



วิจัยบนฐานแห่งหลักการสร้างความสุขและการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง RESEARCH BASED ON THE PRINCIPLES OF CREATING HAPPINESS AND CHANGES IN LEARNING PROCESS

ปริณุต ไชยนิชัย

Parinut chayanich

เรืองสิน ปลื้มปัน

Ruangsin Pluempun

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ

Faculty of Liberal Arts, Rajamangala University of Technology Suvarnabhumi

E-mail: parinut23@gmail.com

Received November 6, 2020; Revised November 13, 2020; Accepted December 20, 2020

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ถือเป็นการวิจัยที่ผสมผสานการวิจัยแบบมีส่วนร่วมกับการวิจัยเชิงปฏิบัติการ รวมทั้งวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพเข้าด้วยกัน เพื่อได้มาซึ่งองค์ความรู้ใหม่ในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชน โดยคณะวิจัย ชุมชนและแกนนำชาวบ้านมีส่วนร่วมในการวิจัยทุกขั้นตอนบนหลักการสร้างความสุขตั้งแต่ ร่วมคิด ร่วมตัดสินใจ ร่วมทำ ร่วมตรวจสอบและร่วมรับประโยชน์ควบคู่ไปกับกระบวนการเรียนรู้ของชุมชน โดยยึดประชาชนเป็นศูนย์กลางและแก้ปัญหาโดยใช้กระบวนการเรียนรู้ จึงไม่แปลกที่หลายคนเข้าใจว่า ความรู้ที่ได้จากการวิจัยแบบมีส่วนร่วม เหตุใดถึงดูจะไม่มีขอบเขต คงเพราะว่ารูปแบบการวิจัยเช่นนี้สร้างความรู้ได้ไม่สิ้นสุดและนำไปสู่ความสัมพันธ์ในภาคสนาม ที่สำคัญนักวิจัยเองยังได้รับสุนทรียะหรือหลักการสร้างความสุขจากวงจรอันเกิดจากการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง

คำสำคัญ: ความสุข, การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม, การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง

Abstract

Participatory Action Research: PAR is a research that combines participatory research with action research as well as qualitative research together to acquire new knowledge to solving problems in the community, the community research team and villagers take part in research at every stage by the principle of creating happiness from thinking, making decisions, participating in the investigation and benefiting together with



the learning process of the community by people centered development and problem-learning process is therefore not strange that many people understand that why does the knowledge gained from PAR research seem to be infinite because research models like this generate infinite knowledge and lead to relationships in the field. More importantly, the researchers also embraced the aesthetic or principle of creating happiness from the spiral that results from changes in leaning process.

Keywords: Happiness, Participatory Action Research, Changes in leaning process

บทนำ

งานวิจัยใด ๆ ก็ตาม ถ้าสามารถนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงสังคมได้ งานวิจัยนั้นจะถูกขนานนามว่างานวิจัยมีชีวิตและเป็นงานวิจัยที่ผู้วิจัยมีความสุข หลักการสร้างความสุขที่เกิดจากการสะท้อนผลจากการปฏิบัติจากการเรียนรู้ของตนเองได้ การมีส่วนร่วมคือเสน่ห์ของงานวิจัย ด้วยวิธีการที่แสดงให้เห็นว่านักวิจัยสามารถค้นอำนาจให้กับทุกคนที่มีส่วนร่วมในการวิจัยได้มากน้อยแค่ไหน มาถึงตรงนี้ผู้เขียนกำลังจะนำเข้าสู่การวิจัยเชิงปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วม (Participatory Action Research: PAR) เหตุที่ต้องเป็น PAR ในความเป็นจริงแล้วการวิจัยแบบเดิม (Tradition Research) ที่เราค้นเคยกันนั้นเป็นการวิจัยที่ใช้ผู้วิจัยเป็นศูนย์กลาง (Researcher Center) องค์ความรู้ (Body of knowledge) ทั้งหมดจึงอยู่ที่นักวิจัยที่เป็นคนนอกชุมชน วิจัยเพื่อรู้ปัญหาของคนอื่น ผลการวิจัยจึงไม่ได้นำไปใช้แก้ปัญหาใด ๆ แต่หากเป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม จะหมายถึงการวิจัยโดยคนในชุมชน (Community Center) ที่ร่วมกันเรียนรู้เรื่องชุมชนของตนเอง เห็นปัญหาของตัวเอง เห็นทางออกหรือทางแก้ปัญหาของชุมชนร่วมกันและทุกคนในชุมชนร่วมกันแก้ปัญหาและรับผลของการแก้ปัญหาร่วมกัน ซึ่งเป็นการปรับปรุงวิธีการวิจัยดั้งเดิมให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ปลายทางของ PAR ที่แท้จริงคือการปลดปล่อยสู่อิสรภาพและเสรีภาพและการค้นพบความรู้ที่ปราศจากการควบคุมโดยอำนาจและชุดความรู้ สนับสนุนแนวคิดที่มาจาก การส่งเสริมกระบวนการประชาธิปไตย ด้วยการวิพากษ์ผลผลิตความรู้ สร้างความรู้ที่เข้มแข็ง (วรรณดี สุทธิธรรม, 2559) บทความวิชาการนี้เพียงต้องการฉายให้เห็นถึงแนวคิดทฤษฎีที่สนับสนุน PAR ในรูปแบบต่าง ๆ ผ่านทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง ทั้งนี้เพื่อการพัฒนางานวิจัยจากหลักการสร้างความสุข และเพื่อสร้างจุดมุ่งหมายร่วมกันกับผู้อ่านสู่การเรียนรู้เพื่อเสรีภาพและอิสรภาพอย่างยั่งยืน ร่วมกันมองปัจจุบันย้อนไปหาอดีต วิพากษ์ร่วมกัน การมองย้อนอดีตเช่นนี้ จะทำให้บุคคลเกิดการเรียนรู้มากขึ้น เกิดความคิดความเชื่อชุดใหม่ และมีการปฏิบัติการตามมโนทัศน์ใหม่ที่เกิดจากการได้เรียนรู้ด้วยการใคร่ครวญไตร่ตรองอดีต (ปริณุต ไชยนิชัย, 2563) บทความวิชาการนี้จึงขอเสนอในประเด็นดังต่อไปนี้ ลบล้างแนวคิดเดิมด้วย PAR หลักการเคารพความเป็นมนุษย์ จุดต่างจากการวิจัยกระแสหลักคือจุดเริ่มต้นของการสร้างความสุขที่แท้จริง



ความผูกพันในกระบวนการวิจัยนำมาซึ่งความสุขระยะยาว ทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง
ร่วมกับแนวคิดเสนาของเปาโล แพร่

กลืนแนวคิดเดิมด้วย PAR หลักการเคารพความเป็นมนุษย์

จุดเริ่มต้นของการมีชีวิตอย่างมีความสุขเป็นคำตอบที่มนุษย์เฝ้าค้นหามานานแสนนาน
องค์ความรู้จิตวิทยาเชิงบวกก็มีการศึกษามานานแสนนานเช่นกัน ตั้งแต่มีการกำเนิดของอารยธรรม
มนุษย์ ที่ได้รับอิทธิพลจากศาสนาและปรัชญาที่พยายามแสวงหาความรู้เพื่อให้มนุษย์เข้าใจตนเองและ
สามารถดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข (Park, 2003) ในทางวิชาการความรู้สึกพอใจ
เป็นความรู้สึกที่ดีที่เกิดจากการตอบสนองความจำเป็นเพื่อรักษาสมดุลในชีวิต เช่น การรับประทานอาหาร
อาหาร การมีเพศสัมพันธ์ และความสบายทางกายอื่น ๆ ในขณะเดียวกัน ความเพลิดเพลิน หมายถึง
ความรู้สึกที่ดีที่บุคคลได้ประสบเมื่อก้าวข้ามขีดจำกัดของตน เช่น การทำความดี การทำกิจกรรมตาม
เป้าหมาย ความเพลิดเพลินต่างจากความรู้สึกพอใจตรงที่กิจกรรมที่ได้ทำนำไปสู่การเจริญเติบโตและ
ความสุขในระยะยาว แต่ทว่านักจิตวิทยายังขาดการอธิบายความเป็นเหตุและผลของพฤติกรรมมนุษย์
เช่น เหตุใดมนุษย์ส่วนใหญ่เลือกความรู้สึกพอใจมากกว่าความเพลิดเพลิน เช่น เหตุใดมนุษย์จึงเลือกดู
ทีวีแทนการอ่านหนังสือที่น่าสนใจ (Seligman, 2011) แต่รูปแบบทั้งหมดนี้เทียบไม่ได้กับผลลัพธ์แห่ง
ความสุขจากผลงานวิจัยบนฐานการใช้หลักการเคารพความเป็นมนุษย์

หากจะเปรียบเทียบ PAR กับการวิจัยเชิงคุณภาพที่เราคุ้นเคย การวิจัยเชิงคุณภาพจะเน้นการ
มองภาพในองค์รวมให้ความสำคัญและให้ความสำคัญแก่คุณค่าความเป็นมนุษย์ของผู้ถูกวิจัย
เป็นการศึกษาแบบเจาะลึก และใช้ระยะเวลาศึกษายาวนาน สร้างข้อสรุปจากหลักฐานและสิ่งที่ค้นพบ
นำมารวบรวมอธิบายเป็นภาพรวมในเชิงนามธรรมมิใช่ตัวเลขทางสถิติ แต่การวิจัยแบบมีส่วนร่วมเป็น
การศึกษาชุมชน โดยให้สมาชิกของชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการศึกษาและเก็บรวบรวมข้อมูล รวมทั้ง
เป็นผู้ร่วมวิจัยด้วย แต่ไม่มีการปฏิบัติการใด ๆ และยังไม่มีการนำไปประยุกต์แก้ปัญหา มาถึงการวิจัย
PAR เป็นการเปลี่ยนแปลงเพื่อก้าวไปสู่เสรีภาพ และอิสรภาพ เป็นปลายทางของการวิจัย PAR ซึ่งใน
กระบวนการเปลี่ยนแปลงจะเริ่มจากชุมชนเล็ก ๆ ที่ร่วมกันเข้าถึงความรู้จากความจริง สร้างความรู้ใหม่
ที่เหมาะสมกับการสร้างสรรค์สังคมยุติธรรม มีเสรีภาพและสันติภาพ กระบวนการนี้จึงเป็นการสร้างพื้นที่
ที่เป็นประชาธิปไตย บุคคลในชุมชนมีความเสมอภาคและเท่าเทียมกัน รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงที่ต้อง
เริ่มต้นที่ระดับปัจเจกชนหรือบุคคลไปพร้อม ๆ กับการเปลี่ยนแปลงในระดับกลุ่ม ชุมชน หรือสังคม จึง
เป็นเหตุผลสนับสนุนให้นักวิจัยเชิงปฏิบัติการมีความเชื่ออย่างเดียวกันคือ การวิจัยเชิงปฏิบัติการทำให้เกิด
ชุมชนนักปฏิบัติ หรือ Practitioner ของนักวิจัยและผู้มีส่วนได้เสียซึ่งถือเป็นนักวิจัยร่วม (วรรณดี
สุทธินรากร, 2559) เพราะทั้งหมดคือกระบวนการศึกษาหาความจริงด้วยความรู้ และผู้คนสามารถ
เปลี่ยนจิตสำนึกได้ตาม spiral ระหว่างทางความรู้ทั้งหมดที่ได้ก็คือความรู้แบบองค์รวม



จะเห็นว่าการวิจัย PAR จะมีส่วนแตกต่างจากการวิจัยกระแสหลักอยู่หลายประการ ไม่ว่าจะเป็นเป้าหมายในการวิจัย วิธีการวิจัย การมองความจริง ซึ่ง PAR มักเรียกกระบวนวิธีวิจัยเป็นกระบวนการมากกว่า การวิจัยประเภทนี้ผู้เขียนมีตัวอย่างมาให้อ่านได้สังเกตเช่น การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อพัฒนากระบวนการเรียนรู้ของชุมชนเรื่องเพศวิถีของวัยรุ่น (จุฑาทิพย์พิทักษ์, 2555) ที่เป็นวิทยานิพนธ์ตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาจากระบบโรงเรียน ภาควิชาการศึกษาตลอดชีวิต คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย หรือจะเป็นงานวิจัยเรื่อง การวิจัยเชิงปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วมเพื่อพัฒนาศักยภาพบุคลากรขยายแผนปัจจุบันเฉพาะยาบรรจสุรจึงไม่ใช่อันตรายหรือยาควบคุมพิเศษในจังหวัดลำพูนและเชียงใหม่ ซึ่งเป็นงานวิจัยของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เป็นต้น

จุดต่างจากการวิจัยกระแสหลักคือจุดเริ่มต้นของการสร้างความสุขที่แท้จริง

ศาสตราจารย์ Seligman เขียนหนังสือชื่อ ความสุขที่แท้จริง (Authentic Happiness) โดยแบ่งระดับความสุขของมนุษย์ออกเป็น 3 ชั้น คือ

1) ชีวิตที่สำราญ (The Pleasant Life) เป็นความสุขขั้นแรกของชีวิตคือ การที่มีอารมณ์เชิงบวก เช่น ความเพลิดเพลิน ความสนุกสนาน ความอัศจรรย์ใจ ภาวะทางอารมณ์ ที่ตอบสนองกับสิ่งที่มากระตุ้นชั่วคราวและจะมีรู้สึกราวว่ามีแค่ช่วงแรกและระดับของความสุขจะลดลงเรื่อย ๆ ยกตัวอย่างเช่น เราต้องการทานขนมหวาน ตอนทานครั้งแรกจะมีความสุขที่ได้ทานขนมหวานแสนอร่อย แต่เมื่อเราทานบ่อย ๆ ก็ารู้สึกเฉย ๆ

2) ชีวิตที่ดี (The Good Life) เป็นความสุขขั้นที่สองของชีวิต คือ การที่เรามีสมาธิจดจ่อกับสิ่งที่ทำอย่างไม่เบื่อหน่าย ทำให้เวลาผ่านไปอย่างรวดเร็วโดยที่เราไม่รู้ตัว เช่น การทำงานที่เรารักทำให้เรารู้สึกสนุกและอยากทำงานอย่างเต็มที่

3) ชีวิตที่มีความหมาย (The Meaningful Life) เป็นความสุขขั้นสูงสุดในชีวิต คือ การที่ได้ทำสิ่งที่เรารักแล้วสิ่งนั้นส่งผลดีต่อให้คนรอบข้างและทำให้เราได้มีความสุขไปด้วย เป็นการเติมเต็มความหมายให้แก่ชีวิตเช่น การได้ทำประโยชน์ให้สังคม เป็นต้น (Seligman, 2011)

วิจัยบนฐานแห่งหลักการสร้างความสุขและทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง PAR แสดงให้เห็นผ่านการสร้างวงจรในกระบวนการของ PAR อันทรงเสน่ห์ ตอกย้ำให้พบว่ามีแตกต่างที่ซุกซ่อนอยู่ แตกต่างจากวิจัยรูปแบบอื่นที่ความรู้จะอยู่ในโครงสร้างของสังคม และนักวิจัยจะไม่มีบทบาทในการกระตุ้นหรือเปลี่ยนแปลงสิ่งใด ๆ การแสวงหาความรู้ไม่ใช่การแสวงหาความยุติธรรม ไม่มีการสร้างวงจรเล็ก ๆ หรือ spiral ไม่มีชุมชนใด ๆ เกิดขึ้นในการวิจัย วงจรเล็ก ๆ คือ ความสุขของมนุษย์ที่ได้ทำในสิ่งที่รักและส่งผลดีต่อคนรอบข้างจึงทำให้นักวิจัยมีความสุขไปด้วย ถือเป็นการวิจัยที่ส่งผลต่อการเพิ่มระดับความสุขของมนุษย์ให้ชีวิตมีความหมาย (The Meaningful Life) ไปโดยอัตโนมัติ กระบวนการปลดปล่อยจะเริ่มต้นจากสิ่งสำคัญคือกระบวนการมีส่วนร่วมของประชาชนในงานพัฒนานั้น



ไม่ว่าจะเป็นขั้นการริเริ่มการพัฒนา เป็นขั้นตอนที่ประชาชน เข้ามามีส่วนร่วมในการค้นหาปัญหา/สาเหตุของปัญหาภายในชุมชน ตลอดจนมีส่วนร่วมในการตัดสินใจกำหนดความต้องการของชุมชน และจัดลำดับความสำคัญของความต้องการของชุมชน ขั้นการมีส่วนร่วมในขั้นการวางแผนในการพัฒนา ซึ่งเป็นขั้นตอนของการกำหนด นโยบาย วัตถุประสงค์ของโครงการ วิธีการตลอดจนแนวทางการดำเนินงานและทรัพยากรที่จะใช้ ขั้นการมีส่วนร่วมในขั้นตอนการดำเนินการพัฒนา เป็นส่วนที่ประชาชนมีส่วนร่วม ในการสร้างประโยชน์ให้กับชุมชน โดยได้รับการสนับสนุนด้านงบประมาณ เทคโนโลยี ฯลฯ จากองค์กร ภาครัฐพัฒนา ขั้นการมีส่วนร่วมในขั้นตอนรับผลประโยชน์จากการพัฒนา ซึ่งเป็นทั้งการได้รับผลประโยชน์ทางด้านวัตถุและทางด้านจิตใจ ขั้นการมีส่วนร่วมในขั้นประเมินผล การพัฒนาเป็นการประเมินว่าการที่ประชาชนเข้าร่วมพัฒนา ได้ดำเนินการสำเร็จตามวัตถุประสงค์เพียงใด การประเมินอาจประเมินแบบย่อย (Formative Evaluation) เป็นการประเมินผล ความก้าวหน้าเป็นระยะ ๆ หรืออาจประเมินผลรวม (Summative Evaluation) ซึ่งเป็นการประเมินผล สรุปรวบยอด

ความผูกพันในกระบวนการวิจัยนำมาซึ่งความสุทธระยะยาว

ความผูกพันในการวิจัยมาจากกระบวนการมีส่วนร่วมโดยเรื่องนี้ Adrono และ Horkhemer (1982) ได้เคยพูดถึงไว้อย่างน่าสนใจว่า การวิจัยเชิงปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วม (PAR) สามารถสร้างชีวิตให้กับสังคม ปัจจุบันสังคมแห่งผู้คนเต็มไปด้วยความห่างเหินต่อกัน ใกล้แค่ไหนก็เหมือนไกลห่างกันด้วย ปัจจัยแวดล้อมดังที่เห็นเป็นอยู่ PAR ช่วยให้หวนกลับมาใกล้ชิดและมีความสัมพันธ์อันดีต่อกัน โดยได้ชูเรื่องความแตกต่างทางวัฒนธรรมที่ทำให้มนุษย์ยากที่จะทำความเข้าใจต่อกัน ดังนั้นความผูกพันในกระบวนการวิจัยจึงเกิดขึ้นจากประสบการณ์ของ McTaggart (1988) เชื่อมโยงเรื่องของการตีความ เข้ามาอย่างน่าสนใจ เพราะการตีความเป็นกระบวนการที่สมาชิกในการวิจัยเชิงปฏิบัติการจะได้ร่วมกันแบ่งปันความคิดระหว่างกัน ทำให้จิตสำนึกเคลื่อนตัว ทั้งจิตไร้สำนึกด้วย เกิดความสนใจและการปฏิบัติ ซึ่งจะเห็นได้ว่าแนวคิดมนุษยนิยมผูกพันอยู่กับกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการ เพราะการมีส่วนร่วม Cohen and Uphoff (1980) กล่าวว่า การมีส่วนร่วมของประชาชนในงานพัฒนาโดยทั่วไป ประชาชนอาจเข้าร่วมในกระบวนการตัดสินใจว่าจะทำอะไร เข้าร่วมในการนำโครงการไปปฏิบัติโดยเสียสละทรัพยากรต่าง ๆ เช่น แรงงาน วัสดุ เงิน หรือร่วมมือในการจัดกิจกรรมเฉพาะด้าน เข้าร่วมในผลที่เกิดจากการพัฒนาและร่วมในการประเมินผลโครงการ นอกจากลักษณะการมีส่วนร่วมดังที่กล่าวมาแล้ว ยังมีผลการศึกษาอีกบางส่วนที่กล่าวถึง ลักษณะการมีส่วนร่วม โดยแบ่งตามบทบาทและหน้าที่ของผู้เข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนา การวิจัยเป็นรูปแบบหนึ่งของการแสวงหาความรู้ ความจริง ที่ถูกต้อง เชื่อถือได้ ตรวจสอบได้ เกี่ยวกับปรากฏการณ์ต่าง ๆ ในสังคมด้วยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ เชิงปฏิบัติการ หมายถึง การปฏิบัติงานในกิจกรรมการพัฒนาที่ควบคู่ไปกับการวิจัย การมีส่วนร่วม หมายถึง การเข้าร่วมอย่างแข็งขันของกลุ่มบุคคลในขั้นตอนต่าง ๆ ของการดำเนินกิจกรรมอย่างหนึ่ง



กล่าวโดยสรุปได้ว่า การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม คือ การแสวงหาความรู้ ความจริง ที่ถูกต้อง เชื่อถือได้ ตรวจสอบได้โดยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ ซึ่งมีกลุ่มบุคคลเข้ามาร่วมกันเรียนรู้เพื่อ รู้จักตัวเอง ชุมชน สิ่งแวดล้อม ให้เห็นปัญหาของตัวเอง และเห็นทางแก้หรือทางออกจากปัญหา โดยลงมือปฏิบัติจริง ได้ผลจริง แก้ปัญหาได้จริง สอดคล้องกับที่ Stringer (2007) เคยกล่าวว่าวิธีการเรียนรู้ที่ดีที่สุดคือการกระทำและวิธีการกระทำที่ดีที่สุดในความหมายแห่งการเรียนรู้ในการวิจัยเชิงปฏิบัติการ การเรียนรู้และการกระทำ

PAR กระตุ้นให้บุคคลสามารถเสริมสร้างความสุขผ่านแนวคิดการมองโลกในแง่ดีโดยการเรียนรู้ หรือแนวคิด learned Optimism ของ Seligman (2011) งานศึกษาดังกล่าวเป็นการศึกษาความมั่นใจ และความรู้สึกมุ่งมั่นพยายามต่อสู้เพื่อความสำเร็จโดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค แนวคิดนี้ได้พัฒนาต่อยอดมาจากแนวคิดการช่วยเหลือตนเองไม่ได้จากการเรียนรู้ (Learned Helplessness) ของ Maier และ Seligman (1960) เป็นการศึกษาปรากฏการณ์ทางจิตวิทยากับลูกสุนัขในห้องทดลอง ด้วยการให้ลูกสุนัขยืนบนกล่องที่สามารถปล่อยกระแสไฟฟ้า โดยได้แบ่งกลุ่มการทดลองออกเป็นสามกลุ่ม ได้แก่ 1) กลุ่มลูกสุนัขที่จะต้องโดนกระแสไฟฟ้าช็อตเพียงชั่วคราว 2) กลุ่มลูกสุนัขที่จะต้องโดนกระแสไฟฟ้าช็อตไปเรื่อย ๆ แต่สามารถหยุดได้ด้วยการเรียนรู้ที่จะกดปุ่ม และ 3) กลุ่มลูกสุนัขที่โดนกระแสไฟฟ้าช็อตไปเรื่อย ๆ อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทั้งนี้ก่อนที่ผู้ทดลองจะปล่อยกระแสไฟฟ้าช็อตลูกสุนัข จะมีหลอดไฟกระพริบแสงเพื่อให้สัญญาณบอกล่วงหน้าว่า จะโดนกระแสไฟฟ้าช็อต ซึ่งลูกสุนัขจะเรียนรู้ที่จะรีบกระโดดหนีก่อนที่จะถูกกระแสไฟฟ้าช็อต หลังจากผ่านกระบวนการพบว่า ลูกสุนัขกลุ่มที่ 1 และ 2 สามารถผ่านไปได้ แต่ลูกสุนัขกลุ่มที่ 3 มีภาวะซึมเศร้าอย่างเห็นได้ชัด เมื่อเข้าสู่การทดลองที่สอง โดยการนำลูกสุนัขทุกตัวมาใส่ไว้ในกล่องที่ถูกกระแสไฟฟ้าช็อตตลอดเวลา ผลปรากฏว่าลูกสุนัขกลุ่มที่ 1 และ 2 สามารถกระโดดออกมาจากกล่องได้ แต่ลูกสุนัขกลุ่มที่ 3 กลับไม่ทำอะไรเลยนอนอยู่อย่างนั้น เพราะลูกสุนัขกลุ่มที่ 3 เกิดการเรียนรู้แล้วว่า ไม่ว่าจะทำอย่างไรเขาก็หนีจากการถูกกระแสไฟฟ้าช็อตไม่ได้ กล่าวคือ สถานการณ์มันเลวร้ายและเรียนรู้ที่จะไม่สู้กับอุปสรรค ผลจากการทดลองในครั้งนี้ ศาสตราจารย์ Seligman (2011) ได้พัฒนาต่อยอดเป็นแนวคิดการมองโลกในแง่ดีโดยการเรียนรู้ (Learned Optimism) โดยแบ่งการมองโลกในแง่ดีออกเป็น 3 มิติ คือ 1) ความคงทนถาวร (Permanence) เชื่อว่าเหตุการณ์เกิดแบบชั่วคราวหรือถาวร 2) ความครอบคลุม (Pervasiveness) เชื่อว่า เหตุการณ์เกิดขึ้นเฉพาะตนเองหรือเกิดกับคนทั่วไป และ 3) ความเป็นตนเอง (Personalization) เชื่อว่าเหตุการณ์เกิดขึ้นเพราะตนเองหรือจากบุคคลอื่น (Seligman, 2011)

จากตัวอย่างงานศึกษานี้ทำให้ผู้เขียนเห็นว่า การที่ PAR มุ่งกระบวนการมีส่วนร่วมเพื่อเปิดพื้นที่ นั้นเป็นการสร้างความมั่นใจและความรู้สึกมุ่งมั่นให้กับคณะผู้วิจัยที่เลือก PAR เป็นกระบวนการวิหาคำตอบ ให้กับคำถามวิจัย เรียกอีกนัยหนึ่งก็เป็นการเปิดพื้นที่ให้แนวคิดการมองโลกในแง่ดีโดยการเรียนรู้มีที่ยืน นั่นเอง ไม่ต่างอะไรกับ Seligman ที่เชื่อว่าความมั่นใจและความรู้สึกมุ่งมั่นพยายามต่อสู้เพื่อความสำเร็จ โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคจะมีผลต่อการพัฒนาต่อยอดจนกลายเป็นแนวคิดการมองโลกในแง่ดีโดย



การเรียนรู้ (Learned Optimism) สร้างความสุขระยะยาวที่เป็นคำตอบที่มนุษย์เฝ้าค้นหามานานแสนนานได้จากจิตวิทยาเชิงบวก

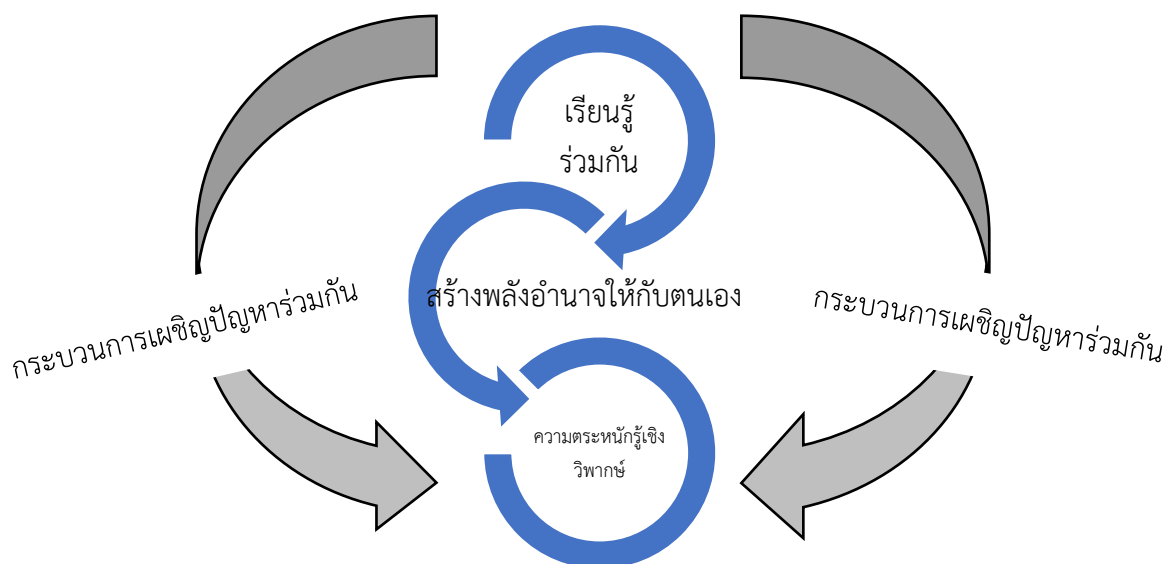
ทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงร่วมกับแนวคิดเสวนาของเปาโล แพร่

ไม่มีใครเหนือกว่าใคร ทุกคนเท่าเทียม “Nobody is superior to anyone else” (Freire, 2017) หลายการสนับสนุนจากหลายข้อมูลระบุชัดเจนว่า ทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงในแนวคิดของนักการศึกษาชาวบราซิลคนนี้น่าสนใจยิ่ง เขาแนะนำว่าควรใช้การศึกษาเชิงวิพากษ์ในกระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง เขาปฏิเสธว่าประชาชนไม่ใช่แจกันที่ว่างเปล่าที่มีหน้าที่ถูกยึดเยียดมโนสำนึกกลวง เขาสนับสนุนความเท่าเทียมกันระหว่างครูกับนักเรียน และเน้นกระบวนการเรียนรู้ร่วมกัน สร้างพลังอำนาจให้กับตนเองด้วยตนเอง เปาโล แพร่ ไม่มองว่าประชาชนไม่รู้อะไรเลย แต่เขากลับมองว่าความตระหนักรู้เชิงวิพากษ์จะถูกทำให้เกิดมีขึ้นได้จากกระบวนการเผชิญปัญหา ร่วมกัน มีการปฏิบัติ การสะท้อนปัญหา เปลี่ยนแปลงความตระหนักรู้ของตนเอง สามารถทำให้เกิดโอกาสในการแก้ไขปัญหาของผู้เรียน ด้วยการให้ผู้เรียนสังเกต และครูเป็นผู้อำนวยความสะดวกระหว่างการอภิปรายกลุ่ม กระบวนการนี้จะช่วยปลดปล่อยคนให้มีเสรีภาพในการรู้เท่าทันการถูกยึดเยียดมโนสำนึกกลวงทั้งหมดนี้คือกระบวนการเรียนรู้ในเชิงวิภาษวิธี จะช่วยให้ผู้เรียนค้นพบผลการเรียนรู้ของผู้เรียนด้วยการเสวนา ผู้เรียนจะเข้าสู่กระบวนการเปลี่ยนแปลงทางสังคมได้ การฟังและสนทนาร่วมกันสอดคล้องกับแนวคิดการวิจัยเชิงปฏิบัติการที่มุ่งเน้นให้บุคคลสร้างการเปลี่ยนแปลงกลายเป็นผู้สร้างสังคม ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถร่วมกันสร้างศักยภาพไปสู่การเปลี่ยนแปลงภายใต้เงื่อนไขที่กลุ่มกำหนด นั่นเองคือการใช้พื้นฐานทางประชาธิปไตยเพื่อให้ทุกคนเท่าเทียมกันตามแบบฉบับทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงของเปาโล แพร่ เวทีของ PAR คือเวทีแห่งประสบการณ์ที่สะท้อนถึงพัฒนาการทางสังคมและวัฒนธรรมไปพร้อมกัน การสะท้อนแบบนี้จะทำให้เป็นพื้นฐานในการสร้างพลังอำนาจในตนเองด้วยตนเอง ด้วยเหตุนี้การวิจัยเชิงปฏิบัติการจึงถือเป็นกระบวนการประชาธิปไตย และนักวิจัยก็เป็นผู้อำนวยความสะดวกไม่ต่างอะไรกับครูตามแนวคิดของเปาโล แพร่ ครูใช้กระบวนการเรียนรู้ในเชิงวิภาษวิธีเพื่อพัฒนาผู้เรียนฉันใด นักวิจัยก็ใช้กระบวนการเรียนรู้ในเชิงวิภาษวิธีเพื่อพัฒนาผู้ร่วมวิจัยฉันนั้น ไม่แตกต่างกัน

การเสวนาในแบบของแพร่นี้คือกระบวนการแห่ง PAR เป็นเครื่องมือค้นหาความรู้ความจริงเพื่อให้ผู้ร่วมวิจัยหลุดพ้นจากการถูกอำนาจความรู้ครอบงำและค้นหาแนวทางปฏิบัติใหม่ร่วมกันเพื่อสร้างความรู้ที่ถูกต้องและสร้างความรู้ที่เข้มแข็ง นี่คือการบวนการที่เป็นประชาธิปไตยที่ไม่สามารถเกิดได้เองโดยไม่มีการจัดกระทำหรือตีความอำนาจแบบใหม่ การจัดการศึกษาเพื่อสร้างพลังอำนาจคือพื้นฐานของ PAR และเปาโล แพร่ เชื่อเหลือเกินว่า สิ่งที่เกิดขึ้นคือการเปลี่ยนแปลงที่ไม่ได้เกิดขึ้นกับนักเรียนเพียงอย่างเดียว แต่การเปลี่ยนแปลงนั้นเกิดขึ้นกับครูผู้สอนด้วย (วรรณดี สุทธินรากร, 2559) ไม่ต่างกับผลของ PAR ที่การเสวนาวิวาทะระหว่าง PAR จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงไม่ใช่แค่ต่อผู้เข้าร่วม แต่การสะท้อนที่ย้อนแย้งจะส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงต่อนักวิจัยด้วยเช่นกัน เพราะการเสวนาถือเป็น



หนทางของการปลดปล่อยพันธนาการทางความคิด การกระทำภายใต้ความสัมพันธ์ที่ไม่ยุติธรรมไปสู่ความคิด และการกระทำที่เต็มไปด้วยอิสระและเสรีภาพ ซึ่งนี่คือหัวใจของการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงและการวิจัยเชิงปฏิบัติการอย่างมีส่วนร่วมในมุมมองของเปาโล แพร์ เนื่องจาก การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ถือเป็นการวิจัยที่ผสมผสานการวิจัยแบบมีส่วนร่วมกับการวิจัยเชิงปฏิบัติการ รวมทั้งวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพเข้าด้วยกัน เพื่อได้มาซึ่งองค์ความรู้ใหม่ นักวิจัยต้องการสร้างการปลดปล่อยเพื่อการเปลี่ยนแปลงให้เกิดขึ้นในชุมชน โดยคณะวิจัย ชุมชนและแกนนำชาวบ้านมีส่วนร่วมในการสะท้อนที่ย้อนแย้งผ่านการวิจัยทุกขั้นตอนบนหลักการสร้างความสุขตั้งแต่ร่วมคิด ร่วมตัดสินใจ ร่วมทำ ร่วมตรวจสอบและร่วมรับประโยชน์ควบคู่ไปกับกระบวนการเรียนรู้ของชุมชน โดยยึดประชาชนเป็นศูนย์กลางแห่งการเสวนาและแก้ปัญหาโดยใช้กระบวนการเรียนรู้ผ่านการพูดคุยแลกเปลี่ยน ดังแผนภาพที่ 1



แผนภาพที่ 1 การสะท้อนที่ย้อนแย้งสู่การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง
ผ่านการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม

มาถึงตรงนี้ ผู้เขียนมีตัวอย่างของแนวคิดสุนทรียสาธก (Appreciative Inquiry) ของ Cooperrider & Whitney (1999) ซึ่งเป็นกระบวนการศึกษาร่วมกันเพื่อค้นหาสิ่งที่ดีที่สุดในตัวเรา โดยใช้ศิลปะการถามคำถามเชิงบวกให้ได้คำตอบเชิงบวก แล้วนำคำตอบที่ได้มาสร้างสรรค์ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางบวก สำหรับเทคนิคการประยุกต์ใช้แนวคิดสุนทรียสาธกเพื่อส่งเสริมความสุขในการเรียนคือ นิสิตทำกิจกรรม 4D ตามแนวคิดสุนทรียสาธกเพื่อสร้างความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์ โดยมีขั้นตอนการทำกิจกรรม 4 ขั้นตอน ดังนี้

1) การค้นหาสิ่งที่ดีที่สุด (Discovery) นิสิตดำเนินการสนทนากลุ่มโดยใช้คำถามเชิงบวก และให้เพื่อนได้มีการแลกเปลี่ยนเรื่องราวผ่านการเล่าเรื่อง แลกเปลี่ยนประสบการณ์ในเชิงบวกร่วมกัน



ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับความเป็นนิสิต ความภาคภูมิใจ ความรู้ที่ได้รับจากการเข้าชั้นเรียนรวมถึง การทบทวนรายละเอียดของความสำเร็จต่าง ๆ ที่เคยเกิดขึ้นที่มีความเกี่ยวข้องและส่งผลต่อการทำวิทยานิพนธ์

2) การกำหนดผลลัพธ์หรือเป้าหมายที่พึงประสงค์ (Dream) นิสิตสนทนาและระดมความคิดเกี่ยวกับวิสัยทัศน์หรือภาพในอนาคตของการดำเนินการในสร้างความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์

3) การออกแบบวิธีการ เพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ (Design) นิสิตใช้คำถามเพื่อกระตุ้นให้เพื่อนร่วมกันเสนอแนะแนวทางในการดำเนินการออกแบบหรือวางแผนการดำเนินการเพื่อสร้างความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์

4) การดำเนินงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายตามวัตถุประสงค์ (Destiny) นิสิตนำแนวทางและแผนงานที่ได้จากการสนทนากลุ่มไปใช้ในการปฏิบัติเพื่อให้เกิดผลลัพธ์ที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างความสำเร็จในการทำวิทยานิพนธ์อย่างเป็นรูปธรรม เป็นต้น

จากแนวคิดดังกล่าวทำให้เห็นว่ากระบวนการศึกษาร่วมกันอย่างเท่าเทียม คือ PAR เล็ก ๆ ในห้องเรียน การเสวนาและสนทนานำมาซึ่งความสุขจากการค้นหาคำตอบอย่างสร้างสรรค์ และทั้งหมดนี้คือกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันเพื่อการเปลี่ยนแปลงที่เต็มเปี่ยมไปด้วยความหมาย เต็มไปด้วยการเผชิญปัญหาและประสบการณ์ผ่านการสนทนาเชิงวิพากษ์ การกระตุ้นร่วมกัน การมีส่วนร่วมร่วมกันและการเน้นย้ำประสบการณ์ ระหว่างทางนั้นผู้ร่วมวิจัยจะมีบทบาททุกขั้นตอน กระบวนการเรียนรู้ร่วมกันซ่อนอยู่ทุกอณูระหว่างทางแห่ง spiral ใน PAR ประกาศให้โลกรู้ผ่านวิจัยบนฐานแห่งหลักการสร้างความสุขและทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงว่า ไม่มีใครเหนือกว่าใคร ทุกคนเท่าเทียม “Nobody is superior to anyone else” (Freire, 2017)

บทสรุป

ไม่ว่าจะใช้วงจรแบบ PAOR ที่ประกอบไปด้วย 1) การวางแผนเพื่อไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น (Plan) 2) ลงมือปฏิบัติตามแผน (Action) 3) สังเกตการณ์ (Observe) 4) สะท้อนกลับ (Reflection) กระบวนการและผลของการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นและปรับปรุงแผนการ (Kemmis & McTaggart, 1988) ในการหาคำตอบเพื่อคำถามการวิจัยหรือไม่ หรือจะหยิบยกทฤษฎีอื่นใดมาวิเคราะห์ก็ตามแต่ ท้ายสุดความสุขอันเกิดจาก PAR จะสร้างกระบวนการทัศน์ใหม่ให้การวิจัยทางสังคมศาสตร์ในทุกครั้งด้วยกระบวนการแสวงหาความจริงอย่างเป็นระบบ เพราะ PAR คือสัญญาของการวิจัยแห่งอิสรภาพ ไม่ใช่เพียงแค่การวิจัยกับประชาชน หากแต่เป็นการวิจัยของประชาชนและเป็นกระบวนการมีส่วนร่วมอย่างแท้จริง ทำให้เกิดความรู้ที่ตรงจุด ทำลายความเชื่อเดิมที่ยึดถือกันแต่นักวิจัยมีอาชีพเท่านั้น ในบทความวิชาการนี้ผู้เขียนไม่ได้ต้องการโต้แย้งคุณภาพของงานวิจัยในทุกรูปแบบของนักวิจัยมีอาชีพ แต่เพียงต้องการให้เห็นหลายมุมมองตามทัศนะของหลายนักคิดที่พวกเขาต่างพยายามผลิตความคิดและชุดความรู้ขึ้นมาเพื่อให้โลกได้ยินเสียงแห่งคุณค่าของการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงอันเป็นหัวใจสำคัญของ PAR หรือการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ตอกย้ำคำว่าส่วนร่วมที่ไม่ใช่เพียงการจับมือไป



ด้วยกันเท่านั้น แต่ระหว่างทางซ่อนเร้นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้อย่างมีความสุข เต็มไปด้วยการยอมรับอย่างเสมอภาคและเท่าเทียม ไม่มองว่านักวิจัยหรือผู้ร่วมวิจัยใครสำคัญกว่ากัน แต่มองว่าการให้เกียรติรับฟังกันคือหัวใจในเวทีเสวนา การวิพากษ์ การย้อนแย้งซึ่งกันและกันคือกระบวนการของการสร้างสำนึกรู้ร่วมกัน PAR จะช่วยทำลายขีดจำกัดของการคิดที่ว่าเราคือคนไม่รู้ PAR ช่วยสร้างความแข็งแกร่งกล้าติดอาวุธให้ปัญญาด้วยวิธีปลดปล่อยให้กับผู้คนที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยทั้งคนในและคนนอก ต่างฝ่ายต่างช่วยทำให้เกิดบรรยากาศของความผูกพันระหว่างกระบวนการวิจัยเปี่ยมไปด้วยการเห็นอกเห็นใจมนุษย์เกิดขึ้นได้ง่ายเสมอระหว่างทางแห่งการแลกเปลี่ยนพูดคุยอย่างเป็นเหตุเป็นผล และนั่นเองคือหนทางแห่งการสร้างความรู้ที่เข้มแข็งและยั่งยืนตามทฤษฎีการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงก้าวหน้าเชิงวิพากษ์ด้วย PAR สู่การสร้างสรรคิยฐานแห่งหลักการสร้างความสุขอย่างยั่งยืน

เอกสารอ้างอิง

- จุฑาทิพย์ พัทธกษ. (2555). *การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมเพื่อพัฒนากระบวนการเรียนรู้ของชุมชนเรื่องเพศวิถีของวัยรุ่น*. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ปริญญ์ ไชยนิชัย. (2563). การปรับเปลี่ยนมโนทัศน์ของคนพิการผู้ประสบวิกฤตด้วยการเสริมพลังอำนาจตนเองกรณีศึกษา สื่อนหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ “จิตสดใสแม่กายพิการ” ของอาจารย์กำพลทองบุญนุ่ม. *วารสารวิทยาลัยราชสุดาเพื่อการศึกษาและพัฒนาคนพิการ*. 16(2), 113-123.
- วรรณดี สุทธิธนากร. (2559). *การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมและกระบวนการทางจิตสำนึก*. กรุงเทพมหานคร: สยามปริทัศน์.
- Cohen, J.M., & Uphoff, N.T. (1980). *Participations place in rural development: Seeking clarity through specificity*. New York: World Developments.
- Cooperrider, D. L., & Whitney, D. (1999). *Collaborating for change: Appreciative inquiry*. Oakland, CA: Berrett-Koehler.
- Freire, P. (2017). *Pedagogia da autonomia*. São Paulo: Paz e Terra.
- Horkheimer, M., & Adorno, T. W. (1982). *Dialectic of enlightenment*. New York: Continuum.
- Kemmis, s. and McTaggart, R. (1988). *The Action Research planner*. (3rd ed.). Geelong, Victoria, Australia: Deakin University Press.
- Park, C. L. (2003). The Psychology of religion and positive psychology. *Psychology of Religion. American Psychological Association* 35, 28(4), 1-20.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York, NY: Atria Books.
- Stringer, E. T. (2007). *Action Research*. (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.