

บทที่ 1

บทนำ

1. ที่มาและความสำคัญของปัญหา

มหาวิทยาลัยขอนแก่นเป็นสถาบันอุดมศึกษาชั้นนำของภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ที่มีหน้าที่ในการผลิตบัณฑิตที่มีคุณภาพเพื่อการพัฒนาประเทศ สามารถผลิตบัณฑิตออกไปเป็นผู้นำของสังคมเพื่อพัฒนาชุมชนและสังคมให้ดีขึ้น เพื่อการบรรลุเป้าหมายดังกล่าว มหาวิทยาลัยขอนแก่นได้จัดทำแผนยุทธศาสตร์การบริหาร มหาวิทยาลัยขอนแก่น พ.ศ. 2559-2562 โดยในยุทธศาสตร์ที่ 5 ระบุว่ามหาวิทยาลัยจะต้องเป็นองค์กรที่เป็นเลิศด้านการผลิตบัณฑิต และในกลยุทธ์ที่ ๔ ระบุว่ามหาวิทยาลัยต้องมีการพัฒนานักศึกษาอย่างสร้างสรรค์ให้เป็นบัณฑิตที่พึงประสงค์ของสังคม เพื่อให้บรรลุกลยุทธ์ดังกล่าว กระบวนการผลิตบัณฑิตของทางมหาวิทยาลัยจึงต้องเป็นไปอย่างมีคุณภาพ เพื่อให้ได้บัณฑิตที่มีศักยภาพและสามารถสร้างประโยชน์ให้กับสังคมได้ (มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2558)

คณะนิติศาสตร์เป็นหน่วยงานหนึ่งในมหาวิทยาลัยขอนแก่น ซึ่งมีพันธกิจในการผลิตบัณฑิตที่มีความรอบรู้ทางด้านวิชาการ มีความพร้อมในการประกอบวิชาชีพทางกฎหมาย กอปรด้วยคุณธรรม จริยธรรม และมีจิตวิญญาณในการรับใช้สังคม (คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2558) โดยที่ผ่านมาคณะฯได้ดำเนินตามพันธกิจดังกล่าวมาโดยตลอด เห็นได้จากการผลิตบัณฑิตที่สร้างชื่อเสียงจำนวนมาก โดยมีบัณฑิตที่สามารถสอบเป็นผู้ช่วยผู้พิพากษา อัยการ รวมถึงทำงานในสำนักงานให้คำปรึกษาทางด้านกฎหมาย (Law firm) และในหน่วยงานราชการอีกหลายแห่ง นอกจากนี้ในด้านการรับใช้สังคม ได้มีกลุ่มศิษย์เก่าที่จัดตั้งกลุ่มเผยแพร่กฎหมายสิทธิมนุษยชนเพื่อสังคม โดยมีกิจกรรมหลักคือการพานักศึกษาออกค่ายเรียนรู้สังคม ให้ความรู้ทางกฎหมายแก่ชาวบ้าน ซึ่งสร้างชื่อเสียงให้คณะฯเป็นอย่างมาก

เมื่อพิจารณามาตรการพัฒนานักศึกษาของคณะฯ พบว่า คณะฯได้มีการพัฒนาศักยภาพนักศึกษา โดยจัดโครงการพัฒนาศักยภาพให้กับนักศึกษาจำนวนหลายครั้ง มีการจัดระบบอาจารย์ที่ปรึกษา จัดตั้งงานแนะนำและให้คำปรึกษาแก่นักศึกษา ตลอดจนจัดกิจกรรมเสริมสร้างความรู้และความสัมพันธ์ต่างๆ ซึ่งจากการตรวจประเมินการประกันคุณภาพของคณะฯในปีที่ผ่านมาพบว่า คณะฯได้รับคะแนนเต็มในการประเมินคุณภาพด้านการพัฒนานักศึกษา (คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2558)

แม้คณะฯจะมีมาตรการในการพัฒนานักศึกษาที่มีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตาม มาตรการดังกล่าวเป็นการพัฒนานักศึกษาในภาพรวม จึงอาจยังไม่ครอบคลุมนักศึกษาหลายส่วน ในการจะทำ

ให้นักศึกษามีศักยภาพตรงตามพันธกิจของคณะ จึงต้องใช้วิธีอื่นมาช่วยสนับสนุนมาตรการการพัฒนา นักศึกษา วิธีหนึ่งที่ใช้ในการพัฒนาศักยภาพบุคคลคือการโค้ช (Coaching) ซึ่งเป็นกระบวนการพัฒนาความสามารถ ความรู้ ประสบการณ์ และความสามารถของบุคคล และเป็นสิ่งที่ผู้ศึกษามีความสนใจ (passion) ที่จะนำมาใช้ในการพัฒนาศักยภาพนักศึกษา สอดคล้องกับที่ International Coach Federation (n.d.) ได้ทำการศึกษาผลลัพธ์ที่ได้จากการโค้ชซึ่งพบว่าในด้านคุณภาพ การโค้ชสามารถช่วยพัฒนาประสิทธิภาพในการทำงานเพิ่มขึ้นร้อยละ 70 พัฒนาการบริหารจัดการเวลาเพิ่มขึ้นร้อยละ 57 และพัฒนาประสิทธิภาพในการทำงานเป็นทีมเพิ่มขึ้นร้อยละ 51 นอกจากนี้ในด้านการพัฒนาบุคคล การโค้ชสามารถช่วยให้บุคคลพัฒนาเรื่องความมั่นใจเพิ่มขึ้นร้อยละ 80 พัฒนาความสัมพันธ์ได้มากขึ้นร้อยละ 73 พัฒนาทักษะในการสื่อสารเพิ่มขึ้นร้อยละ 72 และพัฒนาความสมดุลระหว่างชีวิตและงานเพิ่มขึ้นร้อยละ 67 ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Pierson (2013) ว่านักเรียนทุกคนสมควรจะมีโค้ชที่ไม่ยอมแพ้และเชื่อมั่นว่านักเรียนสามารถเป็นได้ในสิ่งที่ดีที่สุดที่ต้องการจะเป็น

อย่างไรก็ตาม การโค้ชสามารถแบ่งได้หลายประเภท หนึ่งในนั้นคือการโค้ชด้วยวิธีสุนทรียสาธกหรือการโค้ชเชิงบวก (Appreciative Coaching) ซึ่งเป็นการดึงศักยภาพของบุคคลด้วยวิธีเชิงบวก โดยการค้นหาสิ่งดีๆที่เคยเกิดขึ้น และนำสิ่งที่ดีเหล่านั้นมาใช้ในการพัฒนาศักยภาพของบุคคลตามแนวคิดของสุนทรียสาธกที่เชื่อว่าทุกตัวบุคคลมีเรื่องราวดีๆซ่อนอยู่ ซึ่งอภิลิขิต์ ขยายวงศ์ (2558) ได้ระบุว่า การโค้ชเชิงบวกเป็นรูปแบบที่เหมาะสมกับการพัฒนาศักยภาพด้านการศึกษา เนื่องจากการมุ่งเน้นให้ผู้เรียนได้ดึงเอาศักยภาพ ความรู้ ทักษะ และประสบการณ์ของผู้เรียนเพื่อเปลี่ยนแปลงผู้เรียนให้ไปสู่สิ่งที่ดีกว่าหรือไปถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้ ด้วยเหตุดังกล่าวมานี้ ผู้ศึกษาจึงสนใจศึกษาเรื่องการใช้วิธีโค้ชเชิงบวกเพื่อพัฒนาศักยภาพนักศึกษาคณะนิติศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่น เพื่อเป็นการพัฒนานักศึกษาคณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นให้มีศักยภาพ และมีคุณลักษณะของบัณฑิตตรงตามที่คณะฯและมหาวิทยาลัยกำหนดไว้ ซึ่งจะส่งผลให้เมื่อจบการศึกษานักศึกษาจะเป็นบัณฑิตที่มีศักยภาพและสามารถทำประโยชน์ให้สังคมได้ต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการศึกษา

- 2.1 เพื่อศึกษาการพัฒนาศักยภาพนักศึกษาคณะนิติศาสตร์ ด้วยวิธีการโค้ชเชิงบวก
- 2.2 เพื่อสร้างรูปแบบการโค้ชเชิงบวกในการพัฒนาศักยภาพนักศึกษาคณะนิติศาสตร์

3. ขอบเขตการศึกษา

- 3.1 ขอบเขตด้านกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ มาจากนักศึกษาคณะนิติศาสตร์ที่สมัครใจเข้ารับการโค้ช

3.2 ขอบเขตด้านระยะเวลา ในการศึกษาครั้งนี้ได้ใช้กรอบระยะเวลาการศึกษาตามที่วิทยาลัยบัณฑิตศึกษาการจัดการ มหาวิทยาลัยขอนแก่นกำหนด โดยเริ่มทำการศึกษาดังตั้งแต่วันที่ 15 กุมภาพันธ์ – 16 มิถุนายน 2559 รวมทั้งสิ้น 123 วัน

3.3 ขอบเขตด้านเนื้อหา การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ ควบคู่กับการศึกษาเชิงปฏิบัติการ โดยใช้ทฤษฎีการโค้ชเชิงบวกในการสัมภาษณ์เพื่อนำข้อมูลเชิงบวกของนักศึกษามาวិเคราะห์ร่วมกับแนวคิดทฤษฎีต่างๆ เพื่อให้ได้มาซึ่งแนวทางในการพัฒนาศักยภาพของนักศึกษาคณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

4. นิยามศัพท์เฉพาะ

โค้ช (Coach) หมายถึง ผู้ที่ใช้ทักษะการโค้ชเพื่อช่วยให้ผู้รับการโค้ชบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ

ผู้รับการโค้ช (Coachee) หมายถึง บุคคลที่สมัครใจเข้ารับการโค้ชจากผู้เป็นโค้ช

ศักยภาพ หมายถึง ความสามารถที่แฝงอยู่ในตัวบุคคล ซึ่งอาจพัฒนาหรือทำให้ปรากฏเป็นที่ประจักษ์ได้

การพัฒนาศักยภาพ หมายถึง การค้นหาความสามารถที่แฝงอยู่ในตัวบุคคลและนำความสามารถเหล่านั้นมาทำให้ดีขึ้นตามที่บุคคลนั้นต้องการ

นักศึกษาคณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น หมายถึง นักศึกษาคณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นที่ลงทะเบียนเรียนในภาคปลาย ปีการศึกษา 2558

Coaching Intervention หมายถึง หลักการและเครื่องมือที่ใช้การในโค้ช

5. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

5.1 นักศึกษาคณะนิติศาสตร์ที่เข้ารับการโค้ชเชิงบวกมีการพัฒนาศักยภาพมากขึ้น

5.2 สามารถนำรูปแบบการโค้ชเชิงบวกไปใช้ในการพัฒนานักศึกษาคณะนิติศาสตร์ หรือนำไปประยุกต์ใช้กับการโค้ชบุคคลอื่น

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษา

การศึกษาเรื่องการใช่วิธีโค้ชเชิงบวกเพื่อพัฒนาศักยภาพนักศึกษาคณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้กรอบแนวคิดที่ได้จากการสังเคราะห์ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องเป็นหลักในการดำเนินการศึกษา เพื่อทำการค้นหาประสบการณ์เชิงบวกจากนักศึกษาที่ได้รับการโค้ชด้วยการสัมภาษณ์ และนำข้อมูลที่ได้มาออกแบบและจัดทำกิจกรรมในพัฒนา ศักยภาพ จากนั้นจึงวิเคราะห์ผลการศึกษา สรุปและรายงานผลการศึกษา โดยสามารถแบ่ง วิธีดำเนินการศึกษาตามวัตถุประสงค์ของการศึกษา ได้ดังนี้

1. การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ใช้การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามกรอบแนวคิดหลัก 3 ประการ คือ หลักการดึงการมีส่วนร่วม หลักการมีส่วนร่วมทุกกระบวนการ หลักการลงแรง ใช้รูปแบบการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากนักศึกษา ที่อาสาเข้ามามีส่วนร่วมด้วยความเต็มใจ โดยได้ทำการประชาสัมพันธ์ให้นักศึกษาที่มีความต้องการ พัฒนาศักยภาพตนเองสามารถเข้ารับการโค้ชตามความสมัครใจ ซึ่งมีนักศึกษามัครใจเข้าร่วมทั้งสิ้น 10 คน

2. การเก็บรวบรวมข้อมูลที่ใช้ในการศึกษา

2.1 ข้อมูลปฐมภูมิ ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสังเกตพฤติกรรมของนักศึกษา ขณะทำการโค้ช และสัมภาษณ์นักศึกษาเกี่ยวกับประสบการณ์เชิงบวกในเรื่องที่ต้องการพัฒนา เพื่อ ค้นหาประสบการณ์เชิงบวก และนำข้อมูลที่ได้มาใช้วางแผนและแนะนำแนวทางในการพัฒนา ศักยภาพแก่นักศึกษา

2.2 ข้อมูลทุติยภูมิ ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากหนังสือ เอกสารวิชาการ งานวิจัย แหล่งสารสนเทศทางด้านอิเล็กทรอนิกส์ รวมไปถึงการปรึกษาผู้เชี่ยวชาญ เพื่อนำมาวิเคราะห์ ร่วมกับข้อมูลปฐมภูมิ

3. ขั้นตอนการศึกษา

ดำเนินการศึกษาตามกรอบแนวคิดการศึกษาโดยใช้รูปแบบ 4-D เป็นหลัก ได้แก่

3.1 การสำรวจ(Discovery) ซึ่งเป็นการค้นหาประสบการณ์เชิงบวกที่ดีที่สุดในด้านที่ นักศึกษาต้องการพัฒนา หลักการตั้งคำถามจะพิจารณาจากประเด็นที่นักศึกษาต้องการพัฒนา จะตั้ง คำถามเพื่อค้นหาประสบการณ์เชิงบวกเกี่ยวกับเรื่องนั้น โดยมีชุดคำถามที่ใช้สัมภาษณ์ ดังนี้

คำถามที่ 1 : ต้องการพัฒนาศักยภาพด้านไหนครับ

คำถามที่ 2 : ประสบการณ์เชิงบวกเกี่ยวกับเรื่องนั้นเป็นอย่างไรครับ

จากการสอบถามถึงประเด็นที่นักศึกษาต้องการพัฒนาในเบื้องต้น สามารถจำแนกประเด็นที่นักศึกษาต้องการพัฒนาได้ดังนี้ เช่น

1. เรื่องการพัฒนาความสัมพันธ์กับเพื่อน
2. เรื่องการพัฒนาเรื่องการเรียนรู้
3. เรื่องการพัฒนาความกล้าแสดงออก
4. เรื่องการพัฒนาเรื่องการทำตามเป้าหมาย
5. เรื่องการพัฒนาด้านการอ่านหนังสือ
6. เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน

3.2 การวาดฝัน (Dream) โดยผู้ศึกษากับนักศึกษาดังเป้าหมายในการพัฒนาศักยภาพร่วมกัน

3.3 การออกแบบ (Design) โดยผู้ศึกษากับนักศึกษากำหนดแนวทางในการพัฒนาตนเองตามกรอบที่วาดฝันไว้

3.4 การสร้างหนทาง (Destiny) เป็นการกระตุ้นให้นักศึกษาลงมือปฏิบัติจริง และมีการตรวจสอบผลอย่างต่อเนื่อง

ซึ่งในขณะที่ยดำเนินการตามรูปแบบ 4-D ผู้ศึกษาจะใช้เทคนิคการโค้ชแบบ The six categories of counseling intervention ของ เฮอร์อนซึ่งประกอบด้วย การกำหนดให้ทำ การให้ข้อมูล การเผชิญหน้า การช่วยให้เผชิญความรู้สึก การช่วยให้ค้นพบตัวเอง และการสนับสนุน ประกอบการโค้ช จากนั้นจึงวิเคราะห์ข้อมูลจากสิ่งที่นักศึกษาดูรวมกับพฤติกรรมของนักศึกษาจากการสังเกตของผู้ศึกษาเพื่อกำหนดเครื่องมือในการโค้ช แล้วจึงวิเคราะห์และประเมินผลการศึกษาโดยแบ่งเป็นกรณีศึกษา จากนั้นทำการสรุปและอภิปรายผลการศึกษาในภาพรวม และนำผลการศึกษาที่ได้มาสังเคราะห์เป็นรูปแบบการโค้ชเชิงบวกในการพัฒนาศักยภาพนักศึกษาคณะนิติศาสตร์ต่อไป

4. วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลแบบอุปนัย โดยวิเคราะห์จากความเป็นเหตุเป็นผลในการตอบคำถาม ประกอบกับการสังเกตพฤติกรรม อารมณ์ ความรู้สึก และการแสดงออกของผู้รับการโค้ชแต่ละราย นำมาสร้างเป็นข้อสรุปและตรวจสอบข้อสรุปที่ได้นั้นเป็นขั้นๆ ไป และนำข้อมูลที่ได้มาประมวลผลร่วมกับข้อมูลที่ได้อีกจากการศึกษาค้นคว้าเอกสารทางวิชาการจนมั่นใจว่าข้อสรุปที่ค้นพบเป็นคำตอบที่แท้จริง

5. วิธีการวัดและประเมินผล

พิจารณาจากตัวขับเคลื่อนผลงานเป็นหลัก โดยสังเกตจากนักศึกษาที่เข้ารับการโค้ชและนำผลที่ได้มาเทียบเคียงกับหลักการประเมินผล 4 ระดับของเคิร์กแพททริก ซึ่งได้แก่

5.1 ขั้นการประเมินปฏิกิริยาตอบสนอง โดยสังเกตจากพฤติกรรมของนักศึกษาว่ามีความสนใจในการโค้ชหรือไม่อย่างไร

5.2 ขั้นการประเมินการเรียนรู้ โดยพิจารณาจากพฤติกรรมการเรียนรู้ของนักศึกษาว่ามีการพฤติกรรมในการเข้ามาสอบถามหรือแสดงความประสงค์ในการรับรู้ข้อมูลมากขึ้น มีการพูดคุยสนทนาแลกเปลี่ยนรวมถึงไปสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมจากผู้อื่นหรือไม่อย่างไร

5.3 ขั้นการประเมินพฤติกรรม โดยพิจารณาจากการที่นักศึกษาได้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่สอดคล้องกับเป้าหมายหรือไม่อย่างไร

5.4 ขั้นการประเมินผลลัพธ์ที่ต้องการ โดยตรวจสอบจากผลลัพธ์ที่ต้องการว่าหลังจากเข้ารับการโค้ชแล้วสามารถทำให้เกิดผลลัพธ์ตามที่ต้องการได้หรือไม่

นอกจากนี้ยังนำการสะท้อนคิด (Reflection) มาใช้ในขั้นการประเมินผลการโค้ชโดยสอบถามนักศึกษาที่เข้ารับการโค้ชเกี่ยวกับผลลัพธ์ที่ต้องการ โดยการให้นักศึกษาได้พิจารณาถึงความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นและเป็นผู้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับผลลัพธ์ที่ได้จากการโค้ช

บทที่ 4

ผลการศึกษาและวิเคราะห์ผลการศึกษา

การศึกษาเรื่องการใช่วิธีโค้ชเชิงบวกเพื่อพัฒนาศักยภาพนักศึกษาคณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการพัฒนาศักยภาพนักศึกษาด้วยวิธีการโค้ชเชิงบวก และเพื่อพัฒนารูปแบบการโค้ชเชิงบวกในการพัฒนาศักยภาพนักศึกษา ระดับอุดมศึกษา โดยมีนักศึกษาที่เข้ารับการโค้ชด้วยวิธีสมัครใจทั้งหมด 10 คน ดำเนินการศึกษาตามกรอบแนวคิดการศึกษา วิเคราะห์และประเมินผลการโค้ชตามหลักเกิร์กแพทริค โดยมีผลการศึกษา ดังนี้

1. ผลการศึกษา เรื่องการพัฒนาความสัมพันธ์กับเพื่อน
2. ผลการศึกษา เรื่องการพัฒนาการเรียน
3. ผลการศึกษา เรื่องการพัฒนาผลการเรียน
4. ผลการศึกษา เรื่องการพัฒนาความกล้าแสดงออก
5. ผลการศึกษา เรื่องการพัฒนาเรื่องการทำตามเป้าหมาย
6. ผลการศึกษา เรื่องการพัฒนาสมาธิในการอ่านหนังสือ
7. ผลการศึกษา เรื่องการพัฒนาด้านความจำ
8. ผลการศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน: ถังขยะ
9. ผลการศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน: แก้ปัญหาเกี่ยวกับการจราจร (ครั้งที่ 1)
10. ผลการศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน: โครงการเพิ่มความสุข
11. ผลการศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน: แก้ปัญหาเกี่ยวกับการจราจร (ครั้งที่ 2)

1. ผลการศึกษา เรื่องการพัฒนาความสัมพันธ์กับเพื่อน

ผู้ศึกษาเริ่มต้นด้วยการซักถามถึงจุดประสงค์ในการเข้ารับการพัฒนาศักยภาพของนักศึกษา โดยนักศึกษาเล่าว่าตนเองต้องการพัฒนาด้านการมีเพื่อน เนื่องจากที่ผ่านมาประสบปัญหาเรื่องการเข้ากลุ่ม จึงเริ่มซักถามรายละเอียดการดำเนินชีวิตคร่าวๆ เพื่อทำความรู้จักนักศึกษาให้มากขึ้น จากการสังเกตพบว่านักศึกษามีท่าทีไม่มั่นใจในตนเอง มีอาการก้มหน้าหลบสายตาวเวลาพูด จึงได้เริ่มให้ข้อมูลกับนักศึกษาเกี่ยวกับนักศึกษาคณะอื่นที่มีปัญหาคล้ายกัน เพื่อให้นักศึกษารู้สึกว่าตนเองไม่ได้แปลกแยกจากผู้อื่น

หลังจากให้ข้อมูลสังเกตว่านักศึกษามีอารมณ์เชิงบวกเพิ่มขึ้น จึงเริ่มการโค้ชเชิงบวกด้วยการถามถึงประสบการณ์ที่นักศึกษาเคยได้รับความภาคภูมิใจ จุดประสงค์เพื่อให้ศึกษามองเห็นเรื่องดีๆ รวมถึงรู้จักชื่นชมและเห็นคุณค่าในตัวเอง จากการสอบถามพบว่านักศึกษาเคยได้รับเหรียญ

ทองการแข่งขันกีฬาตะกร้อจากการลงแข่งกีฬาน้องใหม่ของมหาวิทยาลัย และจากประวัติการแข่งขันที่ผ่านมาไม่เคยได้เหรียญทองกีฬาตะกร้อมาก่อน ผู้ศึกษาจึงให้การชื่นชมเพื่อให้นักศึกษามีความมั่นใจในคุณค่าของตนเองมากขึ้น

เมื่อเห็นว่านักศึกษามีอารมณ์เชิงบวก จึงได้ซักถามเกี่ยวกับบุคคลที่มีลักษณะเป็นผู้เชื่อมต่อนักศึกษารู้จัก รวมถึงจงใจให้นักศึกษาสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลที่มีลักษณะเป็นผู้เชื่อมต่อนั้นจึงสรุปสิ่งที่ฟังมาทั้งหมด จากการสังเกตพบว่าหลังจากที่สรุปประเด็นแล้ว นักศึกษามีความรู้สึกลึกซึ้งมากขึ้น เริ่มมีการสบตาเวลาพูดคุยและมีท่าทางประกอบ จึงใช้หลักผลกระทบพิกมาเลียน โดยผู้ศึกษาแสดงความคาดหวังว่านักศึกษจะสามารถพัฒนาได้

จากนั้น ผู้ศึกษาเริ่มทำการโค้ชโดยถามนักศึกษามีแนวทางการพัฒนาตนเองอย่างไรบ้าง ซึ่งพบว่า นักศึกษามีความชอบในด้านการให้คำปรึกษา การติวให้เพื่อน และในขณะที่สัมภาษณ์สังเกตได้ว่าเมื่อพูดถึงการติวหรือการให้คำปรึกษาเพื่อน นักศึกษามีท่าทีกระตือรือร้นเป็นพิเศษ โดยเฉพาะช่วงที่เล่าว่า เพื่อนมาบอกว่าที่ทำข้อสอบได้เป็นเพราะตนเอง จากการตอบคำถามและพฤติกรรมของนักศึกษานักศึกษาทำให้ผู้ศึกษาคาดว่า การได้ติวให้เพื่อนคือความหลงใหลของนักศึกษา ผู้ศึกษาจึงนำหลัก อธิโก มาเป็นเครื่องมือในการกำหนดภาพฝันกล่าวคือ เมื่อความหลงใหลของนักศึกษาคือการติวให้เพื่อน ภาพฝันที่ต้องการไปให้ถึงก็คือ นักศึกษาเป็นผู้นำทางวิชาการให้กับเพื่อนในสาขา โดยเริ่มกำหนดการช่วยเหลือผู้อื่นว่า นักศึกษาจะนำความหลงใหลของตนเองไปช่วยเหลือเพื่อนได้อย่างไร ผู้ศึกษาจึงสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับการจัดติวในสาขาของนักศึกษา ซึ่งพบว่าในสาขาไม่เคยมีการจัดติวหรือแลกเปลี่ยนเอกสารวิชาการกันเลย

จากนั้นจึงใช้การช่วยเหลือผู้อื่นตามหลักอธิโกในการออกแบบ ก็ได้กำหนดให้นักศึกษาสรุปบทเรียนลงกระดาษ A4 และถ่ายรูปลงไลน์กลุ่ม แล้วก็บอกเพื่อนว่านักศึกษจะทำสรุปแบบนี้ให้กับเพื่อน เป็นการใช้ความหลงใหลของนักศึกษามาทำการช่วยเหลือผู้อื่น

ต่อมาผู้ศึกษาสอบถามถึงผลการปฏิบัติ ซึ่งนักศึกษาแจ้งว่าได้ทำสรุปบทเรียนและโพสต์ลงไลน์กลุ่มแล้ว มีเพื่อนสนใจค่อนข้างน้อย และนักศึกษาได้แจ้งผลว่าตนเองมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม คือมีความกล้าในการเข้าไปทำความรู้จักผู้อื่นมากขึ้น ผู้ศึกษาจึงได้ชื่นชม ให้กำลังใจ และนัดหมายเข้าพบในครั้งต่อไป

ต่อมานักศึกษาแจ้งผลว่า ตั้งแต่ทำสรุปก็มีเพื่อนติดต่อให้นักศึกษาติวให้ แต่ยังมีจำนวนไม่มากนัก นักศึกษายังแจ้งผลอีกว่ามีเพื่อนชวนไปกินข้าวมากขึ้น

ในครั้งสุดท้าย นักศึกษาเป็นผู้นัดพบเพื่อแจ้งผล โดยนักศึกษาแจ้งว่าชีวิตเปลี่ยนไปมาก คนในสาขารู้จักตนเองเกือบ 80 เปอร์เซ็นต์ ผู้ศึกษาจึงสอบถามถึงสาเหตุของการเปลี่ยนแปลงซึ่งนักศึกษาแจ้งว่าเป็นผลมาจากการส่งสรุปบทเรียนให้เพื่อน ในช่วงแรกไม่มีคนสนใจ แต่พอช่วง

ใกล้สอบ ทุกคนมุ่งมาหาตนเพื่อขอให้เป็นคนดีไว้ให้ นอกจากนั้นนักศึกษายังได้สร้างความสัมพันธ์กับผู้เชื่อมต่อ ซึ่งทำให้นักศึกษายังเป็นที่รู้จักมากขึ้น

สรุปผลการโค้ช กรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาความสัมพันธ์กับเพื่อน

การจากโค้ชนักศึกษากรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาความสัมพันธ์กับเพื่อน พบว่า หลังจากที่ได้ให้นักศึกษาเล่าถึงความภาคภูมิใจของตนเอง สังเกตได้ว่านักศึกษามีอารมณ์เชิงบวกและมีความสนใจในการโค้ชมากขึ้น จากนั้นนักศึกษากลับมาเล่าถึงผลการปฏิบัติและนำไปปัญหาที่พบมาสอบถาม และมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยมีความกล้าพูดคุย กล้าเข้าไปทำความรู้จักผู้อื่น ทำการสรุปทบทวนส่งให้เพื่อนในไลน์กลุ่มตามที่โค้ชแนะนำ และสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลที่เป็นผู้เชื่อมต่อ สุดท้ายนักศึกษาแจ้งผลว่าตนเองกลายเป็นคนที่มีเพื่อนจำนวนมากและเป็นคนที่เพื่อนร่วมชั้นรู้จัก ซึ่งสามารถแสดงผลการโค้ชดังนี้

ตารางที่ 1 ผลการโค้ช กรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาความสัมพันธ์กับเพื่อน

การวัดและประเมินผล การโค้ช	ผลที่ได้
การประเมินปฏิกิริยา ตอบสนอง	หลังจากที่ให้นักศึกษาเล่าถึงความภาคภูมิใจของตนเอง สังเกตได้ว่านักศึกษามีอารมณ์เชิงบวกและมีความสนใจในการโค้ชมากขึ้น
การประเมินการเรียนรู้	นักศึกษากลับมาเล่าถึงผลการปฏิบัติและนำไปปัญหาที่พบมาสอบถาม
การประเมินพฤติกรรม	นักศึกษารับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยมีความกล้าพูดคุย กล้าเข้าไปทำความรู้จักผู้อื่น ทำการสรุปทบทวนส่งให้เพื่อนในไลน์กลุ่มตามที่โค้ชแนะนำ และสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลที่เป็นผู้เชื่อมต่อ
การประเมินผลลัพธ์ที่ ต้องการ	นักศึกษากลายเป็นคนที่มีเพื่อนจำนวนมากและเป็นคนที่เพื่อนร่วมชั้นรู้จัก

2. ผลการศึกษา เรื่องการพัฒนาการเรียน

ในขั้นต้นผู้ศึกษาได้สอบถามถึงประเด็นปัญหาที่นักศึกษาที่ต้องการพัฒนา นักศึกษาแจ้งว่าต้องการพัฒนาเรื่องการเรียนรู้ เนื่องจากภาคการศึกษาที่ผ่านมา นักศึกษามีผลการเรียนเฉลี่ยต่ำ จึงเริ่มให้นักศึกษาวิเคราะห์ตนเองว่าเกิดจากสาเหตุใด นักศึกษาสันนิษฐานว่าเป็นเพราะตนลายมือไม่สวย ผู้ศึกษาจึงได้ใช้การสำรวจถามถึงเหตุการณ์ที่เคยมีคนชมว่านักศึกษาเขียนแล้วอ่านง่าย นักศึกษาแจ้งว่าสมัยเรียนมัธยมมีเพื่อนเคยนำสมุดของนักศึกษาไปลอกแล้วไม่บ่น ซึ่งปกติเพื่อนจะต้องบ่นหรือเดินมาถาม แต่วันนั้นเพื่อนไม่บ่นก็เลยคิดว่าวันนั้นน่าจะเขียนดีพอสมควร ผู้ศึกษาจึงถาม

รายละเอียดว่ามีองค์ประกอบอะไรที่ทำให้ช่วงนั้นเขียนได้ดี นักศึกษาแจ้งว่าตอนนั้นตั้งใจเขียนมากกว่าปกติ เพราะไม่อยากเขียนแก้ใหม่

ผู้ศึกษาจึงได้กำหนดให้นักศึกษาลองไปสรุปบทเรียน โดยให้ใช้การเขียนปกติเพื่อตรวจสอบลายมือของนักศึกษาว่าเป็นปัญหาจริงหรือไม่ และนัดพบเพื่อพูดคุยเรื่องแนวทางพัฒนาต่อไป หลังจากนั้น ได้ติดต่อพบกับนักศึกษาอีกครั้ง โดยได้แจ้งผลกับนักศึกษาว่าจากที่อ่านสรุปลายมือของนักศึกษาดูว่าอยู่ในระดับปกติ แต่ส่วนเนื้อหาที่สรุปนั้นกว้างไป จึงแนะนำให้ นักศึกษาสรุปบทเรียนให้ละเอียดมากขึ้น โดยการไปเลคเชอร์ในห้องเรียนแล้วสรุปบทเรียนในวันนั้น เพื่อให้ นักศึกษาสามารถจับบทเรียนได้ อย่างไรก็ตาม ผู้ศึกษาได้บอกข้อดีของการสรุปบทเรียนแบบกว้างๆ เพื่อเป็นการให้กำลังใจนักศึกษา จากการสังเกตพบว่านักศึกษามีท่าทีมั่นใจในตนเองมากขึ้น

จากนั้นนักศึกษาได้สอบถามถึงการตั้งเป้าหมาย ผู้ศึกษาจึงแนะนำให้ นักศึกษาวาดแผนว่า ภาควิชาการศึกษานี้ นักศึกษาจะต้องได้เกรดเฉลี่ย 3.5 ขึ้นไป นอกจากนั้นผู้วิจัยสังเกตว่านักศึกษาคือคนแบบกระตือรือร้นตามทฤษฎีตัว 4 ทิศ ซึ่งคนที่มียุทธศาสตร์ดังกล่าวจะต้องกระตุ้นด้วยการท้าทายความสำเร็จ จึงได้พูดคุยกับนักศึกษาถึงการทำให้ได้ตามเป้าหมาย ทำให้นักศึกษามีพลังในการอยากทำตามภาพฝัน โดยได้บอกกับนักศึกษาว่า ต่อจากนี้ตนเองจะต้องได้เกรดเอในทุกภาคการศึกษา ก่อนจบการสหศึกษาได้แสดงความคาดหวังว่านักศึกษาคือคนที่เป็นแรงบันดาลใจให้กับผู้อื่นได้

ต่อมาผู้ศึกษาจึงได้สอบถามนักศึกษาเพื่อติดตามผล โดยนักศึกษาแจ้งว่านักศึกษาจับบทเรียนได้มากขึ้น และแจ้งว่าเมื่อก่อนเรียนอะไรไปจะจำไม่ค่อยได้ แต่ตอนนี้สามารถจำได้ว่าเรียนหัวข้ออะไรไปแล้วบ้าง นอกจากนั้นนักศึกษายังได้แจ้งว่าตนเองมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป คือชินกับการที่จะต้องมานั่งสรุปบทเรียนเพื่อส่งให้ผู้ศึกษา โดยนักศึกษาแจ้งว่าตนเองไม่เคยใส่ใจกับการเรียนขนาดนี้มาก่อน หลังจากนั้นได้ติดตามผลการเรียนของนักศึกษาคือ นักศึกษามีผลการเรียนสูงขึ้นจาก 2.08 เป็น 2.60

สรุปผลการโค้ช กรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาการเรียน

การจากโค้ชนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ เรื่องการพัฒนาการเรียน ในขณะที่ทำการโค้ชสังเกตได้ว่า นักศึกษามีความสนใจในกระบวนการโค้ชและให้ความร่วมมือในการตอบคำถามเป็นอย่างดี จากการที่ให้นักศึกษาไปสรุปบทเรียน นักศึกษาได้กลับมาเล่าถึงผลการปฏิบัติและนำไปปัญหาที่พบมาสอบถาม และมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกล่าวคือได้กลับไปสรุปบทเรียนและส่งให้ผู้ศึกษาดูในทุกครั้งที่มีการเรียน สุดท้ายนักศึกษาแจ้งผลว่าหลังจากเข้ารับการโค้ช นักศึกษาสามารถจับบทเรียนได้ดีขึ้น และมีความเคยชินกับการอ่านหนังสือและสรุปบทเรียน โดยสรุปแล้วนักศึกษามีพัฒนาการในด้านการเรียนดีขึ้น และมีผลการเรียนดีขึ้น ซึ่งสามารถแสดงผลการโค้ชดังนี้

ตารางที่ 2 ผลการโค้ช เรื่องการพัฒนาการเรียน

การวัดและประเมินผล การโค้ช	ผลที่ได้
การประเมินปฏิกิริยา ตอบสนอง	ในขณะที่ทำการโค้ชสังเกตได้ว่านักเรียนมีความสนใจในกระบวนการโค้ชและให้ความร่วมมือในการตอบคำถามเป็นอย่างดี
การประเมินการเรียนรู้	จากที่ให้นักศึกษาไปสรุปบทเรียน นักศึกษาได้กลับมาเล่าถึงผลการปฏิบัติและนำปัญหาที่พบมาสอบถาม
การประเมินพฤติกรรม	นักเรียนมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม กล่าวคือได้กลับไปสรุปบทเรียนและส่งให้ผู้ศึกษาดูในทุกครั้งที่มีการเรียน
การประเมินผลลัพธ์ที่ ต้องการ	นักศึกษาแจ้งว่าหลังจากเข้ารับการโค้ช นักศึกษาสามารถจำบทเรียนได้ดีขึ้น และมีความเคยชินกับการอ่านหนังสือและสรุปบทเรียน โดยสรุปแล้วนักศึกษามีพัฒนาการในด้านการเรียนดีขึ้น และมีผลการเรียนดีขึ้น

3. ผลการศึกษา เรื่องการพัฒนาผลการเรียน

นักศึกษาต้องการพัฒนาการเรียน เนื่องจากเกรดเฉลี่ยปัจจุบันของนักศึกษายู่ที่ 1.6 ผู้ศึกษาได้พานักศึกษาวิเคราะห์ถึงสาเหตุ ซึ่งนักศึกษาแจ้งว่าวิชาภาษาอังกฤษได้เกรด F จึงคิดเกรดมาก นอกจากนั้นนักศึกษายังได้เล่าว่าที่ตนเองมาเรียนที่คณะนิติเนื่องจากไม่รู้ว่าจะไปเรียนอะไร ไม่คิดว่าตนเองจะสอบได้ และถ้าเกรดยังเป็นแบบนี้ก็คงต้องเลิกเรียนเพราะต้องพ้นสภาพการเป็นนักศึกษา

ผู้ศึกษาจึงทำการโค้ชเชิงบวกด้วยการสำรวจถึงช่วงที่นักศึกษาเคยเรียนได้ดีที่สุดซึ่งนักศึกษาแจ้งว่าช่วง ม.4 คนเป็นคนเรียนดีมาก ได้เกรดเฉลี่ย 3 กว่า แต่ช่วงหลังติดเพื่อน ติดเกมส์ ผลการเรียนจึงลดลง แม้จะพยายามเปลี่ยนแปลงหลายครั้งแต่ก็ไม่สามารถทำได้ ผู้ศึกษาจึงได้ถามต่อว่า ในช่วงที่เรียนได้ดีนั้นมีวิธีการเรียนอย่างไร นักศึกษาแจ้งว่าตนเองเป็นคนที่ไม่ถนัดการเขียน ถ้าใช้การเขียนประกอบการอ่านหนังสือจะทำให้จำได้ดี ซึ่งจากที่นักศึกษาแจ้งมาทำให้ทราบว่า นักศึกษาเป็นคนที่มีการเรียนรู้แบบร่างกายและความรู้สึก ตามทฤษฎี VAK ผู้ศึกษาจึงให้นักศึกษาสรุปบทเรียนแล้วส่งให้ดูทุกครั้งที่นักศึกษามีเรียน

นอกจากนั้นเพื่อกระตุ้นให้นักศึกษาเกิดความเชื่อมั่นว่าตนเองสามารถเป็นคนที่ยื่นดีได้ จึงได้เล่าถึงเรื่องของนักศึกษารุ่นพี่คนหนึ่งที่มีผลการเรียนไม่ดี แต่ภายหลังก็กลับมาเป็นคนเรียนดีได้ สามารถเรียนจบเนติบัณฑิตได้ในปีเดียว และยังได้เล่าประสบการณ์ของผู้ศึกษาว่า กว่าที่จะเรียนจบนิติมีอุปสรรคมากมาย แต่ก็สามารถเรียนได้จนจบและจบด้วยเกรดเฉลี่ย เกิน 3.5 หลังจากเล่า

แล้วสังเกตว่านักศึกษามีความชื่นชมในตัวผู้ศึกษาเป็นอย่างมากและมีความตื่นตัวที่จะพัฒนาตนเองมากขึ้น

จากนั้นได้ชวนนักศึกษาวางแผนเกี่ยวกับเป้าหมายระยะสั้น ซึ่งนักศึกษากล่าวว่าภาคการศึกษานี้ขอแค่ได้เกรดเฉลี่ย 2.00 ขึ้นไปเพื่อไม่ให้พ้นสภาพการเป็นนักศึกษา ผู้ศึกษาจึงกำหนดแนวทางการพัฒนา โดยใช้หลักพิภพมาเตือนบอกกับนักศึกษว่าผู้ศึกษาเชื่อว่านักศึกษาคือคนเก่ง นอกจากนั้นยังได้เล่าประสบการณ์การเรียนไม่จบของผู้ศึกษาให้นักศึกษาทราบถึงผลกระทบแท้จริงจากการเรียนไม่จบ สังเกตว่าหลังจากเล่า นักศึกษามีท่าทีดีขึ้นและเริ่มมีความเชื่อว่าตนเองสามารถทำได้

ต่อมานักศึกษาแจ้งว่าผลการสอบเก็บคะแนนวิชาภาษาอังกฤษที่ผ่านมา นักศึกษามีคะแนนดีขึ้น โดยนักศึกษากล่าวกับผู้ศึกษาว่าไม่คิดว่าตนเองจะทำได้ และนักศึกษาแจ้งว่าตนเองมีความมั่นใจมากขึ้นว่าจะทำตามภาพฝันที่วางไว้ได้ หลังจากนั้นได้ติดตามผลการเรียนของนักศึกษาพบว่า นักศึกษามีผลการเรียนสูงขึ้นจาก 1.6 เป็น 2.30

สรุปผลการโค้ช กรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาผลการเรียน

การจากโค้ชนักศึกษากรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาผลการเรียน สังเกตว่านักศึกษามีความสนใจที่จะพัฒนาตนเองมากขึ้น โดยมีการวางแผนการเรียนและส่งแผนให้ผู้วิจัย จากนั้นได้มีการเรียนรู้ในการดำเนินการตามแผน และมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกล่าวคือจากที่ไม่เคยเลิกเซอร์เลย์ กลายเป็นจุดเลิกเซอร์เลย์ทุกครั้งที่มีเรียน นอกจากนั้นยังเปลี่ยนจากการไม่ค่อยเข้าเรียนเป็นเข้าเรียนทุกครั้ง มีการทำสรุปบทเรียนส่งให้ผู้ศึกษาในทุกครั้งที่มีการเรียน สุดท้ายนักศึกษาแจ้งผลว่าหลังจากเข้ารับการโค้ช คะแนนสอบวิชาภาษาอังกฤษของนักศึกษาคือดีขึ้น มีพัฒนาการด้านการเรียนมากขึ้น และมีผลการเรียนดีขึ้น ซึ่งสามารถแสดงผลการโค้ชดังนี้

ตารางที่ 3 ผลการโค้ช เรื่องการพัฒนาผลการเรียน

การวัดและประเมินผล การโค้ช	ผลที่ได้
การประเมินปฏิกิริยา ตอบสนอง	จากการโค้ช สังเกตว่านักศึกษามีความสนใจที่จะพัฒนาตนเองมากขึ้น
การประเมินการเรียนรู้	นักศึกษามีการวางแผนการเรียนและส่งแผนให้ผู้วิจัย จากนั้นได้มีการเรียนรู้ในการดำเนินการตามแผน

ตารางที่ 3 ผลการโค้ช เรื่องการพัฒนาผลการเรียน (ต่อ)

การวัดและประเมินผล การโค้ช	ผลที่ได้
การประเมินพฤติกรรม	นักเรียนมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม จากที่ไม่เคยเลคเชอร์เลย กลายเป็นจดเลคเชอร์ทุกครั้งที่มีเรียน นอกจากนั้นยังเปลี่ยนจากการไม่ค่อยเข้าเรียนเป็นเข้าเรียนทุกครั้ง มีการทำสรุปบทเรียนส่งให้ผู้ศึกษาในทุกครั้งที่เรียน
การประเมินผลลัพธ์ที่ ต้องการ	คะแนนสอบวิชาภาษาอังกฤษของนักศึกษาดีขึ้น มีพัฒนาการด้านการเรียนมากขึ้น และมีผลการเรียนดีขึ้น

4. ผลการศึกษา เรื่องการพัฒนาความกล้าแสดงออก

ผู้ศึกษาได้เริ่มต้นจากการสอบถามถึงจุดประสงค์ในการเข้ารับการพัฒนาศักยภาพของนักศึกษา นักศึกษาแจ้งว่าอยากพัฒนาในเรื่องความกล้า โดยเฉพาะความกล้าแสดงออกในการนำเสนองานหน้าชั้น ผู้ศึกษาจึงทำการโค้ชเชิงบวกโดยการสำรวจถึงประสบการณ์ที่เคยออกไปนำเสนองานหน้าชั้นแล้วรู้สึกตนเองทำได้ดี นักศึกษาแจ้งว่าเคยมีช่วงมัธยมศึกษาปีที่ 4 ครูให้นักศึกษาออกไปสอนเพื่อน โดยให้ออกไปเป็นกลุ่ม นักศึกษาพยายามหลีกเลี่ยงแต่เนื่องจากหลีกเลี่ยงมาหลายครั้ง ครั้งนี้จึงไม่สามารถเลี่ยงได้ สิ่งที่นักศึกษาทำคือได้เตรียมตัวอ่านเนื้อหาที่ตนเองต้องสอนเพื่อนแล้วก็ออกไปสอน ในครั้งนั้นคุณครูชมว่านักศึกษาทำได้ดี

จึงชวนนักศึกษาคิดเกี่ยวกับภาพฝันในอีก 1 เดือนข้างหน้าเพื่อให้นักศึกษาได้จินตนาการถึงความสำเร็จ จุดประสงค์คือปลูกฝังความเชื่อให้นักศึกษาได้รับรู้ว่าตนเองสามารถกลายเป็นคนที่กล้าแสดงออกได้ นอกจากนั้นผู้ศึกษายังได้ชวนให้นักศึกษาคิดและวิเคราะห์พฤติกรรมการกลัวของตนเอง ซึ่งเมื่อพิจารณาแล้วก็พบว่า แท้จริงไม่มีอะไร ที่นักศึกษากลัวการออกไปยืนหน้าชั้นเรียน เป็นสิ่งที่คิดขึ้นเองทั้งสิ้น และได้ใช้หลักผลกระทบพิกมาเลียน โดยแสดงความเชื่อมั่นว่า นักศึกษาสามารถพัฒนาในเรื่องความกล้าได้

จากนั้นได้นัดสัมภาษณ์อีกครั้ง สังกัดว่านักศึกษามีบุคลิกดีขึ้น จากการพูดคุยเบื้องต้นทำให้ทราบว่านักศึกษามีงานจะต้องออกไปนำเสนอหน้าห้อง จึงออกแบบแนวทางพัฒนาโดยให้นักศึกษานึกถึงภาพตนเองตอนที่เคยทำสำเร็จ ภาพที่ตนเองมีการนำเสนออย่างมั่นใจ แล้วสร้างท่าร่างกายให้เหมือนช่วงเวลานั้นหรือท่าร่างกายให้เหมือนกับคนที่มีความมั่นใจ ตามหลัก Power posing และให้นักศึกษาลองทำท่าแบบ Low power body language และแบบ High power body language เพื่อให้ นักศึกษาเข้าใจประสิทธิภาพของการปรับท่าทาง ซึ่งนักศึกษารับปากจะนำไปปรับใช้ในการนำเสนอผลงาน

จากนั้นจึงได้สอบถามถึงผลการปฏิบัติ นักศึกษาแจ้งว่าในช่วงที่ตนนำเสนองาน ตนก็ยังกลัวการออกไปนำเสนอเหมือนเดิม แต่ก่อนนำเสนอได้ปรับท่าทางให้ดูเหมือนเป็นคนมีความมั่นใจ แบบที่ผู้ศึกษาแนะนำ เมื่อถึงเวลานำเสนองาน นักศึกษาได้ออกไปยืนด้านหน้าแล้วก็ทำตนเองให้เด่น ทำท่าให้เหมือนคนมีความมั่นใจ ในช่วงที่อาจารย์ซักถามนักศึกษาเล่าว่าตนก็ไม่ว่างจะตอบได้ หรือไม่ แต่พยายามบอกตัวเองว่าตอบได้ ทำได้ และทำท่าเหมือนว่าตนเองรู้เรื่องเป็นอย่างดี ปรากฏว่าอาจารย์ถามแต่คำถามเดียวแล้วก็ไม่ถามอีก ในขณะที่เพื่อนอีกคนนำเสนอแบบตะกุกตะกักไม่มั่นใจจึงถูกอาจารย์ซักถามอย่างหนัก หลังจากนำเสนอเสร็จอาจารย์ประจำวิชาได้ชมว่านำเสนอได้ดี นอกจากนั้นนักศึกษาแจ้งเพิ่มเติมว่าหลังจากการนำเสนอวันนั้น รู้สึกว่าตนเองมีความกล้ามากขึ้น

สรุปผลการโค้ช กรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาความกล้าแสดงออก

การจากโค้ชนักศึกษากรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาความกล้าแสดงออก ในขณะที่ทำการโค้ช สังเกตได้ว่านักศึกษามีความสนใจในกระบวนการโค้ชและให้ความร่วมมือในการตอบคำถามอย่างดี มีการเรียนรู้ในการทำท่าทางแบบ Low power body language และ High power body language โดยนักศึกษสามารถรับรู้ถึงพลังของการปรับท่าทาง และมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกล่าวคือ นำเอาหลัก Power posing ไปปรับใช้ในการนำเสนอรายงานหน้าชั้นเรียน สุดท้ายนักศึกษาแจ้งผลว่าหลังจากเข้ารับการโค้ช ตนเองมีความกล้าแสดงออกมากขึ้น ซึ่งสามารถแสดงผลการโค้ชดังนี้

ตารางที่ 4 ผลการโค้ช เรื่องการพัฒนาความกล้าแสดงออก

การวัดและประเมินผล การโค้ช	ผลที่ได้
การประเมินปฏิกริยา ตอบสนอง	ในขณะที่ทำการโค้ชสังเกตได้ว่านักศึกษามีความสนใจในกระบวนการโค้ชและให้ความร่วมมือในการตอบคำถามอย่างดี
การประเมินการเรียนรู้	นักศึกษได้เรียนรู้ในการทำท่าทางแบบ Low power body language และ High power body language โดยนักศึกษสามารถรับรู้ถึงพลังของการปรับท่าทาง
การประเมินพฤติกรรม	นักศึกษนำเอาหลัก Power posing ไปปรับใช้ในการนำเสนอรายงานหน้าชั้นเรียน
การประเมินผลลัพธ์ที่ ต้องการ	นักศึกษมีความกล้าแสดงออกมากขึ้น

5. ผลการศึกษา เรื่องการพัฒนาเรื่องการทำตามเป้าหมาย

ผู้ศึกษาได้เริ่มต้นจากการสอบถามถึงจุดประสงค์ในการเข้ารับการพัฒนาศักยภาพของนักศึกษา นักศึกษาแจ้งว่าต้องการพัฒนาตนเองในด้านความรับผิดชอบต่อการอ่านหนังสือ โดยแจ้งว่าปกติตนเองจะทำตารางเวลาไว้ว่าในวันหนึ่งจะต้องทำอะไร อ่านหนังสือเวลาใด แต่ที่ผ่านมาตนไม่สามารถทำตามตารางเวลาที่ตั้งไว้ได้ ผู้ศึกษาจึงได้สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมเกี่ยวกับตารางเวลาที่นักศึกษาจัดทำ พบว่านักศึกษาได้แบ่งกิจกรรมที่ต้องทำในแต่ละวันเป็นช่วงเวลา ซึ่งที่ผ่านมาสามารถทำตามตารางเวลาได้เพียงร้อยละ 10 เท่านั้น

ผู้ศึกษาจึงทำการโค้ชเชิงบวกโดยการสำรวจ ถึงประสบการณ์ที่เคยทำตามตารางเวลาที่ตั้งไว้ได้ ซึ่งนักศึกษาแจ้งว่าตอนที่อยู่กับครอบครัวนักศึกษาสามารถทำได้ เพราะในครอบครัวมีการระบุเวลาทำกิจกรรมชัดเจน แต่ตอนนี้นักศึกษาอยู่คนเดียว ไม่มีการบังคับ จึงไม่สามารถทำตามตารางเวลาที่ตั้งไว้ได้

จากที่นักศึกษาให้ข้อมูล ผู้ศึกษาจึงสรุปประเด็นปัญหาของนักศึกษาว่าอาจจะเกิดจากการตั้งเวลาที่เคร่งครัดเกินไป พอทำไม่ได้ตามตารางเวลา นักศึกษาก็จะคิดว่าในเมื่อก็ทำไม่ได้แล้วก็เลยไม่ทำ ซึ่งนักศึกษาก็ยืนยันตนเองมีพฤติกรรมเช่นนี้จริง จึงวาดฝันในเบื้องต้นว่านักศึกษาจะต้องมีความรู้สึกเชื่อมั่นว่าตนเองสามารถทำสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ และได้ออกแบบแนวทางโดยให้นักศึกษาจัดตารางใหม่โดยเปลี่ยนเป็นตั้งเป้าหมายตามเนื้อหาบทเรียนแทนเวลา จุดประสงค์ของผู้ศึกษาคือต้องการให้นักศึกษาสื่อสารกับตนเองใหม่ เนื่องจากปัญหาของนักศึกษาคือเคยชินกับการทำตามเป้าหมายไม่ได้ ผู้ศึกษาจึงต้องช่วยนักศึกษารับรองความคิด โดยวางแผนให้นักศึกษาสามารถทำสำเร็จตามเป้าหมายได้บ่อยขึ้น เพื่อให้ นักศึกษารู้จักชื่นชมยินดีในตนเอง

หลังจากนั้นนักศึกษาได้ส่งตารางใหม่มาให้ โดยแจ้งว่า 7 วัน สามารถทำตามเป้าได้ 4 วัน ผู้ศึกษาจึงชื่นชมและให้กำลังใจในการปฏิบัติ ซึ่งนักศึกษาแจ้งว่าเมื่อตนเองทำได้ตามเป้าหมาย ตนรู้สึกดีและรู้สึกว่าตนเองมีค่า จากนั้นผู้ศึกษาจึงได้สอบถามผลจากการอ่าน นักศึกษาแจ้งว่ายังมีบางวิชาที่ยังจำได้ไม่ดี ผู้ศึกษาจึงได้สำรวจ ถึงวิธีที่นักศึกษาเคยจำเนื้อหาบทเรียนได้ดี นักศึกษาแจ้งว่าใช้วิธีทำ Mind map ซึ่งแสดงว่านักศึกษาเป็นผู้ที่ถนัดการเรียนรู้ทางสายตามหลัก VAK ดังนั้นเพื่อให้ นักศึกษาสามารถอ่านหนังสือตามตารางเวลาที่กำหนดไว้ และสามารถจำเนื้อหาบทเรียนได้ จึงได้ออกแบบแนวทางการพัฒนาโดยกำหนดให้นักศึกษาสรุปบทเรียนให้ครบทุกมิติตามหลัก VAK ด้วยการเขียน และเพิ่มเรื่องอ่านออกเสียง

จากนั้นผู้ศึกษาได้ติดตามผล นักศึกษาแจ้งว่าได้ทำตามผู้ศึกษาแนะนำ โดยการอ่านออกเสียง ในขณะที่สรุปบทเรียนไปด้วย แต่ได้แจ้งเพิ่มเติมว่า ใช้วิธีการอ่านก่อนรอบหนึ่งแล้วช่วงทบทวนค่อยอ่านออกเสียงจะทำให้จำได้มากขึ้น นอกจากนี้ผู้ศึกษาได้สอบถามถึงวิธีการอ่านหนังสือของนักศึกษา และได้นำเสนอเทคนิคส่วนตัวในการอ่านหนังสือกฎหมายให้กับนักศึกษา โดยเล่าว่าปกติ

ผู้เรียนนิเทศศาสตร์มักจะอ่านแบบทำความเข้าใจก่อนแล้วค่อยท่องมาตรา แต่ผู้ศึกษาเคยลองท่องมาตราก่อน ปรากฏว่าทำให้จำได้ดีมาก นักศึกษาจึงสนใจโดยบอกว่าจะลองนำไปปฏิบัติดู

จากนั้นนักศึกษามารายงานผลว่าการท่องมาตราก่อนอ่านหนังสือ ทำให้จำได้ดีมาก ตนเองน่าจะอ่านแบบนี้ตั้งแต่แรก ส่วนเรื่องตารางเวลานักศึกษาแจ้งว่าพอใจกับตารางเวลาที่ทำอยู่ ณ ตอนนี้

สรุปผลการโค้ช กรณีศึกษา เรื่องการทำตามเป้าหมาย

การจากโค้ชนักศึกษากรณีศึกษา เรื่องการทำตามเป้าหมาย ในขณะที่ทำการโค้ชสังเกตได้ว่า นักศึกษามีความสนใจในกระบวนการโค้ชและให้ความร่วมมือในการตอบคำถามอย่างดี จากที่ให้นักศึกษาสิ่งที่ผู้ศึกษาแนะนำไปปฏิบัติ นักศึกษาได้กลับมาเล่าถึงผลการปฏิบัติและนำปัญหาที่พบมาสอบถาม และมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกล่าวคือได้ปรับการตั้งเป้าหมายจากเดิมที่ใช้การกำหนดกิจกรรมด้วยการแบ่งเวลามาเป็นใช้การกำหนดกิจกรรมด้วยเป้าหมาย นอกจากนั้นได้นำเอาการอ่านออกเสียงและการเขียนตามหลัก VAK ไปปรับใช้ในการอ่านหนังสือ สุดท้ายนักศึกษาแจ้งผลว่า หลังจากเข้ารับการโค้ช ตนสามารถอ่านหนังสือตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ได้และสามารถจำบทเรียนที่อ่านได้มากขึ้น ซึ่งสามารถแสดงผลการโค้ชดังนี้

ตารางที่ 5 ผลการโค้ช เรื่องการพัฒนาเรื่องการทำตามเป้าหมาย

การวัดและประเมินผล การโค้ช	ผลที่ได้
การประเมินปฏิกริยา ตอบสนอง	ในขณะที่ทำการโค้ชสังเกตได้ว่านักศึกษามีความสนใจในกระบวนการโค้ชและให้ความร่วมมือในการตอบคำถามอย่างดี
การประเมินการเรียนรู้	จากที่ให้นักศึกษาสิ่งที่ผู้ศึกษาแนะนำไปปฏิบัติ นักศึกษาได้กลับมาเล่าถึงผลการปฏิบัติและนำปัญหาที่พบมาสอบถาม
การประเมินพฤติกรรม	นักศึกษาได้ปรับการตั้งเป้าหมายจากเดิมที่ใช้การกำหนดกิจกรรมด้วยการแบ่งเวลามาเป็นใช้การกำหนดกิจกรรมด้วยเป้าหมาย นอกจากนั้นได้นำเอาการอ่านออกเสียงและการเขียนตามหลัก VAK ไปปรับใช้ในการอ่านหนังสือ
การประเมินผลลัพธ์ที่ ต้องการ	นักศึกษาสามารถอ่านหนังสือตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ได้และสามารถจำบทเรียนที่อ่านได้มากขึ้น

6. ผลการศึกษา เรื่องการพัฒนาสมาธิในการอ่านหนังสือ

ผู้ศึกษาได้เริ่มต้นจากการสอบถามถึงจุดประสงค์ในการเข้ารับการพัฒนาศักยภาพของนักศึกษา นักศึกษาแจ้งว่าต้องการพัฒนาตนเองในด้านการมีสมาธิจดจ่ออยู่กับการเรียน โดยนักศึกษายืนยันว่าตนเองเป็นคนสมาธิสั้น เป็นคนคิดช้า และไม่สามารถจดจ่ออยู่กับบทเรียนได้นาน จากการพูดคุยสอบถามทำให้ทราบว่า นักศึกษามีทัศนคติที่ไม่เชื่อมั่นในตนเอง ไม่เชื่อว่าตนเองสามารถพัฒนาได้ ในขั้นต้นจึงจำเป็นต้องช่วยปรับทัศนคติหรือทำให้นักศึกษากลับมามีความเชื่อมั่นในตนเองอีกครั้ง ผู้ศึกษาจึงเริ่มโค้ชด้วยการชี้ให้นักศึกษาเห็นว่านักศึกษาไม่ได้เป็นคนที่ไม่พัฒนาไม่ได้ โดยยกตัวอย่างเรื่องของการเลือกร้านอาหารว่า ยิ่งข้อมูลเยอะ ยิ่งมีการคิดวิเคราะห์เยอะขึ้น การที่นักศึกษาคิดช้าแสดงว่านักศึกษามีข้อมูลความรู้มากกว่าผู้อื่น ซึ่งจากการสังเกตพบว่านักศึกษามีอารมณ์เชิงบวกมากขึ้น

การนัดโค้ชครั้งที่สอง นักศึกษาเริ่มเล่าถึงปัญหาเรื่องสมาธิในการเรียน โดยบอกว่าตนเองไม่สามารถมีสมาธิกับการอ่านหนังสือเรียนได้ ผู้ศึกษาได้โค้ชเชิงบวกโดยการสำรวจถึงประสบการณ์ที่นักศึกษาเคยอ่านหนังสือได้เป็นเวลานาน หรืออ่านแล้วจำเนื้อหาได้เป็นอย่างดี นักศึกษาเล่าว่า เคยท่องมาตรายาว 3 บรรทัด ใช้เวลา 15 นาทีก็จำได้ ช่วงนั้นเหมือนกับว่าได้ติดตามไปกับตัวหนังสือด้วย จึงทำให้เข้าใจเนื้อหามากขึ้น ผู้ศึกษาจึงได้แนะนำเทคนิค 10-10-10 ให้นักศึกษาไปปรับใช้กับการอ่านหนังสือ โดยให้เริ่มจากการอ่านหนังสือเพียง 10 นาที ซึ่งนักศึกษาคงว่าจะนำไปลองทำดู

การนัดโค้ชครั้งที่สาม นักศึกษาแจ้งว่าตนเองไม่สามารถใช้วิธี 10-10-10 ได้ เนื่องจากเวลาอ่านหนังสือ นักศึกษาจะรอว่าเมื่อไหร่จะถึง 10 นาทีจะได้เลิกอ่าน ทำให้ไม่มีสมาธิอยู่กับบทเรียน ผู้ศึกษาจึงได้แต่ให้กำลังใจ

จากนั้น 4 วัน นักศึกษาได้แจ้งปัญหาว่า พรุ่งนี้มีสอบปลายภาค แต่ก็ไม่สามารถอ่านหนังสือและจำบทเรียนได้ ในช่วงนี้ผู้ศึกษาได้พบหลักผลกระทบเชกานิค จึงลองนำหลักดังกล่าวมาปรับใช้ด้วยการให้นักศึกษาคิดว่าจะอ่านหนังสือแค่ที่ละ 3 บรรทัดเท่านั้น ไม่ต้องคิดอย่างอื่น นักศึกษาจึงนำไปลองปฏิบัติ ปรากฏว่าอีก 20 นาที นักศึกษาคิดต่อมาร้อยรายงานผลว่า สามารถอ่านหนังสือจนจบ 1 บทได้ จึงได้ให้นักศึกษาลองใช้หลักการนี้ในการอ่านหนังสือวิชาอื่น ซึ่งนักศึกษาแจ้งผลว่าวิธีดังกล่าวทำให้อ่านหนังสือได้นานขึ้น หลังจากนั้นได้ติดตามผลการเรียนของนักศึกษาพบว่านักศึกษามีผลการเรียนสูงขึ้นจาก 2.35 เป็น 2.80

สรุปผลการโค้ช กรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาสมาธิในการอ่านหนังสือ

การจากโค้ชนักศึกษากรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาสมาธิในการอ่านหนังสือในขณะที่ทำการโค้ชสังเกตได้ว่านักศึกษามีความสนใจในกระบวนการโค้ชและให้ความร่วมมือในการตอบคำถาม

อย่างดี จากที่ให้นักศึกษาสิ่งที่ผู้ศึกษาแนะนำไปปฏิบัติ นักศึกษาได้กลับมาเล่าถึงผลการปฏิบัติและนำปัญหาที่พบมาสอบถาม และมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกล่าวคือนักศึกษาได้นำเอาสิ่งที่ผู้ศึกษาแนะนำไปปฏิบัติ ทั้งวิธี 10-10-10 และหลักผลกระทบเชิงกานิค สุดท้ายนักศึกษาแจ้งผลว่าหลังจากเข้ารับการโค้ช ตนสามารถมีสมาธิอยู่กับการอ่านหนังสือได้ และมีผลการเรียนดีขึ้น ซึ่งสามารถแสดงผลการโค้ชดังนี้

ตารางที่ 6 ผลการโค้ช เรื่องการพัฒนาสมาธิในการอ่านหนังสือ

การวัดและประเมินผล การโค้ช	ผลที่ได้
การประเมินปฏิกริยา ตอบสนอง	ในขณะที่ทำการโค้ชสังเกตได้ว่านักศึกษามีความสนใจในกระบวนการโค้ชและให้ความร่วมมือในการตอบคำถามอย่างดี
การประเมินการเรียนรู้	จากที่ให้นักศึกษาสิ่งที่ผู้ศึกษาแนะนำไปปฏิบัติ นักศึกษาได้กลับมาเล่าถึงผลการปฏิบัติและนำปัญหาที่พบมาสอบถาม
การประเมินพฤติกรรม	นักศึกษานำเอาสิ่งที่ผู้ศึกษาแนะนำไปปฏิบัติ ทั้งวิธี 10-10-10 และหลักผลกระทบเชิงกานิค
การประเมินผลลัพธ์ที่ ต้องการ	นักศึกษามีสมาธิอยู่กับการอ่านหนังสือได้ และมีผลการเรียนดีขึ้น

7. ผลการศึกษา เรื่องการพัฒนาด้านความจำ

ในขั้นต้นผู้ศึกษาได้สอบถามถึงประเด็นที่นักศึกษาต้องการพัฒนาพบว่านักศึกษาคือเป็นคนอ่านหนังสือเยอะ แต่ไม่สามารถจำสิ่งที่อ่านไปได้ ผู้ศึกษาจึงเริ่มการโค้ชด้วยการสำรวจถึงประสบการณ์ที่นักศึกษาเคยอ่านหนังสือแล้วสามารถจำเนื้อหาที่อ่านได้เป็นอย่างดี นักศึกษาตอบว่าต้องอ่านออกเสียง ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎี VAK ที่ระบุว่าพฤติกรรมการเรียนรู้ของมนุษย์แบ่งได้ 3 ประเภทหลักได้แก่ ผู้ที่เรียนรู้ทางสายตา ผู้ที่เรียนรู้ทางโสตประสาท และผู้ที่เรียนรู้ทางร่างกาย และความรู้สึก โดยนักศึกษาคจัดอยู่ในประเภทการเรียนรู้จากทางโสตประสาท ผู้ศึกษาจึงกำหนดให้นักศึกษาเรียนรู้ผ่านทั้ง 3 รูปแบบโดยการกำหนดให้นักศึกษาใช้การอ่านออกเสียงตอนอ่านหนังสือและเขียนสรุปบทเรียน เพื่อให้ นักศึกษาได้มีการเรียนรู้ทั้ง 3 ทาง

จากนั้น 4 วัน ผู้ศึกษาจึงได้สอบถามผลการทดลอง ซึ่งนักศึกษายืนยันว่าสามารถจำบทเรียนได้มากขึ้น ผู้ศึกษาจึงได้ชวนนักศึกษาวาดภาพฝันว่าตนเองสามารถมีผลการเรียนในระดับสูง จากนั้นได้ออกแบบเพื่อให้ นักศึกษาบรรลุภาพฝัน โดยใช้ทฤษฎีสร้างนิสัยใน 21 วัน โดยให้นักศึกษาอ่านหนังสือตามหลัก VAK อย่างต่อเนื่องเป็นเวลา 21 วัน

ในระหว่างนั้นนักศึกษาได้ส่งสรุปบทเรียนมาให้ผู้ศึกษาทางเฟสบุ๊คต่อเนื่องเป็นเวลา 21 วัน โดยนักศึกษาแจ้งว่าตนเองมีความมั่นใจในการเรียนมากขึ้น ซึ่งพิจารณาจากคะแนนเก็บทุกวิชาอยู่ในระดับสูง หลังจากนั้นได้ติดตามผลการเรียนของนักศึกษาพบว่า นักศึกษามีผลการเรียนสูงขึ้นจาก 2.36 เป็น 2.60

สรุปผลการโค้ช กรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาด้านความจำ

การจากโค้ชนักศึกษากรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาด้านความจำ ในขณะที่ทำการโค้ชสังเกตได้ว่านักศึกษามีความสนใจในกระบวนการโค้ชและให้ความร่วมมือในการตอบคำถามอย่างดี จากที่ให้นักศึกษาไปสรุปบทเรียนตามหลัก VAK นักศึกษาได้กลับมาเล่าถึงผลการปฏิบัติและนำปัญหาที่พบมาสอบถาม และมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกล่าวคือนักศึกษาได้ไปอ่านหนังสือและสรุปบทเรียนส่งให้ผู้ศึกษาดูเป็นเวลา 21 วัน ติดต่อกัน สุดท้ายนักศึกษายืนยันผลการโค้ชว่า จากการปรับเปลี่ยนวิธีอ่านหนังสือทำให้ตนเองสามารถจำบทเรียนได้มากขึ้น ส่งผลให้ทำคะแนนเก็บได้ดีขึ้น และมีผลการเรียนดีขึ้น ซึ่งสามารถแสดงผลการโค้ชดังนี้

ตารางที่ 7 ผลการโค้ช เรื่องการพัฒนาด้านความจำ

การวัดและประเมินผล การโค้ช	ผลที่ได้
การประเมินปฏิกริยา ตอบสนอง	ในขณะที่ทำการโค้ชสังเกตได้ว่านักศึกษามีความสนใจในกระบวนการโค้ชและให้ความร่วมมือในการตอบคำถามเป็นอย่างดี
การประเมินการเรียนรู้	จากที่ให้นักศึกษาไปสรุปบทเรียนตามหลัก VAK นักศึกษาได้กลับมาเล่าถึงผลการปฏิบัติและนำปัญหาที่พบมาสอบถาม
การประเมินพฤติกรรม	นักศึกษามีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยการอ่านหนังสือและสรุปบทเรียนส่งให้ผู้ศึกษาดูเป็นเวลา 21 วัน ติดต่อกัน
การประเมินผลลัพธ์ที่ ต้องการ	การปรับเปลี่ยนวิธีอ่านหนังสือทำให้นักศึกษาสามารถจำบทเรียนได้มากขึ้น ส่งผลให้ทำคะแนนเก็บได้ดีขึ้น และมีผลการเรียนดีขึ้น

8. ผลการศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน: ถังขยะ

นักศึกษาที่เข้ารับการโค้ชเป็นนักศึกษาคณะนิติศาสตร์ ที่เรียนวิชาพันธะทางสังคมของพลเมือง โดยอาจารย์ประจำวิชาได้มอบหมายงานให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มไปสัมภาษณ์นักศึกษาคณาจารย์และบุคลากรเกี่ยวกับประเด็นปัญหาที่ควรได้รับการแก้ไขภายในมหาวิทยาลัยขอนแก่น และนำปัญหาที่ได้มาจัดทำโครงการเพื่อแก้ไขปัญหา

ในขั้นต้นผู้ศึกษาได้สอบถามถึงประเด็นปัญหาที่นักศึกษาต้องการพัฒนา นักศึกษาระบุว่า ต้องการทำโครงการเกี่ยวกับถังขยะ โดยทำเป็นสตีกเกอร์รณรงค์การรักษาความสะอาดและนำไปติดตามที่ต่างๆ ผู้ศึกษาจึงเริ่มไต่ข้ด้วยการตั้งคำถามชวนคิดถึงสิ่งที่นักศึกษาทำ เพื่อให้ นักศึกษาทบทวนว่า โครงการที่กำลังจะทำได้ก่อให้เกิดประโยชน์มากน้อยเพียงใด ซึ่งจากกระบวนการดังกล่าวทำให้ทราบว่า นักศึกษา ยังไม่ชัดเจนในเรื่องเป้าหมายของการทำโครงการ

ผู้ศึกษาจึงทำการไต่ข้เชิงบวก โดยใช้การสำรวจสอบถามถึงประสบการณ์ดีๆที่นักศึกษาเคยพบเกี่ยวกับการแก้ปัญหาขยะ จากการสำรวจพบว่า นักศึกษาเคยพบถังขยะแบบเมื่อทิ้งขยะลงไปจะมีเสียงซึ่งดูน่าสนใจ จึงกระตุ้นให้นักศึกษาเห็นภาพฝันที่จะเกิดขึ้นในการทำโครงการดังกล่าว โดยชี้ให้เห็นว่าผลงานของนักศึกษาสามารถขยายผลถึงระดับประเทศได้ ซึ่งหลังจากที่ได้ชี้ให้นักศึกษาเห็นถึงภาพฝันที่จะเกิดขึ้น นักศึกษามีท่าทีสนใจโครงการดังกล่าวเป็นอย่างมาก มีการพูดคุยกันถึงรายละเอียดในการดำเนินการ แต่มีนักศึกษบบางส่วนแสดงความกังวลว่าหัวข้อโครงการนั้นจะต้องได้รับการอนุมัติจากอาจารย์ประจำกลุ่มเรียนก่อนถึงจะสามารถดำเนินการได้ นักศึกษาจึงแจ้งว่าจะขอนำโครงการดังกล่าวไปปรึกษากับอาจารย์ หากอาจารย์อนุมัติจึงจะเริ่มลงมือปฏิบัติได้

จากนั้นในวันเดียวกัน นักศึกษาได้แจ้งผ่านทางเฟสบุ้คว่า อาจารย์ประจำกลุ่มเรียนได้ขอเบอร์โทรศัพท์ผู้ศึกษาเพื่อพูดคุยเรื่องโครงการ โดยอาจารย์ได้แจ้งว่าหลังจากนักศึกษามานำเสนอโครงการ อาจารย์มีความสนใจเป็นอย่างมาก และได้เชิญให้ผู้ศึกษาไปบรรยายเรื่องการพัฒนาผลงานให้กับนักศึกษาที่สำนักศึกษาวิชาทั่วไป ผู้ศึกษาจึงได้ไปบรรยายให้กับนักศึกษาในกลุ่มเรียนนั้นฟัง โดยเนื้อหาที่บรรยายจะเป็นการพูดถึงการใช้หลักสุนทรียศาสตร์ในการค้นหาประสบการณ์ที่ดีที่สามารถนำมาพัฒนาต่อไป จากการบรรยายส่งผลให้ในวันนั้นนักศึกษได้หัวข้อโครงการครบทุกกลุ่ม

หลังจากนั้นประมาณ 9 วัน ผู้ศึกษาได้ติดต่อไปยังนักศึกษาเพื่อสอบถามผลการดำเนินงาน แต่นักศึกษาไม่ตอบกลับ จากนั้นผู้ศึกษาได้ติดต่อไปอีก 4 ครั้ง แต่นักศึกษาก็ยังไม่มีการตอบกลับ เช่นเดิม จนครั้งสุดท้ายได้แจ้งกลับมาว่า นักศึกษาไม่ได้ทำโครงการถังขยะมีเสียงแล้ว และได้ทำโครงการอื่นแทน

สรุปผลการไต่ข้ กรณีศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน : ถังขยะ

การจากไต่ข้ นักศึกษากรณีศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน : ถังขยะ ในขณะที่พูดคุยสังเกตได้ว่า นักศึกษามีความสนใจที่จะพัฒนาโครงการให้ดีขึ้น จากนั้นนักศึกษานำเอาโครงการไปปรึกษากับอาจารย์ประจำกลุ่มเรียน แต่หลังจากนั้นไม่สามารถติดต่อนักศึกษาได้ ในครั้งสุดท้ายนักศึกษาดติดต่อผ่านทางเฟสบุ้คโดยแจ้งว่าไม่ได้ทำโครงการดังกล่าวแล้ว โดยสามารถแสดงผลการไต่ข้ดังนี้

ตารางที่ 8 ผลการโค้ชเรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน : ถังขยะ

การวัดและประเมินผล การโค้ช	ผลที่ได้
การประเมินปฏิกิริยา ตอบสนอง	ในขณะที่พูดคุยสังเกตได้ว่า นักศึกษามีความสนใจที่จะพัฒนา โครงการให้ดีขึ้น
การประเมินการเรียนรู้	นักศึกษานำเอาโครงการไปปรึกษากับอาจารย์ประจำกลุ่มเรียน
การประเมินพฤติกรรม	ไม่มีการพัฒนาโครงการต่อ
การประเมินผลลัพธ์ที่ ต้องการ	ไม่มีการพัฒนาโครงการต่อ

9. ผลการศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน: แก้ปัญหาเกี่ยวกับการจราจร (ครั้งที่ 1)

นักศึกษาที่ให้สัมภาษณ์เป็นนักศึกษาคณะนิติศาสตร์ ที่เรียนวิชาพันธะทางสังคมของพลเมือง โดยอาจารย์ประจำวิชาได้มอบหมายงานให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มไปสัมภาษณ์ศึกษาคณาจารย์และบุคลากรเกี่ยวกับประเด็นปัญหาที่ควรได้รับการแก้ไขภายในมหาวิทยาลัยขอนแก่น และนำปัญหาที่ได้มาจัดทำโครงการ ในขั้นต้นนักศึกษาได้ขอเข้าสัมภาษณ์ที่คณะ ผู้ศึกษาจึงได้นำเสนอวิธีพัฒนาโครงการด้วยการให้นักศึกษาเข้ารับการโค้ช ซึ่งนักศึกษายินดี

ในขั้นต้นผู้ศึกษาได้สอบถามถึงประเด็นปัญหาที่นักศึกษาต้องการพัฒนา นักศึกษาแจ้งว่าต้องการแก้ไขปัญหาเรื่องการจราจร โดยจะทำป้ายรณรงค์เรื่องการขับขี้อย่างปลอดภัยและการสวมหมวกกันน็อก ผู้ศึกษาจึงชวนคิดประเด็นดังกล่าวว่าสามารถแก้ไขปัญหาได้จริงหรือไม่ ซึ่งหลังจากการคิดพิจารณา นักศึกษายอมรับว่าการติดป้ายรณรงค์นั้นไม่สามารถช่วยแก้ปัญหาจราจรได้จริง ผู้ศึกษาจึงทำการโค้ชเชิงบวกโดยใช้การสำรวจถึงประสบการณ์ต่างๆที่นักศึกษาเคยพบเกี่ยวกับการจราจร จากการสำรวจพบว่า ช่วงหนึ่งนักศึกษาต้องมาทำกิจกรรมที่คณะและนักศึกษาก็ไม่มีรถเพื่อนของนักศึกษาเห็นว่าจะต้องไปที่คณะเหมือนกันจึงบอกให้นักศึกษาติดรถมาด้วย นักศึกษาจึงประทับใจเหตุการณ์ดังกล่าว

ผู้ศึกษาจึงได้เสนอแนวทางให้นักศึกษาลองปรับโครงการจากการติดป้ายรณรงค์เรื่องจราจรเป็นการทำโครงการทางเดียวกันไปด้วยกัน และได้ให้ข้อมูลประกอบการตัดสินใจโดยแจ้งปัญหาที่ผู้ศึกษาได้ทราบจากนักศึกษาคณะอื่น จากนั้นได้กระตุ้นให้นักศึกษาเห็นภาพฝันที่จะเกิดขึ้นจากการทำโครงการดังกล่าว โดยชี้ให้เห็นว่าโครงการของนักศึกษาสามารถพัฒนาไปถึงขั้นที่ช่วยเหลือคนได้จำนวนมาก ซึ่งหลังจากที่ได้ชี้ให้นักศึกษาเห็นถึงภาพฝันที่จะเกิดขึ้น นักศึกษามีท่าทีสนใจโครงการดังกล่าวเป็นอย่างมาก มีการพูดคุยกันถึงรายละเอียดในการดำเนินงาน แต่ติด

ปัญหาที่สมาชิกในกลุ่มส่วนใหญ่ยังไม่รับรู้ข้อมูล นักศึกษาจึงขอเวลาไปทำความเข้าใจกับสมาชิกในกลุ่มก่อน

หลังจากนั้น ผู้ศึกษาได้สอบถามนักศึกษาผ่านเฟสบุ๊คถึงความคืบหน้าของโครงการ นักศึกษาแจ้งว่าตอนแรกตนและเพื่อนในกลุ่มได้เริ่มทำโครงการแล้ว โดยสร้างเพจโครงการทางเดียวกันไปด้วยกันในเฟสบุ๊ค มีการประชุมเพื่อออกแบบโลโก้ของกลุ่ม แต่โครงการไม่ได้รับการอนุมัติจากอาจารย์ เนื่องจากมีเพื่อนกลุ่มอื่นได้เสนอโครงการแบบเดียวกันกับอาจารย์ก่อน นักศึกษาจึงต้องเปลี่ยนโครงการ โดยทางอาจารย์ได้มอบหมายให้กลุ่มของนักศึกษาทำโครงการเรื่องแผนผังการเดินทางรถไฟฟ้าใต้ดิน

สรุปผลการโค้ช กรณีศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน แก้ปัญหาเกี่ยวกับการจรรยา (ครั้งที่ 1)

การจากโค้ชนักศึกษากรณีศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน แก้ปัญหาเกี่ยวกับการจรรยา (ครั้งที่ 1) ในขณะที่ทำการโค้ชสังเกตได้ว่านักศึกษามีความสนใจที่จะพัฒนาโครงการให้ดีขึ้น จากนั้นนักศึกษานำเอาโครงการไปพูดคุยแลกเปลี่ยนกับเพื่อนในกลุ่มเกี่ยวกับแนวทางการดำเนินงาน และมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกล่าวคือมีการสร้างแฟนเพจโครงการทางเดียวกันไปด้วยกันในเฟสบุ๊คและมีการประชุมร่วมกันออกแบบสัญลักษณ์ของกลุ่ม สุดท้ายนักศึกษาก็แจ้งผลว่าโครงการไม่ได้รับอนุมัติให้ทำ จึงไม่มีการดำเนินงานโครงการต่อ โดยสามารถแสดงผลการโค้ชดังนี้

ตารางที่ 9 ผลการโค้ช เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน แก้ปัญหาเกี่ยวกับการจรรยา (ครั้งที่ 1)

การวัดและประเมินผล การโค้ช	ผลที่ได้
การประเมินปฏิกริยาตอบสนอง	ในขณะที่พูดคุยสังเกตได้ว่า นักศึกษามีความสนใจที่จะพัฒนาโครงการให้ดีขึ้น
การประเมินการเรียนรู้	นักศึกษานำเอาโครงการไปพูดคุยแลกเปลี่ยนกับเพื่อนในกลุ่มเกี่ยวกับแนวทางการดำเนินงาน
การประเมินพฤติกรรม	มีการสร้างแฟนเพจโครงการทางเดียวกันไปด้วยกันในเฟสบุ๊คและมีการประชุมร่วมกันออกแบบสัญลักษณ์ของกลุ่ม
การประเมินผลลัพธ์ที่ต้องการ	เนื่องจากโครงการของนักศึกษาไม่ได้รับอนุมัติให้ทำ จึงไม่มีการดำเนินงานโครงการต่อ

10. ผลการศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน : โครงการเพิ่มความสุข

นักศึกษาที่ให้สัมภาษณ์เป็นนักศึกษาคณะนิติศาสตร์ ที่เรียนวิชาความสุขของชีวิต โดยอาจารย์ประจำวิชาได้มอบหมายงานให้นักศึกษาแบ่งกลุ่มไปสัมภาษณ์นักศึกษา คณาจารย์และบุคลากรเกี่ยวกับประเด็นปัญหาภายในมหาวิทยาลัยขอนแก่นที่แก้ไขแล้วสามารถช่วยเพิ่มความสุขให้คนในมหาวิทยาลัยได้ และนำข้อมูลที่ได้มาออกแบบโครงการ ในชั้นต้นนักศึกษาได้ขอเข้าสัมภาษณ์ผู้ศึกษาที่คณะ โดยได้แจ้งว่านักศึกษายังไม่มีโครงการส่งอาจารย์ และอยากให้ผู้ศึกษาคิดและช่วยพัฒนาโครงการให้ ผู้วิจัยจึงเสนอแนวทางการโค้ช ซึ่งนักศึกษาเต็มใจที่จะเข้ารับการโค้ช

ในชั้นต้นผู้ศึกษาได้สอบถามถึงรายละเอียดของโครงการที่นักศึกษาต้องการพัฒนา พบว่านักศึกษาต้องการทำโครงการที่เพิ่มความสุขให้กับคนในมหาวิทยาลัย โดยอาจารย์ประจำกลุ่มเรียนมีเงื่อนไขว่าโครงการดังกล่าวต้องไม่ใช่การนำสิ่งของไปให้ ผู้ศึกษาจึงทำการโค้ชเชิงบวกโดยใช้การสำรวจสอบถามถึงประสบการณ์ความสุขที่นักศึกษาได้รับตั้งแต่เข้ามาเรียนในมหาวิทยาลัย โดยถามเป็นรายคน ซึ่งนักศึกษาคคนแรกให้ข้อมูลว่ามีความสุขตอนที่ได้ไปกิจกรรมร่วมกับเพื่อน นักศึกษาคคนที่สองให้ข้อมูลว่า ตนเองมีความสุขตอนที่ได้ไปกินข้าวและได้อยู่กับเพื่อน และนักศึกษาคคนที่สาม ให้ข้อมูลว่าตนเองมีความสุขตอนที่ได้อยู่กับหนังสือและการได้ทำงานร่วมกับเพื่อน

จากนั้นผู้ศึกษาจึงได้ยกตัวอย่างโครงการที่ได้จากการสำรวจให้นักศึกษาฟัง เพื่อให้ นักศึกษาเห็นตัวอย่างของการใช้หลักการสุนทรียสาธกเพื่อพัฒนาผลงาน ซึ่งหลังจากที่ผู้ศึกษา ยกตัวอย่างให้นักศึกษาฟัง นักศึกษามีท่าทีสนใจเป็นอย่างมาก และมีการพูดคุยแลกเปลี่ยนกันถึงโครงการที่สามารถทำได้ โดยลงความเห็นว่าจะทำโครงการแผนผังร้านอาหาร มีการวาดฝันร่วมกันถึงภาพความสำเร็จของโครงการ แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นโครงการดังกล่าวจะต้องได้รับโหวตจากเพื่อนร่วมชั้นและได้รับอนุมัติจากอาจารย์ประจำกลุ่มเรียนก่อน

หลังจากนั้น ผู้ศึกษาได้สอบถามถึงความคืบหน้าในการทำโครงการ นักศึกษาจึงแจ้งว่าโครงการของนักศึกษาไม่ผ่านการลงคะแนนจากเพื่อนร่วมชั้น ทำให้ไม่สามารถดำเนินการโครงการดังกล่าวได้

สรุปผลการโค้ช กรณีศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน: โครงการเพิ่มความสุข

การจากโค้ชนักศึกษากรณีศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน: โครงการเพิ่มความสุข ในขณะที่ทำการโค้ชสังเกตได้ว่านักศึกษามีความสนใจที่จะพัฒนาโครงการให้ดีขึ้น จากนั้นนักศึกษาได้พูดคุยแลกเปลี่ยนกับเพื่อนในกลุ่มเกี่ยวกับการพัฒนาโครงการและรายละเอียดในการดำเนินงาน และได้นำโครงการไปเสนอต่อเพื่อนร่วมชั้น สุดท้ายนักศึกษาแจ้งผลว่าโครงการไม่ผ่านการ

ลงคะแนนจากเพื่อนร่วมชั้น จึงไม่มีการดำเนินงานโครงการต่อ โดยสามารถนำเสนอผลการโต้ช
ดั่งนี้

ตารางที่ 10 ผลการโต้ช เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน: โครงการเพิ่มความสุข

การวัดและประเมินผล การโต้ช	ผลที่ได้
การประเมินปฏิกิริยา ตอบสนอง	ในขณะที่พูดคุยสังเกตได้ว่า นักศึกษามีความสนใจที่จะพัฒนา โครงการให้ดีขึ้น
การประเมินการเรียนรู้	นักศึกษาพูดคุยแลกเปลี่ยนกับเพื่อน ในกลุ่มเกี่ยวกับการพัฒนา โครงการและรายละเอียดในการดำเนินงาน และได้นำโครงการไป เสนอต่อเพื่อนร่วมชั้น
การประเมินพฤติกรรม	ไม่มีการพัฒนาโครงการต่อ
การประเมินผลลัพธ์ที่ ต้องการ	ไม่มีการพัฒนาโครงการต่อ

11. ผลการศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน : แก้ปัญหาเกี่ยวกับการจราจร (ครั้งที่ 2)

นักศึกษาที่เข้ารับการ โต้ชเป็นนักศึกษาที่เคยรับการ โต้ชเกี่ยวกับการสร้างสรรค์ผลงาน
ด้านจราจร โดยกลับมาแจ้งปัญหาว่าโครงการทำแผนผังการเดินทางรถชัตเติลบั๊สไม่สามารถดำเนินการ
ได้เนื่องจากบริษัทชัตเติลบั๊สปฏิเสธที่จะให้ข้อมูล จึงติดต่อมาที่ผู้ศึกษาเพื่อขอให้ช่วยคิดและพัฒนา
โครงการอีกครั้ง โดยนักศึกษาแจ้งว่า อาจารย์กำหนดว่าจะทำโครงการอะไรก็ได้แต่ต้องไม่ซ้ำกับ
กลุ่มอื่นและจำกัดขอบเขตให้ทำโครงการภายในคณะ จากการซักถามรายละเอียดเพิ่มเติม พบว่า
ประเด็นที่นักศึกษาต้องการทำคือการแก้ปัญหารถจราจร โดยให้ข้อมูลว่าปัญหาเรื่องจราจรของคณะที่
นักศึกษาสืบค้นพบคือ คือการจอดรถไม่เป็นระเบียบ ผู้ศึกษาจึงใช้การสำรวจโดยถามถึง
ประสบการณ์ที่นักศึกษาเคยพบเกี่ยวกับที่จอดรถที่เป็นระเบียบ ซึ่งนักศึกษาแจ้งว่าเคยพบที่โลตัส
คือ ที่โลตัสมีการจอดรถเป็นระเบียบเรียบร้อยเนื่องจากการมีติเส้นจราจรแบ่งช่องจอดรถชัดเจน จึง
ได้ให้ข้อมูลเพิ่มเติมกับนักศึกษาถึงพื้นที่ในคณะที่สามารถทำโครงการดังกล่าวได้ ซึ่งนักศึกษาให้
ความสนใจโดยขอนำข้อมูลไปคุยกับเพื่อนในกลุ่มและขออนุมัติจากอาจารย์ประจำกลุ่มเรียน

วันรุ่งขึ้น นักศึกษาได้แจ้งว่าเพื่อนในกลุ่มเห็นตรงกันว่าควรทำโครงการติเส้นจราจรและ
อาจารย์ประจำกลุ่มเรียนได้เห็นชอบโครงการดังกล่าว แต่นักศึกษากังวลว่าทางคณะจะอนุญาตให้
ทำหรือไม่ ผู้ศึกษาจึงรับอาสาจะประสานงานกับเจ้าหน้าที่ในคณะให้

สองวันต่อมา นักศึกษาแจ้งว่าเจ้าหน้าที่ฝ่ายสถานที่ของคณะได้อนุญาตให้ทำโครงการได้ โดยทางเจ้าหน้าที่มีความยินดีที่นักศึกษาทำโครงการดังกล่าว และพร้อมจะสนับสนุนนักศึกษาอย่างเต็มที่

หลังจากนั้นได้สอบถามกับนักศึกษาถึงผลการประเมินโครงการจากอาจารย์ประจำกลุ่มเรียน นักศึกษาแจ้งว่าโครงการของนักศึกษาได้คะแนนเต็ม และนักศึกษาได้ขอบคุณผู้ศึกษาที่ช่วยให้ นักศึกษาสามารถทำโครงการเสร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

สรุปผลการโค้ช กรณีศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน แก้ปัญหาเกี่ยวกับการจรรยา (ครั้งที่ 2)

การจากโค้ชนักศึกษากรณีศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน แก้ปัญหาเกี่ยวกับการจรรยา (ครั้งที่ 2) สังเกตว่านักศึกษามีความสนใจทำโครงการที่ได้จากการโค้ช โดยมีการพูดคุยแลกเปลี่ยนกับเพื่อนในกลุ่มเกี่ยวกับแนวทางการดำเนินงาน โครงการ รวมถึงได้นำโครงการไปปรึกษากับอาจารย์ประจำกลุ่มเรียน และมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกล่าวคือนักศึกษาได้รวมกลุ่มติส่นช่อง จอดรถที่บริเวณหลังห้องบรรยาย 1 คณะนิติศาสตร์จนเสร็จ สุดท้ายนักศึกษาแจ้งผลว่าหลังจากเข้ารับการโค้ช โครงการของนักศึกษาได้คะแนนเต็ม โดยสามารถแสดงผลการโค้ชดังนี้

ตารางที่ 11 ผลการโค้ช เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน แก้ปัญหาเกี่ยวกับการจรรยา (ครั้งที่ 2)

การวัดและประเมินผล การโค้ช	ผลที่ได้
การประเมินปฏิกิริยาตอบสนอง	จากการสังเกตนักศึกษามีความสนใจทำโครงการที่ได้จากการโค้ช
การประเมินการเรียนรู้	นักศึกษามีการพูดคุยแลกเปลี่ยนกับเพื่อนในกลุ่มเกี่ยวกับแนวทางการดำเนินงาน โครงการ รวมถึงได้นำโครงการไปปรึกษากับอาจารย์ประจำกลุ่มเรียน
การประเมินพฤติกรรม	นักศึกษาได้รวมกลุ่มติส่นช่องจอดรถที่บริเวณหลังห้องบรรยาย 1 คณะนิติศาสตร์จนเสร็จ
การประเมินผลลัพธ์ที่ต้องการ	ที่จอดรถบริเวณหลังห้องบรรยาย 1 คณะนิติศาสตร์ มีการแบ่งช่องจอดรถเป็นสัดส่วน และโครงการของนักศึกษาได้คะแนนเต็ม

วิเคราะห์ผลการศึกษา

ถ้าพิจารณาจากกรณีศึกษาเรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน จะพบว่าผู้ศึกษาได้มีการชวนให้นักศึกษาคิด ได้มีการซักถามถึงประสบการณ์เชิงบวกแต่ปรากฏว่า การโค้ชไม่บรรลุถึงผลลัพธ์ด้วยเหตุผลต่างกัน โครงการงานถึงขณะแบบมีเสียงเมื่อนักศึกษาลงมือทำแล้วพบกับความยุ่งยากก็เลยไม่ทำต่อ โครงการงานทางเดียวกันไปด้วยกัน ครั้งแรกอาจารย์ประจำกลุ่มเรียนไม่ทำให้ทำเนื่องจากซ้ำกับกลุ่มอื่น โครงการงานแผนผังร้านอาหาร ไม่ได้ทำเพราะลงคะแนนเสียงไม่ผ่าน ทั้งสามโครงการทำให้เห็นข้อจำกัดว่าการศึกษาครั้งนี้ว่า ผลลัพธ์ของการศึกษาขึ้นอยู่กับตัวนักศึกษา จากรายงานผลการศึกษาย่างต้น จะเห็นได้ว่าในช่วงที่เข้ารับการโค้ช นักศึกษามีความสนใจและมีความกระตือรือร้นในการเรียนรู้ แต่เนื่องจากมีปัจจัยอื่นๆทำให้ไม่มีการปฏิบัติ ดังนั้นถึงแม้ว่าผู้ศึกษาจะโค้ชได้ถูกต้องตามหลักการ แต่สุดท้ายถ้าหากนักศึกษาลงมือทำ ก็ไม่มีหลักฐานมายืนยันผลลัพธ์ที่ได้จากการศึกษาดังนั้น สิ่งที่สำคัญกว่าเทคนิคการโค้ชคือเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างโค้ชกับผู้ถูกโค้ช การโค้ชในการศึกษาครั้งนี้ เป็นการโค้ชแบบไม่มีข้อผูกมัด นักศึกษาจะเลิกทำช่วงไหนก็ได้ จึงต้องกำหนดเป้าหมายในการศึกษาใหม่ จากเดิมที่ใช้ผลลัพธ์เป็นตัวตั้ง ต้องมาตั้งต้นใหม่โดยการตั้งผลลัพธ์ว่า นักศึกษาจะต้องเข้ารับการโค้ชอย่างน้อย 30 วัน เพื่อจะได้เห็นพัฒนาการและสามารถบันทึกผลการศึกษานี้ได้

ในการที่จะทำให้นักศึกษาอยู่กับผู้ศึกษาตลอด 30 วัน ผู้ศึกษาได้ค้นพบจากนักศึกษากลุ่มโครงการทางเดียวกันไปด้วยกัน ประเด็นที่น่าสนใจคือนักศึกษา 2 กลุ่มแรกเมื่อโครงการไม่สำเร็จก็เลิกทำ และพยายามหลีกเลี่ยงที่จะพบผู้ศึกษา แต่มีเพียงนักศึกษากลุ่มที่สอง ที่ยังกลับมาหาผู้ศึกษาเพื่อขอให้ช่วยพัฒนาโครงการต่อ จากการสอบถามนักศึกษาแจ้งว่าที่ติดต่อกลับมาเนื่องจากนักศึกษาเชื่อว่าผู้ศึกษาสามารถช่วยได้ ประเด็นนี้จึงเป็นข้อมูลพบจากการสำรวจ ดังนั้นจากการโค้ชนักศึกษารื่องการสร้างสรรค์ผลงานสามกลุ่มแรก สามารถกำหนดกรอบการโค้ช คือนักศึกษาที่เข้ารับการโค้ชจะต้องอยู่รับการโค้ชอย่างน้อย 30 วัน โดยในการโค้ชทุกครั้งผู้ศึกษาจะต้องกำหนดให้นักศึกษาไปทำกิจกรรมบางอย่าง เพื่อให้ นักศึกษามีความเชื่อมั่นว่าโค้ชสามารถช่วยตนเองได้ และให้นักศึกษามีการรายงานผลการปฏิบัติเป็นระยะ ซึ่งจากการกำหนดกรอบการโค้ช ทำให้การโค้ชนักศึกษ่อีก 8 กรณีศึกษา ประสบความสำเร็จเป็นอย่างดี

ตารางที่ 12 สรุปผลการศึกษาก่อนรับการโค้ชและหลังรับการโค้ช

กรณีศึกษา	Pre-coaching	Coaching Intervention	Post-coaching
1. เรื่องการพัฒนาความสัมพันธ์กับเพื่อน	มีปัญหาเรื่องความสัมพันธ์กับเพื่อนและการเข้ากลุ่ม	1. การโค้ชเชิงบวก 2. หลักการจุดกระแส 3. หลักอิคิไก	มีเพื่อนจำนวนมากและเป็นที่รู้จักของเพื่อนในชั้นเรียน
2. เรื่องการพัฒนาการเรียน	1. จำเนื้อหาที่เรียนไปแล้วไม่ได้ 2. ไม่เคยสรุปบทเรียนเลย 3. ไม่ค่อยใส่ใจการเรียน	1. การโค้ชเชิงบวก 2. รูปแบบการเรียนรู้ 3 ลักษณะ 3. ทฤษฎีสร้างนิสัยใน 21 วัน	จำเนื้อหาที่เรียนไปแล้วได้อย่างดี มีการสรุปบทเรียนทุกครั้งที่มีเรียน ใส่ใจกับการเรียนมากขึ้น และผลการเรียนดีขึ้น
3. เรื่องการพัฒนาผลการเรียน	1. คะแนนวิชาภาษาอังกฤษไม่ดี 2. เวลาเรียนไม่เคยจดเลคเชอร์ 3. ไม่เคยสรุปบทเรียน 4. ไม่ค่อยเข้าเรียน	1. การโค้ชเชิงบวก 2. รูปแบบการเรียนรู้ 3 ลักษณะ 3. ผลกระทบพิภพเคลื่อน 4. ทฤษฎีสร้างนิสัยใน 21 วัน	คะแนนวิชาภาษาอังกฤษดีขึ้น มีการเลคเชอร์ ทำสรุปบทเรียนทุกครั้งที่มีเรียน เข้าเรียนทุกครั้ง และผลการเรียนดีขึ้น
4. เรื่องการพัฒนาความกล้าแสดงออก	ไม่กล้าแสดงออกและกลัวการออกไปนำเสนองานหน้าชั้น	1. การโค้ชเชิงบวก 2. การใช้ภาษากายเปลี่ยนตัวตน	ออกไปนำเสนองานหน้าชั้นได้อย่างมั่นใจ ทำให้รู้สึกมั่นใจในตัวเองและมีความกล้ามากขึ้น

ตารางที่ 12 สรุปผลการศึกษาก่อนรับการโค้ชและหลังรับการโค้ช (ต่อ)

กรณีศึกษา	Pre-coaching	Coaching Intervention	Post-coaching
5. เรื่องการพัฒนาเรื่องการทำตามเป้าหมาย	1. ไม่สามารถทำตามเป้าหมายที่ตนกำหนดไว้ได้ 2. จำเนื้อหาที่เรียนไปแล้วไม่ค่อยได้	1. การโค้ชเชิงบวก 2. ปรับการตั้งเป้าหมาย 3. รูปแบบการเรียนรู้ 3 ลักษณะ	สามารถทำตามเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้ได้ สามารถจำเนื้อหาบทเรียนที่อ่านได้มากขึ้น
6. เรื่องการพัฒนาสมาธิในการอ่านหนังสือ	เป็นคนสมาธิสั้นและไม่สามารถอ่านหนังสือได้นาน	1. การโค้ชเชิงบวก 2. ผลกระทบเซกานิค	สามารถอ่านหนังสือเรียนได้จนจบ
7. เรื่องการพัฒนาด้านความจำ	อ่านหนังสือเยอะ แต่จำเนื้อหาที่อ่านไปไม่ได้	1. การโค้ชเชิงบวก 2. รูปแบบการเรียนรู้ 3 ลักษณะ 3. ทฤษฎีสร้างนิสัยใน 21 วัน	จำเนื้อหาที่อ่านได้เป็นอย่างดี
8. เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน: ถังขยะ	ไม่มีโครงการ	การโค้ชเชิงบวก	ได้โครงการถังขยะแบบมีเสียง
9. เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน: แก้ปัญหาเกี่ยวกับการจราจร (ครั้งที่ 1)	ไม่มีโครงการ	การโค้ชเชิงบวก	ได้โครงการทางเดียวกันไปด้วยกัน
10. เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน: โครงการเพิ่มความสุข	ไม่มีโครงการ	การโค้ชเชิงบวก	ได้โครงการแผนผังร้านอาหาร
11. เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน: แก้ปัญหาเกี่ยวกับการจราจร (ครั้งที่ 2)	ไม่มีโครงการ	การโค้ชเชิงบวก	ได้โครงการตีเส้นช่องจอดรถ

สรุปผลการศึกษา

จากการศึกษาเรื่องการใช้วิธีโค้ชเชิงบวกเพื่อพัฒนาศักยภาพนักศึกษาคณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น สามารถสรุปผลการศึกษาโดยแบ่งเป็นกรณีศึกษาได้ดังนี้

1.1 สรุปผลกรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาความสัมพันธ์กับเพื่อน

นักศึกษาแจ้งว่าต้องการพัฒนาเรื่องการมีเพื่อน ผู้ศึกษาจึงได้เริ่มโค้ชโดยถามถึงประสบการณ์ที่นักศึกษาภูมิใจเพื่อให้ นักศึกษาได้มองเห็นคุณค่าของตนเอง จากนั้นถึงถามถึงแนวทางที่จะมีตัวตนในชั้นเรียน ทำให้ทราบว่านักศึกษามีความชอบ (Passion) ในเรื่องการให้คำปรึกษาเพื่อน จึงใช้หลักอภิปุเป็นเครื่องมือในการโค้ช ผลที่ได้คือนักศึกษากลายเป็นคนที่มีเพื่อนเยอะและเป็นที่รู้จักของเพื่อนร่วมชั้น

1.2 สรุปผลกรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาการเรียน

นักศึกษาแจ้งว่าต้องการพัฒนาเรื่องการเรียน ผู้ศึกษาจึงได้เริ่มชวนให้นักศึกษาวิเคราะห์ถึงสาเหตุของการที่เรียนได้ไม่ดี นักศึกษาได้แจ้งว่าน่าจะเป็นเพราะตนลายมือไม่สวย จากนั้นได้ทำการโค้ชโดยสอบถามถึงประสบการณ์การเขียนแล้วคนอื่นบอกว่าอ่านง่าย และให้นักศึกษาไปสรุปบทเรียนแล้วส่งให้ผู้ศึกษาดู จากสรุปที่นักศึกษาส่งมาทำให้ทราบว่าปัญหาของนักศึกษาอยู่ที่สรุปเนื้อหาบทเรียนแบบไม่ลงรายละเอียด จึงแนะนำให้สรุปบทเรียนตามหลัก VAK ผลที่ได้คือนักศึกษามีพัฒนาการด้านการเรียนที่ดีขึ้น และมีผลการเรียนดีขึ้น

1.3 สรุปผลกรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาผลการเรียน

นักศึกษาแจ้งว่าต้องการพัฒนาเรื่องผลการเรียน เนื่องจากปัจจุบันเกรดเฉลี่ยค่อนข้างต่ำ โดยภาคการศึกษาที่แล้วได้สอบตกวิชาภาษาอังกฤษทำให้เกรดเฉลี่ยสัมพันธ์กับการฟื้นฟูสภาพ ผู้ศึกษาจึงได้สอบถามประสบการณ์ช่วงที่นักศึกษาเคยเรียนได้ดีที่สุด ทำให้ทราบว่านักศึกษาเป็นผู้ที่ถนัดการเรียนรู้ทางร่างกายและความรู้สึกตามหลัก VAK จึงได้ให้นักศึกษาทำสรุปบทเรียนส่งให้ผู้ศึกษาทุกครั้งที่มีเรียน นอกจากนั้นยังใช้การเล่าถึงประสบการณ์การเรียนรู้ของนักศึกษาและสร้างความคาดหวังในตัวนักศึกษาด้วยหลักปรากฏการณ์ความคาดหวังสร้างความจริง ผลที่ได้คือนักศึกษามีคะแนนวิชาภาษาอังกฤษดีขึ้น มีพฤติกรรมในการเรียนดีขึ้น และมีผลการเรียนดีขึ้น

1.4 สรุปผลกรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาความกล้าแสดงออก

นักศึกษาแจ้งว่าต้องการพัฒนาเรื่องความกล้าแสดงออกในการนำเสนองานหน้าชั้นเรียน ผู้ศึกษาจึงได้ซักถามประสบการณ์ช่วงที่นักศึกษาเคยออกไปนำเสนองานหน้าชั้นที่ได้ดีแล้วให้นักศึกษานึกถึงภาพนั้น จากนั้นแนะนำหลัก Power posing ให้นักศึกษาทดลองทำเพื่อความเข้าใจและแนะนำให้ศึกษานำไปใช้กับการนำเสนองาน ผลที่ได้คือนักศึกษาแจ้งว่าตนเอง

สามารถนำเสนองานได้เป็นอย่างดี และผลจากการนำเสนอครั้งนั้นทำให้นักศึกษารู้สึกว่ามีความมั่นใจในตัวเองมากขึ้น และมีความกล้ามากขึ้น

1.5 สรุปผลกรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาเรื่องการทำตามเป้าหมาย

นักศึกษาแจ้งว่าต้องการพัฒนาเรื่องความรับผิดชอบในการอ่านหนังสือ เนื่องจากตนเองมีตารางเวลากิจกรรมในแต่ละวัน แต่ไม่สามารถทำตามตารางเวลาที่ตั้งไว้ได้ ผู้ศึกษาจึงได้ซักถามประสบการณ์ที่เคยทำตามตารางเวลาที่ตั้งไว้ได้ ทำให้ทราบสาเหตุว่าเกิดจากการกำหนดเวลาที่เคร่งครัดเกินไปจึงแนะนำให้ให้นักศึกษาปรับจากการกำหนดกิจกรรมด้วยเวลาเป็นการกำหนดกิจกรรมด้วยเป้าหมาย นอกจากนั้นจากการพูดคุยทำให้ทราบว่า นักศึกษาเป็นผู้ที่ถนัดการเรียนรู้ทางสายตา จึงได้ให้นักศึกษาทำสรุปบทเรียนตามหลัก VAK และแนะนำเทคนิคการอ่านหนังสือ ผลที่ได้คือนักศึกษาแจ้งว่าตนเองสามารถทำตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ได้ และสามารถจำบทเรียนได้มากขึ้น

1.6 สรุปผลกรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาด้านสมาธิในการอ่านหนังสือ

นักศึกษาแจ้งว่าต้องการพัฒนาเรื่องสมาธิอยู่กับการเรียน เนื่องจากตนเองไม่สามารถอ่านหนังสือได้เป็นเวลานาน จากการสังเกตพบว่านักศึกษาไม่เชื่อมั่นว่าตนเองสามารถพัฒนาได้ ผู้ศึกษาจึงเริ่มจากการปรับเปลี่ยนทัศนคติให้นักศึกษามีทัศนคติเชิงบวก จากนั้นจึงสอบถามถึงประสบการณ์ที่เคยอ่านหนังสือได้เป็นเวลานาน และได้แนะนำให้ใช้หลักผลกระทบเซนิกในการอ่านหนังสือ ผลที่ได้คือนักศึกษาสามารถมีสมาธิอ่านหนังสือได้จนจบ และมีผลการเรียนดีขึ้น

1.7 สรุปผลกรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาด้านความจำ

นักศึกษาแจ้งว่าต้องการพัฒนาเรื่องความจำ เนื่องจากตนเองเป็นคนที่ไม่อ่านหนังสือเยอะแต่ไม่สามารถจำสิ่งที่อ่านไปได้ ผู้ศึกษาจึงได้ประสบการณ์ช่วงที่นักศึกษาอ่านหนังสือแล้วสามารถจำเนื้อหาที่อ่านได้เป็นอย่างดี ทำให้ทราบว่านักศึกษาเป็นผู้ที่ถนัดการเรียนรู้ทางโสตประสาท จึงได้ให้นักศึกษาทำสรุปบทเรียนตามหลัก VAK ส่งให้ผู้ศึกษาทุกครั้งที่มีเรียนติดต่อกันเป็นเวลา 21 วัน ผลที่ได้คือนักศึกษาแจ้งว่าตนเองสามารถจำบทเรียนได้มากขึ้น ทำให้มีคะแนนเก็บดีขึ้น และมีผลการเรียนดีขึ้น

1.8 สรุปผลกรณีศึกษา เรื่องการสร้างสรรคผลงาน: ถังขยะ

นักศึกษามาเข้ารับการโค้ชเพื่อพัฒนาโครงการในรายวิชาพันธะทางสังคมของพลเมือง โดยระบุว่าต้องการทำโครงการเกี่ยวกับการแก้ปัญหาขยะ ผู้ศึกษาได้โค้ชโดยถามถึงประสบการณ์เชิงบวกที่นักศึกษาเคยพบเกี่ยวกับวิธีแก้ปัญหาขยะ จนได้โครงการถังขยะมีเสียง

แต่หลังจากนั้น นักศึกษาขาดการติดต่อไป เมื่อติดต่อได้จึงทราบว่านักศึกษาไม่ได้ทำโครงการดังกล่าวแล้ว

1.9 สรุปผลกรณีศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน: แก้ปัญหาเกี่ยวกับการจรรยา (ครั้งที่ 1)

นักศึกษามาเข้ารับการโค้ชเพื่อพัฒนาโครงการในรายวิชาพันธะทางสังคมของพลเมือง โดยระบุว่าต้องการทำโครงการเกี่ยวกับการแก้ปัญหาจรรยา ผู้ศึกษาได้โค้ชโดยถามถึงประสบการณ์เชิงบวกที่นักศึกษาเคยพบเกี่ยวกับการแก้ปัญหาจรรยา ทำให้ได้โครงการทางเดียวกันไปด้วยกัน โดยนักศึกษาเริ่มดำเนินการแล้ว แต่เมื่อนำโครงการไปเสนออาจารย์ประจำกลุ่มเรียนก็พบว่าไม่มีเพื่อนกลุ่มอื่นได้เสนอโครงการแบบเดียวกันเข้ามาก่อน กลุ่มของนักศึกษาจึงไม่ได้รับอนุมัติให้ทำโครงการ โดยอาจารย์ประจำกลุ่มเรียนให้นักศึกษาไปทำโครงการแผนผังการเดินทางรถชัตเติลบัสดแทน

1.10 สรุปผลกรณีศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน: โครงการเพิ่มความสุข

นักศึกษามาเข้ารับการโค้ชเพื่อพัฒนาโครงการในรายวิชาความสุขของชีวิต แต่ยังไม่มีความชัดเจนของโครงการ จึงเข้ารับการโค้ชเพื่อค้นหาหัวข้อในการทำโครงการ ผู้ศึกษาได้โค้ชโดยถามถึงประสบการณ์เชิงบวกที่นักศึกษาเคยพบเกี่ยวกับความสุข ทำให้ได้โครงการแผนผังร้านอาหาร โดยนักศึกษามีความสนใจและมีการพูดคุยแลกเปลี่ยนถึงแนวทางในการดำเนินงาน แต่เมื่อนำโครงการไปเสนอในชั้นเรียน ปรากฏว่าโครงการของนักศึกษาไม่ได้รับการลงคะแนนเสียงจากเพื่อนร่วมชั้น กลุ่มของนักศึกษาจึงไม่ได้รับอนุมัติให้ทำโครงการ

1.11 สรุปผลกรณีศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน: แก้ปัญหาเกี่ยวกับการจรรยา (ครั้งที่ 2)

จากที่อาจารย์ประจำกลุ่มเรียนให้นักศึกษาไปทำโครงการแผนผังการเดินทางรถชัตเติลบัสด แต่นักศึกษาประสบปัญหาว่าบริษัทรถชัตเติลบัสดปฏิเสธที่จะให้ข้อมูล จึงมาหาผู้ศึกษาเพื่อขอให้ช่วยพัฒนาโครงการอีกครั้ง โดยในครั้งนี้นี้มีเงื่อนไขว่าจะต้องทำโครงการเกี่ยวกับคณะ ซึ่งทางกลุ่มของนักศึกษาต้องการแก้ปัญหาเรื่องการจรรยาไม่เป็นระเบียบ ผู้ศึกษาจึงได้โค้ชโดยถามถึงประสบการณ์เชิงบวกที่นักศึกษาเคยพบเกี่ยวกับการจรรยาที่เป็นระเบียบ ทำให้ได้โครงการตีเส้นช่องจอดรถ ซึ่งนักศึกษาสามารถดำเนินโครงการจนแล้วเสร็จและได้รับคะแนนเต็ม

จากผลการศึกษาที่กล่าวมาข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า การใช้วิธีการโค้ชเชิงบวกในการพัฒนาศักยภาพนักศึกษาขณะนิสิตาสาตร์ สามารถทำให้นักศึกษาที่เข้ารับการโค้ชมีการพัฒนาศักยภาพมากขึ้น

บทที่ 5

อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

1. อภิปรายผลการศึกษา

จากสรุปผลการศึกษาของกรณีศึกษาทั้งหมด สามารถอภิปรายผลเรื่องการใช่วิธีโค้ชเชิงบวกเพื่อพัฒนาศักยภาพนักศึกษาคณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่นตามวัตถุประสงค์การศึกษาได้ดังนี้

1.1 ประเด็นการศึกษาการพัฒนาศักยภาพนักศึกษาด้วยวิธีการโค้ชเชิงบวก

ผลการศึกษาเรื่องการพัฒนาศักยภาพนักศึกษาด้วยวิธีการโค้ชเชิงบวก พบว่ากระบวนการโค้ชเชิงบวกที่ประสบความสำเร็จ จะเริ่มต้นจากการสอบถามถึงความต้องการของนักศึกษา โดยให้นักศึกษาเป็นผู้ระบุว่าตนเองต้องการพัฒนาในด้านใด จากนั้นโค้ชจึงชวนวิเคราะห์ในประเด็นดังกล่าว เพื่อให้ทราบแน่ชัดกว่าว่าเป็นประเด็นที่ต้องการพัฒนาจริงหรือไม่ จากกระบวนการนี้จะทำให้โค้ชได้ประเด็นที่นักศึกษาต้องการพัฒนาอย่างแท้จริง และสามารถใช้ประเด็นดังกล่าวเป็นตัวชี้วัดความสำเร็จในการโค้ชได้ เมื่อทราบว่านักศึกษาต้องการพัฒนาในเรื่องใดแล้ว โค้ชจึงเริ่มใช้การสำรวจในประเด็นเหล่านั้น โดยมุ่งค้นหาประสบการณ์เชิงบวกจากนักศึกษาในประเด็นดังกล่าว เมื่อได้ข้อมูลจากการสำรวจ โค้ชจะต้องช่วยให้นักศึกษาเกิดแรงบันดาลใจในการวาดฝัน และกระตุ้นที่จะทำให้สิ่งที่วาดฝันนั้นเป็นจริง จากนั้นจึงนำข้อมูลนั้นมาพิจารณาเปรียบเทียบกับภาพฝันที่ตั้งไว้ กระบวนการนี้จะทำให้โค้ชเห็นความเชื่อมโยงระหว่างภาพฝันกับสิ่งที่ได้จากการสำรวจ จากนั้นจึงเริ่มออกแบบและวางแผนการโค้ช เพื่อให้ได้แนวทางการปฏิบัติในการบรรลุภาพฝันที่ตั้งไว้ เมื่อได้แนวทางการลงมือปฏิบัติแล้ว จึงใช้เครื่องมือที่เหมาะสมเพื่อกระตุ้นให้นักศึกษารู้สึกว่าตนกำลังสร้างหนทางของตนเอง

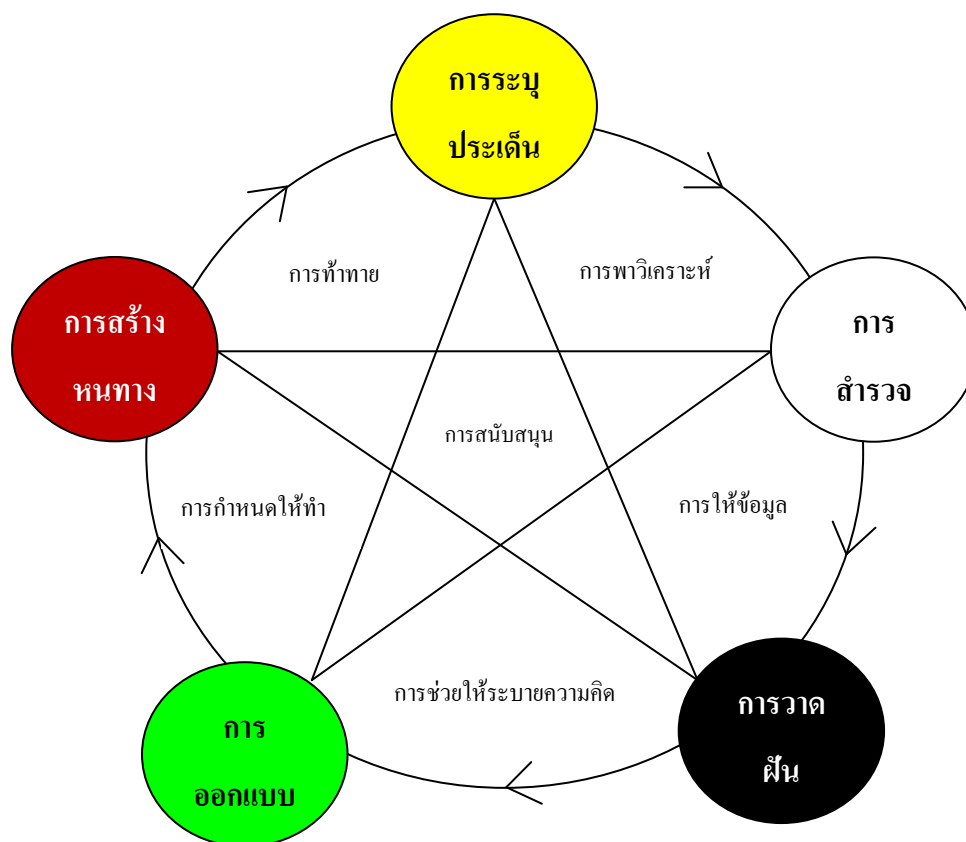
ในส่วนเทคนิคการโค้ช ผลจากการศึกษาพบว่า มีการใช้เทคนิคการโค้ชตามทฤษฎีของเฮรอนในบริบทที่ต่างกัน ซึ่งสามารถอภิปรายผลได้ดังนี้ การกำหนดให้ทำ จะใช้ในขั้นการสร้างหนทาง โดยโค้ชจะกำหนดให้นักศึกษาทำกิจกรรมที่ได้จากการออกแบบ การให้ข้อมูล จะใช้ในขั้นการสำรวจ โดยให้ข้อมูลเกี่ยวกับประเด็นที่ค้นพบจากการสำรวจเพื่อให้นักศึกษาเห็นถึงความสำคัญและเกิดความมั่นใจในประเด็นเหล่านั้น การเผชิญหน้า จะใช้ในการท้าทายนักศึกษาเพื่อกระตุ้นให้เกิดแรงบันดาลใจในการปฏิบัติ โดยเน้นใช้กับกรณีศึกษาชายที่มีบุคลิกแบบกระตือรือร้นตามทฤษฎีสัตว์ 4 ทิศ การช่วยให้เผชิญความรู้สึกจะใช้ในระหว่างการโค้ช โดยแสดงออกว่าโค้ชเข้าไปปัญหาของนักศึกษาและพร้อมรับฟังทุกเรื่องราว การพาวิเคราะห์หรือช่วยให้ค้นพบตัวเอง จะใช้ในช่วงเริ่มต้นการโค้ช โดยชวนให้นักศึกษาวิเคราะห์เกี่ยวกับประเด็นที่ต้องการพัฒนา นอกจากนั้นยังใช้

ในกรณีที่โค้ชไม่แน่ใจว่าประเด็นที่นักศึกษาเล่ามีขอบเขตหรือความหมายอย่างไร และการสนับสนุน โดยการชื่นชมและให้กำลังใจในสิ่งที่นักศึกษาทำ

ส่วนเครื่องมือในการโค้ช การจะใช้เครื่องมือชนิดใดจะขึ้นอยู่กับบริบทของประเด็นในการโค้ชและลักษณะของผู้รับการโค้ช ซึ่งผู้เป็นโค้ชสามารถพิจารณาได้จากการพูดคุย สอบถาม รวมถึงการสังเกตปฏิกิริยาของผู้รับการโค้ช อย่างไรก็ตาม จากการศึกษาครั้งนี้พบว่า เครื่องมือที่ใช้เป็นหลักในการโค้ชนักศึกษา คือ การใช้ผลกระทบพิกเมเลียนหรือปรากฏการณ์ความคาดหวังสร้างความจริง โดยโค้ชจะต้องเชื่อมั่นในตัวนักศึกษาจากใจจริงว่านักศึกษาสามารถพัฒนาได้

1.2 ประเด็นการสร้างรูปแบบการโค้ชเชิงบวกในการพัฒนาศักยภาพนักศึกษาระดับอุดมศึกษา

จากผลการศึกษาเรื่องการใช่วิธีโค้ชเชิงบวกเพื่อพัฒนาศักยภาพนักศึกษาคณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น สามารถกำหนดรูปแบบการโค้ชเชิงบวกในการพัฒนาศักยภาพนักศึกษาคณะนิติศาสตร์ ได้ดังนี้



ภาพที่ 6 รูปแบบการโค้ชเชิงบวก

โดยรูปแบบดังกล่าวประยุกต์มาจากหลักการ โค้ชเชิงบวกและการเข้าให้คำปรึกษา 6 ประเภท ซึ่งประกอบไปด้วยขั้นตอนดังนี้

1. การระบุประเด็น (Define) คือ การสอบถามผู้รับการโค้ชถึงประเด็นที่ต้องการพัฒนาศักยภาพ โดยสามารถใช้ประเด็นดังกล่าวเป็นตัวชี้วัดผลลัพธ์การโค้ชว่าบรรลุวัตถุประสงค์หรือไม่ เช่น ต้องการพัฒนาความกล้าแสดงออก ตัวชี้วัดผลการโค้ชคือผู้รับการโค้ชมีความกล้าแสดงออกมากขึ้น

2. การพาวิเคราะห์ (Catalytic) หมายถึง การชวนให้ผู้รับการโค้ชคิดวิเคราะห์ว่า ข้อมูลที่ได้จากการระบุประเด็น เป็นประเด็นที่ต้องการพัฒนาจริงหรือไม่ เพื่อให้ได้ประเด็นที่ต้องการพัฒนาที่แท้จริง

3. การสำรวจ (Discovery) เป็นการสอบถามถึงประสบการณ์เชิงบวกเกี่ยวกับประเด็นดังกล่าว โดยให้ผู้รับการโค้ชอธิบายเหตุการณ์หรือองค์ประกอบในช่วงเวลานั้นให้ละเอียดที่สุด เพื่อใช้เป็นประเด็นหลักในการพัฒนา

4. การให้ข้อมูล (Informative) คือ การให้รายละเอียดเพิ่มเติมเกี่ยวกับประสบการณ์เชิงบวกที่ค้นพบ เพื่อสร้างความเชื่อมั่นให้ผู้รับการโค้ชว่าข้อมูลดังกล่าว สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้

5. การวาดฝัน (Dream) คือการช่วยให้ผู้ถูกโค้ชเกิดภาพความสำเร็จหรือมีเป้าหมายที่ต้องการจะไปให้ถึง และมีแรงบันดาลใจในการไปถึงเป้าหมายนั้น

6. การช่วยให้ระบายความคิด (Cathartic) โดยโค้ชช่วยให้ผู้รับการโค้ชได้เล่าถึงภาพฝันที่ต้องการแบบไม่มีข้อจำกัด

7. การออกแบบ (Design) จากนั้นทำการคัดเลือกภาพฝันร่วมกับผู้รับการโค้ช โดยพิจารณาจากภาพฝันที่สามารถปฏิบัติได้จริงและนำมาออกแบบแนวทางในการไปถึงสิ่งที่วาดฝันไว้

8. การแนะนำให้ปฏิบัติ (Prescriptive) เป็นการกำหนดหรือแนะนำให้ผู้รับการโค้ชได้ลงมือปฏิบัติตามแนวทางที่ออกแบบไว้

9. การสร้างหนทาง (Destiny) คือ การกระตุ้นให้ผู้รับการโค้ชได้ลงมือปฏิบัติตามแนวทางที่กำหนดไว้

10. การท้าทาย (Confronting) คือ การท้าทายให้นักศึกษามองเห็นประเด็นอื่นๆในการพัฒนาตนเอง และนำประเด็นเหล่านั้นมาวิเคราะห์และเริ่มการสำรวจตามวงจรต่อไป

ในทุกขั้นตอนนั้นโค้ชสามารถทำการสนับสนุน (Supportive) โดยใช้หลักผลกระทบพิกมเกลียน เช่น ในขั้นการสร้างหนทาง โค้ชสามารถแสดงความคาดหวังว่าผู้รับการโค้ชสามารถพัฒนาตนเองได้ เป็นต้น

อนึ่ง ขั้นตอนดังกล่าวมานี้เป็นขั้นตอนตามมาตรฐานของรูปแบบ ซึ่งใช้เป็นขั้นตอนหลักในการโค้ช แต่เนื่องจากในการโค้ชนั้น มีบริบทอื่นๆที่เกี่ยวข้อง เช่น ลักษณะหรืออุปนิสัยของผู้รับการโค้ช หรือประเด็นที่ต้องการพัฒนา เป็นต้น การดำเนินการโค้ชจึงต้องพิจารณาจากบริบทที่เกี่ยวข้องประกอบด้วย

3. ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

ควรมนำรูปแบบการโค้ชเชิงบวกในการพัฒนาศักยภาพนักศึกษาคณะนิติศาสตร์ที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ ไปใช้ศึกษากับพัฒนานักศึกษาในหน่วยงานอื่นๆหรือนำไปใช้กับการพัฒนาบุคลากรในองค์กรต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน

เอกสารอ้างอิง

เกรียงศักดิ์ นิธิพัฒนาศัย. (2557). การโค้ชผู้บริหาร. ค้นเมื่อ 8 มิถุนายน 2559, จาก

<http://thecoach.in.th/about/coaching/>

คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. (2558). รายงานข้อมูลตามตัวชี้วัดการตรวจประเมิน

คุณภาพภายในปีการศึกษา 2557 (IQA). ขอนแก่น: คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. (2558). แผนปฏิบัติการประจำปีงบประมาณ พ.ศ.2558.

ขอนแก่น: คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

จิตณรงค์ เอี่ยมสำอาง. (2555). การพัฒนารูปแบบการโค้ชทางปัญญาแบบเพื่อนช่วยเพื่อนเพื่อ

พัฒนาสมรรถภาพการโค้ชและการจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมการคิดวิเคราะห์ของครูพณิช

ยกรรรม. วิทยานิพนธ์ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.

ชลพัฒน์ อธิธอารี. (2558). การใช้วิธีการสุนทรียศาสตร์เพื่อพัฒนาศักยภาพของนักกีฬาชมรมครอส

เวิร์ดในมหาวิทยาลัย : กรณีศึกษา มหาวิทยาลัยขอนแก่น. รายงานการศึกษาระดับปริญญา

บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต วิทยาลัยบัณฑิตศึกษากิจการ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ชาย โพธิสิตา. (2554). ศาสตร์และศิลป์แห่งการวิจัยเชิงคุณภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 4. นครปฐม:

สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.

ดวงทิพย์ สวัสดิ์จันทร์. (2556). ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมโค้ชกับความสำเร็จในการ

แข่งขันของนักกีฬาเทควันโดหญิงในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติครั้งที่ 42. วิทยานิพนธ์

ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ธัญพร ชื่นกลิ่น. (2553). การพัฒนารูปแบบการโค้ชเพื่อพัฒนาสมรรถนะการจัดการเรียนรู้ของ

อาจารย์พยาบาลที่ส่งเสริมทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณของนักศึกษาพยาบาลในสังกัด

พระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข. วิทยานิพนธ์ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต

สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.

พงศ์ศรีณีย์ พลศรีเลิศ. (2555). คาดหวังอย่างไร ได้ผลอย่างนั้น. ค้นเมื่อ 8 มิถุนายน 2559, จาก

<https://phongzahrun.wordpress.com/>

มหาวิทยาลัยขอนแก่น. (2558). แผนยุทธศาสตร์การบริหารมหาวิทยาลัยขอนแก่น พ.ศ.2559-2562

ฉบับผ่านที่ประชุมสภามหาวิทยาลัยขอนแก่นในคราวประชุมครั้งที่ 5/2558 เมื่อวันที่ 9

พฤษภาคม 2558. ขอนแก่น: กองแผนงาน มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

เอกสารอ้างอิง (ต่อ)

- มัจฉารา ชรรรมนุศย์. (2552). **ลีลาการเรียนรู้ (Learning Style)**. ค้นเมื่อ 8 มิถุนายน 2559, จาก <http://portal.edu.chula.ac.th/girl/blog/view.php?Bid=1245038152800790>
- วิตมอร์, จอห์น. (2559). **โค้ชชิ่ง กลยุทธ์การโค้ชเพื่อพิชิตเป้าหมายอย่างมืออาชีพ : หลักการและแนวปฏิบัติสำหรับการโค้ชและภาวะผู้นำ**. (วุฒินันท์ ชุมภู, ผู้แปล). กรุงเทพฯ: แอร์โรว์ มัลติมีเดีย.
- ศศิกานต์ เบ้าวรรณ. (2545). **ผลของการโค้ชรายบุคคลและแบบกลุ่มโดยใช้การชักจูงด้วยคำพูดและตัวแบบที่มีผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเองและความสามารถในการโยนบอลประกอบการเคลื่อนไหวร่างกายของนักยิมนาสติกลีลา**. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ศิริพร สันติวัฒนา. (2556). **ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการโค้ชกับความสำเร็จในการแข่งขันกีฬาทennisชาย กีฬาระหว่างโรงเรียนส่วนกลาง กรมพลศึกษา ประจำปี 2556**. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศูนย์การแปลและล่ามเฉลิมพระเกียรติคณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (2010). **Oxford River Books English-Thai Dictionary: พจนานุกรมออกซฟอร์ด-รีเวอร์ บู้คส์ อังกฤษ-ไทย**. กรุงเทพฯ: River Books.
- สุภางค์ จันทวานิช. (2559). **การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยเชิงคุณภาพ**. พิมพ์ครั้งที่ 23. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อภิสิทธิ์ ขยายวงศ์. (2558). **การประยุกต์ใช้การโค้ชแบบสุนทรียศาสตร์เพื่อพัฒนาทักษะด้านคณิตศาสตร์ของนักเรียน กรณีศึกษา : อาร์เคทีแควเตอร์**. รายงานการศึกษาอิสระปริญญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต วิทยาลัยบัณฑิตศึกษากิจการ มหาววิทยาลัยขอนแก่น.
- Banerjee, S. (2015). **The Power of Appreciative Coaching**. Retrieved April 18, 2016, from <http://theleadershipreview.org/column/the-power-of-appreciative-coaching>.
- Bossons, P., Kourdi, J., & Sartain, D. (2012). **Coaching essentials: practical, proven techniques for world-class executive coaching**. 2nd ed. London: Bloomsbury.
- Burke, W.W. (2011). A perspective on the field of organization development and change: The zeigarnik effect. **The journal of applied behavioral science**, 47(2), 143-167.

เอกสารอ้างอิง (ต่อ)

- Cambridge Dictionaries Online. [n.d.]. **Cambridge Dictionaries Online**. Retrieved April 18, 2016, from <http://dictionary.cambridge.org/>
- Carney, D., Cuddy, A.J.C., & Yap, A.J. (2010). Power posing : brief nonverbal displays affect neuroendocrine levels and risk tolerance. **Psychological Science**, **21**(10), 1363-1368.
- Cooperrider, D.L., & Whitney, D. (2005). **Appreciative inquiry a positive revolution in change**. San Francisco: Berrett-Koehler.
- Epstein, M.J. and Roy, M.J. (2001). Sustainability in Action: Identifying and Measuring the Key Performance Drivers. **Long Range Planning**, **34**(5), 585-604.
- Foundation for Research, Education and Development (FRED). (2012). **ICF Approved Certificate Program in “Appreciative Coaching”**. Karnataka State: Foundation for Research, Education and Development (FRED).
- Gladwell, M. (2002). **The tipping point : how little things can make a big difference**. New York: Little Brown
- Heron, J. (2001). **Helping the client a creative practical guide**. 5th ed. London: SAGE.
- International Coach Federation. [n.d.]. **Benefits of Using a Coach**. Retrieved April 18, 2016, from <http://coachfederation.org/need/landing.cfm?ItemNumber=747>
- International Coach Federation. (2015). **What is professional coaching?**. Retrieved April 18, 2016, from <http://coachfederation.org/need/landing.cfm?ItemNumber=978&navItemNumber=567>
- Ishida, R. (2012). Purpose in life (Ikigai), a frontal lobe function, is a natural and mentally healthy way to cope with stress. **Psychology**, **3**(3), 272-276.
- Kirkpatrick, L., & Kirkpatrick, D. (2006). **Evaluating Training Programs: The Four Levels**. 3th ed. San Francisco: Berret-Koehler.
- Maltz, M. (2001). **The new psycho-cybernetics : the original science of self-improvement and success that has changed the lives of 30 million people**. New York: Penguin Putnam.
- Mccarthy, G. (2014). **Coaching and mentoring for business**. 1st ed. London: SAGE.
- Merton, R.K. (1948). The self-fulfilling prophecy. **The Antioch Review**, **8**(2), 193-210.
- Orem, S.L., Binkert, J., & Clancy, A.L. (2007). **Appreciative coaching A Positive Process for Change**. San Francisco: Jossey-Bass.

เอกสารอ้างอิง (ต่อ)

- Pierson, R. (2013). **Every kid needs a champion**. Retrieved April 18, 2016, from http://www.ted.com/talks/rita_pierson_every_kid_needs_a_champion
- Reed, J. (2007). **Appreciative Inquiry: Research for Change**. California: SAGE.
- Rosenthal, R., & Jacobson, L. (1968). Pygmalion in the classroom. **The Urban Review**, 3(16), 16-20.
- Sloan, B., & Canine, T. (2007). Appreciative inquiry in coaching: exploration and learnings. **AI Practitioner The international journal of AI best practice**, Retrieved April 18, 2016, from <http://www.vaerdsaettende-samtale.dk/data/files/dokumenter/0705guestintro.pdf>.
- Stubberfield, J. (2011). **Conceptual Models for Mentors VAK learning Styles**. Retrieved April 18, 2016, from <https://www.youtube.com/watch?v=2vAOTEG0LWk&feature=youtu.be>
- The center for Appreciative inquiry. [n.d.] **Appreciative Coaching**. Retrieved April 18, 2016, from <http://www.centerforappreciativeinquiry.net/offering/appreciative-coaching>.
- Watkins, J.M., Mohr, B., & Kelly, R. (2011). **Appreciative Inquiry: Change at the Speed of Imagination**. 2nd ed. San Francisco: Pfeiffer.
- White, D. (2006). **Coaching leaders : guiding people who guide others**. San Francisco: Jossey-Bass.
- Zeigarnik, B. (1927). On finished and unfinished tasks. **Psychologische Forschung**. Retrieved April 18, 2016, from <http://codeblab.com/wp-content/uploads/2009/12/On-Finished-and-Unfinished-Tasks.pdf>

ภาคผนวก

กรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาความสัมพันธ์กับเพื่อน

ครั้งที่ 1 : วันที่ 23 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

ผู้ศึกษา : เรื่องที่น้องอยากพัฒนาคือ ไม่มีเพื่อนใหม่ครับ

นักศึกษา : ครับ

ผู้ศึกษา : เราอยู่หอนอกหรือหอในครับ มีรวมเมมมัย

นักศึกษา : หอในครับ เมทก็อยู่นิติ แต่ช่วงหลังๆเมทก็ไปอยู่กับพี่มากกว่า ถ้ามีกิจกรรมคณะก็จะมานอนหอกับผม แล้วก็จะมีเพื่อนที่เรียนชีวชาญด้วยกัน ไปคุยเรื่องงานที่หอผมบ่อยๆ สองสามคนครับ

ผู้ศึกษา : คุณอาจไม่รู้ละ แต่มีเด็กชีวชาญเฉพาะหลายคนที่มาคุยกับผมเรื่องแบบนี้ละ เหมือนน้องเลย มันเกิดอะไรขึ้นกับชั้นเรียนครับ

นักศึกษา : คือมันไม่มีปฏิสัมพันธ์กันมากเท่าไร เจอกันก็ถามแต่งงาน เรียนเสร็จก็กลับ

ผู้ศึกษา : ได้ไปกิจกรรมวอลล่คแรลลี่ที่คณะจัดมั๊ยครับ

นักศึกษา : ไปครับ

ผู้ศึกษา : คือโครงการนั้นมันไม่ได้ช่วยอะไรเลยหรอ

นักศึกษา : มันก็มีบ้างแต่ก็ไม่เยอะอะพี่ โดยเฉพาะผู้หญิงนี่ยิ่งหนักเลย ไม่รู้จะไปคุยกับเขายังไง

ผู้ศึกษา : เคยมีแฟนมั๊ยครับ เอาตั้งแต่เกิดมาเลย

นักศึกษา : เคยครับ แต่ผมก็โสดมาสองปีแล้ว

ผู้ศึกษา : เด็กสาขาคุณนี่หลายคนแล้วนะ บางคนตอนนี้ลาออกไปแล้ว ผมถามเขาว่าทำไมออกล่ะ เรียนไม่ไหวหรอ เขาก็บอกว่าไม่มีเพื่อน ผมว่าน้องเป็นคนปกตินะ แต่ระบบสังคมมีปัญหาแล้วละ แบบนี้ไม่ใช่เราเป็นคนผิดปกติที่เข้ากับใครไม่ได้ละ ช่วงเข้ามาแรกๆสนิทกันมั๊ยครับ

นักศึกษา : ก็สนิทช่วงไปค่ายตอนแรกๆครับ มาช่วงหลังมีงานก็ไม่เคยถาม ผมก็ต้องหากลุ่มเอง เพื่อนก็ไม่ค่อยได้สนใจอะไรกัน

ผู้ศึกษา : ในชีวชาญเฉพาะนี่เรามีตำแหน่งมั๊ยครับ เป็นประธานรุ่นหรือกรรมการรุ่นอะไรแบบนี้

นักศึกษา : ไม่มีเลยครับ

ผู้ศึกษา : เคยเข้ากิจกรรมคณะมั๊ยครับ เข้าแบบไม่บังคับนะ

นักศึกษา : เข้าทุกครั้งเลยครับ มีงานอะไรไม่มีคนทำ ผมก็ไปทำช่วยเขาทุกครั้ง

ผู้ศึกษา : มีงานอะไรที่เรารู้สึกภูมิใจหรือดีใจที่เราได้ทำบ้างครับ

นักศึกษา : ก็กีฬาเฟรชชีครับ

- ผู้ศึกษา : เป็นไงครับ เล่าให้ฟังหน่อย
- นักศึกษา : ก็ได้เหรียญทองตะกร้อครับ
- ผู้ศึกษา : คิดว่ามาจากการซ้อมของรุ่นพี่หรือจากเรามากกว่า
- นักศึกษา : ส่วนใหญ่พวกผมซ้อมกันเองครับ ก็มีเพื่อนคนนึงเป็นเยาวชนทีมชาติ
- ผู้ศึกษา : ตอนมัธยมเคยแข่งมาก่อนมั๊ยครับ
- นักศึกษา : ไม่เคยครับ นี่ครั้งแรก
- ผู้ศึกษา : โห แจ๋วครับ ครั้งแรกได้เหรียญเลย
- นักศึกษา : (หัวเราะ)
- ผู้ศึกษา : เอ๊ะ เดียวนะ ตะกร้อนี่นิติเคยได้เหรียญด้วยเหอ ผมอยู่ที่นี้มาสิบปีไม่เคยได้ยินว่า ตะกร้อได้เหรียญนะ 12 ปีเปิดคณะมาไม่เคยได้เหรียญ นี่คุณสร้างประวัติศาสตร์ให้คณะนี้ ไซ้
- นักศึกษา : ก็ ครับ ก็ทีแรกซุ่มนุมนจะซุบแล้วครับ
- ผู้ศึกษา : คุณอย่าทิ้งกีฬานี้ละ คุณต้องเป็นหม้อให้กีฬานี้ต่อไปนะ
- นักศึกษา : ครับ ก็วางแผนกันปีหน้าจะคูน้องต่อครับ
- ผู้ศึกษา : ปกติเรียนเสร็จไปไหนต่อครับ
- นักศึกษา : ส่วนมากคนเค้าว่าผมมีโลกส่วนตัว ผมงมมากเลยคำนี้ เพราะว่าอะไรคือโลกส่วนตัว คือผมไม่รู้จะไปไหน อยู่แต่ห้อง
- ผู้ศึกษา : เช่นว่า สมมุติวันนี้หยุด เราจะทำอะไรบ้างครับ
- นักศึกษา : นอนฟังคำบรรยายของรามอยู่ห้องครับ มันไม่มีอะไรทำพี จะให้ออกไปก็ไม่รู้จะไปไหน
- ผู้ศึกษา : เราต้องการพัฒนาความสัมพันธ์แบบไหนครับ เพื่อน แฟน หรือยังง
- นักศึกษา : ก็อยากรู้ว่าเพื่อนเขาทำอะไรแต่ละวัน เพราะผมก็อยากไปด้วย เล่นด้วยอะไรแบบนี้
- ผู้ศึกษา : ผมว่าวิธีแก้คือเราต้องมีตัวตนในห้องอะ ปกติเป็นคนกล้าแสดงออกปะ เช่น กล้าออกไปเดินหน้าห้องมั๊ย
- นักศึกษา : โห ไม่กล้าห rokok ที่ เวลาจะตอบผมยังให้เพื่อนข้างๆตอบเลย ไม่กล้าตอบ
- ผู้ศึกษา : ผมว่าภายใน 1 เดือนนี้ทุกอย่างจะเปลี่ยนแปลงไปถ้าเราร่วมมือกัน น้องต้องเชื่อผมนะ บางทีผมอาจจะให้ไปทำอะไรบ้าง แต่ขอเหอะ ขอให้ทำตามทีบอก ทำไม่ได้ไม่เป็นไร ขอให้ทำ แล้วมันจะเปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้น
- ผู้ศึกษา : คือผมจะพูดอย่างนี้ โลกทุกวันนี้คนเก่งมันสู้คนดั่งไม่ได้ คุณจะประสบความสำเร็จคุณต้องมีตัวตน ถ้าเรามีตัวตนคนมันจะมาหาเราเอง ในเชิงวิชาเฉพาะมีซักคนมั๊ยครับที่พูดชื่อขึ้นมาแล้วรู้จักเลย

- นักศึกษา : มีครับ
- ผู้ศึกษา : ทำไมเล่าถึงดังครับ
- นักศึกษา : ก็เค้าเหมือนมีความรู้เรื่องเรียนมาก่อน อาจารย์ถามอะไรเขาก็จะเป็นคนต้นๆที่ยกมือตอบ
- ผู้ศึกษา : มีคนอื่นมั้ยครับนอกจากคนนี้
- นักศึกษา : มีครับ เป็นพี่อีกคนที่รื้อรหัสมา แกรชอบไปช่วยงานอาจารย์ ช่วยงานคนอื่น ทีแรกก็ไม่มีใครรู้จัก ไปๆมาๆรู้จักทั้งห้องเลย
- ผู้ศึกษา : อ้อ (ชื่อ) ผมรู้จักครับ ผมเห็นตั้งแต่ไปวอล์กแรลลี่ละ ดูทรงแล้วเขาก็น่าจะเป็นคนที่คนรู้จักเยอะ คือจ้ะเราอาจจะมีปัญหาว่าทำไมเราไม่ได้รับความสนใจจากคนอื่นเลย อย่างน้อยตอนเราจะไปกินข้าวเย็นก็โทรมาชวนกันบ้างมั้ย
- นักศึกษา : ไรๆ
- ผู้ศึกษา : เราก็อยากไปกับเพื่อนนะ แต่บางทีถ้าเราแบบเฮ้ยไปด้วยนะ มันก็เหมือนพยายามมากไป แล้วถ้าเพื่อนทำท่าทางเหมือนไม่ยอมให้เราไปเราก็คงดูเสลดอ่ะ เราก็ไม่ยอมวัดใจขนาดนั้น มันจะกลายเป็นเสียเพื่อนไปเพราะจะมองหน้ากันไม่ค่อยติดละ ต่อไปเราก็ไม่กล้าไปกับมัน แบบนี้รีเปล่าครับ
- นักศึกษา : ไร่มากเลยครับ
- ผู้ศึกษา : เราก็คงต้องมีตัวตนอะครับ ทีนี้เราจะทำยังไง เราก็คงดูอย่างคนที่น้องเล่ามาเมื่อกี้
- นักศึกษา : ผมเป็นคนชอบเกรงใจคน ทำอะไรก็คิดถึงคนอื่น คิดเยอะ เพื่อนก็บอกคิดเยอะไป แต่มันก็ไซในสิ่งที่ผมคิด
- ผู้ศึกษา : ผมเข้าใจ แต่เชื่อผมว่ามันหายได้ มันจะดีขึ้นได้ แต่เวลาที่เราปรับตัวขึ้นมาเราจะเจอสิ่งที่เรียกว่าการต่อต้าน ทั้งการต่อต้านจากตัวเราและการต่อต้านจากคนอื่น แต่การต่อต้านไม่ได้หมายความว่ามันผิด เหมือนของที่ความเร็วเท่านี้ วันนึงเขาขับให้มันเร็วขึ้นแรงด้านก็เยอะขึ้น ทุกคนจะต้องเจอแรงด้านเวลาลุกขึ้นมาเปลี่ยนอะไร คนที่เปลี่ยนได้คือคนที่ฟุ้งและฝ่าแรงด้านนั้นเข้าไป ซึ่งผมคิดว่าน้องก็น่าจะเคยเป็นแบบนี้ที่เวลาจะเปลี่ยนอะไร แต่สุดท้ายมันก็ไปไม่ได้ มันก็อีหروبเดิม
- นักศึกษา : ไร่ครับ
- ผู้ศึกษา : ผมไม่ได้มาบังคับว่าจะต้องทำนั้นทำนี่นะ แต่น้องต้องทำด้วยตัวเอง ผมถามหน่อย เชี่ยวชาญเฉพาะนี้มีอะไรที่เราทำให้ดีขึ้นในสาขาได้บ้าง
- นักศึกษา : ดีในที่นี้หมายถึง?
- ผู้ศึกษา : อะไรที่เราคิดว่าเราทำให้ดีขึ้นได้ ที่เกิดประโยชน์กับคนอื่น
- นักศึกษา : ไม่รู้ครับ

