

ก่อนร่ำกอนโค้งการศึกษาแบบอ่านจนนิยม
#ให้มันจบที่รุ่นเรา

ห้องเรียน
เปลี่ยน
วัฒนธรรม

เขียนและเรียบเรียง อวยพร เชื้อนแก้ว | บรรณาธิการ เกษะเล สุวรรณพณิช

ห้องเรียน เปลี่ยน วัฒนธรรม

อวยพร เชื้อนแก้ว เขียนและเรียบเรียง
ณิชาภัทร สุวรรณพานิช บรรณาธิการ

ห้องเรียนเปลี่ยนวัฒนธรรม ถอนรากถอนโคนการศึกษาแบบอำนาจนิยม #ให้มันจบที่รุ่นเรา
เขียนและเรียบเรียง อวยพร เชื้อนกแก้ว
บรรณาธิการ เฉลิมทะเล สุวรรณพานิช
ลิขสิทธิ์ มูลนิธิส่งเสริมสื่อเด็กและเยาวชน (สสย.) และ อวยพร เชื้อนกแก้ว
ออกแบบปก MyLittleBigThing
จัดรูปเล่ม MyLittleBigThing และ สุกี้ ช่างกลึงกุล
ภาพประกอบ/ภาพปก @allung.space
พิสูจน์อักษร เพ็ชรลดา ชัยจิตสิริโรจน์
พิมพ์ครั้งที่ 1 พ.ศ. 2564
จำนวนการพิมพ์ 2,000 เล่ม

ข้อมูลทางบรรณกรรมของหอสมุดแห่งชาติ

National Library of Thailand Cataloging in Publication Data

อวยพร เชื้อนกแก้ว.

ห้องเรียนเปลี่ยนวัฒนธรรม.-- กรุงเทพฯ : มูลนิธิส่งเสริมสื่อเด็กและเยาวชน (สสย.) ,
2564.

344 หน้า.

1. การเรียนแบบมีส่วนร่วม. 2. การเรียนรู้แบบผสมผสาน. 3. การเรียนรู้การเปลี่ยนแปลง. I.
ชื่อเรื่อง.

371.14

ISBN 978-616-93538-1-2

จัดพิมพ์และเผยแพร่ มูลนิธิส่งเสริมสื่อเด็กและเยาวชน (สสย.)
6/5 ซอยอารีย์ 5 ถนนพหลโยธิน แขวงสามเสนใน
เขตพญาไท กรุงเทพฯ โทรศัพท์ : 0 2617 1919
อีเมล: childmedia2017@gmail.com
www.childmedia.net, www.cclickthailand.com
พิมพ์ที่ บริษัท วอล์ค ออน คลาวด์ จำกัด
77/62 หมู่ 6 หมู่บ้านแก้วขวัญ1 ถนนลำลูกกา 11
ตำบลคูคต อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี 12130
โทรศัพท์: 0 2987 4031
โทรสาร: 0 2987 4913
อีเมล: walkoncloud.th@gmail.com

คำนำ

หนังสือเล่มนี้เกิดจากความคิดริเริ่มของคุณทัศนวรรณ บรรจง ผู้ขับเคลื่อนงานเรื่องสิทธิทางเพศ สิทธิมนุษยชนและการศึกษาเพื่อประชาธิปไตย มาชักชวนให้ผู้เขียนสอนอบรมและเขียนหนังสือเรื่องอำนาจสำหรับคนทำงานด้านการศึกษาของเครือข่ายสถาบันสื่อเพื่อเด็กและเยาวชน (สสย.) คุณทัศนวรรณ บรรจง คุณเข้มพร วิรุณราพันธ์ และทีมงาน สสย. เห็นพ้องกันว่าแนวคิดเรื่องอำนาจและวิธีการเรียนการสอนแบบวัฒนธรรมอำนาจร่วม จะมีส่วนสำคัญในการสร้างการศึกษาวិถีประชาธิปไตยที่เด็กและเยาวชนสมควรได้รับการหล่อหลอมจากโรงเรียน สถานที่ที่พวกเขาใช้เวลามากที่สุดในชีวิตวัยเยาว์

ผู้เขียนเห็นว่าการใช้อำนาจร่วมไม่ได้จำกัดอยู่เฉพาะเรื่องการตัดสินใจและการใช้อำนาจระหว่างครูและนักเรียนเท่านั้น แต่หมายถึงการบ่มเพาะและฝึกฝนวัฒนธรรมการใช้อำนาจแบบใหม่ในทุกพื้นที่ของชีวิต ตั้งแต่เรื่องเพศ การทำงานเป็นทีมและการนำร่วม การรับมือกับความขัดแย้งและความเห็นต่าง การใช้ชีวิตที่เคารพและชื่นชมความแตกต่างหลากหลายทางวัฒนธรรมและอัตลักษณ์อื่น ๆ ผ่านกระบวนการเรียนรู้และเนื้อหาวิชาที่สร้างความเข้าใจ ความใส่ใจและความเห็นใจ หนังสือเล่มนี้จึงครอบคลุมหัวข้อที่กล่าวมาทั้งหมดข้างต้น

ผู้เขียนเรียนรู้เรื่องการศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลงในช่วงที่เรียนหลักสูตรการศึกษานอกระบบของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (ปี พ.ศ. 2533) นั่นเป็นครั้งแรกที่ได้ตื่นรู้ถึงปัญหาและความล้มเหลวของระบบการศึกษากระแสหลักในประเทศไทยและทั่วโลก ได้เรียนรู้เรื่องขบวนการเคลื่อนไหวทางการศึกษาของ

โลกที่เปาโล เฟอร์รี เป็นหนึ่งในผู้นำขบวนการ แต่ความรู้ในสมัยนั้นมาจากการอ่าน การถกเถียงในห้องเรียน และการแบ่งปันของอาจารย์ผู้สอนที่สนใจปัญหาสังคม

การเรียนรู้ผ่านการลงมือปฏิบัติเกิดขึ้นโดยความบังเอิญในราวกลางปี พ.ศ. 2537 อันเป็นช่วงเวลาที่เข้าไปช่วยดูแลงานของอาศรมวงศ์สนธิ ชุมชนทางเลือกที่ตั้งขึ้นในจังหวัดนครนายก เพื่อให้คนทำงานสังคมสมัยนั้นได้ใช้ชีวิตเรียบง่าย ใส่ใจเรื่องการพัฒนาชีวิตด้านใน อยู่ร่วมกันเป็นชุมชนและทำงานช่วยเหลือกลุ่มคนรากหญ้าทั้งในประเทศไทยและจากประเทศเพื่อนบ้านในภูมิภาคเอเชียที่เจอปัญหาการกดขี่จากรัฐบาลทหาร การถูกยึดที่ดินแดนและการทำลายล้างเผ่าพันธุ์ หรือจากโครงการพัฒนาที่ผิดพลาดของรัฐ

ความบังเอิญที่ว่าคือ มีอาจารย์เควกเกอร์จากสหรัฐอเมริกาชื่อจอร์จ เล็ก มาสอนอบรมเรื่องการสร้างชุมชนให้แก่เจ้าหน้าที่ของอาศรมฯ อาจารย์จอร์จ เล็ก ตั้งเงื่อนไขว่างานอบรมของเขาต้องมีผู้หญิงร่วมเรียนด้วย อาศรมฯ เป็นองค์กรที่ผู้หญิงทำงานสนับสนุน ส่วนผู้ชายทำงานโครงการและเป็นผู้นำ คนจัดงานเห็นว่าการอบรมครั้งนั้นมีจำนวนผู้หญิงน้อยเกินไป จึงชักชวนให้ผู้เขียนเข้าร่วมการอบรม

การอบรมครั้งนั้นใช้เวลาานห้าวัน เป็นห้าวันที่ได้รื้อฟื้นความรู้ที่ได้ศึกษาผ่านการอ่านในสมัยที่เรียนเรื่องการศึกษาอกระบบ และเป็นห้าวันที่ได้เห็นแนวคิดทฤษฎีสามเรื่องมาหลอมหลวมกัน คือ การเรียนรู้ของผู้ใหญ่ (Adult Learning) การศึกษาผ่านประสบการณ์ (Experiential Learning) และการศึกษาอบรมที่สร้างการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียน (Training for Transformation) โดยที่สองแนวคิดหลังนี้เป็นปรัชญาและแนวทางหลักที่ศูนย์การอบรมเควกเกอร์ Training for Change ใช้อบรมคนทำงานเคลื่อนไหวสังคม จนองค์กรมีชื่อเสียงไปทั่วโลก ในห้าวันนั้น อาจารย์จอร์จ เล็ก จัดกระบวนการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมที่

เรียงร้อยอย่างสอดคล้องโดยที่อาจารย์ไม่ได้สอน และไม่ได้บอกคำตอบ แต่เราได้เรียนรู้จริงผ่านประสบการณ์ของแต่ละคน ในวันสุดท้ายของการอบรม ผู้เขียนได้พูดกับอาจารย์และวงผู้เรียนว่า การอบรมนี้เป็นการอบรมที่ไม่เห็นว่าผู้เรียนเป็นแก้วน้ำที่ว่างเปล่า เป็นการอบรมที่เห็นว่าผู้เรียนเป็นผู้มีปัญญา หน้าที่ของอาจารย์คือจัดกิจกรรมจำลองขึ้น และใช้วิธีการท้าทายให้ผู้เรียนร่วมกันหาทางออกหรือหาคำตอบกันเอง เป็นกระบวนการเรียนการสอนที่ผู้เขียนเสาะหามาตลอดในช่วงที่ทำงานเป็นวิทยากรในห้องครุพัฒนายาระหว่างประเทศก่อนที่จะมาอยู่อาศรมฯ

การเข้าร่วมอบรมครั้งนั้นจึงเป็นจุดเปลี่ยนสำคัญของชีวิตทั้งในเรื่องการทำงานและการค้นพบศักยภาพของตนเอง และเป็นจุดเริ่มต้นของการเรียนรู้ฝึกฝนกระบวนการจัดการศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลงสังคม ผู้เขียนได้ทำงานประกบอาจารย์จอร์จ เล็ก และทีมของเขาที่กลับมาสอนในเมืองไทยอีกหลายปีหลังจากนั้น เริ่มจากการเป็นผู้แปลและช่วยมาเป็นผู้ช่วยสอนที่อาจารย์ทุ่มเทฝึกฝนคนไทยหลายรุ่น ให้จัดกระบวนการเรียนรู้ที่สร้างการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียนและสังคม โดยอาจารย์เน้นย้ำให้ใช้ความรู้ที่ท่านถ่ายทอดให้เป็นเครื่องมือพัฒนาคนทำงานเพื่อสังคม ผ่านการใช้สันติวิธีที่มีเป้าหมายเพื่อสร้างสังคมที่เป็นธรรม

ผู้เขียนทั้งในกระบวนการอบรมนี้ทุกครั้งที่ทำงานกับอาจารย์ ไม่ว่าจะเป็นในฐานะผู้แปล ผู้ช่วยสอนหรือผู้เรียน เพราะได้เห็นกระบวนการเรียนรู้ที่เปลี่ยนแปลงผู้เรียนได้จริง จึงตามไปเรียนรู้ฝึกฝนกับอาจารย์ต่อในหลักสูตรกระบวนการเพื่อการเปลี่ยนแปลงสังคมที่ศูนย์ฝึกอบรมของเควกเกอร์ ณ เมืองฟิลาเดลเฟียเพิ่มอีกสามรอบ โดยรอบสุดท้ายได้ร่วมเรียนหลักสูตรเข้มข้นสิบวันเพื่อทำงานเปลี่ยนแปลงชีวิตด้านในของกระบวนการ (Trainer Transformation) หลักสูตรหลังนี้อาจารย์จัดขึ้นพิเศษตามคำเรียกร้องของลูกศิษย์ใกล้ชิดที่เคยเห็นอาจารย์แก้ปัญหาให้ผู้เรียนกลางวงด้วยวิธีการอันแยบยลลึกซึ้ง นอกจากในเมืองไทยแล้วผู้เขียนได้มีโอกาสร่วมทีมกับอาจารย์ไปสอนอบรมแนวนั้นในประเทศกัมพูชา ได้

ร่วมการอบรมเข้มข้นสำหรับทีมปฏิบัติการสันติวิธีนานาชาติที่เข้าไปทำงานในประเทศศรีลังกา (ปี พ.ศ. 2546) และการอบรมกระบวนการสันติวิธีนานาชาติขององค์กร Nonviolent Peaceforce (NP) ในปี พ.ศ. 2548 นอกจากการเรียนสามหลักสูตรของอาจารย์แล้ว หลังจากนั้นทุกปีที่เขาเขียนไปประชุมหรือสอนในมหาวิทยาลัยในสหรัฐอเมริกาในช่วงเวลาระหว่างปี พ.ศ. 2548-2558 ผู้เขียนจะไปเยี่ยมอาจารย์ทุกครั้ง ครั้งสุดท้ายคือในปี พ.ศ. 2558 อาจารย์อายุได้ 83 ปี แต่ยังแข็งแรง เดินหลังตรง ความคิดชัดแจ้ง และซ่อมเดินวันละสิบกว่ากิโลฯ รอบ ๆ บ้าน เพื่อเตรียมตัวเดินประท้วงข้ามประเทศ อันเป็นยุทธศาสตร์หนึ่งเพื่อหยุดยั้งการสร้างเหมืองขนาดใหญ่ในรัฐเพนซิลเวเนีย

อาจารย์จอร์จ เล็ก เป็นผู้ชายผิวขาว โตมาจากครอบครัวชนชั้นกรรมกร ร่วมทำงานกับสหภาพแรงงานของเมืองฟิลาเดลเฟีย ซึ่งถือว่าเป็นสหภาพแรงงานที่เข้มแข็งมาก แม้ตัวสูงเกือบสองเมตรแต่อาจารย์เต็มไปด้วยความอ่อนโยนและถ่อมตัว จบปริญญาเอกด้านจิตวิทยาแต่ไม่เคยแนะนำตัวว่าเป็นด็อกเตอร์ อาจารย์มีประสบการณ์สอนอบรมให้กับขบวนการเคลื่อนไหวสังคมทั่วโลก เข้าร่วมปฏิบัติการกับเรือกรีนพีซเพื่อเข้าไปหยุดเรือรบของสหรัฐอเมริกาที่กำลังลำเลียงอาวุธลงที่ฝั่งเมืองโฮจิมินห์ในสมัยที่สงครามเวียดนามอยู่ในช่วงตึงเครียด ใช้ชีวิตตามสิ่งที่พ่าร่ำสอนลูกศิษย์ สนับสนุนความเท่าเทียมทางเพศ ให้โอกาสเยาวชนคนรุ่นใหม่ ทำงานต่อสู้เรื่องการเหยียดผิวในสหรัฐอเมริกา ร้องให้กับความทุกข์ของตนเองและผู้อื่นอย่างไม่ปิดบัง เล่นเปียโนหลังสอนจบทุกครั้ง ใช้เวลาเข้าเฝ้าเพื่อภาวนาทุกปี และเขียนบทความและหนังสือในเรื่องที่สอนไปมากมาย

การได้เป็นลูกศิษย์และเห็นการใช้ชีวิตของอาจารย์ส่งผลให้ผู้เขียนมุ่งมั่นที่จะอุทิศชีวิตนี้ให้มีส่วนสร้างความเป็นธรรมในสังคมผ่านการฝึกอบรม ปลายปี พ.ศ. 2539 ตอนที่เราสองคนนั่งรอต่อเครื่องที่สนามบินดอนเมืองเพื่อจะไปสอนที่กัมพูชา ผู้เขียนบอกอาจารย์ว่ามีเพื่อนสนิทชาวอเมริกันจะหาทุนให้เราไปเรียนต่อ

ปริญญาเอกด้านสตรีนิยมที่สหรัฐอเมริกา เพื่อนบอกว่าเมื่อเรียนจบเราจะได้ใช้อำนาจทางวิชาการและอำนาจของสถาบันการศึกษาทำงานสร้างการเปลี่ยนแปลงสังคมได้บ้าง เราบอกอาจารย์ว่าไม่อยากเรียนต่อเพราะหากเจอวิชาหรือผู้สอนที่ไม่ถูกใจ เราจะเดินออกนอกห้องเหมือนที่เคยทำสมัยมัธยม และหากต้องเครียดกับการเรียนเพื่อให้ได้ด็อกเตอร์เราคงเป็นมะเร็่งก่อนที่เรียนจบ อาจารย์ฟังผู้เขียนพูดเงียบ ๆ ไม่แนะนำซึ่งเป็นนิสัยปกติของอาจารย์ แต่ถามกลับว่าเธอคิดว่าในปีหนึ่งเธอสามารถสอนอบรมแนวโน้มนี้ให้กับผู้หญิงรากหญ้าในภูมิภาคนี้ได้กี่คน เราบอกว่าปีละประมาณสองพันกว่าคน อาจารย์ถามต่อว่าเธอต้องใช้เวลาเรียนกี่ปีจนกว่าจะได้เป็นด็อกเตอร์ เราบอกว่าสี่ห้าปี อาจารย์มองหน้าแล้วพูดต่อว่า “ฉันคิดว่าเธอรู้ดีว่าเธอจะเลือกทำอะไร”

หลังจากได้เรียนรู้ฝึกฝนการอบรมแนวของอาจารย์ ผู้เขียนได้เรียนรู้ฝึกฝนการจัดอบรมแนวสตรีนิยมฐานจิตวิญญาณร่วมกับเพื่อนสนิทชื่อ ศาสตราจารย์ด็อกเตอร์ แคทริน นอร์สเวอร์ตี อาจารย์เป็นชาวพุทธผู้เชี่ยวชาญสาขาจิตวิทยาเพื่อความเป็นธรรมจากมหาวิทยาลัยโรลลินส์ ในมลรัฐฟลอริดา ในช่วงระหว่างปี พ.ศ. 2540-2545 เราสองคนได้ตระเวนไปฝึกอบรมการฟื้นฟูอำนาจและศักยภาพการทำงานเป็นทีม การนำร่วมแนวสตรีนิยม ความเป็นธรรมทางเพศ การปรึกษาแนวสตรีนิยมเพื่อความเป็นธรรม และหลักสูตรการเป็นกระบวนกรให้กลุ่มผู้นำผู้หญิงรากหญ้าในประเทศไทย เมียนมาร์ กัมพูชา และนักกิจกรรมหญิงจากทิเบตที่ลี้ภัยอยู่ทางตอนเหนือของประเทศอินเดีย

ปี พ.ศ. 2545 ผู้เขียนร่วมกับจินเจอร์ นอร์วูด นักสตรีนิยมจากสหรัฐอเมริกาผู้ทำงานช่วยเหลือกลุ่มผู้หญิงจากประเทศเมียนมาร์ที่ลี้ภัยอยู่ตามตะเข็บชายแดน จัดตั้งศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความเป็นธรรมขึ้นที่บ้านเกิดในอำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่ ศูนย์ฯ เปิดสอนหลักสูตรความเป็นธรรมและการเปลี่ยนแปลงสังคมแนวจิตวิญญาณฐานสตรีนิยมให้แก่คนเคลื่อนไหวสังคมใน

ภูมิภาคเอเชียหลากหลายกลุ่ม เช่น กลุ่มผู้นำหญิงจากหลากหลายเผ่าและศาสนา จากประเทศเอเชียใต้และเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ นักเคลื่อนไหวสิทธิทางเพศ (GLBTIQ) นักเคลื่อนไหวเพื่อประชาธิปไตย นักกิจกรรมผู้พิการ นักกิจกรรมที่ทำงานประเด็นเอชไอวี ผู้นำชนกลุ่มน้อยทางชาติพันธุ์ พนักงานสอบสวนหญิงและเจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่ทำงานดูแลผู้ถูกระทำรุนแรงทางเพศ และรวมถึงกลุ่มสตรีนิยมจากประเทศตะวันตกผู้สนใจเรียนรู้การประยุกต์พุทธธรรมในการทำงานเพื่อสังคม

หนังสือเล่มนี้เรียบเรียงจากประสบการณ์การสอนอบรมเรื่องความเป็นธรรมและการเปลี่ยนแปลงสังคมผ่านประสบการณ์ตรงที่ผู้เขียนร่วมสอนกับเพื่อน กระบวนการมานานกว่า 25 ปี เนื้อหาทั้งหมดในหนังสือเล่มนี้นักเขียนหัวข้อที่ว่าด้วยการใช้สื่อในบทที่เจ็ด คือหัวข้อหลักที่เราสอนในทุกหลักสูตรของศูนย์ฯ บทแรกของหนังสือว่าด้วยความเข้าใจเรื่องวัฒนธรรมการใช้อำนาจในมิติต่าง ๆ ของชีวิต การวิเคราะห์รูปแบบวัฒนธรรมอำนาจในระบบการศึกษาของประเทศไทย และผลกระทบของการใช้อำนาจรูปแบบดังกล่าวต่อครู เด็กนักเรียน และสังคม บทที่สองพูดถึงเรื่องแหล่งที่มาของอำนาจของบุคคล สถาบัน และรัฐ วิธีการใช้อำนาจหรือประเภทของอำนาจ และแนวทางการใช้อำนาจที่สร้างสรรค์และส่งเสริมศักยภาพ ความเท่าเทียม ความเป็นธรรม และสันติสุข

บทที่สามพูดถึงขบวนการเคลื่อนไหวของการศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดเป็นกระแสไปทั่วโลก เริ่มด้วยการนำเสนอหลักการและแนวทางการสอนเด็กของวอลดอล์ฟและมอนเตสซอรี ที่คุณศรีสุตา ชมพันธ์ แพลและเรียบเรียงต่อด้วยทฤษฎีและแนวทางการจัดการศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลงของนักคิดและกลุ่มองค์กรที่มีอิทธิพลต่อรูปแบบและแนวทางการสอนอบรมของศูนย์เรา เช่น กฤษณมูรติ เปาโล เฟรรี โรแวน ไอสเลอร์ เบล ฮุกส์ ศูนย์อบรมเพื่อการเปลี่ยนแปลงของเควกเกอร์ และแนวทางการอบรมเรื่องสังคมแนวสตรีนิยมฐานจิตวิญญาณ

ของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความเป็นธรรม บทที่สี่อธิบายถึงองค์ประกอบสำคัญของการจัดการศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลง โดยเน้นเรื่องคุณลักษณะและบทบาทหน้าที่ของครูผู้สอนวัฒนธรรมใหม่ในห้องเรียน

บทที่ห้าว่าด้วยหัวข้อสำคัญที่ผู้อ่านสามารถนำไปเป็นแนวทางจัดการเรียนการสอนเพื่อสร้างวัฒนธรรมใหม่ในห้องเรียนได้ ตั้งแต่การสอนหลักสูตร 3R แนวใหม่ การฟังด้วยใจและการใช้เทคนิคสภาแห่งการรับฟัง การแก้ปัญหาความขัดแย้งและการสะท้อนกลับแบบสันติวิธี การเรียนรู้เรื่องเพศและเพศวิถี ความแตกต่างหลากหลายทางอัตลักษณ์ที่นำไปสู่ความเคารพและความเท่าเทียม การเรียนรู้ในศตวรรษที่สามที่ให้นักเรียนเชื่อมโยงสัมพันธ์กับ สัตว์ ธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อมเพื่อให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการแก้ไขวิกฤตสิ่งแวดล้อม

บทที่หกเป็นบทที่ผู้เขียนเห็นความจำเป็นต้องใส่ในหนังสือเล่มนี้ เพราะเห็นปัญหาความรุนแรงต่อเด็กและเยาวชนในบ้านเราที่มีจำนวนเพิ่มมากขึ้นทุกปี แต่โรงเรียนของรัฐและเอกชนยังไม่ตื่นตัวผนวกเนื้อหาสำคัญนี้ไว้ในหลักสูตร ครูและนักเรียนจำเป็นต้องมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องนี้เพื่อป้องกันและช่วยเหลือเมื่อเกิดปัญหาความรุนแรงขึ้น ผู้เขียนยังได้ผนวกความรู้เรื่องทราума (Trauma) หรืออาการเจ็บป่วยทางกาย จิตใจและจิตวิญญาณของเด็กที่ถูกกระทำรุนแรง เพราะอาการเหล่านี้ส่งผลต่อการเรียนรู้ การเติบโตและสุขภาพะทุกด้านของเด็กและเยาวชน

บทสุดท้ายเป็นหัวข้อที่สถาบันสื่อเพื่อเด็กและเยาวชนเห็นว่ามีความสำคัญมากต่อเด็กและเยาวชนที่เกิดมาในโลกยุคดิจิทัล คือบทที่ห้าด้วยการสอนให้พวกเขาใช้สื่อและเทคโนโลยีอย่างสร้างสรรค์ คุณศรีสุตา ชมพันธ์ ทำการค้นคว้า แพลและเรียบเรียงข้อมูลความรู้จากประเทศต่าง ๆ ที่มีความก้าวหน้าในเรื่องการจัดการหลักสูตรสอนเด็กและเยาวชนเรื่องการใช้สื่อดิจิทัลอย่างฉลาด รู้เท่าทันและมี

จริยธรรม และนำมาแบ่งปันในบทนี้เพื่อให้ครูและนักการศึกษาในเมืองไทยได้เห็นแนวทาง เนื้อหาและตัวอย่างการสอนเรื่องนี้ ที่สามารถปรับใช้กับเด็กและเยาวชนไทยเราให้เป็นพลเมืองดิจิทัลผู้ร่วมสร้างวัฒนธรรมใหม่ที่เท่าเทียมและสันติ

ผู้เขียนขอขอบคุณคุณทัศนวรรณ บรรจง คุณเข้มพร วิรุณราพันธ์ คุณอารียา เฮอร์น้อย และทีมงานสถาบันสื่อเพื่อเด็กและเยาวชน ที่เห็นความสำคัญของเนื้อหาเรื่องวัฒนธรรมอำนาจร่วมและวิธีการเรียนการสอนของศูนย์ฯ และลงทุนนำความรู้และประสบการณ์ของเรา ไปสู่ครูและนักการศึกษาไทยที่สนใจจะใช้ห้องเรียนเพื่อเปลี่ยนวัฒนธรรม

อวยพร เชื้อนแก้ว
20 กรกฎาคม 2564

สารบัญ

บทที่ 1	เข้าใจโลกผ่านวัฒนธรรมอำนาจนิยมและวัฒนธรรมอำนาจร่วม	13
บทที่ 2	อำนาจร่วมเพื่อความเท่าเทียมและสันติ	39
บทที่ 3	การศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลง	55
บทที่ 4	องค์ประกอบการศึกษาเพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลง	111
บทที่ 5	กิจกรรมเปลี่ยนชีวิตและสังคม	153
บทที่ 6	ความรุนแรงต่อเด็กและเยาวชน การป้องกันและการช่วยเหลือ	263
บทที่ 7	การช่วยเด็กและเยาวชนให้รู้ทันและสร้างสรรค์ประโยชน์ จากโลกดิจิทัล	297

1

เข้าใจโลกผ่านวัฒนธรรมอำนานนิยม
และวัฒนธรรมอำนาร่วม



วัฒนธรรมในระบบการศึกษา ในโรงเรียน และในห้องเรียน มีความเกี่ยวพัน เชื่อมโยง กับวัฒนธรรมใหญ่ของแต่ละสังคม เพราะหน้าที่หนึ่งของระบบการศึกษาคือ การดำรงและสืบทอดวัฒนธรรมของสังคมให้สืบทอดไป ลองมาดูว่าภาพใหญ่ของ วัฒนธรรมในสังคมเรามีลักษณะอย่างไร และส่งผลอย่างไรต่อครู เด็กและเยาวชน ต่อระบบการศึกษา การบริหารจัดการ และสังคมโดยรวม

ในแวดวงของผู้ศึกษาค้นคว้าเรื่องวัฒนธรรมของมนุษยชาติไรแอน ไอสเลอร์ (Riane Eisler) เป็นบุคคลหนึ่งที่มีชื่อเสียงและเป็นที่ยอมรับไปทั่วโลก เธอได้นำ แนวคิด ทฤษฎี และแนวทางการทำงานเคลื่อนไหวสังคมของเธอมาริใช้จัดการศึกษา อบรมเพื่อความเป็นธรรม ไอสเลอร์เกิดในประเทศออสเตรีย ตอนที่เธอยังเด็ก พ่อ ของเธอเกือบถูกทหารนาซีเอาตัวไปฆ่า ครอบครัวของเธอเป็นหนึ่งในจำนวนผู้อพยพ ขาวยิวกลุ่มแรกๆที่หนีออกจากประเทศ และไปติดอยู่ที่ประเทศคิวบาเป็นเวลากว่า สิบปีก่อนที่จะได้รับอนุญาตให้ไปลี้ภัย ณ ประเทศสหรัฐอเมริกา ประสบการณ์การ เป็นชาวยิวที่ต้องหนีเอาชีวิตรอดจากความโหดเหี้ยมของนาซี การเป็นผู้อพยพไปอยู่ ประเทศใหม่ การเป็นผู้หญิงและเป็นแม่เลี้ยงเดี่ยวทำให้ไรแอน ไอสเลอร์ ได้สัมผัส ความเป็นทุกข์จากความเกลียดชัง ความรุนแรง ความสูญเสีย และความไม่เท่าเทียม ประสบการณ์เหล่านี้เป็นแรงจูงใจให้เธอสนใจศึกษาค้นคว้าเพื่อทำความเข้าใจว่า

อะไรทำให้มนุษยชาติสร้างวัฒนธรรมที่นำไปสู่การทำลาย ทำร้ายเพื่อนมนุษย์ด้วยกันเองและธรรมชาติ

การศึกษาค้นคว้าวัฒนธรรมทำลายล้างของมนุษย์นานหลายปี ทำให้เธอกลายเป็นนักประวัติศาสตร์วัฒนธรรม นักคิด นักการศึกษา นักเคลื่อนไหวสังคม และนักสตรีนิยมระดับโลกที่โด่งดังจากการเขียนหนังสือ *The Chalice and The Blade: Our History, Our Future* ซึ่งได้รับการแปลกว่า 20 ภาษา หนังสือเล่มนี้เขียนขึ้นจากการใช้เวลาศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับวิวัฒนาการทางวัฒนธรรมของมนุษยชาติในโลกตะวันตกในช่วงระยะเวลา 30,000 ปีที่ผ่านมา ตั้งแต่ยุคก่อนประวัติศาสตร์ถึงยุคปัจจุบัน ผลจากการค้นคว้าเพื่อเขียนหนังสือเล่มนี้ก็คือ โรแอน ไอสเลอร์ได้พัฒนาทฤษฎีวิวัฒนาการทางวัฒนธรรมของมนุษยชาติ และสร้างกรอบคิดขึ้นมาเพื่ออธิบายพัฒนาการความสัมพันธ์ของมนุษย์ในทุกมิติ ซึ่งก็ปรากฏอยู่ในหนังสือเล่มต่อ ๆ มาของเธอทั้งหมด¹

การศึกษาค้นคว้าวิจัยและงานเขียนของ โรแอน ไอสเลอร์ คือความพยายามที่จะเข้าใจรากเหง้าของปัญหาและวิกฤติทางสังคมและสิ่งแวดล้อมของมนุษยชาติซึ่งมีความรุนแรงและขยายตัวเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านความยากจน ความเหลื่อมล้ำทางเศรษฐกิจ ความรุนแรงในครอบครัวโดยเฉพาะต่อเด็กและผู้หญิง สงครามและความขัดแย้ง วิกฤติของสิ่งแวดล้อมและระบบนิเวศของโลก การเข้าใจรากเหง้าของปัญหาทำให้เธอเสนอทางออกไว้หลากหลายด้านเพื่อเป็นแนวทางให้กลุ่มคนต่าง ๆ ร่วมกันสร้างวัฒนธรรมและความสัมพันธ์แบบใหม่ ที่เธอเชื่อว่า

¹ หนังสือต่าง ๆ ของโรแอน ไอสเลอร์ เช่น *Sacred Pleasure: Sex, Myth, and the Politics of the Body*, *The Power of Partnership: Seven Relationships that Will Change Your Life*, *The Partnership Way: New Tools for Living & Learning*, *Tomorrow's Children: A Blueprint for Partnership Education in the 21st Century*, *The Real Wealth of Nations: Creating a Caring Economics*.

จะนำพามนุษยชาติออกจากสภาวะวิกฤต กรอบคิดและงานเขียนของไอสเลอร์ มีอิทธิพลต่อนักคิด นักปฏิรูป นักการศึกษา และนักเคลื่อนไหวสังคมเป็นจำนวนมากทั้งในสหรัฐอเมริกาและประเทศอื่น ๆ ทั่วโลก จนเธอได้รับขนานนามว่าเป็นหนึ่งใน 20 นักประวัติศาสตร์โลกที่มองภาพใหญ่ (Macrohistorian) เธอสรุปผลการศึกษาวិวัฒนาการทางวัฒนธรรมของมนุษยชาติในโลกนี้ว่ามีสองลักษณะหรือสองรูปแบบ คือ Dominant Model ที่ผู้เขียนแปลความว่า วัฒนธรรมอำนาจครอบงำ หรือ วัฒนธรรมควบคุมและครอบงำ และรูปแบบ Partnership Model ที่ผู้เขียนแปลความว่าวัฒนธรรมอำนาจร่วม หรือบางครั้งไอสเลอร์เรียกว่า ‘Sharing and Caring Culture’ ที่ผู้เขียนแปลว่าวัฒนธรรม แบ่งปันและใส่ใจ

วัฒนธรรมควบคุมครอบงำ (Dominant Model)

ไรแอน ไอสเลอร์ อธิบายว่ารูปแบบวัฒนธรรมควบคุมครอบงำมีลักษณะสำคัญสี่ประการ คือ

1. สังคมอำนาจนิยม (Authoritarian) ที่มีโครงสร้างแบบลดหลั่นชั้นอำนาจ (Hierarchical) และเป็นฐานที่เอื้อให้เกิดการใช้อำนาจเหนือกว่าควบคุมความคิด อารมณ์ความรู้สึก การตัดสินใจ และระบบเศรษฐกิจแบบบนลงล่าง ไม่ว่าจะเป็นโครงสร้างในระดับครอบครัว ชุมชน ชนเผ่า องค์กร สถาบันหรือระดับรัฐและชาติ
2. สังคมแบบชายเป็นใหญ่ ซึ่งหมายถึงการให้คุณค่า สถานภาพและอำนาจแก่เพศชายมากกว่าเพศหญิง ดังนั้นเพศชายจึงเป็นผู้ควบคุมทุก ๆ สถาบันในสังคม
3. มีระดับความกลัว มีการยอมรับหรือเห็นด้วยว่าความรุนแรงเป็นส่วนหนึ่งของการเป็นหรือการสร้างสถาบัน เช่น การใช้ความรุนแรงเพื่อสั่งสอนหรือควบคุม

ความประพฤติของเด็กในสถาบันครอบครัวและสถาบันการศึกษา การยอมรับความรุนแรงที่สามีกระทำต่อภรรยาว่าเป็นเรื่องปกติหรือเป็นเรื่องส่วนตัว ตลอดจนการเห็นด้วยกับการทำสงคราม

4. มีระบบความคิด ความเชื่อ เรื่องราว การสอนและการให้คุณค่าที่เห็นว่าเป็นรูปแบบวัฒนธรรมควบคุมและครอบงำเป็นเรื่องปกติและถูกต้องเหมาะสม เป็นสิ่งหลีกเลี่ยงไม่ได้ หรือเห็นว่าเป็นสิ่งที่ยอมรับได้ในทางศีลธรรม เช่น การยอมรับการฆ่าล้างเผ่าพันธุ์ชนกลุ่มน้อย การที่ชุมชนใช้ก้อนหินขว้างปาเพื่อฆ่าผู้หญิงม่าย (ในประเทศอินเดีย) การเขียนตีเด็กเพื่อบังคับให้พวกเขาเห็นคล้อยตามความคิดบางอย่างของผู้ใหญ่ (Eisler, 2000, p. 4-5)

โรแอน ไอสเลอร์ ค้นพบจากการศึกษาค้นคว้าวัฒนธรรมของมนุษย์หลายยุคตั้งแต่สมัยโบราณจนถึงปัจจุบันนี้ว่า ส่วนใหญ่แล้วมนุษย์เกือบทุกยุคทุกสมัยอาศัยอยู่ในวัฒนธรรมแบบควบคุมครอบงำ ตั้งแต่ในระดับครอบครัว ชุมชนหรือชนเผ่า สถาบัน อาณาจักรหรือรัฐชาติ ซึ่งรวมไปถึงความเชื่อทางจิตวิญญาณของชนเผ่า สถาบันศาสนา ระบบเศรษฐกิจ การศึกษา กองทัพและทหาร การเมืองการปกครอง กฎหมายและกระบวนการยุติธรรม และสถาบันกษัตริย์ เธออธิบายลักษณะของวัฒนธรรมควบคุมครอบงำนี้ในหลายมิติ ผู้เขียนเลือกมาให้เห็นเป็นตัวอย่างดังต่อไปนี้

มิติทางสังคม	ลักษณะของวัฒนธรรมควบคุมครอบงำ
โครงสร้างสังคม	เป็นโครงสร้างตามลำดับชั้นอำนาจการควบคุมและครอบงำที่เข้มงวดและตายตัว โดยที่ระดับของอำนาจนิยมจะเชื่อมโยงกับระดับการควบคุมครอบงำโดยผู้ชาย

มิติทางสังคม	ลักษณะของวัฒนธรรมควบคุมครอบงำ
โครงสร้างความสัมพันธ์ทางเพศ	• เชื่อว่าผู้ชายมีอำนาจและสถานภาพสูงกว่าผู้หญิง และเชื่อว่าความเป็นชายมีค่ามากกว่าความเป็นหญิง เช่น การควบคุมและการเป็นผู้ชนะ เป็นลักษณะของความเป็นชายที่ถูกให้คุณค่ามากกว่าการดูแลใส่ใจ การประนีประนอมที่ถือว่าเป็นลักษณะของความเป็นหญิง •ต่อต้านหรือไม่ส่งเสริมงบประมาณโครงการที่ปกป้องคุ้มครองสิทธิและความปลอดภัยของเด็กหญิงและผู้หญิง • ส่งเสริมกิจกรรมทางสังคมสำหรับผู้ชาย มากกว่ากิจกรรมที่สำคัญสำหรับผู้หญิง • ใช้วาทกรรมหรือคำพูดที่ดูถูกเหยียดหยามผู้ชายที่มีลักษณะอ่อนโยน ใส่ใจ และไม่ใช้ความรุนแรงว่าอ่อนแอและไม่ใช่วิธีผู้ชายจริง
ความรุนแรง	มีความรุนแรงทางสังคมสูง ความรุนแรงเป็นส่วนหนึ่งของสถาบันนับตั้งแต่การทำร้ายเด็กและผู้หญิงในครอบครัว การข่มขืน และการทำสงคราม ไปจนถึงการทำร้ายจิตใจของผู้มีอำนาจภายในครอบครัวในที่ทำงาน และในสังคม

มิติทางสังคม	ลักษณะของวัฒนธรรมควบคุมครอบงำ
เพศสัมพันธ์และเพศวิถี	การบังคับเป็นองค์ประกอบสำคัญของการเลือกคู่ การมีเพศสัมพันธ์ และการมีลูก • เช็กส์มีไว้เพื่อให้กำเนิดบุตรชายและการปลดปล่อย อารมณ์ทางเพศของผู้ชาย • ผู้ชายเป็นผู้กำหนดและควบคุมเรื่องเช็กส์ • เห็นว่าการสอนให้ผู้หญิงเก็บกดความต้องการทางเพศหรือแสดงออกในเรื่องนี้ด้วยความอายและไร้อิทธิพลคือความโรแมนติก
เด็กและเยาวชน	• เชื่อว่ามีความจำเป็นต้องเขียนตีเด็กและเห็นว่าสิ่งนี้ไม่ผิดศีลธรรม • สนับสนุนการเลี้ยงดูเด็กที่ใช้การลงโทษและการทำให้เกรงกลัว • ไม่ตั้งคำถามกับวัฒนธรรมที่สั่งสอนเด็กให้เชื่อฟังผู้มีอำนาจ
ระบบเศรษฐกิจ	• เป็นระบบที่ใช้การควบคุมจากบนลงล่างโดยกลุ่มคนที่มีอำนาจมากเป็นผู้ควบคุมทั้งทรัพยากร แรงงาน ระเบียบ กติกา และกฎหมาย • เป็นระบบที่ผู้ชายควบคุมทรัพยากร ดังนั้นผู้หญิงและเด็กจะถูกแสวงหาประโยชน์และประสบกับความยากจน

มิติทางสังคม	ลักษณะของวัฒนธรรมควบคุมครอบงำ
	- เป็นระบบที่แสวงหาประโยชน์ และทำลายสิ่งแวดล้อมและระบบนิเวศของโลก - เป็นระบบที่สร้างความเหลื่อมล้ำและความยากจน
จิตวิญญาณ	ผู้ชายและจิตวิญญาณของพวกเขามีความสูงส่งกว่าผู้หญิงและธรรมชาติ (ตั้งแนวคิดที่พระเจ้าอยู่เหนือธรรมชาติ) ความเชื่อนี้อนุญาตและสร้างความชอบธรรมให้การครอบครอง ควบคุม และแสวงหาประโยชน์จากผู้หญิงและธรรมชาติ
อำนาจและความรัก	อำนาจสูงสุดคืออำนาจในการควบคุม ครอบงำ และทำลาย ความรักและความพิศواسัมฤทธิ์ใช้เป็นข้ออ้างของการกระทำรุนแรง การทำร้าย และแสวงหาประโยชน์ของผู้ที่มีอำนาจ เช่น การฆ่าหรือทำร้ายภรรยาโดยสามีหรือแฟนที่อ้างว่าทำไปเพราะผู้หญิงหรือภรรยานอกใจ การใช้สงครามหรือความรุนแรงเพื่อสันติภาพหรือเพื่อพระเจ้า เป็นต้น

นอกจากโครงสร้างในมิติทางสังคมข้างต้นแล้ว ไอสเลอร์ยังพบว่า มีรูปแบบลักษณะ และวิธีการของวัฒนธรรมแบบควบคุมครอบงำที่สังเกตเห็นได้ ดังต่อไปนี้

- สร้างความกลัวและใช้ความกลัวเพื่อควบคุมปกครองคน
- ให้คุณค่าเรื่องเพศและชนะ
- ใช้อำนาจเหนือกว่า
- นิยมใช้การควบคุมและสั่งการ

- มีการจัดลำดับคนในสังคม
- มีเพียงฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดเท่านั้นที่ได้ประโยชน์
- ใช้กลยุทธ์ตลบละเล
- ทำลายมากกว่าสร้างสรรค์
- ใช้วิธีปกปิดความลับ
- สั่งสอนอบรมให้คนคิดและปฏิบัติเหมือนกันหมด
- ใช้กฎหมายและคำสั่งในการควบคุมสังคม
- ใช้ความรุนแรงในการควบคุมและจัดการความขัดแย้ง
- ความแตกต่าง หมายความว่า กลุ่มหนึ่งสูงหรือดีกว่าอีกกลุ่มที่ต่ำด้อยกว่า
- เห็นเพศหญิงและเพศชายเป็นขั้วตรงข้าม
- ให้คุณค่าความเป็นชายในการควบคุมและปกครอง
- ยกย่องผู้ชายที่มีภาพลักษณ์ใช้ความรุนแรงว่าเป็นวีรบุรุษ
- มีความเชื่อว่าผู้หญิงดีคือผู้หญิงที่บริสุทธิ์และเป็นแม่ ผู้หญิงเลวเป็นแม่ผัดหรือโสเภณี
- ผู้นำมักเป็นผู้ชายที่ออกคำสั่ง
- สอนมนุษย์ให้ควบคุมและเอาชนะธรรมชาติ
- เชื่อว่าโลกเป็นวัตถุที่มนุษย์สามารถควบคุมและแสวงหาประโยชน์ได้

หากเรานำกรอบวัฒนธรรมนี้มาสำรวจและไตร่ตรองเกี่ยวกับสังคมไทย ก็พบว่าสังคมเรามีโครงสร้างทางสังคม ลักษณะ รูปแบบและวิธีการที่เป็นไปตามวัฒนธรรมควบคุมครอบงำเกือบทั้งสิ้น ไม่ว่าในระดับครอบครัว ในระบบหรือ

สถาบันหลักต่าง ๆ ของสังคม รวมถึงภาพรวมของสังคมไทย และแม้เราจะอ้างว่าประเทศหรือสังคมเรามีระบบการเมืองการปกครองแบบประชาธิปไตยมากกว่า 80 ปี แต่ประเทศไทยเรายังเป็นสังคมที่มีวัฒนธรรมรูปแบบควบคุมครอบงำนี้อย่างเห็นได้ชัดเจน

วัฒนธรรมควบคุมครอบงำในระบบการศึกษาของไทย

ระบบการทำงานของราชการไทยแทบทุกกระทรวงมีการบริหารจัดการแบบรวมศูนย์อำนาจไว้ที่ส่วนกลางและใช้วัฒนธรรมอำนาจแบบควบคุมครอบงำในทุกลำดับชั้นของโครงสร้างองค์กร และระบบการศึกษาของรัฐไทยก็ดำรงอยู่ภายใต้การบริหารจัดการของกระทรวงศึกษาและทบวงมหาวิทยาลัยที่มีวัฒนธรรมเช่นนี้ แต่ในที่นี้จะกล่าวถึงเฉพาะกระทรวงศึกษาธิการที่ดูแลการศึกษาขั้นพื้นฐานและการศึกษาระดับมัธยม เนื่องจากหนังสือเล่มนี้เสนอการเปลี่ยนแปลงกรอบคิด เนื้อหาหลักสูตร และกระบวนการเรียนการสอนสำหรับผู้เรียนชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษา โดยลักษณะของวัฒนธรรมครอบงำที่เห็นได้ชัดในระบบการทำงานของกระทรวงนี้ คือ

1. โครงสร้างการบริหารจัดการซึ่งรวมศูนย์อำนาจ ไว้ที่ส่วนกลาง ผู้ทำหน้าที่กำหนดเป้าหมาย ยุทธศาสตร์ หลักสูตร งบประมาณ การประเมินผล ตลอดจนตัวชี้วัด โครงสร้างอำนาจเช่นนี้ส่งผลเสียมากมาย

ประการแรก การบริหารจัดการแบบควบคุมครอบงำปิดกั้นการส่งเสริมพัฒนาภาวะการนำ ความสามารถ ความคิดสร้างสรรค์ และอิสระภาพของผู้บริหารโรงเรียนและกลุ่มครูโดยเฉพาะคนรุ่นใหม่ไฟแรงที่มีความรู้และทักษะใหม่ ตั้งใจทำงานเพราะรักในวิชาชีพนี้ เราได้ยินข่าวกลุ่มครูเรียกร้องให้ลดงานประเมินผลและแบบทดสอบที่ครูต้องทำตามนโยบายซึ่งกำหนดมาจากส่วนกลาง เนื่องจาก

งานเหล่านี้ดึงเอาเวลาและพลังงานของครูที่ควรนำมาใช้สอนเด็กซึ่งเป็นงานหลักที่พวกเขารักและเป็นแรงจูงใจให้พวกเขามาประกอบอาชีพครู

ประการที่สอง โครงสร้างอำนาจรวมศูนย์ทำให้หลักสูตรการเรียนการสอน ถูกกำหนดจากนักวิชาการการศึกษาในกรุงเทพฯ ซึ่งกลุ่มคนดังกล่าวเป็นคนไทยภาคกลาง เป็นชนชั้นกลางระดับบนหรือชนชั้นสูง เป็นข้าราชการกลุ่มอนุรักษ์นิยมที่ขาดความละเอียดอ่อนและไม่คำนึงถึงความแตกต่างหลากหลายทางชาติพันธุ์ ศาสนา วัฒนธรรม ภาษาและอัตลักษณ์อื่น ๆ ของนักเรียนและชุมชนทั่วประเทศ กรอบคิดของนักการศึกษาอนุรักษ์นิยมคือการปกป้องรักษาวัฒนธรรมไทยพุทธภาคกลางซึ่งเชื่อว่าเป็นไทยภาคกลางและความเป็นพุทธนั้นเหนือกว่าคนไทยชาติพันธุ์อื่นหรือกลุ่มคนที่นับถือศาสนาอื่น ๆ ของประเทศนี้

ประการที่สาม ความสูญเสียด้านงบประมาณจำนวนมากของกระทรวงที่ใช้ในแต่ละปี แต่สังคมกลับได้การศึกษาคุณภาพต่ำ เพราะการจัดสรรงบประมาณ โดยส่วนกลางถูกนำไปใช้เป็นค่าตอบแทนในส่วนของเงินเดือนและค่าวิทยฐานะสูงถึง 80% แต่จัดสรรงบประมาณเพื่อใช้จ่ายในการพัฒนาผู้เรียนเพียง 3% (ศ.ดร.สมพงษ์ จิตระดับ สุธงคะวาทีน, *การศึกษาไทย: กระบวนทัศน์ที่หลงทาง*, 2560) การจัดสรรงบประมาณนี้ชี้ให้เห็นชัดว่า ผู้มีอำนาจในการกำหนดนโยบาย พูดถึงการปฏิรูปการศึกษามาตลอดทุกรัฐบาล มีการเขียนเนื้อหาสาระของหลักสูตร การพัฒนาครู และกระบวนการเรียนการสอนต่าง ๆ ที่เข้าครอบงำของการศึกษาโลก แต่ในทางปฏิบัติแล้วการจัดสรรงบประมาณเพียงน้อยนิดให้แก่งานพัฒนาผู้เรียนทำให้คนไทยไม่มีความหวังที่จะเห็นการเปลี่ยนแปลงของการศึกษาไทยภายใต้การทำงานในวัฒนธรรมควบคุมครอบงำของรัฐไทย

ประการที่สี่ ความสูญเสียโอกาสของเด็กและเยาวชนที่จะได้มีความรู้และฝึกฝนทักษะอันเป็นประโยชน์และสอดคล้องกับสภาพสังคม สิ่งแวดล้อม และปัญหาที่

พวกเขาต้องเผชิญในยุคนี้ เราทราบกันดีว่าเมื่อเทียบกับหลายประเทศในภูมิภาคนี้ คุณภาพของการศึกษาไทยตกต่ำลงอย่างเห็นได้ชัด โดยเฉพาะเมื่อนำไปเปรียบเทียบกับประเทศเวียดนาม มาเลเซีย และสิงคโปร์ สังคมไทยในศตวรรษนี้ต้องพึ่งพาประชากรคนรุ่นใหม่ที่มีคุณภาพ ความรู้ ความสามารถ และทักษะ เพื่อให้ประเทศสามารถรับมือกับสภาพและปัญหาใหม่ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง เทคโนโลยี และสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว

และประการสุดท้าย ความสูญเสียโอกาสในการใช้การศึกษาเพื่อกระจายอำนาจและสร้างความเป็นประชาธิปไตยในท้องถิ่น จากการที่ผู้นำชุมชนและองค์กรปกครองท้องถิ่นผู้เป็นตัวแทนโดยตรงจากชุมชนไม่มีอำนาจร่วมในการกำหนดนโยบาย งบประมาณ หลักสูตรการเรียน กระบวนการเรียนการสอนและการบริหารจัดการให้แก่ลูกหลานของพวกเขา ศ.ดร.สมพงษ์ จิตระดับ สุ้องคะวาทิน กล่าวว่า การควบคุมของรัฐบาลในการบริหารจัดการการศึกษาในด้านต่าง ๆ นั้นสูงถึง 76% ภาคเอกชนมีส่วนร่วม 17% ท้องถิ่นมีส่วนร่วมเพียง 5% และภาคประชาชนมีส่วนร่วมเพียงแค่ 2% (ศ.ดร.สมพงษ์ จิตระดับ สุ้องคะวาทิน, *การศึกษาไทย: กระบวนทัศน์ที่หลงทาง*, 2560)

ระบบการศึกษาภายใต้การบริหารจัดการรวมศูนย์อำนาจจึงเป็นอุปสรรคหลักที่ปิดกั้นและขัดขวางการพัฒนาเด็กและเยาวชน บุคลากรจำนวนมากของกระทรวงท้องถิ่น และระบบการเมืองการปกครองแบบประชาธิปไตยของประเทศไทยที่มีจุดมุ่งหมายให้ประชาชนและชุมชนมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา และพัฒนาสังคม

2. หลักสูตรเนื้อหาตำราเรียนที่ยังล้าหลัง ไม่สอดคล้องกับปัญหาและความต้องการของเด็ก เยาวชน ชุมชนสังคมไทยและโลกที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ปรัชญาการศึกษาของไทยยังคงเน้นการสั่งสอนอบรมให้เด็กนักเรียนมีความยึดมั่นในสามเสาหลัก คือชาติ ศาสนาและพระมหากษัตริย์แบบแข็งตัว ที่ไม่อนุญาตให้มี

การวิพากษ์วิจารณ์ แต่ในศตวรรษนี้หลายประเทศรวมถึงรัฐไทยจำเป็นต้องปรับตัวไปตามนโยบายการศึกษาของโลกที่ทำให้รัฐไทยเซ็นสัญญาร่วมกับองค์กรสหประชาชาติเพื่อแสดงเจตนารมณ์ที่จะปรับปรุงการศึกษาให้สอดคล้องเหมาะสมเพื่อเตรียมสำหรับเด็กและเยาวชนให้สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพของสังคมสิ่งแวดล้อม ระบบเศรษฐกิจ สื่อและเทคโนโลยี ที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว กระทรวงศึกษาธิการพูดถึงการปฏิรูปการศึกษาไทยมานานกว่า 30 ปี แต่ในความเป็นจริงแล้วยังไม่เคยมีการปฏิรูปโครงสร้างอำนาจและระบบบริหารจัดการแบบรัฐราชการของกระทรวงฯ เลย ศ.ดร.สมพงษ์ จิตระดับ สว่างควาทิน กล่าวว่ารัฐราชการการศึกษาของไทยมีลักษณะอนุรักษนิยม ประเพณีนิยม คิดตามโลกไม่ทัน เพราะติดกับกรอบคิดเก่า (*การศึกษาไทย: กระบวนทัศน์ที่หลงทาง*, 2560) ยกตัวอย่างที่เห็นได้ในปัจจุบันคือในแผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560-2579 กระทรวงศึกษากำหนดเป้าหมายด้านผู้เรียนไว้ว่าผู้เรียนทุกคนจะต้องมีคุณลักษณะ และทักษะสำหรับการเรียนรู้ในศตวรรษ 21 คือ หลักสูตรเรียน 3Rs และ 8Cs โดย 3Rs คือ การอ่านออก (Reading) การเขียนได้ (Writing) และการคิดเลขเป็น (Arithmetics) และหลักสูตร 8Cs เป็นชุดของความรู้และทักษะที่สำคัญมาก แต่สิ่งที่รัฐไทยทำได้จริงเป็นเพียงแค่กำหนดเป้าหมายเรื่องเหล่านี้ไว้ในแผนกระดาษเท่านั้น ยังไม่พบหลักสูตรการอบรมและพัฒนาครูในทักษะแปดด้านนี้ และยังไม่มีหลักสูตรสื่อการสอนและกระบวนการเรียนรู้ในโรงเรียนประถมและมัธยมที่จะทำให้ผู้เรียนได้เกิดทักษะ 8Cs ได้จริง

นอกจากนี้ เราทราบกันดีว่าในทุกปีที่ผ่านมากระทรวงสาธารณสุขมีตัวเลขยืนยันสถิติความรุนแรงทางเพศ และความรุนแรงต่อเด็กที่เพิ่มขึ้น แต่โรงเรียนก็ยังไม่มียุทธศาสตร์สอนเรื่องเพศและเพศวิถี เช่น สิทธิทางเพศและความรุนแรงบนฐานเพศ สิทธิเด็ก รวมถึงการเรียนการเคารพความแตกต่างหลากหลาย การแก้ไขความขัดแย้ง และสิทธิพลเมืองในสังคมประชาธิปไตย หลักสูตรอนุรักษนิยมโดยรวมยังคงเน้นการสอนให้เด็กไทยเป็นพลเมืองที่เชื่อฟังผู้ใหญ่และทำหน้าที่เป็นพลเมืองดี

โดยการมีความสามัคคีและรักดีต่อชาติ ศาสนาและพระมหากษัตริย์ โดยเฉพาะในปี พ.ศ. 2557 หลังการรัฐประหาร นายกรัฐมนตรีคนปัจจุบันได้ประกาศค่านิยมหลักสำหรับคนไทย 12 ประการที่กระทรวงศึกษาต้องนำไปให้นักเรียนนักศึกษาท่องจำ ตอกย้ำให้เห็นถึงระบบอำนาจนิยมและวัฒนธรรมอำนาจควบคุมครอบงำของรัฐ ผ่านระบบการศึกษาของรัฐไทยซึ่งผู้เขียนเห็นว่าคือกรอบคิดของวัฒนธรรมอำนาจ ควบคุมครอบงำแบบชายเป็นใหญ่นั้นเอง

และในขณะที่วิกฤตสิ่งแวดล้อมกลายเป็นประเด็นปัญหาใหญ่ของโลก เป้าหมายและหรือหลักสูตรการศึกษาของประเทศก้าวหน้าพูดถึงการจัดการศึกษา ที่ผู้เรียนต้องเข้าใจผลกระทบของวัฒนธรรมบริโภคนิยม ระบบเกษตรกรรม อุตสาหกรรมและการใช้เทคโนโลยีที่ทำลายสิ่งแวดล้อม และเน้นการใช้ทรัพยากร ธรรมชาติและพลังงานแบบยั่งยืนในชีวิตประจำวัน แต่ยุทธศาสตร์ที่ 6 ของแผนการศึกษาแห่งชาติซึ่งพูดถึงการจัดการศึกษาเพื่อสร้างคุณภาพชีวิตที่เป็นมิตรกับ สิ่งแวดล้อม กลับถูกกำกับและครอบงำด้วยแนวคิดตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ที่ในบริบทของสังคมไทยหมายถึงการทำเกษตรกรรมธรรมชาติที่เน้นการผลิตให้ พอเพียง เมื่อเหลือจากการบริโภคจึงให้ขาย ซึ่งมุ่งส่งเสริมในหมู่ประชากรชนชั้นล่าง ของประเทศผู้ไม่ใช่กลุ่มคนที่ทำลายสิ่งแวดล้อมของสังคม

3. เนื้อหาในหนังสือเรียนที่นำเสนอเพศตามกรอบวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ ตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบันทางเพศจะมีแค่ชายกับหญิง ซึ่งมีบทบาทหน้าที่ ภาพลักษณ์ คุณค่า และอำนาจที่ไม่เท่าเทียมกัน การใช้ภาพครอบครัวพ่อแม่ลูกสมบูรณ์แบบของ บรรทัดฐานรักต่างเพศ ในขณะที่มีมนุษย์ในโลกนี้มีความหลากหลายทางเพศ มีความรัก ความสัมพันธ์และครอบครัวหลายรูปแบบ

แม้จะมีความพยายามขององค์กรภาคประชาชนเข้าไปทำงานร่วมกับ กระทรวงศึกษาธิการเพื่อสร้างหลักสูตรและวิธีการสอนให้เข้ากับยุคสมัย แต่

กระทรวงฯ ก็ยังไม่เปิดรับการปฏิรูปนี้ในช่วงปี พ.ศ. 2555-2558 มูลนิธิแพธทูเฮลท์ (Path2health Foundation) จัดทำโครงการอบรมครูเกือบทั่วประเทศในเรื่องเพศและเพศวิถี ด้วยเนื้อหาหลักสูตรและเทคนิคการเรียนการสอนที่ก้าวหน้าสอดคล้องกับองค์ความรู้สากล แต่กระทรวงฯ กลับไม่บรรจุหลักสูตรดังกล่าวไว้ในโรงเรียนทั้ง ๆ ที่ปัญหาเกี่ยวเนื่องกับเรื่องเพศของเด็กวัยรุ่น เช่น ปัญหาท้องวัยรุ่น เป็นปัญหาระดับชาติของประเทศไทยมานานหลายปี มีครูหลายคนที่เคยอยู่ในโครงการนี้มาอบรมที่ศูนย์ฯ พวกเขาเล่าให้ฟังว่า หากผู้บริหารโรงเรียนไม่เห็นด้วย ครูจะไม่สามารถสอนหลักสูตรนี้ได้เลย แม้โครงการจะใช้เวลาสอนเนื้อหาเรื่องนี้เพียงไม่กี่ชั่วโมงก็ตาม

4. การศึกษาเพื่อทำให้เด็กเหมือนกันหมด โดยอ้างความเป็นชาติที่ใช้ภาษาและวัฒนธรรมของคนไทยภาคกลางเป็นแกน ตั้งแต่การแต่งตัว เนื้อหาในตำราที่ใช้สอน การบังคับ กฎระเบียบและการลงโทษ การทำให้เหมือนกันหมด ในด้านหนึ่งก่อให้เกิดการทำลายอัตลักษณ์ ทำลายความรักและความภูมิใจวัฒนธรรมพื้นถิ่น ยกตัวอย่างในจังหวัดภาคเหนือ เด็กจะถูกกลืนโทษตั้งแต่เล็ก ๆ เมื่อพูดภาษาพื้นถิ่นในห้องเรียน

5. เน้นการสร้างความเป็นระเบียบเรียบร้อยผ่านการควบคุมเด็กด้วยกฎระเบียบ โดยเฉพาะเรื่องทางกายของเด็กตั้งแต่เรื่องทรงผม ชุดนักเรียน และล่าสุดในวันที่กำลังเขียนหนังสือฉบับนี้ (วันที่ 31 พฤษภาคม 2563) มีข่าวว่ากระทรวงศึกษาได้กำหนดแนวทาง ด้วยภาพประกอบของตัวอย่างหน้ากากกันเชื้อไวรัสโควิดว่าต้องเป็นแบบไหนและสีอะไรจึงจะเหมาะสมสำหรับการเป็นนักเรียน โดยไม่คำนึงเรื่องค่าใช้จ่ายและประเด็นสำคัญคือการป้องกันการติดเชื้อซึ่งไม่เกี่ยวข้องกับสีของหน้ากากผ้า

6. เทคนิควิธีการเรียนการสอนโดยรวมยังเน้นการท่องจำ โดยครูเป็นผู้

ป้อนข้อมูลความรู้และคำตอบ เน้นการแข่งขันและความเป็นเลิศระดับปัจเจกเพื่อสร้างชื่อเสียงให้แก่โรงเรียน รวมถึงการให้การบ้านที่ผู้ปกครองไม่สามารถช่วยเหลือเด็กได้ ซึ่งคือการเปิดช่องให้ครูแสวงหาประโยชน์จากงานสอนการบ้านให้เด็ก

7. ครูในความหมายของการศึกษากระแสหลักและความเข้าใจของผู้คนทั่วไปคือผู้มีความรู้ ผู้ให้คำตอบ เป็นศูนย์กลางของห้องเรียนและการเรียน เป็นผู้มีความอำนาจเหนือนักเรียน และเป็นผู้ปกครองดูแลความประพฤติของเด็ก ด้วยอำนาจตามบทบาทหน้าที่และสถานภาพทางสังคมของครูดังกล่าวทำให้นักเรียนต้องให้ความเคารพนับถือ เชื่อฟัง และยอมทำตามด้วยความกลัว บรรยากาศการเรียนรู้ที่ใช้การควบคุมเพื่อสร้างความกลัว และวิธีการสอนที่มีครูเป็นศูนย์กลางไม่เอื้อต่อการพัฒนาศักยภาพหรืออำนาจภายในแก่ผู้เรียน เช่น ภาวะผู้นำ ความคิดสร้างสรรค์ ความมั่นใจและความภูมิใจในตนเอง

การส่งเสริมและอนุญาตให้ครูมีอำนาจเหนือเด็กทุกด้าน นำไปสู่การแสวงหาประโยชน์ตั้งแต่การคิดเงินค่าสอนการบ้านหลังเลิกเรียน การลงโทษด้วยการทำร้ายรุนแรง รวมถึงการละเมิดทางเพศ โดยที่ครูไม่ถูกลงโทษหรือถูกดำเนินคดี องค์กรภาคประชาสังคมที่ทำงานเรื่องสิทธิเด็กเปิดเผยว่า เด็กถูกล่วงละเมิดทางเพศโดยครูเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องมานานและมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น นอกจากความรุนแรงที่ครูทำกับเด็กแล้ว ยังมีรูปแบบความรุนแรงที่เด็กกระทำต่อตนเองหากแต่ครูและโรงเรียนเพิกเฉย เช่น เด็กถูกลั่นแกล้งจากเพื่อน ๆ หรือถูกทำร้ายจากรุ่นพี่ เด็กผู้หญิงถูกเปิดกระโปรงโดยเพื่อนชาย เด็กข้ามเพศถูกทำร้ายจนทำให้เด็กเสียชีวิตหรือฆ่าตัวตายเพราะความอับอาย สถาบันการศึกษาที่เราเข้าใจว่าเป็นพื้นที่ปลอดภัย ช่วยให้เด็กเรียนรู้เติบโตนั้นกลายเป็นสถานที่ที่ไม่ปลอดภัยสำหรับเด็กและเยาวชน เพราะโรงเรียนตั้งแต่ระดับอนุบาลไปจนถึงมหาวิทยาลัยหลายแห่งกลายเป็นพื้นที่ที่ครูและผู้บริหารโรงเรียนใช้อำนาจในทางผิดและใช้ความรุนแรงกับเด็ก หรือส่งเสริมให้เกิดความรุนแรงด้วยการเพิกเฉยไม่ทางตรงก็ทางอ้อม

ระบบการศึกษาแบบนี้ส่งผลอย่างไรต่อเด็กและเยาวชน?

- ความกลัวและการสยบยอมต่อผู้มีอำนาจหรือการต่อต้านเงียบ
- ขาดความมั่นใจและความคิดสร้างสรรค์ ไร้ความฝัน ไร้แรงบันดาลใจ และไม่กล้าตัดสินใจ
- ถูกหล่อหลอมให้สืบทอดวัฒนธรรมอำนาจนิยมและความรุนแรง
- เด็กเยาวชนที่เป็นชนกลุ่มน้อยทางเพศชาติพันธุ์ ศาสนา เด็กพิการและเด็กยากจน ตลอดจนเด็กต่างจังหวัด นอกจากเสี่ยงที่จะถูกทำร้ายโดยครูและเพื่อนแล้ว พวกเขาจะถูกหล่อหลอมให้ไม่เห็นคุณค่าในตัวเอง ขาดความรักความผูกพันกับชุมชน วัฒนธรรม และท้องถิ่นของตน
- การเรียนเพียงเพื่อสอบผ่านทำให้เด็กไม่สามารถเอาความรู้ที่เรียนในโรงเรียนไปปรับใช้ในชีวิตจริงได้
- ปัญหาเด็กท้องในวัยรุ่นจะเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ โดยเด็กผู้ชายสามารถเรียนต่อได้ แต่เด็กผู้หญิงจำต้องออกจากโรงเรียนกลางคัน และส่วนใหญ่ไม่สามารถกลับไปเรียนต่อให้จบได้
- เด็กไม่รู้จักรักตนเอง ไม่ใส่ใจและเคารพสิทธิผู้อื่น (โดยเฉพาะคนที่แตกต่างจากเขา) ขาดความผูกพันกับธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ไม่รู้จักสังคมและโลกที่เขาอาศัยอยู่อย่างแท้จริง
- เด็กจะซึมซับและส่งผ่านระบบเพศแบบชายเป็นใหญ่

เมื่อโรงเรียนและสถาบันการศึกษาเป็นสถานที่ซึ่งเด็กและเยาวชนใช้เวลา มากที่สุด มากกว่าที่บ้านของพวกเขาเอง แต่กลับเป็นช่วงระยะเวลายาวนานที่ระบบ การศึกษาแบบอำนาจควบคุมครอบงำได้ทำลายความกระตือรือร้น ความกระหายที่จะ เรียนรู้ ความฝัน พลังชีวิต ความคิดสร้างสรรค์และจิตวิญญาณของพวกเขา ลอง นึกภาพสังคมในอนาคตเมื่อเด็กและเยาวชนถูกหล่อหลอมด้วยวัฒนธรรมอำนาจ แบบนี้ดูแล้วลองนึกภาพว่าเป็นอย่างไร

วัฒนธรรมอำนาจร่วม หรือวัฒนธรรมการแบ่งปันเกื้อกูลและใส่ใจ (Partnership Model or Sharing and Caring Culture)

ไรแอน ไอสเลอร์ ค้นพบร่องรอยของรูปแบบและลักษณะวัฒนธรรมแบบที่สอง ซึ่งต่างออกไปจากวัฒนธรรมอำนาจควบคุมครอบงำ วัฒนธรรมแบบที่สองนี้ เรียกว่า Partnership Model ผู้เขียนแปลความคำนี้ว่า วัฒนธรรมอำนาจร่วม และภายหลังมักเรียกชื่อวัฒนธรรมหลังนี้ว่า Sharing and Caring Culture คือวัฒนธรรมแห่งการแบ่งปันและใส่ใจ (Eisler, 2000, p. 4-5) วัฒนธรรมเช่นนี้ มีลักษณะหรือองค์ประกอบสี่ประการที่แตกต่างจากวัฒนธรรมควบคุมและครอบงำอย่างคนละชั่ว คือ

1. มีโครงสร้างที่มีความเป็นประชาธิปไตยและเสมอภาค
2. มีความเท่าเทียมทางเพศ
3. มีระดับความรุนแรงเชิงสถาบันต่ำ เพราะไม่มีความจำเป็นที่จะต้องใช้ความกลัวและกำลังเพื่ออ้างอำนาจการควบคุมและครอบงำที่เข้มงวดเอาไว้
4. มีระบบความคิด ความเชื่อ เรื่องราว และคุณค่าที่สนับสนุนและชี้ชัดอย่างเป็นเหตุเป็นผลว่าวัฒนธรรมแบบนี้เป็นเรื่องถูกต้อง เหมาะสม

โดยลักษณะสังคมหรือชุมชนที่มีวัฒนธรรมอำนาจร่วมมีลักษณะตัวอย่างดังต่อไปนี้

มิติทางสังคม	ลักษณะของวัฒนธรรมอำนาจร่วม
โครงสร้างสังคม	ส่งเสริมความเสมอภาคในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านสภาพร่างกาย เพศ ชชาติพันธุ์ ศาสนา และชนชั้น

มิติทางสังคม	ลักษณะของวัฒนธรรมอำนาจร่วม
ความสัมพันธ์ระหว่างเพศ	เพศชายและหญิง ความเป็นชายและความเป็นหญิง มีคุณค่าเสมอกัน
ความรุนแรง	มีความรุนแรงเชิงสถาบันอยู่ในระดับต่ำ และไม่ยอมรับให้ความรุนแรงเป็นส่วนหนึ่งของสังคม
ความสัมพันธ์ทางเพศ และเพศวิถี	การเคารพซึ่งกันและกัน การมีอิสรภาพเป็นหลักการ และแนวทางหลักของการมีเพศสัมพันธ์ การเลือกคู่ และการมีบุตร เชื้อสืเป็นผลของความผูกพันระหว่างคนสองคนที่ต่างให้และแลกเปลี่ยนความสุขและความพึงพอใจซึ่งกันและกัน
เด็กและเยาวชน	- ยกเลิกกฎหมายที่อนุญาตให้มีการใช้ความรุนแรงต่อเด็กและเยาวชน และรณรงค์ให้ยุติความรุนแรงต่อเด็ก สนับสนุนให้มีการเลี้ยงดูเด็กแบบอำนาจร่วม - มีระบบดูแลสุขภาพและโภชนาการถ้วนหน้าสำหรับเด็กทุกคน - สนับสนุนระบบการศึกษาที่มีเด็กเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ มีหลักสูตรเรื่องความเท่าเทียมทางเพศ และการอยู่ร่วมในพหุวัฒนธรรม เพื่อส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนเรียนรู้ที่จะเคารพในตัวเอง ผู้อื่น สัตว์ ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

มิติทางสังคม	ลักษณะของวัฒนธรรมอำนาจร่วม
ระบบเศรษฐกิจ	เป็นระบบที่ใช้ความใส่ใจ การเกื้อกูลแบ่งปันและความคิดสร้างสรรค์เป็นรากฐานของระเบียบ กติกา และกฎหมายด้านเศรษฐกิจ
จิตวิญญาณ	ให้ความสำคัญแก่จิตวิญญาณของผู้หญิงและธรรมชาติที่ก่อกำเนิดและเกื้อกูลชีวิตพอ ๆ กับอำนาจของผู้ชาย จิตวิญญาณเชื่อมโยงกับความเห็นอกเห็นใจและความเสมอภาคระหว่างมนุษย์ เรื่องราวเกี่ยวกับพระเจ้าและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายแสดงผ่านเทพนิยายและสัญลักษณ์แห่งความรักที่ไร้เงื่อนไข
อำนาจและความรัก	อำนาจสูงสุดคือการให้ การดูแลใส่ใจ การเกื้อกูลแบ่งปันและให้พลังแก่ชีวิต ความรักคือการแสดงออกถึงภาวะสูงสุดแห่งพัฒนาการของความเป็นมนุษย์

นอกจากมิติต่าง ๆ ที่กล่าวมาแล้วข้างต้นนี้ ไอสเลอร์ยังแจกแจงถึงรูปแบบ ลักษณะ และวิธีการของวัฒนธรรมอำนาจร่วมดังต่อไปนี้

- สร้างความไว้วางใจ
- ชนะทั้งสองฝ่ายหรือได้ประโยชน์ทั้งสองฝ่าย
- ส่งเสริมการใช้อำนาจร่วม
- ส่งเสริมความเท่าเทียมทางเพศ
- เน้นการดูแลใส่ใจ
- เน้นการเกื้อกูลกันและความสัมพันธ์แนบواب

- สื่อสารอย่างเปิดเผย
- ส่งเสริมสันติภาพและการใช้สันติวิธี
- เปิดเผยและพร้อมจะรับผิดชอบ
- คนเคารพธรรมชาติ
- ส่งเสริมให้คนมีความคิดสร้างสรรค์
- ชื่นชมและเห็นคุณค่าของความแตกต่างหลากหลาย
- เห็นว่าเพศหญิงและเพศชายเป็นมนุษย์ที่มีความแตกต่าง ซึ่งต่างก็มีคุณค่า
- ชื่นชมและเห็นคุณค่าของความเป็นหญิง เช่น การดูแลใส่ใจ การเป็นผู้ฟัง การประนีประนอม
- ยกย่องชื่นชมผู้ชายที่มีคุณลักษณะและนิสัยอ่อนโยนและใส่ใจผู้อื่น
- ให้คุณค่าเพศหญิงว่ามีความคิดสร้างสรรค์และเกื้อกูล
- ผู้หญิงมีอำนาจและสิทธิในตัวเอง
- ทั้งผู้หญิงผู้ชายเป็นผู้นำได้และส่งเสริมให้ทำงานแบบร่วมมือกัน
- ใช้การเคารพกันและกันเป็นหัวใจของกฎหมาย
- เห็นว่าความขัดแย้งเป็นเรื่องปกติและใช้สันติวิธีในการแก้ไข
- เชื่อว่าโลกเป็นสิ่งมีชีวิตและมนุษย์เราเป็นส่วนหนึ่งของโลก

ลองนึกภาพว่าหากกระทรวงศึกษาของไทยจะนำคุณลักษณะข้างต้นที่กล่าวมาไปเป็นเนื้อหาสาระและเป้าหมายของการจัดการศึกษาให้เด็กและเยาวชนไทยแล้ว ในอนาคตเราจะมีสังคมอันมีความสุข ความเท่าเทียม สันติปลอดภัย และเต็มไปด้วยความคิดสร้างสรรค์

จากงานศึกษาค้นคว้าวัฒนธรรมของมนุษย์ในหลายยุคหลายแห่งทั่วโลก ไรแอน ไอสเลอร์ ค้นพบหลักฐานที่บอกถึงการมีอยู่ของวัฒนธรรมอำนาจร่วมทั้งในอดีตและปัจจุบัน เช่น ในเอเชียเธอพูดถึงชนเผ่าในประเทศฟิลิปปินส์ที่ไม่ใช้ความรุนแรงในการเลี้ยงดูเด็ก หรือในประเทศไทยเองก็มีวัฒนธรรมของชนเผ่าปกากะญอซึ่งมีวิถีชีวิตเคารพกลมกลืนกับธรรมชาติ มีความรุนแรงต่อเด็กและผู้หญิงในระดับต่ำ เป็นต้น ไอสเลอร์เห็นว่าในยุคปัจจุบันนี้ กลุ่มประเทศที่มีรูปแบบวัฒนธรรมอำนาจร่วมที่เห็นได้ค่อนข้างชัดเจน คือกลุ่มประเทศสแกนดิเนเวีย เช่น นอร์เวย์ สวีเดน เดนมาร์ก ตั้งแต่เรื่องการกระจายอำนาจทางการเมืองการปกครอง การเคารพสิทธิเสรีภาพของประชาชน การมีกฎหมายและการบังคับใช้กฎหมายเพื่อความเป็นธรรม มีระบบสาธารณสุขถ้วนหน้า มีระบบเศรษฐกิจที่คำนึงถึงผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม และระบบการศึกษาที่กระบวนการสอนและหลักสูตรสะท้อนถึงการส่งเสริมความเท่าเทียมทางเพศ สิทธิเด็กและเยาวชน การเคารพและชื่นชมความแตกต่างหลากหลาย ความเป็นพลเมืองที่มีวินัย ใส่ใจต่อสิทธิตนเองและผู้อื่น และความห่วงใยต่อธรรมชาติสิ่งแวดล้อม โดยเริ่มตั้งแต่ชั้นอนุบาลหรือประถมศึกษาไปจนถึงระดับมหาวิทยาลัย นอกจากนี้ประเทศที่ไอสเลอร์ระบุแล้วเราจะเห็นวัฒนธรรมอำนาจร่วมในประเทศอื่น ๆ อีก เช่น นิวซีแลนด์ ฟินแลนด์ เนเธอร์แลนด์ เยอรมนี และปัจจุบันนี้ก็มีโรงเรียนบางแห่งในกรุงเทพฯ นำเอารูปแบบการเรียนการสอนและหลักสูตรของประเทศฟินแลนด์มาทดลองใช้ในโรงเรียนแล้ว

นอกเหนือจากไรแอน ไอสเลอร์ ที่นำเสนอวัฒนธรรมอำนาจสองรูปแบบแล้ว โจแอนนา เมซี (Joanna Macy) นักปรัชญาและนักกิจกรรมด้านนิเวศวิทยาแนวจิตวิญญาณ เป็นผู้พัฒนาทฤษฎีระบบ (Systems Theory) เธอเห็นว่ากระบวนทัศน์ในการมองโลกที่ส่งผลต่อแนวความคิดความเข้าใจเรื่องอำนาจมีอยู่สองแบบที่แตกต่างกัน แบบที่หนึ่งคือกระบวนทัศน์ที่เห็นว่าโลกนี้ประกอบขึ้นด้วยธาตุต่าง ๆ ที่แยกจากกัน เช่น ก้อนหิน พืช ผู้คน สัตว์ และรวมถึงธาตุและสสารต่าง ๆ นักคิดที่มีอิทธิพลต่อกระบวนทัศน์นี้คือ อริสโตเติล นิวตัน และกาลิเลโอ นักคิดผู้ชายเหล่านี้

เชื่อว่านอกจากสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในโลกไม่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันแล้ว ยังมีปฏิกริยาหลักสี่กันและกันหรือเป็นปฏิกิริยาต่อกันและกันอีกด้วย โลกทัศน์เช่นนี้ อำนาจจึงถูกให้ความหมายเชื่อมโยงกับการครอบงำของสิ่งหนึ่งต่อสิ่งอื่น ๆ ความหมายของอำนาจเช่นนี้ในความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ หมายถึงการที่บุคคลคนหนึ่งพยายามกระทำการใด ๆ ก็ตามเพื่อจำกัดทางเลือกของอีกคนหนึ่งหรือคนอื่น ๆ ที่เรียกกันว่าการใช้อำนาจเหนือกว่า ซึ่งหมายความว่าหากฝ่ายหนึ่งมีอำนาจมากเท่าไร ก็จะทำให้อีกฝ่ายหนึ่งมีอำนาจน้อยลงเท่านั้น และส่งผลให้เกิดฝ่ายที่พ่ายแพ้และฝ่ายที่ชนะ โลกทัศน์แบบนี้หล่อเลี้ยงความคิดที่ว่าการมีอำนาจเชื่อมโยงกับการอยู่คงกระพันอย่างถาวร ดังนั้นการป้องกันตัวเอง การติดอาวุธ และการสร้างความเข้มงวดแบบตายตัวจะทำให้บุคคลมีอำนาจเพิ่มมากขึ้น และเชื่อว่าเขาจะไม่มีโอกาสถูกครอบงำ ถูกทำลาย หรือถูกทำให้พ่ายแพ้หรือเปลี่ยนแปลงโดยอีกฝ่ายหนึ่ง

โจแอนนา เมซี เห็นว่ากระบวนทัศน์และความหมายของอำนาจแบบนี้ไม่ถูกต้องและไม่สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงของโลก เพราะระบบของสิ่งมีชีวิตทั้งหมดมีวิวัฒนาการ ซึ่งหมายความว่าระบบของสิ่งมีชีวิตย่อมมีการเปลี่ยนแปลงไม่ตายตัว มีความยืดหยุ่น สามารถฟื้นตัวเองได้ และมีปัญญา การที่ระบบชีวิตเป็นดังนี้ได้ก็เพราะเป็นระบบที่เปิดตัวต่อกระแสการเปลี่ยนแปลงของสสาร พลังงาน และข้อมูล มีการประสานความแตกต่างหลากหลายผ่านการมีปฏิสัมพันธ์ การหมุนหรือเคลื่อนตัวของความสัมพันธ์อันซับซ้อน และมีกลยุทธ์ที่ยืดหยุ่น โจแอนนา เมซีกล่าวว่ากระบวนทัศน์ในการเข้าใจโลกและระบบชีวิตในรูปแบบนี้มองเห็นว่าอำนาจหมายถึงการมีส่วนร่วม การแบ่งปัน การเปิดกว้าง การมีความสัมพันธ์แบบพึ่งพาและเชื่อมโยงกัน มีความยืดหยุ่นและเปลี่ยนแปลงอันเรียกกันว่าอำนาจร่วม (Power with, shared power or power sharing) สตาร์ฮอว์ก (Starhawk) นักสตรีนิยมแนวจิตวิญญาณที่ทำงานด้านสันติวิธี ความเท่าเทียมทางเพศและสิ่งแวดล้อม เธอเห็นพ้องกับโจแอนนา เมซี ว่ากระบวนทัศน์หรือวัฒนธรรมแบบครอบงำที่มองเห็นสิ่งต่าง ๆ อย่างแยกส่วนนี้ ทำให้คนมีความเหินห่างและแปลกแยกจากธรรมชาติ

สิ่งแวดล้อม สัตว์ และมนุษย์ด้วยกันเอง สำคัญของกระบวนทัศน์แบบครอบงำนี้คือการทำให้คนไม่รู้สึกรู้ว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของโลก และอำนาจเหนือกว่าที่เป็นแกนกลางของโลกทัศน์แบบครอบงำก็ส่งผลให้มนุษย์มองโลก ชีวิต และการพัฒนาสังคมแบบแยกส่วน ที่เห็นได้ชัดคือระบบการศึกษาแบบแยกส่วน รวมไปถึงจิตวิทยาแบบซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) ที่เห็นว่าแรงขับและตัณหาหาคะของมนุษย์เป็นอันตราย นอกจากนี้ ระบบคิดของวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีก็ได้ยึดเอาโลกทัศน์แบบแบ่งแยกและครอบงำมาใช้กับธรรมชาติผ่านการใช้สารเคมีกับดิน น้ำ และอากาศ ซึ่งเป็นการทำลายธรรมชาติและผู้คนที่เป็นประโยชน์ที่มาจากธรรมชาติเหล่านี้

2

อำนาจร่วมเพื่อความเท่าเทียมและสันติ



กลุ่มคนทำงานในขบวนการเคลื่อนไหวเพื่อเปลี่ยนแปลงสังคมโลกในหลายยุคที่ผ่านมามีทั้งใช้กรอบวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงอำนาจเป็นแก่นในการอธิบายความไม่เป็นธรรมในสังคม และร่วมกันต่อต้านท้าทายให้มีการเปลี่ยนแปลงความสัมพันธ์เชิงอำนาจในของสังคม

ขบวนการเคลื่อนไหวเพื่อประชาธิปไตย ใช้กรอบวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงอำนาจในระบบการเมืองการปกครองที่ถูกควบคุมและครอบงำโดยรัฐบาลหรือผู้ปกครองที่ลิดรอนสิทธิ เสรีภาพ และอำนาจในการปกครองตนเองของพลเมือง

ขบวนการนักเคลื่อนไหวสังคมกลุ่มมาร์กซิสต์ ใช้กรอบวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงอำนาจด้านชนชั้นทางเศรษฐกิจ โดยมองว่าชนชั้นสูงประกอบด้วยกลุ่มนายทุนและกลุ่มชนชั้นศักดินา (ที่ควบคุมอำนาจทางการเมืองการปกครองสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระบบเศรษฐกิจ) เป็นสาเหตุของความยากจนและความไม่เป็นธรรมต่อกลุ่มชนชั้นล่างในสังคม

ขบวนการเคลื่อนไหวเรื่องสิทธิด้านชาติพันธุ์และสีผิว ดังเห็นได้ชัดในประเทศสหรัฐอเมริกา ยุโรป แอฟริกาใต้ ใช้กรอบวิเคราะห์อำนาจด้านสีผิวและ

ชาติพันธุ์เพื่อชี้ให้เห็นความไม่เป็นธรรมในระบบของสังคมต่อกลุ่มคนผิวดำ กลุ่มชนพื้นเมืองดั้งเดิมและชนกลุ่มน้อยทางชาติพันธุ์อื่น ๆ ตัวอย่างในประเทศไทยคือกลุ่มคนไทยชาติพันธุ์ไทยใหญ่ ไทยลาว ไทยมุสลิม ไทยมอญ ไทยเขมร ไทยกะเหรี่ยง ไทยม้ง ไทยลาหู่ ไทยมอญแกน เป็นต้น เพราะการเขียนประวัติศาสตร์ ระบบการศึกษา สื่อกระแสหลัก กฎหมาย นโยบาย ระบบและกระบวนการยุติธรรม ระบบการเมืองการปกครอง ระบบเศรษฐกิจ ตลอดจนกระบวนการสร้างชาตินิยม ล้วนอยู่ภายใต้การควบคุมครอบงำโดยกลุ่มคนชาติพันธุ์ไทยกลาง ขบวนการเคลื่อนไหวนี้เรียกร้องให้สังคมแก้ไขระบบต่าง ๆ ที่กล่าวมาเพื่อสร้างความเท่าเทียมด้านโอกาส สิทธิ และเสรีภาพ ต่อกลุ่มชาติพันธุ์ชนกลุ่มน้อยซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของประเทศไทย

ขบวนการเคลื่อนไหวเพื่อความเป็นธรรมทุกด้าน¹ คือขบวนการเคลื่อนไหวสังคมของโลก เกิดในราวทศวรรษ 1980 นำโดยนักกิจกรรมผู้หญิงชายขอบในหลายประเทศทั่วโลกที่ต่างก็เห็นว่าการมองปัญหาความเป็นธรรมจากประเด็นเดียวหรือด้านเดียว เช่น ความยากจนที่มองเฉพาะเรื่องชนชั้น การทำงานเรื่องความเท่าเทียมทางเพศที่มองเฉพาะเรื่องเพศและเพศวิถี การมองเรื่องปัญหาสิ่งแวดล้อมโดยไม่เห็นว่าปัญหานี้ส่งผลกระทบต่อแต่ละกลุ่มอัตลักษณ์ในสังคมอย่างแตกต่างกัน หรือการมองปัญหาสังคมเฉพาะเรื่องสีผิวและชาติพันธุ์นั้นก็ไม่ใช่เพียงพอที่จะแก้ปัญหาในสังคม เพราะชีวิตของมนุษย์ไม่ได้มีประเด็นหรือปัญหาแค่เรื่องเดียว ดังที่ออเดร ลอร์ด (Audre Lorde) เฝมินิสต์คนดำผู้มีอิทธิพลได้กล่าวไว้ว่า “There is no thing as a single-issue struggle because we do not live single-issue lives.” (ไม่มีสิ่งใดหรอกที่เป็นปัญหายีนหนึ่ง เราไม่ได้ดำรงชีวิตอยู่โดยมีปัญหาเดียวในชีวิต)

¹ ขบวนการเคลื่อนไหวเพื่อความเป็นธรรมทุกด้านในที่นี้หมายถึง Anti-oppression Work ซึ่งคือการต่อต้านการกดขี่, Intersectional Feminism หรือการเคลื่อนไหวเฟมินิสต์ที่วิเคราะห์ทั้งในด้านเพศ ชนชั้น สีผิว และปัจจัยทางสังคมที่กดขี่ และ Feminist Movement หรือการเคลื่อนไหวเฟมินิสต์ใด ๆ

ผู้เขียนได้รับอิทธิพลจากนักคิดและนักเคลื่อนไหวสังคมสตรีนิยมที่กล่าวมาข้างต้น ในการอบรมเรื่องความเป็นธรรมมานานกว่า 20 ปี ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม² ได้นำเอากรอบคิดวิเคราะห์เรื่องอำนาจมาประยุกต์และพัฒนาเป็นองค์ความรู้ฐานหลักในการสอนอบรมนักกิจกรรมสังคม ผู้นำชุมชน และเจ้าหน้าที่รัฐผู้ให้บริการแก่กลุ่มคนชายขอบ

การอบรมเรื่องกรอบวิเคราะห์เรื่องอำนาจของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม เริ่มด้วยการทำความเข้าใจ**แหล่งอำนาจหรือที่มาของอำนาจ** ซึ่งมีอยู่มากมาย ไม่ว่าจะเป็นเพศ ชนชั้น หรือปัจจัยทางสังคมอื่น ๆ เช่น อาชีพ ยศหรือตำแหน่ง บทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบ การเป็นสมาชิกของกลุ่มองค์กรหรือสถาบัน ฐานะทางเศรษฐกิจ เงินและทรัพย์สิน ชนชั้น ระดับการศึกษา วัย เพศ เพศภาวะ รสนิยมทางเพศ ขนาดของร่างกาย รูปร่างหน้าตา สภาพของร่างกายและจิตใจ สีมืด ชาติพันธุ์ เชื้อชาติ สัญชาติ ศาสนา ครอบครัวญาติและวงศ์ตระกูล ชื่อเสียง ภาษาถิ่นที่อยู่ วัฒนธรรมประเพณี ความคิดความเชื่อ บุคลิกภาพ ความมั่นใจในตนเอง ทักษะและความชำนาญ ความรู้ ข้อมูล สื่อ เทคโนโลยี สถิติปัญญา ประสบการณ์ จะสังเกตเห็นว่าในระดับบุคคลนั้น แหล่งอำนาจบางส่วนมีมาแต่กำเนิด เช่น สีมืด เพศ เพศภาวะ ชาติตระกูล ชาติพันธุ์ บางส่วนเป็นสิ่งที่พัฒนาขึ้นมาภายหลัง เช่น ระดับการศึกษา ตำแหน่งหน้าที่ ทักษะ อาชีพ ความรู้ ความสามารถ ความมั่นใจในตัวเอง รวมถึงความคิดความเชื่อทางการเมืองและสังคม จากแหล่งอำนาจที่ระบุนมาข้างต้น ลองมาสำรวจกันดูว่า

² ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความเป็นธรรม หรือศูนย์บ้านดิน ตั้งอยู่ที่ อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่ เป็นศูนย์อบรมคนทำงานเพื่อความเป็นธรรมและสันติภาพ

ในครอบครัวหรือกับคู่รักของเรา ในที่ทำงานและในสังคมใหญ่มีแหล่งอำนาจอะไรบ้าง แหล่งอำนาจเหล่านั้นส่งผลต่อชีวิตอย่างไร และเราใช้แหล่งอำนาจเหล่านั้นอย่างไรบ้างในแต่ละบริบทของชีวิต?

แหล่งอำนาจของระดับกลุ่มองค์กร สถาบัน ชาติและรัฐ ได้แก่ บทบาทหน้าที่ขององค์กร ชื่อเสียง งบประมาณ จำนวนสมาชิกหรือประชากร นโยบาย กติกา ขนาดของพื้นที่หรืออาณาเขต กองกำลังทหารและอาวุธ เทคโนโลยีทรัพยากร ธรรมชาติ ถิ่นที่ตั้ง ประวัติศาสตร์ ความสามัคคี เป็นต้น

แต่ละบุคคล กลุ่ม รัฐและชาติ ต่างก็มีแหล่งอำนาจไม่เท่ากัน ความไม่เท่ากันของแหล่งอำนาจนี้เองที่ส่งผลต่อชีวิตของคนทั้งในระดับปัจเจก ระดับกลุ่ม ระดับชาติ และระดับโลก แหล่งอำนาจเป็นสิ่งที่เราไม่สามารถสร้างหรือทำให้เท่าเทียมกันได้ เพราะเกิดจากองค์ประกอบมากมาย ตั้งแต่แหล่งอำนาจที่มาแต่กำเนิด แหล่งอำนาจที่บุคคลสร้างหรือพัฒนาขึ้นมาเอง แหล่งอำนาจจากครอบครัว และแหล่งอำนาจที่มาจากระบบ สถาบันต่าง ๆ ของรัฐที่ส่งผลต่อชีวิตผู้คนในสังคม

นอกจากการวิเคราะห์แหล่งอำนาจแล้วกลุ่มนักเคลื่อนไหวสังคมจัดแบ่งประเภทของอำนาจไว้หลายแบบ การจัดแบ่งประเภทอำนาจช่วยให้เข้าใจปัญหาและเป็นแนวทางที่จะสร้างการเปลี่ยนแปลงความสัมพันธ์เชิงอำนาจของมนุษย์ทั้งในระดับส่วนตัว ครอบครัว องค์กร และสังคม ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความเป็นธรรมอธิบายแจกแจงอำนาจแต่ละประเภทไว้ดังนี้

1. อำนาจแบบเหนือกว่า (Power over) หมายถึง การที่บุคคล กลุ่มคน สถาบัน รัฐและชาติ ใช้แหล่งอำนาจของตนที่มีอยู่ เช่น เพศ ระดับการศึกษา ตำแหน่งหน้าที่ สถานภาพ วัย ความอาวุโส พวกพ้อง เครือญาติ ทรัพย์สิน เงินทอง ข้อมูล นโยบาย กฎหมาย กฎระเบียบ กองกำลังทหาร อาวุธ และอื่น ๆ เพื่อการ

ควบคุม ครอบครัว เอาเปรียบ แสวงหาประโยชน์ กดขี่ สั่งการ ตัดสินใจแทน กดดัน
ดูถูกเหยียดหยาม ทำร้าย หรือกำหนดคุณค่าและความหมายของประสบการณ์ของ
บุคคลอื่น กลุ่มอื่น หรือรัฐและชาติอื่น ๆ ที่มักมีแหล่งอำนาจน้อยกว่า

ตัวอย่างการใช้อำนาจเหนือกว่าที่เกิดขึ้นภายในครอบครัว ได้แก่ สามีหรือพ่อ
ใช้แหล่งอำนาจทางเพศ แหล่งอำนาจจากบทบาทการเป็นสามีหรือพ่อ แหล่งอำนาจ
จากขนาดของร่างกาย อายุ หรืออำนาจทางเศรษฐกิจเพื่อควบคุมเรื่องการเงิน
เอาเปรียบ นอกใจ หรือการทำร้ายลูกและภรรยา พ่อแม่ใช้แหล่งอำนาจของบทบาท
หน้าที่การเป็นผู้ปกครองและอำนาจทางการเงินและวัฒนธรรมประเพณี (ที่สอนว่า
ลูกต้องเชื่อฟังพ่อแม่) ในการควบคุมหรือตัดสินใจแทนเรื่องการศึกษา การแต่งตัว
การเลือกงาน หรือแม้แต่การคบเพื่อนให้กับลูก

ในที่ทำงานหรือภายในองค์กร เช่น หัวหน้างานหรือเจ้านายใช้แหล่งอำนาจ
จากตำแหน่งหน้าที่ ประสบการณ์ ความอาวุโส และแหล่งอำนาจอื่น ๆ ในการบังคับ
กดดัน แสวงหาประโยชน์ หรือลวนลามทางเพศลูกน้องหรือผู้ใต้บังคับบัญชา ครูใช้
แหล่งอำนาจจากตำแหน่งและบทบาทหน้าที่ ขนาดของร่างกาย วัย สถานภาพในสังคม
ฐานะทางเศรษฐกิจ การเป็นสมาชิกของสถาบัน หรือเพศในการทำร้าย ล่วงละเมิด
ทางเพศ หรือแสวงหาประโยชน์จากเด็กนักเรียน เจ้าของโรงงานหรือนายจ้างคนไทย
ใช้แหล่งอำนาจทางการเงินหรือความเป็นคนสัญชาติไทยแสวงหาประโยชน์จาก
แรงงานข้ามชาติ เป็นต้น

ในระดับสถาบันหรือหน่วยงานรัฐและเอกชน เช่น การที่รัฐหรือสถาบัน
กำหนดนโยบาย กฎหมาย หรือการตัดสินใจดำเนินโครงการสาธารณะโดยไม่มี
กระบวนการตัดสินใจร่วมกับประชาชนในพื้นที่ หรือการสร้างชุดความคิดความเชื่อ
ทัศนคติผ่านการเมืองการปกครอง สาธารณสุข ระบบการศึกษา สื่อมวลชน ที่ให้
ความหมายกับประสบการณ์ชีวิตกลุ่มคนชาติพันธุ์ชนกลุ่มน้อย เช่น ชาวไทยภูเขาว่า

ไม่พัฒนา ล้าหลัง หรือการให้ความหมายของชีวิตทางเพศของกลุ่มคนรักเพศเดียวกัน หรือกลุ่มคนข้ามเพศ ว่าเป็นกลุ่มคนที่มีความผิดปกติทางเพศ อำนาจเหนือกว่าเป็นรูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างประเทศที่ประเทศหรือรัฐที่มีแหล่งอำนาจมากกว่ามักจะแสวงหาประโยชน์จากรัฐที่ไม่มีแหล่งอำนาจต่อรองผ่านสนธิสัญญาการค้าที่ไม่เป็นธรรม หรือภายในองค์กรระดับโลก เช่น องค์กรสหประชาชาติที่ถูกควบคุมอำนาจโดยมหาอำนาจอย่างสหรัฐอเมริกา จีน ยุโรป เป็นต้น

ในการทำงานอบรมเพื่อความเป็นธรรมและสันติภาพที่ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรมมาเกือบ 20 ปีในประเทศไทยและอีกหลาย ๆ ประเทศ เมื่อทำกิจกรรมเรื่องประเภทของอำนาจ ผู้เรียนส่วนใหญ่บอกว่า พวกเขาถูกเลี้ยงดูในครอบครัวที่ใช้อำนาจเหนือกว่าจากพ่อแม่และญาติผู้ใหญ่ ที่โรงเรียนพวกเขาถูกครูใช้อำนาจเหนือกว่า และในที่ทำงานโดยเฉพาะในระบบราชการก็มีการใช้อำนาจเหนือกว่าเป็นปกติ พวกเขาบอกด้วยว่าในทุกสถาบันของสังคมไทยมีการใช้อำนาจเหนือกว่าจนเรียกได้ว่าเราเติบโตและถูกหล่อหลอมจากวัฒนธรรมการใช้อำนาจเหนือกว่าที่ภาษาวិชาการเรียกว่า เราอยู่ในสังคมอำนาจนิยม (Authoritarian) นี่คือนิยามของวัฒนธรรมควบคุมครอบงำที่ โรแนน ไอสเลอร์ กล่าวไว้ในบทที่ผ่านมา

การใช้อำนาจเหนือกว่า การใช้ความรุนแรงหรือความไม่เป็นธรรมทุกรูปแบบทุกระดับ ไม่ว่าจะเกิดภายในครอบครัว ภายในองค์กรหรือระหว่างองค์กร สถาบันกับประชาชน หรือระหว่างรัฐกับรัฐนั้นมีสาเหตุมาจากการที่ผู้คนในสังคมถูกหล่อหลอมสืบทอดมานานตั้งแต่ยุคโบราณจนถึงปัจจุบัน และเมื่อใดก็ตามที่ขาดสติเราก็กู้อำนาจเหนือกว่ากับคนใกล้ตัวได้ง่ายหรือแทบจะเป็นไปโดยอัตโนมัติ ตัวอย่างง่าย ๆ เช่น หากมีเพื่อน ลูกน้อง หรือลูกมาปรึกษาปัญหาเราก็จะแนะนำทันที (นี่คือวัฒนธรรมครอบงำที่แนบเนียน) แทนที่จะรับฟังและบอกจุดแข็งที่เราเห็นจากความพยายามที่จะแก้ปัญหา นั้น หรือถามกลับไปถึงวิธีแก้ไขที่ผู้ที่มาปรึกษาปัญหาคิดจะทำหรือทำไปแล้วเพื่อให้เขาได้ทบทวนและหาทางออกได้ด้วยตนเอง

2. อำนาจร่วม (Power sharing, power with or shared power)

หมายถึง การที่บุคคล กลุ่มบุคคล สถาบัน รัฐหรือชาติใช้แหล่งอำนาจที่ตนมีอยู่ เช่น เพศ เงิน ทรัพย์สิน ตำแหน่งหน้าที่ อายุหรือวัย ประสบการณ์ ข้อมูล ความรู้ ระดับการศึกษา สถานภาพทางสังคม เวลา พวกพ้อง นโยบาย กฎระเบียบ กติกา และอื่น ๆ เพื่อช่วยเหลือเกื้อกูล แบ่งปัน สนับสนุน และเปิดโอกาสให้อีกบุคคลหนึ่งหรืออีกกลุ่มหนึ่งที่มีก็มีแหล่งอำนาจน้อยกว่าเข้าร่วมในกระบวนการตัดสินใจ หรือสนับสนุนให้พวกเขาตัดสินใจด้วยตนเอง

อำนาจร่วมมีอยู่ทุกระดับตั้งแต่ระหว่างบุคคลในครอบครัว ที่ทำงาน ชุมชน ระหว่างสถาบันกับสมาชิกองค์กร ระหว่างรัฐกับประชาชนพลเมือง ระหว่างรัฐกับรัฐ และระหว่างประชาคมระดับโลก มีการใช้อำนาจร่วมได้หลายรูปแบบและหลายระดับ เช่น การรับฟังอย่างตั้งใจโดยไม่ตัดสิน การปรึกษาหารือ การให้ความไว้วางใจ เห็นอกเห็นใจ การมีความห่วงใย การตัดสินใจร่วมกัน การให้ความเคารพ ให้เกียรติ การแบ่งปันทรัพย์สิน เวลา ความรู้ ข้อมูล หรือใช้แหล่งอำนาจอื่น ๆ ของตน ในการปกป้องสิทธิ ช่วยเหลือเกื้อกูลบุคคลหรือกลุ่มคนอื่น ๆ ที่ถูกแสวงหาประโยชน์ ถูกทำร้าย หรือประสบความทุกข์ อำนาจร่วมยังหมายรวมถึงการมีความเท่าเทียม และความเสมอภาคในทุกความสัมพันธ์ของมนุษย์ และความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับสรรพสัตว์และธรรมชาติ อำนาจร่วมคือวัฒนธรรมแบ่งปัน ใส่ใจเกื้อกูลที่ไรแอน ไอส์เลอร์ และนักเคลื่อนไหวสังคมพูดถึงในบทที่ผ่านมา

3. อำนาจภายใน (Power within) นักเคลื่อนไหวสังคมที่เขียนและพูด

เรื่องอำนาจภายในนี้โดยเฉพาะคือ สตาร์ฮอว์ก เธอกล่าวว่าเราสามารถเห็นตัวอย่างรูปธรรมของอำนาจภายในซึ่งดำรงอยู่ในสิ่งมีชีวิตหลายรูปแบบ เช่น จากเมล็ดพืชที่แตกหน่ออ่อน จากเด็กทารกขณะเติบโตขึ้น อำนาจภายในเป็นแรงผลักดันให้คนเราคิดสร้างสรรค์ ทอผ้า ทำงานศิลปะ เขียนหนังสือ และตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ซึ่งอำนาจที่ว่ามาทั้งหมดนี้แตกต่างอย่างสิ้นเชิงจากอำนาจที่ถูกให้ความหมายว่า

คือการครอบงำ ควบคุม และคุกคามเพื่อทำลาย สตาร์ฮอว์กกล่าวว่าอำนาจใน
ความหมายใหม่นี้เชื่อมโยงกับรากของคำว่าอำนาจในภาษาละตินว่า *Podere* ซึ่ง
แปลว่า “สามารถ” (to be able) หรือ “ศักยภาพ” ซึ่งเป็นอำนาจที่มาจากภายในของ
บุคคลและกลุ่มคน อ่านเรื่องอำนาจภายในเพิ่มเติมได้จากหนังสือของสตาร์ฮอว์ก
Dreaming the Dark: Magic, Sex and Politics

ในกระบวนการอบรมของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม เราให้
ความสำคัญกับเรื่องอำนาจภายในมาก เพราะเราทำงานกับกลุ่มคนชายขอบ หรือ
อบรมเจ้าหน้าที่ซึ่งทำงานกับกลุ่มคนที่มีแหล่งอำนาจน้อย อำนาจภายในหมายถึง
สถานะ ความสามารถ ศักยภาพที่มีอยู่แล้วภายในบุคคลหรือกลุ่มคน แต่อาจจะ
ถูกกดทอนลงเพราะพวกเขาเติบโตมาในครอบครัว โรงเรียน และสังคมที่ใช้
วัฒนธรรมควบคุมครอบงำ ซึ่งเราสามารถฟื้นฟูพัฒนาขึ้นมาใหม่ได้ โดยเฉพาะใน
กลุ่มคนชายขอบ พวกเขาใช้อำนาจภายในเพื่อเผชิญกับความไม่เท่าเทียม การเลือก
ปฏิบัติ ความรุนแรง การถูกปิดกั้นโอกาส อันเป็นสถานะที่พวกเขาอยู่กับความกลัว
ความโกรธ และความสิ้นหวัง แต่ด้วยอำนาจภายในดังกล่าวทำให้พวกเขาสามารถ
ยืนหยัด ต่อสู้ และตอบโต้กับสถานการณ์ซึ่งไม่เป็นธรรมด้วยสันติวิธี เพราะหาก
เลือกใช้ความรุนแรงพวกเขาก็จะถูกบุคคล กลุ่มคน สถาบันหรือรัฐที่มีแหล่งอำนาจ
มากกว่าทำร้ายกลับคืน แม้ในกลุ่มคนกระแสหลักซึ่งมีชีวิตสะดวกสบาย ปลอดภัย
เพราะมีสิทธิ เสรีภาพและโอกาสในสังคมก็ใช้อำนาจภายในเพื่อต่อสู้กับโรคร้าย
ความสูญเสีย ความหวัง และความผิดหวังในชีวิตเช่นกัน

ตัวอย่างของอำนาจภายในที่รวบรวมมาจากคำตอบของผู้ร่วมอบรมที่
ใช้อำนาจเช่นนี้รับมือกับปัญหาอุปสรรคในชีวิต ตลอดจนความกลัว ความรุนแรง
และความไม่เป็นธรรมในประสบการณ์ชีวิตจริง ได้แก่ ความมั่นใจในตนเอง การรัก
และเห็นคุณค่าในตัวเอง ความมั่นคงภายใน ความมุ่งมั่น การไม่สยบยอมต่อสิ่งที่
ไม่ชอบธรรม ความกล้าหาญ การปล่อยวาง ความเมตตากรุณา ความคิดสร้างสรรค์

ความซื่อสัตย์ ความไว้วางใจ ความหวัง ความฝัน แรงบันดาลใจ คุณธรรม สติปัญญา ความสงบ ความรู้ ความสามารถที่จะให้อภัย ความอดทนอดกลั้น ความรับผิดชอบ ความเสียสละ ความเพียร การเชื่อมั่นและศรัทธาในคุณธรรม จริยธรรม และความรัก เป็นต้น

การทำงานและการใช้ชีวิตแนวฟื้นฟูอำนาจและศักยภาพของกันและกัน ที่เรียกว่าการทำงานแนว Empowerment คือการส่งเสริม พัฒนา และฟื้นฟูอำนาจ ภายในของกันและกันตั้งแต่ในระดับครอบครัว เพื่อนฝูง ที่ทำงาน องค์กรหรือสถาบัน ที่เราเป็นสมาชิก ในระดับประเทศและระดับโลก ผ่านการแบ่งปันแหล่งอำนาจที่เรา มีไม่ว่าจะมากน้อยแค่ไหนก็ตาม และการใช้อำนาจร่วมกันโดยเฉพาะกับกลุ่มคน ที่มีแหล่งอำนาจน้อยกว่าเรานั้นสามารถทำได้ผ่านหลากหลายวิธีการ เช่น การรับฟัง การปรึกษาหารือ การตัดสินใจร่วมกัน การแบ่งปันและใส่ใจ การช่วยเหลือเกื้อกูล เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การเคารพให้เกียรติ เห็นคุณค่าของกันและกัน การมีใจเปิดกว้าง การสนับสนุนความคิดสร้างสรรค์ การใช้สันติวิธีแก้ไขปัญหาคและ ความขัดแย้ง การยอมรับความคิดเห็นและความแตกต่างทางวิถีชีวิตและอัตลักษณ์อัน หลากหลายของผู้คน รวมไปถึงการใช้ชีวิตเชื่อมโยงสัมพันธ์ด้วยความเคารพและ รู้คุณค่าต่อสรรพสัตว์และสิ่งแวดล้อมที่เกื้อกูลชีวิต ไม่ว่าจะเป็นสัตว์ พืช ต้นไม้ใบหญ้า ดิน และน้ำ

การใช้อำนาจร่วมจะช่วยฟื้นฟูอำนาจ ศักยภาพ สติปัญญา ความคิดสร้างสรรค์ ความสุข ความเสมอภาคเท่าเทียม และสันติภาพของคนทุกคนภายในครอบครัว ชุมชน องค์กร และสังคมทุกระดับ ทำให้ทุกคนเห็นคุณค่าและความสามารถของตนเอง และผู้อื่น มีความเคารพ จริงใจ ศรัทธา เชื่อมั่นและไว้วางใจซึ่งกันและกัน นี่เป็น หนทางที่จะนำพาผู้คนออกจากวัฒนธรรมควบคุมครอบงำที่แบ่งแยก สร้างความกลัว ความโดดเดี่ยวแปลกแยก ความเฉื่อยชา การเอารัดเอาเปรียบ การฉ้อโกงและ คอร์รัปชัน ความรุนแรงและการทำลายล้างทั้งต่อมนุษย์ด้วยกันเองและต่อสิ่งแวดล้อม

อำนาจภายในนี้เองที่บุคคลและกลุ่มคนชายขอบทั่วโลกใช้เป็นฐานในการเผชิญกับความไม่เป็นธรรมและความรุนแรงจากสังคมอำนาจนิยมและทุนนิยมแบบชายเป็นใหญ่ที่ทำให้เกิดการกดขี่ทางเพศ การเหยียดสีผิว การกดขี่ทางชาติพันธุ์ การกดขี่คนยากจน และการแย่งชิงทรัพยากรธรรมชาติจากคนในท้องถิ่น แต่กลุ่มคนชายขอบเหล่านี้ไม่สยบยอม แม้ต้องเผชิญกับการคุกคาม การใช้ความรุนแรงจากบุคคล กลุ่มคน สถาบันหรือรัฐที่มีแหล่งอำนาจมากกว่า (เช่น พรรคพวก เงิน อาวุธ กำลังทหาร นโยบาย ตำแหน่งหน้าที่) นอกจากไม่สยบยอมแล้วในหลายพื้นที่ทั่วโลกกลุ่มคนชายขอบเหล่านี้รวมพลังอำนาจกันเพื่อต่อสู้และขัดขวางการใช้อำนาจแบบครอบงำที่กดขี่ เอาเปรียบและแสวงหาประโยชน์ เพื่อปกป้องสิทธิ เสรีภาพ สิ่งแวดล้อม และเปลี่ยนแปลงสังคมไปสู่ความเป็นธรรม ความเท่าเทียม และสันติภาพ ตัวอย่างผู้นำในภูมิภาคเอเชียที่รู้จักดีในระดับโลก ได้แก่ เด็กสาวมาลาลา (Malala) ที่ต่อสู้เรียกร้องให้เด็กหญิงได้เรียนหนังสือในประเทศปากีสถาน (เธอได้รับรางวัลโนเบลสาขาสันติภาพปี พ.ศ. 2557) ในอินเดีย ดร.อัมเบดการ์ (Ambedkar) เป็นผู้นำดalit ที่ลุกขึ้นมาเรียกร้องความเป็นธรรม และพาคนกว่าห้าแสนเข้าพิธีรับศีลห้าของพุทธศาสนาเพื่อให้ชาวดาลิตหลุดจากระบบวรรณะของฮินดู หรือตัวอย่างการต่อสู้เพื่อสิทธิ เสรีภาพ และสิ่งแวดล้อมของกลุ่มคนชายขอบในประเทศไทย เช่น ชาวบ้านเขื่อนปากมูล เครือข่ายสลัมสี่ภาค เครือข่ายผู้หญิงอยู่ร่วมกับเชื้อเอชไอวี การต่อสู้เรียกร้องสิทธิของผู้หญิง กลุ่มคนข้ามเพศและคนรักเพศเดียวกัน การต่อสู้เรื่องที่ดิน และการมีสัญชาติของชาวไทยภูเขา เป็นต้น กลุ่มคนชายขอบเหล่านี้ล้วนใช้อำนาจภายใน เช่น จริยธรรม ความกล้าหาญ ความมุ่งมั่น ความรู้ สติ ความมั่นคงภายใน ความเข้มแข็งเด็ดเดี่ยว ความเสียสละ คุณธรรมและความศรัทธาในความเป็นธรรม และพลังจากการรวมกลุ่มกันเพื่อทำงานเปลี่ยนแปลงสังคมให้มีความเท่าเทียม และสันติ

ความเข้าใจเรื่องอำนาจภายในจะช่วยให้ผู้คนพ้นไปจากกับดักทางความคิดที่ทำให้เราเชื่อว่าคนที่มิมีแหล่งอำนาจน้อย เช่น ผู้หญิงที่อยู่ร่วมกับเชื้อเอชไอวี

คนยากจน เด็ก หรือแม้แต่คนที่ถูกทำร้ายแสนสาหัส นั่นคือเหยื่อหรือผู้เคราะห์ร้าย ที่ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ ไม่มีคุณค่า และต้องพึ่งพาคนอื่น การทำงานกับคนชายขอบ กลุ่มต่าง ๆ มากกว่า 20 ปีของผู้เขียน ไม่ว่าจะเป็นกลุ่มผู้อพยพ ผู้ลี้ภัยสงคราม กลุ่มผู้หญิงอยู่ร่วมกับเอชไอวี กลุ่มแม่เลี้ยงเดี่ยว กลุ่มแม่ชีและภิกษุณีในพุทธศาสนา กลุ่มคนข้ามเพศ กลุ่มแรงงานต่างชาติ ผู้เขียนพบว่าแม้นคนเหล่านี้ไม่มีแหล่งอำนาจจากภายนอก เช่น เงิน ตำแหน่งหน้าที่ พรรคพวก สัญชาติ กฎหมายหรือนโยบาย ปกป้องคุ้มครองสิทธิเสรีภาพ แต่พวกเขาล้วนมีอำนาจภายในมากมายที่นำมาใช้ในการเผชิญปัญหาวิกฤติและความไม่เป็นธรรมที่ประสบในชีวิต อำนาจภายในนี้เองช่วยให้พวกเขาสามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตตนเอง ครอบครัวและกลุ่มของตนเองได้ พวกเขาใช้ความเข้มแข็งและความมั่นคงภายในช่วยเหลือคนอื่นที่เผชิญปัญหา เช่นเดียวกับเขา ผู้เขียนได้เป็นประจักษ์พยานอำนาจภายในของกลุ่มผู้คนเหล่านี้ที่ต่อสู้เพื่อรักษาสุขภาพ สิทธิ เสรีภาพ และความปลอดภัยในชีวิตของตนเอง ครอบครัว และเพื่อน ๆ อย่างไม่ท้อถอยเป็นเวลายาวนานซึ่งพวกเขาเหล่านี้ไม่ได้รับค่าตอบแทน ไม่ได้รับการเลื่อนตำแหน่งหรือรางวัลใด ๆ

ในทางตรงข้าม ผู้เขียนพบว่าหลายคนที่มีแหล่งอำนาจจากภายนอกมากมาย กว่ากลุ่มคนที่ยกตัวอย่างมาข้างต้นกลับมีอำนาจภายในน้อย ติดอยู่ในวังวนของความกลัว ความรู้สึกไม่มั่นคงในชีวิต หรือความรู้สึกว่าตนเองยังมีไม่พอ เพราะเขาถูกหล่อหลอมมาว่าอำนาจจากภายนอกที่มีอยู่ เช่น ชื่อเสียง เงินทอง การเลื่อนตำแหน่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่สังคมบอกว่าคือความมั่นคงและความสำเร็จของชีวิต และจะสามารถตอบสนองความต้องการและความสุขในชีวิตของเขาได้ แต่การหลงยึดว่าการสะสมแหล่งอำนาจหรือปัจจัยภายนอกเป็นเป้าหมายของการมีชีวิตอยู่ทำให้คนเหล่านี้ประมาทและไม่พัฒนาอำนาจภายใน หลายครั้งในชีวิตคนเรา ทั้งเงิน ข้อมูล ความรู้ ชื่อเสียง และระดับการศึกษาไม่สามารถช่วยให้เราเผชิญและฝ่าข้ามความท้าทายและความยุ่งยากของชีวิตได้

สตาร์ฮอว์ก เห็นว่าวิธีเดียวที่จะลดความรุนแรงและเปลี่ยนแปลงสังคมให้ เกิดสันติภาพและความยุติธรรมขึ้นได้ ก็ด้วยการสร้างหรือฟื้นฟูอำนาจภายใน ให้เกิดขึ้นในหมู่ประชาชน เพราะอำนาจนี้ไม่ได้มาจากการครอบงำและควบคุม แต่ มาจากพลังปัญญาที่เอื้อให้เกิดความเข้าใจและการเห็นชัดแจ้งถึงความสัมพันธ์ อันลึกซึ้งและความเป็นส่วนหนึ่งของกันและกันระหว่างมนุษย์ และระหว่างมนุษย์ กับธรรมชาติ อำนาจเกิดจากปัญญาที่เห็นว่าเราทุกคนเป็นส่วนหนึ่งของโลกที่ต้อง พึ่งพาอาศัยกัน และเป็นอำนาจที่ไม่ได้เห็นว่าฝ่ายตรงข้ามเป็นศัตรูที่ต้องทำลายล้าง การเปลี่ยนแปลงและท้าทายการครอบงำ การแสวงหาประโยชน์ และการใช้ความ รุนแรงที่เกิดมาจากอำนาจภายในนี้จะก่อให้เกิดพฤติกรรมการสันติวิธีในรูปแบบต่าง ๆ มากมาย ซึ่งเราสามารถเห็นพฤติกรรมการสันติวิธีที่ว่านี้เกิดขึ้นในหมู่คนชายขอบทั่วโลก

ในสังคมหรือประเทศที่ยอมรับโลกทัศน์แบบครอบงำและการใช้อำนาจเหนือ กว่าเป็นการรอบคอบและวิธีการในการพัฒนาสังคมนั้น จะก่อให้เกิดกลุ่มคนต่าง ๆ ที่ ไม่เห็นด้วยกับโลกทัศน์และวัฒนธรรมการใช้อำนาจรูปแบบดังกล่าว และคนเหล่านี้ จะลุกขึ้นมาทำงานเคลื่อนไหวในสังคม กลุ่มคนต่าง ๆ เหล่านี้ ได้แก่ กลุ่มผู้หญิง กลุ่มเกย์ เลสเบี้ยนและคนข้ามเพศ กลุ่มคนพิการ กลุ่มคนรากหญ้า กลุ่มชาติพันธุ์ กลุ่มการศึกษาทางเลือก กลุ่มแรงงานนอกระบบ กลุ่มกรรมกร กลุ่มเครือข่าย เกษตรกรรมธรรมชาติ กลุ่มที่ทำงานเพื่อปกป้องรักษาสິงแวดล้อม เป็นต้น

โจแอนนา เมซี นักธรรมชาติเพื่อสิ่งแวดล้อม กล่าวว่าพฤติกรรมการของคนกลุ่ม ต่าง ๆ เหล่านี้ที่ดำเนินมาในหลายทศวรรษคือการทำงานผ่านกิจกรรมรูปแบบต่าง ๆ ที่มีเป้าหมายแตกต่างกัน ได้แก่ การทำกิจกรรมเพื่อเปลี่ยนแปลงและท้าทาย กระบวนทัศน์และโลกทัศน์แบบครอบงำ โดยมุ่งให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในระดับ ต่าง ๆ เช่น การท้าทายโครงสร้าง ระบบ และกระบวนทัศน์เก่าผ่านการประท้วง การรณรงค์ การนัดหยุดงาน การนัดหยุดเรียน การแจกใบปลิว การถอนความ ร่วมมือ การร่วมลงชื่อคัดค้าน การงดซื้อสินค้า การทำกิจกรรมที่มีเป้าหมายเพื่อการ

สร้างรูปแบบหรือโครงสร้างใหม่ เช่น การเลือกไม่ส่งลูกเข้าโรงเรียนแต่สอนลูกด้วยตัวเองที่บ้าน (Home schooling) ระบบสหกรณ์ การสร้างเครือข่ายเกษตรกรรมหรือสื่อทางเลือก การเลิกใช้ระบบเงินตราของรัฐและหันมาใช้ระบบแลกเปลี่ยนสิ่งของในชุมชน การเข้าร่วมทำงานเปลี่ยนแปลงสังคมแบบจิตอาสา (แทนวิธีคิดแบบเก่าที่มองว่าการทำงานเพื่อเปลี่ยนแปลงสังคมเป็นงานของนักเคลื่อนไหวทางสังคมหรือองค์กรพัฒนาเอกชนเท่านั้น) นอกจากนี้ ยังมีการทำกิจกรรมเพื่อสร้างและเผยแพร่กระบวนทัศน์ใหม่ผ่านการฝึกอบรม การพูด การเขียน การถกเถียงอภิปรายในสื่อสาธารณะ การใช้สื่อภาพยนตร์ ดนตรีและศิลปะ เป็นต้น

ขบวนการทำงานเพื่อเปลี่ยนแปลงสังคมเหล่านี้มีเพิ่มมากขึ้นทุกวัน ทั้งในประเทศเราเองและในที่อื่นทั่วโลก แต่ปฏิบัติการเหล่านี้มักไม่เป็นที่รับรู้ของสังคมวงกว้าง เพราะไม่ได้รับการนำเสนอจากสื่อกระแสหลัก เนื่องจากสื่อมวลชนกระแสหลักที่มีอยู่ รวมทั้งสื่อที่ดำเนินการโดยรัฐส่วนใหญ่ล้วนมีทิศทางการทำงานที่มุ่งเสริมฐานคิดของกระบวนทัศน์แบบครอบงำแทบทั้งสิ้น

อำนาจระหว่างครูกับเด็ก

หากเราลองใช้กรอบวิเคราะห์เรื่องแหล่งอำนาจมาทำความเข้าใจความสัมพันธ์เชิงอำนาจจะพบว่าครูมีแหล่งอำนาจมากมาย เช่น ตำแหน่งหน้าที่ วัย ขนาดของร่างกาย คุณวุฒิ สถานภาพทางสังคม การเป็นสมาชิกของโรงเรียนหรือสถาบัน การเป็นข้าราชการ ฐานะทางเศรษฐกิจ ข้อมูลความรู้ ความสามารถ ความน่าเชื่อถือ เพราะเป็นผู้ใหญ่และมีอาชีพเป็นครู และหากเป็นครูผู้ชายก็มีเพศเป็นอีกแหล่งอำนาจหนึ่ง ส่วนเด็กนั้นเราแทบจะพูดได้ว่าเขาไม่มีแหล่งอำนาจอะไรเลย เด็กต้องฟังฟังปจจัยสี่ที่ทั้งหมดจากผู้ปกครอง เขาต้องการการยอมรับ การยกย่อง และ

ความรักจากผู้ใหญ่ซึ่งรวมถึงครู โดยเฉพาะเด็กที่มาจากครอบครัวยากจน หรืออยู่กับตายายหรืออยู่กับแม่เลี้ยงเดี่ยวที่ต้องทำมาหากิน ไม่มีเวลาดูแลปกป้องความปลอดภัยให้เขา ภาวะที่ครูมีแหล่งอำนาจมากมายนี้เองจึงเป็นการเอื้อให้ครูสามารถทำร้ายเด็กในโรงเรียนได้หลากหลายรูปแบบ

ครูที่เลือกใช้อำนาจเพื่อสร้างเสริมกำลังชีวิตให้เด็ก

ครูที่สร้างเสริมพลังชีวิต (Empower) ให้เด็กคือครูที่รัก ห่วงใย และเคารพเด็ก ครูแบบนี้จะใช้แหล่งอำนาจที่ตนมีเพื่อส่งเสริม ฟ้นฟู หรือสร้างอำนาจภายในต่าง ๆ ให้เกิดขึ้นในตัวเด็กนักเรียน เพราะพวกเขายังไม่มีแหล่งอำนาจภายนอก เช่น ยศ ตำแหน่ง ระดับการศึกษา สถานภาพทางสังคม หรือรายได้ เด็กต้องพึ่งพิงอำนาจภายนอกเหล่านี้จากผู้ใหญ่ที่เขาใกล้ชิดคือที่บ้านและโรงเรียน แต่เราก็ก่ทราบกันดีว่าครอบครัวไทยส่วนใหญ่หากไม่เลี้ยงดูเด็กแบบอำนาจครอบงำก็จะเลี้ยงดูแบบตามใจ ให้ลูกเป็นเหวตา ซึ่งทั้งสองแบบนี้ไม่ได้ช่วยพัฒนาศักยภาพของเด็ก ครูจึงกลายเป็นผู้ที่ช่วยพัฒนาหรือฟ้นฟู (ในกรณีที่เขาถูกทำร้ายจากที่บ้าน) อำนาจให้เกิดขึ้นภายในตัวเด็ก ไม่ว่าจะเป็นความมั่นใจในตัวเอง การเห็นคุณค่าในตัวเองและผู้อื่น ความสามารถในการคิดวิเคราะห์แก้ปัญหา การเห็นอกเห็นใจ ความเมตตา กรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความคิดสร้างสรรค์ ความกล้าหาญ ความรับผิดชอบ ความอดทน การมีสติและสมาธิ ซึ่งครูสามารถทำผ่านกิจกรรมและกระบวนการสอน เพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงที่จะพูดถึงอย่างละเอียดในบทที่ 4 และ 5

3

การศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลง



การศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลงเป็นขบวนการเคลื่อนไหวทางสังคมที่เรียกสั้น ๆ กันว่า “การศึกษาทางเลือก” ซึ่งเกิดขึ้นหลายแห่งทั่วโลกในช่วงต้นศตวรรษที่ 19 ปังเจก กลุ่ม องค์กร และผู้นำในขบวนการนี้วิพากษ์ ทำลายเชิดชวณให้ผู้คนมองเห็นปัญหา และผลกระทบของระบบการศึกษากระแสหลักหรือการศึกษาแบบครอบงำ พวกเขาทดลองทำและนำเสนอแนวคิด ปรัชญา ทฤษฎี เทคนิคการเรียนการสอน และเนื้อหา หลักสูตรมากมาย เนื้อหาการศึกษาของพวกเขาเป็นองค์ความรู้ที่ผสมผสานหลากหลายแขนงวิชาเข้าด้วยกัน เช่น มนุษยศาสตร์ ปรัชญา สตรีศึกษา จิตวิทยา สังคมศาสตร์ (สิทธิมนุษยชน) นิเวศวิทยาและจิตวิญญาณ และเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ใช้ฐานหัว ฐานใจ ฐานกาย และฐานจิตวิญญาณ เพื่อจัดการศึกษาหลากหลายรูปแบบ ทั้งสำหรับเด็กและเยาวชนในและนอกระบบโรงเรียนของรัฐ และโครงการการศึกษาสำหรับผู้ใหญ่ที่ยากจนและไม่รู้หนังสือ กลุ่มคนเหล่านี้มีอิทธิพลต่อขบวนการเคลื่อนไหวทางการศึกษาที่ต้องการใช้การศึกษาแก้ไขปัญหาคความทุกข์ของมนุษย์ทั้งในระดับ ปังเจก สังคม และระบบนิเวศของโลก ปัญญา ความมุ่งมั่น และความฝันของพวกเขา ได้สร้างแรงบันดาลใจและการเปลี่ยนแปลงมากมาย และยังคงส่งผลอย่างต่อเนื่องต่อผู้คนทั่วโลก ผู้เขียนนำเสนอแนวคิดและปัญญาของอาจารย์เหล่านี้เรียงลำดับตามอายุและองค์ความรู้ที่ท่านค้นพบจากอดีตจนถึงปัจจุบัน

การศึกษาแนววอลดอร์ฟ (Waldorf Education)

หายนะจากสงครามโลกครั้งที่ 1 ทำให้ยุโรปต้องฟื้นฟูและสร้างสังคมใหม่ รูดอล์ฟ สไตเนอร์ (Rudolf Steiner: 1861-1925) เป็นคนในยุคนั้นที่พัฒนาทฤษฎีเกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ขึ้น เขาได้รับการทาบทามจากเจ้าของโรงงานบุหรีวอลดอร์ฟแอสโทเรีย ในเมืองชตุท์ทการ์ท เยอรมนี ให้สร้างโรงเรียนสำหรับลูกของคณงาน โรงเรียนวอลดอร์ฟจึงเกิดขึ้นครั้งแรกใน ค.ศ. 1919 มีนักเรียน 256 คน โดยใช้หลักสูตรที่พัฒนาจากแนวคิดด้านมนุษยปรัชญาของสไตเนอร์

หลักการสำคัญของวอลดอร์ฟ

1. ภาพของมนุษย์ที่มีชีวิตและจิตวิญญาณจะต้องปรากฏอยู่ในทุกมุมของโรงเรียน สไตเนอร์เชื่อว่ามนุษย์ประกอบด้วยสามส่วนคือ กาย วิญญาณ (ความคิด ความรู้สึก และความมุ่งมั่น) และจิตวิญญาณ (จินตนาการ แรงบันดาลใจ และญาณทัศนะ) ทั้งสามส่วนนี้ต่างส่งผลต่อกันและกัน วอลดอร์ฟจึงส่งเสริมศักยภาพของเด็กทั้งสามด้านอย่างสมดุลเพื่อให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ โดยให้ความสำคัญต่อมิติด้านจิตวิญญาณเป็นสำคัญ

2. การบ่มเพาะศักยภาพของมนุษย์เพื่อการเติบโตของปัจเจกบุคคลและเพื่อรับใช้สังคม โรงเรียนวอลดอร์ฟส่งเสริมให้เด็กมีความมุ่งมั่น ความรู้สึกกลุ่ม ความคิดชัดเจน และทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ เพื่อให้เด็กเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่อยู่ในสังคมอย่างมีความหมาย

3. ช่วงพัฒนาการเด็กและวัยรุ่น สไตเนอร์เชื่อว่าพัฒนาการมนุษย์แบ่งเป็นช่วงละ 7 ปี ช่วง 0-7 ปี คือพัฒนาการด้านร่างกาย ช่วง 7-14 ปี คือความรู้สึก และ

ช่วง 14-21 ปี คือช่วงการรับรู้และคิด ดังนั้นการออกแบบหลักสูตรการเรียนรู้จะต้องสอดคล้องกับแต่ละช่วงของพัฒนาการมนุษย์แนวนี้นี้

4. การศึกษาผ่าน “หัวใจ และ มือ” เด็กจะได้รับการส่งเสริมให้รู้จักคิดรับรู้ และพุดถึงความรู้สึก และลงมือกระทำ ในช่วง 7 ปีแรก เด็กจะได้ทำกิจกรรมฐานร่างกาย (มือ) ผ่านการเล่นแบบ เด็กจะสนใจทั่วทั้งร่างกายของครู ไม่ว่าจะเป็นการแต่งกาย สีหน้าท่าทาง น้ำเสียง ดังนั้นครูจึงต้องเป็นต้นแบบที่ดี และครูจะสอนด้วยคำพูดให้น้อยที่สุด แต่ใช้ร่างกายและท่าทางในการนำเด็กทำกิจกรรม ในช่วงที่ 2 เด็กจะเรียนรู้เรื่องความรู้สึก (ฐานใจ) ผ่านศิลปะต่าง ๆ เช่น ดนตรี บทกวี ละคร การเล่านิทาน ที่จะถูกนำมาใช้มากในช่วงนี้เพื่อให้เด็กสามารถมีความรู้สึกกับสิ่งต่าง ๆ ที่ได้เรียนรู้ และช่วงที่ 3 คือช่วงวัยรุ่นที่เด็กเรียนรู้ผ่านการคิดและการตัดสินใจ (หัว) โดยที่ครูจะมีบทบาทเป็นเพื่อนมากกว่าเป็นผู้นำ และจะช่วยนักเรียนค้นหาอุดมคติของชีวิตพวกเขา

การศึกษาผ่านหัวใจ และมือ มีแนวทางและหลักการสอนที่สำคัญคือ

- การผสมผสานศิลปะและดนตรีเข้ากับทุกเนื้อหาวิชา ในหลายวิชาจะใช้สื่อศิลปะ การเล่าเรื่อง การเต้นรำ ดนตรี และงานฝีมือเป็นเครื่องมือการสอน
- การเรียนรู้จากประสบการณ์จริงก่อนพัฒนาเป็นแนวคิดหรือความรู้เชิงนามธรรม
- การเรียนรู้อย่างเป็นองค์รวม โดยให้เข้าใจภาพรวมก่อนเข้าใจส่วนย่อย จากนั้นจึงย้อนกลับไปเข้าใจภาพรวมอีกครั้ง
- การเรียนรู้ผ่านการใช้จินตนาการ วอลดอร์ฟส่งเสริมการเล่นการสมมติ และจินตนาการ โดยเฉพาะกับเด็กก่อนวัยเรียนและอนุบาล เด็กจะใช้เวลาเล่นกลางแจ้งมากเพื่อส่งเสริมจินตนาการและพัฒนาทักษะทาง

สังคม การจัดสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการเล่นของเด็กจึงสำคัญมาก ของเล่นสำหรับเด็กจะต้องมาจากวัสดุธรรมชาติเท่านั้น การเรียนรู้ของเด็กต้องอาศัยจังหวะที่เหมาะสมและการให้ทำซ้ำ แนวทางการสอนเหล่านี้จะผสมผสานไปกับทฤษฎีพัฒนาการเด็กและวัยรุ่น ดังนั้นครูโรงเรียน วอลดอร์ฟจึงต้องผ่านการฝึกฝนอย่างเป็นทางการ

5. ครูมีอิสระในการสอนอย่างสร้างสรรค์ แม้จะมีแนวทางการศึกษาจาก สไตเนอร์ แต่ครูวอลดอร์ฟสามารถปรับเปลี่ยนเพื่อตอบสนองต่อความต้องการของ นักเรียนและปรับเปลี่ยนให้เหมาะสมกับสถานการณ์ของโรงเรียนได้

6. ความสัมพันธ์คือฐานสำคัญของการเรียนรู้ ครูมีหน้าที่ทำงานกับเด็ก ทั้งในระดับบุคคลและกับทั้งชั้นเรียน โรงเรียนวอลดอร์ฟจะพยายามให้ครูคนเดิม สอนเด็กห้องเดิมทุกปี เพื่อให้ครูกับเด็กมีความสัมพันธ์กันและทำงานร่วมกันอย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้ ความสัมพันธ์ระหว่างครูด้วยกันเอง ระหว่างครูกับผู้ปกครอง และระหว่างทุกกลุ่มล้วนมีความสำคัญต่อสุขภาวะของทั้งเด็ก โรงเรียน และชุมชน โรงเรียนวอลดอร์ฟจึงไม่เพียงทำงานกับเด็กเท่านั้นแต่ทำงานร่วมกับผู้ปกครอง ชุมชน และภาคส่วนอื่น ๆ ของสังคมอีกด้วย

7. เด็กจะต้องเรียนรู้เรื่องวัฒนธรรมที่แตกต่างหลากหลาย เพื่อไม่ให้เด็ก ต้องเผชิญกับการถูกแบ่งแยกกีดกันจากความแตกต่างของตน

8. การเติบโตด้านจิตวิญญาณของครู คนทำงาน และผู้บริหาร วอลดอร์ฟ ให้ความสำคัญกับการเติบโตภายในของผู้ใหญ่ เพื่อที่จะทำให้พวกเขาทำหน้าที่ความเป็นครูที่สามารถทำงานกับเด็กได้อย่างดีที่สุด ครูจึงจะต้องมีความรู้ความเข้าใจ มนุษยปรัชญาของสไตเนอร์

การศึกษาแนวมอนเตสซอรี (Montessori Education)

การศึกษาแนวนี้นี้คิดขึ้นมาโดย มาเรีย มอนเตสซอรี (Maria Montessori: 1870-1950) แพทย์หญิงคนแรกของประเทศอิตาลีในยุคที่สังคมยังไม่ยอมรับความสามารถของผู้หญิง เธอสังเกตชีวิตเด็กพิเศษในคลินิกจิตเวชของโรงพยาบาล และเห็นคนไข้คลำหาเศษอาหารตามพื้น ไม่ใช่เพราะความหิวแต่เพราะการกระทำได้กล่าวกระตุ้นการเรียนรู้ของเธอ เธอจึงเชื่อว่าควรใช้การศึกษาการแก้ไขปัญหาค้นคว้ากลุ่มนี้ ไม่ใช่ใช้การรักษาอันเป็นแนวทางการทำงานหลักของแพทย์ในช่วงนั้น มาเรียจึงสร้างวัสดุอุปกรณ์พัฒนาประสาทสัมผัสมาให้กับเด็กที่คลินิกจนเด็กสามารถสอบผ่านแบบทดสอบเดียวกันกับเด็กที่อยู่ในโรงเรียนทั่วไปได้ เธอเห็นว่าโรงเรียนมีสิ่งแวดล้อมที่ไม่เอื้อต่อการเรียนรู้ของเด็ก ไม่ว่าจะเป็นเด็กพิเศษหรือเด็กทั่วไปก็ตาม

มาเรียไปเรียนต่อด้านการศึกษาและพัฒนาแนวคิดที่ผสมผสานระหว่างจิตวิทยาการศึกษา และมานุษยวิทยา เธอทดลองใช้การสอนของตนเองอย่างจริงจังเมื่อได้รับเชิญให้ไปสอนเด็ก ๆ ในพื้นที่ยากจน และเปิดบ้านสอนเด็กขึ้นในกรุงโรมเมื่อ ค.ศ. 1907 ที่ตัวเธอเองเป็นผู้อำนวยการและมีผู้หญิงอีกคนหนึ่งเป็นครูสอน บ้านเด็กแห่งนี้เป็นเสมือนห้องทดลองที่เธอทำการศึกษาค้นคว้าไขว้ปัจจัยที่จะช่วยให้เด็กเรียนรู้ได้ดีที่สุด ห้องเรียนของเด็กจึงตกแต่งด้วยเฟอร์นิเจอร์เล็ก ๆ ออกแบบมาสำหรับขนาดร่างกายของเด็ก มีการจัดเตรียมวัสดุอุปกรณ์หลากหลายพร้อมคำแนะนำการใช้ไว้ให้ครู หลังเลิกงานที่โรงพยาบาลเธอจะแวะมาฟังครูรายงานผลการเรียนรู้ของเด็กในสภาพแวดล้อมและอุปกรณ์ใหม่ จากนั้นก็ปรับปรุงให้เหมาะกับความต้องการของเด็ก มาเรียเรียกแนวทางที่ตนเองทำการศึกษาวิจัยผ่านการทดลองทำจริงว่า “การศึกษาเพื่อชีวิต” เธอเห็นว่าการเรียนรู้ของเด็กไม่ได้เกิดขึ้นเฉพาะในห้องเรียน แต่การเรียนรู้ต้องอยู่ในชีวิตของพวกเขา แนวคิดนี้เองกลายเป็นปรัชญาที่สำคัญของขบวนการเคลื่อนไหวทางการศึกษาของโลก

หลักการสำคัญของมอนเตสซอรี

1. การเคลื่อนไหวสำคัญต่อการเรียนรู้ เด็กต้องใช้ร่างกายในการทำกิจกรรมต่าง ๆ เช่น ยก เคลื่อนย้าย ดึง และผลักรวัตถุต่าง ๆ เพื่อสร้างความแข็งแรงของร่างกาย และช่วยให้พัฒนาความเข้าใจเรื่องความสมดุลและพื้นที่ เด็กควรได้เคลื่อนไหวอย่างอิสระและปลอดภัย หากเด็กนั่งนิ่ง ๆ ทั้งวันแล้วพวกเขาจะไม่สามารถพัฒนาได้เต็มศักยภาพ

2. อิสระในการใช้ชีวิตสัมพันธ์กับการเรียนรู้และการมีสุขภาวะที่ดี ต้องสนับสนุนให้เด็กเลือกงานเองจากวัสดุที่มีอยู่ในห้องเรียน เช่น เด็กสามขวบอาจจะได้เลือกที่จะล้างโต๊ะหรือใช้อุปกรณ์เทียบเสียง เป็นต้น เมื่อเด็กทำงานจนจบหรือพอใจแล้วให้เก็บของเข้าที่และเลือกวัสดุชิ้นต่อไป โรงเรียนเรียกกิจกรรมของเด็กโดยใช้คำว่า “งาน” แทนคำว่า “เล่น” เพราะต้องให้คุณค่าและความเคารพในกิจกรรมของเด็กพอ ๆ กับกิจกรรมของผู้ใหญ่ เพราะความคิดกระแสน้ำหลักของเราคือเด็กเพียงแต่เล่นและมีแต่ผู้ใหญ่เท่านั้นที่ทำงาน

3. ความสามารถในการจัดจ่อและมีสมาธิช่วยส่งเสริมพัฒนาการของเด็ก เรื่องนี้เป็นสิ่งที่ฝึกฝนกันได้ ดังนั้น เด็กมอนเตสซอรีจะมีเวลาทำงานอย่างเงียบ ๆ โดยไม่มีใครรบกวน ทำให้เด็กเรียนรู้หรือทำงานได้โดยไม่ต้องมีครูอยู่ด้วยตลอดเวลา

4. คนเราจะเรียนรู้ได้ในสิ่งที่ตนเองสนใจ มอนเตสซอรีให้ความสำคัญทั้งกับความสนใจเฉพาะตัวและด้านวิชาการ สมาคมมอนเตสซอรีสากล (Association Montessori Internationale) ทำหน้าที่ดูแลบทเรียน เนื้อหาวิชาและประดิษฐ์วัสดุอุปกรณ์การเรียนรู้ ครูแนวมอนเตสซอรีจะสอนวิชาต่าง ๆ ตามคู่มือ จึงไม่ต้องกังวลเรื่องแผนการสอนและมีอิสระเต็มที่ในการดูแลความสนใจเฉพาะตัวของเด็ก เช่น ถ้าครูสังเกตว่าเด็กคนหนึ่งชอบกบ ครูสามารถเชื่อมโยงเรื่องหลายวิชาและ

ทักษะให้เด็กได้เรียนรู้ไปพร้อม ๆ กัน เช่น วิชาชีววิทยาก็ให้เด็กดูการปรับตัวของ กบเมื่ออยู่ในสิ่งแวดล้อมที่แตกต่างกัน ฝึกทักษะการเขียนผ่านการสะกดคำ และการใช้คำต่าง ๆ ระหว่างที่เขียนเรื่องราวเกี่ยวกับกบ และพัฒนาทักษะศิลปะด้วยการวาดรูปกบ เป็นต้น

5. ไม่มีการลงโทษและให้รางวัล เพราะเห็นว่าสิ่งเหล่านี้ส่งผลต่อการเรียนรู้ของเด็ก เมื่อไม่มีการให้รางวัล แรงจูงใจของเด็กที่จะทำกิจกรรมจะลดลง รวมทั้ง การเรียนรู้และความคิดสร้างสรรค์ มอนเตสซอรีมีการประเมินการเรียนรู้แต่ไม่มี ให้เกรด ไม่มีดาว ไม่มีรางวัล และไม่มีการตำหนิเพราะไม่ต้องการให้เด็กกลัวความ ผิดพลาด และไม่ชื่นชมเกินจำเป็นเพราะจะทำให้เด็กทำสิ่งนั้นเพื่อเอาใจครูมากกว่า ทำเพื่อตนเอง

6. การเรียนรู้ร่วมกันและจากกันและกัน นักเรียนมอนเตสซอรีห้องเดียวกัน มีช่วงอายุที่ห่างกันราว 3-6 ปี เด็กเล็กจึงมีโอกาสนเรียนรู้ เลียนแบบ และสอบถาม จากเด็กที่โตกว่า ส่วนเด็กโตจะภูมิใจที่ได้ช่วยเหลือน้อง โรงเรียนให้ความสำคัญกับ การช่วยเหลือกันในด้านการเรียนรู้จากกันและกัน ไม่ใช่แข่งขันกันเรียน มาเรียนเชื่อ ว่าเด็กที่ไม่มีวินัยสามารถเรียนรู้ได้ด้วยการทำงานกับคนอื่น ๆ ไม่ใช่จากการตำหนิ เขาว่าเป็นเด็กชน

7. เด็กจะเรียนรู้ได้ดียิ่งขึ้น ถ้าสิ่งที่เรียนเกี่ยวข้องกับชีวิตจริง มอนเตสซอรี เชื่อมโยงการเรียนรู้ของเด็กเข้ากับสิ่งรอบตัวพวกเขา เช่น เด็กเรียนรู้คำศัพท์ใหม่จาก วัสดุที่เขาเห็นและฝึกใช้คำนั้นในสถานการณ์จริง เด็กอาจออกไปเดินนอกห้องเพื่อ เรียนรู้เกี่ยวกับพืชและสัตว์ หรือเด็กอาจได้ไปเยี่ยมสถานที่จริง เช่น ศูนย์พยากรณ์ อากาศ เพื่อให้เห็นเครื่องมือและการทำงานที่ช่วยให้เด็กเชื่อมโยงได้ว่าความรู้ในวิชา วิทยาศาสตร์นำมาใช้ในชีวิตจริงได้อย่างไร

8. ปฏิสัมพันธ์ของผู้ใหญ่ส่งผลต่อการเรียนรู้ของเด็ก มาเรียเชื่อว่าเด็กจำเป็นต้องได้รับการแนะนำจากผู้ใหญ่ แต่ต้องไม่มากหรือน้อยไป ถ้าน้อยไปเด็กจะไม่สามารถนำความรู้มาใช้ได้จริง แต่ถ้ามากเกินไปก็อาจเป็นการยับยั้งความคิดของผู้ใหญ่ให้เด็ก ครูต้องพร้อมที่จะอยู่ตรงนั้นเพื่อเด็กเสมอเมื่อเด็กต้องการ ครูควรแสดงความอบอุ่นและอ่อนโยนเหมือนพ่อแม่เพื่อให้เด็กรู้สึกปลอดภัย ครูต้องมีทักษะด้านการสังเกตและไวต่อความรู้สึกและความต้องการของเด็ก การจะมีคุณสมบัตินี้ได้ครูต้องผ่านการฝึกฝน ครูไม่จำเป็นต้องสมบูรณ์แบบ แต่ต้องรู้จัก เข้าใจตนเอง และเห็นอกเห็นใจที่ถูกละเลยหรือถูกละทิ้งมาจากครอบครัวและสังคมที่ฝังอยู่ในตัว โดยเฉพาะในเรื่องที่จะเป็นอุปสรรคต่อการทำงานกับเด็ก

9. การจัดระเบียบสิ่งแวดล้อมเป็นประโยชน์สำหรับเด็ก แม้เด็กในมอนเตสซอรีมีเสรีภาพ แต่ไม่ได้หมายความว่าไร้ระเบียบ ห้องเรียนมอนเตสซอรีเป็นระเบียบมาก อุปกรณ์ต่าง ๆ จะวางอยู่ที่เดิมเสมอ เพื่อให้เด็กทำงานได้อย่างสงบ เพราะสิ่งที่อยู่ในสายตาเด็กควรเป็นสิ่งที่จำเป็นต่อการเรียนรู้เท่านั้น คำว่าระเบียบไม่ได้หมายถึงความสะอาดเท่านั้น แต่ยังรวมถึงความสม่ำเสมอและเป็นแบบแผนเพื่อให้เด็กจะสามารถคาดการณ์และวางใจในสิ่งแวดล้อมรอบตัวพวกเขาได้ สิ่งแวดล้อมที่เป็นระเบียบช่วยบ่มเพาะความเป็นระเบียบให้แก่เด็ก เด็กมอนเตสซอรีอาจย้ายข้าวของระหว่างทำงาน แต่ต้องนำมันกลับไปอยู่ที่เดิมเสมอ กิจกรรมที่เด็กทำมักจะเกี่ยวข้องกับการเรียงตามลำดับ การทำความสะอาด หรือการวางสิ่งของให้ถูกต้อง

ปรัชญาและแนวทางของวอลดอร์ฟและมอนเตสซอรีเป็นแนวคิดและแนวทางสำคัญของขบวนการเคลื่อนไหวทางการศึกษาของโลกที่เห็นผลกระทบและปัญหาของระบบการศึกษากระแสหลักที่มีต่อผู้เรียน ผู้สอน และสังคมโดยรวม แนวคิด ปรัชญา และกระบวนการเรียนการสอนของทั้งสองรูปแบบนี้เน้นให้นักเรียนเป็นศูนย์กลางของการเรียนรู้ ให้นักเรียนมีอิสระที่จะศึกษาเรียนรู้สิ่งที่ตนสนใจ ให้ความสำคัญกับการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์และการลงมือฝึก ใส่ใจเรื่องจิตใจและ

จิตวิญญาณ ไม่มีการลงโทษและให้รางวัล และไม่ใช้การสอบและระบบคะแนนตาม การศึกษากระแสหลัก ให้ความสำคัญกับทุกความสัมพันธ์ของกลุ่มคนที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษา และไม่นิยมให้เด็กใช้เทคโนโลยี เช่น ดูทีวี ใช้โทรศัพท์มือถือ เพราะ เชื่อว่าสิ่งเหล่านี้ทำลายความคิดสร้างสรรค์ของเด็ก

อ่านเพิ่มเติมเกี่ยวกับวอลดอร์ฟได้ที่

หนังสือ

- *ก้าวแรก (Waldorf Education) วอลดอร์ฟ จัดพิมพ์โดย โรงเรียน ไตรพัฒน์*
- *นวัตกรรมการศึกษาวอลดอร์ฟในระดับชั้นอนุบาล โดย ศิริประภา พงศ์อิกุล*
- *Rhythms of Learning: What Waldorf Education Offers Children, Parents & Teachers* by Rudolf Steiner, Roberto Trostli
- *Waldorf Education: A Family Guide* by Pamela J. Fenner, Mary Beth Rapisardo
- *School as a Journey: The Eight-Year Odyssey of a Waldorf Teacher and His Class* by Torin M. Finser
- *Understanding Waldorf Education: Teaching from the Inside Out* by Jack Petrash
- *The Tasks and Content of the Steiner-Waldorf Curriculum* by Martyn Rawson and Tobias Richter

เว็บไซต์

- <https://www.waldorfeducation.org/>
- แนวการสอนแบบวอลดอร์ฟ (Waldorf): <https://sites.google.com/site/learningdiscoverytoyou/hnwy-kar-reiyn-ru-thi-1/naew-kar-sxn-baeb-wx-ld-xrf>
- การศึกษาการพัฒนาและการใช้หลักสูตรในโรงเรียนอนุบาล ที่ใช้แนวคิดทางการศึกษาแบบมอนเตสซอรีและวอลดอร์ฟ: <http://cuir.car.chula.ac.th/handle/123456789/11352>

อ่านเพิ่มเติมเกี่ยวกับมอนเตสซอรีได้ที่

- *The Absorbent Mind* by Maria Montessori
- *Montessori: The science behind the genius* by Angeline Stoll Lillard
- *Understanding the Montessori Approach* by Barbara Isaacs

การศึกษาเพื่อความเป็นมนุษย์

จิตฑู กฤษณมูรติ (Jiddu Krishnamurti:1895-1986) ผู้มีชื่อเสียงเรื่องแนวคิดการศึกษาเพื่อความเป็นมนุษย์ เกิดในครอบครัววรรณะพราหมณ์ ณ เมืองเล็ก ๆ ในหุบเขาแคว้นอันตรประเทศในภาคใต้ของอินเดีย ในวัยเด็กเขาชอบอยู่เงียบ ๆ ตี๋มด่ำกับธรรมชาติ แต่พอเข้าโรงเรียนเขาก็กลายเป็นเด็กไม่สนใจการเรียนและถูกครูตีบ่อย ๆ ต่อมาเมื่อเขาอายุสิบปีแม่ได้เสียชีวิต พ่อซึ่งเป็นสมาชิกสมาคมเทวญาณวิทยาจึง

พาเขาและน้องชายไปอาศัยอยู่ในกระท่อมนอกบริเวณของสมาคมซึ่งตั้งอยู่ในเมืองมัทราส

ลีดบีทเทอร์ (Leadbeater) สมาชิกสมาคมเทวญาณวิทยาชาวอังกฤษ อดีตนักบวชในโบสถ์ของสหราชอาณาจักรผู้ซึ่งผู้คนเชื่อว่ามีพลังจิตที่สามารถรับรู้เหตุการณ์ล่วงหน้า ได้พบภกษณมูรติซึ่งตอนนั้นมีอายุ 14 ปีขณะเดินเล่นบนชายหาด และบอกว่าเขามองเห็นรัศมีช่วงโชติโดยปราศจากความเห็นแก่ตัวจึงป่าวประกาศว่าภกษณมูรติจะเป็นครูของโลกที่สมาคมนี้นี้ตั้งหน้าตั้งตารอคอยมานาน จากนั้นเขาจึงได้รับการเลี้ยงดูและอยู่ในความดูแลของแอนนี่ เบแซนต์ (Annie Besant) ผู้เป็นเสมือนแม่บุญธรรมของเขา และยังเป็นประธานสมาคมฯ สาขาอินเดีย โดยสมาคมนี้นี้ก่อตั้งขึ้นที่นครนิวยอร์กด้วยความเชื่อพื้นฐานว่ามนุษยชาติกำลังวิวัฒน์ไปสู่ความเป็นพี่น้องกันทั่วโลกโดยการนำของบรมครูผู้ที่จะเกิดในโลกนี้เป็นช่วง ๆ เพื่อก่อตั้งศาสนาใหม่ สมาคมนี้นี้มีสมาชิกจำนวนหลายหมื่นคนและมีสาขามากมายทั่วโลก

หลังจากได้รับการประกาศให้เป็นบรมครูคนใหม่ของโลก เขาและน้องชายถูกนำตัวไปศึกษาที่ยุโรป ภกษณมูรติห้อมล้อมไปด้วยสมาชิกสมาคมซึ่งเป็นคนชั้นสูงและร่ำรวย ท่ามกลางบรรยากาศของพิธีกรรม โครงสร้างองค์กรที่ซับซ้อน การชุมนุมของสมาชิก และมีสาวกรับใช้เขาอย่างใกล้ชิด แต่หลังจากน้องชายที่เติบโตมาด้วยกันเสียชีวิตในช่วงที่ทั้งสองไปพำนักอยู่ในรัฐแคลิฟอร์เนีย สหรัฐอเมริกา ความสูญเสียและความทุกข์โศกยั้งนี้ทำให้ปัญญาญาณเกี่ยวกับชีวิตมนุษย์ของภกษณมูรติยิ่งลึกลงอย่างถอนรากถอนโคน เขาถอยห่างออกจากสมาคมและต่อมาก็ประกาศสลายสมาคมอัครสาวกที่สร้างขึ้นเพื่อเชิดชูเขาในฐานะบรมครูของโลก คินที่ตินทรัพย์สินทั้งหมดและกล่าวสุนทรพจน์ที่ถือเป็นประวัติดิการณ์ว่า “ข้าพเจ้าขอยืนยันว่า ความจริงเป็นดินแดนที่ไร้เส้นทาง ไม่มีองค์กรหรือความเชื่อใด ๆ ที่จะสามารถนำใครไปถึงความจริงนั้นได้” (มติใหม่ทางการศึกษาเพื่อความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ 1. พุดกับนักเรียน, 2559, มูลนิธิอันวิภคณา, น. 201) การประกาศนี้คือการลาออกจากการ

เป็นผู้นำศาสนา ผู้นำจิตวิญญาณและตำแหน่งบรมครู หลังจากนั้นเขาเดินทางไปทั่วโลกเพื่อพบพูดคุยแลกเปลี่ยนกับผู้คนเรื่องการศึกษา

งานเขียน งานพูด และบทสนทนาต่าง ๆ ของกฤษณมูรติ ตีพิมพ์ไปหลายภาษา และมีจำหน่ายไปทั่วโลก เขากลายเป็นนักปรัชญา นักปฏิบัติผู้ท้าทายความเชื่อทาง ประเพณีวัฒนธรรมและศาสนา และเป็นนักการศึกษาที่มีชื่อเสียง เขาเป็นที่ยอมรับไปทั่วโลกว่าเป็นเสียงแห่งปัญญาของยุคสมัยที่มีอิทธิพลต่อปัญญาชน โดยเฉพาะ คนหนุ่มสาวที่เป็นนักเรียน นักศึกษา และเยาวชนผู้แสวงหาทางเลือกในชีวิต ในเมืองไทย เมื่อ 30 กว่าปีก่อนปัญญาชนหัวก้าวหน้าที่สนใจเรื่องประชาธิปไตย งานพัฒนาสังคม และการศึกษาทางเลือกล้วนอ่านหนังสือดังของเขา เช่น *แต่คนหนุ่มสาว*

กฤษณมูรติมีชีวิตอยู่ในช่วงประวัติศาสตร์ที่สำคัญเพราะเขาเห็นสงครามโลก สองครั้ง เห็นความก้าวหน้าของวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ปัญหาของโลก อุตสาหกรรมและทุนนิยม ความล่มสลายของศรัทธาของผู้คนที่มีต่อศาสนา ความเชื่อ และจารีตประเพณีโดยเฉพาะเรื่องชนชั้นวรรณะในประเทศอินเดีย รวมถึงความ รุนแรง การทำลายล้างและความถดถอยของชีวิตมนุษย์ในทุก ๆ ด้าน เขาเป็นผู้ที่กล้า วิพากษ์อำนาจของรัฐ ผู้นำสถาบันต่าง ๆ โดยเฉพาะความเชื่อทางศาสนา วัฒนธรรม ประเพณีและค่านิยมที่ผู้ใหญ่ เช่น พ่อแม่ ผู้นำศาสนา และครู พยายามยึดเอียด สืบทอดสิ่งเหล่านี้ให้คนรุ่นหลัง เขาเห็นว่า การแก้ปัญหาทั้งมวลของมนุษย์ต้องแก้ที่ รากเหง้าคือการพัฒนาจิตสำนึกของมนุษย์ผ่านการศึกษาให้แก่เด็กและเยาวชน โดยผนวกพัฒนาทางจิตใจที่เขาเรียกว่าการฝึกสมาธิภาวนาให้จิตตื่นรู้อยู่กับ ปัจจุบันขณะ และการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ที่สอนตรรกะเหตุผลที่พิสูจน์ได้จริง สอน ให้เด็กคิดวิเคราะห์เพื่อลบล้างความเชื่อทางศาสนาและวัฒนธรรมประเพณีที่ฝังหัว ในตัวผู้นำศาสนา พ่อแม่ ครู และผู้ใหญ่ที่ต้องการสืบทอดสิ่งเหล่านี้สู่เด็กและเยาวชน รุ่นต่อรุ่น

กฤษณมูรติเห็นว่า “การศึกษาควรช่วยให้คนเข้าใจตนเอง เมื่อเราเข้าใจตนเอง แล้วความกลัวจะหมดไป หากเราไม่เข้าใจตัวเองเราจะมีความกลัว แสดงออกด้วยการ อวดตัว ก้าวร้าวและทะเยอทะยาน การศึกษาควรช่วยเราทำลายความคิดแบ่งแยก เชื้อชาติและชนชั้น จุดประสงค์ของการศึกษามีใช่เพื่อผลิตผู้ทรงคุณวุฒิ นักวิชาการ สาขาต่าง ๆ และนักล่างาน แต่เพื่อสร้างมนุษย์ทั้งหญิงชายที่มีชีวิตสมบูรณ์และเป็นอิสระ ช่วยให้คนค้นพบคุณค่าที่แท้จริงด้วยการไตร่ตรองอย่างปราศจากอคติ และรู้เท่าทันตนเอง (การศึกษาและสาระสำคัญของชีวิต, 2556, บริษัทอัมรินทร์ พรินต์ติ้งแอนด์พับลิชชิงจำกัด, น. 31)

เหตุผลที่เขาให้ความสำคัญแก่การศึกษามากที่สุดเพราะเชื่อว่าการศึกษาคือจะเปลี่ยนจิตสำนึกของมนุษย์และจะส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงสังคมเมื่อเด็กและเยาวชนได้รับการศึกษาที่ทำให้พวกเขาเกิดปัญญา ความรัก ความเห็นอกเห็นใจและความผูกพันเชื่อมโยงกับธรรมชาติ ความคิดของเขามีอิทธิพลอย่างมากต่อขบวนการเคลื่อนไหวทางการศึกษาทางเลือกของอินเดีย กฤษณมูรติก่อตั้งโรงเรียนสองแห่งที่อินเดียชื่อ Rishi Valley ในรัฐอันตรประเทศ และโรงเรียน Raighat ในเมืองพาราณสี โรงเรียนทั้งสองก่อตั้งขึ้นเพื่อสร้างสภาวะแวดล้อมที่เหมาะสมต่อการสื่อสารของเขาสู่เด็กและเยาวชน และต่อมาก็มีการตั้งโรงเรียนแนวนี้นี้ขึ้นที่ประเทศอังกฤษและสหรัฐอเมริกาด้วย กฤษณมูรติชอบใช้เวลาไปเยี่ยมเยือนพูดคุยกับครูและนักเรียน โดยเฉพาะในอินเดีย เวลาที่ไปเยี่ยมโรงเรียนเขาจะพูดคุยตอบคำถามของครูและเด็กนักเรียน โดยเฉพาะในเรื่องเป้าหมายของการศึกษาเรียนรู้และคุณค่าในชีวิต ในช่วงเวลาที่สนทนากันเขาจะถามเด็กบ่อย ๆ ว่า

“เมื่อมาเรียนที่โรงเรียนนี้พวกเธอได้ยินความเจ็บ ความงามของหุบเขา เสียงลมพัดและเสียงนกร้องหรือเปล่า การศึกษาไม่ได้หมายถึงการท่องจำ การสอบผ่าน การมีปริญญา มีงานทำ แต่งาน หลังจากนั้นเธอจะมีความวิตกกังวลมากมายเกี่ยวกับรายได้ การมีลูก อยากมีรถคันใหม่ ความทุกข์ ความวิตกกังวลและความ

อยากเหล่านี้จะทำให้พวกเธอตัดขาดจากความงามของชีวิตและโลก ความกลัว ความโลภ และความอยากนี้เองที่นำไปสู่การเป็นส่วนหนึ่งของความรุนแรงและการทำลายล้างที่กำลังดำเนินอยู่ในสังคม พวกเธอต้องการจะเป็นส่วนหนึ่งของสังคมเช่นนี้หรือ”

เขาท้าทายให้เด็กนักเรียนออกจากกรอบโครงสร้างสังคมและค่านิยมเก่า ๆ ที่โรงเรียน พ่อแม่ ผู้นำการเมือง และผู้ใหญ่ทั้งหลายติดกับอยู่ พวกผู้ใหญ่ต่างต้องการส่งผ่านค่านิยมเรื่องการแสวงหาเงินทอง ตำแหน่งหน้าที่ และอำนาจจากยศถาบรรดาศักดิ์ให้ลูกหลานตัวเอง เขาบอกว่าเด็กต้องเรียนรู้ด้วยตัวเอง จากการสังเกต และการฟัง การอยู่กับความเจ็บและธรรมชาติ การฝึกสมาธิ และการรู้ตัวเพื่อจะได้รู้เท่าทันความคิด ความรู้สึกของตัวเอง การเรียนรู้แบบนี้จะทำให้เด็กมีความใส่ใจ เห็นอกเห็นใจ รักตัวเอง รักผู้อื่นและรักธรรมชาติสิ่งแวดล้อม ความรู้และความรักแบบนี้จะทำให้พวกเขาพบปัญหาและอิสรภาพภายในจากจิตวิญญาณของตัวเอง เขาเขียนหนังสือที่พูดถึงเกี่ยวกับครูและความเป็นครูชื่อ *The Teacher's Highest Calling* ที่แปลเป็นภาษาไทยชื่อว่า *ศักยภาพอันสูงสุดแห่งครู*¹

ขบวนการเคลื่อนไหวการศึกษาเพื่อความเป็นธรรม หรือ การศึกษาเพื่อความเป็นไท (Education for Liberation)

เปาโล เฟรรี (Paulo Freire: 1921-1997) เป็นนักปรัชญา นักการศึกษา นอกระบบ และนักเคลื่อนไหวทางการศึกษาชาวบราซิลผู้อุทิศตนทำงานเพื่อคนยากจน เขาโด่งดังจากแนวคิดและหนังสือชื่อ *การศึกษาเพื่อผู้ถูกกดขี่* (*Pedagogy of the*

¹ อ่านแนวคิดของกฤษณมูรติเพิ่มเติมได้จากหนังสือดังของเขาหลายเล่มที่แปลเป็นไทย เช่น *การศึกษาและสาระสำคัญของชีวิต* *มิติใหม่ทางการศึกษาเพื่อความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์* *แด่คนหนุ่มสาว* *กบฏความคิด* และ *เรากำลังแสวงหาอะไร* หนังสือกฤษณมูรติแปลเป็นไทยโดยมูลนิธิอานันทมหิดล

Oppressed) หนังสือเล่มนี้ทำให้เขามีอิทธิพลต่อขบวนการเคลื่อนไหวทางการศึกษา เพื่อความเป็นธรรมสำหรับคนยากจนทั่วโลก

เฟรรีเกิดในครอบครัวชนชั้นกลางแต่ประสบกับความยากลำบากในช่วงเศรษฐกิจตกต่ำของโลกจนต้องหาอาหารกินจากกองขยะ เขาเรียนจบปริญญาเอก ด้านปรัชญาการศึกษาและมีความเชื่อเช่นเดียวกับนักปฏิรูปการศึกษาหลายคนในยุคนั้น ว่าระบบการศึกษาของรัฐเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้เกิดการกดขี่คนยากจน ชนชั้นล่าง ระบบการศึกษากระแสหลักนี้เป็นเครื่องมือของผู้ปกครองและชนชั้นนำที่ใช้ควบคุมและครอบงำให้ผู้เรียนสยบยอมต่ออำนาจรัฐ ยอมรับและเฉื่อยชาต่อการกดขี่ในสังคม ผลิตแรงงานที่มีทักษะแต่ควบคุมได้ง่ายให้กับโรงงานอุตสาหกรรมซึ่งนายทุนกำหนดค่าจ้างต่ำแต่ไม่จัดสวัสดิการให้แก่คนงาน นี่เป็นระบบเศรษฐกิจที่เอาเปรียบชนชั้นล่างและถ่างช่องว่างระหว่างชนชั้นนายทุนและกรรมกร ตลอดจนชาวไร่ชาวนาที่ต้องขายผลผลิตให้นายทุนเหล่านั้นยิ่งกว้างออกไป

เฟรรีเห็นว่าหนทางที่จะเปลี่ยนแปลงความไม่เท่าเทียมทางชนชั้นนี้ต้องทำผ่านกระบวนการศึกษา เขามีความเชื่อเดียวกับนักคิดและเคลื่อนไหวการศึกษาหัวก้าวหน้าคนอื่น ๆ ว่าการศึกษาคือทำให้คนค้นพบอิสรภาพ นั่นคือ มีความตระหนักรู้สามารถกำหนดชีวิตตัวเองได้ ไม่ใช่เป็นเพียงหุ่นยนต์หรือวัตถุที่ให้ผู้อื่นมาครอบงำ ความคิดความเชื่อ ด้วยจิตสำนึกเช่นนี้จะทำให้มนุษย์เราสามารถเปลี่ยนแปลงตนเอง สิ่งแวดล้อมและสังคมได้

เฟรรีสนใจคิดค้นการศึกษาสำหรับผู้ใหญ่ที่ยากจนและไม่รู้หนังสือ เขาเชื่อว่าแม้ว่ากลุ่มคนยากจนจะถูกกดให้จมอยู่กับวัฒนธรรมแห่งความเจียมตนเพียงใดก็ตาม พวกเขาจะสามารถมองเห็นและเข้าใจความจริงของตนเองและโลกหากได้ผ่านกระบวนการวิเคราะห์และการพูดคุยแลกเปลี่ยนกับคนอื่น ๆ ที่เจอปัญหาแบบเดียวกัน หากต้องอาศัยเครื่องมือเทคนิควิธีการที่เหมาะสม เทคนิคที่ว่าคือการปลูก

จิตสำนึก (Conscience) ผ่านการคิดวิเคราะห์ (Critical thinking) กระบวนการเรียนรู้แบบนี้จะช่วยให้คนยากจนแต่ละคนค่อย ๆ เห็นความจริงของตนเองและสังคม และสามารถลุกขึ้นมาจัดการกับปัญหาความไม่เป็นธรรมได้อย่างเป็นเหตุเป็นผล และการตื่นรู้นี้จะทำให้คนไม่สยบยอมต่อความไม่เป็นธรรม ที่ก่อนหน้านี้เป็นเพียงความเจ็บงันที่ต่างคนต่างอดทนอย่างโดดเดี่ยวจนเชื่อว่าความยากจนเป็นชะตากรรมที่ต้องยอมรับ²

เนื้อหาในการอบรมแนวเฟรรีจะใช้รูปภาพเป็นหลักเนื่องจากผู้เรียนนั้นไม่รู้หนังสือ ครูจะใช้ภาพปัญหาของชาวชนบทเป็นเครื่องมือหลักในการพูดคุยและการวิเคราะห์ปัญหาให้ผู้เรียนเข้าใจสาเหตุและนำไปสู่การครุ่นคิดหาทางออก เช่น ครูใช้ภาพของผู้ชายคนหนึ่งกำลังเดินบนถนนลูกรังขรุขระในหมู่บ้านที่ค่อนข้างร้างผู้คน และดูเหมือนเขาเมาเหล้าด้วย ครูใช้รูปนั้นแล้วถามผู้เรียนว่าพวกเขาเห็นภาพอะไร ในรูปนั้นบ้าง ผู้เรียนตอบว่าผู้ชายเมาเหล้าเดินบนถนนขรุขระ ครูก็อาจจะถามต่อไปว่า พวกเขาคิดว่าเหตุปัจจัยอะไรทำให้ผู้ชายคนนั้นดื่มเหล้า ผู้เรียนอาจจะตอบว่าเขามีความรู้สึกเสียใจ ไม่พอใจและขาดความสุข ครูอาจจะถามต่อว่าเหตุปัจจัยอะไรทำให้เขามีความทุกข์ใจ ผู้เรียนอาจจะตอบว่าเพราะเขารู้สึกสิ้นหวังที่ไม่มีงานทำ ไม่มีรายได้ ครูถามต่อว่าเหตุปัจจัยอะไรทำให้หมู่บ้านนี้ไม่มีงานให้เขาทำ หรือถามว่าแล้วสภาพถนนในรูปนี้เป็นอย่างไรบ้าง ทำไมไม่ค่อยมีผู้คนอาศัยอยู่ พวกเขาหายไปไหน และทำไมถนนในหมู่บ้านนี้จึงเป็นแบบนี้ เป็นต้น การถามและตอบที่ใช้ภาพปัญหาจริง

² แนวคิดกระบวนการศึกษาเพื่อปลูกจิตสำนึกของเฟรรียังมีอิทธิพลต่อการทำงานของกลุ่มเคลื่อนไหวทางการศึกษาในประเทศแอฟริกาใต้ที่ก่อตั้งศูนย์อบรมผู้ใหญ่ในชนบทและผลิตชุดคู่มืออบรมชื่อ *Training for Transformation: A Handbook for Community Workers* (การอบรมเพื่อการเปลี่ยนแปลง) โดยแซลลี ทิมเมล (Sally Timmel) และแอนน์ โฮป (Anne Hope) อันเป็นชุดคู่มืออบรมหลักสูตรต่อเนื่องหลายหัวข้อเชื่อมโยงกัน เช่น การวางแผนการทำงานเป็นทีม การวิเคราะห์ปัญหาความยากจน สิ่งแวดล้อม และการเป็นผู้จัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อความเป็นธรรม

ของคนในชนบทคือการฝึกให้ผู้เรียนคิดวิเคราะห์อย่างมีตรรกะถึงปัญหา สาเหตุของ ปัญหาความยากจนนั่นเอง

ในการสอน การอ่าน และการเขียนให้ผู้ใหญ่นั้น ครูไม่ได้เริ่มต้นด้วยการให้ ท่องจำ เขียนพยัญชนะและนำสระมาสมเป็นคำเขียนและพูดแบบที่เราเคยเรียน ผ่านการอ่าน ก เอ๋ย ก ไก่ ข ไข่ในเล้า แต่จะเริ่มจากการพูดคุยถึงปัญหาการาคาผลผลิต ที่ชาวชนบทถูกพ่อค้ากดราคาให้ต่ำ ค่าเช่าที่ดินที่สูง หรือค่าแรงในโรงงานที่ต่ำ เมื่อมีการพูดคุยวิเคราะห์จนผู้เรียนระบุสาเหตุปัญหาและเรียกสถานการณ์นั้น ว่าการกดขี่ที่มาจากนายทุน จากนั้นสิ่งที่ครูให้ผู้เรียนผู้ใหญ่หัดเขียนหัดอ่านคือ คำว่า กดขี่ และนายทุน นี่เป็นตัวอย่างของการเรียนอ่านเขียนเพื่อปลุกจิตสำนึก เรื่องความไม่เป็นธรรม

ในกระบวนการศึกษาเพื่อปลุกจิตสำนึกนี้เฟรรีเห็นว่าครูจะเป็นผู้นำสำคัญ ที่จะสร้างการเปลี่ยนแปลง ต่อมาเขาจึงเขียนหนังสือชื่อ *ครูในฐานะผู้ทำงาน วัฒนธรรม: จดหมายถึงผู้ที่กล้าสอน (Teachers as Cultural Workers: Letters To Those Who Dare Teach)* ซึ่งอธิบายแนวคิดของเขาเกี่ยวกับคุณลักษณะและ บทบาทหน้าที่สำคัญของครู เขาบอกว่าครูที่จะสร้างการเปลี่ยนแปลงมีคุณลักษณะ สำคัญหลายประการคือ *เป็นผู้กล้าที่จะรัก* รักในตัวนักเรียน รักกระบวนการสอน และรักการใฝ่รู้ เพราะครูที่แสวงหาปัญญาจะเป็นผู้เรียนรู้ไปพร้อม ๆ กับนักเรียน เรียนรู้จากกระบวนการและทุกกิจกรรมที่สอนเด็ก ครูคือผู้กล้ารักเสรีภาพและ *ความเป็นธรรม* เพราะหากไม่มีเสรีภาพแล้วการสอนก็ไร้ความหมาย เป็นผู้ที่สนใจ และมีนิสัยต่อสู้เพื่อความยุติธรรมให้กับทั้งตนเองและเพื่อนครู เป็นผู้ที่กล้าประท้วง เมื่อนักเรียนไม่ได้รับคุณภาพการศึกษาที่ดีตามสิทธิพลเมือง เป็นผู้ใส่ใจในสถานการณ์ การเมืองและปัญหาสังคม เพราะหากครูไม่สนใจการเมือง เสรีภาพและความ เป็นธรรมในสังคมแล้ว ครูจะไม่สามารถทำให้นักเรียนตื่นรู้ในเรื่องสำคัญของสังคมได้ และเป็นผู้ที่กล้าปฏิเสธวิถีคิดแบบราชการ มีศักยภาพในการวิเคราะห์ พินิจพิจารณา พูดจาอย่างมีเหตุผลและมีความคิดสร้างสรรค์

เฟรรียังบอกด้วยว่าเขาไม่เห็นด้วยที่จะลดบทบาทครูโดยเฉพาะครูผู้หญิงให้เป็นเหมือนพ่อแม่ของเด็กคือทำหน้าที่สอนเด็กแบบทะนุถนอมตามอกตามใจ เพราะนั่นไม่ใช่การรักเด็ก และนอกจากจะไม่ใช่บทบาทของครูแล้ว ยังไปลดทอนบทบาทสำคัญของครูลงเพราะเมื่อครูทำตัวเป็นพ่อแม่เด็กก็จะมีใครไปประท้วงผู้บริหาร รัฐบาลหรือต่อรองกับนักการเมืองเพื่อผลประโยชน์ของเด็กและสังคม เพราะพ่อแม่จะไม่ประท้วงโรงเรียนและผู้บริหารด้วยความกลัวว่าลูกตัวเองจะมีปัญหา

เฟรรีเคยได้รับเชิญจากประธานาธิบดีของบราซิลให้เป็นผู้ออกแบบโครงการศึกษาแห่งชาติ เพราะในสมัยนั้นบราซิลมีประชาชนผู้ใหญ่มากจนมากมายที่อ่านหนังสือไม่ออกจึงไม่สามารถออกเสียงเลือกตั้งได้ ในขณะเดียวกัน เจ้าของที่ดินและชนชั้นนำที่ร่ำรวยของบราซิลก็ไม่พอใจโครงการรณรงค์เพื่อการเรียนรู้หนังสือผ่านกระบวนการของเขาเพราะกลัวว่าจะไปกระทบต่ออิทธิพลอันมากมายของพวกเขา ต่อมาในปี พ.ศ. 2507 บราซิลเกิดรัฐประหารและรัฐบาลทหารขึ้นมามีอำนาจ เฟรรีถูกคุกคามเอาชีวิตจนต้องลี้ภัยไปอาศัยอยู่ในประเทศชิลีและทำงานกับขบวนการชาวนาในประเทศนั้น ต่อมาเขาอาศัยอยู่ในประเทศสวิตเซอร์แลนด์เป็นเวลา 9 ปี ทำงานในฐานะทูตและผู้เชี่ยวชาญด้านการศึกษาสำหรับผู้ใหญ่และการศึกษาเพื่อการปลดปล่อย ช่วงที่อาศัยอยู่นอกประเทศเป็นเวลาถึง 20 ปี เฟรรีได้ศึกษาพูดคุยแลกเปลี่ยนกับกลุ่มนักเคลื่อนไหวทางการศึกษาจากหลายประเทศทั่วโลก รวมถึงในสหรัฐอเมริกา ประเทศที่เขาอาศัยอยู่ในช่วงระยะเวลาหนึ่งของการลี้ภัยซึ่งเป็นช่วงที่เขาตกผลึกและเขียนหนังสือชื่อดัง *The Pedagogy of the Oppressed* ซึ่งกล่าวกันว่าเป็นคัมภีร์เล่มแรกในโลกที่พูดถึงการศึกษาเพื่อความเป็นธรรม

ขบวนการเคลื่อนไหวเรื่องการศึกษาคือความเป็นธรรมทางเพศและสีผิว

เบล ฮุกส์ (Bell Hooks) เป็นนักวิชาการด้านการศึกษา นักทฤษฎี นักวิพากษ์วัฒนธรรม และนักสตรีนิยมที่มีงานเขียนมากกว่า 30 เล่ม เธอเป็นหนึ่งในนักคิด นักสตรีนิยมผิวดำในจำนวนไม่กี่คนที่ริเริ่มใช้กรอบวิเคราะห์ความเป็นธรรมรอบด้านฐานสตรีนิยม (Intersectional Feminism) ซึ่งหมายถึงกรอบคิดที่ใช้เรื่องความไม่เท่าเทียมทางเพศเป็นแกนหลัก แต่ในขณะเดียวกันก็เห็นความไม่เท่าเทียมประเด็นอื่น ๆ ที่เชื่อมโยงสัมพันธ์กันอยู่ด้วย เช่น ชนชั้น สีผิว ชาติพันธุ์ รสนิยมทางเพศ ระดับการศึกษา ฯลฯ เพื่อชี้ให้เห็นความสัมพันธ์เชื่อมโยงระหว่างเพศ สีผิว และอัตลักษณ์ชายขอบอื่น ๆ ซึ่งส่งผลต่อการเจอปัญหาการกดขี่ทับซ้อนหลายชั้นที่ผู้หญิงผิวดำประสบในบริบทของประเทศสหรัฐอเมริกา

เธอเขียนหนังสือและพูดเกี่ยวกับผู้หญิงผิวดำในช่วงที่สิทธิสตรียังไม่เป็นประเด็นและไม่ได้รับความสนใจจากขบวนการเคลื่อนไหวเพื่อคนผิวดำที่นำโดย มาร์ติน ลูเธอร์คิง จูเนียร์ (ราวปี ค.ศ. 1960) ในยุคนั้นแม้จะมีกลุ่มผู้หญิงผิวดำเข้าร่วมขบวนการเคลื่อนไหวเป็นจำนวนมาก แต่กรอบคิดของการต่อสู้เพื่อสิทธิพลเมืองก็ไม่ได้เห็นความสำคัญของเรื่องสิทธิสตรีหรือสิทธิทางเพศว่าเกี่ยวข้องหรือเป็นส่วนหนึ่งกับขบวนการต่อสู้เพื่อสิทธิพลเมืองแต่อย่างใด ส่วนขบวนการต่อสู้เรื่องสิทธิสตรีของสหรัฐอเมริกาในยุคนั้นถูกนำและครอบงำโดยกลุ่มผู้หญิงผิวขาวที่มาจากชนชั้นกลางระดับบนเสียส่วนใหญ่ ส่วนเบล ฮุกส์ นั้นเกิดในครอบครัวใหญ่ของคนผิวดำชนชั้นกลางระดับล่างในมลรัฐจอร์เจียอันเป็นรัฐอนุรักษนิยมของคนขาวที่มีความเกลียดชังคนผิวดำอย่างเข้มข้น ทำให้เธอเข้าใจประสบการณ์การเหยียดผิวอย่างถึงรากถึงโคน

เมื่ออายุเพียง 19 ปี เบล ฮุกส์ ได้เริ่มงานเขียนชิ้นแรกของเธอชื่อ *Ain't I a Black Woman: Black Women and Feminism* (ตีพิมพ์ ค.ศ. 1981) พูดถึง

บทบาทของผู้หญิงผิวดำตั้งแต่ยุคทาสเรื่อยมาจนถึงปี ค.ศ. 1980 หนังสือเล่มนี้เป็นหนังสือที่เขียนโดยนักเขียนผู้หญิงผิวดำเล่มแรกที่น่ามาสอนในวงวิชาการของอเมริกา และถือกันว่าเป็นฐานของตำราการต่อสู้เรียกร้องสิทธิสตรีคลื่นลูกที่สามของอเมริกา ต่อมาหนังสืออีกหลายเล่มของเธอถูกใช้เป็นตำราเรียนในมหาวิทยาลัยและเป็นหัวข้อการสนทนาในหมู่นักเคลื่อนไหวสิทธิสตรี เช่น *Feminism is for Everybody* ที่พูดถึงเพศและเพศวิถี ซึ่งนำเสนอทฤษฎีสตรีนิยมที่มีรากมาจากสามัญสำนึกและปัญหาที่มาจากประสบการณ์ตรงของผู้หญิง และให้ภาพสังคมใหม่สำหรับผู้ที่รักความเท่าเทียมและความเป็นธรรม และเรียกร้องให้นักสตรีนิยมที่แบ่งแยกกันเป็นกลุ่ม ๆ เนื่องจากมีแนวคิด กรอบวิเคราะห์ และยุทธศาสตร์การทำงานที่แตกต่างกัน ให้หันมาสร้างความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันเพื่อร่วมกันสร้างภาพสังคมใหม่ที่เป็นทางเลือกออกจากสังคมวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ที่เหยียดผิวและรังเกียจคนรักเพศเดียวกัน หนังสืออีกเล่มหนึ่งของเธอ *Feminist Theory: From Margin to Center* เธอพูดถึงการทำความเข้าใจความซับซ้อนของการเมืองเรื่องเพศที่หมายถึงการสร้างความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในหมู่ผู้หญิงและผู้ชายในฐานะผู้ร่วมขบวนการปลดปล่อยวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ รวมถึงขบวนการสิทธิสตรีที่มุ่งขจัดความรุนแรง

นอกจากนี้ เบล ฮุกส์ ยังเป็นนักสตรีนิยมคนแรก ๆ ที่เห็นว่าวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ไม่ได้เพียงทำร้ายผู้หญิง แต่ยังทำลายความเป็นมนุษย์ของผู้ชายอีกด้วย เธอพูดถึงเรื่องนี้จากประสบการณ์ที่ใช้ชีวิตกับแฟนซึ่งร่วมต่อสู้เรื่องความเป็นธรรมเรื่องสีผิว แต่เมื่อเธอมีชื่อเสียงมากขึ้นในสังคม แฟนของเธอกลับไม่สามารถอยู่กับความเปลี่ยนแปลงนั้นได้ เพราะเขาไม่ต้องการหรือไม่สามารถทำงานกับความเป็นชายที่หล่อหลอมให้เขาเชื่อว่าผู้ชายต้องเหนือกว่าหรือเก่งกว่าผู้หญิง และยอมรับความเปราะบางและก้าวข้ามความกลัวของตัวเอง เบล ฮุกส์ จึงเชิญชวนให้ผู้ชายหันมาร่วมในขบวนการเปลี่ยนแปลงและปลดปล่อยตัวเองจากวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ ดังปรากฏในหนังสือ *The Will to Change: Men, Masculinity, and Love* ที่กล่าวถึงวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ ซึ่งทำให้ผู้ชายตัดขาดจากความรู้สึกและความรัก

เพื่อแสดงออกถึงความเป็นชายที่ต้องเป็นผู้ควบคุมและรู้สึกว่าคุณเองเหนือกว่า เธอท้าทายให้ผู้ชายทำงานกับความกลัวของตัวเองว่าจะสูญเสียอำนาจเมื่อผู้หญิงลุกขึ้นมาเรียกร้องสิทธิเท่าเทียมกับพวกตน เชิญชวนให้ผู้ชายเผชิญกับความรู้สึกประหลาดและความกลัวของตัวเองที่ไม่ได้หมายถึงความอ่อนแอ การโอบอุ้มและเรียนรู้จากความรู้สึกประหลาดต่างหากที่เป็นหนทางให้พัฒนาจิตวิญญาณอันช่วยเติมเต็มความเป็นมนุษย์

เบล ฮุกส์ ได้รับอิทธิพลและชื่นชมกระบวนการเรียนรู้เพื่อความเป็นธรรมของ เปาโล เฟรรี เธอมีโอกาสนสนทนากับเขาถึงสองครั้ง เธอชื่นชมกระบวนการศึกษาเพื่อปลุกและเปลี่ยนจิตสำนึกของคนยากจนที่เปาโล เฟรรี คิดค้นขึ้น แต่เธอก็มองว่ากรอบวิเคราะห์ความไม่เป็นธรรมเรื่องชนชั้นนั้นไม่เพียงพอ เพราะนอกจากความยากจนแล้วยังมีกลุ่มคนผิวสีดำหรือชาติพันธุ์ชนกลุ่มน้อย และผู้หญิงที่เจอความไม่เป็นธรรมอันเนื่องมาจากเพศ ชาติพันธุ์ และสีผิว เธอจึงให้ความหมายของ “การศึกษาแบบมีส่วนร่วม” (Engaged Pedagogy) ว่าคือกระบวนการสร้างหรือฟื้นฟูอำนาจให้ทั้งผู้เรียนและผู้สอน ทั้งนี้เพราะการสอนที่ถือผู้เรียนเป็นศูนย์กลางทำให้ผู้สอนไม่อาจใช้หลักสูตรหรือวิธีการสอนที่ตายตัวกับผู้เรียนทุกกลุ่ม ส่งผลให้ผู้สอนต้องตื่นตัวในการเรียนรู้เพื่อให้สามารถปรับเปลี่ยนวิธีการสอนให้สอดคล้องกับสถานะของผู้เรียนตลอดเวลา เธอเห็นว่าจะต้องมีการเปลี่ยนแปลงวิธีการเรียนการสอนในมหาวิทยาลัย ในหนังสือ *Teaching to Transgress: Education as the Practice of Freedom* เธอเขียนเกี่ยวกับการใช้การศึกษาแนวใหม่ที่จะนำไปสู่อิสรภาพ โดยการสอนนักศึกษาให้เข้าใจเรื่องการกดขี่ด้านสีผิว เพศ และชนชั้น เพื่อให้พวกเขาเป็นอิสระจากวัฒนธรรมครอบงำและการกดขี่ที่หล่อหลอมมาจากรุ่นสู่รุ่น เบล ฮุกส์ แนะนำวิธีการจัดการกับสถานการณ์การเหยียดผิว การเหยียดเพศในห้องเรียน และการเรียนรู้เรื่องความเป็นธรรมผ่านการคิดวิเคราะห์ และการใช้หัวใจเพื่อรับรู้อารมณ์ ความรู้สึก ไม่ว่าจะเป็นความโกรธ ความสิ้นหวัง และการสมานฉันท์ในหมู่ผู้คนที่เป็ผลมาจากการแบ่งแยกกดขี่ทุกรูปแบบ

เธอยังทำทนายวิธีการสอนวิชาสตรีศึกษาของนักสตรีนิยมที่เธอเรียกว่าเป็นกลุ่มอนุรักษนิยม (ส่วนใหญ่เป็นคนผิวขาว) เธอมองว่านักสตรีนิยมเหล่านี้กำลังแบ่งแยกวิถีปฏิบัติส่วนตัวและชีวิตสาธารณะออกจากกันทั้ง ๆ ที่ขบวนการสตรีนิยมเรียกร้องมาโดยตลอดว่าเรื่องส่วนตัวคือการเมือง (The personal is political) และเราไม่สามารถแยกพื้นที่ส่วนตัวกับพื้นที่สาธารณะได้ การสอนแบบอนุรักษนิยมคือการสอนที่ผู้สอนไม่ยอมนำเอาประสบการณ์ชีวิตของตนเองเข้าไป “เสี่ยง” ในกระบวนการเรียนรู้ร่วมกับผู้เรียน เป็นการสอนที่ผู้สอนไม่ต้องทำทนายวิถีชีวิต อำนาจ และอภิสัทย์ของตน และไม่ต้องสร้างความตระหนักรู้หรือเปลี่ยนแปลงตนเองแม้แต่ในเรื่องที่ตนเองสอนอยู่ ในทางตรงกันข้าม แนวคิดและวิธีการทำงานของกลุ่มสตรีนิยมต่อต้านการกดขี่ที่เธอเสนอเป็นการทำงานที่เรียกร้องให้เกิดการตระหนักรู้และเปลี่ยนแปลงภายในตัวผู้สอนพร้อม ๆ กับกระตุ้นให้ผู้เรียนสร้างการเปลี่ยนแปลงในตัวของพวกเขา การทำงานเช่นนี้คือการปฏิบัติและการดำรงชีวิตประจำวันตามแนวทางสตรีนิยมอย่างแท้จริง (Feminist Practice หรือ Engaged Feminism) ซึ่งคือการร้องให้ผู้ร่วมขบวนการทำงานเรื่องผู้หญิงที่นำโดยนักสตรีนิยมที่มีอัตลักษณ์อภิสัทย์ เช่น เป็นชนชั้นสูง เป็นคนผิวขาว จบการศึกษาสูง อาวุโส มีประสบการณ์ทำงานมานาน และมีตำแหน่งเป็นผู้นำองค์กรหรือเป็นผู้ก่อตั้งองค์กร เป็นผู้หญิงรักต่างเพศ ต้องทำงานเพื่อทำทนายอำนาจและอภิสัทย์ที่ตนมี

การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงแบบองค์รวมของเบล ฮุกส์ แม้จะมีเป้าหมายที่การสร้างหรือฟื้นฟูอำนาจให้ผู้เรียน แต่ผลที่ตามมาคือทั้งผู้เรียนและผู้สอนจะสามารถฟื้นฟูอำนาจในตนเองและขยายขอบเขตทางปัญญาจากกระบวนการเรียนรู้แบบนี้ไปด้วยกัน การเรียนรู้แบบนี้ยังตั้งอยู่บนฐานความคิดที่ว่า การเรียนรู้อย่างลึกซึ้งของคนเรามีโอกาสที่จะเกิดได้มากเมื่อเรายอมก้าวออกจากพื้นที่ที่เราคุ้นเคยไปสู่พื้นที่เสี่ยง คือก้าวไปสู่พฤติกรรมและประสบการณ์ใหม่ แต่หากผู้สอนมุ่งที่จะทำทนายให้ผู้เรียนก้าวเข้าสู่ “พื้นที่เสี่ยง” เพื่อสร้างการเรียนรู้ โดยกระตุ้นหรือทำทนายให้ผู้เรียนสำรวจความเปราะบางในชีวิตของตนหรือให้บอกเล่าประสบการณ์เลวร้าย

อาทิ ประสบการณ์การถูกคุกคามหรือทำร้ายทางเพศ ขณะที่ตัวผู้สอนเองปฏิเสธจะสัมผัสและแสดงออกในเรื่องที่เป็นความเปราะบางในชีวิตของตนและปฏิเสธที่จะนำตนเองเข้าสู่พื้นที่เสี่ยงเพื่อการเรียนรู้ไปพร้อม ๆ กัน ในสภาพเช่นนี้การฟื้นฟูอำนาจและการเปลี่ยนแปลงตนเองอย่างลึกซึ้งสำหรับทั้งผู้เรียนและผู้สอนจึงไม่อาจเกิดขึ้นได้³

การศึกษาแนววัฒนธรรมอำนาจร่วม (Partnership Education)

ไรแอน ไอสเลอร์ เป็นผู้คิดค้นแนวคิดและรูปแบบการศึกษาแบบอำนาจร่วมเพื่อเปลี่ยนวัฒนธรรมและสร้างอนาคตใหม่ของมนุษยชาติ เธอเห็นว่าเด็กทุกคนมีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์อยู่แล้ว เพราะเด็กนั้นเต็มไปด้วยความรัก ความเบิกบาน ความคิดสร้างสรรค์และความใส่ใจ เด็กคือผู้ซึ่งเต็มไปด้วยความหิวกระหายความรู้ พวกเขามีความรู้ความยุติธรรมและความไม่ยุติธรรมที่ติดตัวมาแต่กำเนิด และที่สำคัญที่สุดคือเด็กเรียกร้องหาความรักและการยอมรับโดยเฉพาะจากผู้ใหญ่ ในหนังสือที่เธอเขียน *Tomorrow's Children: A Blueprint for Partnership Education in the 21st Century* เธอจึงวางโครงสร้างของการจัดการศึกษาแนววัฒนธรรมอำนาจร่วมว่าประกอบไปด้วยสามส่วนคือ กระบวนการ เนื้อหาหลักสูตร และโครงสร้าง

³ หนังสือดังที่เบล ฮุกส์ เขียนสำหรับเด็กคือ *Homemade Love*, *Skin Again*, *Happy to be Nappy* และ *Be Boy Buzz*

กระบวนการ หมายถึงภาพใหญ่ของวิธีการเรียนและสอน ซึ่งรวมไปถึงแนวคิดปรัชญา บทบาทหน้าที่ของครู ภาวะเทียบ กติกา เทคนิคและวิธีการเรียนการสอน ซึ่งมีประเด็นสำคัญที่เรอสอนต่อนักการศึกษาดังต่อไปนี้

- เราต้องเห็นว่าเด็กแต่ละคนมีปัญหา ความฉลาด และความสามารถ เป็นของขั้วพิเศษที่ติดตัวพวกเขา และสิ่งเหล่านี้ต้องได้รับการดูแล ใส่ใจและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง เด็กจะต้องมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษา ของพวกเขาเพื่อที่ว่าความกระหายใคร่เรียนรู้ของพวกเขาจะไม่ถูก ทำลายลง โดยที่ครูจะทำหน้าที่เป็นพี่เลี้ยงและผู้จัดกระบวนการเรียนรู้ (Facilitator) ด้วยปรัชญาและความเชื่อเช่นนี้ การศึกษาจึงเป็น กระบวนการที่ครูและนักเรียนเป็นเสมือนหุ้นส่วนของการผจญภัยแห่ง การเรียนรู้ร่วมกัน
- เป็นการเรียนการสอนที่การแบ่งปัน ความเห็นอกเห็นใจ และความใส่ใจ เป็นฐานสำคัญ และส่งเสริมให้เด็กเรียนรู้การทำงานเป็นทีมให้สอดคล้องกับ สังคมยุคหลังอุตสาหกรรม
- ครูจะต้องสร้างโอกาสให้เด็กเรียนรู้ด้วยตนเองเพราะเด็กมีธรรมชาติของ ความอยากรู้อยู่แล้ว เมื่อเด็กเป็นผู้กำหนดการเรียนรู้ด้วยตนเอง จะทำให้พวกเขาเกิดความภูมิใจ ความมั่นใจ และความคิดสร้างสรรค์ นอกจากนั้นจะต้องให้เด็กเรียนรู้จากเพื่อน ๆ เพื่อสร้างความรู้สึกรักพึ่งพา อาศัยแบ่งปันกันและกัน

หากกล่าวโดยสรุป กระบวนการก็คือการจัดการเรียนการสอนที่มีฐาน ความเชื่อว่าเด็กทุกคนมีความสามารถ มีปัญญา ความคิดสร้างสรรค์ ความพิเศษ และความสนใจใคร่รู้ที่แตกต่างกันไป ครูจึงมีหน้าที่เพียงสนับสนุนและสร้างโอกาส ให้อำนาจภายในตัวเด็กแต่ละคนเหล่านี้ให้เติบโตยิ่ง ๆ ขึ้นไป

เนื้อหา หมายถึงหลักสูตรการเรียนการสอน ไอสเลอร์เห็นว่าการวางแผนเนื้อหาเป็นเหมือนการถักทอที่ต้องใช้เส้นด้ายหลากหลายไม่ตายตัว แต่เปลี่ยนแปลงและเติบโตอย่างต่อเนื่องเพื่อให้เป็นผืนผ้าแห่งการเรียนรู้ การถักทอตัวเนื้อหาหลักสูตรเพื่อการเรียนรู้ของเด็กต้องมีเนื้อหาสองส่วนคือ

1. เนื้อหาส่วนที่เป็นเสมือนเส้นด้ายแนวตั้ง หมายถึงการให้ชุดความรู้แบบใหม่เกี่ยวกับโลกและมนุษย์หลากหลายวัฒนธรรมบนโลก จุดกำเนิดของจักรวาล และดวงดาวต่าง ๆ และวิวัฒนาการจนถึงปัจจุบัน การกำเนิดขึ้นของโลก ชีวิตวิทยา และวิวัฒนาการด้านวัฒนธรรมของมนุษย์ โดยใช้กรอบวัฒนธรรมอำนาจสองแบบเป็นแกนในการทำความเข้าใจ ไม่ใช่แค่การอ่านเพื่อท่องจำข้อมูล

2. เนื้อหาส่วนที่เป็นเสมือนเส้นด้ายแนวนอน หมายถึงเนื้อหาพื้นฐาน เช่น เลขคณิต การอ่าน การเขียน วิทยาศาสตร์กายภาพ วิทยาศาสตร์สังคม วรรณคดี สังคม ศิลปะ ดนตรี พลศึกษา คอมพิวเตอร์ สื่อ และวิชาอื่น ๆ ที่เด็กและเยาวชนต้องเรียนรู้ เช่น เรื่องร่างกาย เพศภาวะและเพศวิถี ความรักและความสัมพันธ์ การจัดการตัวเองและการวางแผนชีวิต จริยธรรม ปัญหาเรื่องสิ่งแวดล้อม

นอกจากเนื้อหาสองส่วนแล้วยังมีองค์ประกอบสำคัญ 6 ประเด็น ที่เธอบอกว่าทำหน้าที่ถักทอยึดโยงเส้นด้ายแนวตั้งและแนวนอนเข้าไว้ด้วยกันและทำให้ผืนผ้านี้มีชีวิต เป็นแนวทางการจัดการศึกษาสำหรับครู พ่อแม่ซึ่งสอนลูกที่บ้าน และบุคคลที่สนใจพัฒนาการศึกษาแนวนี้

1. ใช้รูปแบบของวัฒนธรรมอำนาจครอบงำกับวัฒนธรรมอำนาจร่วมเป็นแกนหรือโครงสร้างหลักเพื่อสำรวจตรวจตราว่าสิ่งที่สอนนั้นจะสืบทอดวัฒนธรรมอำนาจครอบงำหรือทำให้เราก้าวไปสู่วัฒนธรรมอำนาจร่วม

2. มีคุณค่า คุณลักษณะมาตรฐานทางศีลธรรมและคุณธรรมที่เป็นตัวกำกับชีวิตประจำวันของผู้คนและวิถีปฏิบัติต่อโลกและสิ่งแวดล้อมที่โอบอุ้มชีวิตเรา เธอเสนอว่าเราต้องนึกถึงการศึกษาสำหรับศตวรรษที่ 21 ที่ต้องการภาวะการนำด้านจริยธรรมและศีลธรรมเพื่อเยียวยาและสร้างสังคมใหม่ที่เท่าเทียม สันติและสร้างสรรค์

3. มีความรู้ ความสามารถ และทักษะแบบอำนาจร่วม ตั้งแต่เรื่องการใส่ใจอารมณ์ความรู้สึก การพัฒนาทางจิตวิญญาณ การเลี้ยงดูเด็กและการเป็นพ่อแม่ ความรู้เรื่องสังคมและการเมือง ภาวะผู้นำ เนื้อหาทั้งหมดนี้ช่วยให้นักเรียนเห็นคุณค่าในความเป็นมนุษย์ ห่วงใยสิ่งแวดล้อมและมีทักษะชีวิตที่จะช่วยให้พวกเขาเห็นและเชื่อมั่นในความเป็นไปได้ของตนเองและสังคมเพื่อเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

4. การศึกษาที่ต้องมีความสมดุลเรื่องเพศ ซึ่งหมายถึงการช่วยให้เยาวชนทั้งหญิงชายเห็นคุณค่า สิทธิ เสรีภาพ โอกาสและความเท่าเทียมของทุกเพศ และเห็นว่าความเป็นหญิง (เช่น การใส่ใจ การดูแลผู้อื่น) และความเป็นชาย (เช่น การยืนหยัดสิทธิตนเอง) นั้นมีคุณค่าเหมือนกัน และทุกเพศควรได้รับการพัฒนาความเป็นตัวเองอย่างสมดุล

5. มีเนื้อหา สื่อและอุปกรณ์การเรียนการสอนที่สื่อถึงสังคมที่คนเราสามารถอยู่ร่วมด้วยได้อย่างสันติท่ามกลางความหลากหลายทางวัฒนธรรม ความคิดทางการเมือง ศาสนา และภาษา ซึ่งคือการมีเนื้อหาภาพของสังคมที่ซับซ้อนและเห็นคุณค่าของความแตกต่างหลากหลายทั้งเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับผู้คน สัตว์ พืช และสิ่งแวดล้อม

6. มีกระบวนการเรียนการสอนที่สนับสนุนความสัมพันธ์แบบอำนาจร่วม เห็นคุณค่าของการเรียนรู้หลากหลายรูปแบบที่ทำให้เด็กนักเรียนแต่ละคนรู้สึกว่าคุณค่าได้รับการใส่ใจดูแลและมีตัวตน อันเป็นกระบวนการเรียนรู้ด้วยหัวผ่านการ

คดีวิเคราะห์ และการเรียนรู้ด้วยใจผ่านอารมณ์ความรู้สึก เน้นการทำงานแบบร่วมมือ ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน และเป็นการเรียนที่เด็กนักเรียนเป็นผู้ควบคุมจังหวะแห่งการเรียนรู้ด้วยตัวเอง

นอกเหนือจากองค์ประกอบหลักเหล่านี้แล้ว ไอสเลอร์ยังเสนอประเด็นสำคัญที่โรงเรียนต้องทำเพื่อรองรับชีวิตและโลกแห่งความจริงที่เด็กต้องเผชิญในศตวรรษนี้ เช่น

- มีเนื้อหาหลักสูตรที่มากไปกว่าทักษะพื้นฐาน 3 เรื่อง คือ การเขียน การอ่าน และการคิดเลข แต่รวมถึงทักษะชีวิตและความรับผิดชอบซึ่งจะช่วยให้เด็กเติบโตไปเป็นพลเมือง พ่อแม่ผู้ปกครอง คนทำงาน และสมาชิกชุมชนที่มีความสามารถ กระตือรือร้น มีน้ำใจ ใส่ใจต่อผู้อื่น สังคม และสิ่งแวดล้อม
- แผนการเรียนรู้สี่ฐานคือ
 1. การเรียนรู้ด้านปัญญา คือการคิด ความเข้าใจ และความเฉลียวฉลาด (Cognitive Learning)
 2. เรียนรู้ด้านอารมณ์ความรู้สึก (Emotional or Affective Learning) คือมีเนื้อหาให้เด็กเรียนรู้เรื่องความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ การใช้สันติวิธีในการแก้ปัญหา เด็กต้องได้รับการพัฒนาความสามารถในการรักความเป็นมิตรไมตรี การดูแลใส่ใจ และความคิดสร้างสรรค์ พวกเขาต้องเรียนรู้ที่จะใส่ใจอารมณ์ความรู้สึก ความต้องการของตนเองและผู้อื่น
 3. เรียนรู้ผ่านฐานกาย (Bodily or Kinesthetic Learning)
 4. เรียนรู้ผ่านความเพียรพยายาม ความมุ่งมั่นตั้งใจ และต้องการที่จะลงมือปฏิบัติ

- มีเนื้อหาหลักสูตรที่สื่อเรื่องการใช้ทรัพยากรและสิ่งแวดล้อมด้วยความรับผิดชอบและยั่งยืน เสนอความรู้วิทยาศาสตร์ที่เป็นองค์รวมและเชื่อมโยงกับความจริง
- มีการใช้สื่อและเทคโนโลยีเพื่อเตรียมเด็กและเยาวชนในอนาคต พร้อม ๆ กับการเรียนรู้ปัญหาสังคม และความท้าทายด้านเศรษฐกิจของศตวรรษที่ 21
- จะต้องไม่มีการลงโทษเด็กโดยการใช้ความรุนแรง ไม่ว่าทางวาจา เช่น การดุด่า ตำหนิ การทุบตีทำร้าย การข่มขู่คุกคาม หรือทำให้รู้สึกละอาย เพราะการเรียนรู้ของเด็กจะเกิดขึ้นได้ดีในบรรยากาศที่พวกเขาได้รับการใส่ใจ เคารพ รู้สึกปลอดภัย เปิดกว้าง และได้รับการยอมรับ
- ครูต้องสอนเรื่องประชาธิปไตยที่ไม่ใช่แค่การเลือกตั้งหรือเรื่องรัฐบาล แต่หมายถึงประชาธิปไตยในวิถีชีวิตของพวกเขา เช่น การเคารพ และเข้าใจความเท่าเทียมทางเพศและความเท่าเทียมทางอัตลักษณ์อื่น ๆ การมีอิสรภาพในการแสดงความเห็น การมีส่วนร่วมและความรับผิดชอบในกติกาของห้องเรียนและโรงเรียน เป็นต้น

โครงสร้าง หมายถึงสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ หมายถึงการตั้งกฎ กติกา การบริหารจัดการ การตัดสินใจ การสื่อสาร และการแก้ปัญหา

ไอสเลอร์เสนอแนวทางการบริหารจัดการว่าจะต้องเป็น**โครงสร้างที่เป็นประชาธิปไตย** เพราะโครงสร้างอำนาจนิยมแบบครอบงำบนลงล่างจะไม่เอื้อให้ครูและเด็กนักเรียนได้เรียนรู้เรื่องวัฒนธรรมอำนาจร่วมได้เลย *โครงสร้างแบบประชาธิปไตยจะเอื้อให้มีการตัดสินใจร่วมกัน มีการติดต่อสื่อสารและการสะท้อนกลับแบบสองทาง และเป็นระบบการบริหารที่มีความยืดหยุ่นที่จะช่วยสร้างภาวะการนำในทุกระดับของโรงเรียน เธอเสนอว่า โครงสร้างนี้จะต้องเปิดให้ผู้ปกครอง*

และชุมชนมีส่วนร่วมในการจัดการศึกษาของโรงเรียน และเปิดให้นักเรียน ครู และเจ้าหน้าที่คนอื่น ๆ ของโรงเรียนมีส่วนร่วมในการตัดสินใจเกี่ยวกับโรงเรียนและการสร้างกฎกติกาของโรงเรียนอีกด้วย

การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์เพื่อการเปลี่ยนแปลง (Experiential Learning for Change)

ควেকเกอร์ (Quakers) หรือกลุ่มสังคมศาสนาแห่งภักยาณมิตร (Religious Society of Friends) เป็นขบวนการเคลื่อนไหวทางสังคมที่ก่อตั้งขึ้นในประเทศอังกฤษในช่วงกลางศตวรรษที่ 17 โดยช่างทำรองเท้าชื่อ จอร์จ ฟ็อกซ์ (George Fox) ผู้มีความเชื่อว่ามนุษย์ไม่ต้องอาศัยสื่อกลางในการสร้างความสัมพันธ์กับพระเจ้า ดังนั้นจึงไม่จำเป็นต้องมีนักบวชที่ผ่านการฝึกอบรมและไม่ต้องมีพิธีกรรมทางการ เขาเชื่อว่าแสงสว่างจากภายในจะนำมนุษย์ไปสู่ความจริงอันสูงส่ง ควেকเกอร์ปฏิเสธการใช้ความรุนแรงทุกรูปแบบ ใช้คำสรรพนามกับคนทุกคนเหมือนกัน รวมทั้งถือว่าผู้หญิงผู้ชายมีบทบาทเท่าเทียมกันในการประชุมทางศาสนา การกระทำเหล่านี้ทำให้คริสตจักรกลุ่มอื่น ๆ ไม่พอใจกลุ่มควেকเกอร์อย่างยิ่ง เพราะถือเป็นการท้าทายโครงสร้างความสัมพันธ์เชิงอำนาจภายในองค์กรศาสนาอย่างถอนรากถอนโคน กลุ่มผู้เผยแพร่คำสอนของควেকเกอร์ส่วนหนึ่งอพยพไปอยู่ในประเทศสหรัฐอเมริกา และมีส่วนสำคัญในขบวนการล้มเลิกระบบทาสและขบวนการเคลื่อนไหวสิทธิสตรีในอเมริกา แม้จะมีจำนวนสมาชิกไม่มากแต่ควেকเกอร์ก็ได้รับการยอมรับว่ามีความมุ่งมั่นในการทำงานเพื่อสันติภาพและความเท่าเทียมทั้งภายในประเทศสหรัฐอเมริกาและในต่างประเทศที่เผชิญปัญหาสงครามและความขัดแย้ง เช่น กัมพูชา ศรีลังกา รัสเซีย

เพราะเควกเกอร์เป็นขบวนการทางเลือกของกลุ่มศาสนิกที่ละทิ้งและท้าทายวัฒนธรรมควบคุมครอบงำแบบชายเป็นใหญ่ที่มีอยู่ในทุกศาสนาทั่วโลก การหา รูปแบบความสัมพันธ์และวิธีการทำงานแบบวัฒนธรรมอำนาจร่วมของเควกเกอร์ จึงน่าสนใจ และเป็นรูปธรรมที่หลายองค์กรในภาคประชาสังคมนำไปประยุกต์ใช้ เช่น ในการประชุมหรือการไปถวายนาร่วมกันของเควกเกอร์นั้นจะไม่มีรูปเสมือน ของพระเยซู ไม่มีผู้นำมาเทศนาสั่งสอนศีลธรรมหรือนำพิธีกรรม ห้องถวายนจะเป็น รูปวงกลมที่ทุกคนเห็นหน้ากันและกันและบ่งบอกถึงความสัมพันธ์แนวระนาบที่ ทุกคนมีความสำคัญเท่ากัน ต่างกับวัดและโบสถ์ทั่วไปที่จัดวางที่นั่งตามลำดับชั้น ของอำนาจและความสำคัญของแต่ละคน เช่น พระผู้ช่วยเป็นผู้นำนั่งอยู่แถวหน้า เป็นผู้เทศนาสั่งสอน หรือผู้ประกอบพิธีกรรม โดยมีผู้หญิง เด็ก หรือคนยากจนที่จะ นั่งอยู่แถวหลัง เป็นต้น

การประชุมของเควกเกอร์คือการที่เพื่อนศาสนิกมานั่งอยู่ในห้องกันเงียบ ๆ เมื่อใดที่สมาชิกคนหนึ่งพูดเรื่องปัญหาชีวิตทุกคนจะฟังเพื่อเป็นประจักษ์พยาน โดยไม่มีการแนะนำ ไม่ถามต่อ และไม่เล่าเรื่องส่วนตัว เป็นตัวอย่างแก่นที่กำลัง แบ่งปันความทุกข์ เพราะเชื่อว่าพระเจ้าอยู่ภายในไม่ใช่ภายนอก การเข้าถึงพระเจ้า คือการกลับเข้าไปภายในเพื่อฟังเสียงของตนเองท่ามกลางเพื่อน ๆ ที่ทำหน้าที่ฟังเป็น ประจักษ์พยานเท่านั้น กลุ่มเควกเกอร์เป็นกลุ่มแรกในแวดวงของภาคประชาสังคม และกลุ่มศาสนาซึ่งทำงานเพื่อสังคมในสหรัฐอเมริกาที่นำเอาวิธีการฟังเพื่อเป็น ประจักษ์พยานไปทำงานเพื่อช่วยเหลือกลุ่มคนที่พบความไม่เป็นธรรมหรือ ความรุนแรง ภายหลังมีกลุ่มคนทำงานอื่น ๆ ในประเทศนั้นนำวิธีการนี้ไปใช้ เช่น กลุ่มพุทธที่ทำงานกับคนไร้ระยะสุดท้าย ผู้ต้องขัง กลุ่มคนไร้บ้าน ผู้อยู่ร่วมกับ เอชไอวี กลุ่มคนรักเพศเดียวกัน ฯลฯ และเรียกชื่อเทคนิควิธีการนี้ว่า การฟังด้วยใจ หรือการฟังอย่างลึกซึ้ง (Deep Listening) และมีการปรับรูปแบบการฟังนี้ไปใช้ ระดับกลุ่มที่เรียกว่าสภาแห่งการรับฟัง

การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ (Experiential Learning)

ในแวดวงการศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลง มีทฤษฎีเกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ซึ่งเป็นที่ยอมรับกันทั่วไปว่า ผู้ใหญ่เรียนรู้ได้ดีที่สุดเมื่อพวกเขาเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงของตนเอง เพราะผู้ใหญ่เป็นมนุษย์ที่เต็มไปด้วยประสบการณ์ แต่ข้อสรุปนี้ก็ใช้ได้กับกระบวนการเรียนรู้ของเด็กด้วยเช่นกัน ตัวอย่างเช่น เมื่อเราบอกเด็กอายุสามขวบว่าไฟเป็นสิ่งที่ร้อนและอันตราย อย่าเข้าใกล้ สิ่งที่เด็กรับรู้คือความรู้เรื่องไฟผ่านการบอกเล่าจากประสบการณ์ของผู้ใหญ่ แต่นั่นยังไม่ใช่ความรู้จากประสบการณ์ตรงของเขาเอง ดังนั้นวันหนึ่งเมื่อเด็กเอามือเข้าไปใกล้ไฟเพราะอยากรู่ว่าความรู้สึกนี้แท้จริงเป็นอย่างไร เมื่อรู้ด้วยตนเองแล้วว่าไฟนั้นร้อนอย่างไร เด็กก็จะเกิดความระวังเมื่อต้องอยู่ใกล้ไฟ เพราะได้เรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรงเกี่ยวกับความร้อนและอันตรายของไฟมาแล้ว

ในชีวิตส่วนใหญ่เราได้บทเรียนและปัญญาจากประสบการณ์ชีวิตของเราเอง ชาวานส่วนใหญ่ในโลกไม่ได้เรียนรู้เรื่องการทำนาจากระบบการศึกษาของรัฐหรือจากโรงเรียน ชาวานรู้ว่าควรต้องปลูกพืชชนิดไหน ในฤดูอะไร ในสภาพดินเช่นไร เพราะพวกเขาหรือบรรพบุรุษได้ผ่านการลองผิดลองถูกมาหลายครั้งกว่าจะเกิดเป็นความรู้เกี่ยวกับการปลูกพืช หัวใจของการเรียนรู้แบบผู้ใหญ่จึงเป็นการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ มีคำกล่าวว่าเมื่อเราบอกเล่าทฤษฎี แนวความคิด หรือข้อมูล ผู้เรียนจะเรียนรู้เพียง 20% จากสิ่งที่เขาได้ยินมาทั้งหมด หากพวกเขาได้ยินข้อมูลและได้เห็นของจริงด้วย พวกเขาจะเรียนรู้ประมาณ 40% จากสิ่งที่ได้รับมา แต่หากเขาได้ลงมือทำ ได้ผ่านประสบการณ์เรื่องนั้น ๆ ด้วยตนเอง ผู้เรียนจะเรียนรู้ได้มากกว่า 80%

ทฤษฎีการเรียนรู้ของผู้ใหญ่เชื่อมโยงกับแนวคิดมนุษยนิยม ซึ่งเชื่อว่ามนุษย์มีความดีงามอยู่ในตัว มนุษย์มีความสามารถและมีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองให้ถึงระดับสูงสุด และโดยธรรมชาติมนุษย์มีความต้องการเรียนรู้และพัฒนาตนเอง

แนวคิดนี้แตกต่างจากฐานความเชื่อของแนวคิดพฤติกรรมนิยม ซึ่งเป็นแนวคิดหนึ่งที่สนับสนุนระบบการศึกษาแบบวัฒนธรรมครอบงำ เพราะนักคิดในแนวคิดนี้มีความเชื่อว่าโดยธรรมชาติแล้วมนุษย์มีความชั่วร้ายอยู่ในตัว ไม่มีสติปัญญาหรือสามัญสำนึกรับผิดชอบชั่วดี ความชั่วร้ายนี้ดำรงอยู่ในจิตใต้สำนึกที่มนุษย์ไม่อาจควบคุม หากปล่อยให้เป็นไปตามสภาพธรรมชาติ มนุษย์ก็จะแสดงความชั่วร้ายนี้ออกมาในพฤติกรรมต่าง ๆ ดังนั้นจึงต้องใช้กฎระเบียบ การบังคับ การให้รางวัล และการลงโทษ เพื่อให้เกิดการพัฒนาและเรียนรู้ที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของมนุษย์

หากเราจะจัดการอบรมหรือจัดการศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลงผู้เรียน ก่อนอื่นเราต้องทลายความคิดและวิธีการสอนของระบบการศึกษาแบบครอบงำซึ่งฝังตัวอยู่ในความคิดความเชื่อของนักการศึกษาหรือผู้สอน การเรียนรู้สำหรับผู้ใหญ่จะมีประสิทธิภาพที่สุดเมื่อตั้งอยู่บนฐานของการแก้ปัญหาที่มาจากชีวิตจริงของพวกเขา และต้องเชื่อมั่นว่าผู้เรียนมีสติปัญญาและความสามารถที่จะแก้ปัญหาของตนเองได้

หลักการและกระบวนการอบรมแบบผ่านประสบการณ์

หลักการอบรมการเรียนรู้แบบผ่านประสบการณ์ประกอบด้วยกระบวนการเรียนรู้หลัก ๆ สี่ส่วนหรือสี่ขั้นตอนหลัก ๆ ได้แก่

1. ประสบการณ์ (Experience)
2. การพิจารณาทบทวนประสบการณ์เพื่อให้ได้บทเรียน (Reflection)
3. การสร้างหลักการจากประสบการณ์เฉพาะที่สามารถนำไปอธิบายประสบการณ์อื่นที่เทียบเคียงกันได้ (Generalization)
4. การนำสิ่งที่เรียนรู้ไปปรับใช้ในชีวิตหรือการทำงาน (Application)

กระบวนการเรียนรู้ทั้งสี่ส่วนนี้จะเชื่อมโยงกันเป็นลำดับ โดยถือว่า ประสบการณ์เป็นพื้นฐานที่สำคัญที่สุดของการเรียนรู้ ดังนั้นในขั้นตอนที่ 1 หรือ **ขั้นประสบการณ์** จึงเป็นขั้นตอนที่ผู้สอนจะต้องจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เอื้อให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมโดยตรงในประสบการณ์เรื่องนั้น ๆ แทนที่จะเป็นเพียงผู้สังเกตการณ์ ภายนอก หรือเรียนรู้จากประสบการณ์ของผู้อื่นในห้องเรียน หรือจากหนังสือ

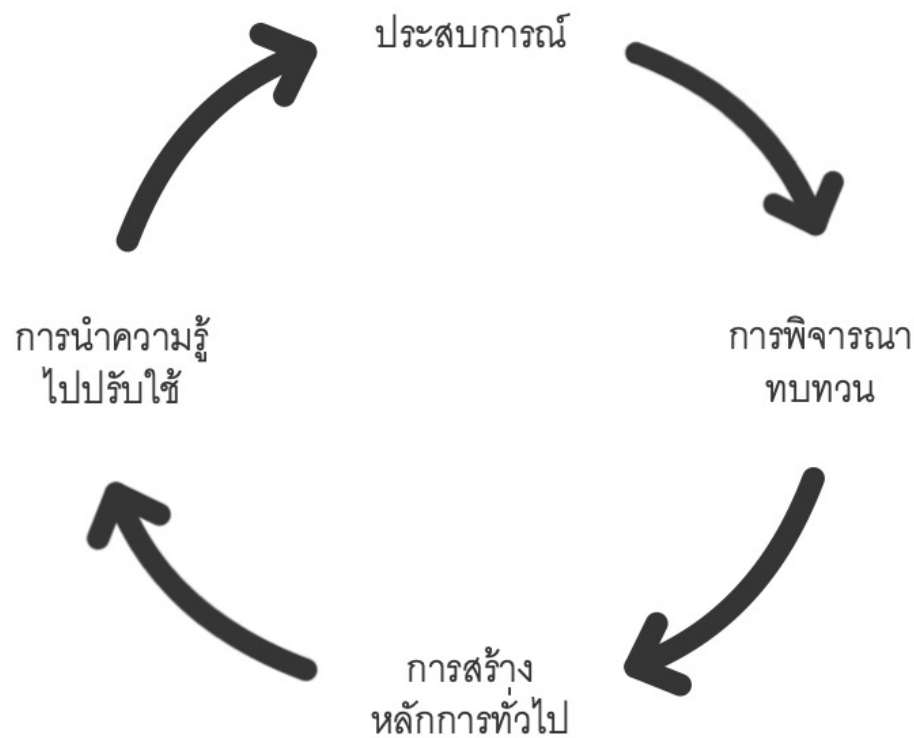
ในขั้นตอนที่ 2 หรือ **ขั้นการพิจารณาทบทวนเพื่อสรุปบทเรียน** ผู้สอนจะ ทำหน้าที่ตั้งคำถามหรือจัดกระบวนการให้ผู้เรียนตั้งคำถามและรับฟังกันทันที หลังเสร็จจากขั้นตอนที่ 1 จุดประสงค์ของขั้นตอนนี้ก็เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการทบทวน ประสบการณ์จากการเข้าร่วมกิจกรรม ทั้งในแง่ความรู้สึก ข้อสังเกตเกี่ยวกับพฤติกรรม หรือการแสดงออกของตนเองและผู้อื่น โดยมีคำถามที่ผู้สอนมักจะใช้บ่อย ๆ เช่น รู้สึกอย่างไรบ้าง ท่านสังเกตว่าเกิดอะไรขึ้นกับคนในกลุ่มบ้าง พวกคุณเห็นว่าการกลุ่ม หรือบางคนในกลุ่มจัดการกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างไร และท่านได้เรียนรู้อะไร จากกิจกรรมนี้ นับเป็นขั้นของการรวบรวมผลการเรียนรู้ที่เกิดจากประสบการณ์ตรง ของผู้เรียน

ในขั้นตอนที่ 3 หรือ **ขั้นการสร้างหลักการทั่วไป** หรือหลักการสากล ผู้สอนจะ ตั้งคำถามในระดับที่จะช่วยให้ผู้เรียนวิเคราะห์เพื่อนำไปสู่บทสรุปซึ่งช่วยให้เข้าใจ เหตุการณ์และพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรม เช่น ถามว่ามีข้อสรุปอะไร บ้างจากกิจกรรมที่ผ่านมา และจากความเข้าใจดังกล่าวผู้เรียนจะสามารถสร้างคำ อธิบายเชิงหลักการที่นำไปใช้อธิบายประสบการณ์หรือพฤติกรรมอื่นที่เทียบเคียงกัน ได้อย่างไร ขั้นตอนนี้ช่วยให้ผู้เรียนสังเคราะห์บทเรียนจากประสบการณ์ซึ่งจะนำ ไปสู่ปัญญาที่มาจากทั้งระดับส่วนตัวและกลุ่ม เช่น ในกิจกรรมเรื่องการทำงานเป็นทีม ครูจะถามว่าผู้เรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับหลักการการทำงานเป็นทีมที่ตืออย่างไบบ้าง โดยหลักการสากลหรือทั่วไปนั้นหมายความว่าข้อสรุปหลักการการทำงานเป็นทีม จะเป็นไปในทำนองเดียวกัน ไม่ว่าจะใช้กิจกรรมนี้กับกลุ่มคนที่ต่อสู้อะไรที่ดิ้นใน ประเทศกัมพูชา หรือกลุ่มนักศึกษาที่ประเทศแคนาดา

และในขั้นตอนที่ 4 หรือ**ขั้นการนำความรู้ไปปรับใช้ในชีวิตจริง** ผู้เรียนจะได้มีโอกาสพิจารณาว่าจะสามารถนำบทเรียนที่ได้จากการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ไปปรับใช้กับชีวิตจริง หรือกับการทำงานของตนเองหรือในองค์กรหรือชุมชนได้อย่างไร ซึ่งในที่สุดแล้วการนำการเรียนรู้ไปปรับใช้จะเอื้อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมใหม่ในเมื่อต้องทำงานหรือเจอประสบการณ์รอบใหม่ (ป้อนกลับสู่ขั้นตอนที่ 1) ซึ่งจะ
เป็นจุดเริ่มต้นของการเปลี่ยนแปลงเพราะผู้เรียนจะใช้พฤติกรรมหรือวิธีคิดใหม่
ในชีวิต การทำงาน การมีความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว องค์กร หรือชุมชนของตน
ได้จริง

จะเห็นว่าในกระบวนการเรียนรู้เช่นนี้ ผู้สอนไม่ใช่ผู้ทรงความรู้ที่ทำหน้าที่
ป้อนคำตอบสำเร็จรูปให้กับผู้เรียน แต่จะทำหน้าที่เป็นผู้สร้างกระบวนการเรียนรู้
ผ่านการออกแบบกิจกรรมและนำผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อให้เกิดประสบการณ์
ตรง จากนั้นจึงช่วยตั้งคำถามหรือสร้างกระบวนการที่จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการ
ทบทวน ถูกริด และได้บทเรียนที่จะส่งผลเป็นการเปลี่ยนแปลงความคิดความเชื่อ
ประสบการณ์ หรือพฤติกรรมได้ กระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์เช่นนี้จึง
เป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เชื่อมั่นในปัญญาและความสามารถของผู้เรียน ไม่ใช่การ
ป้อนข้อมูล ความรู้ หรือคำตอบให้ผู้เรียน แต่ใช้กิจกรรมและกระบวนการดึงความ
สามารถและปัญญาที่มีอยู่แล้วในผู้เรียนให้ปรากฏออกมา

สรุปขั้นตอนกระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์เป็นแผนภาพดังนี้



รูปภาพขั้นตอนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์

แนวคิดเรื่องพื้นที่การเรียนรู้ (Learning or Growth Zone)

พื้นที่การเรียนรู้เป็นอีกแนวคิดหนึ่งที่ช่วยให้เราทำความเข้าใจกระบวนการเรียนรู้ และการเติบโตทางโลกทัศน์ ปัญญา ทักษะ และพฤติกรรมของคน ซึ่งจะช่วยให้ผู้สอนมีแนวทางในการจัดกระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ที่มุ่งให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียนได้จริง แนวคิดนี้มองว่าคนเราจะมีระดับการเรียนรู้ที่แตกต่างกันเมื่อเราอยู่ในพื้นที่การเรียนรู้ ในสภาพแวดล้อม หรือปรากฏการณ์ที่ตนเองมีความคุ้นเคยแตกต่างกัน โดยสามารถจำแนกพื้นที่การเรียนรู้หลัก ๆ ในชีวิตคนเราออกเป็นสามพื้นที่ ดังนี้

พื้นที่แรก เรียกว่า **พื้นที่คุ้นเคย** (Comfort Zone) ซึ่งหมายถึงสภาพแวดล้อม ความรู้ ความเชื่อและทัศนคติ ทักษะ ความสัมพันธ์ ทั้งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม ที่เราคุ่นเคย เช่น การได้อยู่ในสถานที่อยู่อาศัย การได้อยู่กับคนที่เรารู้สึกมีความสัมพันธ์ ด้วย การอยู่ท่ามกลางสภาพแวดล้อมที่เราคุ่นเคยทั้งด้านภูมิอากาศ ภูมิประเทศ วัฒนธรรม อาหารการกิน ภาษา ความคิดความเชื่อ หรือการมีข้อมูล ความรู้ หรือ ทักษะข้อมูลต่าง ๆ เป็นต้น เมื่อใดก็ตามที่เราอยู่ในพื้นที่คุ้นเคยเช่นนี้ เราจะรู้สึก มั่นใจ ผ่อนคลาย และสามารถทำกิจกรรมและใช้ชีวิตด้วยความรู้สึกสะดวกสบาย และปลอดภัย เราจึงเรียกมันว่าพื้นที่ที่สะดวกสบายเพราะเราไม่ต้องปรับตัวทั้งทาง กาย จิตใจ และความสัมพันธ์กับผู้คน แต่ข้อจำกัดของการอยู่ในพื้นที่คุ้นเคยตลอดเวลาที่เราจะไม่ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ เพราะเรามักจะปฏิบัติตัวด้วยความคุ้นชินตาม นิสัยหรือความเชื่อเดิม ๆ ทำให้เราไม่ต้องขวนขวาย ไม่ต้องทำทนายตัวเอง ไม่ต้อง เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือความคิดความเชื่อของตน ทำให้ขาดโอกาสเรียนรู้สิ่งใหม่ และจะกลายเป็นคนเฉื่อยชา นำไปสู่การมีโลกทัศน์ ความคิด ความเชื่อที่คับแคบ และไม่ได้เติบโต

พื้นที่ไม่คุ้นเคยหรือพื้นที่การเรียนรู้ (Learning Zone or Discomfort Zone) หมายถึงสภาพแวดล้อมหรือสิ่งที่เป็นทั้งรูปธรรมและนามธรรมใหม่ที่เรายังไม่คุ้นเคย ไม่รู้จัก ไม่เคยทำมาก่อน เช่น การต้องไปอยู่ในสถานที่ใหม่ พบปะผู้คนใหม่ ๆ การต้องไปอยู่ในกลุ่มคนหรือสังคมที่มีวัฒนธรรม อาหารการกิน ภาษา ความคิด ความเชื่อ และวิถีปฏิบัติในเรื่องต่าง ๆ ซึ่งแตกต่างจากที่เราคุ่นเคย หรืออาจหมายถึง การต้องใช้เวลาร่วมอยู่กับคนที่มีความคิดเห็นทางการเมืองและศาสนาที่แตกต่างจากเรา เมื่อใดก็ตามที่คนเราก้าวออกไปสู่พื้นที่ที่ตนเองไม่คุ้นเคย ไม่ว่าจะเป็นในทาง รูปธรรมหรือนามธรรม เราจะเกิดความรู้สึกหลายอย่างปะปนกันไป เช่น รู้สึกตื่นเต้น ประหม่า กระัง ไม่มั่นใจ ไม่มั่นคง ระวังตัว วิตกกังวล กลัว อยากรู้ อยากเห็น รู้สึกถูกทำทนาย สนุก ความรู้สึกเหล่านี้ส่วนใหญ่จะเป็นความรู้สึกลบเพราะเรากำลังอยู่นอกพื้นที่คุ้นเคยของตนเอง จึงมีการเรียกพื้นที่นี้ว่า พื้นที่เสี่ยง (Risk Zone) ด้วย

แต่ขณะเดียวกันพื้นที่เช่นนี้ก็จะทำให้เรามีความตื่นตัว กระตือรือร้น เพราะจะต้องปรับตัว ปรับใจกับสิ่งแวดล้อมใหม่

และแม้ว่าการเรียนรู้ในพื้นที่ไม่คุ้นเคยเช่นนี้จะเป็นไปด้วยความอึดอัดและวิตกกังวลในช่วงแรก แต่หากผู้สอนมีวิธีการสนับสนุนผู้เรียนอย่างเหมาะสม ผู้เรียนจะเกิดแรงบันดาลใจและเปิดใจพร้อมเรียนรู้สิ่งใหม่ มีความอดทนที่จะรับฟังและพิจารณาความคิดเห็นหรือวิถีปฏิบัติที่แตกต่าง กล้าทดลองพฤติกรรมหรือรับเอาความรู้และวิธีคิดซึ่งแตกต่างไปจากที่ตนเองคุ้นชิน และเมื่อมีประสบการณ์เรียนรู้ในพื้นที่ไม่คุ้นเคยเช่นนี้มากขึ้น ผู้เรียนก็จะเกิดความรู้สึกรับรู้ ภูมิใจ และมีความสุขที่ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ในท้ายที่สุด พื้นที่ซึ่งแต่เดิมเป็นพื้นที่ไม่คุ้นเคยก็จะกลายเป็นพื้นที่สำหรับการเรียนรู้และกลายเป็นพื้นที่คุ้นเคยในที่สุด กล่าวอีกอย่างหนึ่งคือ กระบวนการเรียนรู้ในพื้นที่ไม่คุ้นเคยจะช่วยให้แต่ละคนได้ขยายพื้นที่คุ้นเคยของเราเพิ่มมากขึ้น ซึ่งหมายถึงการขยายโลกทัศน์ การเพิ่มความสามารถในการเรียนรู้ ทำให้ผู้เรียนสามารถเผชิญความเปลี่ยนแปลงและสร้างการเติบโตให้ตนเองได้ บางครั้งพื้นที่นี้เรียกว่า**พื้นที่เติบโตของชีวิต** (Growth Zone)

การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์คือการสร้างการเรียนรู้ภายในสู่พื้นที่ไม่คุ้นเคย ซึ่งนอกจากจะเป็นประโยชน์ต่อตัวผู้เรียนเองแล้ว ยังเป็นประโยชน์กับคนรอบข้าง และสังคมที่พวกเขาอาศัยอยู่ด้วย ดังที่เบล ฮุกส์ กล่าวว่าหากเราเอาผู้เรียนและครูเข้าสู่พื้นที่เสี่ยง จะทำให้เกิดการฟื้นฟูอำนาจของกันและกัน ตัวอย่างหนึ่งที่พบได้บ่อยในการจัดการกระบวนการเรียนรู้ของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม ได้แก่ การฝึกการฟังอย่างลึกซึ้ง ซึ่งหมายถึงการฟังผู้อื่นอย่างมีสติรู้ตัว ฟังด้วยความตั้งใจที่จะรับฟัง ไม่ตัดสิน ไม่ตอบโต้ วิพากษ์วิจารณ์ หรือแนะนำสั่งสอน สิ่งที่น่าสนใจคือกระบวนการฟังเช่นนี้เป็นสิ่งที่ผู้เข้าอบรมที่ศูนย์ฯ ส่วนใหญ่ไม่คุ้นเคย เพราะวัฒนธรรมไม่ได้หล่อหลอมให้เรารู้จักฟังผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง ในทางตรงกันข้าม วัฒนธรรมสร้างให้เราเคยชินกับการด่วนตัดสินคุณค่าทั้งอัตลักษณ์ของผู้อื่นและ

สิ่งที่ผู้อื่นพูด หรือไม่ก็พร้อมที่จะเปลี่ยนเรื่องของผู้อื่นมาพูดถึงประสบการณ์ของตนเอง พร้อมกับให้คำแนะนำหรือสั่งสอน หรือไม่เช่นนั้นก็สอนให้เราต้องฟังเฉพาะคนที่มีความเห็นอกว่า เช่น ผู้ปกครอง ครูอาจารย์ เจ้าหน้าที่รัฐ ผู้บังคับบัญชาหรือเจ้านาย เป็นต้น ดังนั้นในวันแรก ๆ ของการอบรมที่ศูนย์ฯ ซึ่งมีการฝึกการฟังอย่างลึกซึ้ง ผู้เข้าอบรมจำนวนไม่น้อยยอมรับว่าตนเองรู้สึกอึดอัดที่ต้องฟังโดยไม่มีโอกาสถาม แสดงความคิดเห็น แนะนำ ตอบโต้กับสิ่งที่กำลังฟัง แต่เมื่อผ่านการอบรมไปสามวัน ผู้เข้าอบรมได้ประจักษ์ด้วยตนเองว่าการฟังอย่างตั้งใจและไม่ตัดสินช่วยทำให้ตนเองในขณะที่เป็นผู้พูดนั้นเกิดความรู้สึกดี โล่งใจ ไม่โดดเดี่ยวเพราะได้ระบายความในใจ รู้สึกว่าได้ฟื้นฟูอำนาจและคุณค่าในตนเอง และเมื่อได้ทำหน้าที่ฟังก็จะสังเกตเห็นว่าช่วยเพื่อนให้ได้ระบายความทุกข์ และตนก็มีความรู้สึกดีเช่นเดียวกัน เมื่อฝึกผ่านไปเจ็ดวัน ผู้เข้าร่วมอบรมเกือบทั้งหมดจะบอกว่าเป็นการเปลี่ยนชีวิตเลยทีเดียว เพราะก่อนหน้านี้ไม่เคยฟังใครแบบนี้และไม่เคยได้รับการฟังแบบนี้มาก่อนเช่นกัน หลายคนบอกว่าได้แบ่งปันความลับในชีวิตที่ไม่เคยเล่าให้แม้แต่คนใกล้ชิดให้กับคนแปลกหน้าซึ่งเพิ่งพบกันในการอบรมการฟัง ทำให้ได้คลายปมในชีวิตที่เก็บกดไว้มายาวนาน

พื้นที่ตื่นกลัว (Alarm Zone) คือพื้นที่ในชีวิตที่พ้นไปจากพื้นที่ไม่คุ้นเคย ซึ่งสร้างให้เกิดการเรียนรู้ที่กล่าวมาข้างต้น เช่น ถูกกดดันให้ต้องทดลองทำสิ่งที่ยากเกินความสามารถมาก ๆ หรือตกไปอยู่ในสถานการณ์ที่ต้องเสี่ยงมากเกินไปและไม่อาจควบคุมสถานการณ์ได้เลย ในภาวะเช่นนี้ผู้เรียนจะรู้สึกตื่นตระหนกตกใจกลัว หรือเกิดความเครียดจนไม่สามารถเรียนรู้อะไรได้ ความรู้สึกตื่นกลัวหรือตึงเครียดเช่นนี้อาจแสดงออกผ่านความเจ็บ การหลีกเลี่ยงไม่เข้าร่วมกิจกรรม การแยกตัวออกจากกลุ่ม หรือการแสดงอาการกลัวจนตัวสั่น เป็นต้น ในภาวะดังกล่าว นอกจากผู้เรียนจะไม่ได้เรียนรู้สิ่งใหม่แล้ว พวกเขายังอาจรู้สึกหมดความเชื่อมั่นและปิดตัวเอง ไม่อยากยุ่งเกี่ยวกับกิจกรรมการเรียนรู้นั้น ๆ อีกต่อไป

ตัวอย่างหนึ่งของการถูกผลักดันให้เข้าสู่ภาวะตื่นกลัวเกินกว่าจะเรียนรู้เช่นนี้ มาจากผู้ร่วมอบรมคนหนึ่งที่เขาว่า ตัวเขาเองเคยเข้ารับการอบรมให้เป็นวิทยากร ผู้ให้ความรู้เรื่องเอดส์ที่จัดโดยองค์กรหนึ่งของรัฐ ในการอบรมครั้งนั้นผู้เข้ารับการ อบรมถูกกำหนดให้ต้องฝึกพูดตามเนื้อหาและต้องแสดงท่าทางให้ได้ตามตัวแบบที่ อาจารย์ผู้สอนทำให้ดู หากผู้เข้ารับการอบรมไม่สามารถปฏิบัติตามได้ก็จะถูกตำหนิ และถูกสั่งให้ฝึกซ้ำ ๆ แบบเดิมจนกว่าอาจารย์ผู้สอนจะเห็นว่า การฝึกได้ผลตามเกณฑ์ ที่ตั้งไว้แล้ว เมื่อจบการอบรมครั้งนั้น ผู้เข้ารับการอบรมรายนี้บอกว่าเขาเกิดความกลัว และไม่รู้สึกลอยากทำหน้าที่เป็นวิทยากรอีกเลย ทั้ง ๆ ที่ก่อนหน้านี้เขาเคยมี ความสามารถในการออกไปพูดหน้าห้องโดยไม่เคยถูกฝึกจากใครมาก่อน

สรุปแนวคิดพื้นที่เรียนรู้เป็นแผนภาพดังนี้

พื้นที่คุ้นเคย

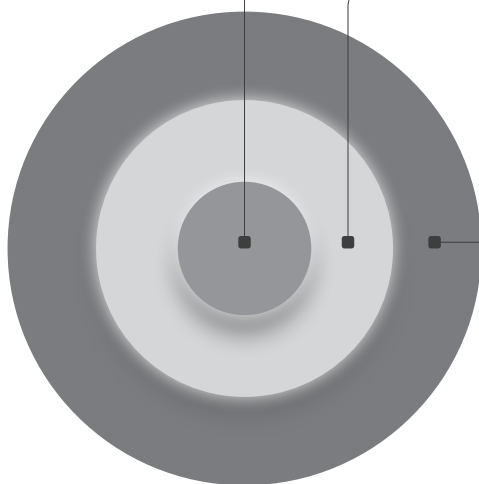
ไม่เกิดการเรียนรู้ใหม่ๆ

พื้นที่ไม่คุ้นเคย

แต่เอื้อให้เกิดการเรียนรู้

พื้นที่ตื่นกลัว

ไม่เกิดการเรียนรู้

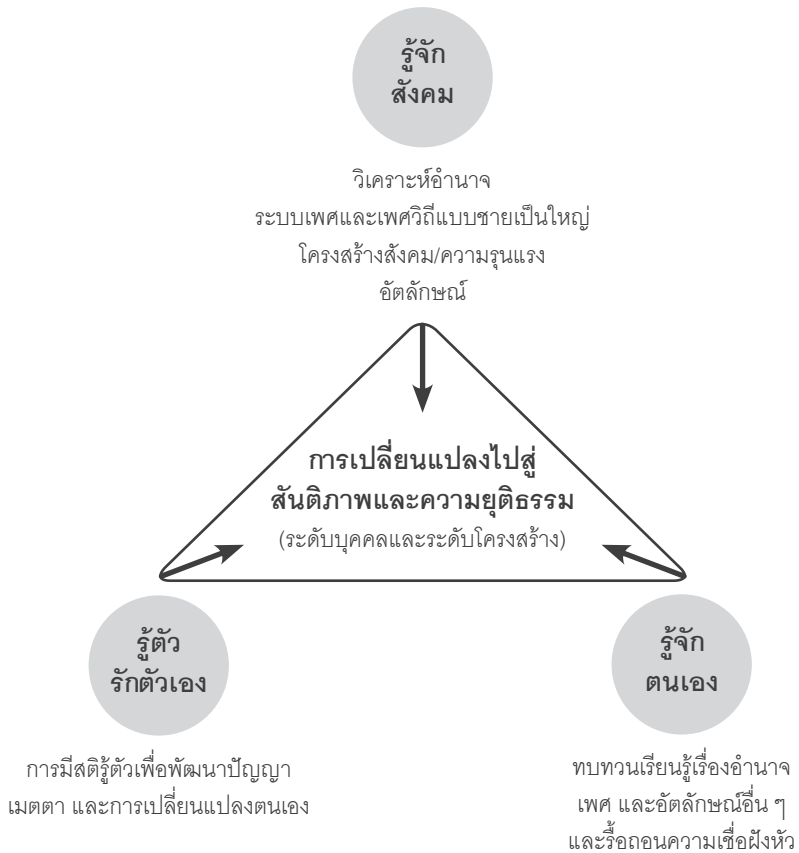


รูปภาพพื้นที่เรียนรู้สามวง

การอบรมเพื่อการเปลี่ยนแปลงของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม

กระบวนการเรียนรู้ของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม (ศูนย์ผู้หญิงบ้านดิน) ให้ความสำคัญกับ “การเรียนรู้” มากกว่า “การสอน” เพราะความหมายของการสอนในกระแสหลักมีฐานความเชื่อว่าครู อาจารย์ หรือวิทยากร มีอำนาจและมีความรู้มากกว่าผู้เรียน และยังเป็นผู้ที่มีความรอบรู้ให้กับคำถามหรือปัญหาทุกสิ่ง แต่เราเชื่อว่าทุกคนเป็นทั้งผู้สอนและผู้เรียนในตัวเอง เพราะการเรียนรู้ที่นำประสบการณ์ชีวิตของคนมาเป็นฐานของการหาองค์ความรู้นั้นไม่มีประสบการณ์ใดเหนือไปกว่ากัน และไม่สามารถจัดเป็นสูตรสำเร็จตายตัวได้ เพราะเงื่อนไขปัจจัยในชีวิตของคนแต่ละคนนั้นแตกต่างกัน ดังนั้นคนหนึ่งหรือกลุ่มหนึ่งกลุ่มใดจึงไม่สามารถตั้งตนเป็นผู้เชี่ยวชาญได้เลย ประสบการณ์ของทุกชีวิตคือครู และทุกคนเป็นผู้เรียนที่สามารถเรียนรู้ได้จากประสบการณ์ของผู้อื่นอย่างไม่มีที่สิ้นสุด และเรายังเชื่อด้วยว่าปัญญาของผู้เรียนไม่ได้ถูกจำกัดหรือกำหนดโดยระดับการศึกษา เพศสภาพ เพศวิถี อายุ ศาสนา หรือชาติพันธุ์ ทุกชีวิตและทุกประสบการณ์จึงมีความพิเศษ มีคุณค่าและมีความหมาย

กระบวนการ เนื้อหาและรูปแบบการอบรมของศูนย์ฯ ได้รับอิทธิพลจากนักกิจกรรมสังคมหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นนักเคลื่อนไหวด้านการศึกษา นักกิจกรรมด้านสันติภาพ นักสตรีนิยม และอาจารย์ทางจิตวิญญาณที่ทำงานประเด็นสังคม เรานำความรู้เหล่านี้มาประกอบกันและพัฒนาเป็นกระบวนการอบรมจากประสบการณ์เพื่อความเป็นธรรม และเราเชื่อว่าการจัดการกระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงนั้นอาศัยองค์ประกอบหลักสามส่วนคือ เนื้อหา กระบวนการเรียนรู้ และคุณลักษณะและทักษะของกระบวนการ โดยกรอบเนื้อหาหลักที่เราใช้เป็นฐานการอบรม คือ การรู้จักสังคม การรู้จักตนเอง และการรู้ตัว นำเสนอเป็นแผนภูมิได้ ดังนี้



รู้จักสังคม

ระบบและวัฒนธรรมต่าง ๆ ในสังคมเป็นตัวกำหนดความคิดความเชื่อที่นำไปสู่การแสดงออกพฤติกรรมของคนในสังคม การเรียนรู้ระบบและวัฒนธรรมในสังคมจะช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจกระบวนการที่ตัวเองและคนอื่น ๆ ในสังคมถูกหล่อหลอมมา (Socialization) ที่สำคัญคือการเข้าใจปัญหาในระดับโครงสร้างที่ส่งผลกระทบต่อคนกลุ่มต่าง ๆ ในสังคมแตกต่างกันออกไป เข้าใจว่ากลุ่มคนที่พบปัญหาความไม่เป็นธรรม

ไม่ได้เกิดจากพฤติกรรมส่วนตัวของพวกเขา ความเข้าใจนี้จะช่วยให้ผู้เรียนเกิด ความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจปัจเจกและกลุ่มคนที่ได้รับผลกระทบ และเห็น ความจำเป็นที่จะต้องทำงานเพื่อเปลี่ยนระบบและวัฒนธรรมในสังคมไปพร้อม ๆ กับการทำงานเปลี่ยนแปลงในระดับบุคคลและกลุ่ม ในการอบรมของศูนย์ฯ นั้น เนื้อหาหลักเรื่องระบบสังคมที่เรากำหนดให้เรียนในหลักสูตร คือการเรียนรู้เรื่อง อำนาจและวัฒนธรรมการใช้อำนาจ วัฒนธรรมอำนาจรวม และวัฒนธรรมอำนาจ ครอบงำ สังคมและวัฒนธรรมแบบชายเป็นใหญ่ ระบบเพศภาวะและเพศวิถี ความรุนแรงเชิงโครงสร้าง รูปแบบความรุนแรงต่าง ๆ อัตลักษณ์ความเป็นชายขอบ และความเป็นกระแสหลัก การเปลี่ยนแปลงการใช้อำนาจที่ผิด และการแก้ไข ความรุนแรงผ่านการสื่อสารและปฏิบัติการสันติวิธี

รู้จักตัวเอง

อุปสรรคภายในที่มีกฏมองข้ามในวงการคนทำงานสังคมคือมุ่งเน้นเฉพาะ การเปลี่ยนโครงสร้างด้านนโยบายหรือโครงการของรัฐที่ส่งผลต่อปัญหาสังคม และ การสร้างแผนงานหรือโครงการเพื่อส่งเสริมสนับสนุนกลุ่มเป้าหมายที่องค์กรตนเอง ต้องทำงานด้วย จากประสบการณ์การทำงานอบรมนักกิจกรรมสังคมจากหลาย ประเทศของศูนย์ฯ มานาน เราค้นพบว่าคนทำงานเพื่อสังคมมักทักท้วงว่าตัวเราเอง ไม่มีปัญหาอะไรที่ต้องแก้ไข ไม่มีความจำเป็นที่จะต้องเรียนรู้เพื่อทำความรู้จักตนเอง ทักษะคิด วิเคราะห์ และวัฒนธรรมภายในกลุ่มหรือองค์กร เพราะคนที่ต้องเปลี่ยนแปลง คือกลุ่มเป้าหมายที่เป็นชาวบ้านหรือกลุ่มคนชายขอบต่าง ๆ เจ้าหน้าที่ภาครัฐหรือ กลุ่มคนมีอภิสิทธิ์ที่เอาเปรียบคนอื่น ๆ ในสังคม ความเชื่อเช่นนี้ทำให้คนทำงานเพื่อ สังคมลืมนึกว่าตัวเราเองไม่ว่าจะทุ่มเทเสียสละและมีอุดมการณ์สูงส่งแค่ไหนก็ถูก หลอหลอมจากระบบและวัฒนธรรมในสังคมเดียวกันกับกลุ่มคนที่เราต้องการ เปลี่ยนแปลง วัฒนธรรมควบคุมครอบงำวัตถุนิยมแบบชายเป็นใหญ่ได้หลอหลอมให้

คนทุกคนใช้อำนาจเหนือหรืออำนาจแบบครอบงำ (Power over) เขี่ยดเพชท์ กลัว หรือรังเกียจคนรักเพศเดียวกันและคนข้ามเพศ และภาวะที่เราต่างก็มีความโลภ ความโกรธ ความหลงในตัวไม่ว่าจะเป็นเรื่องทรัพย์สิน เงินทอง ชื่อเสียง ตำแหน่งหน้าที่ ความคิดและอุดมการณ์ เป็นต้น

ในกระบวนการอบรมเราจัดกิจกรรมให้ผู้เรียนเข้าใจระบบสังคมและวัฒนธรรมผ่านการพิจารณาความคิดความเชื่อ การกระทำ และพฤติกรรมในชีวิตตนเอง เช่น หากเราเรียนเรื่องอำนาจ เราให้ผู้เรียนแบ่งปันว่าตัวเขามีแนวโน้มจะใช้อำนาจอย่างไรในครอบครัว ในกลุ่มเพื่อน ในที่ทำงาน เราเชิญชวนให้ผู้เรียนวิเคราะห์ต่อไปว่าคนอื่น ๆ ในสังคมที่รู้จัก สถาบันหรือองค์กรที่เขาทำงานและสังคมในระดับกว้างมีแนวโน้มใช้อำนาจอย่างไร และการใช้อำนาจในระดับต่าง ๆ นั้นส่งผลให้เกิดปัญหาต่อตัวเขา คนรอบข้าง ชุมชน และสังคมใหญ่อย่างไรบ้าง จากนั้นเราจึงชวนกันพูดคุยเรื่องแนวทางการใช้อำนาจแบบใหม่ที่สามารถลดทอนความทุกข์และแก้ไขสาเหตุของปัญหาที่ผู้เรียนสามารถสร้างการเปลี่ยนแปลงได้อย่างน้อยในระดับส่วนตัว เพื่อนฝูง ชุมชน และในที่ทำงาน

การเรียนรู้โครงสร้างและวัฒนธรรมในสังคมไม่ว่าจะเป็นเรื่องอำนาจ เพศ และเพศวิถี อัตลักษณ์ชายขอบและอัตลักษณ์อภิสิทธิ์ความเป็นกระแสหลัก ความรุนแรง ความไม่เป็นธรรม จะช่วยให้ผู้เรียนเห็นและเข้าใจตนเอง เข้าใจเรื่องความคิดความเชื่อฝังหัวที่ถูกหล่อหลอมจากสังคม หาวิธีการที่จะรื้อถอนความเชื่อและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเหล่านั้นในตัวเอง เพราะเราเชื่อว่าหากคนทำงานยังไม่สามารถรู้จักตนเอง ไม่มีความตระหนักรู้ ไม่สามารถท้าทายและรื้อถอนตัวเองในเรื่องต่าง ๆ ที่กล่าวมาข้างต้น (ซึ่งไม่ได้หมายความว่าต้องเปลี่ยนแปลงให้ได้สมบูรณ์ทั้งหมดก่อนจึงจะเป็นคนทำงานที่มีประสิทธิภาพ) คงเป็นเรื่องยากยิ่งที่เขาจะสามารถไปโน้มนำหรือสร้างแรงบันดาลใจให้กลุ่มคนที่เขาต้องทำงานเพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลง

การรู้จักตนเองของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรมยังหมายถึง การรู้จักลักษณะนิสัย ภาวะอารมณ์และความรู้สึกที่มักสร้างความทุกข์ให้ผู้เรียน อันเป็นผลมาจากการเลี้ยงดูในครอบครัวและสภาพสังคมแวดล้อมในที่ทำงาน และ สังคมระดับใหญ่ การรู้จักตนเองในระดับนี้จะช่วยให้เราเห็นความเป็นมนุษย์ในตัวเรา และผู้อื่น เห็นที่มาที่ไปของสิ่งเหล่านี้ในตัวเรา และเห็นความจำเป็นที่จะต้อง เปลี่ยนแปลงตัวเราเพื่อให้การใช้ชีวิตและการทำงานของเรามีความสุขและยั่งยืน

การรู้ตัว หรือการพัฒนาจิตวิญญาณเพื่อการเปลี่ยนแปลง

การรู้ตัว คือการพัฒนาจิตใจหรือการฝึกสติที่ช่วยให้จิตใจเรามีความสงบ มั่นคง ผ่อนคลาย ละจากภาวะความเครียด ความสับสนวุ่นวาย ความไม่พอใจ ความผิดหวังและความรู้สึกลบอื่น ๆ ซึ่งเป็นผลมาจากการเผชิญกับเหตุการณ์ท้าทาย ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน จากการทำงาน ในทศวรรษหลัง ๆ นี้มีนักสตรีนิยมหลายคน หันมาให้ความสำคัญเรื่องจิตวิญญาณ และเห็นว่าจิตวิญญาณเป็นฐานของการทำงาน การเปลี่ยนแปลงตนเองและโครงสร้างสังคม ผู้เขียนเห็นว่าการพัฒนาจิตวิญญาณ เป็นเรื่องที่สำคัญยิ่งของการใช้ชีวิตในโลกปัจจุบันที่เราไม่สามารถกำหนดหรือ คัดการณ์อะไรได้เลย โดยเฉพาะหากเราเลือกที่จะทำงานเพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลง สร้างวัฒนธรรมใหม่ในครอบครัว ที่ทำงาน ในชุมชนที่เราอยู่อาศัยซึ่งคนอื่น ๆ ยังใช้ ชีวิตตามกระแสหลัก การเปลี่ยนแปลงในขั้นแรกคือการให้ความหมายของคำว่า จิตวิญญาณและวิธีการพัฒนาจิตวิญญาณที่ต่างไปจากคำสอนของสถาบันและ องค์กรศาสนาแบบชายเป็นใหญ่ ไรแอน ไอสเลอร์ (*The Power of Partnership: Seven Relationships that Will Change Your Life*, 2002, p. 184) ผู้ซึ่งเติบโต มาในครอบครัวชาวยิวที่นับถือศาสนาคริสต์กล่าวว่า คำว่าจิตวิญญาณของเธอไม่มี ความเกี่ยวข้องกับเทพเจ้า การไปนั่งฝึกสมาธิภาวนาบนยอดเขา หรือการเข้าไปเป็น ส่วนหนึ่งของวัดหรือโบสถ์โดยไม่ยุ่งเกี่ยวความทุกข์และความสุขของโลก แต่หมายถึง

ความรักที่สามารถสัมผัสได้อย่างเป็นรูปธรรม เป็นความรู้สึกเชื่อมโยงสัมพันธ์อย่างห่วงใยในชีวิตและโลก จิตวิญญาณสำหรับเธอคือศักยภาพของความรัก การทำงานเพื่อสร้างคุณธรรม คือการโยกหาความงามและความต้องการที่จะสร้างสรรค์สิ่งดี ๆ จิตวิญญาณคือฐานของความใส่ใจและความเห็นใจในการใช้ชีวิตประจำวันของเรา

มนุษย์ทุกคนมีจิตวิญญาณและการพัฒนาจิตวิญญาณเป็นสิ่งที่ทุกคนทำได้โดยไม่จำกัดเพศ วัย สีมืด หรืออัตลักษณ์ใด ๆ เพราะเป็นเรื่องการฝึกจิตใจ จึงไม่จำเป็นต้องมีรูปแบบ สิ่งก่อสร้าง สถาบัน พิธีกรรม และไม่จำเป็นต้องอาศัยความเป็นสมาชิกของศาสนาใดศาสนาหนึ่งเพื่อให้เข้าถึงสภาวะดังกล่าว แม้ว่าสำหรับหลายคนระบบของศาสนาจะช่วยพัฒนาจิตวิญญาณให้เติบโตงอกงาม แต่เราเห็นว่าสถาบันและองค์กรศาสนาที่สืบทอดวัฒนธรรมมาเป็นใหญ่และลำดับชั้นอำนาจไม่ค่อยให้พื้นที่กับผู้หญิงที่จะเข้าไปมีบทบาทสำคัญ เช่น เป็นผู้สอนหลักธรรมของศาสนา และรูปแบบและคำสอนของศาสนาในเชิงสถาบันก็มักไม่เอื้อต่อการพัฒนาจิตวิญญาณ ความปลอดภัย ความเท่าเทียม และความภาคภูมิใจในความเป็นผู้หญิง คนข้ามเพศ ผู้พิการ และกลุ่มอัตลักษณ์ชายขอบอื่น ๆ บ่อยครั้งผู้สอนศาสนาที่เป็นผู้ชายมักจะผลิตซ้ำคำสอนหรือวิธีการที่เป็นเหตุและปัจจัยเสริมให้เกิดความรุนแรงทางเพศ เช่น คำสอนที่ว่าความรุนแรงในครอบครัวหรือความรุนแรงทางเพศที่ผู้หญิงเผชิญอยู่เป็นผลจากกรรมชาติที่แล้ว คนข้ามเพศหรือคนพิการเป็นเพราะผลกรรมชาติที่แล้ว หรือการมีกฎเกณฑ์ที่ใช้ควบคุมจำกัดบทบาทและโอกาสของผู้หญิงนั้นเป็นไปตามบัญญัติของพระเจ้า เป็นต้น

เราใช้แนวคิดเรื่องท้องฟ้าและก้อนเมฆ อธิบายการทำงานของจิตใจและเป็นแนวทางในการพัฒนาจิตวิญญาณ มนุษย์ทุกคนมีสภาวะจิตที่เป็นเสมือนท้องฟ้าใสไร้ก้อนเมฆ สภาวะจิตที่วุ่นนี้มีชื่อเรียกหลายชื่อ เช่น จิตเดิมแท้ โพธิจิต จิตที่ตื่นรู้ หรือพุทธภาวะ คือสภาวะการตื่นรู้ การรู้ตัว ความเย็น ความสงบ ความโล่ง และความ

ว่างในใจ อันเป็นความปกติของจิตที่ช่วยให้คนเราสัมผัสกับสภาวะการรู้แจ้ง (คือการรู้ถึงความไม่เที่ยง ความไม่มีตัวตนถาวรแปลกแยกจากสิ่งอื่น ๆ และการเชื่อมโยงสัมพันธ์กันของสรรพสิ่ง) ส่วนก่อนเมฆนั้นคือความคิด ความทรงจำ การคาดการณ์ ความคาดหวัง จินตนาการ ความฟุ้งซ่าน หรือความคิดทั่วไปที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน เห็นอะไรก็ให้ความหมายหรือให้คุณค่าหรือวิเคราะห์ หรือความรู้สึกที่ส่วนใหญ่เกิดจากความคิดทั้งในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต ก่อนเมฆเป็นได้ทั้งเรื่องทุกข์และสุข แต่ก่อนเมฆไม่ใช่ท้องฟ้า เป็นแค่ส่วนหนึ่งของท้องฟ้าที่มาแล้วก็ไป เสมือนความรู้สึกที่มาย่อมเยือนจิตเรา หากเราไม่ยึดอยู่ไว้ ความคิดความรู้สึกทั้งหลายก็สลายไปตามธรรมชาติของความไม่เที่ยง ด้วยการตระหนักรู้เช่นนี้เราจะไม่ยึดติดกับก่อนเมฆ ในแต่ละวันเราเพียงแค่รับรู้ว่ามีก่อนเมฆเข้ามาในใจ เราจัดการกับก่อนเมฆซึ่งควรจัดการด้วยปัญญาและเมตตา สาเหตุหลักของความทุกข์ของคนเราคือไปยึดติดก่อนเมฆที่เป็นอดีตบ้าง อนาคตบ้าง หรือแม้แต่ก่อนเมฆที่เป็นปัจจุบัน ความทุกข์เกิดจากความคิดเพราะไปยึดว่าความคิด (และความรู้สึกที่เป็นผลของความคิด) นั้นเป็นตัวฉัน เป็นของฉัน ทั้งที่หากเรามองธรรมชาติของท้องฟ้าแล้วมันไม่เคยยึดก่อนเมฆได้เลย เพราะถือว่าก่อนเมฆเป็นแขกที่มาเยี่ยมแล้วก็จากไป จิตเดิมแท้ของเรานั้นคือภาวะของความใส สว่าง โลงโปร่ง เบา สบาย ซึ่งทำให้เราเห็นทุกอย่างที่เป็นจริงตามเหตุปัจจัย เมื่อไม่ยึดก่อนเมฆชีวิตเราก็ทุกข์น้อยลง เพราะเราใช้ชีวิตตามกฎธรรมชาติแห่งความไม่เที่ยง

ในสภาพชีวิตประจำวันทั่วไปเราหลายคนถูกบีบรัดด้วยความเร่งรีบ ความกดดันที่ต้องทำหน้าที่หลายบทบาทให้ได้ตามความคาดหวังและเวลาที่กำหนดไว้ สิ่งเหล่านี้ทำให้เรามักตกอยู่ในภาวะของการตอบโต้กับสถานการณ์แบบไร้สติ การตอบโต้ปัญหาหรือสิ่งที่เข้ามารุมเร้านั้นคนเราทำอยู่หลายแบบ เช่น วิ่งหนี ปฏิเสธ สวนกลับด้วยความโกรธ หรือการสั่งสอนแนะนำ พูดตบตบ หรือเข้าไปควบคุมจัดการตามแบบที่เราคิดว่าถูกต้อง การตอบโต้เช่นนี้มักทำให้ปัญหามานพลายไม่ได้แก้ความทุกข์ทั้งของเราเองและคนที่เกี่ยวข้อง หลวงพ่อติช นัท ฮันท์ พระภิกษุ

ชาวเวียดนามที่โด่งดังจากการทำงานช่วยเหลือผู้ประสบภัยช่วงสงครามในประเทศของท่านได้ให้แนวทางที่เข้าใจง่ายและปฏิบัติได้ทำให้เราลองเปลี่ยนจากการตอบโต้ไปเป็นการโอบอุ้มความทุกข์ ความยุ่งยากที่เข้ามาในแต่ละวันโดยใช้สติเป็นเครื่องมือช่วยโอบอุ้ม ผ่านการรับรู้ลมหายใจในช่วงที่อารมณ์พลุ่งพล่านโดยการนอนลงกับพื้น ผ่อนคลายร่างกายและหายใจยาวลึกขึ้นจนใจเราสงบลง

ท่านพุทธทาสอาจารย์ผู้ทำทนายโครงสร้างของสถาบันพุทธเถรวาทไทยกล่าวว่า มีการสอนกันมาอย่างผิด ๆ ว่านิพพานเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้เฉพาะพระอรหันต์ที่สะสมบารมีมาหลายชาติเท่านั้น ความหมายที่ถูกต้องของนิพพานคือความสงบเย็นของจิต อันเป็นความสุขข้างในซึ่งไม่ได้อาศัยเหตุปัจจัยภายนอก สภาวะนิพพานจึงเป็นสิ่งที่ทุกคนสัมผัสได้ ผีกฝนและสะสมได้ในแต่ละวัน แต่ละขณะ แต่ละครั้งที่รู้สึกตัว และสามารถละจากการยึดมั่นในตัวตน (คือความคิดความรู้สึก) การรู้ตัวการกลับมาหาท้องฟ้านี้เองที่จะช่วยให้เราดำเนินชีวิตด้วยความรู้เท่าทัน และจะเป็นเครื่องมือปกป้องคุ้มครองเราจากการเข้าไปติดกับความอยาก ความหลงที่เกิดขึ้น รวมถึงไม่ไปยึดติดกับสภาวะแห่งความสุข ความสำเร็จ ตำแหน่งหน้าที่ ชื่อเสียง หรือคำชมเชย เพราะเราตระหนักรู้ถึงธรรมชาติแห่งความไม่เที่ยงของสิ่งเหล่านั้น ด้วยเช่นกัน

เมื่อใดก็ตามที่เรารู้ตัวว่าเรากำลังจมจ่อมอยู่กับก้อนเมฆให้เรากลับมาหาท้องฟ้าใสคือจิตเดิมแท้ ด้วยการกลับมารับรู้ลมหายใจหรือรู้การเคลื่อนไหวของกาย นี่คือการปล่อยวางการยึดติดก้อนเมฆ ในแต่ละวันหากเราสามารถอยู่กับท้องฟ้าใสได้มากเท่าไรใจก็โปร่ง โล่ง สด และอยู่สภาวะการตื่นรู้มากเท่านั้น ผีกไปเรื่อย ๆ ในชีวิตประจำวันแบบไม่เครียด เวลาผ่านไปจะรู้ได้ว่าความทุกข์ในใจเราลดลง และเมื่อใดมีก้อนเมฆหนัก ๆ เข้ามาในชีวิต ด้วยภาวะใสของใจเรา เราจะรับมืออย่างมีสติ และปัญญามากขึ้น (หรือแม้แต่การร้องไห้ก็เหมือนสภาวะที่เมฆดำหนัก ๆ ตกลงมา กลายเป็นฝน หลังจากนั้นฟ้าก็ใสเหมือนเดิม ดังนั้นการร้องไห้ก็เป็นการระบายทุกข์

ของใจเราเท่านั้นเอง) ลองพิจารณาดูว่าในแต่ละวันเราจมจ่อมอยู่กับก้อนเมฆเสียส่วนใหญ่จนขาดอาการรู้ตัว ไม่ว่าจะเดิน นอน นั่ง หรือกิน เราก็มีความคิดอยู่ตลอดเวลา เมื่อพิจารณาด้วยจิตว่างเราจะพบว่าความคิดหรือก้อนเมฆส่วนใหญ่ไม่มีประโยชน์เลย ความคิดที่นำไปสู่การปฏิบัติดีมีประโยชน์นั้นมีอยู่น้อยมาก ส่วนใหญ่หากเราไม่จมจ่อมอยู่กับอดีตก็ไปกังวล วางแผน หรือจินตนาการกับเรื่องอนาคต หรือไม่ก็ครุ่นคิดวิเคราะห์กับเรื่องปัจจุบัน

การพัฒนาจิตวิญญาณสามารถกระทำได้โดยผ่านกิจกรรมต่าง ๆ เช่น ปลูกต้นไม้ เลี้ยงลูก ทำอาหาร ล้างจาน กวาดบ้าน ออกกำลังกาย ทำงานศิลปะ ทำไร่ทำสวน การทอผ้า ยืดเหยียดร่างกายผ่านโยคะ การฟังคนอื่นอย่างลึกซึ้ง การทำงานเพื่อสังคม การทำงานและการทำกิจกรรมอื่นใดก็ตามในชีวิตประจำวัน ที่เป็นการกระทำอย่างตื่นรู้และมีจริยธรรม ทั้งหมดนี้ล้วนเป็นหนทางนำไปสู่การพัฒนาจิตวิญญาณให้มั่นคงทั้งสิ้น

การพัฒนาจิตวิญญาณคือการสร้างและฟื้นฟูอำนาจภายในของกลุ่มคนที่ถูกบั่นทอนและทำลายจากวัฒนธรรมครอบงำ วัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ และวิถีชีวิตบริโภคนิยมและวัตถุนิยม ที่พร้อมจะหล่อหลอมความโลภ โกรธ หลงอยู่ตลอดเวลา ไรแอน ไอสเลอร์ (1995, p. 369) กล่าวว่าการศึกษาจิตวิญญาณช่วยให้เราสามารถปฏิบัติตามคำสอนที่เป็นคุณค่าหลักของวัฒนธรรมอำนาจร่วม เช่น ความรัก ความเมตตา สันติวิธี การเคารพ การใส่ใจและเอื้ออาทรต่อผู้อื่น ดังนั้น การพัฒนาจิตวิญญาณจะทำให้เรามองเห็นและมั่นใจในคุณค่า ปัญญา และความสามารถของตนเอง ได้พัฒนาความกล้าหาญ ความอดกลั้น ความรักและความเมตตาของตนเอง เราใช้คุณลักษณะเหล่านี้รับมือ ทำลาย และเปลี่ยนแปลงการใช้อำนาจในทางที่ผิดที่เกิดขึ้นรอบ ๆ ตัวทุกวัน และบ่อยครั้งเราอาจจะเป็นผู้ใช้อำนาจแบบนั้นเสียเอง

ในการทำงานเพื่อสร้างความเป็นธรรมทางสังคม นักกิจกรรมสังคมมักจะ

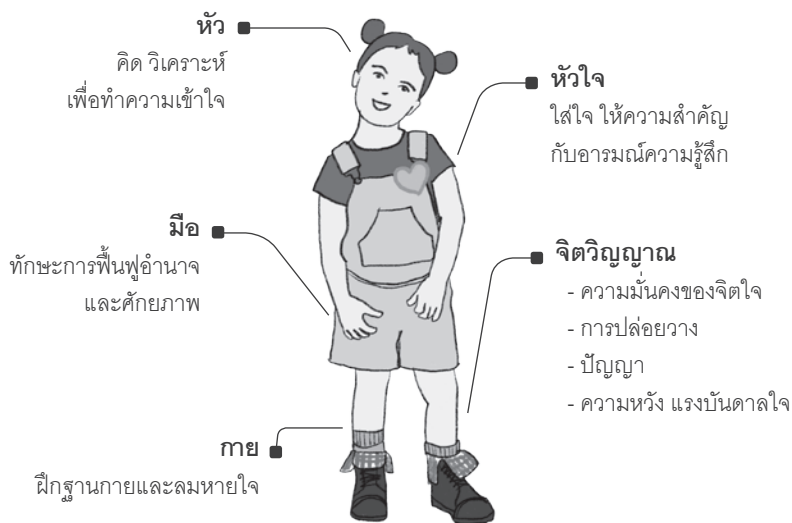
ที่กักเอาไว้ว่าตัวเรานั้นปลอดภัยจากพฤติกรรมที่เป็นการกดขี่และเอาเปรียบผู้อื่น ดังนั้น การทำงานจึงมุ่งไปเปลี่ยนที่โครงสร้าง ระบบ ทักษะคติ และพฤติกรรมของกลุ่มเป้าหมายหรือกลุ่มคนที่อยู่ในระบบหรือโครงสร้างที่เราต้องการเปลี่ยนแปลง โดยลืมนึกไปว่าเราเองล้วนถูกหล่อหลอมมาจากวัฒนธรรมครอบงำ วัฒนธรรมอำนาจนิยม และการแสวงหาอำนาจและอภิสิทธิ์ที่ไม่ต่างจากคนอื่น ๆ ในระบบสังคม การรู้ตัวนี้เองที่จะช่วยให้ นักกิจกรรมสังคมเห็นว่าสิ่งที่เราต้องการเปลี่ยนแปลงนั้น ดำรงอยู่ในตัวเรา ในชีวิตประจำวัน ในเพื่อนร่วมงาน และขบวนการทำงานเพื่อสังคม ด้วยเช่นกัน และเราจำเป็นต้องท้าทาย และเปลี่ยนแปลงความโลภ ความหลงในตัวตนของเราและกลุ่มหรือองค์กรไปพร้อม ๆ กับการทำงานเพื่อจะให้เกิดการเปลี่ยนแปลงระบบภายนอก หากไม่แล้วการเปลี่ยนแปลงที่เราฝันถึงนั้นนอกจากจะไม่เกิดขึ้น ดังใจแล้ว ตัวเราเองยังเป็นผู้สืบทอดวัฒนธรรมครอบงำที่เราต้องการเปลี่ยนแปลง นั้นเสียเอง

การทำงานเพื่อสังคมโดยเฉพาะเรื่องความไม่เป็นธรรมมักจะทำให้เราติดกับดักของความโกรธ ความเกลียด ความคิดแบ่งแยกเขาและเรา ดีและชั่ว และระหว่างคนที่กระทำผิด คนที่ถูกกระทำรุนแรง และตัวเราเอง คำสอนของพุทธศาสนาที่ว่ามนุษย์ทุกคนมีโอกาสตรัสรู้ธรรมเพราะเขามีโพธิจิตจะช่วยให้เราารู้สึกเคารพ เห็นใจ และเมตตาคนที่ทำผิด เพราะเข้าใจว่าเขาอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เป็นเหตุปัจจัยให้กระทำผิด แต่กระนั้นเขาก็ยังมีโพธิจิตและมีโอกาสตรัสรู้ธรรมอยู่ ความเข้าใจเช่นนี้จะช่วยลดความเกลียด ความโกรธ และการแบ่งแยกเขาเรา เพราะตัวเราเองก็ยังมีจิตวิญญูด้านอื่น ๆ ที่ส่งผลให้เบียดเบียนตนเองและคนอื่น ๆ อยู่ ทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว และหากเราเกิดเป็นผู้ชายที่เติบโตมาในเงื่อนไขปัจจัยดังกล่าว เราก็อาจกระทำความผิดทางเพศเช่นเดียวกัน เวลาที่เราต้องทำงานกับคนที่ใช้อำนาจผิด ๆ ไม่ว่าเรื่องใดก็ตาม หากเราเห็นโพธิจิตที่เขามีอยู่เสมอ การเห็นเช่นนี้คือการขัดเกลาจิตใจเราไม่ให้หลงตัวตน ติดยึดในความดี ความคิดเห็นของเรา และหมั่นเพียรที่จะบ่มเพาะความเมตตากรุณา เห็นนอกเห็นใจผู้อื่น เห็นศักยภาพทางจิตวิญญูญาณ

ของเขาที่ไม่ต่างจากเรา วิธีคิดเช่นนี้จะช่วยให้เราก้าวข้ามความเกลียด ความโกรธ และความคิดแบ่งแยก ช่วยให้ทำงานและใช้ชีวิตที่ไม่แบ่งแยกดีชั่ว ขาวดำเป็นคนละชั่วอย่างตายตัว

ภาวะจิตวิญญานอันเข้มแข็งและมั่นคงจะเป็นฐานที่เอื้อให้เราทำงานสร้างการเปลี่ยนแปลงได้อย่างมีความเพียรและเกิดความสุขใจในงานที่ทำได้สำเร็จ แม้จะเป็นเรื่องเพียงเล็กน้อยก็ตาม และเมื่อเกิดความท้อแท้ สิ้นหวัง สับสนหรือโกรธเคือง ภาวะจิตวิญญานที่เข้มแข็งจะช่วยให้เราสามารถรับมือและเปลี่ยนแปรความยุ่งยากเหล่านี้เพียงการเตือนตนเองให้ปล่อยวางก่อนเมฆต่าง ๆ ในจิตใจ โดยการกลับมารู้ลมหายใจ ตื่นรู้กับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในแต่ละขณะอย่างเต็มที่ในแต่ละวัน เพื่อให้ตัวเราได้สัมผัสกับความเป็นอิสระ ความเบิกบาน ความสุข และความพอใจกับการทำงานและชีวิตที่เราได้เลือกเองแล้ว และแม้ว่ายังไม่สามารถเปลี่ยนแปลงปัจจัยข้างนอกได้และการทำงานของเรายังไม่บรรลุเป้าหมาย แต่การเดินทางชีวิตด้านในของเราได้เข้าสู่เส้นทางแห่งอิสรภาพทางจิตวิญญานแล้วในทุกย่างก้าวและทุกลมหายใจที่เราสูंसักตัว

การเรียนรู้ผ่านห้าฐาน



ฐานการเรียนรู้

ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรมใช้กระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ที่ประยุกต์จากกลุ่มเคเวกเกอร์และนักการศึกษาสตรีนิยมมาเป็นเรียนรู้องค์รวมผ่านห้าฐาน คือ

หนึ่ง **ฐานหัว** หมายถึงการให้ผู้เรียนคิดแบบวิเคราะห์ (Analysis and Critical Thinking) ทั้งต่อสถานการณ์ปัญหาของตนเอง ปัญหาในห้องเรียน หรือที่บ้าน หรือปัญหาของชุมชนซึ่งสามารถทำได้ง่าย ๆ จากการตั้งคำถามเปิด หรือใช้รูปภาพ การเล่าเรื่อง หรือการใช้สถานการณ์จริงให้ผู้เรียนฝึกคิดวิเคราะห์ การวิเคราะห์คือ การทำความเข้าใจหรือหาคำตอบในเรื่องใดเรื่องหนึ่งผ่านการคิดพิจารณาอย่างเป็นตรรกะ คือคิดหาสาเหตุที่ทำให้เกิดสิ่งนั้นสิ่งนี้ หรือจากผลหรือปรากฏที่เกิดขึ้นให้คิด

หาเหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดสถานการณ์นั้น ๆ หรืออาจจะใช้ในแง่การคาดการณ์ก็ได้ เช่น หากทำหรือไม่ทำแบบนี้แล้วจะเกิดผลอย่างไรบ้าง อะไรทำให้มีกองขยะใหญ่โตอยู่ใกล้ ๆ โรงเรียนหรือชุมชนของเรา และเราสามารถทำอะไรกับสถานการณ์นี้ได้บ้าง เป็นต้น

สอง **ฐานมือ** การฝึกทักษะสำคัญในชีวิต (Empowerment Skills) เช่น การพูด การสรุปความ การฟังด้วยใจ การแก้ปัญหา การบอกความรู้สึกและความต้องการ การพูดปฏิเสธ การยืนยันสิทธิ รวมถึงการใช้สื่อและเทคโนโลยี เป็นต้น

สาม **ฐานใจ** คือการเรียนรู้ผ่านอารมณ์ความรู้สึก เช่น การรับรู้และความสามารถที่จะบอกความรู้สึกของตนเอง รวมถึงความสามารถรับมือกับอารมณ์ความรู้สึกลบของผู้อื่นได้ โดยเฉพาะหากเป็นการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ชีวิตจริงของผู้เรียน เราจะเห็นว่าผู้เรียนจะเต็มไปด้วยความรู้สึกไม่ว่าจะเป็นบวกหรือลบทั้งในช่วงที่ร่วมทำกิจกรรมหรือกำลังเล่าประสบการณ์ชีวิตจริงให้เพื่อนฟัง เราช่วยให้ผู้เรียนเข้าถึงปัญญาจากการเรียนรู้ความรู้สึกที่เกิดขึ้นซึ่งเราเรียกว่า การเรียนรู้ผ่านหัวใจ อันเป็นส่วนที่หายไปในการศึกษาอบรมทั้งในและนอกระบบ กระบวนการอบรมของเราสนับสนุนให้ผู้เรียนสัมผัสรับรู้และแบ่งปันความรู้สึก เราเชื่อว่าการเรียนรู้จากความรู้สึกมีความสำคัญมาก เพราะเมื่อพิจารณาทำความเข้าใจประสบการณ์ชีวิตจริง เราจะพบว่าทั้งความสุขและความทุกข์เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับหัวใจหรือความรู้สึกทั้งสิ้น เราถือถอนความเชื่อเรื่องการร้องไห้ว่าเป็นเรื่องน่าอายหรือแสดงถึงความอ่อนแอโดยเฉพาะกับผู้เรียนผู้ชาย เราแนะนำวิธีให้ผู้เรียนอยู่กับเพื่อนและเกื้อกูลกันในเวลาที่เขาร้องไห้ การรับรู้ความรู้สึกคือการฟังเสียงข้างในตนเองโดยไม่วิ่งหนี ผลักไส ปฏิเสธ หรือวิ่งไปที่หัว (ความคิด) โดยเฉพาะกับความรู้สึกทางลบที่เกิดขึ้น เช่น ความรู้สึกโกรธ ความรู้สึกกลัว ความรู้สึกไม่มั่นคง ความรู้สึกอิจฉา เปรียบเทียบผู้อื่น การรู้ตัวที่ความรู้สึกนี้เองที่จะช่วยให้ผู้เรียนค่อย ๆ รู้จัก เข้าใจ และยอมรับตนเอง จากนั้นเราจึงช่วยดึงผู้เรียนไปสู่ระดับปัญญาด้วยการพิจารณาว่า

ความรู้สึกนี้เกิดจากอะไร และบอกถึงอะไรที่นอนนิ่งอยู่ในจิตใจที่ยังต้องทำ
ความเข้าใจและเปลี่ยนแปลงแก้ไข เราเชื่อว่าปัญญาของมนุษย์เกิดจากการเปิดใจ
รับรู้สัมผัสกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เข้ามาในชีวิตในแต่ละวัน

ลี ฐานกาย (Kinesthetic) คือการใช้ร่างกายเคลื่อนไหวลงมือทำกิจกรรม
การทำงานใช้แรง หรือในแง่ของการดูแลสุขภาพะ เช่น การเล่นกีฬา การเดิน
การยืดเหยียดโยคะ โดยเฉพาะสำหรับเด็กและเยาวชน การใช้ฐานกายในการเรียนรู้
นอกจากจะช่วยพัฒนากล้ามเนื้อแล้ว ยังช่วยให้เด็กฝึกสติผ่านการรับรู้ร่างกาย
ที่จะช่วยฝึกสมาธิและดึงพวกเขาออกมาจากการอยู่กับอุปกรณ์สื่อสารและทีวี
นานเกินไป ในห้องเรียนทุกแห่งเราจะพบว่าผู้เรียนจำนวนหนึ่งไม่ว่าจะเป็นเด็กหรือ
ผู้ใหญ่ที่มักนั่งเซียบ ร่มพังกแต่ไม่เสนอความเห็นหรือตอบคำถามเลย แต่เมื่อมีกิจกรรม
ที่ต้องใช้ฐานกาย เช่น เล่นกิจกรรมเพื่อฝึกการทำงานกลุ่มเพื่อต้องข้ามแม่น้ำพิษ
หรือให้กลุ่มลงมือทำสวน ผู้เรียนกลุ่มนี้จะกระตือรือร้น มีความสุขกับกิจกรรมและ
มักจะออกมาเป็นผู้นำกลุ่ม ทั้งนี้เพราะว่าพวกเขาเรียนรู้ได้ดีผ่านฐานกายนั่นเอง

ห้า ฐานจิตวิญญาณ (Spirituality) คือการฝึกฝนจิตใจเพื่อให้เกิดความมั่นคง
ภายใน มีสมาธิในชีวิตประจำวัน มีความสงบ ความอดทน ความสามารถที่จะปล่อยวาง
ปล่อยความเบียดเบียน ความคิดสร้างสรรค์และแรงบันดาลใจ

4

องค์ประกอบการศึกษา
เพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลง



จากแนวคิด ทฤษฎี และประสบการณ์ของกลุ่มนักเคลื่อนไหวด้านการศึกษาที่นำเสนอ
ในบทที่ 3 พอจะสรุปได้ว่ากระบวนการจัดการศึกษาที่สร้างการเปลี่ยนแปลงต้อง
อาศัยองค์ประกอบหลายส่วน ดังต่อไปนี้

แนวคิดและหลักปรัชญาที่เชื่อมั่นว่ามนุษย์ทุกคนมีปัญหา ศักยภาพ
ความสามารถ ความคิดสร้างสรรค์ ความต้องการที่จะเรียนรู้และพัฒนาตนเอง และ
มีสิทธิที่จะเข้าถึงการศึกษาที่มีคุณภาพ

เป้าหมายของการจัดการศึกษาเป็นไปเพื่อสนับสนุนให้ผู้เรียนทั้งที่เป็นเด็ก
เยาวชน และผู้ใหญ่ซึ่งถูกหล่อหลอมจากวัฒนธรรมอำนาจนิยมแบบชายเป็นใหญ่ของ
สังคมวัตถุนิยมยุคหลังอุตสาหกรรมเป็นผู้ตื่นรู้ด้วยปัญญา มีความรัก เคารพและ
ใส่ใจในชีวิตตนเอง ผู้อื่น ธรรมชาติสิ่งแวดล้อม รวมถึงมีความสามารถ ความมั่นใจ
ความรับผิดชอบ ความคิดสร้างสรรค์ และทักษะสำคัญเพื่อใช้ชีวิตในศตวรรษนี้
อย่างมีความสุข เท่าเทียม และมั่นคง

โครงสร้างการบริหารจัดการองค์กรแบบประชาธิปไตย องค์กรหรือสถาบัน
การศึกษามีระบบบริหารจัดการแบบใช้อำนาจร่วมกัน (Power Sharing) ระหว่าง

ผู้นำ นักการศึกษา ครู เจ้าหน้าที่ ผู้ปกครอง ชุมชน และนักเรียน โดยที่ผู้บริหารใช้อำนาจเพื่อสนับสนุนให้เกิดการทำงานและภาวะการนำในทุกระดับของสถาบันเป็นการบริหารที่เปิดกว้างสำหรับการสื่อสารและการให้ข้อมูลที่เปิดเผย

กระบวนการเรียนแบบมีส่วนร่วมที่ใส่ใจความพิเศษและความต้องการเฉพาะของผู้เรียนแต่ละคน เรียนรู้ผ่านวัฒนธรรมการร่วมมือที่เปิดโอกาสให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตัวเองทั้งในระดับปัจเจกและกลุ่ม ให้ผู้เรียนได้ฝึกการคิดวิเคราะห์และการแก้ปัญหาฝึกปฏิบัติ และอยู่กับอารมณ์ความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น ฝึกทักษะชีวิตด้านการสื่อสารและการมีความสัมพันธ์แบบวัฒนธรรมอำนาจร่วม ได้ใช้ร่างกายและได้พัฒนาจิตใจและจิตวิญญาณ

เนื้อหาหลักสูตรที่สอดคล้องกับชีวิต สภาพสังคม และสิ่งแวดล้อมของผู้เรียน ในศตวรรษนี้ การสอนเด็กให้อ่าน เขียน และคิดเลขผ่านเนื้อหาทางสังคมที่มีความหมายต่อชีวิตจริงของพวกเขา มีหลักสูตรที่สอนให้ผู้เรียนมีความรัก เคารพ และเห็นคุณค่าของตัวเองและผู้อื่น ฝึกฝนวัฒนธรรมการแบ่งปัน ใส่ใจ และความเห็นอกเห็นใจ และการทำงานเป็นทีมที่เน้นการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน การเรียนรู้เรื่องเพศและเพศวิถีที่ออกจากกรอบวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ เข้าใจความเท่าเทียมท่ามกลางความแตกต่างหลากหลายทางอัตลักษณ์และวัฒนธรรม การจัดการความขัดแย้งด้วยสันติวิธี การใช้สื่อและเทคโนโลยีด้วยปัญญา เรียนรู้ปัญหาและมีส่วนร่วมในการแก้ไขวิกฤตสิ่งแวดล้อม

ครูผู้สร้างการเปลี่ยนแปลงที่มีความรัก ยึดมั่นในความยุติธรรม เสรีภาพ และประชาธิปไตย กล้าท้าทายวัฒนธรรมอำนาจนิยม และเป็นครูที่มีคุณลักษณะและบทบาทหน้าที่ดังต่อไปนี้

- เป็นผู้นำที่เปลี่ยนแปลงกระบวนทัศน์เรื่องการศึกษาอย่างถอนรากถอนโคน เปลี่ยนจากความเชื่อว่าการศึกษาคือการสอน (Teaching)

ที่ครูทำหน้าที่ส่งผ่านข้อมูลความรู้ ทักษะ และพฤติกรรมแบบอำนาจนิยมให้แก่นักเรียน มาเป็นกระบวนการเรียนรู้ (Learning Process) ที่สร้างการเปลี่ยนแปลงให้กับทั้งครูและนักเรียนในทางปัญญา ความคิดสร้างสรรค์ และเสรีภาพ

- เป็นผู้สร้างวัฒนธรรมใหม่ในห้องเรียนและสังคม ผ่านการใช้อำนาจร่วมทั้งในชีวิตส่วนตัว กับเพื่อนร่วมงาน และผู้เรียน เป็นผู้กล้าปฏิเสธวัฒนธรรมอำนาจนิยมและวิถีคิดแบบราชการที่มีอยู่ในระบบการศึกษา กล้าเรียกร้องและปกป้องสิทธิ เสรีภาพ และความยุติธรรมทั้งในงานของตนเอง ในห้องเรียน และในสังคม
- เป็นผู้จัดกระบวนการเพื่อสนับสนุนการเติบโตของผู้เรียน โดยเชื่อว่าคำตอบและปัญญายู่ในตัวผู้เรียน ทำหน้าที่ออกแบบหลักสูตรและกิจกรรมที่เกิดจากการวิเคราะห์ความต้องการและปัญหาของผู้เรียน แต่ละกลุ่มที่แตกต่างกันไป ผ่านกระบวนการที่ประกอบด้วยเทคนิควิธีการหลากหลายเพื่อช่วยให้เกิดการเรียนรู้ซึ่งนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง
- เป็นผู้ที่มีความรักในตนเองและผู้อื่น ห่วงใยสังคมและสิ่งแวดล้อม รักการสอน การเรียนรู้ เสรีภาพ ความยุติธรรม และการเปลี่ยนแปลง

คุณลักษณะ บทบาทหน้าที่ และทักษะสำคัญของครู

ผู้ที่เต็มไปด้วยความรัก

เปาโล เฟรรี บอกว่าการสอนเป็นวิชาชีพที่เรียกร้องให้ครูผู้ฝึกสอนต้องพัฒนาความรัก คือรักผู้อื่นและรักทุกกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการสอน หากไร้ความรักการสอนก็เป็นแค่อาชีพที่หารายได้เท่านั้นเอง จอร์จ เล็ก อาจารย์เคเวกเกอร์ผู้ได้รับ

อิทธิพลจาก เปาโล เฟรรี กล่าวไว้ในงานอบรมผู้จัดกระบวนการศึกษาเพื่อสังคมของเมืองไทยในปี พ.ศ. 2541 ว่าผู้จัดกระบวนการเรียนรู้จะประสบความสำเร็จคือผู้ที่มีคุณลักษณะสามประการคือ รักตัวเอง รักวิชาที่สอน และรักผู้เรียน

หลังจากทำงานการศึกษาเพื่อความเป็นธรรมมากกว่า 20 ปีผู้เขียนพบว่า *การรักตัวเองคือการที่เราดูแลสุขภาวะตัวเองทั้งห้าด้าน* คือสุขภาวะทางกาย สุขภาวะด้านอารมณ์และความรู้สึก สุขภาวะด้านความคิดและปัญญา สุขภาวะด้านความสัมพันธ์กับผู้คนและสิ่งแวดล้อม และสุขภาวะด้านจิตวิญญาณ การมีสุขภาวะดีทำให้เรามีพลัง มีความสุข ความมั่นคงภายในและสนุกกับงานและชีวิตที่เลือกแล้ว สามารถรับมือกับความท้าทายได้ คนที่รักตัวเองจะเห็นคุณค่าและเคารพตนเองซึ่งเป็นฐานให้รู้จักรักและเคารพผู้อื่น ส่วนความรักในงานและเนื้อหาวิชาที่สอน จะสร้างความสุข ความใฝ่รู้และความตื่นต้นเพลินกับการแสวงหาความรู้ใหม่ ๆ มาทดลองใช้ และความรักผู้เรียนจะทำให้เรามีความอดทน ความเมตตากรุณา มีความใส่ใจ และสุขใจที่ได้เห็นการพัฒนา เติบโต และการเปลี่ยนแปลงของผู้เรียน

ผู้ที่ฟังนักเรียนด้วยความเคารพและใส่ใจ

ลักษณะหนึ่งของวัฒนธรรมอำนาจนิยมโดยเฉพาะแบบไทยคือการสอนให้เด็กและเยาวชนมีหน้าที่ต้องเคารพเชื่อฟังและทำตามผู้ใหญ่ผ่านคำสอนที่ว่า ‘ผู้ใหญ่อาบน้ำร้อนมาก่อน’ หรือ ‘เดินตามผู้ใหญ่หมาไม่กัด’ คำสอนนี้มาจากความเชื่อว่าผู้ใหญ่ทุกคนมีความรู้และปัญญามากกว่าเด็กและผู้ใหญ่เป็นผู้มีเมตตากรุณาต่อเด็ก ในความเป็นจริงเราทราบกันดีว่าไม่ใช่ผู้ใหญ่ทุกคนจะมีความรู้ มีปัญญา และมีความเมตตากรุณาต่อเด็ก ตรงกันข้ามมีผู้ใหญ่จำนวนไม่น้อยที่ใช้อำนาจในทางที่ผิดโดยเฉพาะต่อเด็กและเยาวชน จำนวนเด็กที่ถูกทำร้ายและถูกแสวงหาประโยชน์โดยผู้ใหญ่มีมากกว่าจำนวนเด็กที่ทำร้ายกันเอง มีการยืนยันจากองค์กรที่ทำงานเรื่อง

สิทธิมาตลอดว่าเด็กถูกทำร้ายทางเพศ ถูกทำร้ายร่างกายจิตใจจากผู้ใหญ่ที่พวกเขา
ใกล้ชิดและไว้วางใจ เช่น พ่อแม่ ผู้ปกครอง ครู ผู้ใหญ่ในชุมชน

ในวัฒนธรรมแบบนี้ผู้ใหญ่ไม่ต้องฟังหรือให้ความเคารพเด็ก สังคมเราจึง
เต็มไปด้วยการพูดแนะนำ สั่งสอน ดุด่า ประณาม ตักเตือนที่ผู้ใหญ่กระทำต่อเด็ก
และเยาวชนทุกคนโดยไม่จำกัดเฉพาะลูกหลานของตัวเองเท่านั้น เด็กที่ไม่เชื่อหรือ
ทำตามและโต้แย้งเพื่อแสดงความคิดเห็นที่ต่างไปจากผู้ใหญ่จะถูกตัดสินว่าเป็น
เด็กไม่เรียบร้อย ดื้อ หัวแข็ง และก้าวร้าว วัฒนธรรมที่ให้อำนาจแก่ผู้ใหญ่โดย
ปราศจากเงื่อนไขเช่นนี้จึงทำลายความมั่นใจ ความคิดสร้างสรรค์ ความกล้าหาญ
ในการคิดวิเคราะห์และวิพากษ์วิจารณ์ซึ่งเป็นคุณลักษณะพื้นฐานของพลเมืองที่จะ
สร้างสังคมประชาธิปไตย

จุดเริ่มต้นของการเปลี่ยนวัฒนธรรมอำนาจนิยมเช่นนี้คือการที่ครูมี
ความเคารพในตัวนักเรียนและยอมรับตัวตนของพวกเขา ครูแสดงความเคารพ
นักเรียนผ่านการฟังความคิดเห็น รับรู้ความรู้สึก ใส่ใจ และให้ความสำคัญต่อ
พฤติกรรมของพวกเขา ไม่ว่าจะเป็นความอยากรู้อยากเห็น ความก้าวร้าว รวมถึงการ
ทำหยาบครู เพราะครูไม่ใช่ผู้สอนให้เด็กกลัวแต่คือผู้ส่งเสริมให้เด็กกล้า ครูที่เคารพ
เด็กนักเรียนจริง ๆ จะทำให้นักเรียนเคารพครูจากใจไม่ใช่จากความกลัวและอำนาจ
ของครู การมีความเคารพต่อกันและกันคือการเห็นคุณค่าและความเท่าเทียมกัน
ของคนทุกคน

ผู้สร้างพื้นที่ปลอดภัยให้นักเรียน

การสร้างพื้นที่ปลอดภัยเป็นหัวใจของการเรียนรู้ที่สร้างการเปลี่ยนแปลง
ความปลอดภัยเกิดจากความไว้วางใจทั้งในความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับครู
และความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนด้วยกันเอง ครูต้องแสดงให้เห็นว่าตนเองเป็นผู้ที่

ใส่ใจในความยุติธรรม เสรีภาพ และสิทธิส่วนบุคคล และพร้อมจะปกป้องนักเรียนที่มีแหล่งอำนาจน้อยเมื่อนักเรียนได้รับการดูถูกเหยียดหยามหรือทำร้ายจากเพื่อนหรือครูคนอื่น ๆ

บทบาทหน้าที่ที่สำคัญของครูคือการเฝ้าสังเกตดูแลพฤติกรรมใช้อำนาจระหว่างกันในกลุ่มนักเรียน โดยเฉพาะในช่วงแรก ๆ ของภาคเรียน ทั้งนี้เพราะพวกเราส่วนใหญ่เติบโตมาในสังคมอำนาจนิยม เด็กแทบทุกคนจึงถูกหล่อหลอมมาจากวัฒนธรรมเช่นนี้ตั้งแต่เล็ก ๆ จากภายในครอบครัว เครือญาติและชุมชน ไรแอน ไอสเลอร์ กล่าวว่าลักษณะหนึ่งของวัฒนธรรมควบคุมครอบงำคือการทำให้คนเชื่อว่าความแตกต่างแปลว่าฝ่ายหนึ่งสูงส่งและมีค่ามากกว่าอีกฝ่ายหนึ่งที่ต่ำต้อย และด้อยค่า ไม่ว่าจะเป็นความแตกต่างบนฐานเพศ (ที่บอกว่าเพศชายหรือเด็กชายมีคุณค่า เก่งกว่า หรือสูงกว่าเด็กหญิง) ชชาติพันธุ์ สีผิว ฐานะทางเศรษฐกิจ หรือรูปร่างหน้าตา เป็นต้น โรงเรียนและห้องเรียนคือชุมชนจำลองของสังคมใหญ่ ดังนั้นเด็กจะมีพฤติกรรมหลายอย่างที่แสดงออกถึงการแบ่งแยกรวมถึงการทำร้ายคนที่มีความแตกต่างทางอัตลักษณ์และอื่น ๆ เช่น การไม่นับรวมให้เป็นพวกเดียวกัน (Exclusion) การพูดจาหยอกล้อ (โดยเฉพาะต่อเด็กข้ามเพศ) การแสดงกิริยาดูถูกเหยียดหยาม (เด็กที่ยากจนกว่าหรือมีชาติพันธุ์ต่างจากพวกเขา) การบังคับข่มขู่และการทำร้ายร่างกาย (เด็กที่ตัวเล็กกว่าหรือเด็กรุ่นน้อง) เด็กชายเปิดกระโปรงเด็กผู้หญิง เป็นต้น เมื่อเกิดเหตุการณ์เช่นนี้ครูต้องเข้าไปแทรกแซงเพื่อยุติการใช้อำนาจเหนือกว่าหรือความรุนแรงนั้น ๆ จากนั้นให้ผู้ที่ถูกระทำบอกความรู้สึกของเขาและผลกระทบที่เขาได้รับจากการกระทำดังกล่าว โดยให้ผู้กระทำและนักเรียนในห้องทั้งหมดฟังอย่างตั้งใจ จากนั้นจึงถามผู้ที่กระทำว่ามีเหตุปัจจัยอะไรที่ทำให้กระทำเช่นนั้น และถามต่อว่าเมื่อเขาได้ยินเสียงสะท้อนจากเพื่อนที่ถูกเขากระทำรุนแรงแล้วเขาต้องการจะแก้ไขอย่างไร จากนั้นครูสามารถใช้เหตุการณ์นี้เป็นกระบวนการเรียนรู้ต่อโดยถามนักเรียนว่า ใครเคยพบเจอเหตุการณ์ทำนองนี้บ้าง และพวกเขารับมืออย่างไร พวกเขาคิดว่ามันเกิดจากอะไร และพวกเขาจะทำไมไม่ให้เหตุการณ์แบบนี้เกิดขึ้นอีก เป็นต้น

“ในการอบรมคราวหนึ่งเรามีผู้เรียนที่เป็นคนข้ามเพศซึ่งกำลังเล่าเหตุการณ์ที่เขาถูกทำร้ายโดยเฉพาะช่วงวัยเด็กทั้งภายในบ้าน โรงเรียน และในชุมชน ในขณะที่เล่า มีผู้เรียนท่านหนึ่งหัวเราะและหลังจากนั้นทำท่าทางไม่สนใจฟังเรื่องราวของเขา เมื่อคนข้ามเพศเล่าจบลง ผู้เขียนพูดขอบคุณเขาที่ไวใจเล่าเรื่องราวสำคัญให้พวกเราฟัง จากนั้นถามเขาว่า คุณคงสังเกตเห็นว่าตอนที่คุณเล่าเรื่องตัวเองถูกทำร้ายนั้น มีเพื่อนคนหนึ่งหัวเราะ คุณช่วยบอกได้ไหมว่าตอนนั้นคุณรู้สึกอย่างไร เขานิ่งเงียบครู่หนึ่งแล้วตอบว่ารู้สึกแย่มากและเจ็บปวด จากนั้นผู้เขียนถามเขาว่าเมื่อคุณเล่าเรื่องความรุนแรงและความไม่เป็นธรรมที่คุณได้รับคุณอยากให้พวกเราทำตัวอย่างไร เพื่อเกื้อกูลสนับสนุนคุณ เขาตอบว่าขอให้ฟังเงียบ ๆ เพราะมันทำให้รู้สึกว่ามีคนเข้าใจ และทำให้ไม่โดดเดี่ยว”

หากครูละเลย เพิกเฉย ไม่จัดการกับสถานการณ์ใช้อำนาจผิด ๆ หรือ ความรุนแรงในหมู่นักเรียนแล้วก็เท่ากับว่าครูอนุญาตหรือส่งเสริมให้ความรุนแรงเกิดขึ้นต่อไป และจะทำให้ผู้เรียนที่มีแหล่งอำนาจน้อยนอกจากจะไม่รู้สึกปลอดภัยแล้ว เขาจะถอยตัวออกจากการมีส่วนร่วมในกิจกรรมอื่น ๆ เด็กนักเรียนที่ทำร้ายเพื่อน ก็จะทำร้ายคนอื่นต่อไปเรื่อย ๆ และที่เลวร้ายกว่านั้นคือครูกำลังสอนบทเรียนว่าเมื่อมีความรุนแรงเกิดขึ้นต่อหน้าให้อยู่นิ่งเฉยไว้เพราะไม่ใช่เรื่องของเรา

เป็นเรื่องปกติของกระบวนการเรียนรู้ที่เราจะพบว่า มีนักเรียนบางคนซึ่งมักมีจำนวนไม่มาก มีความมั่นใจและมีแนวโน้มที่จะใช้พื้นที่พูดแสดงความคิดเห็นในกลุ่มใหญ่มากกว่าคนอื่นอย่างเห็นได้ชัด สะท้อนถึงรูปแบบอันหนึ่งของวัฒนธรรมอำนาจครอบงำที่นักเรียนถูกหล่อหลอมมาว่าหากมีแหล่งอำนาจมากแล้วเขารู้สึกว่าตนเองสามารถมีพื้นที่พูดมากกว่าคนอื่น ๆ ครูต้องเตือนให้เขาฟังปัญญาจากเพื่อนคนอื่น ๆ โดยการบอกว่า คำตอบของเธอเยี่ยมมากแต่ตอนนี้เราอยากฟังคนอื่น ๆ ที่ยังไม่ได้ตอบบ้าง ผู้เขียนจะพูดย้ำเตือนเสมอในการอบรมว่า คนที่เงียบหรือพูดน้อยไม่ได้แปลว่าเขาไม่รู้หรือไม่มีปัญหา และหากเราอดทนรอคอยและให้พื้นที่

ทุกคนได้แบ่งปันเราจะได้เรียนรู้ปัญญาจากเพื่อน ๆ ทุกคน บางครั้งการเจาะจงขอฟังความเห็นจากคนที่พูดน้อยหรือยังไม่ได้พูดก็ช่วยได้มาก

ครูควรฟังอย่างใส่ใจ ให้ความเคารพความคิดเห็นของนักเรียนและทำให้นักเรียนทุกคนฝึกฟังกันตั้งแต่ช่วงต้นของภาคเรียน ไม่ตัดสินให้คุณค่าผิดถูกขาวดำต่อประสบการณ์หรืออัตลักษณ์ของนักเรียน และเมื่อใดที่มีคนเล่าประสบการณ์ส่วนตัวครูจะชักชวนให้คนอื่น ๆ ฟังอย่างใส่ใจ และเมื่อคนนั้นพูดจบลงให้พูดขอบคุณทุกครั้งเพื่อเป็นตัวอย่าง เช่น พูดว่า “ขอบคุณมากที่ไว้วางใจเล่าเรื่องส่วนตัวที่สำคัญให้เราฟัง” และพูดย้ำเสมอให้นักเรียนรักษาความลับของกันและกันเพราะการที่นักเรียนคนหนึ่งคนใดนำเรื่องส่วนตัวมาเล่าให้กลุ่มฟังคือการแสดงความไว้วางใจ เพราะหลายคนไม่มีพื้นที่ปลอดภัยในชีวิตที่บ้าน

อีกวิธีการหนึ่งที่ช่วยสร้างพื้นที่ปลอดภัยคือการจัดให้นักเรียนแต่ละคนมีคู่หู (Buddy) หรือกลุ่มกัลยาณมิตรขนาดจำนวนไม่เกินห้าคน โดยจัดระบบสนับสนุนตั้งแต่ช่วงต้นของภาคเรียน และจัดเวลาให้นักเรียนพูดคุยแบ่งปันประสบการณ์การเรียนรู้และความรู้สึกต่าง ๆ กับคู่หูหรือกลุ่มกัลยาณมิตรเป็นระยะ ๆ ต่อเนื่องตลอดการเรียนรู้หลักสูตรนั้น ระบบสนับสนุนผ่านคู่หูหรือกลุ่มกัลยาณมิตรคือระบบช่วยเหลือ (Support System) ที่สร้างขึ้นเพื่อให้นักเรียนช่วยเหลือการเรียนรู้ของกันและกันผ่านการมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดที่ไว้วางใจกันภายในกลุ่มเล็ก ซึ่งจะช่วยให้นักเรียนแต่ละคนไม่รู้สึกโดดเดี่ยว โดยเฉพาะนักเรียนที่ไม่มีความมั่นใจในตัวเอง มีความกลัวหรืออายที่จะแสดงความคิดเห็นในกลุ่มใหญ่ และเป็นระบบที่ให้นักเรียนสามารถแสดงออกถึงความรู้สึกหรือความคิดเห็นต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในระหว่างการเรียนรู้ซึ่งอาจเป็นความเห็นหรือความรู้สึกทั้งทางบวกและทางลบที่เขาไม่ต้องการบอกเล่าในกลุ่มใหญ่หรือบอกให้ครูทราบ

เมื่อใดที่นักเรียนรู้สึกปลอดภัยและมั่นใจในกระบวนการ ไว้วางใจในตัวครูและ

เพื่อนร่วมเรียนแล้ว พวกเขาจะลุกขึ้นมากำหนด ควบคุม และรับผิดชอบการเรียนรู้ของตนเอง ผู้เรียนจะตัดสินใจเดินเข้าสู่พื้นที่ที่เคยอัดอึดหวาดกลัวเพื่อเปิดตัวเองสู่การเรียนรู้ เช่น ผู้เรียนจะกล้าแบ่งปันประสบการณ์ที่ยุ่งยากในชีวิตจริงของตนเอง กล้าที่จะแสดงความประะบาง กล้าจะทดลองทำหรือลงมือปฏิบัติการ กล้าที่จะลองผิดลองถูก หรือกล้าแสดงความเป็นตัวของตัวเองในกรณีที่มีความเห็นต่างจากเพื่อนหรือต่างจากครู *ความกล้าหาญคืออิฐก้อนแรกของการเปลี่ยนแปลง*

ผู้ตั้งคำถามให้นักเรียนค้นพบปัญญา

ผลกระทบที่อันตรายประการหนึ่งของวัฒนธรรมควบคุมครอบงำคือการทำให้ผู้คนเชื่อตามผู้นำ หรือความเชื่อของกระแสสังคมโดยไม่คิดวิเคราะห์ วิธีที่จะเปลี่ยนวัฒนธรรมนี้คือการฝึกตั้งคำถามทั้งกับชีวิตเราเองและสังคม เพราะการตั้งคำถามคือการเชิญตัวเองให้เข้าสู่พื้นที่เรียนรู้ ใคร่ครวญ และค้นหาคำตอบอย่างเป็นตรรกะ ในกระบวนการเรียนรู้แบบนี้ครูต้องตั้งคำถามเพื่อช่วยให้นักเรียนเข้าถึงหรือค้นพบปัญญาของพวกเขาเอง การตั้งคำถามคือการฝึกให้นักเรียนคิดวิเคราะห์อย่างเป็นเหตุเป็นผล ทำให้พวกเขาพยายามขบคิดด้วยความตื่นตัว ทำทหาย และกระตือรือร้น ห้องเรียนแบบนี้จึงจะเต็มไปด้วยความคิดเห็นและคำตอบมากมาย ในการอบรมกระบวนการผ่านประสบการณ์อาจารย์จอร์จ เล็ก จะสอนพวกเราว่า เมื่อเราถามคำถามตรงเป้าที่กระตุ้นและท้าทายผู้เรียนให้เกิดการคิดวิเคราะห์ (Eliciting Questions) สิ่งที่จะเกิดขึ้นในห้องเรียนคือปัญญามากมายจากผู้เรียนที่แย่งกันตอบ อาจารย์ใช้ศัพท์เรียกสถานการณ์เช่นนั้นว่าเหมือนการทำป๊อปคอร์น คือการคว่ำข้าวโพดที่มาถึงช่วงที่มันแตกตุ๊บต๊ิบในหม้อ ในช่วงขณะนั้นหน้าที่ของครูคือฟังอย่างตั้งใจเพื่อจับประเด็นของแต่ละคนที่แย่งกันตอบ หน้าที่ของครูคือเก็บเกี่ยวปัญญา (Harvest the Wisdom) จากนักเรียนผ่านการสรุปประเด็น เชื่อมโยง และถามลึกลงไปจนได้คำตอบที่เป็นปัญญาร่วม (Collective Wisdom) ของนักเรียน และ

เมื่อครูเขียนปัญหาเหล่านั้นของพวกเขาลงบนกระดานแล้วบอกว่า “พวกเธอได้คำตอบเยอะมากอย่างน่าทึ่ง นี่เป็นคำตอบที่มาจากพวกเธอทั้งนั้นเลย” ครูน่าจะมองภาพออกนะว่านักเรียนจะมีสีหน้าอย่างไรบ้าง

การตั้งคำถามที่ดีมาจากรฐานความเชื่อว่าผู้เรียนมีปัญหาและสามารถหาคำตอบได้หากได้รับการสนับสนุนที่เหมาะสมสอดคล้อง หน้าที่ของครูคือการตั้งคำถามที่จะช่วยดึงเอาปัญหาและอำนาจภายในอื่น ๆ ของนักเรียนออกมาและทำให้พวกเขาทุกคนเรียนรู้จากกันและกัน ภูมิใจและทั้งกับสติปัญญาของพวกเขาเอง คำถามเพื่อช่วยให้ผู้เรียนเข้าถึงปัญหาเป็นคำถามปลายเปิดที่ช่วยให้นักเรียนต้องคิดวิเคราะห์ และหาทางออกที่เชื่อมโยงกับประสบการณ์ชีวิตของพวกเขาเอง เช่น การถามว่านักเรียนรู้สึกอย่างไรกับกิจกรรมหรือประสบการณ์นั้น ๆ นักเรียนมีความคิดเห็นอย่างไรกับเรื่องที่เพื่อนตอบมา มีเหตุปัจจัยอะไรบ้างที่ทำให้พวกเขาเชื่อหรือตัดสินใจไปในทางใดทางหนึ่ง หากเกิดเหตุการณ์เช่นนี้ขึ้นอีกในอนาคตนักเรียนจะมีวิธีการจัดการกับปัญหาที่แตกต่างออกไปจากเดิมอย่างไร เป็นต้น

แต่ครูต้องระวังที่จะไม่ตั้งคำถามในเชิงตัดสินคุณค่าหรือตัดสินถูกผิด เพราะคำถามในลักษณะนี้เกิดขึ้นได้เสมอหากเราไม่รู้ตัว ไม่มีความละเอียดอ่อน การตั้งคำถามแบบนี้เป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมอำนาจครอบงำ มันเป็นคำถามเชิงตัดสินคุณค่ามักจะเริ่มต้นประโยคด้วยคำว่า “ทำไม” เช่น “ทำไมเธอทำแบบนี้” คำถามแบบนี้ไม่ใช่คำถาม แต่จริง ๆ แล้วคือการตำหนิเพราะมันส่งสารว่าผู้ที่ถามส่วนใหญ่จะมีแหล่งอำนาจมากกว่า (เช่น พ่อแม่ ครู เจ้านาย เจ้าหน้าที่รัฐ) ไม่เห็นด้วยกับสิ่งที่ผู้ถูกถาม (ลูก ลูกน้อง นักเรียน ประชาชน) ทำไปแล้ว ซึ่งต่างจากการตั้งคำถามที่จะเอื้อให้นักเรียนได้คิดทบทวนสถานการณ์ของตนเองให้แจ่มชัดขึ้นโดยไม่รู้สึกถูกตัดสินจากการกระทำของเขา เช่น คำถามว่า มีเหตุปัจจัยอะไรบ้างที่ทำให้เธอตัดสินใจพูดหรือทำแบบนั้น มีเหตุปัจจัยอะไรทำให้พวกเธอทำงานไม่เสร็จตามกำหนดเวลา เป็นต้น

ผู้ที่ใส่ใจ โอบอุ้ม และเรียนรู้จากความรู้สึกเพื่อนำไปสู่ปัญญา

ความรู้ความเข้าใจหลายเรื่องของเราเกิดจากการคิดวิเคราะห์และการได้รับข้อมูลที่ถูกต้อง แต่ความสามารถในการคิดวิเคราะห์อย่างเป็นเหตุเป็นผลไม่เพียงพอต่อการเรียนรู้ที่จะสร้างการเปลี่ยนแปลงได้ ปัญญาที่ช่วยให้เราเข้าใจชีวิตตัวเองมาจากการรับรู้และใคร่ครวญความรู้สึกทั้งสุขและทุกข์ การเรียนรู้ที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ชีวิตจริงจะทำให้นักเรียนสัมผัสกับความรู้สึกมากมายทั้งบวกและลบ ดังนั้นครูต้องใส่ใจความรู้สึก มีความสามารถและทักษะในการรับมือกับทุกความรู้สึกที่เกิดขึ้นในตัวนักเรียนรวมทั้งความรู้สึกของตนเอง และยกระดับการรับรู้ความรู้สึกนั้นไปสู่การพิจารณาใคร่ครวญให้เกิดปัญญา ครูต้องใส่ใจและไวต่อความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในหมู่นักเรียน เมื่อใดที่นักเรียนไม่ว่าจะเป็นหนึ่งคนหรือหลายคนมีอารมณ์ความรู้สึกที่เป็นผลมาจากการเรียนกิจกรรมหนึ่งใด เช่น ความรู้สึกตื่นเต้น ภูมิใจ มั่นใจ ไม่พอใจ เสียใจ ผิดหวังหรือรู้สึกผิดเกิดขึ้น ให้ครูระบุความรู้สึกเหล่านั้นโดยพูดว่าครูสังเกตเห็นว่ามีความรู้สึก...เกิดขึ้นกับพวกเราหลายคนหรือบางคน ใครบ้างที่รู้สึก...นี้ จากนั้นจึงถามต่อว่าอะไรทำให้เกิดความรู้สึกเหล่านั้น

กระบวนการเรียนรู้แบบนี้บ่อยครั้งนักเรียนจะเผชิญกับสถานการณ์ที่ยุ่งยากและเจ็บปวดที่อาจเกิดจากการเข้าร่วมกิจกรรมผ่านประสบการณ์ตรง จากการรับรู้เรื่องราวของเด็กในหนังสือหรือในภาพยนตร์ที่ครูจัดให้ศึกษา จากการทะเลาะและความขัดแย้งกับเพื่อนในห้อง จากความทุกข์ที่ผู้ปกครองมีฐานะยากจนจากการสูญเสียบุคคลสำคัญในชีวิต หรือการเปลี่ยนแปลงในชีวิตที่หนักหนาสาหัส ครูจะรับรู้สิ่งเหล่านี้ได้จากการสังเกตสีหน้า แววตา พฤติกรรมที่เปลี่ยนไปกะทันหัน หากอยู่ในบรรยากาศที่ปลอดภัยเมื่อถูกถามนักเรียนคนนั้นจะเล่าเรื่องให้ฟัง และการแสดงอาการความรู้สึกในใจของคนแต่ละคนนั้นก็แตกต่างกัน เช่น การเล่าด้วยเสียงสละสลวยหรือเล่าแล้วก้มหน้าลง หรือเพิ่งเริ่มเล่าแล้วมีอาการที่แสดงให้เห็นว่าพยายามจะกลืนน้ำตาเอาไว้เพราะรู้สึกแยที่จะร้องไห้ในกลุ่ม ให้ครูเชื้อเชิญนักเรียน

คนนั้นรับรู้ลมหายใจและผ่อนคลายร่างกายซึ่งอาจจะพูดด้วยประโยคที่ว่า “ร้องให้ไม่เป็นไรนะ เรื่องที่เธอเล่าสำคัญมาก ปัญหาที่เธอเจอมันหนักมาก ขอบคุณที่ไว้วางใจให้เราฟัง” และเชื้อเชิญให้นักเรียนที่เหลือเกื้อกูลเพื่อนคนนั้นด้วยการพูดว่า “ตอนนี้เพื่อนเรามีอารมณ์ความรู้สึก ขอให้พวกเราอยู่กับเพื่อนและเกื้อกูลเขาด้วยการฟังเงียบ ๆ และอยู่กับลมหายใจ หากมีใครที่มีอารมณ์ความรู้สึกสะท้อนใจเพราะมันไปกระตุ้นประสบการณ์ชีวิตของเขาก็ให้รับรู้ความรู้สึกเหล่านั้นและผ่อนคลายร่างกายที่เกร็งด้วย”

นี่คือการสอนให้นักเรียนอยู่กับความทุกข์ผ่านการร้องไห้ การอยู่กับความเจ็บ การรับรู้ลมหายใจของตัวเองและผ่อนคลายร่างกาย นี่เป็นเรื่องสำคัญมากเพราะมันคือการฝึกให้นักเรียนรู้วิธีการที่จะอยู่กับความทุกข์ของตนเองและมีเครื่องมือที่จะอยู่กับเพื่อนที่มีความทุกข์ได้ การช่วยให้คนอยู่กับความทุกข์ผ่านการร้องไห้คือการเยียวยาของมนุษย์ทุกคนไม่เกี่ยวกับเพศ วัย หรือวัฒนธรรม อาจารย์จอร์จ เล็ก เป็นผู้ชายผิวขาวตัวใหญ่และสูงเกือบ 2 เมตร อายุ 70 กว่าปี ทุกครั้งที่ผู้เขียนกลับไปเรียนเพิ่มเติมกับอาจารย์ เราจะใช้เวลาช่วงหนึ่งแบ่งปันความทุกข์ของกันและกัน เมื่อเล่าเรื่องความท้าทายภายในครอบครัวอาจารย์จะร้องไห้เป็นเรื่องปกติและพูดว่า

“ฉันต้องร้องไห้อาทิตย์ละสามวันเลยกับความทุกข์ของตัวเองและความทุกข์ในโลกนี้ ฉันสงสัยว่าผู้ชายหลายคนในโลกนี้ที่ไม่สามารถร้องไห้ได้เพราะไปหลงเชื่อว่ามันทำให้พวกเขาอ่อนแอ”

ในสถานการณ์ที่นักเรียนมีภาวะอารมณ์ไม่พอใจหรือหงุดหงิดอันเป็นผลมาจากการทำกิจกรรมการเรียนรู้ การทำงานหรือปัญหาเกี่ยวกับเพื่อน เมื่ออยู่ในช่วงสลับบทเรียนครูต้องถามความรู้สึกทันทีว่ารู้สึกอย่างไรบ้าง บ่อยครั้งเมื่อมีภาวะอารมณ์ลบ เช่น ความเสียใจ กลัวหรือความโกรธ นักเรียนมักจะไม่แบ่งปันในกลุ่มใหญ่เพราะรู้สึกไม่ปลอดภัยและกลัวว่าคำพูดของเขาจะไปกระทบความสัมพันธ์ของเขากับคนอื่น ๆ

ที่ทำกิจกรรมร่วมกัน เมื่อเกิดเหตุการณ์เช่นนี้ครูต้องให้โอกาสนักเรียนคนนั้นแบ่งปันความรู้สึกของเขาด้วยการเชื่อใจว่า ช่วงที่ทำกิจกรรมครูสังเกตเห็นว่าเธอหงุดหงิดกลัว หรือไม่พอใจ พอแบ่งปันให้เราทราบได้ใหม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้น และเมื่อเขาตอบให้ครูจับประเด็นที่เขาพูดและสะท้อนกลับให้กลุ่มฟังเพื่อทุกคนจะได้รับรู้ถึงความรู้สึกและความคิดที่เป็นสาเหตุทำให้นักเรียนคนนั้นเกิดความรู้สึกดังกล่าว เช่น ครูสรุปประเด็นว่า “ฟังดูเหมือนว่า...เขาหงุดหงิดหรือโกรธเพราะเขาพยายามที่จะแสดงความคิดเห็นแต่มีเพื่อนบางคนหรือครูเองพูดตัดบทจนทำให้เขาไม่สามารถแสดงความคิดเห็นได้จบ”

สถานการณ์ของความรู้สึกสองกรณีที่กล่าวมาข้างต้นคือการสร้างพื้นที่ปลอดภัยให้เกิดขึ้นในห้องเพื่อให้นักเรียนรู้สึกว่าคุณจะสามารถแบ่งปันความรู้สึกกลับใด ๆ ก็ได้เพราะความรู้สึกเป็นฐานสำคัญของการเรียนรู้และการเป็นมนุษย์ในวัฒนธรรมที่วิ่งหนีหรือปฏิเสธความทุกข์ เราจะถูกสั่งสอนและหล่อหลอมให้พูดแต่ความรู้สึกดี ๆ เท่านั้น ส่วนความรู้สึกกลับเราถูกสอนมาว่าต้องเก็บกดเอาไว้ เพราะหากพูดออกไปเราจะถูกตัดสินตีตราว่าอ่อนแอ เรียกร้องความสนใจ หรือไม่เก่งจริง และเรากลัวด้วยว่าเมื่อพูดความรู้สึกกลับที่เกิดจากการกระทำของคนอื่นแล้วจะส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์ระหว่างกัน

เมื่อครูไวต่อความรู้สึกที่เกิดขึ้นและให้เวลานักเรียนได้พูดถึงความรู้สึกของพวกเขา นั่นหมายความว่าครูใส่ใจและให้ความสำคัญกับชีวิตนักเรียนจริง ๆ นี่จะทำให้นักเรียนคนอื่น ๆ รับรู้ถึงความปลอดภัยและการยอมรับของครูและกลุ่มที่อนุญาตให้ทุกคนแสดงตัวตน ความคิดเห็น และความรู้สึกที่แท้จริงได้ เมื่อนักเรียนมีความรู้สึกเช่นนี้จะทำให้การเรียนรู้ลึกลงเกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียน การเรียนรู้ผ่านความรู้สึกคือการเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมควบคุมครอบงำที่หล่อหลอมหรือบังคับให้คนเก็บกดความรู้สึกกลับเอาไว้โดยเฉพาะเด็ก พฤติกรรมก้าวร้าว หน้าตาที่เศร้าหมองหรือความเฉื่อยชาในตัวเด็กบอกครูว่าพวกเขาอาจถูกใช้อำนาจควบคุมหรือได้รับ

ความรุนแรงจากบ้านหรือชุมชน ความปลอดภัยในห้องเรียนและจากครูที่รักและใส่ใจจะช่วยเยียวยาและฟื้นฟูอำนาจของเด็กได้

ผู้ที่รักและรู้จักนักเรียน

ครูที่รักนักเรียนจะมีความใส่ใจ ความอดทน ความเพียรพยายาม และอุทิศตนที่จะทำงานให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้และเติบโต ครูแนวนี้จึงทำหน้าที่อ่านกลุ่มนักเรียนตลอดกระบวนการสอน การอ่านกลุ่มหมายถึงการสำรวจและรับรู้อารมณ์ความรู้สึก ความต้องการ ระดับพลังงาน ทิศทาง ระดับความเข้าใจ และพลวัตระหว่างกันของผู้เรียนตลอดการจัดกระบวนการ ครูต้องหมั่นถามตัวเองเสมอว่านักเรียนกลุ่มนี้ได้เรียนรู้อะไรไปแล้ว พวกเขา กำลังรู้สึกติดขัดหรือคับข้องในเรื่องใดหรือไม่ และพวกเขายังต้องการเรียนรู้ในแง่มุมใดอีกเพื่อจะบรรลุถึงเป้าหมายโดยรวมของการเรียนในแต่ละคาบหรือหลักสูตรนั้น ๆ

- การอ่านกลุ่มเป็นระยะ ๆ จะทำให้ครูมีความยืดหยุ่นในการจัดกิจกรรม เพราะนักเรียนแต่ละกลุ่มมีประสบการณ์ ความต้องการ และมีพลวัตภายในกลุ่มที่ต่างกัน แม้ว่าโดยทั่วไปในการเรียนแต่ละครั้ง ครูย่อมมีการวางแผนการเรียนรู้ที่ประกอบไปด้วยวัตถุประสงค์ ขอบเขตเนื้อหาวิชา หรือทักษะ ที่ต้องการให้เกิดขึ้นในหมู่นักเรียนไว้ล่วงหน้าแล้ว แต่ในกระบวนการเรียนรู้ที่ถือเอานักเรียนเป็นศูนย์กลาง ครูยังต้องอ่านกลุ่มเป็นระยะ ๆ อย่างสม่ำเสมอ เพื่อจะสามารถปรับกิจกรรมหรือเนื้อหาให้สอดคล้องกับสภาวะของนักเรียนที่เปลี่ยนแปลงไป
- จัดกิจกรรมแบบฉับพลัน (Emergent Design) เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการเรียนรู้แนวนี้ เพราะสถานการณ์หรือพลวัตของนักเรียนเปลี่ยนไป ดังนั้นครูที่เอานักเรียนเป็นศูนย์กลางจึงเป็นผู้ที่มีความยืดหยุ่นอย่างมาก ไม่ยึดติดกับแผนหรือกิจกรรมที่วางไว้แล้ว

กล่าวโดยสรุปการเรียนรู้แนวนี้เป็นกระบวนการที่สภาพหรือสถานการณ์ของนักเรียนเป็นตัวกำหนดจังหวะก้าวของการเรียนรู้ทั้งในแง่ของเนื้อหา กิจกรรม และเวลา หรือที่เรียกกันว่านักเรียนเป็นผู้ควบคุมจังหวะก้าวของการเรียนรู้ของพวกเขาเอง

ผู้สนับสนุนให้นักเรียนค้นพบคำตอบด้วยตัวเอง

ในการเรียนรู้ที่สร้างการเปลี่ยนแปลงครูจะไม่วางตัวเป็น “ผู้รู้” ที่มีคำตอบให้กับคำถามหรือภาวะคับข้องใจของผู้เรียน แต่จะทำหน้าที่ส่งเสริมและสนับสนุนให้นักเรียนค้นหาคำตอบหรือแนวทางแก้ปัญหาของตนเองให้ได้มากที่สุด บทบาทเช่นนี้ของครูมาจากความเชื่อมั่นว่าความรู้จากประสบการณ์ตรงหรือปัญญานั้นมีอยู่แล้วในกลุ่มผู้เรียน สิ่งที่คุณครูควรทำคือใช้เทคนิควิธีการหลากหลายที่เอื้อให้นักเรียนสามารถดึงเอาความรู้หรือปัญหาที่มีอยู่แล้วมาแบ่งปันกันหรือแก้ปัญหา บางครั้งผู้เรียนอาจเกิดความรู้สึกหงุดหงิดที่พวกเขายังหาคำตอบหรือหาทางออกไม่ได้ สถานการณ์เช่นนี้เป็นความท้าทายสำหรับครูที่จะไม่รีบด่วนให้คำตอบสำเร็จรูปแก่กลุ่ม ครูควรเตือนตัวเองเสมอว่าเราไม่ใช่ผู้รู้หรือผู้เชี่ยวชาญที่รู้คำตอบ ครูที่เชื่อมั่นในความรู้และปัญญาของนักเรียนจึงเป็นผู้ที่อดทนและรอคอย เพราะไม่ต้องการผลิตซ้ำวัฒนธรรมครอบงำของการศึกษากระแสหลักที่เชื่อว่าครู อาจารย์ มีความรู้มากที่สุดในห้องเรียนและมีคำตอบที่ถูกที่สุดให้กับนักเรียน วัฒนธรรมนี้ทำให้นักเรียนสนใจฟังแต่เฉพาะสิ่งที่ครูอาจารย์พูดหรือตอบ และไม่ใส่ใจรับฟังความคิดเห็นของเพื่อน ๆ ผู้ที่มีประสบการณ์ตรงใกล้เคียงกับเขามากกว่าครูและมีคำตอบมากมายให้เขาได้เรียนรู้ ครูสามารถแบ่งปันความคิดเห็นและประสบการณ์ของตนได้หรืออาจให้ข้อมูลหรือความเห็นเพื่อเสริมประเด็นสำคัญที่กลุ่มอาจมองข้ามในช่วงท้ายของกระบวนการค้นหาคำตอบของนักเรียน

ผู้อ่อนไหวต่อความแตกต่างหลากหลายทางวัฒนธรรมและอัตลักษณ์ ของนักเรียน

ในกลุ่มนักเรียนจะมีความแตกต่างหลากหลายอยู่เสมอ ไม่ว่าจะเป็นด้านเพศ เพศภาวะ รสนิยมทางเพศ ถิ่นที่อยู่ สภาพครอบครัว ฐานะทางเศรษฐกิจ ความรู้ ความสามารถ ศาสนา ชาติพันธุ์ ฯลฯ ครูจึงต้องมีความละเอียดอ่อนต่อการการใช้ ภาษา กิจกรรม เนื้อหา ที่สอดคล้องกับสภาพและบริบททางสังคมและวัฒนธรรม ของนักเรียน ยกตัวอย่างเช่น ในการอบรมของศูนย์ฯ เมื่อเราพูดถึงเรื่องจิตวิญญาณ เราใช้คำว่าสติหรือฝึกสมาธิซึ่งเป็นคำพูดที่มักใช้กันในหมู่พุทธศาสนิกชน แต่เมื่อเรา ทำกิจกรรมเรื่องนี้กับกลุ่มนักกิจกรรมชาวคริสต์จากประเทศพม่า ซึ่งพวกเขาถูก ครอบงำโดยชาวพุทธที่นอกจากเป็นชนกลุ่มใหญ่ของประเทศแล้ว รัฐบาลพม่า ยังใช้พุทธศาสนาเป็นส่วนหนึ่งของการสร้างชาตินิยมและกดขี่ชนกลุ่มน้อยซึ่งเป็น ชาวคริสต์และมุสลิม เมื่อเราให้พวกเขาฝึกรู้ลมหายใจเราจึงไม่ใช่คำว่าสติหรือฝึก สมาธิ แต่ใช้คำอธิบายว่าเป็นการสร้างทะเลสาบแห่งความสงบเย็นภายในตัวเอง

ครูยังสามารถใช้ความแตกต่างหลากหลายทางอัตลักษณ์ในหมู่นักเรียน มาเป็นเนื้อหาวิชา มาสอนเชื่อมโยงเรื่องความไม่เป็นธรรมในสังคมและคุณค่าของ ความเท่าเทียมกัน เช่น การให้นักเรียนที่เป็นคนข้ามเพศ เป็นชนกลุ่มน้อยทางชาติพันธุ์ หรือศาสนา หรือเด็กที่มีฐานะทางเศรษฐกิจยากจน แบ่งปันให้เพื่อนในห้องฟังว่า ชีวิตของเขาหรือครอบครัวขาดโอกาสหรือได้รับการดูแลเหยียดหยามอย่างไรบ้าง และถามกลุ่มเด็กเหล่านั้นว่าพวกเขาต้องการให้เพื่อน ๆ ในห้องที่ไม่เคยได้รับ ประสบการณ์แบบนั้น (เพราะเพื่อนมีอัตลักษณ์กระแสหลัก) ปฏิบัติต่อพวกเขา หรือกลุ่มคนอัตลักษณ์แบบเดียวกับเขาอย่างไรเพื่อแสดงถึงความเข้าใจ ความเคารพ ความเท่าเทียมกัน และการเห็นคุณค่าของกันและกัน

ครูทำงานกับชุมชน

การทำงานกับชุมชนจะช่วยให้ครู (และผู้บริหารโรงเรียน) เข้าใจสภาพสิ่งแวดล้อมที่เด็กอาศัยอยู่ในทุก ๆ ด้าน ความสัมพันธ์กับผู้นำท้องถิ่น ชุมชนและสมาคมผู้ปกครองของเด็กจะช่วยให้ครูสามารถจัดการเรียนการสอนที่เหมาะสมกับความต้องการของเด็กและชุมชนได้ และเมื่อมีปัญหาเรื่องการเรียนการสอนหรือความท้าทายอื่น ๆ ครูและโรงเรียนจะไม่ต้องรับมือโดยลำพังเพราะมีผู้นำท้องถิ่น ผู้ปกครองและชุมชนมาร่วมกันแก้ปัญหา

ผู้เอาตัวเองเข้าสู่พื้นที่เสี่ยง

การแบ่งปันเรื่องราวส่วนตัวของครูในกระบวนการเรียนรู้มีจุดมุ่งหมายเพื่อสร้างความเท่าเทียมในความเป็นมนุษย์ คือการที่ครูแสดงออกถึงความจริงใจและครูเอาตัวเองเข้าสู่พื้นที่เสี่ยงเพื่อเรียนรู้ร่วมกับนักเรียน ซึ่งแตกต่างไปจากการเล่าเรื่องเพื่ออวดแสดงว่าครูเก่งหรือเหนือกว่านักเรียน ครูต้องดูด้วยว่าในเรื่องไหนประเด็นไหนที่ตนเองจำเป็นต้องแบ่งปันเรื่องราวของตนเองเพื่อให้บรรลุเป้าหมายดังกล่าว เพราะหากครูใช้พื้นที่และเวลาเล่าเรื่องตนเองมากกว่านักเรียนก็จะกลายเป็นการครอบงำ หัวข้อหรือประเด็นเสี่ยงคือเรื่องที่คนทั่วไปถูกบอกหรือสอนจากสังคมว่าน่าอาย ไม่ควรเปิดเผย เป็นเรื่องส่วนตัวที่ต้องปิดไว้เป็นความลับ เช่น การใช้อำนาจผิด ๆ ประสพการณ์เรื่องเพศ เพศวิถี ประสพการณ์ที่ถูกใช้ความรุนแรงหรือการไปทำร้ายคนอื่น ปัญหาภายในครอบครัว การทำผิดพลาดหรือความรู้สึกผิด เป็นต้น การเล่าเรื่องราวเหล่านี้ของครูยังมีเป้าหมายเพื่อการแลกเปลี่ยนประสบการณ์และค้นหาปัญหาหรือบทเรียนซึ่งตนเองได้รับจากการผ่านความยุ่งยากเหล่านั้นมาแล้วในชีวิต ดังนั้นในการเปิดเผยแบ่งปันครูต้องเล่าอย่างกระชับและจบด้วยการบอกว่าครูได้เรียนรู้อะไรจากเหตุการณ์นั้น ในการแบ่งปันแบบนี้เราจะพบว่ามักมีนักเรียนบางคน

เล่าเรื่องไม่หยุด จับประเด็นที่จะเล่าไม่ได้ และไม่สามารถสรุปบทเรียนจากเรื่องราวที่เล่าไป ซึ่งอาจเป็นเพราะเขาต้องการระบายหรือมีความรู้สึกมากมายเกิดขึ้น ในขณะที่เล่า ในกรณีนี้ครูต้องสรุปสาระสำคัญของเรื่องราวของนักเรียนคนนั้นให้กลุ่มฟังและขอบคุณที่แบ่งปัน วิธีการนี้จะช่วยให้นักเรียนหยุดเล่าหากครูเห็นว่านักเรียนคนนั้นเริ่มจะพูดนอกเรื่องหรือใช้พื้นที่แบ่งปันมากจนเกินไป

ผู้ใส่ใจใฝ่รู้ศึกษาในงานและสนใจการเรียนรู้เติบโตของตนเอง

การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงคือการที่ครูเป็นผู้เรียนรู้ไปพร้อม ๆ กับนักเรียน การจัดการกระบวนการ เปิดใจรับฟังเสียงสะท้อนกลับจากนักเรียนและเพื่อนร่วมงาน เป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยให้ครูเห็นจุดแข็งและข้อจำกัดของตัวเอง การจัดการกระบวนการทุกครั้งคือการเรียนรู้เพราะกลุ่มนักเรียนเองก็ไม่เคยประสบเหตุการณ์เช่นกัน นอกจากนี้ความสนใจและความมุ่งมั่นที่จะศึกษาเพิ่มเติมและฝึกปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง จะช่วยครูให้เติบโตเปลี่ยนแปลงตนเอง การจัดการศึกษาแนวนี้เป็นเสมือนการเดินทางด้านในของชีวิตและเป็นการเดินทางที่ต้องมีกัลยาณมิตรร่วมเดินทางเพื่อสนับสนุนการเรียนรู้เติบโตของกันและกัน ครูสามารถหาเพื่อนกลุ่มนี้ได้จากผู้ที่ได้ผ่านกระบวนการอบรมแนวนี้จากศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพฯ ของเราและสถาบันอื่น ๆ ทั้งในเมืองไทยและต่างประเทศ

ผู้สร้างสรรคหลักสูตรและกิจกรรมเพื่อการเรียนรู้

ผู้เปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมคือผู้กล้าออกแบบหลักสูตรและกิจกรรมที่ทำทนายให้ผู้เรียนออกมาอยู่พื้นที่เสี่ยงหรือพื้นที่เรียนรู้ การออกแบบหลักสูตรคือการกำหนดเป้าหมายการเรียนรู้ใหญ่ซึ่งเราต้องการให้เกิดขึ้นเมื่อนักเรียนเรียนจบหลักสูตร เป้าหมายการเรียนรู้ที่ดีคือเป้าหมายที่สอดคล้องกับประสบการณ์ชีวิตของผู้เรียนซึ่ง

มาจากการศึกษาความต้องการหรือการสังเกตเห็นปัญหาหรือสภาพที่พวกเขาเป็นอยู่ เช่น เมื่อเราสังเกตเห็นว่าผู้เรียนมีแนวโน้มชอบแข่งขัน ไม่ใส่ใจกัน ต่างคนต่างทำงาน ในเป้าหมายการเรียนรู้ให้ระบุชัดเจนว่าหลังจากจบหลักสูตรนี้แล้วผู้เรียนมีความเข้าใจ และสามารถทำงานเป็นทีมแบบอำนาจร่วมที่มีการช่วยเหลือใส่ใจกันและกัน หรือ หากผู้เรียนกำลังจะเข้าสู่วัยรุ่นซึ่งจะต้องเจอปัญหาเรื่องเพศ เป้าหมายการเรียนรู้คือให้ผู้เรียนเข้าใจเรื่องเพศ ความรุนแรงทางเพศ และรู้วิธีการป้องกันแก้ไขเมื่อพวกเขาเจอปัญหานี้ เป็นต้น เป้าหมายการเรียนรู้สำคัญมากเพราะเป็นตัวกำหนดขอบเขตเนื้อหาวิชา ข้อมูลความรู้ ความเข้าใจ และทักษะใหม่ที่ครูต้องการให้นักเรียนเรียนรู้และฝึกฝน ชุดกิจกรรมที่ประกอบด้วยหัวข้อย่อย เครื่องมือหรือกิจกรรมที่จะใช้ เทคนิควิธีการ อุปกรณ์ที่ต้องใช้ และระยะเวลาที่ต้องการใช้เพื่อให้บรรลุเป้าหมายการเรียนรู้

การวางแผนชุดกิจกรรม ให้เริ่มจากกิจกรรมหรือทักษะง่ายไปหายาก เช่น หากหลักสูตรมีเป้าหมายเรื่องการทำงานเป็นทีมแบบอำนาจร่วม ในกิจกรรมชุดแรกให้เน้นการสร้างความสัมพันธ์และความไว้วางใจกันภายในกลุ่มผู้เรียนก่อน ซึ่งสามารถใช้กิจกรรมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ผ่านการฟังด้วยหัวใจสามหรือสี่รอบ เพื่อให้ผู้เรียนแต่ละคนมีโอกาสจับคู่แบ่งปันกับเพื่อนหลายคน พร้อม ๆ กับให้ฝึกการฟังด้วยใจ ผ่านหัวข้อต่าง ๆ เช่น แบ่งปันเรื่องความฝันและแรงบันดาลใจ คนสำคัญในชีวิต ความภูมิใจในตัวเอง จากนั้นจึงเริ่มใช้ชุดกิจกรรมและเนื้อหาความรู้เรื่องอำนาจ วิธีการใช้อำนาจสังคม และผลกระทบจากการใช้อำนาจผิด และฝึกการทำงานเป็นทีมผ่านประสบการณ์จริง (หลักสูตรที่ยกมาเป็นตัวอย่างนี้ใช้เวลาทั้งหมดประมาณ 12 ชั่วโมง)

ศึกษานักเรียน การรู้จักนักเรียนให้มากที่สุดก่อนที่จะจัดกระบวนการจะช่วยให้ครูสามารถวางแผนและเตรียมการได้ใกล้เคียงกับสถานการณ์และประสบการณ์ของนักเรียน ข้อมูลสำคัญที่ต้องทราบ เช่น จำนวนคน เพศ ระดับการศึกษา

อายุ ขาดพื้นฐานทางเศรษฐกิจ ศาสนาที่นับถือ ปัญหาที่กลุ่มผู้เรียนเผชิญอยู่ ความสามารถในการอ่านเขียน ข้อมูลความรู้ และทัศนคติต่อเรื่องต่าง ๆ ความแตกต่างหลากหลายในกลุ่มนักเรียนเป็นประโยชน์ต่อการเรียนรู้แนวนี้นี้มากเพราะประสบการณ์ที่หลากหลายของพวกเขาจะช่วยขยายมุมมอง ความรู้ ความเข้าใจให้แก่พวกเขา

กำหนดระยะเวลาการเรียนรู้ ระยะเวลาเป็นเงื่อนไขสำคัญของการเรียนรู้ เพื่อการเปลี่ยนแปลงโดยเฉพาะหากนักเรียนถูกหล่อหลอมบ่มเพาะด้วยโลกทัศน์ วิธีคิด ทัศนคติ และพฤติกรรมแบบวัฒนธรรมครอบงำที่ทำให้กลายเป็นคนเฉื่อยชา กลัว ไม่มีความมั่นใจในตัวเอง แต่ชอบแข่งขัน มีความเชื่อฝังหัวเรื่องเพศที่เหยียดหยาม ดูถูก และทำร้ายกันและกัน ใช้ความรุนแรงผ่านการพูดถลองเกลียน เป็นต้น กระบวนการที่จะทำให้พวกเขาเปลี่ยนแปลงจึงต้องอาศัยเวลา เพราะกระบวนการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงอย่างแท้จริงต้องผ่านการคิดเชิงวิเคราะห์ การทบทวนใคร่ครวญชีวิตตัวเอง การเรียนผ่านอารมณ์ความรู้สึก และการฝึกทักษะหรือพฤติกรรมใหม่ ๆ ในแง่นี้ครูสามารถแบ่งย่อยเนื้อหาออกเป็น ชุดกิจกรรมที่สามารถจัดกระบวนการได้ภายในเวลาที่มี เช่น วันละหนึ่งชั่วโมง ต่อเนื่องกันสองสัปดาห์ เป็นต้น

การทำงานเป็นทีม การเรียนรู้แนวนี้นี้จะสนุก ตื่นเต้น และได้ผลมากหากสามารถจัดโดยทีมครูผู้มีความรู้ ความสามารถ และความสนใจการศึกษาแนวการทำงานเป็นทีม เพราะแต่ละคนสามารถเกื้อกูลส่งเสริมกันและกันได้อย่างดีในการทำหน้าที่ต่าง ๆ เช่น ออกแบบกิจกรรมและหลักสูตร หาสื่อและอุปกรณ์ที่เหมาะสม และในช่วงของการสอนแต่ละคนในทีมสามารถแบ่งกันทำหน้าที่ต่าง ๆ กัน เช่น เขียนกระดาน ฟังและสรุปประเด็นจากผู้เรียน โอบอ้อมอารมณ์ความรู้สึกของผู้เรียน และสรุปการเรียนรู้ของกลุ่ม ประโยชน์ที่สำคัญของการจัดกระบวนการเป็นทีมอีกประการหนึ่งคือการได้ทบทวนกับทีมหลังจบกระบวนการเพื่อสรุปทบทวน อาจารย์จอร์จ เล็ก บอกผู้เขียนว่าเวลาเราจัดกระบวนการศึกษาแบบนี้ผู้เรียนจะมี

เพื่อนในห้องที่คอยเกื้อกูลการเรียนรู้ของพวกเขาเสมอ ดังนั้นครูหรือผู้จัดกระบวนการ
จึงต้องการเพื่อนที่ทำหน้าที่นี้เช่นเดียวกัน

การจัดห้องเรียนที่เปลี่ยนวัฒนธรรม การจัดห้องเรียนส่งผลต่อความสัมพันธ์
ภายในหมู่ผู้เรียน และความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนกับครู การนั่งเป็นรูปวงกลม
บ่งบอกถึงความสัมพันธ์แนวราบซึ่งให้ความรู้สึกเป็นพวกเดียวกันหรือมีความเป็น
ชุมชน และช่วยให้ทุกคนได้เห็นหน้ากันตลอด ได้ยินเสียงกันชัดเจนและเมื่อใดที่
คนหนึ่งคนใดมีอารมณ์ความรู้สึกก็สามารถรับรู้และช่วยเหลือความรู้สึกของเพื่อนได้

เครื่องมือและเทคนิคสำคัญของการจัดกระบวนการเรียนรู้

การตั้งคำถาม

การตั้งคำถามเป็นวิธีการพื้นฐานสำคัญมากของการเรียนรู้ที่จะทำให้คน
คิดวิเคราะห์อย่างเป็นตรรกะ อาจพูดได้ว่าการตั้งคำถามเป็นหัวใจของการเรียน
รู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงเลยก็ว่าได้ เพราะระบบการศึกษาของวัฒนธรรมครอบงำ
หล่อหลอมให้เราฟัง เชื่อ และทำตามโดยไม่ต้องคิด ไม่ต้องตั้งคำถาม และมีคำถาม
ปลายปิดที่มีทางเลือกให้ผู้เรียนอยู่สองทางคือใช่หรือไม่ใช่ ดีหรือไม่ดี เอาหรือไม่เอา
ตัวอย่างคำถามเหล่านี้ เช่น เด็กเรียนไม่ดีคือเด็กที่ขี้เกียจหรือไม่ คนจนคือคนที่
ไม่ขวนขวายทำมาหากินใช่หรือไม่ เป็นต้น การถามเช่นนั้นนอกจากไม่เอื้อให้ผู้เรียน
ได้คิดวิเคราะห์ ถกเถียง และเกิดการเรียนรู้ได้ด้วยตัวเองแล้วยังเป็นการถามที่
ไม่ต้องการความคิดเห็นของผู้เรียน แต่ต้องการให้ผู้เรียนเลือกคำตอบที่มีอยู่แล้ว

การตั้งคำถามเป็นวิธีการง่าย ๆ แต่มีผลลึกซึ้งในการเปลี่ยนแปลงจากการศึกษา
แบบวัฒนธรรมครอบงำมาสู่การเรียนรู้แบบอำนาจร่วม การตั้งคำถามปลายเปิดซึ่ง

หมายถึงคำถามที่เปิดโอกาสให้นักเรียนคิดโดยไม่จำกัดว่าต้องมีคำตอบถูกหรือผิด ไปในทางใดทางหนึ่ง เป็นการให้อิสระแก่ผู้ตอบ กระตุ้นให้เกิดการคิด วิเคราะห์ และอภิปรายในหมู่นักเรียน ทำให้พวกเขามีความกระตือรือร้นเพราะไม่กลัวว่าจะตอบผิด ยกตัวอย่างคำถามลักษณะนี้ เช่น *อากาศที่ร้อนขึ้นน่าจะมาจากสาเหตุอะไรบ้าง อะไรทำให้เมืองเรามีปัญหาหกรถติด การเรียนรู้ที่ดีของคนเราต้องอาศัยปัจจัยอะไรบ้าง* เป็นต้น แต่หากเมื่อใดที่นักเรียนตอบคำถามด้วยทัศนคติเดิมที่ถูกหล่อหลอมจากวัฒนธรรมอำนาจครอบงำ เช่น หากครูถามว่าสาเหตุอะไรทำให้นักเรียนบางคนทำงานไม่เสร็จ และมีคนตอบว่าเพราะเขาขี้เกียจและไม่รับผิดชอบ ในกรณีนี้ครูรับมือได้หลายแบบ เช่น ถามนักเรียนคนอื่น ๆ ในห้องว่าพวกเขาคิดเห็นอย่างไรกับคำตอบของเพื่อนคนนั้น หรืออาจจะถามนักเรียนคนเดิมว่ามีเหตุปัจจัยอะไรที่ทำให้เธอคิดหรือเชื่อเช่นนั้น เธอมีตัวอย่างจริงที่พอจะเล่าให้เราฟังได้ไหม เป็นต้น

การตั้งคำถามของครูต้องทำควบคู่ไปกับทักษะการฟังอย่างมีสติเพราะครูไม่ได้ถามเพื่อจะตอบเสียเอง การฟังสำคัญพอ ๆ กับการถาม เพราะหน้าที่ของครูคือจับประเด็นจากคำตอบของนักเรียน การฟังอย่างมีสติจะช่วยให้ครูจับประเด็นสำคัญได้ครบถ้วนว่านักเรียนรู้สึกและคิดอย่างไรกับเรื่องนั้น ๆ และต้องสรุปคำตอบนักเรียนให้ทั้งกลุ่มทราบเป็นช่วง ๆ บ่อยครั้งที่นักเรียนจะขอคำตอบจากครู ซึ่งส่วนหนึ่งมาจากการเชื่อฝังหัวว่าครูหรืออาจารย์คือผู้มีความรู้ที่ถูกต้อง ในสถานการณ์เช่นนี้ให้ครูบอกเขาว่า เดียวนะ เราฟังความเห็นของเพื่อนก่อนนะ คงจะมีคนในห้องนี้ที่มีคำตอบที่เรากำลังหาอยู่ จากนั้นให้หันไปถามผู้เรียนคนอื่น ๆ ว่า คิดอย่างไรต่อคำถามของเพื่อน ใครมีประสบการณ์เรื่องนี้ที่สะดวกใจจะแบ่งปันให้เพื่อนฟังบ้าง เมื่อมีคนตอบครูก็ทำหน้าที่สรุปประเด็นสำคัญจากคำตอบนั้นให้นักเรียนทั้งห้องได้ยินและถามนักเรียนคนอื่น ๆ ว่ามีใครที่คิดต่างออกไปจากที่เพื่อนตอบมาแล้วบ้าง วิธีการนี้คือการพยายามให้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่มีอยู่อย่างหลากหลายของผู้เรียน เพื่อตั้งปัญญาและมุมมองต่อเรื่องนั้น ๆ จากกลุ่มนักเรียนให้มากที่สุด เราต้องเชื่อมั่นว่า ‘คำตอบอยู่ในตัวผู้เรียน’

เมื่อตั้งคำถามแล้ว ครูต้องระวังไม่เป็นผู้ตอบเสียเอง เพราะเป้าหมายของการถามคือการกระตุ้นให้เกิดการคิดวิเคราะห์และแบ่งปันปัญหาในกลุ่มนักเรียน ผู้เรียน เพราะเราเชื่อว่าปัญหามีอยู่แล้วในกลุ่ม หลายครั้งคำถามหนึ่ง ๆ ไม่มีคำตอบสำเร็จรูป ไม่มีคำตอบขาวและดำที่แบ่งแยกได้ชัดเจน การสอนให้นักเรียนรับฟังความคิดของผู้อื่นที่แตกต่างจากเขาจะช่วยให้ นักเรียนได้ขยายมุมมอง เห็นทางออกของปัญหา หรือมีวิธีคิดและทัศนคติที่ต่างไปจากเดิม ครูสามารถแสดงความคิดเห็นของตนเองได้ในฐานะเป็นสมาชิกคนหนึ่งในกระบวนการเรียนรู้ที่กำลังเกิดขึ้น โดยไม่คิดว่าความคิดของตนเป็นคำตอบที่ถูกต้อง ดังนั้นครูควรแสดงความคิดเห็นตนเองในช่วงท้าย ๆ

ระวังอย่าให้ผู้ตอบคำถามเพียงหนึ่งคนหรือสองคน สภาพเช่นนี้จะไม่ทำให้เกิดการเรียนรู้และแลกเปลี่ยนประสบการณ์อย่างเต็มที่ หากเกิดสภาพเช่นนี้ในกลุ่ม ครูต้องเตือนเป็นช่วง ๆ ว่าขอฟังความเห็นจากคนที่ยังไม่ได้พูด หรือใช้วิธีแบ่งกลุ่มย่อยสองหรือสามคนให้นักเรียนแลกเปลี่ยนกันแล้วค่อยมานำเสนอในกลุ่มใหญ่ วิธีนี้จะช่วยให้คนที่ไม่มั่นใจในการแสดงความคิดเห็นในกลุ่มใหญ่กล้าแสดงความคิดเห็น และจะช่วยให้กลุ่มได้รับประโยชน์จากปัญหาของทุกคน

การจับประเด็น เชื่อมโยง และสรุปนักเรียน

การจับประเด็น การเชื่อมโยง และการสรุปการเรียนรู้ของนักเรียนเป็นทักษะที่สำคัญมากของการเรียนรู้แนวนี้ เพราะกระบวนการเรียนรู้แนวนั้นนักเรียนจะเป็นผู้ใช้พื้นที่พูดมากกว่าครู นักเรียนจะเต็มไปด้วยคำตอบหลากหลาย พวกเขาจะมีคำถาม หรือต้องการที่จะบอกเล่าความรู้สึก ความคิดเห็น ปัญหาหรือข้อสงสัยของพวกเขาอย่างต่อเนื่องตลอดช่วงของการเรียน

การจับประเด็นหรือสาระสำคัญของสิ่งที่นักเรียนแสดงออกมาหลังจากที่
ครูถามพวกเขา นั้นประกอบด้วยเนื้อหาสาระหลักและความรู้สึกของผู้พูดที่ครูต้อง
พูดสะท้อนกลับไปให้วงรับรู้ก่อนที่นักเรียนคนต่อไปจะแสดงความเห็น ยกตัวอย่าง
เช่น ในการทบทวนเรื่องเพศและผลของการถูกหลอหลอมในสังคมแบบชายเป็นใหญ่
ผู้เรียนผู้ชายคนหนึ่งเล่าว่า

“เราได้เรียนรู้เรื่องเพศจากการอบรมครั้งก่อน การได้เรียนรู้เรื่องนี้ทำให้เรา
รู้สึกเสียใจและเห็นใจแม่ที่ทุกข์ใจจากการทำหน้าที่แม่และเมีย แม่หย่าขาดจากพ่อ
เพราะถูกกระทำรุนแรง พอมาอยู่กับพ่อเลี้ยงก็ต้องรับภาระเรื่องค่าใช้จ่ายในบ้าน
เพียงลำพังในขณะที่พ่อเลี้ยงของเขานั้นนอกจากจะไม่ช่วยทำมาหากินแล้วยัง
ติดเหล้าอีกด้วย ตัวเขาเองแม้จะเข้าใจแม่บ้างและแม่ก็พรีสอนเขาเรื่องบทบาท
ความรับผิดชอบทางเพศที่ไม่เท่าเทียมระหว่างชายหญิง แต่กระนั้นเขาก็ยังทำตาม
ที่ตนเองถูกหลอหลอมความเป็นชายมา คือทำงานหาเงินได้แล้วนำมาใช้ส่วนตัว กินเหล้า
สูบบุหรี่ เที่ยวแบบผู้ชายทั่ว ๆ ไป และแม้เขาจะนำลูกตนเองไปให้แม่เลี้ยงดู แต่เขา
ก็ไม่ได้ใส่ใจที่จะทำงานหนักเพื่อหาเงินมาช่วยแม่ที่รับภาระการเลี้ยงดูลูกของเขา”

ผู้ชายคนนี้เล่าเรื่องและหยุดร้องไห้เป็นช่วง ๆ แล้วพูดว่าการได้มาอบรม
รอบนี้ทำให้เขาได้ใคร่ครวญเพิ่มขึ้นและเห็นว่าระบบเพศแบบชายเป็นใหญ่ทำให้
พ่อเลี้ยงเขามีพฤติกรรมเช่นนี้ การเห็นโครงสร้างสังคมทำให้เขาไม่ได้มีความโกรธ
เกลียดพ่อเลี้ยง และคิดหาทางจะช่วยแม่ ต่อมาเขาจึงไปพูดให้พ่อเลี้ยงเลิกกินเหล้า
และหางานทำ ซึ่งก็ได้ผลเพราะพ่อเลี้ยงเลิกกินเหล้าและออกไปทำงานรับจ้าง
เขาเล่าต่อว่าการมาอบรมรอบนี้ช่วยให้มีความเข้าใจเรื่องเพศมากขึ้นและเห็น
ผลกระทบของวัฒนธรรมต่อชายเป็นใหญ่ ซึ่งมีผลต่อความคิดความเชื่อและ
พฤติกรรมส่วนบุคคลของตัวเขาและพ่อเลี้ยง ในขณะเดียวกันก็สร้างความทุกข์ให้แก่
แม่มากมาย

ผู้ชายคนนี้แบ่งปันเรื่องราวข้างต้นเป็นเวลาเกือบห้านาที เมื่อเห็นว่าอารมณ์เขาผ่อนคลายลง ผู้เขียนพูดขอบคุณที่เขาไว้วางใจและเล่าเรื่องส่วนตัวที่สำคัญให้ฟัง จากนั้นก็สรุปกลับสั้น ๆ ว่า “คุณเห็นว่าวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่หล่อหลอมพ่อเลี้ยงและตัวคุณให้ไม่มีความรับผิดชอบและทำสิ่งต่าง ๆ เพื่อสนองความต้องการของตัวเอง ที่ส่งผลให้แม่รับภาระหนักและมีความทุกข์มาก เมื่อเห็นเช่นนี้คุณรู้สึกเสียใจและสะเทือนใจ และเห็นว่าหากคุณโกรธและไปตำหนิพฤติกรรมของพ่อเลี้ยงก็จะไม่ได้ผล เมื่อเห็นว่าระบบเพศแบบชายเป็นใหญ่เป็นสาเหตุทำให้คุณเข้าใจที่มาที่ไปของปัญหานี้ จึงไปพูดเชิญชวนให้พ่อเลี้ยงเปลี่ยนพฤติกรรมได้และตัวคุณเองก็จะพยายามเปลี่ยนแปลงตัวเองให้มากยิ่งขึ้นด้วยเพื่อช่วยบรรเทาความทุกข์ของแม่”

นอกเหนือจากการจับประเด็นสำคัญและพูดกลับไปให้กลุ่มฟังแล้ว ครูมีหน้าที่เชื่อมโยงประเด็นที่นักเรียนตอบมาว่ามันเกี่ยวโยงอย่างไรกับหัวข้อที่กำลังเรียนรู้กันอยู่หรือเกี่ยวโยงอย่างไรกับประสบการณ์ที่คนอื่น ๆ แบ่งปันมาก่อนหน้านี้ หลังจากสังเกตว่าการเรียนรู้ในหัวข้อนั้นบรรลุวัตถุประสงค์ของกิจกรรมหรือเป้าหมายการเรียนรู้แล้วให้เขียนสรุปคำตอบหรือบทเรียนทั้งหมดที่เก็บเกี่ยวได้จากผู้เรียนลงบนกระดานและพูดย้ำว่า “พวกเราหาคำตอบในเรื่องนี้ได้มากมาย ถือว่าเป็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ที่เยี่ยมมาก” วิธีการนี้คือการสร้างเสริมกำลังใจผู้เรียนโดยทำให้พวกเขาเห็นว่าความรู้และคำตอบอยู่ในตัวพวกเขา

การใช้กลุ่มย่อย

นอกจากทักษะดังกล่าวมาแล้ว วิธีการช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้อย่างเต็มที่เป็นการใช้กลุ่มย่อยเพื่อสร้างพื้นที่และโอกาสสำหรับการพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความคิดเห็นให้เกิดขึ้นได้อย่างทั่วถึง การแบ่งกลุ่มย่อยช่วยเปลี่ยนบรรยากาศการเรียนรู้จากการแลกเปลี่ยนในกลุ่มใหญ่ที่ไม่สามารถทำให้ทุกคนพูด

หรือมีส่วนร่วมได้หมด เพราะกลุ่มเล็กมีบรรยากาศของความใกล้ชิดเป็นวิธีการที่ช่วยให้กลุ่มได้มีโอกาสเรียนรู้จากเพื่อนทุกคน และที่สำคัญคือกระบวนการในกลุ่มย่อยจะช่วยให้นักเรียนเห็นว่าพวกเขาสามารถเรียนรู้จากกันและกันได้ นอกจากนี้การแบ่งปันความคิดในกลุ่มย่อยยังเป็นโอกาสให้ผู้เรียนได้ฝึกการฟังอย่างมีสติ ทั้งยังเป็นกระบวนการที่ช่วยสร้างความสัมพันธ์และความไว้วางใจในระหว่างนักเรียนและเอื้อให้พวกเขารู้สึกปลอดภัยมากขึ้นที่จะบอกเล่าประสบการณ์ แสดงอารมณ์ความรู้สึก และพิจารณาบทวนเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตนเอง

เทคนิคในการแบ่งกลุ่มทำได้หลายวิธี เช่น การนับเลข ซึ่งขึ้นอยู่กับว่าต้องการให้แบ่งเป็นกี่กลุ่ม เช่น หากจะแบ่งเป็นห้ากลุ่มก็ให้นักเรียนนับหนึ่งถึงห้า คนที่นับเลขเดียวกันให้รวมเป็นกลุ่มเดียวกัน หลายครั้งหากมีเวลาและต้องการกระตุ้นพลังของนักเรียนก็สามารถใช้การเล่นเกมนับ ๑ เพื่อช่วยในการแบ่งกลุ่มได้ และบางครั้งเป็นความตั้งใจที่จะแบ่งกลุ่มตามอัตลักษณ์ต่าง ๆ เช่น เพศ อายุ ถิ่นที่อยู่อาศัย อาชีพ เชื้อชาติ ประสบการณ์ในการทำงาน และภาษา หรือแบ่งคละกันตามความแตกต่างเพื่อให้เกิดความหลากหลายในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความคิดเห็น การจะใช้เกณฑ์ใดในการแบ่งกลุ่มขึ้นอยู่กับเป้าหมายการเรียนรู้ของกิจกรรมนั้น ๆ

การกำหนดจำนวนสมาชิกของกลุ่มย่อยทำได้หลายขนาด เช่น กลุ่มขนาดสอง สาม สี่ หรือห้าคน แต่โดยส่วนใหญ่จะถือว่ากลุ่มที่มีสมาชิกเกินห้าคนเป็นกลุ่มที่ใหญ่เกินไป ทำให้ต้องใช้เวลาในการแลกเปลี่ยนมาก การใช้กลุ่มขนาดสองหรือสามคนจะช่วยให้นักเรียนสามารถแลกเปลี่ยนลงลึกได้มากขึ้น และควรใช้กลุ่มขนาดเล็กในกิจกรรมที่ต้องการการตัดสินใจร่วมกันของกลุ่ม อย่างไรก็ตาม กลุ่มที่มีขนาดใหญ่กว่าอาจมีประโยชน์ในด้านการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์ที่หลากหลาย หรืออาจช่วยกันระดมความคิดหรือช่วยกันทบทวนบางประเด็นได้ลึกมากขึ้น ข้อควรคำนึงเกี่ยวกับขนาดของกลุ่มอีกอย่างหนึ่งคือหากเราต้องการใช้การแบ่งกลุ่มย่อยเพื่อสร้างความคุ้นเคยและไว้วางใจระหว่างนักเรียน ครูต้องกระตุ้นให้

นักเรียนเลือกจับกลุ่มกับคนที่เขายังไม่ค่อยรู้จักคุ้นเคย หรือยังไม่ค่อยได้พูดคุยหรือทำงานร่วมกันมากนัก เพื่อให้แต่ละคนได้เกิดการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ และเป็นการขยายพื้นที่คุ้นเคยของนักเรียนและช่วยเพิ่มความไว้วางใจและความเป็นชุมชน

หลังจากแบ่งกลุ่มแล้วจึงบอกโจทย์ที่จะให้นักเรียนทำงาน โดยการบอกโจทย์ต้องชัดเจนและให้เวลานักเรียนซักถามข้อสงสัยเกี่ยวกับโจทย์นั้น ๆ เพื่อให้ทุกคนเข้าใจโจทย์ตรงกันก่อนจะเริ่มทำงาน ข้อควรปฏิบัติอีกอย่างในการให้โจทย์เพื่อทำงานกลุ่มคือครูไม่ควรให้โจทย์หลายข้อในเวลาเดียวกัน แต่ควรให้โจทย์หรืองานทีละอย่าง รอนจนทุกกลุ่มทำงานตามโจทย์หนึ่ง ๆ เสร็จแล้วจึงบอกโจทย์ข้อถัดไป การทำเช่นนี้จะช่วยให้กลุ่มนักเรียนสามารถจดจ่อและกระตือรือร้นกับการทำงานตามโจทย์ แต่ละข้อที่ได้รับโดยไม่พะวงถึงโจทย์อื่น ๆ แจ้งให้กลุ่มทราบจำนวนเวลาในการทำงาน แต่ต้องมีความยืดหยุ่นกรณีที่กลุ่มต้องการเวลามากหรือน้อยกว่าที่กำหนด เพราะต้องไม่ลืมว่าเป้าหมายสำคัญของกิจกรรมคือการสร้างโอกาสการเรียนรู้ของนักเรียน ไม่ใช่การทำให้กิจกรรมให้เสร็จตามเวลากำหนด ครูต้องบอกแนวทางการทำงานร่วมกันในกลุ่มย่อย เช่น ให้ทุกคนมีโอกาสดูแลความคิดเห็นในเวลาเท่า ๆ กัน ให้แสดงความคิดเห็นทีละคน ให้ตั้งใจฟังกันและกัน เป็นต้น และหากจะต้องมีการนำเสนอสิ่งที่พูดคุยในกลุ่มย่อยต่อกลุ่มใหญ่ในภายหลังก็ให้สมาชิกกลุ่มย่อยแบ่งบทบาทหน้าที่ไว้ตั้งแต่ต้น เช่น กำหนดตัวผู้จัดบันทึก ผู้เขียนข้อความที่จะนำเสนอลงบนกระดานปฐพี ผู้ทำหน้าที่นำเสนอ เป็นต้น

ระหว่างกลุ่มย่อยกำลังทำงานตามโจทย์ ให้ครูสังเกตพลวัตในทุกกลุ่มย่อยอยู่ห่าง ๆ เพราะปฏิสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนระหว่างการทำงานกลุ่มย่อยจะเป็นแนวทางให้ตัดสินใจว่าจะเชื่อเชืงูทำทายให้พวกเขาหาบทเรียนอะไรจากการฝึกทำงานกลุ่มย่อยนี้ เช่น หากพบว่าเกือบทุกกลุ่มมีการทำงานแนวสั่งการจากสมาชิกหนึ่งคน หรือเป็นการทำงานที่ต่างคนต่างทำ ไม่มีการพูดคุยสื่อสารบทเรียนว่าพวกเขาได้เรียนรู้อะไรในช่วงระหว่างทำงานร่วมกัน นอกจากนี้แล้ว ครูควรสังเกตประเด็นต่อไปนี้

- กลุ่มจะทำงานตามโจทย์ได้หรือไม่
- ในแต่ละกลุ่มมีใครครอบงำการแลกเปลี่ยนหรือไม่ เช่น ใช้เวลาพูดมากกว่าคนอื่น พูดแทรกเมื่อคนอื่นกำลังพูด หรือบอกว่าความคิดตนเองถูกต้องที่สุด เป็นต้น ในกรณีเช่นนี้ครูอาจแทรกแซงเพื่อหยุดปฏิสัมพันธ์แบบครอบงำด้วยการถามคำถามต่อกลุ่ม เช่น ตอนนี้กลุ่มเป็นอย่างไร ทำงานไปถึงไหน ได้มีการผลัดเปลี่ยนกันพูดทั่วถึงกันหรือไม่ หรืออาจให้ข้อสังเกตต่อการแลกเปลี่ยนของกลุ่มอย่างตรงไปตรงมา เช่น บอกว่ากิจกรรมนี้ต้องการให้ทุกคนได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็น และแม้จะเป็นความเห็นที่ต่างกันก็ขอให้พูดและฟังกันโดยไม่ด่วนตัดสิน เป็นต้น
- กระตุ้นให้กลุ่มทำงานอย่างกระตือรือร้น โดยอาจพูดย้าสั้น ๆ ว่ากิจกรรมนี้สำคัญอย่างไรหรือจะช่วยให้เรียนรู้เรื่องอะไร
- ตรวจสอบดูว่ากลุ่มต้องการเวลาเพิ่มเติมหรือทำงานเสร็จก่อนเวลาที่กำหนดหรือไม่ หากบางกลุ่มต้องการเวลาเพิ่มเติมให้ถามความต้องการของนักเรียนส่วนใหญ่และต่อเวลาให้ตามความต้องการของคนส่วนใหญ่
- หากมีบางกลุ่มทำงานเสร็จก่อนเวลาให้ตรวจสอบดูว่าพวกเขาทำงานครบถ้วนตามที่กำหนดไว้หรือไม่ เพราะบางกลุ่มอาจรีบทำงานให้เสร็จโดยลืมวัตถุประสงค์ของกิจกรรมการเรียนรู้ หากพบเจอสถานการณ์เช่นนี้ให้ตั้งคำถามกับกลุ่มนั้น ๆ เพื่อให้กลุ่มได้แลกเปลี่ยน คิดทบทวน และเรียนรู้เพิ่มเติมในเวลาที่เหลืออยู่
- เมื่อทุกกลุ่มทำงานตามโจทย์เสร็จแล้วให้ทุกคนกลับมารวมเป็นวงใหญ่ แล้วนำเสนอ หากมีเวลาจำกัดสามารถขอฟังคำตอบจากแต่ละกลุ่มแล้วเขียนสรุปรวมลงบนกระดานโดยไม่ต้องให้นักเรียนแต่ละกลุ่มเสนอทุกข้อเพราะคำตอบมักจะซ้ำกัน ทำให้ใช้เวลามากและผู้เรียนจะไม่สนใจฟังคำตอบที่ซ้ำ ๆ กัน

ใช้กระดานเพื่อการเรียนรู้ของนักเรียน

กระดานเป็นอุปกรณ์พื้นฐานที่ช่วยในการเรียนรู้โดยเฉพาะในกลุ่มนักเรียนที่เรียนรู้ได้ดีผ่านการเห็น โดยทั่วไปเราใช้กระดานเพื่อเขียนโจทย์ เพื่อบันทึกประเด็นสำคัญหรือบันทึกผลสรุปของบทเรียนที่มาจากบทพูดคุยแบ่งปันของนักเรียน การเขียนสิ่งเหล่านี้ลงในกระดานจะดึงดูดความสนใจของนักเรียนให้มาจดจ่อในที่เดียวกัน นอกจากนี้ใช้กระดานเพื่อเขียนตัวหนังสือแล้ว เรายังสามารถใช้กระดานเพื่อวาดรูปภาพเพื่อประกอบการอธิบายและการเชื่อมโยงบทเรียน

ข้อแนะนำสำหรับครู

- จัดเตรียมกระดานให้ครบตามต้องการก่อนการสอน
- เวลาใช้กระดานไม่ควรยืนบังกระดาน
- ไม่จำเป็นต้องบันทึกรายละเอียดทุกอย่างลงบนกระดาน โดยเฉพาะคำตอบที่เป็นความรู้สึกของนักเรียน บันทึกเฉพาะประเด็นหรือบทสรุปที่สำคัญลงบนกระดานสรุปและติดไว้ข้างกระดานเพื่อให้อ้างอิงได้ง่ายขึ้น
- เขียนตัวหนังสือให้ตัวใหญ่พอที่จะอ่านได้ง่าย
- การใช้ปากกาหลายสีมีประโยชน์ในการเน้นหรือแยกประเภทหมวดหมู่ และดึงดูดความสนใจในการอ่าน (ยกเว้นการเขียนตัวหนังสือด้วยสีแดง เพราะเป็นสีที่มีผลต่อสายตาและอ่านยาก)
- ในกรณีทำงานเป็นทีม มีการแบ่งบทบาทคนที่จะเขียนกระดานไว้แล้ว ครูผู้ทำหน้าที่ตั้งคำถามหรือจับประเด็นจำเป็นต้องหันไปดูกระดานเป็นระยะ ๆ เพื่อให้แน่ใจว่าเพื่อนที่เขียนกระดานเขียนข้อความเนื้อหาได้ครบถ้วน คนเขียนกระดานและคนตั้งคำถามต้องทำงานผสมผสานสอดคล้องกันอย่างกลมกลืน

- หากนักเรียนมีอารมณ์ความรู้สึก ให้ครูที่มีหน้าที่เขียนกระดานลงมานั่งรับฟังร่วมกับทีมที่จับประเด็นเพื่อเป็นอ่างโอบอุ้มร่วมกัน ให้หยุดเขียนกระดาน เพราะสิ่งที่สำคัญที่สุดในขณะนั้นคือการอยู่กับอารมณ์ความรู้สึกของนักเรียนท่านนั้นและอยู่กับกลุ่ม

กิจกรรมผ่านประสบการณ์

กิจกรรมผ่านประสบการณ์หมายถึงการจัดกิจกรรมที่นักเรียนเข้าสู่ประสบการณ์ตรงในเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่จัดขึ้นในห้องเรียน เช่น การแก้ปัญหาเป็นทีมผ่านเกมหรือประสบการณ์จริงของชีวิตในอดีต เมื่อนักเรียนเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงของตัวเองพวกเขาจะมีความรู้สึกมากมายทั้งในทางลบและบวก เพราะการเรียนรู้เข้าไปกระทบหรือแตะความรู้สึก นี่เป็นเหตุผลว่าทำไมเราจึงต้องถามความรู้สึกของนักเรียนทุกครั้งหลังจากที่เราทำกิจกรรมผ่านประสบการณ์เสร็จสิ้น เช่น เมื่อกลุ่มนักเรียนสามารถแก้ปัญหาในกิจกรรมกลุ่มได้แล้ว หรือเมื่อนักเรียนจับคู่แบ่งปันเรื่องการไม่สยบยอมต่อการถูกใช้อำนาจเหนือกว่าแล้ว ครูจะถามว่ารู้สึกอย่างไรบ้าง นักเรียนมักจะตอบว่ารู้สึกดีใจ ภูมิใจ สะใจ เสียหาย หงุดหงิด เป็นต้น หรือหากนักเรียนแบ่งปันประสบการณ์ในชีวิตถึงวิธีการรับมือกับความกลัว เมื่อการแบ่งปันผ่านการจับคู่หรือในกลุ่มย่อยเสร็จแล้ว ให้นักเรียนกลับมาอยู่ในกลุ่มใหญ่และถามความรู้สึกทุกคนที่ได้แบ่งปันและความรู้สึกเมื่อพวกเขาเป็นผู้รับฟังเรื่องราวของเพื่อน

ขั้นตอนการจัดกิจกรรมผ่านประสบการณ์

1. บอกโจทย์หรือชื่อกิจกรรมและวัตถุประสงค์ของการทำกิจกรรมนั้น
2. บอกขั้นตอน กติกา หรือวิธีการดำเนินกิจกรรมที่นักเรียนต้องทำ เมื่อ

บอกโจทย์แล้วให้แน่ใจว่าทุกคนเข้าใจ โดยถามให้แน่ใจว่าทุกคนเข้าใจ
ก่อนจะลงมือทำกิจกรรม

3. ช่วงที่นักเรียนเข้าร่วมกิจกรรม ทีมกระบวนกรต้องเฝ้าดูปฏิริยาของ
ทุกคนในกลุ่ม ดูความรู้สึกที่พวกเขาแสดงออกจากสีหน้าท่าทางตลอด
เวลาที่พวกเขาทำกิจกรรม ดูพฤติกรรมที่พวกเขาแสดงออก ดูปฏิสัมพันธ์
ระหว่างนักเรียน และดูว่าพวกเขาทำตามขั้นตอนหรือกติกาของการทำ
กิจกรรมนั้นหรือไม่
4. เมื่อจบกิจกรรมให้เชิญทุกคนมานั่งพร้อมกันในวง หากมีผู้ที่ร้องให้ต้อง
ให้เวลาเขาเพิ่มมากขึ้นจนกว่าเขาพร้อมที่จะดำเนินกิจกรรมร่วม
กับนักเรียนทั้งหมดในวง จากนั้นจึงถามว่ารู้สึกอย่างไรบ้าง แล้วรอ
ฟังคำตอบ หากมีคนตอบความคิดหรือบทเรียนที่ได้ ก็ให้ตั้งกลับ
มาโดยการถามว่าแล้วบทเรียนทำให้คุณรู้สึกอย่างไรบ้าง หรือครู
สามารถเดาความรู้สึกของคน ๆ นั้นได้ก็สามารถสะท้อนกลับไป
ว่า “ดูเหมือนว่ากิจกรรมนี้ทำให้เธอรู้สึกโล่งใจ” เป็นต้น ในช่วงการ
ถามความรู้สึก ทีมผู้สอนไม่จำเป็นต้องบันทึกคำตอบของนักเรียนไว้
บนกระดาน บทบาทที่สำคัญมากกว่าคือการอยู่กับความรู้สึกของ
นักเรียน โดยเฉพาะในสถานการณ์ที่นักเรียนเกิดความรู้สึกหนักอึ้ง
มีการร้องไห้ มีความไม่พอใจ หรือมีความกลัวเกิดขึ้น ทีมผู้สอนต้องนั่ง
อยู่ในวงเพื่อช่วยกันเป็นอ้อมโอบอุ้มนักเรียน
5. เมื่อสังเกตเห็นว่าความรู้สึกของนักเรียนส่วนใหญ่ได้รับการแบ่งปันใน
กลุ่มพอแล้ว (ไม่มีใครที่เห็นได้ว่าจะจมอยู่กับความรู้สึก) ครูจะถามเรื่อง
บทเรียนที่กลุ่มได้เรียนรู้จากกิจกรรมนี้ โดยการถามว่ากิจกรรมนี้ทำให้
คุณได้เรียนรู้สิ่งใดบ้าง
6. คำถามต่อมาคือคำถามที่สร้างความรู้สึกปลอดภัยในการแก้ปัญหา เช่น
หากเป็นการท้าทายให้กลุ่มแก้ปัญหาด้วยกันครูจะถามว่า การทำงาน

เป็นทีมที่ดีประกอบด้วยอะไรบ้าง หรือถามว่าวิธีการรับมือกับการถูกใช้อำนาจเหนือกว่าที่ได้ผลคืออย่างไรบ้าง

7. คำถามสุดท้ายคือการถามกลุ่มว่าสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมนี้นักเรียนจะนำไปปรับใช้ในชีวิตจริงได้อย่างไรบ้าง

กิจกรรมบารอมิเตอร์

บารอมิเตอร์คือเครื่องมือสำหรับตรวจวัดค่าความกดอากาศที่เกิดจากแรงดันของอากาศในพื้นที่หนึ่ง ๆ เราใช้คำว่าบารอมิเตอร์เป็นชื่อเรียกกิจกรรมในเชิงเปรียบเปรย เพราะกิจกรรมนี้จะเป็นเครื่องมือที่แสดงจุดยืนด้านคุณค่า ความคิด ความเชื่อของนักเรียนแต่ละคนต่อเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ช่วยให้พวกเขาได้เรียนรู้มุมมองและทัศนคติที่แตกต่างกันไปในหมู่เพื่อนผู้ร่วมเรียน บารอมิเตอร์เป็นกิจกรรมที่ทำให้นักเรียนได้เคลื่อนไหวร่างกายเพื่อแสดงจุดยืนของตนเอง และยังสามารถเปลี่ยนจุดยืนได้หลังจากฟังความเห็นของเพื่อนโดยการย้ายที่ยืนของตนเองในช่วงระหว่างการทำกิจกรรม

เป้าหมายการเรียนรู้ของกิจกรรม: เพื่อสำรวจความคิดเห็นและทัศนคติของนักเรียนที่มีต่อประเด็นต่าง ๆ บารอมิเตอร์เป็นเครื่องมือที่ช่วยให้เห็นถึงความแตกต่างทางความคิดในหมู่นักเรียน โดยไม่มีการตัดสินว่าใครถูกใครผิดไม่ว่าจะเป็นการตัดสินระหว่างนักเรียนหรือจากครู เป็นพื้นที่สำหรับการแสดงออกและรับรู้ถึงความเห็นหรือมุมมองที่แตกต่างกัน ซึ่งอาจจะช่วยให้นักเรียนเปลี่ยนวิธีคิดหรือทัศนคติของตนเอง ประเด็นหรือหัวข้อที่เลือกจึงมักจะเป็นเรื่องที่นักเรียนมีความเห็นแตกต่างกัน เป็นเรื่องที่ท้าทายความคิดความเชื่อและกระตุ้นให้เกิดการถกเถียงแลกเปลี่ยนกัน

วัสดุอุปกรณ์: ป้าย (ทำจากกระดาษเอสี่) เขียนข้อความว่า “เห็นด้วย 100 เปอร์เซ็นต์” 1 แผ่น และป้ายชนิดเดียวกันเขียนข้อความว่า “ไม่เห็นด้วย 100 เปอร์เซ็นต์” 1 แผ่น กระดาษขาวสำหรับใช้ติดป้าย อุปกรณ์ที่สมมติเป็นไมโครโฟน เช่น ปากกาเมจิก

ระยะเวลาในการดำเนินการ: อย่างน้อย 45 นาที

สิ่งที่ต้องเตรียมก่อนดำเนินกิจกรรม:

ครูนำเอาเนื้อหาวิชาที่เห็นว่านักเรียนจะมีความคิดแตกต่างหลากหลายมาเป็นกรอบในการคิดประโยค จากนั้นให้เขียนข้อความในรูปประโยคบอกเล่า เช่น ใน**หัวข้อเรื่องเพศ** ประโยคที่สามารถนำมาเป็นประเด็นเรียนรู้ เช่น งานบ้านเป็นงานของทุกเพศ ความรักไม่เลือกเพศแต่ความรักที่ถูกต้องเหมาะสมคือรักต่างเพศ การคุกคามทางเพศต่อผู้หญิงจะไม่เกิดขึ้นเลยหากผู้หญิงไม่เปิดช่อง คนรักเพศเดียวกัน หรือคนข้ามเพศ (กะเทยหรือทอม) ควรพยายามทำตัวเป็นคนดีและประพฤติตัวให้เหมาะสมเพื่อให้สังคมยอมรับ เรารู้สึกสงสารและเห็นใจผู้หญิงที่ท้องไม่พร้อม แต่หากเขาต้องการทำแท้งเราจะไม่สนับสนุนเพราะการทำเช่นนั้นเป็นบาป ใน**หัวข้อเรื่องอำนาจหรือการทำงานเป็นทีม** ประโยคที่สามารถนำมาเป็นประเด็นเรียนรู้ เช่น การตัดสินใจร่วมกันทำให้เสียเวลาและได้ประโยชน์น้อย การทำงานเป็นทีมต้องมีผู้นำที่ฉลาดและเก่ง ใน**หัวข้อเรื่องการเรียนรู้** เช่น การแข่งขันทำให้คนขยันและกระตือรือร้น การบ้านช่วยฝึกความรับผิดชอบให้เด็ก เป็นต้น

ในแต่ละหัวข้อวิชาครูสามารถคิดข้อความหลายประโยคให้ครอบคลุมประเด็นนั้น ๆ และให้นักเรียนแสดงจุดยืนต่อเนื่องกันไป จำนวนประโยคขึ้นอยู่กับระยะเวลาที่กำหนดไว้สำหรับการเรียนรู้ในกิจกรรมนั้น แต่ไม่ควรใช้หลายประโยค

มากเกินไปเพราะต้องจัดเวลาไว้สำหรับการสรุปทเรียน ในระยะเวลา 1.30 ชั่วโมง ผู้เขียนใช้ประมาณสามประโยค

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม:

1. จัดโต๊ะกับเก้าอี้ให้ชิดติดกันเพื่อให้ห้องมีที่ว่าง และมีพื้นที่กว้างพอสำหรับการเคลื่อนไหวไปมาของนักเรียนขณะทำกิจกรรม
2. ติดป้าย “เห็นด้วย 100 เปอร์เซ็นต์” ไว้ที่ผนังด้านหนึ่งของห้องและติดป้าย “ไม่เห็นด้วย 100 เปอร์เซ็นต์” ไว้ที่ผนังฝั่งตรงข้าม
3. อธิบายกิจกรรม วัตถุประสงค์ของกิจกรรม และกติกา โดยบอกนักเรียนว่า เราจะทำกิจกรรมบารอมิเตอร์ซึ่งเป็นกิจกรรมที่จะช่วยให้นักเรียนทุกคนสามารถแสดงความคิดเห็น ทศนคติ และจุดยืนของตนเองได้อย่างเป็นอิสระต่อประเด็นที่จะนำมาพูดในกิจกรรมนี้ ครูอ่านประโยคที่มีข้อความเกี่ยวกับประเด็นที่เลือกมา เชื้อเชิญให้นักเรียนฟังอย่างตั้งใจ หากเห็นว่านักเรียนไม่เข้าใจให้อธิบายเพิ่มเติม และเมื่อเห็นว่านักเรียนทุกคนเข้าใจประโยคชัดเจนแล้ว ให้นักเรียนหาที่ยืนของตนเองบนพื้นที่ระหว่างป้ายทั้งสอง โดยผู้ที่เห็นด้วยที่สุดกับประโยคหรือเห็นด้วยมาก ให้ยืนชิดหรือใกล้กับป้าย “เห็นด้วย 100 เปอร์เซ็นต์” ตามลำดับ ส่วนผู้ที่ไม่เห็นด้วยอย่างที่สุดหรือไม่เห็นด้วยอย่างยั้งก็ให้ยืนชิดหรือใกล้กับป้าย “ไม่เห็นด้วย 100 เปอร์เซ็นต์” ส่วนคนที่เหลือที่ค่อนข้างเห็นด้วย ค่อนข้างไม่เห็นด้วยให้เลือกยืนใกล้หรือห่างจากป้ายทั้งสองตามระดับความเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยของตนเอง และคนที่มีความเห็นกลาง ๆ ก็เลือกยืนตรงจุดกึ่งกลางระหว่างป้ายทั้งสอง เป็นต้น
4. หลังจากทุกคนเลือกที่ยืนได้แล้ว ครูเดินไปสัมภาษณ์เพื่อฟังความเห็นของนักเรียนที่ยืนกระจายหรือจับกลุ่มในช่วงต่าง ๆ ระหว่างป้ายความเห็น

ทั้งสองชั่ว แนวทางการสัมภาษณ์ให้เลือกถามคนที่ยืนแยกห่างออกจากคนอื่น ๆ ก่อน ในกรณีที่มีคนยืนจับกลุ่มตรงจุดใดจุดหนึ่งเป็นกลุ่มใหญ่ ให้เลือกถามเพียงสองหรือสามคนเท่านั้น (เพราะความเห็นจะคล้ายคลึงกัน) พยายามถามให้กระจายเพื่อให้ได้ยินความคิดเห็นหลากหลาย และไม่จำเป็นต้องถามครบทุกคนเพราะจะใช้เวลามากเกินไป

5. ในการสัมภาษณ์ให้ถามความรู้สึกนักเรียนก่อนว่าเขาารู้สึกอย่างไรที่ยืนอยู่ตรงจุดนั้น หลังจากนั้นให้ถามความคิดหรือเหตุผลเบื้องหลังที่เลือกยืนตรงนั้น โดยใช้อุปกรณ์ เช่น ปากกาแท่นไมโครโฟนที่ครูถือไว้ในมือ ในขณะที่พูดและยืนไปรับฟังผู้ตอบในช่วงที่นักเรียนพูด เป็นสัญญาณสื่อว่าคน ๆ นี้กำลังพูด ขอให้เพื่อนที่เหลือฟังอย่างตั้งใจและเตือนไม่ให้คนอื่นพูดแทรกหรือจับกลุ่มคุยกันเอง
6. ก่อนที่จะเริ่มถาม เตือนนักเรียนว่าพวกเขาสามารถพูดอธิบายความคิดตามจุดยืนของตนเองได้อย่างเต็มที่ แต่ไม่ให้วิพากษ์วิจารณ์ความเห็นของผู้อื่นที่พูดไปแล้วในเชิงตัดสินว่าผิดหรือไม่เหมาะสม ให้ทุกคนฟังความเห็นของคนถูกสัมภาษณ์แล้วคิดตามว่าพวกเขาคิดต่างหรือสอดคล้องกับเราอย่างไร หากฟังความเห็นของบางคนแล้วคล้อยตามหรือหลังจากคิดทบทวนดูแล้วนักเรียนต้องการเปลี่ยนที่ยืนเพื่อแสดงความคิดเห็นที่เปลี่ยนไปก็สามารถทำได้ตลอดเวลา เมื่อใดที่มีนักเรียนย้ายที่ยืนให้ครูถามนักเรียนคนนั้นเพิ่มเติมว่าอะไรทำให้เปลี่ยนที่ยืน และขอให้บอกเล่าความคิดความเชื่อใหม่ที่เกิดขึ้นในตัวเองให้กลุ่มฟัง
7. เมื่อทำกิจกรรมครบประโยคที่เตรียมไว้แล้วให้นักเรียนกลับมานั่งในวงใหญ่ จากนั้นครูถามความรู้สึกจากการทำกิจกรรมและถามต่อว่าได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรมบ้าง

ข้อแนะนำสำหรับครู:

- ต้องไม่พูดแสดงความคิดเห็นต่อประโยคใด ๆ ในขณะที่ทำกิจกรรมนี้ เพราะความเห็นของครูจะเป็นการชี้นำความคิดนักเรียน
- ระวังอย่าให้มีการกดดันหรือโน้มน้าวกันเองในหมู่นักเรียน เพื่อให้ทุกคนมีอิสระในการคิดและแสดงจุดยืนของตน
- แม้ว่าในการสัมภาษณ์ของแต่ละประโยคครูจะไม่สามารถสัมภาษณ์นักเรียนให้ครบทุกคนได้ แต่ตลอดกิจกรรมให้พยายามกระจายการสัมภาษณ์ไปให้ทั่วถึงนักเรียนทุกคน เมื่อเปลี่ยนประโยคใหม่ก็ให้พยายามมองหาคนใหม่ที่จะสัมภาษณ์ ไม่ควรสัมภาษณ์คนเดิมซ้ำ ๆ มากเกินไป
- สร้างบรรยากาศให้สนุกและปลอดภัยสำหรับการแสดงความเห็นหรือจุดยืนที่ต่างกันไป เน้นย้ำให้แต่ละคนเชื่อมั่นและกล้าแสดงจุดยืนของตัวเอง และเชิญชวนให้ฟังและพิจารณาความเห็นของผู้อื่น และพร้อมที่จะเปลี่ยนจุดยืนของตนหากเห็นด้วยกับความเห็นของผู้อื่น
- เราสามารถใช้บาร์โอมิเตอร์ในช่วงต้น ๆ ของการเรียนรู้เพื่อสำรวจคุณค่าและทัศนคติของนักเรียนต่อประเด็นต่าง ๆ ซึ่งเป็นความเชื่อที่ถูกปลูกฝังมา เพื่อครูจะได้ออกแบบหรือกำหนดกิจกรรมให้เอื้อต่อการรื้อถอนความคิดความเชื่อบางอย่าง เช่น การยอมรับความรุนแรง การเกลียดกลัวคนรักเพศเดียวกันหรือคนข้ามเพศ ความเชื่อเกี่ยวกับอำนาจนิยม เป็นต้น

การใช้ภาพยนตร์เพื่อช่วยในการเรียนรู้ประเด็นสังคม

ภาพยนตร์เป็นเครื่องมือที่มีประโยชน์มากในการเรียนรู้ชีวิตและประเด็นทางสังคม เพราะภาพยนตร์คือภาพสะท้อนความคิด ทศนคติ และพฤติกรรมของผู้คนในสังคมหนึ่ง ๆ ครูสามารถใช้ภาพยนตร์ในช่วงต้นหรือช่วงท้ายของกิจกรรมเพื่อเป็นเครื่องมือกระตุ้นให้เกิดการคิดวิเคราะห์ ทบทวน และเชื่อมโยงกับชีวิตและสังคมของนักเรียน หากใช้ภาพยนตร์ในช่วงหลังของกิจกรรมผ่านประสบการณ์ตรงจะช่วยย้าให้นักเรียนเข้าใจประเด็นที่เพิ่งเรียนรู้ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น โดยเฉพาะหากเลือกภาพยนตร์ที่สร้างจากชีวิตจริงหรือภาพยนตร์สารคดี ก่อนฉายภาพยนตร์ครูควรเล่าภูมิหลังของภาพยนตร์ว่าเป็นเรื่องเกี่ยวกับอะไร และควรให้คำถามหรือประเด็นเฉพาะที่ต้องการให้นักเรียนใส่ใจหรือตั้งข้อสังเกตเป็นพิเศษ หลังจบภาพยนตร์ให้ถามความรู้สึกของผู้ชมและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและสรุปทบทวนตามโจทย์ที่ให้ไว้ในตอนต้น

ตัวอย่างภาพยนตร์ที่สามารถนำมาช่วยการสอนในประเด็นที่เกี่ยวกับเพศและเพศวิถี

- **Whale Rider** ภาพยนตร์เกี่ยวกับวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ในชุมชนพื้นเมืองของประเทศในหมู่เกาะแปซิฟิกใต้ที่แสดงการไม่ยอมรับเด็กผู้หญิงให้เป็นผู้นำชนเผ่า เรื่องนี้จะช่วยเสริมความเข้าใจเรื่องกระบวนการหล่อหลอมความเป็นเพศหญิงเพศชายและความไม่เท่าเทียมระหว่างเพศ เหมาะสำหรับเยาวชนอายุ 7-15 ปี
- **Better than Chocolate** มีเนื้อหาที่แสดงถึงเพศวิถีที่แตกต่างหลากหลายที่ดำรงอยู่ในสังคม (รวมถึงความแตกต่างระหว่างชีวิตทางเพศของผู้หญิงและผู้ชายที่เป็นคนรักต่างเพศด้วย) และสถานการณ์ในชีวิตซึ่งคนที่มีเพศวิถีต่าง ๆ ต้องเผชิญ เหมาะสำหรับเด็กมัธยมปลาย

- **Beautiful Boxer** (ภาพยนตร์ไทย) หรือ **Ma Vie En Rose** เรื่องแรกมีเนื้อหาเกี่ยวกับชีวิตของเด็กข้ามเพศ ส่วนเรื่องหลังเป็นบริบทต่างประเทศเหมาะสำหรับเด็กมัธยมต้นเป็นต้นไป
- **Juno** เสนอเรื่องราวของเด็กนักเรียนสาวมัธยมที่ท้องไม่พร้อมและได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนและครอบครัวให้ผ่านปัญหานี้ไปได้ เหมาะสำหรับเด็กมัธยมต้นเป็นต้นไป
- **Freedom Writers** เป็นภาพยนตร์ที่สร้างจากเรื่องจริงในสหรัฐอเมริกา เสนอเรื่องราวการกดขี่ที่โรงเรียนทำต่อกลุ่มเด็กนักเรียนชายขอบหลายกลุ่ม เช่น เด็กผิวดำ เด็กเชื้อสายลาติน และเด็กที่อพยพจากเอเชีย เหมาะสำหรับเด็กมัธยมต้นเป็นต้นไป

นอกจากนี้ยังมีเทคนิค สื่อ และวัสดุอุปกรณ์อื่น ๆ ที่ช่วยในการจัดการศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลงที่ได้รับการยืนยันจากผลงานวิจัยมีมากมาย เช่น

- การเล่าเรื่อง
- การอ่านเรื่องจริงของบุคคลหรือกลุ่มคนที่สร้างแรงบันดาลใจ
- การใช้สัญลักษณ์ รูปภาพ การวาดภาพ
- การใช้ละคร บทบาทสมมติ หรือการจำลองสถานการณ์
- การใช้เกม เพลง ดนตรี และศิลปะ
- การพบปะพูดคุยเรียนรู้กับผู้คนหรือไปดูสถานที่จริง
- การลงมือทดลองทำ
- การใช้สถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริงในห้องเรียนเพื่อเป็นตัวอย่างในการรับมือกับปัญหา เช่น เมื่อเกิดความขัดแย้งในหมู่นักเรียน มีการทำร้ายกันด้วยวาจาหรือร่างกาย เป็นต้น

รายชื่อตัวอย่างโรงเรียนที่ทำงานการศึกษาทางเลือกที่ชุมชนมีส่วนร่วม ในการจัดการศึกษา

1. ศูนย์การเรียนรู้ชุมชนธรรมชาติบ้านห้วยพ่าน จังหวัดน่าน
2. ศูนย์การเรียนรู้ชุมชนศรีสุวรรณสะเนพ่อง วิถีกะเหรี่ยงทุ่งใหญ่นเรศวร
สังขละบุรี จังหวัดกาญจนบุรี
3. โรงเรียนลำปลายมาศพัฒนา จังหวัดบุรีรัมย์
4. ศูนย์การเรียนรู้บ้านลูกรัก จังหวัดขอนแก่น
5. ศูนย์การเรียนรู้ดอยพัฒนา แนววอลดอร์ฟ จังหวัดขอนแก่น
6. ศูนย์การเรียนรู้ชุมชนวิถีไท จังหวัดนครศรีธรรมราช
7. ศูนย์การเรียนรู้ไร่ส้มวิทยา อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่
8. ศูนย์การเรียนรู้ชีวาเยเอฟ จังหวัดนครพนม

5

กิจกรรมเปลี่ยนชีวิตและสังคม



5.1 การสอนทักษะพื้นฐาน 3R: การอ่าน การเขียน และเลขคณิต ที่ให้ความหมายต่อชีวิตผู้เรียน

การอ่าน

เปาโล เฟรรี บอกว่าการอ่านคือการแสวงหาความเข้าใจ คือการสอนให้เด็กสามารถจับความคิดรวบยอด (Conceptualize) จากการอ่านถ้อยคำในตำราเรียน และเชื่อมโยงความคิดเหล่านั้นกับการอ่านโลกในชีวิตประจำวัน ดังนั้นเนื้อหาในตำราที่จะให้เด็กนักเรียนอ่านจึงต้องสอดคล้องเชื่อมโยงกับโลกจริงที่พวกเขาอาศัยอยู่ โรงเรียนและครูต้องมีกรอบคิดพื้นฐานดังต่อไปนี้เพื่อสร้างวิสัยทัศน์ การวิเคราะห์ความเข้าใจ และโลกทัศน์แบบใหม่ให้แก่เด็กในด้านการอ่านเพื่อจัดการศึกษาที่จะสร้างการเปลี่ยนแปลงได้ เช่น

- เรื่องที่จะอ่านไม่ว่าเป็นเรื่องราวของคนหรือสัตว์สะท้อนถึงลักษณะของวัฒนธรรมอำนาจครอบงำหรือลักษณะของสังคมอำนาจรวมได้ทั้งสิ้น ไรแอน ไอสเลอร์ เสนอว่าแม้กระทั่งการอ่านเรื่องสัตว์โลกจากภาพในหนังสือหรือภาพยนตร์สารคดี ส่วนใหญ่มักเสนอเรื่องราวที่สะท้อนคุณลักษณะของวัฒนธรรมอำนาจครอบงำ เช่น ภาพของการล่าเพื่อ

ทำร้าย สัตว์ใหญ่กระทำต่อสัตว์เล็ก ภาพสัตว์ตัวผู้ออกหาอาหารโดยที่สัตว์ตัวเมียทำหน้าที่เลี้ยงลูก จนทำให้เชื่อว่าสัตว์ทุกชนิดในโลกนี้เป็นเช่นนั้น นี่คือการบ่มเพาะเรื่องการใช้ความรุนแรงและแบ่งแยกบทบาททางเพศชัดเจนตายตัว เธอแนะนำครูสามารถนำเอาเรื่องราวของสัตว์หลายชนิดที่มีผลงานศึกษาวิจัยว่ามีพฤติกรรมหรือการใช้ชีวิตแบบอำนาจร่วม เช่น ชีวิตของม้าน้ำในช่วงฤดูผสมพันธุ์ระหว่างคู่รักนั้นจะเด่นรำ ไม่ใช่ตัวผู้ไล่ล่าตัวเมีย หลังจากนั้นตัวผู้จะดูแลไข่โดยแอ่นท้องรับไข่จากถุงตัวเมียไปใส่ลงในถุงหน้าท้องของตนเป็นเวลา 21 วัน โดยมีตัวเมียว่ายน้ำวนเวียนอยู่ไม่ห่าง ดังนั้นลูกของม้าน้ำจึงถือกำเนิดขึ้นในถุงของตัวผู้ หรือเรื่องราวของลิงชิมแปนซีพันธุ์โบโนโบหรือปิกมีชิมแปนซี ที่มีการศึกษาวิจัยกันมากขึ้นในระยะหลังนี้ (ซึ่งถือกันว่ามนุษย์เราสืบสายพันธุ์มาจากลิง) และพบว่านอกจากจะมีพฤติกรรมแบ่งปันอาหารกันแล้ว การมีเพศสัมพันธ์ของลิงชนิดนี้ต่างจากชนิดอื่น ๆ คือมีเพศสัมพันธ์ไม่ใช่เพื่อสืบเผ่าพันธุ์แต่เพื่อความสุขและสร้างความผูกพัน และโดยรวมแล้วพวกมันจะใช้ชีวิตบนฐานความสัมพันธ์ที่เน้นการแบ่งปันความสุขสำราญมากกว่าความสัมพันธ์บนฐานความเจ็บปวด หรือนอกเพนกวินที่ตัวผู้จะทำหน้าที่นั่งกกไข่ให้ความอบอุ่นปลอดภัยแก่ลูกท่ามกลางความเย็นเยือกของฤดูหนาวยาวนานซึ่งบางครั้งคร่ำชีวิตตัวพ่อไป ในขณะที่ตัวแม่จะออกไปหาอาหาร และเมื่อกลับมาทั้งพ่อและแม่แสดงความรักด้วยการแตะตัวกันอย่างรวดเร็ว เป็นต้น

หัวข้อเรื่องที่ควรนำมาให้เด็กอ่าน

1. เรื่องราวของเด็กเยาวชนที่ทำงานช่วยเหลือหรือดูแลคนในครอบครัว ชุมชน สังคม สัตว์ และสิ่งแวดล้อม
2. เรื่องราวสื่อให้เห็นว่าครอบครัวมีหลายแบบ เช่น ครอบครัวแม่เลี้ยงเดี่ยว

พ่อเลี้ยงเดี่ยว ครอบครัวที่ปู่ย่า ตายาย หรือป้า อาเป็นผู้ปกครอง ครอบครัว
ลูกบุญธรรม ครอบครัวที่มีแม่สองคน หรือมีพ่อสองคน

3. เรื่องราวที่สอนว่าเด็กหญิง เด็กชาย และผู้หญิง ผู้ชายมีคุณค่า อิสราภาพ
ความเข้มแข็งและความสามารถด้านต่าง ๆ เหมือนกัน ไม่ว่าจะเป็นด้าน
การเรียนรู้ อาชีพ ความเป็นผู้นำ การกีฬา ศิลปะ ดนตรี เป็นต้น
4. เรื่องราวที่มีคนหลากหลายเพศ ความรักมีหลายแบบ แต่ละเพศและ
ความสัมพันธ์มีคุณค่าเท่าเทียมกัน
5. เรื่องราวที่สื่อสารว่าความร่วมมือ การแบ่งปัน ความเห็นอกเห็นใจ และ
การให้อภัยว่าเป็นความสำเร็จและมีคุณค่าต่อชีวิต
6. เรื่องที่สื่อสารให้เห็นคุณค่าของความหลากหลายทางวัฒนธรรม ศาสนา
ชาติพันธุ์ สีสัน สภาพร่างกาย
7. เรื่องราวที่สื่อภาพและเนื้อหาของพ่อแม่ร่วมกันทำงานบ้าน และเลี้ยงดูลูก
8. เรื่องราวที่สื่อสารถึงความเคารพและความเข้าใจระหว่างศาสนา
วัฒนธรรม ชาติพันธุ์และระหว่างชาติ
9. เรื่องราวที่สะท้อนถึงปัญหาวิกฤตสิ่งแวดล้อม และให้แนวทางที่พวกเขา
สามารถมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาในชีวิตประจำวัน
10. เรื่องราวที่ช่วยให้เด็กสนใจทำงานด้วยมือและใช้ร่างกาย เช่น ประดิษฐ์
ข้าวของเครื่องใช้เอง ซ่อมแซมของเล่น ช่วยพ่อแม่ซ่อมแซมบ้าน เพาะ
ต้นไม้หรือปลูกผักสวนครัวไร้สารเคมี
11. เรื่องราวที่ช่วยให้เด็กมีความรู้สึกเชื่อมโยง เห็นคุณค่า และใส่ใจต่อสัตว์
และธรรมชาติ ต้นไม้ ใบหญ้า และระบบนิเวศทั้งหมดที่ชีวิตมนุษย์เรา
ต้องพึ่งพิง
12. เรื่องราวการต่อสู้ของบุคคลหรือกลุ่มคนเพื่อปกป้องที่ดิน ป่าไม้

สิ่งแวดล้อม สิทธิทางเพศ สิทธิพลเมือง ความเป็นธรรมทางชาติพันธุ์ และความเป็นธรรม

13. เรื่องราวที่สร้างแรงบันดาลใจ ใช้ทักษะการแก้ปัญหา การแก้ไขความขัดแย้ง โดยสันติวิธี
14. เรื่องราวของกลุ่มคนพิการ กลุ่มคนที่เคยติดคุก อยู่ร่วมกับเอชไอวี ที่แม้จะประสบกับความไม่เป็นธรรม ความทุกข์และความรุนแรง แต่พวกเขามีความสามารถและเป็นกลุ่มคนที่มีค่าต่อสังคม
15. เรื่องราวของกลุ่มคนจากเพื่อนบ้านเป็นจำนวนมาก เช่น ประเทศลาว เขมร พม่า ที่มาทำงานช่วยสร้างความก้าวหน้าทางเศรษฐกิจให้แก่สังคมไทย ประสบการณ์ที่พวกเขาหลายคนประสบกับความไม่เป็นธรรม เช่น นายจ้างไม่จ่ายค่าแรง ถูกหลอกลวงหรือละเมิดทางเพศ เป็นต้น

หัวข้อหรือเนื้อหาที่ต้องหลีกเลี่ยง

1. เรื่องที่อ่านต่อยาววัฒนธรรมการลงโทษหรือตำหนิเหยื่อที่ดูใช้ความรุนแรง เช่น ตำหนิเด็กถ้าไม่ทำตามคำสั่งพ่อแม่ ครูและผู้บริหารโรงเรียนว่าเป็นเด็กไม่ดี เด็กดื้อหรือไม่มีความกตัญญู รวมถึงการตำหนิ ประณามหรือลงโทษเด็กหญิงและเด็กข้ามเพศที่ถูกละเมิดทางเพศ
2. เรื่องราวหรือภาพที่เหยียดผู้หญิง มีอคติหรือสะท้อนความเกลียดและการตีตราให้ร้าย คนข้ามเพศ คนรักเพศเดียวกัน และชนกลุ่มน้อยทางเพศอื่นๆ
3. เรื่องที่อ่านหรือภาพที่สื่อว่าพ่อเป็นผู้นำครอบครัว ทำงานนอกบ้านเป็นผู้หาเลี้ยงครอบครัว ส่วนภาพของแม่คือการเลี้ยงลูกและทำงานบ้านเท่านั้น
4. เรื่องราวที่ไม่ให้คุณค่าความเป็นหญิง เช่น การใส่ใจดูแล การรับฟัง และ

ความอ่อนโยน ยึดหยุ่น ประนีประนอม หรือเห็นว่าคุณลักษณะเหล่านี้คือความอ่อนแอแต่ให้คุณค่าเฉพาะความเป็นชาย เช่น เสียงดัง เด็ดเดี่ยว และใช้อำนาจเหนือคนอื่นและแปลความหมายว่าคุณลักษณะเหล่านี้คือความเข้มแข็งหรือเป็นผู้นำที่ดี

5. เรื่องราวหรือภาพที่ตอกย้ำภาพลักษณ์ของเด็กหญิงที่อ่อนหวาน น่ารัก เรียบร้อย พุดจาไพเราะ เชื่อฟังพ่อแม่แบบห้ามเถียง มีของเล่นเป็นตุ๊กตา การแต่งตัว ชายของและทำอาหาร และภาพเด็กผู้ชายที่มีอิสระ เล่นกีฬา ปีนต้นไม้ พุดเสียงดัง ห้ามร้องไห้ เล่นของเล่นที่เป็นอาวุธและการเคลื่อนไหว เช่น ปั่น รถ หุ่นยนต์ที่เคลื่อนไหวรวดเร็วเพื่อการแข่งขัน (เด็กผู้ชายจะถูกฝึกความเป็นชายรูปแบบหนึ่งคือการเคลื่อนไหวจากของเล่น กีฬา การปีนป่าย ในขณะที่เด็กหญิงจะถูกหล่อหลอมว่าความเป็นหญิงคือความเรียบร้อย เล่นของเล่นที่อยู่นิ่ง ห้ามโลดโผน)
6. เรื่องราวที่ส่งเสริมการแข่งขัน การจัดลำดับขั้นคนด้วยความเก่ง ความสำเร็จ หรือการมีวัตถุหรือทรัพย์สิน
7. เรื่องราวที่ส่งเสริมอคติ ความไม่เที่ยม หรือความรุนแรงต่อคนกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งในสังคม หรือทำให้เกิดความเกลียดชังและการแบ่งแยกระหว่างศาสนา วัฒนธรรม ชชาติพันธุ์และระหว่างชาติ
8. เรื่องราวที่ให้เห็นแต่ความสวยงามของธรรมชาติเพื่อการท่องเที่ยวเท่านั้น
9. เรื่องราวที่ส่งเสริมการบริโภคนิยมและวัตถุนิยม
10. เรื่องราวประวัติศาสตร์ เช่น การสร้างรัฐสร้างชาติ หรือสงครามที่ยังคงให้ผู้นำ เช่น กษัตริย์หรือแม่ทัพเป็นฮีโร่ผู้ขยายอาณาเขต ปกป้องหรือกู้แผ่นดินคืนที่ปราศจากการวิเคราะห์ถึงความสูญเสียของคนธรรมดาสามัญโดยเฉพาะผลกระทบของสงครามที่มีต่อเด็กและผู้หญิง

การเขียน

การเขียนไม่ต่างจากการอ่านซึ่งต้องสอดคล้องกับชีวิตของเด็กเยาวชน คือ การเขียนที่ส่งเสริมให้เด็กได้เรียนรู้ใคร่ครวญและแบ่งปันความคิด ความรู้สึก และ บทเรียนต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับตัวเอง ครอบครัว บรรพบุรุษ ชาติพันธุ์ ชุมชน และ สิ่งแวดล้อมใกล้ตัว เช่น

- เขียนถึงความฝัน แรงบันดาลใจ ความรักและความสัมพันธ์ ความรู้สึก ขอบเขตที่เด็กมีต่อบุคคลต่าง ๆ ในชีวิต และจินตนาการอนาคตที่ใฝ่ฝัน
- เขียนถึงความเปราะบางในชีวิต ไม่ว่าจะเป็นวิธีที่รับมือกับความโกรธ ความกลัว ความไม่มั่นใจ ความผิดหวัง ความเสียใจ ความโดดเดี่ยว ความขัดแย้งหรือความเห็นต่างกับเพื่อน คนในครอบครัวและครู เป็นต้น
- เขียนถึงความเปลี่ยนแปลงและความสูญเสียในชีวิต เช่น การสูญเสีย ความมั่นใจ ความฝันและความหวัง การสูญเสียเพื่อนหรือคนในครอบครัว การหย่าร้างของผู้ปกครอง การย้ายที่อยู่และโรงเรียน เป็นต้น
- เขียนเรื่องราวของสภาพอากาศที่หายใจ น้ำที่ใช้บริโภค ต้นไม้ ดอกไม้ พืชผัก และสัตว์ต่าง ๆ ในบ้านและชุมชน เรื่องราวของเพื่อนบ้านและความสัมพันธ์ของเด็กต่อสิ่งเหล่านี้ในชีวิตประจำวัน
- เขียนจดหมายถึงตัวเอง สิ่งที่ชื่นชม ภูมิใจ มั่นใจ อยากขอบคุณตัวเอง และสิ่งที่อยากเปลี่ยนแปลงในตนเอง
- เขียนเรื่องราวของชุมชนและสังคมที่เด็กได้รับรู้แล้วทำให้รู้สึกอัดอั้น คับข้องใจ และไม่เห็นด้วย
- เขียนเรื่องราวของกลุ่มคนต่างวัฒนธรรม ต่างศาสนา ต่างชาติพันธุ์ที่พวกเขาชื่นชม อยากรู้จักและผูกมิตรไมตรี

เลขคณิตเพื่อการเรียนรู้ชีวิตและสังคม

หลายคน que เลือกเรียนสายศิลป์ในยุค 40 กว่าปีก่อน คงจำได้ถึงความรู้สึก อึดอัด เครียดและเบื่อหน่ายเมื่อถูกบังคับให้เรียนวิชาเลขคณิต การเรียนซึ่งเห็น เฉพาะตัวเลขที่ครูเขียนบนกระดานทั้งขาดเรื่องราวและไม่เชื่อมโยงกับชีวิต แต่เรา จำเป็นต้องเรียนเพราะเป็นวิชาพื้นฐาน ไรแอน ไอสเลอร์ จึงเสนอแนวทางการสอน เลขคณิตไว้อย่างน่าสนใจและทำให้เห็นว่าตัวเลขมีความจำเป็นเพราะช่วยให้เข้าใจ ชีวิตและสังคม

- ครูควรสอนจากมุมมองของพหุวัฒนธรรม ไม่ใช่การสอนแบบดั้งเดิม ที่บอกว่าเลขคณิตเริ่มจากยุคกรีก หรือเป็นผลผลิตของโลกตะวันตก เท่านั้น แต่เลขคณิตเป็นองค์ความรู้ที่ถูกพัฒนาและใช้ในทุวัฒนธรรม ดั้งเดิมของโลก
- สอนตัวเลขผ่านอารมณ์ความรู้สึกและความเข้าใจไม่ใช่เพียงใช้ความคิด เพื่อการคำนวณแล้วนำไปสอบ ยกตัวอย่างเช่น ให้เด็กลองวางแผนการ ใช้เงินของตนเองหรือของครอบครัวในแต่ละวัน อาทิตย์ เดือน หรือปี การเรียนรู้ตัวเลขประมาณขององค์กรท้องถิ่น เช่น เทศบาล หรือ งบประมาณของกระทรวงศึกษาและของรัฐบาลที่กำหนดไว้ใน การพัฒนาประเทศด้านต่าง ๆ ในแต่ละปี เพราะการใช้งบประมาณเหล่านี้ จะส่งผลกระทบต่อชีวิตเด็กและสังคมที่ได้อาศัยอยู่ ทำให้เห็นการ จัดลำดับความสำคัญทางนโยบายรัฐบาลตามจำนวนงบประมาณที่ กำหนดลงไปให้แต่ละหน่วยงาน เด็กจะเริ่มเชื่อมโยงการเรียนรู้เลขกับ นโยบายรัฐ การเมือง และปัญหาสังคม และทำให้เด็กกลายเป็นพลเมือง ที่ใส่ใจกับสิ่งที่เกิดขึ้นในสังคม เช่น หากพวกเขาเห็นตัวเลขจากระบบ เศรษฐกิจที่ทำให้คนตกงานเพิ่มขึ้นหรือลดลง หรือตัวเลขเหล่านั้นส่งผล ต่อความยากจนที่เพิ่มขึ้นหรือทำให้เกิดการกระจายรายได้ เด็กจะ

เชื่อมโยงตัวเลขซึ่งเป็นเรื่องจำนวนกับคุณภาพอันเป็นเรื่องคุณค่าหรือประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการใช้งบประมาณ การเรียนเลขแบบนี้จะช่วยให้เด็กสนใจที่จะมีส่วนสร้างให้สังคมเกิดความเท่าเทียมและยุติธรรม ในทำนองเดียวกันนี้การเรียนเลขจากการรับรู้ตัวเลขของประชากรบนฐานเพศ เช่น การเรียนรู้จำนวนของผู้นำประเทศในระดับต่าง ๆ ว่ามีผู้หญิงผู้ชาย และคนข้ามเพศ เป็นสัดส่วนเท่าใดและสัดส่วนที่เป็นอยู่จะส่งผลต่อนโยบายการแก้ปัญหาและการจัดสรรงบประมาณในการพัฒนาหรือแก้ปัญหาของผู้หญิงและคนข้ามเพศในสังคมอย่างไร จะช่วยให้เด็กนักเรียนเริ่มตระหนักเห็นถึงความไม่เท่าเทียมทางเพศทางด้านการเมือง การปกครอง และสังคม

- การรื้อถอนผลพวงของระบบเพศแบบชายเป็นใหญ่ด้วยการส่งเสริมให้เด็กผู้หญิงสนใจการเรียนวิชาเลขมากขึ้น เพราะวิชาเลขเป็นวิชาพื้นฐานที่ทำให้เด็กผู้หญิงเข้าไปเรียนวิชาด้านวิทยาศาสตร์ การแพทย์ วิศวกรรม คอมพิวเตอร์และเทคโนโลยี ระบบเพศแบบชายเป็นใหญ่หล่อหลอมให้ผู้หญิงสนใจเรื่องความสัมพันธ์ การใส่ใจดูแลผู้อื่น เราจึงพบว่าผู้หญิงส่วนใหญ่จะเลือกเรียนหรือมีอาชีพเป็นพยาบาลและครู เพราะอยู่ในกรอบความเป็นผู้หญิงที่ต้องดูแลคนเจ็บป่วย การสอนและการดูแลเด็กในขณะเดียวกันระบบเพศแบบชายเป็นใหญ่จะหล่อหลอมส่งเสริมให้เด็กชายและผู้ชายสนใจเรื่องความก้าวหน้าและการประสบความสำเร็จของตัวเอง ทำให้เด็กผู้ชายสนใจเรียนเรื่องที่เป็นตัวเลขและการใช้ตรรกะเหตุผล หรือการใช้เครื่องมือเครื่องมืออันไม่เกี่ยวกับความสัมพันธ์กับคนหรือดูแลเอาใจใส่ผู้อื่น จึงส่งผลให้ในระดับสังคมใหญ่ขาดผู้หญิงที่มีความรู้ความสามารถจะพัฒนาสังคมในสาขาต่าง ๆ เหล่านั้น การเล่าเรื่องของผู้หญิงซึ่งได้รับความสำเร็จจากการเรียนวิชานี้เป็นตัวอย่างหนึ่งที่ช่วยสร้างความเท่าเทียมทางเพศในสังคมแห่งอนาคตได้

5.2. เรียนรู้อำนาจและการทำงานเป็นทีม

กิจกรรมการสอนเรื่องอำนาจ

ก่อนจะสอนเรื่องการนำและการทำงานเป็นทีม ควรต้องสอนเรื่องอำนาจ และรูปแบบการใช้อำนาจ เพราะเรื่องอำนาจจะช่วยเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมและการทำงานแบบครอบงำ การเรียนรู้เรื่องอำนาจจะช่วยให้เห็นความสำคัญและมีแนวทางเปลี่ยนแปลงไปสู่วัฒนธรรมอำนาจร่วมที่มีการนำและการทำงานเป็นทีมในรูปแบบใหม่

วัตถุประสงค์: เป็นกิจกรรมผ่านประสบการณ์เพื่อให้ผู้ร่วมอบรมเข้าใจ ประเด็นเรื่องอำนาจ วิธีการใช้อำนาจ และความสัมพันธ์ระหว่างอำนาจกับการเปลี่ยนแปลงตนเองและสังคม

1. กระดาษปรีฟเขียนข้อความอธิบายเรื่องประเภทของอำนาจไว้ก่อนล่วงหน้า
2. กระดานหรือกระดาษปรีฟสำหรับเขียนคำตอบที่ได้จากกลุ่ม
3. ปากกาสำหรับกระบวนกร
4. กระดาษเปล่าสามแผ่นและแผ่นที่หนึ่งเขียนตัวเลข 0 แผ่นที่สองเขียนตัวเลข 5 และแผ่นที่สามเขียนตัวเลข 10 จากนั้นติดกระดาษสามแผ่นลงบนพื้นห้อง ทั้งระยะห่างระหว่างแผ่นประมาณ 2 เมตร

ระยะเวลา: 3 ชั่วโมง

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม:

1. บอกผู้เรียนว่าเราจะเรียนรู้เรื่องอำนาจจากชีวิตของพวกเขาในสามบริบทหรือสามพื้นที่ คือ ที่บ้าน ที่ทำงาน และในสังคม
2. บอกผู้เรียนให้นึกถึงระดับอำนาจของตนเองที่บ้านว่ามีอยู่จำนวนเท่าใด หากให้ค่าระดับอำนาจตั้งแต่หนึ่งถึงสิบ จากนั้นให้แต่ละคนไปยืนตามระดับอำนาจที่เขียนไว้ในกระดาษที่วางติดอยู่บนพื้นห้อง บอกผู้เรียนให้อยู่ในความเงียบไม่มีการพูดคุย เพื่อจับความรู้สึกของตนเองขณะที่ทำกิจกรรมหาระดับอำนาจ
3. เมื่อทุกคนยืนตรงที่ต้องการแล้วให้พวกเขารับรู้ความรู้สึกของตนเองจากระดับอำนาจที่มีภายในครอบครัว จากนั้นให้ทบทวนต่อว่าเหตุปัจจัยอะไรทำให้พวกเขาแต่ละคนมีอำนาจในระดับนั้น ๆ จากนั้นให้ทบทวนต่อไปว่าพวกเขาใช้อำนาจหรือถูกใช้อำนาจอย่างไรในครอบครัว
4. ให้ผู้ร่วมอบรมจับคู่กับเพื่อนที่อยู่ในระดับอำนาจต่างกัน หากที่นั่งแล้วแบ่งปันความรู้สึกและการเรียนรู้ที่แต่ละคนได้รับจากการทบทวนอำนาจของตนเองที่บ้าน เตือนให้ผู้เรียนใช้การฟังด้วยหัวใจ ใช้เวลาแบ่งปันคนละประมาณ 3-4 นาที
5. เมื่อทุกคนแบ่งปันจบแล้ว ให้เชิญพวกเขากลับมายืนล้อมวงกระดาษทั้งสามแผ่น ในรอบที่สองให้เลือกยืนตามตัวเลขที่บอกถึงระดับอำนาจในห้องเรียน จากนั้นให้แต่ละคนจับคู่กับเพื่อนที่ระดับอำนาจต่างกัน เพื่อแบ่งปันความรู้สึกและผลกระทบต่องานและการเรียนรู้ของตนเอง เน้นย้ำให้แต่ละคนฟังเพื่อนด้วยใจ โดยไม่สอน ไม่แนะนำ ไม่ถาม เป็นแค่ประจักษ์พยานการเล่าประสบการณ์ของเพื่อน
6. ในรอบที่สามให้ทุกคนยืนล้อมวงกระดาษสามแผ่น และให้นึกถึงระดับอำนาจของพวกเขาในโรงเรียน จากนั้นให้พวกเขาทบทวนเพียงลำพัง

เรื่องความรู้สึกจากระดับอำนาจที่มีในโรงเรียน ทบทวนถึงเหตุปัจจัยที่ทำให้พวกเขามีหรือไม่มีอำนาจ และวิธีการที่พวกเขาใช้หรือถูกใช้อำนาจ จากนั้นให้จับคู่กับคนที่อยู่ในระดับอำนาจที่แตกต่างกัน และแบ่งปันประสบการณ์ที่ละคนผ่านการฟังด้วยหัวใจ

7. ในรอบที่สี่ให้พวกเขาวิเคราะห์อำนาจของพวกเขาในระดับสังคมไทย โดยเน้นย้ำว่าเมื่อนึกถึงสังคมไทยให้ตระหนักถึงอัตลักษณ์และแหล่งอำนาจต่าง ๆ ที่ตนมีหรือไม่มี เช่น ระดับการศึกษา เพศ รสนิยมทางเพศ ความสามารถ อาชีพ และสถานภาพทางสังคมของครอบครัวและวงศ์ตระกูล ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ชชาติพันธุ์ ศาสนาที่นับถือ (เป็นชนกลุ่มน้อยทางศาสนาหรือไม่) ถิ่นที่อยู่ เป็นต้น หลังจากเลือกแล้วให้พวกเขาไปยืนตามระดับอำนาจในสังคม ให้รับรู้ความรู้สึกและทบทวนว่าเหตุปัจจัยอะไรทำให้พวกเขามีหรือไม่มีอำนาจ การมีอำนาจมากน้อยส่งผลกระทบต่อชีวิตพวกเขาอย่างไรบ้าง จากนั้นให้แต่ละคนไปจับคู่กับคนที่ระดับอำนาจต่างกัน แล้วให้แบ่งปันความรู้สึกและประสบการณ์ตามแนวคำถามที่ให้ไว้
8. เมื่อทุกคนแบ่งปันเสร็จแล้วให้กลับมาในวงใหญ่ กระบวนการถามว่าผู้เรียนมีความรู้สึกอย่างไรบ้าง และตามด้วยการถามถึงสิ่งที่พวกเขาได้เรียนรู้จากกิจกรรมนี้
9. ให้ผู้เรียนช่วยกันระดมสมองเรื่องแหล่งที่มาของอำนาจ โดยตั้งคำถามว่าจากกิจกรรมตรวจสอบทบทวนอำนาจของตนเองในสามพื้นที่นั้น พวกเขาเห็นว่าปัจจัยอะไรบ้างที่ทำให้บุคคล กลุ่มบุคคล องค์กร หรือสถาบันหนึ่ง ๆ มีอำนาจหรือรักษาอำนาจไว้ได้ ให้ระดมคำตอบจากผู้ร่วมอบรมจนได้คำตอบที่ครอบคลุมพอสมควร โดยให้แน่ใจว่ามีประเด็นเรื่องเพศภาวะและเพศวิถีอยู่ในคำตอบด้วย เพราะคนส่วนใหญ่มักมองไม่เห็น ว่าปัจจัยเหล่านี้เป็นแหล่งอำนาจสำคัญ

10. อธิบายเพิ่มเติมว่าแหล่งอำนาจเป็นเรื่องสำคัญ โดยเฉพาะหากบุคคลกลุ่มบุคคล องค์กร หรือสถาบันมีแหล่งอำนาจมากเท่าใด พวกเขาจะยิ่งมีโอกาสทางสังคมและเศรษฐกิจ มีอำนาจและสิทธิพิเศษในสังคมมากขึ้นเท่านั้น เช่น หากเป็นเด็กผู้ชายรักต่างเพศตามกรอบชายหญิงที่สังคมกำหนด มาจากครอบครัวที่มีฐานะดี ผู้ปกครองมีตำแหน่งหน้าที่การงานดี จะส่งผลให้พวกเขามีอำนาจและโอกาสในชีวิตมากกว่าคนอื่น ๆ ไม่ว่าเขาจะไปอยู่ในสังคมใดก็ตาม ในทางตรงกันข้ามหากเด็กผู้หญิงชาติพันธุ์ชาวไทยภูเขาและยากจน เด็กกลุ่มนี้จะไม่มีโอกาสเข้าถึงทรัพยากร โอกาส และสิทธิใด ๆ ในสังคม และยิ่งอาจถูกเอารัดเอาเปรียบและแสวงหาประโยชน์ เมื่ออธิบายเสร็จแล้วให้เปิดโอกาสให้ผู้เรียนร่วมซักถามเพื่อให้ทุกคนมีความเข้าใจชัดเจนตรงกัน

จากนั้นให้ผู้เรียนจับคู่ ลูกขี้ยืน แล้วให้ตกลงกันเองว่าใครจะเป็น “ก” ใครจะเป็น “ข” กระบวนการนี้ยากกับผู้เรียนว่ากิจกรรมนี้จะทำต่อไปนี้เป็นเรื่องสำคัญ เพราะจะเป็นการทำความเข้าใจเรื่องอำนาจ ขอให้ทุกคนทำกิจกรรมด้วยความเจียมสังเกต และรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของตนเองที่เกิดขึ้นระหว่างทำกิจกรรม

11. จากนั้นกระบวนการบอกให้คนที่เป้น ก นั่งลงกับพื้น ให้ ข ยืน ให้ทั้งสองคนเผชิญหน้ากันและอยู่ในท่านี้สักครู่หนึ่ง จากนั้นถาม ก ว่าจากสถานภาพที่เป็นคนนั่งและมีอีกคนหนึ่งยืนค้ำอยู่ตรงหน้า ก มีความรู้สึกอย่างไรบ้าง (คนส่วนใหญ่คนจะตอบว่า รู้สึกต่ำต้อย อึดอัด ตัวเล็ก กลัว ไม่พอใจ และด้อยค่า เป็นต้น) ให้เน้นย้ำผู้เรียนตอบเฉพาะเรื่องความรู้สึกของตนเอง ไม่ให้นำเสนอข้อวิเคราะห์ทางสังคมหรือพูดแทนคนอื่น พยายามกระตุ้นให้ทุกคนตอบคำถาม ระหว่างนี้กระบวนการเขียนความรู้สึกของ ก ซึ่งเป็นคนนั่งไว้บนกระดาน

12. จากนั้นถามคนที่เป้น ข ว่ารู้สึกอย่างไรกับสถานภาพที่เป็นคนยืนและมี

อีกคนนั่งอยู่ตรงหน้า (คนส่วนใหญ่จะตอบว่ารู้สึกสูงหรือเหนือกว่าคนนั่งสบาย รู้สึกมีอำนาจ รู้สึกว่ามีอิสระอยากทำอะไรก็ได้ หรือบางคนอาจตอบว่าสงสารคนนั่ง เป็นต้น) กระบวนการจดคำตอบที่เป็นความรู้สึกของ ข ไว้บนกระดาน

13. รอบต่อมาให้ ก และ ข สลับบทบาทกัน จากนั้นให้ถามคนนั่งก่อนว่ารู้สึกอย่างไรบ้าง จดบันทึกความรู้สึกเหล่านี้เพิ่มเติมลงไปในการ์ดคำตอบของคนนั่งที่เขียนไว้ในรอบที่แล้ว จากนั้นถามคนยืนว่ารู้สึกอย่างไร เขียนคำตอบที่เป็นความรู้สึกเพิ่มเติมลงบนกระดานเช่นเดิม
14. ในรอบถัดมา ให้แต่ละคู่ตกลงกันเองว่าจะเลือกยืนหรือนั่งด้วยกันตามที่ทั้งสองคนคิดว่าจะทำให้ตนเองรู้สึกดีขึ้น (แต่ละคู่จะยืนหรือนั่งลงด้วยกันก็ได้) จากนั้นให้ถามความรู้สึกของทุกคนว่ารู้สึกอย่างไรบ้างเมื่อได้นั่งหรือยืนเสมอกันในตอนี้ จดบันทึกคำตอบที่เป็นความรู้สึกต่าง ๆ ไว้บนกระดาน (คนส่วนใหญ่จะตอบว่ารู้สึกสบายใจ รู้สึกถึงความเป็นมิตร รู้สึกใกล้ชิดกัน เท่าเทียม เสมอภาค เป็นต้น)
15. จากนั้นให้ถามผู้เรียนว่ามีใครบ้างที่สะดวกใจจะแบ่งปันประสบการณ์ที่ตนเองมีความสัมพันธ์แบบคนที่นั่งด้วยกัน คือความสัมพันธ์แบบอำนาจร่วมที่ทำให้รู้สึกสบายใจ ผ่อนคลาย เท่าเทียม ใกล้ชิด ไว้วางใจ ซึ่งอาจจะเป็นความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน เพื่อนบ้าน และบุคคลในครอบครัว เมื่อมีผู้เรียนแบ่งปันให้กลุ่มฟังอย่างตั้งใจ กระบวนการจับประเด็นและเขียนบนกระดานถึงวิถีปฏิบัติแบบอำนาจร่วมที่ผู้เรียนคนนั้นเล่าประสบการณ์ เช่น มีคนเล่าว่าเรามีความสัมพันธ์กับเพื่อนสนิทที่เหมือนการนั่งด้วยกัน เพราะช่วยเหลือเขาเมื่อมีปัญหา รับฟังโดยไม่ตัดสิน ห่วงใยดูแล ไว้ใจได้ทุกเรื่อง เป็นต้น ถามผู้เรียนว่ามีใครบ้างที่มาจากครอบครัวที่ใช้อำนาจร่วมและเชิญชวนให้เล่าเรื่อง และจดประเด็นวิถีปฏิบัติของการใช้อำนาจร่วมเพิ่มเติมลงบนกระดาน จากนั้นกระบวนการอธิบายความหมายของ

อำนาจร่วมที่เขียนไว้แล้วบนกระดาน และยกตัวอย่างการใช้อำนาจร่วมในระดับอื่น ๆ ของสังคม

16. จากนั้นให้เชิญชวนผู้เรียนแบ่งปันประสบการณ์อำนาจกดทับในชีวิตจริงของพวกเขาที่ทำให้รู้สึกลบเหมือนกับการทำกิจกรรมคนยืนกับคนนั่งที่ทำให้คนนั่งรู้สึกกลัว อึดอัด ตัวเล็ก หมดความมั่นใจ ด้อยค่า เมื่อมีผู้แบ่งปันประสบการณ์บอกให้ผู้เรียนที่เหลือฟังอย่างตั้งใจ และจดประเด็นวิธีการใช้อำนาจกดทับที่ผู้เรียนเล่าลงบนกระดาน เช่น พ่อหรือแม่ไม่รับฟัง บังคับ หรือตัดสินใจแทน การถูกดูถูกเหยียดหยามจากเพื่อนบ้าน เพราะความยากจน หรือการถูกล้อเลียนเนื่องจากเป็นเด็กข้ามเพศ หรือเป็นเด็กผู้หญิง เป็นต้น ให้กระบวนกรติดตามกระดานสรุปที่เขียนคำอธิบายความหมายของอำนาจเหนือกว่า โดยโยงให้เห็นว่าเมื่อใดที่มีการใช้อำนาจแบบเหนือกว่า คนที่ใช้อำนาจจะรู้สึกเหมือนคนยืนและคนที่ถูกใช้อำนาจจะรู้สึกเหมือนคนนั่ง กระบวนกรอาจยกตัวอย่างการใช้อำนาจเหนือกว่าในระดับครอบครัว ห้องเรียน ระหว่างกลุ่มเพื่อน ในโรงเรียน ในชุมชน หรือในองค์กรและสถาบันในสังคม หรือระหว่างเจ้าหน้าที่รัฐบาลกับประชาชน ให้ผู้เรียนยกตัวอย่างเพิ่มเติมจากประสบการณ์ที่พวกเขาพบเจอด้วยตัวเองหรือได้รับรู้ประสบการณ์จริงของคนใกล้ตัว
17. จากนั้นให้ถามผู้เรียนว่าครอบครัวส่วนใหญ่ใช้อำนาจร่วมหรืออำนาจกดทับครอบงำ และที่โรงเรียนมีการใช้อำนาจแบบไหน ในชุมชนที่พวกเขาอาศัยอยู่มีการใช้อำนาจรูปแบบไหน และในสังคมไทยพวกเขาคิดว่ามีการใช้อำนาจแบบไหน
18. กระบวนกรอธิบายความหมายของอำนาจประเภทที่สามคืออำนาจภายใน จากนั้นกระตุ้นให้ผู้เรียนยกตัวอย่างอำนาจภายในที่เขานำออกมาเผชิญกับปัญหาในชีวิต เมื่อเผชิญกับความกลัว ความขัดแย้ง ความรุนแรง หรือเหตุการณ์ที่ไม่เป็นธรรม เขียนคำตอบตัวอย่างอำนาจภายในจาก

ผู้เรียนลงบนกระดาษ กระบวนการสามารถระบุตัวอย่างอำนาจภายในเพิ่มเติมได้ด้วย ให้กระบวนการเขียนตัวอย่างอำนาจภายในให้มากที่สุด และกระตุ้นให้ผู้เรียนนึกถึงชนิดของอำนาจภายในที่พวกเขามี เช่น ความกล้าหาญ การยืนยันสิทธิ การรักและเคารพตัวเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง ความมั่นใจ ความซื่อสัตย์ ความภูมิใจ ความฝัน แรงบันดาลใจ ความคิดสร้างสรรค์ ความเมตตากรุณา ความเห็นอกเห็นใจ ความสามารถที่จะให้อภัย การคิดเป็นเหตุเป็นผล ความอื้อเพื่อเผื่อแผ่ ความไว้วางใจ จริยธรรม คุณธรรม การใช้สันติวิธี ความเบิกบานยินดี ความใฝ่รู้ ความยืดหยุ่น ใจเปิดกว้าง เป็นต้น

19. ชวนผู้เรียนพูดคุยวิเคราะห์ว่าแหล่งอำนาจและประเภทของอำนาจมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันอย่างไรบ้าง อำนาจประเภทใดที่ส่งเสริมความเท่าเทียม สันติภาพ และความยุติธรรม อำนาจประเภทใดที่สร้างความทุกข์และปัญหาไม่ว่าจะเป็นในครอบครัว ห้องเรียน ในหมู่เพื่อน โรงเรียน ชุมชน และในสังคม

เมื่อสังเกตว่าผู้เรียนทุกคนเข้าใจชัดเจนแล้ว เชิญชวนผู้เรียนให้แบ่งประสบการณ์การไม่สยบยอมเมื่อถูกใช้อำนาจเหนือกว่า โดยให้แต่ละคนนึกถึงเหตุการณ์ที่เคยถูกใช้อำนาจเหนือกว่าว่าเป็นเหตุการณ์อะไร เกิดขึ้นเมื่อไหร่ มีใครเกี่ยวข้องในเหตุการณ์นั้นบ้าง อย่างไร และตัวผู้ร่วมอบรมเองรู้สึกอย่างไรในสถานการณ์นั้น และได้ตอบโต้อย่างไรเพื่อแสดงว่าไม่สยบยอมต่อการใช้อำนาจผิดและเกิดผลอย่างไรบ้าง ใช้เวลาแต่ละคนทบทวนประสบการณ์นี้ด้วยความเงียบประมาณ 3 นาที

1. จากนั้นให้ผู้เรียนจับคู่กับคนที่ตนเองอยากแบ่งปันประสบการณ์สำคัญนี้ให้ฟัง เมื่อได้คู่ครบแล้วให้แต่ละคู่เลือกว่าจะให้ใครเป็นผู้เล่าเรื่องก่อน แต่ก่อนที่จะเริ่มการเล่าเรื่องให้กระบวนการทบทวนแนวทางการฟังอย่าง

ลึกซึ้ง และย้ำเตือนให้ผู้เล่าเล่าเรื่องราวของตนด้วยความรู้สึกที่แท้จริง จากหัวใจและเน้นเฉพาะสาระสำคัญของเรื่อง กิจกรรมนี้ควรใช้เวลา แต่ละคนเล่าเรื่องประมาณ 10-15 นาที โดยกระบวนการใช้เสียงระฆังเป็น สัญญาณบอกการเริ่มต้นและหมดเวลาในแต่ละรอบ โดยเมื่อเหลือเวลา อีก 2-3 นาที ให้กระบวนการแจ้งเตือนผู้ที่ยังเล่าไม่จบให้พยายาม ขมวดเรื่องให้จบภายในเวลาที่เหลือ

2. เมื่อจบการแบ่งปันประสบการณ์ในรอบแรกแล้ว กระบวนการบอกให้ ผู้ร่วมอบรมสลับบทบาทให้ผู้ฟังในรอบแรกเป็นฝ่ายเล่าและผู้เล่าใน รอบแรกเป็นฝ่ายฟัง แต่ก่อนที่จะเริ่มการเล่าเรื่องกระบวนการจะเชื้อเชิญ ให้ผู้ร่วมอบรมสงบนิ่งในความเงียบและกำหนดรู้ลมหายใจ 2-3 รอบ ระหว่างนี้เตือนให้ผู้เล่าเรื่องในรอบแรกเลววางเรื่องที่เพิ่งเล่า และผู้ฟัง เลววางเรื่องที่เพิ่งได้ฟังมา เพื่อจะได้ทำกิจกรรมในรอบต่อไปอย่างมีสติ เต็มเปี่ยม จากนั้นกระบวนการให้สัญญาณระฆังเริ่มต้นและหมดเวลา การแลกเปลี่ยนเหมือนรอบแรก
3. เมื่อผู้ร่วมอบรมทั้งคู่แลกเปลี่ยนจบแล้ว ให้กลับมาในวงใหญ่ กระบวนการ ถามความรู้สึกและสิ่งที่ผู้ร่วมอบรมได้เรียนรู้จากกิจกรรม
4. กิจกรรมส่วนต่อไปเป็นการแบ่งปันประสบการณ์เรื่องอำนาจร่วม โดยให้ ผู้ร่วมอบรมแบ่งกลุ่มย่อยกลุ่มละ 4 หรือ 5 คน จากนั้นให้แต่ละกลุ่ม ระดมสมองหรือหยาบยกประสบการณ์จริงของสมาชิกในกลุ่มเรื่องการ ใช้อำนาจร่วม ซึ่งอาจเป็นประสบการณ์ในระดับความสัมพันธ์ระหว่าง บุคคล ภายในครอบครัว ภายในห้องเรียนหรือโรงเรียน ภายในชุมชน เพื่อนบ้าน หรือระดับสังคมก็ได้
5. หากมีเวลาพอให้ผู้ร่วมอบรมเลือกประสบการณ์ที่แบ่งปันในกลุ่มขึ้นมา หนึ่งเรื่องแล้วนำมาแสดงเป็นละครสั้นความยาวประมาณ 3-5 นาที โดย

จัดละครแสดงให้เห็นถึงการใช้อำนาจร่วมในระดับต่าง ๆ โดยพยายามให้แต่ละกลุ่มเลือกตัวอย่างระดับความสัมพันธ์ที่ไม่ซ้ำกัน เช่น ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน สมาชิกในครอบครัว ระหว่างครูกับนักเรียน ผู้บริหารโรงเรียนกับนักเรียน เป็นต้น ให้เวลาคิดและเตรียมแสดงละครประมาณ 20 นาที เมื่อทุกกลุ่มพร้อมแล้วให้เริ่มแสดงละครตามเวลากำหนดจนครบทุกกลุ่ม จากนั้นให้กระบวนการนำเสนอสรุปบทเรียนว่าละครเรื่องนั้น ๆ ชี้ให้เห็นเรื่องการใช้ อำนาจร่วมอย่างไรบ้าง อย่าลืมปรบมือให้กำลังใจแต่ละกลุ่มหลังจบการแสดง

6. กิจกรรมสุดท้ายเป็นการแบ่งปันประสบการณ์การใช้ อำนาจภายในเพื่อเผชิญกับอุปสรรคในชีวิตหรือเพื่อพัฒนาชีวิตตนเองให้ดีขึ้น ให้เวลาผู้ร่วมอบรมแต่ละคนคิดทบทวนประสบการณ์ของตนเองในเรื่องนี้ใน ความเงียบประมาณ 10 นาที จากนั้นให้จับกลุ่มย่อย 2 หรือ 3 คน แล้ว ผลัดกันเล่าประสบการณ์ของตนเองครั้งละคน โดยสมาชิกที่เหลือตั้งใจ ฟังด้วยหัวใจ หรืออาจเป็นกิจกรรมให้ผู้เรียนทบทวนอำนาจภายในที่ พวกเขาถืออยู่แล้วว่าอะไรบ้าง มันถูกพัฒนามาอย่างไร มีอำนาจภายใน ตัวไหนที่พวกเขาไม่มีหรือมีอยู่น้อยและต้องการพัฒนา และพวกเขาจะ พัฒนาอย่างไร จากนั้นให้ผู้เรียนจับกลุ่ม 3 หรือ 4 คน แบ่งปันเรื่องอำนาจ ภายใน กิจกรรมการคิดทบทวนอำนาจภายในใช้ได้ผลดีมากกับกลุ่ม ผู้เรียนอัตลักษณ์ชายขอบ หรือกลุ่มผู้เรียนที่มีความมั่นใจในตัวเองน้อย หรือถูกใช้ความรุนแรงหรืออำนาจกดทับครอบงำ

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้จัดกระบวนการ:

- ควรวางกิจกรรมนี้ไว้เป็นหัวข้อแรก ๆ ของภาคเรียนเพราะประเด็น เรื่องอำนาจเป็นกรอบคิดหลักที่จะทำให้ผู้ร่วมอบรมเข้าใจทุกประเด็นที่

เกี่ยวกับความสัมพันธ์ในทุกระดับ ไม่ว่าจะเป็นในครอบครัว โรงเรียน เพราะในทุกระบบสังคม การเรียนรู้เรื่องอำนาจจะช่วยให้ผู้เรียนเห็นภาพของการใช้อำนาจแบบใหม่ในการทำงานเป็นทีม การเป็นผู้นำ รวมถึง การสร้างความเท่าเทียมและความเป็นธรรม ผ่านการทบทวนและเรียนรู้จากประสบการณ์ของตนเองและเพื่อนร่วมเรียน

- กิจกรรมนี้เป็นกระบวนการที่ค่อนข้างหนักและใช้เวลามาก เพราะเป็นการทำงานเกี่ยวกับเรื่องความไม่ยุติธรรมและความรุนแรง กิจกรรมนี้ยังอาจทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกสับสนต่อเหตุการณ์ในอดีต ในขณะเดียวกันผู้เรียนจะได้ทบทวนตรวจสอบความรู้สึกและประสบการณ์ตัวเองเกี่ยวกับการใช้อำนาจและการถูกใช้อำนาจ ดังนั้นผู้เรียนต้องใช้ทั้งความคิดและความรู้สึกมากในกิจกรรมนี้ จึงควรจัดกิจกรรมในช่วงเช้าและกำหนดเวลาประมาณครึ่งวันเพื่อการทำกิจกรรมเรื่องอำนาจนี้โดยเฉพาะ
- ในการทำกิจกรรมทบทวนความเข้าใจเรื่องอำนาจร่วม แนะนำให้ใช้วิธีการให้กลุ่มนำเสนอสิ่งที่พูดคุยผ่านการเล่นละคร เพราะละครทำให้เกิดบรรยากาศสนุกสนาน หลังจากผู้เรียนใช้เวลาคิดทบทวนเรื่องที่หนักและบางส่วนเป็นประสบการณ์ด้านลบมาก่อนข้างมาแล้ว นอกจากนี้การแสดงละครยังจะช่วยฟื้นฟูพลังของกลุ่มที่อาจรู้สึกเหนื่อยล้าให้กลับมีพลังขึ้นมาอีก ในขณะเดียวกันก็เป็นโอกาสได้เรียนรู้เนื้อหาสาระของเรื่องด้วย
- จากประสบการณ์ของผู้เขียน เมื่อดำเนินกิจกรรมมาจนจบประเด็นเรื่องอำนาจร่วม ผู้เรียนมักจะล้าเกินกว่าจะต่อทบทวนเรื่องอำนาจภายในได้ ข้อแนะนำในกรณีนี้คือให้หยุดพักและให้กลับมาทำเรื่องอำนาจภายในในช่วงเวลาอื่นหรือวันถัดไป เพราะการเลือกเวลาพักหลังเสร็จกิจกรรมเรื่องอำนาจร่วมจะทำให้ผู้ร่วมอบรมมีพลังและมีความหวัง (เราจะไม่หยุดพักหลังเสร็จจากกิจกรรมเรื่องอำนาจเหนือกว่าเพราะจะทำให้กลุ่มหมดพลัง) สิ่งที่สำคัญคือกระบวนการต้องพยายามจัดเนื้อหาและ

กำหนดเวลาของกิจกรรมต่าง ๆ ในลักษณะที่จะเอื้อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ประเด็นที่สำคัญของเรื่องอำนาจในขณะเดียวกันก็สามารถรักษาบรรยากาศการเรียนรู้ให้มีพลังและมีชีวิตชีวา

การนำที่สร้างการเปลี่ยนแปลง

การนำและผู้นำเกี่ยวข้องโดยตรงกับการใช้อำนาจ กลุ่มคนทำงานเพื่อสร้างความเป็นธรรมทางสังคมในแอฟริกาที่ได้รับอิทธิพลจากแนวคิดของ เปาโล เฟรรี จึงได้ผลิตคู่มือการอบรมไว้หลายหลักสูตรเพื่อใช้ในการทำงานกับชาวชนบทที่ยากจนในแอฟริกา ในหลักสูตรเรื่องการนำนั้นพวกเขาแบ่งลักษณะ วิธีการนำ และการใช้อำนาจไว้สามแบบ แต่ละแบบมีความเข้มข้นลดหลั่นกันไปตามตารางต่อไปนี้

การนำแบบครอบงำ (เผด็จการ)	การนำแบบที่ปรึกษา	การนำร่วมหรือ นำแบบทีม
1. ผู้นำตัดสินใจเองและแจ้งให้สมาชิกทราบ โดยไม่รับรู้ความรู้สึก ความต้องการ หรือเหตุผลจากสมาชิก	1. ผู้นำประกาศแนวนโยบายการตัดสินใจและเปิดโอกาสให้ซักถามเพื่อที่จะได้อธิบายรายละเอียดและแลกเปลี่ยน การพูดคุยสามารถนำไปถึงการเปลี่ยนแปลงการตัดสินใจถ้าจำเป็น	1. ผู้นำให้สมาชิกตัดสินใจเอง โดยผู้นำแบ่งปันสิ่งที่ตนมีอยู่ให้กลุ่ม เช่น ทุน ประสบการณ์ ข้อมูลความรู้ เวลา ผู้นำเป็นผู้อธิบายสถานการณ์ต่าง ๆ และทำหน้าที่ดำเนินรายการเพื่อให้กลุ่มร่วมกันตัดสินใจบนพื้นฐานของข้อจำกัดต่าง ๆ

การนำแบบครอบงำ (เพด็จการ)	การนำแบบที่ปรึกษา	การนำร่วมหรือนำแบบทีม
2. ผู้นำเสนอความคิดเห็นต่อสมาชิกและผู้นำตัดสินใจ โดยให้เหตุผลการตัดสินใจตามที่ตนได้เตรียมไว้	2. ผู้นำเสนอสถานการณ์การตัดสินใจและข้อมูลข่าวสารเพื่อการตัดสินใจหรือปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ ผู้นำมีบทบาทเป็นผู้ดำเนินรายการเพื่อหาข้อสรุป ข้อเสนอแนะ และผู้นำตัดสินใจ	2. ผู้นำให้สมาชิกนำเสนอสถานการณ์และตัดสินใจเอง และผู้นำทำหน้าที่ดำเนินรายการ ให้สมาชิกอธิบายถึงสถานการณ์ ปัญหา และข้อจำกัดต่าง ๆ ตรวจสอบอย่างละเอียดเพื่อให้เกิดการตัดสินใจร่วมกันบนพื้นฐานของข้อจำกัดต่าง ๆ
3. ผู้นำเสนอการตัดสินใจต่อสมาชิกและเชื่อเชิญให้สมาชิกตั้งคำถามเพื่อผู้นำจะได้ชี้แจงรายละเอียด	3. ผู้นำเปิดโอกาสให้สมาชิกตัดสินใจแต่ผู้นำสามารถคัดค้านได้ โดยให้สมาชิกอธิบายสถานการณ์และข้อจำกัดต่าง ๆ มีการตรวจสอบอย่างละเอียดและตัดสินใจบนพื้นฐานที่ผู้นำสามารถใช้อำนาจในการโต้แย้งได้	

ในสังคมวัฒนธรรมอำนาจควบคุมครอบงำแบบชายเป็นใหญ่ ลักษณะการนำหรือพฤติกรรมการนำของผู้นำจะเป็นแบบเผด็จการที่มีระดับความเข้มข้นแตกต่าง

กันไป ไม่ว่าจะเป็นในระดับครอบครัว องค์กร หรือสถาบันของรัฐ โดยเฉพาะสถาบันทหารและตำรวจ รวมไปถึงองค์กรธุรกิจ องค์กรชุมชน และองค์กรพัฒนาเอกชน ในองค์กรหรือสถาบันเหล่านี้ส่วนใหญ่ผู้ชายจะเป็นผู้นำ แต่ทั้งนี้ในองค์กรที่ผู้นำเป็นผู้หญิงหรือองค์กรที่มีแต่ผู้หญิงก็มีลักษณะการนำแบบเผด็จการได้ เพราะผู้หญิงก็ถูกหล่อหลอมและรับเอาวัฒนธรรมควบคุมครอบงำมาอยู่ในชีวิตและการทำงานไม่ต่างจากผู้ชาย แม้การนำแบบเผด็จการจะสร้างความเสียหายและความรุนแรงมากมายให้แก่ผู้คนที่เป็นสมาชิกขององค์กร ชุมชน สังคมหรือประเทศชาติ แต่เป็นที่ทราบกันดีว่าการนำแบบนี้ยังดำรงอยู่ในหลายแห่งทั่วโลกรวมถึงประเทศไทยด้วย ความหายนะของการนำแบบเผด็จการทำให้สังคมทั่วโลกได้สร้างการนำแบบใหม่ไม่ว่าจะเป็นการนำแบบประชาธิปไตย การนำแบบปรึกษาหารือ และการนำร่วม

หนังสือเล่มนี้สนใจนำเสนอการนำแบบที่สามที่เรียกว่า *การนำร่วม* (Collective Leadership) ที่ผู้เขียนเรียบเรียงและพัฒนามาจากคู่มือการอบรมผู้นำขององค์กรในประเทศแอฟริกาใต้ ประสบการณ์เรื่องการนำของกลุ่มแควกาเกอร์ และประสบการณ์ตรงจากการฝึกอบรมเรื่องการนำแนวสตรีนิยมที่ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรมทำมากว่า 20 ปี แก่องค์กรรากหญ้า องค์กรพัฒนาเอกชน และผู้นำที่ทำงานเพื่อสังคมในภูมิภาคเอเชียใต้และเอเชียตะวันออกเฉียงใต้

ในหนังสือชื่อ *Leadership for Change: Toward a Feminist Model* ผู้เขียนชื่อ จอร์จ เล็กี และบรูซ โคโคเพลิ เล่าว่าพวกเขามุ่งมั่นทำงานเรื่องสันติภาพและความเป็นธรรมเปลี่ยนแปลงทั้งในสังคมและภายในองค์กรของตนเอง หลายปีผ่านไปพวกเขาสนใจศึกษาเรื่องลักษณะการนำ และเขาสังเกตเห็นถึงลักษณะการนำที่ต่างกันระหว่างผู้หญิงและผู้ชายในวงประชุมและการทำงาน เช่น ผู้ชายจะพูดเสียงดังและมักจะพูดก่อนและใช้พื้นที่ในการพูดมาก ในขณะที่ผู้หญิงจะเงียบฟัง สังเกตปฏิกิริยาของคนในกลุ่มแล้วจึงแสดงความเห็นเมื่อแน่ใจ อาจารย์ทั้งสองเป็นผู้ชายจึงเขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้นมาเพื่อบอกว่าในองค์กรที่ต้องการทำงานเพื่อสร้าง

การเปลี่ยนแปลงจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องเปลี่ยนการนำแบบชายมาเป็นการนำแบบหญิง อันเป็นที่มาของการเขียนหนังสือที่มีชื่อรองว่าเพื่อมุ่งไปสู่รูปแบบการนำแบบสตรีนิยม

การนำแบบหญิงหรือการนำแบบสตรีนิยม (Feminist Leadership) ไม่ได้หมายถึงการนำโดยเพศหญิงหรือผู้หญิง แต่หมายถึงการนำโดยเพศใดก็ได้ที่นำเอาคุณลักษณะความเป็นหญิงมานำ เช่น การใส่ใจ การรับฟัง การสนับสนุน การประนีประนอม การเลือกใช้สันติวิธี การให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์และความรู้สึก การใส่ใจกระบวนการพอ ๆ กับเป้าหมาย ซึ่งเราจะค้นพบคุณลักษณะเช่นนี้มากในหมู่ผู้หญิงเพราะในกรอบของระบบเพศชายเป็นใหญ่ ผู้หญิงถูกหล่อหลอมความเป็นหญิง (Femininity) ในขณะที่ผู้ชายจะถูกหล่อหลอมความเป็นชาย (Masculinity) เช่น พูดเสียงดัง ไม่รับฟัง ใช้พื้นที่พูดมาก ชอบนำเดี่ยวแบบใช้อำนาจครอบงำ ยืนยันสิทธิ หัวท้าวเด็ดเดี่ยว ไม่สัมผัสหรือใส่ใจความรู้สึกของตนเองหรือผู้อื่น เป็นต้น

ระบบสังคมและวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่มีความเชื่อเกี่ยวกับการนำว่า ผู้ชายคือผู้นำ ผู้ชายโดยธรรมชาตินั้นเป็นผู้นำได้ดีกว่าผู้หญิง หรือการนำเป็นภาวะธรรมชาติของผู้ชาย เมื่อเป็นผู้นำไม่ว่าจะในระดับครอบครัว องค์กร หรือประเทศ แน่แน่นอนว่าผู้ชายส่วนใหญ่จะนำเอาความเป็นชายที่พวกเขาถูกหล่อหลอมมาใช้ในการทำหน้าที่ ในขณะที่ผู้หญิงไม่ได้ถูกคาดหวังให้เป็นผู้นำแต่ถูกหล่อหลอมความเป็นหญิง เมื่อต้องทำหน้าที่นำทำให้พวกเธอสามารถนำเอาความเป็นหญิงในตัวมานำ ด้วยเหตุนี้ในหลายแห่งจึงเรียกการนำร่วมว่าเป็นการนำแบบหญิงหรือการนำแบบสตรีนิยม

การนำร่วมหมายถึง การนำโดยกลุ่มบุคคล ไม่ใช่การนำโดยบุคคลหนึ่งหรือเพียงไม่กี่คน มีการเรียกชื่อหรือตำแหน่งผู้นำว่าผู้จัดกระบวนการ (Facilitator) ซึ่งทำหน้าที่หลักในการพัฒนาศักยภาพและภาวะการนำให้เกิดขึ้นในสมาชิกกลุ่มผ่านการสร้างบรรยากาศและกระบวนการทำงานที่อำนวยความสะดวกให้สมาชิกแต่ละคนได้ใช้

ศักยภาพสูงสุดและส่งเสริมให้สมาชิกที่มีประสบการณ์น้อยได้เรียนรู้และพัฒนางาน และศักยภาพเพื่อให้พวกเขาเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของการนำร่วมในองค์กร

ในการนำร่วมนี้นี้ไม่ได้หมายความว่ากลุ่มจะไม่มีโอกาสใช้การนำแบบอำนาจเหนือกว่าหรือการนำแบบที่ปรึกษาเลย แต่สถานการณ์ต้องการการนำที่มีลักษณะแตกต่างกันไป ตัวอย่างเช่น เมื่อเกิดภาวะฉุกเฉิน กลุ่มต้องการการนำเพื่อให้เกิดความอยู่รอด ผู้นำที่มีความรู้ในเรื่องนั้นมากที่สุดอาจจะต้องนำหรือต้องตัดสินใจแทนกลุ่ม สถานการณ์นี้เราเรียกว่าการใช้อำนาจเหนือกว่าตามหน้าที่เพื่อให้กลุ่มก้าวพ้นภาวะฉุกเฉินนั้น ๆ หรือในเงื่อนไขของการรวมกลุ่มใหม่ เช่น กลุ่มเยาวชน กลุ่มผู้หญิง กลุ่มแรงงาน ซึ่งในช่วงแรก ๆ นั้นกลุ่มจะยังรู้สึกไม่มั่นคงในอัตลักษณ์ เป้าหมาย การทำงานของกลุ่มและบทบาทของแต่ละคน จึงเหมาะที่จะใช้การนำแบบที่ปรึกษา โดยมีผู้นำที่มีความเข้มแข็งและมีประสบการณ์ แต่หลังจากนั้นก็จำเป็นจะต้องใช้การนำแบบอำนาจร่วมหากองค์กรหรือกลุ่มมีเป้าหมายที่จะช่วยให้สมาชิกได้เติบโต มีวุฒิภาวะ มีความรับผิดชอบ และพึ่งตนเองได้ เพื่อไม่ให้เกิดภาวะพึ่งพิงผู้นำ

พันธกิจและกระบวนการที่จะเปลี่ยนจากการนำแบบอำนาจครอบงำหรือการนำแบบปรึกษาหารือไปสู่การนำแบบอำนาจร่วมเป็นเรื่องที่ต้องใช้เวลา มีวิธีการ และแนวปฏิบัติชัดเจน และสิ่งสำคัญที่สุดคือมีความมุ่งมั่นโดยเฉพาะจากผู้นำหรือกลุ่มผู้นำว่าจะใช้อำนาจร่วมและสร้างวัฒนธรรมใหม่ภายในกลุ่มหรือองค์กร

ในช่วงแรกของการตั้งกลุ่มอาจมีผู้นำแบบครอบงำ ปรากฏการณ์นี้ไม่ได้เกิดขึ้นเพียงเพราะการรับเอาระบบการนำของวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่มาไว้จนเป็นเนื้อตัวเราแล้วเท่านั้น แต่เพราะว่าบ่อยครั้งผู้นำดังกล่าวมีวิสัยทัศน์ มีประสบการณ์และมีความสามารถในการบริหารจัดการกลุ่มและจัดหาทรัพยากรต่าง ๆ เพื่อใช้แก้ไขปัญหาของกลุ่มได้เป็นอย่างดี ดังนั้นในระยะแรก ๆ ผู้นำเดี่ยวแบบนี้จะเป็นคนที่ตอบสนองต่อบรรดาความต้องการของกลุ่มและนำการจัดการบริหารกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น โดย

สมาชิกที่มีความสามารถและได้รับการฝึกฝนจะเริ่มเข้ามารับผิดชอบความต้องการของกลุ่มในบางเรื่อง หากผู้เรามีเจตจำนงที่จะเปลี่ยนการนำแบบครอบงำ เขาหรือเธอก็จะคิดระบบฝึกฝนพัฒนาศักยภาพสมาชิกคนอื่น ๆ ให้มีความรับผิดชอบมากขึ้น โดยให้สมาชิกรับบทบาทการนำในงานที่พวกเขาถนัดหรืองานที่ต้องการเรียนรู้เพิ่มเติม เมื่อสมาชิกของกลุ่มหรือองค์กรเข้าร่วมในบทบาทการนำมากขึ้น ผู้นำก็จะลดบทบาทลงเพราะสมาชิกกลุ่มจะดูแลบริหารจัดการงานกันเอง สามารถพึ่งตนเองและเป็นอิสระจากการนำของผู้นำหรือผู้ก่อตั้งองค์กร ในภายหลังผู้นำหลายคนจึงมักเปลี่ยนบทบาทของตนเองมาเป็นที่ปรึกษาของกลุ่มแทนที่บทบาทการนำซึ่งเคยทำมาก่อนหน้านั้น

ผู้นำที่ใช้อำนาจร่วมจะไม่สูญเสียอำนาจอย่างที่หลายคนมักเข้าใจหรือเกรงกลัวกัน ยิ่งผู้นำให้สมาชิกได้ใช้อำนาจร่วมเท่าใด ยิ่งเป็นการสร้างความไว้วางใจในกลุ่มให้เกิดมากขึ้นเท่านั้น ผู้นำจะได้รับความจงรักภักดีและความเคารพจากสมาชิกเมื่อทุกคนในกลุ่มรู้สึกรับผิดชอบร่วมและมีอำนาจร่วมในการบริหารจัดการองค์กร ก็จะช่วยสร้างความสมานฉันท์ ความเป็นเอกภาพ และรู้สึกเป็นเจ้าขององค์กรหรือชุมชนร่วมกัน ยิ่งไปกว่านั้นผู้นำที่ใช้อำนาจร่วมไม่เพียงแต่จะสนับสนุนให้สมาชิกกลุ่มได้เติบโตเท่านั้น แต่ยังทำให้ตนเองได้สร้างและพัฒนาอำนาจภายใน เช่น ความไว้วางใจในผู้อื่น ความอดทน การเปิดกว้างทางความคิด มีเวลาคิดสร้างสรรค์งานใหม่ ๆ และความสามารถในการปล่อยวางการติดยึดในตำแหน่ง ชื่อเสียงและอำนาจจากความเป็นผู้นำของตนเองที่ได้มาในช่วงระยะแรก ๆ ของการทำงานในองค์กร เป็นต้น

พัฒนาการของการนำแบบครอบงำหรือการนำแบบปรึกษาหารือไปสู่การนำร่วม

งานหรือภารกิจของการนำร่วม

การนำร่วมมีบทบาทหน้าที่สองด้านที่สำคัญด้วยกันคือ บทบาทหน้าที่ในการทำงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายหรือเกิดผลงาน และบทบาทหน้าที่ในการดูแลกลุ่มหรือกระบวนการสร้างความเข้มแข็งของกลุ่ม เพื่อให้กลุ่มเกิดการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพและสมดุล กลุ่มต้องทำบทบาทหน้าที่ทั้งสองส่วนดังต่อไปนี้

1. ภารกิจของการทำงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย

- ให้ข้อมูลและแสดงความคิดเห็น เช่น การให้ข้อเท็จจริง ความคิดเห็น แผนงาน ข้อเสนอ หรือข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อกลุ่ม
- แสวงหาข้อมูลและความคิดเห็น เช่น การสอบถามข้อเท็จจริง ข้อมูล ความคิดเห็น แผนงาน และความรู้สึกของสมาชิกของกลุ่ม
- เริ่มลงมือ เสนอเป้าหมายและงานที่จะต้องทำ และริเริ่มการปฏิบัติงาน
- กำหนดทิศทางการทำงาน จัดทำแผนงาน เพื่อหาวิธีการดำเนินงานและใส่ใจดูแลให้งานสำเร็จ
- สร้างงานและบทเรียน รวบรวมความคิด คำแนะนำ แผนงาน ข้อเสนอแนะที่เกี่ยวข้องทั้งหมดและจัดหมวดหมู่ให้เป็นหัวข้อ
- ประสานงาน เชื่อมประสานระหว่างกลุ่มย่อยและปัจเจกบุคคล ระหว่างกิจกรรมและจังหวะก้าวต่อไปขององค์กร และช่วยให้กลุ่มทำงานได้อย่างราบรื่นในทุกด้าน
- สำรองตรวจสอบ ว่ามีอะไรบ้างที่เป็นอุปสรรคในการทำงานและการบรรลุเป้าหมายของกลุ่ม

- กระตุ้นพลัง กระตุ้นให้กลุ่มทำงานเพื่อให้มีคุณภาพการทำงานที่ดีขึ้น
- ทดสอบความเป็นไปได้ในการนำไปใช้จริง ตรวจสอบความคิด การประเมินผล แนวทางการแก้ปัญหาและการประยุกต์ใช้ว่าสามารถนำไปใช้ปฏิบัติได้จริงหรือไม่ ทำงานได้จริงหรือไม่ เพื่อนำไปใช้กับสถานการณ์จริง โดยมีการนำประสบการณ์เดิมและประวัติศาสตร์มาประกอบการพิจารณาด้วย
- สังเกตกระบวนการทำงาน ตรวจสอบกระบวนการที่กลุ่มใช้ ให้ข้อมูลและประเมินผลเพื่อนำไปปรับปรุง
- วางมาตรฐาน บอกกล่าวและย้ำเตือนถึงมาตรฐานและเป้าหมายของกลุ่ม เพื่อรักษาทิศทางการทำงานและย้ำเตือนถึงมาตรฐานการดำเนินงานของกลุ่ม
- ประเมินผล เปรียบเทียบการตัดสินใจและความสำเร็จของงานกับเป้าหมายระยะยาวกับคุณค่าและมาตรฐานที่กลุ่มสร้างขึ้น

2.ภารกิจของการสร้างทีมงานให้เข้มแข็ง

- สนับสนุนการมีส่วนร่วม กระตุ้นให้สมาชิกทุกคนมีส่วนร่วมในการแบ่งปันความคิดเห็น การแสดงออกถึงความเห็นอกเห็นใจ การยอมรับและเปิดรับ รวมทั้งสนองตอบและใส่ใจต่อความต้องการของสมาชิกในกลุ่ม
- สมานฉันท์และประนีประนอม แปรเปลี่ยนความขัดแย้งและความเห็นต่างให้เป็นโอกาสในการคิดสร้างสรรค์และค้นหาทางออก ค้นหาจุดร่วมของความขัดแย้งและช่วยให้คู่ขัดแย้งสามารถรักษาเอกภาพของกลุ่มไว้แม้ในยามที่สมาชิกมีความเห็นแตกต่างกัน
- ลดความตึงเครียด สร้างบรรยากาศการทำงานที่สนุก ปลอดภัย และผ่อนคลาย เพื่อให้สมาชิกรู้สึกมั่นคงและปลอดภัยด้วยการเล่าเรื่องซ้ำกัน

เล่นเกม หยุดพัก ร่วมกันทำกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องกับงาน เป็นต้น

- ช่วยการสื่อสาร ทำให้เกิดการสื่อสารที่ถูกต้อง เปิดเผย และขจัดความเข้าใจผิด
- ประเมินอุณหภูมิความรู้สึก ใส่ใจกับความรู้สึกของกลุ่มและแต่ละบุคคล ช่วยส่งเสริมให้สมาชิกได้แบ่งปันความรู้สึก
- ฟังอย่างใส่ใจ เปิดรับข้อมูลและไตร่ตรองอย่างรอบคอบ พร้อมรับฟังความคิดเห็น ข้อเสนอแนะ และปฏิบัติตามมติของกลุ่ม
- สร้างความไว้วางใจและสร้างความปลอดภัยในกลุ่ม ส่งเสริมให้สมาชิกมีความเปิดกว้างและละเอียดอ่อนต่อกัน สิ่งนี้จะช่วยเสริมภูมิคุ้มกัน ในยามที่กลุ่มเผชิญสถานการณ์ท้าทาย
- จัดการปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ส่งเสริมให้สมาชิกเปิดเผย และหันหน้ามาพูดคุยกันเมื่อมีความขัดแย้ง ผู้จัดการกระบวนการไม่เข้าข้างฝ่ายหนึ่งฝ่ายใด ใช้ทักษะการฟังด้วยใจและการสะท้อนกลับแบบสันติวิธี เพื่อคลี่คลายปัญหา
- พัฒนาภาวะการนำและอำนาจภายในแก่สมาชิกกลุ่ม เช่น ฝึกอบรม เพิ่มพูนทักษะศักยภาพและการอบรมที่ช่วยสร้างทีมให้เข้มแข็ง เช่น อบรมการทำงานเป็นทีม การดูแลสุขภาวะ การสื่อสารสันติวิธี ร่วมฝึกสมาธิภาวนาหรือทำงานศิลปะร่วมกัน จัดเวลาให้พักผ่อนอย่างเพียงพอ โดยเฉพาะสมาชิกที่เห็นว่ามีความเครียดหรือหมดไฟ
- ไม่ส่งเสริมคุณค่าการแข่งขันหรือการเปรียบเทียบความสำเร็จของงาน ในหมู่สมาชิก

เมื่อพิจารณาภารกิจของการนำร่วมทั้งสองด้านจะพบว่าองค์กรส่วนใหญ่มักให้ความสำคัญต่อภารกิจในด้านที่เกี่ยวกับผลงานหรือความสำเร็จของงานเป็นหลัก

การพัฒนาศักยภาพของสมาชิกกลุ่ม กระบวนการสร้างความเป็นชุมชน ความไว้วางใจ ความปลอดภัยภายในองค์กร และการให้ขวัญกำลังใจซึ่งช่วยหล่อเลี้ยงจิตใจของคนทำงานมักได้รับความสำคัญน้อยกว่าผลสำเร็จของงานหรือการทำงานให้เสร็จ

หากมองเรื่องนี้จากมุมมองเรื่องเพศจะพบว่าในวัฒนธรรมแบบชายเป็นใหญ่ ผู้ชายถูกสอนให้เป็น “ผู้ทำให้งานสำเร็จ” ส่วนผู้หญิงในวัฒนธรรมนี้มีบทบาทเป็นเพียง “ผู้สนับสนุนอยู่เบื้องหลัง” ตำแหน่งหน้าที่และงานผู้ชายทำจะได้รับคุณค่าการยอมรับและมีอำนาจมากกว่า ในองค์กรที่มีการนำแบบอำนาจนิยมหรือองค์กรที่ยึดถือคุณค่าแบบชายเป็นใหญ่ ผู้ชายมักได้รับตำแหน่งงานที่นำเกี่ยวกับการกำหนดเป้าหมาย วิสัยทัศน์ ยุทธศาสตร์ ยุทธวิธี และแผนงานใหญ่ขององค์กร

สำหรับองค์กรที่มีแต่ผู้หญิง บทบาทหน้าที่ในการนำมักจะถูกจำกัดไว้เฉพาะผู้หญิงที่มีความอาวุโสหรือมีแหล่งอำนาจอื่น ๆ มาก เช่น ระดับการศึกษา หรือมีประสบการณ์มากกว่าผู้หญิงคนอื่น ๆ ในองค์กร บทบาทหน้าที่เหล่านี้ได้รับการยอมรับว่ามีความจำเป็นในการช่วยให้องค์กรดำเนินงานไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ และบุคคลที่อยู่ในตำแหน่งดังกล่าวยังได้รับทั้งความเคารพและยำเกรงในฐานะ “ผู้นำ” ขององค์กร ในขณะเดียวกันผู้หญิงที่ทำหน้าที่เสริมสร้างขวัญกำลังใจโดยปราศจากอำนาจหรือชื่อของตำแหน่ง บทบาทหน้าที่เหล่านี้มักจะไม่เป็นที่สังเกตเห็นหรือไม่ได้รับคุณค่าความสำคัญมากนักทั้งจากคนภายในองค์กรและคนภายนอก ปรัชญาการเช่นนี้ทำให้เห็นถึงการเลือกปฏิบัติและการให้คุณค่าแก่งานผู้ชายหรือการนำแบบชายที่ดำรงอยู่แม้ในองค์กรผู้หญิงก็ตาม

แต่การนำร่วมให้มีความสำคัญกับบทบาทหน้าที่ในการเสริมสร้างขวัญกำลังใจ และการพัฒนาศักยภาพของคนทำงานเป็นอย่างยิ่ง วัฒนธรรมการนำร่วมมีความเชื่อว่าในระยะยาวแล้วอำนาจของกลุ่มจะเป็นอิสระจากการนำแบบเดิมที่เป็นการนำเดี่ยวหรือการนำเพียงไม่กี่คน เพราะการนำและประสิทธิภาพของกลุ่มขึ้นอยู่กับ

การที่สมาชิกในกลุ่มดูแลงานแต่ละงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ สมาชิกทุกคนพัฒนาศักยภาพและเอาใจใส่ต่อการทำงานและการเสริมสร้างขวัญกำลังใจกันและกัน ผู้หญิง ผู้ชายและคนข้ามเพศรับผิดชอบหน้าที่ใดก็ได้ที่ตนเองถนัด ไม่ว่าจะเป็นหน้าที่ด้านนโยบาย การวางยุทธศาสตร์หรือแผนงาน หรือหน้าที่ในการดูแลเอาใจใส่ การสร้างขวัญกำลังใจ และการฝึกฝนพัฒนาศักยภาพของเจ้าหน้าที่

การนำร่วมทำให้สมาชิกในกลุ่มทำงานตามบทบาทหน้าที่ที่ตนเองรับผิดชอบ จึงช่วยกำจัดความคลุมเครือและความสับสนที่เกิดจากการนำแบบเดิมซึ่งผู้นำมักแจกจ่ายงานให้สมาชิกตามที่ตนเองเห็นควรหรือมีความไว้วางใจใคร่ชอบพอเป็นส่วนตัว เพราะสมาชิกทุกคนต่างตระหนักรู้ว่าตนสามารถดูแลและกำหนดทิศทางของกลุ่มหรือองค์กรได้ สมาชิกทุกคนต่างผลัดกันเป็นผู้นำซึ่งทำให้เกิดความรู้สึกร่วมกันที่เกิดจากบทบาทการนำแบบนี้ไม่ใช่เป็นการขึ้นชมในแบบเก่า ๆ ที่ยึดติดตัวบุคคลและทำให้สมาชิกรู้สึกเป็นหนี้บุญคุณต่อผู้นำที่ทุ่มเททำทุกอย่างเพื่อพวกเราหรือเพื่อองค์กร แต่เป็นการชื่นชมประสบการณ์ ความสามารถของตนเองหรือเพื่อนร่วมงานจากการใช้อำนาจร่วมกันและการแสดงความรับผิดชอบในบทบาทหน้าที่ของแต่ละคน

ฝึกการนำร่วมในห้องเรียน

การฝึกทำงานเป็นทีมแบบอำนาจร่วมจะช่วยให้นักเรียนออกจากวัฒนธรรมการนำแบบครอบงำที่มีผู้นำหรือหัวหน้าเพียงหนึ่งหรือสองคนนำกลุ่ม ทำหน้าที่ตัดสินใจหรือครอบงำสมาชิกคนอื่น ๆ ทำหน้าที่ติดตามงานเพื่อน และต้องเป็นผู้รับผิดชอบต่องานหนัก โดยเฉพาะเมื่อสมาชิกคนหนึ่งคนใดไม่ทำหน้าที่ตนเอง หลานของผู้เขียนเล่าให้ฟังว่าเมื่อเขาเป็นหัวหน้าในช่วงเรียนมัธยมนั้นเป็นช่วงที่ทุกข์ใจมากเพราะบทบาทหน้าที่ของเขาคือรับคำสั่งจากครู ไปตามงานเพื่อน ๆ หรือต้องทำแทน

เพื่อนหากพวกเขาไม่ยอมทำงานเพราะครูบอกว่าหากงานกลุ่มไม่เสร็จจะต้อง
รับผิดชอบเพราะเธอเป็นหัวหน้า

การทำงานเป็นทีมแบบนำร่วมหรืออำนาจร่วมหมายถึงกระบวนการทำงานที่
สมาชิกกลุ่มแบ่งปันแหล่งอำนาจต่าง ๆ ของแต่ละคน เช่น ความรู้ความสามารถ
ความชำนาญเฉพาะด้าน ข้อมูล ทักษะ ทรัพยากร ความคิดสร้างสรรค์ เวลา วัสดุ
อุปกรณ์ ความเห็นอกเห็นใจ ฯลฯ ในกระบวนการทำงานหนึ่งใดให้เสร็จสิ้น นอกจากนี้
แล้วสิ่งสำคัญที่สมาชิกกลุ่มแบ่งปันคืออำนาจในการตัดสินใจสำคัญ ๆ ของกลุ่ม เช่น
การเลือกโครงการ การแบ่งบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบ การติดตามผลและการ
สรุปบทเรียน

การทำงานแบบนำร่วมคือการทำงานที่มุ่งการแบ่งปันแหล่งอำนาจและ
พัฒนา หรือฟื้นฟูอำนาจภายในของสมาชิกทุกคน การทำงานแบบนี้ไม่ได้มีเป้าหมาย
ที่ผลสำเร็จของงานเป็นหลักแต่ใส่ใจในกระบวนการทำงานซึ่งแต่ละคนได้พัฒนา
ตนเอง ได้เห็นศักยภาพและความสามารถ ได้เห็นและยอมรับจำกัดของตนเอง
ชื่นชมยินดีในจุดแข็งและเข้าใจยอมรับข้อจำกัดของเพื่อน ๆ ในทีม การทำงาน
เป็นทีมแบบนำร่วมจะช่วยให้สมาชิกทุกคนได้แสดงภาวะผู้นำในแต่ละด้าน เช่น ผู้นำ
ในการรับฟัง ผู้นำในการสื่อสาร ผู้นำในการลงมือทำ ผู้นำในด้านความคิดสร้างสรรค์
ผู้นำในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ผู้นำในด้านการนำเสนอ ผู้นำในด้านการคลี่คลาย
ความขัดแย้ง ผู้นำด้านการเขียน การพูด การจับประเด็น เป็นต้น

ในกระบวนการนำร่วมให้เลือกผู้อำนวยความสะดวก (Facilitator) ซึ่งอาจ
จะมีมากกว่าหนึ่งคนหากกลุ่มมีขนาดใหญ่ และควรมีการผลัดเปลี่ยนกันทำบทบาท
หน้าที่หลายด้านดังต่อไปนี้

- ตั้งคำถามให้กลุ่มช่วยกันคิดและหาคำตอบ เชิญชวนให้ทุกคนมีส่วนร่วม
ในการแสดงความคิดเห็นและการตัดสินใจ

- ทำหน้าที่สรุปประเด็นแต่ละช่วง เป็นผู้จับเวลาในการประชุมและควบคุมการพูดคุยให้อยู่ในประเด็น
- ควบคุมไม่ให้สมาชิกคนใดคนหนึ่งหรือสองคนครอบงำหรือใช้อำนาจเหนือคนอื่น ๆ และสนับสนุนให้คนพูดน้อยหรือขบขันงั้นเงียบได้แสดงความคิดเห็น
- มีทักษะในการจัดการกับความเห็นต่างหรือความขัดแย้งภายในกลุ่ม และโน้มน้าวให้กลุ่มจัดการความต่างหรือความเห็นขัดแย้งอย่างสันติวิธี เช่น ให้สมาชิกที่เห็นต่างแต่ละฝ่ายอธิบายความคิดเห็นหรือบอกความรู้สึกโดยไม่ถูกขัดจังหวะ โดยที่ผู้ประสานงานไม่เลือกข้างแต่ทำหน้าที่สรุปประเด็นแต่ละช่วง ช่วยย้ำเตือนให้ทุกคนฟังกันด้วยใจในกรณีมีความเห็นต่างกันภายในกลุ่ม
- เมื่อความรู้สึกต่าง ๆ เกิดขึ้นภายในกลุ่มสมาชิก เช่น ไม่พอใจ ไม่มั่นใจ หงุดหงิด รำคาญ ให้ชวนสมาชิกอยู่กับลมหายใจ ผ่อนคลายร่างกายและความเครียดหนึ่งเพื่อช่วยกันสร้างพื้นที่ปลอดภัยให้เพื่อนได้แบ่งปันทุกความรู้สึก
- ในสถานการณ์ที่กลุ่มไม่สามารถลงมติหรือตัดสินใจเลือกไปในทิศทางเดียวกันให้ชวนกลุ่มพิจารณาข้อดีข้อเสียของแต่ละทางเลือก
- ผู้อำนวยการความสะดวกสามารถแสดงความคิดเห็นและโหวตได้ในฐานะสมาชิกกลุ่ม
- กระตุ้นให้สมาชิกแต่ละคนทำงานตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย
- รับฟังสมาชิกที่ไม่สามารถแบ่งปันความรู้สึกหรือความคิดในกลุ่มใหญ่ได้เนื่องจากไม่รู้สึกลดภัยหรือมีความขัดแย้งกับสมาชิกคนอื่น ๆ และทำหน้าที่สื่อสารความรู้สึกและความคิดเห็นนั้นให้กลุ่มหรือสมาชิกกลุ่มคู่ขัดแย้งรับทราบ

- ให้สมาชิกหยุดเพื่อทบทวนการทำงาน โดยเฉพาะเมื่อกลุ่มเผชิญภาวะเครียดหรือความขัดแย้ง ให้ทุกคนสำรวจและแบ่งปันความรู้สึกก่อนที่จะแบ่งปันความคิดเห็น
- รู้เทคนิคการจัดการคลายเครียด เช่น เทคนิควิธีซึ่งทำให้สมาชิกหัวเราะขบขันเพื่อเพิ่มพลังบวกในการทำงานที่ยาก

กิจกรรมสอนเรื่องการนำร่วม

ชื่อกิจกรรม: ไม่มีใครถูกคัดออก (พัฒนามาจากเกมเก้าอี้ดนตรี)

จำนวนผู้เล่น: ไม่เกิน 30 คน

ระยะเวลา: 30 นาที

อุปกรณ์: เก้าอี้แข็งแรงจำนวน 30 ตัว

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม:

- ก่อนเริ่มกิจกรรมให้เตรียมเก้าอี้เท่ากับจำนวนผู้เรียน จัดวางเก้าอี้เป็นวงกลมโดยให้พนักเก้าอี้ชิดกันให้มากที่สุด
- บอกนักเรียนว่าคุณจะให้ฝึกการทำงานเป็นทีมและจะใช้เวลาทำกิจกรรมประมาณ 30 นาที
- บอกผู้เรียนว่าในขณะที่ทำกิจกรรมต้องช่วยกันรับผิดชอบความปลอดภัยของทุกคน และจะมีการตะแคงตัวกันค่อนข้างใกล้ชิด
- บอกผู้เรียนให้เลือกเพลงหนึ่งเพลงที่ทุกคนร้องได้ จากนั้นบอกกติกา

การเล่นกิจกรรมว่าเมื่อได้ยินเสียงระฆังให้ทุกคนร้องเพลง เดินรำ และเดินรอบวงเก้าอี้ เมื่อได้ยินเสียงระฆังให้ผู้เล่นทุกคนต้องอยู่บนเก้าอี้ให้หมดโดยไม่ให้ส่วนของร่างกายแตะพื้นเลย

- รอบต่อไปให้ครูตั้งเก้าอี้ออกไปสามหรือสี่ตัวและให้ผู้เรียนทำแบบเดียวกันคือร้องเพลงเดินรำรอบวงเก้าอี้เมื่อได้ยินเสียงระฆังผู้เรียนทุกคนต้องอยู่บนเก้าอี้
- รอบสุดท้ายคือรอบที่ครูเห็นว่าต้องเหลือจำนวนเก้าอี้ให้น้อยลงแต่ยังทำให้ผู้เรียนสามารถวางแผนให้พวกเขาทั้งหมดสามารถหาวิธีที่ทุกคนอยู่บนเก้าอี้ได้ โดยทุกคนไม่มีร่างกายส่วนหนึ่งส่วนใดสัมผัสพื้นเลย เมื่อเห็นว่าทั้งทีมทำได้ให้พวกเขาทั้งหมดอยู่บนเก้าอี้และร้องเพลงดัง ๆ อีกหนึ่งรอบ
- หลังจากนั้นให้พวกเขานั่งล้อมวงเพื่อสรุปทบทวน โดยถามความรู้สึกของผู้เรียนก่อนว่ารู้สึกอย่างไรบ้าง พวกเขาได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรมนี้
- จากนั้นให้เน้นการถามสรุปทบทวนในเรื่องการนำ เช่น ถามว่าการนำของพวกเขาเป็นอย่างไร (การนำเดี่ยวหรือนำเพียงไม่กี่คน) หากเป็นการนำแบบนี้พวกเขารู้สึกอย่างไร และหากจะให้เป็นการนำร่วม พวกเขาจะปรับเปลี่ยนวิธีการทำงานร่วมกันอย่างไร หากเป็นการนำที่ทุกคนเอาศักยภาพออกมาใช้แก้ปัญหาคือการนำร่วม ให้ถามความรู้สึกและเหตุปัจจัยที่ทำให้พวกเขาสามารถนำแบบอำนาจร่วมได้ และในชีวิตจริงพวกเขาคนไหนที่เคยทำงานเป็นนาร่วม หรือการทำงานเป็นทีมแบบไม่ทิ้งเพื่อนคนไหนไว้ข้างหลังบ้าง สุดท้ายให้ถามว่าสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมนี้พวกเขาสามารถนำไปปรับใช้ในการทำงานเป็นทีมในชีวิตจริงอย่างไรบ้าง

ข้อควรระวังสำหรับผู้จัดกระบวนการ:

- หากห้องเรียนมีนักเรียนรวมหญิงชาย กิจกรรมนี้ทำให้นักเรียนแต่ละต้องสัมผัสร่างกายกัน ใกล้ชิดมากโดยเฉพาะในช่วงท้าย ๆ หากเห็นว่าเด็กนักเรียนผู้หญิงหรือคนข้ามเพศรู้สึกอึดอัด ไม่สะดวกใจที่จะเล่นกิจกรรมกับเด็กผู้ชาย ให้แยกทำกิจกรรมนี้เป็นสองกลุ่มคือจัดเก้าอี้เป็นสองวง กติกาเดียวกัน และสามารถดำเนินกิจกรรมและสรุปบทเรียนไปพร้อม ๆ กันได้
- กิจกรรมทำท่ายากลุ่มแบบนี้หลักการคือต้องทำให้ยากเพื่อท้าทายให้ผู้เรียนร่วมกันหาทางแก้ปัญหา แต่ต้องไม่ยากเกินไปจนทำให้ผู้เรียนทำไม่ได้ และรู้สึกว่าเขาล้มเหลว เช่น ในรอบสุดท้ายมีผู้เรียนจำนวน 26 คน แต่เหลือเก้าอี้ไว้สองตัวซึ่งเป็นไปได้ยากมากที่คนจำนวน 26 คน จะทำให้ร่างกายของพวกเขาทั้งหมดอยู่บนเก้าอี้สองตัวได้ เพราะฉะนั้นครูต้องสังเกตความสามารถของกลุ่มตลอดเวลาว่าพวกเขาทำงานเป็นทีมอย่างไรหรือไม่อย่างไร ผู้เขียนเคยใช้กิจกรรมนี้กับผู้เรียนผู้หญิงรวมหญิงชายจำนวนกว่า 20 คน แต่ละรอบสังเกตว่ากลุ่มจัดการเรื่องขนาดของร่างกายและความสามารถของร่างกายสมาชิกและโอบอุ้มกันดีมาก และเห็นได้ว่าพวกเขาชอบการทำท่ายและระว่างความปลอดภัยของเพื่อนเป็นอย่างดี ในรอบสุดท้ายเหลือเก้าอี้ไม่แข็งแรง (แบบมีพนักที่ใช้เป็นชุดรับแขก) ไว้เพียง 3 ตัว ปรากฏว่าพวกเขาต่อตัวหลายแบบจนทำให้ทรงตัวอยู่ได้จนจบเพลงที่พวกเขาเลือกมาร้องโดยไม่มีใครบาดเจ็บหรือหลุดออกจากวงหรือสัมผัสพื้น และพวกเขาทั้งหมดที่ทำสำเร็จ
- แม้ว่าผู้จัดกระบวนการจะบอกให้ผู้เรียนรับผิดชอบเรื่องความปลอดภัยในขณะที่ทำกิจกรรม แต่ท้ายที่สุดแล้วครูหรือผู้จัดกระบวนการจะต้องดูแลและรับผิดชอบต่อความปลอดภัยของผู้เรียนเสมอ ดังนั้นในช่วงที่ทำกิจกรรมนี้หากเห็นว่าบางคนอาจจะได้รับบาดเจ็บจากการที่ต้อง

ห้อยโหน เหยียบร่างกายกัน หรืออยู่ถูกเปียดแน่นจนอาจทำให้หายใจไม่ออก เหล่านี้คือสัญญาณที่ครูต้องหยุดกิจกรรม และเตือนผู้เรียนว่าเพื่อนอาจจะได้รับอันตราย และแนะนำให้พวกเขาคิดหาทางป้องกันไว้ก่อน เพราะในขณะที่ทำกิจกรรมไม่มีผู้เรียนคนไหนที่สามารถเห็นภาพรวมเรื่องความปลอดภัยของตนเองและคนอื่น ๆ

นอกเหนือจากกิจกรรมนี้แล้ว ยังมีกิจกรรมอื่นที่ครูสามารถนำมาใช้ให้ผู้เรียนฝึกเรื่องการทำงานเป็นทีมแบบนำร่วม เช่น กิจกรรมข้ามแม่น้ำพิซ กิจกรรมเรือชูชีพ (หาอ่านได้จากหนังสือ *การสร้างความเป็นผู้นำและการทำงานเป็นทีม: คู่มือการทำงานกับผู้หญิงติดเชื้อเอชไอวี เล่มที่ 1* ปี พ.ศ. 2551 เขียนโดยอวยพร เชื้อนแก้ว พิมพ์โดยมูลนิธิริักษไทย) กิจกรรมเดินเท้าชิด กิจกรรมตลุกโป่ง เป็นต้น กิจกรรมเหล่านี้มีวัตถุประสงค์ให้ผู้เรียนฝึกฝนการทำงานเป็นทีมแบบอำนำจร่วมผ่านประสบการณ์จริงที่พวกเขาต้องแก้ปัญหาและจัดการกับความท้าทายร่วมกันเพื่อให้ไปถึงเป้าหมาย โดยตลอดช่วงเวลาที่ทำเนนกิจกรรมนั้นพวกเขาจะได้เรียนรู้เรื่องความห่วงใย ใส่ใจ ช่วยเหลือดูแลกันและกัน โดยที่แต่ละคนมีโอกาสดัแสดงศักยภาพและลักษณะการนำแตกต่างกันไป เช่น แก้ปัญหาเฉพาะหน้า การฟัง การจับประเด็นและสรุปความคิดเห็น การสื่อสาร การให้กำลังใจ การสังเกตอารมณ์และพลังของกลุ่ม การหาฉันทามติ และการวางแผน เป็นต้น

5.3 การฟังด้วยใจ

ควอกเกอร์ (Quaker) เป็นกลุ่มแรกที่ใช้เครื่องมือการฟังด้วยใจในการทำงานสร้างสันติภาพและความเป็นธรรมโดยเฉพาะอย่างยิ่งในสหรัฐอเมริกา พวกเขาเรียกเครื่องมือนี้ว่าการเป็นประจักษ์พยานความทุกข์ ที่หมายถึงการฟังประสบการณ์ของ

ผู้ที่มีความทุกข์โดยมีความเชื่อมั่นว่าเขามีศักยภาพที่จะแก้ปัญหาลองเองได้ โดยที่ผู้ฟังไม่ต้องแนะนำหรือหาทางออกให้ การทำงานแบบนี้มาจากฐานความเชื่อที่ว่ามนุษย์ทุกคนมีอำนาจ คุณค่า และความสามารถอยู่ในตนเอง แต่สิ่งเหล่านี้ได้ถูกลดทอนเพราะพวกเขาประสบความรุนแรง ความไม่เป็นธรรม ขาดการสนับสนุนจากครอบครัว ชุมชน และระบบบริการของรัฐ

การเป็นผู้ฟังอย่างลึกซึ้งหรือการฟังคนด้วยใจหมายถึงความสามารถและสถานะที่เรามีความวางใจจิตใจ เพื่อจะฟังและรับรู้เรื่องราวที่ผู้เล่าเรื่องต้องการแบ่งปัน พูดโดยไม่ขัดจังหวะ คำว่าลึกซึ้งแปลว่าไม่ฟังแบบเอาตัวเองเป็นที่ตั้ง คือฟังแบบคิดหรือวิเคราะห์ปัญหาผู้เล่าเพื่อจะหาทางแนะนำหรือฟังแล้วตัดสินถูกผิดตามความรู้ ข้อมูล และคุณค่าความเชื่อของเรา แต่ให้ฟังลึกลงไปถึงระดับหัวใจเราที่ปราศจากความคิดเห็นใด ๆ จนเราได้ยินสิ่งที่ผู้เล่าต้องการบอก สิ่งที่ผู้เล่าไม่สามารถจะบอกได้และรับรู้ถึงความรู้สึก แม้ผู้เล่าจะไม่ได้บอกความรู้สึกเหล่านั้น เช่น ความไม่มั่นใจ ความวิตกกังวล ความโกรธ ความรู้สึกผิด ความเสียใจ ความผิดหวัง ความสุข ความภูมิใจ รวมไปถึงการรับรู้สารที่ผู้เล่าสื่อสารผ่านภาษากายออกมา เช่น พูดไปแล้วหยุดหรือก้มหน้าลงที่หมายถึงความอาย ความกลัว ความไม่แน่ใจหรือไม่มั่นใจ หรือภาษากายที่มั่นคงและเปิดกว้างที่บอกถึงความมั่นใจ เป็นต้น

มีการเรียกการฟังอย่างลึกซึ้งอีกอย่างหนึ่งว่า *การฟังอย่างมีสติ (Mindful Listening)* ซึ่งหมายถึงว่าผู้ฟังต้องใช้สติในการฟังตลอดเวลา เพราะเมื่อเริ่มฟังผู้ฟังจะมีความคิดและอารมณ์บางอย่างผุดขึ้นมาในขณะที่ฟัง ซึ่งอาจเป็นการวางแผนงานหรือความวิตกกังวลในงานหรือชีวิตของผู้ฟังในช่วงนั้น หรือหลุดไปคิดวิเคราะห์เพื่อหาทางออกหรือแนะนำ แต่เมื่อรู้สึกตัวคือมีสติรับรู้ว่าใจลอยไปคิดเรื่องอื่น ๆ ให้ผู้ฟังปล่อยวางความคิดความรู้สึกนั้นและกลับมาจดจ่อตั้งใจที่จะฟังต่อ อาการใจลอยหลงคิดเรื่องอื่น ๆ นี้จะเกิดขึ้นเป็นปกติธรรมดาสำหรับคนทุกคน ดังนั้นจึงต้องใช้สติมากำกับพฤติกรรมเก่าที่ยังติดตัวมาจากวัฒนธรรมครอบงำ เช่น ความต้องการพูดแทรก

แนะนำ หรือขัดจังหวะด้วยการถาม หรือในใจนั้นกำลังตัดสินหรือตีตราตัวตนอัตลักษณ์ หรือเรื่องที่เขาเล่าให้ฟัง โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อต้องฟังในสิ่งที่ไม่เห็นด้วยในเชิง ศีลธรรม คุณค่า หรือวิธีการแก้ปัญหาของผู้เล่าเรื่อง

ข้อควรคำนึงในการฝึกฟังด้วยใจ:

- ควรให้ผู้เรียนเริ่มฝึกทักษะการฟังอย่างลึกซึ้งตั้งแต่ช่วงอาทิตย์แรกของการเรียน เพื่อสร้างฐานของความไว้วางใจและสร้างพื้นที่ปลอดภัยร่วมกัน การทำเช่นนี้จะช่วยให้การทำการกิจกรรมแบ่งปันประสบการณ์ชีวิตและการทำงานเป็นทีมในช่วงต่อ ๆ ไปของการเรียนเป็นไปได้ด้วยดี โดยผู้จัดกระบวนการสามารถเลือกหัวข้อการแบ่งปัน ให้ลึกขึ้นตามระดับความคุ้นเคยและความไว้วางใจกันและกันในกลุ่มผู้เรียน
- เนื่องจากกระบวนการเรียนรู้แบบนี้ใช้ประสบการณ์ชีวิตเป็นฐานในการทำความเข้าใจตนเอง ผู้จัดกระบวนการจึงควรเลือกหัวข้อที่จะใช้ในการเล่าเรื่องจากประสบการณ์ชีวิตจริง การเลือกหัวข้อขึ้นอยู่กับระดับความคุ้นเคยในกลุ่มผู้เรียน หากผู้เรียนยังไม่คุ้นเคยกันดีนัก โดยเฉพาะในช่วงแรก ๆ ของการเรียน ให้เลือกหัวข้อที่รู้สึกปลอดภัย ไม่ใช่เรื่องส่วนตัวที่ลึกหรือทำให้ผู้เรียนรู้สึกอึดอัดลำบากใจที่จะแบ่งปัน หากฝึกกับเด็กอาจจะเริ่มหัวข้อ เช่น เล่าเรื่องครอบครัว คนสำคัญในชีวิต หนังสือที่ชอบอ่าน กิจกรรมที่ชอบทำเวลาอยู่กับครอบครัว เล่าเรื่องเพื่อนสนิท เป็นต้น หากเป็นเด็กโตระดับมัธยมหัวข้อจะเปลี่ยนไป เช่น แรงบันดาลใจในชีวิต ความฝันในชีวิต ภาพยนตร์ที่ประทับใจเรียนแก่ชีวิต เมื่อผู้ร่วมเรียนคุ้นเคยไว้วางใจกันมากขึ้น ผู้จัดกระบวนการสามารถกำหนดหัวข้อที่ลึกขึ้น เช่น วิธีการจัดการกับความโกรธ ความกลัว ความผิดหวัง ความทุกข์ในอดีต วิธีรับมือกับความยุ่งยากในครอบครัว เป็นต้น

แนวทางการฟังด้วยใจ:

- จัดภาษากายให้เป็นมิตร ผ่อนคลาย และใส่ใจต่อผู้พูด สบตาผู้พูดเป็นช่วง ๆ แต่ไม่ใช้การจ้องหน้าตลอดเวลาที่ฟัง
- พยายามให้ใจมีที่ว่างจากความคิดความกังวลของตนเอง ด้วยการผ่อนคลายร่างกายและตามรับรู้ลมหายใจเข้าออกประมาณ 5-10 รอบลมหายใจ (ขึ้นอยู่กับภาวะจิตใจของผู้ที่จะรับฟัง) ก่อนที่จะทำหน้าที่นี้
- ฟังอย่างตั้งใจ มีสมาธิจดจ่ออยู่กับการฟัง ให้คิดว่าในขณะนั้นผู้พูดเป็นบุคคลที่สำคัญที่สุดในชีวิตของเราและเรื่องของเขาสำคัญมาก
- ในขณะฟังให้ทำเสียงตอบรับเบา ๆ หรือพยักหน้าเป็นครั้งคราวตามความเหมาะสมเพื่อให้ผู้พูดรู้ว่าเรากำลังฟังเขาอยู่
- ไม่ขัดจังหวะโดยการถาม การเล่าเรื่องของตัวเอง การพูดเสริม หรือให้คำแนะนำ
- ไม่หยุดฟังเพื่อรับโทรศัพท์ หยุดเพื่อสื่อสารกับผู้อื่น หรือทำงานอย่างอื่นขณะฟัง เพราะนั่นจะเป็นสัญญาณบอกผู้เล่าว่าเรามีเรื่องอื่นที่สำคัญกว่าการฟังเรื่องของเขา หรือเรากำลังยุ่งและเขามารบกวนเวลาของเรา
- ไม่จดบันทึกในขณะฟัง
- ฟังด้วยความเคารพทั้งในตัวตนและประสบการณ์ของผู้พูดโดยไม่มีการตัดสินในใจว่าสิ่งที่เขาพูดมานั้นดีหรือไม่ดี ถูกหรือผิด เข้าท่าหรือไม่เข้าท่า หรือคิดว่า “หากเป็นฉัน ฉันจะไม่ทำอะไรแบบนี้” เป็นต้น
- เก็บเรื่องที่ผู้พูดเล่าไว้เป็นความลับ หากจะนำไปเผยแพร่ต้องขออนุญาตเจ้าของประสบการณ์ ในกรณีที่เรต้องการนำไปเล่าต่อเพื่อให้เกิดปัญญาและแรงบันดาลใจแก่ผู้อื่นที่ประสบปัญหาคล้าย ๆ กัน
- หากเรื่องที่ฟังทำให้ผู้ฟังเกิดความรู้สึกอึดอัด เสียใจ ไม่พอใจ หรือเศร้าใจ

ขอให้ผู้ฟังอยู่กับลมหายใจและผ่อนคลายร่างกาย วิธีนี้จะช่วยให้ไม่หลีกเลี่ยงความรู้สึกต่าง ๆ เหล่านั้นและไม่หนีกลับไปอยู่ที่ความคิด เช่น พยายามคิดวิเคราะห์ปัญหาหรือหาทางออกให้คนเล่า ผู้เขียนสอนผู้คนให้ฝึกทักษะนี้มานานหลายปี และค้นพบว่าเมื่อใดก็ตามที่ผู้พูดแนะนำ ในขณะที่ผู้เล่ายังเล่าเรื่องเขาไม่จบนั้นหมายถึงว่าผู้ฟังไม่สามารถจะอยู่กับเรื่องราวความทุกข์หรือปัญหาของผู้เล่าได้ แท้จริงแล้วการแนะนำคือการบอกให้ผู้เล่าหยุดพูดนั่นเอง

- หากผู้เล่าแสดงอาการเสียใจด้วยการร้องไห้ให้ผู้ฟังอยู่กับลมหายใจและผ่อนคลายร่างกายและอยู่กับความเจ็บ โดยไม่ต้องลอบใจด้วยการพูดว่า เรื่องมันผ่านไปแล้ว ให้นึกถึงคนอื่นเขาแย่กว่าคุณอีก หรือการตะตองตัวผู้พูดเพื่อให้กำลังใจลอบประโลม แต่ให้ผู้เล่าสร้างพื้นที่ปลอดภัยให้เขาอยู่กับความเปราะบางของตนเอง ปลอ่ยให้ผู้เล่าร้องไห้อย่างสบายใจ และในช่วงนั้นให้ผู้ฟังอยู่กับลมหายใจผ่อนคลายและรับรู้ร่างกาย นี่คือการอยู่เพื่อเป็นประจักษ์ความทุกข์ของผู้เล่า และการเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมที่เราถูกหล่อหลอมจนเชื่อฝังหัวกันมาว่าการร้องไห้คือการแสดงความอ่อนแอหรือเป็นเรื่องน่าอายโดยเฉพาะผู้ชาย วิธีที่จะเปลี่ยนความเชื่อฝังหัวเรื่องการร้องไห้ให้ผู้ฟังหาช่วงจังหวะเหมาะสมโดยการพูดสั้น ๆ ว่า “ร้องไห้ไม่เป็นไร เรื่องนี้ทำให้คุณเจ็บปวดหรือปัญหาที่คุณเจอมันหนักมาก” “ร้องไห้ไม่เป็นไร ไม่ได้แปลว่าคุณอ่อนแอ” (ให้พูดประโยคนี้นี้หากผู้เล่าเป็นเพศชาย)

ในการอบรมคราวหนึ่งมีพยาบาลอายุ 50 กว่าปีเล่าเรื่องความทุกข์แล้วร้องไห้ แต่ในขณะที่เดียวกันก็พยายามหยุดร้องและพูดว่า “ขอโทษค่ะที่ทำให้อาจารย์เสียเวลา” คำพูดนี้สะท้อนให้เห็นว่าตอนวัยเด็กพวกเราหลายคนจะถูกดูดำหรือตำหนิจากผู้ใหญ่ด้วยประโยคว่า “ร้องทำไมเรื่องแค่นี้” “ร้องพอหรือยัง” “ไปร้องให้ให้เสร็จแล้วมาคุยกัน” เมื่อได้ยินประโยคนั้นของพยาบาล ผู้เขียนจึงบอกไปว่า

“ขอบคุณมากที่ไว้วางใจเล่าเรื่องสำคัญให้เราฟัง ร้องไห้ไม่เป็นไรค่ะ เรื่องคุณมันสำคัญมาก เรายังเวลาที่จะฟังคุณค่ะ” วันต่อมาพยาบาลท่านนี้เล่าเรื่องให้ฟังต่อและเมื่อร้องไห้ก็พูดประโยคเดิมว่า “ขอโทษที่ทำให้เสียเวลา” ผู้เขียนก็พูดประโยคเดิมกลับไปว่า “ขอบคุณคนที่ไว้วางใจเล่าเรื่องสำคัญให้พวกเราฟัง คุณไม่ได้ทำให้เราเสียเวลาค่ะ” หลังจากนั้นจึงกล้าเล่าเรื่องยาวมากขึ้นและเมื่อร้องไห้ก็ปล่อยโฮออกมาโดยไม่ได้พูดขอโทษอีก ดูหน้าตาผ่องใสและเห็นได้ชัดว่ารู้สึกสบายใจขึ้น

- อนุญาตให้มีความเจ็บและถือว่าความเจ็บเป็นส่วนหนึ่งของการฟัง และการอยู่กับความทุกข์ เพราะบางครั้งผู้พูดอาจจะกำลังรวบรวมความคิดหรือจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นจากการเล่าเรื่อง หรือไม่แน่ใจว่าจะเล่าสิ่งที่อยู่ในใจให้เราฟังต่อ ความเจ็บของผู้ฟังที่ไม่แสดงอาการ อึดอัดรำคาญหรือเครียด แต่อยู่เพื่อฟังด้วยอาการสงบและผ่อนคลายจะช่วยให้ผู้เล่ารู้ว่าผู้ฟังอยู่กับเขาจริง ๆ และทำให้เล่าเรื่องต่อได้โดยเฉพาะในช่วงที่ผู้เล่าร้องไห้ บางช่วงก็จะเจ็บไป ผู้ฟังไม่ควรถามหรือเร่งเร้าให้เล่าต่อ แต่ให้จัดการกับความอึดอัดของตัวเองด้วยการกลับมาอยู่กับลมหายใจและผ่อนคลายร่างกาย
- การใช้สัญญาณเตือนเมื่อจะเริ่มหรือจบการฟังจะช่วยให้กระบวนการเป็นไปอย่างลื่นไหลและพร้อมเพรียงกัน วิธีการอบรมของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพฯ คือหลังจากผู้เรียนจับคู่หรือแบ่งกลุ่มย่อยเรียบร้อยแล้ว (ในกรณีที่ให้ฝึกการฟังขนาดกลุ่มที่มากกว่าสองคน) ผู้จัดกระบวนการจะให้สัญญาณเป็นเสียงระฆังเบา ๆ เพื่อให้ผู้พูดได้เตรียมตัวก่อนการแบ่งปันและเตือนให้ผู้ฟังได้เตรียมจิตใจให้ว่างเพื่อจะรับฟังด้วยการบอกผู้ที่จะฝึกการฟังว่า “เพื่อนที่อยู่ข้างหน้าเขาไว้วางใจจะเล่าเรื่องสำคัญให้คุณ ฟัง ขอให้ฟังอย่างใส่ใจ ไม่ถาม ไม่พูดแทรก ไม่แนะนำ ขอให้ฟังด้วยความเคารพในตัวเองและประสบการณ์ของเขา ไม่นำไปเล่าให้คนอื่น ๆ จากนั้นเชื่อเชิญให้ผู้ที่จะฟังหายใจเข้าลึก หายใจออกยาวสามสี่รอบ

พร้อม ๆ กับผ่อนคลายร่างกายเพื่อตึงจิตใจให้มาอยู่กับปัจจุบันขณะ อยู่กับเพื่อนที่กำลังจะเล่าเรื่อง” จากนั้นจึงให้สัญญาณเริ่มการแบ่งปัน

- ช่วงที่ผู้เรียนฝึกฟังด้วยใจให้ผู้จัดกระบวนการสังเกตว่าเกิดอะไรขึ้นบ้าง โดยเฉพาะในกลุ่มคนที่จะฝึกฟัง หากเห็นว่าบางคนไม่ฟังเพื่อนด้วยการมองไปที่อื่น ทำหน้าตาเบื่อหน่าย หรือหันไปดูเครื่องมือสื่อสาร ให้เดินไปหาผู้เรียนคนนั้นและกระซิบข้างหูว่า “ฟังเพื่อนหน่อยค่ะ เขากำลังเล่าเรื่องสำคัญให้คุณฟัง”
- เมื่อจบการฝึกในแต่ละรอบให้เชิญผู้เรียนขอบคุณซึ่งกันและกัน และให้ผู้พูดกลับมานั่งในกลุ่มใหญ่ หากสังเกตเห็นว่ามีผู้เรียนที่มีความรู้สึกหนัก หรือยังมีการร้องไห้จากการเล่าเรื่องอย่ารีบถามความรู้สึกของกลุ่ม แต่เชิญให้ทุกคนในกลุ่มอยู่กับลมหายใจ ผ่อนคลายร่างกายและอาจพูดว่า “ตอนนี้หากใครยังมีความรู้สึกอยู่ให้รับรู้ความรู้สึกนั้น ไม่ผลักไส แต่ให้รับรู้ด้วยว่ากำลังหายใจและผ่อนคลายร่างกายทั่วร่างกาย ส่วนคนที่ไม่มีความรู้สึกอะไรก็กลับมาอยู่กับลมหายใจและผ่อนคลายร่างกายร่วมกัน” (การพูดแบบนี้จำเป็น เพราะในช่วงเวลาที่ฝึกฟังคนส่วนใหญ่ จะไม่รู้ว่าจะเกิดอะไรขึ้นกับคนหรือคู่อื่น ๆ และอาจจะไม่สังเกตเห็นว่ามีคนร้องไห้หรือกำลังอยู่กับอารมณ์หนักหน่วง แม้กิจกรรมการฝึกจะจบไปแล้วก็ตาม หน้าที่ของผู้จัดกระบวนการคือบอกให้ทุกคนในกลุ่มทราบ ว่าเกิดอะไรขึ้นโดยไม่เจาะจงบอกชื่อ) เมื่อเห็นว่าผู้เรียนพร้อมที่จะแบ่งปัน แล้วจึงถามความรู้สึกของผู้ร่วมอบรมทั้งในฐานะที่เป็นผู้เล่าและผู้ฟัง โดยถามผู้ที่เล่าเรื่องก่อนว่ารู้สึกอย่างไรบ้างที่ได้เล่าเรื่องและมีเพื่อนฟังแบบเป็นประจักษ์พยาน จากนั้นจึงถามผู้ฝึกการฟังว่ารู้สึกอย่างไรบ้างกับการฝึกฟังแบบนี้ ต่อด้วยคำถามว่าทุกคนได้เรียนรู้อะไรบ้างจากกิจกรรมนี้ และจะเอาทักษะการฟังแบบนี้ไปใช้อย่างไรบ้าง หรือคิดว่าจะทำอย่างไรให้มีการฟังแบบนี้เกิดขึ้นจริงในชีวิตของทุกคน

- กิจกรรมการฟังอย่างลึกซึ้งเป็นกิจกรรมที่มีพลังมาก เพราะในวัฒนธรรมครอบครัวและสังคมยุคที่คนอยู่กับเครื่องมือสื่อสารตลอดเวลาทำให้ผู้คนแม้จะอยู่ในบ้านเดียวกันแต่กลับใช้เวลาด้วยกันน้อยลงและมักสื่อสารด้วยการส่งข้อความ การฟังกันด้วยใจจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะช่วยให้ผู้คนกลับมาใช้เวลาฟังและอยู่ด้วยกันจริง ๆ ซึ่งจะช่วยแก้ปัญหาหลายอย่างได้ โดยเฉพาะหากผู้เรียนเป็นกลุ่มคนที่ได้รับความรุนแรง มีปัญหาในครอบครัว หรือไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ ผู้เรียนกลุ่มนี้อาจจะไม่มีใครเลยที่บ้านเพื่อจะรับฟังเรื่องราวปัญหาของพวกเขาอย่างตั้งใจและใส่ใจ การฝึกทักษะในหมู่ผู้เรียนจึงเป็นการสร้างระบบสนับสนุนช่วยเหลือ (ภายในห้องเรียน) ให้แก่ผู้เรียนกลุ่มนี้ไปด้วยในตัว การใช้กิจกรรมแบ่งปันและรับฟังกันในทุก ๆ วันของการเรียน แม้จะเป็นช่วงสั้น ๆ เช่น แบ่งปันเรื่องชีวิตช่วงสุดสัปดาห์คนละ 5 นาที หรือเรื่องการทำกรบ้าน จะทำให้กลุ่มผู้เรียนมีความเข้าใจกัน มีความรู้สึกใกล้ชิด มีความเห็นอกเห็นใจ และไว้วางใจกันมากขึ้นเป็นลำดับ

ประสบการณ์ทำงานอบรมพยาบาลและนักจิตวิทยาของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพฯ ในหลายปีที่ผ่านมาผู้เขียนพบว่าทุกครั้งที่ทำให้ผู้เรียนฝึกการฟังอย่างลึกซึ้งผ่านการผลัดกันแบ่งปันความทุกข์และความสุขในชีวิต โดยผลัดกันคนละประมาณ 10-30 นาที หลังเสร็จกิจกรรมนี้ทุกคนจะบอกว่าตนเองรู้สึกสบายใจ โล่งใจ ภูมิใจ เห็นคุณค่าในตนเอง ไม่โดดเดี่ยว ฯลฯ หลายคนบอกว่าไม่เคยได้รับการฟังแบบนี้มาก่อนในชีวิต ที่มีคนฟังอย่างใส่ใจจริง ๆ ไม่ตัดสินและขัดจังหวะด้วยการแนะนำหรือการถาม หลายคนไม่ยอมหยุดเล่าแม้เราจะเชิญระฆังเตือนไปหลายรอบก็ตาม ส่วนคนที่ฝึกการฟังด้วยใจบอกเราว่าเป็นครั้งแรกในชีวิตที่ฟังคนโดยไม่ถาม ไม่แทรกเป็นเวลานานถึงห้านาที ช่วงที่ฝึกแรก ๆ รู้สึกอึดอัดเพราะไม่อนุญาตให้ถามหรือพูดแทรก ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ไม่เคยทำมาก่อน แต่พอเราให้ฝึกรอบต่อ ๆ ไปโดยเฉพาะเมื่อให้รับฟังเรื่องความทุกข์ของเพื่อน พวกเขาบอกว่าการทำงานแบบนี้ง่ายและไม่เหนื่อยที่

จะฟังเพราะไม่ต้องคอยคิดหาทางออกให้เพื่อน ขณะเดียวกันพวกเขารู้สึกภูมิใจเมื่อเพื่อนเข้าใจเล่าเรื่องส่วนตัวสำคัญให้ฟัง การฟังอย่างลึกซึ้งด้วยใจจึงเป็นการเอื้อยวาทให้ประโยชน์ และให้คุณค่าแก่ทั้งผู้เล่าและผู้ฟัง

สิ่งที่สำคัญมากคือผู้จัดกระบวนการต้องเป็นแบบอย่างของการฟังด้วยใจ ในช่วงที่ผู้เรียนสอบถามปัญหา แสดงความคิดเห็นหรือหากเล่าเรื่องส่วนตัวที่ทำให้ผู้เล่าทุกข์ใจ โดยในช่วงที่ฟังต้องจับประเด็นสำคัญที่ผู้เรียนพูด ทั้งในแง่เนื้อหาและอารมณ์ความรู้สึก และสรุปให้ผู้เรียนคนนั้นและกลุ่มฟังเป็นช่วง ๆ ว่ากำลังมีการพูดคุยในประเด็นใดกันอยู่ ผู้จัดกระบวนการต้องไวต่อการรับรู้อารมณ์ความรู้สึกที่กำลังเกิดขึ้นในกลุ่มหรือกับสมาชิกคนใดคนหนึ่งของกลุ่มในแต่ละขณะ และหากมีการแบ่งปันเรื่องราวหรือความรู้สึกในกลุ่ม ผู้จัดกระบวนการต้องฟังและอยู่กับอารมณ์ความรู้สึกของผู้ที่กำลังแบ่งปันโดยไม่พูดแทรกหรือทำกิจกรรมอื่น ๆ และกระตุ้นให้ผู้เรียนที่เหลือทำแบบเดียวกัน เพราะนั่นคือการฝึกเป็นประจักษ์พยานประสบการณ์ที่ยุ่งยากของเพื่อนมนุษย์

5.4 สภาแห่งการรับฟัง (Listening Circle)

สภาแห่งการรับฟังเป็นเครื่องมือที่ใช้ในการจัดกระบวนการอบรมของกลุ่มและองค์กรที่ทำงานด้านการศึกษาและการฝึกอบรมคนทำงานเพื่อสังคม สถานการณ์ที่สามารถนำสภาแห่งการรับฟังมาใช้คือช่วงที่กลุ่มผู้เรียนมีความยุ่งยาก มีปัญหาเกิดขึ้นในห้องเรียนหรือความรู้สึกมากมายต่อเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่เกิดขึ้นในหมู่ผู้เรียน เช่น มีความขัดแย้ง ความไม่พอใจ ความโกรธเคืองในหมู่ผู้เรียนที่เกิดจากสถานการณ์ในห้องเรียน หรือมีเหตุการณ์ใดเกิดขึ้นในสังคมหรือชุมชนที่ส่งผลต่อความคิดความรู้สึกและชีวิต โรงเรียนทางเลือกหลายแห่งในสหรัฐอเมริกาใช้สภารับฟังเป็นเครื่องมือ

ช่วยให้เด็กเรียนรู้เรื่องการรับฟังกันด้วยใจเพื่อสร้างระบบสนับสนุนในหมู่นักเรียน ผ่านการใช้กิจกรรมนี้เกือบทุกวัน กิจกรรมนี้ช่วยเปิดพื้นที่ให้ผู้เรียนที่พูดน้อยได้แสดงความคิดเห็นและความรู้สึกโดยไม่ถูกขัดจังหวะ และทำให้ผู้เรียนที่มีความมั่นใจชอบใช้พื้นที่ในการพูดได้ฝึกทักษะเป็นผู้ฟังที่ดี

ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรมของเราเรียนรู้กระบวนการนี้จากภิกษุณีชาวอเมริกันชื่อ โรชิ โจน ฮาลิแฟกซ์ (Roshi Joan Halifax) ผู้บุกเบิกงานดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแนวพุทธ โดยที่ท่านตั้งสำนักเซนเพื่อสอนหลักสูตรนี้ในสหรัฐอเมริกา โดยทั่วไปหลักสูตรการอบรมของศูนย์ฯ เน้นการฟังด้วยใจเป็นฐานของการอบรมอยู่แล้ว โดยให้ผู้เรียนฝึกการฟังด้วยใจผ่านการจับคู่และกลุ่ม ผู้จัดกระบวนการใช้ทักษะนี้ตลอดช่วงฝึกอบรม การได้เรียนรู้สภาแห่งการรับฟังทำให้เรามีเครื่องมือในการฝึกอบรมเพิ่มขึ้น โดยประยุกต์กิจกรรมนี้มาใช้ในการอบรมเรื่องสันติภาพและการคลี่คลายความขัดแย้ง การสร้างทีมงาน และการอบรมเรื่องความแตกต่างหลากหลาย ความเป็นธรรมและการเยียวยา เป็นต้น

จากประสบการณ์การอบรมของศูนย์ฯ สภาแห่งการรับฟังคือการนำเอาทักษะการฟังด้วยใจมาใช้ในการบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์แบบกลุ่ม เป็นกระบวนการทำงานและการเรียนรู้ผ่านฐานหัวใจที่หมายถึงการเข้าถึงปัญญา (หรือมีความเข้าใจ) ผ่านการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง ผ่านการรับรู้อารมณ์ความรู้สึกในบรรยากาศที่ผู้จัดกระบวนการมีทักษะและความชำนาญในการสร้างความปลอดภัย ความเท่าเทียม และความเปิดกว้าง จุดประสงค์ของการใช้กิจกรรมนี้คือให้ผู้ร่วมกิจกรรมได้คลี่คลายอารมณ์ความรู้สึกผ่านการแสดงความคิดเห็นของตนเองและได้รับรู้สิ่งเหล่านั้นจากคนอื่น ๆ ในกลุ่ม การรับรู้ประสบการณ์ตรงจะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจใหม่ มีความเห็นอกเห็นใจ และความเมตตากรุณาอันเป็นการตื่นรู้ทางวิญญาณที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงวิถีคิด ทัศนคติ และพฤติกรรม

แนวทางและขั้นตอนการกำสภำห้การรับฟัง:

บอกผู้เรียนว่าท่านจะทำกิจกรรมสภำห้การรับฟังเพื่อให้ทุกคนได้แบ่งปันประสบการณ์ผ่านการพูด การฟังความรู้สึกและความคิดเห็นของกันและกัน พร้อมทั้งพูดถึงที่มาของกิจกรรมนี้ว่ากลุ่มและองค์กรต่าง ๆ ใช้เครื่องมือนี้เพื่อประโยชน์อะไรบ้าง จากนั้นบอกกติกาของกิจกรรมดังนี้ (ควรเขียนกติกาเหล่านี้ไว้บนกระดานหรือเขียนไว้ในกระดาสที่เตรียมไว้แล้ว)

กติกาสภำห้การรับฟัง

1. แต่ละคนมีเวลาแบ่งปันไม่เกิน 5 นาที
2. ทุกคนจะพูดจากประสบการณ์ตรงต่อเหตุการณ์หรือสถานการณ์เท่านั้น ไม่ใช่พูดจากการอ้างข้อมูล หลักการ หรือทฤษฎีที่นำมาจากข้างนอก และแนะนำให้แต่ละคนแบ่งปันความรู้สึกก่อนความคิดเห็น เช่น พูดว่า “เมื่อเรื่องนี้เกิดขึ้น ฉันรู้สึกแย่มาก เพราะมันทำให้ย้อนนึกไปถึง...”
3. ในขณะที่เพื่อนแบ่งปันคนที่เหลือจะฟังอย่างใส่ใจ ฟังด้วยใจ และไม่มี การแสดงความคิดเห็นใด ๆ ทั้งสิ้นไม่ว่าจะเป็นการเห็นด้วย ไม่เห็นด้วย พูดเสริม ชี้แนะ หรือพูดชมเชย
4. ไม่มีการพูดแย้งหรือสนับสนุนกันภายในกลุ่ม เช่น หากมีคนหนึ่งแบ่งปันความรู้สึกหรือความเห็นของตนไปแล้ว คนต่อ ๆ มาพูดขึ้นว่าผมเห็นตรงข้ามหรือผมเห็นด้วยกับคนก่อนหน้านี้เพราะ...
5. การแบ่งปันเป็นการกระทำบนฐานสมัครใจ ไม่มีการบังคับให้ผู้เรียนต้องแบ่งปัน หากมีเพื่อนคนใดในกลุ่มไม่ต้องการพูด เขาจะส่งสัญญาณให้สมาชิกคนอื่น ๆ รู้ว่าเขาไม่ต้องการแบ่งปัน
6. เรื่องราวที่ทุกคนแบ่งปันจะต้องเก็บเป็นความลับ

- แบ่งผู้เรียนเป็นกลุ่มย่อย กลุ่มละประมาณ 4-6 คน (ในการอบรมผู้ใหญ่ ซึ่งทุกคนมีทักษะฟังด้วยใจ มีความไว้วางใจกันระดับหนึ่งหรือทีมผู้จัดกระบวนการที่มีประสบการณ์สูง สามารถใช้ในกิจกรรมนี้กับคนจำนวนมากถึง 40 หรือ 50 คน โดยต้องจัดที่นั่งเป็นวงกลมและให้แน่ใจว่าทุกคนเห็นหน้ากันและได้ยินเสียงกันและกัน)
- หลังจากทีทุกคนนั่งในวงกลมกลุ่มย่อยให้บอกกติกาของสภาแห่งการรับฟังดังที่กล่าวมาข้างต้น
- เมื่อเห็นว่าทุกกลุ่มเข้าใจกติกาแล้ว ให้วางปากกาหรือสัญลักษณ์อื่นใดไว้ตรงกลางวงเพื่อเป็นอุปกรณ์ที่ให้คนที่จะพูดถือไว้ในมือในขณะที่พูด
- ในช่วงที่แต่ละกลุ่มเริ่มแบ่งปันให้ผู้จัดกระบวนการสังเกตว่าแต่ละคนปฏิบัติตามกติกาหรือไม่ เช่น หากมีคนหนึ่งคนใดในกลุ่มใช้เวลาแบ่งปันมากกว่า 5 นาที ให้เดินไปใกล้คนนั้นและเตือนเขาเรื่องการใช้เวลา หากในกลุ่มมีคนร้องไห้และสมาชิกในกลุ่มมีท่าทางอึดอัด ไม่รู้จะจัดการอย่างไร หรือมีคนเริ่มพูด เริ่มสอนคนที่ร้องไห้ ให้ผู้จัดกระบวนการเดินเข้าไปยังกลุ่มนั้นและเตือนพวกเขาว่า “ไม่เป็นไรนะ เพื่อนเรากำลังมีอารมณ์ความรู้สึก พวกเราที่เหลือให้เกื้อกูลเพื่อนด้วยการอยู่กับเขาเงียบ ๆ รับรู้ อยู่กับลมหายใจ และผ่อนคลายร่างกาย”
- เมื่อจบกิจกรรมนี้แล้ว ให้ทุกคนขอบคุณกันและกันที่ฟังด้วยใจและไว้วางใจ แบ่งปันประสบการณ์ตรง จากนั้นให้กลับมานั่งในวงใหญ่ หากสังเกตเห็นว่ามีคนที่มีอารมณ์ความรู้สึกอยู่ ให้เชิญชวนทุกคนกลับมารับรู้ลมหายใจ ผ่อนคลายร่างกายสักครู่ เมื่อเห็นว่าเพื่อนที่มีอารมณ์ความรู้สึกพร้อมจะดำเนินกิจกรรมต่อไป ให้ถามผู้เรียนว่าทุกคนมีความรู้สึกอย่างไรบ้างจากการที่ได้แบ่งปัน และช่วงที่ฟังเพื่อนแบ่งปันนั้นมีความรู้สึกอย่างไรบ้าง หลังจากนั้นจึงถามว่าพวกเขาได้เรียนรู้อะไรเกี่ยวกับตัวเองและ

จากเพื่อน และพวกเขาสามารถประยุกต์กิจกรรมนี้ไปใช้ในสถานการณ์
ชีวิตได้อีกบ้าง

5.5 การสอนและสร้างระบบสนับสนุนให้นักเรียนรับมือกับความทุกข์ ในใจ

ความท้าทายซึ่งยากมากที่สุดประการหนึ่งของมนุษย์เราไม่ว่าจะเป็นวัย เพศ ชาติพันธุ์
ตำแหน่งหน้าที่ ชนชั้น หรืออาชีพใด คือการเผชิญกับความทุกข์ทางใจ ไม่ว่าความทุกข์
นั้นจะเป็นผลมาจากความรุนแรง ความไม่เป็นธรรมที่เกิดจากระบบสังคม หรือ
เป็นความทุกข์ตามปกติธรรมดาที่มนุษย์ทุกคนต้องเผชิญ เช่น การสูญเสียคนรัก
ของรัก การเจ็บป่วย การพลัดพราก ความผิดหวัง ความล้มเหลว การเปลี่ยนแปลง
ในชีวิตที่ไม่สามารถคาดการณ์และควบคุมได้

ความทุกข์ทางใจไม่一定会เกิดจากสาเหตุใดล้วนนำมาซึ่งความรู้สึกนึกคิด
หลากหลายภายในจิตใจของคนเรา เช่น ความกลัว ความวิตกกังวล ความเศร้า
เสียใจ ความรู้สึกผิด ความรู้สึกสิ้นหวังท้อแท้ ความรู้สึกโกรธแค้น ความรู้สึกโดดเดี่ยว
ไร้ที่พึ่ง ฯลฯ ความรู้สึกเหล่านี้หากเก็บสะสมไว้ในจิตใจนานหลายวันจะส่งผลต่อ
สุขภาวะด้านอื่น ๆ ของบุคคล ทั้งทางด้านร่างกาย สุขภาวะด้านอารมณ์ความรู้สึก
สุขภาวะทางปัญญา สุขภาวะทางเพศและความสัมพันธ์ และสุขภาวะทางจิตวิญญาณ
ตัวอย่างของอาการความทุกข์เหล่านั้น เช่น ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้จึงมัก
นำไปสู่อาการหงุดหงิดหรือโกรธง่าย หดแรงแง่ ป่วยบ่อย นอนไม่หลับ ไม่มีความ
อยากอาหาร มีภาวะซึมเศร้าและมองโลกในแง่ร้าย ความมั่นใจในตนเองลดลง
ประสิทธิภาพในการเรียน การทำงาน และการตัดสินใจลดลง คิดไม่ชัดและมีปฏิกิริยา
ตอบโต้แบบไม่ยั้งคิด อยากหลีกเลี่ยงหนีผู้คน หรือแม้แต่มีความคิดที่จะฆ่าตัวตาย

ระบบและสถาบันต่าง ๆ ในสังคมของวัฒนธรรมควบคุมครอบงำ วัฒนธรรม บริโภคนิยม วัตถุนิยม และปัจเจกนิยม ไม่มีทั้งศักยภาพและความสนใจที่ให้ความรู้และฝึกสอนทักษะการรับมือกับความทุกข์ในใจให้แก่ผู้คน หรือหากมีระบบช่วยเหลือ เช่น ในเมืองไทยคือหน้าที่ของระบบสาธารณสุข ทุกโรงพยาบาลจะเน้นการใช้จ่ายเป็นหลัก เมื่อคนไม่ใช้จ่ายเพราะรู้ว่ามันช่วยไม่ได้จริง แต่ตัวเองก็ไม่มีความรู้และทักษะในการรับมือกับความทุกข์ ผู้คนจำนวนมาก โดยเฉพาะกลุ่มที่ไม่มีครอบครัว ไม่มีเพื่อนฝูง คอยช่วยเหลือก็อยู่ลึกลงไปใช้วิธีหลีกเลี่ยงหรือรับมือกับความทุกข์ต่าง ๆ นานา ซึ่งไม่ได้ช่วยแก้ไขปัญหาความทุกข์ใจแต่อย่างใด เช่น การเล่นเกมหรือเสพยาบ้า การใช้สารเสพติดหรือเซ็กซ์ การไปเที่ยวเตร่ที่ทำให้เสียเงินมากมาย การไปเดินห้างซื้อของทำร้ายตัวเอง หรือทำร้ายคนอื่นเพื่อระบายความทุกข์ในใจ

เด็กและเยาวชนมีความทุกข์ในใจไม่ต่างจากผู้ใหญ่ แต่ที่ต่างกันคือพวกเขามีแหล่งอำนาจน้อยกว่าผู้ใหญ่หลายด้านมาก เช่น ภาวะที่อายุน้อย บทบาทหน้าที่และสถานภาพของเด็กที่ถูกจัดวางไว้ในครอบครัวและชุมชน ทำให้ไม่มีผู้ใหญ่ฟังเขา เพราะวัฒนธรรมเราสอนให้เขาฟังผู้ใหญ่แต่ฝ่ายเดียว ขาดแหล่งอำนาจทางการเงิน และทรัพย์สินเพราะเด็กไม่สามารถหาเองได้จึงต้องพึ่งพิงผู้ใหญ่ทั้งด้านอาหาร เสื้อผ้า ที่อยู่อาศัย ความปลอดภัย ความรัก และการยอมรับ แหล่งอำนาจด้านความคิดเชิงเหตุผลและปัญญาซึ่งจะใช้ในการแก้ปัญหา แหล่งอำนาจทางทักษะและความรู้หลายด้านที่พวกเขายังไม่ได้รับการฝึกฝน เนื่องจากวัยที่ยังไม่พร้อมหรือแม้อยู่ในวัยที่ควรได้เรียนรู้แต่สภาพแวดล้อมไม่ส่งเสริมและเอื้ออำนวย ด้วยเหตุปัจจัยดังกล่าววิธีการและทางเลือกที่จะรับมือกับความทุกข์ในใจของเด็กจึงน้อยลงเมื่อเทียบกับผู้ใหญ่ เราจึงพบว่าเด็กจำนวนไม่น้อยเมื่อมีภาวะไม่สามารถรับมือกับความทุกข์ในจิตใจของพวกเขาได้ การไปเที่ยวเล่นที่ทำให้เสียเงิน การเล่นเกม การใช้เซ็กซ์และสารเสพติด การทำร้ายตัวเองหรือพยายามฆ่าตัวตายจึงเป็นทางออกรวมถึงการหนีออกจากบ้านซึ่งทำให้ชีวิตพวกเขาเสี่ยงต่อการถูกแสวงหาประโยชน์

ครูคือผู้ใหญ่ที่มีความสำคัญยิ่งต่อชีวิตเด็กทั้งในแง่การศึกษาเรียนรู้และการเผชิญปัญหาในชีวิต ในสมัยก่อนเราจึงมักได้ยินคนในสังคมไทยพูดว่าครูคือพ่อแม่คนที่สองของเด็ก ครูสามารถสร้างระบบสนับสนุนเด็กนักเรียนที่มีปัญหาด้วยวิธีต่าง ๆ ดังนี้

1. ใช้กิจกรรมที่เรียกว่า Check in (ผู้เขียนแปลว่า แบ่งปันทุกข์สุข) เป็นกิจกรรมที่ให้เด็กทุกคนในห้องแบ่งปันความรู้สึก โดยพูดคนละสองสามประโยค แต่แต่ละคนใช้เวลาประมาณครึ่งนาที เมื่อมีคนหนึ่งพูดครูและเพื่อนในห้องทำหน้าที่เป็นประจักษ์พยาน กิจกรรมนี้สามารถทำเป็นประจำวันหรืออาทิตย์ละครั้ง วิธีการนี้ช่วยให้เด็กนักเรียนที่มีปัญหาทราบว่าเมื่อมีความทุกข์ในใจ ห้องเรียนเป็นสถานที่ปลอดภัยที่เขาสามารถระบายความทุกข์เหล่านั้นได้

2. สร้างระบบช่วยเหลือผ่านคู่มือหรือกลุ่มกัลยาณมิตร ควรจัดระบบช่วยเหลือนี้ (หากเป็นกลุ่มกัลยาณมิตรจำนวนไม่ควรเกินสี่คนต่อกลุ่ม) ตั้งแต่เริ่มแรกของภาคเรียน ให้บอกวัตถุประสงค์ของการจัดคู่มือหรือกลุ่มกัลยาณมิตรว่าเป็นระบบช่วยเหลือกันและกันของนักเรียนตลอดเทอม บอกถึงกติกาของระบบนี้ว่าทุกครั้งที่มีการแบ่งปันต้องใช้การฟังด้วยใจ อยู่กับเพื่อน และเป็นประจักษ์พยานเรื่องราวของเพื่อน และเก็บรักษาความลับภายในกลุ่ม วิธีการจับคู่มือหรือจัดกลุ่มให้พิจารณาตามความเหมาะสม เช่น ความแตกต่างทางเพศ ชาติพันธุ์ บุคลิกภาพ (Introvert/Extrovert) เมื่อจัดระบบแล้วต้องใช้เวลาคู่มือหรือกลุ่มกัลยาณมิตรทำความรู้จักกันด้วยการแบ่งปันชีวิตส่วนตัวเพื่อให้มีความสัมพันธ์และเกิดความไว้วางใจระหว่างกัน เช่น แบ่งปันเรื่องชีวิตครอบครัว หนังสือที่ชอบอ่าน ความฝันในชีวิต เป็นต้น

3. หลังจากจัดระบบนี้แล้วครูต้องกำหนดเวลาให้ผู้เรียนใช้ระบบคู่มือหรือกลุ่มกัลยาณมิตรอย่างสม่ำเสมอ เช่น ใช้ระบบสนับสนุนนี้ทุกวันครั้งละประมาณ 8-10 นาที โดยการให้แต่ละคนแบ่งปันเรื่องราวที่เกิดขึ้นในชีวิตวันนั้นหรือช่วง

อาทิตยนั้นทั้งเรื่องที่ยุ่งยากและเรื่องดี ๆ (คนละประมาณ 3-5 นาที) หากใช้ระบบกลุ่มกลุ่ยามิตรจำนวน 3 หรือ 4 คน ต้องใช้เวลาแบ่งปันมากขึ้น หากไม่สามารถจัดเวลาให้ผู้เรียนทำได้ต่อเนื่องทุกวันครูสามารถให้คู่มือหรือกลุ่มกลุ่ยามิตรใช้เวลาด้วยกันนอกห้องเรียน เช่น ให้รับประทานอาหารด้วยกันอาทิตยละครั้ง ให้พูดคุยแบ่งปันช่วงพักเรียนอาทิตยละหนึ่งครั้ง เป็นต้น หลังจากจัดระบบนี้ไปแล้วสองอาทิตยครูต้องตรวจสอบด้วยว่ามีคู่มือหรือกลุ่มใดที่มีปัญหาบ้าง เช่น เข้ากันไม่ได้ มีการใช้อำนาจกดทับกัน ไม่ฟังกันเมื่อเพื่อนแบ่งปัน หากเกิดปัญหานี้ขึ้นให้นำมาพูดคุยแลกเปลี่ยนในห้องเรียนผ่านการฟังด้วยใจ ให้ครูสอบถามคู่มือหรือกลุ่มที่ไปได้ดีว่ามีเหตุปัจจัยอะไรที่ทำให้กลุ่มสนับสนุนกันได้อย่างดี และพวกเขาได้ประโยชน์อะไรบ้างจากการมีคู่มือหรือกลุ่มกลุ่ยามิตรนี้ การสอบถามกลุ่มที่ทำได้ดีก็เพื่อให้กลุ่มมีปัญหาได้เรียนรู้ เห็นความสำคัญของการมีกลุ่มสนับสนุน และเห็นวิธีการจากเพื่อนเพื่อนำมาปรับปรุงกลุ่มของตนเอง

4. ใช้กระบวนการปรึกษาแนวฟื้นฟูอำนาจและศักยภาพเป็นรายบุคคล โดยใช้ชุดทักษะการปรึกษาแนวนี้ที่ประกอบด้วย การฟังด้วยใจ การสรุปประเด็นสำคัญ และสะท้อนกลับ การบอกจุดแข็งหรืออำนาจภายในตัวเด็ก การระบุความรุนแรง (ในกรณีที่ได้พบความรุนแรงไม่ว่ารูปแบบไหนก็ตาม) และการใช้คำถามเพื่อเชิญเด็กให้ทบทวนวิธีแก้ปัญหาคือใช้อยู่แต่ไม่ได้ผลและหาทางออกใหม่เพิ่มเติม (อ่านรายละเอียดกระบวนการปรึกษาแนวนี้จากหนังสือการปรึกษาเพื่อฟื้นฟูอำนาจและความเป็นธรรมแนวสตรีนิยม เขียนโดย อวยพร เชื้อนกแก้ว หรือมาเข้าร่วมอบรมหลักสูตรดังกล่าวของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพฯ ที่จัดขึ้นทุกปี)

5. สอนเรื่องกระบวนการทำงานของจิตใจมนุษย์และวิธีการรับมือกับความทุกข์ในใจผ่านองค์ความรู้และกิจกรรมท้องฟ้าและก้อนเมฆ ซึ่งประกอบด้วยแนวคิดและกิจกรรมดังต่อไปนี้

ก้องฟ้าและก้อนเมฆ

ยี่สิบกว่าปีก่อนผู้เขียนเริ่มสนใจการฝึกสมาธิภาวนา และได้เข้าร่วมอบรมแนวพุทธของศูนย์วิปัสสนาโกเอ็นก้า (Goenka) การฝึกสติในชีวิตประจำวันและการใช้ธรรมะเพื่อทำงานสังคมและสิ่งแวดล้อมจากท่านติช นัท ฮันห์ (Thich Nhat Hanh) และอาจารย์โจแอนนา เมซี เรียนรู้เรื่องพุทธศาสนาแนวสตรีนิยมจากอาจารย์คริสตินา เฟลด์แมน Christina Feldman) ภิกษุณีธัมมันทา และภิกษุณีอาจารย์เทนซิล พัลโม (Tenzin Palmo) การเข้าร่วมฝึกสมาธิภาวนาและเรียนรู้ธรรมะเพื่อสังคมจากชีวิตของอาจารย์ดังกล่าวช่วยสร้างแรงบันดาลใจ ความเชื่อมั่น และความศรัทธาในการศึกษาและฝึกปฏิบัติ ประโยชน์ที่ได้รับโดยตรงคือได้เยียวยาเปลี่ยนแปลงความโกรธเพราะเดิมเป็นคนมีความไม่พอใจและหงุดหงิดง่าย โดยเฉพาะกับสถานการณ์ที่มีการใช้อำนาจผิดและความไม่เป็นธรรมทั้งที่เกิดขึ้นกับตนเอง คนรอบข้าง และกลุ่มคนชายขอบในสังคม ที่สำคัญคือเมื่อยี่สิบสี่ปีการเป็นนักอบรมสอนกลุ่มคนผู้ได้รับผลกระทบจากสงคราม ความขัดแย้ง ความรุนแรง และความไม่เป็นธรรมรูปแบบต่าง ๆ ทำให้ยิ่งเห็นความสำคัญของการพัฒนามิติด้านจิตวิญญาณ ผู้เรียนที่เป็นเหยื่อของความรุนแรงและความไม่เป็นธรรม และในกลุ่มผู้เรียนที่ไม่ได้เป็นเหยื่อความรุนแรงแต่มีความเครียดสะสมเรื้อรัง มีอาการหมดไฟ สิ้นหวัง มีความโกรธแค้น หรือมีอาการเจ็บป่วยจากการอดทนทำงานเพื่อทำให้สังคมดีขึ้น

ในปี พ.ศ. 2537 ผู้เขียนอ่านหนังสือ *The Tibetan Book of Living of Dying* เขียนโดยอาจารย์พุทธทิเบตชื่อ โซเกียล รินโปเช (Sogyal Rinpoche) ผู้เขียนอ่านหนังสือเล่มนี้เพื่อเตรียมตัวไปช่วยดูแลเพื่อนสนิทซึ่งป่วยเป็นมะเร็งเต้านมในช่วงสุดท้ายของชีวิต แก่นของสาระหนังสือเล่มนั้นผลักดันให้สนใจเรื่องการพัฒนาจิตใจอย่างจริงจัง อาจารย์ผู้เขียนหนังสือพูดถึงสภาวะจิตใจของคนใกล้ตาย ช่วงเวลาระหว่างที่จิตละจากชีวิตนี้และไปเกิดใหม่ (บาร์โด) และการฝึกฝนจิตใจเพื่อจะใช้ชีวิตก่อนตายอย่างสงบสุข (หนังสือเล่มนี้ได้รับการแปลเป็นภาษาไทยโดยพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล ชื่อ *เหนือห้วงมรรณพ และ ประตูลู่สภาวะใหม่*)

หนังสือเล่มที่เอื่อยข้างต้นและหนังสืออีกเล่มชื่อ *Reflections on the Mountain Lake* เขียนโดยหลวงแม่เทนซิล พัลโม อาจารย์ภิกษุณีสายทิเบต อธิบายจิตวิทยาแนวพุทธระดับพื้นฐานให้เข้าใจง่าย ๆ ว่าสภาพจิตใจเดิมแท้อันเป็นธรรมชาติที่ติดตัวมาแต่กำเนิดของมนุษย์ทุกคนนั้นเปรียบเสมือนท้องฟ้าที่ไร้ก้อนเมฆอันเป็นสภาวะของความสว่างจ้า โปร่ง โล่ง แจ่มแจ้ง สงบ สดใส ไร้ขอบเขต แต่ท้องฟ้ามักจะมีกลุ่มก้อนเมฆมาบังทำให้ฟ้ามีมืดมัว หลวงแม่พัลโมบอกว่า ก้อนเมฆต่าง ๆ หมายถึงความคิด ความรู้สึก การให้คุณค่าความหมาย ความฝัน และจินตนาการที่เกิดขึ้นภายในจิตใจมนุษย์ทุกคน การอธิบายนี้ช่วยให้ผู้เขียนเข้าใจแจ่มแจ้งถึงความทุกข์ในจิตใจตนเองและคนอื่น ๆ เมื่อใดก็ตามที่จิตใจเราเต็มไปด้วยกลุ่มก้อนเมฆซึ่งหมายถึงภาวะที่ใจจมจ่อมอยู่กับความคิดความรู้สึกต่าง ๆ นานา เมื่อนั้นเราจะตัดขาดจากจิตเดิมแท้ของตัวเองซึ่งจะทำให้ใจไร้ความสดใส ขาดความชัดเจน มีความสับสน วกวน และหากก้อนเมฆที่เราจมจ่อมอยู่เป็นความรู้สึกลบแน่นอนว่าจิตใจจะมีความหนักอึ้ง ห้วนไหว กระสับกระส่าย และสั่นคลอน ต่อมาเมื่อได้ไปฝึกอบรมสติในชีวิตประจำวัน ท่านดิช นัท ฮันท์ และสังฆะของท่านก็ยังทำให้เข้าใจที่มาที่ไปของความโกรธและความเครียดสะสมภายในตนเองและรู้วิธีที่จะทำให้จิตใจปล่อยวางความรู้สึกลบนี้ได้ ความเข้าใจเรื่องท้องฟ้าก้อนเมฆและการได้เรียนรู้วิธีฝึกจิตใจในชีวิตประจำวันเป็นการตื่นรู้ที่มีความหมายต่อชีวิตเป็นอย่างมาก เพราะได้มองย้อนไปถึงความทุกข์ตั้งแต่วัยเด็ก ความทุกข์จากการทำงาน ความทุกข์จากความสัมพันธ์ และรู้วิธีที่จะไม่ให้ตนเองจมจ่อมอยู่กับทุกข์จนบั่นทอนสุขภาพและลดทอนประสิทธิภาพในการทำงาน ที่มากกว่านั้นคือได้รู้วิธีสร้างความเบิกบาน ความสุข และความสงบเย็นจากภายใน

จิตใจซึ่งจมอยู่ในกลุ่มก้อนเมฆที่แม้จะเป็นก้อนเมฆแห่งความคิดดีงามก็ทำให้เราหลงไปอยู่ในความคิดดังกล่าวได้ไม่ต่างจากความคิดลบ เราจึงไม่รับรู้สิ่งที่เกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ เช่น ไม่ได้ยินเสียงนกร้อง ไม่เห็นความงามของทุ่งหญ้า ไม่รู้ว่ากำลังเคี้ยวอาหาร ไม่รู้ตัวว่ากำลังเดิน กำลังนั่ง ไม่รับรู้ความรู้สึกของคนที่กำลังเล่า

ความทุกข์ให้เราฟัง และไม่มีทางรู้เลยว่ากำลังหายใจอยู่ การจมจ่อมอยู่กับความคิด ความรู้สึกทำให้เราไม่ได้ใช้ชีวิตจริง ๆ เพราะใจเราจมอยู่เพียงในโลกของความคิดของตัวเอง

การปล่อยวางความคิดและความรู้สึกก็เหมือนกับการกระโดดขึ้นฝั่งจากกระแสน้ำที่ไหลเชี่ยวกรากซึ่งบางครั้งทำให้เราจม เรากระโดดขึ้นจากกระแสน้ำและไปยืนอยู่บนฝั่งเพื่อจะได้รู้ตัวว่ามีก้อนเมฆก้อนใดบ้างที่อยู่เหนือจิตใจและพัดพาเราลงไปในไกล เราอาจจะใช้เทคนิคการระบุชื่อความคิดความรู้สึกเหล่านั้น เช่น เรียกชื่อมันว่า ความกังวล ความเสียใจ การเปรียบเทียบ ความรู้สึกผิด การวางแผนอนาคตหรือจินตนาการ จากนั้นเราจึงมาพิจารณาดูว่าเมฆก้อนไหนที่เป็นประโยชน์และนำไปปฏิบัติให้เกิดขึ้นจริงได้ มีความคิดใด ความรู้สึกใดที่ไม่มีประโยชน์ ซึ่งเราควรปล่อยมันไป เมื่อได้ฝึกแบบนี้บ่อย ๆ ในชีวิตประจำวัน เราก็จะกระโดดขึ้นฝั่งได้เร็วและง่ายขึ้น เรากระโดดขึ้นฝั่งเพื่อจะกลับไปยังท้องฟ้าใสของเรา ผู้เขียนพบว่าเมื่อฝึกเรื่องนี้ให้เป็นเรื่องง่ายและสนุก ไม่คิดเปรียบเทียบกับใคร ไม่คาดหวังสิ่งใด เราจะสามารถฝึกจิตให้กระโดดขึ้นฝั่งจากการไหลไปกับความคิดได้กับทุกกิจกรรม แม้ในช่วงอาบน้ำ แปรงฟัน ตากผ้า กวาดบ้าน กินข้าว เล่นกับเด็ก หรือนั่งมองต้นไม้ใบหญ้า

อาจารย์ภิกษุณีเทนซิล พัลโม สอนว่าช่องว่างระหว่างความคิดคือช่วงขณะที่เรากลับไปหาโพธิจิตของเรา การกลับมาอยู่กับปัจจุบันขณะคือการปล่อยวางเป้าหมายของการฝึกภาวนาของพุทธคืออิสรภาพ นั่นคือการปล่อยจิตใจของเราให้เป็นอิสระจากการยึดติดกับความคิด ความรู้สึกของตนเองที่เราหลงไปว่าเป็นตัวตนของเราไม่ว่าจะเป็นเรื่องดีหรือเรื่องร้ายก็ตาม เพราะการยึดติดหรือการยึดถือแม้กับความคิดและการกระทำที่ดีของตนเอง ก็สามารถก่อให้เกิดความทุกข์หรือปัญหาได้ เพราะมันจะทำให้เราไม่ฟังคนอื่น ตัวตนเราจะใหญ่ขึ้นเพราะไปมองเห็นว่าความคิดของเราดีกว่าหรือถูกต้องกว่าคนอื่น

ทุกสิ่งทุกอย่างมีธรรมชาติของมันคือความไม่เที่ยง สิ่งต่าง ๆ เปลี่ยนแปลงและไม่ได้อยู่ในการควบคุมของเราแม้แต่ชีวิตของเราเอง ดังนั้นการไปยึดมั่นในสิ่งใดก็เท่ากับการเชื่อเชื้อมความทุกข์เข้ามาในใจเรา เราทุกข์เพราะใช้ชีวิตตรงกันข้ามหรือไม่ตรงกับความเป็นจริง นี่ไม่ได้หมายความว่าเราจะไม่ชื่นชม ยินดี เบิกบาน มีความสุขกับสิ่งดี ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิต ประเด็นคือสิ่งดี ๆ เหล่านั้นก็จะจากไปเช่นกัน เพราะเรารู้ว่ามันจะจากหรือจะเปลี่ยนไปในนั่นเองเราจึงเห็นคุณค่าของมัน ดังนั้นเราจึงอยู่กับปัจจุบันเต็มทีเมื่อมันเกิดขึ้นตรงหน้าเรา

ความทุกข์ซึ่งสะสมมาตั้งแต่วัยเด็กทำให้ผู้เขียนมีอาการนอนไม่หลับกว่า 25 ปี เมื่อผ่านภาวะช่วงนั้นมาได้ก็มักจะนอนไม่หลับจากการคิดเรื่องงาน การวางแผนทำงานที่เก็บเอาไปฝัน ไม่ว่าจะเป็นการประชุม การสอน และการถกเถียง ทุกเช้าจะตื่นขึ้นด้วยอาการจ้วะเยา เหนื่อยล้า แม้จะหลับไปหลายชั่วโมงก็ตาม การได้เรียนรู้เรื่องฟ้าใสไร้ก้อนเมฆจึงเห็นว่าชีวิตทั้งชีวิตก่อนหน้านี้เต็มไปด้วยความคิด ความรู้สึกชีวิตดำเนินในจึงเป็นเหมือนการอยู่ในกระแสน้ำวนที่ไม่รู้ว่าจะออกมาอย่างไร แม้ในยามหลับ ปัญญาและการตื่นรู้อันยิ่งใหญ่นี้ช่วยให้ผู้เขียนเข้าใจคนอื่น ๆ ที่มีความทุกข์ เพราะตัวเองเคยผ่านมาก่อน หรือเวลาพบคนที่ใช้อำนาจกับคนอื่น ๆ หรือปกป้องตนเองก็เข้าใจได้เพราะในขณะนั้นเขาเหล่านั้นยังติดอยู่กับก้อนเมฆอคติและความไม่รู้มากมายที่ครอบคร้วและสังคมหล่อหลอมมา แต่ไม่ได้แปลว่าเขาจะเป็นเช่นนั้นตลอดไป

อาจารย์โจแอนนา เมซี ผู้สอนเรื่องนิเวศวิทยาแนวสิกพุทธว่าฟ้าใสนี้คือจิตใจแห่งปัญญาและความเมตตากรุณา คือธรรมชาติอันแท้จริงของคนเราทุกคน การกลับมาয়ฟ้าใสคือการกลับมาบ้านที่แท้จริงของเรา ความคิด ความรู้สึก ความเชื่อด้านลบใด ๆ ไม่ใช่สิ่งเที่ยงแท้ของตัวตนเรา เป็นเพียงแค่อันเมฆ ตัวตนที่แท้จริงของเราคือปัญญาและความเมตตากรุณาที่ไม่มีสิ้นสุด

เวลาสอนอบรมเรื่องกระบวนการทำงานของจิตใจมนุษย์ผู้เขียนจึงใช้อุปมาอุปไมยท้องฟ้าและก้อนเมฆเพื่ออธิบายกระบวนการทำงานของจิตใจซึ่งทำให้เกิดความทุกข์และวิธีการที่จะทำให้ความทุกข์ลดลง ช่วยให้เราไม่ต้องเชื่อมโยงกับสถาบันศาสนาหรือความเชื่อของลัทธิใด เพราะมนุษย์ทุกคนไม่ว่าจะเป็นวัย เพศชาติพันธุ์ ชนชั้น หรือสัญชาติใด ล้วนมีความคิดความรู้สึกไม่ทุกข์ก็สุขในใจทุกวัน

ขั้นตอนการสอนเรื่องกระบวนการทำงานของจิตและวิธีการแก้ปัญหาความทุกข์ใจ:

- เริ่มต้นด้วยการถามผู้เรียนให้อธิบายถึงสภาพฟ้าใสไร้ก้อนเมฆ พวกเขา มักตอบว่าเป็นสภาพของความโล่ง โปร่ง เบาสบาย สงบ กว้างใหญ่ไพศาล สว่าง สดใส เป็นวันซึ่งเราเห็นทุกอย่างอย่างที่มีนัยเป็น ให้เขียนคำตอบของพวกเขาลงส่วนบนสุดของกระดานใกล้ๆ ประโยคที่เขียนไว้ว่าฟ้าใส ไร้ก้อนเมฆ จากนั้นถามต่อว่ามีใครบ้างในชีวิตที่ผ่านมาตื่นขึ้นด้วยสภาพจิตใจแบบฟ้าใสไร้ก้อนเมฆ ทุกคนจะยกมือว่าเคยมีประสบการณ์นั้น ให้ถามต่อว่าเกิดอะไรขึ้นบ้างในช่วงนั้นของชีวิต พวกเขาจะตอบแตกต่างกันไป (สำหรับผู้เรียนที่เป็นผู้ใหญ่) เช่น ทำงานเสร็จ สงบ สิ้นหน็ด เรียนจบ ลาออกจากงานที่แย่ ได้ดูแลคนใกล้ชิดจนหายป่วย มีวันหยุดยาว ให้ได้พักผ่อนเต็มที่ ได้คลี่คลายความขัดแย้งกับคนใกล้ชิด ฯลฯ
- พูดอธิบายต่อไปว่าแต่ท้องฟ้ามันไม่ได้สดใสไร้ก้อนเมฆตลอดเวลา เพราะจะมีก้อนเมฆไหลเข้ามาเรื่อย ๆ แต่มาแล้วก็จางหายไป บางครั้งมีพายุ พายุร้อน พายุแลบ และฝนตก แต่หลังจากนั้นท้องฟ้าจะกลับมาสดใสอีก (ผู้เขียนจะบอกผู้เรียนว่าการร้องให้เป็นเรื่องปกติในกระบวนการเรียนรู้ การร้องไห้คือการเยียวยาทำให้ท้องฟ้าในใจเราสดใส) ก้อนเมฆมากมายที่เข้ามาในจิตใจของเราอาจจัดแบ่งหมวดหมู่ได้ดังนี้ กลุ่มแรกเป็น **เรื่องราว**

ในอดีต คือความทรงจำที่จิตใจเรายังยึดไว้และนำความทุกข์ใจมาให้ เมื่อนึกถึงเหตุการณ์นั้น ให้ถามผู้เรียนว่าใครบ้างที่ยังมีความทุกข์ใจเมื่อก่อนเมฆอดีตมาเยือนจิตใจ (ในการอบรมของศูนย์ฯ พบว่าผู้เรียนเกือบทุกคนยกมือบอกว่าเขายังมีความทุกข์จากอดีต) ให้ถามต่ออีกว่าเมื่อก่อนเมฆอดีตมาเยือนจิตใจมันนำความรู้สึกด้านลบอะไรมาบ้าง พวกเขาตอบว่าเสียใจ เสียหาย ผิดหวัง น้อยใจ รู้สึกผิด โกรธ แค้น ไม่พอใจ โหยหา ฯลฯ ให้จดคำตอบผู้เรียนลงบนกระดาน

- อธิบายต่อว่าเมฆกลุ่มที่สองคือ **ก้อนเมฆอนาคต** คือความคิดและความรู้สึกทั้งหมดที่เกิดจากการคาดการณ์ ความคาดหวัง การสร้างภาพเอาไวล่วงหน้า ความหวัง ความฝัน การวางแผนที่นำมาซึ่งความทุกข์ใจ ถามผู้เรียนว่าใครบ้างที่ทุกข์กับก้อนเมฆอนาคต และถามต่อว่าเป็นความรู้สึกทุกข์แบบใดบ้าง ในการอบรมของเราผู้เรียนที่เป็นผู้ใหญ่จะตอบว่าความวิตกกังวลใจ ความกลัว ความไม่มั่นใจ รู้สึกไม่มั่นคง มีความเครียด ท้อแท้ ฯลฯ ให้เขียนคำตอบผู้เรียนลงบนกระดาน
- อธิบายต่อว่าก้อนเมฆกลุ่มที่สามคือ **ความคิดทั่วไป** ซึ่งไม่จัดว่าเป็นอดีตหรืออนาคตแต่มักเป็นความคิดหรือความรู้สึกปัจจุบันที่เกิดขึ้นจากการคิด การได้ยิน การได้เห็น การรับรู้กลิ่นรส จากนั้นภายในก็จะเกิดการคิด วิเคราะห์ เปรียบเทียบ การตีตรา ตัดสิน ให้ค่าความหมายดีหรือไม่ดี พอใจ ไม่พอใจ มีความอยากได้ หรืออยากหลีกเลี่ยง เราถามผู้เรียนว่าใครบ้างที่มักจะเกิดความทุกข์ใจจากสิ่งที่ได้ยิน ได้เห็น ได้ลิ้มรส หรือได้กลิ่น เขียนคำตอบผู้เรียนลงบนกระดาน อธิบายต่อว่ากลุ่มก้อนเมฆอีกกลุ่มคือ **จินตนาการ** ฝันเฟื่องในเรื่องที่เป็นไปไม่ได้ เช่น จินตนาการว่าหากถูกหวยแล้วจะทำอย่างไรกับเงินที่ได้มา จินตนาการถึงการมีคู่และการสร้างครอบครัว หรือเรื่องอื่น ๆ ถามผู้เรียนว่าใครบ้างที่เสียเวลาไปกับจินตนาการและความฝันซึ่งไม่มีทางเกิดขึ้นจริงได้

- ถามผู้เรียนว่าในชีวิตที่ผ่านมาใครบ้างยังมีกลุ่มก้อนเมฆทุกชนิดรบกวนจิตใจ และถามต่อว่ามีใครบ้างที่ก้อนเมฆเหล่านี้ทำให้ทุกสิ่งเป็นระยะเวลานาน เช่น เป็นอาทิตย์ เป็นเดือน (ในการอบรมของเรามีคนยกมือเป็นจำนวนมาก ให้ผู้จัดกระบวนการชวนให้ทุกคนมองไปรอบห้องเพื่อเขาจะรู้ว่าความทุกข์ใจไม่ได้เกิดขึ้นกับตนเพียงลำพัง)
- จากนั้นให้ถามต่อว่าคนที่ยกมือขึ้นตลอดความทุกข์ในจิตใจที่บอกมา ส่งผลต่อชีวิตอย่างไรบ้าง ในการอบรมเราได้คำตอบดังนี้ กินไม่ได้ หรือกินมาก นอนไม่หลับ หรือนอนมากแต่ยังไม่รู้สึกว่าได้พักผ่อนเพียงพอ ร่างกายเกร็ง ปวดตามเนื้อตัว ป่วยง่าย มีปัญหาเรื่องการขับถ่าย หงุดหงิด และโกรธง่าย ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ได้ คิดไม่ชัด ประสิทธิภาพในการแก้ปัญหา การตัดสินใจ หรือการทำงานลดลง คิดวกวนเรื่องเดิม ลงโทษตัวเอง รู้สึกอาย ความมั่นใจในตนเองลดลง มีความวิตกกังวลสูง ต้องการหลีกเลี่ยงผู้คน ทำร้ายตนเอง ทำร้ายข้าวของ รู้สึกผิด คิดจะฆ่าตัวตาย
- จากนั้นให้ถามผู้เรียนว่ามีวิธีการจัดการกับความทุกข์ในใจแล้วทำให้ท้องฟ้า (สภาพจิตใจ) กลับไปสดใส สว่าง โล่ง โปร่ง เหมือนฟ้าใสไร้ก้อนเมฆอย่างไรบ้าง
- ให้เขียนคำตอบของทุกคนไว้บนกระดาน (เพราะนี่คือปัญญาจากกลุ่ม) ในการอบรมของเราผู้เรียนที่เป็นผู้ใหญ่จะมีคำตอบ เช่น ระบายกับเพื่อน ปลุกต้นไม้ ทำความสะอาดบ้าน เล่นกับสัตว์เลี้ยง เขียนระบาย ความในใจ ร้องให้ ทำอาหารโปรด ดูหนังตลก แม่เมตตา สวดมนต์ ฟังสมาธิ ร้องเพลง เต้นรำ จัดบ้านใหม่ เปลี่ยนทรงผม อ่านหนังสือที่ให้แรงบันดาลใจและกำลังใจ นึกถึงคนที่แย่กว่าเรา เตือนตนเองว่าเดี๋ยวเรื่องนี้ก็จะผ่านไป ให้กำลังใจตนเองว่าเราทำดีที่สุดแล้ว ถอยออกมาจากสถานการณ์นั้น ขอความช่วยเหลือจากคนที่ไว้วางใจได้ ให้เวลาและยอมรับข้อจำกัดของตัวเอง อยู่กับธรรมชาติ ทำงานฝีมือหรือศิลปะ นอนหลับพักผ่อน เป็นต้น

ให้บอกผู้เรียนว่าทั้งหมดที่ทุกคนบอกมาเราเรียกว่ากิจกรรมการรักและดูแลตัวเอง (Self-care)

- ให้ผู้เรียนทบทวนว่ามีกิจกรรมดูแลตนเองวิธีไหนอีกบ้างที่พวกเขาได้เรียนรู้เพิ่มเติมจากเพื่อนและจะนำไปใช้เมื่อชีวิตเผชิญกับความทุกข์

เทคนิควิธีการหลักที่ศูนย์ฯ ใช้ฝึกอบรมผู้เรียนให้หลุดออกมาจากการจมจ่อมกับกลุ่มก้อนเมฆไม่ว่าจะเป็นความกลัว ความโกรธ ความรู้สึกหงา เศร้า โดดเดี่ยว ท้อแท้ สิ้นหวัง หรือความคิดและความรู้สึกกลบอื่นใดก็ตาม คือการถอนจิตใจออกจากความคิดและความรู้สึกโดยใช้เทคนิคการกลับมารับรู้ลมหายใจและร่างกาย เพราะลมหายใจไม่มีความรู้สึก ไม่มีความคิด ส่วนร่างกายนั้นไม่มีความคิดแต่มีความรู้สึกตามธรรมชาติที่เกิดขึ้นจริงตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย (Sensations) เช่น ความอุ่น ร้อน เย็น หนัก เบา หนืด หนึบ ติ่ง เย็น ผ่อนคลาย ตราบใดที่ยังมีชีวิตอยู่บนมนุษย์ทุกคนมีร่างกายและลมหายใจอยู่กับตนเองตลอดเวลาในทุก ๆ ที่

การฝึกด้วยเทคนิคนี้เหมาะกับทุกคนเพราะไม่จำเป็นต้องเชื่อมโยงกับศาสนา เป็นเทคนิควิธีซึ่งเหมาะกับคนที่ใช้ความคิดตลอดเวลา มีการใช้เทคนิคนี้มานานแล้วในหมู่นักวิชาชีพด้านสุขภาพเพื่อเยียวยาคนไข้ที่เจ็บป่วยจากประสบการณ์ที่พบความรุนแรงและความไม่เป็นธรรม (Trauma Survivors) เช่น ผู้ที่มีอาการซึมเศร้า เด็กและผู้หญิงที่ถูกทำร้ายทางเพศ คนข้ามเพศ ผู้อยู่ร่วมเชื้อเอชไอวี คนไร้บ้าน ผู้พิการ ผู้อพยพลี้ภัย นอกจากนี้กลุ่มคนที่ทำงานด้านสังคมและการศึกษาใช้เทคนิคเดียวกันนี้ในการทำงานกับผู้ต้องขัง ผู้ป่วยระยะสุดท้าย ผู้ป่วยโรคภัยแรง ผู้ป่วยเรื้อรัง ผู้ติดสารเสพติด เด็กออทิสติก ผู้ซึ่งอยู่ในสถานการณ์หรือผ่านสงครามและความขัดแย้ง

5.6 การสื่อสารสะท้อนกลับแบบสันติวิธี

ลักษณะหนึ่งของวัฒนธรรมครอบครัวคือการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหาหรือการจัดการความขัดแย้ง (ดูตารางเปรียบเทียบวัฒนธรรมครอบครัวและวัฒนธรรมอำนาจร่วมของ โรแนน ไอส์เลอร์ ในบทที่สอง) ในวัฒนธรรมนี้เมื่อใดที่เกิดความขัดแย้งระหว่างบุคคลหรือกลุ่มคนที่มีแหล่งอำนาจมากกว่ามักจะใช้ความรุนแรงจัดการกับคนหรือกลุ่มคนที่มีแหล่งอำนาจน้อยกว่าเสมอ ตั้งแต่การไม่ฟังเสียง การใช้อาวุธ ใช้กำลังคน พร่ำพรวก หรือแม้แต่กฎหมายหรือระเบียบข้อบังคับ เพื่อให้ อีกฝ่ายหนึ่งยอมแพ้และได้รับความเสียหาย การใช้ความรุนแรงในหลายเรื่องราวยัง ได้รับความชอบธรรมทางกฎหมายหรือทางวัฒนธรรม

ในสังคมครอบครัวแบบชายเป็นใหญ่ที่ให้อำนาจและคุณค่าต่อเพศชายและ ความเป็นชายมากกว่าเพศหญิงและความเป็นหญิง เราจะเห็นว่าวัฒนธรรมสั่งสอน และกดดันให้ผู้ชายใช้ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหาและความขัดแย้งผ่าน กระบวนการสร้างความเป็นลูกผู้ชายว่าเป็นผู้มีศักดิ์ศรีที่แพ้ไม่ได้ แต่อบรมสั่งสอน ให้ผู้หญิงยอมรับความรุนแรงผ่านความอดทนหรือสยบยอมผ่านความเป็นลูกสาว ผู้หญิง เมียและแม่ที่ดี จึงกล่าวได้ว่าวัฒนธรรมครอบครัวแบบชายเป็นใหญ่นี้สั่งสอน หล่อหลอมให้บุคคลหรือกลุ่มคนที่มีแหล่งอำนาจมากกว่าให้มีความก้าวร้าวรุนแรง (Aggression) และหล่อหลอมกดดันทั้งทางตรงและอ้อมให้กลุ่มคนที่มีแหล่งอำนาจ น้อยกว่าให้สยบยอม (Passivity) ปัญหาหรือความขัดแย้งหลายรูปแบบซึ่งไม่ยุติธรรม หรือไม่ชอบธรรมจึงดำรงอยู่เป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมนี้โดยปราศจากการท้าทาย หรือการตั้งคำถาม สิ่งที่ตามมาคือวัฒนธรรมครอบครัวหล่อหลอมให้คนเรามีทางเลือก ในการแก้ปัญหาความขัดแย้งอยู่สองแบบคือการใช้ความก้าวร้าวรุนแรงและการ สยบยอม (ทั้งที่เต็มใจโดยวัฒนธรรมและไม่เต็มใจ) ซึ่งทั้งสองทางนี้ไม่ได้ช่วย แก้ปัญหา สร้างสันติ หรือสร้างคามยุติธรรมไม่ว่าระดับใดก็ตาม

สันติวิธีคือทางสายกลางและเป็นทางเลือกที่เราออกจากวัฒนธรรมนี้ เพราะเป้าหมายของสันติวิธีคือการสร้างคุณธรรมหรือฟื้นฟูคุณธรรมของบุคคล กลุ่มคน หรือประเทศที่ได้รับความไม่เป็นธรรมหรือเหตุการณ์ความขัดแย้ง (ท่านที่สนใจ เรื่องสันติวิธีสามารถศึกษาเพิ่มเติมได้จากแนวคิด หลักการและปฏิบัติการสันติวิธีของกลุ่มแควเกอร์ มาร์แชล โรเซนเบิร์ก มาร์ติน ลูเธอร์คิง หรือเนลสัน แมนเดลา)

ในหนังสือเล่มนี้ผู้เขียนจะเสนอเฉพาะเรื่อง*การสื่อสารสะท้อนกลับแบบสันติวิธี* ซึ่งผู้เขียนประยุกต์เครื่องมือนี้จากกลุ่มแควเกอร์ที่ใช้ในการสอนเรื่องการคลี่คลายความขัดแย้ง และได้ใช้เครื่องมือนี้ในสถานการณ์ต่าง ๆ กัน เช่น ความสัมพันธ์กับครอบครัว การทำงาน และนำไปสอนฝึกอบรมคนทำงานเรื่องสันติภาพและความเป็นธรรม และพบว่าแนวคิดและวิธีการสื่อสารสะท้อนกลับแบบสันติวิธีมีความสำคัญมากไม่เฉพาะในสถานการณ์ความขัดแย้งเท่านั้น แต่มีประโยชน์มากในทุกความสัมพันธ์เพื่อช่วยให้ผู้คนมีเครื่องมือสื่อสารซึ่งสามารถนำไปใช้ในการป้องกันและคลี่คลายความไม่เข้าใจก่อนที่จะเกิดเหตุการณ์จะกลายเป็นความขัดแย้งบานปลาย และสามารถนำไปใช้ในการสื่อสารสะท้อนกลับแก่เพื่อนร่วมงาน สมาชิกครอบครัว และเพื่อนฝูงในสถานการณ์ที่คนเหล่านั้นได้กระทำความผิดที่ก่อความเสียหายและความสัมพันธ์และการทำงาน

แนวทางการสื่อสารสะท้อนกลับแบบสันติวิธีมีดังนี้

- พุดเฉพาะความจริงที่ปราศจากการบิดเบือน การแปลความตามความเชื่อของตน หรือการให้ร้ายอีกฝ่าย
- บอกถึงความรู้สึกทั้งหมดของตนเองที่เกิดขึ้นจากเหตุการณ์นั้นหรือการกระทำของอีกฝ่าย
- มีความเป็นกลาง ไม่เข้าข้างตนเอง หรือกล่าวโทษอีกฝ่ายหนึ่ง

- ระบุพฤติกรรมที่บุคคลหรือกลุ่มคนกระทำอย่างชัดเจน โดยไม่ตัดสินให้ความหมาย หรือความเห็นต่อพฤติกรรมนั้น เช่น หากเพื่อนร่วมงานมาทำงานสายประมาณหนึ่งชั่วโมงติดต่อกันหลายวัน นี่คือนพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจริงที่กระทบกับการทำงานของเรา แต่หากเราคิดไปหรือพูดออกไปว่า เขาเป็นคนเห็นแก่ตัว เขาเป็นคนไม่รับผิดชอบ เขาเอาเปรียบเราคำพูดเหล่านี้เป็นการตัดสินตีความทั้งสิ้น ซึ่งเป็นสิ่งที่คนส่วนใหญ่ประพฤติกกันหรือไม่ก็มีการพูดจาลับหลัง วัฒนธรรมแบบนี้ไม่ได้ช่วยแก้พฤติกรรมเพื่อนหรือแก้ปัญหาในการทำงานและอาจกลายเป็นต้นตอของการแตกแยก การขาดความไว้วางใจ การแบ่งพรรคแบ่งพวกในที่ทำงานอีกด้วย
- ระบุผลกระทบที่เกิดขึ้นกับตนเอง กับความสัมพันธ์ระหว่างกัน หรืองานอันเนื่องมาจากพฤติกรรมของอีกฝ่ายหนึ่ง
- เสนอทางออกเป็นรูปธรรมชัดเจน เป็นพฤติกรรมใหม่ที่ต้องการให้อีกฝ่ายสามารถปฏิบัติได้จริง โดยไม่แนะนำ สั่งสอน หรือเทศนาศีลธรรมจริยธรรม

ยกตัวอย่างเหตุการณ์ที่พ่อหรือแม่ไม่ฟังลูก หรือบังคับโน้มน้าวให้ลูกเรียนสาขาวิชาตามที่พ่อแม่ต้องการ หรือห้ามไม่ให้ลูกคบเพื่อนบางคน พ่อหรือแม่มีแนวโน้มที่จะทำแบบนี้ในหลายเรื่องของลูก เช่น การแต่งตัว การเดินทางกลางคืนโดยเฉพาะกับลูกสาว ที่ผ่านมามักอาจจะพูดสรุปรวมว่าพ่อแม่บ้าอำนาจ หรือพูดกลับไปว่าทำไมพ่อกับแม่ไม่ไปเรียนเสียเอง ซึ่งนั่นก็นำไปสู่ความไม่พอใจของพ่อแม่และอาจจะทำให้ไม่สามารถพูดคุยต่อยอดกันได้ หากลองเอาแนวทางและหลักการของการสะท้อนกลับแนวสันติวิธี เราสามารถเตรียมเนื้อหาที่จะไปสื่อสารให้พ่อแม่ได้ดังนี้

บอกความรู้สึก: ลูกรู้สึกอึดอัด กดดัน กังวลใจ ไม่พอใจ และไม่สบายใจ

ที่พ่อแม่โน้มน้าวหรือบังคับให้ลูกเรียนในสาขาที่พ่อแม่ชอบใจ หรือให้เลิกคบกับเพื่อนคนนี้

บอกผลกระทบ: เพราะมันทำให้ลูกไม่สามารถเป็นตัวของตัวเองได้ สูญเสียความมั่นใจ และทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อกับแม่และลูกห่างเหินกัน และไม่ยอมแบ่งปันเรื่องราวสำคัญในชีวิตให้พ่อแม่ฟังอีกเพราะกลัวจะถูกโน้มน้าวหรือกดดันให้เปลี่ยนใจตามที่พ่อแม่ต้องการ

บอกข้อเสนอที่เป็นรูปธรรม: ลูกขอเสนอว่าขอให้พ่อแม่ฟังความคิดเห็นและเคารพการตัดสินใจของลูก ไม่ว่าเรื่องการเรียน การคบเพื่อนหรือการเดินทาง ลูกขอบคุณที่พ่อแม่เป็นห่วงอนาคตของลูกแต่ขอให้ไว้วางใจในตัวลูกและอยู่เคียงข้างเมื่อลูกมีปัญหา

จากตัวอย่างข้างบนจะเห็นว่าแนวทางและหลักการของการสื่อสารสะท้อนกลับแบบสันติวิธีคือการสมานฉันท์ โดยการเอาความจริงที่เกิดขึ้นมาพูดคุย บอกผลกระทบของเหตุการณ์และเสนอแนะทางออกโดยไม่มีการตำหนิ ตัดสินกล่าวโทษ หรือบอกว่าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งกระทำถูกหรือผิด

หลังจากได้เตรียมประโยคคำพูดเหล่านี้แล้วต้องพิจารณาด้วยว่าจะสื่อสารกับอีกฝ่ายหนึ่งอย่างไรเพื่อให้ได้ผลดี เช่น ทำผ่านการเขียน หรือพูดกับบุคคลดังกล่าวโดยตรง หากจะพูดโดยตรงต้องหาจังหวะเวลาเหมาะสมที่เขาพร้อมและนัดหมายกับเขาก่อน และก่อนที่จะไปพูดให้แน่ใจว่าจิตใจเราว่างจริง ๆ พร้อมจะฟังในสิ่งที่เขาจะตอบโต้กลับมา เช่น เขาอาจจะไม่พอใจ

เป้าหมายหลักของการสื่อสารสะท้อนกลับแบบสันติวิธีคือการเปลี่ยนแปลงตนเองจากที่เราเคยมีพฤติกรรมตอบโต้ปัญหาด้วยการใช้ความก้าวร้าวรุนแรง

การตัดสินใจ คำหยาบ โทษ ให้ร้าย หรือสยบยอม หนึ่งเจ็บบ่ หลีกเลียงปัญหาเพราะความกลัวว่าจะกระทบความสัมพันธ์ การสื่อสารสะท้อนกลับเช่นนี้ช่วยปลดปล่อยตัวเราออกจากพฤติกรรมและความเชื่อเดิม ด้วยการบอกถึงพฤติกรรมของอีกฝ่ายที่ส่งผลกระทบต่อเราและความสัมพันธ์ของเรากับเขา คือการลุกขึ้นมารับผิดชอบชีวิตเราเองที่ถูกทำลายคุณค่า ศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ คือการปกป้องคุณธรรม จริยธรรม ความถูกต้อง และหากกระทำตามแนวทางที่กล่าวมาข้างต้นแล้วให้มั่นใจว่าการสื่อสารแนวทางนี้ไม่ใช่การทำร้ายหรือทำให้อีกฝ่ายหนึ่งเสียหาย แต่คือการบอกความจริงให้เขาทราบ ประโยชน์โดยอ้อมคือการช่วยบอกให้อีกฝ่ายรู้ถึงผลกระทบของเขาที่ส่งผลกระทบต่อเราและแนะนำพฤติกรรมใหม่โดยไม่มีการตัดสินหรือทำให้เขารู้สึกผิด

การสื่อสารเพื่อสะท้อนกลับแนวสันติวิธีที่น่าเสนอข้างต้นเป็นเรื่องใหม่ที่เราไม่เคยเรียนรู้หรือกระทำมาก่อน ดังนั้นเมื่อต้องหัดทำสิ่งใหม่อาจจะรู้สึกกังวลไม่มั่นใจ และกลัว โดยเฉพาะหากต้องทำเป็นครั้งแรก แต่หากกระทำถูกต้องตามหลักการและแนวทางที่กล่าวมาข้างต้นก็จะเห็นการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้น สิ่งสำคัญคือการเปลี่ยนพฤติกรรมตัวเราเองจากการเก็บกดความรู้สึกไม่พอใจ การพุดนินทาลับหลัง หรือการตำหนิให้ร้าย มาเป็นการเผชิญหน้าด้วยการพูดความจริง และหากใช้การสื่อสารความจริงแบบนี้บ่อยครั้งก็จะเกิดความมั่นใจและสามารถทำได้ง่ายขึ้น จนติดเป็นนิสัยประจำ การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในตัวเราจะส่งผลต่อความสัมพันธ์กับอีกฝ่ายหนึ่งในทางที่ดีขึ้น

ท่านที่ต้องการนำวิธีการนี้ไปใช้ผู้เขียนแนะนำให้ลองแต่งประโยคสะท้อนกลับสันติวิธีที่ต้องการสื่อสารกับอีกฝ่ายหนึ่งก่อน อย่าเพิ่งผลิตลามพุดหรือเขียนส่งไปเพราะคิดว่าเข้าใจแนวคิดและวิธีการสื่อสารข้อความที่ไม่ตัดสิน ตำหนิ หรือสั่งสอน เมื่อเขียนประโยคทั้งหมดเสร็จแล้วให้ลองอ่านทบทวนหรือให้เพื่อนที่ไว้วางใจอ่านหรือฟังประโยคเหล่านั้น โดยให้เพื่อนนิยามว่าตนเองเป็นคู่กรณีที่

เราต้องการสื่อสารด้วย การทบทวนและทดลองใช้ประโยคเหล่านี้ก็เพื่อให้แน่ใจว่า เป็นการสื่อสารแบบสันติวิธีจริง ๆ ในวัฒนธรรมควบคุมครอบงำคนเรามักถ่วงการดำเนิน การตัดสินใจ หรือการแนะนำแบบเทศนาสั่งสอนหรือเสนอทางออกที่ไม่เป็นรูปธรรมแก่อีกฝ่ายหนึ่ง

ประสบการณ์ที่ผู้เขียนอบรมเรื่องนี้มาหลายรุ่นพบว่าหลังจากอธิบายให้ผู้เรียนเรื่องแนวทางการสื่อสารเพื่อสะท้อนกลับแบบสันติวิธีแล้ว ผู้เขียนลองให้ทุกคนแต่งประโยคที่จะนำไปใช้แก้ไขปัญหความสัมพันธ์ซึ่งส่วนใหญ่ผู้เรียนเป็นคนในครอบครัวหรือที่ทำงาน พบว่าประโยคของผู้เรียนกว่า 90% นั้นเป็นประโยคที่ตัดสินอีกฝ่าย เช่น การตัดสินว่าเขาเป็นคนไม่รับผิดชอบ เห็นแก่ตัว ขี้เกียจ หรือเอาเปรียบคนอื่น และมักแนะนำพฤติกรรมที่เป็นนามธรรมปฏิบัติไม่ได้ เช่น บอกว่าขอแนะนำให้มีมารับผิดชอบมากกว่านี้ (อีกฝ่ายเขาก็คิดว่าเขามีความรับผิดชอบพอแล้ว) หรือแนะนำให้ปรับปรุงตัวให้ดีขึ้น (อีกฝ่ายหนึ่งก็คิดว่าเขาทำตัวดีแล้ว) หรือขอให้ลูกตั้งใจเรียนให้มากขึ้น (ส่วนลูกก็คิดว่าเรียนมากเกินไปแล้ว)

ข้อจำกัดของการสื่อสารสะท้อนกลับแบบสันติวิธีรูปแบบดังกล่าวนี้คือ ไม่สามารถนำไปใช้ในสถานการณ์ของความสัมพันธ์ที่มีการทำร้ายจากฝ่ายซึ่งมีแหล่งอำนาจเหนือกว่าโดยมีระบบต่าง ๆ สนับสนุนการทำร้ายนั้น เช่น กรณีที่สามีทำร้ายภรรยา (เพราะมีวัฒนธรรมที่อนุญาตให้สามีทำได้ คนส่วนใหญ่คิดว่าเป็นเรื่องส่วนตัวจึงไม่มีใครช่วยขัดขวาง และการไปแจ้งความเจ้าหน้าที่ตำรวจก็ไม่ได้รับประกันว่าระบบยุติธรรมจะให้ความคุ้มครองปลอดภัยแก่ผู้หญิง) และกรณีที่เจ้านายเอาเปรียบลูกจ้างเพราะเห็นว่าลูกจ้างเป็นแรงงานต่างชาติ การสื่อสารสะท้อนกลับแบบสันติวิธีอาจจะทำให้เจ้านายข่มขู่ ทำร้าย และเลิกจ้างได้ และไม่มีหลักประกันว่าระบบยุติธรรมจะช่วยเหลือแรงงานต่างชาติให้ได้รับความเป็นธรรม เป็นต้น (ในกรณีนี้ต้องใช้ปฏิบัติการสันติวิธีของคนงานจำนวนมากไปต่อรองกับอำนาจของนายจ้าง)

แนวทางการสอนการสื่อสารสะท้อนกลับแบบสันติวิธีในห้องเรียน:

- อธิบายถึงหลักการและเป้าหมายของการสื่อสารสะท้อนกลับแบบสันติวิธี
- ถามผู้เรียนว่าใครมีสถานการณ์ที่เป็นปัญหาความขัดแย้งกับเพื่อน หรือบุคคลในครอบครัวและต้องการทดลองใช้วิธีการนี้ไปแก้ปัญหา
- หลังจากผู้เรียนเล่าเหตุการณ์แล้ว ครูเห็นว่าไม่ใช่เหตุการณ์การถูกทำร้ายและไม่สามารถใช้การสื่อสารได้ (ถูกล่วงละเมิดทางเพศ ซึ่งวิธีการแก้ปัญหาที่ตรงจุดคือการแจ้งความและเอาผิดทางกฎหมายกับผู้กระทำ) หากนักเรียนผู้นั้นยินยอมให้นำสถานการณ์ของตนมาเป็นตัวอย่าง การทำกิจกรรมนี้ ให้ครูชวนผู้เรียนที่เหลื่ร่ว่กับนักเรียนเจ้าของเรื่อง ช่วยกันแต่งชุดประโยคสื่อสารสะท้อนกลับสันติวิธี
- เมื่อเขียนชุดประโยคเสร็จแล้วให้ถามนักเรียนเจ้าของปัญหาว่าเขา รู้สึกอย่างไรบ้าง หลังจากที่ได้เล่าเรื่องและเพื่อน ๆ ช่วยเขียนเรียบเรียงชุดประโยคและถามต่อไปว่านักเรียนเจ้าของปัญหาคิดว่าจะสามารถนำข้อความเหล่านั้นไปปฏิบัติจริงได้หรือไม่ หรือชวนให้พูดชุดประโยคเหล่านั้นกับเพื่อนคนหนึ่งในห้องหรือครูที่สมมติว่าเป็นบุคคลที่นักเรียนเจ้าของปัญหาต้องการจะสื่อสารประโยคเหล่านั้น
- หากมีผู้เรียนคนอื่น ๆ อีกหลายคนในห้องต้องการแต่งชุดประโยคเพื่อใช้สื่อสารสะท้อนกลับแบบสันติวิธีในปัญหา ครูสามารถจัดให้ผู้เรียนจับคู่ และช่วยกันแต่งชุดประโยค โดยเพื่อนและครูช่วยตรวจสอบว่าชุดประโยคเหล่านั้นเป็นไปตามหลักการและแนวทางของการสื่อสารสันติวิธีหรือไม่ หลังจากแก้ไขปรับปรุงให้ถูกต้องแล้วให้ผู้เรียนลองฝึกพูดชุดประโยคเหล่านั้นก่อนที่จะนำไปสื่อสารจริง
- ไม่ควรกดดันให้ผู้เรียนนำชุดประโยคไปสื่อสารกับบุคคลที่ผู้เรียนมีปัญหา

หากผู้เรียนรู้สึกว่ายังไม่พร้อม การที่ผู้เรียนได้ฝึกทบทวนเหตุการณ์ทุกข้อใจผ่านการเล่าเรื่องให้เพื่อนฟัง และได้ทดลองเขียนเรียงชุดประโยคเหล่านี้ได้ช่วยให้ระบายความรู้สึก ความคิด ที่เก็บกดเอาไว้และได้เรียนรู้วิธีการที่จะแก้ปัญหาไประดับหนึ่งแล้ว เมื่อผู้เรียนพร้อมก็จะสามารถไปสื่อสารสิ่งเหล่านั้นได้อย่างมั่นใจ

- อย่าลืมบอกผู้เรียนว่าในบางกรณีแม้จะได้สื่อสารสะท้อนกลับแบบสันติวิธีแล้ว ผู้ที่ได้รับสารนี้อาจจะไม่เปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และอาจจะตอบโต้ด้วยการปฏิเสธหรือแสดงความไม่พอใจ โดยเฉพาะหากเป็นผู้มีแหล่งอำนาจมากกว่า เช่น พ่อแม่ ญาติผู้ใหญ่ รุ่นพี่ ครู ซึ่งมักจะรับเอาวัฒนธรรมอำนาจนิยมเข้าไปจนฝังหัว ให้ยากกับผู้เรียนว่าเป้าหมายของการใช้การสื่อสารสันติวิธีคือการเปลี่ยนแปลงตนเองที่มีโอกาสได้พูดความจริง ได้ยืนยันสิทธิที่จะต้องตอบโต้และปกป้องศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ของตนเอง การที่อีกฝ่ายเปลี่ยนแปลงหรือไม่เป็นสิ่งที่เกินการควบคุมของเรา

5.7 ระบบเพศและเพศวิถีในสังคมชายเป็นใหญ่

ระบบสังคมแบบชายเป็นใหญ่คือสังคมที่โครงสร้างทางเพศกำหนดให้สถานภาพและตำแหน่งของเพศชายเหนือเพศหญิง และให้คุณค่าความเป็นชายมากกว่าความเป็นหญิง (Eisler and Loe, 1998, p. 165) เครื่องมือสำคัญของการดำรงและถ่ายทอดวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่คือการสร้างและสืบทอดระบบความเป็นเพศ (Gender Systems) ที่กำหนดและหล่อหลอมบทบาทหน้าที่ อำนาจ สถานภาพ คุณค่า และความสัมพันธ์ทางเพศที่แตกต่างและไม่เท่าเทียมกันระหว่างเพศหญิงและเพศชาย รวมถึงร่างกายของผู้หญิงและร่างกายของผู้ชายผ่านสถาบันต่าง ๆ ในสังคม เช่น

ครอบครัว วัฒนธรรมประเพณี ศาสนา ระบบการศึกษา สื่อมวลชนและสื่อพื้นบ้าน ศิลปะ งานบันเทิงและโฆษณา ระบบสาธารณสุข ระบบการเมืองการปกครอง ฯลฯ ที่ทำหน้าที่ฝึกฝนหล่อหลอมและกล่อมเกล่าประชากรหญิงชายอย่างสอดคล้องไปในแนวทางเดียวกัน ระบบเพศนี้ทำการผลิตซ้ำและหนุนเสริมให้วัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ มีความมั่นคงแข็งแรง จนทำให้คนทั่วไปมองเห็นว่าเป็นเรื่องปกติธรรมดาและไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ แม้ว่าในทศวรรษนี้ที่สภาพเศรษฐกิจ การเมือง วัฒนธรรม จะทำให้ผู้หญิงบางคนบางกลุ่มในสังคมไทยสามารถเลื่อนสถานะไปสู่ตำแหน่งหน้าที่ผู้นำ มีสถานภาพสูงขึ้น และสามารถเข้าสู่อำนาจในระบบต่าง ๆ ของสังคม แต่นั่นก็เป็นเพียงปรากฏการณ์เฉพาะของบุคคลหรือกลุ่มผู้หญิงจำนวนหนึ่งซึ่งมีช่องทางเข้าถึงสถานภาพ อำนาจ และพื้นที่ดังกล่าวในบางสถาบันได้ เช่น องค์กรธุรกิจ แต่การเข้าถึงนั้นมักไม่ได้มาจากความเป็นเพศ แต่อาศัยระดับการศึกษา แหล่งอำนาจ ของชาติตระกูล สถานภาพของคู่สมรส อำนาจทางเศรษฐกิจ หรือความสามารถ ส่วนตัวด้านอื่น ๆ เป็นฐาน ปรากฏการณ์เช่นนี้อาจไม่ใช่หลักฐานยืนยันว่าได้เกิดการเปลี่ยนแปลงเรื่องความเท่าเทียมทางเพศในระบบหรือในระดับโครงสร้างของสังคมไทย และหากเราสังเกตจากสถานการณ์ความรุนแรงและการเลือกปฏิบัติทางเพศที่ยังคงดำรงอยู่ในสังคมหรือมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นนั้น สภาพปัญหานี้เป็นหลักฐานยืนยันว่าโครงสร้างของสถาบันต่าง ๆ ในสังคมไทยยังคงมีลักษณะแบบชายเป็นใหญ่ หรือถูกครอบงำหรือควบคุมโดยผู้ชายอย่างเข้มแข็ง

มีการกล่าวว่าสังคมแบบชายเป็นใหญ่นี้เองเป็นสาเหตุของการกดขี่รูปแบบอื่น ๆ ในสังคม เช่น การกดขี่ทางชนชั้น สีดวงชาติพันธุ์ และเป็นต้นเหตุของสงคราม เพราะหากผู้ชายซึ่งเป็นประชากรครึ่งหนึ่งของสังคมมนุษย์ถูกหล่อหลอมให้เรียนรู้ที่จะครอบงำ ควบคุม แสวงหาประโยชน์ไม่ไฉน ไม่รับฟังความคิดเห็น ไม่เคารพผู้หญิงที่เป็นภรรยา แม่ พี่สาว น้องสาว เพื่อนหญิงหรือลูกสาวของตนเองแล้ว ก็เป็นการง่ายที่พวกเขาจะพยายามควบคุมและแสวงหาประโยชน์จากผู้หญิงคนอื่น ๆ ที่ไม่ใช่ญาติ และจากผู้ชายคนอื่น ๆ ที่มีแหล่งอำนาจน้อยกว่าตน วัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ยังได้

หล่อหลอมผู้หญิงจำนวนมากให้ยอมรับและสยบยอมกับการถูกควบคุม ครอบครอง และเชื่อว่าความเป็นเพศหญิงมีค่าด้อยกว่าเพศชาย ดังนั้น หากมนุษย์เราเรียนรู้ที่จะยอมรับความไม่เท่าเทียมทางเพศตั้งแต่เล็ก ๆ ย่อมเป็นฐานให้เกิดการยอมรับ สยบยอม และให้ความร่วมมือกับความไม่เท่าเทียมรูปแบบอื่น ๆ ในสังคม

ความเป็นเพศหรือเพศภาวะ (Gender)

ความเป็นเพศหรือเพศภาวะเกิดจากระบบการกำหนดบทบาทหน้าที่ สถานภาพ ภาพลักษณ์ คุณค่า ความคาดหวัง และความคิดความเชื่อเกี่ยวกับการเป็นผู้หญิง และผู้ชาย และสรีระของคนสองเพศที่ต่างกันไปตามบริบทของแต่ละสังคม ความเป็นเพศเป็นสิ่งที่เกิดจากการเรียนรู้ ฝึกฝน ชัดเจน และหล่อหลอมผ่านสถาบันต่าง ๆ ในสังคม (Socialization) ตั้งแต่สถาบันครอบครัว ชุมชน ศาสนา โรงเรียน สื่อ วรรณกรรม ศิลปะ การบันเทิง วัฒนธรรมประเพณี ระบบการเมืองการปกครอง ระบบเศรษฐกิจ ระบบสาธารณสุข เป็นต้น ความเป็นเพศจึงไม่ใช่สิ่งที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ แต่เป็นสิ่งที่ถูกสร้างขึ้น ถูกผลิตซ้ำ และได้รับการสืบทอดต่อ ๆ กันมา โดยผ่านสถาบันต่าง ๆ ที่กล่าวมาข้างต้น ความเป็นเพศจึงเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลาและเงื่อนไขของแต่ละสังคม

จากประสบการณ์การจัดการจัดกระบวนการอบรมของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพ และความยุติธรรมกับผู้ปฏิบัติงานทางสังคมกลุ่มต่าง ๆ เราพบตัวอย่างแบบแผนของเพศภาวะหรือความเป็นเพศหญิงเพศชายในสังคมไทยตามที่มีผู้เข้าร่วมการอบรมได้ร่วมแลกเปลี่ยนในระหว่างกระบวนการอบรม ดังนี้

ความเป็นผู้ชายตามแบบแผนของสังคม มีลักษณะเด่น ๆ เช่น เป็นผู้นำ เป็นผู้หาเลี้ยงครอบครัว ผู้สืบสกุล ผู้เสียสละ เป็นผู้ปกป้องคุ้มครอง ฉลาด มีศักดิ์ศรี

กล้าหาญ เข้มแข็ง แข็งแรง เด็ดเดี่ยว อดทน ชอบความเสี่ยงและสิ่งท้าทาย เป็นนักเลง ได้รับการยอมรับให้ดื่มเหล้า สูบบุหรี่ เล่นการพนันและเที่ยวกลางคืนได้ แพ้ไม่ได้ ใช้ความรุนแรงได้ ดูแลตัวเองได้ มีอิสระ ร้องไห้หรือแสดงความอ่อนแอไม่ได้ เป็นต้น

ความเป็นผู้หญิงตามแบบแผนของสังคม มีลักษณะเด่น ๆ เช่น เป็นแม่และเมีย เป็นแม่บ้าน เป็นคนทำกับข้าวและทำงานบ้าน เป็นผู้ตาม ผู้ฟัง ต้องเอาอกเอาใจสามี ดูแลพ่อแม่ เลี้ยงดูลูก ต้องบริการผู้อื่น อ่อนหวาน เรียบร้อย รักนวลสงวนตัว ชอบนินทา ซื่อจรรยา เชื้อคนง่าย พุดมาก รักสวยรักงาม ประณีต ละเอียดอ่อน ดูแลตัวเองไม่ได้ต้องพึ่งพิงผู้อื่น (เช่น พ่อแม่ สามี) ขี้กลัว เป็นเพศอ่อนแอ ไม่เด็ดเดี่ยว ตัดสินใจด้วยตนเองไม่ได้ เป็นต้น

เมื่อพิจารณาประสบการณ์ชีวิตของแต่ละคนอย่างปัจเจกบุคคล ก็จะพบว่าสถาบันทางสังคมต่าง ๆ ต่างทำงานสอดรับกันอย่างดีเพื่อสร้างและหล่อหลอมทั้งเด็กหญิงและเด็กชาย เพศหญิงและเพศชายให้มีบุคลิกลักษณะที่เป็นไปตามแบบแผนความเป็นผู้หญิงและผู้ชายดังกล่าว คำว่า “ผู้หญิงดี” และ “ผู้ชายแท้” เป็นเครื่องมือที่ถูกใช้เพื่อสร้างแรงกดดันให้มีการเลี้ยงดู ฝึกฝน และหล่อหลอมในเรื่องบทบาทหน้าที่และลักษณะตามกรอบเพศ กระบวนการสร้างและหล่อหลอม (Socialization) นี้ส่งผลให้ผู้คนจำนวนมากทั้งหญิงชายเกิดความเชื่อฝังหัว (Internalization) ว่าผู้หญิงและผู้ชายที่ดำรงบทบาท หน้าที่ ความสามารถ และมีลักษณะนิสัยตามกรอบเพศเช่นที่ว่านี่ย่อมควรเป็นสิ่งปกติหรือเป็นธรรมชาติ เช่น การที่คนจำนวนมากในสังคมทั้งหญิงและชายมีความเชื่อฝังหัวว่าผู้ชายต้องเป็นผู้นำ ผู้หญิงต้องเป็นผู้ตามหรือผู้สนับสนุน ผู้ชายเป็นเพศที่ใช้เหตุผลและเข้มแข็ง ในขณะที่ผู้หญิงเป็นเพศอ่อนแอ เป็นเพศที่เจ้าอารมณ์และขาดเหตุผล เป็นต้น

เราจะเห็นว่ากรอบการสร้างความเป็นชายของสังคมมักเน้นเรื่องภาวะผู้นำ

และการมีความสามารถด้านต่าง ๆ และมีพื้นที่ในสังคม ในขณะที่กรอบความเป็นหญิง มักเน้นไปที่บทบาทหน้าที่ในบ้าน เช่น บทบาทหน้าที่ในการให้บริการผู้อื่น และการเลี้ยงดูลูก เป็นต้น ดังนั้น การสร้างความเป็นเพศจึงส่งผลกับผู้หญิงและผู้ชาย ต่างกัน หากผู้ชายทำตามตัวได้ตามกรอบความเป็นเพศชายที่สังคมกำหนดไว้ พวกเขา ก็จะได้รับยอมรับ ยกย่อง ได้เป็นผู้นำ ได้รับมอบอำนาจ และได้รับสิทธิพิเศษ ต่าง ๆ ทางสังคม และแม้ว่าผู้ชายหลายคนจะไม่สนใจในอภิสิทธิ์ที่ตนเองได้รับจากการเป็นผู้ชาย แต่เมื่อใดที่พวกเขาต้องการ พวกเขาจะสามารถเข้าถึงสิทธิพิเศษซึ่งสังคมกำหนดไว้ให้แล้วสำหรับทุกคนที่เกิดมาเป็นผู้ชายโดยไม่ถูกตั้งคำถาม เช่น การสามารถบวชเป็นพระสงฆ์ได้ การได้รับการยกย่องสนับสนุนให้เป็นผู้นำ เป็นต้น และเช่นเดียวกัน ผู้หญิงซึ่งยอมรับการหล่อหลอมและเดินตามกรอบที่สังคมวางไว้ให้ในฐานะผู้หญิงก็จะได้รับการยกย่องและชื่นชมจากครอบครัว คู่ชีวิต และสังคม แต่พวกเธอต้องแลกกับการจำกัดตัวเองอยู่ในบทบาทและสถานภาพความเป็นผู้ตาม การมีโอกาสเข้าถึงการพัฒนาศักยภาพน้อยกว่า และอาจรวมถึงการถูกทำให้เป็นคนขาดความมั่นใจ มีความกลัว อยู่ในภาวะที่ต้องพึ่งพิงผู้อื่น ไม่กล้ายืนยันทิธิของตนเอง และไม่มีโอกาสในการเป็นผู้นำหรือถูกจำกัดบทบาททางสังคม ลักษณะที่ถูกหล่อหลอมมาเช่นนี้ ทำให้ผู้หญิงกลายเป็นคนที่ไม่สามารถปกป้องตนเองได้ เสี่ยงที่จะถูกเอาเปรียบและถูกทำร้ายทางเพศ และมีแนวโน้มจะยอมรับความรุนแรงที่ตนเองได้รับ แต่หากผู้หญิงไม่ทำตามบทบาทและภาพลักษณ์ของความเป็นหญิงที่ดี เช่น ไม่ทำงานบ้าน ทำกับข้าวไม่เป็น ชอบเที่ยวกลางคืน หรือพูดจาโผงผางเสียงดัง ก็มักถูกตัดสินหรือถูกนิยามว่าเป็นผู้หญิงไม่ดี ไม่เรียบร้อย เป็นต้น

เห็นได้ว่ากรอบความเป็นเพศให้โทษและส่งผลต่อชีวิตของผู้หญิงมากกว่าผู้ชายทั้งในระดับส่วนตัวและระดับโครงสร้างสังคม ทำให้เกิดความไม่เท่าเทียมทางอำนาจระหว่างหญิงและชาย เพราะทั้งความเชื่อ ความคาดหวัง และบทบาทหน้าที่ซึ่งกำหนดให้ผู้ชายเป็นผู้นำ ผู้หญิงเป็นผู้ตาม ส่งผลให้ผู้ชายเป็นเพศที่ควบคุมอำนาจ และการตัดสินใจในสถาบันหลัก ๆ ของสังคม เริ่มตั้งแต่ครอบครัวไปจนถึงสถาบัน

ศาสนา ระบบเศรษฐกิจ การศึกษา สื่อ การเมืองการปกครอง การทหาร และสถาบัน
กษัตริย์ ความเป็นเพศตามแบบแผนที่สังคมกำหนดนี้จึงกลายเป็นรากฐานของ
การดำรงอยู่ การผลิตซ้ำ และการสืบทอดวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ซึ่งเป็นต้นตอของ
ความรุนแรงและความไม่เท่าเทียมทางเพศในลักษณะอื่น ๆ ที่ตามมาด้วย

การสร้างความเป็นเพศแบบตายตัวดังกล่าวมาข้างต้นไม่ได้ทำร้าย
แต่เพียงผู้หญิงเท่านั้น แต่ยังได้ทำร้ายผู้ชายและทำร้ายสังคมอย่างลึกซึ้งด้วย เช่น
การสร้างความเป็นผู้ชายให้มีอิสระ ไม่ต้องรับผิดชอบงานบ้าน ใช้อำนาจ กินเหล้า
เล่นการพนัน เป็นนักเลงที่แพ้ไม่ได้ และสามารถใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหาได้
ในด้านหนึ่งคือการบ่มเพาะนิสัย ความคิด ความเชื่อ และพฤติกรรมให้สมาชิก
ส่วนหนึ่งของสังคมกลายเป็นคนเห็นแก่ตัว เอาตนเองเป็นศูนย์กลาง ชอบใช้อำนาจ
ครอบงำและควบคุม ใช้ความรุนแรง และเห็นผู้หญิงหรือผู้ชายที่มีแหล่งอำนาจน้อย
กว่าตนเป็นผู้ด้อยกว่าที่ตนสามารถควบคุมได้ การสร้างความเป็นชายให้ได้อภิสิทธิ์
อำนาจ และประโยชน์จากระบบและวัฒนธรรมที่มาจากการเอาเปรียบผู้หญิงและ
ผู้ชายคนอื่น ๆ ที่มีแหล่งอำนาจน้อยกว่าตนเช่นนี้เป็นการลดทอนโอกาสในการพัฒนา
ปัญญา ความเข้าใจ ความเมตตากรุณา กล่าวคือเป็นการลดทอนโอกาสสมาชิก
เพศชายของสังคมจำนวนมากที่จะได้พัฒนาความเป็นมนุษย์ที่สมดุล

เนื่องจากความเป็นเพศตามแบบแผนของสังคมได้รับการสืบทอดมายาวนาน
หลายคนจึงเชื่อว่าเป็นเรื่องธรรมชาติ หรือหากไม่เชื่อว่าเป็นเรื่องธรรมชาติก็เห็นว่า
เป็นเรื่องของวัฒนธรรมประเพณีที่ต้องปฏิบัติตามและสืบทอดต่อไป แต่ในความจริง
แล้วบทบาทหน้าที่และลักษณะความเป็นหญิงความเป็นชายตามแบบแผนของสังคม
เช่นนี้ล้วนเกิดจากการฝึกฝนอบรม ไม่ว่าจะเป็นความอ่อนโยน ความเข้มแข็ง ภาวะ
ผู้นำ การใส่ใจ ความอดทน การทำงานบ้าน และการเลี้ยงลูก ไม่มีใครที่เกิดมาพร้อม
กับศักยภาพ ลักษณะนิสัย คุณสมบัติ และทักษะเหล่านี้

ในทุกสังคมมีคนกลุ่มหนึ่งที่สภาพร่างกาย บุคลิกภาพ การแสดงออกทางกาย การแต่งตัว ภาวะทางอารมณ์และความรู้สึกไม่เข้ากับความเป็นเพศหญิงและเพศชายตามแบบแผนที่สังคมกำหนด เช่น คนข้ามเพศ (Transgender People) หากจะจำแนกให้ละเอียดลงไปจะเห็นว่าสังคมไทยมีชื่อเรียกผู้ที่เกิดมาเป็นเพศหญิงแต่มีบุคลิกภาพคล้ายผู้ชาย (Masculine) ว่าทอม และเรียกบุคคลที่เกิดมามีเพศเป็นชายแต่มีสภาพร่างกาย ความรู้สึก ความต้องการ และบุคลิกภาพแบบผู้หญิงว่ากะเทย รวมถึงผู้ที่ปรารถนาจะเปลี่ยนทั้งเพศสภาพและอวัยวะเพศของตนจากเพศหนึ่งไปเป็นอีกเพศหนึ่งด้วย คนกลุ่มนี้จะถูกสังคมตัดสินว่าผิดปกติ ผิดธรรมชาติ ถูกรังเกียจ ถูกทำร้าย ถูกปฏิเสธตัวตนตั้งแต่ภายในครอบครัว สถานศึกษา ภายในชุมชน ที่ทำงาน ในสถาบันศาสนา สถาบันทหารและตำรวจ และระบบอื่น ๆ ของสังคม เพราะสังคมแบบชายเป็นใหญ่ยอมรับได้เฉพาะความเป็นเพศตามกรอบ “ผู้ชายจริง” และ “ผู้หญิงแท้” ซึ่งวัฒนธรรมนี้ได้กำหนดไว้และถ่ายทอดสืบต่อมาอย่างยาวนาน

ความเป็นชายและความเป็นหญิง (Masculinity and Femininity)

ความเป็นชายและความเป็นหญิงหมายถึงลักษณะของความเป็นผู้ชายและความเป็นผู้หญิงอันเป็นผลของระบบการสร้างหล่อหลอมความเป็นเพศ ตัวอย่างเช่น การพูดเสียงดัง ชอบนำ ชอบการทำท่ายและชอบเสี่ยง ความเด็ดเดี่ยว ความเข้มแข็ง ความก้าวร้าว การใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา และการเอาตัวเองเป็นศูนย์กลาง ลักษณะเหล่านี้ถูกมองว่าเป็นความเป็นเพศชาย ส่วนการเป็นผู้ฟังที่ดี การเป็นผู้ตาม ความอ่อนโยน การเอาใจใส่ดูแลผู้อื่น ความละเอียดอ่อน และสันติวิธี ถูกมองว่าเป็นความเป็นหญิง วัฒนธรรมความเป็นเพศทำให้ผู้ชายส่วนใหญ่พัฒนาความเป็นชาย ดังที่กล่าวมา ในขณะที่ผู้หญิงส่วนใหญ่ก็พัฒนาลักษณะความเป็นหญิงด้วยสาเหตุเดียวกัน แต่ทั้งนี้ไม่ได้หมายความว่าผู้หญิงจะไม่มีหรือไม่สามารถพัฒนาลักษณะ

ความเป็นชาย และผู้ชายไม่มีหรือไม่สามารถสร้างคุณสมบัติความเป็นเพศหญิงในตนเอง เพราะทั้งหมดนี้ไม่ใช่เรื่องธรรมชาติอันมีมาแต่กำเนิดที่พัฒนาหรือเปลี่ยนแปลงไม่ได้ แต่ขึ้นอยู่กับการศึกษาอบรมและปัจจัยแวดล้อมอื่น ๆ ทางสังคม

ประเด็นสำคัญคือ เนื่องจากความเป็นเพศเป็นเครื่องมือเพื่อการผลิตซ้ำและค้ำจุนวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ คนในสังคมจึงถูกสอนให้เชื่อว่าลักษณะความเป็นเพศชายมีคุณค่ามากกว่าลักษณะความเป็นหญิง เช่น การตัดสินว่าบุคคลที่จะเป็นผู้นำที่ดีและประสบความสำเร็จได้ต้องมีลักษณะความเป็นชายในตัว เช่น พูดเสียงดัง ชอบบ่นา มีอิทธิพลสูงใจผู้อื่นหรือกล้าใช้อำนาจกับผู้อื่น กล้าได้กล้าเสีย เด็ดเดี่ยวในสังคมเช่นนี้คุณลักษณะความเป็นเพศหญิง เช่น การรับฟังคนอื่น การประนีประนอม ความอ่อนโยน การดูแล และความละเอียดอ่อน มักไม่ได้รับการยกย่องและเห็นว่าไม่ใช่คุณลักษณะของการเป็นผู้นำที่ดี จึงทำให้ผู้หญิงจำนวนมาก เช่น กำนันหรือผู้ใหญ่บ้านที่เป็นผู้หญิงต้องพยายามพัฒนาคุณลักษณะความเป็นเพศชายขึ้นมาภายในตนเอง เพื่อจะได้รับการยอมรับในฐานะผู้นำ ในทางกลับกัน ผู้ชายที่ต้องการพัฒนาคุณลักษณะความเป็นเพศหญิง เช่น เป็นผู้สนับสนุนผู้อื่น เป็นผู้ฟังที่ดี มีความละเอียดอ่อน อ่อนโยน และชอบทำงานบ้าน มักถูกวิพากษ์วิจารณ์ว่าไม่ใช่ “ชายแท้” หรือผู้ชายที่รับฟังความเห็นของภรรยาและยินดีทำงานบ้านก็มักจะถูกวิจารณ์ว่ากลัวเมีย ซึ่งถือเป็นเรื่องไร้อเกียรติสำหรับผู้ที่เป็นสามี

ภายใต้กรอบการขจัดเกลางทางสังคมเช่นนี้ ผู้ชายที่ถูกหล่อหลอมมาในกรอบความเป็นเพศชายมาก ๆ มักมีลักษณะความเป็นชายแบบสุดโต่ง เช่น มีความก้าวร้าว ไม่ฟังคนอื่น ถือตนว่าเหนือกว่าผู้อื่น คิดว่าตนเองฉลาดรู้ทุกเรื่อง เชื้อมั่นในตนเองสูง และไม่แสดงออกซึ่งอารมณ์ความรู้สึก ส่งผลให้ผู้ชายตัดขาดหรือไม่สามารถแสดงออกซึ่งความรู้สึกของตนได้ (ยกเว้นการแสดงความโกรธ เพราะเป็นส่วนหนึ่งของลักษณะความเป็นชายซึ่งเป็นที่ยอมรับ) ดังนั้น เราจึงมักเห็นผู้ชายกลุ่มนี้แสดงความรู้สึกก่อนแอออกมาเฉพาะเมื่ออยู่ในภาวะมีนเมาหรืออยู่ในภาวะที่ไม่มีสติรู้ตัว

ความกดดันนี้ทำให้ผู้ชายใช้ความรุนแรงต่อผู้มีอำนาจน้อยกว่าอันเป็นวิธีการระบายความรู้สึกที่ผู้ชายต้องกดทับไว้ ผนวกกับความคาดหวังและภาพลักษณ์ของความเป็นชายของสังคมที่อนุญาตให้ผู้ชายใช้ความรุนแรงได้ในการทำงานเดียวกัน กรอบความเป็นเพศที่ตายตัวเช่นนี้ได้สร้างความเป็นหญิงแบบสุดโต่งในหมู่ผู้หญิงด้วยเช่นกัน

ตารางข้างล่างนี้มาจากงานของ ดอนนา เจนเซน (อ้างอิงใน Gloria Steinem, *Revolution from Within: A Book of Self-Esteem*, 1992) ที่แสดงผลของการหล่อหลอมความเป็นเพศหญิงและเพศชายแบบสุดโต่ง ซึ่งส่งผลกระทบต่อทุกคน ทั้งในด้านอารมณ์ พฤติกรรม จิตวิทยา ความคิดความเชื่อ ทัศนคติ และแสดงถึงผลของการพัฒนามนุษย์ด้วยความเป็นกลางแบบองค์รวมด้วย

ความเป็นเพศชายสุดโต่ง (ก้าวร้าว) Toxic Masculinity	มนุษย์ที่สมดุล	ความเป็นเพศหญิงสุดโต่ง (ยอมจำนน) Passive and Unhealthy Femininity
ชอบใช้อำนาจ	มีความคิดสร้างสรรค์	คิดว่าตนเองเป็นผู้เคราะห์ร้าย
มีความโกรธเป็นนิสัย	ผ่อนคลาย	เก็บกด
เผด็จการ	เชื่อเชิญและเปิดตัวเอง	ใช้มารยาทวิงวอน
คิดว่าตนเองรู้ทุกเรื่อง	สนใจใฝ่รู้	คิดว่าตนเองไม่รู้อะไรเลย
ทะนงตน	ใส่ใจกับสิ่งต่าง ๆ กระตือรือร้น	ปิดตัว เฉยชา

ความเป็นเพศชายสุดโต่ง (ก้าวร้าว) Toxic Masculinity	มนุษย์ที่สมดุล	ความเป็นเพศหญิงสุดโต่ง (ยอมจำนน) Passive and Unhealthy Femininity
ไม่รับรู้และไม่สัมผัสกับ ความรู้สึกของตนเอง	ได้ปัญญาจากการ พิจารณาความรู้สึก	ชอบจมจ่อมอยู่กับ อารมณ์ความรู้สึก
ไม่ชอบแสดงความรู้สึก	มีความยืดหยุ่น	ไม่ชอบแสดง เข้มแข็งของตนเอง
ไม่ยอมรับผิดหรือโทษ ผู้อื่น	เรียนรู้จากความ ผิดพลาด	โทษตัวเองหรือหมกมุ่น อยู่กับความผิดพลาด
รู้สึกว่าคุณเหนือกว่า คนอื่น	รู้สึกเท่าเทียมกับผู้อื่น	รู้สึกด้อยกว่าคนอื่น

วัฒนธรรมความเป็นเพศเป็นกรอบหลักในการสร้างและหล่อหลอมผู้คนให้เป็น “ผู้ชาย” และ “ผู้หญิง” จนทำให้คนเราสูญเสียหรือถูกจำกัดโอกาสที่จะได้พัฒนาตัวเองให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ มีความสมดุล และเป็นอิสระที่ก้าวพ้นความเป็นเพศ และแม้แต่ในกลุ่มคนที่ทำงานเรื่องความเป็นธรรมทางเพศยังต้องตระหนักว่าตัวเรานั้นก็เติบโต ได้รับอิทธิพลจากการหล่อหลอมและการให้คุณค่าความเป็นเพศชายและเพศหญิงจากสังคมและวัฒนธรรมไม่ต่างจากกลุ่มเป้าหมายที่เราทำงานด้วย การทำงานเรื่องเพศจึงไม่ใช่แค่การทำให้คนทุกเพศมีความเท่าเทียมกันในเรื่องบทบาทหน้าที่ โอกาส อำนาจ และการตัดสินใจ ไม่ว่าจะเป็นในครอบครัว ชุมชน และสถาบันต่าง ๆ ในสังคมเท่านั้น แต่ยังหมายถึงการรื้อถอนความคิด ความเชื่อ

และการให้คุณค่าเรื่องความเป็นหญิง ความเป็นชาย และร่างกายของผู้หญิงผู้ชาย
ที่เรามีต่อตนเองและคนอื่น ๆ ด้วย การตระหนักถึงผลกระทบของวัฒนธรรมความ
เป็นเพศเช่นนี้จะเป็แรงกระตุ้นให้เราเปลี่ยนแปลงตนเองและสังคม ให้มีระบบ
การให้คุณค่าและวัฒนธรรมแบบใหม่ที่จะพัฒนาคนทุกคนให้มีความเป็นมนุษย์ ซึ่ง
ไปพ้นความเป็นเพศที่คับแคบและตายตัวตั้งที่วัฒนธรรมชายเป็นใหญ่วางกรอบไว้
ในการอบรมเรื่องนี้กลุ่มผู้เรียนได้ร่วมกันคิดว่าคุณลักษณะความเป็นมนุษย์ที่ไปพ้น
เรื่องเพศนั้นคือ การฝึกฝนอบรมคนทุกเพศและเพศภาวะให้มีลักษณะที่นอกเหนือ
จากที่ ตอนนา เจนเซน กล่าวไว้ เช่น สามารถเป็นได้ทั้งผู้นำและผู้ตาม เป็นผู้ฟังที่ดี
มีความมั่นใจในตนเอง เห็นคุณค่าตนเองและผู้อื่น มีความเมตตากรุณา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่
มีความรับผิดชอบ เคารพธรรมชาติ มีคุณธรรม ซื่อสัตย์ รักในสันติวิธี ยึดถือคุณค่า
เรื่องความเท่าเทียม เคารพตนเองและผู้อื่น เป็นต้น

เพศภาวะและเพศวิถี (Gender and Sexuality)

เพศวิถี (Sexuality) หมายถึง ระบบความคิด ความเชื่อ ความรู้สึก วิถีปฏิบัติ
และพฤติกรรมในเรื่องที่เกี่ยวกับความรัก ความสัมพันธ์ และเพศสัมพันธ์ของบุคคล
ทั้งที่แสดงออกอย่างเปิดเผยและไม่เปิดเผย

เพศภาวะ (Gender) มีความเชื่อมโยงสัมพันธ์อย่างลึกซึ้งกับเพศวิถีของ
คนเรา เพราะในกระบวนการหล่อหลอมความเพศนั้น สิ่งที่เกิดขึ้นควบคู่กันไปคือการ
หล่อหลอมเรื่องเพศวิถีแบบรักต่างเพศในสังคม จากการอภิปรายพูดคุยแลกเปลี่ยน
ประสบการณ์ชีวิตจริงของผู้เข้าร่วมอบรมที่จัดโดยศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและ
ความยุติธรรม ได้ข้อมูลว่าสังคมไทยกำหนดกรอบเพศวิถีของผู้ชายและผู้หญิงไว้ดังนี้

กรอบเพศวิถีของผู้หญิง สังคมกำหนดและคาดหวังให้ผู้หญิงต้องรักและแต่งงานกับผู้ชาย ต้องรักษาวลสงวนตัว อวัยวะเพศของผู้หญิงและประจำเดือนเป็นเรื่องน่าอาย สกปรกและต้องปกปิด ผู้หญิงไม่ควรเรียนรู้เรื่องเพศและเรื่องที่เกี่ยวข้องกับเพศ ประจำเดือนเป็นของสกปรก ผู้หญิงดีต้องเดียงสาและบริสุทธิ์ ไม่ยุ่งเกี่ยวเรื่องเพศสัมพันธ์ ผู้หญิงที่แต่งงานแล้วควรตอบสนองความต้องการทางเพศของสามีหรือคูรัก ผู้หญิงเป็นฝ่ายเสียหายหากมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานหรือฝ่ายชายไม่ยอมรับความสัมพันธ์นั้นอย่างเป็นทางการ ผู้หญิงแต่งงานแล้วควรมีลูก ผู้หญิงที่เลือกอยู่เป็นโสดจะถูกตั้งคำถามและถูกตัดสินในทางลบ ผู้หญิงที่แสดงออกเรื่องเพศหรือมีคูรักหลายคนคือผู้หญิงไม่ดี¹

ในการอบรม ผู้ร่วมอบรมได้อภิปรายต่อไปด้วยว่าหากผู้หญิงถูกล่อลอมด้วยความคิดเช่นนี้จะส่งผลต่อชีวิตทางเพศและการใช้ชีวิตด้านอื่น ๆ ของพวกเธอหลายประการ เช่น ขาดความรู้เรื่องเพศและอนามัยเจริญพันธุ์ มีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย มีความรู้สึกอายหากมีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศหรืออนามัยเจริญพันธุ์ ไม่มีความสุขเรื่องเพศสัมพันธ์อันเป็นผลจากการไม่มีอำนาจต่อรองกับคูรักหรือไม่สามารถแสดงออกในเรื่องเพศได้ ต้องเก็บกดความต้องการทางเพศของตนเอง ต้องยอมจำนนต่อความรุนแรงหรือการเรียกร้องและการควบคุมเรื่องเพศสัมพันธ์จากคูรัก คิดและเชื่อว่าเรื่องเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องไม่สำคัญแต่ต้องทำเพราะเป็นหน้าที่ของการเป็นภรรยาหรือคูรัก ไม่กล้าปฏิเสธเมื่อไม่ต้องการมีเพศสัมพันธ์หรือหากปฏิเสธก็รู้สึกผิด ไม่กล้าบอกหรือแสดงความต้องการทางเพศต่อคูรัก มีความเสี่ยงต่อการถูกใช้ความรุนแรงทางเพศ เสี่ยงต่อการติดโรคและปัญหาอื่น ๆ เช่น การท้องไม่พร้อม เป็นต้น

¹ รวบรวมจากการอบรมเพศวิถีเพื่อการเปลี่ยนแปลงสังคม โครงการผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม ปี 2550-2553

กรอบเพศวิถีของผู้ชาย สังคมได้บอกเราว่าผู้ชายต้องรักและแต่งงานกับผู้หญิง ผู้ชายสามารถแสดงออกและพูดคุยเรื่องเพศได้โดยไม่ต้องอายหรือเกรงใจผู้อื่น ผู้ชายควรแสวงหาและมีประสบการณ์เรื่องเพศหลายรูปแบบ โดยเฉพาะที่ผ่านการสอนและแนะนำจากเพื่อนฝูงและรุ่นพี่ ขนาดของอวัยวะเพศที่ใหญ่เป็นส่วนหนึ่งของความภูมิใจในความเป็นชาย ผู้ชายต้องแต่งงานหรือมีคู่รักเป็นผู้หญิง คนในสังคมมีความเชื่อว่าผู้ชายเป็นเพศที่มีความต้องการทางเพศสูง ผู้ชายต้องเก่งเรื่องเพศ ต้องเป็นฝ่ายจีบและเข้าหาผู้หญิงก่อน ภรรยาหรือคู่รักมีหน้าที่ต้องตอบสนองความต้องการทางเพศของผู้ชาย เมื่อผู้ชายมีความต้องการทางเพศแล้วต้องได้รับการตอบสนองหรือปลดปล่อย แม้จะต้องใช้การบังคับ การซื้อ หรือใช้ความรุนแรงก็ตาม²

หากผู้ชายถูกสั่งสอนอบรมให้มีความคิดความเชื่อและปฏิบัติตามเพศวิถีดังกล่าว ผลกระทบที่จะเกิดขึ้นกับชีวิตทางเพศของผู้ชายเองและผู้หญิงซึ่งเป็นคู่ความสัมพันธ์คือ ผู้ชายจะยึดเอาตนเองเป็นศูนย์กลางในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ เชื่อว่าเมียหรือคู่รักต้องตอบสนองความต้องการทางเพศตามเงื่อนไขที่ตนเองต้องการ เห็นว่าการบังคับหรือใช้อำนาจและความรุนแรงกับผู้หญิงที่ตนเองต้องการมีเพศสัมพันธ์ด้วยนั้นเป็นเรื่องปกติ มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อและการแพร่โรคที่เกี่ยวข้องกับเพศสัมพันธ์ เห็นผู้หญิงเป็นวัตถุทางเพศ ไม่มีความรับผิดชอบต่อปัญหาที่เกิดจากเพศสัมพันธ์ของตนเอง ซึ่งเราเห็นได้จากการที่ผู้ชายไม่รับผิดชอบเมื่อผู้หญิงที่ตนมีเพศสัมพันธ์ด้วยตั้งท้องโดยไม่พร้อม ผู้ชายกลุ่มนี้จะมีความหมกมุ่นกับเรื่องเพศ และเห็นว่าเรื่องเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องใหญ่ การมีเช็กลิสต์เพื่อการแก้แค้น เพื่อลงโทษผู้หญิงหรือเพื่อการแข่งขันล้วนเป็นส่วนหนึ่งของการสร้างความเป็นชาย ในการทำกิจกรรมเรื่องเพศวิถีในระหว่างการอบรมครั้งหนึ่งมีผู้ร่วมอบรมที่เป็นชายคนหนึ่งแบ่งปันประสบการณ์ว่า แม้ว่าตัวเขาเองและภรรยาจะแต่งงานกันมาได้ 22 ปีแล้ว

2 อ้างแล้ว เชิงอรรถที่ 1

แต่เขาไม่เคยถามภรรยาเลยว่ารู้สึกอย่างไรและมีความสุขหรือไม่กับการมีเพศสัมพันธ์กัน เขายอมรับกับเพื่อนผู้ชอบบ่นว่าเขาไม่รู้ว่าเขาได้ทำร้ายภรรยาที่เขารักมานานหลายปี

กรอบเพศวิถีที่มีอิสระ ไร้การควบคุม และไม่ต้องรับผิดชอบเช่นนี้ส่งผลให้ผู้ชายไทยจำนวนมากมีชีวิตทางเพศที่ไม่ปลอดภัยทั้งต่อตนเองและคู่ของตน มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อและแพร่โรคที่ติดต่อจากการมีเพศสัมพันธ์ และมีแนวโน้มจะใช้เวลาความรุนแรงในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อให้ได้มาซึ่งความสุขทางเพศของตนเอง

ความเป็นเพศและเพศวิถีเชื่อมโยงและสนับสนุนซึ่งกันและกัน ความเป็นเพศกำหนดบทบาทหน้าที่ ความสัมพันธ์เชิงอำนาจ สถานภาพของผู้หญิงและผู้ชายในครอบครัว สังคม ที่แตกต่างและไม่เท่าเทียมกัน ส่วนเพศวิถีกำหนดชีวิตทางเพศของชายและหญิงที่แตกต่างและไม่เท่าเทียมด้วยเช่นกัน กรอบซึ่งเกี่ยวกับเพศทั้งสองนี้ส่งผลกระทบต่อชีวิตของผู้หญิงมากกว่าผู้ชายทั้งในระดับส่วนตัว ครอบครัว และระดับโครงสร้างสังคม ทำให้เกิดความรุนแรงทางเพศต่อผู้หญิงหลากหลายรูปแบบ สังคมไทยในปัจจุบันสะท้อนสภาพปัญหาเรื่องเพศอันเป็นผลมาจากกรอบเรื่องเพศภาวะและเพศวิถีที่กล่าวมาข้างต้นอย่างชัดเจน ไม่ว่าจะเป็นปัญหาเรื่องความรุนแรงในครอบครัว การล่วงละเมิดทางเพศ การข่มขืนผู้หญิงและเด็กหญิง ค่านิยมการยอมรับให้ผู้ชายนอกใจภรรยา การแพร่ระบาดของเชื้อเอชไอวี/เอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่น ๆ การเสริมขนาดอวัยวะเพศของผู้ชายด้วยวิธีผิด ๆ จนเป็นเหตุให้เกิดการเจ็บป่วย การท้องไม่พร้อมซึ่งนำไปสู่การทำแท้งที่ไม่ปลอดภัย การเพิ่มจำนวนของแม่วัยรุ่นและแม่เลี้ยงเดี่ยว เป็นต้น

ระบบความเป็นเพศและเพศวิถีเป็นฐานที่มั่นคงหลักของการเกิด การผลิตซ้ำ และการสืบทอดวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ ซึ่งได้รับการส่งเสริมสืบทอดผ่านสถาบันหลักของสังคม ตั้งแต่ครอบครัว ชุมชน เพื่อนฝูง โรงเรียน วรรณกรรม สื่อมวลชน การ

โฆษณาและการบันเทิง คำสอนทางศาสนา ระบบสาธารณสุข ระบบเศรษฐกิจ และระบบการปกครองและการเมืองที่ทำงานเชื่อมโยงสอดรับกันอย่างเหนียวแน่น เพื่อถ่ายทอดชุดความคิดความเชื่อและวิถีปฏิบัติตามกรอบเพศและเพศวิถีนี้ให้ดำรงอยู่อย่างต่อเนื่อง

การมองปัญหาเกี่ยวกับเพศที่เกิดขึ้นทั้งผู้หญิงและผู้ชาย เช่น ปัญหาท้องไม่พร้อม ปัญหาวัยรุ่นชายที่ใช้ชีวิตทางเพศสัมพันธ์ที่เสี่ยงและใช้ความรุนแรง เช่น พฤติกรรมการรุมข่มขืนผู้หญิง โดยขาดความเข้าใจสาเหตุหลัก สิ่งสำคัญประการหนึ่งคือการสร้างและผลิตซ้ำความคิดความเชื่อเรื่องเพศวิถีและความเป็นเพศในสังคมไทย จะทำให้หน่วยงานและผู้ที่เกี่ยวข้องกับการแก้ไขปัญหาเหล่านี้มีแนวโน้มที่จะมองอย่างแคบ ๆ ว่าปัญหาเหล่านี้เป็นปัญหาระดับบุคคล และมักจะกล่าวโทษว่าปัญหาเกิดเพราะเด็กผู้หญิงไม่รักษาวลสงวนตัว ใจแตก หรือเป็นเพราะครอบครัวมีปัญหา

เราต้องมาคิดว่าสถาบันทางสังคม วัฒนธรรมประเพณี และระบบทางสังคมใดบ้างที่มีส่วนในการค้ำจุนและผลิตซ้ำให้กรอบเพศวิถีและกรอบความเป็นเพศแบบสุดโต่งและตายตัวเช่นนี้ดำรงอยู่ได้ในสังคม และส่งผลต่อความคิด ความเชื่อ และพฤติกรรมทางเพศของทั้งผู้หญิงผู้ชายจนกลายเป็นวัฒนธรรมความรุนแรงทางเพศของสังคม และเราควรพิจารณาด้วยว่าสถาบันเหล่านี้จะร่วมมือกันทำงานอย่างไรเพื่อช่วยกันรื้อถอนสาเหตุรากเหง้าของปัญหานี้ให้ค่อย ๆ หดไป

ความสัมพันธ์รักต่างเพศและบรรทัดฐานรักต่างเพศ (Heterosexuality and Heteronormativity)

ในระบบสังคมชายเป็นใหญ่ ความสัมพันธ์รักต่างเพศ (Heterosexuality) ได้รับการสถาปนาความหมายและเป็นที่ยอมรับกันทั่วไปว่าเป็นความปกติและเป็น

ความสัมพันธ์ที่ชอบธรรม (Heteronormativity) การยอมรับเช่นนี้เกิดขึ้นพร้อม ๆ กับการสั่งสอนอบรม การหล่อหลอม และสืบทอดความคิดความเชื่อเรื่องความเป็นผู้หญิงและผู้ชายผ่านสถาบันต่าง ๆ ในสังคม เริ่มตั้งแต่สถาบันครอบครัว โรงเรียน ศาสนา สื่อมวลชน และกฎหมาย ดังนั้นความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศจึงไม่ได้เป็นแค่ธรรมเนียมทางเพศหรือเพศวิถีรูปแบบหนึ่งในสังคมเท่านั้น แต่เป็นระบบความสัมพันธ์หรือเพศวิถีรูปแบบเดียวที่สังคมส่วนใหญ่ถือว่าถูกต้องและเป็นมาตรฐานของสังคม ที่ผู้คนต้องยอมรับและทำตาม

สังคมไทยมีระบบการหล่อหลอมและสถาปนาความปกติให้กับความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศไว้อย่างชัดเจน เราสามารถสังเกตเห็นกระบวนการสถาปนาบรรทัดฐานรักต่างเพศของสังคมได้จากชีวิตประจำวันของเราเอง โดยเฉพาะวิถีปฏิบัติที่เกี่ยวกับการมีคู่และความหมายของครอบครัว เช่น การหยอกล้อให้เด็กผู้หญิงผู้ชายเป็นแฟนกันตั้งแต่เป็นเด็กเล็ก ๆ คำพูดที่ว่าหญิงและชายถูกสร้างมาเพื่อเป็นคู่กัน การที่เด็กสาววัยรุ่นมักถูกผู้ใหญ่ตั้งคำถามว่ามีหนุ่ม ๆ มาจีบบ้างหรือเปล่า การถามหรือถูกถามโดยคนในวัยผู้ใหญ่ที่เพิ่งรู้จักว่าเขาหรือเราแต่งงานมีครอบครัว (แบบรักต่างเพศ) แล้วหรือยัง และการพูดเหมารวมว่าบทบาทหรืออัตลักษณ์หลักของผู้หญิงทั่วไปคือการเป็นภรรยาและแม่ และบทบาทหรืออัตลักษณ์หลักของผู้ชายคือการเป็นสามีและพ่อ เป็นต้น

นอกจากกระบวนการหล่อหลอมและสถาปนาความหมายที่กล่าวมาแล้วนี้ สังคมยังมีระบบหรือสถาบันต่าง ๆ ซึ่งทำงานหนุนเสริมกันไม่ทางตรงก็ทางอ้อม เพื่อให้เราเชื่อว่าความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศเป็นความสัมพันธ์แบบเดียวที่เป็นไปได้ และเป็นปกติในสังคมมนุษย์ ระบบหรือสถาบันที่ว่ำนี้นี้รวมถึงครอบครัว โรงเรียน กลุ่มเพื่อน ศาสนา สื่อสารมวลชน และงานศิลปะแขนงต่าง ๆ ได้ทำหน้าที่ส่งผ่านข้อมูลเรื่องบรรทัดฐานรักต่างเพศว่าเป็นสิ่งที่เราต้องยอมรับโดยไม่ต้องตั้งคำถาม ตัวอย่างหนึ่งซึ่งเห็นชัดคือเวลาที่สื่อมวลชนนำเสนอภาพหรือเรื่องราวของคน

ในสังคมที่มีความสัมพันธ์เป็นคู่กันในสื่อแขนงต่าง ๆ เช่น นิตยสาร หนังสือพิมพ์ ภาพยนตร์ รายการโทรทัศน์ ละครโทรทัศน์ โฆษณา มักนำเสนอแต่ภาพคู่ที่เป็นรักต่างเพศ เป็นต้น

สเตวี แจ็กสัน (*A lecture on Heteronormativity-a Fruitful Concept?* 2005, p. 17) กล่าวไว้ในการบรรยายเรื่องบรรทัดฐานรักต่างเพศว่า สังคมมีระบบที่ชี้นำและฝึกฝนผู้คนให้เป็นคนรักต่างเพศตั้งแต่เล็ก โดยที่เด็กเหล่านั้นยังไม่ถึงวัยจะเข้าใจหรือสนใจเรื่องเพศเสียด้วยซ้ำ เห็นได้จากความรู้พื้นฐานส่วนใหญ่ที่เด็กได้รับทั้งจากโรงเรียน ครอบครัว และชุมชนจะเป็นเรื่องความรักความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นภาพการตกหลุมรัก การแต่งงาน และความเป็นครอบครัว ดังนั้น เด็ก ๆ จึงเริ่มจัดวางตนเองในระบบเพศวิถีของรักต่างเพศและโลกของบรรทัดฐานรักต่างเพศตั้งแต่เยาว์วัย บรรทัดฐานรักต่างเพศยังถูกทำให้เข้มข้นขึ้นไปอีกเมื่อเด็กนักเรียนรู้เรื่องเพศสัมพันธ์ผ่านความเข้าใจเรื่องการมีลูกที่เกิดจากความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศ ด้วยเหตุนี้การสร้างความเป็นเพศและเพศวิถีแบบรักต่างเพศจึงมีความสัมพันธ์ที่ส่งเสริมสอดรับกันอย่างลึกซึ้งแน่นหนา เพราะทั้งสองระบบช่วยกันหล่อหลอมและสถาปนารักต่างเพศให้เป็นบรรทัดฐานของเพศวิถีในสังคม

บรรทัดฐานรักต่างเพศจึงเป็นตัวเชื่อมระหว่างความเป็นเพศ (Gender) และเพศวิถี (Sexuality) เพราะความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศไม่ได้หมายถึงเฉพาะเรื่องความรัก ความสัมพันธ์ และเพศสัมพันธ์ระหว่างชายกับหญิงเท่านั้น แต่ยังมีส่วนในการกำหนดบทบาทหน้าที่ระหว่างความสัมพันธ์ของคนสองเพศทั้งในระดับครอบครัวและในระดับสังคมอีกด้วย (Jackson, 2005, p. 18)

บรรทัดฐานรักต่างเพศจึงเป็นเครื่องมืออีกประเภทหนึ่งในวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ที่ทำงานผ่านระบบการถ่ายทอดความคิดความเชื่อและวิถีปฏิบัติเรื่องเพศอัตลักษณ์ด้านเพศภาวะ และบทบาททางเพศแบบตายตัว เพื่อหนุนเสริมและ

ตอกย้ำลำดับชั้นทางอำนาจให้ผู้ชายมีอำนาจเหนือผู้หญิง โดยมีผู้ชายเป็นผู้ควบคุมความสัมพันธ์ทางเพศและร่างกายของผู้หญิงที่เราเห็นได้จากกรอบเพศวิถีซึ่งสอนผู้หญิงว่าเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องน่าอาย ไม่ควรรู้ และเมื่อแต่งงานแล้วการตอบสนองความต้องการทางเพศให้แก่สามีเป็นหน้าที่หนึ่งของภรรยา ในขณะที่ผู้ชายจะถูกสอนให้เชื่อว่าเพศสัมพันธ์เป็นแก่นกลางของความเป็นชาย (จนแทบจะกล่าวได้ว่าหากผู้ชายหมดสมรรถภาพทางเพศ ความเป็นชายของเขาก็จะหมดลงไปด้วย) ผู้ชายไม่ต้องควบคุมเรื่องความต้องการทางเพศของตัวเองและไม่ต้องถามหรือใส่ใจในความรู้สึกทางเพศของแฟนหรือภรรยา

อย่างไรก็ตาม บรรทัดฐานรักต่างเพศก็ไม่ได้ให้คุณค่ากับความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศทุกรูปแบบเท่าเทียมกัน ในสังคมส่วนใหญ่รวมทั้งสังคมไทยเราจะพบว่าความสัมพันธ์รักต่างเพศแบบผัวเดียวเมียเดียวที่มีการแต่งงานถูกต้องตามประเพณีและกฎหมายรวมทั้งการมีลูก จะได้รับการยอมรับและเชิดชูว่าเป็นความสัมพันธ์ที่ถูกต่องามและมีคุณค่ามากที่สุด ขณะเดียวกันกลุ่มคนที่แม้เป็นรักต่างเพศแต่ไม่ได้แต่งงานกันถูกต้องตามประเพณีและกฎหมายก็อาจถูกสังคมหรือญาติพี่น้องตำหนิหรือตั้งคำถาม เพราะความสัมพันธ์ของพวกเขายังไม่เป็นไปตามบรรทัดฐานความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศที่ต่องามที่สุดตามสังคมกำหนด ส่วนคนรักต่างเพศที่มีอาชีพค้าบริการทางเพศและคนรักต่างเพศที่ไม่ได้อยู่ในความสัมพันธ์แบบผัวเดียวเมียเดียว หรือมีคู่หลายคนก็จะถูกมองว่าผิดศีลธรรม ขณะที่ผู้หญิงซึ่งเป็นแม่เลี้ยงเดี่ยวและแม่หย่าก็มักถูกมองว่าสุ่มเสี่ยงต่อการทำผิดศีลธรรมในเรื่องเพศได้ง่าย ส่วนวัยรุ่นหรือผู้สูงอายุที่มีเพศสัมพันธ์ซึ่งแม้เป็นแบบรักต่างเพศก็มักถูกประณามว่ามีพฤติกรรมไม่เหมาะสมด้วยเหตุผลเรื่องอายุ ดังนั้น เราจึงจะเห็นว่าบรรทัดฐานรักต่างเพศเองก็ไม่ได้ยึดติด ๆ แต่ทำงานร่วมกับอัตลักษณ์หรือพฤติกรรมอื่น ๆ ของคนเรา เช่น สถานภาพสมรส อาชีพ อายุ การมีคู่คนเดียวหรือหลายคน เป็นต้น เพื่อกำหนดคุณค่าสูงต่ำให้กับความสัมพันธ์ทางเพศรูปแบบต่าง ๆ

ความรู้สึกรังเกียจ กลัว และไม่ยอมรับเพศวิถีของคนรักเพศเดียวกัน
คนรักสองเพศ และคนข้ามเพศ (Homophobia, Biphobia and
Transphobia)

บรรทัดฐานเพศวิถีแบบรักต่างเพศเป็นระบบความคิดความเชื่อที่ตึงทักและเหมารวมว่ามนุษย์ทุกคนเป็นบุคคลรักต่างเพศที่ย่อมเสาะหาความสัมพันธ์แบบผัวเดียวเมียเดียวเพื่อจะอยู่กันอย่างยั่งยืน การสถาปนารักต่างเพศให้เป็นบรรทัดฐานของสังคม (Heteronormativity/Heterosexism) เช่นนี้จึงเป็นสาเหตุของการสร้างความรู้สึกรังเกียจ กลัว และไม่ยอมรับคนรักเพศเดียวกัน และคนรักทั้งสองเพศหรือไบเซ็กชวล การไม่ยอมรับกับกลุ่มคนที่ไม่ได้รักต่างเพศแสดงออกโดยการให้ความหมายว่า ความสัมพันธ์แบบรักเพศเดียวกัน แบบรักสองเพศ และความรักความสัมพันธ์ของคนข้ามเพศเป็นเรื่องผิดปกติ ผิดเพศ ผิดธรรมชาติ แปลกประหลาด เป็นความสัมพันธ์ที่ขัดกับศีลธรรมและวัฒนธรรมที่ถูกต้องของสังคม และเมื่อเห็นว่าผิดปกติก็มักจะหาสาเหตุของความผิดปกตินี้ว่าน่าจะมาจากการเลี้ยงดูหรือเป็นผลมาจากการเข้าเรียนในโรงเรียนหญิงล้วนชายล้วน หรือฮอรัโมน เป็นต้น

นอกจากอคติ ความเกลียด และความกลัวที่เกิดขึ้นในระดับบุคคลแล้ว สังคมซึ่งยอมรับบรรทัดฐานรักต่างเพศเป็นมาตรฐานอย่างแน่นหนา จะมีระบบพลักไสกลุ่มคนชายขอบทางเพศวิถีและเพศภาวะออกจากสถาบันและระบบบริการสังคม ปิดกั้นคนเหล่านี้ไม่ให้เข้าถึงทรัพยากร อำนาจ และสิทธิที่คนรักต่างเพศเข้าถึงได้ เช่น ไม่รับรองความสัมพันธ์ตามกฎหมาย ตามประเพณี และศาสนา การสืบทอดมรดก หรือสวัสดิการการรักษาพยาบาล หรือการประกันชีวิตของคู่รักเพศเดียวกันชนกลุ่มน้อยทางเพศภาวะจะถูกกระทำรุนแรงโดยตรงจากครอบครัวซึ่งมักไม่ถูกเปิดเผย เช่น การทุบตีทำร้าย การบังคับให้แต่งงาน การบังคับให้แต่งตัวและประพฤติตัว การไม่พูดถึงเพศวิถี ความสัมพันธ์ หรือคู่รักของพวกเขา และความรุนแรงโดยอ้อมในระดับโครงสร้าง เช่น การทำให้ตัวตนอัตลักษณ์ทางเพศและเพศวิถีของ

คนรักเพศเดียวกัน คนรักสองเพศ หรือคนข้ามเพศไม่มีพื้นที่ในบทสนทนาทั่วไป ในหลักสูตรการศึกษา ในสถาบันศาสนา ในระบบการแพทย์และสาธารณสุข ในกระบวนการยุติธรรม ฯลฯ ความรุนแรงเหล่านี้เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันจึงส่งผลให้คนรักเพศเดียวกัน คนรักสองเพศ และคนข้ามเพศเกิดความรู้สึกไม่มั่นใจ รู้สึกด้อยค่า และขาดความรู้สึกมั่นคงในอัตลักษณ์ ความรัก และความสัมพันธ์ของตนเอง

ต่อไปนี้เป็นตัวอย่างความคิดหรือพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงความรู้สึกเกลียดกลัว และการไม่ยอมรับคนรักเพศเดียวกันซึ่งเกิดจากความเชื่อฝังหัวตามบรรทัดฐานรักต่างเพศ

- ทักท้วงว่าคนที่เราพบทุกคนเป็นคนรักต่างเพศ
- พูดถึงคนที่ เป็นเกย์หรือเลสเบี้ยนในเชิงตลกล้อเลียนหรือดูถูก เช่น เวลาเจอคู่เกย์หรือเลสเบี้ยนก็จะคิดหรือซุบซิบนินทาในเชิงเหยียดหยันว่า “คนไหนเป็นผัว คนไหนเป็นเมีย”
- ใช้คำพูดดูถูกคนรักเพศเดียวกัน ดูถูกความสัมพันธ์ของคนรักเพศเดียวกัน ตลอดจนวิธีการมีเพศสัมพันธ์ของพวกเขา เช่น เรียกพวกเขาว่า “พวกไม้ป่าเดียวกัน” “พวกชอบตี่ฉิ่ง” เป็นต้น
- เมื่อได้ยินคำว่าเกย์หรือเลสเบี้ยนจะนึกถึงแต่เรื่องชีวิตทางเพศหรือการมีเพศสัมพันธ์ของคนเหล่านี้ แต่เมื่อได้ยินคำว่าการทำงานและครอบครัวจะนึกถึงความสัมพันธ์ของคนรักต่างเพศเท่านั้น
- เวลาพบปะเพื่อนฝูง อาจถามถึงแฟน สามี หรือภรรยาของเพื่อนที่เป็นคนรักต่างเพศ แต่มักหลีกเลี่ยงไม่ถามหรือพูดถึงแฟนหรือคู่รักของเพื่อนที่เป็นเกย์หรือเลสเบี้ยน
- ไม่ตอบโต้หรือทำหายเมื่อได้ยินประโยคหรือคำพูดที่สะท้อนถึงความรู้สึกเกลียดกลัวคนรักเพศเดียวกัน เพราะเกรงว่าจะถูกคนอื่นทักท้วงว่าตนเองเป็นเกย์หรือเลสเบี้ยนไปด้วย

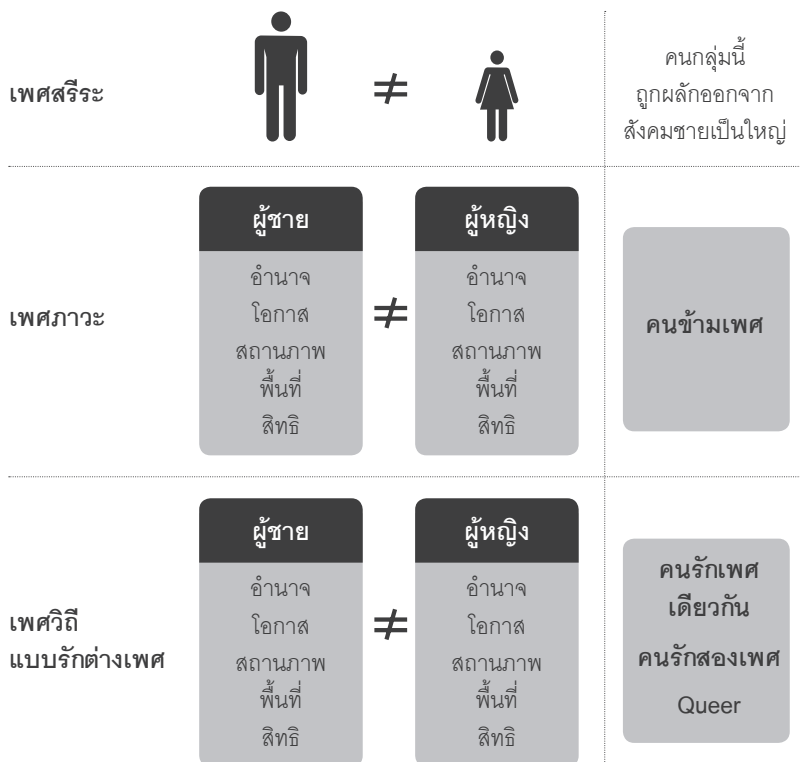
- ยอมรับการแสดงความรักระหว่างกันของคนรักต่างเพศ เช่น การจูบมือหรือโอบกอดในที่สาธารณะ แต่แสดงอาการรังเกียจหรือขยะแขยงเมื่อเห็นภาพคนรักเพศเดียวกันแสดงความรักกันในที่สาธารณะหรือในสื่อเกย์หรือเลสเบี้ยน
- คิดว่าเลสเบี้ยนคือผู้หญิงที่ยังไม่เจอ “ผู้ชายดี ๆ” หรือเชื่อว่าเลสเบี้ยนคือผู้หญิงที่เกลียดผู้ชาย
- เห็นว่าคนรักเพศเดียวกันที่เรียกร้องสิทธิของพวกเขาเป็นการขอสิทธิมากเกินไป เห็นว่าพวกเขาน่าจะทำตัวเงียบ ๆ เพื่อให้สังคมยอมรับ
- คาดหวังให้เกย์หรือเลสเบี้ยนต้องประพฤติตัวให้เหมาะสมตามกรอบที่คนส่วนใหญ่ในสังคมขีดไว้ให้ในเรื่องการแสดงออก เรื่องความรัก ความสัมพันธ์
- เปลี่ยนที่นั่งในการประชุมเมื่อพบว่าตนเองได้ที่นั่งติดกับคนที่ป็นเกย์หรือเลสเบี้ยน
- คิดว่าการเป็นเกย์และเลสเบี้ยนเกิดจากปมด้อยในวัยเด็ก เช่น การเลี้ยงดูที่ผิด ๆ การเลียนแบบตัวแบบที่ผิด ๆ หรือการมีประสบการณ์เคยถูกลวนลามทางเพศ

อย่างไรก็ดีกลุ่มคนรักเพศเดียวกันหรือรักสองเพศเองก็ได้รับอิทธิพลจากแบบแผนของระบบเพศและเพศวิถีตามบรรทัดฐานรักต่างเพศ แม้ว่าจะไม่ใช่คนรักต่างเพศแต่พวกเขาต่างได้เห็น ได้ยิน และได้รับการสั่งสอนอบรมความคิดความเชื่อ และวิถีปฏิบัติเรื่องความรัก ความสัมพันธ์และเพศสัมพันธ์แบบรักต่างเพศที่มีอยู่อย่างเข้มข้นในสังคมด้วยเช่นกัน คนกลุ่มนี้จึงอาจยอมรับบรรทัดฐาน และความไม่เท่าเทียมที่เกิดจากระบบเพศภาวะและเพศวิถีแบบรักต่างเพศเข้ามาในความสัมพันธ์ของพวกเขาโดยไม่ตั้งคำถามมากนัก เราอาจพบการใช้อำนาจ การแบ่ง

บทบาทหน้าที่ตามเพศ และการกำหนดบทบาทในการมีเพศสัมพันธ์ของคู่รักเพศเดียวกันที่ถอดแบบมาจากความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศ เช่น การใช้อำนาจเหนือกว่า หรือการควบคุมแบบชายเหนือหญิงในคู่หญิงรักหญิง ชายรักชาย การที่คนที่มีบุคลิกลักษณะเป็นทอมอาจสวมบทบาทเป็นคนเจ้าชู้แบบผู้ชาย ชอบกินเหล้า สูบบุหรี่ หรือเป็นผู้ควบคุมและใช้อำนาจในความสัมพันธ์เฉกเช่นผู้ชายตามกรอบบรรทัดฐานรักต่างเพศ เป็นต้น

เราจะเห็นได้ว่ากรอบเพศและเพศวิถีตามบรรทัดฐานรักต่างเพศในสังคมชายเป็นใหญ่ส่งผลกับคนหลายกลุ่ม ทั้งต่อผู้หญิงรักต่างเพศโดยเฉพาะกลุ่มที่ไม่ได้ปฏิบัติหรือปฏิบัติตามกรอบเพศวิถีแบบผู้หญิงหรือภรรยาที่ดี กลุ่มคนรักเพศเดียวกัน คนรักสองเพศ และคนข้ามเพศ ในระบบเพศและเพศวิถีนี้อีกกลุ่มคนที่มีอภิสิทธิ์ มีโอกาส มีพื้นที่ และอำนาจมากที่สุดคือกลุ่มผู้ชายรักต่างเพศ บรรทัดฐานรักต่างเพศทำให้คนในสังคมมีมุมมองและความเข้าใจเรื่องเพศวิถีที่จำกัด คับแคบ แบ่งแยกและกดขี่ ทั้งยังเป็นตัวจำกัดไม่ให้บุคคลไม่ว่าจะมีเพศภาวะหรือเพศวิถีรูปแบบใดสามารถพัฒนาความเป็นมนุษย์ที่ก้าวพ้นข้อจำกัดของอัตลักษณ์ที่กำหนดความคาดหวัง บทบาทหน้าที่ทางเพศ และเพศวิถีที่คับแคบ จำกัด และตายตัวนี้ เพื่อจะมีชีวิตอย่างมีความสุข มีความเสมอภาค มีอิสรภาพในชีวิตที่สามารถพัฒนาความเป็นมนุษย์ได้สูงสุด เป็นมนุษย์ซึ่งแสดงออกถึงความรัก ความปรารถนาทางเพศรส การเลือกคู่และมีความสัมพันธ์ทางเพศ เห็นคุณค่าในความเป็นเพศและเพศวิถีของตนเองและคนอื่น ๆ ที่ต่างออกไปจากตนด้วยความภูมิใจ เข้าใจและเคารพในความแตกต่างอย่างเท่าเทียม

ระบบเพศและเพศวิถีแบบชายเป็นใหญ่



แผนภูมิสรุปกรอบเพศภาวะ และเพศวิถีแบบชายเป็นใหญ่

ที่กล่าวมาทั้งหมดในบทนี้สรุปได้ว่าวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ไม่ได้หมายความว่าถึงเฉพาะเรื่องเพศทางกายภาพหรือผู้ชายที่เราเห็นในระดับปัจเจกบุคคล หรือกลุ่มประชากรผู้ชายเท่านั้น แต่ยังหมายถึงระบบความคิด ความเชื่อ เรื่องบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบ ความคาดหวัง ภาวลักษณะของ “ผู้หญิง ผู้ชาย” ตามกรอบเพศ

รูปแบบการใช้อำนาจระหว่างเพศ และเรื่องเพศวิถีของคนทุกเพศภาวะที่ประชากรในสังคมทุกเพศทุกวัยได้รับการสั่งสอนหล่อหลอมบ่มเพาะมาตั้งแต่เด็ก แม้เราจะเห็นได้ชัดว่าผู้ชายในระดับปัจเจกและกลุ่มเป็นเพศที่ได้สิทธิ โอกาส อิสรภาพ อำนาจ และประโยชน์จากระบบเพศของวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่นี้ แต่กลุ่มผู้หญิงเป็นจำนวนมากก็รับเอาวัฒนธรรมนี้มาอยู่ในเนื้อในตัว ดังนั้นนอกจากพวกเขาจะปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัดในระดับส่วนตัวแล้ว อาจจะได้ทำหน้าที่คอยตรวจตรา (Policing) ให้ผู้หญิง ผู้ชายปฏิบัติตามระบบเพศและเพศวิถีนี้อย่างเคร่งครัดผ่านการเลี้ยงดูบุตรหลาน เช่น การแบ่งบทบาทหน้าที่การงาน การละเล่น การแต่งตัว การเลือกคู่ การให้อำนาจและสถานภาพ และความคาดหวังบนฐานเพศจากคนในครอบครัว ในที่ทำงาน ในที่สาธารณะ และผ่านการมีส่วนร่วมในระบบและสถาบันต่าง ๆ ของสังคมอย่างแข็งขันอีกด้วย ในหนังสือเล่มนี้เราจึงเลือกใช้คำว่าระบบเพศภาวะและเพศวิถีมากกว่าจะใช้คำว่าเป็นเรื่องมิติหญิงชายหรือบทบาทชายหญิง เพราะสิ่งที่เราต้องการทำหยาและเปลี่ยนแปลงคือวัฒนธรรมทางเพศที่ถูกจัดสร้างอย่างเป็นระบบ และดำรงอยู่อย่างแนบเนียนในวิถีชีวิตประจำวันของทุกคน ดำรงอยู่ในครอบครัว ในชุมชน ในคำสอนทางศาสนาของวัดและโบสถ์ ในโรงเรียน ในนโยบายของรัฐ ในสื่อโฆษณา ในละครภาพยนตร์ ในงานศิลปะ ในหนังสือ ในบทสนทนา ในใจกลทลกล ฯลฯ ระบบเพศและเพศวิถีนี้จึงสร้างผลกระทบทุกวันต่อคนทุกเพศและสร้างปัญหามากมายให้สังคมของเรา

กิจกรรมสอนเรื่องความเป็นเพศหรือเพศภาวะ

วัตถุประสงค์: เพื่อให้ผู้ร่วมอบรมเข้าใจเรื่องความเป็นเพศว่าเกิดขึ้นได้อย่างไรและส่งผลอย่างไรต่อชีวิตของตนเองและสังคม และเราจะค้นหาการเปลี่ยนแปลงระบบความคิดความเชื่อนี้ได้อย่างไร โดยวิธีการตั้งคำถามและแบ่งกลุ่มย่อย

วัตถุประสงค์: กระดานหรือกระดานปูฟ

ระยะเวลา: 1 ชั่วโมงครึ่ง

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม:

1. ให้ผู้ร่วมอบรมจับคู่แล้วให้แต่ละคู่ร่วมกันระดมความคิดเห็นเพื่อตอบโจทย์ที่กระบวนกรเขียนไว้บนบนกระดานว่า “สังคมไทยกำหนดภาพลักษณ์ บทบาทหน้าที่ ความคาดหวัง และระบบความเชื่อต่าง ๆ เกี่ยวกับผู้หญิงและผู้ชายและร่างกายของผู้หญิงและผู้ชายไว้อย่างไร” หากจำเป็นกระบวนกรอาจยกตัวอย่างประกอบด้วยได้ ให้เวลาสำหรับการระดมความคิดเห็นประมาณ 10 นาที
2. ระหว่างนี้ให้กระบวนกรวาดกรอบสี่เหลี่ยมขนาดใหญ่สองกรอบไว้ใกล้กันบนกระดาน ด้านบนของกรอบหนึ่งให้เขียนคำว่า “ผู้หญิง” และ ด้านบนของอีกกรอบหนึ่งเขียนคำว่า “ผู้ชาย” เพื่อเตรียมเขียนคำตอบที่จะได้จากการระดมความคิดเห็น
3. เมื่อหมดเวลาสำหรับระดมความคิดเห็นแล้วให้ผู้ร่วมอบรมกลับเข้ากลุ่มใหญ่ กระบวนกรขอให้แต่ละคู่แบ่งปันสิ่งที่คุยกันเพื่อตอบโจทย์ที่ตั้งไว้ โดยขอฟังคำตอบสำหรับ “ผู้หญิง” ก่อน แล้วเขียนคำตอบที่ได้ลงในกรอบสี่เหลี่ยมฝั่งผู้หญิงที่เตรียมไว้ จากนั้นขอฟังคำตอบสำหรับ “ผู้ชาย” แล้วเขียนคำตอบลงในกรอบสี่เหลี่ยมฝั่งผู้ชายที่เตรียมไว้เช่นกัน
4. จากนั้นกระบวนกรถามผู้ร่วมอบรมทั้งกลุ่มใหญ่ว่าพวกเขาและเขารับรู้หรือเรียนรู้ความคิดความเชื่อเกี่ยวกับความเป็นผู้หญิงและผู้ชายเหล่านี้มาจากแหล่งใด ความคิดความเชื่อเช่นนี้ได้รับการสั่งสอน หล่อหลอมหรือถ่ายทอดผ่านสถาบันใดบ้างในสังคม แล้วเขียนคำตอบไว้บนกระดานให้อยู่ตรงกลางระหว่างรูปกล่องผู้หญิงและผู้ชาย

5. กระบวนการถามผู้ร่วมอบรมว่าหากเด็กผู้หญิงได้รับการถ่ายทอดและปลูกฝังให้ถือตามความคิดความเชื่อเหล่านี้ตั้งแต่วัยเด็กจนโตเป็นผู้ใหญ่ การปลูกฝังเช่นนี้จะส่งผลอย่างไรต่อเด็ก ไม่ว่าจะเป็นในแง่นิสัยใจคอ ศักยภาพ ความใฝ่ฝันในชีวิต และสิ่งที่เด็กจะให้คุณค่าและเห็นความสำคัญคือสิ่งใด ให้กระบวนการเขียนรายการคำตอบไว้บนกระดานเสร็จแล้วให้ถามต่อไปว่า หากประชากรผู้หญิงซึ่งเป็นประชากรครึ่งหนึ่งของประเทศมีลักษณะดังเช่นผู้หญิงที่ยกตัวอย่างมา ผู้หญิงจะสามารถมีบทบาท ตำแหน่งหน้าที่ ความรับผิดชอบ หรือมีพื้นที่ทางสังคมไปในลักษณะใด เขียนรายการคำตอบไว้บนกระดาน
6. เมื่อเสร็จจากการถามเกี่ยวกับผู้หญิงแล้ว ให้ถามคำถามชุดเดียวกันเกี่ยวกับผู้ชายด้วย คือให้ถามว่าหากเด็กผู้ชายได้รับการถ่ายทอดและปลูกฝังให้ถือตามความคิดความเชื่อที่สังคมกำหนดให้ตั้งแต่วัยเด็กจนโตเป็นผู้ใหญ่ เขาจะโตขึ้นมาเป็นอย่างไร แล้วสังคมจะกำหนดให้ผู้ชายสามารถมีบทบาท ตำแหน่งหน้าที่ ความรับผิดชอบ หรือมีพื้นที่ทางสังคมไปในลักษณะใด เขียนรายการคำตอบไว้บนกระดานเช่นกัน
7. จากนั้นถามผู้ร่วมอบรมในกลุ่มใหญ่ว่าในสังคมที่ประชากรหญิงและประชากรชายถูกหล่อหลอมและปลูกฝังให้มีลักษณะดังเช่นที่กลุ่มอภิปรายกันมา สังคมนั้นจะมีสภาพเช่นไร หรือการหล่อหลอมความเป็นหญิงเป็นชายเช่นที่กล่าวมาจะส่งผลหรือจะสร้างปัญหาอย่างไร ต่อสังคม คำตอบของผู้ร่วมอบรมจะช่วยให้พวกเขาและเธอเห็นความเชื่อมโยงระหว่างความเป็นเพศ ความไม่เท่าเทียมทางเพศ และลักษณะของสังคมแบบชายเป็นใหญ่
8. โจทย์ต่อไป ให้ผู้ร่วมอบรมทบทวนว่าในชีวิตของเธอและเขาได้ถูกหล่อหลอมความเป็นเพศมาอย่างไร จากสถาบันใดบ้าง และการหล่อหลอมความเป็นเพศนั้น ๆ ส่งผลทางลบและบวกต่อชีวิตอย่างไรบ้าง

และปัจจุบันนี้ผู้ร่วมอบรมยังมีความคิดความเชื่อตามที่ได้รับการปลูกฝังมาในเรื่องความเป็นเพศนี้อย่างไรบ้าง และหลังจากนี้พวกเขเธอและเขาต้องการจะทำทหายและเปลี่ยนแปลงความคิดความเชื่อเหล่านี้หรือไม่ เมื่อให้โจทย์เรียบร้อยแล้วให้ผู้ร่วมอบรมจับกลุ่มย่อย 2 หรือ 3 คน และให้แต่ละคนแบ่งปันประสบการณ์ในชีวิตที่เกี่ยวข้องกับการถูกหล่อหลอมความเป็นเพศให้เพื่อนฟัง

ข้อแนะนำสำหรับผู้จัดกระบวนการ:

- จากประสบการณ์ของผู้เขียน กิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่ดีซึ่งจะช่วยให้ผู้ร่วมอบรมเข้าใจเรื่องกรอบความเป็นเพศจากประสบการณ์ชีวิตของตนเอง เริ่มจากระดับส่วนตัวไปจนถึงระดับสังคม และจะสามารถเชื่อมโยงประเด็นการหล่อหลอมความเป็นเพศนี้เข้ากับประเด็นเรื่องความไม่เป็นธรรมทางเพศและระบบวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ได้ชัดเจนขึ้น
- จากประสบการณ์ในการจัดอบรมเรื่องนี้ทั้งกับผู้หญิงและผู้ชายพบว่า คำตอบจากผู้ร่วมอบรมเรื่องกรอบความเป็นผู้หญิงมักรวมถึงลักษณะต่าง ๆ ได้แก่ สุภาพ อ่อนโยน อ่อนหวาน เป็นผู้ตามที่ดี เป็นผู้ฟังที่ดี ฟังฟังผู้อื่น เป็นผู้ที่ไม่สามารถไว้วางใจได้ อ่อนแอ เป็นเมียที่ดี เป็นแม่ที่ดี รักสวยรักงาม อิจฉาริษยา และชอบขบขิขินินทา ส่วนคำตอบเรื่องกรอบความเป็นผู้ชายมักรวมถึงลักษณะต่าง ๆ ได้แก่ เป็นผู้นำ กล้าหาญ เสียสละ มีเกียรติ น่าเชื่อถือ เป็นผู้ปกป้องคุ้มครอง และเป็นคนที่มีความมั่นใจ ดังนั้น จึงเป็นเรื่องสำคัญที่กระบวนการจะต้องนำกระบวนการให้ผู้ร่วมอบรมเห็นความเชื่อมโยงระหว่างเพศภาวะหรือความเป็นเพศหญิงเพศชายกับระบบสังคมแบบชายเป็นใหญ่ และวัฒนธรรมแบบครอบงำซึ่งผู้เขียนได้กล่าวไว้แล้วในบทที่สอง

- กระบวนการต้องย้ากับผู้ร่วมอบรมว่ากรอบความเป็นเพศที่ว่ำนี่ไม่ใช่สิ่งที่เป็นธรรมชาติ แต่เป็นสิ่งที่สังคมมนุษย์สร้างขึ้นผ่านกระบวนการกล่อมเกล้าของสถาบันทางสังคมต่าง ๆ จนทำให้คนเชื่อว่ากรอบเหล่านี้เป็นเรื่องธรรมชาติหรือเป็นความปกติ และกรอบซึ่งสังคมสร้างขึ้นนี้เองที่เป็นสาเหตุนำไปสู่ความไม่เป็นธรรมทางเพศและความรุนแรงทางเพศในรูปแบบต่าง ๆ แต่เมื่อความเป็นเพศไม่ใช่ภาวะธรรมชาติ เราจึงย่อมสามารถเปลี่ยนแปลงมันได้ หากเราเห็นว่ามันได้บิกันโอกาสการพัฒนาไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมดุลและได้สร้างผลเสียแก่สังคมในรูปของความไม่เป็นธรรมและความรุนแรง
- กระบวนการต้องช่วยให้ผู้ร่วมอบรมเห็นว่าปัญหาเรื่องวัฒนธรรมความเป็นเพศไม่ใช่ปัญหาหรือประเด็นของผู้หญิงเท่านั้น เพราะการมองว่าปัญหานี้เป็นปัญหาเฉพาะของผู้หญิงเป็นการมองแบบคับแคบและแยกส่วน การที่ผู้ชายบางคน บางกลุ่ม แม้ในหมู่ผู้ปฏิบัติงานเพื่อเปลี่ยนแปลงสังคมด้วยกันเองไม่เห็นความสำคัญหรือต่อต้านการทำงานเพื่อสร้างความเปลี่ยนแปลงด้านเพศภาวะหรือเพื่อสร้างความเป็นธรรมทางเพศ อาจเป็นผลมาจากความกลัวว่าเขาจะต้องถูกทำร้ายอำนาจและอภิสิทธิ์ที่ตนเองได้รับในสังคมแบบชายเป็นใหญ่ ดังนั้น โจทย์ที่สำคัญข้อหนึ่งของผู้ซึ่งต้องการผลักดันเรื่องความเป็นธรรมทางเพศคือทำอย่างไรที่จะทำให้ผู้ชายสามารถเรียนรู้ และทำความเข้าใจกับประเด็นเหล่านี้ได้โดยไม่รู้สึกว่าตนเองกำลังตกเป็นเป้าของการโจมตีในระดับบุคคล ช่วยให้เขาก้าวพ้นไปจากความรู้สึกผิดว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มคนได้ประโยชน์จากระบบเพศที่เป็นอยู่ในสังคม และทำให้ผู้ชายเห็นว่าการทำงานเรื่องความเท่าเทียมทางเพศนั้นไม่ใช่เป็นงานของผู้หญิงเท่านั้น แต่เป็นเรื่องที่ต้องเข้ามามีส่วนร่วมสร้างการเปลี่ยนแปลง คำตอบของโจทย์นี้ส่วนหนึ่งอยู่ที่ความสามารถในการชี้

ให้ผู้คนที่ผู้หญิงและผู้ชายเห็นว่า ความไม่เป็นธรรมทางเพศเป็นปัญหาเชิงระบบหรือปัญหาเชิงโครงสร้าง ไม่ใช่เรื่องของปัจเจกหรือเป็นส่วนตัว ถึงแม้ว่าผู้ชายมักจะได้รับประโยชน์จากวัฒนธรรมความเป็นเพศที่ดำรงอยู่ในสังคมเช่นนี้ และถึงที่สุดแล้วสังคมที่มีความเป็นธรรมจะทำให้คนทุกคนมีความสุข ปลอดภัย เป็นอิสระ และสามารถพัฒนาคุณสมบัติด้านบวกของความเป็นมนุษย์ได้อย่างเต็มที่ อันจะนำมาซึ่งสังคมสุขสงบในแบบที่ทุกคนปรารถนา

กิจกรรมสอนเรื่องเพศวิถี

วัตถุประสงค์: เพื่อให้ผู้ร่วมอบรมทำความเข้าใจเรื่องระบบเพศวิถีของสังคมไทย ได้ทบทวนและสะท้อนว่าระบบนี้ส่งผลต่อชีวิตทางเพศของตนเองและคนในสังคมอย่างไร รวมถึงการทำท่ายและคิดหาวิธีที่จะรื้อถอนความคิดฝังหัวเรื่องเพศวิถีที่ส่งผลกระทบต่อชีวิตทางเพศของตนเองและกลุ่มคนที่ตนเองทำงานด้วย โดยวิธีการตั้งคำถาม แบ่งปันในกลุ่มย่อย และฟังอย่างลึกซึ้ง

วัสดุอุปกรณ์: กระดานหรือกระดานปฐพี ภาพยนตร์

ระยะเวลา: 3 ชั่วโมง

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม:

1. กระบวนกรวาดกรอบสี่เหลี่ยมขนาดใหญ่สองกรอบไว้บนกระดาน ด้านบนของกรอบหนึ่งให้เขียนคำว่า “ผู้หญิง” และด้านล่างของอีกกรอบหนึ่งเขียนคำว่า “ผู้ชาย” เพื่อใช้สำหรับเขียนคำตอบที่จะได้จากการระดมความคิด

2. กระบวนการอธิบายความหมายของระบบเพศวิถี จากนั้นตั้งคำถามกับผู้ร่วมอบรมว่าสังคมไทยมีข้อกำหนดเรื่องเพศวิถีหรือมีระบบความคิด ความเชื่อเรื่องความรัก ความสัมพันธ์ และเพศสัมพันธ์ของผู้หญิงและผู้ชายอย่างไรบ้าง
3. กระบวนการเขียนคำตอบที่ได้จากผู้ร่วมอบรมลงในกรอบสี่เหลี่ยมที่วาดไว้บนกระดาน โดยแยกตามเพศ
4. กระบวนการถามผู้ร่วมอบรมว่าหากผู้หญิงได้รับการหล่อหลอมให้เชื่อและทำตามกรอบเพศวิธิดังกล่าว จะส่งผลให้ผู้หญิงมีชีวิตทางเพศเป็นอย่างไรบ้าง เขียนคำตอบลงบนกระดาน จากนั้นให้ถามถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นกับผู้ชาย เขียนคำตอบลงบนกระดาน
5. จากคำตอบของทั้งสองเพศให้กระบวนการถามต่อไปว่าระบบเพศวิถีในสังคมเช่นนี้จะส่งผลต่อสภาพสังคมอย่างไร เราเห็นปัญหาทางเพศอะไรบ้างที่เป็นผลสะท้อนของระบบเพศวิธินี้ เขียนคำตอบลงบนกระดาน
6. จากนั้นให้ผู้ร่วมอบรมแต่ละคนพิจารณาตัวเอง (และคู่รัก) ได้รับอิทธิพลจากกรอบเพศวิธิดังกล่าวอย่างไร และกรอบนี้ส่งผลอย่างไรต่อความทุกข์และความสุขทางเพศในปัจจุบันนี้ยังมีความเชื่อฝังหัวอะไรบ้างเกี่ยวกับเพศวิถีที่ทำนาย และหากต้องการจะเปลี่ยนแปลงความคิด ความเชื่อฝังหัวนั้น ผู้ร่วมอบรมจะมีวิธีการอย่างไรบ้าง (ตัวอย่างผลที่เกิดจากความเชื่อฝังหัวเรื่องเพศวิถีที่ดำรงอยู่ในสังคม เช่น ผู้หญิงรู้สึกอายไม่กล้าพูดเรื่องเพศ ความเชื่อว่าผู้หญิงมีความต้องการทางเพศน้อยกว่าผู้ชาย ภาวะที่ผู้หญิงไม่สามารถปฏิเสธคู่รักเมื่อไม่ต้องการมีเซ็กส์ ความรู้สึกกระอักกระอ่วนของพ่อแม่ที่จะต้องพูดคุยเรื่องเพศกับลูก เป็นต้น)
7. เมื่อผู้ร่วมอบรมทุกคนได้พิจารณาทบทวนประสบการณ์ของตนเอง

ตามโจทย์ที่ให้ไปเสร็จแล้ว ให้แต่ละคนจับคู่กับผู้ร่วมอบรมอีกคนหนึ่ง ที่รู้สึกสบายใจเพื่อจะแบ่งปันประสบการณ์นี้ ก่อนจะเริ่มการแบ่งปัน ประสบการณ์ให้กระบวนกรย้าถึงกติกาของการฟังอย่างลึกซึ้ง ไม่ตัดสิน ไม่ตั้งคำถาม หรือให้คำแนะนำ และย้าให้รักษาความลับของเพื่อนผู้เล่า ประสบการณ์ให้แต่ละคนผลัดกันพูดในเวลาคนละประมาณ 7-10 นาที เมื่อคนแรกเล่าจบแล้วก็สลับให้อีกคนหนึ่งเป็นฝ่ายเล่าบ้าง กระบวนกร ให้เสียงสัญญาณระฆังสำหรับการเริ่มต้นและจบการแบ่งปันในแต่ละรอบ

8. เมื่อแบ่งปันประสบการณ์กันเสร็จเรียบร้อยแล้วให้ผู้ร่วมอบรมกลับมา ในกลุ่มใหญ่ กระบวนกรถามผู้ร่วมอบรมว่ารู้สึกอย่างไรบ้างหลังจากที่ได้ เล่าประสบการณ์ชีวิตเรื่องเพศวิถีของตน (ซึ่งสำหรับบางคนอาจจะ เป็น ครั้งแรกที่ได้มีโอกาสพิจารณาเรื่องเพศของตนเองและนำมาพูดคุย แบ่งปันกับคนอื่น) ถามว่าเขารู้สึกอย่างไรที่เพื่อนเล่าประสบการณ์ให้ฟัง และแต่ละคนได้เรียนรู้สิ่งใดจากกิจกรรมนี้
9. จบกิจกรรมด้วยการดูหนังเรื่อง Better than Chocolate ซึ่งเป็นหนัง ที่ชี้ให้เห็นเพศวิถีในรูปแบบต่าง ๆ และปัญหาที่เกิดขึ้นกับกลุ่มเพศวิถี ชายขอบ ซึ่งแม้จะเป็นบริบทของสังคมอเมริกาแต่ก็มีหลายส่วนที่ คล้ายคลึงกับสังคมไทย

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้จัดกระบวนการ:

เป็นเรื่องสำคัญที่กระบวนกรต้องย้าให้ผู้ร่วมอบรมเข้าใจว่ากิจกรรมนี้คือ การทำลายความเงียบด้วยการพูดเรื่องเพศ ซึ่งเป็นสิ่งที่วัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ หล่อหลอมไม่ให้ผู้หญิงพูด (หรือหากเป็นผู้ชายก็ถูกหล่อหลอมให้พูดเรื่องนี้เพื่อการ โอ้อวดหรือแสดงความเป็นชาย แทนที่จะเป็นการแบ่งปันเพื่อเรียนรู้และพัฒนาความ เป็นมนุษย์ที่สมดุล) และการทำลายความเงียบในตัวของมันเองก็เป็นการรื้อถอน

ความเชื่อฝังหัวว่าเรื่องเพศเป็นเรื่องสกปรก หยาดบคาย กิจกรรมนี้จึงช่วยให้ผู้ร่วม
อบรมได้ปลดปล่อยตนเองให้มีอิสระจากวัฒนธรรมครอบงำเรื่องเพศของระบบ
สังคมแบบชายเป็นใหญ่

กิจกรรมสอนเรื่องรสนิยมทางเพศ

กิจกรรมนี้ควรทำหลังจากที่ผู้ร่วมอบรมมีความเข้าใจเรื่องอำนาจ เพศภาวะ
และเพศวิถีแล้ว เพราะประเด็นเหล่านี้เชื่อมโยงสัมพันธ์กันอย่างเป็นระบบต่อเนื่อง
โดยทั่วไปกระบวนการอาจอธิบายแนวความคิดเหล่านี้ไปในคราวเดียวกันพร้อม
กับการยกตัวอย่างประกอบ แต่บางครั้งหากเห็นว่ากลุ่มมีความรู้สึกปลอดภัยสูง
กระบวนการก็อาจเริ่มต้นด้วยคำถามว่ามีใครบ้างที่เคยมีประสบการณ์ชอบหรือรัก
คนเพศเดียวกันและพร้อมที่จะเล่าให้เพื่อน ๆ ฟัง หรืออาจเริ่มต้นด้วยการถามคน
รักต่างเพศว่ารู้ตั้งแต่เมื่อเมื่อไรว่าเป็นคนรักต่างเพศ และเชื่อกว่าตนเองมีความทุกข์
ความสุขอย่างไรกับการเป็นคนรักต่างเพศ จากนั้นถามคำถามเดียวกันนี้กับคนที่รัก
เพศเดียวกันและคนรักสองเพศ หากมีเวลามากพอ เช่น ประมาณ 45 นาที เราจะ
แบ่งพื้นที่ในห้องประชุมเป็นสี่พื้นที่ พื้นที่ที่หนึ่งคือมุมของคนรักต่างเพศ พื้นที่ที่สอง
เป็นมุมของคนรักเพศเดียวกัน พื้นที่ที่สามเป็นพื้นที่ของคนรักสองเพศ และพื้นที่ที่สี่
เป็นพื้นที่สำหรับคนที่ไม่ต้องการระบุรสนิยมทางเพศของตนเอง (พื้นที่นี้สำคัญมาก
และต้องกำหนดไว้ในกิจกรรมเพื่อให้คนที่ไม่รู้สึกละอายในการเปิดเผยรสนิยมทาง
เพศตนเองได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมด้วย) จากนั้นให้แต่ละกลุ่มแบ่งปันประสบการณ์
ชีวิตทางเพศตามโจทย์ต่อไปนี้ (หากกลุ่มใดมีคนจำนวนมากเกินไปให้แบ่งเป็นกลุ่ม
ย่อย ๆ จำนวนกลุ่มละไม่เกิน 3 หรือ 4 คน)

- เล่าว่าแต่ละคนเรียนรู้เรื่องเพศครั้งแรกอย่างไร จากแหล่งใด
- เล่าประสบการณ์ความรักครั้งแรกหรือประสบการณ์การมีเพศสัมพันธ์
ครั้งแรกของแต่ละคน

- เล่าความสุขและความทุกข์จากการมีเพศวิถีในแบบที่เป็นอยู่

หลังจากทุกกลุ่มแบ่งปันประสบการณ์เรียบร้อยแล้วให้ทุกคนกลับมาที่กลุ่มใหญ่ จากนั้นกระบวนกรถามว่าผู้ร่วมอบรมมีความรู้สึกอย่างไรจากการทำกิจกรรมนี้ หรือมีความรู้สึกอย่างไรกับการแบ่งปันประสบการณ์ชีวิตทางเพศของตนเอง (ซึ่งสำหรับหลายคนอาจเป็นครั้งแรกที่ได้บอกเล่าเรื่องราวชีวิตทางเพศของตนเองกับผู้อื่น) ถามต่อว่าผู้ร่วมอบรมได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรมนี้ ทั้งในระดับส่วนตัว และสังคม และคิดที่จะนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปรับใช้ในชีวิตจริงอย่างไร เช่น นำไปปรับใช้กับการทำความเข้าใจเรื่องเพศวิถีกับลูก แฟน หรือเพื่อน หรือเพิ่มความละเอียดอ่อนเรื่องเพศวิถีในงานที่ตนทำอยู่ เป็นต้น

การสอนเรื่องความแตกต่างหลากหลาย

กิจกรรมเส้นทางแห่งความหลากหลาย (Diversity Line)

กิจกรรมนี้นำมาใช้เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจถึงความแตกต่างหลากหลายที่มีอยู่ในกลุ่มผู้เรียน ความแตกต่างหลากหลายมีทั้งเรื่องอัตลักษณ์ที่ทับซ้อนกันของแต่ละคน แหล่งอำนาจที่แตกต่างกัน ตลอดจนประสบการณ์ชีวิตและมิติอื่น ๆ เช่น อุดมการณ์ทางการเมือง สภาพของสุขภาพะ เป็นต้น การทำกิจกรรมนี้จึงต้องการให้ผู้เรียนมีความละเอียดอ่อนและเข้าใจซึ่งกันและกันซึ่งจะส่งผลต่อการเข้าใจตนเองและผู้อื่น และช่วยสร้างความเป็นทีมหากผู้ที่มาเรียนมาจากองค์กรเดียวกันหรือต่อสู้ในเรื่องประเด็นเดียวกัน เพราะบ่อยครั้งในหมู่คนทำงานเพื่อสังคมที่ต่อสู้จากมุมมองอัตลักษณ์ชายขอบ เช่น กลุ่มผู้หญิง กลุ่มผู้อยู่ร่วมกับเอชไอวี กลุ่มคนยากจน กลุ่มแรงงานข้ามชาติ กลุ่มคนรักเพศเดียวกัน ที่มารวมกันเพื่อต่อสู้ประเด็นเรื่องสิทธิและความเป็นธรรมบนฐานอัตลักษณ์ร่วมของพวกเขา

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม:

1. บอกผู้เรียนว่าเราจะทำกิจกรรมเพื่อทำความเข้าใจเรื่องความหลากหลาย จากนั้นบอกให้ทุกคนมายืนรวมกันอยู่ด้านใดด้านหนึ่งของห้อง
2. บอกผู้เรียนว่ากระบวนการจะพูดถึงอัตลักษณ์ที่หลากหลายอัตลักษณ์ ขอให้แต่ละคนครุ่นคิดสักครู่และหากอัตลักษณ์นั้นเป็นจริงสำหรับผู้เรียนท่านใดให้เดินออกไปจากแถวหรือเดินออกไปอีกด้านหนึ่งของห้องประมาณ 7-10 ก้าว จากนั้นขอให้เดินกลับมาอยู่ในกลุ่มตามเดิมเพื่อรอฟังอัตลักษณ์ต่อไป หากท่านใดไม่เข้าใจประโยคหรืออัตลักษณ์ใดให้ถามก่อนที่จะออกเดิน หากมีผู้เรียนที่ไม่เข้าใจกระบวนการควรยกตัวอย่างประสบการณ์
3. ในขณะที่ทำกิจกรรมทีมกระบวนการสังเกตพฤติกรรมท่าทางของผู้เรียน รวมถึงอารมณ์ความรู้สึก สีหน้าท่าทางที่แสดงออกของคนที่เดินออกไปหรือยืนอยู่กับที่ในแต่ละอัตลักษณ์ที่กล่าวไป
4. เมื่อพูดจบทุกอัตลักษณ์แล้วให้ผู้เรียนจับคู่กับคนที่พวกเขาไว้ใจ เช่น หากมีการจับคู่กับคนที่อยากแบ่งปันความรู้สึกให้เดินไปหาคน ๆ นั้น เป็นต้น เมื่อทุกคนมีคู่แล้วให้หาพื้นที่นั่งเพื่อจะแบ่งปัน
5. ให้แต่ละคู่แบ่งปันประสบการณ์จากกิจกรรมนี้ โดยเน้นย้ำให้แบ่งปันความรู้สึกก่อนว่าคนที่จะพูดมีความรู้สึกใดเกิดขึ้นบ้างในขณะที่ทำกิจกรรม โดยเฉพาะในช่วงที่ได้ยินประโยคซึ่งกระทบจิตใจ หรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นในขณะที่เดินออกไปหรือไม่ได้เดินออกไป ให้คนหนึ่งพูดแบ่งปันก่อน ส่วนเพื่อนที่เป็นคู่ขอให้ฟังด้วยหัวใจ ไม่พูดแทรก ไม่ถาม ไม่ตัดสิน ไม่แนะนำ ขอให้ฟังเพื่อเป็นประจักษ์พยานประสบการณ์ของเพื่อนเท่านั้น ระยะเวลาที่แต่ละคนจะแบ่งปันขึ้นอยู่กับว่าหลังจากทำกิจกรรม ผู้เรียนมีอารมณ์ความรู้สึก และเราอ่านได้ว่ามีการเรียนรู้เกิด

ขึ้นมาก ดังนั้นอาจจะกำหนดให้แต่ละคนแบ่งปันประมาณ 5-7 นาที เมื่อหมดเวลาของคนแรกกระบวนการให้สัญญาณคนที่สองแบ่งปัน

6. เมื่อเห็นว่าทุกคู่แบ่งปันเสร็จแล้วกระบวนการเชิญกลุ่มมานั่งรวมในวงใหญ่ จากนั้นถามความรู้สึกของคนในกลุ่ม หากสังเกตเห็นว่ามีคนในกลุ่มที่ยังมีความรู้สึกหนักอยู่ เช่น สัมผัสได้ว่าเป็นความรู้สึกเศร้า เสียใจ ให้เชิญกลุ่มอยู่กับความเจ็บก่อน อยู่กับลมหายใจ โดยพูดว่าตอนนี้เพื่อนเราบางคนยังมีความรู้สึกอยู่ ขอให้พวกเราเกื้อกูลเพื่อนด้วยการอยู่กับลมหายใจของเรา อยู่กับความนิ่งเงียบสักพักด้วยกัน เมื่อทุกคนพร้อมจึงเปิดพื้นที่ให้ผู้เรียนแบ่งปันความรู้สึก เมื่อเห็นว่าผู้เรียนแบ่งปันความรู้สึกแล้วให้ถามต่อว่าได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรมนี้ และการเรียนรู้นี้จะช่วยให้เรานำไปใช้อย่างไรในการทำงานร่วมกัน เป็นต้น

ข้อเสนอแนะสำหรับผู้จัดกระบวนการ

อัตลักษณ์ที่จะใช้ในการทำกิจกรรมเส้นทางแห่งความหลากหลายสำคัญมาก เพราะเป็นตัวตัดสินใจว่ากิจกรรมนี้จะทำให้ผู้เรียนเห็นความหลากหลายของอัตลักษณ์มากมายที่มีอยู่ภายในแต่ละคนและภายในกลุ่ม ตัวอย่างอัตลักษณ์ที่ศูนย์ฯ เคยใช้ในการฝึกอบรมเรื่องนี้ (สำหรับผู้ใหญ่) จะรวมถึงอัตลักษณ์เรื่องเพศ เพศภาวะ รสนิยมทางเพศ ระดับการศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจ ชาติพันธุ์ อายุหรือวัย สถานภาพสมรส ถิ่นที่อยู่ (ในเมืองใหญ่หรือชนบท) อาชีพการทำงาน ตำแหน่งหน้าที่หรือบทบาทหน้าที่ในงานที่ทำ ศาสนา (หากเห็นว่าในกลุ่มนั้นมีคนนับถือศาสนาหลากหลาย) เป็นต้น แต่ในกลุ่มเด็กและเยาวชนจะมีอัตลักษณ์เหล่านี้น้อยกว่ากลุ่มผู้ใหญ่ เพราะเด็กและเยาวชนยังไม่มีอาชีพ ตำแหน่งหน้าที่การงาน และการมีคู่รัก

ตัวอย่างอัตลักษณ์ที่ใช้ในการทำกิจกรรมนี้ซึ่งเหมาะกับวัยนักเรียน เช่น

ผู้หญิง ผู้ชาย คนข้ามเพศ เติบโตมาในเมือง เติบโตมาในชนบท เติบโตมาในประเทศที่ตนเองเป็นผู้ลี้ภัยเพราะเหตุผลทางการเมือง เศรษฐกิจ หรือสงคราม เป็นชาวคริสเตียน เป็นชาวพุทธ เป็นชาวอิสลาม เป็นผู้ไม่นับถือศาสนาใด ๆ เป็นผู้ นับถือศาสนาชนเผ่า อาศัยอยู่กับพ่อแม่ อาศัยอยู่กับแม่หรือหรือญาติผู้ใหญ่ เป็น ขาดิพันธุ์ชนกลุ่มน้อยในสังคม เป็นขาดิพันธุ์ซึ่งเป็นชนกลุ่มใหญ่ในประเทศตนเอง มาจากครอบครัวชนชั้นกลาง หรือชั้นกลางระดับบนที่มีรายได้แน่นอน ครอบครัว ไม่ต้องกังวลว่าสิ้นเดือนจะไม่มีเงินใช้ มาจากครอบครัวชนชั้นล่าง พ่อแม่ทำงาน มีรายได้ต่ำหรือมีรายได้ไม่แน่นอน ทำให้ไม่มีความมั่นคงด้านการเงิน มีเพศวิถี เป็นคนรักเพศเดียวกันหรือรักทั้งสองเพศ

การเรียนรู้ระบบนิเวศแนวผ่านประสบการณ์

การเรียนรู้เรื่องสิ่งแวดล้อมในระบบการศึกษาครอบงำคือการท่องจำข้อมูล การมองดู ภาพของต้นไม้ ป่า แร่ธาตุ และสัตว์ต่าง ๆ ในหนังสือเรียนที่ปราศจากความเชื่อมโยง สัมพันธ์กับชีวิตของผู้เรียน อันเป็นการเรียนเรื่องสิ่งแวดล้อมที่แยกชีวิตมนุษย์ออกจากสิ่งแวดล้อมหรือไม่ก็ทำให้ผู้เรียนเห็นว่าชีวิตมนุษย์มีคุณค่ามากกว่า สูงกว่า หรือเหนือกว่าสรรพสิ่งอื่น ๆ นอกจากการหล่อหลอมความคิดความเชื่อเช่นนี้ผ่านระบบ การศึกษาและสื่อต่าง ๆ แล้ว ในหลายทศวรรษที่ผ่านมาระบบเศรษฐกิจทุนนิยม แบบครอบงำส่งเสริมการทำเกษตรแนวใหม่ซึ่งเน้นการใช้สารพิษในพืชผักทุกชนิด ส่งเสริมโรงงานอุตสาหกรรมที่ใช้และทำลายวัตถุดิบ ตลอดจนน้ำและดินในท้องถิ่น อย่างไร้การควบคุม การทำลายผืนป่าใหญ่อันอุดมสมบูรณ์เพื่อเป็นทุ่งหญ้า เลี้ยงสัตว์ และการเติบโตของอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวแบบบริโภคนิยมทำให้สิ่งแวดล้อม เช่น ป่าไม้ แร่ธาตุ แม่น้ำ ชายฝั่งทะเล ผืนดิน ภูเขา กลายเป็นวัตถุดิบที่บริษัทและ บริษัทข้ามชาติเป็นเจ้าของผู้ควบคุมและตัดสินใจใช้ทรัพยากรเหล่านี้ผ่านการเอื้อ

อำนาจขององค์กรรัฐซึ่งประกาศว่าเป็นการพัฒนาประเทศในนามนโยบายต่าง ๆ เช่น เพื่อการเพิ่มผลผลิต เพื่อดึงดูดการลงทุนจากต่างประเทศ เพื่อสร้างพลังงาน เพื่อการเพิ่มรายได้ เพื่อการสร้างงาน เพื่อกำจัดความยากจน เป็นต้น

ระบบเศรษฐกิจทุนนิยมจึงเป็นต้นตอของการทำลายระบบนิเวศทั่วโลก ในสามทศวรรษที่ผ่านมาประเทศไทยและหลายประเทศบนโลกต้องเผชิญกับวิกฤตทางสิ่งแวดล้อมทั่วหน้า ไม่ว่าจะเป็นสภาพดินและน้ำเป็นพิษที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของสัตว์ ความสมดุลของระบบนิเวศและภาวะการเจ็บป่วยของผู้บริโภคอาหารที่ปนสารพิษ การบุกรุกทำลายพื้นที่ป่าจํานวนมหาศาลเพื่อปลูกหญ้าเลี้ยงสัตว์และทำธุรกิจการเกษตรอื่น เช่น ข้าวโพด นอกจากนี้จะส่งผลกระทบต่อกลุ่มคนชาติพันธุ์ชนกลุ่มน้อย สัตว์ พืชพันธุ์ที่อาศัยและเติบโตอยู่ในเขตป่าเหล่านี้แล้วยังส่งผลกระทบต่อสภาพอากาศเป็นพิษ เนื่องจากการเกษตรแนวนี้ต้องอาศัยการเผาซากพืชเป็นหลัก สิบกว่าปีที่ผ่านมาสภาพอากาศเป็นพิษส่งผลกระทบต่อสุขภาพของผู้คนในหลายจังหวัดภาคเหนือในช่วงเดือนมีนาคมถึงเดือนพฤษภาคมเป็นตัวอย่างหนึ่งของวิกฤตนี้ ไรแอน โอสเลอร์ กล่าวว่าเด็กและเยาวชนจะต้องเรียนรู้เรื่องสิ่งแวดล้อมแบบใหม่ที่ทำให้พวกเขาเข้าใจว่ามนุษย์กับสิ่งแวดล้อมทั้งหมดต้องพึ่งพิงอาศัยกันและกัน เด็กและเยาวชนต้องทราบถึงปัญหาและภาวะวิกฤตทางสิ่งแวดล้อมทั้งในระดับท้องถิ่น ประเทศ และในระดับโลก พวกเขาและเธอต้องเข้าไปมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหา และเห็นเป็นความจำเป็นเร่งด่วน เพราะนี่คืออนาคตของชีวิตที่ต้องเผชิญ ระบบการศึกษาและโรงเรียนจึงมีหน้าที่และความรับผิดชอบโดยตรงที่ต้องให้การศึกษารูปแบบใหม่ในเรื่องนี้แก่เด็กและเยาวชน

นิเวศวิทยาแนวลึกกับการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์

นิเวศวิทยาแนวลึก (Deep Ecology) เป็นองค์ความรู้ เป็นความเข้าใจ และความหมายของสิ่งแวดล้อม ได้เกิดขึ้นเป็นกระแสสังคมเมื่อสี่ทศวรรษที่ผ่านมา โรแอลน ไอสเลอร์ เสนอว่าหากเราอยากให้นักเรียนประถมนเรียนรู้เรื่องสัตว์และความสัมพันธ์ของเด็กกับสัตว์ สามารถทำได้โดยให้เด็กพาสัตว์เลี้ยงมาที่โรงเรียน หากในสถานการณ์ของบ้านเราซึ่งเด็กไม่สามารถพาสัตว์เลี้ยงมาโรงเรียนได้ ครูสามารถให้เด็กวาดภาพและเขียนเรื่องราวของสัตว์เลี้ยงแล้วนำมาแบ่งปันในห้องเรียน เด็กสามารถเขียนหรือวาดภาพหรือเล่าเรื่องสัตว์เลี้ยงที่ได้กพบเจอในบริเวณบ้าน ชุมชน หรือโรงเรียน ครูสามารถจัดกิจกรรมพาเด็กออกไปสัมผัสกับกับสัตว์ป่าในสถานที่ต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นสวนสัตว์ (ซึ่งต้องบอกถึงเหตุปัจจัยว่าอะไรทำให้สัตว์เหล่านั้นมาอยู่ในสวนสัตว์ ให้เด็ก ๆ สังเกตการดูแลสัตว์ในสวนสัตว์ว่าเป็นอย่างไรบ้าง) หรือผ่านกิจกรรมเดินป่า ซึ่งจะทำให้ได้เรียนรู้เรื่องสัตว์ ต้นไม้ พืชพันธุ์ ความชื้น และคุณภาพของของดิน น้ำ และอากาศ

เช่นเดียวกับการเรียนรู้เรื่องสัตว์ ครูสามารถสอนให้เด็กเรียนรู้เรื่องต้นไม้ พืชผักจากที่บ้าน ชุมชน และโรงอาหารของโรงเรียน เด็กควรได้เรียนรู้เรื่องสารพิษปนเปื้อนในผักที่ครอบครัวซื้อมาจากตลาดหรือผักผลไม้ที่บริโภคในโรงเรียน วิถีวัดสารพิษปนเปื้อนและวิธีกำจัด ลดสารพิษปนเปื้อนในอาหารที่บริโภค เด็กควรจะมีแหล่งอาหารอินทรีย์ในชุมชน หรือร่วมโครงการทำสวนผักหรือปลูกข้าวอินทรีย์ การผลิตนมวัวที่ไร้ออร์โมน การเลี้ยงไก่แบบธรรมชาติที่โรงเรียนจัดให้ ครูสามารถช่วยให้เด็กเรียนรู้เรื่องคุณภาพดิน น้ำ ซึ่งเชื่อมโยงกับแร่ธาตุในอาหารที่เด็กกินจากการทดสอบในห้อง หรือจากการไปเรียนรู้ดูงานการทำเกษตรอินทรีย์ นอกจากนี้เด็กควรได้เรียนรู้เรื่องคุณภาพอากาศในเมืองใหญ่ที่สัมพันธ์กับการขาดระบบขนส่งมวลชนที่มีคุณภาพและจำนวนโรงงานอุตสาหกรรม คุณภาพอากาศในห้องถื่นที่เด็กอาศัยอยู่และในเมืองใหญ่ทั่วโลก และเหตุปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพอากาศและ

วิธีการที่เด็กสามารถช่วยลดมลพิษในอาหาร ในอากาศ และสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ ในชีวิตประจำวัน

สำหรับเด็กประถมปลายและมัธยมครูสามารถเล่าเรื่องราว เชิญผู้รู้จากภายนอกโดยเฉพาะกลุ่มเด็กเยาวชนที่ทำงานเรื่องสิ่งแวดล้อมมาพูดคุยแบ่งปันประสบการณ์ หรือพานักเรียนไปดูงานของชุมชนที่ทำงานเรื่องการรักษาหรือป้องกันระบบนิเวศ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องป่าไม้ แร่ธาตุ แม่น้ำ ที่ดิน สัตว์ในป่าหรือท้องทะเล

กิจกรรมสอนเรื่องระบบนิเวศแนวจิตวิญญาณ

กลุ่มนักเคลื่อนไหวด้านสิ่งแวดล้อมที่บุกเบิกการคิดค้นแนวคิด หลักการ แนวทาง และนำเสนอกิจกรรมการสอนนิเวศแนวลึกลับผ่านประสบการณ์ไว้อย่างเป็นระบบคือ โจแอนนา เมซี ได้เขียนหนังสือ *World as Lover, World as Self* เธอเขียนหนังสืออีกเล่มร่วมกับ มอลลี ยัง บราวน์ ชื่อ *Coming Back to Life: The Updated Guide to the Work That Reconnects* และยังเขียนหนังสือเรื่อง *Thinking Like a Mountain: Towards a Council of All Beings* ร่วมกับและจอห์น ซีด (John Seed - นักนิเวศวิทยาแนวลึกลับชาวออสเตรเลีย) ครู นักกิจกรรมที่ทำงานด้านสิ่งแวดล้อม นำเนื้อหาและกิจกรรมที่เสนอในหนังสือที่กล่าวมามาใช้กันมากมายในหลายประเทศ ระยะเวลาของการทำกิจกรรมนี้ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของผู้จัดกระบวนการ บางองค์กรใช้เวลาสองวัน บางท่านที่มีเวลาจำกัดและเป็นการทำกิจกรรมกับผู้เรียนที่สนใจงานด้านสิ่งแวดล้อมอยู่แล้วก็สามารถใช้เวลาน้อยลง เช่น สองชั่วโมง

กิจกรรมที่นำมาเสนอนี้ผู้เขียนประยุกต์จากการเข้าร่วมอบรมกิจกรรมเรื่องสภาแห่งสรรพสิ่งซึ่งจัดขึ้นเมื่อครั้งผู้เขียนทำงานที่อาศรมวงศ์สนิทเมื่อ 20 กว่า

ปีก่อน ต่อมาภายหลังผู้เขียนได้มีโอกาสเข้าร่วมเรียนเรื่องระบบนิเวศน์กับอาจารย์โจแอนนา เมซี สองครั้ง แนวคิด เนื้อหา และกิจกรรมของอาจารย์โจแอนนา เมซี ที่ผู้จัดกระบวนการสามารถนำมาประยุกต์สอนอยู่ในหนังสือชื่อ *Coming Back To Life: Practices to Reconnect Our Lives, Our Word*

กิจกรรมสภาแห่งสรรพสิ่งคือกิจกรรมที่จะช่วยให้ผู้เรียนมีความสัมพันธ์และรู้คุณค่าของทุกสรรพสิ่งที่โอบอุ้มและเลี้ยงดูมนุษย์ทุกคน ไม่ว่าจะเป็นผืนดิน แม่น้ำ ภูเขา ป่าไม้ พืชหญ้า ท้องทะเล อากาศ และสัตว์ต่าง ๆ ที่อาศัยอยู่ทุกแห่ง แต่สรรพสิ่งเหล่านี้พูดภาษามนุษย์ไม่ได้ กิจกรรมนี้คือการทำให้ผู้เรียน (มนุษย์) กลายเป็นสมาชิกหนึ่งของสรรพสิ่งที่ว่ามาเพื่อจะรับรู้ประสบการณ์ของการเป็นสิ่งมีชีวิตเหล่านั้น

กิจกรรมสภาแห่งสรรพสิ่ง

ระยะเวลา: 1-1.30 ชั่วโมง

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม:

1. อธิบายให้ผู้เรียนทราบถึงวัตถุประสงค์ของกิจกรรมว่าเราจะเรียนรู้ถึงประสบการณ์การมีชีวิตของสิ่งแวดลอมต่าง ๆ ผ่านความเงียบ ไม่มีการพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น หรือความรู้สึก แต่ให้ผู้เรียนรับรู้และอยู่กับความรู้สึก หรือความคิดที่เกิดขึ้นในแต่ละช่วงของการเข้าร่วมกิจกรรม บอกผู้เรียนว่าความเงียบสำคัญมากเพราะจะช่วยให้รับรู้และอยู่กับสิ่งที่เกิดขึ้นในร่างกาย จิตใจของตนเองจริง ๆ
2. บอกให้ผู้เรียนนั่งหรือนอนลงบนพื้นในท่าที่รู้สึกสบายตัว หลังตา และอนุญาตให้ตนเองเห็นภาพของสัตว์ ต้นไม้ใหญ่ ลำธาร หรือสรรพสิ่งอื่นใดที่ไม่ใช่มนุษย์ เตือนผู้เรียนว่าอย่าบังคับตนเองให้เป็นสัตว์ ต้นไม้ หรือ

สรรพสิ่งอื่นใด แต่ให้เปิดจินตนาการออกไปอย่างผ่อนคลายและเปิดกว้างจนสรรพสิ่งหนึ่งใดเข้ามาอยู่ในตัว

3. บอกให้ผู้เรียนกลายเป็นสรรพสิ่งที่มาเยือนอยู่ในจินตนาการ (เช่น ตอนนั้น ผู้เขียนมีเสือที่อยู่ในป่าเข้ามาอยู่ในจินตนาการของตนเอง) บอกให้ผู้เรียน รับรู้ความรู้สึกที่ได้กลายเป็นสิ่งนั้น เช่น เป็นสัตว์ชนิดหนึ่ง เป็นก้อนเมฆ เป็นต้น ไม้ ภูเขา ลำธาร หลังจากให้ผู้เรียนรับรู้ความรู้สึกครู่หนึ่ง และถามว่า เกิดอะไรขึ้นกับฉันในตอนนีที่ฉันเป็นต้นไม้ ลำธาร หรือเมฆมุม ฉันมี ความรู้สึกอะไรบ้าง ชีวิตฉันเป็นอย่างไร กลางวันและกลางคืนของฉัน เป็นอย่างไร ความสัมพันธ์ของฉันกับสรรพสิ่งอื่นเป็นอย่างไร ฉันต้องการ อะไร ฉันกลัวอะไร ฉันต้องการสื่อสารอะไร ฉันต้องการพูดอะไรกับมนุษย์ ในฐานะที่เป็นสิ่งมีชีวิตหนึ่ง ฉันมีปัญหาอะไรบ้างที่อยากแบ่งปัน ถึง ตอนนีเตือนให้ผู้เรียนฟังคำตอบจากภายในตัวเองอย่างเงียบ ๆ พร้อมกับ รับรู้ความรู้สึกที่เกิดขึ้น
4. หลังจากให้เวลาผู้เรียนอยู่กับประสบการณ์ในจินตนาการอย่างเพียงพอแล้ว ให้ชวนทุกคนมานั่งในวงใหญ่ จากนั้นให้แต่ละคนแบ่งปัน ประสบการณ์ วิธีแบ่งปันขั้นแรกให้แนะนำตัวว่าเป็นสรรพสิ่งอะไร ชีวิต เป็นอย่างไรบ้าง และใช้เวลาอย่างไร โดยผู้เรียนที่เหลือฟังด้วยใจ เมื่อ คนหนึ่งแบ่งปันเสร็จแล้วให้เพื่อนที่เหลือพูดว่า ‘เราได้ยินเสียงของคุณ’
5. จากนั้นให้ทุกคนที่ยังอยู่ในจินตนาการของสรรพสิ่งหนึ่งใดแบ่งปันว่ามี อะไรเกิดขึ้นกับชีวิตบ้าง มีความรู้สึกใดบ้าง รวมถึงเหตุการณ์ที่มนุษย์ กระทำกับพวกเขาและสิ่งที่พวกเขาต้องการบอกแก่มนุษย์ หลังจากที แต่ละคนพูดเสร็จให้เพื่อนที่เหลือพูดว่า ‘เราได้ยินเสียงของคุณ’
6. เมื่อทุกคนแบ่งปันเสร็จแล้วให้ทุกคนออกจากประสบการณ์ จินตนาการ และแบ่งปันว่ารู้สึกอย่างไรบ้างจากกิจกรรมนี้ และได้เรียนรู้สิ่งใดจาก กิจกรรมนี้

7. ตอนจบให้ผู้เรียนแต่ละคนอยู่กับความเจ็บปวดหนึ่งเพื่อคิดถึงกิจกรรมหนึ่งหรือสองเรื่องที่จะทำจริงในชีวิตเพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการปกป้องดูแล หรือฟื้นฟูระบบนิเวศที่ทุกคนอาศัยอยู่ จากนั้นให้แต่ละคนแบ่งปันกิจกรรมดังกล่าว

หากมีเวลามากกว่า 1.30 ชั่วโมง เช่น 2 ชั่วโมง ผู้จัดกระบวนการสามารถให้ผู้เรียนทำหน้ากากรูปภาพของสรรพสิ่งที่เข้ามาในจินตนาการ เช่น ต้นไม้ ไล่เตียน ภูเขา (ต้องเตรียมอุปกรณ์เหล่านี้ให้พร้อม เช่น กระดาษ สี กรรไกร หนัวยาง) ควรเตือนให้ผู้เรียนทราบว่าการทำงานหน้ากากไม่ใช่การทำให้สวยหรือต้องทำให้เหมือนตัวจริง เพราะกำลังทำหน้ากากเพื่อเป็นสัญลักษณ์ของสรรพสิ่งที่มาอยู่ในจินตนาการ ให้เวลาทำหน้ากากด้วยความเจียบประมาณ 10 นาที จากนั้นให้ผู้เรียนนำหน้ากากตนเองมานั่งล้อมในวงใหญ่เพื่อแบ่งปันประสบการณ์การเรียนรู้จากกิจกรรมนี้

6

ความรุนแรงต่อเด็กและเยาวชน
การป้องกันและการช่วยเหลือ



ความรุนแรง

มนุษย์ทุกคนมีหลากหลายอัตลักษณ์ ความแตกต่างของอัตลักษณ์ดังกล่าวเป็นสิ่งที่เราสามารถมองเห็นได้อย่างชัดเจน หรือบางทีเรามองไม่เห็นหรืออาจสร้างทำเป็นไม่เห็นหรือไม่รับรู้ เช่น ขนาดของร่างกาย อายุหรือวัย สีผิว เพศ เพศภาวะ รสนิยมทางเพศ สภาพร่างกายพิการหรือไม่พิการ อาชีพ ฐานะทางเศรษฐกิจ ยศหรือตำแหน่ง ระดับการศึกษา ภาษาและวัฒนธรรม สถานภาพสมรส สภาวะสุขภาพทางกายและใจ เป็นต้น ความแตกต่างเหล่านี้ถูกนำไปใช้เป็นเครื่องมือในการแบ่งแยกผู้คนในเรื่องของการมีหรือไม่มีอำนาจ โอกาส สิทธิ เสรีภาพ อิสรภาพ และสถานภาพในสังคม

แหล่งอำนาจทำให้บุคคลหรือกลุ่มคนได้หรือมีโอกาสในการเข้าถึงทรัพยากร การมีอาชีพ การได้รับการศึกษา การรักษาพยาบาล การเข้าถึงกระบวนการยุติธรรม และเข้าถึงระบบบริการอื่น ๆ ของรัฐและเอกชน แหล่งอำนาจทำให้คนหรือกลุ่มคนมีอิสรภาพในการเลือก การตัดสินใจ รวมถึงการเดินทางและการใช้ชีวิตที่สะดวกและปลอดภัย เพราะได้รับการคุ้มครองจากกฎหมายหรือนโยบายอื่น ๆ ของรัฐ ผู้คนบางกลุ่มในสังคมได้รับการอนุญาตหรือได้รับการสนับสนุนจากสังคมให้มีอำนาจ โอกาส สิทธิ เสรีภาพ แต่ทว่าอำนาจที่พวกเขาได้รับนั้นได้มาจากความสูญเสียหรือการจ่าย

ราคาของกลุ่มคนอื่น ๆ ที่โอกาสในการเข้าถึงทรัพยากรและ/หรืออิสรภาพของพวกเขาถูกจำกัด ถูกปิดกั้น หรือถูกปฏิเสธ

สาเหตุรากเหง้าของความรุนแรงมาจากการที่สถาบันหรือระบบต่าง ๆ ในสังคมได้กำหนดจัดวางความไม่เท่าเทียมกันทางอำนาจไว้อย่างเป็นระบบผ่านกฎระเบียบ กติกา นโยบาย กฎหมาย และวัฒนธรรมประเพณี ความคิดความเชื่อซึ่งส่งผลกระทบต่อชีวิตประจำวันของทุกคนในสังคม ตัวอย่างต่อไปนี้เป็นการจัดวางอำนาจที่ไม่เท่าเทียมกันระหว่างชั่วคราวข้ามทางอัตลักษณ์ของแต่ละกลุ่มคนในสังคม

อัตลักษณ์	กลุ่มอัตลักษณ์อภิสิทธิ์ที่สังคมให้อำนาจ	กลุ่มอัตลักษณ์ชายขอบที่มีอำนาจน้อยกว่าหรือไร้อำนาจ
วัย/อายุ	ผู้ใหญ่	เด็ก เยาวชน คนแก่
เพศ	ผู้ชาย	ผู้หญิง
ชนชั้น	คนรวย	คนจน
เพศวิถี	คนรักต่างเพศ	คนรักเพศเดียวกัน
ถิ่นกำเนิด	คนในเมืองใหญ่/คนกรุง	คนชนบท/คนบ้านนอก
สภาพร่างกาย	คนไม่พิการ	ผู้มีภาวะพิการทางกายหรือจิตใจ
ตำแหน่ง/บทบาทหน้าที่	ครู อาจารย์	นักเรียน นักศึกษา

อัตลักษณ์	กลุ่มอัตลักษณ์อภิสิทธิ์ ที่สังคมให้อำนาจ	กลุ่มอัตลักษณ์ชายขอบ ที่มีอำนาจน้อยกว่าหรือ ไร้อำนาจ
ตำแหน่ง/บทบาทหน้าที่	เจ้านาย	ลูกน้องหรือลูกจ้าง
เพศภาวะ	คนที่สังคมเรียกว่าเป็น ชายจริงหญิงแท้	คนข้ามเพศ กะเทย ทอม

ความรุนแรงไม่ว่าในรูปแบบหรือระดับใด ๆ จึงเป็นผลมาจากความไม่เท่าเทียมทางแหล่งอำนาจที่ถูกจัดวางไว้แล้วในสังคมดังตารางข้างต้น และเมื่อความรุนแรงเกิดขึ้นกับบุคคลหรือกลุ่มคนที่แหล่งอำนาจน้อย พวกเขาจะได้รับผลกระทบต่อชีวิตดังนี้

- การบาดเจ็บทางร่างกาย การสูญเสียอวัยวะ หรือการสูญเสียชีวิต
- ได้รับความเจ็บปวดทางจิตใจจนนำไปสู่อาการเจ็บป่วยทางจิตใจและร่างกาย (Trauma)
- สูญเสียศักยภาพทางปัญญา ความมั่นใจในตนเอง ความเข้มแข็งมั่นคงทางจิตวิญญาณ
- สูญเสียทรัพย์สิน ครอบครัวหรือบุคคลที่รัก ถิ่นที่อยู่ ชุมชน ความมั่นคงและความปลอดภัยในชีวิต
- สูญเสียอัตลักษณ์ ชื่อเสียง และสถานภาพในสังคม
- สูญเสียโอกาส สิทธิ เสรีภาพ อิสรภาพ ความฝัน ความหวังในชีวิต
- สูญเสียศักดิ์ศรีและคุณค่าความเป็นมนุษย์

ความรุนแรงต่อเด็กและเยาวชน

ความรุนแรงสามารถกระทำผ่านการใช้กำลังทางกาย กริยาทำทางและวาจา จำนวน คน อาวุธ เงินและทรัพย์สิน สื่อและเทคโนโลยี กฎระเบียบ กติกา วัฒนธรรม ประเพณี และนโยบายของกลุ่ม องค์กรหรือของรัฐ เป็นต้น เด็กและเยาวชนโดยเฉพาะเด็กเล็กเป็นกลุ่มคนที่มีชีวิตเปราะบางและเสี่ยงจะถูกใช้ความรุนแรงเพราะพวกเขาไม่มีแหล่งอำนาจต่อรอง ไม่ว่าจะเป็นภายในครอบครัว ชุมชน และโรงเรียน เช่น อำนาจจากขนาดและความแข็งแรงของร่างกาย สถานภาพในครอบครัวชุมชน และสังคม ขนาดของร่างกายที่ยังเล็กและความสามารถในการเคลื่อนไหววิ่งหนีเอาตัวรอด สถานภาพทางสังคม เงินและทรัพย์สินส่วนตัว ความสามารถในการใช้ภาษา เพื่อติดต่อสื่อสารหรือการใช้เทคโนโลยี ความรู้ ทักษะ ความฉลาด ความเข้าใจ และสติปัญญาซึ่งยังไม่ได้รับการพัฒนาเต็มที่

ความรุนแรงที่เกิดกับเด็กส่วนใหญ่เป็นความรุนแรงที่ผู้ใหญ่กระทำเพราะเด็กไม่มีแหล่งอำนาจใดจะนำมาต่อรองกับผู้ใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นภายในครอบครัว ชุมชนที่เด็กอาศัยอยู่ สถาบันการศึกษา หรือในพื้นที่สาธารณะ อายุหรือวัยของเด็กเชื่อมโยงกับแหล่งอำนาจต่อรองของพวกเขา เด็กเล็กที่อายุต่ำกว่าแปดขวบลงไปจึงเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการถูกใช้ความรุนแรง และสถิติเด็กที่ถูกกระทำรุนแรงของโรงพยาบาลก็ระบุว่าเด็กที่ถูกทำร้ายส่วนใหญ่จะมีอายุต่ำกว่าแปดปี (การประชุมร่วมกับสำนักงานบริหาร กระทรวงสาธารณสุข ที่ดูแลการทำงานของศูนย์พึ่งได้ในโรงพยาบาลรัฐทั่วประเทศ เดือนมิถุนายน ปี 2560)

สภาพที่ไร้แหล่งอำนาจดังกล่าวมาข้างต้นทำให้เด็กต้องอาศัยปัจจัยสี่ เช่น ที่อยู่อาศัย เสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค และอาหาร รวมถึงการยอมรับ การให้ความรัก ความเมตตากรุณา และการดูแลเอาใจใส่ การคุ้มครองความปลอดภัย และการส่งเสริมให้ได้รับการศึกษาเรียนรู้ ทั้งจากพ่อแม่ ผู้ปกครอง และ/หรือญาติ

ผู้ใหญ่ภายในครอบครัวหรือบุคคลอื่น ๆ ที่เป็นผู้ปกครองและครู หากเป็นกลุ่มเด็กที่ไร้ครอบครัว ไร้ญาติมิตร พวกเขาต้องพึ่งพิงปัจจัยเหล่านั้นจากองค์กรรัฐหรือเอกชน เช่น วัด โรงเรียน สถานสงเคราะห์ เป็นต้น

รูปแบบความรุนแรงที่มักเกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชน:

- ไม่ได้รับความเคารพและการรับฟังความคิดเห็นจากผู้ใหญ่
- ถูกล่วงละเมิดทางเพศ ส่วนใหญ่ผู้กระทำความรุนแรงทางเพศต่อเด็กคือผู้ชาย ผู้ใหญ่ที่เป็นคนในครอบครัวเครือญาติ เช่น พ่อ พ่อเลี้ยง ปู่ ตา ลุง น้ำ พี่ชาย พี่เขย ผู้ใหญ่ผู้ชายที่อาศัยอยู่ข้างบ้าน เด็กผู้ชายหรือรุ่นพี่และครูในโรงเรียน แม้ว่าส่วนใหญ่แล้วการล่วงละเมิดจะเกิดขึ้นในเด็กผู้หญิง แต่ในสังคมเราก็มีเด็กผู้ชายที่ถูกละเมิดทางเพศด้วยเช่นกัน
- ถูกละเลยทอดทิ้ง ไม่ได้รับการเลี้ยงดู ไม่ได้เรียนหนังสือ และไม่ได้นำไปรักษาพยาบาลเมื่อเจ็บป่วย ไม่ได้กินอาหารเพียงพอต่อร่างกายที่กำลังเติบโต
- ถูกทำร้ายร่างกายเพื่อเป็นการลงโทษหรือขู่อ้างเพื่อฝึกฝนความประพฤติจากผู้ปกครอง บุคคลในครอบครัว และผู้ใหญ่ในชุมชน
- ถูกล้อเลียนหรือถูกทำให้เป็นตัวตลก เนื่องจากชาติพันธุ์ ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว หรือสภาพครอบครัว (อยู่กับแม่เลี้ยงเดียว การเป็นลูกบุญธรรม) ศาสนา ขนาดของร่างกาย สีมืด หรือเป็นเด็กที่เรียนไม่ทันเพื่อนหรือการเรียนต่ำกว่าเพื่อน
- ถูกทำร้ายทางจิตใจ เช่น การตำหนิ ดุด่า ประณาม เปรียบเทียบกับเด็กคนอื่น ๆ
- ถูกควบคุม กักขัง

- ถูกขายและถูกบังคับใช้แรงงาน
- ถูกบังคับให้ทำงานที่เกินกำลังของเด็ก
- ถูกล่อลวงให้ร่วมกระทำความผิดกฎหมาย ถูกลักพาตัว
- เด็กหญิงวัยรุ่นถูกบังคับให้ค้าประเวณี
- ถูกบังคับหรือโน้มน้าวให้แต่งงานกับคู่ที่ผู้ปกครองเลือกให้
- ถูกบังคับให้เรียนในสาขาวิชาที่พ่อแม่เลือกให้
- ถูกทำโทษจากครูด้วยเหตุเรื่องการแต่งกาย ทรงผม และกิริยามารยาทที่โรงเรียนวางกรอบไว้
- กะเทย ทอม เด็กข้ามเพศถูกผู้ปกครองใช้ความรุนแรงเพื่อให้พวกเขาเปลี่ยนอัตลักษณ์ทางเพศ ถูกล้อเลียน ถูกทำให้เป็นตัวตลกในโรงเรียน ชุมชน และถูกล่วงละเมิดทางเพศ
- สภาวะที่ต้องหนีออกจากบ้านเนื่องจากภาวะสงคราม ความขัดแย้ง ภัยธรรมชาติ หรือการฆ่าล้างเผ่าพันธุ์

ระบบและสถาบันต่าง ๆ ในสังคมที่เป็นทั้งสาเหตุหรือปัจจัยเอื้อให้เกิดความรุนแรงต่อเด็กและเยาวชน

- **สอนให้เด็กพูดปฏิเสธ** คือการสอนให้พวกเขาพูดกับผู้ใหญ่ที่จับเนื้อต้องตัวแล้วเด็กรู้สึกไม่ชอบ รู้สึกอึดอัด รู้สึกกลัว แม้ในกรณีที่เด็กจะมีความรู้สึกชอบหรือไม่มีความรู้สึกอะไร แต่เราต้องสอนให้เด็กพูดปฏิเสธเมื่อผู้ใหญ่หรือรุ่นพี่จับต้องอวัยวะร่างกายที่เป็นพื้นที่ส่วนตัวของพวกเขา ไม่ว่าผู้ใหญ่คนนั้นจะเป็นผู้ชาย ผู้หญิง หรือเพศใดก็ตาม เช่น หน้อก ก้น อวัยวะเพศ โดยเฉพาะในเด็กเล็กที่สามารถพูดได้แล้ว ผู้ใหญ่ต้องสอนให้พวกเขาพูดประโยคว่า “อย่าจับหนู/ผมแบบนี้ หนู/ผมไม่ชอบค่ะ/ครับ”
- **สอนให้เด็กพูดความรู้สึกและความต้องการของพวกเขา** ในกรณีที่เด็กพบการกระทำหรือการพูดของผู้ใหญ่ซึ่งเป็นการบังคับให้พวกเขาทำตามเพื่อความบันเทิงใจของหมู่ผู้ใหญ่ เพราะนี่คือการทำร้ายจิตใจเด็กทางอ้อม เราตระหนักกันดีว่าผู้ใหญ่ในสังคมวัฒนธรรมอำนาจครอบงำแบบไทยนั้นต่างถูกหล่อหลอมจนเชื่อว่าผู้ใหญ่สามารถบอกให้เด็กทำกิริยาท่าทางต่าง ๆ ที่ผู้ใหญ่ต้องการ ผู้เขียนอาศัยอยู่ในชุมชนชนบทซึ่งมักพบเห็นผู้ใหญ่บอกเด็กเล็กที่เป็นลูกหลานหรือเด็กข้างบ้านให้ทำสิ่งต่าง ๆ ที่เราสังเกตได้ว่าเด็กเขาไม่ต้องการทำตาม เช่น ผู้ใหญ่บอกเด็กว่า “เธอเดินทำนั้นให้บ้างดูสิ พูดแบบนั้นแบบนี้สิ” ในกรณีเหตุการณ์เช่นนี้เราสามารถสอนให้เด็กพูดประโยคง่าย ๆ ว่า “หนู/ผมไม่ยอมทำตามเพราะไม่ชอบค่ะ/ครับ”
- **สอนให้เด็กรับมือกับการพูดจาตลก ตลก ล้อเลียนหรือการตำหนิขนาดของร่างกาย สีผิว เพศภาวะ ฐานะทางเศรษฐกิจ หรือเรื่องการเรียนของเด็ก** ไม่ว่าจะเป็นบุคคลที่กระทำคือผู้ใหญ่หรือเด็กโตกว่าที่เป็นสมาชิกภายในครอบครัวเครือญาติหรือเป็นผู้ใหญ่และเด็กโตกว่าคนอื่น ๆ ในชุมชนและโรงเรียน เช่น หากเด็กเป็นเด็กหญิงผิวคล้ำจะถูกล้อเลียนว่า โตขึ้นไม่สวย ขี้เหร่ หรือพูดว่าเธอแต่งตัวแบบนี้ ทำตัวแบบนี้เธอจะเป็น

กะเทยหรือหรือบอกเด็กหญิงว่าเธอดูโหม่นแบบผู้ชายไม่น่ารักเลยโตขึ้นจะเป็นทอมหรือเปล่าเนี่ย ในกรณีเหล่านี้เราสอนให้เด็กพูดประโยคง่าย ๆ ว่า “คุณป้า คุณลุง พี่ หนู/ผมไม่ชอบที่ลุง/ป้าพูดแบบนี้ มันทำให้เสียใจและรู้สึกแย่มากค่ะ/ครับ”

- สอนให้เด็กพูดขอความช่วยเหลือเมื่อเด็กถูกใช้ความรุนแรงไม่ว่าความรุนแรงนั้นจะเกิดจากใครและไม่ว่าเกิดขึ้นที่ไหน ด้วยการชวนเด็กคุยว่าเมื่อได้รับความรุนแรงเด็กคิดว่าจะทำอย่างไรได้บ้าง เช่น ร้องตะโกนขอความช่วยเหลือดัง ๆ กลุ่มคนที่เด็กจะไปบอกมีใครบ้าง และจะติดต่อกับคนกลุ่มนั้นได้อย่างไร
- สอนให้เด็กรู้ว่าเมื่อพบเจอเด็กที่โตกว่าและผู้ใหญ่ทั้งที่รู้จักและไม่รู้จักให้ของเล่น ขนม หรือชวนไปที่บ้านหรือไปสถานที่อื่น ๆ เด็กจะต้องบอกผู้ปกครองให้รับทราบก่อนที่จะไปกับบุคคลนั้น สิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งคือการบอกให้เด็กจดจำที่อยู่ เบอร์โทรศัพท์ของผู้ปกครอง ตั้งแต่พวกเขาเริ่มพูดและสามารถจำข้อมูลได้ ส่วนเด็กที่อ่านเขียนและใช้เทคโนโลยี เช่น โทรศัพท์ ควรให้ความรู้เรื่องความรุนแรงในรูปแบบต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นกับตัวเองและเด็กคนอื่น ๆ แหล่งช่วยเหลือทั้งหมด วิธีร้องขอความช่วยเหลือเมื่อเด็กถูกกระทำรุนแรงหรือเห็นเพื่อนถูกใช้ความรุนแรง รวมทั้งในสถานการณ์ที่เด็กรับรู้ได้ว่าเสี่ยงที่จะถูกใช้ความรุนแรง พูดคุยกับเด็กให้ใช้ภาษาความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเมื่อเด็กถูกใช้ความรุนแรง เช่น หนู/ผมรู้สึกเจ็บปวด หนู/ผมรู้สึกกลัว หนู/ผมรู้สึกอึดอัด หนู/ผมรู้สึกไม่ปลอดภัย หนู/ผมรู้สึกถูกกดทับ

เด็กที่เติบโตมาในครอบครัวที่ใช้ความรุนแรง

นอกจากเด็กเสี่ยงที่จะพบความรุนแรงโดยตรงแล้ว มีเด็กจำนวนมากโตมาในครอบครัวที่มีการใช้ความรุนแรง และแม้ความรุนแรงนั้นจะไม่ได้เกิดขึ้นกับพวกเขาโดยตรงแต่เด็กจะได้รับผลกระทบที่ส่งผลอย่างมากต่อสุขภาวะทุกด้านของเด็ก ไม่ว่าจะเป็นทางกาย การเจริญเติบโตทางสมองและระบบประสาท ความไม่มั่นคงทางจิตใจ และอารมณ์ ความคิดความเข้าใจต่อความสัมพันธ์ของผู้คนในครอบครัวและต่อโลก เนื่องจากสังคมไทยเป็นสังคมแบบผู้ชายเป็นใหญ่ในครอบครัว ความรุนแรงส่วนใหญ่จึงเกิดจากพ่อทำร้ายแม่ของเด็กซึ่งอาจจะเป็นได้ทั้งพ่อผู้ให้กำเนิดและพ่อเลี้ยง เมื่อเกิดความรุนแรงกับผู้ใหญ่ที่เด็กรัก เช่น แม่ เด็กจะมีความรู้สึกกลบเกลื่อนมากมาย เช่น รู้สึกกลัว อับอาย สับสน เสียใจ เจ็บปวด เพราะเขาไม่มีแหล่งอำนาจใด ๆ ที่จะปกป้องคนที่เด็กรักจากความรุนแรงหรือสามารถหยุดความรุนแรงดังกล่าวได้ ทั้งเด็กชายและเด็กหญิงหลายคนพยายามปกป้องแม่เมื่อพ่อทำร้าย มักจะถูกพ่อทำร้ายร่างกายไปด้วยหรือถูกด่าว่าอย่ามายุ่งเรื่องของผู้ใหญ่ เด็กหลายคนอยู่กับภาวะที่ทราบดีว่าพ่อทำร้ายจิตใจแม่ด้วยการนอกใจ แต่แม่ไม่เคยพูดเรื่องนี้เพราะแม่ถูกสอนมาในกรอบของแม่ที่ดีว่าไม่ควรนำปัญหาตัวเองเล่าให้ลูกฟังเพราะลูกจะเสียการเรียน มีแม่จำนวนมากที่ยอมอยู่ในความสัมพันธ์ซึ่งรุนแรงจนกว่าลูกจะเรียนจบ เพราะถูกสอนมาว่าการแยกหรือการหย่ากันของพ่อแม่จะทำให้เด็กมีปัญหา และความจริงอีกประการหนึ่งคือในสังคมไทยนั้นหากมีการแยกหรือหย่าแล้วผู้ชายส่วนใหญ่มักไม่รู้รับผิดชอบค่าเล่าเรียนหรือค่าเลี้ยงดูลูก และศาลไม่มีระบบติดตามให้ผู้ชายจ่ายค่าเลี้ยงดูบุตร เหตุปัจจัยดังกล่าวมาทำให้ผู้หญิงไทยที่ขาดระบบสนับสนุนให้หย่าร้างเพื่อความปลอดภัยและความเป็นธรรมของชีวิตตัวเอง จำต้องยอมเลี้ยงดูลูกในความสัมพันธ์ที่ตนเองประสบความรุนแรงจากสามี

องค์กรที่ทำงานช่วยเหลือผู้หญิงที่ถูกใช้ความรุนแรงในครอบครัวสรุปความรู้และข้อมูลจากประสบการณ์การทำงานอันยาวนานว่า เด็กที่อยู่ในครอบครัวที่พ่อใช้

ความรุนแรงจะได้รับผลกระทบมากมายซึ่งส่งผลทางพฤติกรรม การเรียน สุขภาวะ และการเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ของพวกเขาในอนาคต ดังอธิบายในแผนภูมิข้างล่างนี้



แผนภูมิปัญหาของเด็กที่อยู่ในครอบครัวที่ใช้ความรุนแรง

การช่วยเหลือเด็กที่ถูกกระทำรุนแรง

การทำงานช่วยเหลือเด็กและเยาวชนที่ถูกกระทำรุนแรงมีสองส่วน คือ

1. การช่วยเหลือให้ชีวิตเด็กปลอดภัยจากความรุนแรงและได้รับการปกป้องคุ้มครองตามกฎหมายและช่วยให้เด็กได้รับความเป็นธรรมจากกระบวนการยุติธรรม
2. การเยียวยาอาการเจ็บป่วย บาดแผลทางจิตใจและจิตวิญญาณเพื่อฟื้นฟูอำนาจ ศักยภาพ และคุณค่าความเป็นมนุษย์ของเด็กให้สามารถกลับไปใช้ชีวิตใหม่ได้

การช่วยเหลือให้เด็กปลอดภัยและได้รับความเป็นธรรม คือกระบวนการหาแหล่งอำนาจทุกแหล่งที่จะสามารถขัดขวางหรือหยุดความรุนแรงของผู้กระทำ ซึ่งอาจจะใช้แหล่งอำนาจจากบุคคลในครอบครัว เครือญาติ แหล่งอำนาจของผู้นำชุมชนที่ไม่รับรู้หรือรับรู้ถึงความรุนแรงที่เกิดขึ้นแต่ไม่ได้หยุดยั้งขัดขวางความรุนแรง แหล่งอำนาจของครูและโรงเรียน รวมถึงการใช้แหล่งอำนาจทางกฎหมายด้วยการแจ้งต่อเจ้าหน้าที่ตำรวจเพื่อหยุดยั้งผู้กระทำผิด เพราะความรุนแรงต่อเด็กเป็นการกระทำที่ผิดกฎหมาย ผิดศีลธรรมและผิดจริยธรรมของสังคม

การช่วยเหลือเด็กและเยาวชนที่ประสบความรุนแรงควรเป็นการทำงานแนวฟื้นฟูอำนาจ (Empowerment) ที่เน้นการใช้อำนาจร่วมโดยนึกถึงความปลอดภัยและผลประโยชน์ของเด็กเป็นที่ตั้ง กลุ่มคนผู้ช่วยเหลือต้องมีความเชื่อว่าคนที่ประสบความรุนแรงเป็นผู้ที่มีความเข้มแข็ง มีปัญญา มีศักยภาพ และสามารถออกจากปัญหาได้หากได้รับข้อมูลความรู้ที่ถูกต้องและมีระบบสนับสนุนพวกเขาอย่างจริงจังและต่อเนื่อง การทำงานแบบใช้อำนาจร่วมกับผู้ที่ประสบความรุนแรงนี้สำคัญมากเพราะจะช่วยฟื้นฟูอำนาจภายในของเด็ก เช่น ความเข้มแข็ง ความมั่นใจ ความไว้วางใจ ศักยภาพที่จะช่วยให้เด็กได้เยียวยาตนเองและกลับมาใช้ชีวิตตามปกติได้ วิธีการ

ใช้อำนาจร่วมที่ดีมากคือการรับฟังความต้องการของเด็กในสถานการณ์ของการตัดสินใจใด ๆ ที่จะส่งผลกระทบต่อชีวิตเด็ก เช่น การย้ายที่อยู่ การย้ายโรงเรียน หรือย้ายออกจากระบบสนับสนุนชีวิตเขา เป็นต้น การตัดสินใจสำคัญเช่นนี้ต้องทำร่วมกับเด็ก ผู้ปกครองที่เด็กไว้วางใจ และบุคลากรซึ่งมีองค์ความรู้เรื่องความรุนแรง ไม่ใช่อาศัยการประเมินสถานการณ์ของเจ้าหน้าที่เท่านั้น

ยกเว้นในกรณีเด็กเล็กซึ่งไม่สามารถปกป้องตนเองจากความรุนแรงหรือการล่วงละเมิดทางเพศได้ และผู้ใหญ่ในครอบครัว เช่น แม่ ก็ไม่สามารถรับประกันความปลอดภัยให้ลูกได้ ผู้เขียนพบกรณีเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลไม่เข้าไปขัดจังหวะหรือใช้แหล่งอำนาจของตนในฐานะเจ้าหน้าที่รัฐและอำนาจทางกฎหมายปกป้องเด็กในกรณีที่แม่พาลูกตนเองกลับไปอยู่บ้านที่พ่อเลี้ยง ตาหรือปู่ หรือพ่อจริงสามารถทำการล่วงละเมิดทางเพศซ้ำอีก เพราะเข้าใจผิดไปว่าการใช้อำนาจร่วมคือการให้แม่ของเด็กตัดสินใจเองว่าจะพาเด็กกลับบ้านหรือไม่ ในกรณีนี้กลุ่มผู้ช่วยเหลือต้องคำนึงประเด็นความปลอดภัยของเด็กเป็นหลักเมื่อเห็นชัดว่าแม่ของเด็กไม่สามารถคุ้มครองความปลอดภัยให้ลูกตนเองได้ กลุ่มผู้ช่วยเหลือต้องหาแหล่งอำนาจต่าง ๆ มาใช้ในการหยุดความรุนแรงนี้ เช่น แหล่งอำนาจของตำรวจ แหล่งอำนาจของกฎหมาย แหล่งอำนาจของเครือข่ายสิทธิมนุษยชน แหล่งอำนาจขององค์กรต่าง ๆ ที่มีหน้าที่ดูแลช่วยเหลือเด็ก เป็นต้น

ในสังคมไทยเรามักพบสถานการณ์การเพิกเฉยต่อความรุนแรง เหตุปัจจัยของการเพิกเฉยมาจากการที่เราถูกหล่อหลอมจากวัฒนธรรมครอบงำให้เชื่อว่าความรุนแรงต่อเด็ก ผู้หญิงหรือคนอื่น ๆ เป็นเรื่องส่วนตัว เป็นเรื่องภายในครอบครัวที่คนนอกไม่ควรไปยุ่งเกี่ยว หรือความรุนแรงเกิดจากพฤติกรรมหรือการกระทำของเด็กเอง โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากเป็นกรณีของการล่วงละเมิดทางเพศที่ผู้ใหญ่ทำกับเด็ก (หรือผู้ชายที่มีแหล่งอำนาจมากกว่ากระทำกับผู้หญิง) เด็กผู้หญิงจะถูกประณามว่าพวกเขาทำให้ตัวเองถูกล่วงละเมิดทางเพศ ความเชื่อหรือทัศนคติซึ่ง

คนทั่วไปในสังคมทั้งชายหญิงมีความเชื่อฝังหัวนี้เป็นผลพวงจากวัฒนธรรมอำนาจนิยมแบบชายเป็นใหญ่ที่นอกจากจะไม่กล่าวโทษหรือตำหนิผู้ชายแล้ว วัฒนธรรมชายเป็นใหญ่จะหล่อหลอมวัฒนธรรมซ้ำเติมหรือลงโทษเหยื่อผ่านวาทกรรม “เด็ก (หรือผู้หญิง) เต็มใจ ให้ทำ หรือสมยอม”

ดังเช่นกรณีการกระทำรุนแรงของกลุ่มครูผู้ชายที่ร่วมกันทำร้ายทางเพศเด็กหญิงสองคนเป็นเวลาสองปี เป็นตัวอย่างที่ชี้ให้เห็นการใช้อำนาจในทางที่ผิดของกลุ่มครู ชายของเด็กรออกมาเปิดเผยความรุนแรงเพราะตัวเด็กผู้หญิงไม่มีแหล่งอำนาจที่จะใช้ปกป้องตนเองได้เพราะเด็กอยู่กับยาย และหากฐานะทางบ้านยากจน ไม่มีเครือข่ายในชุมชนเด็กก็ยิ่งตกเป็นเป้าของการแสวงหาประโยชน์จากครูผู้ชายกลุ่มนี้ เมื่อกลุ่มครูที่ข่มขืนเด็กใช้เทคโนโลยีบันทึกและอ้างว่าจะนำไปประจานรวมถึงการข่มขู่ด้วยวิธีอื่น ๆ ยิ่งทำให้เด็กผู้หญิงไม่สามารถนำตัวเองออกจากอำนาจที่ล้นพ้นของกลุ่มครูได้ เมื่อข่าวนี้แพร่หลายไปในสื่อออนไลน์ และหลังจากที่ครูผู้ล่วงละเมิดเด็กเผยแพร่ภาพที่ตนเองใช้เงินเป็นแหล่งอำนาจอีกอันหนึ่งเพื่อแสวงหาประโยชน์จากเด็ก ในโลกออนไลน์นั้นก็มีผู้ใหญ่ทั้งหญิงชายจำนวนมากคอมเมนต์ว่า “ก็เด็กมันเต็มใจ”

เมื่อใดก็ตามที่เราไม่ใช้แหล่งอำนาจมาวิเคราะห์กรณีความรุนแรง เราจะไปดูที่พฤติกรรมของผู้ถูกระทำและจะตำหนิว่าผู้้นต้องมีพฤติกรรมอะไรบางอย่างที่เชื่อเชิญและเป็นสาเหตุให้ถูกทำร้าย โดยเฉพาะกับเด็กนั้นเมื่อมีกรณีปัญหาใด ๆ ก็ตามที่เกิดขึ้นระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่ไม่ว่าจะเป็นที่บ้านหรือโรงเรียน วัฒนธรรมไทยจะหล่อหลอมเราให้ตำหนิและลงโทษเด็ก ที่เป็นเช่นนี้เพราะพวกเราล้วนเติบโตมาในสังคมที่หล่อหลอมให้เราไม่ฟังเด็ก ไม่เชื่อคำพูดของเด็ก ไม่เห็นคุณค่าของเด็ก ไม่เคารพความเป็นมนุษย์ สติปัญญาและความสามารถของพวกเขา นี่เป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมควบคุมครอบงำที่ยังฝังหัวผู้ใหญ่จำนวนมากในสังคมไทย โดยเฉพาะผู้ที่เป็นครูและผู้ปกครอง วัฒนธรรมความเชื่อนี้ฝังหัวเราแน่นหนาจนคำพูดและ

การกระทำของเราจะเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติไม่ผ่านการวิเคราะห์ การใช้เหตุผล สติ และปัญญาในการทำความเข้าใจปัญหาของเด็ก

ความเชื่อฝังหัวผู้คนในสังคมไทยเช่นนี้ทำให้เด็กหรือใครก็ตามที่ถูกกระทำรุนแรงรู้สึกโดดเดี่ยว ทุกข์ใจ รู้สึกอาย และไร้พลังอำนาจจะพาตัวเองออกจากความรุนแรง เพราะภาวะที่ต้องอยู่กับความหวาดกลัวและความไม่ปลอดภัยเพียงลำพังนั้นมันหนักหนาสาหัสเกินกว่าที่พวกเขาจะหาทางหยุดความรุนแรงจากผู้ที่มิแหล่งอำนาจมากกว่าได้ด้วยตนเอง โดยเฉพาะในกรณีที่ผู้กระทำรุนแรงเป็นคนในครอบครัวเครือญาติ เช่น พ่อหรือแม่ ปู่ ลุงหรือตา หรือเป็นคนในชุมชนที่มีแหล่งอำนาจมาก เช่น ผู้นำชุมชน ครู ผู้ใหญ่หรือเด็กที่โตกว่า การเพิกเฉยต่อความรุนแรงที่เกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชนจึงเท่ากับเป็นการอนุญาตให้ความรุนแรงดำเนินต่อไป จนนำไปสู่การเสียชีวิต เกิดความพิการ มีภาวะเจ็บป่วย และการมีบาดแผลทางจิตใจ และจิตวิญญาณที่ต้องใช้เวลาเยียวยาอีกยาวนาน

หลังจากการเข้าไปหยุดความรุนแรงและทำให้เด็กอยู่ในภาวะปลอดภัยแล้ว การช่วยเหลือขั้นต่อไปหรือสามารถทำไปพร้อม ๆ กันได้คือการช่วยให้ผู้ถูกกระทำได้รับการรักษาที่โรงพยาบาล ในประเทศไทยกระทรวงสาธารณสุขมีนโยบายให้โรงพยาบาลต้องช่วยดูแลเด็ก เยาวชน และผู้หญิงที่ถูกกระทำรุนแรงมานานกว่า 20 ปี นโยบายนี้เกิดจากการค้นพบว่ามีคนใช้จำนวนไม่น้อยมารับการรักษาพยาบาลอาการบาดเจ็บที่เกิดจากการถูกกระทำรุนแรง นโยบายดังกล่าวกำหนดให้ทุกโรงพยาบาลของรัฐทั้งในระดับจังหวัดและระดับอำเภอมีแผนงานซึ่งช่วยเหลือเด็กที่ถูกกระทำรุนแรง เรียกว่าศูนย์พึ่งได้ (One Stop Crisis Center: OSCC) เมื่อเสร็จสิ้นการรักษาพยาบาลแล้ว สมาชิกครอบครัวและหรือผู้ช่วยเหลือจะต้องขอหลักฐานการรักษาของแพทย์และเก็บรักษาไว้เพื่อเป็นหลักฐานยืนยันอาการบาดเจ็บของผู้ถูกกระทำเมื่อต้องไปแจ้งความเพื่อดำเนินคดีกับผู้กระทำรุนแรง

การแจ้งความติดต่อผู้กระทำรุนแรงเป็นขั้นตอนสำคัญมากที่จะช่วยหยุดยั้งการใช้อำนาจผิด ๆ ของผู้กระทำเพราะเขาทำผิดกฎหมาย การใช้กฎหมายคือการจำกัดและควบคุมการใช้อำนาจผิด ๆ ของผู้กระทำรุนแรง การไปเป็นเพื่อนผู้ถูกระทำแจ้งความจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องทำเพื่อลดทอนความกลัว ความรู้สึกโดดเดี่ยว หรือความอับอายอันเป็นผลจากการถูกระทำรุนแรง โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อผู้ถูกระทำมีแหล่งอำนาจน้อย เช่น เป็นเด็กยากจน ไร้ครอบครัวญาติมิตร ไม่มีความรู้ว่าจะต้องทำอะไรเมื่อต้องไปแจ้งความ

อีกเหตุผลหนึ่งซึ่งสำคัญของการไปเป็นเพื่อนผู้ถูกระทำเมื่อไปแจ้งความคือจากประสบการณ์การทำงานด้านนี้มาหลายปีเราทราบว่าตำรวจในหลายท้องที่ทั้งในประเทศไทยและหลายประเทศในโลกไม่ยอมรับแจ้งความคดีความรุนแรงทางเพศต่อเด็กหญิง หรือพยายามไกล่เกลี่ยโดยไม่มีหลักประกันความปลอดภัยและยุติธรรมให้กับผู้ถูกระทำรุนแรง หรือพฤติกรรมในการสอบปากคำของเจ้าหน้าที่ซึ่งไม่มีองค์ความรู้เรื่องความรุนแรง (ทางเพศ) จึงส่งผลให้ขาดความละเอียดอ่อนในการให้บริการทำให้ผู้ถูกระทำเกิดความอับอายเหมือนถูกระทำรุนแรงซ้ำสอง

การมีใบรับแจ้งความดำเนินคดีจะเป็นหลักฐานทางกฎหมายสำคัญที่จะช่วยให้ผู้ถูกระทำรุนแรงสามารถเข้าถึงความเป็นธรรม ได้รับความช่วยเหลือและการคุ้มครองความปลอดภัยจากศาล การช่วยเหลือให้ผู้ถูกระทำสามารถแจ้งความจึงเป็นขั้นตอนเบื้องต้นที่สำคัญยิ่งเพราะหลักฐานทางกฎหมายจะช่วยปกป้องสิทธิให้การคุ้มครองความปลอดภัย หยุดหรือควบคุมการใช้อำนาจผิด ๆ ของผู้กระทำรุนแรง และช่วยให้ผู้ถูกระทำสามารถเรียกร้องความเป็นธรรมจากกระบวนการยุติธรรมในภายหลังได้

ขั้นตอนจากนั้นคือการช่วยให้ผู้ถูกระทำรุนแรงและครอบครัวญาติมิตรคิดหาระบบสนับสนุนช่วยเหลือหากความรุนแรงนั้นยังอาจจะเกิดขึ้นซ้ำอีก

กลุ่มคนที่สามารถช่วยเหลือได้รวดเร็วคือ ครอบครัว ญาติมิตร เพื่อนฝูง เพื่อนบ้าน ผู้นำชุมชน หน่วยงานต่าง ๆ ของภาครัฐและเอกชนที่จะช่วยสนับสนุนเรื่องความปลอดภัย เช่น บ้านพักเด็กของกระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ หากสถานที่หรือครอบครัวที่พวกเขาอาศัยอยู่ไม่สามารถให้ความปลอดภัยแก่พวกเขาอีกต่อไปหรือไม่ก็ก่อการก่อการเยียวยาบาดแผลทางจิตใจและอาการเจ็บป่วยอื่น ๆ อันเป็นผลมาจากการถูกระทำรุนแรง หน่วยงานองค์กรพัฒนาเอกชนหลายแห่งสามารถให้ความช่วยเหลือผู้ถูกระทำรุนแรงได้รวดเร็วและมีประสิทธิภาพมากกว่าหน่วยงานราชการ

การเยียวยาบาดแผลทางจิตใจที่เป็นผลของการถูกระทำรุนแรงต้องเป็นกระบวนการทำงานแนวฟื้นฟูอำนาจและศักยภาพแบบใช้อำนาจร่วม (Empowerment Model) ซึ่งหมายความว่าคนที่ช่วยเหลือต้องเชื่อมั่นว่าคนที่ประสบความรุนแรงเป็นผู้ที่มีความเข้มแข็ง มีปัญญา มีศักยภาพ และความสามารถที่จะรับผิดชอบการเยียวยาตัวของเขาเองและเริ่มต้นชีวิตใหม่ได้ ส่วนการใช้ยาที่มีความจำเป็นในกรณีที่อาการทรอมา (Trauma) ส่งผลกระทบต่อระบบประสาทและสมองที่ทำให้มีความเครียดสูง อาการที่ร่างกายเกร็งเกิดขึ้นบ่อยครั้งหรือเกิดขึ้นในช่วงเวลานานจนทำให้ไม่สามารถใช้ชีวิตตามปกติและเข้าสู่กระบวนการรักษาแนวนี้ได้ ในกระบวนการเยียวยาจิตใจ สิ่งแรกที่สำคัญที่สุดในการช่วยเหลือคือการรับฟังและอยู่กับผู้ถูกระทำรุนแรงแบบเป็นประจักษ์พยานความทุกข์ของเขา รับฟังในสิ่งที่เขาจะเล่าด้วยความเคารพและเห็นอกเห็นใจ ปล่อยให้ผู้ถูกระทำรุนแรงพูดโดยไม่ขัดจังหวะ ไม่มีการตำหนิ กล่าวโทษ หรือสั่งสอน

แนวทางการฟังแบบเป็นประจักษ์พยานเพื่อเยียวยาผู้รอดชีวิตจากความรุนแรง:

- หาพื้นที่ที่ปลอดภัยและเป็นส่วนตัว เมื่อจะไปรับฟังเขาให้แน่ใจว่ามีความพร้อมทั้งเวลาและมีพื้นที่ว่างในใจที่รับรู้ความทุกข์ของเขา
- มีภาวะทางกายและใจที่ผ่อนคลาย เปิดกว้าง เป็นมิตร มีความน่าไว้วางใจ และพร้อมที่จะเป็นเพื่อนช่วยเหลือเขา
- พยักหน้าหรือส่งเสียงฮือฮือในขณะที่ฟังเพื่อบอกให้ผู้พูดรู้ว่า “ครูได้ยินเธอนะ...ครูอยู่กับเธอนะ”
- ฟังอย่างตั้งใจ อยู่กับผู้ฟังอย่างเต็มที่ ราวกับว่าในตอนนั้นคน ๆ นั้นสำคัญที่สุดในชีวิตเรา แม้ผู้พูดจะเป็นเด็กก็ตาม
- ฟังด้วยความเคารพและเห็นใจ ไม่ตัดสิน ตีตราอัตลักษณ์ ตัวตน หรือเรื่องราวที่ผู้พูดเล่า
- ไม่ให้คำแนะนำ ไม่ถามสอดแทรกหรือตัดบทด้วยการเล่าเรื่องตนเอง หรือเรื่องของคนอื่น ๆ ให้เขาฟัง ให้ระลึกเสมอว่าคนที่กำลังทุกข์ใจนั้นต้องการให้คนได้ยินความทุกข์ของเขา และต้องการระบายสิ่งอัดอั้นในใจ เขาไม่ได้ต้องการคำแนะนำใด ๆ
- อนุญาตให้มีความเงียบเพราะบางทีคนพูดมีความรู้สึกหรือกำลังปะติดปะต่อเรื่อง ช่วงที่เขาเงียบให้ผู้ช่วยเหลืออยู่กับลมหายใจและผ่อนคลายร่างกาย ที่อาจจะเกิดความเกร็งตึงจากการฟังความทุกข์ของคนพูด
- อนุญาตให้มีการร้องไห้ เพราะการระบายความทุกข์ใจด้วยการร้องไห้นั้นเป็นเรื่องปกติ การร้องไห้ไม่ได้แปลว่าอ่อนแอ แต่คือวิธีการเยียวยาของมนุษย์ เวลาที่คนพูดร้องไห้ ปลอ่ยให้เขาร้องสัักพักและผู้ช่วยเหลืออาจจะพูดว่า “นี่เป็นเรื่องหนัก ร้องไห้ไม่เป็นไร เราจะอยู่ด้วยกัน” และหากคนเล่า

เป็นผู้ชายหรือเด็กชาย เราควรจะบอกว่า “ร้องไห้ไม่เป็นไร มันไม่ได้แปลว่าเธออ่อนแอ”

- เมื่อผู้พูดเล่าจบควรพูดว่า “ขอบคุณมากที่เธอไวใจและเล่าเรื่องนี้ให้ฟัง เรื่องนี้มันสำคัญมาก” ให้ออกว่าเราจะเก็บเรื่องที่เขากล่าวไว้เป็นความลับ และยินดีที่จะเป็นเพื่อนอยู่เคียงข้างเขาเพื่อหาทางออกจากปัญหานี้
- หลังจากที่ได้รับฟังเรื่องราวแล้ว จะต้องสะท้อนกลับประเด็นสำคัญที่ผู้พูดเล่าออกมา เช่นพูดว่า “ดูเหมือนเธอจะเล่าให้ครูฟังว่า...” หรือ “สิ่งที่ครูได้ยินเธอพูดมาคือเธอถูกพ่อแม่บังคับให้เรียนในสาขาที่ไม่ชอบ... เธอถูกใช้ความรุนแรงหลายรูปแบบมานานหลายปี...” และที่สำคัญคือต้องสะท้อนกลับความรู้สึกทุกข้อใจที่เป็นผลมาจากความรุนแรง คนส่วนใหญ่จะไม่บอกความรู้สึกเพราะผู้คนในสังคมไม่เคยถูกสอนให้พูดถึงความรู้สึก แต่ผู้ช่วยเหลือสามารถรับรู้ได้ว่าผู้เล่ามีความรู้สึกทางลบมากมาย ตัวอย่างการสะท้อนความรู้สึกกลับ เช่น “ดูเหมือนว่าคุณมีความรู้สึกเสียใจ ไม่พอใจ รู้สึกกลัว ท้อแท้ สิ้นหวัง โกรธ สับสน และอาจทุกครั้งที่ถูกทำร้าย” การสะท้อนกลับความรู้สึกทุกข้อใจของคนที่ถูกกระทำรุนแรงนี้สำคัญมาก เพราะมันคือการเป็นประจักษ์พยานยืนยันความรู้สึกทุกข้อใจทั้งหมดในใจที่ไม่เคยได้พูดกับใคร ความรู้สึกเหล่านี้ถูกทับถมเก็บกดไว้ ประสบการณ์ทำงานเยียวผู้ถูกกระทำรุนแรงมานานหลายปีผู้เขียนพบว่าเมื่อใดก็ตามที่ใช้วิธีสะท้อนกลับความรู้สึกกลับที่เป็นผลมาจากการถูกใช้ความรุนแรง ผู้เล่าจะบอกหรือพูดถึงความรู้สึกของพวกเขามากขึ้น พวกเขาจะเล่าเรื่องมากขึ้น บางช่วงจะร้องไห้และนั่งเงียบ จากนั้นก็เล่าต่อด้วยหน้าตาสดใสขึ้น นั่นหมายถึงว่าการเยียวได้เริ่มต้นขึ้นแล้วเพราะเขาได้พูดถึงความเจ็บปวดและความทุกข์ในใจที่เก็บกดไว้นานและมีคน (ฟัง) ที่ช่วยระบุนิสัยกลับทั้งหมดที่ฝังอยู่ในใจนั่นเอง การอนุญาตให้คนที่ถูกใช้ความรุนแรงได้พูดระบายความ

รู้สึกลบที่เก็บกดไว้ในใจคือการช่วยเหลือเขาที่ดีที่สุดและเขาต้องการความช่วยเหลือแบบนี้ เพราะทำให้ได้ระบายความรู้สึกต่าง ๆ อย่างปลอดภัย โดยไม่มีการตัดสินถูกผิด ไม่มีการตีตราหรือดูถูก ไม่มีการแนะนำ แต่มีคนเป็นประจักษ์พยาน รับรู้ความทุกข์ที่เกิดขึ้นกับเขาจริง วิธีการนี้ทำให้ผู้พุดรู้สึกปลอดภัย ไว้วางใจและไม่โดดเดี่ยวอีกต่อไป การฟังด้วยใจและการสะท้อนกลับเรื่องราวความรุนแรงและความรู้สึกทุกขใจจะช่วยให้จิตใจเขากลายจากความรู้สึกทุกขใจ ซึ่งจะทำให้ผู้ถูกกระทำรุนแรงสามารถคิดและทำความเข้าใจเรื่องต่าง ๆ ได้ชัดเจนขึ้น ไม่ตัดสินใจด้วยอารมณ์ โกรธหรือสับสน

- ต่อจากนั้นให้พุดว่าดีมากเลยที่เขาเล่าเรื่องราวร้ายที่เกิดขึ้นให้ฟัง และต้องบอกผู้พุดว่าสิ่งที่เกิดขึ้นนี้เขาไม่ได้เป็นต้นเหตุ เขาไม่ใช่คนทำผิดแต่ผู้ใหญ่ที่ทำร้ายเขาเป็นผู้กระทำผิด ผิดทั้งด้านศีลธรรม กฎหมาย และวัฒนธรรมประเพณี จากนั้นให้บอกจุดแข็งหรืออำนาจภายในของเขาที่คุณสังเกตเห็นหรือได้ยินจากการเล่าเรื่องของเขายกตัวอย่างเช่น การพุดว่า “ครูเห็นว่าเธอมีสติปัญญาและฉลาดมากที่พยายามขอความช่วยเหลือหรือพยายามเอาตัวเองออกจาก (บ้าน) ที่ทำให้เธอไม่ปลอดภัย เยี่ยมมากเลยที่เธอไม่สยบยอมต่อความไม่ถูกต้อง เธอเป็นคนกล้าหาญและรักตัวเอง เธอเยี่ยมมากที่พยายามจะแก้ปัญหาที่สมอบมา เธอไม่ใช่ลูกกตัญญูเมื่อเธอไม่ยอมเรียนในสาขาที่พ่อแม่เลือกให้ หรือเธอไม่ใช่ลูกกตัญญูเมื่อเธอต้องออกจากบ้านที่เธอถูกทำร้ายและไม่มีใครปกป้องเธอ”
- ขั้นต่อไปให้บอกจุดแข็งหรืออำนาจภายในที่ผู้ช่วยเหลือสังเกตได้ในตัวผู้เล่า เช่น ความฉลาด ความกล้าหาญ ความรักในชีวิตและอนาคตของตัวเอง ความต้องการที่จะแก้ปัญหา ความมีสติ ไหวพริบ ความเข้มแข็ง ความเชื่อมั่นในตัวเอง ความคิดสร้างสรรค์ การไม่สยบยอมต่อสิ่งที่

ไม่ถูกต้อง เป็นต้น ให้อ่านกลับไปดูตัวอย่างของอำนาจภายในในบทที่ 4 ด้วยอำนาจ (บทที่ 2) การบอกผู้ที่ถูกใช้ความรุนแรงถึงจุดแข็งหรืออำนาจภายในตัวเขาเป็นวิธีการฟื้นฟูอำนาจ คุณค่า และศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ของเขาที่ได้ผลที่สุด เพราะเป็นวิธีทำลายวัฒนธรรมอำนาจนิยมซึ่งปกติคือการตำหนิ การสอนหรือแนะนำ หรือถามว่าทำไมไม่ทำอย่างนี้ วิธีการบอกอำนาจภายในหรือจุดแข็งทั้งหมดในตัวเขาแบบนี้จะช่วยให้ผู้ที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงมีพลังใจ มีความภูมิใจ มีความมั่นใจ และมีความหวัง ความรู้สึกเหล่านี้จะเป็นฐานช่วยให้เขาก้าวผ่านความยุ่งยากหรืออย่างน้อยจะช่วยให้รับมือกับความทุกข์นั้นได้เพราะเขาไม่ใช่ผู้กระทำผิดและเขาไม่ใช่สาเหตุของความรุนแรงที่เกิดขึ้น เราคงจำได้ว่าเวลาที่เราเองมีความทุกข์ ใจเรามีความรู้สึกสับสนวุ่นวาย โดดเดี่ยว โศกเศร้า โกรธ ไม่พอใจ ผิดหวัง กลัว เสียใจ รู้สึกผิดหรือแม้แต่ละอายใจ ตอนนั้นสิ่งที่เราต้องการคือมีใครสักคนที่ฟังเราอย่างไม่ตัดสิน ตีตรา และบอกเราถึงจุดแข็งที่เรามีอยู่เพื่อที่ว่าเราจะได้รำลึกถึงสติปัญญา ความเข้มแข็ง ความกล้าหาญ และความสามารถเหล่านั้นของตัวเอง

- จากนั้นผู้ช่วยเหลือต้องใช้ทักษะการตั้งคำถามเปิดเพื่อช่วยให้เขาหาทางออกจากปัญหานี้ เช่น ชวนวิเคราะห์ว่าเขาเคยแก้ปัญหามาก่อนหน้านี้ด้วยวิธีใดบ้างและได้ผลเป็นอย่างไร หากมีได้ผลต่อจากนี้เราจะแก้ปัญหาต่างออกไปจากเดิมอย่างไร ในการแก้ปัญหาวิธีนี้เขาต้องการความช่วยเหลืออะไรบ้าง และจะเข้าถึงแหล่งช่วยเหลือเหล่านั้นได้อย่างไร
- หากผู้ถูกกระทำรุนแรงเล่าให้ฟังถึงอาการความทุกข์ที่เกิดจากการถูกกระทำรุนแรง (Trauma Symptoms) หรือผู้ให้การช่วยเหลือสามารถสังเกตเห็นได้ เพราะเหตุการณ์รุนแรงจะส่งผลกระทบต่อสุขภาพของเขาทุกด้าน เช่น หายใจสั้น ตัวเย็น มือเท้าชา มีอาการเจ็บป่วยที่หาสาเหตุไม่ได้ เช่น ปวดหัว ปวดท้อง เจ็บปวดตามร่างกาย หวาดผวา วิตกกังวล เสียใจ

คิดววนซ้ำ ๆ ถึงเหตุการณ์รุนแรงและไม่สามารถลืมเหตุการณ์ร้ายในอดีตได้ คิดลบและมองโลกในแง่ลบ ขาดความไว้วางใจในผู้คน นอนไม่หลับ ฝันร้าย ร้องไห้บ่อย ไม่อยากอาหาร หดแรงแหดพลังชีวิต ต้องการแยกตัวโดดเดี่ยว สมาธิสั้น หงุดหงิดง่าย ควบคุมอารมณ์ไม่ได้ รู้สึกผิดหรือละอาย มีภาวะซึมเศร้า ประสิทธิภาพในการทำงานและการตัดสินใจลดลง มีความสิ้นหวังและมีความคิดที่จะฆ่าตัวตาย ใช้สารเสพติด เพื่อช่วยให้ลืมเหตุการณ์รุนแรง เป็นต้น ให้บอกเขาว่าอาการเหล่านี้เป็นอาการความทุกข์ที่จะเกิดกับคนทุกคนที่ถูกกระทำรุนแรงแบบที่เขาประสบมา แต่อาการเหล่านี้สามารถรักษาให้หายได้ และสามารถกลับมาใช้ชีวิตปกติได้เหมือนเดิม ให้ลองช่วยเขาคิดถึงวิธีการดูแลตัวเอง หลากหลายวิธีการที่เขาจะต้องทำในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง เพราะวิธีการเหล่านี้จะช่วยเยียวยาบาดแผลทางใจและฟื้นฟูสุขภาพของเขาให้ดีขึ้นในทุกด้าน เช่น ออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง เล่าความทุกข์ในใจเพื่อระบายออกไปกับคนที่ไว้วางใจได้ เขียนบันทึก ทำงานฝีมือหรืองานศิลปะ ทำงานที่ใช้แรงกาย เช่น ปลูกต้นไม้ ทำกับข้าว ทำความสะอาดบ้าน อ่านหนังสือที่ชอบ ใช้เวลาอยู่กับธรรมชาติและอยู่กับผู้คนที่รักและเกื้อกูลสนับสนุนเขา สวดมนต์ ฝึกสมาธิภาวนา (หากเขานับถือศาสนาพุทธ) ทำงานจิตอาสา เล่นกับสัตว์เลี้ยง และอาจรวมถึงการย้ายที่อยู่เพื่อเอาตัวเองออกจากสถานที่ที่เคยถูกกระทำรุนแรง เป็นต้น

- หากเป็นกรณีของการถูกละเมิดทางเพศไม่ว่าหญิงชายหรือเด็ก หลากหลายทางเพศ ครูควรช่วยจัดการให้พวกเขาเข้าถึงบริการการเยียวยาฟื้นฟูจากผู้เชี่ยวชาญด้านนี้ เช่น นักจิตวิทยาที่มีความเข้าใจเรื่องการเยียวยาเด็กที่ถูกละเมิดทางเพศ และบอกผู้ปกครองให้ทราบถึงความสำคัญของการที่เด็กต้องได้รับกระบวนการเยียวยาอย่างต่อเนื่อง มิใช่การไปพบนักจิตวิทยาเพียงครั้งเดียว มีงานวิจัยมากมายที่พบว่าหาก

เด็กที่ถูกละเมิดทางเพศไม่ได้รับการเยียวยาอย่างถูกต้องและต่อเนื่อง
บาดแผลและความทุกข์ทางใจ (Trauma) จะถูกเก็บกดไว้และจะส่งผล
กระทบตลอดชีวิตของพวกเขา

อาการความทุกข์ทางกาย ใจ และจิตวิญญาณอันเป็นผลมาจากการ ถูกใช้ความรุนแรง (Trauma Symptoms)

ความรุนแรงที่เด็กหญิง เด็กชาย เด็กข้ามเพศ และเยาวชนที่รักเพศเดียวกัน
ประสบไม่ว่ารูปแบบใด ๆ เช่น ถูกทำร้ายร่างกาย ถูกดุด่าตำหนิเป็นประจำ ถูกล่วง
ละเมิดทางเพศ ถูกควบคุมชีวิตเรื่องการเดินทาง การแต่งกาย การคบเพื่อนและการ
เรียน การถูกใช้ความรุนแรงจากพ่อแม่หรือพี่ชาย ถูกกลั่นแกล้งทางเพศ การถูกบังคับให้
ค้าประเวณี ถูกบังคับให้ใช้แรงงาน หรืออยู่ในครอบครัวที่ใช้ความรุนแรง เช่น
พ่อ (ส่วนใหญ่) ใช้ความรุนแรงกับแม่ เยาวชนผู้หญิงที่ท้องไม่พร้อมและผู้ชาย
ไม่รับผิดชอบ เด็กและเยาวชนที่อพยพมาที่ครอบครัวเนื่องจากภาวะความขัดแย้ง
สงคราม การทำลายเผ่าพันธุ์ ถือว่าพวกเขาเป็นกลุ่มผู้รอดชีวิตจากการถูกทำร้าย
(Trauma Survivors) ทั้งสิ้น

ความรุนแรงที่กล่าวมาจะทำให้บุคคลมีภาวะช็อกทางอารมณ์ความรู้สึกและ
ทำให้เกิดความทุกข์ในจิตใจที่ส่งผลต่ออารมณ์ความรู้สึก สุขภาวะทางปัญญา และ
จิตวิญญาณ และอาการทางกายอีกหลายอย่างตามมาในภายหลัง ปฏิกริยาเหล่านี้
จะพบได้เสมอในบุคคลที่ผ่านความรุนแรงมาหรือยังอยู่กับความรุนแรง ทั้งนี้แต่ละคน
จะมีปฏิกริยาตอบโต้กับความรุนแรงแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับแหล่งอำนาจภายนอก
และแหล่งอำนาจภายในที่จะช่วยรับมือกับความรุนแรงดังกล่าว บางคนอาจมี
ปฏิกริยาบางอย่างชัดเจน มากบ้าง น้อยบ้าง ขณะที่บางคนอาจไม่แสดงปฏิกริยา
อย่างหนึ่งอย่างใดเลย แต่ไม่ว่าเราจะเห็นอาการเหล่านี้มากน้อยเพียงใดก็ตาม

สิ่งสำคัญที่เราควรระลึกไว้เสมอคือความเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจที่แสดงออกทางความคิด อารมณ์และความรู้สึกซึ่งเกิดขึ้นหลังจากที่บุคคลประสบกับความรุนแรงนั้นเป็นเรื่องปกติที่จะเกิดขึ้นกับทุกคนที่ผ่านประสบการณ์เลวร้ายนี้ พวกเขาไม่ได้เป็นโรคจิตหรือโรคประสาทที่เกิดขึ้นจากการติดเชื้อโรค หรือเป็นคนป่วยอย่างที่มีการวินิจฉัยตามหลักการแพทย์กระแสหลัก เพียงแต่พวกเขามีอาการของความทุกข์บางอย่างคล้ายคลึงกันกับคนไข้หรือผู้ป่วยที่เกิดจากการติดเชื้อหรือคนไข้ที่ป่วยเรื้อรัง เช่น อาการซึมเศร้า อารมณ์หงุดหงิดโมโหง่าย นอนไม่หลับหรือมีภาวะสั่นหวั่น (เช่น ไม่ดูแลตัวเอง เลิกทำกิจกรรมที่เคยทำ) เป็นต้น ลักษณะอาการของความทุกข์ซึ่งพบได้บ่อย ๆ ของบุคคลที่ประสบความรุนแรงทางเพศมีดังนี้

ความกลัวและความวิตกกังวล

อาการนี้เป็นปฏิกิริยาตอบโต้โดยธรรมชาติของมนุษย์ต่อสถานการณ์ที่เป็นอันตราย สำหรับหลายคนความรู้สึกเช่นนี้อาจคงอยู่เป็นเวลายาวนานหลังเหตุการณ์ความรุนแรง ความรู้สึกกลัวและวิตกกังวลเกิดขึ้นเมื่อวิธิตัด วิธียึดโลก และความรู้สึกปลอดภัยที่แต่ละคนเคยมีได้เปลี่ยนแปลงไป บางคนอาจเกิดความกลัวและวิตกกังวลเมื่อนึกย้อนไปถึงเหตุการณ์หรือความรุนแรงที่เคยเกิดขึ้น แต่บางครั้งก็ดูเหมือนว่าความกลัวและความวิตกกังวลจะเกิดขึ้นเองโดยไม่มีสาเหตุ สิ่งนี้อาจกระตุ้นให้เกิดความรู้สึกดังกล่าวนี้อีกหลายอย่าง เช่น สถานที่บางแห่ง ช่วงเวลาบางช่วงของวัน กลิ่นเสียงบางอย่าง สถานการณ์ที่กระตุ้น (Triggered) ทำให้พวกเขานึกย้อนถึงความรุนแรงที่ได้รับในอดีต เมื่อเราเริ่มใส่ใจที่จะสังเกตเวลาที่ผู้ประสบความรุนแรงเกิดความรู้สึกกลัวหรือมีความวิตกกังวล เราจะค้นพบสิ่งกระตุ้นที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลดังกล่าวได้ ความเข้าใจในเรื่องนี้จะทำให้เราเรียนรู้ว่าอาการวิตกกังวลของผู้ถูกกระทำรุนแรงซึ่งเกิดขึ้นเองโดยไม่มีสาเหตุ นั้นแท้จริงแล้วถูกกระตุ้นโดยบางสิ่งบางอย่างที่ทำให้ผู้ประสบความรุนแรงนี้ย้อนไปถึงเหตุการณ์ความรุนแรงในอดีต เราจะพบอาการ

เหล่านี้โดยเฉพาะในเด็กหญิงที่ถูกข่มขืนซ้ำ ๆ จากคนรู้จักที่อยู่ภายในครอบครัว เพราะไม่มีใครช่วยเหลือหรือหยุดยั้งความรุนแรงนั้น เด็กบางคนจะมีความกลัวเวลากลางคืน มีอาการหวาดผวามีอาการตัวเกร็งเวลานอนหลับหรือเวลาอยู่ในที่มืด ที่คับแคบเพราะการข่มขืนโดยคนรู้จักจะเกิดขึ้นในช่วงเวลานั้น เด็กบางคนจะกลัวเมื่อเห็นผู้ชาย โดยเฉพาะเวลากลางคืนที่เขาจะไม่สามารถอยู่ในห้องหรือบ้านเดียวกันที่มีผู้ชาย แม้เด็กจะรู้จักผู้ชายคนนี้ดีและไม่ใช่ว่าคนที่ทำร้ายเด็กก็ตาม

อาการความทุกข์ซ้ำรอย

คนที่เคยประสบความรุนแรงมักจะรู้สึกว่าการทุกข์เหล่านั้นย้อนกลับมาอีกบ่อย ๆ ตัวอย่างเช่น จู่ ๆ ความคิดเกี่ยวกับเหตุการณ์ความรุนแรงในอดีตก็ผุดขึ้นมา แม้ว่าเขาไม่อยากจะคิดแต่ก็ไม่สามารถหยุดความคิดนั้นได้ หลายคนอาจเห็นภาพเหตุการณ์ในอดีตผุดขึ้นมาอย่างชัดเจนราวกับว่าเหตุการณ์นั้นกำลังเกิดขึ้นซ้ำอีก อาการฝันร้ายก็เป็นอีกอาการหนึ่งที่พบได้ทั่วไป อาการเหล่านี้เกิดขึ้นเนื่องจากความรุนแรงที่ประสบมานั้นเป็นเหตุการณ์สร้างความกระทบกระเทือนต่อจิตใจอย่างรุนแรง จนไม่สามารถทำใจยอมรับกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ ดังนั้นเพื่อจะทำความเข้าใจกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น จิตใจของผู้ประสบความรุนแรงจึงมักย้อนคิดไปถึงความทรงจำเกี่ยวกับเหตุการณ์นั้นซ้ำ ๆ ราวกับว่าการทำเช่นนั้นจะช่วยให้สามารถซึมซับและยอมรับเหตุการณ์นั้นได้มากขึ้น ในการให้การปรึกษาผู้ใหญ่ที่ผ่านเหตุการณ์ความรุนแรงมานานแล้วเราจะเห็นอาการความทุกข์ซ้ำรอยได้ชัดเมื่อเขาเล่าเหตุการณ์ความรุนแรงให้ฟัง โดยเฉพาะหากได้เล่าเรื่องนี้ครั้งแรกในชีวิตโดยไม่มีคนดัดบทด้วยการสั่งสอนแนะนำ เช่น ผู้หญิงคนหนึ่ง (เมื่ออายุ 52 ปี) เล่าเหตุการณ์ที่เห็นพ่อทำร้ายแม่อย่างรุนแรงตอนที่เธอเป็นเด็กอายุ 8 ขวบ เราจะเห็นอาการเกร็งของร่างกาย เสียงที่ขาด ๆ หาย ๆ อาการหอบ หายใจสั้น หายใจแรง ตัวสั่นและเสียงที่เล่ากลายเป็นเสียงเด็กก้มหน้าปิดตาเล่าภาพความรุนแรงที่พ่อกระทำกับเธอแม้

จะผ่านไปกว่า 40 ปีแล้วก็ตาม แต่เมื่อเล่าเรื่องนี้รอบที่สองและรอบที่สามอาการเหล่านี้จะทุเลาลง หากพบอาการเช่นนี้ในขณะที่ฟังคนที่ผ่านเหตุการณ์ความรุนแรงสาหัส ผู้ฟังต้องตั้งใจ ทำจิตใจตนเองให้มั่นคง ไม่ซักถามไม่แนะนำหรือพูดปลอบใจ บอกให้เขาหยุดเล่าก่อนหากอาการต่าง ๆ ที่แสดงออกมารุนแรงขึ้น บอกให้เขาคลายอาการเกร็งของร่างกายและชวนให้หายใจลึกขึ้นเป็นช่วง ๆ หากคิดว่าสามารถแตะตัวผู้เล่าได้ ให้แตะตัวเพื่อให้รู้ว่าตอนนี้ผู้เล่ามีคนอยู่ด้วย (เธอหรือเขาไม่ได้เผชิญความรุนแรงนั้นโดยลำพังดังเช่นตอนที่เกิดความรุนแรงนั้นในอดีต) เทคนิควิธีการทั้งหมดที่ใช้คือการบอกให้ผู้เล่าอยู่กับปัจจุบันขณะ (เพื่อให้จิตใจปล่อยจากภาพความรุนแรงในอดีตที่ผู้เล่ายังไม่ลืม) เช่น สัมผัสขึ้นหากเขาหลับตากรีดร้อง มองดูสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่ในห้องนั้นหากเขาก้มหน้าลงกับพื้น หายใจลึก ๆ ผ่อนคลายร่างกาย มองหน้าผู้ฟัง จากนั้นให้เขาเล่าต่อหากเห็นว่าเขาสามารถเล่าต่อได้ แต่หากเห็นว่าการเล่าเรื่องต่อจะทำให้เขารู้สึกท่วมท้นเกินไปให้หยุดเล่าและให้เล่าต่อในภายหลัง

อาการตระหนกตกใจง่าย

อาการนี้เป็นปฏิกิริยาที่เห็นได้ทั่วไปของผู้ที่ประสบความรุนแรง ซึ่งรวมถึงอาการสะดุ้ง ผวา ตกใจง่าย สมาธิสั้น นอนไม่หลับ หากอาการเหล่านี้เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องอาจทำให้เกิดอาการใจร้อน มีความอดทนน้อย และหงุดหงิดง่าย โดยเฉพาะเมื่อนอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอจากอาการนอนไม่หลับ อาการนี้เป็นอาการที่สืบเนื่องจากปฏิกิริยาตอบสนองซึ่งเกิดกับร่างกายของคนในขณะที่เผชิญกับสถานการณ์อันตรายและมักเป็นปฏิกิริยาตอบสนองของร่างกายในรูปแบบใดรูปแบบหนึ่งใน 3 แบบนี้ ได้แก่ การสู้ (Fight) การวิ่งหนี (Flight) หรืออาการตกตะลึงตัวแข็งอยู่กับที่ (Freeze)

ปฏิกิริยาตอบโต้ทั้ง 3 แบบนี้ เป็นวิธีการที่ทั้งมนุษย์และสัตว์ใช้ในการปกป้องตัวเองจากอันตราย เป็นการตอบโต้กับเหตุการณ์โดยการสู้หรือวิ่งหนี หรือตกตะลึง

จึงจึงซึ่งต้องอาศัยพลังมากกว่าปกติ ร่างกายจึงผลิตฮอร์โมนอะดรีนาลีน (ฮอร์โมนความเครียด) ที่ช่วยให้คนมีพลังงานมากกว่าปกติเพื่อจะสามารถเผชิญกับเหตุการณ์ที่ไม่ปกตินั้นได้ และเป็นพลังที่เรานำมาใช้ในการเอาตัวรอด คนที่เคยประสบความรุนแรงมักจะมองเห็นว่าโลกเต็มไปด้วยอันตราย (ความเข้าใจนี้เป็นจริงในบริบทที่คน ๆ นั้นยังต้องใช้ชีวิตอยู่กับความรุนแรงอย่างต่อเนื่อง) ร่างกายของคนกลุ่มนี้จะอยู่ในอาการตื่นกลัวตลอดเวลา พวกเขามักจะอยู่ในอาการเตรียมพร้อมที่จะตอบโต้ทันทีต่อการโจมตีใด ๆ ก็ตาม ปัญหาที่เกิดขึ้นตามมาของอาการตื่นตระหนกดังกล่าวจะกลายเป็นประสบการณ์ที่อึดอัดมากเมื่อมันเกิดขึ้นเป็นเวลานาน แม้บุคคลนั้นจะอยู่ในสถานการณ์ที่ปกติและปลอดภัยแล้วก็ตาม เวลาทำงานกับเด็กที่ถูกใช้ความรุนแรงต่อเนื่องเราจะเห็นอาการเหล่านี้ยังปรากฏอยู่นานแม้ตอนนี้เด็กจะมาอยู่ในสถานที่แห่งใหม่และไม่มีใครทำร้ายแล้วก็ตาม เมื่อพบอาการเหล่านี้ในเด็กหรือผู้ใหญ่ให้เจ้าหน้าที่เข้าใจว่าพวกเขาไม่ได้ป่วยโรคจิตเวชที่เกิดจากสมองหรือระบบประสาทผิดปกติแต่อาการเหล่านี้เป็นมาจากความรุนแรงในอดีต (ที่ทุกคนที่เจอจะต้องมีอาการเหล่านี้) ยังมีผลต่อผู้ได้รับความรุนแรงอยู่

ปฏิกิริยาตอบโต้ดังกล่าวมาข้างต้นมีความเชื่อมโยงต่อกันและกัน เช่น ภาพในอดีตที่เกิดขึ้นอาจทำให้ไม่สามารถควบคุมตัวเองได้ และทำให้เกิดความกลัวและตื่นตระหนก หลายคนคิดไปว่าปฏิกิริยาตอบโต้ปกติของตนเองต่อความรุนแรงนั้นทำให้เขากลายเป็นคนบ้า เป็นโรคประสาทหรือเสียสติไปแล้ว ความคิดเช่นนี้อาจทำให้ยิ่งเกิดความกลัวเมื่ออาการนั้นเกิดขึ้นกับตนเอง จึงเป็นเรื่องสำคัญยิ่งที่ผู้ให้การช่วยเหลือต้องเข้าใจ และบอกกับผู้ประสบความรุนแรงว่าอาการตอบโต้ต่าง ๆ ที่กล่าวมาทั้งหมดข้างต้น คือปฏิกิริยาตอบโต้ปกติของทุกคนที่ประสบความรุนแรง และเป็นวิธีการรับมือกับสถานการณ์ที่รุนแรง ท่วมท้นหรือหนักหนาสาหัสเกินไปต่อสภาพทางจิตใจ ร่างกาย อารมณ์ และจิตวิญญาณของมนุษย์ และบอกเขาว่าเขาไม่ใช่คนบ้าหรือเป็นคนไข้จิตเวชและจะหายจากอาการเหล่านี้แล้วสามารถใช้ชีวิตตามปกติได้ หากเขาร่วมมือในกระบวนการเยียวยาแนวนี้กับเรา

การหลีกเลี่ยง

เป็นวิธีการทั่วไปของการจัดการความเจ็บปวดที่เกิดขึ้นจากความรุนแรง อารมณ์ที่เกิดขึ้นบ่อยที่สุดคือการหลีกเลี่ยงสถานการณ์ หรือการพบปะบุคคลซึ่งทำให้นึกถึงเหตุการณ์ความสูญเสียในอดีต เช่น สถานที่ที่เหตุการณ์นั้นเคยเกิดขึ้น บางครั้งเราอาจหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่มีส่วนใกล้เคียงกับประสบการณ์ความรุนแรง เช่น การไม่ออกจากบ้านตอนมืดค่ำ เพราะความรุนแรงนั้นเกิดขึ้นตอนกลางคืน การหลีกเลี่ยงความคิด หรือความรู้สึกเจ็บปวดก็เป็นอีกวิธีหนึ่งที่ช่วยลดความทุกข์ได้ แต่วิธีนี้อาจนำไปสู่ความรู้สึกเย็นชา ซึ่งหมายถึงบุคคลที่ไม่สามารถรับรู้ความรู้สึกกลัว ความรู้สึกพึงพอใจ หรือแม้แต่ความรู้สึกรักได้ บางครั้งความคิดหรือความรู้สึกเจ็บปวดนี้อาจเข้มข้นมากจนทำให้จิตใจปิดกั้นความรู้สึกเหล่านี้ออกไปหมด ทำให้พวกเขาไม่สามารถจดจำเหตุการณ์บางช่วงในอดีตได้ และบางคนอาจเลือกใช้สารเสพติดเพื่อรับมือกับความเจ็บปวดที่เกิดขึ้นในจิตใจ

ความโกรธและอาการหงุดหงิดง่าย

หลายคนที่เคยประสบความรุนแรงจะมีอาการโกรธและหงุดหงิดง่าย หากไม่คุ้นเคยกับความรู้สึกโกรธอาการนี้อาจจะทำให้พวกเขารู้สึกตกใจกลัวหรือกังวลว่าเกิดอะไรขึ้นกับตนเอง บางครั้งเขาอาจจะสับสนหรือรู้สึกผิดที่ตัวเองมีความรู้สึกโกรธง่ายกับคนที่ใกล้ชิดตนเอง (ที่เราระบายความโกรธได้กับคนใกล้ชิดเพราะเราไว้วางใจเขาและรู้ว่ามีความสัมพันธ์ที่ดีรองรับอยู่) บางครั้งหลายคนรู้สึกโกรธที่ตัวเองเป็นคนหงุดหงิดบ่อย ๆ บางครั้งความโกรธอาจเกิดขึ้นจากความรู้สึกที่เห็นว่าโลกนี้ไม่ยุติธรรมกับตนเอง

ความรู้สึกผิดและละอาย

ผู้ประสบความรุนแรงหลายคนตำหนิตนเองในสิ่งที่เกิดขึ้นว่าไม่ได้ลงมือทำอะไรบางอย่างในขณะที่ความรุนแรงเกิดขึ้น หลายคนรู้สึกท้อแท้ไม่ได้ต่อสู้เขาจะไม่ถูกทำร้าย บางคนอาจรู้สึกละอาย เพราะในช่วงที่ความรุนแรงเกิดขึ้นนั้นตัวเองได้กระทำการบางอย่างลงไปโดยปกติแล้วจะไม่ทำ บางครั้งคนอื่น ๆ อาจจะตำหนิเขาต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ความรู้สึกผิดต่อความรุนแรงที่เกิดขึ้นบ่งบอกว่าพวกเขากำลังเอาตัวเองไปรับผิดชอบในสิ่งที่เกิดขึ้นทั้งหมด (ทั้ง ๆ ที่สิ่งที่เกิดขึ้นนั้นอยู่นอกเหนือการควบคุมของเขา) ความรู้สึกผิดและความละอายอาจทำให้พวกเขารู้สึกว่าตนเองไม่มีความสามารถที่จะควบคุมหรือหาเหตุผลมาทำความเข้าใจเรื่องนี้ได้ และสิ่งนี้อาจนำไปสู่ความรู้สึกสิ้นหวังและซึมเศร้า เรามักเจออาการเหล่านี้ในผู้หญิงและเยาวชนหญิงที่ถูกข่มขืนเพราะสังคมได้สอนมาผิด ๆ ว่าเป็นเพราะทำตัวเองจึงถูกข่มขืน เช่น ไม่ระมัดระวัง เอาตัวเข้าไปสู่พื้นที่ที่ไม่ปลอดภัย เป็นต้น

อาการเศร้าโศกและซึมเศร้า

อาการนี้เป็นอาการที่เห็นได้ทั่วไปในคนที่ประสบความรุนแรง อาการเหล่านี้ประกอบด้วย ความรู้สึกแค้น ความเสียใจ ความสิ้นหวัง หรือภาวะสิ้นหวัง อาจมีอาการร้องไห้บ่อย ๆ ปิดตัวเอง เจ็บไม่พูดจากับใคร หดความสนใจในผู้คน และกิจกรรมที่เคยทำให้ตนเองเบิกบานและมีความสุข แสดงอาการของคนหมดอาลัยตายอยาก อาจจะรู้สึกว่าแผนหรือโครงการชีวิตที่เคยวาดหวังไว้ในอนาคตไม่มีความหมายอีกต่อไป และอาจทำให้รู้สึกว่าชีวิตนี้ไม่ควรมีค่าที่จะอยู่อีกต่อไป ความรู้สึกเหล่านี้นำไปสู่ความคิดอยากให้ตัวเองตายไป หรือจะทำอะไรเพื่อทำร้ายตัวเอง เพราะความรุนแรงที่เกิดขึ้นได้เปลี่ยนวิถีคิด การมองโลก ความหวัง ความฝัน และการมองตนเองไปอย่างมากมาย จึงทำให้เราเข้าใจได้ถึงความเสียใจและความโศกเศร้าต่อสิ่งที่เขาสูญเสียไปอันเนื่องมาจากเหตุการณ์ความรุนแรงดังกล่าว

ความรู้สึกกลับต่อตนเองและโลก

นี่เป็นอีกอาการหนึ่งที่เกิดขึ้นหลังจากบุคคลประสบกับความรุนแรง พวกเขาอาจจะบอกกับตนเองว่าหากฉันไม่อ่อนแอ มีสติ หรือไม่เง่เงาเหตุการณ์นี้จะไม่เกิดขึ้นกับฉัน หลังจากประสบกับความรุนแรงหลายคนจะมองเห็นตนเองแต่ในแง่ลบ นี่เป็นเรื่องปกติอีกเช่นกันที่ผู้บุคคลประสบความรุนแรงจะมองเห็นคนอื่นในทางลบมากขึ้น และพวกเขาจะบอกกับตนเองว่าไม่สามารถจะไว้วางใจใครได้เลย เมื่อก่อนเคยเชื่อว่าโลกนี้เป็นสถานที่ ๆ ปลอดภัย แต่เมื่อประสบกับความรุนแรงโดยเฉพาะถูกระทำรุนแรงโดยคนใกล้ชิดเช่น พ่อ พี่ชาย ญาติผู้ใหญ่ผู้ชาย ครู ก็อาจทำให้คิดไปว่าโลกนี้เป็นอันตรายมาก และในกรณีสำหรับผู้ที่ประสบความรุนแรงซ้ำ ๆ ในหลายช่วงอายุ เช่น จากคนในครอบครัว จะยิ่งตอกย้ำให้เชื่อว่าโลกนี้อันตรายและไม่สามารถไว้วางใจใครได้เลย ความรู้สึกในทางลบเหล่านี้มักส่งผลให้ผู้ถูกระทำความรุนแรงรู้สึกว่าการใช้ชีวิตตัวเองเปลี่ยนไปอย่างสิ้นเชิงหลังจากที่ประสบความรุนแรง คุณค่าในตัวเองลดลง และนี่เป็นสาเหตุที่ทำให้เลิกล้มตัวเอง มีชีวิตเหมือนคนหมดอาลัยตายอยาก ไม่มีความหวังหรือความฝันที่จะทำอะไรต่อไป ความสัมพันธ์ที่มีกับคนอื่นอาจจะแย่งไปและทำให้ไม่สามารถมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับคนอื่น ๆ ได้อีก

การใช้สารเสพติด

หลายคนจะใช้แอลกอฮอล์หรือสารเสพติดเพิ่มมากขึ้นหลังจากเกิดเหตุการณ์ความรุนแรง การดื่มเหล้าแบบบรรทัดชอบนั้นเป็นเรื่องปกติของคนทั่วไป แต่หากพฤติกรรมการดื่มเหล้าและใช้สารเสพติดของพวกเขาเปลี่ยนไปคือใช้มากขึ้น ใช้บ่อยขึ้นหลังจากเกิดจากประสบการณ์การถูกระทำความรุนแรง สภาพเช่นนี้จะทำให้การเยียวยาความทุกข์ได้ผลช้าลงและนำไปสู่ปัญหาอื่น ๆ ตามมา

วิกฤตทางจิตวิญญาณ

คืออาการที่บุคคลตั้งคำถามกับคุณค่า ความหมายของชีวิตหรือความเชื่อทางจิตวิญญาณของตนเอง เช่น เกิดวิกฤตทางศรัทธาต่อศาสนาที่ตัวเองนับถือ หรือกลับไปยึดความเชื่อทางศาสนา หรือระบบที่ตัวเองยึดถือมากยิ่งขึ้น หรือหันไปหาความเชื่อในสิ่งอื่น ๆ เช่น หมอผี เจ้าทรง เพื่อหวังให้ตนเองผ่านความทุกข์นี้ไปได้

7

การช่วยเด็กและเยาวชนให้รู้จัก
และสร้างสรรค์ประโยชน์จากโลกดิจิทัล



ผลการสำรวจในปีที่ผ่านมา (Data Reportal, 2020) พบว่ามีคนใช้อินเทอร์เน็ตทั่วโลกประมาณ 4,500 กว่าล้านคนซึ่งเป็นจำนวนเกินครึ่งของประชากรทั้งโลก ส่วนโซเชียลมีเดียมีจำนวนผู้ใช้งานกว่า 3,800 ล้านคน มีการคาดการณ์ไว้ว่าในปี 2020 จำนวนผู้ใช้โซเชียลมีเดียจะเพิ่มขึ้นมากกว่าร้อยละ 50 ของประชากรโลก ส่วนจำนวนคนไทยที่ใช้อินเทอร์เน็ตและโซเชียลมีเดียสูงถึง 52 ล้านคนหรือเกือบร้อยละ 80 ของประชากรทั้งประเทศ โดยเฉลี่ยคนไทยใช้อินเทอร์เน็ตกันมากถึงประมาณ 9 ชั่วโมงต่อวัน จัดอยู่ในอันดับ 5 ของโลก

ในทศวรรษนี้สื่อและเทคโนโลยีได้เปลี่ยนมนุษย์และโลกอย่างไม่เคยปรากฏมาก่อนในประวัติศาสตร์ของมนุษยชาติ เป็นการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วซึ่งมีผู้คนจำนวนไม่น้อยตกหล่นโดยเฉพาะคนรุ่นเก่าและกลุ่มคนที่ไม่สามารถเข้าถึงได้เพราะตามไม่ทันเทคโนโลยี เทคนิค วิธีการใช้ ข้อมูลที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา และเหตุปัจจัยจากสภาพทางเศรษฐกิจ ระบบการเมืองการปกครอง และความเชื่อทางศาสนา และวัฒนธรรมประเพณีที่กั้นขวาง

สื่อและเทคโนโลยีมีอิทธิพลต่อมนุษย์และโลกทั้งด้านบวกและด้านลบ ด้านกว้างและด้านลึก ผลกระทบในด้านกว้างคือการที่สื่อและเทคโนโลยีทำให้พรมแดน

ทางอาณาเขต ภาษา และวัฒนธรรมถูกทำลายลง เราสามารถรับรู้เรื่องราวของกลุ่มคนทั่วโลกเพียงแค่พิมพ์ชื่อหรือหัวข้อของชีวิตพวกเขาและกดปุ่มค้นหา เราก็ได้อ่านเรื่องราวข้อมูล เห็นรูปภาพเคลื่อนไหว และแม้กระทั่งเสียงและภาษาของพวกเขาที่เราฟังไม่รู้เรื่องแต่มีคำบรรยายในภาษาของเราให้อ่านได้อย่างเข้าใจ

สื่อและเทคโนโลยีทำให้ผู้คนสามารถติดต่อสื่อสารกันได้ง่ายขึ้นและสามารถทำได้ตลอดเวลาผ่านหลายวิธีที่บางช่องทางเราไม่ต้องเสียเงิน การค้นหาหรือติดตามข้อมูลข่าวสาร ความรู้ไม่ว่าเรื่องใดสามารถทำได้ตลอดเวลาอย่างรวดเร็ว การประกอบธุรกิจการงาน ซื้อขายของและงานโฆษณา การเงินและธนาคาร การผลิตและผลงานศิลปะบันเทิงทุกรูปแบบ ทั้งหมดนี้สามารถทำได้บนโทรศัพท์มือถือในราคาที่ทุกคนเลือกได้ตามฐานะทางเศรษฐกิจของตน

ผลกระทบในด้านลบที่ลึกคือสื่อและเทคโนโลยีกลืนกินเวลา ความสัมพันธ์และสุขภาพของผู้คนยุคนี้ยิ่งลึกลง ในเมืองไทยเรามีเพื่อนจำนวนมากที่บอกว่าสมาชิกครอบครัวในของพวกเขาอยู่ได้ขายคาเดียวกันแต่สื่อสารผ่านไลน์และข้อความ การพูดจารับฟังที่ทำให้เห็นหน้าตาและรับรู้ความรู้สึกซึ่งกันและกันมีน้อยลง เราเห็นภาพของครอบครัวหรือเพื่อนฝูงนั่งบนโต๊ะอาหารเดียวกันแต่ทุกคนจ้องอยู่ที่จอของตนเอง มีผู้คนจำนวนมากป่วยเป็นโรคใหม่ที่เรียกกันว่า ออฟฟิศซินโดรม ซึ่งเกิดจากการนั่งหน้าจอคอมพิวเตอร์ โทรศัพท์มือถือ หรือจอภาพอื่น ๆ นานเกินไป เราเห็นผู้ปกครองให้เด็กเล็กดูภาพในมือถือเป็นเวลานานเพราะทำให้เด็กอยู่ในสายตาผู้ใหญ่ที่ไม่มีเวลาเล่นหรือทำกิจกรรมอื่นใดกับพวกเขา ทั้งที่การที่เด็กเล็กอยู่กับจอภาพนานเกินไปส่งผลกระทบต่อพัฒนาการของเด็กทั้งด้านสมอง จิตใจ และร่างกาย ในระดับชุมชน สังคม และโลก เราอาจจะพบว่าห้องนาฬิกาขีวขุ่นข้างบ้านที่เราเติบโตและเห็นมันทุกวันมากกว่า 50 ปี ตอนนี้กลายเป็นทรัพย์สินของคนหรือบริษัทต่างชาติซึ่งสามารถสั่งซื้อและเป็นเจ้าของผ่านการใช้เทคโนโลยีโดยที่ผู้ซื้อไม่ต้องมาดูด้วยตาตนเอง บริษัทข้ามชาติ นักลงทุนที่ดิน และกลุ่มคนรวยได้

ประโยชน์จากเทคโนโลยีและสื่อจนเรียกได้ว่าพวกเขาสามารถนั่งอยู่หน้าจอที่บ้าน และกดปุ่มเพื่อซื้อขายที่ดิน ผืนป่า ทรัพยากรธรรมชาติอื่น สารเสพติด อาวุธ รวมถึงการค้าขายมนุษย์ โดยที่ผู้คนในท้องถิ่นและประเทศนั้นไม่รับรู้อะไรเลย

เด็กและเยาวชนในโลกดิจิทัล

ข้อมูลขององค์การยูนิเซฟพบว่าในจำนวนผู้ใช้อินเทอร์เน็ตทั่วโลกราว 1 ใน 3 คือ เด็กและเยาวชน ซึ่งส่วนใหญ่เป็นเด็กในประเทศกำลังพัฒนา แม้ไม่มีข้อมูลเหล่านี้ อ้างอิงแต่เราคงเห็นได้ในชีวิตประจำวันว่าอินเทอร์เน็ตและโซเชียลมีเดียอยู่ในชีวิตของเด็กทุก ๆ ด้าน พวกเขาเกิดมาในยุคนี้ซึ่งอุปกรณ์ดิจิทัลอยู่รอบตัวทั้งที่บ้านและโรงเรียน หาข้อมูลความรู้จากอินเทอร์เน็ต เล่นเกมออนไลน์ รื่นรมย์กับภาพยนตร์ ดนตรี ละคร และศิลปะ ฝึกฝนทักษะต่าง ๆ พูดคุยสื่อสาร อ่านและโพสต์เรื่องราวของตนเองและผู้อื่น ตามติดเรื่องราวทั้งที่เป็นความจริงและความเท็จ ฯลฯ จึงมีคำเรียกกลุ่มพวกเขาว่า “เผ่าพันธุ์ดิจิทัล” (Digital Natives) โลกดิจิทัลจึงมีผลอย่างยิ่งทั้งด้านบวกและลบต่อความคิดเห็น ความรู้สึก ทักษะคิด พฤติกรรม และการตัดสินใจของเด็กและเยาวชน

แม้ว่าเด็กและเยาวชนจะเชี่ยวชาญการใช้เทคโนโลยีในเชิงเทคนิค แต่ในเด็กส่วนใหญ่โดยเฉพาะในกลุ่มอายุน้อยยังไม่มีวุฒิภาวะ คือไม่มีความรู้และความเข้าใจที่จะช่วยถ่วงดุลความเสี่ยงหรืออันตรายที่แอบแฝงมากับการใช้เทคโนโลยี ศูนย์ประสานงานส่งเสริมการปกป้องคุ้มครองเด็กและเยาวชนในการใช้สื่อออนไลน์และมูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย ทำการสำรวจเด็กและวัยรุ่นอายุระหว่าง 6-18 ปี จำนวน 15,318 คน เมื่อเดือน ก.พ.-เม.ย. พ.ศ. 2562 พบว่าเด็ก 31% เคยถูกกลั่นแกล้งรังแกออนไลน์ โดยเด็กกลุ่ม LGBTQ+ ถูกกระทำมากที่สุดถึง 49% และมีเด็ก

ถึง 40% ที่ถูกกลั่นแกล้งแล้วไม่ได้บอกใคร นั่นหมายความว่าพ่อแม่หรือผู้ปกครอง อาจไม่รู้เลยว่าเด็กต้องเผชิญกับอะไรในโลกออนไลน์ ขณะเดียวกันมีเด็กถึง 34% ที่เกี่ยวข้องกับกรกลั่นแกล้งรังแกผู้อื่น (ศูนย์ประสานงานส่งเสริมการปกป้องคุ้มครอง เด็กและเยาวชนในการใช้สื่อออนไลน์, 2562) การกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ มีหลายรูปแบบนับตั้งแต่การคอมเมนต์สั้น ๆ แคร์ริงเดียวหรือการกลั่นแกล้งซ้ำ ๆ ประเด็นน่าสนใจคือโรงเรียนจะเข้าไปแทรกแซงการใช้ความรุนแรงของนักเรียนได้อย่างไร โดยเฉพาะเหตุการณ์ที่เกิดบนโลกออนไลน์ที่ไม่อาจบอกได้ชัดเจนว่าเกิดที่โรงเรียนหรือที่บ้าน

ในโลกดิจิทัลมีการขโมยข้อมูลส่วนตัว การหลอกเอาเงิน หรือแสวงหาประโยชน์รูปแบบอื่น การเสนอเนื้อหาและภาพความรุนแรงที่เด็กซึมซับ เลียนแบบ หรือเข้าใจว่าเป็นเรื่องปกติ มีเด็กจำนวนไม่น้อยที่ติดเกม มีชาวของเด็กเล่นเกมแบบไม่หยุดทั้งวันทั้งคืนจนนำไปสู่การเสียชีวิต มีจำนวนเด็กเล็กมากมายที่ผู้ปกครอง ให้อุปกรณ์หรือภาพต่าง ๆ จากจอมือถือจนทำให้พวกเขาติดสื่อดังกล่าว มีผู้ขาย ผู้ใหญ่ที่ใช้สื่อสร้างภาพและเรื่องราวเพื่อหลอกลวงและแสวงหาประโยชน์ทางเพศ จากเด็กผู้หญิง เป็นต้น

แม้จะมีเรื่องเลวร้ายและอันตรายที่แฝงอยู่มากมายในโลกดิจิทัลแต่เรา ไม่อาจปิดกั้นสิ่งเหล่านี้จากเด็กได้เพราะมันเป็นโลกของพวกเขา การเอาแต่พูดถึง ความเลวร้ายของอินเทอร์เน็ตให้เด็กฟังก็ไม่ทำให้เด็กเลิกใช้โซเชียล ในทางกลับกัน การห้ามไม่ให้ใช้ไม่ว่าด้วยวิธีไหนก็ตามจะทำให้เด็กต่อต้านหรือแอบใช้โดยไม่ให้ ผู้ใหญ่รับรู้ และยุคสมัยนี้เป็นยุคที่แม้แต่ตัวผู้ใหญ่เองก็ใช้เวลาไปกับอุปกรณ์ดิจิทัล ไม่น้อย ในเมืองไทยเราจะเห็นผู้ใหญ่จ้องมองมือถือตลอดเวลาไม่แพ้เด็กไม่ว่า จะเป็นบนโต๊ะที่พวกเขากำลังรับประทานอาหารกัน ช่วงการทำงานหรือในช่วงการ ขับขี่ยานยนต์ ผู้ใหญ่ที่ดูว่าลูกหลานติดเกม ติดจอ แต่ตัวเองก็ไม่เคยห่างจากจอ ทางออกที่ดีที่สุดคือการทำงานร่วมกันเพื่อให้พวกเขามีความพร้อมทั้งทางด้านทักษะ

ความรู้และความเข้าใจในการใช้สื่อดิจิทัลอย่างมีสติและชาญฉลาด มีความรับผิดชอบ และมีจริยธรรม นี่คือการพัฒนาและเกื้อกูลให้เด็กเป็นพลเมืองที่ฉลาดรอบรู้ในการใช้เทคโนโลยีและนำเอาข้อมูลความรู้ในโลกดิจิทัลมาใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัว และสังคม

ผู้ใหญ่ที่ใกล้ชิดเด็กต้องให้คำแนะนำและกำกับดูแลการใช้และเสพสื่อของพวกเขา เด็กและเยาวชนยุคนี้มีพื้นที่ในการรับและสื่อความคิดเห็น ตัวตน และสามารถพิเศษของพวกเขาไปถึงคนจำนวนมากศาลข้ามพรมแดนทางอาณาเขต ชาติ ภาษา และวัฒนธรรม เมื่อพวกเขาใช้เทคโนโลยีอย่างชาญฉลาดและรับผิดชอบ พวกเขาจะสร้างประโยชน์มากมายทั้งแก่ตนเอง ครอบครัว ชุมชน และสังคม และโดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อการใช้โซเชียลมีเดียนี้ทำไปเพื่อแปลงเสียงให้ปัญหาของกลุ่มคนชายขอบหรือประเด็นปัญหาสังคมเรื่องอื่น ๆ ได้แพร่กระจายให้การศึกษาแก่ผู้คนไปทั่วประเทศหรือทั่วโลก จนเกิดการตื่นตัวและตระหนักรู้ต่อปัญหาและทำให้เกิดการรวมพลังของผู้คนมากมายเพื่อมาร่วมกันแก้ไขปัญหาดังกล่าวและช่วยเหลือเกื้อกูลกัน มีตัวอย่างมากมายที่โลกโซเชียลช่วยสร้างให้เรื่องราวของเยาวชนผู้ทำงานสังคมเป็นที่รับรู้อย่างรวดเร็วและกว้างขวาง และทำให้ผู้คนในสังคมเกิดการตระหนักรู้ในประเด็นปัญหาดังกล่าวนั้นจนกลายเป็นขบวนการเคลื่อนไหวทางสังคมซึ่งส่งผลสร้างความเปลี่ยนแปลงทั้งในระดับประเทศและระดับโลก เช่น

- มาลาลา ยูซาฟไซ (Malala Yousafzai) จากปากีสถานเขียนบล็อกเล่าชีวิตของเด็กหญิงภายใต้ระบอบการปกครองของตาลิบันที่ห้ามไม่ให้เด็กหญิงเรียนหนังสือ แม้ต้องเสี่ยงอันตรายมหันตแต่เธอไม่สยบยอมต่อการกดขี่ทางเพศ เธอถูกทำร้ายจนเกือบเสียชีวิต เรื่องราวการต่อสู้เพื่อสิทธิทางการศึกษาของเด็กผู้หญิงของมาลาลากระจายผ่านสื่อออนไลน์ไปทั่วโลก เธอได้รับรางวัลโนเบลสาขาสันติภาพในปี ค.ศ. 2014 ขณะที่มียายุได้เพียง 17 ปี หนังสือชื่อ *I Am Malala* มีแปลเป็นภาษาไทยแล้ว

- โจชัว หว่อง (Joshua Wong) และแอกเนส โจว (Agnes Chow) ผู้นำเยาวชนชาวฮ่องกงที่ลุกขึ้นนำการเรียกร้องสิทธิและเสรีภาพของพลเมืองอย่างกล้าหาญแม้จะถูกขู่ฆ่าและจับกุม
- เกรตา ธันเบิร์ก (Greta Thunberg) เด็กหญิงชาวสวีเดนที่เริ่มปฏิบัติการทางสังคมเมื่ออายุเพียง 16 ปีด้วยการโดดเรียนทุกวันศุกร์เพื่อประท้วงผู้นำการเมืองที่เธอเห็นว่าไม่เคยจริงจังในการแก้ปัญหาวิกฤตสิ่งแวดล้อม เธอวิจารณ์ผู้นำโลกอย่างแหลมคมว่า *“พวกคุณกลัวดียังไงถึงขโมยอนาคตของพวกเราไป”* พลังแห่งการยืนหยัด ความฉลาด และความเข้มแข็งกล้าหาญของเกรตาผ่านปฏิบัติการหลากหลายเทคนิควิธีได้รับการแพร่หลายในสื่อออนไลน์เป็นประจำวันอยู่นานหลายเดือน และส่งผลให้เกิดการลุกขึ้นมาประท้วงของทั้งผู้ใหญ่และเด็กจนกลายเป็นขบวนการเคลื่อนไหวปกป้องสิ่งแวดล้อมที่มีพลังมากที่สุดในประวัติศาสตร์ที่สร้างความสั่นสะเทือนไปทั่วโลก ในเดือนกันยายนปี พ.ศ. 2562 มีจำนวนผู้ร่วมประท้วงทั่วโลกในวันเดียวกันถึง 4 ล้านคน ในช่วงเดียวกันนั้นสื่อโซเชียลช่วยให้เราทราบว่ามีนอกเหนือจากเกรตาแล้วยังมีเยาวชนจำนวนมากทั่วโลกโดยเฉพาะเด็กผู้หญิงชาติพันธุ์พื้นเมืองหรือชาติพันธุ์ชนกลุ่มน้อย (ที่มักถูกมองข้ามจากสื่อกระแสหลัก) ออกมานำต่อสู้เรียกร้องสิทธิด้านต่าง ๆ เช่น ออทัมน์ เพลเทียร์ (Autumn Peltier) เด็กสาวชาวอินเดียนชนพื้นเมืองที่ลุกขึ้นมานำขบวนการเคลื่อนไหวเรื่องสิ่งแวดล้อมในแคนาดา เอมมา กอนซาเลซ (Emma Gonzalez) เด็กสาวเรียนชั้นมัธยมปลายจากรัฐฟลอริดา สหรัฐอเมริกา ที่ออกมานำการเรียกร้องให้รัฐออกกฎหมายควบคุมปืนในสหรัฐอเมริกาและส่งผลให้เด็กนักเรียนออกมาประท้วงเรื่องนี้ไปทั่วประเทศ
- และล่าสุดคือการเคลื่อนไหวของกลุ่มคนผิวดำในสหรัฐอเมริกาชื่อ Black Lives Matter ที่ริเริ่มโดยนักกิจกรรมผิวดำคนรุ่นใหม่ที่เป็นผู้หญิงรักเพศ

เดียวกันและคนข้ามเพศ การเคลื่อนไหวของพวกเขาผ่านสื่อโซเชียลเพื่อ
สื่อสารความไม่เป็นธรรมที่กลุ่มคนผิวดำได้รับโดยเฉพาะจากระบบการ
ทำงานของตำรวจในสหรัฐอเมริกา ทำให้เกิดพลังสนับสนุนการเรียกร้อง
ของพวกเขาไปทั่วโลก

พลเมืองดิจิทัล (Digital Citizenship)

โลกดิจิทัลได้เปลี่ยนนิยามของความเป็นพลเมืองไปอย่างมากเพราะมันทำให้ผู้คนซึ่ง
แต่ก่อนเคยใช้ชีวิตและทำงานบนโลกทางกายภาพหันมาใช้ชีวิตและทำงานบนโลก
ดิจิทัลกันเป็นจำนวนมาก นักการศึกษา ครู และพ่อแม่จึงต้องช่วยเตรียมเด็กและ
เยาวชนให้สามารถมีชีวิตอยู่บนโลกนี้ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างชาญฉลาดและมีจริยธรรม
จากเดิมที่คำว่า “พลเมือง” จำกัดอยู่ที่การทำหน้าที่ต่อชาติ รัฐ หรือชุมชนที่จัดแบ่ง
บนฐานสัญชาติ วัฒนธรรมประเพณี และขอบเขตทางภูมิศาสตร์ของสังคม ความ
เป็นพลเมืองดิจิทัลคือการเป็นพลเมืองของโลกที่ไร้พรมแดนใด ๆ ที่กล่าวมา เด็ก
และเยาวชนไทยที่ใช้อินเทอร์เน็ตถือเป็นพลเมืองโลกดิจิทัล ดังนั้นพวกเขาต้องได้
รับการสนับสนุนให้มีความรู้และวิธีการที่จะอยู่ร่วมกับเด็กและเยาวชนในประเทศ
อื่น ๆ ทั่วทุกมุมโลกที่ใช้สื่อและเทคโนโลยีตั้งแต่พม่า จีน ฟินแลนด์ สหรัฐอเมริกา
แอฟริกาใต้ นิวซีแลนด์ ฯลฯ

ครูและนักการศึกษาจะต้องเปลี่ยนมุมมองที่มีต่อเทคโนโลยีการสื่อสารใหม่
โดยไม่เห็นว่ามันเป็นแค่ของเล่นหรือเครื่องมือช่วยให้เขาทำงานที่ครูมอบหมายให้
เสร็จเท่านั้น แต่ต้องมองให้เห็นว่านอกจากเครื่องมือช่วยในการหาข้อมูลเกี่ยวกับ
บทเรียนแล้ว เทคโนโลยีการสื่อสารใหม่ยังเป็นเครื่องมือรองรับความกระหายใคร่รู้
ของเด็ก และใช้ความคิดสร้างสรรค์ให้กลายเป็นนวัตกรรม องค์ความรู้ และเครื่องมือ

ที่พัฒนาเด็ก ครู ชุมชนและสังคมได้ แต่ก่อนจะออกแบบหลักสูตรพลเมืองดิจิทัล ที่สร้างการเปลี่ยนแปลงที่ทำได้จริง ครูและนักการศึกษาจะต้องเข้าใจมุมมองของเด็กและวัยรุ่นที่มีต่อเทคโนโลยี และเปลี่ยนแปลงตนเองมองเห็นในมุมเดียวกับพวกเขาด้วย เพราะแค่การให้คัดลอกข้อมูลมาส่งครูและการบังคับเด็กผ่านระเบียบนโยบายออนไลน์ หรือการลงโทษ นอกจากจะไม่สามารถสร้างจิตสำนึกแห่งความรับผิดชอบหรือจริยธรรมของผู้เรียนแล้ว เราก็จะพลาดโอกาสที่จะใช้มันเป็นเครื่องมือสร้างการเปลี่ยนแปลงได้จริง นั่นหมายความว่าเราจะไม่เอารอบวัฒนธรรมควบคุมครอบงำมาเป็นแนวทางในการช่วยเด็กให้เรียนรู้ในโลกดิจิทัล

การจัดการศึกษาเพื่อการเป็นพลเมืองดิจิทัลในประเทศไทย

จากการสำรวจในระดับอุดมศึกษาเมื่อ พ.ศ. 2560 พบว่าในจำนวนสถาบัน 112 แห่ง มีอยู่เพียง 6 มหาวิทยาลัยที่จัดสอนวิชาการรู้เท่าทันสื่อ (Media Literacy) ในขณะที่มีมหาวิทยาลัย 68 แห่ง สอดแทรกเรื่องการเท่าทันสื่อไว้ในวิชาอื่น ๆ เช่น วิชาเทคโนโลยีการศึกษา วิชาเทคโนโลยีการสื่อสาร และในคณะศึกษาศาสตร์ซึ่งเป็นคณะที่ผลิตครูเพื่อจะไปสอนเด็กและเยาวชนกลับไม่มีวิชาเฉพาะสำหรับการรู้เท่าทันสื่อ ที่มีอยู่คือการใส่แนวคิดนี้ให้เป็นส่วนหนึ่งในบางวิชาเท่านั้น จึงสรุปได้ว่าภายในระบบการศึกษาของเรานั้นยังไม่ได้ให้ความสำคัญต่อการจัดการศึกษาเรื่องนี้อย่างจริงจังหรือมีหลักสูตรที่ก้าวหน้า ในขณะที่พื้นที่นอกระบบการศึกษามีการทำงานประเด็นนี้อย่างกว้างขวาง ดังเห็นได้จากโครงการ งานวิจัย คู่มือ และบทเรียนที่เกิดขึ้นมากมายจากหลาย ๆ ภาคส่วน โดยเฉพาะในส่วนของการจัดการศึกษาเพื่อเด็กและเยาวชนนั้นมีภาคประชาสังคม เช่น องค์กรพัฒนาเอกชนที่ทำงานด้านสื่อสำหรับเด็กและเยาวชนได้เริ่มทำงานด้านนี้ไปแล้วอย่างต่อเนื่อง

สาเหตุของความล่าช้าและการขาดศักยภาพที่จะใช้สื่อดิจิทัลให้เกิดประโยชน์ในการศึกษา (หรือต่อการพัฒนาสังคมโดยรวม) คือสภาพที่ระบบการศึกษาของประเทศไทยยังขังตัวเองอยู่ในวัฒนธรรมอำนาจควบคุมครอบงำซึ่งส่งผลให้การมองเรื่องนี้เป็นการมองจากมุมของผู้ปกป้อง ควบคุม และป้องกัน ที่เห็นได้ชัดคือจากกระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคมจัดตั้งศูนย์ด้านข่าวปลอม และมักนิยามข่าวที่ไม่ขึ้นชมการทำงานของรัฐบาลว่าเป็นข่าวปลอม การเน้นบทบาทเป็นผู้ปกป้องประชาชนจากข้อมูลเท็จอย่างเดียวทำให้รัฐไทยมองข้ามความสำคัญของการใช้สื่อ ข้อมูล และเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อส่งเสริมการมีจิตสำนึกและการมีส่วนร่วมของพลเมืองเพื่อพัฒนาและสร้างสรรค์สังคม (UNESCO, 2020, p. 28-40)

ความท้าทายที่สำคัญที่สุดในตอนนี้คือความจำเป็นเร่งด่วนที่จะต้องจัดการศึกษาวิชาพลเมืองดิจิทัลให้เร็วที่สุด โดยเริ่มตั้งแต่เด็กก่อนวัยเรียนและเด็กอนุบาล เพราะการใช้สื่อดิจิทัลในเด็กอายุน้อยเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ และเทคโนโลยีรูปแบบใหม่ก็ถูกผลิตออกมาตลอดเวลา หากสำรวจดูวิชาเรื่องนี้ของกระทรวงศึกษาจะพบว่าหลักสูตรการศึกษาที่มีอยู่เน้นแค่สอนเด็กให้รู้จักใช้เทคโนโลยี แต่มีหลักสูตรน้อยมากที่สอนให้เด็กรู้เท่าทันสื่อ นอกจากนี้แล้วควรขยายความรู้ความเข้าใจเหล่านี้ไปให้กว้างที่สุด ไม่เฉพาะในโรงเรียน แต่ควรส่งเสริมความเป็นพลเมืองดิจิทัลทั้งในการศึกษานอกระบบ การศึกษาแบบไม่เป็นทางการ และร่วมกันทำงานนี้กับผู้ปกครองของเด็กและผู้นำชุมชน

โครงการรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัลของสถาบันสื่อเด็กและเยาวชน

ดังที่กล่าวมาข้างต้นว่างานด้านนี้ของการศึกษาในไทยถูกพัฒนาและผลักดันโดยภาคประชาสังคมเป็นหลัก เพราะกลุ่มองค์กรเหล่านี้ทำงานภายใต้วัฒนธรรมอำนาจ

ร่วมทำให้มีความยืดหยุ่น เปิดกว้างทางความคิดและปรับตัวตามสถานการณ์ภายในและสากลโลกได้ ตัวอย่างองค์กรที่ทำงานด้านนี้ สถาบันสื่อเด็กและเยาวชน (สสย.) ทำงานพัฒนาหลักสูตรการเท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัลอย่างต่อเนื่อง ผนวกการพัฒนาทักษะการรู้เท่าทันสื่อเข้ากับวิชาหน้าที่พลเมืองของเด็กและเยาวชนในสังกัดประชาธิปไตย จัดอบรมเชิงปฏิบัติการและทำโครงการร่วมกับภาครัฐ ภาคสังคม นักการศึกษา นักนิเทศศาสตร์ และครูในโรงเรียนทั่วประเทศ รวมทั้งจัดประชุมสัมมนาเพื่อเผยแพร่แนวคิดการจัดการศึกษาเพื่อรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัล

แนวคิดเรื่องการเรียนรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัล

สถาบันสื่อเด็กและเยาวชนและเครือข่ายให้ความหมาย “การเท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัล” ว่า “คือกระบวนการสร้างสรรค์สังคมเพื่อให้พลเมืองมีทักษะในการตั้งคำถาม วิพากษ์วิจารณ์ สื่อสารอย่างสร้างสรรค์ พลเมืองจะสามารถเปลี่ยนรูปแบบความสัมพันธ์จากผู้กระทำ (Passive) ในสถานะผู้รับสื่อมาเป็นผู้กระทำ (Active) ที่สามารถเข้าถึง เข้าใจ และเท่าทันการใช้สื่อ สารสนเทศ โดยแบ่งประเภทสมรรถนะในการรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัล เป็น 3 ด้านคือ

1. การรู้เท่าทันสื่อ (Media Literacy) คือมีความสามารถในการใช้สื่อ กล่าวคือรู้จักวิเคราะห์และเข้าใจรูปแบบของสื่อ รู้จักเทคนิคต่าง ๆ ที่สื่อใช้เพื่อสร้างผลกระทบต่อผู้รับสื่อ รวมถึงสามารถสร้างสื่อได้เองด้วย

2. การรู้เท่าทันสารสนเทศ (Information Literacy) คือมีความสามารถในการวิเคราะห์ ประเมิน และเลือกใช้ข้อมูล และเป็นผู้สื่อสารข้อมูลได้อย่างชาญฉลาดและมีจริยธรรม

3. การรู้เท่าทันดิจิทัล (Digital Literacy) คือมีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี อุปกรณ์ และสื่อดิจิทัลต่าง ๆ เพื่อค้นหาข้อมูล เพื่อสร้างความเข้าใจ และประยุกต์ใช้เป็น (2563, น. 11)

สถาบันสื่อเด็กและเยาวชนและเครือข่ายกำหนดคุณลักษณะสำคัญของพลเมืองที่รู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัล ไว้ 3 ประการ

1. พลเมืองที่มีความรับผิดชอบ หมายถึงพลเมืองที่สามารถเข้าถึงสื่อที่หลากหลาย สามารถวิเคราะห์และประเมินคุณภาพ คุณค่า ความน่าเชื่อถือ และผลกระทบของสื่อได้ รู้จักกลั่นกรอง เลือกสรร ใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและครอบครัว สามารถร้องเรียนให้มีการแก้ไขเมื่อได้รับผลกระทบโดยตรง

2. พลเมืองที่มีส่วนร่วม หมายถึงพลเมืองที่เข้าใจบทบาทของสื่อประเภทต่าง ๆ สามารถเข้าถึงสื่อที่มีคุณภาพได้ รู้จักสร้างสื่อและใช้สื่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและกลุ่ม และเมื่อมีสื่อที่ไม่เหมาะสมก็สามารถรวมกลุ่มร้องเรียนให้มีการแก้ไขได้

3. พลเมืองที่มุ่งเน้นความเป็นธรรมในสังคม หมายถึงพลเมืองที่เข้าใจระบบโครงสร้างสื่อ นโยบาย กฎหมายที่เกี่ยวข้อง การใช้สื่อในการพัฒนาสังคม รู้จักใช้สื่อเพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงให้สังคมดีขึ้น และสามารถรวมกลุ่มเพื่อผลักดันให้แก้ปัญหาสื่อในระดับโครงสร้าง นโยบาย หรือเสนอกฎหมาย กฎระเบียบได้

จากกรอบแนวคิดข้างต้น สถาบันสื่อเด็กและเยาวชนได้พัฒนาตัวชี้วัดพลเมืองดิจิทัลแห่งสังคมประชาธิปไตยที่ครอบคลุมคุณลักษณะ ความรู้ และทักษะใน 4 มิติ ได้แก่

1. การรู้จักตนเองและทักษะชีวิต คือ รู้จักตนเอง เท่าทันอารมณ์ความคิด เคารพในคุณค่าของตนเอง รวมถึงเคารพและเข้าใจผู้อื่น
2. การอยู่ร่วมกันในยุคสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัล คือ สามารถสืบค้นข้อมูล ได้อย่างมีวิจารณญาณ เคารพสิทธิและความเป็นส่วนตัวของตนเองและผู้อื่น และสามารถเผยแพร่และผลิตสื่อที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคมได้
3. การอยู่ร่วมกันในสังคมประชาธิปไตย คือ เข้าใจปัญหาเชิงโครงสร้าง ตื่นตัวในประเด็นปัญหาต่าง ๆ ของสังคม กระตือรือร้นเข้าร่วมแก้ปัญหา เคารพความเป็นมนุษย์ของตนเองและผู้อื่น เชื่อมมั่นในพลังของพลเมือง ที่จะเปลี่ยนแปลงสังคมด้วยวิธีการประชาธิปไตย
4. การอยู่ร่วมกันในสังคมพหุวัฒนธรรม คือ สื่อสารและอยู่ร่วมกันอย่างสันติ เคารพในความแตกต่างและศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ของตนเองและผู้อื่น รู้จักแก้ปัญหาด้วยสันติวิธี (สถาบันสื่อเด็กและเยาวชน, 2563, วิโรจน์ สุทธิสีมา, พิมพ์พรณ ไชยนันท์ และศศิธร ยูวโกศล, 2562)

นอกจากนี้แล้วยังได้จัดระบบการชี้วัดคุณลักษณะของพลเมืองดิจิทัลแห่ง สังคมประชาธิปไตยสำหรับเด็กและเยาวชนตามช่วงอายุดังนี้

ช่วงวัย 1-5 ปี	6-12 ปี	13-18 ปี	18-25 ปี
- ตระหนักในสิทธิของตนเองและผู้อื่น - ใจกว้าง ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล - เคารพกติกา - มีส่วนร่วมในการตัดสินใจของกลุ่มและยอมรับผลการตัดสินใจ - รับผิดชอบต่อหน้าที่ - สื่อสารและปฏิบัติต่อผู้อื่นอย่างเหมาะสม	- เห็นคุณค่าของตนเองและผู้อื่น รวมถึงสิ่งต่าง ๆ รอบตัว - เท่าทันอารมณ์และควบคุมตนเองได้ - มีวินัยในการใช้สื่อและเทคโนโลยี - สื่อสารและปฏิบัติต่อผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม - ตระหนักถึงความเสี่ยงในการใช้สื่อออนไลน์ - ตระหนักในอิทธิพลของสื่อที่มีต่อแรงจูงใจและพฤติกรรมในการบริโภค	- เห็นคุณค่าและเคารพในตนเองและผู้อื่น - รับมือกับอารมณ์และความเครียดได้ - มีวิจรรย์ภายในการตรวจสอบข้อมูลและไม่นำวันตัดสิน - มีมารยาทในการใช้สื่อและสื่อสารอย่างเหมาะสม - เคารพในสิทธิและความเป็นส่วนตัวของผู้อื่น รู้จักปกป้องตนเองจากความเสี่ยงต่าง ๆ	- รู้จักตนเองและเห็นคุณค่าของผู้อื่น - มองโลกในแง่บวก มีความหวังในชีวิต - มีวิจรรย์ภายในการตรวจสอบข้อมูลและไม่นำวันตัดสิน - เห็นคุณค่าของการใช้การสร้างสรรค์ และเผยแพร่สื่อเพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงในฐานะพลเมือง - รู้จักปกป้องสิทธิเสรีภาพของตนเองและเคารพในสิทธิเสรีภาพ รวมถึงศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ของผู้อื่น

คุณลักษณะ

ช่วงวัย 1-5 ปี	6-12 ปี	13-18 ปี	18-25 ปี
คุณลักษณะ	- ตระหนักถึงคุณค่าของการใช้สื่อเพื่อการเรียนรู้ - โตขึ้นจะติดตามข่าวสารและเหตุการณ์ในสังคม - มีจิตอาสาในการทำเพื่อส่วนรวมและให้ความร่วมมือกับกิจกรรมของชุมชน	- รู้จักผลิตและสร้างสรรค์สื่อที่มีประโยชน์ - สนใจข่าวสารและประเด็นปัญหาสังคม - ยอมรับและเคารพในวัฒนธรรมที่แตกต่างหลากหลาย	- กล้าแสดงความคิดเห็นและคัดค้านสิ่งที่ไม่ถูกต้องอย่างเป็นเหตุเป็นผลและยืดหยุ่น - ยอมรับและเคารพในอัตลักษณ์ที่แตกต่าง - มีความอดทนอดกลั้น มีมารยาท เคารพกติกาในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมที่หลากหลายทางวัฒนธรรม - รู้จักสื่อสารอย่างสันติ และปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยความเคารพ

ช่วงวัย 1-5 ปี	6-12 ปี	13-18 ปี	18-25 ปี
• รู้จักใช้สื่อและเทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อสืบค้นข้อมูล • รู้จักสิทธิของตนเองและผู้อื่น • รู้จักหน้าที่และความรับผิดชอบที่มีต่อตนเองและผู้อื่น • รู้จักปรับตัวเพื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่น	• รู้จักใช้เวลาในการบริโภคสื่ออย่างเหมาะสม • รู้จักใช้สื่ออย่างเหมาะสมและสร้างสรรค์ • รู้จักตรวจสอบที่มาและความถูกต้องของข้อมูล • เข้าใจเรื่องความเป็นส่วนตัวและความปลอดภัยในโลกออนไลน์ • ตระหนักถึงการรังแกกันบนโลกออนไลน์ • เข้าใจสิทธิเด็กและสิทธิผู้บริโภค	• มีความรู้เกี่ยวกับสื่อและดิจิทัล • เข้าใจกระบวนการผลิตสื่อ วิเคราะห์ และตีความได้ • เข้าใจสื่อและการสื่อสารในสังคมที่หลากหลายทางวัฒนธรรม • เข้าใจกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับสื่อและจริยธรรมของสื่อ • เข้าใจความสัมพันธ์ของสื่อกับความเป็นพลเมืองและอิทธิพลของสื่อต่อสังคม	• รู้จักรูปแบบและกระบวนการของสื่อและเทคโนโลยีดิจิทัล และรู้จักเลือกใช้ประโยชน์ • รู้จักวิธีสื่อสารในสังคมที่หลากหลายทางวัฒนธรรม • รู้จักกฎหมาย กติกาสากลที่เกี่ยวข้องกับสื่อและดิจิทัล • เข้าใจความสัมพันธ์เชิงอำนาจและวิธีสื่อสาร เข้าใจสิทธิเสรีภาพในการรับรู้ข่าวสาร แสดงความคิดเห็นและมีส่วนร่วมทางการเมือง

ความรู้

ช่วงวัย 1-5 ปี	6-12 ปี	13-18 ปี	18-25 ปี
ความรู้	- รู้จักกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับสื่อสารสนเทศและดิจิทัล - รู้จักอยู่ร่วมกับผู้อื่นท่ามกลางความหลากหลายอย่างสันติ - รู้จักใช้สันติวิธีในการแก้ไขปัญหาและลดความขัดแย้ง	- เข้าใจบทบาทสื่อ การสื่อสาร และกระบวนการผลิตทางสังคม - เข้าใจอิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมการบริโภค - เข้าใจอิทธิพลของสื่อดิจิทัล และโลกาภิวัตน์ที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก	- รู้เท่าทันสื่อ รู้เท่าทันโอกาสและความเสี่ยงของธุรกิจดิจิทัล - เข้าใจอิทธิพลของสื่อดิจิทัล และโลกาภิวัตน์ที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก

	ช่วงวัย 1-5 ปี	6-12 ปี	13-18 ปี	18-25 ปี
ทักษะ	- ใช้อุปกรณ์และเทคโนโลยีดิจิทัลได้ - ทำความเข้าใจเนื้อหาจากสื่อเป็น - สื่อสารถ่ายทอดความคิดของตนเองได้	- ใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อสื่อสาร เพื่อเรียนรู้ และผลิตสื่ออย่างสร้างสรรค์ได้ - สืบค้น ตรวจสอบข้อมูล จัประเด็น วิเคราะห์ แปลความหมายจากสื่อได้ - วิเคราะห์ประโยชน์และโทษ ความเป็นเหตุเป็นผลของสื่อได้	- ใช้เทคโนโลยีเพื่อสื่อสาร เพื่อเรียนรู้ในสังคมพหุวัฒนธรรมได้ - คิดอย่างมีวิจารณณา ติความ และประเมินคุณค่าของสื่อได้ - สื่อสารระหว่างวัฒนธรรมได้ - สามารถเผชิญความขัดแย้งและใช้สันติวิธีรับมือกับ ความขัดแย้งเป็น	- ผลิตสื่อเป็น ใช้เทคโนโลยี เพื่อสื่อสาร เพื่อเรียนรู้ใน สังคมพหุวัฒนธรรมได้ - สร้างสรรค์สื่อที่เป็น ประโยชน์โดยใช้ความรู้และ ข้อมูลได้ - สื่อสาร ใช้ชีวิต และมี ส่วนร่วมตัดสินใจตามวิถี ประชาธิปไตย

จากแนวคิดและตัวชี้วัดของหลักสูตรนี้ สถาบันสื่อเด็กและเยาวชนไม่เพียงให้ความสำคัญกับการตระหนักถึงการเตรียมพร้อมให้เด็กและเยาวชนเป็นผู้รับสื่อที่มีวิจารณญาณเท่านั้น แต่ยังส่งเสริมให้ผู้เรียนรู้จักนำสื่อดิจิทัลมาใช้ในการทางบวกและเป็นผู้ผลิตสื่อสร้างสรรค์ในสังคมประชาธิปไตย มีเนื้อหาที่เป็นความรู้ ข้อมูล และการฝึกทักษะที่ครอบคลุมหลายมิติและเชื่อมโยงกันเพื่อพัฒนาเด็กและเยาวชนให้เป็นพลเมืองที่มีจิตสำนึกและศักยภาพ

โครงการนี้จำเป็นต้องได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานรัฐที่มีอำนาจควบคุมและบริหารจัดการการศึกษาของประเทศ แต่หากกระทรวงศึกษาและโครงสร้างทางการเมืองและวัฒนธรรมในสังคมไทยยังขัดตัวเองในวัฒนธรรมอำนาจแบบควบคุมครอบงำ ให้พลเมืองและเด็กต้องเชื่อฟังหรือต้องรับสื่อจากรัฐโดยไม่สามารถตั้งคำถามหรือวิพากษ์วิจารณ์ได้ ความคิดที่ก้าวหน้าและผลผลิตที่มีอยู่แล้วจากการทำงานหนักของนักการศึกษาหัวก้าวหน้าของรัฐ องค์กรเอกชน และภาคประชาสังคมที่พยายามพัฒนาและส่งเสริมทักษะในการใช้สื่อดิจิทัลเพื่อการเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพ มีจิตสำนึกในการรับผิดชอบต่อสังคมจะกลายเป็นความสูญเสียซ้ำรอยดังเช่นโครงการอื่น ๆ ของกลุ่มคนที่ได้ทุ่มเททำงานในการพัฒนาหลักสูตรการศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลงก่อนหน้านี้

กรอบคิดสากลของการจัดการศึกษาโลกดิจิทัล

งานสำคัญอันดับต้น ๆ ของนักการศึกษาและครูทั่วโลกในยุคนี้คือการช่วยให้เด็กและเยาวชนใช้อินเทอร์เน็ต เทคโนโลยีดิจิทัล และโซเชียลอย่างปลอดภัย มีวิจารณญาณ มีความรับผิดชอบ และมีจริยธรรม ปัจจุบันมีหลายประเทศที่พัฒนาหลักสูตรหน้าที่พลเมืองบนโลกดิจิทัลขึ้นมาแล้ว โดยใช้คำเรียกชื่อแตกต่างกันไป เช่น หน้าที่พลเมืองดิจิทัล (Digital Citizenship) ความรู้ด้านดิจิทัล (Digital Literacy) จิตสำนึกในการ

ใช้สื่อดิจิทัล (Digital Consciousness) พลเมืองไซเบอร์ (Cybercivics) เป็นต้น (Ribble and Bailey, 2007, p. 10-12) แม้คำว่าพลเมืองดิจิทัลจะมีชื่อเรียกแตกต่างกันไป แต่ทุกกลุ่มองค์กรมีกรอบแนวคิดเรื่องการจัดการศึกษาที่พวกเขาเห็นพ้องกัน คือ การบ่มเพาะคุณค่า ทักษะคิด เสริมสร้างทักษะ ความรู้และความเข้าใจที่จำเป็นในยุคดิจิทัล ที่ไม่จำกัดอยู่แค่ในโรงเรียนเท่านั้น แต่ควรผสมผสานอยู่ในทั้งการศึกษานอกระบบและในระบบ และต้องการการมีส่วนร่วมทั้งจากครู นักการศึกษา ผู้เชี่ยวชาญสาขาต่าง ๆ รวมถึงผู้ปกครอง ผู้นำชุมชน และผู้นำการเมืองอีกด้วย

เนื่องจากอำนาจและอิทธิพลของสื่อและเทคโนโลยีนั้นมีมหาศาล กรอบของหลักสูตรหน้าที่พลเมืองดิจิทัลจึงไม่สามารถจำกัดอยู่แค่ความสามารถในการใช้เทคโนโลยีและอินเทอร์เน็ตซึ่งเป็นทักษะที่สามารถวัดได้เท่านั้น แต่จำเป็นต้องมีมิติด้านอารมณ์ความรู้สึก จริยธรรม และความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับผู้คน สังคม และสิ่งแวดล้อมอย่างลึกซึ้ง เพราะโลกกำลังเผชิญวิกฤตหลายด้านซึ่งจะส่งผลอย่างมากต่ออนาคตของพวกเขา ในประเทศที่มุ่งมั่นจะให้ระบบการศึกษาเตรียมผู้เรียนให้พร้อมรับมือกับวิกฤตต่าง ๆ และเพื่อสร้างสังคมใหม่สำหรับชีวิตของพวกเขาเอง เราจะเห็นหลักสูตรและกระบวนการเรียนการสอนของประเทศเหล่านี้ให้ความสำคัญกับการปลูกฝังจริยธรรม ความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ความเท่าเทียม ความเคารพในตนเองและผู้อื่นและความสนใจเรื่องวิกฤตสิ่งแวดล้อม ฯลฯ

หลักสูตรพลเมืองดิจิทัลที่มีประสิทธิภาพควรมีงานวิจัยรองรับและสามารถยืดหยุ่นได้ในบริบทที่แตกต่างกัน มีการติดตามประเมินผลอย่างสม่ำเสมอเพื่อจะได้ปรับปรุงให้มีประสิทธิภาพที่สุด วิชาหน้าที่พลเมืองดิจิทัลคือกระบวนการที่ต้องทำตลอดชีวิต ไม่ใช่การเข้าอบรมหนึ่งครั้งแล้วผู้เรียนจะสามารถใช้ความรู้นั้นได้ตลอดชีวิต (Frau-Meigs et al, 2019, p. 23) เพราะข้อมูลข่าวสารและเทคโนโลยีเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วเกือบตลอดเวลา

เราจะเห็นว่าการสอนหลักสูตรนี้เป็นไปตามแนวทางของการจัดการศึกษา เพื่อการเปลี่ยนแปลงที่กล่าวมาแล้วในบทที่ 3 ไม่ว่าจะเป็นกระบวนการทำงานที่ ผสานความร่วมมือระหว่างครู นักการศึกษา โรงเรียน นักเรียน ผู้ปกครอง ชุมชน การเรียนรู้ด้านสติปัญญา ความคิด ทักษะ อารมณ์ความรู้สึกและจิตใจเข้าด้วยกัน เพื่อการรู้จักเรื่องตนเอง ความสัมพันธ์กับผู้อื่น จริยธรรมทางสังคมและสิ่งแวดล้อม และการศึกษาเป็นกระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิต

ในรายงานการปริกษาหารือระหว่างผู้ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาหน้าที่พลเมือง ดิจิทัลของสมาคมยุโรป (Richardson and Milovidov, 2016, p. 41-42) ที่ประกอบด้วยผู้บริหารโรงเรียน นักวิชาการการศึกษา ครู นักเรียน ผู้ปกครอง ตัวแทนภาค ประชาสังคม และผู้นำชุมชน พวกเขาพร้อมกันลงความเห็นว่เนื้อหาหลักสูตรพลเมือง ดิจิทัลที่ต้องได้รับความสำคัญอันดับต้นคือ

- ความรู้ความเข้าใจเรื่องสื่อและข้อมูลข่าวสาร
- สิทธิและหน้าที่รับผิดชอบ
- ความเป็นส่วนตัวและความปลอดภัย
- จริยธรรม ความเข้าใจ และความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

ในรายงานนี้พูดถึงการประเมินผลการเรียนรู้หลักสูตรพลเมืองดิจิทัลที่ พิจารณาจากประเด็นต่อไปนี้

- คุณค่าที่ยึดถือ/ค่านิยม คือ ให้คุณค่าแก่การสร้างสังคมที่คนห่วงใยและ เอื้ออาทรกัน คือคุณค่าหลักของวัฒนธรรมอำนาจร่วมอันเป็นสังคมของ การแบ่งปันและใส่ใจ
- ทักษะ คือ มีความกล้าหาญในทางจริยธรรม กล้าเสี่ยงเพื่อปกป้องสิทธิ มนุษยชน และเข้าร่วมถกเถียงอภิปรายได้โดยไม่ทำร้ายผู้อื่น

- ทักษะ ได้แก่ ทักษะการแก้ปัญหาที่เกี่ยวกับการกลั่นแกล้งรังแกบนโลกออนไลน์ ทักษะการหาสิ่งที่เกิดประโยชน์และการสร้างสรรค์ร่วมกัน ทักษะการผลิตสื่อ และความสามารถในการคาดการณ์ล่วงหน้าได้
- ความรู้และความเข้าใจอย่างมีวิจารณญาณ คือ รู้จักสร้างและพัฒนาอัตลักษณ์ที่ดี และรู้เท่าทันการโฆษณาชวนเชื่อและอคติเหมารวมที่ปรากฏในสื่อ เช่น การเหยียดเพศ อคติต่อคนข้ามเพศและคนรักเพศเดียวกัน อคติต่อคนผิวดำ อคติต่อชนกลุ่มน้อย อคติต่อชาวมุสลิม เป็นต้น

ตัวอย่างหลักสูตรพลเมืองดิจิทัลก้าวหน้าในบางประเทศ

หลักสูตรพลเมืองดิจิทัลของ ไมค์ ريبเบิล

ไมค์ ريبเบิล (Mike Ribble) เป็นนักการศึกษาและเทคโนโลยีชาวสหรัฐอเมริกา กลุ่มแรกๆ ที่พัฒนาแนวคิดหน้าที่พลเมืองดิจิทัล เขาอธิบายว่า “หน้าที่พลเมืองดิจิทัล” หรือ Digital Citizenship คือบรรทัดฐานการใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสมและรับผิดชอบ ريبเบิลวางกรอบหลักสูตรเพื่อให้การศึกษาและครูสามารถนำไปสอดแทรกได้ในทุกวิชาและทุกระดับชั้น โดยแบ่งออกเป็น 9 องค์ประกอบภายใต้ 3 หลักการใหญ่คือ เคารพ ความรู้ และคุ้มครอง มีรายละเอียดดังนี้

การเคารพ

- *การเข้าถึงดิจิทัล (Digital Access):* สนับสนุนสิทธิเท่าเทียมในการเข้าถึงดิจิทัล
- *มารยาทบนโลกดิจิทัล (Digital Etiquette):* ช่วยให้ผู้เรียนใช้สื่อดิจิทัล

อย่างมีจิตสำนึก เคารพ และไม่ทำร้ายผู้อื่น

- *กฎหมายดิจิทัล (Digital Law)*: ช่วยให้ผู้เรียนรู้จักสิทธิและข้อห้ามทางกฎหมายในการใช้เทคโนโลยี รู้ว่าจะใช้และแชร์ทรัพย์สินทางปัญญาออนไลน์ของผู้อื่นอย่างไร

ความรู้

- *การสื่อสารทางดิจิทัล (Digital Communication)*: ช่วยให้ผู้เรียนรู้จักเลือกใช้สื่อดิจิทัลและสื่อสารได้อย่างเหมาะสม
- *ความรู้ความเข้าใจสื่อดิจิทัล (Digital Literacy)*: ช่วยให้ผู้เรียนรู้จักใช้สื่อดิจิทัลเพื่อค้นคว้า ประเมิน และอ้างอิงได้
- *พาณิชย์ดิจิทัล (Digital Commerce)*: ช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจแนวทางปฏิบัติ การซื้อขายออนไลน์ และรู้ว่าจะเป็นผู้บริโภคที่มีคุณภาพได้อย่างไรในยุคเศรษฐกิจดิจิทัล

คุ้มครอง

- *สิทธิและความรับผิดชอบบนโลกดิจิทัล (Digital Rights and Responsibilities)*: ผู้เรียนต้องเข้าใจสิทธิพื้นฐานของตนเอง สามารถปกป้องสิทธิของตนเองและผู้อื่น
- *ความปลอดภัยบนโลกดิจิทัล (Digital Safety & Security)*: พลเมืองดิจิทัลต้องรู้ว่าจะรักษาข้อมูลส่วนตัวของตนเองได้อย่างไร
- *สุขภาพและการเป็นอยู่ที่ดีบนโลกดิจิทัล (Digital Health and Wellness)*: ช่วยให้ผู้เรียนตระหนักถึงอันตรายต่อสุขภาพที่เกิดจากการใช้เทคโนโลยีและวิธีดูแลตนเอง ต้องรู้ว่าเมื่อใดควรหยุดใช้ และจัดสรรเวลาในการทำกิจกรรมออนไลน์และออฟไลน์ได้อย่างสมดุล

องค์ประกอบทั้ง 9 นี้ไม่ใช่กฎที่เด็กต้องท่องจำ แต่เป็นแนวทางที่จะช่วยให้พวกเขาเข้าใจว่ากำลังเผชิญกับอะไรอยู่ สามารถปรับตัวได้เสมอแม้มีเทคโนโลยีใหม่ ๆ เข้ามา และใช้มันได้อย่างเหมาะสม แต่การสอนในห้องเรียนนั้นไม่เพียงพอต้องผสมผสานหลักการและแนวทางเหล่านี้ไว้ในชีวิตประจำวันของเด็กด้วย (Ribble and Bailey, 2007, Digital Citizenship in Schools 2007.)

หลักสูตรพลเมืองดิจิทัลของสมาคมสากลเพื่อเทคโนโลยีในการศึกษา (ISTE)

สมาคมสากลเพื่อเทคโนโลยีในการศึกษา (International Society for Technology Education: ISTE) กำหนดมาตรฐานสำหรับนักเรียนตั้งแต่อนุบาลถึงมัธยมปลายเมื่อปี ค.ศ. 2016 ไว้ว่าในยุคดิจิทัลนักเรียนจะต้องมีคุณสมบัติ 7 ประการดังนี้

- 1) ผู้เรียนมีความรู้ความมั่นใจ (Empowered Learner) รู้จักใช้เทคโนโลยีให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการเรียนรู้
- 2) พลเมืองดิจิทัล (Digital Citizen) ตระหนักถึงสิทธิ หน้าที่รับผิดชอบ และโอกาสที่อยู่ในโลกดิจิทัล รู้จักทำตนเป็นตัวอย่างที่ดีว่าจะใช้เทคโนโลยีอย่างปลอดภัย ถูกกฎหมาย และมีจริยธรรมได้อย่างไร
- 3) ผู้สร้างสรรค์ความรู้ (Knowledge Constructor) รู้จักเลือกข้อมูลและใช้เทคโนโลยีสร้างสรรค์ความรู้และเนื้อหาที่มีประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น
- 4) นักออกแบบที่ก้าวทันนวัตกรรม (Innovative Designer) ใช้เทคโนโลยีอันหลากหลายมาช่วยออกแบบแก้ปัญหาต่าง ๆ

- 5) นักคิดที่รู้จักใช้เทคโนโลยี (Computational Thinker) รู้จักใช้เทคโนโลยีเพื่อแก้ปัญหา
- 6) นักสื่อสารที่สร้างสรรค์ (Creative Communicator) สามารถสื่อสารและแสดงออกได้อย่างสร้างสรรค์ผ่านแพลตฟอร์มต่าง ๆ ที่มีหลากหลายรูปแบบ
- 7) ผู้มีส่วนร่วมในการทำงานของโลก (Global Collaborator) รู้จักใช้เครื่องมือดิจิทัลขยายมุมมองและการเรียนรู้โดยร่วมมือกับผู้อื่น และทำงานเป็นทีมได้ทั้งในระดับท้องถิ่นและระดับโลก

พวกเขาพูดถึงเรื่องความเป็นพลเมืองดิจิทัลไว้ว่า นักเรียนต้องเข้าใจประเด็นต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับเทคโนโลยีทั้งในมิติของความเป็นมนุษย์ มิติด้านวัฒนธรรม และมิติด้านสังคม และปฏิบัติตามกฎหมายและหลักจริยธรรม โดยนักเรียนจะต้องมีความสามารถในการเรื่องต่อไปนี้

- ใช้ข้อมูลและเทคโนโลยีอย่างปลอดภัย ถูกต้องตามกฎหมาย และรับผิดชอบและสนับสนุนให้เกิดการปฏิบัติเช่นนี้ในผู้อื่นด้วย
- แสดงออกถึงทัศนคติเชิงบวกต่อการใช้เทคโนโลยีเพื่อส่งเสริมการร่วมมือการเรียนรู้ และการสร้างสรรค์สิ่งที่เป็นประโยชน์
- มีความรับผิดชอบ

หลักสูตรพลเมืองดิจิทัล “ช้าลง หยุดคิด และใคร่ครวญ” ขององค์กร คอมมอนเซนส์ (Common Sense)

องค์กรการศึกษาคอมมอนเซนส์ร่วมมือกับโครงการซีโร่ (Project Zero) จากคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด จัดทำโครงการ Common Sense Education เพื่อพัฒนาหลักสูตรความรู้ความเข้าใจด้านดิจิทัลและหน้าที่พลเมืองดิจิทัล และนำมาใช้ครั้งแรกเมื่อปี 2010 นับเป็นหลักสูตรพลเมืองดิจิทัลหลักสูตรแรกที่ครอบคลุมทุกประเด็น โดยองค์กรนิยามว่า “หน้าที่พลเมืองดิจิทัล คือการใช้เทคโนโลยีอย่างมีความรับผิดชอบเพื่อเรียนรู้ สร้างสรรค์ และมีส่วนร่วม”

โครงการซีโร่ศึกษาสภาพชีวิตของเด็กและวัยรุ่นบนโลกดิจิทัล ผลกระทบของแอปพลิเคชันและสื่อดิจิทัลต่าง ๆ ต่อสุขภาพกายใจ ความสร้างสรรค์ จินตนาการ ความสัมพันธ์ของพวกเขา รวมถึงความรับผิดชอบในเชิงศีลธรรมจริยธรรมและความสามารถในการทำหน้าที่พลเมือง จากนั้นได้นำผลการวิจัยมาพัฒนาสื่อการสอนจัดหาทรัพยากรสำหรับการเรียนการสอนและให้คำแนะนำแก่โรงเรียนและครอบครัว จนกระทั่งมีการปรับปรุงหลักสูตรอีกครั้งเมื่อปี 2017 (James, Weinstein, & Mendoza, 2019, p. 10-11)

การศึกษากระแสหลักมักสนใจเฉพาะการสอนทักษะหรือการให้ข้อมูลความรู้ แต่มองข้ามการปลูกฝังอุปนิสัยหรือคุณลักษณะ ทั้งที่เป็นสิ่งที่กำหนดความคิดและพฤติกรรมของนักเรียน หลักสูตรหน้าที่พลเมืองดิจิทัลของคอมมอนเซนส์จึงออกแบบโดยให้ความสำคัญทั้งกับการพัฒนาทักษะและทัศนคติในการเป็นพลเมืองดิจิทัล กล่าวคือหลักสูตรนี้ไม่เพียงแต่สอนให้นักเรียนตั้งรหัสผ่านอีเมลที่ปลอดภัยและค้นหาข้อมูลที่น่าเชื่อถือบนอินเทอร์เน็ตเป็น แต่ช่วยให้นักเรียนตระหนักรู้และคิดอย่างมีวิจารณญาณ รู้จักตอบกลับด้วยความสุภาพและเข้าอกเข้าใจเมื่อมีความขัดแย้งบนโลกดิจิทัล ช่วยให้เด็กและเยาวชนรู้จักคิดใคร่ครวญ รับผิดชอบ และตัดสินใจเรื่องต่าง ๆ ได้อย่างมีจริยธรรมในการใช้ชีวิตบนโลกออนไลน์ของพวกเขา

คุณลักษณะที่สำคัญ 5 ประการที่พลเมืองดิจิทัลควรมี

- **ซื่อสัตย์และรับผิดชอบต่อตนเอง** สังเกตเห็นปฏิกิริยาโต้ตอบแบบไม่คิดหน้าคิดหลังของตนเอง ไม่ตัดสินอะไรในแวบแรก ตระหนักถึงว่าสถานการณ์เช่นใดที่ซับซ้อน หมั่นทบทวนนิสัยตนเอง และใส่ใจความรู้สึกเศร้า อึดอัด กังวลหรือเสียใจของตนเอง
- **รู้จักค้นหามุมมองที่แตกต่างหลากหลาย** มีใจเปิดกว้างและอยากเรียนรู้ รู้จักมองในมุมของผู้อื่น ห่วงใยความรู้สึกผู้อื่น ประเมินความแตกต่างของตนเองและคนอื่น ๆ ในเรื่องคุณค่าที่ยึดถือและการให้ความสำคัญได้ รู้จักพิจารณาความรับผิดชอบในเชิงศีลธรรม จริยธรรม และในฐานะพลเมืองในทุกระดับ
- **ค้นหาข้อเท็จจริงและหลักฐาน** สืบและค้นหาข้อมูลที่เกี่ยวข้องได้ ค้นหาและประเมินข้อมูลจากแหล่งที่น่าเชื่อถือได้ ประเมินความน่าเชื่อถือของหลักฐานจากแต่ละแหล่งได้
- **คาดการณ์ล่วงหน้าได้** คาดการณ์ได้ว่าจะมีการกระทำสิ่งใดเกิดขึ้นต่อไป รู้จักพิจารณาว่าการตัดสินใจแต่ละเรื่องสะท้อนคุณค่าและเป้าหมายของตนเองอย่างไร ตระหนักถึงในความรับผิดชอบของตนเองและผู้อื่น ประเมินผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นได้
- **ลงมือปฏิบัติ** ตัดสินเลือกทำในสิ่งที่รู้สึกเป็นบวกและมีประโยชน์ เปลี่ยนนิสัยการใช้ดิจิทัลที่ติดต่อสุขภาพกายใจ รู้จักขอความช่วยเหลือเมื่อจำเป็น รู้จักต่อสู้เรียกร้องและสนับสนุนเคียงข้างผู้อื่น

รากฐานสำคัญของหลักสูตรพลเมืองดิจิทัลของคอมมอนเซนส์

นอกจากใช้แนวทางการพัฒนาคุณลักษณะหรืออุปนิสัยแล้ว ฐานสำคัญ 2 ประการของหลักสูตรคอมมอนเซนส์ ได้แก่ แนวคิดวงแหวนแห่งความรับผิดชอบ และรูปแบบการเรียนการสอนที่มีประสิทธิภาพ ฐานทั้งหมดนี้ฝังสานอยู่ในทุกบทเรียน สำหรับเด็กทุกชั้น

1. วงแหวนแห่งความรับผิดชอบ (Rings of Responsibility)

วงแหวนแห่งความรับผิดชอบ คือนิสัยและพฤติกรรมการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลส่งผลกระทบต่อตัวเรา เพื่อน ครอบครัว ชุมชนของเรา และคนที่เราไม่รู้จักรักทั่วโลก วงแหวนแห่งความรับผิดชอบมี 3 ชั้น ชั้นในสุดคือ ความรับผิดชอบต่อตนเอง (Self) หมายถึง ไม่ว่าจะกระทำการใด ๆ บนโลกออนไลน์ นักเรียนจะต้องรับผิดชอบต่อตนเอง เช่น รักษาความปลอดภัยของข้อมูลตนเอง รักษาสุขภาพของตนเอง รักษาชื่อเสียงของตนเอง ชั้นตรงกลางคือ ความรับผิดชอบต่อชุมชนหรือคนรอบข้าง นักเรียนต้อง

รับผิดชอบต่อเพื่อน ครอบครัว และคนรอบข้าง เช่น



ไม่เปิดเผยข้อมูลส่วนตัวผู้อื่น ไม่โพสต์สิ่งที่กระทบต่อผู้อื่นในทางเสียหาย ฯลฯ และชั้นนอกสุด สังคมระดับกว้างและสังคมโลก นักเรียนจะต้องรับผิดชอบต่อสังคม โดยเคารพกฎกติกาบนโลกออนไลน์ ไม่ใช้ความรุนแรงกับผู้อื่นและกล่าปกป้องผู้ที่ถูกใช้ความรุนแรง รู้จักอ้างอิงและระบุแหล่งที่มาของข้อมูลที่ตนเองโพสต์เพื่อให้เกียรติแก่เจ้าของผลงาน ไม่ลอกงานของคนอื่น ฯลฯ

วงแหวนแห่งความรับผิดชอบเป็นเหมือนกรอบแนวทางการใช้ชีวิตให้นักเรียนบนโลกออนไลน์ เพื่อให้พวกเขาใช้เป็นแนวทางในการกำกับและทบทวนตัวเองว่าได้ปฏิบัติตนเป็นพลเมืองดิจิทัลที่ดีแล้วหรือไม่

2. รูปแบบการเรียนการสอนที่มีประสิทธิภาพ

ประกอบด้วยการฝึกคิดเป็นกิจวัตร กิจกรรมการเรียนรู้ผ่านสถานการณ์จริง และสถานการณ์ที่ตัดสินใจได้ยากบนโลกดิจิทัล รูปแบบการเรียนการสอนทั้งสามนี้จะผสมผสานอยู่ในบทเรียนสำหรับเด็กทุกระดับชั้น

- ฝึกคิดและใคร่ครวญเป็นกิจวัตร ในการสอนแต่ละครั้ง ครูจะให้ผู้เรียนได้ทำกิจกรรมสั้น ๆ ง่าย ๆ ที่ช่วยส่งเสริมการคิดวิเคราะห์เกี่ยวกับสถานการณ์หรือประเด็นต่าง ๆ เป้าหมายหลักคือบ่มเพาะนิสัยให้นักเรียนขาลง รู้จักหยุด และคิด ก่อนกระทำการใด ๆ บนโลกออนไลน์ เช่น ฝึกยืนหยัดเพื่อความถูกต้อง ฝึกยืนเคียงข้างเป็นพันธมิตรกับผู้อื่น เมื่อมีการบูลลี่หรือใช้ความรุนแรงบนโลกออนไลน์ ฝึกใคร่ครวญก่อนสมัครสมาชิกเว็บไซต์ใด ๆ และฝึกตัดสินใจอย่างรอบคอบว่าควรจะแชร์ภาพที่มีรูปเพื่อน ๆ อยู่ในนั้นหรือไม่ นอกจากนี้ การฝึกคิดและใคร่ครวญยังช่วยให้นักเรียนไวต่อการรับรู้ (Sensitivity) สัญญาณความรู้สึกของตนเอง โดยเฉพาะความรู้สึกด้านลบ เช่น กังวล กลัว เครียด อึดอัด เมื่อเข้าใจความรู้สึกของตนเองแล้ว จึงค่อยใคร่ครวญและตัดสินใจอย่างระมัดระวัง
- กิจกรรมเพื่อการเรียนรู้ผ่านสถานการณ์จริง หลายบทเรียนของหลักสูตรนี้จะให้สถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของนักเรียน เพื่อฝึกให้นักเรียนรู้จักทำความเข้าใจประเด็นต่าง ๆ จากมุมมองที่หลากหลาย และคาดการณ์ได้ว่าการกระทำแต่ละอย่างส่งผลอย่างไร

- สถานการณ์ที่ตัดสินใจได้ยากบนโลกดิจิทัล เด็กและวัยรุ่นมักจะต้องเผชิญปัญหาหลายอย่างที่ไม่แน่ใจว่าจะทำอะไร ไม่มีคำตอบชัดเจนว่าอะไรคือถูกอะไรคือผิด กิจกรรมการเรียนรู้ของหลักสูตรคอมมอนเซนส์ช่วยให้เด็กเข้าใจสถานการณ์ที่ยากเหล่านี้ เพื่อพัฒนาคุณลักษณะในการเป็นพลเมืองดิจิทัลที่ดี สถานการณ์หรือปัญหาที่ตัดสินใจได้ยากนี้แบ่งได้ 4 ประเด็น
 - สถานการณ์ระดับบุคคล
 - สถานการณ์ทางศีลธรรม
 - สถานการณ์ทางจริยธรรม
 - สถานการณ์ทางสังคม การเมือง และความยุติธรรม

เนื้อหาหลักสูตร

หลักสูตรคอมมอนเซนส์ออกแบบมาสำหรับเด็กตั้งแต่อนุบาลถึงชั้นมัธยมปลาย ประกอบด้วย 6 หมวดดังนี้

1) หมวดการรักษาสมดุลและสุขภาพกายใจ

เป้าหมายของหมวดนี้คือเพื่อให้นักเรียนรู้จักใช้สื่อดิจิทัลโดยคำนึงถึงสุขภาพและไม่ใช้จนเกิดความไม่สมดุลกับกิจกรรมอื่น ๆ ในชีวิต ทุกวันนี้คนใช้เวลากับหน้าจอมากกว่าอย่างอื่น มือถือ เว็บไซต์ แอปพลิเคชัน ฯลฯ ต่างถูกตั้งใจออกแบบมาโดยวิศวกรและผู้เชี่ยวชาญเพื่อให้คนติดและหยุดเสพไม่ได้ เช่น การทำให้เราเลื่อนหน้าจอดูเนื้อหาต่าง ๆ ไปได้เรื่อย ๆ กว่าเราจะรู้ตัวเวลาก็ผ่านไปหลายชั่วโมงแล้ว บริษัทที่ผลิตสื่อ

เหล่านี้หาทางให้คนเสพติดและใช้เวลาบนสื่อของตนมากขึ้นเรื่อย ๆ เพราะหมายถึงเขาสามารถหาเงินมากขึ้น หรือผู้ใช้บางคนก็ผูกคุณค่าตนเองกับยอดคลิกไลก์หรือคอมเมนต์บนโซเชียลมีเดีย เป็นต้น

- คำถามสำคัญที่ช่วยในการใคร่ครวญ: ฉันจะใช้เวลาบนหน้าจออย่างไรประโยชน์ได้อย่างไร
- ให้นักเรียนศึกษาผลกระทบที่สื่อดิจิทัลมีต่อสุขภาพกายใจและความสัมพันธ์ของตนเอง รวมทั้งเรียนรู้วิธีการควบคุมในการใช้สื่อดิจิทัล

2) ความเป็นส่วนตัวและความปลอดภัย (Privacy and Security)

หมวดนี้ครอบคลุมแง่มุมสองประการ คือ ความเป็นส่วนตัวในด้านข้อมูล และผลกระทบของการเปิดเผยความเป็นส่วนตัวซึ่งส่งผลกระทบต่อรอยเท้าบนโลกดิจิทัล (Digital Footprints) และชื่อเสียง มีเป้าหมายเพื่อคุ้มครองเด็กจากความเสี่ยงที่จะเปิดเผยข้อมูลสำคัญของตนเอง ให้เด็กรู้ว่าข้อมูลของเราถูกบันทึกไว้บนอุปกรณ์ดิจิทัลและอินเทอร์เน็ต ไม่ว่าจะผ่านการสมัครเว็บไซต์ต่าง ๆ การสั่งซื้อสินค้าออนไลน์ หรือการแชร์บนโซเชียล เด็กจำเป็นต้องได้เรียนรู้ว่าจะปกป้องและรักษาความปลอดภัยบนโลกออนไลน์ของตนได้อย่างไรตั้งแต่อายุยังน้อย ๆ เพื่อจะนำติดตัวไปใช้เมื่อโตขึ้น

- คำถามสำคัญที่ช่วยในการใคร่ครวญ: ฉันจะเก็บข้อมูลส่วนตัวให้ปลอดภัยได้อย่างไร
- นักเรียนจะได้เรียนรู้ว่าข้อมูลส่วนบุคคลกับข้อมูลลับต่างกันอย่างไร มีความเสี่ยงอย่างไรถ้าจะแชร์ข้อมูลเหล่านี้บนออนไลน์ และการแชร์ข้อมูลที่ดีและปลอดภัยแก่ความเป็นส่วนตัวของตนเองนั้นมีประโยชน์อย่างไร เช่น การแชร์ประสบการณ์การเรียนรู้ของตนเอง เป็นต้น

3) หมวดย่อยเท้าและอัตลักษณ์บนโลกดิจิทัล (Digital Footprint and Identity)

สิ่งสำคัญสำหรับวัยรุ่นคือการค้นหาตนเองและการแสดงออกถึงตัวตน ทุกวันนี้เด็กแสดงออกและบันทึกความเป็นไปของชีวิตผ่านสื่อดิจิทัล เด็กเล็กอาจค้นหาอัตลักษณ์ของตนเองผ่านเนื้อหาของสิ่งที่เสพและการเลือกรูปโปรไฟล์เมื่อเล่นเกมออนไลน์ เด็กที่โตขึ้นมาหน่อยอาจจะถ่ายรูปเซลฟี่และโพสต์ให้คนอื่นเห็น วัยรุ่นอาจบันทึกเรื่องราวผ่านวิดีโอหรือไลฟ์บนโซเชียล ทุกอย่างนี้คือรอยเท้าดิจิทัลหรือร่องรอยการทำกิจกรรมออนไลน์ของแต่ละคน

ในด้านดี สื่อดิจิทัลช่วยให้เด็กได้แสดงออกถึงตัวตนและทำสิ่งที่สร้างสรรค์ ตัวอย่างเช่น วัยรุ่นสามารถโพสต์ผลงานศิลปะของตนเองให้คนอื่นเห็นได้ นี่เป็นกระบวนการหนึ่งซึ่งช่วยให้เด็กค้นพบว่าตนคือใครและสื่อสารอัตลักษณ์ของตนได้ แต่อีกด้านหนึ่งเด็กหลายคนอาจจะรู้สึกกดดันเพราะต้องโพสต์เฉพาะสิ่งที่คนอื่นชอบเท่านั้น วัยรุ่นจึงมักมีหลายแอคเคานต์ในแต่ละแพลตฟอร์ม (หรือที่เรียกว่า แอคหลุมหรือแอคปลอม) เพื่อจะได้โพสต์เรื่องราวต่าง ๆ ได้โดยคนรู้จักอาจจะไม่เห็น และพ่อแม่ส่วนใหญ่ไม่รู้ว่ามีแอคเคานต์เหล่านี้

ทุกอย่างที่ถูกโพสต์บนโลกออนไลน์สามารถสืบค้น ทำซ้ำได้ ถูกส่งต่อและขยายวงไปได้เรื่อย ๆ ถ้าในอดีตเด็กเคยโพสต์รูปที่มีเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือโพสต์คำที่มีลักษณะสร้างความเกลียดชัง (Hate Speech) มันสามารถส่งผลถึงปัจจุบันและอนาคตได้ มีหลายกรณีที่คนโพสต์พลาดการได้รับการคัดเลือกเรียนต่อ พลาดทุนการศึกษา หรือพลาดโอกาสทางการงาน ที่สำคัญคือเราไม่สามารถควบคุมรอยเท้าดิจิทัลได้เสมอไป แม้ตนเองไม่โพสต์แต่เพื่อนก็อาจถ่ายภาพของเราไว้และโพสต์รูปนั้นแทน

- คำถามสำคัญที่ช่วยในการใคร่ครวญ: ฉันจะรับผิดชอบต่อตัวตนและอัตลักษณ์บนโลกออนไลน์ของฉันได้อย่างไร
- นักเรียนพิจารณาประโยชน์และความเสี่ยงของการแชร์บนโลกออนไลน์ และค้นคว้าว่าการแสดงออกในพื้นที่ดิจิทัลส่งผลกระทบต่อความเป็นตัวตน ชื่อเสียง และความสัมพันธ์ของพวกเขาอย่างไร

4) หมวดความสัมพันธ์และการสื่อสาร (Relationship and Communication)

ความสัมพันธ์กับเพื่อนและคนรักสำคัญสำหรับวัยรุ่นมาก ในแง่ดีคือสื่อดิจิทัลช่วยให้วัยรุ่นรู้สึกว่าได้ใกล้ชิดกับเพื่อนและครอบครัวมากขึ้น แต่ในขณะเดียวกันก็มีปัญหาเรื่องการใช้เวลาออนไลน์มากเกินไป ทั้งยังมีความเสี่ยงในการส่งข้อความทางเพศ (Sexting) หรือภาพห่าม ๆ เนื่องจากการทำหายของเพื่อนหรือเพื่อให้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม การจะป้องกันสิ่งเหล่านี้ ผู้ใหญ่จำเป็นต้องเข้าใจแรงขับของพฤติกรรมและใช้ยุทธศาสตร์ที่เหมาะสมกับวัย แคบอกเด็กว่า “อย่าทำ” มักแก้ปัญหาไม่ได้จริง การชวนเด็กพูดคุยจะได้ผลมากกว่า

- คำถามสำคัญที่ช่วยในการใคร่ครวญ: ฉันจะสร้างความสัมพันธ์ที่ดีได้อย่างไร
- ให้นักเรียนศึกษาประโยชน์และโทษที่สื่อดิจิทัลมีต่อความสัมพันธ์ ทำความเข้าใจกับพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ บนโลกออนไลน์ เช่น การแชร์ข้อมูลส่วนตัวมากเกินไป การส่งข้อความทางเพศ เป็นต้น การมีขอบเขตที่เหมาะสมกับเพื่อนสนิท และการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี

5) หมวดการกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์ ความขัดแย้งบนโลกดิจิทัลและ ข้อความสร้างความเกลียดชัง (Cyberbullying, Digital Drama, และ Hate Speech)

การกลั่นแกล้งบนโลกออนไลน์หรือไซเบอร์บูลลี่คือการสร้างความอับอาย ทำร้าย และทำให้ผู้อื่นเป็นทุกข์ โดยใช้เครื่องมือดิจิทัล เว็บไซต์ และแอปพลิเคชัน (James, Weinstein, & Mendoza, 2019, p. 32) คนที่ถูกกลั่นแกล้งมักรู้สึกเศร้า เสียใจ โกรธ และหงุดหงิด ไม่เพียงเท่านั้นยังส่งผลกระทบต่อความนับถือตนเอง ส่งผลไปถึง ปัญหาครอบครัว การเรียน การใช้ความรุนแรงในโรงเรียน หรืออาจนำไปสู่ความคิดฆ่าตัวตาย

นอกจากไซเบอร์บูลลี่แล้ว ปัญหาการใช้ถ้อยคำเพื่อสร้างความเกลียดชัง (Hate Speech) ยังรุนแรงมากขึ้นเช่นกัน เด็กและคนหนุ่มสาวต้องพบเห็นเนื้อหาเกี่ยวกับการเหยียดชาติพันธุ์ กลุ่มคนต่างศาสนา เหยียดเพศ การเกลียดกลัวคนข้ามเพศและรักเพศเดียวกัน หรือการสร้างคามเกลียดชังแก่คนที่มีอุดมการณ์ทางการเมืองต่างกันไป ฯลฯ มากขึ้นเรื่อย ๆ

- คำถามสำคัญที่ช่วยในการใคร่ครวญ: ทำอย่างไรฉันจึงจะสื่อสารบนโลกออนไลน์ได้อย่างมีน้ำใจ เคารพผู้อื่น และมีมารยาท
- ให้นักเรียนศึกษาว่าจะสื่อสารและปฏิบัติกับผู้อื่นบนโลกออนไลน์อย่างไร นักเรียนจะได้เรียนรู้ว่ายินยัดและเป็นพันธมิตรกับผู้อื่นได้อย่างไร และเรียนรู้วิธีการต่อสู้กับการใช้ความรุนแรงบนโลกออนไลน์และการสร้างชุมชนออนไลน์ที่เกื้อกูลกัน

6) หมวดความรู้ความเข้าใจข่าวและสื่อ (News and Media Literacy)

ในหมวดนี้นักเรียนจะได้ฝึกทักษะการวิเคราะห์ประเมินสารจากสื่อ และฝึกทักษะการสร้างสื่อด้วยตนเอง ประเด็นเรียนรู้ในหมวดนี้ ได้แก่ ความเข้าใจสื่อ ความเข้าใจข่าว ความเข้าใจเรื่องลิขสิทธิ์และการใช้โดยชอบธรรม (Fair Use) โดยเน้นให้เด็กมีความรับผิดชอบทั้งในฐานะผู้บริโภคสื่อและผู้สร้างสรรค์สื่อ ในโลกที่ข้อมูลท่วมท้นเช่นนี้ ทักษะสำคัญที่เด็กจำเป็นต้องมีคือการบอกได้ว่าสื่อหรือข้อมูลใดน่าเชื่อถือ แยกแยะได้ว่าเนื้อหาใดคือข่าวลวง รวมถึงรู้ทันอคติและความลำเอียงของสื่อหรือองค์กรที่ผลิตเนื้อหานั้น ๆ และระมัดระวังการแชร์ข่าวสารบนช่องทางของตนเอง

ในหมวดนี้เด็กควรจะได้เรียนรู้เบื้องหลังอุตสาหกรรมสื่อว่าข่าวหรือสื่อต่าง ๆ เกิดขึ้นได้อย่างไร ผลิตโดยใคร สนับสนุนโดยใคร และอยู่รอดได้อย่างไร เพราะทุกวันนี้สื่อส่วนใหญ่อาศัยโฆษณาเพื่อหารายได้ เด็กจึงจำเป็นต้องเข้าใจว่าพื้นที่อันซับซ้อนนี้เป็นอย่างไร สื่อและโฆษณามุ่งหาประโยชน์จากผู้บริโภค รวมถึงเด็กด้วยอย่างไร นอกจากนี้ เด็กควรจะได้เรียนรู้เพื่อเท่าทันอคติและการเหมารวมที่ปรากฏในโฆษณาต่าง ๆ และเข้าใจแรงจูงใจของนักการตลาดด้วย และไม่เพียงเพื่อเพิ่มทักษะการเป็นผู้บริโภคที่มีคุณภาพเท่านั้น แต่หลักสูตรนี้ยังส่งเสริมให้เด็กเป็นผู้ผลิตสื่อออนไลน์ที่รับผิดชอบและมีจริยธรรม

- คำถามสำคัญที่ช่วยในการวิเคราะห์: ทำอย่างไรฉันจึงจะสามารถวิเคราะห์สิ่งที่ฉันเห็นและสิ่งที่ฉันสร้างได้
- นักเรียนได้พัฒนาทักษะการวิเคราะห์ความน่าเชื่อถือของข่าวและแหล่งข้อมูล และเข้าใจความรับผิดชอบของตนทั้งในฐานะผู้ผลิตสื่อและผู้รับสื่อ

โรงเรียนจะนำหลักสูตรพลเมืองดิจิทัลไปใช้อย่างไร

องค์กร Common Sense Education ตระหนักว่าไม่มีหลักสูตรครอบคลุมจักรวาลที่สามารถใช้ได้กับทุกโรงเรียน เพราะแต่ละพื้นที่มีความต่างกัน หลักสูตรนี้จึงมีความยืดหยุ่นสูงมาก และสามารถสอนได้แม้แต่ในโรงเรียนที่มีข้อจำกัดด้านเทคโนโลยี โรงเรียนอาจจะนำบทเรียนไปผสมกับวิชาอื่น ๆ ก็ได้ เช่น สังคมศึกษา หน้าที่พลเมือง วรรณกรรมวิจารณ์ ฯลฯ และสิ่งที่ถ่ายถอดเนื้อหาของหลักสูตรไม่จำเป็นต้องเป็นครูหรือนักการศึกษาเท่านั้น แต่องค์กร หน่วยงาน สถาบัน หรือบุคคลในสาขาอาชีพอื่น ๆ สามารถกระจายแนวคิดนี้ไปได้เช่นกัน เช่น บรรณารักษ์ห้องสมุด จิตแพทย์ ห้องแนะแนว นักให้คำปรึกษา ผู้ทำงานด้านสุขภาพ ฯลฯ รวมถึงผู้ปกครองด้วย และหากจะให้เกิดผลดี คนที่ทำงานด้านการศึกษาไม่ว่าจะในสาขาวิชาใดควรได้รับการอบรมในเรื่องหน้าที่พลเมืองดิจิทัล เพื่อจะได้นำไปผสมผสานกับเนื้อหาที่ตนสอนได้ เนื่องจากชีวิตของนักเรียนนักศึกษาทุกวันนี้ไม่อาจแยกขาดจากเทคโนโลยีได้เลย

โดยสรุป หลักสูตรนี้ส่งเสริมทักษะและคุณลักษณะของเด็กและวัยรุ่นให้สามารถคิดและกระทำการในฐานะพลเมืองดิจิทัลที่ดีโดยการใช้กรอบแนวคิดวงแหวนแห่งความรับผิดชอบ เพื่อให้นักเรียนรู้จักวิเคราะห์ผลกระทบของการกระทำของตนที่มีต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อสังคม และใช้รูปแบบการเรียนการสอนซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมการฝึกคิดเป็นกิจวัตร การเรียนรู้ผ่านสถานการณ์จริง และสถานการณ์ที่ตัดสินใจได้ยาก เพื่อให้เด็กนักเรียนมีทักษะความสามารถและมีคุณลักษณะที่จำเป็น ได้แก่ การเข้าถึง การรู้จักค้นหามุมมองที่แตกต่างหลากหลาย การค้นหาข้อเท็จจริงและหลักฐาน การคาดการณ์ผลกระทบของแต่ละทางเลือก และการลงมือทำ คุณลักษณะและความสามารถเหล่านี้จะเป็นฐานให้นักเรียนตัดสินใจได้อย่างรอบคอบและคิดก่อนกระทำการใด ๆ บนโลกออนไลน์¹

¹ ดาวันโพลด์แผนการเรียนการสอนของคอมมอนเซนส์สำหรับนักเรียนทุกระดับชั้นได้ที่ <https://www.common sense.org/education/digital-citizenship>

การศึกษาด้านเทคโนโลยีสารสนเทศของฟินแลนด์

ฟินแลนด์ใช้แนวคิดการศึกษาสำหรับพลเมืองโลกมาตั้งแต่ช่วงทศวรรษที่ 70 แต่ขึ้นอยู่กับการใช้ของโรงเรียนและครู จนกระทั่งคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติปฏิรูปการศึกษาได้จัดทำโครงการในฐานะพลเมืองโลกในฟินแลนด์ (As a Global Citizen in Finland) เมื่อปี ค.ศ. 2011 และพัฒนาเป็นหลักสูตรการศึกษาแห่งชาติในปี ค.ศ. 2016 โดยพื้นฐานสำคัญคือการปรับตัวกับโลกาภิวัตน์และการสร้างอนาคตที่ยั่งยืนท่ามกลางความซับซ้อนของโลกนี้ ครู นักเรียน ผู้เชี่ยวชาญ และผู้คนจากสาขาอาชีพต่าง ๆ ช่วยกันระดมความคิดเห็นจนได้ข้อสรุปว่าพลเมืองโลกควรมีสมรรถนะใน 6 ด้าน ดังต่อไปนี้

- **จริยธรรมของพลเมืองโลก (Global Citizen's Ethics)** เพราะโลกนี้ยังมีปัญหาความไม่เป็นธรรม ปัญหาสิ่งแวดล้อม และอื่น ๆ ผู้เรียนที่เป็นพลเมืองโลกจะต้องมีความสามารถในการวิเคราะห์ควบคู่ไปกับการมีคุณธรรม
- **ความสามารถในการทำงานข้ามวัฒนธรรม (Intercultural Competence)** นักเรียนจะได้รับการส่งเสริมให้สร้างอัตลักษณ์ที่ปรับเปลี่ยนได้เสมอเพราะสังคมเต็มไปด้วยความหลากหลายทางอัตลักษณ์ เช่น ด้านวัฒนธรรม ภาษาชาติพันธุ์ เพศ สปีชี และนักเรียนจะได้ฝึกมองสิ่งต่าง ๆ ด้วยมุมมองที่แตกต่างหลากหลาย
- **วิถีชีวิตที่ยั่งยืน (Sustainable Lifestyle)** นักเรียนจะได้เรียนรู้วิถีชีวิตที่เรียบง่ายและการรู้จักแบ่งปัน ได้เรียนรู้ที่จะเป็นผู้บริโภคที่มีจิตสำนึก ได้ใคร่ครวญว่าจะเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของตนเองอย่างไรเพื่อให้ธรรมชาติยังคงอยู่ ได้เรียนรู้ปัญหาและมีส่วนร่วมในการทำหน้าที่ฟื้นฟูปกป้องสิ่งแวดล้อมในฐานะพลเมืองโลก
- **ศักยภาพการเป็นพลเมืองโลก (Civic Competence)** นักเรียนจะได้

มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ ได้เรียนรู้การเป็นพลเมืองโลกที่มีคุณภาพ และเติบโตไปเป็นคนที่แสวงหาความยุติธรรมและสันติภาพ จะได้เรียนรู้เรื่องความเท่าเทียมทางเศรษฐกิจ ทางสังคม และทางเพศ จะได้ฝึกคิด ฝึกสร้างความรู้ ฝึกวิเคราะห์วิจารณ์ และแสดงความคิดเห็น จะได้เรียนรู้ที่จะเผชิญหน้าและแก้ปัญหาความขัดแย้ง ได้ฝึกใกล้ชิด ได้ลองเป็น อาสาสมัคร ฯลฯ

- **หน้าที่รับผิดชอบและการร่วมมือกันในระดับโลก (Global Responsibility and Partnerships)** หน้าที่ของพลเมืองโลกคือสร้างอนาคตที่ดี และยั่งยืน และมุ่งมั่นในการแก้ปัญหาของโลกนี้ กล่าวคือ เด็กจะได้เรียนรู้ถึงความไม่เป็นธรรมและความไม่เท่าเทียมที่เกิดขึ้นในพื้นที่ต่าง ๆ ของโลก และเรียนรู้แนวทางการแก้ปัญหาด้วยการร่วมมือระหว่างประเทศ
- **ความรู้ความสามารถด้านเศรษฐกิจ (Economic Competence)** เด็กจะได้เรียนรู้การเป็นผู้บริโภคที่มีจิตสำนึกด้านสิ่งแวดล้อมและรู้จักการค้าที่เป็นธรรม (Finnish National Board of Education, 2011)

ในฟินแลนด์การจัดการศึกษาเพื่อความรู้ความเข้าใจด้านสื่อและข้อมูลข่าวสารถูกจัดอยู่ภายใต้หมวดศักยภาพในการเป็นพลเมืองโลก ในช่วงปี ค.ศ. 2013-2016 ฟินแลนด์มีนโยบายเพื่อจัดการศึกษาด้านสื่อโดยมีเป้าหมายหลัก 4 ประการ ดังนี้

- ถือเอาเด็กและวัยรุ่นเป็นศูนย์กลาง และจัดการศึกษาที่มีคุณภาพสูง
- มีระบบโครงสร้างที่สนับสนุนความรู้ด้านสื่อ เช่น การออกกฎหมาย มีการสนับสนุนด้านการเงิน มีการส่งเสริมระดับท้องถิ่นและระดับชาติ
- สร้างความร่วมมือและเครือข่ายผู้ที่เกี่ยวข้อง
- มีบทบาทในการศึกษาด้านสื่อระดับโลก

สิ่งสำคัญที่ทำให้การศึกษาของฟินแลนด์ก้าวหน้าคือการทำงานอย่างเป็น
องค์รวม ไม่ใช่แค่ให้โรงเรียนมีหน้าที่ด้านการจัดการเรียนรู้ แต่ทุกภาคส่วนในสังคม
ต่างให้ความร่วมมือกัน การศึกษาด้านสื่อและสารสนเทศเช่นกัน และมีหลายองค์กร
และหน่วยงานร่วมมือกัน ทั้งรัฐบาล องค์กรเอกชน และประชาชน เช่น สมาคม
ห้องสมุดจัดพื้นที่การเรียนรู้ด้านสื่อ องค์กรเด็กและเยาวชนก็ส่งเสริมความรู้ด้านนี้
หน่วยงานรัฐทำหน้าที่พัฒนาและปรับปรุงหลักสูตร สนับสนุนการศึกษาวิจัยจัด
สัมมนาวิชาการ เป็นต้น (National Audiovisual Institute, Finland, 2019)
ไม่เพียงเท่านั้นยังมีหน่วยงานที่ส่งเสริมการดูแลสุขภาพกายใจที่เกี่ยวข้องกับการ
ใช้สื่อ หน่วยงานที่ทำงานเรื่องการรู้เท่าทันสื่อ การป้องกันแก๊งโซเชียลมีเดีย บุคลากร
ทางสังคมก็ได้รับการฝึกอบรมเรื่องการส่งเสริมความปลอดภัยบนโลกออนไลน์ให้แก่
เด็กและเยาวชน การทำงานแบบองค์รวมทำให้ฟินแลนด์ไม่มีบทเรียนหรือหลักสูตร
ที่สอนวิชานี้โดยเฉพาะ แต่สิ่งแวดล้อมทุกอย่างในทุกะบบของประเทศล้วนเป็น
ไปเพื่อเอื้อให้เด็กเติบโตเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพทั้งในโลกจริงและโลกเสมือนจริง

หลักสูตรพลเมืองดิจิทัลของนิวซีแลนด์

องค์กรพัฒนาเอกชนนิวซีแลนด์ชื่อ NetSafe พัฒนาหลักสูตรพลเมืองดิจิทัลขึ้นมา
โดยมีเป้าหมายเพื่อพัฒนาพลเมืองใน 4 ด้าน ได้แก่ ทักษะ ทักษะคิด ความรู้ และ
ความเข้าใจ

NetSafe นิยามว่าพลเมืองดิจิทัลคือคนที่มีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี
สารสนเทศ รู้จักใช้เทคโนโลยีเข้าร่วมกิจกรรมทางการศึกษา วัฒนธรรม และ
เศรษฐกิจ สามารถใช้ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณบนโลกไซเบอร์ได้ มีความรู้
ในการใช้ภาษา สัญลักษณ์ และข้อความในทางเทคโนโลยีดิจิทัล ตระหนักถึงปัญหา

เกี่ยวกับเทคโนโลยีและสามารถจัดการได้ รู้จักใช้เทคโนโลยีเพื่อสัมพันธ์กับผู้อื่น
ในเชิงบวกและเป็นประโยชน์ มีความซื่อสัตย์และมีจริยธรรมในการใช้เทคโนโลยี
เคารพความเป็นส่วนตัวและเสรีภาพในการแสดงออก และสนับสนุนส่งเสริมคุณค่า
ของการเป็นพลเมืองดิจิทัลที่ดี

หลักสูตรของนิวิซีแลนด์ออกแบบมาเพื่อให้เยาวชนมีความรู้ ทักษะ และมี
ค่านิยมซึ่งจะช่วยบ่มเพาะให้เขากลายเป็นพลเมืองที่ประสบความสำเร็จ



แผนผัง นิยามความเป็นพลเมืองดิจิทัล

ที่มา: NetSafe, 2008

โดยสรุป พลเมืองดิจิทัลจะต้องมีทักษะดังนี้

- ทักษะความรู้ในการใช้เทคโนโลยีเพื่อสื่อสาร เชื่อมโยง ร่วมมือ และสร้างสรรค์
- ทักษะคิดที่เห็นคุณค่าของการสัมพันธ์กับผู้อื่นในทางบวกและข้อสัตย์
- ความรู้ความเข้าใจในด้านสิ่งแวดล้อมบนโลกดิจิทัลและรู้จักจัดการทั้งพื้นที่ออนไลน์และออฟไลน์

เมื่อมีความเชี่ยวชาญด้านดิจิทัลดังกล่าวข้างต้นแล้ว ก็จะสามารถมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งทางสังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรม การเมือง ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และก่อให้เกิดความก้าวหน้าแก่ชีวิตของตนเองหลักสูตรของ NetSafe ออกแบบมาให้ความยืดหยุ่นเพื่อที่โรงเรียนจะนำไปปรับใช้ให้เหมาะสม เนื้อหาหลักมีทั้งหมด 4 หมวดหมู่ (ความเข้าใจด้านพลเมืองดิจิทัล ความปลอดภัยบนโลกไซเบอร์ ความเข้าใจกฎหมายลิขสิทธิ์ และการเป็นพลเมืองดิจิทัลเมื่ออยู่ที่บ้าน) แต่ละหมวดหมู่ใช้เวลาสอนประมาณ 4 สัปดาห์ NetSafe ได้รับการสนับสนุนจากรัฐบาลให้ผลิตคู่มือจัดการเรียนการสอนด้านพลเมืองดิจิทัลให้แก่โรงเรียนทุกระดับชั้น (NetSafe, 2008, p. 11-12)²

² สามารถดาวน์โหลดหลักสูตรได้จากเว็บไซต์ <http://www.netsafe.org.nz/the-kit/>

บันทึก

Blank lined paper for writing.

บ้านทึก



ในห้วงเวลาที่โลกปั่นป่วนเช่นนี้
สิ่งเดียวที่ดูจะรักษาจิตใจของเราเอาไว้ได้
คือ “การสร้างวัฒนธรรมการศึกษาขึ้นใหม่”

และนั่นคือการศึกษาเพื่อเผชิญสภาวะวิกฤต
ที่รอคอยมนุษยอยู่
คือการศึกษาที่จะทำให้ผู้เรียนตื่นรู้ กล้าหาญ
และมีปัญญาในการดำรงชีวิต
คือการศึกษาที่ทำให้ผู้เรียนรัก เข้าอกเข้าใจ
เห็นคุณค่าความเป็นมนุษย์
การศึกษาเช่นนี้โอบอุ้มทุกมิติของชีวิตมนุษย์
ไม่ว่าจะเป็นการใช้ห้วงคิดวิเคราะห์ การใช้ใจรับรู้ความรู้สึก
และการเรียนรู้ที่จะมีสติผ่านร่างกาย
การศึกษาเช่นนี้คือการศึกษาที่มีจิตวิญญาณ
เปลี่ยนแปลงทั้งผู้เรียน ผู้สอน หรือแม้แต่สังคม
และสรรพสิ่งที่โอบอุ้มทุกชีวิตในโลกนี้ไว้ด้วยกัน