

ผลการใช้รูปแบบการเรียนการสอนตามแนวคิดปัญญาศึกษาสำหรับ นักศึกษาวิชาชีพครู

The Results CSPA Instructional Model through Contemplative Education for Pre-service Teachers

สิริรัตน์ นาคิน^{1*}

Sirirat Nakin^{1*}

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ผลการใช้รูปแบบ CSPA Model เพื่อเสริมสร้างการตระหนักรู้ในตนเอง 2) ความพึงพอใจของผู้เรียนที่มีต่อรูปแบบ CSPA Model กลุ่มเป้าหมายเป็นนักศึกษาวิชาชีพครู โพรแกรวมวิชาคอมพิวเตอร์ศึกษา ชั้นปีที่ 3 ที่เรียนรายวิชาการออกแบบและการจัดการเรียนรู้ ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2559 จำนวน 35 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองเป็นแผนการจัดการเรียนรู้ตามรูปแบบ CSPA Model จำนวน 14 แผน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบบันทึกสะท้อนผลการเรียนรู้ แบบบันทึก AAR: (After Action Review) และแบบประเมินความพึงพอใจ วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนาจากแบบบันทึกสะท้อนผลการเรียนรู้ และการเขียนบันทึก AAR โดยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า

1. ผู้เรียนเกิดการตระหนักรู้ในตนเอง เกิดแง่คิด ความรู้สึก สิ่งที่ได้รับผ่านตนเองและส่งผ่านไป
ที่คนอื่น ทำให้มีสติ รู้ตัว พิจารณาตนเองอยู่เสมอ เล่าปัญหาและอุปสรรคที่เกิดขึ้นของตนเองสู่ผู้อื่นอย่าง
เปิดใจ ยอมรับความแตกต่างทางความคิด และการปฏิบัติตนในการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น เกิดการตระหนักรู้
ในตนเองทั้งด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ส่งเสริมให้เพื่อนเปลี่ยนแปลงในเชิงบวก เกิดแนว
ความคิดใหม่ๆ และเสริมสร้างการตระหนักรู้เห็นคุณค่าตนเอง เข้าใจผู้อื่นมากขึ้นรับรู้ตนเองว่ามีด้านดี
และด้านที่ต้องปรับปรุง และเสนอแนะแนวทางการส่งเสริมตนเองให้ดีขึ้นตามลำดับดังนี้

1.1 การสะท้อนผลการเรียนรู้ พบว่า ผู้เรียนสามารถเขียนสะท้อนสิ่งที่ตนเองรู้สึกได้รับทั้งแง่คิด
ความรู้สึก อารมณ์ การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในตนเอง การเปลี่ยนแปลงจากความคิดนำไปสู่การลงมือ
ปฏิบัติ การสะท้อนสิ่งที่ตนเองรู้สึกจากความรู้ที่ได้รับ ความรับผิดชอบในการเรียน การตระหนักถึงบทบาท

¹ คณะครุศาสตร์ สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

¹ Faculty of Education, Curriculum and Instruction, Nakhonratchasima Rajabhat University

* Corresponding author, e-mail: sirirat_28@hotmail.com



หน้าที่ของตนเอง รู้จักตนเองมากขึ้นมีการสะท้อนผลการเรียนรู้ผ่านการทำกิจกรรมที่หลากหลาย ได้แก่ สะท้อนผ่านการเล่าเรื่อง การฟังเสียงภายใน การสนทนาแบบสุนทรียสนทนา เมื่อผู้เรียนได้เปิดใจและรับฟังเรื่องราว ความคิด มุมมองของเพื่อนผ่านมุมมองของตนเอง ทำให้รู้ว่าเขาหรือเธอนั้นแตกต่างกันทางความคิด แต่สามารถปรับความเข้าใจผ่านการร่วมมือกันปฏิบัติงานได้ สิ่งหนึ่งที่สะท้อนผ่านงานเขียนได้ชัดเจน คือ การเขียนจะถ่ายทอดผ่านอารมณ์ ความรู้สึกนึกคิด และเรื่องราวที่เกิดขึ้นจริง เป็นปัจจุบัน รู้จักตัวตนของเพื่อนและรู้จักตนเองมากขึ้น เห็นคุณค่าในตนเองจากการทำกิจกรรมตามรูปแบบการเรียนรู้ โดยใช้แนวคิดปรัชญาศึกษามาขับเคลื่อนกิจกรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.2 การเขียนบันทึก AAR พบว่า ผู้เรียนสามารถเขียนถึงสิ่งที่ได้รับจากการเรียนผ่านกิจกรรมต่างๆ ตามรูปแบบได้ดี บอกถึงสิ่งที่ได้รับ อุปสรรคปัญหาที่ต้องแก้ไข เสนอแนะแนวทางในการแก้ไขปัญหา เพื่อเห็นถึงแนวทางการทำงาน การเตรียมความพร้อมในครั้งต่อไปให้ดีขึ้น การปรับปรุงมีทั้งเสนอแนะต่อตนเอง เป็นแนวทางในการทำให้ผู้เรียนต้องทบทวนเตรียมตัวให้ดีขึ้น และเห็นผลที่เกิดจากการลงมือปฏิบัติงานในชั้นเรียนที่ต้องรับผิดชอบ

2. ความพึงพอใจของผู้เรียนที่มีต่อรูปแบบพบว่า ผู้เรียนมีความพึงพอใจภาพรวมอยู่ในระดับมาก คิดเป็นค่าเฉลี่ย 4.37 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน คิดเป็น 0.48

คำสำคัญ: รูปแบบการเรียนการสอนจิตตปัญญาศึกษา การตระหนักรู้

Abstract

The purpose of this research were to 1) study the use of CSPA Model to enhance self-awareness 2) study student's satisfaction toward CSPA model ; 2nd semester of academic year 2556 3rd year enrolled in the design and learning management curriculum Computer program for 35 students. Using the Purposive Sampling, the tool used to collect data is a record of AAR recordings of satisfaction. 14 lesson plan. The statistical plan used for data analysis was descriptive analysis from the reflective record and writing AAR: After Action Review, percentages and standard deviations.

The research found that:

1) The results of the CSPA model on contemplative education theories based on the psychological study for students. The teachers found that learners gained self-awareness through various activities. The reflection of learning outcomes writing AAR every time after graduation in a course. The contemplative the feelings, the things that have been through oneself and pass on to others, always consciously consider yourself. Through a variety of activities such as energetic narrative. The point of view are open mind, deep listening, aesthetic dialogue, circle of trust, etc. From this activities, and the learner reflects self-reflection learning. Self-reflection problems and obstacles. Tell others openly. Accept the difference



in thought the practice of living together with others. This leads to self-realization in both thinking, feeling and behavior. The learners reflect on learning outcomes and encourage positive change. Through reading the narrative. Writing AAR (After Action Review) Nurture good at heart Strengthen teacher's profession It gives students new ideas and reinforces self-esteem. Understand more people after activities, have a good self-perception. And aspects that need to be improved. And self-improvement counseling.

2. Satisfaction of learners towards the model was found. The students are satisfied. The high level is 4.37.

Keywords: Instructional model, contemplative education, self-awareness

บทนำ

การจัดการศึกษามีความสำคัญต่อการพัฒนาของประเทศและสังคม เนื่องจากการพัฒนาบุคคลที่เป็นกำลังสำคัญของประเทศชาติ ต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนมีความสามารถและพัฒนาตนเองตามธรรมชาติและเต็มศักยภาพ โดยการจัดการเรียนการสอนด้วยกระบวนการผสมผสานสาระความรู้ด้านต่างๆ อย่างสมดุล รวมทั้งปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมที่ดีงามและคุณลักษณะอันพึงประสงค์ การจัดการเรียนการสอนตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษา ในระดับปริญญาตรี หลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต การสอนส่วนใหญ่มีลักษณะที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ มีการบรรยายเนื้อหาหลักของสาขาวิชาและแนะนำให้ผู้เรียนศึกษา วิเคราะห์ทำการค้นคว้า หรือทำความเข้าใจประเด็นปลีกย่อยด้วยตนเอง นอกจากนี้การเรียนการสอนควรเน้นการได้มาซึ่งทฤษฎีหรือกฎเกณฑ์ต่างๆ ในธรรมชาติ ให้ผู้เรียนได้ทำการทดลองปฏิบัติการจริงและมีโอกาสใช้เครื่องมือด้วยตนเอง ในกระบวนการเรียนการสอนมีการมอบหมายงาน เพื่อให้ผู้เรียนได้มีการฝึกฝนทักษะด้านต่างๆ รู้จักวิเคราะห์และแก้ปัญหาด้วยตนเอง สนับสนุนส่งเสริมให้ผู้เรียนพัฒนาตนเองด้วยการค้นคว้า หาความรู้ นำเสนอสร้างทักษะในการ

อภิปรายและนำเสนอ หากมีประเด็นที่ควรส่งเสริม สอดแทรกเนื้อหาหรือกิจกรรมที่ส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม รูปแบบการเรียนการสอนต่างๆ ที่ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง และมีทักษะการทำงานร่วมกันกับผู้อื่น ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น มีความสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน คณาจารย์ และเกิดการตระหนักรู้ในตนเองนำไปสู่ความรับผิดชอบ ทั้งต่อตนเองต่อวิชาชีพและต่อสังคม

จิตตปัญญาศึกษาเป็นการศึกษาที่ทำให้เข้าใจด้านในของตนเอง รู้ตัว เข้าถึงความจริง ทำให้เปลี่ยนแปลงมุมมองเกี่ยวกับโลกและผู้อื่น เกิดความเป็นอิสระ ความสุข ปัญญา และความรักอันไพศาลต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่งหรืออีกนัยหนึ่งเกิดความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ (ประเวศ วะสี, 2549)

การออกแบบจัดการเรียนรู้และการสอนเป็นหนึ่งรายวิชาที่นักศึกษาวิชาชีพครูจะต้องเรียน เน้นการเรียนการสอนเกี่ยวกับทักษะการสอน การออกแบบการเรียนรู้ การจัดการชั้นเรียน การเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ และการสาธิตการสอน เป็นต้น โดยเนื้อหาในรายวิชา มีลักษณะเป็นทฤษฎีและปฏิบัติ ทำให้ผู้เรียนได้ คิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ เมื่อเรียนรู้ได้ระดับหนึ่ง จะต้องฝึกปฏิบัติ เพื่อถ่ายทอดสิ่งที่เรียนมาได้



อย่างเป็นธรรมชาติเหมาะสมกับวัยของผู้เรียน การเรียนการสอนส่วนใหญ่เป็นการบรรยาย วิเคราะห์ อภิปราย และนำเสนอผลงาน เมื่อพิจารณาแล้ว เนื้อหาที่มีความน่าสนใจ หากผู้สอนออกแบบการจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมการตระหนักรู้ในตนเอง ซึ่งจะนำไปสู่ทักษะการสอนที่ดีได้ และการเรียนรู้ที่ดีต้องไม่เรียนแค่รายบุคคล แต่เป็นการเรียนรู้แบบร่วมมือกัน อาศัยการเรียนรู้แบบพึ่งพาเกื้อกูลกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีความคิดเห็นต่างแต่ไม่แปลกแยก เห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น คิดให้เหตุผล ไม่ด่วนสรุปตัดสินใจในสิ่งที่ได้ยินได้ฟัง ให้พิจารณาผู้อื่นบนพื้นฐานความรักและความเมตตา ก่อเกิดเป็นพื้นฐานของความเข้าใจในตนเองและผู้อื่น จึงทำให้อยู่ร่วมกันได้อย่างมีความสุข การนำแนวคิดปัญญาศึกษามาบูรณาการในรายวิชาดังกล่าว เป็นการสร้างโอกาสให้นิสิตครูได้ใคร่ครวญต่อประสบการณ์การเรียนรู้ในรายวิชา ซึ่งเป็นกุญแจที่ช่วยทำให้เกิดการเข้าใจความหมายของประสบการณ์ต่างๆ ที่เชื่อมโยงกับตัวตนของ นิสิตครูอย่างแท้จริง ดังนั้นการเขียนบันทึกสะท้อนคิด จึงเป็นเครื่องมือสำคัญที่ผู้สอนใช้ในการกระตุ้นการเรียนรู้ของผู้เรียน

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจและทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ผลการใช้รูปแบบ CSPA Model เพื่อส่งเสริมการตระหนักรู้ในตนเอง สำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา เพื่อพัฒนาให้ผู้เรียนมีประสิทธิภาพทั้งด้านความรู้ ทักษะทางวิชาการ และคุณธรรมจริยธรรม ซึ่งในรายวิชาการออกแบบการจัดการเรียนรู้และการสอน จะช่วยให้นักศึกษามีความสามารถในด้านการสอน เกิดความชำนาญ และมั่นใจในตนเอง เมื่อต้องออกไปฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับคนรอบข้างและส่งเสริมความเป็นครูตั้งแต่เรียนในรายวิชานี้ ตลอดจน

นำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

ศึกษาผลการใช้รูปแบบ CSPA Model เพื่อเสริมสร้างการตระหนักรู้ในตนเอง สำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรต้น คือ รูปแบบการจัดการเรียนรู้ CSPA Model

ตัวแปรตาม คือ ความพึงพอใจต่อการใช้รูปแบบ CSPA Model

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)

กลุ่มเป้าหมายของการวิจัย ได้แก่ นักศึกษาวิชาชีพครู คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2559 ชั้นปีที่ 3 และลงทะเบียนเรียนรายวิชาการออกแบบและการจัดการเรียนรู้ โปรแกรมวิชาคอมพิวเตอร์ศึกษา จำนวน 35 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบบันทึกสะท้อนผลการเรียนรู้ แบบบันทึก AAR (After Action Review) แผนการจัดการเรียนรู้ 14 แผน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ตรวจสอบข้อมูลจากแบบบันทึก AAR และแบบบันทึกสะท้อนผลการเรียนรู้



2. แจกแบบบันทึกสะท้อนผลการเรียนรู้แบบบันทึก AAR และเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง

3. นำแบบบันทึกสะท้อนผลการเรียนรู้และแบบบันทึก AAR ที่เก็บรวบรวมมาวิเคราะห์ถ้อยคำ ข้อความจากการเขียนสะท้อนแง่คิด ความรู้สึก อารมณ์และความรู้ที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

4. ในระหว่างเก็บข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์ สังเกตการณ์ทำกิจกรรมกลุ่ม และเขียนบันทึกการสอนในแบบบันทึกของผู้วิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เขียนข้อมูลเชิงพรรณนาจากแบบบันทึกสะท้อนผลการเรียนรู้ และแบบบันทึก AAR

2. วิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา (Content Analysis) จากแบบบันทึกสะท้อนผลการเรียนรู้ และแบบบันทึก AAR ที่มีต่อรูปแบบ CSPA Model

3. วิเคราะห์แบบสอบถามความพึงพอใจของผู้เรียนที่มีต่อรูปแบบ CSPA Model โดยการหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยในครั้งนี้พบว่า

1. ผลการใช้รูปแบบ CSPA Model ตามแนวคิดตปัญญาศึกษาสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครูพบว่า ผู้เรียนเกิดการตระหนักรู้ในตนเอง ผ่านการทำกิจกรรมที่หลากหลาย การสะท้อนผลการเรียนรู้ การเขียนบันทึก AAR ทุกครั้งหลังเรียนจบในรายวิชา เกิดแง่คิด ความรู้สึก สิ่งที่ได้รับผ่านตนเองและส่งผ่านไปคนอื่น ทำให้มีสติ รู้ตัว พิจารณาตนเองอยู่เสมอ ผ่านการทำกิจกรรมที่หลากหลาย อาทิ การทำสมาธิ ฟีกสติ ในสภาวะที่มีสติจะทำให้จิตมีสมาธิและตั้งมั่นมีความผ่อนคลาย

คลาย เมื่อฝึกฝนบ่อยๆ จะมีสติเพิ่มขึ้น เกิดเป็นปัญญาภายในจิตที่รู้ทันอารมณ์และความคิด ฟุ้งซ่าน เห็นความไม่เที่ยงของมันแล้วปล่อยวาง ทิ้งความคิดเหล่านั้นเสียได้จิตก็จะกลับมามีสติต่อไปอย่างต่อเนื่องเพื่อทำกิจกรรมต่างๆ อย่างมีสมาธิและผ่อนคลาย กิจกรรมการทำโยคะ สอดคล้องกับวิเชียร ไชยบัง (2554: 131-132 อ้างถึงในสิริรัตน์ นาคนิ, 2559) ได้อธิบายไว้ว่า การทำโยคะเพื่อบริหารอวัยวะภายในและเพื่อบริหารลมหายใจ ให้ได้อยู่กับลมหายใจ และการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนในโรงเรียนลำปลายมาศพัฒนาที่เน้นให้ผู้เรียนเกิดการตระหนักรู้ และปลูกฝังนิสัยอันดีงาม อันจะส่งผลให้เกิดการพัฒนาผู้เรียน เช่น การปรับพฤติกรรมเชิงบวก การให้รู้ตัว การให้การเรียนรู้ และการให้การฝึกฝน กิจกรรมการเข้าใจวิถีชีวิต ความคิดและจิตใจของมนุษย์ด้วยกัน การดำเนินชีวิตอย่างมีสติ อยู่กับปัจจุบัน การนอบน้อมเชื่อมโยง การชื่นชมความงาม เพื่อการเข้าใจตนเอง และเห็นคุณค่าของสรรพสิ่ง กิจกรรมการเล่าเรื่องเจ้าพลัง Story telling กิจกรรมเปิดใจ Open mind การรับฟังอย่างลึกซึ้ง Deep listening การทำสุนทรียสนทนา Dialogue สอดคล้องกับสนธิ สัตโยภาส (2555: 154) ได้อธิบายไว้ว่า Dialogue เป็นการนำเสนอความเป็นไปได้ใหม่ให้กับกลุ่มแบบกัลยาณมิตรและพื้นที่ปลอดภัยบนความไว้วางใจกันด้วยความหมายของ Dia แปลว่า ทะลุทะลวง Logos แปลว่า ความหมาย รวมความหมายได้ว่า “ความเข้าใจที่ทะลุทะลวง ยิ่งไปกว่าคำพูด คือเข้าใจความหมายเชิงลึก” ดังนั้นอาจสรุปได้ว่า การเปลี่ยนแปลงโดยใช้เครื่องมือและวิธีการ Voice Dialogue ระดับของการกระทำที่รู้เท่าทัน ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงโดยผ่านการพัฒนาการตระหนักรู้ ซึ่งจะค่อยพัฒนาสามระดับ คือ ระดับของการมีสติ ระดับการมีประสบการณ์กับตัวตนต่างๆ ซึ่งวิธีการนี้จะนำพาให้บุคคลได้รู้จักกับ



กระบวนการรับรู้ความจริงที่ดำรงอยู่ทั้งในระดับความคิด ความรู้สึก และพลังงานของตัวตนภายในต่างๆ ในบรรยากาศที่ปลอดภัยเพื่อมุ่งสู่เป้าหมายของการบ่มเพาะกระบวนการเท่าทันตัวตน นอกจากนี้การทำกิจกรรมวงกลมแห่งความไว้วางใจ เนื่องจากกิจกรรมดังกล่าวนี้ผู้เรียนได้สะท้อนการเรียนรู้ Self-Reflection ปัญหาและอุปสรรคที่เกิดจากตนเอง เล่าสู่ผู้อื่นอย่างเปิดใจ ยอมรับความแตกต่างทางความคิด การปฏิบัติตนในการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น ทำให้เกิดการตระหนักรู้ในตนเองทั้งด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ผู้เรียนสะท้อนผลการเรียนรู้ร่วมกัน และส่งเสริมให้เพื่อนเปลี่ยนแปลงในเชิงบวก ผ่านการอ่านบันทึกเล่าเรื่อง การเขียนบันทึก AAR (After Action Review) การทำโครงการจิตอาสา บ่มเพาะความดีที่หัวใจ เสริมสร้างวิชาชีพครู ทำให้ผู้เรียนเกิดแนวความคิดใหม่ๆ และเสริมสร้างการตระหนักรู้เห็นคุณค่าตนเอง เข้าใจผู้อื่นมากขึ้น ภายหลังจากการทำกิจกรรมต่างๆ เกิดการรับรู้ตนเองว่ามีด้านดี และด้านที่ต้องปรับปรุง และเสนอแนะแนวทางการส่งเสริมตนเองให้ดีขึ้นตามลำดับ

2. ความพึงพอใจของผู้เรียนที่มีต่อการใช้รูปแบบ CSPA Model ตามแนวคิดตบัญญาศึกษาสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู พบว่า ผู้เรียนมีความพึงพอใจต่อการ จัดการเรียนรู้อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.18 เนื่องจากรูปแบบการสอนนี้มีขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ 4 ขั้นตอนคือ 1) ขั้นปรับความคิดและจิตใจ 2) ขั้นแลกเปลี่ยนเรียนรู้ 3) ขั้นฝึกปฏิบัติ 4) ขั้นนำไปประยุกต์ใช้ และมีกิจกรรมหลัก 3 กิจกรรมคือ การฟังอย่างลึกซึ้ง การน้อมสู่ใจอย่างใคร่ครวญ และการเฝ้ามองตามที่เป็นจริง หรือการภาวนา โดยขั้นที่ได้รับความพึงพอใจมากที่สุดคือ ขั้นที่ 1 ปรับความคิดและจิตใจ ค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 4.46 เนื่องจากเป็นขั้นตอนที่ผู้สอนจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนได้ฝึกกระบวนการคิดพิจารณา

จากเรื่องราวหรือเหตุการณ์ต่างๆ โดยการตั้งคำถามระหว่างทำกิจกรรม ทำให้ผู้เรียนได้หยุดคิดว่าเกิดกระบวนการอย่างไร และเหตุใดจึงคิดเช่นนั้นนั้น ฝึกพิจารณาสิ่งที่เกิดขึ้นด้วยใจอย่างใคร่ครวญ ไตร่ตรองหาเหตุผลเชื่อมโยงเรื่องราวต่างๆ ลงสู่ใจ โดยผ่านกิจกรรมที่หลากหลาย เช่นเรื่องเล่าเร้าพลัง เรื่องเล่าในเยาว์วัย การฟังอย่างลึกซึ้ง ฟังด้วยใจเปิดใจ เท่าที่เห็นและเป็นอยู่ เป็นต้น กิจกรรมเหล่านี้ส่งผลให้ต่อความรู้สึก ความคิด อารมณ์ ที่เน้นการพัฒนาจากมิติด้านในของผู้เรียน โดยการสังเกตอย่างมีสติ ต่อการเปลี่ยนแปลงภายใน รู้ว่าตนเองคิดอย่างไร เรียนรู้ที่จะเข้าใจตนเองและผู้อื่น ฝึกให้ผู้เรียนปฏิบัติจนเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ (สิริรัตน์ นาคนิ, 2559: 241-242) สอดคล้องกับงานวิจัยของ อัจจง ชุมสาย ณ อยุธยา (2550: 151-152) ที่อธิบายไว้ว่า การมีสติ มีสมาธิ การน้อมสู่ใจอย่างใคร่ครวญ จะทำให้เปิดโอกาสให้มีช่องว่าง พื้นที่ว่าง ความว่างแห่งการก่อเกิดความคิดใหม่ มุมมองใหม่ที่เรียกว่า การหยั่งรู้ด้วยตนเอง หรือญาณทัศนะ เป็นความรู้ทางใจประการหนึ่ง เป็นความรู้ที่สามารถสร้างหรือเปลี่ยนแปลงท่าทีแห่งการมองโลก และชีวิตที่เรียกว่าโลกทัศน์และชีวทัศน์ได้ใหม่ มีผลต่อพฤติกรรมและการดำเนินชีวิตอย่างยั่งยืน

อภิปรายผล

ผลการใช้รูปแบบ CSPA Model ตามแนวคิดตบัญญาศึกษาสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู พบว่า ผู้เรียนเกิดการตระหนักรู้ในตนเองผ่านการทำกิจกรรมที่หลากหลาย การสะท้อนผลการเรียนรู้อ่านบันทึก AAR ทุกครั้งหลังเรียนจบในรายวิชา เกิดแง่คิด ความรู้สึก สิ่งที่ได้รับผ่านตนเอง และส่งผ่านไปที่คนอื่น ทำให้มีสติ รู้ตัว พิจารณาตนเองอยู่เสมอ ผู้เรียนได้ใคร่ครวญพิจารณาตนเองตระหนักรู้เกี่ยวกับความคิด การพูด การกระทำต่อ



ตนเอง ต่อสังคมและต่อวิชาชีพครู ไตร่ตรอง เข้าใจตนเองและผู้อื่น เห็นคุณค่าความหมายและสิ่งที่ตนประพฤติปฏิบัติอย่างมีสติฝึกฝนตนเองผ่านหลักการ 3 หลักตามแนวคิดตบัญญาศึกษาคือการน้อมสัจใจอย่างใคร่ครวญ การสุนทรียสนทนา รับฟังอย่างลึกซึ้ง และการเฝ้ามองตามที่เป็นจริง (การฝึกสติ) และผ่านการทำกิจกรรมที่หลากหลาย อาทิ การเรื่องเล่าในวัยเยาว์ Story telling กิจกรรมเปิดใจ กิจกรรมฟังด้วยใจ กิจกรรมรู้จักฉันรู้จักเธอ กิจกรรมวงกลมแห่งความไว้วางใจ เป็นต้น จากกิจกรรมดังกล่าวนี้ทำให้ผู้เรียนสะท้อนการเรียนรู้ ปัญหาและอุปสรรคที่เกิดจากตนเองทั้งการเรียน การทำงาน การอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น สอดคล้องกับ วิจักขณ์ พานิช (2558: 20) กล่าวว่า การเขียนบันทึก ทั้งเขียนในรูปแบบออนไลน์ และเขียนแบบสะท้อนคิด จะส่งเสริมให้ผู้เรียนมีทักษะและ วัตรปฏิบัติในการใช้การสะท้อนคิดอย่างจริงจัง ซึ่งเป็นพัฒนาการด้านการเรียนรู้ขั้นสูง มีรายละเอียดดังนี้

1. ผลจากการเขียนสะท้อนผลการเรียนรู้ ภายหลังจากเรียนโดยใช้รูปแบบ CSPA Model ตามแนวคิดตบัญญาศึกษา บันทึกในแง่ความคิด ความรู้สึก สะท้อนตนเองว่าเป็นอย่างไร จำนวน 16 ครั้ง พบว่า ผู้เรียนกล้าแสดงความคิดเห็น กล้ายอมรับความแตกต่างทางความคิด การปฏิบัติตนในการอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น ทำให้เกิดการตระหนักรู้ในตนเองทั้งด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ผู้เรียนสะท้อนผลการเรียนรู้ร่วมกันและส่งเสริมให้เพื่อนเปลี่ยนแปลงในเชิงบวก เห็นคุณค่าในตนเอง ทำให้รู้จักตัวตนของเพื่อนมากขึ้น นักศึกษามีความคิด มุมมองที่เปลี่ยนไป รู้จักมองตนเองและผู้อื่น เข้าใจตนเองและผู้อื่นมากขึ้น โดยมีรายละเอียดดังนี้

“เมื่อก่อนเป็นคนอารมณ์ร้อน ไม่ค่อยรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น เอาแต่ตัวเองเป็นที่ตั้ง

หลังจากที่ได้ทำกิจกรรมต่างๆ ทำให้รู้จักควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น รับฟังผู้อื่นได้ดี และมีความสุขกับการทำงานร่วมกับผู้อื่นมากขึ้น”

“จากการได้ทบทวนตนเอง ทำให้เป็นคนตรงเวลา รู้จักรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเอง ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี รู้จักหาความรู้ นอกห้องเรียน รู้จักปรับปรุงข้อเสีย พัฒนาข้อดีของตนเองและทำให้หน้าความรู้ที่ได้ไปเชื่อมโยงกับวิชาอื่นๆ ”

“ทำให้เป็นคนมีความรับผิดชอบมากขึ้น ทำงานอย่างเป็นระบบ มีกระบวนการทำงานเป็นทีม ”

“จากการเรียนนอกจากได้รับความรู้เพิ่มขึ้น ยังทำให้เราต้องรับผิดชอบหน้าที่ของตนเองเพื่อส่วนรวม เพราะเราไม่ได้ทำงานคนเดียว ถือว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นกว่าเดิมมาก”

“รู้ว่าตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลงมากกว่าเดิม หลังเรียนมีความกระตือรือร้นมากขึ้น”

“เห็นความสามารถในการทำงานของตนเอง รู้จักวางแผน มีความอดทนในการทำงาน กลุ่มมากขึ้น”

“ได้รับความภูมิใจในสิ่งที่ตนเองทำเพื่อคนอื่น แก่สังคม”

“เห็นคุณค่าในตนเองถึงแม้ว่าเราจะเป็นส่วนเล็กๆ ที่เข้าไปทำงาน”

“รู้สึกภาคภูมิใจในตนเองและเพื่อนๆ ภายในกลุ่มที่ช่วยกันทำงานเพื่อสังคม”

จากการทบทวนการสะท้อนผลการเรียนรู้ พบว่าสอดคล้องกับรุ่งฟ้า กิติญาณัฐันต์ (2555: 96-107) พบว่า นิสิตมีการเปลี่ยนแปลง กระบวนการคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมต่อวิชาชีพครูในด้านบวกมีทัศนคติที่ดีต่อวิชาชีพครู มีแรงบันดาลใจในการทำหน้าที่ครูที่ดี มีการ



เปลี่ยนแปลงในด้านการมองสังคม และมีแนวคิดที่จะเป็นครูที่เสียสละ ทำหน้าที่ของตนเองเพื่อประเทศชาติ กล่าวคือเป็นการเปลี่ยนจิตสำนึกใหม่ของการเรียนรู้อย่างแท้จริง

2. ผลจากการเขียนบันทึก AAR หลังเรียน โดยใช้รูปแบบ CSPA Model 16 ครั้ง พบว่า ผู้เรียนมีความรับผิดชอบ เข้าร่วมกิจกรรมทุกครั้ง และมีทักษะการทำงานร่วมกันกับผู้อื่น ทำงานเป็นทีม มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับคนรอบข้าง กล้าเปิดใจรับฟัง แสดงความรู้สึกและเปลี่ยนทัศนคติที่ดีกับตนเองและเพื่อนได้พัฒนาทักษะกาทำงาน การสื่อสาร ทำให้ปรับตัวกับเพื่อนได้ดีขึ้น จากการทำจิตอาสาทำให้ผู้เรียนได้ยกระดับจิตใจ มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับเพื่อน กล้าพูดกล้าคิดได้ แลกเปลี่ยนความรู้ ได้รับความรู้ในการจัดการเรียน การสอนแบบต่างๆ สนุกสนานกับการได้ออกไปนำเสนองาน กิจกรรมต่างๆ ที่ได้เรียนทำให้ได้รับแง่คิด การทำงานร่วมกันกับผู้อื่น โดยมีรายละเอียดดังนี้

“จากที่ได้เรียนทำให้เข้าใจและนำไปใช้ได้จริงผ่านการนำเสนองาน เป็นเรื่องที่ทำหาย และสนุกสนาน”

“หลังจากเรียนแล้วกล้าที่จะสอนมากขึ้น ทำให้รู้ว่าตนเองถนัดการสอนแบบไหน และยังสามารถนำสิ่งที่เรียนไปประยุกต์ใช้ได้”

“ชอบวิธีการสอน เพราะได้รู้จักการวางแผน การทำงานร่วมกับผู้อื่น ได้แบ่งหน้าที่การทำงานและได้ทำจิตอาสา”

“หลังจากที่เรียนสิ่งที่ตนทำได้ดี คือรู้จักการวางแผน มีวิธีการทำงานที่เป็นระบบ”

ทั้งนี้อาจเนื่องมากเกิดจากการการทำกิจกรรมตามขั้นตอน 4 ขั้นตอนของรูปแบบ CSPA Model คือ 1) ขั้นปรับความคิดและจิตใจ ผู้เรียนมีทัศนคติที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น ผ่านกิจกรรม

โยคะ สมาธิ ไคร้ครวญเรื่องราวตนเองและผู้อื่นอยู่เสมอ ฟินิจพิจารณาไตร่ตรอง 2) ชั้นแลกเปลี่ยนเรียนรู้ คือผู้เรียนได้สนทนา เปิดใจรับฟังกันและกัน พร้อมทั้งจะอธิบาย เล่าเรื่อง ถ่ายทอดความรู้ได้อย่างมั่นใจ เพราะเริ่มเข้าใจตนเองว่าทำสิ่งใดได้ดี และสิ่งใดต้องปรับปรุง 3) ชั้นฝึกปฏิบัติ ได้แสดงความสามารถของตนเองตามที่ได้รับ และการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่มเน้นกิจกรรมสัมพันธ์ที่ดี ไว้วางใจ และ 4) ชั้นนำไปประยุกต์ใช้ ผู้เรียนสามารถนำสิ่งที่ได้เรียนไปปรับใช้ในการเรียน การทำงาน การร่วมกิจกรรมทั้งในและนอกห้องเรียน ในมหาวิทยาลัยและสังคมได้อย่างดี ผ่านการทำโครงการจิตอาสา กิจกรรมสานฝันเพื่อน้อง กิจกรรมปันกันอ่าน เป็นต้น

ประเด็นที่พบจากการทำวิจัยครั้งนี้คือ ผู้เรียนสามารถเรียบเรียงเรื่องราวที่จะเขียนได้ดี มีการใช้ถ้อยคำที่สละสลวย เป็นประโยคและข้อความในเชิงบวก เลือกใช้วิธีพูด วิธีเขียนจากมุมมองที่แตกต่างไปจากเดิม มองตนเอง รู้ตัวเองมากขึ้น และพยายามเขียนเสนอแนะแนวทางแก้ไขปรับปรุงตนเอง ถ่ายทอดความคิด ความรู้สึก อารมณ์ การคิด พูด ทำ ขณะที่ทำกิจกรรมออกมาได้อย่างละเอียดละไม สื่อให้เห็นว่าผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงในตนเอง เมื่อเปรียบเทียบกับ การเขียนบันทึกช่วงแรกๆ ใน 2-3 สัปดาห์ ผู้เรียนยังไม่สามารถเขียนได้เข้าใจกับสิ่งที่ตนเองต้องการสื่อออกมาได้ ภายหลังจากทำกิจกรรมผ่านการอ่านบันทึกเล่าเรื่อง การเขียนบันทึก AAR (After Action Review) การทำโครงการจิตอาสา บ่มเพาะความดีที่หัวใจ เสริมสร้างวิชาชีพครู ผู้เรียนค่อยๆ ถ่ายทอดความคิดความรู้สึกสะท้อนตนเองที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงด้านในจิตใจ ความคิด การกระทำ จึงทำให้ผู้เรียนเกิดแนวความคิดใหม่ๆ และรู้จักเสริมสร้างการตระหนักรู้ และเห็นคุณค่าตนเอง เข้าใจผู้อื่นมากขึ้น พร้อมทั้งเกิดการรับรู้



ตนเองว่ามีด้านดี และด้านที่ต้องปรับปรุงอย่างไรบ้าง และเสนอแนะแนวทางการส่งเสริมตนเองให้ดีขึ้นตามลำดับ

นอกจากนี้พบว่า ผลการประเมินการจัดการเรียนการสอนโดยใช้รูปแบบ CSPA Model สอดคล้องกับผลการประเมินของมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา จากการประเมินความพึงพอใจของผู้เรียนที่มีต่อการจัดการเรียนการสอนพบว่า ผู้เรียนมีความพึงพอใจภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นค่าเฉลี่ย 4.57 ผู้เรียนมีความพึงพอใจด้านความรู้ความสามารถของผู้สอนมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.60 โดยลำดับดังนี้ 1) การประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยร้อยละ 71.88 2) ด้านการเข้าสอนตรงเวลาและเข้าสอนอย่างสม่ำเสมอ มีค่าเฉลี่ย 71.88 รองลงมา 3) ใช้วิธีการวัดผลที่หลากหลาย เป็นระบบและการประเมินผลที่ยุติธรรม มีค่าเฉลี่ย 68.75 และมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับนักศึกษา มีค่าเฉลี่ย 68.75 ลำดับสุดท้ายคือ สามารถควบคุมและแสดงอารมณ์ได้อย่างเหมาะสม รวมทั้งเข้าใจอารมณ์ของผู้เรียน มีค่าเฉลี่ย 65.63 และด้านการบูรณาการ มีค่าเฉลี่ย 4.58 ด้านวิธีการถ่ายทอดความรู้ มีค่าเฉลี่ย 4.51 และการเตรียมเนื้อหาการสอน มีค่าเฉลี่ย 4.55

สรุปผลการวิจัยในครั้งนี้ พบว่า รูปแบบ CSPA Model เป็นรูปแบบที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนฝึกพิจารณาไตร่ตรอง อย่างมีสติ ใช้เหตุผล เกิดการตระหนักรู้ในตนเอง เห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่นมีความรักและเข้าใจ กำกับควบคุมอารมณ์ เกิดทัศนคติที่ดีหลังจากที่เรียนผ่านกิจกรรมที่หลากหลายตามแนวคิดทฤษฎีปัญญาศึกษา ทำให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งจากภายในตนเองสู่ภายนอก ส่งเสริมพฤติกรรม การประพฤติปฏิบัติตนที่เหมาะสมกับเป็นนักศึกษาวิชาชีพระ

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1.1 จากผลการวิจัยที่พบว่า การเขียนสะท้อนผลการเรียนรู้ เป็นเครื่องมือที่ช่วยให้ผู้เรียนเกิดการตระหนักรู้ในตนเอง ทำให้ผู้เรียนรู้จักตนเอง เข้าใจตนเองและผู้อื่น และรู้จักวิธีการปรับปรุงตนเองและเปลี่ยนแปลงตนเอง จึงส่งเสริมให้มองผู้อื่นอย่างเข้าใจ ทำให้รู้ว่าผู้เรียนได้ถ่ายทอดความคิด ความรู้สึก แง่คิด ผ่านการเขียนสะท้อนผลการเรียนรู้จากการทำกิจกรรมร่วมกันได้ดี ภายหลังการเขียนทำให้ผู้เรียนเกิดสมาธิ มีสติ คิดพิจารณาใคร่ครวญ ใช้การวิเคราะห์ให้เหตุผล จึงควรส่งเสริมให้ผู้เรียนเขียนสะท้อนผลการเรียนรู้ ภายหลังจากการเรียนการสอน การทำกิจกรรมร่วมกันทุกครั้ง เพื่อเป็นการสะท้อนตนเองได้อย่างดี ทำให้ผู้เรียนเรียนรู้และเข้าใจทั้งในเนื้อหาวิชาที่เรียนและยังส่งเสริมความเป็นครูที่นักศึกษาได้รับมาผ่านการทำกิจกรรมที่หลากหลายตามรูปแบบอีกด้วย

1.2 ผู้สอนที่มอบหมายให้ผู้เรียนเขียนบันทึกสะท้อนผลการเรียนรู้ ควรนำมาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในห้องเรียนทุกครั้ง เพราะจะทำให้ผู้เรียนได้แลกเปลี่ยนและเห็นคุณค่าของการเขียน การบันทึก การคิดวิเคราะห์ถ่ายทอดความรู้ แง่คิด ความรู้สึก ผ่านการเขียนมากขึ้น

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ศึกษาแบบการเขียนสะท้อนผลการเรียนรู้ที่หลากหลาย ทั้งจากเว็บบล็อกออนไลน์ การเขียนบนกระดานโต้ตอบ และในเว็บไซต์ทางการศึกษา

2.2 ศึกษากิจกรรมตามแนวคิดทฤษฎีปัญญาศึกษา มาใช้กับการเรียนการสอนในรายวิชาอื่น ๆ



เอกสารอ้างอิง

วิจักขณ์ พาณิข. (2551). *เรียนรู้ด้วยใจอย่างไรใคร่ครวญ*. กรุงเทพฯ: สวนเงินมีมา.

วิเชียร ไชยบัง. (2554). *จิตศึกษากับการบ่มเพาะปัญญาภายใน*. บุรีรัมย์: โรงเรียนลำปลายมาศพัฒนา.

วิเชียร ไชยบัง. (2556). *วุฒิภาวะของความเป็นครู*. บุรีรัมย์: โรงเรียนลำปลายมาศพัฒนา.

สิริรัตน์ นาคิน. (2559). *การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้เพื่อส่งเสริมจริยธรรมสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู: กรณีศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา*. วิทยานิพนธ์ ปริญญาปรัชญาคุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.

สนธิ สัตโยภาส. (2555). *การใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Studies) หมวดวิชาศึกษาทั่วไปพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมและค่านิยมอันพึงประสงค์แก่นักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่*. รายงานวิจัย. กรุงเทพฯ: สนับสนุนโดยสำนักบริหารโครงการวิจัยในอุดมศึกษาและพัฒนามหาวิทยาลัยวิจัยแห่งชาติ.

อาจอง ชุมสาย ณ อยุธยา. (2550). *คุณธรรมนำความรู้: รูปแบบการเรียนการสอนแบบบูรณาการคุณค่าความเป็นมนุษย์ คู่มือประกอบการอบรมคุณธรรมนำความรู้: แนวทางเสริมสร้างคุณธรรมในระบบการศึกษา*. กรุงเทพฯ: วีทีซี คอมมิวนิเคชั่น.