

การใช้หลักสูตรจิตวิทยาพัฒนาชีวิตและจิตใจเพื่อเพิ่ม ขีดความสามารถภาวะผู้นำในตนเองสำหรับ ผู้ประกอบการอาชีพक्रमมัธยมในบริษัท ของสังคมไทย

สภาวะความเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม และเทคโนโลยี รวมถึงการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากร และครอบครัวไทย ที่มีแนวโน้มจำนวนเด็ก และเยาวชนลดลง ขณะที่ผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น ผสมกับความเจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็วของเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร ซึ่งสาเหตุ และปัจจัยดังกล่าวส่งผลกระทบต่อเด็กและเยาวชน ทั้งในเชิงสร้างสรรค์ และเป็นภัยคุกคามต่อพัฒนาการของเด็กและเยาวชนไทย ซึ่งสมควรได้รับการเอาใจใส่ดูแลและเตรียมพร้อมที่จะเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงที่กำลังเกิดขึ้น¹ โดยเฉพาะเด็กช่วงวัย 13 - 17 ปี ซึ่งเป็นช่วงเข้าสู่ช่วงวัยรุ่น พบว่า โดยส่วนใหญ่ปัญหาการฆ่าตัวตาย ความเสี่ยง ในการเกิดโรคซึมเศร้าของวัยรุ่นไทยอายุ 10 - 19 ปี มีจำนวนเพิ่มขึ้น สาเหตุส่วนใหญ่มาจากการใช้ อินเทอร์เน็ตและสื่อออนไลน์ที่ไม่เหมาะสม² รวมถึงสถานการณ์เด่นในวัยรุ่น ที่เป็นปัจจัยเสี่ยง และผลกระทบด้านลบ 10 เรื่อง คือ

1. ความรุนแรงปรากฏในหมู่เด็กและเยาวชนทุกระดับจนยากแก่การควบคุมและแก้ไขให้ดีขึ้น
- เด็กอาชิวะตีกัน เด็กแว้น สก๊อย เด็กทำร้ายรุนแรงสาหัส
2. แม่วัยใส เด็กหญิงตั้งครภภในวัยเรียน ปัญหาไม่ลดลง ยังติดอันดับ 2 ของโลกเหมือนเดิม การสอนเพศศึกษาล้มเหลว ล้าสมัยไม่ทันกับสถานการณ์ที่มีอยู่
3. ยาเสพติดกลับมาแพร่ระบาดในกลุ่มนักเรียนมากขึ้น กระบวนการสามารถแทรกซึมเข้าไปในโรงเรียน สถานศึกษาได้ไม่มีใครกล้าขัดขวางเสี่ยงอันตรายมาก
4. เด็กเรียนรู้แท็บเล็ต เล่นเกม การ์ตูนได้คล่องแคล่วว่องไว ครอบครัวไทยป้อนแท็บเล็ตเด็กอายุ 2 - 3 ขวบ ไม่ให้ชุกชน มีปรากฏพบเห็นแทบทุกแห่ง
5. เด็กและเยาวชนอยู่กับสังคมก้มหน้า วันละ 7 - 8 ชั่วโมง ใช้เพื่อพูดคุย เล่นไลน์ เฟสบุ๊ก มากกว่าการเรียนรู้ศึกษาด้วยตนเอง
6. เด็กและเยาวชนขาดวินัยอย่างรุนแรง
7. เด็กเรียนรู้ไม่มีความสุข เครียด กัดดัน
- นโยบายลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ไม่เกิดขึ้น มีการติวโอเน็ต PISA อย่างเอาเป็นเอาตาย เด็กยังถูกขังในห้องเรียน 200 วันใน 1 ปี
8. ร้านขายเหล้า เบียร์ บุหรี่ รอบสถาบันการศึกษาเพิ่มขึ้นอย่างหน้าตักใจ เกิดนักดื่ม นักสูบบุหรี่หน้าใหม่มากขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นหญิง

9. มีเด็กยากจนด้อยโอกาส กลุ่มชาติพันธุ์ เด็กประเทศเพื่อนบ้านเข้าสู่การเป็นเหยื่อ และ เครื่องมือทางเพศ ยาเสพติด แรงงานเด็ก ขอทานเด็ก โสเภณีเด็กเพิ่มขึ้นเงียบ ๆ และ
10. เด็กไทยเกิดน้อยลงแต่ด้อยคุณภาพ³

หลายภาคส่วนได้กล่าวถึงบริบทของปัญหาเด็กและเยาวชนในสังคมไทย และการแก้ไข เป็นนัยสำคัญ เช่น การลดปัญหา จะต้องทำให้คนในสังคมมีวิจารณญาณ มีความยั้งคิด และ ช่วยกันติดตามตรวจสอบ⁴ และปัญหาเหล่านี้มาจากสภาพปัจจุบันที่เด็กใช้ชีวิตอยู่กับ ครอบครัวน้อยลง รวมกลุ่มกันมากขึ้น รับรู้สิ่งแวดล้อมนอกครอบครัวเร็วขึ้น ซึ่งจะส่งผลต่อวิธี คิด การใช้ชีวิต ภาวะทางอารมณ์ การยับยั้งชั่งใจ⁵ รวมไปถึงสื่อออนไลน์ ที่ทำให้เยาวชน สามารถระบายออกทางอารมณ์ได้อย่างเปิดเผย โดยขาดการวิเคราะห์ ไตร่ตรอง และไม่มีผู้ใด ตักเตือน⁶ ในขณะที่แพทย์ระบุว่า การเผยแพร่ข้อความหรือเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับความรุนแรง รวมถึงการฆ่าตัวตาย ส่งผลโดยตรงในเรื่องของการเรียนรู้ในสังคม โดยเฉพาะอิทธิพลที่มีต่อ เด็ก และวัยรุ่นที่ยังรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ไม่มีทักษะการแก้ไขปัญหาที่ดีพอ เนื่องจากความสามารถ ของสมองส่วนที่เกี่ยวข้องกับการยับยั้งชั่งใจยังพัฒนาได้ไม่เท่ากับด้านของอารมณ์ ทำให้ขาด ความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น⁷ และปัญหาเด็กและเยาวชนกับการเสพข้อมูล ข่าวสารผ่านสื่อเริ่มต้นที่ตัวเด็ก ครอบครัว พ่อแม่ และครูที่มีใจเพื่อเด็ก สานพลัง และร่วมมือ กันพัฒนาเยาวชนให้เป็นบุคคลที่มีทักษะชีวิต และเสพสื่ออย่างมีวิจารณญาณ เพื่อให้เกิดการ รู้เท่าทันสื่อ และไม่ตกอยู่ภาวะที่ถูกกระทำจากสื่อ⁸ นอกจากนี้ กลุ่มองค์กรเอกชนไม่หวังผล กำไร (NGO) เช่น เครือข่ายเยาวชนป้องกันนักดื่มหน้าใหม่ เครือข่ายพัฒนาคุณภาพชีวิต และ เครือข่ายนักกฎหมายเพื่อเด็กและเยาวชนได้เสนอแนวทางแก้ไขโดยขอให้กระทรวงศึกษาธิการ ทำงานเชิงรุกเพื่อออกมาตรการรับมือปัจจัยเสี่ยงทางสังคม เช่น การนำเสนอชุดความรู้วิชา ชีวิต และต่อยอดพัฒนาเพิ่มทักษะชีวิตเป็นภูมิคุ้มกันให้เด็กและเยาวชน เมื่อต้องเผชิญกับ ความจริงในสังคม รวมถึงการปฏิรูปฝ่ายครูแนะแนวทุกสถาบันให้ทำงานเชิงรุกหลังพบว่า ปัญหาเด็กและเยาวชนทวีความรุนแรงขึ้นในทุกมิติ รวมถึงปัญหาเด็กเยาวชนในระบอบ การศึกษาที่ถูกซุกไว้ใต้พรม เช่น ระบบแพ็คต้ออกของการศึกษาไทย การบริหารจัดการความ ผิดพลาด พลาดแล้วถูกออกจากโรงเรียนกลางคัน การล่อลวงเด็กหลังห้อง ระบบการ ประเมินผลที่ทำให้เกิดการซุกขยะไว้ใต้พรม ไม่กล้านำความจริงนำปัญหามาพูดกันเพราะกลัว กระทบการประเมิน หรือภาพลักษณ์สถาบัน และได้ขอให้กระทรวงศึกษาธิการ ให้ความสำคัญ

กับปัญหาปัจจัยเสี่ยงที่เกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชนโดยกำหนดให้สถาบันการศึกษาต้องดำเนินงานเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าวอย่างเป็นรูปธรรม นำการแก้ไขปัญหาเด็กที่เคยผิดพลาดมาพิจารณาร่วมในการประเมิน และมีการปฏิรูปฝ่ายครูแนะแนวของทุกสถาบันการศึกษา ให้ทำงานเชิงรุกเพื่อรับมือกับปัญหาโดยมีการให้คำปรึกษาที่เป็นมิตร ไม่ซ้ำเติม และเป็นที่ยอมรับของเด็กและเยาวชน โดยอาจมีการทำงานร่วมกับองค์กรพัฒนาเอกชน มูลนิธิต่าง ๆ ในพื้นที่ ที่พร้อมให้ความช่วยเหลือ ขณะที่ข้อมูลจาก มูลนิธิแพธทูเฮลท์ ระบุว่า ปัจจุบันวัยรุ่นที่พลาดพลั้งเกี่ยวกับเรื่องเพศมีแนวโน้มสูงขึ้น รวมถึงเด็กที่ต้องออกโรงเรียนกลางคันมีสูงกว่า 1 แสนคนต่อปี จากหลายปัญหา เช่น กรณีล่าสุด คือ นักเรียน ม. 5 ตั้งครรภ์ พ่อครูรู้จะให้ออก แต่เด็กต้องการเรียนต่อให้จบ เรื่องนี้ ต่อสู้กัน และเคยนำเข้าสู่กระบวนการพิจารณาในที่ประชุมสภา พ.ร.บ. การตั้งครรภ์ไม่พร้อม จนหลายฝ่ายเข้าช่วยเหลือให้เด็กสามารถเรียนต่อได้ แต่เมื่อเด็กถูกต่อว่าจนบอบช้ำ จึงเลือกที่จะไม่เรียนต่อ นอกจากนี้ ยังมีกรณีที่โรงเรียนให้เด็กเลือกระหว่างยุติการตั้งครรภ์แล้วได้เรียนต่อ หรือถ้าไม่ยุติการตั้งครรภ์ก็ต้องออกจากโรงเรียน โดยเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ชี้ให้เห็นว่า โรงเรียนไม่มีระบบการช่วยเหลือ จะให้เด็กออกอย่างเดียว มุ่งเน้นรักษาภาพลักษณ์ของสถาบัน ห่วงผลประโยชน์ หากพบว่า เด็กมีปัญหา ดังนั้น เมื่อหลักสูตรทุกอย่างต้องผ่านกระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงศึกษาธิการก็ควรต้องเป็นที่พึ่ง เป็นโค้ชให้เด็กและเยาวชน ควรทำระบบการศึกษาให้เป็นมาตรฐานเดียวกัน เช่น มีวิชาเพศศึกษา วิชาชีวิต ให้เด็กเข้าไปอยู่ในหลักสูตร และต้องมีในคาบเรียนเกิน 16 คาบ ต่อปี อีกทั้งครูแนะแนว ต้องมีความรู้ความเข้าใจ ให้คำปรึกษาอย่างเป็นมิตร สร้างระบบ สร้างสิทธิให้เด็กได้เข้าถึงการเรียนด้วย⁹

ส่วนใหญ่ได้กล่าวถึงทักษะชีวิตซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้จึงขอยกตัวอย่างทักษะชีวิตพื้นฐาน 10 ประการที่สำคัญ ได้แก่ 1) การตัดสินใจ - สามารถในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องราวต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างรอบคอบ 2) การแก้ปัญหา - สามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีระบบ ไม่เกิดความเครียด 3) การคิดวิเคราะห์ - สามารถในการวิเคราะห์ แยกแยะข้อมูล ข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์ต่าง ๆ รอบตัวได้ 4) การคิดสร้างสรรค์ - ช่วยในการตัดสินใจ และแก้ไขปัญหโดยคิดสร้างสรรค์ เพื่อค้นหาทางเลือกต่าง ๆ และผลที่จะเกิดขึ้นในแต่ละทางเลือก และสามารถนำประสบการณ์มาปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม 5) การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ - เป็นความสามารถในการ

ใช้คำพูด และท่าทางเพื่อแสดงออกถึงความคิด และความรู้สึกของตนเอง เช่น การแสดงความคิดเห็น ความต้องการ ความชื่นชม การขอร้อง การเจรจาต่อรอง การดักเตือน การช่วยเหลือ การปฏิเสธ ฯลฯ 6) การสร้างสัมพันธภาพ - สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคล และรักษาความสัมพันธ์นั้นไว้ได้ 7) การตระหนักรู้ในตน - รู้จัก และเข้าใจตนเอง เช่น รู้ข้อดี ข้อเสียของตนเอง รู้ความต้องการ และสิ่งที่ไม่ต้องการของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้รู้ตัวเองเวลาเผชิญกับความเครียด หรือสถานการณ์ต่าง ๆ 8) ความเห็นใจผู้อื่น - เข้าใจความเหมือน หรือความแตกต่างระหว่างบุคคล ในด้านความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ความเชื่อ สติปัญญา อาชีพ ฯลฯ เข้าใจความรู้สึก และยอมรับบุคคลอื่นที่ต่างจากตนเอง 9) การจัดการกับอารมณ์ต่าง ๆ - รับรู้อารมณ์ของตนเอง และผู้อื่น รู้ว่าอารมณ์มีผลต่อการแสดงพฤติกรรมอย่างไร รู้วิธีจัดการกับอารมณ์โกรธ หรือโศกเศร้าที่ส่งผลทางลบต่อร่างกาย และจิตใจได้ 10) การจัดการกับความเครียด - รับรู้ถึงสาเหตุของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายความเครียด และแนวทางในการควบคุมระดับความเครียด¹⁰

แนวทางในการแก้ไขปัญหาลูกและเยาวชนเหล่านี้มีหน่วยงาน และสถาบันต่าง ๆ ออกมาให้คำแนะนำ และแนวทางการแก้ไขปัญหาลูก ๆ อยู่ 3 หน่วยงาน คือ สถาบันครอบครัว หน่วยงานสังกัดกระทรวงสาธารณสุข และที่เราเห็นได้ชัด คือ กระทรวงศึกษาธิการ สาเหตุหลักของปัญหาดังกล่าว กระทรวงศึกษาธิการ ได้ค้นพบว่า สังคมไทยในอนาคตมีแนวโน้มที่อาจนำไปสู่สังคมล่มสลาย เนื่องจากปัจจุบันมีปัญหาที่เกิดกับเด็กและเยาวชนไทยขึ้นที่ต้องเร่งแก้ไข และกระทบกับเด็กจำนวนมาก¹¹ จึงได้ให้ความสำคัญ และจัดให้มีการปฏิรูปการศึกษา ซึ่งเป็นการปรับเปลี่ยนพัฒนาเพื่อให้การศึกษาสามารถสร้างคนดีให้กับสังคม และเป็นพลังในการพัฒนาประเทศให้สามารถแข่งขันกับนานาชาติบนพื้นฐานของวัฒนธรรม และความเป็นไทย อีกทั้งเพื่อสนองนโยบายยุทธศาสตร์ชาติด้านการพัฒนาบุคลากร และจากการวิเคราะห์การปฏิรูปการศึกษาทั้ง 6 ด้าน คือ 1) ด้านการปฏิรูปครู มุ่งเน้นโครงสร้างเกี่ยวกับครู เช่น สวัสดิการครู การจัดตั้งสถาบันครูพัฒนา การปรับปรุงบ้านพักครู หนี้ครู และการพัฒนาศักยภาพครูที่เน้นไปทางด้านทักษะ เช่น ทักษะภาษาอังกฤษ เป็นต้น 2) การเพิ่มกระจายโอกาส และพัฒนาคุณภาพการศึกษา มุ่งเน้นการกระจายโอกาสทางการศึกษาด้วยระบบทางไกล เป็นต้น 3) การปฏิรูปการบริหารจัดการที่เป็นเรื่องของระบบ และโครงสร้างระบบ 4) การผลิต และพัฒนากำลังคน เพื่อเพิ่มศักยภาพการแข่งขัน เน้นการพัฒนาคนด้าน

อาชีพ อาชีวศึกษาให้ทันการแข่งขัน 5) การปฏิรูปการเรียนรู้ ที่มุ่งเน้นด้านวิธีการ และมุ่งความรัก ชาติ ศาสนา สถาบันพระมหากษัตริย์ และ 6) การปฏิรูป ICT เพื่อการศึกษา¹²

เป็นสัญญาณที่ดีที่กระทรวงศึกษาธิการออกมาทำการปฏิรูปการศึกษา และข้อหนึ่งที่สำคัญคือ การปฏิรูปครู ซึ่งไม่ใช่เป็นเพราะครูมีปัญหาแต่เป็นเพราะว่า ครูมีบทบาทสำคัญต่อปัญหาสถานการณ์เด็ก และวัยรุ่นในสังคมไทยที่กำลังเกิดขึ้น นอกจากพ่อแม่ สถาบันครอบครัว แล้วโรงเรียน และครูคือบุคคลที่ใกล้ชิดกับเด็กและเยาวชนมากที่สุด และอาจจะมีอิทธิพลกับเด็กและเยาวชนมากกว่าสถาบันครอบครัว และปัญหาภาพรวมที่หลายฝ่ายได้ชี้ให้เห็นรวมถึงแนวทาง คำแนะนำในการแก้ไขนั้นคือ การพัฒนาทักษะชีวิต ดังนั้น จึงสรุปได้เป็น 2 ส่วนที่เกี่ยวข้องกับการแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้น และเป็นปัจจัยสำคัญในงานวิจัยนี้ คือ 1) การพัฒนาทักษะชีวิต 2) การพัฒนาครู ทั้งสองปัจจัยนี้จะส่งผลต่อปัญหาที่กำลังเกิดขึ้นในสังคมที่จะเป็นเชิงแก้ไขและป้องกันในระยะยาว

ความสอดคล้องของการปฏิรูปครูและยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี ข้อสามที่ได้เน้นความสำคัญของการพัฒนาบุคลากร และศักยภาพมนุษย์เพื่อความมั่นคงยั่งยืน และการแข่งขันได้ของประเทศนั้น ทำให้การศึกษาวิจัยนี้ มุ่งเน้นการพัฒนาเพื่อเพิ่มภาวะผู้นำในตนเองแก่ครู เพราะโดยบทบาทหน้าที่แล้วครูคือผู้ให้ความรู้ตามโครงสร้างที่กำหนดมาตรฐานโดยกระทรวงศึกษาธิการ แต่คำว่า “ภาวะผู้นำในตนเองในครู” ถือเป็นประเด็นหลักสำคัญในการศึกษาวิจัย และเป็นปัจจัยในการป้องกัน แก้ไข ปัญหาด้านสังคมที่กำลังดำเนินขึ้นในตอนนี้ ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานไว้ว่า การพัฒนาการศึกษา พัฒนาคน ตามศาสตร์การพัฒนาชีวิต และจิตใจ ด้วยการพัฒนาและประยุกต์หลักสูตรจิตวิทยาพัฒนาชีวิต จะสามารถเพิ่มขีดความสามารถด้านภาวะผู้นำในตนเองสำหรับครุมัธยมได้

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงทำการศึกษา และวิเคราะห์สภาพแวดล้อมหลักสูตรจิตวิทยาการพัฒนาชีวิต และจิตใจซึ่งเป็นองค์ความรู้ของสถาบัน Psychology of Vision เพื่อนำไปพัฒนาประยุกต์เป็นแนวทางในการพัฒนาครุมัธยมในบริบทของสังคมไทยเพื่อเพิ่มขีดความสามารถภาวะผู้นำในครุมัธยมในบริบทของสังคมไทยตามกรอบแนวคิดของงานวิจัยนี้ โดยเนื้อหาประกอบไปด้วย 3 ส่วนหลัก คือ 1) การพัฒนาชีวิตระดับจิตสำนึก 2) การพัฒนาชีวิตระดับจิตใต้สำนึก และ

3) การพัฒนาชีวิตระดับจิตไร้สำนึก โดยจะทำการเรียนการสอนทั้งหมด จำนวน 30 บท ๆ ละ 3 ชั่วโมง จึงจะถือว่าจบหลักสูตรทั้ง 3 ระดับ ซึ่งเป็นหลักสูตรที่มีความแตกต่าง และตอบ โจทย์ของสังคมไทยตามแนวความคิดการพัฒนาทักษะชีวิต และการพัฒนาภาวะผู้นำในตนเอง เพราะนอกจากจะเน้นการพัฒนาในด้านทักษะแล้ว ยังเน้นการพัฒนาภายในเป็นส่วนใหญ่ เพราะ ประเด็นปัญหาของบริบทสังคมไทย และโดยเฉพาะครูไม่ได้อยู่ที่ประเด็นว่าไม่รู้หน้าที่หรือขาด ทักษะทางวิชาการ แต่การตระหนักรู้มากกว่าหน้าที่ทางวิชาการที่เป็นมากกว่าครูคือการเป็น พ่อแม่เป็นตัวแทนของครอบครัว คือเรื่องของ ภาวะผู้นำในตนเองสำหรับครู

เป้าหมายภาพรวมของหลักสูตรจิตวิทยาพัฒนาชีวิตและจิตใจ

มุ่งให้เกิดทักษะการเป็นผู้ปลูกสร้างแรงบันดาลใจในตนเอง และผู้รอบตัว, การนำเสนอให้ รู้จักเทคนิคเครื่องมือต่าง ๆ ที่ทรงประสิทธิภาพช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเชิงลึกจากภายใน ของคน, การเป็นผู้มีทักษะในการทำงานปฏิสัมพันธ์กับคนเพื่อช่วยให้คนประสบความสำเร็จได้ ตามเป้าหมายที่ต้องการ, การช่วยเปลี่ยนมุมมอง และแปลงความขัดแย้ง และความเจ็บปวด ต่าง ๆ ในชีวิต, การทำให้เข้าใจธรรมชาติความจริงว่ามนุษย์คือผู้ที่สมบูรณ์แบบ และมีศักยภาพใน ตัวคู่ควรต่อความสุข และการเติมเต็มในชีวิต, มีการตระหนักรู้ในตนเอง, ค้นพบเส้นทาง เป้าหมายที่แท้จริงในชีวิต, มีพลังก้าวไปข้างหน้าไม่ถดถอย หรือหยุดชะงัก, รู้สึกถึงความรัก รอบตัวที่คนแวดล้อมมีให้, หยุดการต่อต้านตำหนิโจมตีโทษตนเอง, หยุดความรู้สึกแปลกแยก ถูกทอดทิ้งไม่ส่วนหนึ่งของสังคม, เป็นผู้ที่เชื่อมโยง และให้ความรักเป็น, เป็นผู้สร้างการ เยียวยาเปลี่ยนแปลงแก้ไขระดับจิตใต้สำนึก และจิตไร้สำนึก, เป็นผู้ที่ให้ภัยตนเอง และผู้อื่น เป็น, เป็นผู้มีความรู้ภาวะทางอารมณ์เสถียรแข็งแรง, เป็นนักแก้ปัญหาที่มีคุณภาพ ซึ่งสอดคล้อง กับแนวคิดเรื่องทักษะชีวิต ที่กล่าวว่า เป็นความสามารถเชิงสังคมจิตวิทยา ที่จะช่วยให้บุคคล สามารถเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ และมีความสามารถ ที่จะปรับตัวได้ในอนาคต ทักษะชีวิตจะมีส่วนช่วยให้วัยรุ่น สามารถนำความรู้ในเรื่องต่าง ๆ มาเชื่อมโยงกับทัศนคติ ผ่านการคิดวิเคราะห์ที่ไตร่ตรองถึงผลที่จะเกิดขึ้น และตัดสินใจปฏิบัติ ในสิ่งที่เหมาะสมได้¹³ และการพัฒนาทักษะชีวิตต่าง ๆ เหล่านี้จะเกิดขึ้นได้โดยภาวะผู้นำใน ตนเองของครูที่จะส่งมอบองค์ความรู้นี้ผ่านการปฏิบัติตนเป็นตัวอย่าง และการเรียนการสอน ให้เป็นไปตามหลักสูตรจิตวิทยาการพัฒนาชีวิต และจิตใจ

การพัฒนาชีวิตระดับจิตสำนึก

ตามที่ได้กล่าวไปแล้วว่า หลักสูตรจิตวิทยาการพัฒนาชีวิตและจิตใจเพื่อเพิ่มขีดความสามารถด้านภาวะผู้นำนั้น ประกอบไปด้วยส่วนที่เป็นทั้งทักษะ และการพัฒนาภายในที่ไม่ได้เป็นทักษะ ดังนั้น องค์ประกอบของหลักสูตรส่วนของชีวิตและจิตสำนึกนั้น มุ่งเน้นการพัฒนาทักษะที่ส่งเสริมการพัฒนาภาวะผู้นำในตนเองประกอบไปด้วยเนื้อหาต่าง ๆ คือ องค์ประกอบสำคัญหลักในชีวิตมนุษย์ ได้แก่ 1) สัมพันธภาพ ภาวะผู้นำ และการจิตวิญญาณ 2) พลังอำนาจแห่งจิตของเรา - ธรรมชาติของจิตใจ การรับรู้ และการปรุงแต่ง ระดับต่าง ๆ ของจิต (จิตสำนึก จิตใต้สำนึก จิตไร้สำนึก) ความผิดพลาดในการรับรู้ของจิต กลไกการปกป้องตนเองของมนุษย์ 3) การสื่อสาร และหลักการเปลี่ยนแปลง - หลักการสื่อสาร 4) รูปแบบ หลักการสื่อสารเพื่อการเปลี่ยนแปลง กิจกรรมการสื่อสาร 5) โมเดลชีวิต - คำอธิบายโมเดลชีวิต และแบบฝึกหัดการค้นหาตำแหน่งเรื่องราวต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นของชีวิตเราในโมเดลชีวิต โมเดลชี้ให้เห็นถึงวิวัฒนาการของชีวิตมนุษย์ ความสุข และผลิตเพลินเบิกบานทำให้ชีวิตดีขึ้น 6) จิตวิทยาด้านสภาวะทางอารมณ์ - คำอธิบายเกี่ยวกับอารมณ์ด้านลบ และการตระหนักรู้อารมณ์ด้านลบเพื่อการเยียวยาเปลี่ยนแปลงแก้ไข, กิจกรรมบำบัดที่เกี่ยวข้อกับชีวิตเรา 7) ทักษะการตัดสินใจ และทิศทางการเลือก และตัดสินใจ - จากหลายทางเลือกกลายเป็นการตัดสินใจเลือกเพียงสิ่งที่เราเป็นได้อย่างไร และการเลือกนั้นคือ ทักษะการตัดสินใจ และทักษะการตัดสินใจจะเป็นสิ่งบอกทางนำทางทุกเรื่องในชีวิต เราจะได้ประเมินทักษะการตัดสินใจของเรา และตรวจสอบทิศทางในชีวิตเรา กิจกรรมการค้นหาทักษะการตัดสินใจ เพื่อให้ทราบว่าทักษะการตัดสินใจส่งผลกับชีวิตอย่างไร และก่อให้เกิดประสบการณ์ชีวิตอย่างไร 8) ทฤษฎีไอซ์เบิร์ก - การตรวจสอบสิ่งที่ขับเคลื่อนพฤติกรรมตัวเรา และผู้อื่น การศึกษาว่าการกระทำของเรา และผู้อื่นนั้น ไม่ใช่สิ่งที่เกิดขึ้นเองโดยบังเอิญแต่ถูกขับเคลื่อนจากกลไกภายในทั้งสิ้น การเรียนรู้ในการกลับมาเข้าใจตัวเราเองและผู้รอบตัว 9) ระบบความเชื่อภายใน และรูปแบบต่าง ๆ ในชีวิต - การศึกษาระบบความเชื่อภายในมนุษย์ว่าเกิดขึ้นได้อย่างไร และเราสามารถเปลี่ยนแปลงระบบความเชื่อให้เป็นบวกได้อย่างไร การศึกษาวงจรปัญหาในชีวิตที่เรามี และเกิดขึ้นซ้ำเติมตลอดชีวิต 10) อีโก้และจิตใต้สำนึก - กลไกการทำงานของอีโก้ และจิตใต้สำนึก ประสบการณ์ชีวิตภายใต้การทำงานของอีโก้ และจิตใต้สำนึก กิจกรรมค้นหาสถานการณ์ชีวิตจากรูปแบบการปฏิเสธต่อต้านในชีวิตไปเป็นความกลัว และเปลี่ยนเป็นความรัก 11) สิ่งที่ต้องดำเนินไปในชีวิต - คำอธิบายกระบวนการ และสิ่งที่ต้องดำเนินไปใน

ชีวิต และรอบตัว ทุกสรรพสิ่งเกี่ยวข้องเชื่อมโยงกันหมด ยกตัวอย่างการเรียนการสอนระดับจิตสำนึก เช่น ส่วนที่ 1) กล่าวถึงหลักทฤษฎีของบทที่ 1 ถึงบทที่ 10 และส่วนที่ 2 ให้ทำกิจกรรมแบบฝึกหัดหรือเวิร์คชอปของแต่ละบท เช่น บทที่ 2 พลังอำนาจแห่งจิตของเรา ทฤษฎีกล่าวว่า จิตมนุษย์แต่ละคนต่างกันตามภูมิหลัง สิ่งที่มองเห็น ถึงจะเป็นสิ่งเดียวกัน คนเดียวกัน สถานการณ์เดียวกัน แต่คนสามารถมองคนละมุมได้ โดยให้อ่านคำตัวอย่างเช่น HAPPINESS IS NOWHERE บางคนอ่านว่า HAPPINESS IS NO WHERE บางคนอ่านว่า HAPPINESS IS NOW HERE และการให้ดูภาพต่างๆ ทางจิตวิทยาภาพเดียวกันแล้วให้แต่ละคนตอบคำถามเพื่อค้นหาคำตอบต่างๆ ในภาพ คำตอบของแต่ละคนที่ได้ จะออกมาไม่เหมือนกัน หรือ ตัวอย่างการทำเวิร์คชอปที่ 2 ของบทที่ 2 เช่น การให้ผู้เรียนแต่ละคนตอบคำถามว่า “โลกใบนี้ของฉันเป็นอย่างไร” โดยตอบคำถามเดียว 5 ครั้ง ซึ่งคำตอบของแต่ละคนที่ได้ออกมา จะสะท้อนให้เห็นถึงความคิดและทัศนคติ รวมถึงการรับรู้และปฏิสัมพันธ์กับพ่อแม่ พี่น้อง เพื่อน และทุกคนรอบตัวในคำตอบที่เขียนออกมา หรือกิจกรรมที่ 3 ของบทที่ 2 คือ การค้นหากลไกการป้องกันตนเอง ซึ่งจะให้ตอบคำถามเกี่ยวกับความสัมพันธ์ที่มีต่อบุคคลต่างๆ ยกตัวอย่างคำพูดที่เป็นกลไกการป้องกันตนเองและแสดงสัมพันธ์ภาพด้านลบกับผู้คนรอบตัว เช่น “ฉันไม่ได้โกรธเขา” “ฉันพยายามที่จะดีกับเขา” “ฉันคิดว่าเขาเป็นคนดี” “ครูคนนั้นเกลียดฉัน” “นักเรียนคนนั้นเกลียดครูคนนั้น” เป็นต้น ซึ่งเนื้อหาทั้งหมดสอดคล้องกับแนวคิดด้านสภาวะจิตสำนึก คือ สภาวะที่เรารู้สึกตัวขณะถูกเร้าด้วยสิ่งเร้าภายนอก และภายใน เช่น รู้สึกตัวเมื่อความคิด ความรู้สึกทางอารมณ์เปลี่ยนแปลง หรือรู้สึกตัวเมื่อสภาพแวดล้อมภายนอก เช่น แสง สี เสียง กลิ่น อุณหภูมิเปลี่ยนแปลง สภาวะจิตสำนึกปกติจะเป็นสภาวะที่เราใช้ในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน¹⁴ และการสำนึกตัวก่อให้เกิดสติ และทักษะที่จำเป็นในชีวิตที่ต้องใช้ในระดับจิตสำนึกตามทักษะชีวิต 10 ประการ เรื่อง การตัดสินใจ การแก้ปัญหา การคิดวิเคราะห์ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างสัมพันธภาพ ตลอดไปถึงการตระหนักรู้ในตนเอง ซึ่งครอบคลุมเกือบทุกส่วนของเนื้อหาในทักษะชีวิต 10 ประการ และสอดคล้องในเรื่องของมนุษย์ตามทฤษฎีไอซ์เบิร์ก หรือภูเขาน้ำแข็งที่กล่าวถึง ส่วนที่อยู่เหนือน้ำ สามารถสังเกตเห็นได้ง่าย คือ ทักษะต่าง ๆ (Skills) และความรู้ต่าง ๆ (Knowledge) บทบาททางสังคม (Social Role) ภาพพจน์ที่รับรู้ตัวเอง (Self - Image) อุปนิสัย (Traits) และแรงกระตุ้น (Motive) ซึ่งเป็นส่วนเปลือกนอก ที่พัฒนาง่าย สมรรถนะด้านความรู้และทักษะนี้มีแนวโน้มที่คนเราจะสามารถสังเกตเห็นและวัดได้ โดยอยู่ใน

ส่วนที่โผล่พ้นน้ำขึ้นมาหรือเปลือกนอกของต้นไม้ ฉะนั้น ความรู้และทักษะจึงสามารถพัฒนาได้ง่ายที่สุด ส่วนสมรรถนะที่อยู่ใต้น้ำซ่อนเร้นอยู่ลึกๆ ภายใน ตัวบุคคลยากต่อการวัดและพัฒนาแต่สามารถ เปลี่ยนแปลง/พัฒนาได้ด้วยการบำบัดทางจิตวิทยา ดังนั้น หลักสูตรใน ส่วน 2 และส่วนที่ 3 จะเป็นระดับการพัฒนาที่ลึกมากขึ้นเกี่ยวกับเรื่องจิตวิทยาชีวิต และจิตใจระดับจิตใต้สำนึก และจิตไร้สำนึก ซึ่งจะทำให้ครูมัธยมมีทักษะชีวิตเพิ่มมากขึ้น และส่งผลถ่ายทอดทักษะนี้ และทำการเยียวยาเปลี่ยนแปลงแก้ไขเกิดผลลัพธ์ทางบวกแก่นักเรียนที่เป็น เด็กและเยาวชน

การพัฒนาชีวิตระดับจิตใต้สำนึก

จิตใต้สำนึกนั้น หากจะว่าไปแล้วถือได้ว่าเป็นตัวกำหนดการกระทำของบุคคลในแต่ละวันที่น่าสนใจมากเลยทีเดียว อย่างไรก็ตาม จิตใต้สำนึกดังกล่าวนี้มักจะถูกมองข้ามไปเสียอย่างนั้น เพราะส่วนใหญ่แล้วมนุษย์มักจะสนใจกับจิตสำนึกกันมากกว่า เนื่องจากว่าจิตสำนึกนั้นถือว่าเป็นส่วนสำคัญของสมองที่ใช้ในเรื่องของความคิด จิตใต้สำนึกของเรานั้นอยู่ลึกลงไปใสมองมากกว่าจิตสำนึก ทว่า มันอยู่ในส่วนของสมองที่ทรงพลังมากกว่า โดยมันจะอยู่ในส่วนที่ครอบคลุมถึงการตระหนักรู้ในสิ่งที่จิตสำนึกไม่สามารถที่จะรับรู้ได้ จิตใต้สำนึกนั้นถือได้ว่าเป็นแหล่งเก็บความจำขนาดใหญ่ของสมอง หากจะว่าไปแล้วจิตใต้สำนึกสามารถที่จะจดจำเรื่องต่าง ๆ ได้อย่างไม่มีที่สิ้นสุด มันจะเก็บสิ่งที่เกิดขึ้นกับคุณได้ทุกอย่างที่เกิดขึ้นในชีวิต เนื้อหาหลักสูตรการพัฒนาชีวิต และจิตใต้สำนึกครอบคลุมเกี่ยวกับเรื่อง 1) ระยะเวลาพึ่งพาของมนุษย์และสภาวะต่าง ๆ - ธรรมชาติ และมุมมองต่าง ๆ เกี่ยวกับระยะเวลาพึ่งพาของมนุษย์ การศึกษา และกิจกรรมเกี่ยวกับอดีตที่เป็นเรื่องเกี่ยวกับสภาวะหัวใจสลาย และความรู้สึกผิด 2) กลไกสัมพันธภาพ และครอบครัว - สัมพันธภาพ คือ เส้นทางของการเติบโตเป็นผู้ใหญ่ การบ่งชี้บทบาทหน้าที่ต่าง ๆ ในครอบครัว ความสำคัญของสัมพันธภาพต่อชีวิตมนุษย์ 3) ระยะเวลาต่าง ๆ ในสัมพันธภาพ - สัมพันธภาพสำคัญในชีวิต และระยะต่าง ๆ ของความสัมพันธ์ วงจรธรรมชาติของทุกความสัมพันธ์ กิจกรรมการวิเคราะห์ระยะในสัมพันธภาพของตนเอง 4) การถ่ายทอดส่งผ่าน - พลังอำนาจของการถ่ายทอดส่งผ่านของ จิตใต้สำนึก การไม่ตระหนักรู้ทำให้การถ่ายทอดส่งผ่านเกิดผลเสียทำลายชีวิต และความสัมพันธ์ การตระหนักรู้เกี่ยวกับการถ่ายทอดส่งผ่านช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลง และเยียวยาแก้ไข กิจกรรมการตระหนักรู้

เรื่องราวการถ่ายทอดส่งผ่านในชีวิตเรา และการเยียวยาแก้ไข 5) พลังของการปล่อยวาง - ความสำคัญของการปล่อยวาง การบ่งชี้อุปสรรคของการปล่อยวาง กิจกรรมการปล่อยวาง 6) การทะเลาะต่อสู้แก่งแย่งชิงอำนาจ - ผลของการทะเลาะเพื่อเอาชนะที่เกี่ยวกับความขาดแคลนขัดสน และเจริญเติบโตก้าวหน้าในชีวิต กิจกรรมการบูรณาการเป็นหนึ่งเดียว และการสื่อสารเพื่อการเปลี่ยนแปลงสภาวะการทะเลาะต่อสู้แก่งแย่งเพื่อเอาชนะ 7) แดนมรณะในชีวิต - หลุมพรางใหญ่ในจิต และจุดที่คนไม่สามารถก้าวผ่านไปได้ในชีวิต การก้าวผ่านแดนมรณะในชีวิต และเข้าสู่สภาวะพึ่งพาอาศัยเกื้อกูลกันและกัน กิจกรรมการค้นหาค้นพบหลักในชีวิต การทิ้งคำวาทะที่ทางจิตวิทยา ทางสองแพร่งในชีวิต การก้าวเดินไปข้างหน้าในชีวิต 8) การฉายภาพภายใน และการให้อภัย - มนุษย์ฉายภาพภายในตัวเราไปยังผู้อื่น และโลก รอบตัวเราอย่างไร เราจะใช้หลักการฉายภาพภายในให้เป็นเครื่องมือเปลี่ยนแปลงเยียวยาชีวิตอย่างไร ความสามารถในการให้อภัยในโลกการฉายภาพภายใน 9) ความรับผิดชอบ และการแก้ไขปัญหา - หลักการเกี่ยวกับความรับผิดชอบต่อสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิต เราเป็นส่วนหนึ่งของโลก โลกเป็นส่วนหนึ่ง ของเรา พลังแห่งการเปลี่ยนแปลง กลไกปัญหาในชีวิต และหลักการความรับผิดชอบ และการแก้ไข 10) การแก้ไขเยียวยารูปแบบครอบครัว และความสัมพันธ์ - กิจกรรมการเพิ่ม การตระหนักรู้เกี่ยวกับกระบวนการ และสิ่งที่ดำเนินไปในชีวิต กิจกรรมการเพิ่มการตระหนักรู้ระดับจิตใต้สำนึก อุปสรรค และรูปแบบต่าง ๆ ที่ส่งอิทธิพลต่อชีวิต ซึ่งการเรียนการสอนจะเป็นหลักทฤษฎีส่วนหนึ่ง และปฏิบัติการเวิร์คชอป ส่วนหนึ่ง เช่น บทที่ 2 กลไกความสัมพันธ์และครอบครัว โดยให้ทำกิจกรรมในระดับจิตใต้สำนึก คือ การตอบคำถามเกี่ยวกับความสัมพันธ์กับคนรักและคู่ครอง โดยไม่ต้องใช้สมองคิด การไม่ใช้สมองคิด คือ เมื่อเห็นคำถาม คำตอบที่ใช่และถูกต้องที่สุด คือ คำตอบแรกที่ผุดขึ้นมาในจิต (โดยไม่ผ่านกระบวนการกลั่นกรอง เปลี่ยนแปลง หรือขคิดก่อน) เช่น จาก 1-100% คุณคิดว่าคู่ครองของคุณจริงจั่งให้คำมั่นสัญญากับชีวิตคู่ร่วมกับคุณกี่ % หรือ คู่ครองของคุณชอบเอาชนะคุณจาก 1-100% คิดเป็นกี่ % , คู่ครองของคุณห่างเหินจากคุณกี่ % จาก 1-100%, คุณคิดว่าคู่ครองของคุณใช้คุณเป็นเครื่องมือ กี่ % จาก 1-100%, คู่ครองของคุณชี้หิ้งกี่ % จาก 1-100%, คู่ครองของคุณเป็นคนเห็นแก่ได้กี่ % จาก 1-100%, คู่ครองของคุณซื่อสัตย์ต่อคุณกี่ % จาก 1-100%, คู่ครองของคุณรักและสนับสนุนคุณกี่ % จาก 1-100% เป็นต้น

จะเห็นได้ว่า การพัฒนาชีวิต และจิตใต้สำนึกนั้น มุ่งเน้นไปที่เรื่องราวเกี่ยวกับความสัมพันธ์ต่าง ๆ ในชีวิต เกี่ยวกับอดีต ครอบครัวยุคก่อนๆ ความเป็นไปต่างๆ ในชีวิตของเรา ภายในชีวิตของเรา ที่เป็นรูปแบบ ความคิด และจิตใจภายใน รวมถึงพลังการขับเคลื่อนไปข้างหน้า หรือถดถอยหลังในชีวิต และเรื่องราวอีกภายในเหล่าเกิดจากสัมพันธภาพดั้งเดิม คือ ครอบครัวยุคก่อนๆ ตั้งแต่วัยเด็ก และก่อให้เกิดเป็นพฤติกรรม ความคิด และการกระทำของคนหนึ่งคน ตามแนวคิดของจิตใต้สำนึก คือ จิตที่เป็นอิสระไม่สามารถควบคุมได้ ว่ากันว่าเป็นส่วนที่เก็บพลังความคิดสร้างสรรค์ การรับรู้ ความทรงจำที่ฝังแน่น เป็นยังเป็นตัวกำหนด อุปนิสัย ค่านิยม ทัศนคติ ความเชื่อ และบุคลิกภาพของเราออกมา ดังนั้น ถึงชีวิต และปัญหาที่เกิดขึ้นเกิดจากแรงขับภายในของรูปแบบความสัมพันธ์ในครอบครัวยุคก่อนๆ การที่ครูมัธยมจะเข้าใจถึงแก่นแท้ถึงกลไกครอบครัวยุคก่อนๆ และที่มาที่ไปของเด็ก และเยาวชนหนึ่งคน จะสามารถช่วยทั้งเด็ก และพ่อแม่ได้ การที่ครูมีศักยภาพอ่านเด็กหนึ่งคนได้ และอ่านได้ไปถึงพ่อแม่ นั่นคือ ภาวะผู้นำในตนเองด้านจิตวิทยาในการรู้คนเชิงลึก และการรู้คนจะทำให้แก้ปัญหาในคนได้อย่างแท้จริง และความสามารถนี้เกิดจากการพัฒนาชีวิต และจิตใต้สำนึกก่อให้เกิดการเยียวยาเปลี่ยนแปลงส่งผลให้สังคมภาพรวมสวยงามขึ้น และปัญหาต่าง ๆ ลดน้อยลงแบบยั่งยืน จึงเรียกได้ว่าเป็นการพัฒนาศักยภาพมนุษย์ที่แท้จริง นอกจากนั้น หลักสูตรยังได้เจาะลึกลงไปเกี่ยวกับชีวิต และจิตใจมนุษย์ที่มากกว่าที่เคยทำการพัฒนามาก่อนลงไปถึงระดับจิตไร้สำนึก และผู้วิจัยเชื่อมั่นว่า จะทำให้ครูมัธยมมีความรู้พร้อมด้านศักยภาพ ภาพลักษณ์ และสามารถยกระดับได้ตามเป้าหมายการปฏิรูปครู

การพัฒนาชีวิตระดับจิตไร้สำนึก

จิตไร้สำนึก (unconscious) เป็นส่วนของจิตที่ใหญ่ที่สุด และมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของมนุษย์ และเป็นส่วนที่ไม่รู้สึกตัวเลย อาจมาจากเจ้าตัวพยายามเก็บกดเอาไว้ เช่น เกลียดครูหรือพยายามที่จะลืม แล้วในที่สุดก็ลืม ๆ ไป ดูเหมือนไปจริง ๆ แต่ที่จริงไม่ได้หายไปไหน ยังอยู่ในตัวลักษณะจิตไร้สำนึก และจะแสดงออกมาในรูปแบบความฝัน การละเมอ เปรียบได้ส่วนของน้ำแข็งที่อยู่ใต้น้ำ¹⁵ จิตไร้สำนึกไม่ใช่เรื่องใหม่ โดย ซิกมุนด์ ฟรอยด์ คือคนแรกที่รวบรวมนำแนวความคิดนี้ให้เกิดขึ้นทำให้กลายเป็นหัวข้อที่ถูกนำมาศึกษากันอย่างจริงจังในทางวิทยาศาสตร์โดยให้ความสำคัญกับจิตไร้สำนึก และวิถีที่มันทำงานทั้งในคนที่โตเป็นผู้ใหญ่แล้ว

และในเด็กที่กำลังโตขึ้นมา เขาเชื่อว่า การเข้าถึงความทรงจำที่ถูกกดไว้ในจิตไร้สำนึก อันเชื่อมโยงกับปมปัญหาเรื่องเพศในวัยเด็ก จะเป็นกุญแจดอกสำคัญในชีวิตคน จิตไร้สำนึก คล้ายกับถังขยะทางจิต เป็นที่ ๆ เราจะโยนสิ่งที่ถูกปฏิเสธ หรือยอมรับไม่ได้ทางหลักศีลธรรม ลงไปสะสมหมักหมมเอาไว้ โดยที่ คาร์ล จุง ก็เชื่อว่า จิตไร้สำนึกนั้น มีอิทธิพลอย่างใหญ่หลวง ได้สร้างเป็นทฤษฎีจิตไร้สำนึกขึ้นในเวลาต่อมา มุ่งความสนใจในเรื่องพลังทางจิต และแง่มุมเหนือธรรมชาติของจิตใฝ่มนุษย์ เขารู้ว่ามันมีอีกหลายเรื่องในชีวิตที่เราไม่สามารถทำความเข้าใจได้ แต่กระนั้นมันก็ไม่ได้หมายความว่าเรื่องราวเหล่านั้นไม่มีอยู่จริง สำหรับจุงแล้ว จิตไร้สำนึกเป็นอะไรที่ยิ่งใหญ่กว่าคำว่าถังขยะนั้นมาก มันคือคลังจัดเก็บทุก ๆ แง่มุมของธรรมชาติมนุษย์ แสงสว่าง และความมืด ความงาม และความอัปลักษณ์ ความดี และความชั่ว ความลึกซึ้ง และความโง่เขลา จุงมองว่า ความสมดุลระหว่างคู่ตรงข้ามนี้ คือ พื้นฐานโครงสร้างของจิต ในมุมมองของจุง องค์ประกอบหลักของจิตไร้สำนึกส่วนบุคคลนั้นก็คือ ปม (Complexes) ซึ่งก็คือ กลุ่มของเรื่องราว ความคิด ภาพลักษณ์ต่าง ๆ ที่มีอารมณ์อันรุนแรง หนึ่งใดปะติดอยู่ ปมหลาย ๆ ปมอาจปรากฏอยู่ได้ในบุคคลคนเดียว และสิ่งนี้ไม่จำเป็นต้องส่งผลในแง่ลบเสมอไป ปมสามารถแสดงออกผ่านลักษณะของบุคลิกภาพย่อย และในบางเวลา มันอาจปรากฏออกมาในรูปของตัวตนที่แตกต่างออกไป ตัวตนเหล่านี้อาจปรากฏออกมาในฝัน ในจินตนาการ หรือในสภาวะภวังค์ของคนทรง จุงได้ตระหนักถึงปรากฏการณ์นี้เป็นครั้งแรก เมื่อญาติของเขา Helene Preiswerk ได้แสดงออกถึงตัวตนที่แตกต่างออกไปจากสภาพปกติ ในสภาวะภวังค์ระหว่างทำพิธีเข้าทรง ในกรณีของความเจ็บป่วยทางจิต หรือโรคประสาท ปมหนึ่งใดอาจเกิดความขัดแย้งกับปมอื่น ๆ หรือพลังงานของมันถูกกักขังไม่ให้ไหลต่อไปได้ ยิ่งความขัดแย้งนี้รุนแรงมากเท่าใด มันก็ยิ่งแสดงออกเป็นความเจ็บไข้ทั้งทางกาย และจิตมากเท่านั้น เป้าหมายหนึ่งของการทำจิตวิเคราะห์ก็คือ การถอดถอนปมที่ส่งผลแง่ลบนี้ เพื่อจะให้เรื่องราวของมันเข้ามาสู่การรับรู้ในจิตสำนึก และช่วยให้บุคคลสามารถหยุดที่จะกระทำการ และถูกครอบงำจากปม จุงได้ย้ำว่า การทำงานกับจิตไร้สำนึกนั้นไม่เคยจบ และเราควรให้ความสนใจอย่างสม่ำเสมอกับความฝัน และจินตนาการของตน เพราะสิ่งเหล่านี้จะเป็นตัวชี้ทางบอกให้เรารู้ว่าส่วนไหนของชีวิตที่ยังไม่สมดุล ¹⁶

จะเห็นได้ว่า การพัฒนาเปลี่ยนแปลงคนนั้น จะกระทำและมุ่งเน้นไปในส่วนที่รับรู้ หรือมองเห็นคงยังไม่เพียงพอ เพราะหลักทฤษฎีได้ยืนยันมายาวนานว่า สิ่งที่มองไม่เห็นที่อยู่ในส่วนของจิตไร้สำนึกที่เราลืม หรือแกล้งลืมไปนั่นคือ ส่วนที่ใหญ่ที่สุดกว่าส่วนใด และทรงอิทธิพลต่อชีวิตคนหนึ่งคน ดังนั้น การพัฒนาคนลึกลงไปถึงระดับจิตไร้สำนึกจะเป็นประโยชน์ใหญ่หลวงต่อมวลมนุษยชาติ และโดยเฉพาะกับกลุ่มคนสำคัญ เช่น เด็กและเยาวชนกับครุฑมัธยมซึ่งถือเป็นอนาคต และความหวังของสังคม และประเทศชาติ เนื้อหาหลักสูตรจิตวิทยาการพัฒนาชีวิต และจิตใจในระดับจิตไร้สำนึกนั้นประกอบไปด้วย 1) การแก้กugel ฟังพาอาศัยกันและจิตไร้สำนึก - ความแตกต่างของการฟังฟังผู้อื่น และยืนหยัดฟังพาตนเอง ข้อสงสัยในชีวิต ผู้คน และโลกกับกิจกรรมหยุดข้อสงสัยต่าง ๆ ความเข้าใจประสบการณ์ชีวิตที่เกี่ยวข้องกับจิตไร้สำนึก ความสำคัญของการตระหนักรู้เรื่องราวชีวิตตนเองในจิตไร้สำนึก 2) บุคลิกภาพ ต่างๆ และภาวะผู้นำ - ธรรมชาติของภาวะผู้นำ บุคลิกภาพต่าง ๆ และพัฒนาการของบุคลิกภาพ การวิเคราะห์ตรวจสอบบุคลิกภาพหลักของตนเอง บุคลิกภาพที่เป็นอุปสรรคต่อคุณลักษณะทางภาวะผู้นำที่แท้จริง คำอธิบายเกี่ยวกับภาวะผู้นำ การก้าวข้ามการตำหนิโจมตีกล่าวโทษตนเองเกี่ยวกับบุคลิกภาพเพื่อก้าวสู่ความเป็นผู้นำที่แท้จริง 3) ต้นแบบลักษณะดี ความลึกลับส่วนบุคคล และด้านมืดต่าง ๆ ในคน - ต้นแบบด้านดี และด้านมืดในตัวบุคคลที่มีในโลกนี้ การบริหารจัดการต้นแบบด้านดี และด้านมืดของเรา 4) ความสุข เป้าหมายชีวิต และการเติมเต็มชีวิต - วิสัยทัศน์ที่มากกว่าระดับความเป็นตัวตน และความเป็นมนุษย์ คือ จิตวิญญาณหนึ่งเดียว ความหมายของวิสัยทัศน์ในชีวิต และสภาวะวิสัยทัศน์ทางจิต การเรียนรู้เกี่ยวกับวิสัยทัศน์ ความกลัวภายในต่อเป้าหมายอันยิ่งใหญ่ในชีวิต และความสุขที่แท้จริง 5) ลักษณะปฏิบัติ และความเป็นผู้นำด้านมืดในตัวเรา - การค้นหาลักษณะปฏิบัติ และผู้นำด้านมืดในตัวเรา กิจกรรมการยุติคุณลักษณะปฏิบัติ และผู้นำด้านมืด 6) วิวัฒนาการของสภาวะอารมณ์ - การก้าวข้ามสภาวะอารมณ์ และเป็นอัจฉริยภาพอย่างมีวุฒิภาวะทางอารมณ์ และความรู้สึก ความสำคัญของการตระหนักรู้สภาวะอารมณ์ของตนเอง และการเรียนรู้ การทำสมาธิ และกิจกรรมนำพาสภาวะอารมณ์ และความรู้สึกด้านลบออกจากตัวเรา 7) Joining การผสานเชื่อมโยงเป็นหนึ่งเดียว - หลักการ และเครื่องมือสำหรับการเยียวยาแก้ไขเปลี่ยนแปลงทุกประเด็นปัญหาในชีวิต กิจกรรมการผสานเชื่อมโยง และการนำการผสานเชื่อมโยง สถานการณ์ในชีวิตที่เราทิ้ง หรือห่างเหินกับการทำกิจกรรมผสานเชื่อมโยงกลับมา 8) การฟังพา และยึดเหนี่ยวทางจิต ความรัก ความเมตตา และปาฏิหาริย์ในชีวิต - ประตุสู่ความสุขในชีวิต การเป็น

ผู้ตระหนักรู้ และรู้แจ้ง คำอธิบายความเป็นผู้ตระหนักรู้ และรู้แจ้ง กิจกรรมการทำจิตตภาพ เพื่อพัฒนาการตระหนักรู้ภายในแห่งตน 9) การตระหนักรู้ทางจิตวิญญาณ - กิจกรรมการตระหนักรู้ทางจิตวิญญาณผ่านกระบวนการทางจิตวิทยา ยกตัวอย่างเช่น กิจกรรม และเวิร์คช็อปประจำบทที่ 2 บุคลิกภาพต่าง ๆ และภาวะผู้นำ โดยให้กลุ่มผู้เรียนวิเคราะห์ตนเอง และค้นหาจากบุคลิกภาพหลัก 4 ประการที่มีนั้น ตนเองเล่นบทบาทของบุคลิกภาพใดบ้าง ในชีวิตประจำวัน 1) บุคลิกภาพการเสพติด เช่น จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งหนักเพื่อให้รู้สึกดี และลืมอีกสิ่งหนึ่ง เช่น ตี๋มจนกว่าจะรู้สึกมีเมามา และลืมเรื่องเจ็บปวดใจ หรือ 2) บุคลิกภาพผู้เสียสละ คือ พวกที่ในใจคิดว่า ฉันคือคนสำคัญ เป็นประโยชน์กับทุกที่ ขาดฉันไม่ได้ และใคร ๆ ก็ชอบใช้ฉันเพราะฉันมีค่า มีประโยชน์ หรือ 3) บุคลิกภาพเห็นแก่ได้ เช่น กลุ่มคนที่เห็นใครก็คิดว่าเป็นพ่อเป็นแม่ไปหมด คือ เพราะคุณเป็นพ่อฉัน เป็นแม่ฉัน ต้องให้สิ่งนั้น สิ่งนี้กับฉัน หรือ 4) บุคลิกภาพแบบฉันต้องพึ่งตนเอง เพราะโลกนี้ไม่มีใคร การไม่มีใคร มีแต่ฉัน ฉันจะเป็นคนบอกตัวเองเกี่ยวกับทุกสิ่ง เป็นต้น นอกจากให้ค้นหาบุคลิกของตนเองแล้ว ยังให้ทำกิจกรรมบัดดี้เพื่อให้บัดดี้ได้สะท้อนบุคลิกภาพของตนเองด้วย จะเห็นได้ว่า เนื้อหา กิจกรรมกระบวนการพัฒนา เรียนรู้ในระดับจิตไร้สำนึกของหลักสูตรจิตวิทยาการพัฒนาชีวิต และจิตใจนั้น สอดคล้องกับหลักทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับจิตไร้สำนึกอย่างครอบคลุม ไม่ว่าจะเป็นประเด็นเรื่องของการตระหนักรู้ภายในแห่งตน ความทรงจำในอดีตที่ลืมนไปแล้วที่เป็นปมปัญหาจากทั้งการที่อยู่ในสภาวะพึ่งพาอาศัยผู้อื่นในวัยเด็กจนเติบโตเป็นผู้ใหญ่เข้ามาอยู่ในสภาวะยืนหยัดพึ่งพาตนเอง โดยเป้าหมายของเนื้อส่วนจิตไร้สำนึกเน้นการกำจัด ชำระ สะสาง ล้าง ปอขยะของชีวิตที่หมักหมมให้ขาวสะอาด และพร้อมที่จะมีชีวิตใหม่ที่เต็มเปี่ยมไปด้วยพลังความสุขความสำเร็จที่เป็นเนื้อโดยธรรมชาติ ยิ่งไปกว่านั้น การใช้หลักสูตรนี้ในการพัฒนาครูเพื่อเป็นการเสริม และเพิ่มเติมจากข้อมูลการพัฒนาศักยภาพครูที่ปรากฏในการปฏิรูปการศึกษาไทย จะเห็นได้ว่า จะทำให้ครูมัธยมเป็นผู้มีขีดความสามารถด้านภาวะผู้นำในตนเองอย่างแท้จริง ซึ่งจะส่งผลดีที่สำคัญต่อเด็กและเยาวชนที่กำลังเป็นประเด็นปัญหาสำคัญในสังคมไทยในปัจจุบัน

จากสภาพแวดล้อมเนื้อหาหลักสูตร สามารถสรุปได้ว่า หลักสูตรจิตวิทยาพัฒนาชีวิตและจิตใจที่มีองค์ประกอบหลักของหลักสูตร 3 ส่วนใหญ่ คือ การพัฒนาชีวิตระดับจิตสำนึก การพัฒนาชีวิตระดับจิตใต้สำนึก การพัฒนาชีวิตระดับจิตไร้สำนึก พร้อมทั้งองค์ประกอบย่อย

ในแต่ละส่วนนั้น ครอบคลุมครอบคลุมทุกส่วนของชีวิตตามหลักทักษะสำคัญของชีวิตจะทำให้ครูมีศักยภาพด้านภาวะผู้นำในตนเองเพิ่มขึ้นตามหลักความเป็นครู คือ ผู้ที่เปิดประตูสู่หัวใจ และนำเสนอโลกใบใหม่ให้กับนักเรียน ทั้งหมดทั้งมวลนั้น ครูคือผู้สร้างการเปลี่ยนแปลงผ่านการเรียนการสอนด้วยความรัก และความปรารถนาดี ครูคือผู้ถืออนาคตของนักเรียน ครูคือผู้สร้างแรงบันดาลใจ และจากความรักที่ครูให้ออกไปแก่ศิษย์จะทำให้ลูกศิษย์เกิดความรักในการเรียนรู้ ครูจะเห็นเพียงความดีงามนุ่มนวลอ่อนหวานในหัวใจนักเรียน และครูที่ดีที่สุดคือนักเรียนที่ดีที่สุดที่แสดงออกโดยการเป็นผู้สอน¹⁷ และตามหลักภาวะผู้นำที่แท้จริงคือ ผู้ที่มีวิสัยทัศน์ ที่ไม่ปฏิเสธต่อต้านด้วยความซื่อสัตย์จริงใจ เพราะการเป็นผู้ไม่ปฏิเสธ คือ การดึงผู้คนเข้าหา และใกล้ชิด และความซื่อสัตย์จริงใจ คือ การตระหนักรู้เสมอว่า คนที่เข้าหาเรานั้นไม่ใช่เพื่อประโยชน์ของเรา ดังนั้น ผู้นำ คือ ผู้ที่ตอบสนองต่อการขอความช่วยเหลือของผู้คนด้วยความซื่อสัตย์จริงใจ¹⁸ จนเกิดเป็นภาวะผู้นำในตนเอง ซึ่งเป็นคุณลักษณะสำคัญที่มีความสัมพันธ์กับประสิทธิผลของงาน มีองค์ประกอบจากการเริ่มต้นกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง มีการกำหนดทิศทาง และการจูงใจด้วยตนเอง ตามที่มีการกล่าวถึงนักบริหาร และบุคลากรในสถานศึกษายุคศตวรรษที่ 21 จำเป็นต้องเตรียมความพร้อมเพื่อรับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว ปรับปรุงสิ่งที่บกพร่อง และพัฒนาพฤติกรรมให้เหมาะสม ทำให้มีความภูมิใจในความสำเร็จ เพิ่มความสุข ลดความเครียด มีความยืดหยุ่นในการปฏิบัติตน¹⁹

จึงสามารถสรุปความสำคัญของภาวะผู้นำในตนเองสำหรับครูได้ว่า เป็นผู้ที่ตระหนักรู้ในหน้าที่ได้ด้วยตนเอง ทั้งงานสอนวิชาการ และทักษะชีวิต ประพฤติปฏิบัติชอบ ทำการสอนและมอบชีวิตใหม่ให้กับผู้เรียนด้วยความรักความเมตตา เป็นผู้เปิดหัวใจ เข้าไปนั่งอยู่ในใจ เข้าอกเข้าใจ เห็นเพียงความไร้เดียงสา อ่อนหวานอ่อนโยนที่เป็นเนื้อแท้ของนักเรียน ไม่ปฏิเสธ หรือเพิกเฉยต่อการแสดงออกต่าง ๆ ของนักเรียนที่ถือว่า มีความหมาย และมีความสำคัญ รวมไปถึงครูที่ดีคือนักเรียนที่ดีคือเป็นผู้มีการพัฒนาเรียนรู้ และใช้ความเป็นนักเรียนที่ดีสร้างแรงบันดาลใจให้กับนักเรียน

ปัจจุบันแนวคิดด้านภาวะผู้นำตนเอง (Self Leadership) เป็นแนวคิดที่ได้รับความนิยมสูง ซึ่งแนวคิดภาวะผู้นำตนเองมีพื้นฐานอ้างอิงมาจากแนวคิด “ตนเป็นผู้นำตนเอง” (Self Leading the Self, 1986)²⁰ โดย Manz ได้กล่าวถึง ความหมายของการนำตนเองว่า

เป็นการดำเนินงานใด ๆ ที่มีการเริ่มต้นด้วยตนเอง (Self - starter) มีการกำหนดทิศทาง และการจูงใจด้วยตนเอง (Self - direction and Motivation) ซึ่ง Center for Creative Leadership²¹ ได้เสนอสมรรถนะที่ท้าทายของผู้นำ 5 ระดับ โดยระดับแรกเริ่มจากการนำตนเอง ก่อนจะไปถึงการนำระดับอื่น ๆ ที่เป็นการนำทีมงาน นำองค์กร จะเห็นว่า การนำตนเองเป็น สมรรถนะแรกๆ ที่ผู้นำต้องพัฒนาแสดงว่า การนำตนเอง มีความสำคัญมาก เพราะเป็นพื้นฐานสำหรับการพัฒนา ภาวะผู้นำระดับที่สูงขึ้นต่อไป การพัฒนาภาวะผู้นำ จะต้องพัฒนาทั้งคุณลักษณะที่ดีทั้งภายนอก (Extrinsic) และภายใน (Intrinsic)²² Bryant และ Kazan (2012) กล่าวว่า ภาวะผู้นำตนเอง เป็นตัวขับเคลื่อนความสามารถในการตัดสินใจ และความคิดสร้างสรรค์มากขึ้นแม้มีอุปสรรค และพฤติกรรมที่เป็นลักษณะภาวะผู้นำตนเอง ด้วยการ ตระหนักรู้ การกำหนดเป้าหมายด้วยตนเอง การคิด บวก การสื่อสารและ ความสามารถในการรับ และแสดงความคิดเห็น ได้ด้วยความรู้สึที่ดีต่อตนเอง เป็นการ ปรับปรุงสิ่งที่บกพร่อง และพัฒนาพฤติกรรมให้เหมาะสม จัดคุณลักษณะที่ไม่ต้องการออกจากตัวเอง และเสริมสร้างคุณลักษณะที่สังคมต้องการ ซึ่งหลักสูตรจิตวิทยาการพัฒนาชีวิต และจิตเจนนัน ล้วนก่อให้เกิดคุณลักษณะต่าง ๆ สอดคล้องกับแนวคิดภาวะผู้นำ และภาวะผู้นำ ในตนเองทั้งสิ้น

แนวทางการพัฒนาภาวะผู้นำในตนเอง

ปกรณ วังศรีตันพิบูลย์²³ ได้เสนอแนวทางการพัฒนาภาวะผู้นำในตนเอง (Self Leadership) ไว้ 8 ประการ ดังนี้ 1. ความเชื่อมั่นในตัวเอง ต้องมีทัศนคติเชิงบวก ที่จะช่วยให้มีความเชื่อมั่น ในศักยภาพของตนเองมากขึ้น โดยบอกตัวเองอยู่เสมอ ๆ ว่า “เราทำได้” แล้วเราก็ จะทำ สำเร็จได้จริง ๆ สอดคล้องกับ Gill (2007) ซึ่งเสนอว่า การพัฒนาภาวะผู้นำที่มีประสิทธิภาพ สิ่งแรกที่จะเริ่มต้นในกระบวนการพัฒนาผู้นำ คือ การเรียนรู้ที่จะรู้จักตนเอง และการควบคุม ตนเอง ซึ่งกระบวนการในขั้นตอนนี้เป็นกระบวนการขั้นที่สำคัญ ขึ้นต่อมาเป็นขั้นตอนที่ต้อง สร้างความมั่นใจให้กับตนเอง จึงจะสามารถนำผู้อื่นได้ ดังเช่นคำกล่าวที่ว่า “คุณจะสามารถคาดหวังให้ ผู้อื่น เชื่อถือในตัวคุณได้อย่างไร หากคุณเองยังไม่เชื่อถือในตัว ของคุณเอง” 2. ความมุ่งมั่น พุ่มเทในงานอย่างต่อเนื่อง ผู้นำต้องเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับผู้ตาม ผู้นำเป็น อย่างไรผู้ตามก็จะ เป็นเช่นนั้น 3. การสื่อสารความเข้าใจกับผู้อื่น ผู้นำต้องมีความสามารถในการสื่อสารวิสัยทัศน์

ขององค์กรสู่ทีมงานอย่างทั่วถึงทุกกลุ่ม จะทำให้ได้รับการยอมรับจากทีมงาน ได้รับการตอบรับอย่างดีทุกคนเข้าใจในเรื่องที่ผู้นำสื่อสารอย่างชัดเจน ดังนั้น การสื่อสารจึงต้องมุ่งเน้นที่ผู้ฟังเป็นสิ่งสำคัญ ต้องใช้ข้อความ และภาษาที่เหมาะสมกับแต่ละกลุ่ม สอดคล้องกับ Gill (2007) ที่กล่าวว่า การพัฒนาภาวะ ผู้นำที่มีประสิทธิภาพนั้น ควรจะเริ่มที่การพัฒนาทักษะในระดับย่อย (Micro skills) คือ การตั้งคำถาม และการถามคำถาม (Asking Question) การตั้งใจฟัง (Active Learning) การจัดทำถ้อยแถลง (Making Statement) และการใช้ภาษาท่าทาง (Body Language) 4. รับฟังผู้อื่นอย่างตั้งใจ การรับฟังเป็นเรื่องที่สำคัญมากสำหรับผู้นำ เพราะการรับฟังทำให้ผู้นำเข้าใจผู้อื่น จะทำให้ได้ความไว้วางใจจากผู้ตาม 5. การมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีเยี่ยม ผู้นำไม่สามารถทำงานเพียงลำพังคนเดียวได้ ดังนั้น จึงควรถือเป็นผู้นำรอบทิศทาง (360 องศา) คือ มีมนุษยสัมพันธ์กับบุคคลรอบด้าน ที่ดีเยี่ยมจะทำให้ผู้นำสามารถทำงานร่วมกับบุคคลต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี และจะได้รับความร่วมมือที่ดี สุดท้ายงาน ก็จะบรรลุผลสำเร็จตามเป้าหมายได้ 6. ความมีใจรักในงานที่ทำ ไม่มีใครทำอะไรได้ดีในสิ่งที่ตัวเองไม่ยอมทำ และคนส่วนใหญ่ก็จะทำในสิ่งที่ตัวเองรักอย่างจริงจัง และมีความสุขจึงลืมความเหน็ดเหนื่อย ผู้นำที่มีความรักในงานที่ทำอย่างคลั่งไคล้ ก็จะทำงานนั้นอย่างเต็มที่ไม่ว่าเหนื่อยแค่ไหน 7. การรู้จักแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ บทพิสูจน์ผู้นำที่แท้จริง คือ การเผชิญกับปัญหาแล้วสามารถแก้ไขได้อย่างสร้างสรรค์ ไม่ถอยหนีแม้ว่าจะยุ่งยากแค่ไหน 8. ความเป็นผู้รับผิดชอบอย่างแท้จริง ผู้นำจะรับทั้งผิด และชอบในผลงาน ไม่ว่าจะผลลัพธ์จะเป็นเช่นไรก็ตาม

John Heider (อ้างถึงใน เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์)²⁴ การเรียนรู้วิธีที่จะพัฒนาตนเอง จึงเป็นเรื่องสำคัญในการพัฒนาภาวะผู้นำตนเอง มีแนวทางการพัฒนาในภาคปฏิบัติ ดังนี้ 1. หมั่นสำรวจตนเองผู้นำที่พัฒนาตัวเอง จะศึกษาอย่างรอบคอบถึงพฤติกรรมของตนที่ทำอยู่ บุคลิกลักษณะที่เฉพาะเจาะจง อาจเริ่มต้นด้วยการสำรวจ และประเมินตนเอง โดยใช้ความซื่อสัตย์ และไม่สร้างภาพลักษณ์หลอกลวงตนเอง สำรวจดูว่าเรามีคุณสมบัติพื้นฐานเหล่านี้ครบถ้วน หรือไม่ ด้วยการตอบคำถามเหล่านี้ อาทิ ความยุติธรรม ความรับผิดชอบ ความเคารพในความคิดเห็นที่แตกต่าง ความซื่อสัตย์ความน่าเชื่อถือ 2. ยอมรับจุดอ่อน - จุดแข็งของตนเอง โดยทั่วไปความเป็นผู้นำไม่ได้สมบูรณ์เพียงพร้อมมาตั้งแต่เกิดแต่ เป็นเรื่องที่ต้องเรียนรู้ และพัฒนา โดยจำเป็นต้องถ่อมใจยอมรับในข้อบกพร่อง จากนั้นต้องใช้ความ

กล้าหาญ และความตั้งใจจริงในการเปลี่ยนแปลง และพัฒนาตนเองในแต่ละเรื่องอย่างลงรายละเอียด และเอาจริงเอาจัง 3. พัฒนาให้ครบถ้วนทุกด้านในการพัฒนาความเป็นผู้นำ จำเป็นต้องพัฒนาให้ครบถ้วนทุกด้าน อันได้แก่ ด้านความรู้ โดยดูว่ามีความรู้ใหม่ ๆ อะไรบ้างที่เราต้อง เรียนรู้เพิ่มเติม ด้านทักษะมีอะไรบ้างที่เราควรฝึกฝน ด้านลักษณะชีวิตมีเรื่องอะไรบ้างที่เรายังขาดอยู่ และด้านประสบการณ์ที่เราต้องหาเพิ่มเติม โดยบุคคลที่เป็นผู้นำจะมีลักษณะแตกต่าง และมีสิ่งที่เหนือกว่าคนอื่น ๆ และควรพัฒนาตนให้มีคุณลักษณะ ดังนี้

- 1) คุณลักษณะด้านบุคลิกภาพ ถ้าผู้นำมีบุคลิกภาพ ที่ประกอบด้วย ความมั่นใจในตนเอง ความอดทนอดกลั้น วุฒิภาวะทางอารมณ์ ความดีงาม และความมีสุขภาพกายสุขภาพจิตที่ดี ย่อมจะมีส่วนช่วยให้งานประสบความสำเร็จได้ง่าย
- 2) คุณลักษณะด้านการจูงใจอันจะเป็นพลังที่เกิดขึ้นภายในของแต่ละบุคคลที่จะหนุนเสริมการ แสดงออกถึงพฤติกรรมที่มีความสัมพันธ์กับการทำงานอย่างสร้างสรรค์ โดยการค้นหารูปแบบการชี้แนะ การกระตุ้น และการดำเนินการอย่างต่อเนื่องตลอดเวลา เพื่อให้องค์กรบรรลุวัตถุประสงค์และ
- 3) คุณลักษณะทางด้านทักษะ และประสบการณ์ความรู้ความสามารถที่สัมพันธ์กับงานถ้ามีทักษะเหล่านั้นแล้วก็สามารถดำเนินการให้งานบรรลุวัตถุประสงค์ของสถานศึกษาได้โดยง่าย ผู้ประสบความสำเร็จมักมีสิ่งหนึ่งที่แตกต่างไปจากคนทั่ว ๆ ไป นั่นก็คือ “ภาวะผู้นำตนเอง” เพราะสิ่งนี้จะเป็พลังภายในตัวของผู้นำในการขับเคลื่อน หนุนเสริม ให้พลังแก่ผู้ร่วมงานในการขับเคลื่อนให้ชีวิตมุ่งไปข้างหน้า พลังภาวะผู้นำตนเองของผู้นำรวมกับพลังของผู้อื่นรอบข้าง ย่อมมีส่วนช่วยส่งเสริมให้การบริหารจัดการบรรลุ ผลสำเร็จได้อย่างแน่นอน ซึ่งหลักสูตรจิตวิทยาการพัฒนาชีวิตและจิตใจมีเนื้อหาครอบคลุมคุณลักษณะต่าง ๆ ตามแนวคิดของภาวะผู้นำในตนเองรวมถึง กระบวนการ วิธีการพัฒนาในหลักสูตรก่อให้เกิดผลลัพธ์ตามแนวคิดดังกล่าว

บทสรุป

จากการศึกษาปัญหาสังคมไทยที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน พบว่า ปัญหาสำคัญเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคม และเทคโนโลยีรวดเร็วเกินไปจนรับมือกับการเปลี่ยนแปลงไม่ทัน และผู้ที่ได้รับผลกระทบมากที่สุดในสังคมไทย คือ เด็กและเยาวชนไทยช่วงอายุ 12 - 17 ปี ส่วนใหญ่อยู่ในช่วงการเรียนระดับมัธยมศึกษา และพบว่า ปัญหาด้านการขาดทักษะชีวิต

เป็นประเด็นสำคัญ และปัญหาทางสังคมไทยต่อเด็กและเยาวชนที่เกิดขึ้นนี้อยู่ภายใต้ความรับผิดชอบหลักของสถาบันครอบครัว กระทรวงสาธารณสุข และกระทรวงศึกษาธิการ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง และเด่นชัด คือ กระทรวงศึกษาธิการ โดยปัจจุบันได้มีการปฏิรูปการศึกษาเพื่อแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นรวมไปถึง การปฏิรูปครู และเพื่อให้การปฏิรูปครูเกิดขึ้นโดยสมบูรณ์ในขณะที่จะเกิดผลด้านระบบการศึกษา วิชาการ และการแก้ปัญหาด้านสังคมต่อเด็กและเยาวชนที่เกิดขึ้นนั้น ผู้วิจัยขอเสนอหลักสูตรจิตวิทยาการพัฒนาชีวิต และจิตใจเพื่อเพิ่มขีดความสามารถภาวะผู้นำในตนเองสำหรับครู โดยจะให้ครูมัธยมได้ศึกษาหลักสูตรดังกล่าวทำให้ครูได้รับองค์ความรู้ด้านการพัฒนาชีวิตและจิตใจเชิงลึกเกิดมีภาวะผู้นำในตนเองเนื่องจากหลักสูตรเป็นการพัฒนาหลักทั้งสามส่วน คือ จิตสำนึก จิตใต้สำนึก และจิตไร้สำนึก นอกเหนือจากที่ครูจะได้เป็นผู้ตระหนักรู้ในตนเองตามแนวคิดข้างต้นที่กล่าวมาแล้ว ครูยังจะกลายเป็นผู้มีความรู้ในการอบรม สั่งสอน ชี้แนะ แนะนำ ให้คำปรึกษา แก้ไข เปลี่ยนแปลง เยียวยานักเรียนได้ส่งผลให้นักเรียนกลายเป็นผู้มีความตระหนักรู้ในตนเอง และมีทักษะชีวิตพื้นฐานสำคัญ 10 ประการที่กล่าวมาข้างต้น และจะส่งผลให้ปัญหาเรื่องเด็กและเยาวชนที่เป็นประเด็นสำคัญในปัจจุบันนี้ลดลง และทำให้สังคมประเทศชาติมีความแข็งแรงยั่งยืนมีบุคลากรที่มีศักยภาพตามปณิธานที่สอดคล้องกับยุทธศาสตร์ชาติด้านการพัฒนาศักยภาพคนที่จะได้พัฒนาทั้งครู และนักเรียน

ข้อเสนอแนะ

ผู้วิจัยขอเสนอแนะเพิ่มเติมว่า ครูที่ผ่านการศึกษาหลักสูตรจิตวิทยาพัฒนาชีวิตและจิตใจนั้น ยังจะสามารถตระหนักรู้ในตนเอง และเมื่อทราบว่าเด็ก และเยาวชนคนใด มีปัญหาใดในชีวิต จะสามารถเชื่อมโยง และมีปฏิสัมพันธ์ไปถึงพ่อแม่ผู้ปกครอง ตลอดจนสามารถพัฒนาสถาบันครอบครัวได้ในเวลาเดียวกัน นอกจากการใช้หลักสูตรจิตวิทยาพัฒนาชีวิตและจิตใจกับระบบการศึกษาโรงเรียนมัธยมแล้วยังสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับสถาบันอื่น ๆ และระดับอื่น ๆ ในระบบการศึกษาไทย โดยสรุปเป็นข้อ ๆ ดังนี้ 1) นำหลักสูตรไปใช้กับส่วนงานอื่นนอกกระบวนการศึกษา เช่น สถาบันครอบครัว และหน่วยงานสังกัดกระทรวงสาธารณสุข 2) ทำการวิจัยเชิงทดลองเพื่อวัดประสิทธิผลของหลักสูตรในการสามารถเพิ่มภาวะผู้นำในตนเอง 3) นำหลักสูตรไปใช้พัฒนาตนเองเพื่อให้เกิดภาวะผู้นำในตนเองในบุคคลทั่วไปของภาครัฐ และเอกชน ทั้งนี้

การนำไปใช้ และการวัดผลนั้นเป็นไปเพื่อให้เกิดการพัฒนาศักยภาพ และการป้องกันปัญหา
ต่าง ๆ ในมุมมองของการพัฒนาแบบองค์รวม