

สรุปการอบรม
การฝึกทักษะกระบวนการขั้น ๓ : กระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม
สำหรับภาคีเครือข่ายผู้ขับเคลื่อนงานด้านเด็กและเยาวชน (Active Citizen)
สนับสนุนโดยมูลนิธิสยามกัมมาจล ธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด (มหาชน)
วันที่ ๗-๑๐ กันยายน ๒๕๕๘
ณ เรือนร้อยฉนำ กรุงเทพมหานคร

วันที่ ๗ กันยายน ๒๕๕๘

แนะนำตัว

๑. ชื่อ นามสกุล ชื่อเล่น สังกัด
๒. สุข ทุกข์ของชีวิตในช่วงเดือนที่ผ่านมา

เรื่องราวสุข ทุกข์ของชีวิตในช่วงเดือนที่ผ่านมา

- อยู่ระหว่างการฝึกฝนตนเอง ไม่ให้ตกร่องพฤติกรรมเดิม
- ได้ไปถอดบทเรียน และเดินขึ้นเขา อยากไปให้ถึงแต่เมื่อไปไม่ถึงยอดเขาจริง ๆ ก็ทำใจยอมรับได้
- มีโอกาสได้รับรู้ว่า เยาวชนได้เรียนรู้หลายอย่างกับกลุ่มศรัทธาเกษ
- ไปฝึกอบรมให้เจ้าหน้าที่ ธกส. ซึ่งอาจารย์ชัยวัฒน์และพี่เดชพูดถึงสถานการณ์ความเสี่ยงเกี่ยวกับหนี้ภาคครัวเรือน กระทั่งถึงชนชั้นล่างและกลุ่มภาคเกษตร แต่ยังมีคามหวังเรื่องการสร้างเยาวชนรุ่นใหม่
- อยากกลับไปทำนา เห็นว่า รัฐปกครองด้วยปืนยากกว่าการปกครองคนด้วยความจน ดังนั้นถ้าคนจนเท่าไร่ รัฐย่อมปกครองได้ง่ายมาก
- ไปร่วมงานวันระลึกถึงคุณสืบ นาคะเสถียร ซึ่งอาจารย์ศศิณีได้พูดชื่นชมกลุ่มเยาวชนสงขลา ที่ลุกขึ้นมาต่อสู้เพื่อทรัพยากรตนเอง นั่นคือ เราารู้แล้วว่า ทรัพยากรเป็นของทุกคน
- รู้ว่า มีอะไรแอบแฝงเบื้องหลังของโครงการที่สงขลา ให้ติดตามข่าวสารทางเพจ
- กลุ่มสงขลาใช้เวลาไปสังสรรค์และได้พูดคุยกัน เพื่อเติมพลังต่อกัน ในช่วงที่มีงานสถานการณ์นี้
- ช่วงที่ผ่านมา ร่างกายเหนื่อยแต่ในเรื่องจิตใจสงบดีพอสมควร และได้เรียนรู้เรื่องของพระสงฆ์เพิ่ม เพราะทำหน้าที่เป็นเลขาให้พระอาจารย์ ทบทวนสิ่งต่าง ๆ เพื่อนำไปวางแผนงานต่อไป

- ได้ลงเวทียัชชาบ้านเพื่อเรียนรู้เรื่องการทำการบ้าน เอะใจว่า ความรู้ไม่ได้มีอยู่ในห้องเรียนเท่านั้น ได้จากการแลกเปลี่ยนกันในเรื่องต่าง ๆ มีความรู้รอบตัว
- เห็นประกาศว่า ให้เลิกเรียนบ่าย ๒ โมง เกิดการตั้งคำถามว่า จะดีขึ้นหรือแย่ลงสำหรับเยาวชนกันแน่
- ช่วงที่ผ่านมาได้อยู่กับครอบครัว มีความสุขดี และได้ไปร่วมงานเยาวชนศรีสะเกษ ดันดันกับผลงานของกลุ่มนี้
- ทุกข์ที่เห็นครอบครัวต้องลำบากมาเฝ้าเราที่ป่วย จะพยายามรักษาตัวเอง จากนั้นไปงานที่ศรีสะเกษ รู้สึกชื่นชมเยาวชนที่จริงจังกับงานของพวกเขา
- ได้เติมพลังจากการไปวัด กลับมาทบทวนกับสิ่งที่เราตั้งใจไว้ ถือเป็นนิมิตหมายที่ดี
- ใช้พลังจัดการตนเองสูง โดยใช้วิธีการอ่านหนังสือเพื่อสร้างแรงกำลัง และเรียนรู้ถึงการเปลี่ยนแปลง
- ได้เดินทางหลายที่ศรีสะเกษ แม่สอด น่าน ลาว ได้เรียนรู้วิถีชุมชนที่หลากหลาย ซึ่งเมื่อเห็นเรื่องรัฐธรรมนูญผ่านไม่ผ่าน อาจไม่กระทบกับวิถีชุมชนเขาก็ได้
- สุข ทุกข์ปะปนกันไป ได้เรียนรู้กับหลายที่ ที่รู้สึกอึดอัดกับการเรียนรู้ที่กลุ่มแม่สอด
- เหนื่อย
- วางแผนเรื่องกลับบ้านไว้นานแล้ว แต่ยังไม่ได้กลับไป
- ได้เรียนรู้เรื่องการเรียนรู้อย่างตลอดชีวิตกับพี่เรน เห็นว่า ชีวิตยังมีอีกหลายสิ่งหลายอย่างที่ควรเรียนรู้
- ต้องจัดการเรื่องส่วนตัวและงานให้ลุล่วงไป
- ที่ผ่านมา ขาดสติ เวลาทำงานจับประเด็นไม่ได้ งานผิดพลาด มีปัญหาเรื่องเรียนและสุขภาพ จึงไปวัดได้ปัญญาจากพระอาจารย์ วางเงื่อนไขเพื่อฝึกปฏิบัติตน เมื่อสติดี สดกัมา จับประเด็นชีวิตและงานให้ได้ ไม่ให้ตัวเองหักโหม
- วุ่นวายกับคนหลายกลุ่มที่มีความหลากหลาย มีงานออกแบบและทำการบ้านเพื่อให้มีการเรียนรู้ ซึ่งคนที่มาอบรมมีทั้งพลังความท้าทายและพลังความอยากเรียนรู้ ระหว่างนั้นได้อาจารย์ให้คำแนะนำพลังที่เราได้รับมาทำให้เราต้องถ่ายทอด เราขอเหนื่อยได้ถ้าทำแล้วสังคมได้ประโยชน์ อยากสร้างให้เกิดการเปลี่ยนแปลง เป็นกำลังใจให้น้อง ๆ พบว่า สุขของเราคือการได้ลงมือทำ ชวนให้น้อง ๆ หาความสุขของตนเองให้เจอ
- ทุกข์มาพร้อมกับสุข พยายามหาทางจัดการตนเองอยู่
- ช่วงต้นเดือน เรียนรู้ถึงความกลัวท่ามกลางทะเล กลางเดือนได้ไปร่วมงานวิ่งเพื่อแม่ เมื่อเราทำได้รู้สึกชนะใจตนเองได้ ทำให้ดีใจ ปลายเดือนมีน้องใหม่เข้ามา จึงได้เรียนรู้ว่า การเป็นพี่ม้นเหนื่อยและยากแค่ไหน เพื่อให้น้องได้เรียนรู้งาน

ข้อตกลงร่วมกัน

๑. รับฟังกันอย่างใส่ใจ
๒. ตั้งใจฝึกอย่างเต็มที่
๓. สะท้อนกันอย่างตรงไปตรงมา ด้วยท่าทีที่เป็นมิตร ใจกว้างให้อภัยกัน
๔. ปิดเสียงโทรศัพท์มือถือ งดการใช้เครื่องมือสื่อสารระหว่างอบรม

เนื้อหาในการอบรมครั้งนี้ (TOT#๓)

๑. กระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงในระดับจิตวิญญาณ
๒. ความหมายของจิตวิญญาณ
๓. กระบวนการ วิธีการจัดการเรียนรู้เรื่องการเปลี่ยนแปลงระดับจิตวิญญาณ
๔. เครื่องมือการจัดกระบวนการ
 - ละครสั้น (Skit)
 - บทบาทสมมติ (Role play)

กระบวนการเรียนรู้

เรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรงและฝึกปฏิบัติ

ตารางเวลา

๘.๐๐ – ๘.๒๐ น.	ภาวนา
๘.๒๐ – ๑๒.๒๐ น.	กิจกรรมเช้า
๑๒.๒๐ – ๑๓.๒๐ น.	พักทานอาหารกลางวัน
๑๓.๒๐ – ๑๔.๐๐ น.	นอนพักผ่อนอย่างสมบูรณ์
๑๔.๐๐ – ๑๘.๐๐ น.	กิจกรรมบ่าย

เหตุที่การเรียนรู้ต้องนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงด้านใน/จิตวิญญาณ

- ⇒ นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่ต่อเนื่อง ลงลึก
- ⇒ ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงได้จริง

⇒ จิตใจ จิตวิญญาณเป็นตัวกำหนดการแสดงออกของคน

- การแสดงออกของคน มักเป็นไปตามใจมากกว่าหัว หลายครั้งเราหาเหตุผลมาอธิบายการกระทำตามใจ ดังนั้นกระบวนการเรียนรู้จึงควรแตะไปที่ใจ อารมณ์ความรู้สึก เชื่อมโยงกับภายในตัวเรา เพราะมีพลังในการรับรู้มากกว่าการได้รับความรู้
- การเรียนรู้ผ่านช่องทางความคิด (หัว) อาจไม่ใช่คำตอบทั้งหมดในการสร้างการเปลี่ยนแปลง
- กระบวนการเรียนรู้ในระดับจิตวิญญาณ เป็นการเรียนรู้ที่ทรงพลัง นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงหลายระดับ

ความหมายของการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ

- ๑) อารมณ์ ความรู้สึกทั้งด้านบวกและด้านลบ
- ๒) สำนักของคนในหลายเรื่องและหลายด้าน
 - เรื่องส่วนตัว สังคม สิ่งแวดล้อม
 - ด้านโนธรรม ความถูกต้อง ความรับผิดชอบ ความดีงาม
- ๓) ร่องตัวตน (อัตตา) ของคนทั้งบวกและลบ
 - เห็นแบบแผนของตัวตน เห็นการเคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลงภายใน
 - ความเชื่อในมิติที่เหนือจากเหตุผล
 - ความทรงจำ
- ๔) ขบวนการจิตวิญญาณของคน
 - เปลี่ยนแปลงร่องพฤติกรรมตัวตน
 - ลดความยึดมั่นถือมั่นในตัวตน
 - เข้าใจความจริงตามแบบที่เป็น

วิธีการจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ/จิตวิญญาณ

ด้านกระบวนการ

- ทบทวนศึกษาเรียนรู้และลงมือทำ จนเข้าใจเนื้อหาของเรื่องด้านในของคน เห็นเส้นทางภายในจิตใจ
- เห็นเหตุปัจจัย องค์ประกอบที่กระทบอารมณ์ความรู้สึก ทำให้เกิดร่องตัวตน สำนักของคน ซึ่งมีความหลากหลาย ไม่หยุดนิ่ง
- ใช้เวลาในการเผชิญ เรียนรู้และทดลองทำอย่างต่อเนื่อง
- กระบวนการควรมีประสบการณ์ การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ โดยมีวิถีหรือเส้นทางฝึกของตนเอง เพื่อเป็นชุมพลังในการแบ่งปัน แลกเปลี่ยนกับคนอื่น

- จับสังเกตอารมณ์ความรู้สึกตนเอง มีภาวะการตื่นรู้ (สติ) อยู่เสมอ

ด้านเนื้อหา

- จัดเนื้อหาให้สัมพันธ์กับองค์ประกอบการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ หรือกำหนดเนื้อหาใหม่ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านใน

ด้านกระบวนการ

- ออกแบบวิธีการให้สอดคล้องกับองค์ประกอบของการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ ทำให้เห็นร่องตัวตน
- กำหนดเงื่อนไขหรือกติกาที่ให้เห็นด้านในตนเอง เช่น การพาไปให้เห็นความต้องการที่ห่างสรรพสินค้า โดยสังเกตเงื่อนไขในชีวิตจริง
- สรุบบทเรียนให้เกิดการเรียนรู้เชื่อมโยงกับจิตวิญญาณของคน
 - ตั้งคำถามจากประสบการณ์ โยงสู่ด้านในของชีวิตจริง
- ❖ กระบวนการควรจริงจังกับตัวคนเราทั้งด้านบวกและลบ สามารถนำเอาด้านร้ายกาจของตัวเองมาสร้างกระบวนการเรียนรู้และแลกเปลี่ยนกันได้

ลักษณะของกิจกรรมที่ดี

- มีหลุมพราง สร้างแรงสั่นสะเทือนภายใน
- มีการหักมุม ไม่คาดฝัน
- สร้างบรรยากาศที่เร้าการเรียนรู้
- ❖ กิจกรรมผ่านประสบการณ์ตรง พาไปสัมผัสสมิตด้านจิตวิญญาณได้ง่าย ดีกว่าการอ่านหรือฟังบรรยาย

ตัวอย่างคำถาม

- รู้สึกอย่างไร
- ทำไมถึงรู้สึกแบบนั้น
- อธิบายสิ่งที่เกิดขึ้นภายใน ให้ฟังได้หรือไม่ อย่างไร
(พาผู้เล่าทบทวน ใคร่ครวญซ้ำ ๆ ให้ค่อย ๆ ลำดับเรื่องราวแล้วเล่าออกมา ให้เห็นเส้นทางในจิตใจ)
- เทียบเคียงกับชีวิตจริงมีความเหมือนต่างกันตรงไหน
- สิ่งที่เป็นส่งผลอย่างไร
- ถ้าต้องการเปลี่ยนแปลง จะมีวิธีการอย่างไร
- ❖ ควรสรุปบทเรียนเชื่อมโยงกัน ภายในกลุ่มผู้เรียนด้วย

คำถาม

วิธีการทำให้เขาออกจากกำแพงตัวตน ออกจากกรอบปกป้อง มองไม่เห็นตัวเอง เช่น ดิฉัน

- ใช้กระบวนการทำให้เกิดการปะทะสังสรรค์ในกลุ่มผู้เข้าร่วม
- สร้างหลุมพรางให้ตกหลุมตัวคนแบบไม่รู้ตัว
- สรุปบทเรียนจากปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นจากกิจกรรม โดยใช้คำถามให้ผู้เข้าร่วมได้สำรวจตัวตน
 - ❖ ความจริงที่ผ่านการเห็นเอง รู้ด้วยตัวเองมีพลังมาก
 - ❖ การมีโครงร่างคำถาม ช่วยให้มีแผนที่ความคิด ขั้นตอนการพาไปเรียนรู้โลกด้านในอย่างเป็นลำดับ

ละครสั้น

- เป้าหมายหรือประโยชน์ มุ่งเน้นให้คนดูได้เรียนรู้บทเรียน
- เป็นเรื่องที่คนเล่นต้องการสื่อสาร ออกมาให้เป็นบทเรียนเช่น ต้องการให้คนเรียนรู้เรื่องการคิดแบบตัดสินใจตายตัวในแบบต่าง ๆ มองคนจากภายนอก การแต่งกาย
- เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตจริง นำมาทำเป็นละครให้เกิดการเรียนรู้
- ลักษณะสำคัญของละครสั้น
 - เป็นเรื่องที่เกิดขึ้นจริง
 - มีบทพูดตายตัว กำหนดการดำเนินเรื่องตั้งแต่ต้นจนจบ

บทบาทสมมติ

- ⇒ ใช้ประโยชน์ในแง่ฝึกมอง ฝึกแก้ปัญหา หรือทักษะบางอย่าง
- ⇒ มีบทบาทให้ มีสถานการณ์ คนเล่นบทบาทสมมติไปตามจินตนาการ และสิ่งที่เกิดขึ้น ณ ขณะนั้น
- ⇒ ใช้ความคิดจินตนาการของแต่ละคน การเรียนรู้เกิดขึ้นภายใต้เหตุการณ์หรือเรื่องราวที่กำหนด
- ⇒ เป็นกระบวนการ
 - มีสถานการณ์ที่ทุกคนรับรู้
 - บทบาทของแต่ละคนที่ชัดเจน
 - ไม่มีบทตายตัว
 - ไม่มีใครรู้ว่าอะไรจะเกิดขึ้นบ้าง เพราะแต่ละคนจะเล่นไปตามบทบาทที่ได้รับ ไม่มีบทตายตัว
- ⇒ ปฏิสัมพันธ์กับสิ่งที่เกิดขึ้น ไปตามสถานการณ์ สิ่งที่เกิดขึ้น ณ เวลานั้น
- ⇒ จบเมื่อหมดเวลา
- ⇒ ทุกคนสวมบทบาท ไม่มีคนดู
- ⇒ หมดเวลาแล้วต้องมาสรุปบทเรียนร่วมกัน

⇒ สรุบบทเรียนไปทีละบทบาท ถ้าเป็นเรื่องที่ก่อกวน คนที่เสียเปรียบ จะได้รับการสรุบบทเรียนก่อนบทบาทอื่น

⇒ สรุปสิ่งที่ฝึก ทักษะ

- สิ่งที่ได้ทำได้ดี
- สิ่งที่ต้องปรับปรุง

⇒ สรุปให้เห็นร่องพฤติกรรมบางอย่าง กรณีมีความขัดแย้ง ควรทำให้เห็นความต้องการส่วนลึกของทั้งสองฝ่าย

⇒ ค้นหาทางออกร่วมกัน

❖ การให้โจทย์บทบาทสมมติ ควรให้ข้อมูลสำคัญและมากพอที่ทำให้ผู้เล่นจินตนาการได้ชัดเจน เช่น จุดยืนของบทบาทนั้น มีความคิด ความต้องการอย่างไร เกี่ยวข้องกับเงื่อนไขอะไรบ้าง

❖ ตัวอย่าง ความขัดแย้งในสถานการณ์สร้างเงื่อนไข

บทบาทสมมติ ได้แก่ ฝ่ายสนับสนุนคือ เจ้าหน้าที่ฝ่ายรัฐ นักการเมือง ชาวบ้านที่ได้ประโยชน์ ฝ่ายคัดค้าน แกนนำและชาวบ้านที่เสียประโยชน์

โจทย์การฝึก

- ✓ กลุ่มละ ๒ คน ออกแบบกระบวนการการเรียนรู้เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในมีเวลา ๒ ชั่วโมง
 - กิจกรรม ๔๕- ๖๐ นาที
 - สรุบบทเรียน ๑ – ๑.๑๕ ชั่วโมง
 - สมาชิกในกลุ่ม ให้สลับบทบาทหน้าที่กันฝึก
- ✓ เฉพาะกลุ่ม ๓ คน ให้เวลาทั้งหมด ๒.๓๐ ชั่วโมง
- ✓ เพื่อนสรุบบทเรียน (สะท้อน) ให้แก่ทีมฝึก ๔๕ นาที

หมายเหตุ รายละเอียดกิจกรรมอยู่ในภาคผนวก

วันที่ ๘ กันยายน ๒๕๕๘

คำถามระหว่างการฝึก

- การจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงในระดับจิตวิญญาณ

⇒ กระบวนการควรได้ทดลองทำงานซ้ำๆ

⇒ ควรมีประสบการณ์ในการใช้เครื่องมือ

- เทคนิคในการอ่านกลุ่มเพื่อเลือกใช้คำถามลงลึก

⇒ หมั่นศึกษา เรียนรู้ให้มีความสนใจ เรื่องด้านในของคน

⇒ หมั่นสังเกตท่าทีของคน

✚ ข้อสังเกต กระบวนการเชื่อมโยงทั้งปัจจัยด้านในตัวเองและปัจจัยภายนอกที่เข้ามาเกี่ยวข้อง เช่น สังคม ในการจัดกระบวนการเรียนรู้ทั้งส่วนการออกแบบกิจกรรมและการสรุปบทเรียน

- ในกรณีผู้เรียนตอบคำถามโดยใช้ความคิด แต่เราต้องการทราบความรู้สึก

⇒ ใช้คำถามย้อนว่า เหตุการณ์หรือความคิดเห็นนั้น ทำให้เกิดความรู้สึกอย่างไร

⇒ ในบางครั้งอาจต้องยกตัวอย่างความรู้สึกให้ผู้เข้าร่วมพิจารณา

- กรณีไม่สามารถสื่อสารความรู้สึกภายในให้กลุ่มฟังได้

⇒ ขอเวลาใคร่ครวญ จับประเด็นภายในตนเองก่อนสื่อสาร

⇒ ขออนุญาตกลุ่มสื่อสารเท่าที่เราพูดได้ โดยให้กระบวนการจับประเด็นให้

⇒ กระบวนการควรหมั่นฝึกจับประเด็นภายในตนเอง ในการใช้ชีวิตประจำวันจะช่วยให้ชำนาญขึ้น

- ควรใช้สติกับวิธีคิดกับการสรุปบทเรียนกิจกรรม

ภาพกิจกรรมการฝึกออกแบบกระบวนการการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงภายใน







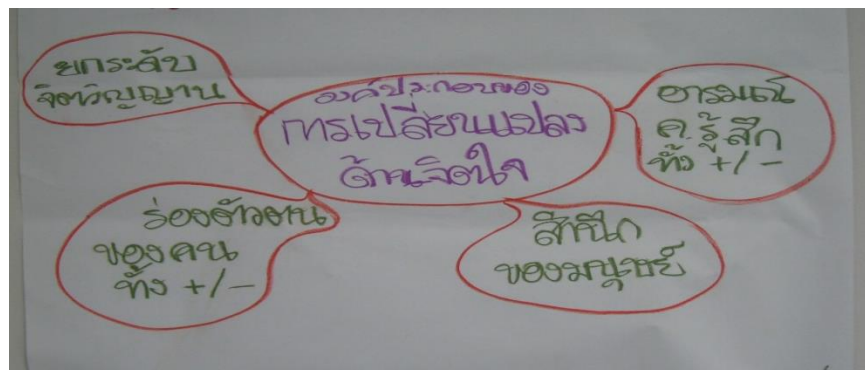
วันที่ ๑๐ กันยายน ๒๕๕๘

โจทย์

- ปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้เราจัดกระบวนการเรียนรู้ได้ดีขึ้น
- คำถามจากการฝึกปฏิบัติ

ปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้เราจัดกระบวนการเรียนรู้ได้ดีขึ้น

- เข้าเป้าหมายที่จะพาไปเรียนรู้ให้ชัดเจน แดกเนื้อหาให้ละเอียด ร้อยเรียงเรื่องราวที่อยากให้คนเรียนรู้



วิธีออกแบบ

- คิดให้ชัดว่า ต้องการผลการเรียนรู้เรื่องไหน อย่างไร (วางวัตถุประสงค์การเรียนรู้) ตัวอย่าง

- จุดประสงค์ เข้าใจและเรียนรู้ในเรื่อง
 ๑. สภาพปัญหา : การเปรียบเทียบแข่งขัน
 ๒. สาเหตุ
 ๓. ทางออก วิธีแก้ไข

- เนื้อหา

- ลักษณะของการเปรียบเทียบ

- ครอบครัว เปรียบเทียบลูก ในเรื่อง การเรียน ฐานะทางบ้าน หน้าที่การงาน สภาพร่างกาย

- ปัจจัย เหตุที่ทำให้เปรียบเทียบ

- เหตุภายใน : ต้องการเอาชนะ เหนือกว่าคนอื่น
- เหตุภายนอก : คนภายนอก การนิทา เสี่ยงตัดสินใจจากชาวบ้าน สภาพสังคม กระแสบริโภคนิยม ลักษณะชุมชนที่ต่างคนต่างอยู่ ต่างทำมาหากิน

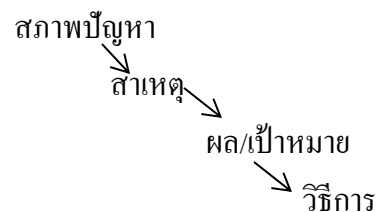
- ผลกระทบของการเปรียบเทียบ

- ความสัมพันธ์ในครอบครัวมีปัญหา เช่นระหว่าง พ่อกับแม่ พ่อแม่กับลูก

- วิธีการทำให้สภาพดีขึ้น คลี่คลาย

- ❖ ต้องใช้วิธีคิดในการร้อยเรียงประเด็นที่จะนำเสนอให้คนเรียนเข้าใจเนื้อหาที่เราต้องการให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน

เช่น วิธีคิดอริยสัจ ๔



➤ เลือกใช้เครื่องมือที่เหมาะสมกับเนื้อหาที่เราต้องการให้เรียนรู้ร่วมกัน

- กระบวนการควรพิจารณาลักษณะที่แท้จริงของกระบวนการ (เครื่องมือ)

- มีลักษณะแบบไหน
- เหมาะกับการเรียนรู้ในรูปแบบไหน ประเด็นใด
- จุดประสงค์ในการใช้เครื่องมืออื่นๆ

- กระบวนการควรจับสังเกตการใช้เครื่องมือในกระบวนการต่างๆ ของกระบวนการทำอันรวมทั้งทดลอง ทบทวนการใช้เครื่องมือเพื่อการเรียนรู้ของตนเองสม่ำเสมอ

- ปรับเปลี่ยนเครื่องมือให้เหมาะกับเนื้อหา

➤ สรุปบทเรียน

- สรุปให้สอดคล้องกับกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้น หากเราออกแบบกระบวนการไว้ได้ดี ผลมันก็จะนำไปตามที่เราได้ออกแบบไว้

- ใช้คำโครงคำถามที่ล่อมาจากเนื้อหา ถ้าเราวางวิธีคิดมาดีตั้งแต่แรกเนื้อหา เราจะมีกระบวนการ เนื้อหาในการตั้งคำถามที่ชัดเจนไปด้วย
- จับประเด็นจากคนตอบเชื่อมมาสู่เนื้อหาที่วางไว้
- หมั่นจับสังเกตเรื่องราวในชีวิตนำมาแตกเนื้อหา
- ฝึกเห็นภายในตนเอง ศึกษาเรียนรู้เพิ่มเติมเรื่องภายในตนเองผ่านกระบวนการเรียนรู้ต่าง ๆ
- สร้างชุมชนในการเรียนรู้ร่วมกัน พุคคุยเรื่องกระบวนการเรื่องด้านในของคน สร้างความเป็นทีมในกลุ่มกระบวนการ
- ทบทวนตนเองว่า ยังสนใจงานกระบวนการอยู่หรือไม่และจะพัฒนาตนเองอย่างไร

คำถามจากการฝึกปฏิบัติ

๑. การสรุปบทเรียนเพื่อให้เข้าถึงหรือให้คนเปลี่ยนแปลง ควร

- ออกแบบกระบวนการ สรุปบทเรียนอย่างมีเนื้อหาโดยใช้วิธีคิดกำกับ
- จับสังเกตการสรุปบทเรียนของตนเอง เมื่อเห็นจุดที่ต้องปรับปรุง สะดุดติดขัด ควรนำไปทบทวน ศึกษา ข้อมูลเพิ่มเติม

๒. การเรียนรู้โลกภายในเหมาะสำหรับช่วงวัยใด

- การภาวนาเรียนรู้โลกด้านใน ความนิ่งภายใน สามารถสร้างได้ในทุกช่วงวัย แต่ต้องประเมิน ลักษณะ เฉพาะ พัฒนาการของช่วงชีวิตนั้นๆ เลือกใช้เนื้อหาและกระบวนการให้เหมาะสม

๓. ในกรณีจัดกระบวนการให้คนเห็นอึดตาแล้ว แม้เขาจะเห็นอึดตาแต่ไม่เปลี่ยน

- เข้าใจเรื่องอึดตาของคน ธรรมชาติของการเปลี่ยนแปลง การขึ้นลงของอึดตาคน
- ทำให้เห็นผลกระทบจากอึดตาของตนเอง
- ใช้การภาวนาเพื่อจับสังเกตอึดตาตัวตน
- มีสติรับรู้โลกภายในของตน
- เพื่อใจไว้ว่า เราอาจไม่สามารถเปลี่ยนอึดตาคนได้ในการอบรม

๔. วิธีจัดการภายในตนเองในกรณีที่เรามีอาการร่วมกับกลุ่มมาก

- ขอให้เพื่อนกระบวนการช่วยทำต่อ
- ใช้สติ วางตำแหน่งความสนใจของตนเองให้เหมาะสม

๕. ลักษณะเด่นของละครสั้น และ บทบาทสมมติ

- ละครสั้น ศึกษากรณีต่าง ๆ เรียนรู้จากสถานการณ์จริงของผู้เข้าร่วม

- บทบาทสมมติ เน้นให้ฝึกทักษะทดลองทำบางอย่าง รับรู้ความรู้สึก ความคิด ความต้องการของบางบทบาท

๖. ถ้าผู้เข้าร่วมคิดในบทบาท จนถอดวางไม่ได้

- ให้ข้อมูลเรื่องความเสี่ยงก่อน
- เปิดพื้นที่ให้ระบาย ความคิดขัด สิ่งที่น่ากลัว
- ใช้ฐานกาย สะบัด สลับบทบาทก่อนจบกิจกรรม

ความในใจที่เกี่ยวกับการเรียนรู้ที่ผ่านมา

- สิ่งที่ได้เรียนรู้สามารถนำไปใช้ได้ในงาน เกิดผลกับตัวเอง ขอโทษบางคนสำหรับตอนได้เล่นบทบาทสมมติขอบคุณทุกคนที่ได้เรียนรู้ร่วมกัน
- ขอโทษเพื่อน ๆ ในการทำกระบวนการ ขอขอบคุณสำหรับเสียงสะท้อนตรงไปตรงมาของเพื่อน ๆ
- ทุกครั้งที่มาอบรม ได้เติมความรู้ความเข้าใจกับตัวเองมากขึ้นเรื่อย ๆ
- ทำให้ตั้งใจรับฟังคน จับประเด็นและตั้งคำถาม นำไปใช้กับการทำงานลงพื้นที่ มีประโยชน์กับตนเองมาก
- คิดที่ได้มาเรียนรู้ ได้เติมในสิ่งที่เราขาดและเรียนรู้ร่วมกันกับเพื่อน ๆ เครือข่าย
- ได้เข้าใจวิธีการชวนคุยที่สำรวจไปที่จิตวิญญาณ เข้าใจเบื้องหลัง นำไปปรับใช้กับการเก็บข้อมูลในพื้นที่ และในการฝึกออกแบบกระบวนการ ทำให้ได้ปรับตัวทำงานร่วมกับน้องอย่างราบรื่นขึ้น
- ประทับใจกับการเรียนรู้ มีความมั่นใจในการไปทำงานมากขึ้น
- เห็นการสรุปบทเรียนที่เป็นระบบ ได้รับความรู้มาก เห็นความชัดเจนมาก
- ขอโทษที่ขัดจังหวะบางครั้งในกระบวนการฝึก ครั้งนี้ทำให้เห็นโลกกว้างขึ้น ครั้งหน้าหวังว่าจะเห็นโลกภายในของตนเองกว้างขึ้น
- ทำให้เข้าใจมากขึ้น เพราะยังติดขัดอยู่ มีความมั่นคงภายในมากขึ้น จะนำความรู้ไปปรับใช้ทำกิจกรรมกับน้องเยาวชน
- ชอบที่ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน
- เห็นตัวเองมากขึ้น เดิมใจร้อน ตรงนี้เป็นพื้นที่เปิด ให้โอกาสสะท้อนตัวตนกันและกัน อยากพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น เรื่องสติ ตรงนี้นำไปปรับใช้กับชีวิตได้ด้วย ไม่เฉพาะกับงาน หลายเรื่องเข้าใจคนอื่นมากขึ้น
- เสียหายแทนเพื่อนที่ไม่ได้มา จะกลับไปสื่อสารกับเพื่อนและตั้งใจมาให้ได้ในครั้งหน้า
- เข้าใจหลักการและโครงเนื้อหาในการสรุปบทเรียน ทำให้เข้าใจว่า ทำไมต้องถามความรู้สึกก่อน สิ่งที่ได้ดีเพราะอะไร ไม่ดีเพราะอะไร และจะปรับตรงไหนได้ สามารถนำไปคิดต่อ ศึกษาต่อเองได้

- เรื่องโจนาธาน นกนางนวล ซึ่งเป็นนกที่ฝึกบิน การพัฒนาตนเองของโจนาธานทำให้ค้นพบการใช้ชีวิต เกิดความศรัทธาที่หล่อเลี้ยงตนเอง และซัลลิเวน ครูที่สอนโจนาธานได้กล่าวไว้ว่า “เมื่อคุณค้นพบความหมายชีวิต ความจริงของชีวิต หน้าที่ของคุณคือ ถ่ายทอดให้คนอื่นต่อไป ” เช่นเดียวกับ การเป็นกระบวนกรคือ คนที่กำลังเปิดเผยความจริงของชีวิต เอาบทเรียนชีวิตของตนเองมาเรียนรู้ เปิดเผยความจริงนั้น ได้ให้เพื่อนมาเรียนรู้ ค้นหาไปด้วย จะพยายามกันและสำรวจตัวตนของเขา หวังที่จะช่วยน้องเยาวชนค้นพบตัวเขาเอง ซึ่งเป็นเรื่องที่ทำนายตัวเรา
- มีความนิ่งมากขึ้น อยู่กับปัจจุบันมากขึ้นในระหว่างการศึกษา ส่วนในชีวิตจริง นำเอาไปใช้ถอดบทเรียนเพื่อทำรายงานกับชาวบ้าน เมื่อได้ทดลองทำ เป็นจุดเริ่มต้นที่ดี เป็นพลังหนึ่งที่เราเชื่อว่า ทำได้
- อยากเป็นกระบวนกร พยายามเรียนรู้จากคนที่เป็นวิทยากร จนได้มาเรียนรู้ครั้งนี้ ตั้งใจว่า ถ้าเราเป็นวิทยากร กระบวนการได้ จะได้เผยแพร่ให้คนอื่นต่อไป เต็มความสามารถและความพร้อมที่เรามี
- สนุกในการเรียนรู้ ได้เล่นละคร รู้สึกว่า ตัวเองทำได้ ชอบคุณทุกคนที่ร่วมเรียนรู้กัน
- การเรียนรู้ของเราเป็นแบบค่อยเป็นค่อยไป เห็นว่าตนเองต้องเรียนรู้อีกเยอะ ได้เทคนิควิธีการที่นำไปปรับใช้ในงานพื้นที่ได้
- ส่วนตัวสนใจเรื่องด้านในของชีวิต ศึกษาและฟังความรู้เรื่องนี้มาพอสมควร แต่ครั้งนี้เป็นการได้ทดลองทำด้วย คิดว่า คงได้นำไปใช้กับงานในอนาคตเรื่อง Empower
- ความเป็นทักษะกระบวนกร สามารถนำไปใช้กับชีวิตประจำวันของตนเองได้
- จากเรื่องความสัมพันธ์กับเพื่อน จนมาถึงการฝึกขั้นพื้นฐาน การฝึกกระบวนการภายใน เห็นว่า การเป็นกระบวนกรไม่ง่าย และทักษะ หลักการที่ได้รับมาใช้ในชีวิตได้
- รู้สึกคุ้มค่า ได้หลายอย่างจากการอบรมเพื่อสร้างการเรียนรู้ต่อเนื่อง ในการทำงาน ทำเวที ชัดเจนขึ้น เห็นทางมากขึ้น และเห็นความสำคัญของการสะสมความรู้ประสบการณ์
- ชอบคุณทุกคนและมูลนิธิ ฯ ได้เรียนรู้อย่างเต็มที่ ระหว่างการฝึกฝนกับทุกคน เห็นว่า เรามีจุดที่ต้องพัฒนา ต้องตั้งคำถามอย่างไรให้เป็นการแนะนำ ไม่ใช่การสอน เพื่อให้เขาเข้าใจ สามารถคิดและหาคำตอบให้ตัวเอง พอกระบวนการฝึกออกมาทำให้เห็นว่า คนเรียนมีความเข้าใจคลาดเคลื่อน ดังนั้น การเรียนรู้เพิ่มเติมในเนื้อหาด้านใน เช่น การโค้ช คอร์ทเป็นมิตรกับตนเอง เป็นอีกวิธีการหนึ่งที่จะช่วยเสริมการพัฒนา
- พอทำแล้วจะเห็นประเด็นของตัวเอง จะเริ่มคิด มักจะออกมาจากตัวเอง เริ่มจากต้องเห็นตัวเองก่อน พาคนอื่นไปเรียนรู้ จึงควรเฝ้าสังเกตตัวเอง ทุกเรื่องสามารถเปิดโลกให้เราได้ เช่น คนที่เราทำงานด้วย (ชุมชน) ที่ทำงาน การทำงานร่วมกัน เป็นต้น

- เห็นน้อง ๆ เติบโตทุกคน ถ้าเราเอาสิ่งที่ได้ไปทำต่อ จะเกิดการเปลี่ยนแปลง เราทำเรื่องเล็ก ๆ ที่มันสร้างการเปลี่ยนแปลงของบ้านเมือง ถ้าเราฝึกต่อเนื่อง เป็นฐานมั่นคงของชีวิต ใช้จัดการปัญหาครอบครัว งาน พวกเราก็เป็นความหวังของพี่ อยากให้ลงมือฝึกฝนจากการเจอสถานการณ์จริง กล้าที่จะลองทำ แล้วจะเติบโต ค่อยเติมตัวเองไปเรื่อย ๆ เราเรียนรู้ไม่สิ้นสุด แต่เราจะหยุดเรียนรู้เพื่อเติบโตหรือเปล่า ทำอย่างมีความสุข งานเยาวชนที่ทำ ก็เฝ้าดูการเปลี่ยนแปลงของเยาวชน
- เป็นแหล่งชุมทรัพย์ความรู้ที่ดี ได้หลักการเรียนรู้ชีวิต
- กิจกรรมครั้งนี้ ได้สะท้อนเห็นตัวเอง เปรียบเทียบกับตัวเอง ได้เรียนรู้พฤติกรรมทั้งด้านบวกและลบ

การบ้าน

- เตรียมกระบวนการเรียนรู้และสรุปบทเรียนมาฝึกในครั้งหน้า
- ให้แต่ละคนเตรียมของที่ตนเองมีอยู่ มาอย่างน้อยคนละ ๑ ชิ้น สำหรับเข้าร่วมกิจกรรมตลาดแบ่งปัน

ภาคผนวก-กิจกรรม

ชื่อกิจกรรม	แข่งกันคิด แข่งกันถูก
ชื่อผู้ฝึก	ใหม่ ดอง
เป้าหมาย	มองสถานการณ์ความขัดแย้งในมุมมองที่หลากหลาย
กติกา	๑. จับกลุ่ม ๔ คน ๒. เลือกหมายเลข ๑-๔ ๓. กำหนดบทบาทของกลุ่มขัดแย้ง เช่น ครู-นักเรียน เจ้านาย – ลูกน้อง ๔. เลือกประเด็นความขัดแย้งของกลุ่มบทบาทที่เลือก ๕. สามารถโต้แย้งกันได้คนละ ๓๐ วินาที
วิธีการเล่น	๑. รอบที่ ๑ ให้หมายเลข ๑ และ ๒ เถียงกันในประเด็นความขัดแย้งที่เลือก โดยแย้งกันเป็น “ฝ่ายถูก” และหาเหตุผลสนับสนุนตนเอง ๒. ให้หมายเลข ๓ เป็นคนจับเวลาและบอกให้เปลี่ยนเมื่อครบ ๓๐ วินาที ๓. ให้หมายเลข ๔ เป็นคนจดประเด็นเหตุผลที่ทั้ง ๒ ฝ่ายพูด ๔. ให้เวลาเถียงกัน ๑๐ นาที ๕. เมื่อครบ ๑๐ นาทีให้หมายเลข ๓ และ ๔ ร่วมกันตัดสินว่า ใครชนะ ๖. รอบที่ ๒ ให้หมายเลข ๓ และ ๔ มาเถียงกันในประเด็นที่เลือก โดยแย้งกันเป็น “ฝ่ายผิด” ๗. ให้หมายเลข ๑ จับเวลาและหมายเลข ๒ จดประเด็น ๘. เมื่อหมดเวลาให้ ๑ และ ๒ ร่วมกันตัดสินว่า ใครชนะ

คำถามสรุปบทเรียน

- ระหว่างที่เล่นกิจกรรม เกิดอะไรขึ้นบ้าง
 - ชอบรอบไหน
 - ชนะแล้วรู้สึกอย่างไร
 - แพ้แล้วรู้สึกอย่างไร

- ในชีวิตจริงของเรา เคยมีประสบการณ์เถียงกันแบบไหน รอบ ๑ หรือ ๒ เพราะอะไรถึงเป็นเช่นนั้น
- เคยทั้งที่รู้ว่าผิด แต่ก็ยังเถียงอยู่ไหม มักเป็นกับใคร
- ตอนที่เราเถียง เกิดอะไรกับตัวเราหรือคนที่เราเถียงด้วยบ้างไหม เกิดภาวะอะไรบ้าง
- คิดว่าต่อไป ถ้ามีความขัดแย้งเกิดขึ้น เราน่าจะมีมุมมองต่อเรื่องความขัดแย้งอย่างไร

ชื่อกิจกรรม	ละครสั้นสะท้อนพฤติกรรมและอารมณ์ภายใน
ชื่อผู้ฝึก	ตาล อุ่ม
เป้าหมาย	เห็นด้านในร่องพฤติกรรมของตนเอง ที่ก่อให้เกิดความตึงเครียดในการทำงานร่วมกับเยาวชน ที่เลี้ยงสามารถจัดการกับการตึงเครียดภายในของตนเองได้
วิธีการเล่น	๑. แบ่งกลุ่มออกเป็น ๒ กลุ่ม กลุ่มละ ๔ คน ๒. ให้ทุกคนทบทวนพฤติกรรม ตำราอารมณ์ภายใน ที่ทำให้เกิดความตึงเครียดระหว่างการทำงานร่วมกับเยาวชน ประมาณ ๕ นาที ๓. แลกเปลี่ยนพฤติกรรมหรือความตึงเครียดดังกล่าวให้เพื่อนฟัง ในกลุ่มย่อย ประมาณ ๑๐ นาที ๔. เลือกสถานการณ์จากกลุ่ม มาแสดงเป็นละครสั้น ๑ เรื่อง โดยมีท้องเรื่องชัดเจน พร้อมทั้งฝึกซ้อม ๑๐ นาที ๕. แสดงละครสั้น ภายในเวลา ๑๐ นาที ๖. สรุปบทเรียนจากละครสั้น กลุ่มที่ ๑ เวลา ๔๕ นาที ๗. กลุ่มที่ ๒ แสดงละครสั้นและถอดบทเรียน

ชื่อกิจกรรม บทบาทสมมติ จำลองเวทีติดตามการทำงานเยาวชน (สอดคล้องสมดุล)

ชื่อผู้ฝึก ดัน มั่น

เป้าหมาย ได้รับความรู้สึกของแต่ละบทบาทที่อยู่ในชุมชน กลุ่มเยาวชน นำไปสู่การสร้าง จิตสำนึกในการเป็นพี่เลี้ยงที่ดี

กติกา

- ให้ทุกคนเลือกบทบาทที่ตนเองสนใจ
- ให้ผู้เข้าร่วมทำความเข้าใจกับบทบาทที่ตนเองเลือกไว้
- ให้แต่ละคนสวมบทบาทสมมติในสถานการณ์นั้น
- มีบทบาทสมมติ ได้แก่

 เยาวชนทำโครงการ พี่เลี้ยง/ที่ปรึกษาโครงการ
 พี่เลี้ยงระดับจังหวัด แหล่งทุน/เจ้าของทุน

เวลาในการทำกิจกรรม

๑. ชี้แจงกิจกรรม แจงบทบาทสมมติและให้เลือกบทบาท แบ่งกลุ่มย่อย ๕ นาที
๒. ให้ผู้เล่นทำความเข้าใจกับบทบาทที่ได้รับ ๑๐ นาที
๓. ให้ผู้เล่นสวมบทบาทหน้าที่ (เริ่มเล่น) ๔๐ นาที
๔. สรุปบทเรียน ๑ ชม. ๓๐ นาที

รายละเอียด

สถานการณ์ : ภายในสิ้นเดือนนี้ กลุ่มเยาวชนต้องนำเสนอผลงานดำเนินงานโดยการจัดงานเพื่อนำเสนอผลงานสู่สาธารณชน

เจ้าของทุน

- ต้องติดตามความก้าวหน้าของโครงการ ต้นแบบทั้ง ๔ พื้นที่
- เห็นความสำคัญของโครงการนั้น จริง ๆ แม้ว่าจะเป็นโครงการที่ใช้งบประมาณสูงก็พยายามผลักดันจนได้รับงบประมาณ คิดว่าถ้าทำโครงการนี้สำเร็จจะเกิดประโยชน์มหาศาลต่อสังคม

- ต้องรายงานความก้าวหน้าโครงการกับทีมประเมินทุกปีและต้องมีการนำเสนอผลงานต่อสาธารณชน หากโครงการนี้ไม่ประสบความสำเร็จ จะมีผลต่อการพิจารณางบประมาณในโครงการอื่นที่รับผิดชอบ
- เป็นคนที่สามารถบริหารจัดการปัญหาได้ดี มักคิดว่า ทุกอย่างแก้ไขได้ คิดว่าปัญหาในระดับพื้นที่เป็นเรื่องเล็กๆ

เยาวชน

- เป็นคนจริงจังกับเรื่องเรียนและกิจกรรม ได้รับทุนเป็นเด็กเรียนดี ถ้ารักษาระดับคะแนนไว้ไม่ได้ จะหลุดจากทุน
- เป็นเด็กเรียนดีอยู่แถวหน้า เป็นที่ชื่นชมของเพื่อน (เป็นหัวใจการทำกิจกรรมครั้งนี้)
- มักจะได้เป็นตัวแทนทำกิจกรรมต่าง ๆ อยู่เสมอ มีความชอบในการทำกิจกรรม เพราะเป็นที่ยอมรับของเพื่อนและอาจารย์
- เป็นลูกคนเดียวของพ่อ แม่
- พ่อแม่เป็นครูผู้มีหน้าตาในชุมชน
- พ่อแม่มักเอากลูไปอวดกับเพื่อน ๆ
- พ่อแม่คาดหวังให้ลูกสอบเข้ามหาวิทยาลัยที่มีชื่อเสียงได้
- เทอมที่ผ่านมา ผลการเรียนตกต่ำ พ่อแม่จึงยื่นคำขาดไม่ให้ทำกิจกรรม
- รู้สึกสับสนที่ต้องเลือกระหว่างกิจกรรมกับการเรียนในช่วงที่ต้องส่งงานโครงการ

พี่เลี้ยงโครงการ / พี่ปรึกษาเยาวชน

- เป็นผู้นำชุมชน เช่น อบต. อสม.
- เคยเป็นประธานกลุ่มเยาวชนมาก่อน
- อยากทำงานเพื่อชุมชน แต่ลึก ๆ ห่วงฐานเสียงในการทำงานต่อไป คิดว่าโครงการนี้สามารถพัฒนาเยาวชนในชุมชนได้
- มีภาระงานหลายอย่างที่ต้องทำให้เสร็จในเวลาเดียวกัน
- มักรับปากว่าจะทำแล้วมาแก้ไขปัญหากลางๆ

พี่เลี้ยงโครงการระดับจังหวัด

- เป็นคนรับนโยบายจากเจ้าของทุน
- เป็นผู้รับผิดชอบโครงการต้นแบบนำร่องทั่วประเทศ
- สังกัดองค์กรที่เป็น NGO มีชื่อเสียงระดับประเทศมายาวนาน
- ได้รับความกดดันจากทั้งภายในและเจ้าของทุน
- ติดตามการทำงานของโครงการเยาวชนในพื้นที่ แต่ไม่มีความคืบหน้าตามแผนที่วางไว้
- จึงช่วยสั่งการปรับแผนกับพี่เลี้ยงในพื้นที่ให้ระดมผลงานของโครงการในพื้นที่เพื่อจัดงานใหญ่ระดับจังหวัด
- มีภาระงานหลายอย่างที่ต้องทำให้เสร็จภายในเวลาเดียวกัน
- คาดหวังกับงานทุกงานสำเร็จและมีคุณภาพด้วย

ชื่อกิจกรรม การสร้างความเข้าใจในทีมงาน

ชื่อผู้ฝึก พวง ต้อง

เป้าหมาย การสร้างความสุขร่วมกันในทีมงาน

เนื้อหา บทบาทของแต่ละคนในทีมงาน (หัวหน้า รุ่นพี่ รุ่นน้อง)
ปัญหาที่พบในการทำงานระดับ (มุมมอง ทักษะคติ จิตวิญญาณ)
ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการทำงานระดับ (มุมมอง ทักษะคติ จิตวิญญาณ)
การปรับความรู้สึก ทักษะคติ ต่อเพื่อนร่วมงาน

โจทย์ การแก้ไขปัญหาและสร้างความเข้าใจในการทำงานอย่างไรให้ทีมงานมีความสุข

กติกา ๑. ให้ทุกคนพยายามสวมบทบาทที่ได้รับอย่างเต็มที่
๒. คำพูดที่ใช้ต้องสมบทบาท และให้อภัยกันเมื่อเรียนรู้เสร็จสิ้น
๓. ใช้เวลาในการทำกิจกรรม ๔๐ นาที

วิธีการเล่น แบ่ง ๒ กลุ่ม ที่มีทั้ง หัวหน้า รุ่นพี่ รุ่นน้อง ตามบทบาทที่ได้รับดังนี้

หมอ ๑ คน พยาบาลหัวหน้าตึก ๑ คน

พยาบาลชุมชน ๑ คน เจ้าหน้าที่ชุดเหลือง ๑ คน

ซึ่งในการเล่นครั้งนี้ มีการวางบทบาทผู้เล่นจากการคัดเลือกไว้

สถานการณ์

ณ โรงพยาบาลแห่งหนึ่งที่หอผู้ป่วย มีการประชุมการทำงานร่วมกันเรื่องการดูแลคนไข้ในแผนกจิตวิทยาวัยรุ่นที่ต้องดูแลผู้ป่วยที่เป็นเยาวชนติดยาเสพติด

คำถามสรุปบทเรียน

๑. รู้สึกอย่างไรกับบทบาทที่ได้รับ ๔ บทบาท เริ่มจากเจ้าหน้าที่ชุดเหลือง พยาบาล พยาบาล หัวหน้าตึก และหมอ ? เพราะอะไรจึงรู้สึกเช่นนั้น ?
๒. ในสถานการณ์ที่มีความกดดัน แต่ละบทบาทแสดงออกไปอย่างไรบ้าง ?
๓. สถานการณ์ที่เกิดขึ้นส่งผลกระทบต่อการทำงานอย่างไร ?
๔. เบื้องหลังการแสดงบุคลิกออกมาอย่างนั้น เป็นเพราะอะไร ?

๕. เมื่อเห็นเพื่อนร่วมงานเป็นอย่างนั้น เราจะช่วยเหลือกันอย่างไร เพื่อให้ทำงานร่วมกันได้
อย่างมีความสุข ?

หมอ

- ได้รับนโยบายมาจากกระทรวงสาธารณสุขให้ดูแลงานยาเสพติด
- เป็นคนเก่งและเป็นหัวหน้างาน ทำได้หลายอย่าง
- ทุกคนต้องฟังคำสั่ง ชอบคำหิ และไว้วางใจทีมงานว่า ทำไม่ถึงให้เขาวชนกลับมาบ้ำบักอีก
- มีความปรารถนาดี อยากเห็นเด็กและเขาวชนหายจากการติดยาเสพติด

หัวหน้าตึก

- ทำงานร่วมกันกับหมอ พยาบาลและเจ้าหน้าที่ชุดเหลือง
- ไว้วางใจทีมงานว่า ทำงานร่วมกันได้
- เข้าใจทีมงานทุกระดับเวลาประชุม
- เป็นคนชอบไถ่เก้
- ไม่มีเวลา สอนงาน เพราะต้องดูแลแผนกอื่นด้วย

พยาบาล

- ทำงานทุกอย่างที่ได้รับมอบหมาย แต่มีประสบการณ์การทำงานเพียง ๑ ปี
- บางครั้งก็ไม่วู้ว่าจะทำงานอย่างไร ไม่กล้าปรึกษาหัวหน้าตึกและหมอ จึงทำงานไปตามความเข้าใจของ
ตนเอง
- ภาระงานที่ทำอยู่มาก ยังไม่ยอกทำงานเพิ่ม
- มอบหมายงานให้เจ้าหน้าที่ชุดเหลือง

เจ้าหน้าที่ชุดเหลือง

- ต้องทำงานที่ได้รับมอบหมายทุกอย่าง
- ได้รับแรงกดดันจากทุกฝ่าย
- ในที่ประชุมก็ไม่กล้าโต้แย้ง
- ชอบนิทล้าบหลัง และขัดแย้ง (ในใจไม่เชื่อตาม)

ชื่อกิจกรรม ไม้รู้เขา ไม้รู้เรา

ชื่อผู้ฝึก โด่ง อ้วน

เป้าหมาย ผลของการทำงานโดยเอาตัวเองเป็นที่ตั้ง ไม่เห็นความเชื่อมโยงกับคนอื่น (ช่องว่างในการทำงานของกันและกัน)

กติกา ๑. ต้องทำตามที่ทีมกลางสั่งทุกอย่าง
๒. ไม้ ๑ ท่อนใช้ได้ ๑ คำถาม

วิธีการเล่น ๑. แบ่งทีมออกเป็น ๓ กลุ่ม
๒. แต่ละกลุ่มต้องทำกิจกรรมที่แตกต่างกันและไม่เห็นกัน

กลุ่ม ๑ อยู่ชั้นบน

กลุ่ม ๒ อยู่ชั้นล่างแต่ไม่สามารถออกไปด้านนอกได้

กลุ่ม ๓ อยู่นอกตึกทำกิจกรรมแลกท่อนไม้ (ต่างสถานที่เพื่อไม่ให้แต่ละกลุ่มเห็นการทำงานของกัน)

๓. ให้กลุ่ม ๑ เลือกเบาะ ซึ่งในแต่ละเบาะจะมีกระดาษคำถามตามจำนวน ซึ่งกลุ่ม ๑ ต้องส่งไม้ให้กับกลุ่ม ๒ ตามจำนวน ๑ ไม้ต่อ ๑ โจทย์

กลุ่ม ๒ รับคำสั่งจากกลุ่ม ๑ ไม่มีสิทธิ์ที่จะคุยกับกลุ่ม ๑

กลุ่ม ๓ รับคำสั่งจากกลุ่ม ๒ และไปหาไม้มาให้กลุ่ม ๒ ตามจำนวน (ซึ่งต้องทำกิจกรรมเพื่อแลกไม้)

คำถามสรุปบทเรียน

๑. จากที่ได้ทำกิจกรรมแล้วรู้สึกอย่างไร

๒. ทำไมจึงรู้สึกอย่างนั้น

๓. อาการเป็นแบบไหน

๔. เกิดขึ้นได้อย่างไร

๕. เมื่อก่อนตอนทำงานเป็นแบบนี้หรือเปล่า

๖. พฤติกรรมที่เราแสดงออกมา ส่งผลอย่างไร

๗. จะทำอะไรให้ดีขึ้น (จะอย่างไร ให้การทำงานร่วมกันมีลักษณะเกิดการรับรู้กัน ไม่ยึดติด

เฉพาะตัวเอง)

กิจกรรม เรื่อง อำนาจแฝง

ชื่อทีมฝึก พี่เอ๋อม แต้ม แดน

เป้าหมายการเรียนรู้

- หาทางออกร่วมกัน
- เห็นตัวตนของการยึดติดเชิงอำนาจ (เรื่องพฤติกรรม) ได้แก่ ยึดติดในความรู้ ประสบการณ์ตนเอง ยึดติดในสถานภาพ ยึดติดในผลประโยชน์ ยึดติดในอคติ (ชอบ ไม่ชอบ)

กติกา/เงื่อนไข

- ให้อัฒกันเล่น ๒ คน มีบทบาทสมมติ คือ ๑)ครูพี่เลี้ยง ๒)นักเรียน
- ให้แต่ละคนมารับบทบาทสมมติ
- เวลาในการเล่น
 - ทบทวนตัวเอง ๕ นาที
 - สร้างความเข้าใจในบทบาทสมมติ ๑๐ นาที
 - เล่นบทบาทสมมติ รอบที่ ๑ และรอบที่ ๒ ๔๐ นาที (สลับบทบาทสมมติฝ่ายละ ๒๐ นาที)
 - ถอดบทเรียน ๖๐ นาที

วิธีการเล่น

- ให้ทุกคนสลับบทบาทกันเป็นครู และนักเรียน โดยรอบแรกคนที่รับบทเป็นครู พอรอบที่สองจะต้องมารับบทเป็นนักเรียน
- ทุกคนจะต้องรับบทบาทเป็นทั้งครูและนักเรียนเพื่อจะได้เรียนรู้ความรู้สึกทั้ง 2 ด้าน โดยใช้ประเด็นในการถกเถียงเอง เช่น ความคุ้นเคยในการออกคำสั่งของครู และการยอมรับการทำงานโดยที่ไม่ได้ต้องการแต่พยายามอ้างเหตุผลและผล

สถานการณ์

ครูพี่เลี้ยงต้องการให้เด็กทำโครงการเกษตร ทั้งที่เด็กอยากทำโครงการคอมพิวเตอร์

บทบาทครูพี่เลี้ยง รอบที่ ๑

- เป็นครูที่ปรึกษา/ครูพี่เลี้ยง คิดว่าครูย่อมรู้มากกว่าเด็ก
- จบการศึกษาระดับปริญญาโท มีความรู้ความสามารถด้านการเกษตร/ทำโครงการมากกว่า 5 ปี
- มีความเชื่อมั่นในความรู้ความสามารถตนเอง
- ได้รับรางวัลเป็น “ครูดีเด่น” มาก่อน
- เคยเป็นผู้นำเยาวชน เป็นแกนนำทำโครงการเด็กและโครงการต่างๆมาก่อน

บทบาทครูพี่เลี้ยง รอบ ๒

- จุดประสงค์ของการชวนนักเรียนทำโครงการด้านการเกษตรเพราะหวังผลประโยชน์จากโครงการที่นักเรียนทำ
- เพื่อเป็นผลงาน เลื่อนขั้นวิทยฐานะและขึ้นเงินเดือน
- เป็นผลงานทางวิชาการเพื่อไปเสนอรับเงินทุนที่เพิ่มขึ้น
- คิดว่านักเรียนกลุ่มที่ทำโครงการส่วนใหญ่เป็นนักเรียนที่คอยตั้งใจเรียน และมีนิสัย ชอบก้าวราวเลขต้องตัดสินใจให้มีความรับผิดชอบจากการทำโครงการ

บทบาทนักเรียน

- เป็นแกนนำเยาวชนในโรงเรียน ถ้าทำโครงการนี้จะมีเพื่อนๆมาเข้าร่วมโครงการมาก ถ้าไม่ทำอาจไม่มีคนมาร่วม
- มีความสนใจในโครงการคอมพิวเตอร์ ชอบใช้คอมพิวเตอร์ต้องการฝึกเพื่อนำไปใช้อินาคต
- อยากทำโปรแกรต่างๆเก่ง
- เพื่อนคนอื่นๆ ก็สนใจการใช้คอมพิวเตอร์เหมือนกัน
- ไม่อยากทำโครงการเกษตรอยากต่อรองกับครูขอทำโครงการคอมพิวเตอร์ ถ้าครูบังคับให้ทำโครงการเกษตรจะไม่ทำ
- ยังรู้สึกกลัว เกรงใจ ที่จะปฏิเสธครูจริงๆ กลัวมีผลต่อการเรียน

คำถามสรุปบทเรียน

๑. มีใครรู้สึกเป็นอย่างไรกับการจับคู่พูดคุยที่ได้รับบทเป็น ครูพี่เลี้ยงและนักเรียน
๒. จากกิจกรรมกระบวนการที่เล่นเมื่อสักครูเหมือนหรือต่างจากชีวิตจริงในการทำงานหรือเปล่า
๓. ผลกระทบที่มีการยึดติดกับบทบาทสมมุติเป็นครูพี่เลี้ยงนั้นส่งผลต่อด้านอะไรบ้าง
๔. แล้วเราจะละวางความยึดติดได้อย่างไร
๕. ในฐานะที่เราเป็นโค้ชเมื่อเจอปัญหาทั้ง ๒ ฝ่ายหรือจุดขัดแย้งจะมีวิธีเข้าไปช่วยเหลืออย่างไร
๖. เมื่อบทบาทครูพี่เลี้ยงมีพฤติกรรมอย่างนี้ มันจะส่งผลต่อระบบการเรียนรู้ของนักเรียนอย่างไรบ้าง
๗. การศึกษาในระบบกับการศึกษานอกระบบเป็นการศึกษาที่สร้างการเรียนรู้แก่เยาวชนอย่างไร

ชื่อกิจกรรม เกมส์ “วิบากเงิน”

ชื่อทีมฝึก ออม และ พิณัฐ

เป้าหมายในการเรียนรู้ : เรียนรู้เรื่องบริหารจัดการทีม และเรียนรู้เรื่องการเห็นศักยภาพในตนเอง

กติกา

แบ่งกลุ่มผู้เข้าร่วมออกเป็น 2 กลุ่มแข่งกันเล่นภายในเวลา 30 นาทีประกอบด้วย 3 เกมส์ ได้แก่

เกมส์ที่ 1 คิดไวไว / ผู้เล่น 1 คน

เมื่อตอบคำถามถูกจะได้รับเงิน 100 บาท

เกมส์ที่ 2 น้ำเต็มแก้ว / ผู้เล่น 1 คน

ใช้ช้อนเติมน้ำลงในแก้วตามปริมาณที่กำหนดจะได้รับเงินรางวัล 100 บาท

เกมส์ที่ 3 วิ่งภาวนา / ผู้เล่น 1 คน

วิ่งครบรอบตามที่กำหนดจะได้รับเงินรางวัล 100 บาท

เงื่อนไข

1. ในหนึ่งทีมจะมีตัวประกัน 1 หรือ 2 คน ขึ้นทำท่ากระต่ายขาเดียว หากตัวประกันขาแตะพื้นจะถูกหักเงิน 100 บาท
2. สามารถนำเงินที่ได้จากเกมส์ต่างๆ มาไถ่ตัวประกันได้ โดยที่ตัวประกันจะเป็นคนเลือกสับเปลี่ยนกับผู้เล่นเกมส์ในเกมส์นั้น ๆ โดยใช้เงินไถ่ตัวประกันจำนวน 500 บาท
3. ทีมที่มีเงินรางวัลมากที่สุดคือ “ผู้ชนะ”

คำถามสรุปบทเรียน

- คำถามช่วงปัจจุบัน
 1. รู้สึกอย่างไรกับกิจกรรมนี้ ?
 2. สิ่งที่ตัวเองรู้สึกทำได้ดีคืออะไร?
 3. ทำไมถึงเลือกทำหน้าที่นี้/เล่นเกมส์นี้?

4. ทำไมจึงตัดสินใจทำแบบนั้น

- คำถามเชื่อมโยงอดีตที่ผ่านมา

1. จากการทำกิจกรรมมีส่วนตรงกับชีวิตจริงหรือไม่? อย่างไร?
2. ทำไมถึงคิดแบบนั้น เพราะเหตุใด **(ขึ้นอยู่กับผู้สัมภาษณ์ตอบ)*

- คำถามในอนาคตที่นำไปปรับใช้ในชีวิตจริง

1. จากกิจกรรมสามารถนำไปใช้ในชีวิตจริงได้อย่างไร ?
2. สิ่งที่คุณคิดว่าทำได้ยากที่สุดคือเรื่องอะไร?
3. จะหาทางออกหรือหาทางแก้ไขได้อย่างไร?



ชื่อกิจกรรม จำลองเวทีชี้แจงทำความเข้าใจต่อชุมชน

ชื่อผู้ฝึก เบญจ ตีก มวล

เป้าหมาย การรับมือกับสถานการณ์ไม่คาดฝัน หรือไม่พึงประสงค์

- กติกา
๑. ให้ทุกคนเลือกบทบาทที่ตนเองสนใจ
 ๒. ให้ผู้เข้าร่วมทำความเข้าใจบทบาทที่ตนเองเลือกไว้
 ๓. ให้แต่ละคนสวมบทบาทสมมติในสถานการณ์
 ๔. มีบทบาทสมมติ

เยาวชนที่ทำโครงการ

เยาวชนในชุมชน

ผู้นำชุมชน (ผู้ใหญ่บ้าน)

พี่เลี้ยงเด็กในพื้นที่

เจ้าหน้าที่หนุนโครงการ

ชาวบ้าน

ผู้ปกครอง

- เวลาในการเล่น
๑. ชี้แจงกิจกรรม บทบาทสมมติ และเลือกบทบาท ๕ นาที
 ๒. ให้ผู้เล่นทำความเข้าใจกับบทบาทที่ได้รับ ๑๕ นาที
 ๓. ให้ผู้เล่นสวมบทบาทหน้าที่ (เริ่มเล่น) ๒๕ นาที
 ๔. สรุปและถอดบทเรียน ๒ ชม.

สถานการณ์

เยาวชนชี้แจงโครงการเพื่อทำความเข้าใจและขอความร่วมมือจากชุมชน

บทบาทสมมติ

เยาวชนทำโครงการ

- ต้องชี้แจงโครงการทำความเข้าใจต่อชุมชน
- ต้องอธิบายและตอบคำถามของคนที่ถามให้ครบทุกคน จนกว่าชุมชนเข้าใจและเห็นด้วย พร้อมสนับสนุนให้ความร่วมมือ

ผู้ปกครอง

- ไม่สนับสนุนให้ลูกทำโครงการ ขัดแย้งกับลูกกลางเวทีชี้แจง คำหั้นลูก

- อธิบายเหตุผลของตัวเองที่ไม่เห็นด้วย

เยาวชนในชุมชน (ไม่เห็นด้วยกับโครงการ)

- เป็นคนคอยตั้งคำถาม
- เห็นว่าเป็นโครงการที่ไร้สาระ

เจ้าหน้าที่โครงการ

- ช่วยเสริมหลังจากที่น้องชี้แจงโครงการต่อชุมชนเสร็จ
- ให้ข้อมูลที่มาโครงการ

ชาวบ้าน

- คอยตั้งคำถามแบบมีอคติต่อเยาวชน
- คอยดูถูกว่า เด็กทำได้จริงหรือ

ผู้นำชุมชน

- มีเชื่อว่าเด็กทำได้
- ไม่เชื่อในศักยภาพของเยาวชน

พี่เลี้ยงโครงการ

- คอยสนับสนุน ร่วมมือกับชุมชน
- พุดเสริมสนับสนุนเยาวชนแต่พูดไม่เก่ง พูดน้อย

ชื่อกิจกรรม BROKE

ชื่อผู้ฝึก ชัย / แจง

เป้าหมาย เรียนรู้เรื่องการออกจากพื้นที่ปลอดภัย

โจทย์ ให้ทุกคนออกไปเชิญชวนคนในที่สาธารณะให้เป็นพลเมือง ไม่นั่งดูค้ายต่อปัญหา สถานการณ์รอบตัว

ร้านอาหาร ธนาคาร ร้านเซเว่น อีเลฟเว่น ร้านตัดผม ร้านซ่อมรถ แผงลอย

- กติกา
๑. สื่อสารกับคนที่จะเชิญชวนด้วยการพูดเท่านั้น
 ๒. ผู้เล่นทุกคน ห้ามสื่อสารกันและไม่ไปเชิญชวนในที่เดียวกัน
 ๓. สื่อสารเชิญชวน ใช้เวลาอย่างน้อย ๕ นาที ในที่มีคนอย่างน้อย ๕ คน
 ๔. มีเวลา ๓๐ นาที
 ๕. ให้สังเกตอารมณ์ ความรู้สึกของตัวเอง ตลอดเวลา รวมถึง สายตาทำที่ที่คนอื่นมีต่อเรา

คำถามสรุปบทเรียน ๑. ตอนที่ฟังโจทย์แล้ว รู้สึกอย่างไร

๒. ตอนที่ออกไปเชิญชวน รู้สึกอย่างไร

๓. ในชีวิตจริง เคยมีสถานการณ์คล้าย ๆ กิจกรรมไหม อย่างไร

๔. ได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรมนี้ และจะนำไปใช้ในอนาคตอย่างไร

ชื่อกิจกรรม บทบาทสมมติ

ชื่อผู้ฝึก นัท อาร์ท

เป้าหมาย เรียนรู้เรื่องความคิดเปรียบเทียบของพ่อแม่

สถานการณ์ ณ บ้านของเด็กชายคนหนึ่ง มีเพื่อนของพ่อมาเยี่ยมที่บ้าน และได้พูดคุยกันในเรื่องทั่วไปมากมายเพราะทั้งสองไม่ได้พบปะพูดคุยกันมาเป็นเวลานาน โดยเรื่องที่พูดคุยกันมากที่สุดคือเรื่องของลูก ๆ ที่เพิ่งเรียนจบ

บทบาท

พ่อ แม่ ลูก เพื่อนพ่อ

กติกา

๑. ให้ทุกคนสวมบทบาทกันอย่างเต็มที่
๒. ใช้คำพูดที่รุนแรงสมบทบาทและให้อภัยกันเมื่อจบกิจกรรม
๓. มีเวลาทำกิจกรรม ๔๐ นาทีโดยมีเวลาในการทบทวนบทบาท ๑๐ นาทีและมีเวลาในการแสดงบทบาทสมมติ ๓๐ นาที