



ยาสมุนไพร

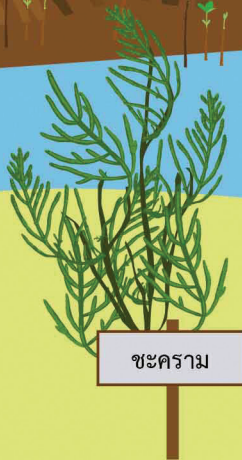
โครงการสืบสานสมุนไพรในท้องถิ่น
ตำบลบางแก้ว



ตำบลบางแก้ว อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสงคราม เป็นพื้นที่ราบลุ่มติดชายฝั่งอ่าวไทย น้ำทะเลท่วมถึง มีพืชพรรณที่สำคัญคือ โกงกาง ลำพู ลำแพน แสม ตะบูน ฯลฯ และพืชสมุนไพรจำนวนมาก เช่น ใบขลุ้ กะเม็ง ชะคราม ไม้ยราบ เป็นต้น แต่คนในชุมชน โดยเฉพาะเด็กและเยาวชนต่างไม่เคยรู้ว่าสมุนไพรแต่ละชนิด มีประโยชน์อย่างไร คนในชุมชนเองก็ไม่รู้ถึงสรรพคุณและวิธีการใช้ ซึ่งในอนาคตหากไม่มีการสืบค้นและสานต่อพืชสมุนไพรเหล่านี้ อาจสูญหายไปที่สุดในที่สุด ด้วยเหตุนี้เอง จาก Thairath team จึงรวมกลุ่มกันทำโครงการสืบสานสมุนไพรในท้องถิ่นตำบลบางแก้ว เพื่อกระตุ้นให้คนในชุมชนเห็นความสำคัญและช่วยกันอนุรักษ์พืชสมุนไพรดีๆ ในท้องถิ่นให้คงอยู่กับชุมชนต่อไป



กะเม็ง



ชะคราม



ขลุ้

กระบวนการทำงาน



ลงพื้นที่สืบค้นองค์ความรู้เรื่องพืชสมุนไพร จากผู้รู้ท้องถิ่น แล้วนำมาตรวจสอบ ความถูกต้องจากแหล่งข้อมูลอื่น ๆ เพื่อความถูกต้องและน่าเชื่อถือ

คุณค่าที่เกิดขึ้น

ต่อเยาวชน

เกิดความมั่นใจในตนเอง กล้าแสดงความคิดเห็น
กล้าพูด ตรงต่อเวลา ใจเย็น และเห็นประโยชน์
ของการรับฟังความคิดเห็น ความสัมพันธ์
ระหว่างครอบครัวดีขึ้น

ต่อชุมชน

ข้อมูลความรู้เรื่องสมุนไพรของชุมชนได้รับการสืบทอดต่อ
สายสัมพันธ์ของคนสองช่วงวัยคือผู้เฒ่าผู้แก่กับเด็กเยาวชน
ในชุมชนดีขึ้น และผู้เฒ่าผู้แก่ในชุมชนเห็นคุณค่า ของตนเอง

ถ่ายทอดให้กับ เยาวชนกลุ่มเป้าหมาย
และจัดเวทีเผยแพร่ข้อมูลให้กับผู้ใหญ่



ให้ความรู้เรื่องสมุนไพร



เคยเป็นคนเจ้าอารมณ์และไม่ยอมรับฟัง
ความคิดเห็นของใคร เพราะมั่นใจว่าความคิด
ของตัวเองถูกต้องและดีที่สุด แต่การทำงาน
เป็นทีมขัดเวลาให้เธอใจเย็นและเห็นประโยชน์
ของการรับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกัน
ช่วงแรกทำงานด้วยกันอาจทะเลาะกันบ้าง
เพื่อนก็คอยเตือน ซึ่งเราก็ฟังบ้างไม่ฟังบ้าง
ครูเลยมาเตือนแล้วชี้ให้เห็นว่าถ้าเราไม่ฟังกัน
งานจะเดินต่อไปไม่ได้ ซึ่งมันเป็นแบบนี้จริงๆ
ทุกคนเลยปรับตัวเอง หันมาทำความเข้าใจกัน
ใหม่ แล้วยอมรับความคิดเห็นของกันและกัน
พอช่วยกันคิดแล้วรับฟังกัน การทำงานก็
เดินหน้าไปดีขึ้น ใจเย็น และดีมากขึ้น

“เพราะอยากไปเที่ยว” เมื่อครูตาล-นัยนา
พยมพฤษฯ ชาวไปร่วมเรียนรู้ในงานมหกรรมพลัง
เด็กและเยาวชนเพื่อการเรียนรู้ภูมิสังคมภาคตะวันตก
เมื่อปีที่ผ่านมามี จึงจับพลัดจับผลูให้ทีมงานจากโรงเรียน
ไทยรัฐวิทยา 70 ประกอบไปด้วย เนม-อนุกุล เรืองรอง
กิ่ง-ดวงกมล ชื่นจิต เดือน-กนกวรรณ แสนสุข ปลิว-
ณัฐชา รุ่งเรือง จุ๊บ-กชพร คงสวัสดิ์ เข้ามาทำโครงการ
สืบสานสมุนไพรในท้องถิ่นตำบลบางแก้ว

