

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษารูปแบบการจัดการเรียนรู้บนฐานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาในอุดมศึกษาบทนี้เป็นการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากภาคสนาม โดยผู้วิจัยแบ่งการนำเสนอข้อมูลออกเป็น 3 ตอน ดังนี้ ตอนที่ 1 บริบทของกรณีศึกษา ตอนที่ 2 ผลการศึกษารูปแบบการจัดการเรียนรู้บนฐานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาในอุดมศึกษา และตอนที่ 3 ผลการศึกษาผลการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากการจัดการเรียนรู้บนฐานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาในอุดมศึกษา

ตอนที่ 1 บริบทของกรณีศึกษา

การศึกษารูปแบบกระบวนการจัดการเรียนรู้บนฐานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาในอุดมศึกษาและการศึกษาผลการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น เป็นการวิจัยแบบกรณีศึกษาที่ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ เพื่อให้เกิดความเข้าใจได้อย่างลึกซึ้ง จึงจำเป็นต้องศึกษาบริบทเพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐาน โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ด้วยข้อจำกัดของการศึกษาและการเรียนรู้ ทั้งวิชาความรู้มาตรฐาน และวิชาความรู้ขั้นสูง ที่มุ่งเน้นการเรียนรู้เรื่องต่าง ๆ อันเป็นเรื่องนอกตัว แม้มีความจำเป็น แต่เมื่อขาดการเรียนรู้เรื่องในตัวก็ขาดความสมบูรณ์ในตัวเอง เอียงข้าง แยกส่วน จนมีอาจเชื่อมโยงกับความเป็นจริง เกิดความบีบคั้น ทั้งในตัวเองและระหว่างกันในสังคม เป็นต้นเหตุของปัญหาต่างๆ ในสังคมจนเกิดวิกฤติ ภาวะแห่งอนาคตของมนุษยชาติจึงอยู่ที่การเรียนรู้เพื่อที่จะเปลี่ยนแปลงขึ้นพื้นฐาน ทั้งในตัวเอง (Personal Transformation) เชิงองค์กร (Organizational Transformation) และสังคม (Social Transformation) การเคลื่อนไหวด้านการศึกษาตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา จึงก่อตัวขึ้น โดยภาคีเครือข่ายจิตตปัญญาศึกษา อันเป็นการรวมตัวอย่างไม่เป็นทางการของกลุ่มผู้ที่สนใจในการเข้าร่วมหารือ เพื่อให้เกิดการขับเคลื่อนงานด้านนี้ขึ้นในสังคมไทย สมาชิกในเครือข่ายดังกล่าว อาทิ เครือข่ายผู้ทรงคุณวุฒิ พระไพศาล วิสาโล นายแพทย์ประเวศ วะสี ศาสตราจารย์สุมน อมรวิวัฒน์ และจากที่อื่นๆ ทั้งที่เป็นอาจารย์ในมหาวิทยาลัยมหิดล จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย สถาบันอาศรมศิลป์ เสริมสิขาลัย สถาบันการศึกษาสัตยาไส สถาบันขวัญเมือง ศูนย์คุณธรรม สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ เสถียรธรรมสถาน และมูลนิธิสดศรี-สฤษดิ์วงศ์ จากหลากหลายสาขาวิชา เช่น วิทยาศาสตร์ สังคมศาสตร์ แพทย์



วิศวกรรม การศึกษา ศาสนา สิ่งแวดล้อม ธุรกิจ เป็นต้น จะพัฒนาตัวเองเป็นวิทยากร และอาจารย์ผู้สอนในหลักสูตรปริญญาโท และปริญญาเอก เพื่อสร้างผู้เชี่ยวชาญขึ้นไว้ในสังคมไทย จำนวนมากขึ้น ๆ และเป็นกำลังสำคัญที่จะทำให้การศึกษาตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษาเกิดขึ้นเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาทั่วไปในหลักสูตรการศึกษาทุกประเภทและทุกระดับ

จากความพยายามและความตั้งใจที่จะขับเคลื่อนตามแนวทางดังกล่าว จึงมีมติจากสภามหาวิทยาลัยมหิดล ในการประชุมครั้งที่ 390 วันที่ 19 กรกฎาคม 2549 ให้จัดตั้งศูนย์จิตตปัญญาศึกษาขึ้นในมหาวิทยาลัยมหิดล เพื่อทำหน้าที่ขับเคลื่อนการเรียนรู้ตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษาให้เกิดขึ้นในระบบการศึกษาไทย ด้วยเล็งเห็นถึงความสำคัญของการศึกษาเพื่อพัฒนามิตติ์ด้านในของมนุษย์ และมีความมุ่งมั่นที่จะเห็นการศึกษาไทย ได้นำเอาแนวคิดนี้มาบูรณาการในการจัดการศึกษาของชาติอย่างจริงจัง

ศูนย์จิตตปัญญาศึกษามีการดำเนินงานบนแนวคิดพื้นฐานในการมุ่งมั่นเรียนรู้ พัฒนาตนเองอย่างสมดุล และเสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้ เพื่อนำพาสังคมสู่ความสุขที่แท้ด้วยความรักความเมตตา มีการดำเนินงานในลักษณะเครือข่ายสหสถาบัน (Inter Institution) โดยทำหน้าที่เชื่อมประสานเครือข่าย และขับเคลื่อนการดำเนินงานด้านจิตตปัญญาศึกษา ให้บรรลุเป้าหมายตามวิสัยทัศน์และวัตถุประสงค์ที่กำหนดขึ้นร่วมกันโดยเครือข่ายจิตตปัญญาศึกษา คือ

ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มุ่งมั่นเรียนรู้ พัฒนาตนเองอย่างสมดุล และสร้างเสริมกระบวนการเรียนรู้ เพื่อนำพาสังคมสู่ความสุขที่แท้ด้วยความรักความเมตตา (*The Contemplative Education Center focuses on balanced self - development and strengthening the learning process for truly happiness with compassion*)

ในปีการศึกษา 2550 ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล ได้ทำการสอนในระดับปริญญาโท หลักสูตรจิตตปัญญาศึกษาและการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์ดังนี้ ประการแรก เพื่อส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้และร่วมขับเคลื่อนกับภาคประชาสังคม (Civic Movement) ที่มุ่งเน้นการพัฒนาความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ร่วมสร้างสุขภาวะของสังคม และการพัฒนาที่ยั่งยืน เพื่อพัฒนากกระบวนการและวิธีการเรียนรู้ (Learning Process and Methodology Development) ด้านจิตตปัญญาศึกษา ในการจัดการเรียนการสอน การวิจัย และการฝึกอบรม โดยร่วมมือกับสถาบันและองค์กรต่าง ๆ และเพื่อพัฒนาหลักสูตรระดับบัณฑิต (Curriculum Development) ด้านจิตตปัญญาศึกษา ตลอดจนพัฒนารายวิชาในหมวดการศึกษา

ทั่วไป (General Education) ประการสุดท้าย เพื่อพัฒนาสื่อและสร้างเครือข่ายความร่วมมือ (Networking and Communication) ด้านจิตตปัญญาศึกษากับองค์กรและหน่วยงานต่าง ๆ ทั้งภายในและต่างประเทศ

ตอนที่ 2 ผลการศึกษารูปแบบการจัดการเรียนรู้บนฐานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาในอุดมศึกษา

ในการนำเสนอข้อมูลเกี่ยวกับการดำเนินการจัดกระบวนการเรียนรู้ในรูปแบบการจัดการเรียนรู้บนฐานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาในอุดมศึกษา กรณีศึกษากระบวนการจัดการเรียนรู้ของสาขาวิชาจิตตปัญญาศึกษาและการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง มหาวิทยาลัยมหิดล วิทยาเขตศาลายา ผู้วิจัยขอนำเสนอตามองค์ประกอบหลัก 6 ประการ คือ ปรัชญาการจัดการเรียนรู้ วัตถุประสงค์การเรียนรู้ หลักการจัดการเรียนรู้ บทบาทผู้จัดการเรียนรู้ บทบาทผู้เรียนรู้ และวิธีการวัดและประเมินผล ซึ่งในแต่ละองค์ประกอบมีรายละเอียดการดำเนินการดังต่อไปนี้

1. ปรัชญาการจัดการเรียนรู้

จากการวิเคราะห์เอกสารและสัมภาษณ์อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้พบว่า ปรัชญาการจัดการเรียนรู้บนฐานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษานั้นเป็นกรอบวิธีคิดหลักและเป็นแก่นของกระบวนการเรียนรู้คือ การอยู่บนความเชื่อพื้นฐานของความเชื่อมั่นในความเป็นมนุษย์ที่เกิดขึ้นจากการพัฒนาฐานความรู้ที่ควบคู่ไปกับการฝึกฝน มีศักยภาพสามารถเรียนรู้และพัฒนาตนเองได้อย่างต่อเนื่อง รวมทั้งการมีทัศนะที่มองโลกในแง่ที่เป็นความสัมพันธ์ เป็นทัศนะที่มองเห็นว่าธรรมชาติของสรรพสิ่งคือ การเชื่อมโยงเป็นหนึ่งเดียวกัน และทั้งมนุษย์และสรรพสิ่งต่างก็เป็นองค์รวมของกันและกัน ดังรายละเอียดจากการวิเคราะห์เอกสารและสัมภาษณ์ต่อไปนี้

บัณฑิตเป็นผู้มีความเชื่อมั่นในความเป็นมนุษย์ ใฝ่เรียนรู้ ฝึกฝนตนเองอย่างต่อเนื่องและสมดุลทั้งกาย ใจ และจิตวิญญาณ มีความสามารถ ทักษะไปใช้ในการส่งเสริมให้เกิดการเปลี่ยนแปลง สู้ปัญญา และความรักความเมตตา ทั้งในระดับบุคคล ชุมชน องค์กร และสังคม บนพื้นฐานที่สอดคล้องกับบริบททางสังคมและวัฒนธรรม

(เอกสารหลักสูตรการจัดการเรียนรู้)

