

บทที่ 4

การแสวงหาแนวทาง และวิธีการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสระบุรีวิทยาคม จังหวัดสระบุรี

การแสวงหาแนวทาง และวิธีการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสระบุรีวิทยาคม เป็นการวิจัยในระยะที่ 2 โดยการนำผลการศึกษาสภาพของการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียน ในระยะที่ 1 มาเป็นข้อมูลพื้นฐานในการดำเนินการแสวงหาแนวทางและวิธีการในการพัฒนา โดยนำเสนอรายละเอียดของกระบวนการวิจัยตามลำดับ ดังนี้

1. คำถามการวิจัย
2. วัตถุประสงค์การวิจัย
3. วิธีดำเนินการวิจัย
4. ผลการวิจัย

คำถามการวิจัย

แนวทาง และวิธีการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสระบุรีวิทยาคม มุ่งศึกษาเพื่อตอบคำถามการวิจัย 2 คำถาม คือ

1. จะมีแนวทางและวิธีการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ได้อย่างไร
2. ดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 คืออะไร

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อแสวงหาแนวทาง และวิธีการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีวัตถุประสงค์การวิจัย 2 ประการ คือ

1. เพื่อแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
2. เพื่อพัฒนาดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย

การแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในระยะที่ 2 (R2) เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (participatory action research: PAR) โดยให้ตัวแทนผู้ที่มีส่วนสำคัญ และตัวแทนผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ร่วมประชุมระดมความคิดเพื่อแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และดัชนีชี้วัดความสำเร็จ โดยมีวิธีดำเนินการวิจัยดังนี้

1. กรอบการวิจัย

การแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 อยู่บนพื้นฐานของผลการวิจัยในระยะที่ 1 ตามกรอบการวิจัย ดังนี้

1.1 กรอบของเนื้อหาการวิจัย คือ หลักธรรมที่มีอุปการะมาก

พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตโต) คือ

1.1.1 สติ ความระลึกได้

1.1.2 สัมปชัญญะ ความรู้ตัวอยู่เสมอ

1.2 กรอบของกระบวนการแสวงหาแนวทางการพัฒนา

1.2.1 ใช้วิธีการประชุมเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมจากตัวแทนผู้มีส่วนสำคัญและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องเพื่อกำหนดกิจกรรมเพื่อพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

1.2.2 ตัวแทนของผู้มีส่วนสำคัญและตัวแทนผู้มีส่วนเกี่ยวข้องร่วมกันดำเนินงานกิจกรรมพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

2. ประชากรในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นผู้มีส่วนสำคัญและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โดยตัวแทนของกลุ่มประชากรทั้งสองกลุ่ม ดังนี้

2.1 ผู้มีส่วนสำคัญในการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 คือ ตัวแทนนักเรียนจำนวน 3 คน

2.2 ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 64 คน โดยใช้ตัวแทน จำนวน 13 คน ประกอบด้วย

- | | |
|------------------------------------|----------------|
| 2.2.1 ผู้เชี่ยวชาญด้านสติสัมปชัญญะ | จำนวน 6 รูป/คน |
| 2.2.2 ผู้บริหารโรงเรียน | จำนวน 1 คน |
| 2.2.3 ครู | จำนวน 4 คน |
| 2.2.4 ผู้ปกครอง | จำนวน 2 คน |

3. วิธีการและเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย

ผู้วิจัยใช้วิธีการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม โดยการสร้างโอกาส กระตุ้น ส่งเสริม สนับสนุน และเสริมพลังให้ผู้มีส่วนสำคัญ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ได้ระดมความคิดเพื่อ แสวงหาแนวทางวิธีการพัฒนา และกำหนดดัชนีชี้วัดความสำเร็จในการพัฒนาการเจริญ สติสัมปชัญญะของนักเรียนด้วยกิจกรรม 2 ลักษณะดังนี้

3.1 การประชุมระดมความคิด

การประชุมระดมความคิดโดยให้ผู้มีส่วนสำคัญและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้ร่วมกัน ตรวจสอบและยืนยันผลการวิจัยระยะที่ 1 ในวันอังคารที่ 12 กุมภาพันธ์ 2551 เวลา 12.00 น. ถึง 14.30 น. ณ ห้องประชุมสิริแสงทักษิณ โรงเรียนสระบุรีวิทยาคม จังหวัดสระบุรี ในเวลา 14.45 น. ถึง 16.00 น. สถานที่เดียวกัน ได้เชิญตัวแทนผู้มีส่วนสำคัญ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ได้ร่วมกันแสวงหาแนวทางและวิธีการพัฒนา ดังนี้

3.1.1 จุดประสงค์ของการประชุมระดมความคิด

1) เพื่อให้ผู้มีส่วนสำคัญและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกฝ่ายรับทราบสภาพ ปัจจุบันปัญหาที่พบในการวิจัยระยะที่ 1 (R1) จากนั้นได้ร่วมกันจัดทำและพิจารณากิจกรรม การฝึกสติสัมปชัญญะ ซึ่งใช้เป็นแนวทางวิธีการพัฒนาและดัชนีชี้วัดในการเจริญสติสัมปชัญญะ ของนักเรียน

2) เพื่อคัดเลือกผู้มีส่วนสำคัญและผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง เพื่อจัดทำ รายละเอียดของกิจกรรมสำหรับพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียน

3.1.2 วิธีดำเนินการ

วิธีดำเนินการในการจัดประชุมระดมความคิดจากผู้มีส่วนสำคัญและผู้ มีส่วนเกี่ยวข้องในการวิจัยพัฒนา ผู้วิจัยได้ดำเนินการ ดังนี้

นำเสนอผลการวิจัยระยะที่ 1 (R1) ซึ่งเป็นเรื่องสภาพปัจจุบันปัญหาการเจริญ สติสัมปชัญญะของนักเรียน ได้ร่วมกันยืนยันในการประชุมถึงปัญหาที่พบว่าเป็นจริง คือ ขาดความรู้เรื่องสติสัมปชัญญะ มีพฤติกรรมที่ไปในทางมั่วร้ายทำลาย จึงได้แสวงหาแนวทาง ในการเจริญสติสัมปชัญญะซึ่งมีกิจกรรมที่จะพัฒนาสติสัมปชัญญะให้ดีขึ้น ที่ประชุมได้เลือกการ ฝึกสติสัมปชัญญะแบบไทเก็กในการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียน โดยจัดให้มีการ ฝึกแบบไทเก็กและจัดทำหนังสือสวดมนต์ตามความต้องการของผู้มีส่วนสำคัญ

4. วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัย

ข้อมูลที่ได้จากการประชุมระดมความคิดแบบมีส่วนร่วมของตัวแทนทุกฝ่าย ที่เกี่ยวข้อง และข้อมูลที่ได้จากรวบรวมแนวคิดทฤษฎีต่าง ๆ จากเอกสาร ที่เกี่ยวข้องกับการ พัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะซึ่งเป็นข้อมูลเชิงคุณภาพ ใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) แบบสร้างข้อสรุป จำแนกข้อมูล และวิเคราะห์ตามความเหมาะสมของข้อมูล โดยยึดกรอบการวิจัยเป็นหลัก และได้แนวทางการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียน

5. การสร้างเครื่องมือในการวิจัย

การสร้างเครื่องมือเพื่อพัฒนาในระยะที่ 3 (D) ในการเจริญสติสัมปชัญญะโดยหาค่าความเที่ยงตรงและค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือเพื่อใช้ในการพัฒนาสติสัมปชัญญะ ในด้านความรู้ และพฤติกรรมจากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน โดยนำเครื่องมือที่สร้างขึ้นมาให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบปรับปรุงแก้ไข จนได้ข้อคำถามที่ครอบคลุมเนื้อหาตามกรอบการวิจัย จึงนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน เพื่อได้ตรวจสอบความตรงเฉพาะหน้า (face validity) โดยส่วนของความรู้และการเจริญสติสัมปชัญญะที่นำมาสอบถามมีครบถ้วนหรือไม่ ส่วนของเครื่องมือได้นำมาหาค่า IOC โดยสูตรในการวิเคราะห์ คือ

$$IOC = \frac{\sum x}{N}$$

โดย IOC หมายถึง ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์

$\sum x$ หมายถึง ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

N หมายถึง จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

การพิจารณาคัดเลือกข้อคำถามโดยใช้เกณฑ์ต่อไปนี้

- เห็นด้วยว่าข้อคำถามมีความสอดคล้องกับจุดประสงค์ให้ 1 คะแนน
- ไม่แน่ใจว่าข้อคำถามมีความสอดคล้องกับจุดประสงค์ให้ 0 คะแนน
- ไม่เห็นด้วยว่าข้อคำถามมีความสอดคล้องกับจุดประสงค์ให้ -1 คะแนน

ถ้ามีข้อคำถามใดมีค่า IOC ตั้งแต่ 0.5-1.0 คัดเลือกข้อคำถามนั้นไว้ใช้ ส่วนข้อคำถามที่มีค่า IOC ต่ำกว่า 0.5 ตัดทิ้งไป ปรากฏว่า ในแบบสอบถามที่ใช้ได้มีจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 60 ข้อ

ได้นำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (try out) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสระบุรีวิทยาคม จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าความเชื่อถือ (reliability) โดยใช้สูตรการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (alpha coefficient) ตามวิธีของครอนบาคซึ่งได้ค่าความเชื่อถือเกี่ยวกับด้านความรู้เท่ากับ 0.520 ด้านพฤติกรรมเท่ากับ 0.801 อนึ่งการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแบบสอบถามที่ทดลองใช้ (try out) ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสระบุรีวิทยาคม ผู้วิจัยได้ทำหนังสือจากมหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรีขออนุญาตทดลองใช้แบบสอบถามโดยกำหนดวัน เวลา ให้ผู้อำนวยการโรงเรียนทราบก่อน จากนั้นจึงได้แจกแบบสอบถามในวันที่ 6 สิงหาคม 2551 เวลา 13.30 นาฬิกา โดยขอเวลาครูผู้สอนในช่วงโมงคาบนั้น 20 นาที และเก็บคืนได้ครบทุกฉบับด้วยตนเองในวันเดียวกัน

ผลการวิจัย

จากเทคนิควิธีการพัฒนาเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (participatory action research : PAR) ของทุกฝ่ายซึ่งเริ่มต้นจากการศึกษาสภาพปัจจุบันปัญหา และความต้องการการพัฒนา การเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และนำไปสู่การแสวงหาแนวทางและวิธีการในการพัฒนาปรากฏผลการวิจัย ดังนี้

ผลการแสวงหาแนวทางและวิธีการในการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2

ประกอบด้วยกิจกรรมการฝึกสติสัมปชัญญะที่โรงเรียน และที่บ้าน ได้แก่

1. กิจกรรมการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะที่โรงเรียนของนักเรียน

กิจกรรมการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีวัตถุประสงค์ เพื่อพัฒนาให้นักเรียนมีความรู้ และมีพฤติกรรมที่ถูกต้องในเรื่องสติสัมปชัญญะ และหลักการฝึกปฏิบัติสติสัมปชัญญะเบื้องต้น ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมย่อย 2 กิจกรรม

กิจกรรมที่ 1 การให้ความรู้หลักธรรมที่เกิดให้เกิดสติสัมปชัญญะ โดยมุ่งหวังให้นักเรียนมีความรู้ เข้าใจเกี่ยวกับการมีสติสัมปชัญญะในทุกขณะ และผลร้ายที่เกิดขึ้นจากการขาดสติสัมปชัญญะ โดยมีพระวิทยากรที่มีความรู้ในเรื่องสติสัมปชัญญะเป็นผู้ให้ความรู้และประเมินผลด้านความรู้

กิจกรรมที่ 2 การฝึกสติสัมปชัญญะแบบไทเก็กโดยมุ่งเน้นให้นักเรียนมีการฝึกสติสัมปชัญญะเบื้องต้น โดยสาระสำคัญคือการมีสติสัมปชัญญะ ระลึกได้และรู้ตัวอยู่เสมอ การฝึกสติสัมปชัญญะแบบไทเก็กเป็นการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างช้าๆ เพื่อให้ระลึกได้ว่าตนกำลังทำอะไร และรู้ตัวอยู่เสมอ ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมย่อย 3 กิจกรรม

กิจกรรมที่ 1 สวดมนต์ เพื่อให้จิตใจตั้งมั่นมีสติสัมปชัญญะในปัจจุบัน

กิจกรรมที่ 2 ฝึกเจริญสติสัมปชัญญะแบบไทเก็ก เพื่อให้ระลึกได้รู้ตัว

กิจกรรมที่ 3 แผ่เมตตา เพื่อชำระจิตใจให้บริสุทธิ์ทุกผู้อื่น

2. กิจกรรมการพัฒนาสติสัมปชัญญะที่บ้านของนักเรียน

โดยผู้ปกครองเป็นผู้สังเกตการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนให้เป็นไปตามกิจกรรมการพัฒนาสติสัมปชัญญะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาให้นักเรียน มีพฤติกรรมที่ถูกต้องตั้งตนเป็นคนดีโดยการกระตุ้นจาก วิถีดี เรื่อง ทองล้นหลัง จากโครงการฟื้นฟูศีลธรรมโลก และหลักการฝึกปฏิบัติสติสัมปชัญญะเบื้องต้น ซึ่งประกอบด้วยกิจกรรมย่อย 4 กิจกรรม

กิจกรรมที่ 1 ฝึกเจริญสติสัมปชัญญะแบบไทเก็ก เพื่อให้นักเรียนมีสติสัมปชัญญะรู้ตัวอยู่ทุกขณะมุ่งเน้นการคิดดี ทำดีอย่างมีสติสัมปชัญญะโดยการรู้ตัวเคลื่อนไหวอย่างช้าๆ

กิจกรรมที่ 2 การฝึกสวดมนต์ มุ่งเน้นให้นักเรียนมีจิตใจจดจ่อกับตัวหนังสือ ทำจิตใจให้เป็นจุดหนึ่งเดียว เพื่อพร้อมที่จะทำความดี มีสติสัมปชัญญะทุกขณะ

กิจกรรมที่ 3 นั่งสมาธิ เพื่อให้นักเรียนมีสติระลึกในความดี มีจิตผ่องใส มีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว จนได้ผลออกมาเป็นการปฏิบัติดี

กิจกรรมที่ 4 แผ่เมตตา เพื่อให้นักเรียนมีสติมองสิ่งรอบตัวให้ความรัก ปราบปรามจิตใจต่อทุกคนที่เกิดมาอาศัยในโลกเดียวกัน และพร้อมที่จะหาทางช่วยเหลือให้พ้นจากความทุกข์

ตาราง 8 สรุปแนวทางวิธีการพัฒนา และดัชนีชี้วัดความสำเร็จการพัฒนาการเจริญสติสัมปชัญญะของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสระบุรีวิทยาคม

แนวทางพัฒนา	วิธีการ/กิจกรรม	ดัชนีชี้วัดความสำเร็จ
1.การพัฒนา สติสัมปชัญญะด้าน ความรู้เรื่องหลักธรรม	1. จัดการเรียนรู้เรื่องหลักธรรม จำนวน 4 คาบ เพื่อให้เกิดการ พัฒนาเรื่องสติสัมปชัญญะ	1. นักเรียนร้อยละ 80 สามารถ ตอบแบบทดสอบวัดความรู้ หลักธรรมได้ถูกต้อง
2.การพัฒนาพฤติกรรม สร้างนิสัยที่ดีเรื่อง สติสัมปชัญญะเพื่อให้ เป็นประโยชน์ต่อ ตนเองและผู้อื่น	2. จัดกิจกรรมปฏิบัติที่โรงเรียน และที่บ้าน ประกอบด้วยกิจกรรม ดังนี้ กิจกรรมที่โรงเรียน 2.1 กิจกรรมสวดมนต์ก่อนเรียน 2.2 กิจกรรมฝึกสติสัมปชัญญะ แบบไทเก๊กก่อนเรียน 2.3 กิจกรรมแผ่เมตตาหลังเรียน กิจกรรมที่บ้าน 2.1 กิจกรรมฝึกสติสัมปชัญญะ แบบไทเก๊กที่บ้าน 2.2 กิจกรรมสวดมนต์ก่อนนอน 2.3 กิจกรรมนั่งสมาธิก่อนนอน 2.4 กิจกรรมแผ่เมตตาก่อนนอน	2. มีการจัดกิจกรรมก่อนเรียน และหลังเรียนของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่โรงเรียน สระบุรีวิทยาคม 2.1 นักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 2 โรงเรียนสระบุรีวิทยาคม ได้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคน 2.2 นักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 2 โรงเรียนสระบุรีวิทยาคม ร้อยละ 80 มีผลการประเมิน พฤติกรรมอันพึงประสงค์