

# การบูรณาการกระบวนการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐานกับจิตตปัญญาศึกษา ในรายวิชามนุษยภาพ ชีวิตและการพัฒนาตนเอง

อาจารย์สิริพร สมบูรณ์บุรณะ\*

## บทคัดย่อ

ในการปรับปรุงหลักสูตรศึกษาทั่วไปในปี พ.ศ. 2552 ในกลุ่มวิชามนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ได้มีการปรับปรุงรายวิชามนุษยภาพ ชีวิตและการพัฒนาตนเองโดยการบูรณาการกระบวนการเรียนการสอนโดยใช้ปัญหาเป็นฐาน (PBL) และจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative) เพื่อการเข้าใจตนเอง การเข้าใจผู้อื่น การเข้าใจสังคม การพัฒนาบุคลิกภาพและศักยภาพ การพัฒนาทักษะกระบวนการคิด การแสวงหาความรู้ การจัดการตนเองในฐานะบัณฑิต พลเมืองและพลโลก รวมถึงเพื่อความเข้าใจความหมายเรื่องชีวิต ความดี ความงาม ความสุข ความทุกข์และการเลือกดำรงชีวิตอย่างเหมาะสม กระบวนการเรียนรู้อันเกิดจากการใช้ปัญหาเป็นฐานมุ่งเน้นให้ผู้เรียนมีทักษะในการสื่อสาร การค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเอง การคิดวิเคราะห์ และการเคารพความคิดของผู้อื่น ในขณะที่จิตตปัญญาศึกษาเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นการปฏิบัติ ด้วยกิจกรรมที่เสริมองค์ความรู้ เช่น ศิลปะบำบัด การเป็นอาสาสมัคร เพื่อสังคม สุนทรียสนทนา เป็นต้น มีการนำศิลปะมาใช้เป็นสื่อในการพูดคุยกัน เพื่อสะท้อนความเป็นตัวตนของนักศึกษา ครอบครัวและคนรอบข้างโดยไม่ใช้วัสดุอุปกรณ์ราคาแพง รวมถึงการเรียนรู้สถานการณ์ในสังคมแห่งความเป็นจริงที่ต้องเผชิญ และความตระหนักรู้ในการใช้ชีวิตประจำวันของตนเองได้

บทความนี้เป็นบทความวิชาการที่นำเสนอผลและวิพากษ์ของการบูรณาการกระบวนการเรียนรู้ทั้งสองรูปแบบนี้ อันส่งผลต่อการเรียนรู้ของนักศึกษาในการเปิดโลกของตนเอง เข้าใจตนเอง ผู้อื่นและสังคมมากขึ้น รวมถึงกระบวนการคิดและกระบวนการเรียนรู้ให้กับนักศึกษาสู่กระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิต ซึ่งจะเป็นแนวทางในการพัฒนาการจัดการการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ต่อไปในหมวดวิชาศึกษาทั่วไป

**คำสำคัญ :** กระบวนการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน, จิตตปัญญาศึกษา, รายวิชามนุษยภาพ ชีวิตและการพัฒนาตนเอง

\*หัวหน้าสาขาวิชาศึกษาทั่วไป สำนักวิชาศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์  
ssirip@gmail.com

## **The Integrated Learning Process of Problem-based Learning and Contemplative Study in the Course of Humanity Life and Self Development**

The curriculum development of the School of Liberal Arts, Humanity Life and Self Development was modified and integrated with the learning process of problem-based learning and contemplative study in 2009. The objectives of general education are broad, but the most essential is to produce an educated person. The syllabus aims at cultivating a learned person, a graduate who has acquired basic social and human skills necessary for living and working normally in a rapidly changing world. These include a cultivation of human qualities, such as curiosity for knowledge, passion for learning, creativity and imagination, communication skills and problem-solving competencies, critical and scientific mind, and public awareness, moral and ethical principles. The contemplative study of the course focuses on practical activities. It makes students take an active, task-oriented, art therapy, dialogue and self-directed approach to their own learning. Adaptation of the instructional approach that uses “real-world” and students’ experience helps them to learn critical thinking, problem-solving skills and public awareness. It also helps them to acquire a core understanding of the concepts of the course. There is no right or wrong answer as there are reasonable solutions based on application of knowledge and skills deemed necessary to address the issues.

This paper focuses on the critiques of integrating these two learning processes, which influence student learning of their own understanding of individuals and society. The learning process and the process of lifelong learning will be used to develop active learning for the General Education Program.

**Keywords : Problem-based Learning, Contemplative Study and the course of Humanity Life and Self Development**

## บทนำ

นับเป็นปีที่ 2 (พ.ศ. 2557) ที่ผู้เขียนได้รับผิดชอบรายวิชานี้ ด้วยการบูรณาการกระบวนการเรียนรู้เชิงรุก 2 แนวทางที่นำมาใช้ในรายวิชานี้ นั่นคือ กระบวนการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน กับจิตตปัญญาศึกษา ก่อนหน้านี้ผู้เขียนใช้รูปแบบการจัดการเรียนการสอนโดยใช้ปัญหาเป็นฐานแบบกลุ่มย่อยมีนักศึกษาจำนวน 15-20 คนต่อครูอำนวย 1 คน แต่เมื่อมีจำนวนนักศึกษามากกว่า 300 คนต่อภาคการศึกษา ประกอบกับครูอำนวยน้อยและไม่เพียงพอ ทำให้ผู้เขียนในฐานะผู้รับผิดชอบและประสานรายวิชาต้องออกแบบรูปแบบการเรียนรู้ของนักศึกษาใหม่ ส่งผลให้ต้องปรับเปลี่ยนกระบวนการเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน แต่ขณะเดียวกันยังคงให้ความสำคัญกับขั้นตอน 7 ขั้นตอนของ PBL เพราะแต่ละขั้นตอนมีความสำคัญในการจัดระบบคิด ตั้งคำถาม วิเคราะห์ รวมถึงค้นหาข้อสงสัยเพิ่มเติม ขณะเดียวกันการตอบโจทย์ของรายวิชานี้ ไม่ได้ต้องการเพียงแค่ด้านของความรู้และการค้นหาความรู้เท่านั้น แต่ให้ความสำคัญกับทักษะชีวิต การเรียนรู้ การเคารพผู้อื่น การสร้างความสัมพันธ์ การให้ความสำคัญกับระเบียบวินัย ความตรงต่อเวลา เป็นต้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้วัดและประเมินผลได้จากการทำงานในกลุ่ม และการเข้าร่วมกิจกรรมอื่น ๆ ดังนั้นจึงได้นำหลักการทางจิตตปัญญาศึกษามาผนวกใช้ในรูปแบบต่าง ๆ อย่างสอดคล้องกันในรูปแบบ “กิจกรรมค่าย 1 วัน” และกิจกรรมอาสาสมัคร เป็นต้น

บทความนี้นำเสนอผลและวิพากษ์การบูรณาการกระบวนการเรียนรู้ทั้งสองรูปแบบนี้ว่า ในประเด็นการส่งผลต่อการเรียนรู้ของนักศึกษาในการเปิดโลกของตนเอง เข้าใจตนเอง ผู้อื่นและสังคมมากขึ้น รวมถึงกระบวนการคิดและกระบวนการเรียนรู้ให้กับนักศึกษาสู่กระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิต ซึ่งจะเป็นแนวทางในการพัฒนาการจัดการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ต่อไปในหมวดวิชาศึกษาทั่วไป

## ทำไมต้องเรียนวิชามนุษยภาพ ชีวิตและการพัฒนาตนเอง

ปี พ.ศ. 2552 สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา ได้มีประกาศใช้กรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2552 ขึ้น ซึ่งมุ่งเน้นผลการเรียนรู้ (Learning Outcomes) ของบัณฑิตและเพื่อประกันคุณภาพบัณฑิต<sup>1</sup> จึงได้มุ่งเน้นการพัฒนาผู้เรียนให้มีความรู้ความสามารถที่ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของโลกที่มีความหลากหลายในด้านของประชากร และการอยู่ร่วมกันด้วยความเข้าใจและสันติ จึงได้กำหนดผลการเรียนรู้ระดับปริญญาตรีไว้อย่างน้อย 6 ด้าน ดังนี้ ด้านคุณธรรม จริยธรรม<sup>2</sup>

<sup>1</sup>สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา, 2552

<sup>2</sup>บัณฑิตจะต้องสามารถจัดการปัญหาทางคุณธรรม จริยธรรมและวิชาชีพโดยใช้ดุลยพินิจทางค่านิยม ความรู้สึกของผู้อื่น ค่านิยมพื้นฐาน และจรรยาบรรณวิชาชีพ แสดงออกซึ่งพฤติกรรมทางด้านคุณธรรมและจริยธรรม เช่น มีวินัย มีความรับผิดชอบ ซื่อสัตย์สุจริต เสียสละ เป็นแบบอย่างที่ดี เข้าใจผู้อื่น และเข้าใจโลก เป็นต้น

ด้านความรู้<sup>3</sup> ด้านทักษะทางปัญญา<sup>4</sup> ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ<sup>5</sup> ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสารและการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ<sup>6</sup> และการชื่นชมศิลปะและวัฒนธรรม

มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์เองได้มีการกำหนดวัตถุประสงค์การจัดการเรียนการสอนหมวดศึกษาทั่วไปภายใต้กรอบการศึกษาเพื่อความเป็น “ศึกษิต” หรือ บัณฑิตที่พึงประสงค์ 12 ประการ<sup>7</sup> ที่มีความสามารถเชิงวิชาการสูงและมีความสามารถที่จะอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างมีความสุข และสอดคล้องกับเกณฑ์มาตรฐานหลักสูตรระดับปริญญาตรีของคณะกรรมการอุดมศึกษา และกำหนดให้นักศึกษาทุกหลักสูตรทุกสำนักวิชาต้องเรียนวิชาศึกษาทั่วไปตลอดหลักสูตรจำนวนไม่น้อยกว่า 10 หน่วยวิชา<sup>8</sup>

<sup>3</sup>บัณฑิตจะต้องมีองค์ความรู้ในสาขาวิชาอย่างกว้างขวางและเป็นระบบ ตระหนัก รู้หลักการและทฤษฎีในองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้อง และตระหนักถึงงานวิจัยในปัจจุบันที่เกี่ยวกับความก้าวหน้าของความรู้และการต่อยอดองค์ความรู้

<sup>4</sup>บัณฑิตจะต้องสามารถค้นหาข้อเท็จจริง ทำความเข้าใจและสามารถประเมินข้อมูลแนวคิดและหลักฐานใหม่ ๆ จากแหล่งข้อมูลที่หลากหลาย และใช้ข้อมูลที่ได้ในการแก้ไขปัญหาและงานอื่น ๆ ด้วยตนเอง สามารถศึกษาปัญหาที่ค่อนข้างซับซ้อนและเสนอแนะแนวทางในการแก้ไขได้อย่างสร้างสรรค์โดยคำนึงถึงความรู้ทางภาคทฤษฎีประสบการณ์ทางภาคปฏิบัติและผลกระทบจากการตัดสินใจสามารถใช้ทักษะและความเข้าใจอันถ่องแท้ในเนื้อหาสาระทางวิชาการและวิชาชีพ

<sup>5</sup>บัณฑิตจะต้องมีส่วนช่วยและเฝ้าต่อการแก้ปัญหาในกลุ่มได้อย่างสร้างสรรค์ ไม่ว่าจะเป็นผู้นำหรือสมาชิกของกลุ่ม สามารถแสดงออกซึ่งภาวะผู้นำในสถานการณ์ที่ไม่ชัดเจนและต้องใช้นวัตกรรมใหม่ ๆ ในการแก้ปัญหา มีความคิดริเริ่มในการวิเคราะห์ปัญหาได้อย่างเหมาะสมบนพื้นฐานของตนเองและของกลุ่ม รับผิดชอบในการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง รวมทั้งพัฒนาตนเองและอาชีพ

<sup>6</sup>บัณฑิตจะต้องสามารถศึกษาและทำความเข้าใจประเด็นปัญหา สามารถเลือกและประยุกต์ใช้เทคนิคทางสถิติหรือคณิตศาสตร์ที่เกี่ยวข้องอย่างเหมาะสมในการศึกษาค้นคว้าและเสนอแนะแนวทางในการแก้ไขปัญหา ใช้เทคโนโลยีสารสนเทศในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประมวลผล แปลความหมาย และนำเสนอข้อมูลสารสนเทศอย่างสม่ำเสมอ สามารถสื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพทั้งในการพูด การเขียน สามารถเลือกรูปแบบของการนำเสนอที่เหมาะสมสำหรับกลุ่มบุคคลที่แตกต่างกันได้

<sup>7</sup>คุณลักษณะของบัณฑิตที่พึงประสงค์ไว้เป็นแนวทางในการจัดการเรียนการสอนในหมวดศึกษาทั่วไปดังนี้ (1) รู้จักและเข้าใจตนเอง มีภูมิคุ้มกัน สามารถพัฒนาตนเองในเชิงภูมิปัญญา บุคลิกภาพและคุณภาพชีวิต (2) เป็นคนดี มีวินัย มีคุณธรรมและความกล้าหาญทางจริยธรรม (3) เป็นผู้ที่มีความคิดสร้างสรรค์ มีจินตนาการและมีความคิดเชิงนวัตกรรม (4) เป็นผู้มีความเชิงวิเคราะห์ สังเคราะห์ มีทักษะเชิงวิทยาศาสตร์ สามารถแสดงความคิดเห็นและตัดสินใจอย่างมีเหตุผล (5) มีความเข้าใจและมีทักษะในการทำงานร่วมกับผู้อื่น (6) มีความสามารถในการใช้ภาษาไทยและภาษาต่างประเทศเพื่อการติดต่อสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ (7) มีความเข้าใจ สามารถวิเคราะห์ สังคมไทยและสังคมโลก รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงเพื่อดำรงตนในสังคมได้อย่างเหมาะสม (8) ตระหนักถึงความสำคัญของการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม สิทธิมนุษยชน และระบอบประชาธิปไตย มีจิตอาสาและสำนึกสาธารณะ (9) มีความรู้เท่าทันในบทบาท และอิทธิพลของวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี สามารถนำมาใช้ได้อย่างเหมาะสม (10) มีทักษะพื้นฐานและประยุกต์ใช้เทคโนโลยีสารสนเทศในการติดต่อสื่อสาร การนำเสนอ การสืบค้นข้อมูลเพื่อการแสวงหาความรู้อย่างต่อเนื่อง และมีจริยธรรมในการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ (11) มีความตระหนัก ขอบข่ายในคุณค่าของศิลปวัฒนธรรม ดนตรี และกีฬา เพื่อสร้างเสริมสุนทรียภาพแห่งชีวิต

<sup>8</sup>ซึ่งทางมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ได้มีหน่วยงานที่รับผิดชอบการเรียนการสอนวิชาศึกษาทั่วไป 3 หน่วยงานคือ สำนักวิชาศิลปศาสตร์ สำนักวิชาวิทยาศาสตร์ และสำนักวิชาสารสนเทศศาสตร์ โดยแบ่งเป็นหน่วย 10 หน่วยวิชา ประกอบด้วยกลุ่มวิชาและจำนวนหน่วยวิชาดังต่อไปนี้ (1) กลุ่มวิชา ภาษา 4 หน่วยวิชา 1.1) กลุ่มวิชาภาษาไทย 1 หน่วยวิชา 1.2) กลุ่มวิชาภาษาอังกฤษ 3 หน่วยวิชา (2) กลุ่มวิชา สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ 3 หน่วยวิชา (3) กลุ่มวิชากีฬาและนันทนาการ 0.5 หน่วยวิชา (4) กลุ่มวิชาเทคโนโลยีสารสนเทศ 1.5 หน่วยวิชา (5) กลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์และคณิตศาสตร์ 1 หน่วยวิชา

สำหรับรายวิชามนุษยภาพ ชีวิตและการพัฒนาตนเองเป็นหนึ่งในรายวิชาในกลุ่มมนุษยศาสตร์ มีเนื้อหาวิชา ให้เกิดความเข้าใจตนเอง การเข้าใจผู้อื่น การเข้าใจสังคม การพัฒนาบุคลิกภาพและศักยภาพ การพัฒนาทักษะกระบวนการคิด การแสวงหาความรู้ การจัดการตนเองในฐานะบัณฑิต พลเมืองและพลโลก จิตตปัญญาศึกษา ในการอธิบายความหมายเรื่องชีวิต ความดี ความงาม ความสุข ความทุกข์ การเลือกดำรงชีวิตอย่างเหมาะสม จุดมุ่งหมายของรายวิชานี้ นักศึกษาเป็นผู้ที่สมบูรณ์พร้อม ทั้งร่างกายและจิตใจ เข้าใจธรรมชาติของตนเองและผู้อื่น ใฝ่รู้และมีทักษะการคิดเชิงบูรณาการที่สามารถนำไปใช้ได้จริงในชีวิตการเรียนและการทำงาน โดยมีวัตถุประสงค์ของรายวิชา คือ

1) ปรับทัศนคติ มุมมอง วิธีการเรียนรู้และวิถีชีวิต เพื่อพัฒนาไปสู่ความเป็น “ศิษย์ดี” ที่สมบูรณ์เป็นทั้งคนดีและคนเก่ง อันหมายถึงการเป็นผู้มีความรู้ความสามารถที่ก่อปรด้วยความสำเร็จในความดีงาม

2) สร้างกระบวนการคิดและกระบวนการเรียนรู้ให้กับนักศึกษาสู่กระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิต

3) ปลุกฝังจิตสำนึกสาธารณะและจิตอาสารับผิดชอบต่อส่วนรวมและชุมชน

4) มีความซาบซึ้งต่อสุนทรียศาสตร์ เข้าถึงความจริง ความดี ความงาม และสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

### รูปแบบการเรียนการสอน

1) บรรยายเนื้อหาที่เกี่ยวข้อง โดยเน้นกระบวนการแลกเปลี่ยนถกเถียงในประเด็นที่สนมมุมอง วิธีการเรียนรู้ วิถีชีวิต

2) กำหนดบทบาทสมมุติและยกตัวอย่างกรณีศึกษา เพื่อให้เกิดกระบวนการคิดและกระบวนการเรียนรู้

3) ใช้กระบวนการทำงานเป็นกลุ่มเพื่อฝึกให้นักศึกษาได้เรียนรู้การวิเคราะห์ปัญหา การแก้ปัญหาและนำผลที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันเพื่อให้เกิดหลักการการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข ผ่านการเรียนโดยใช้ปัญหาเป็นฐานในการเรียนรู้ (Problem-based Learning)

4) ใช้สื่อประกอบการเรียนการสอน อาทิ คลิปข้อมูล สารคดี หนังสือและภาพยนตร์

5) เน้นการเรียนรู้ด้วยตนเอง (Self-directed Learning) โดยกำหนดแหล่งค้นคว้าในสื่อเทคโนโลยีสารสนเทศ ห้องสมุดและแหล่งข้อมูลในชุมชน

6) กิจกรรมเรียนรู้นอกห้องเรียน โดยการเข้าค่ายฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนากระบวนการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนเอง 1 ครั้ง/ภาคการศึกษา

เพื่อให้สอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์การเรียนรู้และรูปแบบการเรียนรู้นั้น จึงจำเป็นต้องประสานงานร่วมกับหน่วยงานอื่น ๆ ในมหาวิทยาลัย อาทิ ส่วนกิจการนักศึกษา ศูนย์บริการวิชาการ สำนักวิชาต่าง ๆ โดยเฉพาะการบูรณาการเพื่อพัฒนานักศึกษา จึงต้องจัดกิจกรรมทั้งทางด้านวิชาการวิชาชีพควบคู่กับกิจกรรมด้านทักษะชีวิต โดยร่วมกับส่วนกิจการนักศึกษา<sup>9</sup> ได้มุ่งเน้นและให้ความสำคัญกับ “จัดการและประสานภารกิจ เสริมสร้างคุณภาพชีวิต พัฒนาเป็นบัณฑิตผู้เรื่องปัญญาและคุณธรรม มุ่งกิจกรรมสร้างสรรค์ เรียนรู้ร่วมกันกับชุมชน” แต่เน้นกิจกรรมเชิงสาระสร้างสรรค์ที่ช่วยให้เรียนรู้ร่วมกันกับชุมชน กิจกรรมบูรณาการกับวิชาเรียน กิจกรรมพัฒนาบุคลิกภาพ และค่านิยมอันพึงประสงค์ทางสังคม ดังนั้นทางรายวิชาจึงได้ร่วมกับส่วนกิจการนักศึกษาจัดกิจกรรมบูรณาการกับรายวิชาดังกล่าว เพื่อให้เกิดการพัฒนาบุคลิกภาพ และค่านิยมอันพึงประสงค์ อันสอดคล้องกับการอัตลักษณ์ของนักศึกษา และการสร้างบัณฑิตที่พึงประสงค์ สามารถสร้างและอยู่ร่วมกับสังคมได้เป็นอย่างดี ซึ่งกิจกรรมที่ร่วมวางแผนนั้น คือ “ค่าย Be Myself” ซึ่งถือว่าเป็นค่ายกิจกรรมที่นำวิถีจิตตปัญญาศึกษามาสวมผสาน การสร้างเสริมทักษะชีวิตและการเรียนรู้ตัวตนของตนเองและผู้อื่นในสังคม

### บูรณาการกระบวนการเรียนรู้เพื่อตอบโจทย์วัตถุประสงค์

สำหรับรายวิชานี้ได้มีการจัดกระบวนการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ซึ่งประกอบด้วยการเรียนรู้ที่หลากหลายที่ไม่เน้นเพียงด้านใดด้านหนึ่งเท่านั้น ทั้งนี้เพราะการเรียนรู้แต่ละด้านมีอาจตอบโจทย์วัตถุประสงค์การเรียนรู้หรือผลลัพธ์การเรียนรู้ได้ทั้งหมด จึงจำเป็นต้องอาศัยหลากหลายวิธี ซึ่งแต่ละวิธีมีรูปแบบเฉพาะและตอบโจทย์ผลลัพธ์การเรียนรู้ที่แตกต่างกัน หรือบางรูปแบบอาจจะเหมือนกัน แต่แก่นของการเรียนรู้

<sup>9</sup>พันธกิจหลัก 2 ประการ คือ (1) จัดบริการและสวัสดิการที่เอื้ออำนวยให้นักศึกษาใช้ชีวิตอยู่ในมหาวิทยาลัยอย่างมีความสุขและศึกษาเล่าเรียนจนสำเร็จการศึกษา เช่น บริการหอพัก ร้านค้าร้านอาหาร ศูนย์การศึกษา การให้คำปรึกษาแนะแนว บริการสุขภาพ การประกันสุขภาพและอุบัติเหตุแบบให้เปล่า การบริการสถานกีฬาและสุขภาพ การบริการงานทหารและการเดินทาง (2) จัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตโดยเน้นกิจกรรมที่หลากหลายทั้งกิจกรรมที่องค์การนักศึกษาจัดกันเอง กิจกรรมของสำนักวิชา กิจกรรมที่ส่วนกิจการนักศึกษาจัดเสริม และกิจกรรมของกลุ่มอิสระ เป็นต้น เพื่อให้การจัดกิจกรรมเกิดประโยชน์สูงสุดแก่ตัวนักศึกษาเอง โดยมหาวิทยาลัย จึงให้นโยบายในการจัดกิจกรรมนักศึกษาต้องเป็นกิจกรรมที่นักศึกษา คิดเอง ทำเองและควบคุมดูแลกันเองโดยอาศัยระบบงานขององค์การนักศึกษา

เหล่านี้จะนำไปสู่วัตถุประสงค์ทั้งในระดับรายวิชาและหมวดศึกษาทั่วไป อันได้แก่ การเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน จิตตปัญญาศึกษา กิจกรรมค่าย กิจกรรมจิตอาสา เป็นต้น ซึ่งบางกิจกรรมได้มีการผนวกเข้าด้วยกัน เพื่อนำไปสู่การตอบโจทย์ที่สำคัญคือ “ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์”



### การเรียนรู้โดยใช้ปัญหาเป็นฐาน (Problem-based Learning)

การเรียนรู้แบบใช้ปัญหาเป็นฐาน (Problem-based Learning: PBL) ที่ถือว่าเป็นรูปแบบการเรียนรู้หนึ่งที่เกิดขึ้นจากแนวคิดการเรียนรู้แบบการสร้างความรู้ใหม่โดยผู้เรียน นับว่าเป็นการสร้างความรู้ใหม่จากการใช้ปัญหาที่เกิดขึ้นในโลกแห่งความจริง (Real World) เป็นบริบทการเรียนรู้ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดทักษะในการคิดวิเคราะห์และคิดแก้ปัญหา รวมถึงความรู้จากศาสตร์สาขาวิชาที่ตนได้จากการเรียนรู้

แบบใช้ปัญหาเป็นฐาน อันสืบเนื่องจากกระบวนการทำงานที่ต้องอาศัยความเข้าใจและการแก้ไขปัญหาเป็นหลัก หรือวิธีการเรียนรู้ที่เริ่มต้นด้วยการใช้ปัญหาเป็นตัวกระตุ้นให้ผู้เรียนไปศึกษาค้นคว้าแสวงหาความรู้ด้วยวิธีการต่าง ๆ จากแหล่งวิทยาการที่หลากหลายเพื่อนำมาใช้ในการแก้ปัญหา โดยที่ไม่มีได้มีการศึกษา หรือเตรียมตัวล่วงหน้าเกี่ยวกับปัญหาดังกล่าวมาก่อน ซึ่งวิธีการแบบนี้ตรงข้ามกับวิธีการเรียนการสอนในระบบดั้งเดิมที่ใช้มานาน ดังนั้นนักการศึกษาจึงนำการเรียนการสอนแบบใช้ปัญหาเป็นฐาน (PBL) มาใช้เป็นกรอบงาน (Framework) เพื่อสร้างเป็นโมดูล (Module) รายวิชา (Course) โปรแกรม (Program) หรือหลักสูตร (Curriculum) (สิริพร สมบูรณ์บุรณะ 2556: น. 87-88)

ทั้งนี้เชื่อว่าการได้มาและการสร้างองค์ความรู้ขึ้นนั้นเกิดจากการวิเคราะห์ปัญหาในเบื้องต้น และการกระตุ้นให้ใช้ความรู้ที่มีมาก่อนในการอภิปรายในกลุ่มย่อย การนำเอาความรู้ที่มีมาก่อนมาขยายความเพิ่มทำให้เกิดกระบวนการกระตุ้นให้เกิดความรู้ใหม่ การสร้างองค์ความรู้ใหม่และการเชื่อมโยงเนื้อหาเป็นองค์รวม การสร้างองค์ความรู้โดยใช้บริบทเชิงสังคม การเรียนรู้ในบริบท และการกระตุ้นให้เกิดความอยากรู้อยากเห็นที่เชื่อมโยงถึงการนำเสนอปัญหาที่เกี่ยวข้อง (Schmidt, 1993)

โดยยึดถือกระบวนการ 7 ขั้นตอน คือ ขั้นที่ 1 การอธิบายคำศัพท์ที่ไม่เข้าใจ<sup>10</sup> ขั้นที่ 2 ระบุปัญหา<sup>11</sup> ขั้นที่ 3 ระดมสมอง<sup>12</sup> ขั้นที่ 4 วิเคราะห์ปัญหา<sup>13</sup> ขั้นที่ 5 สร้างประเด็นการเรียนรู้<sup>14</sup> ขั้นที่ 6 ค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเอง<sup>15</sup> และขั้นที่ 7 รายงานต่อกลุ่ม<sup>16</sup> ซึ่งแต่ละขั้นตอนนั้นมุ่งให้ความสำคัญกับทักษะด้านต่าง ๆ ดังนี้

<sup>10</sup>ผู้เรียนร่วมกันทำความเข้าใจคำศัพท์และข้อความที่ปรากฏอยู่ในโจทย์ปัญหาให้ชัดเจน

<sup>11</sup>ผู้เรียนร่วมกันระบุปัญหาหลักที่ปรากฏในโจทย์ปัญหาและตั้งคำถามจากโจทย์ปัญหา

<sup>12</sup>ผู้เรียนระดมสมองจากคำถามที่กลุ่มร่วมกันกำหนดขึ้น โดยอาศัยความรู้เดิมของสมาชิกกลุ่มทุกคน โดยถือว่าทุกความคิดมีความสำคัญ ดังนั้นจะต้องรับฟังซึ่งกันและกัน

<sup>13</sup>ผู้เรียนอธิบายวิเคราะห์ปัญหาและตั้งสมมติฐานที่เชื่อมโยงกับปัญหาตามที่ได้ระดมสมองกัน ช่วยกันคิดอย่างมีเหตุผล สรุปเป็นความรู้และแนวคิดของกลุ่ม

<sup>14</sup>ผู้เรียนกำหนดวัตถุประสงค์การเรียนรู้ เพื่อค้นหาข้อมูลที่จะอธิบายผลการวิเคราะห์ที่ตั้งไว้ นอกจากนี้ผู้เรียนจะร่วมกันสรุปว่าความรู้ส่วนใดรู้แล้วส่วนใดที่ยังไม่รู้หรือจำเป็นต้องไปค้นคว้าเพิ่มเติมเพื่ออธิบายปัญหานั้น

<sup>15</sup>ผู้เรียนค้นคว้า หาอธิบายตามวัตถุประสงค์การเรียนรู้ โดยรวบรวมข้อมูลความรู้และสารสนเทศจากสื่อและแหล่งการเรียนรู้ต่าง ๆ เช่น ห้องสมุด อินเทอร์เน็ต ผู้รู้ ฯลฯ เพื่อค้นหาคำตอบให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ และเป็นการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ด้วยตนเอง

<sup>16</sup>ผู้เรียนนำรายงานข้อมูลหรือสารสนเทศใหม่ที่ได้จากการค้นคว้าเพิ่มเติมมาอภิปราย วิเคราะห์ สังเคราะห์ เพื่อสรุปเป็นองค์ความรู้ และนำมาเสนอต่อกลุ่มในแต่ละประเด็นการเรียนรู้

- ขั้นตอนที่ 1 ต้องการให้ทำความเข้าใจคำศัพท์หรือสำนวนในประเด็นปัญหาาร่วมกัน
- ขั้นตอนที่ 2 การจับประเด็นปัญหาคือ สรุบให้ชัดเจนว่านี่คือ ปัญหาเรื่องอะไร
- ขั้นตอนที่ 3 ทุกคนมีโอกาสวิเคราะห์ปัญหาโดยนำความรู้เดิมของแต่ละคนมาอธิบายปรากฏการณ์ ทุกคำอธิบายมีค่า
- ขั้นตอนที่ 4 พยายามหาเหตุผลมาวิเคราะห์ เชื่อมโยง อธิบายอย่างมีตรรกะ เพื่อเชื่อมโยงประเด็นที่วิเคราะห์ไว้เป็นคำอธิบายประเด็นปัญหา
- ขั้นตอนที่ 5 ตั้งประเด็นที่ต้องไปหาความรู้เพิ่มเติมและตรวจสอบประเด็นที่ตั้งไว้
- ขั้นตอนที่ 6 ค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเอง รวมทั้งประเมินความถูกต้องของข้อมูล
- ขั้นตอนที่ 7 วิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูลจำนวนมาก สรุบและรายงานเป็นข้อมูลของตนเอง ใช้ความสามารถในการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ (อัญชลี ชยานุวัชร 2554, น.24)