กิ่ง บอกว่า สิ่งที่ทำให้เธอประทับใจในงานครั้งนั้น
คือความมั่นใจและความกล้าแสดงออกของแกนนำเยาวชน
ที่นำเสนอโครงการ เห็นแล้วอยากพูดได้แบบนั้นบ้าง
ยิ่งฟังก็ยิ่งได้แรงบันดาลใจ จนเกิดความคิดว่าโครงการ
เพื่อชุมชนน่าสนใจ พวกเราน่าจะทำได้

เปิดประตูเข้าหาโอกาส

เพราะเห็นผลเชิงประจักษ์ว่า การทำโครงการทำให้คนมีความมั่นใจและกล้าแสดงออก ที่อุ-รัชพล กลีบมิ่ง นักพัฒนาชุมชน องค์การบริหารส่วนตำบลบางแก้ว อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสงคราม จึงชักชวน อนุชาต ชื่นจิตร ผู้อำนวยการโรงเรียนไทยรัฐวิทยา 70 เข้าร่วมโครงการพลังเด็กและเยาวชนเพื่อการเรียนรู้ภูมิสังคมภาคตะวันตก ด้วยเห็นว่า ผู้ปกครองส่วนใหญ่ไม่มีเวลาดูแลบุตรหลาน ปล่อยให้เป็นที่ของปู่ย่าตายาย ความสัมพันธ์ ในครอบครัวห่างเหิน เด็กและเยาวชนเสี่ยงต่อการถูกชักจูงไปในทางที่ผิด ทั้งยาเสพติดและ โขไชยลมีเดีย คิดว่า โครงการนี้จะช่วยพัฒนาทักษะกระบวนการคิดวิเคราะห์และ การแก้ปัญหาเฉพาะหน้าให้แก่เด็กนักเรียนได้ ซึ่งผู้อำนวยการโรงเรียนก็ยินดีสนับสนุน เต็มที่ เนื่องจากดูรายละเอียดโครงการแล้วเห็นเป็นโครงการที่ดีที่ ส่งเสริมให้นักเรียน ได้คิดและออกไปเรียนรู้จากการลงมือทำในพื้นที่จริง ไม่ใช่ทำครั้งเดียวจบ น่าจะช่วย เสริมเรื่องทักษะการคิดวิเคราะห์ และการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าที่เป็นจุดอ่อนสำคัญของ ระบบการศึกษาในห้องเรียนได้

ผอ.อนุชาต เล่าว่า โรงเรียนไทยรัฐวิทยา 70 เป็นโรงเรียนขยายโอกาส สอนตั้งแต่ระดับ ชั้นอนุบาลถึงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีนักเรียนอยู่ประมาณ 200 กว่าคน เหตุผลที่สนใจ สนับสนุนนักเรียนเข้าร่วมโครงการนี้เพราะคิดว่า หากนักเรียนมีทักษะการคิดวิเคราะห์และมีระบบการคิดที่ดี จะช่วยป้องกันการก้าวพลาดของนักเรียนได้

“การลงพื้นที่เก็บข้อมูลต้นกุ่มที่มีอยู่ในชุมชน กังกรวิทยากรธรรมชาติ อาชีพ วิถีชีวิต และภูมิปัญญาท้องถิ่น ทำให้ทีมงานรู้สึกตระหนักตกใจว่า แม้จะอาศัยอยู่ในชุมชนแห่งนี้มาตั้งแต่เกิด แต่พวกเขาไม่เคยสังเกตหรือ ไม่เคยสนใจเลย ว่าบ้านของตัวเองน่าสนใจหรือมีของดีอะไรบ้าง”

“ไม่รู้” จน “ได้รู้เรื่อง”

เมื่อได้รับไฟเขียวจากผู้อำนวยการโรงเรียน ทีมงานเริ่มต้นลงพื้นที่เก็บข้อมูลต้นกุ่ม ที่มีอยู่ในชุมชน ทั้งทรัพยากรธรรมชาติ อาชีพ วิถีชีวิต และภูมิปัญญาท้องถิ่น **ข้อมูลที่พบ** ทำให้ทีมงานรู้สึกตกใจว่า แม้จะอาศัยอยู่ในชุมชนแห่งนี้มาตั้งแต่เกิด แต่พวกเขาไม่เคย สังเกตหรือไม่เคยสนใจเลย ว่าบ้านของตัวเองน่าสนใจหรือมีของดีอะไรบ้าง

โดยข้อมูลที่ทีมงานค้นพบคือ ลักษณะทางภูมิศาสตร์ของตำบลบางแก้ว อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสงคราม เป็นที่ราบลุ่มติดชายฝั่งทะเลอ่าวไทย พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นดินเค็มเพราะ มีน้ำทะเลท่วมถึง **อุดมไปด้วยพืชพรรณธรรมชาติป่าชายเลน เช่น แสม โกงกาง ลำพู ตะบูน และอื่นๆ ตลอดไปจนถึงพืชสมุนไพรท้องถิ่นจำพวกใบขลู่ ชะคราม และกะเม็ง** เป็นต้น จากจุดนี้เองที่ทำให้ทีมงานเริ่มหันกลับมามองชุมชนตัวเองว่า จริงๆ แล้ว



พวกเขามีสมุนไพرت้องถิ่นดีๆ อยู่ใกล้ตัว และมีผู้รู้ด้านสมุนไพรออยู่ในชุมชน หากไม่เก็บรวบรวมองค์ความรู้เหล่านี้ไว้ ในอนาคตภูมิปัญญาด้านสมุนไพرت้องถิ่นของชุมชนคงสูญหายไปแน่ เนื่องจากคนรุ่นใหม่ไม่เห็นถึงคุณค่า และไม่ใช้แค่เด็กเท่านั้น ปัจจุบันนี้แม้แต่พ่อแม่ผู้ปกครองบางคนก็ยังไม่รู้จักพืชสมุนไพرت้องถิ่นกันแล้ว จึงเกิดเป็นโครงการสืบสานสมุนไพرت้องถิ่นตำบลบางแก้วขึ้น โดยมีเป้าหมายเพื่อเข้าไปศึกษาพืชสมุนไพรและสรรพคุณของสมุนไพจากผู้รู้ในชุมชน แล้วเผยแพร่องค์ความรู้ที่เก็บรวบรวมให้นักเรียนในโรงเรียนไทยรัฐวิทยา 70 และผู้ปกครองของนักเรียนเป็นการนាំร่อง

“การเตรียมคำถามไปก่อน ทำให้เราถามได้อย่างคล่องแคล่วและครบถ้วน และยังสร้างความน่าเชื่อถือให้พวกเรา ยิ่งถามยิ่งรู้ข้อมูล ก็ยิ่งตกใจ โทมโหล่นทำให้เราเห็นภาพความเปลี่ยนแปลงเลยว่ายังมีความเจริญมาก กรรพยากรยังลดลงมลพิษเยอะขึ้น ทั้งหมดนำมาสู่วิกฤตธรรมชาติที่เรียกว่าภาวะโลกร้อน”

ตั้งคำถามสู่การเชื่อมโยง

แต่กว่าจะได้ข้อมูลทุนชุมชนมากเช่นนี้ ทีมงานบอกว่า ยากมาก โดยเฉพาะการสื่อสารสิ่งที่ต้องการถามให้ผู้รู้เข้าใจ และการตั้งคำถามเพื่อให้ได้ข้อมูลรอบด้าน แล้วเชื่อมโยงข้อมูลทุกด้านเข้าด้วยกัน และเพื่อให้ง่ายต่อการทำงาน ทีมงานเลือกสอบถามข้อมูลจาก

คนใกล้ตัวอย่างปู่ย่าตายายที่บ้านของตัวเองก่อน เพราะคิดว่าเป็นคนคุ้นเคยอยู่แล้ว ไม่น่าจะมีอะไรยาก แต่ในความเป็นจริงกลับไม่ง่ายอย่างที่คิด

“ที่ผ่านมาระหว่างเราจะไม่เคยพูดคุยกับตากับยายเลยด้วยซ้ำ เลยไม่รู้ว่าจะควรตั้งคำถาม ยังไง เรียบเรียงคำพูดไม่ถูก ยิ่งพอมีเป้าหมายว่าอยากรู้เรื่องสมุนไพรรวม เรามุ่งถามแต่เรื่องสมุนไพรรวม จดบันทึกแต่เรื่องสมุนไพรรวม กลายเป็นว่าได้ข้อมูลสมุนไพรรวมแต่ไม่รู้ว่าจะต้องเอามาทำอะไรต่อ” จุ๊ป สะท้อน

พี่อ้วน-คำรณ นิมมอนงค์ พี่เลี้ยงโครงการพลังเด็กและเยาวชนฯ เห็นอาการไปไม่เป็นของน้อง ๆ จึงยื่นมือเข้ามาช่วยเหลือนำแนวทางวิธีการสัมภาษณ์และการบันทึกข้อมูลที่จะทำให้ทีมงานเห็นถึงที่มาที่ไปของชุมชน และความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของชุมชนในภาพรวม ทั้งนี้พี่อ้วนแอบกระซิบว่า ตอนเห็นอาการไปไม่เป็นของน้องก็เครียดเหมือนกัน คิดอยู่นานว่าจะพาน้องไปทำอะไร มองไปเห็นขวดโหลวางอยู่ก็นึกถึงเกมยิงนกขึ้นมาได้ เลยนำมาใช้กระตุ้นการเรียนรู้ของน้อง ๆ โดยใช้ไปปลอมซึ่งอยู่ในโหล ป่าไปยังป่าที่เตรียมไว้ กำหนดให้แต่ละคนมีโอกาสปาเป้าได้ 2 ครั้ง แต่เราแอบวางเป้าไว้ไกลพอสมควร จนน้องไม่มีใครปาโดนเป้าเลย เราเองก็ปาด้วยเหมือนกัน แต่เราเป็นคนถือโหลที่มีไขอยู่หลายฟอง โอกาสปาเข้าเป้าเลยมีมากกว่า เล่นเกมเสร็จก็ชวนน้องถอดบทเรียนว่า ไขในขวดโหลแทนคำถามที่ทีมงานควรเตรียมไปสำหรับใช้ถามผู้ใหญ่หรือผู้รู้ในชุมชน ยิ่งเตรียมคำถามไปเยอะเท่าไร โอกาสถามแล้วจะได้ข้อมูลที่ต้องการและถูกต้องยังมีมากเท่านั้น

“แทนที่จะจดข้อมูลลงสมุดบันทึกเฉย ๆ ผมแนะนำให้ น้อง ๆ ทำแผนที่ชุมชนเพื่อบันทึกข้อมูลว่าแต่ละหมู่บ้านมีใครเป็นผู้รู้เรื่องสมุนไพรรวมและมีพืชสมุนไพรรวมชนิดใดบ้าง บอกน้องว่าให้เตรียมตั้งคำถามไปเยอะ ๆ ยิ่งถามเยอะ คำถามก็ยิ่งเข้าเป้า และได้ข้อมูลมากตามไปด้วย สิ่งนี้น้อง ๆ มักลืมถามคือ สภาพแวดล้อมโดยรวมก่อนจะเจาะจงถึงสิ่งที่อยากรู้ เพื่อให้เห็นความเชื่อมโยง เช่น ถ้าเราถามถึงสภาพชุมชนตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันว่าเปลี่ยนแปลงไปอย่างไร เราจะรู้สาเหตุว่าทำไมพืชสมุนไพรรวมและทรัพยากรธรรมชาติในชุมชนจึงลดจำนวนลง ผมก็แนะนำให้น้อง ๆ ใช้โซเชียลมีเดียบันทึกข้อมูลไว้เป็น พ.ศ. ตามที่ผู้รู้อธิบาย” พี่อ้วน อธิบาย

การบันทึกข้อมูลด้วยโซเชียลมีเดียจากการลงพื้นที่ชุมชนเกือบ 20 ครั้งทำให้ทีมงานรู้ว่าสภาพความเป็นอยู่และสภาพแวดล้อมในชุมชนเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมมาก ยิ่งมีถนนและมีความเจริญเข้ามา ลำคลองที่เคยใสสะอาดขนาดมองเห็นตัวปลาได้แปรสภาพเป็นลำคลองเน่าเหม็นและเต็มไปด้วยขยะ ไม่มีภาพความอุดมสมบูรณ์หลงเหลืออยู่ให้เห็น

“การเตรียมคำถามไปก่อน ทำให้เราถามได้อย่างคล่องแคล่วและครบถ้วน และยังสร้างความน่าเชื่อถือให้พวกเราด้วย ยิ่งถ้ายิ่งรู้ข้อมูล ก็ยิ่งตกใจ โซเชียลมีเดียทำให้เราเห็นภาพความเปลี่ยนแปลงเลยว่า ยิ่งมีความเจริญมาก ทรัพยากรยิ่งลดลง มลพิษเยอะขึ้น ทั้งหมดนี้มาสู่วิกฤตธรรมชาติที่เรียกว่าภาวะโลกร้อน” กิ่ง อธิบาย



“การลงพื้นที่แต่ละครั้งทำให้เราเข้าใจความรู้สึกของผู้สูงอายุว่าจริงๆ แล้วเขาไม่ได้ต้องการอะไรมาก แค่อยากให้มีคนเข้าไปพูดคุยด้วยเท่านั้น เห็นเขามีความสุขเราก็สุขตามไปด้วย ไม่เคยรู้สึกเบื่อ การลงพื้นที่เลย”

ความสุขของการลงชุมชน

ดูเหมือนว่าเส้นทางการสืบค้นข้อมูลพืชสมุนไพร ในชุมชนของทีมงานจะมีมากกว่าการรู้จักพืชสมุนไพร และคุณประโยชน์ของสมุนไพร เพราะทีมงานค้นพบว่า พืชสมุนไพรคือยาสมานความสัมพันธ์ชั้นดี

การเริ่มต้นสอบถามข้อมูลจากคนใกล้ตัวในช่วงแรก เหมือนเป็นการฝึกซ้อมก่อนเดินทางไปพูดคุยกับผู้รู้ท่านอื่น ๆ ในชุมชน ทีมงานบอกว่า สิ่งที่ทำให้พวกเขาประทับใจมากที่สุดคือ การต้อนรับขับสู้จากคนเฒ่าคนแก่ สังเกตได้จากอาการยิ้มแย้มแจ่มใส การให้ความร่วมมือในการตอบคำถามสิ่งที่ทีมงานสนใจใคร่รู้

จ๊อบและกิง บอกว่า ไม่ใช่แค่ข้อมูลที่พรั่งพรูออกมา แต่สีหน้าและแววตาของผู้รู้ดูเป็นประกายและมีความสุข

ทุกครั้งที่เราเข้าไปพูดคุยด้วย ความรู้สมุนไพรเลย กลายเป็นผลพลอยได้จากการทำกิจกรรมไปเลยด้วยซ้ำ เพราะสายสัมพันธ์ที่ได้รับมีค่ามากกว่านั้น

“เราไม่ได้โอ้อวดอะไรเลย ชาวบ้านก็ยกน้ำยกขนม มาให้ จากตอนแรกที่กังวลว่าชาวบ้านจะมีปฏิกิริยาอย่างไร พอเจอแบบนี้ก็รู้สึกอุ่นใจ สัมผัสได้ถึงบรรยากาศการพูดคุยที่เป็นกันเองแบบไม่หวงความรู้” จ๊อบ กล่าว

กิง เสริมต่อว่า การลงพื้นที่แต่ละครั้งทำให้เข้าใจ ความรู้สึกของผู้สูงอายุว่าจริงๆ แล้วเขาไม่ได้ต้องการอะไรมาก แค่อยากให้มีคนเข้าไปพูดคุยด้วยเท่านั้น เห็นเขามีความสุขเราก็สุขตามไปด้วย ไม่เคยรู้สึกเบื่อ การลงพื้นที่เลย



“ข้อมูลในอินเทอร์เน็ตแทบจะตรงกับที่ผู้รับออกทุกอย่าง แต่ถ้าเรามีอยู่กับอินเทอร์เน็ต เราจะไม่รู้จักโลกภายนอกใกล้ตัวเลย ซึ่งที่ผ่านมาเป็นแบบนี้ เรารู้แค่สิ่งที่อยากรู้ แต่การออกไปถามไปสัมภาษณ์ ทำให้เราได้เห็นชีวิตด้านอื่นๆ ด้วย”

ด้าน ปลิว เล่าถึงความสัมพันธ์ที่เปลี่ยนแปลงไปของคนในครอบครัวว่า เดิมตื่นเช้ามาปู้ยาทำอาหารไว้ให้ กลับมากินข้าวก็เข้าห้อง แต่ละวันแทบไม่ได้คุยกัน แต่ตอนนี้แตกต่างออกไป หลังจากเริ่มเข้าไปสอบถามเรื่องสมุนไพร ตอนนี้เขาสามารถพูดคุยกับปู้ยาได้ทุกอย่าง กลับจากโรงเรียนมาก็จะชวนปู้คุย เห็นปู้มีความสุขยิ้มแย้มเราก็ตีใจ

การทำงานที่ลงตัวต้องมาสะดุด เมื่อแกนนำอย่างเนมและกิ้ง จบการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ต้องย้ายไปเรียนที่อื่น

“อยู่โรงเรียนเดียวกันพวกเราเรียนคนละห้อง หาเวลาว่างตรงกันก็ยากอยู่แล้ว พอต้องย้ายไปเรียนที่อื่น ยิ่งยากไปใหญ่ มีอยู่ช่วงหนึ่งโครงการแทบไม่คืบหน้าเลย” กิ่ง บ่นน้อย ๆ

แต่จุดหักเหดังกล่าวกลับกลายเป็นจุดเปลี่ยนให้ทีมงานเข้มแข็งและเห็นศักยภาพในตัวเองมากขึ้น เมื่อเนมแกนนำหลักของโครงการต้องออกไปเรียนนอกชุมชนไม่สามารถกลับมาช่วยทำโครงการต่อได้ ทีมงานที่เหลือจึงชักชวน **หนึ่ง-หนึ่งฤทัย โตแก้ว** เข้ามาเป็นกองหนุน มีครูตาลช่วยกระตุ้นและให้กำลังใจ ทีมจึงฮึดสู้ขึ้นอีกครั้ง

ส่งต่อความรู้สู่ชุมชน

หลังจัดทัพจัดทีมใหม่จนมีแรงใจขึ้นอีกครั้ง ก็ถึงเวลาถ่ายทอดความรู้ ทีมงานนำข้อมูลทั้งหมดมาประมวลผลรวมกัน หากพบว่า ผู้รู้ให้ข้อมูลเรื่องสรรพคุณของพืชสมุนไพรบางชนิดไม่ตรงกัน ก็ใช้วิธีตรวจสอบข้อมูลจากอินเทอร์เน็ตและหนังสือสารานุกรมในห้องสมุด

“ข้อมูลในอินเทอร์เน็ตแทบจะตรงกับที่ผู้รับออกทุกอย่าง แต่ถ้าเรามีอยู่กับอินเทอร์เน็ตเราจะไม่รู้จักโลกภายนอกใกล้ตัวเลย ซึ่งที่ผ่านมาเป็นแบบนี้ เรารู้แค่สิ่งที่อยากรู้ แต่การออกไปถามไปสัมภาษณ์ มันทำให้เราได้เห็นชีวิตด้านอื่นๆ ด้วย” จ๊ิบ กล่าว

ทั้งนี้ ทีมงานยกตัวอย่างสรรพคุณของพืชสมุนไพรที่พบได้ทั่วไปในชุมชน 3 ชนิด ได้แก่ **กะเม็ง** เป็นสมุนไพรล้มลุกมีทั้งกะเม็งตัวผู้และตัวเมีย มีสรรพคุณบำรุงเลือด แก้โรคโลหิตจาง ใช้รักษาอาการปวดศีรษะข้างเดียวและบำรุงอวัยวะภายใน **ใบขลู่** ในชุมชนนิยมนำมาตากแห้งชงดื่มเป็นชา ช่วยรักษาโรคเบาหวาน ขับปัสสาวะ รักษาอาการไข้ และ **ชะคราม** ปกติเป็นส่วนประกอบในอาหารหลายเมนู เช่น พะแนง มัสมัน หรือลวกต้มเป็นผักเคียง มีสรรพคุณช่วยรักษาโรคคอพอก กระตุ้นระบบประสาท บำรุงสายตาแก้อาการตามัว เป็นต้น

เมื่อข้อมูลพร้อม นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 จำนวนประมาณ 30 คน คือเป้าหมายแรกที่ทีมงานถ่ายทอดความรู้ให้ **“ถ้าเด็กกว่านั้นน่าจะฟังเราไม่รู้เรื่อง หรือโตกว่านี้น่าจะไม่เชื่อฟังจะเอาแต่คุยกัน ที่รู้เพราะเราเคยเป็นแบบนี้มาก่อน”** กิ่ง เหยยถึงเหตุผลการเลือกกลุ่มเป้าหมาย

ทั้งนี้ กิจกรรมในเวทีนำเสนอข้อมูลแก่นักเรียนในโรงเรียน ประกอบด้วย การแนะนำโครงการ กิจกรรมสนับสนุนการซึ่งทีมงานย้ำว่าสำคัญมาก เพราะเป็นการละลายพฤติกรรมให้ห้อง ๆ อยากร่วมร่วมทำกิจกรรมอย่างอื่น ต่อด้วยการวาดรูปพืชสมุนไพรที่รู้จัก แล้วนำเข้าสู่ขั้นตอนการนำเสนอข้อมูลพืชสมุนไพร **ที่ทีมงานนำกระบวนการถอดบทเรียนมาใช้สรุปการทำงานของตัวเองและสรุปผลการทำกิจกรรมร่วมกับกลุ่มเป้าหมาย**

เนื่องจากมองว่าการถอดบทเรียนเป็นการทบทวนสิ่งที่ทำผ่านมาแล้วและช่วยให้เข้าใจมากขึ้นว่า สิ่งที่ทำนั้นทำไปเพื่ออะไร ทำแล้วได้อะไร ทำให้รู้ข้อดีข้อเสียของตัวเอง เพื่อนำมาปรับปรุงให้ดีขึ้นในครั้งต่อไป

นอกจากการคืนข้อมูลให้กลุ่มเป้าหมายที่เป็นเด็กแล้ว พวกเขายังจัดเวทีเผยแพร่ความรู้ให้ผู้ปกครองไปพร้อมกับการขอข้อมูลเพิ่มเติมจากผู้รู้อีกครั้ง โดยทีมงาน บอกว่า หากต้องการดึงผู้ใหญ่เข้ามามีส่วนร่วมก็ต้องให้ความสำคัญกับผู้ใหญ่ด้วย

“ที่ผ่านมาไม่เคยคิดเลยว่าตัวเองจะทำได้ แต่เพราะโครงการเปิดโอกาสให้เราได้พูดได้ทำ ตอนนี้เลยไม่รู้สีกกลัวที่จะต้องพูดหรือแสดงความคิดเห็น เพราะรู้แล้วว่าเราก็กทำได้”

การเรียนรู้สู่การพัฒนาตัวเอง

จากจุดเริ่มต้นที่อยากกล้าพูดกล้าแสดงออก จ๊ีบ บอกว่า ไม่ผิดหวังเลยที่เข้ามาทำโครงการนี้ ความกล้าและความมั่นใจช่วยเปิดโอกาสให้ได้เรียนรู้สิ่งที่ดีและมีประโยชน์

“ที่ผ่านมาไม่เคยคิดเลยว่าตัวเองจะทำได้ แต่เพราะโครงการเปิดโอกาสให้เราได้พูดได้ทำ ตอนนี้เลยไม่รู้สีกกลัวที่จะต้องพูดหรือแสดงความคิดเห็น เพราะรู้แล้วว่าเราก็กทำได้”

จ๊ีบ ยอมรับว่า เธอเคยเป็นคนเจ้าอารมณ์และไม่ยอมรับฟังความคิดเห็นของใคร เพราะมั่นใจว่าความคิดของตัวเองถูกต้องและดีที่สุด แต่การทำงานร่วมกันเป็นทีมขัดเกลารให้เธอใจเย็นและเห็นประโยชน์ของการรับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกัน

“ช่วงแรก ๆ ทำงานด้วยกันอาจมีทะเลาะกันบ้างเพราะคิดไม่ตรงกัน เพื่อนก็จะคอยเตือน ซึ่งเราก็กังขังไม่ฟังบ้าง ครูเลยมาเตือนแล้วชี้ให้เห็นว่าถ้าเราไม่ฟังกัน งานจะเดินต่อไปไม่ได้ซึ่งมันเป็นแบบนี้จริง ๆ ทุกคนเลยยินดีปรับตัวเอง หันมาทำความเข้าใจกันใหม่ แล้วยอมรับความคิดเห็นของกันและกัน พอช่วยกันคิดแล้วรับฟังกันการทำงานก็จะเดินหน้าไปดีขึ้น ไวขึ้นและทำออกมาได้ดีมากขึ้น” จ๊ีบ กล่าว

“นิง เงียบ” เป็นคุณลักษณะประจำตัวของเดือนก่อนเข้ามาทำโครงการ แต่ตอนนี้เดือนเปลี่ยนไปโดยสิ้นเชิงเพราะมีความกล้าแสดงออกและกล้าแสดงความคิดเห็นมากขึ้น เดือน บอกว่า การทำโครงการร่วมกับเพื่อนบังคับให้ต้องคิดและแสดงความคิดเห็นเพื่อช่วยเพื่อน เพราะถ้าไม่คิดไม่ทำก็เหมือนทำตัวไม่เป็นประโยชน์

สำหรับการทำงานร่วมกันเป็นทีม จ๊ีบ บอกว่า ความตรงต่อเวลาเป็นเรื่องสำคัญมาก เพราะหากใครคนใดคนหนึ่งมาสาย ย่อมกระทบต่อการทำงานในภาพรวม

“การปล่อยให้คนอื่นต้องรอเราเพียงคนเดียว เป็นสิ่งที่เราควรรู้สึกละอายใจ เพื่อนยังมาได้เราก็กต้องมาได้” เดือน กล่าว



“ที่ปรึกษาควรให้เด็กได้แสดงความคิดอย่างเต็มที่ เรามีหน้าที่แค่เข้าไปเติมแต่ง แต่ไม่ไปจัดวางความคิดและการทำกิจกรรมของเขา”

เช่นเดียวกับปลิว ที่บอกว่า หากนัดครั้งไหนตัวเองมาช้าจะรู้สึกผิดมาก เพราะเคยเผชิญกับสถานการณ์ดังกล่าวมาด้วยตัวเอง

“เคยมีเหมือนกันที่ลืมนัดแล้วปล่อยให้เพื่อนทางนี้รอหรือไม่ก็เลือกไปทำอย่างอื่นก่อน แต่เรารู้สึกว่าจริง ๆ เรามาทำงานกับเพื่อนก่อนก็ได้ ตอนหลังเลยพยายามจัดลำดับความสำคัญ หรือถ้ารู้ว่าต้องมาช้าจริง ๆ เราต้องมีเหตุผลและต้องแจ้งให้คนอื่นรู้ก่อน วันที่เราไม่มาเพื่อนก็เหนื่อยแล้ว แล้วต้องมาเล่าให้เราฟังอีกว่าทำอะไรไปบ้าง เพราะเราจะตามไม่ทัน...เพื่อนก็เหนื่อยอีก” ปลิว กล่าว

กระตุ้นและหนุนเสริมกำลังใจ

สำหรับ ลุงรุ่งเรือง เจริญฤทธิ์ ผู้รู้เรื่องสมุนไพร กล่าวว่า รู้สึกมีความสุขและดีใจที่ได้เจอ ๆ เข้ามาสอบถามข้อมูลแล้วนำองค์ความรู้ด้านสมุนไพรไปเผยแพร่ไม่แพ้ให้สูญหายไปพร้อมกับอายุขัยของตน

“เคยมีคนถามว่าถ้าลุงตายไปแล้ว ใครจะสืบต่อความรู้ตรงนี้ ตอนนี้ลุงบอกเขาได้แล้วว่า ก็เด็ก ๆ พวกนี้เอง เขาจะเอาความรู้ไปขยายต่อ” ลุงเรืองตอบด้วยน้ำเสียงที่ภาคภูมิใจ

สมพร ชื่นจิต แม่ของกิง บอกว่า เพิ่งได้มาเห็นด้วยตาตัวเองว่าลูกทำอะไรหลังจากฟังคนอื่นเล่า จากที่เคยสงสัยว่าลูกเรียนจบจากโรงเรียนไทยรัฐ 70 แล้ว ทำไมยังต้องมาประชุมและมาจัดกิจกรรมที่โรงเรียนอยู่ ตอนนี้ได้รู้แล้วว่าลูกทำอะไรที่ประโยชน์กับชุมชนบ้าง

แม่สมพร เปรียบเทียบว่า การเข้ามาทำโครงการของกิงเหมือนได้งานชิ้นใหญ่ชิ้นหนึ่งมารับผิดชอบจากเดิมที่ลูกเคยทำแต่การบ้านและงานของโรงเรียนก่อนหน้าทำโครงการสังเกตเห็นว่าลูกมีเวลาว่างเยอะไม่เคยได้รับมอบหมายให้ทำโครงการระยะยาวแบบนี้เลยใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการเล่นมือถือ แต่เมื่อต้องเข้ามารับผิดชอบโครงการ ได้ออกไปอบรมและวางแผนงานเพื่อทำงานได้ตามระยะเวลาที่กำหนด

เงื่อนไขทั้งหมดเป็นตัวบังคับให้ก็ต้องลุกขึ้นมารับผิดชอบงานให้เป็นที่ไปตามแผน แทนที่จะปล่อยเวลาให้ผ่านไปโดยเปล่าประโยชน์เหมือนแต่ก่อน

ครูตาล-นัยนา พยมพฤษ ในฐานะที่ปรึกษาโครงการ บอกว่า เธอมีหน้าที่กระตุ้นและเสริมกำลังใจเท่านั้น เนื่องจากทีมงานยังเป็นมือใหม่เพิ่งเคยทำโครงการ ต้องรับผิดชอบตั้งแต่กระบวนการคิดไปจนถึงลงมือทำจริงเป็นครั้งแรก จึงยังไม่เข้าใจลำดับการทำงานอย่างทะลุปรุโปร่ง ทั้งที่วางแผนการทำงานไว้แล้ว ซึ่งหลายครั้งที่ยังรอให้ครูหรือทีมพี่เลี้ยงโครงการเด็กและเยาวชน เข้ามาถามหรือแนะนำ เพราะไม่กล้า ช่วงแรกงานจึงเดินช้า เราก็รอดีกว่าเมื่อไรจะทำ ส่วนเด็กก็รอดีกว่าเมื่อไรเราจะบอก จนเราต้องขยับเองก่อนทั้งที่จริง ๆ เด็กก็พร้อมอยู่แล้ว สังเกตว่าพอเรากระตุ้นนิดนึงเด็กก็พร้อมลงมือทำทันที

“ที่ปรึกษาควรให้เด็กได้แสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่ เรามีหน้าที่แค่เข้าไปเติมแต่ง แต่ไม่ไปขัดขวางความคิดและการทำกิจกรรมของเขา”

นอกจากนี้ ครูตาลยังรับหน้าที่เป็นคนกลางสื่อสารระหว่างนักเรียนกับผู้ปกครอง ด้วยการเข้าไปอธิบายชี้แจงแก่ผู้ปกครองว่า ทีมงานกำลังทำโครงการเพื่ออะไร แล้วจะได้ประโยชน์อย่างไรบ้าง เพื่อสร้างความไว้วางใจให้แก่ผู้ปกครองอีกทางหนึ่ง

จากเด็กที่ไม่สนใจอะไร วัน ๆ เล่นแต่มือถือ แต่เมื่อโอกาสเปิดและอยากพัฒนาความกล้าให้ตัวเอง พวกเขาจึงพาตัวเข้าไปเรียนรู้ของดีในชุมชนตนเอง ยิ่งรู้สึกก็ยิ่งเกิดสำนึกรัก จนคิดส่งต่อความรู้ความรักที่มีอยู่ในเนื้อในตัวให้คนอื่นได้รับรู้ ความรู้และความรักยังถ่ายทอดสายใยรักของครอบครัวและชุมชนให้แน่นแฟ้นขึ้น จากที่ต่างคนต่างอยู่ ไม่เคยพูดคุยกับปู่ย่าตายาย ก็หันมาพูดคุยกันมากขึ้น ผลจากลงมือทำยังเปลี่ยนใจของทีมงานจากที่เคยร้อนก็เย็นลง ยอมรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนมากขึ้น แต่ที่สำคัญคือทักษะชีวิตติดตัวที่ทุกคนรู้ว่าจะนำพาชีวิตพวกเขาไปสู่สิ่งดี ๆ ต่อไป





โครงการสืบสานสมุนไพรในท้องถิ่นตำบลบางแก้ว

ที่ปรึกษาโครงการ นัยนา พยมพฤษ์

ทีมทำงาน

ดวงกมล ชื่นจิต

ปวช. 1 วิทยาลัยเทคนิคสมุทรสงคราม

หนึ่งฤทัย โตแก้ว

ปวช. 1 วิทยาลัยสารพัดช่างสมุทรสงคราม

กนกวรรณ แสนสุข

มัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนไทยรัฐวิทยา70

กชพร คงสวัสดิ์

มัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนไทยรัฐวิทยา70

ณัฐชา รุ่งเรือง

มัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนเทศบาลวัดป้อมแก้ว