นให้นิสิตฝึกสังเกตสิ่งต่างๆ ได้แก่ ก้อนหิน ต้นข้าว นิ้วมือ และเด็กอนุบาล
15 นาที		การฟังเรื่องเล่า / กรณีศึกษา	ผู้สอนถ่ายทอดบทประพันธ์ต่างๆ ให้นิสิตฟัง เช่น นิทานบทกลอน เรื่องเล่า รวมทั้งการเล่ากรณีศึกษาที่น่าเสนอให้เห็นกระบวนการประเมินพัฒนาการเด็กจากบริบทจริง
15 นาที	ภาคความรู้ทฤษฎี	การฟังบรรยาย	ผู้สอนสรุปมโนทัศน์สำคัญของการประเมินพัฒนาการและการเรียนรู้สำหรับเด็กปฐมวัย
5 นาที		การทบทวนบทเรียน	นิสิตทบทวนมโนทัศน์สำคัญที่ได้เรียนรู้
15 นาที	ภาคจิตวิญญาณ	การสนทนา	ผู้สอนและนิสิตล้อมวงสนทนาตามประเด็นที่ตั้งไว้ สิ้นสุดบทเรียนของวันด้วยการสงบนิ่ง

ตอนที่ 2 กระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอนรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย

กระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอนรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัยประกอบด้วย 3 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การเตรียมการ 2) การจัดการเรียนการสอน และ 3) การประเมินผลการเรียนรู้ ดังแสดงในภาพที่ 1

แผนภาพที่ 1 ขั้นตอนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอน

การเตรียมการ
<p>เป็นการเตรียมความพร้อมในการนำแนวคิด จิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียน การสอน ประกอบด้วย</p> <p style="text-align: center;">การเตรียมชีวิต การเตรียมวิชา</p>
การจัดการเรียนการสอน
<p>เป็นการดำเนินการภายใต้บรรยากาศของ ชุมชนแห่งการเรียนรู้ ผ่านกิจกรรมที่หลากหลาย ประกอบด้วย</p> <p style="text-align: center;">การวางแผนการสอน การดำเนินการตามแผน การทบทวนหลังสอน การปรับแผนการสอน</p>
การประเมินผลการเรียนรู้
<p>เป็นการประเมินความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ มิติทัศน์ทางการวัดผลและประเมินพัฒนาการ และจิตตปัญญาศึกษา</p>

1. การเตรียมการ เป็นการเตรียมความพร้อมของผู้สอนในการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาใช้ในการจัดการเรียนการสอน ประกอบด้วย การเตรียมชีวิตและการเตรียมวิชา ดังนี้

1.1 การเตรียมชีวิต คือ การเรียนรู้และฝึกปฏิบัติเพื่อการเข้าถึงปัญญาภายในของผู้สอน วิธีการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติบนฐานความเชื่อส่วนบุคคลถูกถ่ายทอดผ่านความเป็นตัวตนของผู้สอน การเตรียมชีวิตเพื่อการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาจึงเป็นสิ่งสำคัญแนวทางที่ผู้สอนได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง ได้แก่

1) พุทธศาสนา เป็นพื้นฐานเดิมที่ผู้สอนยึดถือและปฏิบัติมาเป็นเวลานาน การปฏิบัติตามแนวพุทธศาสนานั้นต้องอาศัยศรัทธาและความเพียรในการฝึกฝนและหมั่นปฏิบัติเพื่อให้เข้าถึงปัญญาภายใน เน้นการทำทานอภรณ์ ความคิด และการกระทำ อย่างมีสติรู้ตัว

2) มนุษยปรัชญา เป็นวิทยาศาสตร์ทางจิตวิญญาณที่ริเริ่มโดยรูดอล์ฟ สไตเนอร์ เกี่ยวข้องกับการพัฒนาในทุกมิติของความเป็นมนุษย์ เน้นการฝึกฝนปัญญาญาณผ่านการทำงานกับศิลปะ และการสังเกตอย่างใคร่ครวญ การศึกษาวอลดอร์ฟเป็นการศึกษาที่อยู่บนฐานมนุษยปรัชญาซึ่งผู้สอนได้เรียนรู้มาเป็นเวลาประมาณยี่สิบปี

3) ปรวิษญาแห่งเต้า เป็นปรวิษญาการดำเนินชีวิตที่กำเนิดมาจากปรมาจารย์เล่าจื้อ มีเทคนิควิธีการเข้าถึงสมาธิที่ง่ายต่อการปฏิบัติโดยเฉพาะสมาธิกับการเคลื่อนไหว ซึ่งผู้สอนเริ่มเรียนรู้เมื่อสามปีที่ผ่านมา

ปรวิษญาในการดำเนินชีวิตที่กล่าวมาเป็นส่วนสำคัญที่หล่อหลอมความเป็นตัวตนของผู้สอนในการฝึกฝนการเข้าถึงปัญญาภายในและการเข้าใจชีวิต

1.2 การเตรียมวิชา คือ การวางแผนในการออกแบบการจัดการเรียนการสอนบนฐานแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับการเข้าถึงปัญญาที่เกิดจากจิตที่ว่าง ผู้สอนวางแผนร่วมกับผู้วิจัยในการออกแบบการจัดการเรียนการสอน โดยมีองค์ประกอบในการออกแบบการจัดการเรียนการสอน ดังนี้ 1) แนวคิดพื้นฐาน 2) โครงสร้างการจัดการเรียนการสอนรายวิชา 3) เนื้อหา และ 4) กิจกรรม

1) แนวคิดพื้นฐาน แนวคิดพื้นฐานของการจัดการเรียนการสอนรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย ประกอบด้วย แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา แนวคิดการพัฒนามนุษย์แบบองค์รวม และมโนทัศน์สำคัญที่เกี่ยวข้องกับการประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย ดังแสดงในภาพที่ 2

1.1) แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เป็นกระบวนการเรียนรู้เพื่อนำไปสู่ความเข้าใจตนเอง ก่อให้เกิดการเชื่อมโยงทางปัญญาใน 3 ภาค ได้แก่ ภาคความรู้ ภาควิชาชีพ และภาคจิตวิญญาณ ประกอบด้วยกระบวนการ 3 ลักษณะ ได้แก่ การฟังอย่างลึกซึ้ง การน้อมสูลใจอย่างใคร่ครวญ และการเฝ้ามองเห็นตามที่เป็นจริง ทั้งนี้ ต้องเปิดพื้นที่ให้ผู้เรียนได้ใคร่ครวญกับประสบการณ์ที่ได้รับเพื่อการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง แนวปฏิบัติตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่ผู้สอนเลือกนำมาใช้ในรายวิชาให้เหมาะสมกับธรรมชาติของผู้เรียนกลุ่มนี้ ได้แก่ การเรียนรู้ผ่านการสงบนิ่ง การเรียนรู้ผ่านการทำงานศิลปะ และการเรียนรู้ผ่านกระบวนการเชิงความสัมพันธ์

1.2) แนวคิดการพัฒนามนุษย์แบบองค์รวม เป็นการพัฒนาปัญญาของมนุษย์ทั้ง 3 ส่วน ได้แก่ สติปัญญา ซึ่งเป็นการเรียนรู้ผ่านกายหรือการลงมือกระทำ ปัญญาญาณ ซึ่งเป็นการเรียนรู้ผ่านจิตหรือความรู้สึก และปรีชาญาณ ซึ่งเป็นการเรียนรู้ผ่านสมองหรือความคิด

1.3) มโนทัศน์สำคัญที่เกี่ยวข้องกับการประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย เป็นเนื้อหาสำคัญของรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย ประกอบด้วย หลักการและแนวปฏิบัติในการประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย และพัฒนาการเด็กปฐมวัย

แผนภาพที่ 2 แนวคิดพื้นฐานของการจัดการเรียนการสอนในรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย



การจัดการเรียนการสอนในรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัยตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ประกอบด้วย กระบวนการเรียนรู้ที่ให้ผู้เรียนได้ใคร่ครวญกับประสบการณ์การเรียนรู้ที่หลากหลาย ทั้งการเรียนรู้ผ่านการลงมือกระทำ ผ่านความรู้สึก และผ่านความคิด เพื่อให้เกิดการเชื่อมโยงองค์ความรู้ที่เกี่ยวกับการประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัยและการปฏิบัติเข้ากับชีวิตของตนเอง ภายใต้ขอบเขตของประสบการณ์ใน 3 ภาค ได้แก่ ภาคจิตวิญญาณ ภาควิชาชีพครูปฐมวัย และภาควิชาการ

2) โครงสร้างการจัดการเรียนการสอนรายวิชา รายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย ประกอบด้วยพื้นที่การเรียนรู้ใน 3 ภาค ได้แก่ ภาคจิตวิญญาณ ภาควิชาชีพครูปฐมวัย และภาคความรู้ทฤษฎี ซึ่งแบ่งช่วงเวลาในการเรียนรู้ออกเป็นภาคละ 40 นาที รวมทั้งสิ้น 120 นาที ดังนี้

2.1) ภาคจิตวิญญาณ เป็นพื้นที่ในการเรียนรู้เพื่อการเข้าใจตนเองและประสบการณ์การเข้าถึงปัญญาภายในผ่านความว่างและการไม่ตัดสิน

2.2) ภาควิชาชีพครูปฐมวัย เป็นพื้นที่ในการเรียนรู้ที่เกี่ยวกับการปฏิบัติในฐานะครูปฐมวัยในการประเมินพัฒนาการเด็ก

2.3) ภาควิชาการ เป็นพื้นที่ในการเรียนรู้เนื้อหาที่เกี่ยวกับหลักการและแนวปฏิบัติทางการประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย

3) เนื้อหา ความรู้ที่เกี่ยวข้องในรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย ได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับการประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติของครูปฐมวัยในการประเมินพัฒนาการเด็ก มโนทัศน์ในการสังเกตอย่างใคร่ครวญ ศาสตร์นพลักษณ์ และเทคนิคการฝึกสติ

4) กิจกรรม การเรียนรู้ในรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย เน้นการเรียนรู้ผ่านปัญญาทั้ง 3 ฐาน คือ การลงมือกระทำ ความรู้สึก และความคิด ผ่านกิจกรรมที่หลากหลาย ได้แก่ การฟังบรรยาย การฟังเรื่องเล่า การทำงานศิลปะ การฝึกสังเกตอย่างใคร่ครวญ การสงบนิ่ง การสนทนา ทั้งการเรียนรู้รายบุคคล กลุ่มย่อย และกลุ่มใหญ่

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แผนภาพที่ 3 กรอบแนวคิดการจัดการเรียนการสอนในรายวิชา
การวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย

ฐานการเรียนรู้	ภาคจิตวิญญาณ			ภาควิชาชีพครูปฐมวัย		ภาควิชาการ
	การสงบนิ่ง	การทำงานศิลปะ	กระบวนการเชิงความสัมพันธ์	การฟังเรื่องเล่า	การฝึกสังเกตอย่างใคร่ครวญ	การฟังบรรยาย
ความคิด / สมอง			สุนทรียสนทนา	กรณีตัวอย่าง		หนังสือประกอบ การสอน บทที่ 1 - 11
					ก่อน หิน ต้นข้าว นิ้วมือ เด็กอนุบาล	
		การวาดลายเส้น				
ความรู้สึก / จิต		การระบายสีน้ำ การร้องเพลงและ เคลื่อนไหว การปั้นดิน		ลิโอบุบ้านข้า ครูทอมสัน		
การลงมือ กระทำ / กาย	สมาธิกับเพลง / ผ่อนพัก ตระหนักรู้ เพนคูลัม ทายใจ ทาย คำตอบ					

หัวใจสำคัญของการจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา คือ การใคร่ครวญ ผู้สอนจัดพื้นที่ให้ผู้เรียนได้ทบทวนและสะท้อนการเรียนรู้ต่อประสบการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นระยะ ทั้งการแลกเปลี่ยนในวงสนทนา และการเขียนบันทึกสะท้อนการเรียนรู้ รายสัปดาห์ สิ่งที่ผู้สอนคาดหวังให้เกิดขึ้นแก่ผู้เรียน คือ การก้าวพ้นตัวตน (transcendence) กล่าวคือ ผู้สอนพยายามสอดแทรกประสบการณ์ของการเข้าถึงปัญญาที่มีใช้การคิดแบบเป็นเหตุเป็นผล หากเป็นปัญญาของการรู้ด้วยใจ การรู้จากความว่าง ซึ่งเกิดขึ้นในสภาวะที่ผ่อนคลาย ไม่คาดหวัง การรู้เช่นนี้นำมาซึ่งการเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง เป็นปัญญาที่เห็นความเชื่อมโยงของชีวิตและวิชา เมื่อเข้าใจตนเองก็จะเข้าใจผู้อื่นและสามารถเชื่อมโยงได้กับวิชาชีพในการเป็นครูที่ดีขึ้น เกิดมุมมองใหม่ในการมองตนเองและโลกรอบตัว

2. การจัดการเรียนการสอน เป็นการดำเนินการภายใต้บรรยากาศของชุมชนแห่งการเรียนรู้ ผู้สอนเป็นผู้จัดกระบวนการให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกัน โดยให้ผู้เรียนได้รับประสบการณ์ผ่านกิจกรรมที่หลากหลาย ทั้งนี้ ผู้สอนมีการวางแผนก่อนสอน การดำเนินการตามแผน การทบทวนหลังสอน และการปรับแผนการสอน อย่างสม่ำเสมอทุกสัปดาห์

กระบวนการสอนรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย ประกอบด้วย
6 ขั้นตอน ได้แก่

ขั้นที่ 1 สร้างความผ่อนคลาย / สงบนิ่ง

ขั้นที่ 2 ให้เรียนรู้ผ่านการทำงานศิลปะ

ขั้นที่ 3 ให้ฝึกการสังเกตอย่างใคร่ครวญ

ขั้นที่ 4 ให้มีโน้ตส์เกี่ยวกับการประเมิน

ขั้นที่ 5 ให้พื้นที่แลกเปลี่ยนเรียนรู้

ขั้นที่ 6 ให้สะท้อนตนเองผ่านการเขียนบันทึกสะท้อนการเรียนรู้

ตารางที่ 2 การเรียนรู้ในแต่ละสัปดาห์

สัปดาห์	ภาคจิตวิญญาณ			ภาควิชาชีพครูปฐมวัย		ภาควิชาการ
	การสงบนิ่ง	การทำงานศิลปะ	กระบวนการเชิงความสัมพันธ์ (สุนทรียสนทนา)	การฝึกสังเกตอย่างใคร่ครวญ	การฟังเรื่องเล่า	
1	สมาธิกับเพลง	วาดลายเส้น ร้องเพลง	นพลักษณ์	สังเกตก่อนห็น	สื่อผู้บ้านเช้า	
2					ครูทอมสัน	บทที่ 1
3						บทที่ 2
4						บทที่ 3
5						บทที่ 4
6	สมาธิกับเพลง / เพนดูลัม	ระบายสีน้ำ ร้องเพลง	ประสบการณ์เรียนรู้	สังเกตต้นข้าว	กรณีศึกษา	บทที่ 5
7						บทที่ 6
8						บทที่ 7
9						บทที่ 8
10	สมาธิกับเพลง / เพนดูลัม / หายใจด้วยมือ / หายใจท่ายคำตอบ	ปั้นดิน	นพลักษณ์	สังเกตเด็ก	กรณีศึกษา	บทที่ 9
11				สังเกตนิ้วมือ		
12						
13			3-2-1			บทที่ 10 - 11
14			ประสบการณ์เรียนรู้			

ผู้สอนและผู้วิจัยแบ่งสัดส่วนในการจัดการเรียนการสอน กล่าวคือ ผู้สอนเป็นหลักในการดำเนินกิจกรรมโดยผู้วิจัยเข้ามามีบทบาทเป็นผู้นำในส่วนของการทำงานศิลปะและการนำคุยในวงสุนทรียสนทนา และมีส่วนร่วมกับผู้สอนในการเล่าเรื่องราวกรณีศึกษา ทั้งนี้ ผู้สอนและผู้วิจัยมีการประชุมร่วมกันเพื่อวางแผนการสอนเป็นระยะตลอดภาคการศึกษา

3. การประเมินผลการเรียนรู้ เป็นการประเมินความรู้ความเข้าใจของนิสิตที่เกี่ยวกับมโนทัศน์และการนำไปใช้ทั้งในเรื่องการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัยและจิตตปัญญาศึกษา โดยออกแบบการประเมินผลการเรียนรู้ที่ครอบคลุมองค์ความรู้ทั้ง 3 ภาค คือ ภาคจิตวิญญาณ ภาควิชาชีพครูปฐมวัย และภาควิชาการ ผู้สอนประเมินผลการเรียนรู้ด้วยการสอบข้อเขียนและการดึงข้อมูลจากบันทึกสะท้อนการเรียนรู้ของนิสิต



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 5

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล: ประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิต

บทที่ 5 นี้มุ่งตอบคำถามการวิจัยข้อที่สอง คือ นิสิตที่เรียนในรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย มีประสบการณ์การเรียนรู้เกี่ยวกับการตระหนักรู้อย่างไร ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตในรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย

ตอนที่ 2 ประสบการณ์การเรียนรู้จากกิจกรรมในรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย

ตอนที่ 1 ประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตในรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย

นิสิตที่เรียนในรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย มีประสบการณ์การเรียนรู้เกี่ยวกับการตระหนักรู้ได้อย่างไร ผู้วิจัยนำเสนอคำตอบของคำถามวิจัย ดังนี้

บรรยากาศการเรียนรู้ในรายวิชา

นิสิตสะท้อนความคิดเกี่ยวกับบรรยากาศของการเรียนรู้ในรายวิชานี้ว่า ผ่อนคลาย อบอุ่น เปิดกว้าง เป็นกันเอง สนุก มีความสุข ทำท่าย แม้ว่าจะมีความเครียดเกิดขึ้นบ้างในช่วงการเรียนรู้ เนื้อหา หรือการที่ต้องนำเสนอการทบทวนบทเรียน อย่างไรก็ตาม การนั่งเป็นวงกลมตามลักษณะ ทำให้ได้สัมพันธ์กับเพื่อนที่ไม่คุ้นเคยมากขึ้น ทำให้รู้จักเพื่อนร่วมชั้นเรียนมากขึ้น ได้สังเกต อากัปกริยา การแสดงออกของเพื่อนๆ แต่ละลักษณะซึ่งทำให้เข้าใจธรรมชาติของบุคคลต่างลักษณะมากขึ้น

“พอนั่งตามลักษณะเป็นวงกลมทำให้เราได้นั่งกับเพื่อนคนอื่นบ้าง ได้รู้จักคนใหม่ๆบ้างคะ บรรยากาศในห้องจะมีผ้า มีดอกไม้ มีก้อนหิน ทำให้รู้สึกดีค่ะสบายๆ”

นิสิต 3--สัมภาษณ์

“เปิดโอกาสให้ทุกคนมีส่วนร่วมในชั้นเรียน...ดูเหมือนอบอุ่น เวลาหันหน้าเข้าหากัน ได้มอง ได้สบตากัน เวลามองก็ต้องยิ้ม อย่างน้อยก็มีรอยยิ้มให้กัน”

แรกเริ่มเหมือนการถูกบังคับให้เรียน หลังจากที่ได้เรียนไปสักกระยะ เหมือน ฟองน้ำที่ซึมซับ เริ่มเข้าใจ...เป็นวิชาที่ต้องกล่าวถึงให้ใครๆฟังว่าคืออะไร (พอๆกับ ความคิดฝ่ายมืดที่บอกว่าน่าเบื่อ) อยากให้หลายๆคนได้มีโอกาสได้เรียน ได้ศึกษา ได้ลงมือปฏิบัติ เป็นวิชาที่ปลูกจิตของความเป็นครูและเป็นคนได้อย่างดี...คนตรี สุนทรียะ ศิลปะ ล้วนช่วยปลูกจิตวิญญาณคนได้เป็นอย่างดี

นิสิต 29--บัณฑิต

“มาเชื่อมโยงกับวิชาประเมิน น่าจะเป็นช่วงหลังๆที่เริ่มมีการสังเกตอะไร มากขึ้น เริ่มจับประเด็นได้ว่าต้องเริ่มจากทักษะการสังเกต ช่วงแรกๆไม่เข้าใจเลย ทำไม่ต้องยื่น สีแดงไม่ได้หรือ จะอารมณ์เสียตลอด...ช่วงหลังๆ อ้อ มันเป็นกระบวนการ เริ่มเข้าใจมากขึ้น”

นิสิต 11—สัมภาษณ์

“ตอนแรกไม่รู้สักเลยว่ามันเชื่อมโยง พอทำไปแล้วเราก็รู้ อย่างที่บอก อาจารย์ว่าอยู่ดีก็คิดขึ้นมาเองว่าต้องให้เรา รู้จักตัวเองก่อน...เริ่มเข้าใจช่วงปลายๆคะ หลังปีใหม่ มันก็ขึ้นมาเอง ความรู้สึกมันวิบ ออเนี่ยหรอ ตอบตัวเองได้...เรียนรู้อะไรได้ด้วย ตัวเองก็ต่อเมื่อเจอเหตุการณ์ แล้วมันเชื่อมโยงแล้วก็ปิ้งขึ้นมา”

นิสิต 4 —สัมภาษณ์

“ไม่ได้คิด รู้สึกว่าวันนั้นกำลังปั่นงานสังเกตต้นข้าว ระหว่างเดินขึ้นเรือ ก็รู้แล้วว่าทำไมอาจารย์ให้ทำ...หายสงสัยที่อาจารย์ให้ทำ...ในจังหวะของการปิ้ง อยู่ในภาวะ ปีติ มันสว่าง อ้อ รู้แล้ว”

นิสิต 31—สัมภาษณ์

การเรียนรู้ที่เกิดจากจิตที่ว่าง

นิสิตสะท้อนความคิดว่า การเรียนรู้ต่างๆที่เกิดขึ้นไม่ได้มาจากการสั่งสอนหรือป้อนความรู้ หากการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจากการรู้ด้วยตนเอง เป็นความรู้ที่เกิดขึ้นภายในตัวเอง (tacit knowledge) ผ่านประสบการณ์ตรงจากการได้สัมผัสและซึมซับด้วยตัวเอง ที่สำคัญเป็นการรู้ขึ้นมาเองในสภาวะของจิตที่ว่าง

“เป็นการสอนโดยที่ไม่ได้บอกตรงๆ ซึมซับให้คิดได้เอง แล้วไปทำได้ดีกว่า บอกตรงๆ”

นิสิต 31—สัมภาษณ์

“อาจารย์ไม่ต้องมาอธิบาย มันอยู่ที่กิจกรรม ที่มันสะท้อนให้เราเห็นตัวเราเอง ...อารมณ์ครูที่ส่งผล เจออารมณ์ที่ฉุนเฉียวของครูจะเกิดอะไรขึ้นกับเด็ก เลยรู้สึกว่าการบวกรณานี้มันได้มาเองจริงๆโดยที่อาจารย์ไม่ต้องสอนเลย...”

นิสิต 15—สัมภาษณ์

“...ถ้าอาจารย์ไม่ทำกิจกรรมนั้น ก็คงได้แค่รู้ว่ารู้เท่าทันนะ แต่อาจอธิบายไม่ได้ว่ามันเป็นอย่างไร แต่วันนั้นรู้สึกกว่า รู้ซัวร์...การที่เราจะรู้เท่าทัน การปล่อยวาง การดูแลเด็ก ต้องรู้ว่าการรู้จักตัวเองสำคัญที่สุด เพราะฉะนั้นคิดว่าอาจารย์คงอยากให้เรา รู้จักจากข้างใน ไม่ใช่ภายนอก...มันเป็น AHA moment”

นิสิต 22—สัมภาษณ์

“ของพวกนี้ต้องค้นด้วยตัวเอง ต้องมาทำ หรือเกิดเหตุการณ์ขึ้นกับเรา ก็จะ เออ นี่ไง เกิดปิติขึ้นมา”

นิสิต 4—สัมภาษณ์

“มันไม่ได้ผุดเกิดแคในห้อง แต่มันผุดต่อข้างนอกห้อง”

นิสิต 11—สัมภาษณ์

“เข้าใจคำว่า ชัดเกลา ตอนแรกทำอะไรเอะอะเยอะมากมาย พอมานั่งคิด ถ้าไม่ทำก็อาจไม่ผุดเกิด อาจจะไม่คิดไม่ได้ ในหลายๆกิจกรรมที่อาจารย์ให้ทำเหมือน ชัดเกลา หล่อหลอม ทำให้เราเข้าถึง”

นิสิต 2—สัมภาษณ์

การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นในสภาวะของจิตที่ว่างนั้น เป็นวิธีการรู้ด้วยใจ มิใช่ด้วยการเอาความคิดเข้าไปกำหนด ปราศจากการคิดปรุงแต่งหรือการพยายามคิดเพื่อให้ได้มา ซึ่งคำตอบบนิติตสะท้อนความคิดว่า ในภาวะที่ใจนิ่ง เป็นสมาธิ จิตรับรู้ได้ถึงพลังความคิด ซึ่งเป็นการเรียนรู้ได้ด้วยใจ

เมื่อจิตของเราว่าง จะทำให้เราสามารถเรียนรู้ความรู้สึกและความต้องการ รวมถึงความคิดของอีกฝ่ายได้ โดยใช้ใจเป็นสื่อในการสื่อสาร

นิสิต 14—บันทึก

...การหยุดนิ่งอยู่กับความว่างเปล่า จิตเราสงบได้อย่างน่าประหลาด

นิสิต 11—บันทึก

ถ้าใจเรานิ่งพอ มีสมาธิ ก็จะเกิดพลังภายในใจที่เรียกว่า พลังจิตบางอย่าง ที่สามารถหยั่งรู้ความคิดของเพื่อนที่พยายามถ่ายทอดความรู้สึกจากภายใน...มนุษย์เรียนรู้โดยไม่ต้องใช้การสัมผัสจับต้อง ไม่ต้องใช้สมองเสมอไป...

นิสิต 16—บันทึก

การที่จิตใจสงบ เราสามารถรับรู้พลังงานที่มีเหล่านั้นได้

นิสิต 3—บันทึก

การตระหนักรู้ที่เกิดขึ้น

ประสบการณ์เรียนรู้ที่เกิดขึ้นสามารถสรุปเป็นประเด็นการตระหนักรู้ต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อวิชาชีพ ดังนี้

1. การตระหนักรู้ต่อตนเอง
 - 1.1 การเข้าใจตนเอง
 - 1.2 การรู้เท่าทันตนเอง
 - 1.3 การปล่อยวาง ไม่ตัดสิน
 - 1.4 การเปิดใจกว้าง
 - 1.5 การเห็นคุณค่าในตนเอง
 - 1.6 การพัฒนาตนเอง
 - 1.7 การสังเกตที่ละเอียดลออ
 - 1.8 การมองโลกในแง่ดีและมีความสุข
 - 1.9 การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ
2. การตระหนักรู้ต่อผู้อื่น
 - 2.1 การเข้าใจและยอมรับผู้อื่น
 - 2.2 การมองเห็นสรรพสิ่งตามความเป็นจริง
 - 2.3 การเห็นอกเห็นใจและเห็นคุณค่าของผู้อื่น
3. การตระหนักรู้ต่อวิชาชีพ
 - 3.1 การมองเด็กตามความเป็นจริง
 - 3.2 การสอนที่สอดคล้องกับธรรมชาติของเด็ก
 - 3.3 การเท่าทันตัวเองของครู
 - 3.4 การพัฒนาตนเองของครู
 - 3.5 การเป็นครูที่ใส่ใจเด็ก
 - 3.6 การเห็นคุณค่าของงานครู

ผู้วิจัยนำเสนอรายละเอียดของประเด็นการเรียนรู้ที่เกิดขึ้น ดังนี้

1. การตระหนักรู้ต่อตนเอง กิจกรรมการเรียนการสอนในรายวิชาทำให้นิสิตได้สังเกตตนเอง ได้ใช้เวลาในการทบทวน สะท้อน สัมผัส และประเมินตัวเอง ทำให้ได้เรียนรู้เกี่ยวกับตัวเอง เป็นการเรียนรู้โดยไม่รู้ตัว ซึ่งนิสิตสะท้อนความคิดเกี่ยวกับการตระหนักรู้ต่อตนเอง ได้แก่ การเข้าใจตนเอง การรู้เท่าทันตนเอง การปล่อยวาง ไม่ตัดสิน การเปิดใจกว้าง การเห็นคุณค่า

ในตนเอง การพัฒนาตนเอง การสังเกตที่ละเอียดลออ การมองโลกในแง่ดีและมีความสุข
การรู้โดยไม่ปรุงแต่งความคิด และการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ

1.1 การเข้าใจตนเอง นิสิตสะท้อนความคิดว่ากิจกรรมต่างๆในรายวิชาทำให้นิสิตรู้จัก
ตัวเองมากขึ้น ทั้งในด้านความถนัดในการเรียนรู้และจุดแข็งจุดอ่อนของตนเอง ความหลากหลาย
ของกิจกรรมทำให้เข้าใจตนเองว่าชอบหรือไม่ชอบกิจกรรมในลักษณะใด กิจกรรมลักษณะใด
ที่ทำให้เรียนรู้ได้ดี

รู้ว่าตนเองเป็นคนเรียนรู้ได้ดีแบบไหน

นิสิต 10—บันทึก

“เข้าใจธรรมชาติของตัวตนเราผ่านการใช้สติสังเกต

นิสิต 29—บันทึก

...สิ่งที่ข้าพเจ้าได้ ยังไม่ใช่การรู้จักตนเองอย่างถ่องแท้ เพียงแต่ได้รู้จักตนเอง
มากขึ้น ชัดเจนในความเป็นตัวเองในบางด้านมากขึ้นผ่านกิจกรรมบางอย่าง

นิสิต 19--บันทึก

ค้นพบความจริงหลายประการเกี่ยวกับตนเอง

นิสิต 8—บันทึก

กระบวนการทำให้รู้จักตนเองมากขึ้น จากที่ไม่เคยได้สังเกตตัวเองมาก่อน
เมื่อรู้จักการค้นหาตัวเองก็ทำให้เรามีความเข้าใจพฤติกรรมต่างๆที่เกิดขึ้นกับตัวเรา...
รู้สึกว่าการค้นหาตัวเองน้อยลง

นิสิต 26—บันทึก

กิจกรรมที่จัดขึ้นทำให้เราหยุดคิดอะไรหลายๆอย่าง กลับมามองตนเอง
อยู่กับตนเอง ได้ค้นหาตนเองและเข้าใจตนเองมากขึ้น

นิสิต 28—บันทึก

กิจกรรมทำให้เกิดการตระหนักรู้ต่อตนเองในหลายๆด้าน เกิดความเข้าใจ
ตนเองและเกิดแรงบันดาลใจในการค้นหาตนเองในแง่มุมที่แปลกใหม่...สิ่งที่ได้เรียนรู้
นำไปสู่ความเข้าใจตนเองและการมองเห็นตัวเองในมุมที่เปลี่ยนไป

นิสิต 11—บันทึก

ทุกกิจกรรมต้องการเวลาที่นิ่งและสงบ ซึ่งเป็นสาเหตุให้ข้าพเจ้าได้ใช้เวลากับ
ตัวเอง รู้จักตนเองมากขึ้น เนื่องจากช่วงเวลานิ่งสงบที่เกิดขึ้นในระหว่างกิจกรรมทำให้
ข้าพเจ้าได้มีเวลาคิดถึงตัวเอง ค้นหาความรู้สึกตัวเอง ว่ารู้สึกอย่างไร ชอบ ไม่ชอบ
กังวล ไม่กังวล มองตนเองด้วยตนเองจริงๆ

นิสิต 30-บันทึก

“...รู้ว่าตัวเองชอบตัดสิน กลัวใจตัวเอง...ได้ค้นพบว่าเราถนัดเขียนมากกว่าพูด
รู้นิสัยตัวเอง เป็นคนเก็บ แต่ไม่พูด ถ้าพูดแล้วขาดเลย คิดว่าตัวเองเป็นคนแบบนั้น
แล้วก็เป็นคนเย่อหยิ่ง วิชาที่สอนให้รู้ตัวเองเยอะมาก”

นิสิต 12--สัมภาษณ์

1.2 การรู้เท่าทันตนเอง นิสิตสะท้อนความคิดว่า กิจกรรมต่างๆเป็นการฝึกสมาธิ
การมีสติอยู่กับตัวเอง ทำให้เท่าทันอารมณ์ ความคิด การกระทำของตนเองมากขึ้น รู้ตัวเร็วขึ้น
เมื่อติดอยู่กับอารมณ์หรือความคิด ความกังวล ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงในทางดีขึ้น เช่น
ใจเย็นขึ้น ไม่เครียด จังหวะของชีวิตช้าลง ตอบสนองต่อเหตุการณ์ที่เข้ามากระทบใจช้าลง

ปัจจุบันรู้เท่าทันตนเองมากขึ้น ไม่เครียดกับสิ่งต่างๆที่เข้ามากระทบจิตใจ

นิสิต 10-- บันทึก

การทำศิลปะ การเรียน และการฟังเพลง ทำให้เกิดการตระหนักรู้ต่อตนเอง
มากขึ้น...ได้หันกลับมามองตนเองมากกว่าที่เป็นอยู่ รู้ตัวและมีสติมากขึ้น ช่วยลด
ความใจร้อนและความวุ่นวายในชีวิตลง ได้คิดทบทวนชีวิตมากกว่าเดิม

นิสิต 14--บันทึก

กิจกรรมสมาธิกับเพลง ลากเส้น สังเกตก้อนหิน ต้นข้าว ล้วนเป็นกิจกรรมที่
ส่งเสริมการฝึกการเรียนรู้ทั้งภายนอกและภายใน มีสมาธิจดจ่อ...ตอนแรกไม่เข้าใจ...
รู้ได้ถึงการเปลี่ยนแปลงในการรับรู้ต่างๆ...เราเย็นขึ้นมาก

นิสิต 29--บันทึก

เท่าทันเร็วขึ้น รู้สึกโชคดียิ่งๆที่ได้เรียนวิชานี้ มีภูมิป้องกันความคิดไม่ดีที่
เกิดขึ้นเร็วกว่าเคย โกรธเล็กน้อย เสียใจหน่อยหนึ่ง แต่ความรู้สึกเข้าใจกับมันมากกว่า

นิสิต 12--บันทึก

ใจเย็นขึ้น ปกติถ้าอะไรที่ไม่ถูกต้องหรือไม่ถูกใจมันจะออกมาจากสีหน้า คำพูด
ที่คนอื่นฟังแล้วรู้สึกไม่ดี ตอนนี้ใครทำอะไรไม่ถูกใจเริ่มไม่พูด ขอเก็บไว้ก่อน...เวลาเจอ
ปัญหา ความนิ่ง ความสงบอาจทำให้สิ่งเหล่านั้นดีขึ้นได้

นิสิต 7--สัมภาษณ์

1.3 การปล่อยวาง ไม่ตัดสิน นิสิตสะท้อนความคิดว่า เรียนรู้การปล่อยวาง
ไม่คาดหวัง ไม่ตัดสิน เป็นการปล่อยวางสิ่งที่ยึดมั่นถือมั่น ละตัวตน ซึ่งทำให้สบายใจมากขึ้น

ช่วงท้ายของชั่วโมงเรียนจะเริ่มเป็นการฝึกเรียน ทำให้พอถึงช่วงสุนทรีย-
สนทนาอาจจะมีหลายคนที่ไม่ทราบว่าอะไร และอาจมีหลายคนที่จะอยาก
ให้ชั่วโมงเรียนจบลงเร็วๆ แต่ทว่านี่คือความคิดของข้าพเจ้า จริงๆแล้วเพื่อนอาจจะไม่ได้
เป็นอะไรสักอย่างหรือไม่ได้คิด...ข้าพเจ้าเตือนตัวเองว่าต้องไม่เอาความคิด ความรู้สึก
ของเราไปตัดสินการกระทำหรือสิ่งที่เกิดขึ้น แล้วก็ต้องบอกกับตัวเองว่า สิ่งที่เราคิด รู้สึก
ก็คือตัวเรา อย่าเอาความคิด ความรู้สึกของเราไปใส่ให้คนอื่น

นิสิต 19—บันทึก

สีน้า ลากเส้น เรียนรู้ว่ากลัวความไม่สมบูรณ์แบบ เมื่อรู้ตัวก็ปล่อยวาง ทำให้
เหนื่อยน้อยลง

นิสิต 15—บันทึก

“จิตใจเราอาจจะกังวลหรือตั้งมั่นกับสิ่งนั้นมากเกินไป ไม่ปล่อยวาง แต่พอมา
เรียนรู้ในรายวิชานี้เริ่มทำให้มอง เหมือนลักษณะที่ว่า เขาเป็นอย่างนี้ ช่างเขาเถอะ
ปล่อยวางความรู้สึกของตัวเอง”

ลักษณะ 2 พรทิพย์—สัมภาษณ์

“อยู่กับตัวเอง มีสติ อย่าคาดหวังอะไร เวลาทำอะไรต้องมีสติ ให้เรารู้จัก
ปล่อยวางบ้าง อย่าไปคาดหวัง อย่าไปคาดหวังมากเกินไป ทำอะไรต้องปล่อยตาม
ธรรมชาติ”

นิสิต 20—สัมภาษณ์

1.4 การเปิดใจกว้าง นิสิตสะท้อนความคิดว่า ได้เรียนรู้การเปิดใจกว้างเพื่อรับสิ่งใหม่
ซึ่งต้องเรียนรู้ที่จะละลายกรอบความคิด ประสบการณ์เดิมของตน

“เปิดให้เรารับอะไรใหม่ๆเข้ามา ว่าจริงๆแล้ว บางอย่างก็เป็นสิ่งที่เรา
ไม่สามารถพิสูจน์ได้ ก็จะเปิดใจกว้างมากขึ้น”

นิสิต 23—สัมภาษณ์

“เราไม่สามารถแก้ไขคนอื่นได้ เราไม่สามารถเปลี่ยนแปลงอะไรได้ เพียงแต่ว่า
เราจะรับกับคำพูดได้หรือไม่ เราจะดำเนินชีวิตอย่างไร...ก็หลุดจากตรงนั้น เพราะเรา
ไม่ยึดติดกับอะไร”

นิสิต 15—สัมภาษณ์

1.5 การเห็นคุณค่าในตนเอง นิสิตสะท้อนความคิดว่า การเข้าใจตนเองทำให้
เห็นคุณค่าในตนเอง

“การเข้าใจลักษณะ เข้าใจเรากับเด็กมากขึ้น เห็นตัวเองในส่วนที่เป็นครูและ
ปฏิบัติต่อเด็ก เห็นคุณค่าในตัวเองถึงแม้ว่าจะไม่ได้สอนเก่ง หนูก็ไม่เลือกรักเด็ก”

นิสิต 18—สัมภาษณ์

1.6 การพัฒนาตนเอง นิสิตสะท้อนความคิดว่า การเข้าใจตนเองทำให้ตระหนักถึง
การที่จะต้องพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น ปรับปรุงจุดอ่อนและเสริมสร้างจุดแข็งเพื่อการก้าวพ้นข้อจำกัด
ของตนเอง

ข้าพเจ้าเป็นคนที่ไม่ช่างสังเกตเลย...ทำไมตัวเราจึงไม่ได้สังเกตเห็น ทำให้
ข้าพเจ้าคิดว่าต้องปรับปรุงตัวเอง ให้รู้จักมองดูให้เป็นมากขึ้นกว่าที่เป็นอยู่

นิสิต 19--บันทึก

ก่อนที่เราจะเข้าใจผู้อื่น ควรทำความเข้าใจกับความคิด ความรู้สึก จิตใจของ
ตนเองเสียก่อน เพื่อที่ตัวเราจะได้ปรับปรุงในส่วนที่บกพร่องและเพิ่มพูนในส่วนที่ดี
อยู่แล้ว

นิสิต 21—บันทึก

กระบวนการเรียนรู้แบบนี้ทำให้หันมามองตนเองมากขึ้นและพยายาม
ที่จะค้นหาตัวเองผ่านกิจกรรมต่างๆ ทำให้เห็นถึงจุดบกพร่องที่ต้องแก้ไข

นิสิต 2—บันทึก

...เราต้องเข้าใจตนเองให้ถ่องแท้เสียก่อนเพื่อที่ตัวเราจะได้ปรับปรุง
ในส่วน ที่บกพร่อง ยอมรับตนเองกับสภาพที่เป็นจริง

นิสิต 13—บันทึก

เห็นสิ่งที่ดีและสิ่งที่ไม่ดีที่เราควรปรับปรุงและปฏิบัติอย่างเหมาะสมต่อไป

นิสิต 27—บันทึก

จากการเรียนทำให้รู้ว่ากำลังตกเป็นทาสของจิตที่ปรุงแต่ง ไม่ได้มองเด็ก
อย่างที่เด็กเป็น...คงต้องฝึกอีกมากให้มองเห็นความจริงที่อยู่ตรงหน้า

นิสิต 3—บันทึก

“อาจารย์ทำให้เราเข้าใจว่าเราเป็นลักษณะนี้ เข้าใจตัวตนมากขึ้น พร้อมทั้งจะ
พัฒนาตนเอง พร้อมทั้งจะปรับปรุง ไม่ใช่อยู่กับตัวเองว่าเพราะฉันเป็นลักษณะนี้ ก้าวพ้น
ไปได้อีกขั้นหนึ่ง”

นิสิต 15—สัมภาษณ์

1.7 การสังเกตที่ละเอียดลออ นิสิตสะท้อนความคิดว่า การฝึกสังเกตอย่างใคร่ครวญ
เป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาในเรื่องการสังเกตเป็นอย่างมาก อีกทั้งฝึกความอดทนได้เป็นอย่างดี

...ทำให้ตระหนักและให้ความสำคัญกับการมอง การสังเกตมากขึ้น...ทุกอย่าง
มี 2 ด้าน เหมือนกับหินก้อนนี้...ทำให้เป็นคนที่มีความละเอียดมากขึ้น...กิจกรรมการ
สังเกตต้นข้าวทำให้ได้รับความอดทน ทักษะการสังเกต ทดลอง

นิสิต 9—บันทึก

“...ได้เรื่องของการสังเกต ความละเอียดลออ เอาใจใส่มากขึ้น กิจกรรมที่เห็น
ได้ชัด คือ ต้นข้าว...”

นิสิต 20—บันทึก

“ช่วยให้สังเกตละเอียดขึ้น”

นิสิต 29—สัมภาษณ์

1.8 การมองโลกในแง่ดีและมีความสุข นิสิตสะท้อนความคิดว่า การเข้าใจตนเองและ
คนอื่น ทำให้มีความสุขในการดำเนินชีวิตมากขึ้น กล่าวคือ มีความสุขกับความเข้าใจตนเอง
ในขณะเดียวกัน มีความสุขกับการอยู่ร่วมกับคนอื่นที่มีความแตกต่างได้

มองเด็กและผู้ร่วมงานด้วยตัวตนคนนั้นมากขึ้นทำให้พบความสุขในการ
ทำงานร่วมกับเด็กและผู้ร่วมงาน

นิสิต 26—บันทึก

การรู้จักตนเองเพื่อให้เราสามารถที่จะอยู่ร่วมกับคนอื่นในสังคมได้อย่างมี
ความสุข

นิสิต 28—บันทึก

วิชานี้ดูจะโดดเด่นในการเรียนรู้มิติด้านจิตวิญญาณ...มีความสุขทุกครั้งที่อยู่
ตนเองได้ข้อคิดดีที่เกิดขึ้นในใจ

นิสิต 12—บันทึก

เรียนรู้จากประสบการณ์ตนเอง...เชื่อมโยงประสบการณ์ของตัวเองกับ
ประสบการณ์ที่ได้จากกิจกรรมต่างๆเข้าด้วยกัน...ปรับปรุงให้ข้าพเจ้ามีความคิดในแง่ดี
มากขึ้น

นิสิต 15—บันทึก

“ความคิดเปลี่ยนไป คิดกับคนรอบข้างเปลี่ยนไป มองโลกในแง่ดีขึ้น”

นิสิต 20--สัมภาษณ์

“บางที่เราไม่เข้าใจตัวเองมาตลอดชีวิต ก็เลยทำให้รู้ว่า ที่เราคิดแบบนี้มันมี
ที่มาที่ไป เข้าใจตัวเองและเข้าใจคนอื่นด้วย มีความสุขกับชีวิตมากขึ้น จากที่แต่ก่อน
รู้สึกที่เรากังวลมากเกินไปหรือเปล่า”

นิสิต 26--สัมภาษณ์

1.9 การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ นิสิตสะท้อนความคิดว่า เห็นความสำคัญของการทำสมาธิ การหยุดคิด การอยู่ในสภาวะที่นิ่งสงบ ซึ่งส่งผลต่อความพร้อมในการเรียนรู้ ทำให้สามารถเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น มีสมาธิกับบทเรียนได้นานขึ้น

“มีสมาธิ มีความสุขเมื่อได้พัก ผ่อนคลาย และสามารถเรียนรู้ได้อย่างเต็มที่”

นิสิต 21—บันทึก

“มีสมาธิในการทำงานมากขึ้น”

นิสิต 25—สัมภาษณ์

“สะดวกต่อการเรียนรู้ต่อไป ไม่เช่นนั้นนั้นสมองก็จะต้องอยู่กับปัญหา...ทำให้เราพร้อมเรียนในช่วงต่อไป”

นิสิต 8—สัมภาษณ์

2. การตระหนักรู้ต่อผู้อื่น กิจกรรมการเรียนการสอนในรายวิชาที่ทำให้ นิสิตได้เรียนรู้เกี่ยวกับตัวเองทำให้ นิสิตเข้าใจตัวเอง ซึ่งส่งผลต่อการตระหนักรู้ต่อผู้อื่น ได้แก่ การเข้าใจและยอมรับผู้อื่น การมองเห็นสรรพสิ่งตามความเป็นจริง และการเห็นอกเห็นใจและเห็นคุณค่าของผู้อื่น

2.1 การเข้าใจและยอมรับผู้อื่น นิสิตสะท้อนความคิดว่า การเข้าใจตนเองทำให้เข้าใจผู้อื่น ในทำนองเดียวกัน การเข้าใจผู้อื่นทำให้เข้าใจตนเองมากขึ้น กิจกรรมการเรียนรู้อันในรายวิชา ทำให้เปิดใจกว้าง ยอมรับในความเป็นตัวตนของแต่ละคน ซึ่งส่งผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างกันที่ดีขึ้น

กระบวนการเรียนรู้ทำให้เราเข้าใจสิ่งต่างๆรอบตัวได้อย่างแจ่มชัด และเข้าใจตนเอง เมื่อเข้าใจตนเอง จะส่งผลให้เราตระหนักถึงผู้อื่นและเข้าใจผู้อื่นได้อย่างง่ายดาย

นิสิต 29 – บันทึก

เข้าใจคนอื่นมากขึ้น...ทำให้เริ่มรู้ว่าจะต้องเข้าหาอีกฝ่ายอย่างไร

นิสิต 8—บันทึก

ส่งผลให้ตระหนักถึงผู้อื่นมากขึ้นด้วย ทำให้เรารู้จักมอง ทำความเข้าใจ และยอมรับในความเป็นตัวตนของเขา ยอมรับความคิดเขา

นิสิต 27—บันทึก

“เรียนรู้ที่จะมองคนอื่นอย่างเข้าใจในสิ่งที่เขาเป็น ไม่ตัดสินคนอื่น แต่แต่ละลักษณะไม่เหมือนกัน ให้เราเรียนรู้ที่จะสังเกตตัวเองและสังเกตคนอื่น และมองคนอื่นอย่างที่คนอื่นเป็น เข้าใจคนอื่น”

28—สัมภาษณ์

“เราเรียนในห้องแล้วมันไม่ได้จบแค่นั้น เวลาที่ไปทำกิจกรรมหรือไปเที่ยวกัน มันมีเรื่องให้ไปต่อ มันเกิดจากการคุยกันหลังจากนั้นแล้วก็ได้อะไรมาเติมไปหมด มันทำให้เรายอมรับในความเป็นแต่ละคน...”

นิติต 11—สัมภาษณ์

“ทำให้เรารักกันมากขึ้น การช่วยเหลือกันในการเรียน ปรากฏการณ์นี้ ก่อนหน้านี้ไม่มีเลย”

นิติต 15—สัมภาษณ์

“รู้จักตัวตนของเราเยอะขึ้นแล้วก็รู้จักเพื่อนหลายๆคนเยอะขึ้นด้วยความสัมพันธ์เราก็ดีขึ้น มีความรู้สึกที่เราผูกพันกันเยอะขึ้น สิ่งที่เป็นวิชาการก็กลายมาเป็นมุขขำในกลุ่มเรา”

นิติต 22—สัมภาษณ์

นิติต 27: วิชานี้มีประโยชน์กับเราสองคนด้วย...เทอมที่แล้วมันเกิดการสื่อสารที่ผิดพลาด ทำให้เราเข้าใจผิดกัน...พอมาทอมนี้พี่เขากลับมาแล้วก็คุยกันเหมือนเดิม ก็กลับบ้านด้วยกันเหมือนเดิมอีกที ทุกอย่างจบ

นิติต 15: มันทำให้เย็นลงค่ะ...ตอนนั้นเราคิดว่าเขาเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ เรามีการยึดเหนี่ยวว่าเขาต้องรู้ มันเกิดเป็นปัญหาว่าสื่อสารไม่เข้าใจกัน ผิดใจกัน... เรียนรู้เรื่องลักษณะ เริ่มเปลี่ยนมุมมอง เริ่มรู้สึกผิดที่เราพูดอะไรออกไป... ตอนนี้อย่างตัวเองทำอะไร

2.2 การมองเห็นสรรพสิ่งตามความเป็นจริง นิติตสะท้อนความคิดว่า การได้ใช้เวลาในการทบทวนตัวเองอย่างมีสติ ทำให้เรียนรู้ที่จะมองเห็นสิ่งต่างๆตามความเป็นจริง เป็นการเปลี่ยนมุมมองที่มีต่อสรรพสิ่งและคนรอบข้าง ซึ่งทำให้เกิดความคิดใหม่

มองเห็นต่างๆอย่างเข้าใจในธรรมชาติของสิ่งนั้น ไม่บังคับ ไม่คาดหวัง

นิติต 14—บันทึก

สุนทรียสนทนาช่วยให้เรามีจุดยืนและสามารถแยกแยะความคิด ความรู้สึก และช่วยลดอำนาจกิเลสและความต้องการออกจากตัวเรา ทำให้มองเห็นสิ่งต่างๆตามความเป็นจริงมากขึ้น

นิติต 14—บันทึก

จิตที่ปราศจากการปรุงแต่ง จะส่งผลให้เรามองเห็นสิ่งต่างๆรอบตัวอย่างชัดเจน เห็นจริง เห็นอย่างสิ่งนั้นเป็นอย่างแท้จริง

นิติต 29--บันทึก

“เข้าใจตัวตนที่แท้จริงของเพื่อนแต่ละคน...ทำให้ต้องมองคนอื่นให้ลึกซึ้งมากกว่าการดูเพียงรูปลักษณ์ภายนอก

นิติต 21—บันทึก

หัวใจสำคัญของการตระหนักรู้ถึงผู้อื่น คือ การลดความเป็นตัวตนของเรา
เพื่อการรู้จักมองผู้อื่น มีมุมมองใหม่ ความคิดใหม่

นิสิต 27 – บันทึก

2.3 การเห็นอกเห็นใจและเห็นคุณค่าของผู้อื่น

สิ่งที่ได้รับจากกระบวนการเรียนรู้แบบนี้ คือ ความเข้าใจ เห็นใจคนอื่นมากขึ้น
ตระหนักรู้ถึงความเป็นไปในชีวิตของผู้อื่น รับรู้ถึงสาเหตุและผลจากการกระทำ ทำให้
มองโลกในแง่ดีขึ้น เรียนรู้โลกมากขึ้น

นิสิต 14-- บันทึก

3. การตระหนักรู้ต่อวิชาชีพ กิจกรรมการเรียนการสอนในรายวิชาทำให้นิสิตเชื่อมโยง
ประสบการณ์การเรียนรู้กับการตระหนักในวิชาชีพครู ได้แก่ การมองเด็กตามความเป็นจริง
การสอนที่สอดคล้องกับธรรมชาติของเด็ก การเท่าทันตัวเองของครู การพัฒนาตนเองของครู
การเป็นครูที่ใส่ใจเด็ก และการเห็นคุณค่าของงานครู

3.1 การมองเด็กตามความเป็นจริง นิสิตสะท้อนความคิดว่า เรียนรู้ความคิดที่
เชื่อมโยงจากประสบการณ์การเรียนรู้จากกิจกรรมต่างๆในแง่มุมมองของการสังเกตเด็กตาม
ความเป็นจริง การยอมรับในสิ่งที่เด็กเป็น โดยปราศจากอคติ จิตที่โปร่งใส การไม่นำประสบการณ์
เดิมของครูเข้าไปตัดสิน ตีความเด็กที่อยู่ตรงหน้า

กิจกรรมแต่ละกิจกรรมเป็นสิ่งที่ช่วยฝึกฝนให้เราอยู่กับสิ่งที่เห็น สิ่งที่เห็น ที่เป็น
ความจริงแท้...เชื่อมโยงกับครูปฐมวัย ต้องเห็นเด็กอย่างที่เด็กเป็น ปราศจากจิตปรุงแต่ง
...ครูต้องรู้และตระหนักในความคิดของตนและต้องฝึกในการที่จะมองเด็กให้เห็นในสิ่งที่
เด็กเป็น โดยปราศจากการนำความคิดของตนเข้าไป

