



การพัฒนาทักษะซอฟต์แวร์สกีด้วยการดำเนินโครงการจิตอาสา ตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา

THE DEVELOPMENT OF 'SOFT SKILLS' THROUGH THE ACTUALIZATION OF THE VOLUNTEER PROJECT ACCORDING TO THE RULES OF CONTEMPLATIVE EDUCATION

ฐาปกรณ์ อ่วมสถิตย์

Thapakorn Uamsathit

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ

Rajamangala University of Technology Suvarnabhumi

E-mail : Thapakonuamsathit@gmail.com

Received December 25, 2020; Revised January 26, 2021; Accepted April 29, 2021

บทคัดย่อ

มนุษย์ในปัจจุบันได้รับผลกระทบจากสังคมที่ซับซ้อน มีเรื่องราวที่หลากหลายเกิดขึ้น มีการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็ว อาจทำให้สติปัญญา จิตวิญญาณ และพฤติกรรมมีปัญหาหรือขาดประสิทธิภาพในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ซึ่งจำเป็นต้องพัฒนาทักษะทางสังคมหรือที่เรียกว่า ซอฟต์สกีล (Soft Skill)

ผู้เขียนจึงนำเสนอการพัฒนาทักษะซอฟต์แวร์สกีล (Soft Skills) ด้วยการดำเนินโครงการจิตอาสาตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา อันเป็นกระบวนการที่มีลักษณะคล้ายกงล้อ โดยมี 3 ชั้น ชั้นที่ 1 แกนกลาง คือกิจกรรมที่เป็นแกนหลักในการขับเคลื่อนไปสู่การพัฒนา ชั้นที่ 2 กงล้อชั้นใน คือการตระหนักรู้ตัวตน ทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงภายใน และชั้นที่ 3 กงล้อชั้นนอก คือการเปลี่ยนแปลงภายนอกเพื่อการทำงานร่วมกับผู้อื่น ซึ่งเป็นการเรียนรู้จากประสบการณ์จริง อันมีคุณค่าต่อสังคม ผ่านความเข้าใจในตนเอง จนเกิดความเปลี่ยนแปลงภายในและนำไปสู่การเข้าใจผู้อื่นจนเกิดการพัฒนาเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายนอก และสามารถทำงานร่วมกันกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีความสุข

คำสำคัญ: ซอฟต์สกีล, โครงการจิตอาสา, จิตตปัญญาศึกษา

Abstract

Human beings today are affected by complex societies where there are various stories occur. Fast change may cause problems or lack of efficiency in intellect, spirit, and behavior coexistence with others, which is necessary to develop social skills, known as Soft Skill.



The author therefore presents the development of Soft Skills by implementing a volunteer project based on the Rules of Contemplative Education, which is a wheel-like process with 3 tiers. 1st tier, the core or the core activity, the main drive towards development; 2nd tier, the inner wheel, the self-awareness to transform the inner and 3rd tier, the outer wheel, the external transformation for working with others, which is learning from real experiences that is value to society through self-understanding that causes internal changes and leads to understanding of others, developing external behavior changes and being able to work together with others effectively and happily.

Keywords: Soft Skills, Volunteer project, Contemplative Education

บทนำ

สังคมปัจจุบันเป็นสังคมที่ซับซ้อน มนุษย์มีความหลากหลายทางความคิด ความเชื่อ วัฒนธรรม มีข้อมูลข่าวสารที่ไร้พรมแดน สะดวกรวดเร็ว และเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มีสิ่งอำนวยความสะดวกในด้านต่าง ๆ มากมายมหาศาลและมีการพัฒนาต่อยอดอย่างไม่หยุดยั้ง ทำให้มีการใช้ทรัพยากรเป็นจำนวนมาก เกิดเป็นสถานการณ์ที่มีข้อจำกัดทางทรัพยากร พร้อมกับความต้องการที่ไม่มีสิ้นสุดของมนุษย์ ส่งผลกระทบต่อความอยู่ดีมีสุขในสังคม ทำให้เกิดวิถีแข่งขัน ซึ่งเหล่านี้เป็นสิ่งบีบอัดสัญชาตญาณการเอาตัวรอดของมนุษย์ให้ต้องเก่งกาจ มีความรู้ ความสามารถ ต้องเอาตัวรอดในสังคมที่ซับซ้อนให้ได้ จึงเกิดความเป็นปัจเจก ไม่ค่อยเข้าใจองค์รวมของสังคม เกิดความขัดแย้งได้ง่าย เกิดปัญหาในการอยู่ร่วมกัน และย้อนกลับมาเป็นปัญหาของตนเอง ส่งผลให้ประสิทธิภาพและประสิทธิผลในการทำงานร่วมกันลดลง

สิ่งที่จะช่วยบรรเทาหรือแก้ไขปัญหาช้างต้นได้คือการเสริมสร้างและพัฒนาทักษะซอฟต์แวร์สกิล (Soft Skill) ให้แก่คน โดยเฉพาะเยาวชนที่กำลังเติบโตและจะเข้าสู่สังคมการทำงานร่วมกับผู้อื่นในอนาคต ซึ่งซอฟต์แวร์สกิล (Soft Skill) เป็นทักษะด้านอารมณ์และสังคมที่ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานและจำเป็นยิ่งต่อการใช้ชีวิตร่วมกันในสังคมปัจจุบัน เช่น ทักษะการคิดเพื่อแก้ไขปัญหาที่ซับซ้อน ทักษะการสื่อสาร การบริหารเวลา ความสามารถในการปรับตัว ความฉลาดทางอารมณ์ เป็นต้น โดยจากการสำรวจความคิดเห็นผู้จ้างงานกว่า 2,000 คน พบว่า ซอฟต์แวร์สกิล (Soft Skill) เป็นสิ่งสำคัญที่สุดสำหรับการทำงานร่วมกันถึงร้อยละ 57 (NCWorks, 2018; อ้างถึงใน มนตรี อินตา, 2562) แสดงให้เห็นถึงการยอมรับว่าซอฟต์แวร์สกิล (Soft Skill) สำคัญมากต่อการทำงานร่วมกันในสังคม

กระบวนการที่จะเสริมสร้างและพัฒนาทักษะดังกล่าวต้องใช้เวลาและความซับซ้อน เพราะซอฟต์แวร์สกิลเป็นทักษะเพื่อการทำงานร่วมกันกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีความสุข ซึ่งคำว่า “ผู้อื่น” คือสิ่งมหัศจรรย์เกินหยั่งถึง ซับซ้อนยิ่งกว่าซับซ้อน ฉะนั้นเราต้องทำความเข้าใจให้ได้มากที่สุด เพื่อนำไปสู่จุดรวมที่ยอมรับได้เป็นมัชฌิมาวิถีในการอยู่ร่วมกัน แต่ก่อนที่จะเข้าใจผู้อื่นเราต้องเข้าใจ



ตนเอง ตระหนักรู้ถึงตัวตนให้ชัดแจ้งก่อน เพื่อให้เกิดสติปัญญาและจิตใจที่เข้มแข็งมั่นคงนำไปสู่การเสริมสร้างและพัฒนาทักษะซอฟต์แวร์สกิล (Soft Skill) ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสิ่งที่จะช่วยให้ตระหนักรู้ถึงตัวตน รู้ความคิด รู้จิตใจดังกล่าวคือการศึกษาศาสตร์ที่เรียกว่าจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative ducation)

จิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) เป็นการศึกษาที่มุ่งเน้นและให้ความสำคัญกับการสำรวจภายในตนเอง การพัฒนาการตระหนักรู้ โดยการเรียนรู้ด้วยจิต เน้นการพัฒนาสติปัญญา ความคิด และอารมณ์ความรู้สึกของตนเอง (ปราณี อ่อนศรี, 2557) ซึ่งเหมาะแก่การเข้าใจตนเองอย่างลึกซึ้งและนำไปสู่การเข้าใจผู้อื่นที่จะส่งผลให้เกิดทักษะซอฟต์แวร์สกิล (Soft Skill) โดยผู้เขียนจะนำเสนอแนวทางการพัฒนาทักษะดังกล่าวผ่านกระบวนการดำเนินโครงการจิตอาสา อันเป็นการเรียนรู้จากการปฏิบัติงานจริง (Learning by Doing) ร่วมกับผู้อื่นอย่างเป็นระบบ โดยมีเป้าประสงค์เพื่อช่วยเหลือ แก้ไข หรือพัฒนา เพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อส่วนรวม อันจะเป็นการพัฒนาทักษะซอฟต์แวร์สกิลตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ซอฟต์แวร์สกิล (Soft Skill)

ซอฟต์แวร์สกิล (Soft Skill) คือ ทักษะด้านอารมณ์และทักษะสังคม (สุพรรณิการ์ ชนะนิล และคณะ, 2563) เป็นทักษะที่ช่วยส่งเสริมความฉลาด ความสามารถทางอารมณ์ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การทำงานร่วมกับผู้อื่น ทำให้การทำงานมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เป็นทักษะที่ช่วยให้สามารถดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างไม่เป็นปัญหา (ชลธร โชติเกียรติเวช และวัลลภา อาริรัตน์, 2560) และที่สำคัญเป็นทักษะที่ “ปัญญาประดิษฐ์” (AI : Artificial Intelligence) ไม่มีหรือสร้างขึ้นไม่ได้ (สมาคมการจัดการธุรกิจแห่งประเทศไทย, 2562) โดยซอฟต์แวร์สกิล (Soft Skill) ที่จำเป็นต่อการทำงานหรืออยู่ร่วมกันในสังคม ได้แก่

1. การสื่อสาร (Communication) เป็นทักษะสำคัญที่ใช้ติดต่อกันระหว่างบุคคลและหน่วยงาน ทั้งการรับสารและการถ่ายทอดสาร เพราะทำให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน ทั้งด้านการดำเนินงานให้สำเร็จลุล่วง ด้านปฏิสัมพันธ์เพื่อสร้างมิตรเครือข่ายและลดปัญหาความขัดแย้ง

2. การคิดริเริ่มสร้างสรรค์ (Creative Thinking) คือความสามารถที่จะสร้างสิ่งใหม่ ๆ ขึ้นโดยอาศัยประสบการณ์ที่มีอยู่เดิม และพัฒนาขึ้นเป็นความคิดใหม่ที่ต่อเนื่องและมีคุณค่าความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ (วีระชัย ภักดีจ่อหอ, 2555)

3. การแก้ไขปัญหาที่ซับซ้อน (Complex Problem Solving) เป็นทักษะการแก้ปัญหาในโลกแห่งความเป็นจริงซึ่งมีความซับซ้อนมากกว่าการแก้ปัญหาแบบปกติ เป็นทักษะที่จำเป็นอันดับหนึ่งของศักยภาพมนุษย์ ที่ต้องพัฒนาในโลกที่กำลังก้าวเข้าสู่ศตวรรษที่ 21 (วิทวัส เพ็ญภู และคณะ, 2563)



4. การบริหารเวลา (Time Management) คือ การจัดการ กำหนด และควบคุมเวลา ให้เพียงพอเหมาะสมกับกิจในชีวิตตามเป้าประสงค์ที่กำหนด เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการทำงาน โดย สถาบันดำรงราชานุภาพ (2553) กล่าวถึงความจำเป็นที่ต้องบริหารเวลาไว้ดังนี้

- 1) เวลาเป็นทรัพยากรที่มีจำกัด ใช้แล้วหมดไป
- 2) เวลาไม่สามารถซื้อเพิ่มได้ ไม่สามารถยืมหรือจน
- 3) เวลาไม่สามารถเก็บเอาไว้ใช้ได้
- 4) เวลาผ่านไปเรื่อย ๆ ไม่หวนย้อนกลับมาอีก

5. การทำงานเป็นทีม (Team Work) คือการร่วมกันปฏิบัติงานด้วยแรงกายแรงใจ เพื่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์ของงาน โดย ชนาพร ชันธบุตร (2560) กล่าวว่าการทำงานเป็นทีมต้องมีหลัก 3P คือมีวัตถุประสงค์ที่ชัดเจน (Purpose) มีการจัดลำดับความสำคัญ (Priority) มีผลการทำงาน (Performance)

6. การปรับตัวในสังคมที่แตกต่าง (Acculturation) คือการทำความเข้าใจธรรมชาติของสังคมนั้น ๆ ซึ่งแต่ละสังคมไม่ว่าขนาดเล็กหรือใหญ่ย่อมมีความต่าง เช่น แนวคิด วัฒนธรรม ค่านิยม ความสนใจ บรรยากาศ ฯลฯ เมื่อเข้าใจแล้วหรือปรับใจได้แล้วก็ต้องปรับตัวหรือปรับพฤติกรรมตามซึ่งต้องไม่ขัดกับคุณธรรมจริยธรรม เพื่อให้อยู่ในสังคมนั้นได้

7. ความเป็นผู้นำ (Leadership) คือ สามารถชักจูงผู้อื่นให้คล้อยตามได้และเป็นที่ยอมรับสามารถนำพากลุ่มคนให้ปฏิบัติงานจนสำเร็จลุล่วงได้ โดย สุเมธ แสงนิมิต (2552) กล่าวว่า “ผู้นำ” กับ “หัวหน้า” อาจแตกต่างกันคือ ผู้นำ ใช้การจูงใจด้วยภาวะผู้นำ (Leadership) ใช้อำนาจบารมี (Power) ที่ภาษาไทยเรียกว่า “พระคุณ” จึงทำให้คนยอมรับปฏิบัติด้วยความเต็มใจ เรียกว่าคนเกรงใจ ส่วน หัวหน้า ใช้ภาวะความเป็นหัวหน้า (Headship) หรือความเหนือกว่า ใช้อำนาจบังคับบัญชา (Authority) หรือ “พระเดช” ซึ่งคนจะยอมรับหรือไม่ยอมรับก็ต้องปฏิบัติตาม เรียกว่าคนเกรงกลัว

ลักษณะของจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) ที่เหมาะกับการพัฒนาทักษะซอฟต์แวร์ (Soft Skill)

จิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) คือกระบวนการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ เน้นการพัฒนาภายในอย่างแท้จริง เพื่อให้เกิดความตระหนักรู้ถึงคุณค่าของสรรพสิ่ง โดยปราศจากอคติ เกิดความรักความเมตตา อ่อนน้อมต่อธรรมชาติ มีจิตสำนึกต่อส่วนรวม และสามารถเชื่อมโยงศาสตร์ต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างสมดุล (สุนน อมรวิวัฒน์, 2551) ซึ่งผู้เขียนได้สังเคราะห์และนำเสนอ ลักษณะของจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) ที่เหมาะกับการพัฒนาทักษะซอฟต์แวร์ (Soft Skill) โดยมีหลักการพื้นฐานในการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามข้อมูลของศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล (2552) ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของธนา นิลชัยโกวิท และคณะ (2551) ดังต่อไปนี้



1. การพิจารณาด้วยใจอย่างใคร่ครวญ (Contemplation) คือการเข้าสู่ภาวะจิตใจที่เหมาะสมต่อการเรียนรู้แล้วสามารถนำจิตดังกล่าวไปใช้พิจารณาไตร่ตรองในด้านพุทธิปัญญา (Cognitive) ด้านระหว่างบุคคล (Interpersonal) และด้านภายในบุคคล (Intrapersonal) โดยผู้จัดการเรียนรู้จะต้องออกแบบกระบวนการที่กระตุ้นให้ผู้ร่วมกระบวนการเกิดการเกิดการใคร่ครวญอย่างลึกซึ้งซึ่งเกี่ยวกับตนเอง โดยสร้างเงื่อนไข ความสัมพันธ์ และประสบการณ์ต่าง ๆ โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานของจิตใจที่สงบ มีสมาธิ ผ่อนคลาย และตระหนักรู้ โดยเมื่อเข้าใจตัวเองอย่างลึกซึ้งแล้ว ก็จะเกิดกระบวนการทัศน์ (Paradigm) ใหม่สำหรับการทำความเข้าใจคน ซึ่งจะนำไปสู่การปรับตัวในสังคมที่แตกต่าง ลดปัญหาความขัดแย้งในการทำงานเป็นทีมได้ และเป็นคุณสมบัติขั้นเยี่ยมอย่างหนึ่งสำหรับการเป็นผู้นำ

2. ความรัก ความเมตตา (Compassion) คือการสร้างบรรยากาศของความรัก ความเมตตา ความไว้วางใจ การเข้าใจ และการยอมรับ รวมทั้งการมีน้ำใจช่วยเหลือผู้อื่นบนฐานของความมั่นใจในศักยภาพของความเป็นมนุษย์ เน้นความสำคัญของความไว้วางใจ เปิดใจยอมรับ ความสบายใจ ความจริงใจ และความห่วงใยซึ่งกันและกัน ซึ่งเป็นการพัฒนาจิตพิสัย (Affective Domain) จะเกี่ยวกับความรู้สึกและจิตใจ ซึ่งจะเริ่มจากการได้รับรู้จากสิ่งแวดล้อม แล้วจึงเกิดปฏิกิริยาโต้ตอบ จากนั้นขยายกลายเป็นความรู้สึกด้านต่าง ๆ จนกลายเป็นค่านิยม และยังพัฒนาต่อไปเป็นความคิด อุดมคติ ซึ่งจะเป็ความคอบคุมทิศทางพฤติกรรมของคน เหมาะกับการพัฒนาทักษะการเป็นผู้นำ การปรับตัวในสังคมที่แตกต่าง และการทำงานเป็นทีม

3. การเชื่อมโยงสัมพันธ์ (Connectedness) คือการสร้างสรรคและผสมผสานการเรียนรู้ในแง่มุมต่าง ๆ ให้เกิดการเรียนรู้ที่เป็นองค์รวม เชื่อมโยงกับตัวเองและธรรมชาติอย่างแท้จริง โดยเหมาะแก่การพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ ซึ่งถ้าคิดสร้างสรรค์อย่างเป็นระบบ เกิดรูปแบบที่ชัดเจนทำให้กระบวนการสื่อสารเกิดการพัฒนาให้ดียิ่งขึ้นด้วย

4. การเผชิญความจริง (Confrontating reality) คือการให้โอกาสและสร้างเงื่อนไขให้ผู้เข้าร่วมกระบวนการได้เผชิญความจริง 2 ด้านคือ

4.1 ความเป็นจริงในตนเอง เช่น ความคิด ความรู้สึกที่หลีกเลี่ยง ไม่รู้ตัว หรือเก็บซ่อนเอาไว้ ด้วยการค้นหา และสัมผัสกับตัวตนผ่านกิจกรรม และการวินิจัยอย่างลึกซึ้ง โดยไม่หลีกเลี่ยง ภายใต้อ้อมที่ปลอดภัย เปิดกว้าง ยอมรับ และมีความรักความเมตตาทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

4.2 การเผชิญกับสภาพความเป็นจริงที่แตกต่างไปจากวิถีปกติ เช่น คนที่โตมาจากสภาพแวดล้อมที่ต่างกัน ได้ประสบกับเหตุการณ์ที่ต่างจากเดิมพบสภาพความเป็นจริงที่ไม่เคยชินที่กระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ในแง่มุมใหม่ได้เผชิญกับความขัดแย้งที่เกิดจากความแตกต่าง การเผชิญความจริงเป็นการสร้างประสบการณ์ให้พบกับปัญหาทั้งภายในและภายนอก และหาแนวทาง วิธีแก้ไขปัญหาดังกล่าว ซึ่งเป็นการฝึกทักษะการแก้ไขปัญหาที่ซับซ้อน

5. ความต่อเนื่อง (Continuity) เป็นสิ่งสำคัญต่อการเรียนรู้เพื่อการปรับเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมขึ้นพื้นฐาน จะเกิดจากประสบการณ์ที่สะสมมาเรื่อย ๆ อันจะช่วยสร้างเงื่อนไข



ภายในให้พร้อมที่จะเกิดการเปลี่ยนแปลง โดยความต่อเนื่องนี้จะทำให้เกิดพฤติกรรมที่ตกผลึก สามารถนำไปใช้พัฒนาพฤติกรรมด้านความรับผิดชอบต่อนหน้าที่หรือใช้ในการบริหารเวลาเพื่อให้ชีวิตดำเนินไปอย่างเป็นระบบและลงตัว

6. ความมุ่งมั่น (Commitment) คือ ความมุ่งมั่นที่จะค้นหาเพื่อความเข้าใจในตนเอง และเปลี่ยนแปลงตนเอง โดยนำกระบวนการที่ได้รับกลับมาใช้ในชีวิตเพื่อการพัฒนาภายในตนเองอย่างต่อเนื่อง เมื่อพัฒนาเป็นประจำแล้วก็จะเข้าใจกายตนเองอย่างถ่องแท้ เห็นข้อดีข้อเสีย และนำไปสู่ความเข้าใจผู้อื่น จนสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข

7. ชุมชนแห่งการเรียนรู้ (Community) เป็นสิ่งสำคัญของจิตตปัญญาศึกษา โดยการที่จะเกิดชุมชนแห่งการเรียนรู้ขึ้นต้องค่อย ๆ ก่อตัวจากกระบวนการอบรม และมีผลงอกเงยออกมาเป็นองค์ประกอบหลักของการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง โดยมีเหตุผลในแง่มุมต่าง ๆ 4 ประการ คือ

7.1 เป็นพื้นที่ที่ก่อให้เกิดการเรียนรู้อย่างลุ่มลึกบนพื้นฐานของการเปิดใจ เปิดกว้าง ยอมรับซึ่งกันและกัน

7.2 เป็นพื้นที่แห่งการเรียนรู้ที่หลากหลาย เกิดทักษะ ความรู้สึก และความจริงที่แตกต่าง

7.3 ความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นระหว่างสมาชิกในกลุ่ม

7.4 มีเป้าหมาย ความสนใจ และอุดมการณ์ร่วมกัน

หลักการดังกล่าวมีแนวทางในการเรียนรู้จากกิจกรรมการตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาดังต่อไปนี้ (สลักจิต ตรีธณโอภาส, มปป.)

1. การเรียนรู้ผ่านการเคลื่อนไหว (Movement practices) เป็นการฝึกสังเกตและมีสติอยู่กับการเคลื่อนไหวร่างกายในรูปแบบต่าง ๆ เช่น การเดินลีลาศ การเดินจงกรม เป็นต้น

2. การเรียนรู้ผ่านกระบวนการเชิงสร้างสรรค์ (Creation process practices) เป็นการฝึกการสังเกตพิจารณาไตร่ตรองภายในและพัฒนาญาณทัศนะ (Intuition) และความละเอียดอ่อนประณีตผ่านงานสร้างสรรค์ อาทิ การทำงานศิลปะต่าง ๆ เช่น การวาดภาพ การจัดแกะสลัก การแต่งคำประพันธ์ เป็นต้น

3. การเรียนรู้ผ่านการทำกิจกรรมทางสังคม (Activist practices) เป็นการสัมผัสเรียนรู้และพิจารณาไตร่ตรอง เห็นความเชื่อมโยงถึงเหตุและผลของความสุขและความทุกข์ในชีวิตจริง เช่น การเจริญสติในการทำงาน การทำกิจกรรมจิตอาสา

4. การเรียนรู้ผ่านพลังพิธีกรรมศักดิ์สิทธิ์ (Ritual practices) เป็นการสัมผัสพลังหรือจิตวิญญาณของธรรมชาติเป็นญาณทัศนะ (Intuition) และสัมผัสเรียนรู้ตนเอง การปลีกวิเวกสัมผัสธรรมชาติ (Retreat) เพื่อพัฒนาความสงบและละเอียดประณีตภายใน กิจกรรมที่ทำ มีดังนี้

4.1 พิธีกรรมทางศาสนา เช่น การสวดมนต์ ฟังเทศน์หรือคำสอน

4.2 พิธีกรรมที่เกี่ยวข้องกับธรรมชาติ เช่น การนิเวศภาวนา (Vision Quest)

4.3 การปลีกวิเวก สัมผัสธรรมชาติ (Retreat)



5. การเรียนรู้ผ่านกิจกรรมสร้างสรรค์ (Generative practices) เป็นการระลึกถึงสิ่งศักดิ์สิทธิ์ และการภาวนาเพื่อช่วยเหลือให้ผู้อื่นได้พ้นทุกข์ เช่น การสวดมนต์ การอ่านพระคัมภีร์ การแผ่เมตตา ภาวนา การดูอาร์

6. การเรียนรู้ผ่านความสงบนิ่ง (Stillness practices) มุ่งเน้นพัฒนาความสงบเย็น ความตั้งมั่น ของร่างกายและจิตใจ กิจกรรมที่น่าสนใจ อาทิ การทำสมาธิ การทำใจให้จดจ่ออยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เช่น การฟังเพลงหรือเสียงที่ได้ยินอย่างตั้งใจ เป็นต้น

7. การเรียนรู้ผ่านกระบวนการเชิงความสัมพันธ์ (Relational practices) เป็นกิจกรรม ที่มุ่งเน้นการฝึกสติ ฝึมองสภาวะภายในตนเอง อาศัยความสัมพันธ์ของผู้อื่นรอบกายอันจะสะท้อน ความเป็นตัวตนซึ่งกันและกัน กิจกรรมที่สามารถนำมาใช้ในด้านนี้ ได้แก่ สนทนาสนทนา (Dialogue) การสะท้อนความคิด (Reflection) การเขียนบันทึก (Journal) การสนทนากับเสียงภายใน (Voice dialogue)

โครงการจิตอาสา (Volunteer Project)

โครงการจิตอาสา (Volunteer project) คือโครงการที่มีกิจกรรมช่วยเหลือ แก้ไขปัญหา หรือพัฒนาสังคมให้เกิดประโยชน์แก่ผู้อื่นหรือส่วนรวม เช่น บริจาคอุปกรณ์การเรียนให้โรงเรียนพื้นที่ ห่างไกล พัฒนาพื้นที่ใช้ประโยชน์สาธารณะ บุรณศาสนสถาน ช่วยเหลือผู้ประสบภัย เป็นต้น โดยการ ดำเนินโครงการดังกล่าวจะมีขั้นตอนตามหลักวงจรการบริหารงานอย่างมีคุณภาพ (PDCA) ดังต่อไปนี้

1. ขั้นเตรียมการ (P: Plan)

1.1 ประชุมวางแผน เป็นขั้นตอนสำคัญที่จะทำให้คณะกรรมการดำเนินโครงการทราบเรื่อง และร่วมกันแสดงความคิดเห็นเพื่อการตัดสินใจและหาข้อสรุปในการดำเนินโครงการ

1.2 หาข้อมูล การสืบหา ค้นหาข้อมูลเป็นขั้นตอนที่จะช่วยให้เรื่องที่ยังติดขัด เป็นปัญหา กระจางและคลี่คลายลง ซึ่งต้องใช้ทักษะในการค้นหาข้อมูลที่น่าเชื่อถือได้เพื่อไม่ให้เกิดข้อผิดพลาด ในการดำเนินโครงการ

1.3 กำหนดกิจกรรม/วัตถุประสงค์ การกำหนดกิจกรรมและวัตถุประสงค์ที่ชัดเจนจะทำให้ เห็นภาพรวมของการดำเนินงาน ทราบถึงเป้าหมาย ประโยชน์ และวิธีการประเมินผลการจัดโครงการ ที่เหมาะสม

1.4 กำหนดขอบเขตของการทำงาน ขอบเขตของการทำงานจะทำให้ผู้ดำเนินโครงการ ไม่สับสน รู้ชัดว่าต้องปฏิบัติงาน ที่ไหน เมื่อใด จะได้บริหารเวลาได้ถูกต้อง

1.5 กำหนดบทบาทหน้าที่ของคณะกรรมการ คือ การกำหนดให้คณะกรรมการ แต่ละคนรับผิดชอบหน้าที่เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติ ซึ่งการจัดโครงการจำเป็นต้องมีหลายฝ่ายเพื่อร่วมกันดำเนิน โครงการให้บรรลุเป้าหมาย เช่น ฝ่ายเอกสาร ฝ่ายประชาสัมพันธ์ ฝ่ายการเงิน ฝ่ายสวัสดิการ เป็นต้น โดยแต่ละคนก็จะรับผิดชอบในฝ่ายต่าง ๆ ตามความรู้ความสามารถที่มี



1.6 เขียนโครงการเสนออนุมัติ คือ การชี้แจงรายละเอียดต่าง ๆ เพื่อให้ผู้รับผิดชอบในการอนุมัติโครงการได้ทราบ เช่น บอกถึงเหตุผล วัตถุประสงค์ เป้าหมาย งบประมาณที่ใช้ในการจัดโครงการ การประเมินผลโครงการ เป็นต้น

2. ขั้นตอนปฏิบัติการ (D: DO)

2.1 ติดต่อประสานงาน คือ หน้าที่สำคัญที่จะทำให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างราบรื่น ซึ่งต้องใช้ทักษะในการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพเพื่อรับและถ่ายทอดข้อมูลได้ครบถ้วน ถูกต้อง และชัดเจน

2.2 ประชาสัมพันธ์โครงการ บางโครงการจำเป็นต้องมีการประชาสัมพันธ์เพื่อให้บุคคลภายนอกได้รับทราบและดำเนินการตามเป้าประสงค์ของกิจกรรมบางอย่างของโครงการ เช่น การประชาสัมพันธ์ขอรับบริจาคข้าวสารอาหารแห้งเพื่อนำไปให้ผู้ประสบภัย การประชาสัมพันธ์แจ้งเตือนการปิดเส้นทางสัญจรเนื่องจากการปรับสภาพพื้นถนนและภูมิทัศน์โดยรอบ เป็นต้น

2.3 ดำเนินกิจกรรม การดำเนินกิจกรรมเป็นหัวใจสำคัญของการจัดโครงการ ซึ่งจะดำเนินการตามขั้นตอนของแผนที่กำหนดไว้ให้บรรลุวัตถุประสงค์และเป้าหมายของโครงการ

2.4 เก็บข้อมูลในการดำเนินกิจกรรม เป็นการเก็บหลักฐานว่าได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมอะไรบ้าง เกิดเหตุการณ์อะไรขึ้น และผลที่เกิดขึ้นเป็นอย่างไร เพื่อนำไปประเมินผลการจัดทำโครงการ

3. ขั้นตอนตรวจสอบการปฏิบัติการ (C: Check)

3.1 วิเคราะห์ข้อมูล คือ การนำข้อมูลที่เก็บจากการดำเนินกิจกรรมมาเข้าสู่หรือตีความตามแนวคิดทฤษฎีที่สอดคล้อง

3.2 ประเมินผลการจัดกิจกรรม คือ การประเมินผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลว่าบรรลุตามวัตถุประสงค์และเป้าหมายหรือไม่ เช่น จัดกิจกรรมอาสา เพื่อสอนการอ่านออกเสียงภาษาไทยให้นักเรียนกลุ่มชาติพันธุ์กะเหรี่ยง โดยตั้งเป้าหมายไว้ว่า นักเรียนจำนวนร้อยละ 80 ผ่านเกณฑ์การทดสอบ และมีความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับมากขึ้นไป ถ้าผลการจัดกิจกรรมเป็นไปตามเป้าหมายหรือสูงกว่าถือว่าบรรลุเป้าหมายของกิจกรรม

3.3 หาปัญหาหรือข้อบกพร่อง ซึ่งการจัดกิจกรรมมักจะมีปัญหา อุปสรรค เกิดข้อติดขัดเกิดความบกพร่อง อยู่บ่อยครั้ง คณะกรรมการจัดโครงการต้องชี้แจงสิ่งที่เกิดขึ้นดังกล่าวเพื่อเป็นข้อมูลในการหาแนวทางแก้ไขต่อไป

3.4 สรุปและรายงานผลการจัดโครงการ ซึ่งการสรุปผลมักจัดทำในรูปแบบรายงานวิชาการ คือการจัดทำรายงานสรุปผลการจัดทำโครงการเพื่อเสนอต่อผู้อนุมัติโครงการว่าการจัดโครงการเกิดผลอย่างไรบ้าง

4. ขั้นตอนปรับปรุงแก้ไข (A: Act)

4.1 วิเคราะห์ปัญหาหรือข้อบกพร่อง คือ การหาสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหา เช่น กำหนดการคลาดเคลื่อนเกิดจากสาเหตุใด ผู้เข้าร่วมกิจกรรมต้องเสียเกือบทุกคนเพราะสาเหตุใด เป็นต้น



4.2 หาแนวทางการแก้ไขปัญหาหรือข้อบกพร่อง โดยการหาแนวทางแก้ไขปัญหาดังกล่าวสาเหตุของปัญหาและอาศัยทักษะการคิดอย่างเป็นระบบเพื่อที่จะได้แก้ปัญหาได้ถูกต้อง ตรงประเด็น และเกิดขึ้นตอนการแก้ไขปัญหานั้นชัดเจน

กระบวนการพัฒนาทักษะซอฟต์แวร์สกิล (Soft Skills) ด้วยการดำเนินโครงการจิตอาสาตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education)

กระบวนการพัฒนาทักษะซอฟต์แวร์สกิล (Soft Skills) ด้วยการดำเนินโครงการจิตอาสาตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) คือให้ผู้ดำเนินโครงการได้ปฏิบัติกิจกรรมในโครงการจิตอาสาอันเป็นการเรียนรู้จากประสบการณ์จริง (Learning by Doing) ซึ่งมีขั้นตอนการดำเนินการดังที่ได้อธิบายได้ข้างต้น โดยการจัดกิจกรรมจะคำนึงถึงการเรียนรู้ตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษาเพื่อให้ผู้ดำเนินโครงการเข้าใจจิตใจตนเอง ตระหนักรู้ถึงภายในตัวตน และนำไปสู่การพัฒนาเปลี่ยนแปลงเพื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่น เกิดทักษะการทำงานและอยู่ร่วมกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีความสุข ที่เรียกว่าทักษะ “ซอฟต์แวร์สกิล” (Soft Skills)

เนื่องจากกระบวนการดังกล่าวมีความซับซ้อนผู้เขียนจึงยก “ตัวอย่าง” กระบวนการพัฒนาทักษะซอฟต์แวร์สกิล (Soft Skills) ด้วยการดำเนินโครงการจิตอาสาตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) เพื่อให้เกิดความชัดเจนและสะดวกต่อการเข้าใจ ดังนี้

สมมติว่าผู้เขียนจะจัดโครงการจิตอาสาพัฒนาวัดบางขวางโดยมีหน้าที่เป็นที่ปรึกษาโครงการ ซึ่งมีคณะกรรมการดำเนินโครงการเป็นเยาวชนจำนวน 10 คน โดยจะพัฒนาพัฒนาทักษะซอฟต์แวร์สกิล (Soft Skills) ตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) ตามกระบวนการซึ่งจะนำเสนอในรูปแบบตาราง ดังนี้

ตารางที่ 1 ตัวอย่างกระบวนการพัฒนาทักษะซอฟต์แวร์สกิล (Soft Skills) ด้วยการดำเนินโครงการจิตอาสาตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education)

การดำเนิน	กิจกรรมตามแนว	ผลที่คาดว่าจะเกิดจากกิจกรรม	
โครงการจิตอาสา	จิตตปัญญาศึกษา	ความเปลี่ยนแปลงภายใน	ซอฟต์แวร์สกิล
1. ขั้นเตรียมการ			
ประชุมวางแผน	-ตั้งสมาธิ ทำจิตให้นิ่งก่อนประชุม -เลือกประธาน รองประธาน ฯลฯ -ให้ฟังอย่างใจจดใจจ่อ โดยจะสุ่มถามที่ประชุมทุกครั้งเมื่อจบประเด็น -ถามคำถามกระตุ้นความคิด -ให้ทุกคนวาดผังข้อมูลที่ได้จากการประชุม -ให้คณะกรรมการพิจารณาใคร่ครวญตนเองว่าคิดอะไรไปบ้าง พูดอะไรไปบ้าง ทำอะไรไปบ้างในช่วงเวลาที่เกิดขึ้น	-เกิดการพิจารณาตนเองอย่างใคร่ครวญ มีสติ มีสมาธิ จิตใจสงบ -เกิดความไว้วางใจและการยอมรับ -เกิดมุมมองที่แตกต่าง -เกิดความเข้าใจองค์รวมจากการเชื่อมโยงสัมพันธ์	-การสื่อสาร -การคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ -การบริหารเวลา -การเป็นผู้นำ



ตารางที่ 1 (ต่อ)

การดำเนิน โครงการจิต อาสา	กิจกรรมตามแนว จิตตปัญญาศึกษา	ผลที่คาดว่าจะเกิดจากกิจกรรม	
		ความเปลี่ยนแปลงภายใน	ซอฟต์แวร์สกล
หาข้อมูล	-ให้คณะกรรมการลงพื้นที่สำรวจ ปัญหาด้านกายภาพในวัดบางขวาง ด้วยตัวเอง โดยที่ปรึกษาเพียงทำ หน้าที่ติดต่อกับทางวัดไว้ล่วงหน้า เท่านั้น -ให้คณะกรรมการพิจารณาใคร่ครวญ ตนเองว่าคิดอะไรไปบ้าง พุดอะไรไป บ้าง ทำอะไรไปบ้างในช่วงเวลาที่ เกิดขึ้น	-เกิดการพิจารณาตนเองอย่างใคร่ครวญ มีสติ -เกิดความรักความเมตตา -เกิดความห่วงใย -เกิดความไว้วางใจและการยอมรับ -เห็นคุณค่าของสรรพสิ่ง เกิดมุมมองที่แตกต่าง -เกิดความเข้าใจองค์รวมจากการเชื่อมโยง สัมพันธ์ -เกิดความกล้าที่จะเปลี่ยน	-การสื่อสาร -การบริหารเวลา -การเป็นผู้นำ -การทำงานเป็นทีม -การปรับตัว
กำหนด กิจกรรม/ วัตถุประสงค์ กำหนดขอบเขต ของการทำงาน	-ให้คณะกรรมการร่วมกันคิดกิจกรรม วัตถุประสงค์ และขอบเขตของการ ทำงานในการพัฒนาวัด และให้ทุกคน พุดอภิปรายถึงแนวคิดในการจัด กิจกรรมดังกล่าว -ให้คณะกรรมการพิจารณาใคร่ครวญ ตนเองว่าคิดอะไรไปบ้าง พุดอะไรไป บ้าง ทำอะไรไปบ้างในช่วงเวลาที่ เกิดขึ้น	- เกิดการพิจารณาตนเองอย่างใคร่ครวญ มีสติ -เกิดความรักความเมตตา -เกิดความไว้วางใจ เข้าใจ และยอมรับ -เกิดความเชื่อมโยงสัมพันธ์ -เผชิญกับความจริงที่ขัดแย้ง หลุดจากกรอบ ความคิดเดิม เกิดมุมมองที่แตกต่าง	-การสื่อสาร -การคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ -การแก้ปัญหาที่ ซับซ้อน -การบริหารเวลา -การทำงานเป็นทีม -การปรับตัว -ความเป็นผู้นำ
กำหนดบทบาท หน้าที่ของ คณะกรรมการ	-ให้ประธานกำหนดบทบาทหน้าที่ของ คณะกรรมการทุกคน พร้อมให้ทุกคน แสดงความคิดเห็นกับบทบาทที่ได้รับ มอบหมายด้วยเหตุผล -ให้คณะกรรมการพิจารณาใคร่ครวญ ตนเองว่าคิดอะไรไปบ้าง พุดอะไรไป บ้าง ทำอะไรไปบ้างในช่วงเวลาที่ เกิดขึ้น	- เกิดการพิจารณาตนเองอย่างใคร่ครวญ มีสติ -เกิดความรักความเมตตา -เกิดความจริงใจ -เกิดความเชื่อมโยงสัมพันธ์ -เกิดความกล้าที่จะเปลี่ยนและกล้าที่จะยอมรับ -เกิดมุมมองที่แตกต่าง -ความไว้วางใจ ความเข้าใจ และการยอมรับ -เห็นคุณค่าของสรรพสิ่ง	-การสื่อสาร -การคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ -การบริหารเวลา -ความเป็นผู้นำ
เขียนโครงการ เสนออนุมัติ	-ให้คณะกรรมการทุกคนศึกษาเอกสาร การยื่นขออนุมัติโครงการในลักษณะ คล้ายคลึงกันคนละ 1 เรื่อง พร้อม นำเสนอความรู้ดังกล่าว -ร่วมกันเขียนโครงการ -ให้คณะกรรมการพิจารณาใคร่ครวญ ตนเองว่าคิดอะไรไปบ้าง พุดอะไรไป บ้าง ทำอะไรไปบ้างในช่วงเวลาที่ เกิดขึ้น	- เกิดการพิจารณาตนเองอย่างใคร่ครวญ มีสติ -เกิดความไว้วางใจ เข้าใจ และยอมรับ -เกิดความเชื่อมโยงสัมพันธ์ -เกิดความกล้าที่จะเปลี่ยน -เห็นคุณค่าของสรรพสิ่ง -เกิดมุมมองที่แตกต่าง	-การสื่อสาร -การคิดริเริ่ม สร้างสรรค์ -การแก้ปัญหาที่ ซับซ้อน -การบริหารเวลา -การทำงานเป็นทีม -การปรับตัว -ความเป็นผู้นำ



ตารางที่ 1 (ต่อ)

การดำเนิน โครงการจิตอาสา	กิจกรรมตามแนว จิตตปัญญาศึกษา	ผลที่คาดว่าจะเกิดจากกิจกรรม	
		ความเปลี่ยนแปลงภายใน	ซอฟต์แวร์สเกล
เขียนโครงการเสนอ อนุมัติ	-ให้คณะกรรมการทุกคนศึกษาเอกสาร การยื่นขออนุมัติโครงการในลักษณะ คล้ายคลึงกันคนละ 1 เรื่อง พร้อม นำเสนอความรู้ดังกล่าว -ร่วมกันเขียนโครงการ -ให้คณะกรรมการพิจารณาใคร่ครวญ ตนเองว่าคิดอะไรไปบ้าง พุดอะไรไปบ้าง ทำอะไรไปบ้างในเวลาที่เกิดขึ้น	- เกิดการพิจารณาตนเอง อย่างใคร่ครวญ มีสติ -เกิดความไว้วางใจ เข้าใจ และยอมรับ -เกิดความเชื่อมโยงสัมพันธ์ -เกิดความกล้าที่จะเปลี่ยน -เห็นคุณค่าของสรรพสิ่ง -เกิดมุมมองที่แตกต่าง	-การสื่อสาร -การคิดริเริ่มสร้างสรรค์ -การแก้ปัญหาที่ซับซ้อน -การบริหารเวลา -การทำงานเป็นทีม -การปรับตัว -ความเป็นผู้นำ
2. ขั้นปฏิบัติการ			
ติดต่อประสานงาน	-ให้คณะกรรมการฝ่ายประสานงาน ติดต่อส่วนที่เกี่ยวข้อง พร้อมรายงาน ให้แก่ประธานและคณะกรรมการทุกคน -ให้กรรมการแต่ละคนหาเครือข่าย มาร่วมทำกิจกรรมอาสาพัฒนาวัดอย่าง น้อย 1 คน -ให้คณะกรรมการพิจารณาใคร่ครวญ ตนเองว่าคิดอะไรไปบ้าง พุดอะไรไปบ้าง ทำอะไรไปบ้างในเวลาที่เกิดขึ้น	- เกิดการพิจารณาตนเอง อย่างใคร่ครวญ มีสติ -เกิดความเชื่อมโยงสัมพันธ์ -เผชิญกับความจริงที่ หลุด จากกรอบความคิดเดิม -เกิดมุมมองที่แตกต่าง -เกิดความสัมพันธ์ที่จริงใจ -เห็นคุณค่าของสรรพสิ่ง	-การสื่อสาร -การบริหารเวลา -การปรับตัว -ความเป็นผู้นำ
ดำเนินกิจกรรมและ เก็บข้อมูลในการ ดำเนินกิจกรรม	-ดำเนินกิจกรรมตามโครงการจิตอาสา พัฒนาวัดบางขวาง -ตั้งจิตให้มั่น จดจ่ออยู่กับงานที่ทำ -ภาวนาส่งสิ่งที่กำลังทำให้เกิดกุศลผล บุญ เกิดประโยชน์ที่แท้จริง -ก่อนแยกย้ายกลับ นั่งสมาธิ ฟังธรรม เทศนาจากพระผู้ใหญ่ และทำบุญตาม กำลังศรัทธา -ให้คณะกรรมการพิจารณาใคร่ครวญ ตนเองว่าคิดอะไรไปบ้าง พุดอะไรไปบ้าง ทำอะไรไปบ้างในเวลาที่เกิดขึ้น	- มีสติ มีสมาธิ ตระหนักรู้ -เกิดความรักความเมตตา -เกิดความเข้าใจ ไว้วางใจ -เกิดความเชื่อมโยงสัมพันธ์ -เกิดความกล้าพร้อมที่จะ เปลี่ยนแปลง -เผชิญกับความจริงที่ขัดแย้ง หลุดจากกรอบความคิดเดิม -เกิดมุมมองที่แตกต่าง -เกิดความสัมพันธ์ที่จริงใจ	-การสื่อสาร -การคิดริเริ่มสร้างสรรค์ -การแก้ปัญหาที่ซับซ้อน -การบริหารเวลา -การทำงานเป็นทีม -การปรับตัว -ความเป็นผู้นำ
3. ขั้นตรวจสอบ			
วิเคราะห์ข้อมูลและ ประเมินผลการจัด กิจกรรม	-ให้คณะกรรมการทุกคนวิเคราะห์และ ประเมินผลตามวัตถุประสงค์และ เป้าหมายของโครงการ -ให้คณะกรรมการพิจารณาใคร่ครวญ ตนเองว่าคิดอะไรไปบ้าง พุดอะไรไปบ้าง ทำอะไรไปบ้างในเวลาที่เกิดขึ้น	-เกิดความเข้าใจ ไว้วางใจ ยอมรับ -เห็นคุณค่าของสรรพสิ่ง -มีความกล้าที่จะเปลี่ยน -เกิดมุมมองที่แตกต่าง -เกิดความเชื่อมโยงสัมพันธ์	-การสื่อสาร -การแก้ปัญหาที่ซับซ้อน -การบริหารเวลา -การทำงานเป็นทีม -ความเป็นผู้นำ



ตารางที่ 1 (ต่อ)

การดำเนิน โครงการจิต อาสา	กิจกรรมตามแนว จิตตปัญญาศึกษา	ผลที่คาดว่าจะเกิดจากกิจกรรม	
		ความเปลี่ยนแปลงภายใน	ซอฟต์แวร์สกล
สรุปและ รายงานผลการ จัดโครงการ	-ให้คณะกรรมการทุกคนร่วมกันสรุปผลและจัดทำ รูปเล่มรายงาน -ให้คณะกรรมการพิจารณาใคร่ครวญตนเองว่าคิด อะไรไปบ้าง พุดอะไรไปบ้าง ทำอะไรไปบ้างใน ช่วงเวลาที่เกิดขึ้น	-เกิดความเข้าใจ ใ้ใจ ยอมรับ -เห็นคุณค่าของสรรพสิ่ง -มีความกล้าที่จะเปลี่ยน -เกิดมุมมองที่แตกต่าง -เกิดความเชื่อมโยงสัมพันธ์	-การสื่อสาร -การแก้ปัญหาที่ซับซ้อน -การบริหารเวลา -การทำงานเป็นทีม -ความเป็นผู้นำ
4. ขั้นปรับปรุงแก้ไข			
วิเคราะห์ ปัญหาหรือ ข้อบกพร่อง หา แนวทางการ แก้ไข	-ให้คณะกรรมการทุกคนเล่าความประทับใจหรือ ความสุขและปัญหาหรือความทุกข์ที่ได้จากกิจกรรม -ให้คณะกรรมการทุกคนร่วมกันวิเคราะห์ปัญหาหรือ ข้อบกพร่อง และหาแนวทางการแก้ไข *เมื่อเสร็จสิ้น -ให้ทุกคนปล่อยวางบทบาทหน้าที่ ทำจิตให้ว่าง พิจารณาใคร่ครวญ ว่ากิจกรรมที่ได้ทำไปทำไมจึง ต้องทำ ทำไปจึงต้องไปอยู่ที่แห่งนั้น ทำแล้วเกิด ประโยชน์อันใด ถ้าเราไม่ทำจะเป็นอะไรหรือไม่จะมี ใครทำหรือไม่ ถ้ามีโอกาสจะทำอีกหรือไม่ พิจารณา ในสิ่งที่ทำลงไปให้รอบด้าน จนเห็นภาพของตนเอง และสามารถวิเคราะห์ตนเองได้ว่าเป็นคนอย่างไร	-เกิดการพิจารณาตนเองอย่าง ใคร่ครวญ มีสติ -เกิดความรักความเมตตา -เกิดความเข้าใจ เข้าใจ และยอมรับ -เกิดการเห็นใจ ห่วงใย -เห็นคุณค่าของสรรพสิ่ง -เกิดความเชื่อมโยงสัมพันธ์ -เกิดความกล้าพร้อมที่จะ เปลี่ยนแปลง หลุดจากความคิด เดิม กล้ายอมรับ -เกิดมุมมองที่แตกต่าง -เกิดความสัมพันธ์ที่จริงใจ	-การสื่อสาร -การแก้ปัญหาที่ซับซ้อน -การบริหารเวลา -การทำงานเป็นทีม -ความเป็นผู้นำ

สรุป

ผู้เขียนจะสรุปความจากแผนภาพกรอบความคิดการพัฒนาทักษะซอฟต์แวร์สกล (Soft Skills) ด้วยการดำเนินโครงการจิตอาสาตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) ดังนี้



ภาพที่ 1 กรอบความคิดการพัฒนาทักษะซอฟต์แวร์สกล (Soft Skills)

ด้วยการดำเนินโครงการจิตอาสาตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education)



จากภาพที่ 1 กรอบความคิดการพัฒนาทักษะซอฟต์แวร์ (Soft Skills) ด้วยการดำเนินโครงการจิตอาสาตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) แสดงให้เห็นถึงกระบวนการที่มีลักษณะคล้ายกงล้อ โดยมี 3 ชั้น ชั้นที่ 1 แกนกลาง คือกิจกรรมที่เป็นแกนหลักในการขับเคลื่อนไปสู่การพัฒนาหรือเรียกได้ว่าเป็นตัวแปรต้น ชั้นที่ 2 กงล้อชั้นใน คือการตระหนักรู้ตัวตนทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงภายใน และชั้นที่ 3 กงล้อชั้นนอก คือการเปลี่ยนแปลงภายนอกเป็นทักษะที่จะทำให้การทำงานร่วมกับผู้อื่นเกิดประสิทธิภาพและมีความสุข ซึ่งกระบวนการดังกล่าวเปรียบเสมือนกงล้อที่ขับเคลื่อนนำพาปัญญา จิตใจ และพฤติกรรมไปในระดับที่สูงขึ้น ดีขึ้น กล่าวคือการพัฒนาตนโดยให้ดำเนินโครงการจิตอาสาตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา จะทำให้ผู้ดำเนินโครงการตระหนักรู้ถึงตัวตนและคุณค่าของสรรพสิ่งรอบตัว จากนั้นจะนำไปสู่การพัฒนาทักษะซอฟต์แวร์ สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีความสุข โดยเมื่อหยั่งรู้และเข้าใจตัวเองอย่างถ่องแท้แล้วก็จะเข้าใจผู้อื่น เข้าใจสังคมได้ง่ายขึ้น และถือว่ามีความพร้อมอย่างมากที่จะพัฒนาตนให้อยู่ในสังคมใดก็ได้ อันเป็นผู้ที่ได้ความยอมรับนับถือ เป็นที่รักของผู้อื่น และมีความสุข

แนวคิดและกระบวนการดังกล่าวสอดคล้องกับหลัก สัปปริสธรรม 7 คือ รู้เหตุ รู้ผล รู้ตน รู้ประมาณ รู้กาล รู้ชุมชน และรู้คนอื่น กล่าวคือ เริ่มต้นจากปฏิบัติงานจริงอย่างเป็นระบบ ซึ่งเป็นงานที่ทำเพื่อส่วนรวมไม่เน้นผลประโยชน์เพื่อตนเอง อันต้องผ่านกระบวนการคิด วางแผน ลงมือปฏิบัติ และสรุปผล เหล่านี้เป็นการฝึกฝนความมีเหตุและผล (รู้เหตุ รู้ผล) โดยทุกกิจกรรมผู้ปฏิบัติจะต้องมีสติและตระรู้อยู่เสมอว่าตนนั้นทำอะไรเพื่ออะไร ทำความเข้าใจตนเองอย่างชัดเจน เพื่อให้รู้เท่าทันตนเองและนำไปสู่ความประพฤติที่เหมาะสม (รู้ตน รู้ประมาณ) อันเป็นการปฏิบัติงานผ่านแนวทางจิตตปัญญาศึกษา โดยมีเป้าประสงค์หลักเพื่อให้ผู้ปฏิบัติกิจกรรมเกิดทักษะการสื่อสาร การคิดริเริ่มสร้างสรรค์ การแก้ไขปัญหาที่ซับซ้อน การบริหารเวลา การทำงานเป็นทีม การปรับตัวในสังคมที่แตกต่าง และมีความเป็นผู้นำ ซึ่งทักษะเหล่านี้จะทำให้ผู้ปฏิบัติกิจกรรมได้ปรับตัวให้เข้ากับสังคมที่มีระบบได้อย่างเหมาะสมทั้งด้านสถานที่และเวลาหรือที่เรียกกันว่า “กาลเทศะ” (รู้ประมาณ รู้กาล) อันเป็นหัวใจหลักที่ทำให้เกิดซอฟต์แวร์ ที่จะไม่เอาตนเป็นที่ตั้ง เห็นแก่ส่วนรวม ปรับพฤติกรรมให้เหมาะกับคนหมู่มาก บนพื้นฐานของความถูกต้องด้วยความเข้าใจสังคม เข้าใจผู้อื่นเป็นรากฐานที่มั่น (รู้ชุมชน รู้ผู้อื่น) ดังนั้นกระบวนการดังกล่าวนี้จึงสอดคล้องกับหลักของสัปปริสธรรม 7 หรือ หลักที่บ่งบอกถึงคุณสมบัติของคนดี สรุปคือ การพัฒนาทักษะซอฟต์แวร์ด้วยการดำเนินโครงการจิตอาสาตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา เป็น “กระบวนการเสริมสร้างให้คนเป็นคนดี”

เอกสารอ้างอิง

ชนาพร ชันธบุตร. (2560). *สรุปความรู้เรื่องการทำงานเป็นทีม*. สืบค้น 13 พฤศจิกายน 2563. จาก <http://www.libarts.mju.ac.th/LibDocument/KM/Tech>.



- ชลภัทร โชติเกียรติเวช และวัลลภา อารีรัตน์. (2560). ความต้องการจำเป็นในการพัฒนาทักษะ Soft Skills เพื่อการจัดการเรียนรู้ของครูในสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 25. *วารสารวิจัยมหาวิทยาลัยขอนแก่น (ฉบับบัณฑิตศึกษา) สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, (5)1, 44-52.
- ธนา นิลชัยโกวิทย์ และคณะ. (2551). *หนังสือรวบรวมบทความการประชุมวิชาการประจำปี 2551 เรื่อง จิตตปัญญาศึกษา การศึกษาเพื่อพัฒนาความเป็นมนุษย์*. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ปราณี อ่อนศรี. (2557). จิตตปัญญาศึกษา: การศึกษาเพื่อพัฒนามนุษย์ในศตวรรษที่ 21. *วารสารพยาบาลทหารบก*, 15(1), 7-11.
- มนตรี อินตา. (2562). SOFT SKILLS: ทักษะที่จำเป็นสู่ความเป็นมืออาชีพของครูยุคใหม่. *วารสารวิชาการศึกษาศาสตร์*, 20(1), 153-167.
- วิวัฒน์ เพ็ญภู, เสรี ชัดรัมย์, และพุดิชาดา จันทะคุณ. (2563). การแก้ปัญหาที่ซับซ้อน: ทักษะที่สำคัญอันดับแรกของศักยภาพมนุษย์ในศตวรรษที่ 21. *วารสารครุศาสตร์สาร : Journal of Educational Studies*, 14(1), 253-267.
- วีระชัย ภักดีจอหอ. (2555). *ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์สำคัญอย่างไร*. สืบค้น 13 พฤศจิกายน 2563. จาก <https://www.gotoknow.org/posts/353695>.
- ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล. (2552). *จิตตปัญญาศึกษา คืออะไร*. นครปฐม: โครงการเอกสารวิชาการการเรียนรู้สู่การเปลี่ยนแปลง ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สถาบันดำรงราชานุภาพ. (2553). *การบริหารเวลา (Time Management)*. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานปลัดกระทรวงมหาดไทย.
- สมาคมการจัดการธุรกิจแห่งประเทศไทย. (2562). *RETHINKING THE FUTURE*. กรุงเทพมหานคร: สมาคมการจัดการธุรกิจแห่งประเทศไทย.
- สลักจิต ตรีธณโสภาส. (มปป.). *จิตตปัญญาศึกษากับการจัดการเรียนรู้*. สืบค้น 13 พฤศจิกายน 2563. จาก <http://edu.psru.ac.th/2011/pdf/Jitta.pdf>.
- สุพรรณิการ์ ชนะนิล, วิภา ชัยสวัสดิ์, พันธุ์ทิพา คนฉลาด, และปิยะธิดา ชนะพันธ์. (2563). การสำรวจความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับทักษะ Soft Skills ด้านบุคลิกภาพและศิลปะการพูดของนักศึกษาครู ในศตวรรษที่ 21. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์*, 12(1), 19-36.
- สุเมธ แสงนิมนวล. (2552). *ภาวะผู้นำกับธรรมาภิบาลในการบริหารงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น*. กรุงเทพมหานคร: ส.เจริญ การพิมพ์.