



วารสารอิเล็กทรอนิกส์
ทางการศึกษา

OJED, Vol. 14, No. 2, 2019. Article ID: OJED-14-02-026
Article Info: Received 10 May, 2019; Revised 24 July, 2019; Accepted 31 July, 2019

OJED
An Online Journal
of Education
www.tci-thaijo.org/index.php/OJED

แนวทางการใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้น GUIDELINES FOR APPLYING POSITIVE PSYCHOLOGY IN MUSIC STUDIO TEACHING FOR BEGINNERS

นางสาวศศิภา นันทสมบุญ *

Sasipa Nuntasomboon

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ดเนียญา อุทัยสุข **

Asst. Prof. Dneya Udtaisuk, Ph.D.

บทคัดย่อ

การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวทางการใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้น มีวิธีดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพโดยการวิเคราะห์เนื้อหา เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) แบบสัมภาษณ์ปลายเปิด ผู้ให้ข้อมูลได้แก่ ครูสอนทักษะดนตรี ผู้เชี่ยวชาญทางดนตรีศึกษา และผู้เชี่ยวชาญทางด้านจิตวิทยา 2) แบบสังเกตการสอน โดยมีขั้นตอนการวิจัยคือ 1) การศึกษาเอกสารเพื่อกำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย 2) การดำเนินการวิจัยเชิงคุณภาพ 3) วิเคราะห์และสรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่าแนวทางการใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้น ประกอบด้วย 1) การสร้างเสริมประสบการณ์ของผู้เรียนให้เห็นถึงคุณค่า และความหมายของการเรียน: เสริมสร้างผู้เรียนให้เห็นคุณค่าของการเรียนรู้, สร้างประสบการณ์ความสำเร็จเพื่อให้เกิดความทรงจำทางบวก, คำนึงถึงประโยชน์ที่ผู้เรียนต้องการ 2) การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้จิตวิทยาเชิงบวก: คำนึงถึงจุดแข็งของผู้เรียนแต่ละคนและนำมาประยุกต์ใช้กับการสอน, กิจกรรมการเรียนการสอนที่สอดคล้องกับทักษะความสามารถของผู้เรียน, จัดกิจกรรมที่หลากหลายนำมาใช้แก้ไขสถานการณ์เฉพาะหน้า, การสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างครูและผู้เรียน 3) การประเมินผลเชิงบวก: วิพากษ์วิจารณ์อย่างสร้างสรรค์, เน้นการประเมินผลจากพฤติกรรมและการทำงานของผู้เรียน, เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมกับการออกแบบและประเมินการเรียนรู้ตามความต้องการที่เหมาะสม

*นิสิตมหาบัณฑิตสาขาวิชาดนตรีศึกษา ภาควิชาศิลปะ ดนตรี และนาฏศิลป์ศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

*Graduate Student of Music Education Division, Department of Art, Music and Dance Education, Faculty of Education, Chulalongkorn University
E-mail Address: sasipa3151@gmail.com

**อาจารย์ประจำสาขาวิชาดนตรีศึกษา ภาควิชาศิลปะ ดนตรี และนาฏศิลป์ศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**Lecturer of Music Education Division, Department of Art, Music and Dance Education, Faculty of Education, Chulalongkorn University
E-mail Address: noonnin@yahoo.com

ISSN 1905-4491

Abstract

The purpose of this research was to study guidelines for applying positive psychology in music studio teaching for beginners. This research applied content analysis in a qualitative research methodology comprised of: 1) a semi-structured interview -- the key informants were positive music studio teachers, music education specialists and psychological specialists, and 2) a teaching observation form -- the research methodology included an analysis of academic resources, content analysis and the synthesis of the research conclusions.

The research results indicated that guidelines for applying positive psychology in music studio teaching for beginners include three aspects. The first aspect involves the building of a learner's experience to provide value and make meaning of the learning; learners should be encouraged to see benefits of learning, positive memories should be created from accomplished experiences, and the progress the learners would like to achieve should be considered. The second aspect involves arranging learning and teaching activities by utilizing positive psychology: the strong characteristics of each and every student are taken into account and incorporated into each lesson, diverse activities that suit the learner's prior skills and competency are arranged to challenge the student in various situations, and good relationships are built between teachers and learners. The third aspect involves positive assessment: constructive criticism is used, emphasizing assessment of the learner's activities, and providing opportunities to the learners to take part in designing activities and learning assessment according to individual needs.

คำสำคัญ: จิตวิทยาเชิงบวก / การสอนทักษะปฏิบัติดนตรี / ครูดนตรี

KEYWORDS: POSITIVE PSYCHOLOGY / MUSIC STUDIO TEACHING / MUSIC TEACHER

บทนำ

ครูเป็นหัวใจสำคัญของการศึกษา และยังเป็นปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อผู้เรียน นอกจากความรู้ทางด้านวิชาการแล้ว ครูควรจะเป็นผู้ที่ช่วยให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาทางด้านสติปัญญา บุคลิกภาพ อารมณ์ และสังคมด้วย อีกทั้งเป็นผู้ที่ให้ความอบอุ่นแก่ผู้เรียน เพื่อให้ผู้เรียนมีความเชื่อและไว้วางใจครู พร้อมทั้งจะเข้าพบครูเมื่อมีปัญหา ครูที่ทำให้ผู้เรียนมีความรู้สึกท้อแท้และคิดว่าชีวิตของตนไม่มีค่า ก็เปรียบเสมือนการทำร้ายผู้เรียนทางด้านจิตใจ (สุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2559) คำพูดของครูนั้นมีพลังมหาศาล ครูควรพูดด้วยความใส่ใจและกลั่นกรองคำพูดโดยการใช้ความคิดอย่างมีวิจารณญาณ เนื่องจากเด็กจะมีความเชื่อด้านการเห็นคุณค่าในตนเองจากคำพูดของบุคคลรอบข้างที่บอกว่าเขาเป็นเช่นนั้น ทักษะที่ครูมีต่อเด็กอาจส่งผลให้เด็กดีขึ้น หรือแย่ลง ห้องเรียนดนตรีควรจะเป็นห้องเรียนที่ครูมีความเชื่อว่าผู้เรียนทุกคนสามารถเรียนรู้และพัฒนาได้ เข้าใจศักยภาพของผู้เรียน สร้างทัศนคติเชิงบวกในการแก้ไขข้อบกพร่องของผู้เรียน (Suzuki, 1983; Walker, 1936)

กระบวนการเรียนรู้ที่มีความสุข ผู้เรียนจะต้องเรียนรู้ภายใต้บรรยากาศในการเรียนที่ผู้เรียนได้รับการยอมรับในความสามารถ ได้รับการชมเชย การเสริมแรง ได้ทำงานที่เหมาะสมกับความรู้ความสามารถของตนเอง และเกิดความถนัดจนตนเองมั่นใจ นอกจากนี้การที่ผู้เรียนมีความรักและความศรัทธาในตัวผู้สอนเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้ผู้เรียนมีความสุขในการเรียน (สำราญ สิริคมงคล, 2554) นักวิชาการทางด้านสมองกล่าวว่า อารมณ์ ความคิด ความจำ และการเรียนรู้มีความสัมพันธ์กัน ซึ่งการเรียนรู้ที่มีความสุขจะทำให้ผู้เรียนเกิดแรงจูงใจในการใฝ่รู้ใฝ่เรียนในสิ่งที่ตนเอง หากผู้เรียนเกิดความสุข ความสนใจ และความรักในสิ่งที่กำลัง

เรียนรู้ ทำให้สารกลุ่มโดปามีนและเอนโดรฟินหลั่งออกมาเพื่อช่วยส่งเสริมความจำและการเรียนรู้ ความรู้ที่เกิดขึ้นขณะเรียนอย่างมีความสุขจะคงอยู่ได้นาน สารเคมีในสมองที่เกิดจากอารมณ์เชิงบวกจะทำให้เกิดแรงผลักดันในการเรียนรู้ ดังนั้นการสร้างบรรยากาศทางอารมณ์ที่ทำให้นักเรียนเกิดแรงจูงใจในการเรียนจะส่งผลต่อทัศนคติที่ดีในการเรียนและยังส่งผลต่อการจดจำบทเรียนที่คงทนมากขึ้น (คันสนีย์ ฉัตรคุปต์, อุษา ชูชาติ, อวยพร ประพทธีธรรม, และ ทศนี ตันติฤทธิศักดิ์, 2544; พิณพนธ์ คงวิจิตต์, 2556)

ปัจจุบันมีนิกการศึกษาหลายท่านได้นำจิตวิทยาเชิงบวกเข้ามาประยุกต์ใช้กับการศึกษา การศึกษาที่ใช้จิตวิทยาเชิงบวกมีประโยชน์ต่อครูผู้สอนในด้านการกระตุ้นผู้เรียนระหว่างการสอน และสร้างสังคมในโรงเรียนที่มีบรรยากาศการช่วยเหลือกัน เชื้อใจกัน และลดพฤติกรรมที่มีปัญหาของผู้เรียน (Fisher, 2014) การศึกษาที่ใช้จิตวิทยาเชิงบวกให้ความสำคัญกับการช่วยเหลือผู้เรียนให้ค้นพบจุดแข็งของตนเอง และให้ผู้เรียนนำจุดแข็งของตนเองมาใช้ในการเรียนรู้ จิตวิทยาเชิงบวกเป็นศาสตร์ที่ได้รับการพัฒนาอย่างรวดเร็วโดยเฉพาะในสหรัฐอเมริกา ศาสตราจารย์มาร์ติน เซลิเกแมน (Martin Seligman) บิดาของศาสตร์ดังกล่าวได้ให้ความหมายว่า จิตวิทยาเชิงบวกเป็นศาสตร์ที่เน้นการพัฒนามนุษย์ให้มีความสุข โดยการใช้จุดแข็งนำไปมาพัฒนานตนเองทั้งในด้านคุณค่า สติรับรู้ในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ การมองโลกในแง่ดี การมีความหวัง และการมีความสุข เซลิเกแมน (Seligman, 2011) ได้พัฒนาทฤษฎี การพัฒนาความสุขและสุขภาวะ (Happiness & Well-being) (P.E.R.M.A) โดยมีองค์ประกอบหลักของความสุขอยู่ 5 องค์ประกอบ คือ 1) สภาวะของอารมณ์ที่ดี (Positive Emotion) เป็นความรู้สึกและอารมณ์ที่มีผลดีต่อบุคคล เช่น ความสุข ความเพลิดเพลิน ความตื่นเต้น ความพอใจ และความภูมิใจ 2) สติรู้ตื่นสนใจในกิจกรรม (Engagement) เป็นความรู้สึกเพลิดเพลินกับการทำกิจกรรมจนกระทั่งลืมเวลาที่กำลังผ่านไป 3) ความสัมพันธ์ที่ดี (Relationships) เป็นความรู้สึกได้รับการยอมรับจากสังคมรอบข้าง ไม่ว่าจะเกี่ยวกับ อาชีพการงาน ครอบครัว คู่ชีวิต และความสัมพันธ์แบบอื่น ๆ 4) การรู้ถึงถึงความหมาย (Meaning) เป็นการค้นหาความหมายของชีวิตและการเรียนรู้ว่ามีอะไรที่ยิ่งใหญ่กว่าตนเพื่อช่วยให้พยายามทำตามเป้าหมาย 5) การบรรลุถึงเป้าหมาย (Accomplishments) เป็นการสร้างความสำเร็จและความเชี่ยวชาญให้บรรลุถึงเป้าหมายความต้องการที่ตั้งไว้อย่างเป็นรูปธรรม (Seligman, 2011)

จากสภาวะการเปลี่ยนแปลงทางสังคมในโลกโลกาภิวัตน์เทคโนโลยีได้เข้ามามีบทบาทในชีวิตประจำวันของมนุษย์มากขึ้น คนตรีมีความเชื่อมโยงกับจิตใจ ซึ่งเป็นสิ่งที่ทำให้มนุษย์แตกต่างจากเครื่องกลต่าง ๆ ผู้ปกครองจึงมีความเข้าใจและเห็นความสำคัญของการเรียนดนตรีมากขึ้น ทั้งในเรื่องของการเรียนดนตรีเพื่อความผ่อนคลาย การเรียนดนตรีเพื่อเพิ่มสมาธิ การเรียนดนตรีเพื่อเป็นงานอดิเรก หรือเพื่อศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา ทำให้การเรียนดนตรีได้รับความนิยมและโรงเรียนสอนดนตรีนอกระบบ เนื่องจากการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีเป็นเรื่องเทคนิควิธีการสอนเฉพาะในแต่ละเครื่องมือที่แตกต่างกันออกไป ครูผู้สอนควรจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับลักษณะการเรียนรู้ของผู้เรียน (McPherson & Welch, 2012) การสอนทักษะปฏิบัติดนตรีขั้นต้นครูจะเป็นผู้คอยช่วยเหลือ สนับสนุนผู้เรียน สร้างความกระตือรือร้นและความรักในดนตรี แต่ในกระบวนการเรียน ผู้เรียนต้องการความท้าทายและการถูกวิจารณ์อย่างสร้างสรรค์เพื่อให้เกิดการพัฒนามากยิ่งขึ้น (Manturzewska, 1990) จากงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับจิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีเดี่ยว พบว่าบ่อยครั้งที่ผู้เรียนดนตรีเกิดความเครียด และความวิตกกังวลในการเรียนทักษะปฏิบัติดนตรี แพทสตันและวอเตอร์ (Patston & Waters, 2015) ได้พัฒนารูปแบบการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีโดยใช้หลักจิตวิทยาเชิงบวก โดยเน้นในเรื่องของการใช้กิจกรรมที่เล่นไหล เกิดความคิดสร้างสรรค์ และมีความยืดหยุ่นในการเรียนการสอน ซึ่งมีกระบวนการ 4 ขั้นตอน ประกอบด้วย ขั้นตอนที่ 1 การเข้าสู่บทเรียนด้วยอารมณ์เชิง

บวก (Positive priming) ขั้นตอนที่ 2 การใช้คุณลักษณะที่เป็นจุดแข็งของผู้เรียนในการเรียนการสอน (Strengths spotting) ขั้นตอนที่ 3 การหยุดในกระบวนการเรียนการสอนเชิงบวก (Positive pause) ขั้นตอนที่ 4 การชมที่เน้นกระบวนการและพฤติกรรมที่ชัดเจน (Process praise) การสอนในรูปแบบนี้มีชื่อเรียกว่า PIMS

ในการเรียนการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีทุกคนสามารถเรียนรู้ได้ ขึ้นอยู่กับการสร้างสภาพแวดล้อมในการเรียนรู้ให้เหมาะสมและเอื้อต่อการเรียนรู้ของผู้เรียนโดยครู ผู้ปกครอง และนักเรียนจะต้องทำงานร่วมกันเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะในเด็กเล็กหรือผู้เริ่มเรียนดนตรีเพราะประสบการณ์ที่ประทับใจหรือไม่ประทับใจจะส่งผลต่อการเรียนรู้ สิ่งสำคัญคือผู้เรียนควรรู้สึกว่าการเรียนดนตรีเป็นประสบการณ์ที่ดี (Suzuki, 1983) ผู้สอนควรปลูกฝังทัศนคติที่ดีต่อการเรียนดนตรีให้แก่ผู้เรียนโดยเฉพาะผู้เรียนที่เริ่มเรียนทักษะปฏิบัติดนตรีในระดับขั้นต้น สิ่งที่จะทำให้ผู้เรียนเรียนรู้ทักษะปฏิบัติดนตรีได้อย่างมีประสิทธิภาพคือการเรียนทักษะปฏิบัติดนตรีด้วยความสุข (ณรุทธ์ สุทธจิตต์, 2561) เมื่อผู้เรียนมีความสุขและความสนุกในการเรียนรู้ จะเป็นแรงเสริมภายในที่จะทำให้ผู้เรียนใฝ่หาความรู้ไปตลอดชีวิต

ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีในโรงเรียนนอกระบบ จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้น และสังเกตพฤติกรรมของผู้สอนและผู้เรียนระหว่างการเรียนทักษะปฏิบัติดนตรีเดี่ยว จากนั้นพัฒนาแนวทางการใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้น โดยมีเนื้อหาสอดคล้องกับองค์ประกอบของทฤษฎีการพัฒนาความสุขและสุขภาพ P.E.R.M.A

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาแนวทางการใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้น

วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ประกอบด้วยขั้นตอนต่าง ๆ ดังนี้

1. การศึกษาเอกสารเพื่อกำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย

ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และหลักการเกี่ยวกับการใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้น โดยทำการศึกษาข้อมูลจากเอกสาร (Documentary research) ทั้งที่เป็นข้อมูลปฐมภูมิจากการบันทึก บทสัมภาษณ์ และข้อมูลทุติยภูมิจากวิจัย บทความวิชาการ เอกสารที่เกี่ยวข้อง และวิธีการสอนตามแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวกทั้งในและต่างประเทศ (สุดารัตน์ ตันติวิวัฒน์, 2560; Patston & Waters, 2015; Seligman, 2011)

2. การดำเนินงานวิจัยเชิงคุณภาพ

ผู้วิจัยได้กำหนดผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key informants) โดยการสุ่มแบบเจาะจงผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้และประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้น ผู้ให้ข้อมูลที่ใช้ในการศึกษาแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา อาจารย์ผู้เชี่ยวชาญทางดนตรีศึกษา และอาจารย์ในโรงเรียนสอนดนตรีนอกระบบที่มีประสบการณ์ในการสอนเชิงบวก จากการสัมภาษณ์ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลด้านสภาพและปัญหาในการจัดการเรียนการสอนทักษะปฏิบัติดนตรี เพื่อนำมาพัฒนาแนวทางการใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้น โดยผู้วิจัยใช้แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured interview) เป็นการสัมภาษณ์ที่มีการกำหนดคำถามอย่างชัดเจน มีความ

ตรงเชิงเนื้อหาแต่ในขณะเดียวกันผู้ให้สัมภาษณ์สามารถให้ข้อมูลเพิ่มเติมและตอบคำถามได้อย่างยืดหยุ่นโดยมีประโยชน์ต่อการให้ข้อมูลวิจัย (ชาย โพธิ์สีตา, 2554) นอกจากนี้ ผู้วิจัยมีการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพโดยการสังเกตการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับชั้นต้น โดยสร้างแบบสังเกตการสอนทักษะปฏิบัติไวโอลินในระบบการสอนซุซูกิ โดยผู้เรียนมีอายุ 7-9 ปี และเริ่มเรียนดนตรีเป็นระยะเวลาระหว่าง 3 เดือน ถึง 1 ปี จากการศึกษาตัวชี้วัดการเรียนการสอนโดยใช้จิตวิทยาเชิงบวก แบ่งออกเป็น 5 ประเด็น ได้แก่ 1) สภาวะของอารมณ์ที่ดี 2) ความตื่นโหลของกิจกรรม 3) ความสัมพันธ์ 4) รู้ลึกถึงความหมาย 5) บรรลุถึงเป้าหมาย

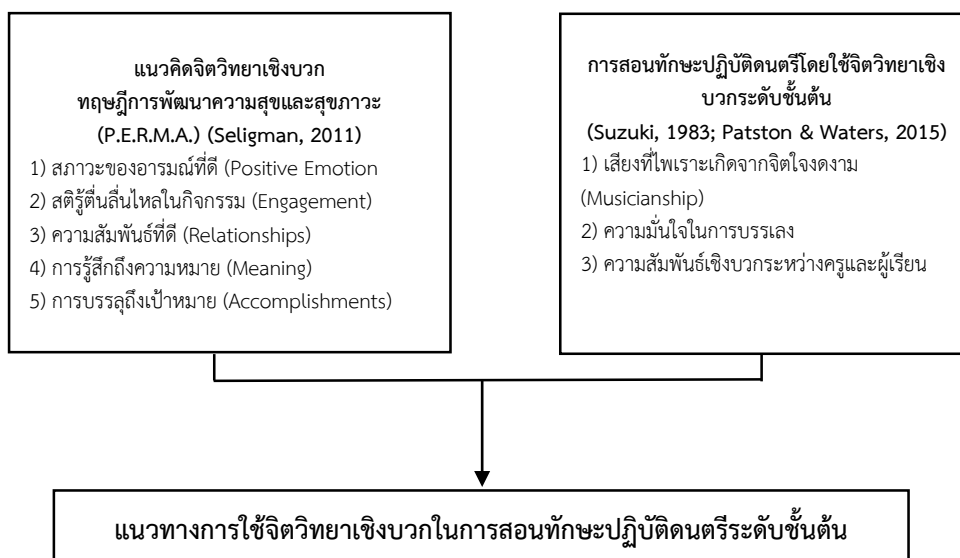
3. การวิเคราะห์ข้อมูล และสรุปผล

การวิเคราะห์ข้อมูล นำเสนอแนวทางการใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับชั้นต้นแบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ ตอนที่ 1 แนวคิดการพัฒนาความสุขและสภาวะในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับชั้นต้น ได้จากการวิเคราะห์ข้อมูล (Content analysis) จากแนวคิดการพัฒนาความสุขและสภาวะ เพื่อหาความสอดคล้องด้านเนื้อหาทางจิตวิทยาเชิงบวกและเนื้อหาทางกลวิธีการสอนดนตรี ส่วนตอนที่ 2 เป็นการสำรวจแนวทางการใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับชั้นต้นในสภาพการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีในโรงเรียนดนตรีนอกระบบ จากการสัมภาษณ์ ครูสอนทักษะดนตรีที่ผ่านการอบรมครูในระบบซุซูกิ ผู้เชี่ยวชาญทางดนตรีศึกษา และผู้เชี่ยวชาญทางด้านจิตวิทยา

ขอบเขตการวิจัย

การพัฒนาหนังสือแนวทางการใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับชั้นต้น ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตด้านระดับชั้นของผู้เรียนระดับชั้นต้น โดยผู้เรียนมีอายุ 7-9 ปี และเริ่มเรียนดนตรีเป็นระยะเวลาระหว่าง 3 เดือน ถึง 1 ปี ใช้การสังเกตการสอนทักษะปฏิบัติไวโอลินในระบบการสอนซุซูกิ เนื่องจากมีวิธีการสอนที่สอดคล้องกับแนวคิดจิตวิทยาเชิงบวก

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 แนวคิดการพัฒนาความสุขและสภาวะในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับชั้นต้น

จากการวิเคราะห์ข้อมูลจากตำรา เอกสารวิจัย และการสังเกตการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับชั้นต้น
เชิงบวก ผู้วิจัยได้วิเคราะห์แนวคิดการพัฒนาความสุขและสุขภาวะในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับชั้นต้น
ดังตาราง 1 โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ตาราง 1

วิเคราะห์แนวคิดการพัฒนาความสุขและสุขภาวะในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับชั้นต้น

แนวคิดในการพัฒนาความสุข และ สุขภาวะ	แนวคิดการพัฒนาความสุขและสุขภาวะในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรี ระดับชั้นต้น
1) สภาวะอารมณ์ที่ดี (Positive Emotion) ความสุขและความพึงพอใจในชีวิต หรือระดับความสุขในขั้นแรก (The pleasant life) ถือเป็นความสุขที่เกิดเพียงชั่วขณะเท่านั้น เช่น การมีอารมณ์ขัน ความสนุก ความตื่นเต้น ความพอใจ เป็นต้น	1) สภาวะของอารมณ์ที่ดี (Positive Emotion) ความสุขของผู้เรียนการเรียนรู้คือแรงผลักดันที่สำคัญให้เกิดความพัฒนาการ ความรักความเมตตาและความเอาใจใส่ของครูผู้สอน คือหัวใจของกระบวนการเรียนรู้ ที่จะส่งผลโดยตรงกับทักษะทางด้านดนตรีแก่ผู้เรียน ในกระบวนการเรียนรู้ผู้เรียนจะต้องเกิดความรู้สึกเชิงบวก เช่น สนุก ตื่นเต้น ทำหาย รู้สึกดีต่อตนเอง ภูมิใจในตัวเอง และเห็นคุณค่าในตัวเอง ผู้เรียนต้องเล่นเครื่องดนตรีได้ด้วยความรู้สึกว่าการเล่นง่าย ก่อนการเรียนรู้โน้ตดนตรีและการอ่านโน้ต ไม่ผลักดันผู้เรียนเกินกว่าระดับความสามารถ
2) สติรู้ตื่นสนใจในกิจกรรม (Engagement) ความรู้สึกจดจ่อ มีสมาธิ และเพลิดเพลินไปกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งจนลืมเวลาที่ผ่านมา โดยกิจกรรมจะต้องมีความสมดุลระหว่างระดับทักษะของบุคคลและความท้าทายของกิจกรรม ทำให้เกิดแรงผลักดันที่นำไปสู่เป้าหมาย	2) สติรู้ตื่นสนใจในกิจกรรม (Engagement) ผู้เรียนมีพฤติกรรมที่มีส่วนร่วมในกิจกรรม แสดงความร่วมมือ ผู้สอนควรมีการให้ข้อมูลย้อนกลับเชิงบวกจะทำให้ผู้เรียนให้ความร่วมมือและอยากมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอน ผู้เรียนควรรู้สึกว่าการเรียนเป็นเรื่องท้าทาย ซึ่งเนื้อหาในการเรียนจะต้องไม่น่าเบื่อหรือเป็นสิ่งที่ยากกว่าทักษะของผู้เรียนมากเกินไป เพื่อให้ผู้เรียนเกิดสภาวะสนใจในการเล่น (Flow) ทำให้จิตใจจดจ่อจนเกิดสมาธิ และรู้สึกว่าการเรียนผ่านไปอย่างรวดเร็ว
3) ความสัมพันธ์ที่ดี (Relationships) ความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลรอบข้างส่งผลต่อความสุขและสุขภาวะในชีวิต เช่น ความสัมพันธ์กับคู่สมรส เพื่อน ผู้ร่วมงาน และสมาชิกในครอบครัว เนื่องจากมนุษย์เป็นสัตว์สังคม การมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้างจึงเป็นสิ่งสำคัญ	3) ความสัมพันธ์ที่ดี (Relationships) ครูควรมีปฏิสัมพันธ์เชิงบวกกับผู้เรียนสร้างบรรยากาศในการเรียนรู้ที่เต็มไปด้วยความไว้วางใจไม่ใช้การตัดสิน ครูต้องมีความไวต่ออารมณ์ของผู้เรียน รู้จักและเข้าใจผู้เรียนแต่ละคน ยอมรับความแตกต่าง มีวิธีการตอบสนองต่อผู้เรียนแต่ละคนที่แตกต่างอย่างเหมาะสม และมีความสัมพันธ์อันดีระหว่างครู ผู้เรียน และผู้ปกครอง
4) การรู้สึกถึงความหมาย (Meaning) มีเป้าหมาย รู้ถึงความต้องการในชีวิต มีความสุขที่ได้มีส่วนร่วม เห็นคุณค่าของชีวิต ทำสิ่งที่มีคุณค่าและมีประโยชน์อยู่เสมอ	4) การรู้สึกถึงความหมาย (Meaning) การเรียนรู้ที่มีความสุขควรเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ครูส่งเสริมให้ผู้เรียนมีเป้าหมายในการเรียนที่ชัดเจน เชื่อมโยงสิ่งที่เรียนกับชีวิตของผู้เรียนว่าการเรียนดนตรีมีประโยชน์และมีคุณค่าต่อชีวิตของผู้เรียนอย่างไร ช่วยให้ผู้เรียนเห็นความสำคัญและคุณค่าของการเรียนดนตรี ผู้เรียนควรมีความรู้สึกว่าตนเองมีค่า มีความภูมิใจ และมั่นใจในตนเอง ให้คำชมที่เฉพาะเจาะจงถึงพฤติกรรมที่ผู้เรียนทำได้ดี เน้นการชมที่กระบวนการ เช่น ความพยายาม ความมุ่งมั่น วิธีการที่ใช้ และความใส่ใจในการฝึกฝน เป็นต้น
5) การบรรลุถึงเป้าหมาย (Accomplishments) การสร้างความเชี่ยวชาญให้บรรลุเป้าหมายของตนเองได้สำเร็จ ตามความต้องการในชีวิตของบุคคลที่แตกต่างกัน	5) การบรรลุถึงเป้าหมาย (Accomplishments) ผู้เรียนควรได้แสดงออก ทั้งการแสดงเดี่ยวและเป็นกลุ่ม มีผู้เรียนมีทัศนคติเชิงบวกในการเล่นดนตรี มีความมั่นใจในการเล่น และสามารถบรรเลงบทเพลงได้ไพเราะ ทั้งนี้เป้าหมายในการเรียนดนตรีขึ้นอยู่กับกำหนดของครู ผู้เรียน และผู้ปกครอง ครูควรให้ผู้เรียนมีการประเมินตนเองอยู่เสมอ วิเคราะห์ถึงสิ่งที่ทำได้ดีและสิ่งที่ต้องปรับปรุงแก้ไข เพื่อให้เห็นถึงความก้าวหน้าของตนเอง และเสริมสร้างแรงจูงใจให้กับผู้เรียน

ตอนที่ 2 แนวทางการใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้น

จากการศึกษาเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในตอนต้นที่ 1 แล้ว ผู้วิจัยได้สังเกตการสอน และการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ จำแนกรายละเอียดสนับสนุน 3 หัวข้อ ดังนี้

1) การสร้างเสริมประสบการณ์ของผู้เรียนให้เห็นถึงคุณค่า และความหมายของการเรียน พบว่าการเห็นคุณค่าเป็นจุดเริ่มต้นของการพัฒนาแรงจูงใจที่จะทำให้ผู้เรียนมีเป้าหมายและแสดงพฤติกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ดังนั้นครูควรสร้างผู้เรียนให้เห็นคุณค่าของการเรียนรู้ โดยการเชื่อมโยงความสำคัญของสิ่งที่กำลังเรียนรู้กับชีวิตของผู้เรียน สร้างประสบการณ์ความสำเร็จเพื่อให้เกิดความทรงจำทางบวก ทำให้ผู้เรียนเกิดทัศนคติที่ดีและแรงจูงใจในการเรียนดนตรี นอกจากนี้ ผู้สอนควรมีความเชี่ยวชาญในศาสตร์ และความเข้าใจในตัวผู้เรียน การจัดการเรียนสอนที่ดีควรคำนึงถึงประโยชน์ที่ผู้เรียนต้องการ รวมถึงสร้างคุณค่าของการเรียนดนตรี ทำให้ผู้เรียนได้เห็นคุณค่า และนำไปสู่การเกิดแรงจูงใจในการเรียนและผลสัมฤทธิ์ในการเรียนที่ดี ดังข้อมูลการสัมภาษณ์คนที่ 1 และ 2 ดังนี้

“ในการเริ่มต้นการเรียนคงไม่ได้เริ่มต้นจากเนื้อหาที่เราอยากจะให้ แต่เป็นการเริ่มต้นจากการพูดคุยกับผู้เรียนว่า การที่ผู้เรียนพาตัวเองมาอยู่ตรงนี้มีนัยความหมายต่อชีวิตเค้าอย่างไร เค้าคิดว่าเค้าจะได้เรียนรู้อะไรที่มันเป็นประโยชน์กับการนำไปใช้ในชีวิตเค้าบ้าง เหมือนกับเราตั้งต้นที่คุณค่า ความหมาย ความสำคัญของการใช้เวลาร่วมกันระหว่างครูกับนักเรียนในสิ่งที่กำลังเรียนอยู่”

“ครูที่ดีควรมีลักษณะอย่างไร 1. เชี่ยวชาญในศาสตร์ 2. ความเข้าใจที่มีต่อผู้เรียน ถ้าเรามีแค่หาเดียวเราก็จะใส่เนื้อหาที่เราเชี่ยวชาญไปให้เด็ก แต่ถ้าเรามีความเข้าใจผู้เรียนด้วย เราจะตั้งต้นแบบให้สองอย่างมันสอดคล้องกัน ถ้าเรามองเด็กเราสามารถสังเกตเห็นเค้าได้ว่าเค้าตั้งต้นยังกับวิชาที่เรากำลังจะสอนเขา ถ้าเรามองว่ามีความสำคัญต่อความรู้สึกของผู้เรียนที่ว่าเขาเห็นค่าหรือไม่เห็นค่า เขาเห็นความหมายไหมกับการมานั่งอยู่ตรงนี้ และเราใช้เวลากับใจของเค้าที่ติดลบ มันเนื่องมาจากอะไร สมมติว่ามันเป็นวิชาบังคับที่เด็กต้องเรียน ไหน ๆ เราก็ต้องใช้เวลาตรงนั้นร่วมกัน ทำอย่างไรที่เราจะใช้เวลาตรงนั้นร่วมกันเรียนรู้ดนตรีอย่างมีความสุขสำหรับเขา”

2) การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้จิตวิทยาเชิงบวก พบว่า ผู้สอนควรจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยคำนึงถึงจุดแข็งของผู้เรียนแต่ละคนและนำมาประยุกต์ใช้กับการสอน เนื่องจากการเรียนการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีเป็นการสอนลักษณะการเรียนรู้ตัวต่อตัว ผู้สอนสามารถวิเคราะห์ผู้เรียนรายบุคคลและจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่สอดคล้องกับทักษะความสามารถของผู้เรียน กิจกรรมนั้นควรมีความท้าทายสูงกว่าความสามารถของผู้เรียนเล็กน้อย เพื่อไม่ให้เกิดความวิตกกังวล หรือความเบื่อหน่ายในการเรียน ครูจะต้องมีกิจกรรมที่หลากหลายนำมาใช้แก้ไขสถานการณ์เฉพาะหน้า เพื่อให้ผู้เรียนเกิดสภาวะที่ลื่นไหลในการเรียน (flow) นอกจากนี้ การสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างครูและผู้เรียนในการจัดการเรียนการสอนจะทำให้เกิดบรรยากาศที่ผ่อนคลายในการเรียนรู้ เด็กสามารถเรียนรู้ได้ดีในสภาวะที่ผ่อนคลาย อีกทั้งยังทำให้เกิดการเรียนรู้ที่ยั่งยืนเนื่องจากเด็กเกิดทัศนคติที่ดีในการเรียน ดังข้อมูลการสัมภาษณ์คนที่ 1, 2 และ 3 ดังนี้

“วิธีการที่เหมาะสมอาจจะไม่ได้มีวิธีการใดวิธีการหนึ่งที่ตายตัวสำหรับเด็กแต่ละคน แต่มันตั้งต้นจากการที่เราเห็นเด็กแต่ละคนแล้วเราสามารถที่จะดูความเฉพาะตัวของเขา แต่ละคนก็จะมีทั้งความเหมือนความต่างกัน ในความต่างอะไรคือสิ่งที่เขาเด่น สิ่งที่เป็นพรสวรรค์หรือสิ่งที่เขาทำได้ดี เราอาจจะเริ่มต้นจากจุดนั้นเพื่อให้เขามีสติในการก้าวไป มีโอกาสที่จะเห็นตัวเองค่อยๆ พัฒนาขึ้นจากสิ่งที่มีอยู่แล้ว”

“พี่ก็จะทำให้เด็กชอบที่จะเรียนก่อน ก่อนที่เด็กจะชอบเครื่องดนตรี เด็กต้องชอบครูก่อน แล้วเด็กถึงอยากเรียน ต่อให้เครื่องดนตรีน่าสนใจขนาดไหน แต่ถ้าครูสอนไม่ดีเด็กก็ไม่อยากเรียน เพราะฉะนั้นครูเป็นสิ่งสำคัญที่สุดที่จะทำให้เด็กเรียนหรือไม่เรียน ความสำเร็จของการเรียน คือเด็กชอบดนตรี ไม่จำเป็นว่าโตไปเขา

จะต้องเป็นนักดนตรี มันเป็นเรื่องของความผูกพันระหว่างเด็กกับครูมากกว่า แล้วก็เด็กกับดนตรี อันนี้สำคัญ”

“ความสุขในการเรียนโดยใช้สมองเป็นฐาน (Brain-based learning: BBL) ก็บอกว่าอารมณ์มาก่อนการเรียนรู้ ครูต้องสร้างสรรคกิจกรรมการเรียนการสอนเก่ง บางครั้งเราต้องยืดหยุ่น แต่จะทำให้ครูต้องมีกิจกรรมเป็นคลังที่เก็บไว้เหมือนกัน ครูว่าคลังกิจกรรมสำคัญ เราสามารถดึงมาใช้เมื่อไหร่ก็ได้ ครูจะต้องมีความคิดสร้างสรรค์มาก ต้องแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ตลอด จะเรียนอะไรก็ต้องมีความสุข การเรียนการสอนใดที่ไม่มีความเกี่ยวข้องกับความรู้สึกหรืออารมณ์ของผู้เรียน การเรียนการสอนนั้นไร้ความหมาย ”

3) การประเมินผลเชิงบวก พบว่า ในการให้ข้อมูลย้อนกลับเชิงบวกนั้น ครูจะต้องวิพากษ์วิจารณ์อย่างสร้างสรรค์ เพื่อให้ผู้เรียนทราบถึงสิ่งที่จะต้องพัฒนา และไม่บั่นทอนความรู้สึกของผู้เรียนให้รู้สึกท้อแท้ในการเรียน ข้อมูลย้อนกลับที่ดีตั้งอยู่บนความไว้วางใจระหว่างผู้ให้ข้อมูลและผู้รับข้อมูล ต้องเกิดขึ้นภายใต้บรรยากาศที่เป็นมิตร และนึกถึงประโยชน์ของผู้รับข้อมูลย้อนกลับเป็นหลัก เมื่อครูให้ข้อมูลย้อนกลับเป็นประจำผู้เรียนจะเกิดการเรียนรู้ในสิ่งนั้น สามารถประเมินตนเอง และชี้แนะให้ตนเองได้ ในกระบวนการเรียนการสอน ผู้สอนควรเน้นการประเมินผลจากพฤติกรรมและการทำงานของนักเรียน และเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมกับการออกแบบและประเมินการเรียนรู้ตามความต้องการที่เหมาะสม โดยมีผู้สอนเป็นผู้ชี้แนะและให้คำแนะนำเพื่อพัฒนาผู้เรียน การประเมินผลที่มีคุณภาพจะช่วยเพิ่มผลสัมฤทธิ์ในการเรียนให้ดียิ่งขึ้น ดังข้อมูลการสัมภาษณ์คนที่ 1

“เขาเห็นพัฒนาการในสิ่งที่เขาค่อย ๆ ก้าวขึ้น ความสำเร็จในความหมายของครูไม่ได้หมายความว่าเขาได้ 4 แล้วจะประสบผลสำเร็จ มันหมายถึงว่าจากขั้นตอนที่ 1 ที่มีเป็นพื้นฐานแล้วเขาเห็นตัวเองก้าวหน้า คือตัวเด็กต้องบอกได้ว่าสิ่งที่เขาเรียนรู้เพิ่มขึ้น สิ่งที่เขาพัฒนาการดีขึ้นคืออะไร การประเมินตรงนี้นั้นไม่ได้มาจากครูฝ่ายเดียว เป็นสิ่งที่เขาเห็นในตัวเขาเองด้วย หรือถ้าเด็กอาจจะไม่เห็นแต่ครูชี้แนะเขาได้ อันนี้ครูเห็นนะเป็นสิ่งที่เขาเติบโตขึ้น เอาขึ้นมาอีกระดับหนึ่ง เด็กแต่ละคนอาจจะไม่เท่ากัน มันก็คือพัฒนาการของความสามารถทางดนตรีที่เขาหมั่นนอกเหนือจากใจที่อยากเล่น ใจที่รักในเสียงดนตรี”

อภิปรายผล

แนวทางการใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้นสามารถสะท้อนกับหลักการและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องได้ 3 ประเด็นดังต่อไปนี้

1. การศึกษาสภาพการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้น

1.1 ด้านผู้สอน ควรมีความเชี่ยวชาญทั้งในศาสตร์ และความเข้าใจในตัวผู้เรียน ในปัจจุบันครูส่วนใหญ่มุ่งเน้นการสอนที่เน้นเนื้อหา การสอบวัดระดับ และทักษะในการบรรเลง โดยขาดการคำนึงถึงความเข้าใจในตัวผู้เรียน ซึ่งการสอนในรูปแบบนี้มีข้อดีคือผู้เรียนได้เรียนเนื้อหาที่ครบถ้วน และมีพื้นฐานในเทคนิคการบรรเลงดนตรีที่ดี แต่ในระยะยาวอาจทำให้ผู้เรียนเกิดความเบื่อหน่าย ท้อแท้กับการเรียนดนตรี

1.2 ด้านผู้เรียน พัฒนาการของเด็กอายุ 7-12 ปี อยู่ในช่วงแห่งการเรียนรู้ และพัฒนาทักษะทางสังคม ดังนั้นผู้เรียนจะมีกิจกรรมที่ต้องเข้าร่วมหลากหลายกิจกรรม เนื่องจากอยู่ในวัยที่กำลังค้นหาตนเอง และยังเป็นวัยต้องเรียนรู้และปรับตัวในด้านต่าง ๆ ทั้งด้านการเรียน การเข้ากับเพื่อน เข้ากับครู และปรับตัวให้เข้ากับระบบโรงเรียน ซึ่งอาจทำให้ผู้เรียนไม่มีเวลาเพียงพอสำหรับการฝึกซ้อม และลาเรียนบ่อยครั้ง

1.3 ด้านการจัดการเรียนการสอน ในปัจจุบันครูผู้สอนทักษะปฏิบัติดนตรีในโรงเรียนนอกระบบมักจะนิยมใช้การสอนแบบเดียวกับประสบการณ์ที่ผู้สอนนั้นได้ผ่านการเรียนมา ขาดเป้าหมาย การวางแผน และ

ความยืดหยุ่นในการจัดการเรียนการสอน เนื่องจากผู้เรียนแต่ละคนมีความพร้อม ความเข้มแข็งทางด้านจิตใจ ต่างกับประสบการณ์ของผู้สอน

2. การพัฒนาแนวทางการใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้น

2.1 ลักษณะเด่นของรูปแบบการสอนที่พัฒนาขึ้น การใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการศึกษามีเป้าหมายให้ครูและผู้เรียนมีความสุขและสุขภาวะที่ดีและเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ป้องกันไม่ให้ผู้เรียนเกิดความเครียดและความวิตกกังวลในการเรียน เนื่องจากจิตวิทยาเชิงบวกสามารถพัฒนาความสามารถของผู้เรียนโดยให้ความสำคัญกับการสร้างภาวะที่ทำให้จิตใจจดจ่อ (Flow) ความคิดสร้างสรรค์ (Creativity) และความยืดหยุ่นทางจิตใจ (Resilience) สำหรับในการทักษะปฏิบัติดนตรี อารมณ์และความรู้สึกเป็นสิ่งที่ทำให้มนุษย์แตกต่างจากเครื่องกลต่าง ๆ เด็กที่มีจิตใจจดจ่อสามารถสะท้อนความรู้สึก และอารมณ์ออกมาผ่านบทเพลงได้ ความไพเราะและความมีดนตรีกาล (Musicianship) เป็นหัวใจที่สำคัญที่สุดในการบรรเลงดนตรี เมื่อเปรียบเทียบกับจำนวนของบทเพลงที่ผู้เรียนปฏิบัติได้ หรือการสอนวัดระดับความสามารถทางดนตรี จากการวิเคราะห์วิธีการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีเดี่ยวโดยใช้จิตวิทยาเชิงบวก (Patston & Waters, 2014; Suzuki, 1983) ครูผู้สอนควรวิเคราะห์หาจุดแข็งของผู้เรียนรายคน เพื่อการจัดกิจกรรมที่มีความท้าทายและสอดคล้องกับระดับทักษะของผู้เรียน นอกจากนี้ควรสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครูและผู้เรียนในการจัดการเรียนการสอน เพื่อให้ผู้เรียนเกิดความผ่อนคลายในการเรียน สำหรับในการประเมินผลควรเน้นการประเมินผลผู้เรียนในเชิงคุณภาพ หลีกเลี่ยงการวัดและการเปรียบเทียบ การประเมินผู้เรียนสามารถใช้วิธีการให้ข้อมูลย้อนกลับเพื่อพัฒนาความมีดนตรีกาลและความสัมพันธ์เชิงบวกระหว่างครูและผู้เรียน

2.2 ลักษณะของแนวทางการสอนที่พัฒนาขึ้นเปรียบเทียบกับสภาพการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้นในปัจจุบัน การสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้นในปัจจุบันพบปัญหาในเรื่องจิตวิญญาณของความเชื่อในการพัฒนาคุณภาพของผู้เรียน และความสัมพันธ์ระหว่างครูและผู้เรียน ยังมีครูจำนวนมากที่ขาดความเข้าใจในตัวผู้เรียน นักเรียนที่ล้มเลิกการเรียนดนตรี ส่วนใหญ่มีปัจจัยที่มาจากครูผู้สอน (Davidson, Sloboda & Howe, 1997) ซึ่งครูส่วนใหญ่มีความเชื่อมั่นในตัวผู้เรียนที่มีพรสวรรค์มากกว่าผู้เรียนทั่วไป การใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้น เน้นตัวผู้เรียนเป็นสำคัญ ครูจะต้องมีทั้งความเชี่ยวชาญในศาสตร์ และความเข้าใจในตัวผู้เรียน สร้างคุณค่าและความหมายในการเรียนดนตรี ออกแบบกิจกรรมการสอนที่มีความหลากหลายเหมาะสมกับผู้เรียนแต่ละคน สร้างความสัมพันธ์เชิงบวกระหว่างครูและผู้เรียน

3. ประเด็นอื่น ๆ ที่พบ

3.1 ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ข้อค้นพบเกี่ยวกับความแตกต่างของการมีสติรู้ตื่นลึนไหลในกิจกรรมในระหว่างการเรียนการสอนและความเครียดที่เกิดขึ้นระหว่างการเรียนการสอน ประโยชน์ของการมีสติรู้ตื่นลึนไหลในกิจกรรมที่ดีจะทำให้เกิดผลดีโดยรวมมากกว่าความเหนื่อยล้าและความเครียดที่เกิดขึ้นจากการเรียน เช่น ความลึนไหลในการทำงานที่เกิดจากการจดจ่อ ความสนุกในการทำงาน และแรงจูงใจภายในในการทำงาน ซึ่งส่งผลต่อการพัฒนาตนเอง และมีข้อแตกต่างจากการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ทักษะปฏิบัติดนตรีที่ผู้เรียนจะเกิดความเครียดที่มีสาเหตุมาจากการกังวลถึงผลลัพธ์ในการเรียนส่งผลเสียทั้งในด้านร่างกายและจิตใจของผู้เรียน

3.2 การทำงานร่วมกันระหว่างครู ผู้เรียน และผู้ปกครอง ครูและผู้ปกครองจะต้องร่วมมือกันสร้างสภาพแวดล้อมในการเรียนดนตรีที่เอื้อต่อการเรียนรู้ของผู้เรียน รวมถึงการให้กำลังใจ ให้ความรัก เพื่อให้เกิดทัศนคติที่ดีในการเรียน โดยที่ผู้ปกครองควรรับทราบความก้าวหน้าของการเรียน และเป็นผู้แนะนำการซ้อมให้

ผู้เรียนขณะที่อยู่ที่บ้าน ผู้ปกครองมีส่วนช่วยในการจัดตารางการซ้อมดนตรี และช่วยเป็นที่ปรึกษาแก้ไขปัญหาต่าง ๆ เช่น การบ้านของนักเรียน กิจกรรมของนักเรียน จัดการซ้อมดนตรีให้เป็นกิจวัตรส่วนหนึ่งซึ่งต้องทำอย่างสม่ำเสมอ

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะสำหรับการนำไปใช้

1.1 การประยุกต์ใช้จิตวิทยาเชิงบวกเข้ากับการสอนทักษะปฏิบัติดนตรี มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ในรูปแบบที่หลากหลาย ความสัมพันธ์อันดีระหว่างครูและผู้เรียน และสุขภาวะที่ดีของผู้เรียน หากผู้เรียนมีทัศนคติที่ดีและความรักในดนตรีจะทำให้เกิดการเรียนรู้ที่มีความสุข และเกิดแรงจูงใจอันเป็นสิ่งสำคัญในการเรียนรู้อย่างยั่งยืน

1.2 การนำแนวทางการใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้นไปปฏิบัติ ครูดนตรีสามารถนำแนวคิดไปบูรณาการให้เหมาะสมกับบริบทในการสอนรูปแบบต่าง ๆ เช่น การสอนดนตรีในชั้นเรียน การสอนรวมวง การสอนกิจกรรมชมรมดนตรี เป็นต้น

1.3 ในการทำวิจัยครั้งนี้แม้ว่าผู้วิจัยได้ศึกษาจากการสังเกตการสอนทักษะไวโอลินในระบบการสอนชูชูกิ แต่แนวทางที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นสามารถนำไปใช้กับทุกเครื่องดนตรี เนื่องจากแนวทางการใช้จิตวิทยาเชิงบวกในการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้นเป็นเทคนิคการสอนที่สามารถใช้ได้กับทุกเครื่องดนตรี

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในครั้งต่อไป

2.1 ควรมีทำวิจัยในเชิงทดลองโดยนำแนวทางการสอนทักษะปฏิบัติดนตรีระดับขั้นต้นไปประยุกต์ใช้

2.2 ควรมีการทำวิจัยกับผู้เรียนในกลุ่มอื่น ๆ เช่น ผู้เรียนในระดับชั้นกลาง หรือชั้นสูง

2.3 สามารถนำไปพัฒนาต่อโดยเน้นการศึกษาเชิงลึกเพียงด้านใดด้านหนึ่งในตัวแปรที่สนใจ หรือส่งผลกระทบต่อผู้เรียนอย่างชัดเจน

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

ชาย โพธิสิตา. (2554). *ศาสตร์และศิลป์แห่งการวิจัยเชิงคุณภาพ* (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์พรินติ้ง.

ณรุทธ์ สุทธจิตต์. (2561). *ดนตรีศึกษา: หลักการและสาระสำคัญ*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พิณพนธ์ คงวิจิตร. (2556). *ผลของการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ภาษาไทยโดยใช้รูปแบบการสอนเบรนทาร์เก็ทที่มีต่อความสุขในการเรียนและความคงทนในการเรียนรู้ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต ไม่ได้ดีพิมพ์). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.

สุดารัตน์ ตันติวิวัฒน์. (2560). *จิตวิทยาเชิงบวก: แนวคิด การพัฒนา และความท้าทายในอนาคต*. วารสารพฤติกรรมศาสตร์เพื่อการพัฒนา, 9(1), 1-11.

สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2559). *จิตวิทยาการศึกษา*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สำราญ สิริภมมงคล. (2554). *การพัฒนามาตรวัดความสุขในการเรียนสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย* (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต ไม่ได้ดีพิมพ์). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.

คันสนีย์ ฉัตรคุปต์, อุษา ชูชาติ, อวยพร ประพทธิธรรม, และ ทศนี ตันติฤทธิศักดิ์. (2544). *การเรียนรู้อย่างมีความสุข: สาระเคมีในสมองกับความสุขและการเรียนรู้*. กรุงเทพมหานคร: สยามสปอร์ตซินดิเคท.

ภาษาต่างประเทศ

- Davidson, J. W., Howe, M. J. A., & Sloboda, J. A. (1997) Environmental factors in the development of musical performance over the lifespan. *The social psychology of music*, 118-206.
- Fisher, S. (2014). *Positive education: Positive education tutoring, coaching & consultant*. Retrieved from <http://sherrifisher.com/positive-education/>
- Manturzewska, M. (1990). A biographical study of the life-span development of professional musicians. *Psychology of Music*, 18(2), 122-139.
- McPherson, G., & Welch, G. (2012). *The oxford handbook of music education*. New York: Oxford University Press.
- Patston, T., & Waters, L. (2015). Positive instruction in music studios: Introducing a new model for teaching studio music in schools based upon positive psychology. *Psychology of Well-Being*, 5(1), 10-10.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Atria Books.
- Suzuki, S., (1983). *Nurtured by love: The classical approach to talent education*. Princeton: Summy-Birchard.
- Walker, E. D., (1936). *Teaching music: Managing the successful music program (2nd Edition)*. New York: Schirmer Books.