

การพัฒนาปัญญาด้วยกระบวนการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษา:

กรณีศึกษาโรงพยาบาลน้ำเกลี้ยง จังหวัดศรีสะเกษ

THE GROWTH OF INSIGHT THROUGH CONTEMPLATIVE LEARNING PROCESS:

A CASE STUDY AT NAMKLEANG HOSPITAL, SISAKET PROVINCE

อริสา สุมามาลย์ 5236737 CECT/M

ศส.ม. (จิตตปัญญาศึกษาและการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง)

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์: หิมพรรณ รักแตงาม, Ph.D., ปาริชาติ สุวรรณบุบผา, Ph.D.,

มนตรี ถักษ์ฉวีวงศ์, พ.บ., ว.ประสาทยศศาสตร, Ph.D., MPPM, MMM

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงปฏิบัติการนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลการจัดกระบวนการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษาที่มีต่อการพัฒนาปัญญาของทีมเครือข่ายสุขภาพชุมชน และเพื่อศึกษาปัจจัยเอื้อในการจัดกระบวนการเรียนรู้ดังกล่าว โดยได้จัดการอบรมเชิงปฏิบัติการ 2 ครั้ง มีผู้ร่วมวิจัยจากรพ.น้ำเกลี้ยง รพ.สต.และผู้นำชุมชนรวม 20 คน เก็บข้อมูลเชิงปริมาณด้วยแบบสอบถาม และข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่ม และการสังเกตการณ์อย่างมีส่วนร่วม ในช่วงก่อน ระหว่าง และหลังการจัดอบรม เป้าหมายการพัฒนาปัญญามี 5 ด้าน ได้แก่ 1) ความสงบ 2) ความกรุณา 3) การเข้าใจตนเองและผู้อื่น 4) การเคารพศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ และ 5) ทักษะแบบองค์รวม

ผลการวิจัยพบว่าปัจจัยเอื้อในการจัดกระบวนการเรียนรู้ มี 3 ด้าน คือ ด้านกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นภายในแต่ละบุคคล ได้แก่ การมีสติ การใคร่ครวญเชื่อมโยง และการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง ด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น ได้แก่ พื้นที่ปลอดภัยสำหรับกลุ่มผู้เข้าร่วมที่แตกต่างหลากหลาย และท่าทีของกระบวนการที่เป็นกันเองและใส่ใจ และด้านบรรยากาศการจัดกิจกรรม ได้แก่ ความผ่อนคลาย และกิจกรรมที่หลากหลายต่อเนื่อง ส่วนผลการพัฒนาปัญญาพบว่าผู้ร่วมวิจัยได้เริ่มสลับย้อนแบบแผนชีวิตที่เคยเป็นมา เกิดการเปลี่ยนแปลงวิธีคิดและพฤติกรรมโดยมีหัวใจสำคัญคือการอยู่กับปัจจุบัน และเกิดประกายความคิดใหม่ เช่น การสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่เริ่มจากการเข้าใจตนเองและการเสริมพลังชุมชน ทั้งหมดสะท้อนความเชื่อมโยงกันของการพัฒนาปัญญา 5 ด้านโดยเริ่มพื้นฐานจากการฝึกสติที่ไม่แยกส่วนจากชีวิตและการทำงาน ได้แก่ การสังเกตตนเอง การใคร่ครวญทบทวนตนเอง และการรับฟังผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง ซึ่งส่งผลต่อการเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่น เกิดการปรับสมดุลในชีวิตตนเองและอ่อนโยนต่อผู้อื่นมากขึ้น การเปลี่ยนแปลงภายในตนเองเช่นนี้เอื้อให้เกิดความเชื่อมั่นระหว่างเจ้าหน้าที่กับชุมชน และพร้อมจะขยายการทำงานร่วมกันต่อไป

ข้อจำกัดในงานวิจัยคือความต่อเนื่อง จึงเสนอว่าควรมีการพัฒนาการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษาให้สอดคล้องกับการพัฒนางานประจำ และการพัฒนาหลักสูตรผลิตบุคลากรทางการแพทย์ให้พัฒนาตนเองจากด้านใน ซึ่งจะเอื้อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเชิงโครงสร้างการให้บริการทางสาธารณสุขที่เอาชีวิตผู้คนเป็นตัวตั้ง

คำสำคัญ : การพัฒนาปัญญา/ จิตตปัญญาศึกษา/ ทีมเครือข่ายสุขภาพชุมชน/ สุขภาวะชุมชน

THE GROWTH OF INSIGHT THROUGH CONTEMPLATIVE LEARNING PROCESS:
A CASE STUDY AT NAMKLEANG HOSPITAL, SISAKET PROVINCE

ARISA SUMAMAL 5236737 CECT/M

M.A. (CONTEMPLATIVE EDUCATION AND TRANSFORMATIVE LEARNING)

THESIS ADVISORY COMMITTEE : HIMAPAN RAKTAENGAM, Ph.D., PARICHART
SUWANBUBBHA, Ph.D., MONTRI LUXSUWONG, M.D., THAI BOARD OF
NEUROSURGERY, Ph.D., MPPM, MMM

ABSTRACT

The objectives of this action research were to study the results of Contemplative Learning that affect the growth of insight of a community health team and to identify factors involved. There were 2 organized workshops, each of which consisted of 20 participants from Namkleang Hospital, primary care units, and communities. The data were collected by mixed method; quantitative data by questionnaires and qualitative data by interviews, focus groups and participatory observation. The data collection took place in 3 periods: before, during, and after workshops. The workshops aimed to develop participants' growth of insight in 5 aspects; 1) peace, 2) compassion, 3) understanding oneself and others, 4) respect for human dignity, and 5) holistic perspective.

The results showed that there are 3 main factors that enhanced participant's growth of insight. Firstly, the learning process that occurs within the individual, including mindfulness, contemplation and experiential learning. Secondly, the relationships with others, including non judgmental space where people feel free to learn together, and facilitators who are friendly and aware of participants' learning. Finally, the atmosphere, including relaxation and flow of various kinds of activities. About the result of growth of insight, participants had chances to contemplate about their patterns of living that caused suffering. Some had changed their ways of thinking and behaving by being in the present. Some had new ideas that should be supported and developed, such as health promotion starting by understanding one self's needs and community empowerment. All these learnings show interconnection between 5 aspects of insight. The basis is mindfulness practices that are not separated from daily life and work, including self observation, contemplation and deep listening. This helps participants understand themselves and others, that leads to balancing ones' life and meanwhile become more tender to others. This personal growth also enhances confidence between health personnel and communities, and the willingness to go on working together.

The limitation of this study is continuity of participants' learning. The suggestion is to further study about how to develop contemplative learning that integrates into routine work development. Also, the development of curriculums in production of health care personnel combined with inner growth will be very beneficial and will enable structural changes in health care systems that focus on people's lives.

KEY WORDS: GROWTH OF INSIGHT/ CONTEMPLATIVE LEARNING/ DISTRICT HEALTH

146 pages