“ปรัชญาของหลักสูตรจะอยู่กระจายไปตามรายวิชาต่าง ๆ ซึ่งเราจะออกแบบการจัดการเรียนการสอนเพื่อสามารถจัดการเรียนรู้ได้ทั้งในระบบนอกระบบ และตามอัธยาศัย”

(อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้ : สัมภาษณ์)

“พวกเราจะทำงานบนความเชื่อพื้นฐานว่าผู้ที่จบจากเราไปจะเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นในความเป็นมนุษย์ โดยการนำเอาความเป็นจิตตปัญญาที่เคยมีอยู่จากยุคดั้งเดิมมาสู่การเปลี่ยนแปลงให้เข้ากับยุคสมัยใหม่ ปลุกฟื้นชีวิตชีวาของมรดกทางจิตวิญญาณและทางปัญญาที่ตกทอดมาจากคนรุ่นก่อน การปรับเปลี่ยนกิจกรรมในชั้นเรียนให้สามารถบ่มเพาะความตระหนักรู้ และการคิดเชิงวิพากษ์จะช่วยให้เกิดความตระหนักถึงเป้าหมายที่จะพัฒนามนุษย์ที่สมบูรณ์ได้”

(อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้ : สัมภาษณ์)

“หลักสูตรที่สอนจะเอื้อประโยชน์ต่อการเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน และการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ซึ่งสามารถตอบสนองต่อนโยบายประเทศไทยในส่วนของการสนับสนุนการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านใน และกำลังเป็นที่ต้องการขององค์กรและชุมชนจำนวนมากที่ให้ความสำคัญต่อการพัฒนามนุษย์อย่างแท้จริงอยู่ในขณะนี้”

(อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้ : สัมภาษณ์)

2. วัตถุประสงค์การเรียนรู้

จากการวิเคราะห์เอกสารและสัมภาษณ์อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้พบว่า การจัดการเรียนรู้นี้บนฐานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามีวัตถุประสงค์หลักคือ ต้องการให้นักศึกษาเกิดการเปลี่ยนแปลงชั้นพื้นฐานในตนเอง ให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น โดยเป็นผู้มีความเชื่อมั่นในความเป็นมนุษย์ ไม่เรียนรู้ฝึกฝนตนเองอย่างต่อเนื่อง ต้องการให้นักศึกษาเป็นผู้มีความสมดุลทั้งกาย ใจและจิตวิญญาณ สามารถนำความรู้และทักษะไปใช้ในการส่งเสริมให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในระดับบุคคล ชุมชน องค์กร และสังคม รวมทั้งต้องการให้นักศึกษาเกิดจิตสำนึกต่อส่วนรวม มีความตระหนัก เข้าใจ และภาคภูมิใจในบทบาท ภาระหน้าที่คุณค่าและความสำคัญในวิชาชีพของตนเอง มีคุณธรรม จริยธรรม และความรับผิดชอบ และเป็นผู้นำการเปลี่ยนแปลง

และเป็นพลังขับเคลื่อนสังคม รวมถึงต้องการพัฒนาทักษะการสื่อสารอย่างสันติหรือทักษะการฟังอย่างลึกซึ้ง ดังรายละเอียดของการวิเคราะห์เอกสารและการสัมภาษณ์อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้มีดังนี้

มุ่งผลิตบัณฑิตที่มีความเชื่อมั่นในความเป็นมนุษย์ ใฝ่เรียนรู้ฝึกฝนตนเองอย่างต่อเนื่อง และสมดุลทั้งกาย ใจและจิตวิญญาณ สามารถนำความรู้และทักษะไปใช้ในการส่งเสริมให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในระดับบุคคล ชุมชน องค์กร และสังคม มีความตระหนัก เข้าใจ และภาคภูมิใจในบทบาท ภาระหน้าที่ คุณค่า และความสำคัญในวิชาชีพของตนเอง มีคุณธรรม จริยธรรม และความรับผิดชอบ (วิเคราะห์เอกสารหลักสูตรการจัดการเรียนรู้)

บัณฑิตที่คาดหวังในหลักสูตร คือ บัณฑิตที่มีความสามารถและวิธีการที่เหมาะสมในการพัฒนาคุณภาพภายในตัวเอง มีความเข้าใจเทคนิควิธีการ หรือเครื่องมือที่หลากหลายแนวจิตตปัญญา มีทักษะในการจัดกระบวนการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงเชิงบวกของตนเอง องค์กร ชุมชนและสังคม เป็นผู้นำการเปลี่ยนแปลงและเป็นพลังขับเคลื่อนเพื่อสังคมต่อไป (วิเคราะห์เอกสารแนะนำหลักสูตรและการจัดการเรียนรู้)

“เรามีความมุ่งหมายที่จะเห็นลูกศิษย์ของเราเป็นผู้สร้างการเปลี่ยนแปลงพื้นฐานให้เกิดขึ้นแก่ตนเองและผู้อื่น เป็นผู้สามารถพัฒนาคุณภาพภายในตัวเอง และเป็นผู้เชี่ยวชาญในด้านการพัฒนาศักยภาพการเรียนรู้ด้านในของมนุษย์” (อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้ : สัมภาษณ์)

“เราต้องการให้นักศึกษาเกิดความตระหนักถึงคุณค่าของสิ่งต่าง ๆ โดยปราศจากอคติ พัฒนาเค้าให้นำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างสมดุล ทั้งสมดุลภายใน โดยมีปัญญาและมีความสุขที่แท้” (อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้ : สัมภาษณ์)

“เป้าหมายของการเรียนที่นี้ไม่ได้หมายถึงการละเลยความเป็นวิชาการไป แต่หมายถึงการหยั่งรากให้ลึกซึ่งยิ่งขึ้น เราจะพัฒนาด้านในไปพร้อม ๆ กับความรู้ ภายนอกให้เติบโตไปด้วยกัน”

(อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้ : สัมภาษณ์)

3. หลักการจัดการเรียนรู้

จากที่ผู้วิจัยได้สังเกตกิจกรรมการจัดการเรียนรู้บนฐานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ทั้งในและนอกห้องเรียน การสัมภาษณ์ และการสนทนา สรุปได้ว่า

กระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงบนฐานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา มิใช่การสอน แต่เป็นการสร้างเงื่อนไขให้ศักยภาพภายในที่มีอยู่แล้วสามารถพัฒนาขึ้นได้ เป็นกระบวนการที่มุ่งสร้างเงื่อนไขให้เกิดการเติบโตขึ้นจากภายใน และเป็นกระบวนการเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วม ในลักษณะกระบวนการของการสืบค้นร่วม การจัดการเรียนรู้บนฐานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษานั้นยังเป็นการจัดการเรียนรู้ผ่านการปฏิบัติที่นำไปสู่ความเข้าใจด้านในของตนเอง เพื่อไปสู่ความเข้าใจต่อธรรมชาติของสรรพสิ่ง มองเห็นความเชื่อมโยงระหว่างตนเองและสิ่งต่าง ๆ รอบตัว อย่างไม่แยกส่วน เกิดความเข้าใจว่าการเรียนรู้ การงานและการดำเนินชีวิต แท้จริงแล้วเป็นเรื่องเดียวกัน รวมถึงเป็นการเรียนรู้โดยผ่านการฝึกฝนในเรื่องของจิตใจ การฝึกสมาธิ และประสบการณ์ตรงควบคู่ไปกับวิชาในห้องเรียนตามหลักจิตตปัญญา ดังรายละเอียดจากการสัมภาษณ์

“จิตตปัญญาศึกษาหรือกระบวนการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญที่เรา ค้นเคยกันมาก่อน เป็นการศึกษาที่เน้นการพัฒนาด้านในอย่างแท้จริง มุ่งเน้น การสืบค้นสำรวจภายในตนเอง เป็นการเรียนรู้ในมิติด้านในของมนุษย์ การเรียนรู้ ผ่านประสบการณ์ตรงและการรับฟังด้วยใจเปิดกว้าง ยอมรับความหลากหลาย เราจะสร้างให้เป็นประสบการณ์ส่วนตัวที่สัมผัสเองโดยตรง และให้สร้าง ความสมดุลโดยการฝึกจิต โดยเฉพาะกับการนั่งสมาธิ”

(อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้ : สัมภาษณ์)

“อาจารย์คิดว่าการเรียนรู้หลัก ๆ ของจิตตปัญญาศึกษาก็คือทำให้ สามารถอธิบายความเป็นหนึ่งเดียวของทุกสรรพสิ่งและทำให้ทุกคนเข้าใจได้อย่าง ง่าย ๆ”

(อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้ : สัมภาษณ์)

“อาจารย์ทุกคนจะให้ความสำคัญกับการบ่มเพาะความสามารถของนักศึกษาให้ไปเกินกว่าระดับถ้อยคำและมโนทัศน์ รวมทั้งเรื่องของหัวใจ บุคลิกลักษณะนิสัย ความสร้างสรรค์ต่าง ๆ การตระหนักเข้าใจตนเอง การมีสมาธิ ความเปิดกว้าง และความยืดหยุ่นทางความคิดอีกด้วย”

(อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้ : สัมภาษณ์)

จากการสัมภาษณ์และการสังเกตการณ์จัดการเรียนรู้ในห้องเรียนพบว่า อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้และนักศึกษาจะร่วมกันปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ตามแนวคิดปัญหา โดยเริ่มการจัดการเรียนรู้ด้วยการภาวนาเพื่อพัฒนาสติ การฝึกเฝ้าสังเกตและดูแลตนเองทั้งกายใจอย่างใคร่ครวญ เพื่อให้เกิดการเปิดรับข้อมูลหรือความรู้อย่างเต็มที่ ตามด้วยกิจกรรมเช็คอิน (Check in) เพื่อเปิดประเด็นตามหัวข้อสนทนา โดยที่พูดทีละคน ฟังอย่างลึกซึ้ง ฝึกใช้สมาธิในการพูดคุย และมีการสังเกตตัวเองในการพูดและฟัง ทำให้เกิดบรรยากาศผ่อนคลายและพร้อมเปิดใจในการเรียนรู้ และทุกครั้งก่อนการเรียนรู้จะเริ่มต้นด้วยการเคาะระฆังแห่งสติ เพื่อให้กายและใจของนักศึกษาพร้อมที่จะเรียน มีสติอยู่กับปัจจุบัน ในระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ สิ่งที่เกิดขึ้นสม่ำเสมอในห้องเรียนจิตตปัญญาแห่งนี้คือ ความเงียบ ความสงบ ที่นำพาให้ทุกคนได้มีโอกาสกลับเข้าไปข้างในตนเองมากกว่าที่จะเป็นการอภิปราย การถกเถียงเพื่อหาข้อสรุป ด้วยกระบวนการวงล้อมสนทนา กระบวนการไดอะล็อกหรือสุนทรียสนทนา (Dialogue) ที่เป็นการเรียนรู้ที่ฝึกให้พูดและฟังอย่างมีสติ เป็นการฟังอย่างใจถึงใจ เปิดใจกว้างที่จะยอมรับฟังผู้อื่นอย่างไม่ตัดสิน เป็นการสนทนาที่เน้นการฟังอย่างไม่ตัดสิน กระบวนการรีทรีท (Retreat) หรือการปลีกวิเวกเพื่อไปรู้จักตนเอง การฟังเสียงด้านใน ตามลำดับ บางวิชาฝึกให้นักศึกษาเข้าใจเกี่ยวกับความเชื่อและทัศนคติของบุคคลที่มีผลต่อความคิดและพฤติกรรมที่แสดงออก ด้วยการใช้สื่อมัลติมีเดียต่าง ๆ เช่น การดูภาพยนตร์ เป็นต้น และหลังจากการเรียนรู้ในแต่ละกิจกรรมจะมีการดำเนินการสรุปบทเรียนเชิงสะท้อนข้อมูลที่ได้เรียนรู้และปฏิบัติมา

“เราจะกำหนดให้มีการปฏิบัติภาวนาก่อนเริ่มเรียนทุกครั้ง ครั้งละประมาณ 5 ถึง 10 นาที ทั้งอาจารย์และนักศึกษาจะร่วมกันปฏิบัติเพื่อพัฒนาสติ การฝึกเฝ้าสังเกตและดูแลตนเองทั้งกายใจอย่างใคร่ครวญด้วยวิธีการเดียวกัน ที่นี้จะเน้นในเรื่องของการให้นักศึกษาทดลองจัดกระบวนการด้วยตนเอง เพื่อจะให้เค้าเกิดศรัทธาและความเชื่อมั่นในตนเอง และยังมีความสามารถใน

การวิเคราะห์กระบวนการผ่านการทดลองถอดบทเรียน การจัดกิจกรรมการเรียนรู้
นอกสถานที่เพื่อผู้อื่น”

(อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้ : สัมภาษณ์)

“ที่นี่จะมีการจัดสิ่งแวดล้อมหลาย ๆ อย่างที่ให้เอื้อต่อการจัดการเรียนรู้
ตามแนวคิดตปัญญา เช่น การนั่งคุย มีซีไอพีเป็นวงคุย และการทำใจให้สงบก่อน
เริ่มเรียน มีหลากหลายวิธี เช่น นั่งภาวนา การเคาะระฆังแห่งสติ ส่วนในบางวิชา
ที่เข้าไปสู่ภายในจิตใจ เข้าใจเกี่ยวกับความเชื่อและทัศนคติของบุคคลที่มีผลต่อ
ความคิดและพฤติกรรมที่แสดงออก จะมีการใช้สื่อมัลติมีเดีย เสียง เป็นจุดเริ่มต้น
และจะเน้นประสบการณ์ตรง เช่น การจัดวงคุยที่แตกต่างกัน การนำไดอะล็อกมา
ใช้ ไดอะล็อก คือ การฟังอย่างใจถึงใจ เข้าใจคำทั้งหมด และพยายามนำมาใช้
ในห้องเรียนซึ่งบางครั้งก็ทำได้หรือทำไม่ได้”

(นักศึกษา รุ่นที่ 1 : สัมภาษณ์)

“พี่คิดว่าการเรียนที่นี่ เป็นการเรียนรู้ทั้งข้างในและข้างนอกผสมกัน มอง
ด้านในด้วยสติ ใช้การภาวนา เช็คอิน ลดโลกภายในของเราที่ครอบอยู่ และ
การมองภายในจะทำให้มองเห็นตามความเป็นจริง สมดุลกัน วิธีการทำให้มีสติก็
สำคัญในการเรียนรู้แบบนี้ ซึ่งเรื่องนี้เป็นเรื่องที่สำคัญที่จะทำให้เราเห็นตัวเองได้
ทำให้รู้สึกตัวมาก่อนและอย่างอื่นจะตามมา”

(นักศึกษา รุ่นที่ 1 : สัมภาษณ์)

“ภาพรวมการเรียนเป็นบรรยากาศไม่เหมือนการเรียนปกติที่เคยเรียนมา
เลย เนื่องจากการเรียนเราจะนั่งเป็นวงกลมกันเป็นส่วนใหญ่ แล้วก็จะเห็นหน้าตา
กันหมดทั้งผู้เรียนและผู้สอน ไม่มีตำราเรียนที่แน่นอน บรรยากาศส่วนมากจะผ่อนคลาย
หรือไม่ก็เป็นไปตามอารมณ์ของผู้บรรยายบ้าง ทุกวิชาเวลาเรียนไปแล้ว
รู้สึกว่เนื้อหาเกี่ยวข้องกันหมด ไม่สามารถแยกวิชาได้อย่างชัดเจนนัก สอนแบบ
เป็นองค์รวม ผู้เรียนผู้สอนมีฐานะเท่าเทียมกัน ก่อนเริ่มเรียนส่วนมากจะมีการทำ
ภาวนาสั้นๆนำโดยนักศึกษาเพื่อสร้างความพร้อมก่อนการเรียน หลังจากนั้นก็จะ
ทำการพูดคุยกันก่อนเรียนว่าผู้เรียนมีความรู้สึกอย่างไรบ้างในขณะนั้น ระหว่าง
เรียนก็จะมีเรียนทั้งเป็นลักษณะกิจกรรม เรียนแบบฟังบรรยาย หรือมีการรายงาน

ตามงานที่อาจารย์มอบหมาย การรายงานก็เป็นกันเอง เหมือนนั่งคุยกันมากกว่า จะเป็นการรายงาน ทุกคนสามารถมีส่วนร่วมได้ ไม่อยากมีส่วนร่วมกับอกได้ มีความยืดหยุ่นในการเรียนค่อนข้างมาก หลังเรียนจบก็จะมีให้สะท้อนความคิดเห็น จากสิ่งที่เรียนไปด้วยค่ะ”

(นักศึกษารุ่นที่ 1 : สัมภาษณ์)

“ในการเรียนทุกครั้งพี่ก็จะได้สรุปทบทวนทุกครั้งก่อนจบการสอน เป็นการสรุปทบทวนในเชิงสะท้อนข้อมูลที่ได้จากการเรียนรู้ในแต่ละครั้ง หรือบางครั้ง ก็เป็นการสนทนาเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน แล้วแต่อาจารย์และนักศึกษาจะ เห็นตามความเหมาะสม”

(นักศึกษารุ่นที่ 1 : สัมภาษณ์)

และข้อมูลที่วิเคราะห์จากเอกสารพบว่า หลักการที่เป็นองค์ประกอบพื้นฐานในการจัดกระบวนการเรียนรู้แนวจิตตปัญญา ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในตนของผู้เรียน คือ “หลักจิตตปัญญา 7” หรือ 7 C's อันประกอบด้วย

1. หลักการพิจารณาด้วยใจอย่างใคร่ครวญ (Contemplation)
2. หลักความรักความเมตตา (Compassion)
3. หลักของการเชื่อมโยงสัมพันธ์ (Connection)
4. หลักการเข้าเผชิญ (Confrontation)
5. หลักความต่อเนื่อง (Continuity)
6. หลักความมุ่งมั่น (Commitment)
7. หลักชุมชนแห่งการเรียนรู้ (Community)

(วิเคราะห์เอกสารการจัดการเรียนรู้และแนวทางการประเมินผล)

การพิจารณาด้วยใจอย่างใคร่ครวญนี้เป็นหัวใจของหลักการจัดการเรียนรู้ตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษาที่จำเป็นต้องออกแบบกระบวนการสร้างเงื่อนไขและกระตุ้นให้ผู้เรียนให้เกิดการใคร่ครวญอย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับตนเอง ความสัมพันธ์ และประสบการณ์ต่าง ๆ ที่สัมผัส โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานของจิตใจที่สงบ ผ่อนคลาย มีสมาธิและมีความตระหนักรู้ วิธีการนี้จะเป็นตัวเชื่อมการเรียนรู้ในต่าง ๆ ได้แก่ การเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง การเรียนรู้ผ่านสัญลักษณ์หรือ

จินตนาการ การคิดใคร่ครวญ และการทดลองนำความรู้นั้นไปใช้ในชีวิตจริง ซึ่งจะส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ที่ลึกซึ้งและสัมพันธ์กันมากขึ้น กิจกรรมที่ผ่านหลักการนี้คือ การสงบนิ่งก่อนเข้าสู่กิจกรรมการเรียนรู้ การบันทึกการเรียนรู้ของตนเองด้วยความสงบหลังจากการทำกิจกรรมการเรียนรู้ การฝึกสุนทรียสนทนา และการปล่อยให้มีเวลาผ่อนคลายและทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้ตามลำพัง การสร้างบรรยากาศของความรักความเมตตา ความไว้วางใจ ความเข้าใจ และการยอมรับ รวมทั้งการเกื้อหนุนซึ่งกันและกันบนพื้นฐานของความเชื่อมั่นในศักยภาพของความเป็นมนุษย์ระหว่างผู้จัดการเรียนรู้และผู้เรียนรู้ด้วยตนเอง ความรักความเมตตาที่ผู้จัดการเรียนรู้จะแสดงออกในหลายลักษณะทั้งทางวาจา ท่าที การสัมผัส และความรู้สึกที่สื่อสารออกมาอันสัมผัสด้วยใจ แต่ที่สำคัญต้องออกมาจากความจริงใจหรือออกมาจากความรักความเมตตาภายในตนเองอย่างแท้จริง

“พวกเรามีความเป็นเพื่อนกันทั้งหมดเราอดกัน สัมผัสกันด้วยความรัก ทำให้ทุกคนในที่นี้กล้าที่จะเปิดใจ กล้าพูดในเรื่องราวที่น่าเกลียดหรือเรื่องที่เก็บไว้ในใจของเรา ที่นี้เราสามารถที่จะพูดถึงมันได้เพราะเรารู้สึกไว้วางใจกันแล้ว ความเป็นมิตรภาพ ทำให้เรามีพื้นที่ที่จะทำอะไรก็ได้ ที่เรากล้าทำ”

(อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้ : สัมภาษณ์)

การเชื่อมโยงสัมพันธ์เป็นการบูรณาการการเรียนรู้ในแง่มุมต่าง ๆ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่เป็นองค์รวม เชื่อมโยงกับชีวิตและสรรพสิ่งในธรรมชาติอย่างแท้จริง เป็นส่วนสำคัญของการจัดการเรียนรู้ที่แท้จริงที่ความรู้ภายนอกเชื่อมโยงกับตนเอง มองเห็นความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกันระหว่างตนเองกับผู้อื่นและระหว่างตนเองกับโลกธรรมชาติ การเรียนรู้ที่ผู้เรียนจะเรียนรู้ผ่านกิจกรรมนิเวศภาวนาที่ได้ไปใช้ชีวิตอยู่ตามลำพังในธรรมชาติ การทำกิจกรรมศิลปะต่าง ๆ และการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรงที่ผู้เรียนได้สัมผัสและเผชิญด้วยตนเอง การเข้าเผชิญหรือการเผชิญความจริงเป็นการเปิดโอกาสและสร้างเงื่อนไขให้ผู้เรียนได้เผชิญกับความเป็นจริงทั้งความจริงในตนเองและความจริงในสภาพที่เป็นจริงในสังคมโดยเฉพาะในส่วนที่ไม่รู้มาก่อน หลักการนี้จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดกระบวนการค้นหาความจริงในตนเอง ผู้จัดการเรียนรู้สามารถทำได้โดยการส่งเสริมให้มีการสืบค้นและการสัมผัสกับตัวตนของแต่ละคนโดยผ่านกิจกรรมการเจริญสติ วิปัสสนาที่มีบรรยากาศที่ปลอดภัย เปิดกว้าง เกิดความมั่นใจที่จะเผชิญกับด้านที่เป็นด้านลบของตนเองได้ อีกทั้งความต่อเนื่องของการเรียนรู้ถือเป็นเงื่อนไขสำคัญสำหรับการเรียนรู้เพื่อ

การเปลี่ยนแปลงตนเอง ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้นั้นผู้จัดกิจกรรมการเรียนรู้ต้องเชื่อให้ผู้เรียนเกิดการใคร่ครวญอย่างต่อเนื่องและเป็นระยะ ๆ เพื่อค่อย ๆ หลอมรวมหรือประสบการณ์จนเกิดคุณภาพในตนเองที่มากพอจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่ลึกซึ้ง หลักการความต่อเนื่องนั้นใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในแต่ละครั้งซึ่งจะเป็นจังหวะในการเตรียมความพร้อมของผู้เรียน การเข้าสู่กระบวนการเรียนรู้ โดยจัดจังหวะของกิจกรรมให้ผู้เรียนได้สัมผัสประสบการณ์ตรงที่กระทบจิตใจ แล้วมีโอกาสรื้อย้อนกลับมาใคร่ครวญ และการสรุปการเรียนรู้ที่ต่อด้วยการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในกลุ่ม เพื่อขยายการเรียนรู้จากมุมมองที่แตกต่าง ตลอดกระบวนการจัดการเรียนรู้ นั้นจะมีความต่อเนื่องสิ้นไหล ความต่อเนื่องสามารถกระทำผ่านกิจกรรมการพูดคุยแลกเปลี่ยนกับเพื่อนหรือการเขียนบันทึก

หลักการความมุ่งมั่นที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองเป็นสิ่งสำคัญในการนำสิ่งที่ผู้เรียนรู้ได้เรียนรู้้น้อมนำสู่ใจของตนเองเพื่อนำกลับไปใช้ในชีวิตรประจำวัน ครูผู้จัดการเรียนรู้นั้นพยายามสร้างเงื่อนไขที่จะกระตุ้นให้ผู้เรียนรู้เป็นศูนย์กลางและได้เรียนรู้สิ่งที่มีความหมายสำหรับตนเองโดย การทำความเข้าใจและกำหนดจุดมุ่งหมายในการเรียนรู้ร่วมกันตั้งแต่เริ่มกิจกรรมการเรียนรู้และ ปัจจัยหนึ่งที่จะทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้นั้นคือ ภาพจำลองของสังคมและชีวิตจริงโดยผ่าน หลักการการของชุมชนแห่งการเรียนรู้ที่สามารถสะท้อนความหลากหลายทั้งทำให้เกิดความขัดแย้ง และการเกื้อหนุนเสริมซึ่งกันและกัน ทำให้ผู้เรียนกล้าเผชิญกับความขัดแย้งภายในกลุ่มอย่างตรงไปตรงมาและเรียนรู้ที่จะจัดการคลี่คลายปัญหาความขัดแย้งนั้นอย่างเหมาะสม ซึ่งในการทำ กิจกรรมบางครั้งมีความรุนแรงทางความรู้สึกและเกิดบรรยากาศที่ตึงเครียดขึ้นอย่างมาก แต่เมื่อต่างฝ่ายกลับมาใคร่ครวญด้วยใจ ย้อนกลับมามองตนเอง สื่อสารกันด้วยความรักความเมตตา ทำให้ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นกลับเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดการเรียนรู้และการเปลี่ยนแปลงภายในแต่ผู้เรียน

จากการสัมภาษณ์และการสังเกตกิจกรรมการเรียนรู้ที่เกิดขึ้น ผู้วิจัยสรุปได้ว่า องค์ประกอบสำคัญในชั้นเรียนจิตตปัญญาศึกษาได้แก่ การศึกษาความรู้ที่ไม่แยกขาดจากระบบคุณค่าและความเชื่อของบุคคลและสังคม การเผยความรู้สึกของผู้เรียนและความสัมพันธ์ด้วยใจระหว่างผู้สอนและผู้เรียน ในการศึกษาครั้งนี้ยังพบอีกว่าวิธีการและการปฏิบัติ ตลอดจนกระบวนการส่วนใหญ่ที่ใช้ในการเรียนการสอนมักได้แก่ กระบวนการกลุ่ม การเรียนรู้ในชุมชน การมีประสบการณ์ตรง การเรียนรู้อย่างมีส่วนร่วม การเรียนแบบจิตตปัญญาด้วยการทำสมาธิ นิเวศภาวนา การสะท้อนการเรียนรู้ การเรียนจากตัวเอง (Biographical Techniques) การเขียนบันทึก การทำงานอาสาสมัคร และการทำงานศิลปะหรืองานสร้างสรรค์

การจัดกระบวนการเรียนรู้ที่ได้อาจถือได้ว่าไม่มีรูปแบบที่ตายตัว สามารถปรับเปลี่ยนไปตามเนื้อหาและกระบวนการที่แตกต่างหลากหลาย แต่ในทุกกิจกรรมจะต้องอยู่บนพื้นฐานของจิตใจที่สงบผ่อนคลาย มีสมาธิ และปล่อยวาง ผู้วิจัยขอกล่าวไว้ในรายละเอียดของกระบวนการจัดการเรียนรู้บนฐานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษานั้นมีหลักการที่เป็นหัวใจสำคัญ คือ “ความสมดุลในความแตกต่าง” ซึ่งสามารถแยะแยะได้เป็นการจัดกิจกรรมที่สร้างความสมดุลของฐานกาย ฐานใจ และฐานหัว โดยเน้นรูปแบบและวิธีการอันหลากหลาย กิจกรรมที่พบเสมอในกระบวนการเรียนรู้บนฐานจิตตปัญญาศึกษา ได้แก่ การสงบนิ่งก่อนเข้าสู่กิจกรรม การหยุดใคร่ครวญและบันทึกการเรียนรู้ของตนเองด้วยความสงบหลังการทำกิจกรรม การใช้เวลาตามลำพังในธรรมชาติ การใช้เวลาในการพิจารณาคำถาม เรื่องราว บทกวี ภาพวัตถุ หรือสิ่งต่าง ๆ ในธรรมชาติ การฝึกฝนทนายอย่างมีสติหรือสุนทรียสนทนา การฝึกความรู้สึกสีกตัวและการมีสติโดยไม่เพ่งหรือจดจ้องแน่นิ่ง และการปล่อยให้มีเวลาผ่อนคลายและทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้ตามลำพัง

4. บทบาทผู้จัดการเรียนรู้

จากที่ผู้วิจัยสัมภาษณ์อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้และนักศึกษา และร่วมล้อมวงสนทนาด้วยกระบวนการสุนทรียสนทนา ทำให้ทราบถึงบทบาทของอาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้บนฐานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ดังสรุปได้ว่า

บทบาทผู้สอนหรือผู้จัดการเรียนรู้บนฐานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษานั้น เป็นผู้สร้างบรรยากาศของการเรียนรู้ สร้างความใกล้ชิดกับนักศึกษาทั้งภายในและนอกห้องเรียน มีการใส่ใจผู้เรียนอย่างลึกซึ้งด้วยการรับฟังด้วยใจอย่างลึกซึ้ง และสามารถเข้าถึงทั้งประเด็นและอารมณ์ความรู้สึกของผู้เรียนแต่ละคน ในการจัดการเรียนรู้ที่นอกจากการรับฟังอย่างลึกซึ้งแล้ว ผู้สอนสร้างการสื่อสารที่เข้าใจง่าย ทรงพลัง จนทำให้นักศึกษาเกิดความคิดอย่างใคร่ครวญ รวมทั้งมีการเข้าถึงใจ คือ การมีความรัก ความเมตตา และมีความละเอียดอ่อนลึกซึ้งในการเข้าถึงใจทั้งของตนเองและผู้เรียนรู้ กล่าวได้ว่าบทบาทของผู้จัดการเรียนรู้ที่สำคัญคือเป็นผู้ที่คอยกระตุ้นให้ผู้เรียนรู้เกิดการสะท้อนตนเอง สามารถเกิดความตระหนักรู้ จนบรรลุถึงตัวตนที่แท้จริงจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียนได้ ดังรายละเอียดจากการสัมภาษณ์และการสนทนาต่อไปนี้

“ถ้าหากกล่าวถึงอาจารย์ที่แสดงบทบาทเป็นผู้จัดการเรียนรู้คงหมายถึง การเน้นให้ตัวเองมีความเป็นแบบอย่างก็คือผู้สอนต้องเป็นต้นแบบที่ดีร่วมปฏิบัติ กิจกรรมต่าง ๆ กับนักศึกษาให้ความใกล้ชิด และสร้างชุมชนเรียนรู้ที่ใกล้ชิด เราก็จะจัดให้มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ พูดคุยกันระหว่างคณาจารย์ นักศึกษา และ

บุคลากร เพื่อช่วยส่งเสริมให้ทุกคนเห็นคุณค่าของการอยู่ร่วมกัน เป็นชุมชนแห่งการเรียนรู้ ทั้งนอกห้องเรียนด้วย”

(อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้ : สัมภาษณ์)

“การเป็นผู้สอนต้องทำหน้าที่เป็นผู้เรียนรู้ไปพร้อม ๆ กับนักศึกษาด้วย เราต้องรับฟังเค้าอย่างลึกซึ้ง ฟังด้วยสติจนสามารถจับประเด็นหรือสามารถเข้าถึงเรื่องราวของเค้าที่เค้ากำลังแบ่งปัน ที่สำคัญก็คือเราต้องเข้าถึงตัวเค้าให้มากที่สุด มีนักศึกษา 15 คน ก็ต้องเข้าถึงอารมณ์ความรู้สึกของแต่ละคนได้ และทักษะหนึ่ง ที่อาจารย์ใช้ที่ถือเป็นเสน่ห์อย่างยิ่งที่จะทำให้ผู้เรียนเข้าถึงบทเรียนได้ง่ายและมีพลังตื่นตัวต่อการเรียนรู้ได้อย่างต่อเนื่อง คือ การเล่าเรื่องสั้น ๆ หรือการพูดให้ข้อคิด เสนอมุมมองใหม่ ๆ พูดด้วยคำที่คมคายและทรงพลังให้เกิดความประทับใจต่อพวกเค้า”

(อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้ : สัมภาษณ์)

“ครูผู้สอนถือได้ว่าเป็นผู้ประสานวิชา สื่อสาร ดูแลรูปแบบการเรียน ขมวดปม ไม่ได้มายืนสอนๆ ดังนั้นความรู้สึกถึงความเข้าไม่ถึงครูจะไม่มี ความสัมพันธ์จะมีลักษณะที่เป็นเชิงบวกค่อนข้างมาก ไม่มีความลับต่อกัน ไม่เครียด ทุกอย่างพูดคุยกันได้ หาทางออกได้เสมอ”

(นักศึกษารุ่นที่ 1 : สัมภาษณ์)

“เอาตามนิยามของใครดี ก็ถ้าเป็นนิยามของเรา เรายังสับสนไปมาในทุกขณะจิตว่าใครคือครูผู้สอนและใครคือผู้เรียน ที่แท้จริงนั้นมีหรือไม่ เพราะบรรยากาศของการเรียนรู้เป็นบรรยากาศที่ผู้เรียนและผู้สอนร่วมกันทำให้เกิดขึ้น”

(นักศึกษารุ่นที่ 1 : สัมภาษณ์)

“เวลาเรียนที่นี่ สามารถบอกอาจารย์ได้ว่าเหนื่อยแล้ว เบื่อ หรือเป็น ความรู้สึกของเรา ซึ่งเป็นการต่างกับการเรียนการสอนทั่วไป มีการเชิดจูง เป็น การเพิ่มความสัมพันธ์ระหว่างกัน ช่วยให้เกิดการแลกเปลี่ยน การนั่งคุยเป็น

วงกลมก็ช่วยให้ไม่เกิดความแตกต่าง ระหว่างทุกคน การเรียนรู้ก็เหมือนว่า อาจารย์จะไม่ฟันธงไม่มีอะไรถูกผิด”

(นักศึกษารุ่นที่ 1 : สัมภาษณ์)

และจากการที่ผู้วิจัยสังเกตพฤติกรรมครูผู้จัดกิจกรรมการเรียนรู้ทั้งการเฝ้าสังเกต อย่างเป็นทางการในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในชั้นเรียน และสังเกตอย่างไม่เป็นทางการใน ระหว่างการปฏิบัติตนขณะอยู่นอกชั้นเรียน รวมทั้งการร่วมล้อมวงสนทนา ผู้วิจัยพบว่า บทบาท ของครูผู้จัดการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญา นั้น ครูพึงมีบทบาทในการสร้างสภาพแวดล้อมที่จะ ก่อให้เกิดความไว้วางใจและความห่วงใยกัน และช่วยอำนวยความสะดวกให้เกิดการพัฒนา ความสัมพันธ์ที่ละเอียดอ่อนระหว่างผู้เรียน สร้างความเป็นหนึ่งเดียวกันในการมีประสบการณ์ร่วม ในการพยายามให้ความหมายแก่ประสบการณ์ในชีวิต ครูจะทำหน้าที่เป็นบุคคลต้นแบบโดย การสาธิตความตั้งใจ และเต็มใจในการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงด้วยตนเอง

5. บทบาทผู้เรียนรู้

จากที่ผู้วิจัยสังเกตการณ์จัดการเรียนรู้ สังเกตพฤติกรรมทั้งในและนอกห้องเรียน รวมถึงการสัมภาษณ์นักศึกษารูปได้ว่า บทบาทผู้เรียนรู้ในการจัดการเรียนรู้บนฐานแนวคิด จิตตปัญญาศึกษานั้น ผู้เรียนจะเป็นตัวของตัวเอง เปิดรับต่อการเรียนรู้ มีความอ่อนน้อมถ่อมตน และพร้อมที่จะเรียนรู้ใหม่ได้เสมอ แสดงบทบาทเป็นทั้งผู้ฟังที่ดีและผู้พูดที่ดี โดยการฟังอย่างตั้งใจ อย่างมีสติ และพูดในสิ่งที่ถูกใคร่ครวญมาก่อน มีการรับฟังกันอย่างลึกซึ้ง ไม่ด่วนสรุปด่วนตัดสิน มีความเข้าใจตนเองและผู้อื่น มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน พร้อมทั้งจะเรียนรู้จากการได้เผชิญ สัมผัสกับประสบการณ์ตรง และเรียนรู้ที่จะลงมือปฏิบัติจริง ผู้เรียนจะต้องมีเวลาใคร่ครวญตาม ลำพังและใช้เวลาอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างเป็นกัลยาณมิตร รายละเอียดการสัมภาษณ์มีดังนี้

“การปฏิบัติตัวก็สบาย ๆ เป็นกันเอง เหมือนอยู่ในโลกจำลองที่มีพื้นที่ ให้กับทุก ๆ คน ในการพูดทุก ๆ สิ่งทุก ๆ อย่าง เป็นทุก ๆ สิ่ง ทุก ๆ อย่างแบบไม่ เสน่สร้าง ไม่ชวนเร้น เป็นเหมือนพื้นที่ปลอดภัยในทุกคนเรียนรู้ด้วยกัน ทั้งครู และ นักศึกษาค่ะ”

(นักศึกษารุ่นที่ 1 : สัมภาษณ์)

“ผู้เรียนมีบทบาทเป็นทั้งผู้ฟังที่ดี ผู้พูดที่ดี พูดแบบมีการใคร่ครวญมา ก่อนแล้ว ผู้ตั้งคำถาม ผู้ตอบประเด็นคำถาม เพื่อให้เกิดความคล่องตัวของ

การเรียนรู้ในกลุ่ม ทุกคนมีอิสระในการเรียนรู้ เราคิดว่าที่เรียนนะเราต้องรู้จักที่จะพูดอย่างมีสติ มีการหยุดเพื่อใคร่ครวญ และมีการฟังกันอย่างลึกซึ้งทีเดียว พวกที่ที่เรียนมาจะไม่มีการปะทะคำพูดกันเลย มีแต่จะเป็นการช่วย ต่อยอดความคิดให้ชัดเจน รอบด้านอีกด้วย...สิ่งที่สำคัญนะเราต้องเข้าใจตนเองเข้าใจผู้อื่น รู้จักตั้งคำถามให้เกิดขึ้นในใจตลอดเวลา เพื่อให้เราคิดๆ เชื่อมโยงชีวิตของเราและนำประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เรียนรู้ไปเรียนรู้สิ่งใหม่ต่อไป "

(นักศึกษารุ่นที่ 1 : สัมภาษณ์)

"ที่คิดว่าเราในฐานะผู้เรียน และเป็นผู้เรียนด้านจิตตปัญญา สิ่งที่จะทำให้เราไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่แท้จริงนั่นก็คือ การได้ลงมือปฏิบัติ ได้สัมผัสจริงกับสภาวะ เรื่องราว เหตุการณ์ต่าง ๆ ด้วยตนเอง เราต้องเลือกที่จะยอมรับความคิดหรือแนวทางต่าง ๆ มาเป็นสิ่งที่ตนเองให้คุณค่าและความหมาย จนกระทั่งนำมาแสดงออกเป็นพฤติกรรม โดยที่เราจำเป็นต้องฝึกใช้ความคิดที่เกิดจากการมองเห็นอย่างแท้จริง ไม่ใช่จากความคิดที่เกิดจากความจำหรือข้อมูลที่ได้รับมาที่จะพยายามหยุดนิ่งเฝ้าดูให้นาน ๆ ทุกครั้ง โดยไม่ตัดสินใด ๆ เพื่อให้ได้สัมผัสและเข้าใจถึงสิ่งนั้นอย่างแท้จริง"

(นักศึกษารุ่นที่ 1 : สัมภาษณ์)

6. วิธีการวัดและประเมินผล

จากการสัมภาษณ์อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้เกี่ยวกับวิธีการวัดและประเมินผลนั้นสรุปได้ว่า หลักการพื้นฐานของการจัดการเรียนรู้ มีองค์ประกอบที่สำคัญที่สุด 3 ประการคือ การกำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้ การจัดกระบวนการเรียนรู้ และการประเมินผล ในการจัดการเรียนรู้ตามแนวจิตตปัญญา วัตถุประสงค์ที่สำคัญคือ การพัฒนาจิตใจและปัญญา เพื่อให้ผู้เรียนสามารถเข้าถึงความจริง ความดี ความงาม อย่างแท้จริง รวมทั้งเกิดจิตสำนึกเพื่อส่วนรวม ดังนั้นในการจัดกระบวนการเรียนรู้แนวจิตตปัญญาทุกครั้ง ครูผู้จัดการเรียนรู้ต้องตั้งคำถามเสมอว่า กระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจะช่วยให้บรรลุวัตถุประสงค์ดังกล่าวอย่างไร รวมทั้งจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นในตัวผู้เรียนรู้ได้อย่างไรบ้าง

การจัดการเรียนรู้บนฐานจิตตปัญญาศึกษาใช้การวัดและประเมินผลโดยการใช้กระบวนการทัศน์แบบบูรณาการหรือใช้กระบวนการทัศน์ร่วมกันประกอบด้วย บุคคลที่ 1 หรือ ทศน์ 1

การประเมินตนเอง บุคคลที่ 2 หรือ ทศน์ 2 การประเมินโดยมีส่วนร่วมของเพื่อนร่วมชั้นเรียน และ บุคคลที่ 3 หรือ ทศน์ 3 การประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญหรืออาจารย์

การวัดและประเมินผลดังกล่าวนี้จะอาศัยเครื่องมือในการวัด คือ การมีส่วนร่วม (Participation) การเขียนบันทึกการเดินทาง (Journal) การทำโครงการย่อย (Mini Project) และการทำโครงการ (project) รายละเอียดของการวิเคราะห์เอกสารและการสัมภาษณ์อาจารย์ ผู้จัดการเรียนรู้ มีดังนี้

“เราจะใช้ การประเมินแบบโดยใช้กระบวนการทศน์แบบบูรณาการหรือใช้ หลายกระบวนการทศน์ร่วมกัน หลัก ๆ คือ เราจะทำอย่างไรให้บุคคลที่ 1 คือ ตัวเอง บุคคลที่ 2 คือ ชุมชนหรือเพื่อน และบุคคลที่ 3 คือ อาจารย์และผู้ทรงคุณวุฒิ ประเมินร่วมกัน และแต่ละวิชาจะไปตกลงกันเองว่าจะประเมินอย่างไร เช่น 30-30-40 หรือในปีนี้อาจจะเปลี่ยนน้ำหนักของการประเมินหรือให้คะแนนในแต่ละ ส่วน แต่รวมกันแล้วได้ 100 คะแนน เครื่องมือที่ใช้ คือ การมีส่วนร่วม ใช้สมุด บันทึกหรือบันทึกกระหว่างเรียนของนักศึกษา ประเมิน บันทึกประสบการณ์ภาวนา ใช้การประเมินตามที่อาจารย์กำหนด อาจารย์จะให้เขียนบันทึกการเปลี่ยนแปลง ของตนเองด้านใน วิธีการเรียนรู้อย่างน้อยเขียนอาทิตย์ละ 2 ครั้ง และหลัง ๆ จะ ตรวจห่างออกไป ตามที่อาจารย์จะเรียกตรวจ และไม่เกี่ยวกับวิชาอะไร แต่เป็น การบันทึกส่วนตัว และจะแตกต่างกันไปตามผู้สอนแต่ละคน ซึ่งอาจารย์แต่ละคนจะ ให้คะแนนไม่เหมือนกัน ซึ่งนักศึกษาเองก็ไม่ว่าให้คะแนนอย่างไร ต่อมาก็เป็นมินิ โปรเจกต์ อยู่ที่ว่าให้น้ำหนักคะแนนของอาจารย์แต่ละคน และนักศึกษาจะรู้ว่า จะ ไปให้น้ำหนักอย่างไร กับส่วนที่คะแนนได้มาก และโปรเจกต์ก็คือการทำ วิทยานิพนธ์นั่นเอง ”

(อาจารย์ผู้จัดการเรียนรู้ : สัมภาษณ์)

“เราพยายามสร้างพื้นที่ร่วมกันในการเปิดใจ ปลอดภัยร่วมกัน และนำ ประสบการณ์ตรงออกมา ซึ่งในสังคมจะมีกรอบเยอะ แต่การนั่งคุยแบบนี้จะ สบายๆ ไม่มีกรอบมาก และจะเรียนรู้จากประสบการณ์ไปพร้อมๆ กัน ไม่มีผิดถูก เช่น ประสบการณ์ต่างกัน ไม่มีที่ผิดหรือถูก และการตัดสินใจอยู่ที่การมีส่วนร่วม ของทุกคน อาจารย์ไม่ตัดสินใจทั้งหมด และช่วยกันประเมิน ตั้งแต่ประเมินตัวเอง และเพื่อนช่วยประเมิน”

(นักศึกษารุ่นที่ 1 : สัมภาษณ์)



ตารางที่ 4.1 รายการแสดงสัดส่วนการประเมินผล

ทัศน์ I: บุคคลที่ 1 ตัวนักศึกษาเอง II: บุคคลที่ 2 เพื่อน/ชุมชน III: บุคคลที่ 3 อาจารย์/ผู้ทรงคุณวุฒิ

รายการ	สัดส่วนในการประเมินในแต่ละวิธี, %					
	Journal*	Participation	Mini Project	CEPT-CoP**	Mega Project	รวม
CEPT 500 Contemplative Education and Transformative Learning ทัศน์: %	30 I:30 III:70	25 I:34 II:33 III:33	35 I:30 II:30 III:40	10 I:40 II:40 III:20	0 ไม่มี	100 %
CEPT 501 Worldview and Wisdom in Living ทัศน์: %	30 I:20 III:80	20 I:33 II:34 III:33	40 I:40 II:20 III:20	10 I:40 II:40 III:20	0 ไม่มี	100 %
CEPT 502 Community, Spirituality and Transformation ทัศน์: %	20 I:30 III:70	30 I:20 II:30 III:50	40 I:30 II:20 III:50	10 I:40 II:40 III:20	0 ไม่มี	100 %
CEPT 503 Meditation Practicum I ทัศน์: %	45 I:50 III:50	45 III:100	0 ไม่มี	10 I:40 II:40 III:20	0 ไม่มี	100 %
CEPT 504 Research Methodology ทัศน์: %	20 I:20 III:80	10 III:100	40 I:10 II:10 III:80	0 ไม่มี	30 II:20 III:80	100 %
เกณฑ์การประเมิน (Value)						

*การเรียนรู้เองจากการบันทึกประสบการณ์การเรียนรู้ **การจัดกิจกรรมเรียนรู้ร่วมกันของหลักสูตร

จากการวิเคราะห์เอกสารพบว่า ในปีการศึกษาแรกหลักสูตรได้ใช้การประเมินที่ประกอบด้วย การประเมินตนเอง (เรียกว่าบุคคลที่ 1 หรือทัศน์ 1) การประเมินโดยมีส่วนร่วมของเพื่อนร่วมชั้นเรียน (เรียกว่าบุคคลที่ 2 หรือทัศน์ 2) และการประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญหรืออาจารย์ (เรียกว่าบุคคลที่ 3 หรือทัศน์ 3) โดยพิจารณาตามความเหมาะสมในแต่ละวิชา ดังแสดงในตาราง 4.1 ซึ่งเกณฑ์ที่จะใช้พิจารณาสามารถที่จะร่วมคิดร่วมออกแบบได้ระหว่างคณาจารย์และนักศึกษา นอกจากนี้หลักสูตรได้ให้ความสำคัญกับการสะท้อนการเรียนรู้ของผู้เรียนผ่านการจัดบันทึกบททวนเรียบเรียงด้วยตนเอง หลักสูตรยังได้กำหนดให้ทุกรายวิชามีการจัดสนทนากลุ่ม เพื่อสรุปบทเรียนการจัดการเรียนการสอนทุกรายวิชา ทั้งนี้การประเมินผลการสอนโดยศูนย์จิตตปัญญาศึกษาควบคู่กันด้วย

ตอนที่ 3 ผลการศึกษามูลค่าการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากการจัดการเรียนรู้นบนฐานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาในอุดมศึกษา

จากการศึกษาผลการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากรูปแบบการจัดการเรียนรู้นบนฐานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาพบว่า นักศึกษาที่เรียนรู้นบนฐานแนวคิดจิตตปัญญาศึกษานั้นรับรู้ถึงความคิด ความรู้สึก และการกระทำต่าง ๆ ของตนเอง ผู้เรียนรู้ทุกคนมีความเห็นสอดคล้องกันว่า การมีสติรู้ตัวเป็นประเด็นที่เป็นพื้นฐานของการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ การมีสติรู้ตัวของผู้เรียนรู้ทำให้สามารถเห็นความคิด ความรู้สึก และการกระทำของตนเองตามที่เป็นจริง รู้เท่าทันความรู้สึกนึกคิด และการกระทำของตนเองมากขึ้น การมีสติอยู่กับปัจจุบันขณะทำให้ผู้เรียนสามารถสังเกตสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นรอบตัวตามที่เป็นจริง สามารถรับฟังผู้อื่น และรับรู้สิ่งต่าง ๆ อย่างเปิดกว้างขึ้นโดยไม่ด่วนตัดสินหรือมีปฏิกิริยาโต้กลับตามความคุ้นชินของตน รวมทั้งผู้เรียนยังเกิดการรับรู้ที่เกิดขึ้นเชื่อมโยงไปสู่การคิดใคร่ครวญพิจารณาที่ลึกซึ้งขึ้น เห็นแบบแผนความรู้สึกนึกคิดและความเคยชินเดิม ๆ หรือนิสัยทางจิตของตนเองได้ชัดเจนขึ้น การมีสติของผู้เรียนทำให้สามารถควบคุมพฤติกรรมของตนได้ดีขึ้นทั้งทางวาจาและการกระทำ ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงตนเอง และปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างเป็นรูปธรรม

จากการร่วมสนทนารับฟังจากผู้วิจัยพบว่า สิ่งที่เกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นในตัวผู้เรียนประการแรกคือ การเข้าใจและการยอมรับตนเองทั้งด้านบวกและด้านลบ ผู้เรียนต่างเห็นว่าตนเองกล้าเผชิญหน้ากับตัวเอง เห็นตัวเองชัดเจนขึ้นทั้งในแง่บวกและแง่ลบ เห็นความคิดตนเองละเอียดขึ้น เห็นประเด็นปัญหาต่าง ๆ ของตนเองชัดเจน รวมทั้งเห็นปฏิกิริยาต่อสิ่งต่าง ๆ ของตนที่เป็นความเคยชินและเคยทำไปโดยไม่รู้ตัว ส่งผลให้มีความรู้ตัวมากขึ้น ยอมรับตัวเองได้มากขึ้นและเกิดผลหลายประการตามมา ประการหนึ่งคือการตัดลีนตัวเองน้อยลงเพราะเห็นความงาม

ภายในตนเอง เกิดเมตตาต่อตัวเองมากขึ้น รู้สึกเชื่อมั่นในตนเอง อีกทั้งเกิดการเข้าใจและยอมรับตนเองมากขึ้น ดังกล่าวนี้นี้เป็นผลมาจากปัจจัยการมีสติรู้ตัวของผู้เรียน ได้มองเห็นในประเด็นที่ตนไม่เคยเห็นมาก่อน จากกิจกรรมหรือจากการสะท้อนของเพื่อนและการเรียนรู้จากประเด็นของเพื่อนในกลุ่มแล้วนำมาใคร่ครวญ พร้อมทั้งบรรยายภาพที่เปิดกว้าง จริงใจ และยอมรับกันภายในกลุ่มที่เอื้อให้แต่ละคนกล้าเปิดเผยและเผชิญกับปัญหาของตนเอง ข้อค้นพบจากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้คือการเข้าใจตนเองของผู้เรียนแต่ละคนมิได้เกิดขึ้นด้วยความคิดเพียงอย่างเดียว แต่เกิดได้ด้วยการได้เรียนรู้ผ่านศิลปะและจากความรู้สึกประทับใจที่เกิดจากการได้สัมผัสกับประสบการณ์ต่าง ๆ ระหว่างกระบวนการเรียนรู้ รวมถึงการมองเห็นตัวเองนี้ไม่ได้เกิดขึ้นในครั้งเดียวแต่เป็นปรากฏการณ์และกระบวนการที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง เชื่อมโยงจากการเรียนรู้หนึ่งสู่อีกกิจกรรมหนึ่ง การเข้าใจและการยอมรับตนเอง ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านความคิดเกี่ยวกับตนเอง ดังรายละเอียดของการสนทนากลุ่ม ต่อไปนี้

“เห็นการเปลี่ยนแปลงในทางความคิด เห็นว่าตัวเองไม่กลัวพูด แต่พอเรา มาเรียนรู้ ที่แรกเราคิดว่าเปลี่ยนความคิดแล้วตัวเราจะเปลี่ยน แต่ก็พบว่าเราต้อง เปลี่ยนในจิตใจเราเองถึงจะเปลี่ยนได้ และก่อนเรียน เราศรัทธาใน พระพุทธศาสนาในระดับหนึ่ง แต่พอมาเรียนแล้วเราก็เห็นว่าบางครั้งตรองเดิม อยู่กับปัญหาเดิมๆ ได้ดีขึ้น แล้วเป็นแบบเดิม เห็นได้ชัดขึ้น และต้องเกิดจาก การยอมรับตัวเองอย่างมาก เปลี่ยนตั้งแต่ภายในตัวเอง”

(นักศึกษารุ่นที่ 1 : สนทนากลุ่ม)

“การเปลี่ยนแปลงเป็นชีวิตวัยสาวของตัวเองที่ค่อนข้างสับสน ไม่เข้าใจว่า การมีชีวิตอยู่คืออะไร ไม่เข้าใจว่าเรามีชีวิตอยู่ทำไม เป็นการเปลี่ยนแปลงที่ยิ่งใหญ่กับตัวเอง น้อมนำธรรมะเข้ามาในชีวิต และหาความหมายในการมีชีวิต อยู่ การดิ้นรนและการเรียนรู้ที่พาเราไปหลาย ๆ ที่ ทำให้เรารู้สึกเบื่อมาก เพราะ ไม่รู้ว่าเราจะไปไหน แม้จะพาไปรอกก็ยอม เพราะเรารู้สึกยอมรับมัน และแม้ว่า คนอื่นจะบอกว่าธรรมดี เราก็อ่านหนังสือมามาก แต่ก็ไม่ได้ช่วยอะไรเรามากเลย แต่การได้รู้สึกการเจริญสติ และเห็นความจริงที่เป็นอยู่ ทำให้เราได้คำตอบที่สงสัย และสิ่งที่เราดิ้นรนมาตลอดก็ทำให้เราสงบสุขได้ และยอมรับชีวิตของเราเองว่า เกิดมาทำไม และอยากให้ชีวิตของเราเองเป็นประโยชน์ให้แก่คนอื่นได้มากที่สุด ซึ่งทำให้จิตวิญญาณภายในของเราเกิดความสุขได้ ซึ่งแต่ก่อนเราก็กินนอน

ไปวัน ๆ และประสบการณ์ชีวิตก็ผลักดันให้เราต้องออกมา และมีประตูที่เปิดขึ้น เพื่อให้เราได้ในสิ่งนั้น”

(นักศึกษา รุ่นที่ 1 : สทนากลุ่ม)

“ก่อนมาเรียนก็ตั้งคำถามกับชีวิตว่าชีวิตคืออะไร และเห็นเป้าหมายที่เลิศหรูของที่นี่ ตั้งแต่ความหมายของชีวิต ความสมดุลกาย ใจ ปัญญา และเรารู้ว่า ยอดเขามีอยู่ และจะไปอย่างไร ซึ่งการพาตัวเองเข้ามาอยู่ในแวดวงนี้ การอยู่กับ ชุมชน สังคม ทำให้เราย้อนกลับมาใคร่ครวญ มาถามในใจตัวเอง และคำถาม ต่าง ๆ เราก็สามารถตอบได้ด้วยตัวเอง แต่ก่อนคิดว่าเราเข้าใจแล้ว มองเป็น ศูนย์กลาง เพราะแต่ก่อนรู้สึกขาดเราก็กังขาอะไรมาเติมเรา แต่ตอนนี้รู้สึกว่าเรา เป็นวงกลมที่สามารถขยายตัวได้มากขึ้น ๆ ไม่เห็นรุพหรือนหรือช่องโหว่ต่าง ๆ และ เราเองก็พยายามที่จะขยายตัวออกมา และการเจริญภาวนาก็ช่วยได้มาก ทำให้ เราได้เห็นชีวิตที่กว้างขึ้นกว่าแต่ก่อนมาก และได้เข้าใจเข้าไปสัมผัสมากขึ้น และใช้ ชีวิตอย่างมีความสุขขึ้น และเชื่อมโยงตัวเองกับคนอื่นขึ้นกับครอบครัวก็ดีใจว่าเรา ไม่พยายามไปเปลี่ยนแปลงเค้า เพราะแต่ก่อนจะไปพยายามเปลี่ยนแปลงเค้า และเห็นว่าที่บ้านจะฟังเรื่องเรามาก ไม่บ่นแล้ว เข้าใจและเปิดใจมากขึ้น การเรียนที่นี่ ทำให้รู้จักครูหลายคน และคำว่า สังคม ไม่ใช่เฉพาะที่นี่ แต่มีอยู่ทั่ว โลก และช่วยเอื้อให้เราทำงานได้ไม่จำกัด มีแรงบันดาลใจเรื่อย ๆ และกาย ใจ จิต ไม่ไกลเกินเอื้อมที่จะไป ค่อย ๆ บ่มเพาะมัน”

(นักศึกษา รุ่นที่ 1 : สทนากลุ่ม)

ข้อค้นพบประการต่อมาจากกระบวนการที่เน้นการเปิดรับและการรับฟังอย่าง ลึกซึ้ง เปิดโอกาสอันหลากหลายที่ให้ผู้เรียนแต่ละคนได้เรียนรู้ซึ่งกันและกัน มีโอกาสเปิดเผยตนเอง และแบ่งปันประสบการณ์ ทำให้ผู้เรียนเกิดความรักและความเมตตาต่อเพื่อนมนุษย์มากขึ้นซึ่งเป็น ความรักและความเมตตาบนพื้นฐานของความเข้าใจอย่างลึกซึ้งทำให้เกิดความเคารพและ การยอมรับ อีกทั้งความเชื่อมั่นทำให้ได้มองเห็นทั้งความแตกต่างหลากหลายและเป็นหนึ่งเดียวกัน ของเพื่อนมนุษย์ ผู้เรียนสามารถเห็นความงามในตัวคนอื่นได้อย่างแท้จริงซึ่งส่งผลทั้งต่อ ความสัมพันธ์ของตนกับคนรอบข้างในชีวิต และต่อการเรียนรู้ภายในของตนเองที่เกิดขึ้นท่ามกลาง ความสัมพันธ์ที่เปลี่ยนแปลงไปและความเข้าใจผู้อื่นที่ชัดเจนขึ้น

จากการล้อมวงสนทนาโดยวิธีการสนทนายีสันทนาพบว่า ผู้เรียนเกิดการเข้าใจและการยอมรับผู้อื่น ผู้เรียนเกิดการรับฟังจากเสียงภายในตนเองมากขึ้นทำให้เกิดการยอมรับมุมมองเกิดความเคารพและการยอมรับผู้อื่น เกิดการเข้าใจและยอมรับอย่างแท้จริงจนทำให้มองเห็นผู้อื่นได้ตามที่เป็นจริงโดยไม่ตั้งอยู่บนความคาดหวังของตนเอง เข้าใจและเคารพผู้อื่นอย่างที่เขาเป็น โดยไม่ตัดสินตามอคติของตนเอง อีกทั้งผู้เรียนยังเกิดความไว้วางใจ เชื่อมั่นในความเป็นมนุษย์และศักยภาพของผู้อื่นซึ่งทำให้ย้อนกลับมาเชื่อมั่นความเป็นมนุษย์ของตนเองมากขึ้น และเกิดการเรียนรู้ที่กว้างขวางขึ้น จากการยอมรับความแตกต่างและนำความแตกต่างนั้นมาใคร่ครวญภายในตนเอง ยอมรับได้ว่ามีมุมมองอื่นที่แตกต่างและตระหนักถึงข้อจำกัดของตนเอง ทำให้เกิดความอ่อนน้อมถ่อมตน ผู้เรียนยังเกิดการพัฒนาทักษะในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์บนฐานของความรัก ความเข้าใจ และความเคารพซึ่งกันและกัน และเกิดความรู้สึกผูกพันกับมนุษยชาติ เพราะเข้าใจถึงความเป็นมนุษย์ เป็นเพื่อนร่วมทุกข์ เห็นความเชื่อมโยงระหว่างตนเองกับผู้อื่น เรากับเขา ทำให้เกิดจิตใหญ่ ลดความเห็นแก่ตัว มีจิตสาธารณะที่มุ่งสร้างสรรค์สังคมที่ดีงาม และมีความสุขอย่างแท้จริง ซึ่งมีผลต่อความสัมพันธ์ของตนกับคนรอบข้างในชีวิต ดังรายละเอียดของการสนทนากลุ่ม ต่อไปนี้

“ปีนึงสงบขึ้น รู้สึภาวะที่เราปั่นป่วนและเห็นความคิดที่อยู่ข้างในเราได้บ่อยขึ้น และคอยฟังเสียงจากคนอื่นว่ามีมุมมองอย่างไร จากการฟังเสียงภายในเป็นทักษะที่เพิ่มขึ้นจากการเรียน 1 ปี ...ได้มุมมองที่กว้างขึ้น ได้แง่มุมมองอื่น ๆ ที่เข้ามาช่วยเติมให้เรา ทำให้เรายอมรับได้มากขึ้น มีความสุขขึ้น ทำงานเครียดแต่ยอมรับคนอื่น ๆ ได้มากขึ้น และไม่คอยหงุดหงิดอะไร”

(นักศึกษา รุ่นที่ 1 : สนทนากลุ่ม)

“เห็นว่าการอยู่กับคนอื่น เช่น อยู่กับลูก เราเองก็เข้าใจลูกมากขึ้น ไม่เอาตัวเองไปสร้างบล็อกให้คนอื่น และการสอนเด็กก็มองเด็กคร่าว ๆ ว่าแต่ละคนมีฐานอะไร และจะสอนอย่างไรให้ตรงกับฐานและความต้องการเรียนรู้ของเด็ก”

(นักศึกษา รุ่นที่ 1 : สนทนากลุ่ม)

“ในการดำรงชีวิตอยู่ ก็ได้เห็นปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ มากขึ้น และเห็นปัญหาของตนเอง คนอื่นได้ง่ายขึ้น และพร้อมที่จะรับได้ และรู้สึกว่าตัวเองเป็นคน

สร้างปัญหาให้คนอื่น สร้างปัญหาให้ตัวเองและแก้ปัญหาให้ตัวเองอยู่ตลอดเวลา
ซึ่งไม่ได้ว่าต่อไปตนเองจะดีเลิศ และรู้สึกว่าคุณเองรู้สึกดีที่มีเพื่อนมาก”

(นักศึกษา รุ่นที่ 2 : สทนากลุ่ม)

การจัดกิจกรรมในบางกิจกรรม เช่นการได้เข้าไปสัมผัสและทำงานกับสังคมและเข้าไปเรียนรู้ในธรรมชาติ ช่วยให้ผู้เรียนได้เปิดโลกทัศน์ของตนเองให้กว้างขวางและสอดคล้องกับความเป็นจริงมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการเข้าใจธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ตามที่จริงหรือการเข้าใจกฎเกณฑ์ของธรรมชาติที่สิ่งต่าง ๆ เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัยของตัวมันเอง โดยที่เราไม่สามารถเข้าไปควบคุมให้เป็นไปตามความต้องการของเราได้ การรับรู้และเข้าใจความเป็นจริงที่เกิดขึ้นนั้นมักจะเชื่อมโยงต่อเนื่องไปถึงเรื่องอื่น ๆ ในชีวิตด้วย การเรียนรู้และเข้าใจธรรมชาติและความเป็นธรรมชาติของชีวิตจากเรื่องราวของผู้อื่น อีกทั้งเกิดความเข้าใจในความเป็นมนุษย์ช่วยให้ผู้เรียนกลับมามองเห็นตัวเองได้อย่างชัดเจนและยอมรับความเป็นจริงเกี่ยวกับตนเองได้ดีขึ้น หรือการเข้าใจกฎเกณฑ์ของธรรมชาติที่สิ่งต่าง ๆ เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัยก็อาจจะนำไปสู่การทำให้เกิดมุมมองที่เปลี่ยนไปต่อตนเอง ต่อชีวิต ความสัมพันธ์และบทบาทของผู้เรียนต่อสังคมได้

ดังนั้นข้อค้นพบประการสุดท้ายคือ การเข้าใจและการยอมรับความเป็นจริงตามธรรมชาติ ผู้เรียนสามารถรับรู้และเข้าใจความเป็นจริงที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ เข้าใจความเชื่อมโยงของสรรพสิ่ง เข้าใจกฎเกณฑ์ของธรรมชาติที่สิ่งต่าง ๆ เกิดขึ้นตามปัจจัยของตัวมันเอง โดยที่ผู้เรียนไม่สามารถเข้าไปควบคุมให้เป็นไปตามความต้องการของตนเองได้ ผู้เรียนให้ความสนใจกับตนเองน้อยลง ทำให้เห็นตัวเองได้ชัดเจนและยอมรับความเป็นจริง และเกิดความเข้าใจในความเป็นมนุษย์มากขึ้น ทำให้ผู้เรียนมีจิตใจที่เปิดกว้าง ผ่อนคลาย มีความอ่อนน้อมถ่อมตน และยอมรับทั้งข้อจำกัดและศักยภาพในตนเอง และสรรพสิ่งอื่นๆ ได้ดีขึ้น ดังรายละเอียดของการสนทนา ต่อไปนี้

“เกิดความเข้มข้นของจุดสนใจที่ตัวเองน้อยลงมาก เพราะเราได้เรียนรู้ชีวิตที่กว้างขึ้น ไม่ได้เอาตัวเองเป็นศูนย์กลางและจะเห็นว่าตัวเราเล็กลง ซึ่งทำให้รู้ว่าคนที่ปฏิบัติธรรมไม่ใช่เทวดา แต่เป็นคนที่เรียนรู้ที่ดีก็ได้ ...ข้างนอกแม้จะดูสับสนอยู่บ้าง แต่ข้างในก็สงบสุข แม้ไม่รู้ว่าจะไปอย่างไร แต่เรารู้สึกว่าเราอยู่ได้ เดินต่อไปได้”

(นักศึกษา รุ่นที่ 1 : สทนากลุ่ม)

“เป็นสิ่งมหัศจรรย์ ที่ศูนย์ฯ พาไปเรียนรู้ต่าง ๆ เราได้เห็นความมหัศจรรย์ ซึ่งวันนั้นเราไปเห็นความทุกข์มันกองอยู่ส่วนหนึ่งกับกายเรา เช่น แยกกาย แยกจิต ได้ฝึกในกระบวนการที่เราได้เห็น เห็นความทุกข์ของคนอื่นที่ไม่ใช่ของเรา และการเรียนรู้แบบนี้จะทำให้เราเข้าใจโลก และเราก็อยู่ได้อย่างมีความสุข เราเห็นการแยกแยะแตกต่างของแต่ละส่วน ชอบก็ชอบ ทุกข์ก็ทุกข์”

(นักศึกษารุ่นที่ 1 : สนนากลุ่ม)

“การอยู่ตรงนี้ ทำให้ยอมรับได้มากขึ้น เพราะทุกคนเป็นคนเหมือนกัน แม้แต่ก่อนจะหาโลกอุดมคติหรือคนดีที่มีอุดมคติ แต่พอเข้าใจเราก็กายามละกรอบนี้ออกไปเรื่อย ๆ ยอมรับความธรรมดาขึ้น”

(นักศึกษารุ่นที่ 1 : สนนากลุ่ม)

“จากที่เรียนมาได้ไปเจอภายนอกต่าง ๆ ทำให้เห็นทุกข์มากขึ้น มีปัญหาต่างเยอะไปหมด ทำให้หันมาคิดว่าเราเองที่เรียนมาทางด้านนี้ เราจะช่วยสังคมอย่างไร และหลายครั้งรู้สึกว่ามีปัญหาต่าง ๆ รุมเร้าเข้ามาเยอะมาก ซึ่งรู้สึกว่าพอที่จะรับรู้ และเราจะทำอย่างไรดี”

(นักศึกษารุ่นที่ 1 : สนนากลุ่ม)

การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียนบนฐานแนวคิดจิตปัญญาศึกษาในอุดมศึกษาเป็นการจัดการเรียนรู้ที่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาศักยภาพทั้งทางกาย ใจ ความความคิด และความสัมพันธ์ที่สามารถเรียนรู้และพัฒนาซึ่งกันและกัน จากการศึกษาครั้งนี้จึงได้ข้อค้นพบอย่างชัดเจนว่า การพัฒนาแต่ละด้านส่งผลกระทบและเกื้อหนุนต่อการเปลี่ยนแปลงในตนเองของผู้เรียนดัง 3 มิติข้างต้นคือ การเข้าใจและยอมรับตนเอง การเข้าใจและการยอมรับผู้อื่น และการเข้าใจและการยอมรับความเป็นจริงตามธรรมชาติ