ไตรสิกขา: กระบวนทัศน์ใหม่ของการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้*

THE THREEFOLD TRAINING (TRISIKKHĀ): A NEW PARADIGM FOR INSTRUCTIONAL ACTIVITY DESIGN

พระอธิการจำเป็น อองราช[1], รวีโรจน์ ศรีคำภา[2] และ เกรียงศักดิ์ ฟองคำ[3]

PhraAdhikarn Jamphen Aongrahch[1], Raweerose Sricompa[2] and Kriangsak Fongkham[3]

[1-3]บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตแพร่

[1-3]Graduate Studies Mahachulalongkornrajavidyalaya University Phrae Campus, Thailand

Corresponding Author's Email: drjampen555@gmail.com

วันที่รับบทความ : 1 มิถุนายน 2569; วันแก้ไขบทความ 3 มิถุนายน 2569; วันตอบรับบทความ : 5 มิถุนายน 2569

Received 1 June 2026; Revised 3 June 2026; Accepted 5 June 2026

บทคัดย่อ

บทความนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอแนวคิดเกี่ยวกับไตรสิกขา กระบวนทัศน์ใหม่ของการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ โดยศึกษาการประยุกต์ใช้หลักไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา ให้เป็นกรอบแนวคิดในการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ในบริบทการศึกษาร่วมสมัย อันเนื่องมาจากกระบวนทัศน์การศึกษาที่มุ่งเน้นผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการเป็นสำคัญ ส่งผลให้การพัฒนาด้านพฤติกรรม คุณธรรม จิตใจ และการรู้เท่าทันตนเองถูกแยกออกจากกระบวนการเรียนรู้หลัก การศึกษาครั้งนี้ใช้วิธีการวิเคราะห์เชิงเอกสารและสังเคราะห์องค์ความรู้จากหลักพุทธธรรมและแนวคิดด้านการออกแบบการเรียนรู้สมัยใหม่ เพื่ออธิบายศักยภาพของไตรสิกขาในการพัฒนาผู้เรียนอย่างเป็นองค์รวม

บทความนี้ชี้ให้เห็น (1) ไตรสิกขาไม่ควรถูกมองเป็นเพียงเนื้อหาคุณธรรมที่นำมาสอดแทรกในการเรียนการสอน แต่สามารถทำหน้าที่เป็นโครงสร้างพื้นฐานของการออกแบบ

Citation:

*พระอธิการจำเป็น อองราช, รวีโรจน์ ศรีคำภา และ เกรียงศักดิ์ ฟองคำ. (2569). ไตรสิกขา: กระบวนทัศน์ใหม่ของการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้. วารสารสหศาสตร์การพัฒนาสังคม, 4(4), 1378-1394.

Phraadhikarn Jamphen Aongrahch, Raweerose Sricompa and Kriangsak Fongkham. (2026). The Threefold Training (Trisikkhā): A New Paradigm For Instructional Activity Design. Journal of Interdisciplinary Social Development, 4(4), 1378-1394.;

DOI: https://doi.org/10.

Website: https://so12.tci-thaijo.org/index.php/JISDIADP/

กิจกรรมการเรียนรู้ได้ (2) ศีล สมาธิ และปัญญา สามารถเกิดขึ้นพร้อมกันภายในกิจกรรมเดียว ผ่านการออกแบบกติกา กระบวนการมีส่วนร่วม การฝึกสติ และการคิดใคร่ครวญอย่างเป็นระบบ (3) บทบาทของครูควรเปลี่ยนจากผู้ถ่ายทอดความรู้ไปสู่ผู้ออกแบบประสบการณ์การเรียนรู้ที่เอื้อต่อการพัฒนาพฤติกรรม จิตใจ และปัญญาของผู้เรียน และ (4) ไตรสิกขาสามารถพัฒนาเป็นกระบวนทัศน์ใหม่ของการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่เชื่อมโยงการพัฒนาด้านความรู้ คุณธรรม และคุณภาพจิตใจเข้าด้วยกันอย่างสมดุล บทความนี้จึงเสนอแนวทางการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา โดยใช้กระบวนการ “ทำ หยุด เชื่อมโยง” และการสะท้อนคิดเป็นกลไกสำคัญในการส่งเสริมการเรียนรู้เชิงลึก อันจะนำไปสู่การพัฒนาผู้เรียนให้เป็นผู้มีความรู้ ความรับผิดชอบ มีสติ และสามารถสร้างองค์ความรู้ได้ด้วยตนเองอย่างยั่งยืน

คำสำคัญ: ไตรสิกขา, การออกแบบ, กิจกรรม, การเรียนรู้, กระบวนทัศน์การศึกษา, ศีล สมาธิ ปัญญา

Abstract

This article aims to present the concept of the Threefold Training (Tri-Sikkha) as a new paradigm for designing learning activities. It examines the application of the Threefold Training comprising Morality (Sīla), Concentration (Samādhi), and Wisdom (Paññā) as a conceptual framework for learning design in contemporary educational contexts. This exploration is prompted by current educational paradigms that overemphasize academic achievement, consequently segregating behavioral, moral, mental, and self-aware development from the core learning process. Utilizing documentary analysis and a synthesis of Buddhist Dhamma principles alongside modern learning design concepts, this study elucidates the potential of the Threefold Training in fostering holistic learner development.

The findings indicate that: (1) The Threefold Training should not be perceived merely as moral content to be interspersed within instruction, but rather as an foundational infrastructure for designing learning activities. (2) Morality, concentration, and wisdom can be cultivated simultaneously within a

single activity through the strategic design of rules, participatory processes, mindfulness practices, and systematic reflection. (3)The role of educators must transition from knowledge transmitters to learning experience designers who facilitate students' behavioral, mental, and intellectual development. (4)The Threefold Training can be developed into a new paradigm for learning activity design that harmoniously integrates cognitive, moral, and emotional growth. Consequently, this article proposes a guideline for designing learning activities based on the Threefold Training, utilizing the "Action, Pause, and Connect" process and reflective thinking as vital mechanisms to promote deep learning. This approach ultimately aims to foster sustainable learner development, cultivating knowledgeable, responsible, mindful, and self-directed lifelong learners.

Keywords: Threefold Training (Tri-Sikkha), Learning Design, Learning Activities, Educational Paradigm, Sīla, Samādhi, Paññā

บทนำ

ในทศวรรษที่ผ่านมา วงการศึกษาได้ให้ความสำคัญกับ “การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้” มากขึ้น เพราะมองว่าเป็นกลไกสำคัญในการพัฒนาผู้เรียนให้สามารถคิด วิเคราะห์ และประยุกต์ใช้ความรู้ได้อย่างเหมาะสมกับสังคมยุคใหม่ แนวคิดการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลางจึงได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวาง โดยมุ่งส่งเสริมให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการสร้างองค์ความรู้และเรียนรู้ด้วยตนเอง มากกว่าการรับความรู้จากผู้สอนเพียงฝ่ายเดียว (ทิศนา แขมมณี, 2564) แนวคิดดังกล่าวก่อให้เกิดรูปแบบการเรียนรู้ที่หลากหลาย เช่น การเรียนรู้แบบใช้ปัญหาเป็นฐาน การเรียนรู้เชิงรุก และการเรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติ ซึ่งมุ่งพัฒนาทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 โดยเฉพาะการคิดวิเคราะห์ การสื่อสาร และการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ อย่างไรก็ตาม แม้กิจกรรมเหล่านี้จะช่วยส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้เรียนได้ดี แต่ส่วนใหญ่มักเน้นผลสัมฤทธิ์ด้านสติปัญญาและทักษะการทำงานมากกว่าการพัฒนาด้านจิตใจ คุณธรรม และสมาธิ ส่งผลให้การปลูกฝังคุณธรรมยังถูกจัดเป็นกิจกรรมเสริมแยกต่างหาก เช่น การสวดมนต์ การอบรม หรือการนั่งสมาธิก่อนเรียน โดยไม่ได้เชื่อมโยงกับกระบวนการเรียนรู้ในชั้นเรียนอย่าง

เป็นระบบ (วิชัย วงษ์ใหญ่ และมารุต พัฒผล, 2562) ผลจากการแยกการพัฒนาด้านความรู้ จิตใจ และคุณธรรมออกจากกัน ทำให้ผู้เรียนพัฒนาได้เพียงบางมิติ กล่าวคือ แม้ผู้เรียนจะมีความสามารถด้านการคิดวิเคราะห์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง แต่กลับขาดสติ ความมั่นคงทางอารมณ์ และทักษะในการจัดการตนเอง นอกจากนี้ การจัดกิจกรรมที่ไม่เชื่อมโยงสมาธิและจริยธรรมเข้ากับเนื้อหาวิชา ยังทำให้ผู้เรียนมองว่าคุณธรรมเป็นเรื่องแยกจากชีวิตจริง ทั้งที่การคิด การตัดสินใจ และการกระทำล้วนสัมพันธ์กับสภาวะจิตใจและคุณค่าทางศีลธรรมอย่างใกล้ชิด ดังนั้น การออกแบบการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ฝึกสติ การใคร่ครวญ และการตระหนักรู้ตนเองควบคู่กับการเรียนวิชาการ จึงเป็นแนวทางสำคัญในการพัฒนาผู้เรียนอย่างสมดุลทั้งด้านปัญญา อารมณ์ และพฤติกรรม (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2559) แนวโน้มการศึกษาร่วมสมัยมุ่งเน้นการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่บูรณาการการพัฒนาจิตใจควบคู่กับการพัฒนาความรู้และทักษะทางวิชาการ เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความตระหนักรู้ มีคุณธรรม และมีความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม อันนำไปสู่การพัฒนามนุษย์อย่างสมบูรณ์ทั้งด้านสติปัญญาและจิตใจ

ไตรสิกขาซึ่งเป็นหลักธรรมสำคัญในพระพุทธศาสนา ประกอบด้วย ศีล สมาธิ และปัญญา ถือเป็นกระบวนการพัฒนามนุษย์ที่ครอบคลุมทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ และความรู้ความเข้าใจ โดยพระพุทธเจ้าทรงวางหลักไตรสิกขาไว้เพื่อเป็นแนวทางในการฝึกฝนและพัฒนาชีวิตของมนุษย์อย่างเป็นระบบ เริ่มจากการควบคุมความประพฤติทางกายและวาจาให้เรียบร้อยด้วยศีล การฝึกจิตให้มีความมั่นคงตั้งมั่นด้วยสมาธิ และการพัฒนาปัญญาให้รู้เท่าทันความจริงของชีวิตตามหลักไตรลักษณ์ อันนำไปสู่การดำเนินชีวิตอย่างถูกต้องและเกิดความหลุดพ้นจากความทุกข์ (อง.ติก. 20/87/296) (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ที่ผ่านมาการจัดการศึกษามักนำไตรสิกขามาใช้ในลักษณะแยกส่วน โดยมองเป็นเพียงเนื้อหาวิชาที่ต้องสอนมากกว่าการใช้เป็นกรอบในการออกแบบการเรียนรู้แบบองค์รวม กล่าวคือ ศีลถูกจำกัดอยู่ในวิชาคุณธรรม สมาธิอยู่ในกิจกรรมเสริม และปัญญาถูกเน้นเฉพาะด้านวิชาการ ส่งผลให้ผู้เรียนไม่สามารถเชื่อมโยงศีล สมาธิ และปัญญาเข้าด้วยกันในฐานะกระบวนการพัฒนาชีวิตได้อย่างต่อเนื่อง ทั้งที่หลักไตรสิกขาเป็นกระบวนการที่เกื้อกูลกัน โดยศีลช่วยควบคุมพฤติกรรม สมาธิช่วยพัฒนาจิตใจ และปัญญาช่วยให้เข้าใจความจริงและดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม ดังนั้น การออกแบบการเรียนรู้ตามแนวไตรสิกขาจึงควรมุ่งให้ผู้เรียนได้ฝึกปฏิบัติ มีสติ และคิดวิเคราะห์ควบคู่กันไป เพื่อพัฒนาทั้งด้านความรู้ คุณธรรม และคุณภาพจิตใจอย่างสมดุล

(ทิศนา แขมมณี, 2564) ด้วยเหตุนี้ นักการศึกษาทางพระพุทธศาสนาหลายท่านจึงเสนอว่าไตรสิกขาไม่ควรถูกจำกัดเพียงการเป็น “เนื้อหาสาระ” ในรายวิชาเท่านั้น แต่ควรใช้เป็น “กรอบในการออกแบบการศึกษา” ทั้งระบบ กล่าวคือ ทุกกิจกรรมการเรียนรู้ควรส่งเสริมศีล สมาธิ และปัญญาไปพร้อมกัน เพื่อให้การศึกษาสามารถพัฒนาผู้เรียนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งด้านความรู้ ความประพฤติ และคุณภาพจิตใจ อันสอดคล้องกับเป้าหมายสูงสุดของการศึกษาในพระพุทธศาสนา

แนวคิดดังกล่าวมีเป้าหมายสำคัญในการปรับเปลี่ยนมุมมองต่อการจัดการศึกษา จากเดิมที่มองไตรสิกขาเป็นเพียงสาระทางพระพุทธศาสนาที่ใช้สอนในรายวิชา มาเป็น “กระบวนทัศน์ของการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้” ที่สามารถบูรณาการได้กับทุกศาสตร์และทุกกระบวนการเรียนรู้ กล่าวคือ ศีล สมาธิ และปัญญา มิได้ทำหน้าที่เพียงเป็นเนื้อหาสำหรับท่องจำ แต่เป็นโครงสร้างพื้นฐานในการพัฒนาพฤติกรรม จิตใจ และการคิดของผู้เรียนไปพร้อมกัน (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2561) การออกแบบกิจกรรมตามแนวไตรสิกขาจึงเริ่มตั้งแต่การกำหนดกติกาและบรรยากาศการเรียนรู้ที่ส่งเสริมวินัย ความรับผิดชอบ และการเคารพซึ่งกันและกัน อันเป็นมิติของศีล ขณะเดียวกัน ผู้สอนยังต้องจัดช่วงเวลาและวิธีการเรียนที่ช่วยให้ผู้เรียนเกิดความจดจ่อ มีสติ และมีความสงบภายใน ซึ่งสะท้อนมิติของสมาธิ (วิชัย วงษ์ใหญ่ และมารุต พัฒผล, 2563) กระบวนการเรียนรู้ดังกล่าวเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้คิดวิเคราะห์ สรุปองค์ความรู้ และเชื่อมโยงประสบการณ์ด้วยเหตุผลของตนเอง อันนำไปสู่การเกิดปัญญาอย่างแท้จริง คุณธรรมจึงไม่ถูกแยกเป็นกิจกรรมเสริม แต่กลายเป็นส่วนหนึ่งของทุกขั้นตอนการเรียนรู้ ส่งผลให้ผู้เรียนพัฒนาอย่างสมดุลทั้งด้านความรู้ ทักษะ และคุณภาพจิตใจ

บทความนี้ จึงมุ่งนำเสนอแนวคิดไตรสิกขาในฐานะกระบวนทัศน์ใหม่ของการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ โดยมุ่งวิเคราะห์บทบาทของศีล สมาธิ และปัญญา ในการพัฒนาผู้เรียนอย่างเป็นองค์รวมทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ และสติปัญญา การศึกษานี้ต้องการชี้ให้เห็นว่าไตรสิกขาไม่ควรถูกจำกัดอยู่เพียงเนื้อหาทางพระพุทธศาสนาในรายวิชาเท่านั้น แต่สามารถประยุกต์ใช้เป็นกรอบแนวคิดในการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ ยังมุ่งศึกษาวิธีการบูรณาการหลักศีลเพื่อสร้างวินัยและความรับผิดชอบ หลักสมาธิเพื่อส่งเสริมสติและความจดจ่อ และหลักปัญญาเพื่อพัฒนาการคิดวิเคราะห์และการเรียนรู้อย่างมีเหตุผล อันจะนำไปสู่การจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมทั้งความรู้ คุณธรรม และคุณภาพจิตใจของ

ผู้เรียนควบคู่กันไป ตลอดจนเป็นแนวทางในการพัฒนารูปแบบการศึกษาที่สอดคล้องกับบริบทของสังคมร่วมสมัยและเป้าหมายของการพัฒนามนุษย์อย่างสมบูรณ์ตามแนวพระพุทธศาสนา

กระบวนทัศน์การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่ผ่านมา: ข้อจำกัดและช่องว่าง

การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ในอดีตส่วนใหญ่มุ่งเน้นการพัฒนาความรู้และผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการเป็นสำคัญ โดยให้ความสำคัญกับเนื้อหา ทักษะ และการวัดผลตามหลักสูตรมากกว่าการพัฒนาคุณภาพจิตใจของผู้เรียน แม้จะมีการนำกิจกรรมด้านคุณธรรมและสมาธิเข้ามาใช้บ้าง แต่ก็มักดำเนินการในลักษณะแยกส่วนและไม่เชื่อมโยงกับกระบวนการเรียนรู้โดยตรง ส่งผลให้เกิดข้อจำกัดในการพัฒนาผู้เรียนอย่างรอบด้าน ทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา อันนำไปสู่ช่องว่างสำคัญของกระบวนทัศน์การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่ผ่านมา ได้แก่

1) กระบวนทัศน์เดิม การแยกส่วนระหว่างพุทธพิสัยกับทักษะพิสัย กระบวนทัศน์การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ในอดีตส่วนใหญ่อาศัยแนวคิดการจำแนกพฤติกรรมการเรียนรู้ตาม Taxonomy ของ Bloom ซึ่งแบ่งออกเป็นด้านพุทธิพิสัย จิตพิสัย และทักษะพิสัย (แต่ในทางปฏิบัติกลับมุ่งเน้นการพัฒนาด้านพุทธิพิสัยหรือความรู้ความจำเป็นสำคัญ ขณะที่ด้านจิตพิสัยซึ่งเกี่ยวข้องกับคุณธรรม ค่านิยม และการควบคุมตนเอง มักถูกแยกไปเป็นกิจกรรมเสริม เช่น กิจกรรมลูกเสือ จิตอาสา หรือชั่วโมงคุณธรรม โดยไม่ได้เชื่อมโยงกับการเรียนรู้ในชั้นเรียนโดยตรง (วิชัย วงษ์ใหญ่, 2554) ส่งผลให้ผู้เรียนจำนวนมากมีความสามารถด้านวิชาการและการคิดวิเคราะห์ แต่ขาดวินัย ขาดสมาธิ และไม่สามารถจัดการอารมณ์หรือพฤติกรรมของตนเองได้อย่างเหมาะสม จึงเกิดปัญหาผู้เรียน “คิดเก่งแต่ใจฟุ้งซ่าน” หรือมีความรู้แต่ไม่สามารถนำไปใช้เพื่อพัฒนาชีวิตและสังคมได้อย่างสมดุล

2) ข้อจำกัดของการ “สอดแทรกคุณธรรม” ข้อจำกัดสำคัญของการจัดการเรียนรู้ในปัจจุบัน คือ การ “สอดแทรกคุณธรรม” มักดำเนินในลักษณะเพิ่มเติมภายหลังหรือใช้เพียงเป็นกิจกรรมประกอบ มิได้ถูกออกแบบให้เป็นส่วนหนึ่งของโครงสร้างการเรียนรู้อย่างแท้จริง ตัวอย่างเช่น การจัดการเรียนรู้แบบใช้ปัญหาเป็นฐาน (PBL) ที่มุ่งเน้นการคิดวิเคราะห์และการทำงานกลุ่ม แต่ใช้วิธีสอนเรื่องความซื่อสัตย์เพียงการกำชับไม่ให้ลอกงาน ซึ่งเป็นเพียงการตั้งกฎระเบียบ มิใช่การสร้างกระบวนการเรียนรู้ที่ทำให้ผู้เรียนเกิดความตระหนักรู้ทางศีลธรรมจากการปฏิบัติด้วยตนเอง ขณะเดียวกัน การฝึกสมาธิก็มักถูกจำกัดอยู่เพียงการนั่งหลับตาหรือการ

ทำกิจกรรมสงบนิ่งช่วงสั้น ๆ ก่อนเรียน โดยไม่ได้เชื่อมโยงกับกระบวนการคิด การพิจารณา หรือการเรียนรู้เชิงลึก ส่งผลให้สมาธิถูกแยกออกจากการใช้ปัญญา และไม่สามารถพัฒนาเป็นทักษะภายในที่สนับสนุนการเรียนรู้อย่างต่อเนื่องได้จริง

3) ช่องว่างที่ต้องการกระบวนทัศน์ใหม่ ช่องว่างสำคัญของการจัดการศึกษาในปัจจุบัน คือ การขาดกระบวนทัศน์ที่สามารถเชื่อมโยงการพัฒนาพฤติกรรม จิตใจ และปัญญาให้เป็นกระบวนการเดียวกันอย่างสมดุล การเรียนรู้ส่วนใหญ่มักแยกการพัฒนาด้านคุณธรรมออกจากการเรียนด้านวิชาการ ส่งผลให้ผู้เรียนได้รับความรู้ แต่ไม่สามารถพัฒนาความมั่นคงทางจิตใจและการควบคุมตนเองควบคู่กันได้ (วิชัย วงษ์ใหญ่ และมารุต พัฒผล, 2563) ดังนั้นจึงจำเป็นต้องมีกระบวนทัศน์ใหม่ที่ออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ให้จริยธรรมและสมาธิเกิดขึ้นจากการลงมือปฏิบัติจริงภายในกระบวนการเรียนรู้ มิใช่เกิดจากการตักเตือน การบังคับ หรือข้อห้ามเพียงอย่างเดียว เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงและพัฒนาตนเองได้อย่างยั่งยืน

สรุปได้ว่า กระบวนทัศน์การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่ผ่านมาเน้นพัฒนาด้านความรู้และผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการเป็นหลัก ขณะที่การพัฒนาด้านจิตใจ คุณธรรม และสมาธิมักถูกแยกออกเป็นกิจกรรมเสริม ทำให้ผู้เรียนแม้จะมีความรู้และทักษะการคิด แต่ขาดวินัย สมาธิ และการควบคุมตนเอง นอกจากนี้ การสอดแทรกคุณธรรมส่วนใหญ่มักเป็นเพียงการตักเตือนหรือกำหนดกฎระเบียบ มิได้เกิดจากการออกแบบกิจกรรมให้ผู้เรียนเรียนรู้จากการปฏิบัติจริง จึงเกิดช่องว่างสำคัญที่จำเป็นต้องมีกระบวนทัศน์ใหม่ในการบูรณาการพฤติกรรม จิตใจ และปัญญาให้เป็นกระบวนการเรียนรู้เดียวกันอย่างสมดุลและยั่งยืน

ไตรสิกขาในมุมมองเชิงโครงสร้างมากกว่าเนื้อหาสำหรับการสอน

ไตรสิกขาในพระพุทธศาสนาโดยทั่วไปมักถูกนำเสนอในฐานะเนื้อหาทางธรรมที่ใช้สำหรับการเรียนการสอนด้านศีลธรรมและจริยศึกษา อย่างไรก็ตาม หากพิจารณาในมิติที่ลึกยิ่งขึ้น จะพบว่าไตรสิกขามิได้เป็นเพียงหลักธรรมสำหรับการจดจำหรืออธิบายเชิงทฤษฎีเท่านั้น แต่ยังสามารถมองในฐานะ “โครงสร้างของการพัฒนามนุษย์” ที่เชื่อมโยงพฤติกรรม จิตใจ และปัญญาเข้าด้วยกันอย่างเป็นระบบ แนวคิดดังกล่าวเปิดมุมมองใหม่ต่อการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ โดยให้ศีล สมาธิ และปัญญาเป็นกลไกสำคัญของกระบวนการเรียนรู้ทั้งหมด มิใช่เพียง

สาระที่แยกสอนเป็นรายหัวข้อเท่านั้น โดยไตรสิกขาในมุมมองเชิงโครงสร้างมากกว่าเนื้อหาสำหรับการสอน ได้แก่

ไตรสิกขาในฐานะ “โครงสร้างสามมิติ” ของกิจกรรม

ในประเด็นนี้ แนวคิดสำคัญ คือ การเปลี่ยนมุมมองจากการสอนไตรสิกขาแบบแยกส่วน มาเป็นการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่ทำให้ศีล สมาธิ และปัญญาเกิดขึ้นพร้อมกันภายในกระบวนการเดียว กล่าวคือ ผู้เรียนไม่เพียงได้รับความรู้ทางวิชาการ แต่ยังได้ฝึกวินัย ความรับผิดชอบ การมีสติ และการคิดอย่างมีเหตุผลควบคู่กันไป กิจกรรมการเรียนรู้จึงต้องถูกออกแบบให้ทุกขั้นตอนสามารถพัฒนาพฤติกรรม จิตใจ และปัญญาอย่างสัมพันธ์กัน (พิมพันธ์ เดชะคุปต์, 2555) ซึ่งสามารถสรุปเป็นตารางได้ดังนี้

มิติ	องค์ประกอบของไตรสิกขา	คำถามในการออกแบบกิจกรรม
มิติโครงสร้างเชิงพฤติกรรม	ศีล	กิจกรรมนี้มีกติกาหรือขอบเขตที่ชัดเจนให้ผู้เรียนปฏิบัติตามเองได้หรือไม่
มิติโครงสร้างเชิงจิตใจ	สมาธิ	กิจกรรมนี้มีช่วงเวลา/จังหวะที่ให้ผู้เรียนหยุด จดจ่อ และรู้สึกตัวอยู่กับปัจจุบันหรือไม่
มิติโครงสร้างเชิงปัญญา	ปัญญา	กิจกรรมนี้เปิดโอกาสให้ผู้เรียนเชื่อมโยง สังเคราะห์ และสรุปความรู้ด้วยตนเองหรือไม่

2) ความแตกต่างจากแนวคิดเดิม แนวคิดไตรสิกขาในฐานะโครงสร้างของการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ มีความแตกต่างจากแนวคิดการจัดการศึกษาแบบเดิมอย่างชัดเจน โดยเฉพาะในด้านการมองความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ คุณธรรม และการพัฒนาจิตใจ จากเดิมที่มักแยกการเรียนรู้แต่ละด้านออกจากกัน มาเป็นการบูรณาการให้เกิดขึ้นพร้อมกันในทุกกระบวนการเรียนรู้ ได้แก่

(1) แนวคิดเดิม สอนศีล คือ การบอกว่าอะไรดีชั่ว แล้วให้ทำตาม ส่วนแนวคิดใหม่ คือ การออกแบบกิจกรรมให้ศีลเกิดจากกติกาที่ผู้เรียนมีส่วนร่วมสร้างและปฏิบัติตามโดยธรรมชาติ

(2) แนวคิดเดิม สอนสมาธิ คือ การนั่งหลับตา 5 นาทีก่อนเรียน ส่วนแนวคิดใหม่ คือ การออกแบบจังหวะกิจกรรมให้มี “ช่วงหยุดคิด” “ช่วงฟังอย่างลึกซึ้ง” หรือ “ช่วงทำงานเงียบ ๆ” เป็นส่วนหนึ่งของเนื้อหา

(3) แนวคิดเดิม สอนปัญญา คือ ครูอธิบายสรุปให้ฟัง ส่วนแนวคิดใหม่ คือ การออกแบบกระบวนการให้ผู้เรียนสรุป เชื่อมโยง และขยายผลด้วยปัญญาของตนเอง

สรุปได้ว่า ไตรสิกขาในมุมมองเชิงโครงสร้างมุ่งเปลี่ยนบทบาทของศีล สมาธิ และปัญญา จากการเป็นเพียงเนื้อหาสำหรับสอน มาเป็นองค์ประกอบหลักในการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ทุกขั้นตอน โดยเน้นให้ผู้เรียนพัฒนาพฤติกรรม จิตใจ และปัญญาไปพร้อมกันภายในกิจกรรมเดียว แนวคิดนี้แตกต่างจากการศึกษาแบบเดิมที่แยกคุณธรรม สมาธิ และความรู้เป็นคนละส่วน เพราะมุ่งสร้างกระบวนการเรียนรู้ที่ทำให้ผู้เรียนเกิดวินัย สติ และการคิดวิเคราะห์จากการลงมือปฏิบัติจริง การออกแบบกิจกรรมจึงไม่ใช่เพียงการถ่ายทอดความรู้ แต่เป็นการสร้างประสบการณ์ที่ช่วยพัฒนาผู้เรียนอย่างสมดุลทั้งด้านความคิดและจิตใจ อันนำไปสู่การเรียนรู้ที่ลึกซึ้งและยั่งยืนมากยิ่งขึ้น

กรอบแนวคิดเชิงบูรณาการผนวกไตรสิกขาเข้ากับโมเดลกิจกรรมร่วมสมัย

การจัดการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 จำเป็นต้องอาศัยรูปแบบกิจกรรมที่สามารถพัฒนาผู้เรียนได้อย่างรอบด้าน ทั้งด้านความรู้ ทักษะ และคุณลักษณะภายในของมนุษย์ (วิจารณ์ พานิช, 2561) แนวคิดไตรสิกขาจึงสามารถนำมาบูรณาการเข้ากับโมเดลกิจกรรมการเรียนรู้ร่วมสมัยได้อย่างเหมาะสม เพราะช่วยเชื่อมโยงการพัฒนาพฤติกรรม จิตใจ และปัญญาให้ดำเนินไปพร้อมกัน การผนวกไตรสิกขาเข้ากับกระบวนการเรียนรู้สมัยใหม่ ไม่เพียงช่วยเสริมประสิทธิภาพด้านการคิดและการปฏิบัติ แต่ยังช่วยสร้างสติ วินัย และความรับผิดชอบภายในของผู้เรียนอีกด้วย ดังนั้น จึงเกิดแนวคิดเชิงบูรณาการที่นำหลักศีล สมาธิ และปัญญาไปประยุกต์ใช้ร่วมกับโมเดลกิจกรรมการเรียนรู้ร่วมสมัยในหลากหลายรูปแบบ ได้แก่

1) การจับคู่ไตรสิกขากับองค์ประกอบของกิจกรรมการเรียนรู้

กิจกรรมการเรียนรู้โดยทั่วไปประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญ 3 ด้าน ได้แก่ เป้าหมายของการเรียนรู้ กระบวนการจัดกิจกรรม และบรรยากาศหรือกฎกติกาในการเรียนรู้ ซึ่งองค์ประกอบเหล่านี้ล้วนมีอิทธิพลต่อพัฒนาการของผู้เรียนทั้งด้านความคิดและพฤติกรรม บทความนี้จึงเสนอแนวคิดในการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้โดยผนวกหลักไตรสิกขาเข้าไปในทุกองค์ประกอบ เพื่อให้ศีล สมาธิ และปัญญาเกิดขึ้นพร้อมกันภายในกระบวนการเรียนรู้อย่างเป็นระบบ ประกอบด้วย

(1) เป้าหมาย ต้องครอบคลุมทั้งพฤติกรรม (ศีล) จิตใจ (สมาธิ) และปัญญา การกำหนดเป้าหมายของกิจกรรมการเรียนรู้ไม่ควรมุ่งเพียงผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการเท่านั้น แต่ต้องครอบคลุมการพัฒนาพฤติกรรมที่เหมาะสม ความมีวินัย และความรับผิดชอบควบคู่กันไป นอกจากนี้ ยังต้องส่งเสริมให้ผู้เรียนมีจิตใจที่มั่นคง มีสติรู้ตัว และสามารถใช้ปัญญาในการคิดวิเคราะห์และตัดสินใจอย่างมีเหตุผล (พิมพันธ์ เดชะคุปต์ และพเยาว์ ยินดีสุข, 2565)

(2) กระบวนการ ต้องมีจังหวะแห่งการกระทำ (ศีล) การหยุดนิ่ง (สมาธิ) และการคิดเชื่อมโยง (ปัญญา) กระบวนการจัดกิจกรรมควรออกแบบให้ผู้เรียนได้ลงมือปฏิบัติอย่างมีระเบียบและรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตน อันเป็นมิติของศีล พร้อมทั้งมีช่วงเวลาแห่งความสงบการจดจ่อ หรือการใคร่ครวญเพื่อพัฒนาสมาธิ และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้คิดเชื่อมโยง วิเคราะห์และสรุปองค์ความรู้ด้วยตนเองเพื่อพัฒนาปัญญา

(3) บรรยากาศ/กฎกติกา ต้องเอื้อให้เกิดสมาธิและปัญญา บรรยากาศในการเรียนรู้ควรส่งเสริมความสงบ ความเคารพซึ่งกันและกัน และลดสิ่งรบกวนที่ทำให้ผู้เรียนขาดสมาธิ ขณะเดียวกัน กฎกติกาควรเปิดพื้นที่ให้ผู้เรียนกล้าแสดงความคิดเห็น แลกเปลี่ยนเรียนรู้อย่างสร้างสรรค์ และสามารถเรียนรู้ร่วมกันได้โดยไม่เกิดการตัดสินหรือกดดันทางความคิด

2) ตัวอย่างการออกแบบกิจกรรมด้วยกระบวนทัศน์ไตรสิกขา

การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ตามกระบวนทัศน์ไตรสิกขามุ่งเน้นให้ผู้เรียนพัฒนาทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญาไปพร้อมกันภายในกิจกรรมเดียว มิใช่มุ่งเพียงการสร้างความรู้ทางวิชาการเท่านั้น กิจกรรมการเรียนรู้จึงต้องเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ฝึกความรับผิดชอบ การมีสติ และการคิดวิเคราะห์อย่างเป็นระบบ ตัวอย่างหนึ่งที่สามารถประยุกต์ใช้แนวคิดดังกล่าวได้อย่างชัดเจน คือ กิจกรรมการอภิปรายกลุ่มเพื่อแก้ไขโจทย์ปัญหา ซึ่งผู้เรียนจะได้เรียนรู้ทั้งการ

ทำงานร่วมกัน การรับฟังผู้อื่น การควบคุมอารมณ์ และการใช้เหตุผลในการสรุปคำตอบ โดยสามารถสรุปองค์ประกอบของกิจกรรมตามแนวไตรสิกขาออกมาเป็นตารางได้ ดังนี้

มิติไตรสิกขา	การออกแบบกิจกรรม
ศีล	ผู้เรียนร่วมกันกำหนดกติกา พูดทีละคน ฟังโดยไม่ขัดจังหวะ ใช้ภาษาให้เกียรติกัน กติกานี้ไม่ใช่ครูบังคับ แต่เกิดจากความตกลง
สมาธิ	ระหว่างฟังเพื่อนพูด ให้จดจ่อที่เนื้อหาโดยไม่คิดตอบโต้ทันที และมี “เวลาหยุดคิด 30 วินาที” ก่อนตอบทุกครั้ง
ปัญญา	หลังอภิปราย ให้ผู้เรียนแต่ละคนสรุป “ข้อคิดที่ได้” และ “หลักการที่นำไปใช้ได้” พร้อมเชื่อมโยงกับประสบการณ์เดิม

กิจกรรมลักษณะนี้แตกต่างจากแนวทางการสอนแบบเดิม เพราะมิได้นำศีล สมาธิ และปัญญามาสอดแทรกภายหลัง แต่ได้ออกแบบให้เป็นส่วนหนึ่งของโครงสร้างกิจกรรมตั้งแต่ต้น ผู้เรียนจึงได้ฝึกความรับผิดชอบ การเคารพกติกา และการรับฟังผู้อื่นไปพร้อมกับการเรียนรู้ขณะเดียวกัน กระบวนการอภิปรายยังช่วยพัฒนาสมาธิผ่านการจดจ่อและการควบคุมอารมณ์ส่วนการวิเคราะห์ปัญหาและการแลกเปลี่ยนเหตุผลร่วมกัน เป็นกระบวนการสร้างปัญญาที่เกิดขึ้นภายในกิจกรรมโดยตรง ทำให้การเรียนรู้เชื่อมโยงทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ และความคิดอย่างบูรณาการ (วัฒนา ระงับทุกข์, 2564)

สรุปได้ว่า กรอบแนวคิดเชิงบูรณาการที่ผนวกไตรสิกขาเข้ากับโมเดลกิจกรรมการเรียนรู้ร่วมสมัย มุ่งพัฒนาผู้เรียนอย่างรอบด้านทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา โดยนำศีล สมาธิ และปัญญาเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของเป้าหมาย กระบวนการ และบรรยากาศการเรียนรู้ในทุกขั้นตอน แนวคิดนี้ช่วยให้กิจกรรมการเรียนรู้ไม่เพียงพัฒนาความรู้ทางวิชาการ แต่ยังส่งเสริมวินัย สติ ความรับผิดชอบ และการคิดอย่างมีเหตุผลควบคู่กัน ตัวอย่างเช่น กิจกรรมอภิปรายกลุ่มเพื่อแก้ปัญหา ที่ผู้เรียนได้ฝึกการเคารพกติกา การฟังอย่างมีสติ และการสรุปองค์ความรู้ด้วยตนเอง จึงทำให้การเรียนรู้เกิดขึ้นอย่างบูรณาการและสามารถพัฒนาผู้เรียนได้อย่างสมดุลและยั่งยืน

ไตรสิกขา: กระบวนทัศน์ใหม่ของการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้

ในบริบทของการศึกษาร่วมสมัย การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้มิได้มุ่งเพียงการถ่ายทอดความรู้หรือพัฒนาทักษะทางวิชาการเท่านั้น แต่ยังต้องให้ความสำคัญกับการพัฒนาคุณภาพจิตใจ คุณธรรม และความสามารถในการดำเนินชีวิตของผู้เรียนควบคู่กันไป อย่างไรก็ตาม กระบวนการจัดการเรียนรู้ที่ผ่านมา มักแยกการพัฒนาด้านความรู้ จริยธรรม และสมาธิออกจากกัน ทำให้ผู้เรียนจำนวนมากแม้จะมีความสามารถทางวิชาการ แต่ยังขาดวินัย สติ และการควบคุมตนเอง ด้วยเหตุนี้ แนวคิดไตรสิกขา ซึ่งประกอบด้วย ศีล สมาธิ และปัญญา จึงถูกนำมาเสนอในฐานะ “กระบวนทัศน์ใหม่ของการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้” ที่มุ่งบูรณาการการพัฒนาพฤติกรรม จิตใจ และปัญญาเข้าไว้ในกระบวนการเดียวกัน เพื่อให้กิจกรรมการเรียนรู้สามารถพัฒนาผู้เรียนได้อย่างสมดุล ครอบคลุม และยั่งยืน ทั้งในด้านความคิด การปฏิบัติ และคุณภาพภายในของมนุษย์ ซึ่งกระบวนทัศน์ใหม่ของการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ ประกอบด้วย

1) สาระสำคัญของกระบวนทัศน์ใหม่ สาระสำคัญของกระบวนทัศน์ใหม่นี้ตั้งอยู่บนฐานคิดที่มุ่งพัฒนาการเรียนรู้ให้ครอบคลุมทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญาอย่างเป็นองค์รวม โดยมองว่าการศึกษามิใช่เพียงกระบวนการถ่ายทอดความรู้ แต่เป็นกระบวนการพัฒนามนุษย์ทั้งภายในและภายนอก กระบวนทัศน์ดังกล่าวจึงให้ความสำคัญกับการออกแบบกิจกรรมที่ทำให้ผู้เรียนได้ฝึกการปฏิบัติ การมีสติ และการคิดวิเคราะห์ควบคู่กันไป เพื่อให้การเรียนรู้สามารถสร้างการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านความคิด พฤติกรรม และคุณภาพจิตใจได้อย่างแท้จริง ได้แก่

(1) กิจกรรมหนึ่งต้องเกิดทั้ง 3 มิติ การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ไม่ควรมุ่งเน้นเพียงการพัฒนาปัญญาหรือความรู้ทางวิชาการเท่านั้น แต่ต้องมีโครงสร้างที่ช่วยฝึกพฤติกรรมและจิตใจควบคู่กันไปด้วย กล่าวคือ ผู้เรียนต้องได้ฝึกความรับผิดชอบ การเคารพกติกา การมีสติ และการคิดวิเคราะห์ภายในกิจกรรมเดียวกัน เพื่อให้การเรียนรู้เกิดความสมดุลทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา

(2) ศีล สมาธิ ปัญญา ไม่ใช่ลำดับตายตัว ไตรสิกขามิได้เป็นกระบวนการที่ต้องดำเนินตามลำดับอย่างตายตัวเสมอไป แต่สามารถเกิดขึ้นสัมพันธ์และเกื้อกูลกันได้ตามบริบทของกิจกรรม บางกิจกรรมอาจเริ่มจากการสร้างสมาธิและความสงบภายในก่อน แล้วจึงนำไปสู่การคิดวิเคราะห์และการกำหนดกติกาหรือพฤติกรรมใหม่ร่วมกันของผู้เรียน

(3) ครูคือผู้ออกแบบโครงสร้าง ไม่ใช่ผู้ควบคุมศีลหรือผู้ให้ปัญญาแต่เพียงผู้เดียว บทบาทของครูในกระบวนทัศน์ใหม่นี้ คือ การออกแบบสภาพแวดล้อมและกระบวนการเรียนรู้ที่เอื้อให้ผู้เรียนเกิดศีล สมาธิ และปัญญาด้วยตนเอง ครูจึงทำหน้าที่สร้างกติกาที่ผู้เรียนมีส่วนร่วม ออกแบบจังหวะกิจกรรมที่ช่วยให้เกิดสติและความจดจ่อ รวมทั้งใช้คำถามหรือสถานการณ์กระตุ้นให้ผู้เรียนค้นพบความรู้และข้อคิดด้วยกระบวนการคิดของตนเอง

2) ข้อแตกต่างกับกระบวนทัศน์เดิมอย่างชัดเจน กระบวนทัศน์การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวไตรสิกขามีความแตกต่างจากแนวคิดการศึกษาแบบเดิมอย่างชัดเจน ทั้งในด้านเป้าหมาย บทบาทของครู และกระบวนการพัฒนาผู้เรียน แนวคิดเดิมมักเน้นการถ่ายทอดความรู้และการวัดผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการเป็นสำคัญ ขณะที่กระบวนทัศน์ใหม่มุ่งพัฒนาผู้เรียนอย่างเป็นองค์รวมทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการสร้างการเรียนรู้ด้วยตนเอง ความแตกต่างดังกล่าวสามารถอธิบายให้เห็นได้อย่างชัดเจนผ่านการเปรียบเทียบในรูปแบบตาราง ดังนี้

ประเด็น	กระบวนทัศน์เดิม	กระบวนทัศน์ใหม่ (ไตรสิกขา)
บทบาทของศีล	สอนคุณธรรม แยกจากกิจกรรมหลัก	ออกแบบกติกาที่เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการ
บทบาทของสมาธิ	กิจกรรมแยก (นั่งสมาธิ ก่อนเรียน)	จังหวะในกิจกรรม (หยุดคิด ฟังลึก ทำงานเงียบ)
บทบาทของปัญญา	ครูสรุปให้ หรือให้ผู้เรียนสรุปอย่างอิสระ	ออกแบบคำถาม/ขั้นตอนที่นำไปสู่การสรุปเชิงสัมพันธ์
การประเมิน	แยกประเมินความรู้ ประเมินพฤติกรรม ประเมินจิตใจ	ประเมินจากกระบวนการทำกิจกรรมว่าเกิดทั้ง 3 มิติหรือไม่

3) หลักการปฏิบัติสำหรับนักออกแบบกิจกรรม การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ตามกระบวนทัศน์ไตรสิกขาจำเป็นต้องอาศัยหลักการปฏิบัติที่ช่วยให้ศีล สมาธิ และปัญญาเกิดขึ้นอย่างเป็นรูปธรรมภายในกระบวนการเรียนรู้ นักออกแบบกิจกรรมจึงต้องคำนึงถึงทั้งเป้าหมาย วิธีดำเนินกิจกรรม บรรยากาศ และบทบาทของผู้เรียนควบคู่กันไป มิใช่มุ่งเพียงการ

ถ่ายทอดเนื้อหาหรือการวัดผลทางวิชาการเท่านั้น หลักการสำคัญคือการสร้างประสบการณ์ที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ฝึกปฏิบัติ มีสติ และเกิดการคิดใคร่ครวญด้วยตนเอง ซึ่งสามารถสรุปเป็นแนวปฏิบัติสำคัญ ได้แก่

(1) เริ่มต้นด้วยการตั้งคำถามสามมิติ ก่อนออกแบบกิจกรรมทุกครั้ง การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวไตรสิกขาควรเริ่มจากการตั้งคำถามที่ครอบคลุมทั้งด้านศีล สมาธิ และปัญญา เพื่อให้กิจกรรมสามารถพัฒนาผู้เรียนได้อย่างรอบด้าน ผู้สอนจึงต้องพิจารณาว่ากิจกรรมนั้นจะช่วยให้ผู้เรียนฝึกความรับผิดชอบหรือการเคารพกติกาอย่างไร จะมีช่วงเวลาใดที่ช่วยให้ผู้เรียนเกิดความจดจ่อและมีสติ รวมทั้งจะเปิดโอกาสให้ผู้เรียนคิดวิเคราะห์ สรุป และสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเองได้ในรูปแบบใด

(2) ออกแบบจังหวะ (ทำ หยุด เชื่อมโยง) ให้เกิดขึ้นเป็นลูกโซ่ในกิจกรรมเดียว กิจกรรมการเรียนรู้ควรมีจังหวะที่เชื่อมโยงกันอย่างต่อเนื่อง เริ่มจากช่วงของการลงมือปฏิบัติหรือการมีส่วนร่วม จากนั้นจึงมีช่วงหยุดนิ่งเพื่อให้ผู้เรียนได้ทบทวน สังเกตตนเอง หรือจดจ่อกับสิ่งที่กำลังเรียนรู้ แล้วจึงเข้าสู่กระบวนการเชื่อมโยง วิเคราะห์ และสรุปความหมายของประสบการณ์ที่เกิดขึ้น การออกแบบลักษณะนี้จะช่วยให้ศีล สมาธิ และปัญญาทำงานสัมพันธ์กันภายในกิจกรรมเดียว

(3) ให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการออกแบบกติกาและสะท้อนผล การเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการกำหนดกติกาหรือแนวปฏิบัติร่วมกัน จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความรับผิดชอบและยอมรับกติกาด้วยความเข้าใจมากกว่าการถูกบังคับ ขณะเดียวกัน การสะท้อนผลหลังจบกิจกรรมยังช่วยให้ผู้เรียนได้คิดวิเคราะห์ถึงสิ่งที่เกิดขึ้น ทั้งข้อดี ปัญหา และแนวทางปรับปรุง อันเป็นกระบวนการพัฒนาปัญญาที่ทำให้ไตรสิกขาเกิดการเรียนรู้และพัฒนาอย่างต่อเนื่องในลักษณะเป็นวงจร

4) ตัวอย่างกิจกรรมที่ออกแบบด้วยกระบวนทัศน์นี้ กิจกรรมการเขียนสะท้อนคิดจากประสบการณ์ เป็นตัวอย่างของการออกแบบการเรียนรู้ตามกระบวนทัศน์ไตรสิกขาที่ช่วยพัฒนาผู้เรียนอย่างรอบด้าน โดยผู้เรียนต้องมีวินัยและความซื่อสัตย์ต่อการถ่ายทอดประสบการณ์ของตนเอง อันเป็นมิติของศีล ขณะเดียวกัน การหยุดทบทวนความคิด ความรู้สึก และประสบการณ์ที่ผ่านมาอย่างตั้งใจ ยังช่วยให้เกิดความสงบและการรู้เท่าทันตนเอง ซึ่งเป็นมิติของสมาธิ จากนั้น ผู้เรียนจะนำสิ่งที่ได้เรียนรู้มาวิเคราะห์ เชื่อมโยง และสรุปเป็นข้อคิดหรือองค์ความรู้ใหม่ด้วยตนเอง อันเป็นกระบวนการพัฒนาปัญญาที่เกิดขึ้นผ่านการใคร่ครวญอย่างลึกซึ้ง ได้แก่

(1) ศีล การกำหนดให้ผู้เรียนเขียนด้วยลายมือ ไม่คัดลอกผลงานผู้อื่น และปฏิบัติตามเวลาที่กำหนด เป็นการฝึกความมีวินัย ความรับผิดชอบ และความซื่อสัตย์ต่อตนเอง กติกาเหล่านี้ช่วยให้ผู้เรียนเรียนรู้การควบคุมตนเองและเคารพกระบวนการเรียนรู้อย่างจริงจัง

(2) สมาธิ การสร้างบรรยากาศที่สงบ เช่น การเปิดเพลงบรรเลงเบา ๆ หรือการรักษาความเงียบภายในห้องเรียน ช่วยให้ผู้เรียนเกิดความจดจ่อและมีสมาธิกับความคิดของตนเอง ขณะเดียวกัน การที่ครูไม่พูดแทรกยังช่วยเปิดพื้นที่ให้ผู้เรียนได้ใคร่ครวญและรับรู้ภายในอย่างต่อเนื่อง

(3) ปัญญา หลังจากการเขียน ผู้เรียนจะได้กลับมาอ่านและพิจารณาสิ่งที่ตนเองถ่ายทอดออกมา พร้อมทั้งเลือกข้อความสำคัญและเขียนสิ่งที่ค้นพบใหม่จากประสบการณ์นั้น กระบวนการดังกล่าวช่วยให้ผู้เรียนเกิดการคิดวิเคราะห์ เข้าใจตนเอง และสร้างองค์ความรู้หรือข้อคิดใหม่ด้วยปัญญาของตนเอง

กิจกรรมนี้แม้ใช้เวลาเพียงประมาณ 15 นาที แต่สามารถพัฒนาผู้เรียนได้ครบทั้งสามมิติของไตรสิกขา กล่าวคือ ผู้เรียนได้ฝึกวินัยและความรับผิดชอบจากการปฏิบัติตามกติกา อันเป็นมิติของศีล ขณะเดียวกัน บรรยากาศที่สงบและการจดจ่อกับการเขียนช่วยพัฒนาสมาธิและการรู้เท่าทันตนเอง ส่วนการสรุปข้อคิดและสิ่งที่ค้นพบจากประสบการณ์ยังช่วยเสริมสร้างปัญญาและการคิดใคร่ครวญอย่างลึกซึ้ง ทำให้เกิดการเรียนรู้ที่เชื่อมโยงทั้งพฤติกรรม จิตใจ และความคิดไปพร้อมกัน

สรุปได้ว่า ไตรสิกขาในฐานะกระบวนทัศน์ใหม่ของการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้เป็นแนวคิดที่บูรณาการการพัฒนาด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญาเข้าไว้ในกระบวนการเรียนรู้อย่างเป็นองค์รวม โดยมองศีล สมาธิ และปัญญาเป็นโครงสร้างพื้นฐานของกิจกรรมทุกขั้นตอน มิใช่เพียงเนื้อหาสำหรับการสอน แนวคิดนี้ช่วยปรับบทบาทของการศึกษาให้มุ่งสร้างประสบการณ์ที่ผู้เรียนได้ฝึกวินัย การมีสติ และการคิดวิเคราะห์ควบคู่กันไป พร้อมทั้งเปลี่ยนบทบาทของครูจากผู้ถ่ายทอดความรู้มาเป็นผู้ออกแบบกระบวนการเรียนรู้ที่เอื้อต่อการพัฒนาตนเองของผู้เรียน อันจะนำไปสู่การพัฒนาผู้เรียนอย่างสมดุลทั้งด้านความรู้ คุณธรรม และคุณภาพจิตใจอย่างยั่งยืน

สรุป/ข้อเสนอแนะ

บทความเรื่อง “ไตรสิกขา: กระบวนทัศน์ใหม่ของการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้” มุ่งเสนอแนวคิดใหม่ในการจัดการศึกษา โดยนำหลักไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา มาใช้เป็นโครงสร้างของการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ มิใช่เพียงเนื้อหาสำหรับการสอนเชิงทฤษฎีเท่านั้น แนวคิดดังกล่าวเกิดขึ้นจากข้อจำกัดของกระบวนทัศน์การศึกษาแบบเดิมที่มักแยกการพัฒนาด้านความรู้ จิตใจ และพฤติกรรมออกจากกัน ส่งผลให้ผู้เรียนแม้จะมีความสามารถทางวิชาการ แต่ยังขาดวินัย สติ และการควบคุมตนเอง บทความนี้จึงเสนอให้กิจกรรมการเรียนรู้ทุกกิจกรรมต้องออกแบบให้เกิดทั้งสามมิติไปพร้อมกัน คือ การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมผ่านกติกาและความรับผิดชอบ การฝึกจิตใจให้เกิดความจดจ่อและรู้ตัว และการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนคิดวิเคราะห์ สรุป และสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเอง อันจะนำไปสู่การพัฒนาผู้เรียนอย่างเป็นองค์รวมทั้งภายนอกและภายใน

นอกจากนี้ บทความยังเสนอแนวทางเชิงปฏิบัติสำหรับนักออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ โดยเน้นการออกแบบกระบวนการที่เชื่อมโยงศีล สมาธิ และปัญญาเข้าด้วยกันอย่างเป็นระบบ เช่น การตั้งคำถามสามมิติ การออกแบบจังหวะ “ทำ–หยุด–เชื่อมโยง” และการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการสร้างกติกาและสะท้อนผลการเรียนรู้ของตนเอง ตัวอย่างกิจกรรม เช่น การอภิปรายกลุ่มและการเขียนสะท้อนคิดจากประสบการณ์ แสดงให้เห็นว่าแม้กิจกรรมจะใช้เวลาไม่นาน แต่หากออกแบบอย่างเหมาะสมก็สามารถพัฒนาผู้เรียนได้ครบทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา ดังนั้น ไตรสิกขาจึงมิใช่เพียงหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา แต่สามารถพัฒนาเป็นกระบวนทัศน์ใหม่ของการออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่สอดคล้องกับการศึกษาร่วมสมัย และช่วยสร้างมนุษย์ที่มีทั้งความรู้ คุณธรรม และคุณภาพจิตใจอย่างสมดุลและยั่งยืน

เอกสารอ้างอิง

ทิศนา แขมมณี. (2564). ศาสตร์การสอน: องค์ความรู้เพื่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ. (พิมพ์ครั้งที่ 24). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). (2559). การศึกษาเพื่อความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพุทธธรรม.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). (2559). พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย. (พิมพ์ครั้งที่ 43). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์.

พิมพันธ์ เดชะคุปต์. (2555). สอนเขียนแผนบูรณาการบนฐานเด็กเป็นสำคัญ. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พิมพันธ์ เดชะคุปต์ และพเยาว์ ยินดีสุข. (2565). การจัดการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

วิจารณ์ พานิช. (2561). วิถีสร้างการเรียนรู้เพื่อศิษย์ในศตวรรษที่ 21. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสยามกัมมาจล.

วิชัย วงษ์ใหญ่. (2554). การพัฒนาหลักสูตรระดับอุดมศึกษา. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: อาร์ แอนด์ ปริ้นท์

วิชัย วงษ์ใหญ่ และมารุต พัฒผล. (2562). การจัดการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์ผู้นำนวัตกรรมหลักสูตรและการเรียนรู้.

_____. (2563). การเรียนรู้เชิงรุกแบบรวมพลัง. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์ผู้นำนวัตกรรมหลักสูตรและการเรียนรู้.

_____. (2563). การเรียนรู้เชิงรุกเพื่อพัฒนาสมรรถนะผู้เรียน กรุงเทพมหานคร: ศูนย์ผู้นำนวัตกรรมหลักสูตรและการเรียนรู้.

วัฒนา ระงับทุกข์. (2564). การออกแบบการเรียนรู้เชิงรุกเพื่อพัฒนาสมรรถนะผู้เรียน. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต). (2561). การศึกษากับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพุทธธรรม.