

โครงการสัมมนาวิชาการเรื่อง ฟังด้วยหัวใจไม่ใช่แค่ได้ยิน : จากการฟัง สู่การเสริมสร้างพลังใจ
วันพุธ ที่ 21 ตุลาคม พ.ศ.2563 เวลา 13.00-16.00 น.
ณ ห้องประชุม ม.อ.ปัตตานี ชูเกียรติพิบัติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

1.ชื่อโครงการ

ฟังด้วยหัวใจไม่ใช่แค่ได้ยิน : จากการฟังสู่การเสริมสร้างพลังใจ

2.หลักการและเหตุผล

ในโลกปัจจุบันการสื่อสารมีการหมุนไปอย่างรวดเร็วจนเราแทบจะตั้งตัวไม่ทัน การฟังเป็นทักษะการสื่อสารที่สำคัญเมื่อเรามีทักษะการฟังที่ดี มีประสิทธิภาพก็จะสามารถนำไปสู่การพูด การอ่านและการเขียนที่มีประสิทธิภาพด้วย การฟังอย่างลึกซึ้งด้วยหัวใจที่จะเป็นจุดเริ่มต้นของการแก้ไขปัญหาสังคมยุคปัจจุบันได้ จะเห็นได้ว่าโลกในยุคปัจจุบันหรือที่เรียกว่า “โลกดิจิทัล” ผู้คนสื่อสารกันอย่างรวดเร็ว ทันสมัยแต่แฝงด้วยความความรีบเร่งและการแก่งแย่งชิงดีจนเกิดภาวะการ “ไม่ฟังกัน” ไม่ยอมกัน เพราะต่างต้องดำเนินชีวิตเพื่อให้ตามทันกระแสสังคมที่ก้าวล้ำ ซึ่งการไม่ฟังกันนำไปสู่ปัญหาความขัดแย้งและความรุนแรงได้ ในความเป็นจริงหากเราเพียงหันกลับมาฟังกันและกันเรียนรู้ทักษะการฟังให้มากขึ้นและพัฒนาการฟังอย่างมีวิจารณญาณการฟังอย่างลึกซึ้งด้วยหัวใจที่มุ่งปราณามิตรไมตรีต่อกันเพียงเท่านี้ความขัดแย้งของคนในสังคมก็อาจจะเบาบางลงได้ ในโลกที่ต้องแก่งแย่งชิงดีพยายามเพื่อความอยู่รอดของตนและคนในครอบครัว ในการทำงานหรือการบริหารจัดการเรื่องใดก็ตามการฟังจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ¹

ในสังคมที่เร่งรีบบีบคั้น ความเร็วและการแข่งขัน ทำให้พื้นที่การฟังในชีวิตนั้นเลื่อนหายไป มีแต่คนอยากพูด ไม่มีใครฟังใคร ทำให้ความเข้าใจผิดเล็กน้อย เกิดเป็นความขัดแย้งและเพิกเฉยต่อกัน และทุกวันนี้เราต่างใช้ชีวิตอยู่ในสังคมแห่งการพรวดพราดและการเปล่งเสียงเรียกร้องความสนใจ ทำให้สังคมหลอหลอมให้เรากลายเป็นคนพูดมากกว่าฟังอีกที จนในที่สุดทำให้เรามีมุมมองต่อทุกอย่างรอบตัวด้วยความฉาบฉวยอย่างไม่รู้ตัวด้วยซ้ำ เพราะเราทุกคนเป็นผลผลิตหนึ่งของสังคมที่อาศัยอยู่ ซึ่งไม่ใช่ความผิดของใครหรืออะไร และไม่มีประโยชน์ใดๆ หากเรามัวแต่กล่าวโทษสิ่งต่างๆ ในทางกลับกันเราจึงต้องหันมาใส่ใจและให้ความสำคัญกับการฟังมากขึ้น ถ้าให้ลึกซึ้งกว่านั้นคือการเปิดใจรับฟัง ซึ่งแตกต่างจากการได้ยิน²

การฟังเป็นทักษะทางภาษาที่มนุษย์ใช้มากที่สุด บางครั้งอาจมีผู้เข้าใจว่า การฟังมีความหมายเหมือนการได้ยิน แต่ในความเป็นจริงการฟังกับการได้ยินมีความหมายแตกต่างกัน พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542 (2546, หน้า 811) ให้ความหมายของคำว่า “ฟัง” ไว้ว่า “ตั้งใจสดับ คอยรับเสียงด้วยหู” ส่วนการได้ยิน (2546, หน้า 419) หมายถึง “รับรู้เสียงด้วยหู” จากทั้งสองความหมายนี้เป็นที่น่าสังเกตว่า การฟังมีความเกี่ยวข้องกับการตั้งใจฟังต่างจากการได้ยินซึ่งเป็นเพียงการรับรู้เสียงด้วยหูเท่านั้น³

‘การฟังด้วยใจ’ ต่างกันโดยสิ้นเชิงกับ ‘การฟังด้วยสมอง’ การฟังด้วยสมองนั้น เราฟังเขาแล้วคิดวิเคราะห์หาทางแก้ไขในรูปแบบที่เราคิดว่าถูกต้อง ด้วยตรรกะพื้นฐานทางสังคมหรืออะไรก็ตามที่มีเหตุผลมา

¹ พงษ์พัฒน์ จิตตานุรักษ์. 2563. ศิลปะการฟังเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต. สืบค้นเมื่อวันที่ 1 ตุลาคม 2563 จากเว็บไซต์ : <https://so03.tci-thaijo.org>

² ชมชนแห่งการฟัง (กิจกรรมเพื่อสังคม). 2559. ชมชนแห่งการฟัง (กิจกรรมเพื่อสังคม). สืบค้นเมื่อวันที่ 1 ตุลาคม 2563 จากเว็บไซต์ : <https://www.allthaievent.com>

³ นักศึกษาสาขาวิชาภาษาไทย คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา. 2563. ทักษะภาษาไทยกับการใช้. สืบค้นเมื่อวันที่ 1 ตุลาคม 2563 จากเว็บไซต์ : <http://thaiedu2104.blogspot.com>

รองรับ แต่การฟังด้วยใจคือการสละเวลาโดยไม่คิดตัดสินเขา การปล่อยให้เขาได้พูดถึงความเจ็บปวดที่เขาได้รับการจับถ้อยคำน่าเสียดายทุกประโยค เพื่อให้ตัวเราได้เข้าใจว่า เวลานี้เขาเจ็บปวดเพียงใด⁴

การรับฟังด้วยหัวใจเป็นมากกว่าการฟังทั่วไป เพราะเราต้องใช้ใจรับฟังสิ่งที่อีกฝ่ายพูดหรือถ่ายทอดออกมาอย่างเป็นกลางและเชื่อมโยงเข้าไปถึงความรู้สึกภายในที่ลึกเข้าไปถึงหัวใจ (empathy) โดยไม่ใช้มุมมองประสบการณ์ ความรู้สึก หรือความคาดหวังส่วนตัวมาตัดสินด้วยอคติว่าถูกผิดหรือดีเลว แต่จะค่อยๆ ฟังเรื่องราวแล้วคิดตาม เพื่อจับใจความสำคัญให้รู้สาเหตุความเป็นมาและปัญหาที่กำลังเกิดขึ้นในขณะนั้น เมื่อใดก็ตามถ้าเกิดความรู้สึกไม่แน่ใจว่าสิ่งที่เราเข้าใจกับสิ่งที่อีกฝ่ายต้องการระบายถูกต้องตรงกันหรือเปล่าให้ทวนหรือถามกลับ เพื่อไม่ให้เกิดความเข้าใจผิด เพราะปลายทางของการรับฟังกันและกันคือความเข้าใจที่ดี⁵

ในงานสังคมสงเคราะห์การฟังอย่างตั้งใจเป็นรูปแบบหนึ่งที่ใช้อย่างแพร่หลายในการทำงานสังคมสงเคราะห์ โดยเฉพาะด้านการให้คำปรึกษาในงานสังคมสงเคราะห์ เพื่อให้การปรึกษาบรรลุตามวัตถุประสงค์อย่างมีประสิทธิภาพ คือการป้องกันการ บำบัด ฟื้นฟูและการพัฒนาผู้ที่ประสบปัญหาให้สามารถเรียนรู้และช่วยเหลือตนเองได้ ซึ่งการให้ความช่วยเหลือทั้งหลายต้องผ่านทักษะการฟัง ฟังด้วยหัวใจลดการตัดสิน ลดอคติส่วนตัว รับฟังเรื่องราวแล้วคิดตาม เพื่อจับใจความสำคัญให้รู้สาเหตุความเป็นมาและปัญหาที่กำลังเกิดขึ้นในขณะนั้น ทั้งนี้ผู้ปฏิบัติงานด้านสังคมสงเคราะห์จึงจำเป็นต้องเข้าใจและเรียนรู้ทักษะการฟังอย่างลึกซึ้ง รวมไปถึงทักษะอื่น ที่ต้องใช้การฟังเป็นหลัก ฟังอย่างตั้งใจไม่ใช่ฟังเพื่อตัดสิน และผลจากการฟังอย่างตั้งใจสามารถเสริมสร้างพลังอำนาจ ให้ความช่วยเหลือเยียวยา และยังเป็นภูมิคุ้มกันทางสังคมได้ ทั้งนี้การฟังอย่างตั้งใจยังทำให้เราเข้าใจครอบครัวของบุคคลนั้นซึ่งแตกต่างจากคนอื่น มิใช่เพียงแค่การฟังให้รู้ความแต่เป็นการฟังเชิงลึก การฟังจึงเป็นเครื่องมือสำคัญในการทำ ความเข้ามายุ่งและสิ่งแวดล้อม⁶

ดังนั้นผู้จัดโครงการสัมมนาได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของการฟังอย่างตั้งใจ โดยไม่ใช้มุมมองประสบการณ์ ความรู้สึก หรือความคาดหวังส่วนตัวมาตัดสิน และในอีกแง่มุมมองการฟังอย่างตั้งใจสามารถเสริมสร้างพลังอำนาจ ให้ความช่วยเหลือเยียวยา และยังเป็นภูมิคุ้มกันทางสังคมได้ จึงเกิดโครงการสัมมนาวิชาการเรื่องฟังด้วยหัวใจไม่ใช่แค่การได้ยิน : จากการฟังสู่การเสริมสร้างพลังใจ เพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจ และการตระหนักถึงความสำคัญของการฟังอย่างตั้งใจ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ด้านการฟังอย่างตั้งใจ เสริมสร้างทักษะวิธีการจัดการความรู้สึกของผู้ฟัง และมีแนวทางการปรับใช้ทักษะการฟังอย่างตั้งใจในชีวิตประจำวัน

3. วัตถุประสงค์

1. เพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจ และการตระหนักถึงความสำคัญของการฟังอย่างตั้งใจ
2. เพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ด้านการฟังอย่างตั้งใจ
3. เพื่อเสริมสร้างทักษะวิธีการจัดการความรู้สึกของผู้ฟัง และมีแนวทางการปรับใช้ทักษะการฟังอย่างตั้งใจในชีวิตประจำวัน

⁴ สมาคมสมาธิตันส์. 2558. การฟังด้วยใจ เพื่อเปลี่ยนโลกทั้งใบของคุณและคนรอบข้างผู้เจ็บปวด. สืบค้นเมื่อวันที่ 1 ตุลาคม 2563 จากเว็บไซต์ <https://www.creativemove.com>

⁵ อนุภทร โลหะพงศธร. 2562. ที่เราเศร้า อาจเป็นเพราะในช่วงเวลาที่ยากที่สุดของชีวิต กลับไม่มีใครสักคนคอยรับฟังเราด้วยหัวใจ. สืบค้นเมื่อวันที่ 1 ตุลาคม 2563 จากเว็บไซต์: <https://adaybulletin.com>

⁶ ศิริกร อมฤตวาริน. 2562. การฟังอย่างตั้งใจ. สืบค้นเมื่อวันที่ 1 ตุลาคม 2563 จากเว็บไซต์: <http://philosophy .com>

4. ความสอดคล้องกับนโยบายในการขับเคลื่อนการดำเนินการปลูกฝังอัตลักษณ์ของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ คือ integrity Wisdom Social engagement I-Wiise คือ integrity Wisdom Social engagement I-Wiise

- () 4.1 ซื่อสัตย์มีวินัย Integrity
- (✓) 4.2 ใฝ่ปัญญา Wisdom
- () 4.3 จิตสาธารณะ Social engagement

5. อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการ

- 5.1 นางสาวสุรรา แก้วนุ่น อาจารย์ประจำหลักสูตรสังคมสงเคราะห์ศาสตร์บัณฑิต
- 5.2 นางสาววีรัญญา เต็มรัตน์ อาจารย์ประจำหลักสูตรสังคมสงเคราะห์ศาสตร์บัณฑิต

6. ผู้เข้าร่วมโครงการ

- 6.1 นักศึกษาสังคมสงเคราะห์ นักศึกษาในสาขาต่างๆ ของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี และผู้ที่สนใจเข้าร่วมประชุมจำนวน 300 คน
- 6.2 ผู้ที่สนใจรับชมออนไลน์ผ่านทางเพจสังคมสงเคราะห์สงขลานครินทร์

7. ผู้รับผิดชอบโครงการ





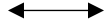


- 7.1 กุณิสริน กุโอะ ประธาน
- 7.2 อัสมา หมัดอะดัม รองประธาน
- 7.3 อารีณา อนุบุตร รองประธาน
- 7.5 กิตติยา หลั่งชาย เลขานุการ
- 7.4 นูริยะห์ อับดุลมูตาเลีย เลขานุการ
- 7.6 สายธาร ช่วยการ เหมัญญิก
- 7.7 อับดุลอาซิซ หะยีสะแม ฝ่ายอาคารสถานที่
- 7.8 กษิรา ชูโซะ ฝ่ายประชาสัมพันธ์
- 7.9 ต่วนมัสกะห์ ต่วนกะจี ฝ่ายพิธีการ
- 7.10 มารีย์แย ลีเตะ ฝ่ายวิชาการ
- 7.11 นูร์ลีนา มะแซะ ฝ่ายทะเบียน
- 7.12 นัสริน ฮาเล็ง ฝ่ายสวัสดิการ

ทีมงานจากนักศึกษาสาขาสังคมสงเคราะห์ ชั้นปีที่ 4 คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

8. วัน เวลา สถานที่ดำเนินโครงการ

วันพุธที่ 21 เดือนตุลาคมพ.ศ. 2563 เวลา 15.00 น. – 16.50 น. ณ ห้องประชุม ม.อ.ปัตตานี
คูเกียรติพิบัติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

9. วิธีการดำเนินงาน

ลำดับขั้นตอน	ระยะเวลาในการดำเนินการ		
	กันยายน	ตุลาคม	พฤศจิกายน
ขั้นเตรียมการและวางแผน 1. ประชุมและเลือกประเด็นที่สนใจ 2. นำเสนอหัวข้อสัมมนา 3. เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติจัด โครงการสัมมนา 4. ติดต่อประสานงานกับวิทยากรที่ เกี่ยวข้อง	   		
ขั้นตอนการดำเนินการ 1. ดำเนินการจัดโครงการสัมมนา			
ขั้นตอนติดตามและตรวจสอบขณะ ดำเนินการ 1. จัดทำและสรุปแบบประเมิน 2. ประชุมสรุปงาน (ถอดบทเรียน)			 

10. ลักษณะการดำเนินโครงการ

โครงการสัมมนาวิชาการเรื่อง ฟังด้วยหัวใจไม่ใช่แค่ได้ยิน : จากการฟังสู่การเสริมสร้างพลังใจ ซึ่งเป็นโครงการสัมมนาวิชาการที่สื่อให้เห็นถึงความสำคัญของการฟัง เพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจ และการตระหนักถึงความสำคัญของการฟังอย่างตั้งใจ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ด้านการฟังอย่างตั้งใจ เสริมสร้างทักษะวิธีการจัดการความรู้สึกของผู้ฟัง และมีแนวทางการปรับใช้ทักษะการฟังอย่างตั้งใจในชีวิตประจำวัน โดยมีรูปแบบการจัดสัมมนา ดังนี้

รูปแบบที่ 1 ปาฐกถา ในหัวข้อ ฟังด้วยหัวใจไม่ใช่แค่ได้ยิน

รูปแบบที่ 2 การจัดเวทีเสวนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากวิทยากรผู้เชี่ยวชาญที่มีประสบการณ์การทำงานในประเด็น จากการฟัง สู่เสริมสร้างพลังใจ

11. งบประมาณและแหล่งที่มา

ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี และงบประมาณจากนักศึกษาศาสาสังคมสงเคราะห์ชั้นปีที่ 4

12. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

- 12.1 ผู้เข้าร่วมสัมมนามีความรู้ ความเข้าใจ และตระหนักถึงความสำคัญของการฟังอย่างตั้งใจ
- 12.2 ผู้เข้าร่วมสัมมนาสามารถแลกเปลี่ยนประสบการณ์ด้านการฟังอย่างตั้งใจ
- 12.3 ผู้เข้าสัมมนาสามารถเสริมสร้างทักษะวิธีการจัดการความรู้สึกของผู้ฟัง และมีแนวทางการปรับใช้ทักษะการฟังอย่างตั้งใจในชีวิตประจำวัน

13. การประเมินโครงการ

- 13.1 การประเมินจากการสังเกตผู้เข้าร่วมโครงการ
- 13.2 การประเมินผลจากแบบประเมินความพึงพอใจการเข้าร่วมโครงการ เป็นแบบประเมินออนไลน์ สแกน QR Code

(ลงชื่อ) ผู้เสนอโครงการ
(นางสาวกฤษริน กุโอะ)
ประธานโครงการ
...../...../.....

(ลงชื่อ) ผู้เห็นชอบโครงการ
(นางสาวสุรรา แก้วนุ้ย)
อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการ
...../...../.....

กำหนดการสัมมนาวิชาการ
ฟังด้วยหัวใจไม่ใช่แค่ได้ยิน : จากกรฟ้ง สู่การเสริมสร้างพลังใจ
วันพุธ ที่ 21 เดือนตุลาคม พ.ศ. 2563 เวลา 13.00-16.00 น.
ณ ห้องประชุม ม.อ.ปัตตานี ชูเกียรติปิบัติ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

เวลา	กิจกรรม
12.00 – 13.00 น.	ลงทะเบียน
13.00 – 13.10 น.	ประธานโครงการกล่าวรายงาน โดยนางสาวกัญสริน ภูโอะ นักศึกษสาขาวิชาสังคมสงเคราะห์ ชั้นปีที่ 4
13.10 – 13.15 น.	ประธานกล่าวเปิดพิธี โดย รศ.อิมจิต เลิศพงษ์สมบัติ รองอธิการบดีวิทยาเขตปัตตานี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
13.15 – 13.30 น.	การแสดงชุดที่ 1
13.30 – 14.00 น.	ปาฐกถา หัวข้อเรื่อง “ฟังด้วยหัวใจไม่ใช่แค่ได้ยิน”
14.00 – 15.50 น.	เวทีเสวนาประเด็น “ จากกรฟ้ง สู่การเสริมสร้างพลังใจ ”
15.50 – 16.00 น.	การแสดงชุดที่ 2 และพิธีปิด

***หมายเหตุ : กำหนดการอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม