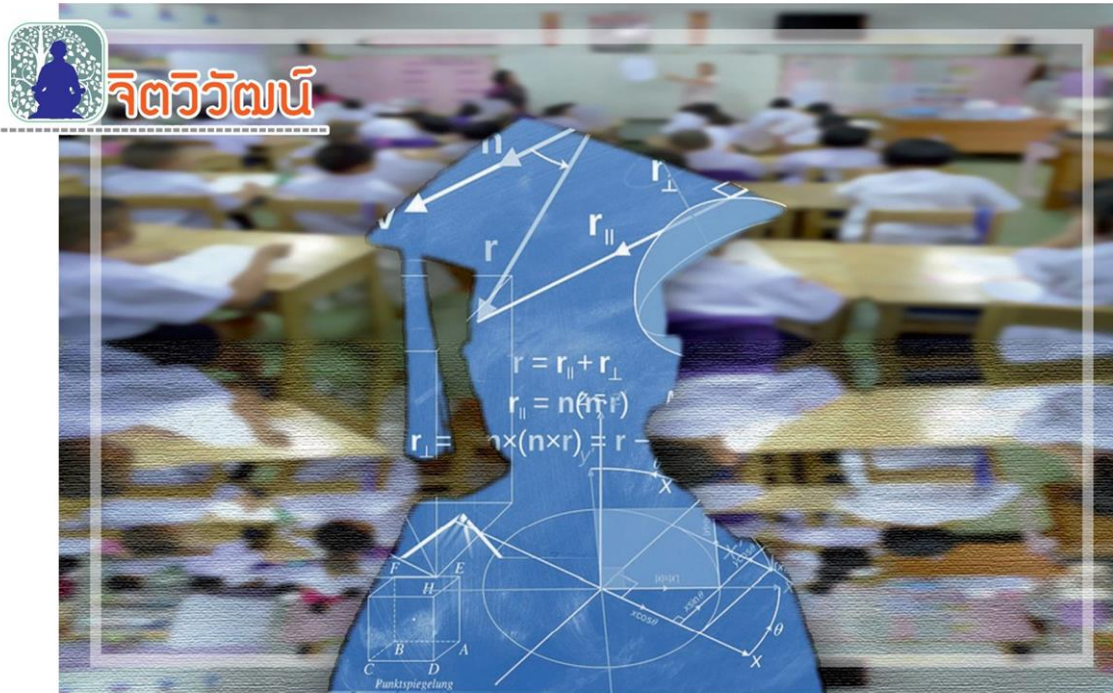




# วิชาการ เปลี่ยนแปลงจากภายใน (1)

จุดนาของการเขียนบทความนี้คือ เพื่อทบทวนตัวเองและกระจายความรู้เนื่องจาก นิสิตในชั้นเรียนที่ฉันสอนมีการเปลี่ยนแปลงที่สังเกตเห็นได้จากภายนอก บางคนแต่เดิมดูเหมือนมีเมฆหมอกปกคลุมจิตใจ ก็แจ่มใสขึ้นมาก เบิกบาน คลื่นคลาย หรือบางคนทีดูสวมน้ำกึกกึก อยู่ตลอดเวลาทีพูดจาเป็นธรรมชาติมากขึ้น บางคนไม่สบตาใคร เวลาพูด ระยะหลังก็เริ่มมองหน้าคนฟัง วันสุดท้ายของเทอม นิสิตบอกว่า คนที่เรียนห้องนี้หน้าตาแจ่มใสไม่เหมือนกับเด็กปี 4 ห้องอื่นๆ เพื่อนๆ ที่ไม่ได้เรียนก็อยากให้เปิดสอนวิชานี้อีกในเทอมหน้า

ฉันจึงอยากนำเสนอวิธีการเสริมพลังเด็ก ช่วยให้พวกเขาเข้าใจตนเองในวิถีอื่นนอกเหนือจากการภาวนา เนื่องจากการเข้าใจตนเองและการอยู่ร่วมกับผู้อื่นเป็นทักษะที่จำเป็นมากในยุคปัจจุบันและเป็นเรื่องเร่งด่วน เนื่องจากเด็กๆ เริ่มมีอาการซึมเศร้าและฆ่าตัวตายเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ

ภาคเรียนที่ผ่านมา ฉันเปิดสอนวิชาใหม่ที่ยังไม่มีอยู่ในหลักสูตร ภายใต้ร่ววิชาเลือก (Selected Topics) หัวข้อ “การสื่อสารเพื่อสร้างความร่วมมือและภาวะผู้นำที่มีประสิทธิผล (Collaborative Communication and Effective Leadership)” สำหรับ นิสิตปี 4 ภาควิชาวิศวกรรมอุตสาหการ คณะวิศวกรรมศาสตร์ ม.เกษตรฯ เพราะอยากร่วมกันสิ่งที่ตัวเองเชื่อว่าเป็นทักษะพื้นฐานที่มนุษย์ควรมี เช่น การเข้าใจตัวเอง การมีพลังในตนเอง (Self-Empowerment) ทักษะการสื่อสาร (Communication Skills) และการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น (Empathy) ว่าเราคิดไปเองคนเดียวหรือไม่

ฉันไม่เคยสอนนิสิตปริญญาตรีภาคภาษาไทย เด็กๆ จึงไม่รู้จักเลยมาสมัครเรียนกันน้อยแค่ 13 คน จากที่ตั้งเป้าไว้ 30 คน แต่มีนิสิตมาเรียนแบบไม่มีเกรดเพิ่มอีก 2 คน หลังจากการเรียนการสอนผ่านไปแล้วหนึ่งในสามรวมเป็น 15 คน

## โครงสร้างของชั้นเรียน

ก่อนจะออกมาเป็นประมวลการสอน (Course Syllabus) ของวิชานี้ ฉันปรึกษากับพี่ๆ เพื่อนๆ หลายคน โครงสร้างหลักๆ ของวิชาได้ความคิดมาจากเวิร์กช็อปต่างๆ ที่ฉันได้ไปเรียนมาและที่มีคนแนะนำ เช่น วิศวกรรมอุตสาหกรรมคืออะไร, การออกแบบชีวิต (Design your Life), การฟังอย่างลึกซึ้ง, ผู้นำลึกลับ, การสื่อสารอย่างสันติ, การตั้งคำถาม, การจับประเด็น, นิเวศภาวนา (Vision Quest), ละครสร้างสรรค์ (Creative Drama)

ฉันเรียนเรื่องการฟังอย่างลึกซึ้งและผู้นำลึกลับมาหลายรอบแล้ว จึงพอจะสอนเองได้แม้จะเป็นการสอนเองครั้งแรก แต่หัวข้ออื่นๆ ได้เพื่อนๆ พี่ๆ มาช่วยสอน เรียกว่าเป็นการใช้คนทั้งหมู่บ้านเพื่อเลี้ยงดูเด็กคนหนึ่งเหมือนสมาชิกของชาวแอฟริกันจริงๆ ต้องขอบคุณภาควิชาฯ ที่สนับสนุนเรื่องค่าตอบแทนวิทยากร

## ช่องทางการสื่อสารและการสะท้อน (Reflections)

ฉันสร้างกลุ่มเฟซบุ๊กสำหรับทุกๆ ชั้นเรียนที่สอน เพราะเป็นแพลตฟอร์มที่เด็กๆ ใช้ส่งไฟล์ข้อมูลและข้อความกันอยู่แล้ว

วิชานี้ไม่มีการสอบ แต่นิสิตจะต้องทำโครงงานและเขียนสะท้อนส่งเกือบทุกคาบภายในสองสามวัน การเขียนสะท้อนมีความสำคัญมากต่อการเรียนรู้ เป็นการเปิดวงจรการเรียนรู้ของเขา นอกจากการได้ฝึกเขียนและฝึกคิดให้ชัด

ฉันอยากให้ นิสิตเก็บการสะท้อนที่ตนเองเขียนเอาไว้หลังจากจบชั้นเรียน และฉันต้องการจะเขียนความคิดเห็นตอบกลับได้ จึงเลือกใช้เฟซบุ๊กเป็นแพลตฟอร์มโดยเด็กๆ จะเขียนสะท้อนเป็นโพสต์หรือบันทึกลงบนเฟซบุ๊กที่จะตั้งค่าสำหรับให้ฉันอ่านได้เพียงคนเดียว หรือจะเปิดให้เพื่อนๆ อ่านแล้วแท็กถึงฉันก็ได้ บางคนก็เขียนแล้วโพสต์มาเป็นรูป ดังนั้น ฉันจึงเป็นเพื่อนบนเฟซบุ๊กกับเด็กทุกคน ซึ่งเป็นเรื่องดีเพราะจะได้เห็นความเป็นไปของพวกเขาในด้านอื่นๆ ด้วยฉันไม่ได้สอนการเขียนสะท้อนแต่เอาการโพสต์ของ คุณหมอมาน มาให้เด็กดูเป็นตัวอย่าง

คุณแจสำคัญที่ทำให้เด็กอยากเขียนสะท้อน คุณหมอมานบอกว่าคือการที่อาจารย์จะต้องตอบกลับอย่างรวดเร็วเป็นหน่วยวินาที ฉันเช็กกับเด็กแล้ว พวกเขาบอกว่าจริงฉันจึงรับรู้และชื่นชมสิ่งที่เขาเขียนกลับไปทุกครั้งแต่ถ้ารู้สึกว่าเขาเขียนเกินไปน่าจะมีประเด็นอื่นๆ อีกฉันก็จะบอกให้เขากลับไปเขียนเพิ่ม

เมื่อเวลาผ่านไป คุณภาพการเขียนสะท้อนดีขึ้นเรื่อยๆ มีรายละเอียดมากขึ้น เช่น จากเดิมที่เขียนแต่เพียงว่า ชอบ/ไม่ชอบ หรือเล่าว่าไปทำอะไรมาบ้าง ช่วงหลังๆ จะมีการใคร่ครวญถึงการเรียนรู้ของตัวเอง ความรู้สึกของตัวเองที่เกิดขึ้นก่อนทำ ขณะทำ และหลังทำ

## ออกแบบชีวิต (Design your life)

กระดูกล้นหลังชั้นหนึ่งของชั้นเรียนนี้เป็นกิจกรรมจากหนังสือ Design your life หรือคู่มือออกแบบชีวิตด้วย Design Thinking ฉันให้ทำบางกิจกรรมในห้องพร้อมกัน เช่น เขียนมุมมองชีวิตและการทำงาน (Life view and work view) ซึ่งฉันไม่ได้อ่านที่เด็กเขียน แต่บางอย่างก็ให้เด็กกลับไปทำเอง เช่น บันทึกรู้สึกดีๆ (Good-time Journal), ภาพสเก็ตซ์ของงานที่อยากทำ (Napkin sketch), แผนที่ความคิด (Mind mapping) ฉันให้เด็กส่งงานทางเฟซบุ๊ก อ่านแล้วตอบกลับสั้นๆ ก่อนจะให้ทำแผนอนาคตของตัวเองในอีก 5 ปีข้างหน้า (Odyssey Plans) เพื่อมาเล่าให้เพื่อนฟัง

## การออกนอกสถานที่ ไปพบคนนอกวงจร

กิจกรรมนี้เกิดขึ้นเพราะพี่รัฐพลเสนอว่าควรพาเด็กๆ ออกไปเรียนรู้นอกสถานที่บ้าง และฉันเห็นด้วยว่าควรไปพบกับผู้ที่พวกเขาไม่ได้เจอในสถานการณ์ปกติ เพื่อนๆ เสนอให้ไปติดต่อมูลนิธิอิสรชนที่ทำงานกับคนไร้บ้าน เราจึงได้ไปลงพื้นที่บริเวณคลองหลอด ตอนที่เราเด็กลงพื้นที่เราเรียนวิชานี้ไปแล้วครึ่งเทอม เด็กหลายคนบอกในภายหลังว่า รู้สึกกลัวเมื่อได้ยินว่าจะไปพบคนไร้บ้าน นิสิตหญิงบอกว่า ไม่เคยเจอโสเภณีจริงๆ มาก่อนและรู้สึกประตักประเดิดที่ต้องไปเดินแจกถุงยางอนามัย เกือบทุกคนไม่รู้มาก่อนว่า คนเหล่านี้คือคนไร้บ้าน

“จากการที่เป็นอาสาสมัครในครั้งนี้นี้สามารถเปลี่ยนมุมมองของหนูกับคนไร้บ้าน เหล่านี้ไปมาก จากที่เคยกลัวและไม่กล้าเข้าไปใกล้ กลายเป็นเห็นใจและอยากเข้าไปช่วยเหลือ นอกจากนี้ มุมมองที่มีระหว่างหญิงชายบริการก็เปลี่ยนไปเช่นกัน คือ เมื่อก่อน หนูคิดว่าอาชีพนี้คืออาชีพที่คนไม่ดีมาทำ แต่พอได้ฟังพี่ๆ เขาพูดถึง เลยคิดว่ามันเป็นแค่อาชีพอาชีพหนึ่งที่ไม่ได้ทำให้ใครเดือดร้อน ไม่เบียดเบียนใคร แถมเขายังมีความรับผิดชอบในตัวเองคือการใส่ถุงยางอีกด้วย

พอกลับมาหนูเล่ามุมมอง และประสบการณ์ในครั้งนี้ให้แม่ฟัง แม่ชื่นชมและฝากมาขอบคุณอาจารย์มากค่ะ ที่ทำให้หนูได้รู้ขึ้นอีกหนึ่งก้าว”

## การสะท้อนความคิดจากนิสิต

วันนั้นแดดร้อน แต่เด็กไม่บ่นเลย ฉันภูมิใจในพวกเขามาก หลังจากลงพื้นที่เสร็จแล้ว เราไปกินข้าวต้มกุ๊ยแถวๆ นั้นกัน

จุฑา พิชิตลำเค็ญ

www.thaissf.org, twitter.com/jitwiwat

สนับสนุนโดย มูลนิธิสดศรี-สฤษดิ์วงศ์