



สายหยุด ภูปุย . 2558. “กระบวนการเรียนรู้จากภูมิปัญญาอาหารสมุนไพรพื้นบ้าน ตำบล
ยอดแกง อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์” ใน วารสารวิถีสังคมมนุษย์. ปีที่ 3 ฉบับที่ 1
มกราคม - มิถุนายน. หน้า 201-215.

กระบวนการเรียนรู้จากภูมิปัญญาอาหารสมุนไพรพื้นบ้าน
ตำบลยอดแกง อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์
Learning Process from Local Herbal Food Wisdom
Yodgang Sub-District Namon District Kalasin Province

สายหยุด ภูปุ้ย*

Saiyut Phupuy



* ผู้ช่วยศาสตราจารย์, คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกาฬสินธุ์

บทคัดย่อ

การวิจัยกระบวนการเรียนรู้จากภูมิปัญญาอาหารสมุนไพรพื้นบ้าน ตำบลยอดแกง อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาภูมิปัญญาอาหารสมุนไพรพื้นบ้าน และศึกษากระบวนการเรียนรู้ภูมิปัญญาอาหารสมุนไพรพื้นบ้าน ใช้การวิจัยเชิงสำรวจ โดยวางขอบเขตกระบวนการวิจัยไว้ 2 ระยะ คือ ระยะที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน ระยะที่ 2 ศึกษากระบวนการเรียนรู้ภูมิปัญญาอาหารสมุนไพรพื้นบ้าน กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ กลุ่มแม่บ้านผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในการประกอบอาหารด้วยพืชสมุนไพรพื้นบ้าน หมู่ 1 และ หมู่ 2 บ้านยอดแกง ตำบลยอดแกง อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์ จำนวน 50 คน เลือกแบบเจาะจง

ผลการวิจัยพบว่า ชุมชนตำบลยอดแกงมีปัสสาธณะที่อุดมสมบูรณ์ ซึ่งชาวบ้านเรียกว่า “โคกตงโดงโดน” มีอาหารป่าเกิดขึ้นมากมายชาวบ้านไปเก็บมาประกอบอาหารได้ตามฤดูกาล เช่น เห็ด ไข่มดแดง กิ่งก่า แะ หนู แมลงต่างๆ สิ่งที่ชาวบ้านนิยมเก็บมาเป็นส่วนประกอบอาหารในครัวเรือนมากที่สุด ได้แก่ พืชที่เกิดขึ้นในป่าแห่งนี้ เช่น ใบส้มเลี้ยว ใบไส้ตัน หมากผ้าอ้อม กะทกรก หมากขิก อีลอก อิงอม เป็นต้น โดยจะเก็บพืชผักมาประกอบอาหารตามฤดูกาลเพราะผักแต่ละชนิดจะมีรสชาติที่แตกต่างกันในแต่ละฤดูกาล และชุมชนตำบลยอดแกงมีกระบวนการเรียนรู้ภูมิปัญญาโดยการถ่ายทอดเป็นไปตามธรรมชาติ เรียนรู้ด้วยการปฏิบัติที่เป็นกิจวัตรประจำวัน เช่น การเก็บพืชมาประกอบอาหาร คนรุ่นลูกรุ่นหลานก็ต้องเรียนรู้จากผู้สูงอายุหรือจากผู้เป็นพ่อเป็นแม่โดยแนะนำบุตรหลานให้รู้จักลักษณะของพืชแต่ละชนิด สถานที่เกิดของพืชแต่ละชนิดและการเก็บส่วนต่างๆ ของพืชมาประกอบอาหาร ซึ่งกระบวนการเรียนรู้ถูกหล่อหลอมด้วยวัฒนธรรมของการถ่ายทอด 3 ประเด็นดังนี้ 1) อาหารสมุนไพรพื้นบ้านเป็น **“องค์ความรู้ของท้องถิ่น”** ซึ่งถือเป็นภูมิปัญญาในการสืบทอดผ่านรุ่นสู่รุ่น และเป็นองค์ความรู้ที่มีคุณค่าของชุมชนมีลักษณะเฉพาะถิ่นเฉพาะกลุ่ม 2) เป็น **“วัฒนธรรมทางความเชื่อ”** อาหารแต่ละชนิดของชุมชนมีความเชื่อที่แฝงอยู่ ดังนั้นอาหารที่ปรุงไม่เฉพาะเป็นของกินเพื่อการดำรงอยู่ของชีวิตเท่านั้น แต่ยังมีความเชื่อในการกินเพื่อสุขภาพและป้องกันโรค 3) **“บ่งบอกถึงตัวตนของชุมชน”** การแสดงถึงตัวตนของชุมชนนั้นๆ ถึงวัฒนธรรมในการกิน เช่น คนในชุมชนนี้ชอบกินผักชนิดหนึ่ง ในขณะที่บางชุมชนไม่ชอบกินผักชนิดนั้น

คำสำคัญ : กระบวนการเรียนรู้, ภูมิปัญญาอาหารสมุนไพรพื้นบ้าน

Abstract

The Learning Process from Local Herbal Food Wisdom Yodgang Sub-District Namon District Kalasin Province was aimed to Study the wisdom of local herbal food and study Learning Process from Local Herbal Food Wisdom. This was survey research Which include 2 steps : First study the basic information. Then study the learning process from local herbal food wisdom. The population were 50 target were so housewives group who experted in local herbal food cooking in Moo 1 and Moo 2 Yodgang village. by purposive Sampling.

The result of result showed that Yodgang Community has the public forest biodiversity which villager call “Kok Tong Ton”. There are many kind of forest food for villager such as Kai-mod-dang, lizards, wood lizards rats and insects. The famous plants of villager to cooking are natural forest plants such as Baisomsew, Baisaiton, Makpaoom ,Katokrok (stinking passion flower), Makkid and Eilokeingom. The villager will use them for seasonal status because they have different taste in each season. And Yodgang community has learning process from local herbal food wisdom of showed the process of participation learning by transfer the wisdom happen by natural in daily life such as using plant for cook. The new generation learned from old generation or parents. They adviced about kinds of plant to cook which cultivated by Yodgang Community cultural in 3 issues, 1) local herbal food is “local knowledge” which transfer this wisdom by generation identity community and it has value which local uniqueness 2) It’s “cultural belief” there are some belive in food. Cooking is not only for being life but it mean believe in heath and disease prevention also 3) It’s “community identify” show their eating culture such as what kind of plant in some community like but the other don’t like

Keywords : Learning Process, Local Herbal Food Wisdom

บทนำ

อาหารสมุนไพรเป็นพืชวัตถุ ได้แก่ พืช ผัก และผลไม้ นานาชนิดซึ่งหาได้ตามป่าธรรมชาติของแต่ละพื้นที่ และส่วนมากผักและสมุนไพรพื้นบ้านจะมีชื่อเฉพาะท้องถิ่นที่เรียกไม่เหมือนกัน คุณสมบัติเด่นของผักพื้นบ้านนั้นจะมีสรรพคุณทางด้านสมุนไพร โดยการนำมารับประทาน จำเป็นต้องมีการเลือกในส่วนที่รับประทานได้และมีประโยชน์ และคัดในส่วนที่ไม่มีประโยชน์หรือเป็นโทษทิ้งไป อาหารสมุนไพรพื้นบ้านเป็นอาหารการกินของคนอีสานที่เกิดจากภูมิปัญญาของบรรพบุรุษในการหาพืชพรรณธัญญาหารจากธรรมชาติมาประกอบอาหารเพื่อประทังชีวิตและป้องกันโรคภัยไข้เจ็บเบื้องต้น วิถีชีวิตของคนอีสานดำเนินชีวิตแบบเรียบง่าย อาหารการกินจึงเป็นแบบง่ายๆ ที่หาได้ตามธรรมชาติตามฤดูกาล แล้วนำมาดัดแปลงเป็นอาหารรับประทาน อาหารส่วนใหญ่จึงประกอบไปด้วยพืชผักตามธรรมชาติที่ปลอดสารพิษ กลุ่มชนพื้นบ้านนำพืชหลากหลายชนิดมาใช้เป็นอาหารแตกต่างกันไปในแต่ละท้องถิ่นตามวัฒนธรรมการบริโภคของแต่ละชนเผ่า ซึ่งการประกอบอาหารพื้นบ้านจะเน้นเฉพาะพืชที่เก็บหาได้ตามธรรมชาติ จากป่าท้องทุ่ง และในปัจจุบันพืชป่าหลายชนิดถูกนำมาปลูกทิ้งไว้ตามหัวไร่ปลายนา หรือในบริเวณหมู่บ้านเพื่อความสะดวกในการเก็บหามาใช้บริโภค พืชอาหารบางชนิดเป็นที่นิยมกันทั่วไป จึงเกิดการแก่งแย่งเก็บหาออกจากป่าจนเกิดการผลัดทำให้ผลผลิตในธรรมชาติลดลง ไม่เพียงพอต่อความต้องการ ซึ่งชาวบ้านได้มีการนำพืชป่าบางชนิดมาปลูกขยายพันธุ์ในสวนในไร่ของตนเอง อาหารเป็นปัจจัยพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับสังคมมนุษย์ทุกแห่งในโลก นักมานุษยวิทยาเชื่อว่าความเชื่อเกี่ยวกับอาหาร นิสัยการบริโภค รวมไปถึงพฤติกรรมการบริโภคของมนุษย์มีความเกี่ยวพันกันอย่างลึกซึ้งกับบริบทและปัจจัยทางวัฒนธรรมในด้านที่สะท้อนให้เห็นความสัมพันธ์เกี่ยวกับเรื่องนิเวศวิทยา ระบบตลาด การจำแนกอาหาร หลักการกระจายอาหาร รูปแบบการแบ่งปัน ความสัมพันธ์ทางสังคม การแบ่งแรงงาน รวมไปถึงความเชื่อเกี่ยวกับอาหารชนิดต่างๆ และข้อห้ามบางประการด้วย การบริโภคอาหารของคนในแต่ละสังคมได้ผ่านการเรียนรู้และไตร่ตรองโดยมีหลายตัวแปรเข้ามาเกี่ยวข้อง ได้แก่ ระบบเศรษฐกิจ สังคม และการเมืองซึ่งมีผลต่อระบบการผลิตอาหารและกระจายอาหารในสังคม และตัวแปรด้านแบบอย่างการดำเนินชีวิต อันประกอบด้วย ด้านการศึกษา อาชีพ รายได้ ความรู้ด้านโภชนาการ สุขภาพ ศาสนา ความเชื่อ และโครงสร้างของครอบครัวของคนในชุมชน ซึ่งตัวแปรด้าน สังคมจะมีผลต่อการกำหนดแบบแผนการดำเนินชีวิตในด้านต่างๆ รวมไปถึง

ถึงการบริโภคอาหารและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนในชุมชนนั้นด้วย (ชฎากร อัมทรัพย์, 2549: 10, วรณวรรณ ผาโคตร, 2548: 19, เพ็ญภา ทรัพย์เจริญ: 2548, ยุพา พิริยะชัยวรกุล, 2544: 39)

กระบวนการเรียนรู้ของชุมชนมีลักษณะที่หลากหลาย เช่น กระบวนการกลุ่ม กระบวนการเรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติจริง กระบวนการเรียนรู้จากปัญหาในชีวิตจริง และ กระบวนการเรียนรู้การทำงานร่วมกันในลักษณะเป็นเครือข่าย ซึ่งกระบวนการเรียนรู้ของชุมชนเป็นปัจจัยสำคัญที่กำหนดระดับความเข้มแข็งของชุมชนจากประสบการณ์ของนักพัฒนาทั้งในประเทศและนานาชาติทั่วโลกพบว่า ในชุมชนที่เข้มแข็งและสามารถจัดการแก้ปัญหาต่างๆ ในชุมชนให้แก่สมาชิกในชุมชนได้นั้นจะมีการพัฒนากระบวนการเรียนรู้ของสมาชิกในชุมชนอย่างเข้มแข็งและต่อเนื่องทั้งนี้เพราะการพัฒนากระบวนการเรียนรู้นี้เป็นการเข้าไปกระตุ้น พื้นฟู และยกระดับของชุมชนให้เข้มแข็ง

บ้านยอดแกงเป็นชุมชนเก่าแก่แห่งหนึ่งของจังหวัดกาฬสินธุ์ มีหมู่บ้านทั้งหมด 18 หมู่บ้านอยู่ภายใต้การปกครองของเทศบาลตำบลยอดแกง อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์ เป็นชุมชนที่มีวิถีชีวิตเรียบง่ายอยู่กันแบบเครือญาติมีวัด โรงเรียน เป็นศูนย์รวมของการทำกิจกรรมต่างๆ ของชุมชน ชุมชนตำบลยอดแกงมีทรัพยากรในการประกอบอาชีพที่เหมาะสมอย่างเพียงพอ เป็นหมู่บ้านที่มีความเข้มแข็งทางการทำงานแบบมีส่วนร่วมของคนในชุมชน จึงมีกลุ่มองค์กรต่างๆ มากมาย ไม่ว่าจะเป็นกลุ่มแม่บ้าน กลุ่มผู้นำชุมชน กลุ่มเยาวชน เป็นต้น และผู้คนในชุมชนส่วนใหญ่มีอาชีพด้านเกษตรกรรม จึงเก็บผักหักฟืนตามท้องไร่ ท้องนา มาประกอบอาหาร ซึ่งในชุมชนแห่งนี้มีผืนป่าสาธารณะที่อุดมสมบูรณ์ชาวบ้านเรียกผืนป่าแห่งนี้ว่า **โคกตงโตงโต้น** และผืนป่าแห่งนี้จะมีอาหารป่าเกิดขึ้นมากมายที่ทำให้ชาวบ้านสามารถไปเก็บมาประกอบอาหารได้ (สีลาภรณ์ นาคทรพร, 2538)

ดังนั้น การศึกษาภูมิปัญญาอาหารสมุนไพรพื้นบ้านและศึกษากระบวนการเรียนรู้ภูมิปัญญาอาหารสมุนไพรพื้นบ้าน ของชุมชนตำบลยอดแกง อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์ เป็นการส่งเสริมให้ชุมชนได้อนุรักษ์วัฒนธรรมการบริโภคอาหารจากพืชผักพื้นบ้านและสืบทอดกระบวนการเรียนรู้การประกอบอาหารจากพืชสมุนไพรที่เกิดจากการสั่งสมประสบการณ์จากภูมิปัญญาของบรรพบุรุษมายาวนาน ซึ่งจะเป็นองค์ความรู้ให้คนในชุมชนได้ศึกษาเรียนรู้ต่อไป

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้การวิจัยเชิงสำรวจ (survey research) โดยวางขอบเขตของกระบวนการวิจัยไว้ 2 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน เพื่อศึกษาสภาพบริบทของชุมชนตำบลยอดแกง อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์ เกี่ยวกับการประกอบอาหารด้วยพืชสมุนไพรพื้นบ้าน แหล่งข้อมูลที่เป็นบุคคล ได้แก่ กลุ่มแม่บ้านและประชาชนผู้รู้ใน 18 หมู่บ้านของชุมชน ตำบลยอดแกง อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์ จำนวน 180 คน ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล คือ แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง พื้นที่ในการวิจัย ได้แก่ ตำบลยอดแกง อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์ การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

ระยะที่ 2 ศึกษากระบวนการเรียนรู้ภูมิปัญญาอาหารสมุนไพรพื้นบ้าน ศึกษากระบวนการเรียนรู้ของชุมชนเกี่ยวกับพืชอาหารสมุนไพรพื้นบ้านในพื้นที่ตำบลยอดแกง อำเภอนามน จังหวัด กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ กลุ่มแม่บ้านผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในการประกอบอาหารด้วยพืชสมุนไพรพื้นบ้าน หมู่ 1 และ หมู่ 2 บ้านยอดแกง ตำบลยอดแกง อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์ จำนวน 50 คน ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) วิธีดำเนินการและเครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ การประชุมเสวนาระดมความคิด โดยการบันทึกเทป จดบันทึก และการสาธิตกระบวนการประกอบอาหารด้วยพืชสมุนไพร ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

ผลการศึกษา

ระยะที่ 1 ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน ผู้วิจัยและคณะเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ กับชุมชน เพื่อแนะนำตัวเองให้ทุกฝ่ายได้ทราบถึงวัตถุประสงค์ เป้าหมายของการเข้ามาทำงานในพื้นที่ ผลจากการสร้างความสัมพันธ์กับชุมชนทำให้คณะผู้วิจัยได้เครือข่ายความร่วมมือในการวิจัยกับชุมชน ซึ่งชุมชนยอดแกง อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์ เป็นชุมชนที่มีวิถีชีวิตเรียบง่ายอยู่กันแบบเครือญาติ มีวัด โรงเรียน เป็นศูนย์รวมของการทำกิจกรรมต่างๆ ของชุมชน ผู้คนในชุมชนส่วนใหญ่มีอาชีพด้านเกษตรกรรม จึงเก็บผักหักพิน ตามท้องไร่ท้องนา มาประกอบอาหาร ซึ่งในชุมชนแห่งนี้จะมีผืนป่าสาธารณะที่อุดมสมบูรณ์ชาวบ้านจะเรียกผืนป่าแห่งนี้ว่า โคกตงโตงไต้น และผืนป่านี้อีกจะมีอาหารป่าเกิดขึ้นมากมายสามารถ

ทำให้ชาวบ้านไปเก็บมาประกอบอาหารได้ เช่น เห็ดตามฤดูกาล พืชผักที่เกิดในป่า ไข่มดแดง กุ้งก้ามกราย หนุ่ย และแมลงต่างๆ เป็นต้น จากการสัมภาษณ์ชาวบ้านในชุมชน พบว่าการจะนำพืชผักในป่ามาประกอบอาหารต้องดูว่าพืชแต่ละชนิดนิยมกินในฤดูกาลใด เพราะพืชผักแต่ละชนิดจะมีรสชาติที่แตกต่างกันในแต่ละฤดูกาล ซึ่งสามารถหารับประทานได้ในฤดูที่แตกต่างกัน คนในชุมชนตำบลยอดแกงจึงมีความชำนาญในการเก็บพืชผักแต่ละชนิดมาประกอบอาหาร พืชผักที่ชาวบ้านนิยมเก็บมาประกอบอาหารและเกิดในพื้นป่า โคกคงโตงโต้น เช่น ใบส้มเลี้ยว จะนำใบอ่อนมาใส่ต้มปลาหรือต้มไก่ ซึ่งมีรสเปรี้ยวใช้แทนมะขามหรือมะนาวได้ และ ใบไผ่ตง จะนำมาใส่ต้มไก่หรือต้มปลา ใบอ่อนทานกับน้ำพริกปลาร้า ฯลฯ ผลจากการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน ทำให้ผู้วิจัยได้ข้อมูลบริบทของชุมชนตำบลยอดแกง และได้สร้างความสัมพันธ์ สร้างเครือข่ายความร่วมมือในการทำงานกับชุมชนแสดงภาพประกอบดังนี้



ภาพประกอบที่ 1 การสร้างความสัมพันธ์และสร้างเครือข่ายการทำงานกับชุมชน



ภาพประกอบที่ 2 การสัมภาษณ์ปราชญ์ผู้รู้ในชุมชนแม่บุญมี ก้ามลา อยู่บ้านเลขที่ 23 หมู่ 12
บ้านยอดแกง ตำบลยอดแกง อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์



นายคำบุญ บุญดาศักดิ์ อยู่บ้านเลขที่ 38 หมู่ 12
บ้านยอดแกง ตำบลยอดแกง อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์

ระยะที่ 2 ศึกษากระบวนการเรียนรู้ภูมิปัญญาอาหารสมุนไพรพื้นบ้าน ตำบลยอดแกง อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์ จากการสังเคราะห์องค์ความรู้ภูมิปัญญาอาหารสมุนไพรพื้นบ้านของชุมชนตำบลยอดแกง พบว่า มีกระบวนการเรียนรู้ภูมิปัญญาโดยการถ่ายทอดเป็นไปตามธรรมชาติ เรียนรู้ด้วยการปฏิบัติที่เป็นกิจวัตรประจำวัน เช่น การเก็บพืชมาประกอบอาหาร คนรุ่นลูกหลานก็ต้องเรียนรู้จากผู้สูงอายุหรือจากผู้เป็นพ่อเป็นแม่โดยแนะนำบุตรหลานให้รู้จักลักษณะของพืชแต่ละชนิด สถานที่เกิดของพืชแต่ละชนิด และการเก็บส่วนต่างๆ ของพืชมาประกอบอาหารซึ่งกระบวนการเรียนรู้ถูกหล่อหลอมด้วยวัฒนธรรมของการถ่ายทอด 3 ประเด็น ดังนี้

1) อาหารสมุนไพรพื้นบ้านเป็น “องค์ความรู้ของท้องถิ่น” ซึ่งถือเป็นภูมิปัญญาในการสืบทอดผ่านรุ่นสู่รุ่น และเป็นองค์ความรู้ที่มีคุณค่าของชุมชนมีลักษณะเฉพาะถิ่นเฉพาะกลุ่ม

2) เป็น “วัฒนธรรมทางความเชื่อ” อาหารแต่ละชนิดของชุมชนมีความเชื่อที่แฝงอยู่ ดังนั้นอาหารที่ปรุงไม่เฉพาะเป็นของกินเพื่อการดำรงอยู่ของชีวิตเท่านั้น แต่ยังมี ความเชื่อในการกินเพื่อสุขภาพและป้องกันโรค

3) “บ่งบอกถึงตัวตนของชุมชน” การแสดงถึงตัวตนของชุมชนนั้นๆ ถึงวัฒนธรรมในการกิน เช่น คนในชุมชนนี้ชอบกินผักชนิดหนึ่ง ในขณะที่บางชุมชนไม่ชอบกินผักชนิดนั้น การเรียนรู้นี้จะถูกหล่อหลอมด้วยวัฒนธรรมการถ่ายทอดที่บ่งบอกถึงตัวตนที่แท้จริงของชุมชนตำบลยอดแกง อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์

ซึ่งทำให้เชื่อได้ว่าภูมิปัญญาอาหารสมุนไพรพื้นบ้านจะช่วยส่งเสริมสุขภาพเบื้องต้นของคนในชุมชนได้และเป็นบทเรียนที่มีคุณค่าต่อการศึกษาเรียนรู้เพื่อสืบทอดมรดกวัฒนธรรมทางการกินของคนในชุมชน และหมายถึงการสืบทอดวัฒนธรรมของชุมชนให้เข้มแข็งไว้อีกทางหนึ่งด้วย ซึ่งสอดคล้องกับ สี่ลาภรณ์ นาครทรรพ (2538:63-65) กล่าวว่า กระบวนการเรียนรู้ของชุมชนมีลักษณะอยู่ 4 ลักษณะ คือ

1) กระบวนการกลุ่ม คือการเรียนรู้ของคนแต่ละคนจะเกิดขึ้นในกระบวนการที่ได้มีการพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นวิพากษ์วิจารณ์ปัญหาและข้อเสนอแนวทางแก้ไขปัญหาระหว่างคนในชุมชนด้วยกันกระบวนการกลุ่มนี้เท่ากับเป็นการยอมรับความเท่าเทียมกันของคนในกลุ่มที่มาร่วมเรียนรู้ด้วยกันบางคนอาจรู้มากกว่าคนอื่นในบางเรื่องแต่ก็มีหลายเรื่องที่เขาอาจเรียนรู้ได้จากคนอื่นเช่นกัน นอกจากนี้กระบวนการเรียนรู้ร่วมกันเป็นกลุ่มยังทำให้เกิดพลังของสติปัญญาที่ได้จากการระดมสมองทำให้สามารถหาทางออกที่ดีที่สุดและเป็นที่ยอมรับของทุกฝ่ายได้เนื่องจากคนที่มาเรียนรู้ร่วมกันเป็นคนในชุมชนย่อมเป็นผู้รู้ดีที่สุดเกี่ยวกับปัญหาของตนเองและชุมชนการสร้างพลังจากกระบวนการกลุ่มนี้ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพและประสิทธิภาพขององค์กรชุมชน

2) การเรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติจริง คือ กระบวนการเรียนรู้ของชุมชนเป็นเรื่องของความพยายามที่จะหาทางแก้ปัญหาในชีวิตจริงพลวัตของการเรียนรู้เกิดขึ้นจากการได้มาพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น วิเคราะห์ปัญหา สาเหตุปัญหาและหาแนวทางแก้ไขเมื่อได้แนวทางแก้ไขแล้วสมาชิกก็นำกลับไปลงมือปฏิบัติซึ่งอาจเป็นการกระทำของบุคคลหรือของกลุ่มก็ได้แล้วแต่กรณีว่าประเด็นปัญหานั้นเป็นเรื่องที่ต้องการพลังของกลุ่ม

หรือไม่เมื่อได้ทดลองทำตามแนวทางที่ได้ตกลงกันไว้ในกลุ่มแล้วได้ผลเป็นอย่างไรมีปัญหาอุปสรรคอะไรเกิดขึ้นก็นำกลับมาทบทวนวิเคราะห์ร่วมกับกลุ่มเพื่อหาทางแก้ต่อไปอีก

3) การเรียนรู้จากปัญหาในชีวิตจริงเป็นการเรียนรู้เพื่อพยายามแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจริงๆ การเรียนรู้ของชุมชนจึงมิได้มีความหมายเพียงการยกระดับความคิดสติปัญญาของคนในชุมชนแต่ยังหมายถึงการช่วยแก้ปัญหาและพัฒนาคุณภาพชีวิตอันเป็นผลที่คนในชุมชนสามารถเห็นเป็นรูปธรรมได้ เมื่อชุมชนสามารถช่วยกันแก้ปัญหาของตนเองได้ความมั่นใจในศักยภาพของตนเองก็จะสูงขึ้นและกล้าที่จะริเริ่มคิดค้นและหาทางเรียนรู้เพิ่มเติมเพื่อพัฒนาชุมชนของตนให้ดีขึ้นการเรียนรู้เช่นนี้เป็นการเรียนรู้จากของใกล้ตัวที่ผู้เรียนรู้จักอยู่แล้วการทำความเข้าใจในสิ่งต่างๆ สถานการณ์ที่ผู้เรียนรู้จักอยู่แล้วย่อมง่ายและเอื้อต่อการพัฒนาความคิดของผู้เรียน เรียนรู้เกี่ยวกับเรื่องนั้นได้อย่างมีประสิทธิภาพมากกว่าการเรียนรู้เรียนจากเรื่องที่ไกลตัวหรือไม่รู้จัก

4) การเรียนรู้และทำงานร่วมกันในลักษณะเป็นเครือข่ายเป็นลักษณะของความสัมพันธ์ในแนวราบมากกว่าแนวตั้งความเชื่อมโยงระหว่างคนที่เข้ามาสัมพันธ์กันเป็นเครือข่ายนี้ คือการเรียนรู้จากประสบการณ์ของกันและกันการแลกเปลี่ยนความคิดหรือทรัพยากรระหว่างกันตามความสมัครใจมีการช่วยเหลือกันมีการติดต่อสื่อสารถึงกันสม่ำเสมอแต่ไม่มีการบังคับบัญชาสั่งการ ไม่มีโครงสร้างอำนาจ เครือข่ายจึงมีลักษณะค่อนข้างหลวม จุดรวมของคนหรือชุมชนที่เข้ามาเชื่อมโยงเป็นเครือข่ายมักจะได้แก่ การมีแนวคิดคล้ายกันมีความสนใจหรือทำงานในเรื่องประเภทเดียวกันโดยนัยนี้เครือข่ายในแต่ละชุมชนก็คือ กลุ่มคนที่เข้ามาร่วมกันเรียนรู้และร่วมกันทำงานโดยมีวัตถุประสงค์ร่วมกันนั่นเองกระบวนการเรียนรู้ของชุมชนเป็นปัจจัยสำคัญที่กำหนดระดับความเข้มแข็งของชุมชนได้ในชุมชนที่เข้มแข็งและสามารถจัดการแก้ปัญหาต่างๆ ในชุมชนให้แก่สมาชิกในชุมชนได้ นั่นจะมีการพัฒนากระบวนการเรียนรู้ของสมาชิกในชุมชนอย่างเข้มแข็งและต่อเนื่อง ทั้งนี้เพราะการพัฒนากระบวนการเรียนรู้นี้เป็นการเข้าไปกระตุ้น พื้นฟู และยกระดับองค์ประกอบที่สำคัญของความเป็นชุมชนเข้มแข็ง

ดังนั้น กระบวนการเรียนรู้ภูมิปัญญาอาหารสมุนไพรพื้นบ้านของชุมชนตำบลยอดแกง จึงเป็นวิธีการสร้างความเข้มแข็งของชุมชนอีกทางหนึ่งโดยอาศัยอยู่บนพื้นฐานของการหล่อหลอมด้วยวัฒนธรรมการถ่ายทอดและการมีส่วนร่วมของกลุ่มคนในชุมชนนั้นๆ ซึ่งการถ่ายทอดจะมีทั้งการสาธิตการบรรยายและการลงมือปฏิบัติจริง แสดงภาพประกอบดังนี้



ภาพประกอบที่ 3 จัดเวทีถ่ายทอดความรู้เรื่องการประกอบอาหารด้วยพืชสมุนไพรพื้นบ้าน



ภาพที่ 4 วิธีการอ่อมไก่ใส่ใบไผ่ต้น



ภาพที่ 5 วิธีการต้มปลาช่อนใส่ใบส้มเลี้ยว

ข้อเสนอแนะต่อการศึกษาครั้งต่อไป

1. ส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ทั้งในส่วนของสร้างความตระหนัก การสร้างองค์ความรู้ในการถ่ายทอดและการจัดเก็บความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นจากบุคคลและแหล่งเรียนรู้ในท้องถิ่น
2. ส่งเสริมการถ่ายทอดผ่านกระบวนการเรียนรู้ในท้องถิ่นทั้งกิจกรรมของชุมชน กิจกรรมการศึกษาและการดำรงชีวิตในครอบครัว
3. ควรจะนำองค์ความรู้เรื่องอาหารสมุนไพรพื้นบ้านไปจัดทำเป็นบทเรียน หรือแผนการจัดการเรียนรู้สำหรับใช้ในโรงเรียน โดยบูรณาการเข้ากับการเรียนการสอนหรือนำองค์ความรู้ในท้องถิ่น เข้ามาสอนสอดแทรกในทุกเนื้อหาวิชาหรือควรพัฒนาเป็นหลักสูตรท้องถิ่นให้มีเนื้อหาและกระบวนการเรียนรู้บนพื้นฐานของภูมิปัญญาอาหารสมุนไพรพื้นบ้าน ให้โรงเรียนและชุมชนร่วมกันจัดทำแผนแม่บทเกี่ยวกับการเรียนการสอนและนำไปสู่

การปฏิบัติร่วมกัน จัดให้มีระเบียบ/ข้อบังคับ ที่เปิดโอกาสให้ภูมิปัญญาในชุมชนเข้ามาดำรงตำแหน่งครูภูมิปัญญาในโรงเรียน และจัดโรงเรียนเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ของชุมชน

4. การมีส่วนร่วมต่อการดำเนินกิจกรรมควรมีหลากหลาย เช่น วิเคราะห์ชุมชน ร่วมวางแผน, ร่วมดำเนินการ,ร่วมรับผลประโยชน์และร่วมติดตามประเมินผล โดยคนในชุมชนต้องมีส่วนร่วมในทุกกระบวนการมากที่สุด ซึ่งก่อให้เกิดรากฐานแห่งความเข้มแข็งของชุมชน

เอกสารอ้างอิง

- ชฎากร อัมทรัพย์. (2549). ผักพื้นบ้าน อาหารจานอร่อย. กรุงเทพฯ : ไพลิน.
- เพ็ญญา ททรัพย์เจริญ. (2548). ผักพื้นบ้านกับสังคมไทย. กรุงเทพฯ : ศูนย์พัฒนา ตำราการแพทย์แผนไทยมูลนิธิการแพทย์แผนไทยพัฒนา.
- ยุพา พิริยะชัยวรกุล.(2544). การจัดกิจกรรมเสริมหลักสูตรวิชาวิทยาศาสตร์กายภาพชีวภาพโดยภูมิปัญญาท้องถิ่น เรื่อง พืชสมุนไพร : การวิจัยเชิงปฏิบัติการ. (วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- วรุณวรรณ ฝาโคตร.(2548). อาหารสมุนไพรสำหรับสตรีตั้งครรภ์และมารดาหลังคลอด. กรุงเทพฯ : บริษัทเค.เอส.พี.การพิมพ์ จำกัด.
- สีลาภรณ์ นาครทรรพ.(2538). การศึกษาเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน การศึกษากับการวิจัยเพื่ออนาคตของประเทศ.เอกสารวิชาการประกอบหลักสูตรฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการ “นวัตกรรมประชาคมสุขภาพ”, ขอนแก่น : ศูนย์ฝึกอบรมและพัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานภาคตะวันออกเฉียงเหนือ.