

**แนวทางการพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้นำคำปรึกษา
ตามแนวคิดปัญญาศึกษาของอาจารย์ที่ปรึกษา
วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ขอนแก่น
Self Development Through Contemplative Education
for Teacher Counseling, Boromarajonani College
of Nursing, Khon Kaen**

บทความวิจัย

วารสารพยาบาลศาสตร์และสุขภาพ
Journal of Nursing Science & Health
ปีที่ 35 ฉบับที่ 1 (มกราคม-มีนาคม) 2555
Volume 35 No.1 (January-March) 2012

แก้วจิต มากปาน กศ.ม.* วิลาวรรณ วัฒนานนท์ พย.ม.* ทิพวรรณ กรงทอง พย.บ.**

Keawjit Mangpan M.Ed. *Wilaiwan Wattananon, M.N.S* Thippawan Krongthong, B.N.S**

บทคัดย่อ

การที่จะเป็นผู้นำคำปรึกษาตามแนวคิดปัญญาศึกษา ผู้ให้คำปรึกษาต้องเรียนรู้และฝึกเทคนิคการให้คำปรึกษาโดยใช้กิจกรรมพัฒนาตนเองตามแนวคิดปัญญาศึกษา การวิจัยครั้งนี้เป็นวิจัยเชิงปฏิบัติการ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวทางการพัฒนาตนเอง เพื่อเป็นผู้นำคำปรึกษาตามแนวคิดปัญญาศึกษา กลุ่มเป้าหมายคืออาจารย์ที่ปรึกษาจำนวน 40 ราย ดำเนินการวิจัยเป็น 2 วงจร วงจรที่ 1 เตรียมความพร้อมของกลุ่มเป้าหมาย โดยการอบรมเชิงปฏิบัติการ การใช้สุนทรียสนทนาตามแนวคิดปัญญาศึกษา การเขียนแนวทางการพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้นำคำปรึกษาตามแนวคิดปัญญาศึกษา วงจรที่ 2 นำแนวทางการพัฒนาตนเองฯ ซึ่งใช้กระบวนการสุนทรียสนทนาเป็นหลักมาจัดอบรมเชิงปฏิบัติการให้กับกลุ่มเป้าหมาย การวิเคราะห์ข้อมูล เชิงปริมาณใช้สถิติร้อยละ เชิงคุณภาพใช้การวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัย กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ความเข้าใจแนวทางการพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้นำคำปรึกษาตามแนวคิดปัญญาศึกษา โดยใช้สุนทรียสนทนาอยู่ในระดับมาก (ร้อยละ 77) ความพึงพอใจในภาพรวมต่อการนำแนวทางการพัฒนาตนเองฯ มาใช้อยู่ในระดับมาก (ร้อยละ 78) กลุ่มเป้าหมายสะท้อนว่าได้เรียนรู้ตนเองจากภายในโดยใช้กิจกรรมสุนทรียสนทนา ได้ฟังและคิดอย่างใคร่ครวญ สามารถสะท้อนตนเองและผู้อื่นอย่างกัลยาณมิตร สามารถประยุกต์ใช้ในการให้คำปรึกษาได้

คำสำคัญ: จิตตปัญญาศึกษา การให้คำปรึกษา สุนทรียสนทนา

Abstract :

Counseling through contemplative study, Counselor had to learn and practice followed the guide of contemplative study. Current study was action research. The aim of study was guiding of self development to be counselor followed by contemplative study. Participants consists of forty persons that they were teachers in Boromarajonani College of nursing, khonkaen. There were two stages that conducted in current study, firstly, preparing stage, the method was lecture and practice which followed by contemplative study, the main activities were write the guide of self development. Second stages, lectures and practices again that guide, bring the guide of self development, it came from the first stage. Data analysis, quantitative used statistic and qualitative used content

*พยาบาลวิชาชีพชำนาญการพิเศษ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ขอนแก่น

**พยาบาลวิชาชีพ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ขอนแก่น

analysis. Finding found that, the participants had understanding and a lot of knowledge at good level. Moreover, the satisfaction of the project was good (78%) and the participants can bring the concept of contemplative study to apply to be counselor.

keywords: contemplative study, counseling, dialogue

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การให้คำปรึกษาเป็นส่วนหนึ่งของงานบริการแนะแนว เป็นงานบริการแก่นักศึกษาที่สถานศึกษาเห็นความสำคัญควบคู่ไปกับการจัดการเรียนการสอน ทั้งนี้เนื่องจากการให้คำปรึกษามีจุดมุ่งหมายที่จะช่วยให้นักศึกษามีความสามารถช่วยเหลือตนเองได้ ช่วยให้อุบัติและเข้าใจตนเองทุกด้าน สามารถพัฒนาตนเองรวมถึงนำความรู้และความสามารถของตนเองมาใช้ประโยชน์ รู้จักวิธีป้องกันและแก้ไขปัญหามีได้ สามารถปรับตัวได้อย่างดี และใช้ชีวิตอย่างมีความสุขในสังคม¹ ผู้ให้คำปรึกษาต้องผ่านการฝึกเทคนิคการให้คำปรึกษา เพื่อสามารถนำกระบวนการและเทคนิคต่าง ๆ มาใช้ในการให้คำปรึกษา ซึ่งหากผู้รับคำปรึกษามีปัญหาไม่ซับซ้อน ผู้ให้คำปรึกษาสามารถใช้เทคนิคพื้นฐานในการให้คำปรึกษาช่วยเหลือได้ แต่หากเป็นปัญหาที่ซับซ้อน ผู้ให้คำปรึกษาจะเป็นผู้เลือกแนวคิดทฤษฎีต่าง ๆ ซึ่งมีหลากหลายทฤษฎีมาใช้ตามลักษณะปัญหาที่เกิดขึ้นและความเชี่ยวชาญของตนเอง¹

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ขอนแก่น ได้มีการพัฒนาทั้งระบบอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษามาอย่างต่อเนื่อง ในปีการศึกษา 2551 วิทยาลัยได้จัดทำโครงการศูนย์การเรียนรู้ “เข้าใจ เข้าถึง พัฒนา” (ระบบครอบครัวเสมือน) เพื่อพัฒนานักศึกษาแบบองค์รวม เพราะเชื่อว่าระบบครอบครัวซึ่งเป็นสังคมขนาดเล็กจะสามารถทำให้สมาชิกในครอบครัวมีความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้น มีความรัก ความสามัคคีต่อกัน ระบบครอบครัวในบริบทวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ขอนแก่นใช้แนวคิดของการสร้างครอบครัวเสมือนขึ้นมาใช้ในสถาบันการศึกษา ครอบครัวคือรูปแบบของการที่บุคคล 2 คนหรือกลุ่มบุคคลสร้างแบบ (pattern) หรือโครงสร้าง(structure) ของการอยู่ร่วมกัน เพื่อปลูกฝังความเชื่อ ค่านิยม และทัศนคติกับสมาชิกในครอบครัวเสมือน²

การแบ่งครอบครัว วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ขอนแก่น แบ่งเป็น 24 ครอบครัวตามข้อมูลจำนวนอาจารย์ บุคลากร และนักศึกษา ก่อนแล้วจึงเชิญผู้สูงอายุจากชุมชนเข้าครอบครัว ซึ่งในแต่ละครอบครัวจะมี ปู่ ย่า ตา ยาย ซึ่งเป็นผู้สูงอายุในชุมชนทำหน้าที่ขัดเกลาทางสังคม ถ่ายทอดวัฒนธรรม ประเพณีอันดีงามให้กับนักศึกษา พ่อ แม่ น้ำ อา ซึ่งเป็นอาจารย์และเจ้าหน้าที่ของวิทยาลัยฯ จะทำหน้าที่ดูแลกระบวนการเรียนการสอนทักษะทางสังคม ความเป็นอยู่ทั่วไป ระเบียบวินัยรวมถึงการดูแลให้คำแนะนำให้คำปรึกษาในทุกเรื่อง และพี่น้องซึ่งเป็นนักศึกษาทั้ง 4 ชั้นปี มีหน้าที่ดูแลให้คำแนะนำและเป็นตัวอย่างที่ดีกับน้อง ดูแลช่วยเหลือซึ่งกันและกันทุกคนในครอบครัวจะทำงานเป็นทีม เพื่อพัฒนาศักยภาพของสมาชิกในทุกด้านโดยใช้กระบวนการคิดอย่างเป็นระบบ และกระบวนการสุนทรียสนทนา²

ดังนั้นเพื่อให้การพัฒนานักศึกษาเป็นไปในแนวทางเดียวกัน ในปีการศึกษา 2551 วิทยาลัยฯจึงบูรณาการงานบริการให้คำปรึกษาเข้าสู่ระบบครอบครัวเสมือน โดยแต่งตั้งให้อาจารย์ประจำครอบครัวทำหน้าที่เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาของครอบครัวนั้นๆ ทั้งนี้เนื่องจากนักศึกษาต้องออกจากครอบครัวของตนเอง เพื่อเข้ามาอยู่ในครอบครัวใหม่ของวิทยาลัยฯ และนักศึกษาทุกคนต้องเข้ามาอยู่ในหอพักของวิทยาลัยฯ โดยจะมีอาจารย์เวรประจำวันดูแลความเป็นอยู่ของนักศึกษาตลอด 24 ชั่วโมง ในส่วนของอาจารย์ที่ปรึกษาประจำครอบครัวจะดูแลสมาชิกของครอบครัวในภาพรวม และในทุกวันพุธ เวลา 12.00-16.00 น.จะเป็นช่วงเวลาที่ทุกครอบครัวจัดกิจกรรมร่วมกันเพื่อทำความคุ้นเคย รู้จักกันมากยิ่งขึ้น รวมถึงดูแล แก้ไขปัญหาต่างๆ ร่วมกัน

จากการสำรวจประเด็นปัญหาอุปสรรคในการให้คำปรึกษาเมื่อสิ้นปีการศึกษา 2551 โดยการใช้ focus

group พบว่า อาจารย์ที่ปรึกษาส่วนใหญ่ยังไม่มั่นใจในการนำเทคนิคการให้คำปรึกษามาใช้ ทั้งนี้เนื่องจากไม่ได้ใช้เป็นประจำ ทำให้บางครั้งอาจารย์ที่ปรึกษาจะใช้วิธีแนะนำหรือแนะแนวแทนการให้คำปรึกษาจึงทำให้นักศึกษาไม่ได้หาแนวทางแก้ไขปัญหาด้วยตนเองตามหลักการให้คำปรึกษา

จากปัญหาดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยในฐานะผู้รับผิดชอบงานบริการให้คำปรึกษา จึงเห็นว่าหากได้มีการพัฒนาเทคนิคการให้คำปรึกษาให้กับอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อให้นำไปใช้ได้ง่ายและสามารถส่งเสริมให้นักศึกษาแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง รวมถึงสามารถพัฒนาสติปัญญาและกิจกรรมต่างๆ ของนักศึกษาได้ด้วยตนเอง จะทำให้เกิดประสิทธิภาพในระบบการให้คำปรึกษามากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำจิตตปัญญาศึกษามาพัฒนาให้กับอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อนำไปใช้เป็นแนวทางในการให้คำปรึกษา ทั้งนี้เนื่องจากจิตตปัญญาศึกษา เป็นการศึกษที่เน้นการเข้าใจด้านในของตนเอง รู้ตัว เข้าใจความจริง เห็นองค์รวมของสรรพสิ่ง ทำให้เกิดความเป็นอิสระ สุขปัญญและความรักต่อเพื่อนมนุษย์³ โดยมีจุดมุ่งหมายสุดท้ายเพื่อสามารถแก้ปัญหาได้ด้วยสติและปัญญาของตนเอง⁴

จิตตปัญญาศึกษาเน้นการศึกษาจากการปฏิบัติผ่านกระบวนการและกิจกรรมที่หลากหลาย เช่น การทำงานศิลปะ โยคะ การเป็นอาสาสมัครเพื่อสังคม สุนทรียสนทนา การเรียนรู้จากธรรมชาติ และจิตตภาวนา เป็นต้น⁵ ดังนั้นในการพัฒนาอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ผู้วิจัยจึงได้ใช้กิจกรรมที่หลากหลายโดยเน้นกระบวนการสุนทรียสนทนา มาใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ทั้งนี้เนื่องจากสุนทรียสนทนาเป็นกระบวนการที่ช่วยให้บุคคลได้พัฒนาตนเองจากด้านใน ด้วยการฝึกสมาธิ ฝึกลมองสภาวะภายใน สะท้อนตัวเองโดยอาศัยความสัมพันธ์ของกัลยาณมิตรสะท้อนซึ่งกันและกัน โดยมีขั้นตอนที่สำคัญ 4 ขั้นตอน คือ การฟังอย่างลึกซึ้ง ฟังให้ได้ยิน (deep listening) การเคารพการตัดสินใจของผู้อื่น (respecting) ฟังอย่างแขวนสมมุติฐานไว้

ไม่เน้นหาคำตอบ (suspending) และการพูดออกมาจากความรู้สึกขณะนั้น (voicing)⁴

ดังนั้นหากนำจิตตปัญญาศึกษามาใช้เป็นแนวทางในการให้คำปรึกษาก็จะช่วยส่งเสริมให้นักศึกษาเข้าใจอารมณ์ ความรู้สึก ความคิด ความเชื่อของตนเองว่าที่มีความสัมพันธ์เชื่อมโยง กับคนอื่น สังคม เทคโนโลยี หรือแม้กระทั่งระบบนิเวศอย่างไร ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานทางความคิดและจิตสำนึกใหม่เกี่ยวกับตนเองและสรรพสิ่ง ส่งผลสู่การประพฤติปฏิบัติอย่างมีสติ ปัญญา⁵ ซึ่งจะช่วยให้นักศึกษาสามารถ แก้ไขปัญหาหรือพัฒนาตนเองได้ด้วยสติปัญญาของตนเอง โดยที่นักศึกษาไม่ต้องมาขอรับการปรึกษาทุกครั้งเมื่อเกิดปัญหา ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาแนวทางการพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาของ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ขอนแก่น เพื่อนำไปใช้ในการพัฒนาอาจารย์ที่ปรึกษาต่อไป

กรอบแนวคิดการวิจัย

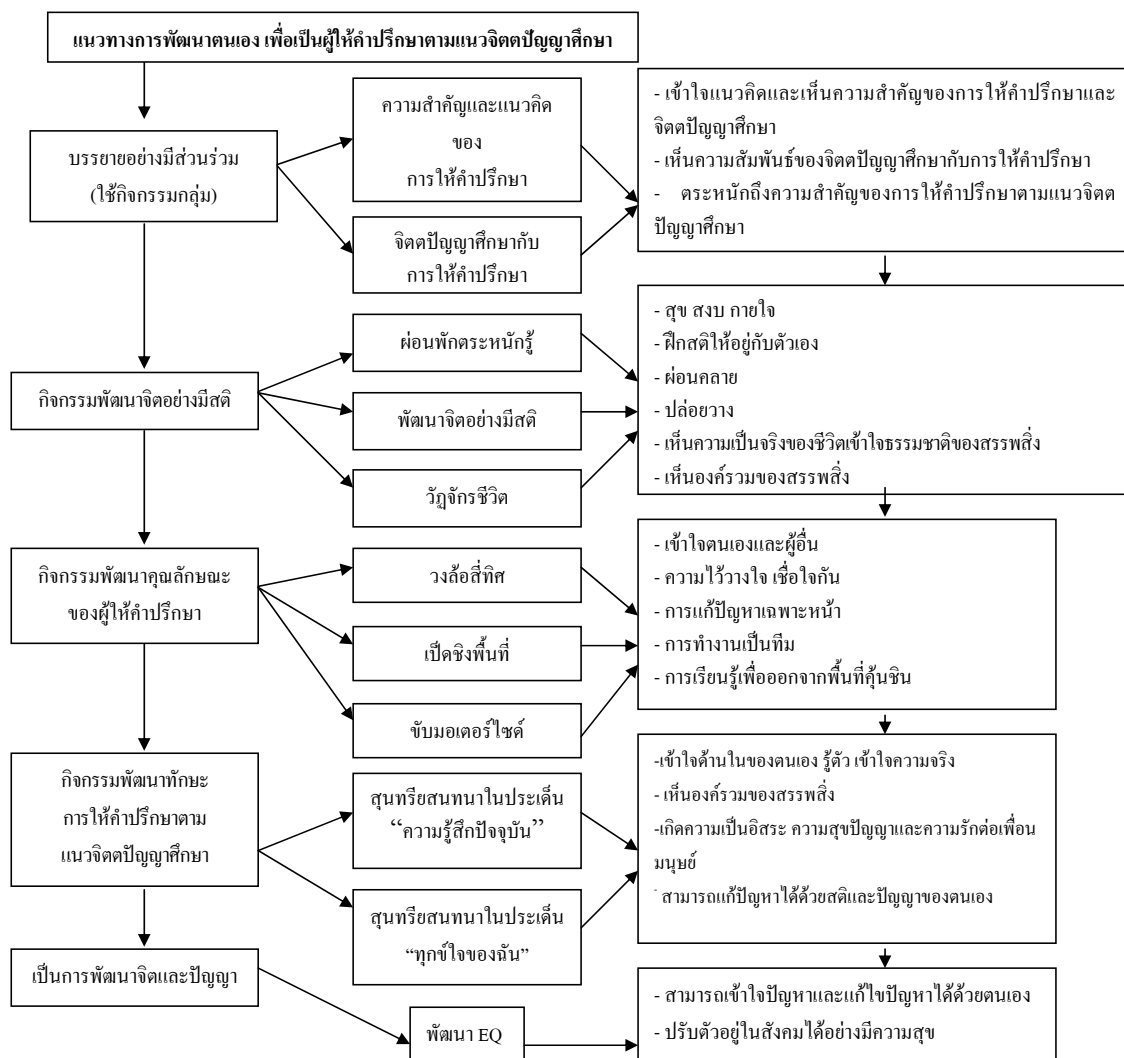
แนวทางการพัฒนาตนเองของอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาพัฒนาขึ้นตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่กล่าวว่าเป็นการศึกษาที่เน้นการเข้าใจด้านในของตนเอง รู้ตัว เข้าใจความจริง เห็นองค์รวมของสรรพสิ่ง ทำให้เกิดความเป็นอิสระ สุขปัญญและความรักต่อเพื่อนมนุษย์³ ซึ่งวิธีการฝึกปฏิบัติตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามีหลากหลายแนวคิด และในการวิจัยครั้งนี้ใช้แนวคิดของ Center for contemplative mind in society ที่ได้ให้แนวทางการฝึกการนั่งสมาธิอย่างใคร่ครวญหลากหลายวิธี ผู้วิจัยใช้วิธีปฏิบัติผ่านความสงบเงียบ (stillness practices) โดยการนั่งสมาธิ การทำให้จิตใจสงบและสะอาด (quieting and clearing the mind) เพื่อความสงบตั้งมั่นของร่างกายและจิตใจและวิธีการปฏิบัติผ่านกระบวนการเชิงความสัมพันธ์ (relational practices) โดยใช้สุนทรียสนทนา การฟังอย่างลึกซึ้ง เพื่อฝึกสติ ฝึกลมองสภาวะภายใน สะท้อนตนเองและอาศัยความสัมพันธ์ของกัลยาณมิตร สะท้อนกันและกัน⁶ โดย

มีการเสริมกิจกรรมสร้างความตระหนักในความสำคัญ
ของการให้คำปรึกษาและพัฒนาคุณลักษณะของผู้ให้

คำปรึกษา โดยการศึกษาครั้งนี้ใช้กระบวนการวิจัยเชิง
ปฏิบัติการ⁷ (แผนภูมิที่ 1)



แผนภูมิที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย



แผนภูมิที่ 2 แนวทางการพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดปัญญศึกษา

วัตถุประสงค์การวิจัย

ศึกษาแนวทางการพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดปัญญศึกษาของอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ขอนแก่น

ขอบเขตการวิจัย

ศึกษาจากอาจารย์ที่ปรึกษาของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ขอนแก่นที่ไม่ได้ลาศึกษาต่อ ในปีการศึกษา 2552 ระยะเวลาการวิจัย ระหว่าง สิงหาคม 2552 – กรกฎาคม 2553

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มเป้าหมาย อาจารย์ที่ปรึกษาของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ขอนแก่น จำนวน 40 ราย

รูปแบบการวิจัย การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (action research) มี 4 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นวางแผน ขั้นปฏิบัติการ ขั้นสังเกต ขั้นสะท้อน

เครื่องมือการวิจัย ได้แก่

1) แบบประเมินความคิดเห็นที่มีต่อการพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดปัญญศึกษา

2) แนวทางการพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้ให้การปรึกษาตามแนวคิดปัญญาศึกษา

3) แบบบันทึกการเรียนรู้ของผู้เรียนและกระบวนการผู้เอื้ออำนวยการกระบวนการกลุ่ม

4) การถอดบทเรียน (AAR)

ขั้นตอนการดำเนินงานวิจัย

วงจรที่ 1 เตรียมความพร้อม

ขั้นที่ 1 ขั้นวางแผน ผู้วิจัยนำกรอบแนวคิดมาวางแผนสู่การปฏิบัติ โดย

1.1 เตรียมความพร้อมกลุ่มเป้าหมาย ให้มีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องสุนทรียสนทนา และจิตตปัญญาศึกษา โดย เข้าร่วมประชุมวิชาการระดับชาติเชิงปฏิบัติการ เรื่อง “การพัฒนากระบวนการเรียนรู้แนวคิดปัญญาศึกษา: วิธีการเรียนรู้สู่การบริการด้วยหัวใจความเป็นมนุษย์ ระหว่างวันที่ 16-18 สิงหาคม 2552 ณ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครขอนแก่น จำนวน 3 วัน

1.2 เตรียมความพร้อมกระบวนการ (ผู้ที่ผ่านการอบรมหลักสูตรจิตตปัญญาศึกษาของสถาบันพระบรมราชชนกและแก้วกัลยาสิกขาลัย) โดยประชุมทำความเข้าใจกรอบแนวคิดการวิจัย

ขั้นที่ 2 ขั้นปฏิบัติการผู้วิจัยและกระบวนการร่วมกันเขียนแนวทางการพัฒนาตนเอง เพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดปัญญาศึกษา โดยเลือกเนื้อหา กำหนดวิธีการพัฒนา เทคนิค กิจกรรม สื่อ และเครื่องมือประเมิน นำแนวทางการพัฒนาตนเองเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญในเรื่องสุนทรียสนทนา จิตตปัญญาศึกษา และการให้คำปรึกษาเพื่อรับการวิเคราะห์ วิพากษ์ และข้อเสนอแนะ

ขั้นที่ 3 สังเกตการณ์ ผู้วิจัยสังเกตแบบมีส่วนร่วม เก็บข้อมูลและบันทึกบรรยากาศขณะผู้วิจัยและกระบวนการ ขณะเขียนแนวทางการพัฒนาตนเอง

ขั้นที่ 4 สะท้อนผลการปฏิบัติการการปรับปรุงแนวทางการพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดปัญญาศึกษา ตามข้อเสนอแนะ

วงจรที่ 2 นำแนวทางการพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดปัญญาศึกษาที่ได้จากวงจรที่ 1 มาจัดอบรมเชิงปฏิบัติการ การพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดปัญญาศึกษา (แผนภูมิที่ 2)

ขั้นที่ 1 ขั้นวางแผน ผู้วิจัยนำแนวทางการพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดปัญญาศึกษา มาวางแผน การจัดอบรมเชิงปฏิบัติการการพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดปัญญาศึกษา เพื่อให้สอดคล้องเหมาะสม บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

ขั้นที่ 2 ขั้นการปฏิบัติ ผู้วิจัยนำแนวทางการพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดปัญญาศึกษา มาจัดอบรมเชิงปฏิบัติการการพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดปัญญาศึกษา

ขั้นที่ 3 ขั้นสังเกตการณ์ ผู้วิจัยสังเกตแบบมีส่วนร่วม และเก็บข้อมูล ขณะอบรม และเมื่อสิ้นสุดการอบรม ด้วยการบันทึก การจัดกิจกรรมและผลการจัดกิจกรรม รวมถึงบรรยากาศและพฤติกรรมกลุ่มเป้าหมาย

ขั้นที่ 4 ขั้นการสะท้อนการปฏิบัติ เป็นขั้นตอนการถอดบทเรียนของกลุ่มเป้าหมาย กระบวนการและการประเมินผลการอบรม รวมทั้งการสะท้อนข้อมูลโดยกลุ่มเป้าหมายและกระบวนการ แล้วนำข้อมูลที่ได้มาเรียบเรียงจัดลำดับและวิเคราะห์เนื้อหา จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลโดยนำเสนอ กลุ่มเป้าหมายและกระบวนการแล้วนำข้อมูลไปให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหา

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ข้อมูลผลการประเมินความคิดเห็นต่อการฝึกอบรมฯ ใช้สถิติร้อยละ

2. ข้อมูลเชิงคุณภาพ การสนทนากลุ่มการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (content analysis) จากการถอดบทเรียนร่วมกันของกลุ่มเป้าหมายและกระบวนการ

ผลการวิจัย

1. ผลการเตรียมความพร้อมกลุ่มเป้าหมายจากการดำเนินงาน วงจรที่ 1 พบว่า กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องสุนทรียสนทนา และจิตตปัญญาศึกษาสามารถเรียนรู้ จากการจัดกิจกรรมตามแนวทางการพัฒนาดตนเองได้สามารถสะท้อนตนเอง และสะท้อนผู้อื่นได้อย่างเป็นกัลยาณมิตร ในส่วนการกำหนดแนวทางการพัฒนาดตนเองของอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดตปัญญาศึกษานั้น กลุ่มเป้าหมายช่วยกันอภิปรายและเสนอข้อคิดเห็นด้วยบรรยากาศที่เป็นกัลยาณมิตร เน้นการสร้างบรรยากาศที่ผ่อนคลายทั้งในส่วนของสถานที่และกิจกรรมเพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมสงบ ผ่อนคลายและมีความสุข ทำให้เรียนรู้ได้ดีรวมถึงเกิดทัศนคติที่ดีต่อการพัฒนาดตนเองเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดตปัญญาศึกษา

2. ผลการพัฒนาผู้รับการฝึกอบรม ตามแนวทางการพัฒนาดตนเองเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดตปัญญาศึกษา วงจรที่ 2 ได้ผลดังนี้

2.1 ผลการประเมินความคิดเห็นของกลุ่มเป้าหมายต่อการจัดอบรมการพัฒนาดตนเองเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดตปัญญาศึกษา

1) ความพึงพอใจ พบว่า ในภาพรวมส่วนใหญ่มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากร้อยละ 78 รองลงมาคือระดับปานกลาง ร้อยละ 22 โดยเมื่อวิเคราะห์เป็นรายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่ พึงพอใจในรูปแบบการดำเนินการจัดอบรมร้อยละ 100 รองลงมา คือ การยอมรับความคิดเห็นของผู้เข้ารับการอบรมร้อยละ 88 และพึงพอใจน้อยที่สุดคือการใช้ตัวอย่างมีความเหมาะสม ร้อยละ 66

2) ด้านความรู้ที่ได้รับ พบว่า ในภาพรวม ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมากร้อยละ 77 รองลงมา คือระดับปานกลางร้อยละ 12 และระดับน้อยร้อยละ 11 โดยเมื่อวิเคราะห์เป็นรายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าความรู้ที่ได้รับเปลี่ยนทัศนคติบางอย่างของตนเอง ความรู้ที่ได้รับนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ ความรู้ที่ได้รับนำไปใช้ในครอบครัวได้ และ ความรู้ที่ได้รับนำมาใช้กับเพื่อนร่วมงานได้เท่ากัน ร้อยละ 88 ความรู้ที่ได้รับ

นำไปใช้ในการดูแลนักศึกษาได้จริงร้อยละ 77 ความรู้ที่ได้รับระดับน้อยที่สุดคือก่อนอบรมมีความรู้ในเรื่องนี้ร้อยละ 33

2.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหาจากการถอดบทเรียนของผู้เข้ารับการอบรมและกระบวนการ

1) ด้านความคิดเห็นต่อการจัดอบรม พบว่า ส่วนใหญ่เห็นว่าการอบรมครั้งนี้บรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เนื่องจากกลุ่มเป้าหมายได้เรียนรู้การพัฒนาจิต เข้าใจตนเองและผู้อื่น เรียนรู้การทำงานเป็นทีม และการสร้างความไว้วางใจ การเรียนรู้ด้วยตนเองจากภายในโดยใช้กิจกรรมเป็นเครื่องมือเพื่อให้มีการคิดอย่างใคร่ครวญ และสะท้อนให้กับตนเองและกัลยาณมิตรทำให้ได้พัฒนาจิตและปัญญาส่งผลต่อการพัฒนาความสามารถในการพัฒนาอารมณ์ของตนเอง^{8,9,10} ได้มีการพัฒนาทักษะสุนทรียสนทนา เพื่อนำไปใช้ในกระบวนการให้คำปรึกษา สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการให้คำปรึกษาในระบบครอบครัวเสมือนได้ แต่หากเป็นปัญหาที่ซับซ้อนควรส่งต่อผู้ที่รับผิดชอบงานให้คำปรึกษาโดยตรงดังตัวอย่างคำกล่าวของกลุ่มเป้าหมายและกระบวนการ ดังนี้

กลุ่มเป้าหมาย ก. “บรรลุวัตถุประสงค์มากค่ะ เพราะได้ฝึกจิต ปัญญา สมาธิ มากขึ้น รู้จักตัวเองและอยู่กับตัวเองมากขึ้น ได้อยู่กับผู้อื่นและรู้จักผู้อื่นมากขึ้น เกิดกระบวนการคิด คาดว่าน่าจะนำไปใช้ในการให้คำปรึกษาและพัฒนางานได้”

กลุ่มเป้าหมาย ข. “ได้เกินกว่าที่คาดไว้ ได้รู้วิธีการจัดกิจกรรมที่สามารถสอดแทรกลงไปในจัดการเรียนการสอน และการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาดนักศึกษา เช่น เกมสเปดซิงพื้นที่”

กระบวนการ ค. “สามารถนำรูปแบบการอบรมลงไปในระบบครอบครัวเสมือนได้ ทั้งในส่วนของการนำกิจกรรมพัฒนาคุณลักษณะ ผู้ให้คำปรึกษาไปใช้กับนักศึกษา และการนำสุนทรียสนทนาไปใช้ในการพูดคุยเรื่องต่างๆไปการทำงานโครงการของครอบครัวเสมือน การดูแลช่วยเหลือ สมาชิกในครอบครัวเสมือนเมื่อมีเรื่องทุกข์ใจ

นอกจากนั้นกลุ่มเป้าหมายส่วนใหญ่ ร้อยละ 89 ได้มีการสะท้อนว่า ประทับใจในบรรยากาศการเรียนรู้ที่อบอุ่นเป็นกันเอง การดำเนินกิจกรรมการอบรมไม่เป็นวิชาการมาก บรรยากาศสบาย ๆ ไม่เครียด ทุกคนมีส่วนร่วมในกิจกรรมอย่างจริงใจไม่เสแสร้ง กิจกรรมการเรียนรู้ไม่น่าเบื่อ ทั้งยังสามารถสะท้อนสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมด้วยตัวเอง ทำให้กลุ่มเป้าหมายเรียนรู้ได้อย่างเป็นอิสระ ทุกคนมีส่วนร่วมและเป็นกัลยาณมิตรต่อกัน

กลุ่มเป้าหมาย ร้อยละ 42 สะท้อนถึงเวลาที่ใช้ในการอบรมควรใช้เวลามากขึ้นจะทำให้มีเวลาได้คิดใคร่ครวญหลังจากทำกิจกรรมเพื่อสะท้อนผลการเรียนรู้และแลกเปลี่ยนการเรียนรู้กับกัลยาณมิตรได้มากขึ้น รวมถึงได้พัฒนาทักษะสุนทรียสนทนาเพื่อนำไปใช้ในการให้คำปรึกษาตามแนวคิดปัญญศึกษามากขึ้น

3. ข้อเสนอแนะจากแบบสอบถามปลายเปิดต่อแนวทางการพัฒนานตนเองเพื่อเป็นผู้นำคำปรึกษาตามแนวคิดปัญญศึกษา มีดังนี้

3.1 กิจกรรมพัฒนาจิตอย่างมีสติขณะนั่งสมาธิเพลงบรรเลงที่เปิดควรเสียงดังพอดี ไพเราะ นุ่มนวล จะทำให้รู้สึกสงบ ผ่อนคลาย

3.2 หากกลุ่มเป้าหมายไม่ได้มีการเตรียมความพร้อมในการฝึกทักษะสุนทรียสนทนา มาก่อนจะต้องเพิ่มเวลาในการพัฒนาทักษะสุนทรียสนทนา โดยใช้กิจกรรม check in (กิจกรรมพูดคุยระบายสิ่งที่ค้างคาใจและให้อยู่กับปัจจุบันโดยใช้หลักการของสุนทรียสนทนา) ซึ่งอาจใช้วิธีการเพิ่มเวลาในกิจกรรม check in หรือใช้วิธีการจัดกิจกรรม check in หลาย ๆ ครั้ง จะทำให้ได้เตรียมความพร้อมในการฝึกทักษะสุนทรียสนทนา ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมสุนทรียสนทนาดังกล่าว

การอภิปรายผล

แนวทางการพัฒนานตนเองเพื่อเป็นผู้นำคำปรึกษาตามแนวคิดปัญญศึกษาเมื่อนำมาใช้ในการจัดอบรมเพื่อพัฒนาอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อเป็นผู้นำคำปรึกษาตามแนวคิดปัญญศึกษานั้นพบว่า

วงจรที่ 1 การเตรียมความพร้อม จากการที่กลุ่มเป้าหมายได้มีความรู้ความเข้าใจในจิตตปัญญาศึกษา และ

กระบวนการสุนทรียสนทนาทำให้เมื่อเข้ารับการอบรมสามารถสร้างบรรยากาศที่มีความเป็นกัลยาณมิตรต่อกันได้อย่างรวดเร็ว ส่งผลต่อการพัฒนาด้านในของตนเองที่ต้องอาศัยการเฝ้ามองสภาวะภายในเพื่อสะท้อนตัวเองซึ่งต้องใช้ความสัมพันธ์ของกัลยาณมิตรในการสะท้อนซึ่งกันและกันให้เป็นไปอย่างรวดเร็วเช่นเดียวกัน สอดคล้องกับคำกล่าว ของมกราพันธุ์ จูฑะรสก² ที่ว่าการพูดด้วยท่าทีแบบกัลยาณมิตรมีการบอกกล่าวกันตรง ๆ แต่ด้วยความอ่อนโยนบนพื้นฐานที่ว่าการมองของเราเป็นเพียงสมมุติฐานหนึ่งเท่านั้น ซึ่งในระยะแรกอาจเป็นเรื่องยากเราอาจรู้สึกไม่สบายใจ แต่จะนำมาซึ่งการเติบโตภายในของบุคคลที่ร่วมสนทนา ดังนั้นการเตรียมความพร้อมจึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญต่อการเพิ่มประสิทธิภาพในการนำแนวทางการพัฒนานตนเองไปใช้

วงจรที่ 2 ผลของการนำแนวทางการพัฒนานตนเองเพื่อเป็นผู้นำคำปรึกษาตามแนวคิดปัญญศึกษามาใช้ในการจัดอบรม

ผลการประเมินความคิดเห็นของกลุ่มเป้าหมายต่อการจัดอบรม กลุ่มเป้าหมายมีความพึงพอใจในรูปแบบการดำเนินการจัดอบรมร้อยละ 100 นั้นอาจเป็นเพราะผู้วิจัยจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นการเคารพศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ ดังนั้นรูปแบบการจัดอบรมจึงเน้นบรรยากาศที่เป็นกัลยาณมิตร มีความเป็นอิสระและผ่อนคลาย ทุกคนมีความเท่าเทียมกัน ให้ความเป็นอิสระในการแลกเปลี่ยนมุมมอง ทำให้ไม่รู้สึกอึดอัดในวงสนทนา การสนทนาเป็นธรรมชาติไม่เร่งรีบ มีเวลาใคร่ครวญ ทำให้เกิดความคิดใหม่ ๆ ที่มีคุณค่า เกิดความสุขและเบิกบานใจ²

เมื่อนำแนวทางการพัฒนานตนเองเพื่อเป็นผู้นำคำปรึกษาตามแนวคิดปัญญศึกษามาใช้ในการจัดอบรม กลุ่มเป้าหมายส่วนใหญ่สะท้อนว่า มีความมั่นใจและพึงพอใจที่จะนำไปใช้ในการให้คำปรึกษาตามแนวคิดปัญญศึกษา ทั้งนี้เนื่องจากแนวทางการพัฒนาฯ ได้จัดให้มีทั้งในส่วนของการให้ความรู้และฝึกทักษะโดยเฉพาะทักษะสุนทรียสนทนา จึงทำให้อาจารย์ที่ปรึกษามีความมั่นใจว่าจะสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการให้คำ

ปรึกษาได้สอดคล้องกับผลการวิจัยของนฤมล อนกวิทย์¹¹ ที่ได้ศึกษาการพัฒนาหลักสูตรจิตตปัญญาศึกษาสำหรับนักศึกษาพยาบาล ณ วิทยาลัยพยาบาลศรีมหาสารคาม เมื่อปี พ.ศ.2552 พบว่าหลักสูตรนี้สามารถส่งเสริมการตระหนักคุณค่าความเป็นมนุษย์และการปฏิบัติการพยาบาลแบบองค์รวมของนักศึกษาพยาบาล

นอกจากนั้นอาจารย์ที่ปรึกษาของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนอนแก่น ยังได้ใช้กระบวนการสุนทรียสนทนาทั้งในการจัดการเรียนการสอนและกิจกรรมการพัฒนานักศึกษาอยู่อย่างสม่ำเสมอ และเมื่อได้เข้ารับการอบรมการพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดตปัญญาศึกษาทำให้เข้าใจหลักการและจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษา รวมถึงแนวทางการนำสุนทรียสนทนาไปประยุกต์ใช้ อีกทั้งกระบวนการสุนทรียสนทนาไม่ได้กำหนดเทคนิคการสนทนา เพียงแต่กำหนดแนวทางและหลักการสุนทรียสนทนา เทคนิคที่ใช้เป็นเพียงการตั้งใจฟัง ยอมรับความคิดเห็นผู้อื่น คิดอย่างใคร่ครวญ แล้วจึงสะท้อนผู้อื่นอย่างตรงไปตรงมา ด้วยบรรยากาศแบบกัลยาณมิตร ทำให้อาจารย์ที่ปรึกษาไม่ต้องกังวลกับเทคนิคที่จะต้องนำไปใช้ ทำให้เกิดความมั่นใจและให้คำปรึกษาอย่างเป็นธรรมชาติ สอดคล้องกับผลการวิจัยของมกราพันธุ์ จูฑะรสก และคณะ² ที่ได้ศึกษาความคิดเห็นของนักศึกษาต่อการใช้สุนทรียสนทนาในกระบวนการเรียนการสอนการคิดอย่างเป็นระบบของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนอนแก่น เมื่อปี พ.ศ. 2551 ที่พบว่านักศึกษาสามารถควบคุมตนเอง ได้คิดและไตร่ตรองก่อนพูดหรือกระทำพฤติกรรมต่าง ๆ อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ 4.16, SD=0.60) และนักศึกษาสามารถนำไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ 4.16, SD=0.60)

การศึกษาค้นคว้านี้พบว่าการนำแนวทางการพัฒนาตนเองเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดตปัญญาศึกษามาใช้ในการพัฒนาอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อเป็นผู้ให้คำปรึกษาตามแนวคิดตปัญญาศึกษานั้น กลุ่มเป้าหมายพึงพอใจในรูปแบบการดำเนินการจัดอบรม กิจกรรมการอบรมสามารถพัฒนาคุณลักษณะของผู้ให้คำปรึกษา

และทักษะการให้คำปรึกษาตามแนวคิดตปัญญาศึกษาได้ ทำให้กลุ่มเป้าหมายมีความมั่นใจว่าจะสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการให้คำปรึกษาได้

ข้อเสนอแนะ

1. ควรมีการวิจัยต่อเนื่องเพื่อพัฒนารูปแบบกิจกรรมการให้คำปรึกษาแนวคิดตปัญญาศึกษาเพื่อนำไปสู่การขยายผลต่อการประยุกต์ใช้ในสถาบันการศึกษาอื่น

2. ควรมีการประเมินติดตามผลการให้คำปรึกษาตามแนวคิดตปัญญาศึกษาของอาจารย์ที่ปรึกษาที่ผ่านการอบรมเพื่อนำข้อมูลไปใช้ในการพัฒนากิจกรรมระบบครอบครัวเสมือนอื่น ๆ ที่ใช้แนวคิดจิตตปัญญาศึกษาต่อไป

กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาเป็นอย่างยิ่งจาก ดร.มกราพันธุ์ จูฑะรสก รศ.สุภาพ ณ นคร และอาจารย์พัชรินทร์วิภา เพิ่มยินดี ที่ให้คำปรึกษาและคำแนะนำ ผู้วิจัยขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ ขอขอบคุณสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษาและวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนอนแก่น ที่สนับสนุนทุนการวิจัยนี้ และขอขอบคุณ อ.พรณิภา ทองณรงค์ และคณะ ที่ได้ทำหน้าที่กระบวนการ ให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ ตลอดจนอาจารย์ที่ปรึกษาของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนอนแก่น ทุกท่าน ที่ให้ความร่วมมือให้ข้อเสนอแนะ ทำให้การดำเนินการของกระบวนการวิจัยปฏิบัติการครั้งนี้สำเร็จลุล่วงเป็นอย่างดี

เอกสารอ้างอิง

1. อรพรรณ ลือบุญธวัชชัย. การให้คำปรึกษาทางสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร:ธนาเพรส., 2549.
2. มกราพันธุ์ จูฑะรสก. กระบวนการเรียนรู้จิตบริการด้วยหัวใจความเป็นมนุษย์ภายใต้ระบบครอบครัวเสมือน. นอนแก่น: ห้างหุ้นส่วนจำกัด โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา., 2552.

3. ประเวศ วะสี. จิตตปัญญาศึกษา. [ออนไลน์] 2554 [อ้างเมื่อ 3 มีนาคม 2553]. จาก <http://www.ce.mahidol.ac.th>.
4. จุมพล พูลภัทรชีวิน : จิตตปัญญาศึกษา: รุ่งอรุณแห่งจิตสำนึกใหม่ทางการศึกษา. หนังสือพิมพ์ มติชน ฉบับประจำวัน ที่ 25 ตุลาคม 2551.
5. ธนา นิลชัยโกวิทย์, อติศร จันทร. ศิลปะการ จัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง : คู่มือกระบวนการจิตตปัญญา : ศูนย์จิตตปัญญา มหาวิทยาลัยมหิดล., 2552.
6. Contemplative Education Course Descriptions. (2005). Retrieved July 12, 2006. from <http://www.contemplativemind.org>
7. ธีรวุฒิ เอกะกุล: การวิจัยปฏิบัติการ (Action research). อุลลราชธานี : ยงสวัสดิ์อินเตอร์กรุ๊ป., 2551.
8. ชูชาติ ตีรรมรัมย์ อมร สุวรรณนิมิตร สุวดี จันดีกระ ยอม. แผนปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมในการสร้างเสริมสุขภาพจิตของนิสิตพยาบาล. วารสารคณะ พยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น 2551; 31(1): 9-17.
9. สุชาดา สุวรรณคำ สมพร รุ่งเรืองกลกิจ ชลิดา ธนัฐธีรกุล. การพัฒนารูปแบบในการส่งเสริมสุขภาพจิตของสตรีอีสานโดยนำพุทธศาสนาเป็นฐาน วารสารคณะพยาบาลศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่น 2551; 31(1): 1-8.
10. รัชนีบูล เศรษฐภูมิรินทร์. พฤติกรรมทางพุทธศาสนา ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 วิทยาลัยบัณฑิต เอเชีย จังหวัดขอนแก่น. วารสารพยาบาลศาสตร์และ สุขภาพ 2552; 32(3): 88-93.
11. นฤมล อเนกวิทย์. การพัฒนาหลักสูตรจิตตปัญญา ศึกษาสำหรับนักศึกษาพยาบาล, มหาสารคาม: วิทยาลัยพยาบาลศรีมหาสารคาม., 2552.