- ผู้ศึกษา : ชอบอะไรในเชิงวิชาเฉพาะที่สุด
- นักศึกษา : ก็อาจารย์ทุ่มเทในการสอนครับ อาจารย์ศนี้ก็จริงจังมากครับ
- ผู้ศึกษา : ปกติเขาให้จัดกลุ่มกี่คนครับในเชิงวิชา
- นักศึกษา : 3-5 คนครับ มันเป็นกลุ่มคนที่ต่างกันอะพี่ บางคนก็สูงเสียดฟ้า
- ผู้ศึกษา : คนที่เราสนิทมีคนเก่งๆมั๊ย
- นักศึกษา : ส่วนมากก็ผมเป็นคนนำตัวเพื่อนอยู่แล้วครับ
- ผู้ศึกษา : เทอมนี้มีวิชาที่ทุกคนหนักใจมั๊ยครับ
- นักศึกษา : ผมว่านิติกรรมครับ เพราะแกไม่ค่อยมีเวลาสอน เวลาสอนก็กระโดดไปกระโดดมา เพื่อนในห้องก็ไม่ทันอีกแล้ว
- ผู้ศึกษา : ในห้องมีคนสรุปมั๊ยครับ เป็นคนที่ทำหน้าที่สรุปบทเรียนไว้ หรือเวลาสอบมีชีทมา แจกกันมั๊ย
- นักศึกษา : ไม่มีครับ
- ผู้ศึกษา : มีจัดตัวมั๊ย
- นักศึกษา : ไม่มีครับ
- ผู้ศึกษา : เชิงวิชาเฉพาะนี้ไม่คุยกันเลยหรือ
- นักศึกษา : ไม่มีเลยพี่ งานกลุ่ม 3 คนยังไม่มาเจอกันเลย คุยแต่เฟส
- ผู้ศึกษา : สอบคราวที่แล้วก็อ่านใครอ่านมันจึ้หรือ
- นักศึกษา : ครับ ก็มีเพื่อนสนิทกับเมท ที่มาให้ผมตัวให้ ที่เขาทำได้ก็เพราะผมตัวบางส่วน
- ผู้ศึกษา : เขาพูดเลยไซ้มั๊ยว่าเป็นเพราะเรา
- นักศึกษา : ครับ
- ผู้ศึกษา : นื่องคิดว่ามีวิธีไหนที่จะทำให้เรามีตัวตนขึ้นมาในสาขาเชิงวิชาเฉพาะ
- นักศึกษา : ก็.....
- ผู้ศึกษา : ว่ามาได้เลยครับ ไม่มีผิดไม่มีถูก
- นักศึกษา : ผมก็อยากจะให้คำปรึกษาเพื่อนครับ
- ผู้ศึกษา : การให้คำปรึกษาเป็นเรื่องดีมากนะครับ แต่สิ่งที่เราจะต้องทำก่อนคือ เขาจะต้องรู้ว่าเราให้คำปรึกษาได้
- นักศึกษา : ครับ ส่วนมากเขาไม่ค่อยรู้จักเรา
- ผู้ศึกษา : ผมเชื่อว่าหลายคนก็มีปัญหานี้แหละ แต่เขาไม่รู้จะปรึกษาใคร ฉะนั้นมันน่าจะต้องมีขั้นตอนอะไรที่ทำให้เขารู้จักเรา มันต้องมีขั้นตอนนี้ก่อน พอเขารู้แล้วหลังจากนั้นเดี๋ยวจามาเอง
- นักศึกษา : ครับ

- ผู้ศึกษา : ผมว่าน้องก็ลองสรุปบทเรียนก่อน โดยการเขียน เอาวิชาต่างๆ เช่น นิติกรรม เรียนเสร็จ กลับห้องเราเขียนสรุปเลย สรุปคร่าวๆ ว่าเรียนวิชานี้เป็นแบบนี้ นะ พอสรุปเสร็จคุณก็เอาลงไลน์กลุ่ม บอกว่ามาคุยกับเจ้าหน้าที่ว่าคุณได้รับมอบหมายให้ทำงานนี้ แต่ถ้าไม่กลัวก็ไม่ต้องอ้างผมก็ได้
- นักศึกษา : ไม่กล้าครับ
- ผู้ศึกษา : คุณก็ไปสรุปมาแล้วก็ถ่ายรูปลงไลน์กลุ่มซัก 3 แผ่น แล้วก็บอกว่า นี่นะเพื่อนๆ นี่เป็นสรุปของคราวที่แล้ว เรากำลึงมีโปรเจกสรุปแบบนี้ให้เพื่อนๆ จะพยายามทำให้ทุกครั้ง วิชาที่รู้สึกมันหนักหนาสาหัสคุณก็ทำแบบนี้ แล้วก็บอกว่าทำสามแผ่นเนี่ยเป็นแค่สรุปคร่าวๆ เรามีตัวที่ละเอียดอีก แต่อยากได้ให้อินบ็อกมา แล้วเราขอคู่มือก่อน ถ้าคนสนใจเยอะเราจะทำให้ คุณต้องทำแบบนี้ไปก่อน แล้วก็อย่าลืมสิ่งที่ผมบอก คุณจะเจอแรงต่อต้าน คุณจะเจอคนมาท้วง ถ้อยเถียงคุณ แบบ โอ๊ย เก่งนะ จิตอาสา ฯลฯ
- นักศึกษา : มีแน่นอนครับ
- ผู้ศึกษา : คือถ้ามันไม่มีอะไรให้ฝ่าไป เราก็ไม่มีทางพัฒนาขึ้น เราจะพัฒนาได้มันจะต้องมีอุปสรรคให้เราข้าม คนทั่วไปเขาข้ามไปไม่ได้ คนที่ข้ามไปได้คือคนพิเศษ
- นักศึกษา : ผมกลัวว่ามันจะไม่ได้รับการตอบรับจากเพื่อน
- ผู้ศึกษา : ที่ให้ทำนี่ไม่ใช่การไปทำจิตอาสาให้คนมารักเรานะ อย่างนั้นมันง่ายไป แบบนั้นไม่ดีเหมือนไปทำดีเพื่อรอความเมตตา พอเราไม่มีประโยชน์ให้เขาก็ไม่สนใจ แต่มันมีเจตนาเกี่ยวกับจิตวิทยาซ่อนอยู่ในการกระทำพวกนั้น เราไม่ได้ต้องการการตอบรับจากใครครับ เราทำเพราะเราต้องการสื่อสารกับตัวเอง
- นักศึกษา : ผมเคยมีความรู้สึกนี้แหละพี่ ตอนผมอยู่ในห้อง คนมักจะคิดว่าผมแสดงอย่างนั้นอย่างนี้ ขยะในห้อง ผมต้องรอให้คนอื่นออกให้หมดผมถึงค่อยเก็บ ถ้าไปเก็บเลย สายตาที่มองผม ผมรับไม่ได้พี่ เหมือนที่ผมแสดง
- ผู้ศึกษา : สิ่งที่คนอื่นมองเรามันเป็นความคิดของเขาครับ ไม่ใช่ตัวเรา ขนาดเรากำลังจะเริ่มทำเรายังคิดเลยว่าเขาต้องคิดแบบนี้ แล้วเขาจะคิดมันก็ไม่แปลก เราต้องให้อภัยเขา เขาเห็นแค่นั้น เขารู้แค่นั้น เขาก็พูดแค่นั้น คนพวกนี้เป็นคนอีกกลุ่มที่เราต้องก้าวข้ามมันไป ถ้าเราไปมัวแต่เถียงเขา ไปแก้ตัว เราก็จะกลายเป็นคนแบบที่เขาคิด แต่ถ้าคุณยืนยันแล้วไปต่อ คุณจะไม่ใช่คนแบบที่เขาคิด ถ้ามีไอเดียอย่างอื่นที่จะสร้างประโยชน์ให้คนอื่นได้ น้องมาบอกผมเลย พอทำได้มั๊ย
- นักศึกษา : เคยทำตอนปี 1 เทอม 1 ครับแบบนี้ แต่เอาให้เฉพาะเพื่อนที่มากุ้กับผม ผมคิดไว้ว่าจะอ้างว่างานพัฒนานักศึกษาเค้าเห็นว่าเกรดเราน้อยเลยให้ผมมาช่วยอะไรประมาณนี้
- ผู้ศึกษา : คุณคิดว่าจะเริ่มทำได้เมื่อไหร่ครับ

- นักศึกษา : ก็ต้องวันเรียนอะครับ เป็นอาทิตย์หน้า วันพุธ
- ผู้ศึกษา : ก่อนหน้านั้นมีอย่างอื่นมั้ยครับ ที่จะได้เจอเพื่อน
- นักศึกษา : ก็ไม่มีอะครับ ตอนเช้าเรียนรัฐธรรมนูญ ตอนเย็นเรียนนิติกรรม
- ผู้ศึกษา : อ้อดีครับ งั้นคุณไปยื่นหน้าห้อง ถือไม้ก็ประกาศว่า พอดีพีจากงานพัฒนานักศึกษาเขามีโปรเจกจะให้ทำสรุปบทเรียน เขาอยากได้คนช่วย มีเพื่อนๆคนไหนสนใจจะช่วยก็มาติดต่อเรานะครับ แล้วคุณก็เดินกลับได้เลยเพราะผมคิดว่าไม่มีใครมาช่วยคุณหรอก หลังจากนั้นวันจันทร์ที่ไปทำแบบนี้คุณมารายงานผลหน่อย วันพุธคุณไปสรุปแล้วเอาลงไลน์
- นักศึกษา : ครับ
- ผู้ศึกษา : ผมอยากให้คุณเอาไปขยายต่อ วันนึงคุณมีรุ่นน้องคุณจะได้ไปสอนรุ่นน้องได้ คุณมีสิทธิเต็มที่จะไปแนะนำเขา ไปสอนเขา อ้อ น้องมาจากต่างจังหวัดหรือ ไม่มีเพื่อนใหม่ มั้ย พี่ก็เป็นแบบเรานี้แหละ
- นักศึกษา : แค่มตัดสนใจมาผมก็ ผมตั้งใจครับว่าจะทำ
- ผู้ศึกษา : คนอ่านประกาศของผมอะนะ แต่น้อยคนที่จะมาทำ เรามาทำชีวิตเราให้มันดีกันครับ

ครั้งที่ 2 : วันที่ 28 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ทางเฟสบุ๊ค

- ผู้ศึกษา : เป็นไงบ้างครับ
- นักศึกษา : ยังไม่พูดหน้าห้องเลยครับ ไม่มีเวลาเรียนด้วยกันเลยพี่
- นักศึกษา : แต่ผมบอกในกลุ่มแล้วครับ
- ผู้ศึกษา : พอบอกแล้วเป็นยังไงบ้างครับ
- นักศึกษา : ก็ไม่ค่อยมีใครสนใจเท่าไร แต่ก็มีเพื่อนว่าอยากทำ
- ผู้ศึกษา : มีคนอยากทำด้วยหรือ
- นักศึกษา : ก็แค่บอกว่าอยากทำแต่ก็ไม่ได้มาถามรายละเอียด
- นักศึกษา : ตั้งแต่ไปคุยกับพี่ผมมาทำงานวิทยุอักษรก็ลองคุยกับเพื่อนใหม่ลองดู ก็เริ่มดีขึ้นครับ
- ผู้ศึกษา : คุยยังไงครับ เล่าให้ฟังหน่อย สนใจๆ ถ้ายาวมาก นัดคุยกันก็ได้ครับ
- นักศึกษา : ก็ถามชื่อ แต่ก่อนผมเจอใครก็เฉยๆ ไม่ทักก็ผ่านไป นี่ก็มีคุยเล่นๆ แล้วก็แอดเฟสไป แต่ก็ยังไม่มาครับ
- ผู้ศึกษา : สูดยอด ทำได้ดีมาก
- นักศึกษา : ขนานั้นเลยหรือครับ แต่สำหรับผมยังไม่มากพอครับ จะพยายามคุยหาคนสนิ ทอีกครับ

ผู้ศึกษา : ผมให้เต็มที่แบบสุดๆ ไม่เกิน 3 เดือน คุณจะเป็นคนที่ยืดหยุ่นในคณะ ขอมัดมือชก ล้วงหน้าเลย มาเป็นวิทยากรให้ผมด้วยนะ

นักศึกษา : จะดีหรือครับ

ผู้ศึกษา : มีคนที่ต้องการความช่วยเหลือเยอะครับ แต่เขาไม่มีที่พึ่ง คุณก็มีปัญหาแบบคนอื่น แต่คุณสามารถเอาชนะมันได้ คุณต้องไปเป็นแรงบันดาลใจให้คนอื่นต่อ

นักศึกษา : ได้ครับพี่

ผู้ศึกษา : ชัก 2-3 วัน มาแจ้งผลต่อ นะครับ

นักศึกษา : ครับผม

ครั้งที่ 3 : วันที่ 4 เมษายน 2559 สัมภาษณ์ทางเฟสบุ๊ก

ผู้ศึกษา : มาสอบถามผลครับ ช่วงนี้เป็นไงครับ

นักศึกษา : งานเยอะมากครับพี่

ผู้ศึกษา : ครับ แล้วความสัมพันธ์กับคนอื่นเป็นไปบ้างครับ

นักศึกษา : วันอาทิตย์ที่ผ่านมาผมได้ไปโบสถ์ด้วยพี่ ได้เพื่อนใหม่คณะวิทย์ด้วยครับ มีพี่คณะวิศวะชวนไปก็เลยลองได้ดู ปกติผมไม่ค่อยทำกิจกรรมร่วมกับใครแต่ไปที่โบสถ์ผมปฏิเสธไม่ได้ ก็เลยได้ทำกิจกรรมร่วมกับคนอื่น ๆ และตัดสินใจถามชื่อเพื่อนที่ร่วมกิจกรรมด้วยกันและรู้จักพี่ๆเจ้าหน้าที่โบสถ์จากการแนะนำจากพี่คณะวิศวะที่พาผมไป ส่วนตัวผมนับถือพุทธนะครับ

ผู้ศึกษา : อาทิตย์นี้มีวันว่างมั๊ยครับว่าจะนัดเข้ามาคุยกันบ้างครับ

นักศึกษา : ไม่แน่ใจครับพี่ เรื่องงานที่พี่ให้ทำผมยังทำไม่สำเร็จเลยครับไม่มีเวลาทำ แต่ผมส่งรูปโจทย์และงานวิชาการรัฐธรรมนูญให้เพื่อนในกลุ่มแล้วครับ มีเพื่อนส่งสติ๊กเกอร์ขอบคุณ 2 คน

ผู้ศึกษา : แจ๋ว

นักศึกษา : พี่ครับผมจะสมัครไปค่ายคุณะครับน่าจะได้เพื่อนใหม่

ผู้ศึกษา : ดีมากเลยครับ

ครั้งที่ 4 : วันที่ 19 เมษายน 2559 สัมภาษณ์ทางเฟสบุ๊ก

ผู้ศึกษา : เป็นไปบ้างครับ

นักศึกษา : ลืมพี่ไปเลย 555

นักศึกษา : ตั้งแต่ทำสรุปให้เพื่อนอ่านเพื่อนในชมรมก็ให้ดูให้ทุกวันเลยพี่ที่คอมเพิลก็แล้วก็มีเพื่อนขอมาดูด้วยแต่ยังไม่เยอะเลยครับ

- นักศึกษา : เป็นอย่างที่ผมบอกเลย เพื่อนชวนไปกินข้าวด้วยบ่อยกว่าเดิมมากพี่
- นักศึกษา : พี่ครับผมถามอะไรหน่อยได้ไหม คือเพื่อนบางคนจะทักผมมาแค่เรื่องงาน มาหาแค่เรื่องงานนี้หมายความว่าไงครับ ไปกินข้าวไหนไปเล่นไหนก็ไม่ได้ไปด้วยกัน ผมเข้ากับเพื่อนไม่ได้รีเปล่าพี่
- ผู้ศึกษา : ไม่นะ
- นักศึกษา : หรือผมต้องเป็นฝ่ายชวนก่อนไหมพี่
- ผู้ศึกษา : ที่ผ่านมามีเคสแบบนี้แล้วเราทำให้เขามาสนิทด้วยได้มั้ยครับ ที่เราเคยทำมา
- นักศึกษา : เท่าที่ผมทำนะครับ ก็เข้าไปคุยกับคนๆ นั้นตอนที่เขามีปัญหาบางอย่างแล้วเขาก็จะคุยกับผมแล้วก็สนิทกัน ไปไหนก็ไปด้วยประมาณนี้อะพี่ แต่อยู่ปกติถ้าไม่ทักผมก็ผมก็ไม่ได้คุยเลย
- ผู้ศึกษา : เป็นวิธีที่ดีมากเลย ลองใช้ดูครับ

ครั้งที่ 5 : วันที่ 12 พฤษภาคม 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

- ผู้ศึกษา : เป็นไงบ้าง ชีวิต
- นักศึกษา : เปลี่ยนไปเยอะเลยพี่
- ผู้ศึกษา : เปลี่ยนยังงัยอะ
- นักศึกษา : ก็เหมือนที่ผมเคยบอกพี่อะ อยู่แต่ห้องไม่ได้ไปไหน แต่เดี๋ยวนี้แทบจะไม่มีเวลาอยู่ห้องเลยพี่
- ผู้ศึกษา : (หัวเราะ) ทำไมอะ มันเป็นไง
- นักศึกษา : โห แบบ คนในเซกรู้จักผมเกือบ 80 เปอร์เซนต์แล้วตอนนี้ ตอนแรกแทบไม่รู้จักเลย รู้จักแค่บางกลุ่มบางคน แต่ตอนนี้รู้จักเกือบทั้งเซกแล้วพี่ ประมาณ 80 เปอร์เซนต์อะ
- ผู้ศึกษา : เชียวชาญเฉพาะเนี่ยนะ
- นักศึกษา : ใช่พี่
- ผู้ศึกษา : อัยยะ ไปทำไงเข้า
- นักศึกษา : ก็อย่างที่พี่บอก ส่งสรุปให้เค้าดู ทีแรกก็ไม่มีใครสนใจพี่ พอช่วงใกล้สอบเท่านั้นแหละ โอ้โหแบบ มีทั้งเบอร์ มีทั้งเฟส มีทั้งไลน์ มีทุกอย่างเลย
- ผู้ศึกษา : อินบ็อกมาหรือ
- นักศึกษา : ใช่พี่ ทั้งอินบ็อก ทั้งโทรมา
- ผู้ศึกษา : อยู่ดีๆ ก็โทรมาคืออะเนี่ยนะ
- นักศึกษา : ใช่ครับ โทรมาบอก อธิบายมาตอนนี้ให้ฟังหน่อย อธิบายเรื่องนี้ให้ฟังหน่อย แล้วก็นัดกันมาเป็นกลุ่ม เราก็ได้รู้จักเพื่อนตามกลุ่มพวกนี้อะครับ เค้าก็ถามผมทุกๆ เรื่องเลยพี่

- ผู้ศึกษา : ถามเรื่องอะไรอะ เรื่องชีวิตเธอ
- นักศึกษา : เรื่องเรียนครับ เรื่องชีวิตก็มีด้วย คุณกันเกือบทุกคน
- ผู้ศึกษา : สรุปว่าไปทำไมมันนะ เล่าให้ฟังหน่อย
- นักศึกษา : พี่บอกให้ผมส่งโซเชียลให้ทำสรุปแล้วส่งไปในกลุ่ม ผมก็ส่งไปในกลุ่มไลน์ ทีแรกก็ไม่ มีปฏิกริยาอะไรเลย มีคนนึงไลน์มาบอกผมว่าขอหน่อยได้มั๊ย ผมก็เลยว่าเดี๋ยวส่งให้ พอ มาเรียนผมก็เอาไปให้เค้า ก็เริ่มมีคนรู้จักว่าชิมนั้นมาจากไหน ก็เริ่มมาถามผม ผมก็หา สรุปชีวิตเพิ่มอีก
- ผู้ศึกษา : เริ่มมันส์โซเชียล
- นักศึกษา : มันส์พี่ ทีนี้เริ่มมีคนเข้ามา เริ่มสนุกพี่ กินข้าวนี้ก็ต้อง ดิ้นแต่เช้าก็ต้อง ไปกินกับเพื่อน แล้ว มันโหดตาม แบบถ้ายังไม่กินข้าวก็มากินด้วยกัน
- ผู้ศึกษา : ผมก็ยังว่า ทำไมหายไป นัดไม่ได้ซักที
- นักศึกษา : โห พี่ ไม่มีเวลาได้จับโทรศัพท์เลยพี่ เปลี่ยนไปเยอะจริงๆครับ เมื่อก่อนถาม คนก็แบบ คนไหน เรียนอยู่เชี่ยวชาญหรือ เดี่ยวนี้คนรู้จักผมเยอะมาก อีกอย่างหนึ่งก็อย่างที่พี่บอก แหละ ผมติดสนิทกับพี่เต้ (ผู้เชื่อมต่อ) แล้ว ร่วมวงดนตรีเดียวกันแล้วพี่ ชวนผมเล่น ดนตรีด้วย
- ผู้ศึกษา : อ้าว เล่นดนตรีได้ด้วยเธอ
- นักศึกษา : เล่นเบสได้ครับ ขาดมือเบสพอดี ก็เลยไปเล่นร่วมวงด้วยเลย
- ผู้ศึกษา : ยาวเลย
- นักศึกษา : (หัวเราะ) ยาวเลยครับ อีกอย่างนึงก็เพราะพี่เต้ครับ เวลาเรียนเสร็จแก่ก็ อ่านหนังสือ ไปไหน ไปด้วย แล้วพี่เต้รู้จักคนเยอะ ทีนี้คนรู้จักผมเยอะก็เพราะพี่เต้ด้วยนี่แหละ
- ผู้ศึกษา : จบเกมส์ ปิดจ๊อบเลย ไม่ต้องทำอะไรแล้ว
- นักศึกษา : คือแบบเปลี่ยนไปเยอะจริงๆพี่ แปลกใจตัวเองเลย แต่ก่อนไม่มีใครรู้จักผมหรอก ทุก วันนี้ออกจากห้องสอบมา คนมาถามผมเต็มไปหมดจนกลับมาห้องไม่ได้ ถามทุกข้อ ถามทุกอย่าง
- ผู้ศึกษา : แล้วเราวางแผนต่อยังไงครับกับเทอมหน้า
- นักศึกษา : น่าจะได้อยู่ตำแหน่งที่ปรึกษาให้เพื่อนเหมือนเดิมครับ
- ผู้ศึกษา : ทีสรุปนี้ทำวิชาเดียวใช่ปะ
- นักศึกษา : ใช่ครับ นิติกรรม นี่นัดกันพรุ่งนี้ว่าจะไปอ่านที่คณะศึกษาศาสตร์ (หัวเราะ) เยอะเลย เพื่อน พวกผู้หญิงบางคนที่ผมไม่รู้จักมาก่อนก็ได้รู้จัก ไปๆมาๆกลายเป็นสนิทกันเลย โดยไม่รู้ตัว

- ผู้ศึกษา : เดี่ยวนะ ขอรายละเอียดอีกนิด ตอนแรกเราทำสรุปนิติกรรมใช่ปะ แล้วเราก็เอาไปลงไลน์ มีคนสนใจแค่คนสองคน แล้วก็ไม่มีคนพูดถึงเลย
- นักศึกษา : ซ้ำมไปเลย
- ผู้ศึกษา : แล้วอยู่ดีๆพอช่วงใกล้สอบมันก็มีคนติดต่อมา
- นักศึกษา : ใช่
- ผู้ศึกษา : ติดต่อมาเยอะมัยช่วงแรก
- นักศึกษา : มีบางคนทีบอกว่าไม่เข้าใจ ก็ถามผม
- ผู้ศึกษา : สนิทกันก่อนหน้านั้นมัย
- นักศึกษา : ไม่ครับ
- ผู้ศึกษา : เขาที่เข้ามาด้วยเฟสหรือไลน์ หรือยังง
- นักศึกษา : ทีแรกก็มีบางคนทักเฟสมาแล้วถามเรื่องนั้นเรื่องนี้ แต่จุดเริ่มต้นจริงๆคือวันนั้นผมจะไปอ่านหนังสือสอบอิงค์ที่หอสมุด แล้วเพื่อนเขาอ่านนิติกรรมกันอยู่พอดีมีเพื่อนมาถามผมเรื่องนั้นเรื่องนี้ แล้วคนที่อ่านอยู่เค้ายังไม่รู้แล้วเค้าสนใจ เค้าเลยถามกับผม เอาไปเอามามันเลยขยาย ผมก็เอาซีทให้ทุกคน ดิวก็ดิวซีทที่ผมให้มันละ
- ผู้ศึกษา : แสดงว่าตั้งแต่วันนั้นก็ทำสรุปมาตลอดใช่ปะ
- นักศึกษา : ครับ ทีแรกผมจะทำแค่ภาพใหญ่ๆไปก่อน ส่งแค่ภาพใหญ่ๆไป ก็ไม่มีมีใครสนใจ พอมีคนมาถาม ผมก็ให้รายละเอียดไป
- ผู้ศึกษา : อืมมม ปิดเกมส์
- นักศึกษา : (หัวเราะ) คือไม่รู้จะบอกไงที เมื่อคืนนี่ก็ไปนอนห้องเพื่อนที่กังสดาล ปกติผมอยู่หอในเลยไปนอนห้องแอร์กับมันเลย นั่งอ่านหนังสือกัน มีเพื่อนคนนึงมีกระดานไวท์บอร์ด ผมก็เอามาติดตาราง ตั้งคำถามถามเพื่อนแล้วให้คะแนนทีละคน โหแบบ มันเป็นสังคมที่เปลี่ยนไปเลยที ปกติเจอกันต้องอ่อนน้อมถ่อมตนใส่กัน ไม่กล้าคุยกันอะไรแบบนี้ ตอนนี้สนิทมาก กวนได้เลย เปลี่ยนไปเยอะจริงๆ
- ผู้ศึกษา : แสดงว่าคุณมีความสามารถในการถ่ายทอดนะ
- นักศึกษา : เพื่อนก็บอกว่าผมสอนเข้าใจง่าย นิติกรรมผมสอนครึ่งชั่วโมงก็เข้าใจแล้ว มีพี่ด้อมที่เปิดร้านดิวอยู่หลังมอ เพื่อนก็บอกว่าถ้าพี่เขามาตามอย่าไปนะ อยู่ดิวให้พวกเค้าก่อน
- ผู้ศึกษา : ใอันี่ทำเป็นอาชีพได้นะ ดิวนิติเนี่ย
- นักศึกษา : ผมก็บอกว่าเดี่ยวพรุ่งนี้จะทำ Mind map รัฐธรรมนูญให้ มาช่วยกันทำเลย
- ผู้ศึกษา : สุขยอดครับ งั้นก็ไม่มีอะไร ผมสงสัยเฉยๆว่าหายไปไหน
- นักศึกษา : ไม่มีเวลาว่างเลยที
- ผู้ศึกษา : อย่าเลิกทำนะ

นักศึกษา : ครับ

ผู้ศึกษา : โอเค ขอขอบคุณมากนะ เป็นกำลังหลักให้เพื่อนต่อไปนะ เป็นแรงบันดาลใจให้รุ่นน้องต่อไป

นักศึกษา : ครับผม

กรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาการเรียน

ครั้งที่ 1 : วันที่ 30 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

ผู้ศึกษา : น้องต้องการพัฒนาในเรื่องไหนครับ

นักศึกษา : การเรียนครับ

ผู้ศึกษา : เป็นไงครับ

นักศึกษา : เทอมที่ผ่านมาเกรดน้อยมากเลยครับ

ผู้ศึกษา : คิดว่าเป็นผลมาจากอะไรครับ

นักศึกษา : เราอาจจะลายมือไม่สวย เขียนตอบอาจารย์แล้วอาจารย์อ่านไม่รู้เรื่อง เอาจริงๆผมไม่ได้สปอยด์ตัวเองนะ ผมมั่นใจว่าผมเขียนข้อมูลไปเต็มทุกอย่าง แต่วามันก็ได้เกรดมาน้อยอะครับ

ผู้ศึกษา : ปกติเป็นคนเรียนเก่งมั๊ยครับ

นักศึกษา : ก็กลางๆครับ

ผู้ศึกษา : จบม.6 ด้วยเกรดอะไรครับ

นักศึกษา : 3.00 เป๊ะครับ

ผู้ศึกษา : ก็เบสิคคีนะ ไปพลาดวิชาอะไรครับ

นักศึกษา : วิชามหาชนครับ ได้เอฟ เอจิงๆอะ ข้อสอบ 4 ข้อมันจะออก 4 เรื่อง ผมอ่าน 4 เรื่องที่ออกข้อสอบเลย มันตรงทุกอันเป๊ะ

ผู้ศึกษา : เราเป็นคนลายมือไม่สวยมากๆเลยหรือ

นักศึกษา : ใช่ครับ โดนอาจารย์ตำหนิตั้งแต่ประถมเลย มอต้น มอปลาย ดิที่มหาลัยยังไม่โดนว่า

ผู้ศึกษา : เคยมีครั้งไหนมั๊ยครับที่เขียนข้อสอบหรือเขียนงานแล้ว คนชมเราว่าอ่านง่าย

นักศึกษา : ไม่มีครับ

ผู้ศึกษา : ตั้งแต่เรียนมาเลยอะ

นักศึกษา : ก็มีครั้งนึงเพื่อนสมัยเรียนเคยเอาสมุดไปลอกแล้วมันเป็นเนื้อหาที่ยากมาก แต่เค้าก็ไม่บ่น ทั้งที่ปกติจะต้องเดินมาถามแล้วว่าตัวนี้อ่านว่าอะไร

ผู้ศึกษา : อ้อ ก็เลยคิดว่าตอนนั้นเราก็น่าจะเขียนดีพอสมควร

นักศึกษา : ใช่ครับ

ผู้ศึกษา : แล้วจำได้มั๊ยว่าเราเขียนยังไง

นักศึกษา : ตอนนั้นรู้สึกอาจารย์โหด ไม่อยากเขียนแก้ใหม่ แล้วก็เวลามันเยอะด้วยก็นั่งเขียนไป

ผู้ศึกษา : เราสามารถปรับลดสติปดลงนิดๆได้ครับ มีลายมือที่เขียนให้ดูมั๊ยครับ ถ้าไม่มีก็ไม่เป็นไร คราวหน้าก็ได้ครับ

- ผู้ศึกษา : เอมนี้มีวิชาอะไรที่มันยากๆบ้างครับ
- นักศึกษา : น่าจะรัฐธรรมนุญครับ
- ผู้ศึกษา : ทำไมถึงคิดว่ามันยากครับ
- นักศึกษา : รัฐธรรมนุญมันเป็นเนื้อหาแบบ ถ้าเป็นนิติกรรมก็ต้องมาตราแล้วฎีกาที่อาจารย์สรุปมาให้ มันก็ดูเหมือนง่าย แต่รัฐธรรมนุญคือ เหมือนผมไม่ชอบหลักกฎหมายมหาชนด้วยมั้งครับ
- ผู้ศึกษา : มีวิชาอื่นอีกมั๊ยครับ
- นักศึกษา : น่าจะเป็นอั้งค์ครับ เอมที่ที่แล้วได้ดี แต่มันก็ไม่น่าได้ดีอะ เพราะคะแนนเก็บอั้งค์มันตัดเอฟที่ 44 คะแนนเก็บผมมีอยู่ 43 สอบไฟนอลผมยังได้ดี ผมก็ยังสงสัยว่าทำไมไม่ได้เลยหรือหรือว่ายังไง
- ผู้ศึกษา : คืออั้งค์นี้มันเป็นสเกลที่ต้องใช้เวลาบ่มเพาะพอสมควร มันอาจจะไม่เห็นผลใน 1 เดือน
- นักศึกษา : เอาแค่กฎหมายตอนนี้ ให้ได้ 2.0 เป็น 2.5
- ผู้ศึกษา : ไม่ยากครับ เดี่ยวผมจะปิดจ๊อบน้องไว้แค่นี้ก่อน เรียนรัฐธรรมนุญคราวล่าสุดวันไหนครับ
- นักศึกษา : วันศุกร์ครับ เช้า
- ผู้ศึกษา : ถ้าจ๊อบน้องลองสรุปรัฐธรรมนุญที่เรียนวันนั้นด้วยลายมือ สรุปแบบให้คนที่ไม่เข้าเรียนอย่างผมให้รู้เรื่อง ไม่ต้องเขียนภาษาวิชาการเยอะ แล้วไม่ต้องคัดนะ เอาเขียนแบบปกติ

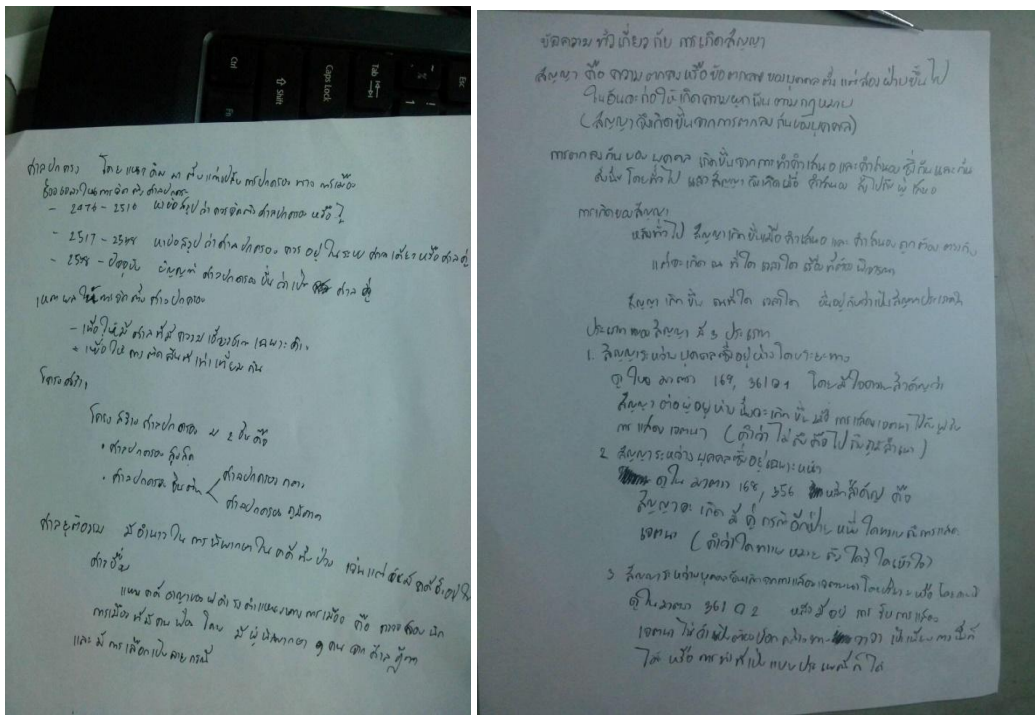
ครั้งที่ 2 : วันที่ 6 เมษายน 2559 สัมภาษณ์ที่ศูนย์อาหารและบริการ 1 มหาวิทยาลัยขอนแก่น

- ผู้ศึกษา : เริ่มเลยนะครับ ที่ผมดูที่ส่งมา ผมรู้สึกที่เราสรุปบทเรียนกว้างไป ไม่ใช่อะไร เวลาเราสรุปกว้างๆเราก็จะจำแบบกว้างๆ การจำแบบกว้างๆมันมีข้อเสียคือมันจะทำให้เราคิดว่าเรารู้แล้ว แต่เวลาเข้าไปเขียนข้อสอบมันจะเขียนไม่ออก เหมือนจำไว้กว้างๆในหัวแล้วเข้าไปสวดเอา ซึ่งมันจะเขียนไม่ค่อยได้ เวลาเขียนสรุปเราต้องเขียนให้มันละเอียดจากความเข้าใจ
- นักศึกษา : ลงรายละเอียดปลีกย่อยให้มั๊ยครับ
- ผู้ศึกษา : ใช่ครับ จินตนาการว่าเราไม่ได้เขียนให้ตัวเองอ่าน แต่เราเขียนให้คนอื่นอ่าน เหมือนกำลังจะเลคเชอร์ให้น้องรหัสอ่านอะ แบบว่าน้องไม่เคยเรียน แต่อ่านของเราแล้วก็ทเลย ผมอยากให้ถ่ายถอดบทเรียนออกมาให้คนที่ไม่ได้นั่งเรียนเข้าใจ
- นักศึกษา : แสดงว่าผมจะต้องพยายามหาเนื้อหาที่สำคัญแล้วพยายามจะลึกลงไป
- ผู้ศึกษา : อันดับแรกมันเริ่มจากในห้องครับ เราต้องเลคเชอร์ให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ รู้เรื่องไม่รู้เรื่องช่างมัน

- นักศึกษา : จดตามที่อาจารย์บอก
- ผู้ศึกษา : ได้ยินอะไรจดตามนั้นครับ ให้ได้มากที่สุด ทำแบบนี้ทุกวิชา ยิ่งทำมากทักษะยิ่งเพิ่มขึ้นมาก
- นักศึกษา : โอเคครับ
- ผู้ศึกษา : ในสามคนนี้อีกคนค่อนข้างไปไกล แต่ได้งานโหด เพราะต้องส่งผมทุกวัน เขาจะต้องทำงานเดิมต่อเนื่อง จะไม่มีงานใหม่ ความยากของน้องก็ต้องเริ่มจากเลขเซอร์ในห้องเสร็จแล้วก็สรุปบทเรียนในวันนั้นเลย
- นักศึกษา : ครับ
- ผู้ศึกษา : แต่คุณทำดีแล้วนะ การสรุปคอนเซปแบบกว้างๆเป็นสิ่งที่ดี มันเซฟตัวเองว่าอย่างน้อยก็มีคอนเซปในหัว แต่ถ้าเราต้องการพัฒนาให้มากขึ้นเราต้องลงรายละเอียด
- นักศึกษา : ปัญหาของผมคือวิชาที่มีเรียนแล้วสามารถเลขเซอร์ได้คือกฎหมายสองตัว วิชาอื่นตอนนี้มันจะเข้าโปรเจกต์แล้วครับ
- ผู้ศึกษา : โปรเจกต์คือ
- นักศึกษา : อย่างวันศุกร์นี้ผมจะเข้าวิชาภาวะผู้นำ อาจารย์จะมาบอกว่ารูปเล่มรายงานที่ต้องนำเสนอเป็นยังไง ส่วนวันพฤหัสบดีจะเป็นวิชาโลกาภิวัตน์ซึ่งมันจะเป็นงานที่ให้นำเสนอพอผ่านสัปดาห์ส่งกราฟไปถึงสัปดาห์ที่20 จะเป็นนำเสนอโครงการแบบเต็มรูปแบบก็คือวิชาศึกษาทั่วไปตอนนี้ไม่มีเนื้อหาให้เรียนแล้วครับ
- ผู้ศึกษา : คะแนนโปรเจกต์เท่าไรครับ
- นักศึกษา : 30 คะแนนครับ
- ผู้ศึกษา : เราคิดว่าศึกษาทั่วไปจะได้เกรดอะไรบ้าง
- นักศึกษา : คิดว่าไม่น่าจะต่ำกว่าบีครับ ส่วนภาษาอังกฤษขอแค่บีหรือซีบีวก็ดีแล้ว
- นักศึกษา : ถ้าเราตั้งเป้าไว้สูงๆจะดีมัยพี
- ผู้ศึกษา : ดีครับ ดีเลย ผมว่าตั้งไว้ว่าอย่างน้อยเอา 3.5 ให้ได้
- นักศึกษา : โห
- ผู้ศึกษา : มันต้องเชื่อก่อนว่าตัวเองจะทำได้ คนที่ได้ 4.00 เพราะขนาดใจมันคือ 4.00 คนที่ได้ 1 เพราะขนาดใจมันได้ 1 ขนาดใจมันจะบอกตัวเองว่าเราแค่นี้ก็เหมาะสมกับได้เท่านี้
- นักศึกษา : คราวนี้ผมจะคิดว่ายังไงต้องได้เกรด 4 ทุกเทอมแน่ๆ
- ผู้ศึกษา : คุณลองนึกว่าคนที่ได้ 4.00มันเป็นยังไง มันเดินยังไง มันทำอะไร ถ้าคุณพอใจที่เกรด 2.5 ผมก็ช่วยอะไรคุณไม่ได้ เพราะคุณก็จะพอใจนั้น คุณเหนื่อยเอา 2.5 กับ 3.5 มันเหนื่อยเท่ากัน ทำไมคุณไม่เอาที่มันมากกว่าล่ะ

ผู้ศึกษา : คุณรู้มั๊ยปี 1 มี 900 กว่าคนที่อ่าน แต่มีแค่พวกคุณที่เดินมาบอกว่าอยากทำกับผม ในขณะที่คนอื่นพอใจที่จะอยู่แค่นั้น แต่พวกคุณเดินเข้ามาเพราะอยากดีขึ้น แค่นี้ผมก็รู้แล้วว่ายังไงพวกคุณก็สำเร็จ แค่แนวคิดคุณก็ชนะแล้ว แล้วความมุ่งมั่นของผมไม่ใช่ให้คุณเรียนดีขึ้น มันดีขึ้นอยู่แล้ว แต่ผมอยากให้คุณเป็นแรงบันดาลใจให้รุ่นต่อไป

นักศึกษา : ครับผม



ภาพที่ 7 ตัวอย่างบทเรียนที่นักศึกษารูปส่งให้ผู้ศึกษา

ครั้งที่ 3 : วันที่ 19 เมษายน 2559 สัมภาษณ์ผ่านเฟสบุ๊ค

ผู้ศึกษา : ที่ให้ไปทำคราฟที่แล้วได้ทำมั๊ยครับ

นักศึกษา : ทำครับ วันนี้ส่งให้แล้ว ต่อจากนั้นก็หยุดสงกรานต์ ฟังได้เรียนนิทรรศการวันนี้อีกที

ผู้ศึกษา : ครับ ลองทำกับวิชาอื่นด้วยก็ได้ครับ ศึกษาทั่วไปอะไรพวกนี้ แล้วมาบอกผลที่เป็นระยะ

ครั้งที่ 4 : วันที่ 22 เมษายน 2559 สัมภาษณ์ผ่านเฟสบุ๊ค

ผู้ศึกษา : ที่ให้ไปทำ ทำให้จำได้มากขึ้นมั๊ยครับ

นักศึกษา : จริงครับ ผมว่าผมจำได้มากขึ้น

ผู้ศึกษา : แจ๋วครับ

ครั้งที่ 5 : วันที่ 26 เมษายน 2559 สัมภาษณ์วิทยุเซ็นเตอร์

ผู้ศึกษา : มีอะไรกับหน้ามัยครับ

นักศึกษา : ก็ดีครับ แบบเมื่อก่อนเรียนอะไรไปยังไม่ได้เลยว่าเรียนอะไรไป

ผู้ศึกษา : แล้วตอนนี้คือ...

นักศึกษา : แต่ตอนนี้จำได้แบบสัปดาห์นี้เรียนอะไรเรียนเรื่องอะไรและก็จำเนื้อหาคร่าวๆได้ เหมือนแต่ก่อนเวลาเรียน ผ่านไปอาทิตย์นึง มันก็นึกไม่ออกกว่าอาทิตย์ที่แล้วเรียนอะไร แต่ตอนนี้เราพูดได้ จำเนื้อหาที่เคยเรียนไปได้ ประมาณนี้ครับ

ผู้ศึกษา : มีอะไรเปลี่ยนแปลงอีกมัยครับ

นักศึกษา : มันเหมือนกับตอนเรียนเสร็จ เราจะนึกในใจต่อ เรามีภารกิจ เราต้องมาทำอันนี้ต่อ เหมือนกินข้าวเสร็จก็มานอน แล้วมันก็รู้สึกว่าย ้าย ต้องเขียนสรุปให้พี่ดู มันก็เลยลุกมาเขียนก่อน สักเกตว่าผมจะส่งให้พี่ประมาณสองทุ่มตลอด เพราะผมจะกินข้าวเสร็จตอนนั้น

ผู้ศึกษา : แต่ก่อนเคยเป็นแบบนี้มัย

นักศึกษา : ไม่เคยครับ คือมันเหมือนกับเราบอกตัวเองว่าเราต้องเขียนนะ ไม่งั้นลืมแน่เลย

ผู้ศึกษา : โอเคครับ เข้มมาก

กรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาผลการเรียน

ครั้งที่ 1 : วันที่ 30 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

ผู้ศึกษา : ต้องการพัฒนาตัวเองในด้านไหนครับ

นักศึกษา : การเรียนครับ

ผู้ศึกษา : เป็นยังไงครับ

นักศึกษา : ก็เกรดไม่ค่อยดีครับ 1.6 กว่าๆ

ผู้ศึกษา : จบม.6 ด้วยเกรดอะไรครับ

นักศึกษา : 2.3 ครับ

ผู้ศึกษา : คิดว่าสาเหตุมาจากอะไรครับ

นักศึกษา : เอาจริงๆน่าจะมาจากอังกฤษครับ อังกฤษดิงมาก ไม่เก่งอังกฤษครับ คือตัวอื่นผมว่าก็โอเคเพราะได้ซี แต่อังกฤษนี่เอฟเลย

ผู้ศึกษา : มีเอมัยครับ

นักศึกษา : ไม่มีครับ มีแต่บี ที่เหลือก็ซี แล้วก็เอฟ

ผู้ศึกษา : เราอยากเรียนนิติมัธยมครับ

นักศึกษา : ถ้าถามว่าอยากเรียนมัธยมตอบไม่ได้ คือมันไม่รู้จะไปเรียนอะไรแล้ว มันไม่ถนัดอันอื่นเลยอะ

ผู้ศึกษา : คิดซั่มมัธยมครับ

นักศึกษา : ก็ถ้าเกรดแบบนี้ผมคงต้องไปอะ ผมไม่มีทางเลือก

ผู้ศึกษา : ปกติเรามีวิธีการเรียนยังไงครับ

นักศึกษา : ก็ไปเรียนทุกวันเลยครับ พยายามจะไม่หยุด อังกฤษคราวที่แล้วผมก็ไปทบทวนเลย แต่ก็ตก ไม่รู้ทำไม แต่ส่วนใหญ่คะแนนอังกฤษคือมันมาจากการสอบอะ ผมทำไม่ค่อยดี

ผู้ศึกษา : ไม่เก่งมาแต่ไหนแต่ไรแล้ววีเปล่าครับ

นักศึกษา : ใช่ครับ คือผมอ่านได้นะ แต่ผมแปลไม่ได้

ผู้ศึกษา : ตั้งแต่เรียนมามีช่วงไหนมัธยมที่เราู้สึกว่าเราเรียนได้ดีที่สุด

นักศึกษา : น่าจะม.4 เทอมหนึ่งครับ สามกว่า คือตอนตั้งใจเรียนอะครับ

ผู้ศึกษา : แล้วจุดพลิกผันคือ

นักศึกษา : ตอนนั้นติดเกมส์ครับ ชอบเล่นเกมส Horn เพื่อนมันชวนเล่น จากนั้นก็เริ่มยาวแล้วก็เริ่มติด

ผู้ศึกษา : อ้อ ผมก็เล่นนะ เล่น dota 2

นักศึกษา : คอทเอผมก็เล่นครับ คือสมัยผม ต้นผมก็ได้ 3 กว่าจะนะ คือมันดีมาก เป็นชีวิตที่โอเคอะ คือเมื่อก่อนยอมรับว่าเล่นเกมสัปดาห์ แต่ตอนนี้ผมเริ่มรู้ว่าถ้าจะทำอย่างนี้ต่อก็ไม่ได้แล้ว ผมมาอยู่ที่นี่ผมก็แทบจะไม่ค่อยเล่นอะครับ บางทีก็อยากเล่นอะ มันต้องเล่นใหม่ บางทีก็อาทิตย์ละสองชั่วโมงก็ได้ บางวันว่างก็ไปเล่น แต่ถ้ามีงานหรืออะไรผมจะไม่เล่นไม่แตะเลย คือแบบว่าควบคุมตัวเองได้แล้ว ถ้าเป็นเมื่อก่อนไม่ได้นะ เมื่อก่อนนี่ยาวๆเลย แต่ตอนนี้โอเคขึ้นเยอะเลย

ผู้ศึกษา : แล้วมีวิธีการเรียนหรืออ่านหนังสือยังไงครับ

นักศึกษา : คือผมเป็นคนไม่ชอบอ่านครับ ผมชอบเขียน สมมุติว่ากระดาษไข่ม้วน ผมเขียนตามเลข เอกชนผมได้ชนะ ผมเขียนอย่างนั้นอะ ผมยอมรับว่าผมแทบไม่ได้อ่านเลย เขียนอย่างเดียว มันก็โอเคนะครับ

ผู้ศึกษา : เขียนอย่างเดียวคือยังไงครับ

นักศึกษา : คือเขียนแล้วก็อ่านในใจ ไม่อ่านเลย คือเขียนแล้วผมจำได้แม่น แต่ที่ผมตกมหาชนคือว่าผมไม่ได้อ่านเลย ไปอ่านวันสุดท้าย

ผู้ศึกษา : ผมจะเล่าอะไรให้ฟัง มันมีรุ่นพี่คุณคนหนึ่ง ลักษณะคล้ายๆคุณนี้แหละแต่คุณดีกว่ามันเยอะ ตอนเรียนมัธยมมันคิดศูนย์ 28 ตัว แล้วมันสอบเข้านิติได้ไงผมก็ไม่เข้าใจ

นักศึกษา : (หัวเราะ) ที่ผมสอบเข้าได้นี้ผมก็งงนะ เพราะก็ไม่คิดว่าจะได้

ผู้ศึกษา : พอมันเข้ามาเรียนมันก็เมา อาทิตย์นึงต้องเมาอย่างน้อย 2-3 วัน เกรดมันก็อยู่ราวๆเนี่ย 2.0 1.9 วนอยู่แถวๆนี้ ผมมารู้สึกแปลกช่วงหลังๆเพราะเจอคนนี้บ่อยในห้องสมุด มานั่งอ่านหนังสือ ผมก็คิดว่ามันคงร้อนคงไม่มีที่นั่ง แอบมาหลบร้อนธรรมดา คงไม่มีอะไร แล้วผมก็เห็นมันบ่อยขึ้นๆ เห็นทุกวันๆ จนมันเรียนจบผมก็คิดว่ามันจบแบบกากๆ ปรากฏว่าเรียนจบมันก็ยังมานั่งอ่านหนังสือ จนวันที่เนติบัณฑิตประกาศผล ผมก็เพิ่งรู้ว่ามันสอบเนได้ในปีเดียว

นักศึกษา : โหดมาก

ผู้ศึกษา : แล้วผมก็ไม่เคยรู้ว่าตอนเรียนปีสามปีสี่มันเป็นคนตัวให้เพื่อน จากคนที่จะรอดแหละไม่รอดแหละ การเป็นคนตัวให้เพื่อน แล้วมันก็ยังเมาเหมือนเดิมนะ วันนั้นผมเลยเรียกมันมาคุยว่าจุดเปลี่ยนคืออะไร มันบอกว่าจุดเปลี่ยนคือมีแฟน คือแฟนมันทำงานแล้ว

นักศึกษา : นี่คือจุดเปลี่ยน?

ผู้ศึกษา : ใช่ คือมันมีความรู้สึกว่ถ้ามันทำตัวแบบนี้ มันเหมือนว่ามันไม่คู่ควร มันเลยพยายามคิดตัวเองขึ้นมา เรื่องนี้ผมว่าไม่แปลก ที่แปลกคือคนที่เบสิคไม่ดีมากมาย ภายใตเวลาสั้นๆสามารถคิดตัวเองขึ้นมาได้ ถ้าคนแบบนี้ทำได้ คุณก็ทำได้

นักศึกษา : ครับพี่

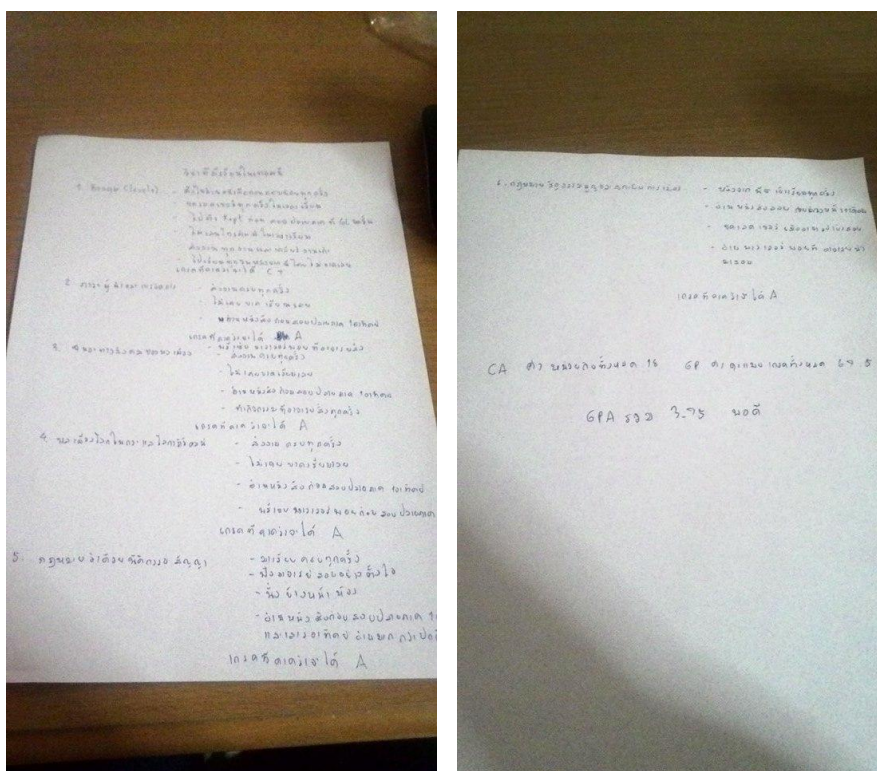
- ผู้ศึกษา : เรามีความฝันมั้ยว่าอยากเป็นอะไร
- นักศึกษา : ถ้าความฝันก็ผู้พิพากษาครับ คือผมเข้าใจนะถ้าจะไปถึงจุดนั้นได้ มันต้องพยายามจริงๆ เหมือนถ้าเกมส์ก็เป็นทีหนึ่งของเซิร์ฟอะ แต่มันก็คงทำไม่ได้อะพี่ มันยากนะ ไข่ม้อยละ มันต้องใช้อารมณ์แบบพุ่งไปอะ
- ผู้ศึกษา : ที่ว่ามามันก็คืนะครับ แต่มันแค่ครั้งเดียว
- นักศึกษา : ทำไมละครับ
- ผู้ศึกษา : ในความเป็นจริง มนุษย์มันจะต้องมีส่วนเล่นกับเรียนไปพร้อมๆกัน ตอนผมเรียน ผมก็ทำงานไปด้วยเรียนไปด้วย จันทร์-ศุกร์ทำงาน เสาร์อาทิตย์เรียนนิติ จันทร์-พุธ-ศุกร์เขียนเรียนคอม แล้วก็ชอบเล่นเกมสเบบคุณนี่แหละ เล่นถึงตี1แทบทุกวัน เทอมนั่น ผมได้ 3.5 กว่าๆ
- นักศึกษา : โห พี่ทำได้ยังไงอะ คือใจที่ต้องได้มากอะ ผมเข้าใจนะว่าอนตี่หนึ่งแล้วจะลุกมามัน ต้องใจมากอะ
- ผู้ศึกษา : ประเด็นคือ ขนาดผมทำตัวหยาบขนาดนั้น ผมยังเรียนได้ 3 กว่าๆได้
- นักศึกษา : แล้วพี่อ่านหนังสือตอนไหน
- ผู้ศึกษา : พี่ไม่ค่อยได้อ่านครับ
- นักศึกษา : อ่าว
- ผู้ศึกษา : งงไข่มะ หนังสือก็ไม่อ่าน เวลาที่ไม่มี
- นักศึกษา : คนเรามันต้องอ่านสิพี่ ไม่รู้จะไปตอบได้ยังไง
- ผู้ศึกษา : มันเป็นไปได้ แล้วนี่คือสิ่งที่ผมจะให้คุณทำตอนนี้ ถ้าเราเป็นคนประเภทเดียวกันมัน ต้องสำเร็จ
- นักศึกษา : (หัวเราะ) ได้พี่ ผมได้อยู่แล้ว
- ผู้ศึกษา : วิธีผมมีแล้ว แต่ผมอยากถามอะไรนิดนึง เรามีแพลนมัยในการที่จะเป็นผู้พิพากษา
- นักศึกษา : ที่ผมคิดไว้ ถ้าได้เรียนต่ออะ คือเทอมนี้ผมคิดว่าขอให้ได้ 2 ก่อน คือผมคำนวณว่า อังกฤษรอบนี้ก็คงตกอีกแล้วแหละ แต่ถ้าตัวอื่นบีหมคก็มีลุ้นได้ 2 แล้วก็เรียนไปเรื่อยๆ ให้ได้สองกว่าๆ ให้เรียนจบก็พอละ จบแล้วก็บวชปีนึง พอดีตอนนั้นไปบ่นไว้ว่าถ้าเข้า ได้จะบวช คือตอนนั้นมันไม่มีที่ไปอะ พี่เข้าใจปะ บวชเสร็จแล้วก็จะไปเรียนเนต่อ
- ผู้ศึกษา : มีเป้าหมายสั้นๆมัยครับ เช่นเป้าหมายในเทอมนี้
- นักศึกษา : ก็อย่างที่บอกอะพี่ ขอแค่ปีทุกตัว อังกฤษเอฟช่างมัน
- ผู้ศึกษา : แล้ววิธีที่จะทำให้ได้ปีคือ
- นักศึกษา : ก็ผมว่าผมไปเรียนทุกวันแล้วนะพี่ ตัวอื่นอะ มีแค่รัฐธรรมนูญที่ไม่ค่อยได้เข้าเรียน
- ผู้ศึกษา : เพราะ

- นักศึกษา : คือมันไม่มีเซคชื่ออะ แต่ตัวอื่นก็ไปเกือบทุกวัน
- ผู้ศึกษา : เวลาเรียนเลคเชอร์มั้ยครับ
- นักศึกษา : ไม่เลยครับ นั่งฟังอย่างเดียวครับ
- ผู้ศึกษา : โอเค งั้นอย่างแรกที่ต้องไปทำนะครับ คือเลคเชอร์
- นักศึกษา : ตอนแรกผมจดนะพี แต่มันเหมือนกับจดไปแล้วผมไม่ค่อยได้จดอะ มันก็กลายเป็นว่าไม่เอาดีกว่า
- ผู้ศึกษา : ไม่ได้ให้จดให้ตัวเองอ่านนะ จดให้ผมอ่าน
- นักศึกษา : วิชาไหนมั้งครับ
- ผู้ศึกษา : วิชาไหนที่คิดว่ายากครับ
- นักศึกษา : อี้กันี้เอฟแน่ๆ
- ผู้ศึกษา : คุณอย่าไปคิดอย่างนั้น ถ้าคุณคิดว่าเอฟ มันก็จะเอฟ ถ้าคุณเชื่อว่าคุณรอด คุณก็จะรอด
- นักศึกษา : ผมก็อยากเชื่ออะพี แต่คะแนนเก็บผมน้อยมากอะ ตอนนี
- ผู้ศึกษา : ผมเคยมีคะแนนเก็บวิชาหนึ่ง เต็ม 50 ผมได้ 13 แล้วสอบไฟนอลผมได้ซี ผมก็ไม่รู้ว่าไฟนอลได้เท่าไร แต่รู้ว่าได้เกรดซีอะ มันทำได้ เพราะงั้นผมไม่เชื่อว่า คุณจะติดเอฟในเทอมนี้ แต่มันอยู่ที่คุณใจ ถ้าคุณเชื่อว่าติด มันก็ติดอะ
- นักศึกษา : มันเหมือนเราดึงสิ่งนั้นมา
- ผู้ศึกษา : ถูก
- นักศึกษา : จริงๆพี คิดอะไรมันจะได้สิ่งนั้น
- ผู้ศึกษา : ถ้าเชื่อว่าตกมันจะตก แต่ถ้าเชื่อว่าไม่ตก ผมไม่ได้บอกว่า คุณจะได้นะ แต่คุณมีโอกาสไม่ตก
- นักศึกษา : แต่สมมุติว่ามีสอบนะพี ผมก็จะอ่านก่อน ผมก็ไม่ได้ทิ้งนะ
- ผู้ศึกษา : ผมไม่ค่อยสนใจกฎหมายละ ผมสนใจอี้กันี้แหละ
- นักศึกษา : เลคเชอร์อี้กันี้หรือพี
- ผู้ศึกษา : ใช่ เอามาสอนผม สอนให้เหมือนว่าผมเข้าไปเรียนด้วยอะ
- นักศึกษา : ผมเรียนไม่รู้เรื่องพี
- ผู้ศึกษา : เอาเท่าที่คุณรู้เรื่อง รู้แค่ไหนจดมาแค่นั้น
- นักศึกษา : ได้ครับ แต่...เฮ้ลองดูพี มันอาจจะทำได้
- ผู้ศึกษา : ก็ไม่มีใครเชื่อว่าคนที่ใช้ชีวิตหนักๆ เรียนไปด้วย ทำงานไปด้วย กลับมาเล่นเกมส์ถึงตีหนึ่งตีสองจะได้ 3.5กว่าๆ มันก็ไม่มีใครเชื่อผม แต่ผมเชื่อว่าผมทำได้ แล้วผมก็ทำได้
- นักศึกษา : พีเป็นคนที่ทำอะไรแล้วทำให้สุดๆเหมือนผมเลยอะ

- ผู้ศึกษา : คุณไม่ใช่คนกระจอก แต่พอมันมีช่วงหนึ่งที่ชีวิตคุณดาวน์ลง มันเลยฝังใจเพราะคุณเคยสูงมาก่อน แล้วคุณก็รู้สึกว่าคุณไม่มีทางกลับไปเป็นแบบนั้นได้ ผมเชื่อว่าคุณพยายามจะกลับไปแบบนั้นหลายครั้งแล้วแต่มันทำไม่ได้
- นักศึกษา : มันเหมือนมีอะไรมาขัดขวางตลอดเวลาพี่ คือตอนม.4มันโอเคใช้มะ พอม.5-ม.6มันร่วงแบบสองข้างหนึ่งข้าง แต่รวมแล้วได้ 2.3 ใช้มะ ที่ดีที่สุดคือเข้าที่นี้ได้อะ คือมันก็ภูมิใจสุดๆละ
- ผู้ศึกษา : ผมเชื่อว่าคุณอยากกลับไป แต่พอทำไม่ได้มันก็ยังตอกย้ำ
- นักศึกษา : ใช่พี่ ผมเลิกเกมส์ตอนมาใหม่ๆ ผมไม่เล่นเทอมหนึ่งเลย แต่เกรดผมก็ขึ้นอะ คือไม่รู้จะพยายามไปเพื่ออะไรแล้ว
- ผู้ศึกษา : ผมเข้าใจ
- นักศึกษา : คือผมเคยเปลี่ยนแปลงตัวเองนะพี่ งานกลุ่มเทอมแรก พี่รู้มั้งว่าผมร่วมทุกอย่างแต่กิจกรรมผมไม่ค่อยเข้านะ ผมไม่ชอบ เกรดมันก็ขึ้นอะพี่วิชาศึกษาทั่วไป มันก็แบบพยายามขนาดนี้แล้วอะ ไปเรียนทุกวันทำไม้มันได้น้อยจังเลยอะ
- ผู้ศึกษา : คนที่เคยประสบความสำเร็จมาก่อนพอมันดาวน์ลง แล้วพอเขาจะกลับไปเป็นแบบเดิมเขาจะรู้สึกมันยาก ที่มันยากเพราะตอนแรกคุณอยู่สูงไง พอคุณมาอยู่ตรงนี้มันเลยยากที่จะขึ้นไป พอจะขึ้นไปมันก็ไม่ถึงแล้วก็ฝ่อ
- นักศึกษา : ใช่ๆครับ
- ผู้ศึกษา : มันจะตอกย้ำเข้าไปในจิตใจได้สำนึกโดยไม่รู้ตัวว่าคุณทำไม่ได้ จะลองกี่ครั้งก็ทำไม่ได้ ทำกี่ครั้งก็ทำไม่ได้ ทั้งๆที่เราทำได้ แต่เราไม่ชินกับการปีนขึ้นไปเท่านั้นเอง คุณเป็นคนมีความสามารถ ถ้ามันมีทางต่อให้เดิน
- นักศึกษา : ใช่ครับ คือถ้าเกรดมันดีกว่านี้ ผมไม่ได้หวังสามนะพี่ แค่ 2.5 พอให้มันได้ไปต่อ
- ผู้ศึกษา : คุณไม่ผิดอะไรนะ กระบวนการคิดคุณถูกหมด เพียงแต่คุณไปไม่สุดเท่านั้นเอง ตอนนี้อคุณแค่ต้องการความมั่นใจในตัวเอง ต้องการความเคารพตัวเอง
- นักศึกษา : จริงๆพี่ ผมมองลบไปหมดเลยอะ ตอนนี
- ผู้ศึกษา : อย่าตั้งเป้าต่ำเกินไปครับ คนเก่งไม่ควรตั้งเป้าต่ำเกินไป การตั้งเป้าต่ำควรจะเป็นเรื่องของคนโง่ เป็นคนต่ำต้อย เกิดมาไม่มีอะไร เหมือนพวกเด็กแว้นที่ชีวิตได้แค่นี้ก็พอแล้ว ไม่เอาอะไรแล้ว แต่คุณไม่ใช่ เบสิคคุณดี พื้นฐานคุณดี แล้วคนแบบนี้ไม่ใช่คุณที่เป็นคนแรก
- นักศึกษา : มีอีกหรือพี่
- ผู้ศึกษา : มีครับ ที่เล่ามาไง อยู่ในจุดต่ำสุดแต่กลับขึ้นไปได้เพราะเขาเชื่อว่าเขาทำได้

- นักศึกษา : คือผมจะปรับไปตามที่ผมทำได้พี่ ตอนแรกเข้ามาก็หวังเกียรตินิยม อันดับ 2 ก็ได้ แต่ตอนนี้กลายเป็นขอไม่โดนรีไทร์ก่อน
- ผู้ศึกษา : คุณตั้งเป้าไว้เลย เทอมนี้คุณจะทำ 3.5 บวก เอ๊ะ 3.7 ดีกว่า
- นักศึกษา : (หัวเราะ) มันไม่มีทางหรอก
- ผู้ศึกษา : เวลามีคนบอกว่าเป็นไปไม่ได้ผมชอบมองหลอดไฟ
- นักศึกษา : ทำไมครับ
- ผู้ศึกษา : ไอ้พี่ก็ไม่มีคนคิดว่ามันจะมี
- นักศึกษา : มันก็จริงอะ
- ผู้ศึกษา : แต่ก่อนเครื่องบินมีไหม เรือดำน้ำมีหรือ ไอโฟนมีหรือ
- นักศึกษา : (หัวเราะ) ไม่มีพี่
- ผู้ศึกษา : แล้วมันทำขึ้นมาได้ไง
- นักศึกษา : ไม่รู้พี่
- ผู้ศึกษา : เพราะมันเชื่อว่ามันทำได้ไง ถ้าเราเชื่อว่าเราทำบางอย่างได้ เราจะหาวิธีทำให้ได้ แต่ถ้าเราไม่เชื่อ เราก็จะหาข้ออ้างที่จะไม่ทำ เราทำได้ คุณทำได้ คุณเอา 3.7 ได้ อยู่ที่ว่าคุณจะเอามั๊ย คุณเป็นคนไทยมั๊ย อ่านภาษาไทยออกมั๊ย ได้เรียนห้องเดียวกับเพื่อนที่ได้ 3.7 มั๊ย แล้วทำไมมันทำได้แต่คุณทำไม่ได้
- นักศึกษา : ผมว่าก็ทำได้นะ
- ผู้ศึกษา : ผมเคยเลิกเรียนมาครั้งนึงนะ กำลังจะจบอยู่แล้วแต่ผมก็เลิกเรียน
- นักศึกษา : ตอนนั้นผมก็คิดเนี่ย ถ้าเกรดไม่ดีผมจะลาออก
- ผู้ศึกษา : แล้วผมก็รู้ว่าการเลิกเรียนมันง่าย แค่นั้นมาแล้วไม่ไปเรียนก็แค่นั้น ง่ายจะตาย แต่สิ่งที่ยากคือชีวิตหลังจากเลิกเรียนต่างหากที่ยาก สิ่งที่เกิดขึ้นคือคุณกลายเป็นคนขี้แพ้ คนไม่เอาถ่าน เรียนไม่จบ แล้วเรื่องนี้มันติดตัวไปจนตายครับ จนบัดนี้มันก็ยังติดตัวผมอยู่ ผมไม่มีทางกลับไปแก้มันได้ แล้วเวลาพ่อแม่ผมไปไหนเวลาคนถามถึงลูก แม่ผมหน้าเงื่อน วินาทีนั้นผมถึงรู้เลยว่าตัวเองทำอะไรลงไป
- นักศึกษา : คือผมกลับไปไม่ได้แล้วพี่ เพราะแม่ผมไปคุยกับคนอื่นไว้เยอะว่าผมเข้าที่นี้ได้ ผมไม่อยากจะยอมแล้วอะ ผมจะพยายามเรียนจบเพื่อให้เค้าภูมิใจอะ คืออย่างน้อยให้เขาไม่เสียหน้าอะ มันเรื่องจริงเลยพี่ คือผมไม่อยากจะกลับไปแล้วอะ แต่ผมก็เคยบอกที่บ้านนะว่าผมเรียนเกรดไม่คอยดี อาจจะชิว คือเค้าเข้าใจนะพี่ ตอนแรกผมคิดในใจว่าเค้าคงด่าแน่ เค้ากลับบอกว่าถ้าไม่ไหวกลับมาก็ได้ ผมแบบมีนเลยอะ ง่ายๆแค่นี้เลยหรือ
- ผู้ศึกษา : มันง่ายเพราะเขาเป็นพ่อเป็นแม่ แต่เขาเจ็บนะ
- นักศึกษา : เข้าใจพี่

- ผู้ศึกษา : วันที่ผมไปเดินตลาดกับแม่ มีคนมาถามว่าลูกเป็นไงบ้าง แล้วแม่ผมจะตอบยังไงอะ มันเลยเป็นเหตุผลว่าทำไมผมมาเรียนนิติผมถึงถอยไม่ได้ ถ้าไม่มันต้องพาพ่อแม่ย้ายจังหวัดอะเพราะผมขอมให้พ่อแม่ฟังคนมาดูถูกตลอดเวลาไม่ได้หรอก
- นักศึกษา : ผมก็เหมือนกันพี่ ถ้าไปคุยไว้แล้ว เราต้องเรียนให้จบอะจริงๆพี่มันต้องได้
- ผู้ศึกษา : ผมไม่มีทางถอยอะ ผมต้องเรียน ทั้งๆที่ผมไม่ชอบแต่ก็ต้องเรียน เรียนไปเรียนมาผมเลยรู้สึกบ้างขึ้นมาว่า เฮ้ย ผมเกลียดนิติใช่ปะ แต่ถ้าผมเอาชนะมันได้ละ ถ้าผมเรียนในสิ่งที่ผมเกลียดได้ แล้วถ้าผมทำได้ดีด้วยละ ไม่ใช่แค่เรียนจบๆอะ ผมจะทำให้ชนะคนที่ชอบเรียนนิติ ผมจะเรียนให้ได้ 4.00 เลย ถ้าผมทำได้นะ โลกนี้ไม่มีอะไรที่ผมทำไม่ได้ละ ถ้าผมอยู่กับสิ่งที่ผมเกลียดแล้วผมทำให้มันดีได้ แล้วสิ่งที่ผมรักจะเหลือหรือ ไม่มีอะไรที่ผมทำไม่ได้แล้ว
- นักศึกษา : ขนาดเกลียดยังได้แบบนี้
- ผู้ศึกษา : ผมว่าคุณก็ทำได้ อย่างที่ผมบอก วิชาความรู้เรียนห้องเดียวกัน มันอยู่ที่เราว่าใจเราเอาแคไหน สิ่งภายนอกอย่างอื่นไม่เกี่ยวเลย มันอยู่ที่เราล้วนๆ คุณเอาแคไหนก็ได้แค่นั้น คุณคิดว่าแค่พอผ่านคุณก็จะได้แค่พอผ่านหรืออาจจะต่ำกว่าหน่อยนึง มันอยู่ที่คุณ อยู่ที่ขนาดใจคุณว่ามันแคไหน ใจเราใหญ่เราก็ได้ แต่ถ้าเราอ่อน เราก็ไม่ได้
- นักศึกษา : จริงๆพี่
- ผู้ศึกษา : คุณอย่าดูถูกตัวเอง ถ้าคุณดูถูกตัวเองมันก็จบ ผมก็ช่วยไม่ได้ ใครก็ช่วยไม่ได้ คุณต้องเชื่อก่อนว่าคุณทำได้ แล้วคุณทำได้จริงๆ เพราะคุณก็เคยทำได้มาแล้ว ไม่ใช่ว่าไม่เคยทำได้ แล้วผมจะเล่นวิชาภาษาอังกฤษนี่ละ ผมหมั่นไ้มาก คุณว่าเอฟไอซ์มัย เทอมนี้คุณจะได้อะ ไม่มันก็มี คุณเน้นวิชานี้เลย
- นักศึกษา : วิชานี้เลยหรอพี่
- ผู้ศึกษา : ถ้าคุณชนะอึ้งค์ได้ คุณชนะทุกวิชาในนิติได้ ลองไปเขียนแผนเอา 3.7 ให้ผมดูหน่อย
- นักศึกษา : ได้ครับ ผมจะพยายามครับ



ภาพที่ 8 แผนการเรียนที่นักศึกษาส่งให้ผู้ศึกษา

ครั้งที่ 2 : วันที่ 6 เมษายน 2559 สัมภาษณ์ที่ยูเซ็นเตอร์

ผู้ศึกษา : สนใจเรื่องคะแนนอังกฤษเพิ่มครับ ที่บอกว่าทำแล้วคะแนนเพิ่มนี้มันเพิ่มยังไง ช่วยเล่าหน่อยครับ

นักศึกษา : เป็นสอบควิซประมาณสองอาทิตย์ครั้งเก็บคะแนน คะแนนเต็ม 50 คะแนน ไข่มะผมได้ 30 กว่าๆ

ผู้ศึกษา : คราวที่แล้วได้เท่าไรครับ

นักศึกษา : 20 ครับ เขาไม่บอกได้ว่ากี่คะแนน แต่เขาบอกว่ามีใครได้ 30 บ้าง มี 40 ใต้อยู่ 2-3 คน แล้วก็ 30 ประมาณ 5-6 คน

ผู้ศึกษา : พัฒนาการไปทางดีมากครับ

นักศึกษา : ผมยังงงๆตัวเองเลยพี่

ผู้ศึกษา : ที่เขียนนี้ได้ทำอยู่ไข่มะ

นักศึกษา : ไข่มะครับ อ่านทุกวัน เดี่ยวนี้ผมไปเรียนทุกวันเลขนะพี่ ทุกวิชาเลย รัฐธรรมนูญปกติไม่เคยเข้าเรียนเลย แต่อาทิตย์ที่แล้วผมเข้าทุกครั้งเลยครับ

ผู้ศึกษา : วิชาพวกศึกษาทั่วไป คุณตั้งใจมันได้เออ ดีแล้ว ส่วนอังกฤษคุณว่าจะได้ ไข่มะหรือ

- นักศึกษา : เพราะว่าคะแนนเก๋มัน ไม่เยอะไงพี่ แต่รัฐธรรมนูญผมว่า ได้เอียง เพราะผมไม่ได้ไป
เรียนด้วย แล้วก็อ่านหนังสือมันคงไม่ทันแล้วอะ อย่างมากก็ประมาณ C กว่า
- ผู้ศึกษา : อ้อ คุณก็หาวิธีเอาดี ยืมเลกเชอร์เพื่อนก็ได้ เนี่ยเรียนด้วยกันให้เพื่อนตัวก็ได้
- นักศึกษา : แต่ผมไม่ค่อยชอบฟังใครอะพี่
- ผู้ศึกษา : ผมเข้าใจ แต่คนเรามันมีเรื่องที่ทำได้กับทำไม่ได้ คือเก่งให้ตายมันก็ต้องมีเรื่องที่เราต้อง
ฟังคนอื่น
- นักศึกษา : เวลาเราฟังใครเราจะต้องมานั่งคิดว่า มันจะยังไปกับเราอะ ผมคิดว่าถ้าเราไปฟังใคร
เรื่อยๆ ถ้าจะคิดว่า เราทำอะไรเองไม่เป็นเลยหรือ ผมเลยไม่เคยฟังใคร แทบไม่เคยฟัง
ใครเลย
- ผู้ศึกษา : คือผมไม่ได้ให้คุณไปฟังทั้งวิชานะ เอาเฉพาะส่วนที่เราไม่ได้เข้าเรียน
- นักศึกษา : ผมเอาพาวเวอร์พ้อยท์อันเก่าที่เขาสอนมาเริ่มอ่านครับ ส่วนใหญ่เพื่อนผมมันก็ไม่จด
กัน นั่งฟังเฉยๆ ที่จกก็มีวิชานิติกรรม ส่วนรัฐธรรมนูญมันเหมือนไปนั่งฟังแล้วตอบ
คำถาม
- ผู้ศึกษา : ผมเคยเรียนวิชานึงนะ เรียนไม่รู้เรื่องเลย ตอนจะสอบไม่รู้จะเอาอะไรไปอ่าน
- นักศึกษา : อันนี้ผมก็ไม่รู้จะอ่านอะไร ผมเลยต้องโหลดพาวเวอร์พ้อยท์มาดู แต่อังกฤษผมว่าผมไม่
เอาแล้วนะพี่ ผมมั่นใจละ เหมือนมันเริ่มมีความมั่นใจอะ ตอนแรกๆผมก็ท้อนะพี่ พอ
คะแนนดีขึ้นผมก็เริ่มแบบว่ามีลุ้น
- ผู้ศึกษา : ทำได้เลยแหละ ไม่ใช่แค่ลุ้น
- นักศึกษา : ผมว่าผมทำได้
- ผู้ศึกษา : ลองดูนะหาเลกเชอร์เพื่อน คุณไม่ต้องไปให้มันอธิบายอะไรมาก ถ้าคุณไม่เอียงฟังมาก
คุณขอซีรี่ส์เฉยๆ
- นักศึกษา : น่าจะหาได้อยู่ครับ
- ผู้ศึกษา : เอาแหล่งข้อมูลมาแล้วคุณมาทำความเข้าใจเอง ถ้าไม่เข้าใจค่อยไปหามัน แต่ผมเชื่อว่า
คุณเข้าใจเองได้
- นักศึกษา : ผมก็ว่ามันน่าได้ ไม่ยาก เออพี่แล้วเวลาอ่านหนังสือ เราควรอ่านกี่รอบอะ
- ผู้ศึกษา : แล้วแต่คนนะ
- นักศึกษา : คือผมไม่ชอบอ่านอะ ผมชอบเขียน ฟังเขียนไปได้แค่ 1/10 แต่ตอนนี้เขียนทุกวัน
- นักศึกษา : ตอนนี้ผมเขียนนิติกรรม แต่ผมยังไม่ได้เขียนรัฐธรรมนูญเลยอะ ถ้าเขียนสองอันมันจะ
ไม่ไหว จะได้มัยพี่
- ผู้ศึกษา : ผมว่าเขียนด้วยกันได้
- นักศึกษา : คือผมคิดว่าสองอันมันจะมีมัยพี่ มันจะแยกได้มัย

- ผู้ศึกษา : แยกได้ครับ สมมุติคุณอ่านอันนี้แป๊บนึงคุณเบื่อ คุณก็เปลี่ยน
- นักศึกษา : ครับ ผมก็จะเขียนเรื่อยๆ
- ผู้ศึกษา : แต่อย่าเขียนเรื่อยๆแบบไม่มีจุดหมายนะ ไม่ใช่วันนึงเขียนบรรทัดนึงแล้วก็เลิกนะ ต้องมีเป้าหมาย
- นักศึกษา : เดียวลองไปทำดูครับ
- ผู้ศึกษา : ผมว่านี่เป็นสัญญาณที่ดีนะ คะแนนคุณขึ้นเยอะ ผมว่ามันเป็นสัญญาณที่ดี
- นักศึกษา : โกลั้สอบนี้ผมต้องมาอ่านทวนมัยพี หรือว่าไง
- ผู้ศึกษา : ทวนครับ 21 วัน ทำได้มัยละ
- นักศึกษา : ต้องลองดูอะพี
- ผู้ศึกษา : มันยากสำหรับคนทั่วไป ปกติวันที่ 10-11 นี้ใจออกแล้ว
- นักศึกษา : มันก็ไม่แน่หรอกพี ผมก็ไม่ได้บังคับตัวเองนะ ผมอยากทำด้วยแหละ เพราะผมเหมือนสัญญาณกับตัวเองอะ ก่อนนี้ใช้มัย ผมจะเล่นเกมส์ ตอนนีผมก็หันมาเขียนแล้ว มันก็ต้องทำแล้วพี ไม่งั้นก็เอฟ
- ผู้ศึกษา : ผมเชื่อว่าทำได้ครับ จุดสตาร์ทมันอาจจะลำบากนิดนึง
- นักศึกษา : ใจต้องถึงอะพี ผมเข้าใจนะ เหมือนที่พีบอก พอถึงซัก 10 วัน เดียวจะเริ่มมีเหตุผลดีๆมา บอกตัวเองว่าไม่ต้องทำต่อ ผมต้องลองดูพี ผมว่าผมทำได้
- ผู้ศึกษา : โอเค แจ่มมาก ทำได้ดีมาก



ภาพที่ 9 ภาพสรุปบทเรียนที่นักศึกษาส่งให้ผู้ศึกษาดูตลอด 21 วัน

กรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาความกล้าแสดงออก

ครั้งที่ 1 : วันที่ 30 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

ผู้ศึกษา : น้องต้องการพัฒนาตนเองในด้านไหนครับ

นักศึกษา : ความกล้าค่ะ

ผู้ศึกษา : เกิดอะไรขึ้นครับ ถึงต้องการพัฒนาด้านนี้

นักศึกษา : มันไม่กล้าแสดงออกเท่าไรค่ะ แบบไม่กล้าทำอะไรเกินตัวเองค่ะ

ผู้ศึกษา : เกินตัวยังไงเอ่ย ช่วยขยายความให้ฟังหน่อย

นักศึกษา : เกินตัวแบบ ไม่กล้าเสียงมาก กลัวเสียอะไรไป

ผู้ศึกษา : เช่น...

นักศึกษา : ไม่กล้าขับรถออกไปที่ไกลๆ

ผู้ศึกษา : รถยนต์หรือ

นักศึกษา : มอไซค์ค่ะ สมมุติเป็นรถมอเตอร์ไซด์นะคะ ก็ขับแต่เส้นทางที่คุ้นเคยนะคะ ทำอะไรแต่สิ่งเดิมๆ ไม่กล้าทำอะไรใหม่ๆ

ผู้ศึกษา : เคยมีประสบการณ์การลองสิ่งใหม่ๆมั๊ยครับ

นักศึกษา : ไม่ค่ะ

ผู้ศึกษา : ไม่เคยเลยหรือ แบบเราเคยพยายามจะเปลี่ยนแปลงตัวเองอะไรแบบนี้บ้างมั๊ย

นักศึกษา : เคยลองเปลี่ยนตัวเองแต่ก็แป๊บเดียว

ผู้ศึกษา : ตอนนั้นเป็นยังไงครับ เล่าให้ฟังหน่อย

นักศึกษา : ก็พยายามเขียนตารางชีวิตตัวเองขึ้นมาว่าวันนี้ต้องทำอะไร เหมือนกับว่าทำไปได้วันเดียวสองวันก็เลิกแล้ว แบบนี้ค่ะ

ผู้ศึกษา : แต่ความกล้าตามที่เข้าใจตอนแรก ยังนึกว่าพวกกล้าแสดงออกอะไรแบบนี้

นักศึกษา : กล้าแสดงออกด้วยค่ะ

ผู้ศึกษา : เคยออกไปรายงานหน้าชั้นมั๊ย

นักศึกษา : ไม่ค่อยค่ะ จะหลีกเลี่ยงตลอด

ผู้ศึกษา : เราเคยมีประสบการณ์ออกไปหน้าชั้นแล้วถูกล้อ ถูกอะไรแบบนี้มั๊ย

นักศึกษา : ไม่ค่ะ เหมือนออกไปแล้วมันทำไม่ค่อยดีเท่าไร แล้วครั้งต่อไปก็ไม่อยากทำอีก

ผู้ศึกษา : มีครั้งไหนที่เราคิดว่าเราทำได้ดีมั๊ยครับ ตั้งแต่เกิดมาเลย ตอนเด็กเล็กๆก็ได้

นักศึกษา : มีค่ะ ตอนม.4

ผู้ศึกษา : ช่วยเล่าให้ฟังหน่อยครับ ตอนนั้นเป็นยังไงครับ

- นักศึกษา : ตอนม.4 เหมือนครูบอกให้ออกไปแสดงเป็นครูแล้วก็สอนเพื่อน แล้วก็พอเราไปเป็น
เราก็จำที่เราต้องมาที่เราต้องสอนเพื่อนยังไงแล้วก็สอนๆ ไป แล้วครูก็ชมว่าดี ทำได้ดี
- ผู้ศึกษา : ตอนนั้นเราเตรียมตัวมั๊ยอะ
- นักศึกษา : มีอะ มีไปอ่านเนื้อหาที่เราต้องสอนเพื่อน เพื่อนก็บอกว่าโอเคอะ ใช้ได้
- ผู้ศึกษา : ตั้งแต่เข้ามาเรียนนิติ อ้อ ปีหนึ่งมันมีกิจกรรมวอลเลย์บอลได้ไปมั๊ย
- นักศึกษา : ไปอะ
- ผู้ศึกษา : เค้าได้มีให้ออกไปแสดงมั๊ย
- นักศึกษา : ส่วนมากจะทำเป็นกลุ่มมากกว่าอะ แบบจับกลุ่มกันทำ ก็จะไม่ได้ออกคนเดียว ช่วยกันทำ
- ผู้ศึกษา : นอกจากการออกไปเป็นครูกว้านแล้ว เดี่ยว ผมสนใจเรื่องที่น่าออกไปเป็นครูมาก
เลย ผมว่าเรื่องนี้ไม่ธรรมดาแล้ว คือครูมีงานมาให้ ให้เราแสดงเป็นครู
- นักศึกษา : แล้วก็ให้สอนเพื่อนแทนครู
- ผู้ศึกษา : รายคนหรือรายกลุ่มครับ
- นักศึกษา : เป็นกลุ่มอะ แต่เป็นตัวแทนของเพื่อนของไป
- ผู้ศึกษา : อ้าว ทำไมรอบนั้นเราได้เป็นตัวแทนละ เพื่อนไม่รู้หรือว่าเราไม่กล้าแสดงออก
- นักศึกษา : เพราะว่าเพื่อนในกลุ่ม มันเป็นแบบ ไม่ค่อยมีใครทำอะไรแบบนี้ คือคนในกลุ่มก็ไม่
กล้าแสดงออกเหมือนกัน
- ผู้ศึกษา : แล้วเรานี้โดนบังคับหรือ
- นักศึกษา : ไข่คะโดนบังคับให้ออกไป
- ผู้ศึกษา : (หัวเราะ) แล้วครั้งอื่นไม่มีโดนบังคับบ้างหรือ
- นักศึกษา : ก็มันจะเป็นแบบผลัดไปเรื่อยๆ ไข่มั๊ยอะ เวลาที่มีรายงานมีอะไรเราก็ผลัดไปเรื่อยๆ พอ
ผลัดไปแล้วมันผลัดไปไม่ได้อีกแล้ว เราจำเป็นต้องออกไป ไข่คะ
- ผู้ศึกษา : แต่ออกไปแล้วมันก็ดีนี่ ผลตอบรับมันก็ดีมากนี่
- นักศึกษา : ก็ดี แต่ไม่ค่อยกล้าเท่าไรหรือคะ ไม่กล้าพูดกับคนเยอะๆ คนเยอะๆ แล้วมันไม่กล้าเท่าไร
ไม่กล้าทำอะไร
- ผู้ศึกษา : ผมเข้าใจ ผมจะบอกว่าเมื่อก่อนผมก็เป็นแบบนี้แหละ ผมจะเล่าให้ฟัง ตอนนั้นเขาให้
ออกไปหน้าชั้น ไม่ได้ให้ออกไปทำอะไรนะ ให้ออกไปแนะนำตัวกับเพื่อน ซึ่งเพื่อนก็
รู้จักอยู่แล้ว เราพูดสิ่งที่เค้าก็รู้อยู่แล้ว
- นักศึกษา : ไข่คะ
- ผู้ศึกษา : แล้วไอ้หน้าชั้นอะ เราก็ดูผ่านแทบทุกวัน ไม่ได้เป็นโพเดียมงานใหญ่อะไรเลย
- นักศึกษา : ไข่ หนูก็เป็นแบบนี้

ผู้ศึกษา : แต่พอออกไปหน้าห้องปั๊บ มันเหมือนทุกอย่างมันไปไม่ได้อะ มันแข็ง มันเกร็ง มัน ตื่นเต้น ซึ่งไม่รู้จะตื่นเต้นทำไม

นักศึกษา : ใช่ค่ะ

ผู้ศึกษา : โอเค รู้ละ เดี่ยวพี่อาจจะให้เราไปทำอะไรบางอย่าง แต่เดี๋ยวจะบอกว่าทำอะไร แรกๆ มันอาจจะฝืนนิดนึง แต่ไม่ได้ให้ออกไปพูดอะไรกับใครขนาดนั้นหรอก มันแค่อาจจะ แปลกกว่าทำไมต้องทำอะไรแบบนี้ แต่ขอให้เชื่อผม ถ้าทำ มัน โอเคแน่ แต่ถ้าไม่ทำไม่ ว่าด้วยข้ออ้างอะไรก็ตาม มันจบครับ เราทำอะไรไม่ได้ แล้วก็ไม่ได้ให้ทำครั้งเดียวนะ ครับ มันจะเป็นครั้งแรก เสร็จปั๊บรายงานผล เถ้าให้ละเอียดว่าเรารู้สึกยังไง คนรอบข้าง มีปฏิกริยาอย่างไรมันจะดีไม่ดี มันจะชอบจะค่าเรา ช่างมัน ผมไม่สนใจ ผมสนใจว่าทำได้ทำ รียังเท่านั้นพอ แล้วจะมีครั้งที่สอง แล้วก็จะไปอย่างนี้เรื่อยๆ ถ้าเป็นคนใจเอา สอง อาทิตย์จะเห็นผล เริ่มรู้สึกได้ถึงกาเปลี่ยนแปลง ประมาณนี้ครับ

นักศึกษา : ค่ะ

ผู้ศึกษา : มีใครที่คิดว่าเขาเป็น ไอคอลลเราบ้างมั๊ย

นักศึกษา : ไม่มีค่ะ

ผู้ศึกษา : ชอบคารานักแสดง นักร้องบ้างมั๊ย

นักศึกษา : ก็เหมือนชอบทั่วๆ ไปไม่ได้ชอบมากค่ะ

ผู้ศึกษา : แล้วเข้ามาเรียนนี้เรารู้สึกว่ามีเพื่อนคนไหน โอเคมั๊ย แบบอยากเป็นอย่างเค้า

นักศึกษา : ก็ยังไม่มีค่ะ เอาจึงกล้าพูดด้วยได้มั๊ยค่ะ ไม่ค่อยชอบพูดเท่าไรหะ ฟังอย่างเดียว

ผู้ศึกษา : เคยมีประสบการณ์การพูดเยอะๆบ้างมั๊ย

นักศึกษา : ไม่มีค่ะ

ผู้ศึกษา : เอาเยอะที่สุดเท่าที่เคยทำอะครับ

นักศึกษา : ไม่มีค่ะ ส่วนมากจะเป็นเพื่อนพูดแล้วนั่งฟัง

ผู้ศึกษา : เราเคยเสนออะไรมั๊ยครับ

นักศึกษา : เคยอะ แต่เหมือนจะขัดแย้งกับเพื่อนตลอด แบบเสนอไปมันไม่เข้ากับเพื่อน

ผู้ศึกษา : เช่น

นักศึกษา : เหมือนทำโครงการ เราเสนอไปว่า ทำแบบนี้มั๊ย เพื่อนก็บอกว่าไม่ทำๆ มันทำยากไป เพื่อนที่เป็นคล้ายๆ หัวหน้ากลุ่มเค้าก็บอกว่าไปทำความสะอาดห้องเรียนดีกว่า พอทำไป ได้ซักพักเหมือนมันไม่โอเค เค้าก็กลับมาทำที่เราบอก เหมือนพอเราเสนอไปแล้วเค้า ไม่ตอบสนอง เราก็เลยเฉยๆ ไม่กล้าพูดว่าต้องทำอย่างนี้ดีกว่านะ

ผู้ศึกษา : ผมเข้าใจ ผมว่าเราจะต้องดีขึ้นอย่างรวดเร็วเลย เชื่อผมสิ เราเป็นคนมีความกล้านะ แต่ไม่ เชื่อตัวเองเฉยๆ ผมฟังมาผมรู้เลย พอมันเชื่ออย่างงั้นมันก็จะสะกดจิตตัวเองไปเรื่อยๆ

ไม่กล้าทำอย่างนั้นอย่างนี้ อะไรที่เราบอกกับตัวเองซ้ำๆ เราจะกลายเป็นสิ่งนั้นโดยไม่รู้ตัว ฉะนั้นวิธีแรกคือเราจะต้องเชื่อว่า เราไม่ใช่คนขี้กลัว แล้วไม่ได้ให้เชื่อมั่วๆนะ คุณไม่ได้เป็นคนขี้กลัว ไม่ได้เป็นคนขี้กลัวจริงๆ คุณเป็นคนมีความกล้า มันหายได้ มันดีขึ้นแน่นอน

นักศึกษา : หนูว่าปัญหาที่หนูไม่กล้าเพราะหนูมีปัญหาสุขภาพ

ผู้ศึกษา : อ้าว น้องเป็นไรอะ

นักศึกษา : หนูก็ไม่รู้ค่ะ เป็นตั้งแต่ตอนเด็กๆ เหมือนเป็นโพลิโอแต่ไม่ใช่โพลิโอ เหมือนมันหายแล้ว คือครั้งขวามันใหญ่กว่าครั้งซ่าย

ผู้ศึกษา : แล้วมีอาการพวกเจ็บปวดอะไรแบบนี้มั๊ยครับ

นักศึกษา : ก็มีเป็นครั้งคราว สมมุติขาไข่มั๊ยคะ เดินหรือวิ่งมากเกินไปมันจะเจ็บ

ผู้ศึกษา : ไม่เป็นไรๆ อาจารย์ที่ผมเคารพนับถือท่านนึงเขาท่านก็ไม่ดี แต่ท่านกลายเป็นตำนานในวงการนี้ เรื่องร่างกายนี้ไม่เป็นปัญหาเลย สิ่งสำคัญมันอยู่ที่ข้างในเราครับ สบายใจได้ แต่ผมเข้าใจ คนที่มาคุยกับผมก็ยังมีทุกคนแหละ แล้วมันจะทำได้จริงหรือ มันเป็นเรื่องปกติ น้องไม่ต้องซีเรียส ขอให้อยู่กับผมจนครบเวลาก็พอ เรื่องอื่นผมไม่ห่วงเลย อ้อ เคยมีประสบการณ์ประทับใจภูมิใจอะไรในตัวเองบ้างมั๊ยครับ

นักศึกษา : ไม่มีค่ะ เพราะไม่ได้ทำอะไร

ผู้ศึกษา : เคยช่วยเหลือคนอื่นแล้วประทับใจอะไรยังงี้มั๊ย

นักศึกษา : ไม่มีค่ะ

ผู้ศึกษา : งั้นคำถามสุดท้ายละ เรามองตัวเองอีก 1 เดือนข้างหน้าว่าเป็นยังไงครับ

นักศึกษา : น่าจะดีขึ้น กล้าพูด กล้าแสดงออกมากขึ้น

ผู้ศึกษา : ลองจินตนาการตัวเองอีก 1 เดือนข้างหน้าแล้วเล่าให้ผมฟังสิครับว่าเห็นอะไร

นักศึกษา : ก็ออกไปรายงานโดยไม่อาย ออกไปแบบกล้าพูดมากขึ้น กล้าพูดในสิ่งที่เราอยากพูด ไม่ต้องกลัวว่าเราจะพูดผิดหรือพูดอะไร แล้วก็กล้าพูดกับเพื่อนมากขึ้น

ผู้ศึกษา : ในอีกหนึ่งเดือนข้างหน้า ภาพที่ผมเห็นน้องคือ ไม่ถึงกับเป็นนักพูดปาฐกถา แต่ว่าเราจะมี ความเคารพตัวเองมากขึ้น เรามีคุณค่า เราไม่ใช่คนที่แปลกแยกจากคนอื่นจริงๆ ผมจะคุยแบบเดียววนะ แต่ผมชอบเคสน้อง ผมยังนึกไม่ออกเลยว่ามันจะแย่งหรือเหมือนเดิมได้ยังไง นึกออกอย่างเดียวคือไม่ทำ ถ้าทำ มันดีขึ้นแน่นอน

นักศึกษา : ค่ะ

ผู้ศึกษา : ผมเคยเป็นนะ แต่ก่อนผมก็เป็นแบบนี้แหละ ผมไม่ใช่คนอิสาน มาอยู่ที่นี่คนเดียว เพื่อนไม่มี คนรู้จักไม่มี แล้วก็เป็นคนไม่ค่อยกล้าพูดกล้าคุย จนวันนึงผมมานั่งถามตัวเองว่า ผมจะปล่อยให้มันเป็นแบบนี้ต่อไปรีไรง ผมต้องทำอะไรบางอย่าง แล้วผมก็ลุกขึ้นมา

เปลี่ยนตัวเอง หลังจากนั้น 3 อาทิตย์ผมได้เป็นหัวหน้าห้อง สิ่งที่เคยคือเวลาผมพูดเพื่อนๆครับ ขอประมุขนิดนึง ไม่มีใครฟังผมเลย มันแย่มาก บางทีผมก็คิดว่า เอ๊ ไม่น่าหาเรื่องเลย แต่มันก็คิดไง ถ้าเราทำแบบเดิม เราก็จะกลายเป็นแบบเดิม เราก็สุขสบายแบบที่เราเป็น แต่มันก็อยู่อย่างนั้นไง เราก็ได้แต่นอนฝันว่าวันนึงเราจะดีขึ้น แต่เราก็ไม่มีทางดีขึ้น เพราะเราไม่พาตัวเองออกจากจุดนั้น ผมเรื่องกระทบกระเทือนจิตใจค่อนข้างเยอะ ในเชิงที่ออกไปพูดแล้วไม่มีคนสนใจ ซึ่งนี่จะต้องเจอสภาพแบบนี้ ผมเล่าให้ฟังเพราะจะบอกว่าเดี๋ยวเราจะเจอสภาวะที่เราไม่ค่อยชอบเท่าไร แต่ถ้าเจอสภาวะนั้นแปลว่ามาถูกทางแล้ว จำคำนี้ไว้นะ

นักศึกษา : อะพี่

ผู้ศึกษา : ถ้าเรารู้สึกเหมือนที่เราเคยรู้สึก ปลอดภัยๆ อะไรนี้ไม่ค่อยดีละ มันน่าจะเป็นเหมือนเดิมละ เวลาเราฝืนกระแสน้ำมันจะซัดๆนิดนึง แต่ไม่ใช่ซัดเพราะเราทำไม่ได้ เราแค่ไม่ชินเฉยๆ สำหรับคนน้องก็ประมาณนี้ครับ น้องดีขึ้นได้ล้านเปอร์เซ็นต์

นักศึกษา : หนูว่ามันไม่ง่ายขนาดนั้นค่ะ

ผู้ศึกษา : ใช่ครับ มันไม่ง่าย โอนส์ไต้นับออกว่ามีแต่คนบ้าเท่านั้นที่ทำแบบเดิมแล้วหวังผลให้แตกต่าง เราจะต้องทำสิ่งที่แตกต่างจากสิ่งที่เราเคยทำมา ช่วงที่รู้สึกฝืนๆหรือลำบาก น้องต้องมาคุยกับผมบ่อยๆ มันเหมือนว่ามีกำแพงที่ต้องปีนขึ้นไป เราปีนได้หน่อยเราก็ตก ช่วงนี้ใจเราจะออก โอ๊ย ไม่ทำละ ตรงนี้จะต้องคุยกันบ่อยๆ มันจำเป็นต้องมีโค้ชคอยอยู่ด้วยแล้วจะดีขึ้น วันนี้เอาใหม่ครับ เรามาปีนมันอีกครั้ง แล้วผมจะคอยดันครับ โอเค เสร็จประมาณนี้ครับ

นักศึกษา : ขอบคุณค่ะ

ครั้งที่ 2 : วันที่ 7 เมษายน 2559 สัมภาษณ์ที่โรงอาหารหอ 8 หลัง

ผู้ศึกษา : ปกติออกกำลังกายมั๊ยครับ

นักศึกษา : ออกบ้างค่ะ

ผู้ศึกษา : ได้ดูแลตัวเองบ้างปะ เดียวๆ ที่พูดแบบนี้ไม่ได้แปลว่าน้องไม่ดูแลตัวเองนะ

นักศึกษา : (หัวเราะ) ดูแลนิดนึงค่ะ แต่ไม่ชอบออกเท่าไร เวลาถ้าออกกำลังกายมันจะมีกล้ามเนื้อขึ้นมา

ผู้ศึกษา : (หัวเราะ) ทำไมคุณเป็นคนเกิดมาคืออย่างงี้ละ

นักศึกษา : (หัวเราะ)

ผู้ศึกษา : ผมออกแทบตายกล้ามเนื้อไม่ขึ้นเลย

นักศึกษา : (หัวเราะ) เวลาออกเยอะๆมันจะมีกล้ามเนื้อขึ้นค่ะ มันจะไม่เหมือนผู้หญิง

ผู้ศึกษา : เดี่ยวถามอีกนิด ช่วงนี้มีวิชาที่จะต้องออกไปฟรีเซ่นหน้าห้องมั๊ย

นักศึกษา : มีค่ะ วันจันทร์นี่ ของวิชาพันธะทางสังคม

ผู้ศึกษา : ใครเป็นคนฟรีเซ่น

นักศึกษา : ทั้งกลุ่มเลยค่ะ

ผู้ศึกษา : ต้องพูดทั้งกลุ่มปะ หรือเราสามารถพูดคนเดียวได้

นักศึกษา : พูดทั้งกลุ่มค่ะ เพราะเนื้อหาค่อนข้างเยอะ

ผู้ศึกษา : กลัวปะ ออกไปหน้าห้อง

นักศึกษา : ยังไม่ถึงอะ แต่ที่ผ่านมาก็กลัวค่ะ ไม่มั่นใจเท่าไร

ผู้ศึกษา : ในทางจิตวิทยามันมีวิธีช่วยสร้างความมั่นใจให้ตัวเองแบบเร็วที่สุดเลยนะ หลักการนี้เรียกว่า fake it until u make it คำว่า fake it แปลว่าหลอกมัน until you make it แปลว่าจนกระทั่งคุณเป็นมันอะ จะเรียกว่าหลอกตัวเองก็ได้จริงๆคนเรามันก็หลอกตัวเองทุกวันอยู่แล้ว อากาศมันอาจจะร้อนแค่นี้แต่คุณอาจจะบอกตัวเองว่าโคตรร้อนเลยก็ได้ คือหลักนี้มันเชื่อว่ามนุษย์จะไม่สามารถอยู่ในสภาพขัดแย้งได้นานๆ ถ้าจิตใจเป็นยังไงร่างกายมักจะไปตามนั้น ถ้าร่างกายเป็นยังไงจิตใจก็มักจะเอนเอียงไปทางนั้น มันจะไม่สามารถขัดแย้งกันนานๆได้ เช่น น่องร้องไห้เจ็ย น่องจะไม่มีทางเดินได้ ร่างกายมันจะมีทางเลือกอยู่สองทาง หนึ่งหยุดร้องไห้แล้วเดิน คือกลายเป็นอารมณ์ดีไปเลย หรือสองหยุดเดินแล้วร้องไห้ต่อ นักจิตวิทยาเลยใช้หลักนี้มาหลอกจิตใจ โดยการทำร่างกายให้เป็นแบบนั้นก่อน

นักศึกษา : ค่ะ

ผู้ศึกษา : เวลาเราไม่มั่นใจ สิ่งที่เกิดขึ้นคือเราจะพูดเร็วขึ้น หายใจเร็วขึ้น เราจะพยายามทำตัวให้อยู่นิ่งๆ (ทำท่าประกอบ) แล้วก็มักจะหาอะไรมาปิดบังตัวเอง อย่างเรานั่งอยู่เจ็ยน่องโอเค แต่ลองเอาโต๊ะออกไปดิ น่องจะรู้สึกไม่โอเคละ เพราะสิ่งที่กั้นน่องไว้มันไม่มี

นักศึกษา : (หัวเราะ) ใช่ค่ะ

ผู้ศึกษา : ถ้าไม่มีโต๊ะกั้น น่องก็จะต้องไปหากระเป๋าทิ้งหรือจะอะไรมากั้นตัวเองไว้ นี่แหละครับเวลาคนเราไม่มั่นใจจะเป็นแบบนี้ พูดเร็วๆบ้าง ที่พูดเร็วๆเพราะต้องการให้มันจบเร็วๆอยู่นิ่งๆคือพยายามทำตัวไม่ให้เป็นที่สนใจ น่องไม่คิดนะครับ สมองทุกคนเป็นแบบนี้คือผมจะบอกว่าถ้าเราอยากมีความมั่นใจเราต้องหลอกจิตใจเรา เราจะบังคับให้มันมั่นใจเราทำไม่ได้ เราต้องหลอกมัน โดยการทำร่างกายให้เหมือนคนมั่นใจ (สาธิตท่าประกอบ) เวลาขึ้นห้อย อย่าทำแบบนี้ เราจะ(ยืดไหล่ เงยหน้านิดนึง ขยายร่างกาย) ในใจเราจะสั้น ไม่เป็นไร ไม่ต้องสนใจ เวลาพูด ลดสปีดลง ไม่ต้องรีบพูด รู้สึกว่าไม่

ลนอะ พอร่างกายเราเป็นแบบนี้ จิตใจจะถูกปรับอัตโนมัติ เราจะกล้าขึ้น โดยที่เราไม่รู้ตัว จุดพีคอยู่ที่เราอย่าไปยอมแพ้จิตใจ ทำร่างกายใหม่

นักศึกษา : ค่ะ

ผู้ศึกษา : ลองนึกถึงตอนที่เรากลับไปหน้าห้องแล้วทำได้ดีมาก ๆ สิบครั้ง ลองจินตนาการตอนนั้น นึกถึงภาพนั้นไว้ แล้วพยายามทำกริยาท่าทางให้มันคล้ายๆ ตอนนั้น ตรงนี้จะช่วยได้ ไม่ว่าจะไปอยู่ที่ไหนก็ตาม ในที่ๆ ที่คนเยอะๆ หรือที่ไหนก็ได้ ถ้าเรารู้สึกว่าเรากำลังหาอะไรมาบังคับ เอามันออก สมมุติว่านั่งขัดเค็ดล็บัส เราอย่าเอากระเป๋ามาบังคับ แต่ไม่ได้นั่งเผ่นขนาดนั้นนะ

นักศึกษา : (หัวเราะ)

ผู้ศึกษา : เวลาคุยกับใครเราก็ทำแบบนี้ มันดีขึ้นเลย ไม่เชื่อลองทำดูก็ได้ (ยัดตัว)

นักศึกษา : (หัวเราะ)

ผู้ศึกษา : ลองเลย ลองนั่ง (ห่อตัว) ทำตัวลีบๆ อะ ลองทำดู

นักศึกษา : (ทำท่าห่อตัว)

ผู้ศึกษา : ทีนี้บอกหน่อยรู้สึกยังไง

นักศึกษา : (ห่อตัว) อันนี้จะรู้สึกแบบกลัวอะไรซักอย่างค่ะ ไม่มั่นใจ ถ้าทำแบบนี้ (ยัดตัว) ก็จะรู้สึกดี แบบเราเท่าเขา ประมาณนี้

ผู้ศึกษา : ถูก อย่างน้อยที่สุดมันดีกว่านั่งห่อแบบนี้ใช่ไหมครับ ผมลองบอกคนที่ไม่มั่นใจเวลาพรีเซนต์ให้ทำแบบนี้แหละ ก่อนพรีเซนต์ก็ไปเข้าห้องน้ำเลย ไม่ใช่ไปทำงานนอกเดียวเขาหาว่าบ้า (หัวเราะ) แล้วคุณก็ทำเลย ทำให้มันนิ่งๆ อย่างรีบจบ พูดซ้ำๆ นึกถึงตอนที่ตัวเองทำได้ดีไว้ ทำแบบนั้น ต้องลองไปทำดูครั้งนึง ทำได้เดียวความมั่นใจมันมาเอง ของน้องมีประมาณนี้นะ

นักศึกษา : ค่ะ

ผู้ศึกษา : โอเค ลองดูนะ

ครั้งที่ 3 : วันที่ 7 พฤษภาคม 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

ผู้ศึกษา : หลังจากที่ยื่นพรีเซนต์วันนั้นเป็นยังไงบ้างครับ

นักศึกษา : หลังจากที่ยื่นไปพรีเซนต์ ก็อาจารย์ชมว่าดีนะ กลุ่มหนูก็ผ่านไปด้วยดีอะค่ะ กลุ่มอื่นจะมีปัญหาตลอด ปัญหาที่ปัญหานี้ แต่กลุ่มหนู มันดีอะ ไซ้ มันเพอร์เฟค

ผู้ศึกษา : แล้วตอนขึ้นไปพรีเซนต์มันต่างจากครั้งอื่นยังไงครับ ที่ว่าดี

นักศึกษา : หนูมั่นใจขึ้นค่ะ ที่พี่บอก แบบว่าร่างกายไซ้มัย ทำร่างกายให้แบบแข็งแรง น่าเชื่อถือ มันจะพูดได้เลยอะ ไซ้ หนูลองทำนะ แบบครั้งก่อนหนูไปพรีเซนต์หนูก็ยืนอยู่หลัง

เพื่อน ทำตัวหคๆ แบบกลัวคนมองเห็นเงี้ย แล้วกลัวอาจารย์ถาม แต่ครั้งนี้ หนูขึ้นไป
 หนูยืนข้างหน้าเพื่อนเลยนะ

ผู้ศึกษา : ห้า

นักศึกษา : หนูก็ทำตัวแบบ ให้อึดแน่นมาก ให้อึดแน่นใจนะ ไซ้ หนูตอบได้ ถามมาหนูตอบได้ ทั้งๆที่จริงๆ
 หนูก็ไม่รู้หรือว่าจะตอบได้มัย

ผู้ศึกษา : อ๊าๆ ไซ้ๆ

นักศึกษา : (หัวเราะ) แต่หนูก็ทำไปอย่างนั้นแหละ มันก็ได้ผลนะ อาจารย์ก็ถามแค่คำถามเดียว
 ทั้งๆที่เพื่อนโดนคำถามไปเยอะมาก

ผู้ศึกษา : อ้อ

นักศึกษา : หนูแค่คำถามเดียวแล้วก็ผ่านไปเลย หนูตอบด้วยความมั่นใจ หนูคิดอย่างงี้ละ คำถาม
 เดียวก็ไปเลย แต่เพื่อนคนอื่นเค้าตอบตะกุกตะกัก เค้าก็โดนอีกคำถามนึง โดนไปเรื่อยๆ
 จนแบบตันอะ เค้าไม่มีอะไรจะพูดแล้ว หนูคิดว่าร่างกายที่แสดงออกไป มันมี
 ประโยชน์นะ มันสามารถเปลี่ยนแปลงได้นะ มันโอะนะ

ผู้ศึกษา : แต่ตอนนี้ไม่มีพรินเซนต์แล้วไซ้

นักศึกษา : ไม่มีแล้วละ

นักศึกษา : หนูคิดว่าหนูกล้าขึ้นนะ

ผู้ศึกษา : กำลังจะถามพอดี รู้สึกมีความกล้าขึ้นมัยครับ

นักศึกษา : ก็กล้าพูดขึ้นอะ ถ้าหนูรู้หนูจะกล้าพูดเลย

ผู้ศึกษา : มีอย่างอื่นมัยที่ทำให้เรารู้สึกว่าเรากล้าขึ้น

นักศึกษา : ก็หนูจะต้องเข้าใจก่อนว่าที่หนูจะทำคืออะไร ทำได้มัย ถ้ามันไม่เกินความสามารถ
 หนูอะ

ผู้ศึกษา : ได้ใช้หลักการทำร่างกายเรากับกรณีอื่นมัยครับที่ไม่ใช่พรินเซนต์

นักศึกษา : ไม่มีละ มันไม่ได้เป็นทางการ หนูเลยไม่ได้ไซ้ แต่ถ้าเป็นทางการก็ไซ้อะ

ผู้ศึกษา : โอเคครับ

กรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาเรื่องการทำตามเป้าหมาย

ครั้งที่ 1 : วันที่ 30 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

ผู้ศึกษา : น้องต้องการพัฒนาตัวเองด้านไหนครับ

นักศึกษา : ความรับผิดชอบแล้วก็เวลาอะ

ผู้ศึกษา : เกิดอะไรขึ้นครับ

นักศึกษา : คือว่าบางที่นั่งดูการ์ตูน จะดูแค่แป๊บเดียวแต่มันเลยเวลาไปเยอะมากเลยอะคะ

ผู้ศึกษา : เป็นแบบนี้กับเรื่องอื่นด้วยมั๊ยครับ หรือแค่ดูการ์ตูนเฉยๆ

นักศึกษา : ไม่อะ เรื่องอื่นก็เป็น อย่างเช่น นั่งเล่นโทรศัพท์หรือไม่ก็อ่านหนังสือที่ไม่ใช่หนังสือเรียนอะคะ

ผู้ศึกษา : แล้วยังไงครับ

นักศึกษา : มันเสียเวลาอะ คือตั้งใจจะทำตามตารางเวลาของตัวเอง แต่ว่าทำไม่ได้ มันเหมือนทำอย่างนึงแล้วมันเพลินไป เลิกไม่ได้

ผู้ศึกษา : จริงๆสภาวะแบบนี้ดิเนะ เค้าเรียกว่า Flow

นักศึกษา : แต่มันไม่เป็นการเรียนอะคะ

ผู้ศึกษา : เคยมีมั๊ยครับที่เราทำอะไรได้ตามตารางเวลาที่ตั้งไว้

นักศึกษา : แต่ก่อนเคยทำได้ตอนอยู่กับครอบครัวอะ แต่พอมาอยู่คนเดียวแล้วมัน

ผู้ศึกษา : ตอนนั้นเป็นยังไงครับ เล่าให้ฟังหน่อย

นักศึกษา : ตอนนั้นเวลาใช้ชีวิตมันก็อยู่ในกรอบอะคะ กินข้าวตรงเวลา แล้วก็เวลาเราอยากจะทำอะไร มันอยู่กับครอบครัวอะคะ แล้วเหมือนว่าเราอยู่ในกรอบ มันก็สามารถทำตามเวลาที่เราวางไว้เป๊ะๆ แต่พอเรามาอยู่คนเดียวแล้วรู้สึกไม่ค่อยมีใครมาควบคุม บางทีก็ปล่อยไปเรื่อยๆ

ผู้ศึกษา : ตอนอยู่กับที่บ้าน ทางบ้านสตรีกรเรื่องเวลามากมั๊ยครับ

นักศึกษา : ก็ไม่ค่อยเท่าไรหรอก แต่ว่าก็เหมือนกำหนดอยู่คะว่าตอนนี้เป็นเวลากินข้าว ต้องตื่นตอนนี้ ต้องกลับบ้านตอนนี้ แต่ก็ไม่ได้เคร่งอะไรมากมาย

ผู้ศึกษา : เคยเห็นคนที่เขาสามารถทำตามตารางเวลาที่เขาวางไว้บ้างมั๊ยครับ

นักศึกษา : ไม่เคยเห็นเลยคะ

ผู้ศึกษา : แสดงว่าเราเป็นคนปกติถูกมั๊ยครับ

นักศึกษา : (หัวเราะ) ก็อาจจะคะ

ผู้ศึกษา : น้องเป็นคนเรียนดีมั๊ยเอ่ย เกรดเท่าไรครับ

นักศึกษา : 2.7 คะ

- ผู้ศึกษา : แล้วที่ทำตารางเวลานี้ทำยังไงครับ เเล้วให้ฟังหน่อย
- นักศึกษา : เป็นตารางเวลาทั้งหมดของทั้งวันค่ะ ว่าตื่นกี่โมงแล้วจากนั้นอาจจะมีการเรียน ถ้าไม่มีเรียน ก็ทำเวลาอ่านหนังสือ
- ผู้ศึกษา : เบ๊าะๆเลยไหม๊ครับ
- นักศึกษา : ใช่ค่ะ
- ผู้ศึกษา : ปกติทำได้ประมาณกี่เปอร์เซ็นต์ครับตามที่เขียนไว้
- นักศึกษา : ประมาณ 10 % ค่ะ
- ผู้ศึกษา : มันเป็นไปได้มั๊ยครับ ที่เราทำตามเวลาไม่ได้จริงๆเราทำได้ แต่เราตั้งเวลาฟิคเกินไป
- นักศึกษา : ก็ อาจจะ
- ผู้ศึกษา : เท่าที่ผมฟังตอนนี้มันอาจจะนะ ถ้าไม่ใช่บอกนะ เหมือนเราตั้งเวลาฟิคไป สมมุติว่าแปดโมงถึงเก้าโมงอ่านหนังสือ พอแปดโมงครึ่งเราผลอไปทำอย่างอื่นแล้วก็ไม่ได้อ่านหนังสือ แล้วก็ยาวไปเลย มันเลยรู้สึกเหมือนเราทำไม่ได้ตามตารางเวลาที่ตั้งไว้ เลยกลายเป็นว่าเหมือนทำไม่ได้แล้ว ก็เลยช่วงมัน
- นักศึกษา : ใช่เลยค่ะ
- ผู้ศึกษา : แสดงว่าผมเข้าใจถูกนะ
- นักศึกษา : ค่ะ
- ผู้ศึกษา : อันนี้ต้องปรับวิธีเขียนตารางเวลาใหม่ เพราะว่า องค์กรประกอบชีวิตมันไม่ได้มีแต่เรา มันมีสภาพแวดล้อม มีอย่างอื่นมากมาย การที่เราจะดูการ์ตูนจนลืมอ่านหนังสือ ก็ไม่ใช่เรื่องแปลก บางทีที่เราทำอย่างนั้นเพราะว่าลึกลับแล้วสมองเรามันก็เริ่มล้า คำว่า ล้าไม่ได้แปลว่าอ่านหนึ่งชั่วโมงแล้วสมองจะล้า ไม่เหมือนกัน บางคนอ่าน 10 นาทีก็ล้า เพราะเนื้อหาตรงนั้นเป็นเนื้อหาที่หนัก ต้องใช้ความเข้าใจสูง อ่านแค่ 10-15 นาทีก็พอแล้วในส่วนตรงนั้น ในส่วนอื่นเราอาจจะอ่านเร็ว ฉะนั้นการทำตารางเวลาฟิคเกินไปมันเหมือนเราไปตั้งเป้าหมายอะครับ พอเราเดินไปไม่ถึง จิตใต้สำนึกเรามันจะบอกกับตัวเองว่าเราเป็นคนไม่ได้เรื่อง เราเป็นคนที่ไม่ดีอะไรกับใครไว้เราทำไม่ได้หรอก พอหลายๆมันก็กลายเป็นความเคยชิน ปกติอ่านหนังสือพัก 10 นาทีก็หาย แต่พอเราชินกับเรื่องนี้สมองมันจะสั่งการให้เราทำแบบเดิมซ้ำๆ มันก็จะบอกว่าเล่นต่อเหอะไหนๆเราทำไม่ได้แล้ว ถึงจะทำต่อ แต่มันก็มีจุดต่างพริ้วในชีวิตของวันนั้นอยู่ดี งั้นก็ทะเลาะกัน
- นักศึกษา : (หัวเราะ) ใช่ค่ะ
- ผู้ศึกษา : ลองจัดตารางเวลาใหม่นะครับ อยากให้ไปผ่อนคลายตารางเวลา ให้ตั้งเป้าเป็นชื่อตัวแทนว่า สมมุติวันนี้เราจะอ่านบทนี้ ในวันนั้นเราจะดูการ์ตูนหรืออะไรที่ไม่เป็นไร

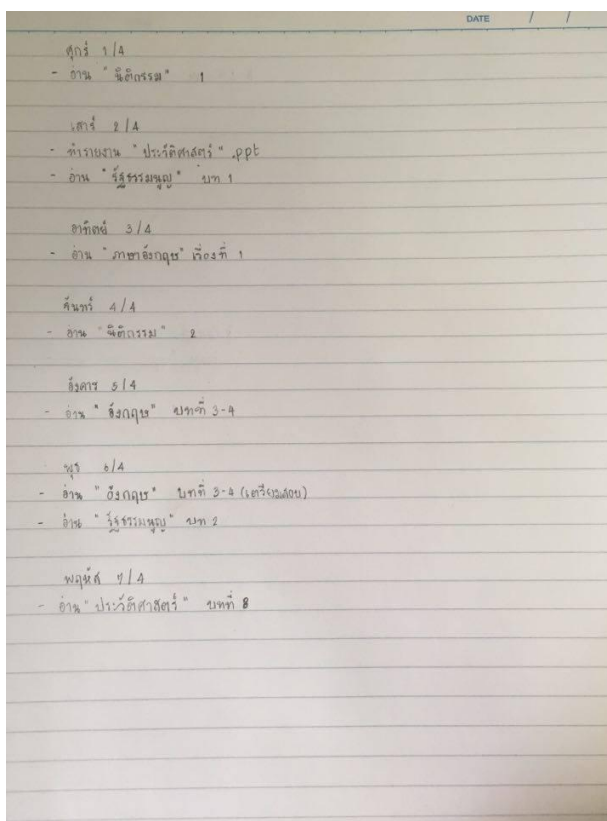
แต่ในวันนั้นเราต้องบังคับตัวเองว่าต้องอ่านถึงตรงนี้ ถ้าอ่านถึงตรงนี้เราจะไปเที่ยวไปเล่นไปอ่านการ์ตูนสุดแล้วแต่ อาจจะอ่าน 10 นาทีแล้วเล่นก็ไม่เป็นไร แต่วันนี้ต้องอ่านได้เท่านี้ ประมาณนี้ครับ

นักศึกษา : ค่ะ

ผู้ศึกษา : จริงๆไม่ใช่เรื่องเวลาหรอกนะ ผมแค่อยากให้หุ่นสื่อสารกับตัวเองใหม่ ไม่เอาแบบว่าพลาดแล้วเท แล้วการตั้งเป้าต้องดูศักยภาพตัวเอง อย่าโทษร้ายกับตัวเองจนเกินไป สมมติที่ทำงานหนักเกินไปจะทำให้ประสิทธิภาพในการคิดวิเคราะห์ลดลง แต่ก็อย่ารีแลกซ์จนไม่ทำอะไร การที่เราไม่ทำตามเวลาไม่ได้แปลว่าเราห่วย แต่การที่ไม่ได้ทำตามเป้าต่างหากที่แปลว่าเราไม่สามารถคอนโทรลชีวิตตัวเองได้เลย อันนี้ต้องวิเคราะห์ตัวเองว่าแค่ไหน ลองทำตารางเวลามาดูกันนะครับ จะได้ว่าควรปรับอะไรยังไง

	07:00	09-12	13:00-14:00	14:00-15:30	16:00-17:00	17:30:30	18-20	21:30	
จ	ตื่นนอน	เรียน ฝึกกรรม	ทบทวน ฝึกกรรม	เกร็ง นั่งสมาธิเวลา	เรียน ฟังรายการศัลยกรรม	FREE!	อ่าน รูป.	นอน!	
	07:00	09-12	13:00-14:30	14:30-16:30	16:30-17:00	17:30-19:00	19-20:30	21-22	22:30
อ	ตื่นนอน	เรียน JP.	เรียน ปวศ.	ทบทวน ปวศ + รูป. กรรมฐาน	เตรียม Eng	เรียน Eng	FREE	ดูซีรีส์ 1 ชม.	นอน
	07:30	09:30-12	13:00-14:30	14:30-15:30	15:30-16:30		- 22:30	22:30	
ข	ตื่นนอน	เรียน JP	อ่าน ปวศ	พัก	เรียน Eng	FREE TIME!		นอน	
	07:00	09-12	13-14:30	15:00-16:30	16:30-17:00	17:30-19:00	19-20:30	20:30-22:00	22:30
ค	ตื่นนอน	เรียน ฝึกกรรม	เตรียม Eng	เรียน JP	อ่าน นั่งสมาธิเวลา	เรียน Eng	FREE	อ่านหนังสือ นอนสด	นอน

ภาพที่ 10 ภาพแสดงตารางอ่านหนังสือเดิมของนักศึกษา



ภาพที่ 11 ภาพแสดงตารางอ่านหนังสือใหม่ของนักศึกษา

ครั้งที่ 2 : วันที่ 9 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ผ่านเฟสบุ๊ค

นักศึกษา : ส่งตารางเวลาให้ค่ะ อันเดิมจะกำหนดเวลาเลยว่าเวลานี้ต้องทำอะไร อันใหม่ลองปรับเป็นกำหนดแค่เป้าหมายของแต่ละวันค่ะ

นักศึกษา : ลองทำมา 7 วัน ทำสำเร็จไป 4 วันค่ะ อีก 3 วันที่ไม่สำเร็จ เป็นเพราะบางวันมีเรียนทั้งวัน กลับห้องมาเหนื่อยก็นอนเลยค่ะ

ผู้ศึกษา : ที่ทำได้ ดีแล้วครับ

ครั้งที่ 3 : วันที่ 11 พฤษภาคม 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

ผู้ศึกษา : เล่าให้ฟังหน่อยครับว่าทำแล้วเป็นไงบ้าง

นักศึกษา : ก็หนูจะกำหนดเป้าหมายของแต่ละวัน จากที่แต่ก่อนกำหนดตารางเป๊ะๆ หนูก็แค่กำหนดเป้าหมายของแต่ละวันว่าวันนี้จะทำอะไรให้สำเร็จ หนูก็พยายามทำ

ผู้ศึกษา : เช่น

- นักศึกษา : เช่นอ่านหนังสือบทนี้ให้จบค่ะ หรือไม่ก็เป็นพวกพระที่ค้างๆคาๆมานาน ก็พยายามทำให้เสร็จอะค่ะ แล้วก็ทำไม่ได้ก็เพราะว่าบางทีก็ขี้เกียจนิดนึง บางทีมันว่าง ส่วนใหญ่ชอบทำตอนเย็น
- ผู้ศึกษา : ปกติอ่านตอนไหนครับ
- นักศึกษา : ปกติชอบอ่านตอนเย็นค่ะ ประมาณ 4 โมงเย็นถึงสองทุ่ม หลังสองทุ่มไม่ค่อยอยากอ่านค่ะ มันว่างๆ
- ผู้ศึกษา : นอนกี่โมงครับ
- นักศึกษา : ประมาณห้าทุ่มค่ะ
- ผู้ศึกษา : อ่าว แล้วหลังสองทุ่มทำอะไรอะ
- นักศึกษา : ก็เล่นบ้าง ดูทีวีบ้างค่ะ
- ผู้ศึกษา : อ้อ แสดงว่าเรามีช่วงอ่านหนังสืออยู่
- นักศึกษา : ค่ะ ช่วงดีๆจะอ่านไม่รู้เรื่อง
- ผู้ศึกษา : แล้ววันที่ไม่มีเรียนวางแผนยังไรครับ
- นักศึกษา : วันที่ไม่มีเรียนตอนเช้าจะชอบทำภารกิจส่วนตัว ตอนบ่ายก็จะเริ่มอ่านหนังสือถึงหกโมงเย็น ไม่ค่อยชอบอ่านตอนเช้าเท่าไรค่ะ อ่านช่วงเวลานี้แล้วรู้สึกโอเค
- ผู้ศึกษา : ครับ วันที่ทำไม่ได้นี้ขาดเยอะมั้ยครับ
- นักศึกษา : ก็อย่างเช่น มีวันนึงกำหนดไว้ 3-4 อย่าง แต่ทำเสร็จไป 2 อย่าง
- ผู้ศึกษา : กำหนดว่ายังไงครับ
- นักศึกษา : กำหนดว่าอ่านนิทรรศการจากหน้านี้ถึงหน้านี้ อ่านอังกฤษแล้วก็พวกรัฐธรรมนูญ
- ผู้ศึกษา : อันนี้คือเป้าหมายไหมมั้ยครับ
- นักศึกษา : ค่ะ
- ผู้ศึกษา : แล้วสิ่งที่ทำได้จริงคือ
- นักศึกษา : ทำไม่ครบอะค่ะ
- ผู้ศึกษา : ไม่ครบนี่คือไม่ครบทั้งหมดหรือบางส่วนครับ
- นักศึกษา : บางส่วนค่ะ คือทำแต่ทำไม่หมด ส่วนใหญ่เป็นวิชาที่ต้องทำความเข้าใจเยอะๆ
- ผู้ศึกษา : เหมือนว่ามันยาก รู้สึกว่าต้องใช้เวลากับตรงนี้เยอะ ก็เลยแบบเอาไว้ก่อนคิดว่าประมาณนี้ป่าว
- นักศึกษา : ใช่ค่ะ
- ผู้ศึกษา : อันนี้คือทำติดต่อกัน 4 วันแล้วที่เหลือทำไม่ได้หรือสลับกันไปครับ
- นักศึกษา : สลับกันค่ะ
- ผู้ศึกษา : อ้อ ถ้างั้นก็ไม่มีปัญหาครับ งั้นก็เรื่องปกติ

- นักศึกษา : ก็พยายามกำหนดให้น้อยลงแล้วค่ะ
- ผู้ศึกษา : เวลากำหนดเรากำหนดตามความเป็นจริงครับ กำหนดเป็นเป้าใหญ่ๆ เช่น ภายใน 30 เมษา
- นักศึกษา : กำหนดอยู่ค่ะว่าต้องอ่านวิชานี้ภายใน 1 อาทิตย์
- ผู้ศึกษา : ทีนี้เราก็มาระแบ่งว่าใน 1 อาทิตย์ควรจะอ่านเท่าไร อันนี้มันเป็นแค่ควรจะ ไรครับ เป้าใหญ่เรายังอยู่ เรายังไม่ได้ออกนอกเป้าหมายครับ
- นักศึกษา : ค่ะ
- ผู้ศึกษา : พอเราทำเป้าหมายเล็กสำเร็จทีละนิด ความมั่นใจมันจะเพิ่มขึ้นครับ เราจะรู้สึกดีกับตัวเองอะ มันก็เป็นการสื่อสารกับตัวเอง
- นักศึกษา : เวลาตอนไหนหนูทำได้หนูก็รู้สึกตัวเองมีค่า
- ผู้ศึกษา : ใช่ค่ะ
- นักศึกษา : ใช่ค่ะ รู้สึกดี
- ผู้ศึกษา : ผมเคยพูดเรื่อง 21 วันยังครับ งานวิจัยทางจิตวิทยาเค้าบอกว่าเราต้องทำต่อเนื่อง 21 วัน มันถึงจะกลายเป็นความต่อเนื่อง พอทำได้นอกจากความมั่นใจและความรู้สึกเคารพตัวเองแล้ว ทักษะการวางแผนของเราก็จะมากขึ้น
- นักศึกษา : ค่ะ
- ผู้ศึกษา : แล้วที่อ่านไปจำได้บ้างมั๊ยครับ
- นักศึกษา : วิชาไหนที่ตั้งใจหน่อยก็จำได้ค่ะ แต่วิชาไหนที่รู้สึกว่ามันต้องใช้ความคิดเยอะๆ หนึ่งอย่างรัฐธรรมนูญอะค่ะ รู้สึกต้องใช้ความเข้าใจ เพราะว่ามันเหมือนเป็นเชิงทฤษฎีด้วย
- ผู้ศึกษา : ปกติวิธีที่จำได้ง่ายๆเรามีวิธียังไงครับ
- นักศึกษา : อ้อ ช็อตโน้ตตามความเข้าใจของเราค่ะ แล้วมาทวน
- ผู้ศึกษา : เอาจากในเลกเชอร์มาเขียน?
- นักศึกษา : ค่ะ บางอันก็ทำแบบนี้ บางอันก็เอาชักรบหนึ่งพอที่ไม่ต้องจำเยอะเกินไป จำได้เท่าไร ตามความเข้าใจก็มาเขียนช็อตโน้ตเอา
- ผู้ศึกษา : โอเค งั้นผมเสริมนิดนึง ลองไปใช้ดูตอนอ่านหนังสือนะครับ ปกติเวลาอ่านหนังสือนี้ อ่านออกเสียงมั๊ยครับ
- นักศึกษา : ไม่ค่ะ
- ผู้ศึกษา : เคยลองอ่านออกเสียงบ้างมั๊ยครับ
- นักศึกษา : เคยเฉพาะอันที่ไม่เข้าใจอะค่ะ ก็จะลองพูดย้ำเหมือนเล่าให้ตัวเองฟัง

ผู้ศึกษา : ก็ลองใช้วิธีนี้ดูครับ น่าจะช่วยลดเวลาการอ่านหนังสือลง อาจจะอ่านออกเสียงไปก่อน รอบหนึ่งแล้วค่อยอ่านปกติ แล้วลองสังเกตดูว่าเราเข้าใจง่ายขึ้นมั๊ย เช่นปกติอ่านหนังสือชั่วโมงแล้วเข้าใจ อาจจะกลายเป็น 40 นาทีที่เข้าใจประมาณนี้ครับ ลองเอาไปใช้ดูครับ

นักศึกษา : น่าสนใจดีค่ะ อ่านออกเสียงนี่ยังไงคะ

ผู้ศึกษา : สมมุติเราอ่านหนังสือเจบบๆปกติใช้มั๊ยครับ พอจบปั๊บ เราก็มาเขียน ทีนี้เราลองเพิ่มการอ่านออกเสียงเข้าไป เปลี่ยนจากมองอย่างเดียวเป็นการพูดด้วย หรือเราจะอ่านออกเสียงทั้งหมดไปเลย แล้วค่อยมาอ่านและเขียนตามปกติ ก็จะออกเสียงก่อนการอ่านทั้งหมด หรือจะอ่านไปออกเสียงไปก็ได้ แล้วแต่สะดวกเรา ปรับให้เข้ากับตัวเองครับ

นักศึกษา : โอเคค่ะ

ผู้ศึกษา : ซักสองสามวันหลังสงกรานต์มากคุยกันใหม่นะครับ

ครั้งที่ 4 : วันที่ 20 พฤษภาคม 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

ผู้ศึกษา : เป็นไงบ้างครับ

นักศึกษา : ลองไปทำดูแล้วค่ะ รู้สึกว่า ถ้าเป็นการอ่านครั้งแรกอะค่ะแล้วพูดไปด้วย มันจะรู้สึกไม่ค่อยโอเคเท่าไรค่ะ เหมือนมันไม่ค่อยเข้าหัว มันต้องอ่านไปก่อนรอบหนึ่ง แล้วก็มาอ่านทวนแล้วก็พูดทวน

ผู้ศึกษา : ยังไงนะครับ ขอรายละเอียดอีกนิดนึง อ่านครั้งแรกเป็นยังไง

นักศึกษา : อ่านครั้งแรกคือเหมือนว่าเรายังไม่รับรู้เนื้อหาดีมาก่อน ถ้าอ่านในใจมันจะรู้เรื่องกว่าค่ะ

ผู้ศึกษา : อ้อ อ่านครั้งแรกนี่คืออ่านเฉยๆ ยังไม่ได้ทำอะไร

นักศึกษา : แค่อ่านเฉยๆ

ผู้ศึกษา : เรว่ามันรู้เรื่องมากกว่า

ผู้ศึกษา : แล้วพอเราอ่านตรงนี้เสร็จปั๊บ เรากลับมาอ่านอีกรอบนึง

นักศึกษา : ค่ะ

ผู้ศึกษา : เราเริ่มอ่านออกเสียง

นักศึกษา : ค่ะ แบบนี้มันจะดีกว่า

ผู้ศึกษา : ได้เขียนมั๊ยครับ

นักศึกษา : ค่ะ สรุปอีกรอบค่ะ

ผู้ศึกษา : ตอนเขียนนี่เขียนช่วงอ่านออกเสียงรีเปล่าครับ

นักศึกษา : ใช่ค่ะ

ผู้ศึกษา : อ้อ งั้นก็เป็นอ่านสองรอบอะดิ แล้วก็เขียนในรอบที่อ่านออกเสียง

- นักศึกษา : อ้อ ค่ะ ไซค์ะ เหมือนความความคิดมันเร็วกว่าปากอะคะ บางทีมันพูดไม่ทัน ก็อ่านแล้วเขียนเลย
- ผู้ศึกษา : อ้อๆ ถูกแล้วครับ ทำแบบนี้ซักกี่วันครับ
- นักศึกษา : ตั้งแต่วันที่ 14 อะคะ จนถึงเมื่อวานนี้ เป็น 5 วัน
- ผู้ศึกษา : แล้วรู้สึกว่าการวิธีนี้นั้นจำขึ้นมัย
- นักศึกษา : ก็โอเคดีคะ
- ผู้ศึกษา : ดีกว่าเมื่อก่อนมัย
- นักศึกษา : ดีกว่าเมื่อก่อนอยู่คะ
- ผู้ศึกษา : ทำให้เสียเวลามากขึ้นมัยครับ
- นักศึกษา : อาจจะคะ เพราะตอนนั้นจะเป็นแบบอ่านได้แล้วสรุปเลย
- ผู้ศึกษา : คิดว่าอันไหนดีกว่ากันครับ
- นักศึกษา : ถ้าเป็นความเข้าใจอาจจะแบบออกเสียงคะ แต่อาจจะต้องลดเวลาลง
- ผู้ศึกษา : เราคิดว่าเวลาที่เสียไป ส่วนใหญ่เกี่ยวกับเรื่องอะไร
- นักศึกษา : ก็มีการอ่านออกเสียงด้วยเขียนด้วยก็อาจจะทำให้ช้าหน่อย ก็เลยว่าจะอ่านออกเสียงเฉพาะอันที่ต้องทำความเข้าใจมากๆ หน่อย แต่ที่พอเข้าใจก็ไม่ต้องอ่านออกเสียง ก็เขียนไปเลย
- ผู้ศึกษา : โอเคเลย ถูกแล้วครับ คือตอนแรกเราอยากจะทำทั้งหมดก่อน เพื่อที่จะดูว่าแบบไหนมันเข้ากับเราที่สุด ตั้งแต่อ่านหนังสือมามีวิธีอื่นมัยครับที่เราารู้สึกว่าทำให้เราจำได้มากๆ
- นักศึกษา : ก็ทำ mind map อะคะ
- ผู้ศึกษา : ทำทุกวิชามัยครับ
- นักศึกษา : ปกติก็จะเป็นพวกกฎหมาย เพราะมันแยกย่อยเยอะ เลยต้องทำเป็นภาพให้เข้าใจ
- ผู้ศึกษา : ถ้ามินิตนึงเวลาอ่านหนังสือ เราได้ท่องมาตราก่อนมัยครับหรือว่าอ่านทำความเข้าใจก่อน
- นักศึกษา : เออ อ่านทำความเข้าใจก่อนคะ แล้วค่อยมานั่งมาตราอีกทีนึง
- ผู้ศึกษา : เด็กนิสิตทำแบบนี้เหมือนกันหมดเลย
- นักศึกษา : มันถูกมัยคะ
- ผู้ศึกษา : เสตีปที่ควรเป็นที่มีคนทำแล้วประสบความสำเร็จมาแล้ว เค้าจะเริ่มจากการท่องมาตราก่อน แต่น้องไม่ต้องตกใจ ทุกคนก็ทำแบบนี้ทั้งนั้นแหละ เขาก็มักจะอ่านทำความเข้าใจก่อน พอใกล้ๆสอบก็จะเริ่มมาท่องมาตรากัน คือกระบวนการนี้มันสร้างความสับสนให้สมอง คือเราอ่านทำความเข้าใจมาส่วนนึงแล้วไซ่มัยครับ
- นักศึกษา : ค่ะ

ผู้ศึกษา : การทำความเข้าใจเนี่ย เราก็ต้องใช้พลังสมองในการจดจำเยอะ การคิดวิเคราะห์ หาความเชื่อมโยง หาดองค์ประกอบอะไรเนี่ย มันใช้สมองเยอะ

นักศึกษา : ค่ะ

ผู้ศึกษา : แต่พอเราอ่านจบแล้วเรามาท่อง ให้อ่านเนี่ยเราก็ใช้พลังสมองเยอะเหมือนกัน ใช่มั้ย

นักศึกษา : ใช่ค่ะ(อืม)

ผู้ศึกษา : แล้วเวลาท่องเนี่ย เราไม่สามารถท่องครั้งเดียวแล้วมันจำ

นักศึกษา : ใช่ค่ะ

ผู้ศึกษา : หนึ่งมาตรงๆเราต้องท่องหลายรอบมาก ต้องพูด ต้องอ่าน ต้องเขียน คือย้ำมันมากๆ จนมันจำ สิ่งที่เกิดขึ้นคือเวลาเราไปย้ำมันมากๆเนี่ย ผลคือไอ้ที่เราทำความเข้าใจมา เราลืม มีคนที่ท่องมาตรงก่อน ยังไม่เข้าใจนะ ท่องให้ได้ก่อน แล้วตอนหลังเขามาอ่านทำความเข้าใจ พอเราอ่านมันเหมือนเราได้ทวนมาตรงๆ แล้วเราก็เข้าใจมาตราที่เราจำได้ด้วย มันก็เลยลดเวลาอ่านน้อยกว่า แล้วก็ได้ประสิทธิภาพมากกว่า แต่ผมก็ไม่แน่ใจว่าเป็นแบบนี้กับทุกคนมั๊ย เพราะผมยังไม่ได้ใช้กับกลุ่มใหญ่ แต่ทดสอบมา 6-7 คนก็โอเคทุกคน ลองเอาไปใช้ดูครับ

นักศึกษา : ค่ะ จะลองดูค่ะ

ผู้ศึกษา : ส่วนวิธีอ่านหนังสือก็ไม่น่าจะมีอะไรแล้วแหละ ต่อไปนี้เวลาจะอ่านหนังสือก็นั่งนึกว่า เอ๊ ช่วงที่เราอ่านหนังสือมีสมาธิมากๆ ช่วงนั้นเราทำอะไร มีอะไรแตกต่างจากช่วงอื่นบ้าง แล้วมาเล่าให้ผมฟังหน่อย

นักศึกษา : ค่ะ

ครั้งที่ 5 : วันที่ 27 พฤษภาคม 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

ผู้ศึกษา : เป็นไงบ้าง

นักศึกษา : ก็ลองไปอ่านตามที่พี่บอก คือไปอ่านมาตราก่อน

ผู้ศึกษา : ครับ

นักศึกษา : มันรู้สึกว่ะคืออะค่ะ เหมือนว่าอ่านมาตราแล้วไปอ่านขยายความเหมือนเข้าใจได้มากกว่า น่าจะทำอย่างนี้มาตั้งแต่แรก (หัวเราะ)

ผู้ศึกษา : โอเคใช่มั้ยครับ

นักศึกษา : ใช่ค่ะ แล้วก็ตอนที่อ่าน จะชอบอ่านตอนบ่ายแล้วก็ตอน 4 โมงเย็นถึงทุ่มค่ะ

ผู้ศึกษา : แต่ตั้งแต่เราเริ่มทำนี่รู้สึกว่ะเราอ่านหนังสือได้ดีขึ้นใช่มั้ย

นักศึกษา : ใช่ค่ะ

ผู้ศึกษา : แล้วให้อธิบายเวลาโอเคมั๊ยครับ

นักศึกษา : โอเคแล้วค่ะ แต่ก็บางวันถ้ากำหนดเยอะหน่อยมันก็มีบางอันที่ทำไม่ได้ก็มี แต่มันพอ
อนุโลมให้ได้อยู่ค่ะ

ผู้ศึกษา : อ้อ โอเคครับ ไซ้ คือเรากำหนดกรอบกว้างๆเท่านั้นเองอะ เพื่อให้เรายืดหยุ่นได้

ผู้ศึกษา : แล้วตอนนี้ไม่มีปัญหาเรื่องการบังคับตัวเองไซ้มั๊ยครับ

นักศึกษา : ตอนนี้ไม่มีค่ะ

ผู้ศึกษา : ทุกอย่างเป็นไปตามเสต็ปหมดเหลือแต่ที่เราอ่านได้มากแค่ไหน

นักศึกษา : ไซ้ค่ะ

ครั้งที่ 6 : วันที่ 26 พฤษภาคม 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

ผู้ศึกษา : ตั้งแต่เรามาคุยกัน รู้สึกว่ามีการเปลี่ยนแปลงมั๊ยครับ

นักศึกษา : เปลี่ยนแปลงค่ะ จัดเวลาได้ลงตัวค่ะ ไม่ค่อยมีปัญหาแล้ว

ผู้ศึกษา : โอเค

กรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาด้านการมีสมาธิอยู่กับการเรียน

ครั้งที่ 1 : วันที่ 30 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

ผู้ศึกษา : น้องต้องการพัฒนาเรื่องอะไรครับ

นักศึกษา : อยากมีสมาธิจดจ่ออยู่กับการเรียนค่ะ จริงๆหนูก็หลายอย่างค่ะ ไม่ได้มีแค่อย่างเดียว

ผู้ศึกษา : ไม่เป็นไรครับ ว่ามาได้เลย

นักศึกษา : ก็อยากทำให้เกรดมันดีขึ้นด้วยอะค่ะ อยากให้เกรดสูงๆ น่าจะส่งผลกับการเรียนด้วย แล้วก็อยากให้เก่งภาษาอังกฤษขึ้น เพราะมันต้องใช้ มันจำเป็น

ผู้ศึกษา : ตอนนีัเกรดอยู่ที่เท่าไรครับ

นักศึกษา : เกรดยังเหลืออีก 2 ตัวค่ะ ตอนนี้ได้ 2.6 ที่จริงหนูอยากได้ 3 อยากได้เกียรตินิยม แต่มันไม่ถึง มันได้เท่านี้อะค่ะ หวังไว้กับมันเยอะ แต่อังกฤษมันดิ่งลงมากอะค่ะได้ D ถ้าได้ C ขึ้นไปน่าจะดี หนูคิดว่าหนูต้องได้ D ทุกเทอมแน่เลย มันก็จะดิ่งลงไปเรื่อยๆ อยากจะดึงอังกฤษให้มันขึ้น

ผู้ศึกษา : ตอนอยู่ม.ปลายจบด้วยเกรดเท่าไรครับ

นักศึกษา : 2.96 ค่ะ

ผู้ศึกษา : แล้วภาษาอังกฤษ

นักศึกษา : ส่วนใหญ่จะได้เกรด 1 ค่ะ ตั้งแต่เด็ก คือหนูเคยชิวมาครั้งนึงค่ะ จากการบินพลเรือน

ผู้ศึกษา : แล้วที่บอกเราว่าอยากมีสมาธิจดจ่ออยู่กับการเรียนคือ?

นักศึกษา : คือสังเกตเวลาหนูเรียนหนูจะเป็นคนไม่ค่อยคิด เหมือนฟังเข้าหูซ้ายทะลุหูขวา เหมือนเราไม่คิดตาม ก็พยายามฝึกจะคิดตามในบางครั้งเหมือนอ่านตรงนี้ แป็บเดียวมันก็ออกมาเลยอะ แล้วตรงที่มันออกไปมันก็ไม่ต่อกันอย่างเงี้อะ ช่วงที่สติมันหายไป มันจะไม่ต่อกันแล้วก็ทำให้ไม่เข้าใจ ตอนเรียนนิติธรรมก็เหมือนจดจ่ออยู่ตรงนั้นมาก พอมีอันใหม่เข้ามา ตรงนั้นก็จะหายไป มันเป็นช่องว่าง

ผู้ศึกษา : จดจ่อกับตรงนั้นมากคือ?

นักศึกษา : เหมือนเราฟังแล้วพยายามคิดแต่คิดช้า เหมือนว่าเรากำลังคิดประเด็นนี้อยู่แต่แกก็พูดประเด็นอื่นไปแล้ว อาจจะยังไม่เกิด เข้าใจช้าอะ อาจารย์ก็พูดไป บางครั้งหนูคิดเป็นคำ กำลังคิดคำนี้อยู่ อาจารย์พูดคำอื่น เหมือนยังคิดคำเดิมไม่เสร็จ

ผู้ศึกษา : อ้อ เข้าใจๆ

นักศึกษา : แล้วก็อยากฝึกให้ตัวเองโตขึ้น เหมือนตัวเองทำอะไรเป็นเด็กอยู่ สังเกตดูเราก็อายุมาแล้วนะ แต่เพื่อนก็ยังว่าเราเด็กอยู่ ยังเล่น ยังรู้สึกไม่ค่อยโต เกรดก็น่าจะขึ้นกว่านี้แต่ก็ยังไม่สูงตามที่ต้องการ

- ผู้ศึกษา : มีเรียนอีกที่วัน ไหนครับ
- นักศึกษา : พรุ่งนี้ว่างตอนบ่ายถึงห้าโมงครึ่งค่ะ อ้อแล้วก็อยากให้ตัวเองมีความมั่นใจค่ะ รู้สึกเหมือนไม่ค่อยกล้าสบตาคนค่ะ ไม่ค่อยมั่นใจในตัวเอง รู้สึกอยากแก้หลายอย่าง
- ผู้ศึกษา : ใ้ได้รับ แต่ต้องทำไปทีละอย่าง ค่อยๆทำไป อาจจะต้องใช้เวลาหน่อย
- นักศึกษา : จ้ะเอาเรื่องมีสมาธิจดจ่อกับการเรียนก่อนก็ได้ค่ะ
- ผู้ศึกษา : โอเค ไม่ยากครับ แล้วมีความฝันมั๊ยครับว่าเรียนจบจะทำอะไร
- นักศึกษา : หนูอยากทำงานในสนามบินค่ะ
- ผู้ศึกษา : นิดกรสนามบินเนี่ยนะ
- นักศึกษา : มันมีอะไรนี่แหละค่ะ หนูเรียกไม่ถูก อาจารย์ที่สอนเคยบอกไว้
- ผู้ศึกษา : เคยมีเรื่องอื่นที่เราโฟกัสกับมันเต็มที่ไหมครับ
- นักศึกษา : ก็เคยคิดอยากจะทำเรียนให้จบจะได้ทำงาน อยากให้พ่อแม่สบายค่ะ แต่แบบเทอมที่แล้วหนูตั้งใจมาก แต่เกรดออกมาทีติดเอฟ มันก็เลยแบบคิดว่าไม่น่าจะเรียนได้ เหมือนตั้งใจมากก็ยังได้น้อยอีก ก็ไม่เข้าใจ
- ผู้ศึกษา : เอ๊ะ ผมเคยเล่าให้ฟังยังว่ามันมีคนโง่เลขมากแต่ต้องมาเรียนบัญชีอะ
- นักศึกษา : ยังค่ะ
- ผู้ศึกษา : มีคนๆนึงโง่เลขมาก บวกเลขยังต้องนับนิ้วจนถึงทุกวันนี้ ทีนี้ต้องไปเรียนวิชาบัญชีแล้ว บัญชีเป็นวิชาที่คนติดเอฟเยอะ ตอนเรียนมันตั้งใจเรียนมาก เลกเซอร์ตามตลอด ก็เหมือนจะรู้เรื่อง แต่พอทำขาคาบจะมีวิหเหมือนเป็นเทสย่อย พอเห็นควิหแล้วแบบสตัน เขียนไม่ถูก ไม่รู้จะเขียนอะไร แล้วที่เจ็บใจคือ ทำไมคนอื่นมันรู้เรื่องหมดเลย
- นักศึกษา : (หัวเราะ)
- ผู้ศึกษา : คือแบบซันก็จดมาตลอด ทำไมคนอื่นรู้เรื่องแต่ซันไม่รู้เรื่อง มันทำให้ไม่มีกำลังใจจะเดินต่ออะ แต่ว่าเขาต้องเรียนไง ไม่เรียนไม่ได้ เขาก็หวังแค่รอดพอ คือวิชาแบบนี้ไม่ได้หวังเอาเอหรือก หนังสือเนี่ย เป็นซีทแบบพาวเวอร์พ้อยท์สี่ช่อง แค่ 2 ช่อง เขาใช้เวลาทำความเข้าใจตั้งแต่สองทุ่มไปเข้าใจตอนตี 1 กว่าๆ แค่ 2 สไลด์ ในขณะที่คนอื่นอ่านเข้าใจนอนหลับกันหมด แต่ไอ้เนี่ยก็ยังอ่านอยู่ ตัวเลขนี้มาจากไหนวะ ก็ไม่รู้ พอไม่รู้เลยซูมบวก เอออันนั้นบวกอันนี้ไม่ได้ ไม่ได้ก็เปลี่ยน บวกไปเรื่อย เพื่อนก็ถามว่าทำไมไม่โทรถามคนอื่น จะมานั่งบวกทำไม ตอนนั้นไอ้นั้นก็คิดว่าเออจริง ทำไมไม่ถามคนอื่น จะมานั่งบวกทำไมเสียเวลา ปรากฏว่าตอนไฟนอนมันยากขึ้น เพื่อนในห้องไม่เข้าใจ แต่ไอ้นี่พอเห็นโจทย์แล้วเข้าใจ เพราะมันเคยทำผิดใจ ที่มันบวกนู่นบวกนี่ คือคนอื่นเขารู้เสตีปว่าที่ถูกเป็นยังไง แต่ไอ้เนี่ยมันรู้เสตีปผิดประมาณ 50 วิธีว่าทำแบบไหนถึงจะ

ผิบบ้าง เข้าใจที่ผมจะพูดปะ แล้วเกรคนมันก็ได้โอ ที่ตกลงคือก่อนสอบมันกลายเป็นคนดีว ให้คนอื่น พอเพื่อนถามว่ามันเข้าใจเลย ก็ไปคิดแบบนี้ไงมันเลยคิดไม่ได้ ที่มันรู้เพราะ มันบวกผิบบ้างแล้ว

นักศึกษา : (ยิ้ม)

ผู้ศึกษา : ความผิบลดมันไม่ใช่เรื่องเสียหายครับน้อง น้องทำโอเคแล้ว เพียงแต่ต้องไปให้สุด เท่านั้นเอง

นักศึกษา : เออ ใช่ๆ (ยิ้ม)

ผู้ศึกษา : การที่เราพยายามแล้วแต่ได้เกรดน้อย การที่เราเลกเซอร์แต่ก็ไม่เข้าใจจริงๆ ไม่ใช่เราไม่เข้าใจนะจริงๆเราเข้าใจนะ แต่เราเข้าใจมากไป

นักศึกษา : (หัวเราะ) มีเข้าใจมากไปด้วย

ผู้ศึกษา : สมมุติผมบอกว่า วันนี้เราไปกินข้าวสรวลหรรษากัน จบมัย

นักศึกษา : จบ

ผู้ศึกษา : เอ๊ะ เราจะไปสรวลหรรษาจะไปเดอวินดี

นักศึกษา : อืม ไปสรวลหรรษาค่ะ

ผู้ศึกษา : เริ่มคิดใช่มัย เริ่มเปรียบเทียบใช่มัย

นักศึกษา : ค่ะ

ผู้ศึกษา : ทีนี้เราจะไปสรวลหรรษา เดอวิน หรือไวน์ทูดิ

นักศึกษา : อืม

ผู้ศึกษา : ข้อมูลยิ่งเยอะมันจะมีสิ่งที่เรียกว่าการวิเคราะห์ครับ คนที่เก็ทเร็วๆเพราะในหัวเขาไม่มีอะไรนอกจากสิ่งที่อาจารย์สอน แต่การที่เราารู้สึกว่าเราคิดซ้ำเพราะข้อมูลของเรามีเยอะเยอะจากอะไร เยอะจากการที่เราตั้งใจฟังแกลสอน ข้อมูลที่ต้องประมวลผลในหัวเรามันเยอะ เหมือนคิดว่าจะไปกินร้านไหนนั่นแหละ คนอื่นมันไปกินร้านเดียวมันก็ไม่ต้องคิดอะไร ข้อเสียคือมันก็รู้แค่นั้น แต่เราอะ เราจะรู้หมด เพียงแต่ต้องใช้เวลาวิโหลดหน่อยนึงในการประมวลครับ

นักศึกษา : ใช่ค่ะ

ผู้ศึกษา : กระบวนการนี้ดีมากนะคะครับ เพียงแต่คนส่วนใหญ่ไปไม่สุด พอช้าหน่อยก็ โอ๊ย ไม่เอาละ ไม่รู้เรื่อง

นักศึกษา : (หัวเราะ)

ผู้ศึกษา : มันดีมากนะคะ แต่เราต้องใช้เวลากับตัวเอง เราต้องอย่าโกรธตัวเอง เราฉลาดกว่าคนอื่นครับ ผมยืนยันว่าเรื่องจริง

นักศึกษา : โห (หัวเราะ)

- ผู้ศึกษา : แต่เราจะ โง่กว่าคนอื่นทันทีถ้าเราไปไม่สุด
- นักศึกษา : โอเคละ (หัวเราะ)
- ผู้ศึกษา : ภาษาอังกฤษก็เหมือนกัน ถ้าเราทำไม่ได้ไม่ได้แปลว่าเราจะทำอย่างอื่นไม่ได้ คนเรามีเรื่องถนัดไม่เหมือนกัน มันจะดีถึงเกรดก็ไม่เป็นไรถ้าวิชาอื่นเราดี แต่จะพัฒนาก็ได้ ขนาดคนเรียนบัญชีไม่รู้เรื่องมันยังทำได้เลย
- นักศึกษา : ค่ะ หนูเป็นคนปกติใช่หัยคะ
- ผู้ศึกษา : น้องเป็นคนฉลาดครับ ถ้าไม่ฉลาดน้องมาเรียนในมือขอไม่ได้หรอก วิชาอะไร เข้ามาได้ เพราะดวงดีหรือ ถ้าเข้ามาได้เพราะดวงดีผมจะดีใจยิ่งกว่าฉลาดอีก (หัวเราะ)
- นักศึกษา : (หัวเราะ)
- ผู้ศึกษา : อ้าว จริงป่าวละ คนเก่งบางทีสู้คนดวงดีไม่ได้นะ
- นักศึกษา : (หัวเราะ) ค่ะ
- ผู้ศึกษา : อย่าบอกตัวเองว่าฉันไม่ปกติ ฉันโง่ ฉันต่างจากคนอื่น คุณเป็นคนปกติ คุณเป็นคนมีความสามารถ คุณต้องเชื่อแบบนี้ก่อน แล้วไม่ได้แก้มด้วย คุณเป็นอย่างนั้นจริงๆ เชื่อมั่นในตัวเองนะ
- นักศึกษา : ค่ะ

ครั้งที่ 2 : วันที่ 7 เมษายน 2559 สัมภาษณ์ที่โรงอาหารหอ 8 หลัง

- ผู้ศึกษา : เรื่องเรียนเป็นไงบ้างครับ
- นักศึกษา : กำลังวางแผนอ่านหนังสืออยู่ค่ะ
- ผู้ศึกษา : วางแผนยังไงครับ
- นักศึกษา : ก็เปิดปฏิทินแล้วก็วันไหนว่างก็อ่านวิชานี้ วิชานี้อะค่ะ
- ผู้ศึกษา : วันไหนว่างหมายถึง?
- นักศึกษา : ก็ช่วงนี้มันก่อนสอบ บางวิชาที่ปิดคลาสไปแล้ว ก็จะหยุดวันนั้น หรือบางวันตอนเช้ามีเรียน ตอนบ่ายไม่มีเรียน ตอนกลางคืนนี่ค่ะ ปกติตอนกลางคืนชอบเล่นมากกว่า แล้วก็อ่านตอนตี 1 แล้วก็ง่วง ก็เลยพยายามปรับให้อ่านเร็วขึ้น แต่มันก็ง่วงเหมือนเดิม
- ผู้ศึกษา : เป็นปัญหาเวลาเราจะโฟกัสกับบทเรียนใช่หัยครับ
- นักศึกษา : ใช่ค่ะ เหมือนอ่านไปได้หน่อยนึงก็เริ่มง่วง
- ผู้ศึกษา : มันมีหลักการนิ่งนะเรียกว่า 10-10-10 คือคนเราเวลามีงานก็มักจะไปทำอาทิตย์สุดท้าย อ่านหนังสือเหมือนกันมีเวลาทั้งวันแต่ เราก็มักจะไปอ่านช่วงสุดท้ายของวัน กฎ 10-10-10 นี้จะให้เปลี่ยนใหม่ ใช้เวลา 10 นาทีเริ่มอ่าน คือเริ่มตอนแรกเลย เสร็จแล้วอยาก

ทำอะไรค่อยไปทำ ถ้าอยากไปอ่านตอนดึกๆ ให้ฝืนตัวเอง ขอซัก 10 นาที ก่อนจะทำ
อย่างอื่นขอ 10 นาทีอ่านหนังสือก่อน

นักศึกษา : เดี่ยวจะลองทำดูค่ะ ที่อยากเป็นเลยคือสามารถอ่านหนังสือได้นานๆ แต่หนูไม่สามารถ
อ่านได้นาน

ผู้ศึกษา : ที่ว่าไม่นานนี่ประมาณกี่นาทีครับ

นักศึกษา : ครึ่งชั่วโมงค่ะ ปกติได้ครึ่งชั่วโมง ถ้ามากกว่านี้จะไม่ค่อยมีสติ แล้วก็ไปเล่น จะใช้
เวลาเล่นนานกว่าการอ่าน เหมือนตั้งไว้ว่าจะเล่น 15 นาที พอเอาจริงก็ยาวไปครึ่ง
ชั่วโมง ชั่วโมงนึง แล้วก็เลยไม่อยากอ่าน บางครั้งหนูอ่านตอนกลางคืน มันจะง่วงแล้วก็
ไม่อยากอ่าน แล้วก็ขงีบ 10 นาที แล้วมันก็ไม่ 10 นาที มันจะหลับเลย หนูก็จะ
พยายามแก้โดยการเปิดไฟให้ห้องสว่างมาก มันถึงจะไม่ง่วง มันถึงจะอ่านได้ แต่เมท
หนูจะต้องปิดไฟนอน เป็นคนที่เปิดไฟแล้วนอนไม่หลับ หนูเลยเอาโคมไฟมาเสียบ
แล้วมันก็มีดวง แล้วก็ง่วงนอน (หัวเราะ) หนูก็นอน มันคุยากกับการอ่านหนังสือ ก็จะ
เป็นประมาณนี้ค่ะ เหมอที่แล้วก็ตั้งใจอ่าน ไปหาที่อื่นอ่าน แต่มันก็ไม่มีสมาธิ

ผู้ศึกษา : เคยมีครั้งไหนที่อ่านแล้วจำได้มากมายครับ

นักศึกษา : ก็น่าจะเป็นช่วงเมื่อคืนนี้ ท่องมาตรา 2 วันแล้ว ก็เออ จำได้นะ แต่ก่อนหน้านั้นหนูท่อง
มาแล้วรอบนึง มันก็อาจจะทำให้จำง่ายมากขึ้น ตอนเหมอหนึ่ง แค่อสองบรรทัดเอง หนูใช้
เวลา 1 ชั่วโมง กว่าจะจำได้ แต่เมื่อคืนนี้อ่าน 3 บรรทัด 15 นาทีก็จำได้ แล้วเหมือนหัว
สมองมันคิดตามไปกับตัวหนังสือด้วย ก็ดูเข้าใจขึ้นค่ะ

ผู้ศึกษา : เป็นวิธีที่ดีนะครับ

นักศึกษา : แต่บางครั้งหนูพยายามคิดแต่สมองมันจะบอกว่า เดี่ยว เดี่ยวค่อยไปอ่านทีเดียวกแล้วจำ
เดี๋ยวค่อยไปตั้งใจ แต่พอถึงเวลาจริงๆมันจะไม่ตั้งใจ

ผู้ศึกษา : ใช่ครับ คือถ้าเราทำมันซะตอนนั้น เราจะหลุด แล้วก็เท มันต้องใช้กฎ 10-10-10 ช่วย
ลองเริ่มตั้งแต่วันนี้นะครับ ถ้ารู้สึกถึงความขี้เกียจมันกำลังชนะให้เฟสหาผมทันที อย่า
ปล่อยทิ้ง มันจะเจ๊ง ถ้ารอบนี้คุณไม่ได้คุณจะถูกไม่กลับมาเลย มันจะยิ่งตอกย้ำตัวเองว่าคุณ
ไม่ได้เรื่อง แล้วมันจะฝ่อ อันนี้สำคัญผมเป็นห่วง

นักศึกษา : หนูจะไปลองทำดูค่ะ

ครั้งที่ 3 : วันที่ 7 พฤษภาคม 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

ผู้ศึกษา : เป็นไงครับ

- นักศึกษา : ก็เมื่อคืนก็ดูหนังค่ะ พวกหนังประวัติศาสตร์ แล้วมันเหมือนเราติดตาม เราใช้ความคิด
ไปกับตรงนั้น พอดูเสร็จมันก็เหมือนไม่มีสมาธิอ่านหนังสือแล้ว เพราะมันใช้กับตรง
นั้นไปแล้ว
- ผู้ศึกษา : เราตั้งเป้าหมายยังไงครับในการอ่านหนังสือ
- นักศึกษา : ส่วนใหญ่ก็ไม่ค่อยได้ตั้งค่ะ อยากอ่านก็อ่าน แต่ตอนนี้ก็ต้องบังคับตัวเองแล้วค่ะ เพราะ
จะสอบแล้ว
- ผู้ศึกษา : คือไม่ได้ตั้งเป้าหมายไว้
- นักศึกษา : แต่ก็มีบังคับเวลาละ ว่าช่วงนี้จะต้องอ่านถึงตรงนี้
- ผู้ศึกษา : ตั้งแต่เรียนมามีวิธีไหนที่เราารู้สึกว่าเหมาะกับเราบ้าง
- นักศึกษา : ยังไม่มีค่ะ
- ผู้ศึกษา : ครั้งที่เราสอบได้คะแนนมากๆ ตอนนั้นเราอ่านหนังสือแบบไหนครับ
- นักศึกษา : หนูไม่มีคะแนนสอบหลายๆเลย
- ผู้ศึกษา : ที่ดีที่สุดที่เคยทำได้อะ ตอนนั้นเราเตรียมตัวยังไง
- นักศึกษา : อ่านเรื่อยๆ อ่านไม่จบด้วย
- ผู้ศึกษา : อ้าว แล้วทำไมทำไม่ได้อะ
- นักศึกษา : ไม่รู้ อาจารย์ปล่อยเกรดมั้ง (หัวเราะ)
- ผู้ศึกษา : เราลองตั้งเป้าหมายเป็นเนื้อหาดีมัย ไม่ต้องตั้งเป็นเวลา คือบางวันอ่านยังไงมันก็ไม่จำ
ถ้าเราไปตั้งเป็นเวลาบางทีมันจะไม่ได้
- นักศึกษา : หนูเคยตั้งไว้ว่าจะอ่านถึงช่วงนั้นช่วงนี้ ตั้งไว้เยอะมาก แต่ก็ทำไม่ได้
- ผู้ศึกษา : มีวิชาไหนอ่านจบแล้วบ้างครับ
- นักศึกษา : ยังไม่มีเลยค่ะ
- ผู้ศึกษา : เคยมีช่วงที่อ่านหนังสือแล้วจำมากๆบ้างมั๊ยครับ
- นักศึกษา : ไม่มีค่ะ
- ผู้ศึกษา : เอาที่ดีที่สุดอะ
- นักศึกษา : ก็หน้าห้องสอบค่ะ อ่านก่อนเข้าห้องสอบ มันจะนึกออก เมื่อคืนไปอ่านกับเพื่อน คือก็
รู้สึกว่าเราอ่านไปเยอะอยู่นะ แต่ทำไมเวลาคุยกันรู้สึกไม่เข้าใจเหมือนเพื่อน ทำไมทำ
ไม่ได้เหมือนเพื่อน เราก็ตั้งใจนะ แต่มันก็ไม่ได้ผลลัพธ์ตามที่ต้องการ เราทำอะไรผิด
เราต้องตั้งใจอีกหรือ เราตั้งใจมากแล้วนะ ทำไมมันทำไม่ได้ซักที
- ผู้ศึกษา : แล้วที่ทำได้เป็นยังไงครับ
- นักศึกษา : ก็เหมือนเพื่อนพูดมา เราก็ตอบได้ แต่นี่มันพูดไม่ออก มันติดขัด แล้วเวลาเพื่อนถามมา
มันรู้สึกกดดัน เราจะนึกอะไรไม่ค่อยออก ก็อยากทำให้ได้

- ผู้ศึกษา : เราทำได้ครับ แต่ต้องให้เวลากับมันหน่อย
- ผู้ศึกษา : ได้ใช้ 10-10-10 แบบที่บอกมัย
- นักศึกษา : ไม่ค่ะ หนูทำไม่ได้ 10-10-10 บางครั้งมันหงุดหงิด มันเหมือนรอกว่าเมื่อไหร่จะถึง 10 นาทีซักที กลับมามันเหนียวๆตัว กลับมาเหมือนมีงานที่ต้องทำ ต้องรีบส่งงานให้เพื่อน เจียจริงๆก็อยากอ่าน มันมีอย่างอื่นต้องไปทำเลยรีบไปทำอย่างอื่นก่อน
- ผู้ศึกษา : ตื่นเข้ามาทำอะไรเป็นอย่างแรกครับ
- นักศึกษา : กิน เล่น แล้วก็ไปอ่านหนังสือ ค่ะ เล่นก่อน
- ผู้ศึกษา : เคยมีผลงานวิจัยว่าช่วงหลังจากตื่นนอน 3 ชั่วโมงเป็นช่วงที่สมองมีประสิทธิภาพที่สุด นะ ตื่นมาให้คิดว่าหนังสือเรียนเลยแล้วอ่าน ช่วงนั้นเป็นนาทีทอง ถ้าทำได้จะช่วยทูน ระยะเวลาการอ่านหนังสือมาก ใช้ 10-10-10 ด้วยก็ได้
- นักศึกษา : ตอนแรกก็ทำ 10-10-10 ก็รู้สึกแบบ ทำไมอ่านนานจัง เมื่อไหร่จะครบ 10 นาที จะได้ ไปทำอย่างอื่น หลังจากนั้นหนูก็เลิกทำ
- ผู้ศึกษา : อ่าว ทำแบบนี้ก็เจ๋งอะดิ
- นักศึกษา : (หัวเราะ)
- ผู้ศึกษา : บางทีเราก็ต้องบังคับตัวเองนิดนึง
- นักศึกษา : บางครั้งฝืนอ่านแล้วเรารู้สึกว่าสติตัวเองไม่อยู่กับตรงนั้นแล้วอะ ก็ไม่อยากอ่าน อ่าน ไปก็ไม่จำ
- ผู้ศึกษา : ใช้เวลานานมั๊ยครับ
- นักศึกษา : มันก็ 2-3 นาที ก็ไปแล้ว คิดนู่นคิดนี่ไปเรื่อย
- ผู้ศึกษา : ไม่เป็นไรครับ เอาใหม่ คนเราไม่มีใครเจ๋งมาตั้งแต่ต้นหรอก

ครั้งที่ 4 : วันที่ 12 พฤษภาคม 2559 สัมภาษณ์ผ่านเฟสบุ๊ค

- นักศึกษา : ตอนนี้อยู่กำลังอ่านวิชาเสรีที่ต้องสอบพรุ่งนี้ แต่รู้สึกอ่านไปแล้วมันไม่เข้าสมองเลยคะ ไม่รู้ทำไม
- ผู้ศึกษา : เพราะตั้งใจจะจำให้ได้มากไปรีป่าว
- นักศึกษา : เปล่าค่ะ พยายามจะอ่านให้เป็นเรื่องราวค่ะ อ้อ แล้วหนูก็พยายามจำไปด้วยคะ หนู พยายามจะให้เก็บเนื้อหาให้ได้มากที่สุดคะ แต่ก็ทำไม่ได้คะ
- ผู้ศึกษา : คือจึครับ อย่าเพิ่งคิดว่าจะต้องอ่านให้หมดหรือจำให้หมด
- นักศึกษา : ค่ะ
- ผู้ศึกษา : คิดแล้วจะอ่าน 3 บรรทัด เท่านั้นพอ บอกตัวเองว่าเราจะอ่านทีละ 3 บรรทัด ไม่ต้อง กำหนดอะไรมากกว่านี้ ลืมทุกอย่าง แล้วอ่านทีละ 3 บรรทัด แค่นี้ครับ ลองทำดู

- นักศึกษา : อ่านแค่ทีละสามบรรทัด แล้วไม่ต้องคิดอะไรหอคะ แค่อ่านทีละสามบรรทัด
- ผู้ศึกษา : คิดตามเนื้อหาได้ครับ แต่อย่างอื่นไม่ต้องไปคิด
- นักศึกษา : อ้อคะจะลองทำดูคะ
- ผู้ศึกษา : อย่าลืมนะ ห้ามคิดอย่างอื่น ถ้ามันคิดงุ่นงัน บอکتัวเองว่า “ฉันจะอ่านแค่ 3 บรรทัด”
“และ 3 บรรทัดมันนึกเดียว” ท่องคาถา 2 อันนี้ไว้
- นักศึกษา : ค่ะ ขอบคุณมากคะ
- ผู้ศึกษา : ลองดูครับ

ผ่านไป 20 นาที

- นักศึกษา : ทำแบบมะกี้แล้วอ่านจบคะ
- ผู้ศึกษา : เหลืออีกหลายบทมั้ครับ ที่ยังอ่านไม่จบ
- นักศึกษา : หลายบทอยู่คะ ก็อ่านได้นานกว่าช่วงแรกคะ สมาชิกอาจจะหลุดไปบ้างช่วงในระหว่าง
อ่านบ้าง แต่ส่วนใหญ่ก็ดีคะ
- ผู้ศึกษา : โอเค งั้นตอนนี้ใช้เทคนิค 3 บรรทัดก่อนครับ อ่านเรื่อยๆจนจบ แต่อย่าคิดว่าจะอ่านให้
จบนะ คิดแค่ว่าจะอ่าน 3 บรรทัด
- นักศึกษา : ค่ะ

กรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาด้านความจำ

ครั้งที่ 1 : วันที่ 30 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

ผู้ศึกษา : ต้องการพัฒนาตัวเองในเรื่องไหนครับ

นักศึกษา : ผมจะพัฒนาเรื่องการเรียน

ผู้ศึกษา : การเรียนยังไงเอ่ย

นักศึกษา : คือแบบผมอ่านเยอะ แต่มันไม่ค่อยเข้าใจ มันไม่ค่อยเข้าใจหัวอะพี้อ่านเยอะแต่มันเอามาใช้ไม่ได้ ประมาณนี้ครับ

ผู้ศึกษา : ช่วยขยายความหน่อยครับ

นักศึกษา : อย่างเช่นนิติกรรม ผมอ่านเยอะ วันละ 20 หน้า แต่เวลาพอมานอ่านอีกทีก็ลืมไปแล้ว

ผู้ศึกษา : ตอนอ่านได้เขียนมัยครับ

นักศึกษา : ไม่ได้เขียนครับ อ่านอย่างเดียว

ผู้ศึกษา : ปกติเป็นคนเรียนดีมัยครับ

นักศึกษา : ถ้าตอนม.6 ผมได้เกรด 2.23 ครับ ส่วนเทอมที่แล้วได้ 2.08

ผู้ศึกษา : เรียนจบอยากเป็นอะไรครับ

นักศึกษา : อยากเป็นทนาย จริงๆอยากเป็น DSI แต่มันยากไป

ผู้ศึกษา : เราได้วางแผนมัยครับว่าจะไปให้ถึงตรงนั้นยังไง

นักศึกษา : ก็จบปุ๊บก็เอาตัวทนายก่อน แล้วก็ลองไปสมัครดูประมาณนี้ครับ

ผู้ศึกษา : เทอมนี้มีวิชาที่หนักใจมัยครับ

นักศึกษา : ผมว่ารัฐธรรมนูญกับภาษาอังกฤษ

ผู้ศึกษา : มีครั้งไหนที่อ่านหนังสือแล้วรู้สึกเข้าใจมากกว่าบ้างมัย

นักศึกษา : ก็...มีครับ ตอนอ่านออกเสียง มันจะเข้าใจกว่าครับ แล้วก็ถ้ามาตรวจจะเข้าใจได้ง่าย

ผู้ศึกษา : งั้นอย่างนี้ครับ ต่อไปนี้เวลาอ่านหนังสือลองใช้วิธีอ่านออกเสียงดูครับ แต่เพิ่มเติมเข้าไปนิดนึงตรงที่เขียนด้วย

นักศึกษา : หมายถึงอ่านแล้วเขียนไปด้วย?

ผู้ศึกษา : ใช่ครับ เหมือนอ่านแล้วก็เขียนสรุปอะครับ เราอาจจะลดปริมาณการอ่านลง เช่นปกติเราอ่าน 20 หน้า จากนี้ก็ลดเหลือ 10 หน้าก็ได้ แล้วมาให้เวลากับการเขียนแทน หรือถ้าเราจะอ่านในปริมาณที่เท่าเดิมก็ไม่เป็นไรนะ

นักศึกษา : เขียนนี้ต้องดูรีเปลาพี้อหรือว่าต้องจำแล้วมาเขียน

ผู้ศึกษา : ก็ลองอ่าน เช่นว่า อ่านหน้าหนึ่งจบ แล้วก็มาเขียนดูว่าเราเข้าใจเนื้อหาหน้านั้นยังไง เขียนเสร็จแล้วส่งให้พี่ดูหน่อย

นักศึกษา : ครับ

ผู้ศึกษา : เริ่มต้นพุงนี้เลยก็ได้ อ่านออกเสียง แล้วก็เขียน ถ้าไม่ว่างมาคณะก็ถ่ายรูปแล้วก็ส่งมาทาง facebook ก็ได้

นักศึกษา : แต่ก่อนปีที่แล้วตอนท้องมาตราผมก็เขียน แค่ 5 มาตราผมใช้เวลาหนึ่งชั่วโมง แต่ทำให้จำได้ดีมาก

ผู้ศึกษา : การเขียนมันเป็นการโฟกัสอะ มันทำให้เราโฟกัสตัวอักษรทีละตัว เพราะสมองเราเหมือนเมมโมรี่ ตาเราเหมือนกล้องถ่ายรูป เวลาเราเห็นอะไรเราบันทึกภาพเข้าไปในสมองโดยไม่รู้ตัวครับ ถ้าต้องการพัฒนาเรื่องความจำก็ประมาณนี้ครับ

ครั้งที่ 2 : วันที่ 4 เมษายน 2559 สัมภาษณ์ที่ศูนย์อาหารและบริการ 1 มหาวิทยาลัยขอนแก่น

ผู้ศึกษา : ไปทำอะไรมาบ้างครับ

นักศึกษา : ไปจำแล้วก็เขียนสรุป แค่นี้ครับ

ผู้ศึกษา : แล้วรู้สึกว่ามันจำมากขึ้นมั๊ยครับ

นักศึกษา : โห จำมากขึ้นเลยครับ แต่ก่อนผมก็อ่านเยอะอยู่แล้ว ก็อ่านวนซ้ำไป ทำให้จำได้ดีขึ้น พอยิ่งเขียนสรุปก็ยิ่งจับประเด็นได้มากขึ้น

ผู้ศึกษา : ได้ทำแบบนี้กับวิชาอื่นบ้างมั๊ยครับ

นักศึกษา : ทำนิติกรรมวิชาเดียวครับ วิชาอื่นอย่างศึกษาทั่วไปมันเป็นการจัดกิจกรรมครับ ไม่มีอะไรอ่าน เป็นแค่ให้ทำงานส่งกับหลักทั่วไปครับ

ผู้ศึกษา : แล้วเวลาเขาสอบเขาสอบจากอะไรอะครับ

นักศึกษา : สอบจากใบความรู้ครับ แล้วก็ดาวโหลดมาอ่าน

ผู้ศึกษา : มีอยู่ไหมมั๊ยครับ

นักศึกษา : มีอยู่ครับ

ผู้ศึกษา : คราวที่แล้วศึกษาทั่วไปได้คะแนนเยอะมั๊ยครับ

นักศึกษา : ก็ได้ปีสองตัว บีบวกตัวนึงครับ แล้วก็ซีครับ

ผู้ศึกษา : รอบนี้เอาเอเลขมั๊ย

นักศึกษา : ผมก็ว่าจะเอาเอเลขครับ

ผู้ศึกษา : แงงค์นี้ผมว่าน่าจะได้ 3 กว่ากันทุกคน

นักศึกษา : จะทำได้หรือครับ

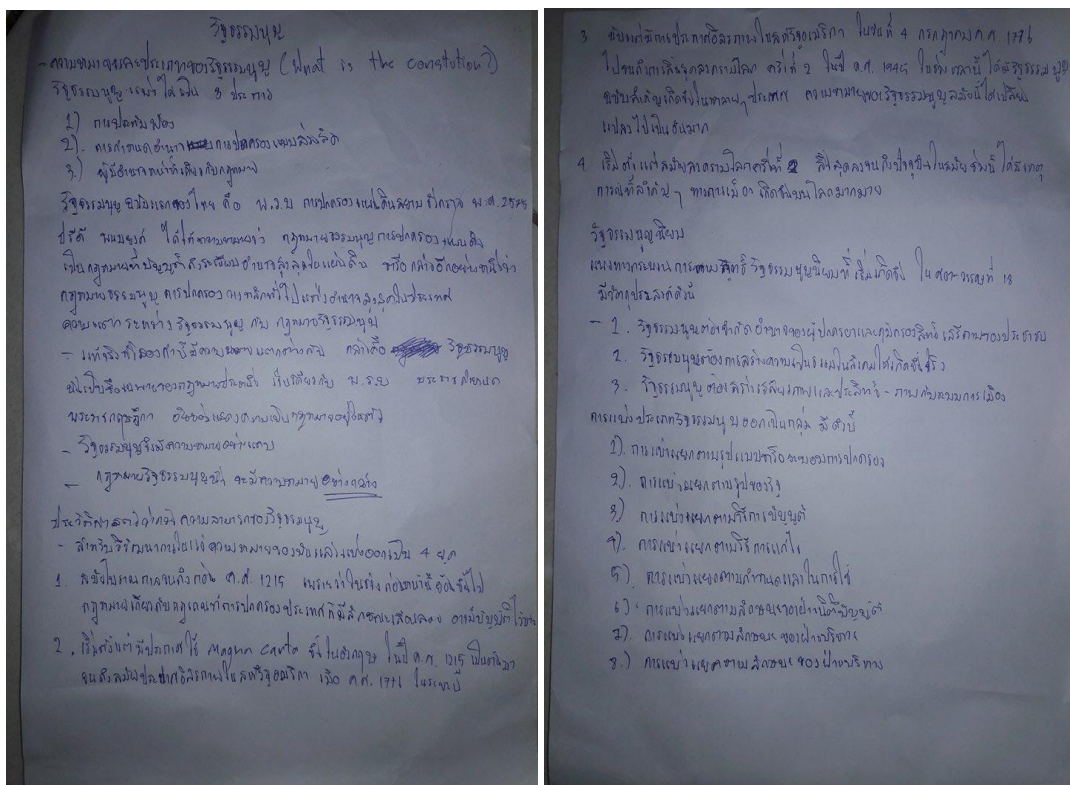
ผู้ศึกษา : ทำได้ครับ อย่างว่าแต่ 3 เลข 4.00 ก็ทำได้ อยู่ที่ว่าจะทำหรือเปล่า โลกนี้มันมีคนทำได้ ไม่ใช่ทำไม่ได้ อยู่ที่ขนาดใจเรา แล้วเรื่องปริเซนต์เป็นไงครับ

นักศึกษา : คราวที่แล้วคลาดศครับ เลยยังไม่ได้ปริเซนต์ อดส่าห์เตรียมไว้อย่างดีเลย

- ผู้ศึกษา : ครับ วันนี้ก็ไม่มีอะไรมา คิดตามผลครับ ที่ทำอยู่ที่ทำต่อไป แต่ลองทำกับวิชาอื่นด้วย
- นักศึกษา : เขียนสรุปนี้ต้องดูหรือต้องเอาจากที่สมองเราอ่านมาเขียนครับ
- ผู้ศึกษา : ก็คือเหมือนว่าเวลาเราอ่านไข่ม้อย เราก็อ่านออกเสียง แต่ที่นี้มันแล้วแต่เทคนิคว่าเราจะอ่านออกเสียงให้หมคก่อนแล้วค่อยมาเขียนสรุปทีเดียว หรือว่าเราจะอ่านไปเขียนไป
- นักศึกษา : ผมอ่านให้หมดแล้วเขียนดีกว่าครับ จะได้ว่าตัวเองจำอะไรได้บ้าง
- ผู้ศึกษา : อันนี้แล้วแต่เทคนิคเลยครับ แค่ว่าให้ทำต่อเนื่อง
- นักศึกษา : แล้วจะสิ้นสุดเมื่อไหร่ครับ
- ผู้ศึกษา : ปกติผมอยากให้ทำต่อเนื่องซัก 1 เดือนครับ ตามหลักจิตวิทยาพฤติกรรมมนุษย์จะเปลี่ยนใน 21 วันครับ ถ้าคุณต้องการให้สกีลมันติดตัวคุณไปตลอด คุณต้องทำต่อเนื่อง 21 วัน แต่ถ้าจะเอาเห็นผลจริงก็ทำจนสอบเสร็จครับ
- นักศึกษา : ครับ
- ผู้ศึกษา : ทำต่อเนื่องกับทุกวิชาที่เรียนครับ อย่าประมาณว่ามันไม่มีอะไรอ่าน ถ้าไม่มีเลขก็ต้องถามว่าแล้วเขาเอาอะไรมาสอบมิดเทอมคราวที่แล้ว ทำหลายวิชาครับ ยิ่งทำมากเรายิ่งได้เร็ว แต่มันจะน่าเบื่อหน่อย การทำอะไรซ้ำๆมันน่าเบื่อ แต่ตัวนี้เป็นตัวตัดลินครับ หัวใจของความสำเร็จคือการทำอะไรซ้ำๆ ลองดูครับ นับตั้งแต่นี้ก็ได้ นับไป 21 วัน
- นักศึกษา : วันนึงทำ 6 วิชาเลยหรอครับ
- ผู้ศึกษา : เราแบ่งเวลาเอาครับ วันนึงทำสองทำสามก็ได้ ให้มันได้บทเรียนทั้งหมดอะครับ ตอนนี้ของน้องไปไกลกว่าคนอื่น คือว่าไม่ต้องใช้ทักษะอะไรมากมายละ ใช้ทักษะนี้แหละแต่ทำซ้ำๆ
- นักศึกษา : ที่ผมเขียนนี้ต้องใช้เวลาไหนครับ หลังเที่ยงคืนหรือว่า
- ผู้ศึกษา : อ้อ เวลาไหนก็ได้ครับ แล้วแต่เลย เวลาไม่สำคัญ ว่างตอนไหนก็ทำ ผมอยากให้กำลังใจ การทำอะไรซ้ำๆ 21 วันมันธรรมดา
- นักศึกษา : แล้วช่วงนี้คิดสงกรานต์ด้วย
- ผู้ศึกษา : ใช่ครับ ถ้าผ่านสงกรานต์ไปได้ วันธรรมดาที่กระจอกไปเลย ทำแล้วส่งมาให้ผมดูเรื่อยๆนะ
- นักศึกษา : ทางไหนครับ
- ผู้ศึกษา : ทางเฟสก็ได้ครับ แต่ละคนไม่เหมือนกัน บางคนที่มีความขี้เกียจสูง ผมก็จะให้มาส่งด้วยตัวเอง แต่บางคนนี่ผมให้ส่งเฟสมาเพราะเขาไม่ต้องอะไรมา เขาใจเอา มีความพยายามสูง จะพูดว่าไงละ คือเป็นคนที่เขาดีได้นะ เพียงแต่ต้องการการผลักดันนิดๆ หน่อยๆเท่านั้นเอง

นักศึกษา : ก่อนที่ผมจะเจอพี่ ตอนแรกผมก็จะอ่านหนังสือทุกวันเลย แต่ถึงวันศุกร์ปุ๊บก็จะเล่นเกมส์ก่อน ไว้วันเสาร์ค่อยอ่าน แล้วก็ไปเรื่อย

ผู้ศึกษา : ค่อยๆทำไปนะครับ คุณทำได้ครับ



ภาพที่ 12 ภาพตัวอย่างบทเรียนที่นักศึกษาสรุปส่งให้ผู้ศึกษาตลอดทั้ง 21 วัน

ครั้งที่ 3 : วันที่ 4 พฤษภาคม 2559 สัมภาษณ์ที่ยูเซ็นเตอร์

ผู้ศึกษา : สรุปว่าครบ 21 วันอยู่ไหม๊ยย

นักศึกษา : ครับ อ่านทั้งหมด 3 วิชา แต่เขียนวิชาเดียวคือนิติกรรม เพราะว่าเนื้อของวิชาทั่วไปมันเยอะเกินครับ

ผู้ศึกษา : แล้วคิดว่าจำได้มากขึ้นมั๊ย

นักศึกษา : ผมว่าอ่านออกเสียงแล้วมันจำได้โอเคเลย แต่เขียนสรุปมันโอเค มันจำได้สั้นๆเฉพาะสรุปอะพี

ผู้ศึกษา : แต่ที่สรุปคืออยู่นี้ สรุปรู้เรื่องอยู่นะเท่าที่ผมอ่าน เอมอนี่คิดว่าได้เกรดเท่าไร

นักศึกษา : ประมาณ 3 ขึ้นอะ เพราะดูจากคะแนนเก็บแล้วเยอะอยู่

ผู้ศึกษา : มีอะไรบอกมั๊ย

นักศึกษา : มีภาวะผู้นำครับ ผมได้ 83 เต็ม 100 หารแล้วเหลือประมาณ 12 จุดเท่าไรไม่รู้ เต็ม 15

- ผู้ศึกษา : แล้ววิชาอื่นล่ะครับ มีอะไรบอกคะแนนมั่ง
- นักศึกษา : มีกระแสวิกฤตการณ์ครับ ก็มี 9 กับ 8.5 ครับ 9 นี้จะเป็นงานเดี่ยว ส่วน 8.5 จะเป็นงานกลุ่ม อันนี้แค่เป็นคะแนนเก็บที่ ส่วนอังกฤษผมรอด F แล้ว แต่ไม่รู้จะได้เท่าไร
- ผู้ศึกษา : อังกฤษเทอมที่แล้วได้เท่าไรครับ
- นักศึกษา : D ครับ แต่อังกฤษผมไม่เท่าไรหรอก อยากเน้นพวกนิตินกรรมกับรัฐธรรมนูญมากกว่า ถ้ามันได้ผมว่า น่าจะดึงเกรด
- ผู้ศึกษา : พวกนี้หวังเกรดอะไรครับ
- นักศึกษา : ไม่ได้ C ก็ได้ B ครับ
- ผู้ศึกษา : ครับ ตอนนี่ผมไม่ห่างละ เราทำงานผ่าน 21 วันมาได้ ทีเหลือก็แค่ปรับจังหวะให้เข้ากับตัวเอง
- ผู้ศึกษา : หุุดยวๆกลับบ้านมั่งปะ
- นักศึกษา : ไม่อะพี่ อยู่ยาวจนสอบ เสร็จแล้วผมว่าจะเรียนอังกฤษต่อ
- ผู้ศึกษา : เรียนรายวิชาหรือว่า
- นักศึกษา : เรียนพิเศษครับ กับติวเตอร์เลย
- ผู้ศึกษา : อ้อ ดีครับ แล้วเพื่อนได้บอกมัยเรื่องแปะกระดาษ
- นักศึกษา : บอกครับ แปะไว้ตรงประตู ตู้เสื้อผ้า แล้วก็กำแพง
- ผู้ศึกษา : อ้อ เคี้ยวถึงห้องแล้วช่วยถ่ายมาให้ดูหน่อยดิ
- นักศึกษา : ครับ
- ผู้ศึกษา : คุณโอเคแล้ว ทำได้ 21 วันคิด ผมภูมิใจมาก
- นักศึกษา : ตอนทำประมาณวันที่ 15 นี้เริ่มท้อแล้ว มันรู้สึก ทำไปเพื่ออะไร
- ผู้ศึกษา : โห อึดมากนะ คนปกติ 10 วันก็เลิกแล้ว อันนี้พูดจริงๆผมงมงายมากนะ ส่งให้ผมทุกวันเลย
- นักศึกษา : ตอนแรกผมก็เริ่มซีเกียจเขียนแล้ว มันเยอะเกิน แต่จริงผมอ่านเยอะกว่านั้น แต่สรุปไปแค่นั้น
- ผู้ศึกษา : ไม่เป็นไรครับ มันจะช่วยย้ำเราว่าตอนนั้นเราทำอะไรอยู่แค่นั้นเอง ให้จำได้
- นักศึกษา : ครับผม
- ผู้ศึกษา : หลังจากนี้ก็ไม่มียะไรครับ ให้ลองหาวิธีที่เหมาะสมกับตัวเองในการอ่านหนังสือ ไม่ต้องเล่นไป ไม่ต้องเครียดไป
- นักศึกษา : คืออ่านวิธีใดก็ได้ที่ไม่ต้องเครียดเกินไป
- ผู้ศึกษา : ใช่แล้ว ถ้าคิดจะอะไรก็มาบอกเน้อ
- นักศึกษา : โอเคครับ

กรณีศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน : ถังขยะ

ครั้งที่ 1 : วันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2559 สัมภาษณ์ผ่านเฟสบุ๊ก

นักศึกษา: สวัสดีค่ะ ไซท์ที่รับสมัครเรื่องพัฒนาศักยภาพในเฟสรุ่นมัธยม

ผู้ศึกษา: ไซท์ครับ

นักศึกษา: สนใจค่ะ มีโปรเจกต์ไหนบ้างคะ

ผู้ศึกษา: น้องต้องพาคณิกในกลุ่มมาคุยก่อนครับ ว่าสนใจทำอะไรประเด็นไหน

นักศึกษา: อ้อค่ะ พอดีวันนี้ อาจารย์ให้พวกหนูกำหนดหัวข้อแล้วอะค่ะ

ผู้ศึกษา: ไม่เป็นไรครับ น้องจะกำหนดหัวข้อเลขก็ได้ เช่น อยากทำเรื่องกำจัดขยะ เป็นต้น พอได้หัวข้อแล้วค่อยมาคุยกันครับว่าเราจะดำเนินงานต่ออย่างไร แต่สนุกครับ ไม่เครียด เป็นงานทำเอาฮา แล้วเกรดสวยด้วย

นักศึกษา: อ้อค่ะ

ครั้งที่ 2 : วันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

นักศึกษา: สวัสดีค่ะ พวกเราเป็นนักศึกษามาจากวิชาพันธะทางสังคมนะค่ะ อยากจะขอสัมภาษณ์พี่ว่า พี่คิดว่าปัญหาในมหาวิทยาลัยขอนแก่นที่ต้องแก้ไขมีอะไรบ้างคะ

ผู้ศึกษา: อันนี้คือที่ติดต่อมาจะเอาไปทำโครงการไซท์มัธยมครับ

นักศึกษา: ไซท์ค่ะ

ผู้ศึกษา: พอดีพี่มีวิธีเจ๋งๆในการคิดโปรเจกต์ ไม่รู้ว่่าน้องสนใจมั๊ย

นักศึกษา: ยังไงคะ

ผู้ศึกษา: น้องอยากทำอะไรอะไรครับ

นักศึกษา: ก็คิดว่าเรื่องขยะค่ะ แต่ก็มาสัมภาษณ์เก็บข้อมูลก่อน

ผู้ศึกษา: จะทำอย่างไรครับ เล่าให้ฟังหน่อย

นักศึกษา: ก็คงจะเอาสติ๊กเกอร์ไปติดตรงรั้วรั้วความสะอาดที่ถังขยะค่ะ ทำเป็นโลโก้สวยๆ ดึงดูดความสนใจ

ผู้ศึกษา: น้องคิดว่ามันจะช่วยแก้ปัญหาขยะได้จริงหรือ

นักศึกษา: (หัวเราะ) ก็ไม่รู้เหมือนกันค่ะพี่

ผู้ศึกษา: เคยเห็นถังขยะเจ๋งๆมั๊ยครับ แบบว่า ดูแล้วน่าสนใจอะไรแบบนี้

นักศึกษา: เคยเห็นในเน็ตค่ะ เป็นรายการตลกแก๊งคน เป็นถังขยะที่ทิ้งแล้วมีเสียงค่ะ

ผู้ศึกษา: ทำไมเราไม่ลองทำแบบนี้บ้างล่ะครับ ดูน่าสนใจดีออก ดีกว่ามาคิดป้าย

นักศึกษา: ไม่มีใครทำเป็นเลยค่ะพี่

ผู้ศึกษา : น้องมีเพื่อนอยู่วิเศษหรือคณะอื่นที่น่าจะมีความรู้เรื่องพวกนี้มั๊ยครับ

นักศึกษา : ก็ น่าจะพอมิ๊คะ

ผู้ศึกษา : ลองให้เขาช่วยดูสิครับ เป็นผลงานของเขาด้วย ผลงานของเราด้วย

นักศึกษา : ค่ะ

ผู้ศึกษา : ไอ้ที่น้องว่ามาผมก็เคยเห็นนะ มันเป็น fun theory ผมว่าน่าสนใจมาก ลองคิดว่าถ้าเอาถังขยะตัวนี้ไปตั้งแล้วพื้นที่บริเวณนั้นสะอาดขึ้น เดียวก็จะต้องมีการเอาไปตั้งในพื้นที่อื่น ทำไปทำมามหาวิทยาลัยนี้ก็จะได้เต็มไปด้วยถังขยะที่เป็นไอเดียของน้อง แล้วทีนี้พอมหาลัยอื่นมาดูงานเขาจะทำไ้ เขาก็ต้องเอาโมเดลนี้ไปทำตามอยู่แล้ว เห็นมั๊ยครับว่าสิ่งที่เราคิดเราทำจากจุดเล็กๆ มันสามารถขยายผลได้ถึงระดับประเทศ

นักศึกษา : ค่ะ

ผู้ศึกษา : อันนี้บอกเป็นไอเดียนะครับ ถ้าไม่ทำก็ไม่เป็นไร

นักศึกษา : สนใจอยู่ค่ะพี่ แต่ต้องเอาหัวข้อไปให้อาจารย์ดูก่อนค่ะ

ผู้ศึกษา : โอเคครับ ได้ผลยังไงมาบอกด้วยเด้อ

ครั้งที่ 3 : วันที่ 15 กุมภาพันธ์ 2559 สัมภาษณ์ผ่านเฟสบุ๊ค

นักศึกษา : พี่ว่างไหมคะ

ผู้ศึกษา : ก็นั่งคุยได้ครับ วันนี้เลิกงานสองทุ่มครึ่ง

นักศึกษา : อาจารย์ขอเบอร์พี่หน่อยคะ

ผู้ศึกษา : เออ ได้ครับ แต่แคงงว่า เรื่องใหญ่เลยหรอเนี่ย 5555 พี่แค่อยากพัฒนาสิ่งที่น้องจะทำให้มันสนุกขึ้นเท่านั้นเอง ให้มันส์กว่าติดสติ๊กเกอร์เฉยๆ

นักศึกษา : ไม่นะอาจารย์อยากให้พวกหนูได้ทำเรื่องเดียวกัน แล้วได้พัฒนาคณะเราด้วยคะ

ผู้ศึกษา : (เบอร์โทรศัพท์) ครับ



ภาพที่ 13 ภาพผู้ศึกษาไปบรรยายที่สำนักงานศึกษาทั่วไป

วันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2559 สัมภาษณ์ผ่านเฟสบุ๊ค

ผู้ศึกษา : โครงการเป็นไงบ้างครับ

วันที่ 26 กุมภาพันธ์ 2559 สัมภาษณ์ผ่านเฟสบุ๊ค

ผู้ศึกษา : หัวคิดครับ

วันที่ 2 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ผ่านเฟสบุ๊ค

ผู้ศึกษา : เป็นไงบ้างครับน้อง มีอะไรให้ช่วยมั๊ยครับ

วันที่ 7 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ผ่านเฟสบุ๊ค

ผู้ศึกษา : อ่า ได้ทำต่อมั๊ยครับ

วันที่ 15 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ผ่านเฟสบุ๊ค

นักศึกษา : ค่ะ อ้อ ทำค่ะ

ผู้ศึกษา : ขอเบอร์ได้มั๊ยครับ โทรคุยน่าจะสะดวกกว่า

วันที่ 22 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ผ่านเฟสบุ๊ก

ผู้ศึกษา : สวัสดีครับ อยากทราบรายละเอียดว่าได้ตามถึงขณะแบบที่เคยคุยกันมั๊ยครับ ถ้าทำ ได้
วางไว้ตรงไหนบ้าง แล้วผลเป็นยังไง หรือถ้าไม่ได้ทำก็ไม่เป็นไรครับ

นักศึกษา : คือไม่ได้ทำแบบมีเสียงค่ะ แต่มีอีกกลุ่มที่ทำค่ะ กลุ่มหนูทำแบบลดลายการ์ตูนค่ะ
ติดตั้งที่คอมเพลกซ์ค่ะ

ผู้ศึกษา : กลุ่มที่ทำอยู่เซคเดียวกันป่าวครับ

นักศึกษา : ใช่ค่ะ

ผู้ศึกษา : มีเฟสเขามั๊ย

นักศึกษา : ไม่มีค่ะ

กรณีศึกษา เรื่องการพัฒนาผลงาน : แก้ปัญหาเกี่ยวกับการจรรยา (ครั้งที่ 1)

นักศึกษา : พี่คิดว่าในมหาวิทยาลัยเรามีอะไรที่คิดว่าเป็นปัญหาบ้างคะ

ผู้วิจัย : เอาแบบไหนอะ

นักศึกษา : แบบไหนก็ได้แล้วแต่พี่เลยคะ เสนอได้หมด

ผู้วิจัย : เดียวถามก่อน เอาจริงๆเลยนะ มีหัวข้อไว้แล้วรียังครับ หมายถึงมีธงใจไว้ยัง

นักศึกษา : ก็ คิดว่าจะทำเรื่องจรรยาอะคะ แต่เรื่องอื่นก็เสนอได้นะ เสนอได้คะ

ผู้วิจัย : เอาอันที่เราจะทำดีกว่าครับจะได้เป็นรูปธรรมหน่อย คือเสนอแล้วผมก็อยากให้อาไปทำ ไม่งั้นก็ไม่รู้จะมาเสียเวลาคูยกันทำไม จริงปะ

นักศึกษา : ค่ะ

ผู้วิจัย : พี่คิดไว้จะทำประมาณไหนครับ

นักศึกษา : ก็

ผู้วิจัย : บอกมาได้เลย ไม่เป็นไร สบายๆ

นักศึกษา : ก็ที่คุยกันคือจะรณรงค์เรื่องจรรยาอะ ก็คิดว่าจะทำป้ายรณรงค์การขับขี่ การสวมหมวกประมาณนี้ คือยังไม่ได้คิดรายละเอียดอะคะ แต่คิดไว้ว่าน่าจะเป็นประมาณนี้

ผู้วิจัย : ผมว่ามันน่าจะทำอะไรที่แจ่มกว่านี้ละ คือผมจะบอกยั้งี้ การทำของเล็กๆกับการทำของใหญ่ๆมันก็ลำบากเท่ากัน จะเหนื่อยทั้งที่ทำไม่ทำของใหญ่ๆไปเลย เอ้า ผมถามจริงๆนะ คุณว่าการไปติดป้ายมันช่วยได้จริงๆหรือ

นักศึกษา : ก็...ไม่รู้ค่ะ

ผู้วิจัย : ใช่มั้ยครับ ตั้งแต่เกิดมาคุณไม่เคยเห็นป้ายพวกนี้หรือ รักษากฎจราจร ขับรถฯดีมีระเบียบ รณรงค์ใส่หมวก แล้วไงครับ เห็นกันมาตั้งแต่เด็กแล้วมีคนทำมัย มันจะเป็นยังไง แบบ โอ้โฮ ชั้นไม่เคยรู้มาก่อนเลยว่าต้องทำตามกฎจราจรนะ โอ้ ป้ายนี้ทำให้ชั้นรู้ตัวเองว่าชั้นจะต้องใส่หมวกกันน้อคนละ ขอบคุณมากที่ช่วยเตือนสติให้ชั้นได้พบแนวทางที่ถูกต้อง ึ่งหรือ

นักศึกษา : (หัวเราะ)

ผู้วิจัย : ตั้งแต่เกิดมาเคยเห็นมั้ยครับว่ามีคนแบบนี้

นักศึกษา : ไม่มีค่ะ (หัวเราะ)

ผู้วิจัย : ผมจะบอกแบบนี้ เวลาเราทำงานอะ งานมันเป็นตัวบอกตัวเรา มันไม่มีใครรู้หรือว่าตอนเราทำมีอุปสรรคอะไร จะโดนเพื่อนแกล้ง โดนนู่นนี่นั่นต่างๆนาๆ แต่งานที่มันออกไปอะ มันคือตัวตนของเราที่คนอื่นมองเห็น โลกนี้มันไม่ได้อยู่ที่เราเป็นยังไง มันอยู่ที่คนอื่นคิดว่าเราเป็นยังไง คุณอาจจะแค้นแต่ถ้าเขาเชื่อว่าคุณไม่แค้น เขาก็ไม่เอาคุณ

นักศึกษา : ค่ะ

ผู้วิจัย : เคยมีประสบการณ์ดีๆเกี่ยวกับการจรรยาบรรณมัธยม เอาในมอก็ได้

นักศึกษา : (นิก) ไม่มีค่ะ

ผู้วิจัย : ที่ชอบหรือประทับใจก็ได้ครับ

นักศึกษา : น่าจะเป็นตอนทำเชียร์นะคะ ตอนนั้นไม่มีรถ แต่รุ่นพี่เรียกให้ไปซ้อมเชียร์ที่คณะตอน
ดึกๆ พอดีเจอเพื่อน เพื่อนก็เลยบอกว่างั้นไปด้วยกัน

ผู้วิจัย : นี่ไง ทำไมคุณไม่ทำแบบว่าทางเดียวกันไปด้วยกัน นิติมันอยู่ไกลผู้ไกลคนไข่ม้อย แล้ว
เด็กคณะเราก็ไม่ได้มีรถทุกคน นี่เรื่องจริงนะ บางคนมาบอกผมว่ามีปัญหาเรื่องการมา
เรียน คือเขาเป็นคนต่างจังหวัด ไม่มีรถอะไรเลย เวลามาเรียนก็ต้องนั่งชัตเติลบัสมานั่ง
นิติมันไกลไข่ม้อย เวลาที่รถจะมาถึงมันไม่แน่นอน บางทีรถเลขที่ทำให้มาเรียนสาย
อาจารย์บางท่านเกิน 10 นาทีท่านก็ล๊อคห้องละ นี่คือปัญหาจริงๆ แล้วผมก็เห็นบางคน
มาเรียนก็ขับมอไซค์มาคนเดียว ผมเลยจะทำไมคุณไม่ให้คนอื่นนั่งมาด้วย เนี่ย แบบนี้คือ
โปรเจค

นักศึกษา : ไม่มีคนมาหอรอกะพี่ ไม่รู้จักกัน

ผู้วิจัย : คุณก็ทำให้เขารู้จักดี คุณว่าทำยังไงเขาถึงจะรู้จักพวกคุณล่ะ

นักศึกษา : เปิดเพจหอรอกะ

ผู้วิจัย : อ้อ เปิดเพจก็ได้ แจ๋วเลย ก็แจ้งไปว่าเราจะไปเรียนตอนบ่ายโมง ประมาณเที่ยง 45 จะ
ออกไป มีใครไปด้วยมั๊ย ก็เท่านี้

นักศึกษา : แล้วถ้าไม่มีคนไป

ผู้วิจัย : ไม่มีก็ไม่ผิด ยังไงเราก็มาอยู่แล้วนิ ถูกปะ

นักศึกษา : (หัวเราะ) ไซ้ๆ

ผู้วิจัย : เอาล่ะ สมมุติไม่มีเลย ผมก็ว่ามันก็ไม่ได้ต่างจากติดป้ายเลยนะ แต่ถ้าติดป้าย มันดับ
แน่ๆ ลานเปอร์เซ็นต์ แต่ถ้าคุณรันโปรเจคนี้นั้นมีโอกาสำเร็จเกิน 50 % แล้วคุณคิดดู
ถ้าพัฒนาต่อไปเป็นการช่วยเหลือละสมมุติว่ามีคนนำมันหมดแล้วเขามาแจ้งในเพจคุณ
ล่ะ แปลว่าถนนเส้นนี้ทั้งเส้นเป็นของนิติเลย ถูกมั๊ย

นักศึกษา : โห

ผู้วิจัย : แล้วคอยดูต่อไปเดี๋ยวสปอนเซอร์ก็จะเข้ามา เขาอาจจะสนับสนุนค่าน้ำมันรถคุณโดย
ขอให้คุณใส่หมวกที่มีโลโก้เขา หรือใส่เสื้อหรือติดสติ๊กเกอร์ PR สีน้เงินให้เขา คุณคิดดู
ว่า คุณทำที่เดียวคุณได้อะไรตามมาบ้าง

นักศึกษา : พี่พูดซะอยากทำเลย

ผู้วิจัย : อันนี้แล้วแต่นะ ผมเสนอเฉยๆ ไม่ได้บังคับ ผมแค่เห็นว่าพวกคุณเจ๋ง แล้วผมเสียค่าถ้า
ความเจ๋งพวกนี้จะถูกใช้แบบกระจอกๆ

นักศึกษา : งั้นเดี๋ยวหนูขอไปคุยกับเพื่อนในกลุ่มก่อนนะคะ แต่อยากทำมากๆเลยคะ น่าสนใจมาก

ผู้วิจัย : ครับ มีอะไรให้ช่วยก็บอกได้นะ

กรณีศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน : โครงการเพิ่มความสุข

ครั้งที่ 1 : วันที่ 11 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

ผู้ศึกษา : เริ่มแรกขอถามลักษณะโปรเจกของน้องว่าเป็นยังไงก่อนครับ จะได้กำหนดให้ถูก

นักศึกษา 1 : คือว่ามันเป็นงานที่ทำให้สังคมมีความสุขขึ้น แต่เราจะไม่ใช่เรื่อง

นักศึกษา 3 : ไม่ใช่เรื่องการให้กับความพอเพียง

ผู้ศึกษา : ไม่ใช่เรื่องการให้กับความพอเพียง? เช่น

นักศึกษา 1 : เช่น บริจาคหนังสือหรือช่วยเหลือคนอย่างอื่นอย่างงี้จะอะคะ

นักศึกษา 3 : จริงๆแล้ว การที่มาตีเส้นมันก็เป็นการให้ แต่อาจารย์ก็บอกว่าได้ครับ

ผู้ศึกษา : คือที่บอกว่าอาจารย์กำหนดว่าห้ามเอาของไปให้เหมือนไปบริจาคเฉยๆ กับความพอเพียง? เช่น

นักศึกษา 1 : หนูถึงจะ อาจารย์พูดว่าทั้งเซตนี้ทุกคนต้องออกเงินคนละ 10 บาทไม่เกิน 600

ผู้ศึกษา : คือทุนที่เรามีไม่เกิน 600 บาท ถ้าใส่เงินมากกว่านี้ก็ได้

นักศึกษา 1 : ใช่คะ บังคับเลขว่าต้องออกคนละ 10 บาท

ผู้ศึกษา : แล้วเวลาเขาให้เลือกหัวข้อนี้ เขาให้เลือกจากอะไรครับ

นักศึกษา 1 : ต่างคนต่างคิดขึ้นมาคะ อาจารย์ก็จะดูว่ากลุ่มไหนเข้าทำ เช่นกลุ่มที่ได้คะแนนรองลงมาก็จะทำเรื่องป้ายรถเมล์เด็บบัสว่าเป็นสายไหนสายไหน กลุ่มที่รองลงมาก็จะเป็นการบริจาคเลือด แล้วก็เปรียบเทียบกับปีที่แล้ว ถ้าเราทำเรื่องรณรงค์เขาจะมาบริจาคกันเยอะมั๊ย เขาจะทำคู่กับเจ็ดวันอันตรายของสงกรานต์ที่จะถึงนี้คะ

ผู้ศึกษา : แล้วโปรเจกที่ต้องทำนี้มีระยะเวลาเท่าไรครับ

(พร้อมกัน) ภายในเทอมนี้คะ

ผู้ศึกษา : ต้องทำทั้งเทอมเลยหรอ

นักศึกษา 3 : ก็ดำเนินการไปเรื่อยๆอะครับ

ผู้ศึกษา : สมมุติว่าโครงการเราเสร็จในสองอาทิตย์แบบนี้ได้มั๊ยครับ

นักศึกษา 1 : น่าจะได้คะ เพราะมันเป็นการทำเสร็จปั๊บแล้วก็ประเมิน

ผู้ศึกษา : ครับ อย่างที่ดีเส้นจรรยาจรนี้เราจะมีวิธีประเมินความพึงพอใจด้วยวิธีไหนเอ่ย

นักศึกษา 1 : ก็แจกแบบสอบถามนักศึกษาที่มาจอรรถคะ

ผู้ศึกษา : อ้อ แต่ตอนนี้คิดว่าน่าจะซ้ำเยอะ อย่างชัตเด็บบัสนี้ซ้ำแน่นอน มีคนทำเยอะมาก

นักศึกษา 1 : ใช่คะ มีถาปิด

ผู้ศึกษา : ถ้าผมจำไม่ผิดปีหนึ่งปีนี้เขามีเรียนพันธะพลเมืองแล้ว

นักศึกษา 1 : คล้ายๆกันคะ พันธะกับที่หนูเรียนมันคล้ายๆกัน เป็นการทำให้โครงการขึ้นมา

- ผู้ศึกษา : แต่พ้อยท์ของเราอยู่ที่จะทำยังไงให้คนมีความสุขมากขึ้น ไซ้มีัยครับ
(พร้อมกัน) ไซ้ละ/ครับ
- ผู้ศึกษา : ถ้ามก่อนนะครับ เอน้องก่อนครับ ตั้งแต่เข้ามาหาชัยมา น้องคิดว่ามีความสุขที่สุดตอนไหนครับ
- นักศึกษา 3 : ผมว่าผมมีความสุขตอนผมไปซื้อหนังสือ
- ผู้ศึกษา : ช่วยเล่าหน่อยครับว่าตอนนั้นเป็นยังไง
- นักศึกษา 3 : ก็ผมเป็นคนชอบอ่านหนังสือ เวลาผมไปค้นกองหนังสือ ถ้ามันมีหนังสือที่ผมพอใจ ผมชอบผมก็จะมีความสุขแล้วออกไปอ่านหนังสือเงี้ย ผมก็อยู่ได้ทั้งวันครับ
- ผู้ศึกษา : ตอนที่ไปค้นนี่หมายถึงที่ไหนหรือครับ
- นักศึกษา 3 : หอสมุดกลางก็มีไปยืมบ้าง อย่างเช่น งานสัปดาห์หนังสือครับ
- ผู้ศึกษา : แปลว่ามันก็เป็นอีเวนท์เล็กๆ
- นักศึกษา 3 : ครับ อีกอย่างก็ทำงานสโมด้วยครับ
- ผู้ศึกษา : มีเหตุการณ์ที่พีคๆมีัยครับหรือเหตุการณ์ที่เรามีความสุขมากๆ
- นักศึกษา 3 : ก็อรรวมๆแล้วมันก็มีความสุขครับ เช่น การได้นอนเช้า บางทีก็เป็นประสบการณ์ใหม่ๆของเราครับ ได้อยู่กับเพื่อน ก็สนุก
- ผู้ศึกษา : นี่เค้าพูดมาผมได้โปรเจกประมาณ 3 ตัวแล้วนะ เดี่ยวผมจะถามคนอื่นต่อ ที่ถามนี้ไม่ได้มีว่ะครับ ถามเพื่อให้คิดงานได้นะ
- ผู้ศึกษา : มาที่น้องครับ เรียนมข.มาสองปี อะไรที่เราคิดว่า มีความสุขมากๆเลย
- นักศึกษา 1 : (หัวเราะ)
- ผู้ศึกษา : ไม่ต้องคิดว่ามันไร้สาระหรืออะไรนะฮะ พูดได้เลย
- นักศึกษา 1 : ก็ตอนสอบเสร็จอะคะ มันรู้สึกโล่ง เหมือนอ่านหนังสือมาทั้งหมดมันได้ปล่อย กับอีกเรื่องก็ทำกิจกรรมคณะ หนูทำบรรพ (ละครคณะ) แล้วก็ไปเชียร์ลีดเดอร์ของคณะคะ
- ผู้ศึกษา : อ้อ ช่วยอธิบายหน่อยได้มีัยครับ ไอ้ที่เราว่ามีความสุขเหตุการณ์มันเป็นยังไง หรือช้อตไหนที่เราคิดว่าดีมากๆเลย
- นักศึกษา 1 : ตอนทำละครเวทีคณะคะ มันได้ทำงานกับเพื่อนมันทำให้เราทำงานเป็นคือทำงานกับคนเยอะๆอะคะ แล้วมันมีความสุขตรงที่ว่ามันได้เห็นการทำงานของทุกๆฝ่ายแล้วงานมันก็ออกมาเป็นรูปเป็นร่าง มันก็ดูแล้วมีความสุขอะคะ
- ผู้ศึกษา : แจ๋วๆ น่าสนใจครับ แล้วน้องล่ะครับ
- นักศึกษา 2 : ชอบตอนที่ตัวเองรู้ผลสอบแล้วมันไม่แยอะคะ ก็ดี ไม่ผิดหวัง ประมาณนี้อะคะ

- ผู้ศึกษา : งั้นถามใหม่ อยู่ขณะนิตชอบอะไรที่สุดครับ อะไรในนิตที่ทำให้เรารู้สึกว่ามีความสุข
 มากๆเลย
- นักศึกษา 2 : ก็อยู่กับเพื่อนอะคะ (ไม่กล้าพูด)
- ผู้ศึกษา : เล่าได้นะครับ พวกนี้มันใช้ได้หมดนะ แต่เราอาจจะคิดไม่ถึงเลยว่ามันใช้ได้
- นักศึกษา 2 : ไปกินข้าวอะคะ แล้วก็ได้อยู่กับเพื่อน เรียนเสร็จก็ปะ ไปกินข้าวกัน เจอกัน
- ผู้ศึกษา : อันนี้ก็น่าสนใจนะ อันก็ได้อีกโปรเจคนะ
- นักศึกษา 2 : คิดไม่ออกแล้ว
- ผู้ศึกษา : ในขณะนี้เรียนมาชอบอะไรที่สุดครับ
- นักศึกษา 1 : ก็เรียนกฎหมายนี่ละคะ แล้วก็ก็มีเพื่อนด้วย มีเพื่อนดี มันเลยทำให้อยากมาเรียน อยาก
 มาเจอเพื่อน อยากเรียนกับเพื่อน
- นักศึกษา 3 : ส่วนผมก็ชอบอาจารย์พิเศษมาสอน เพราะอาจารย์มีความรู้ คือท่านเป็นผู้ปฏิบัติงาน
 จริงก็เลยมีความสามารถในการถ่ายทอด
- ผู้ศึกษา : ที่พูดมาเมื่อกี้มีโปรเจกเจ๋งๆที่น้องพูดมาเยอะเลยนะครับ อย่างแรกน้องบอกว่าน้อง
 ชอบหาหนังสือใหม่ๆ มันก็จะต้องมีคนจำนวนหนึ่งที่ชอบแบบเรา แทนที่เราจะทำ
 แพลนผังซัดเดิ้ลบัส ทำไมเราไม่ทำแผนผังหาหนังสือบ้าง อันนี้ไม่ได้บอกให้ทำแบบนี้
 นะครับ อันนี้เป็นตัวอย่าง อย่างน้องบอกว่าชอบ ไปกิน ถ้าเราจะเล่นเรื่องแผนผัง เป็น
 แผนผังร้านอาหารอร่อยๆแถวนี้ก็ได้ เพราะว่าเด็กนิคมันอยู่ไกลผู้ไกลคน ร้านอาหาร
 แถวนี้อาจจะมีให้กิน อันนี้ผมให้ข้อมูลนะ เวลาคนมาจากต่างคณะหรือมาสอบ
 สัมภาษณ์รับตรง เรื่องนี้ที่เขาประเมินคณะเรามากๆเลยคือไม่มีที่กินข้าว มันไม่รู้จะ
 ไปหากินตรงไหน โรงอาหารเราก็ไม่มี แล้วถ้าเจ๋งๆนะ เราก็บอกร้านนี้ใช้เวลา 10
 นาทีในการเดินทาง คนจะไปกินเขาจะได้คำนวณได้ ยังไงก็มีความสุขมั๊ย
- นักศึกษา 1 : มีคะ
- ผู้ศึกษา : อันนี้เป็นตัวอย่างให้เห็นภาพความสนุกนะครับ ไม่ได้บอกว่าจะต้องเอาอย่างนี้นะ มี
 อีกหลายอย่าง เราหาได้ครับจากการพูดคุยกันนี่ละ ที่นี้คิดอยู่นิดนึง 60 คนนี่ต้องทำ
 ทุกคนมั๊ยครับ
- นักศึกษา 1 : เป็นแบบช่วยกันคะ กลุ่มนี้ทำแบบนี้ กลุ่มนี้ทำฟิวเจอร์บอร์ด กลุ่มนี้ไปปรีนท์
- ผู้ศึกษา : อ้อครับ ที่นี้ถ้าอยากได้อะไรอีก น้องก็เล่าให้ผมฟังต่อ ว่าเคยมีความสุขในเรื่องอะไร
 อีก
- นักศึกษา 2 : ความสุขคือที่จอดรถ มาถึงแล้วมีที่จอดรถแล้วแบบ ดีอะ
- ผู้ศึกษา : เคยไปที่ไหนมั๊ยที่ไปที่ไรก็มีที่จอดรถดีๆ
- นักศึกษา 2 : มันก็มีแต่ป่าอะคะ

- ผู้ศึกษา : เคยมีมัยที่ไปในที่ป่าๆแล้วก็หาที่จอดรถได้
- นักศึกษา 1 : มันจะมีตรงข้ามสถาบันขงจื่ออะคะ ตอนแรกไม่จอดก็รู้สึกไม่โอเค แต่พื้นมันดีละ กลับรถง่าย
- ผู้ศึกษา : จุดแตกต่างอยู่ที่พื้นใช่มะ ของเรามันเป็นหลุม
- นักศึกษา 2 : ใช่คะ มันก็เลยจอดได้ไม่เต็มที่
- ผู้ศึกษา : แต่จะให้ถมดินมันก็ไม่ได้
- นักศึกษา 1 : โครงการที่บอกว่าร้านกินอะ เราน่าสน
- นักศึกษา 3 : แต่มันต้องเสนออาจารย์ก่อน
- นักศึกษา 2 : ถ้าอาจารย์โอเคกับโครงการที่เราเสนออีกเอาเลย แต่ถ้าไม่โอเคก็คงได้เปลี่ยนกลุ่มเสดใหม่
- นักศึกษา 1 : เล่าก็ชอบการแนะนำร้านอาหารให้น้องในคณะ เราก้ไปติดที่ GL บอร์ดหนึ่ง ปีที่ไปเรียน GL เล่าจะได้อู้ที่กินข้าว
- นักศึกษา 3 : เราจะเอาเป็นคณะมัย
- นักศึกษา 1 : ไม่รู้ดี แต่เล่าสน โครงการนี้มากเลยอะ
- นักศึกษา 2 : ก็ทำของเรา ทำ GL แต่ GL มันก็น่าจะครบแล้วแหละ
- นักศึกษา 1 : มันอาจจะมัยเด็กคณะอื่นที่เป็นเด็กต่างจังหวัด
- นักศึกษา 3 : บางทีเราก้ไม่รู้ว่ามันมีที่กิน
- นักศึกษา 1 : เหมือนว่าเคยได้ยื่นโรงอาหารทันตะ แต่โรงอาหารทันตะมันอยู่ตรงไหนแบบนี้
- นักศึกษา 3 : เพื่อคนคิดไม่ออก แบบว่าวันนี้กินอะไรดี
- ผู้ศึกษา : เออ พุดมาผมก็สนใจเลยนะ เจิงๆ
- นักศึกษา 1 : นี้คะ หนูก็กำลังต่อยอดจากที่พี่คิด ชอบอันนี้
- นักศึกษา 1 : เราก้ทำต่อว่าร้านนี้มีอะไรเป็นเมนูหลัก บอกราคาด้วยก็ดี
- นักศึกษา 3 : ทำเป็นป้ายหมุนก็ได้ วันนี้จะกินอะไรดี เล่าว่าต้องมีคนไปหมุนเล่นแหละ
- นักศึกษา 1 : แล้วเรามีร้านใช่มัย แล้วเราก้มีเมนูแนะนำให้มันต่อยอดได้อีก
- นักศึกษา 2 : เราอาจจะรู้ไม่ทุกร้านอะ แต่เราก้ให้คนอื่นแนะนำมาก็ได้
- ผู้ศึกษา : อันนี้พัฒนาเป็นแอปได้เลยนะ
- นักศึกษา 3 : แล้วเราอาจจะแบ่งเป็นบอร์ดนี้ของหวาน บอร์ดนี้ถ้วยเตี๋ย
- นักศึกษา 1 : แล้วก้ไปปรีนทร์ร้านดีๆ ทำรูปดีๆ หลายคนในกลุ่มมาช่วยกัน
- นักศึกษา 2 : แล้วเล่าจะรู้มัยว่าของเรามันอยู่ตรงนี้ อะไรเป็นจุดสนใจ
- ผู้ศึกษา : อยู่คณะมาคิดว่าจุดไหนคนเห็นมากที่สุด
- นักศึกษา 1 : หน้าบรรยาย ทางเดินห้องประดิษฐ์คะ

นักศึกษา 2 : แต่ยังไงก็ต้องรอให้อาจารย์อนุมัติก่อน

นักศึกษา 3 : งั้นเดี๋ยวผมลองไปเสนออาจารย์ก่อนนะครับ

ผู้ศึกษา : ครับ ถ้ามีอะไรให้ผมช่วยก็บอกนะ

ครั้งที่ 2 : วันที่ 15 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ผ่านเฟสบุ๊ค

ผู้ศึกษา : ดิครับน้อง โปรเจกเป็นไงบ้างครับ อาจารย์อนุมัติมั้ย

นักศึกษา 1 : อาจารย์เหมือนยังไม่อนุมัติเต็มร้อยอะค่ะ อาจารย์รอลถามเพื่อนในเซ็คก่อนค่ะ

ผู้ศึกษา : อ้อ ครับ เรียนอีกทีวันไหนอะครับ

นักศึกษา 1 : วันจันทร์ ที่ 21 ค่ะ

ผู้ศึกษา : ครับผม

ครั้งที่ 3 : วันที่ 21 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ผ่านเฟสบุ๊ค

ผู้ศึกษา : อาจารย์ว่าไงบ้างครับ

นักศึกษา 1 : เพื่อนโหวตกันใหม่อะค่ะพี่ โครงการเราไม่ได้

ผู้ศึกษา : สรุปแล้วทำอะไรกันอะครับ

นักศึกษา 1 : โครงการรณรงค์บริจาคเลือดค่ะ

ผู้ศึกษา : อ้อ ครับ อะเคร เสียขายจัง

นักศึกษา 1 : ใช่มั้ย

ผู้ศึกษา : ทำกันเองมั๊ยครับ หรือมีใครสนใจจะทำมั๊ยครับ ลองถามเพื่อนๆให้หน่อย

นักศึกษา 1 : ไม่มีใครทำเลย เพราะทุกคนไม่มีเวลาเลยค่ะพี่

ผู้ศึกษา : เคครับ ยังไงฝากถามๆหน่อยนะครับ ไม่มีก็ไม่เป็นไร

นักศึกษา 1 : โอเคค่ะ

ผู้ศึกษา : ขอบคุณครับ

กรณีศึกษา เรื่องการสร้างสรรค์ผลงาน : แก้ปัญหาเกี่ยวกับการจราจร (ครั้งที่ 2)

ครั้งที่ 1 : วันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2559 สัมภาษณ์ผ่านเฟสบุ๊ก

ผู้ศึกษา : เป็นไงบ้างครับ ดิฉันทำอะไรมัย

นักศึกษา : อ้อ หนูว่าจะคุยกะพี่อยู่ ในเซคที่เรียน มีเพื่อนกลุ่มหนึ่งเขาทำเรื่องนี้แล้ว น่าจะเข้าไปคุยกับพี่รีป่าว อ.เลยบอกว่ามันซ้ำกัน พอไปคุยกะเพื่อนกลุ่มที่ทำ เห็นบอกว่าทำแค่ส่งอาจารย์ ไม่น่าจะทำต่อ หนูก็ว่าจะมาออกพี่อยู่กะ

ผู้ศึกษา : อ้าว เหนอครับ

นักศึกษา : พวกหนูเลยได้เปลี่ยนเรื่องทำ แต่จริงๆอยากทำนะ คือคุยกับเพื่อนจนแบบ...!! มีแต่คนอยากทำ สุดท้ายก็ไม่ได้ทำ

ผู้ศึกษา : ทำเรื่อง ไทแทนครับ

นักศึกษา : อาจารย์เสนอให้กะ ทำรอบเขตเด็ลบัตที่ผ่านหน้านิติละ ราชละเอียดยังไม่ได้คุยกับอาจารย์เลยกะ พี่ว่างมัยกะ เดียวถ้าตอนเย็นไม่มีคนว่าง จะนัดเพื่อนไปพรุ่งนี้ นะคะ

ผู้ศึกษา : ได้ครับ

นักศึกษา : โอเคละ

ครั้งที่ 2 : วันที่ 26 กุมภาพันธ์ 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

นักศึกษา : พี่คะ อาจารย์ไม่ให้เปลี่ยนกะ คือต้องทำเรื่องนี้

ผู้ศึกษา : ไม่เป็นไรครับ เราทำให้ดีได้ ได้คิดกันไว้ริยังครับว่าจะทำยังไงต่อไป

นักศึกษา : ยังเลยกะ ติดต่อขอเวลารถกับทางบริษัท ก็ติดต่อไม่ได้

ผู้ศึกษา : เห็นใจครับ น้องมีความตั้งใจ พี่เสียดายถ้าจะปล่อยโปรเจกนี้ให้ผ่านไปเฉยๆ

นักศึกษา : เสียดายมากกกก ตอนนี้อยู่ไหนคะ

ผู้ศึกษา : คณะครับ

นักศึกษา : วันเสาร์ อาทิตย์อยู่คณะมัยคะ

ผู้ศึกษา : พุงนี้ได้ครับ

นักศึกษา : สะดวกมาฝั่งกังมัยคะ

ผู้ศึกษา : ได้ครับ ไม่มีปัญหา ตอนไหนดีครับ

นักศึกษา : พี่สะดวกตอนไหนคะ

ผู้ศึกษา : วันนี้หลังสามทุ่ม พุงนี้ได้ตั้งแต่ 10 โมงเช้าครับ

นักศึกษา : งั้นพรุ่งนี้ 17.00น. ศรีบริวารน์ ฝั่งกัง สะดวกมัยคะ

ผู้ศึกษา : ได้ครับ

นักศึกษา : ขอบคุณค่ะ

ครั้งที่ 3 : วันที่ 27 กุมภาพันธ์ 2559 สัมภาษณ์ที่ร้านศรีบราวน์

นักศึกษา : ก็ไปคุยกับอาจารย์แล้วอาจารย์บอกว่า ทำอะไรก็ได้ที่ไม่ซ้ำกัน ก็ส่วนมากคนก็ทำ จราจรอะไรยังไงอะคะ

ผู้ศึกษา : กลุ่มที่เขาแย่งเราทำมันเกิดอะไรขึ้นครับตอนนั้น

นักศึกษา : ตอนนั้นไปพรีเซนต์บ๊ีบ เราทำเรื่องนี้บ๊ีบ แล้วเหมือนหนูไม่แน่ใจว่าเขาเอาเรื่องนี้มาจากไหน หรืออะไรยังไง แต่ตอนไปพรีเซนต์อาจารย์บอกว่ามันซ้ำกันนะ ก็เลยกลายเป็นแบบอาจารย์ก็เลยให้กลุ่มหนูว่าเปลี่ยนได้มัย หนูก็เลยว่าตั้งใจที่จะทำอันนี้แล้วนะ จารย์ก็ว่าแต่เพื่อนก็จะทำแล้ว ก็เลยไปคุยกับเพื่อน เพื่อนก็ว่าเพื่อนจะทำ ก็เลยแบบว่าฉันยังงี้ก็ได้

ผู้ศึกษา : ที่ว่าเขาจะทำนี้ทำแบบไหนครับ

นักศึกษา : ที่หนูคุยกับเพื่อนเค้าก็จะทำเป็นว่าทางเดียวกันไปด้วยกัน

ผู้ศึกษา : แคนั้น?

นักศึกษา : ก็หนูก็ถามว่าจะทำเป็นติดประกาศหรือทำเป็นเพจหรือยังงี้ เค้าก็ว่าน่าจะทำเป็นเพจ แต่ตอนนี้หนูก็ยังไม่เห็นเค้าทำอะไรเลย แต่ที่พวกหนูจะทำอะ พวกหนูสร้างเพจแล้ว แล้วกำลังจะอัปโหลดเฟส แล้วพอจะอัปก็ไปพรีเซนต์ปรากฏว่าซ้ำ อาจารย์ก็เลยขอให้กลุ่มพวกหนูอะเปลี่ยน

ผู้ศึกษา : เอ้ จริงๆมันทำได้นะครับ พี่มองว่าจุดในการรับไม่เหมือนกัน มันคนละโซน

นักศึกษา : แต่มันก็ซ้ำกัน อาจารย์เค้าไม่ยอมให้ทำ คือเหมือนจะคนละจุดก็ตาม แต่ว่า

ผู้ศึกษา : หลักการมันเป็นอันเดียวกัน

นักศึกษา : ใช่ค่ะ

ผู้ศึกษา : แต่ผมช่วยยืนยันกับอาจารย์ได้นะว่าเรามาคุยกับผมก่อน ถ้ามันมีปัญหาจริงๆ

นักศึกษา : คือวันที่ไปพรีเซนต์หนูไม่ได้ไปเพราะหนูติดเรียน ก็เลยให้คนที่สะดวกวันนั้นที่ไม่มีเรียนส่งตัวแทนกลุ่มไป แล้วที่นี้อยู่ดีๆเพื่อนก็ทักมาบอกว่า แกมันซ้ำ อาจารย์ขอให้เปลี่ยน หนูก็เลยทักไลน์ไปคุยกับอาจารย์ อาจารย์ก็เลยว่าเพื่อนเค้ามาขอเรื่องนี้ ให้เค้าทำได้มัย หนูก็เลยว่าอาจารย์ แต่หนูพรีเซนต์ก่อนหนูก็ต้องได้ก่อนสิ

ผู้ศึกษา : อ้อ ใช่มัย

นักศึกษา : แต่อาจารย์เค้าก็ขอให้เปลี่ยน แล้วอาจารย์ก็ให้มาทำเรื่องซัดเดิลบัส แล้วมันยากตรงที่ไปขอตรงหอ 8 หลังหอ 9 หลัง เค้าไม่ให้ เค้าบอกว่าต้องไปขอที่บริษัทใหม่เค้า แล้วที่นี้

พอโทรไปเค้าก็ไม่ยอมรับโทรศัพท์ พอรับก็บอกว่าเดี๋ยวจะโทรไปอีกทีนึงอย่างนี้
ตอนนี้เลยไม่รู้จะทำยังไง ตารางรถก็ไม่มี เค้าโครงโครงการก็ต้องส่งวันจันทร์

ผู้ศึกษา : สมมติถ้าได้ตารางรถแล้วจะทำอะไรต่อครับ

นักศึกษา : ยังไม่ได้คิดไว้เลยละ อาจจะเอาไปติดไว้ที่คณะ สายเดี่ยวหรือแชร์ลงในเฟซบุ๊ก แต่เห็นว่า
ว่ามันมีแอปแล้ว มันก็ไม่นำมาฟังตารางรถอะไรจ้ะ

ผู้ศึกษา : ใจมั๊ย

นักศึกษา : ก็เลยไม่รู้ว่าจะทำอะไร เมื่อวานนี้ก็เลยไปคุยกับอาจารย์ว่าเราไม่สามารถขอตารางรถ
ได้ เหมือนเค้าไม่ยอมให้ อาจารย์เลยถามว่าแล้วคิดว่าจะทำเรื่องอะไรละถ้าไม่ทำเรื่อง
นี้ แต่ครูไม่ยอมให้มันซ้ำ

ผู้ศึกษา : แปลว่าเปลี่ยนได้

นักศึกษา : ก็เปลี่ยนได้ละ แต่ไม่ยอมให้ซ้ำเพื่อน

ผู้ศึกษา : ตอนนี้เพื่อนทำอะไรไว้แล้วบ้าง

นักศึกษา : หนูไม่รู้เพราะวันนั้นหนูไม่ได้เข้าฟัง แต่เพื่อนบอกว่าส่วนมากเป็นจรรยา แต่เดี๋ยวหนู
ถามเพื่อนก่อน

ผู้ศึกษา : ต้องถามเราว่าตอนเราไปสัมภาษณ์คนมาเยอะๆ เราเจออะไรมากที่สุด

นักศึกษา : เท่าที่ถามในมหาลัยจะเรื่องจรรยา พวกกรดคิด ขับรถไม่เคารพกฎจรรยาบ้าง ขยะบ้าง
จรรยาไม่ถูกบ้าง

ผู้ศึกษา : อย่างจรรยาเขาทำอะไรพอรู้มั๊ยครับ

นักศึกษา : จรรยาน่าจะแบบทำป้ายคิดว่าที่ห้ามจอดอะไรประมาณนี้ แต่เพื่อนบอกมะก็ว่าทุกกลุ่ม
จะมาเป็นป้ายไปติดเหมือนกันหมด ก็จะมีกลุ่มหนึ่งที่อาจารย์บอกว่าดีหน่อยคือเหมือน
แจกใบปลิวแล้วให้ความรู้ แต่ว่าเค้าคงจะแจกเฉยๆ

ผู้ศึกษา : แล้วที่คณะละครับ เจอประเด็นอะไรบ้าง

นักศึกษา : ที่คณะก็พวกจรรยาไม่เป็นระเบียบละ

ผู้ศึกษา : เคยเจอที่ไหนที่มันจรรยากันดีมั๊ยครับ

นักศึกษา : ดีๆ ก็พวกโลตัสละ

ผู้ศึกษา : แล้วมันแตกต่างจากที่คณะเรายังไง

นักศึกษา : ก็ที่นั่นมันมีติเส้นแบ่งช่อง

ผู้ศึกษา : นี่ไง ตรงช่องจอดมอเตอร์ไซค์ของคณะก็ได้ ช่องหน้าแต่จะล้อทนนั่นแหละ ใช้สีอย่างมากแค่
กระป๋องเดียวเอง

นักศึกษา : แต่ถ้าเราจะไปติเส้นเราต้องขอใครมั๊ย

ผู้ศึกษา : ต้องขออนุญาตคณะซึ่งให้อยู่แล้วครับ ถ้าไม่ให้มาบอก เดี่ยวผมไปคุยให้

- นักศึกษา : ไม่รู้ว่าเพื่อนจะเอาอย่างไรค่ะ แต่คุยเรื่องซัดเติลบัซแล้ว บอกอาจารย์แล้วว่าถ้าทางนั้นเขาไม่ให้ข้อมูลก็ทำไม่ได้ อาจารย์ก็เลยว่าจะเอาอะไรก็ได้ แต่ขออย่างเดียว อย่าให้ซ้ากัน
- ผู้ศึกษา : ไม่ให้ซ้ากันนี่คือห้ามทำจรรยาเลยหรือทำได้แต่วิธีห้ามซ้ากับเพื่อน
- นักศึกษา : ห้ามซ้ากับเพื่อนค่ะ
- ผู้ศึกษา : ครับ เสียขายโครงการเดิมนะ
- นักศึกษา : เสียขายมากค่ะ ทีแรกคือนัดกับเพื่อนแล้วนะ เพื่อนก็ว่าแกมันจะได้หรือ เค้าจะไม่หาว่าเราบ้าหรือ จะมีคนไปกับเราหรือ คุยไปคุยมาก็เลยลองทำดู ก็เลยแบบเสียขายอะ อุตส่าห์ทำป้ายทำโลโก้แล้ว เปิดเพจแล้ว
- ผู้ศึกษา : จริงๆ
- นักศึกษา : แต่เพื่อนกลุ่มนั้นเค้าอาจจะทำต่อก็ได้ หนูก็ไม่รู้ว่าเค้าเอามาจากไหนนะ แต่รูปแบบของเค้ามันคล้ายเรามากเลย
- ผู้ศึกษา : ครับ
- นักศึกษา : แล้วก็เซคอื่นอาจารย์เค้าจะไม่ได้จำกัด แต่ของหนูอาจารย์จำกัดว่าให้ทำที่คณะ เป็นปัญหาที่พบในคณะเราเอง
- ผู้ศึกษา : ครับ
- นักศึกษา : แต่เท่าที่ถามเพื่อน ทุกคนก็จะคิดเหมือนกันอะค่ะ ขยะบ้างแหละ ที่จอครบบ้างแหละ จรรยาบ้างแหละ อะไรเงี้ย แต่ก็แบบเวลาหนูนั่งคิดกับเพื่อนสองคน เฮ้ยแกๆ ทำแบบนี้มีัยเพื่อนก็จะแบบว่า ได้หรือ มันจะดีหรือ เหมือนเค้าก็ไม่กล้าตัดสินใจ พอเราคิดแล้วว่า มันทำได้นะ เค้าก็แบบมันจะทำได้หรือ หนูก็บอกว่า เอ้า ในเมื่อเราคิดได้ทำไมเราจะทำไม่ได้
- ผู้ศึกษา : ไช้
- นักศึกษา : อย่างครั้งแรกเรื่องทางเดียวกันไปด้วยกันอะ เพื่อนก็บอกเค้าจะไม่ว่าเราหรือ เค้าจะไม่คิดหรือว่าพวกนี้ทำอะไร หนูก็บอกว่าให้เค้าคิดไปเถอะ เราก็ทำให้เค้าเห็นว่า เราทำได้นะ อย่างเงี้ย ก็บอกเพื่อนไป เพื่อนก็เลยว่า โอเค งั้นลองดูก็ได้
- ผู้ศึกษา : เหมือนที่บอกอะ ทำไมเอคิสันมันคิดหลุดไฟได้ ทำไมคนอื่นทำไม่ได้ ก็เพราะเอคิสันทำไง
- นักศึกษา : ไช้ค่ะ คือก็พยายามบอกเพื่อนนะว่าอย่าแค่คิดสิ คิดแล้วก็ทำ มันต้องทำได้อยู่แล้ว ไม่ใช่คิดเฉยๆแล้วไม่ทำ
- ผู้ศึกษา : มันก็เป็นเรื่องที่เราทำได้ ไม่ได้เกินความสามารถ
- นักศึกษา : เดี่ยววันนี้หนูว่าจะลองไปถามเพื่อนในเซคดูว่าแต่ละคนทำอะไรบ้าง แล้วก็คุยกับอาจารย์ พรุ่งนี้พี่วางมีัยค่ะ

ผู้ศึกษา : ได้ตอนเย็นครับ

นักศึกษา : ถ้ามีปัญหาอะไรหนูจะโทรหาพี่นะ

ผู้ศึกษา : ได้ครับ

ครั้งที่ 3 : วันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2559 สัมภาษณ์ผ่านเฟสบุ๊ก

นักศึกษา : พี่คะ คือตอนนี้คุยกันแล้วจะทำเรื่องที่จอตกรดคะ แต่ติดตรงที่ว่า ทางคณะจะให้ทำมัยคะ

ผู้ศึกษา : ต้องติดต่อครับ แต่คิดว่าไม่มีปัญหาครับ

นักศึกษา : คือ พวกหนูต้องเข้าไปขอกับใครคะ

ผู้ศึกษา : ฝ่ายสถานที่ครับ

นักศึกษา : เดี่ยวพรุ่งนี้จะเข้าไปหาพี่นะคะ

ผู้ศึกษา : ครับผม

ครั้งที่ 4 : วันที่ 2 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ผ่านเฟสบุ๊ก

ผู้ศึกษา : เป็นไงครับ พี่เขาโอเคไหม

นักศึกษา : ว่าจะเริ่มกันวันจันทร์คะ

ครั้งที่ 5 : วันที่ 7 มีนาคม 2559 สัมภาษณ์ที่คณะนิติศาสตร์

ผู้ศึกษา : แล้วก็ ถ้าจะมาทำโปรเจกจรรยาที่คณะเมื่อไหร่ ปรบกวบบอกด้วยนะครับ จะตามไป
ถ่ายรูป

นักศึกษา : ได้คะพี่ ตอนแรกจะไปวันนี้ ถ้าทำวันนี้มี 3 คน เลยว่าจะยังไม่ไปคะ ถ้าทำวันไหนจะ
บอกนะคะ

ผู้ศึกษา : ขอบคุณครับ

นักศึกษา : แล้วก็พี่อยู่คณะบอกว่าอยากให้ทำยาวไปจนถึงโรงอาหาร เขาก็สนับสนุนอยากให้ทำ
ถ้ายาวไปถึงโรงอาหารตายแน่ๆ เหนื่อย แต่พี่ที่นั่นเขาบอกว่าไม่ต้องห่วงเดี๋ยวช่วยทำ
จากแค่พื้นที่เล็กๆที่คิดจะทำ ตอนนีเหมือนโดนกดดัน หรือสนับสนุนก็ไม่รู้ว่าให้ทำ
ยาวไปถึงโรงอาหาร น่าสนุกจัง

ผู้ศึกษา : นี่แหละครับ เดี่ยวก็จะขยายผลไปเรื่อยๆ



ภาพที่ 14 พื้นที่ก่อนทำโครงการงาน



ภาพที่ 15 พื้นที่หลังทำโครงการ