### จิตตปัญญาศึกษา

จากคำกล่าวของประเวศ วะสี(2550, น. 13- 14) “จิตตปัญญาศึกษา หมายถึงการรู้จิตของตัวเองแล้วเกิดปัญญา ปัญญาหมายถึงการเข้าถึงความเจริญสูงสุด หรือบางทีก็พูดว่าเข้าถึงความจริง ความดีและความงาม” ดังนั้นจิตตปัญญาศึกษาจึงเป็นเครื่องมือการเรียนรู้ที่สำคัญที่มุ่งเน้นการพัฒนาคุณภาพภายในของปัจเจกบุคคลให้มีพลังในการฟื้นฟูและสร้างสรรค์สังคมในมิติต่าง ๆ การดำรงชีวิตที่มีคุณภาพในชีวิตประจำวันและท่ามกลางสภาวะวิกฤตในรูปแบบต่าง ๆ อันเน้นการเข้าถึงจิตใจของผู้เรียน การสร้างพื้นที่ปลอดภัยในห้องเรียน การสร้างความรู้จากปัญญาปฏิบัติ การรับรู้ความรู้สึกและความต้องการของผู้เรียน รวมถึงการมุ่งเน้นการพัฒนาจิตใจให้กับผู้เรียน เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเติบโตและองกวมจากภายใน ซึ่งสอดคล้องกับ “การสร้างความเชื่อมั่นในความสามารถแห่งตน” ตามนิยามของมาซาโน และเคนดอลล์ (Marzano & Kendall 2007) ทำให้ผู้เรียนเข้าถึงกระบวนการเรียนรู้โดยทักษะเรียนรู้ ในที่นี้การนำจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในรายวิชานี้เป็นส่วนหนึ่งของค่าย ที่เรียกว่า “ค่าย Be Myself”





ใช้กิจกรรมผสมผสานไปด้วยกันอย่างเป็นทางการหนึ่งเดียว อันประกอบด้วย แกนหลักของกิจกรรมคือ ศิลปะบำบัด การใช้สุนทรียสนทนาเป็นการสื่อสาร การใช้บัตรคำคุณธรรม นำชีวิตและการสะท้อนคิด

1) ศิลปะบำบัด (Art Therapy) ถือว่าเป็นการใช้สื่อศิลปะเพื่อสะท้อนตัวตน ในแง่ศิลปะไม่ใช่การสอนศิลปะ ที่มุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้เรียนรู้เทคนิคของสี หรือถูกต้องตามหลักการศิลปะ แต่เป็นนำศิลปะมาเป็นสื่อหรือเครื่องมือที่ให้ผู้เรียนได้แสดงออก เสริมสร้างศักยภาพภายในให้เข้มแข็ง เพื่อสามารถเผชิญและจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างสร้างสรรค์ เป็นกระบวนการที่นำไปสู่การฟื้นฟูชีวิตจากภายในหรือปรับคุณภาพทางด้านความคิด ความรู้สึกและเจตจำนง (อนุพันธ์ุ พงษ์พันธ์ุจจี, 2551, น.323)

โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จิตใจตนเอง รู้จักตนเองมากขึ้นผ่านการลงมือทำศิลปะในรูปแบบต่าง ๆ โดยไม่จำเป็นต้องผ่านกระบวนการคิดที่ซับซ้อน เพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การทำกิจกรรมร่วมกัน รวมถึงเพื่อสร้างความเป็นเพื่อนมิตรให้เกิดขึ้นในระหว่างการเรียนรู้

ดังนั้นกิจกรรมศิลปะบำบัดนี้จึงประกอบด้วย 4 กิจกรรมย่อย ๆ ดังนี้

(1) กิจกรรม “ทำความรู้จัก” โดยใช้กระดาษแข็งสีขาวพร้อมเชือกเป็นป้ายแขวนคอ โดยให้ผู้เรียนเขียนชื่อเล่นด้านล่าง และเขียน “คติประจำใจ” ของ

ตนเอง ด้านบน โดยตนเองจะต้องแนะนำตัวชื่อเล่นต่อกลุ่มย่อย และบอกเล่าว่า “คติประจำใจ” ที่เขียนนี้มาจากไหน รวมถึงความคาดหวังของแต่ละคน ดังนั้นสิ่งสำคัญคือ กระบวนการจะต้องสรุปความคาดหวังของทุกคนและเชิญชวนให้กระโดดลงไปเรียนรู้กับสิ่งใหม่ ๆ ที่จะเกิดขึ้น รวมถึงบอกกติการ่วมกัน ในการสร้างพื้นที่ความปลอดภัยและสิ่งที่ต้องคำนึงถึงและไม่มีใครจะขออนุญาตเรื่องใดบ้างจากกลุ่ม

- (2) กิจกรรม “คนสนิท” การสร้างผลงานที่ต้องการให้ผู้เรียนสื่อถึง “บุคคลที่เราสนิทที่สุด” โดยแจกกระดาษวาดรูปคนละ 1 แผ่นพร้อมทั้งบอกให้ผู้เรียนได้ทำชิ้นงานเป็นรูปหน้าของบุคคลที่เราสนิทที่สุดด้วยศิลปะการปะติด (Collage Art) จะใช้เศษกระดาษหนังสือแม็กกาซีนฉีก/ปะอย่างไรก็ได้ หรือจะใช้สีเทียน/ไม้/เมจิกวาดหรือระบายสีก็ได้ตามใจชอบ แล้วทุกคนก็บอกเล่าผลงานของตนเอง ซึ่งกระบวนการและสมาชิกในกลุ่มต้องช่วยกันสังเกต ชักถามเพิ่มเติมจากภาพที่สื่อออกมา จากนั้นกระบวนการสรุปพร้อมทั้งขอบคุณที่สมาชิกในกลุ่มแต่ละคนได้ไว้วางใจบอกเล่าคนสนิทที่เป็นคนที่เราสามารถพักพิงได้
- (3) กิจกรรม “ตัวฉัน” การสร้างผลงานที่บ่งบอก “ความเป็นตัวฉัน” โดยให้เลือกดินน้ำมันคนละ 1 ก้อนพร้อมกระดาษรองหรือแผ่นรอง กระบวนชวนชักถามสมาชิกในกลุ่มว่า ดินน้ำมันที่ให้เป็นอย่างไรรู้สึกอย่างไร เตรียมดินน้ำมันพร้อมที่จะทำประติมากรรม แล้วชวนให้เกิดการสังเกตว่า แต่ละคนเมื่อได้ดินน้ำมันมาแล้วทำอย่างไร บางคนทาบ บางคนบี บางคนใช้แรงกด เป็นต้น จากนั้นกระบวนการให้โจทย์ “ปั้นสัตว์ที่ใช่แทนตนเอง” แล้วให้สมาชิกแต่ละคนบอกเล่าชิ้นงาน ส่วนกระบวนการและสมาชิกคนอื่น ๆ ก็จะร่วมสังเกตและชักถามเพิ่มเติม
- (4) กิจกรรม “ไม่ใช่ฉัน” การสร้างผลงานที่บอกว่านั้น “ไม่ใช่ตัวเรา” โดยให้สมาชิกหยิบกระดาษสีน้ำตาลแผ่นใหญ่ คนละ 1 แผ่น กระดาษกาวย่น และกรรไกร โดยให้โจทย์ว่า เป็นการสร้างประติมากรรมที่สื่อถึง “สิ่งที่ไม่ใช่ตัวเรา” “สิ่งที่เราไม่ชอบ” หรือมุมมองที่น่าเกลียดของตน จากนั้นให้ทุกคนบอกเล่าผลงานนี้ กระบวนการและสมาชิกในกลุ่มร่วมกันชักถามเพิ่มเติม

- (5) กิจกรรม “อนุสาวรีย์ตัวตน” การสร้างผลงานที่บ่งบอก “ภาพรวมทั้งหมดของฉัน” โดยให้ผู้เรียนได้นำผลงานทุกชิ้นที่ประดิษฐ์ขึ้นมามารวมกันเป็นอนุสาวรีย์ เป็นปะติมากรรมสามมิติมองเห็นได้ทุกด้าน และมีวัสดุอุปกรณ์อื่น ๆ มาเพิ่มเติมได้ตามจินตนาการของตนเอง อย่างไม่มีขอบเขตจำกัด จากนั้นทุกคนบอกเล่าผลงานนี้ กระบวนการและสมาชิกในกลุ่มร่วมกันซักถามเพิ่มเติม

2) สุนทรียสนทนา (Dialogue) มีหลักการ คือ มีความเชื่อมั่นและเคารพในความ เป็นมนุษย์ การยอมรับและเคารพในความแตกต่างของกันและกัน มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงของสรรพสิ่งในลักษณะองค์รวม (Holistic) และการเรียนรู้ที่แท้จริงเกิดขึ้นภายในตัว ผู้เรียนรู้ ดังนั้นการดำเนินการให้หลักการนี้ไปด้วยกันกับศิลปะบำบัดจำเป็นต้องให้สมาชิก ภายในกลุ่มมีความตั้งใจฟัง นั่นคือ “การฟังอย่างลึกซึ้ง” (Deep Listening) ถือว่าเป็นการฟังอย่างพินิจใคร่ครวญ การฟังเพื่อให้เข้าใจความหมาย ให้ครอบคลุมรอบด้านของผู้สื่อสาร โดยมีกติกา คือ ผู้ฟังจะไม่มี การซักถามโต้แย้ง หรือตัดสินใด ๆ ทั้งสิ้น ในขณะที่มีการสื่อสาร เพื่อนำไปสู่การเรียนรู้ร่วมกัน

3) การใช้บัตรคำคุณธรรมนำชีวิต เนื่องจากกระบวนการเรียนรู้เองได้พยายามเน้น หรือวิเคราะห์ถึง การตอบโจทย์เรื่อง “คุณธรรมนำชีวิต” และ “ความคิดเชิงบวก” โดยได้มีการทดลองนำบัตรคำ “คุณธรรมนำชีวิต” มาใช้เพื่อให้ผู้เรียนสามารถเชื่อมโยงความคิด พฤติกรรมการแสดงออก ความสัมพันธ์ระหว่างตัวตนกับสรรพสิ่งรอบตัวเรา รวมถึง การสร้างและรักษาคุณภาพ และการนำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตจริง ทั้งนี้ถือว่าการสื่อ และสร้างความหมายคุณธรรมนี้จะ เป็นสิ่งนำมาใช้ในชีวิต สงบนิ่งมากขึ้น มีความมั่นคง ภายในตนเอง สร้างความสุขและแบ่งปันอันเป็นสิ่งดีงามให้กับผู้คนรอบข้าง สร้างความ สอดคล้องกลมกลืนและความเป็นหนึ่งเดียวกันในสังคม ซึ่งถือว่าเป็นเครื่องมือ นำทาง ให้กับการอยู่ในสังคม

4) การสะท้อนการเรียนรู้ (Learning Reflection) คือ ผู้เรียนสะท้อนผลการเรียนรู้ จากบทเรียน/ กิจกรรมต่าง ๆ โดยผ่านการเขียน และการพูด ในกระบวนการนี้นับว่าเป็น สิ่งสำคัญเปรียบเป็นกระจกสะท้อนตนเอง เพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ของบุคคล กลุ่มและสังคมผู้เรียนได้เล่าประสบการณ์จากการทำกิจกรรมที่ตนเองหรือกลุ่มได้เรียนรู้ เป็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันกับเพื่อนในชั้นเรียน เปิดโอกาสให้ทุกคน ได้แสดง

ความรู้ในเชิงหลักการ ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจริง ชั้นนี้จะเป็นการแสดงถึงความรู้ที่ได้จากการเรียนรู้ของผู้เรียน ดังนั้นจำเป็นต้องให้ทุกคนได้เล่าประสบการณ์ของตนเองให้มากที่สุด เพื่อสรุปเป็นองค์ความรู้คู่กับการปฏิบัติ การพิชิตความสำเร็จ (Achievement) เป็นการสร้างความคาดหวังในการนำไปสู่การปฏิบัติที่เป็นประโยชน์แก่ตนเอง กลุ่ม และสังคม มีการนำไปใช้หรือวางแผนสู่การปฏิบัติให้เกิดผลสัมฤทธิ์ ซึ่งได้จากการเรียนรู้ในเรื่องที่ได้ศึกษา

5) กิจกรรมจิตอาสา เป็นกิจกรรมเชื่อมผู้เรียนกับชุมชนและสังคมภายนอก ในรูปแบบต่าง ๆ เช่น การรณรงค์การรักษารธรรมชาติผ่าน “ต่อไม่มีชีวิต” การรณรงค์ยาเสพติดผ่าน



“LO (W) BOT หุ่นยนต์ด้านยาเสพติดจากวัสดุเหลือใช้” การมอบความสุขให้ผู้พิการ “สรรสร้าง สรรค์สร้าง แบ่งปัน จิตอาสาสู่น้องพี่ผู้พิการ” และการบูรณาการเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในชุมชน พื้นที่อำเภอท่าศาลา จังหวัดนครศรีธรรมราช เป็นต้น ซึ่งถือวากิจกรรมเหล่านี้เป็นโจทย์สุดท้ายของกระบวนการเรียนรู้ที่ผู้เรียนต้องเป็นผู้ให้มากกว่าเป็นผู้รับ สิ่งที่เกิดการสะท้อนกลับคือการทำกิจกรรมนี้แล้วผู้เรียนกลับรู้สึกว่าตนเองเป็นผู้รับและมีความสุขมากที่เป็นผู้ให้



จะเห็นว่าการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในกระบวนการเรียนรู้เหล่านี้ไม่จำเป็นต้องมี “ผู้สอน” แต่เราให้ความสำคัญกับ “กระบวนการ” ผู้ที่ทำหน้าที่เชื่อมโยงกิจกรรม เนื้อหา สมาชิก ไว้ด้วยกัน ซึ่งกระบวนการของแต่ละกลุ่มมีหน้าที่สำคัญในการอำนวยความสะดวกให้เกิดบรรยากาศที่ผ่อนคลาย เพื่อให้เกิดการแสดงออกซึ่งความเป็นตัวของตัวเอง ผ่านการทำงานศิลปะ อย่างเป็นอิสระปราศจากกรอบความคิดที่เป็นตัวปิดกั้นจินตนาการและความรู้สึก รวมถึงเป็นผู้ที่คอยกระตุ้น ซักถาม ขวนขวายชวนคุยเพื่อให้ผู้เรียนที่เป็นสมาชิกภายในกลุ่มของตนมีความรู้สึกเป็นกันเอง เกิดพื้นที่ที่ไว้วางใจกันมากขึ้น

### ผลการบูรณาการการเรียนรู้

จากการบูรณาการกระบวนการเรียนรู้ที่หลากหลายนี้ จะเห็นผลของการบูรณาการ การเรียนรู้อย่างเป็นลำดับ นั่นคือ กระบวนการเรียนรู้แบบใช้ปัญหาเป็นฐาน เป็นการ มุ่งเน้นการเรียนรู้องค์ความรู้ที่ให้ผู้เรียนแลกเปลี่ยนประสบการณ์วิเคราะห์โจทย์ปัญหา และการค้นคว้าด้วยตนเอง เป็นการปูพื้นฐานความรู้ ซึ่งผู้เรียนมองว่า เป็นสิ่งที่ไม่น่า เบื่อหน่าย ไม่ต้องนั่งฟังการบรรยายเพียงอย่างเดียว ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับ เพื่อน ๆ และการนำเสนอความรู้ที่ตนเองค้นคว้ามาได้ ซึ่งเป็นไปตามเนื้อหาสาระและ วัตถุประสงค์การเรียนรู้ของรายวิชา

สำหรับการเข้าร่วมกิจกรรมค่าย Be Myself ซึ่งเป็นกิจกรรมบูรณาการทางจิตต ปัญญาศึกษา โดยใช้วิธีการศิลปะบำบัดและสุนทรียสนทนาเป็นเครื่องมือดึงความเป็น ตัวตน ค้นหาตัวตนของนักศึกษา รวมถึงการเคารพผู้อื่น ซึ่งพบว่า จำนวนผู้เข้าร่วม 300 คน ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2557

ตารางที่ 1 ประเมินผลการเข้าร่วมกิจกรรม Be Myself ของนักศึกษา  
ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2557

ผลการเข้าร่วมกิจกรรม Be Myself	ความคิดเห็นของนักศึกษา (คิดเป็นร้อยละ)				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมความคาดหวังจะได้รับความรู้ ความเข้าใจและประโยชน์	30.88	45.58	19.11	4.41	-
<b>ระหว่างเข้าร่วมกิจกรรม</b>					
1) ความตรงต่อเวลา	39.71	48.52	11.76	-	-
2) การมีส่วนร่วมในการปฏิบัติตามข้อกำหนดในการ เข้าร่วมกิจกรรม	58.82	41.17	-	-	-
3) ให้ความสนใจในกิจกรรมและรับผิดชอบงานที่ กำหนด	61.76	38.23	-	-	-
4) การแต่งกายเรียบร้อย เหมาะสมกับกาลเทศะ	45.58	42.64	11.76	-	-
5) มีสัมมาคารวะและสุภาพเรียบร้อย	48.52	47.05	4.41	-	-
6) มีมารยาทในการเข้าร่วมกิจกรรม	45.58	45.58	8.82	-	-
7) ความใฝ่รู้และเรียนรู้ด้วยตนเอง	39.71	55.88	4.41	-	-
<b>หลังเข้าร่วมกิจกรรม</b>					
1) เกิดทักษะในการฟังเพื่อที่จะเข้าใจตนเองและผู้อื่น ในการใช้ชีวิตและมองเห็นคุณค่าในตนเอง	39.71	41.17	19.12	-	-
2) เกิดแนวทางในการคิดวิเคราะห์สู่การเปลี่ยนแปลง ชีวิตที่ดี	33.82	57.35	8.82	-	-
3) ได้รู้จักตนเองในแง่มุมของชีวิตด้านดี มีความ ภาคภูมิใจ	51.47	41.17	7.35	-	-
4) ประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรม	55.88	38.23	5.88	-	-
5) สามารถนำความรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมไป ขยายผลต่อบุคคลอื่น ๆ ได้	35.29	50.00	14.71	-	-
6) การปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างแก่สังคมและเป็น ประโยชน์ต่อส่วนร่วม	38.23	52.94	8.82	-	-

## ผู้เรียนได้แสดงความคิดเห็นเพิ่มเติม ดังนี้

1. กิจกรรมนี้ควรมีการจัดอย่างต่อเนื่อง
2. เป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างทักษะต่าง ๆ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เข้าใจชีวิตมากขึ้น
3. ทำให้เกิดการเรียนรู้ความแตกต่างระหว่างบุคคล ทำให้เข้าใจผู้อื่นมากขึ้น สร้างฐานคิดที่ดี มีความสัมพันธ์ที่ดีในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
4. เป็นการฝึกการค้นหาค้นหาตนเองในรูปแบบใหม่ รู้ตัวตน ส่งเสริมให้เกิดความเข้าใจตนเองมากขึ้น เกิดการพัฒนาตนเอง
5. การฝึกให้รู้จักคิดอย่างมีเหตุผล และกล้าแสดงออกทางความคิดมากขึ้น

ขณะเดียวกันกิจกรรมนี้ผู้เรียนส่วนน้อยได้แสดงความคิดเห็นว่า เป็นกิจกรรมที่น่าเบื่อ ไม่ตื่นเต้น ไม่สนุกสนาน เป็นต้น ลำพังการเรียนรู้เฉพาะแต่ในห้องเรียนเพียงอย่างเดียว นั้น อาจจะไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ของรายวิชา จึงเป็นที่มาของการกำหนดให้มีภาคปฏิบัติการ (Workshop) กิจกรรม Be myself 1 วัน (8 ชั่วโมง) นักศึกษาได้ฝึกปฏิบัติ ทักษะการฟังอย่างลึกซึ้งในวงสนทนา และได้เรียนรู้เพื่อเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น มองเห็นคุณค่า แง่งามความดี ของชีวิต ผ่านชิ้นงานทางศิลปะที่รังสรรค์ออกมาหลากหลาย และแตกต่าง สามารถบอกเล่าความหมายของชีวิต ออกมาอย่างน่าสนใจ มีเป้าหมาย ถ่ายทอดไว้ในพันธกิจชีวิต (Mission of Life) ได้เขียนได้อ่านแต่ละชิ้นงาน สื่อให้เห็นถึงความคิดสร้างสรรค์ บนความแตกต่างที่สวยงาม และเมื่อถึงช่วงการแสดง (Show and Share) ยิ่งทำให้น่าตื่นเต้น เมื่อได้ฟังการให้ความหมายของชีวิตแต่ละคน ซึ่งนักศึกษาสามารถสื่อสารออกมาอย่างน่าสนใจ สร้างแรงบันดาลใจให้กันและกัน ที่จะทำชีวิตให้ดีขึ้น คุณค่า รู้ว่าจะทำอะไร เพื่ออะไร โดยเฉพาะความมุ่งมั่นตั้งใจในการศึกษาเล่าเรียนให้ประสบความสำเร็จ และทำประโยชน์ให้สังคมส่วนรวม การประเมินผลการเรียนรู้ผ่านการปฏิบัติ ดูจากสิ่งที่นักศึกษาได้เรียนรู้และสามารถทำได้ โดยใช้แบบประเมิน ใบงาน ชิ้นงาน การเขียน การบอกเล่า และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนประเมินตนเอง

จากจำนวนนักศึกษาที่เข้าร่วมสองภาคการศึกษา ปีการศึกษา 2557 ภาคเรียนที่ 1 และ 2 จำนวน 428 คน พบว่า นักศึกษาร้อยละ 92.82 ได้รับประโยชน์ระดับมาก - มากที่สุด จากการเข้าร่วมกิจกรรม ร้อยละ 82.06 ฟังพอใจ มาก-มากที่สุดต่อรูปแบบ

การจัดกิจกรรม ร้อยละ 95.06 เกิดทักษะการฟังอย่างตั้งใจในระดับมาก-มากที่สุด ร้อยละ 93.71 เกิดแนวทางในการคิดวิเคราะห์สู่การเปลี่ยนแปลงชีวิตที่ดี ในระดับมาก-มากที่สุด ร้อยละ 91.92 ได้รู้จักตนเองในแง่มุมของชีวิตด้านดี มีความภาคภูมิใจ ข้อคิดเห็นอื่น ๆ จากการสะท้อนของนักศึกษา เช่น ได้ผ่อนคลายสนุกสนาน พัฒนาการบวนการคิด ผิดสมมติ อยู่กับตนเอง มีเป้าหมายในชีวิต ได้รู้จักตนเองมากขึ้น ช่วยให้กล้าคิด กล้าพูด กล้าแสดงออก ทำให้คนที่เรียนวิชานี้ได้เข้าใจมากขึ้นจากการฝึกปฏิบัติ และสร้างเสริมกระบวนการเรียนรู้ มีทักษะชีวิตมากขึ้น

สรุปจากข้อมูลที่นักศึกษาสะท้อนกลับ รายวิชานี้ช่วยให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาความตระหนักรู้ (Awareness) ของตัวผู้เรียนและรู้จักใคร่ครวญ (Contemplate) จนเห็นสิ่งต่าง ๆ ได้ตามความเป็นจริง รวมถึงการทำให้เปิดโลกทัศน์ มุมมองใหม่ต่อโลกและชีวิต ซึ่งกิจกรรมที่หลากหลายที่เกิดขึ้นนี้ ผู้เรียนได้มีโอกาสเลือกวิธีการที่เหมาะสมกับตนเองอันนำไปฝึกปฏิบัติในชีวิตประจำวัน และเห็นความสำคัญมากขึ้น ซึ่งมีใช่เป็นแค่กิจกรรมภายในชั้นเรียนเท่านั้น

ขณะเดียวกันบทสรุปของกระบวนการในฐานะมีส่วนร่วมในการจัดกระบวนการเรียนรู้เชิงรุก Active Learning คือ ความรู้สึกมีความสุข หายเหนื่อย ทุกครั้งหลังจัดกิจกรรมเสร็จ เมื่อนักศึกษา บอกเล่า “ฉันได้อะไรในวันนี้” และส่งผ่านความรู้สึกดี ๆ ที่ประทับใจ ดังได้กล่าวข้างต้น และนักศึกษาได้รับประโยชน์คุ้มค่า 1 วันกับการเรียนรู้ผ่านกิจกรรม Be myself และจากการสะท้อนบททวนของคณะทำงาน (AAR) เห็นตรงกันว่ากระบวนการพัฒนาบัณฑิต โดยใช้กลไกการบูรณาการ ระหว่างวิชาการกับงานกิจการนักศึกษาอย่างเป็นรูปธรรม และเป็นรูปแบบใหม่ของการทำงานกิจการนักศึกษาเพื่อการพัฒนาบัณฑิต อย่างไม่หลงทิศหลงทาง

### **บทสรุป สูตรการบูรณาการ: ผู้เรียน=การเรียนรู้=กระบวนการ**

อย่างไรก็ตามเป็นสิ่งที่น่าตั้งข้อกังขามากว่า “กระบวนการเรียนรู้” ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเหล่านี้ทำไมไม่เป็นที่ยอมรับให้กลุ่มอาจารย์ผู้สอน????? ซึ่งคำตอบที่ได้ไม่แปลกใจคือ “ความเหนื่อย” “ความยุ่งยาก” “ปัญหาการประสานงาน” และ “การคิดค้นหาวิธีการอยู่ตลอดเวลา” เป็นต้น คำตอบเหล่านี้ทำให้การเรียนการสอนในระดับอุดมศึกษาจึง

เป็นโจทย์ที่สำคัญ ที่ไม่สอดคล้องกับการพัฒนาผู้เรียนในศตวรรษที่ 21 รวมถึงลักษณะของผู้เรียนที่เปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัย ที่ไม่ชอบฟังอะไรนาน ๆ มีความเบื่อหน่ายเร็ว สามารถทำสิ่งต่าง ๆ หลาย ๆ อย่างได้พร้อมกันในเวลาเดียวกัน มีความจดจ่อกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งสั้น ด้วยประเด็นปัญหาเหล่านี้จึงเป็นโจทย์สำคัญของการบูรณาการเรียนรู้อันสำหรับรายวิชาในกลุ่มวิชาศึกษาทั่วไป ที่ทำอย่างไรให้เกิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต เกิดความสนใจทักษะชีวิต การเห็นคุณค่าและเป้าหมายของตนเอง เป็นต้น

ดังนั้นการดำเนินการจำเป็นต้องสร้างการเรียนรู้ใหม่ ไม่ใช่เฉพาะผู้เรียนเท่านั้น และต้องไปด้วยกันทั้งระบบ โดยเฉพาะผู้สอนที่ต้องปรับเปลี่ยนบทบาทเป็น “กระบวนกร” ที่พร้อมจะเรียนรู้ไปพร้อม ๆ กับผู้เรียนเช่นกัน ไม่ว่าจะการเปิดกระบวนทัศน์ใหม่ การเปิดตัวตน การฟื้นฟูทักษะ ความคิดของตนเองใหม่ จึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งที่จะทำให้เกิดการพัฒนาความคิด การเรียนรู้ไปด้วยกัน จนถึงขั้นการสร้างวัฒนธรรมการเรียนรู้ใหม่ไปด้วยกัน

จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่การเรียนการสอนในระดับอุดมศึกษาจำเป็นต้องเกิดสูตรกระบวนกรเรียนรู้ใหม่ที่นำไปสู่การพัฒนาบัณฑิตในศตวรรษที่ 21 ได้เป็นอย่างดี นั่นคือ “การเรียนรู้ = ผู้เรียน+การเรียนรู้+กระบวนกร

## เอกสารอ้างอิง

- ประเวศ วะสี. (2550). **ปาฐกถาสวัสดิ์ สกฺลไทย: มหาวิทยาลัยกับจิตตปัญญาศึกษา และไตรยางค์แห่งการศึกษา**. กรุงเทพฯ: ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล.
- มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์. (2553). **แผนยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ พ.ศ. 2553-2557 ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 2**. นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์.
- มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์. (2557). **คู่มือนักศึกษามหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์ ระดับปริญญาตรี ประจำปีการศึกษา 2557**. นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์.
- ส่วนกิจการนักศึกษา. (2557). **เอกสาร รายงานสรุปประเมินผลโครงการพัฒนาศักยภาพ นักศึกษา: กิจกรรม Be myself**. นครศรีธรรมราช: ส่วนกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์.
- สิริพร สมบูรณ์บุรณ์. (2556). PBL: โจทย์ปัญหาหรือสร้างปัญหาทางสังคมศาสตร์. **วารสารสังคมศาสตร์มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์**, 6(6), 81-115.
- อนุพันธ์ พุทธิพันธ์จี. (2551). ศิลปะบำบัด...คืนความสมดุลสู่ชีวิต ความเข้าใจของการวาดภาพพระบายสี เพื่อการบำบัดบนพื้นฐานแนวคิดมนุษยปรัชญา. ใน **จิตตปัญญาศึกษา: การศึกษาเพื่อการพัฒนามนุษย์** นครปฐม: โครงการจิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล.
- อัญชลี ชยานุวัชร. (2554). **การเรียนรู้แบบใช้ปัญหาเป็นฐาน เล่ม 1 แนวคิดและกระบวนการเรียนรู้** นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์.
- เอกรัตน์ รวยรวย และคณะ. (2557). การเผยแพร่องค์ความรู้ด้านจิตตปัญญาศึกษาในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี (มจธ.). ใน **จิตตปัญญาศึกษา...พลังแห่งการฟื้นฟูและสร้างสรรค์ทางสังคม** นครปฐม: ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล.
- Boud, D. J. & Feletti, G. (Eds). (1991). **The challenge of problem based learning**. London: Kogan Page.
- Boud, D. J. (1985). Problem-based learning in perspective. in Boud D. J. (Ed.). **Problem-based learning in education for the professions**. Sydney: Higher Education Research and Development Society of Australasia.

- Boud, D. J. (1995). **Enhancing learning through self assessment**. London: Kogan Page.
- Boudourides , M A. (1998). **Constructivism and Education: A Shopper's Guide**. Contributed Paper at the International Conference on the Teaching of Mathematics Samos, Greece, July 3-6. Retrieved from <http://www.math.upatras.gr/~mboudour/articles/constr.html>
- Brown, J. S., Collins, A., & Duguid, P. (1989). Situated cognition and the culture of learning. **Educational Researcher**, **18**(1), 32-42.
- Burch, K. (1999). A Primer on Problem-Based Learning: Examples from International Relations Courses. **A sample of University of Delaware**, **8**(2). Retrieved from <http://www.ntlf.com/html/lib/suppmat/82pblprimer.htm>
- Burch, K. (2001). PBL, Politics, and Democracy. In Duch, B. J., Groh, S. E. & Allen, D. E. (Eds). **The Power of Problem-Based Learning** Virginia: Stylus Publishing.
- Duch, B.J., Groh, S E., & Allen, D E. (Eds.). (2001). **The power of problem-based learning**. Virginia: Stylus Publishing.
- Evensen, D. & Hmelo, C. E. (Eds). (2000). **Problem-based learning a research perspective on learning interactions**. NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Gallow, De. (2000). What is problem-based learning?. **Irvine : Problem-based Learning Faculty Institute, University of California**. Retrieved from <http://www.pbl.uci.edu/winter2000/pblproblems.html>
- Geetz, C. (1973). **The interpretation of cultures: Selected essays**. New York: Basic Books.
- Kolb, D. (1984). **Experiential learning: Experience as the source of learning and development**. Englewood Cliffs, NJ.: Prentice Hall.

- Knight, P. T. & Trowler, P. R. (2000). Department-level Cultures and the Improvement of Learning and Teaching. **Studies in Higher Education**, 25(1), 69-83.
- Leroy, P., Ligthart, S., & Bosch, H. van den. (2001). The role of project-based learning in the “Political and Social Sciences of the Environment” curriculum at Nijmegen University". **International Journal of Sustainability in Higher Education**, 2(1), 8-20.
- Mackinnon, J. (2006). Problem based learning and New Zealand legal education. Web **Journal of Current Legal Issues**, (3). Retrieved from <http://hdl.handle.net/10289/550>
- Marzano, R. J. & Kendall, J. S. (2007). **The New taxonomy of educational objectives**. California: Corwin Press.
- Savery, Jr. & Duffy, T. M. (1996). Problem Based Learning: An Instructional Model and Its **Constructivist Framework**. In Wilson, B. G. (ed.). **Constructivist learning environment: Case studies in instructional design** (pp. 135-148). New Jersey: Educational Technology Publication. Retrieved from <http://www.uakron.edu/edfound/people/saver/papers/sav-duff.html>
- Schmidt. H.G. (1993). Foundations of Problem-based Learning: Some Explanatory Notes. **Medical Education**, (27), 422-432.
- Trigwell, K. & Prosser, M. (1996). Changing approaches to teaching. **Studies in Higher Education**, 21(3), 282.
- Tseelon, E. (2003). **Difference between tradition learning and PBL.: Problem based learning**. Belfield, Dublin: Dept. of Sociology, UCD.
- Winch, P. (1990). **The idea of a social science and its relation to philosophy**. Great Britain: Routledge & Kegan.

