

## แผนบริหารการสอนประจำบทที่ 6

### กระบวนการแสวงหาความรู้และพัฒนาปัญญา

#### หัวข้อเนื้อหา

- 6.1 การศึกษาเป็นจุดเริ่มต้นของความสำเร็จในชีวิต
- 6.2 การศึกษาคือการเรียนรู้
- 6.3 ผู้สำเร็จการศึกษาเรียกว่าบัณฑิตและพหุสูต
  - 6.3.1 ความหมายของคำว่า บัณฑิต
  - 6.3.2 คุณลักษณะของบัณฑิตระดับปริญญาตรี
  - 6.3.3 คุณลักษณะของบัณฑิตในทางธรรม
  - 6.3.4 ความหมายของ พหุสูต
  - 6.3.5 คุณลักษณะของพหุสูต
  - 6.3.6 ความแตกต่างระหว่างบัณฑิตกับพหุสูต
- 6.4 ความรู้และปัญญา
  - 6.4.1 ความหมายของความรู้และปัญญา
  - 6.4.2 แหล่งกำเนิดของความรู้และปัญญา
- 6.5 กระบวนการแสวงหาความรู้และพัฒนาปัญญาเพื่อสร้างความสำเร็จในการศึกษา
  - 6.5.1 ปัจจัยแห่งความสำเร็จในการศึกษา 2 ประการ
  - 6.5.2 หลักการเสริมสร้างความรู้และพัฒนาปัญญาด้วยวุฒิธรรม 4
  - 6.5.3 หลักการเสริมสร้างความรู้และพัฒนาปัญญาด้วยพหุสูต
  - 6.5.4 หลักการพัฒนาวีรคติ 10 วิธีเพื่อพัฒนาปัญญา
  - 6.5.5 เคล็ดลับวิชาเปลี่ยนคนธรรมดาให้เป็นอัจฉริยะ
- 6.6 หลักปฏิบัติเพื่อสร้างความสำเร็จในการศึกษา
  - 6.6.1 ปัญหาและอุปสรรคในการเรียนของนักศึกษา
  - 6.6.2 สร้างวัฒนธรรมในการเรียนสำหรับตนเอง
  - 6.6.3 การปฏิบัติตามหลักหัวใจนักปราชญ์ สุจิตฺติเพื่อพัฒนาปัญญา
  - 6.6.4 การปฏิบัติตัวในชั้นเรียนเพื่อความสำเร็จในการเรียน

## วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. เพื่อให้ให้นักศึกษาบอกความหมายของคำว่า นักศึกษา บัณฑิต และพหูสูต
2. เพื่อให้ให้นักศึกษาอธิบายความแตกต่างระหว่างบัณฑิตกับพหูสูตและความรู้กับปัญญาได้
3. เพื่อให้ให้นักศึกษานำวิธีการแสวงหาความรู้และพัฒนาปัญญาไปใช้ในการพัฒนาการเรียนของตนเองได้
4. เพื่อให้ให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มแหล่งกำเนิดของความของความรู้และปัญญาได้
5. เพื่อให้ให้นักศึกษาบอกวิธีการปฏิบัติเพื่อสร้างความสำเร็จในการศึกษาได้
6. เพื่อให้ให้นักศึกษาอธิบายคุณลักษณะของบุคคลที่ประสบความสำเร็จด้านการศึกษาได้

## วิธีสอนและกิจกรรมการเรียนการสอน

### 1. วิธีสอน

1.1 วิธีสอนแบบบรรยายประกอบสื่อ เริ่มจากการเสนอปัญหา หรือตั้งคำถามเพื่อนำเข้าสู่การบรรยาย มีการตั้งคำถาม ตอบคำถามระหว่างผู้สอนและผู้เรียน

1.2 วิธีสอนที่เน้นสภาพจริง (Authentic Approach) เน้นการเรียนรู้จากการฝึกปฏิบัติจริง ผู้เรียนต้องเป็นผู้เรียนรู้และปฏิบัติจริงด้วยตนเอง เน้นการนำไปใช้ได้ในชีวิตจริง มีขั้นตอนการจัดกิจกรรมดังนี้ 1) กำหนดกิจกรรมหลักหรือภาระงาน (Task) เบื้องต้น 2) กำหนดกิจกรรมหลักหรือภาระงาน (Task) ที่สร้างความคิดรวบยอดในเรื่องที่จะเรียนใหม่ 3) กำหนดกิจกรรมหลักหรือภาระงาน (Task) ที่มุ่งฝึกทักษะพื้นฐานที่จำเป็นต่อการปฏิบัติจริง และ 4) กำหนดกิจกรรมหลักหรือภาระงาน การประยุกต์ใช้ความรู้ ทักษะที่ซับซ้อนหรือนำไปใช้ในชีวิตจริงได้

### 2. กิจกรรมการเรียนการสอน

#### 2.1 ขั้นเตรียมความพร้อมก่อนเรียน

2.1.1 ตัวแทนนักศึกษาเช็คชื่อและตรวจสอบวินัยในชั้นเรียน

2.1.2 อาจารย์ให้นักศึกษานั่งสมาธิตามวิถีทัศนสันนการนำนั่งสมาธิของดร.อาจอง ชุมสายฯและบันทึกผลการนั่งสมาธิในแบบบันทึก

2.1.3 ระหว่างบันทึกผลการนั่งสมาธิฟังเพลงประจำรายวิชา คือ วิถีทัศนสันนเพลงสายลมแห่งจริยธรรม เพลงคนค้นคน เพลงแม่เมตตา เพลงความสุขเล็ก ๆ เพลงสบาย ๆ ครั้งละหนึ่งเพลง

#### 2.2 ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

2.2.1 อาจารย์ให้นักศึกษาชมวิถีทัศนสันนเกี่ยวกับการศึกษาและวิธีเรียนเก่งโดยให้ชมวิถีทัศนสันนเรื่อง 1) ปฏิรูปประเทศไทยปฏิรูปการศึกษาไทย 2) วิธีเรียนเก่ง และ 3) เคล็ดลับ

ความสำเร็จของท่าน ว. วชิรเมธี และสนทนาแลกเปลี่ยนความคิดกับนักศึกษาเกี่ยวกับการเรียนรู้และการพัฒนาปัญญาเพื่อสร้างความสำเร็จในการศึกษา

### 2.2.2 อาจารย์แจ้งจุดประสงค์การเรียนรู้

## 2.3 ชั้นเรียนรู้ประสบการณ์ใหม่

2.3.1 ภาระงานที่ 1 นักศึกษาฟังอาจารย์บรรยายเรื่องกระบวนการแสวงหาความรู้และพัฒนาปัญญาแล้วออกมาสรุปให้เพื่อน ๆ ฟัง

2.3.1.1 อาจารย์บรรยายเรื่องกระบวนการแสวงหาความรู้และพัฒนาปัญญาประกอบสื่อพาวเวอร์พอยต์ และวีดิทัศน์สั้นเรื่องพระมโหสถผู้บำเพ็ญปัญญาบารมี

2.3.1.2 อาจารย์สุ่มนักศึกษา 2-3 คนออกมาพูดให้เพื่อนฟังถึงสิ่งที่อาจารย์บรรยายเพื่อฝึกทักษะการฟัง

2.3.1.3 นักศึกษาเข้ากลุ่มร่วมกันอภิปรายตามใบงานที่ 1

2.3.2 ภาระงานที่ 2 นักศึกษาฝึกทักษะวิคิด 10 วิธีเพื่อพัฒนาปัญญา

2.3.2.1 อาจารย์แบ่งนักศึกษาออกเป็น 5 กลุ่มแล้วให้นักศึกษาทำความเข้าใจเนื้อหาเรื่องหลักการพัฒนาวิคิด 10 วิธีเพื่อพัฒนาปัญญาในเอกสารประกอบการสอนแล้วสรุปเนื้อหาลงในใบงานที่ 2

2.3.2.2 อาจารย์ให้นักศึกษาทำใบงานที่ 3 เรื่อง “แบบฝึกหัดพัฒนาวิคิด 10 วิธีเพื่อพัฒนาปัญญา” โดยมอบหมายภาระงานแต่ละกลุ่มดังนี้

- 1) กลุ่มที่ 1 แก้ปัญหาข้อที่ 1,2
- 2) กลุ่มที่ 2 แก้ปัญหาข้อที่ 3,4
- 3) กลุ่มที่ 3 แก้ปัญหาข้อที่ 5,6
- 4) กลุ่มที่ 4 แก้ปัญหาข้อที่ 7,8
- 5) กลุ่มที่ 5 แก้ปัญหาข้อที่ 9,10

2.3.2.3 ตัวแทนกลุ่มย่อยเสนอวิธีแก้ปัญหาและเปิดโอกาสให้นักศึกษาอื่น ๆ แสดงความคิดเห็น

2.3.2.4 อาจารย์บรรยายเสริมวิธีการแก้ปัญหาตามหลักคิด 10 วิธีเพื่อพัฒนาปัญญา นักศึกษาและอาจารย์ร่วมอภิปรายสรุปวิธีการนำวิคิด 10 วิธีไปประยุกต์ใช้ในชีวิต

2.3.3 ภาระงานที่ 3 นักศึกษาวิเคราะห์ปัญหาเรื่องการเรียนรู้ของตนเองและวางแผนการอ่านหนังสือเพื่อเตรียมสอบปลายภาค

2.3.3.1 อาจารย์ให้นักศึกษาศึกษาความรู้เรื่องหลักปฏิบัติเพื่อสร้างความสำเร็จในการศึกษาในเอกสารประกอบการสอน

2.3.3.2 อาจารย์ให้นักศึกษาทำใบงานที่ 4 เรื่องการวิเคราะห์ปัญหาการเรียนของตนเองและจัดทำตารางอ่านหนังสือเตรียมสอบปลายภาค

## 2.4 ขั้นสรุป

อาจารย์และนักศึกษาร่วมกันสรุปผลเรื่องการนำกระบวนการแสวงหาความรู้และพัฒนาปัญญามาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต

## 2.5 ฝึกทักษะชีวิตประจำบท

อาจารย์ให้นักศึกษาทำแบบฝึกทักษะชีวิตในแต่ละสัปดาห์โดยทำที่บ้านพักของนักศึกษาตามใบงานการฝึกทักษะชีวิตที่ 1 แบบสำรวจพฤติกรรมที่แสดงถึงการแสวงหาความรู้ ใบงานแบบฝึกทักษะชีวิตที่ 2 การพัฒนาทักษะการเรียนรู้

## สื่อการเรียนการสอน

1. เอกสารประกอบการสอนรายวิชาจริยธรรมและทักษะชีวิต
2. วิดีทัศน์สั้นประกอบการนั่งสมาธิเรื่อง 1) นานั่งสมาธิของดร.อาจอง ชุมสายฯ 2) เพลงสายลมแห่งจริยธรรม 3) เพลงคนค้นคน 4) เพลงแผ่เมตตา 5) เพลงความสุขเล็กๆ และ 6) เพลงสบาย สบาย
3. วิดีทัศน์สั้นเรื่อง 1) ปฏิรูปประเทศไทย ปฏิรูปการศึกษาไทย 2) วิธีเรียนเก่ง 3) เคล็ดลับความสำเร็จของท่าน ว.วชิรเมธี และ 4) พระมโสด
4. พาวเวอร์พอยต์สรุปเนื้อหาบทที่ 6
5. ใบงานที่ 1 ความรู้และแหล่งกำเนิดความรู้  
ใบงานที่ 2 สรุปวิธีคิดเพื่อพัฒนาปัญญา 10 วิธี  
ใบงานที่ 3 แบบฝึกหัดพัฒนาวิธีคิด 10 วิธีเพื่อพัฒนาปัญญา  
ใบงานที่ 4 การวิเคราะห์ปัญหาการเรียนและจัดทำตารางอ่านหนังสือเตรียมสอบปลายภาค
6. ใบงานการฝึกทักษะชีวิตที่ 1 แบบสำรวจพฤติกรรมที่แสดงถึงการแสวงหาความรู้  
ใบงานแบบฝึกทักษะชีวิตที่ 2 การพัฒนาทักษะการเรียนรู้

## การวัดผลและการประเมินผล

1. ใบงานและการประเมินผลใบงาน
2. ใบสังเกตกิจกรรมกลุ่มและการประเมินผล

## บทที่ 6

### กระบวนการแสวงหาความรู้และพัฒนาปัญญา

มนุษย์แต่ละคนมีจุดมุ่งหมายของชีวิตแตกต่างกันและแต่ละคนก็ต้องการให้ตนเองบรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ การบรรลุจุดมุ่งหมายของชีวิตเรียกว่าความสำเร็จของชีวิต ความสำเร็จของคน ๆ หนึ่งอาจจะเป็นเพียงแค่การได้มีอาหารมือต่อไปประทังชีวิต การมีงานทำในตำแหน่งที่มั่นคง ความเป็นอิสระจากความทุกข์กังวล การได้อาศัยอยู่ในประเทศที่มีความสุข หรือการได้รับความเคารพนับถือจากคนรอบข้าง จะเห็นได้ว่าความสำเร็จของแต่ละคนนั้นไม่เหมือนกัน แต่อย่างไรก็ตามหากลองศึกษาชีวประวัติบุคคลสำคัญของโลกในด้านต่าง ๆ ซึ่งได้รับการยกย่องว่าเป็นผู้ประสบความสำเร็จสูงสุดในชีวิต จะพบว่าบุคคลเหล่านี้เป็นผู้แสวงหาความรู้และพัฒนาปัญญาเพื่อนำพาชีวิตไปสู่ความสำเร็จด้วยกันทั้งสิ้น การแสวงหาความรู้และพัฒนาปัญญาจึงเป็นเหตุปัจจัยที่สำคัญของความสำเร็จในชีวิตด้านต่าง ๆ ในบทนี้จะศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการแสวงหาความรู้และพัฒนาปัญญาเพื่อพัฒนาตนเองสู่ความสำเร็จในชีวิต

#### 6.1 การศึกษาเป็นจุดเริ่มต้นของความสำเร็จในชีวิต

สนอง วรอุไร (2549, หน้า 98-103) ได้จัดลำดับความสำเร็จของชีวิตไว้ดังนี้ เรียนสำเร็จ งานสำเร็จ ความเป็นอยู่ที่ดี มีครอบครัวดี มีความสุขและเลือกเกิดได้สำเร็จ ส่วนทำอย่างไรชีวิตจึงจะประสบความสำเร็จนั้น สนอง วรอุไร (2549, หน้า 97) กล่าวว่า “พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า จิตเป็นรากฐานของสิ่งทั้งหลาย จิตประเสริฐกว่าสิ่งทั้งหลาย สิ่งทั้งหลายสำเร็จด้วยจิต เพราะฉะนั้นความสำเร็จจึงอยู่ที่ใจ ไม่ว่าเราต้องการอะไร หากเราตั้งใจ กำหนดใจไว้มั่นแล้ว ทุกสิ่งก็จะสำเร็จได้ดังใจ...”

จากทัศนะของสนอง วรอุไรที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่าความสำเร็จของชีวิตมนุษย์นั้นจุดเริ่มต้นที่สำคัญคือความสำเร็จในการศึกษาคือเรียนให้สำเร็จ ผู้จะเรียนให้สำเร็จได้นั้นจะต้องมีความรู้และปัญญา ความรู้และปัญญาเป็นเครื่องมือสำคัญในการแสวงหาความสำเร็จของชีวิตด้านอื่น ๆ ต่อไป

## 6.2 การศึกษาคือการเรียนรู้

คำว่า การศึกษา หมายถึง “การเล่าเรียน ฟังฟังและอบรม” (ราชบัณฑิตยสถาน, 2546, หน้า 1104) เป็นการฝึกฝนอบรมให้เกิดการเรียนรู้ ในการศึกษาระดับอุดมศึกษา สำนักงานคณะกรรมการอุดมศึกษา (ม.ป.ป., หน้า 6) ได้ให้ความหมายไว้ว่า “การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่นักศึกษาพัฒนาขึ้นในตนเองจากประสบการณ์ที่ได้รับระหว่างการศึกษา” ผู้ที่กำลังศึกษาเรียกว่านักศึกษาซึ่งพระเผด็จ ทัดตชีโว (ม.ป.ป., หน้า 1) ได้อธิบายความหมายของคำว่า นักศึกษา ไว้ว่า “นักศึกษาคือผู้ที่กำลังแสวงหาความรู้ทั้งทางโลกและทางธรรม เป็นผู้ที่กำลังฝึกความประพฤติให้เรียบร้อยดีงาม ทั้งทางกาย วาจาและใจ เพื่อเตรียมพร้อมที่จะสร้างคุณงามความดีให้เกิดขึ้นทั้งแก่ตนเอง ทั้งแก่ประเทศชาติ พระศาสนาและพระมหากษัตริย์สืบต่อไปในภายภาคหน้า” คนจะประสบความสำเร็จทางการศึกษาได้นั้นจะต้องต่อสู้ฝ่าฟันอุปสรรคมากมายอาวูรที่จะนำไปใช้เพื่อต่อสู้กับอุปสรรคต่าง ๆ ในการศึกษาคือ คุณธรรม เป้าหมายของการศึกษาคือ การเป็นบัณฑิต และกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาแห่งชาติกำหนดผลการเรียนรู้ที่คาดหวังให้บัณฑิตมีอย่างน้อย 5 ด้าน ดังนี้ (สำนักงานคณะกรรมการอุดมศึกษา, ม.ป.ป., หน้า 6)

1) ด้านคุณธรรม จริยธรรม (Ethics and Moral) หมายถึง การพัฒนานิสัยในการประพฤติอย่างมีคุณธรรม จริยธรรม และด้วยความรับผิดชอบทั้งในส่วนตัวและส่วนรวม ความสามารถในการปรับวิถีชีวิตในความขัดแย้งทางค่านิยม การพัฒนานิสัยและการปฏิบัติตนตามศีลธรรม ทั้งในเรื่องส่วนตัวและสังคม

2) ด้านความรู้ (Knowledge) หมายถึงความสามารถในการเข้าใจ การนึกคิดและการนำเสนอข้อมูล การวิเคราะห์และจำแนกข้อเท็จจริงในหลักการ ทฤษฎี ตลอดจนกระบวนการต่าง ๆ และสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองได้

3) ด้านทักษะทางปัญญา (Cognitive Skills) หมายถึงความสามารถในการวิเคราะห์สถานการณ์และใช้ความรู้ ความเข้าใจในแนวคิด หลักการ ทฤษฎีและกระบวนการต่าง ๆ ในการคิดวิเคราะห์และการแก้ปัญหา เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ใหม่ ๆ ที่ไม่ได้คาดคิดมาก่อน

4) ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ (Interpersonal Skills and Responsibility) หมายถึงความสามารถในการทำงานเป็นกลุ่ม การแสดงถึงภาวะผู้นำ ความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม ความสามารถในการวางแผนและรับผิดชอบในการเรียนรู้ของตนเอง

5) ทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสารและการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ (Numerical Analysis, Communication and Information Technology Skills) หมายถึงความสามารถในการวิเคราะห์เชิงตัวเลข ความสามารถในการใช้เทคนิคทางคณิตศาสตร์และสถิติ ความสามารถในการสื่อสารทั้งการพูด การเขียน และการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ

### 6.3 ผู้สำเร็จการศึกษาเรียกว่าบัณฑิตและพหุสูต

ดังที่กล่าวแล้วว่าปัจจัยบ่งชี้ความสำเร็จของชีวิตตัวแรกคือ เรียนสำเร็จ เพราะคุณค่าของชีวิตอยู่ที่การ เรียนรู้ ยิ่งเรียนรู้มากชีวิตยิ่งมีค่ามาก คนที่กำลังศึกษาเรียนรู้เรียกว่านักเรียนหรือนักศึกษา ผู้สำเร็จการศึกษา เรียกว่า บัณฑิต

#### 6.3.1 ความหมายของคำว่า บัณฑิต

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๕๔ (2556, หน้า 662) ได้ให้ความหมาย ของคำว่า บัณฑิต ไว้ว่า “น. ผู้ทรงความรู้ ผู้มีปัญญา นักปราชญ์ ผู้สำเร็จการศึกษาชั้นปริญญาซึ่งมี ๓ ชั้น คือ ปริญญาตรี ปริญญาโท ปริญญาเอก เรียกว่า บัณฑิต มหาบัณฑิต ดุษฎีบัณฑิต ผู้มี ความสามารถเป็นพิเศษโดยกำเนิด เช่น คนนี้เป็นบัณฑิตในทางเล่นดนตรี”

พระธรรมกิตติวงศ์ (2548, หน้า 450) ได้ให้ความหมายของบัณฑิตไว้ว่า คำว่าบัณฑิตนี้ มีความหมายทั้งทางโลกและทางธรรม คำว่า บัณฑิตในทางโลก หมายถึง ผู้สำเร็จการศึกษาในระดับ ปริญญาตรี ส่วนคำว่าบัณฑิตในทางธรรมแปลว่า “ผู้ดำเนินชีวิตด้วยปัญญา, ผู้ประกอบด้วยปัญญาที่ ขาวสะอาด” บัณฑิตในทางธรรมจึงหมายถึง ผู้ฉลาดรู้ธรรมและดำเนินชีวิตไปตามหลักธรรมเป็นคนดี เป็นคนน่าคบหา น่าเข้าใกล้ มิได้หมายถึงผู้ศึกษาจบปริญญาแบบภาษาทางโลก ดังนั้น ผู้ที่ต้องการ ความสำเร็จทางการศึกษาจึงควรเป็นบัณฑิตทั้งทางโลกและทางธรรม คือเป็นผู้มีความรู้คู่คุณธรรม

พระสมชาย ฐานวุฑฺโฒ (2552, หน้า 22) ได้ให้ความหมายของคำว่าบัณฑิตไว้ว่า “บัณฑิตคือ คนที่มีใจผ่องใสอยู่เป็นปกติ ทำให้มีความเห็นถูกยึดถือค่านิยมที่ถูก สามารถดำเนินชีวิตอยู่ด้วยปัญญา”

#### 6.3.2 คุณลักษณะของบัณฑิตระดับปริญญาตรี

สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (ม.ป.ป., หน้า 20) ได้กำหนดคุณลักษณะของ บัณฑิตที่พึงประสงค์ระดับปริญญาตรีไว้ ดังนี้

- 1) มีความคิดริเริ่มในการแก้ไขปัญหาและข้อโต้แย้งทั้งในสถานการณ์ส่วนบุคคลและ ของกลุ่ม โดยการแสดงออกซึ่งภาวะผู้นำในการแสวงหาทางเลือกใหม่ที่เหมาะสมไปปฏิบัติได้
- 2) สามารถประยุกต์ความเข้าใจอันถ่องแท้ในทฤษฎีและระเบียบวิธีการศึกษาค้นคว้า ในสาขาวิชาของตนเพื่อใช้ในการแก้ปัญหาและข้อโต้แย้งในสถานการณ์อื่น ๆ
- 3) สามารถพิจารณาแสวงหาและเสนอแนะแนวทางในการแก้ปัญหาทางวิชาการหรือ วิชาชีพ โดยยอมรับข้อจำกัดของธรรมชาติของความรู้ในสาขาวิชาของตน

- 4) มีส่วนร่วมในการติดตามพัฒนาการในศาสตร์ของตนให้ทันสมัย และเพิ่มพูนความรู้และความเข้าใจของตนอยู่เสมอ
- 5) มีจริยธรรมและความรับผิดชอบสูงทั้งในบริบททางวิชาการ ในวิชาชีพและชุมชนอย่างสม่ำเสมอ

### 6.3.3 คุณลักษณะของบัณฑิตในทางธรรม

เนื่องจากบัณฑิตในทางธรรมเป็นผู้ที่มีจิตใจผ่องใส มีความเห็นถูก ดำเนินชีวิตอยู่ด้วยปัญญา ฉลาดในการสอดส่องหาเหตุผล จึงมีคุณลักษณะที่สำคัญ ดังนี้ (พระสมชาย ฐานวุฑโฒ, 2552, หน้า 22-23)

- 1) ชอบคิดดีเป็นปกติ ได้แก่ คิดให้ทาน คิดให้อภัยอยู่เสมอ ไม่ผูกพยาบาท คิดเห็นถูกต้องตามความเป็นจริง เช่น เห็นว่าบุญบาปมีจริง พ่อแม่มีพระคุณต่อเราจริง เป็นต้น
- 2) ชอบพูดดีเป็นปกติ ได้แก่ พูดคำจริง พูดคำสมานไมตรี พูดคำมีประโยชน์ พูดด้วยจิตที่ประกอบด้วยเมตตา และพูดถูกต้องตามกาลเทศะ
- 3) ชอบทำดีเป็นปกติ ได้แก่ มีเมตตากรุณา ประกอบสัมมาอาชีพ ทำบุญให้ทานเป็นปกติ รักษาศีล ทำสมาธิภาวนาอย่างสม่ำเสมอ

### 6.3.4 ความหมายของพหูสูต

นอกจากคำว่าบัณฑิตแล้วยังมีคำว่า พหูสูต ซึ่งเป็นคำที่ใช้เรียกผู้ที่มีความรอบรู้แต่อย่างไรก็ตามคำว่า บัณฑิตและพหูสูตก็มีความแตกต่างกัน พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 (2556, หน้า 823) ได้ให้ความหมายของคำว่า พหูสูต ไว้ว่า “ผู้มีความรู้เพราะได้สดับตรับฟังหรือศึกษาเล่าเรียนมามาก”

พระสมชาย ฐานวุฑโฒ (2552, หน้า 60) อธิบายความหมายของพหูสูตว่า “ผู้มีความรอบรู้เรียกว่า พหูสูต หรือ พูดสั้น ๆ ว่า “ฉลาดรู้” ความเป็นผู้ฉลาดรู้ คือ เป็นผู้ที่ รู้จักเลือกเรียนในสิ่งที่ควรรู้ เป็นผู้ที่ไปศึกษาเล่าเรียนมาก ได้ยินได้ฟังได้อ่านมาก ซึ่งคุณสมบัติเหล่านี้เป็นต้นทางแห่งปัญญา ทำให้เกิดความรู้ในการบริหารงานชีวิต”

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) (2551, หน้า 264) อธิบายความหมายของพหูสูตว่า “ผู้ได้ยินได้ฟังมามาก คือทรงจำธรรมและความรู้ศิลปวิทยามาก ผู้เล่าเรียนมาก ผู้ศึกษามาก ผู้คงแก่เรียน”



### 6.3.5 คุณลักษณะของพหูสูต

บุคคลที่จะมีความรอบรู้จนเป็นพหูสูตได้นั้นจะต้องมีลักษณะความรู้ที่สมบูรณ์ของพหูสูต 4 ประการ ดังนี้ (พระสมชาย ฐานวุฑฺโฒ, 2552, หน้า 60 – 61)

- 1) รู้ลึก หมายถึง รู้เรื่องราวสวไปหาสาเหตุในอดีตได้ลึกซึ่งถึงความเป็นมา เช่น แพทย์เมื่อเห็นอาการคนป่วยก็บอกได้ว่าเป็นโรคอะไร รู้ไปถึงว่าที่เป็นโรคนี้อเพราะเหตุใด หรือช่างเมื่อเห็นอาการเครื่องดนตรีที่เสียก็สามารถบอกได้ทันทีว่า เครื่องนั้นเสียที่ชิ้นส่วนไหน เป็นเพราะอะไร เป็นต้น
- 2) รู้รอบ หมายถึง ช่างสังเกต รู้สิ่งต่าง ๆ รอบตัว สภาพภูมิประเทศ ดินฟ้าอากาศ ผู้คนในชุมชน ความเป็นไปของเหตุการณ์ต่าง ๆ รอบตัว สิ่งที่ต้องรู้ต้องรู้
- 3) รู้กว้าง หมายถึง สิ่งรอบตัวแต่ละอย่างที่อยู่รอบอย่างละเอียด รู้ถึงความเกี่ยวพันของสิ่งนั้นกับสิ่งอื่น ๆ ด้วย คล้ายรู้รอบแต่เก็บรายละเอียดมากขึ้น
- 4) รู้ไกล หมายถึง มองการณ์ไกล รู้ถึงผลที่จะตามมาในอนาคต เช่น เห็นสภาพดินฟ้าอากาศ ก็รู้ทันทีว่าปีนี้มีพืชผลชนิดใดจะขาดแคลน เห็นพฤติกรรมของผู้ร่วมงานไม่น่าไว้วางใจ ก็รู้ทันทีว่าเขาคิดไม่ซื่อ เห็นตนเองเริ่มย่อหย่อนต่อการปฏิบัติธรรม ก็รู้ทันทีว่าถ้าทิ้งไว้เช่นนี้ต่อไปตนก็จะเสื่อมจากกุศลธรรม ฯลฯ

### 6.3.6 ความแตกต่างระหว่างบัณฑิตกับพหูสูต

ผู้เป็นบัณฑิตกับพหูสูตนั้นมีความแตกต่างกัน คือ ผู้เป็นบัณฑิตเป็นผู้มีคุณธรรมประจำใจ มีความประพฤติดีงาม อาจจะมีความรู้มากหรือน้อยก็ได้แต่ใช้ความรู้เพื่อประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่นอย่างเต็มที่ ส่วนผู้เป็นพหูสูต คือผู้มีความรู้มากแต่คุณธรรมความประพฤติไม่แน่ว่าจะดี และอาจใช้ความรู้ไปในทางเบียดเบียนผู้อื่นก็ได้ แต่ถ้าผู้เป็นพหูสูตคนใดนำความรู้ที่สั่งสมไว้มากไปสร้างความคิดเป็นคุณประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่นก็จะสร้างประโยชน์ได้มากคนผู้นั้นเรียกว่าบัณฑิตที่แท้จริง

## 6.4 ความรู้และปัญญา

ความรู้ของมนุษย์มีแหล่งกำเนิดจากหลายแหล่งการรู้แหล่งที่มาของความรู้ทำให้สามารถแสวงหาความรู้ได้อย่างถูกต้องอย่างไรก็ตาม ความรู้กับปัญญานั้นมีความแตกต่างกัน

### 6.4.1 ความหมายของความรู้และปัญญา

ความรู้ หมายถึง “สิ่งที่สั่งสมมาจากการศึกษาเล่าเรียน การค้นคว้า หรือประสบการณ์ รวมทั้งความสามารถเชิงปฏิบัติและทักษะ ความเข้าใจหรือสารสนเทศที่ได้รับมาจากประสบการณ์

สิ่งที่ได้รับมาจากการได้ยิน ได้ฟัง การคิดหรือการปฏิบัติ,องค์วิชาในแต่ละสาขา เช่น ความรู้เรื่องเมืองไทย ความรู้เรื่องสุขภาพ ความรู้ท่วมหัวเอาตัวไม่รอด ว.มีความรู้มากแต่ไม่รู้จักใช้ความรู้ให้เป็นประโยชน์” (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556, หน้า 243)

ปัญหา หมายถึง “น. ความรอบรู้ ความรู้ทั่ว ความฉลาดเกิดแต่การเรียนรู้และการคิด...” (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556, หน้า 733)

ปัญหา หมายถึง “ความรู้ทั่ว ปรินหาหยั่งรู้เหตุผล ความรู้เข้าใจชัดเจน ความรู้เข้าใจหยั่งแยกได้ในเหตุผล คิษฐ์ คุณโทษ ประโยชน์มิใช่ประโยชน์ เป็นต้น และรู้ที่จะจัดแจง จัดสรร จัดการ ดำเนินการทำให้ ลุผล ล่วงพ้นปัญหา ความรอบรู้ในกองสังขารมองเห็นตามความเป็นจริง...” (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2551, หน้า 231)

สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (ส.ก.อ.) ได้จัดทำกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาแห่งชาติ (มคอ.) หรือ TQF โดยกำหนดการเรียนรู้และมาตรฐานผลการเรียนรู้ตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษาของประเทศไทยได้จำแนกความแตกต่างระหว่างมาตรฐานด้านความรู้และมาตรฐานได้ปัญญาไว้ดังนี้ (สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษาแห่งชาติ, ม.ป.ป., หน้า 6) ดังตารางที่ 6.1

ตารางที่ 6.1 แสดงความแตกต่างระหว่างความรู้และปัญญา

มาตรฐานด้านความรู้	มาตรฐานด้านทักษะทางปัญญา
ความรู้ (Knowledge) หมายถึง ความสามารถในการเข้าใจ การนึกคิด และการนำเสนอข้อมูล การวิเคราะห์และจำแนกข้อเท็จจริงในหลักการ ทฤษฎี ตลอดจนกระบวนการต่าง ๆ และสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองได้	ทักษะทางปัญญา(Cognitive Skills) หมายถึง ความสามารถในการวิเคราะห์สถานการณ์และใช้ความรู้ ความเข้าใจในแนวคิด หลักการ ทฤษฎีและกระบวนการต่างๆ ในการคิดวิเคราะห์และการแก้ปัญหา เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ใหม่ๆ ที่ไม่ได้คาดคิดมาก่อน

#### 6.4.2 แหล่งกำเนิดของความรู้และปัญญา

ปัญหาเกี่ยวกับความรู้และปัญญาเป็นปัญหาที่นักคิดและนักปรัชญาได้ศึกษาค้นคว้าคำตอบมาเป็นเวลาช้านานจนเกิดเป็นปรัชญาสาขาหนึ่งคือ ญาณวิทยา หมายถึงวิชาที่ทำหน้าที่ศึกษาวิเคราะห์สิ่งที่เรียกว่า ความรู้ โดยมีการศึกษาปัญหาเกี่ยวกับความรู้ 3 ประการคือ (1) ปัญหาว่า มนุษย์สามารถรู้ความจริงสูงสุดได้อย่างไร (2) ปัญหาว่า มนุษย์ได้รับความรู้มาทางใดบ้าง และ(3) ปัญหาว่า ความรู้ที่มนุษย์ได้รับมานั้นสามารถอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับความจริงสูงสุดนั้นได้ตรง

กับความเป็นจริงหรือไม่ แต่อย่างไรก็ตามในที่นี้จะศึกษาเฉพาะปัญหาว่า ความรู้เกิดขึ้นมาได้ทางใดบ้างเท่านั้น ได้มีผู้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับแหล่งกำเนิดความรู้ไว้ ดังนี้

**6.4.2.1 แหล่งกำเนิดความรู้หรือปัญญาตามแนวพุทธศาสนา** แหล่งที่มาหรือบ่อเกิดความรู้ในทางพุทธศาสนานั้น ได้จำแนกแหล่งกำเนิดของความรู้ว่ามีบ่อเกิดมาจากสามแหล่งด้วยกันคือ

1) สุตมยปัญญา คือ ปัญญาหรือความรู้ที่เกิดจากการฟังท่านผู้รู้พูดบอกเล่า สนทนาชี้แจงให้ได้ยินได้ฟัง หรืออ่านจากตำรับตำรา และสื่อต่าง ๆ เป็นความรู้ที่ได้รับมาจากภายนอกตัว

2) จินตมยปัญญา คือ ปัญญาหรือความรู้ที่เกิดจากการคิดใคร่ครวญไตร่ตรอง ทบทวน กล่าวคือ ความรู้หรือปัญญาชนิดนี้จะเกิดขึ้นได้ต้องอาศัยการนำเอาประสบการณ์จากความรู้ที่ได้จากการฟัง การอ่าน การสนทนา การพูดคุยหรือการชมจากสื่อต่าง ๆ ไปคิดพิจารณา ใคร่ครวญ ทบทวนจนได้ความรู้ใหม่เป็นความรู้ระดับเหตุผลที่เกิดขึ้นจากการใคร่ครวญภายในจิตของตน

3) ภวานมยปัญญา คือ ปัญญาหรือความรู้ที่เกิดจากการปฏิบัติบำเพ็ญ เป็นความรู้ที่มีได้โดยการอบรมจิตใจ การลงมือปฏิบัติจริง การพิสูจน์ทดลอง โดยการนำความรู้ที่ได้จากการฟัง อ่าน สนทนาพูดคุยหรือการคิดไปทำให้เกิดมีจริง ลงมือปฏิบัติจริง ทำการพิสูจน์ทดลองให้เห็นผลจริง ก็จะเกิดเป็นปัญญาหรือความรู้ในระดับที่แจ่มแจ้งชัดเจน (อภิญญวัฒน์ โพธิ์สถาน, 2551, หน้า 79)

**6.4.2.2 แหล่งกำเนิดความรู้ตามแนวคิดปัญญา 3 ฐาน** วรภัทร์ ภูเจริญ (2554, หน้า 7) กล่าวว่า “พุทธ แปลว่า ผู้รู้ คำว่า “รู้” ในที่นี้ มีความหมายถึงการรู้ ผ่านปัญญาทั้งสามฐาน คือ ปัญญากาย ปัญญาใจและปัญญาคิด แต่คนเราส่วนใหญ่โดนระบบการศึกษาและสังคมยุคเร่งรีบและติดยึดในวัตถุ ให้ใช้แต่ความคิด โดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ว่า เป็นความคิดที่เกิดจากจิตปกติหรือไม่ปกติ เป็นความคิดที่ปรุงแต่งหรือเห็นตามความเป็นจริง” การที่จะเข้าใจปัญญาของมนุษย์ได้คตินั้นจะต้องทำความเข้าใจเรื่องปัญญาสามฐานคือ

1) ปัญญาที่ฐานกาย ได้แก่ การมีสติ รู้ตัวทั่วพร้อม รู้ด้วยความรู้สึก (Sensing) ไม่ใช่รู้ด้วยความคิด เป็นการ “รู้” ที่ร่างกายของเรา ความรู้สึกต่าง ๆ ที่กายรับรู้ เป็นเรื่องของการมีสติ รับรู้เวทนา รับรู้ความหนาว ความร้อน ความเมื่อย ความสบายตัว ความเจ็บความปวด ฯลฯ นอกจากนี้ยังรวมไปถึงทักษะต่าง ๆ ที่เป็นความจำของร่างกาย หรือความจำของกล้ามเนื้อเกิดจากการทำซ้ำ ๆ แบบไม่ต้องคิด

2) ปัญญาที่ฐานใจ ได้แก่ การรับรู้อารมณ์ ความฉลาดในการใช้อารมณ์ เข้าใจ และควบคุมอารมณ์ความรู้สึก (Feeling) ได้ โดยเฉพาะความสามารถแยกแยะ จิตกุศลและอกุศลได้ รู้ว่าเมื่อใดจิตเป็นกุศลหรือเป็นอกุศล

3) ปัญญาที่ฐานคิด ได้แก่ ความสามารถในการคิด เป็นการใช้สมองคิด (Thinking) วิเคราะห์ ใคร่ครวญ จำได้ ปรุงแต่ง ฟุ้งซ่าน ฯลฯ สมองซีกซ้ายใช้คิดแบบมีเหตุผล สมองซีกขวาคิดแบบ

จินตนาการ และสมองส่วนหน้า คิดแบบสืบค้น เรียนรู้แบบสืบค้น ความคิดมี 2 แบบ คือ (1) ความคิดที่ผลิติดอกมาตอนที่จิตว่าง ๆ ไม่มีอคติ ไม่มีลำเอียง เป็น “ปัญญา” ที่บริสุทธิ์ และ (2) ความคิดที่เจออัตโนมัติ เป็นความคิดที่ผลิติดอกมาตอนจิตไม่ว่าง เจ้ออคติ เจ้อลำเอียง เป็นความคิดแบบ “เอโก” (วรภัทร์ ภูเจริญ, 2554, หน้า 126 – 128) คือ ฉลาดแกมโกง

**6.4.2.3 แหล่งกำเนิดความรู้ที่เกิดจากความรู้ในอดีต** ความรู้ซึ่งเป็นสิ่งที่มนุษย์ได้สั่งสม สืบทอดกันมานั้นมีแหล่งกำเนิดดังนี้

1) ความรู้ที่เกิดจากประสบการณ์ของตนเอง คือ ความรู้จากประสบการณ์เป็นความรู้ที่เกิดจากมนุษย์ช่วงชั้นวัยต่าง ๆ ได้เรียนรู้และสั่งสมจากประสบการณ์ของตนเองที่มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ทั้งทางตรงและทางอ้อม และบังเอิญได้ค้นพบความรู้และความจริงโดยมิได้ตั้งใจ เช่น การค้นพบความรู้เรื่องแรงโน้มถ่วงของโลกโดย ไอแซค นิวตัน เป็นต้น

2) ความรู้เกิดจากความเชื่อของบรรพบุรุษ คือ ความรู้จากความเชื่อ เป็นความรู้ที่สืบทอดกันมาจากประสบการณ์ของบรรพบุรุษ ซึ่งต่อมาได้กลายเป็นความเชื่อและตกทอดมาสู่อนุชนรุ่นหลังตามลำดับ ความรู้เหล่านี้บางอย่างก็ทราบความเป็นมา หรือทราบเหตุผลจากการบอกเล่าของบรรพชน บางอย่างก็หาคำอธิบายด้วยเหตุผลไม่ได้ส่วนใหญ่เป็นความรู้ที่ยังไม่ได้มีการพิสูจน์ความจริงมาก่อน เช่น ความรู้เกี่ยวกับเวทย์มนต์คาถา ฤกษ์ยามต่าง ๆ

3) ความรู้เกิดจากขนบธรรมเนียมประเพณี คือ ความรู้จากขนบธรรมเนียมประเพณี เป็นความรู้ที่สืบทอดกันมาจากความเชื่อของคนสมัยอดีตเช่นเดียวกัน และความเชื่อนั้น ๆ ก่อให้เกิดแนวประพฤติปฏิบัติจนกระทั่งกลายเป็นวัฒนธรรมของชนชาติแต่ละหมู่เหล่า ซึ่งประกอบด้วยขนบธรรมเนียมประเพณีต่าง ๆ ตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย (ชำนาญ รอดเหตุภัย, 2552, หน้า 8 – 9)

**6.4.2.4 แหล่งกำเนิดของความรู้ตามแนวปรัชญา** ในทางปรัชญานั้นได้อธิบายถึงแหล่งกำเนิดความรู้ของมนุษย์สองลัทธิหรือสองแนวคิดด้วยกันคือ

1) ประสบการณ์นิยม แนวคิดนี้เชื่อว่า การประจักษ์แจ้งหรือประสบการณ์ทางประสาทสัมผัสทั้งห้าเท่านั้นเป็นแหล่งให้เกิดความรู้จริงได้และย้ำว่า ความรู้ทุกอย่างจะเกิดขึ้นได้จะต้องอาศัยประสบการณ์ด้วยตนเอง ดังนั้น สำหรับชาวประสบการณ์นิยม ความจริงทั้งหมดมีป้อนเกิดมาจากประสาทสัมผัส ประสาทสัมผัสให้ความจริงเฉพาะ และความจริงเฉพาะเป็นฐานให้รู้ความจริงสากลหรือความจริงทั่วไป วิชาวิทยาศาสตร์ สนใจที่จะแสวงหาความจริงที่พิสูจน์ได้ด้วยประสาทสัมผัส ดังนั้นวิธีการอุปนัยจึงเป็นหัวใจของวิทยาศาสตร์ และสำหรับชาวประสบการณ์นิยม ความรู้ทางวิทยาศาสตร์เป็นขุมความรู้ที่แท้จริงของมนุษย์ (วิทย์ วิศทเวทย์, ม.ป.ป., หน้า 122)

2) เหตุผลนิยม แนวคิดนี้เชื่อว่า ความรู้ที่แท้จริงเกิดจากเหตุผลมากกว่าประสบการณ์ ประสบการณ์อาจให้ข้อมูลแต่เหตุผลเป็นผู้ตัดสิน เหตุผลในที่นี้หมายถึง การใช้ความคิดซึ่งแตกต่างจากการใช้ประสาทสัมผัส ชาวเหตุผลนิยมเชื่อว่า มนุษย์เรามีความสามารถพิเศษอย่างหนึ่งคือ “ปัญญา” กิจกรรมของตาคือการมอง กิจกรรมของหูคือการฟัง ส่วนกิจกรรมของปัญญา คือ การคิดหาเหตุผล ตาและหูให้ความรู้ที่ไม่แน่นอน แต่ปัญญาให้ความจริงอันสมบูรณ์ตายตัว แนวคิดนี้เชื่อว่า ความรู้มิได้มาจากภายนอกโดยเข้ามาสู่ตัวเราทางประสาทสัมผัส ความรู้มีอยู่ในตัวเราแล้วทุกคนตั้งแต่เกิด เราทุกคนเกิดมาพร้อมกับความรู้และความจริงบางอย่างที่แฝงอยู่ในจิตของเรา ถ้าเราใช้ปัญญากระทำกิจของมันคือ คิดตามหลักเหตุผล ความรู้นี้จะปรากฏเป็นจริงออกมา (วิทย์ วิศท เวทย์, ม.ป.ป., หน้า 102)

## 6.5 หลักการแสวงหาความรู้และพัฒนาปัญญาเพื่อสร้างความสำเร็จในการศึกษา

สนอง วรอุไร (2549, หน้า 115-116) กล่าวถึงปัญญากับการศึกษาที่ถูกทางว่า “ระบบการศึกษาทางโลกซึ่งเราเชื่อถือและฝากชีวิตเอาไว้เพราะเชื่อว่าเป็นกระบวนการพัฒนาปัญญาที่ดีที่สุด แท้จริงแล้วเป็นการศึกษาที่หลงทาง เป็นระบบการศึกษาที่เน้นแต่การพัฒนาไอคิว (IQ) ซึ่งเป็นเรื่องดี ๆ พัฒนาง่ายเพียงแค่สั่งสมความจำและความคิดไว้มาก ๆ ปัญญาไอคิวก็เกิดขึ้นได้ แม้จะเรียนจนจบปริญญาเอกซึ่งนับว่าสูงสุดแล้วในทางโลก ก็มีปัญญาแค่ไอคิวเท่านั้น ยังไม่สามารถเอาตัวรอดจากกิเลส 3 ตัวคือ โลก โกรธ หลงได้ยังคงตกเป็นทาสของมันอยู่เหมือนเดิม นอกจากนั้นยังไม่ตระหนักรู้ด้วยว่า ไอคิวที่สูงขึ้นจะเป็นเหตุให้อีโก้ (ego) หรืออัตตาสูงตาม ซึ่งอัตตาคือตัวร้ายที่สุด ทำให้กลายเป็นคนเก่งที่เห็นแก่ตัว การยึดอัตตาความเป็นตัวตนนั้นมีโอกาสสร้างความเดือดร้อนให้กับชีวิตและสังคมมาก ...เพราะฉะนั้นปัญญาทางโลกที่เรียน ๆ กันจึงอาจกลับมาทำลายชีวิตเราได้ ซึ่งทั้งหมดนี้เป็นผลมาจากกระบวนการศึกษาที่ผิดทางเป็นบ่อเกิดของปัญญาแบบมิจฉาทิฐิ” ดังนั้นการแสวงหาความรู้และพัฒนาปัญญาจึงจะต้องเป็นการพัฒนาปัญญาที่เรียกว่าสัมมาทิฐิซึ่งจะทำให้ตนเองและสังคมได้รับประโยชน์และความสุขร่วมกัน

### 6.5.1 ปัจจัยแห่งความสำเร็จในการศึกษา 2 ประการ

ในการศึกษาให้ประสบความสำเร็จนั้นจะต้องอาศัยองค์ประกอบหรือปัจจัยที่สำคัญ 2 ประการคือ

**6.5.1.1 ปัจจัยภายนอกหรือองค์ประกอบภายนอกที่ดี (ปรโตโมสะ)** ผู้กำลังศึกษาหาความรู้และพัฒนาปัญญาจะต้องเลือกหาสิ่งแวดล้อมภายนอกที่ดี เอื้อต่อการฝึกฝน เป็นกัลยาณมิตรต่อ

ตนเองเป็นอันดับแรก คือ ต้องเลือกทำการคบหาบุคคล สถานที่ สังคม ชุมชน ที่เป็นกัลยาณมิตร คบหาคนดี มีปัญญา มีคุณธรรม สามารถให้ความช่วยเหลือแนะนำ ถ่ายทอดบอกเล่าชี้แจง อธิบายความจากท่านในเรื่องต่าง ๆ ที่ถูกต้อง คิงามเป็นจริง มีเหตุมีผล เป็นประโยชน์ บุคคลผู้รักการศึกษา เรียนรู้จะต้องไม่รอให้สัตบุรุษหรือบัณฑิตผู้ทำหน้าที่เป็นกัลยาณมิตรมาคบหา แต่ควรที่จะกระตือรือร้นที่จะไปหา ไปปรึกษา ไปสดับฟัง ไปขอคำแนะนำสั่งสอน เข้าร่วมหมู่อยู่ใกล้ ตลอดจนศึกษาแบบอย่างแนวทางจากท่านนั้น ๆ

**6.5.1.2 ปัจจัยภายในหรือองค์ประกอบในตัวผู้เรียนที่ดี (โยนิโสมนสิการ)** ในส่วนของตัวผู้ศึกษาเรียนรู้ที่ดี นอกจากรู้จักเลือกคบหาบุคคลที่มีลักษณะเป็นกัลยาณมิตรแล้วยังต้องรู้จักคิด วิเคราะห์ ใช้ทำที่แห่งปัญญาในการเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับโลกภายนอกต่าง ๆ แบบ “คิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาเป็น” ที่เรียกว่า โยนิโสมนสิการ ซึ่งตามตัวอักษรแปลว่า การคิด (มนสิการ) โดยอุบายอันแยบคาย (โยนิโส) ด้วย โยนิโสมนสิการ เป็นวิธีการใช้ความคิดและฝึกใช้ความคิดอย่างถูกวิธี เป็นระบบ เป็นเหตุเป็นผล และสร้างสรรค์ (อภิญาวัฒน์ โพธิ์สถาน, 2551, หน้า 74 – 75)

#### 6.5.2 หลักการเสริมสร้างความรู้และพัฒนาปัญญาด้วยวุฒิชรรม 4

การเสริมสร้างปัญญา นอกจากการมีองค์ประกอบภายนอกที่ดีและโยนิโสมนสิการคือ องค์ประกอบภายในที่ดีแล้ว การมีความรู้ที่ถูกต้องจะต้องปฏิบัติตามหลักเสริมสร้างปัญญาที่เรียกว่า วุฒิชรรม 4 คือ

**6.5.2.1 เสวนาผู้รู้** คือ รู้จักเลือกหาแหล่งวิชา คบหาท่านผู้รู้ ผู้ทรงคุณความดี มีภูมิธรรม ภูมิปัญญาน่านับถือ

**6.5.2.2 ฟังดูคำสอน** หมายถึง เอาใจใส่ สดับรับฟัง คำบรรยาย คำแนะนำสั่งสอน แสวงหาความรู้ทั้งจากตัวบุคคลโดยตรงและจากหนังสือ หรือสื่อมวลชน ตั้งใจเล่าเรียน ศึกษาค้นคว้า หมั่นปรึกษาสอบถาม ให้เข้าถึงความรู้ที่แท้จริง

**6.5.2.3 คิดให้แยบคาย** หมายถึง รู้เห็นได้อ่านได้ฟังสิ่งใด ก็รู้จักคิดพิจารณาด้วยตนเอง ด้วยเหตุและผลแยกแยะให้เห็นสถานะและสืบสาวให้เห็นเหตุผลว่า นั่นคืออะไร เกิดขึ้นได้อย่างไร ทำไมจึงเป็นอย่างนั้น จะเกิดอะไรต่อไป ข้อดีข้อเสีย คุณโทษเป็นอย่างไร

**6.5.2.4 ปฏิบัติให้ถูกหลัก** หมายถึง นำสิ่งที่ได้เล่าเรียน รับฟัง ไตร่ตรองเห็นชัดแล้วไป ปฏิบัติให้ถูกต้องและเป็นประโยชน์

#### 6.5.3 หลักการเสริมสร้างความรู้และพัฒนาปัญญาด้วยพหุศุต

คำว่า พหุสูต หมายถึง “ผู้มีความรู้เพราะได้ระดับรับฟังหรือศึกษาเล่าเรียนมามาก” (ราชบัณฑิต, 2546, หน้า 775) การศึกษาให้เป็นพหุสูต คือ การจะศึกษาเล่าเรียนอะไรก็ตามต้องทำตนให้เป็นพหุสูตในด้านนั้น ๆ ด้วยการสร้างความรู้ ความเข้าใจ ให้แจ่มแจ้งชัดเจนถึงขั้นครอบงำคุณของพหุสูต (ผู้ที่ได้เรียนมากหรือผู้คงแก่เรียน) 5 ประการ คือ

**6.5.3.1 ฟังมาก** คือ เล่าเรียน สดับฟัง รู้เห็น อ่านสิ่งสมความรู้ในด้านนั้น ๆ ไว้ให้มากมายกว้างขวาง

**6.5.3.2 จำได้** คือ จับหลักหรือสาระสำคัญได้ถูกต้อง จำเรื่องราวหรือเนื้อหาสาระไว้ได้แม่นยำ

**6.5.3.3 คล่องปาก** คือ ท่องบ่นหรือใช้พูดอยู่เสมอ จนแคล่วคล่อง ชัดเจน ใครสอบถามก็พูดชี้แจงแถลงได้

**6.5.3.4 เจนใจ** คือ ใส่ใจนึกคิดจนเจนใจ นึกถึงครั้งใดก็ปรากฏเนื้อความสว่างชัดเจน มองเห็นโล่งตลอดไปทั้งเรื่อง

**6.5.3.5 แดกฉานในทฤษฎี** คือ เข้าใจความหมายหรือเหตุผลแจ่มแจ้งลึกซึ้ง รู้ที่มาที่ไป เหตุผล ความสัมพันธ์ของเนื้อความและรายละเอียดต่าง ๆ ทั้งภายในเรื่องนั่นเองและที่เกี่ยวข้องกับเรื่องอื่น ๆ ในสาขาวิชาหรือทฤษฎีนั้นๆ ประปรัง

#### 6.5.4 หลักการพัฒนาวิธีคิด 10 วิธีเพื่อพัฒนาปัญญา

วิธีคิด 10 วิธีเรียกว่าความคิดแบบโยนิโสมนสิการเป็นความคิดที่อยู่ในกระบวนการพัฒนาปัญญาของมนุษย์ตามพุทธศาสนา เป็นความคิดที่อยู่ในระดับที่เหนือความเชื่อหรือศรัทธาเนื่องจากผู้คิดได้ใช้ความคิดของตนเองอย่างอิสระ คิดอย่างมีระบบ คิดอย่างวิเคราะห์ เป็นวิธีการสำคัญสำหรับสร้างปัญญาที่บริสุทธิ์ ซึ่งวิธีคิด 10 วิธีมี ดังนี้ (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), 2541, หน้า 676-718)

**6.5.4.1 วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย** คือ การพิจารณาปรากฏการณ์ที่เป็นผล ให้รู้จักสถานะที่เป็นจริงหรือพิจารณาปัญหา หาหนทางแก้ไข ด้วยการค้นหาสาเหตุและปัจจัยต่าง ๆ ที่สัมพันธ์ส่งผลสืบทอดกันมา โดยมีฐานคิดว่าสิ่งต่าง ๆ เป็นปัจจัยซึ่งกันและกัน ตัวเหตุจะมีหลายองค์ประกอบ เมื่อพูดถึงสิ่งใดจะต้องอธิบายให้เป็นปัจจัยซึ่งกันและกันโดยมีหลักการว่า “เมื่อสิ่งนี้มีสิ่งนี้จึงมี เพราะสิ่งนี้เกิดขึ้นสิ่งนี้จึงเกิดขึ้น สิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้จึงไม่มี เพราะสิ่งนี้ดับ สิ่งนี้จึงดับ” การคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัยจะทำให้รู้ว่าอะไรทำให้เกิดอะไร การเข้าใจวิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัยทำให้คนมองสรรพสิ่งเป็นระบบที่มีความเกี่ยวข้องกันได้ตลอดทั้งสาย ทำให้ความคิดเป็นระบบและโลกทัศน์กว้างขึ้น

**6.5.4.2** **วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบหรือกระจายเนื้อหา** มีวิธีคิดคือแยกแยะให้เห็นว่า สรรพสิ่งทั้งหลายย่อมประกอบด้วยองค์ประกอบย่อย ๆ ที่มาอาศัยกันอยู่และขึ้นต่อเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง วิธีนี้เป็นการคิดแยกสิ่งต่าง ๆ ออกเป็นส่วน ๆ เพื่อหาความสัมพันธ์อันสัมพันธ์กันเป็นองค์รวม การคิดแบบนี้จะช่วยให้สามารถแก้ปัญหาได้ดียิ่งขึ้นเพราะไม่มองแต่ภาพรวมแต่มองลึกลงไปถึงรายละเอียด

**6.5.4.3** **วิธีคิดแบบสามัญลักษณะ** หรือวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา คือมองอย่างรู้เท่าทันความเป็นไปของสิ่งทั้งหลายซึ่งต้องเป็นอย่งนั้น ๆ ตามธรรมดาของมันเอง ในฐานะที่มันเป็นสิ่งซึ่งเกิดจากเหตุปัจจัยต่าง ๆ ปรงแต่่งขึ้น เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็จะต้องดับไป ไม่เที่ยงแท้ ไม่คงที่ ไม่ยั่งยืน การคิดแบบนี้ทำให้บุคคลมีท่าทีต่อสิ่งทั้งหลายที่เกิดขึ้นอย่างสอดคล้องกับความเป็นจริงของธรรมชาติยอมรับความเป็นไปของชีวิตได้อย่างไม่มีความทุกข์

**6.5.4.4** **วิธีคิดแบบอริยสังหรือคิดแบบแก้ปัญหา** เป็นวิธีคิดเพื่อแก้ไขปัญหารวมทั้งความดับทุกข์ หลักการสำคัญของวิธีคิดแบบนี้คือ การเริ่มต้นจากปัญหาหรือความทุกข์ที่ประสบโดยกำหนดรู้ทำความเข้าใจกับปัญหาหรือความทุกข์นั้นอย่างชัดเจน แล้วสืบค้นหาสาเหตุเพื่อเตรียมแก้ไข กำหนดวัตถุประสงค์หรือเป้าหมายในการแก้ปัญหาและกำหนดวิธีการแก้ปัญหา วิธีคิดแบบอริยสังเป็นวิธีคิดตามเหตุและผล หรือเป็นไปตามเหตุและผล หรือสืบสาวจากผลไปหาเหตุแล้วแก้ไขที่ต้นเหตุ

**6.5.4.5** **วิธีคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์หรือคิดตามหลักการและจุดมุ่งหมาย** คือการพิจารณาให้เข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างหลักการและความมุ่งหมาย ในการกระทำตามหลักการหรือกฎเกณฑ์ใด ๆ ก็ตามจะต้องเข้าใจความมุ่งหมายของหลักการนั้นว่ากำหนดขึ้นเพื่ออะไร จะนำไปสู่ผลหรือที่หมายใดบ้าง ทั้งจุดหมายสุดท้ายปลายทางและเป้าหมายอื่น ๆ ความเข้าใจถูกต้องในเรื่องหลักการและความมุ่งหมายนี้ นำไปสู่การปฏิบัติที่ถูกต้อง

**6.5.4.6** **วิธีคิดแบบคุณโทษและทางออก** เป็นการคิดแบบมองสองด้านคือมองลักษณะของสรรพสิ่งต่าง ๆ ทั้งด้านที่เป็นคุณและด้านที่เป็นโทษ โดยมองเห็นข้อดี ข้อเสียและทางออก วิธีนี้ใช้ร่วมกับวิธีอื่นด้วยเป็นการแยกแยะสิ่งที่มีอยู่ตามปกติมองให้เห็นข้อดี ข้อเสีย สิ่งที่ดี สิ่งที่ไม่ดี สิ่งที่เป็นคุณ สิ่งที่เป็นโทษและเลือกทำเลือกปฏิบัติแต่สิ่งดี สิ่งที่เป็นคุณและหลีกเลี่ยงสิ่งไม่ดี สิ่งที่เป็นโทษจากสิ่งที่มีอยู่เห็นอยู่

**6.5.4.7** **วิธีคิดแบบคุณค่าแท้ คุณค่าเทียม** เป็นวิธีคิดจำแนกแยกออกกระหว่างสิ่งที่เป็นประโยชน์อย่างแท้จริงและจำเป็นต้องมี ต้องใช้ต้องทำงานตามบทบาทหน้าที่ซึ่งถือว่ามีคุณค่าแท้แตกต่างจากคุณค่าเทียมที่เป็นไปเพื่อสนองความอยาก ความโก้หรือหรือค่านิยมทางสังคม การคิด



แบบนี้จะทำให้ไม่คิดในรูปร่างภายนอกของวัตถุ เมื่อจะอุปโลกนบริ โภคสิ่งใดก็จะคิดถึงประโยชน์ก่อน หรือเรียกได้ว่า เสพปัจจัยด้วยคุณค่าที่แท้จริง ทำให้ไม่ตกเป็นทาสของวัตถุ

**6.5.4.8 วิธีคิดแบบอุบายปลุกเร้าคุณธรรม** เป็นวิธีคิดในแนวสกดกันหรือบรรเทาและขัดเกลาค้นหา เป็นวิธีคิดที่ช่วยตั้งต้นชักนำความคิดให้ไปในทางดีงามและเกิดประโยชน์ โดยนำเอาประสบการณ์ ความรู้มาคัดแปลงปรับปรุงให้ดีขึ้นเพื่อเป็นตัวอย่างหรือแบบอย่างที่ดี เป็นการคิดหาประโยชน์จากเรื่องต่าง ๆ จากทั้งแง่ดีและแง่เสียโดยพยายามถือเอาประโยชน์ให้ได้เช่น เรื่องของความตาย ถ้าคิดถึงความตายแล้วเป็นเหตุให้ทำความดีได้ ก็ถือว่าเป็นการปลุกเร้าให้มีความพยายามในการทำความดี

**6.5.4.9 วิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน** คือวิธีคิดโดยการมีสติอยู่กับปัจจุบัน โดยการเอาผลจากอดีตมาแก้ไขหรือปรับปรุงโดยไม่ไปคำนึงแต่เรื่องในอดีต และมีสติคิดแก้ไขหรือปรับปรุงในเวลาปัจจุบัน โดยรู้ว่า การกระทำในปัจจุบันจะทำให้เกิดผลในอนาคตอย่างไร แต่ไม่ใช่เพื่อหม่อมลยถึงอนาคตตลอดเวลา

**6.5.4.10 วิธีคิดแบบวิภาษวาท** เป็นวิธีคิดแบบมองรอบด้าน แยกแยะแจกแจงประเด็นต่าง ๆ ตามลำดับขั้นตอน คิดเป็นประเด็นใหญ่ย่อย ลักษณะสำคัญของการคิดแบบนี้คือ การมองและแสดงความจริงโดยจำแนกแยกแยะให้เห็นแต่ละแง่แต่ละด้านครบทุกแง่ทุกมุม มิได้จับเอาแง่ใดแง่หนึ่งมาวินิจฉัยตีขลุมลงไปทั้งหมด การคิดแบบแยกแยะประเด็นมีประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวันตัวอย่างเช่น ถ้าเรารู้จักแยกแยะหน้าที่ของตนเองก็จะทำให้ประสบความสำเร็จในชีวิตได้เป็นอย่างดี เช่น ในฐานะที่เป็นนักศึกษา ก็ควรตั้งใจศึกษาเล่าเรียน โดยรู้จักแบ่งเวลาเป็นต้น

วิธีคิดทั้ง 10 วิธีดังที่ได้กล่าวมานี้ ถือว่าเป็นกระบวนการพัฒนาปัญญาที่สูงสุดหากนำไปฝึกฝนปฏิบัติก็จะทำให้เป็นบุคคลที่เข้าใจสภาพของชีวิต สภาพสังคมและสภาพของโลกสามารถจัดระเบียบชีวิตของตนเอง จัดระเบียบสังคมและสิ่งแวดล้อมทำให้สามารถใช้ชีวิตร่วมกับสรรพสิ่งได้อย่างถูกต้องและสร้างสรรค์

## 6.5.5 เคล็ดลับวิชาเปลี่ยนคนธรรมดาให้เป็นอัจฉริยะ

โคเซอร์ (2656, หน้า 13 – 145) ได้เขียนหนังสือ 52 เคล็ดลับเปลี่ยนคนธรรมดาให้เป็นอัจฉริยะ ได้แนะนำเคล็ดลับการฝึกฝนตนเองให้เป็นอัจฉริยะ โดยมีฐานความคิดว่า เราทุกคนล้วนมีความเก่งกาจอยู่ในตัว แต่เราไม่รู้ว่าต้องทำอะไรถึงจะพัฒนาความเก่งกาจให้ได้อย่างเต็มศักยภาพ หัวใจสำคัญของการฝึกฝนตนเองคือ การกระทำอันเรียบง่าย เมื่อทำซ้ำแล้วซ้ำเล่าก็จะเปลี่ยนแปลงเรา ได้ อริสโตเติล กล่าวว่า “เราเป็นเช่นสิ่งที่เราทำซ้ำ ๆ ดังนั้น ความเป็นเลิศจึงไม่ใช่การกระทำเพียงครั้งเดียว” เคล็ดลับในการฝึกฝนนั้นมีจำนวนมาก เช่น จับจ้องคนที่คุณอยากจะเป็น ใช้เวลาวันละ 15 นาที

เพื่อประทับทักษะลงในสมอง จดบันทึก ซ้อมวันละ 5 นาที ดีกว่าซ้อมสัปดาห์ละชั่วโมง คิดเป็นภาพเป็นต้น ส่วนเคล็ดลับในการเรียนนั้นอยู่ในเคล็ดลับที่ 33 เรียกว่าถ้าอยากเรียนรู้จากหนังสือให้ปิดหนังสือ โดยที่ โคเยอร์แนะนำว่า สมมติว่าสัปดาห์หน้านักศึกษาต้องทำข้อสอบเกี่ยวกับเนื้อหาใน 10 หน้า ถัดไปของหนังสือเล่มนี้ โดยคุณมีเวลาอ่านเพียง 30 นาที วิธีไหนที่จะช่วยให้นักศึกษาทำคะแนนได้ดีกว่า ก) อ่านเนื้อหาติดต่อกัน 4 รอบรวดและพยายามจดจำให้ได้มากที่สุด ข) อ่านรอบเดียวจากนั้นปิดหนังสือแล้วเขียนสรุปเนื้อหาออกมาหนึ่งหน้ากระดาษ

ผลลัพธ์จากทั้งสองวิธีแตกต่างกันมาก ผลการวิจัยพบว่า เมื่อเวลาผ่านไปคนที่ใช้วิธีที่สองสามารถจดจำเนื้อหาได้มากกว่าคนที่ใช้วิธีแรกถึง 50 เปอร์เซ็นต์ สาเหตุมาจากกฎพื้นฐานของการฝึกฝนอย่างล้าลึกที่ว่า การเรียนรู้คือการคืนรนพยายาม การอ่านหนังสือเพียงแค่ม้วนผ่านตาไม่ได้บีบให้คุณไปอยู่ในจุดกลมกล่อม และเมื่อไม่ได้คืนรนพยายามย่อมไม่เกิดการเรียนรู้ ในทางตรงกันข้าม การปิดหนังสือแล้วสรุปเนื้อหาออกมาจะบีบให้นักศึกษาจับประเด็นสำคัญ ๆ (การคืนรนพยายามครั้งที่ 1) ประมวลผลและจัดระเบียบประเด็นดังกล่าวให้อยู่ในรูปแบบที่สมเหตุสมผล (การคืนรนพยายามครั้งที่ 2) และเขียนมันลงกระดาษ (การคืนรนพยายามครั้งที่ 3 พร้อมกับการทำซ้ำ) นี่เป็นไปตามกฎของการฝึกฝนอย่างล้าลึกที่ว่า ยิ่งคืนรนพยายามมากเท่าไร ก็ยิ่งเกิดการเรียนรู้มากเท่านั้น (โคเยอร์, 2656, หน้า 13–145)

## 6.6 หลักปฏิบัติเพื่อสร้างความสำเร็จในการศึกษา

นักศึกษามีหน้าที่สำคัญอยู่ 3 ประการ คือ 1) แสวงหาความรู้ทั้งทางโลกและทางธรรม 2) ฝึกความประพฤติทั้งทางกาย วาจา ใจให้ดีงาม และ 3) เตรียมตัวที่จะไปสร้างคุณงามความดีให้เกิดขึ้นแก่ตัวเองในอนาคตเป็นผลหลักและส่งผลถึงความเจริญรุ่งเรืองของชาติและพระศาสนาเป็นผลรองหากนักศึกษาได้ทำหน้าที่ของตนจนครบบริบูรณ์ทั้ง 3 ประการเป็นเป้าหมายแล้ว นักศึกษาย่อมได้ชื่อว่าเป็นคนดีที่โลกต้องการ เพราะได้เกิดคุณธรรม 3 ประการขึ้นโดยอัตโนมัติคือ มีปัญญา ฉลาดหลักแหลมทั้งในทางโลกและทางธรรม มีความบริสุทธิ์ คิดตัวเป็นที่เคารพยกย่องนับถือของคนทั่วไปและมีความกรุณาพร้อมที่จะช่วยเหลือทั้งตัวเองและผู้อื่น (พระเผด็จ ทตตชีโว, ม.ป.ป., หน้า 1)

ความสำเร็จในการศึกษานั้นมิได้ขึ้นอยู่กับขีดความสามารถและการเรียนอย่างหนักเท่านั้น วิธีการเรียนอย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพก็มีส่วนสำคัญด้วย การรู้หลักการเรียนเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับนักศึกษาทุกคน เพราะการศึกษาในมหาวิทยาลัยนั้นต้องศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองมากขึ้นและต้องรับผิดชอบงานของตนเองเต็มที่ ซึ่งแตกต่างจากการเรียนระดับมัธยมมาก นักศึกษาจะปฏิบัติตนแบบเดิมอีกไม่ได้ การศึกษาในมหาวิทยาลัยให้ได้ผลดีขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่าง แต่สิ่งที่นักศึกษควรสนใจให้มากที่สุดคือ การปรับปรุงตนเองให้มีคุณภาพมากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ผลก็คือจะสำเร็จเป็นบัณฑิตที่มีคุณภาพ

ของจริงเริ่มต้นด้วยการตั้งปณิธานว่า “เราจะจุดวิญญาณแห่งการเป็นนักศึกษาที่สมภาคภูมิ ด้วยเหตุที่เราเป็นผู้โชคดีได้เข้าเรียนมหาวิทยาลัย เราจะก้าวไปข้างหน้าอย่างมั่นคง ต่อไปนี้แม้จะมีอุปสรรคใด ๆ เราจะไม่ยอมแพ้ เราพร้อมที่จะทำงานหนัก เพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่เราตั้งไว้ เราจะทนอีกเพียง 3 ปีครึ่ง 4 ปี หรือ 5 ปีเท่านั้นแล้วเราจะสบาย ดายเสียในการต่อสู้ดีกว่าอยู่อย่างผู้แพ้” (ทิพาวดี เอมะวรรณนะ, 2529, หน้า 9)

#### 6.6.1 ปัญหาและอุปสรรคในการเรียนของนักศึกษา

ทิพาวดี เอมะวรรณนะ (2529, หน้า 15-16) ได้ศึกษาและสรุปสิ่งที่ปัญหาและอุปสรรคในการเรียนของนักศึกษาโดยได้สรุปปัญหาของนักศึกษาออกเป็น 5 ประเด็นใหญ่ดังต่อไปนี้ โดยเฉพาะปัญหา ผลการเรียนตกต่ำเกิดจาก

- 1) การแบ่งเวลา เทีว สังคมมากไป จี้เกียจ ตามใจไปกับเพื่อน รายการสนทนา การมากกว่าการเรียน เคยชินกับการผัดวันประกันพรุ่ง ไม่อาจจัดเวลาดูหนังสือให้พอเหมาะ(เลือกท่องแต่วิชาที่ชอบและละเลยวิชาที่ไม่ชอบ)
- 2) แรงจูงใจ ไม่รู้จะเรียนไปทำไม ไม่มีเป้าหมาย ไม่ได้เลือกอนาคตอาชีพไว้ก่อนไม่ได้เข้าสาขาที่ถูกต้อง ไม่เข้าใจประโยชน์ของวิชาที่เรียน เรียนแค่พอผ่าน
- 3) การจัดระบบตัวเอง เริ่มลงมือดูหนังสือไม่ได้ง่าย ไม่รู้จะทำอะไรก่อน-หลัง บุกรเรียนเมื่อจวนตัวเท่านั้น ตามใจตัวเองมากไป ทำงานไม่เสร็จตามเวลา ทำกิจกรรมมากกว่าเรียน ไม่มี การวางแผนล่วงหน้า ขาดระบบระเบียบในการทำงาน
- 4) ไม่รู้วิธีเรียนหรือรู้แต่ไม่ทำ ไม่อ่านหนังสือตามที่อาจารย์สั่ง อ่านซ้ำ ประยุกต์ ทฤษฎีไม่เป็น ประมาทวิชามากเกินไป ไม่เข้าเรียนสม่ำเสมอ จดไม่ทัน, บันทึกคำบรรยายไม่ได้ดี จับประเด็นไม่ได้ ไม่รู้วิธีการเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ
- 5) ปัญหาส่วนตัว อารมณ์ สังคม ตกใจกลัวสอบ ก่นแต่เศร้า ฟังบรรยายไม่รู้เรื่อง ขาดความเชื่อมั่น แปรลกกลุ่ม เข้ากับเพื่อนไม่ได้ มีอคติต่ออาจารย์ สมารถไม่ดี

## 6.6.2 สร้างวัฒนธรรมในการเรียนสำหรับตนเอง

เรียนให้ดีต้องมีวัฒนธรรมในการเรียน วัฒนธรรมหมายถึง ระเบียบแบบแผนอันดีงาม ที่เมื่อมีหรือดำเนินตามระเบียบแบบแผนนี้แล้วย่อมสร้างความเจริญงอกงามให้เกิดขึ้นแก่ชีวิต เมื่อพูดถึงวัฒนธรรมในการเรียน หมายถึง ระบบระเบียบการจัดการเรียนหรือการสร้างไลฟ์สไตล์ในการเรียนที่ดี ซึ่งจะสร้างให้นักศึกษาเป็นคนเก่ง จากที่เรียนไม่ดี ถ้ารู้จักสร้างวัฒนธรรมในการเรียน ก็จะช่วยปรับปรุงผลการเรียน พัฒนาขีดความรู้ความสามารถของนักศึกษาได้เป็นอย่างดี วัฒนธรรมการเรียนที่นักศึกษาคควรสร้างขึ้นให้เป็นกิจวัตรในชีวิตบางประการมี ดังนี้

1) การทบทวนและเตรียมการ หมายถึง การหมั่นตรวจสอบตนเองว่าหลังจากเรียนจบในแต่ละวัน ได้มีความรู้เพิ่มขึ้นอย่างไรบ้าง ได้ทำหน้าที่ในการศึกษาหาความรู้มากน้อยเพียงใด เต็มประสิทธิภาพหรือไม่ ตั้งใจเรียนหรือไม่ มีความเข้าใจในรายวิชาต่าง ๆ มากน้อยเพียงใด เป็นการทบทวนการทำหน้าที่ของตนเองในฐานะผู้เรียน และทบทวนบทเรียนที่เรียนผ่านมาเพื่อหาข้อบกพร่องและหาวิธีแก้ไขปรับปรุง พัฒนาการเรียนให้ดีขึ้น นอกจากการทบทวนสิ่งที่ได้เรียนมาแล้ว จะต้องมีการเตรียมการล่วงหน้าสำหรับการเรียนในครั้งต่อไปด้วย ว่าเนื้อหาที่จะเรียนต่อจากที่ได้เรียนผ่านมาแล้วมีอะไรบ้าง

2) เข้าเรียนตรงเวลา การเข้าเรียนสายเป็นนิสัยที่บั่นทอนประสิทธิภาพในการเรียน การไปเรียนที่迟จะต้องเผื่อเวลาไว้สำหรับเตรียมตัวเตรียมใจให้พร้อมเต็มที่ หลายครั้งที่การไปเรียนสายหรือเข้าเรียนในวิชาต่าง ๆ สายทำให้พลาดความรู้บางอย่าง หรือบางช่วงบางตอนของการบรรยายที่อยู่ นอกเหนือตำราเรียนซึ่งอาจมีการออกสอบ หากมีการให้คะแนนจิตพิสัยหรือทำกิจกรรมกลุ่มก็จะถูกตัดคะแนนได้ซึ่งเป็นการสร้างความเดือดร้อนแก่ส่วนรวมด้วย

3) การขาดเรียนให้น้อย ถ้าไม่จำเป็นจริงๆไม่ควรขาดเรียน เพราะจะทำให้ตามบทเรียนไม่ทัน กลับมาเรียนอีกทีก็ต่อไม่ติด การขาดเรียนบ่อย ๆ จะทำให้ติดนิสัยเกียจคร้านไม่อยากเรียน เพราะติดสบาย นอกจากนี้การขาดเรียนบ่อย ๆ จะทำให้เสียคะแนนกิจกรรม คะแนนจิตพิสัยไปด้วย หากมีความจำเป็นต้องหยุดเรียนจริงๆ ให้โทรปรึกษาอาจารย์ผู้สอนและเขียนใบลา

4) ให้ความสำคัญกับหนังสือเรียน การทำความเข้าใจกับหนังสือเรียนทุกวิชา หยิบจับอย่างให้ความเคารพ เพราะหนังสือเรียนเป็นแหล่งเก็บความรู้ เป็นเครื่องมือในการถ่ายทอดความรู้ที่เปรียบเสมือนอาจารย์ท่านหนึ่งที่พร้อมจะถ่ายทอดวิชาความรู้ให้ทุกครั้งที่เปิดหนังสือเรียน หนังสือเรียนเป็นสิ่งสำคัญสำหรับนักศึกษาเพราะข้อสอบส่วนใหญ่จะมาจากหนังสือเรียนเป็นสิ่งสำคัญ

5) จัดตารางเรียนทุกวัน การจัดตารางเรียนเป็นการเตรียมความพร้อมทำให้ตระหนักว่าในวันพรุ่งนี้จะมีการเรียนการสอนเนื้อหาวิชาอะไรบ้าง มีการบ้านหรืองานที่ต้องทำอะไรบ้าง การจัด

ตารางเรียนในแต่ละวัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการจัดตารางเวลาว่าต้องอ่านหนังสือวิชาใด ต้องทำงานวิชาใดให้แล้วเสร็จนับเป็นการเตรียมความพร้อมในการเรียนที่ดีมาก

### 6.6.3 การปฏิบัติตามหลักหัวใจนักปราชญ์ สุ จิ ปุ ลิ เพื่อพัฒนาปัญญา

มีคาถาเรียนคือยู่บทหนึ่งซึ่งเป็นหัวใจของผู้ที่จะเป็นปราชญ์ อันหมายถึง ผู้มีปัญญารอบรู้ คาถาบทนั้นว่า “สุ จิ ปุ ลิ วินิมุตโต กถัง โส ปณฺชิโต ภเว” แปลว่า ผู้ปราศจากสุ จิ ปุ ลิ จะเป็นบัณฑิตได้อย่างไร สุ จิ ปุ และลิ คำทั้ง 4 คำนี้เป็นทักษะการเรียนรู้ 4 อย่างที่จะทำให้ประสบความสำเร็จในการเรียน คนที่อยากเรียนเก่งจะต้องพัฒนาตัวเองตามแนวทางแห่งปราชญ์นี้อย่างสม่ำเสมอ (โยธิน ลัทธิตระสาชน , 2552, หน้า 103 – 113)

1) สุ ฟังให้ได้ศัพท์ สุ มาจากคำว่า “สุตะ” หมายถึง ฟังในวันหนึ่ง ๆ นักศึกษาจะต้องอาศัยการฟังเป็นวิธีหลักในการเรียน นักศึกษาไปมหาวิทยาลัยก็เพื่อเข้าฟังอาจารย์สอนหรือบรรยายในห้องเรียน การฟังแตกต่างจากการได้ยิน เพราะได้ยิน คือ ลักษณะที่เสียงผ่านมากระทบหูเท่านั้น ต่อเมื่อนักศึกษาใส่ใจที่จะรับรู้ข้อความจากเสียงที่นักศึกษาได้ยินว่าคนที่พูดต้องการสื่อสารเรื่องใดจึงจะถือว่าเป็นการฟัง การฟังที่ดีสำหรับการเรียนจึงย่อมเกิดจากการตั้งใจฟังอาจารย์สอน อย่าวอกแวกหันไปคุยกับเพื่อนหรือสนใจสิ่งอื่น การฟังบรรยายในห้องเรียนให้นักศึกษาปฏิบัติดังนี้ (1) เลือกนั่งหน้า ๆ ห้องจะได้ยินเสียงอาจารย์ชัด ๆ (2) อย่าฟังอย่างอื่นไปด้วยนอกจากการสอน (3) หาวิธีแก้ง่วง และ(4) ให้อาจารย์พูดซ้ำถ้าฟังไม่ทัน

2) จิ คิดให้ได้ความ จิ มาจากคำว่า “จินตะ” หมายถึง คิด ปัญญาจะเกิดได้ย่อมเกิดจากการที่นักศึกษารู้จักคิด เวลาที่เรียนไม่ใช่แต่นักศึกษาจะนั่งฟังอาจารย์สอนไปเรื่อยเปื่อยแต่เพียงอย่างเดียว นักศึกษาจะต้องคิดตามในสิ่งที่ฟังไปด้วยนักศึกษาจึงจะรู้และเข้าใจสิ่งที่ได้ฟังอย่างแจ่มแจ้ง ไม่ใช่ฟังเรื่องหนึ่งแต่ไปคิดอีกเรื่องหนึ่ง ด้วยเหตุที่การคิดจะนำไปสู่การหาเหตุผลและคำตอบเพื่อให้ความรู้ที่นั่นแผ่กว้างออกไป กระบวนการคิดเป็นวิธีที่สำคัญในการเรียนให้ประสบความสำเร็จ คนที่จะเรียนเก่งจึงต้องหมั่นฝึกการคิดอย่างสม่ำเสมอ

3) ปุ ถามให้ได้เรื่อง ปุ มาจากคำว่า “ปุจฉา” หมายถึง ถาม วิธีการเรียนที่สำคัญซึ่งจะทำให้ให้นักศึกษาได้ความรู้ในสิ่งที่ยังไม่รู้ คือการถาม เพราะฟังและคิดเอาเองแค่นั้น ยังไม่พอที่จะทำให้มีความรอบรู้ได้ จำเป็นจะต้องใช้การถามเพื่อทำให้การเรียนของนักศึกษามีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น บางสิ่งอาจารย์อาจไม่ได้สอนในรายละเอียดมากพอ จำเป็นที่นักศึกษาจะต้องถามเพื่อให้อาจารย์ได้ขยายรายละเอียดหรือเพิ่มเติมความรู้ให้มากขึ้น การถามในที่นี้หมายรวมถึงการหัดตั้งคำถามในสิ่งที่ตนสงสัยไม่เข้าใจเพื่อจะนำไปสู่การค้นคว้าด้วยวิธีการต่าง ๆ เพื่อตอบข้อสงสัยที่ไม่เข้าใจนั้น มีผลทำให้ได้รับความรู้ต่างๆตามมามากมาย แนวปฏิบัติเพื่อฝึกกาตั้งคำถาม (1) เป็นคนขี้สงสัยหมั่นตั้งคำถาม (2) ไม่ปล่อยให้ความสงสัยผ่านไป (3) หากคำตอบทันที และ(4)ตรวจสอบคำตอบ

4) ลิ เขียนให้ได้สาระ ลีมาจากคำว่า “ลิขิต” หมายถึง เขียน เป็นวิธีที่จะบันทึกสาระ ความรู้ที่นักศึกษาได้จากการศึกษา มีประโยชน์เพื่อใช้อ่านทบทวนความรู้ ความเข้าใจ ใช้ในการเตรียมตัวสอบ โดยเฉพาะในระดับมหาวิทยาลัย การเขียนจะเข้ามามีบทบาทสำคัญมาก เนื่องจากนักศึกษาต้องจดเลคเชอร์จากการฟังบรรยายของอาจารย์ผู้สอนเอง มากกว่าจะมีตำราหรือเอกสารแจกให้ การจดยังเป็นวิธีช่วยจำความรู้อันหนึ่ง การเรียนให้เก่ง นักศึกษาต้องไม่เกียจคร้านที่จะจด แนวปฏิบัติเพื่อฝึกการจด (1) จดแต่ใจความสำคัญอย่าจดทุกคำที่พูด (2) กำหนดด้วยตัวเองใช้จดเพื่อประหยัดเวลา (3) เขียนให้อ่านง่าย และ(4) เน้นข้อความสำคัญ

#### 6.6.4 การปฏิบัติตัวในชั้นเรียนเพื่อความสำเร็จในการเรียน

ดักลาสส์ และอัล เจนส์เสน (2540, หน้า 27-52) ได้แนะนำวิธีเรียนในชั้นเรียนให้ประสบความสำเร็จด้วย กฎ 80/20 ไว้ดังนี้ กฎ 80/20 หมายถึง 80 เปอร์เซ็นต์ของผลการเรียนดีมาจากการทำกิจกรรมส่วนสำคัญ 20 เปอร์เซ็นต์ให้เต็มเปี่ยม นั่นหมายความว่าในการศึกษานั้นนักศึกษาจะต้องเลือกเน้นการทำกิจกรรมการเรียนที่สำคัญและจริงเพียง 20 เปอร์เซ็นต์เท่านั้นนักศึกษาก็จะประสบความสำเร็จได้กิจกรรมการเรียนที่สำคัญและทำให้ได้ผลดียิ่งในการเรียนคือ

1) เข้าเรียนสม่ำเสมอ การเข้าชั้นเรียนเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญของการศึกษาเพราะเนื้อหาที่เรียนในชั้นเรียนเกี่ยวข้องกับสิ่งที่อาจารย์ต้องการให้นักศึกษารู้ การเข้าเรียนเป็น โอกาสที่จะได้สัมผัสกับเนื้อหาโดยตรงถึง 30 เปอร์เซ็นต์หรือมากกว่านั้น การทำอะไรซ้ำแล้วซ้ำอีกเป็นสิ่งสำคัญต่อการเรียนรู้ การเข้าเรียนก็เป็นวิธีการที่ดีที่สุดที่จะรับรองได้อย่างตรง ๆ ว่า คุณได้เรียนบทเรียนที่อาจารย์มุ่งหวังให้นักศึกษารู้แน่ ๆ แล้วยังจะช่วยให้รู้ดีกว่าอาจารย์จะเอาอะไรมาออกข้อสอบหรือการทำการบ้านที่จะทำอย่างไรถึงจะตรงกับใจอาจารย์ ดังนั้นการเข้าชั้นเรียนจึงเป็นกิจกรรมที่มีความสำคัญมาก

2) การหาจุดประสงค์ของการเรียนแต่ละรายวิชา ความเข้าใจผิดอย่างใหญ่หลวงที่นักศึกษาทำไปก็คือการไม่รู้ว่าในวิชาหนึ่ง ๆ ที่เรียนอยู่นั้นตัวนักศึกษาจะต้องเรียนรู้อะไรบ้าง และนี่จึงเป็นเหตุผลสำคัญที่นักศึกษาต้องหมั่นเข้าเรียน เพราะในการอ่านสมุดจดคนอื่นนั้นจะไม่ช่วยให้รู้จุดมุ่งหมายของการเรียนได้ ถ้าได้รู้จุดประสงค์ของการเรียน นักศึกษาก็จะรู้ว่าน่าจะให้มีความสำคัญกับเนื้อหาตรงจุดใดบ้างจะช่วยได้มากเวลาอ่านหนังสือหรือเตรียมสอบ จุดประสงค์การเรียนรู้นั้นส่วนใหญ่อาจารย์จะบอกในชั้นเรียนในช่วงโมงแรก หากอาจารย์ท่านใดไม่บอกจุดประสงค์การเรียนก็ให้นักศึกษา ขอให้อาจารย์ชี้ถึงสิ่งสำคัญที่อาจารย์อยากให้นักศึกษาได้รับจากวิชาที่ท่านสอน

3) การนั่งฟังบรรยายในชั้นเรียน การฟังการบรรยายจากอาจารย์ให้ได้รับความรู้และประสบความสำเร็จในการฟังนั้นนักศึกษาจะต้องมีทักษะการฟังเชิงรุกคือ การนั่งโน้มตัวไปข้างหน้าและคอยฟังคำพูดทุกคำ ส่วนหนึ่งของการฟังเชิงรุก ร่างกายต้องอยู่ในสภาพพร้อมรับเหมือนกับจิตใจ

การที่นักเรียนนั่งฟังแบบสบาย ๆ แต่ใจไม่จดจ่อก็มีแนวโน้มที่จะวอกแวกไปหาสิ่งอื่นได้ การฟังเชิงรุกมีเคล็ดลับดังนี้ ร. หมายถึงรับรู้ทุกขณะ ป. หมายถึงประเมินอยู่ตลอดเวลา ร. หมายถึงรวมจุดสนใจ ส. หมายถึงสำรวจได้ความ

4) การจดบันทึกการฟังบรรยายในชั้นเรียน ในการเข้าชั้นเรียนเพื่อการฟังบรรยายให้ได้ผลนั้น หากนักศึกษาใส่ใจคิดตามคำบรรยายของอาจารย์ นักศึกษาก็จะสามารถเรียกความทรงจำเนื้อหาจากการฟังได้มากถึง 8 เท่า การเข้าฟังบรรยายในชั้นเรียนจะประสบความสำเร็จยิ่งขึ้นหากศึกษานำหัวใจนักปราชญ์มาประยุกต์ใช้ ซึ่งกระบวนการหัวใจนักปราชญ์คือ สุ จิ ปุ ลิ การฟัง การคิดตาม การถาม และการจดจำ การจดโน้ตในการฟังบรรยายเป็นวิธีการสำคัญที่จะนำนักศึกษาไปสู่ความสำเร็จในการเรียน ซึ่งมีหลักในการจดการบันทึกลงในชั้นเรียนดังตารางที่ 6.2

ตารางที่ 6.2 แสดงวิธีการจดบันทึกในการฟังบรรยาย

	โน้ต 80/20 (รับรู้/ประเมิน)	
ปฏิกิริยา 80/20 (สำรวจ)	คำถาม 80/20 (สำรวจ)	บทเรียน80/20 (สรุป)

5) การเตรียมตัวสอบและการทำข้อสอบอย่างมีประสิทธิภาพ การสอบนั้นมิใช่เพื่อวัดประสิทธิภาพการเรียนของนักศึกษา ดังนั้นวิธีที่ดีที่สุดในการเตรียมสอบก็คือ พัฒนานิสัยการเรียนอย่างเป็นระบบ การเตรียมตัวให้พร้อมสำหรับการสอบนั้นก็คือ การมีความเข้าใจอย่างถ่องแท้และชัดเจนในเนื้อหาวิชาที่นักศึกษาจะสอบ แต่อย่างไรก็ตามนักศึกษาจะสอบผ่านได้ยากหากนักศึกษาไม่ตั้งใจเรียนหรือไม่ส่งรายงานและการบ้านต่าง ๆ

ก. การเตรียมตัวสอบ การเตรียมตัวสอบเริ่มตั้งแต่ตอนที่นักศึกษาเริ่มเรียนใหม่ ๆ ในตอนต้นเทอม มีตารางเวลาสำหรับแต่ละวิชาและคอยเปรียบเทียบการเรียนกับตารางเวลานักศึกษาอยู่เสมอ เพื่อดูว่า นักศึกษาเรียนทันตามกำหนดหรือไม่ เตรียมหาตำราที่จะต้องใช้อ่านประกอบตั้งแต่ต้นเทอม ไม่ใช่รอให้ใกล้ถึงวันสอบแล้วจึงรีบไปหาอ่านอย่างลวก ๆ ซึ่งจะไม่ค่อยได้ประโยชน์เท่าใดนัก นอกจากนั้นนักศึกษาคควรสอบถามล่วงหน้าไว้แต่เนิ่น ๆ ว่า เงื่อนไขการสอบนั้นมีอะไรบ้าง เช่นจะต้องสอบในห้องสอบที่วิชาและ/หรือจะต้องทำรายงานส่งวิชาใดบ้าง รวมทั้งกำหนดวันเวลาสอบและกำหนดส่งรายงาน หากได้รายละเอียดดังกล่าวไปก็ยิ่งดีไปกว่าข้อสอบที่จะต้องตอบในแต่ละวิชานั้นมีกี่ข้อ เป็นแบบอัตนัยหรือปรนัยแล้วยังดี โดยปกติแล้วอาจารย์ผู้สอนบางคนจะชี้แจงเรื่องวันเวลาสอบและเงื่อนไขการสอบ ทั้งสอบกลางภาคและสอบปลายภาเรียนตั้งแต่ตอนเริ่มเปิดเทอมใหม่ ๆ ทว่านักศึกษาหลายคนมักปล่อยปละละเลยไม่สนใจ จึงทำให้ไม่รู้ว่าจะตนเองจะต้องเผชิญหน้ากับการสอบแบบใด ยิ่งดีไปกว่านั้นอีกถ้านักศึกษาคจะสอบถามให้แน่ชัดว่า การสอบข้อเขียนแต่ละครั้งนั้นจะเน้น

เท่าไร และคะแนนสำหรับรายงานนั้นมีกี่คะแนน ทั้งนี้เพื่อจะได้ให้ความสำคัญของงานแต่ละชิ้นอย่างเหมาะสม อย่างไรก็ตามอาจารย์โดยทั่ว ๆ ไปนั้นจะแจ้งให้นักศึกษาทราบอย่างน้อย 6-8 อาทิตย์ก่อนที่จะสอบ ทั้งนี้เพื่อเปิดโอกาสให้นักศึกษาเตรียมตัวอย่างเต็มที่

ข. การทำข้อสอบปรนัย ข้อสอบปรนัยเป็นข้อสอบที่มีคำตอบมาให้เลือก 4-5 ข้อ นักศึกษาสามารถเลือกตอบได้และสามารถใช้วิธีการคาดคะเนอย่างมีหลักการในการทำข้อสอบได้ซึ่งวิธีการทำข้อสอบแบบปรนัยมี ดังนี้ (โชนชัย ชยรัช, 2546, หน้า 44-45) (1) อ่านคำถามอย่างละเอียด จับประเด็นของคำถามให้ได้ (2) อ่านคำตอบทุกข้อและตัดคำตอบที่ไม่เกี่ยวข้องออกไปให้เลือกเอาไว้สุดท้ายเป็นคำตอบที่ถูกที่สุด (3) คำตอบที่ห้ามบางครั้ง สามารถหักล้างตัวเองได้ในตัว (4) คำถามในข้อต่อมาของข้อสอบ บางครั้งเป็นตัวบอกคำตอบของข้อสอบก่อน ๆ ได้ (5) คำถามของข้อสอบทั้งหมด บางครั้งจะเป็นคำตอบของข้อสอบบางข้อได้ และ (6) คำตอบหรือคำถามบางข้อ อาจจะช่วยเรียกความจำและการตัดสินใจหรือคัดคำตอบให้ได้คำตอบที่ถูกต้องที่สุด

ค. การทำข้อสอบอัตนัย ข้อสอบอัตนัยหมายถึง ข้อสอบที่นักศึกษาต้องเขียนอธิบายซึ่งข้อสอบแบบนี้จะใช้วัดความเข้าใจ ความสามารถในการคิดวิเคราะห์ หรือความรู้ที่ลึกซึ้งในรายวิชานั้น ๆ มีคำถามแล้วให้เขียนอธิบายซึ่งวิธีการทำข้อสอบอัตนัยมีดังนี้ วิทยากร เชียงกุล (2544, หน้า 132) ได้แนะนำวิธีทำข้อสอบอัตนัยไว้ว่าให้ดูคำสั่งเพราะคำสั่งในข้อสอบมีผลต่อการให้คะแนนของอาจารย์ (1) จงเลือกตอบเพียง 5 คำถาม (2) ตอบข้อ 1 และอีก 3 ข้อ (3) เลือกคำตอบที่ถูกต้องจาก ก ข ค ง (4) ให้ตอบทุกข้อ นักศึกษาสามารถเรียนรู้อะไรบ้างจากคำสั่งเหล่านี้ (1) จงเลือกตอบเพียง 5 คำถาม คำสั่งนี้แสดงให้เห็นว่าคะแนนจะเฉลี่ยกันไปแต่ละข้อเท่าๆกันซึ่งนักศึกษาอาจเลือกตอบข้อใดข้อหนึ่งก็ได้ แต่ถ้าผลออกไปตอบทั้งหมด คำตอบของนักศึกษาหลักจาก 5 ข้อแรก ก็จะได้รับการพิจารณาให้คะแนนและนักศึกษาจะเสียเวลาเปล่า (2) ตอบข้อ 1 และอีก 3 ข้อ คำสั่งนี้แสดงว่า นักศึกษาต้องตอบ 4 ข้อโดยข้อ 1 เป็นข้อบังคับ ถ้านักศึกษาไม่ทำตามคำสั่ง เช่น ไม่ทำข้อ 1 แต่ไปทำข้ออื่นแทน นักศึกษาก็จะไม่ได้คะแนนในส่วนข้อที่ 1 (3) เลือกคำตอบที่ถูกต้องจาก ก ข ค ง คำสั่งนี้บอกให้นักศึกษาหาเครื่องหมายในข้อที่นักศึกษาเห็นว่าถูก โดยที่นักศึกษาไม่ต้องอธิบายว่าทำไมจึงเห็นว่าถูก การอธิบายจะไม่ช่วยให้นักศึกษาได้คะแนนเพิ่มและทำให้นักศึกษาเสียเวลาเปล่า และ (4) ให้ตอบทุกข้อ คำสั่งนี้บอกให้นักศึกษารู้ว่า นักศึกษาจะสรุปว่าทุกข้อมีคะแนนเท่ากันไม่ได้ ผู้ออกข้อสอบจะให้คะแนนบางข้อมากกว่าข้ออื่นบ้าง วิธีที่ดีที่สุด คือ นักศึกษาต้องตอบทุกข้อ อย่าไปเน้นที่ข้อใดข้อหนึ่งซึ่งนักศึกษาคิดว่ารู้ดี

ชาญชัย อัจฉินสมาจารย์ (2535, หน้า 52) ได้แนะนำศิลปะการตอบข้อสอบอัตนัยให้ครอบคลุมลักษณะ 4 ประการคือ (1) นักศึกษาควรจะสามารถเขียนจุดสำคัญทุกจุด ไม่ควรเขียนทุกสิ่งทุกอย่างที่นักศึกษารู้ลงไปเพราะจะทำให้นักศึกษาตอบข้อสอบทั้งหมดไม่ทัน (2) นักศึกษาควรมีความสามารถในการเขียนได้เร็วเพื่อจะสามารถเขียนได้มากที่สุดภายในเวลาที่กำหนดให้ (3) นักศึกษาควรเขียนให้ชัดเจน อ่านง่ายเพื่อว่าผู้



ตรวจสอบจะไม่เกิดอารมณ์เสียและ(4) นักศึกษาควรมีความสามารถเขียนได้ตามที่นักศึกษาคิดและการเรียบเรียงประโยคทำให้ผู้อ่านสนใจและอยากอ่าน

ปิยะนาฏ คาร์เตอร์ (2547, หน้า 52) ได้แนะนำวิธีการตีความคำถามในข้อสอบให้ถูกต้องว่า เมื่อจะทำข้อสอบควรจะอ่านคำถามอย่างถี่ถ้วนรอบคอบเพื่อให้มั่นใจว่าได้ตีความถูกต้องแน่นอนแล้ว คำบางคำที่ใช้ในคำถามควรจะตีความหมายให้ชัดเจน เช่น อธิบาย หมายถึง ให้รายละเอียดเกี่ยวกับหัวข้อหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ยกตัวอย่าง หมายถึง ให้ข้อมูลหรือเรื่องราวเพื่อแจกแจงให้เห็นว่า หากทำสิ่งนั้นแล้วผลจะเป็นอย่างไร ประเมิน หมายถึง เปรียบเทียบแล้วชี้ให้เห็นว่าสิ่งนั้นมีความหมายหรือมีค่าอย่างไรบ้าง ตรงข้าม หมายถึง มองหาสิ่งที่ตรงข้ามกับที่ให้มา เปรียบเทียบ หมายถึง มองหาความคล้ายคลึงและแตกต่างกัน คำจำกัดความ หมายถึง ให้ประโยคหรือวลีที่อธิบายสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างถูกต้องชัดเจน วิจาร์ณ หมายถึง ใช้ความเห็นของนักศึกษาเอง เกี่ยวกับข้อเท็จจริงต่าง ๆ สรุป หมายถึง ย่อข้อมูลทั้งหมดให้เหลือแต่เรื่องราวสำคัญ ๆ

จากที่กล่าวมาเกี่ยวกับความสำเร็จของชีวิตด้านการศึกษานั้น การที่นักศึกษาจะประสบความสำเร็จในการเรียนจนได้ชื่อว่าเป็นบัณฑิตนักศึกษาคงต้องรู้หลักในการเรียนอย่างเป็นระบบเริ่มตั้งแต่ การตั้งปณิธาน การจัดแบ่งเวลา การทำตามหัวใจนักศึกษา การเข้าฟังบรรยาย การจดบันทึก การเตรียมตัวสอบและการทำข้อสอบอย่างมีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตาม นักศึกษาจะประสบความสำเร็จในการเรียนอย่างแน่นอนหากนักศึกษาปฏิบัติตามหลักอิทธิบาท 4 ซึ่งทิวาดี เอมะวรรณนะ (2529, หน้า 17-18) ได้แนะนำไว้ว่า (1) ฉันทะ หมายถึง ความพอใจ รักใคร่ ในวิชาที่เราเรียน เมื่อเราชอบวิชาที่เรียน เรามักจะทำได้ดีในวิชานั้น และพอใจเต็มที่ที่จะทุ่มเทเวลาให้ (2) วิริยะ หมายถึง ความพยายามขยันหมั่นเพียรอย่างสม่ำเสมอและมีความอดสาหะวิริยะศึกษาและทำการบ้านให้เสร็จ (3) จิตตะ หมายถึง ความเอาใจใส่ในสิ่งที่ศึกษาอยู่นับตั้งแต่ความเอาใจใส่สาระของคำสอนทุกครั้ง เข้าใจให้ได้ตลอดทุกชั่วโมงและความตั้งใจศึกษานอกเวลาเพิ่มเติมอย่างเต็มที่ และ(4) วิมังสา หมายถึง การหมั่นไตร่ตรองและทบทวนสิ่งที่ได้ศึกษามา พิจารณาการกระทำของตนเองทุกขั้นตอนพยายามกระทำให้ดีที่สุดเพื่อจะเดินทางไปสู่ความสำเร็จที่ตั้งเอาไว้ นักศึกษาที่ผลอดตัวไปเพียง 1-2 เดือนอาจเสียโอกาสทองไปมากซึ่งบางทีก็เรียกกลับคืนไม่ได้ ทั้งนี้เป็นเพราะขาดการทบทวนและพิจารณาการกระทำของตนเองอยู่เสมอนั่นเอง

## 6.7 บทสรุป

ความสำเร็จของชีวิตหมายถึงการบรรลุจุดมุ่งหมายของชีวิตที่แต่ละบุคคลได้ตั้งไว้ หรือผลของความมุ่งหวังที่สมหวัง การที่คนเราจะประสบความสำเร็จในชีวิตได้นั้นสิ่งสำคัญคือใจ เพราะสิ่งทั้งหลายสำเร็จได้ด้วยใจ ความสำเร็จด้านแรกของชีวิตคือเรียนสำเร็จ คนที่เรียนสำเร็จเรียกว่าบัณฑิต บัณฑิตมีสองประเภทคือบัณฑิตทางโลกและบัณฑิตในทางธรรม บัณฑิตที่แท้คือผู้มีคุณธรรมนำ

ความรู้ การที่จะเป็นบัณฑิตที่สมบูรณ์ได้นั้นจะต้องมีทั้งความรู้และความดี การแสวงหาความรู้และพัฒนาปัญญาจนเป็นผู้รอบที่เรียกว่าเป็นพหูสูตนั้นเป็นผู้ที่รู้จักตั้งสมความรู้และพัฒนาความคิดไว้มาก ซึ่งการที่จะเป็นพหูสูตได้นั้นจักต้องรู้จักกระบวนการแสวงหาความรู้และพัฒนาปัญญา เมื่อมีปัญญาที่บริสุทธิ์และนำปัญญานั้นไปสร้างความดีให้มากก็จะได้ชื่อว่าบัณฑิตที่สมบูรณ์ ในการแสวงหาความรู้และพัฒนาปัญญาเพื่อนำพาไปสู่ความสำเร็จของชีวิตนั้น ผู้แสวงหาความรู้และปัญญาจะต้องแยกความแตกต่างให้ได้ว่าระหว่างความรู้กับปัญญา รู้แหล่งกำเนิดหรือบ่อเกิดของความรู้ ปัญญา รู้วิธีการและกระบวนการพัฒนาปัญญาและที่สำคัญต้องสร้างวัฒนธรรมแห่งการเรียนรู้เป็นของตนเอง

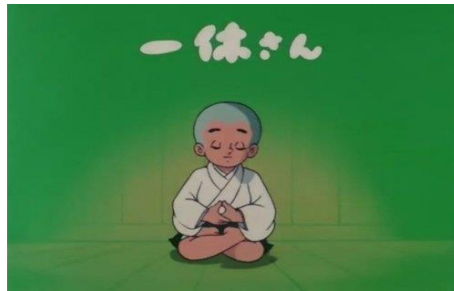
## 6.8 คำถามทบทวน

คำชี้แจง : ให้นักศึกษาตอบคำถามและอธิบายให้ชัดเจนครบทุกประเด็น

1. อธิบายความหมายของคำว่า การศึกษา บัณฑิต พหูสูต ความรู้และปัญญา
2. ความรู้กับปัญญาต่างกันอย่างไรและ พหูสูตกับบัณฑิตต่างกันอย่างไร
3. เพราะเหตุใดความสำเร็จทางการศึกษาจึงเป็นปัจจัยตัวแรกของความสำเร็จในชีวิต
4. นักศึกษาสามารถแสวงหาความรู้และปัญญาได้จากแหล่งกำเนิดความรู้ปัญญาแหล่งใดบ้าง
5. ปัจจัยแห่งความสำเร็จในการศึกษามีอะไรบ้างและมีความสัมพันธ์กันอย่างไร
6. หลักการแสวงหาความรู้และพัฒนาปัญญาด้วยหลักคุณธรรม 4 กับ พหูสูตเหมือนกันและต่างกันอย่างไร
7. นักศึกษาสามารถนำหลักการพัฒนาวิธีคิด 10 วิธีมาประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาความคิดและปัญญาได้อย่างไรบ้าง
8. นักศึกษาสามารถนำเคล็ดวิชาเปลี่ยนคนธรรมดาให้เป็นอัจฉริยะไปประยุกต์ใช้ในการเรียนได้อย่างไรบ้าง
9. สรุปหลักปฏิบัติเพื่อสร้างความสำเร็จในการศึกษา
10. นักศึกษาสามารถนำหัวใจนักปราชญ์ไปประยุกต์ใช้ในการเรียนได้อย่างไรบ้าง

## แบบบันทึกผลการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญก่อนเรียนรู้

คำชี้แจง : ให้นักศึกษาทำจิตใจให้สงบผ่อนคลายสังเกตจิตใจตนเองและบันทึกผลการเรียนรู้



ครั้งที่ 1

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ครั้งที่ 2

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

### ใบงานที่ 1

#### ความรู้และแหล่งกำเนิดความรู้

คำชี้แจง : ให้ใช้เวลากลุ่มละ 25 นาที เพื่ออภิปรายประเด็นต่อไปนี้

1. การศึกษาคือการเรียนรู้มีความหมายว่าอย่างไร

.....  
.....  
.....

2. นักศึกษา บัณฑิตและพหุสูตมีความแตกต่างกันอย่างไร

.....  
.....  
.....

3. ความรู้และปัญญามีความแตกต่างกันอย่างไร

.....  
.....  
.....

.....

4. สังเคราะห์บ่อเกิดความรู้และปัญญาและบอกความแตกต่างของแหล่งกำเนิดของความรู้และปัญญา

.....

.....

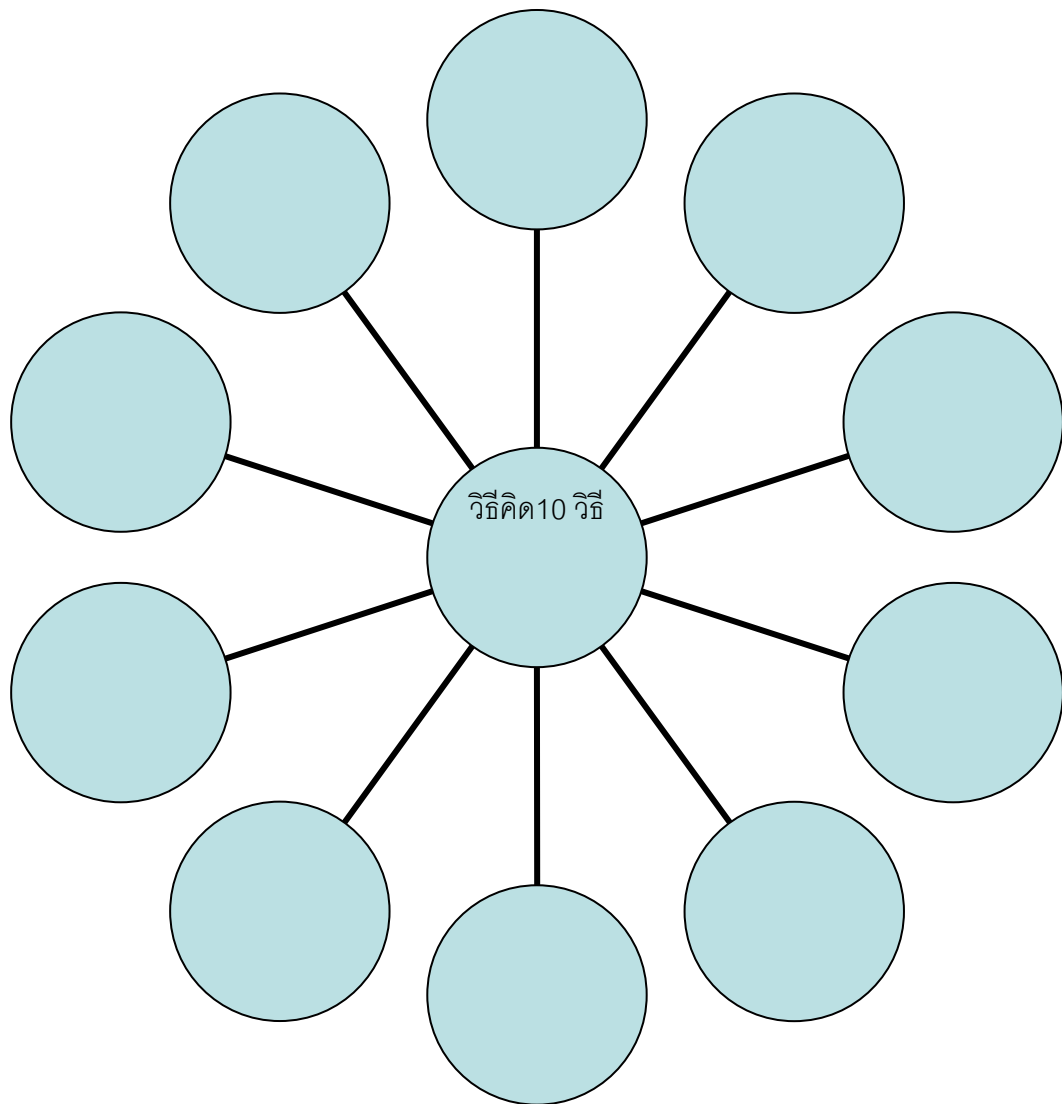
.....

.....

## ใบงานที่ 2

### สรุปวิธีคิดเพื่อพัฒนาปัญญา 10 วิธี

คำชี้แจง : ให้นักสรุปศึกษาวิธีคิด 10 วิธีและสรุปความเข้าใจเป็น Mind Map

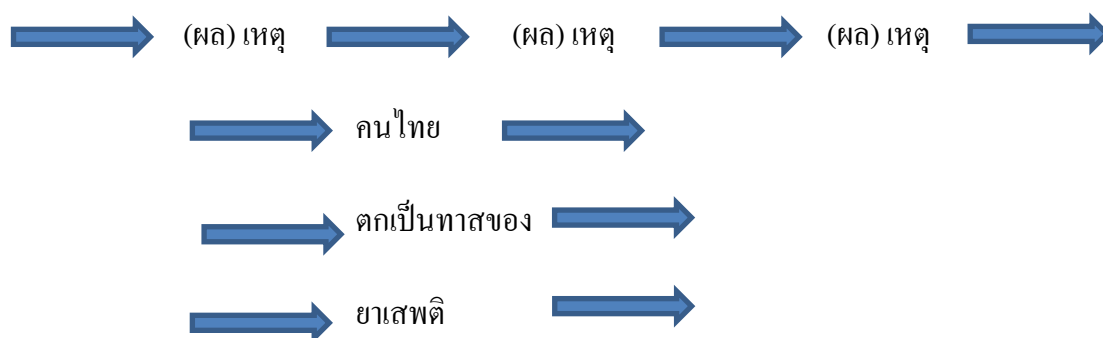


### ใบงานที่ 3

#### แบบฝึกหัดพัฒนาวิธีคิด 10 วิธีเพื่อพัฒนาปัญญา

คำชี้แจง : ให้นักศึกษาแต่ละกลุ่มทำใบงานฝึกหัดพัฒนาวิธีคิดตามหมายเลขกลุ่มของตน  
ดังนี้

กลุ่มที่ 1 จงเขียนเหตุและผลที่เกิดขึ้นจากการที่คนไทยส่วนหนึ่งได้ตกเป็นทาสยาเสพติดตามทิศทางข้างล่างนี้



จงสรุปว่าจากการทำโจทย์ข้อนี้ ทำให้เกิดความเข้าใจเรื่องของความจริงเกี่ยวกับโลกและชีวิตอย่างไร มนุษย์จะได้อย่างไรจึงจะเกิดความเข้าใจถูกต้อง

กลุ่มที่ 1 จงเขียนแผนภูมิแสดงองค์ประกอบของร่างกายมนุษย์มาอย่างละเอียด โดยแสดงความคิดอย่างชัดเจนว่าองค์ประกอบแต่ละส่วนมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกันอย่างไร (โดยเขียนสรุป)

จากการทำโจทย์ข้อนี้ทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจเรื่องของชีวิตและโลกอย่างไร มนุษย์ควรทำอย่างไรจึงจะเกิดความเข้าใจที่ถูกต้อง

กลุ่มที่ 2 จงอ่านเรื่องข้างล่างนี้แล้วตอบคำถาม

มีเรื่องเล่ากันว่าสมเด็จพระสังฆราชองค์หนึ่งเป็นที่เคารพนับถือของพ่อค้าชาวจีนเป็นอย่างมาก พวกเขาพ่อค้าชาวจีนได้นำแจกันกังไสอย่างดีมากมายมาถวาย ท่านก็ให้เก็บไว้ในตู้กระจก ทุก ๆ เช้า วันอาทิตย์หนึ่งขณะที่สมเด็จพระสังฆราชกำลังรับสั่งสนทนากับพ่อค้าที่มาเฝ้าอยู่นั้น ท่านก็ได้ยินเสียงแจกันแตกในเวลาเดียวกันนั้นสามเณรก็คลานตัวมดเข้ามาแล้วก็พูดว่า

“ท่านพ่อขอรับเกล้ากระหม่อมทำมันแตกเสียแล้ว”

“ดีแล้ว หมดห่างไป” เป็นรับสั่งของสมเด็จพระสังฆราช

คำถาม : ท่านคิดว่าสมเด็จพระสังฆราชทรงมีดำริ (ความคิด) อย่างไรในเรื่องนี้ ท่านเห็นด้วยกับท่าทีของสมเด็จพระสังฆราชหรือไม่ ความคิดและท่าทีดังกล่าวมีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตอย่างไร

กลุ่มที่ 2 จงอ่านข้อความข้างล่างนี้แล้วตอบคำถาม

ข้อมูลของกระทรวงสาธารณสุขแจ้งว่า คนภาคอีสานมีพยาธิใบไม้ตับมากที่สุด นพ. ชนะ พิจิต พยาธิสลาเย เป็นสาธารณสุขจังหวัด พยายามหาวิธีแก้ปัญหาดังกล่าวภายในของเขตความรับผิดชอบของตน ถ้าท่านเป็น นพ.ชนะฯ จะกำหนดวิธีการแก้ไขปัญหาลักษณะใด โดยดำเนินยุทธวิธีตามลำดับดังนี้

1. ทุภักซ์ : ชาวบ้านป่วยเป็นโรคใบไม้ในตับ

2. สมุทัย :

.....

.....

.....

3. นิโรธ :

.....

.....

.....

4. มรรค :

.....

.....

.....

5. กระบวนการคิดโดยวิธีการนี้มีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์อย่างไร

.....

.....

.....

กลุ่มที่ 3 จงวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างหลักการและจุดมุ่งหมายของโครงการต่อไปนี้ ว่ามีความสอดคล้องกันมากน้อยเพียงใด ถ้าขาดความสมบูรณ์ ควรกำหนดหลักการและจุดมุ่งหมายอย่างไร จึงบังเกิดผล



1. โครงการ 30 บาท รักษาทุกโรค
2. โครงการกองทุนหมู่บ้านและชุมชนเมือง
3. โครงการประกันราคาข้าว

ความคิดแบบนี้มีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตอย่างไร

กลุ่มที่ 3 การจัดตั้งนิคมอุตสาหกรรมมีประโยชน์และมีโทษอย่างไรบ้าง ทางออกที่ดีของประเทศไทยในเรื่องนี้คืออะไร ควรทำอย่างไร

วิธีคิดแบบนี้มีหลักการว่าอย่างไร มีประโยชน์สำหรับการดำเนินชีวิตอย่างไร

กลุ่มที่ 4 ในการเลือกรับประทานอาหาร หรือการพิจารณาซื้อสิ่งของเครื่องใช้ ท่านมีเกณฑ์ในการพิจารณาเลือกอย่างไร

กลุ่มที่ 4 จงเขียนคำอธิบายความหรือยกตัวอย่างประกอบข้อความข้างล่างนี้

1. ความจนเป็นสุขอย่างยิ่ง
2. ถ้านายกรัฐมนตรีของไทยเป็นสตรีก็จะมีสิ่งที่เกิดขึ้นมากมาย
3. คนอ้วนมีประโยชน์หรือมีคุณค่ามาก

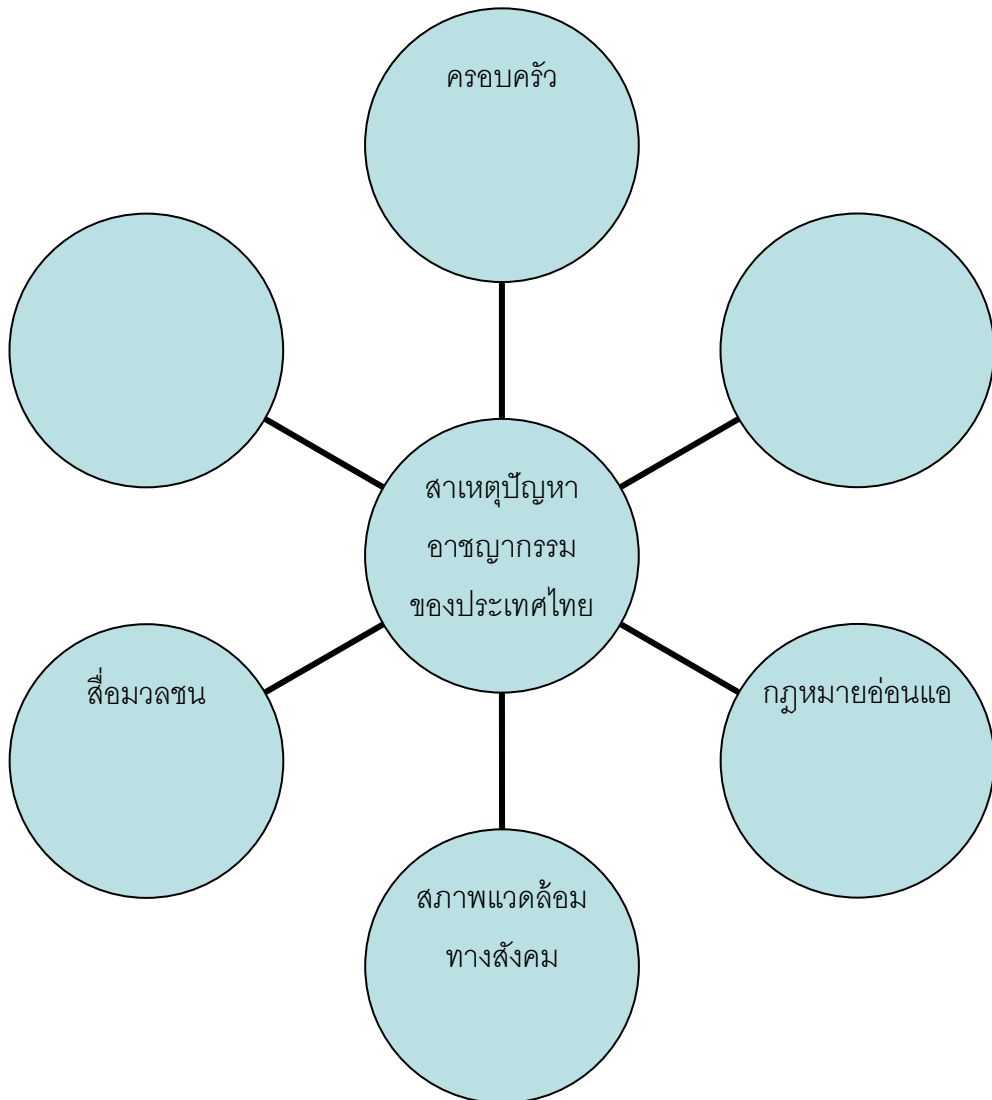
กลุ่มที่ 5 การเจริญสติหรือการฝึกวิปัสสนากรรมฐาน มีหลักการสำคัญคืออะไร ทำไมจึงมีการเจริญสติหรือการฝึกวิปัสสนากรรมฐาน สามารถนำมาใช้ในชีวิตจริงได้อย่างไร

.....

.....

กลุ่มที่ 6 จงเติมรายละเอียดของแผนภูมิข้างล่างซึ่งเป็นรายละเอียดเกี่ยวกับปัญหาอาชญากรรมที่เกิดขึ้นในประเทศไทย

จงเติมข้อความให้สมบูรณ์



กระบวนการคิดแบบนี้มีประโยชน์สำหรับการดำเนินชีวิตและการแก้ปัญหาทางสังคมอย่างไร

บ้าง



## ใบงานการฝึกทักษะชีวิตที่ 1

### แบบสำรวจพฤติกรรมที่แสดงถึงการแสวงหาความรู้

คำชี้แจง : ให้นักศึกษาสำรวจตนเองว่า พฤติกรรมที่นักศึกษาทำต่อไปนี้ มีความถี่  
อยู่ระดับใด

พฤติกรรมที่แสดงถึงการแสวงหาความรู้ (มุ่งพัฒนาตนเองอยู่เสมอ)		ระดับความถี่ของพฤติกรรม			
		3	2	1	0
1.	ซักถามอาจารย์เมื่อเรียนไม่เข้าใจ				
2.	ตอบคำถามครูในห้องเรียน				
3.	แสดงความคิดเห็นในการอภิปรายกลุ่ม				
4.	ทำการบ้านที่ได้รับมอบหมายให้เสร็จก่อนเวลาที่กำหนด				
5.	หาความรู้เพิ่มเติมที่ห้องสมุด				
6.	ฝึกหัดหรือใช้คอมพิวเตอร์ หรืออินเทอร์เน็ต				
7.	อ่านหนังสือพิมพ์ วารสาร นิตยสาร เรื่องที่มีสาระความรู้				
8.	ดูรายการโทรทัศน์ที่มีสาระให้ความรู้เพิ่มเติม				
9.	ทัศนศึกษาสถานที่สำคัญ (เช่น พิพิธภัณฑ์ โบราณสถาน หรือสถานที่สำคัญในท้องถิ่นหรือต่างจังหวัด)				
10.	สนทนาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้มีความรู้				

0 หมายถึง ไม่เคยทำ 1 หมายถึง ทำนาน ๆ ครั้ง 2 หมายถึง ทำบ้าง แต่ไม่สม่ำเสมอ 3 หมายถึง ทำเป็นประจำ

สรุป พฤติกรรมที่แสดงถึงการแสวงหาความรู้ที่อยู่ระดับ 3

.....  
.....  
.....  
.....

ข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้

.....  
.....  
.....  
.....

## ใบงานแบบฝึกทักษะชีวิตที่ 2

### การพัฒนาทักษะการเรียนรู้

คำชี้แจง : ให้นักศึกษากาเครื่องหมายถูก (✓) หน้าข้อที่ตรงกับสิ่งที่ได้ปฏิบัติจริง

	รายการพฤติกรรมที่ปฏิบัติ	ใช่	ไม่ใช่
1.	ก่อนการอ่านเรื่องใด ๆ จะมีการสำรวจภาพรวมของหนังสือ เช่น คำนำ สารบัญ บทสรุป หัวเรื่อง ทุกครั้ง		
2.	การอ่านแต่ละครั้งจะอ่านเนื้อหาที่เป็นหัวใจของเรื่อง เนื้อหาที่สำคัญทุกครั้ง		
3.	การอ่านหนังสือมีการกำหนดวัตถุประสงค์ของการอ่านเรื่องนั้น ๆ ไว้ก่อนทุกครั้ง		
4.	เมื่ออ่านหนังสือจบแต่ละเรื่อง แต่ละบทจะพยายามระลึกถึงสิ่งที่อ่านจบไปแล้วให้เข้าใจ		
5.	การอ่านหนังสือแต่ละครั้งช่วยให้มีความรู้เพิ่มมากขึ้น		
6.	มีการทบทวนความเข้าใจในเรื่องที่อ่านทุกครั้ง		
7.	ในการฟังแต่ละครั้ง จะมีการเตรียมตัวให้พร้อมที่จะฟัง		
8.	กำหนดจุดมุ่งหมายในการฟัง		
9.	มีความสนใจในสิ่งที่ฟัง		
10.	มีการจดบันทึกทุกครั้ง		
11.	มีการทำความเข้าใจในบทเรียน 11.1 สรุปกฎเกณฑ์จากข้อมูล 11.2 การแจกแจงรายการ 11.3 การเรียงลำดับเวลา 11.4 การจัดลำดับความสำคัญ 11.5 การเปรียบเทียบสิ่งที่เหมือน-ต่าง 11.6 การแสดงเหตุผล		

	รายการพฤติกรรมที่ปฏิบัติ	ใช่	ไม่ใช่
12.	วิธีการที่ทำให้นักเรียนจำได้ดีที่สุด 12.1 การฝึกซ้ำ 12.2 การทบทวน 12.3 การจัดระเบียบโดยการจับกลุ่ม 12.4 การจัดระเบียบโดยการจัดหมวดหมู่ 12.5 การจับหลัก 12.6 การสร้างรหัส		
13.	มีการใช้เทคนิคใดบ้างในการทำรายงาน 13.1 การเตรียม / วางแผนการทำงาน 13.2 การวางโครงเรื่อง 13.3 การค้นคว้าข้อมูลจากแหล่งต่าง ๆ 13.4 การเขียน / การพิมพ์เนื้อหา-สรุป		
14.	มีการใช้เทคนิคใดบ้างในการเตรียมการสอบ 14.1 จัดเตรียมตารางทบทวน 14.2 กำหนดประเด็นการทบทวน 14.3 ทำบันทึกสรุปย่อ 14.4 ทุกข้อที่กล่าวมา		

ข้อคิดหรือประสบการณ์ที่ได้รับจากกิจกรรมนี้

.....

.....

.....

.....