

การพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาพยาบาลโดยกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

ศุภกรใจ เจริญสุข* Ph.D. (Nursing)

วัลลภณ์ นาคศรีสังข์** ปร.ด. (การบริหารการศึกษา)

นงนุช เสือพุ่มี* พย.ม. (การพยาบาลอนามัยชุมชน)

อัญญา พลดเปลื้อง* ปร.ด. (วิจัย วัดผลและสถิติการศึกษา)

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลการพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี จักรีรัช โดยใช้กิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจงจำนวน 30 ราย เก็บข้อมูลก่อนและหลังการใช้กิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญา โดยมีการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญา จำนวน 2 วัน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือแบบสอบถามคุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาพยาบาล และแบบบันทึกการเรียนรู้ วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ โดยใช้ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ pair t-test วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า หลังการเข้าร่วมกิจกรรม นักศึกษาพยาบาลมีคะแนนคุณลักษณะบัณฑิตสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในทุกด้าน โดยนักศึกษามีคะแนนคุณลักษณะดี อยู่ในระดับมาก คะแนนคุณลักษณะเก่ง อยู่ในระดับมาก และคะแนนคุณลักษณะสุข อยู่ในระดับมากที่สุด และผลจากการสนทนากลุ่ม พบว่านักศึกษากล่าวถึงคุณลักษณะบัณฑิตที่ได้รับการพัฒนาจากการเข้าร่วมกิจกรรม ทั้งด้านดี ด้านเก่ง และด้านมีความสุข โดยด้านดี ประกอบด้วย มีความรับผิดชอบ มีความเคารพตนเองและผู้อื่น และมีความกตัญญู กตเวทิต์ ในด้านเก่ง ประกอบด้วย มีภาวะผู้นำ ทำงานเป็นทีม มีความรู้และใฝ่รู้ มีเป้าหมายของความสำเร็จ และมีสติในการดำเนินชีวิต และในด้านมีความสุข ประกอบด้วย การเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น มีความรักและแบ่งปันกัน และมีความสุขสงบภายในจิตใจ กิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญานี้ ทำให้นักศึกษาเกิดการพัฒนามิติภายในตนเองทั้งด้านดี เก่ง และมีความสุข จึงควรขยายผลการจัดกิจกรรมในนักศึกษาทุกชั้นปีต่อไป

คำสำคัญ: คุณลักษณะบัณฑิต กิจกรรมเสริมหลักสูตร จิตตปัญญาศึกษา

*อาจารย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี จักรีรัช

**Corresponding author, อาจารย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี จักรีรัช, E-mail:kimpinjo@gmail.com

The Development of Desirable Characteristics of Nursing Students Using Extra-Curriculum Activities Program Based on the Contemplative Education

Sukjai Charoensuk Ph.D. (Nursing)*

*Wantanee Naksrisang** Ph.D. (Educational Administration)*

Nongnuch Suapumee M.N.S. (Community Nursing)*

Unya Plodpluang Ph.D. (Research Evaluation and Statistics in Education)*

Abstract:

This quasi-experimental study aimed to examine the desirable characteristics of nursing students after implementing extra-curriculum activities program based on contemplative education. The 30 nursing students were purposively selected. Data were collected before and after implementing the 2-days extra-curriculum activities program based on contemplative education. The instruments used were the desirable characteristics of nursing student questionnaire and the students' learning record. Qualitative data were analyzed using percentage, mean and standard deviation, and paired t-test. Qualitative data were analyzed using content analysis. The results revealed that after participation in the program, nursing students reported a significantly higher level of desirable characteristics than before the participation. The students reported a high level of goodness, a high level of competence and the highest level of happiness. Results from the focus group revealed that nursing students reflected that their desirable characteristics in all aspects were developed by participating in the program. They reflected their goodness in responsibility, respecting themselves and others, and gratitude. They also reflected their competence in leadership and team working, knowledge and curiosity, and mindfulness. Their happiness was reflected by valuing themselves and others, having love and sharing, and having a peaceful mind. The extra-curriculum activities based on the contemplative education promote the students' inner growth in goodness, competence, and happiness. Therefore, the program should be extended to all students.

Keywords: Desirable characteristics, Extra-curriculum activities, Contemplative education

**Lecturer, Boromarajonani College of Nursing, Chakriraj*

***Corresponding author, Lecturer, Boromarajonani College of Nursing, Chakriraj, E-mail:kimpinjo@gmail.com*

ความเป็นมาและสำคัญของปัญหา

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 ได้กำหนดความมุ่งหมายและหลักการจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและสติปัญญา ความรู้คุณธรรม และวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ซึ่งเป็นการพัฒนาคนในทุกด้าน ทำให้ผู้รับการศึกษาเป็นคนดี คนเก่ง และมีความสุข ดังนี้ 1) คนดี คือ คนที่ดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ มีจิตใจดีงาม มีคุณธรรม จริยธรรม มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ทั้งทางด้านจิตใจ และพฤติกรรมที่แสดงออก เช่น มีวินัย เอื้อเฟื้อเกื้อกูลผู้อื่น มีเหตุผล รับผิดชอบต่อหน้าที่ ซื่อสัตย์ พากเพียร ขยัน ประหยัด มีจิตสำนึกในประชาธิปไตย รักษาสิ่งแวดล้อม และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างสันติสุข 2) คนเก่ง คือ คนที่มีสมรรถภาพสูงในการดำเนินชีวิต มีความรอบรู้ในเรื่องของไทยและสากล ทันสมัย ทันเหตุการณ์ ทันเทคโนโลยี มีความคิดสร้างสรรค์ มีความสามารถพิเศษเฉพาะทางและพัฒนาตนเองได้เต็มศักยภาพ เป็นผู้นำผู้ตามที่ดี รู้จักแก้ปัญหาและสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองได้ 3) คนมีความสุข คือ คนที่มีสุขภาพดี ทั้งกายและจิต ร่าเริงแจ่มใส รู้จักและเข้าใจตนเอง มีมนุษยสัมพันธ์ มีความสุขในการเรียนรู้และการทำงาน มีความรักต่อทุกสรรพสิ่ง ปลอดภัยจากอบายมุข และสามารถดำรงชีวิตได้อย่างพอเพียงแก่อัตภาพ¹ สอดคล้องกับที่จิรวัดน์ วิริงกร² กล่าวว่า “การพัฒนาบัณฑิตอุดมคติในยุคใหม่ที่มุ่งเน้นพัฒนาปัญญา ต้องสร้างกระบวนการเรียนรู้ที่มุ่งเน้นการพัฒนาปัญญาแก่นักศึกษา เพราะสังคมยุคใหม่เป็นสังคมที่มีความเป็นพลวัตและมีความซับซ้อนสูงมาก การมีความรู้ความคิดเพียงมิติเดียว ไม่อาจพัฒนาหรือแก้ปัญหาสังคมได้ การพัฒนาปัญญา คือ การพัฒนาความรู้ ความคิด วิธีคิด มุมมอง ทักษะความสามารถ คุณธรรม นั่นคือการรู้ภาพรวมทั้งหมดของเรื่อง รู้ความเชื่อมโยงของเหตุและผล

รวมทั้งรู้ที่จะป้องกันและแก้ไข ด้วยการส่งเสริมให้นักศึกษาได้รับการพัฒนาสติและปัญญา สร้างโอกาสสัมผัสเรียนรู้ความเป็นจริงในสังคม และสร้างโอกาสให้เป็นประสบการณ์การเรียนรู้”

ในทศวรรษที่ผ่านมา นักการศึกษาจำนวนมากให้ความสำคัญกับแนวคิดทางการศึกษาที่เน้นการเรียนรู้ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในตน (transformative learning) หรือจิตตปัญญาศึกษา (contemplative education) ที่เชื่อว่าเป็นวิถีทางแห่งปัญญาที่พัฒนาคนอย่างสมบูรณ์³ จิตตปัญญาศึกษาเป็นการพัฒนามนุษย์ทั้งฐานกาย ฐานจิต และฐานคิด เพื่อให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์โดยผ่านกระบวนการเรียนรู้จากภายในที่ทำให้เกิดความรู้ผ่านประสบการณ์ และก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตนเอง ให้ตระหนักเห็นคุณค่าของความเป็นมนุษย์ เรียนรู้ที่จะรัก เรียนรู้ที่จะให้ เรียนรู้ในการเข้าถึงความจริง เรียนรู้ที่จะยอมรับความหลากหลายทางความคิดมากขึ้น สามารถเชื่อมโยงศาสตร์ต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างสมดุลนำไปสู่ความตั้งใจที่จะทำประโยชน์เพื่อผู้อื่น ซึ่งเป็นการพัฒนาคุณลักษณะภายในที่ถาวรของผู้เรียน ดังนั้น จิตตปัญญาศึกษาจึงเป็นหนึ่งในวิธีการเรียนรู้ที่นำผู้เรียนไปสู่การเปลี่ยนแปลง ที่มุ่งไปที่การพัฒนาชีวิต โดยการเปลี่ยนแปลงภายในตนเองอย่างลึกซึ้งและเชื่อมโยงไปสู่การเปลี่ยนแปลงของสังคมและโลกจากรากฐานของการปฏิบัติและฝึกฝนจริง⁴⁻⁷ ซึ่งในการจัดการศึกษาที่จะพัฒนาผู้เรียนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์นั้น ต้องมีทั้งการจัดการศึกษาตามหลักสูตรและกิจกรรมเสริมหลักสูตรควบคู่กัน¹

นักการศึกษาหลายคนได้นำจิตตปัญญาศึกษา มาจัดการศึกษาโดยบูรณาการกับเนื้อหาในหลักสูตรที่มีอยู่ เช่น จากการศึกษาของจิรัฐกาล พงศ์ภคเธียร⁸ ได้ศึกษาการบูรณาการจิตตปัญญาศึกษาในรายวิชา เทอร์โมไดนามิกส์ 1 และการจัดการทรัพยากรธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อมของมหาวิทยาลัยมหิดล โดยใช้หลักใน

การจัดกิจกรรมตามการจัดกระบวนการเรียนรู้แนว
จิตตปัญญาศึกษา ได้แก่ กิจกรรมสุนทรียศิลป์ กิจกรรม
โยคะ กิจกรรมสุนทรียสนทนา กิจกรรมผ่อนคลาย
ตระหนักรู้ และกิจกรรมการสะท้อนคิด พบว่าผู้เรียนได้
สะท้อนให้เห็นการเปลี่ยนแปลงในตนเองที่นึกถึงคน
รอบข้าง สังคมและสิ่งแวดล้อม ตลอดจนการมีความรัก
ความเมตตา จากการศึกษาของ ศิราณี อิ่มน้ำขาว⁹
ได้ศึกษาผลการบูรณาการจิตตปัญญาศึกษาในรายวิชา
การพยาบาลบุคคลที่มีปัญหาสุขภาพ 3 ที่หอผู้ป่วยหนัก
โรงพยาบาลยโสธร โดยผู้วิจัยจัดกิจกรรมการเรียนรู้ 7
กิจกรรม ประกอบด้วย กิจกรรมเรียกสติอยู่กับปัจจุบัน
กิจกรรมผ่อนคลายตระหนักรู้ สุนทรียสนทนา การบันทึก
เส้นทางเดินของการเรียนรู้ การบันทึกความดี การสะท้อน
ตนเอง และการลงมือปฏิบัติ หลังทำการบูรณาการ
จิตตปัญญาศึกษา ผู้เรียนสะท้อนว่ารู้จักวิเคราะห์ปัญหา
ของตนเองและปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้น เข้าใจคนอื่นมาก
ขึ้น และผลการประเมินของนักศึกษาด้านการปฏิบัติงาน
แบบองค์รวมโดยอาจารย์ผู้สอน พบว่าอยู่ในระดับมาก

ในขณะที่วิบูลย์ลักษณ์ ปรียาวงศากุล¹⁰ ได้ศึกษา
ผลของรูปแบบการพัฒนานักศึกษาพยาบาลด้วย
กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาต่อความพร้อมในการ
เรียนรู้แบบนำตนเอง โดยใช้กิจกรรม 8 กิจกรรม
ประกอบด้วย สุนทรียสนทนา โยคะเพื่อสุขภาพ การ
สะท้อนคิด ผ่อนคลายตระหนักรู้ การฝึกสมาธิ การสืบทัด
ภายในตนเอง การเรียนรู้ความรู้สึกและการถอด
บทเรียน พบว่านักศึกษาที่ได้รับการพัฒนาด้วย
กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาความพร้อมในการเรียนรู้แบบ
นำตนเองมากขึ้น นอกจากนี้ ศิริรัตน์ จำปีเรือง และคณะ
ศึกษาวิจัยเรื่องการพัฒนาหลักสูตรเสริมสร้างคุณลักษณะ
ที่พึงประสงค์ตามกระบวนการสุนทรียสนทนา สำหรับ
นักศึกษาพยาบาล ซึ่งเป็นกระบวนการสำคัญในการ
เรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา พบว่านักศึกษา
พยาบาลมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ด้านการตระหนักรู้

ในตนเอง การเคารพคุณค่าความเป็นมนุษย์ และการ
พยาบาลแบบองค์รวมสูงขึ้นภายหลังการทดลอง การนำ
สุนทรียสนทนาไปประยุกต์ใช้ในกระบวนการเรียนรู้
ก่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกันของมนุษย์บนพื้นฐานของ
ความเชื่อมั่น ไว้วางใจต่อกัน เคารพในความเท่าเทียม
และศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ซึ่งเหมาะกับวิชาชีพ
พยาบาลเป็นอย่างยิ่ง ผลการศึกษาดังกล่าวสนับสนุน
การนำจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการจัดการศึกษาเพื่อ
พัฒนานักศึกษาทั้งในด้านการเป็นคนดี มีความรักความ
เมตตา เข้าใจผู้อื่น ด้านการเป็นคนเก่งในการเรียนรู้แบบ
นำตนเอง และด้านการเป็นคนที่มีความสุขในการ
เรียนรู้อยู่ร่วมกันของมนุษย์ เห็นคุณค่าและศักดิ์ศรีของ
ความเป็นมนุษย์

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี จักรีรัช เป็น
สถาบันอุดมศึกษาทางการพยาบาล ในสังกัดสถาบัน
พระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข ที่มุ่งผลิตบัณฑิต
พยาบาลให้เป็นคนดี คนเก่ง และมีความสุข ได้ตระหนัก
ถึงคุณค่าและความสำคัญของจิตตปัญญาศึกษาในการ
พัฒนานักศึกษา จึงได้กำหนดนโยบายในการพัฒนา
นักศึกษาให้เป็นคนดี คนเก่ง และมีความสุข ด้วยแนวคิด
จิตตปัญญา มีกลยุทธ์ที่เป็นแนวทางให้พันธกิจด้าน
การผลิตบัณฑิตพยาบาลวิชาชีพก้าวสู่ความสำเร็จ คือ
พัฒนานักศึกษาโดยผ่านกระบวนการจิตตปัญญา และ
เน้นเอกลักษณ์ของวิทยาลัย คือ สร้างคนจากชุมชน เพื่อ
ตอบสนองระบบสุขภาพชุมชน โดยใช้กระบวนการ
จิตตปัญญา¹² จึงได้มีการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรตาม
แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อให้นักศึกษาเกิดความรู้
ความเข้าใจเกี่ยวกับแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา และ
สามารถนำแนวคิดจิตตปัญญาไปประยุกต์ใช้ในชีวิต
ประจำวัน และใช้ในการศึกษาทั้งในหลักสูตรและในการ
ทำกิจกรรมเสริมหลักสูตร เพื่อพัฒนานักศึกษาให้มี
คุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ ในการพัฒนา
คุณลักษณะบัณฑิตด้วยกิจกรรมเสริมหลักสูตรตาม

การพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาพยาบาลโดยกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา นับว่าเป็นการเรียนรู้แบบใหม่ ที่จำเป็นต้องมีการศึกษาประสิทธิผลของการดำเนินการ เพื่อเป็นหลักฐานเชิงประจักษ์ในการสนับสนุนการจัดกิจกรรมดังกล่าว

การศึกษาเกี่ยวกับการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่เป็นการบูรณาการในรายวิชาต่าง ๆ ของหลักสูตร กิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาเป็นการนำกระบวนการเรียนรู้จิตตปัญญาศึกษามาจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้นักศึกษานอกเหนือจากการเรียนรู้ในรายวิชาต่าง ๆ ตามที่หลักสูตรกำหนด เพื่อให้การเรียนรู้เป็นการเรียนรู้ในฐานวัฒนธรรมเพื่อการทำเป็นคือ เอาวิถีชีวิตร่วมกันเป็นตัวตั้ง ไม่ได้เอาวิชาเป็นตัวตั้ง¹³ ดังนั้นผู้วิจัยซึ่งเป็นผู้ที่มีหน้าที่ในการพัฒนานักศึกษาจึงได้สนใจศึกษาผลการพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาพยาบาลโดยกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อเป็นแนวทางการพัฒนานักศึกษาให้มีคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ทั้งในด้านการเป็นคนดี คนเก่ง และมีความสุขต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลการพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชบุรี โดยใช้กิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาผลการพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชบุรี โดยใช้กิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ศึกษาเฉพาะกลุ่มแกนนำนักศึกษาพยาบาลที่เป็นคณะกรรมการ

สโมสรนักศึกษา ของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชบุรี จังหวัดราชบุรี จำนวน 30 ราย ในปีการศึกษา 2555

กรอบแนวคิดและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

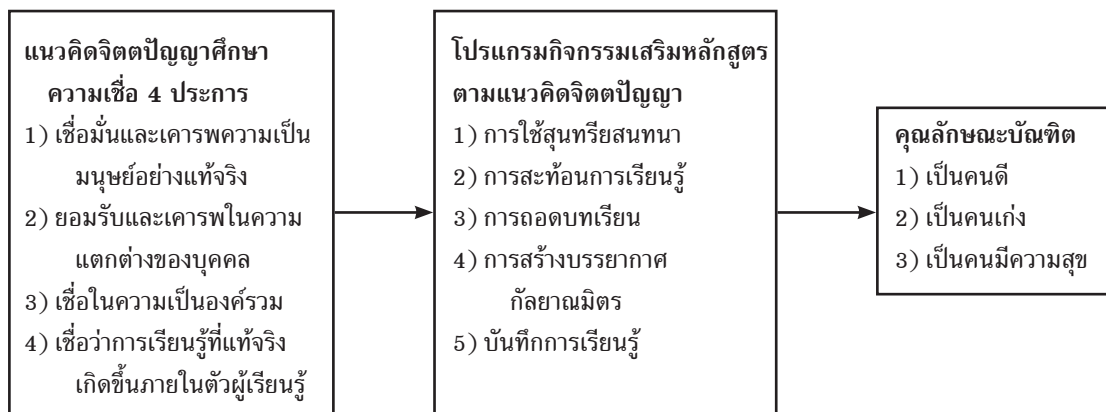
ผู้วิจัยใช้แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ซึ่งมีรากหรือฐานคิด จากแนวคิดเชิงศาสนา เช่น มนุษยนิยม และเชิงบูรณาการองค์รวม มีความเชื่อพื้นฐานของแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา 4 ประการ ได้แก่ 1) เชื่อมั่นและเคารพความเป็นมนุษย์อย่างแท้จริง โดยเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนมีเกียรติ มีศักดิ์ศรี เรียนรู้และพัฒนาได้ จึงต้องเปิดโอกาสและสร้างบรรยากาศของการแลกเปลี่ยนเรียนรู้แบบกัลยาณมิตร 2) ยอมรับและเคารพในความแตกต่างของบุคคล จึงไม่เปรียบเทียบหรือตัดสินใคร 3) เชื่อในความเป็นองค์รวม ที่มีความหมายมากกว่าการนำส่วนย่อยมากองรวมกัน และ 4) เชื่อว่าการเรียนรู้ที่แท้จริงเกิดขึ้นภายในตัวผู้เรียน¹⁴ ในการพัฒนามนุษย์ทั้งฐานกาย ฐานจิต และฐานคิด เพื่อให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เกิดความสมดุลในตนเอง มนุษย์มีการรับรู้และสัมพันธ์ต่อตนเอง และโลก 3 ทาง ด้วยกัน คือ ความคิด ความรู้สึก และปฏิภิกิริยาทางกายหรือการกระทำ บางคนถนัดใช้ความคิด บางคนถนัดใช้ใจหรืออารมณ์ความรู้สึก และบางคนใช้สัญชาตญาณและการลงมือทำเป็นหลัก แต่ในความเป็นจริงทั้งความคิด ความรู้สึกและการปฏิบัติ ล้วนเป็นฐานของปัญญาที่มีความสำคัญ และเกี่ยวพันกันและกัน การพัฒนาปัญญาทั้ง 3 ด้าน ให้สมดุลจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ คือ การเกิดสมดุลระหว่าง กาย จิต และความคิด¹⁵ โดยผ่านกระบวนการเรียนรู้จากภายในที่ทำให้เกิดความรู้ผ่านประสบการณ์ และก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตนเอง ให้ตระหนักเห็นคุณค่าของความเป็นมนุษย์ เรียนรู้ที่จะรัก เรียนรู้ที่จะให้ เรียนรู้ในการเข้าถึงความจริง เรียนรู้ที่จะยอมรับความหลากหลายทางความคิดมากขึ้น สามารถเชื่อมโยงศาสตร์

ศุภกรใจ เจริญสุข และคณะ

ต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างสมดุล นำไปสู่ความตั้งใจที่จะทำประโยชน์เพื่อผู้อื่น ซึ่งเป็นการพัฒนาคุณลักษณะภายในที่ถาวรของผู้เรียน¹⁴

จิตตปัญญาศึกษาจึงเป็นหนึ่งในวิธีการเรียนรู้ที่นำผู้เรียนไปสู่การเปลี่ยนแปลง ที่มุ่งไปที่การพัฒนาชีวิต โดยการเปลี่ยนแปลงภายในตนเองอย่างลึกซึ้งและเชื่อมโยงไปสู่การเปลี่ยนแปลงของสังคมและโลกจากรากฐานของการปฏิบัติและฝึกฝนจริง ซึ่งสอดคล้องกับ ธนานิลชัยโกวิทย์ และอดิสร จันทรสุข⁴ ได้กล่าวว่าการจัดกระบวนการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญา มุ่งผลให้เกิดการพัฒนาจิตใจและปัญญา โดยมีความเชื่อมั่นในความเป็นมนุษย์ และกระบวนการที่สอดคล้องกัน เพื่อให้ผู้เข้าร่วมกระบวนการสามารถเข้าถึงความจริง ความดีงามอย่างแท้จริง เป็นการจัดการกระบวนการผ่านกิจกรรมการเรียนรู้ในรูปแบบต่าง ๆ ที่จะนำไปสู่การใคร่ครวญและตระหนักรู้ในตนเอง ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานตั้งแต่ระดับบุคคล ไปสู่ระดับองค์กร และระดับสังคม จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมให้

กับนักศึกษา โดยนำกิจกรรมของจิตตปัญญาศึกษา มาประยุกต์ใช้ในกระบวนการเรียนรู้ก่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกันของมนุษย์บนพื้นฐานของความเชื่อมั่น ไว้วางใจต่อกัน เคารพในความเท่าเทียมและศักดิ์ศรีของความ เป็นมนุษย์ซึ่งเหมาะกับวิชาชีพพยาบาลเป็นอย่างยิ่ง⁶ การวิจัยการพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาพยาบาลโดยกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาในครั้งนี้ มีการจัดประสบการณ์เรียนรู้แนวจิตตปัญญาศึกษา โดยใช้กระบวนการหลัก 5 ประการ คือ 1) การใช้สุนทรียสนทนา 2) การสะท้อน การเรียนรู้ 3) การถอดบทเรียน 4) การสร้างบรรยากาศ กัลยาณมิตร และ 5) บันทึกการเรียนรู้¹⁴ ซึ่งจากแนวคิดดังกล่าว กิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาจะช่วยให้ศึกษามีคุณลักษณะบัณฑิต ดี เก่ง สุข ดังแสดงในแผนภาพที่ 1 ส่งผลให้เป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพ ถือเป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่แสดงให้เห็นถึงคุณภาพและประสิทธิภาพของสถาบันอุดมศึกษาต่อไป



แผนภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาพยาบาล โดยกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

วิธีการดำเนินการวิจัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง (quasi-experimental research) แบบหนึ่งกลุ่มวัดก่อนและหลังการทดลอง (one group pretest-posttest design)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรคือนักศึกษาพยาบาลหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิตของวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครศรีธรรมราช ปีการศึกษา 2555 การกำหนดขนาดตัวอย่าง ผู้วิจัยใช้หลักการของโพลิตและเบค¹⁶ ซึ่งสำหรับการวิจัยกึ่งทดลอง ควรมีจำนวนอย่างน้อย 30 ราย ผู้วิจัยจึงกำหนดกลุ่มตัวอย่าง 30 ราย การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) ตามคุณสมบัติที่กำหนด คือ 1) เป็นนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ ชั้นปีที่ 1, 2, และ 3 ที่เป็นแกนนำนักศึกษา 2) เป็นคณะกรรมการสโมสรนักศึกษาของวิทยาลัยในปีการศึกษา 2555 และ 3) สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรม

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการศึกษาคือ โปรแกรมกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ตามกระบวนการหลักการเรียนรู้จิตตปัญญาศึกษา 5 กระบวนการ ประกอบด้วยกิจกรรม 15 กิจกรรม อยู่ในฐานการเรียนรู้กาย จิต และความคิด ทุกกิจกรรมใช้กระบวนการเรียนรู้จิตตปัญญาศึกษา 5 ประการ ได้แก่ 1) การใช้สุนทรียสนทนา 2) การสะท้อนการเรียนรู้ 3) การถอดบทเรียน 4) การสร้างบรรยากาศกัลยาณมิตร และ 5) บันทึกการเรียนรู้ระยะเวลาดำเนินการทั้งหมด 2 วัน จำนวน 20 ชั่วโมง มีรายละเอียด ดังนี้

วันที่ 1 ของกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

1. กิจกรรม check in จำนวน 1 ชั่วโมง เป็นกิจกรรมที่เตรียมจิตใจและภาวะอารมณ์ตนเองให้พร้อมก่อนเริ่มกิจกรรม และเป็นการเริ่มต้นสร้างบรรยากาศของกัลยาณมิตร

2. กิจกรรม วาดรูปวัยเยาว์ จำนวน 1 ชั่วโมง เป็นกิจกรรมให้ใคร่ครวญชีวิตที่ผ่านมาอย่างลึกซึ้งเลือกวาดภาพชีวิตวัยเยาว์ที่ตนเองประทับใจ และเล่าชีวิตวัยเยาว์ของตนเองจากภาพให้เพื่อนทุกคนฟัง เพื่อทบทวน ทำความเข้าใจตนเอง และสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

3. กิจกรรม หินน้อยค่อยเจรจา จำนวน 2 ชั่วโมง เป็นกิจกรรมให้เล่าเรื่องของตนเองให้เพื่อนในกลุ่มย่อยฟัง โดยมีหินในมือเป็นเครื่องหมายของผู้ที่ทำหน้าที่พูด สำหรับผู้ที่ไม่ม่หินในมือจะต้องมีหน้าที่ฟังเพื่อนที่เล่าเรื่องอย่างตั้งใจ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้เรื่องการฟังอย่างลึกซึ้ง และสุนทรียสนทนา

4. กิจกรรม ผู้นำสี่ทิศ จำนวน 2 ชั่วโมง โดยผู้วิจัยบรรยายลักษณะนิสัยเฉพาะของสัตว์ 4 ชนิด คือ หมี หนู เหยี่ยว กระต๊อช ให้นักศึกษาวิเคราะห์ลักษณะและนิสัยของตนเอง เลือกเข้ากลุ่มตามลักษณะที่สอดคล้องกับสัตว์แต่ละชนิด ให้ดำเนินการสนทนาในกลุ่มแบบสุนทรียสนทนา วิเคราะห์ข้อดี ข้อด้อยของสัตว์แต่ละประเภท เทียบเคียงกับตนเองและเพื่อน เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ในการเข้าใจตนเองและผู้อื่น

5. กิจกรรม ผ่อนพักตระหนักรู้ จำนวน 1 ชั่วโมง เป็นกิจกรรมการผ่อนคลายร่างกายอย่างมีสติ เพื่อให้เกิดความพร้อมสำหรับการเรียนรู้ต่อไป

6. กิจกรรม ตัวต่อมหาสนุก จำนวน 2 ชั่วโมง เป็นกิจกรรมที่มีการต่อตัว LEGO ตามแบบที่กำหนด โดยชี้แจงกติกา ให้กลุ่มวางแผนการปฏิบัติ กำหนดตัวผู้รับผิดชอบหน้าที่ต่าง ๆ และให้กลุ่มอภิปราย เพื่อให้เรียนรู้เกี่ยวกับการทำงานกลุ่ม เรียนรู้ลักษณะภายในของตนเองที่แสดงออกในบริบทของการทำงานกลุ่ม และเชื่อมโยงความคิดจากการทำกิจกรรมสู่สถานการณ์ในชีวิตจริง

ศุภกิจ เจริญสุข และคณะ

7. กิจกรรม นับเลข จำนวน 1 ชั่วโมง เป็นกิจกรรมฝึกสติให้นักศึกษามีสติอยู่กับปัจจุบันขณะ โดยการนับตัวเลข 1-100 ออกเสียงพร้อมการตบมือ 1 ครั้ง เรียงต่อกันไปทุกคน ยกเว้นเลข 3 และ 7 ห้ามนับออกเสียงแต่ให้ตบมือ 1 ครั้ง ถ้าใครทำผิดให้เริ่มใหม่ แล้วนับเลขเรียงต่อกันไปทุกคนจนครบ 100

8. กิจกรรม คุณคือใคร จำนวน 1 ชั่วโมง เป็นกิจกรรมฝึกการคิดอย่างลึกซึ้งเกี่ยวกับตนเอง โดยให้นักศึกษาจับคู่กัน สลับกันเป็นคนถามและคนตอบ โดยถามว่า “คุณคือใคร” การตอบแต่ละครั้งต้องไม่ซ้ำคำตอบเดิม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้จักตนเองมากขึ้นและสะท้อนคิดถึงบทบาทที่หลากหลายของตนเอง

9. กิจกรรม เรื่องดี ดี มีไว้แบ่งปัน จำนวน 1 ชั่วโมง เป็นกิจกรรมการเล่านิทาน หรือเรื่องราวจากประสบการณ์ชีวิตของบุคคลต่าง ๆ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้การคิด การตัดสินใจ ของบุคคลในบริบทที่ต่างกัน และนำมาสะท้อนคิดเปรียบเทียบชีวิตของตนเอง

10. กิจกรรม ทบทวนการเดินทาง จำนวน 1 ชั่วโมง อยู่ในฐานการเรียนรู้คิด เป็นกิจกรรมให้ทบทวนกิจกรรมที่ดำเนินการมาทั้งหมด พร้อมทั้งวาดเป็นภาพเส้นทางเดิน สะท้อนคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้จากแต่ละกิจกรรม

วันที่ 2 ของกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา

11. กิจกรรม โยคะรับอรุณ จำนวน 1 ชั่วโมง เป็นกิจกรรมที่จัดตอนเช้า เป็นการบริหารกายและจิต เพื่อให้เกิดความพร้อมในการเรียนรู้

12. กิจกรรม แม่น้ำพิช จำนวน 1.5 ชั่วโมง เป็นกิจกรรมสร้างการทำงานเป็นทีม และพัฒนาการรู้จักตนเอง โดยนักศึกษาร่วมกันหาทางข้ามแม่น้ำ โดยให้ทุกคนในกลุ่มปลอดภัย มีการสะท้อนคิดในกลุ่มโดยใช้สุนทรียสนทนาหลังจากการข้ามแม่น้ำของแต่ละกลุ่ม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้เกี่ยวกับจุดอ่อนจุดแข็งของตนเองในการทำงานเป็นทีม

13. กิจกรรม กราฟชีวิต จำนวน 1.5 ชั่วโมง เป็นกิจกรรมให้ทบทวนเรื่องราวชีวิตของตนในอดีต ปัจจุบัน และจินตนาการถึงอนาคต พร้อมทั้งวาดเป็นกราฟชีวิต เล่าเรื่องของตนให้เพื่อนฟังสลับกัน เพื่อเรียนรู้อารมณ์ความรู้สึกที่ถูกเก็บซ่อนภายใน กล้าเปิดเผยสู่เพื่อนและฝึกทักษะการฟังอย่างลึกซึ้ง

14. กิจกรรม สุนทรียสนทนาในครอบครัว จักรีรัช จำนวน 2 ชั่วโมง เป็นกิจกรรมที่ผลัดกันเล่าเรื่องประทับใจเกี่ยวกับวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จักรีรัช ในกลุ่มใหญ่ เพื่อฝึกการใช้สุนทรียสนทนาและการสร้างบรรยากาศความเป็นกันเอง

15. กิจกรรม บันทึกนึกได้เอง จำนวน 1 ชั่วโมง เป็นกิจกรรมให้ทบทวนความรู้สึกและสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการทำกิจกรรมทั้ง 2 วัน พร้อมทั้งบันทึกลงในสมุดบันทึกส่วนตัว ตามความรู้สึกที่แท้จริงที่เกิดขึ้นในขณะนั้น เพื่อให้เกิดการรู้จักตนเอง รับรู้ความรู้สึกและความต้องการของตน

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ผู้วิจัยนำเครื่องมือเสนอผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วยผู้บริหารทางการแพทย์ที่ศึกษาด้านจิตตปัญญาศึกษา 1 ท่าน อาจารย์พยาบาลผู้ผ่านการอบรมด้านจิตตปัญญาศึกษา 2 ท่าน พิจารณาตรวจสอบความตรงของเนื้อหาและความเหมาะสมของภาษา หลังจากนั้นผู้วิจัยนำมาปรับตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิก่อนนำไปใช้จริง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1 แบบสอบถามคุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาพยาบาล ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้ ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลเป็นคำถามปลายปิดเกี่ยวกับ เพศ และระดับชั้นปีการศึกษา และส่วนที่ 2 คุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาพยาบาล ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากแนวคิดคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ 3 ด้าน คือ ดี เก่ง และมีความสุข ของคณะกรรมการการอุดมศึกษาแห่งชาติ ประกอบด้วย ข้อคำถามด้านละ 8 ข้อ

รวม 24 ข้อ มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับ คือ 1 หมายถึง เห็นด้วยน้อยที่สุด และ 5 หมายถึง เห็นด้วยมากที่สุด มีการแปลค่าคะแนนจากคะแนนเฉลี่ยในแต่ละด้าน ดังนี้ คะแนน 1.00-1.50 มีคุณลักษณะบัณฑิตน้อยที่สุด คะแนน 1.51-2.50 มีคุณลักษณะบัณฑิตน้อย คะแนน 2.51-3.50 มีคุณลักษณะบัณฑิตปานกลาง คะแนน 3.51-4.50 มีคุณลักษณะบัณฑิตมาก และคะแนน 4.51-5.00 มีคุณลักษณะบัณฑิตมากที่สุด

การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ผู้วิจัยนำเครื่องมือเสนอผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วย ผู้ทรงคุณวุฒิทางการศึกษา 1 ท่าน ผู้ทรงคุณวุฒิทางการศึกษาพยาบาล 2 ท่าน พิจารณาตรวจสอบความตรงของเนื้อหาและความเหมาะสมของภาษา และคำนวณค่าทางสถิติ ดัชนีความเที่ยงตรง (Content validity index: CVI) ค่า CVI ที่ดีควรมีค่า > .80 แบบสอบถามที่มีความสมบูรณ์ ค่า CVI จะเท่ากับ 1¹⁷ ในการศึกษาครั้งนี้ CVI มีค่าเท่ากับ .88 หลังจากนั้นผู้วิจัยนำมาปรับตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิก่อนนำไปใช้ นำแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาพยาบาลชุดนี้ไปทดลองใช้กับนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 ราย หาค่าความเที่ยงโดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) เท่ากับ .80 และในการศึกษาครั้งนี้มีค่าเท่ากับ .96

2.2 บันทึกการเรียนรู้ ซึ่งเป็นแบบสอบถามปลายเปิด ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 3 ข้อ เพื่อเก็บข้อมูลการเรียนรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นรายบุคคล ดังนี้

- 1) ท่านรู้สึกอย่างไรในการเข้าร่วมกิจกรรม
- 2) ท่านได้เรียนรู้อะไรจากการเข้าร่วมกิจกรรม
- 3) ท่านจะนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปใช้ประโยชน์หรือประยุกต์ใช้ในชีวิตของท่านอย่างไร

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ ผ่านการพิจารณาและอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา เลขที่ 6/2555 ซึ่งผู้วิจัยได้อธิบายวัตถุประสงค์และขั้นตอนการวิจัยให้ผู้ที่เกี่ยวข้องการศึกษาทุกคนทราบ เพื่อสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมวิจัย กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิ์ถอนตัวออกจากการวิจัยได้ โดยไม่มีผลกระทบใดๆ ทั้งนี้ การนำเสนอข้อมูลจากการศึกษาเป็นในลักษณะภาพรวม

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลคณะผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัยและวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ตลอดจนกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่จัดให้แก่กลุ่มตัวอย่างรับทราบก่อนการเริ่มกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ซึ่งเป็นการจัดกิจกรรมในวันหยุด ไม่มีการเรียนการสอนตามหลักสูตร
2. ก่อนการเริ่มกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาตามโปรแกรม ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามคุณลักษณะบัณฑิต ตามการรับรู้ของตนเป็นรายบุคคล
3. ผู้วิจัยซึ่งผ่านการอบรมหลักสูตรจิตตปัญญาศึกษาสำหรับผู้บริหารและอาจารย์ สังกัดสถาบันพระบรมราชชนก มาแล้ว เป็นผู้ดำเนินกิจกรรมตามโปรแกรมที่กำหนดรวม 20 ชั่วโมง
4. หลังเสร็จสิ้นกิจกรรมตามโปรแกรม ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างบันทึกการเรียนรู้ด้วยตนเอง เมื่อกลุ่มตัวอย่างบันทึกการเรียนรู้เสร็จแล้ว ผู้วิจัยดำเนินการสนทนากลุ่มเพื่อถอดบทเรียนการเรียนรู้ที่ได้รับ โดยมีคำถามในการสนทนากลุ่มเช่นเดียวกับคำถามในบันทึกการเรียนรู้

5. หลังสิ้นสุดการสนทนากลุ่ม ผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามคุณลักษณะบัณฑิต ตามการรับรู้ของตนเป็นรายบุคคลอีกครั้ง

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของนักศึกษาพยาบาล ได้แก่ เพศ และระดับชั้นปีการศึกษา โดยใช้การแจกแจงความถี่ ร้อยละ วิเคราะห์คะแนนคุณลักษณะบัณฑิต โดยใช้ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนคุณลักษณะบัณฑิต ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ด้วยสถิติ pair t-test และส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพ ใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) จากการสนทนากลุ่ม และบันทึกการเรียนรู้ของนักศึกษา

ผลการวิจัย

ข้อมูลส่วนบุคคล

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 1, 2, และ 3 ที่เป็นแกนนำนักศึกษา และเป็นคณะกรรมการสโมสรนักศึกษาของวิทยาลัยในปีการศึกษา 2555 จำนวน 30 ราย พบว่าเป็นเพศหญิง ร้อยละ 70 โดยเป็นนักศึกษาพยาบาลศาสตร์แต่ละชั้นปีเท่ากัน ร้อยละ 33.33

คุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จักรีรัช

นักศึกษามีการรับรู้คุณลักษณะบัณฑิตก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง โดยมีคะแนนเฉลี่ยคุณลักษณะบัณฑิตด้านที่อยู่ในระดับปานกลาง ($M = 3.13, SD = 0.35$) ด้านเก่งอยู่ในระดับมาก ($M = 3.73, SD = 0.68$) และด้านมีความสุขอยู่ในระดับมาก ($M = 3.51, SD = 0.51$) ในขณะที่หลังการเข้าร่วมกิจกรรมนักศึกษามีการรับรู้คุณลักษณะบัณฑิตในภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีคะแนนเฉลี่ยคุณลักษณะบัณฑิตด้านที่อยู่ในระดับมาก ($M = 4.22, SD = 0.58$) ด้านเก่งอยู่ในระดับมาก ($M = 4.39, SD = 0.38$) และด้านมีความสุขอยู่ในระดับมากที่สุด ($M = 4.55, SD = 0.43$)

เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนคุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาพยาบาล ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ด้วยสถิติ paired t-test ภายหลังการทดสอบ การกระจายของข้อมูลเป็นโค้งปกติ (normal distribution) พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคุณลักษณะ ดี เก่ง สุข หลังการเข้าร่วมกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามากกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 1

การพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาพยาบาลโดยกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยคุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครศรีธรรมราช โดยใช้กิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตปัญญาศึกษา (N =30)

การพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิต	ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม			หลังเข้าร่วมกิจกรรม			t	p-value
	Mean	SD	ระดับ	Mean	SD	ระดับ		
คุณลักษณะดี	3.13	0.35	ปานกลาง	4.22	0.58	มาก	4.67	.002
คุณลักษณะเก่ง	3.73	0.68	มาก	4.39	0.38	มาก	4.30	.005
คุณลักษณะสุข	3.51	0.51	มาก	4.55	0.43	มากที่สุด	7.08	<.001
โดยรวม	3.45	0.30	ปานกลาง	4.38	0.16	มาก	6.85	.02

ข้อมูลจากการสนทนากลุ่มและบันทึกการเรียนรู้ นักศึกษาได้สะท้อนคุณลักษณะบัณฑิตทั้งด้านดี ด้านเก่ง และด้านมีความสุข ในบันทึกการเรียนรู้ และจากการสนทนากลุ่ม ดังนี้

คุณลักษณะดี

นักศึกษาได้สะท้อนคุณลักษณะบัณฑิตในการเป็นคนดี มีการแสดงออกที่แสดงถึงการมีจิตใจดีงาม มีคุณธรรม จริยธรรม 3 ประการ ได้แก่ มีความรับผิดชอบ มีความเคารพในตนเองและเคารพผู้อื่น และมีความกตัญญูกตเวที ดังคำพูด

“ทำให้เราได้เรียนรู้กับตัวเองมากขึ้น มีความคิดรอบคอบมากยิ่งขึ้น...ทำให้เรามีความรับผิดชอบมากยิ่งขึ้น รักษาเวลา รู้คุณค่าของเวลา...เคารพในตัวเองและการเคารพในตัวของผู้อื่น”

“...ได้รู้ถึงการทำดี การกตัญญูต่อผู้ที่มีพระคุณแก่เรา ได้ฝึกความใจเย็น...”

“เรียนรู้... การให้ความเคารพผู้อื่น...ผมจะนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน และการดำเนินชีวิต”

“การทำกิจกรรมแบบนี้เป็นการพัฒนาตนเองจิตใจให้ดีขึ้น...เคารพในตัวของผู้อื่น...”

คุณลักษณะเก่ง

นักศึกษาได้สะท้อนคุณลักษณะบัณฑิตในการเป็นคนเก่ง มีการแสดงออกถึงความสามารถในการทำงาน และในการเรียนรู้ 4 ประการ ได้แก่ มีภาวะผู้นำทำงานเป็นทีม มีความรู้และใฝ่รู้ มีเป้าหมายของความสำเร็จ และมีสติในการดำเนินชีวิต ดังคำพูด

“ได้ฝึกการเป็นผู้นำที่ดี...”

“ได้เรียนรู้ในการทำงานเป็นทีม การทำกิจกรรมกลุ่ม...เราควรทำตัวอย่างไร...เพื่อพัฒนาตนเอง”

“ได้เรียนรู้ว่ายังมีสิ่งที่จะต้องเรียนรู้อีกมากมาย เราต้องเปิดใจเรียนรู้ และแสวงหาความรู้ อยู่เสมอ”

“...ได้รู้จักคิดเพื่อจะได้มีการใช้ชีวิตประจำวันที่มีประโยชน์มากขึ้น มีการกำหนดเป้าหมายและความพยายาม...ให้สำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้...มีความกล้าแสดงความคิดเห็นมากขึ้น”

“...หากมีสติจะทำให้เข้าใจตนเองและผู้อื่นมากขึ้น ได้แนวทางในการใช้ชีวิตในอนาคต...”

ศุภกิจ เจริญสุข และคณะ

คุณลักษณะสุข

นักศึกษาได้สะท้อนคุณลักษณะบัณฑิตในการเป็น คนมีความสุข มีการแสดงออกถึงภาวะจิตใจที่เป็นสุข ผ่อนคลาย ซึ่งเกิดจากการเห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น มีความรักและแบ่งปันกัน และมีความสุขภายในจิตใจ ดังคำพูด

“กิจกรรมที่ได้ทำให้คิดและเห็นถึงความสำคัญ ความมีคุณค่าของตนเองและผู้อื่น จากความสุขของเราเพียงคนเดียว เราสามารถส่งความสุขนั้น ๆ ให้ผู้อื่นได้และความทุกข์เศร้าโศกของเพื่อนอาจทำให้เราเห็นว่าทุกข์ของตนเองนั้น เป็นแค่เรื่องเล็กน้อยทำให้เรามีกำลังใจที่จะเดินหน้าต่อไป... ต้องทำในแต่ละวันให้ดีที่สุด แสดงความรักให้แก่คนที่คุณรักและตอบแทนพระคุณก่อนที่จะสายเกินไป การที่เราไว้วางใจทำให้เราสามารถได้รับความรู้และประสบการณ์ใหม่ๆ ได้ จากการเปิดรับฟังอย่างตั้งใจ และไม่ตัดสินโดยเอาตนเองเป็นหลักก่อนการปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่น ทำให้เราสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุข”

“อยากให้มีกิจกรรมแบบนี้ไปเรื่อยๆ เพราะจะทำให้เราได้มาร่วมพูดคุย แบ่งปันความสุข รอยยิ้ม หรือแม้แต่ความทุกข์... มาเล่าสู่กันฟัง ร่วมกันแสดงความคิดเห็นต่อกันและเป็นการพักผ่อนทั้งกายและใจ”

“รู้สึกว่ามีมีความสุขมาก ๆ สนุก รู้สึกได้พักผ่อนสบายใจ... รู้สึกดี รู้สึกสงบมากขึ้น”

การอภิปรายผล

จากการศึกษาครั้งนี้ พบว่ากลุ่มตัวอย่างรับรู้ว่าคุณลักษณะบัณฑิตด้านดี ด้านเก่ง และด้านมีความสุข หลังการเข้าร่วมกิจกรรมเสริมหลักสูตรตาม

แนวคิดจิตตปัญญาศึกษามากกว่าก่อนได้เข้าร่วมกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีคะแนนคุณลักษณะด้านดี อยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ นฤมล อนเณกวิทย์⁸ และ ศิริรัตน์ จำปีเรือง และคณะ¹¹ ที่พบว่า หลักสูตรจิตตปัญญาสำหรับนักศึกษาพยาบาลและการใช้สุนทรียสนทนา ทำให้นักศึกษาพยาบาลมีคุณธรรม จริยธรรม เข้าใจตนเองมากขึ้น เคารพในคุณค่าและศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ ตลอดจนใจให้การพยาบาลแบบองค์รวม

นอกจากนี้นักศึกษาพยาบาลยังมีการรับรู้คะแนนคุณลักษณะด้านเก่ง อยู่ในระดับมาก ซึ่งจากการศึกษาผลของรูปแบบการพัฒนา นักศึกษาพยาบาลด้วยกระบวนการจิตตปัญญาศึกษาต่อความพร้อมในการเรียนรู้แบบนำตนเอง และพบว่านักศึกษาที่ได้รับการพัฒนาด้วยกระบวนการจิตตปัญญาความพร้อมในการเรียนรู้แบบนำตนเองมากขึ้น¹⁰ นั่นคือ กิจกรรมของนักศึกษาพยาบาลตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ทำให้นักศึกษาพยาบาลเป็นคนเก่งในการเรียนรู้แบบนำตนเอง โดยทำให้นักศึกษามีสติ มีความพร้อมในการเรียน และส่งผลให้นักศึกษามีทักษะทางปัญญาสูงขึ้น และคะแนนคุณลักษณะด้านมีความสุขอยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ มะยุรีย์ จันทะปิ่น¹⁹ ที่พบว่า การจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ทำให้ผู้เรียนมีความสุขในการเรียนและเป็นคนที่มีความสุขในการเรียนรู้ร่วมกันของมนุษย์ ซึ่งการที่นักศึกษา มีคะแนนคุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาพยาบาล 3 ประเด็น คือ 1) เป็นคนดี 2) เป็นคนเก่ง 3) เป็นคนมีความสุข หลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นั้นสามารถอธิบายจากกิจกรรมได้ ดังนี้

โปรแกรมกิจกรรมเสริมหลักสูตร ตามแนวคิดจิตตปัญญานั้น ใช้กระบวนการหลัก 5 ประการ คือ 1) การใช้สุนทรียสนทนา 2) การสะท้อนการเรียนรู้ 3) การถอดบทเรียน 4) การสร้างบรรยากาศกัลยาณมิตร

และ 5) บันทึกรการเรียนรู้ โดยการใช้กระบวนการทั้ง 5 ประการ ผสมผสานกันไปในทุกกิจกรรม กล่าวคือ มีการสร้างบรรยากาศกัลยาณมิตรตลอดการทำกิจกรรม ใช้สุนทรียสนทนาเป็นหลักปฏิบัติในทุกกิจกรรม มีการสะท้อนการเรียนรู้ภายหลังการทำกิจกรรมแต่ละกิจกรรม มีการบันทึกการเรียนรู้และการถอดบทเรียน เมื่อสิ้นสุดการทำกิจกรรม การใช้กระบวนการทั้ง 5 ประการนี้ ทำให้นักศึกษาพยาบาลเกิดการใคร่ครวญอย่างลึกซึ้ง เกิดความเข้าใจในตนเองและเข้าใจผู้อื่นมากขึ้น การใช้สุนทรียสนทนา ซึ่งเป็นการสนทนาที่ใช้ใจใคร่ครวญ รับฟังอย่างลึกซึ้ง ทำให้เกิดการปล่อยวางความคิด ปล่อยวางความเชื่อและสมมติฐานต่างๆ ที่มีอยู่เดิม มาเป็นการเปิดใจรับฟัง ไม่ปิดกั้นการรับรู้ที่เป็นปัจจุบัน ทำให้เข้าถึงความจริง มองเห็นความดี ความงามได้ง่ายขึ้น²⁰

การสะท้อนการเรียนรู้เป็นการไตร่ตรองความคิด (reflection) ทำให้เกิดการชะลอการด่วนตัดสิน มีการทอเวลาของการคิด ได้ทบทวนและแลกเปลี่ยนมุมมองที่แตกต่าง ภายใต้บรรยากาศของกัลยาณมิตรที่ทำให้เกิดความรู้สึกปลอดภัย วางใจกันและกัน ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตนเอง ให้ตระหนักเห็นคุณค่าของความเป็นมนุษย์ เรียนรู้ที่จะรัก เรียนรู้ที่จะให้ เรียนรู้ในการเข้าถึงความจริง เรียนรู้ที่จะยอมรับความหลากหลายทางความคิดมากขึ้น สามารถเชื่อมโยงศาสตร์ต่างๆ มาประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างสมดุล นำไปสู่ความตั้งใจที่จะทำประโยชน์เพื่อผู้อื่น ซึ่งเป็นการพัฒนาคุณลักษณะภายในที่ถาวรของผู้เรียน¹⁴ และสอดคล้องกับ วิจักขณ์ พานิช⁶ ที่กล่าวถึงการนำจิตตปัญญาศึกษา มาประยุกต์ใช้ในกระบวนการเรียนรู้ว่าก่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกันของมนุษย์บนพื้นฐานของความเชื่อมั่น ไว้วางใจต่อกัน เคารพในความเท่าเทียมและศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ นอกจากนี้กิจกรรมในโปรแกรมกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาทั้ง 15 กิจกรรม

ครอบคลุมการเรียนรู้ทั้งฐานกาย ฐานจิต และฐานจิต เป็นการเรียนรู้แบบองค์รวมที่ผ่านประสบการณ์ตรง และการลงมือปฏิบัติ มีการใคร่ครวญชีวิตที่ผ่านมาอย่างลึกซึ้งเพื่อเข้าใจตนเองและผู้อื่น ตระหนักถึงวิธีการทำงานของตนเอง เรียนรู้เกี่ยวกับการทำงานเป็นทีม มีการวางแผนและกำหนดเป้าหมาย และสามารถเชื่อมโยงความคิดจากการทำกิจกรรมสู่สถานการณ์ในชีวิตจริง จึงเป็นหนึ่งในวิธีการเรียนรู้ที่นำผู้เรียนไปสู่การเปลี่ยนแปลง ที่มุ่งไปที่การพัฒนาชีวิตโดยการเปลี่ยนแปลงภายในตนเองอย่างลึกซึ้งและเชื่อมโยงไปสู่การเปลี่ยนแปลงของสังคมและโลกจากรากฐานของการปฏิบัติและฝึกฝนจริง⁴ ด้วยเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้นักศึกษาพยาบาลที่เข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญา เกิดการพัฒนาคุณลักษณะด้านดี ด้านเก่งและมีความสุข

ข้อเสนอแนะ

1. จากผลการศึกษาพบว่าโปรแกรมกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญา สามารถพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตทั้งด้านดี ด้านเก่ง และด้านมีความสุขได้วิทยาลัยจึงควรขยายผลการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาไปใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตให้ครอบคลุมนักศึกษาทุกชั้นปี
2. วิทยาลัยควรมีการพัฒนาศักยภาพของทีมงานในการจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรตามแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเพื่อเป็นกำลังสำคัญในการขยายผลการนำแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาไปใช้ในการพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตของนักศึกษาทุกชั้นปี
3. ควรมีการศึกษาติดตามผลของการพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิต โดยใช้แนวคิดจิตตปัญญาศึกษาในระยะยาวเพื่อดูความยั่งยืนของการพัฒนา

เอกสารอ้างอิง

1. Office of the National Education Commission. National Education Act of B.E.2542. Bangkok: ONEC; 2004. (in Thai)
2. Velungkron J. The new graduates project (extra-curricular activities for students of Kasetsart University). Bangkok: The Student Affairs Division Kasetsart University; 2004. (in Thai)
3. Hart T. Opening the contemplative mind in the classroom. JTED 2004;2(1):28-46.
4. Nilchaikovit T, Juntarusuk A. Arts of learning process for change: Manual of contemplative practice. Bangkok: S.P.N. Printing; 2009. (in Thai)
5. Wasi P. National intellectual strategy: the most important strategy of the whole society. 3rded. Bangkok: Amarin Printing and Publishing; 2004. (in Thai)
6. Panit W. Learning by contemplative mind. Document from the 6th National Conference on Thai Ideal Graduate Development. Bangkok; 2006. (in Thai)
7. Cranton P, Carusetta E. Developing authenticity as a transformative process. JTED 2004;2(4): 276-293.
8. Pongpakatien J. Research and development of contemplative education in Thai higher education institutions [thesis]. Bangkok: Chulalongkorn University; 2007. (in Thai)
9. Innamkhao S. The integrated effects on contemplative education in the course of nursing care of persons with health problems practicum III: a case study of intensive care unit at Yasothon hospital. J Nurs Educ 2011;4(2):66-78. (in Thai)
10. Preeyavongsakul W. A nursing student development model with a contemplative education process for enhancing self-directed learning readiness for increase learning. J Nurs Educ 2012;5(2):104-13. (in Thai)
11. Chumpeeruang S, Wattanatorn A, Hingkanont P, Keawurai W. Development of curriculum to enhance desirable characteristics through dialogue for nursing students. JEDU NU 2013;15(3):9-15. (in Thai)
12. Boromarajonani College of Nursing, Chakriraj. Strategic Plan 2013-2017. Ratchaburi: Boromarajonani College of Nursing, Chakriraj; 2013. (in Thai)
13. Wasi P. Education system to solve the misery of people in the land. 2nded. Nakhon Pathom: Contemplative Education Center Mahidol University; 2011. (in Thai)
14. Poolpatarachewin C. Contemplative education and transformative learning. Khonkaen: Khonkaen University; 2009. (in Thai)
15. Nilchaikovit T, editors. Transformative learning and contemplative education. Contemplative Education: Education for Human Development. 2nded. Nakhon Pathom: Mahidol University; 2008. (in Thai)
16. Polit DF, Beck TB. Nursing research: Principle and methods. 7thed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2004.
17. Polit DF, Beck CT. Nursing research: Generating and assign evidence for nursing practice. 8thed. Philadelphia: Lippincott; 2008.
18. Anekwit N. Contemplative education curriculum development for nursing student [thesis]. Khonkaen: Khonkaen University; 2009. (in Thai)
19. Juntapun M. The effect of learning activities by the contemplative education in computer course for education for students in early childhood education [thesis]. Lampang: Lampang Rajabhat University; 2009. (in Thai)
20. Pinitjitsamut M. Dialogue: Science for mutual intellectual creation of mankind. Bangkok: Monotheme Consulting; 2009. (in Thai)