นิสิต 29—บันทึก

“ทำให้เรียนรู้เกี่ยวกับธรรมชาติของเด็ก ยอมรับในสิ่งที่เด็กเป็น”

นิสิต 16--สัมภาษณ์

“ใส่ใจสังเกตเด็ก เปิดใจยอมรับ”

นิสิต 6--สัมภาษณ์

“รู้เท่าทันความคิดมากขึ้น...เห็นเด็กอย่างที่เขาคือจริง”

นิสิต 3--สัมภาษณ์

“ทำให้เราไม่ตัดสินเด็กจากการมองของเรา”

นิสิต 9—สัมภาษณ์

3.2 การสอนที่สอดคล้องกับธรรมชาติของเด็ก นิสิตสะท้อนความคิดว่า เด็กแต่ละคน มีความแตกต่างซึ่งครูต้องจัดการเรียนการสอนให้สอดคล้องกับธรรมชาติ ลักษณะ และ ความต้องการของเด็กแต่ละคน

...ในฐานะที่เป็นครู จึงไม่สามารถที่จะสอนหรือจัดกิจกรรมให้เด็กเรียนรู้โดยหวังว่า เด็กทุกคนจะพัฒนาหรือก้าวหน้าเหมือนกันหรือเท่าๆกันได้ ครูจึงต้องมองหา ออกหรือตีโจทย์ให้แตกว่า เด็กแต่ละคนต้องการความช่วยเหลือหรือการส่งเสริมจากครู อย่างไร

นิสิต 19—บันทึก

...เข้าใจว่าตนเองเหมาะกับกิจกรรมในลักษณะนี้...เช่นเดียวกับการสอนเด็ก ถ้าเราหยิบเรื่องที่เด็กกำลังสนใจและถ่ายทอดความรู้ที่ช่วยวิธีการที่ทำให้เด็กเกิด ความสนุก เด็กก็จะเรียนรู้ได้ดี

นิสิต 11--บันทึก

3.3 การเท่าทันตัวเองของคุณ นิสิตสะท้อนความคิดว่า ครูต้องเท่าทันอารมณ์ ความคิด การกระทำของตนเอง ซึ่งการสังเกตตนเองของคุณสำคัญมากในการทำงานกับเด็ก ครูต้องไวต่อการรับรู้ตนเอง ไม่ยึดติดกับอารมณ์หรือความคิดในการประเมินหรือการปฏิบัติต่อเด็ก

“ครูอนุบาลสำคัญมาก...ครูมีบทบาทสำคัญที่สุดในการเขียน บันทึก หรือ ประเมิน ถ้าครูไม่รู้จักรู้จักการสังเกตตัวเองมาก่อน ผลการประเมินที่ได้มันมีความจริงมาก แคลไหน...ข้อความรู้ในตำราไม่ได้สำคัญเท่ากับการรู้เท่าทันตัวเอง บางที่เราใส่ความคิด ที่นอกเหนือความจริงที่อยู่ตรงหน้าไป มันน่ากลัวมาก”

นิสิต 15--สัมภาษณ์

“วันนั้นรู้สึกหงุดหงิด อารมณ์ไม่ดี พอเด็กพิเศษอารมณ์รุนแรงมา ก็รู้สึกอยาก เอาชนะ จึงบีบมือเขา...ใจคิดว่าต้องให้เบาลงด้วยตัวของฉันเองนะ...นั่นคือ อารมณ์ และความไม่พอใจของเราล้วนๆ แล้วก็ผ่านไป มาคิดอีกทีในวิชาอาจารย์ เราใส่อารมณ์ ตัวเองไปมากๆ ไม่ถูกต้องแล้วกับบาปต่อเด็ก ครูไม่สมควรจะทำแบบนี้ นี่คือนิสิตที่ได้อ่านรู้ ในห้อง ณ วันนั้น”

นิสิต 4—สัมภาษณ์

3.4 การพัฒนาตนเองของคุณ นิสิตสะท้อนความคิดว่า ครูที่ดีต้องมุ่งมั่นในการพัฒนา ตนเองอยู่เสมอ โดยครูต้องรู้จักตนเอง มีความเข้าใจในตนเอง เข้าใจจุดแข็งจุดอ่อนของตนและ พัฒนาข้อจำกัดเหล่านั้นเพื่อให้เป็นครูที่มีคุณภาพ

ก่อนที่ครูจะสอนผู้อื่น ครูควรต้องสอนและรู้จักตนเองก่อน เข้าใจตนเอง มีสติ และปัญญาจึงจะสามารถเข้าใจผู้อื่นและสอนผู้อื่นได้ โดยปราศจากความอคติและความลำเอียง...มองสิ่งที่เห็นตามความเป็นจริงอย่างยุติธรรม

นิสิต 14—บันทึก

ผู้ที่จะเป็นครูที่ดีต้องพัฒนาตนเอง ทั้งความรู้ จิตใจ เพื่อที่จะพัฒนาเด็ก ทางด้านปัญญาและจิตวิญญาณ...นับเป็นวิชาชีพที่มีภาระหนักหน่วงจริงๆ... ครูที่มีคุณภาพจึงหายากนัก

นิสิต 29—บันทึก

เป็นครูต้องเข้าใจตนเองเพื่อจัดการกับตนเองอย่างดีในการเป็นแบบอย่าง ต่อผู้อื่นโดยเฉพาะเด็ก

นิสิต 27—บันทึก

3.5 การเป็นครูที่ใส่ใจเด็ก นิสิตสะท้อนความคิดว่า ครูที่ดีต้องมีความเอาใจใส่เด็ก ต้องละเอียดลออในการสังเกต ทำความเข้าใจเด็ก ที่สำคัญต้องใส่ใจกับทุกการกระทำ

“พอมาเรียนวิชานี้เหมือนว่า ทำให้เรามองเห็นเด็กบางคนที่บางที่เราเคย มองข้ามเขาไป เหมือนเราเอาใจใส่เขามากขึ้น”

นิสิต 20—สัมภาษณ์

“ทำให้เราสังเกต เข้าใจเขา มองย้อนกลับไปในเรื่องที่เคยทำหรือเคยละเลย ทำให้อยากเอาใจใส่เขา อยากดูแลเขามากขึ้น”

นิสิต 28--สัมภาษณ์

“เราต้องมอง สังเกต หรือเข้าใจเด็กมากขึ้นกว่าเดิม เมื่อก่อนก็ประเมิน ตามที่เห็น ไม่ได้ใส่ใจต่อสิ่งนั้นจริงๆ มาเรียนวิชานี้ทำให้เราคิด มอง สังเกตมากขึ้น นำสิ่งที่เรียนไปใช้ได้มากจริงๆ”

นิสิต 17—สัมภาษณ์

ในฐานะที่เราเป็นครู เราควรที่จะตระหนักและดูแลเด็กของเรา หมั่นคอย สังเกตอย่างใกล้ชิดโดยปราศจากความคิดหรือประสบการณ์ต่างๆมาครอบงำ ให้สังเกต เด็กอย่างที่เขาเป็น ให้ใจสื่อถึงเขา เหมือนกับที่เราพยายามบันทึกการเติบโตของต้นข้าว โดยปราศจากการคิดปรุงแต่ง บันทึกจากสิ่งที่เห็นอย่างแท้จริง

นิสิต 15--บันทึก

“การที่เราเป็นครูแล้วเราเรียนวิชานี้สามารถเอาไปใช้กับเด็กได้จริงๆ ตรงที่ว่า เราต้องละเอียดอ่อน คนที่จะทำอะไรแล้วไม่มีใจจะทำมันก็ทำได้ไม่ดี”

นิสิต 12—สัมภาษณ์

คนเป็นครูต้องสังเกตเด็กแต่ละคนอย่างละเอียดว่าแต่ละคนมีศักยภาพ ความสามารถเพียงใด

นิสิต 19—บันทึก

3.6 การเห็นคุณค่าของงานคุณ นิสิตสะท้อนความคิดว่า เห็นคุณค่าของการเป็นครูมากขึ้น รู้สึกซาบซึ้งกับอาชีพครูซึ่งเป็นภารกิจที่สำคัญอย่างยิ่งในการพัฒนาเด็ก

“พอมารเรียนวิชานี้เห็นคุณค่าของความเป็นครูมากขึ้น เอาใจใส่รายละเอียด เล็กๆน้อยๆที่เราไม่เคย”

นิสิต 20--สัมภาษณ์

“ยิ่งตระหนักมากขึ้น เชื่อว่าเวลากลับไปห้องเรียน ต้องคิดแล้วละ ตอนนี่เราทำอะไรอยู่ สอนอะไรเด็กเข้าซามเย็นซามหรือเปล่า...ตอนจบปริญญาตรีปฐมวัย ก็ไม่ได้รู้สึกอยากเป็นครู ก็ไม่ได้ทำงานสายอาชีพ แต่พอมาดอนนี้รู้สึกว่ามันซาบซึ้งกับวิชาชีพนี้ ปฐมวัยเป็นช่วงวัยที่สำคัญ”

นิสิต 15--สัมภาษณ์

“จริงๆแล้วไม่ได้เป็นครูแต่เรียนปริญญาตรีด้านครู และซาบซึ้งในความเป็นครู”

นิสิต 4--สัมภาษณ์

“ซาบซึ้งในวิชาชีพอยู่ตลอดเวลา จนได้มาเรียนเอง เป็นครูมันเหนื่อย แต่มีความรู้สึกที่เราทำให้เขาเป็นเด็กที่ดีขึ้น เราทำให้เขาเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี ก็เลยรู้สึกซาบซึ้ง ไม่เคยรู้สึกซาบซึ้งกับการประเมินจนได้เรียนวิชานี้”

นิสิต 2--สัมภาษณ์

“มีวันหนึ่งรู้สึกภูมิใจขึ้นมาว่า ที่เลือกมาเรียนปฐมวัยคิดว่าเป็นศาสตร์และศิลป์อย่างหนึ่ง ไม่ใช่จะทำได้ทุกคน มีอยู่ครั้งหนึ่งอาจารย์นำพอร์ทโฟลิโอเด็กมาให้ดู แล้วมีภาพวาด รู้สึกทั้ง เราก็เคยเห็นแต่ว่าไม่นานก็จะไปอยู่ในถังขยะ เป็นสิ่งไม่มีคุณค่า พอเห็นอาจารย์มาทำ มาแปลผล ประเมิน วิเคราะห์ เห็นแล้วรู้สึกขนลุก รู้สึกว่ามีคุณค่า เราน่าจะภูมิใจแล้วที่ได้เรียนตรงนี้ รู้สึกเห็นคุณค่าของการที่มาเรียนตรงนี้”

นิสิต 22--สัมภาษณ์

ตอนที่ 2 ประสบการณ์การเรียนรู้จากกิจกรรมในรายวิชาการวัดผลและประเมิน พัฒนาการเด็กปฐมวัย

ผู้วิจัยนำเสนอประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตจากกิจกรรมต่างๆที่เกิดขึ้นในภาคจิตวิญญาณและภาควิชาชีพครูปฐมวัย ดังนี้

กิจกรรมภาคจิตวิญญาณ มีเป้าหมายเพื่อการตระหนักรู้ภายในตน ประกอบด้วย การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ 3 ลักษณะ ได้แก่ การเรียนรู้ผ่านการสงบนิ่ง การทำงานศิลปะ และกระบวนการเชิงความสัมพันธ์ แต่ประสบการณ์ประกอบด้วยหลากหลายกิจกรรม ดังนี้

1) การเรียนรู้ผ่านการสงบนิ่ง ได้แก่ การทำสมาธิตามเสียงนำ การทำให้ลูกตุ้มหรือเพนดูลัมแกว่ง การหายใจด้วยมือหรือการขยับฝ่ามือเข้าและออกจากกันช้าๆ และการหายใจหายใจคำตอบ กิจกรรมเหล่านี้ทำงานผ่านกายหรือการลงมือกระทำเป็นหลัก

2) การเรียนรู้ผ่านการทำงานศิลปะ ได้แก่ การวาดลายเส้น การระบายสีน้ำ การร้องเพลง และเคลื่อนไหว การปั้นดิน กิจกรรมเหล่านี้ทำงานผ่านความรู้สึกเป็นหลัก

3) การเรียนรู้ผ่านกระบวนการเชิงความสัมพันธ์ ได้แก่ สุนทรียสนทนา การฟังเรื่องเล่า กิจกรรมเหล่านี้ทำงานผ่านความคิดเป็นหลัก

นิสิตสะท้อนความคิดต่อประสบการณ์การเรียนรู้ทั้ง 3 ลักษณะ ดังนี้

1) การเรียนรู้ผ่านการสงบนิ่ง ประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านการทำสมาธิตามเสียงนำ การทำให้ลูกตุ้มหรือเพนดูลัมแกว่ง และการหายใจ หายใจคำตอบ ทำให้นิสิตได้กลับมาอยู่กับตัวเอง อยู่กับปัจจุบันขณะในสภาวะผ่อนคลาย สงบ มีสมาธิ นิสิตสะท้อนความคิดว่า ได้เรียนรู้ การมีสติรู้ตัวการละวางความคิด การไม่คาดหวัง การปล่อยวางไม่ยึดติด การรู้โดยปราศจากการคิดปรุงแต่ง และการเข้าใจธรรมชาติการเรียนรู้ของตนเอง

การทำสมาธิตามเสียงนำ

นิสิตสะท้อนความคิดว่า การเริ่มต้นบทเรียนด้วยการนั่งนิ่งๆ ฟังเพลงบรรเลงคลอเคล้า เสียงนำของอาจารย์ที่เตือนให้กลับมา มีสติรู้ตัว เปิดรับสัมผัสที่เข้ามากระทบกับการรับรู้ เป็นการได้อยู่กับปัจจุบันขณะ ได้ใช้เวลาอยู่กับตัวเอง ซึ่งทำให้รู้สึกผ่อนคลาย โลงสบาย สงบ เย็นใจ ลดความเครียด ความกังวล มีสมาธิ มีสติ มีความสุข สภาวะของการรู้ตัวอย่างมีสติ มีสมาธินี้ ทำให้เกิดปัญญาภายใน เกิดความคิดผุดผเกิด ได้แก่ การเข้าใจธรรมชาติของสรรพสิ่ง การปล่อยวางไม่ยึดติด ความไวในการรับรู้ การรู้เท่าทัน นอกจากนี้ สมาธิกับเพลงยังเป็นการเตรียมความพร้อมในการเรียนรู้แก่นิสิต ทำให้มีสมาธิกับบทเรียน เรียนรู้ได้ดีขึ้น ตื่นตัว และสมองเปิดรับความรู้ได้มากขึ้น

ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย...การได้หยุดนิ่งตามความคิดของตนเองและทบทวน

*สิ่งที่ผ่านมา ทำให้รู้สึกว่าไม่เหมาะกับกิจกรรมที่ต้องนั่งนิ่ง...สมาธิกับเพลง คือ การขจัด
สิ่งที่รบกวนสมองและจิตใจ*

นิสิต 11—บันทึก

สมองโล่ง ช่วยให้เราเรียนรู้และเข้าใจความสัมพันธ์ของกายและจิตมากขึ้น

การมีสติอยู่ในทุกขณะของจิตทำให้เรามองสิ่งต่างๆอย่างเข้าใจธรรมชาติ โดยที่ไม่เฝื่อนหรือบังคับในสิ่งที่เราชอบหรือไม่ชอบจนเกินพอดี

นิสิต 14—บันทึก

นี่ สงบ เย็น...ตอนนี้เริ่มเข้าใจแล้วว่า การมีสมาธิจดจ่ออยู่กับสิ่งที่สนใจ
ตั้งมั่นแปลว่าอะไร...เริ่มให้ความสำคัญกับกิจกรรมนี้มากขึ้น แต่ก่อนรู้สึกเพียงว่า
เป็นการทำให้รู้สึกสบายก่อนเรียน คงเป็นการเรียนรู้แบบไม่รู้ตัวกระมัง

นิสิต 29—บันทึก

ผ่อนคลาย ทำให้มีสมาธิที่จะทำกิจกรรมต่อไปดีขึ้น

นิสิต 18—บันทึก

เรียนรู้ว่าถ้าไม่หันมาดูแลใจให้สงบก็ไม่สามารถพบความสุขได้

นิสิต 12—บันทึก

ทำให้มีเวลาหยุดเฝ้าดูตัวเอง รู้เท่าทันความคิด ความรู้สึกของตนเอง มีสติ
เห็นความรวดเร็วของความคิด ไม่ยึดติดกับความคิดต่างๆที่เป็นกิเลสคอยปรุงแต่ง

นิสิต 3—บันทึก

ช่วยให้มีสมาธิจดจ่ออยู่กับบทเพลง มีความสงบนิ่ง พร้อมเรียนและ
ทำกิจกรรมอื่นๆต่อไปด้วยดี

นิสิต 30-- บันทึก

เป็นการสงบจิต สงบใจ นำเรากลับมาจากสิ่งต่างๆ...กลับมาอยู่กับปัจจุบัน
ขณะเพื่อเตรียมความพร้อมทางความคิดสติปัญญา

นิสิต 27-- บันทึก

การทำให้ลูกตุ้มหรือเพนดูลัมแกว่ง

นิสิตสะท้อนความคิดว่า เพนดูลัมเป็นกิจกรรมที่ทำให้เข้าใจคำว่า ความพอดี
การปล่อยวาง ทำให้รู้สึกผ่อนคลาย สงบ ในขณะที่เดียวกันก็มีใจจดจ่อที่ไม่มากจนเกินไป
การตั้งความปรารถนาเพื่อให้เพนดูลัมแกว่งทำให้เรียนรู้ว่าใจที่นิ่งนั้นมีพลังสามารถควบคุม
สิ่งต่างๆได้ นอกจากนี้ยังเรียนรู้การอยู่กับปัจจุบันขณะ การละวางความคิด การไม่คาดหวัง



ภาพที่ 1 การทำให้ลูกตุ้มแกว่งจนขอบแก้วน้ำ

“...บางครั้งแกว่งก็รู้สึกดีใจมากเกินไป อยู่ดีๆเพนดูล์มก็หยุด เหมือนกับว่าเราดีใจแล้วสติหลุดไปไหนไม่รู้...ถ้าเกิดทำอะไรจริงจังมากเกินไป เราหวังมากเกินไป แล้วไม่ได้ดังหวังก็ผิดหวัง...”

นิสิต 18-- สัมภาษณ์

“ไม่ได้คิดแล้วมันก็แกว่งได้ตลอด...อะไรที่เราคาดหวังเกินไปมักจะไม่ได้ ส่วนอะไรที่เราไม่คาดหวังมันก็จะได้เสมอ”

นิสิต 20-- สัมภาษณ์

“เพนดูล์มสอนให้หลุดออกมาจากโลกจินตนาการ...ตอนนั้นกำลังจินตนาการอยู่กับบางสิ่ง อยู่ดีๆก็นึกถึงเพนดูล์มขึ้นมา แล้วบอกกับตัวเองว่า เลิกจินตนาการซะทีเถอะ กลับมาอยู่ในโลกแห่งความเป็นจริงเหมือนเพนดูล์ม จำไม่ได้หรือ วินาทีนั้นมันหลุดออกมาจากเรื่องนั้น...เพนดูล์มสอนให้เราหลุดออกมาจากความคิดของเรา ทำให้ไม่คิดฟุ้งซ่านมากเกินไป”

นิสิต 22-- สัมภาษณ์

“...เป็นวิธีการหนึ่งที่ทำให้ใจสงบได้”

นิสิต 26-- สัมภาษณ์

“...ใจสงบได้ทุกอย่าง...เราต้องหันมาดูแลตัวเอง ดูที่ใจเรา...”

นิสิต 31-- สัมภาษณ์

“เพนดูล์มเชื่อมโยงกับชีวิตหลากหลาย เรียนรู้ว่าถ้าเรานิ่ง สงบ ผ่อนคลาย เพนดูล์มทำงาน เหมือนเราเจอปัญหา ลองเอาความนิ่ง ความสงบมาระดับโกรธ ระดับความไม่พอใจ”

นิสิต 7-- สัมภาษณ์

“...ได้ประสบการณ์ว่ามันมีพลังงานอะไรบางอย่าง ที่เรายังไม่เข้าใจว่ามันเกิดขึ้นได้อย่างไร”

นิสิต 23-- สัมภาษณ์

การทนายใจ ทายคำตอบ

กิจกรรมนี้เป็นการให้นิสิตจับคู่กัน คนหนึ่งหันหลังให้อีกฝ่ายใช้นิ้ววาดรูปบนหลังโดยไม่ให้นิ้วสัมผัสผู้ถูกหลัง จากนั้นให้ทายคำตอบ อีกกิจกรรมหนึ่ง คือ การทายคำตอบโดยคนหนึ่งตั้งคำถามที่คิดว่าอีกฝ่ายไม่มีทางรู้คำตอบแน่นอน แล้วนี่ก็คำตอบนั้นไว้ในใจ จากนั้นให้อีกฝ่ายทายคำตอบ กิจกรรมทนายใจ ทายคำตอบนี้ นิสิตส่วนใหญ่ยังคงมีความลังเลสงสัยในกิจกรรม กล่าวคือ ไม่แน่ใจว่าเป็นเรื่องการคาดเดาหรือการผูกมัดของคำตอบ บางคนไม่เกิดการเรียนรู้จากกิจกรรมนี้ อย่างไรก็ตาม นิสิตบางคนสะท้อนความคิดว่า คำตอบนั้นผูกขึ้นมาจากโดยปราศจากการพยายามคิด ในสภาวะที่นิ่ง มีสมาธิ คำตอบนั้นปรากฏขึ้นมาจาก โดยเห็นเป็นภาพ ได้กลิ่น หรือเป็นความรู้สึก กิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่สร้างความประหลาดใจแก่นิสิตเป็นอย่างมาก

“...ประหลาดใจเรื่องทนายใจ มันเห็นคำตอบเองครับ ที่วาดรูปก็เหมือนกัน รู้สึกคล้ายมีแง่มุมแม่เหล็ก แล้วใช้แม่เหล็กวาด มันก็จะไปตาม สำหรับการทนายใจ ใช้การมองตา แล้วภาพมันจะลอยขึ้นมา...ไม่ได้คิด มองตาแล้วปล่อยเลย ตอนแรกน้องเขาถามว่าแม่ชอบทำกิจกรรมอะไร ก็จะเห็นเป็นภาพขาวดำน้ำตาๆ เห็นเป็นภาพมือกำลังถักนิตติ้ง อีกคำถามหนึ่งน้องถามว่า เพื่อนที่มารอข้างล่างใส่ชุดสีอะไร คำตอบมาเป็นภาพ เห็นเป็นเสื้อยืดกับกางเกงเล แต่เห็นหน้าไม่ชัด มาเป็นโครง ”

นิติต 25—สัมภาษณ์

“...คำตอบมันแวบขึ้นมาในสมอง มาจากความรู้สึก ไม่ใช่สิ่งที่คาดเดา รู้สึกว่ามันต้องเป็นแบบนี้ แต่อธิบายไม่ได้...”

นิติต 7—สัมภาษณ์

“...ทุกวันนี้ก็ยังคิดว่าเป็นเพราะพยายามนึกหรือเปล่า แต่จริงๆมันเป็นร้อยแปดพันอย่าง อยู่ดีๆเราจะมานึกถูกได้อย่างไร มันก็เป็นส่วนหนึ่งที่ยังคิดอยู่ว่าเป็นไปได้อย่างไร”

นิติต 18—สัมภาษณ์

“กลิ่นลอยมาเลยคะ ได้กลิ่นความหอมสดชื่น เลยตอบไปว่า ดอกไม้”

นิติต 16—สัมภาษณ์

“มันแปลกมาก ไม่คิดว่าจะทำได้ เราต้องจดจ่อกับมันมาก ทั้งมือทั้งใจไปด้วยกัน”

นิติต 4—สัมภาษณ์

“เป็นเพราะเราไม่เชื่อเราก็เริ่มต่อต้านสิ่งที่อาจารย์บอก เป็นไปไม่ได้ มันเป็นเรื่องของทฤษฎีความน่าจะเป็น...ซื่อสัตย์เดอริยังถูกได้ คิดไปแล้วว่ามันเป็นความบังเอิญแน่ๆ หลังๆเริ่มรู้สึกว่าจะต้องลอง...วันนั้นมีสมาธิมาก มาเรียนด้วยความพร้อม...เราตอบคำถามของเพื่อนได้ และเพื่อนก็ตอบคำถามของเราได้ อาจารย์ให้ดูรูปในห้องก็ทนายได้ มันคงมีอะไรแล้วละ เราคงต้องยอมรับแล้วที่บอกว่าไม่จริง...เห็นเป็นแสงเป็นภาพ พุดคำตอบออกมาเลย แทบไม่ได้คิด ไม่ต้องเพ่ง”

นิติต 11—สัมภาษณ์

2) การเรียนรู้ผ่านการทำงานศิลปะ ประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านกิจกรรมการวาดลายเส้น การระบายสีน้ำ การร้องเพลง และการปั้นดิน นิติตส่วนใหญ่สะท้อนความคิดว่าชอบกิจกรรมการปั้นดินมากที่สุด รองลงมา คือ การระบายสีน้ำ และการวาดลายเส้น ตามลำดับ สำหรับการร้องเพลงเป็นเสมือนช่วงรอยต่อของกิจกรรม ซึ่งใช้เวลาเพียง 5 - 10 นาที ประสบการณ์เรียนรู้ผ่านการทำงานศิลปะลักษณะต่างๆทำให้นิติตเกิดสมาธิ ใจจดจ่อ สงบ ผ่อนคลาย มีความสุข ซึ่งการระบายสีน้ำช่วยในเรื่องการละวางความคิดได้เป็นอย่างดี ในขณะที่การปั้นดินช่วยให้อยู่กับปัจจุบันขณะ นิติตสะท้อนความคิดว่า ได้เรียนรู้การละวางความคิด การไม่คาดหวัง

การปล่อยวางไม่ยึดติด การเปิดรับ และการเข้าใจตนเอง นอกจากนี้ นิติสสะท้อนความคิดที่เชื่อมโยงกับวิชาชีพ คือ การเข้าใจความแตกต่างของเด็ก และการไม่บังคับเด็กเมื่อยังไม่พร้อม

การวาดลายเส้น

นิติสสะท้อนความคิดทั้งด้านบวกและด้านลบต่อกิจกรรมนี้ บางคนรู้สึกชอบ ทำท่ายสนุก เพลินกับการวาดลายเส้น และเกิดสมาธิ ในขณะที่บางคนรู้สึกไม่ชอบ อึดอัด กัดฟัน ถูกบังคับอย่างไรก็ตาม นิติสสะท้อนประสบการณ์การเรียนรู้จากกิจกรรมนี้ว่า ทำให้เห็นตัวเองชัดเจนมากขึ้น เรียนรู้การปล่อยวาง ไม่คาดหวัง ไม่เร่งตัวเองมากเกินไป และเคารพร่างกายของตน ทำให้ตระหนักถึงการพัฒนาตนเองเพื่อแก้ไขจุดอ่อนนั้นๆ นอกจากนี้ นิติสสะท้อนความคิดที่เชื่อมโยงกับวิชาชีพ คือ การเข้าใจความรู้สึกของเด็กที่ถูกบังคับให้เขียนหนังสือเมื่อยังไม่พร้อม ทำให้ปรับเปลี่ยนการปฏิบัติต่อเด็กในเรื่องการสอนการเขียน

“ไม่ชอบ อึดอัด...เป็นคนที่ไม่สม่ำเสมอ แรกๆมันสวย หลังๆมันเล็กลงไม่ค่อยสวย สะท้อนเหมือนกัน หรือว่าเราเป็นคนแบบนี้”

นิติส 31--บันทึก

การได้วาดลายเส้นแต่ละครั้งสามารถวัดความไม่คงเส้นคงวาของเราได้ทุกครั้ง เห็นความไม่สม่ำเสมอของตัวเองได้อย่างชัดเจน

นิติส 10—บันทึก

เกิดสมาธิ การจดจ่อ ไม่คิดเรื่องอื่น

นิติส 12—บันทึก

กิจกรรมวาดลายเส้นสอนให้รู้ว่า บางครั้งเรามักคาดหวังผลลัพธ์ให้ออกมาดีที่สุดในการทำงาน กลัวการผิดพลาด ความไม่สมบูรณ์แบบ กิจกรรมนี้สอนให้ข้าพเจ้าปล่อยวางมากขึ้น

นิติส 15—บันทึก

ฉันพบว่าตัวเองต้องฝึกฝนในการให้เกียรติและเคารพความสามารถของร่างกายในส่วนที่เป็นการเคลื่อนไหว ซึ่งเคยรู้สึกว่าเป็นจุดอ่อนของตัวเองมาตั้งแต่เด็ก

นิติส 8—บันทึก

“...รู้สึกสนุก...ไม่สวยก็พยายามต่อไป ได้ความจริงข้อหนึ่งในชีวิตว่า เราไม่สามารถสั่งร่างกายได้ แม้ว่าเราจะอยู่กับร่างกายตลอดเวลาก็ตาม เราต้องเคารพและให้เกียรติร่างกายของเรา”

นิติส 8--สัมภาษณ์

“รู้สึกผ่อนคลาย อยากทำ ค่อยๆทำ...ไม่ต้องบังคับ ไม่ต้องไปเร่ง ค่อยๆทำแล้วมันก็จะได้อะไรเอง”

นิติส 32—สัมภาษณ์

“...รู้สึกชอบ ทำท่าย...ต้องใช้สติและสมาธิ ต้องจดจ่ออยู่ตรงนั้นตลอด...
ภาพเล็กค่อนข้างง่ายแต่ภาพใหญ่ต้องบังคับมือ ถ้าเราทำอะไรที่ใหญ่หรือสำคัญมาก
ต้องใช้ความรู้สึกหรือความพยายามให้มากขึ้น...”

นิสิต 18—สัมภาษณ์

“...ทำให้ใจกระชุ่มกระชวย ทำให้เรานิ่ง”

นิสิต 7—สัมภาษณ์

“...พอตั้งใจมากก็จะสะดุด...ไม่ได้ตั้งใจ...รู้สึกอึดอัด รู้สึกว่าตัวเองทำไม่ได้เลย
หรือ...เรียนรู้ว่าถ้าใจร้อนและเคร่งกับมัน ไม่ได้...เราไปเคร่ง ใจไปจดจ่อกับมือ ความคิด
ไปจดจ่อกับมือกับเส้นกับสี เลยไม่ได้ตั้งใจ เหมือนเราไปบังคับเขามากเกินไปหรือเปล่า”

นิสิต 21—สัมภาษณ์

“...อึดอัด...หงุดหงิด ทำไม่ได้...กดดัน...เข้าใจความรู้สึกเด็กที่ต้องเขียน เพราะ
อนุบาล 3 ต้องเขียนคำแล้ว เราก็จะหงุดหงิดว่าทำไมเขียนไม่ได้สักที เขียนช้า มันก็
ทำให้เข้าใจกระบวนการเขียน การรับรู้ของเด็ก...สะท้อนให้เห็นหลายๆอย่างว่า
อย่าไปคาดหวังมากกับเด็ก...”

นิสิต 20—สัมภาษณ์

“...นี่ถึงเด็ก เวลาที่เราบังคับให้เด็กเขียนตัวหนังสือตามนี้ มันยากจริงๆเพราะ
เราไม่เคยเห็นมาก่อน”

นิสิต 17—สัมภาษณ์

“...ย้อนกลับไปมองที่เด็ก เด็กถูกบังคับให้ต้องเขียน เด็กเขียนหัวกลับ แล้ว
ทำไมเราถึงไปเร่ง ตัดสินใจเลยตั้งแต่วันนั้น ฉันจะไม่บังคับเด็กเขียนแล้ว ใครจะว่า
อย่างไรก็ช่าง ไม่สนใจ ฉันจะเป็นตัวฉันอย่างนี้...”

นิสิต 6—สัมภาษณ์

การระบายสีน้ำ

นิสิตส่วนใหญ่สะท้อนความคิดว่า กิจกรรมระบายสีน้ำทำให้รู้สึกผ่อนคลาย มีความสุข
อิสระ สงบ สบายใจ ช่วงเวลาขณะระบายสีน้ำเป็นช่วงเวลาที่สมาธิ ใจนิ่ง ละวางความคิด จดจ่อ
และได้ใช้เวลาอยู่กับตัวเอง ทำให้เกิดความคิดเชื่อมโยง คือ การไม่คาดหวังและการเปิดใจรับ
ในขณะที่บางส่วนสะท้อนความคิดว่า รู้สึกอึดอัด ผื่น เนื่องจากถูกบังคับด้วยสี ทิศทางการระบาย
และการจับพู่กัน อย่างไรก็ตาม นิสิตสะท้อนความคิดว่าได้เรียนรู้จากความรู้สึกไม่ชอบนั้นเช่นกัน
คือ การเข้าใจตัวเองที่ชัดขึ้น



ภาพที่ 2 การระบายสีน้ำ

รู้สึกเป็นอิสระ ใจสงบ ได้อยู่กับตนเอง...เนื่องจากสีน้ำเป็นสีที่ไม่สามารถควบคุมได้...ใจจึงคิดปล่อยวาง...

นิสิต 9—บัณฑิต

ไม่ได้คิดถึงอะไร...ใจนิ่ง ไม่วอกแวก ไม่เกร็ง...เกิดความสุขใจ ความสงบนิ่ง ขณะลากพู่กันไปบนกระดาษ

นิสิต 10—บัณฑิต

รู้สึกว่าเวลาช้าลง...มีเวลาได้อยู่เนิ่นๆกับตัวเองมากขึ้น...ไม่คิดเรื่องใดๆ ใจจดจ่อกับสีและการลากพู่กัน ทำให้เกิดสมาธิได้ดี ผ่อนคลาย สบายใจ

นิสิต 30—บัณฑิต

เปิดรับสิ่งใหม่ๆไม่ปิดกั้นตนเองพร้อมกับเรียนรู้ไปกับมัน อาจทำให้เราได้เรียนรู้แง่มุมใหม่ๆที่เกิดขึ้นกับตัวเราโดยที่เราไม่รู้ตัวมาก่อนก็ได้

นิสิต 21—บัณฑิต

“รู้สึกว่ามีความสุข...ชอบ...ตัวเองได้อยู่กับมันจริงๆ...จิตใจนิ่ง มีสมาธิ...”

นิสิต 2—สัมภาษณ์

“ตอนทำสงบ มีความสุข ด้วยความที่เราชอบและถนัด ความคาดหวังในการทำก็ค่อนข้างสูงนิดหนึ่ง ตอนทำรู้สึกสบาย ผ่อนคลาย ทำเสร็จเอาไปตากรู้สึกว่า มันไม่ใช่...มันไม่ใช่อย่างที่เราคิด สะท้อนกับเด็ก บางอย่างที่เราคาดหวังกับเด็ก ว่าคนนี้น่าจะทำได้ แต่แล้วไม่ใช่ การคาดหวังบางทีก็ทำให้เรารู้สึกไม่ดีกับสิ่งที่เราคาดหวัง... บางทีเราจะตัดสินอะไรเด็กจากที่เรามองฝ่ายเดียวก็ไม่ได้ ต้องมองหลายๆอย่างรวมกัน”

นิสิต 28—สัมภาษณ์

“อี๊ดอัดตอนแรก ตรงที่นอกจากทำทางแล้ว น่าจะมีสิทธิได้เลือกสี...ไม่รู้สิที่ว่า สีเหลืองมันต้องกระจาย...กอดัน ไม่ค่อยยิ้มกับงานนี้...พอผลงานออกมารู้สึกที่ไม่สวยเลย มันแย มันทำให้เรารู้ว่าเรามีความสุขหรืออยากจะทำอะไร รู้ว่าอะไรที่ทำให้เรา กอดัน อะไรคือข้อจำกัดของเรา ทำให้มีผลต่อความคิด ต่อผลงาน ต่ออะไรหลายๆ อย่าง”

นิสิต 11--สัมภาษณ์

การปั้นดิน

การปั้นดินเป็นกิจกรรมที่นิสิตส่วนใหญ่สะท้อนความคิดว่า ชอบมากที่สุด ผลงานที่ออกมาสะท้อนตัวตนของผู้ปั้นได้เป็นอย่างดี ประสพการณ์ที่ได้รับจากการปั้นดิน คือ สมาธิ การอยู่กับปัจจุบันขณะ ความนิ่ง ความผ่อนคลาย และความสุข ความคิดที่เกิดขึ้นขณะปั้นดินส่วนใหญ่เชื่อมโยงถึงเด็ก ได้แก่ การเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล การไม่คาดหวัง การปล่อยวาง การไม่ฝืน นอกจากนี้ นิสิตเรียนรู้เกี่ยวกับตนเองในเรื่อง การยอมรับในสิ่งที่ตนเองเป็น



ภาพที่ 3 ผลงานการปั้นดิน

ปลดปล่อย ผ่อนคลาย ใจรู้สึกนิ่ง มีสมาธิ สติอยู่กับดิน...มีความสุขในขณะที่ได้ปั้นดิน...รู้สึกเป็นอิสระ...

นิสิต 16—บันทึก

“รู้สึกดีกับกิจกรรมนี้ ได้สมาธิ เราอยู่ตรงนี้นิ่งไม่ได้มองรอบข้างว่า เขาทำ อะไรกัน”

นิสิต 2—สัมภาษณ์

“ผ่อนคลายที่สุดในโลก...มีรู้สึกกับการปั้นดิน รู้สึกเย็น รู้สึกสบายกับการทำกิจกรรม”

นิสิต 28—สัมภาษณ์

“มีความสุขที่สุดเพราะว่ามันอยู่ในมือเรา...มีสมาธิอยู่กับตรงนั้นจริงๆ ไม่รู้สึกกดดัน ไม่รู้สึกโดนบังคับ...ถึงช่วงที่เราต้องเอาไข่ไปวางรวมกัน...จัดไปก็ยอมไป เออเนอะก็แค่ไข่ คนเราใช้เกณฑ์ตัดสินอะไรบางอย่างต่างกัน...แต่แต่ละคนมีความคิดไม่เหมือนกันเลย...”

นิสิต 11—สัมภาษณ์

“...พอเราฝันมากไปก็ยุบ ก็แบน เสียรูปทรง นึกถึงเด็กว่าบางที่เราแรงเกินไปก็ทำให้เกิดแผลในจิตใจเขาได้”

นิสิต 22—สัมภาษณ์

ขณะปั้นดินนึกถึงเด็กพิเศษ...เขาพิการแต่ร่างกาย จิตใจไม่ได้พิการไปด้วย เมื่อนึกถึงเด็กพวกนี้ทำให้ได้เตือนสติและคิดถึงว่า เราเป็นคนปกติ แต่อย่าทำให้พิการเลย ต้องหมั่นทำความดี คิดดี ทำดี จะได้เป็นคนที่มีสมบุรณ์ทั้งกายและใจ

นิสิต 9—บันทึก

สิ่งที่รู้สึก ณ เวลานั้น คือ มุมมองหรือความคิดของแต่ละคนแตกต่างกัน... ก่อนดินธรรมดาที่ไม่มีความคิด ความรู้สึก อารมณ์ ความต้องการใดๆ ยังมีความแตกต่างกันขนาดนี้ แล้วนับประสาอะไรกับเด็กจริงๆ ที่มีชีวิต อารมณ์ ความรู้สึก ความต้องการ พื้นเพภูมิหลังที่แตกต่างกัน...ในฐานะที่เป็นครู จึงไม่สามารถที่จะสอนหรือจัดกิจกรรมให้เด็กเรียนรู้โดยหวังว่า เด็กทุกคนจะพัฒนาหรือก้าวหน้าเหมือนกันหรือเท่าๆกันได้ ครูจึงต้องมองให้ออกหรือตีโจทย์ให้แตกต่างว่า เด็กแต่ละคนต้องการความช่วยเหลือหรือการส่งเสริมจากครูอย่างไร

นิสิต 19—บันทึก

“...ใจเราก็คอยากจะปั้นดินให้เป็นเด็ก ใจที่คิดกับการที่เราทำบางทีมันก็ไม่ได้ อย่างที่ใจเราคิด...มันสะท้อนว่าที่เราทำทุกวันนี้นั้นมันดีแล้วใช่หรือไม่...ใจเราอยากจะปั้นดินออกมาเป็นเด็กที่มีสมบุรณ์ บางทีใจคิดแต่เราก็อำนาจไม่ได้ ก็เสียใจ ว่าทำไมเราทำไม่ได้ บางทีเราก็ต้องปล่อยวาง...การคาดหวังอะไรมากเกินไปทำให้เครียด ซึ่งเด็กก็ได้รับด้วย...ไปเคี้ยวเชิญเด็กให้ทำได้ หลังๆเริ่มปล่อยวาง เคี้ยวเขาก็ทำได้ แล้วก็ทำได้จริงๆ...”

นิสิต 20—สัมภาษณ์

“...เวลาที่ปั้นออกมาแล้วมันไม่ได้สวยอย่างที่เราคิดไว้ แต่สุดท้ายเราก็ออมรับ เพราะว่ามันคือเรา...เห็นตัวเองว่ามันได้แค่นี้...ยอมรับในสิ่งที่เราเป็น มันสะท้อนตัวเอง เราคิดว่านั่นคือสิ่งที่เราแสดงออกมา...”

นิสิต 13—สัมภาษณ์

การร้องเพลงและเคลื่อนไหว

การร้องเพลงและเคลื่อนไหว เป็นกิจกรรมที่จัดให้นิสิตเฉพาะในครั้งแรกของภาคการศึกษา โดยหยุดกิจกรรมนี้ก่อนเริ่มปั้นดินเนื่องจากความจำกัดด้านเวลา อย่างไรก็ตาม นิสิตสะท้อน

ความคิดว่า เป็นกิจกรรมที่สนุกสนาน ผ่อนคลาย ได้เปลี่ยนอิริยาบถ และได้เรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง ในเรื่อง การมีสติ ความถนัดในวิถีเรียนรู้ของตน

“ชอบมากเลย รู้สึกว่าเราค้นหาเอกลักษณ์ของตนเองได้...เป็นช่วงจังหวะที่ นิ่งมานานแล้ว ก็ผ่อนคลายด้วยการร้องเพลงบ้าง ยืนบ้าง...”

นิสิต 12—สัมภาษณ์

เป็นกิจกรรมที่ชอบมากและเรียนรู้ได้ดีที่สุด จดจำได้มากที่สุด เข้าใจว่าตนเอง เหมาะกับกิจกรรมในลักษณะนี้...เช่นเดียวกับการสอนเด็ก ถ้าเราหยิบเรื่องที่เด็กกำลัง สนใจและถ่ายทอดความรู้นั้นด้วยวิธีการที่ทำให้เด็กสนุก ก็จะทำให้เกิดการเรียนรู้ได้ดี

นิสิต 10—บันทึก

ทำให้ตื่นตัว ต้องสังเกต จับจังหวะ และคิดให้ว่องไวในการทำท่าทาง ต้องมีสติ...

นิสิต 16—บันทึก

3) การเรียนรู้ผ่านกระบวนการเชิงความสัมพันธ์ ประสบการณ์การเรียนรู้ผ่านกิจกรรม สนุกทริยสนทนา นิสิตสะท้อนความคิดต่อประสบการณ์การเรียนรู้ว่า ทำให้ได้ข้อคิดและเป็น ประโยชน์ในการใช้ชีวิต ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการเข้าใจตนเอง การเข้าใจผู้อื่น สัมพันธภาพระหว่าง เพื่อน การปล่อยวาง ไม่คาดหวัง



ภาพที่ 4 บรรยากาศในวงสนทริยสนทนา

สนทริยสนทนา

ประเด็นสำคัญในการขับเคลื่อนวงสนทริยสนทนา คือ การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ของแต่ละบุคคลผ่านศาสตร์นพลักษณ์ ดังนั้น ผู้สอนจึงนำคุยด้วยการเปิดประเด็นที่สอดคล้องกับ

ลักษณะของแต่ละลักษณะเป็นส่วนใหญ่ อย่างไรก็ตาม บางสัปดาห์ผู้สอนเปิดประเด็นให้นิสิตได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์การเรียนรู้จากกิจกรรมต่างๆภายในชั้นเรียน เช่น การวาดลายเส้น การระบายสีน้ำ การปั้นดิน การสังเกต เพื่อให้ได้ใช้พื้นที่ในวงสนทนาในการใคร่ครวญกับตนเอง และแลกเปลี่ยนกับกลุ่มใหญ่ นิสิตสะท้อนความคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้จากนพลักษณ์ว่า ทำให้เข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น เสริมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างกัน และเป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างมีความสุข

การเรียนรู้นพลักษณ์เป็นการเรียนรู้เรื่องภายในตนเอง แตกต่างจากการเรียนรู้เนื้อหาวิชาการที่เป็นเรื่องภายนอกตัว ทำให้ได้ใช้เวลาในการสังเกต สัมผัส ค้นพบตัวเอง ทำให้เข้าใจตัวเองชัดเจนมากขึ้น ทั้งในเรื่องลักษณะนิสัย ความคุ้นชิน ความถนัดในการเรียนรู้ การเข้าใจจุดแข็งจุดอ่อนของตนเองนำไปสู่ความพยายามในการพัฒนาตนเองเพื่อก้าวข้ามข้อจำกัดต่อไป

“เรียนรู้ว่าแต่ละลักษณะก็มีลักษณะไม่เหมือนกัน มีความรู้สึก มีความคิดต่างกัน ตัวเองไม่ได้พูดเลย คิดๆตลอดเวลา...วงสนทนาช่วยให้รู้มากขึ้นว่าตัวเองเป็นคนคิดมาก คิดเยอะ”

นิสิต 17--สัมภาษณ์

นอกจากประเด็นการเข้าใจตนเองที่เพิ่มขึ้น นิสิตสะท้อนความคิดว่า ทำให้เข้าใจคนอื่นมากขึ้นเช่นกัน การเข้าใจลักษณะทำให้เข้าใจว่าแต่ละคนมีความแตกต่าง จึงเกิดมุมมองในการมองคนอื่นอย่างเข้าใจในธรรมชาติของแต่ละคน เปิดใจรับความแตกต่างมากขึ้น ลดอคติ ลดความคาดหวังลง ปล่อยวาง และมองคนอื่นรวมทั้งเด็กด้วยใจที่เป็นกลางมากขึ้น

“เรียนรู้ว่าแต่ละคนเป็นแบบไหนมากขึ้น เรียนรู้ที่จะต้องฟังและสังเกตความเป็นไปของเขา...ทำให้เรารู้จักเพื่อนมากขึ้น...สื่อสารกันรู้เรื่อง เข้าใจกันมากขึ้น เรียนรู้ความแตกต่างของเพื่อน”

นิสิต 8—สัมภาษณ์

“...การทำงานกับคนหลายๆคนทุกคนก็ไม่ได้เป็นลักษณะที่เราเป็น บางทีเราก็มองว่าทำไมคนนี้เป็นแบบนี้ ก็เข้าใจคนอื่นมากขึ้น มองแบบปล่อยวางมากขึ้น...ทำให้เข้าใจเขาอาจจะจะเป็นลักษณะแบบนี้ มองคนอื่นเป็นกลางมากขึ้น...บางทีให้มากไปก็ทุกข์ ไม่ให้เลยก็รู้สึกว่าเขาไม่ช่วยเขา ก็คงให้อย่างพอดี ให้แบบไม่ต้องคาดหวัง เราคิดว่าเรามีความสุขกับการให้ก็ให้ ให้ไปก็ไม่ต้องคิดอะไร”

นิสิต 28—สัมภาษณ์

“...เป็นการได้เปิดมุมมองของเพื่อน...บางทีทำอะไรไม่ถูกใจก็เกิดอคติ ว่าทำไมไม่ทำแบบที่เราคิด พอมาสนทนาลักษณะทำให้เราเข้าใจว่าบุคลิกมีเอกลักษณ์นะ ทำให้มองโลกในแง่ดีขึ้น มองเพื่อนในแง่ดีขึ้น...ทำให้เรายอมรับว่าเขาเป็นอย่างนั้นเอง ความรู้สึกเรามันเปลี่ยนไป ทำให้เราเปิดใจรับเขามากขึ้น...มันเป็นการเรียนรู้คนอื่น ทำให้ร่วมงานกันง่ายขึ้น”

นิสิต 20--สัมภาษณ์

นิสิตสะท้อนความคิดเกี่ยวกับประโยชน์ของการเรียนรู้บุคลิกในประเด็นการนำไปใช้ในการดำเนินชีวิต กล่าวคือ ทำให้มีความสุขกับชีวิตมากขึ้น มีสติในการใช้ชีวิต เห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น และกระชับความสัมพันธ์ระหว่างกัน

นิสิตสะท้อนความคิดต่อบรรยากาศการเรียนรู้ในวงสนทนาทั้งความรู้สึกด้านบวกและด้านลบ กล่าวคือ บางคนรู้สึกชอบบรรยากาศในวงสนทนาที่ได้สบตา ได้สังเกต อากัปกริยาของเพื่อนแต่ละลักษณะ รู้สึกสบายๆกับการแลกเปลี่ยน เป็นพื้นที่ที่แต่ละคนได้เปิดเผยตัวตน ในขณะที่บางคนรู้สึกอึดอัด สับสน วางใจไม่ถูก กลัว เครียด เนื่องจากขนาดของวงสนทนาใหญ่เกินไป รับรู้ถึงแรงกดดันจากสายตาเพื่อน กลัวการถูกตัดสินจากวงสนทนา อย่างไรก็ตาม ประเด็นการเรียนรู้สำคัญจากวงสนทนา คือ การเรียนรู้การฟังและการสังเกตตนเอง การได้ฟังสิ่งที่เพื่อนแลกเปลี่ยนทำให้ได้เรียนรู้มุมมองใหม่ๆ ซึ่งสามารถนำไปใช้ใน ชีวิตของตนเองได้ ในขณะที่การสังเกตตนเองทำให้เห็นความชอบ ไม่ชอบชัดเจน ตัดสิน ไม่ตัดสินมากขึ้น ทั้งนี้ การก้าวข้ามความกลัวและการตัดสินตนเองทำให้มองตัวเองในแง่ดี เห็นคุณค่าในตนเอง นิสิตสะท้อนความคิดว่า รู้สึกดีกับตัวเองเมื่อได้พูดแสดงความคิดเห็นในวงสนทนา

“รู้สึกกดดัน ไม่ได้พูดเลย โลงใจเวลาที่มีใครสักคนพูดออกมา”

นิสิต 3--สัมภาษณ์

“หนูเครียดค่ะ ไม่กล้าพูด ไม่รู้จะพูดอะไร...เรียนรู้ว่าเอามาปรับนิสัยตัวเองมากกว่า ว่าสิ่งนี้ไม่ถูก ไม่ใช่ เราต้องเปลี่ยนใหม่หรือพยายามทำให้น้อยลง... เหมือนเพื่อนช่วยนี่”

นิสิต 4--สัมภาษณ์

“บางครั้งดูเครียดๆ...มีอะไรอยากพูดทุกสัปดาห์ รู้สึกใจเต้นตึบๆไม่กล้าที่จะพูดออกมา...มีพูดสองสามครั้ง ก็อาศัยฟังคนอื่น รู้สึกว่าทำให้เราได้เปิดโลกทัศน์ของเรา เปิดใจยอมรับ...รับฟังและคิดตามพยายามไม่เอาอคติไปใส่ จบไปก็มีความสุขดี...เราต้องยอมรับในความหลากหลายของเพื่อน ว่าเขามีบุคลิกที่แตกต่างกันและเราก็จะอยู่ในโลกนี้ได้อย่างมีความสุข”

นิสิต 22--สัมภาษณ์

“ตอนแรกรู้สึกเฉยๆ ตอนนี้คิดว่าเรียนรู้ในประสบการณ์ของแต่ละคน การพูดของแต่ละคน ลักษณะการพูด มันไม่เหมือนบทสนทนาที่เราต้องเตรียมมาพูดกัน”

นิติต 9—สัมภาษณ์

“สืบสนนิตน้อย ชอบ ได้พูดถึงที่อยากพูด ได้เห็นมุมมองเพื่อนๆหลากหลาย”

นิติต 30—สัมภาษณ์

“แปลกนะคะ จริงๆเป็นคนไม่ชอบพูดต่อหน้าคนเยอะๆ ฟันใจ ทรมาน แต่ว่าในวงสนทริยสนทนาารู้สึกสบายๆ ไม่เหมือนว่าเราต้องออกไปใช้ความรู้คนอื่น”

นิติต 23—สัมภาษณ์

“ชอบวงสนทนา เพราะได้รู้ว่าคนนี่เราไม่เคยรู้มาก่อนว่าเขาเป็นอย่างไร... ได้แลกเปลี่ยนกันในเรื่องสนทนา เรียนรู้ที่จะแบ่งปันให้คนอื่นด้วย ครั้งแรกๆอาจไม่กล้า พอเริ่มกล้าพูดก็รู้สึกว่าได้จริง มีบ้างว่าแอบตัดสินใจว่าทำไมเขาทำอย่างนี้ รู้สึกขัดแย้งในใจ รู้ตัวว่าตัดสินใจนิ่งๆไปเรื่อยๆ”

นิติต 2—สัมภาษณ์

ลักษณะนิสัยและความชอบของนิติตแต่ละคนแตกต่างกัน กิจกรรมหนึ่งอาจให้ประสบการณ์ทางบวกแก่นิติตกลุ่มหนึ่ง ในขณะที่ให้ประสบการณ์ทางลบแก่นิติตอีกกลุ่มหนึ่ง อย่างไรก็ตาม ไม่ว่าจะ เป็นประสบการณ์ทางบวกหรือลบ หากนิติตมีสติอยู่กับปัจจุบันขณะ มีใจเปิดรับ และใช้เวลาใคร่ครวญกับตัวเอง จะพบว่าทุกประสบการณ์เกิดการเรียนรู้ทั้งสิ้น อย่างไรก็ตาม หากนิติตค้นพบวิธีการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตนเองจะช่วยให้เกิดการเรียนรู้ที่ลึกซึ้งขึ้น เนื่องจากการเรียนรู้ที่มีศักยภาพที่สุด คือ การเรียนรู้ในสภาวะที่มีความสุขหรือสุขภาวะ ภาพรวมของกิจกรรมในภาคจิตวิญญาณเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้ใจของนิติตกลับมาอยู่กับร่างกาย อยู่กับปัจจุบันขณะ ในสภาวะผ่อนคลาย สงบ จดจ่อ มีสมาธิ มีความสุข เมื่อใจนิ่งจึงเกิดการเรียนรู้ภายในตนเอง ได้แก่ การเข้าใจตนเอง เข้าใจธรรมชาติการเรียนรู้ ความถนัด ความชอบ ไม่ชอบในกิจกรรมการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับตนเอง นอกจากนั้น เกิดการเรียนรู้การระวางความคิด การไม่คาดหวัง การปล่อยวางไม่ยึดติด และการเปิดรับ เมื่อเข้าใจตนเอง นิติตสะท้อนความคิดว่าเกิดการเข้าใจผู้อื่น ซึ่งส่งผลต่อสัมพันธภาพระหว่างกันที่ดีขึ้น นอกจากนั้น ประสบการณ์การเรียนรู้โดยปราศจากการคิดปรุงแต่งเกิดขึ้นในสภาวะที่ผ่อนคลาย สบาย ไม่คาดหวัง ซึ่งเป็นความคิดที่เชื่อมโยงกับวิชาชีพรูปรูมวัย เช่น การเข้าใจความแตกต่างของเด็ก การตระหนักเห็นความสำคัญของบทบาทครูในการพัฒนาเด็ก

กิจกรรมภาควิชาชีพรูปรูมวัย มีเป้าหมายเพื่อความเข้าใจบทบาทและการปฏิบัติของครูรูปรูมวัยในการประเมินพัฒนาการเด็ก ประกอบด้วยการฟังเรื่องเล่า และการฝึกสังเกตอย่างใคร่ครวญ

การฟังเรื่องเล่า

เรื่องเล่าในภาควิชาชีพครูปฐมวัย ได้แก่ ลีโอผู้บ้านช้า และครูทอมสัน แม้เป็นเพียง 2 เรื่อง ที่ผู้สอนหยิบยกมาเล่าให้นิสิตได้ฟัง หากเมื่อได้ฟังทำให้รู้สึกประทับใจ ชื่นชอบ การได้ฟังเรื่องเล่าทำให้ได้คิดสะท้อนและใคร่ครวญกับตัวเอง เป็นแรงบันดาลใจในการใช้ชีวิต ซึ่งนิสิตสะท้อนความคิดว่า ได้เรียนรู้ข้อคิดในเรื่องการไม่คาดหวัง และการคิดเชื่อมโยงกับวิชาชีพ คือ การเป็นครูต้องทุ่มเทเพื่อเด็ก การดูแลเด็กทุกคนอย่างเสมอกัน

“ประทับใจลีโอ นึกถึงเด็กที่สอน จริงอย่างที่อาจารย์บอก อย่าไปคาดหวัง เขาจะได้เอง...”

นิสิต 31—สัมภาษณ์

“บางครั้ง เราไม่รู้ตัวเอง เข้ามาก็ไปทำงาน โดนกดดันจากที่ทำงาน บางทีลืมไปว่าหน้าที่เรา คือ ครู เราต้องทำเพื่อเด็ก ไม่ได้สะท้อนดูตัวเอง เรื่องครูทอมสัน สะท้อนตัวเอง...เราอยากเปลี่ยนงาน อยู่ดีๆมาพูดเอาเองว่า จะเปลี่ยนไปทำไม ที่นี้ก็มีความสุขดี เราเป็นครูทำไมไม่มองที่เด็ก ทำไมไปมองที่ตัวองค์กร สะท้อนว่าเราเป็นครู เราทำให้เด็กมากพอแล้วหรือยัง ก็เลยเปลี่ยนใจแล้ว...”

นิสิต 15—สัมภาษณ์

“เรื่องครูทอมสัน ทำให้ต้องกลับไปมองเด็กที่เขาดูไม่โดดเด่นอะไร เด็กที่ช่วยเหลือตัวเองได้ในห้อง จริงๆเขาอาจมีปัญหา หรืออาจอยากบอกอะไรแก่ครูซึ่งเราละเลยไป...เราอาจลืมมองเด็กที่ช่วยเหลือตัวเองได้...ทำให้ต้องมองให้ทั่วไม่สนใจเฉพาะบางคน”

นิสิต 30—สัมภาษณ์

“ชอบมากเลย รู้สึกว่ามันให้เรื่องดีกับชีวิตของเรา เป็นแรงบันดาลใจ เสียหายที่เล่าแค่ช่วงแรกๆ...ทำให้เราย้อนมองตัวเอง ว่าเราเป็นคนแบบไหน เราเป็นครู เราจะเฝ้าอดทนรอวันที่เขาเป็น แบบที่ครูคนนี้อรอุกศิษย์ของเขาได้หรือเปล่า...”

นิสิต 12—สัมภาษณ์

“ชอบมาก ตรงกับชีวิตตัวเองที่เป็นเรื่องเกี่ยวกับลีโอผู้บ้านช้า”

นิสิต 13—สัมภาษณ์

การฝึกสังเกตอย่างใคร่ครวญ

การสังเกตอย่างใคร่ครวญเป็นกิจกรรมการฝึกสังเกตและบันทึกการสังเกตโดยแยกสิ่งสังเกตออกจากความรู้สึกที่เกิดขึ้นขณะสังเกต โจทย์การสังเกตเริ่มต้นจากการสังเกตวัตถุที่ไร้ชีวิต คือ ก้อนหิน การสังเกตลำดับถัดมา คือ ต้นข้าว โดยเริ่มสังเกตตั้งแต่เป็นเมล็ดข้าวเปลือกจนกระทั่งเติบโตเป็นต้นกล้า จากนั้นสังเกตนิ้วหัวแม่มือของตนเอง และสุดท้ายสังเกตการเล่นและ

การวาดภาพของเด็กอนุบาล นิสิตสะท้อนความคิดว่า เป็นช่วงเวลาที่ได้ฝึกฝนทักษะการสังเกต การได้ใช้เวลากับการสังเกตสิ่งหนึ่งสิ่งใดในระยะเวลาหนึ่งๆทำให้เรียนรู้ความจริงที่ว่า มันเป็นเช่นนั้นเอง เราไม่สามารถฝืนธรรมชาติได้ โดยเกิดความคิดเชื่อมโยงกับวิชาชีพ คือ การตระหนักรู้ต่อคุณค่าของการสังเกต ความละเอียดอ่อนในการสังเกต การไม่ด่วนตัดสิน การเอาใจใส่เด็กอย่างทั่วถึง เด็กแต่ละคนมีความแตกต่างกัน นิสิตสะท้อนความคิดว่า กิจกรรมนี้ทำให้เห็นตัวเองชัดเจนขึ้นและพยายามปรับเปลี่ยนตัวเองให้เป็นครูที่เอาใจใส่และประเมินตามความเป็นจริงมากขึ้น นอกจากนี้ การสังเกตอย่างใคร่ครวญเป็นการฝึกการรู้เท่าทันตนเอง ให้ทันต่อสิ่งที่เกิดขึ้นภายในจิตใจและสิ่งที่สังเกตภายนอก

“อย่างหนึ่งที่ได้จากต้นข้าว คือ เราไม่สามารถเร่งหรือบังคับอะไรได้ให้เป็นเหมือนที่เราต้องการ ต้นข้าวก็งอกไปตามขั้นตอนเหมือนเด็ก ที่เราไม่สามารถให้เขาเป็นได้ในวันนี้ เขาจะเติบโตไปตามพัฒนาการของเขาและเราไปควบคุมอะไรไม่ได้ แต่ต้องอยู่กับมันให้ได้เท่านั้นเอง”

นิสิต 23—สัมภาษณ์

“ไม่ค่อยได้ใส่ใจ...กลับมามองตนเองว่า ฉันมองเด็กอย่างนี้เอง”

นิสิต 6—สัมภาษณ์

“เปรียบต้นข้าวเหมือนเด็ก...ต้องใช้ความสม่ำเสมอของการดูแล ใส่ใจ ระยะเวลายาวนานเป็นอุปสรรคที่ต้องต่อสู้กับตัวเอง...เห็นตัวเองเรื่องของความไม่สม่ำเสมอและความอดทน”

นิสิต 8—สัมภาษณ์

“ต้นข้าวโต เด็กก็โตไปเรื่อยๆ เรายอมรับว่าปล่อยปละละเลยต้นข้าวกับเด็ก ต้องกลับมาดูแลปรับปรุงใหม่...ใส่ใจเด็กมากขึ้น พยายามดูเขาจริงๆ”

นิสิต 3—สัมภาษณ์

“พอไปสังเกตเด็กแล้วกลับไปย้อนคิดถึงเด็กที่เราเคยประเมินไป สงสารจัง คือ เราเอาตัวเราตัดสินเลยอะ แยกไม่ออกว่านี่คือความรู้สึก...”

นิสิต 26—สัมภาษณ์

“ที่เห็นชัด คือ สังเกตนิ้วมือ...นาที่แรก นาที่ที่สอง เราคิดเพิ่มได้มากขึ้นว่าแต่ละอันแต่ละเส้นมันต่างกัน มองสะท้อนว่าแต่ละคนก็ไม่เหมือนกัน...สะท้อนให้เห็นว่าเด็กแต่ละคนก็ไม่เหมือนกัน”

นิสิต 32—สัมภาษณ์

“...บางครั้งเราไม่เคยเห็นเด็กแสดงพฤติกรรมก้าวกระโดดด้วยซ้ำ แต่เราให้ 3 ไปได้อย่างไร มันสะท้อนว่ามองข้ามไปหรือเปล่า พอมาเรียนฝึกให้เป็นคนละเอียดลออมากขึ้น...เปลี่ยนเลยอะ...ทำให้เราละเอียดมากขึ้น เปลี่ยนวิธีการสังเกต อย่างน้อยทำให้เราหันกลับไปมองเด็ก ใส่ใจเด็กคนที่ไม่ค่อยได้สังเกตมากขึ้น”

นิสิต 20—สัมภาษณ์

นิสิต 27--สัมภาษณ์

“ชอบค่ะ ชอบการเรียนรู้แบบนี้มากกว่าการเรียนรู้ทฤษฎี...บรรยากาศในห้อง
ได้นั่งเป็นกลุ่ม ได้คุย ได้แลกเปลี่ยน...ชอบบรรยากาศที่เป็นแบบวงสนทนา”

นิสิต 2--สัมภาษณ์

“ชอบบรรยากาศทำกิจกรรม รู้สึกผ่อนคลาย อบอุ่นเป็นกันเอง รู้สึกว่าช่วงบั้น
ดิน ทุกคนมีสมาธิเป็นหนึ่งเดียว รู้สึกว่าใจมุ่งมั่น เหมือนมีออร่าโอบอุ้มเราอยู่
เพื่อน ๆ มีแต่ความรักด้วยกัน รู้สึกดี”

นิสิต 22--สัมภาษณ์

“บรรยากาศหลากหลายมาก บางครั้งรู้สึกว่าทุกคนดูเครียด ดูจริงจัง
บางอย่างทำให้รู้สึกว่าเราต้องนิ่ง บางวันทำไม่วันนี้ทุกคนดูสดใส...บรรยากาศจะบอก
เราว่าวันนี้เราไม่ต้องเครียด...”

นิสิต 11--สัมภาษณ์

นิสิตสะท้อนความคิดว่า กิจกรรมที่หลากหลายในขณะที่เวลาจำกัดทำให้รู้สึกเหมือน
ถูกเร่ง ส่งผลให้ขาดความเข้มข้นของบางกิจกรรมไป โดยเฉพาะในส่วนของเนื้อหา

“มันเร่ง จนบางที่ยังไม่ทันจะได้ ก็ต้องไปต่ออีกกิจกรรมหนึ่ง”

นิสิต 19--สัมภาษณ์

“พอกิจกรรมเยอะ ก็ขาดเรื่องของคุณลักษณะของแต่ละกิจกรรมไป อย่างส่วน
ของเนื้อหา...แต่กิจกรรมต้นๆชั่วโมงช่วยตัวเองได้เยอะมากในเรื่องของการเข้าใจตัวเอง
ก็หลากหลายทำทาย แต่ว่าขาดความลึกไปในบางอัน”

นิสิต 8--สัมภาษณ์

อย่างไรก็ตาม นิสิตสะท้อนความคิดว่า กิจกรรมที่หลากหลายนั้นมีความเชื่อมโยงกับ
เนื้อหาทฤษฎีการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย ซึ่งต้องใช้เวลาในการทำความเข้าใจ
และเชื่อมโยงประสบการณ์จากการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆกับมโนทัศน์ของการประเมิน นิสิต
สะท้อนความคิดว่า ในช่วงแรกๆรู้สึกอึดอัด งุนงง สงสัย กับการเรียนรู้ในรายวิชานี้เป็นอย่างมาก
แต่มาเข้าใจในช่วงท้ายของภาคการศึกษาซึ่งเป็นการเข้าใจในสภาวะที่จิตว่าง เป็นการเรียนรู้ที่เกิดขึ้น
เองโดยปราศจากการคิดหรือความพยายามในการคาดคั้นเพื่อหาคำตอบ

“ได้รู้แบบแผนของต้นข้าว...กิจกรรมต่างๆมาได้ตอนบันทึกเด็ก แล้วก็ไปได้ต้นข้าว เลยรู้ว่า สังเกตแล้วบันทึกจะแยกเป็นอย่างไรเอง เลยไปอ่านต้นข้าวของตัวเอง อ้อ นั่นภายนอก นั่นภายใน รู้เท่าทัน...”

นิสิต 29--สัมภาษณ์

กิจกรรมในภาควิชาที่พหุคูณปฐมวัยที่นิสิตสั่งสมประสบการณ์อย่างค่อยเป็นค่อยไป จากการฟังเรื่องเล่าและกรณีศึกษา ประกอบกับการได้ฝึกสังเกตอย่างใคร่ครวญโดยเริ่มจากการสังเกตก่อนหिनที่ไรชีวิต ไรซึ่งการเปลี่ยนแปลง มาสู่การสังเกตสิ่งที่มีชีวิตซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง ได้แก่ ต้นข้าว นิ้วหัวแม่มือของตนเอง และเด็กอนุบาล ทำให้นิสิตค่อยๆเชื่อมโยงประสบการณ์ตรงเข้ากับความเข้าใจที่แท้จริงในการประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย นิสิตสะท้อนความคิดว่า ในสภาวะที่ผ่อนคลาย ไม่กดดัน ไม่ได้พยายามคิดหาคำตอบ อยู่ๆความเข้าใจในกิจกรรมต่างๆที่ได้เรียนรู้พลันเกิดขึ้น เช่น ขณะก้าวขึ้นเรือโดยสาร ขณะสระผม ขณะสังเกตเด็กที่จักรยาน ขณะกำลังรวบรวมรายงานส่งอาจารย์ “การรู้” ที่เกิดขึ้นเป็นการรู้ในช่วงท้ายของภาคการศึกษา ประเด็นการรู้ที่เชื่อมโยงกับการประเมินพัฒนาการเด็ก ได้แก่ การเปลี่ยนมุมมองในการมองเด็กจากการมองเด็กทั้งห้องเป็นภาพเดียวกันมาเป็นการเห็นเด็กเป็นรายบุคคล

สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 6

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง กระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอนและประสบการณ์เรียนรู้ของนิสิต วิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษากระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอนรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย สำหรับนิสิตระดับปริญญาโท และ 2) ศึกษาประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิตในด้านการตระหนักรู้ต่อตนเอง ผู้อื่น และวิชาชีพ

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ โดยประเด็นที่ศึกษา คือ กระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอน และประสบการณ์การเรียนรู้ของนิสิต สาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ปฐมวัย ในด้าน 1) การตระหนักรู้ต่อตนเอง 2) การตระหนักรู้ต่อผู้อื่น และ 3) การตระหนักรู้ต่อวิชาชีพ บริบทของการวิจัย คือ ชั้นเรียนรายวิชา 2717658 การวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย ภาคนอกเวลาราชการ สำหรับนิสิตปริญญาโท สาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ปฐมวัย จำนวน 32 คน ดำเนินการจัดการเรียนการสอนในภาคการศึกษาปลาย ปีการศึกษา 2551 เก็บข้อมูลด้วยการสังเกตแบบมีส่วนร่วมในชั้นเรียน การดึงข้อมูลจากบันทึกสะท้อนการเรียนรู้ของนิสิต และการสัมภาษณ์กลุ่มย่อย วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหาและการจัดระบบข้อมูลตามวิธีการแบบอุปนัย นำเสนอข้อมูลในลักษณะเชิงพรรณนา

สรุปผลการวิจัย

ผู้วิจัยสรุปผลการวิจัย ดังนี้

1. กระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอนรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัยประกอบด้วย 3 ขั้นตอน ได้แก่

1.1 การเตรียมการ ประกอบด้วย การเตรียมชีวิตและการเตรียมวิชา

1.2 การจัดการเรียนการสอน เป็นการดำเนินการภายใต้บรรยากาศของชุมชนแห่งการเรียนรู้ โดยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ผ่านประสบการณ์ ผู้สอนมีการวางแผนก่อนสอน การดำเนินการตามแผน การทบทวนหลังสอน และการปรับแผนการสอน อย่างสม่ำเสมอ ทุกสัปดาห์ กระบวนการสอนประกอบด้วย 6 ขั้นตอน ได้แก่

ขั้นที่ 1 สร้างความผ่อนคลาย / สงบนิ่ง

ขั้นที่ 2 ให้เรียนรู้ผ่านการทำงานศิลปะ

ขั้นที่ 3 ให้ฝึกการสังเกตอย่างใคร่ครวญ

ขั้นที่ 4 ให้มีโน้ตส์เกี่ยวกับการประเมิน

ขั้นที่ 5 ให้พื้นที่แลกเปลี่ยนเรียนรู้

ขั้นที่ 6 ให้สะท้อนตนเองผ่านการเขียนบันทึกสะท้อนการเรียนรู้

1.3 การประเมินผลการเรียนรู้ เป็นการประเมินผลการเรียนรู้ที่ครอบคลุมองค์ความรู้ ทั้ง 3 ภาค คือ ภาคจิตวิญญาณ ภาควิชาชีพครูปฐมวัย และภาควิชาการ

2. ประสบการณ์เรียนรู้ที่เกิดขึ้นสามารถสรุปเป็นประเด็นการตระหนักรู้ต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อวิชาชีพ ดังนี้

2.1 การตระหนักรู้ต่อตนเอง ได้แก่ การเข้าใจตนเอง การรู้เท่าทันตนเอง การปล่อยวาง ไม่ตัดสิน การเปิดใจกว้าง การเห็นคุณค่าในตนเอง การพัฒนาตนเอง การสังเกตที่ละเอียดลออ การมองโลกในแง่ดีและมีความสุข การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ

2.2 การตระหนักรู้ต่อผู้อื่น ได้แก่ การเข้าใจและยอมรับผู้อื่น การมองเห็นสรรพสิ่งตาม ความเป็นจริง การเห็นอกเห็นใจและเห็นคุณค่าของผู้อื่น

2.3 การตระหนักรู้ต่อวิชาชีพ การมองเด็กตามความเป็นจริง การสอนที่สอดคล้องกับธรรมชาติของเด็ก การทำทันตัวเองของครู การพัฒนาตนเองของครู การเป็นครูที่ใส่ใจเด็ก การเห็นคุณค่าของงานครู

3. ประสบการณ์เรียนรู้จากกิจกรรมในภาคจิตวิญญาณและภาควิชาชีพครูปฐมวัย เป็นดังนี้

3.1 ภาคจิตวิญญาณ ประสบการณ์เรียนรู้ในภาคจิตวิญญาณทำให้นิสิตได้กลับมาอยู่กับตัวเอง อยู่กับปัจจุบันขณะในสภาวะผ่อนคลาย สงบ มีสมาธิ มีความสุข นิสิตสะท้อนความคิดว่า ได้เรียนรู้การมีสติรู้ตัวการละวางความคิด การไม่คาดหวัง การเปิดรับ การปล่อยวาง ไม่ยึดติด การรู้โดยปราศจากการคิดปรุงแต่ง การเข้าใจธรรมชาติการเรียนรู้ของตนเอง การเข้าใจผู้อื่น และการกระชับความสัมพันธ์ระหว่างกัน

3.2 ภาควิชาชีพครูปฐมวัย ประสบการณ์เรียนรู้ในภาควิชาชีพครูปฐมวัยทำให้นิสิตได้คิดสะท้อนและใคร่ครวญกับตัวเอง นิสิตสะท้อนความคิดว่า ได้เรียนรู้ข้อคิดในเรื่องการไม่คาดหวัง เกิดการคิดเชื่อมโยงกับวิชาชีพ คือ การเป็นครูต้องทุ่มเทเพื่อเด็ก การดูแลเด็กทุกคนอย่างเสมอกัน ทำให้เห็นตัวเองชัดเจนขึ้นและพยายามปรับเปลี่ยนตัวเองให้เป็นครูที่เอาใจใส่และประเมินตามความเป็นจริงมากขึ้น

อภิปรายผลการวิจัย

1. ผลของการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาก่อให้เกิดความรู้ฝังลึกซึ่งเป็นความรู้ที่อยู่ภายในตัวผู้เรียน การจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาในรายวิชาวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัยอยู่บนฐานของการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรงที่นิสิตได้เรียนรู้จากกิจกรรม 3 ฐาน คือ ฐานกาย ฐานใจ และฐานความคิด ทุกกิจกรรมเอื้อให้นิสิตได้น้อมใจกลับมาใคร่ครวญกับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างมีสติรู้ตัว ก่อเกิดปัญญาภายในซึ่งเป็นความรู้ภายในตนเอง เป็นการเรียนรู้ที่เกิดจากการเข้าใจอย่างแท้จริงมิใช่จากการพร่ำสอน หรือความพยายามในการจดจำข้อความรู้ การรู้ที่เกิดขึ้นนั้นเป็นการรู้เกี่ยวกับตนเอง การเข้าใจผู้อื่น และการเข้าใจถึงแก่นของการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัย นั่นคือ ความสามารถในการมองเห็นเด็กตามความเป็นจริง นอกจากนั้น คำตอบที่นิสิตสะท้อนต่อประสบการณ์การเรียนรู้จากกิจกรรมในรายวิชาสอดคล้องกับผลของปฏิบัติตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ได้แก่ การลดความเครียด การเกิดความสงบ การเข้าใจตนเอง การเข้าใจผู้อื่น การเห็นคุณค่าต่อตนเองและผู้อื่น

2. ผลการเรียนรู้ที่เชื่อมโยงกับวิชาชีพครูปฐมวัย นิสิตที่เรียนในรายวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัยในชั้นเรียนนี้ส่วนใหญ่เป็นครูปฐมวัย มีประสบการณ์ตรงกับการปฏิบัติต่อเด็กปฐมวัย ดังนั้น ในการเรียนรู้แต่ละสัปดาห์ นิสิตมีโอกาสนำประสบการณ์และความรู้ที่ได้รับไปปรับใช้กับการปฏิบัติงานของตน ในขณะที่เดียวกันก็นำประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจากการทำงานกับเด็กปฐมวัยมาแลกเปลี่ยนในชั้นเรียน กิจกรรมต่างๆในชั้นเรียนที่เอื้อให้นิสิตมีสติรู้ตัว ตามรู้ความคิด อารมณ์ ความรู้สึกของตนเอง และเปิดพื้นที่ให้ได้ใคร่ครวญต่อประสบการณ์การรับรู้ต่างๆ จึงทำให้เกิดการคิดเชื่อมโยงกับวิชาชีพครูปฐมวัย คำตอบของนิสิตจากกิจกรรมต่างๆสะท้อนมุมมองในการเข้าใจธรรมชาติที่แท้จริงของเด็กซึ่งผู้สอนมิได้บอกโดยตรง หากเป็นการรู้ในลักษณะเชื่อมโยงและเป็นการผุดเกิดของคำตอบจากภายในของนิสิตเอง

3. องค์ประกอบสำคัญในการจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา คือ ตัวผู้สอนที่มีประสบการณ์ในการพัฒนามิติด้านใจและมีความเข้าใจชีวิต การจัดการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาให้ความสำคัญกับกระบวนการกลุ่มที่มีลักษณะเป็นกัลยาณมิตร ผู้ร่วมเรียนรู้ ภายใต้บรรยากาศที่ผ่อนคลาย ปลอดภัย ไร้กังวล ไม่ตัดสิน ผู้สอนที่ลุ่มลึกในประสบการณ์ชีวิต มีความชัดเจนต่อเป้าหมายปลายทางของการจัดการเรียนการสอน และเข้าใจจิตตปัญญาศึกษาอย่างแท้จริงจึงจะสามารถปรับระดับระบองกลุ่มให้เกิดการเรียนรู้อย่างใคร่ครวญต่อประสบการณ์ต่างๆได้

4. การเปลี่ยนแปลงภายในตนเองของผู้วิจัย กระบวนการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา มาใช้ในการจัดการเรียนการสอนวิชาการวัดผลและประเมินพัฒนาการเด็กปฐมวัยเกิดขึ้นภายใต้ บริบทของชุมชนแห่งการเรียนรู้ ที่ผู้สอนและผู้เรียนเปิดเผยตัวตน แลกเปลี่ยนและร่วมเรียนรู้ ไปพร้อมๆกัน ผู้วิจัยในฐานะผู้ร่วมสอนเกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตนเองผ่านกระบวนการจัดการเรียนการสอนในชั้นเรียน กล่าวคือ ความต่อเนื่องของการปฏิบัติสมาธิแม้เป็นเพียงช่วงเวลา สั้นๆในแต่ละคาบของการสอน ส่งผลต่อสภาวะความเป็นกลางของอารมณ์ความรู้สึกและความคิด ผู้วิจัย พบว่า จิตจะเข้าสู่สภาวะ “ว่าง” ได้เร็วขึ้น เกิดความผ่อนคลาย เบา สบาย ในขณะเดียวกัน เปิดรับต่อการรับรู้ที่เข้ามากระทบกับผัสสะ การมีสติรู้เท่าทันที่เกิดขึ้นทำให้ผู้วิจัยชะลอการ ตอบสนองต่อประสบการณ์ที่เข้ามากระทบโดยไม่ใช้อารมณ์เป็นตัวขับเคลื่อนการตอบสนองนั้นๆ ผู้วิจัยเห็นความคาดหวัง อคติ ความคิดเชิงลบ ของตัวเองชัดเจนขึ้นและมีความปรารถนาที่จะ ปรับเปลี่ยนตนเองให้เป็นคนเมตตามากขึ้น ผู้วิจัยค้นพบว่า การสอนตามแนวคิดจิตตปัญญา ศึกษาเป็นความท้าทายอย่างยิ่งของผู้สอนในฐานะมนุษย์คนหนึ่งที่ต้องต่อสู้กับกิเลส อวิชชา และ ความคิดเชิงลบสู่การเป็นมนุษย์ที่มีหัวใจของความรักเมตตาและความปรารถนาดีต่อสรรพสิ่ง

ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

1. หัวใจสำคัญของกระบวนการเรียนรู้ คือ ผู้สอนและผู้เรียน ดังนั้น การนำแนวคิด จิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการเรียนการสอนในศาสตร์ด้านการศึกษาปฐมวัย จึงต้อง พิจารณาธรรมชาติของผู้เรียนที่มีความหลากหลายตลอดจนประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับเด็ก ปฐมวัยที่แตกต่างกัน และตัวตนของผู้สอนที่ต้องมีพื้นฐานด้านการพัฒนาภายในตนเองและ ความเข้าใจแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาอย่างแท้จริง ทั้งนี้ ผู้สอนต้องมีประสบการณ์ในการปฏิบัติ ธรรมและฝึกฝนตนเองอย่างต่อเนื่องเพื่อให้กระบวนการจัดการเรียนการสอนดำเนินไปอย่าง มีประสิทธิภาพ
2. เนื่องจากกระบวนการเรียนการสอนตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษานั้นการเรียนรู้อาศัย ประสบการณ์ ดังนั้น ผู้สอนต้องจัดโอกาสให้ผู้เรียนได้มีปฏิสัมพันธ์กับกิจกรรมหรือกับกลุ่มเพื่อน แล้วเปิดพื้นที่ให้ได้สะท้อนความคิดกับตัวเองเป็นระยะ
3. เนื้อหาการเรียนรู้มิได้มีเพียงความรู้ทางวิชาการเท่านั้น หากครอบคลุมไปถึงความรู้ ในวิชาชีวิต ดังนั้น ผู้สอนต้องจัดสรรเวลาในการเรียนรู้ในชั้นเรียนให้มีพื้นที่การเรียนรู้ทั้งสองส่วน โดยออกแบบพื้นที่การเรียนรู้นอกห้องเรียนเพื่อขยายช่องทางการเรียนรู้ทั้งในส่วนของเนื้อหา วิชาการและวิชาชีวิต เช่น จัดกิจกรรมเสริมนอกเวลาเรียน จัดช่องทางสื่อสารออนไลน์

ข้อเสนอแนะในการวิจัย

ชุดคำตอบที่เป็นผลมาจากการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาสะท้อนคุณภาพของผู้เรียนที่คล้ายคลึงกัน เช่น การมีสติ ความอ่อนคลาย การเข้าใจตนเอง ผู้อื่น และสรรพสิ่ง ไม่ว่าการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาไปใช้ในศาสตร์ทางด้านใด ย่อมนำพาผู้เรียนให้เข้าถึงการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานภายในตนเอง ข้อเสนอในการทำวิจัยโดยใช้แนวคิดจิตตปัญญาศึกษาในชั้นเรียนระดับอุดมศึกษา คือ การพัฒนาเครื่องมือวัดประเมินผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้ในมิติของการเปลี่ยนแปลงของผู้เรียนที่มีความละเอียดลออมากขึ้นและสะท้อนความเฉพาะเชิงผลลัพธ์ที่คาดหวังให้เกิดกับครูปฐมวัย



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กฤษณมูรติ. 2548. **การศึกษาและสาระสำคัญของชีวิต**. แปลโดย นวลคำ จันภา. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิอันวิภังษา.
- คณะดำเนินงานโครงการโครงการศิลปะสร้างสรรค์ด้วยภาพชีวิตภายใน. 2551. **ศิลปะสร้างสรรค์ด้วยภาพชีวิตภายใน**. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดลและสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.
- ชลลดา ทองทวี และคณะ. 2551. **เอกสารประกอบการประชุม จิตตปัญญาศึกษา เรียนรู้ข้ามวิกฤตสู่จิตใหญ่**. 22 มกราคม 2551. โครงการสำรวจและสังเคราะห์ความรู้จิตตปัญญาศึกษา.
- ธนา นิลชัยโกวิทย์. 2551. ศิลปะการจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงแนวจิตตปัญญา. ใน **จิตตปัญญาศึกษา: การศึกษาเพื่อพัฒนามนุษย์**, หน้า 139 - 169. กรุงเทพมหานคร: โครงการศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล.
- บุษบง ตันติวงศ์ และศศิลักษณ์ ชัยนิกิจ. ศูนย์ระยะสำหรับเด็กปฐมวัย. **วารสารครุศาสตร์** 36,1: 70 - 86
- ประพนธ์ ผาสุกยี่ต. 2548. **ปัญญาญาณ Intuition: knowing beyond logic**. กรุงเทพฯ: โยใหม่.
- ประเวศ วะสี. 2546. **วิถีมนุษย์ในศตวรรษที่ ๒๑ สู่ภพภูมิใหม่แห่งการพัฒนา**. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสดศรี-สฤษดิ์วงศ์.
- ราหิมา บาลดิวิน แดนซี. 2548. **คุณคือครูคนแรกของลูก**. แปลและเรียบเรียงโดย สุวรรณา ไชคประจักษ์ชัด อุษาคตานนท์. กรุงเทพมหานคร: ซีเอ็ดยูเคชั่น.
- วิจักขณ์ พานิช. 2550. **เรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ การศึกษาดั่งเส้นทางแสวงหาทางจิตวิญญาณ**. กรุงเทพมหานคร: สอนเงินมีมา.
- วิศิษฐ์ วังวิญญู. 2548. **มณฑลแห่งพลัง: ญาณทัศนะแห่งการเข้าถึงตัวตนที่แท้**. กรุงเทพมหานคร: สอนเงินมีมา.
- วิศิษฐ์ วังวิญญู. 2552. **สุนทรียสนทนา**. กรุงเทพมหานคร: สอนเงินมีมา
- ศูนย์จิตตปัญญา, มหาวิทยาลัยมหิดล. 2550. **หลักสูตรและนักศึกษา**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: [http://www.ce.mahidol.ac.th/content/\[14 มีนาคม 2553](http://www.ce.mahidol.ac.th/content/[14 มีนาคม 2553)

- สื่อการศึกษา. 2552. จิตตปัญญาศึกษา การศึกษาเพื่อการพัฒนามนุษย์. **วารสารสื่อพลัง** 17,1: 18 – 23. (มกราคม - มีนาคม 2552)
- สุมน อมรวิวัฒน์. 2548. 6 กันยายน 2548. คุณภาพของการเรียนรู้. **มติชน**: 9.
- หฤทัย อนุสรราชกิจ. 2549. **การพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดการศึกษาเด็กอย่างใคร่ครวญเพื่อปรับเปลี่ยนมุมมองและการปฏิบัติของครูการศึกษาปฐมวัย.** วิทยานิพนธ์ปริญญาคุษฎีบัณฑิต. ภาควิชาหลักสูตร การสอนและเทคโนโลยีการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ภาษาอังกฤษ

- Baum, A.C. and King, M.A. 2006. Creating a climate of self-awareness in early childhood teacher preparation programs. *Early Childhood Education Journal*, 33: 217 – 222.
- Center for Contemplative Mind in Society. 2000. *The tree of contemplative practices.* [Online]. Available from: <http://www.contemplativemind.org/practices/tree.html> [Aug 1, 2008]
- Duberley, M. 2007. The inner life and work of the teacher. *Gateways*, 52: 16 - 19.
- Garrison Institute report. 2005. *Contemplation and education: A survey of programs using contemplative techniques in K-12 educational settings: A Mapping Report.* [online]. Available from: <http://www.garrisoninstitute.org/reports/Contemplation%20and%20Education%20Mapping%20Report%20June05.pdf>[2008, November 25]
- Hart, T. 2004. Opening the contemplative mind in the classroom. *Journal of Transformative Education.* 2,1: 28 – 46.
- Haynes, D. 2005. Contemplative Practice and the Education of the Whole Person. *ARTS: The Arts in Religious and Theological Studies*, 16, 2.
- Miller, J.P. 1994. *The contemplative practitioner: Meditation in education and the profession.* CT: Bergin&Gravey.
- Miller, J.P. and Nozawa, A. 2005. Contemplative practices in teacher education. *ENCOUNTER: Education for Meaning and Social Justice.* 18,1: 42 - 48

The Center of Contemplative Mind in Society. 2000 - 2008. **What are Contemplative Practices?**. [online]. Available from: <http://www.contemplativemind.org/practices/>[2008, April 4]

Zinger, L. 2008. Educating for tolerance and compassion: Is there a place for meditation in a college classroom?. **College Teaching Methods & Styles Journal**. 4,4: 25 – 28.



สถาบันวิทยบริการ
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย