

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่อง การใช้กิจกรรมที่สอดคล้องแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาผลการใช้กิจกรรมแนะแนวที่สอดคล้องแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียน โดยใช้หลักการวิจัยเชิงทดลอง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2553 โรงเรียนบ้านแม่โถ สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษาแม่ฮ่องสอน เขต 2 จำนวน 36 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า ประกอบด้วย (1) แผนการจัดกิจกรรมที่สอดคล้องแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา จำนวน 7 แผน ที่สร้างขึ้นมีค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา โดยค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เท่ากับ 0.94 (2) แบบประเมินพฤติกรรมด้านความมีวินัยในตนเอง เป็นแบบประเมินที่ใช้ในการประเมินก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวที่สอดคล้องแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา จำนวน 1 ฉบับ แบ่งเป็น 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความขยันหมั่นเพียร ด้านความรับผิดชอบและด้านการปฏิบัติตามกฎระเบียบ ด้านละ 15 ข้อ รวม 45 ข้อ มีค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา โดยค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เท่ากับ 0.92 ค่าความเชื่อมั่นโดยวิธีหาค่าสถิติสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha -Coefficient) ของ Cornbach เท่ากับ 0.86 (3) แบบสังเกตพฤติกรรม ที่สร้างขึ้นมีค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา โดยค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เท่ากับ 1.00

สรุป

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ มีจำนวนทั้งสิ้น 36 คน เป็นนักเรียนหญิงมากกว่านักเรียนชาย คือเป็นนักเรียนหญิงจำนวน 21 คน นักเรียนชาย จำนวน 14 คน นักเรียนส่วนใหญ่มีอายุ 14 ปี มีเกรดเฉลี่ยอยู่ในช่วง 2.01-2.50 รองลงมาเกรดเฉลี่ยอยู่ในช่วง 2.51-3.00 และนักเรียนพักอาศัยอยู่หอพักโบสถ์มากที่สุด รองลงมาพักอาศัยอยู่กับบิดา มารดา

ภายหลังการจัดกิจกรรมแนะแนวที่สอดคล้องแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา พบว่าจะเห็นผลดีของความมีวินัยในตนเองของนักเรียนด้านความขยันหมั่นเพียร ด้านความรับผิดชอบ และด้านการปฏิบัติตามกฎระเบียบของนักเรียนเพิ่มขึ้นมากกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกันทั้งที่นักเรียนประเมินตนเองและจากผลการสังเกตของผู้ศึกษา

ในขณะเข้าร่วมกิจกรรม พบว่าความมีวินัยในตนเองของนักเรียนมีพัฒนาการที่ดีขึ้น ถ้าพิจารณาความมีวินัยแต่ละด้านพบดังนี้คือ

ด้านความขยันหมั่นเพียร พบว่าก่อนร่วมกิจกรรมแนะแนวที่สอดคล้องแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 39.92 และหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวมีคะแนนเฉลี่ยด้านความขยันหมั่นเพียรเท่ากับ 47.53 มีคะแนนเพิ่มขึ้นโดยเฉลี่ยเท่ากับ 7.61

ด้านความรับผิดชอบ พบว่าก่อนร่วมกิจกรรมแนะแนวที่สอดคล้องแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 43.11 และหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยด้านความรับผิดชอบเท่ากับ 53.64 มีคะแนนเพิ่มขึ้นโดยเฉลี่ยเท่ากับ 10.53

ด้านการปฏิบัติตามกฎระเบียบ พบว่าก่อนร่วมกิจกรรมแนะแนวที่สอดคล้องแนวคิดจิตตปัญญาศึกษามีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 43.75 และหลังการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวนักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยด้านการปฏิบัติตามกฎระเบียบเท่ากับ 49.83 มีคะแนนเพิ่มขึ้นโดยเฉลี่ยเท่ากับ 6.08

อภิปรายผล

ภายหลังการจัดกิจกรรมแนะแนวที่สอดคล้องแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 พบว่าหลังการเข้าร่วมกิจกรรมความมีวินัยในตนเองของนักเรียนสูงขึ้นกว่าก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมแนะแนวที่สอดคล้องแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา มีผลทำให้พฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของนักเรียน มีการพัฒนาทั้งในภาพรวมและองค์ประกอบทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความขยันหมั่นเพียร ด้านความรับผิดชอบและด้านการปฏิบัติตามกฎ ระเบียบเป็นไปในทางที่ดีขึ้น ผลจากการที่นักเรียนประเมินตนเองและจากการสังเกตของผู้ศึกษามีความสอดคล้องและเป็นไปในทิศทางเดียวกัน กล่าวคือ การใช้กิจกรรมแนะแนวที่สอดคล้อง แนวคิดจิตตปัญญาศึกษา สามารถพัฒนาพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของนักเรียนได้ ผู้ศึกษาได้แบ่งประเด็นอภิปราย ดังนี้

1. การพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียน ด้านความขยันหมั่นเพียร พบว่านักเรียน มีความขยันหมั่นเพียรเพิ่มมากขึ้น ทั้งในด้านการตั้งใจเรียน ความมุ่งมั่นในการศึกษา การค้นคว้าข้อมูลเพิ่มเติมจากแหล่งการเรียนรู้โดยจะเห็นได้จากเวลาที่ได้รับมอบหมายงาน หรือการบ้านนักเรียนสามารถทำให้เสร็จเรียบร้อยและส่งตรงตามเวลาที่กำหนด เวลาเรียนนักเรียนมีความตั้งใจไม่หยุกหยิกเล่นกันหรือแอบทานขนม และไม่เดินออกห้องโดยไม่ได้รับอนุญาตเหมือนแต่ก่อน มีการซักถามข้อสงสัย มีมารยาทในการเป็นผู้ฟัง ผู้พูดที่ดี รู้จักใช้เวลาว่างทบทวนหนังสือวางแผนแบ่งเวลาในการทำกิจกรรมส่วนตัวและกิจกรรมการเรียน ได้ดี ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า

กิจกรรมที่ทางผู้ศึกษานำมาใช้ ได้แก่กิจกรรม ทุกนาที มีความหมาย และกิจกรรมข้ามเวลาหาอนาคต มีการทำสมาธิกับภาพถ่ายเชิงนามธรรม การทำหน้ากากเป็นกิจกรรมที่ค้นหาความสามารถของตนเอง ชมวีดิทัศน์ที่เป็นแบบอย่างที่ดีที่เน้นความมุ่งมั่นในการศึกษาของนักเรียนที่มีข้อจำกัดในด้านการเรียนรู้ การแบ่งกลุ่มสุนทรียสนทนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ แสดงความคิดเห็นร่วมกันอย่างกัลป์ยานมิตร มอบหมายใบงาน ให้นักเรียนได้มีการสะท้อนคิด การย้อนคิดทบทวนพฤติกรรมและผลที่เกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่น ทำให้ทราบข้อมูล และเข้าใจว่าจะต้องพัฒนาตนเองในด้านความมุ่งมั่นในการศึกษาได้อย่างไร โดยนักเรียนเป็นผู้คิดและตัดสินใจในการวางแผนการศึกษาของตนเอง และเป็นการพัฒนาตนเองสอดคล้องกับที่พระธรรมปิฎก (ป.อ.ประยุตโต, 2539, หน้า 22-25) กล่าวว่า ด้านปัญญาคือความรู้ความเข้าใจนั้น และด้านจิตใจคือความสุขความพอใจ ต่างก็มาหนุนให้พฤติกรรมดีงามนั้นยิ่งหนักแน่นมั่นคงลงตัว

2. การพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียนด้านความรับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมายและการตรงต่อเวลา พบว่า นักเรียนมีความรับผิดชอบเพิ่มมากขึ้น โดยให้ความร่วมมือในการทำความสะดวกบริเวณเขตพื้นที่รับผิดชอบที่ครูได้แบ่งให้ และนักเรียนที่ทำหน้าที่เวรประจำวันสามารถทำหน้าที่ของตนเองโดยไม่ต้องรอให้ครูมาบอกให้ทำเพราะทุกคนถือว่าเป็นหน้าที่และความรับผิดชอบของตนเอง ต่อสถานศึกษา มีการเตรียมวัสดุอุปกรณ์ที่ต้องใช้ในการทำกิจกรรมการเรียนรู้มาพร้อมและเพียงพอ นอกจากนั้น นักเรียนส่วนใหญ่ยังมีจิตสำนึกความรับผิดชอบที่ดีในการช่วยดูแลรักษาอาคาร สถานที่และสิ่งของต่าง ๆ ที่เป็นของส่วนรวม ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ากิจกรรมที่จัดครูสอนสอดแทรกความรับผิดชอบ ได้แก่ กิจกรรมพิชิตตนเอง และกิจกรรมเคร่งครัดหน้าที่ ในระหว่างที่ดำเนินการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเป็นการปลูกฝังหรือสร้างจิตสำนึกที่ได้อย่างหนึ่งให้กับนักเรียนแบบกัลป์ยานมิตร เพราะว่าการที่ครูพูดเน้นย้ำเป็นประจำนักเรียนจึงได้มีโอกาสทบทวนใคร่ครวญในสิ่งที่ทำ ทำให้เกิดความรู้สึกที่เปลี่ยนแปลง เกิดความตระหนักในคุณค่าของความมีวินัยในตนเอง พระธรรมปิฎก (ป.อ.ประยุตโต, 2539, หน้า 22-25) กล่าวว่า การสร้างวินัยโดยใช้ปัจจัยอื่นช่วยเสริม เช่นกัลป์ยานมิตร วินัยจะทำให้เกิดความสุขและประพฤติปฏิบัติด้วยความพึงพอใจ จนทำให้ติดเป็นนิสัย ซึ่งถือว่าเป็นวิธีการพัฒनावินัยด้านความรับผิดชอบต่อการงานและการตรงต่อเวลาที่เกิดผลดีและเป็นคุณลักษณะที่อยู่ได้นาน เพื่อให้นักเรียน มีความรับผิดชอบที่ปฏิบัติจนเป็นนิสัยติดตัว เป็นการพัฒนาตนเองด้านการศึกษาลำเรียนและเป็น คุณลักษณะของผู้ที่มีความรับผิดชอบเพื่อการประกอบอาชีพในอนาคตด้วย

3. การพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียนด้านการปฏิบัติตามกฎ ระเบียบ พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีการแสดงพฤติกรรมที่มีความถูกต้องเหมาะสม อยู่ในกฎ ระเบียบของห้องเรียนและของโรงเรียนดีขึ้นมากมีการประพฤติผิดกฎ ระเบียบน้อยมาก อาทิ การแต่งกาย

การออกนอกบริเวณโรงเรียนหรือการกระทำผิดในกรณีต่างๆ ลดลงอย่างเห็นได้ชัดเจน จากการร่วมกิจกรรมกฎระเบียบ ข้อกำหนด และกิจกรรมซึ่งใจจดใจจ่อ เปลี่ยนแปลง ที่ให้นักเรียนสำรวจพฤติกรรมของตนเอง ทบทวนพฤติกรรมและผลที่เกิดขึ้นกับตัวนักเรียนและผู้อื่นว่าได้รับผลกระทบอย่างไรบ้าง นักเรียนมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากประสบการณ์ซึ่งกันและกัน แล้วนำมาเชื่อมโยงกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง รวมถึงการเล่นเกม และปฏิบัติตามกติกาในการร่วมกิจกรรมแล้วสะท้อนเป็นความคิดของตนเอง โดยนักเรียนเป็นผู้เลือกวิธีการพัฒนาตนเองเพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองเป็นการพัฒนาตนเองด้านชีวิตและสังคมแสดงให้เห็นว่า การจัดกิจกรรมแนะแนวที่สอดแทรกแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เป็นการจัดกิจกรรมย่อยที่หลากหลายเพื่อให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ซึ่งได้แก่ การทำสมาธิ กิจกรรมศิลปะ กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ กิจกรรมที่เกี่ยวกับดนตรี การเคลื่อนไหว กิจกรรมเสนอตัวแบบ การบำเพ็ญประโยชน์ เพื่อให้นักเรียนได้ใคร่ครวญ พิจารณาใช้ในการคิดทบทวนตัดสินใจในการวางแผนการดำเนินชีวิตและแผนพัฒนาตนเองในด้านความมีวินัยในตนเองโดยครูลดการชี้แนะและบังคับเด็กมอบหมายงานง่ายๆและทำกิจกรรมตามความสมัครใจ เน้นการเคารพและยอมรับในคุณค่าซึ่งกันและกันซึ่งเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมแนะแนวที่พัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียน

ผลการศึกษานี้สามารถอธิบายได้ว่า การที่นักเรียนแสดงพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองสูงขึ้นอย่างชัดเจนเป็นผลมาจากการที่นักเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวที่สอดแทรกแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา ซึ่งเป็นแนวการจัดกิจกรรมที่มีประสิทธิภาพในการพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียน โดยอาศัยขั้นตอนของการจัดกิจกรรมแนะแนวที่สอดแทรกแนวคิดจิตตปัญญา 5 ขั้นตอน คือ ขั้นCheck-in คือ การเตรียมความพร้อมในการเรียน ขั้น Dialogue Conversation คือ สนทนาสนทนา หุุดพูดโดยใช้ Talking Stick ขั้น Reflection คือฟังแล้วนำมาสะท้อนความคิด ขั้น check-out คือ การทบทวนบทเรียนด้วยตนเอง และขั้น Journaling คือการจดบันทึก โดยอาศัยหลักการพื้นฐานของจิตตปัญญาศึกษาทั้ง 7 ข้อ ได้แก่ 1) หลักการพิจารณาด้วยใจอย่างใคร่ครวญ 2) หลักการรักความเมตตา 3) หลักการเชื่อมโยงสัมพันธ์ 4) หลักการเผชิญหน้า 5) หลักความต่อเนื่อง 6) หลักความมุ่งมั่น 7) หลักชุมชนแห่งการเรียนรู้เป็นแนวทางในการจัดรูปแบบกิจกรรม

ขั้น Check-in คือ การเตรียมความพร้อมในการเรียน โดยทำจิตใจให้สงบ สำนวญความคิดพื้นฐานของตนเอง การให้สติอยู่กับตัว เปิดใจเพื่อจะเรียนรู้สิ่งใหม่ อาจให้ทำสมาธิ สมาธิกับเพลง การสวดมนต์ หรือแผ่เมตตา โดยใช้เวลาประมาณ 5-10 นาทีก่อนการทำกิจกรรมในแต่ละครั้ง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเล็ก ทองแสน (2550) ทำการวิจัยผลของการฝึกสมาธิและการใช้ตัวแบบที่มีต่อพฤติกรรมความมีระเบียบวินัยของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พบว่า นักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมมีพฤติกรรมความมีระเบียบวินัยสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้ฝึกสมาธิและการใช้ตัวแบบ

ขั้น Dialogue คือจัดเป็นกิจกรรมกลุ่มย่อยประมาณ 4-6 คนต่อกลุ่มแล้วให้ระดมความคิด แบ่งปันเล่าประสบการณ์ชีวิต หรือการวิเคราะห์จากกรณีศึกษา การเล่นเกมผ่านการพูด และฟังผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง ผ่านการสนทนาแลกเปลี่ยน เรียนรู้แบบกัลยาณมิตรกับเพื่อนๆ ในกลุ่มจะมีการเลือกผู้นำกันเองตามความสนใจหรือข้อตกลงของกลุ่ม มีการใช้สัญลักษณ์ในการเริ่มพูด และหยุดพูดโดยใช้ ป้ายแสดงสถานะการพูด โดยไม่มีการเตือนจากผู้อื่น นั่นคือต้องมีสติในขณะที่พูด เปลี่ยนกันพูดไปเรื่อยๆตามความสนใจของสมาชิก เมื่อได้ฟังและพูดเรื่องราวแล้วได้ข้อสรุปของกลุ่มแล้ว ตัวแทนหรืออาสาสมัครนำเสนอข้อมูลที่ได้นำให้กับเพื่อนๆในกลุ่มใหญ่ฟังอย่างใคร่ครวญ

ขั้น Reflection คือ เมื่อได้ฟังแนวคิด วิธีการ หรือข้อคิดที่ได้ฟังจากกลุ่มอื่น ๆ แล้วแต่ละคนนำสาระที่ได้มาสะท้อนคิดพิจารณาใคร่ครวญกับตนเอง

ขั้น check - out คือ การทบทวนความรู้ด้วยตนเองว่าในครั้งนี้ได้เรียนรู้อะไรบ้าง มีการร่วมกันสรุปเนื้อหาของกิจกรรมที่ได้ปฏิบัติ พร้อมทั้งมีการนัดหมาย มอบหมายงานในการทำกิจกรรมครั้งต่อไป

ขั้น Journaling คือหลังจากการสะท้อนคิดแล้ว ทบทวนหรือถอดความในการปฏิบัติกิจกรรมแล้วกลั่นกรองออกเป็นถ้อยคำ ข้อเขียน หรืองานศิลปะพร้อมจดบันทึกข้อคิดและการเปลี่ยนแปลงในแต่ละครั้ง ซึ่งสอดคล้องกับคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพิบูลสงคราม (2552) ที่ได้ประมวลกิจกรรมและวิธีการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนแนวจิตตปัญญาศึกษาแบ่งออกเป็นขั้นตอนใหญ่ 3 ขั้นตอนได้แก่ 1.ขั้นสมาธิ การให้นักศึกษาหลับตาตั้งสติ ทำจิตให้นิ่งก่อนการเรียนการสอน 2.ขั้นคิดและใคร่ครวญ การนึก ไตร่ตรอง อย่างเงียบ ๆ เพื่อทำความเข้าใจ วิเคราะห์เหตุและผลจนสามารถเข้าถึงความจริง ความดี ความงาม ของบทเรียนได้ ผนวกกิจกรรมสุนทรีสนทนาเพื่อฝึกการรับฟังอย่างปราศจากอคติและฝึกการใช้กระบวนการคิดเชิงระบบ โดยยึดหลักความจริง ความดี ความงาม เป็นแก่นของความคิด และสามารถเชื่อมโยงกับชีวิตของนักศึกษา 3.ขั้นสะท้อนความคิด การนำเสนอความคิด ตามสาระหรือประเด็นที่ผ่านการคิด ใคร่ครวญมาแล้ว เช่น คำพูดสั้นๆ วาทะธรรม การเขียนข้อความสั้น ๆ การเขียนเรียงความ การเขียน แผนผัง/แผนภูมิ การวาดภาพ การแสดงบทบาทสมมุติ การแสดงละคร การปฏิบัติจริง และการทำกิจกรรมเพื่อประโยชน์ส่วนรวมด้วยจิตสาธารณะหรือจิตอาสา

4. การจัดกิจกรรมแนะแนวที่สอดคล้องกับแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 จะเห็นได้ว่ากิจกรรมที่จัดส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมกลุ่ม ทั้งกลุ่มย่อยและกลุ่มใหญ่ แล้วยังมีกิจกรรมเดี่ยว เพื่อเป็นการเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีการวางแผนชีวิตในการทำกิจกรรมที่ต้องรับผิดชอบตนเอง แสดงออกซึ่งการพัฒนาพฤติกรรมความมี

การเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมความมีวินัยในตนเองของนักเรียนมากขึ้น การสะท้อนคิดหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ชี้ให้เห็นว่านักเรียนมีความตระหนักในคุณค่าของวินัยในตนเองและมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้น

จากการศึกษาครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่านักเรียนมีการพัฒนาความมีวินัยในตนเองด้านความรับผิดชอบมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านความขยันหมั่นเพียร และด้านการปฏิบัติตามกฎระเบียบ เกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นต้นในตัวนักเรียนที่ได้พัฒนาวินัยในตนเองทั้งด้านความมุ่งมั่นในการศึกษา ด้านความรับผิดชอบและด้านการปฏิบัติตามกฎ ระเบียบเป็นไปในทางที่ดีขึ้นจริง โดยผ่านการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวที่สอดแทรกแนวคิดจิตตปัญญาศึกษาที่ให้นักเรียนได้เปิดใจ พร้อมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ สนทนาแสดงความคิดเห็นอย่างใคร่ครวญ ทบทวนตนเอง สะท้อนความคิดของตนเองที่ได้จากการเรียนรู้จากความคิดของตนเองและผู้อื่นอย่างลึกซึ้ง ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงจากภายในตนเองสู่ภายนอก นักเรียนมีวินัยในตนเองดีขึ้นมากกว่าเดิม ซึ่งสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ในการศึกษาครั้งนี้ว่าเพื่อต้องการพัฒนามีวินัยในตนเองของนักเรียน

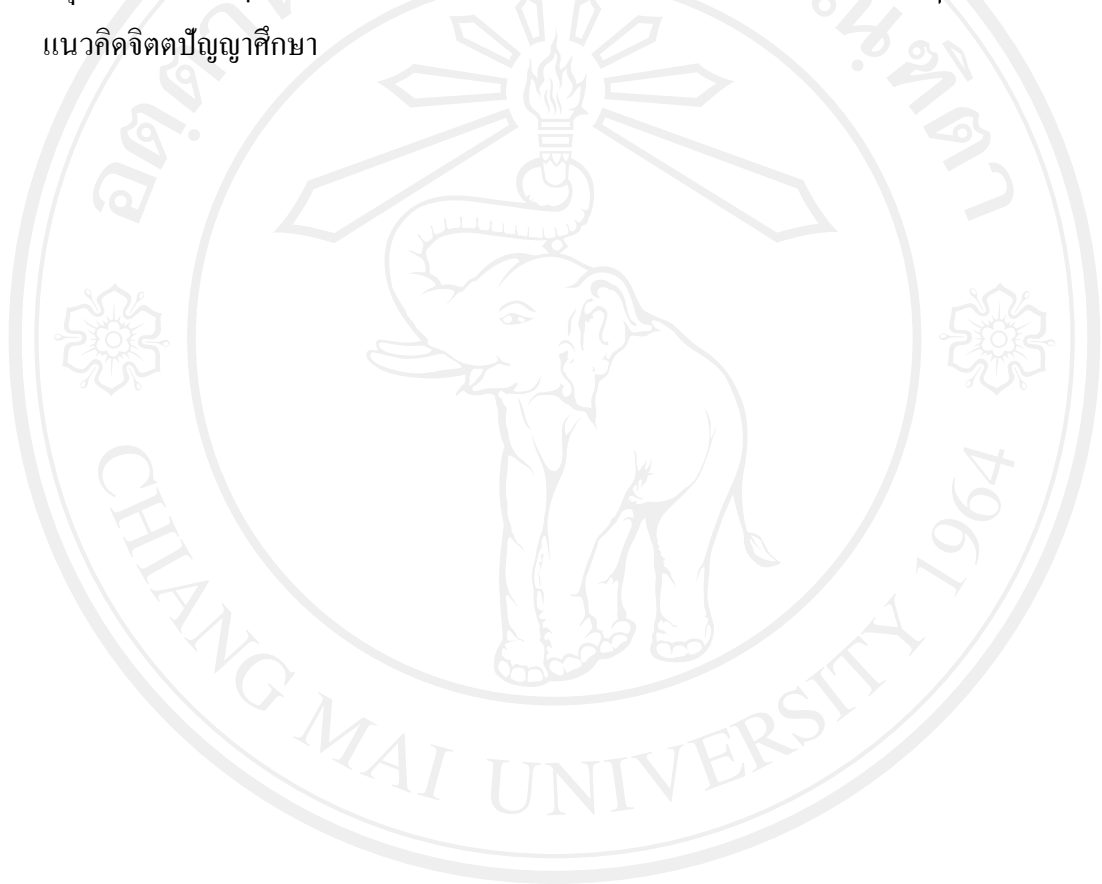
ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเพื่อนำไปใช้

1. การพัฒนามีวินัยในตนเองของนักเรียนให้มีประสิทธิภาพ ควรมีการปรับใช้แนวทางและรูปแบบกิจกรรมของการพัฒนาความมีวินัยในตนเอง โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล เช่น ระดับอายุ ระดับการศึกษา และความเหมาะสมของเวลาในการทำกิจกรรม
2. ในการพัฒนาความมีวินัยในตนเองควรดำเนินการอย่างต่อเนื่องและมีกิจกรรมที่หลากหลายมาพัฒนามีวินัยในตนเองให้นักเรียนเกิดจิตสำนึกที่ดีต่อวินัยในตนเองและปฏิบัติตนเป็นคนที่มีวินัยในตนเองเป็นนิสัยถาวรติดตัวตลอดไป
3. การจัดกิจกรรมที่เกี่ยวกับจิตตปัญญาศึกษา ควรคำนึงถึงรูปแบบกิจกรรมให้มีความเหมาะสมกับวัยและเวลาในการทำกิจกรรมในการเรียนรู้ของกลุ่มเป้าหมายด้วยเพื่อให้การดำเนินกิจกรรมเกิดประโยชน์สูงสุด
4. ควรมีการติดตามผลของพฤติกรรมด้านความมีวินัยในตนเองของนักเรียน หลังจากเสร็จสิ้นการทดลอง ในระยะยาวเพื่อดูความคงทนของพฤติกรรมที่เป็นผลของการร่วมกิจกรรมที่สอดแทรกแนวคิดจิตตปัญญาศึกษา เป็นต้น

ข้อเสนอแนะเพื่อการศึกษาครั้งต่อไป

1. ควรมีการปรับใช้กิจกรรมที่สอดคล้องแนวคิดจิตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาพฤติกรรมด้านอื่น ๆ ของนักเรียน เช่น ด้านการคิดสร้างสรรค์ ด้านการคิดแก้ปัญหาอนาคต และด้านความสามารถในการเผชิญปัญหาและอุปสรรค เป็นต้น
2. ควรมีการนำกิจกรรมที่สอดคล้องแนวคิดจิตปัญญาศึกษาไปใช้ทดลองกับกลุ่มตัวอย่างอื่น ๆ ที่มีความแตกต่างกัน เพื่อศึกษาประสิทธิภาพในการพัฒนาพฤติกรรมของแนวคิดจิตปัญญาศึกษา



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved