



เส้นทาง สู่การเปลี่ยนแปลง

เพศและความเป็นธรรมบนฐานจิตวิญญาณ
และการเรียนรู้ด้วยหัวใจ

อวยพร เชื้อนแก้ว

เส้นทางสู่การเปลี่ยนแปลง เพศและความเป็นธรรมบนฐานจิตวิญญาณ และการเรียนรู้ด้วยหัวใจ

ผู้เขียน อวยพร เชื้อนแก้ว
บรรณาธิการ วราภรณ์ แซ่มสนิท
ที่ปรึกษา สุชาดา ทวีสิทธิ์
พิสูจน์อักษร น้ำทิพย์ เกตุสัมพันธ์
สนับสนุนโดย โครงการสุขภาวะผู้หญิง มูลนิธิผู้หญิง
 สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
ผู้จัดการโครงการ ช่อทิพย์ ชัยชาญ

ข้อมูลทางบรรณานุกรม

เส้นทางสู่การเปลี่ยนแปลง

เพศและความเป็นธรรมบนฐานจิตวิญญาณและการเรียนรู้ด้วยหัวใจ

กรุงเทพฯ: มูลนิธิผู้หญิง 2555

187 หน้า

ISBN 978-974-7533-46-0

พิมพ์ครั้งแรก มกราคม 2555 จำนวน 500 เล่ม

ติดต่อ: โครงการสุขภาวะผู้หญิง มูลนิธิผู้หญิง

295 จรัญสนิทวงศ์ 62 บางพลัด กรุงเทพมหานคร 10700

โทรศัพท์ 02-433-5149 โทรสาร 02-434-6774

อีเมล cchaicharn@gmail.com

เว็บไซต์ www.womenthai.org

ออกแบบปกและรูปเล่ม นันวงศ์ ช่วยชูวงศ์

พิมพ์ที่ โรงพิมพ์เดือนตุลา โทร.02-996-7392-4 โทรสาร 02-996-7395

สารบัญ

คำนำ	4
บทนำ	8
บทที่หนึ่ง	
แนวคิดการทำงานเพื่อสร้างคามยุติธรรมทางเพศ	22
บทที่สอง	
แนวคิดการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง	82
บทที่สาม	
กระบวนการ	100
บทที่สี่	
เครื่องมือจัดกระบวนการเรียนรู้	112
บทที่ห้า	
กิจกรรมที่ใช้ในการเรียนรู้	126
กิจกรรมเรื่องอำนาจ	126
กิจกรรมเรื่องความเป็นเพศหรือเพศภาวะ	132
กิจกรรมเรื่องเพศวิถี	136
กิจกรรมเรื่องสนิยมทางเพศ	139
กิจกรรมตาข่ายโครงสร้างคามรุนแรงทางเพศ	141
กิจกรรมคนวงนอก-คนวงใน	151
กิจกรรมเส้นโอกาสและอภิสิทธิ์	156
กิจกรรมบาร์อมิเตอร์	165
การใช้ภาพยนตร์เพื่อการเรียนรู้ประเด็นสังคม	170
บทส่งท้าย	172
หนังสืออ้างอิงและหนังสือประกอบการเขียน	177
ประวัติผู้เขียน	179
มูลนิธิผู้หญิง	181
โครงการสุขภาวะผู้หญิง	185

คำนำ

หนังสือ **เส้นทางสู่การเปลี่ยนแปลง: เพศและความเป็นธรรมบนฐานจิตวิญญาณและการเรียนรู้ด้วยหัวใจ** เล่มนี้เป็นผลจากความร่วมมือกันระหว่างโครงการสุขภาวะผู้หญิง สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม โดยมีจุดตั้งต้นจากการร่วมกันจัด “การอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อทบทวนฐานคิดและวิธีการทำงานเรื่องความเสมอภาคและความยุติธรรมทางเพศ” สำหรับผู้ปฏิบัติงานในองค์กรพัฒนาเอกชน ผู้นำชุมชนท้องถิ่น นักวิชาการ ตลอดจนเจ้าหน้าที่หน่วยงานรัฐ ที่มีบทบาทในการทำงานเพื่อแก้ไขปัญหาให้บริการทางสังคม หรือผลักดันนโยบายและกฎหมายในประเด็นผู้หญิง เพศภาวะ และความเสมอภาคระหว่างเพศในระดับต่าง ๆ

แม้ว่าการอบรมดังกล่าวจะไม่ใช่อบรมกระบวนกรโดยตรง แต่ปรากฏว่าตลอดระยะเวลาการอบรมในช่วงปี พ.ศ. 2553-2554 ได้มีผู้เข้าร่วมการอบรมจากทั้งสามรุ่น ที่เห็นถึงประโยชน์ของกระบวนการจัดการอบรมในแบบ “สตรีนิยมแนวจิตวิญญาณเพื่อความเป็นธรรม” ซึ่งเป็นแนวทางการอบรมของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม และได้นำเอากระบวนการอบรมดังกล่าวไปประยุกต์ใช้ในการทำงานกับกลุ่มเป้าหมายของตนในหลายพื้นที่ ทั้งนี้โดยอาศัยการเรียนรู้และจดจำของผู้เข้าร่วมการอบรมเองเป็นหลัก ต่อมาจึงมีเสียงเรียกร้องจากผู้ร่วมอบรมบางส่วน ให้โครงการสุขภาวะผู้หญิงจัดทำคู่มือการอบรมแนวนี้ออกเผยแพร่ เพื่อที่กระบวนกร นักการศึกษา และนักกิจกรรมสังคมที่สนใจ จะสามารถนำกระบวนการอบรมนี้ไปใช้ โดยมีความรู้ความเข้าใจที่ชัดเจนยิ่งขึ้นเกี่ยวกับทั้งแนวคิดที่เป็นรากฐาน ทักษะที่จำเป็น และกิจกรรมที่ใช้ในการอบรม

จากเสียงเรียกร้องดังกล่าว โครงการสุขภาวะผู้หญิงจึงได้มอบให้คุณอวยพร เชื้อนแก้ว ผู้ก่อตั้งและกระบวนกรหลักของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม ซึ่งเป็นผู้ริเริ่มจัดการอบรมสตรีนิยมแนวจิตวิญญาณเพื่อความเป็นธรรมในประเทศไทย เขียนหนังสือเล่มนี้ขึ้น และได้เสนอต้นร่างหนังสือให้บรรณาธิการ ที่ปรึกษา และผู้เข้าร่วมอบรมบางส่วนได้พิจารณาให้ความเห็นเพื่อปรับปรุง ก่อนจะจัดพิมพ์เป็นรูปเล่มที่ท่านเห็นอยู่นี้

โครงการสุขภาวะผู้หญิงหวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสือเล่มนี้จะเป็นประโยชน์ต่อผู้อ่านและผู้สนใจ นำกระบวนการในหนังสือไปใช้ และหวังว่าหนังสือนี้ จะมีส่วนช่วยสร้างความเปลี่ยนแปลงให้กับทั้งปัจเจกและสังคม และมีส่วนร่วมรังสรรค์ความเสมอภาคและความยุติธรรมทางเพศให้เกิดเป็นจริงในสังคมไทยต่อไป

โครงการสุขภาวะผู้หญิง สสส.

ตุลาคม 2554



Reclaiming the sacred... is not simply a new linguistic or symbolic strategy for feminism. It goes to the heart of feminist struggles for social justice and can provide a critical foundation for social transformation. ...The provision of spiritual strength to individuals deeply committed to social justice is more necessary than ever in a world racked by immense hatreds that feed on each other in endless cycles of retribution, always in the name of 'justice.' ... [A] spiritualization of social movements can provide a means with which to break from these cycles of retribution which perpetrate multiple and linked forms of oppression so that social movements continually find themselves appropriated by or circumscribed within the very structures they have tried wholeheartedly to resist."

Leela Fernandes

การรื้อฟื้นจิตวิญญาณ... ไม่ใช่เพียงกลยุทธทางภาษาหรือสัญลักษณ์แบบใหม่ของสตรีนิยม มันคือหัวใจของการต่อสู้เพื่อความเป็นธรรมตามแนวสตรีนิยม และสามารถเป็นฐานอันสำคัญยิ่งสำหรับการเปลี่ยนแปลงสังคม ...การสร้างความเข้มแข็งทางจิตวิญญาณให้ปัจเจกชนทั้งหลาย ผู้มุ่งมั่นในการสร้างความเป็นธรรมทางสังคม กลายเป็นสิ่งจำเป็นอย่างที่ไม่เคยเป็นมาก่อน ในโลกที่ถูกสั่นคลอนด้วยความเกลียดชังใหญ่หลวง ที่หล่อเลี้ยงให้แต่ละฝ่ายตกอยู่ในวังวนของการแก้แค้นที่ไม่สิ้นสุด ในนามของความยุติธรรม ...การสร้างพลังจิตวิญญาณในขบวนการทางสังคม จะเป็นทางหลุดพ้นจากวงจรของการแก้แค้น ที่นำมาซึ่งรูปแบบการกดขี่ที่หลากหลายและเชื่อมโยงกัน จนทำให้ขบวนการทางสังคมเองกลับถูกยึดครองหรือล้อมกรอบ โดยโครงสร้างเดียวกันกับที่ขบวนการเหล่านี้ เพียรพยายามที่จะต่อต้านอย่างสุดกำลัง

ลีลา เฟร์นันเดส

บทนำ

ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรมนานาชาติ (International Women's Partnership for Peace and Justice-IWP) ตั้งขึ้นเมื่อปี พ.ศ. 2545 กิจกรรมหลักของศูนย์ฯ คือ การนำเอาแนวคิดและแนวทางการทำงานแบบสตรีนิยมแนวจิตวิญญาณเพื่อความเป็นธรรม (anti-oppression spiritual-based feminism) มาเป็นฐานในการอบรมนักกิจกรรมสังคม งานในช่วงแรกของศูนย์ฯ มุ่งไปที่การอบรมนักกิจกรรมผู้หญิงจากชนเผ่าต่างๆ ของประเทศพม่า และผู้หญิงจากประเทศอื่นๆ ในภูมิภาคนี้ เช่น อินเดีย ศรีลังกา เขมร และทิเบต แนวคิดและวิธีการอบรมของศูนย์ฯ ได้รับการตอบรับอย่างดีจากนักกิจกรรมผู้หญิงรากหญ้ารุ่นใหม่ แนวคิดหลักที่ได้รับการความสนใจมาก ได้แก่ การวิเคราะห์เรื่องอำนาจและการนำแบบอำนาจร่วมในการทำงานเพื่อเปลี่ยนแปลงตนเองและสังคม การใช้สันติวิธีเพื่อเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมอำนาจครอบงำ ความรุนแรงและความไม่เป็นธรรม ทั้งในชีวิตส่วนตัว องค์กร และการทำงานระดับโครงสร้างสังคม และการนำเอามิติจิตวิญญาณมาใช้เป็นฐานการทำงานและการใช้ชีวิต

ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2551 เป็นต้นมา ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม ได้ร่วมงานกับมูลนิธิสร้างเสริมสุขภาพผู้หญิง (สคส.) ซึ่งเป็นองค์กรผู้จัดการแผนงานสุขภาพทางเพศ ของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) ในการจัดหลักสูตรอบรมเรื่องเพศวิถีแนวจิตวิญญาณเพื่อการเปลี่ยนแปลง ซึ่งเป็นหลักสูตร 10 วัน สำหรับเจ้าหน้าที่องค์กรพัฒนาเอกชน ที่ทำงานด้านผู้หญิง เพศ และเอดส์ในประเทศไทย เนื้อหาและกระบวนการอบรมเกิดจากการรวบรวมประสบการณ์ทั้งด้านแนวคิดและวิธีการจัดอบรมที่ศูนย์ฯ สังเกตมา ผสมผสานกับสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการทำงานของนักกิจกรรมสังคมในต่างประเทศ โดยมีกรอบคิดสตรีนิยมแนว

จิตวิญญาณเพื่อความเป็นธรรมเป็นฐาน ทำให้เนื้อหาและกระบวนการอบรมของศูนย์ฯ ต่างออกไปจากการอบรมกระแสหลักขององค์กรพัฒนาเอกชนที่ทำงานในประเด็นเหล่านี้ โดยก่อนหน้านี้ผู้เขียนได้ใช้กระบวนการอบรมแนวนั้น ในการอบรมพยาบาลและแกนนำผู้อยู่ร่วมกับเชื้อเอชไอวีผ่านหลักสูตรการศึกษาศรีนิยมแนวจิตวิญญาณเพื่อฟื้นฟูศักยภาพ ที่เริ่มทำมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2551 อันเป็นช่วงที่ผู้เขียนเป็นนักฝึกอบรมอิสระ

ในช่วงปีที่ผ่านมา (พ.ศ. 2553-2554) โครงการสุขภาวะผู้หญิง โดยการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้ร่วมกับศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม สถาบันวิจัยประชากรและสังคม และศูนย์สิทธิมนุษยชนศึกษาและการพัฒนาสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล จัดการอบรมสำหรับเจ้าหน้าที่ขององค์กรภาคีที่เข้าร่วมงานกับโครงการสุขภาวะผู้หญิง ใช้ชื่อโครงการว่า การอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อทบทวนฐานคิดและวิธีการทำงานเรื่องความเสมอภาคและความยุติธรรมทางเพศ มีวัตถุประสงค์เพื่อใช้การอบรมนี้เป็นเครื่องมือในการทบทวน พิจารณาฐานคิด และวิธีการทำงานขององค์กร หรือบุคคลที่ทำงานในประเด็นผู้หญิงและประเด็นความยุติธรรมทางเพศ และเพื่อที่จะใช้การอบรมนี้เป็นฐานหนึ่งในการสร้างขบวนการเคลื่อนไหวทางสังคมแนวสตรีนิยมในเมืองไทย ระยะเวลาการอบรมแบ่งเป็น 2 ช่วง ช่วงแรกเป็นการอบรมเบื้องต้น 7 วัน และหลังจากนั้นประมาณ 3 เดือน จะเป็นการอบรมติดตามผลระยะเวลา 3 วัน เนื้อหาและกระบวนการอบรม ใช้กรอบคิดสตรีนิยมแนวจิตวิญญาณเพื่อความเป็นธรรมเป็นหลัก

โครงการนี้มีการจัดอบรมไปแล้ว 3 รุ่น มีจำนวนผู้เข้าร่วมการอบรมรวมเกือบ 70 คน ในจำนวนนี้ ส่วนน้อยเป็นผู้นำองค์กรผู้หญิงจากส่วนกลาง ขณะที่ผู้เข้าอบรมส่วนใหญ่ประกอบด้วยบุคลากรระดับปฏิบัติงานขององค์กรผู้หญิงจากส่วนกลางและต่างจังหวัด ผู้นำชุมชนหรือผู้นำการเมืองท้องถิ่นผู้หญิง รวมทั้งนักกิจกรรมผู้หญิงชาวบ้านจากภาคต่างๆ ที่ทำงานเพื่อแก้ไขปัญหาของผู้หญิงในชุมชนของตน ทั้งที่ทำงานร่วมกับองค์กรพัฒนาเอกชนด้านผู้หญิง และกับหน่วยราชการในท้องถิ่นและจากส่วนกลาง นอกจากนี้ ยังมีผู้เข้าอบรมที่เป็นนักวิจัย นักวิชาการ และนักวิชาชีพด้านสาธารณสุข ที่ทำงานเกี่ยวข้องกับประเด็นผู้หญิงด้วย

โครงการสุขภาวะผู้หญิงได้มอบหมายให้ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรมเขียนหนังสือเล่มนี้ เพราะจากการติดตามผลการทำงานของผู้ที่ผ่านการอบรมในโครงการการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อทบทวนฐานคิดและวิธีการทำงานเรื่องความเสมอภาคและความยุติธรรมทางเพศ พบว่า มีผู้เรียนจำนวนหนึ่งได้นำเอากรอบแนวคิด วิถีวิเคราะห์ปัญหา และเครื่องมือที่ศูนย์ใช้ในการอบรม ไปประยุกต์ใช้ในการทำงานของตนเอง และเห็นประโยชน์ของการประยุกต์ใช้นี้ เราจึงเห็นว่า การรวบรวมประสบการณ์การอบรมแนวนั้นในรูปแบบหนังสือ จะช่วยให้ผู้ที่ผ่านกระบวนการอบรมทั้งสามรุ่นมีแนวทางและความเข้าใจที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้น ซึ่งจะส่งผลต่อความมั่นใจในการประยุกต์ใช้ นอกจากนี้ เรายังมุ่งหวังที่จะเผยแพร่การอบรมแนวนั้น ไปสู่ผู้ที่เคยผ่านการอบรมในโครงการอื่นๆ ของศูนย์ฯ รวมถึงนักการศึกษา และผู้ทำงานขับเคลื่อนประเด็นเรื่องเพศและความเป็นธรรมในสังคม ที่ต้องการเรียนรู้และใช้ประโยชน์จากกรอบแนวคิด กระบวนการเรียนรู้ และเครื่องมือการจัดอบรมในแนวนั้น

หนังสือเล่มนี้เสนออะไร

หนังสือเล่มนี้ เป็นทั้งตำราและคู่มือการจัดอบรม โดยแบ่งเนื้อหาออกเป็น 5 ส่วนหลักๆ คือ 1) แนวคิดเกี่ยวกับการทำงานเพื่อความยุติธรรมทางเพศ 2) แนวคิดของกระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง 3) บทบาทหน้าที่ของกระบวนการ 4) เครื่องมือจัดกระบวนการเรียนรู้ และ 5) กิจกรรมที่ใช้ในการเรียนรู้ โดยเนื้อหาของทั้ง 5 ส่วนนี้มีความเชื่อมโยงสัมพันธ์กัน

ในแง่ตำรา หนังสือเล่มนี้เสนอแนวคิดที่หลากหลายของการทำงานเพื่อความเป็นธรรม ตามแนวทางสตรีนิยมที่ใช้จิตวิญญาณเป็นฐาน ในแง่ที่เป็นคู่มือ หนังสือเล่มนี้นำเสนอแนวคิดและเนื้อหาเกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง เครื่องมือ และกิจกรรม ทั้งนี้เพื่อให้นักการศึกษาและนักฝึกอบรม สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในงานของตนได้ หนังสือเล่มนี้เสนอแนวทางการทำงานเรื่องสุขภาวะผู้หญิง ที่มีเนื้อหาครอบคลุมตั้งแต่เรื่องเพศ เพศภาวะ เพศวิถี และอัตลักษณ์อื่นๆ ตลอดจนแนวทางการวิเคราะห์เรื่องอำนาจ และวัฒนธรรมครอบงำแบบชายเป็นใหญ่ ที่เป็นสาเหตุของปัญหาสุขภาวะทางเพศและเพศวิถีของผู้หญิง และบุคคลที่มีเพศภาวะอื่นๆ ในสังคม

หนังสือนี้ยังเสนอแนวทางเพื่อการเปลี่ยนแปลง ทั้งในระดับส่วนตัว การทำงานในองค์กร และระดับโครงสร้างสังคม โดยมีสันติวิธีเป็นฐาน

สำหรับกระบวนการเรียนรู้ หนังสือเล่มนี้เสนอกรอบคิด วิธีการ และเครื่องมือสำหรับการจัดการศึกษาอบรม เพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียน ซึ่งเป็นกระบวนการที่มากกว่าเพียงการเปิดพื้นที่ให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรม แต่ครอบคลุมถึงการใช้กระบวนการแบบมีส่วนร่วม ที่เน้นประสบการณ์ตรงของผู้เรียน ผสมกับองค์ประกอบอื่นๆ เป็นฐานไปสู่การสร้างการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียน (อ่านเพิ่มเติมได้ในบทที่สอง)

หนังสือเล่มนี้ พยายามโน้มน้าวให้คนทำงานเพื่อความเป็นธรรมทางสังคม หันมาใส่ใจและน้อมนำ เอาการพัฒนาจิตวิญญาณ มาเป็นแก่นกลางในการทำงานและการใช้ชีวิต และเป็นเครื่องมือในการเปลี่ยนแปลงทัศนคติและพฤติกรรมของตนเองและคนที่เราทำงานด้วย โดยเสนอแนวทางในการรับมือกับความโกรธ และภาวะอารมณ์ที่ยุ่งยากอื่นๆ การระงับความขัดแย้ง และใช้การพัฒนาจิตวิญญาณเป็นเครื่องป้องกันคนทำงานเคลื่อนไหวทางสังคม ให้ปลอดภัยจากอาการหมดไฟ หรือภาวะของความสับสน และความท้อแท้สิ้นหวังจากการทำงาน

หนังสือเล่มนี้เหมาะสำหรับคนกลุ่มใด

หนังสือเล่มนี้เขียนขึ้นสำหรับคนทำงานขับเคลื่อนทางสังคม ในประเด็นผู้หญิงและความยุติธรรมทางเพศ โดยเฉพาะผู้ที่เคยผ่านกระบวนการอบรมที่โครงการสุขภาวะผู้หญิงและศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรมได้ร่วมกันจัดขึ้น เพื่อประโยชน์ในการทบทวนและสร้างความมั่นใจ เกี่ยวกับฐานความคิด ความเข้าใจ และวิธีการทำงาน ในเรื่องผู้หญิงและความยุติธรรมทางเพศของตนเองและองค์กร โดยเฉพาะอย่างยิ่งในปัจจุบัน ที่องค์กรผู้หญิงหลายแห่งทั้งภาคเอกชนและภาครัฐ ยังขาดการจัดอบรมอย่างเป็นระบบในเรื่องฐานความคิดสตรีนิยมและความเป็นธรรมทางสังคม สำหรับเจ้าหน้าที่ที่เพิ่งเข้าทำงานในองค์กร จนมีเสียงสะท้อนว่า คนทำงานรุ่นใหม่ๆ มักต้องแสวงหาความรู้ด้วยตนเองจากการลงมือทำงานที่ได้รับมอบหมาย หรือศึกษาเอกสาร

ขององค์กร ดังนั้นจะเห็นได้ว่า การจัดกระบวนการให้การศึกษา หรืออบรมเรื่องแนวคิดและวิธีการทำงานแบบสตรีนิยมเพื่อความเป็นธรรมอย่างเป็นระบบ จะเอื้อให้คนทำงานเหล่านี้เกิดความเข้าใจที่ลึกซึ้ง ซึ่งจะช่วยเสริมความมั่นใจและความเข้มแข็งในการปฏิบัติงานด้วย

ในการจัดอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อทบทวนฐานคิดและวิธีการทำงาน เรื่องความเสมอภาคและความยุติธรรมทางเพศในแต่ละรุ่น โครงการสุขภาพผู้หญิง และศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม ได้คัดเลือกผู้เข้าอบรมให้มีความหลากหลาย ทั้งในด้านพื้นที่การทำงาน ระดับขององค์กร (ระดับชุมชนท้องถิ่นถึงระดับชาติ) ประเด็นและวิธีการทำงาน และอัตลักษณ์ด้านต่าง ๆ ของคนทำงานเอง โดยจัดกระบวนการและสภาพแวดล้อมของการอบรม ให้เอื้อต่อการที่ผู้เรียนจะได้มีโอกาสทบทวนชีวิตและการทำงานร่วมกันตลอดระยะเวลาการอบรม รวมทั้งเอื้อต่อการสร้างเครือข่ายกัลยาณมิตร ในหมู่คนทำงานด้านผู้หญิงและความยุติธรรมทางเพศที่เชื่อมั่นในคุณค่าตลอดจนมีความเข้าใจและแนวทางการทำงานที่สอดคล้องกัน

คณะผู้จัดการอบรมมุ่งหวังให้ผู้ผ่านการอบรมนี้ได้ทำหน้าที่เป็นผู้นำการเปลี่ยนแปลง เป็นผู้ที่ช่วยขยายฐานความรู้ แนวคิด และวิธีการทำงานเรื่องผู้หญิงและความยุติธรรมทางเพศภายในกลุ่มและเครือข่ายของตนเอง เราเชื่อว่า การสร้างฐานความคิดและแนวทางการทำงานของกลุ่มคนทำงาน ให้ไปในทิศทางเดียวกัน คือฐานสำคัญอันหนึ่ง ในการสร้างขบวนการทางสังคมเรื่องผู้หญิง (women's movement building) ในสังคมไทย

นอกจากนี้ หนังสือเล่มนี้จะให้ประโยชน์กับผู้ที่เคยผ่านการอบรมขั้นพื้นฐาน เรื่องเพศวิถีเพื่อการเปลี่ยนแปลง และการอบรมกระบวนการภายใต้แผนงานสุขภาพทางเพศ ที่ดำเนินงานโดยมูลนิธิสร้างความเข้าใจเรื่องสุขภาพผู้หญิง (สคส.) รวมทั้งผู้ที่ได้ผ่านการอบรมเรื่อง การปรึกษาแนวฟื้นฟูอำนาจและศักยภาพ ของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรมด้วย เพราะทั้ง 3 หลักสูตรดังกล่าว ใช้กรอบคิดและกระบวนการอบรมเดียวกัน แม้จะมีความแตกต่างกันบ้าง ในจุดเน้นของเนื้อหาและทักษะที่ผู้เข้าร่วมอบรมต้องฝึกฝน

หนังสือเล่มนี้ยังเหมาะที่จะเป็นตำราเบื้องต้น สำหรับคนทำงานพัฒนาสังคม นักฝึกอบรม

นักศึกษา และครูอาจารย์ที่สนใจศึกษาแนวคิดสตรีนิยมแนวจิตวิญญาณเพื่อความเป็นธรรม และผู้ที่สนใจกระบวนการจัดการศึกษาอบรมเพื่อการเปลี่ยนแปลง และหากท่านเหล่านี้ สนใจที่จะเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง ท่านสามารถเข้าร่วมการอบรมในโครงการสุขภาวะผู้หญิง หรือโครงการของมูลนิธิสร้างความเข้าใจเรื่องสุขภาพผู้หญิงได้

ข้อควรคำนึงในการใช้หนังสือเล่มนี้

เนื่องจากหัวใจของกระบวนการอบรมของหลักสูตรนี้ คือการนำเอาประสบการณ์ตรงของผู้เรียนมาเป็นฐานในการสร้างองค์ความรู้ และแต่ละกิจกรรมที่เสนอในหนังสือนี้ มีแนวคิดและความมุ่งหมายอยู่เบื้องหลัง จึงไม่เหมาะอย่างยิ่งที่ผู้ซึ่งไม่เคยผ่านกระบวนการอบรมตามแนวนี้นี้ และไม่ได้มีโอกาสทำความเข้าใจแนวคิดพื้นฐาน และวิธีการอบรมแบบสตรีนิยมแนวจิตวิญญาณเพื่อความเป็นธรรม จะนำเอากิจกรรมในหนังสือนี้ไปใช้ในการอบรมตามแนวทางอื่น นอกจากนี้ เนื้อหาและกิจกรรมของกระบวนการอบรมนี้ ได้ถูกจัดเรียงไว้อย่างต่อเนื่องสอดคล้องสัมพันธ์กัน สำหรับการอบรมที่ควรใช้เวลา 7 ถึง 10 วัน (เหมือนการก่อเรียงอิฐในการสร้างกำแพง) แต่ละกิจกรรมในหนังสือนี้ ไม่ใช่เทคนิคหรือเกม แต่เกิดจากการเรียงร้อยทั้งเนื้อหาและกระบวนการ ภายใต้อุดมการณ์เฉพาะที่ได้รับการศึกษาและพัฒนามาค่อนข้างยาวนาน การดึงเอากิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งในหนังสือนี้แยกไปใช้โดด ๆ อาจเกิดปัญหา และไม่ได้ผลดังที่ผู้ใช้ตั้งใจไว้

หลักสูตรการอบรมนี้ เป็นการอบรมที่เหมาะสมกับกลุ่มคนจำนวนไม่มาก จำนวนผู้เรียนที่แนะนำคือไม่เกิน 20 คน โดยมีทีมกระบวนการอย่างน้อย 2 คน การอบรมทั้งหลักสูตรที่ได้ผลมากที่สุด คือการอบรมที่ใช้เวลา 2 สัปดาห์ หรืออย่างน้อยที่สุด 10 วัน หากท่านมีเวลาน้อยกว่า 5 วัน หลักสูตรนี้จะได้ผลไม่มากนัก กระบวนการควรคัดเลือกกลุ่มผู้เรียนที่สนใจประเด็นเรื่องเพศและความเท่าเทียม มีใจเปิดกว้างที่จะเรียนรู้เรื่องสังคมและตนเองไปพร้อม ๆ กัน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง กลุ่มคนที่สนใจกระบวนการอบรมแบบผ่านประสบการณ์ และการเปลี่ยนแปลงตนเอง นอกจากนี้แล้ว ทีมกระบวนการต้องมีความมั่นใจในเนื้อหาและการจัดกระบวนการระดับหนึ่ง และภายในทีมควรมีความไว้วางใจ คู่กันเคย และทำงานร่วมกันมาแล้ว

ในการจัดกระบวนการศึกษาอบรมรูปแบบนี้ มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่กระบวนการต้องมีความมุ่งมั่น ทำให้สิ่งที่จะนำไปสอนผู้อื่นนั้น ดำรงอยู่ในเนื้อในตัวของตัวเองด้วย ซึ่งไม่ได้หมายความว่าต้องทำได้สมบูรณ์แบบ แต่หมายความว่า กระบวนการเองมีความมุ่งมั่นที่จะฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง ในสิ่งที่มุ่งหวังให้ผู้อื่นเข้าใจและเปลี่ยนแปลง ทั้งในชีวิตส่วนตัวและการทำงาน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการใช้อำนาจและอภิสิทธิ์ การฟังอย่างลึกซึ้ง การรู้จักตัวเอง การรู้ตัว การใช้สันติวิธีในการแก้ไขปัญหา และการใช้ชีวิตทางเพศและเพศวิถีที่ท้าทายหรือปลอดจากการวัฒนธรรมครอบงำแบบชายเป็นใหญ่ เป็นต้น

ข้อจำกัดของหนังสือ

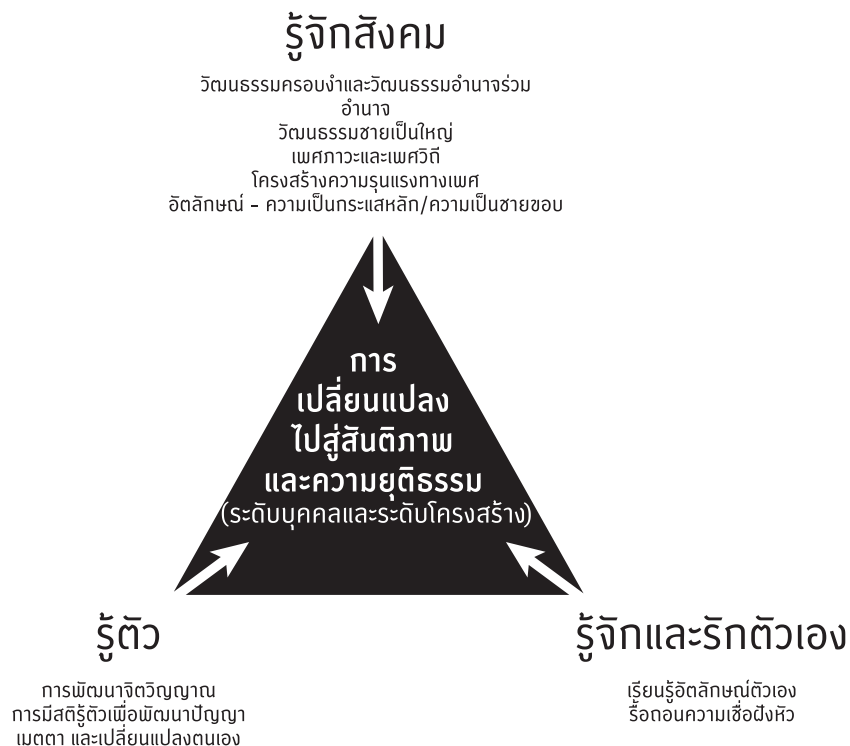
เนื่องจากหนังสือเล่มนี้เขียนขึ้น เพื่อให้คนทำงานเรื่องผู้หญิงและความยุติธรรมทางเพศ ได้ทบทวนฐานความคิด ความเข้าใจ และวิธีการทำงานเรื่องผู้หญิงและเพศของตัวเองเป็นหลัก ดังนั้น การนำเนื้อหาในหนังสือไปใช้กับกลุ่มคนที่ไม่มีความเข้าใจในเรื่องเหล่านี้มาก่อนเลย จึงถือเป็นข้อจำกัดอย่างหนึ่ง อย่างไรก็ตาม ประสบการณ์ของผู้เขียนแสดงให้เห็นว่า ในการจัดการอบรมให้กับกลุ่มคนที่ไม่มีฐานความคิดเรื่องผู้หญิงและเรื่องเพศมาก่อนนั้น เราควรจัดอบรมเนื้อหาเรื่องการนำ การสร้างทีม และความไว้วางใจเป็นฐานก่อน ซึ่งผู้ที่สนใจสามารถมาเรียนรู้การจัดอบรมเนื้อหาพื้นฐานเหล่านี้ได้ จากการเข้าร่วมการอบรมกระบวนการ ซึ่งจะช่วยให้ผู้ที่สนใจทำงานด้านกระบวนการ มีความมั่นใจในการออกแบบหลักสูตรการอบรม และสามารถประยุกต์เนื้อหา วิธีการ และกิจกรรมจากหนังสือไปใช้ได้อย่างเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายของตน

กรอบคิดในการจัดกระบวนการอบรม

กระบวนการอบรมของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม ได้รับอิทธิพลจากนักคิด นักกิจกรรมด้านความเป็นธรรม นักเคลื่อนไหวทางสังคมด้านการศึกษา นักสตรีนิยม และอาจารย์ทางจิตวิญญาณหลายท่าน ประกอบกับประสบการณ์ของผู้เขียน ที่ทำงานด้านการพัฒนากระบวนการอบรมมากกว่า 15 ปี ผู้เขียนเชื่อว่า การจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงนั้น

ต้องอาศัยองค์ประกอบหลัก 3 ส่วนคือ เนื้อหา กระบวนการเรียนรู้ และกระบวนการ

ในส่วนของการบอเนื้อหาที่ศูนย์ฯ ใช้เป็นฐานของการอบรมในทุกหัวข้อนั้น ประกอบด้วย 3 ส่วนหลัก ได้แก่ การรู้จักสังคม การรู้จักตัวเอง และการรู้ตัว ซึ่งนำเสนอเป็นแผนภูมิได้ดังนี้



รู้จักสังคม ระบบ และวัฒนธรรมต่างๆ ในสังคม เป็นตัวกำหนดความคิด ความเชื่อ ที่นำไปสู่การแสดงออกทางพฤติกรรมของคน การเรียนรู้เนื้อหาเรื่องราวระบบและวัฒนธรรมในสังคม จะช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจว่า ตัวเขาเองและคนอื่นๆ ในสังคมถูกหล่อหลอมมาอย่างไร ที่สำคัญคือ จะทำให้เกิดความเข้าใจปัญหาในระดับโครงสร้าง ที่ส่งผลต่อคนกลุ่มต่างๆ แตกต่างกันไป ดังนั้น

ปัญหาสังคมทุกเรื่องจึงไม่ใช่ปัญหาพฤติกรรมส่วนตัว ความรู้นี้จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจ และเห็นใจปัจเจกและกลุ่มคนที่ได้รับการหล่อหลอมจากระบบและวัฒนธรรม ขณะเดียวกัน ก็เห็นความจำเป็นที่จะต้องทำงานเพื่อเปลี่ยนระบบและวัฒนธรรมในสังคมไปพร้อม ๆ กับการทำงานเปลี่ยนแปลงในระดับบุคคลและกลุ่มด้วย เนื้อหาเรื่องระบบสังคมในการอบรมของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรมนั้น ประกอบด้วยการเรียนรู้เรื่องอำนาจ และวัฒนธรรมการใช้อำนาจแบบต่าง ๆ ทั้งวัฒนธรรมอำนาจครอบงำ และวัฒนธรรมอำนาจร่วม วัฒนธรรมแบบชายเป็นใหญ่ ระบบเพศภาวะและเพศวิถี อัตลักษณ์ความเป็นชายขอบ และความเป็นกระแสหลัก ความรุนแรงเชิงโครงสร้าง และการสื่อสารสันติวิธี (ดูรายละเอียดในบทที่หนึ่ง)

รู้จักตัวเอง อุปสรรคภายในของคนทำงานเพื่อเปลี่ยนแปลงสังคมที่มักถูกมองข้าม คือการมุ่งทำความรู้จักกลุ่มเป้าหมาย ที่ตนเองหรือองค์กรต้องทำงานด้วย โดยใช้การศึกษาและวิเคราะห์ โดยมีเป้าหมายเพื่อพัฒนา หรือเปลี่ยนแปลงคนที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย แต่ประสบการณ์การทำงานอบรมนักกิจกรรมทางสังคมจากหลายประเทศของศูนย์ฯ ชี้ให้เห็นว่า คนทำงานเพื่อสังคมจำนวนไม่น้อย มักพุ่งเป้าการทำงานไปที่การเปลี่ยนแปลง “กลุ่มเป้าหมาย” ไม่ว่าจะเป็นชาวบ้าน หรือกลุ่มคนชายขอบต่าง ๆ เจ้าหน้าที่ภาครัฐ หรือกลุ่มคนที่เอารัดเอาเปรียบคนอื่นในสังคม โดยมองข้ามปัญหาในตัวเองที่ควรได้รับการแก้ไข นักกิจกรรมสังคมจำนวนไม่น้อยมองไม่เห็นความจำเป็นที่จะต้องเรียนรู้ เพื่อทำความรู้จักตนเอง และวัฒนธรรมภายในกลุ่มหรือองค์กรของตน และลืมไปว่า คนทำงานเพื่อสังคมเอง ไม่ว่าจะเป็นทู่หมัดเสียสละ และมีอุดมการณ์สูงส่งเพียงใด ก็ล้วนถูกหล่อหลอมมา โดยระบบและวัฒนธรรม ในสังคมเดียวกันกับกลุ่มคนที่เราต้องการเปลี่ยนแปลง อย่างน้อยก็เรื่องความโลภ ความโกรธ ความหลงในตัวเองในตน การใช้อำนาจ และเรื่องเพศ เป็นต้น

กระบวนการอบรมของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม เน้นให้ผู้เรียนทำความเข้าใจระบบสังคมและวัฒนธรรม ผ่านการพิจารณาเพื่อทำความรู้จักชีวิตตนเอง ตัวอย่างเช่น ในการเรียนรู้เรื่องอำนาจ ผู้เข้าอบรมจะมีโอกาสแบ่งปันว่า ตนเองมีแนวโน้มจะใช้อำนาจอย่างไร ทั้งในครอบครัวและในที่ทำงาน จากนั้นจึงเชื่อมโยงต่อไปว่า คนอื่น ๆ ในสังคมที่เขารู้จัก สถาบันหรือ

องค์กรที่เขาทำงาน และสังคมในระดับกว้าง มีแนวโน้มการใช้อำนาจอย่างไรเป็นหลัก และการใช้อำนาจในระดับต่างๆ นั้น ส่งผลให้เกิดปัญหาอะไรบ้าง จากนั้นเราจึงพูดคุยกันเรื่องแนวทางการใช้อำนาจแบบใหม่ ที่จะสามารถลดทอนความทุกข์ และแก้ไขที่สาเหตุของปัญหา ซึ่งจะช่วยให้ผู้เข้าอบรมมองเห็นแนวทางที่จะสร้างการเปลี่ยนแปลงได้ อย่างน้อยก็ในระดับส่วนตัว และหรือในสถานที่ทำงาน

การเรียนรู้ระบบและวัฒนธรรมในสังคม ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอำนาจ เพศภาวะ เพศวิถี และอัตลักษณ์ความเป็นชายขอบ และความเป็นกระแสหลัก จะช่วยให้ผู้เรียนเห็นและเข้าใจตนเอง ในเรื่องความคิด ความเชื่อฝังหัว ที่ถูกหล่อหลอมจากสังคม และที่มีอยู่ในตัวเราแต่ละคน และหาวิธีการที่จะรื้อถอนความคิดความเชื่อ และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเหล่านั้นในตัวเอง เพราะเราเชื่อว่า หากคนทำงานยังไม่สามารถรู้จักตัวเอง ไม่มีความตระหนักรู้ ไม่สามารถท้าทายและรื้อถอนตัวเองในเรื่องต่างๆ ที่กล่าวมาข้างต้น (ซึ่งไม่ได้หมายความว่า ต้องเปลี่ยนแปลงให้ได้สมบูรณ์ทั้งหมด) คงเป็นเรื่องที่ยากยิ่ง ที่เขาจะสามารถไปโน้มน้าว หรือสร้างแรงบันดาลใจให้กลุ่มคนที่เขาทำงานด้วย เพื่อให้กลุ่มคนเหล่านั้นเกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างแท้จริงได้

การรู้จักตัวเองในการอบรมของศูนย์ฯ ยังหมายถึงการรู้จักลักษณะนิสัย ภาวะอารมณ์และความรู้สึกที่สร้างความทุกข์ให้เราแต่ละคน ซึ่งเป็นผลมาจากการเลี้ยงดูและสภาพสังคมแวดล้อมในที่ทำงาน ครอบครัว และสังคมระดับใหญ่ เช่น ความโกรธ ความกลัว ความรู้สึกผิด การตัดสินตนเองหรือผู้อื่น การหลีกเลี่ยงความขัดแย้ง เป็นต้น การรู้จักตนเองในระดับนี้ จะช่วยให้เราเห็นความเป็นมนุษย์ในตัวเราและผู้อื่น เห็นที่มาที่ไปของสิ่งเหล่านี้ในตัวเรา และเห็นความจำเป็นที่จะต้องเปลี่ยนแปลงสิ่งเหล่านี้ในตัวเรา เพื่อจะทำให้การใช้ชีวิตและการทำงานของเรามีความสุขและยั่งยืน

รู้ตัว เนื้อหาในหมวดเรื่องการเรียนรู้ตัวนี้ บางครั้งเราเรียกว่า การพัฒนาจิตวิญญาณ ซึ่งหมายถึงการพัฒนาจิตใจ หรือการฝึกสติ ที่จะนำไปสู่การพัฒนาปัญญา ซึ่งจะช่วยให้ความทุกข์ของเราลดน้อยลงได้ เพราะการเรียนรู้ตัวทำให้เราสามารถเปลี่ยนแปลงความคิดและพฤติกรรมเดิมๆ ที่เคย

เป็นเหตุแห่งทุกข์ได้ เช่น ผู้เรียนหลายคนแบ่งปันว่า ตนเองไม่สามารถระงับความโกรธได้ในเวลา
ที่เผชิญเหตุการณ์ความไม่ยุติธรรม หรือไม่สามารถรับฟังคนใกล้ชิด เช่น แม่ ลูก หรือแฟนด้วย
ความอดทน ไม่ตัดสิน และไม่ตอบโต้ได้ เหตุการณ์เช่นนี้มักจะจบลงด้วยการที่คนที่เกี่ยวข้องไม่
พูดคุยกัน หรือกลายเป็นความขัดแย้งที่บั่นทอนความสัมพันธ์และสุขภาพจิตของคนทำงานเพื่อ
สังคมเอง การอบรมที่ศูนย์ฯ จึงเน้นให้ผู้เรียนทดลองฝึกการรู้ตัวเพื่อเปลี่ยนแปลงตนเอง เช่น เมื่อ
เผชิญเหตุการณ์ยุ่งยากดังที่กล่าวมา ให้ใช้ความอดทนด้วยการบอกตัวเองว่า จะฟังผู้อื่นพูดให้จบ
โดยไม่ตอบโต้หรือแนะนำ และใช้การอยู่กับลมหายใจ หรือกลับมารู้ตัวที่ฐานกาย เป็นเสมือนหลัง
ฟังในทางจิตใจในขณะที่รับฟัง หรือหากรู้ตัวว่า จะไม่สามารถโอบอุ้มความรู้สึกไม่พอใจได้ในขณะ
นั้น ก็ให้ถอยห่างจากเหตุการณ์ที่เผชิญอยู่ และจะสื่อสารก็ต่อเมื่อรู้ตัวว่า จิตใจของตนมีที่ว่าง มี
ความสงบ และพร้อมที่จะรับฟังและสื่อสารอย่างสันติวิธีกับคนใกล้ชิดได้ โดยไม่สร้างความทุกข์ให้
กันและกัน นี่คือตัวอย่างของความสัมพันธ์ระหว่างการรู้จักตัวเอง มองเห็นวิถีคิดและพฤติกรรม
ของตนเอง ซึ่งเป็นผลพวงจากการถูกหล่อหลอมโดยระบบและวัฒนธรรมในสังคม กับการรู้ตัว
ซึ่งจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงในตนเอง ในความสัมพันธ์กับผู้อื่น และในการทำงาน (อ่านเนื้อหา
เรื่องการรู้ตัว หรือการพัฒนาจิตวิญญาณเพิ่มเติมในบทที่หนึ่ง)

วิธีการอบรมแบบการเรียนรู้ด้วยหัวใจ

ดังที่กล่าวข้างต้นว่า กระบวนการเรียนรู้เรื่องสังคมตามแนวทางของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพ
และความยุติธรรม อาศัยการพิจารณาเรื่องสังคมผ่านประสบการณ์ชีวิตของผู้เรียนเอง ซึ่งเป็น
กระบวนการที่มากกว่าเพียงการคิดวิเคราะห์ หรือการเรียนรู้โดยใช้หัว (สมอง) เป็นหลัก เพราะจุด
เน้นของกระบวนการอบรมแบบนี้คือ การเข้าถึงปัญญาจากการเรียนรู้ผ่านความรู้สึก หรือเป็นการ
เรียนรู้ผ่านหัวใจ ซึ่งการเรียนรู้ผ่านความรู้สึกหรือหัวใจนั้น เป็นส่วนที่ขาดหายไปจากการศึกษา
อบรมกระแสหลัก ทั้งในระบบและนอกระบบ ด้วยความตระหนักเช่นนี้เอง กระบวนการอบรมของ
ศูนย์ฯ จึงสนับสนุนให้ผู้เรียนสัมผัสรับรู้และแบ่งปันความรู้สึก เราเชื่อว่าการเรียนรู้จากความรู้สึก
มีความสำคัญมาก เพราะเมื่อพิจารณา ทำความเข้าใจประสบการณ์ชีวิตจริง เราจะพบว่า ทั้งความ

สุขและความทุกข์เป็นเรื่องที่เกี่ยวพันกับหัวใจหรือความรู้สึกทั้งสิ้น

ตัวอย่างเช่น เรารื้อถอนความเชื่อเรื่องการร้องไห้ว่า เป็นเรื่องน่าอาย หรือแสดงถึงความอ่อนแอ โดยเฉพาะกับผู้เรียนที่เป็นผู้ชาย เราแนะนำวิธีให้ผู้เรียนสามารถอยู่กับความรู้สึกของผู้อื่น และเกื้อกูลกันในเวลาที่ผู้อื่นร้องไห้ การรับรู้ความรู้สึกคือการฟังเสียงข้างในตัวเอง โดยไม่วิ่งหนี ผลักไส ปฏิเสธ หรือวิ่งไปที่หัว (ใช้การคิดวิเคราะห์แทนการอยู่กับความรู้สึก) โดยเฉพาะกับความรู้สึกทางลบที่เกิดขึ้น เช่น ความรู้สึกโกรธ ความรู้สึกกลัว ความรู้สึกไม่มั่นคง การเปรียบเทียบตัวเองกับผู้อื่น ความรู้สึกอิจฉา การรู้ตัวที่ความรู้สึกนี้เอง ที่จะช่วยผู้เรียนค่อย ๆ รู้จัก เข้าใจ และยอมรับตัวเอง จากนั้นเราจึงช่วยดึงผู้เรียนไปสู่ระดับปัญญา ด้วยการพิจารณาว่า ความรู้สึกนั้น ๆ เกิดจากอะไร และมันบอกถึงอะไรที่นอนนิ่งอยู่ภายในจิตใจเรา ที่เราต้องทำความเข้าใจและเปลี่ยนแปลงแก้ไข การอบรมตามแนวของศูนย์ฯ เป็นไปตามความเชื่อที่ว่า ปัญญาของคนเราเกิดจากการเปิดใจรับรู้ และสัมผัสกับความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากเหตุการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตแต่ละวัน

แนวคิดเรื่องสุขภาวะผู้หญิง

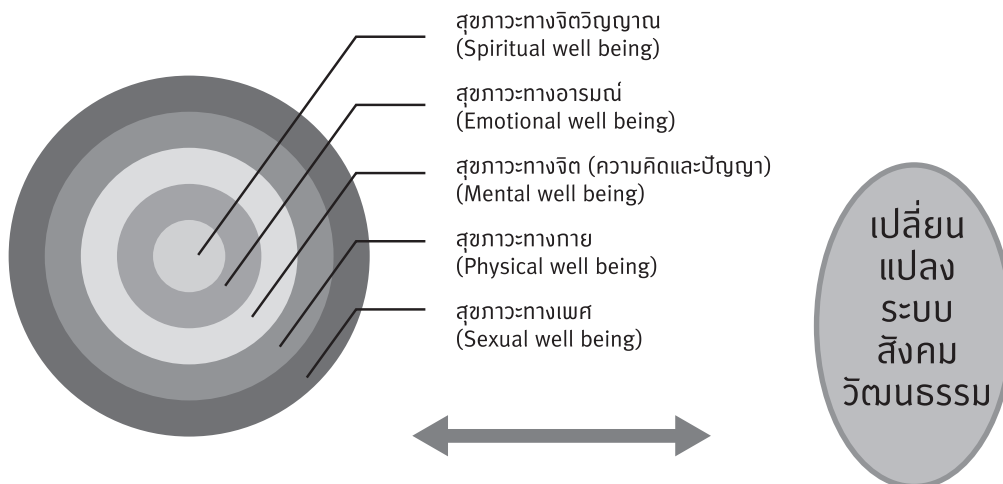
ผู้เขียนเชื่อว่า การที่ผู้หญิงคนหนึ่งจะมีสุขภาวะที่ดีได้นั้น ต้องประกอบไปด้วยสุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางอารมณ์ สุขภาวะทางปัญญา (มีความคิดความเข้าใจในตนเอง ผู้อื่น และสังคม) สุขภาวะทางเพศ (การรู้จักตัวเองในเรื่องร่างกาย ความเป็นเพศ เพศวิถี และเพศสัมพันธ์) และสุขภาวะทางจิตวิญญาณ (ความสุขสงบของจิตใจ) สุขภาวะทั้ง 5 ส่วนนี้เชื่อมโยงสัมพันธ์กัน และส่งผลถึงกัน และกันอย่างลึกซึ้ง และล้วนได้รับอิทธิพลจากระบบต่าง ๆ ในสังคม ตั้งแต่สถาบันครอบครัว การศึกษา ข่าวสารและสื่อมวลชน การเมือง ศาสนา วัฒนธรรม การบริโภค ระบบเศรษฐกิจ กฎหมาย การแพทย์และสาธารณสุข วิถีชีวิต และสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ

กระบวนการอบรมของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม ให้ความสำคัญกับการดูแลฟื้นฟูสุขภาวะทั้ง 5 ส่วนของผู้เรียนไปพร้อม ๆ กัน ทั้งการดูแลใส่ใจเรื่องอาหารเพื่อสุขภาพ การออกกำลังกายโดยการฝึกโยคะ ขี่จักรยาน หรือเดินเล่น การฝึกสมาธิภาวนาเพื่อพัฒนาจิตใจ

และรับมือกับอารมณ์ความรู้สึกที่ยุ่งยากในชีวิต และการเรียนรู้เรื่องตัวเองและเพื่อนผู้เรียน การเรียนรู้เรื่องวัฒนธรรมและระบบต่างๆ ในสังคม โดยเน้นที่การฟื้นฟูอำนาจภายใน และการรื้อถอนความคิดความเชื่อผิด ๆ ที่ส่งผลต่อสุขภาวะของเราและสังคมโดยรวม

โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อทบทวนฐานคิดและวิธีการทำงาน เรื่องความเสมอภาคและความยุติธรรมทางเพศนี้ เป็นกลยุทธ์หนึ่งในหลายกลยุทธ์ของโครงการสุขภาวะผู้หญิง ที่ต้องการผลักดันให้ปัญหาสุขภาวะของผู้หญิงไทยได้รับการแก้ไขอย่างเป็นองค์รวม การอบรมนี้จึงนำเสนอการดูแลสุขภาพอย่างเป็นองค์รวม ให้กับผู้ที่ทำงานในประเด็นผู้หญิงและความยุติธรรมทางเพศ เพื่อสร้างความเข้มแข็งให้ปัจเจก ขณะเดียวกัน ก็สร้างกลุ่มกัลยาณมิตรที่จะร่วมเป็นพลังในการเปลี่ยนแปลงระบบต่างๆ เพราะเราตระหนักว่า มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องแก้ไข และสร้างสิ่งใหม่ๆ ในระบบต่างๆ ของสังคมไทย ไม่ว่าจะเป็นแนวคิด นโยบาย แผนงาน กิจกรรมในสถาบันต่างๆ ที่กล่าวมาข้างต้น เพื่อเป็นเหตุปัจจัยให้ผู้หญิงไทยมีสุขภาวะที่ดี ปลอดภัย เท่าเทียม และมีความสุข

เปลี่ยนแปลงผู้หญิง



Any great change must expect opposition, because it shakes the very foundation of privilege.

Lucretia Coffin Mott

การเปลี่ยนแปลงที่ยิ่งใหญ่ใดๆ ต้องพบกับการต่อต้าน เพราะมันไปเขย่ารากฐานของความมือกีสิทธิ์

ลูเครเชีย คอฟฟิน มอตต์

Mindfulness must be engaged. Once there is seeing, there must be acting. Otherwise, what is the use of seeing? We must be aware of the real problems of the world. Then, with mindfulness, we will know what to do and what not to do to be of help...

Thich Nhat Hanh

การมีสติรู้ตัวต้องไม่แยกจากความเป็นไปของสังคม เมื่อใดที่เกิดการเห็น ก็จะต้องมีปฏิบัติการ หากไม่แล้วการเห็นนั้นจะมีประโยชน์อันใดเล่า เราต้องตระหนักถึงปัญหาที่แท้จริงของโลก และด้วยสติรู้ตัวนี้เอง เราจะรู้ว่าควรต้องทำอะไรหรือไม่ทำอะไรเพื่อที่จะเป็นประโยชน์

ติช นัท ฮันห์



บทที่หนึ่ง

แนวคิดการทำงานเพื่อ สร้างความยุติธรรมทางเพศ

ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม ใช้กรอบคิดสตรีนิยมแนวจิตวิญญาณเพื่อความ เป็นธรรมเป็นฐานขององค์ความรู้ ที่จะช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจสภาพปัญหาและสาเหตุของความไม่ เป็นธรรมทางเพศ และความไม่เป็นธรรมรูปแบบอื่น พร้อม ๆ กับการมองภาพสังคมหรือวัฒนธรรม แบบใหม่ และเสนอวิธีการหรือแนวทาง ที่เราจะสร้างสังคมที่เป็นธรรมให้เกิดขึ้นได้จริง โดยอย่าง น้อยก็เริ่มได้ภายในกลุ่มผู้ที่ทำงานด้านความยุติธรรมทางเพศ องค์ความรู้นี้ประกอบด้วยแนวคิด ดังต่อไปนี้

แนวคิดเรื่องวัฒนธรรมครอบงำและวัฒนธรรมอำนาจร่วม (Dominant and Partnership Models)

ริอาน ไอสเลอร์ (Eisler 2002) นักประวัติศาสตร์และนักกิจกรรมสังคมสตรีนิยม เสนอความคิด เรื่องระบบความสัมพันธ์ของมนุษย์ว่า มีอยู่ 2 รูปแบบ คือ รูปแบบวัฒนธรรมครอบงำ (dominant model) และรูปแบบวัฒนธรรมอำนาจร่วม (partnership model) โดยเธออธิบายว่า รูปแบบ วัฒนธรรมครอบงำนั้น มีลักษณะสำคัญ 4 ประการ คือ (1) เป็นสังคมอำนาจนิยม (authoritarian) ที่มีโครงสร้างแบบลดหลั่นชั้นอำนาจ (hierarchical) และเป็นฐานที่เอื้อให้เกิดการใช้อำนาจเหนือ

กว่า (2) เป็นสังคมแบบวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ (3) เป็นสังคมที่ยอมรับว่าความรุนแรงเป็นส่วนหนึ่งของสังคมหรือสถาบัน ไม่ว่าจะเป็นความรุนแรงต่อเด็ก ความรุนแรงต่อผู้หญิง หรือสงคราม และ (4) เป็นสังคมที่มีชุดการสอนและความเชื่อว่าความสัมพันธ์แบบครอบงำนั้นเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ หรือเห็นว่าความสัมพันธ์เช่นนั้นเป็นสิ่งที่ยอมรับได้ในทางศีลธรรม เช่น การยอมรับการฆ่าล้างเผ่าพันธุ์ชนกลุ่มน้อย การที่ชุมชนใช้ก้อนหินขว้างปาเพื่อฆ่าผู้หญิงหม้าย หรือการเฆี่ยนตีเด็กเพื่อบังคับให้พวกเขาเห็นคล้อยตามความคิดบางอย่างของผู้ใหญ่

รูปแบบวัฒนธรรมอำนาจร่วม เป็นรูปแบบความสัมพันธ์ที่ต่างออกไปจากรูปแบบวัฒนธรรมครอบงำ และมีลักษณะสำคัญ คือ (1) มีโครงสร้างสังคมที่เป็นประชาธิปไตย และเชื่อมั่นในความเสมอภาคของมนุษย์ (2) เป็นสังคมที่มีความเท่าเทียมระหว่างเพศหญิงและชาย (3) เป็นสังคมที่ยอมรับความรุนแรงได้น้อย ไม่ว่าจะเป็นความรุนแรงรูปแบบใดก็ตาม หรือพูดอีกอย่างหนึ่งว่าเป็นสังคมที่ไม่ยอมรับให้ความรุนแรงเป็นส่วนหนึ่งของสถาบัน และ (4) มีความเชื่อในธรรมชาติของมนุษย์ ที่มีความเห็นอกเห็นใจและเคารพซึ่งกันและกัน และเห็นคุณค่าของลักษณะความเป็นหญิง เช่น การใส่ใจดูแล สันติวิธี และนำคุณค่าเหล่านั้นมาปรับใช้เป็นแนวนโยบายของสังคม ซึ่งริอาน ไอล์เลอร์กล่าวว่า เราสามารถเห็นลักษณะสังคมแบบใช้อำนาจร่วมที่กล่าวมานี้ได้ ในกลุ่มชนเผ่าบางแห่งทั้งในอดีตและปัจจุบัน และในประเทศที่ก้าวหน้าทางเทคโนโลยีและอุตสาหกรรม เช่น กลุ่มประเทศสแกนดิเนเวีย เป็นต้น

กล่าวโดยสรุป วัฒนธรรมครอบงำ เป็นวัฒนธรรมที่กลุ่มคนที่มีอัตลักษณ์ครอบงำ (dominant identity) หรืออัตลักษณ์กระแสหลัก มีอำนาจในการกำหนดนโยบาย ตัดสินใจเรื่องที่สำคัญ จัดสรรทรัพยากร กำหนดกติกาของสังคม และกำหนดทิศทางของวัฒนธรรมประเพณี โดยกระทำผ่านสถาบันต่างๆ ของสังคม สังคมหรือองค์กรแบบครอบงำมักมีระบบสื่อสารแบบบนลงล่าง มีการตัดสินใจแบบรวมศูนย์ โดยผู้ที่มีตำแหน่งสูงเพียงไม่กี่คน มีการสืบทอดอำนาจผ่านเครือญาติ และพวกพ้อง ใช้การควบคุมและการครอบงำผ่านการสั่งการเป็นลำดับชั้น ซึ่งวัฒนธรรมแบบนี้ส่งผลให้เกิดการพึ่งพา ความกลัว การสยบยอม สมาชิกขาดความไว้วางใจซึ่งกันและกัน มีการ

เล่นพรรคเล่นพวก และมีการทุจริต

สังคมหรือองค์กรที่ใช้รูปแบบวัฒนธรรมอำนาจร่วม คือสังคมที่ความสัมพันธ์ระหว่างผู้คนตั้งอยู่บนพื้นฐานการพึ่งพาอาศัย การแบ่งปัน การเอาใจใส่ และการส่งเสริมศักยภาพให้กับทุกคนในทุกบริบท การใช้อำนาจร่วมเกิดขึ้นได้ตั้งแต่ในความสัมพันธ์ระหว่างคนเพียง 2 คน ความสัมพันธ์ในครอบครัว ชุมชน กลุ่ม องค์กร สถาบัน และระหว่างรัฐกับประชาชน หรือรัฐกับรัฐ รวมไปถึงระหว่างมนุษย์และธรรมชาติ

ริอาน ไอสเลอร์ (Eisler 1995) ยังอธิบายให้เห็นถึง ความแตกต่างระหว่างรูปแบบวัฒนธรรมครอบงำและวัฒนธรรมอำนาจร่วม ในมิติต่าง ๆ ของชีวิตมนุษย์ ดังในตารางต่อไปนี้

มิติต่าง ๆ ของชีวิต	รูปแบบวัฒนธรรมครอบงำ	รูปแบบวัฒนธรรมอำนาจร่วม
ความสัมพันธ์ทางเพศ	กำหนดให้ผู้ชายมีสถานภาพสูงกว่าผู้หญิง และเชื่อว่าความเป็นชายมีค่ามากกว่าความเป็นหญิง	ทั้งชายและหญิง ความเป็นชายและความเป็นหญิง มีคุณค่าเสมอกัน
ความรุนแรง	มีความรุนแรงเชิงสถาบันในระดับที่สูง เช่น สงคราม ความรุนแรงทางสังคม การกระทำชำเรา และความรุนแรงภายในครอบครัว ความรุนแรงเป็นเสมือนส่วนหนึ่งของสังคม มีการให้รางวัลและการลงโทษเพื่อควบคุมให้เป็นไปตามคำสั่ง	มีความรุนแรงเชิงสถาบันอยู่ในระดับที่ต่ำ ไม่ยอมรับให้ความรุนแรงเป็นส่วนหนึ่งของสังคม
โครงสร้างสังคม	การปกครองแบบลดหลั่นชั้นอำนาจ นิยมใช้อำนาจ และมีวัฒนธรรมแบบชายเป็นใหญ่	เป็นโครงสร้างสังคมแบบส่งเสริมความเสมอภาคด้านต่าง ๆ (ไม่ว่าจะเป็นด้านเพศ สีมิว ศาสนา รสนิยมทางเพศ หรือชนชั้น) แทนการให้คุณค่าว่า ใครดีกว่า หรือด้อยกว่า โดยตัดสินจากความแตกต่างของผู้คน

มิติต่าง ๆ ของชีวิต	รูปแบบวัฒนธรรมครอบงำ	รูปแบบวัฒนธรรมอำนาจร่วม
การสื่อสาร	การสื่อสารแบบทางเดียว จากบนลงล่าง มีการแบ่งปันข้อมูลเฉพาะในหมู่ผู้นำ ให้ความสำคัญมักเป็นเหตุผลในการปกปิดความลับ การวิพากษ์วิจารณ์ หรือการแสดงความคิดเห็นที่ต่างออกไปจากผู้นำ จะถูกมองว่าเป็นการท้าทายผู้นำ	มีการแลกเปลี่ยนแบ่งปันข้อมูลในหมู่สมาชิก มีการประชุม และปรึกษาหารือกันอย่างสม่ำเสมอ มีวัฒนธรรมการให้ และรับฟังการสะท้อนความคิดเห็นระหว่างกัน ยอมรับ และเปิดกว้างสำหรับคำวิพากษ์วิจารณ์
การตัดสินใจ	ผู้นำเป็นผู้ตัดสินใจ หรือเสนอทางออกให้กับกลุ่ม	ให้ความสำคัญกับฉันทามติ เปิดโอกาสให้สมาชิกมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ และการดำเนินงานให้เป็นไปตามแผน มีการติดตามและตรวจสอบการปฏิบัติงาน มีการประเมินผล จากทั้งบุคคลภายในและภายนอกหน่วยงานอย่างสม่ำเสมอ
อำนาจและการใช้ทรัพยากร	มีการใช้อำนาจ และส่งต่ออำนาจในหมู่ผู้นำ เพื่อน และทายาทที่อยู่ระดับบน ตำแหน่งและกลุ่มต่างๆ มีบทบาทและความรับผิดชอบที่ไม่ชัดเจน ผู้นำเป็นผู้กำหนดการใช้ทรัพยากร และมักปกปิดข้อมูลเรื่องนี้เป็นความลับ	คณะกรรมการเป็นตัวแทนที่มาจากกลุ่มต่างๆ ใช้อำนาจร่วม มีการวางบทบาท ความรับผิดชอบ และกำหนดอำนาจในการตัดสินใจของบุคคล กรรมการ ส่วนงานหรือตำแหน่งอย่างชัดเจน และมีการตรวจสอบอย่างสม่ำเสมอ ตัวแทนจากกลุ่มต่างๆ ร่วมกำหนดการใช้ทรัพยากรตามความจำเป็น

มิติต่าง ๆ ของชีวิต	รูปแบบวัฒนธรรมครอบงำ	รูปแบบวัฒนธรรมอำนาจร่วม
เพศวิถี	การบังคับ เป็นวิธีการหลักในการเลือกคู่ รวมถึงการมีเพศสัมพันธ์และการมีลูก ผู้ชายมีอำนาจในการควบคุมเพศสัมพันธ์ (เช่น มีเมื่อไร หรือมีแบบใด) และมองว่าการที่ผู้หญิงเก็บกดความต้องการทางเพศ หรือแสดงออกในเรื่องนี้ด้วยความอาย ความไม่เพียงสาและความกลัว เป็นความโรแมนติก	การเคารพซึ่งกันและกัน และการมีอิสรภาพเป็นแนวทางและหลักการหลักในการเลือกคู่ การมีเพศสัมพันธ์และการมีลูก การมีเพศสัมพันธ์เป็นผลของความผูกพันระหว่างคนสองคนที่ต่างให้และรับความสุข และความพึงพอใจแก่กันและกัน รวมไปถึงการมีลูกด้วย
จิตวิญญาณ	ผู้ชายและมิติเรื่องจิตวิญญาณมีความสูงส่งเหนือกว่าผู้หญิงและธรรมชาติ (พระเจ้าอยู่เหนือธรรมชาติ) ความเชื่อนี้ อนุญาตและสร้างความชอบธรรมให้กับการครอบครอง การควบคุม และแสวงหาประโยชน์จากผู้หญิงและธรรมชาติ อำนาจที่ควบคุมจักรวาลแสดงออกด้วยภาพของการลงโทษที่มีอยู่จริง ไม่ว่าจะเป็นภาพของพ่อที่ทุกคนต้องเชื่อฟัง และยอมรับความเจ็บปวด และการลงโทษที่โหดร้าย แม้ที่โหดเหี้ยม ซาดาน หรือสัตว์ประหลาด	ให้ความสำคัญแก่ มิติจิตวิญญาณของผู้หญิง และธรรมชาติที่ให้กำเนิด และเกื้อกูลชีวิต พอ ๆ กับอำนาจของผู้ชาย มิติเรื่องจิตวิญญาณมีความเชื่อมโยงกับการเห็นอกเห็นใจ และความเสมอภาคระหว่างมนุษย์ เรื่องเกี่ยวกับพระเจ้าหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์แสดงออกผ่านเทพนิยาย และสัญลักษณ์แห่งความรักที่ไม่มีเงื่อนไข

มิติต่าง ๆ ของชีวิต	รูปแบบวัฒนธรรมครอบงำ	รูปแบบวัฒนธรรมอำนาจร่วม
อำนาจและความรัก	อำนาจที่สูงที่สุด คืออำนาจในการควบคุมครอบงำ และการทำลาย ความรักและความพิศواس มักถูกใช้เป็นข้ออ้างของการกระทำความรุนแรง การทำร้าย และการแสวงหาประโยชน์ของคนที่มีอำนาจควบคุม เช่น การฆ่าหรือตบตีภรรยา โดยแฟนหรือสามี ที่อ้างว่าทำไปเพราะภรรยานอกใจ หรือการทำสงครามเพื่อให้เกิดสันติภาพ หรือเพื่อพระเจ้า เป็นต้น	อำนาจที่สูงที่สุด คือการให้ การดูแลเอาใจใส่ และการเกื้อกูล ให้พลังแก่ชีวิต ความรักคือการแสดงออกถึงความสูงสุดแห่งพัฒนาการของมนุษย์

ริอาน ไอส์เลอร์ ยังชี้ให้เห็นถึงลักษณะและคุณค่า ที่แตกต่างกันของสองวัฒนธรรมนี้ ไว้ในตารางข้างล่าง (Eisler and Loye 1998)

รูปแบบวัฒนธรรมครอบงำ	รูปแบบวัฒนธรรมอำนาจร่วม
สร้างความกลัว	สร้างความไว้วางใจ
ให้คุณค่าเรื่องการแพ้และชนะ	ชนะทั้งสองฝ่าย
นิยมใช้อำนาจเหนือกว่า	ส่งเสริมการใช้อำนาจร่วม
สังคมแบบวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่	ส่งเสริมความเท่าเทียมทางเพศ
นิยมใช้การควบคุม	เน้นที่การดูแลใส่ใจ
การจัดลำดับชั้นคนในสังคม	เน้นการเกื้อกูลกัน และความสัมพันธ์แนวนราบ
มีเพียงฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดเท่านั้นที่ได้ประโยชน์	ทุกฝ่ายได้ประโยชน์ร่วมกัน
ใช้กลยุทธ์ตลบตะแลง	สื่อสารอย่างเปิดเผย

รูปแบบวัฒนธรรมครอบงำ	รูปแบบวัฒนธรรมอำนาจร่วม
ทำลาย	สันติภาพ
ใช้วิธีการปกปิดความลับ	เปิดเผยและพร้อมที่จะรับผิดชอบ
คนถูกสอนให้ควบคุม และเอาชนะธรรมชาติ	คนมีความเคารพธรรมชาติ
สอนให้ผู้คนปฏิบัติตามกัน หรือเลียนแบบกัน (เน้นความเหมือน)	ส่งเสริมให้คนมีความคิดสร้างสรรค์
กลุ่มคนที่แตกต่าง ถูกมองว่ามีความด้อยกว่า	ชื่นชมและเห็นคุณค่าของความแตกต่างหลากหลาย
เห็นเพศหญิงและเพศชายเป็นขั้วตรงข้าม	เห็นว่าผู้หญิงและผู้ชาย เป็นมนุษย์ที่มีความแตกต่าง และต่างก็มีคุณค่า
เชื่อว่าความเป็นเพศชายมีคุณค่าในการควบคุม และให้คุณค่ากับการปกครอง	ยกย่องและให้คุณค่ากับลักษณะความเป็นหญิง เช่น การใส่ใจผู้อื่น และไม่ใช้ความรุนแรง
ยกย่องผู้ชายที่มีภาพลักษณ์แบบวีรบุรุษที่ใช้ความรุนแรง	ยกย่องผู้ชายที่มีภาพลักษณ์เป็นคนอ่อนโยน และใส่ใจผู้อื่น
ไม่ให้คุณค่าความเป็นเพศหญิง และเห็นว่ายอมจำนน	ให้คุณค่าความเป็นเพศหญิง ว่ามีความสร้างสรรค์ และเกื้อกูล
ผู้หญิงถูกจับใส่กลอง และกำหนดให้เป็นผู้หญิงดี ได้แก่ ผู้หญิงมีความบริสุทธิ์หรือเป็นแม่ และผู้หญิงเลว ได้แก่ แม่เมดหรือโสเภณี	ผู้หญิงเป็นผู้มีอำนาจตามสิทธิของตน ไม่ตัดสินว่าดีหรือเลว
ผู้นำมักเป็นผู้ชายที่ออกคำสั่ง	ทั้งผู้หญิงและผู้ชายต่างเป็นผู้นำได้ และมีหน้าที่ส่งเสริมให้ผู้คนได้ทำงานเพื่อเป้าหมายร่วมกัน
ใช้กฎหมายและคำสั่ง ในการควบคุมสังคม	ใช้ความเคารพระหว่างกัน เป็นหัวใจของกฎหมายและคำสั่ง แทนการควบคุม

รูปแบบวัฒนธรรมครอบงำ	รูปแบบวัฒนธรรมอำนาจร่วม
ให้ความสำคัญกับความขัดแย้ง และใช้ความรุนแรงในการควบคุมจัดการ	ยอมรับว่าความขัดแย้งเป็นเรื่องธรรมชาติ และใช้สันติวิธีในการแก้ไข
เชื่อว่าโลกเป็นวัตถุที่มนุษย์จะต้องควบคุม และแสวงประโยชน์	เชื่อว่าโลกเป็นสิ่งมีชีวิต และมนุษย์เราเป็นส่วนหนึ่งของโลก

กรอบคิดที่รื้อาน ไอส์เลอร์นำเสนอนี้ ช่วยให้เราเห็นลักษณะ คุณค่า และโครงสร้างของวัฒนธรรมครอบงำและวัฒนธรรมอำนาจร่วม ที่กว้างไปกว่าความไม่เท่าเทียมทางเพศเท่านั้น กรอบนี้ชี้ว่า ในการทำงานเรื่องเพศ เราจำเป็นต้องมองถึงการเปลี่ยนแปลงไปสู่รูปแบบวัฒนธรรมอำนาจร่วมในหลากหลายมิติ หาไม่คนทำงานหรือนักเคลื่อนไหวทางสังคม องค์กร หรือขบวนการทางสังคม อาจผลิตซ้ำวัฒนธรรมครอบงำภายในขบวนการของตนเอง เช่น การรวมศูนย์อำนาจ การตัดสินใจ การใช้อำนาจเหนือกว่า การครอบงำทางความคิด การนิยมมีโครงสร้างลดหลั่นชั้นอำนาจภายในองค์กร หรือการมีระบบอภิสิทธิ์สำหรับคนบางกลุ่ม เป็นต้น

เราต้องไม่ลืมว่า ผู้หญิงหรือชนกลุ่มน้อยทางเพศภาวะและเพศวิถี ก็ล้วนเติบโตและถูกหล่อหลอมมาจากวัฒนธรรมครอบงำทั้งสิ้น หากเรามองข้ามโครงสร้างทางวัฒนธรรมเช่นนี้ เราก็อาจกลายเป็นผู้สืบทอดวัฒนธรรมนี้ไปด้วยอย่างง่ายดาย เพราะภายในกลุ่มผู้หญิงหรือชนกลุ่มน้อยทางเพศภาวะและเพศวิถีเอง ก็อาจมีการครอบงำและใช้อำนาจระหว่างกันได้ โดยใช้อัตลักษณ์ กระแสหลักหรือแหล่งอำนาจที่แต่ละคนมี เช่น อายุมากกว่า ตำแหน่งสูงกว่า ระดับการศึกษาสูงกว่า หรือมีสถานภาพทางสังคม ชนชั้น และฐานะทางเศรษฐกิจสูงกว่า เป็นต้น ความยุติธรรมทั้งด้านเพศภาวะและเพศวิถี เป็นเป้าหมายที่สำคัญยิ่งในการเปลี่ยนแปลงสังคมภายนอก แต่เป้าหมายและกระบวนการที่สำคัญไม่น้อยไปกว่ากันคือ การทำงานสร้างความเท่าเทียมแบบวัฒนธรรมอำนาจร่วมในเรื่องอื่นๆ ในระหว่างคนทำงานทางสังคมด้วยกันเอง

แนวคิดเรื่องอำนาจ

นักคิดและนักกิจกรรมสตรีนิยมแนวคิดวิญญานที่ทำงานเปลี่ยนแปลงสังคม ซึ่งมีชื่อเสียงระดับโลกหลายคน ใช้แนวความคิดเรื่องอำนาจและวิธีการใช้อำนาจแบบต่าง ๆ เป็นแนวทางในการทำความเข้าใจปัญหาที่ซับซ้อนของสังคม โดยการชี้ให้เห็นผลของการใช้อำนาจแบบวัฒนธรรมครอบงำ ที่ส่งผลให้มนุษย์เราประสบกับปัญหาสังคมต่าง ๆ เช่น ความยากจน การกดขี่ทางเพศ ชนชั้น ขาดดิพันธุ์ สีมืด สงคราม และความขัดแย้ง วิธีชีวิตที่ติดอยู่ในกับดักของบริโภคนิยมและวัตถุนิยมของโลกอุตสาหกรรม ทำให้เรารู้สึกแปลกแยก แข่งขันกันเอง โดดเดี่ยว และอาจต้องเผชิญความเจ็บป่วยจากวิถีชีวิตแบบนี้ วิถีชีวิตแบบบริโภคนิยมและวัตถุนิยม ยังนำมาซึ่งการทำลายธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมที่เกิดขึ้นทั่วโลก สภาพเหล่านี้ ทำให้ผู้คนมากมายอยู่ในภาวะของความสิ้นหวัง ขาดความมั่นใจ ความปลอดภัย ความสุข และความมั่นคงในชีวิต ในขณะเดียวกัน ก็มีผู้คนจำนวนไม่น้อยที่มีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสถานะที่เลวร้ายเช่นนี้ด้วยอาการเย็นชา การปฏิเสธ หรือหลีกเลี่ยงปัญหา ทั้งของตนเองและเพื่อนมนุษย์คนอื่น ๆ

กรอบแนวคิดเรื่องอำนาจตามแนวคิดสตรีนิยมแนวคิดวิญญาน เสนอรูปแบบวิธีการใช้อำนาจร่วมเป็นแนวทางออกจากปัญหาที่กล่าวมาข้างต้น นักคิดนักกิจกรรมสตรีนิยมเหล่านี้อยู่ในแถวหน้าของการทำงานด้านสันติภาพ การสร้างความยุติธรรมทางเพศ สีมืดและชนชั้น งานต่อต้านนิวเคลียร์และสงคราม และงานปกป้องระบบนิเวศของโลก

โจอันนา เมซี (Macy and Brown 1998) นักปรัชญาและนักกิจกรรมด้านนิเวศวิทยาแนวคิดวิญญาน ผู้ซึ่งมีส่วนในการพัฒนาทฤษฎีระบบ (systems theory) เห็นว่ามีกระบวนการทัศน์ในการมองโลกอยู่สองแบบ ที่ส่งผลต่อความคิดความเข้าใจเรื่องอำนาจที่แตกต่างกัน แบบที่หนึ่ง ได้แก่ กระบวนทัศน์ที่เห็นว่าโลกนี้ประกอบขึ้นด้วยธาตุต่าง ๆ ที่แยกจากกัน เช่น ก้อนหิน พืช ผู้คน สัตว์ รวมถึงธาตุและสสารต่าง ๆ นักคิดที่มีอิทธิพลต่อกระบวนทัศน์นี้คือ อริสโตเติล นิวตัน และกาลิเลโอ นักคิดผู้ขายเหล่านี้เชื่อว่า นอกจากสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในโลกจะไม่มี ความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันแล้ว ยังมีปฏิกิริยาผลลัทธิกันและกัน หรือเป็นปฏิกิริยาต่อกันและกันอีกด้วย ด้วยโลกทัศน์เช่น

นี้ อำนาจจึงถูกให้ความหมายเชื่อมโยงกับการครอบงำ (domination) ของสิ่งหนึ่งต่อสิ่งอื่นๆ และในความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ ความหมายของอำนาจเช่นนี้หมายถึง การที่บุคคลคนหนึ่งๆ จะพยายามกระทำการใดก็ตาม เพื่อจำกัดทางเลือกของคนอื่น ที่เรียกกันว่าการใช้อำนาจเหนือกว่า (power over) ซึ่งหมายความว่า หากฝ่ายหนึ่งมีอำนาจมากเท่าไร ก็จะทำให้อีกฝ่ายหนึ่งมีอำนาจน้อยลงเท่านั้น และส่งผลให้เกิดฝ่ายที่ชนะและฝ่ายที่พ่ายแพ้ ในโลกทัศน์แบบนี้ การมีอำนาจเป็นสิ่งที่เชื่อมโยงอยู่กับการอยู่ยงคงกระพันอย่างถาวร และนำมาซึ่งการป้องกันตัวเอง การติดอาวุธ และการสร้างความเข้มงวดแบบตายตัว เพื่อจะทำให้บุคคลหนึ่งหรือกลุ่มหนึ่งมีอำนาจเพิ่มมากขึ้น และไม่มีโอกาสที่จะถูกครอบงำ ทำลาย ทำให้พ่ายแพ้ หรือถูกเปลี่ยนแปลงโดยอีกฝ่ายหนึ่ง

โจอันนา เมซีเห็นว่า กระบวนทัศน์และความหมายของอำนาจแบบนี้ไม่ถูกต้อง และไม่สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงของโลก เพราะระบบของสิ่งมีชีวิตทั้งหมดมีวิวัฒนาการ ซึ่งหมายความว่าระบบของสิ่งมีชีวิตย่อมมีการเปลี่ยนแปลง ไม่ตายตัว มีความยืดหยุ่น สามารถฟื้นตัวเองได้ และมีปัญญา การที่ระบบชีวิตเป็นดังนี้ได้ก็เพราะ มันเป็นระบบที่เปิดตัวต่อกระแสการเปลี่ยนแปลงของสสาร พลังงาน และข้อมูล มีการประสานความแตกต่างหลากหลายผ่านการมีปฏิสัมพันธ์ การหมุน หรือเคลื่อนตัวของความสัมพันธ์ที่ซับซ้อน และมีกลยุทธ์ที่ยืดหยุ่น โจอันนา เมซีกล่าวว่า กระบวนทัศน์ในการเข้าใจโลกและระบบชีวิตในรูปแบบนี้ มองเห็นว่าอำนาจหมายถึงการมีส่วนร่วม การแบ่งปัน การเปิดกว้าง การมีความสัมพันธ์แบบพึ่งพาและเชื่อมโยงกัน มีความยืดหยุ่น และเปลี่ยนแปลง ที่เรียกกันว่า อำนาจร่วม (power with, shared power, or power sharing)

สตาร์ฮอว์ก (Starhawk 1997) นักสตรีนิยมแนวจิตวิญญาณที่ทำงานด้านสันติวิธี ความเท่าเทียมทางเพศ และสิ่งแวดล้อม เห็นพ้องกับโจอันนา เมซีว่า กระบวนทัศน์แบบครอบงำที่มองเห็นสิ่งต่างๆ อย่างแยกส่วนนี้ ทำให้คนมีความเห็นต่าง และแปลกแยกจากธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม สัตว์ และมนุษย์ด้วยกันเอง สำคัญของกระบวนทัศน์แบบครอบงำนี้ คือการทำให้คนไม่รู้สึกว่าคุณเป็นส่วนหนึ่งของโลก และอำนาจเหนือกว่าที่เป็นแกนกลางของโลกทัศน์หรือความสัมพันธ์แบบครอบงำ ก็ส่งผลให้มนุษย์เรามองโลก ชีวิต และการพัฒนาสังคมแบบแยกส่วน ที่เห็น

ได้ชัดคือ ระบบการศึกษาแบบแยกส่วน รวมไปถึงจิตวิทยาแบบซิกมันด์ ฟรอยด์ (ที่ยังเป็นกรอบคิดหลักของการศึกษาด้านจิตวิทยาในบ้านเรา) ที่เห็นว่า แรงขับและต้นหาคะของมนุษย์เป็นอันตราย นอกจากนี้ ระบบคิดของวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ก็ได้ยึดเอาโลกทัศน์แบบแบ่งแยกและครอบงำมาใช้กับธรรมชาติ ผ่านการใช้สารเคมีกับดิน น้ำ และอากาศ ส่งผลต่อการทำลายธรรมชาติและผู้คนที่บริโภคผลผลิตผลที่มาจากธรรมชาติเหล่านี้

สตาร์ฮอว์กเป็นนักฝึกอบรมคนทำงานด้านสันติวิธี ที่พูดถึงอำนาจอีกรูปแบบหนึ่ง ที่เธอเรียกว่าอำนาจภายใน (power within) เธอกล่าวว่า เราสามารถเห็นตัวอย่างรูปธรรมของอำนาจภายในที่ดำรงอยู่ในสิ่งมีชีวิตในหลายรูปแบบ เช่น จากเมล็ดพืชที่แตกหน่ออ่อน จากการดูแลของเรที่เติบโต อำนาจภายในเป็นแรงผลักดันให้คนเราคิดสร้างสรรค์ ทอผ้า ทำงานศิลปะ เขียนหนังสือ และตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ซึ่งอำนาจที่ว่ามาทั้งหมดนี้ แตกต่างอย่างสิ้นเชิงจากอำนาจที่ถูกให้ความหมายว่า คือการครอบงำ ควบคุม และคุกคามเพื่อทำลาย สตาร์ฮอว์กกล่าวว่า อำนาจในความหมายใหม่นี้ เชื่อมโยงกับรากของคำว่าอำนาจในภาษาละตินว่า “podere” ซึ่งแปลว่า “สามารถ” (to be able) หรือศักยภาพ ซึ่งเป็นอำนาจที่มาจากภายในของบุคคลหรือกลุ่มคน และในกระบวนการอบรมของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม บางครั้งเราเรียกอำนาจภายในเช่นนี้ว่าเป็น “ภาวะทางจิตวิญญาณ”

ประเภทของอำนาจ

ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม ศึกษาและประยุกต์แนวความคิดเรื่องอำนาจและประเภทของอำนาจ จากนักคิดและนักกิจกรรมผู้หญิงที่นำเสนอข้างต้น รวมถึงนักสตรีนิยมคนอื่นๆ และได้รวบรวมประสบการณ์จากการนำแนวคิดนี้ มาประยุกต์ใช้ในการจัดกระบวนการอบรมนักกิจกรรมสังคม โดยได้ขยายความและแยกประเภทของอำนาจเพิ่มเติมไว้ ดังนี้

อำนาจเหนือกว่า (power over) หมายถึง การที่บุคคล กลุ่มคน สถาบัน รัฐหรือชาติ ใช้แหล่งอำนาจของตนที่มีอยู่ เช่น เพศ ระดับการศึกษา ตำแหน่งหน้าที่ สถานภาพ วัย ความอาวุโส

ทรัพย์สิน เงินทอง ข้อมูล นโยบาย กฎหมาย กฎระเบียบ กองกำลังทหาร อาวุธ พวกพ้อง เครือญาติ และอื่นๆ เพื่อการเอาเปรียบ แสวงหาประโยชน์ กดขี่ ควบคุม ตัดสินใจแทน หรือกำหนดคุณค่าและความหมายของประสบการณ์ของบุคคลอื่น หรือคนกลุ่มอื่นๆ ที่มีแหล่งอำนาจน้อยกว่า พฤติกรรมการใช้อำนาจเหนือกว่ามีได้หลายรูปแบบ ตั้งแต่การไม่รับฟัง ออกคำสั่ง บังคับ กดดัน โหมน้ำ หรือคิดตัดสินใจแทน เป็นต้น

ตัวอย่างการใช้อำนาจเหนือกว่าได้แก่ การที่สามีใช้แหล่งอำนาจเหนือกว่าด้านเพศหรือด้านเศรษฐกิจ ในการควบคุมหรือตัดสินใจเรื่องการใช้เงินภายในครอบครัว พ่อแม่ใช้แหล่งอำนาจทางการเงิน สถานภาพและความสัมพันธ์ ตัดสินใจเรื่องการศึกษาหรือหาคู่ให้ลูก เจ้าหน้าที่รัฐใช้แหล่งอำนาจจากตำแหน่งหน้าที่ เพื่อแสวงหาประโยชน์ หรือทำการทุจริต หน่วยงานรัฐใช้แหล่งอำนาจความเป็นรัฐ ตัดสินใจดำเนินโครงการสาธารณะ โดยไม่มีกระบวนการตัดสินใจร่วมกับประชาชนในพื้นที่ เจ้าของโรงงานหรือนายจ้างใช้แหล่งอำนาจทางการเงินหรือความเป็นคนไทย แสวงหาประโยชน์จากแรงงานต่างชาติ คนในเมืองใช้แหล่งอำนาจทางเศรษฐกิจ การเมือง วัฒนธรรมและการศึกษา ในการให้ความหมายกับประสบการณ์ชีวิตของคนชนเผ่าว่าไม่พัฒนา ล้าหลัง หรือการที่กลุ่มคนรักต่างเพศใช้แหล่งอำนาจของความเป็นคนกลุ่มใหญ่ในสังคมตัดสินหรือให้ความหมายกับประสบการณ์ด้านเพศสัมพันธ์ของกลุ่มคนรักเพศเดียวกันหรือกลุ่มคนข้ามเพศว่า เป็นกลุ่มคนที่มีความผิดปกติทางเพศ เป็นต้น

อำนาจร่วม (power sharing, power with, or shared power) หมายถึงการที่บุคคล กลุ่มบุคคล สถาบัน รัฐหรือชาติ ใช้แหล่งอำนาจที่ตนมีอยู่ เช่น เพศ เงิน ทรัพย์สิน ตำแหน่งหน้าที่ อายุหรือวัย ประสบการณ์ ข้อมูล ความรู้ ระดับการศึกษา สถานภาพทางสังคม เวลา พวกพ้อง นโยบาย กฎระเบียบ กติกา และอื่นๆ เพื่อรับฟัง ปรีกษาหารือ ช่วยเหลือเกื้อกูล สนับสนุน และเปิดโอกาสให้อีกบุคคลหนึ่งหรืออีกกลุ่มหนึ่งที่มีภูมิแหล่งอำนาจน้อยกว่า ได้ร่วมในกระบวนการตัดสินใจ หรือสนับสนุนให้เขาตัดสินใจด้วยตัวเอง พฤติกรรมของการใช้อำนาจร่วมทำได้หลายรูปแบบ เช่น การฟังอย่างตั้งใจโดยไม่ตัดสิน ไม่แนะนำหรือสั่งสอน การให้กำลังใจ การแบ่งปัน ทรัพย์สิน เวลา ความรู้ข้อมูล หรือใช้แหล่งอำนาจของเราปกป้องสิทธิคนอื่น ๆ ที่ถูกเอาเปรียบ

ตัวอย่างของการใช้อำนาจร่วม เช่น สามีภรรยา หรือพ่อแม่ลูก ตัดสินใจเรื่องสำคัญร่วมกันในครอบครัว ผู้นำและสมาชิกองค์กร ตัดสินใจร่วมกันในการดำเนินโครงการ การรับฟังความทุกข์ของเพื่อนหรือผู้รับบริการอย่างไม่ตัดสิน หรือหาทางออกแทนเขา หัวหน้างานสนับสนุนให้สมาชิกในองค์กรไปเข้าร่วมการอบรมพัฒนาศักยภาพ การเข้าร่วมเรียกร้องให้รัฐมีนโยบายที่เป็นธรรมต่อกลุ่มคนชายขอบ การทำประชาพิจารณ์โครงการของรัฐ เป็นต้น

อำนาจภายใน (power within) คือสภาวะของความสามารถ หรือศักยภาพที่มาจากภายใน ที่บุคคลหรือกลุ่มมีอยู่ หรือหากไม่มี ก็สามารถฝึกฝนพัฒนาขึ้นมาได้ และนำอำนาจภายในนี้มาใช้เมื่อเผชิญกับปัญหาหรืออุปสรรคต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เมื่อต้องเผชิญกับความกลัว ความสิ้นหวัง ความรุนแรง และความไม่ยุติธรรม และเพื่อให้สามารถตอบโต้กับสถานการณ์ดังกล่าวได้โดยสันติวิธี ตัวอย่างของอำนาจภายใน ได้แก่ สติ ความสงบ ความมั่นคงภายใน ความมุ่งมั่น การไม่สยบยอมต่อสิ่งที่ไม่ชอบธรรม ความกล้าหาญ การปล่อยวาง ความเมตตา ความกรุณา ความคิดสร้างสรรค์ ความซื่อสัตย์ ความไว้วางใจ ความหวัง คุณธรรม ปัญญา ความมั่นใจ การให้อภัย ความอดทน อดกลั้น และความรัก เป็นต้น

อำนาจภายในนี้เอง ที่ทำให้บุคคลและกลุ่มคนมากมายไม่สยบยอมและไม่สิ้นหวัง แม้ต้องเผชิญกับการควบคุม ครอบงำ การแสวงหาประโยชน์ และการใช้ความรุนแรงจากคน กลุ่มคน สถาบัน หรืออำนาจรัฐ ที่มีแหล่งอำนาจภายนอกมากกว่า (เช่น มีพรรคพวก มีอาวุธ มีกำลังทหาร เป็นผู้กำหนดนโยบาย มีตำแหน่งหน้าที่ มีทรัพย์สิน เป็นคนในเพศที่มีอำนาจมากกว่า และอื่นๆ) และทำให้ผู้คนเหล่านี้ลุกขึ้นมาท้าทายอำนาจแบบครอบงำ เปลี่ยนแปลงชีวิตตนเอง เปลี่ยนแปลงอีกฝ่ายหนึ่ง และเปลี่ยนแปลงสังคมไปสู่ความถูกต้องดีงาม

การเข้าใจเรื่องอำนาจภายใน จะช่วยให้เราก้าวพ้นกับดักทางความคิด ซึ่งมักทำให้เราเชื่อว่า คนที่มีแหล่งอำนาจน้อย เช่น ผู้หญิงที่อยู่ร่วมกับเชื้อเอชไอวี คนยากจน หรือแม้แต่คนที่ถูกทำร้ายแสนสาหัส นั่นคือเหยื่อ หรือผู้เคราะห์ร้ายที่ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ ไม่มีคุณค่า และต้อง

พึ่งพาคนอื่น ในทางกลับกัน ประสบการณ์ในการทำงานกับคนชายขอบกลุ่มต่างๆ มากกว่าสิบปีของผู้เขียน เป็นหลักฐานยืนยันว่า คนเหล่านี้มีอำนาจภายในที่พวกเขาสามารถนำมาใช้ในการเผชิญปัญหาสำคัญในชีวิต และสามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตตนเองหรือครอบครัวได้ ยิ่งไปกว่านั้น พวกเขายังมีพลังและความมุ่งมั่น ที่จะช่วยเหลือคนอื่นที่เผชิญปัญหาเช่นเดียวกับเขา คนเหล่านี้ส่วนใหญ่มีระดับการศึกษา ทรัพย์สิน และแหล่งอำนาจอื่นๆ น้อยกว่าผู้คนที่อีกมากมายในสังคม ผู้หญิงที่อยู่ร่วมกับเชื้อเอชไอวีเป็นคนกลุ่มหนึ่งที่ผู้เขียนเห็นพลังของอำนาจภายในของพวกเธอ ในการต่อสู้เพื่อฟื้นฟูสุขภาพและชีวิตของตนเอง ดูแลครอบครัว และอุทิศตนในการทำงานช่วยเหลือเพื่อนอย่างไม่เห็นดเห็น้อย ทั้งที่ไม่ได้รับค่าตอบแทน ไม่ได้รับการเลื่อนตำแหน่ง หรือได้รับการชมเชยและรางวัล

ในทางตรงข้ามเราพบว่า หลายคนที่มีแหล่งอำนาจภายนอกมากกว่ากลุ่มคนที่ยกตัวอย่างมาข้างต้น กลับมีอำนาจภายในน้อย ติดอยู่ในวังวนของความกลัว ความรู้สึกไม่มั่นคงในชีวิต หรือความรู้สึกว่าตนเองยังมีไม่พอ เพราะเขาถูกหล่อหลอมมาว่า อำนาจภายนอกที่เขามี เช่น ชื่อเสียง เงินทอง การเลื่อนตำแหน่ง เหล่านี้เป็นสิ่งที่สังคมบอกว่าคือความมั่นคง และความสำเร็จของชีวิต และจะสามารถตอบสนองความต้องการ และความสุขในชีวิตของเขาได้ แต่การหลงยึดว่า การสะสมแหล่งอำนาจหรือปัจจัยภายนอก เป็นเป้าหมายของการมีชีวิตอยู่ ทำให้คนเหล่านี้ประมาท และไม่พัฒนาอำนาจภายใน อำนาจจากแหล่งภายนอกทำให้พวกเขาขาดโอกาสที่จะเผชิญกับความท้าทาย และความทุกข์ของชีวิตได้ โดยไม่ต้องอาศัยเงินหรือปัจจัยภายนอกอื่นๆ มากนัก หลายครั้งในชีวิตคนเรา ทั้งเงิน ข้อมูล ความรู้ ชื่อเสียง และระดับการศึกษา ไม่สามารถช่วยให้เราเผชิญ และฝ่าข้ามความท้าทายและความยุ่งยากหลายอย่างในชีวิตได้

สตาร์ฮอว์กเห็นว่า วิธีเดียวที่จะลดความรุนแรง และเปลี่ยนแปลงสังคมให้เกิดสันติภาพและความยุติธรรมขึ้นได้ ก็ด้วยการสร้างหรือฟื้นฟูอำนาจภายในให้เกิดขึ้นในหมู่ประชาชน เพราะอำนาจไม่ได้มาจากการครอบงำและควบคุม แต่มาจากพลังปัญญาที่เอื้อให้เกิดความเข้าใจ และการเห็นชัดแจ้งถึงความสัมพันธ์อันลึกซึ้ง และความเป็นส่วนหนึ่งของกันและกันระหว่างมนุษย์ และ

ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติ อำนาจภายในเกิดจากปัญญาที่เห็นว่าเราทุกคนเป็นส่วนหนึ่งของโลกที่ต้องพึ่งพาอาศัยกัน และเป็นอำนาจที่ไม่ได้เห็นว่าฝ่ายตรงข้ามเป็นศัตรูที่ต้องทำลายล้าง การเปลี่ยนแปลงและท้าทายการครอบงำ การแสวงหาประโยชน์ และการใช้ความรุนแรง ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากอำนาจภายในนี้ จะก่อให้เกิดปฏิบัติการสันติวิธีในรูปแบบต่างๆ มากมาย ซึ่งเราสามารถเห็นปฏิบัติการสันติวิธีที่วั้นเกิดขึ้นในหมู่คนชายขอบทั่วโลก

ในสังคมหรือประเทศที่ยอมรับโลกทัศน์แบบครอบงำและการใช้อำนาจเหนือกว่า เป็นกรอบคิดและวิธีการในการพัฒนาสังคมนั้น จะก่อให้เกิดกลุ่มคนต่างๆ ที่ไม่เห็นด้วยกับโลกทัศน์ และวัฒนธรรมการใช้อำนาจรูปแบบดังกล่าว และคนเหล่านี้จะลุกขึ้นมาทำงานเคลื่อนไหวในสังคม กลุ่มคนต่างๆ เหล่านี้ ได้แก่ กลุ่มผู้หญิง กลุ่มคนรากหญ้า กลุ่มชาติพันธุ์ กลุ่มกรรมกร กลุ่มเครือข่ายเกษตรกรรมธรรมชาติ กลุ่มการศึกษาทางเลือก กลุ่มคนพิการ กลุ่มแรงงานนอกระบบ กลุ่มแรงงานเกษตรกร กลุ่มเกย์ เลสเบียนและคนข้ามเพศ และกลุ่มที่ทำงานเพื่อปกป้องรักษาสิ่งแวดล้อม เป็นต้น

โจอันนา เมซีกกล่าวว่า ปฏิบัติการของคนกลุ่มต่างๆ เหล่านี้ที่ดำเนินมาหลายทศวรรษ คือการทำงานผ่านกิจกรรมรูปแบบต่างๆ ที่มีเป้าหมายแตกต่างกัน ได้แก่ การทำกิจกรรมเพื่อเปลี่ยนแปลงและท้าทายกระบวนทัศน์และโลกทัศน์แบบครอบงำ โดยมุ่งให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในระดับต่างๆ กัน เช่น การท้าทายโครงสร้าง ระบบ และกระบวนทัศน์เก่า ผ่านการประท้วง การรณรงค์ การนัดหยุดงาน การนัดหยุดเรียน การแจกใบปลิว การถอนความร่วมมือ การร่วมลงชื่อคัดค้าน การงดซื้อสินค้า การทำกิจกรรมที่มีเป้าหมายเพื่อการสร้างรูปแบบหรือโครงสร้างใหม่ เช่น การเลือกไม่ส่งลูกเข้าโรงเรียน แต่สอนลูกด้วยตัวเองที่บ้าน (home schooling) ระบบสหกรณ์ การสร้างเครือข่ายเกษตรกรรมหรือสื่อทางเลือก การเลิกใช้ระบบเงินตราของรัฐ และหันมาใช้ระบบแลกเปลี่ยนสิ่งของในชุมชน การเข้าร่วมทำงานเปลี่ยนแปลงสังคมแบบจิตอาสา (แทนวิถีคิดแบบเก่าที่มองว่า การทำงานเพื่อเปลี่ยนแปลงสังคมเป็นงานของนักเคลื่อนไหวทางสังคม หรือองค์กรพัฒนาเอกชนเท่านั้น) นอกจากนี้ ยังมีการทำกิจกรรมเพื่อสร้างและเผยแพร่กระบวนทัศน์ใหม่ ผ่านการ

ฝึกอบรม การพูด การเขียน การถกเถียงอภิปรายในสื่อสาธารณะ และการใช้สื่อภาพยนตร์ ดนตรี และศิลปะ เป็นต้น

ขบวนการทำงานเพื่อเปลี่ยนแปลงสังคมเหล่านี้มีเพิ่มมากขึ้นทุกวันทั้งในประเทศเราเองและในที่อื่นๆ ทั่วโลก แต่ปฏิบัติการเหล่านี้มักไม่เป็นที่รับรู้ของสังคมวงกว้าง เพราะไม่ได้รับการนำเสนอจากสื่อกระแสหลัก เนื่องจากสื่อมวลชนกระแสหลักที่มีอยู่ รวมทั้งสื่อที่ดำเนินการโดยรัฐส่วนใหญ่ ล้วนมีทิศทางการทำงานที่มุ่งส่งเสริมฐานคิดของกระบวนทัศน์และวัฒนธรรมแบบครอบงำแทบทั้งสิ้น

วัฒนธรรมชายเป็นใหญ่

สังคมแบบชายเป็นใหญ่ คือสังคมที่มีโครงสร้างทางเพศ ที่กำหนดให้สถานภาพและตำแหน่งของเพศชายเหนือเพศหญิง และให้คุณค่าความเป็นชายมากกว่าความเป็นหญิง (Eisler and Loye 1998) เครื่องมือสำคัญของการดำรงและถ่ายทอดวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ คือระบบความเป็นเพศ (gender systems) ที่กำหนดและหล่อหลอมบทบาทหน้าที่ อำนาจ สถานภาพ คุณค่า และความสัมพันธ์ทางเพศ ที่แตกต่างและไม่เท่าเทียมกันระหว่างเพศหญิงและเพศชาย รวมถึงร่างกายของผู้หญิงและร่างกายผู้ชาย ผ่านสถาบันต่างๆ ในสังคม เช่น ครอบครัว วัฒนธรรมประเพณี ศาสนา ระบบการศึกษา สื่อมวลชน สื่อพื้นบ้าน ศิลปะ งานบันเทิง โฆษณา ระบบสาธารณสุข ระบบการเมือง การปกครอง และอื่นๆ ที่ทำหน้าที่ฝึกฝนและกล่อมเกล่าประชากรหญิงชาย อย่างสอดคล้องไปในแนวทางเดียวกัน ระบบเพศนี้ทำการผลิตซ้ำ และหนุนเสริมให้วัฒนธรรมชายเป็นใหญ่มีความมั่นคงแข็งแรง จนทำให้คนทั่วไปมองเห็นว่าเป็นเรื่องปกติ ธรรมดา และไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ และแม้ว่าในทศวรรษนี้ ที่สภาพเศรษฐกิจ การเมืองและวัฒนธรรม จะทำให้ผู้หญิงบางคนบางกลุ่มในสังคมไทย สามารถเลื่อนสถานะไปสู่ตำแหน่งหน้าที่ผู้นำ มีสถานภาพสูงขึ้น และสามารถเข้าสู่อำนาจในระบบต่างๆ ของสังคม แต่นั่นก็เป็นเพียงปรากฏการณ์เฉพาะของบุคคลหรือกลุ่มผู้หญิงจำนวนหนึ่ง ที่มีช่องทางเข้าถึงสถานภาพ อำนาจ และพื้นที่ดังกล่าวในบางสถาบัน เช่น องค์กรธุรกิจ แต่การเข้าถึงนั้นมักไม่ได้มาจากความเป็นเพศ แต่อาศัยระดับการศึกษา แหล่งอำนาจ

ของชาติตระกูล สถานภาพของคู่สมรส อำนาจทางเศรษฐกิจ หรือความสามารถส่วนตัวด้านอื่นๆ เป็นฐาน ปรากฏการณ์เช่นนี้อาจไม่ใช่หลักฐานยืนยันว่า ได้เกิดการเปลี่ยนแปลงเรื่องความเท่าเทียมทางเพศในระบบ หรือในระดับโครงสร้างของสังคมไทย และหากเราสังเกตดูจากสถานการณ์ ความรุนแรงและการเลือกปฏิบัติทางเพศ ที่ยังคงดำรงอยู่ในสังคมหรือมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น เราจะเห็นว่า สภาพปัญหาเหล่านี้เป็นหลักฐานยืนยันว่า โครงสร้างของสถาบันต่างๆ ในสังคมไทย ยังคงมีลักษณะแบบชายเป็นใหญ่ หรือถูกครอบงำหรือควบคุมโดยผู้ชายอยู่อย่างเข้มข้น

มีการกล่าวว่า วัฒนธรรมชายเป็นใหญ่นี้เอง ที่เป็นสาเหตุของการกดขี่รูปแบบอื่นๆ ในสังคม เช่น การกดขี่ทางชนชั้น สีผิว และชาติพันธุ์ และเป็นต้นเหตุของสงคราม เพราะหากผู้ชายซึ่งเป็นประชากรครึ่งหนึ่งของสังคมมนุษย์ ถูกหล่อหลอมให้เรียนรู้ที่จะครอบงำ ควบคุม แสวงหาประโยชน์ ไม่ไว้ใจ ไม่รับฟังความคิดเห็น และไม่เคารพผู้หญิงที่เป็นภรรยา แม่ พี่สาว น้องสาว หรือลูกสาว ของตนเองแล้ว ก็เป็นการง่ายมากที่พวกเขาจะพยายามควบคุม และแสวงหาประโยชน์จากผู้หญิง คนอื่นๆ ที่ไม่ใช่ญาติ และจากผู้ชายคนอื่นๆ ที่มีแหล่งอำนาจน้อยกว่าตน วัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ ยังได้หล่อหลอมผู้หญิงจำนวนมาก ให้ยอมรับ และสยบยอมกับการถูกควบคุม ครอบครอง และเชื่อว่าความเป็นเพศหญิงมีค่าด้อยกว่าเพศชาย ดังนั้น หากมนุษย์เราเรียนรู้ที่จะยอมรับความไม่เท่าเทียมทางเพศภายในครอบครัวตั้งแต่เล็กๆ ย่อมเป็นฐานให้เกิดการยอมรับ สยบยอม และให้ความร่วมมือกับความไม่เท่าเทียมรูปแบบอื่นๆ ที่ปรากฏนอกบ้านและในสังคมระดับใหญ่

ความเป็นเพศหรือเพศภาวะ (Gender)

ความเป็นเพศหรือเพศภาวะเกิดจากระบบ การกำหนดบทบาทหน้าที่ สถานภาพ ภาพลักษณ์ คุณค่า ความคาดหวัง ความคิดความเชื่อเกี่ยวกับการเป็นผู้หญิงและการเป็นผู้ชาย และสิทธิของคนที่สองเพศ ที่ต่างกันไปตามบริบทของแต่ละสังคม ความเป็นเพศเป็นสิ่งที่เกิดจากการเรียนรู้ ฝึกฝน ชัดเจนและหล่อหลอมผ่านสถาบันต่างๆ ในสังคม (socialization) ตั้งแต่สถาบัน ครอบครัว ชุมชน ศาสนา โรงเรียน สื่อ วรรณกรรม ศิลปะ การบันเทิง วัฒนธรรมประเพณี ระบบการเมืองการปกครอง ระบบเศรษฐกิจ และระบบสาธารณสุข เป็นต้น ความเป็นเพศจึงไม่ใช่สิ่งที่

เกิดขึ้นตามธรรมชาติ แต่เป็นสิ่งที่ถูกสร้างขึ้น ถูกผลิตซ้ำ และได้รับการสืบทอดต่อ ๆ กันมา โดยผ่านสถาบันต่าง ๆ ที่กล่าวมาข้างต้น ความเป็นเพศจึงเป็นสิ่งที่เปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา และเงื่อนไขของแต่ละสังคม

จากประสบการณ์การจัดกระบวนการอบรมของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรมกับนักกิจกรรมสังคมกลุ่มต่าง ๆ เราพบตัวอย่างแบบแผนของเพศภาวะ หรือความเป็นเพศหญิงเพศชายในสังคมไทย ตามที่ผู้เข้าร่วมการอบรมได้ร่วมแลกเปลี่ยนในระหว่างการอบรม ดังนี้

ความเป็นผู้ชายตามแบบแผนของสังคม มีลักษณะเด่น ๆ ได้แก่ เป็นผู้นำ เป็นผู้หาเลี้ยงครอบครัว เสียสละ เป็นผู้ปกป้องคุ้มครอง ฉลาด มีศักดิ์ศรี กล้าหาญ เข้มแข็ง แข็งแรง เด็ดเดี่ยว อดทน ชอบความเสี่ยงและสิ่งท้าทาย เป็นนักเลง ได้รับการยอมรับให้ดื่มเหล้า สูบบุหรี่ เล่นการพนันและเที่ยวกลางคืนได้ แพ้ไม่ได้ ใช้น้ำความรุนแรงได้ มีอิสระ ดูแลตัวเองได้ และร้องไห้หรือแสดงความอ่อนแอไม่ได้ เป็นต้น

ความเป็นผู้หญิงตามแบบแผนของสังคม มีลักษณะเด่น ๆ ได้แก่ เป็นแม่และเมีย เป็นแม่บ้านเป็นคนทำกับข้าวและทำงานบ้าน เป็นผู้ตาม เป็นผู้ฟัง ต้องเอาอกเอาใจสามี ดูแลพ่อแม่ เลี้ยงดูลูก ต้องบริการผู้อื่น อ่อนหวาน เรียบร้อย รักนวลสงวนตัว ชอบนินทา ซื่อจรรยา ใจง่าย เชื้อคนง่าย พุดมาก รักสวยรักงาม ประณีต ละเอียดย่อน ดูแลตัวเองไม่ได้ ต้องพึ่งพิงผู้อื่น (เช่น พ่อแม่ หรือสามี) ซักกลัว เป็นเพศอ่อนแอ ไม่เด็ดเดี่ยว และตัดสินใจด้วยตนเองไม่ได้ เป็นต้น

เมื่อพิจารณาประสบการณ์ชีวิตของเราแต่ละคนอย่างพิถีพิถัน เราจะพบว่า สถาบันทางสังคมต่าง ๆ ล้วนทำงานสอดรับกันอย่างดี เพื่อสร้างและหล่อหลอมทั้งเด็กหญิงและเด็กชาย เพศหญิงและเพศชาย ให้มีบุคลิกลักษณะที่เป็นไปตามแบบแผนความเป็นผู้หญิงและผู้ชายดังกล่าว คำว่า “ผู้หญิงดี” และ “ผู้ชายแท้” เป็นเครื่องมือที่ถูกใช้เพื่อสร้างแรงกดดันให้มีการเลี้ยงดู ฝึกฝน และหล่อหลอมในเรื่องบทบาทหน้าที่และลักษณะตามกรอบเพศ กระบวนการสร้างและหล่อหลอมนี้ส่งผลให้ ผู้คนจำนวนมากทั้งหญิงชายเกิดความเชื่อฝังหัว (internalization) ว่า ผู้หญิงและผู้ชายที่ดำรงบทบาท หน้าที่ ความสามารถ และมีลักษณะนิสัยตามกรอบเพศเช่นที่ว่ากันอย่างตายตัว ถือ

เป็นสิ่งปกติหรือเป็นธรรมชาติ เช่น การที่คนจำนวนมากในสังคมทั้งหญิงและชาย มีความเชื่อฝังหัวว่า ผู้ชายต้องเป็นผู้นำ ผู้หญิงต้องเป็นผู้ตามหรือผู้สนับสนุน ผู้ชายเป็นเพศที่ใช้เหตุผลและเข้มแข็ง ในขณะที่ผู้หญิงเป็นเพศอ่อนแอ เป็นเพศที่เจ้าอารมณ์และขาดเหตุผล เป็นต้น

เราจะเห็นว่า กรอบการสร้างความเป็นชายของสังคม มักเน้นเรื่องภาวะผู้นำและการมีความสามารถด้านต่าง ๆ และการมีพื้นที่ในสังคม ในขณะที่กรอบความเป็นหญิงมักเน้นไปที่บทบาทหน้าที่ในบ้าน เช่น บทบาทหน้าที่ในการให้บริการผู้อื่น และการเลี้ยงดูลูก เป็นต้น ดังนั้นการสร้างความเป็นเพศจึงส่งผลกับผู้หญิงและผู้ชายต่างกัน เราจะเห็นว่า หากผู้ชายทำตัวได้ตามกรอบความเป็นเพศชายที่สังคมยอมรับ พวกเขาก็จะได้รับการยอมรับ ยกย่อง ได้เป็นผู้นำ ได้รับมอบอำนาจ และได้รับสิทธิพิเศษต่าง ๆ ทางสังคม และแม้ว่าผู้ชายหลายคนจะไม่สนใจในอภิสิทธิ์ที่ตนเองได้รับจากการเป็นผู้ชาย แต่เมื่อใดที่พวกเขาต้องการ พวกเขาก็จะสามารถเข้าถึงสิทธิพิเศษที่สังคมกำหนดให้ไว้แล้วสำหรับทุกคนที่เกิดมาเป็นผู้ชาย โดยไม่ถูกตั้งคำถาม เช่น การสามารถบวชเป็นพระภิกษุได้ หรือการได้รับการยกย่องสนับสนุนให้เป็นผู้ชาย เป็นต้น และเช่นเดียวกัน ผู้หญิงที่ยอมรับการหล่อหลอม และเดินตามกรอบที่สังคมวางไว้ให้ในฐานะผู้หญิงดี ก็จะได้รับการยกย่องและชื่นชมจากครอบครัว คู่ชีวิต และสังคม แต่พวกเธอต้องแลกกับการจำกัดตัวเองอยู่ในบทบาท และสถานภาพความเป็นผู้ตาม การมีโอกาสเข้าถึงการพัฒนาศักยภาพน้อยกว่า และอาจรวมถึง การถูกทำให้เป็นคนขาดความมั่นใจ มีความกลัว อยู่ในภาวะที่ต้องพึ่งพิงผู้อื่น ไม่กล้ายืนยันสิทธิของตนเอง และไม่มีโอกาสในการเป็นผู้นำ หรือถูกจำกัดบทบาทในทางสังคม ลักษณะที่ถูกหล่อหลอมมาเช่นนี้ ทำให้ผู้หญิงกลายเป็นคนที่ไม่สามารถปกป้องตนเองได้ เสี่ยงที่จะถูกเอาเปรียบ และถูกทำร้ายทางเพศ และมีแนวโน้มจะยอมรับความรุนแรงที่ตนเองได้รับ แต่หากผู้หญิงไม่ทำตามบทบาทและภาพลักษณ์ของความเป็นหญิงที่ดี เช่น ไม่ทำงานบ้าน ทำกับข้าวไม่เป็น ชอบเที่ยวกลางคืน หรือพูดจาโผงผางเสียงดัง ก็มักถูกตัดสิน หรือถูกนิยามว่าเป็นผู้หญิงไม่ดี ไม่เรียบร้อย เป็นต้น

เราจะเห็นว่า กรอบความเป็นเพศให้โทษและส่งผลต่อชีวิตของผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย ทั้งใน

ระดับส่วนตัวและระดับโครงสร้างสังคม ทำให้เกิดความไม่เท่าเทียมทางอำนาจระหว่างหญิงและชาย เพราะทั้งความเชื่อ ความคาดหวัง และบทบาทหน้าที่ ที่กำหนดให้ผู้ชายเป็นผู้นำและผู้หญิงเป็นผู้ตาม ส่งผลให้ผู้ชายเป็นเพศที่ควบคุมอำนาจ และการตัดสินใจในสถาบันหลัก ๆ ของสังคม เริ่มตั้งแต่ครอบครัวไปจนถึงสถาบันศาสนา ระบบเศรษฐกิจ การศึกษา สื่อ การเมืองการปกครอง การทหาร และสถาบันกษัตริย์ ความเป็นเพศตามแบบแผนที่สังคมกำหนดเช่นนี้ จึงกลายเป็นรากฐานของการดำรงอยู่ การผลิตซ้ำ และการสืบทอดวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ ที่เป็นต้นตอของความรุนแรงและความไม่เท่าเทียมทางเพศในลักษณะอื่นๆ ที่ตามมาด้วย

การสร้างความเป็นเพศแบบตายตัวที่กล่าวมาข้างต้น ไม่ได้ทำร้ายแต่เพียงผู้หญิงเท่านั้น แต่ยังสามารถทำร้ายผู้ชายและทำร้ายสังคมอย่างลึกซึ้งด้วย เช่น การสร้างความเป็นผู้ชายให้มีอิสระ ไม่ต้องรับผิดชอบงานบ้าน ใช้อำนาจ กินเหล้า เล่นการพนัน เป็นนักเลงที่แพ้ไม่ได้ และสามารถใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหาได้ ในด้านหนึ่งนี่คือการบ่มเพาะนิสัย ความคิด ความเชื่อ และพฤติกรรมให้สมาชิกส่วนหนึ่งของสังคมกลายเป็นคนที่เห็นแก่ตัว เอาตนเองเป็นศูนย์กลาง ชอบใช้อำนาจครอบงำและควบคุม ใช้ความรุนแรง และมองว่าผู้หญิงหรือผู้ชายที่มีแหล่งอำนาจน้อยกว่าตน เป็นผู้ด้อยกว่าที่ตนเองสามารถควบคุมได้ การสร้างความเป็นชายให้ได้อิทธิพล อำนาจ และประโยชน์จากระบบและวัฒนธรรม ที่มาจากการเอาเปรียบผู้หญิงและผู้ชายคนอื่นๆ ที่มีแหล่งอำนาจน้อยกว่าตนเช่นนี้ เป็นการลดทอนโอกาสในการพัฒนาปัญญา ความเข้าใจ และความเมตตากรุณา กล่าวคือ เป็นการลดทอนโอกาสที่สมาชิกเพศชายของสังคมจำนวนมาก จะได้พัฒนาความเป็นมนุษย์ที่สมดุล

เนื่องจากความเป็นเพศตามแบบแผนของสังคม ได้รับการสืบทอดมายาวนาน หลายคนจึงเชื่อว่าเป็นเรื่องธรรมชาติ หรือหากไม่เชื่อว่าเป็นเรื่องธรรมชาติ ก็เห็นว่าเป็นเรื่องของวัฒนธรรม ประเพณีที่ต้องปฏิบัติตามและสืบทอดต่อไป แต่ในความเป็นจริงแล้ว บทบาทหน้าที่และลักษณะความเป็นหญิงความเป็นชายตามแบบแผนของสังคมเช่นนี้ ล้วนเกิดจากการฝึกฝนอบรม ไม่ว่าจะเป็นความอ่อนโยน ความเข้มแข็ง ภาวะผู้นำ การใส่ใจ ความอดทน การทำงานบ้าน และการเลี้ยง

ลูก ไม่มีใครเลยที่จะเกิดมาพร้อมกับศักยภาพ ลักษณะนิสัย คุณสมบัติ และทักษะเหล่านี้

ยังมีคนอีกกลุ่มหนึ่งที่สภาพร่างกาย บุคลิกภาพ การแสดงออกทางกาย การแต่งตัว และภาวะทางอารมณ์และความรู้สึก ไม่เข้ากับความเป็นเพศหญิงและเพศชายตามแบบแผนที่สังคมกำหนด เราเรียกว่าสมาชิกกลุ่มนี้ของสังคมว่าคนข้ามเพศ (transgender people) หากจะจำแนกให้ละเอียดลงไป เราจะเห็นว่า สังคมไทยมีชื่อเรียกผู้ที่เกิดมาเป็นเพศหญิง แต่มีสภาพร่างกายและบุคลิกภาพแบบผู้ชายว่า “ทอม” และเรียกบุคคลที่เกิดมามีเพศเป็นชาย แต่มีสภาพร่างกาย ความต้องการ และบุคลิกภาพแบบผู้หญิงว่า “กะเทย” รวมถึงผู้ที่ปรารถนาจะเปลี่ยนทั้งเพศภาวะและอวัยวะเพศของตน จากเพศหนึ่งไปเป็นอีกเพศหนึ่งด้วย คนกลุ่มนี้มักถูกสังคมตัดสินว่าผิดปกติ ถูกรังเกียจ และอาจถึงขั้นถูกทำร้าย เพราะสังคมเห็นว่าพวกเขาผิดไปจากแบบแผนความเป็นเพศซึ่งวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่กำหนดไว้ให้มีแต่เฉพาะบุคคลที่เป็น “ชายจริง” และ “หญิงแท้” เท่านั้น

ความเป็นชายและความเป็นหญิง (Masculinity and Femininity)

ความเป็นชายและความเป็นหญิง หมายถึง ลักษณะของความเป็นผู้ชายและความเป็นผู้หญิง อันเป็นผลของระบบการหล่อหลอมความเป็นเพศ ตัวอย่างเช่น การพูดเสียงดัง ชอบนำ ชอบการท้าทายและการเสี่ยง ความเด็ดเดี่ยว ความเข้มแข็ง ความก้าวร้าว การใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา และการเอาตัวเองเป็นศูนย์กลาง ลักษณะเหล่านี้ถูกมองว่าเป็นความเป็นเพศชาย ส่วนการเป็นผู้ฟังที่ดี ความเป็นผู้ตาม ความอ่อนโยน การเอาใจใส่ดูแลผู้อื่น ความละเอียดอ่อน และสันติวิธี ถูกมองว่าเป็นความเป็นหญิง

วัฒนธรรมความเป็นเพศทำให้ผู้ชายส่วนใหญ่พัฒนาความเป็นชายดังที่กล่าวมา ในขณะที่ผู้หญิงส่วนใหญ่ก็พัฒนาลักษณะความเป็นหญิงด้วยสาเหตุเดียวกัน แต่ทั้งนี้ไม่ได้หมายความว่าผู้หญิงจะไม่มีหรือไม่สามารถพัฒนาลักษณะความเป็นชาย และผู้ชายไม่มีหรือไม่สามารถสร้างคุณสมบัติความเป็นเพศหญิงในตนเองได้ เพราะทั้งหมดนี้ไม่ใช่เรื่องธรรมชาติที่มาจากกำเนิด ที่พัฒนาหรือเปลี่ยนแปลงไม่ได้ แต่ขึ้นอยู่กับการศึกษา อบรม และปัจจัยแวดล้อมทางสังคมอื่นๆ

ประเด็นสำคัญคือ เนื่องจากความเป็นเพศเป็นเครื่องมือเพื่อการผลิตซ้ำ และค้ำจุนวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ คนในสังคมทั้งหญิงและชายจึงถูกสอนให้เชื่อว่า ลักษณะความเป็นเพศชายมีคุณค่ามากกว่าลักษณะความเป็นเพศหญิง เช่น การตัดสินว่าบุคคลที่จะเป็นผู้นำที่ดีและประสบความสำเร็จได้ ต้องมีลักษณะความเป็นชายในตัว เช่น พูดเสียงดัง ชอบนำ มีอิทธิพลสูงใจผู้อื่น กล้าใช้อำนาจกับผู้อื่น กล้าได้กล้าเสีย และเด็ดเดี่ยว ในสังคมเช่นนี้ คุณลักษณะความเป็นเพศหญิง เช่น การรับฟังคนอื่น การประนีประนอม ความอ่อนโยน การดูแล และความละเอียดอ่อน มักไม่ได้รับการยกย่อง และเห็นว่าไม่ใช่คุณลักษณะของการเป็นผู้นำที่ดี จึงทำให้ผู้หญิงจำนวนมาก เช่น กำนันหรือผู้ใหญ่บ้านที่เป็นผู้หญิง ต้องพยายามพัฒนาคุณลักษณะความเป็นเพศชายขึ้นมาภายในตนเอง เพื่อจะได้รับการยอมรับในฐานะผู้นำ

ในทางกลับกัน ผู้ชายที่ต้องการพัฒนาคุณลักษณะความเป็นเพศหญิง เช่น เป็นผู้สนับสุนนผู้อื่น เป็นผู้ฟังที่ดี มีความละเอียดอ่อน อ่อนโยน และชอบทำงานบ้าน มักถูกวิพากษ์วิจารณ์ว่าไม่ใช่ “ชายแท้” หรือผู้ชายที่รับฟังความเห็นของภรรยา และยินดีทำงานบ้าน ก็มักจะถูกวิจารณ์ว่ากลัวเมีย ซึ่งถือเป็นเรื่องไร้อิทธิพลสำหรับผู้ที่เป็นสามี ภายใต้กรอบการขัดเกลาทงสังคมเช่นนี้ ผู้ชายที่ถูกหล่อหลอมมาในกรอบความเป็นเพศชายมาก ๆ มักมีลักษณะความเป็นชายแบบสุดโต่ง เช่น มีความก้าวร้าว ไม่ฟังคนอื่น ถือตนว่าเหนือกว่าผู้อื่น คิดว่าตนเองฉลาด รู้ทุกเรื่อง เชื้อมั่นในตนเองสูง และไม่แสดงออกซึ่งอารมณ์ความรู้สึก ส่งผลให้ผู้ชายตัดขาด หรือไม่สามารบแสดงออกซึ่งความรู้สึกของตนได้ (ยกเว้นการแสดงความโกรธ เพราะเป็นส่วนหนึ่งของลักษณะความเป็นชายที่เป็นที่ยอมรับ) ดังนั้น เราจึงมักเห็นผู้ชายกลุ่มนี้แสดงความรู้สึกอ่อนแอออกมา เฉพาะเมื่ออยู่ในภาวะมีนเมา หรืออยู่ในภาวะที่ไม่มีสติรู้ตัว ความกดดันเช่นนี้ทำให้ผู้ชายใช้ความรุนแรงต่อผู้ที่มีอำนาจน้อยกว่า อันเป็นวิธีการระบายความรู้สึกที่ผู้ชายต้องกดทับไว้ ผนวกกับความคาดหวังและภาพลักษณ์ของความเป็นชายของสังคม ที่อนุญาตให้ผู้ชายใช้ความรุนแรงได้ ในทำนองเดียวกัน กรอบความเป็นเพศที่ตายตัวเช่นนี้ ก็ได้สร้างความเป็นหญิงแบบสุดโต่งในหมู่ผู้หญิงด้วยเช่นกัน

ตารางข้างล่างนี้มาจากงานของดอนนา เจนเซน (Donna Jensen อ้างถึงใน Gloria Steinem

1992) ที่แสดงผลของการหล่อหลอมความเป็นเพศหญิงและเพศชายแบบสุดโต่ง ซึ่งส่งผลกระทบต่องานทั้งผู้หญิงและผู้ชาย ทั้งในด้านอารมณ์ พฤติกรรม จิตวิทยา ความคิดความเชื่อ และทัศนคติ แต่ตอนนาก็ได้แสดงลักษณะของการเป็นมนุษย์ ที่สามารถพัฒนาตนเองไปพ้นกรอบอันเข้มงวดของความเป็นหญิงและความเป็นชาย ไปสู่ภาวะมนุษย์ที่สมดุล เพื่อให้เราเห็นเป็นทางออกอีกด้วย

ความเป็นเพศชายสุดโต่ง (ก้าวร้าว)	มนุษย์ที่สมดุล	ความเป็นเพศหญิงสุดโต่ง (ยอมจำนน)
ชอบใช้อำนาจ	มีความคิดสร้างสรรค์	คิดว่าตนเองเป็นผู้เคราะห์ร้าย
มีความโกรธเป็นนิสัย	ผ่อนคลาย	เก็บกด ออดอ้อน
เผด็จการ	เชื่อเชิญ และเปิดตัวเอง	ใช้มารยาทวิงวอน
คิดว่าตนเองรู้ทุกเรื่อง	สนใจใฝ่รู้	คิดว่าตนเองไม่รู้อะไรเลย
ทะนงตน	กระตือรือร้น ใส่ใจกับสิ่งต่าง ๆ	ปิดตัว เงียบชา
ไม่รับรู้และสัมผัสกับความรู้สึกของตนเอง	ได้ปัญญาจากการพิจารณาความรู้สึก	ชอบจมจ่อมอยู่กับอารมณ์ ความรู้สึก
ไม่ชอบแสดงความรู้สึก	มีความยืดหยุ่น	ไม่ชอบแสดงความเข้มแข็งของตนเอง
ไม่ยอมรับผิด หรือโทษผู้อื่น	เรียนรู้จากความผิดพลาด	โทษตัวเอง หรือหมกมุ่นอยู่กับความผิดพลาด
รู้สึกว่าตนเหนือกว่าคนอื่น	รู้สึกเท่าเทียมกับผู้อื่น	รู้สึกด้อยกว่าคนอื่น

เราจะเห็นว่า วัฒนธรรมความเป็นเพศเป็นกรอบหลักในการสร้างและหล่อหลอมผู้คนให้เป็นผู้ชายและผู้หญิง จนทำให้คนเราสูญเสียหรือถูกจำกัดโอกาสที่จะได้พัฒนาตัวเองให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ มีความสมดุล ก้าวพ้นไปจากกรอบความเป็นเพศที่ตายตัว และเป็นอิสระ และแม้แต่ในกลุ่มคนที่ทำงานเรื่องความยุติธรรมทางเพศ เรายังต้องตระหนักว่า ตัวเรานั้นก็เติบโตและได้

รับอิทธิพลจากการหล่อหลอม และการให้คุณค่าความเป็นเพศชายและเพศหญิงจากสังคมและวัฒนธรรม ไม่ต่างจากกลุ่มเป้าหมายที่เราทำงานด้วย การทำงานเรื่องเพศ จึงไม่ใช่แค่การทำให้หญิงและชายมีความเท่าเทียมกันในเรื่องบทบาทหน้าที่ โอกาส อำนาจ และการตัดสินใจในสถาบันต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นในครอบครัว ชุมชน และสถาบันอื่นๆ ในสังคมเท่านั้น แต่ยังหมายถึงการรื้อถอนความคิด ความเชื่อ และการให้คุณค่าเรื่องความเป็นหญิงความเป็นชาย และร่างกายของผู้หญิงผู้ชาย ที่เรามีต่อตัวเราเองและคนอื่นๆ ด้วย การตระหนักถึงผลกระทบของวัฒนธรรมความเป็นเพศเช่นนี้ จะเป็นแรงกระตุ้นให้เราเปลี่ยนแปลงตัวเองและสังคม ให้มีระบบการให้คุณค่าและวัฒนธรรมแบบใหม่ ที่จะพัฒนาคนทุกคนให้มีความเป็นมนุษย์ที่ไปพ้นความเป็นเพศที่คับแคบและตายตัว ดังที่วัฒนธรรมชายเป็นใหญ่วางกรอบไว้

ในการอบรมเรื่องนี้ที่ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม กลุ่มผู้เรียนหลายๆ กลุ่มได้ร่วมกันคิดถึงแนวทาง ที่จะทำให้เราบรรลุถึงคุณลักษณะความเป็นมนุษย์ที่พ้นไปจากกรอบความเป็นเพศที่ตายตัว แนวทางหลักๆ ที่ประมวลได้จากกลุ่มผู้เข้าอบรม คือ การฝึกฝนอบรมคนทุกเพศ ให้มีลักษณะที่นอกเหนือจากกรอบความเป็นเพศที่ตายตัว เช่น การฝึกฝนคนให้สามารถเป็นได้ทั้งผู้นำและผู้ตาม เป็นผู้ฟังที่ดี มีความมั่นใจในตนเอง เห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น มีความเมตตา กรุณา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีความรับผิดชอบทำงานบ้านได้ เคารพธรรมชาติ มีคุณธรรม ซื่อสัตย์ เชื่อมั่นในสันติวิธี ยึดถือคุณค่าเรื่องความเท่าเทียม เคารพตนเองและผู้อื่น เป็นต้น

เพศภาวะและเพศวิถี (Gender and Sexuality)

เพศวิถี (sexuality) หมายถึง ระบบความคิด ความเชื่อ ความรู้สึก วิถีปฏิบัติและพฤติกรรมในเรื่องที่เกี่ยวกับความรัก ความสัมพันธ์ และเพศสัมพันธ์ของบุคคล ทั้งที่แสดงออกอย่างเปิดเผยและไม่เปิดเผย

เพศภาวะ (gender) มีความเชื่อมโยงสัมพันธ์อย่างลึกซึ้งกับเพศวิถีของคนเรา เพราะในกระบวนการหล่อหลอมความเป็นเพศนั้น สิ่งที่เกิดขึ้นควบคู่กันไป คือการหล่อหลอมเรื่องเพศวิถีแบบรักต่างเพศในสังคม

จากการอภิปรายและพูดคุยเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ชีวิตของผู้เข้าร่วมอบรม ที่จัดโดยศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม เราได้ข้อมูลว่า สังคมไทยกำหนดกรอบเพศวิถีของผู้ชายผู้หญิงไว้ ดังนี้

กรอบเพศวิถีของผู้หญิง สังคมกำหนดและคาดหวังให้ผู้หญิงต้องรักและแต่งงานกับผู้ชาย ต้องรักนวลสงวนตัว อวัยวะเพศของผู้หญิงเป็นเรื่องน่าอาย สกปรก และต้องปกปิด ผู้หญิงไม่ควรเรียนรู้เรื่องเพศและเรื่องที่เกี่ยวข้องกับเพศ ประจำเดือนเป็นของสกปรก ผู้หญิงดีต้องไว้แต่ยงสาและบริสุทธิ์ ไม่ยุ่งเกี่ยวกับเรื่องเพศสัมพันธ์ ผู้หญิงที่แต่งงานแล้วควรตอบสนองความต้องการทางเพศของสามีหรือคู่รัก ผู้หญิงเป็นฝ่ายเสียหายหากมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานหรือหากฝ่ายชายไม่ยอมรับความสัมพันธ์นั้นอย่างเป็นทางการ ผู้หญิงที่แต่งงานแล้วควรมีลูก ผู้หญิงที่เลือกอยู่เป็นโสดมักถูกตั้งคำถามและถูกตัดสินในทางลบ ผู้หญิงที่แสดงออกเรื่องเพศหรือมีคู่รักหลายคนคือผู้หญิงไม่ดี¹

ในการอบรม ผู้ร่วมการอบรมยังได้อภิปรายต่อไปด้วยว่า หากผู้หญิงถูกหล่อหลอมด้วยความคิดเช่นนี้ จะส่งผลต่อชีวิตทางเพศและการใช้ชีวิตด้านอื่นๆ ของพวกเธอหลายประการ เช่น ขาดความรู้เรื่องเพศและอนามัยเจริญพันธุ์ มีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย มีความรู้สึกลอายหากมีปัญหาเกี่ยวกับสุขภาพทางเพศหรืออนามัยเจริญพันธุ์ ไม่มีความสุขเรื่องเพศสัมพันธ์ อันเป็นผลจากการไม่มีอำนาจต่อรองกับคู่รัก หรือไม่สามารถแสดงออกในเรื่องเพศได้ ต้องเก็บกดความต้องการทางเพศของตนเอง ต้องยอมจำนนต่อความรุนแรงหรือการเรียกร้องและการควบคุมเรื่องเพศสัมพันธ์จากคู่รัก คิดและเชื่อว่าเรื่องเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องไม่สำคัญ แต่ต้องทำเพราะเป็นหน้าที่ของการเป็นภรรยาหรือคู่รัก ไม่กล้าปฏิเสธเมื่อไม่ต้องการมีเพศสัมพันธ์ หรือหากปฏิเสธก็มักรู้สึกผิด ไม่กล้าบอก หรือแสดงความต้องการทางเพศต่อคู่ มีความเสี่ยงต่อการถูกใช้ความรุนแรงทางเพศ เสี่ยงต่อการติดโรคและปัญหาอื่นๆ เช่น การท้องไม่พร้อม เป็นต้น

1 รวบรวมจากการอบรมเพศวิถีเพื่อการเปลี่ยนแปลงสังคม โครงการผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม ปี 2550 ถึง 2553

กรอบเพศวิถีของผู้ชาย สังคมได้บอกเราว่า ผู้ชายต้องรักและแต่งงานกับผู้หญิง ผู้ชายสามารถแสดงออกและพูดคุยเรื่องเพศได้โดยไม่ต้องอายหรือเกรงใจผู้อื่น ผู้ชายควรแสวงหาและมีประสบการณ์เรื่องเพศหลายรูปแบบ โดยเฉพาะที่ผ่านการสอนและแนะนำจากเพื่อนฝูงและรุ่นพี่ขนาดของอวัยวะเพศที่ใหญ่เป็นส่วนหนึ่งของความภูมิใจในความเป็นชาย ผู้ชายต้องแต่งงานหรือมีคู่รักเป็นผู้หญิง คนในสังคมมีความเชื่อว่า ผู้ชายเป็นเพศที่มีความต้องการทางเพศสูง ผู้ชายต้องเก่งเรื่องเพศ ต้องเป็นฝ่ายจีบและเข้าหาผู้หญิงก่อน ภรรยาหรือคู่รักมีหน้าที่ต้องตอบสนองความต้องการทางเพศของผู้ชาย เมื่อผู้ชายมีความต้องการทางเพศแล้ว ต้องได้รับการตอบสนองหรือปลดปล่อย แม้จะต้องใช้การบังคับ การซื้อ หรือใช้ความรุนแรงก็ตาม²

หากผู้ชายถูกสั่งสอนอบรมให้มีความคิด ความเชื่อ และปฏิบัติตามเพศวิธิดังกล่าว ผลกระทบที่จะเกิดขึ้นกับชีวิตทางเพศของทั้งผู้ชายเองและผู้หญิงซึ่งเป็นคู่ความสัมพันธ์ คือ ผู้ชายจะยึดเอาตนเองเป็นศูนย์กลางในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ เชื่อว่าภรรยาหรือคู่รักต้องตอบสนองความต้องการทางเพศ ตามเงื่อนไขที่ตนเองต้องการ เห็นว่าการบังคับหรือใช้อำนาจและความรุนแรงกับผู้หญิงที่ตนเองต้องการมีเพศสัมพันธ์ด้วยนั้นเป็นเรื่องปกติ มีความเสี่ยงต่อการติดโรค และการแพร่โรคที่เกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ เห็นผู้หญิงเป็นวัตถุทางเพศ ไม่มีความรับผิดชอบต่อปัญหาที่เกิดจากเพศสัมพันธ์ของตนเอง ซึ่งเราเห็นได้จากการที่ผู้ชายไม่รับผิดชอบ เมื่อผู้หญิงที่ตนมีเพศสัมพันธ์ด้วยตั้งท้องโดยไม่พร้อม ผู้ชายกลุ่มนี้จะมีความหมกมุ่นกับเรื่องเพศ และเห็นว่าเรื่องเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องใหญ่ การมีเช็ลส์เพื่อการแก้แค้น เพื่อลงโทษผู้หญิง หรือเพื่อการแข่งขัน ล้วนเป็นส่วนหนึ่งของการสร้างความเป็นชาย

ในการทำกิจกรรมเรื่องเพศวิถีในระหว่างการอบรมครั้งหนึ่ง มีผู้เรียนที่เป็นชายคนหนึ่งแบ่งปันประสบการณ์ว่า แม้ว่าตัวเขาและภรรยาจะแต่งงานกันมาได้ 22 ปีแล้ว แต่เขาไม่เคยถามภรรยาเลยว่า รู้สึกอย่างไร และมีความสุขหรือไม่กับการมีเพศสัมพันธ์ เขายอมรักกับเพื่อนผู้ชายอบรมว่า เขาไม่รู้เลยว่าเขาได้ทำร้ายภรรยาที่เขารักมานานหลายปี

2 รวบรวมจากการอบรมเพศวิถีเพื่อการเปลี่ยนแปลงสังคม โครงการผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม ปี 2550 ถึง 2553

กรอบเพศวิถีที่มีอิสระ ไร้การควบคุม และไม่ต้องรับผิดชอบเช่นนี้ ส่งผลให้ผู้ชายไทยจำนวนมากมีชีวิตทางเพศที่ไม่ปลอดภัย ทั้งต่อตัวเองและต่อคู่ของตน มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อและแพร่โรคติดต่อจากการมีเพศสัมพันธ์ และมีแนวโน้มที่จะใช้ความรุนแรงในรูปแบบต่างๆ เพื่อให้ได้มาซึ่งความสุขทางเพศของตนเอง

ความเป็นเพศและเพศวิถีเชื่อมโยงและสนับสนุนซึ่งกันและกัน ความเป็นเพศกำหนดบทบาทหน้าที่ ความสัมพันธ์เชิงอำนาจ และสถานภาพของผู้หญิงและผู้ชายในครอบครัวและสังคม ที่แตกต่างกันและไม่เท่าเทียมกัน ส่วนเพศวิถีกำหนดชีวิตทางเพศของชายและหญิงที่แตกต่างและไม่เท่าเทียมด้วยเช่นกัน กรอบที่เกี่ยวกับเพศทั้งสองนี้ ส่งผลกระทบต่อชีวิตของผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย ทั้งในระดับส่วนตัว ครอบครัว และโครงสร้างสังคม ทำให้เกิดความรุนแรงทางเพศต่อผู้หญิงหลากหลายรูปแบบ ในสังคมไทยปัจจุบัน เราสามารถมองเห็นปัญหาซึ่งเป็นผลมาจากกรอบเรื่องเพศภาวะและเพศวิถีที่กล่าวมาข้างต้นได้อย่างชัดเจน ไม่ว่าจะเป็นปัญหาเรื่องความรุนแรงในครอบครัว การล่วงละเมิดทางเพศ การข่มขืนผู้หญิงและเด็กหญิง ค่านิยมการยอมรับให้ผู้ชายนอกใจภรรยา การแพร่ระบาดของเชื้อเอชไอวี/เอดส์และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์อื่นๆ การเสริมขนาดอวัยวะเพศของผู้ชายด้วยวิธีผิดๆ จนเป็นเหตุให้เกิดการเจ็บป่วย การท้องไม่พร้อมที่นำไปสู่การทำแท้งที่ไม่ปลอดภัย และการเพิ่มจำนวนของแม่วัยรุ่นและแม่เลี้ยงเดี่ยว เป็นต้น

ระบบความเป็นเพศและเพศวิถี เป็นฐานที่มั่นคงหลักของการเกิดการผลิตซ้ำ และการสืบทอดวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ ซึ่งได้รับการส่งเสริมสืบทอดผ่านสถาบันหลักของสังคม ตั้งแต่ครอบครัว ชุมชน เพื่อนฝูง โรงเรียน วรรณกรรม สื่อมวลชน การโฆษณา การบันเทิง คำสอนทางศาสนา ระบบสาธารณสุข ระบบเศรษฐกิจ และระบบการปกครองและการเมือง ที่ทำงานเชื่อมโยงสอดคล้องกันอย่างเหนียวแน่น เพื่อถ่ายทอดชุดความคิด ความเชื่อ และวิถีปฏิบัติตามกรอบเพศและเพศวิถีนี้ ให้ดำรงอยู่อย่างต่อเนื่อง

การมองปัญหาเกี่ยวกับเพศที่เกิดขึ้นกับทั้งผู้หญิงและผู้ชาย เช่น ปัญหาท้องไม่พร้อม ปัญหาวัยรุ่นชายที่ใช้ชีวิตทางเพศสัมพันธ์ที่เสี่ยงและใช้ความรุนแรง เช่น ในพฤติกรรมการรุมโทรมผู้หญิง

การมองปัญหาเหล่านี้โดยขาดความเข้าใจในสาเหตุหลักประการหนึ่ง คือ การสร้างและผลิตซ้ำความคิดความเชื่อเรื่องเพศวิถีและความเป็นเพศในสังคมไทย จะทำให้หน่วยงานและผู้ที่เกี่ยวข้องกับการแก้ไขปัญหาเหล่านี้ มีแนวโน้มที่จะมองอย่างแคบ ๆ ว่า ปัญหาเหล่านี้เป็นปัญหาระดับบุคคลหรือเกิดขึ้นเฉพาะกับคนบางกลุ่ม และคนส่วนใหญ่มักจะกล่าวโทษว่า ปัญหาเกิดเพราะเด็กผู้หญิงไม่รักนวลสงวนตัว ใจแตก หรือเป็นเพราะครอบครัวแตกแยก และพ่อแม่ไม่ดูแลลูก เป็นต้น

เราต้องมาคิดว่าสถาบันทางสังคม วัฒนธรรมประเพณี และระบบทางสังคมใดบ้าง ที่มีส่วนในการค้าจุนและผลิตซ้ำให้กรอบเพศวิถีและกรอบความเป็นเพศแบบสุดโต่งและตายตัวเช่นนี้ ดำรงอยู่ได้ในสังคม และส่งผลต่อความคิด ความเชื่อ และพฤติกรรมทางเพศของทั้งผู้หญิงผู้ชาย จนกลายเป็นวัฒนธรรมความรุนแรงทางเพศของสังคม และเราควรพิจารณาด้วยว่า สถาบันเหล่านี้จะร่วมมือกันทำงานอย่างไร เพื่อช่วยกันรื้อถอนสาเหตุรากเหง้าของปัญหาเหล่านี้ให้ค่อย ๆ หดไป

ในการอภิปรายข้างต้น เรายังไม่ได้กล่าวถึงเพศวิถีของคนรักเพศเดียวกันมากนัก แต่จากประสบการณ์ของผู้เขียนในการจัดการอบรมกับกลุ่มคนรักเพศเดียวกัน ผู้เขียนค้นพบว่า คนกลุ่มนี้จำนวนไม่น้อยแม้จะเป็นคนรักเพศเดียวกัน แต่ก็หนีไม่พ้นอิทธิพลทางความคิด ความเชื่อ และการหล่อหลอม ภายใต้กรอบวัฒนธรรมบรรทัดฐานรักต่างเพศที่ไม่เท่าเทียม หลายคนยอมรับบรรทัดฐานและความไม่เท่าเทียมที่เกิดจากระบบเพศภาวะและเพศวิถีแบบรักต่างเพศโดยไม่ตั้งคำถามมากนัก เราจึงอาจพบการใช้อำนาจ การแบ่งบทบาทหน้าที่ตามเพศ และการกำหนดบทบาทในการมีเพศสัมพันธ์ของคู่รักเพศเดียวกัน ที่ถอดแบบมาจากความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศ เช่น การใช้อำนาจเหนือกว่า หรือการควบคุมแบบชายเหนือหญิง ในคู่หญิงรักหญิง การที่คนที่มีบุคลิกลักษณะเป็นทอม อาจสวมบทบาทเป็นคนเจ้าชู้แบบผู้ชาย หรือเป็นผู้ควบคุมและใช้อำนาจในความสัมพันธ์ เฉกเช่นผู้ชายตามกรอบบรรทัดฐานรักต่างเพศ เป็นต้น

ความสัมพันธ์รักต่างเพศและบรรทัดฐานรักต่างเพศ

ในวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ ความสัมพันธ์รักต่างเพศ (heterosexuality) ได้รับการสถาปนา

ความหมาย และเป็นที่ยอมรับกันทั่วไปว่าเป็นความปกติ และเป็นความสัมพันธ์ที่ชอบธรรม การยอมรับเช่นนี้เกิดขึ้นพร้อมๆ กับการสั่งสอนอบรม การหล่อหลอม และสืบทอดความคิดความเชื่อ เรื่องความเป็นผู้หญิงและผู้ชาย ผ่านสถาบันต่างๆ ในสังคม เริ่มตั้งแต่สถาบันครอบครัว ชุมชน โรงเรียน ศาสนา สื่อมวลชน และกฎหมาย ดังนั้น ความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศจึงไม่ได้เป็นแค่รสนิยมทางเพศ หรือเพศวิถีรูปแบบหนึ่งในสังคมเท่านั้น แต่เป็นระบบความสัมพันธ์หรือเพศวิถีรูปแบบเดียว ที่สังคมส่วนใหญ่ถือว่าถูกต้อง และเป็นมาตรฐานของสังคมที่ผู้คนต้องยอมรับและทำตาม (heteronormativity)

สังคมไทยมีระบบของการหล่อหลอมและสถาปนาความปกติ ให้ความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศไว้อย่างชัดเจน เราสามารถสังเกตเห็นกระบวนการสถาปนาบรรทัดฐานรักต่างเพศของสังคมได้จากชีวิตประจำวันของเราเอง โดยเฉพาะวิถีปฏิบัติที่เกี่ยวกับการมีคู่และความหมายของครอบครัว เช่น การหยอกล้อให้เด็กผู้หญิงและเด็กผู้ชายเป็นแฟนกันตั้งแต่เล็ก ๆ คำพูดที่ว่าหญิงและชายถูกสร้างมาเพื่อเป็นคู่กัน การที่เด็กสาววัยรุ่นมักถูกผู้ใหญ่ตั้งคำถามว่า มีหนุ่ม ๆ มาจีบบ้างหรือเปล่า การถามหรือถูกถามโดยคนในวัยผู้ใหญ่ที่เราเพิ่งรู้จักว่า เขาหรือเราแต่งงานมีครอบครัว (แบบรักต่างเพศ) แล้วหรือยัง และการพูดเหมารวมว่า บทบาทหรืออัตลักษณ์หลักของผู้หญิงทั่วไปคือการเป็นภรรยาและแม่ และบทบาทหรืออัตลักษณ์หลักของผู้ชายคือการเป็นสามีและพ่อ เป็นต้น

นอกจากกระบวนการหล่อหลอมและสถาปนาความหมายที่กล่าวมานี้แล้ว สังคมยังมีระบบหรือสถาบันต่างๆ ที่ทำงานหนุนเสริมกันไม่ทางตรงก็ทางอ้อม เพื่อทำให้เราเชื่อว่า ความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศ เป็นความสัมพันธ์แบบเดียวที่เป็นไปได้ และเป็นปกติในสังคมมนุษย์ ระบบหรือสถาบันที่ว่านี้รวมถึงครอบครัว โรงเรียน กลุ่มเพื่อน ศาสนา สื่อสารมวลชน และงานศิลปะแขนงต่างๆ ที่ทำหน้าที่ส่งผ่านข้อมูลเรื่องบรรทัดฐานรักต่างเพศ ว่าเป็นสิ่งที่เราต้องยอมรับโดยไม่ต้องตั้งคำถาม ตัวอย่างหนึ่งที่เห็นชัดคือ เวลาที่สื่อมวลชนนำเสนอภาพหรือเรื่องราวของคนในสังคม ที่มีความสัมพันธ์เป็นคู่กันในสื่อแขนงต่างๆ เช่น นิตยสาร หนังสือพิมพ์ ภาพยนตร์ รายการโทรทัศน์ละครโทรทัศน์ หรือโฆษณา ก็มักนำเสนอแต่ภาพคู่ที่เป็นรักต่างเพศ เป็นต้น

สตีวี แจ็คสัน (Jackson 2005) กล่าวไว้ในการบรรยายเรื่องบรรทัดฐานรักต่างเพศว่า สังคมมีระบบที่ชี้นำและฝึกฝนผู้คนให้เป็นคนรักต่างเพศตั้งแต่เล็ก โดยที่เด็กเหล่านั้นยังไม่ถึงวัยที่จะเข้าใจหรือสนใจเรื่องเพศเสียด้วยซ้ำ เห็นได้จากการที่ความรู้พื้นฐานส่วนใหญ่ที่เด็กได้รับทั้งจากโรงเรียน ครอบครัว และชุมชน จะเป็นเรื่องความรักความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นภาพการตกหลุมรัก การแต่งงาน และความเป็นครอบครัว ดังนั้น เด็ก ๆ จึงเริ่มที่จะจัดวางตนเองในระบบเพศวิถีตามกรอบบรรทัดฐานรักต่างเพศตั้งแต่เยาว์วัย บรรทัดฐานรักต่างเพศยิ่งถูกทำให้เข้มข้นขึ้นไปอีก เมื่อเด็กมักเรียนรู้เรื่องเพศสัมพันธ์ผ่านความเข้าใจเรื่องการมีลูก ที่เกิดจากความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศ ด้วยเหตุนี้ การกำหนดกรอบความเป็นเพศและเพศวิถีแบบรักต่างเพศ จึงมีความสัมพันธ์ที่ส่งเสริม สอดรับกันอย่างลึกซึ้งแน่นหนา เพราะทั้งสองระบบช่วยกันหล่อหลอมและสถาปนารักต่างเพศให้เป็นบรรทัดฐานของเพศวิถีในสังคม บรรทัดฐานรักต่างเพศจึงเป็นตัวเชื่อมระหว่างความเป็นเพศ (gender) และเพศวิถี (sexuality) เพราะความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศไม่ได้หมายถึงเฉพาะเรื่องความรัก ความสัมพันธ์ และเพศสัมพันธ์ระหว่างชายกับหญิงเท่านั้น แต่ยังมีส่วนในการกำหนดบทบาทหน้าที่ระหว่างความสัมพันธ์ของคนสองเพศ ทั้งในระดับครอบครัวและในระดับสังคมอีกด้วย (Jackson 2005)

บรรทัดฐานเพศวิถีแบบรักต่างเพศ จึงเป็นเครื่องมืออีกชนิดหนึ่งของวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ ที่ทำงานผ่านระบบการถ่ายทอดความคิด ความเชื่อ และวิถีปฏิบัติเรื่องเพศ อัตลักษณ์ด้านเพศภาวะและบทบาททางเพศแบบตายตัว เพื่อหนุนเสริมและตอกย้ำลำดับชั้นทางอำนาจ ให้ผู้ชายมีอำนาจเหนือผู้หญิง โดยที่ผู้ชายเป็นผู้ควบคุมความสัมพันธ์ทางเพศและร่างกายของผู้หญิง ดังจะเห็นได้จากการอบรมเพศวิถีที่สอนผู้หญิงว่า เพศสัมพันธ์เป็นเรื่องน่าอาย ไม่ควรรู้ และเมื่อแต่งงานแล้ว การตอบสนองความต้องการทางเพศให้แก่สามีเป็นหน้าที่หนึ่งของภรรยา ในขณะที่ผู้ชายจะถูกสอนให้เชื่อว่า เพศสัมพันธ์เป็นแก่นกลางของความเป็นชาย (จนแทบจะกล่าวได้ว่า หากผู้ชายหมดสมรรถภาพทางเพศ ความเป็นชายของเขาก็จะหมดไปด้วย) ผู้ชายไม่ต้องควบคุมเรื่องความต้องการทางเพศของตัวเอง และไม่ต้องถาม หรือใส่ใจในความรู้สึกทางเพศของแฟนหรือภรรยา

อย่างไรก็ตาม บรรทัดฐานรักต่างเพศก็ไม่ได้ให้คุณค่ากับความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศทุกรูปแบบอย่างเท่าเทียมกัน ในสังคมส่วนใหญ่รวมทั้งสังคมไทย เราจะพบว่าความสัมพันธ์รักต่างเพศแบบผิวเดียวเมียวเดียว ที่มีการแต่งงานถูกต้องตามประเพณีและกฎหมายและมีลูก จะได้รับการยอมรับและเชิดชูว่า เป็นความสัมพันธ์ที่ถูกต้องดีงาม และมีคุณค่ามากที่สุด ขณะเดียวกัน กลุ่มคนที่แม้เป็นรักต่างเพศ แต่ไม่ได้แต่งงานกันถูกต้องตามประเพณีและกฎหมาย ก็อาจถูกสังคมหรือญาติพี่น้องตำหนิ หรือตั้งคำถาม เพราะความสัมพันธ์ของพวกเขายังไม่เป็นไปตามบรรทัดฐานความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศที่ดีงามที่สุดตามที่สังคมกำหนด ส่วนคนรักต่างเพศที่มีอาชีพค้าบริการทางเพศ และคนรักต่างเพศที่ไม่ได้อยู่ในความสัมพันธ์แบบผิวเดียวเมียวเดียว หรือมีคู่หลายคน ก็จะถูกมองว่าผิดศีลธรรม ขณะที่ผู้หญิงที่เป็นแม่เลี้ยงเดี่ยวและแม่หม้าย ก็มักถูกมองว่าเสี่ยงต่อการทำผิดศีลธรรมในทางเพศได้ง่าย ส่วนวัยรุ่นหรือผู้สูงอายุที่มีเพศสัมพันธ์ที่แม้เป็นแบบรักต่างเพศ ก็มักถูกประณามว่ามีพฤติกรรมไม่เหมาะสมด้วยเหตุผลเรื่องอายุ ดังนั้น เราจะเห็นว่า บรรทัดฐานรักต่างเพศเองก็ไม่ได้อยู่โดด ๆ แต่ทำงานร่วมกับอัตลักษณ์หรือพฤติกรรมอื่นๆ ของคนเรา เช่น สถานภาพสมรส อาชีพ อายุ การมีคู่คนเดียวหรือหลายคน เป็นต้น เพื่อกำหนดคุณค่าสูงต่ำให้กับความสัมพันธ์ทางเพศรูปแบบต่าง ๆ

ความรู้สึกเกลียด กลัว และไม่ยอมรับเพศวิถีของคนรักเพศเดียวกัน และคนข้ามเพศ

บรรทัดฐานเพศวิถีแบบรักต่างเพศ เป็นระบบความคิดความเชื่อที่ตึกทักและเหมารวมว่า มนุษย์ทุกคนเป็นบุคคลรักต่างเพศที่ย่อมเสาะหาความสัมพันธ์แบบผิวเดียวเมียวเดียว ที่อยู่กันอย่างยั่งยืนกับบุคคลต่างเพศกับตน การสถาปนابรรทัดฐานรักต่างเพศในสังคมเป็นสาเหตุให้เกิดความรู้สึกเกลียด กลัว และไม่ยอมรับความสัมพันธ์แบบรักเพศเดียวกัน รักสองเพศ ตลอดจนความสัมพันธ์ของคนข้ามเพศ รวมถึงเกลียดและกลัวตัวบุคคลที่เลือกวิถีทางเพศดังกล่าว (homophobia) ทั้งนี้ โดยการให้ความหมายว่า ความสัมพันธ์แบบรักเพศเดียวกัน รักสองเพศ และความสัมพันธ์ของคนข้ามเพศ เป็นเรื่องผิดปกติ ผิดธรรมชาติ แปลกประหลาด มีปัญหา ขัดกับบรรทัดฐานทางสังคม

ขัดกับศีลธรรมและวัฒนธรรมที่ถูกต้องดีงาม

สังคมที่ถือเอาบรรทัดฐานรักต่างเพศเป็นมาตรฐานอย่างแน่นหนา มักจะผลักไสคนที่มีความเป็นชายขอบในทางเพศ และปิดกั้นคนเหล่านี้ไม่ให้เข้าถึงทรัพยากร อำนาจและอภิสิทธิ์ ที่คนรักต่างเพศเข้าถึงได้ เช่น การรับรองความสัมพันธ์ตามกฎหมาย ตามประเพณีและศาสนา การสืบทอดมรดก หรือสวัสดิการการรักษาพยาบาล หรือประกันชีวิตของคู่รักเพศเดียวกัน นอกจากนี้ ยังมี การเลือกปฏิบัติหรือความรุนแรงโดยอ้อมในระดับโครงสร้างสังคม เช่น การไม่ถูกพูดถึงหรือไม่มีตัวตนของคนรักเพศเดียวกัน คนรักสองเพศ หรือคนข้ามเพศในหลักสูตรการศึกษาและศาสนา การไม่มีพื้นที่ในสังคม การถูกใช้ความรุนแรงจากครอบครัวที่มักไม่ถูกเปิดเผย เป็นต้น สิ่งเหล่านี้อาจส่งผลให้คนรักเพศเดียวกัน คนรักสองเพศ และคนข้ามเพศเกิดความรู้สึกไม่มั่นใจ ด้วยค่าและขาดความรู้สึกมั่นคงในอัตลักษณ์ ความรัก และความสัมพันธ์ของตนเอง

บรรทัดฐานรักต่างเพศส่งผลต่อคนหลายกลุ่มในสังคม ทั้งผู้หญิงรักต่างเพศที่ไม่ได้ปฏิบัติตามตามกรอบเพศวิถีแบบผู้หญิงดีและภรรยาที่ดี กลุ่มคนรักเพศเดียวกัน คนรักสองเพศ และคนข้ามเพศ เป็นต้น บรรทัดฐานรักต่างเพศทำให้คนในสังคมมีมุมมองและความเข้าใจเรื่องเพศวิถีที่จำกัด คับแคบ แบ่งแยก และกดขี่ ทั้งยังเป็นตัวจำกัดไม่ให้บุคคล ไม่ว่าจะมีเพศภาวะหรือเพศวิถีรูปแบบใด สามารถพัฒนาความเป็นมนุษย์ ที่ไปพ้นข้อจำกัดของอัตลักษณ์ทางเพศและเพศวิถีของวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ เพื่อจะมีชีวิตทางเพศที่มีความสุข มีความเสมอภาค มีอิสระในการแสดงออกซึ่งความรักและความปรารถนาทางเพศ มีความเข้าใจ และเห็นคุณค่าในเพศวิถีของตนเองและคนอื่นๆ ที่ต่างออกไปจากตน ด้วยความเคารพและชื่นชม

ต่อไปนี้เป็นตัวอย่างวิธีคิดหรือพฤติกรรม ที่บ่งบอกถึงความรู้สึกเกลียดกลัว และการไม่ยอมรับคนรักเพศเดียวกัน คนรักสองเพศและคนข้ามเพศ ซึ่งเกิดจากความเชื่อฝังหัวตามบรรทัดฐานรักต่างเพศ

- ทึกทักว่าคนที่เราพบทุกคนเป็นคนรักต่างเพศ
- มองว่าคนรักเพศเดียวกัน คนรักสองเพศ และคนข้ามเพศ เป็นคนผิดปกติหรือผิดเพศ

- พูดถึงคนรักเพศเดียวกันในเชิงตลกล้อเลียนหรือดูถูก เช่น เวลาเจอคู่เกย์หรือเลสเบี้ยน ก็จะคิดหรือขบขันในจินตนาในเชิงเย้ยหยันว่า “คนไหนเป็นผัว คนไหนเป็นเมีย”
- ใช้คำพูดดูถูกคนรักเพศเดียวกัน คนรักสองเพศ และคนข้ามเพศ และดูถูกความสัมพันธ์ตลอดจนวิธีการมีเพศสัมพันธ์ของพวกเขา เช่น เรียกพวกเขาว่า “พวกไม้ป่าเดียวกัน” “พวกชอบตึง” เป็นต้น
- เมื่อได้ยินคำว่าเกย์ เลสเบี้ยน กะเทย หรือทอม จะนึกถึงแต่เรื่องชีวิตทางเพศหรือการมีเพศสัมพันธ์ของคนเหล่านั้น แต่เมื่อได้ยินคำว่าการทำงานและครอบครัว จะนึกถึงความสัมพันธ์บนฐานความรักแบบรักต่างเพศ
- เวลาที่พบปะเพื่อนฝูง อาจถามถึงแฟน สามีหรือภรรยาของเพื่อนที่เป็นคนรักต่างเพศ แต่มักหลีกเลี่ยงไม่ถาม หรือพูดถึงแฟนหรือคู่รักของเพื่อนที่เป็นเกย์ เลสเบี้ยน หรือคนข้ามเพศ
- ไม่ตอบโต้หรือท้าทาย เมื่อได้ยินประโยคหรือคำพูดที่สะท้อนถึงความรู้สึกเกลียดและกลัวคนรักเพศเดียวกัน คนรักสองเพศ และคนข้ามเพศ เพราะเกรงว่าจะถูกคนอื่นที่ทักท้วงว่าตนเองมีเพศวิถีแบบเดียวกับคนเหล่านี้
- ยอมรับการแสดงความรักระหว่างกันของคนรักต่างเพศ เช่น การจูบหรือโอบกอดในที่สาธารณะ แต่แสดงอาการรังเกียจหรือขยะแขยง เมื่อเห็นภาพคนแสดงความรักต่อบุคคลเพศเดียวกัน หรือคนข้ามเพศที่แสดงความรักต่อคู่ของเขาในที่สาธารณะ หรือในสื่อเฉพาะสำหรับกลุ่มคนเหล่านี้
- คิดว่าเลสเบี้ยน คือผู้หญิงที่ยังไม่เจอ “ผู้ชายดีๆ” หรือเชื่อว่าเลสเบี้ยนคือผู้หญิงที่เกลียดผู้ชาย
- เห็นว่าการที่คนรักเพศเดียวกัน คนรักสองเพศ และคนข้ามเพศเรียกร้องสิทธิของพวกเขาเป็นการเรียกร้องที่มากเกินไป และเห็นว่าพวกเขาน่าจะทำตัวเจียมๆ เพื่อให้สังคมยอมรับ
- คาดหวังให้คนรักเพศเดียวกัน คนรักสองเพศ และคนข้ามเพศ ต้องประพฤติตัวให้เหมาะสมตามกรอบที่คนส่วนใหญ่ในสังคมขีดไว้ให้ ในเรื่องการแสดงออกเรื่องความรักความสัมพันธ์

- เปลี่ยนที่นั่งในการประชุม เมื่อพบว่าตนเองได้ที่นั่งติดกับคนที่ทราบว่าเป็นคนรักเพศเดียวกัน คนรักสองเพศ หรือคนข้ามเพศ
- คิดว่าการเป็นคนรักเพศเดียวกัน รักสองเพศ หรือข้ามเพศ เกิดจากปมด้อยในวัยเด็ก เช่น การเลี้ยงดูที่ผิด ๆ การเลียนแบบตัวอย่างที่ผิด ๆ หรือการมีประสบการณ์เคยถูกลวนลามทางเพศ เป็นต้น

อัตลักษณ์ความเป็นชายขอบและความเป็นกระแสหลัก

อัตลักษณ์ (identity) หมายถึง ความเป็นตัวตน ลักษณะเฉพาะตัวของบุคคลหรือกลุ่มคน ทั้งที่เป็นนามธรรมและรูปธรรม เช่น เพศ เพศภาวะ รสนิยมทางเพศ สีสัน ขนาดของร่างกาย สถานภาพ การสมรส ระดับการศึกษา เชื้อชาติ ชนชั้น ชาติพันธุ์ ฐานะทางเศรษฐกิจ อาชีพ วิชาชีพ ตำแหน่งหน้าที่ ความเชื่อทางศาสนา ถิ่นที่อยู่อาศัย สภาพความสมบูรณ์ทางกายและจิตใจ การติดเชือบางโรค เช่น เอชไอวี เอดส์ การยึดถือระบบความคิดความเชื่อ วิถีปฏิบัติ อุดมการณ์หรืออุดมคติบางอย่าง เช่น สังคมนิยม สตรีนิยม เสรีนิยม เป็นต้น

อัตลักษณ์ของบุคคลหรือกลุ่มคน ส่งผลถึงการที่พวกเขาจะมีพื้นที่ทางสังคม ถูกกำหนดคุณค่าความหมาย มีสถานภาพ อำนาจ รวมทั้งมีโอกาสเข้าถึงกลไกและระบบบริการต่าง ๆ ในสังคม แนวคิดในการทำงานเพื่อความยุติธรรมได้จัดแบ่งอัตลักษณ์ของบุคคลและกลุ่มคนออกเป็น 2 ลักษณะใหญ่ ๆ ลักษณะหนึ่งคือ อัตลักษณ์แบบที่มีอภิสิทธิ์หรืออัตลักษณ์กระแสหลัก (dominant or mainstream identity) และอีกกลุ่มหนึ่งคือ อัตลักษณ์แบบชายขอบ (marginalized identity)

อัตลักษณ์ที่มีอภิสิทธิ์ หรืออัตลักษณ์กระแสหลัก หมายถึง อัตลักษณ์แบบที่ระบบต่าง ๆ ในสังคมเอื้อให้สามารถเข้าถึงโอกาส อำนาจ ทรัพยากร สวัสดิการ และระบบบริการต่าง ๆ ได้ง่ายกว่า ตัวอย่างอัตลักษณ์แบบนี้ ได้แก่ อัตลักษณ์เพศชาย การเป็นคนรักต่างเพศ คนที่มีเชื้อชาติไทย คนที่ไม่พิการ คนชนชั้นกลางและชนชั้นสูง คนที่มีอาชีพรับราชการ คนที่ประกอบอาชีพหมอ อาจารย์มหาวิทยาลัย ทนายความ วิศวกร และอาชีพอื่นๆ ที่มีหลักประกันรายได้ที่สูง มั่นคง มี

อำนาจและสถานภาพในสังคม คนที่จบการศึกษาระดับสูง คนวัยกลางคน นักการเมือง หรือนักธุรกิจ เป็นต้น ซึ่งอภิสิทธิ์ของคนที่มีอัตลักษณ์กระแสหลักเหล่านี้ ส่วนใหญ่เกิดจากการที่สถาบันและระบบต่างๆ ซึ่งเป็นโครงสร้างหลักของสังคม เช่น ศาสนา เศรษฐกิจ การเมืองการปกครอง กฎหมายและระบบยุติธรรม สื่อมวลชน การศึกษา วัฒนธรรม และสาธารณสุข เป็นต้น ทำงานเชื่อมต่อกันอย่างเป็นระบบ ในการกำหนดนโยบายและวิธีการในการปกป้องสิทธิและผลประโยชน์ แก่กลุ่มคนที่มีอัตลักษณ์กระแสหลักเหล่านี้

อัตลักษณ์ชายขอบ คือ อัตลักษณ์แบบที่ไม่ได้รับการยอมรับ หรือให้คุณค่าจากสถาบันหรือระบบต่างๆ ในสังคม กลุ่มคนที่มีอัตลักษณ์ชายขอบที่เราพบเจอในสังคม ได้แก่ ผู้หญิง กลุ่มคนรักเพศเดียวกัน กะเทย ทอม คนที่ไม่ได้มีชาติพันธุ์ไทย เช่น ชนเผ่าหรือชาวเขา คนอีสาน คนไทยเชื้อสายเขมร คนจนที่ประกอบอาชีพที่ไม่มั่นคงและมีรายได้น้อย เช่น กรรมกร คนขายของข้างถนน ผู้ค้าบริการทางเพศ หมอนวด ชาวนาที่ไม่มีที่ทำกินเป็นของตนเอง คนทำงานรับจ้างรายวัน คนแก่ เยาวชนและเด็ก แม่หม้าย แม่เลี้ยงเดี่ยว คนนับถือศาสนาคริสต์ มุสลิม หรือนับถือผี คนพิการ คนที่เรียนไม่จบมหาวิทยาลัย หรือผู้อยู่ร่วมกับเชื้อเอชไอวี เป็นต้น

การจัดแบ่งอัตลักษณ์ชายขอบและอัตลักษณ์ที่มีอภิสิทธิ์ในสังคมหนึ่งๆ เกิดขึ้นเพราะการสร้างบรรทัดฐาน กติกา นโยบาย กฎระเบียบ และระบบการกระจายทรัพยากร ในแบบที่ถูกครอบงำและควบคุมโดยกลุ่มคนที่มีอัตลักษณ์หลัก ปัจจัยเชิงสถาบันหรือเชิงระบบโครงสร้างเหล่านี้ทำหน้าที่สองอย่างไปพร้อมๆ กัน คือ หนึ่ง สร้างโอกาส ปกป้อง ค้ำครองสิทธิเสรีภาพ และผลประโยชน์ในการดำรงชีวิต และประกอบกิจกรรมอื่นๆ ให้แก่กลุ่มอัตลักษณ์กระแสหลัก และสอง กีดกัน ผลักไส ไม่นับรวมคนอัตลักษณ์ชายขอบเข้ากลุ่ม เพื่อไม่ให้คนชายขอบเข้ามามีส่วนร่วมในการกำหนดกติกา นโยบาย และตัดสินใจในระบบบริการสังคม หรือกระทั่งอาจมีการกำหนดระบบเพื่อจะแสวงหาผลประโยชน์จากกลุ่มคนที่มีอัตลักษณ์ชายขอบ โดยได้รับความชอบธรรมจากรัฐ ระบบ หรือวัฒนธรรมในสังคม

ส่วนใหญ่ ในบุคคลคนหนึ่งหรือกลุ่มหนึ่ง อาจมีทั้งอัตลักษณ์ที่เป็นกระแสหลักและอัตลักษณ์

ชายชอบปะปนกันไป เช่น หากเราเป็นผู้หญิง ความเป็นเพศหญิงทำให้เราเป็นคนชายขอบที่ไม่สามารถบวชได้ และไม่ได้รับการสนับสนุนให้เป็นผู้นำ หรืออาจไม่ได้รับการเลื่อนขั้นสู่ตำแหน่งผู้นำองค์กร แต่ขณะเดียวกัน หากเราเป็นผู้หญิงชนชั้นกลาง จบปริญญาโทหรือปริญญาเอก มีอาชีพที่มั่นคง และเป็นที่ยอมรับนับถือในสังคม เช่น แพทย์ อาจารย์ หรือข้าราชการระดับสูง เราจะเห็นว่าทั้งอาชีพ ชนชั้น และระดับการศึกษา คืออัตลักษณ์กระแสหลักที่ทำให้เรามีอำนาจ โอกาส และอภิสิทธิ์ มากกว่าผู้หญิงคนอื่นๆ หรือมากกว่าผู้ชายที่เป็นกรรมกรรับจ้าง ในกรณีเดียวกัน หากเราเป็นผู้ชาย เราก็มีโอกาสในสังคมมากกว่าผู้หญิง แต่หากเราเป็นผู้ชายที่เป็นเกย์ จบการศึกษาระดับมัธยม นับถือศาสนาคริสต์หรือมุสลิม อัตลักษณ์ชายขอบเหล่านี้ก็จะผลักดันให้เราซึ่งเป็นผู้ชายกลายเป็นคนชายขอบในสังคมไทยไปได้เช่นกัน

เพราะอัตลักษณ์เป็นตัวกำหนดพื้นที่ทางสังคม อำนาจ และโอกาสในสังคม ดังนั้น ยิ่งบุคคลหรือกลุ่มคนมีอัตลักษณ์กระแสหลักมากเท่าไร พวกเขาก็จะยิ่งมีอำนาจ โอกาส และอภิสิทธิ์ในสังคมมากขึ้นเท่านั้น ตัวอย่างเช่น ผู้ชายรักต่างเพศ วัยกลางคน จบการศึกษาสูง มีอาชีพเป็นแพทย์หรือวิศวกร เป็นคนชาติพันธุ์ไทย นับถือศาสนาพุทธ และอาศัยอยู่ในเมืองใหญ่ คนกลุ่มนี้จะเป็นกลุ่มคนที่มีพื้นที่ สถานภาพ โอกาสและอำนาจ อยู่ในส่วนบนสุดของลำดับชั้น หรือปิรามิดด้านสถานภาพในสังคมไทย ขณะที่กลุ่มผู้หญิงชาวเขาที่มีโอกาสทางการศึกษาน้อย เป็นแม่หม้าย ประกอบอาชีพรับจ้าง และอาศัยอยู่ในหมู่บ้านชนบท จะเป็นกลุ่มคนที่อยู่ในระดับล่างของสังคม ที่นอกจากจะขาดโอกาสพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองและบุตรแล้ว ยังอาจต้องเผชิญกับการถูกเลือกปฏิบัติ และการแสวงหาประโยชน์ได้โดยง่าย

ประเด็นเรื่องอัตลักษณ์เรียกร้องให้คนในขบวนการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ต้องทำงานสองระดับไปพร้อมๆ กัน ระดับหนึ่งคือ การใช้แหล่งอำนาจของอัตลักษณ์กระแสหลักของเราในการผลักดันให้สังคมเปลี่ยน หรือให้สังคมสร้างระบบ กติกา และนโยบาย ที่ทำให้กลุ่มคนอัตลักษณ์ชายขอบมีสิทธิและโอกาสเช่นเดียวกับเรา เช่น เราไม่ใช่ผู้ติดเชื่อเอชไอวี แต่เราเข้าร่วมกับการรณรงค์ต่อต้านการเลือกปฏิบัติต่อผู้ติดเชื้อ หรือเราเป็นผู้ชาย แต่ไม่เห็นด้วยกับความไม่เท่าเทียม

และความรุนแรงบนฐานเรื่องเพศ และร่วมผลักดันเพื่อให้เกิดความเท่าเทียม เช่น เรียกร้องให้สถาบันทางการเมืองของไทยยอมรับสิทธิ และแสดงออกถึงการไม่ยอมรับความรุนแรงในครอบครัว หรืออีกกรณีหนึ่ง เราเป็นคนพุทธ แต่ไม่เห็นด้วยกับการเลือกปฏิบัติต่อคนมุสลิม คนคริสต์ และคนที๋นับถือผี เป็นต้น

การทำงานอีกระดับหนึ่ง คือการสร้างการเปลี่ยนแปลงในระดับส่วนตัวและองค์กร เพราะอัตลักษณ์กระแสหลักและอัตลักษณ์ชายขอบนี้ มีอยู่ในหมู่คนทำงานเพื่อความยุติธรรมทางเพศและเพศวิถีด้วยกัน ความไม่เท่าเทียมจึงดำรงอยู่ในความสัมพันธ์ระหว่างนักกิจกรรมสังคมด้วย ทำอย่างไรที่เราจะทำลายเพื่อเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมอำนาจนิยม ไม่สืบทอดระบบการมีอภิสิทธิ์ในด้านโอกาส พื้นที่ทางสังคมและอำนาจ ที่เราได้จากการมีอัตลักษณ์กระแสหลัก เช่น จากวัย ชนชั้น ระดับการศึกษาชาติพันธุ์ เพศและเพศวิถี ภายในกลุ่มหรือเครือข่ายคนที่ทำงานเรื่องความยุติธรรมทางเพศ เพื่อให้การเปลี่ยนแปลงระบบข้างนอกเกิดขึ้นพร้อม ๆ กับการเปลี่ยนแปลงภายในกลุ่ม เครือข่ายและในระดับชีวิตส่วนตัวของเราเอง

การกดขี่หรือความรุนแรงเชิงโครงสร้าง

การกดขี่หรือความรุนแรงเชิงโครงสร้าง (oppression or structural violence) หมายถึง การใช้อำนาจเหนือกว่าที่บุคคล กลุ่ม องค์กร สถาบันหรือรัฐ กระทำต่อบุคคล กลุ่ม องค์กร หรือแม้กระทั่งประเทศที่มีแหล่งอำนาจน้อยกว่า โดยมีระบบหรือสถาบันต่างๆ ให้การยอมรับ สนับสนุน หรือเอื้อประโยชน์ให้เกิดการใช้อำนาจเหนือกว่านั้นได้ ระบบหรือสถาบันที่ว่านี้ได้แก่ สถาบันครอบครัว ศาสนา กฎหมายและระบบยุติธรรม วัฒนธรรมประเพณีแบบชายเป็นใหญ่ สื่อมวลชน สื่อและวัฒนธรรมพื้นบ้าน ระบบการศึกษา วรรณกรรม ศิลปะการบันเทิง ระบบเศรษฐกิจการค้าเสรีแบบทุนนิยม ค่านิยมแบบบริโภคนิยมและวัตถุนิยม เป็นต้น การกดขี่หรือความรุนแรงเชิงโครงสร้าง จึงเป็นผลที่เกิดขึ้นจากการที่สถาบันหรือระบบต่างๆ ในสังคมยอมรับ อนุญาต หรือสร้างความชอบธรรมให้กับการใช้อำนาจเหนือกว่านั่นเอง

หลายครั้งการใช้อำนาจเหนือกว่ามักมีอคติเป็นฐาน และอคติเหล่านี้ถูกหล่อหลอมโดยสถาบันต่าง ๆ ในสังคม อคติ หมายถึง ความเชื่อหรือความคิดในทางลบต่อบุคคลหรือกลุ่มบุคคลอื่น อันเนื่องมาจากอัตลักษณ์ของคนเหล่านั้น อัตลักษณ์ที่ว่านี้ ได้แก่ ชชาติพันธุ์ เพศ รสนิยมทางเพศ ฐานะทางเศรษฐกิจ ระดับการศึกษา ถิ่นที่อยู่ สีผิว ศาสนาและวัฒนธรรม เป็นต้น อคติหรือความคิดความรู้สึกรังเกียจ ถูกถูก กลัวหรือไม่ไว้วางใจเช่นนี้ มักได้รับการถ่ายทอดต่อกันมา ผ่านการบอกเล่าหรือการสั่งสอนอบรมให้คิด รู้สึกและเชื่อตาม ทั้งที่ผู้ที่เชื่อตามอาจไม่มีประสบการณ์ตรง หรือไม่รู้จักข้อมูลที่ถูกต้องเกี่ยวกับคนกลุ่มที่ตนเองรังเกียจ อคติจึงเป็นการแบ่งแยกเขาและเรา และเชื่อว่าคนกลุ่มหนึ่งดีกว่า มีคุณค่ามากกว่า หรือเก่งกว่าคนอีกกลุ่มหนึ่ง ตัวอย่างเช่น ในสังคมไทยระบบการพัฒนา การศึกษา และสื่อมวลชนได้หล่อหลอมให้คนไทยหลายคนมีอคติที่มองว่าคนชนเผ่า หรือที่เรียกอีกอย่างหนึ่งว่าชาวเขา มีความล้าหลัง ด้อยพัฒนากว่าคนชาติพันธุ์ไทยที่อยู่พื้นราบ ทั้งนี้โดยเอามาตรฐานความทันสมัยและความเจริญทางวัตถุตามแบบแผนการพัฒนาระแสหลักของประเทศเป็นตัวตัดสิน นอกจากนี้ สังคมไทยยังมีอคติที่เชื่อว่า คนจนคือคนชั่วเกียจ อคติที่เชื่อว่าคนรักเพศเดียวกันและคนข้ามเพศเป็นพวกผิดปกติ ผิดธรรมชาติ หรือในระดับสากล ก็มีการสร้างอคติว่าชาวมุสลิมเป็นกลุ่มคนหัวรุนแรงทางศาสนา ซึ่งอคติแบบหลังนี้คนไทยจำนวนมากก็เชื่อตามโดยไม่รู้ตัว เป็นต้น

ความรุนแรงในเชิงโครงสร้าง คือการที่สถาบันต่าง ๆ ที่เป็นโครงสร้างของสังคมมีส่วนหนุนเสริม หรือเป็นเหตุปัจจัยให้กลุ่มคนหรือสถาบันที่มีแหล่งอำนาจมากกว่า ใช้อำนาจกดขี่บังคับหรือแสวงหาประโยชน์จากกลุ่มคนที่มีแหล่งอำนาจน้อยกว่า โดยอาศัยอคติที่สังคมมีต่ออัตลักษณ์ของกลุ่มคนอื่นเหล่านั้นเป็นฐาน หลายครั้งการยอมรับหรือรับรองการใช้อำนาจหรือแสวงหาประโยชน์นั้น เกิดขึ้นในนามของการรักษาวัฒนธรรมประเพณี การพัฒนาความเจริญ การควบคุมโรค ความปลอดภัย ความถูกต้องดีงาม ความมั่นคง ความเป็นชาติ หรือความเป็นระเบียบเรียบร้อย เป็นต้น

ตัวอย่างของความแตกต่างระหว่างความรุนแรงทางตรงกับความรุนแรงเชิงโครงสร้าง เช่น กรณีที่คนชนเผ่าไม่ได้รับการบริการสุขภาพอย่างเท่าเทียม หรือถูกพุดจาหรือแสดงท่าทีดูถูก เมื่อ

เข้าไปรับบริการในสถานพยาบาล นี่คือการกดขี่โดยตรง แต่เมื่อคนชนเผ่าไปเรียกร้องความเป็นธรรมจากสถาบันหรือระบบอื่นๆ ก็จะไม่ได้รับการตอบสนองหรือแก้ไข ซึ่งหมายความว่า สังคมเราไม่มีสถาบันใดที่คุ้มครองสิทธิของพวกเขา นี่คือการรุนแรงเชิงโครงสร้าง หรืออีกตัวอย่างหนึ่ง ภรรยาถูกสามีทุบตีหรือนอกใจ หรือสามีบังคับภรรยาให้มีเพศสัมพันธ์โดยภรรยาไม่เต็มใจ นี่คือการรุนแรงทางตรง แต่การที่ผู้หญิง ผู้ชาย เพื่อนบ้านและสังคม ยอมรับว่าความรุนแรงที่สามีกระทำต่อภรรยา หรือการที่สามีบังคับให้ภรรยามีเพศสัมพันธ์ เป็นเรื่องปกติที่ภรรยาต้องอดทนยอมตาม หรือตำหนิผู้หญิงที่ไม่ยอมตามว่า ไม่ใช่ภรรยาที่ดีหรือบกพร่องในหน้าที่ หรืออธิบายว่า สภาพที่ผู้หญิงต้องเผชิญเป็นเรื่องของผลกระทบในอดีตของผู้หญิงเอง และผู้เป็นภรรยาไม่สามารถไปร้องขอความช่วยเหลือจากใครได้ เพราะระบบยุติธรรมและสถาบันกฎหมาย ไม่ได้มีวิธีการสนับสนุนให้ผู้หญิงสามารถเรียกร้องขอความยุติธรรมได้อย่างแท้จริง นี่คือการรุนแรงเชิงโครงสร้าง

เราจะเห็นได้ว่าการกดขี่หรือความรุนแรงโดยตรงนั้น เป็นสิ่งที่สามารถเห็นและระบุได้ง่าย แต่การกดขี่หรือความรุนแรงเชิงโครงสร้าง ต้องอาศัยการพิจารณาและทำความเข้าใจที่ละเอียดอ่อนมากขึ้น และการทำความเข้าใจเรื่องความรุนแรงเชิงโครงสร้างได้อย่างชัดเจน จะช่วยให้เรามองเห็นว่า ทำไมการกดขี่หรือความรุนแรงทางตรงที่คนหลายกลุ่มได้รับ ไม่เคยหมดไปจากสังคมไทย และในบางกลุ่มอัตลักษณ์กลับทวีความรุนแรงมากขึ้น

ตัวอย่างของวิธีการและรูปแบบของความไม่ยุติธรรม หรือความรุนแรงระดับโครงสร้างในสังคมไทย มีเช่น

- การไม่ออกกฎหมายรองรับสถานภาพ และไม่มีนโยบายที่จะจัดสรรทรัพยากรให้คนบางกลุ่ม เช่น รัฐและคณะสงฆ์ไทยไม่ยอมรับสถานภาพของแม่ชี ภิกษุณีและสามเณรี และไม่มีนโยบายพัฒนา หรือจัดสรรทรัพยากรให้แก่คนกลุ่มนี้
- การกำหนดกฎระเบียบ กติกา ความคิดความเชื่อ และแนวทางปฏิบัติงาน ที่เป็นการวิตรอนสิทธิเสรีภาพของคนบางกลุ่ม เช่น กระทรวงสาธารณสุขมีนโยบายโน้มน้าวให้ผู้หญิง

ที่อยู่ร่วมกับเชื้อเอชไอวีทำหมันและไม่มีคู่มือ เพราะเห็นว่าเป็นวิธีควบคุมการแพร่เชื้อเอชไอวีที่ได้ผล หรือการที่กองทัพเคยมีนโยบายและวิธีปฏิบัติที่ระบุในเอกสารคัดเลือกทหารกองเกิน สำหรับผู้เข้ารับการคัดเลือกที่เป็นกะเทยหรือสาวประเภทสอง ว่าคนเหล่านี้เป็นโรคจิตผิดปกติถาวร เป็นต้น

- การกีดกันออกไปจากระบบการเงิน เช่น ธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์ และกลุ่มฌาปนกิจศพในหลายหมู่บ้านของภาคเหนือ ไม่อนุญาตให้ผู้ที่อยู่ร่วมกับเชื้อเอชไอวีกู้เงินหรือเข้าเป็นสมาชิกกลุ่ม
- การไม่มีระบบ นโยบายและกฎหมาย ที่จะปกป้องคุ้มครองสิทธิของคนบางกลุ่ม ส่งผลให้คนเหล่านี้ถูกกลุ่มคนที่มีแหล่งอำนาจมากกว่า แสวงหาประโยชน์และเอาเปรียบได้ง่าย เช่น คนยากจน ผู้ใช้แรงงาน และชาวนาไร่ที่ทำกิน อาจถูกเอาเปรียบจากพ่อค้าคนกลางและนายจ้างได้ง่าย หรือผู้หญิงที่มีอาชีพค้าบริการทางเพศ ก็มักถูกนายจ้างหรือลูกค้ากระทำการรุนแรงทางเพศ หรือกะเทยที่ทำงานกลางคืน ก็มีโอกาสดูถูกเจ้าหน้าที่ตำรวจ ไรต์ไถหรือใช้ความรุนแรงได้ง่าย เป็นต้น
- การที่สื่อมักสร้างและตอกย้ำภาพเชิงลบ หรือภาพที่แสดงว่าคนบางกลุ่มในสังคมมีลักษณะด้อย เช่น รายการทีวีและสื่ออื่นที่สร้างภาพลักษณ์ว่า คนอีสานเป็นคนซื่อสัตย์ แต่การศึกษาน้อยและไม่ฉลาด และมักเป็นได้เพียงคนรับใช้ในบ้านของคนชั้นสูงในกรุงเทพฯ หรือการที่สื่อนำเสนอความเป็นกะเทย ความเป็นเกย์ หรือการเป็นผู้ติดเชื้อเอชไอวี มาเป็นเรื่องตลก ดูถูกและล้อเลียน เป็นต้น
- การที่เด็กผู้หญิงต้องไม่พร้อมถูกปฏิเสธ ไม่ให้ได้รับการดูแลช่วยเหลือจากครอบครัว โรงเรียน และโรงพยาบาล และถูกกล่าวโทษจากสื่อมวลชนและคนทั่วไป ว่าเป็นเด็กใจแตก ไม่รักนวลสงวนตัว หรือหากตัดสินใจทำแท้งแล้วเกิดปัญหา ก็จะถูกเรียกว่าเป็นคนบาปหรือแม่ใจยักษ์

ความเข้าใจเรื่องความรุนแรงเชิงโครงสร้างต่อกลุ่มที่มีอัตลักษณ์ชายขอบ ทำให้เราเห็นว่า

การกระทำรุนแรงเหล่านี้เป็นปัญหาเชิงโครงสร้าง เป็นปัญหาที่เกิดจากระบบที่ไม่ยุติธรรม และความรุนแรงที่กลุ่มคนชายขอบต่างๆ ได้รับ ไม่ว่าจะเป็นในระดับบุคคลหรือกลุ่ม ไม่ใช่เป็นเรื่องของผลกรรมหรือเคราะห์ของคนใดคนหนึ่งหรือกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง และไม่ใช่ปัญหาส่วนตัวที่เกิดเพราะคนเหล่านั้นประพฤติตัวไม่ดี มีความบกพร่อง หรือเป็นพวกสร้างปัญหาและชอบเรียกร้องสิทธิอย่างไร้เหตุผล แต่มีสาเหตุปัจจัยและเงื่อนไขที่ฝังตัวอยู่ในวัฒนธรรมความคิดเชื่อของคนทั่วไปในสังคม มีชุดความคิด ความเชื่อ และวิถีปฏิบัติที่อยู่ในรูปของกฎหมาย ระเบียบ กติกา นโยบาย แผนงาน และวิธีปฏิบัติในสถาบันต่างๆ ของสังคม ที่ทำงานสอดรับกันอย่างดี มีความซับซ้อนและผลันกันอย่างเหนียวแน่น เพื่อเอื้อให้ความรุนแรงเหล่านี้เกิดขึ้นและดำรงอยู่ จนทำให้คนในสังคมเชื่อว่า ความแตกต่างที่นำมาสู่การดูถูกดูแคลน การกดขี่ และการเอารัดเอาเปรียบคนบางกลุ่มในสังคมเช่นนี้ เป็นเรื่องที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ เป็นธรรมชาติ เป็นสภาพปกติ หรือไม่สามารถแก้ไขได้

ในทางตรงกันข้าม ความเข้าใจเรื่องการกดขี่หรือความรุนแรงเชิงโครงสร้าง จะช่วยให้เราเห็นแนวทางการทำงานเพื่อฟื้นฟูและพัฒนาอำนาจภายในของคนชายขอบกลุ่มต่างๆ เพราะความเข้าใจในเรื่องนี้จะทำให้คนชายขอบเองเกิดความเข้าใจใหม่ว่า ปัญหาที่พวกเขาเผชิญอยู่ไม่ได้เกิดจากความผิดของพวกเขา ปัญหาไม่ได้เกิดเพราะพวกเขาขี้เกียจหรือทำงานไม่หนักพอ และปัญหาเหล่านั้นไม่ใช่ปัญหาส่วนตัว ไม่ใช่ผลของเวรกรรม หรือเกิดเพราะความโชคร้ายของตัวเอง

ความเข้าใจเช่นนี้ยังจะช่วยให้คนชายขอบและผู้ทำงานสนับสนุนคนชายขอบ สามารถเชื่อมโยงและสร้างเครือข่ายระหว่างคนกลุ่มต่างๆ ที่ได้รับผลกระทบจากความไม่เป็นธรรมเชิงโครงสร้าง จนกลายเป็นขบวนการทางสังคม (social movement) ที่สามารถสร้างแหล่งอำนาจและพลัง เพื่อต่อรองและผลักดันให้เกิดการแก้ไขระบบ นโยบาย กฎ กติกา รวมถึงความคิด ความเชื่อ และวัฒนธรรม อันเป็นการแก้ไขที่รากของปัญหา การทำงานเช่นนี้เป็นการมองไปที่เหตุปัจจัยที่ก่อให้เกิดปัญหาความไม่ยุติธรรม เป็นการช่วยให้กลุ่มคนชายขอบเกิดพลัง ปัญญา และความหวังที่จะแก้ไขปัญหา ซึ่งเราสามารถพบเห็นขบวนการทางสังคมเหล่านี้ที่มีอยู่แล้วในสังคมไทยเป็น

จำนวนไม่น้อย เช่น เครือข่ายผู้ติดเชื้อเอชไอวี เครือข่ายแรงงานผู้หญิง เครือข่ายต่อต้านการสร้างเขื่อน เครือข่ายคุ้มครองผู้บริโภค เครือข่ายเกษตรกรไร้ที่ดิน เครือข่ายผู้อยู่อาศัยในชุมชนแออัด เครือข่ายชนเผ่าเพื่อเรียกร้องสิทธิในที่ดินและการมีสัญชาติไทย เครือข่ายปกป้องทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม เป็นต้น

บทบาทสำคัญยิ่งที่คนทำงานจะมีส่วนร่วมในขบวนการทางสังคมเหล่านี้ได้ คือการเป็นเพื่อนที่ดี เป็นกัลยาณมิตรในกระบวนการฟื้นฟูอำนาจภายในของกลุ่มคนชายขอบ รวมทั้งการสร้างและขยายเครือข่าย และร่วมกันผลักดันให้เกิดการแก้ไขความคิด ความเชื่อ วัฒนธรรมประเพณี ระบบและนโยบาย และการจัดสรรทรัพยากร เพื่อให้คนกลุ่มชายขอบได้รับสิทธิ โอกาส อำนาจ และมีพื้นที่ในสังคม

อำนาจและอภิสิทธิ์

อภิสิทธิ์ หมายถึง โอกาสในการเข้าถึงทรัพยากร โอกาสทางสังคมและอำนาจ ที่ระบบและโครงสร้างในสังคมเอื้ออำนวย สนับสนุน หรือสร้างความชอบธรรมให้บุคคลหรือกลุ่มคนบางกลุ่มได้รับ โดยมีอัตลักษณ์หรือแหล่งอำนาจของคนเหล่านั้น เป็นปัจจัยสนับสนุนให้พวกเขาได้รับประโยชน์

ในสังคมของวัฒนธรรมครอบงำหรือวัฒนธรรมอำนาจนิยม การมีอำนาจนำมาซึ่งการได้รับอภิสิทธิ์จากระบบต่าง ๆ ในสังคม เช่น อภิสิทธิ์จากความเป็นเพศชาย เพราะสังคมส่วนใหญ่ในโลกให้คุณค่าและความหมายแก่ความเป็นเพศชาย (ทั้งด้านสรีระและความเป็นเพศ) มากกว่าความเป็นเพศหญิง ดังนั้น คนที่เกิดมาเป็นเพศชายจะมีอภิสิทธิ์มากกว่าผู้หญิง โดยไม่ต้องเรียกร้องหรือทำงานหนักเพื่อแลกกับอภิสิทธิ์นั้น เช่น สิทธิในการบวชเป็นพระภิกษุหรือสามเณร เพราะการบวชของผู้ชาย ไม่ว่าจะบวชเพื่อทำหน้าที่ลูกชายเพื่อตอบแทนบุญคุณพ่อแม่ หรือบวชเพื่อปฏิบัติธรรม คือการกระทำที่ทำให้พ่อแม่และสังคมชื่นชมและภูมิใจ ผู้ชายที่ทำงานรับราชการหรือทำงานในบริษัทเอกชนบางแห่ง จึงได้รับอนุญาตให้ลางานได้ 3 เดือน โดยได้รับค่าจ้างเต็มเพื่อบวชเป็นพระภิกษุ นอกจากนี้ การเป็นผู้ชายยังทำให้เขาได้รับโอกาสเป็นหัวหน้าหรือผู้นำในสถาบันต่างๆ และ

สามารถเดินทางได้โดยไม่ต้องกังวลว่าจะถูกคุกคามทางเพศ อีกตัวอย่างหนึ่งของอภิสิทธิ์ ได้แก่ การที่คนรักต่างเพศสามารถมีพิธีแต่งงาน จัดทะเบียนสมรส และจัดการเรื่องนิติกรรมที่เกี่ยวกับคู่สมรสได้ และอภิสิทธิ์เหล่านี้จะยังคงอยู่ ไม่ว่าคนที่มีอัตลักษณ์กระแสหลักจะเลือกใช้ประโยชน์จากอภิสิทธิ์ที่สังคมมอบให้หรือไม่ก็ตาม

อภิสิทธิ์จึงไม่ใช่เรื่องของโชคชะตา หรือเป็นผลของการทำงานหนักของบุคคลหรือกลุ่มคน แต่เกิดขึ้นเพราะกลุ่มคนที่มีอัตลักษณ์กระแสหลัก ได้เข้าไปมีตำแหน่งอยู่ในสถาบันหลักต่าง ๆ ของสังคม และมีอำนาจในการกำหนดนโยบาย ระบบและกติกา ที่นอกจากจะเอื้อต่อการควบคุม หรือปกป้องพื้นที่และทรัพยากร ไว้ใช้ประโยชน์สำหรับกลุ่มคนที่มีอัตลักษณ์กระแสหลักเดียวกันแล้ว ในหลายกรณี ก็อาจรวมถึงการกำหนดกติกาเพื่อกีดกัน ไม่ให้คนกลุ่มที่มีอัตลักษณ์ชายขอบสามารถเข้าถึงโอกาส ทรัพยากร และอำนาจที่เป็นของพวกเขาเช่นกัน ตัวอย่างที่เห็นได้ชัดในสังคมไทย คือ การที่กรมศาสนาซึ่งเป็นตัวแทนของรัฐไทย และคณะสงฆ์ซึ่งเป็นตัวแทนสถาบันศาสนา อนุญาตให้เฉพาะผู้ชายเท่านั้นที่จะบวชเป็นพระภิกษุและสามเณรได้ และมีการให้งบประมาณจำนวนมากเพื่อใช้ในการศึกษาและการดำรงชีวิตของพระภิกษุไทย แต่ทั้งสองสถาบันนี้ก็กีดกัน ละเลย และเพิกเฉย ไม่ให้มีกฎหมายรองรับสถานภาพของผู้หญิงไทยที่บวชชี และไม่อนุญาตให้มีการบวชภิกษุณี หรือไม่รับรองการมีอยู่ของภิกษุณีไทย

อภิสิทธิ์ต่างจากประโยชน์หรือกำไร เพราะอย่างหลังหมายถึงผลพลอยได้จากกิจกรรม การดำเนินการหรือสถานการณ์บางอย่างเป็นเรื่อง ๆ ไป โดยที่ไม่ได้มีระบบหรือโครงสร้างสังคมช่วยเหลือหรือค้ำจุน เพื่อเอื้อให้คนบางกลุ่มได้รับสิทธิพิเศษเหนือคนกลุ่มอื่น บุคคลหรือกลุ่มคนในสังคมอาจได้ประโยชน์จากสถานการณ์บางอย่าง เพราะอัตลักษณ์ของกลุ่มนั้น ๆ แต่ประโยชน์นั้น ๆ ไม่มีระบบหรือโครงสร้างในสังคมรองรับ เช่น ประโยชน์ข้อหนึ่งที่ผู้หญิงบางคนได้รับจากวัฒนธรรมความเป็นเพศของสังคมไทย คือ การไม่ถูกคาดหวังให้แบกของหนัก ประโยชน์ข้อนี้ทำให้ผู้หญิงบางคนได้รับความสะดวกสบายและไม่ต้องลำบากทางกาย เพราะพวกเขาสามารถคาดหวังให้ผู้ชายแบกของหนักแทนพวกเขาได้ (แต่ผู้หญิงหลายคนยังต้องแบกของหนัก หาก

ผู้ชายไม่ยอมทำ) นี่จึงเป็นเรื่องระดับบุคคลและขึ้นอยู่กับสถานการณ์ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับระบบ และยังขึ้นอยู่กับว่าผู้หญิงคนไหนหรือกลุ่มไหนในสังคม ที่อยู่ในสถานะที่จะได้รับประโยชน์จากการไม่ต้องแบกของหนักนั้น แต่สังคมไทยไม่มีระบบหรือโครงสร้างที่อนุญาต หรือมีช่องทาง ที่จะให้ผู้หญิงมีอำนาจในการกำหนดเรื่องค่าจ้างแรงงานให้เท่าเทียมผู้ชาย แม้ผู้หญิงต้องทำงานหนัก เช่นเดียวกับผู้ชาย เป็นต้น

อภิสิทธิ์จึงเชื่อมโยงกับเรื่องความเป็นอัตลักษณ์ของคนและกลุ่มคน ซึ่งนอกจากจะหมายถึงอัตลักษณ์เรื่องเพศและเพศวิถีที่กล่าวมาข้างต้นแล้ว ยังมีอัตลักษณ์อื่นอีกหลายด้าน เช่น ชชาติพันธุ์ ชนชั้น ระดับการศึกษา ถิ่นที่อยู่ ศาสนา วัย และความสมบูรณ์ของร่างกาย เป็นต้น

การพัฒนาจิตวิญญาณเพื่อการเปลี่ยนแปลง

ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรมเลือกใช้คำว่า “จิตวิญญาณ” แทนคำว่า “ศาสนา” เพราะคำว่าศาสนามักทำให้ผู้คนคิดถึงเรื่องของสถาบัน สิ่งก่อสร้าง รูปแบบ นักบวช ผู้ชาย และพิธีกรรม ขณะที่ผู้หญิงชาวพุทธ รวมถึงผู้หญิงที่นับถือศาสนาคริสต์ อิสลาม ฮินดู และที่ไม่นับถือศาสนาใดเลยที่มาอบรมที่ศูนย์ฯ ส่วนใหญ่ได้เรียนรู้จากประสบการณ์และเห็นพ้องกันว่า สถาบันและองค์กรศาสนาที่สืบทอดวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่และลำดับชั้นอำนาจนั้น มักไม่ค่อยให้พื้นที่กับผู้หญิงที่จะเข้าไปมีบทบาทสำคัญ เช่น ในการเป็นนักบวช ผู้นำประกอบพิธีกรรม หรือเป็นผู้สอนหลักธรรมของศาสนา และรูปแบบและคำสอนของศาสนาในเชิงสถาบัน ก็มักไม่เอื้อต่อการพัฒนาจิตวิญญาณ ความปลอดภัย ความเท่าเทียม และความภาคภูมิใจในความเป็นเพศหญิง อีกทั้งยังผลิตซ้ำคำสอนหรือวิธีการ ที่เป็นเหตุและปัจจัยเสริมให้เกิดความรุนแรงทางเพศ เช่น คำสอนที่ว่าความรุนแรงในครอบครัวหรือความรุนแรงทางเพศที่ผู้หญิงเผชิญอยู่ เป็นผลกรรมจากชาติที่แล้ว หรือคำสอนว่า กฎเกณฑ์ที่ศาสนาและสังคมใช้ในการควบคุม และจำกัดบทบาทและโอกาสของผู้หญิงนั้น เป็นไปตามบัญญัติของพระเจ้า เป็นต้น

ผู้เขียนมีความเชื่อเช่นเดียวกับผู้นำทางจิตวิญญาณ และนักกิจกรรมสังคมทั้งชายหญิงหลาย

คนที่เห็นว่า การพัฒนาจิตวิญญาณเป็นสิ่งที่ทุกคนทำได้ โดยไม่จำกัดเพศ วัย สีผิว เชื้อชาติ หรือ อัตลักษณ์ใด ๆ เพราะเป็นเรื่องการฝึกจิตใจล้วน ๆ จึงไม่จำเป็นต้องมีรูปแบบ สิ่งก่อสร้าง สถาบัน พิธีกรรม และไม่จำเป็นต้องอาศัยความเป็นสมาชิกของศาสนาใดศาสนาหนึ่งเพื่อที่จะเข้าถึงสภาวะดังกล่าว ทั้งนี้ ผู้เขียนตระหนักด้วยว่าสำหรับหลายคน ระบบของศาสนาสามารถทำให้พวกเขาเข้าถึงสภาวะทางจิตวิญญาณที่กล่าวมาได้เช่นกัน

ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรมจึงจัดให้มีกิจกรรมเพื่อการพัฒนาจิตวิญญาณ ผ่านการฝึกสมาธิภาวนาหลายรูปแบบ และบางรูปแบบก็แตกต่างจากการฝึกสอนของวิฑูรธ กระแสหลักในสังคมไทย ที่มักนำโดยพระภิกษุ ซึ่งส่วนใหญ่ไม่เคยผ่านประสบการณ์การถูกกดขี่ ทำร้าย การเอาเปรียบทางเพศ ความรู้สึกผิด และความทุกข์อื่นๆ ที่เกิดจากการทำตามบทบาทหน้าที่ของการเป็นแม่ เมีย และลูกสาว ตัวอย่างของรูปแบบการฝึกสมาธิภาวนาที่ทางศูนย์ฯ ใช้ เช่น การภาวนาผ่านการฟังอย่างลึกซึ้งและมีสติ ในเรื่องราวของเพื่อนผู้หญิงที่มีความทุกข์โดยไม่ตัดสิน ไม่หาทางออกแทนเพื่อนผู้นั้น เพราะเราเชื่อว่า การฟังคือการใช้อ่านใจร่วม คือการให้คุณค่า ให้พื้นที่ และฟื้นฟูอำนาจและศักยภาพของเพื่อน เราเน้นการสร้างกัลยาณมิตร และให้ผู้เข้าอบรมพูดคุยและแสดงออกเรื่องความรู้สึก เช่น การร้องไห้ ซึ่งวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ให้ความสำคัญว่าคือความอ่อนแอ เราฝึกสมาธิภาวนาผ่านการเดินชมธรรมชาติในทุ่งนา การจัดดอกไม้ การวาดรูป การเล่นโยคะ และการนอนพักหลังอาหารเที่ยง เพื่อผ่อนคลายร่างกายและจิตใจ เป็นต้น

ในทศวรรษหลัง ๆ นี้ มีนักสตรีนิยมหลายคนที่หันมาให้ความสำคัญเรื่องจิตวิญญาณ และเห็นว่า จิตวิญญาณเป็นฐานของการทำงานเพื่อเปลี่ยนแปลงตนเองและเปลี่ยนแปลงสังคม และการเปลี่ยนแปลงในขั้นแรกนั้น เริ่มจากการให้ความหมายของคำว่าจิตวิญญาณ และวิธีการพัฒนาจิตวิญญาณแบบใหม่ ซึ่งต่างไปจากคำสอนของสถาบันและองค์กรศาสนาแบบชายเป็นใหญ่

ริอาน ไอล์เลอร์ (Eisler 2002) ผู้ซึ่งเติบโตมาในครอบครัวชาวยิวที่นับถือศาสนาคริสต์ กล่าวว่า คำว่าจิตวิญญาณของเธอไม่มีความเกี่ยวข้องกับเทพเจ้า การไปนั่งฝึกสมาธิภาวนาบนยอดเขา หรือการเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของวัดหรือโบสถ์ โดยไม่ยุ่งเกี่ยวความทุกข์และความสุขของโลก แต่

หมายถึงความรักที่สามารถสัมผัสได้อย่างเป็นรูปธรรม เป็นความรู้สึกเชื่อมโยงสัมพันธ์อย่างห่วงใยในชีวิตและโลก จิตวิญญาณคือศักยภาพของความรัก การทำงานเพื่อสร้างคามยุติธรรม คือการโหยหาความงดงาม และความต้องการที่จะสร้างสรรค์สิ่งดี ๆ จิตวิญญาณคือฐานของความใส่ใจและความเห็นใจในการใช้ชีวิตประจำวันของเรา

จิตวิญญาณแนวพุทธ

เนื่องจากนักกิจกรรมสังคมที่มาเรียนรู้ในศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม ส่วนใหญ่เป็นผู้นับถือศาสนาพุทธ หรือไม่เช่นนั้นก็มี ความสนใจในจิตวิญญาณแนวพุทธ ศูนย์ฯ จึงเห็นความสำคัญที่จะแบ่งปันความหมายของจิตวิญญาณ และคำสอนแนวพุทธที่ถูกต้องตามแก่นพุทธศาสนา และเชื่อมโยงเรื่องนี้กับการพัฒนาสังคม ที่ไม่แยกชีวิตทางโลกกับชีวิตทางธรรมออกจากกัน ซึ่งต่างจากการสอนพุทธศาสนากระแสหลักของสถาบันพุทธทั่วไป

ท้องฟ้าและก้อนเมฆ

พุทธศาสนิกายทิเบตมีวิธีอธิบายแก่นของจิตวิญญาณพุทธเพื่อให้เข้าใจได้ง่ายว่า มนุษย์ทุกคนมีสภาวะจิตที่เป็นเหมือนท้องฟ้าที่ใสไร้ก้อนเมฆ สภาวะจิตเช่นนี้มีชื่อเรียกหลายชื่อ เช่น จิตเดิมแท้ โพธิจิต จิตที่ตื่นรู้ หรือพุทธภาวะ ซึ่งก็คือสภาวะของการตื่นรู้ การรู้เนื้อรู้ตัว ความเป็นความสงบ ความโล่ง และความว่างในใจ อันเป็นความปกติของจิต ที่ช่วยให้คนเราสัมผัสกับสภาวะการรู้แจ้ง (คือการเห็นความไม่เที่ยง ความไม่มีตัวตนถาวรแปลกแยกจากสิ่งอื่น ๆ และการเชื่อมโยงสัมพันธ์กันของสรรพสิ่ง) ส่วนสิ่งที่เปรียบเสมือนก้อนเมฆที่ลอยอยู่ในท้องฟ้า นั้น คือความคิด ความทรงจำ การคาดการณ์ ความคาดหวัง จินตนาการ ความฟุ้งซ่าน หรือความคิดทั่วไปที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน เช่น เห็นอะไรก็ให้ความหมาย หรือให้คุณค่า หรือวิเคราะห์ หรืออารมณ์ความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดจากความคิดเกี่ยวกับเหตุการณ์ในอดีต ในปัจจุบันหรืออนาคต

ก้อนเมฆเหล่านี้อาจเป็นได้ทั้งเรื่องความทุกข์หรือความสุข แต่ก้อนเมฆไม่ใช่ท้องฟ้า แต่เป็น

เพียงส่วนหนึ่งของท้องฟ้าที่มาแล้วก็จากไป เหมือนความคิดความรู้สึกที่มาเยิ้มเยือนจิตเรา หากเราไม่ยื้อยุดมันไว้ ความคิดความรู้สึกทั้งหลายก็ย่อมสลายไปตามธรรมชาติของความไม่เที่ยง เมื่อตระหนักรู้เช่นนี้แล้ว เราก็จะไม่ยึดติดกับก้อนเมฆ หรือความคิดความรู้สึกเหล่านั้น โดยในแต่ละขณะเราเพียงแต่รับรู้ว่ามีก้อนเมฆเข้ามาในใจ และจัดการกับก้อนเมฆที่ควรจัดการด้วยปัญญาและเมตตา ทั้งนี้เพราะสาเหตุหลักของความทุกข์ของคนเรา คือการยึดติดก้อนเมฆที่เป็นอดีตบ้าง อนาคตบ้าง หรือแม้แต่ก้อนเมฆที่เป็นปัจจุบัน ความทุกข์เกิดจากความคิด เพราะเราไปยึดว่าความคิด (และความรู้สึกที่เป็นผลของความคิด) นั้นเป็นตัวฉัน เป็นของฉัน ทั้งที่หากเรามองให้เห็นธรรมชาติที่แท้จริงของท้องฟ้าแล้ว เราจะพบว่า ท้องฟ้าไม่เคยยึดก้อนเมฆไว้เลย เพราะท้องฟ้าถือว่าก้อนเมฆเป็นแขกที่มาเยิ้มเยือนแล้วก็จากไป จิตเดิมแท้ของคนเรานั้นคือภาวะของความใสสว่าง โล่งโปร่ง ที่ทำให้เราเห็นสิ่งต่าง ๆ อย่างเป็นจริงตามเหตุปัจจัยของมัน เมื่อเราไม่ยึดก้อนเมฆก็เท่ากับว่า เรากำลังใช้ชีวิตตามกฎธรรมชาติของความไม่เที่ยง ชีวิตเราก็จะมีความทุกข์น้อยลง

หากเราจะลองพิจารณาใคร่ครวญถึงสภาวะจิตใจของตัวเองในแต่ละวัน เราจะพบว่า ไม่ว่าจะกำลังเดิน นอน นั่งหรือกิน จะมีความคิดผ่านเข้ามาในใจของเราอยู่ตลอดเวลา และหากเราไม่จมจ่อมอยู่กับเรื่องที่ผ่านไปแล้วในอดีต เราก็อาจกังวลหรือจินตนาการถึงสิ่งที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต หรือไม่ก็ครุ่นคิด วิเคราะห์เกี่ยวกับเหตุการณ์ในปัจจุบัน เรามักปล่อยให้ใจของเราจมจ่อมอยู่กับก้อนเมฆ หรือความคิด ความรู้สึกต่าง ๆ เหล่านี้เสียเป็นส่วนใหญ่ จนเราขาดซึ่งสภาวะของความรู้เนื้อรู้ตัว และเมื่อพิจารณาด้วยจิตว่าง เราจะพบว่า ความคิดหรือก้อนเมฆส่วนใหญ่ไม่มีประโยชน์เลย ความคิดที่นำไปสู่การปฏิบัติดีและมีประโยชน์นั้นมีอยู่บ้างแต่น้อยมาก

ความรู้เนื้อรู้ตัวคืออสรภาพที่แท้จริง เป็นสภาวะที่จิตของเราหลุดจากการยึดมั่นถือมั่นในความคิดและความรู้สึกของตนเองในแต่ละขณะ คือสภาวะของการไม่มีตัว ไม่มีตน การไม่อยู่ในอดีต และไม่อยู่ในอนาคต เป็นสภาวะที่เราสัมผัสได้ ในช่วงขณะที่เราไม่ไปยึดกับความคิดหรือความรู้สึก ที่มาปรากฏอยู่ในใจ เป็นภาวะของการรู้เนื้อรู้ตัวสด ๆ ในแต่ละปัจจุบันขณะ ในสภาวะนั้นเราจะสามารถรับรู้การเคลื่อนไหวของกาย รับรู้ความคิดที่เกิดขึ้นในจิต และรับรู้เสียง กลิ่น หรือสิ่งต่าง ๆ ที่ตาเรามองเห็นอย่างละเอียด ชัดเจน เป็นการใช้ชีวิตอย่างรู้ตัวเต็มที่กับสิ่งที่เกิดขึ้นจริง ๆ ในแต่ละขณะของชีวิต

การตอบโต้ (อย่างไร้สติ) กับการโอบอุ้มเพื่อเปลี่ยนแปลงความทุกข์

ในสภาพชีวิตประจำวันทั่วไป เราหลายคนมักถูกบีบรัดด้วยความเร่งรีบ ความกดดันที่ต้องทำหน้าที่ในหลายบทบาทให้ได้ตามความคาดหวัง และตามกำหนดเวลาและความท้าทายอื่นๆ สิ่งเหล่านี้มักทำให้เรตกอยู่ในภาวะของการตอบโต้กับสถานการณ์แบบไร้สติ และวิธีตอบโต้กับปัญหาหรือสิ่งที่เข้ามารุมเร้าเช่นนี้ อาจทำได้หลายแบบ เช่น ปฏิเสธไม่รับรู้ปัญหา หลีกหนีจากสถานการณ์นั้นๆ พุดหรือกระทำการสวนกลับด้วยความโกรธ พุดตัดบท สั่งสอนแนะนำ หรือพยายามเข้าไปควบคุมหรือจัดการปัญหา ตามแบบที่เราคิดว่าถูกต้อง การตอบโต้เช่นนี้มักทำให้ปัญหามานปลาย และไม่สามารถแก้ไขความทุกข์ทั้งของเราเองและผู้อื่นที่เกี่ยวข้อง

หลวงพ่อดิช นัท ฮันท์ พระภิกษุชาวเวียดนามที่มีบทบาทสำคัญในการเผยแผ่พุทธศาสนาสู่สังคมตะวันตก มีคำสอนในเรื่องนี้ที่ช่วยให้เราเข้าใจง่ายและปฏิบัติตามได้ โดยท่านสอนให้เราลองเปลี่ยนจากการตอบโต้ ไปสู่การโอบอุ้มความทุกข์และความยุ่งยากที่เกิดขึ้นในชีวิตของเราแต่ละวัน ทั้งนี้โดยใช้สติเป็นเครื่องมือช่วยในการโอบอุ้มที่ว่านั้น เช่น ท่านแนะนำให้เรลองนึกภาพความโกรธของเราเป็นเสมือนเด็กน้อยที่ต้องการความรัก และการโอบอุ้มเอาใจใส่จากตัวเราเอง ไม่ใช่ผลักไส ปฏิเสธหรือกดทับความโกรธนั้น แต่เราสามารถโอบอุ้มเด็กน้อยหรือความโกรธนี้ด้วยการกลับมารู้ลมหายใจ ไปเดินเล่นให้ใจเราผ่อนคลายจากอารมณ์โกรธนั้น หรือการนอนราบลงกับพื้น ผ่อนคลายด้วยการค่อยรับรู้ร่างกายทีละส่วนตั้งแต่หัวถึงเท้า และหายใจให้ลึกและยาวขึ้น ซึ่งการทำเช่นนี้จะช่วยให้จิตใจที่ฟุ้งพล่านด้วยอารมณ์โกรธสงบลงได้

ในการอบรมที่ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม เราแนะนำให้ผู้เรียนฝึกการฟังอย่างลึกซึ้ง โดยฝึกผ่านการรับฟังเรื่องราวหรือปัญหาของผู้อื่นจนจบ ด้วยจิตที่ว่าง ไม่ตัดสินถูกผิด ไม่กล่าวโทษ และไม่พยายามเข้าไปจัดการปัญหาแทนผู้อื่น โดยวิธีการควบคุมหรือแนะนำสั่งสอน นอกจากนี้ ผู้เรียนที่ศูนย์ฯ ยังมีทางเลือกที่จะไปเดินเล่นในท้องทุ่งนา เพื่อผ่อนคลายให้จิตใจเกิดความว่างโล่ง เบาจากความรู้สึกหรือความคิดต่างๆ ที่ท่วมท้นอยู่ในใจ ซึ่งวิธีการเหล่านี้คือตัวอย่างของการโอบอุ้มปัญหาและความทุกข์ แทนการปะทะและตอบโต้อย่างที่เรามักทำกันเป็นประจำ

สภาวะท้องฟ้าใสในใจจะช่วยให้เราสามารถรับมือกับความทุกข์ที่เกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นความโกรธ ความวิตกกังวล ความผิดหวัง หรือความปรารถนาที่ไม่ได้รับการตอบสนอง พลังแห่งการรู้เนื้อรู้ตัว และจิตที่สงบนิ่ง ใสสว่าง จะช่วยให้เราสามารถโอบอุ้ม รับมือ และเปลี่ยนแปลงความยุ่งยากเหล่านั้นได้ โดยไม่ต้องผลักไส ปฏิเสธ หรือตอบโต้ โดยการเข้าไปยึดมั่นถือมั่นและจัดการ การรับรู้ลมหายใจ หรือการรู้ตัวที่กาย จะช่วยลดทอนพลังของความยุ่งยากนั้นให้อ่อนลง และเมื่อจิตไม่ยึดติดกับภาวะของความยุ่งยากเหล่านั้น ความสงบเย็นและความปกติก็จะกลับคืนสู่จิตใจเรา ทำให้เราสามารถพิจารณาเห็นเหตุแห่งความทุกข์ และสามารถแก้ไขปัญหานั้นได้ด้วยปัญญาและเมตตา

เป้าหมายของการพัฒนาจิตวิญญาณแนวพุทธ

ท่านพุทธทาสเคยกล่าวไว้ว่า ในปัจจุบันมีการสอนกันอย่างผิด ๆ ว่า นิพพานเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นได้เฉพาะกับพระอรหันต์ที่สะสมบารมีมาหลายชาติเท่านั้น แต่แท้ที่จริงแล้ว ความหมายที่ถูกต้องของนิพพานคือ ความสงบเย็นของจิต อันเป็นความสุขด้านในที่ไม่ได้อาศัยเหตุปัจจัยภายนอก สภาวะนิพพานจึงเป็นสิ่งที่ทุกคนสัมผัสได้ ฝึกฝนและสะสมได้ในแต่ละวัน แต่ละขณะ แต่ละครั้งที่รู้สึกตัว ดังนั้น การที่เราสามารถละจากการยึดมั่นในตัวตน (คือยึดมั่นในความคิดความรู้สึก) และกลับคืนสู่สภาวะของการรู้ตัวเช่นนี้เอง ที่จะช่วยให้เราดำเนินชีวิตทางเพศและชีวิตด้านอื่น ๆ ด้วยความรู้เท่าทัน และสภาวะของการรู้ตัวจะเป็นสิ่งที่ช่วยปกป้องคุ้มครองเรา จากการเข้าไปติดกับดักของความอยากหรือความหลงที่เกิดขึ้น รวมทั้งป้องกันไม่ให้เราเข้าไปยึดติดกับสภาวะแห่งความสุข ความสำเร็จ ตำแหน่งหน้าที่ ชื่อเสียงหรือคำชมเชย เพราะเราตระหนักรู้ถึงธรรมชาติแห่งความไม่เที่ยงของสิ่งเหล่านั้นด้วยเช่นกัน

ดังนั้น เมื่อใดก็ตามที่เรารู้ตัวว่าเรากำลังจมจ่อมอยู่กับก้อนเมฆ หรือความคิดความรู้สึกบางอย่าง ให้เราลองกลับมาหาท้องฟ้าใสหรือจิตเดิมแท้ของเรา ด้วยการกลับมารับรู้ลมหายใจ หรือรับรู้การเคลื่อนไหวของกาย นี่คือการปล่อยวางการยึดติดกับก้อนเมฆ และในแต่ละวัน หากเราสามารถกลับมาอยู่กับท้องฟ้าใสได้มากเท่าไร จิตใจของเราก็จะโปร่ง โล่ง สด และอยู่สภาวะตื่นรู้มากขึ้นเท่านั้น และเมื่อเราได้ฝึกฝนเช่นนี้ไปเรื่อย ๆ ในชีวิตประจำวันของเราอย่างต่อเนื่องและ

ไม่เคร่งเครียด เมื่อเวลาผ่านไป เราจะรับรู้ได้ว่า ความทุกข์ในใจของเราลดน้อยลง และเมื่อใดที่มีก้อนเมฆหนักๆ หรือความยุ่งยากผ่านเข้ามาในชีวิต เราก็จะสามารถรับมือกับความยุ่งยากนั้นได้อย่างมีสติและปัญญามากขึ้นหรือในบางสภาวะ การร้องไห้ก็เป็นเสมือนการที่เราปล่อยให้กับเมฆดำๆ หนักๆ ตกลงมาเป็นฝน และหลังจากนั้นท้องฟ้าในใจเราก็จะกลับใสดังเดิม การร้องไห้จึงเป็นหนทางหนึ่งในการระบายความทุกข์จากใจเรานั้นเอง

นอกจากนี้ การพัฒนาจิตวิญญาณอาจกระทำได้โดยผ่านกิจกรรมต่างๆ เช่น การปลูกต้นไม้ เลี้ยงลูก ทำอาหาร ล้างจาน กวาดบ้าน ออกกำลังกาย ทำงานศิลปะ ทำไร่นาสวน ทอผ้า การฟังคนอื่นอย่างลึกซึ้ง และการทำงานเพื่อสังคม กล่าวโดยสรุปคือ การทำงานและการทำกิจกรรมทางโลกอื่นใดก็ตามในชีวิตประจำวัน ที่เป็นการกระทำอย่างตื่นรู้และถูกต้องตามหลักจริยธรรมทั้งหมดนี้ล้วนเป็นหนทางที่นำไปสู่การบรรลุธรรมทั้งสิ้น

การเกื้อกูลส่งเสริมกันระหว่างสตรีนิยมและจิตวิญญาณ

ในระหว่างปี พ.ศ. 2540 ถึง 2543 ผู้เขียนได้ร่วมก่อตั้งโครงการผู้หญิงและเพศภาวะ ภายใต้องค์กรเครือข่ายพุทธศาสนิกชนเพื่อสังคมนานาชาติ (International Network of Engaged Buddhists-INEB) โครงการดังกล่าวเป็นผลจากการรับรู้ถึงสภาพที่ย่ำแย่ของความไม่เท่าเทียมระหว่างเพศ ในสถาบันและองค์กรพุทธศาสนาในหลายประเทศของภูมิภาคนี้ โครงการฯ มุ่งทำงานเรื่องการฟื้นฟูอำนาจและศักยภาพให้แม่ชีในภูมิภาค พร้อมการรณรงค์สนับสนุนการบวชหรืออุปสมบทภิกษุณีสงฆ์

การเข้าไปมีส่วนร่วมในการพยายามนำหลักธรรมของพุทธศาสนา มาใช้ในการทำงานเพื่อสร้างความเป็นธรรมในสังคมในช่วงเวลาดังกล่าว ได้เปลี่ยนชีวิตของผู้เขียนอย่างลึกซึ้ง เพราะผู้เขียนได้มีโอกาสเรียนรู้คำสอนของพระพุทธเจ้า ที่ทรงแก่นสารธรรมะออกจากคำสอนของวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ และได้มีโอกาสฝึกฝนทางจิตวิญญาณกับอาจารย์ธรรมะหลายท่าน ทั้งที่เป็นชาวพุทธ คริสต์ และกลุ่มเควกเกอร์ที่ก้าวพ้นไปจากการยึดติดรูปแบบ เนื้อหา และพิธีกรรม

ทางศาสนาแบบชายเป็นใหญ่ ทั้งยังได้เรียนรู้วิธีการใช้ธรรมะหรือภาวะทางจิตวิญญาณเพื่อให้รู้จักตนเอง เช่น ได้เรียนรู้เรื่องความโกรธและความกลัว ที่เป็นผลมาจากความรุนแรงในวัยเด็ก และจากการทำงานเรื่องความไม่เท่าเทียมทางเพศ และได้เรียนรู้ที่จะไม่วิ่งหนีปัญหา หรือจมอยู่กับความกลัวการถูกใช้อำนาจจากผู้ชายที่มีอายุมากกว่า ที่ตนเองแก้ไขไม่ได้ในช่วงวัยเด็ก สิ่งสำคัญที่สุดที่ผู้เขียนได้ทำในช่วงนั้นคือ การเริ่มเยียวยาความโกรธและบาดแผลที่เกิดจากความความสัมพันธ์กับพ่อของผู้เขียนเอง

ในช่วงนั้นเองที่ผู้เขียนได้ข้อสรุปว่า แนวคิดสตรีนิยมให้เครื่องมือที่ระดับ “ห้าว” คือให้วิธีคิดเพื่อวิเคราะห์วัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ และผลกระทบของวัฒนธรรมดังกล่าว ตลอดจนวิธีการเปลี่ยนแปลงในระดับโครงสร้าง หรือเปลี่ยนแปลงระบบสังคมภายนอก แต่แนวคิดสตรีนิยมยังขาดเครื่องมือที่จะช่วยรับมือ หรือเปลี่ยนแปลงความโกรธ ความไม่พอใจ หรือความกลัว เมื่อต้องเผชิญกับการใช้อำนาจแบบชายเป็นใหญ่ การพัฒนาจิตวิญญาณที่ผู้เขียนฝึกฝนในช่วงนั้น ได้ช่วยทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ “หัวใจ” เป็นความเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากการฝึกเมตตาภาวนาที่ทำให้ผู้เขียนมองเห็นชีวิตของพ่อ ว่าเป็นชีวิตที่โดดเดี่ยว และถูกรอบงำด้วยความโกรธ และความต้องการที่จะควบคุมคนในครอบครัว อันเป็นผลจากการถูกหล่อหลอมจากวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ การเห็นนี้ทำให้ผู้เขียนเกิดความเข้าใจในตัวพ่อ และเกิดความเมตตาในความทุกข์ของพ่อ อย่างที่ผู้เขียนไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อน ซึ่งถือเป็นการเยียวยา และเป็นโอกาสให้ผู้เขียนได้สมานฉันท์กับพ่อในทางจิตใจและจิตวิญญาณ แม้เวลานั้นท่านจะเสียชีวิตไปหลายปีแล้วก็ตาม

การพัฒนาจิตวิญญาณ คือการสร้างและฟื้นฟูอำนาจภายใน ของกลุ่มคนที่ถูกบั่นทอนและทำร้ายจากวัฒนธรรมครอบงำ วัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ และวิถีชีวิตบริโภคนิยมและวัตถุนิยม ที่พร้อมจะหล่อหลอมความโลภ โกรธ หลง อยู่ตลอดเวลา ริอาน ไอล์เลอร์ (Eisler 1995) กล่าวว่า การฝึกฝนด้านจิตวิญญาณ จะช่วยให้เราสามารถปฏิบัติตามคำสอนที่เป็นคุณค่าหลักของวัฒนธรรมอำนาจร่วม เช่น ความรัก ความเมตตา สันติวิธี การเคารพ การใส่ใจและเอื้ออาทรต่อผู้อื่น ดังนั้น การพัฒนาจิตวิญญาณจะทำให้เรามองเห็นและมั่นใจในคุณค่า ปัญญา และความ

สามารถของตนเอง ได้พัฒนาความกล้าหาญ ความอดกลั้น ความรัก และความเมตตาของตนเอง และเห็นสิ่งเหล่านี้ในตัวผู้อื่น และใช้สิ่งเหล่านี้เพื่อรับมือ ทำหาย และเปลี่ยนแปลงการใช้อำนาจ ในทางที่ผิดที่เกิดขึ้นรอบ ๆ ตัวเราทุกวัน และหลายครั้งเรากลับเป็นผู้ใช้อำนาจแบบนั้นเสียเอง

คำสอนที่เป็นแก่นของพุทธศาสนา คือความสมดุลของการใช้เมตตาและปัญญาในการทำงาน และการดำเนินชีวิตประจำวัน คำสอนเรื่องความเชื่อมโยงสัมพันธ์กันของสรรพสิ่งและความไม่เที่ยง นั้น ช่วยสนับสนุนให้แนวคิด วิธีการ และขบวนการทำงานของกลุ่มสตรีนิยม ไปพ้นเรื่องการติดยึดตัวตน อัตลักษณ์ และแม้แต่ความคิดของเราเอง ที่มักจะนำไปสู่การแบ่งแยกเข้ากับเรา ชาว กับดำ วัฏปฏิบัติของพุทธศาสนาสามารถช่วยสร้างปัญญา ที่จะทำให้เราหลุดพ้นจากการติดยึด เรื่องเพศ เพศวิถี และอัตลักษณ์อื่นๆ และช่วยในการพัฒนาจิตใจและจิตวิญญาณ ซึ่งเป็นเรื่องที่ ขาดหายไปจากแนวคิดและวิธีการทำงานของสตรีนิยม

ในการทำงานเพื่อสร้างความยุติธรรมทางเพศหรือความยุติธรรมใด ๆ ก็ตาม นักกิจกรรมสังคม มักทักท้วงเอาไว้ว่า ตัวเรานั้นปลอดจากพฤติกรรมที่เป็นการกดขี่และเอาเปรียบผู้อื่น ปลอดจากการ ติดยึดตัวตน การแสวงหาอำนาจและประโยชน์จากคนอื่น ๆ ในที่ทำงาน ในชีวิตประจำวัน หรือจาก การทำงานเพื่อสังคม ดังนั้น การทำงานของนักกิจกรรมสังคมจึงมุ่งที่การเปลี่ยนแปลงโครงสร้าง ระบบ ทศนคติ และพฤติกรรมของกลุ่มเป้าหมาย หรือกลุ่มคนที่อยู่ในระบบหรือโครงสร้างนั้น ๆ ที่ เราต้องการเปลี่ยนแปลง โดยลืมนมองไปว่า เราเองก็ล้วนถูกหล่อหลอมมาจากวัฒนธรรมครอบงำ วัฒนธรรมอำนาจนิยม และการแสวงหาอำนาจและอภิสิทธิ์ไม่ต่างจากคนอื่น ๆ ในสังคม การรู้ตัว นี้เองที่จะช่วยให้นักกิจกรรมสังคมเห็นว่า สิ่งที่เราต้องการเปลี่ยนแปลงนั้น มันดำรงอยู่ในตัวเรา ในชีวิตประจำวันของเรา ในเพื่อนร่วมงาน และในขบวนการทำงานเพื่อสังคมด้วยเช่นกัน และเรา จำเป็นต้องทำหายและเปลี่ยนแปลงความโลภและความหลงในตัวตน และกลุ่มหรือองค์กรของเรา ไปพร้อม ๆ กับการทำงานเพื่อจะให้เกิดการเปลี่ยนแปลงระบบภายนอก หากไม่แล้วการเปลี่ยนแปลง ที่เราฝันถึงนั้น นอกจากจะไม่เกิดขึ้นดังใจแล้ว ตัวเราเองยังเป็นผู้สืบทอดวัฒนธรรมครอบงำ ที่เรา ต้องการเปลี่ยนแปลงนั้นเสียเอง

การรู้ตัวจะช่วยให้เรารู้ว่าในตัวเราหรือกลุ่มเรานั้น มีเรื่องอะไรบ้างที่วัฒนธรรมครอบงำแบบชายเป็นใหญ่สั่งสอน และฝังลึกอยู่ในตัวเรา นอกจากนี้แล้ว การพัฒนาจิตวิญญาณยังจะช่วยให้เรารู้เท่าทันเมื่อเรามีความโกรธ ความท้อแท้ ความขัดแย้ง ความเกลียด ความผิดหวัง และความลับสน ทั้งที่เกิดขึ้นในใจตนเองและคนอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ทั้งจากการทำงานและการใช้ชีวิตส่วนตัว เพราะในชีวิตประจำวันของเรานั้น เราล้วนต้องเผชิญกับสิ่งเหล่านี้เกือบตลอดเวลา จึงจำเป็นต้องอาศัยเรื่องจิตวิญญาณ คือการรู้ตัวและความสงบเย็นในจิตใจของเรา เข้ามาโอบอุ้มและเปลี่ยนแปลงความท้าทายเหล่านี้ การพัฒนาจิตวิญญาณจึงสามารถช่วยคนทำงานที่มุ่งเปลี่ยนแปลงระบบหรือเหตุปัจจัยภายนอก ให้สามารถรับมือและเปลี่ยนแปลงความทุกข์หรืออุปสรรคภายในตนเอง ที่มีถูกมองข้ามเสมอ นอกจากนี้ การพัฒนาจิตวิญญาณยังทำให้เราสามารถสร้างความสมดุลในชีวิต มีความสุข ความเบิกบาน ซึ่งจะส่งผลต่อความยั่งยืนของการทำงานและการใช้ชีวิตส่วนตัว

การทำงานเรื่องปัญหาความรุนแรงทางเพศ มักทำให้เราติดกับดักของความโกรธ ความเกลียด ความคิดแบ่งแยกเขาและเรา ดีและชั่ว และระหว่างคนที่กระทำผิด คนที่ถูกกระทำรุนแรง และตัวเราเอง คำสอนของพุทธศาสนาที่ว่า มนุษย์ทุกคนมีโอกาสรื้อสร้างธรรมเพราะเขามีโพธิจิต จะช่วยให้เรารู้สึกเคารพ เห็นใจ และเมตตาคนที่กระทำผิด เพราะเราเข้าใจว่าเขาอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เป็นเหตุปัจจัยให้กระทำผิด แต่กระนั้นเขาก็ยังมีโพธิจิตและมีโอกาสรื้อสร้างธรรมอยู่ (ดูจากตัวอย่างขององค์ลุมพินี) ความเข้าใจเช่นนี้จะช่วยลดความเกลียด ความโกรธ และการแบ่งแยกเขาเรา เพราะตัวเราเองก็ยังมีมิจฉาทิฐิด้านอื่นๆ ที่ส่งผลให้เราเบียดเบียนตนเองและคนอื่นๆ อยู่ ทั้งที่รู้ตัวและไม่รู้ตัว และหากเราเกิดเป็นผู้ชายที่เติบโตมาในเงื่อนไขปัจจัยดังกล่าว เราก็อาจกระทำความผิดทางเพศเช่นเดียวกัน การทำงานกับคนที่ทำผิดหรือคิดผิดไม่ว่าเรื่องใดก็ตาม คือการช่วยให้เขากลับมาเห็นโพธิจิตที่เขาเคยมีอยู่เสมอ ซึ่งต่างจากการทำงานที่เห็นเขาเป็นตัวอันตราย และต้องลงโทษหรือกำจัดให้สิ้นไป และในขณะเดียวกันการทำงานแบบที่ช่วยให้คนกลับสู่โพธิจิต ก็จะเป็นการขัดเกลาลมใจของเราไม่ให้หลงตัวตน ติดยึดในอำนาจ ตำแหน่ง และอภิสิทธิ์ และช่วยให้เราหมั่นเพียรในการบ่มเพาะความเมตตากรุณาต่อผู้อื่น นี่คือการงานที่ทำให้เราเห็นศักยภาพทางจิตวิญญาณของผู้อื่น ซึ่งช่วยให้เราก้าวข้ามความเกลียด ความโกรธ และความคิดแบ่งแยก โดย

เฉพาะการเห็นว่าคนอื่นต่ำต้อยกว่าเรา เพราะเราเห็นว่าคนที่กระทำความรุนแรงทางเพศและคนที่ได้รับความรุนแรงนั้น ต่างก็เป็นเหยื่อของสังคมที่ตั้งอยู่บนมัจฉาทิฐิ (แบบวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่) การทำงานกับคนสองกลุ่มนี้ด้วยความมีเมตตาเสมอกัน ช่วยให้มีไม่มีการแบ่งแยกชั่วกับดี ขาวกับดำ ถูกและผิด ให้อยู่กันคนละชั่วอย่างสิ้นเชิง

การทำงานเพื่อยุติความรุนแรง การสร้างความยุติธรรมและความเสมอภาคทางเพศและเพศวิถี คือการปลดปล่อยตัวเราเองและสังคมออกจากความคิดเห็น และวิถีปฏิบัติที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับร่างกาย บทบาทหน้าที่ ความรัก ความสัมพันธ์ของวัฒนธรรมครอบงำแบบชายเป็นใหญ่ และนำสังคมไปสู่วัฒนธรรมอำนาจร่วมที่ให้คุณค่า ความหมาย และวิถีปฏิบัติเรื่องเพศแบบใหม่แก่มนุษยชาติ การทำงานแบบนี้คือการนำสังคมออกจากความไม่รู้ และออกจากความทุกข์ เพื่อไปสู่ภาวะนิพพานในระดับสังคม

ภาวะจิตวิญญาณที่เข้มแข็งและมั่นคง จะเป็นฐานที่เอื้อให้เราทำงานเพื่อเปลี่ยนแปลงวิถีคิด ทักษะ และพฤติกรรมเรื่องการใช้อำนาจ และเรื่องกรอบเพศและเพศวิถีแบบชายเป็นใหญ่ ที่ฝังแน่นในตัวเรา เพื่อนฝูง ชุมชน และในระบบและสถาบันสังคม ได้อย่างมีความเพียร และเกิดความสุขใจในงานที่ทำ เพราะแม้จะเกิดความท้อแท้ สิ้นหวัง ลับสนหรือโกรธเคือง แต่ภาวะจิตวิญญาณที่เข้มแข็งจะช่วยให้เราสามารถรับมือและเปลี่ยนแปลงความยุ่งยากเหล่านี้ได้ เพียงการเตือนตัวเองให้ปล่อยวางก่อนเมฆต่าง ๆ ในจิตใจ โดยการกลับมาสู่ลมหายใจ กลับมารู้กาย และตื่นรู้กับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในแต่ละขณะอย่างเต็มที่ในแต่ละวัน เพื่อให้ตัวเราได้สัมผัสกับความเป็นอิสระ ความเบิกบาน ความสุข และความยินดีกับการทำงานและชีวิตทางเพศที่เราได้เลือกเอง และแม้ว่าเรายังไม่สามารถเปลี่ยนแปลงปัจจัยข้างนอกได้ และการทำงานของเราก็กังไม่บรรลุเป้าหมาย แต่การเดินทางของชีวิตด้านในของเรา ได้เข้าสู่เส้นทางแห่งอิสรภาพทางจิตวิญญาณแล้วในทุกย่างก้าวและทุกลมหายใจที่เราารู้ตัว

การสื่อสารสันติวิธี

สิ่งหนึ่งที่เป็นทั้งลักษณะและผลพวงของวัฒนธรรมครอบงำ คือการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหาหรือการจัดการความขัดแย้ง (ดูตารางเปรียบเทียบวัฒนธรรมครอบงำและวัฒนธรรมอำนาจร่วมของริอาน ไอสเลอร์ ช่างต้น) ในวัฒนธรรมนี้ เมื่อใดก็ตามที่เกิดความขัดแย้ง บุคคลหรือกลุ่มคนที่มีแหล่งอำนาจมากกว่า มักจะใช้ความรุนแรงจัดการกับคนหรือกลุ่มคนที่มีแหล่งอำนาจน้อยกว่าเสมอ ตั้งแต่การไม่ฟังเสียง การใช้อาวุธ ใช้กำลังคน พรอคพวก หรือแม้แต่กฎหมายหรือระเบียบข้อบังคับ เพื่อให้อีกฝ่ายหนึ่งยอมแพ้ หรือได้รับความเสียหาย การใช้ความรุนแรงในหลายเรื่องถูกมองว่ามีความชอบธรรมทางกฎหมายหรือทางวัฒนธรรม เมื่อลองพิจารณาโดยเฉพาะเรื่องเพศ (ที่สังคมให้แหล่งอำนาจความเป็นเพศชายมากกว่าความเป็นเพศหญิง) เราจะเห็นว่าในสังคมครอบงำแบบชายเป็นใหญ่นั้น วัฒนธรรมได้สั่งสอนและกดดัน ให้ผู้ชายใช้ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหาและจัดการกับความขัดแย้ง ทั้งนี้ โดยสอนผ่านกระบวนการสร้างความเป็นลูกผู้ชาย ที่ต้องเป็นผู้มีศักดิ์ศรีและแพ้ไม่ได้ ขณะเดียวกัน วัฒนธรรมนี้ก็ได้อบรมสั่งสอนให้ผู้หญิงยอมรับความรุนแรง โดยสอนให้ออดทน และยอมตามเพื่อรักษาความเป็นผู้หญิงหรือเมียที่ดี เราจึงกล่าวได้ว่า วัฒนธรรมครอบงำแบบชายเป็นใหญ่นี้ สั่งสอน หล่อหลอมบุคคลหรือกลุ่มคนที่มีแหล่งอำนาจมากกว่า ให้มีความก้าวร้าวรุนแรง (aggression) และหล่อหลอม กดดัน ทั้งทางตรงและอ้อม ให้กลุ่มคนที่มีแหล่งอำนาจน้อยกว่าต้องสยบยอม (passivity) ปัญหาหรือความขัดแย้งหลายรูปแบบที่เป็นความไม่ยุติธรรมหรือไม่ชอบธรรม จึงดำรงอยู่เป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมนี้โดยปราศจากการท้าทายหรือการตั้งคำถาม ผลที่ตามมาก็คือ วัฒนธรรมนี้หล่อหลอมให้คนเรามีทางเลือกในการแก้ปัญหาความขัดแย้งอยู่สองแบบ คือการใช้ความก้าวร้าวรุนแรง หรือการสยบยอม (ทั้งโดยเต็มใจเพราะยึดมั่นในวัฒนธรรม และไม่เต็มใจ) ซึ่งทั้งสองเป็นความสุดโต่ง ไม่ใช่หนทางในการแก้ปัญหา การสร้างสันติหรือสร้างความยุติธรรม ไม่ว่าในระดับใดก็ตาม

สันติวิธีคือทางสายกลาง หรือทางเลือกที่ช่วยให้เรามีทางออกจากวัฒนธรรมนี้ และสันติวิธีคือหลักการและวิธีการที่ต้องเป็นไปเพื่อเป้าหมายของการสร้างความยุติธรรม หรือฟื้นฟูคุณธรรมของบุคคล กลุ่มคนหรือประเทศที่ได้รับความไม่ยุติธรรมจากระบบหรือเหตุการณ์ความขัดแย้ง มิใช่

เป็นไปเพื่อรักษาผลประโยชน์เฉพาะของบุคคลหรือกลุ่มคนใด ที่ได้รับอภิสิทธิ์หรือมีผลประโยชน์ลดลงจากเหตุการณ์หรือสถานการณ์หนึ่ง ๆ (ท่านที่สนใจเรื่องสันติวิธี สามารถศึกษาเพิ่มเติมได้จากแนวคิด หลักการและปฏิบัติการสันติวิธีของมหาตมะคานธี มาร์ติน ลูเธอร์คิง และเนลสัน แมนเดลา)

ในหนังสือเล่มนี้ ผู้เขียนจะเสนอเฉพาะเรื่องการสื่อสารสันติวิธี ซึ่งเป็นหน่วยย่อยของแนวคิดและปฏิบัติการสันติวิธี เพื่อช่วยให้นักกิจกรรมสังคมสามารถนำไปใช้ในการป้องกัน หรือระงับความขัดแย้งหรือความไม่เข้าใจก่อนที่จะบานปลาย หรือนำไปใช้เพื่อให้ข้อมูลสะท้อนกลับแก่เพื่อนร่วมงาน สมาชิกครอบครัว และเพื่อนฝูงของเรา ในสถานการณ์ที่คนเหล่านี้มีพฤติกรรมที่ก่อความเสียหาย หรือส่งผลต่อชีวิตและการทำงานของเร โดยแนวทางการสื่อสารสันติวิธีมีดังนี้

1. บอกถึงความรู้สึกทั้งหมดของเราที่เกิดขึ้นจากเหตุการณ์หรือการกระทำของอีกฝ่าย
2. พูดเฉพาะความจริงเท่านั้น
3. มีความเป็นกลาง ไม่เข้าข้าง หรือโทษตัวเองหรืออีกฝ่ายหนึ่ง
4. ระบุพฤติกรรมที่บุคคลหรือกลุ่มคนกระทำอย่างชัดเจน โดยไม่ตัดสินให้ความหมาย หรือให้ความเห็นต่อพฤติกรรมของเขา เช่น หากเพื่อนร่วมงานมาทำงานสายประมาณหนึ่งชั่วโมงติดต่อกันหลายวัน นี่คือนพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจริงและกระทบกับเรา แต่หากเราบอกเขาว่าเขาเป็นคนเห็นแก่ตัว เขาไม่รับผิดชอบ เขาเอาเปรียบเรา คำพูดเช่นนี้จะเป็นการตัดสินตัวตนของเขา ซึ่งเป็นวิธีพูดแบบที่คนเราส่วนใหญ่ประพาดกัน หรือไม่เช่นนั้นเราก็อาจนิทาหรือพูดกลับหลัง วัฒนธรรมเหล่านี้ไม่ได้ช่วยแก้พฤติกรรมของเพื่อน หรือแก้ปัญหาในการทำงาน และยังอาจเป็นต้นตอของความแตกแยก และแบ่งพรรคแบ่งพวกในที่ทำงานอีกด้วย
5. ระบุผลกระทบที่เกิดขึ้นกับเรา กับความสัมพันธ์ระหว่างกัน หรือกับงาน อันเป็นผลมาจากพฤติกรรมของอีกฝ่ายหนึ่ง
6. เสนอทางออกที่ชัดเจนและเป็นรูปธรรม ในลักษณะของพฤติกรรมใหม่ที่อีกฝ่ายสามารถปฏิบัติได้จริง โดยไม่แนะนำสั่งสอนหรือเทศนา

เราจะสังเกตเห็นว่า แนวทางการสื่อสารสันติวิธี คือการสมานฉันท์โดยการเอาความจริงที่เกิดขึ้นมาพูดคุยกัน บอกผลกระทบของเหตุการณ์ และเสนอแนะทางออกโดยไม่มีการตำหนิ กล่าวโทษหรือตัดสินถูกผิดแก่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ยกตัวอย่างเหตุการณ์ที่เพื่อนร่วมงานมาทำงานสาย ประมาณหนึ่งชั่วโมงเป็นเวลาหลายวันติดต่อกัน เราสามารถเรียบเรียงวิธีพูดเพื่อสื่อสารสันติวิธีกับเพื่อนผู้นี้ได้ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

ฉันรู้สึกอึดอัด กังวลใจ ไม่พอใจ และไม่สบายใจ ที่เธอมาทำงานช้าวันละหนึ่งชั่วโมงติดต่อกันเป็นเวลากว่าหนึ่งอาทิตย์แล้ว เพราะมันทำให้งานที่เราต้องทำด้วยกันไม่เสร็จทันกำหนด และทำให้เพื่อนร่วมงานคนอื่น ๆ อึดอัดใจ เพราะรู้สึกว่าพวกเขาต้องทำงานมากกว่าเธอ หรือ...(บอกผลกระทบอื่น ๆ ที่เกิดขึ้น) ฉันจึงขอเสนอว่า ในคราวต่อไปหากเธอมีความจำเป็น ต้องมาทำงานสายหลายวัน ขอให้เธอบอกฉันก่อนล่วงหน้าหรือให้โทรมาบอก เพื่อฉันจะได้เตรียมการทำงานให้เสร็จทันกำหนด และทำความเข้าใจกับเพื่อนร่วมงานคนอื่น ๆ ด้วย

หลังจากที่เราเตรียมประโยคคำพูดเหล่านี้แล้ว เราต้องใช้ปัญญาพิจารณาด้วยว่า เราจะสื่อสารกับอีกฝ่ายหนึ่งอย่างไร เช่น ผ่านการเขียนหรือพูดโดยตรง และหากจะพูดโดยตรง ก็ต้องหาจังหวะเวลาที่เหมาะสมที่เขาพร้อม และนัดหมายกับเขาก่อน และก่อนที่จะไปพูด ก็ต้องแน่ใจว่าจิตใจเราว่างและพร้อมจริง ๆ ที่จะฟังในสิ่งที่เขาอาจตอบโต้กลับมา

เป้าหมายของการสื่อสารสันติวิธีอันดับแรก คือการเปลี่ยนแปลงตัวเอง จากที่เคยมีพฤติกรรมตอบโต้กับปัญหาด้วยการใช้ความก้าวร้าว หรือไม่ก็สยบยอม เราจะเปลี่ยนแปลงตัวเองให้หลุดพ้นจากวัฒนธรรมครอบงำ ด้วยการสื่อสารอย่างสันติวิธีถึงสิ่งที่ไม่ถูกต้องที่เกิดขึ้น และส่งผลกระทบกับเราหรือความสัมพันธ์ของเรากับอีกฝ่ายหนึ่ง นี่คือการที่เราลุกขึ้นมารับผิดชอบชีวิตของเราเอง คือการปกป้องคุณธรรมหรือความถูกต้อง และหากเรากระทำตามแนวทางที่กล่าวมาข้างต้นแล้ว ก็ให้มั่นใจว่า การสื่อสารเช่นนี้ไม่ได้มีเป้าหมายเพื่อทำร้าย หรือทำให้อีกฝ่ายหนึ่งให้เสียหาย ทั้งยังมีประโยชน์โดยอ้อม คือการช่วยบอกให้อีกฝ่ายรู้ถึงผลจากการกระทำของเขาที่กระทบกับเรา และยังช่วยแนะนำพฤติกรรมใหม่ โดยปราศจากการตัดสินหรือทำให้เขารู้สึกผิด

อย่างไรก็ตาม ผู้เขียนอยากเน้นย้ำว่า การสื่อสารสันติวิธีที่นำเสนอข้างต้นนี้ เป็นเรื่องใหม่ที่เราต้องฝึกฝน ซึ่งท่านอาจรู้สึกกระอักกระอ่วนใจในช่วงแรกที่สื่อสารด้วยวิธีนี้ แต่หากทำให้ถูกต้องตามหลักการ เราก็จะเห็นผลได้ และหากทำไปเรื่อย ๆ ก็จะกลายเป็นพฤติกรรมใหม่ที่เราทำได้ง่ายขึ้น การเปลี่ยนแปลงก็จะเกิดขึ้นในตัวเราและความสัมพันธ์ระหว่างเรากับอีกฝ่ายหนึ่ง และหากผู้ใดต้องการนำการสื่อสารสันติวิธีไปใช้ ผู้เขียนแนะนำให้ลองแต่งประโยคแบบสันติวิธีที่ต้องการสื่อสารกับอีกฝ่ายหนึ่งก่อน อย่าเพิ่งผลิผลลามพูดออกไปเพราะคิดว่าเราเข้าใจแล้ว เมื่อเขียนประโยคทั้งหลายเสร็จแล้ว ลองอ่านทบทวนจนแน่ใจว่ามันเป็นการสื่อสารสันติวิธีจริง ๆ ทั้งนี้เพราะเรามักต้องการตำหนิ การตัดสิน หรือการแนะนำแบบเทศนาสั่งสอน หรือไม่เช่นนั้นก็เสนอทางออกที่ไม่เป็นรูปธรรมแก่อีกฝ่ายหนึ่งจนเป็นนิสัย

ประสบการณ์ที่ผู้เขียนเคยจัดอบรมเรื่องนี้มาหลายรุ่นพบว่า แม้หลังจากที่ได้อธิบายแนวทางการสื่อสารสันติวิธีให้ผู้เรียนทราบแล้ว และลองให้ทุกคนแต่งประโยคที่จะนำไปใช้แก้ไขปัญหาความสัมพันธ์ ซึ่งคุณครูที่ผู้เรียนเลือก ส่วนใหญ่มักเป็นคนในครอบครัวหรือที่ทำงาน เราพบว่า ประโยคของผู้เรียนกว่าร้อยละ 90 เป็นประโยคที่มีลักษณะตัดสินอีกฝ่ายหนึ่ง เช่น การตัดสินว่าเขาเป็นคนไม่รับผิดชอบ เห็นแก่ตัว ขี้เกียจ หรือเอาเปรียบคนอื่น ๆ นอกจากนี้ ผู้เรียนมักแนะนำพฤติกรรมใหม่ที่มีลักษณะเป็นนามธรรม เป็นข้อแนะนำกว้าง ๆ ที่ปฏิบัติตามได้ยาก เช่น แนะนำให้อีกฝ่าย “หัดมีความรับผิดชอบต่อให้มากกว่านี้” (ขณะที่อีกฝ่ายอาจคิดว่าตัวเองมีความรับผิดชอบดีอยู่แล้ว) หรือแนะนำให้อีกฝ่าย “ปรับปรุงตัวให้ดีขึ้น” (ขณะที่อีกฝ่ายหนึ่งอาจคิดว่าเขาประพฤติตัวดีอยู่แล้ว) หรือการขอให้ลูก “ตั้งใจเรียนให้มากขึ้น” (ขณะที่ลูกก็คิดว่าเขาเรียนหนักเกินไปอยู่แล้ว)

อย่างไรก็ตาม การสื่อสารสันติวิธีไม่ใช่เครื่องมือที่ใช้แก้ไขความขัดแย้งได้ในทุกสถานการณ์ ข้อจำกัดของการสื่อสารสันติวิธีรูปแบบนี้คือ เราไม่สามารถนำวิธีการดังกล่าวไปใช้ในสถานการณ์ความสัมพันธ์ที่มีการควบคุมโดยการทำร้ายจากฝ่ายที่มีอำนาจเหนือกว่า และสังคมก็มีระบบที่ยินยอมให้เกิดการทำร้ายเช่นนั้นได้โดยชอบธรรม เช่น กรณีสามีที่ทุบตีภรรยา (เพราะคนส่วนใหญ่คิดว่าเรื่องนี้เป็นเรื่องส่วนตัว) หรือกรณีเจ้านายที่เอาเปรียบลูกจ้างที่เป็นแรงงานต่างชาติด (เพราะคนในสังคมจำนวนไม่น้อยเห็นว่า การเอาเปรียบลูกจ้างซึ่งไม่ใช่คนไทยเป็นสิ่งที่รับได้) เป็นต้น



Education either functions as an instrument which is used to facilitate integration of the younger generation into the logic of the present system and bring about conformity or it becomes the practice of freedom, the means by which men and women deal critically and creatively with reality and discover how to participate in the transformation of their world.

Paulo Freire

การศึกษาอาจเป็นได้ทั้งเครื่องมือที่จะนำคนรุ่นใหม่เข้าสู่ตรรกะของระบบที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน และหล่อหลอมให้พวกเขาทำตาม หรืออาจเป็นวิถีปฏิบัติแห่งเสรีภาพ เป็นหนทางที่ชายและหญิงจะรับมือกับความเป็นจริงได้อย่างมีวิจารณญาณและสร้างสรรค์ และค้นพบวิธีการที่จะมีส่วนร่วมในการเปลี่ยนแปลงโลกของพวกเขา

เปาโล ฟรีเร



บทที่สอง

แนวคิดการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง

กระบวนการเรียนรู้ของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม ให้ความสำคัญกับ “การเรียนรู้” มากกว่า “การสอน” เพราะความหมายของการสอนในระบบการศึกษากระแสหลัก มาจากฐานความเชื่อว่าครู อาจารย์ หรือวิทยากร มีอำนาจและความรู้มากกว่าผู้เรียน และยังเป็นผู้ที่มีคำตอบให้กับคำถามหรือปัญหาของผู้เรียน แต่ในกระบวนการอบรมของศูนย์ฯ เราเชื่อว่าทุกคนเป็นทั้งครูและผู้เรียนรู้ไปด้วยในขณะเดียวกัน เพราะในการเรียนรู้ที่นำประสบการณ์ชีวิตของคน มาเป็นฐานของการสร้างความรู้หรือปัญญานั้น ย่อมไม่มีประสบการณ์ชีวิตของใครที่เหนือกว่าใคร หรือสามารถจัดเป็นสูตรสำเร็จตายตัวได้ เพราะเงื่อนไขปัจจัยในชีวิตของแต่ละคนนั้นแตกต่างกัน บุคคลใดบุคคลหนึ่งหรือคนกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง จึงไม่สามารถตั้งตนเป็นผู้เชี่ยวชาญเหนือผู้อื่นได้ ประสบการณ์ของทุกชีวิตคือครู และทุกคนสามารถเรียนรู้จากประสบการณ์ของคนอื่นๆ ได้อย่างไม่มีที่สิ้นสุด และเรายังเชื่อด้วยว่า ปัญญาของผู้เรียนนั้นไม่ได้ถูกจำกัด หรือกำหนดโดยระดับการศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจ เพศภาวะ เพศวิถี อายุ ศาสนา หรือชาติพันธุ์ ทุกชีวิตและทุกประสบการณ์จึงมีความพิเศษ มีคุณค่า และมีความหมายอยู่ในตัวเอง แนวคิดที่ส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้เช่นนี้มีอยู่หลากหลาย ดังต่อไปนี้

การศึกษาเพื่อความเป็นไท

เปาโล ไฟรเร (Paulo Freire) นักทฤษฎีปฏิบัติการศึกษาชาวบราซิล ผู้มีชื่อเสียงโด่งดังจาก

แนวคิดเรื่องการศึกษาเพื่อความเป็นไท (education for liberation) หรือการศึกษาของผู้ถูกกดขี่ (pedagogy of the oppressed) เรียกวิธีการเรียนการสอนแบบที่มีไก้กันอยู่ในระบบการศึกษา กระแสหลักว่า เป็นการเรียนการสอนในระบบ “ฝากธนาคาร” (banking system) กล่าวคือ ระบบการศึกษาแบบนี้มองว่า นักเรียนคือแก้วน้ำที่ว่างเปล่า และครูซึ่งถูกทักท้วงว่าเป็นผู้ทรงความรู้นั้นก็มิหน้าที่ป้อนข้อมูลให้แก่นักเรียน เปาโล โฟรเร และผู้ที่สนใจการปฏิรูปการศึกษาในแนวเดียวกับเขา ต่างเห็นพ้องกันว่า การศึกษาเช่นนี้คือเครื่องมือที่ผู้ปกครองใช้ในการควบคุม และครอบงำผู้เรียนหรือประชาชนให้สยบยอมต่อระบบการกดขี่ที่มีอยู่ในสังคม ไม่ว่าจะเป็นการกดขี่ที่รัฐกระทำต่อประชาชน หรือการกดขี่ของชนชั้นปกครอง นายทุนหรือชนชั้นนำ ที่มีผลทำให้ความยากจนและความไม่เท่าเทียมในสังคมดำรงอยู่ต่อไป

การศึกษาเพื่อความเป็นไทของเปาโล โฟรเร หมายถึง กระบวนการเรียนรู้ที่มุ่งสร้างหรือปลุกจิตสำนึก ซึ่งตรงกับคำภาษาอังกฤษว่า “conscientization” กระบวนการเรียนรู้ดังกล่าวมุ่งให้ผู้เรียนซึ่งส่วนใหญ่เป็นกลุ่มคนชายขอบในสังคม เกิดความภาคภูมิใจในตัวเอง เป็นอิสระจากการครอบงำทางความคิดความเชื่อโดยรัฐหรือผู้ปกครอง ทำให้ผู้เรียนมองเห็นความไม่เป็นธรรมในสังคม และเกิดจิตสำนึกที่จะลุกขึ้นรวมตัวกัน เพื่อท้าทายและเปลี่ยนแปลงระบบที่กดขี่ และก่อให้เกิดความไม่เท่าเทียมในสังคม การเรียนรู้ในความหมายนี้ จึงต้องนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทั้งกับตัวผู้เรียนและสังคม

การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงนี้มีฐานความเชื่อว่า ผู้เรียนทุกคนมีความคิด ปัญญา และความสามารถ ที่สั่งสมมาจากประสบการณ์ในชีวิตของตน จึงมีการเปลี่ยนคำเรียกผู้สอน จากคำว่า “ครู” “อาจารย์” หรือ “วิทยากร” มาเป็นคำว่า “กระบวนการ” “ผู้จัดกระบวนการ” หรือ “ผู้นำกระบวนการ” (facilitator) ร็อบบ์ ไอส์เลอร์ กล่าวว่า การศึกษาในวัฒนธรรมอำนาจรวมนั้น ผู้สอนไม่ใช่ผู้นำ หากแต่มีหน้าที่สร้างแรงบันดาลใจให้ผู้เรียน ผู้สอนคือผู้กระตุ้นความคิดสร้างสรรค์ ปัญญา ความมั่นใจ และความไว้วางใจให้เกิดขึ้นในตัวผู้เรียน (Eisler and Loye 1998) ขณะที่เบลล์ ฮุก (bell hook 1994) นักคิดนักเขียนสตรีนิยมแนวหน้าของอเมริกา ผู้ซึ่งได้รับอิทธิพล

จากเปาโล ไพรเร ใช้คำว่า “การศึกษาอย่างมีส่วนร่วม” (engaged pedagogy) ซึ่งเธออธิบายว่า คือกระบวนการสร้างหรือฟื้นฟูอำนาจให้ทั้งผู้เรียนและผู้สอน ทั้งนี้ เพราะการสอนที่ถือเอาผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ทำให้ผู้สอนไม่อาจใช้หลักสูตร หรือวิธีการสอนที่ตายตัวกับผู้เรียนทุกกลุ่มเหมือนกัน ส่งผลให้ผู้สอนต้องตื่นตัวในการเรียนรู้ เพื่อให้สามารถปรับเปลี่ยนวิธีการสอนให้สอดคล้องกับสภาวะของผู้เรียนตลอดเวลา แต่เบลล์ ฮุกก็เห็นว่า ขบวนการเปลี่ยนแปลงด้านการศึกษาดังกล่าวยังมีข้อจำกัด เพราะถูกคัดค้านผ่านประสบการณ์ของผู้ชาย และนักสตรีนิยมผู้หญิงหัวก้าวหน้าที่เป็นคนผิวขาว

การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง: ใครเปลี่ยน? อะไรที่เปลี่ยน?

เบลล์ ฮุก และนักสตรีนิยมผิวสีคนอื่นๆ จากประเทศลาตินอเมริกาและเอเชีย ตลอดจนนักสตรีนิยมหญิงรักหญิง คือกลุ่มคนที่ผลักดันให้แนวคิดและวิธีการจัดการศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลงต้องผนวกประเด็นเรื่องชนชั้น สีผิว ชาติพันธุ์ เพศภาวะและเพศวิถีเข้าไว้ด้วย และพัฒนาเป็นกระบวนการเรียนการสอนที่มีชื่อเรียกว่า “การทำงานเพื่อต่อต้านการกดขี่” (anti-oppression work) ที่ไม่ได้มุ่งเฉพาะการเปลี่ยนจิตสำนึกที่นำไปสู่การทำลายและเปลี่ยนแปลงอำนาจรัฐ อำนาจของผู้นำหรือผู้ปกครอง และระบบสังคมภายนอกเท่านั้น แต่ยังหมายถึงการถอดรากถอนโคนการครอบงำและการกดขี่ทางเพศ สีผิว ชาติพันธุ์ ชนชั้น และเพศวิถี ที่ดำรงอยู่ในตัวของผู้เรียนและผู้สอนด้วย

ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรมเห็นว่า การทำงานอบรมสำหรับคนทำงานเพื่อสังคมนั้น มีความจำเป็นอย่างยั่งที่จะต้องมีการอบคิด ที่ชี้ให้เห็นความทับซ้อนของการกดขี่รูปแบบต่างๆ และเสนอแนวทางเพื่อเปลี่ยนแปลงความไม่เท่าเทียมที่ดำรงอยู่ในระบบสังคมและภายในกลุ่มนักกิจกรรมสังคมนด้วยตนเอง เบลล์ ฮุกเป็นนักสตรีนิยมผู้หนึ่งที่ท้าทายวิธีการสอนวิชาสตรีศึกษาของนักสตรีนิยม ที่เธอเรียกว่าเป็นกลุ่มอนุรักษนิยม (ที่ส่วนใหญ่เป็นคนผิวขาว มีฐานะทางเศรษฐกิจดี และมีการศึกษาสูง) เธอมองว่านักสตรีนิยมเหล่านี้ กำลังแบ่งแยกวิถีปฏิบัติส่วนตัวและชีวิตสาธารณะออกจากกัน ทั้งที่ขบวนการสตรีนิยมเรียกร้องมาโดยตลอดว่า เรื่องส่วน

ตัวคือการเมือง และเราไม่สามารถแยกพื้นที่ส่วนตัวกับพื้นที่สาธารณะออกจากกันได้ การสอนแบบอนุรักษ์นิยมคือการสอนที่ผู้สอนไม่ยอมนำเอาประสบการณ์ชีวิตของตนเองเข้าไป “เสี่ยง” ในกระบวนการเรียนรู้ร่วมกับผู้เรียน แต่เลือกที่จะสอนโดยใช้ชีวิตของผู้หญิงคนอื่นๆ เป็นวัตถุในการวิเคราะห์วิสัย เป็นการสอนที่ผู้สอนไม่ต้องท้าทายวิถีชีวิต อำนาจและอภิสิทธิ์ของตน และไม่ต้องสร้างความตระหนักรู้หรือเปลี่ยนแปลงตนเอง แม้แต่ในเรื่องที่ตนสอนอยู่ ในทางตรงกันข้าม แนวคิดและวิธีการทำงานของกลุ่มสตรีนิยมต่อต้านการกดขี่ เป็นการทำงานที่เรียกร้องให้เกิดการตระหนักรู้และเปลี่ยนแปลงภายในตัวผู้สอน ไปพร้อมๆ กับการกระตุ้นให้ผู้เรียนสร้างการเปลี่ยนแปลงในตัวของพวกเขา การทำงานเช่นนี้ คือการปฏิบัติและการดำรงชีวิตประจำวันตามแนวทางสตรีนิยมอย่างแท้จริง (feminist practice หรือ engaged feminism) สรุปว่าสิ่งที่ขาดหายไปจากวิธีการทำงานของนักสตรีนิยมเสรีนิยม คือการเรียกร้องให้ผู้ร่วมขบวนการทำงานเรื่องผู้หญิง ที่นำโดยนักสตรีนิยมที่มีอัตลักษณ์กระแสหลัก เช่น มาจากชนชั้นสูง เป็นคนผิวขาว จบการศึกษาสูง มีอายุโสมมาก มีประสบการณ์ทำงานมานาน มีตำแหน่งเป็นผู้นำองค์กรหรือเป็นผู้ก่อตั้งองค์กร และเป็นผู้หญิงรักต่างเพศ ต้องทำงานเพื่อท้าทายอำนาจและอภิสิทธิ์ที่ตนเองได้รับจากอัตลักษณ์กระแสหลักที่กล่าวมาข้างต้นด้วย

ในช่วงปี พ.ศ. 2537 ถึง 2541 ผู้เขียนมีโอกาสดำเนินการฝึกฝนจากอาจารย์จอร์จ เลกกี (George Lakey) ผู้อำนวยการองค์กรการอบรมเพื่อการเปลี่ยนแปลง (Training For Change) ที่เมืองฟิลาเดลเฟีย ประเทศสหรัฐอเมริกา จอร์จ เลกกี เป็นที่รู้จักจากการทำงานฝึกอบรมแบบผ่านประสบการณ์ในเรื่องความยุติธรรมและปฏิบัติการสันติวิธี และตั้งแต่ปี พ.ศ. 2540 เป็นต้นมา ผู้เขียนยังได้เรียนรู้และทำงานร่วมกับ แคธริน นอร์สเวิร์ธ (Kathryn Norsworthy) ซึ่งเป็นอาจารย์สตรีนิยม ที่สอนด้านความยุติธรรมแนวต่อต้านการกดขี่ จากมหาวิทยาลัยโรลลินส์ รัฐฟลอริดา สหรัฐอเมริกา อาจารย์ทั้งสองท่านเป็นชาวผิวขาว เป็นคนรักเพศเดียวกันที่มาจากครอบครัวชนชั้นล่าง มีความมุ่งมั่นในการทำงานเพื่อลดการเหยียดผิว การกีดกันคนรักเพศเดียวกัน และการกดขี่ทางชนชั้น ทั้งสองท่านมีฐานคิดและกระบวนการอบรมผ่านประสบการณ์ ที่ชี้ให้เห็นความเกี่ยวโยงสัมพันธ์กันของการกดขี่อัตลักษณ์ชายขอบ ที่ทับซ้อนและส่งเสริมกันและกัน ซึ่งการกดขี่ที่ว่านี้ยังดำรงอยู่

ในตัวนักกิจกรรมสังคม องค์กร หรือสถาบันที่ทำงานเพื่อความยุติธรรมด้วย ดังนั้น กระบวนการอบรมของอาจารย์สองท่านนี้ จึงใช้วิธีการท้าทายให้ผู้เรียน ซึ่งส่วนใหญ่คือนักกิจกรรมสังคม ต้องทำงานรื้อถอนและเปลี่ยนแปลงตนเองในเรื่องการกดขี่ทางเพศ เพศวิถี ชนชั้น สีผิว ชาติพันธุ์ และสัญชาติไปพร้อม ๆ กันด้วย ซึ่งงานอบรมแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 2 สัปดาห์ หรือตลอดภาคการศึกษา นอกจากนี้ อาจารย์ทั้งสองยังทำงานเพื่อท้าทาย และเปลี่ยนแปลงวิธีการสอนแบบกระแสหลักในมหาวิทยาลัย ให้เป็นรูปแบบการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์เพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลง

ก่อนหน้าที่จะไปเรียนรู้กับอาจารย์สองท่านนี้ ผู้เขียนเคยทำงานฝึกอบรมให้กับเจ้าหน้าที่ ที่เป็นข้าราชการและลูกจ้างของโครงการพัฒนาชนบทขององค์กรต่างประเทศ และได้ถูกส่งไปเรียนเรื่องการจัดการอบรมในต่างประเทศด้วย แต่แนวคิดและวิธีการอบรมที่ผู้เขียนได้เรียนรู้และปฏิบัติอยู่ในสมัยนั้น เป็นการอบรมที่มุ่งให้ผู้เรียนซึ่งเป็นข้าราชการและลูกจ้าง สามารถนำข้อมูลที่ได้รับไปถ่ายทอดให้กับกลุ่มชาวบ้านรากหญ้าอีกต่อหนึ่ง วิธีการอบรมจึงเน้นหนักไปที่การป้อนข้อมูลและแนวคิดทฤษฎี การวิเคราะห์กรณีศึกษา การสร้างเวทีแลกเปลี่ยนประสบการณ์ผ่านการดูงาน และการพัฒนาทักษะการทำงานเป็นหลัก แต่หลังจากทำงานอบรมในลักษณะดังกล่าวได้ระยะหนึ่ง ผู้เขียนก็เริ่มตั้งคำถามว่า การอบรมในแนวนั้นจะสามารถเปลี่ยนแปลงผู้เรียนได้จริงหรือไม่ และสิ่งที่ผู้เขียนค้นพบภายหลังคือ แม้จะเป็นวิทยากรที่สอนคนอื่น แต่ตัวผู้เขียนก็ไม่ได้เกิดความมั่นใจในตนเอง หรือในทฤษฎีและข้อมูลที่ตนเองใช้สอนคนอื่น ๆ เรียกได้ว่า วิทยากรเองไม่ได้เกิดการเติบโตภายใน ผู้เขียนจึงเชื่อว่า การอบรมแนวนั้นคงไม่ได้ช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลง เพราะเป้าหมายของการอบรมอยู่ที่การให้ผู้เรียนเอาข้อมูลไปเผยแพร่กับกลุ่มชาวบ้านอีกต่อหนึ่ง ต่อมาผู้เขียนจึงเลิกราจากอาชีพนักฝึกอบรมในรูปแบบดังกล่าว

เมื่อพูดถึงการเปลี่ยนแปลงที่เป็นผลจากกระบวนการอบรมของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม อาจกล่าวได้ว่าการเปลี่ยนแปลงนั้นมีอยู่หลายรูปแบบ ข้อมูลจากการประเมินผล การจัดอบรมโดยผู้ที่เข้าร่วมการอบรมหลายรุ่นพบว่า ผู้เรียนมักพูดถึงผลที่เป็นการเปลี่ยนแปลงวิธีคิด หรือกรอบคิดในการมองปัญหาความไม่เป็นธรรมในสังคม ซึ่งมีอยู่หลายเรื่อง เช่น การมอง

เห็นว่าปัญหาหลายปัญหาที่ผู้หญิงหรือกลุ่มคนที่มีอัตลักษณ์ชายขอบเผชิญอยู่ ไม่ใช่ปัญหาส่วนตัว หรือเป็นผลกระทบจากชาติที่แล้ว แต่เป็นปัญหาความไม่เป็นธรรมจากระบบสังคม การมองเห็นว่า ความไม่เป็นธรรมไม่ได้เกิดเพราะนิสัย หรือพฤติกรรมส่วนตัวของคนใดคนหนึ่งหรือกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง แต่เป็นผลมาจากระบบโครงสร้างสังคม ที่เอื้อให้ความไม่เป็นธรรมนั้นเกิดขึ้นและดำรงอยู่ได้ การนำเอาความเข้าใจเรื่องอำนาจและวิธีการใช้อำนาจมาวิเคราะห์ปัญหา ทั้งในระดับส่วนตัว องค์กร และโครงสร้างสังคม การเข้าใจเรื่องเพศภาวะที่มากกว่าเรื่องบทบาทหน้าที่ และสรีระร่างกายของเพศหญิงและเพศชายเท่านั้น การทำงานเรื่องการใช้อำนาจระหว่างคนทำงานเพื่อสังคม และการท้าทายเรื่องการเกลียดกลัวคนรักเพศเดียวกันและคนข้ามเพศในหมู่คนทำงานเรื่องเพศ

นอกจากนี้ การเรียนรู้และกิจกรรมเกี่ยวกับอำนาจและวัฒนธรรมการใช้อำนาจแบบต่างๆ ในสังคม ยังเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้สำรวจตัวเอง และสะท้อนคิดถึงวิถีที่ตนเองเคยใช้อำนาจเหนือผู้อื่น หรือถูกผู้อื่นใช้อำนาจเหนือกว่า นับเป็นการเปลี่ยนแปลงในด้านการรู้จักตัวเองมากขึ้น ทั้งในด้านบวกและด้านลบ และนำไปสู่ความสนใจที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองในเรื่องดังกล่าว

การเปลี่ยนแปลงหนึ่งที่เราเห็นได้ชัด คือการพัฒนาทักษะการฟังอย่างลึกซึ้ง ซึ่งหมายถึงการฟังเรื่องราวหรือปัญหาของผู้อื่นโดยไม่ตัดสิน ไม่คิดวิเคราะห์ ไม่พูดขัดจังหวะ หรือแนะนำทางออก ซึ่งนี่เป็นทักษะที่นักกิจกรรมทางสังคมยังขาดการฝึกฝน และมักไม่ได้ใช้ทักษะนี้ในการทำงาน หรือแม้แต่ในชีวิตส่วนตัว ดังนั้น ในวันแรกๆ ของการอบรม ผู้เรียนหลายคนจึงบอกว่า ตนเองรู้สึกอึดอัดมากที่ต้องฟังโดยไม่ได้ถามคำถาม แลกเปลี่ยน หรือให้คำแนะนำ แต่หลังจากเริ่มต้นการอบรมไปได้ระยะหนึ่ง ผู้เรียนส่วนใหญ่ได้ค้นพบว่า การฟังอย่างลึกซึ้งนี้ให้ผลดีมากกว่าการฟังโดยมุ่งที่จะแลกเปลี่ยนหรือให้คำแนะนำ และแสดงความตั้งใจที่จะนำทักษะการฟังเช่นนี้ไปใช้ โดยเฉพาะกับคนใกล้ชิด

ท้ายที่สุด การเปลี่ยนแปลงอีกด้านหนึ่งที่สำคัญ คือการที่ผู้เรียนส่วนใหญ่มักยอมรับว่า ตนเองต้องแบกรับภาระหน้าที่ ทั้งด้านการทำงานและชีวิตส่วนตัวค่อนข้างมาก และส่วนใหญ่ขาดการดูแลตัวเองอย่างเพียงพอ ผู้เรียนส่วนหนึ่งเห็นว่าการเข้าร่วมอบรมที่ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม เป็นโอกาสที่พวกเขาจะได้ย้อนคิด และเห็นความสำคัญของการรักตัวเอง และมองเห็น

โอกาสที่จะดูแลสุขภาพร่างกายและจิตใจของตนเองผ่านกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน

กล่าวโดยสรุป การเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียนเหล่านี้ ต้องอาศัยระยะเวลาการอบรมที่นานพอสมควร เพราะต้องอาศัยกระบวนการที่จะช่วยชี้ให้ผู้เรียนเห็นว่า ความคิดความเชื่อส่วนใหญ่ในสังคมนั้นมีที่มาอย่างไร และส่งผลต่อตัวเราเองและคนกลุ่มต่างๆ ในสังคมอย่างไร ทั้งยังมองเห็นด้วยว่า ความคิดความเชื่อเหล่านั้นมันฝังอยู่ในเนื้อในตัวของเราแต่ละคน และแสดงออกผ่านพฤติกรรมและคำพูดเช่นไร จากนั้นจึงมาถึงการรื้อถอนความคิดความเชื่อเดิม โดยการทำความรู้จักกับชุดความคิด และฝึกฝนทักษะและพฤติกรรมที่ต่างออกไปจากที่เคยชินมาในวัฒนธรรมเดิมๆ การอบรมเช่นนี้จึงต้องอาศัยทีมกระบวนการที่มีปรัชญา แนวคิด และวิธีการทำงานในแนวเดียวกัน และสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่งในกระบวนการอบรมเช่นนี้คือ การสร้างพื้นที่ปลอดภัย และสร้างความเป็นกัลยาณมิตรในหมู่ผู้เรียน เพื่อสนับสนุนให้พวกเขาได้เกื้อกูล และเป็นกำลังใจในกระบวนการเปลี่ยนแปลงตัวเองของกันและกัน ทั้งในระหว่างการอบรม และหลังจากที่การอบรมสิ้นสุดลงแล้ว ซึ่งกระบวนการสร้างกัลยาณมิตรเช่นนี้จะเกิดผลยิ่งขึ้น หากผู้เรียนได้มีโอกาสพบปะ แลกเปลี่ยนความก้าวหน้า อุปสรรค และติดตามความเปลี่ยนแปลงในชีวิตและการงานของกันและกันอย่างต่อเนื่อง แม้เมื่อสิ้นสุดการอบรมแล้ว

การเรียนรู้แบบองค์รวมเพื่อความตระหนักรู้และเปลี่ยนแปลงตนเอง

ปี พ.ศ. 2537 เป็นครั้งแรกที่ผู้เขียนมีโอกาสได้อ่านหนังสือธรรมะของหลวงพ่อดิช นัท ฮันท์ และได้ปฏิบัติธรรมกับลูกศิษย์ของท่าน ซึ่งเป็นการพัฒนาจิตวิญญาณแนวพุทธ ที่เน้นการปฏิบัติผ่านกิจกรรมในชีวิตประจำวัน 9 ปีให้หลังผู้เขียนจึงมีโอกาสไปปฏิบัติธรรมกับหลวงพ่อดิชโดยตรง และนั่นถือเป็นจุดเปลี่ยนที่สำคัญยิ่งของชีวิต เพราะผู้เขียนได้เรียนรู้จากหลวงพ่อดิชถึงวิธีการทำงานระดับลึก เพื่อเปลี่ยนแปลงความโกรธที่ผู้เขียนมีต่อพ่อ ที่ใช้ความรุนแรงกับแม่และลูก เกือบตลอดช่วงที่พ่อมีชีวิตอยู่กับเรา

หลวงพ่อดิช นัท ฮันท์ เป็นพระสงฆ์ชาวเวียดนาม ท่านเป็นผู้ริเริ่มแนวคิดและขบวนการพุทธธรรมรับใช้สังคมในสมัยสงครามเวียดนาม เป็นผู้นำทางศาสนาและอาจารย์สอนธรรมะที่มีชื่อเสียง

ไปทั่วโลกในเรื่องการสอนเพื่อการเปลี่ยนแปลง ท่านเห็นว่าฐานสำคัญที่สุดในการเปลี่ยนแปลงคน คือฐานด้านจิตวิญญาณ ซึ่งหมายถึงสติ การรู้ตัว หรือสภาวะการตระหนักรู้ การสอนธรรมะของ หลวงพ่อเน้นที่การนำประสบการณ์ของท่านเองมาพิจารณา หรือนำเรื่องจริงในชีวิตของบุคคล ต่างๆ มาให้ลูกศิษย์พิจารณาทำความเข้าใจ ท่านเห็นว่าการเรียนรู้ของคนเรา คือการเยียวยา บาดแผลหรือความทุกข์ต่างๆ ในชีวิตของเรา การสอนธรรมะของท่านจึงผนวกทั้งเรื่องการคิด พิจารณาอย่างลึกซึ้งด้วยปัญญาจนมองเห็นความจริงหรือสัจธรรม การรับรู้อารมณ์ความรู้สึก ของตนเองที่เกิดขึ้นจากการพิจารณา หรือการสัมผัสกับความทุกข์ และฝึกการมีสติรู้ตัวจากการ เคลื่อนไหวร่างกายผ่านการทำกิจกรรมในชีวิตประจำวัน หลวงพ่อกล่าวว่า การรู้ตัวหรือพลังแห่ง สตินี้เอง ที่จะช่วยให้คนเราเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม หรือไม่ตกเป็นเหยื่อของความคิดความเชื่อที่ เป็นตัวกำหนดพฤติกรรมเดิมที่ทำร้ายเบียดเบียนตนเองและผู้อื่น หากขาดสติหรือการรู้ตัวซึ่งเป็น มิติด้านจิตวิญญาณแล้ว การเปลี่ยนแปลงของคนเราจะหยุดอยู่แค่การเปลี่ยนความคิดเท่านั้น แต่ไม่ได้เปลี่ยนพฤติกรรม การเรียนรู้เพียงระดับความคิดเช่นนี้ เป็นการเรียนรู้ที่ไม่เป็นองค์รวม

ตัวอย่างหนึ่งในวิธีการสอนของหลวงพ่อ คือหลวงพ่อสอนให้ลูกศิษย์ฝึกการฟังอย่างลึกซึ้งใน ขณะที่เรามีความขัดแย้ง และให้ใช้สติหรือการรู้ตัว (ซึ่งอาจทำโดยใช้การรับรู้ลมหายใจหรือการรู้ กายเป็นฐาน) เพื่อให้เราสามารถรับฟังเรื่องราวหรือความคิดที่เราไม่เห็นด้วยจากอีกฝ่ายหนึ่งได้ ตลอด จนเราสามารถไต่ถามความทุกข์หรือข้อจำกัดหรือมุมมองของเขา การฟังเช่นนี้เองที่ช่วยให้ เกิดความเข้าใจหรือความเห็นใจอีกฝ่ายหนึ่งอย่างปราศจากอคติ ความเข้าใจซึ่งทางพุทธศาสนา เรียกว่าปัญญาและความเมตตากรุนั้นเอง ที่เป็นฐานของการแปรเปลี่ยนคนเราให้ก้าวพ้นไป จากความไม่เข้าใจและความโกรธ อันเป็นต้นตอของความทุกข์ นอกจากนี้ หลวงพ่อยังสอนลูก ศิษย์ให้เปลี่ยนแปลงความโกรธด้วยการนอนพักลงกับพื้น และใช้การผ่อนคลายร่างกายและลม หายใจระงับความโกรธที่กำลังเกิดขึ้น เมื่อเราสามารถโอบอุ้มความโกรธได้ และไม่ตอบโต้อีกฝ่าย หนึ่งด้วยความไม่เข้าใจ ความโกรธ หรือความเกลียด เมื่อทำได้เช่นนั้นแล้ว เราจึงจะพิจารณาถึง สาเหตุของความไม่เข้าใจและความโกรธนั้น แล้วใช้สัมมาวาจาเพื่อสมานฉันท์กับผู้ที่ทำให้เราโกรธ

ในแง่นี้หลวงพ่อก็เห็นว่า ผู้สอนหรือกระบวนกรคือผู้เยียวยา ดังนั้นผู้สอนจึงควรมีคุณสมบัติ

ของการเป็นผู้มีสติ ตระหนักรู้ เป็นผู้ที่มีความสุขภาวะดี (well being) ทั้งทางกาย จิตใจ และจิตวิญญาณ และมีประสบการณ์ในสิ่งที่ตนเองสอน เช่น เมื่อสอนผู้อื่นเรื่องความสุขหรือการสมานฉันท์ ตนเองก็ต้องสามารถมีความสุขหรือสมานฉันท์กับความขัดแย้งในชีวิตของตนเองได้จริง เบลล์ ฮุก ผู้ซึ่งเลื่อมใสวิธีการสอนของหลวงพ่อดิช นัท ฮันท์ กล่าวว่า กระบวนการหรือผู้สอนที่เปิดใจกว้าง และทำหายตนเองเพื่อสร้างความตระหนักรู้ในตนเองนั้น จะสามารถสร้างหลักสูตรและวิธีการเรียนรู้ที่สามารถช่วยให้ผู้เรียนสนใจ มีส่วนร่วมในกระบวนการ และช่วยนำทางให้พวกเขาสามารถเปลี่ยนแปลงตนเอง และดำเนินชีวิตได้อย่างเต็มเปี่ยมและลึกซึ้ง แทนที่จะสอนให้ผู้เรียนมีความรู้แค่ในระดับ “หัว” คือรู้เพียงการวิเคราะห์เชิงความคิด ซึ่งไม่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตนเอง เพราะไม่ได้ช่วยให้ผู้เรียนรู้สึกได้ว่า เขามีอำนาจที่จะเปลี่ยนแปลงปัญหาในระดับโครงสร้างที่ฝังลึกได้ ดังนั้นนักการศึกษาสตรีนิยมกระแสหลักมักสอนกันอยู่ในระดับมหาวิทยาลัย

เบลล์ ฮุก กล่าวว่า การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงแบบองค์รวมนี้ แม้จะมีเป้าหมายที่การสร้างหรือฟื้นฟูอำนาจให้ผู้เรียน แต่ผลที่ตามมาก็คือ ทั้งผู้เรียนและผู้สอนหรือกระบวนการจะสามารถฟื้นฟูอำนาจในตนเอง และขยายขอบเขตทางปัญญาจากกระบวนการเรียนรู้แบบนี้ไปด้วยกัน การเรียนรู้แบบนี้ยังตั้งอยู่บนฐานความคิดที่ว่า การเรียนรู้อย่างลึกซึ้งของคนเรามีโอกาสที่จะเกิดได้มาก เมื่อเรายอมก้าวออกจากพื้นที่ที่เราคุ้นเคยไปสู่ “พื้นที่เสี่ยง” คือก้าวไปสู่พฤติกรรมและประสบการณ์ใหม่ แต่หากผู้สอนหรือกระบวนการมุ่งที่จะทำลายให้ผู้เรียนก้าวเข้าสู่พื้นที่เสี่ยงเพื่อสร้างการเรียนรู้ โดยกระตุ้นหรือทำลายให้ผู้เรียนสำรวจความเปราะบางในชีวิตของตน หรือให้บอกเล่าประสบการณ์เลวร้าย อาทิ ประสบการณ์การถูกคุกคามหรือทำร้ายทางเพศ ขณะที่ตัวผู้สอนเองปฏิเสธที่จะสัมผัสและแสดงออกในเรื่องที่เป็นความเปราะบางในชีวิตของตน และปฏิเสธที่จะนำตนเองเข้าสู่พื้นที่เสี่ยงเพื่อการเรียนรู้ไปพร้อม ๆ กัน ในสภาพเช่นนี้ การฟื้นฟูอำนาจและการเปลี่ยนแปลงตนเองอย่างลึกซึ้งสำหรับทั้งผู้เรียนและผู้สอน จึงไม่อาจเกิดขึ้นได้

การเปิดเผยและแบ่งปันประสบการณ์ชีวิตของกระบวนการ คือการยอมรับว่าตนเองก็เป็นผู้ร่วมเรียนรู้เช่นเดียวกับผู้เรียน นอกจากนี้ยังเป็นการสร้างความเท่าเทียมและความปลอดภัยให้เกิดขึ้นภายในกลุ่ม จากประสบการณ์การอบรมแนวนี้มาหลายปี ผู้เขียนพบว่าสิ่งที่กระบวนการ

เปิดเผยตัวเอง คือการอนุญาตให้ผู้เรียนรับรู้ ว่า พวกเขาสามารถเปิดเผยตนเองได้เช่นกัน ดังนั้นหลายครั้งเมื่อกระบวนการจะให้กลุ่มพูดคุยแบ่งปันเรื่องการใช้อำนาจในทางที่ผิด เราจึงมักบอกเล่าประสบการณ์การใช้อำนาจในทางที่ผิดของตนเอง เพื่อให้ผู้เรียนรับรู้ ว่า เราไม่ได้อยู่เหนือเขา และยังสออบก หรือทำผิดพลาดในเรื่องการใช้อำนาจอยู่ แต่การเห็น ยอมรับ และพูดคุยถึงสิ่งเหล่านั้นในตัวเราเองอย่างเปิดเผยนี้เอง ที่จะช่วยให้เราเห็นความเป็นมนุษย์ธรรมดาของตัวเรา และของทุกคนที่ยังต้องเรียนรู้อยู่ตลอดเวลา เช่นเดียวกับการร้องไห้ ที่กระบวนการควรบอกผู้เรียนว่า การร้องไห้เป็นเรื่องปกติ การที่คนร้องไห้ไม่ได้แปลว่าเข่า่อนแอหรือกำลังทำสิ่งที่น่าอาย และกระบวนการควรบอกด้วยว่ากระบวนการอบรมนี้ใส่ใจเรื่องความรู้สึกของทุกคน

การเรียนรู้ของผู้ใหญ่คือการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์

ในแวดวงการศึกษา มีทฤษฎีเกี่ยวกับกระบวนการเรียนรู้ของผู้ใหญ่ (adult learning) ซึ่งเป็นที่ยอมรับกันทั่วไปว่า ผู้ใหญ่เรียนรู้ได้ดีที่สุดเมื่อพวกเขาเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงของตนเอง และข้อสรุปนี้ก็ใช้ได้กับกระบวนการเรียนรู้ของเด็กด้วยเช่นกัน ตัวอย่างเช่น เมื่อเราบอกเด็กอายุ 3 ขวบ ว่าไฟเป็นสิ่งที่ร้อนและอันตราย อย่าเข้าใกล้ สิ่งที่ได้รับรู้ในตอนนั้น คือความรู้เรื่องไฟผ่านการบอกเล่าจากประสบการณ์ของผู้ใหญ่ แต่นั่นยังไม่ใช่ว่าความรู้จากประสบการณ์ตรงของเขาเอง ดังนั้น วันหนึ่งเมื่อเด็กเอามือเข้าไปใกล้ไฟ เพราะอยากรู่ว่าความรู้นี้แท้จริงเป็นอย่างไร เมื่อผ่านประสบการณ์สัมผัสหรือเข้าใกล้ความร้อนด้วยตนเองแล้ว เขาก็จะรู้ด้วยตัวเองจริงๆ ว่า ความคิดที่ว่าไฟมันร้อนนั้นเป็นอย่างไร และจะเกิดความระวังเมื่อต้องอยู่ใกล้ไฟ เพราะได้เรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรงเกี่ยวกับความร้อนและอันตรายของไฟมาแล้ว

ทฤษฎีการเรียนรู้ของผู้ใหญ่เชื่อมโยงกับแนวคิดมนุษยนิยมที่เชื่อว่า มนุษย์มีความดีความงามอยู่ในตัวเป็นฐาน มนุษย์มีความสามารถและมีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองให้ถึงระดับสูงสุด และโดยธรรมชาติ มนุษย์มีความต้องการเรียนรู้และพัฒนาตนเอง แนวคิดนี้แตกต่างจากฐานความเชื่อของแนวคิดพฤติกรรมนิยม ซึ่งเป็นแนวคิดหนึ่งที่สนับสนุนระบบการศึกษาแบบวัฒนธรรมครอบงำ เพราะนักคิดในแนวนี้นี้มีความเชื่อว่า โดยธรรมชาติแล้วมนุษย์มีความชั่วร้ายอยู่ในตัว

ไม่มีสติปัญญาหรือสามัญสำนึกกับผิดชอบชั่วดี ความชั่วร้ายนี้ดำรงอยู่ในจิตใจสำนึกที่มนุษย์ไม่อาจควบคุม หากปล่อยให้ไปเป็นไปตามสภาพธรรมชาติ มนุษย์ก็จะแสดงความชั่วร้ายนี้ออกมาในพฤติกรรมต่าง ๆ ดังนั้น จึงต้องใช้กฎระเบียบ การบังคับ การให้รางวัล และการลงโทษ เพื่อให้เกิดการพัฒนาและเรียนรู้ ที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของมนุษย์

ในชีวิตส่วนใหญ่ของเรา เราได้บทเรียนและสติปัญญาจากประสบการณ์ชีวิตของเราเอง ชาวนาส่วนใหญ่ในโลกไม่ได้เรียนรู้เรื่องการทำนาจากระบบการศึกษาของรัฐหรือจากโรงเรียน ชาวนารู้ว่าพวกเขาควรต้องปลูกพืชชนิดใด ในฤดูอะไร ในสภาพดินเช่นไร เพราะพวกเขาหรือบรรพบุรุษของพวกเขาได้ผ่านการลองผิดลองถูกมาหลายครั้ง กว่าที่จะกลายมาเป็นความรู้เกี่ยวกับการปลูกพืช

หัวใจของการเรียนรู้แบบผู้ใหญ่ คือการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ (experiential learning) มีคำกล่าวที่ว่า เมื่อเราบอกเล่าทฤษฎี แนวความคิด หรือข้อมูล ผู้เรียนจะเรียนรู้เพียง 20% จากสิ่งที่เขาได้ยินมาทั้งหมด หากพวกเขาได้ยินข้อมูลและได้เห็นของจริงด้วย พวกเขาจะเรียนรู้ประมาณ 40% จากสิ่งที่ได้รับมา แต่หากเขาได้ลงมือทำ ได้ผ่านประสบการณ์เรื่องนั้นๆ ด้วยตัวเอง พวกเขาจะเรียนรู้ได้มากกว่า 80%

หากเราจะจัดการอบรมหรือจัดการศึกษาเพื่อการเปลี่ยนแปลงผู้เรียน ก่อนอื่นเราต้องทลายความคิดและวิธีการสอนของระบบการศึกษาแบบครอบงำ ซึ่งดำรงอยู่ในตัวผู้จัดการศึกษาหรือผู้สอนก่อน การเรียนรู้สำหรับผู้ใหญ่จะมีประสิทธิภาพที่สุด เมื่อมันตั้งอยู่บนฐานของการแก้ปัญหาที่มาจากชีวิตจริงของพวกเขา ความคิดเช่นนี้ตั้งอยู่บนฐานความเชื่อว่า ผู้ใหญ่มีสติปัญญาและความสามารถที่จะแก้ปัญหของตนเองได้

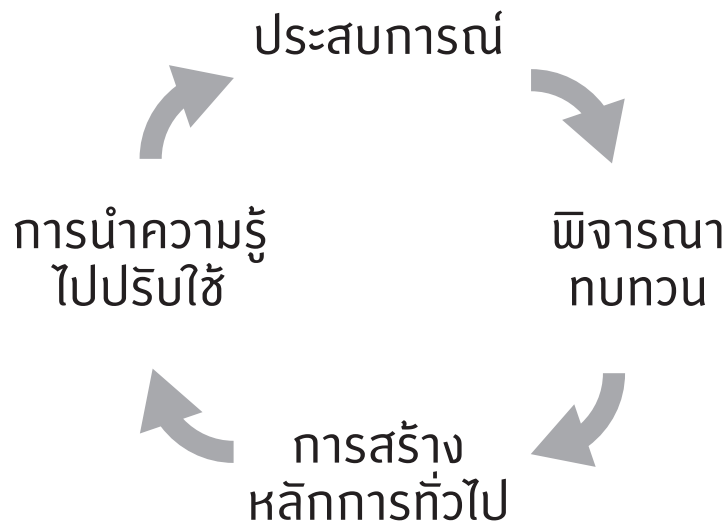
หลักการและกระบวนการอบรมแบบผ่านประสบการณ์

หลักการอบรมแบบผ่านประสบการณ์ ประกอบด้วยกระบวนการเรียนรู้หลัก ๆ 4 ขั้นตอน ได้แก่

1. ประสบการณ์ (experience)

2. การพิจารณาทบทวน (reflection)
3. การสร้างหลักการจากประสบการณ์ ที่สามารถนำไปอธิบายประสบการณ์อื่นที่เทียบเคียงกันได้ (generalization)
4. การนำสิ่งที่เรียนรู้ไปปรับใช้ในชีวิตหรือการทำงาน (application)

กระบวนการเรียนรู้ทั้ง 4 ส่วนนี้ จะส่งทอดกันเป็นลำดับ โดยถือว่าประสบการณ์เป็นพื้นฐานที่สำคัญที่สุดของการเรียนรู้ ซึ่งเราสามารถสรุปขั้นตอนของกระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์เป็นแผนภาพได้ ดังนี้



ดังนั้นในขั้นตอนที่ 1 หรือขั้นประสบการณ์ จึงเป็นขั้นตอนที่กระบวนการจะออกแบบหรือจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ที่จะเอื้อให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมโดยตรงในประสบการณ์บางอย่าง แทนที่จะเป็นเพียงผู้สังเกตการณ์อยู่ข้างนอกวง

จากนั้นในขั้นตอนที่ 2 หรือขั้นการพิจารณาทบทวน กระบวนการจะทำหน้าที่ตั้งคำถาม หรือจัด

กระบวนการให้ผู้เรียนตั้งคำถามและรับฟังซึ่งกันและกันทันที หลังจากที่ได้เสร็จจากขั้นตอนที่หนึ่ง จุดประสงค์ของขั้นตอนนี้ ก็เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการทบทวนประสบการณ์จากการเข้าร่วมกิจกรรม เริ่มต้นด้วยการบอกถึงความรู้สึก ข้อสังเกตเกี่ยวกับพฤติกรรมหรือการแสดงออกของตนเอง และของผู้ร่วมกิจกรรมบางส่วนหรือทั้งกลุ่ม โดยมีคำถามที่มักใช้บ่อยๆ เช่น ผู้เรียนแต่ละคนรู้สึกอย่างไร ผู้เรียนสังเกตว่าเกิดอะไรขึ้นกับกลุ่มหรือบางคนในกลุ่มบ้าง ผู้เรียนสังเกตว่ากลุ่มหรือบางคนในกลุ่มจัดการกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างไร และผู้เรียนได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรมนี้ ซึ่งขั้นตอนนี้ นับเป็นขั้นของการรวบรวมข้อมูลจากประสบการณ์

ในขั้นตอนที่ 3 หรือขั้นการสร้างหลักการทั่วไป กระบวนการจะตั้งคำถามในระดับที่จะช่วยให้ผู้เรียนคิดวิเคราะห์ประสบการณ์ ซึ่งจะนำไปสู่บทเรียนหรือข้อสรุป ที่จะช่วยให้ผู้เรียนทำความเข้าใจเหตุการณ์และพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรมที่ผ่านมาได้อย่างชัดเจนยิ่งขึ้น เช่น การถามว่า เรามีข้อสรุปอะไรบ้างจากกิจกรรมที่ผ่านมา และจากความเข้าใจดังกล่าว ผู้เรียนจะสามารถสร้างคำอธิบายเชิงหลักการ ที่นำไปใช้อธิบายประสบการณ์หรือพฤติกรรมอื่นที่เทียบเคียงกันได้ ขั้นตอนนี้จะช่วยให้ผู้เรียนสังเคราะห์บทเรียนจากประสบการณ์ ซึ่งจะนำไปสู่ปัญญาทั้งระดับส่วนตัวและระดับกลุ่ม

และในขั้นตอนที่ 4 หรือขั้นการนำความรู้ไปปรับใช้ ผู้เรียนจะได้มีโอกาสพิจารณาว่า ตนเองจะสามารถนำการเรียนรู้ที่เกิดจากประสบการณ์การเข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าว ไปปรับใช้กับชีวิตหรือการทำงานของตนเอง หรือในองค์กรหรือชุมชนของตนได้อย่างไร ซึ่งในที่สุดแล้ว การนำการเรียนรู้ไปปรับใช้ จะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และเกิดประสบการณ์อย่างใหม่ป้อนกลับสู่ขั้นตอนที่ 1 ซึ่งจะเป็จุดตั้งต้นของกระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ใหม่ ที่จะช่วยให้ผู้เรียนสามารถทำความเข้าใจชีวิต การงาน องค์กร หรือชุมชนของตนได้อย่างลึกซึ้งยิ่งขึ้น

จะเห็นว่าในกระบวนการเรียนรู้แบบนี้ ผู้นำกระบวนการเรียนรู้หรือกระบวนการไม่ใช่ผู้ทรงความรู้ที่ทำหน้าที่ป้อนคำสอนสำเร็จรูปให้กับผู้เรียน แต่กระบวนการทำหน้าที่เป็นผู้สร้างให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ ผ่านการออกแบบ และนำผู้เรียนเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อให้เกิดประสบการณ์ตรง

จากนั้นจึงช่วยตั้งคำถาม หรือสร้างกระบวนการที่จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการทบทวน นึกคิด และได้ข้อสรุปหรือบทเรียนที่จะส่งผลเป็นการเปลี่ยนแปลงประสบการณ์หรือพฤติกรรมได้ กระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์เช่นนี้ จึงเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่เชื่อมั่นในปัญญาและความสามารถของผู้เรียน การเรียนรู้จึงไม่ใช่การป้อนข้อมูลหรือความรู้เข้าสู่ผู้เรียน แต่เป็นการสร้างกระบวนการที่ช่วยดึงความสามารถและปัญญามีอยู่แล้วในผู้เรียนให้ปรากฏออกมา และนำมาใช้เพื่อปรับปรุงประสบการณ์ในชีวิตจริงได้

แนวคิดเรื่องพื้นที่การเรียนรู้

แนวคิดเรื่องพื้นที่การเรียนรู้นี้เป็นอีกแนวคิดหนึ่ง ที่ช่วยให้เราทำความเข้าใจเรื่องกระบวนการเรียนรู้ และการเติบโตทางโลกทัศน์และปัญญาของคนเราได้ดีขึ้น และจะช่วยให้เราสามารถจัดกระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ ที่มุ่งให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียนได้ดียิ่งขึ้น โดยแนวคิดนี้มองว่า คนเราจะมีระดับการเรียนรู้ที่แตกต่างกันเมื่อเราอยู่ในพื้นที่การเรียนรู้ หรืออยู่ในสภาพแวดล้อม หรือปรากฏการณ์ที่ตนเองมีความคุ้นเคยแตกต่างกัน โดยมีการจำแนกพื้นที่การเรียนรู้หลัก ๆ ในชีวิตคนเราออกเป็น 3 พื้นที่ ดังนี้

พื้นที่แรก เรียกว่า **พื้นที่คุ้นเคย** (comfort zone) ซึ่งหมายถึงสภาพแวดล้อมหรือปรากฏการณ์ทั้งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรมที่เราคุ้นเคย เช่น การได้อยู่ในสถานที่ที่คุ้นเคยหรือสะดวกสบาย การได้อยู่กับผู้คนที่เรารู้จัก การอยู่ท่ามกลางสภาพแวดล้อมที่เราคุ้นชิน ทั้งด้านวัฒนธรรม อาหารการกิน ภาษา ความคิดความเชื่อ หรือการเรียนรู้ในเรื่องที่เรามีข้อมูล ความรู้ หรือทักษะพื้นฐานอยู่แล้ว เป็นต้น เมื่อใดก็ตามที่เราอยู่ในพื้นที่คุ้นเคยเช่นนี้ เราจะรู้สึกผ่อนคลาย มั่นใจ และสามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยความรู้สึกสะดวกสบายและปลอดภัย อย่างไรก็ตาม การอยู่ในพื้นที่คุ้นเคยตลอดเวลา จะไม่ช่วยให้คนเราเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ได้มากนัก เพราะเรามักจะปฏิบัติตัวด้วยความคุ้นชินตามนิสัยเดิม ๆ ทำให้เราไม่ต้องขวนขวาย ไม่ต้องท้าทายตัวเอง ไม่ต้องเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเอง เมื่อเป็นเช่นนั้นนาน ๆ เข้า เราก็จะขาดโอกาสเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ และจะกลายเป็นคนเฉื่อยชา นำไปสู่โลกทัศน์ที่คับแคบ

ในสถานการณ์เช่นนี้ หน้าที่ของกระบวนการคือการสร้างกระบวนการ ที่จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีโอกาสก้าวออกมาจากพื้นที่ที่พวกเขาคุ้นเคย และเข้าสู่พื้นที่ที่สอง คือ **พื้นที่ไม่คุ้นเคย** หรือ **พื้นที่การเรียนรู้** (discomfort zone or learning zone) และเช่นกันที่ความไม่คุ้นเคยนี้อาจเป็นได้ทั้งทางรูปธรรมและนามธรรม เช่น การต้องไปอยู่ในสถานที่ใหม่ พบปะผู้คนใหม่ๆ การต้องไปอยู่ในกลุ่มคนหรือสังคมที่มีวัฒนธรรม อาหารการกิน ภาษา ความคิด ความเชื่อ และวิถีปฏิบัติในเรื่องต่างๆ ที่แตกต่างจากที่เราคุ้นเคย หรืออาจหมายถึงการต้องใช้เวลาอยู่ร่วมกับคน ที่มีความคิดเห็นในบางเรื่องแตกต่างหรือตรงข้ามกับเรา เมื่อใดก็ตามที่ผู้เรียนก้าวออกไปสู่พื้นที่ที่ตนเองไม่คุ้นเคย ไม่ว่าจะเป็นในทางรูปธรรมหรือนามธรรม เราจะเกิดความรู้สึกหลายอย่างต่างๆ กันไป เช่น รู้สึกตื่นเต้น ประหม่า เกร็ง ไม่มั่นใจ อึดอัด กังวล กลัว อยากรู้อยากเห็น รู้สึกถูกท้าทาย หรือสนุก เป็นต้น และความรู้สึกเหล่านี้จะส่งผลให้ผู้เรียนรู้สึกตื่นตัว ไม่รู้สึกเบื่อ และมีโอกาสที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ซึ่งอาจนำมาซึ่งความเปลี่ยนแปลงและเติบโตในตัวผู้เรียน

แม้ว่าการเรียนรู้ในพื้นที่ไม่คุ้นเคยเช่นนี้ อาจเป็นไปด้วยความยากหรืออึดอัดในช่วงแรก แต่หากกระบวนการมีวิถีปฏิบัติที่สนับสนุนเกื้อกูลผู้เรียนอย่างเหมาะสม ก็จะทำให้ผู้เรียนเกิดแรงบันดาลใจ และเปิดใจพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ มีความอดทนที่จะรับฟังและพิจารณาความคิดเห็นหรือวิถีปฏิบัติที่แตกต่าง กล้าทดลองพฤติกรรมที่แตกต่างไปจากที่ตนเองคุ้นชิน และเมื่อได้มีประสบการณ์การเรียนรู้ในพื้นที่ไม่คุ้นเคยเช่นนี้มากขึ้น ผู้เรียนก็จะเกิดความรู้สึกมั่นใจ ภูมิใจ และมีความสุขที่ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ท้ายที่สุด พื้นที่ซึ่งแต่เดิมเป็นพื้นที่ไม่คุ้นเคย ก็จะกลายเป็นพื้นที่สำหรับการเรียนรู้และเติบโต และจะกลายเป็นพื้นที่คุ้นเคยในที่สุด กล่าวอีกอย่างหนึ่งก็คือ กระบวนการเรียนรู้ในพื้นที่ไม่คุ้นเคย จะช่วยให้เราแต่ละคนได้ขยายพื้นที่คุ้นเคยของเราเพิ่มมากขึ้น ซึ่งหมายถึงการขยายโลกทัศน์ การเพิ่มความสามารถในการเรียนรู้ ทำให้ผู้เรียนสามารถเผชิญความเปลี่ยนแปลง และสร้างการเติบโตให้ตนเองได้

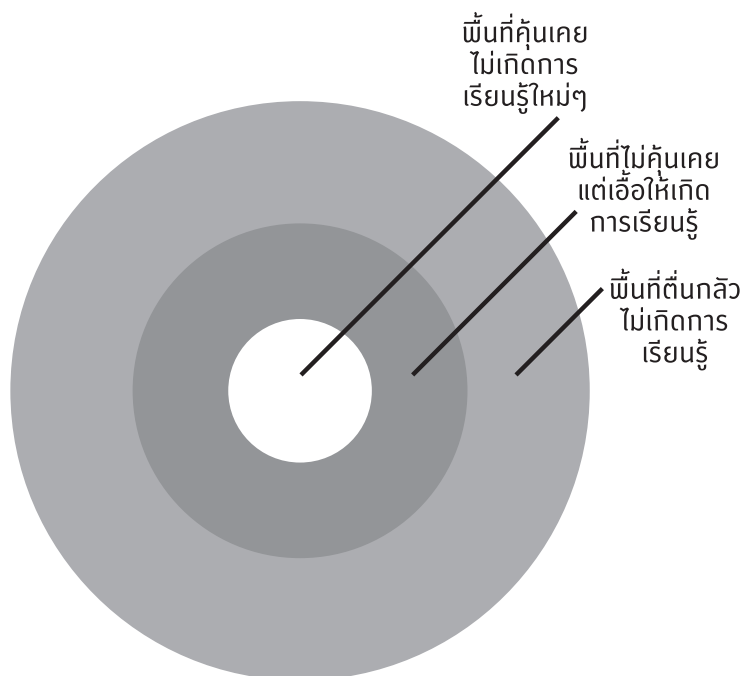
กระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ และการขยายการเรียนรู้ไปสู่พื้นที่ไม่คุ้นเคยเช่นนี้ นอกจากจะเป็นประโยชน์ต่อตัวผู้เรียนเองแล้ว ยังเป็นประโยชน์กับคนรอบข้างและสังคมที่พวกเขา

อาศัยอยู่ด้วย ตัวอย่างหนึ่งที่พบได้บ่อยในการจัดกระบวนการเรียนรู้ของคุณย้ผู้หญิงเพื่อสันติภาพ และความยุติธรรม ได้แก่การฝึกการฟังอย่างลึกซึ้ง ซึ่งหมายถึงการฟังผู้อื่นอย่างมีสติรู้ตัว ฟังด้วยความตั้งใจที่จะรับฟัง ไม่ตัดสิน ไม่ตอบโต้ วิพากษ์วิจารณ์ หรือแนะนำสั่งสอน สิ่งที่น่าสนใจคือ กระบวนการฟังเช่นนี้เป็นสิ่งที่ผู้เข้าอบรมที่ศูนย์ฯ ส่วนใหญ่ไม่คุ้นเคย เพราะวัฒนธรรมไทยไม่ได้หล่อหลอมให้เรารู้จักฟังผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง ในทางตรงกันข้าม วัฒนธรรมสร้างให้เราเคยชินกับการด่วนตัดสินคุณค่า ทั้งอัตลักษณ์ของผู้อื่นและสิ่งที่ผู้อื่นพูด หรือไม่ก็พร้อมที่จะเปลี่ยนเรื่องมาพูดถึงประสบการณ์ของตนเอง พร้อมทั้งจะให้คำแนะนำหรือสั่งสอน หรือไม่เช่นนั้นวัฒนธรรมก็สอนให้เราต้องฟังเฉพาะคนที่มีอำนาจเหนือกว่า เช่น ผู้ปกครอง ครูอาจารย์ เจ้าหน้าที่รัฐ ผู้บังคับบัญชา หรือเจ้านาย เป็นต้น ดังนั้น ในวันแรก ๆ ของการอบรม ซึ่งมักเริ่มด้วยการฝึกฟังอย่างลึกซึ้ง มีผู้เรียนจำนวนไม่น้อยยอมรับว่า ตนเองรู้สึกอึดอัดที่ต้องฟังโดยไม่มีโอกาสถาม แสดงความคิดเห็น แนะนำ หรือตอบโต้กับสิ่งที่กำลังฟัง แต่เมื่อได้ฝึกฝนในวันต่อ ๆ มา พวกเขามักพูดพ้องกันว่า การฟังอย่างตั้งใจและไม่ตัดสิน ช่วยทำให้ผู้พูดเกิดความรู้สึกดีและโล่งใจ เพราะได้ระบายความในใจ และสามารถพูดในสิ่งที่ไม่เคยพูดในที่อื่น ๆ หรือกับคนในครอบครัวได้ ทำให้รู้สึกว่าได้ฟื้นฟูอำนาจ และคุณค่าในตัวเอง เราจะพบว่าผู้เรียนมีความอดทน และความสามารถที่จะรับฟังเพื่อนคนอื่น ๆ ทั้งในกลุ่มเล็กและวงใหญ่ได้ด้วยความใส่ใจ และสามารถใช้เวลาเพื่อการฟังอย่างลึกซึ้งได้มากขึ้น

แต่หากผู้เรียนถูกกดดันให้ไปอยู่ในพื้นที่ที่สาม คือ **พื้นที่ตื่นกลัว** (alarm zone) ซึ่งอยู่พ้นไปจากพื้นที่ไม่คุ้นเคย ที่สามารถก่อให้เกิดการเรียนรู้ที่กล่าวมา เช่น ถูกกดดันให้ต้องทดลองทำสิ่งที่ยากเกินความสามารถมาก ๆ หรือตกไปอยู่ในสถานการณ์ที่ต้องเสี่ยงมากเกินไป และพวกเขาไม่อาจควบคุมสถานการณ์ได้เลย ในสภาวะเช่นนี้ ผู้เรียนจะรู้สึกตื่นกลัวหรือตึงเครียด จนไม่สามารถเรียนรู้หรือเติบโตได้ ความรู้สึกตื่นกลัวหรือตึงเครียดเช่นนี้ อาจแสดงออกผ่านความเงียบ การหลีกเลี่ยงไม่เข้าร่วมกิจกรรม หรือการแยกตัวออกจากกลุ่ม เป็นต้น ในสภาวะดังกล่าว นอกจากผู้เรียนจะไม่ได้เรียนรู้สิ่งใหม่แล้ว พวกเขายังอาจรู้สึกหมดความเชื่อมั่นและปิดตัวเอง และไม่อยากยุ่งเกี่ยวกับกิจกรรมการเรียนรู้นั้น ๆ อีกต่อไป

ตัวอย่างหนึ่งของการถูกผลักดันให้เข้าสู่พื้นที่ที่คุ้นกลัวเกินกว่าจะเรียนรู้เช่นนี้ มาจากผู้เรียนคนหนึ่งที่เขาเล่าว่า ตัวเขาเองเคยเข้ารับการอบรมเพื่อสร้างวิทยากรผู้ให้ความรู้เรื่องโรคเอดส์ที่จัดโดยองค์กรหนึ่ง ในการอบรมครั้งนั้น ผู้เข้ารับการอบรมถูกกำหนดให้ต้องฝึกพูดตามเนื้อหา และต้องแสดงท่าทางให้ได้ตามตัวอย่างแบบที่อาจารย์ผู้สอนกำหนด หากผู้เข้ารับการอบรมไม่สามารถปฏิบัติตามได้ก็就会被ตำหนิ และถูกสั่งให้ฝึกซ้ำๆ แบบเดิม จนกว่าอาจารย์ผู้สอนจะเห็นว่า การฝึกได้ผลตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้แล้ว ปรากฏว่าเมื่อจบการอบรมครั้งนั้นแล้ว ผู้เข้ารับการอบรมรายนี้ กลับเกิดความกลัว และไม่รู้สึกอยากทำหน้าที่เป็นวิทยากรอีก ทั้งที่ก่อนหน้านี้เขาเคยมีความสามารถในการออกไปพูดหน้าห้องเกี่ยวกับเรื่องโรคเอดส์ได้ดี

แนวคิดเรื่องพื้นที่การเรียนรู้นี้อาจวาดเป็นแผนภาพเพื่อความเข้าใจได้ดังนี้



We must be the change we wish to see.

M.K. Gandhi

ตัวเราเองต้องเป็นความเปลี่ยนแปลงแบบที่เราอยากให้เกิดขึ้น

มหาตมะ คานธี



บทที่สาม

กระบวนการ

กระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง คือการเปลี่ยนแนวคิดจากการสอนไปสู่การเรียนรู้ และเปลี่ยนความหมายและบทบาทหน้าที่ของคำว่าครู อาจารย์ หรือวิทยากร ไปเป็นกระบวนการ ผู้จัดกระบวนการ หรือผู้นำกระบวนการ (facilitator)

ดังที่กล่าวแล้วในบทที่สองว่า กระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ที่ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพ และความยุติธรรมใช้เป็นหลักนี้ มีฐานความคิดและลำดับขั้นการเรียนรู้ที่แตกต่างจากวิธีการ จัดการศึกษาแบบกระแสหลัก กระบวนการเรียนรู้ตามแนวทางนี้เป็นเสมือนการเดินทางด้านใน จาก ความไม่รู้ไปสู่การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง เป็นการ αποκเปลือกชีวิตตนเอง รับฟังประสบการณ์ ของเพื่อน เรียนรู้จากกิจกรรมที่กระบวนการจัดขึ้น ถูกท้าทายจากกระบวนการและผู้เรียนคนอื่นๆ ทำความเข้าใจความทุกข์ที่เกิดจากความไม่เท่าเทียมในสังคม จนที่สุดนำไปสู่จุดหมายปลายทาง คือการเปลี่ยนแปลงวิถีคิดและพฤติกรรมของบุคคลและกลุ่ม ดังนั้น นอกจากการดำเนินรอยตาม แนวคิดพื้นฐานและลำดับขั้นการเรียนรู้ที่กล่าวมาแล้ว ตัวผู้จัดกระบวนการเรียนรู้หรือกระบวนการ ยังเป็นเครื่องมือสำคัญ ที่จะช่วยให้กระบวนการเรียนรู้แบบทางเลือกนี้ประสบความสำเร็จ ดังที่ผู้ เขียนเน้นย้ำหลายครั้งว่า กระบวนการในวิธีการเรียนรู้แบบนี้ ไม่ควรทำหน้าที่ป้อนข้อมูล ความรู้ หรือคำตอบให้แก่ผู้เรียนตามระบบการศึกษาเดิม แต่มีหน้าที่ในการออกแบบและนำกระบวนการ เรียนรู้ ที่จะเอื้อให้ผู้เรียนเข้าถึงปัญญาและความเข้มแข็งภายใน ที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลง ตนเองได้อย่างแท้จริง ในที่นี้ผู้เขียนจึงจะเน้นย้ำบทบาทหน้าที่ของกระบวนการให้ชัดเจนยิ่งขึ้น ดังนี้

1. การสร้างพื้นที่ปลอดภัยให้กับผู้เรียน การสร้างพื้นที่ปลอดภัยเป็นหัวใจของการอบรมแนวนี้ เพราะความรู้สึกปลอดภัยและไว้วางใจ ทั้งในหมู่ผู้เรียนกันเองและระหว่างผู้เรียนกับกระบวนการ จะอนุญาตหรือเชื่อเชิญให้ผู้เรียนกล้าแบ่งปันประสบการณ์ที่ยุ่งยาก ที่จะก่อให้เกิดการเรียนรู้ในชีวิตจริงของตนเอง กล้าที่จะแสดงความเปราะบาง กล้าที่จะแสดงความเป็นตัวของตัวเอง ในกรณีที่ผู้เรียนมีความเห็นต่างจากเพื่อนคนอื่น ๆ หรือต่างจากกระบวนการ เมื่อใดที่ผู้เรียนรู้สึกปลอดภัยและมั่นใจในกระบวนการ กระบวนการ และเพื่อนร่วมเรียนแล้ว เขาจะรับผิดชอบการเรียนรู้ของตนเอง และกล้าที่จะเดินเข้าสู่พื้นที่ไม่คุ้นเคย เพื่อเปิดตัวเองสู่การเรียนรู้และเติบโต

แนวทางในการสร้างพื้นที่ปลอดภัยสำหรับการอบรมแนวนี้ มีตัวอย่างเช่น การฝึกฟังอย่างลึกซึ้ง ตั้งแต่ช่วงต้นของการอบรม การเน้นให้ผู้เรียนรักษาความลับของกันและกัน ไม่นำเรื่องส่วนตัวที่ผู้อื่นเล่าในการจับคู่ทำกิจกรรม หรือในการทำกิจกรรมกลุ่มย่อย มาเปิดเผยกับผู้เรียนในกลุ่มใหญ่ หรือนำไปเล่าต่อนอกพื้นที่การอบรม การเน้นให้ผู้เรียนฝึกหัดฟังเรื่องราวของกันและกัน โดยไม่ตัดสินคุณค่า ประสบการณ์ หรืออัตลักษณ์ของผู้เล่า การฝึกฟังอย่างลึกซึ้งซึ่งหลายๆ ครั้ง ตลอดช่วงการอบรม และการเน้นย้ำความสำคัญและประโยชน์ของการฝึกลักษณะนี้ จะช่วยสร้างฐานให้ผู้เรียนเกิดความไว้วางใจ และรู้สึกปลอดภัยที่จะเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้อื่นๆ

วิธีการหนึ่งในการสร้างพื้นที่ปลอดภัยเพื่อสนับสนุนการเรียนรู้ของผู้เรียน คือการจัดให้ผู้เรียนแต่ละคนมีคู่หู (buddy) หรือกลุ่มครอบครัว โดยกระบวนการอาจจัดให้ผู้เรียนแต่ละคนจับคู่กับผู้เรียนคนอื่น หรือการตั้งกลุ่มครอบครัวตั้งแต่ช่วงต้นของการอบรม แล้วจัดให้ผู้เรียนมีเวลาพูดคุย แบ่งปันประสบการณ์การเรียนรู้ และความรู้สึกต่างๆ กับคู่หูหรือกลุ่มครอบครัวของตนเป็นระยะๆ ตลอดการอบรม การจับคู่หรือการตั้งกลุ่มครอบครัว มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เรียนแต่ละคนมีพื้นที่ในการแสดงออกถึงความรู้สึกหรือความคิดเห็นต่างๆ ที่เกิดขึ้นในระหว่างการอบรม ซึ่งอาจเป็นความเห็นหรือความรู้สึกทั้งทางบวกและทางลบ ที่เขาไม่ต้องการบอกเล่าในกลุ่มใหญ่ การจัดให้มีคู่หูหรือกลุ่มครอบครัวในระหว่างการอบรม ยังจะช่วยให้ผู้เรียนมีโอกาสบอกเล่า และมีเพื่อนผู้เป็นประจักษ์พยานในการกำหนดเป้าหมายการเรียนรู้ของแต่ละคน ให้ผู้เรียนได้มีโอกาสทบทวนการเรียนรู้ที่ผ่านมา และตรวจสอบว่าการเรียนรู้เป็นไปตามเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้หรือไม่

2. การตั้งคำถามที่เอื้อให้เกิดการเรียนรู้ และนำกลุ่มผู้เรียนให้เข้าถึงปัญญด้วยตนเอง การตั้งคำถามในกระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์นี้ ต้องมาจากฐานความเชื่อว่า ผู้เรียนมีปัญญา และสามารถหาทางออกให้กับปัญหาของตนเองได้ ถ้าเขาได้รับการสนับสนุนที่ดีพอ ดังนั้น หน้าที่ของกระบวนการคือ การตั้งคำถามที่จะช่วยฟื้นฟูอำนาจภายในของผู้เรียน และทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตัวเอง คำถามเหล่านี้ส่วนมากเป็นคำถามปลายเปิด ที่ช่วยให้ผู้เรียนต้องคิด วิเคราะห์ และหาทางออกโดยเชื่อมโยงกับประสบการณ์ชีวิตของพวกเขาเอง คำถามปลายเปิดในกลุ่มนี้ เช่น การถามว่าผู้เรียนรู้สึกอย่างไรกับกิจกรรมหรือประสบการณ์นั้น ๆ ผู้เรียนมีความคิดเห็นอย่างไรกับเรื่องที่กำลังเป็นประเด็นการเรียนรู้ มีสาเหตุหรือปัจจัยอะไรที่ทำให้ผู้เรียนเชื่อ หรือตัดสินใจไปในทางใดทางหนึ่ง หากเกิดเหตุการณ์เช่นนี้ขึ้นอีกในอนาคต ผู้เรียนคิดว่าจะมีวิธีการจัดการกับปัญหาที่แตกต่างออกไปจากเดิมหรือไม่ อย่างไร เป็นต้น

อย่างไรก็ตาม กระบวนการต้องระวังที่จะไม่ตั้งคำถามในเชิงตัดสินคุณค่าหรือตัดสินถูกผิด เพราะคำถามในลักษณะนี้เกิดขึ้นได้เสมอ หากเราไม่มีความละเอียดอ่อนหรือขาดความระมัดระวัง คำถามเชิงตัดสินคุณค่ามักจะเริ่มต้นประโยคด้วยคำว่า “ทำไม” เช่น “ทำไมคุณถึงไม่เลิกกับสามีที่ใช้ความรุนแรงกับคุณ?” เพราะคำถามนี้สื่อว่า ผู้ถามมีความเห็นอยู่ในใจแล้วว่า ผู้ถูกถามควรจะเลิกกับสามี หรือผู้ตั้งคำถามอาจกำลังพูดกับตัวเองในใจว่า “สามีทำตัวแย่นานนั้น หากเป็นฉันๆ คงเลิกไปนานแล้ว” ซึ่งต่างจากการตั้งคำถามที่จะเอื้อให้ผู้ถูกถามได้คิดวิเคราะห์ถึงสถานการณ์ของตนเองให้แจ่มชัดขึ้น โดยไม่รู้สึถูกตัดสินคุณค่า เช่น คำถามว่า “มีเหตุปัจจัยอะไรบ้าง ที่ทำให้คุณตัดสินใจเลือกอยู่ในความสัมพันธ์ที่คุณเป็นฝ่ายถูกทำร้าย?” เป็นต้น

3. การฟังอย่างลึกซึ้ง ในระหว่างการตั้งคำถามเพื่อกระตุ้นให้ผู้เรียนคิดวิเคราะห์ และเรียนรู้จากประสบการณ์ของตนเอง ตัวกระบวนการเองต้องฝึกทักษะการฟังอย่างลึกซึ้งไปด้วยเสมอ กระบวนการต้องมีทักษะในการฟังอย่างลึกซึ้ง สามารถจับประเด็นที่ผู้เรียนพูด ทั้งในแง่เนื้อหาและอารมณ์ความรู้สึก ต้องสามารถสรุปให้กลุ่มทั้งหมดฟังเป็นช่วง ๆ ว่า ผู้เรียนบางคนหรือทั้งกลุ่มกำลังพูดคุยในประเด็นอะไรกันอยู่ ต้องไวต่อการรับรู้อารมณ์ความรู้สึกที่กำลังเกิดขึ้นในกลุ่ม หรือ

กับสมาชิกคนใดคนหนึ่งของกลุ่มในแต่ละขณะ และหากมีการแบ่งปันเรื่องราวหรือความรู้สึกในกลุ่ม กระบวนการก็ต้องสามารถตั้งคำถามต่อเนื่อง เพื่อให้ผู้เรียนหรือทั้งกลุ่มเกิดการเรียนรู้จากเรื่องราวหรืออารมณ์ความรู้สึกนั้นๆ นอกจากนี้ กระบวนการยังต้องทำหน้าที่ย้ำเตือนให้ผู้เรียนฟังกันและกัน ทั้งในกลุ่มย่อยและกลุ่มใหญ่ โดยกระบวนการต้องปฏิบัติตนเป็นตัวอย่างในเรื่องการฟังอย่างตั้งใจด้วย

4. การอ่านกลุ่มและใส่ใจในความต้องการของผู้เรียน กระบวนการต้องสามารถ “อ่านกลุ่ม” หรือสามารถสำรวจและรับรู้อารมณ์ความรู้สึก ความต้องการ ระดับพลังงาน ทิศทาง และระดับการเรียนรู้ของกลุ่ม ตลอดจนพลวัตระหว่างกันของผู้เรียนในแต่ละช่วงได้เป็นอย่างดี กระบวนการต้องหมั่นถามตัวเองเสมอว่า ผู้เรียนกลุ่มนี้ได้เรียนรู้อะไรไปแล้ว พวกเขา กำลังรู้สึกติดขัดหรือคับข้องในเรื่องใดหรือไม่ และพวกเขายังต้องการการเรียนรู้ในแง่มุมใดอีก เพื่อจะบรรลุถึงเป้าหมายโดยรวมของการอบรม

การอ่านกลุ่มเป็นระยะๆ จะทำให้กระบวนการมีความยืดหยุ่นในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ทั้งนี้ เพราะผู้เรียนแต่ละกลุ่มมีประสบการณ์ ความต้องการ และมีพลวัตภายในกลุ่มที่ต่างกัน แม้ว่าในการอบรมโดยทั่วไปในแต่ละครั้ง กระบวนการย่อมต้องมีการวางแผน มีการกำหนดกรอบแนวคิด ขอบเขตเนื้อหา ประเภทของทักษะ และแผนกิจกรรมที่ต้องการให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ไว้ล่วงหน้าแล้ว แต่ในกระบวนการเรียนรู้ที่ถือเอาผู้เรียนเป็นศูนย์กลางเช่นนี้ กระบวนการจะต้องอ่านกลุ่มเป็นระยะๆ อย่างสม่ำเสมอ (ในแต่ละวันหรือหลายครั้งในหนึ่งวัน) เพื่อจะสามารถจัดกิจกรรมหรือจัดเนื้อหาให้สอดคล้องกับสภาวะ และส่งเสริมการเรียนรู้ของผู้เรียนอย่างเต็มที่ การออกแบบหรือจัดกิจกรรมแบบฉับพลัน (emergent design) เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการอบรมนี้ เพื่อให้สอดคล้องกับสถานการณ์ ความรู้สึก และความต้องการเรียนรู้ในบางช่วงของผู้เรียน ซึ่งอาจไม่ไปตามแผนที่กระบวนการวางไว้แต่แรก ดังนั้น กระบวนการที่เอาผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง จึงต้องมีความยืดหยุ่นอย่างมาก และไม่ติดยึดกับแผนหรือกิจกรรมที่วางไว้แล้วมากเกินไป

ด้วยหลักการเช่นนี้ การอบรมของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม จึงไม่มีการระบุ

หัวข้อ และตารางกิจกรรมประจำวันอย่างตายตัว เอกสารที่แจกให้ผู้เรียนจะระบุเพียงแนวคิดที่เป็นพื้นฐานของการอบรม หัวข้อการเรียนรู้ และแนวทางในการจัดกระบวนการเรียนรู้อย่างกว้าง ๆ ทั้งนี้ เพื่อเปิดพื้นที่ให้กระบวนการได้มีโอกาสอ่านและวิเคราะห์กลุ่ม และปรับกระบวนการเรียนรู้ให้เหมาะสมกับสถานะและความพร้อมในการเรียนรู้ของกลุ่มในแต่ละช่วงเวลาด้วย นอกจากนี้ในการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ กระบวนการจะต้องพร้อมที่จะจัดการกับอารมณ์ความรู้สึก ความขัดแย้ง หรือเหตุการณ์ท้าทายบางอย่างที่อาจเกิดขึ้นในหมู่ผู้เรียน (เช่น ผู้เรียนท้าทาย ตัดสินคุณค่า หรือมีพฤติกรรมการใช้อำนาจกดดันบังคับกันเอง) และต้องสามารถพลิกเหตุการณ์ท้าทายที่ไม่อยู่ในแผนการอบรมนั้น ๆ ให้กลายเป็นการเรียนรู้ร่วมกันของกลุ่มผู้เรียนทั้งหมดให้ได้

นอกจากนี้ การไม่กำหนดหัวข้อและตารางเวลาที่ตายตัวตั้งแต่ต้น ยังช่วยสร้างความท้าทายสำหรับผู้เรียนที่คุ้นเคยกับระบบการศึกษาแบบเดิม ๆ ที่มักยึดเอาหลักสูตรที่มี “ผู้เชี่ยวชาญ” หรือ “ผู้ทรงคุณวุฒิ” กำหนดไว้แล้วเป็นศูนย์กลาง โดยทั้งผู้สอนและผู้เรียนต้องมุ่งหน้าทำกิจกรรมการเรียนรู้ให้เสร็จตามเป้าหมายของหลักสูตร และตามตารางเวลาที่กำหนด โดยไม่สนใจว่ากระบวนการเรียนรู้นั้นสอดคล้องกับสถานะของผู้เรียน หรือสามารถทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ได้อย่างแท้จริงหรือไม่ กล่าวโดยสรุป การเรียนรู้ผ่านประสบการณ์เป็นกระบวนการที่ถือเอาผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง และใช้สภาวะหรือสถานการณ์ของผู้เรียนเป็นตัวกำหนดจังหวะก้าวของการเรียนรู้ ทั้งในแง่เนื้อหา กิจกรรมและเวลา

5. การสนับสนุนให้ผู้เรียนหาคำตอบให้กับปัญหาของตนเอง ในการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ กระบวนการจะไม่วางตัวเป็น “ผู้รู้” ที่มีคำตอบให้กับคำถามหรือข้อขัดข้องใจของผู้เรียนได้ในทุกเรื่อง ในทางตรงกันข้าม กระบวนการจะทำหน้าที่ส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้เรียนได้ค้นหาคำตอบสำหรับคำถามหรือปัญหาของตนเองให้ได้มากที่สุด บทบาทเช่นนี้ของกระบวนการมาจากความเชื่อมั่นว่า ความรู้ที่เกิดจากประสบการณ์หรือปัญญานั้น มีอยู่แล้วในกลุ่มผู้เรียน สิ่งที่กระบวนการควรทำก็คือ สร้างกระบวนการที่เอื้อให้ผู้เรียนสามารถดึงเอาความรู้หรือปัญญาที่มีอยู่แล้วในกลุ่ม มาใช้ตอบคำถามหรือแก้ปัญหาของตนเองให้ได้ ในกระบวนการอบรม มีบางครั้งที่คุณเรียนอาจรู้สึกหงุดหงิด

อย่างไรก็ตาม กระบวนการอาจแบ่งปันประสบการณ์ของตน หรืออาจให้ข้อมูลหรือความเห็นเพิ่มเติมในช่วงท้ายของกระบวนการค้นหาคำตอบของผู้เรียน เพื่อเสริมประเด็นสำคัญที่กลุ่มอาจมองข้ามหรือตกหล่นไปจากการคิดวิเคราะห์ของกลุ่มได้ กระบวนการที่เชื่อมั่นในความรู้จากประสบการณ์และปัญญาของผู้เรียนเช่นนี้ ยังช่วยรื้อถอนวัฒนธรรมการศึกษากระแสหลักที่ครอบงำสังคมไทยมายาวนาน วัฒนธรรมที่ว่านี้สอนให้ผู้เรียนเชื่อว่า ครู อาจารย์ หรือกระบวนการคือผู้ที่สำคัญที่สุด มีความรู้มากที่สุด และมีคำตอบที่ถูกต้องที่สุดให้กับผู้เรียน ผู้เรียนจึงควรสนใจฟังแต่เฉพาะสิ่งที่ครู อาจารย์ หรือกระบวนการพูดเท่านั้น และไม่จำเป็นต้องใส่ใจรับฟังผู้เรียนด้วยตนเองแต่อย่างใด

6. การจัดการกับการใช้อำนาจเหนือกว่าในกลุ่มผู้เรียน อีกบทบาทหนึ่งที่สำคัญของกระบวนการ คือการติดตามพลวัตการใช้อำนาจจะหว่างกันในกลุ่มผู้เรียน และจัดกระบวนการเรียนรู้ที่จะลดการใช้อำนาจกดบังคับกันในกลุ่ม ไม่ว่าจะเป็นการใช้อำนาจโดยอาศัยปัจจัยด้านเพศภาวะ เพศวิถี วัยวุฒิ คุณวุฒิการศึกษา ตำแหน่งหน้าที่การงาน ชาตินพันธุ์ ถิ่นที่อยู่ พื้นเพเดิมของครอบครัว และฐานะเศรษฐกิจ เป็นต้น พร้อมทั้งสนับสนุนให้ผู้เรียนยอมรับวัฒนธรรมการใช้อำนาจร่วมระหว่างกัน กระบวนการเรียนรู้ที่สนับสนุนความเท่าเทียมและการใช้อำนาจร่วมในหมู่ผู้เรียน และระหว่างผู้เรียนและกระบวนการโดยตัวของมันเองคือการเปลี่ยนวัฒนธรรมอำนาจครอบงำไปสู่วัฒนธรรมการใช้อำนาจร่วม

ตัวอย่างของวิธีการที่สนับสนุนแนวคิดเรื่องความเท่าเทียมและอำนาจร่วม ได้แก่ การเชื่อ
เชิญไม่ให้มีการใช้คำเรียกหรือคำนำหน้าชื่อที่แสดงสถานะที่เหลื่อมล้ำโดยไม่จำเป็น เช่น การ
เรียกกระบวนกรหรือผู้เรียนที่จบการศึกษาระดับสูงกว่า “อาจารย์” หรือใช้คำนำหน้าชื่อหรือ

สรรพนามเรียกผู้เรียนที่มีอาชีพแพทย์ว่า “คุณหมอ” เป็นต้น เพราะพฤติกรรมที่คนส่วนใหญ่เห็นว่าเป็นเรื่องเล็กน้อยเช่นนี้ แท้จริงแล้วคือภาพสะท้อนของวัฒนธรรมอำนาจครอบงำ ที่มีอิทธิพลเข้มแข็งในสังคม และค้ำจุนความเหลื่อมล้ำและไม่เป็นธรรมในสังคมให้ดำรงอยู่โดยไม่ถูกตั้งคำถาม กระบวนการจึงต้องมีความไวต่อการใช้วัฒนธรรมอำนาจครอบงำในหมู่ผู้เรียนด้วยตนเอง และต้องยืนยันที่จะไม่ยอมรับวัฒนธรรมอำนาจเหนือกว่า และเชื้อเชิญให้ผู้เรียนสามารถแสดงความคิดเห็นที่แตกต่าง หรือท้าทายกระบวนการหรือผู้เรียนที่มีสถานะทางสังคมหรือมีแหล่งอำนาจสูงกว่าได้ กระบวนการต้องเป็นตัวอย่างในการสร้างความหมายให้กับคำว่า “การเคารพผู้อื่น” ที่ไม่ยึดติดกับสถานะทางสังคมหรืออัตลักษณ์ ที่เป็นแหล่งอำนาจของบุคคล แต่เป็นการเคารพในความเป็นมนุษย์ที่มีอยู่ในคนทุกคน

บทบาทของกระบวนการในการส่งเสริมความเท่าเทียม การเคารพผู้อื่นอย่างแท้จริง และการใช้วัฒนธรรมอำนาจร่วมในกลุ่มผู้เรียน รวมทั้งการแทรกแซงเพื่อยุติการใช้อำนาจเหนือกว่าระหว่างผู้เรียนด้วยตนเอง ถือเป็นตัวอย่างหนึ่งของกระบวนการฟื้นฟูอำนาจภายใน เป็นการสนับสนุนให้ผู้เรียนกล้าที่จะก้าวออกมาจากวัฒนธรรมการใช้อำนาจครอบงำ ที่มีอิทธิพลในสังคมมายาวนาน และจะช่วยสร้างความรู้สึกลดอคติและความมั่นใจให้เกิดขึ้นในหมู่ผู้เรียน โดยเฉพาะในกรณีที่มีความคิดเห็นที่แตกต่างกันระหว่างผู้ที่มีแหล่งอำนาจน้อยกว่ากับผู้ที่มีแหล่งอำนาจมากกว่าในกลุ่มในทางตรงกันข้าม หากกระบวนการละเลย ไม่จัดการกับความเหลื่อมล้ำทางอำนาจในหมู่ผู้เรียน และในความสัมพันธ์ระหว่างกระบวนการและผู้เรียน ก็เท่ากับว่า กระบวนการกำลังอนุญาตให้เกิดการผลิตซ้ำวัฒนธรรมการใช้อำนาจครอบงำ หรือวัฒนธรรมอำนาจนิยมในสังคม ให้ดำรงอยู่ต่อไปนั่นเอง

7. การเชื้อเชิญให้ผู้เรียนรับรู้และสามารถอยู่กับความทุกข์ได้ ในกระบวนการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ในประเด็นเพศภาวะ เพศวิถี และความไม่เป็นธรรมทางสังคม ที่ศูนย์ฯ ดำเนินการอยู่ มีการเชื้อเชิญให้ผู้เรียนพิจารณาทบทวนประสบการณ์ในชีวิตของตนเอง และบ่อยครั้งที่ผู้เรียนส่วนหนึ่งจะหยิบยกประสบการณ์ความทุกข์ที่ได้รับจากความไม่เป็นธรรมหรือการถูกใช้อำนาจกดขี่มาเป็นประเด็นในการพิจารณาและแบ่งปันในกลุ่ม และประสบการณ์เช่นนี้อาจนำมาซึ่งอารมณ์

ความรู้สึกของความทุกข์ ความเสียใจ และการร้องไห้ ในสถานการณ์เช่นนี้ กระบวนการมีบทบาทในการเชื่อเชิญให้ผู้ที่กำลังเล่าเรื่องความทุกข์ สามารถอยู่กับความรู้สึกทุกขนั้น ด้วยการรับรู้ลมหายใจของตนเอง โดยไม่ต้องหาวิธีหลบเลี่ยงความรู้สึก โดยการพยายามคิดวิเคราะห์ หรือเปลี่ยนไปพูดเรื่องอื่น ขณะเดียวกัน กระบวนการก็มีหน้าที่เชื่อเชิญผู้เรียนคนอื่นๆ ให้อยู่กับอารมณ์ของเพื่อนที่กำลังมีความทุกข์ ด้วยการอยู่กับความเจ็บ รับรู้ลมหายใจของตนเอง และส่งความรู้สึกเกื้อกูลให้กับเพื่อนที่กำลังมีความทุกข์ เพื่อให้เพื่อนผู้นั้นสามารถพูดถึงความทุกข์โดยไม่อายหรือกลัวการถูกตัดสิน สามารถสัมผัสกับความทุกข์ในใจตนเองในขณะที่เล่าเรื่องราวได้ นี่เป็นเรื่องการฝึกฝนความเข้มแข็งภายใน เพราะหากกระบวนการไม่ทำเช่นนั้น ผู้เรียนคนอื่นๆ หลายคนก็มักมีแนวโน้มที่จะพยายามหลีกเลี่ยงหนีจากความรู้สึกอึดอัด ที่ต้องเผชิญหน้ากับเพื่อนที่กำลังมีความทุกข์ และอาจแสดงอาการหลีกเลี่ยงด้วยการสร้างกั้นหน้าจذبันติก ลูกไปเข้าห้องน้ำ ลูกไปดื่มน้ำ หรือซังกาแฟ หรือคิดถึงเรื่องของตนเองในขณะที่ควรรับฟังเพื่อนแบ่งปันความรู้สึก เป็นต้น

8. การใช้ภาษาให้เข้าใจง่าย สอดคล้องกับสภาพและบริบททางสังคมและวัฒนธรรมของผู้เรียน

เนื่องจากเนื้อหาในหนังสือเล่มนี้เป็นภาษาเขียนในภาษาไทยกลาง และมีความเป็นภาษาวิชาการอยู่ไม่น้อย จึงเหมาะกับกลุ่มผู้เรียนที่เป็นนักกิจกรรมสังคมที่ทำงานด้านผู้หญิงและความยุติธรรมทางเพศ (ซึ่งส่วนใหญ่เรียนจบมหาวิทยาลัย นับถือศาสนาพุทธ และมีความสามารถในการใช้ภาษาไทยกลางได้คล่องแคล่ว) อย่างไรก็ตาม หากจะมีการนำเนื้อหาในหนังสือเล่มนี้ไปใช้ในการจัดการอบรมสำหรับผู้เรียนกลุ่มอื่น กระบวนการควรพิจารณาหาภาษาและวิธีพูดสื่อสารในการอบรม ที่จะช่วยให้ผู้เรียนแต่ละกลุ่ม ในแต่ละบริบท สามารถเข้าใจแนวคิดและเนื้อหาอื่นๆ ของการอบรมได้โดยง่าย เช่น ในหมวดเรื่องจิตวิญญาณ เราใช้คำว่า “สติ” หรือ “รู้ตัว” ซึ่งเป็นศัพท์ที่ใช้มากในคำสอนทางพุทธศาสนา แต่หากเรากำลังทำกิจกรรมพัฒนาจิตวิญญาณกับกลุ่มคนที่นับถือศาสนาอื่น หรือมีระบบจิตวิญญาณแบบพื้นบ้านหรือชนเผ่า หรือไม่นับถือศาสนาใด ๆ เลย เราอาจต้องคิดหาคำพูดอื่นที่สามารถสื่อเรื่องการพัฒนาจิตใจ ให้คนในบริบทต่างๆ เหล่านั้นเข้าถึงและเข้าใจได้ง่าย

ตัวอย่างหนึ่งได้แก่ เมื่อศูนย์ผู้หญิงเพื่อความยุติธรรมและสันติภาพทำงานกับนักกิจกรรมจาก

ประเทศพม่าที่เป็นชาวคริสต์ ซึ่งมาจากบริบทที่ชาวคริสต์ถูกครอบงำโดยวัฒนธรรมพุทธ ซึ่งเป็นวัฒนธรรมของคนส่วนใหญ่ของประเทศนั้น และจากบริบทที่รัฐบาลทหารพม่าซึ่งประกอบด้วยชาวพุทธเป็นส่วนใหญ่ ได้กดขี่ชนกลุ่มน้อยหลายกลุ่มที่ส่วนใหญ่เป็นชาวคริสต์มาโดยตลอด ดังนั้นในการนำให้ผู้เรียนกลุ่มนี้ฝึกการรับรู้ลมหายใจ เราจึงไม่ใช่คำว่า “สติ” แต่ใช้วิธีอธิบายว่าการฝึกดังกล่าว คือการสร้างทะเลสาบแห่งความสงบเย็นภายในตัวเราเอง หรือในกรณีของการฝึกโยคะ สำหรับกลุ่มคนที่ไม่คุ้นเคย หรืออาจรู้สึกแปลกแยกกับวิธีอธิบายและภาษาที่ใช้ในการฝึกโยคะ เราอาจใช้คำว่า “การออกกำลังกาย” แทนคำว่า “การฝึกโยคะ” ซึ่งก็ได้ผลดี

9. การนำตัวเองเข้าสู่พื้นที่เสี่ยง หมายถึงการที่กระบวนกรเปิดเผยเรื่องราวของตนเองกับกลุ่มผู้เรียน เช่น กระบวนกรเล่าตัวอย่างประสบการณ์ที่ยุ่งยากของตนเอง ก่อนที่จะให้ผู้เรียนเริ่มแบ่งปันประสบการณ์ที่ยุ่งยากของพวกเขา ซึ่งการทำเช่นนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อสร้างความเท่าเทียม และแสดงออกถึงความจริงใจของกระบวนกร ที่จะเรียนรู้และเติบโตไปพร้อมกับผู้เรียน ทั้งนี้ กระบวนกรต้องระมัดระวังว่าการเล่าประสบการณ์ของตนเองนั้น จะไม่เป็นไปเพื่อโอ้อวดหรือแสดงว่ากระบวนกรอยู่เหนือกว่าผู้เรียน

ลักษณะของประสบการณ์ที่จะนำเราเข้าสู่พื้นที่เสี่ยง คือ ประสบการณ์ที่คนทั่วไปถูกบอกถูกสอนจากสังคมว่าเป็นเรื่องน่าอาย ไม่ควรเปิดเผย เป็นเรื่องส่วนตัวที่ควรปิดเป็นความลับ เช่น การใช้อำนาจอย่างผิด ๆ ประสบการณ์เรื่องเพศ เพศวิถี ประสบการณ์ที่เราถูกใช้ความรุนแรง ประสบการณ์ที่เราเป็นฝ่ายทำร้ายผู้อื่น ปัญหาภายในครอบครัว และเรื่องอื่นๆ ที่ทำให้เรารู้สึกผิดเป็นต้น การเชื่อเชิญให้ผู้เรียนเข้าสู่พื้นที่เสี่ยง ด้วยการบอกเล่าแบ่งปันประสบการณ์ที่ยุ่งยากเช่นนี้ มีจุดมุ่งหมายสำคัญอยู่ที่การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และค้นหาปัญหาหรือบทเรียนที่ตนเองได้รับจากการผ่านความยุ่งยากเหล่านั้นมาแล้วในชีวิต

ดังนั้น ในการเปิดเผยแบ่งปันเรื่องราวของตนเอง กระบวนกรต้องเล่าอย่างกระชับ และจบด้วยการบอกว่าตัวเราเองได้เรียนรู้อะไรจากเหตุการณ์นั้น วิธีการเล่าเรื่องของกระบวนกรเช่นนี้ จะเป็นการสาธิตแนวทางหรือเป็นต้นแบบในการแบ่งปันประสบการณ์ให้กลุ่มไปด้วย เพราะ

หลายครั้งเราจะพบว่า มีผู้เรียนบางคนที่ไม่สามารถเล่าเรื่องอย่างลื่นกระชับได้ หรืออาจพูดวนซ้ำๆ เพราะต้องการระบายความรู้สึก และไม่รู้ว่าจะจบเรื่องของตนอย่างไร ลักษณะการเล่าเรื่องแบบนี้ นอกจากจะทำให้ผู้ฟังจับประเด็นสำคัญได้ยากแล้ว ตัวผู้เล่าเองก็อาจจมอยู่กับเรื่องราวโดยไม่เกิดการเรียนรู้จากเรื่องที่ตนเองเล่า ในกรณีเช่นนี้ กระบวนการต้องทำหน้าที่ในการจับประเด็นสะท้อนกลับ และอาจตั้งคำถามเพื่อช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากประสบการณ์ของตน นอกจากนี้ กระบวนการต้องพิจารณาด้วยความละเอียดอ่อนว่า ตนเองควรบอกเล่าประสบการณ์เรื่องไหนและในแง่มุมใด เพื่อที่จะเกื้อกูลต่อกระบวนการเรียนรู้ของผู้เรียน เพราะหากกระบวนการเล่าเรื่องของตนเองในทุกหัวข้อ ก็จะเป็นการใช้เวลาและพื้นที่ในการสื่อสารที่ควรจะเป็นของผู้เรียนมากเกินไป และจะกลายเป็นการครอบงำของกระบวนการด้วย

10. กระบวนการต้องเรียนรู้และเติบโตจากการทำงาน การเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงและเติบโต คือจุดมุ่งหมายสูงสุดของกระบวนการอบรมแนวนี้ ดังนั้น กระบวนการจะต้องเป็นผู้ที่สนใจและมุ่งมั่นที่จะศึกษาเพิ่มเติมและฝึกปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง เพื่อการเติบโตเปลี่ยนแปลงของตนเอง การทำงานนี้จึงเป็นเสมือนการเดินทางด้านในของชีวิต และเป็นการเดินทางที่ต้องมีกัลยาณมิตร หรือเพื่อนร่วมเดินทาง เพื่อสนับสนุนการเรียนรู้เติบโตของกันและกัน ซึ่งกัลยาณมิตรส่วนหนึ่งอาจเป็นเพื่อนผู้เรียนที่ได้ผ่านกระบวนการอบรมในแนวทางเดียวกันมาแล้ว



*It is what we think we know already that often prevents us
from learning.*

Claude Bernard

สิ่งที่เราคิดว่าเรารู้แล้วนั่นเอง ที่มักกลายเป็นอุปสรรคในการเรียนรู้ของเรา

เคล้าด์ เบอ์นาร์ด์



บทที่สี่

เครื่องมือจัดกระบวนการเรียนรู้

ในการจัดกระบวนการฝึกอบรมเพื่อการเปลี่ยนแปลง กระบวนการจำเป็นต้องฝึกฝนทักษะพื้นฐาน ที่จะเอื้อให้ตนเองสามารถจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อสร้างและฟื้นฟูอำนาจ คุณค่า และศักยภาพแก่ผู้เรียน และเพื่อเป็นพลังให้พวกเขาเปลี่ยนแปลงตนเอง คนรอบข้าง และสังคมได้ในขณะเดียวกัน กระบวนการก็ต้องใช้เครื่องมือหรือกิจกรรมที่ออกแบบให้สอดคล้องกับเนื้อหา และบริบทของผู้เรียน เพราะกระบวนการเรียนรู้ในแนวทางนี้ไม่ใช้การบรรยายแนวคิดทฤษฎี การสาธิต หรือใช้การคิดวิเคราะห์และถกเถียงกันที่ระดับหัวเท่านั้น แต่เป็นกระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์ชีวิต ดังนั้น จึงต้องอาศัยเครื่องมือหรือทักษะที่แตกต่างออกไปจากการศึกษากระแสหลัก ทักษะที่สำคัญสำหรับกระบวนการในการจัดการเรียนรู้ในแนวนี้นี้ ได้แก่

การตั้งคำถาม

การตั้งคำถาม เป็นวิธีการพื้นฐานที่สำคัญมากสำหรับการเรียนรู้แบบผู้ใหญ่หรือการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง อาจพูดได้ว่าการตั้งคำถามเป็นหัวใจของการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงเลยทีเดียว เพราะระบบการศึกษาในแบบวัฒนธรรมครอบงำ หลอหลอมให้คนเราฟัง เชื่อ และทำตามโดยไม่ต้องคิด ไม่ต้องตั้งคำถาม การตั้งคำถามจึงเป็นวิธีการง่ายๆ แต่มีผลลึกซึ้งในการเปลี่ยนจากการศึกษาอบรมแบบวัฒนธรรมครอบงำ มาสู่การเรียนรู้แบบอำนาจร่วม

อย่างไรก็ตาม ระบบการศึกษาของวัฒนธรรมครอบงำก็มีการตั้งคำถามเช่นกัน แต่ถ้าสังเกตให้ดี เราจะพบว่า คำถามในวัฒนธรรมครอบงำมักเป็นคำถามแบบปลายปิด ที่มีทางเลือกให้ผู้เรียน

อยู่สองทาง คือ ใช่หรือไม่ใช่ ดีหรือไม่ดี เอาหรือไม่เอา ตัวอย่างคำถามเหล่านี้ เช่น เราจะเอาเขื่อนหรือไม่เอา โครงการศูนย์เด็กเล็กมีประโยชน์หรือไม่ โครงการเงินกองทุนหมู่บ้านให้ประโยชน์หรือไม่ โทษ คนจนคือคนที่ไม่ชวนขายทำมาหากินใช่หรือไม่ เป็นต้น การถามเช่นนี้ไม่เอื้อให้ผู้ฟังหรือผู้เรียนได้คิดวิเคราะห์ ถกเถียง และเกิดการเรียนรู้ได้ด้วยตัวเอง

ในกระบวนการเรียนรู้แบบอำนาจร่วม เราเน้นการตั้งคำถามปลายเปิด ซึ่งหมายถึงคำถามที่เปิดโอกาสให้คนคิดได้ โดยไม่จำกัดว่าต้องมีคำตอบถูกหรือผิดไปในทางใดทางหนึ่ง เป็นการให้อิสระแก่ผู้ตอบ กระตุ้นให้เกิดการคิดและอภิปรายโดยไม่ต้องกลัวว่าจะตอบถูกหรือผิด ยกตัวอย่างคำถามลักษณะนี้ เช่น ท่านมีความเห็นอย่างไรกับการสร้างเขื่อน ท่านคิดว่าโครงการศูนย์เด็กเล็กส่งผลกระทบต่อชุมชน โครงการกองทุนหมู่บ้านมีข้อดีและข้อเสียอย่างไรบ้าง อะไรคือปัจจัยที่ทำให้เกิดความยากจน เป็นต้น ดังนั้น ในการตั้งคำถามในกระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง เราจึงควรเลือกใช้คำถามปลายเปิด ซึ่งจะเป็นการส่งเสริมให้ผู้เรียนสามารถคิดค้นหาคำตอบให้กับตนเองได้อย่างอิสระ

ข้อแนะนำสำหรับกระบวนการ

- การตั้งคำถามต้องทำควบคู่ไปกับการฟังอย่างมีสติ การฟังสำคัญพอๆ กับการถาม เพราะหน้าที่ของกระบวนการ คือการจับประเด็นให้ได้ว่า เมื่อถามผู้เรียนไปแล้วเขาตอบว่าอย่างไร การฟังอย่างมีสติจะช่วยให้กระบวนการจับประเด็นที่ผู้เรียนตอบมาได้ครบ ทราบว่าเขารู้สึกและคิดอย่างไรกับเรื่องนั้นๆ และต้องสรุปคำตอบจากสิ่งที่ผู้เรียนตอบมาให้ทั้งกลุ่มทราบเป็นช่วงๆ
- เมื่อตั้งคำถามแล้ว กระบวนการต้องระวังไม่เป็นผู้ตอบเสียเอง เพราะเป้าหมายของการถาม คือ การกระตุ้นให้เกิดการคิดและแบ่งปันในกลุ่มผู้เรียน เพราะเราเชื่อว่าปัญหามีอยู่แล้วในกลุ่ม หลายครั้งคำถามหนึ่งๆ ไม่มีคำตอบสำเร็จรูป ไม่มีคำตอบขาวและดำที่แบ่งแยกได้ชัดเจน การรับฟังความคิดของผู้อื่นที่แตกต่างจากเรา จะช่วยให้เราได้ขยายมุมมอง เห็น

ทางออกของปัญหา หรือมีวิธีคิดที่ต่างไปจากเดิม กระบวนการสามารถแสดงความคิดเห็นของตนเองได้ ในฐานะเป็นสมาชิกคนหนึ่งในกระบวนการเรียนรู้ที่กำลังเกิดขึ้น โดยไม่คิดว่าความคิดเห็นของตนเป็นคำตอบที่ถูกต้อง และควรจะแสดงความคิดเห็นของตนในช่วงท้ายๆ เพื่อไม่ให้เกิดการครอบงำโดยกระบวนการ

- ระวังอย่าให้มีผู้ตอบคำถามแต่เพียงหนึ่งคนหรือสองคน สภาพเช่นนี้จะไม่ทำให้เกิดการเรียนรู้และแลกเปลี่ยนประสบการณ์อย่างเต็มที่ หากเกิดสภาพเช่นนี้ในกลุ่ม กระบวนการต้องเตือนเป็นช่วงๆ ว่าขอฟังความเห็นจากคนที่ยังไม่ได้พูด หรือใช้วิธีแบ่งกลุ่มย่อย 2 หรือ 3 คน ให้ผู้เรียนแลกเปลี่ยนกัน แล้วค่อยกลับมานำเสนอในกลุ่มใหญ่ วิธีนี้จะช่วยให้คนที่ไม่มั่นใจในการแสดงความคิดเห็นในกลุ่มใหญ่ กล้าแสดงความคิดเห็น และจะช่วยให้กลุ่มได้รับประโยชน์จากปัญญาของทุกคนในกลุ่ม และเป็นวิธีการควบคุมไม่ให้ผู้เรียนที่มีความมั่นใจในการพูดมากกว่า เป็นฝ่ายครอบงำการเรียนรู้ของทั้งกลุ่ม
- การเขียนสรุปคำตอบต่างๆ ที่ได้จากผู้เรียนบนกระดาน มีประโยชน์ในการช่วยจับประเด็นให้กลุ่ม และช่วยให้กระบวนการและผู้เรียนไม่หลงออกนอกประเด็นการเรียนรู้ที่กำลังเกิดขึ้น
- บ่อยครั้งที่ผู้เรียนมักตั้งคำถามเพื่อให้กระบวนการเป็นผู้ให้คำตอบ ซึ่งส่วนหนึ่งมาจากความเชื่อฝังหัวว่า กระบวนการ วิทยากร หรืออาจารย์ คือผู้ที่มีคำตอบสำเร็จรูปให้ผู้เรียน ในสถานการณ์เช่นนี้ ให้กระบวนการถามผู้เรียนคนอื่นๆ ว่าคิดอย่างไร และจะช่วยกันตอบคำถามของเพื่อนอย่างไร และอาจถามคำถามต่อเพื่อให้เกิดการพิจารณาและถกเถียงเรื่องนั้นๆ อย่างลึกซึ้งขึ้น บางครั้งเมื่อมีผู้เรียนบางคนตอบคำถาม กระบวนการอาจจะถามผู้เรียนคนอื่นๆ ว่าใครบ้างที่คิดต่างออกไปจากที่เพื่อนตอบมาแล้ว วิธีการนี้คือการพยายามให้มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่มีอยู่อย่างหลากหลาย ช่วยให้เกิดปัญญา หรือมุมมองต่อเรื่องนั้นๆ มากขึ้น

การฟังอย่างลึกซึ้ง

การฟังอย่างลึกซึ้งเป็นเครื่องมือที่สำคัญมากในกระบวนการเรียนรู้เพื่อฟื้นฟูอำนาจ ความมั่นใจ และคุณค่าในตัวผู้เรียน ในระบบการศึกษาแบบครอบงำ ผู้เรียนจะถูกบังคับให้ฟังเฉพาะอาจารย์หรือวิทยากรที่สอนอยู่หน้าห้อง คือฟังเฉพาะผู้มีอำนาจ (ทางความรู้) หรือมีตำแหน่งหน้าที่สูงกว่า วิธีการนั้นนอกจากจะเป็นการครอบงำแล้ว ยังทำให้ผู้เรียนไม่เคารพและเห็นคุณค่าประสบการณ์และปัญญาของเพื่อนที่ร่วมเรียนด้วยกัน ซึ่งเราจะสังเกตเห็นผลของวัฒนธรรมเช่นนี้ในห้องเรียนหรือสถานที่อบรมส่วนใหญ่ ที่ผู้เรียนมักไม่สนใจฟังประสบการณ์ชีวิตของผู้เรียนคนอื่น ๆ โดยเฉพาะคนที่มีคุณวุฒิหรือวัยวุฒิน้อยกว่า แต่จะฟังเฉพาะสิ่งที่กระบวนการ หรือผู้เรียนที่มีคุณวุฒิสูงกว่าเป็นผู้พูด ในสถานการณ์เช่นนี้ กระบวนการมีหน้าที่และความรับผิดชอบที่จะแสดงให้เห็นถึงตัวอย่างของการฟังอย่างลึกซึ้ง ด้วยการฟังผู้เรียนทุกคน และกระตุ้นเตือนให้ทุกคนปฏิบัติเช่นเดียวกัน

การฟังอย่างลึกซึ้ง หมายถึง ความสามารถที่จะฟังสิ่งที่ผู้พูดต้องการพูดโดยไม่ขัดจังหวะ ไม่ถามแทรก และไม่ทำกิจกรรมอื่นๆ ในระหว่างที่ฟัง เช่น จดบันทึก หรือขอตัวเพื่อรับโทรศัพท์ การฟังอย่างลึกซึ้งเป็นการฟังทั้งเนื้อหา ความรู้สึก ตลอดจนภาษากายที่ผู้พูดแสดงออกมา โดยมีการเรียกการฟังอย่างลึกซึ้งอีกอย่างหนึ่งว่า การฟังอย่างมีสติ ซึ่งแปลว่าต้องใช้สติในการฟังตลอด คือมีสมาธิ และเมื่อรู้ตัวว่ามีความคิดและอารมณ์บางอย่างผุดขึ้นมาในขณะที่ฟัง ก็สามารถปล่อยวางความคิดความรู้สึกนั้น และกลับมาจดจ่อที่การฟังด้วยจิตว่างได้ และใช้การรู้ตัวนี้ในการควบคุมทัศนคติหรือพฤติกรรมเก่าที่ติดตัวเรามาจากวัฒนธรรมครอบงำ เช่น ความต้องการพูดแทรก พูดเสริม ขัดจังหวะด้วยการถาม หรือตัดสินตัวตนของผู้พูดหรือเนื้อหาที่เขาพูด โดยเฉพาะเมื่อเราต้องฟังในสิ่งที่เราไม่เห็นด้วย หรือเมื่อเรารู้สึกไม่พอใจในตัวผู้ที่กำลังพูด การฟังอย่างมีสตินี้เอง ที่จะทำให้เราเห็นความสำคัญของมิติด้านจิตวิญญาณในการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ พฤติกรรม และเยียวยาทั้งผู้ฟังและผู้พูดได้ การใช้สติหรือภาวะความเข้มแข็งทางจิตวิญญาณในการฟัง โดยเฉพาะในเรื่องที่ยาก ทำให้เราเห็นชัดว่าการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลง ไม่สามารถใช้แค่การคิดวิเคราะห์ที่หัวสมองเท่านั้น

ในหลายศตวรรษที่ผ่านมา มีปัจเจกบุคคลและกลุ่มองค์กรนักกิจกรรมมากมายทั่วโลก ที่ใช้ทักษะการฟังอย่างลึกซึ้งเช่นนี้ ในการเยียวยาและฟื้นฟูอำนาจของผู้ประสบภัยสงครามหรือประสบความรุนแรงอย่างอื่น หรือใช้ในงานสร้างสันติภาพ สร้างความสมานฉันท์ งานดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย และงานฟื้นฟูจิตใจผู้ต้องขัง เป็นต้น ซึ่งรูปแบบการใช้มีทั้งในระดับบุคคลต่อบุคคล กลุ่มย่อยและกลุ่มขนาดใหญ่

การฟังอย่างลึกซึ้ง เป็นวิธีการฟื้นฟูอำนาจภายในของผู้ที่ประสบความทุกข์ เพราะการฟังเช่นนี้ตั้งอยู่บนฐานความเชื่อที่ว่า ผู้ประสบความทุกข์มีอำนาจ คุณค่า และความสามารถอยู่ในตนเอง แต่สิ่งเหล่านี้ได้ถูกกลดทอนโดยระบบการกดขี่ และระบบความไม่เป็นธรรมที่เขาได้รับ จากความรุนแรงของภัยธรรมชาติหรือสงคราม หรือการสูญเสียผู้ที่เป็นที่รัก ผู้ประสบปัญหาไม่ใช่เหยื่อผู้เคราะห์ร้ายที่ด้อยด้อยค่า (ดังที่สะท้อนในรูปแบบการให้คำปรึกษาทางจิตวิทยากระแสหลัก) หรือควรได้รับการสงเคราะห์ดูแลจากองค์กรหรือบุคคลที่มีอำนาจหรือความสามารถมากกว่า ในการช่วยรักษาหรือหาทางออกให้เขา การฟังเพื่อฟื้นฟูอำนาจไม่ใช่การปลอบโยนให้กำลังใจ แม้ด้วยคำพูดหรือการกระทำ เช่น โอบกอด จับไหล่ หรือพูดว่า “เดี๋ยวอะไรๆ มันก็จะดีขึ้นเอง” หรือ “ลืมไปเสียเถอะ เรื่องมันผ่านไปแล้ว” เป็นต้น

การฟังอย่างลึกซึ้ง คือการเป็นประจักษ์พยานในประสบการณ์ของผู้อื่น และเชื่อมั่นในศักยภาพในการแก้ปัญหาของเขา การเป็นประจักษ์พยานจะช่วยให้บุคคลฟื้นฟูคุณค่าและอำนาจภายในตัวเองขึ้นมาได้ เพราะวัฒนธรรมที่เราปฏิบัติกันอยู่โดยทั่วไปในสังคมนั้น มักจะไม่มี การฟังอย่างลึกซึ้ง และนอกจากจะไม่ฟังกันแล้ว คนส่วนใหญ่ยังชินกับวิถีปฏิบัติของวัฒนธรรมครอบงำ คือการพูดแนะนำ สั่งสอน หรือหาทางออกให้ผู้ที่กำลังมีความทุกข์

การฟังอย่างลึกซึ้ง เปิดโอกาสให้ผู้พูดได้ระบายสิ่งที่เป็นก้อนเมฆ หรือสิ่งรบกวนในจิตใจ ซึ่งก้อนเมฆเหล่านั้นอาจมีทั้งที่เป็นความคิด อารมณ์ และความรู้สึก และเมื่อเขาได้ระบายสิ่งที่ทับถมอยู่ในจิตใจออกมาแล้ว ปัญหาหรือสภาวะสงบภายในก็จะเกิดขึ้น ภาวะนี้เองที่จะช่วยให้เขาสามารถเห็นหนทางที่จะแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้ หรือหากยังหาทางออกไม่ได้ ความโล่งใจหรือความเบาใจ

ก็ได้เกิดขึ้นแล้ว ปัญหาหรือความทุกข์ที่หนักอึ้งก็จะเบาบางลง ด้วยเหตุนี้ ทุกครั้งที่เราให้ผู้เรียนฝึกฟังอย่างลึกซึ้งในเรื่องความทุกข์โดยผลัดกันเป็นผู้พูดและผู้ฟัง หลังเสร็จกิจกรรมเช่นนี้ ผู้เรียนเกือบทุกคนจะบอกว่า ตนเองรู้สึกสบายใจ โล่งใจ หลายคนบอกว่าเขาไม่ค่อยรู้สึกที่ได้รับการฟังอย่างตั้งใจเช่นนี้มาก่อน บางคนไม่อยากหยุดเล่า หรือหากเป็นการพูดและฟังในหัวข้อที่เกี่ยวกับความสุข หลังจากจบกิจกรรมแล้ว คนส่วนใหญ่จะรู้สึกดีและเห็นคุณค่าในตัวเอง การฟังอย่างลึกซึ้งจึงเป็นการเยียวยา และการให้คุณค่าแก่ผู้พูด

การฟังอย่างลึกซึ้ง ยังเป็นเครื่องมือที่ได้ผลในการสร้างความไว้วางใจในกลุ่มผู้เรียน เพราะเมื่อผู้เรียนรู้สึกปลอดภัย และรู้สึกได้รับการฟังอย่างตั้งใจและใส่ใจจากผู้อื่น หลายคนก็อาจเลือกที่จะเล่าเรื่องส่วนตัวที่ไม่เคยคิดจะเปิดเผยที่ไหนมาก่อน เราจึงจะเห็นได้ว่า ความรู้สึกปลอดภัยและความไว้วางใจ จะช่วยให้คนเราพร้อมที่จะเผชิญกับความเปราะบางอันเกิดจากการเล่าให้ผู้อื่นฟังถึงประสบการณ์ที่ยุ่งยากหรือความลับที่เก็บซ่อนไว้ในชีวิต หากเราไม่ไว้วางใจใคร เราก็คงไม่เสี่ยงที่จะเล่าเรื่องเล็กๆ ของเราให้คนที่เราไม่ไว้วางใจฟัง ความไว้วางใจของผู้ฟัง (ที่จะไม่ตัดสินผู้พูดหรือประสบการณ์ของเขา) นี้เอง ที่ทำให้ผู้เล่ากล้าหาญที่จะเผชิญกับความเปราะบางของตนเอง

แนวทางการฟังอย่างลึกซึ้ง มีดังต่อไปนี้

- จัดภาษากายให้เป็นมิตร ผ่อนคลาย และใส่ใจต่อผู้พูด สบตาผู้พูดเป็นช่วง ๆ แต่ไม่ใช่การจ้องหน้าตลอดเวลา
- ฟังอย่างตั้งใจ มีสมาธิจดจ่ออยู่ที่การฟัง โดยคิดว่าในขณะนี้ผู้พูดเป็นบุคคลที่สำคัญที่สุด
- ในขณะที่ฟัง ให้ทำเสียงตอบรับเบา ๆ หรือพยักหน้าเป็นครั้งคราวตามความเหมาะสม เพื่อให้ผู้พูดรู้ว่าเรากำลังฟังเขาอยู่
- ไม่ขัดจังหวะโดยการถาม การเล่าเรื่องของตัวเอง การเสริม หรือให้คำแนะนำ
- ไม่หยุดเพื่อรับโทรศัพท์ หยุดเพื่อสื่อสารกับผู้อื่น หรือทำงานอย่างอื่นขณะที่ฟัง

- ไม่จดบันทึกขณะที่ฟัง
- ฟังด้วยความเคารพทั้งในตัวตนของผู้พูดและประสบการณ์ของเขา โดยไม่มีการตัดสิน ไม่ว่าแต่จะเป็นการคิดอยู่ในใจว่า สิ่งที่เขาพูดมานั้นดีหรือไม่ดี ถูกหรือผิด เข้าท่าหรือไม่เข้าท่า หรือคิดว่า “หากเป็นฉัน ฉันจะไม่ทำอะไรแบบนี้” เป็นต้น
- เก็บเรื่องที่เขาเล่าไว้เป็นความลับ หากจะนำไปเผยแพร่พร้อมชื่อบุคคล ต้องขออนุญาตเจ้าของประสบการณ์ก่อน หรือหากต้องการนำไปเล่าต่อเพื่อให้เกิดปัญญาแก่ผู้อื่น ก็สามารถทำได้โดยแบ่งปันเฉพาะในส่วนที่เป็นข้อคิดหรือปัญญาที่ผู้ฟังได้เรียนรู้จากผู้พูด
- หากเรื่องที่ฟังทำให้ผู้ฟังเกิดความรู้สึกอึดอัด เสียใจ ไม่พอใจ หรือเศร้าใจ ขอให้ผู้ฟังอยู่กับลมหายใจของตนเองเพื่อให้มีสติ ไม่หลีกเลี่ยงความรู้สึกต่าง ๆ เหล่านั้น โดยการกลับไปอยู่ที่หัว เช่น พยายามคิดวิเคราะห์ปัญหา หรือหาทางออกให้คนพูด
- หากผู้เล่าแสดงอาการเสียใจด้วยการร้องไห้ ให้ผู้ฟังอยู่กับลมหายใจ และอยู่กับความเงียบ โดยไม่ต้องปลอบใจด้วยการพูด หรือแม้แต่การตะตึงตัวผู้พูด
- อนุญาตให้มีความเงียบเกิดขึ้นได้ และถือว่าความเงียบเป็นส่วนหนึ่งของการฟัง เพราะบางครั้งผู้พูดอาจกำลังรวบรวมความคิด หรือจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้นจากการเล่าเรื่อง หรือคิดถึงเหตุการณ์ที่ยุ้งยาก ความเงียบของผู้ฟังโดยไม่แสดงอาการอึดอัดรำคาญ แต่อยู่กับลมหายใจด้วยความสงบและระอคอย จะช่วยให้ผู้พูดรู้ว่าผู้ฟังกำลังฟังอยู่ และช่วยให้เขาสามารถเล่าเรื่องต่อได้

เนื่องจากกระบวนการเรียนรู้แบบนี้ ใช้ประสบการณ์ชีวิตเป็นฐานในการทำความเข้าใจสังคมและตนเอง กระบวนการจึงต้องเลือกหัวข้อที่จะใช้ในการเล่าเรื่องจากประสบการณ์ชีวิตจริง การเลือกหัวข้อขึ้นอยู่กับว่ากลุ่มผู้เรียนมีความคุ้นเคยกันมากน้อยแค่ไหน หากผู้เรียนยังไม่คุ้นเคยกันดีนัก โดยเฉพาะในวันแรกของการอบรม ให้กระบวนการเลือกหัวข้อที่ไม่ลึก หรือไม่ทำให้ผู้เรียนรู้สึกอึดอัด หรือลำบากใจที่จะแบ่งปันมากเกินไป เพื่อให้ผู้เรียนจะรู้สึกปลอดภัยในการทำกิจกรรมร่วมกับกลุ่ม

ตัวอย่างหัวข้อที่ไม่ยากแก่การแบ่งปัน เช่น ความสำเร็จในชีวิต แรงบันดาลใจในชีวิต เป็นต้น ต่อเมื่อผู้เรียนรู้จักคุ้นเคยและมีความไว้วางใจกันมากขึ้นแล้ว กระบวนการก็สามารถกำหนดหัวข้อที่ลึกขึ้น ยากที่จะบอกเล่ากับคนอื่นมากขึ้น หรือเสี่ยงที่จะทำให้เกิดอารมณ์ความรู้สึกที่เข้มข้นทั้งในผู้พูดและผู้ฟังมากขึ้นได้

หัวข้อที่ลึกขึ้นส่วนใหญ่ มักเกี่ยวข้องกับการผ่านประสบการณ์ที่ยุ้งยากในชีวิต ดังนั้นกระบวนการอบรมของศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม จึงมักจะเริ่มต้นด้วยการให้ผู้เรียนจับคู่หรือแบ่งกลุ่มเล็ก ๆ แล้วแบ่งปันประสบการณ์ที่เป็นเรื่องทั่วไปในวัยเด็กในบางแง่มุม เช่น ให้แต่ละคนย้อนคิดถึงวัฒนธรรมประเพณี ความเชื่อ หรือค่านิยมในครอบครัว ชุมชนหรือสังคมที่หล่อหลอมและส่งผลกระทบต่อความเป็นตัวตนของเราแต่ละคน หลังจากช่วงต้นของการอบรมนี้แล้ว การเลือกหัวข้อสำหรับการแบ่งปันในการพูดและการฟังจะเปลี่ยนไป ตามหัวข้อของการอบรมในแต่ละช่วง เช่น ประสบการณ์การใช้หรือถูกใช้อำนาจ เพศภาวะ เพศวิถี และอื่น ๆ

การที่กระบวนการใช้สัญญาณเตือนเมื่อจะเริ่มหรือจบการฟัง จะช่วยให้กระบวนการเป็นไปอย่างลื่นไหลและพร้อมเพรียงกัน ที่ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม หลังจากผู้เรียนจับคู่หรือแบ่งกลุ่มย่อยเรียบร้อยแล้ว กระบวนการจะให้สัญญาณเป็นเสียงระฆังเบา ๆ เพื่อให้ผู้พูดได้ตั้งสติก่อนพูด และผู้ฟังได้เตรียมตัวรับฟัง เมื่อให้สัญญาณระฆังแล้ว กระบวนการจะขอให้ผู้เรียนรับรู้ลมหายใจของตัวเองสัก 2-3 รอบ พร้อม ๆ กับการผ่อนคลายร่างกาย ในระหว่างนี้ กระบวนการอาจพูดโน้มน้าวให้ผู้พูดตั้งใจพูดความจริงที่เป็นสิ่งสำคัญในชีวิตของเขา และทวนแนวทางการฟังอย่างลึกซึ้ง เพื่อเชื่อเชิญและย้ำเตือนให้ผู้ฟังทำตาม และอาจบอกกำหนดเวลาสำหรับการพูดและการฟังในแต่ละรอบ

เมื่อจบการฝึกในแต่ละรอบ กระบวนการจะขอให้ผู้เรียนขอบคุณซึ่งกันและกัน และให้ผู้เรียนทั้งหมดกลับเข้าสู่กลุ่มใหญ่ จากนั้นจึงถามความรู้สึกของผู้เรียน ทั้งในฐานะที่เป็นผู้พูดและผู้ฟัง และถามว่าพวกเขาได้เรียนรู้อะไรบ้างจากกิจกรรมนี้

ข้อเสนอแนะสำหรับกระบวนการ

- ควรให้ผู้เรียนเริ่มฝึกทักษะการฟังอย่างลึกซึ้งตั้งแต่วันแรกของการอบรม เพื่อให้ผู้เรียนมีทักษะนี้ ซึ่งเป็นฐานที่สำคัญมากในการสร้างความรู้สึกไว้วางใจ และความรู้สึกปลอดภัยในหมู่ผู้เรียน และทักษะนี้จะช่วยให้การทำกิจกรรมแบ่งปันประสบการณ์ชีวิตในวันต่อๆ ไปของการอบรมเป็นไปได้อย่างดี โดยกระบวนการสามารถเลือกหัวข้อการพูดและฟังให้ลึกขึ้นตามระดับความคุ้นเคยและไว้วางใจกันและกันของผู้เรียน
- กิจกรรมการฟังอย่างลึกซึ้งเป็นกิจกรรมที่มีพลังมาก เพราะในสังคมสมัยใหม่ ผู้คนมักไม่ค่อยฟังกันและกันอย่างลึกซึ้ง โดยเฉพาะกลุ่มคนที่ถูกกดขี่ หรือเป็นชนกลุ่มน้อยในสังคม จะยากยิ่งขึ้นที่จะหาผู้ที่รับฟังเรื่องราวของพวกเขาอย่างตั้งใจ การใช้กิจกรรมแบ่งปันและรับฟังกันในทุกวันของการอบรม จะทำให้กลุ่มผู้เรียนมีความเข้าใจกัน รู้สึกใกล้ชิด มีความเห็นอกเห็นใจ และไว้วางใจกันมากขึ้น และในแต่ละวันผู้เรียนหลายคนจะมีโอกาสได้ระบายความทุกข์ที่เก็บไว้ในใจ การแบ่งปันประสบการณ์และการฟัง จึงเป็นการเปลี่ยนแปลงวิธีการอบรมจากแบบเดิมๆ ที่มักเน้นการสอนแนวคิดทฤษฎี การป้อนข้อมูลหรือความคิดบางอย่าง หรือการคิดวิเคราะห์ปัญหาของผู้อื่นโดยใช้กรอบตรรกะหรือหลักการบางอย่าง เป็นต้น แต่เราต้องไม่ลืมว่านักกิจกรรมสังคมเอง โดยเฉพาะที่เป็นผู้หญิงหรือเป็นชนกลุ่มน้อยด้านเพศวิถี ก็ประสบปัญหาหรืออุปสรรคในชีวิตจากความเป็นเพศหรือเพศวิถีของตน ไม่ต่างไปจากกลุ่มเป้าหมายที่พวกเขาทำงานด้วย แต่นักกิจกรรมสังคมมักมีการกิจวัตร และไม่ค่อยมีโอกาและเวลาสำหรับการพิจารณาทบทวนชีวิตของตนเองเท่าใดนัก การเรียนรู้จากความจริงของตัวเอง จะช่วยให้ นักกิจกรรมสังคม โดยเฉพาะผู้ที่ทำงานเรื่องความยุติธรรมทางเพศ สามารถเข้าใจสถานการณ์ของกลุ่มเป้าหมายที่ตนเองทำงานด้วยได้มากขึ้น

การใช้กลุ่มย่อย

นอกจากทักษะที่กล่าวมาแล้ว ในการจัดกระบวนการเรียนรู้ กระบวนการต้องคำนึงถึงวิธีการในการจัดกิจกรรมเพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้อย่างเต็มที่ การแบ่งกลุ่มย่อยเป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยสร้างพื้นที่และโอกาส สำหรับการพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความคิดเห็น ให้เกิดขึ้นได้อย่างทั่วถึงในหมู่ผู้เรียนทุกคน

เป็นเรื่องปกติในการจัดกระบวนการอบรมทุกครั้งที่เราจะพบว่า ผู้เรียนหลายคนไม่ค่อยมั่นใจในการแสดงความคิดเห็นในวงใหญ่ แต่พวกเขาจะรู้สึกปลอดภัยมากกว่าที่จะพูดในกลุ่มเล็ก ขณะเดียวกัน ในการอภิปรายในวงใหญ่ เรามักพบว่าผู้เรียนบางคนซึ่งมักมีจำนวนไม่มาก มีความมั่นใจ และมีแนวโน้มที่จะใช้พื้นที่พูดแสดงความคิดเห็นในกลุ่มใหญ่มากกว่าคนอื่นอย่างเห็นได้ชัด ซึ่งนอกจากกระบวนการจะทำหน้าที่แก้ไขสถานการณ์ดังกล่าว ด้วยการเตือนให้มีการแลกเปลี่ยนแบ่งปันในกลุ่มใหญ่อย่างทั่วถึงมากยิ่งขึ้น หรือด้วยการเจาะจงขอฟังความเห็นจากคนที่พูดน้อย หรือยังไม่ได้พูดแล้ว การแบ่งกลุ่มย่อยก็ยังเป็นอีกวิธีการหนึ่งในการจัดการกับสถานการณ์เช่นนี้

การแบ่งกลุ่มย่อยช่วยเปลี่ยนบรรยากาศการเรียนรู้ จากการแลกเปลี่ยนในกลุ่มใหญ่ที่ไม่สามารถทำให้ทุกคนพูดได้หมด มาเป็นกลุ่มเล็กที่มีบรรยากาศของความใกล้ชิดและกระตือรือร้น เป็นวิธีการที่ช่วยให้กลุ่มได้มีโอกาสเรียนรู้จากผู้เรียนทุกคน และที่สำคัญ กระบวนการในกลุ่มย่อยจะช่วยให้ผู้เรียนเห็นว่า พวกเขาสามารถเรียนรู้จากกันและกันได้โดยไม่ต้องรอฟังแต่สิ่งที่กระบวนการจะพูดเท่านั้น เป็นการรื้อถอนความคิดความเชื่อเดิมที่ว่า ในกระบวนการเรียนรู้หนึ่ง ๆ จะมีแต่กระบวนการหรือวิทยากรเท่านั้นที่ เป็นผู้รู้ หรือผู้มีปัญญา

นอกจากนี้ การแบ่งปันความคิดในกลุ่มย่อยยังเป็นโอกาสให้ผู้เรียนได้ฝึกการฟังอย่างมีสติ ทั้งยังเป็นกระบวนการที่ช่วยสร้างความสัมพันธ์และความไว้วางใจในระหว่างผู้เรียน เอื้อให้ผู้เรียนรู้สึกปลอดภัยมากขึ้นที่จะบอกเล่าประสบการณ์ แสดงอารมณ์ความรู้สึก และทบทวนเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในตนเอง

เทคนิคในการแบ่งกลุ่มทำได้หลายวิธี เช่น การนับเลข ซึ่งขึ้นอยู่กับว่าต้องการให้แบ่งเป็น

ก็กลุ่ม เช่น หากจะแบ่งเป็น 5 กลุ่มก็ให้ผู้เรียนนับ 1 ถึง 5 คนที่นับเลขเดียวกันให้รวมเป็นกลุ่มเดียวกันหลายครั้งหากมีเวลาและเราต้องการกระตุ้นพลังของผู้เรียนเราก็สามารถใช้การเล่นเกมส์สั้นๆ เพื่อช่วยในการแบ่งกลุ่มได้ บางครั้งเราตั้งใจที่จะแบ่งกลุ่มตามอัตลักษณ์ต่างๆ เช่น เพศ อายุ ถิ่นที่อยู่อาศัย อาชีพ เชื้อชาติ ประสบการณ์ในการทำงาน และภาษา หรือแบ่งกลุ่มให้ละกัตามความแตกต่าง เพื่อให้เกิดความหลากหลายในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ทั้งนี้ การจะใช้เกณฑ์ใดในการแบ่งกลุ่ม ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของกิจกรรมนั้น ๆ

การกำหนดจำนวนสมาชิกของกลุ่มย่อยทำได้หลายขนาด เช่น กลุ่มขนาด 2-5 คน แต่โดยส่วนใหญ่จะถือว่ากลุ่มที่มีสมาชิกเกิน 5 คน เป็นกลุ่มที่ใหญ่เกินไป ทำให้ต้องใช้เวลาในการแลกเปลี่ยนมาก การใช้กลุ่มขนาด 2 หรือ 3 คน จะช่วยให้ผู้เรียนสามารถแลกเปลี่ยนลงลึกได้มากขึ้น และควรใช้กลุ่มขนาดเล็กในกิจกรรมที่ต้องการการตัดสินใจร่วมกันของกลุ่ม อย่างไรก็ตาม กลุ่มที่มีขนาดใหญ่กว่าอาจมีประโยชน์ในด้านการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และประสบการณ์ที่หลากหลาย หรืออาจช่วยกันระดมความคิด หรือช่วยกันทบทวนบางประเด็นได้ลึกมากขึ้น

ข้อควรคำนึงเกี่ยวกับขนาดของกลุ่มอีกอย่างหนึ่งคือ หากเราต้องการใช้การแบ่งกลุ่มย่อยเพื่อสร้างความคุ้นเคยและไว้วางใจระหว่างผู้เรียน กระบวนการจะต้องกระตุ้นให้ผู้เรียนเลือกจับกลุ่มกับคนที่เขายังไม่ค่อยรู้จักคุ้นเคย หรือยังไม่ได้พูดคุยหรือทำงานร่วมกันมากนัก เพื่อให้แต่ละคนได้เกิดการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ และเป็นการขยายพื้นที่คุ้นเคยของผู้เรียน และช่วยเพิ่มความไว้วางใจและความเป็นชุมชนของกลุ่ม

ในการดำเนินกระบวนการกลุ่มย่อย ให้ผู้เรียนแบ่งกลุ่มให้เสร็จก่อน แล้วกระบวนการจึงค่อยบอกโจทย์ที่จะให้ทำในกลุ่มย่อย โดยการบอกโจทย์ต้องชัดเจน เข้าใจง่าย และให้เวลาผู้เรียนซักถามข้อสงสัยเกี่ยวกับโจทย์นั้นๆ ได้ เพื่อให้ทุกคนเข้าใจโจทย์ก่อนที่จะเริ่มทำงานกลุ่มย่อย ข้อควรปฏิบัติอีกอย่างในการให้โจทย์เพื่อทำงานกลุ่ม คือ กระบวนการไม่ควรให้โจทย์หลายข้อในเวลาเดียวกัน แต่ควรให้โจทย์หรืองานทีละอย่าง แล้วรอจนทุกกลุ่มทำงานตามโจทย์หนึ่งๆ เสร็จแล้วจึงบอกโจทย์ข้อถัดไป การทำเช่นนี้จะช่วยให้กลุ่มสามารถจดจ่อ และกระตือรือร้นกับการทำงาน

ตามโจทย์แต่ละข้อที่ได้รับ โดยไม่พะวงถึงโจทย์ที่ยังไม่ได้ทำ

จากนั้น กระบวนการยังต้องบอกผู้เรียนถึงแนวทางการทำงานร่วมกันในกลุ่มย่อย เช่น ให้ทุกคนใช้อ่านาจารย์รวม โดยการมีโอกาสดแสดงความคิดเห็นในเวลาเท่า ๆ กัน ให้แสดงความคิดเห็นที่ละคน ให้ตั้งใจฟังกันและกัน เป็นต้น และหากจะต้องมีการนำเสนอสิ่งที่พูดคุยในกลุ่มย่อยต่อกันใหญ่ในภายหลัง ก็ให้สมาชิกกลุ่มย่อยแบ่งบทบาทหน้าที่ไว้ตั้งแต่ต้น เช่น กำหนดตัวผู้จัดบันทึกผู้เขียนข้อความที่จะนำเสนอลงบนกระดานปฐพี และผู้ทำหน้าที่นำเสนอ เป็นต้น

และสุดท้าย กระบวนการควรกำหนดและแจ้งให้ชัดว่า กลุ่มย่อยจะมีเวลาทำงานเท่าไร แต่กระบวนการเองก็ควรมีความยืดหยุ่น กรณีที่กลุ่มต้องการเวลามากหรือน้อยกว่าที่กำหนด เพราะกระบวนการต้องไม่ลืมว่า เป้าหมายสำคัญของกิจกรรมคือการสร้างโอกาสในการเรียนรู้สำหรับผู้เรียน ไม่ใช่เพื่อให้กระบวนการทำงานตามหน้าที่ให้เสร็จตามเวลาที่กำหนดเท่านั้น

ข้อเสนอแนะสำหรับกระบวนการ

ระหว่างที่กลุ่มย่อยกำลังทำงานตามโจทย์ที่ให้ไปนั้น กระบวนการควรทำหน้าที่สังเกตความเป็นไปในกลุ่มย่อยอยู่ห่าง ๆ และพยายามสังเกตให้ทั่วถึงทุกกลุ่ม เพราะปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนในระหว่างการทำงานกลุ่มย่อยนี้ จะเป็นข้อมูลสำหรับกระบวนการที่จะใช้ประเมินว่า ควรเน้นการเรียนรู้เรื่องอะไรในช่วงที่กลับมาแลกเปลี่ยนในกลุ่มใหญ่ หรือควรปรับเปลี่ยนเนื้อหาและกระบวนการอบรมในช่วงต่อไป ของการอบรมให้เข้ากับความต้องการเรียนรู้ของกลุ่มอย่างไรหรือไม่ โดยมีตัวอย่างของสิ่งที่กระบวนการควรทำ ดังนี้

- สังเกตว่ากลุ่มทำงานตามโจทย์ได้หรือไม่
- สังเกตว่าในแต่ละกลุ่มมีใครครอบงำการแลกเปลี่ยนหรือไม่ เช่น ใช้เวลาพูดมากกว่าคนอื่น พูดแทรกเมื่อคนอื่นกำลังพูด หรือบอกว่าความคิดเห็นตนเองถูกต้องที่สุด เป็นต้น ในกรณีเช่นนี้ บางครั้งกระบวนการอาจแทรกแซงเพื่อหยุดปฏิสัมพันธ์แบบครอบงำนั้น ด้วยการถามคำถามต่อกลุ่ม เช่น ตอนนี้กลุ่มเป็นอย่างไร ทำงานไปถึงไหน ได้มีการผลักดันเปลี่ยนแปลงกันพูด

ทั่วถึงกันหรือไม่ หรืออาจให้ข้อสังเกตต่อการแลกเปลี่ยนของกลุ่มอย่างตรงไปตรงมา เช่น บอกว่ากิจกรรมนี้ต้องการให้ทุกคนได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็น และแม้จะเป็นความเห็นที่ต่างกัน ก็ขอให้พูดและฟังกันโดยไม่ด่วนตัดสินหรือหาข้อสรุป เป็นต้น

- กระตุ้นให้กลุ่มทำงานอย่างกระตือรือร้น โดยอาจพูดย้ำสั้น ๆ ว่ากิจกรรมนี้สำคัญอย่างไร หรือจะช่วยให้เราเรียนรู้เรื่องอะไร
- ตรวจสอบดูว่ากลุ่มต้องการเวลาเพิ่มเติม หรือทำงานเสร็จก่อนเวลาที่กำหนดหรือไม่ หากบางกลุ่มต้องการเวลาเพิ่มเติม กระบวนการต้องถามความต้องการ และต่อรองเพื่อความเหมาะสมกับความต้องการของผู้เรียนส่วนใหญ่
- หากมีบางกลุ่มทำงานเสร็จก่อนเวลา กระบวนการควรช่วยตรวจสอบดูว่าพวกเขาทำงานครบถ้วนตามที่กำหนดไว้หรือไม่ เพราะบางกลุ่มอาจมุ่งทำงานตามโจทย์ที่ได้รับให้เสร็จโดยเร็ว แต่หลงลืมวัตถุประสงค์เรื่องการเรียนรู้ร่วมกันซึ่งเป็นหัวใจของกิจกรรม หากพบเจอสถานการณ์เช่นนี้ กระบวนการอาจช่วยตั้งคำถามกับกลุ่มนั้น ๆ เพื่อให้กลุ่มได้แลกเปลี่ยน คิดทบทวนและเรียนรู้เพิ่มเติมในเวลาที่เหลืออยู่
- เมื่อทุกกลุ่มทำงานตามโจทย์เสร็จแล้ว ให้ทุกคนกลับมารวมเป็นวงใหญ่แล้วนำเสนอ หากมีเวลาจำกัด กระบวนการสามารถขอฟังคำตอบสองสามข้อจากแต่ละกลุ่ม แล้วเขียนสรุป รวมลงบนกระดาน โดยไม่ต้องให้ผู้เรียนพูดซ้ำ ๆ จนครบทุกคนก็ได้

The most powerful agent of growth and transformation is something much more basic than any technique: a change of heart.

John Welwood

ตัวนำการเติบโตและการเปลี่ยนแปลงที่ทรงพลังที่สุดนั้น คือสิ่งที่เป็นพื้นฐานยิ่งกว่าเทคนิคใดๆ มันคือการเปลี่ยนแปลงที่หัวใจ

จอห์น เวลวูด



บทที่ห้า

กิจกรรมที่ใช้ในการเรียนรู้

กิจกรรมเรื่องอำนาจ

วัตถุประสงค์: เป็นกิจกรรมผ่านประสบการณ์ เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจประเด็นเรื่องอำนาจ วิธีการใช้อำนาจ และความสัมพันธ์ระหว่างอำนาจกับการเปลี่ยนแปลงตนเองและสังคม

วัสดุอุปกรณ์: คำอธิบายเรื่องประเภทของอำนาจ ที่เขียนไว้ล่วงหน้าบนกระดาษปฐพี กระดานหรือกระดาษปฐพีสำหรับเขียนคำตอบที่ได้จากกลุ่ม ปากกาเขียนกระดาน

ระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรม: ประมาณ 3 ชั่วโมง

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม

- ให้ผู้เรียนช่วยกันระดมสมองเรื่องแหล่งที่มาของอำนาจ โดยตั้งคำถามว่า มีปัจจัยอะไรบ้างทำให้บุคคล กลุ่มบุคคล องค์กร หรือสถาบันหนึ่งๆ มีอำนาจหรือรักษาอำนาจไว้ได้ ให้ระดมคำตอบจากผู้เรียน จนได้คำตอบที่ครอบคลุมพอสมควร โดยให้แน่ใจว่ามีประเด็นเรื่องเพศภาวะและเพศวิถีอยู่ในคำตอบด้วย เพราะคนส่วนใหญ่มักมองไม่เห็นว่ ปัจจัยเหล่านี้เป็นแหล่งอำนาจที่สำคัญ
- กระบวนการอธิบายเพิ่มเติมว่า แหล่งอำนาจเป็นเรื่องสำคัญ ยิ่งบุคคล กลุ่มบุคคล องค์กร หรือสถาบันมีแหล่งอำนาจมากเท่าใด พวกเขาก็จะยังมีโอกาสทางสังคมและเศรษฐกิจ และ

มีอำนาจและสิทธิพิเศษในสังคมมากขึ้นเท่านั้น เช่น ผู้ชายรักต่างเพศ จบการศึกษาสูง มาจากครอบครัวที่มีฐานะดี และมีตำแหน่งหน้าที่การงานดี ก็มักจะมีอำนาจและโอกาสในชีวิตมากกว่าคนอื่น ไม่ว่าเขาจะไปอยู่ในสังคมใดก็ตาม ในทางตรงกันข้าม ผู้หญิงหม้ายชาวเขา ที่มีการศึกษาน้อยและยากจน จะแทบไม่มีโอกาสเข้าถึงอำนาจ ทรัพยากร และสิทธิพิเศษใดๆ ในสังคมเลย และยิ่งอาจถูกเอารัดเอาเปรียบ และกดขี่จากกลุ่มหรือสถาบันต่างๆ ในสังคมได้ง่าย เมื่ออธิบายเสร็จแล้ว ให้เปิดโอกาสให้ผู้เรียนซักถาม เพื่อให้ทุกคนเข้าใจชัดเจน

- ให้ผู้เรียนจับคู่ ลูกขึ้นยืน แล้วให้ตกลงกันเองว่าใครจะเป็น “ก” ใครจะเป็น “ข” กระบวนการนี้กับผู้เรียนว่ากิจกรรมที่จะทำต่อไปนี้เป็นเรื่องสำคัญ เพราะจะเป็นการทำความเข้าใจเรื่องอำนาจ ขอให้ทุกคนทำกิจกรรมด้วยความเจียม และสังเกต และรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของตนเองที่เกิดขึ้นระหว่างทำกิจกรรม
- จากนั้นกระบวนการบอกให้คนที่ เป็น ก นั่งลงกับพื้น ให้ ข ยืน ให้ทั้งสองคนเผชิญหน้ากัน และอยู่ในท่านี้สักครู่หนึ่ง จากนั้นถาม ก ว่า จากสภาพที่เป็นคนนั่ง ก มีความรู้สึกอย่างไรบ้าง (คนส่วนใหญ่คนจะตอบว่า รู้สึกต่ำต้อย อึดอัด ตัวเล็ก กลัว ไม่พอใจ เป็นต้น) ให้เน้นย้ำให้ผู้เรียนตอบเฉพาะเรื่องความรู้สึกของตนเอง ไม่ใช่แนะนำข้อวิเคราะห์ทางสังคม หรือพูดแทนคนอื่น พยายามกระตุ้นให้ทุกคนตอบคำถาม ระหว่างนี้กระบวนการเขียนความรู้สึกของ ก ไว้บนกระดาน
- จากนั้นถามคนที่ เป็น ข ว่า รู้สึกอย่างไรกับสภาพที่เป็นคนยืน (คนส่วนใหญ่จะตอบว่า รู้สึกสูงหรือเหนือกว่าคนนั่ง สบาย ภูมิใจ รู้สึกมีอำนาจ รู้สึกว่ามีอิสระ อยากทำอะไรก็ได้ สามารถควบคุมได้ หรือบางคนอาจตอบว่าสงสารคนนั่ง เป็นต้น) กระบวนการเขียนคำตอบที่เป็นความรู้สึกของ ข ไว้บนกระดาน
- รอบต่อมา ให้ ก และ ข สลับบทบาทกัน คนที่ยืนอยู่นั่งลง และคนที่นั่งให้ลุกขึ้นยืน โดยเผชิญหน้ากันเหมือนเดิม อยู่ในท่านี้ครู่หนึ่ง จากนั้นให้ถามคนนั่งก่อนว่ารู้สึกอย่างไรบ้าง เขียนคำตอบของคนนั่งเพิ่มในรายการคำตอบจากรอบที่แล้ว จากนั้นถามคนยืนว่ารู้สึก

อย่างไร เขียนคำตอบของคนอื่นเพิ่มในรายการคำตอบที่มีอยู่แล้วเช่นเดียวกัน

- ในรอบถัดมา ให้แต่ละคู่ตกลงกันเองว่า จะเลือกยืนหรือนั่งด้วยกันตามที่ทั้งสองคนคิดว่า จะทำให้ตนเองรู้สึกดีขึ้น (แต่ละคู่จะยืนหรือนั่งลงด้วยกันก็ได้ ซึ่งส่วนใหญ่ผู้เรียนเลือกที่จะนั่งด้วยกัน) จากนั้นให้ถามความรู้สึกของทุกคนว่า รู้สึกอย่างไรบ้างเมื่อได้นั่งเสมอกัน เขียนคำตอบที่เป็นความรู้สึกต่าง ๆ ไว้บนกระดาน (คนส่วนใหญ่จะตอบว่ารู้สึกสบายใจ รู้สึกถึงความเป็นมิตร รู้สึกใกล้ชิดกัน เท่าเทียม เสมอภาค เป็นต้น)
- ให้กระบวนกรติดกระดาษปรีฟที่เขียนคำอธิบายของวิธีการใช้อำนาจบนกระดาน (ดูเนื้อหาเรื่องอำนาจ 3 ประเภทได้ในบทที่หนึ่ง) จากนั้นกระบวนกรอธิบายความหมายของอำนาจแบบที่หนึ่ง คือการใช้อำนาจเหนือกว่า โดยโยนให้เห็นว่าเมื่อใดที่มีการใช้อำนาจแบบเหนือกว่า คนที่ใช้อำนาจจะรู้สึกเหมือนคนยืน และคนที่ถูกใช้อำนาจจะรู้สึกเหมือนคนนั่ง
- จากนั้นกระบวนกรให้ผู้เรียนแบ่งปันประสบการณ์ที่พวกเขาเคยเป็นคนที่ถูกทำให้นั่ง หรือถูกใช้อำนาจเหนือกว่าในระดับครอบครัว องค์กรหรือชุมชน หรือระดับรัฐบาลกับประชาชน หลังจากมีผู้เล่าประสบการณ์ 3-4 เรื่องที่แตกต่างกันแล้ว กระบวนกรจะเชื้อเชิญให้ผู้เรียนแบ่งปันประสบการณ์ในชีวิตที่ตนเองใช้แหล่งอำนาจทำให้คนอื่น ๆ ต้องนั่ง คือ ประสบการณ์ที่เราใช้อำนาจเหนือกว่ากับคนที่มีแหล่งอำนาจน้อยกว่าเรา ซึ่งในหัวข้อนี้ หลายคนมักไม่อยากจะเล่า เพราะเป็นเรื่องไม่ดีของตนเอง หากเกิดสถานการณ์เช่นนี้ กระบวนกรสามารถเล่าประสบการณ์ของตัวเองก่อน และย้ำว่าการใช้อำนาจเหนือกว่าเกิดขึ้นได้กับทุกคนที่ถูกหล่อหลอมมาในวัฒนธรรมอำนาจนิยม
- จากนั้นกระบวนกรถามต่อไปว่า มีสถานการณ์ใดบ้างที่เราจำเป็นต้องใช้อำนาจเหนือกว่า (คำตอบที่เรามักได้ยิน คือ เมื่อเกิดเหตุการณ์ฉุกเฉิน เมื่อต้องดูแลเด็กเล็กหรือวัยรุ่นที่ยังไม่มีวุฒิภาวะเพียงพอ ซึ่งการตัดสินใจของพวกเขางานเรื่อง อาจจะนำไปสู่อันตรายที่ตัวเองคาดการณ์ไม่ถึง เพราะขาดประสบการณ์ชีวิตและข้อมูล การใช้อำนาจเหนือกว่าของผู้ใหญ่ จึงมีเจตนาเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดประสบการณ์อันตรายหรือตกอยู่ในภาวะเสี่ยง

หรือในกรณีของการทำงาน ที่ผู้นำองค์กรต้องนำการตัดสินใจ เพราะเพื่อนร่วมงานยังขาดประสบการณ์ในการทำงานบางเรื่อง เป็นต้น) กระบวนการเน้นย้ำว่า สิ่งสำคัญที่สุดที่ต้องคำนึงถึงในการใช้อำนาจเหนือกว่าในสถานการณ์ที่จำเป็น คือ การใช้อำนาจนั้นต้องเป็นไปเพื่อประโยชน์ของบุคคล หรือกลุ่มคนที่มีแหล่งอำนาจน้อยกว่า มิใช่เพื่อเพิ่มอำนาจและผลประโยชน์ให้กับผู้ที่มีแหล่งอำนาจมากอยู่แล้ว

- กระบวนการอธิบายความหมายของอำนาจประเภทที่สอง คืออำนาจร่วม จากนั้นเชื้อเชิญให้ผู้เรียนเล่าตัวอย่างประสบการณ์ของความสัมพันธ์แบบนั้นด้วยกัน คือเรื่องการใช้อำนาจร่วมที่เขาพบเจอ หรือได้ปฏิบัติมาในชีวิตของตนเองในหลากหลายบริบท
- จากนั้น กระบวนการอธิบายความหมายของอำนาจอีกประเภทหนึ่ง ที่เรียกว่าอำนาจภายใน แล้วกระตุ้นให้ผู้เรียนยกตัวอย่างอำนาจภายในที่พวกเขามี และนำมาใช้ในการแก้ปัญหาชีวิต
- จากนั้นให้ถามความเห็นของผู้เรียนว่า อำนาจประเภทใดที่ส่งเสริมสันติภาพและความยุติธรรม อำนาจประเภทใดที่สร้างความทุกข์และปัญหา อำนาจทั้งสามประเภทมีความเชื่อมโยงสัมพันธ์กันอย่างไรบ้าง
- เมื่อสังเกตว่าทุกคนเข้าใจชัดเจนแล้ว ให้ผู้เรียนคิดถึงประสบการณ์ การไม่สยบยอมต่อการถูกใช้อำนาจเหนือกว่าในชีวิตจริงของแต่ละคน เพื่อรวบรวมปัญหาที่แสดงถึงวิธีการแก้ไขปัญหา หรือการสร้าง ความยุติธรรม โดยให้แต่ละคนนึกถึงเหตุการณ์ที่ตนเองเคยถูกใช้อำนาจเหนือกว่า ให้เล่าว่าเป็นเหตุการณ์อะไร เกิดขึ้นเมื่อไร มีใครเกี่ยวข้องในเหตุการณ์นั้นบ้าง และตัวผู้เรียนเองรู้สึกอย่างไรในสถานการณ์นั้น และใช้วิธีการหรือแหล่งอำนาจใดที่ช่วยให้ตนเองไม่สยบยอมกับการถูกใช้อำนาจเหนือกว่านั้น และผลเป็นอย่างไร และในการทบทวนประสบการณ์ของตนเองในเรื่องนี้ ทำให้เขาได้บทเรียนและเกิดปัญญาอย่างไรบ้าง ให้เวลาแต่ละคนค้นหาและทบทวนประสบการณ์นี้ด้วยความเงียบประมาณ 5 นาที
- จากนั้นให้ผู้เรียนจับคู่กับคนที่ตนเองอยากแบ่งปันประสบการณ์สำคัญนี้ให้ฟัง เมื่อได้

คู่ครบแล้ว ให้แต่ละคู่เลือกว่าจะให้ใครเป็นผู้เล่าเรื่องก่อน แต่ก่อนที่จะเริ่มการเล่าเรื่อง ให้กระบวนการทบทวนแนวทางการฟังอย่างลึกซึ้ง และย้ำเตือนผู้เล่า ให้เล่าเรื่องราวของตนด้วยความรู้สึกที่แท้จริงจากหัวใจ และเน้นเฉพาะสาระสำคัญของเรื่อง กิจกรรมนี้ควรใช้เวลาแต่ละคนเล่าเรื่องคนละประมาณ 10-15 นาที โดยกระบวนการใช้เสียงระฆังเป็นสัญญาณบอกการเริ่มต้นและหมดเวลาในแต่ละรอบ เฉพาะในช่วงจบ ให้กระบวนการส่งสัญญาณเตือนสองสามนาที ก่อนที่เวลาที่กำหนดให้จะหมดลง เพื่อให้ผู้เรียนสามารถขมวดเรื่องเล่าให้จบได้พอดี

- เมื่อจบการแบ่งปันประสบการณ์ในรอบแรกแล้ว กระบวนการบอกให้ผู้ร่วมอบรมสลับหน้าที่ให้ผู้ฟังในรอบแรกเป็นฝ่ายเล่า และผู้ที่เล่าในรอบแรกเป็นฝ่ายฟัง แต่ก่อนที่จะเริ่มการเล่าเรื่อง กระบวนการเชื้อเชิญให้ผู้เรียนสงบนิ่งในความเงียบ ในระหว่างนี้กระบวนการเตือนให้ผู้เล่าเรื่องในรอบแรกปล่อยวางเรื่องที่ตนเพิ่งเล่า และให้ผู้ฟังจะวางเรื่องที่เพิ่งได้ฟังมา โดยการรับรู้ลมหายใจลึก 2-3 รอบ พร้อมกับการผ่อนคลายร่างกาย เพื่อจะได้ทำกิจกรรมในรอบต่อไปด้วยความมีสติเต็มที่ จากนั้นกระบวนการให้สัญญาณระฆังเริ่มต้น และหมดเวลาการแลกเปลี่ยนเช่นเดียวกับรอบแรก
- เมื่อผู้เรียนทั้งคู่แลกเปลี่ยนจบแล้ว ให้ทุกคนกลับมาในวงใหญ่ กระบวนการถามความรู้สึกและสิ่งที่ผู้เรียนได้เรียนรู้จากกิจกรรมนี้
- กิจกรรมสุดท้ายในเรื่องอำนาจ คือ การรำลึกถึงอำนาจภายในที่ผู้เรียนมีอยู่แล้วในตนเอง และระบุถึงอำนาจภายในอื่นๆ ที่พวกเขาต้องการพัฒนาเพิ่มขึ้น ให้เวลาผู้เรียนแต่ละคนคิดทบทวนเรื่องนี้ในความเงียบประมาณ 5 นาที จากนั้นให้จับกลุ่มย่อย 3 หรือ 4 คน ผลัดกันเล่าประสบการณ์ของตนเองทีละคน ขณะที่คนอื่นๆ ในกลุ่มผู้ฟังฝึกการฟังอย่างมีสติ

ข้อเสนอแนะสำหรับกระบวนการ

- ไม่ควรทำกิจกรรมนี้ในวันแรกของการอบรม แต่ควรทำในวันที่สอง เพราะการทำกิจกรรมนี้ต้องอาศัยความรู้สึกคุ้นเคย และไว้วางใจกันระหว่างผู้เรียนพอสมควร อย่างไรก็ตาม ในการออกแบบเนื้อหาการอบรม ควรวางกิจกรรมนี้ไว้เป็นหัวข้อแรก ๆ เพราะประเด็นเรื่องอำนาจเป็นพื้นฐานที่จะทำให้ผู้เรียนเข้าใจเรื่องความไม่ยุติธรรมในรูปแบบต่างๆ เช่น เรื่องเพศภาวะ เพศวิถี ชนชั้น และการกดขี่หรือความรุนแรงเชิงโครงสร้าง และจะทำให้ผู้เรียนเข้าใจถึงจิตใจของผู้ที่ถูกกระทำรุนแรงหรือถูกกดขี่ และตระหนักถึงการใช้อำนาจร่วมในการทำงานเพื่อเปลี่ยนแปลงความไม่ยุติธรรม
- กิจกรรมนี้เป็นกระบวนการที่ค่อนข้างหนักและใช้เวลามาก เพราะเป็นการทำงานเพื่อเปลี่ยนกระบวนทัศน์หลักเกี่ยวกับเรื่องความไม่ยุติธรรมหรือความรุนแรงเชิงโครงสร้าง กิจกรรมนี้ยังอาจทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกทางลบต่อเหตุการณ์ที่เคยถูกใช้อำนาจในอดีต ขณะเดียวกัน ผู้เรียนแต่ละคนจะได้ทำงานกับความรู้สึกภายใน ว่าตนเองเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับการใช้อำนาจและการถูกใช้อำนาจอย่างไร ดังนั้น ผู้เรียนจะต้องใช้ความคิดและความรู้สึกมาก จึงควรจัดกิจกรรมนี้ไว้ในช่วงเช้า และกำหนดเวลาประมาณครึ่งวันเพื่อการทำกิจกรรมเรื่องอำนาจนี้โดยเฉพาะ

กิจกรรมเรื่องความเป็นเพศหรือเพศภาวะ

วัตถุประสงค์: เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจเรื่องความเป็นเพศว่าเกิดขึ้นได้อย่างไร และส่งผลอย่างไรต่อชีวิตของตนเองและสังคม และเราจะหาวิธีการที่จะเปลี่ยนแปลงระบบความคิดความเชื่ออย่างไร

วัสดุอุปกรณ์: กระดานหรือกระดานปูรีฟ

ระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรม: ประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม:

1. ให้ผู้เรียนจับคู่ แล้วให้แต่ละคู่ร่วมกันระดมความคิดเห็นเพื่อตอบโจทย์ที่กระบวนกรเขียนไว้บนบนกระดานว่า “สังคมไทยกำหนดภาพลักษณ์ บทบาทหน้าที่ ความคาดหวัง และระบบความเชื่อต่าง ๆ เกี่ยวกับผู้หญิงและผู้ชาย และเกี่ยวกับร่างกายของผู้หญิงและผู้ชายไว้อย่างไร” หากจำเป็น กระบวนกรอาจยกตัวอย่างประกอบด้วยก็ได้ ให้เวลาสำหรับการระดมความคิดเห็นประมาณ 10 นาที
2. ระหว่างนี้ให้กระบวนกรวาดกรอบสี่เหลี่ยมขนาดใหญ่ 2 กรอบ ไว้ในแต่ละข้างของกระดานที่ด้านบนของกรอบหนึ่งให้เขียนคำว่า “ผู้หญิง” และด้านบนของอีกกรอบหนึ่งเขียนคำว่า “ผู้ชาย” เพื่อเตรียมเขียนคำตอบที่จะได้จากการระดมความคิด
3. เมื่อหมดเวลาระดมความคิดแล้ว ให้ผู้เรียนแต่ละคู่แบ่งปันสิ่งที่คุยกันเพื่อตอบโจทย์ที่ตั้งไว้ โดยขอฟังคำตอบสำหรับ “ผู้หญิง” ก่อน แล้วเขียนคำตอบที่ได้ลงในกรอบสี่เหลี่ยมฝั่งผู้หญิงที่เตรียมไว้ จากนั้นขอฟังคำตอบสำหรับ “ผู้ชาย” แล้วเขียนคำตอบลงในกรอบสี่เหลี่ยมฝั่งผู้ชายที่เตรียมไว้เช่นกัน
4. จากนั้นกระบวนกรถามผู้เรียนทั้งกลุ่มใหญ่ว่า พวกเขารับรู้หรือเรียนรู้ความคิดความเชื่อเกี่ยวกับความเป็นผู้หญิงและความเป็นผู้ชายเหล่านั้นมาจากแหล่งใด ความคิดความเชื่อเช่นนี้ได้รับการสั่งสอน หล่อหลอม หรือถ่ายทอดผ่านสถาบันใดบ้างในสังคม แล้วเขียนคำตอบไว้บนกระดาน

5. กระบวนการถามผู้เรียนว่า หากเด็กผู้หญิงได้รับการถ่ายทอดและปลูกฝังให้ถือตามความคิดความเชื่อเหล่านี้ ตั้งแต่วัยเด็กจนโตเป็นผู้ใหญ่ การปลูกฝังเช่นนี้จะส่งผลอย่างไรต่อคนๆ นั้นเมื่อเขาโตเป็นผู้ใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นในแง่นิสัยใจคอ ศักยภาพ ความไม่ฝืนในชีวิต และสิ่งที่เขาจะให้คุณค่าและเห็นความสำคัญ ให้กระบวนการเขียนรายการคำตอบไว้บนกระดาน เสร็จแล้วให้ถามต่อไปว่า หากประชากรผู้หญิงซึ่งเป็นประชากรครึ่งหนึ่งของประเทศ มีลักษณะดังเช่นผู้หญิงที่ยกตัวอย่างมา ผู้หญิงจะสามารถมีบทบาท ตำแหน่งหน้าที่ ความรับผิดชอบ หรือมีพื้นที่ทางสังคมไปในลักษณะใด เขียนรายการคำตอบไว้บนกระดาน
6. เมื่อเสร็จจากการถามเกี่ยวกับผู้หญิงแล้ว ให้ถามคำถามชุดเดียวกันเกี่ยวกับผู้ชาย คือให้ถามว่าหากเด็กผู้ชายได้รับการถ่ายทอดและปลูกฝังให้ถือตามความคิดความเชื่อที่สังคมกำหนดให้ ตั้งแต่วัยเด็กจนโตเป็นผู้ใหญ่ เขาจะโตขึ้นมาเป็นคนอย่างไร แล้วสังคมจะกำหนดให้ผู้ชายสามารถมีบทบาท ตำแหน่งหน้าที่ ความรับผิดชอบ หรือมีพื้นที่ทางสังคมไปในลักษณะใด เขียนรายการคำตอบไว้บนกระดานเช่นกัน
7. จากนั้นถามผู้เรียนว่า ในสังคมที่ประชากรหญิงและประชากรชายถูกหล่อหลอม และปลูกฝังให้มีลักษณะดังเช่นที่กลุ่มอภิปรายกันมา สังคมนั้นจะมีสภาพเช่นไร หรือการหล่อหลอมความเป็นหญิงเป็นชายเช่นที่กล่าวมา จะส่งผลหรือจะสร้างปัญหาอย่างไรต่อสังคม คำตอบของผู้เรียนจะช่วยให้พวกเขาเห็นความเชื่อมโยงระหว่างความเป็นเพศ ความไม่เท่าเทียมทางเพศ และลักษณะของสังคมแบบชายเป็นใหญ่
8. โจทย์ต่อไป ให้ผู้เรียนทบทวนดูว่า ในชีวิตของเขาๆ ได้ถูกหล่อหลอมความเป็นเพศมาอย่างไร จากสถาบันใดบ้าง และการหล่อหลอมความเป็นเพศนั้นๆ ส่งผลทางลบและบวกต่อชีวิตของเขาอย่างไรบ้าง และในปัจจุบัน เขาเห็นปรากฏการณ์ที่สะท้อนความคิดความเชื่อเรื่องความเป็นเพศ ตามที่ได้รับการปลูกฝังมาน้อย่างไรบ้างในสังคมไทย การพูดคุยอภิปรายเรื่องนี้ จะนำไปสู่การอธิบายความหมายเรื่องกระบวนการหล่อหลอมทางสังคม (socialization) และผลของการถูกหล่อหลอมที่นำไปสู่การเชื่อฝังหัว (internalization) ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของคนและสังคมในเรื่องเพศภาวะ

9. หลังจากนั้น ให้ผู้เรียนพิจารณาว่าชีวิตเขาในตอนนี มีอะไรที่เป็นความเชื่อฝังหัวในเรื่องความเป็นเพศหญิงเพศชาย ที่ส่งผลต่อชีวิตเขา หรือเขาได้ถ่ายทอดต่อไปถึงคนอื่น ๆ และหากเห็นว่าการเชื่อฝังหัวนี้ส่งผลทางลบ เขาต้องการจะทำหาย และเปลี่ยนแปลงความคิดความเชื่อที่ฝังหัวนี้เหล่านั้นอย่างไรบ้าง จากนั้นให้ผู้เรียนจับคู่ 2 คน แล้วให้แต่ละคนแบ่งปันประสบการณ์เรื่องนี้

ข้อแนะนำสำหรับกระบวนการ

- จากประสบการณ์ของผู้เขียน กิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่ดีที่จะช่วยให้ผู้เรียนเข้าใจเรื่องกรอบความเป็นเพศจากประสบการณ์ชีวิตของตนเอง เริ่มจากระดับส่วนตัวไปจนถึงระดับสังคม และจะสามารถเชื่อมโยงการหล่อหลอมและการเชื่อฝังหัวในเรื่องความเป็นเพศนี้ เข้ากับประเด็นเรื่องความไม่เป็นธรรมทางเพศและระบบวัฒนธรรมชายเป็นใหญ่ได้ชัดเจนขึ้น
- จากประสบการณ์ในการจัดอบรมเรื่องนี้ทั้งกับผู้หญิงและผู้ชาย พบว่า คำตอบจากผู้เรียนเรื่องกรอบความเป็นผู้หญิง มักรวมถึงลักษณะต่าง ๆ ได้แก่ สุภาพ อ่อนโยน อ่อนหวาน เป็นผู้ตามที่ดี เป็นผู้ฟังที่ดี ฟังฟังผู้อื่น โลเล ไร้ใจไม่ได้ อ่อนแอ เป็นเมียที่ดี เป็นแม่ที่ดี รักสวยรักงาม อัจฉริยญา และชอบซุบซิบนินทา เป็นต้น ส่วนคำตอบเรื่องกรอบความเป็นผู้ชายมักรวมถึงลักษณะต่าง ๆ ได้แก่ เป็นผู้นำ กล้าหาญ เสียสละ มีเกียรติ นำเชื่อถือ เป็นผู้ปกป้องคุ้มครอง และเป็นคนที่มีความมั่นใจ เป็นต้น ดังนั้นจึงเป็นเรื่องสำคัญที่กระบวนการจะต้องนำกระบวนการ ที่จะทำให้ผู้เรียนเห็นความเชื่อมโยงระหว่างความเป็นเพศหญิงและเพศชายกับระบบสังคมแบบชายเป็นใหญ่ และวัฒนธรรมแบบครอบงำ ที่เรากล่าวไว้แล้วในบทที่หนึ่ง
- กระบวนการต้องย้ำกับผู้เรียนว่า กรอบความเป็นเพศที่ว่ามันไม่ใช่สิ่งที่ เป็นธรรมชาติ แต่เป็นสิ่งที่สังคมมนุษย์สร้างขึ้น ผ่านกระบวนการกล่อมเกลาของสถาบันทางสังคมต่าง ๆ จนทำให้คนเชื่อว่ากรอบเหล่านี้เป็นเรื่องธรรมชาติ เป็นความปกติ หรือเป็นวัฒนธรรมประเพณีที่ต้องรักษาไว้ และกรอบที่สังคมสังคมสร้างขึ้นนี้เอง ที่เป็นสาเหตุนำไปสู่ความไม่เป็นธรรมทางเพศและความรุนแรงทางเพศในรูปแบบต่างๆ แต่เมื่อความเป็นเพศไม่ใช่

ภาวะธรรมชาติ เราจึงย่อมสามารถเปลี่ยนแปลงมันได้ หากเราเห็นว่ามันได้ปิดกั้นโอกาสการพัฒนาไปสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมดุล และได้สร้างผลเสียแก่สังคมในรูปของความไม่เป็นธรรมและความรุนแรง

- กระบวนการต้องช่วยให้ผู้เรียนเห็นว่า ปัญหาเรื่องวัฒนธรรมความเป็นเพศไม่ใช่ปัญหาหรือประเด็นของผู้หญิงเท่านั้น เพราะการมองว่าปัญหานี้เป็นปัญหาเฉพาะของผู้หญิง เป็นการมองแบบคับแคบและแยกส่วน การที่ผู้ชายบางคน บางกลุ่ม แม้ในหมู่นักกิจกรรมสังคมด้วยกันเอง ไม่ได้เห็นความสำคัญ หรืออาจถึงขั้นต่อต้านการทำงานเพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลง และเพื่อสร้างคามยุติธรรมทางเพศ ซึ่งท่าทีเช่นนี้อาจเป็นผลมาจากความกลัวว่าเขาจะต้องถูกตำหนิ หรือถูกทำทนายอำนาจและอภิสิทธิ์ที่ตนเองได้รับในสังคมแบบชายเป็นใหญ่
- ดังนั้น โจทย์ที่สำคัญข้อหนึ่งของผู้ที่ต้องการผลักดันเรื่องความยุติธรรมทางเพศ คือ ทำอย่างไรที่จะทำให้ผู้ชายสามารถเรียนรู้และทำความเข้าใจกับประเด็นเหล่านี้ได้ โดยไม่รู้สึกว่าตนเองกำลังตกเป็นเป้าของการโจมตีในระดับบุคคล และช่วยให้เขาก้าวพ้นไปจากความรู้สึกผิด ว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มคนที่ได้ประโยชน์จากระบบเพศที่เป็นอยู่ในสังคม และทำให้ผู้ชายเห็นว่าการทำงานเรื่องความเท่าเทียมทางเพศนั้น ไม่ใช่เป็นงานของผู้หญิงเท่านั้น แต่เป็นเรื่องที่ผู้ชายต้องเข้ามามีส่วนร่วมสร้างการเปลี่ยนแปลง และคำตอบของโจทย์ที่ว่านี้ ส่วนหนึ่งอยู่ที่ความสามารถในการชี้ให้ผู้เรียนทั้งผู้หญิงและผู้ชายเห็นว่า ความไม่เป็นธรรมทางเพศเป็นปัญหาเชิงระบบหรือปัญหาเชิงโครงสร้าง ไม่ใช่เรื่องของปัจเจกหรือนิสัยส่วนตัว ถึงแม้ว่าผู้ชายมักจะได้รับประโยชน์จากวัฒนธรรมความเป็นเพศที่ดำรงอยู่ในสังคมเช่นนี้ แต่ถึงที่สุดแล้ว สังคมที่มีความเป็นธรรมจะทำให้คนทุกคนมีความสุข ปลอดภัย เป็นอิสระ และสามารถพัฒนาคุณสมบัติด้านบวกของความเป็นมนุษย์ได้อย่างเต็มที่ อันจะนำมาซึ่งสังคมที่เป็นสุขสำหรับคนทุกเพศทุกกลุ่ม
- หากมีเวลา กระบวนการสามารถฉายภาพยนตร์เพื่อเพิ่มความเข้าใจเรื่องเพศภาวะแก่ผู้เรียน เช่น ภาพยนตร์ไทยเรื่อง อำแดงเหมือนกับนายริด หรือภาพยนตร์เรื่อง The Joy Luck Club

กิจกรรมเรื่องเพศวิถี

วัตถุประสงค์: เพื่อให้ผู้เรียนทำความเข้าใจเรื่องระบบเพศวิถีของสังคมไทย ได้ทบทวนและสะท้อนว่า ระบบเช่นนี้ส่งผลต่อชีวิตทางเพศของตนเองและคนในสังคมอย่างไร รวมถึงการทำทนาย และคิดหาวิธีที่จะรื้อถอนความคิดฝังหัวเรื่องเพศวิถี ที่ส่งผลกระทบต่อชีวิตทางเพศของตนเอง และกลุ่มคนที่ตนเองทำงานด้วย โดยวิธีการตั้งคำถาม แบ่งปันในกลุ่มย่อย และฟังอย่างลึกซึ้ง

วัสดุอุปกรณ์: กระดานหรือกระดานปาร์ฟ ปากกาเขียนกระดาน ภาพยนตร์

ระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรม: 3 ชั่วโมง

ขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม:

1. กระบวนการวาดกรอบสี่เหลี่ยมขนาดใหญ่ 2 กรอบไว้บนกระดาน ที่ด้านบนของกรอบหนึ่งให้เขียนคำว่า “ผู้หญิง” และที่ด้านบนของอีกกรอบหนึ่งเขียนคำว่า “ผู้ชาย” เพื่อใช้สำหรับเขียนคำตอบที่จะได้จากการระดมความคิด
2. กระบวนการอธิบายความหมายของระบบเพศวิถี (ดูแนวการอธิบายเรื่องเพศวิถีในบทที่หนึ่ง) จากนั้นตั้งคำถามกับผู้เรียนว่า สังคมไทยมีข้อกำหนดเรื่องเพศวิถี หรือมีระบบความคิด ความเชื่อ เรื่องความรัก ความสัมพันธ์ และเพศสัมพันธ์ ของผู้หญิงและผู้ชายไว้อย่างไรบ้าง
3. กระบวนการเขียนคำตอบที่ได้จากผู้เรียนลงในกรอบสี่เหลี่ยมที่วาดไว้บนกระดานโดยแยกตามเพศ
4. กระบวนการถามผู้เรียนว่า หากผู้หญิงได้รับการหล่อหลอมให้เชื่อ และทำตามกรอบเพศวิถีดังกล่าว จะส่งผลให้ผู้หญิงมีชีวิตทางเพศเป็นอย่างไร เขียนคำตอบลงบนกระดาน จากนั้นให้ถามถึงผลกระทบที่เกิดกับผู้ชายในลักษณะเดียวกัน เขียนคำตอบลงบนกระดาน
5. จากคำตอบของทั้งสองเพศ ให้กระบวนการถามต่อไปว่า ระบบเพศวิถีในสังคมเช่นนี้จะส่งผลกระทบต่อประชากรผู้หญิงและประชากรผู้ชายและสังคมอย่างไร เราเห็นปัญหาทางเพศอะไรบ้าง ที่เป็นผลของระบบเพศวิถีนี้ เขียนคำตอบลงบนกระดาน

6. จากนั้นให้ผู้เรียนแต่ละคนพิจารณาว่า ตัวเขาเอง (และคู่ในชีวิตของเขา ถ้ามี) ได้รับอิทธิพลจากกรอบเพศวิถีดังกล่าวอย่างไร และกรอบนี้ส่งผลอย่างไรต่อความทุกข์และความสุขทางเพศของเขาในปัจจุบันนี้ เขายังมีความเชื่อฝังหัวอะไรบ้างเกี่ยวกับเพศวิถีที่ทำลายเขา และหากเขาต้องการจะเปลี่ยนแปลงความคิดความเชื่อฝังหัวนั้น เขจะมีวิธีการอย่างไร (ตัวอย่างผลที่เกิดจากความเชื่อฝังหัวเรื่องเพศวิถีที่ดำรงอยู่ในสังคม เช่น ผู้หญิงรู้สึกอายไม่กล้าพูดเรื่องเพศกับสามี ความเชื่อว่าผู้หญิงมีความต้องการทางเพศน้อยกว่าผู้ชาย หรือความรู้สึกกระอักกระอ่วนของพ่อแม่ที่จะต้องพูดคุยเรื่องเพศกับลูก เป็นต้น)
7. เมื่อผู้เรียนทุกคนได้พิจารณาทบทวนประสบการณ์ของตนเอง ตามโจทย์ที่ให้ไปเสร็จแล้ว ให้แต่ละคนจับคู่กับผู้เรียนที่เขารู้สึกสบายใจที่จะแบ่งปันประสบการณ์นี้ ก่อนที่จะเริ่มการแบ่งปันประสบการณ์ให้กระบวนกรย้ำถึงกติกาของการฟังอย่างลึกซึ้ง ไม่ตัดสิน ไม่ตั้งคำถาม หรือให้คำแนะนำ และย้ำให้รักษาความลับของเพื่อนผู้เล่าประสบการณ์ให้แต่ละคนมีเวลาผลัดกันพูดคนละประมาณ 10 นาที เมื่อคนแรกเล่าจบแล้ว สลับให้อีกคนหนึ่งเป็นฝ่ายเล่า กระบวนกรให้เสียงสัญญาณระฆังสำหรับการเริ่มต้นและจบการแบ่งปันในแต่ละรอบ
8. เมื่อแบ่งปันประสบการณ์กันเสร็จแล้ว ให้ผู้เรียนกลับมาในกลุ่มใหญ่ กระบวนกรถามผู้เรียนว่า เขารู้สึกอย่างไรบ้างหลังจากที่ได้เล่าประสบการณ์ชีวิตเรื่องเพศวิถีของตน (ซึ่งสำหรับบางคน นี่อาจเป็นครั้งแรกที่เขาได้มีโอกาสพิจารณาเรื่องเพศของตนเอง และนำมาพูดคุยแบ่งปันกับคนอื่น) ถามว่าเขารู้สึกอย่างไรที่เพื่อนเล่าประสบการณ์ให้ฟัง และแต่ละคนได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรมนี้
9. เราอาจจบกิจกรรมนี้ด้วยการดูหนังเรื่อง Better Than Chocolate ซึ่งเป็นหนังที่ชี้ให้เห็นเพศวิถีในรูปแบบต่างๆ และปัญหาที่เกิดขึ้นกับกลุ่มเพศวิชายกซอบ ซึ่งแม้จะเป็นบริบทของสังคมอเมริกา แต่ก็มีหลายส่วนที่คล้ายคลึงกับสังคมไทย

ข้อเสนอแนะสำหรับกระบวนการ

- เป็นเรื่องสำคัญที่กระบวนการต้องย้าให้ผู้เรียนเข้าใจว่า กิจกรรมนี้คือการทำลายความเจ็บด้วยการพูดเรื่องเพศ ซึ่งเป็นสิ่งที่วัฒนธรรมชายเป็นใหญ่หล่อหลอมไม่ให้ผู้หญิงพูด (หรือหากเป็นผู้ชาย ก็ถูกหล่อหลอมให้พูดเรื่องนี้เพื่อการโอ้อวดหรือแสดงความเป็นชาย แทนที่จะเป็นการแบ่งปันเพื่อเรียนรู้และพัฒนาความเป็นมนุษย์ที่สมดุล) และการทำลายความเจ็บในตัวของมันเอง ก็เป็นการรื้อถอนความเชื่อฝังหัวว่า เรื่องเพศเป็นเรื่องสกปรก หรือหยาบคาย กิจกรรมนี้จึงช่วยให้ผู้เรียนได้ปลดปล่อยตนเองให้มีอิสระจากวัฒนธรรมครอบงำเรื่องเพศของระบบสังคมแบบชายเป็นใหญ่

กิจกรรมเรื่องรสนิยมทางเพศ

กิจกรรมนี้ควรทำหลังจากที่ผู้เรียนมีความเข้าใจเรื่องอำนาจ เพศภาวะและเพศวิถีแล้ว เพราะประเด็นเหล่านี้เชื่อมโยงสัมพันธ์กันอย่างเป็นระบบต่อเนื่อง โดยทั่วไป กระบวนการอาจอธิบายแนวความคิดเหล่านี้ไปในคราวเดียวกัน พร้อมกับการยกตัวอย่างประกอบ แต่บางครั้ง หากเห็นว่ากลุ่มมีความรู้สึกลดตภัยสูง กระบวนการก็อาจเริ่มต้นด้วยคำถามว่า มีใครบ้างที่เคยมีประสบการณ์ชอบหรือรักคนเพศเดียวกันหรือรักสองเพศและพร้อมที่จะเล่าให้เพื่อน ๆ ฟัง หรืออาจเริ่มต้นด้วยการถามคนรักต่างเพศว่า เขารู้ตั้งแต่เมื่อใดว่าเขาเป็นคนรักต่างเพศ และเขาคิดว่าตนเองมีความสุขอย่างไร กับการเป็นคนรักต่างเพศ จากนั้น ก็ถามคำถามเดียวกันนี้กับคนที่รักเพศเดียวกันและคนรักทั้งสองเพศ

หากมีเวลามากพอ เช่นประมาณ 45 นาที เราจะแบ่งพื้นที่ในห้องประชุมเป็น 4 พื้นที่ พื้นที่หนึ่งคือมุมของคนรักต่างเพศ พื้นที่ที่สองเป็นมุมของคนรักเพศเดียวกัน พื้นที่ที่สามเป็นพื้นที่ของคนรักสองเพศ และพื้นที่ที่สี่เป็นพื้นที่สำหรับคนที่ไม่ต้องการระบุรสนิยมทางเพศของตนเอง (พื้นที่นี้สำคัญมาก และต้องกำหนดไว้ในกิจกรรม เพื่อให้คนที่รู้สึกปลอดภัยในการเปิดเผยรสนิยมทางเพศตนเองได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมด้วย) จากนั้นให้แต่ละกลุ่มแบ่งปันประสบการณ์ชีวิตทางเพศตามโจทย์ต่อไปนี้ (หากกลุ่มใดมีคน จำนวนคนมากเกินไป ให้แบ่งกลุ่มย่อยกลุ่มละ 3-4 คน)

- เล่าว่าแต่ละคนเรียนรู้เรื่องเพศครั้งแรกอย่างไร จากแหล่งใด
- เล่าประสบการณ์ความรักครั้งแรก หรือประสบการณ์การมีเพศสัมพันธ์ครั้งแรกของแต่ละคน
- เล่าความสุขและความทุกข์จากการมีเพศวิถีในแบบที่เป็นอยู่

หลังจากที่ทุกกลุ่มแบ่งปันประสบการณ์เสร็จแล้ว ให้ทุกคนกลับมาที่กลุ่มใหญ่ จากนั้นกระบวนการถามว่า ผู้เรียนว่ามีความรู้สึกอย่างไรจากการทำกิจกรรมนี้ หรือมีความรู้สึกอย่างไรกับการแบ่งปันประสบการณ์ชีวิตทางเพศของตนเอง (ซึ่งสำหรับหลายคน นี่อาจครั้งแรกที่เขา

ได้บอกเล่าเรื่องราวชีวิตทางเพศของตนเองกับผู้อื่น) และถามต่อไปว่า ผู้เรียนได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรมนี้ ทั้งในระดับส่วนตัวและสังคม และพวกเขาคิดที่จะนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปรับใช้ในชีวิตของเขาอย่างไร เช่น นำไปปรับใช้กับการทำความเข้าใจเรื่องเพศวิถีกับลูก แฟน หรือเพื่อน หรือเพิ่มความละเอียดอ่อนเรื่องเพศวิถีในงานที่ตนทำอยู่ เป็นต้น

กิจกรรมถ่ายทอดโครงสร้างความรู้ทางเพศ

วัตถุประสงค์: เพื่อแสดงให้เห็นการทำงานร่วมกันของสถาบันทางสังคมต่างๆ ที่ช่วยกันสร้างและดำรงไว้ซึ่งความรู้เชิงโครงสร้างในเรื่องเพศ และเพื่อให้ผู้เรียนเกิดความเข้าใจเรื่องผลกระทบที่เกิดกับผู้หญิงที่ได้รับความรุนแรง และคิดหาวิธีการทำงานที่จะช่วยฟื้นฟูอำนาจของผู้หญิง และให้ความสำคัญกับแนวทางแก้ไขปัญหในระดับโครงสร้าง

ระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรม: ประมาณ 3 ชั่วโมง

วัสดุอุปกรณ์: เชือกฟางหรือเชือกไนลอน ความยาวประมาณ 10-15 เมตร กระดาษเอสี่ สำหรับแจกให้แต่ละกลุ่มๆ ละ 2-3 แผ่นพร้อมปากกา และกระดาษเอสี่ประมาณ 7 แผ่น สำหรับกระบวนการใช้เขียนป้ายชื่อสถาบันสังคมต่างๆ กระดาษขาวสำหรับติดป้าย และปากกาสำหรับเขียนกระดาษ

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม:

- กระบวนกรอธิบายให้ผู้เรียนเข้าใจว่า เราจะทำกิจกรรมเรื่องการกดขี่ผู้หญิงในเชิงโครงสร้าง เพื่อให้เกิดความเข้าใจว่าปัญหาที่เกิดกับผู้หญิง เช่น ปัญหาความรุนแรงในครอบครัว หรือความรุนแรงทางเพศ ไม่ใช่ปัญหาส่วนตัว และชี้ให้ผู้เรียนเห็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาในเชิงระบบ
- กระบวนกรอธิบายความหมายของคำว่า การกดขี่เชิงโครงสร้าง (ตามแนวทางการอธิบายในบทที่หนึ่ง)
- กระบวนกรวาดรูปทรงบนกระดานให้เป็นรูปทรงเหมือนเกาะที่โผล่พ้นน้ำ และมีฐานของเกาะอยู่ใต้น้ำ วาดให้มีขนาดค่อนข้างใหญ่เกือบเต็มกระดาน เพื่อใช้เป็นพื้นที่เขียนข้อความที่จะระดมจากผู้เรียน และอธิบายต่อผู้เรียนว่า จะใช้เกาะนี้เป็นภาพเปรียบเทียบเพื่ออธิบายโครงสร้างความรู้รุนแรงบนฐานเรื่องเพศในสังคม
- ให้ผู้เรียนจับคู่ แล้วระดมความคิดเกี่ยวกับรูปแบบความรู้รุนแรงบนฐานความเป็นเพศที่

ตนเองหรือผู้หญิงในสังคมไทยประสบอยู่ให้เวลาประมาณ 5 นาที จากนั้นให้กลับสู่วงใหญ่ แล้วระดมความคิดที่ได้จากการจับคู่พูดคุยกันต่อวงใหญ่ โดยกระบวนการพยายามกระตุ้นให้ผู้เรียนระบุรูปแบบความรุนแรงให้ได้ครอบคลุมมากที่สุด และเขียนคำตอบเหล่านั้นลงบนพื้นที่ที่เป็นรูปเกาะที่วาดไว้บนกระดาน หากเห็นว่าคำตอบจากผู้เรียนยังไม่ครอบคลุม กระบวนการสามารถเพิ่มเติมรูปแบบความรุนแรงที่เห็นว่ายังขาดอยู่ได้

- จากนั้น ให้ผู้เรียนจับคู่เดิมอีกครั้ง แล้วตอบคำถามว่า มีเหตุปัจจัยหรือสถาบันหรือระบบทางสังคมใดบ้าง ที่ช่วยค้ำจุน ทำให้ความรุนแรงรูปแบบต่างๆ ที่พูดถึงกันมานั้น เกิดขึ้นและดำรงอยู่ หรือขยายตัวมากขึ้น (คำตอบที่มักได้รับ คือ วัฒนธรรมประเพณี สถาบันครอบครัว ศาสนา โดยเฉพาะคำสอน และความเชื่อผิด ๆ เรื่องกรรมหรือบาป สถาบันการศึกษา ระบบเศรษฐกิจที่เน้นบริโภคนิยมและวัตถุนิยม สื่อสารมวลชน ระบบสาธารณสุข กฎหมายและกระบวนการยุติธรรม นโยบายรัฐ ฯลฯ) หากประเด็นที่ผู้เรียนตอบมายังไม่ชัดเจน ให้กระบวนการตั้งคำถามต่อเนื่องได้ หรือกระบวนการอาจแสดงความเห็นเพิ่มเติมเพื่อให้ได้คำตอบที่ครอบคลุมประเด็นทั้งหมด ให้กระบวนการเขียนคำตอบที่เป็นข้อสถาบันทางสังคมเหล่านั้นลงบนกระดาน โดยเขียนไว้ในส่วนที่เป็นฐานของเกาะที่อยู่ใต้น้ำที่วาดไว้
- กระบวนการถามผู้เรียนว่า ความรุนแรงรูปแบบใดที่เกิดขึ้นบ่อยที่สุด คือเป็นความรุนแรงที่เกิดขึ้นได้กับผู้หญิงทุกอัตลักษณ์ (จากประสบการณ์การจัดการอบรมเรื่องนี้มาหลายปี ผู้เขียนพบว่า ส่วนใหญ่แล้วคำตอบที่ได้มักเป็นเรื่องความรุนแรงในครอบครัว เช่น สามีใช้ความรุนแรงกับภรรยา และในบางกลุ่มที่สนใจเรื่องสุขภาวะทางเพศ อาจเลือกประเด็นผู้หญิงท้องไม่พร้อมและต้องเสี่ยงกับการทำแท้งที่ไม่ปลอดภัย หรือหากเป็นเรื่องรสนิยมทางเพศ ก็ให้เป็นเรื่องรูปแบบความรุนแรงต่อคนรักเพศเดียวกันและคนข้ามเพศ เป็นต้น)
- บอกกลุ่มว่า เราจะใช้รูปแบบความรุนแรงที่กลุ่มเลือก (ในที่นี้จะใช้ประเด็นปัญหาความรุนแรงในครอบครัว) เป็นโจทย์ในการทำความเข้าใจปัญหาความรุนแรงบนฐานความเป็นเพศ แล้วขออาสาสมัครจากผู้เรียนสองคน ที่จะมิมบทบาทในกิจกรรมเป็นผู้หญิงที่ต้องเผชิญ

กับความรุนแรงในครอบครัว แล้วให้ผู้เรียนที่เหลือแบ่งเป็นกลุ่มๆ ละ 2 หรือ 3 คน ให้ได้ประมาณ 7 กลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มเลือกเป็นตัวแทนสถาบันหรือระบบต่างๆ ในสังคม ที่เป็นสาเหตุหรือปัจจัยที่ทำให้เกิดการความรุนแรงในครอบครัว หรือทำให้ความรุนแรงรูปแบบนี้ดำรงอยู่หรือขยายตัวยิ่งขึ้น โดยมีสถาบันสำคัญๆ ที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ วัฒนธรรมประเพณี เพื่อนบ้านหรือชุมชน ระบบสาธารณสุข สถาบันตำรวจและระบบยุติธรรม สถาบันครอบครัว สื่อมวลชน และสถาบันศาสนา

- ให้แต่ละกลุ่มคิด เรียบเรียงประเด็นที่สะท้อนถึงทัศนคติ ทิศทางนโยบาย หรือแนวทางการปฏิบัติงานของสถาบันหรือระบบต่างๆ ที่กลุ่มเลือกเป็นตัวแทน ซึ่งเป็นเหตุให้เกิดความรุนแรงในครอบครัว หรือทำให้ความรุนแรงในครอบครัวดำรงอยู่โดยไม่ได้รับการแก้ไข หรือขยายตัวยิ่งขึ้น แล้วเรียบเรียงประเด็นเหล่านั้นเป็นข้อความสั้นๆ เสมือนเป็นเสียงที่สถาบันหรือระบบนั้นๆ มักใช้พูดกับผู้อื่นที่ประสบปัญหาความรุนแรงในครอบครัว หรือใช้แสดงจุดยืนของสถาบันในเรื่องนี้ โดยข้อความดังกล่าว ควรเริ่มต้นด้วยวลีที่ว่า “เราเป็นตัวแทนของสถาบัน... เราเห็นว่าเรื่องความรุนแรงในครอบครัวเป็น... เพราะเราเชื่อว่า...” ต่อด้วยข้อความที่สะท้อนทัศนคติ ฐานความคิดความเชื่อ หรือวิถีคิดเบื้องหลังแนวทาง นโยบาย หรือแนวทางการปฏิบัติงานของสถาบันหรือระบบนั้นๆ ต่อเรื่องนี้
- กระบวนการควรช่วยยกตัวอย่างประเด็นและข้อความ ที่แต่ละกลุ่มจะต้องเรียบเรียงขึ้น เพื่อให้กลุ่มเข้าใจโจทย์ให้ชัดเจน ก่อนที่จะให้ผู้เรียนแยกย้ายกันไปทำงานตามกลุ่ม ตัวอย่างข้อความที่กลุ่มอาจเรียบเรียงขึ้น เช่น สถาบันครอบครัวอาจเขียนข้อความว่า “เราในฐานะตัวแทนสถาบันครอบครัว เราเห็นว่าเรื่องผิดเมียนี้เป็นเรื่องของลึนกับพัน ที่ต้องมีการกระทบกันบ้างเป็นธรรมดา ผู้หญิงควรต้องอดทนและให้อภัยสามี เพื่อครอบครัวจะได้ไม่แตกแยก และลูกจะได้มีพ่อ” หรือ “ลูกผู้หญิงแต่งงานออกเรือนไปแล้ว ควรอดทนให้ถึงที่สุด เพราะการหย่าร้างจะทำให้ครอบครัว พ่อแม่ ต้องอับอายขายหน้า เพราะเราเชื่อว่าการรักษาสถาบันครอบครัวให้สมบูรณ์ เป็นเรื่องสำคัญกว่าความสุขหรือความปลอดภัยของผู้หญิง”

- * หรือตัวอย่างของเพื่อนบ้านหรือชุมชน เช่น “เราในฐานะตัวแทนเพื่อนบ้านและคนในชุมชน เราเห็นว่า เรื่องความรุนแรงในครอบครัวเป็นเรื่องของผิวเมีย คนนอกไม่ควรเข้าไปยุ่งเกี่ยว ผิวเมียดีกกันไม่นานก็คืนดีกันเอง และการที่ผิวตีมือนี่ อาจมีสาเหตุมาจากการที่ฝ่ายหญิงประพฤติตัวไม่ดีหรือบกพร่องในหน้าที่ เป็นเหตุให้ผิวต้องลงไม้ลงมือเพื่ออบรมสั่งสอนบ้างเป็นธรรมดา ผู้หญิงควรหาทางปรับปรุงตัวเองและอดทนให้มาก”
- * หรือตัวอย่างของระบบสาธารณสุข เช่น “เราในฐานะตัวแทนของระบบสาธารณสุข เราเห็นว่า การแก้ไขปัญหาความรุนแรงในครอบครัวไม่ใช่บทบาทหน้าที่ของเรา โรงพยาบาลมีหน้าที่ให้การรักษาอาการบาดเจ็บทางกายของผู้หญิงที่มาที่โรงพยาบาลเท่านั้น เราไม่มีหน้าที่และไม่มีบุคลากรเพียงพอที่จะให้คำปรึกษา หรือสร้างระบบที่จะช่วยให้ผู้หญิงได้รับความปลอดภัยในระยะยาว เราเห็นว่า การแก้ปัญหาความรุนแรงในครอบครัว ที่นอกเหนือจากการรักษาอาการบาดเจ็บทางร่างกายนั้น เป็นหน้าที่ของหน่วยงานอื่น และอยู่นอกเหนือจากความรับผิดชอบของเรา”
- * หรือตัวอย่างของสถาบันศาสนา เช่น “เราในฐานะตัวแทนของสถาบันพุทธศาสนา ตามหลักความเชื่อในทางพุทธศาสนา เราเห็นว่าผู้หญิงที่ถูกสามีทำร้าย เป็นเพราะในชาติก่อนๆ เขาเคยได้ไปทำร้ายผู้เป็นสามีในอดีตชาติ ชาตินี้เขาจึงต้องชดใช้กรรมที่ทำไว้ ดังนั้น ผู้หญิงที่ถูกสามีทำร้าย จึงควรยินยอมรับกรรม ประพฤติตัวให้ดี และหมั่นทำบุญให้มากๆ เพื่อจะได้หมดเวรหมดกรรมกันในชาตินี้” หลังจากยกตัวอย่างเหล่านี้บางส่วนแล้ว ให้กระบวนการถามผู้เรียนว่า มีกลุ่มใดบ้างที่ยังต้องการให้กลุ่มใหญ่หรือทีมกระบวนการช่วยคิดข้อความ เพราะยังไม่แน่ใจคำตอบของตนเอง
- ใช้เวลาแต่ละกลุ่มคิดประเด็นที่สะท้อนทัศนคติ ทิศทางนโยบาย หรือแนวปฏิบัติของสถาบันที่กลุ่มเลือกสัก 2-3 ประเด็น แล้วเขียนเรียบเรียงข้อความที่จะเป็นเสียงของสถาบันนั้นๆ ต่อปัญหาความรุนแรงในครอบครัว โดยให้เขียนข้อความซึ่งสะท้อนความคิดความเชื่อที่เป็นรากฐานของท่าที แนวนโยบาย หรือแนวทางปฏิบัติงานของคนในสถาบันนั้นๆ ด้วย

ระหว่างนี้ ทีมกระบวนการอาจเข้าไปช่วยอธิบายโจทย์หรือให้ตัวอย่างเพิ่มเติมกับบางกลุ่มที่ยังมีปัญหาติดขัด จากนั้นให้แต่ละกลุ่มเขียนข้อความที่เรียงเรียงขึ้นบนกระดาษเอสี่ที่แจกให้ โดยเขียนให้เป็นประโยคที่สั้น กระชับ ได้ใจความชัดเจน เพื่อใช้อ่านในช่วงต่อไปของการทำกิจกรรม

- ในขณะที่กลุ่มย่อยทำงานเพื่อเตรียมข้อความของตนเอง ให้กระบวนการชี้แจงกระบวนการที่จะเกิดขึ้นกับอาสาสมัคร 2 คนที่จะแสดงบทบาทเป็นผู้หญิงที่ประสบปัญหาความรุนแรง โดยบอกให้พวกเขาลองนึกภาพว่า ตนเองเป็นผู้หญิงที่อยู่ในสถานการณ์ที่เผชิญกับความรุนแรงในครอบครัว (ถูกสามีทำร้ายทางจิตใจหรือร่างกายก็ได้) แล้วอธิบายขั้นตอนที่จะเกิดขึ้นในกิจกรรมช่วงต่อไป คือตัวแทนแต่ละสถาบันจะผลัดเปลี่ยนกันพูดข้อความของสถาบันนั้นๆ กับผู้หญิงทั้งสอง ซึ่งจะเป็นข้อความในทางลบ ระหว่างนั้นให้ทั้งสองคนหันไปฟังโดยไม่มีการตอบโต้ แต่ให้สังเกตความรู้สึกที่เกิดขึ้นในขณะที่ฟังข้อความ และให้อยู่กับลมหายใจ รับรู้ความรู้สึกที่เกิดขึ้น และกระบวนการถามความรู้สึกหลังจากที่ทุกกลุ่มพูดเสร็จ ขอให้ตอบตามความรู้สึกที่เกิดขึ้นจริง แล้วเราจะมีในการทำกิจกรรมเช่นนี้ 2 รอบ โดยในรอบที่สองจะเป็นการพูดข้อความเชิงบวก ที่จะช่วยแก้ไขปัญหความรุนแรงในครอบครัว แล้วกระบวนการจะถามความรู้สึกของคนยืนตรงกลาง ตามด้วยความรู้สึกของคนรอบวง
- เมื่อทุกกลุ่มเรียงข้อความเสร็จแล้ว ให้อ่านขึ้น ให้สมาชิกของแต่ละกลุ่มยื่นเกาะกลุ่มกัน แล้วให้แต่ละกลุ่มยื่นเรียงกันเป็นรูปวงกลม โดยมีอาสาสมัคร 2 คน ที่สมมติว่าเป็นผู้หญิงที่เผชิญความรุนแรงในครอบครัวยืนอยู่กลางวง จากนั้นทีมกระบวนการจะติดแผ่นป้ายชื่อสถาบัน (ที่เขียนเตรียมไว้แล้วบนกระดาษเอสี่ เช่น สถาบันครอบครัว สถาบันศาสนา สื่อมวลชน เพื่อนบ้านและชุมชน ระบบสาธารณสุข ตำรวจและระบบยุติธรรม ฯลฯ) ที่หน้าอกของสมาชิกคนใดคนหนึ่ง ที่ยืนอยู่หน้าสุดของแต่ละกลุ่ม และบอกกลุ่มว่า ขั้นตอนกิจกรรมต่อไปจะเป็นดังนี้
 - * เราจะทำกิจกรรมด้วยความเงียบ นอกจากในช่วงที่ตัวแทนแต่ละกลุ่มหรือแต่ละสถาบันกล่าวข้อความหรือคำพูดที่เตรียมไว้

- * ตลอดการทำกิจกรรม ให้ทุกคนสังเกตความรู้สึกที่เกิดขึ้น หากมีความรู้สึกรุนแรงให้อยู่กับลมหายใจ โดยเฉพาะผู้ที่รับบทบาทเป็นผู้หญิงที่เผชิญปัญหาความรุนแรงซึ่งยืนอยู่ตรงกลาง
- * ในขณะที่ตัวแทนแต่ละสถาบันกล่าวข้อความแต่ละประโยค ให้ผู้พุดมองหน้า และพูดกับผู้หญิงผู้ประสบปัญหาที่ยืนอยู่กลางวง โดยผู้หญิงที่อยู่ตรงกลางจะหันหน้าไปหา กลุ่มสถาบันที่กำลังจะกล่าวคำพูด คำกล่าวของแต่ละสถาบันจะเริ่มด้วยข้อความว่า “เราเป็นตัวแทนสถาบัน... เราเห็นว่าปัญหาความรุนแรงในครอบครัว...”
- * เมื่อทุกกลุ่มพร้อม ให้กระบวนการเชิญระฆังหรือให้สัญญาณ เพื่อนำให้ทุกคนอยู่กับความเงียบ อยู่กับปัจจุบัน และเตรียมตัวที่จะเริ่มกิจกรรม ช่วงนี้ ให้กระบวนการย้ำว่า กิจกรรมนี้ไม่ใช่การเล่นบทบาทสมมติ (role play) แต่เป็นการจำลองสถานการณ์เรื่องความรุนแรงในครอบครัวที่เราารู้ว่าเกิดขึ้นจริงในสังคมไทย และมีผู้หญิงจำนวนมากมายในสังคมที่กำลังเผชิญปัญหานี้อยู่ เราจึงทำกิจกรรมนี้เพื่อทำความเข้าใจร่วมกันว่าปัญหานี้เกิดขึ้นและดำรงอยู่ได้อย่างไร แล้วเราจะแก้ไขปัญหานี้ที่เหตุปัจจัยอย่างเป็นระบบได้อย่างไร
- * เมื่อเห็นว่ากลุ่มพร้อมแล้ว กระบวนกรยื่นม้วนเชือกให้ตัวแทนสถาบันแรกที่จะกล่าวข้อความของตน เมื่อตัวแทนสถาบันแรกพูดจบ ให้ใช้มือถือปลายเชือกข้างหนึ่งไว้ แล้วส่งม้วนเชือกที่เหลือให้ตัวแทนสถาบันที่จะกล่าวข้อความถัดไป เมื่อสถาบันที่สองกล่าวคำพูดจบ ก็ใช้มือจับเชือกที่โยงต่อมาจากสถาบันแรกไว้ให้เส้นเชือกตึง แล้วส่งม้วนเชือกที่เหลือให้สถาบันถัดไปที่จะกล่าว ไปเรื่อย ๆ จนครบทุกสถาบัน
- * การเรียงลำดับกลุ่มสถาบันที่จะกล่าวคำพูดและส่งเชือกต่อกัน ไม่ควรเรียงจากซ้ายไปขวาหรือขวาไปซ้ายตามลำดับ แต่ให้กระบวนการชี้สถาบันที่จะพูดเป็นลำดับถัดไป โดยข้ามไปที่กลุ่มที่ยืนอยู่ตรงข้ามกันในวงกลม เมื่อทำเช่นนี้และกิจกรรมดำเนินต่อไป เชือกที่โยงข้ามไปมาจากสถาบันหนึ่งไปอีกสถาบันหนึ่ง จะกลายเป็นตาข่ายที่โอบล้อม และบีบพื้นที่ของผู้หญิง 2 คน ที่ยืนอยู่ตรงกลางให้แคบลงเรื่อย ๆ

- * เมื่อกล่าวคำพูดครบทุกสถาบันแล้ว กระบวนกรจะถามความรู้สึกของผู้หญิงที่ยืนอยู่ตรงกลางก่อนว่า หลังจากที่พักคำพูดจากทุกสถาบันแล้วเขารู้สึกอย่างไร (คำตอบส่วนใหญ่ คือรู้สึกโกรธ เสียใจ ไม่พอใจ หดหนทาง มีดมน ไม่มีทางออก ถูกทำร้ายโดยที่ยังไม่ได้ทำอะไรเลย น้อยใจ หดแรงแง ถูกผลักไส เป็นต้น) จากนั้นให้ถามต่อไปว่า เขาคิดว่าควรจะต้องมีการเปลี่ยนแปลงในเรื่องใด อย่างไรบ้าง เพื่อที่จะทำให้เขาได้ออกจากตาข่ายที่บีบรัดอยู่นี้
- * เมื่อถามผู้หญิงตรงกลางเสร็จแล้ว ให้กระบวนกรหันมาถามผู้ที่เป็นตัวแทนสถาบันต่างๆ ว่ารู้สึกอย่างไรบ้างในขณะที่พูดประโยคของตนหรือฟังประโยคจากสถาบันอื่นๆ เมื่อคนที่ต้องการพูดได้พูดจนครบแล้ว ให้ถามต่อไปว่า เราได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรมนี้
- * ในช่วงท้าย กระบวนกรควรย้ำกับผู้เรียนว่า กิจกรรมในรอบแรกที่เพิ่งจบลงไปนี้เป็นภาพสะท้อนการกดขี่หรือความรุนแรงบนฐานความเป็นเพศ ที่เกิดขึ้นอย่างเป็นระบบ โดยมีสถาบันต่างๆ ทำงานเชื่อมโยงสอดรับกันอย่างดี ส่งผลให้การกดขี่หรือความรุนแรงแบบนี้ไม่ได้รับการแก้ไขให้หมดไปจากสังคม กล่าวอีกนัยหนึ่ง ความรุนแรงเชิงโครงสร้างนี้เป็นความรุนแรงที่ซ่อนอยู่ในสถาบันต่างๆ การที่ผู้หญิงต้องเผชิญกับความรุนแรงที่ไม่จบสิ้น จึงไม่ใช่เรื่องความโชคร้ายหรือเคราะห์กรรมส่วนบุคคล หรือเป็นผลกรรมของผู้หญิงบางคน การกดขี่อย่างเป็นระบบนี้ ทำให้ผู้หญิงไม่สามารถลุกขึ้นมาต่อสู้ได้เพียงลำพัง และบ่อยครั้งเมื่อผู้หญิงลุกมาต่อสู้กับปัญหานี้ ก็มักจะไม่ได้รับการสนับสนุนจากคนรอบข้าง หรือสถาบันต่างๆ ในสังคม หรือไม่เช่นนั้น ก็อาจจะถูกบุคคลหรือสถาบันต่างๆ กดขี่ลงไปอีก ด้วยความคิดและคำพูดดังเช่นที่เราได้ยินได้ฟังในกิจกรรมที่ผ่านมา
- * กระบวนกรต้องชี้ด้วยว่า ผู้หญิงที่เผชิญความรุนแรงในสังคมต้องประสบกับสถานการณ์เช่นนี้ทุกเมื่อเชื่อวัน จนสำหรับผู้หญิงหลายคน ความคิดและคำพูดของคนรอบตัวและสถาบันต่างๆ ได้ถูกตอกย้ำซ้ำๆ จนมันเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งของความคิดของเขาเองด้วย ทำให้การที่ผู้หญิงจะลุกขึ้นมาต่อสู้หรือฟื้นศักยภาพของตนเองตามลำพัง จึงเป็น

- ไปได้ยาก โดยเฉพาะในสภาพการณ์ที่ไม่มีกลุ่ม องค์กร สถาบัน หรือระบบใด ที่จะช่วยเหลือเกื้อกูลผู้หญิงที่ประสบปัญหาได้อย่างเหมาะสม
- * เมื่อทุกคนเข้าใจแนวคิดเรื่องการกดขี่เชิงโครงสร้างต่อผู้หญิงแล้ว ให้ทุกกลุ่มวางเชือกที่ถ้อยโลงกับพื้น แล้วกลับไปหาที่นั่งตามกลุ่มเดิมของตน จากนั้นให้แต่ละกลุ่มช่วยกันคิดถึงการสร้างความเปลี่ยนแปลงในนโยบาย วิธีคิด ทักษะ และกิจกรรมของแต่ละสถาบันที่กลุ่มเป็นตัวแทนอยู่ในลักษณะที่จะช่วยเสริมศักยภาพและสร้างพลังแก่ผู้หญิงที่ประสบปัญหาความรุนแรง เพื่อให้ปัญหานี้ลดลง หรือหมดไปจากสังคม ให้เวลาคิดประมาณ 15 ถึง 20 นาที
 - * ในระหว่างที่ผู้เรียนกำลังทำงานกลุ่มอยู่นี้ กระบวนการอาจช่วยหนุนเสริม ให้แต่ละกลุ่มได้คิดถึงการเปลี่ยนแปลงไปสู่วิธีคิด หรือการกระทำที่แตกต่างไปจากเดิมได้ชัดเจนยิ่งขึ้น เพราะการเปลี่ยนวิธีคิดและแนวปฏิบัติของแต่ละสถาบันไปสู่แบบที่จะเสริมสร้างศักยภาพของผู้หญิงที่ถูกกระทำรุนแรงเป็นเรื่องใหม่ และที่ผ่านมา เรามักถูกหล่อหลอมให้มีความเชื่อเช่นเดียวกับประโยคต่าง ๆ ที่เราพูดหรือได้ยินไปในกิจกรรมรอบแรก และในหลายกรณี เราเองก็รับเอาความคิดเหล่านั้นมาเป็นความคิดของเรา ด้วยการคิดกิจกรรมเสริมสร้างศักยภาพผู้หญิง จึงเป็นการลบล้างความคิดความเชื่อเก่า ๆ ของตัวเราเองด้วย
 - * ในขั้นตอนนี้ กระบวนการอาจช่วยหนุนเสริม โดยขอให้ผู้เรียนยกตัวอย่างวิธีคิดหรือแนวปฏิบัติอย่างใหม่ ที่จะเอื้อให้สถาบันต่าง ๆ ได้ร่วมกันขจัดปัญหาความรุนแรงบนฐานเรื่องเพศให้หมดไปจากสังคม หากไม่มีกลุ่มใดตอบ กระบวนการอาจยกตัวอย่างให้ผู้เรียนเข้าใจ โดยมีตัวอย่างของวิธีปฏิบัติ ที่ฟื้นฟูศักยภาพของผู้หญิงที่ประสบปัญหาความรุนแรงในครอบครัว เช่น กลุ่มที่เป็นเพื่อนบ้านหรือชุมชน อาจเปลี่ยนข้อความที่จะพูดกับผู้หญิงที่เผชิญความรุนแรงเสียใหม่ว่า “ปัญหาความรุนแรงที่เกิดขึ้นนี้ ไม่ใช่ความผิดของผู้หญิง เราเห็นว่าผู้หญิงที่ประสบปัญหาความรุนแรงเป็นคนดี มีคุณค่า และเราเข้าใจดีว่า การที่จะออกจากปัญหานี้เป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อนและยาก หาก

ผู้หญิงที่ประสบปัญหาต้องการให้เราช่วยในเรื่องอะไร เราก็นัดช่วยเหลือเสมอ”

- * หรือสถาบันครอบครัวอาจเปลี่ยนข้อความเป็นว่า “สถาบันครอบครัวไม่ยอมรับความรุนแรง และเราพร้อมที่จะเข้าไปช่วยเหลือให้ผู้หญิงหลุดพ้นจากปัญหานี้” หรือ “เราเห็นว่าผู้หญิงไม่ใช่สมบัติของสามี”
- * หรือตำรวจและระบบยุติธรรมอาจพูดประโยคว่า “ความรุนแรงในครอบครัวไม่ใช่เป็นการกระทำผิดต่อผู้ที่ถูกกระทำเท่านั้น แต่ยังเป็นการกระทำผิดกฎหมายและระบบยุติธรรมด้วย เราจะไม่ยอมให้พลเมืองของรัฐ ไม่ว่าจะอยู่ในสถานภาพใด ต้องเผชิญกับความรุนแรงโดยไม่ได้รับการช่วยเหลือคุ้มครอง และไม่ได้รับความเป็นธรรม ดังนั้น เมื่อเกิดคดีความรุนแรงในครอบครัวขึ้น เราจะไม่ปิดปัญหานี้ให้พ้นตัวด้วยการไกล่เกลี่ยให้คู่กรณียอมความกัน แต่เราจะสอบสวน ดำเนินคดี และให้ความช่วยเหลือคุ้มครอง และอำนวยความสะดวกแก่ผู้ถูกทำร้ายอย่างดีที่สุด” เป็นต้น
- * เมื่อทุกกลุ่มเรียบเรียงข้อความของกลุ่มเสร็จแล้ว ให้ทุกคนลุกขึ้นมายืนเกาะกลุ่มเป็นวงกลมที่จุดเดิม ให้ผู้หญิงที่เผชิญความรุนแรงยืนกลางวงเช่นเดิม และให้ตัวแทนแต่ละกลุ่มหยิบเชือกที่วางไว้มาถือ เหมือนเมื่อตอนท้ายของกิจกรรมรอบที่แล้ว กระบวนการเขียนระฆังเพื่อเตรียมความพร้อม ให้กลุ่มอยู่ในความเงียบ เมื่อกลุ่มสถาบันใดพร้อมก็ให้กล่าวข้อความ ที่สะท้อนวิธีคิดและแนวปฏิบัติอย่างใหม่ต่อผู้หญิงที่ยืนกลางวง เมื่อพูดเสร็จ ก็ให้ปล่อยเชือกวางลงที่พื้น ทำเช่นนี้ทีละสถาบันจนครบทุกสถาบัน
- * จากนั้น กระบวนการถามผู้หญิงที่ยืนตรงกลางว่า ตอนนี้เขารู้สึกอย่างไรบ้าง วิธีคิดและแนวปฏิบัติที่เปลี่ยนไปของสถาบันต่าง ๆ ส่งผลต่อพวกเขาอย่างไร และถามว่าเมื่อสถานการณ์เปลี่ยนไปเช่นนี้ เขาคิดว่าเขาจะสามารถก้าวออกจากปัญหาที่เผชิญอยู่ได้หรือไม่ อย่างไร กระบวนการควรกระตุ้นให้ผู้หญิงที่ยืนตรงกลางพูดแสดงความรู้สึกและความคิดอย่างเต็มที่
- * จากนั้น กระบวนการถามความรู้สึกของตัวแทนสถาบันต่าง ๆ ว่า รู้สึกอย่างไรบ้างกับ

การทำกิจกรรมรอบสอง

- * เมื่อผู้เรียนได้แบ่งปันความรู้สึกในรอบนี้เสร็จแล้ว กระบวนการจะบอกให้ทุกคนสลับบทบาทที่แต่ละคนสวมในการทำกิจกรรมออกจากตัว (อาจจะให้สลับหัว แขน มือ และขา หรือหมุนตัว 2-3 รอบ) จากนั้นกระบวนการถามผู้เรียนว่า ได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรมนี้ และพวกเขาคิดว่าจะนำสิ่งที่เรียนรู้ไปใช้ในชีวิตจริง ทั้งในระดับส่วนตัว และในการทำงาน ได้อย่างไร

ข้อแนะนำสำหรับกระบวนการ

- กิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่หนักและใช้เวลานาน จึงควรทำในช่วงเช้า และเมื่อแน่ใจว่ามีเวลามากพอที่จะโอ้อุ้มอารมณ์ความรู้สึกของผู้เรียนหลังเสร็จกิจกรรม โดยส่วนใหญ่ เราจะทำกิจกรรมนี้เฉพาะในกรณีที่เรามีเวลาอบรมไม่น้อยกว่า 7 วัน เพราะเราต้องทำความเข้าใจประเด็นอื่นๆ ที่เชื่อมโยง และเป็นการปูพื้นฐานที่จะนำมาสู่กิจกรรมนี้ก่อน เช่น เรื่องอำนาจ สังคมแบบชายเป็นใหญ่ เพศภาวะ การถูกหล่อหลอม และการเชื่อฟังหัวเรื่องเพศภาวะ เป็นต้น
- กระบวนการต้องไม่ลืมที่จะเน้นกับผู้เรียนว่า กิจกรรมนี้ทำให้เราเห็นว่าโครงสร้างความรุนแรงทางเพศทำงานอย่างไร และหากเราจะทำงานเพื่อแก้ไขปัญหานี้ ทั้งในระดับบุคคล และระดับสังคม เราจะต้องทำอย่างไรบ้าง
- กระบวนการต้องมั่นใจว่า จะสามารถดูแลอารมณ์ความรู้สึกของผู้เรียนที่ยืนตรงกลางได้ โดยเฉพาะหากในกลุ่มผู้เรียนมีผู้หญิงที่ประสบปัญหาความรุนแรงในครอบครัวอยู่ด้วย เมื่อมีผู้เรียนแสดงอารมณ์ เช่น ร้องไห้ หรือมีความโกรธ และอยากจะระบาย ให้กระบวนการนั่งฟัง และเชิญชวนให้ผู้เรียนคนอื่นๆ ทำเช่นเดียวกัน (ฟังอย่างลึกซึ้ง โดยไม่ต้องแนะนำ หรือพูดปดลอบโยนใดๆ)

กิจกรรมคนวงนอก-คนวงใน

วัตถุประสงค์: เพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้เรื่องความเป็นชายขอบ และความเป็นกระแสหลักในสังคม และระบบอำนาจและอภิสิทธิ์ในสังคม ที่ทำให้คนที่อยู่ชายขอบของสังคมไม่ได้รับโอกาสอย่างเป็นธรรม ผู้เรียนจะได้เห็นว่าความไม่เป็นธรรมนี้เกิดขึ้นและดำรงอยู่ได้อย่างไร และเราแต่ละคนมีส่วนร่วมสนับสนุนให้ระบบนี้คงอยู่อย่างไร และเราจะสามารถแก้ไขและเปลี่ยนแปลงระบบที่ไม่ยุติธรรมนี้ได้อย่างไรบ้าง โดยใช้การทำกิจกรรมเรียนรู้ผ่านประสบการณ์

วัสดุอุปกรณ์: กระดาษเอสี่ใช้แล้วประมาณ 30 แผ่น อุปกรณ์ที่สามารถใช้ในการสร้างพื้นที่วงกลมบนพื้นกลางห้องได้ เช่น เชือกหรือกระดาษกาวที่ใช้วางหรือติดไปบนพื้น (ที่ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรม เราใช้หมอนรองนั่งขนาดเล็กวางเรียงต่อกันเป็นวงกลม เพื่อเป็นสัญลักษณ์ของสถาบันหรือระบบต่าง ๆ ในสังคมที่ทำงานร่วมกัน) กระดานหรือกระดาษปรี๊ฟสำหรับเขียนคำตอบ ปากกาเขียนกระดาน

ระยะเวลาในการดำเนินการ: ประมาณ 2 ชั่วโมง

ขั้นตอนการดำเนินการ

1. ใช้อุปกรณ์สร้างพื้นที่วงกลมกลางห้องประชุม โดยให้พื้นที่ภายในวงกลมไม่กว้างมากเกินไป (เพื่อเป็นสัญลักษณ์แทนพื้นที่และอำนาจที่จำกัดของกลุ่มคนชายขอบในสังคม) โดยให้มีพื้นที่พอให้คนจำนวนประมาณครึ่งหนึ่งของกลุ่มผู้เรียน สามารถยืนเกาะกลุ่มกันได้อย่างหลวม ๆ และสามารถเคลื่อนไหวไปมาได้บ้าง
2. แบ่งผู้เรียนออกเป็น 2 กลุ่ม จำนวนพอ ๆ กัน หรือให้คนที่อยู่วงนอก มีจำนวนมากกว่ากลุ่มคนที่อยู่วงในเล็กน้อย ให้กลุ่มหนึ่งเข้ามายืนอยู่ภายในวงกลม ส่วนอีกกลุ่มหนึ่งยืนเป็นวงที่ด้านนอกของพื้นที่วงกลม
3. วางกระดาษเอสี่ภายในวงกลม ให้มีจำนวนกระดาษน้อยกว่าจำนวนคนที่ยืนอยู่ (เช่น หากมีคนยืนในวงกลมจำนวน 10 คน ให้วางกระดาษจำนวน 7 หรือ 8 แผ่น เพื่อเป็นสัญลักษณ์

ให้เห็นว่า ช้างในวงกลมมีทรัพยากร โอกาส และอำนาจอยู่อย่างจำกัด และไม่เพียงพอ) ส่วนที่ด้านนอกวงกลม ให้วางกระดาษเอสี่กระจายให้ทั่วพื้นที่วงกลมรอบนอก โดยให้มีจำนวนกระดาษมากกว่าจำนวนคน เพื่อเป็นสัญลักษณ์ว่า คนวงนอกมีทรัพยากรและโอกาสอย่างเหลือเฟือ

4. บอกผู้เรียนทั้งสองวงว่า เราจะทำกิจกรรมนี้โดยใช้ดนตรีประกอบ และมีกติกาดังต่อไปนี้
 - * เมื่อเสียงดนตรีเริ่มขึ้น ให้ทุกคนเต้นรำหรือเดินไปรอบ ๆ วง และจะร้องเพลงตามก็ได้ หากไม่มีเครื่องเล่นดนตรี ให้ผู้เรียนร้องเพลงกันเอง ทั้งคนวงนอกและวงในสามารถเต้นรำหรือเคลื่อนไหวได้เฉพาะในบริเวณพื้นที่ของตนเอง ห้ามข้ามเส้นแบ่งพื้นที่ระหว่างในและนอกวงกลม
 - * เมื่อกระบวนกรเชิญระฆัง (หรือใช้เสียงสัญญาณใดก็ได้ เพื่อให้ดนตรีหยุดเล่น) ให้ผู้ที่อยู่ทั้งวงนอกและวงในหยุดเต้นหรือเดิน โดยแต่ละคนต้องยืนอยู่บนกระดาษเอสี่ โดยไม่มีส่วนใดของร่างกายสัมผัสพื้น คนที่หากระดาษยืนไม่ได้ หรือมีส่วนหนึ่งส่วนของร่างกายสัมผัสพื้น จะต้องออกจากกิจกรรม และในการหากระดาษยืนนั้น คนวงนอกสามารถยืนได้ ทั้งบนกระดาษที่วางอยู่ด้านนอกวงกลม หรือหยิบกระดาษที่อยู่ภายในวงกลมมาใช้ยืนด้วยก็ได้ แต่คนวงในจะยืนได้เฉพาะบนกระดาษที่วางอยู่ข้างในพื้นที่วงกลมเท่านั้น ห้ามคนวงในหยิบฉวยกระดาษจากวงนอกไปใช้
 - * ในแต่ละรอบที่ดนตรีหยุด กระบวนกรจะหยิบกระดาษที่อยู่ด้านในของวงกลมออกรอบละ 1 หรือ 2 แผ่น ซึ่งจะทำให้คนวงในมีพื้นที่ยืนลดลง กระดาษที่หยิบออกนั้น กระบวนกรจะนำมาวางกระจายที่รอบนอกวงกลม เพื่อเพิ่มจำนวนกระดาษให้กลุ่มคนวงนอก
 - * เล่นกิจกรรมนี้ซ้ำประมาณ 4 หรือ 5 รอบ จนเห็นว่าผู้เรียนได้บทเรียนแล้วจึงหยุด การตัดสินใจหยุดกิจกรรม อาจดูจากการที่คนวงในเริ่มมีความลำบากในการหากระดาษยืนมาก ๆ หรือเหลือคนจำนวนน้อย (แต่ไม่ต้องรอให้คนวงในแพ้ และต้องออกจากเกมจน

หมด เพราะในความเป็นจริง เราไม่อยากจะสร้างภาพว่า กลุ่มคนชายขอบจะต้องพ่ายแพ้ หรือล้มเหลวในการเปลี่ยนแปลงสังคม)

5. เมื่อบอกให้หยุดกิจกรรมแล้วให้ทุกคนมานั่งรวมกัน แล้วถามความรู้สึกจากคนวงในก่อน โดยให้ถามให้ครบหรือเกือบครบทุกคนถ้าเป็นไปได้ รวมทั้งต้องไม่ลืมถามคนที่ต้องออกจากกิจกรรมเพราะหาที่ยืนไม่ได้ด้วย ให้เน้นถามความรู้สึกในขณะที่เล่น โดยเฉพาะในขณะที่มีกระดาศเหลือ้อยลง หรือเมื่อเพื่อนบางคนต้องออกจากกิจกรรม
6. จากนั้น ถามคนวงนอกถึงความรู้สึกขณะทำกิจกรรมในแต่ละรอบ ถามเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างคนวงนอกกับคนวงใน ถามความรู้สึกของคนวงนอกที่เห็นคนวงในดิ้นรนต่อสู้เพื่อหากระดาศขึ้น หากในระหว่างทำกิจกรรมมีคนวงนอกบางคนที่ยพยายามช่วยคนวงใน ให้ถามว่าเขาช่วยอย่างไร และเหตุใดจึงช่วย ถามคนวงนอกคนอื่น ๆ ที่ไม่ได้ช่วยคนวงใน ว่า เป็นเพราะเหตุใดเขาจึงไม่ได้ช่วย
7. ถามทุกคนว่า กิจกรรมนี้ช่วยให้เรียนรู้เรื่องอะไรบ้างเกี่ยวกับสังคม และในสังคมจริง คนที่อยู่ภายในวงกลมคือคนกลุ่มใดบ้าง และคนที่อยู่นอกวงกลมคือคนกลุ่มใด จากนั้นถามว่ามีปัจจัยอะไรในระหว่างทำกิจกรรม ที่ทำให้เกิดความแตกต่างระหว่างคนวงในและคนวงนอก (คำตอบที่ได้จะมีเช่น กติกาไม่ยุติธรรม หมอนหรือเส้นกันระหว่างวงในและวงนอก เป็นตัวแบ่งแยกผู้เล่นออกจากกัน กิจกรรมเริ่มโดยที่คนวงในและวงนอกมีกระดาศไม่เท่ากัน แล้วกระบวนกรหรือคนวงนอกยังมาหยิบกระดาศของคนวงในออกไปอีก กิจกรรมดำเนินไปเร็ว ทำให้คนที่ร่วมกิจกรรมทั้งวงในและวงนอกไม่มีเวลาคิดว่าจะร่วมมือกันอย่างไรเพื่อให้ทุกคนมีที่ยืนร่วมกันได้ เป็นต้น) จากนั้นถามว่า ในสังคมจริง มีปัจจัยอะไรบ้างที่สร้างหรือสนับสนุนให้เกิดความแตกต่างและไม่เท่าเทียมกันระหว่างคนในสังคม โดยกระบวนกรเขียนคำตอบที่ได้จากกลุ่มลงบนกระดาน (คำตอบที่ได้อาจมีเช่น ระบบหรือสถาบันต่างๆ ในสังคมที่มีอำนาจในการกำหนดกติกาและนโยบาย มักตัดสินใจจัดสรรทรัพยากร สร้างโอกาส และให้สิทธิ ในลักษณะที่เอื้อให้คนกลุ่มหนึ่งมีโอกาสและอภิสิทธิ์มากกว่าคนกลุ่ม

อื่นในสังคม และกลุ่มคนที่ได้รับอภิสิทธิ์เหล่านี้ก็ไม่ได้สนใจหรือไม่มีโอกาสรับรู้ ว่า กลุ่มคนชายขอบต้องพบกับความไม่เป็นธรรมอย่างไรบ้าง นโยบายและวิธีการทำงานที่สร้างความไม่เท่าเทียมและไม่เป็นธรรม จึงส่งผลให้กลุ่มคนชายขอบไม่สามารถเข้าถึงทรัพยากร พวกเขาต้องให้ความสำคัญกับการดิ้นรนเอาตัวรอดเป็นอันดับแรก ภาวะที่ต้องต่อสู้ดิ้นรนทำให้ไม่มีโอกาสที่จะรวมตัวเพื่อเกื้อกูลกันและกัน หรือเพื่อสร้างแรงกดดันและเรียกร้องความเป็นธรรมร่วมกัน หรือแม้พวกเขาจะรวมตัวกันได้ แต่ก็มักมีแหล่งอำนาจน้อย ไม่เพียงพอที่จะต่อรองและเปลี่ยนแปลงระบบที่ไม่เป็นธรรมที่ถูกสร้างขึ้นโดยกลุ่มคนที่มีแหล่งอำนาจมากกว่า นอกจากนี้ วัฒนธรรมอำนาจครอบงำยังได้หล่อหลอมให้ผู้คนในสังคมยอมเคารพและเชื่อฟังกฎกติกาและวัฒนธรรมประเพณี ที่กำหนดโดยกลุ่มคนที่มีอำนาจ จนคนส่วนใหญ่มองไม่เห็น ว่า นโยบาย กฎและกติกาเหล่านั้น ในตัวมันเองเป็นต้นเหตุของปัญหา)

8. จากนั้นให้กระบวนการถามต่อไปว่า ในสังคมไทย เราเห็นวิธีการใดบ้าง ที่กลุ่มคนชายขอบได้พยายามต่อสู้เพื่อเปลี่ยนแปลง หรือยุติความไม่เป็นธรรมที่พวกเขาประสบอยู่ (เช่น กลุ่มคนยากจน กลุ่มชาติพันธุ์ กลุ่มผู้หญิง กลุ่มคนรักเพศเดียวกัน กลุ่มผู้อยู่ร่วมกับเชื้อเอชไอวี เป็นต้น) และในสังคมไทย เราได้เห็นคนที่มีโอกาสมากกว่าพยายามทำอะไรบ้าง เพื่อที่จะมีส่วนร่วมในการต่อสู้เพื่อสร้างความเป็นธรรมในสังคม
9. หากมีเวลาเหลือและต้องการลงลึก ให้แบ่งกลุ่มย่อยกลุ่มละ 3-4 คน เพื่อแลกเปลี่ยนว่า ในชีวิตจริง แต่ละคนได้ทำอะไรบ้าง ทั้งในบทบาทที่เป็นคนวงในหรือคนวงนอก เพื่อที่จะเปลี่ยนแปลงสังคม และนอกจากที่ทำอยู่แล้ว เขาคิดว่าต่อจากนี้ไป เขาจะสามารถทำอะไรเพิ่มขึ้นได้อีกบ้าง

ข้อแนะนำสำหรับกระบวนการ

- บอกกติกาการทำกิจกรรมให้ชัดว่า คนวงในจะใช้ได้เฉพาะกระดาดที่อยู่ภายในวงกลม จะหยิบกระดาดจากด้านนอกวงไม่ได้ แต่คนวงนอกสามารถหยิบกระดาดจากภายในวงกลม

มาใช้ยื่นข้างนอกก็ได้ และคนที่หาที่ยืนไม่ได้ต้องออกจากกิจกรรม

- ให้กระบวนการคอยสังเกตว่า ผู้เรียนมีพฤติกรรมอย่างไรบ้างในแต่ละรอบของการทำกิจกรรม เช่น คนวงในต่อสู้แย่งชิงกระดาษกันหรือพยายามช่วยเหลือกัน และคนวงนอกต่างคนต่างอยู่เพราะมีกระดาษเหลือเฟือ (เหมือนชนชั้นกลางหรือชนชั้นสูง ที่ไม่ต้องรวมตัวกันต่อสู้ปกป้องทรัพยากรหรือเรียกร้องสิทธิของตนเอง เพราะมีโอกาสมากและอภิสิทธิ์มากอยู่แล้ว) หรือพยายามแย่งกระดาษจากคนวงใน หรือพยายามช่วยเหลือคนวงใน รวมทั้งสังเกตด้วยว่า คนที่ต้องถูกให้ออกจากกิจกรรมเพราะไม่มีที่ยืน มีท่าทีหรือพฤติกรรมอย่างไร เช่น ไม่พอใจ เสียใจ เหิน้อย โลงอก หรือต้องการเสียสละให้เพื่อนมีที่ยืน และเมื่อออกจากกิจกรรมมาแล้วยังสนใจ เอาใจช่วย หรือไม่สนใจเพื่อนที่ยังต้องทำกิจกรรมต่อไป เป็นต้น กระบวนการควรพยายามสังเกตว่า ใครมีพฤติกรรมอย่างไร เพื่อนำข้อมูลเหล่านี้ไปเป็นคำถามหลังกิจกรรม

กิจกรรมเส้นโอกาสและอภิสิทธิ์

วัตถุประสงค์: เพื่อให้ผู้เรียนมีความเข้าใจลึกซึ้งขึ้นในเรื่องอำนาจ โอกาส อภิสิทธิ์ และการถูกเลือกปฏิบัติ โดยเห็นระบบและวิธีการที่ทำให้คนกลุ่มหนึ่งสามารถเข้าถึงโอกาส อำนาจ และอภิสิทธิ์อย่างต่อเนื่องในช่วงต่าง ๆ ของชีวิต ขณะที่คนอีกกลุ่มหนึ่งต้องถูกผลักดันให้ไปอยู่ชายขอบของสังคมผ่านเงื่อนไขของสภาพแวดล้อมหรือวิธีที่พวกเขาได้รับการปฏิบัติในแง่มุมและในช่วงต่าง ๆ ของชีวิต ซึ่งทั้งหมดนี้ส่งผลให้คนในสังคมมีแหล่งอำนาจ เช่น ระดับความรู้และความสามารถ (แบบทางการหรือแบบกระแสหลัก) และมีฐานะทางเศรษฐกิจและทางสังคมที่ไม่เท่ากัน ทำให้คนในสังคมรวมทั้งผู้ที่ทำงานผลักดันประเด็นทางสังคม มีความสามารถที่จะเข้าถึงโอกาส อำนาจ และอภิสิทธิ์ในสังคมได้ไม่เท่ากัน กิจกรรมนี้ยังจะทำให้ผู้เรียนเห็นด้วยว่า ความไม่เท่าเทียม (แม้แต่ในหมู่นักกิจกรรมสังคมด้วยกันเอง) ไม่ได้เป็นเรื่องของความโชคดีหรือโชคร้ายของแต่ละบุคคล และไม่ได้เกิดจากการที่คนมีความพยายามไม่เท่ากัน

วัสดุอุปกรณ์: พื้นที่ว่างรูปสี่เหลี่ยมผืนผ้าหรือสี่เหลี่ยมจัตุรัส มีความกว้างพอที่ผู้เรียนทั้งหมด จะยืนเรียงแถวหน้ากระดานเป็นแถวเดียวได้ และมีความยาวพอสมควร สำหรับที่ผู้เรียนจะเดินหน้าและถอยหลังได้ตลอดกิจกรรม (ความยาวประมาณไม่น้อยกว่า 15 เมตร) เชือกหรือวัสดุอื่น ที่ยาวพอจะขึงหรือวางตามแนวกว้างของพื้นที่เพื่อกำหนดให้เป็นเส้นชัย รายการประโยคที่กระบวนกรจะใช้อ่านในการทำกิจกรรม

ระยะเวลาในการดำเนินการ: 1 ชั่วโมง 30 นาที

ขั้นตอนการดำเนินการ:

1. เตรียมประโยคสำหรับกิจกรรม โดยในการอบรมแต่ละครั้ง กระบวนกรควรปรับประโยคให้สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริงทางสังคมของผู้เรียนแต่ละกลุ่ม และพยายามให้เนื้อหาครอบคลุมอัตลักษณ์ต่าง ๆ ที่ปรากฏอยู่ในกลุ่ม ทั้งที่เป็นอัตลักษณ์กระแสหลักและชายขอบ
2. หาสถานที่ขนาดกว้างและยาวพอ ตามที่ระบุข้างบน

3. เตรียมระฆังหรืออุปกรณ์ให้เสียงสัญญาณอื่น ที่จะใช้เมื่อกระบวนการอ่านแต่ละประโยคจบ
4. ชี้แจงหรือวางวัสดุอุปกรณ์ที่กำหนดให้เป็นเส้นชัยไว้ ตามแนวกว้างที่เกือบปลายสุดด้านหนึ่งของพื้นที่ที่ใช้ทำกิจกรรม
5. ให้ผู้เรียนยืนเรียงแถวหน้ากระดานเป็นแถวเดียว ตามแนวความกว้างของพื้นที่ หันหน้าไปทางเส้นชัย โดยให้แถวผู้เรียนอยู่ตรงประมาณจุดกึ่งกลางความยาวของพื้นที่ หรือค่อนข้างไปในด้านตรงข้ามกับเส้นชัยเล็กน้อยก็ได้
6. กระบวนการขอให้ทุกคนอยู่กับความเงียบเพื่อเตรียมพร้อม และควรเตือนผู้เรียนด้วยว่า กิจกรรมที่จะทำต่อไปนี้อาจทำให้บางคนเกิดความรู้สึกสับสนหรือเกิดความรู้สึกด้านลบอื่นๆ และในภาวะเช่นนี้ ให้ทุกคนอยู่กับลมหายใจ และให้สังเกตและรับรู้ความรู้สึกของตนเองที่เกิดขึ้นระหว่างการทำกิจกรรม ย้ำให้ผู้เรียนทำกิจกรรมด้วยความเงียบ ไม่พูดคุยกัน
7. กระบวนการบอกขั้นตอนและวิธีการทำกิจกรรมช่วงต่อไป ดังนี้
 - * กระบวนการจะอ่านประโยคที่เตรียมไว้ทีละประโยคด้วยเสียงดัง ช้าๆ ชัดๆ เพื่อให้ทุกคนได้ยิน หากประโยคใดตรงกับประสบการณ์ของใคร ก็ขอให้คนๆ นั้นก้าวไปข้างหน้าหนึ่งก้าวหรือถอยไปข้างหลังหนึ่งก้าว ตามแต่กระบวนการจะระบุที่ท้ายประโยค
 - * หากผู้ใดฟังไม่ทัน อาจขอให้กระบวนการอ่านประโยคซ้ำ หรือหากไม่เข้าใจความหมายของประโยคก็ให้ถามได้ กระบวนการจะอธิบายให้ชัดเจน และหากจำเป็นก็อาจยกตัวอย่างประกอบได้
8. เมื่ออ่านประโยคที่เตรียมไว้จนหมดแล้ว กระบวนการจะเชิญให้ผู้เรียนทุกคนมองดูข้างหน้า และข้างหลังของตัวเอง เพื่อรับรู้ว่าคุณเองกำลังยืนอยู่ตรงไหน และเพื่อนผู้เรียนคนใดยืนอยู่ตรงตำแหน่งใด ใกล้หรือไกลกันอย่างไร
9. จากนั้นกระบวนการบอกผู้เรียนว่า หลังจากนั้นเมื่อได้ยินเสียงสัญญาณระฆัง ขอให้แต่ละคน

วิ่งไปให้ถึงเส้นชัยให้เร็วที่สุด เสร็จแล้วกระบวนการจึงให้สัญญาณระฆัง

10. เมื่อผู้เรียนวิ่งถึงเส้นชัยครบทุกคนแล้ว ให้เชิญผู้เรียนกลับเข้าสู่วงใหญ่ในห้องอบรบ
11. ให้ผู้เรียนจับคู่คนที่เขารู้สึกอยากแบ่งปันความรู้สึกด้วยในขณะนั้น แล้วให้แต่ละคู่แบ่งปันความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการทำกิจกรรม โดยเน้นให้แบ่งปันเฉพาะเรื่องความรู้สึกที่เกิดขึ้นก่อน อย่าเพิ่งพูดเรื่องความคิดเห็นอื่นๆ ต่อกิจกรรมหรือต่อสังคม หากคู่ใดมีเพื่อนร้องขอให้ขอให้ผู้ที่เป็คู่ช่วยดูแลเพื่อนด้วยการอยู่กับความเงียบ รอจนเพื่อนพร้อม จึงให้เขาแบ่งปันความรู้สึก ให้เวลาทำกิจกรรมช่วงนี้ประมาณ 7-10 นาที
12. เมื่อสังเกตว่าทุกคนได้แบ่งปันความรู้สึกจบแล้ว ให้ผู้เรียนกลับสู่กลุ่มใหญ่ จากนั้นกระบวนการสอบถามดูว่า มีใครพร้อมและต้องการแบ่งปันความรู้สึกบ้าง เมื่อมีคนใดคนหนึ่งแบ่งปัน กระบวนการจะเตือนให้คนอื่นๆ อยู่กับเพื่อนด้วยการฟังอย่างลึกซึ้ง ไม่ต้องแนะนำ ปลอบใจหรือพูดให้กำลังใจใด ๆ
13. เมื่อผู้เรียนแบ่งปันความรู้สึกหมดแล้ว ให้กระบวนการถามว่า ผู้เรียนแต่ละคนได้เรียนรู้อะไรเกี่ยวกับตัวเองและเพื่อนคนอื่น ๆ ในกลุ่ม และเกี่ยวกับสภาพสังคมไทยด้วย และถามต่อไปว่า เราจะช่วยกันเปลี่ยนแปลงระบบในสังคมที่เป็นอยู่ ให้มีความยุติธรรมขึ้นได้อย่างไร ทั้งจากบริบทของกลุ่มคนที่ถูกผลักดันสู่ชายขอบของสังคมและกลุ่มคนกระแสหลัก
14. ในการทำกิจกรรมนี้ บ่อยครั้งจะมีผู้เรียนบางคนที่มีรู้สึกอึดอัดกับกิจกรรม เช่น คนที่มีความทุกข์หรือเห็นความไม่เป็นธรรมอันเนื่องมาจากอัตลักษณ์ชายขอบของตน ไม่ว่าจะเป็นความยากจน การขาดโอกาสเรียนหนังสือสูง ๆ การติดเชื้อเอชไอวี หรือการถูกทำร้ายทางเพศ คนเหล่านี้บางคนอาจบอกว่า กิจกรรมนี้เป็นการสะกิดแผลเก่าที่เขาอยากลืมหรือลืมไปแล้ว ในกรณีเช่นนี้ กระบวนการต้องย้าให้เขาเห็นว่า เรากำลังทำความเข้าใจเรื่องระบบที่ไม่ยุติธรรม ที่ทำให้กลุ่มคนชายขอบได้รับผลกระทบ เราทำกิจกรรมนี้เพื่อชี้ให้ผู้เรียนมองเห็นระบบดังกล่าวที่มีถูกสังคมมองข้าม และจะได้ช่วยกันหาวิธีท้าทายและเปลี่ยนแปลงระบบที่ดำรงอยู่มาช้านานและไม่ถูกตั้งคำถามเหล่านี้ กระบวนการควรย้าว่า สังคมไทยมัก

ไม่ค่อยชี้ให้เราเห็นว่า ความทุกข์ของคนชายขอบเป็นผลมาจากระบบที่ไม่เท่าเทียม และสังคมยังอาจสอนเราผิด ๆ ด้วยว่า ความทุกข์และความยากจนเกิดจากพฤติกรรมของคนบางคนหรือบางกลุ่ม ที่ไม่ขยันขันแข็ง ไม่เอาจริงเอาจัง ไม่สู้ชีวิต หรือไม่เช่นนั้นก็เป็นเพราะผลกระทบ หรือเป็นเพราะเขาโชคไม่ดีที่เกิดมาในครอบครัวที่ยากจนหรือมีปัญหา เป็นต้น

ในทางตรงกันข้าม หากเราเข้าใจว่าความไม่เป็นธรรมและความทุกข์ที่เกิดขึ้นกับคนบางกลุ่มในสังคมเช่นนี้ เป็นผลมาจากระบบทางสังคมที่ทำให้คนเข้าถึงโอกาสและมีอำนาจและอภิสิทธิ์ไม่เท่าเทียมกัน ก็จะทำให้เราหลุดจากความเชื่อผิด ๆ ข้างต้นที่สังคมพร่ำบอกและปลูกฝังในตัวเรา และความเข้าใจหรือปัญญาในเรื่องนี้ จะช่วยเยียวยาตัวเราเองจากความทุกข์อันเกิดจากความไม่ยุติธรรมในสังคม ที่เราต้องกดทับไว้โดยการไม่คิดหรือไม่พูดถึง ซึ่งการกดทับประสบการณ์ที่เกิดจากความไม่เป็นธรรมเช่นนี้ มีสาเหตุจากการที่ผู้คนในสังคมมีแนวโน้มที่จะประณาม ดูถูก ตัดสิน ลงโทษ ขำเค็ม หรือตำหนิเรา หากเราเปิดเผยเรื่องราวความทุกข์ของเรา การไม่พูดถึงจึงเป็นกลไกเพื่อปกป้องตัวเราเองไม่ให้ถูกกระทำซ้ำสอง อย่างไรก็ตาม การกดทับความทุกข์ที่เกิดจากความไม่เป็นธรรมเช่นนี้ไม่ใช่การเยียวยาที่แท้จริง เพราะเรายังไม่ได้ทำความเข้าใจสาเหตุที่มาของความทุกข์นั้นอย่างลึกซึ้ง การกดทับประสบการณ์จึงเป็นเพียงกลไกที่ช่วยให้เรามีชีวิตอยู่รอดมาได้ แต่กลไกนี้มีข้อจำกัด เพราะมันไม่สามารถช่วยให้เราปล่อยวางความทุกข์ที่ถูกฝังกลบอยู่ในใจเราได้อย่างแท้จริง ดังนั้น เมื่อใดก็ตามที่บาดแผลที่ไม่เคยได้รับการเยียวยานี้ถูกสะกิดให้เปิดออก เราก็จะรู้สึกเจ็บปวดอยู่ร่ำไป แต่การทำกิจกรรมสั้นโอกาสและอภิสิทธิ์ ถือเป็นการกระบวนกรเยียวยาและฟื้นฟูอำนาจภายในและคุณค่าของเราให้กลับคืนมา โดยเริ่มจากการทำความเข้าใจว่า ปัญหาที่เกิดขึ้นกับเราหรือครอบครัวของเราเป็นเพราะระบบสังคมที่ไม่เป็นธรรม ไม่ใช่เพราะเราบกพร่องหรือเป็นกรรมเก่าของเรา

นอกจากนี้ บางครั้งคนที่มีอัตลักษณ์กระแสหลักในกลุ่มผู้เรียน ซึ่งเป็นผู้ที่มีโอกาส อำนาจและอภิสิทธิ์มากกว่าคนอื่น เมื่อพบว่าตนเองได้ยืนอยู่แถวหน้า ๆ เมื่อเสร็จกิจกรรม คน

เหล่านี้ก็อาจรู้สึกอึดอัด และรู้สึกผิดกับสถานะและโอกาสทางสังคมของตนเอง ในกรณีเช่นนี้ กระบวนการต้องย้ำว่า กิจกรรมนี้ย่อมทำให้คนเหล่านี้รู้สึกอึดอัดแน่นอน เพราะเขาถูกชี้ให้มองเห็นระบบที่ไม่ยุติธรรมที่อยู่ตรงหน้า เขาได้เห็นสิ่งๆ หนึ่งว่า ความแตกต่างและไม่เท่าเทียมดำรงอยู่แม้แต่ในหมู่นักกิจกรรมสังคมด้วยกันเอง และเขาเองก็เป็นคนหนึ่งที่ได้รับประโยชน์จากโอกาส อำนาจ และอภิสิทธิ์ที่ระบบสังคมมอบให้ เท่ากับว่าเขาเองก็เป็นส่วนหนึ่งของระบบสังคมที่ไม่เป็นธรรมนี้ด้วย แต่กระบวนการควรย้ำว่า กิจกรรมนี้มีวัตถุประสงค์ที่จะให้กลุ่มคนที่ได้รับโอกาส อำนาจและอภิสิทธิ์ ได้รับรู้เกี่ยวกับระบบสังคมที่ไม่เป็นธรรม และให้ก้าวข้ามพ้นไปจากความรู้สึกผิด แล้วหันมาร่วมมือกับคนที่อยู่ชายขอบ (ทั้งที่อยู่ในกลุ่มผู้เรียนและในสังคม) เพื่อคิดหาวิธีที่จะเปลี่ยนแปลงระบบสังคมที่ไม่เท่าเทียม และไม่เป็นธรรม ที่เป็นต้นตอของปัญหา

15. เราจบกิจกรรมนี้ ด้วยการให้คนที่มียอดลักษณะกระแสหลัก เช่น มีการศึกษาสูง มีฐานะทางเศรษฐกิจดี ตำแหน่งหน้าที่การงานสูง มีอาวุธมากกว่า หรือเป็นคนชาติพันธุ์กระแสหลัก เลือกลงไปหาคนที่มียอดลักษณะชายขอบ (ในยอดลักษณะเดียวกัน เช่น รู้ว่าตนเองจบการศึกษาสูง ก็ให้ไปจับคู่กับคนที่เรียนไม่จบมหาวิทยาลัย เป็นต้น) เพื่อไปขอให้คนยอดลักษณะชายขอบที่เราเลือกเป็นคู่ได้เล่าประสบการณ์ความทุกข์ในฐานะที่เขาเป็นคนชายขอบ ส่วนผู้ที่มียอดลักษณะกระแสหลักมีหน้าที่ฟังอย่างลึกซึ้ง โดยไม่ให้คำแนะนำ แก่ตัว หรือหาทางออกแทนเพื่อน และเมื่อคนที่มียอดลักษณะชายขอบเล่าเรื่องของตนเองจบแล้ว ให้คนที่มียอดลักษณะกระแสหลักถามคู่ของตนเองว่า ในฐานะที่เขาเป็นคนที่อยู่ในกระแสหลัก มีโอกาส อำนาจและอภิสิทธิ์มากกว่า เขาควรจะปฏิบัติตัวอย่างไร เพื่อจะได้เป็นเพื่อนที่ดีของคนที่มียอดลักษณะชายขอบ ทั้งในกลุ่มนี้และในสังคม และเขาควรทำอะไรบ้าง เพื่อจะเป็นกัลยาณมิตรในการเปลี่ยนแปลงสังคมที่เลือกปฏิบัติต่อคนที่มียอดลักษณะชายขอบต่าง ๆ

ข้อแนะนำสำหรับกระบวนการ

- * กิจกรรมนี้เป็นกิจกรรมที่หนัก และอาจทำให้ผู้เรียนเกิดความรู้สึกสะท้อนใจ หรือความ

รู้สึกที่เข้มข้นอื่นๆ ได้ จึงควรดำเนินการโดยกระบวนการที่มีประสบการณ์ในการจัดการกับประเด็นโอกาส อำนาจและอภิสิทธิ์ และในระหว่างทำกิจกรรม กระบวนการต้องคอยสังเกตอารมณ์ของผู้เรียนไปด้วย เช่น อาจมีบางคนที่อยู่เคร่งเครียดมากหรือร้องไห้ ทั้งขณะทำกิจกรรมหรือเมื่อเสร็จกิจกรรมแล้ว ในสถานการณ์เช่นนี้ กระบวนการจะต้องเป็นผู้ที่สามารถโอบอุ้มความรู้สึกของทุกคนในกลุ่มได้

- * กิจกรรมนี้ควรทำเมื่อกระบวนการอ่านกลุ่ม และเห็นว่าผู้เรียนมีความไว้วางใจกันค่อนข้างมากแล้ว โดยส่วนใหญ่ เราควรทำกิจกรรมนี้ในช่วงท้ายของการอบรมที่ใช้เวลา 7 หรือ 10 วัน
- * หากจะทำกิจกรรมนี้ กระบวนการต้องจัดเวลาให้มากพอ และต้องเผื่อเวลาไว้สำหรับการโอบอุ้มอารมณ์ความรู้สึกของผู้เรียนบางคน ที่อาจรู้สึกสะท้อนใจจากการทำกิจกรรมนี้ รวมทั้งจัดการกับอารมณ์ความรู้สึกของกลุ่มผู้เรียนทั้งหมด และไม่ควรถัดกิจกรรมนี้ไว้ในวันสุดท้ายของการอบรม ซึ่งเป็นช่วงที่ผู้เรียนบางส่วนพะวงหรือเร่งรีบกับการเดินทางกลับ

ตัวอย่างประโยคที่ใช้อ่านในกิจกรรมเส้นโอกาสและอภิสิทธิ์

- เราเกิดมาในครอบครัวที่พ่อแม่ไม่รู้หนังสือ หรือมีการศึกษาน้อย (ถอยหลังหนึ่งก้าว)
- เราเกิดมาในครอบครัวที่พ่อแม่มีอาชีพรับจ้าง เป็นเกษตรกรยากจน หรือไม่มีที่ดินเป็นของตนเอง (ถอยหลังหนึ่งก้าว)
- เราเกิดมาในครอบครัวที่มีรายได้มั่นคง เช่น จากการทำธุรกิจ หรือรับราชการ (ก้าวไปข้างหน้าหนึ่งก้าว)
- เราเติบโตมาในครอบครัวที่มีการใช้ความรุนแรง (ถอยหลังหนึ่งก้าว)
- ในวัยเด็ก เรามีประสบการณ์กินข้าวพร้อมหน้าพร้อมตาพ่อแม่ลูกเป็นประจำ (ก้าวไปข้างหน้าหนึ่งก้าว)

- ในวัยเด็ก พ่อแม่พาเราไปเที่ยวที่ต่าง ๆ เช่น ไปทะเล ไปต่างจังหวัด หรือไปกรุงเทพฯ เป็นประจำ (ก้าวไปข้างหน้าหนึ่งก้าว)
- ในวัยเด็ก เราเข้าเรียนในโรงเรียนที่ใช้ภาษาอื่น เช่น ภาษาไทยกลาง ซึ่งไม่ใช่ภาษาที่เราพูดที่บ้าน ทำให้การเรียนของเรายากขึ้น (ถอยหลังหนึ่งก้าว)
- เรามีหรือเคยมีคนในครอบครัวที่ติดเหล้า ติดยาเสพติด เคยเป็นผู้ต้องหา หรือติดคุก (ถอยหลังหนึ่งก้าว)
- เราเป็นชนกลุ่มน้อยทางศาสนาในสังคมไทย (ถอยหลังหนึ่งก้าว)
- เราเคยถูกดูถูก ล้อเลียน หรือเลือกปฏิบัติ เพราะความเป็นชาติพันธุ์ของเรา (ถอยหลังหนึ่งก้าว)
- เราถูกเลือกปฏิบัติเพราะเพศภาวะ หรือรสนิยมทางเพศของเรา (ถอยหลังหนึ่งก้าว)
- เราเรียนไม่จบมหาวิทยาลัย เพราะฐานะทางบ้านยากจน (ถอยหลังหนึ่งก้าว)
- เราเรียนจบสูงกว่าระดับปริญญาตรี (ก้าวไปข้างหน้าหนึ่งก้าว)
- เราไม่สามารถเปิดเผยรสนิยมทางเพศของตัวเองได้ หรือหากจะเปิดเผย เรามักต้องคิดหนักก่อนทุกครั้งไป (ถอยหลังหนึ่งก้าว)
- เราถูกเลือกปฏิบัติหรือถูกตั้งคำถามเชิงตัดสิน เพราะสถานภาพการสมรสของเรา เช่น เราเป็นคนโสดที่มีอายุมาก เป็นแม่เลี้ยงเดี่ยว หรือแม่หม้าย (ถอยหลังหนึ่งก้าว)
- เวลาที่เราป่วยและไปโรงพยาบาล เรากลัวว่าระบบการแพทย์จะเลือกปฏิบัติต่อเราอย่างไม่เท่าเทียมกับคนอื่น เพราะสาเหตุเรื่องเพศภาวะ รสนิยมทางเพศ ชาติพันธุ์ หรือภาวะการติดเชื้อของเรา (ถอยหลังหนึ่งก้าว)
- เรารู้สึกไม่ปลอดภัย และมีความกลัวว่าจะถูกลวนลามทางเพศเวลาอยู่ในที่สาธารณะ ขณะเดินทาง หรือแม้แต่ในที่ทำงาน (ถอยหลังหนึ่งก้าว)

- เราเคยถูกลวนลาม หรือคุกคามทางเพศ (ถอยหลังหนึ่งก้าว)
- ในที่ทำงาน เรามีบทบาทเป็นฝ่ายสนับสนุนการทำงานของคนอื่น เช่น ทำงานธุรการ และไม่ได้มีส่วนร่วมในการกำหนดแผนงานหรือนโยบายขององค์กร (ถอยหลังหนึ่งก้าว)
- เราเป็นหัวหน้างาน มีบทบาทในการตัดสินใจ กำหนดแผนงาน และกำกับดูแลงานของผู้ร่วมงานคนอื่นๆ (ก้าวไปข้างหน้าหนึ่งก้าว)
- งานที่เรารับผิดชอบ ทำให้เรามีโอกาสเดินทางไปเรียน อบรม ประชุม หรือดูงานในต่างประเทศ (ก้าวไปข้างหน้าหนึ่งก้าว)
- เราเคยมีโอกาสดำเนินทางท่องเที่ยวในต่างประเทศ (ก้าวไปข้างหน้าหนึ่งก้าว)
- เราใช้ภาษาอังกฤษได้ ทำให้เข้าถึงโอกาสทางสังคมและอาชีพการงานได้ง่ายขึ้น (ก้าวไปข้างหน้าหนึ่งก้าว)
- ในปัจจุบัน เรามีความมั่นคงเรื่องรายได้ และไม่ต้องกังวลเรื่องการหารายได้ให้พอกับค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือน (ก้าวไปข้างหน้าหนึ่งก้าว)
- เราไม่มีภาระทางการเงินต่อครอบครัว และไม่จำเป็นต้องส่งเสียเลี้ยงดูสมาชิกอื่นของครอบครัว (ก้าวไปข้างหน้าหนึ่งก้าว)
- เรามีลูก พ่อแม่หรือสมาชิกครอบครัวคนอื่นๆ ที่เราต้องรับผิดชอบเลี้ยงดูหรือส่งเสียแต่เพียงลำพัง (ถอยหลังหนึ่งก้าว)

หมายเหตุ

กิจกรรมนี้ประยุกต์จากกิจกรรมชื่อ Level the playing field ที่พัฒนาขึ้นเพื่อใช้สอนให้ผู้เรียนเข้าใจเรื่องความไม่เท่าเทียมในสังคม อันเป็นผลมาจากการที่ระบบในสังคมเลือกปฏิบัติอย่างไม่เป็นธรรมต่อกลุ่มคนชายขอบ เนื่องมาจากระดับการศึกษา สีมืด เพศ ชชาติพันธุ์ ชนชั้น

และศาสนา เป็นต้น เป้าหมายของการสร้างกิจกรรมนี้ก็เพื่อให้ผู้เรียนเห็นว่า เราสามารถสร้างสังคมที่มีพื้นที่และโอกาสให้กับคนทุกคนอย่างเท่าเทียมกันได้ อย่างน้อยก็ภายในขอบการทำงานเพื่อสังคมด้วยตนเอง

กิจกรรมบารอมิเตอร์

วัตถุประสงค์: เพื่อสำรวจความคิดเห็นและทัศนคติของผู้เรียน ที่มีต่อประเด็นทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาการอบรม บารอมิเตอร์เป็นกิจกรรมผ่านประสบการณ์ ที่ทำให้ผู้เรียนได้เคลื่อนไหวร่างกายเพื่อแสดงจุดยืนของตนเอง และยังสามารถเปลี่ยนจุดยืนได้โดยการย้ายที่ยืนในระหว่างกิจกรรม กิจกรรมนี้เป็นเครื่องมือที่ช่วยให้เห็นถึงความแตกต่างทางความคิดในหมู่ผู้เรียนต่อประเด็นนั้นๆ และเป็นพื้นที่สำหรับการแสดงออกและรับรู้ถึงความเห็นหรือมุมมองที่แตกต่างกัน โดยไม่มีการตัดสินว่าใครถูกใครผิด ไม่ว่าจะเป็นการตัดสินระหว่างผู้เรียนด้วยกันเอง หรือโดยกระบวนการ ประเด็นหรือหัวข้อที่เลือกจึงมักจะเป็นเรื่องที่คนในสังคมยังมีความเห็นแตกต่างกันอยู่มาก เป็นเรื่องที่ท้าทายและกระตุ้นให้เกิดการถกเถียงในทางความคิด ความเชื่อ และระบบคุณค่า ทั้งในสังคมวงกว้างและในระหว่างนักกิจกรรมสังคมด้วยกันเอง ซึ่งการแลกเปลี่ยนหรือถกเถียงโดยไม่ตัดสินถูกผิด จะช่วยขยายมุมมอง ความคิดและความเข้าใจของคนทำงาน

วัสดุอุปกรณ์: ป้ายที่ทำจากกระดาษเอสี่ เขียนข้อความว่า “เห็นด้วย 100 เปอร์เซ็นต์” หนึ่งแผ่น และป้ายชนิดเดียวกัน เขียนข้อความว่า “ไม่เห็นด้วย 100 เปอร์เซ็นต์” อีกหนึ่งแผ่น กระดาษกาว สำหรับใช้ติดป้าย อุปกรณ์ที่สมมุติเป็นไมโครโฟน เช่น ปากกาเมจิก

ระยะเวลาในการดำเนินการ: ประมาณ 45 นาที ถึง 1 ชั่วโมง

สิ่งที่ต้องเตรียมก่อนดำเนินกิจกรรม: ทีมกระบวนการร่วมกันคิดถึงประเด็นที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาการอบรม และที่ยังเป็นหัวข้อที่ผู้เรียนมีความคิดเห็นหรือทัศนคติแตกต่างกันอยู่มาก แล้วเขียนประเด็นเหล่านั้นในรูปประโยคบอกเล่า ตัวอย่างจากการอบรมเรื่องฐานคิดการทำงานเรื่องผู้หญิง เราเห็นว่า มีบางประเด็นที่สำคัญ และผู้เรียนน่าจะมีความคิดเห็นแตกต่าง เช่น ประเด็นเกี่ยวกับความรุนแรงในครอบครัว ประเด็นคนรักเพศเดียวกัน การทำแท้ง ประเด็นเรื่องกรอบความเป็นเพศ (เมียที่ดี แม่ที่ดี) หรือการใช้อำนาจ เป็นต้น

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม:

1. จัดห้องให้มีพื้นที่ว่างจากเก้าอี้และโต๊ะ และมีพื้นที่กว้างพอสำหรับการเคลื่อนไหวไปมาของผู้เรียนในระหว่างทำกิจกรรม
 2. ติดป้าย “เห็นด้วย 100 เปอร์เซ็นต์” ไว้ที่ผนังด้านหนึ่งของห้อง และติดป้าย “ไม่เห็นด้วย 100 เปอร์เซ็นต์” ไว้ที่ผนังฝั่งตรงข้าม
 3. อธิบายกิจกรรม วัตถุประสงค์ของกิจกรรม และกติกา โดยบอกผู้เรียนว่า เราจะทำกิจกรรม บารอมิเตอร์ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่จะช่วยให้ผู้เรียนทุกคนสามารถแสดงความคิดเห็น ทศนคติ และจุดยืนของตนเองได้อย่างเป็นอิสระ โดยกระบวนการจะอ่านประโยคที่เป็นความเห็นต่อประเด็นต่างๆ ทีละประโยค โดยเตือนล่วงหน้าให้ผู้เรียนตั้งใจฟังประโยค หากไม่เข้าใจให้ขอคำอธิบายจากกระบวนการ หรือขอให้อ่านซ้ำ และเมื่อเข้าใจประโยคชัดเจนแล้ว ให้ผู้เรียนหาที่ยืนของตนเองบนพื้นที่ระหว่างป้ายทั้งสอง โดยผู้ที่เห็นด้วยที่สุดกับประโยค หรือเห็นด้วยมาก ให้ยืนชิดหรือใกล้กับป้าย “เห็นด้วย 100 เปอร์เซ็นต์” ตามลำดับ ส่วนผู้ที่ไม่เห็นด้วยอย่างที่สุดหรือไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ก็ให้ยืนชิดหรือใกล้กับป้าย “ไม่เห็นด้วย 100 เปอร์เซ็นต์” ส่วนคนที่เหลือที่ค่อนข้างเห็นด้วย ค่อนข้างไม่เห็นด้วย ก็ให้เลือกยืนใกล้หรือห่างจากป้ายทั้งสองตามระดับความเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยของตนเอง และคนที่มีความเห็นกลางๆ ก็เลือกยืนตรงจุดกึ่งกลางระหว่างป้ายทั้งสอง เป็นต้น
 4. หลังจากอ่านประโยคหนึ่งจบ และทุกคนเลือกที่ยืนได้แล้ว กระบวนการจะเริ่มสัมภาษณ์เพื่อฟังความเห็นของผู้เรียนที่ยืนกระจาย หรือจับกลุ่มกันอยู่ในจุดต่างๆ ระหว่างป้าย การถามอาจเริ่มจากคนที่ยืนแยกห่างจากคนอื่นๆ ก่อน กรณีที่มีคนยืนจับกลุ่มตรงจุดใดจุดหนึ่งเป็นกลุ่มใหญ่ ให้เลือกถามเพียง 2-3 คน แต่พยายามถามให้กระจายตลอดทุกช่วงความเห็น แต่ในแต่ละรอบไม่จำเป็นต้องถามครบทุกคน เพราะจะใช้เวลามากเกินไป
- ในการสัมภาษณ์ กระบวนการจะขอให้ผู้เรียนที่ถูกถาม พูดแสดงความเห็นหรือเหตุผลที่เขาเลือกยืนที่จุดนั้นๆ หรืออธิบายว่าการเลือกยืนที่จุดนั้นๆ หมายความว่าอย่างไร เขา

คิดหรือรู้สึกอย่างไร โดยระหว่างนี้อาจยื่นอุปกรณ์แทนไมโครโฟนให้ผู้ตอบถือไว้ เพื่อเป็นเครื่องหมายว่าคน ๆ นี้กำลังพูด และเพื่อเตือนไม่ให้คนอื่นพูดแทรก หรือจับกลุ่มคุยกันเอง ก่อนที่จะเริ่มถามคำถาม กระบวนการจะเตือนให้ทุกคนฟังความเห็นของคนที่จะถูกสัมภาษณ์ แล้วคิดตามว่า เขาคิดต่างหรือสอดคล้องกับเราอย่างไร หากฟังความเห็นของบางคนแล้ว คล้อยตาม หรือหลังจากคิดทบทวนดูแล้ว ผู้เรียนต้องการเปลี่ยนที่ยืนเพื่อแสดงความเห็นที่เปลี่ยนไป ก็สามารถทำได้ตลอดเวลา จนกว่าจะมีการอ่านประโยคถัดไป และเมื่อสัมภาษณ์เสร็จรอบหนึ่ง กระบวนการควรเตือนผู้เรียนว่า เขายังสามารถเปลี่ยนจุดยืนได้ และเมื่อใดที่มีผู้ย้ายที่ยืน ให้กระบวนการถามคนนั้น ๆ เพิ่มเติมว่า อะไรทำให้เขาเปลี่ยนที่ยืน และขอให้บอกเล่าความคิดความเชื่อใหม่ที่เกิดขึ้นในตัวเขาให้กลุ่มฟัง

ในขั้นตอนนี้ กระบวนการควรเตือนผู้เรียนว่า พวกเขาสามารถพูดอธิบายความคิดตามจุดยืนของตนเองได้อย่างเต็มที่ แต่ไม่ให้วิพากษ์วิจารณ์ความเห็นของผู้อื่นที่พูดไปแล้ว ในเชิงตัดสินว่าผิดหรือไม่เหมาะสม

5. เมื่อทำกิจกรรมครบตามประโยคที่เตรียมไว้แล้ว ให้ผู้เรียนกลับมานั่งในวงใหญ่ จากนั้นกระบวนการถามความรู้สึกจากการทำกิจกรรม และถามว่าผู้เรียนได้เรียนรู้อะไรจากกิจกรรมบ้าง

ข้อแนะนำสำหรับกระบวนการ

- กระบวนการต้องไม่พูดแสดงความคิดเห็นต่อประโยคใด ๆ ในขณะทำกิจกรรมนี้ เพราะความเห็นของกระบวนการอาจกลายเป็นการชี้นำความคิดต่อผู้เรียน
- ระวังอย่าให้มีการกดดันหรือโน้มน้าวกันเองในหมู่ผู้เรียน เพื่อให้ทุกคนมีอิสระในการคิด และแสดงจุดยืนของตน
- แม้ว่าในการสัมภาษณ์ท้ายประโยคแต่ละประโยค เราจะไม่สามารถสัมภาษณ์ผู้เรียนให้ครบ

ทุกคนได้ แต่ตลอดกิจกรรม ให้กระบวนการพยายามกระจายการสัมผัสภาษาณไปให้ทั่วถึงผู้เรียนทุกคน เมื่อเปลี่ยนประโยคใหม่ ก็ให้พยายามมองหาคนใหม่ที่จะสัมผัสภาษา ไม่ควรสัมผัสภาษาคนเดิมซ้ำๆ มากเกินไป

- สร้างบรรยากาศให้สนุกและปลอดภัยสำหรับการแสดงความเห็นหรือจุดยืนที่แตกต่างกันไป เน้นย้ำให้แต่ละคนเชื่อมั่นและกล้าแสดงจุดยืนของตัวเอง และเชิญชวนให้ฟังและพิจารณาความเห็นของผู้อื่น และพร้อมที่จะเปลี่ยนจุดยืนของตนหากเห็นด้วยกับความเห็นของผู้อื่นที่คิดต่างออกไป
- เราสามารถใช้บาร์อิมิตอร์ในช่วงต้นๆ ของการอบรม เพื่อสำรวจคุณค่าและทัศนคติของผู้เรียนต่อประเด็นต่างๆ ซึ่งเป็นความเชื่อที่ถูกปลูกฝังมา ทั้งนี้เพื่อกระบวนการจะได้ออกแบบหรือกำหนดกิจกรรมให้เอื้อต่อการรื้อถอนความคิดความเชื่อบางอย่าง เช่น การยอมรับความรุนแรง การเกลียดกลัวคนรักเพศเดียวกันหรือคนข้ามเพศ และความเชื่อผิดๆ เรื่องกรรมเก่า เป็นต้น

ตัวอย่างประโยคที่ใช้ในกิจกรรมบาร์อิมิตอร์สำหรับการอบรมเรื่องเพศภาวะและเพศวิถี

- ผู้หญิงต้องให้ความสำคัญกับครอบครัวเป็นอันดับแรก และต้องเสียสละได้ทุกอย่างเพื่อให้ครอบครัวมีความสุข
- การคุกคามทางเพศต่อผู้หญิงจะไม่เกิดขึ้นเลย หากผู้หญิงไม่เป็นฝ่ายเปิดช่องให้ผู้ชายเสียเอง
- ผู้หญิงที่ใช้ร่างกายของตัวเองเข้าแลกกับความก้าวหน้าในอาชีพการงาน คือผู้หญิงที่มีอำนาจในการกำหนดชีวิตตนเอง
- ผู้หญิงที่ถูกแฟนหรือสามีใช้ความรุนแรง ลึกๆ แล้ว เขาไม่อยากเลิกกับแฟนหรือสามี ดังนั้น เมื่อเกิดปัญหาความรุนแรงในครอบครัวขึ้น คนรอบข้างจึงควรหาทางไกล่เกลี่ยให้เขาได้คืนดีกัน

- คนรักเพศเดียวกันหรือคนข้ามเพศ (กะเทยหรือทอม) ควรพยายามทำตัวเป็นคนดี และประพฤติตัวให้เหมาะสม เพื่อให้สังคมยอมรับ
- เราอาจรู้สึกสงสารและเห็นใจผู้หญิงที่ท้องไม่พร้อม แต่หากเขาต้องการทำแท้ง เราก็ไม่ควรสนับสนุนหรือเข้าไปให้การช่วยเหลือให้เขาได้ทำแท้ง เพราะการทำแท้งเป็นบาป

หมายเหตุ

บารอมิเตอร์คือเครื่องมือที่ใช้วัดค่าความกดอากาศ ในที่นี้เราใช้คำว่าบารอมิเตอร์เป็นชื่อเรียกกิจกรรมในเชิงเปรียบเทียบ เพราะกิจกรรมนี้เป็นเครื่องมือที่จะบ่งบอกถึงจุดยืนด้านความคิด ความเชื่อ ทศณคติ และระบบการให้คุณค่าของผู้เรียนแต่ละคนต่อเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ขณะเดียวกัน ผู้เรียนก็จะได้เรียนรู้มุมมองหรือทศณคติที่แตกต่างของผู้อื่นต่อประเด็นนั้นๆ ด้วย

การใช้ภาพยนตร์เพื่อการเรียนรู้ประเด็นสังคม

ภาพยนตร์เป็นเครื่องมือที่มีประโยชน์ในการช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ประเด็นสังคมที่เรากำลังนำเสนอ เช่น เรื่องเพศภาวะ เพศวิถี และการทำงานเพื่อเปลี่ยนแปลงสังคม เพราะภาพยนตร์คือภาพสะท้อนความคิด ทศนคติ และพฤติกรรมของคนในสังคม กระบวนการควรใช้ภาพยนตร์หลังจากจบกิจกรรมในหัวข้อที่เกี่ยวข้องแล้ว เพื่อแสดงตัวอย่างรูปธรรมในสังคม ที่จะช่วยย้าให้ผู้เรียนเข้าใจประเด็นที่เพิ่งเรียนรู้ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

ก่อนฉายภาพยนตร์ กระบวนการควรเล่าภูมิหลังของภาพยนตร์ว่าเป็นเรื่องเกี่ยวกับอะไร และควรบอกคำถามหรือประเด็นเฉพาะที่ต้องการให้ผู้เรียนใส่ใจหรือตั้งข้อสังเกตเป็นพิเศษ หลังจบภาพยนตร์ให้ถามความรู้สึกของผู้เรียน และแลกเปลี่ยนประเด็นการเรียนรู้ตามโจทย์ที่ให้ไว้ในตอนต้น

ตัวอย่างภาพยนตร์บางเรื่องที่ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรมเลือกใช้ เช่น

- Whale Rider – ช่วยเสริมความเข้าใจเรื่องกระบวนการหล่อหลอมความเป็นเพศหญิง เพศชาย และความไม่เท่าเทียมระหว่างเพศ
- The Joy Luck Club – มีเนื้อหาเกี่ยวกับการปลูกฝังความเชื่อ และสร้างการยอมรับเรื่องกรอบความเป็นหญิง
- อำแดงเหมือนกับนายริด – มีเนื้อหาที่ชี้ให้เห็นระบบการกดขี่ทางเพศของสังคมไทยในอดีต
- Better Than Chocolate – มีเนื้อหาที่แสดงถึงเพศวิถีที่แตกต่างหลากหลายที่ดำรงอยู่ในสังคม ตลอดจนสถานการณ์ในชีวิตซึ่งคนที่มีเพศวิถีต่าง ๆ ต้องเผชิญ
- Beautiful Boxer (ภาพยนตร์ไทย) หรือ Ma Vie En Rose – เรื่องแรกมีเนื้อหาเกี่ยวกับเพศวิถีและชีวิตของกะเทยไทย ส่วนเรื่องหลังเป็นบริบทต่างประเทศ
- If These Walls Could Talk – เป็นเรื่องราววิถีชีวิตและเพศวิถีของหญิงรักหญิงในบริบทสังคมอเมริกันยุคต่าง ๆ
- Milk – เป็นเรื่องเกี่ยวกับการเกิดขึ้นของขบวนการทางสังคม เพื่อเรียกร้องสิทธิของของคนรักเพศเดียวกันในอเมริกา

*Not only is another world possible, she is on her way. On a quiet day
I can hear her breathing.*

Arundhati Roy

โลกใหม่ไม่เพียงแต่เป็นไปได้เท่านั้น เธอกำลังเดินทางมา ในวันที่เงียบสงบ ฉันได้ยิน
เสียงลมหายใจของเธอ

อรุณธาดิ รอย



บทส่งท้าย

การทำงานเพื่อความเป็นธรรมทางเพศและความเป็นธรรมด้านอื่น ต้องอาศัยองค์ความรู้และวิธีการเรียนรู้ที่ต่างออกไปจากแนวคิดและการเรียนการสอนกระแสหลัก ในส่วนขององค์ความรู้ แนวคิดหลักที่จะช่วยให้เราเข้าใจปัญหาความไม่เป็นธรรมทั้งหลาย คือการทำความเข้าใจว่าเราอยู่ในสังคมแบบวัฒนธรรมครอบงำ ที่มีลักษณะอำนาจนิยม และมีการจัดโครงสร้างความสัมพันธ์เชิงอำนาจแบบมีลำดับชั้นสูงต่ำ ตั้งแต่ในระดับครอบครัว ชุมชน สถาบัน หรือแม้แต่ในองค์กรที่ทำงานด้านความเป็นธรรมเอง และสังคมแบบวัฒนธรรมครอบงำยังมีลักษณะชายเป็นใหญ่ ที่หมายถึงความคิด ความเชื่อและวิถีปฏิบัติของระบบเพศที่กำหนดบทบาทหน้าที่ อำนาจ สถานภาพความเป็นเพศและร่างกายของผู้ชาย ให้เหนือกว่าหรือมีคุณค่ากว่าผู้หญิง ระบบเพศนี้มีการสั่งสอนอบรมสืบทอดมานานหลายศตวรรษ ผ่านสถาบันหลักต่าง ๆ เช่น ครอบครัว วัฒนธรรม ประเพณี การศึกษา กฎหมาย สาธารณสุข และศาสนา ระบบคิดและวิถีปฏิบัตินี้ เป็นรากเหง้าที่นำไปสู่ความไม่เท่าเทียม ความรุนแรง และการเลือกปฏิบัติทางเพศ ซึ่งกระทบต่อสุขภาวะและชีวิตของผู้หญิง ทั้งทางกาย เพศ อารมณ์ความรู้สึก ปัญญาและจิตวิญญาณ รวมทั้งความเข้าใจต่อร่างกาย และอัตลักษณ์หรือตัวตนของผู้หญิงเอง

ในทางสังคม ความไม่เท่าเทียมนี้ส่งผลต่อสภาพเศรษฐกิจ การเมือง และการพัฒนาสังคมด้านอื่น ๆ ระบบเพศนี้สร้างความเป็นชายที่หมายถึงการใช้อำนาจ การควบคุม การเป็นเจ้าของ การเป็นศูนย์กลาง และการใช้ความรุนแรงต่อผู้หญิงและผู้ชายที่มีอำนาจน้อยกว่า การสร้างความเป็น

เพศยังรวมถึงการผลิตซ้ำเพื่อสืบทอดระบบเพศวิถี ที่หล่อหลอมให้ผู้หญิงทำหน้าที่สนองตอบความต้องการทางเพศของผู้ชายผ่านการเป็นเมียหรือแฟนที่ดี โดยที่ตนเองอาจไม่มีความสุขทางเพศหรือถูกใช้ความรุนแรงทางเพศ เพื่อให้สามีมีความสุข และเพื่อรักษาสถาบันครอบครัวไว้ กรอบเพศวิถีนี้ทำให้ผู้ชายใช้ชีวิตทางเพศที่เสี่ยง ทั้งต่อการติดเชื้อและการใช้ความรุนแรงกับคู่รักและผู้หญิงอื่น

นอกจากนี้ ระบบเพศวิถีแบบชายเป็นใหญ่ยังให้คุณค่าและยอมรับเฉพาะความสัมพันธ์แบบรักต่างเพศ ซึ่งนำไปสู่การปฏิเสธ กีดกัน และการใช้ความรุนแรงต่อกลุ่มคนรักเพศเดียวกันและคนข้ามเพศ เราจะเห็นว่า ทั้งระบบการสร้างความเป็นเพศและเพศวิถีเช่นนี้ ได้สร้างปัญหาและความรุนแรงที่ซับซ้อนหลากหลายรูปแบบให้กับกลุ่มคนทุกอัตลักษณ์ทางเพศและทุกเพศวิถี และหากเราไม่เริ่มต้นอย่างจริงจังในการตั้งคำถาม รื้อถอน และเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมทางเพศที่ฝังรากลึกในสังคมเช่นนี้ ปัญหาดังกล่าวก็จะยิ่งขยายตัวมากขึ้น

นอกจากเรื่องความไม่เท่าเทียมทางเพศแล้ว อีกลักษณะหนึ่งของวัฒนธรรมครอบงำ คือ ลักษณะสังคมที่กลุ่มคนอัตลักษณ์กระแสหลักใช้ระบบความคิด ความเชื่อ ความต้องการ และประสบการณ์ชีวิตของกลุ่มตนในการกำหนดระบบ นโยบาย กติกา กฎระเบียบและประเพณีต่างๆ ในสังคม เพื่อเอื้อความสะดวกสบาย ความปลอดภัย ความมั่นคง และสิทธิให้กับกลุ่มของตนเอง และกระบวนการนี้ได้ทำให้กลุ่มคนอัตลักษณ์ชายขอบถูกกีดกันออกจาก การเข้าถึงทรัพยากร แหล่งอำนาจ โอกาส และการบริการสังคมแบบกระแสหลัก ซึ่งนี่คือความรุนแรงเชิงโครงสร้าง หรือความรุนแรงเชิงสถาบัน

สังคมแบบวัฒนธรรมครอบงำ ยังยอมรับให้ความรุนแรงเป็นส่วนหนึ่งของสถาบันสังคม และเห็นว่าเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ ไม่ว่าจะเป็นความรุนแรงภายในครอบครัว สถาบันการศึกษา ระบบเศรษฐกิจ การเมืองและการทหาร และความรุนแรงเชิงโครงสร้างหรือความรุนแรงระดับสถาบันนี้เอง ที่เป็นเหตุปัจจัยหลักทำให้กลุ่มคนอัตลักษณ์ชายขอบหลายกลุ่มได้รับความรุนแรงโดยตรง เช่น ผู้หญิง คนรักเพศเดียวกัน คนข้ามเพศ คนยากจน คนชนเผ่า คนมุสลิมและคริสเตียน และผู้ที่นับถือจิตวิญญาณพื้นบ้าน คนที่อยู่หมู่บ้านชนบทห่างไกล คนพิการ คนชรา และวัยรุ่น เป็นต้น

ดังนั้น การสร้างสังคมใหม่จึงจำเป็นต้องมีกรอบคิดใหม่ที่จะเป็นภาพเป้าหมายของการเดินทางเพื่อเปลี่ยนแปลงสังคม เราเรียกภาพฝันใหม่นี้ว่าสังคมแบบวัฒนธรรมอำนาจร่วม ที่มีฐานความคิดความเชื่อเรื่องความเท่าเทียมและความเสมอภาคเป็นแกนหลัก เริ่มตั้งแต่ความเท่าเทียมทางเพศและเพศวิถี ความเท่าเทียมทางเศรษฐกิจและชนชั้น ชาติพันธุ์ ศาสนา และอื่นๆ และแนวคิดเหล่านี้ต้องเข้าไปอยู่ในโครงสร้างหรือสถาบันหลักต่างๆ ของสังคม วัฒนธรรมอำนาจร่วมคือวัฒนธรรมที่ไม่ยอมรับความรุนแรง ทั้งที่เป็นความรุนแรงทางตรงและความรุนแรงเชิงโครงสร้าง และไม่ยอมรับการใช้ความรุนแรงในการแก้ไขความขัดแย้ง วัฒนธรรมนี้เชื่อมั่นในสันติวิธีและการเคารพความแตกต่างหลากหลาย รวมถึงการที่มนุษย์เรียนรู้ที่จะเคารพและเป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติอย่างสอดคล้องกลมกลืน มีการค้นพบหลักฐานทางประวัติศาสตร์ที่บอกถึงสังคมชนเผ่าโบราณ (เช่น ชาวอินเดียนแดงในสหรัฐอเมริกา ชาวเคลต์ในสกอตแลนด์ ชนเผ่าบางกลุ่มในประเทศลาวและไทย) ที่มีลักษณะความสัมพันธ์แบบวัฒนธรรมอำนาจร่วม ทั้งด้านเพศและชาติพันธุ์ รวมทั้งมีวิถีชีวิตที่มีความสัมพันธ์อย่างสมดุลกับธรรมชาติ ซึ่งปัจจุบันเราสามารถเห็นและศึกษาสังคมแบบนี้ได้ในหลายประเทศ เช่น ประเทศสแกนดิเนเวีย เนเธอร์แลนด์ และนิวซีแลนด์ เป็นต้น

วัฒนธรรมอำนาจร่วมคือการแบ่งปันแหล่งอำนาจที่เรามีอยู่ เช่น ทรัพย์สินเงินทอง ความรู้ ข้อมูล ทักษะ และเวลา เป็นต้น ซึ่งเป็นสิ่งที่สามารถทำได้ตั้งแต่ระดับปัจเจก กลุ่ม สถาบัน รัฐหรือระดับโลก นอกจากนี้ยังมีการใช้อำนาจร่วมในการตัดสินใจและกำหนดกฎระเบียบและกติกาการเข้าถึงทรัพยากร มีการรับฟังความคิดเห็นและเคารพความแตกต่าง การทำความเข้าใจ เคารพและเห็นคุณค่าของผู้อื่น และมีความเมตตากรุณาต่อผู้อื่น โดยเฉพาะคนที่ต่างจากเรา วัฒนธรรมอำนาจร่วมคือการฟื้นฟูและสร้างเสริมอำนาจภายในของผู้คน ให้มีสถานะแห่งความสามารถและความเข้มแข็งทางจิตใจและจิตวิญญาณ ซึ่งคือการพัฒนาปัญญา ความรัก ความเมตตา ความเห็นใจและคุณธรรม ที่จะเป็พื้นฐานในการแก้ไขปัญหา เพื่อเผชิญกับความกลัวและความรุนแรง และเป็นแนวทางในการใช้ชีวิตที่ดีงามและเป็นสุข

กรอบแนวคิดเรื่องความเป็นธรรม ต้องอาศัยกระบวนการเรียนรู้ที่ต่างไปจากรูปแบบการศึกษากระแสหลักของสังคมปัจจุบัน ที่มีฐานความเชื่อพื้นฐานว่าครูหรือผู้สอนเป็นผู้มีอำนาจ สถานภาพเป็นผู้ควบคุม และมีความรู้เหนือกว่าผู้เรียน และผู้เรียนเปรียบเสมือนแก้วน้ำที่ว่างเปล่า ความเชื่อพื้นฐานเช่นนี้ นำไปสู่วิธีการสอนแบบท่องจำ การส่งผ่านข้อมูลหรือฝึกทักษะบางอย่าง ในแง่

นี้ การศึกษาคือเครื่องมือสร้างการสยบยอม ทำให้ผู้เรียนเกิดความกลัว และยอมรับการครอบงำ หน้าที่ของสถาบันการศึกษาคือ ผลิตประชากรไปประกอบอาชีพตามนโยบายรัฐ หรือกลุ่มชนชั้นนำของสังคม ระบบการศึกษานี้จึงเป็นส่วนหนึ่งที่ค้ำยัน และสืบทอดวัฒนธรรมแบบครอบงำให้ดำรงอยู่ในสังคม

การเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมครอบงำ จึงต้องเริ่มที่การจัดรูปแบบการเรียนรู้ที่มีเป้าหมายเพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้เรียน โดยเป็นการเปลี่ยนความคิดความเชื่อ ทศนคติและพฤติกรรม อันเป็นผลพวงมาจากการหล่อหลอมของวัฒนธรรมครอบงำ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเพศ เพศวิถี การใช้อำนาจ การกดขี่และเอาเปรียบกลุ่มคนชายขอบ หรือการสยบยอมต่อความไม่ยุติธรรมและการครอบงำของรัฐหรือผู้มีอำนาจ ไปสู่วิถีคิดและวิถีชีวิตแบบอำนาจร่วม ที่จะช่วยให้ผู้เรียนและสังคมมีอิสรภาพ ความเสมอภาคและความสุข

การศึกษาเพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลง คือการเรียนรู้เนื้อหาที่เกี่ยวข้องเชื่อมโยงกับชีวิตหรือประสบการณ์ตรงของผู้เรียน โดยวิธีการแบบมีส่วนร่วมที่หลากหลาย ทั้งการคิด วิเคราะห์ และพูดคุยแบ่งปันความรู้สึที่เกิดขึ้นจากประสบการณ์เหล่านั้น หรือที่เรียกว่าการเรียนรู้ด้วยหัวใจ รวมทั้งการร่วมกันคิดหาวิธีแก้ไขปัญา ที่จะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงในชีวิตได้อย่างแท้จริง วิธีการเหล่านี้คือการฟื้นฟูและสร้างเสริมอำนาจในหมู่ผู้เรียน เพื่อให้พวกเขาสามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตตัวเอง และเป็นส่วนหนึ่งของการเปลี่ยนแปลงระบบต่าง ๆ ที่ไม่เป็นธรรมในสังคม

ด้วยเนื้อหา เป้าหมายและวิธีการที่ต่างไปจากการศึกษาอบรมกระแสหลัก ตัวผู้สอนที่เราเรียกว่ากระบวนกร จึงต้องมีบทบาทเป็นผู้อำนวยกรการเรียนรู้ ผู้สร้างแรงบันดาลใจ และผู้จัดกิจกรรม และกระบวนกรแบบผ่านประสบการณ์ ที่จะเอื้อให้เกิดการเรียนรู้และการเปลี่ยนแปลงในกลุ่มผู้เรียน ในขณะที่ตัวเองก็ต้องเรียนรู้และเติบโตไปพร้อม ๆ กันด้วย ดังนั้น กระบวนกรจึงต้องมีความเข้าใจเรื่องความไม่เป็นธรรมในสังคม มีแนวคิดและทักษะในการจัดกระบวนกรเพื่อการศึกษอบรมแบบใหม่นี้

นอกจากการคิดวิเคราะห์ และทำความเข้าใจในระดับปัญหาที่ห้ว และการเรียนรู้ระดับหัวใจผ่าน

อารมณ์ความรู้สึกแล้ว กระบวนการเรียนรู้ก็ต้องอาศัยการพัฒนาด้านจิตวิญญาณไปพร้อม ๆ กัน เพื่อเป็นฐานของการรู้ตัว ในเวลาที่เราเข้าไปติดกับในวิถีคิดหรือพฤติกรรมเดิม ๆ ของวัฒนธรรมครอบงำ การรู้ตัวจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงวิถีคิดและพฤติกรรมเดิม ๆ นี่คือการเปลี่ยนแปลงภายในตัวเองของคนทำงาน เพราะการทำงานแก้ปัญหาความไม่เป็นธรรมในเชิงระบบ ที่ซับซ้อนและสั่งสมมานาน มักจะทำให้คนทำงานเกิดความท้อแท้ มีทั้งความโกรธ ความกลัว และสภาพสิ้นหวัง ซึ่งเป็นความทำลายภายใน นอกเหนือไปจากความเป็นไปได้ ที่ต้องเผชิญกับความขัดแย้งภายในกลุ่ม และเครือข่ายองค์กรที่ทำงานเพื่อเปลี่ยนแปลงสังคมด้วยกันเอง ความทำลายภายในเหล่านี้ ต้องอาศัยสภาพจิตที่ว่าง สโล และสงบ จึงจะช่วยให้คนทำงานไม่ผลัดซ้ำพฤติกรรมหรือวัฒนธรรมเดิม ภาวะจิตวิญญาณที่เข้มแข็งและมั่นคงของปัจเจกและองค์กร จะช่วยให้กระบวนการทำงาน และกระบวนการเปลี่ยนแปลงสังคม มีความราบรื่น มั่นคง และยั่งยืน

หนังสืออ้างอิงและหนังสือประกอบการเขียน

ภาษาไทย

เขมานันท์. 2552. ชีวิตกับความรัก. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สุขภาพใจ.

อวยพร เชื้อนแก้ว. 2551. การสร้างความเป็นผู้นำและการทำงานเป็นทีม: คู่มือการทำงานกับผู้หญิงติดเชื่อเอชไอวี เล่มที่ 1. กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.

อวยพร เชื้อนแก้ว. 2551. การฝึกอบรมผู้อำนวยการเรียนรู้: คู่มือการทำงานกับผู้หญิงติดเชื่อเอชไอวี เล่มที่ 3. กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.

เขมานันท์. 2554. ดวงตาแห่งชีวิต. กรุงเทพฯ: อมรินทร์ธรรมะ.

ภาษาอังกฤษ

Anzaldua, Gloria. 2002. “now let us shift...the path of conocimiento...inner work, public acts”. In this bridge we call home: radical visions for transformation. Gloria Anzaldua and Analouise Keating, eds. London: Routledge.

bell hook. 1994. Teaching to Transgress: Education as the Practice of Freedom. New York: Routledge.

Bhasin, Kamla. 1993. What is Patriarchy? New Delhi: Kali for Women.

Bhasin, Kamla. 2003. Understanding Gender. New Delhi: Women Unlimited.

Buddhadasa. 1998. Nibbana for Everyone. A Dharma Talk Given at Mokkahalarama, Chaiya, Thailand, 3 April 1998. SantikroBhikku, trans.

Eisler, Riane. 1995. Sacred Pleasure-Sex, Myth and the Politics of the Body-New Paths to Power and Love. New York: Harper Collins.

Eisler, Riane. 2002. The Power of Partnership: Seven Relationships that Will Change Your Life. Novato, CA: New World Library.

Eisler, Riane and David Loye. 1998. The Partnership Way: New Tools for Living and Learning, Healing Our Families, and Our World. Vermont: Holistic Education Press.

- Fernandes, Leela. 2003. Transforming Feminist Practice: Non-Violence, Social Justice and the Possibilities of Spiritualized Feminism. San Francisco: Aunt Lute Books.
- Freire, Paulo. 1993. Pedagogy of the Oppressed. New York: Continuum.
- Jackson, Stevie. 2005. “A Lecture on Heteronormativity—a Fruitful Concept?” The International Conference in Trondheim, Centre for Women’s Studies, University of York, UK.
- Lorde, Audre. 1984. “Uses of the Erotic: The Erotic as Power”. In Sister Outsider. California: Crossing Press.
- Macy, Joanna and Molly Brown. 1998. Coming Back to Life. Gabriola Island: New Society Publishers.
- Marshall, Rosenberg. 2003. Nonviolent Communication: A Language of Life. Tamil Nadu: Vaigarai Publications.
- Miller, Alice. 2004. “Sexuality, Violence Against Women, and Human Rights: Women Make Demands and Ladies Get Protection,” in Health and Human Rights, Vol. 7, No.2, pp. 17-47.
- Mohanty, Chandra. 2003. Feminism without Borders: Decolonizing Theory, Practicing Solidarity. Durham: Duke University Press.
- Palmo, Tenzin. 2002. Reflections on a Mountain Lake. Crows Nest, NSW: Allen & Unwin.
- Rubin, Gayle. 1999. “Thinking Sex: Notes for a Radical Theory of the Politics of Sexuality”. In Culture, Society and Sexuality: A Reader. Richard Parker and Peter Aggleton, eds. London: Routledge, pp. 143-178.
- Starhawk. 1997. Dreaming the Dark: Magic, Sex and Politics. Boston: Beacon Press.
- Steinem, Gloria. 1992. Revolution from Within: A Book of Self-Esteem. Toronto: Little Brown and Company.
- Thich Nhat Hanh. 1998. Teachings on Love. Berkeley: Parallax Press.
- Vance, Carole. 1984. “Pleasure and Danger: Towards a Politics of Sexuality”. In Pleasure and Danger: Exploring Female Sexuality. Carole Vance and Kegan Paul, eds. Boston: Routledge, pp. 1-27.

ประวัติผู้เขียน

อวยพร เชื้อนแก้ว เกิดและเติบโตในครอบครัวชาวนา ที่อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่ เริ่มชีวิตการทำงานในค่ายผู้อพยพอินโดจีน และทำงานเพื่อความเป็นธรรม สำหรับกลุ่มคนชายขอบมาโดยตลอด

ในปี พ.ศ. 2537 อวยพรเริ่มสนใจการพัฒนาจิตวิญญาณแนวพุทธ และได้ร่วมทำงานกับเครือข่ายนักกิจกรรมชาวพุทธนานาชาติ ที่มุ่งนำพุทธธรรมมาเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต และการทำงานเพื่อเปลี่ยนแปลงสังคม ทำให้ได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติตามแนวพุทธ ทั้งสายมหายาน ทิเบต และเถรวาท นอกจากนี้ อวยพรยังสนใจเรื่องการศึกษา และได้ศึกษาต่อในสาขาการศึกษา นอกระบบ ระหว่างเรียนได้ศึกษาทฤษฎีและแนวคิดของนักการศึกษาหัวก้าวหน้า และขบวนการเคลื่อนไหวด้านการศึกษาในประเทศต่างๆ จนในช่วงปี พ.ศ. 2538-2543 ได้มีโอกาสเรียนรู้ และฝึกฝนกระบวนการอบรมผ่านประสบการณ์เพื่อการเปลี่ยนแปลงกับองค์กร “การอบรมเพื่อการเปลี่ยนแปลง” (Training For Change) และการเรียนรู้นี้ได้กลายเป็นจุดเปลี่ยนสำคัญในการทำงานด้านการฝึกอบรมของอวยพรนับแต่นั้นมา

ความสนใจประเด็นผู้หญิงและความเป็นธรรมทางเพศของอวยพร เป็นผลจากประสบการณ์ในช่วงต่างๆ ของชีวิต และต่อมา มีโอกาสได้เรียนรู้แนวคิดและการทำงานแนวสตรีนิยม ทั้งจากมหาวิทยาลัย เพื่อนนักสตรีนิยมจากต่างประเทศ และจากการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง โดยได้

รับอิทธิพลจากแนวคิดของนักสตรีนิยมกลุ่มชายขอบ เช่น นักสตรีนิยมผิวสี และนักสตรีนิยมหญิงรักหญิงจากสหรัฐอเมริกา ตลอดจนนักสตรีนิยมในเอเชีย

ปี พ.ศ. 2541 อวยพรตัดสินใจกลับบ้านเกิด และอีก 4 ปีต่อมาก็ได้ก่อตั้งศูนย์ฝึกอบรมสำหรับนักกิจกรรมสังคมชั้นที่นั่น ใช้ชื่อว่า ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรมนานาชาติ (International Women's Partnership for Peace and Justice-IWP) และใช้แนวคิดที่ผสมระหว่างสตรีนิยม จิตวิญญาณ และสันติวิธี เป็นฐานในการจัดอบรม ปัจจุบัน ศูนย์ผู้หญิงเพื่อสันติภาพและความยุติธรรมมีการจัดกิจกรรมการอบรม และการเรียนรู้ในประเด็นต่างๆ สำหรับนักกิจกรรมสังคมและผู้สนใจ ทั้งจากประเทศไทย ภูมิภาคเอเชีย และภูมิภาคอื่นๆ ตลอดปี

มูลนิธิผู้หญิง



มูลนิธิผู้หญิงเป็นองค์กรพัฒนาเอกชน ดำเนินงานเพื่อคุ้มครองและส่งเสริมสิทธิมนุษยชนของผู้หญิง และให้ความช่วยเหลือแก่ผู้หญิงและเด็กที่ประสบปัญหา รณรงค์ให้สังคมตระหนักถึงปัญหาที่ผู้หญิงต้องเผชิญอยู่ในปัจจุบัน ได้แก่ ปัญหาความรุนแรงในครอบครัว และความรุนแรงทางเพศในรูปแบบต่างๆ ตลอดจนส่งเสริมและสนับสนุนให้เกิดความเสมอภาคและความยุติธรรมในสังคม

ความเป็นมา

เมื่อเดือนมีนาคม พ.ศ. 2527 โครงการเล็ก ๆ สำหรับผู้หญิงได้ถือกำเนิดขึ้นโดยมีชื่อว่า “ศูนย์ข่าวผู้หญิง” ซึ่งให้ข้อมูลแก่ผู้หญิงที่ต้องการเดินทางไปทำงานต่างประเทศ เพื่อป้องกันมิให้ผู้หญิงต้องถูกล่อลวงสู่การค้าประเวณี

นอกจากนี้ ยังผลิตสื่อการศึกษาสำหรับผู้หญิงในสาขาอาชีพต่าง ๆ ในปี พ.ศ. 2528 ได้จัดทำโครงการบ้านพักผู้หญิงเพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้หญิงที่ประสบปัญหาถูกสามีทุบตี รณรงค์เผยแพร่ปัญหาความรุนแรงในครอบครัว ต่อมาได้จัดทำโครงการคำห้ำ เพื่อรณรงค์ให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการหยุดยั้งการนำเด็กเข้าสู่กระบวนการค้าประเวณี โดยเริ่มจากการใช้หนังสือคำห้ำ เผยแพร่ผ่านครูในโรงเรียนเพื่อเป็นสื่อการศึกษากับเด็ก นักเรียน

มูลนิธิผู้หญิงได้ขออนุญาตจดทะเบียนเป็นมูลนิธิตามเลขทะเบียน ลำดับที่ 3329 เมื่อปลายปี พ.ศ. 2530

วัตถุประสงค์ขององค์กร

1. เพื่อให้ความช่วยเหลือแก่ผู้หญิงที่ทุกข์ยาก และด้อยโอกาสในสังคม
2. เพื่อจัดการให้การศึกษาและผลิตสื่อที่เหมาะสม แก่ผู้หญิงในสาขาอาชีพต่าง ๆ
3. เพื่อสนับสนุนสิทธิของผู้หญิงตามที่ระบุไว้ในปฏิญญาสากล ขององค์การสหประชาชาติ
4. เพื่อวิจัยและเผยแพร่ข้อมูลเกี่ยวกับผู้หญิงและดำเนินโครงการต่าง ๆ เพื่อการพัฒนาผู้หญิง
5. เพื่อร่วมมือกับองค์การสาธารณะประโยชน์อื่น ๆ
6. เพื่อส่งเสริมสิทธิของผู้บริโภค สื่อสารมวลชน และใช้สื่อสารมวลชนเพื่อสาธารณะประโยชน์

การดำเนินงาน

1. งานบริการสังคม มูลนิธิได้ดำเนินงานให้ความช่วยเหลือแก่ผู้หญิงและเด็ก ทั้งคนไทย และต่างชาติที่ประสบปัญหาความรุนแรงในครอบครัว ความรุนแรงทางเพศ และปัญหา การค้ามนุษย์ โดยให้คำแนะนำปรึกษา ให้ข้อมูลและให้ความช่วยเหลือทางด้านกฎหมาย โดยการประสานงานกับหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้เข้าถึงบริการที่ เหมาะสม ทั้งการรักษาเยียวยาทางร่างกายและจิตใจ ที่พึงพิงชั่วคราว ตลอดจนสนับสนุน ให้เกิดการรวมกลุ่มของหญิงไทยที่ประสบปัญหาจากการไปทำงานในต่างแดน ซึ่งใช้ชื่อว่า กลุ่มหญิงสู้ชีวิต
2. งานรณรงค์และเผยแพร่ มูลนิธิผู้หญิงได้ประสานความร่วมมือกับสื่อมวลชนด้านต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมให้เกิดเครือข่ายข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อผู้หญิง ผลิตสื่อต่าง ๆ เผยแพร่แก่ผู้ สนใจ นอกจากนี้ยังรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ โดยเฉพาะประเด็นความรุนแรงต่อผู้หญิง การค้า หญิงและเด็ก สิทธิของผู้หญิง ร่วมกับเครือข่ายผู้หญิงทั้งส่วนกลางและระดับภูมิภาคเพื่อ รณรงค์ผลักดันกฎหมายส่งเสริมโอกาสและความเสมอภาคระหว่างเพศ และนโยบายที่เป็น

ประโยชน์ต่อผู้หญิง ตลอดจนติดตามการบังคับใช้กฎหมายและผลของนโยบายสาธารณะต่าง ๆ รวมถึงผลักดันให้มีการแก้ไขกฎหมายที่ไม่เป็นธรรมต่อผู้หญิง

3. งานชุมชน มูลนิธิผู้หญิงได้ดำเนินการอบรมอาสาสมัครเพื่อคุ้มครองช่วยเหลือผู้หญิงและเด็กในชุมชน ร่วมรณรงค์และเผยแพร่สร้างจิตสำนึกของคนในชุมชนให้ตระหนักในปัญหาที่เกิดกับผู้หญิงและเด็ก โดยเฉพาะความรุนแรงทางเพศ ความรุนแรงในครอบครัว และสนับสนุนให้อาสาสมัครสามารถริเริ่มดำเนินกิจกรรมในการป้องกันแก้ไข และสามารถประสานงานและขอความสนับสนุนจากองค์กรท้องถิ่นและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง นอกจากนี้ยังจัดเวทีแลกเปลี่ยนเพื่อสนับสนุนให้อาสาสมัครและเครือข่ายในชุมชนต่าง ๆ ได้มีส่วนร่วมในการนำเสนอปัญหาและความต้องการของตนเอง

กรรมการมูลนิธิผู้หญิง

คุณหญิงอัมพร มีสุข	กรรมการที่ปรึกษา
ศรีสว่าง พัววงศ์แพทย์	กรรมการที่ปรึกษา
เฉลิมศรี ธรรมบุตร	กรรมการที่ปรึกษา
ศิริพร สะโครบานะ	ประธาน
อมรา พงศ์ศาศิขญ์	รองประธาน
ดาราวรรณ ธรรมารักษ์	กรรมการ
ศุทธิณี สันตบุตร	กรรมการ
อัญชนา สุวรรณานนท์	กรรมการ
ช่อทิพย์ ชัยชาญ	กรรมการ
กฤตยา อาชวนิจกุล	กรรมการและเหรัญญิก
รังสิมา ลิ้มปัสวัสดิ์	กรรมการและเลขานุการ

ร่วมสมทบทุนการดำเนินงานของมูลนิธิผู้หญิงได้โดยเช็ค
หรือ ธนาณัติสั่งจ่าย “มูลนิธิผู้หญิง”
ตู้ ปณ.47 บางกอกน้อย 10700
หรือ โอนเงินเข้าบัญชีออมทรัพย์ ชื่อบัญชี “มูลนิธิผู้หญิง”
เลขที่ 038-2-18085-2 ธนาคารกสิกรไทย สาขาสาทร

โครงการสุขภาวะผู้หญิง

โครงการสุขภาวะผู้หญิงได้รับการสนับสนุนจาก สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) โดยมีมูลนิธิผู้หญิงรับผิดชอบการจัดการโครงการนี้เป็นเวลา 2 ปี เริ่มตุลาคม 2552 – กันยายน 2554 โครงการสุขภาวะผู้หญิงเกิดจากความร่วมมือขององค์กรภาคีทุกภาคส่วน 50 องค์กรที่ทำงานขับเคลื่อนสังคม ได้ร่วมกันทบทวนช่องว่างการทำงานพัฒนาสตรีที่ผ่านมา แล้วได้พัฒนาโครงการสุขภาวะผู้หญิงขึ้นมา โดยมีเป้าหมายเพื่อขับเคลื่อนให้เกิดสังคมที่มีความเสมอภาคหญิงชาย ผู้หญิงส่วนใหญ่มีการปรับเปลี่ยนฐานคิดไปสู่การตระหนักในคุณค่าของตัวเอง มีความมั่นคง และนำไปสู่สุขภาวะผู้หญิงในทุกมิติ

สุขภาวะผู้หญิง หมายถึง ภาวะที่ผู้หญิงได้มีประสบการณ์ชีวิตด้านบวกใน 4 ด้าน ได้แก่ กาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ ผ่านการได้รับโอกาส ความเสมอภาค การได้เข้าถึงทรัพยากรและบริการสาธารณะอย่างเป็นธรรม การได้อยู่ในสภาพแวดล้อมทางสังคมที่ปลอดภัย สามารถบรรลุเป้าหมายในชีวิตของตนเองได้ รู้สึกมีคุณค่า มีศักยภาพ มีความสุข และเกิดความพึงพอใจในชีวิตของตนเอง

ในการดำเนินงานเพื่อจะเข้าถึงภาวะที่มีความสุขนี้ได้ผู้หญิงจะต้องรู้พื้นอำนาจภายในของตนเองให้เข้มแข็ง เพื่อรับมือกับอำนาจภายนอก ได้แก่ โครงสร้างสังคม วัฒนธรรม มายาคติต่างๆ ที่ลดทอนโอกาสของพวกผู้หญิงทั้งโดยตรงและโดยอ้อม

ดังนั้น เนื้องานของโครงการสุขภาวะผู้หญิงนอกจากจะครอบคลุมเรื่องสุขภาพแล้ว จำเป็นต้องทำงานครอบคลุมเรื่องผู้หญิงกับมิติความเสมอภาคและความเป็นธรรม เพื่อนำผู้หญิงไปสู่ความมั่นคงและการมีชีวิตที่ดี ในทุกมิติ ทั้งมิติกาย มิติจิตใจ มิติสังคม รวมเศรษฐกิจ การเมือง และมิติจิตวิญญาณ โดยแนวคิดนี้จะเป็นแนวคิดที่กำกับทิศทางของโครงการสุขภาวะผู้หญิง

วัตถุประสงค์โครงการ

1. เสริมสร้างความเข้มแข็งด้านแนวคิดเรื่องผู้หญิงให้กับผู้หญิง ผู้ให้บริการสาธารณะ และ
 คนทำงานพัฒนาผู้หญิง ที่อยู่ในองค์กรของภาครัฐ องค์กรพัฒนาเอกชน ประชาสังคม และ
 เอกชน ซึ่งจะส่งผลต่อการลดอคติทางเพศและการปฏิบัติที่ละเมิดสิทธิผู้หญิง ตลอดจน
 สนับสนุนการเชื่อมโยงความรู้และประสบการณ์การทำงานเกี่ยวกับผู้หญิงของคนทำงาน
 ผ่านเครือข่ายสุขภาวะผู้หญิง
2. สนับสนุนการทำวิจัยที่จะช่วยพัฒนาสุขภาวะผู้หญิงในทุกมิติ เช่น การวิจัยที่ส่งผลต่อการ
 แก้ไขปัญหาที่ต้นทาง และการวิจัยที่เฝ้าระวังปัญหาสุขภาวะในผู้หญิง ตลอดจนการวิจัย
 เพื่อแก้ปัญหาในเชิงโครงสร้างระบบคิดของสังคม การวิจัยเชิงนโยบายเกี่ยวกับระบบบริการ
 ของภาครัฐที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะของผู้หญิง
3. สร้างระบบการสื่อสารสาธารณะที่มีประสิทธิภาพรูปแบบต่าง ๆ อันจะนำไปสู่การปรับเปลี่ยน
 ฐานคิดเรื่องความเป็นหญิงของสังคมไทย
4. สร้างความเข้มแข็งให้กับกลไกที่ดูแลงานพัฒนาผู้หญิงทั้งระดับชาติและท้องถิ่น รวมทั้ง
 ผลักดันนโยบาย และบูรณาการแนวคิดเรื่องความเสมอภาคหญิง-ชายสู่การปฏิบัติเชิง
 รูปธรรมที่มีประสิทธิภาพ
5. สร้างเสริมความเข้มแข็งและความรู้สึกรักคุณค่าให้กับผู้หญิงในกลุ่มอัตลักษณ์ต่าง ๆ และ
 กลุ่มผู้หญิงในสภาวะยากลำบากหรือถูกเลือกปฏิบัติซ้ำซ้อน

การทำงานที่ผ่านมาในปี 2553 ทางโครงการสุขภาวะผู้หญิงได้พัฒนาและสร้างความเข้มแข็ง
 ของเครือข่ายภาคีสุขภาวะผู้หญิง โดยเน้นแนวคิดเรื่องความเสมอภาคและความเป็นธรรมระหว่าง
 หญิงชาย ขับเคลื่อนงานร่างกฎหมายส่งเสริมโอกาสและความเสมอภาคระหว่างเพศ รมรณรงค์เพื่อ
 ให้สังคมวงกว้างได้รับข้อมูลส่งเสริมความเสมอภาค และการเสริมสร้างเจตคติที่ถูกต้องเรื่องผู้
 หญิง การสร้างความเป็นธรรมต่อผู้หญิงที่ประสบปัญหาความรุนแรงในครอบครัวและการคุกคาม

ทางเพศ สนับสนุนการวิจัยและสนับสนุนการสร้างต้นแบบการทำงานในท้องถิ่นเพื่อนำไปสู่การ
ขยายผลต่อไป

