

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่องการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมการเจริญสติ เพื่อพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม สำหรับนักศึกษาครุศาสตร์บัณฑิต หลักสูตร 5 ปี มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี จังหวัดลพบุรี ในครั้งนี้ ผู้วิจัย ได้ทำการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นพื้นฐาน และแนวทาง ในการวิจัย ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. การพัฒนาหลักสูตร

- 1.1 ความหมายของหลักสูตร
- 1.2 ความสำคัญของหลักสูตร
- 1.3 องค์ประกอบของหลักสูตร
- 1.4 ลักษณะของหลักสูตรที่ดี
- 1.5 กระบวนการพัฒนาหลักสูตร
- 1.6 การนำหลักสูตรไปใช้
- 1.7 การประเมินหลักสูตร

2. การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม

- 2.1 ความหมายของการฝึกอบรม
- 2.2 วัตถุประสงค์ของการฝึกอบรม
- 2.3 ประเภทของการฝึกอบรม
- 2.4 เทคนิคและวิธีการฝึกอบรม
- 2.5 กระบวนการพัฒนาการฝึกอบรม
- 2.6 การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม
- 2.7 ประโยชน์ของการฝึกอบรม

3. ความรู้เกี่ยวกับ การเจริญสติ กับการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม

- 3.1 ความหมายของสติ
- 3.2 ความหมายของการเจริญสติ สัมปชัญญะ
- 3.3 ความหมายของสติปัฏฐาน 4
- 3.4 การเจริญสติตามแนวทางหลวงพ่отิเียน จิตตสุโก
- 3.5 การควบคุมอารมณ์
- 3.6 คุณธรรมจริยธรรมสำหรับครู
- 3.7 การเจริญสติกับการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม

4. การส่งเสริมคุณธรรมสำหรับนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี
 - 4.1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับการผลิตครู 5 ปี ของ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี
 - 4.2 นโยบายการพัฒนาคุณภาพของ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี
 - 4.3 กิจกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม
5. เจตคติที่มีต่อหลักสูตรฝึกอบรม
 - 5.1 ความหมายของเจตคติ
 - 5.2 องค์ประกอบของเจตคติ
 - 5.3 การวัดเจตคติ
6. พฤติกรรม
 - 6.1 ความหมายของพฤติกรรม
 - 6.2 ประเภทของพฤติกรรม
 - 6.3 การวัดพฤติกรรม
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 7.1 งานวิจัยในประเทศ
 - 7.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

การพัฒนาหลักสูตร

หลักสูตรมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการจัดการศึกษาทุกระดับ เพราะเป็นตัวกำหนดหรือกรอบของแนวปฏิบัติเพื่อให้ผู้เรียนได้บรรลุเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ที่วางไว้ ฉะนั้นผู้ที่เกี่ยวข้องในการจัดการศึกษาทุกฝ่ายต้องมีความเข้าใจเกี่ยวกับหลักสูตรอย่างชัดเจน และถูกต้อง เพื่อสามารถนำความรู้เหล่านี้ในการจัดการเรียนรู้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1. ความหมายของหลักสูตร

มีหน่วยงานและนักการศึกษาหลายท่านได้ให้นิยามความหมายของหลักสูตรไว้ดังนี้ กาญจนา คุณนารักษ์ (2540, หน้า 14) กล่าวไว้ดังนี้ หลักสูตร คือโครงการหรือแผนหรือข้อกำหนด อันประกอบด้วย หลักการ จุดมุ่งหมาย โครงสร้าง กิจกรรม และวัสดุอุปกรณ์ต่าง ๆ ในการจัดการเรียนการสอนที่จะพัฒนาผู้เรียนให้เกิดความรู้ความสามารถและประสบการณ์ โดยส่งเสริมให้เอาก็คตามบุคคลไปสู่ศักยภาพสูงสุดของตนเอง รู้จักตนเองมีชีวิตอยู่ในโรงเรียนในสังคม และในโลกอย่างมีคุณภาพและอย่างมีความสุข

กรมวิชาการ (2542, หน้า 25) กล่าวว่า หลักสูตรหมายถึง การจัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้แก่ผู้เรียนในโรงเรียน ประสบการณ์การเรียนรู้อาจเกิดขึ้นเพราะความสามารถส่วนตัวของครูสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ในโรงเรียน

บรรพต สุวรรณประเสริฐ (2544, หน้า 14) ได้ให้ความหมายของหลักสูตรไว้ 4 ข้อ คือ 1) หลักสูตร หมายถึง รายวิชาหรือเนื้อหาสาระที่ใช้สอน 2) หลักสูตรหมายถึง มวลประสบการณ์ ที่โรงเรียนหรือสถานศึกษาจัดให้แก่ผู้เรียน 3) หลักสูตร หมายถึง กิจกรรมการเรียนการสอน 4) หลักสูตร หมายถึง สิ่งที่สังคมคาดหวังหรือมุ่งหวัง จะให้ผู้เรียนได้รับ

ปราโมทย์ จันทรเรือง (2548, หน้า 5) ได้ให้ความหมายของหลักสูตรไว้ว่า หลักสูตรจะมีพัฒนาการ คือเปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัย หลักสูตร ตามความหมายเดิม หมายถึง รายวิชา หรือเนื้อหาที่กำหนดไว้ให้ผู้เรียนได้เรียน หลักสูตรตาม ความหมายใหม่หมายถึง มวลประสบการณ์ที่ผู้เรียนได้รับทั้งภายใน และภายนอกโรงเรียน เพื่อให้ผู้เรียนมีพัฒนาการทั้งใน ด้านร่างกาย สังคม ปัญญา และจิตใจ

เการ์เก พอสเนอร์ (George J. Posner, 1992, p. 45) ได้ให้คำนิยามของหลักสูตรไว้ 6 ประการดังนี้

1. หลักสูตร หมายถึง ขอบข่ายและลำดับของการเรียนรู้ (scope and sequence) ซึ่งเป็นชุดของการเรียนรู้ที่มีเป้าหมายสำหรับแต่ละระดับการศึกษา
2. หลักสูตร หมายถึง แผนการทั้งหมดของชุดการเรียนรู้ (Syllabus) ที่ประกอบด้วยเป้าหมายสำหรับชุดการเรียนรู้ (Goals) ประเด็นที่เป็นหัวข้อสำคัญ (Topic) ข้อกำหนดในการเรียนรู้ (Assignments) การวัดและการประเมินผล (Evaluation)
3. หลักสูตร หมายถึง โครงสร้างที่เป็นกรอบของเนื้อหาสาระ (Content outline) ที่เป็นการกำหนดเนื้อหาสาระของการสอนให้มีความเสมอภาคกันในการวางแผนหลักสูตร เพื่อให้การจัดการเรียนรู้ดำเนินไปภายในกรอบของเนื้อหาสาระที่กำหนดไว้
4. หลักสูตร หมายถึง เอกสารตำรา (Textbooks) เป็นเอกสารสำหรับให้ครูนำไปใช้เป็นแนวทางประกอบการสอนในแต่ละวัน ซึ่งจะนำเสนอให้ทราบถึงจุดประสงค์และวิธีการที่จะบรรลุจุดประสงค์ (Ends and means) ไว้อย่างชัดเจน
5. หลักสูตร หมายถึง ชุดของการศึกษาหรือชุดของการเรียน (Course of study) เป็นชุดการเรียนรู้ที่ผู้เรียนจะต้องเรียนรู้ ให้ครบทั้งชุด เปรียบเหมือนเส้นทางที่นักเดินทางต้องใช้เวลาเดินทางเพื่อให้ถึงจุดหมายปลายทางที่กำหนดไว้
6. หลักสูตร หมายถึง ประสบการณ์ที่ได้รับการวางแผนไว้แล้ว (Planned experience) ความหมายตามนี้คือ หลักสูตรประกอบไปด้วยประสบการณ์ทั้งหมดของผู้เรียนที่ได้รับการวางแผนโดยโรงเรียน

ทาบ (Taba, 1962, p. 4) ได้ให้ความหมายของหลักสูตรไว้ว่า หลักสูตร หมายถึง วิธีการเตรียมเยาวชนให้มีส่วนร่วมในฐานะที่เป็นสมาชิกที่สามารถสร้างผลผลิตให้แก่สังคมของตน

จากการศึกษาเอกสาร และแนวคิดของนักวิชาการทางการศึกษาดังกล่าวมาข้างต้น พอจะสรุปได้ว่า หลักสูตร หมายถึง โครงการ การกำหนดจุดมุ่งหมายหลักสูตร การจัดเนื้อหาสาระและการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ และการกำหนดวิธีวัดและการประเมินผล แล้วนำไป

ทดลองใช้และปรับปรุง ให้มีความเหมาะสมสอดคล้องกับสภาพความเปลี่ยนแปลงทางสังคม เพื่อให้ผู้เรียนมีพัฒนาการทั้งในด้านต่างๆ ที่จัดขึ้นเพื่อพัฒนาให้ผู้เรียนสามารถพัฒนาตนเองได้เต็มตามศักยภาพและตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้

2. ความสำคัญของหลักสูตร

หลักสูตรเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งที่มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งของกระบวนการจัดการเรียนการสอนในทุกๆระดับซึ่งมีนักการศึกษาหลายท่านที่ได้กล่าวถึงความสำคัญของหลักสูตรไว้ดังนี้

ถนอมวรรณ ประเสริฐเจริญสุข (2544, หน้า 15 -17) ให้เหตุผลความสำคัญของหลักสูตรไว้หลายประการดังนี้

1. หลักสูตรเป็นเหมือนบ้ำหลอมผลเมืองดี และมี คุณภาพ ประชาชนจะมีลักษณะ และคุณภาพอย่างไรนั้นก็ขึ้นอยู่กับจัดการหลักสูตรว่าต้องการให้ผู้ผ่านหลักสูตรเป็นอย่างไร หลักสูตรนั้นจึงเสมือนบ้ำหลอม

2. หลักสูตรเป็นโครงการและแนวทางในการให้การศึกษา เพราะหลักสูตรจะบอกให้ทราบว่าจัดการศึกษานั้นมุ่งหวังจะให้บรรลุวัตถุประสงค์อะไรบ้าง ในการที่จะบรรลุวัตถุประสงค์ นั้นจะต้องจัดเนื้อหาสาระและประสบการณ์อย่างไร และจะใช้อะไรเป็นเครื่องแสดงว่าได้ บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้

3. หลักสูตรเป็นมาตรฐานของการศึกษา หลักสูตรจะเป็นเกณฑ์มาตรฐานให้ทุกสถาบันที่จัดขึ้นด้วยวัตถุประสงค์อย่างเดียวกันเช่น โรงเรียนประถมศึกษา โรงเรียนมัธยมศึกษา ฯลฯ ได้จัดการศึกษาให้เป็นระเบียบแบบแผนที่เป็นมาตรฐานเดียวกันในการดำเนินการเรียนการสอน หรือให้มีมาตรฐานในการจัดการศึกษาเหมือนกัน

สุนีย์ ภูพันธ์ (2545, หน้า 16) ได้กล่าวถึงความสำคัญของหลักสูตรไว้ว่า หลักสูตรเป็นองค์ประกอบอันสำคัญยิ่งอย่างหนึ่ง ของการจัดการศึกษา เพราะหลักสูตรจะเป็นโครงร่าง กำหนดไว้ว่าเด็กได้รับประสบการณ์อะไรบ้าง จึงจะเป็นประโยชน์ต่อเด็กและสังคม หลักสูตรเป็นแนวทางที่จะสร้างความเจริญเติบโตให้แก่ผู้เรียน นอกจากนี้หลักสูตรยังเป็นเครื่องชี้ให้เห็นโฉมหน้าของสังคมในอนาคตว่าจะเป็นอย่างไรอีกด้วย

ปราโมทย์ จันทรเรือง (2548, หน้า 6) ได้ให้ความหมายไว้ว่า หลักสูตรเป็นสิ่งสำคัญเป็นสิ่งที่ชี้ให้เห็นแนวทางในการจัดมวลประสบการณ์แก่ผู้เรียน จึงเปรียบเสมือนแผนที่เดินเรือซึ่งบอกให้กัปตัน หรือครูผู้สอน รู้ว่าจะต้องตั้งเข็มทิศไปทางใด และจุดมุ่งหมายปลายทางของการเรียนการสอนคืออะไร และระหว่างทางที่ไป จะต้องทำอะไรบ้าง เป็นต้น ว่าต้องใช้สื่ออุปกรณ์ช่วย หรือต้องมีการตรวจสอบประเมินผล ต้องปรับปรุงวิธีการอย่างไรบ้าง หนึ่งในกระบวนการเรียนการสอน ซึ่งตัวผู้เรียนก็จำเป็นต้องทราบล่วงหน้าว่า จะได้เรียนรู้อะไร และจะได้รับผลอย่างไร นอกจากนี้จะต้องเตรียมการอย่างไร จึงจะสามารถเรียนรู้และได้รับผลสำเร็จ

ตามความมุ่งหมาย การเรียนการสอนจะบรรลุผลได้ทั้งผู้เรียน และผู้สอนจะต้องมีสิ่งที่จะช่วยกำหนดแนวทาง เพื่อให้แต่ละฝ่ายปฏิบัติหน้าที่ได้สอดคล้อง และสนับสนุนซึ่งกันและกัน นั่นก็คือ หลักสูตร ถ้าหากไม่มีหลักสูตรก็สอนไม่ได้เพราะไม่รู้ว่าจะสอนอะไร หรือถ้าจะสอนโดยคิดเอาเองก็จะเกิดความสับสน โดยที่อาจสอนซ้ำไปซ้ำมาไม่เรียงลำดับตามที่ควรจะเป็น ผลการเรียนรู้อาจไม่เป็นตามที่คาดไว้

จากทฤษฎีของนักการศึกษาที่ใ้ให้นิยามความสำคัญของหลักสูตรดังกล่าวไว้ข้างต้น พอสรุปได้ว่า หลักสูตรเป็นองค์ประกอบสำคัญและเป็นตัวกำหนดแนวทาง ของการจัดการศึกษา แสดงแนวทางในการจัดประสบการณ์ให้แก่ผู้เรียน ตลอดจนเป็นตัวกำหนดทิศทางการจัดการศึกษาเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายอย่างมีประสิทธิภาพ

3. องค์ประกอบของหลักสูตร

จากนิยามของหลักสูตรดังกล่าว มีนักการศึกษาหลายท่านได้เสนอองค์ประกอบที่สำคัญของหลักสูตรไว้ดังนี้

กรมวิชาการ (2544, หน้า 45) ได้กำหนดองค์ประกอบของหลักสูตรไว้ในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานดังนี้

1. หลักการ
2. จุดมุ่งหมาย
3. โครงสร้าง
4. การจัดหลักสูตร
5. การจัดการเวลาเรียน
6. การจัดการศึกษาสำหรับกลุ่มเป้าหมายเฉพาะ
7. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้
8. การจัดการเรียนรู้
9. สื่อการเรียนรู้
10. การวัดและประเมินผลการเรียนรู้
11. เกณฑ์การผ่านช่วงชั้นและจบหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน
12. เอกสารหลักฐานการศึกษา
13. การเทียบโอนผลการเรียน
14. การพัฒนาศักยภาพครู
15. การจัดหลักสูตรสถานศึกษา
16. การกำกับ ติดตาม และรายงานผล

สุนีย์ ภูพันธ์ (2545, หน้า 18 – 19) กล่าวว่า องค์ประกอบที่สำคัญของหลักสูตรมี 4 องค์ประกอบ คือ

1. จุดมุ่งหมายของหลักสูตร (Curriculum Aims)
2. เนื้อหา (Content)
3. การนำหลักสูตรไปใช้ (Curriculum Implementation)
4. การประเมินผลหลักสูตร (Evaluation)

ทาบ (Taba, 1962, p.10) กล่าวว่าหลักสูตรควรมีองค์ประกอบอยู่ 4 ประการ คือ

1. ความมุ่งหมาย เป็นการกำหนดว่าต้องการให้ผู้เรียนเป็นอย่างไรหรือจะให้การศึกษาคืออะไร
 2. เนื้อหาวิชา เป็นการเลือกและจัดเนื้อหาวิชาตลอดจนประสบการณ์ต่าง ๆ ที่จะช่วยให้ผู้เรียนพัฒนาไปสู่ความมุ่งหมายที่กำหนดไว้
 3. การนำหลักสูตรไปใช้ หมายถึง การนำหลักสูตรไปปฏิบัติให้บรรลุตามความมุ่งหมาย
 4. การประเมินผลหลักสูตร เป็นการตรวจสอบว่า หลักสูตรสัมฤทธิ์ผลตามความมุ่งหมายที่กำหนดไว้หรือไม่ มากน้อยเพียงใดและอะไรเป็นสาเหตุ
- สรุปได้ว่า องค์ประกอบหลักสูตรนั้น ประกอบด้วยหลักการ โครงสร้าง องค์ประกอบของหลักสูตร วัตถุประสงค์ของหลักสูตร เนื้อหาสาระและประสบการณ์ของผู้เรียน กิจกรรมการเรียนการสอน การใช้สื่อในการสอน และวิธีการวัดและประเมินผล

4. ลักษณะของหลักสูตรที่ดี

นักการศึกษาหลายท่าน ได้กล่าวถึงลักษณะของหลักสูตรที่ดีไว้ ดังนี้
 ปราโมทย์ จันทรเรือง (2548, หน้า 54) ได้กล่าวว่าลักษณะของหลักสูตรที่ดีจะต้องมีลักษณะดังนี้

1. เนื้อหาสาระสำคัญของหลักสูตรครอบคลุมข้อมูลที่ได้มาจากนักเรียน สังคม กระบวนการเรียน และความรู้ที่ควรจะได้รับในระหว่างการศึกษาหรือไม่อย่างไร
2. จุดมุ่งหมายของโรงเรียนวางไว้อย่างชัดเจน และเป็นที่เข้าใจกับผู้เกี่ยวข้องหรือไม่ จุดมุ่งหมายมีความกว้างขวาง มีความสมดุล และจะเป็นจริงได้หรือไม่ มีช่องว่างพอที่จะขยายติดต่อ เพิ่มเติม จุดมุ่งหมายตามที่ต้องการหรือไม่
3. กระบวนการเรียน ผู้เรียนมีโอกาสก้าวหน้าและมีอิสระที่จะพัฒนาตามความสามารถ ความสนใจ ตามแนวทางของตนเองได้หรือไม่
4. นักเรียนและครูมีความเข้าใจตรงกันเกี่ยวกับการวางแผนการเรียนต่างๆ ในหลักสูตรหรือไม่ นักเรียนมีส่วนร่วมในการจัดทำแผนการเรียนนั้นๆ ตามวุฒิภาวะของเขาได้หรือไม่ นักเรียนเข้าใจในเหตุผล และยอมรับสิ่งที่โรงเรียนคาดหวังจากเขาหรือไม่
5. มีคณะกรรมการหรือกลุ่มคนที่จะรับผิดชอบในการพิจารณาปัญหา หรือรวบรวมปัญหาจากบุคคลที่เกี่ยวข้อง มีการประสานงานกับชุมชน ผู้เรียน มีการวางแผนการเรียนการสอน การวัดผลให้เกิดคุณค่าต่อผู้เรียนและชุมชนอย่างเป็นระบบและทั่วถึง

ดุสิต อารยกุล (2548, หน้า 18) ได้กล่าวว่า ลักษณะของหลักสูตรที่ดีจะต้องมีลักษณะดังนี้

1. จุดมุ่งหมายของหลักสูตร ควรตั้งอยู่บนรากฐานทางการศึกษาอย่างถูกต้อง ได้แก่ พื้นฐานทางปรัชญา จิตวิทยา สังคมวิทยาและธรรมชาติของความรู้ และต้องตั้งอยู่บนรากฐานของความจริงและสามารถนำไปปฏิบัติได้
2. สอดคล้องกับความต้องการของสังคม สามารถสนองความต้องการของสังคม และประเทศชาติ สามารถเสริมสร้างความศรัทธาในการปกครองระบอบประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์เป็นประมุขและเป็นผู้รับผิดชอบในฐานะพลเมืองดีของชาติ
3. สอดคล้องกับความต้องการของผู้เรียน ตามหลักจิตวิทยาการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับวัย
4. จุดมุ่งหมายของหลักสูตรที่ดี จะต้องมุ่งสร้างเสริมค่านิยม ขนบธรรมเนียม ประเพณีและวัฒนธรรม
5. จุดมุ่งหมายของหลักสูตรที่ดี จะต้องมุ่งสร้างคุณลักษณะที่ดีของผู้เรียนให้มีความเจริญงอกงามทางสติปัญญา มีทักษะในอาชีพ มีคุณธรรม มีวินัยทางเศรษฐกิจ สังคม การเมือง

สรุปได้ว่า ลักษณะของหลักสูตรที่ดีควรมีจุดมุ่งหมายที่ชัดเจนสอดคล้องกับสภาพสังคม วัฒนธรรม เศรษฐกิจ การเมือง การปกครอง เทคโนโลยีและความต้องการของผู้เรียนได้เป็นอย่างดีและบรรลุจุดมุ่งหมายอย่างมีประสิทธิภาพ

5. กระบวนการพัฒนาหลักสูตร

5.1 ความหมายของการพัฒนาหลักสูตร

บรรพต สุวรรณประเสริฐ (2544, หน้า 19) กล่าวว่า การพัฒนาหลักสูตร หมายถึงการปรับปรุงหลักสูตร ที่มีอยู่แล้วให้ดีขึ้นหรือการจัดทำหลักสูตรขึ้นมาใหม่โดยไม่มีหลักสูตรเดิมเป็นพื้นฐานอยู่เลย และรวมถึงการผลิตเอกสาร ต่างๆ สำหรับผู้เรียนด้วย

ปราโมทย์ จันท์เรือง (2548, หน้า 43) ได้รวบรวมรูปแบบของการพัฒนาหลักสูตรตามแนวคิดของชาวต่างประเทศไว้ ดังนี้

1. กำหนดเป้าหมาย จุดมุ่งหมายและขอบเขต (Goals, Objectives, and Domains) ได้แก่ พัฒนาการส่วนบุคคล (Personal Development) มนุษย์สัมพันธ์ (Human Relation) ทักษะการเรียนรู้ที่ต่อเนื่อง (Continued Learning Skills) และความชำนาญเฉพาะด้าน (Specialization)
2. การออกแบบหลักสูตร (Curriculum Design) มีการวางแผนออกแบบหลักสูตรตัดสินใจเลือกและจัดเนื้อหาสาระ การเลือกประสบการณ์การเรียนรู้ที่เหมาะสมและสอดคล้องกับเนื้อหาสาระที่ได้เลือกมาแล้ว

3. การใช้หลักสูตร (Curriculum Implementation) มีการวางแผนและจัดทำแผนการสอน (Instructional Plans) ในรูปแบบต่างๆ ครูผู้สอนจะเลือกวิธีการสอนและวัสดุสื่อการเรียนการสอน ที่จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามที่ได้กำหนดไว้

4. การประเมินผลหลักสูตร (Curriculum Evaluation) การประเมินผลหลักสูตรจะเป็นขั้นตอนสุดท้ายของรูปแบบนี้ นักพัฒนาหลักสูตรและครูผู้สอนจะต้องตัดสินใจเลือกเทคนิคการประเมินผลที่สามารถตรวจสอบความสำเร็จของหลักสูตรสามารถตัดสินใจได้ว่า จะยังคงใช้หลักสูตรนี้ต่อไปควรปรับปรุงแก้ไขหรือควรวกเลิกหลักสูตรดังกล่าว รายละเอียดแผนภูมิการพัฒนาหลักสูตร ดังภาพ 2



ภาพ 2 รูปแบบการพัฒนาหลักสูตรของเชเลอร์ และอเล็กซานเดอร์
ที่มา : (ปราโมทย์ จันเรือง, 2548 หน้า 43)

ทาบ (Hilda Taba, 1962, p.454) กล่าวว่าไว้ว่า การพัฒนาหลักสูตรหมายถึง การเปลี่ยนแปลงและปรับปรุงหลักสูตรเดิมให้ได้ผลดียิ่งขึ้นทั้งในด้านการวางจุดมุ่งหมาย การจัดเนื้อหาวิชาการเรียนการสอน การวัดและการประเมินผลอื่นๆ เพื่อให้บรรลุถึงจุดมุ่งหมายอันใหม่ที่วางไว้ว่าการเปลี่ยนแปลงหลักสูตรเป็นการเปลี่ยนแปลงทั้งระบบ หรือเปลี่ยนแปลงทั้งหมดตั้งแต่จุดมุ่งหมายและวิธีการ และการเปลี่ยนแปลงหลักสูตรนี้จะมีผลกระทบทางด้านความคิดและ

ความรู้สึกรู้สึกของผู้ที่เกี่ยวข้องทุกฝ่าย ส่วนการปรับปรุงหลักสูตรหมายถึงการเปลี่ยนแปลงหลักสูตรเพียงบางส่วนโดยไม่เปลี่ยนแปลงแนวความคิดพื้นฐานหรือรูปแบบของหลักสูตร

คาร์เตอร์ วี กูด (Carter V. Good, 1973, pp. 157 - 158) ได้ให้ความหมายว่า การพัฒนาหลักสูตรเกิดขึ้นได้ 2 ลักษณะ คือ การปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงหลักสูตร การปรับปรุงหลักสูตรเป็นวิธีการพัฒนาหลักสูตรอย่างหนึ่ง เพื่อให้เหมาะสมกับโรงเรียนหรือระบบโรงเรียน จุดมุ่งหมายของการสอน วัสดุอุปกรณ์ วิธีสอน รวมทั้งการประเมินผล ส่วนคำว่า การเปลี่ยนแปลงหลักสูตร หมายถึง การแก้ไขหลักสูตรให้แตกต่างไปจากเดิม เป็นการสร้างโอกาสทางการเรียนขึ้นใหม่

จากแนวคิดของนักการศึกษาการพัฒนาหลักสูตรข้างต้น สรุปได้ว่าการพัฒนาหลักสูตรมีความหมายอยู่ 2 ลักษณะ คือ 1) การทำหลักสูตรที่มีอยู่แล้วให้ดียิ่งขึ้นกว่าเดิมหรือสมบูรณ์ขึ้นกว่าเดิม และ 2) การสร้างหลักสูตรขึ้นมาใหม่โดยไม่มีหลักสูตรเดิมเป็นพื้นฐาน

5.2 กระบวนการและขั้นตอนการพัฒนาหลักสูตร

ชูศรี สุวรรณโชติ (2544, หน้า 24) ได้ให้ความหมายลำดับขั้นตอนการพัฒนาหลักสูตรไว้ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาข้อมูลพื้นฐานของสังคมและชุมชนที่มีการเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม

ขั้นตอนที่ 2 วิเคราะห์ข้อมูลที่มีความจำเป็นอันจะนำมาซึ่งการปรับปรุงหลักสูตร

ขั้นตอนที่ 3 สำรวจความต้องการและความจำเป็นของสังคม ชุมชนและผู้เรียน

ขั้นตอนที่ 4 กำหนดวัตถุประสงค์ของการให้การศึกษาให้ตรงกับความต้องการของสังคม

ขั้นตอนที่ 5 เลือกเนื้อหาวิชาที่ต้องการนำมาให้ผู้เรียนได้ศึกษา ที่ตรงกับวัตถุประสงค์

ขั้นตอนที่ 6 เลือกบุคลากรที่มีความชำนาญในเนื้อหาวิชานั้นๆ มาร่วมจัดทำหลักสูตร

ขั้นตอนที่ 7 จัดเรียงลำดับเนื้อหาความรู้ที่ได้จากขั้นที่ 6

ขั้นตอนที่ 8 สร้างประสบการณ์การเรียนรู้ให้ตรงกับเนื้อหาวิชา เพื่อการจัดการเรียนการสอน

ขั้นตอนที่ 9 กำหนดการประเมินผลให้ตรงกับวัตถุประสงค์รายวิชาและได้กล่าวถึงความสำคัญของกระบวนการพัฒนาหลักสูตรว่า เป็นกระบวนการที่ทำให้ครูสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมให้กับผู้เรียนซึ่งเป็นจุดมุ่งหมายปลายทางที่สำคัญของการพัฒนาหลักสูตร หรืออาจจะกล่าวได้อีกอย่างหนึ่งว่า ผลผลิตโดยตรงของกระบวนการพัฒนาหลักสูตร

ในปัจจุบันก็ยังทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของครูอีกด้วย เพราะเชื่อว่ากระบวนการพัฒนาหลักสูตรจะทำให้ครูได้รับความรู้มากขึ้น มีทักษะมากขึ้น

- Hilda Taba (1962, p. 12) ได้เสนอกระบวนการพัฒนาหลักสูตรไว้ 7 ขั้นตอน คือ
- ขั้นตอนที่ 1 สำรวจปัญหาความต้องการและความจำเป็นต่างๆ ของสังคม
 - ขั้นตอนที่ 2 กำหนดจุดมุ่งหมายของการศึกษา
 - ขั้นตอนที่ 3 คัดเลือกเนื้อหาวิชาที่จะนำมาสอน
 - ขั้นตอนที่ 4 จัดลำดับเนื้อหาสาระ
 - ขั้นตอนที่ 5 คัดเลือกประสบการณ์การเรียนรู้
 - ขั้นตอนที่ 6 จัดลำดับประสบการณ์การเรียนรู้
 - ขั้นตอนที่ 7 กำหนดวิธีการประเมินผลและแนวทางปฏิบัติ

จากแนวคิดของนักการศึกษาข้างต้น สรุปได้ว่า กระบวนการพัฒนาหลักสูตรประกอบด้วย การวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน การกำหนดจุดมุ่งหมาย การคัดเลือกเนื้อหาสาระ การนำหลักสูตรไปใช้ การประเมินผลการใช้หลักสูตรและการปรับปรุงแก้ไข ให้บรรลุเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ มี 4 ขั้นตอน คือ 1) การศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับความต้องการในการฝึกอบรมการเจริญสติเพื่อพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม 2) การสร้างหลักสูตรฉบับร่าง โดยกำหนดโครงสร้าง แบ่งหลักสูตรเป็นทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ และปรับปรุงแก้ไขภายหลังตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ 3) การทดลองใช้หลักสูตร 4) การประเมินผลและปรับปรุงหลักสูตร

6. การนำหลักสูตรไปใช้

การนำหลักสูตรไปใช้นับว่าเป็นขั้นตอนที่สำคัญขั้นหนึ่งของการพัฒนาหลักสูตร เพราะเป็นการวางแผนเตรียมการล่วงหน้าในการดำเนินงานและยังจะต้องติดตามผลการดำเนินงานอย่างใกล้ชิด รวมทั้งจะต้องทำความเข้าใจกับวิธีการขั้นตอนต่างๆ เพื่อให้สามารถนำหลักสูตรไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งมีนักการศึกษาหลายท่านกล่าวไว้ดังนี้

ชูศรี สุวรรณโชติ (2544, หน้า 220 -221) ได้เสนอขั้นตอนการนำหลักสูตรไปใช้ดังนี้

ขั้นที่ 1 การเตรียมการจะต้องดำเนินการดังนี้

1. รวบรวมเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการใช้หลักสูตรทุกชนิดที่มีอยู่ให้พร้อมที่จะนำไปใช้ เช่น ตัวหลักสูตร คู่มือการใช้หลักสูตร คู่มือครู คู่มือการประเมินผล ระเบียบการประเมินผล เอกสารตำรา แบบเรียน ฯลฯ

2. กำหนดยุทธศาสตร์ ในการดำเนินงาน กล่าวคือจะต้องคิดค้นหา และใช้วิธีการทำงานใหม่ๆ ให้ได้ผลงานดีขึ้นเสมอ

ขั้นที่ 2 กำหนดหน่วยงานสนับสนุน จะต้องดำเนินการดังนี้

1. กำหนดหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการใช้หลักสูตรทำหน้าที่รับผิดชอบในการใช้หลักสูตร เช่น กรมเจ้าสังกัด เขตการศึกษา สำนักงานที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาอื่นๆ

2. กระจายความคิด ย้ำๆ สนับสนุนให้หน่วยงานย่อยของแต่ละสังกัดดำเนิน การใช้หลักสูตรอย่างเต็มที่

ขั้นที่ 3 กำหนดบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการใช้หลักสูตร

1. กำหนดบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการบริหารหลักสูตรซึ่งได้แก่ หัวหน้าส่วนราชการ ระดับกรม ผู้บริหารโรงเรียน และผู้บริหารระดับย่อยที่เกี่ยวข้อง

2. กำหนดบุคลากรที่ต้องปฏิบัติตามหลักสูตรซึ่งได้แก่ ครูผู้สอน ครูผู้สนับสนุนการสอน ครูแนะแนวการศึกษาจะมีบทบาทที่สำคัญมากกว่าผู้อื่น นักวัดผลการศึกษา

ขั้นที่ 4 กำหนดแนวทางการติดตามผลและการประเมินการใช้หลักสูตร

1. กำหนดรูปแบบการติดตามผลและการประเมินผลการใช้หลักสูตร

2. ติดตามผลและประเมินผลการใช้หลักสูตรตามที่ได้กำหนดไว้

สุนีย์ ภูพันธ์ (2546, หน้า 221) กล่าวได้ว่า การนำหลักสูตรไปใช้ หมายถึงการดำเนินงานและกิจกรรมต่างๆ ในอันที่จะทำให้หลักสูตรที่สร้างขึ้นดำเนินไปสู่การปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย นับแต่การเตรียมบุคลากร อาคาร สถานที่ วัสดุอุปกรณ์ สภาพแวดล้อม และการจัดการเรียนการสอนในโรงเรียน

โบแชมปี (Beauchamp, 1975, p. 164) ได้ให้ความหมายของการนำหลักสูตรไปใช้ว่าหมายถึงการนำหลักสูตรไปปฏิบัติโดยประกอบด้วยกระบวนการที่สำคัญที่สุดคือ การแปลงหลักสูตรไปสู่การสอนการจัดสภาพแวดล้อมในโรงเรียนให้ครูได้มีการพัฒนาการเรียน การสอน

จากการศึกษาแนวคิดของนักการศึกษาข้างต้น สรุปได้ว่า การนำหลักสูตรไปใช้ว่าเป็นขั้นตอนของการนำหลักสูตรไปสู่การเรียนการสอนในห้องเรียน ซึ่งประกอบด้วย เอกสารประกอบหลักสูตร การเตรียมบุคลากร การบริหารและบริหารหลักสูตร นิเทศการใช้หลักสูตร เพื่อให้การใช้หลักสูตรเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ และบรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้

7. การประเมินหลักสูตร

การประเมินหลักสูตรเป็นกระบวนการรวบรวมข้อมูลสารสนเทศตลอดจนกิจกรรมต่างๆ เกี่ยวกับหลักสูตรเพื่อนำมาตัดสินค่าหรือคุณภาพของหลักสูตรนั้น นักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายของการประเมินหลักสูตรไว้ดังนี้

สุนีย์ ภูพันธ์ (2546, หน้า 249) ได้สรุปไว้ว่า การประเมินหลักสูตร คือกระบวนการในการพิจารณาตัดสินคุณค่าของหลักสูตรนั้นๆ มีประสิทธิภาพแค่ไหน เมื่อนำไปใช้แล้วบรรลุจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้หรือไม่ มีอะไรต้องแก้ไขเพื่อนำผลที่ได้มาใช้ให้เป็นประโยชน์ในการตัดสินใจหาทางเลือกที่ดีกว่าต่อไป

รุจิรี ภูสาระ (2546, หน้า 143) ได้อธิบายความหมายของการประเมินหลักสูตรดังต่อไปนี้

1. การวัดผลการปฏิบัติของผู้เรียนตามจุดประสงค์ที่กำหนดไว้ในเชิงปริมาณ
2. การเปรียบเทียบพฤติกรรมกาปฏิบัติของผู้เรียนกับมาตรฐาน

3. การอธิบายและการตัดสินใจเกี่ยวกับหลักสูตร และการเลือกการวิเคราะห์ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจเรื่องหลักสูตร

4. การใช้ความรู้เกี่ยวกับวิชาชีพในการตัดสินใจเกี่ยวกับการนำหลักสูตรไปใช้
 ปราโมทย์ จันทรเรือง (2548, หน้า 98) ได้สรุปความหมายของการประเมินว่า การรวบรวมวิเคราะห์ข้อมูล แล้วนำข้อมูลมาใช้ในการตัดสินใจข้อบกพร่องหรือปัญหาเพื่อหาทางปรับปรุงแก้ไขส่วนประกอบทุกส่วนของหลักสูตรให้มีคุณภาพดียิ่งขึ้นหรือตัดสินใจคุณค่าของหลักสูตร

คาร์เตอร์ วี กู๊ด (Carter V. Good, 1970, p. 209) ได้ให้ความหมายไว้ว่า การประเมินหลักสูตรคือการประเมินผลของกิจกรรมการเรียนภายในขอบข่ายของการสอนที่เน้นเฉพาะจุดประสงค์ของการตัดสินใจในความถูกต้องของจุดมุ่งหมาย ความสัมพันธ์และความต่อเนื่องของเนื้อหาและผลสัมฤทธิ์ของวัตถุประสงค์เฉพาะซึ่งนำไปสู่การตัดสินใจในการวางแผนการจัดโครงการต่อเนื่องและการหมุนเวียนกิจกรรมโครงการต่างๆ ที่จะจัดให้มีขึ้น

จากการศึกษาแนวความคิดของนักการศึกษาข้างต้น สรุปได้ว่า การประเมินหลักสูตร เป็นการตัดสินใจ การวิเคราะห์เนื้อหาและข้อมูลที่เกิดจากสภาพการณ์จริง โดยมีจุดมุ่งหมายให้ตรงกับเนื้อหาของหลักสูตรมาเป็นเกณฑ์ในการตัดสินใจ นอกจากนี้ การประเมินหลักสูตรยังมีขั้นตอนและรูปแบบการประเมินหลักสูตร เป็นการช่วยให้มีการวิเคราะห์ให้มีประสิทธิภาพตามความเป็นจริง เพื่อนำหลักสูตรนำมาปรับปรุงแก้ไขให้มีประสิทธิภาพและคุณภาพตามมาตรฐานที่กำหนดไว้

7.1 จุดมุ่งหมายของการประเมินหลักสูตร

ปราโมทย์ จันทรเรือง (2548, หน้า 98 -99) ได้กล่าวไว้ว่า การประเมินหลักสูตรใดๆ ก็ตามจะมีจุดมุ่งหมายสำคัญที่คล้ายคลึงกันดังนี้ คือ

1. เพื่อหาทางปรับปรุง แก้ไขสิ่งบกพร่องที่พบในองค์ประกอบต่างๆ ของหลักสูตรการประเมินผลในลักษณะนี้มักจะดำเนินการในช่วงที่การพัฒนาหลักสูตรยังคงดำเนินการอยู่ เพื่อที่จะพิจารณาว่าองค์ประกอบต่างๆ ของหลักสูตร เช่น จุดมุ่งหมาย โครงสร้าง เนื้อหา การวัดผล ฯลฯ มีความสอดคล้องและเหมาะสมหรือไม่ สามารถนำมาปฏิบัติในช่วงการนำหลักสูตรไปทดลองใช้หรือในขณะที่การใช้หลักสูตรและกระบวนการเรียนการสอนกำลังดำเนินการอยู่ได้มากน้อยเพียงใด ได้ผลเพียงใดและมีปัญหาอุปสรรคอะไร จะได้เป็นประโยชน์แก่นักพัฒนาหลักสูตรและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงองค์ประกอบต่างๆ ของหลักสูตรให้มีคุณภาพดีขึ้นได้ทัน่วงที

2. เพื่อหาทางปรับปรุงแก้ไขระบบการบริหารหลักสูตร การนิเทศ กำกับดูแล และการจัดกระบวนการเรียนการสอนให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น การประเมินผลในลักษณะนี้จะดำเนินการในขณะที่มีการนำหลักสูตรไปใช้จะได้ช่วยปรับปรุงหลักสูตรให้บรรลุตามเป้าหมายที่วางไว้

3. เพื่อช่วยในการตัดสินใจของผู้บริหารว่าควรใช้หลักสูตรต่อไปอีก หรือยกเลิกการใช้หลักสูตรเพียงบางส่วน หรือยกเลิกทั้งหมด การประเมินผลในลักษณะนี้จะดำเนินการหลังจากที่ใช้หลักสูตรไปแล้วระยะหนึ่ง และจึงประเมินเพื่อสรุปผลตัดสินว่าหลักสูตรมีคุณภาพดีหรือไม่ดีตามเป้าหมายที่หลักสูตรกำหนดไว้ มากน้อยเพียงใด สนองความต้องการของสังคมเพียงใดและเหมาะสมกับการนำไปใช้ต่อไปหรือไม่

4. เพื่อต้องการทราบคุณภาพของผู้เรียนซึ่งเป็นผลผลิตของหลักสูตรว่า มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปตามความมุ่งหมายของหลักสูตร หลังจากผ่านกระบวนการทางการศึกษามาแล้วหรือไม่ อย่างไร การประเมินผลในลักษณะนี้จะดำเนินการในขณะที่การนำหลักสูตรไปใช้หลังจากที่ใช้หลักสูตรไปแล้วระยะหนึ่งก็ได้

ทาบ (Taba, 1962, p. 29) กล่าวว่า จุดมุ่งหมายของการประเมินหลักสูตร กระทำขึ้นเพื่อศึกษากระบวนการต่าง ๆ ที่กำหนดไว้ว่า มีการเปลี่ยนแปลงใดบ้างที่สอดคล้องหรือขัดแย้งกับวัตถุประสงค์ทางการศึกษา ซึ่งการประเมินดังกล่าวจะครอบคลุมเนื้อหาทั้งหมดของหลักสูตรและกระบวนการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องซึ่ง ได้แก่ จุดประสงค์ขอบเขตของเนื้อหาสาระ คุณภาพของผู้บริหาร และผู้ใช้หลักสูตร สมรรถภาพของผู้เรียน ความสัมพันธ์ของวิชาต่าง ๆ การใช้สื่อและวัสดุการสอน

จากแนวคิดของนักการศึกษาข้างต้นกล่าวโดยสรุปได้ว่า จุดมุ่งหมายสำคัญของการประเมินหลักสูตร คือ การหาทางปรับปรุงหลักสูตรว่ามีความสอดคล้องเหมาะสมหรือไม่ และการกำหนดเนื้อหาสาระ การจัดประสบการณ์การสอน เป็นไปในทิศทางที่ถูกต้องหรือไม่ มากน้อยเพียงใด เพื่อพัฒนาหลักสูตรให้สมบูรณ์ ตรงตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้อย่างมีประสิทธิภาพ

7.2 ขั้นตอนการประเมินหลักสูตร

การประเมินหลักสูตรเป็นกระบวนการในการพิจารณาคูณค่าหรือค่านิยมของหลักสูตรขั้นตอนหรือวิธีการประเมินจึงมีความสำคัญมาก ดังสุนีย์ ภูพันธ์ (2546, หน้า 356 - 257) ได้สรุปไว้ดังต่อไปนี้ 1) กำหนดวัตถุประสงค์หรือจุดมุ่งหมายในการประเมิน ถือว่าเป็นขั้นตอนแรกของการดำเนินการประเมินหลักสูตร ผู้ประเมินต้องกำหนดวัตถุประสงค์หรือเป้าหมายของการประเมินให้ชัดเจน มีความถูกต้องและมีประสิทธิภาพในทุกเนื้อหาที่น่าจะมาประเมินหลักสูตร 2) ขั้นตอนกำหนดหลักเกณฑ์วิธีการที่จะใช้การประเมินผล การกำหนดเกณฑ์และวิธีการประเมินเปรียบเสมือนเข็มทิศที่จะนำไปสู่เป้าหมายของการประเมิน เป็นเครื่องชี้วัดคุณภาพของหลักสูตรและสามารถดำเนินงานไปตามขั้นตอนได้อย่างราบรื่น 3) ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือและวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินหรือเครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูลเป็นสิ่งที่สำคัญมาก เพื่อจะได้นำข้อมูลนั้นมาแปลผลตีพิมพ์เป็นการปรับปรุงแก้ไขเนื้อหาและกิจกรรมการเรียนการสอนต่อไป ดังนั้นผู้ประเมินจะต้องเลือกใช้และสร้างเครื่องมืออย่างมีคุณภาพ มีความเชื่อถือได้ และมีความเที่ยงตรง 4) ขั้นตอนเก็บรวบรวม

ข้อมูล ผู้ประเมินต้องเก็บข้อมูลตามขอบเขตและระยะเวลาที่กำหนดไว้ ในบางครั้งถ้ามีความจำเป็นต้องอาศัยผู้อื่นในการรวบรวมข้อมูล ควรพิจารณาผู้จะมาทำหน้าที่นั้นต้องมีคุณสมบัติที่เหมาะสม เพราะผู้เก็บรวบรวมข้อมูลมีส่วนช่วยให้ข้อมูลได้มีความเที่ยงตรงและมีความเชื่อถือ

5) **ขั้นวิเคราะห์ข้อมูล** ผู้ประเมินต้องกำหนดวิธีการจัดระบบข้อมูล พิจารณาเลือกใช้สถิติในการวิเคราะห์ที่เหมาะสม แล้วจึงวิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูลเหล่านั้น โดยเปรียบเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนดไว้

6) **ขั้นสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลและรายงานผลการประเมิน** ผู้ประเมินจะสรุปและรายงานผลจากการวิเคราะห์ในขั้นต้น ผู้ประเมินจะต้องพิจารณารูปแบบการรายงานผลว่าควรจะเป็นรูปแบบใด และการรายงานผลจะมุ่งเสนอข้อมูลที่บ่งชี้ให้เห็นคุณภาพของหลักสูตร คือ มีการปรับปรุงเนื้อหาบางส่วนหรือมีการยกเลิกทั้งหมด

7) **ขั้นนำผลที่ได้จากการประเมิน** ไปพัฒนาหลักสูตรในโอกาสต่อไป

นอกจากนี้ ยังมีการเสนอรูปแบบในการประเมินหลักสูตร เพื่อให้เกิดความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น โดยกล่าวไว้ดังนี้

7.3 รูปแบบการประเมินหลักสูตร

1. รูปแบบของไทเลอร์ (Tyler) ตามแนวคิดของรุจිර์ ภูสาระ (2546, หน้า 161-162) ได้สรุปขั้นตอนการประเมินหลักสูตรไว้ดังนี้

1. กำหนดเป้าหมายหรือจุดประสงค์
2. กำหนดจุดประสงค์ให้อยู่ในรูปของพฤติกรรม
3. วัดการปฏิบัติของนักเรียนเมื่อสิ้นสุดการสอน
4. เปรียบเทียบผลการทดสอบกับจุดประสงค์เชิงพฤติกรรม

เป้าหมายของการประเมินมีอยู่ 3 อย่างคือ นักเรียน สังคมและเนื้อหา ส่วนสิ่งที่ช่วยกลั่นกรอง 2 อย่างคือ จิตวิทยาการเรียนรู้และปรัชญาทางการศึกษา เมื่อพิจารณาตัดสินใจแล้ว เป้าหมายก็จะกลายเป็นการวัดตามจุดประสงค์พฤติกรรม ไทเลอร์จึงมีความเชื่อว่า ถ้านิยามจุดประสงค์ไม่ชัดเจนแล้วจะทำให้มีคุณค่าน้อย ดังนั้นการประเมินจึงขึ้นอยู่กับจุดประสงค์ของหลักสูตร

2. รูปแบบและแนวคิดโมเดลการประเมินของครอนบาค (Cronbach's Concept and Model) พระมหาประโยชน์ ตีะพงษ์ (2549, หน้า 22-23) ได้สรุปแนวคิดของครอนบาค (Cronbach) เพื่อนำแนวคิดปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องและเป็นการเพิ่มขั้นตอนจากแนวของไทเลอร์ เน้นการสร้างหลักสูตรให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น การปรับปรุงนักเรียน และการบริหาร ดังนี้

1. การตัดสินใจเพื่อปรับปรุงรายวิชาเป็นการปรับปรุงแผนการสอนให้มีความทันสมัยตลอดเวลา

2. การตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับตัวนักเรียนเป็นรายบุคคล เน้นความสามารถของนักเรียน มีการสอนเสริมสำหรับนักเรียนที่มีปัญหาการเรียนไม่ทันเวลาและไม่ทันเพื่อน

3. การจัดการบริหารโรงเรียน เป็นการพัฒนาผู้เรียนและผู้สอนให้มีคุณภาพวิธีการประเมินนั้นไม่ควรกระทำโดยใช้แต่แบบทดสอบเพียงประการเดียว แต่ควรมีวิธีการอื่น ๆ ประกอบด้วย เพื่อเพิ่มประสิทธิผลในการประเมินจึงมีการเสนอขั้นตอนเพิ่ม 4 ขั้นตอน คือ

1. การศึกษากระบวนการ ได้แก่ การศึกษาภาวการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชั้นเรียน เช่น นักเรียนทำแบบฝึกหัดไม่ถูกต้อง การตอบคำถามจากการซักถามในเวลาเรียน สภาวการณ์ที่เกิดขึ้นเหล่านี้สามารถจะนำมาเป็นข้อมูลที่ใช้ในการพัฒนาหรือปรับปรุงรายวิชาได้เป็นอย่างดี

2. การวัดศักยภาพของผู้เรียน ครอนบาคได้ให้ความสำคัญต่อคะแนนรายข้อมากกว่าคะแนนได้จากการทดสอบ เพราะว่าคะแนนแต่ละข้อสามารถชี้ให้เห็นถึงสิ่งที่ผู้เรียนได้เรียนรู้แล้ว และเป็นการพัฒนาผู้เรียนสืบต่อไป

3. การวัดทัศนคติ ครอนบาคให้ทัศนะว่า การวัดทัศนคติเป็นผลที่เกิดจากการจัดการเรียนการสอนมีความสำคัญมากเช่นกัน การวัดทัศนคติมีหลายวิธีการ เช่น การสัมภาษณ์ การตอบแบบสอบถาม และอื่นๆ

4. การติดตามผล เป็นการติดตามผลการทำงาน หรือภาวะเลือก การศึกษาต่อสาขาต่างๆ รวมทั้งการให้บุคคลที่เรียนในระดับชั้นพื้นฐานที่ผ่านมาแล้วได้ประเมินถึงข้อดีและข้อจำกัดของรายวิชาต่างๆ เพื่อช่วยในการพัฒนาหรือปรับปรุงรายวิชาเหล่านั้นต่อไป

ดังนั้น รูปแบบการประเมินหลักสูตรนี้จะเป็นแนวทางชี้ให้เห็นถึงข้อบกพร่องต่างๆ เพื่อเป็นสิ่งที่ช่วยในพิจารณาด้านการพัฒนาและปรับปรุงหลักสูตรให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น

จากการศึกษาแนวคิดของนักการศึกษาข้างต้นที่กล่าวถึงการประเมินหลักสูตร จุดมุ่งหมายหลักสูตร รูปแบบการประเมินหลักสูตร พอสรุปได้ว่า การประเมินการใช้หลักสูตรเป็นขั้นตอนที่ซับซ้อนจะต้องใช้ความประณีตละเอียดอ่อน และมีทัศนะกว้าง ๆ ว่า จะทำการประเมินตรงจุดใดและรูปแบบใด โดยพึงระลึกเสมอว่าการประเมินหลักสูตร จะต้องกำหนดลงไปให้ชัดเจนว่าจะประเมินอะไรให้แน่นอน รวมทั้งการหาข้อมูล และการรวบรวมข้อมูลเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่ง เพื่อกำหนดกฎเกณฑ์ กำหนดเครื่องมือ สำหรับการประเมินหลักสูตร และจะต้องพิจารณาให้รอบคอบ ส่วนการวิเคราะห์ผลของการประเมินจะต้องกระทำอย่างระมัดระวัง และมีความเที่ยงตรง ซึ่งในการวิเคราะห์ผลการประเมินหลักสูตรนั้น ก็เพื่อจะนำมาปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงหลักสูตรให้เหมาะสม ส่วนรูปแบบการประเมินผู้วิจัยได้เลือกรูปแบบการประเมินหลักสูตรของไทเลอร์ เพื่อให้การประเมินผลแม่นยำตรงและมีความเที่ยงตรง ซึ่งเป็นข้อมูลที่ได้จาก

การสังเกตพฤติกรรมต่างๆ มีการประเมินพฤติกรรม 3 ด้าน คือ ความรู้(cognitive domain) ทักษะ(psychomotor domain) และเจตคติ(affective domain) มาเป็นแนวทางในการประเมิน การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม

1. ความหมายของการฝึกอบรม

การฝึกอบรมเป็นกระบวนการสำคัญที่จะช่วยพัฒนา บุคลากร ใหม่ที่จะเข้ารับ การทำงานหรือที่ทำงานอยู่แล้วในหน่วยงานให้มีความรู้ และความสามารถเพิ่มขึ้นจนเหมาะสม กับงานที่ทำอยู่ มีนักการศึกษาหลายท่านที่ได้ให้ความหมายของการฝึกอบรม ไว้ดังนี้

พัฒนา สุขประเสริฐ (2541, หน้า 4) ได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการ ฝึกอบรม ไว้ว่า น่าจะหมายถึง กระบวนการสำคัญที่จะช่วยพัฒนาหรือฝึกฝนเจ้าหน้าที่หรือ บุคลากรใหม่ที่จะเข้าทำงานหรือที่ปฏิบัติงานประจำอยู่แล้วในหน่วยงาน ให้มีความรู้ ความสามารถ ทักษะหรือความชำนาญ ตลอดจนประสบการณ์ให้เหมาะสมกับการทำงาน รวมถึงก่อให้เกิดความรู้สึก เช่น ทศนคติหรือเจตคติต่อการปฏิบัติงาน อันจะส่งผลให้บุคลากร แต่ละคนในหน่วยงานหรือองค์กรมีความสามารถเฉพาะตัวสูงขึ้น มีประสิทธิภาพในการทำงาน ร่วมกับผู้อื่นได้ดี ทำให้หน่วยงานหรือองค์กรมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลที่ดีขึ้น

ชาญ สวัสดิ์สาลี (2542, หน้า 14) กล่าวว่า การฝึกอบรม คือ กระบวนการที่ เป็นระบบที่จะช่วยเพิ่มพูนความรู้ ความสามารถและทักษะในการปฏิบัติงาน รวมถึงการ เปลี่ยนแปลง ทศนคติ และพฤติกรรมในการปฏิบัติงานของบุคคล (ผู้ปฏิบัติงาน) ให้ดีขึ้น ทั้งนี้ เพื่อให้บุคคลนั้น สามารถปฏิบัติงานที่อยู่ในความรับผิดชอบได้อย่างมีประสิทธิภาพและ ประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นอีก อันจะเป็นประโยชน์ต่องานที่รับผิดชอบในปัจจุบัน และ/หรืองานที่ กำลังจะได้รับมอบหมายให้ทำในอนาคตโดยตรง

ไมโคลวิช และ เบอร์ดิว (Milkovich & Boudreau, 1991, p. 407) ได้ให้คำนิยาม การฝึกอบรมไว้ดังนี้ การฝึกอบรม คือ กระบวนการในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ความรู้ที่เป็น ระบบ รวมถึงการจูงใจพนักงานที่มีอยู่ในปัจจุบัน เพื่อที่จะปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้นและมีคุณลักษณะ ตามที่ต้องการในงาน

จากการศึกษาแนวคิดของนักการศึกษาข้างต้น สรุปได้ว่า การฝึกอบรม หมายถึง การทำให้บุคคลมีความรู้ความเชี่ยวชาญที่แท้จริง และสามารถปฏิบัติได้อย่างมี ประสิทธิภาพ โดยมุ่งเพิ่มพูนความรู้ (Knowledge) ทักษะ หรือความชำนาญ (skills) และ ทศนคติ (attitude) ที่นำไปสู่การยกมาตรฐานการทำงานให้สูงขึ้น

2. วัตถุประสงค์ของการฝึกอบรม

การตั้งวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรมควรถามตัวเองก่อนว่าจะจัดฝึกอบรม

จะใช้เทคนิควิธีการอย่างไร คำตอบเหล่านี้จะทำให้เราสามารถสร้างโครงการฝึกอบรมที่เกิดประโยชน์สูงสุด ก็คือจะต้องรู้ว่าวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรมคืออะไรซึ่งเป็นการระบุเป้าหมายหรือจุดหมายปลายทางของพฤติกรรมที่พึงปรารถนาและมีประสิทธิภาพของหลักสูตรฝึกอบรม

สมคิด บางโม (2544, หน้า 14) ได้จำแนกวัตถุประสงค์ในการฝึกอบรมได้ 4 ประการ เรียกว่า KUSA ดังนี้

1. เพื่อเพิ่มพูนความรู้ (Knowledge, K) ให้มีความรู้ หลักการ ทฤษฎี แนวคิดในเรื่องที่อบรมเพื่อนำไปใช้ในการทำงาน
2. เพื่อเพิ่มพูนความเข้าใจ (Understand, U) เป็นลักษณะที่ต่อเนื่องจากความรู้ กล่าวคือ เมื่อรู้ในหลักการและทฤษฎีแล้วสามารถตีความ แปลความ ขยายความ และอธิบายให้คนอื่นทราบได้ รวมทั้งสามารถนำไปประยุกต์ได้
3. เพื่อเพิ่มพูนทักษะ (Skill, S) ทักษะคือความชำนาญหรือความคล่องแคล่วในการปฏิบัติอย่างใดอย่างหนึ่งได้โดยอัตโนมัติ เช่น การใช้เครื่องมือต่างๆ การขับรถ การขี่จักรยาน เป็นต้น
4. เพื่อเปลี่ยนแปลงเจตคติ (Attitude, A) เจตคติหรือทัศนคติ คือความรู้สึกที่ดีหรือไม่ดีต่อสิ่งต่างๆ การฝึกอบรมมุ่งให้เกิดหรือเพิ่มความรู้สึกที่ดีๆ ต่อองค์การ ต่อผู้บังคับบัญชาต่อเพื่อร่วมงาน และต่องานที่มีหน้าที่รับผิดชอบ เช่น ความจงรักภักดีต่อบริษัท ความภาคภูมิใจ

วันทนา เนาว์วัน (2548, หน้า 47) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ว่า โดยทั่วไปแล้ว การฝึกอบรมบุคลากรในองค์การให้มีวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้

1. เพื่อปรับปรุงระดับความตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) ของแต่ละบุคคล ความตระหนักรู้ในตนเอง คือ การเรียนรู้เกี่ยวกับตนเอง อันได้แก่ การทำความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบของตนเองในองค์การ การตระหนักถึงความแตกต่างระหว่างสิ่งที่ตนเองปฏิบัติจริงและปรัชญาที่ยึดถือ การเข้าใจถึงทัศนคติที่ผู้อื่นมีต่อตนเอง และการเรียนรู้ว่าการกระทำของตนมีผลกระทบต่อผู้อื่นอย่างไร เป็นต้น
2. เพื่อเพิ่มพูนทักษะการทำงาน (Job skills) ของแต่ละบุคคล โดยอาจเป็นทักษะด้านใดด้านหนึ่งหรือหลายด้านก็ได้ เช่น การใช้อินเทอร์เน็ต การดูแลรักษาความปลอดภัยในการทำงานหรือการบังคับบัญชาผู้ใต้บังคับบัญชา เป็นต้น
3. เพื่อเพิ่มพูนแรงจูงใจ (Motivation) ของแต่ละบุคคล อันจะทำให้การปฏิบัติงานเกิดผลดี แม้ว่าบุคคลหนึ่ง ๆ จะมีความรู้และความสามารถในการปฏิบัติงาน แต่หากขาดแรงจูงใจในการทำงานแล้ว บุคคลนั้นก็อาจจะมิได้ใช้ความรู้และความสามารถของตนเองอย่างเต็มที่ และผลงานก็ย่อมจะไม่มีประสิทธิภาพเท่าที่ควร ดังนั้น การสร้างแรงจูงใจในการทำงานจึงเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อความสำเร็จขององค์การ

จากแนวคิดวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรมดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า วัตถุประสงค์ของการฝึกอบรม เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ที่เป็นพฤติกรรมการเรียนรู้ในการแสดงออกทางด้านความรู้ ทักษะ และทัศนคติ เป็นการระบุเป้าหมาย หรือจุดหมายปลายทางของพฤติกรรมที่พึงปรารถนาและมีประสิทธิภาพของหลักสูตรฝึกอบรม

3. ประเภทของการฝึกอบรม

พัฒนา สุขประเสริฐ (2541, หน้า 15 - 17) ได้กล่าวถึงประเภทของเทคนิคการฝึกอบรมไว้ดังนี้

1. การอบรมปฐมนิเทศ (orientation) การฝึกอบรมประเภทนี้จัดขึ้นสำหรับผู้ ที่เข้ารับราชการใหม่หรือผู้ปฏิบัติงานใหม่ โดยมีจุดมุ่งหมายสำคัญดังนี้

- ก. แนะนำให้รู้จักสถานที่ทำงานใหม่
- ข. แนะนำให้รู้จักระเบียบข้อบังคับต่างๆ
- ค. แนะนำให้รู้จักการจัดองค์การโดยทั่วไปเกี่ยวกับหน่วยงานต่างๆ
- ง. สร้างเสริมขวัญในการปฏิบัติงานให้มีความมั่นใจในการปฏิบัติงาน
- จ. ส่งเสริมปริมาณผลิตผลของงานให้สูงขึ้น
- ช. ให้รู้จักคุ้นเคยกับผู้ร่วมงาน

การอบรมปฐมนิเทศจะจัดในลักษณะอย่างไร ขึ้นอยู่กับสภาพของผู้เข้ารับ การฝึกอบรม ตำแหน่งของผู้เข้ารับการฝึกอบรม ส่วนระยะเวลาการฝึกอบรมปฐมนิเทศใช้เวลาตั้งแต่ 1 วัน - 1 เดือน ทั้งนี้แล้วแต่เรื่องที่จะให้การอบรม

2. การฝึกอบรมปฏิบัติการ (On - the -Job Training) เป็นการอบรมที่ให้ลงมือ ปฏิบัติงานจริง ๆ ลำดับขั้นตอนการฝึกปฏิบัติมีดังนี้

- ก. อธิบายให้ทราบถึงหลักและวิธีโดยทั่วไป
- ข. สาธิตให้ดูจากของจริง
- ค. ให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมทดลองปฏิบัติ
- ง. แก้ไขข้อบกพร่อง และชี้แจงให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมทราบ
- จ. ติดตามดูการทดลองปฏิบัติงานจนสามารถทำได้ด้วยตนเอง

การอบรมฝึกปฏิบัตินี้อาจจัดได้โดยวิธีต่างๆ เช่น การเข้าร่วม ประชุมสัมมนาการศึกษา ดูงานในประเทศและต่างประเทศ เป็นต้น

3. การฝึกอบรมเพื่อเพิ่มพูนทักษะในการปฏิบัติงาน (Skill Training) การ ฝึกอบรมเพื่อเพิ่มพูนทักษะเป็นผลมาจากความก้าวหน้าทางวิทยาการและเทคโนโลยีใหม่ๆ ที่ ก่อให้เกิดทฤษฎีการจัดการใหม่ๆ มีเครื่องจักร เครื่องมือและวิธีการทำงานใหม่ๆ ซึ่งพนักงาน จำเป็นต้องพัฒนาทักษะเพื่อสนองความต้องการขององค์กร

4. การฝึกอบรมระดับหัวหน้างาน (Supervisory Training) การฝึกอบรมประเภทนี้ เนื่องจากธุรกิจองค์การเติบโตขึ้น งานก็ขยายขึ้นและเจ้าหน้าที่ต้องเพิ่มมากขึ้นเป็นเงาตามตัว ความจำเป็นที่ต้องมีหัวหน้างานมีมากขึ้นด้วย

5. การฝึกอบรมระดับการจัดการ (Managerial Training) การฝึกอบรมระดับการจัดการนี้ หมายถึง ผู้จัดการระดับรอง หรือหัวหน้างานที่มีภาระความรับผิดชอบสูงกว่าหัวหน้างาน ทั่ว ๆ ไปหลักสูตรที่ใช้ในการฝึกอบรมระดับนี้เป็นวิชาเฉพาะเป็นส่วนใหญ่ซึ่งเกี่ยวกับการบริหาร เช่น วิชาจิตวิทยาการบริหาร ภาวะผู้นำ การวินิจฉัยสั่งการ เป็นต้น

6. การฝึกฝนตนเอง (Self-Training) การฝึกฝนตนเองเป็นปัจจัยสำคัญในยุคปัจจุบันเพราะมีสื่อแหล่งความรู้มากมายที่จะศึกษาฝึกฝนด้วยตนเองได้ วิธีการฝึกฝนอบรมด้วยตนเองมีดังนี้

- ก. ตั้งใจฝึกฝนตนเองให้ทันกับเหตุการณ์
- ข. แลกเปลี่ยนความรู้ ความคิดเห็นแบบกันเอง
- ค. ศึกษาหาความรู้จากเอกสารวิชาการต่าง ๆ
- ง. ติดตามความเคลื่อนไหวเกี่ยวกับนโยบาย และโครงการของงานที่

เกี่ยวข้อง

- จ. ติดตามความเคลื่อนไหวของเหตุการณ์ภายในและนอกประเทศ
- ฉ. ศึกษานอกระบบในวิชาที่เกี่ยวข้องกับงาน และความรู้อื่น ๆ
- ช. เข้าร่วมประชุมสัมมนาเมื่อมีโอกาส
- ซ. เป็นผู้อภิปรายและบรรยายในบางโอกาส
- ฌ. เป็นสมาชิกของสมาคมทางการวิจัย
- ญ. หาโอกาสไปศึกษาดูงานทั้งในประเทศและต่างประเทศ

ปราโมทย์ จันท์เรือง (2545, หน้า 23-24) ได้แบ่งประเภทของการฝึกอบรมเป็น 4 ประเภท ดังต่อไปนี้

1. การฝึกอบรมก่อนประจำการ (Pre-entry Training) เป็นการฝึกอบรมให้กับผู้เข้างานใหม่ หรือเพิ่งจะเริ่มโครงการใหม่ โดยทั่วไปผู้เข้าอบรมมักจะอยู่ในระยะทดลองงาน ซึ่งเนื้อหาของการอบรมจะเน้นในเรื่องของภารกิจแรกเริ่ม และภารกิจทั่วไปขององค์กร เนื้อหาโดยทั่วไปจะมีลักษณะผสมผสาน คือมีทั้งการฝึกอบรมในห้อง และการฝึกอบรมภาคสนาม ปกติจะมีช่วงเวลาที่ไม่นานนัก ตั้งแต่ 2-3 วัน หรือบางกรณีอาจจะใช้เวลานานเป็นเดือน

2. การฝึกอบรมระหว่างประจำการ (In-service Training) เป็นการอบรมในช่วงที่เข้าไปทำงานแล้ว หรือผ่านระยะการทดลองงานแล้ว การฝึกอบรมจะจัดให้เป็นระยะ ๆ ให้กับระดับของบุคลากรที่แตกต่างกัน มีทั้งในเรื่องของการบริหารทั่วไป การอบรม การจัดการ การอบรมเฉพาะหน้าที่หรือการอบรมเฉพาะเรื่องคล้าย ๆ กับ On the Job Training ซึ่งระยะเวลายืดหยุ่นได้ตามความต้องการส่วนใหญ่จะใช้เวลาไม่นานนัก ประมาณ 1-3 สัปดาห์

3. การฝึกอบรมในโครงการ (Project Related Training) เป็นการอบรมที่จัดให้เจ้าหน้าที่ปฏิบัติงานในโครงการ อาทิเช่นโครงการที่ได้รับทุนอุดหนุนจากต่างประเทศ ซึ่งมีระยะเวลาไม่นานนัก เป็นการอบรมเฉพาะเรื่องหรือเฉพาะประเภทของบุคลากรมีทั้งการอบรมทางด้านเทคนิคและการอบรมในเชิงการจัดการ จัดอบรมโดยผู้ให้ทุน ปกติระยะสั้น คือ 1-3 เดือน หรือขึ้นอยู่กับความจำเป็นของโครงการ

4. การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาตนเอง (Self-Development Training) กินความหมายกว้างและครอบคลุม อาทิ กรณีบุคคลที่ทำงานมานานและความรู้เริ่มตื้นเขิน เริ่มจะไม่ทันกับข้อมูลหรือวิทยาการสมัยใหม่ ก็จะเริ่มคิดถึงการพัฒนาตนเอง ซึ่งอาจจะเป็นการอบรมเพื่อฟื้นฟูความรู้ใหม่ ซึ่งส่วนใหญ่เป็นการอบรมเต็มเวลาหรือบางส่วนของเวลา โดยหน่วยงานต้นสังกัด จะให้การอนุมัติและสนับสนุนด้านการเงิน ซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นการออกไปอบรมนอกสถานที่ ระยะเวลาจะขึ้นอยู่กับคุณสมบัติที่หน่วยงานต้องการจะพัฒนา มีทั้งระยะสั้นและระยะยาว หรือบางคนอาจจะลาไปศึกษาต่อ ซึ่งการศึกษาต่อก็คือการฝึกอบรมอย่างเป็นทางการเช่นกัน

จากการศึกษาเอกสารแนวคิดของนักการศึกษาข้างต้น สรุปได้ว่า ประเภทของการฝึกอบรมสามารถแบ่งได้เป็น 4 ประเภท ได้แก่ การฝึกอบรมก่อนประจำการ การฝึกอบรมระหว่างประจำการ การฝึกอบรมในโครงการ และการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาตนเอง ในการฝึกอบรมที่จะจัดขึ้นก็ต้องขึ้นอยู่กับความต้องการของหน่วยงานต่างๆ และบรรลุเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ และการวิจัยครั้งนี้เป็นการฝึกอบรมประเภทที่ 4 คือ การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาตนเอง

4. เทคนิคการฝึกอบรม

เทคนิคการฝึกอบรม คือ การถ่ายทอดความรู้ ทักษะ และการเปลี่ยนแปลงทัศนคติให้แก่ผู้เข้ารับการฝึกอบรมเป็นเรื่องสำคัญ จะต้องใช้เทคนิควิธีการต่าง ๆ ประกอบกันหลายประการ เนื่องจากผู้เข้ารับการอบรม ส่วนใหญ่มักไม่ค่อยสนใจต่อการจะรับความรู้ใหม่ ๆ เหตุเพราะเป็นผู้ใหญ่แล้ว ดังนั้น การศึกษาเทคนิคการฝึกอบรมจึงเป็นเรื่องที่จำเป็นอย่างยิ่ง

สมคิด บางโม (2544, หน้า 85) กล่าวว่าเทคนิคการฝึกอบรมก็คือวิธีการถ่ายทอดความรู้ ทักษะ และทัศนคติเพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้เรียนรู้มากที่สุดในเวลาจำกัด

วิบูลย์ บุญยธรโรกุล (2545, หน้า 89) ได้กล่าวว่า เทคนิคการฝึกอบรมก็คือ วิธีการที่วิทยากรใช้ในการนำเสนอเนื้อหาสาระความรู้ แนวคิด วิธีการ ค่านิยม รวมทั้งกิจกรรมการเรียนรู้อื่น ๆ ที่วิทยากรนำมาใช้เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความรู้ ทักษะ หรือปรับเปลี่ยนทัศนคติตามวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรมนั้น

วารินทร์ อักษรนำ (2547, หน้า 21) กล่าวว่า การฝึกอบรมเป็นเครื่องมือที่ใช้กันมากที่สุดในการพัฒนาคน ซึ่งถือว่าเป็นทรัพยากรที่มีความสำคัญยิ่งต่อการดำเนินงานขององค์กร ผู้เกี่ยวข้องในยุทธจักรการฝึกอบรมได้พัฒนาเทคนิคการฝึกอบรมเพื่อถ่ายทอดความรู้

ทักษะและปรับทัศนคติในการพัฒนาทรัพยากรบุคคล โดยดูจากจุดศูนย์กลางของการเรียนรู้ แบ่งการฝึกอบรมเป็น 3 แนวทาง คือ

1. จุดศูนย์กลางการเรียนรู้อยู่ที่วิทยาการ
2. จุดศูนย์กลางการเรียนรู้อยู่ที่เข้ารับการฝึกอบรม
3. ใช้อุปกรณ์เป็นศูนย์กลางการเรียนรู้

ซูซึย สมितिไกร (2548, หน้า 172) กล่าวว่า วิธีการฝึกอบรม หมายถึง เครื่องมือหรือกิจกรรมต่างๆ ที่ใช้ในการติดต่อสื่อสาร และถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ระหว่างผู้ฝึกอบรมและผู้รับการอบรม และระหว่างผู้รับการอบรมด้วยกันเอง เพื่อให้ผู้รับการอบรมมีความรู้ ทักษะ ความสามารถ และทัศนคติตามวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรม

สำหรับการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมในครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกเทคนิคการฝึกอบรมแบบเน้นกลุ่มผู้เข้ารับการอบรมเป็นศูนย์กลางการเรียนรู้ เพราะการฝึกอบรมในครั้งนี้เน้นการปฏิบัติ ซึ่งจะทำให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมต่างก็มีความรู้ ความสามารถ และจะต้องช่วยให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้แลกเปลี่ยนความรู้ และความคิดเห็นระหว่างกันเอง หรือเรียนรู้จากประสบการณ์ของตนเองมากกว่าที่จะได้ จากวิทยาการ

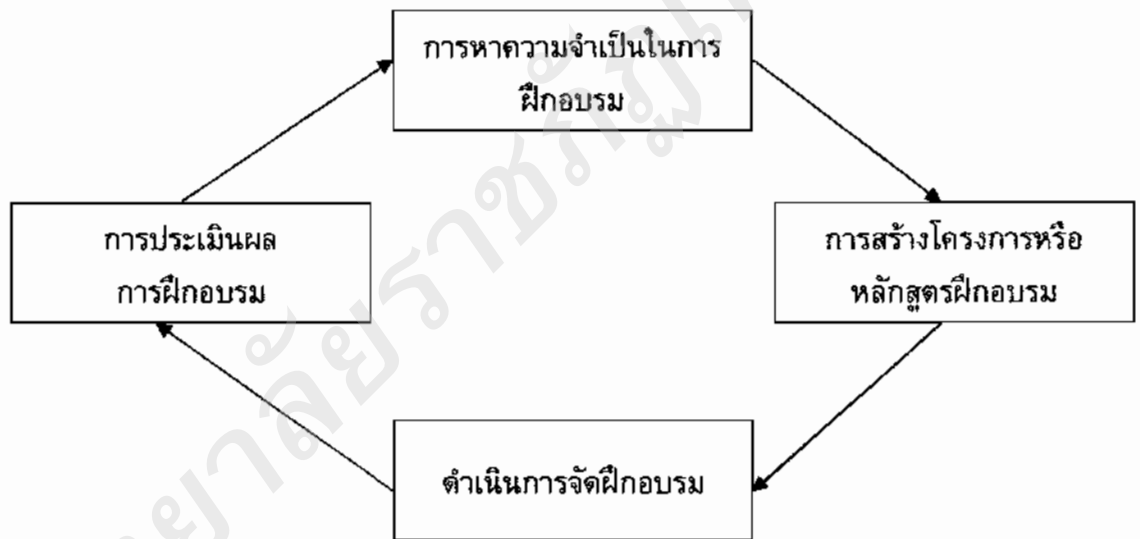
5. กระบวนการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม

การออกแบบหลักสูตรฝึกอบรมเป็นขั้นตอนที่มีความสำคัญยิ่งในขั้นตอนการวางแผนการฝึกอบรม ซึ่งกระบวนการในการออกแบบและพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมนั้นไม่ แตกต่างไปจากกระบวนการในการออกแบบและพัฒนาหลักสูตรโดยทั่ว ๆ ไปแต่อาจจะแตกต่างกันอยู่บ้างใน ส่วนของขอบเขต และเป็นกระบวนการที่ช่วยให้บุคคลอื่นมีความรู้และทักษะเฉพาะ ซึ่งมี นักการศึกษาหลายท่านและผู้เชี่ยวชาญในการพัฒนาหลักสูตรโดยทั่วไปและ ได้กำหนดขั้นตอนของการออกแบบและพัฒนาหลักสูตรโดยทั่วไปและ การฝึกอบรมไว้ดังนี้

จกกลนี้ ชูติมาเทวินทร์ (2542, หน้า 30) ได้ระบุสิ่งที่จะต้องกำหนดไว้ในหลักสูตรฝึกอบรมดังนี้

1. กำหนดเป้าหมายว่ามีภาระอะไรบ้างที่จะต้องอบรม
2. กำหนดความรู้ ทักษะ และทัศนคติที่จำเป็นในการอบรม
3. กำหนดวัตถุประสงค์ของการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับ ความรู้ ทักษะและทัศนคติที่จำเป็นในการอบรม
4. ระบुकุลยุทธ์ เทคนิควิธีการอบรมที่เหมาะสมสอดคล้องกับ ความรู้ ทักษะและทัศนคติที่จำเป็นในการอบรม
5. ระบูกิจกรรมการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์
6. จัดสรรเวลาที่จะใช้ในแต่ละกิจกรรม
7. ระบุวัสดุ อุปกรณ์ที่จำเป็นต้องใช้ในแต่ละกิจกรรม

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี (2546, หน้า 35 – 50) กล่าวถึงกระบวนการฝึกอบรม ประกอบด้วย 4 ขั้นตอนหลัก ดังนี้ 1) การหาความต้องการจำเป็นในการฝึกอบรม 2) การสร้างโครงการหรือหลักสูตรฝึกอบรม 3) การดำเนินการจัดฝึกอบรม 4) การประเมินผลการฝึกอบรม เขียนเป็นรูปแผนภูมิได้ ดังภาพ 7



ภาพ 3 กระบวนการฝึกอบรม มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี
ที่มา : (มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี, 2546, หน้า 35)

6. ประโยชน์ของการฝึกอบรม

การฝึกอบรมมีประโยชน์ต่อบุคลากรและหน่วยงานหลายประการ ดังที่ นีรันดร์ จุลทรัพย์ (2544, หน้า 9-10) ได้สรุปไว้ดังนี้

- 1) ช่วยให้เกิดความคล่องตัวในการทำงาน เพิ่มทักษะ ความชำนาญงานแก่บุคลากร อันจะส่งผลให้งานมีคุณภาพมากยิ่งขึ้น
- 2) ช่วยลดความสูญเสียความสิ้นเปลืองทั้งในด้านวัสดุและเวลาการทำงาน
- 3) ช่วยลดอุบัติเหตุและอันตรายต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นจากการทำงาน
- 4) ช่วยลดแรงงานที่ต้องใช้ในการควบคุมงานลงได้มาก
- 5) เป็นการประหยัดค่าใช้จ่ายได้มาก
- 6) การฝึกอบรมสามารถจัดขึ้นได้ในวันหยุดหรือนอกเวลางานปกติ
- 7) ช่วยให้เกิดความรักความสามัคคีขึ้นระหว่างบุคลากรที่อยู่ในองค์กรเดียวกัน
- 8) ช่วยให้บุคลากรได้รับการพัฒนาคุณลักษณะด้านต่างๆ

- 9) เป็นการช่วยสนับสนุนให้บุคคลได้รับการศึกษาตลอดชีพอย่างต่อเนื่อง
- 10) เป็นการช่วยสร้างขวัญและกำลังใจ ทำให้บุคลากรมีความมั่นใจ คงใน
- 11) เสริมสร้างให้บุคลากรมีทัศนคติที่ดีและมีความผูกพันจงรักภักดีต่อองค์กร
- 12) ก่อให้เกิดความคล่องตัวในการปรับเปลี่ยนโยกย้ายตำแหน่งหน้าที่และช่วยลด

อัตราการเข้าออกของบุคลากร

สมคิด บางโม (2545, หน้า 16-17) กล่าวว่า การฝึกอบรมมีประโยชน์ต่อทุกฝ่ายดังนี้

1. ระดับองค์กรหรือหน่วยงาน การฝึกอบรมมีประโยชน์ต่อระดับองค์กร ดังนี้
 - 1.1 เพิ่มผลผลิตขององค์กร ทั้งทางตรงและทางอ้อม
 - 1.2 ลดค่าใช้จ่ายด้านแรงงาน
 - 1.3 สร้างขวัญและกำลังใจให้แก่พนักงาน ทำให้พนักงานทำงานเต็มความสามารถ
 - 1.4 ลดความสูญเสียวัสดุอุปกรณ์และค่าใช้จ่ายต่างๆ
 - 1.5 แก้ปัญหาต่างๆ ขององค์กร ทำให้ข่าวสารภายในองค์กรดีขึ้น
 - 1.6 ทำให้ก้าวหน้าสามารถแข่งขันกับผู้อื่นได้ องค์กรบรรลุเป้าหมายตามที่ตั้งไว้
2. ระดับผู้บังคับบัญชา การฝึกอบรมมีประโยชน์ดังนี้
 - 2.1 ช่วยเพิ่มผลผลิตในส่วนของตนเองให้สูงขึ้น
 - 2.2 ลดเวลาในการสอนงานและลดเวลาในการพัฒนาพนักงาน
 - 2.3 ลดภาระในการปกครองบังคับบัญชา
 - 2.4 ช่วยให้พนักงานตระหนักในบทบาทและหน้าที่และความรับผิดชอบของตนเอง
 - 2.5 สร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างผู้บังคับบัญชากับพนักงาน
3. ระดับพนักงานหรือตัวผู้รับการอบรมเอง การฝึกอบรมมีประโยชน์ดังนี้
 - 3.1 เพิ่มความรู้ความสามารถ เป็นการเพิ่มคุณค่าแก่ตนเอง
 - 3.2 ลดการทำงานผิดพลาดหรืออุบัติเหตุ
 - 3.3 ทำให้มีทัศนคติที่ดีต่อการปฏิบัติงาน เพื่อนร่วมงาน และองค์กร
 - 3.4 เพิ่มโอกาสความก้าวหน้าทางด้านต่างๆ เช่น ความก้าวหน้าในตำแหน่งหน้าที่ และรายได้เพิ่มขึ้น หรือโอกาสในการเปลี่ยนแปลง
 - 3.5 ลดเวลาในการเรียนรู้งาน
 - 3.6 สร้างความรู้สึกที่ดีๆ ให้แก่ตนเอง ทำให้รู้สึกกระปี้กระเปร่า เหมือนการเคาะสนิม มีกำลังใจมากขึ้น
 - 3.7 ทำให้รู้จักคนมากขึ้น กว้างขวางขึ้น การปฏิบัติงานสะดวกขึ้น
 - 3.8 ความรู้กว้างขวาง ก้าวทันต่อเทคโนโลยีใหม่ๆ ความรู้ใหม่ๆ และสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปเมื่อส่วนต่างๆ ดังกล่าวมีคุณภาพดี ย่อมส่งผลต่อองค์กรโดยรวม ทำให้้องค์การมีประสิทธิภาพและมีความมั่นคงสูงขึ้น

จากการศึกษาแนวความคิดของนักการศึกษาเกี่ยวกับกระบวนการฝึกอบรม สรุปได้ว่ากระบวนการฝึกอบรมหมายถึง การวางแผนล่วงหน้าในการจัดอบรมอย่างมีระบบหรือมีขั้นตอนสำหรับการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมในครั้งนี้อย่างผู้วิจัยได้เลือกเทคนิคการฝึกอบรมแบบเน้นกลุ่มผู้เข้าอบรมเป็นศูนย์กลาง เพราะการฝึกอบรมในครั้งนีเน้นการปฏิบัติ หรือเรียนรู้จากประสบการณ์ของตนมากกว่าที่จะได้ จากวิทยากร ขั้นตอนในการพัฒนาหลักสูตรโดยทั่วไปจะมีส่วนสำคัญ ดังนี้ 1) การสำรวจและศึกษาข้อมูลพื้นฐาน 2) การพัฒนาหลักสูตร 3) การทดลองใช้หลักสูตร และ 4) การประเมินผลหลักสูตร ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม 4 ขั้นตอนใหญ่ 1) การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน 2) การพัฒนาหลักสูตรเป็นการสร้างหลักสูตรฉบับร่าง โดยใช้ข้อมูลจากขั้นตอนแรกเป็น พื้นฐานในการสร้างหลักสูตร 3) การนำหลักสูตรไปทดลองใช้ด้วยวิธีการนำร่างหลักสูตรไปทดลองใช้กับกลุ่มเป้าหมาย และ 4) การประเมินผลและปรับปรุงในการใช้หลักสูตร

ความรู้เกี่ยวกับ การเจริญสติกับการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม

สติเป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างมากในการใช้ชีวิตประจำวันเพราะเป็นเครื่องคุ้มครองจิตใจ และมีนักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายของสติและการเจริญสติ ดังต่อไปนี้

1. ความหมายของสติ

พุทธทาสภิกขุ (2540, หน้า 20 - 21) กล่าวว่า สติแปลว่า แล่น การแล่น เป็นการแล่นมาของความรู้ แล่นมาแห่งความทรงจำ สติเป็นเพียงเครื่องขนส่ง หากเรามีปัญญา มาก หรือความจำมากแต่แล่นมาไม่ทันกับเวลาที่มีเหตุการณ์เกิดขึ้น นั่นคือไม่มีสติ สติจึงเป็นเครื่องขนส่งความรู้ ความจำ มาใช้ให้ทันเวลาที่เกิดขึ้น

กันต เชนโพล่า คุณารัตนา มหาเถระ(2542, หน้า 79 - 85) ได้กล่าวว่า การมีสติ ทำให้สามารถแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างรวดเร็ว มีประสิทธิภาพและไม่ยุ่งเหยิง ถ้าปัญหาใดไม่สามารถแก้ไขได้ สติจะเตือนเราว่า ให้ผ่านไปโดยไม่ต้องห่วงกังวล และหันไปสนใจสิ่งอื่นที่น่าสนใจมากกว่า การตัดสินใจจะถูกต้องยิ่งขึ้น ประโยชน์ที่ได้จากการปฏิบัติจะบอกเราเอง นิเวศน์และกิเลสเป็นความรู้สึกไม่สบายในจิตใจ สติจะลบล้างนิเวศน์โดยไม่ต้องพูด ไม่ต้องคิด แต่มีประสิทธิภาพ เมื่อมีสติ ตัวกู ของกู จะหายไป ความอยากไม่มีเรียนรู้ที่จะรักคนอื่น ผู้ปฏิบัติจะเห็นด้วยตัวเองว่า ไม่มีสิ่งใดต้องไขว่คว้า ไม่มีสิ่งใดไม่เปลี่ยนแปลงเราสามารถรับผลของความเจ็บปวด ความป่วยไข้ ความชราและความตาย โดยไม่กลัวอีกต่อไป เพราะเรารู้ซึ่งว่า มันเป็นเรื่องความจริงแท้

สุนทรี เฉลิมพงศธร (2546, หน้า 9) กล่าวว่า สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสถึงความสำคัญของสติไว้ว่า “หนทางนี้เป็นที่ไปอันเอก เพื่อความบริสุทธิ์ของสัตว์ เพื่อทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน ทางนี้คือสติปัญญา(ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ) 4 ประการ 4 ประการเป็นใจ คู่ก่อนภิกษุทั้งหลายภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นภายในกายอยู่ มีความเพียร(เอาตา

ปี) มีสัมปชัญญะ(สัมปชาโน) มีสติ(สติมา) กำจัดอกิขณาและโทมนัส(ความยินดียินดีร้าย) ในโลกเสียได้ 1 พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอกิขณาและโทมนัสในโลกเสียได้ 1 พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอกิขณาและโทมนัสในโลกเสียได้ 1 พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอกิขณาและโทมนัสในโลกนี้เสียได้

มิคุลาส (Mikulas,1990, p. 150-154) กล่าวว่า สติ(Mindfulness) หมายถึงการตระหนักรู้(Awareness) โดย มิคุลาส กล่าวว่าการตระหนักรู้ไม่ได้หมายถึง การคิด แต่หมายถึง การรู้ถึงความคิดจากการสังเกตความคิดที่เกิดขึ้น โดยไม่มีการคิดต่อเนื่องเพิ่มเติม เพียงแต่ดูไปตามความคิดที่เกิดขึ้น

จากการศึกษาแนวความคิดของนักการศึกษาทางศาสนาข้างต้นเกี่ยวกับสติ สรุปได้ว่าสติ หมายถึง การระลึกได้ ความรู้ตัว เป็นการรู้ตัวในขณะปัจจุบัน กล่าวโดยสรุป จะเห็นได้ว่า "สติ" ในทางพระพุทธศาสนามีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะเมื่อสติตามทันขณะปัจจุบันและมองสิ่งต่างๆ ตามที่มันเป็นในขณะนั้นๆ ตลอดเวลาย่อมสามารถตัดดวงจรอกุศลได้ ทำให้คุณภาพจิตดีขึ้น บริสุทธิ์ เบิกบาน ผ่องใสและเป็นอิสระ เกื้อกูลแก่การรู้แจ้งในสังขารม อันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา นอกจากนี้สติยังเกื้อกูลต่อการงานในชีวิตประจำวัน ทำให้ผลงานมีคุณภาพเพราะกระทำด้วยสติ

2. ความหมายของการเจริญสติ สัมปชัญญะ

มีนักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายของ สติสัมปชัญญะได้ดังต่อไปนี้

พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)(2550, หน้า 86 - 96) ได้กล่าวถึง สติ คือ ความรู้ทัน สัมปชัญญะคือความรู้เท่า ความรู้เท่าถึงการณ์เห็นเหตุแล้วคาดว่าผลลัพธ์อะไรจะตามมา มองภาพกว้าง มองหน้า รู้เท่าเอาไวป้องกัน รู้ทันเอาไวแก้ไข พอเกิดปัญหาเฉพาะหน้าขึ้นมา ไม่ว่าจะเรื่องอะไรก็ตาม สติจะทำให้ท่านระดมปัญญามาแก้ปัญหา สติเป็นเครื่องกำหนดรู้ว่าเรากำลังทำอะไร บางคนไม่รู้ตัวด้วยซ้ำพอโกรธขึ้นมาแทบจะฆ่ากันตาย พอรู้ตัวก็ว่า นี่เราถือนิดทำไม เราบ้าอะไรขึ้นมา สติจะเป็นตัวตรวจ ตรวจสอบความเป็นไปของเรา

ดิช นัท ฮันท์ (2549, หน้า 12 - 29) กล่าวว่าเราควรฝึกสติทุกวันและทุกๆ ชั่วโมง โดยเน้นเวลาที่สำคัญที่สุดเวลาเดียวคือ "ปัจจุบัน" เพราะช่วงขณะปัจจุบันเท่านั้นที่เป็นเวลาที่เราเป็นเจ้าของอย่างแท้จริง ถ้าไม่ได้อยู่กับปัจจุบัน เวลามองก็จะมองไม่เห็น ฟังแต่จะไม่ได้ยิน กินแต่จะไม่ได้ลิ้มรส ดิช นัท ฮันท์ เสนอแบบฝึกหัดสำหรับเจริญสติ 32 วิธี (ดิช นัท ฮันท์, หน้า, 79 -97) โดยเริ่มจากการยิ้มเมื่อตื่นนอนในตอนเช้า ยิ้มเมื่อมีเวลาว่าง เมื่อฟังดนตรีหรือเมื่ออารมณ์ขุ่นมัว จากนั้นให้ฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อทุกส่วนทั้งในท่านอนราบและผ่อนคลายในท่านั่ง ฝึกการหายใจ การนับและตามลมหายใจ ฝึกการเจริญสติโดยอาศัยอิริยาบถและการเคลื่อนไหวต่างๆ ของร่างกาย ไม่ว่าจะกำลังเดิน ยืน นั่ง นอน ให้มีสติรู้ถึงจุดประสงค์ของอิริยาบถนั้นๆ ให้มีสติขณะเตรียมชา ล้างถ้วยชาม ซักเสื้อผ้า ทำความสะอาดบ้าน อาบน้ำ เจริญภาวนา ให้กำหนด

วันหนึ่งวัดโคของสัปดาห์ตามความเหมาะสมและสะดวกเป็นวันแห่งสติ ทำงานทุกอย่างอย่างช้า ๆ สบาย ๆ ด้วยสติ ตั้งใจทำอย่างผ่อนคลาย รวมความสนใจทั้งหมดไปทำงาน ทำอย่างมีความสุข ให้ฟังพิจารณาสภาวะความเป็นเหตุเป็นปัจจัยซึ่งกันของสรรพสิ่ง เช่น พิจารณาตนเอง พิจารณาโครงกระดูกของตนเองว่าไม่ใช่ของเรา พิจารณาคนรักที่ตายจากไป ฟังพิจารณาความว่างในกองขันธ์ทั้ง 5 รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ พิจารณาจากขันธ์หนึ่งไปยังอีกขันธ์หนึ่ง ให้เห็นว่าทั้งหมดนั้นเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ไม่คงตัวและปราศจากตัวตน ผูกการแผ่ความรัก ความเมตตาให้กับบุคคลที่เราเกลียดและชิงชังที่สุด ฟังพิจารณาความทุกข์ยากที่เกิดจากความโง่เขลา (อวิชชา) ฟังพิจารณาการทำงานด้วยความไม่ยึดมั่นถือมั่น มองให้เห็นว่างานที่ทำนั้นเป็นไปเพื่อการรับใช้ผู้อื่น เพื่อแบ่งเบาความทุกข์ เป็นการตอบสนองต่อความรักที่มีต่อมนุษยชาติมิใช่เป็นการตอบสนองต่อความอยากได้รับการยกย่องหรือมีชื่อเสียง ฟังพิจารณาเรื่องความว่างปล่อยวาง (ความไม่ยึดมั่นถือมั่น) และความไม่ปล่อยปละละเลย ว่าเมื่อไม่ติดยึดในสิ่งที่เป็นเงื่อนไขทั้งหลายก็ต้องไม่ติดยึดในสิ่งที่ไม่เป็นเงื่อนไขด้วย ดังเช่นพระโพธิสัตว์ซึ่งสามารถวนเวียนอยู่กับขันธ์ 5 และโลกียธรรมโดยไม่จมลงตกเป็นทาสของสิ่งเหล่านี้ ฟังพิจารณาให้เห็นว่า ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานนั้น รับใช้เพื่อนมนุษย์โดยที่มิได้เป็นทาสของงาน แต่ก็มีเคยละเลยงานรับใช้มนุษย์เลย

สัมปชัญญะ ตามความหมายพจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์ (2546, หน้า 275) ได้ให้ความหมายของไว้ว่า สัมปชัญญะ หมายถึง ความรู้ทั่วพร้อม ความตระหนักรู้ ความรู้ชัดเข้าใจชัด ซึ่งสิ่งที่นึกได้ มักมากอยู่กับสติ (ข้อ 2 ในธรรมมีอุปการมาก 2)

เสถียรพงษ์ วรรณปก (2542, หน้า 16) กล่าวถึงสติและสัมปชัญญะว่า “พระอรธกถาจารย์” ให้คำอธิบายไว้ว่า “ นายประตูเมืองที่ปฏิบัติหน้าที่เปิดประตูให้คนเข้าออกนั้นการเปิดประตูให้คนเข้าไป เป็นหน้าที่ของสติ การพิจารณาว่าคนไหนควรให้เข้า คนไหนไม่ควรให้เข้า เพราะเหตุใด เป็นหน้าที่ของสัมปชัญญะ “สติจึงหมายถึง ความตื่นตัวระมัดระวังต่อหน้าที่ เป็นตัวคอยควบคุมการกระทำ และเป็นตัวคอยป้องกันยับยั้งมิให้ความชั่วมีโอกาสเล็ดลอดเข้าสู่จิตใจ สัมปชัญญะเป็นตัวปัญญา รู้เท่าและรู้ทันปรากฏการณ์นั้น ๆ เป็นตัวเสริมสติให้ปฏิบัติหน้าที่สมบูรณ์ขึ้น

ไสว มาลาทอง (2542, หน้า 11,15) ได้กล่าวถึง สัมปชัญญะ ความรู้ทั่ว หมายถึง ความรู้ทั่วที่เป็นไปในปัจจุบันขณะที่กำลังทำ กำลังพูด กำลังคิด คือ ทำ พูด คิด อะไรอยู่ก็รู้ตัวในขณะนั้น เช่น เรากำลังอ่านหนังสืออยู่ขณะนี้ก็รู้ว่าเรากำลังอ่านหนังสืออยู่ เรากำลังพูดอยู่ก็รู้ว่าเรากำลังพูดอยู่ ฉะนั้น หน้าที่ของสัมปชัญญะ ย่อมเป็นไปในปัจจุบันเท่านั้น ลักษณะที่ดีของสัมปชัญญะ ท่านผู้รู้กำหนดลักษณะของสัมปชัญญะไว้ 4 ประการ คือ

1. รู้ตัวว่า การที่ตนกำลังทำนั้นเป็นประโยชน์หรือไม่
2. รู้ตัวว่า การที่ตนกำลังทำนั้นเหมาะกับตนหรือไม่
3. รู้ตัวว่า การที่ตนกำลังทำนั้นเป็นความทุกข์หรือสุขอย่างไร

4. รู้ตัวว่า การที่ตนกำลังทำนั้นเป็นความมกมายหรือไม่
 ความรู้ตัวในขณะที่ทำนั้นมีใช่เพียงแต่รู้ตัวที่กำลังทำเฉยๆ หากแต่ต้องเป็นความ
 รู้ตัวซึ่งประกอบด้วยองค์ลักษณะ 4 ประการ โดยกล่าวสรุปว่า

1. มีประโยชน์หรือไม่
2. เหมาะสมกับตนหรือไม่
3. เป็นความทุกข์หรือความสุข
4. เป็นความฉลาดหรือมกมาย

พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตโต)(2550, หน้า 86 - 96) ได้กล่าวไว้ว่า
 สัมปชัญญะ จะเป็นตัวตัดสินใจหรือกลั่นกรองว่าจะไรควรไม่ควร เช่น เราโกรธอยากจะไปตำเขา
 ถ้าเราไม่มีสติเราก็ไปตำเขา สติจะเตือนให้เรา รู้ตัวว่ากำลังจะตำ สัมปชัญญะเป็นตัวเซนเซอร์ที่
 พิจารณาว่าควรหรือไม่ควร

สัมปชัญญะ คือ ความรู้ชัด มี 4 ประการ คือ

1. สาตถกสัมปชัญญะ (ยังคิดถึงประโยชน์ตนและท่าน)คือยังคิดถึงประโยชน์ที่
 จะเกิดจากการกระทำและคำพูดของตนก่อนที่จะทำจะทำอะไรก็ตาม โบราณสอนให้เราคิดถึง
 เสียก่อน เช่นนับ 1 - 10 การยังคิดถึงสติสัมปชัญญะที่ตรวจสอบพฤติกรรมของตนเองก่อนพูด
 ก่อนทำให้เห็นว่าเรื่องที่จะพูดหรือทำมีประโยชน์หรือไม่ คนที่หมั่นตรวจสอบตัวเองจะทำอะไรไม่
 ผิดพลาด คนทำอะไรไม่ผิดพลาดก็ไม่มีความทุกข์ความเครียด ส่วนคนที่ทำผิดเพราะไม่ยังคิด
 ไม่ได้เห็นว่าเรื่องที่เราจะพูดจะทำออกไปนั้นมีประโยชน์ไหม สติจะบอกว่าเรากำลังทำอะไร
 สัมปชัญญะจะเตือนว่าเรื่องที่ทำอยู่นี้มีคุณหรือโทษให้ยังคิดเสียก่อน

2. สัปพายสัมปชัญญะ(เลือกเรื่องที่เหมาะสม) หมายถึง เลือกเรื่องที่เหมาะสม
 กับตนเอง นั่นคือ นอกจากเราไม่เก็บเรื่องร้าย ๆ เก็บแต่เรื่องดี ๆ ไว้ในใจแล้ว ก่อนทำอะไรก็ตาม
 ให้เลือกสิ่งที่เหมาะสมกับเรา โบราณสอนว่า เห็นเขานั่งคานหามอย่าเอามือประสานกัน คนทำ
 การใหญ่เกินตัวเอง เกินความหมายโดยไม่มีคนช่วย บางทีทำไปนาน ๆ เข้าก็ทนไม่ไหว เกิด
 ความท้อแท้เพราะฉะนั้นต้องเลือกวิธีที่ชื่อว่า สัปพายะ

3. โคจรสัมปชัญญะ (มีธรรมประจำใจ)หมายถึง มีธรรมประจำใจ คนที่จะมี
 สุขภาพจิตดีจะต้องมีธรรมะประจำใจตลอดเวลา เขาเรียกว่ามีภูมิคุ้มกัน ถ้าท่านไม่มีภูมิคุ้มกันอัน
 นี้ กระทบกระเทือนอะไรแล้วก็ช็อก มันหักมันพัง ภูมิคุ้มกันในจิตใจนั้นคือต้องฉีควัคซีนเข้าไป
 วัคซีนในจิตก็คือธรรมะประจำใจเพื่อให้ท่านทนกับสิ่งแวดล้อมที่เป็นพิษได้ เพราะมีความ
 แข็งแรงทนทานและยืนหยุ่นได้

4. อสम्मโหสัมปชัญญะ(ไม่หลงลืมตัว) หมายถึง การฝึกใจไม่ให้หลงลืม ต้องใช้
 ธรรมะประจำใจไม่ให้เกิดความหลงลืม พอเจอสถานการณ์ที่เป็นปัญหา เราจะรู้ว่าต้องใช้ธรรมะ
 อะไรทันที เรายังคิดก่อนแล้วเอาธรรมะเข้ามาสอนตัวเองตลอดเวลา ปกติบางคนเวลาทะเลาะกับ

ใครจะโกรธมากจนลืมตัวบางท่านเพื่อไม่ให้หลงลืมเรื่องปฏิบัติธรรม จึงให้เลขานุการหรือเพื่อนช่วยจดบันทึกหรือคอยเตือนความจำ

จากการศึกษาเอกสารและแนวความคิดของนักการศึกษาข้างต้นพอสรุปได้ว่า สติและสัมปชัญญะ หมายถึง ความรู้สึกตัวทั่วพร้อม การระลึกได้ตามสภาวะที่เป็นจริงโดยปราศจากการปรุงแต่ง และ “สัมปชัญญะ” คือความรู้ตัวควบคุมอยู่ด้วยตลอดเวลาที่เรียกว่า เป็นอยู่ในปัจจุบัน กล่าวคือสติกำหนดตามทันสิ่งที่กำลังเกิดขึ้น เป็นไปอยู่ หรือกระทำอยู่ในขณะนั้นๆ ไม่หลงไปในอดีต ไม่เลื่อนลอยไปในอนาคต

3. ความหมายของสติปัฏฐาน 4

มีนักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายของสติปัฏฐาน 4 ไว้ดังนี้

สติปัฏฐาน ตามความหมายพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 (2546, หน้า 1115) ได้ให้ความหมายของคำว่า สติปัฏฐานไว้ว่า ชื่อธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ 4 อย่าง คือ กาย เวทนา จิต ธรรม

สติปัฏฐาน ความหมายตามพจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์ (2546, หน้า 249) ได้ให้ความหมายของคำว่า สติปัฏฐาน ไว้ว่า ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ ข้อปฏิบัติมีสติเป็นประธาน การตั้งสติพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เท่าทันตามความเป็นจริง การมีสติกำหนดรู้สิ่งต่างๆ และความเป็นไปทั้งหลาย โดยรู้เท่าทันตามสภาวะของมัน ไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดี ยินร้าย ที่ทำให้มองเห็นเพียงไปตามอำนาจกิเลส มี 4 อย่าง คือ 1. กายานุปัสสนา สติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย 2. เวทนานุปัสสนา สติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา 3. จิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต 4. ธัมมานุปัสสนา สติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม เรียกสั้น ๆ ว่า กาย เวทนา จิต ธรรม

พระธรรมปิฎก(ป.อ. ปยุตโต)(2549, หน้า 811 - 822) ได้สรุปสาระสำคัญของสติปัฏฐานซึ่งเป็นที่ตั้งของสติ หรือวิธีปฏิบัติเพื่อใช้สติให้บังเกิดผลดีที่สุด ดังนี้

1. กายานุปัสสนา การพิจารณากาย หรือตามดูรู้ทันกาย

1.1 อานาปานสติ คือ ไปในที่สงบ นั่งขัดสมาธิ ตั้งสติกำหนดลมหายใจเข้าออก โดยอาการต่างๆ

1.2 กำหนดอิริยาบถ คือ เมื่อ ยืน เดิน นั่ง นอน หรือร่างกายอยู่ในอาการอย่าง ไร ๆ ก็รู้ชัดในอาการที่เป็นอยู่นั้นๆ

1.3 สัมปชัญญะ คือสร้างสัมปชัญญะในการกระทำทุกอย่าง และความเคลื่อนไหวทุกอย่าง เช่น การก้าวเดิน การเหลียวมอง การเหยียดมือ การห่มผ้า กิน ดื่ม เคี้ยว ถ่าย อุจจาระ ปัสสาวะ การตื่น การหลับ การพูด การนั่ง เป็นต้น

1.4 ปฏิกุลมณสิการ คือ พิจารณาร่างกายของตนตั้งแต่ศีรษะจรดปลายเท้า ซึ่งมีส่วนประกอบที่ไม่สะอาดต่างๆ มากมายมารวมๆ อยู่ด้วยกัน

1.5 ชาติภุมณสิการ คือ พิจารณาร่างกายของตน โดยให้เห็นแยกประเภทเป็นธาตุ 4 แต่ละอย่างๆ

1.6 นวสีวติกา คือ มองเห็นศพที่อยู่ในสภาพต่างๆ กัน โดยระยะเวลา 9 ระยะเวลา ตั้งแต่ตายใหม่ๆ จนถึงกระดูกผุแล้วในแต่ละกรณีนั้น ให้ย้อนมานึกถึงร่างกายของตนว่า จะต้องเป็นเช่นนั้นเหมือนกัน

2. เวทนานุปัสสนา การตามดูรู้ทันเวทนา คือเมื่อเกิดความรู้สึกสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี เฉยๆ ก็ดี ทั้งที่เป็นชนิดสามิส และนิรามิส ก็รู้ชัดตามที่เป็นอยู่ในขณะนั้นๆ

3. จิตตานุปัสสนา การตามดูรู้ทันจิต คือ จิตของตนในขณะนั้นๆ เป็นอย่างไร เช่น มีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ ฟุ้งซ่าน เป็นสมาธิ หลุดพ้น ยังไม่หลุดพ้น ฯลฯ ก็รู้ชัดตามที่มีมันเป็นอยู่ในขณะนั้น

4. ธัมมานุปัสสนา การตามดูรู้ทันธรรม คือ

4.1 นิ वर्ณ คือ รู้ชัดในขณะนั้นๆ ว่า นิ वर्ณ 5 แต่ละอย่างๆ มีอยู่ในใจตน หรือไม่ที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้นได้อย่างไร ที่เกิดขึ้นแล้ว ละเสียได้อย่างไร ที่ละได้แล้ว ไม่เกิดขึ้นอีกต่อไปอย่างไร รู้ชัดตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้นๆ

4.2 ชันธ คือ กำหนดรู้ว่าชันธ 5 แต่ละอย่าง คืออะไร เกิดขึ้นได้อย่างไรดับไปได้อย่างไร

4.3 อายตนะ คือ รู้ชัดในอายตนะภายในภายนอกแต่ละอย่างๆ รู้ชัดในสัญญาณชนที่ที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยอายตนะนั้นๆ รู้ชัดว่าสัญญาณชนที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้นได้อย่างไร ที่เกิดขึ้นแล้วละเสียได้อย่างไร ที่ละได้แล้ว ไม่เกิดขึ้นได้อีกต่อไปอย่างไร

4.4 โพชฌงค์ คือ รู้ชัดในขณะนั้นๆ ว่า โพชฌงค์ 7 แต่ละอย่างๆ มีอยู่ในใจตนหรือไม่ที่ยังไม่เกิด เกิดขึ้นได้อย่างไร ที่เกิดขึ้นแล้วเจริญเต็มบริบูรณ์ได้อย่างไร

4.5 อริยสัจ คือ รู้ชัดอริยสัจ 4 แต่ละอย่างๆ ตามความเป็นจริง ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร

พระครูวิศาลเมธคุณ (2547, หน้า 23) ได้ให้ความหมายไว้ว่า ที่ตั้งแห่งสติ อธิบายว่าทุกสิ่งทุกอย่างย่อมมีฐานเป็นที่ตั้ง ฉันทิโสติขของเราก็ต้องมีที่ตั้งเหมือนกัน ถ้าสติไม่มีที่ตั้งแล้วสติก็จะเลื่อนลอยไปต่างๆ นานาประการ เราเอาสติไปตั้งไว้ใน กาย เวทนา จิต ธรรม หรือ พุคอีก อย่างหนึ่ง กาย เวทนา จิต ธรรม นั้น เป็นที่ตั้งของสติเป็นฐานหรือเป็นเครื่องรองรับของสติ

(พระไทยเนต, 2550) กล่าวไว้ว่า การใช้สติคอยสังเกตร่างกายความรู้สึก ภาวะจิต และความนึกคิดแล้ว เงื่อนไขของการสังเกตอยู่ที่การจำแนกสภาวะธรรมสนแต่ละหมวด ออกเป็น 3 ลักษณะ คือ ที่ตั้ง เหตุ และวิธีการว่าควรใช้สติสังเกตอะไร และสังเกตอย่างไร

นอกจากนี้ (ลานธรรมเสวนา, 2550) กล่าวไว้ว่า หากเป็นสติปฏิฐานโดยแท้จริง จะมีที่ตั้งของการสังเกตค้นคว้าอยู่ในตัวชีวิตเท่านั้น โดยเริ่มต้นจากร่างกายและพฤติกรรมของตัวเราเป็นลำดับแรก เรียกว่า กายานุปัสสนาสติปฏิฐาน ตามพระบาลีกำหนดให้สังเกต

ภายในร่างกาย คำว่า ภายในกาย หมายถึง การเลือกพิจารณาภายใน(รูป) หมวดใดหมวดหนึ่งในภายในทั้งหมดที่มีถึง 14 ลักษณะ มาเป็นที่ตั้งแห่งการสังเกต เช่น เลือกหมวดอิริยาบถ ก็เป็นกายานุปัสสนาหมวดหนึ่งในภายในทั้งหมดตั้งแต่ลมหายใจ สัมผัสสัญญา ฯลฯ จนถึงซากศพ

จากการศึกษาเอกสารแนวคิดของนักการศึกษาข้างต้น สรุปได้ว่า สติปัญญา 4 หมายถึง ฐานที่ตั้งแห่งสติ การตั้งสติพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เท่าทันตามความเป็นจริง การมีสติกำหนดรู้สิ่งต่างๆ และความเป็นไปทั้งหลาย โดยรู้เท่าทันตามสภาวะของมัน ไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย ที่ทำให้มองเห็นเพียงไปตามอำนาจกิเลส

4. การเจริญสติตามแนวทางหลวงพ่อกุ๊เยน จิตตสุโก

4.1 ประวัติโดยสังเขปของหลวงพ่อกุ๊เยน จิตตสุโก

การเจริญสติตามแนวหลวงพ่อกุ๊เยน จิตตสุโก (2550)

หลวงพ่อกุ๊เยน จิตตสุโก เดิมชื่อพันธ์ อินทผิว เกิดเมื่อวันที่ 5 กันยายน พ.ศ. 2454 ที่บ้านบวม ตำบลบวม อำเภอเชียงคาน จังหวัดเลย บิดาชื่อนั้น มารดาชื่อโสม บิดาของท่านเสียชีวิตตั้งแต่ท่านยังเด็กในสมัยนั้นหมู่บ้านบวมยังไม่มีโรงเรียน ท่านจึงไม่ได้เรียนหนังสือ ในวัยเด็กท่านได้ช่วยมารดาทำไร่ทำนา เช่นเดียวกับเด็กอื่นๆ ในหมู่บ้าน

เมื่ออายุได้ 10 กว่าปี ท่านได้บรรพชาเป็นสามเณรอยู่กับหลวงน้ำที่วัดในหมู่บ้าน ได้เรียนตัวหนังสือลาวและตัวหนังสือธรรม พออ่านออกและเขียนได้บ้าง และได้เริ่มฝึกกรรมฐานตั้งแต่นั้น ท่านได้ปฏิบัติหลายวิธี เช่น วิถีพุทธ วิถีนับหนึ่ง สอง สาม... หลังจากบรรพชาเป็นสามเณรได้หนึ่งปีหกเดือน ก็ลาสิกขาบทยอกมาช่วยทางบ้านทำมาหากิน

เมื่ออายุได้ 20 ปี ท่านได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุตามประเพณี ได้ศึกษาและทำสมาธิกับหลวงน้ำอีกครั้งหนึ่ง หลังจากบวชได้หกเดือน ท่านได้ลาสิกขาบทยอกมา และแต่งงานมีครอบครัวเมื่ออายุ 22 ปี มีบุตรชายสามคน ท่านมักจะเป็นผู้นำของคนในหมู่บ้านในการทำบุญ จนเป็นที่นับถือและได้รับเลือกเป็นผู้นำหมู่บ้านถึงสามครั้ง แม้จะมีภาระมาก ท่านก็ยังสนใจการทำสมาธิและได้ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอตลอดมา

ต่อมาท่านได้ย้ายไปอยู่ในตัวอำเภอเชียงคาน เพื่อให้ลูกได้เรียนหนังสือ ท่านได้ประกอบอาชีพเป็นพ่อค้าเดินเรือ ค้าขายขึ้นล่องตามลำน้ำโขงระหว่างเชียงคาน-หนองคาย-เวียงจันทน์ บางครั้งไปถึงหลวงพระบาง ทำให้ท่านได้มีโอกาสพบกับพระอาจารย์กรรมฐานหลายรูป จึงเกิดความสนใจธรรมะมากขึ้น นอกจากนี้ ท่านยังเห็นว่า แม้จะทำความดีทำบุญและปฏิบัติกรรมฐานมาหลายวิธีตั้งแต่อายุยังน้อย แต่ท่านก็ยังไม่สามารถเอาชนะความโกรธได้ ท่านจึงอยากค้นคว้าหาทางออกจากสิ่งเหล่านี้

ปี พ.ศ.2500 เมื่ออายุได้ 45 ปีเศษ ท่านได้ออกจากบ้านโดยตั้งใจแน่วแน่ว่าจะไม่กลับจนกว่าจะพบธรรมะที่แท้จริง ท่านได้ปฏิบัติธรรมที่วัดวังสิมุกคาราม ตำบลพันพร้าว อำเภอท่าบ่อ จังหวัดหนองคาย ปัจจุบันคือ อำเภอศรีเชียงใหม่ โดยทำกรรมฐานวิธีง่ายๆ คือ ทำการเคลื่อนไหว แต่ท่านไม่ได้ภาวนาคำว่า “ติง-นัง” ติง แปลว่า ไหว อย่างที่คนอื่นทำกัน ท่าน

เพียงให้รู้สึกถึงการเคลื่อนไหวของร่างกายและจิตใจเท่านั้น ในชั่วเวลาเพียง 2-3 วัน ท่านก็สามารถหลุดพ้นจากความทุกข์ได้อย่างเด็ดขาดโดยปราศจากพิธีรีตองหรือครูบาอาจารย์ ในเช้ามีดของวันขึ้น 11 ค่ำ เดือน 8 ปี พ.ศ. 2500

หลังจากนั้น ท่านได้กลับมาเผยแพร่ชี้แนะสิ่งที่ท่านได้ประสบมาแก่ภรรยาและญาติพี่น้องเป็นเวลาสองปีแปดเดือน โดยในขณะนั้นท่านยังเป็นฆราวาสอยู่

วันที่ 3 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2503 ท่านได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุอีกครั้งหนึ่ง เนื่องจากเห็นว่าถ้าหากบวชเป็นพระภิกษุแล้วจะทำให้การเผยแพร่ธรรมะสะดวกขึ้น

คำสอนของหลวงพ่อดีแพร่หลายออกไปทั้งในและต่างประเทศ ได้มีผู้ปฏิบัติตามเพิ่มจำนวนมากขึ้นเรื่อยๆ หลวงพ่อดีอุทิศชีวิตได้กับการสอนธรรมะอย่างไม่เห็นแก่ความเหน็ดเหนื่อยหรือสุขภาพของร่างกาย จนกระทั่งอาพาธเป็นโรคมะเร็งที่กระเพาะอาหารเมื่อปี พ.ศ. 2525 ถึงแม้ว่าสุขภาพของท่านจะทรุดโทรมลงมาก แต่ท่านก็ยังคงทำงานของท่านต่อไป จนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต

หลวงพ่อดีละสังขารอย่างสงบ ณ ศาลามุงแฝกบนเกาะพุทธธรรม สำนักปฏิบัติธรรมทับมิ่งขวัญ ตำบลกุดป่อง อำเภอเมือง จังหวัดเลย เมื่อวันที่ 13 กันยายน พ.ศ. 2531 เวลา 18.15 น. รวมอายุได้ 77 ปี และได้ใช้เวลาอบรมสั่งสอนธรรมะแก่คนทั้งหลายเป็นเวลา 31 ปี

4.2 การเจริญสติตามแนวทางหลวงพ่อดีเยิน จิตตสุโก

คือการเจริญสติต้องมีสติกำหนดรู้ ดูกายเคลื่อนไหว ดูใจนึกคิด ให้เป็นปัจจุบันอย่างต่อเนื่อง การเจริญสติทำได้ในทุกอิริยาบถ เพื่อเป็นการกำหนดการรู้สึกตัว เมื่อกำหนดความรู้สึกตัว การไม่รู้สึกตัวเรียกว่า โมหะ หรือความหลงก็จะหายไป เมื่อรู้สึกตัวของการเคลื่อนไหวของร่างกาย เช่น การพลิกมือ การยกมือขึ้นลง การก้าวเท้าไปข้างหน้าและการก้าวเท้ากลับ การหมุนศีรษะ การพยักหน้า และการกระพริบตา การอ้าปาก การหายใจ การหายใจออก การกลืนน้ำลาย และอื่นๆ เพื่อเห็นความคิด คือ เมื่อ ความคิดเกิดขึ้นเรารู้เท่าทันความคิดนั้น ความคิดก็จะหยุด ความคิดจะไม่ติดต่อกัน ปรุงแต่งกลายเป็นปัญหา เพราะเรารู้เท่าทันมัน ความคิดจะเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ด้วยตัวของมันเอง ทุกข์ก็จะลดลงและหมดไปในที่สุด คำพอง สมศรีสุข (2546, หน้า 44)

หลักสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานตามแนวคำสอนหลวงพ่อดีเยิน

สมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานตามแนวหลวงพ่อดีเยินท่านอธิบายจำแนกไว้สรุปความได้ดังนี้

สมถกรรมฐาน

เป็นอุบายให้สงบจิต ไม่ได้ทำให้เกิดปัญญา เป็นเพียงได้ความสงบ ทั้งนี้ท่านเคยฝึกการหายใจเข้า-ออกแบบพุทโธ หรือจะเป็นแบบนับ 1-2-3 มาแล้ว นับเป็นระดับสม

การกระทำ การพูด การคิด และให้มีสติในอิริยาบถต่างๆ ไม่ว่าจะยืน เดิน นั่ง นอน ฯลฯ การมีสติในอาการต่างๆ จะทำให้เกิดปัญญา สามารถพัฒนาปัญญาให้มีมากขึ้นได้ ซึ่งการรู้สึกตัวตามอาการเคลื่อนไหวนั้นถือว่าเป็นเจริญสติ อันเป็นฐานของการเจริญสมาธิ เจริญปัญญา และจะทำให้ธาตุพุทธะในตัวบุคคลแตกตัวและเบ่งบานขึ้น พุทธะหรือโพธิจิตตามความหมายของหลวงพ่อกุศลนี้ เมื่อได้รับการกระตุ้นในระดับหนึ่ง จะตื่นขึ้นและผลิบาน จึงเรียก บุคคลนี้ว่าเป็น ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ซึ่งมนุษย์ทุกคนสามารถทำได้ วิชาชา ชนิวรโรโณ และคนอื่น ๆ (2548, หน้า 427- 428)

การทำควมรู้สึกตัว

สติ หมายถึง ความระลึกได้ ไม่ใช่ระลึกชาติแล้วชาติก่อนนะ ระลึกได้เพราะการเคลื่อนไหว การไหว การนึก การคิด นี้เอง จึงว่า สติ-ความระลึกได้ สัมปชัญญะ-ความรู้ตัว บัดนี้เราไม่ต้องพูดอย่างนั้น เพราะคนไทยไม่ได้(พูด)ว่า สติ"ให้รู้สึกตัว" นี้! หลวงพ่อพูดอย่างนี้ให้รู้สึกตัว การเคลื่อนไหว การไหว กระพริบตาก็รู้ หายใจก็รู้ นี้ จิตใจมันนึกคิดก็รู้ อันนี้เรียกว่า ให้มีสติก็ได้ หรือว่า ให้รู้สึกตัวก็ได้ความรู้สึกตัวนั้น จึงมีค่ามีคุณมาก เอาเงินซื้อไม่ได้ ให้คนอื่นรู้แทนเราไม่ได้ เช่น หลวงพ่อก้าม(มือ)อยู่นี้ คนอื่นมองเห็นว่า ความรู้สึก(ของ)หลวงพ่อก้ามเป็นอย่างไร? รู้ไหม? ไม่รู้เลย แต่คนอื่นมองเห็นว่า หลวงพ่อก้ามมือ แต่ความรู้สึก(ที่) มือหลวงพ่อก้ามสัมผัสกันเข้านี้ คนอื่นไม่รู้ด้วย คนอื่นทำ หลวงพ่อก้ามก็เห็น แต่หลวงพ่อก้าม (ด้วย) ไม่ได้เห็นและไปไม่ก้ามมือเดียว คือ ให้รู้การเคลื่อนไหวของรูปกายภายนอก และให้รู้การเคลื่อนไหวของจิตใจมันนึกคิด

การสร้างจังหวะ

การเจริญสติ เจริญสมาธิ เจริญปัญญานั้น ต้องมี "วิธีการ" ที่จะนำตัวเรา ไปสู่ตัวสติ ตัวสมาธิ ตัวปัญญา ได้ การทำทุกสิ่งทุกอย่างต้องมีวิธีการ จึงจะเข้าถึงจุดหมายปลายทางได้ ดังนั้นการมาที่นี้ต้องพยายาม ไม่ต้องนั่งนิ่งๆ สอนกันแนะนำกัน ให้มีวิธีทำ โดย เคลื่อนไหวอยู่เสมอ ทำเป็นจังหวะวิธีทำนั้น ก็ต้องนั่ง แต่ไม่ต้องหลับตา อันนี้วิธีทำ นั่งพับเพียบก็ได้ นั่งขัดสมาธิก็ได้ นั่งเก้าอี้ก็ได้ นอน ก็ได้ ยืนก็ได้ ทำความรู้สึกตัว...พลิกมือขวาตะแคงขึ้น..ทำซ้ำๆ...ให้รู้สึก ไม่ใช่(พูด)ว่า "พลิกมือขวา" อันนั้นมากเกินไป เพียงแต่ทำให้รู้สึกเท่านั้นเอง พลิกมือขึ้น...ให้รู้สึก หยุดไว้ ยกมือขึ้น....ให้รู้สึก ให้มันหยุดก่อน ให้มันหยุด มันไหวไป...ให้รู้ ขึ้นครึ่งตัวนี้...ให้มันรู้ แล้วก็เอามาที่สะคือ อันนี้มีจังหวะซ้าย-ขวา เป็น ๖ จังหวะ เวลาเอามือ ออกมาก็ซ้าย-ขวา รวมกันเข้ามี ๘ จังหวะ อันนี้เป็นจังหวะ เป็นจังหวะการเจริญสตินั้น ท่านว่าให้ทำบ่อยๆ ทำบ่อยๆ ก็ทำความรู้สึกนี้เอง เมื่อพูดถึงความรู้สึกแล้ว ก็พูดวิธีปฏิบัติ พร้อมๆกันไป ทุกคนทำตามอาตมาก็ได้

การปฏิบัติธรรมแบบการเจริญสติ

การปฏิบัติธรรม แนวทางการเจริญสติ แบบหลวงพ่อกุศล จิตตสุโก

ความคิดเป็นธรรมชาติทางนามธรรมชนิดหนึ่ง ซึ่งมีอิทธิพลอย่างสำคัญต่อวิถีชีวิต และจิตวิญญาณของเรา เราคุ้นเคยและอยู่กับความคิดเกือบตลอดเวลา แต่เราแทบจะไม่รู้จัก ความคิดและกลไกการทำงานของมันในตัวเราเลย ทั้งนี้เนื่องจากความคิดนั้นมีความเร็วกว่าแสง ฟาแลบและไหลต่อเนื่องเหมือนสายน้ำ

วิธีการเจริญสติ หรือการทำความรู้สึกตัว

สติ หมายถึง ความระลึกได้ หรือพุทธิกอย่างหนึ่งคือ "ให้รู้สึกตัว" ให้รู้สึกตัวในการ เคลื่อนไหว กระพริบตากรู หายใจกรู จิตใจมันนึกมันคิดกรู การเคลื่อนไหวเป็นสาระสำคัญ ของการเจริญสติถ้าหากเราหนึ่งๆ ไม่มีการเคลื่อนไหว พอดีมันเกิดขึ้นมา เราก็เลยไปรู้กับ ความคิด มันเป็นการเข้าไปอยู่ในความคิดเพราะไม่มีอะไรตั้งไว้ ดังนั้นจึงมีการฝึกหัดการ เคลื่อนไหวของร่างกาย ให้ร่างกายเคลื่อนไหวอยู่เสมอ ถ้าเรามีสติรู้เกี่ยวกับการเคลื่อนไหวของรูป กาย เมื่อใจคิดขึ้นมา เราจะเห็น เราจะรู้ เพื่อให้เกิดญาณปัญญารู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริง หลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ ได้แนะนำให้เราเคลื่อนไหวตลอดเวลา และ "รู้" การเคลื่อนไหวนั้น โดยมีกลอุบายหรือเทคนิคในการเจริญสติอย่างต่อเนื่อง ด้วยการสร้างจังหวะ ซึ่งประกอบด้วย การเดินจงกรม และการเคลื่อนไหวมือเป็นจังหวะ ดังแสดงต่อไปนี้

วิธีเจริญสติในอิริยาบถนั่ง

เมื่อเรามีเวลารว่างจะเดินจงกรมสลับกับการนั่งสร้างจังหวะก็ได้ การฝึกสติแบบนี้ที่ แรกต้องนั่งอย่างนี้, นั่งพับเพียบก็ได้, นั่ง เขยิบขาก็ได้, นั่งขัดสมาธิก็ได้ นั่งเก้าอี้ห้อยขาก็ได้

จังหวะที่ 1. เอามือวางไว้ที่ขาทั้งสองข้าง...คร่ำไว้

จังหวะที่ 2. พลิกมือขวาตะแคงขึ้น...ทำซ้ำๆ...ให้รู้สึก

จังหวะที่ 3. ยกมือขวาขึ้นครึ่งตัว...ให้รู้สึก...มันหยุดก็ให้รู้สึก

จังหวะที่ 4. เอามือขวามาที่สะดือ...ให้รู้สึก

จังหวะที่ 5. พลิกมือซ้ายตะแคงขึ้น...ให้รู้สึก

จังหวะที่ 6. ยกมือซ้ายขึ้นครึ่งตัว...ให้มีความรู้สึก

จังหวะที่ 7. เอามือซ้ายมาที่สะดือ...ให้รู้สึก

จังหวะที่ 8. เลื่อนมือขวาขึ้นที่หน้าอก...ให้รู้สึก

จังหวะที่ 9. เอามือขวาออกตรงข้าง...ให้รู้สึก

จังหวะที่ 10. ลดมือขวาลงที่ขาขวา ตะแคงไว้...ให้รู้สึก

จังหวะที่ 11. คร่ำมือขวาลงที่ขาขวา ให้มีความรู้สึกตัว

จังหวะที่ 12. เลื่อนมือซ้ายขึ้นที่หน้าอก...ให้มีความรู้สึก

จังหวะที่ 13. เอามือซ้ายออกมาตรงข้าง...ให้มีความรู้สึก

จังหวะที่ 14. ลดมือซ้ายออกที่ขาซ้าย ตะแคงไว้...ให้มีความรู้สึก

จังหวะที่ 15. คร่ำมือซ้ายลงที่ขาซ้าย...ให้รู้สึก

ทำต่อไปเรื่อยๆ...ให้รู้สึก



ภาพ 4 คู่มือการเจริญสติ

ที่มา : (การเจริญสติแบบเคลื่อนไหวตามแนวหลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ, 2550)

การเดินจงกรม

เดินจงกรม ก็หมายถึง เปลี่ยนอิริยาบถนั่นเอง ให้เข้าใจว่า เดินจงกรมเพื่ออะไร? (เพื่อ)เปลี่ยนอิริยาบถ คือนั่งนานมันเจ็บแข้งเจ็บขา บัดนี้ เดินหลาย (เดินมาก) มันก็เมื่อยหลัง เมื่อยเอว นั่งด้านหนึ่ง เขาเรียกว่า เปลี่ยนอิริยาบถ เปลี่ยนให้เท่าๆกัน นั่งบ้าง นอนบ้าง ยืนบ้าง เดินบ้าง อิริยาบถทั้ง ๔ ให้เท่าๆกัน แบ่งเท่ากัน หรือไม่แบ่งเท่าๆกันก็ได้ เพราะว่าเราไม่มีนาฬิกา นี่ น้อยมากอะไร ก็พอดีพอควร เดินเหนื่อยแล้ว ก็ไปนั่งก็ได้ นั่ง เหนื่อยแล้ว ลุกเดินก็ได้ เวลาเดินจงกรม ไม่ให้แกว่งแขนเอามือกอดคอกันไว้ หรือเอามือไขว้ไว้ข้างหลังก็ได้ เดินไปเดินมาก้าวเท้าไปก้าวเท้ามา ทำความรู้สึก แต่ไม่ได้พูดว่า "ซ้ายอย่างหนอ ขว้าย่างหนอ" ไม่ต้องพูดเพียงเอาความรู้สึกเท่านั้น เดินจงกรม ก็อย่าไปเดินไวเกินไป อย่าไปเดินช้าเกินไป เดินให้พอดี เดินไปก็ให้รู้... นี่เป็นวิธีเดินจงกรม ไม่ใช่ว่าเดินจงกรม เดินทั้งวันไม่รู้สึกตัวเลย อันนั้นก็เต็มที่แล้ว เดินไปจน ตาย มันเป็นอย่างนั้น ไม่ใช่เดินอย่างนั้น เดินก้าวไป ก้าวมา "รู้" นี้ (เรียก)ว่า เดินจงกรม (หลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ, 2550)

การเจริญสติในชีวิตประจำวัน

การเจริญสตินี้ ต้องทำมากๆ ทำบ่อยๆ นั่งทำก็ได้ นอนทำก็ได้ ขึ้นรถลงเรือ ทำได้ทั้งนั้นเวลาเรานั่งรถเมย์นั่งรถยนต์ก็ตาม เราเอามือวางไว้บนขา พลิกขึ้น-คว่ำลงก็ได้ หรือเราไม่อยากจะพลิกขึ้น-คว่ำลง เราเพียงเอามือสัมผัสนิ้วอย่างนี้ก็ได้ สัมผัสอย่างนี้ ให้ความรู้สึกตื่นตัว ทำช้าๆ หรือจะกำมือ-เหยียด มืออย่างนี้ก็ได้ไปไหนมาไหน ทำเล่นๆไป ทำเพื่อความสนุก นืออย่างนี้ ทำมือเดียว อย่างทำพร้อมกันสองมือสามมือ ทำมือขวา มือซ้ายไม่ต้องทำ ทำมือซ้ายมือขวาไม่ต้องทำ "ไม่มีเวลาที่จะทำ" บางคนว่า "ทำไม่ได้ มีกิเลส" เข้าใจอย่างนั้น อันนี้ถ้าเราตั้งใจแล้ว ต้องมีเวลา มีเวลาเพราะเราหายใจได้ เราทำการทำงานอะไร ให้ความรู้สึกตัว" เช่น เราเป็นครูสอนหนังสือ เวลาเราจับดินสอเอามาเขียนหนังสือ...เรามีความรู้สึกตัว เขียนตัวหนังสือไปแล้ว...เรารู้ อันนี้เป็นการเจริญสติแบบธรรมดาๆ ศึกษาธรรมะกับธรรมชาติ เวลาเราทานอาหาร เราเอาช้อนเราไปตักเอาข้าวเข้ามาในปากเรา...เรามีความรู้สึกตัวในขณะที่เราเคี้ยวข้าว...เรา มีความรู้สึกตัว กลืนข้าวเข้าไปในท้องไปในลำคอ...เรามีความรู้สึกตัว อันนี้เป็นการเจริญสติ

สรุปวิธีปฏิบัติ

ถ้าทำจงหะให้ติดต่อกันเหมือนลูกโซ่ มีความรู้สึกอยู่ทุกขณะ ยืน เดิน นั่ง นอน คู่เหยียด เคลื่อน ไหว อย่าง ที่พระพุทธเจ้าท่านสอนนั้นแต่เราทำมาเป็นจงหะ พลิกมือขึ้น คว่ำมือลง ยกมือไป เอามือมา ก้ม เงย เอียงซ้าย เอียงขวา กระพริบตา อ้า ปาก หายใจเข้า หายใจออก รู้สึกอยู่ทุกขณะ จิตใจมันนิ่งมันคิด รู้สึกอยู่ทุกขณะอันนี้แหละวิธีปฏิบัติ คือให้รู้ตัว ไม่ให้มันนิ่งๆ ไม่ให้มันสงบ คือให้มันรับรู้รับรองว่าถ้าทำจริง ในระยะ ๓ ปี อย่างนาน ทำให้ติดต่อกันจริงๆ นะ อย่างกลาง ๑ ปี อย่างเร็วที่ สุดนับแต่ ๑ ถึง ๙๐ วัน อาณิสสสีไม่ต้องพูดถึงเลย ความทุกข์จะลดน้อยไปจริงๆ ทุกข์จะไม่มารบกวนเรา ด้วยเหตุนี้จึงอาจกล่าวได้ว่า ความสุขที่แท้จริงนั้นจะหาได้จากใจของเราเอง และผู้ที่จะได้รับความสุขชนิดนี้ได้นั้น ก็จะต้องฝึกจิตของตนตามหลักของการฝึกปฏิบัติสมาธิการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการหลังจากการฝึกสมาธิ การเปลี่ยนแปลงของบุคคลหลังจากที่ได้ฝึกสมาธิแล้ว มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางกาย ซึ่งได้แก่บุคลิกภาพภายนอก สุขภาพอนามัย และการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ ซึ่งได้แก่ ความสงบ เย็น เป็นต้น (หลวงพ่อกุศล จิตตสุโก, 2550)

พุทธวิธีและแนวทางการปฏิบัติตามแนวทางของหลวงพ่อกุศล จิตตสุโก

วิปัสสนาที่พระพุทธเจ้าทรงสอนเอาไว้ว่าให้เจริญสติปฏิฐานสี่นั้นก็คือให้มีสติ ธรรมที่มีอุปการะมากท่านก็บอกไว้แล้วว่า มี 2 อย่าง คือ สติ สัมปชัญญะ (1) สติ ความระลึกได้ ก่อนทำอะไร คิดอะไร ก็ให้เรามีสติ (2) สัมปชัญญะ ความรู้ตัว ขณะที่ทำอะไรคิดอะไรก็ให้รู้ตัวหัวพร้อมอยู่เสมอ สติสัมปชัญญะเมื่อพูดเป็นภาษาบ้านเราก็คือ ให้ "รู้สึกตัวตื่นตัว-รู้สึกใจตื่นใจ" อยู่เสมอนั่นเอง หลวงพ่อกุศล จิตตสุโก (2546, หน้า 65)

5. การควบคุมอารมณ์

5.1 ความหมายของอารมณ์และการควบคุมอารมณ์

มีนักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายของอารมณ์ไว้ดังนี้

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 (2546, หน้า 1367) ได้ให้ความหมายของ อารมณ์ไว้ว่า อารมณ์ หมายถึง สิ่งที่ยึดหน่วงจิตใจโดยผ่านทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และ ใจ เช่น รูปเป็นอารมณ์ของตา เสียงเป็นอารมณ์ของหู ความรู้สึกทางใจที่เปลี่ยนแปลงไปตามสิ่งเร้า เช่น อารมณ์รัก อารมณ์โกรธ อารมณ์ดี อารมณ์ร้าย

เรียม ศรีทอง (2542, หน้า 96) ได้กล่าวว่า ความหมายของอารมณ์ไว้ว่า อารมณ์เป็นรูปแบบของการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจที่แสดงการตื่นตัวทางร่างกาย ความรู้สึก กระบวนการรู้คิดและปฏิกิริยาของร่างกายที่ตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆ

สุชา จันท์ธอม (2544, หน้า 123) ได้กล่าวไว้ว่า อารมณ์ หมายถึง สภาพที่ถูกรบกวนทางจิตใจ เป็นภาวะที่แตกแยกฟุ้งซ่าน คือตามธรรมชาติแล้ว ถ้าเราไม่มีอารมณ์ สภาพจิตใจและร่างกายจะทำงานเป็นปกติ เรียกว่า อยู่ในสภาพสมดุล หรือเป็น Integrated Activity แต่เมื่อมีสิ่งเข้ามาช่วยยุบปลุกปั่นให้เราเกิดอารมณ์ขึ้น ภาวะที่ร่างกายและจิตใจถูกกระตุ้นนี้ จะทำให้เราเกิดอารมณ์ สภาพของจิตใจและร่างกายจะทำงานไม่ปกติราบเรียบ หรือเป็น Disintegrated Activity

เทพ สงวนกิตติพันธ์ (2550) อารมณ์ หมายถึง สภาวะความหวั่นไหวของร่างกาย เป็นความรู้สึกรุนแรงที่ทำให้จิตใจปั่นป่วนและแสดงพฤติกรรมออกมาไม่เป็นไปตามปกติ พฤติกรรมที่แสดงออกมามีรุนแรงกว่าธรรมดาและมักควบคุมไปกับการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อ อารมณ์มีผลต่อการรับรู้สิ่งต่างๆ รอบตัว เพราะอารมณ์สัมพันธ์กับความคิด เมื่อคนเรามีการรับรู้จะแปลความหมายไปตามความคิดและประสบการณ์เดิม การเกิดอารมณ์มีทั้งผลดีและผลเสีย

กล่าวโดยสรุป อารมณ์หมายถึง สภาวะความหวั่นไหวของร่างกาย เป็นความรู้สึกที่รุนแรง การเกิดการเคลื่อนไหวหรือภาวะที่ตื่นเต้น ทำให้จิตใจปั่นป่วน และแสดงพฤติกรรมออกมาไม่เป็นไปตามปกติ พฤติกรรมที่แสดงออกมามีรุนแรงกว่าธรรมดา และมักควบคุมไปกับการเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อ

การควบคุมอารมณ์

เทพ สงวนกิตติพันธ์ (2550) การควบคุมอารมณ์ (Emotional Control) อารมณ์ หมายถึง การแสดงออกของภาวะจิตใจที่ได้รับการกระทบหรือกระตุ้นให้เกิดมีการแสดงออกต่อสิ่งที่มากระตุ้น อารมณ์สามารถจำแนกออกได้ 2 ประเภทใหญ่ คือ

1. อารมณ์สุข คือ อารมณ์ที่เกิดขึ้นจากความสบายใจ หรือ ได้รับความสมหวัง
2. อารมณ์ทุกข์ คือ อารมณ์ที่เกิดขึ้นจากความไม่สบายใจ หรือ ได้รับความไม่สมหวังผลแห่งอารมณ์ ไม่ว่าจะอารมณ์สุข หรือ อารมณ์ทุกข์ จะทำให้ร่างกายเปลี่ยนแปลงไปจากปกติและจะมีการแสดงออกของพฤติกรรมและความรู้สึกตามอารมณ์ที่เกิดขึ้น

การควบคุมอารมณ์ หมายถึง พยายามระงับความรุนแรงของอารมณ์ให้อยู่ในระดับพอเหมาะพอควร เนื่องจากการเกิดอารมณ์ทำให้เกิดผลเสียได้หลายอย่าง ทั้งนี้เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดกระทบกระเทือนต่อบุคลิกภาพและการสมาคมกับผู้อื่น การควบคุมอารมณ์เป็นสิ่งที่จำเป็นและมีความสำคัญต่อคนเราเป็นอย่างมาก เนื่องจากเราต้องอยู่ร่วมกับผู้อื่น ต้องคบค้าสมาคมกับผู้อื่น เป็นสมาชิกของสังคม เราจึงต้องประพฤติปฏิบัติตามระเบียบแบบแผนและประเพณีนิยมของสังคม ไม่ปล่อยให้อารมณ์มีอำนาจเหนือ และทำให้เราประพฤติผิดระเบียบแบบแผนอันดีงามของสังคม

สุชา จันทรเอน (2544, หน้า 130 - 131) ได้กล่าวถึงการควบคุมอารมณ์อาจทำได้โดยสรุปดังนี้

1. ฝึกให้รู้จักระงับอารมณ์ที่รุนแรง โดยยึดหลักของความอดทนเป็นที่ตั้ง พยายามแสดงอารมณ์ให้พอเหมาะพอควรตามกาลเทศะจนติดเป็นนิสัย
 2. พยายามหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่จะก่อให้เกิดความตึงเครียดให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้
 3. เมื่อมีเรื่องที่ทำให้เกิดความไม่สบายใจหรือไม่พอใจ จงระบายอารมณ์ออกโดยเล่าให้ผู้ที่ไว้ใจฟัง จะช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดทางอารมณ์ลงได้
 4. สร้างอารมณ์ที่พึงปรารถนาให้เกิดมีขึ้น และตั้งใจที่จะสร้างอารมณ์ดีให้หมดจดไป เช่น ใช้เวลาว่างสำหรับทำงานอดิเรก เล่นดนตรี กีฬา และกิจกรรม อื่นๆ ที่ตนชอบ
- การควบคุมอารมณ์และการจัดการอารมณ์**

เทพ สงวนกิตติพันธ์ (2550) กล่าวถึงการควบคุมอารมณ์ไว้ว่าในวัน ๆ หนึ่ง เราไม่สามารถล่วงรู้ได้ว่าเราจะได้เจอกับอารมณ์ที่เข้ามาให้เรารับรู้อย่างไรบ้าง แล้วเราก็ไม่รู้ว่าเมื่อสิ่งนั้นๆ เข้ามาให้เรารับรู้แล้ว เราจะมีอารมณ์และความนึกคิด ที่จะแสดงพฤติกรรมโต้ตอบออกไปอย่างไร ฉะนั้นเมื่อเราไม่สามารถล่วงรู้สถานการณ์ได้ เราก็ควรหมั่นฝึกให้มีสติ คือระลึกอยู่เสมออย่าประมาทในการดำเนินชีวิต เมื่อมีอะไรเข้ามากระทบทำให้เราเกิดความคิดและอารมณ์ที่ไม่ดี ก็ควรจะใช้สติในการขบคิดพิจารณา เพื่อให้เราเท่าทัน และไม่ต้องตกเป็นทาสของอารมณ์นั้น โดยการกำหนดอารมณ์และความรู้สึกของเราไม่ให้ส่งผลไปถึงการแสดงออกในทางที่ไม่เหมาะสมไม่ควร วิธีควบคุมอารมณ์ของเราอาจทำได้หลายวิธี ได้แก่

1. ให้มีสติอยู่เสมอเพื่อควบคุมอารมณ์ที่รุนแรงให้คลายลง เช่น อารมณ์วิตก

กังวล อารมณ์โกรธ อิจฉาริษยา การใช้อารมณ์ของคน หากใช้เพียงเล็กน้อยแล้วพยายามควบคุมมันให้ได้โดยใช้ "สติ" หรือหลักธรรมะเข้ามาช่วยในการเผชิญกับเหตุการณ์หรือปัญหาต่าง ๆ ก็จะทำให้เหตุการณ์หรือปัญหาต่าง ๆ นั้นเป็นไปในทางที่ดีขึ้นได้ ในทางตรงกันข้ามหากผู้ใดใช้อารมณ์มากหรือรุนแรงเกินไป ก็อาจจะทำให้เหตุการณ์หรือปัญหาต่าง ๆ ที่เผชิญอยู่กลับเลวร้ายลงไปได้เช่นกัน

2. ใช้คำพูดแสดงความรู้สึกแทนการกระทำ (เทคนิคการแสดงออกที่เหมาะสม) เช่น โกรธเพื่อนที่ผิดนัดไม่ควรแสดงออกโดยการตำหนิตัวแต่ควรใช้คำพูดแทนว่า "ฉันโกรธมากที่เธอผิดนัดเมื่อวาน" หรือ ถูกเพื่อนตำหนิบางเรื่องที่ทำให้โกรธ ก็ไม่ควรแสดงออกโดยการทะเลาะกับเพื่อน แต่ควรใช้คำพูดแทนว่า "คำพูดของเธอทำให้ฉันรู้สึกโกรธมากและมันจะทำให้ลายความเป็นเพื่อนของเราด้วย" เป็นต้น

3. ให้อึดเวลาออกไปก่อนที่จะตัดสินใจทำอะไรลงไปหรือพยายามหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดอารมณ์รุนแรงหรืออารมณ์เสียบางคนอาจใช้วิธีการนับหนึ่งถึงสิบ หรือถึงร้อยในใจเพื่ออึดเวลาให้อารมณ์ที่รุนแรงลดลง จะช่วยให้การแสดงออกที่รุนแรงลดลงไปได้หรืออาจจะใช้วิธีออกจากเหตุการณ์ตรงนั้นไปก่อนรอให้อารมณ์ลดความรุนแรงลงแล้วจึงกลับมาเผชิญเหตุการณ์นั้นอีกครั้งก็จะทำให้เรามีสติมากขึ้นในการตัดสินใจกระทำสิ่งต่าง ๆ ลงไป

4. ใช้การขมใจ การให้อภัยและมองโลกในแง่ดี ให้คิดถึงผลที่จะเกิดขึ้นถ้าเราแสดงอะไรออกไปด้วยอารมณ์ที่รุนแรง รู้จักให้อภัยและพยายามฝึกมองสิ่งที่เกิดขึ้นต่าง ๆ ในด้านดีเสมอถ้าทำได้ จะทำให้เรามีอารมณ์ที่เป็นสุขมากยิ่งขึ้นหรือถ้าขมใจไม่อยู่จริง ๆ ก็อาจใช้วิธีระบายออกโดยการเลี้ยงไปแสดงออกกับสิ่งอื่น ๆ แทนก็ได้เช่นเขียนระบายอารมณ์ ในกระดาษแอบร่องให้ปลดปล่อยอารมณ์หรือต่อยติกระสอบทราย(อาจใช้ตุ๊กตาแทน) แต่อย่าให้กลายเป็นการทำร้ายตนเองหรือผู้อื่น

5. เมื่อมีเรื่องทุกข์ใจหรือเครียดควรปรึกษาเพื่อนสนิทที่ไว้ใจได้หรือผู้ใหญ่ที่เราให้ความเคารพนับถือ การที่คนเรามีความทุกข์หรือความเครียดแล้วเก็บกดไว้ในใจตนเองอยู่เสมอ เปรียบเสมือนลูกโป่งที่ถูกอัดอากาศเข้าไปเรื่อย ๆ หากไม่มีการปลดปล่อยลมออกมาเสียบ้าง ไม่นานลูกโป่งก็จะแตก เช่นเดียวกันหากคนเรามีแต่ความทุกข์เก็บสะสมไว้มากเกินไปสักวันหนึ่งก็อาจจะกลายเป็นโรคประสาท หรือโรคจิตต่อไปได้ จึงควรปลดปล่อยความทุกข์ที่มีอยู่ออกไปเสียบ้างคนที่ควบคุมอารมณ์ให้เป็นปกติได้เร็วจะช่วยให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขยิ่งขึ้นและจะส่งผลให้ทุกคนที่อยู่รอบตัวมีความสุขไปด้วย

5.2 องค์ประกอบของอารมณ์

อารมณ์จะประกอบไปด้วยองค์ประกอบ 3 ประการ คือ

1. องค์ประกอบด้านสรีระ (Physiological dimension) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ทางร่างกายที่จะต้องเกิดขึ้นควบคู่กับปฏิกิริยาทางอารมณ์ เช่น หัวใจเต้นเร็ว เหงื่อออกตามร่างกาย หรือ โบทหน้าร้อนผ่าว เป็นต้น อารมณ์ที่ก่อให้เกิดการ

เปลี่ยนแปลงทางสรีระได้มากที่สุดคือ อารมณ์กลัว และ อารมณ์โกรธ อารมณ์กลัวจะก่อให้เกิดการหลั่งของฮอร์โมน แอดรีนาลีนจากต่อมแอดรีนัล (Adrenal gland) ส่วนอารมณ์โกรธ จะก่อให้เกิดการหลั่งของฮอร์โมน นอร์แอดรีนาลีน (Noradrenalin)

2. องค์ประกอบทางด้านการนึกคิด (Cognitive dimension) หมายถึง การมีปฏิริยาตามจิตใจที่เกิดขึ้นต่อสถานการณ์ที่กำลังเป็นอยู่และเกิดเป็นอารมณ์ขึ้นมา เช่น ชอบ - ไม่ชอบ หรือ ถูกใจ- ไม่ถูกใจ เป็นต้น

3. องค์ประกอบทางด้านการมีประสบการณ์ (Experiential dimension) หมายถึง การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของแต่ละบุคคลซึ่งจะมีความแตกต่างกันไปอารมณ์เป็นสิ่งที่เราไม่สามารถสัมผัสและสังเกตเห็นได้อย่างชัดเจน แต่เราสามารถรู้สึกถึงสภาวะทางอารมณ์ของบุคคลที่แวดล้อมเราอยู่ได้ เช่น อาจสังเกตได้จากพฤติกรรมที่มีได้แสดงออกเป็นภาษาหรือคำพูด (Nonverbal language) เช่น การแสดงออกทางสีหน้า ท่าทาง แต่อาจเกิดความสับสนในการตีความหมายได้ เพราะสังคมแต่ละแห่งอาจมีการแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมือนกัน เช่น การแลบลิ้นให้ บางกลุ่มคนจะถือว่าเป็นการท้าทาย แต่ในสังคมจีน ถือว่าเป็นการแสดงอารมณ์แปลกใจ หรือประหลาดใจ เป็นต้น อารมณ์ของมนุษย์จะเริ่มมีขึ้นนับตั้งแต่เกิด ซึ่งนักจิตวิทยาพบว่าอารมณ์แรกของมนุษย์นั้นคือ อารมณ์ตื่นเต้น ทารกอายุ 3 เดือน จะมีเพียงอารมณ์เศร้า และอารมณ์ดีใจ ส่วนอารมณ์ที่มีความสลับซับซ้อนจะปรากฏมากขึ้นตามวุฒิภาวะ อารมณ์ก้าวร้าวและรุนแรงเป็นผลมาจากการที่บุคคลเกิดความคับข้องใจหรือความรู้สึกว่าตนถูกกดขี่อยู่ตลอดเวลา ดังนั้นมนุษย์ทุกคนจึงต้องเรียนรู้วิธีการควบคุมอารมณ์ของตนให้ถูกต้องตามกฎเกณฑ์ที่สังคมแต่ละแห่งได้กำหนดไว้ ก็จะทำให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุขยิ่งขึ้น (เทพ สงวนกิตติพันธ์ ,2550)

5.3 บทบาทของอารมณ์ต่อพฤติกรรม

จากการศึกษาพบว่า มีความสัมพันธ์ของการตื่นตัวกับการปฏิบัติหน้าที่การทำงาน โดยจะมีการตื่นตัวเพิ่มขึ้น ลักษณะงานที่ง่ายไปถึงงานที่ซับซ้อนและการตื่นตัวต่ำจะให้ผลดีที่สุด

นอกจากนั้นยังพบว่า อารมณ์มีผลต่อพฤติกรรมทางสังคม พบว่าเมื่อแต่ละคนมีความรู้สึกที่ดี จะมีพฤติกรรมช่วยเหลือกันการสื่อสารทางสังคมเกิดขึ้น อารมณ์ยังมีผลต่อการรู้จัก ทำให้รับรู้ผู้อื่นส่งผลต่อการเรียนรู้ การจำ การตัดสินใจทางสังคม และการคิดสร้างสรรค์ ปฏิริยาทางอารมณ์มีบทบาทสำคัญต่อการเรียนรู้ชีวิต เรียม ศรีทอง (2542, หน้า 99)

ทฤษฎีอารมณ์ในปัจจุบันจะให้ความสำคัญกับเรื่องของการคิดหรือความเข้าใจมากขึ้นนักจิตวิทยาในกลุ่มนี้จะให้ความสำคัญกับการแปลความหมายสถานการณ์ต่างๆ ของบุคคล และกล่าวว่าแนวคิดเช่นนี้ไม่ใช่ความคิดใหม่ เช็คสเปียร์ (Shakespeare) เขียนไว้ในหนังสือเรื่องแฮมเลต (Hamlet) ว่า"ไม่มีสิ่งใดดีหรือเลว มีแต่ความคิดเท่านั้นที่ทำให้เป็นไป" ความคิดความเข้าใจจะมีผลทำให้เกิดอารมณ์

ทฤษฎีของความคิดความเข้าใจเน้นความสำคัญของการคิด โดยมีสมมติฐานว่าการเกิดอารมณ์ขึ้นอยู่กับ การแปลความหมายสถานการณ์ที่เราพบด้วยตัวเราแซคเตอร์ (Stanley Schachter) มีทัศนะว่าการเกิดอารมณ์มีองค์ประกอบที่สำคัญ 2 ประการ คือ ความตื่นตัวของร่างกายและการอ้างสาเหตุของการตื่นตัว และได้ทำการวิจัยที่เป็นจุดเริ่มต้นของทฤษฎีการทำให้เกิดความคิดความเข้าใจ (Cognitive Labeling Theory) หรือเรียกว่า ทฤษฎีสององค์ประกอบ (The Two-Factor Theory of Emotion) (Sdorow, 1998 pp.429 - 430)

แซคเตอร์และซิงเกอร์ (Huffman, Vernoy & Williams, 1987 pp.450 - 451) อธิบายว่า ความตื่นตัวของร่างกายจะมีลักษณะที่สับสน ไม่แยกแยะ แต่จะมีการแปลความหมายและตัดสินว่ามีอะไรเกิดขึ้น เช่น ถ้าเราร้องไห้ในงานแต่งงาน เราแปลความหมายของอารมณ์ว่าเป็นความยินดี ความสุข แต่ถ้าเราร้องไห้ในงานศพ เราแปลความหมายของอารมณ์ว่าเป็นความเศร้า

แซคเตอร์และซิงเกอร์ ทดลองกับกลุ่มนักศึกษาชายที่อาสาสมัคร โดยการฉีดฮอร์โมนเอพิเนฟริน (Epinephrine) ให้และบอกว่าเป็นไวตามินพิเศษ (Vitamin Suproxin) จากนั้นแบ่งกลุ่มทดลองออกเป็น 3 กลุ่ม ดังนี้

กลุ่มที่ 1 ได้รับการบอกเล่าถึงผลที่จะเกิดขึ้นจากการฉีดฮอร์โมนเอพิเนฟรินว่าจะเกิดอาการมือสั่น ตื่นเต้น หัวใจเต้นเร็ว

กลุ่มที่ 2 ได้รับข้อมูลที่ผิดจากความเป็นจริงว่าจะเกิดอาการคัน หมดแรงปวดศีรษะ

กลุ่มที่ 3 ไม่ได้รับข้อมูลเรื่องของการฉีดฮอร์โมนเอพิเนฟริน

เมื่อฉีดยาและได้รับข้อมูลแล้วให้แต่ละกลุ่มไปอยู่ในห้องที่มีผู้สมรู้ที่ทำตนเป็นผู้ถูกทดลองโดยแยกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มแรก ผู้สมรู้และแสดงความสุข ความร่าเริง ด้วยการปาเครื่องบินที่พันด้วยกระดาษไปรอบ ๆ ห้อง ปาลงตะกร้า กลุ่มที่สอง ผู้สมรู้ทำแบบทดลองและบ่นเรื่องแบบทดสอบพร้อมทั้งแสดงความไม่พอใจกับการทดลอง

ผลการทดลองพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับข้อมูลที่ผิด ไม่มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องและกลุ่มที่ไม่ได้รับข้อมูล มีแนวโน้มว่า ผู้ที่พบกับผู้สมรู้ที่มีความสุข จะรู้สึกเป็นสุข ผู้ที่พบกับผู้สมรู้ที่ไม่มีความสุขจะรู้สึกไม่เป็นสุข ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับข้อมูลที่ถูกต้องว่าสภาวะตื่นตัวของตนเป็นผลมาจากการฉีดฮอร์โมนเอพิเนฟริน การเห็นพฤติกรรมของผู้สมรู้จะไม่มีอิทธิพลต่ออารมณ์ เมธาวิ อุดมธรรมานุกภาพ (2544, หน้า 109)

5.4 เทคนิคการควบคุมอารมณ์ (Self - control)

เทคนิคที่คนเรานำมาใช้ในการควบคุมตนเองไว้หลายวิธีดังนี้

1. ใช้วิธีการยับยั้งทางร่างกาย เช่น การกัดริมฝีปากตนเองเพื่อไม่ให้หัวเราะหรือปิดตาตนเองเพื่อไม่ให้เห็นบางสิ่งบางอย่างที่ไม่ต้องการจะเห็นเป็นต้น การกระทำได้ดังกล่าวทำให้บุคคลสามารถหลีกเลี่ยงจากผลกระทบที่ไม่พึงพอใจได้

2. เปลี่ยนเงื่อนไขสิ่งเร้าหรือสัญญาณต่างๆ ที่ควบคุมพฤติกรรมที่ต้องการจะหลีกเลี่ยง เช่น การเลือกสถานที่ตากอากาศ เพื่อที่จะหนีสัญญาณต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการทำงาน จดรายการนัดหรือจดวันที่สำคัญในปฏิทิน จะเป็นสิ่งเร้า ให้แสดงพฤติกรรมบางอย่างในเวลาต่อมา อันเป็นผลทำให้สามารถหลีกเลี่ยงจากสภาพการณ์ที่ไม่พึงพอใจ อันอาจจะเกิดขึ้นได้จากการลืมที่จะแสดงพฤติกรรมบางอย่างนั้น ในเวลาดังกล่าว ดังนั้น การเปลี่ยนเงื่อนไขสิ่งเร้าหรือสัญญาณต่างๆ จะช่วยให้คนเราแสดงพฤติกรรมที่พึงปรารถนาได้

3. ยุติการกระทำบางอย่าง เช่น การที่คนเรางดรับประทานอาหารกลางวัน เพื่อที่จะได้รับประทานอาหารเย็นที่แสนจะอร่อยมากขึ้น หรืองดอาหารก่อนการเล่นกีฬาเพื่อให้เล่นกีฬาได้มาก เป็นต้น

4. เปลี่ยนแปลงการสนองตอบทางอารมณ์ บางครั้งเราอาจพบว่าการแสดงพฤติกรรมตามอารมณ์ที่เกิดกับตนเองนั้น อาจนำไปสู่ผลกรรมที่ไม่พึงพอใจได้ จึงต้องเปลี่ยนแปลงการสนองตอบทางอารมณ์เสียใหม่ โดยการแสดงพฤติกรรมที่ขัดกันกับพฤติกรรมที่เคยแสดงออกเมื่อมีอารมณ์ดังกล่าวนั้น เช่น การเห็นหัวหน้างานของตนเดินตกบันได แล้วรู้สึกขบขันจนถึงขั้นหัวเราะออกมา แต่ก็รู้ว่าถ้าหัวเราะออกมาอาจจะถูกหัวหน้างานลงโทษได้ ดังนั้น จึงต้องเปลี่ยนแปลงการสนองตอบใหม่โดยการเอาพินกัตุลินของตัวเอง หรือหยิกขาตนเอง เป็นต้น

5. ใช้เหตุการณ์ที่ไม่พึงพอใจไปควบคุมพฤติกรรมของตนเอง เช่น การตั้งนาฬิกาปลุกโดยมีเสียงนาฬิกาปลุกจะเป็นเหตุการณ์ที่ไม่พึงพอใจ ทั้งนี้เพื่อที่จะทำให้สามารถไปทำงานได้ตรงเวลา

6. ใช้น้ำ แอลกอฮอล์ หรือสิ่งกระตุ้นต่างๆ เพื่อควบคุมพฤติกรรมของตนเอง เช่น ดื่มสุราเพื่อให้ลืมความทุกข์ หรือดื่มกาแฟ เพื่อจะได้ไม่เกิดอาการง่วงนอนในขณะที่อ่านหนังสือหรือขีดรด เป็นต้น

7. ให้การเสริมแรงหรือการลงโทษตนเอง บุคคลอาจจะสัญญากับตนเองว่า ถ้าอ่านหนังสือจิตวิทยาจบแล้วจะได้ดูโทรทัศน์ หรือถ้าทำคะแนนสอบไม่ได้ดี ก็อาจจะลงโทษตนเองโดยการไม่ดูภาพยนตร์เป็นเวลา 1 เดือน เป็นต้น

8. ทำสิ่งอื่นแทนสิ่งที่กำลังทำอยู่ โดยที่บุคคลจะเปลี่ยนไปแสดงพฤติกรรมอื่นแทนที่จะแสดงพฤติกรรมที่จะนำตนเองไปสู่การได้รับผลกรรมที่ไม่พึงพอใจ เช่น การเปลี่ยนหัวข้อการสนทนาเพื่อหลีกเลี่ยงการโต้เถียง เป็นต้น สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต (2541, หน้า 328)

หลวงพ่อกุศล จิตตสุโก และเทคนิคการควบคุมอารมณ์

หลวงพ่อกุศลกล่าวถึงวิปัสสนากรรมฐานว่า เป็นอุบายให้เกิดปัญญา ดังนั้น ความว่า "วิปัสสนาแปลว่าความรู้แจ้ง ความเห็นจริง เห็นอะไร เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เมื่อเห็นแจ้งจริงแล้ว มันก็ต่างจากเก่าส่วนการทำ การพูด การคิด เดิมเมื่อเราไม่เห็นแจ้ง ยังไม่รู้จริง การทำการพูด การคิด ก็อย่างเก่า จัดเป็นวิปัสสนาไม่ได้ต่อเมื่อเรามีความรู้สึกต่าง

จากเดิม ความโลภ ความโกรธ ความหลง ลดลง จึงจะเป็นวิปัสสนา"การปฏิบัติวิปัสสนาแนว หลวงพ่อเทียน ก็คือการทำหนดสติตามการเคลื่อนไหวของร่างกายนั่นเอง ดังท่านกล่าวไว้ตอน หนึ่งว่า " หลวงพ่อทำการเคลื่อนไหว ยกมือ ยกเท้า ให้รู้สึกตัวกัมมeyer ให้รู้สึกตัว... หายใจก็ รู้ จิตใจมั่นนึกมันคิดก็รู้ รู้อันนี้ความรู้อันนี้มากขึ้น มากขึ้น มันเกิดญาณปัญญา อันนี้ เป็น วิปัสสนาตรงนี้.."หลวงพ่อยกอธิบายเปรียบวิปัสสนาว่า คล้ายกับรถแทรกเตอร์ไถถนน เมื่อ กำจัดคันไม้ก็จะกำจัดใบทั้งรากทั้งโคน ทั้งนี้เพราะวิปัสสนาทำให้เกิดปัญญา และปัญญาทำให้เกิดการจางหายคลายลงกิเลสอันเองและใช้สติในการกำหนดรู้อารมณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ พรพิศ ศิริวิสูตร (2545, หน้า 102) กล่าวว่า สติที่พัฒนาแล้วหรือประโยชน์ของผู้ฝึกสติด้วยการ เจริญสติปัญญาอยู่เนื่องๆ คือ ทำให้มีสติควบคุมจิตของตนได้ดี ไม่คิด พุด หรือทำในกิจอันเกิดความเสียหายต่อตนหรือผู้อื่น เช่น ไม่ตกอยู่ในอารมณ์ชั่ววูบ เป็นต้น สามารถควบคุมตนให้ มั่นคงในวิถีชีวิตที่ดีและประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต และสติป้องกันไม่ให้สิ่งเหล่านี้เข้ามา ทำวุ่นทวนจิตใจให้เศร้าหมองได้

กล่าวโดยสรุปการควบคุมอารมณ์ หมายถึง การพยายามระงับความรุนแรงของ อารมณ์ให้อยู่ในระดับพอเหมาะพอควร เนื่องจากการเกิดอารมณ์ทำให้เกิดผลเสียได้หลายอย่าง ทั้งนี้เพื่อป้องกันไม่ให้กระทบกระเทือนต่อบุคลิกภาพและการสมาคมกับผู้อื่น โดยการใช้สติมา เป็นเทคนิคที่สำคัญในการควบคุมอารมณ์และงานวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้นำเทคนิคและแนวทางการ ปฏิบัติการเจริญสติตามแนวหลวงพ่อยก จิตตสุโก มาใช้ในการควบคุมอารมณ์สำหรับผู้เข้ารับการ ฝึกอบรม

6. คุณธรรมจริยธรรมสำหรับครู

มีนักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความหมายของคุณธรรมจริยธรรมไว้ดังนี้

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2542, หน้า 253) ได้ให้ความหมายของ คุณธรรมไว้ว่า สภาพคุณงามความดี

จำนงค์ อติวัฒน์สิทธิ์ (2545, หน้า 175) ได้กล่าวไว้ว่า คุณธรรมหมายถึง คุณลักษณะที่ดีงามของบุคคลเป็นพื้นฐานสำคัญยิ่งของการปฏิบัติจริยธรรม คุณธรรมเป็นเรื่อง ของจิตใจ ดังนั้น การพัฒนาคุณธรรมจึงเป็นเรื่องของการพัฒนาจิตใจของบุคคลให้มีความรัก ความปรารถนาดี มีใจกว้าง มีความอดทน มีความเสียสละ มีความคิดเห็นในเรื่องที่ถูกต้องดีงาม และมีความตั้งใจจริงที่จะงดเว้นจากการทำความชั่วและความเสื่อมเสียทุกชนิด

เพียเจต์ (Piaget, 1960, p. 1) กล่าวถึงจริยธรรมว่า "จริยธรรมเป็นลักษณะ ประสพการณ์ของมนุษย์และหน้าที่ที่เกี่ยวกับเกณฑ์ในการให้ความร่วมมือเกี่ยวกับการจัดเตรียม ทางสังคมในเรื่องความสนใจ และอนามิย์ของแต่ละบุคคล ความสัมพันธ์ร่วมกันในรูปของสิ่งที่ ควรกระทำและสิทธิ์"

คาร์เตอร์ วี กู๊ด (Carter V. Good, 1967, p. 411) ได้ให้ความหมายของคุณธรรมไว้

2 ลักษณะ คือ 1) คุณธรรม คือ ความดีงามของลักษณะนิสัย หรือพฤติกรรมที่ได้กระทำจนเคยชิน 2) คุณธรรม คือคุณภาพที่บุคคลได้ กระทำตามความคิดมาตรฐานของสังคม ซึ่งเกี่ยวกับความประพฤติและศีลธรรม

จากความหมายของจริยธรรมที่กล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า จริยธรรม คือแนวทาง หรือกฎเกณฑ์ในการประพฤติปฏิบัติที่ถูกต้อง เป็นลักษณะที่สังคมต้องการรวมทั้งเป็นศีลธรรมของศาสนา ที่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ผู้อื่น และสังคม

6.1 องค์ประกอบของคุณธรรมและจริยธรรม

องค์ประกอบของคุณธรรม ตามแนวคิดความหมาย องค์ประกอบของคุณธรรมตามหลักจิตวิทยาประกอบด้วย 1) ความรู้เชิงจริยธรรม หมายถึง การมีความรู้เกี่ยวกับ กฎเกณฑ์ทางสังคม หลักธรรมคำสอนของศาสนา และค่านิยมเพื่อที่จะยึดถือว่า การกระทำชนิดใดควรกระทำและการกระทำชนิดใดควรงดเว้น ความรู้เชิงจริยธรรมนี้ จะขึ้นอยู่กับอายุ ระดับการศึกษา และพัฒนาการทางสติปัญญาของตนด้วย 2) ทักษะคิดเชิงจริยธรรม ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อเหตุการณ์ สถานการณ์ต่าง ๆ ที่ประสบอยู่ว่าชอบหรือไม่ชอบลักษณะนั้นๆ ทักษะคิดกับความรู้เชิงจริยธรรมเข้าไปด้วย 3) เหตุผลเชิงคุณธรรม และจริยธรรม หมายถึง ความคิดเบื้องหลังในการตัดสินใจกระทำ หรือไม่กระทำอย่างใดอย่างหนึ่ง ในสถานการณ์ที่ประสบอยู่ซึ่งการที่บุคคลตัดสินใจกระทำอย่างเดียวกัน อาจมีเหตุผลในระดับที่แตกต่างกันได้ 4) พฤติกรรมเชิง จริยธรรม การแสดงออกของบุคคลในสถานการณ์ต่างๆซึ่งจะบอกได้ว่า พฤติกรรมนั้นถูกต้องเหมาะสมหรือไม่ฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ทางศีลธรรมของสังคมหรือไม่

องค์ประกอบของจริยธรรม ในการศึกษาจริยธรรมของบุคคลและสังคม ได้จัดแบ่งจริยธรรม ว่าประกอบด้วยสิ่งสำคัญ 3 ประการ คือ 1) ส่วนประกอบทางด้านความรู้ (Moral Reasoning) คือความเข้าใจในเหตุผลของความถูกต้องดีงาม สามารถตัดสินใจแยกความถูกต้องออกจากความไม่ถูกต้องได้ด้วยความคิด 2) ส่วนประกอบทางด้านความรู้สึก (Moral Attitude and Belief) คือ ความพึงพอใจศรัทธา เลื่อมใส เกิดความนิยมยินดีที่จะรับนำจริยธรรมมาเป็นแนวประพฤติปฏิบัติ 3) ส่วนประกอบทางด้านพฤติกรรมการแสดงออก (Moral Conduct) คือพฤติกรรม การกระทำที่บุคคลตัดสินใจจะกระทำถูกหรือผิดในสถานการณ์แวดล้อมต่างๆ (กรมวิชาการ, 2523, หน้า 3)

6.2 การพัฒนาคุณธรรม

การพัฒนาคุณธรรมเป็นการพัฒนามนุษย์ปวงชนให้สำนึกในดวงจิตและยึดมั่นในด้านความจริง (truth) ด้านความดี (goodness) และด้านความงาม (beauty) เพื่อเป็นหลักยึดถือในการดำเนินชีวิตทั้งส่วนตัว และการศึกษาหรือการประกอบหน้าที่การงานของตน

1. หลักความจริง เป็นไปตามหลักปรัชญาทฤษฎีแห่งความรู้(epistemology) คือ

1.1 ความจริงที่พระพุทธรูปประทาน (revealed) เช่น พระพุทธรูปประทานหลักธรรมในเรื่องกาลามสูตรว่า อย่าเชื่อตามที่ใครๆ บอกรวมทั้งครู - อาจารย์ แต่จงเชื่อด้วยตนเอง

1.2 ความจริงที่นึกออกเอง (intuitive) เช่น พระพุทธรูปตรัสรู้ อริยสัจสี่ และอาคิมิตติ นึกออกเองจากอภิมาน้ำ "ยูเรคา" เป็นต้น

1.3 ความจริงที่ได้มาโดยอาศัยเหตุผล (rational) เช่น ตำเตี้ยกว่าขาว และขาวเตี้ยกว่าเขียว ฉะนั้นความจริงคือเขียวสูงกว่าขาวและสูงกว่าดำ เป็นต้น

1.4 ความจริงที่ได้จากการทดลอง (empirical) เช่น ทดลองว่าน้ำประกอบด้วย ไฮโดรเจนและออกซิเจน เป็นต้น

2. หลักความดี เป็นไปตามหลักปรัชญา ทฤษฎีว่าด้วยคุณค่า (axiology value) ในเรื่องจริยศาสตร์ (ethics) ซึ่งกำหนดเกณฑ์ในการวัดความดีในพฤติกรรมของมนุษย์ ดังนี้

2.1 พฤติกรรมตามจารีตประเพณีและศีลธรรม เช่น ทำบุญ ให้ทาน ให้อกภัย

2.2 พฤติกรรมตามจิตสำนึกและมโนกรรม เช่น ทำผิด กล้ารับผิด

2.3 พฤติกรรมการกระทำประโยชน์ให้มหาชนหรือสังคม เช่น ช่วยเหลือผู้ประสบอุบัติเหตุ

2.4 พฤติกรรมการปฏิบัติตามหน้าที่ เช่น ตำรวจจับผู้ละเมิดกฎหมายของบ้านเมือง

2.5 พฤติกรรมที่แสดงถึงเจตนาดี เช่น ผู้ที่เก็บของตกมีค่าได้ ก็นำส่งฝ่ายประชาสัมพันธ์ หรือเจ้าหน้าที่ตำรวจ เพื่อประกาศหาเจ้าของต่อไป

3. หลักธรรมชาติความงาม เป็นไปตามหลักปรัชญา ทฤษฎีว่าด้วยคุณค่าในเรื่องสุนทรียศาสตร์ (aesthetics) ซึ่งกำหนดเกณฑ์ในการพิจารณาความงามดังนี้

3.1 ความงาม หมายถึง สิ่งที่ทำให้ความเพลิดเพลิน

3.2 ความไพเราะ หมายถึง สิ่งที่ทำให้ความเสนาะหู

3.3 ความงาม ประกอบด้วย ความสมบูรณ์ ความได้สัดส่วนและความเหมาะสม

ดังนั้น การพัฒนาคุณธรรม ควรเน้นการกระทำหรือพฤติกรรมของมนุษย์ที่ได้รับยกย่องว่าเป็นผู้มีใจสูง จะต้องกำหนดกรอบหรือของพฤติกรรม ทั้งด้านกายกรรม วาจากรรม และมโนกรรม ให้อยู่ในกรอบของหลักความจริง หลักความดี และหลักความงาม

6.3 การพัฒนาจริยธรรม

การพัฒนาจริยธรรม เป็นการกำหนดแบบแผนของพฤติกรรมมนุษย์ในด้านความประพฤติ และการแสดงออกที่ดีงาม เช่น แสดงความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีน้ำใจและช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์เนื่องจากคุณธรรมและจริยธรรมมีความสัมพันธ์กันอย่างยิ่ง เปรียบเสมือนเหรียญ

คนละด้าน ด้านหน้าคือคุณธรรม ส่วนด้านหลังคือจริยธรรม ความคู่กันเสมอว่าคุณธรรมและจริยธรรม เมื่อพัฒนามนุษย์ให้มีคุณธรรม มนุษย์จะมีกรอบของหลักความจริง หลักความดี และหลักความงาม ต่อไปพัฒนามนุษย์ให้มีจริยธรรม มนุษย์จะแสดงพฤติกรรมอยู่ในกรอบของคุณธรรม(3 หลักข้างต้น)และพฤติกรรมดังกล่าวจะต้องนำขึ้นชมด้วย ซึ่งสอดคล้องกับความหมายของคำว่า จริยธรรม คือหมายถึงธรรมที่เป็นข้อประพฤติปฏิบัติ พฤติกรรมที่บ่งชี้ถึงการพัฒนาจริยธรรม เช่น การใฝ่สัจธรรม(ความจริง) การรักษาความซื่อสัตย์ สุจริต(ความดี) การแสดงความขยันหมั่นเพียร(ความดี) การแสดงหิริ-โอตตปปะ คือเกรงกลัวและละอายใจที่จะทำความชั่ว (ความดี) การแสดงความเมตตา-กรุณา (ความดีและความงาม) การมีสติ-สัมปชัญญะ และไม่ประมาท เป็นต้น

อย่างไรก็ตามมนุษย์อาจพัฒนาระดับจริยธรรมตามทฤษฎีของโคลเบอร์ก (Kohlberg) ซึ่งมี 6 ชั้น ได้แก่ 1) การเชื่อฟังและหลีกเลี่ยงการถูกลงโทษ 2) ชื่นชอบรางวัล 3) กระทำตามเพื่อน 4) กระทำตามหน้าที่ 5) กระทำตามสัญญา 6) กระทำตามหลักอุดมคติสากล สงวน สุทธิเลิศอรุณ (2543, หน้า 156 - 158)

6.4 คุณธรรมจริยธรรมสำหรับครู

ถือได้ว่าเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง ในทางพระพุทธศาสนายกย่องครูว่าเป็น " ปุชนียบุคคล" เป็นผู้ทำหน้าที่เช่นเดียวกับพระพุทธเจ้า เป็นผู้นำโลก เป็นผู้นำวิญญูณ หรือยกระดับวิญญูณของมนุษย์ให้สูงขึ้น เป็นกัลยาณมิตร เป็นแบบอย่างของศิษย์ เป็นพ่อแม่คนที่สองของศิษย์ ดังนั้น หลักธรรมสำหรับครูที่ควรประพฤติ

พรหมวิหาร 4 ซึ่งหมายถึง คุณธรรมประจำใจของผู้ประเสริฐ หรือผู้มีจิตใจอันกว้างขวางประดุจพระพรหม 4 อย่าง คือ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา

สังคหะวัตร 4 คือ การปฏิบัติธรรมการสังเคราะห์ หรือธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวใจคนและประสานหมู่ชนให้สามัคคี ประกอบด้วย การให้ปัน การพูดอย่างรักกัน การทำประโยชน์ให้แก่คนอื่น และความสามัคคี

อคติ 4 คือ ความลำเอียง หรือความประพฤติที่คลาดเคลื่อนจากธรรม ผู้เป็นครู อาจารย์ควรจะปราศจากอคติ 4 ประการนี้ คือ ลำเอียงเพราะความรัก ลำเอียงเพราะความชัง ลำเอียงเพราะหวงหรือเขลา ลำเอียงเพราะความกลัว

อิทธิบาท 4 คือ ธรรมให้ถึงความสำเร็จ หรือเป็นหลักธรรมที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติไปสู่ความสำเร็จ ประกอบด้วย มีใจรัก มีความพากเพียร เอาใจจดจ่อใฝ่ และใช้ปัญญาสอบสวน

ฉราวาสธรรม 4 คือ ธรรมสำหรับการครองชีวิตของคฤหัสถ์ หรือสำหรับผู้ครองเรือนของบุคคลต่างๆ ไป 4 ประการคือ มีสัจจะ มีกตณ มีความอดทน และเสียสละ

อบายมุข 6 คือ ทางแห่งความเสื่อม หรือทางแห่งความหายนะ มี 6 ประการ ซึ่งผู้เป็นครูพึงหลีกเลี่ยงทุกประการ ได้แก่ เทียวกกลางคืน ดูการละเล่น เล่นการพนัน ดิตสุราหรือของมีนเมา คบคนชั่วเป็นมิตร และเกียจคร้านในการทำงาน

โลกธรรม 8 คือ ธรรมที่ยึดเหนี่ยวบุคคลมิให้ตกเป็นทาสของโลกและชีวิต เพราะมีสติ มีธรรมะ รู้จักพิจารณา รู้จักวางตนวางใจต่อความจริงต่างๆ อันมีประจำอยู่กับโลก และชีวิตซึ่งมีอยู่ 8 ประการ คือ ได้ลาภ เสื่อมลาภ ได้ยศ เสื่อมยศ สรรเสริญ นินทา สุข และทุกข์ หิระ โอดตปปะ เป็นธรรมที่ผู้เป็นครู ควรยึดเป็นหลักประจำใจ ซึ่งจะทำให้ สังคมมีความสุข และโลกมีความสุข เพราะ หิริ แปลว่า ความละอายต่อบาป โอดตปปะ แปลว่า ความเกรงกลัวต่อบาป

สัปปุริสธรรม แปลว่า ธรรมของสัปปุริสชน คือ คนดี หรือคนที่แท้ คนที่ สมบูรณ์ หรือมนุษย์ที่สมบูรณ์ ซึ่งมีอยู่ 7 ประการ คือ รู้หลักและรู้เหตุ รู้ความมุ่งหมายและรู้จัก ผล รู้จักตน รู้จักประมาณ รู้จักกาล รู้จักชุมชน และรู้จักบุคคล (จिरะศักดิ์ สงวนชีพ, 2542, หน้า 2 - 3)

ไสว มาลาทอง (2542, หน้า 218) ได้กล่าวถึง จริยธรรมสำหรับครู - อาจารย์ มีอยู่ 7 ประการด้วยกันคือ 1) ปิโย ทำตนให้ศิษย์รัก 2) ครุ ทำตนให้เป็นที่ยำเกรง 3) ภาวนิโย ทำตนให้เชี่ยวชาญยิ่งขึ้น 4) วัตตทา อุตสำหรับร่ำสอนวิชาต่างๆ 5) วจนักขโม อุดหนุนต่อถ้อยคำ 6) คัมภีรัง กถัง กัตตทา ขยายคำลุ่มลึกให้แจ่มแจ้ง 7) โน จัญฐาเน นิโยชเย ไม่ชักนำศิษย์ไปในทางผิด

กล่าวโดยสรุปคุณธรรมจริยธรรมสำหรับครูมีทั้งหมดวิหาร 4 สังคหวัตถุ 4 อคติ 4 อิทธิบาท 4 ขรวาสาธรรม 4 อบายมุข 6 โลกธรรม 8 หิริ โอดตปปะ สัปปุริสธรรม 7 และ จริยธรรมสำหรับครู 7 ประการ คือ 1) ปิโย 2) ครุ 3) ภาวนิโย 4) วัตตทา 5) วจนักขโม 6) คัมภีรัง กถัง กัตตทา 7) โน จัญฐาเน นิโยชเย แต่ในงานวิจัยนี้ศึกษา คุณธรรมที่เกิดจาก สังคหวัตถุ 4 ซึ่งเป็นหลักธรรมแห่งการสงเคราะห์ ช่วยเหลือ

7. การเจริญสติกับการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม

พระพุทธองค์ทางสอนไว้ว่า สภาวะสองอย่างนี้ คือธรรมและอธรรมย่อมให้ผล แตกต่างกัน อธรรมย่อมอำนวยผลในทางชั่ว ทางไม่เจริญ ส่วนธรรมย่อมอำนวยผลในทางดี ทางเจริญก้าวหน้า ธรรมย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม ผู้ประพฤติธรรมย่อมมีความร่มเย็นเป็นสุข ดังนั้น ธรรมจึงเป็นเครื่องส่งเสริมการพัฒนาชีวิต ซึ่งมีตัวอย่างดังนี้

ธรรมมีอุปการะมาก 2 ประการ คำว่า ธรรม หมายถึง ความถูกต้อง ความดีงาม ความเจริญ สิ่งที่ควรประพฤติปฏิบัติ ซึ่งมีปรากฏอยู่ตามธรรมชาติสำหรับปรับปรุง กาย วาจา ใจ ของมนุษย์ให้สะอาดงดงาม เช่น ให้มีความเรียบร้อย เข้มแข็ง เสียสละ และมีความอดทนเป็นต้น คำว่า อุปการะ หมายถึง การอุทิศตน ช่วยเหลือ ส่งเสริม การมีน้ำใจโอบอ้อมอารี การสงเคราะห์เกื้อกูล จุนเจือ และการมีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ซึ่งกันและกันระหว่างเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน มี 2 อย่าง คือ 1. สติ ความระลึกได้ 2. สัมปชัญญะ ความรู้ตัว

พระมหาจรรยา สุทธิญาโณ (2548, หน้า 498 - 499) กล่าวว่า พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงเรื่องสติและสัมปชัญญะไว้อย่างชัดเจนทั้งคำจำกัดความและการปฏิบัติอย่างถูกต้อง

ทั้งเรื่องสติและสัมปชัญญะ พระพุทธเจ้าได้ตรัสให้พิจารณาภายใน การดำรงชีวิตอยู่อย่างมีสติ คือการอยู่ด้วยการพิจารณาเห็น กายทั้งภายนอกและภายใน ทั้งกายเนื้อและกายที่เกิดแต่ขันธ์ห้า หรือ ความรู้สึกแห่งความเป็นตัวตนอันเป็นที่ตั้งแห่งกิเลสและกองทุกข์หมั่นพิจารณาความรู้สึกที่เรียกว่า เวทนา ทั้งที่เป็นภายนอกและภายในอันได้แก่ความรู้สึกที่พอใจและไม่พอใจ หรือกลางๆ ไม่แสดงอาการชัดว่าพอใจหรือไม่พอใจมองเห็นอย่างถูกต้องต้องแท้ปรากฏเมื่อไรก็เห็นเมื่อนั้นพิจารณาจิตใจจิต ฝ้าดูความคิดของจิตว่าเศร้าหมองหรือผ่องแผ้วปรากฏอย่างไร ใช้สติให้เห็นเข้าไปตรงๆ อย่างนั้น เป็นการเห็นจริงสัมผัสจริง ๆ พิจารณาธรรมในธรรมคือเวลาธรรมที่เป็นกุศลก็ตามที่เป็นอกุศลก็ตามปรากฏแก่จิตก็รู้เท่าทัน ฝ้าดูถึงผลอันเกิดจากการปรากฏของกุศลธรรมและอกุศลธรรมอย่างชัดเจน

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2549, หน้า 810) กล่าวถึงประโยชน์ของการฝึกฝนในเรื่องของสติดังนี้ ควบคุมรักษาสภาพจิตให้อยู่ในภาวะที่ต้องการ โดยตรวจตรากระบวนการรับรู้และกระแสความคิด เลือกรับสิ่งที่ต้องการ กันออกไปซึ่งสิ่งที่ไม่ต้องการ ตริกระแสความคิดให้นิ่งเข้าที่ และทำให้จิตเป็นสมาธิได้ง่ายทำให้ร่างกายและจิตใจอยู่ในสภาพเป็นตัวของตัวเอง เพราะมีความโปร่งเบาผ่อนคลาย เป็นสุข พร้อมทั้งจะเผชิญความเป็นไปต่างๆ และจัดการกับสิ่งทั้งหลายในโลกอย่างได้ผลดีในภาวะจิตที่เป็นสมาธิ อาจใช้สติเหนี่ยวนำกระบวนการรับรู้ และกระแสความคิด ทำขอบเขตการรับรู้และความคิดให้ขยายออกไปโดยมิติต่างๆ หรือให้เป็นไปต่างๆ ได้โดยการยึดหรือจับเอาอารมณ์ที่เป็นวัตถุแห่งการพิจารณาวางไว้ต่อหน้าจึงทำให้การพิจารณาสืบค้นด้วยปัญญาดำเนินไปได้ชัดเจนเต็มที่ เท่ากับเป็นพื้นฐานในการสร้างเสริมปัญญาให้เจริญบริบูรณ์ชำระพฤติกรรมต่างๆ ทุกอย่าง(ทั้งกายกรรม วาจากรรม มโนกรรม) ให้บริสุทธิ์

การอยู่อย่างมีสติ คือการฝ้าดูสิ่งที่เกิดขึ้นกับจิตอย่างเห็นแจ้ง เห็นชัดและเห็นจริง เมื่อเห็นชัดและเห็นจริงก็จะพบว่าสิ่งที่มากระทบกับจิตนั้นเป็นอย่างไร นำพอใจ หรือไม่นำพอใจ และความไม่พอใจก็พลันสลายไป เหลือแต่จิตที่บริสุทธิ์เบาบางสบายส่วนเรื่องสัมปชัญญะที่พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงคู่กันเป็น สติสัมปชัญญะเพื่อการปฏิบัติที่ส่งเสริมสนับสนุนแก่กันและกันให้สติมีความเข้มแข็งมากขึ้น เพราะเมื่อสติ กำหนดรู้สิ่งใด สัมปชัญญะก็ฝ้าติดตามรู้สึกตัวทั่วถึงอิริยาบถย่อยต่างๆ อย่างละเอียดไม่ว่าจะเคลื่อนไหวกาย วาจาอย่างไรในกิจวัตรประจำวัน มีสัมปชัญญะคอยคุ้มครองป้องกันอยู่ทุกฝีก้าวสัมปชัญญะจัดเป็นตัวปัญญาที่จะพิจารณาอารมณ์ต่างๆ ที่จะเข้ามาว่าเป็นคุณหรือโทษอย่างไร เมื่อสัมปชัญญะฝ้าตามดูอยู่ตลอดเวลา จิตใจก็ได้รับการดูแลรักษา อย่างดีทุกขณะสัมปชัญญะเป็นธรรมที่คอยสร้างปัจจุบันขณะความรู้สิ่งที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้าที่ผ่านมาและผ่านไปเป็นอย่างดี เมื่อสติและสัมปชัญญะทำงานร่วมกันอย่างสนิทแนบแน่นรักษาใจมิให้ตกอยู่ในกระแสของกิเลสต่างๆ ได้เพราะทั้งสองอย่างทำหน้าที่เป็นกำแพงกันไว้อย่างดี สติเป็นเครื่องป้องกันความชั่ว ความทุกข์ต่างๆ ได้อย่างมั่นคง

พระธรรมปิฎก(ป. อ. ปยุตโต)(2543, หน้า 82 - 89)กล่าวว่าจากคุณธรรมภายในสู่พฤติกรรมภายนอกความประสานรับกันในระบบสัมพันธ์ที่สมบูรณ์ ความประสานสอดคล้องระหว่างคุณธรรมภายในกับพฤติกรรมภายนอก อันนี้ก็สำคัญและเป็นบูรณาการอย่างหนึ่งเหมือนกัน บางทีเราไม่ทันนึกแล้วเราก็เกิดความสับสน พรหมวิหาร 4 นี้เป็นคุณธรรมในใจ เวลาแสดงออกไปข้างนอก จะมีหลักธรรมอีกหมวดหนึ่งมารับช่วงไป ซึ่งก็เป็นชุดเหมือนกันและมีเท่ากัน เป็นระบบบูรณาการ เรียกว่า สังคหวัตถุ 4 ธรรมชุดนี้เป็นระดับสังคม แปลว่า หลักการสังคหะ หรือสังเคราะห์

หลักการสังเคราะห์นี้มี 4 ข้อ มาต่อทอดกับคุณธรรมภายในที่เรียกว่าพรหมวิหาร 4 พรหมวิหาร 4 เป็นคุณธรรมประจำใจ ยังไม่ออกเป็นพฤติกรรม เวลาออกเป็นพฤติกรรมกลายเป็นสังคหวัตถุ 4

1. ทาน แปลว่า การให้ การเผื่อแผ่แบ่งปัน นี่คือจุดเริ่มการปฏิบัติในพุทธศาสนา เพราะมนุษย์อยู่กับวัตถุอยู่กับปัจจัย 4 ชีวิตวนเวียนกับเรื่องนี้เป็นเบื้องต้นเมื่อคนมาอยู่รวมกันการเกื้อกูลจึงต้องมีการแบ่งปันให้กันเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

2. ปิยวาจา การพูดจาด้วยน้ำใจรักปรารถนาดีต่อกัน หรือมีวาจาน่ารัก

3. อัตถจริยา การบำเพ็ญประโยชน์ ช่วยเหลือกันด้วยเรี่ยวแรงกำลัง

ความสามารถ

4. สมานัตตตา ความมีตนเสมอสมาน หรือทำตัวเสมอสมานเข้าด้วยกันโดยมีความเสมอภาคกัน เสมอกันโดยธรรมไม่ดูถูกดูหมิ่นกัน ไม่ลำเอียง ไม่เลือกรักผลักชัง ไม่เอาเปรียบ และร่วมสุขร่วมทุกข์กัน

พระธรรมโกศาจารย์(ประยูร ธมฺมจิตฺโต)(2549, หน้า 149)ได้กล่าวถึงการพัฒนาจิต (จิตตภาวนา) คือการพัฒนาคุณภาพจิตที่ดี เช่น ให้มีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา สติและสมาธิการปฏิบัติสมถกรรมฐาน (อธิบายทำให้ใจสงบ) จะสามารถทำให้คนมีคุณภาพจิตที่ดีเช่นนั้น และจะชำระจิตใจให้ปราศจากนิวรณ์กิเลสเครื่องขัดขวางความดี ทั้งปวง

กล่าวโดยสรุปได้ว่าเมื่อมีสติแล้ว การจะทำอะไร ไม่ว่าจะ การพูด การคิด การทำอะไรต่าง ๆ สติก็จะเป็นตัวระลึกได้ พร้อมกับสัมปชัญญะความรู้ตัวซึ่งเปรียบเสมือนตัวปัญญาที่จะทำให้เราไม่เผลอและหลงลืมหลงตกอยู่ในความชั่วต่าง ๆ ที่เป็นอกุศล ดังนั้นสติจึงเป็นพื้นฐานในการพัฒนาทางด้านจิตใจเพราะจิตใจถือว่าเป็นพื้นฐานของศีลธรรม ถ้าจิตใจได้รับการฝึกฝนอบรมในสิ่งที่ดีงามแล้ว ทางศีลธรรมจริยธรรมก็จะแสดงออกมาไปในทางที่ดีงามด้วย

ในการวิจัยผู้วิจัยได้พัฒนาคุณธรรมจริยธรรมสำหรับครูในครั้งนี้ก็คือ สังคหวัตถุ 4 โดยใช้การเจริญสติเป็นพื้นฐานเพราะสติถือว่าเป็นหลักธรรมที่สำคัญมากทางจริยธรรม สติเป็นเครื่องกันจิตไม่ให้ตกไปในทางเสื่อมหรือความชั่วต่าง ๆ สังคมทุกชนิด ไม่ว่าจะ เป็นสังคมของสัตว์หรือสังคมของคน ที่มีการอยู่ร่วมกันได้อย่างปกติสุขเพราะมีเครื่องประสานสัมพันธ์หรือเครื่องยึดเหนี่ยวผูกพันกันไว้มีหลักธรรมเป็นเครื่องประสาไม่ให้แตกแยกออกจากกัน สิ่งนั้นคือ

การสงเคราะห์ การเอื้อเฟื้อเกื้อหนุนกันและกัน ต่างฝ่ายต่างก็อิงอาศัยซึ่งกันและกัน อันหมายถึง ความเสียสละของมวลสมาชิกของสังคมนั้นๆ ซึ่งถือว่าเป็นการปฏิบัติตนตามสิทธิและหน้าที่ อย่างถูกต้องสม่ำเสมอ โดยเฉพาะสังคมนมนุษย์ ผู้มีสติปัญญา มีคุณธรรม จึงต้องมีการปฏิบัติต่อกันด้วยความเสียสละอย่างสูงเพื่อยึดเหนี่ยวจิตใจของกันและกันให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข มีความรัก ความสามัคคี จึงต้องมีคุณธรรมเป็นเครื่องประพติดต่อกัน เรียกว่า วัตถุเครื่อง สงเคราะห์กัน หรือ สังหัตถุ ซึ่ง แปลว่า ธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวน้ำใจบุคคล เป็นเครื่อง ประสานหมู่ชนไว้ในความสามัคคีมี 4 ประการ คือ

1. ทาน หมายถึง การแบ่งปันวัตถุสิ่งของของตนให้กับผู้ที่สมควร ให้การ สงเคราะห์
2. ปิยวาจา หมายถึง เจรจาแต่วาจาหรือถ้อยคำอันไพเราะอ่อนหวาน
3. อัตถจริยา หมายถึง ประพฤติให้เป็นคนมีประโยชน์ต่อผู้อื่น
4. สมานัตตตา หมายถึง ความเป็นคนวางตัวเป็นกลางเสมอต้นเสมอปลาย ไม่ถือตัวไม่ลืมหิว ไม่ยกตนข่มผู้อื่น

คุณธรรม 4 อย่างนี้ มีในผู้ใด ย่อมทำให้ผู้นั้นน่ารักใคร่ น่าเคารพบูชา สามารถ เป็นผู้นำปกครองคนได้ กล่าวคือ คนเราเมื่อมีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่เห็นแก่ตัว รู้จักเสียสละ รู้จักช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่น ทั้งด้วยสิ่งของและให้คำแนะนำสั่งสอน จะพูดจาสิ่งใดก็พูดจาแต่คำ สุภาพอ่อนหวานสมานสามัคคี รู้จักบำเพ็ญตนให้เกิดประโยชน์ต่อสังคมส่วนรวม ยึดถือเอา ประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้ง วางตนเสมอต้นเสมอปลายแสดงอาการขึ้นลงตามกระแสโลก ร่วม สุขร่วมทุกข์กับคนทั่วไปทำได้อย่างนี้ก็ย่อมจะทำให้คนอื่นนิยมนับถือ เชื่อถือถ้อยคำที่พูดด้วย เหตุผล

4. การส่งเสริมคุณธรรมสำหรับ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

4.1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับการผลิตครู 5 ปี ของมหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี เป็นสถาบันอุดมศึกษาที่เริ่มก่อตั้งจากโรงเรียนละแวงศรี ในปี พ.ศ. 2463 และพัฒนามาเป็นมหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรีในปี พ.ศ. 2547 โดยมีช่วงเวลาในการ วิวัฒนาการดังนี้

พ.ศ. 2463	เริ่มก่อตั้งโรงเรียนละแวงศรี
พ.ศ. 2479	โรงเรียนฝึกหัดครูสตรีลพบุรี
พ.ศ. 2483	โรงเรียนสตรี "เทพสตรีวิทยาลัย"
พ.ศ. 2498	โรงเรียนเทพสตรีวิทยาลัย
พ.ศ. 2501	วิทยาลัยครูเทพสตรี
พ.ศ. 2535	สถาบันราชภัฏเทพสตรี
พ.ศ. 2547	มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

วันที่ 14 มิถุนายน พ.ศ. 2547 สถาบันราชภัฏเทพสตรีได้ยกฐานะเป็นมหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี (THEPSATRI RAJABHAT UNIVERSITY) ตามพระราชบัญญัติมหาวิทยาลัยราชภัฏ พ.ศ. 2547 มีภารกิจหลักในการสถาบันอุดมศึกษาเพื่อพัฒนาท้องถิ่นที่เสริมสร้างพลังปัญญาของแผ่นดิน ฟื้นฟูพลังการเรียนรู้ เชิดชูภูมิปัญญาท้องถิ่น สร้างสรรค์ศิลปวิทยา เพื่อความเจริญก้าวหน้าอย่างมั่นคงและยั่งยืนของปวงชน มีส่วนร่วมในการจัดการ การบำรุงรักษา การใช้ประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมอย่างสมดุลและยั่งยืน โดยมีวัตถุประสงค์ให้การศึกษา ส่งเสริมวิชาการและวิชาชีพชั้นสูง ทำการสอน วิจัยให้บริการทางวิชาการแก่สังคม ปรับปรุง ถ่ายทอดและพัฒนาเทคโนโลยี ทำนุบำรุงศิลปและวัฒนธรรม ผลิตครูและส่งเสริมวิทยฐานะครู

ปัจจุบันมหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรีได้จัดการศึกษาระดับอนุปริญญา ปริญญาตรี และระดับบัณฑิตศึกษาในสาขาต่างๆ มากมาย เพื่อตอบสนองความต้องการของท้องถิ่น มีการเปิดหลักสูตรนานาชาติ มีโครงการร่วมมือกับมหาวิทยาลัยในต่างประเทศ มีการขยายโครงการจัดตั้งวิทยาเขตไปยังจังหวัดสิงห์บุรีและสุพรรณบุรี และมีการเปิดศูนย์การศึกษาของมหาวิทยาลัยในจังหวัดสระบุรี สิงห์บุรี สุพรรณบุรีและนครสวรรค์

สถานที่ตั้งมหาวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ตั้งอยู่เลขที่ 321 ถนนนารายณ์มหาราช ตำบลทะเลชุบศร อำเภอเมือง จังหวัดลพบุรี ห่างจากวงเวียนสุริโยทัยไปทางทิศตะวันตกประมาณ 2 กิโลเมตร มีเนื้อที่ 59 ไร่ 2 งาน เบอร์โทรศัพท์ 0-3642-2607-9 โทรสาร 0-3642-6210 เว็บไซต์ <http://www.tru.ac.th>

ปรัชญา

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรีเป็นสถาบันอุดมศึกษา มุ่งความเป็นเลิศทางวิชาการ บนพื้นฐานแห่งคุณธรรม ร่วมชี้นำสังคม

วิสัยทัศน์

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี เป็นแหล่งความรู้ เป็นที่พึ่งของท้องถิ่นและภูมิภาค เสริมสร้างคุณภาพคน สังคมไทยให้เข้มแข็ง ยั่งยืนและเพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขันของประเทศ

พันธกิจ

สร้างโอกาสทางการศึกษาเพื่อพัฒนาท้องถิ่น

จัดการศึกษาระดับอุดมศึกษาที่มีคุณภาพและประสิทธิภาพ

สร้างองค์ความรู้เพื่อเพิ่มความเข้มแข็งให้กับชุมชน ท้องถิ่น และเพิ่มศักยภาพในการแข่งขันของประเทศส่งเสริมและทำนุบำรุงศิลปและวัฒนธรรม

วัตถุประสงค์

เพื่อให้สอดคล้องกับปรัชญาวิสัยทัศน์ และพันธกิจที่กำหนดสถาบันมีวัตถุประสงค์ในการดำเนินงานดังนี้

1. เพื่อพัฒนาบัณฑิตในสาขาวิชาการต่างๆ ทั้งระดับปริญญาตรี และสูงกว่าปริญญาตรีสนองความต้องการของท้องถิ่น และสังคมอย่างมีคุณภาพและคุณธรรม
2. เพื่อเป็นแหล่งบริการศึกษาค้นคว้าบริการวิทยาการสาขาต่างๆ ที่จะช่วยส่งเสริมการพัฒนาทรัพยากรและสังคมนวมทั้งเป็นศูนย์กลางเชื่อมต่อ และสะท้อนแนวคิดในระดับท้องถิ่น ระดับชาติและระดับนานาชาติ
3. เพื่อเป็นศูนย์กลางการค้นคว้า วิจัยทางวิชาการทุกสาขาวิชา โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่เกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของประชาชนในเขตภาคกลางตอนบน ประสานงานให้บริการความรู้และสารสนเทศการวิจัย
4. เพื่ออนุรักษ์ ส่งเสริม เผยแพร่และพัฒนาศิลปวัฒนธรรม โดยมุ่งเน้นการ บูรณาการวัฒนธรรมท้องถิ่นเข้ากับวัฒนธรรมของชาติ และวัฒนธรรมสากลให้เกิดประโยชน์ในการดำเนินชีวิตของบุคคลในท้องถิ่น

คุณลักษณะบัณฑิตของมหาวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี ได้กำหนดกรอบคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของบัณฑิตไว้ดังนี้

1. คุณธรรม จริยธรรมและจรรยาบรรณแห่งวิชาการ มีจิตสำนึกในความเป็นไทย มีความรักและผูกพันต่อท้องถิ่นและมีความซาบซึ้งในศิลปวัฒนธรรมไทย
2. มีความรู้และทักษะในโปรแกรมวิชาที่ศึกษา การใช้คอมพิวเตอร์และภาษาอังกฤษ
3. มีทักษะกระบวนการคิดแก้ปัญหาและสามารถปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลง
4. มีความรู้ความสามารถในสาขาวิชาการหรือวิชาชีพ ความสามารถในการคิด การวิเคราะห์อย่างมีเหตุผลมีความสามารถในการประยุกต์ทฤษฎี และหลักการสู่การปฏิบัติ มีความสามารถในการศึกษา ค้นคว้าและเรียนรู้ด้วยตนเอง
5. เห็นประโยชน์ของส่วนรวม รู้จักอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ทำงานกันเป็นกลุ่มได้ดีมีความรับผิดชอบ ขยัน อดทนและพึ่งตนเองได้ ความเป็นผู้นำ
6. มีสุขภาพดีทั้งกายและจิตใจ มีบุคลิกภาพดี มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี (2549, หน้า 6)

นโยบายการพัฒนาคุณภาพของคณะครุศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

ปรัชญา

มุ่งผลิตครูและพัฒนาครูให้มีคุณภาพและคุณธรรม คิดกว้าง คิดไกล ใฝ่รู้ด้วยความรัก และศรัทธาในอาชีพ เพื่อพัฒนาคุณภาพของคนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์

วิสัยทัศน์

คณะครุศาสตร์เป็นคณะที่สมบูรณ์แบบ มุ่งเน้นการผลิตครู และพัฒนาครูที่มีคุณภาพ และคุณธรรมได้มาตรฐานสากล เน้นการวิจัยเพื่อสร้างองค์ความรู้ใหม่ โดยอาศัยการมีส่วนร่วม และเครือข่ายทางวิชาการ ทั้งในและต่างประเทศให้บรรลุความเป็นเลิศทางวิชาการเน้นเป็น สังคมแห่งการเรียนรู้ผู้นำทางนวัตกรรม และเทคโนโลยีทางการศึกษา มีบรรยากาศที่เอื้อต่อการ เรียนรู้และการทำงานเป็นที่มาภายใต้ระบบประชาธิปไตยที่มีระบบการบริหารการจัดการที่ดี

พันธกิจ

1. ผลิตครูและส่งเสริมวิทยฐานะครู
2. วิจัยเพื่อพัฒนาคุณภาพและยกระดับมาตรฐานวิชาชีพครู
3. บริการทางวิชาการแก่สังคม
4. ทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม
5. ปรับปรุงพัฒนาและถ่ายทอดเทคโนโลยี

วัตถุประสงค์

1. เพื่อผลิตบัณฑิตระดับปริญญาตรีและบัณฑิตศึกษาในสาขาวิชาการศึกษา ให้มีคุณภาพด้านความรู้ ความสามารถ และคุณธรรม เพื่อสนองความต้องการของท้องถิ่นและมีความภูมิใจในศิลปวัฒนธรรม

2. เพื่อเป็นศูนย์กลางทางวิชาการด้านกระบวนการเรียนการสอน การศึกษาค้นคว้าวิจัยเพื่อพัฒนาวิชาชีพครู การส่งเสริมวิทยฐานะของครูประจำการในท้องถิ่น การบริการทางวิชาการ การถ่ายทอดทางนวัตกรรมและเทคโนโลยีทางการศึกษา และบำรุงส่งเสริมศิลปวัฒนธรรมของท้องถิ่น

3. เพื่อพัฒนาคณาจารย์คณะครุศาสตร์ให้มีศักยภาพสูงขึ้น

นโยบายของคณะครุศาสตร์

ด้านคุณภาพบัณฑิต

1. ผลิตบัณฑิตระดับปริญญาตรีให้ได้งานทำและประกอบอาชีพภายใน 1 ปี ไม่น้อยกว่าร้อยละ 70 ของบัณฑิตที่จบการศึกษา
2. ผลิตบัณฑิตระดับปริญญาตรีให้ได้ทำงานตรงสาขาที่สำเร็จการศึกษา ไม่น้อยกว่าร้อยละ 45 ของบัณฑิตที่จบการศึกษา
3. ผลิตบัณฑิตให้ได้รับเงินเดือนเริ่มต้นเป็นไปตามเกณฑ์ ไม่น้อยกว่าร้อยละ 50 ของบัณฑิตที่จบการศึกษา
4. ผลิตและพัฒนาคุณภาพนักศึกษาหรือศิษย์เก่าให้ได้รับการประกาศเกียรติคุณ ยกย่องในด้านวิชาการ วิชาชีพ คุณธรรม จริยธรรมหรือรางวัลทางวิชาการหรือด้านอื่นที่

เกี่ยวข้องกับคุณภาพบัณฑิตในระดับชาติ นานาชาติในรอบ 3 ปีที่ผ่านมา ไม่น้อยกว่าร้อยละ 1 ของบัณฑิตที่จบการศึกษา

ด้านงานด้านวิจัยและงานสร้างสรรค์

1. สนับสนุนให้อาจารย์ทำวิจัยและผลิตงานสร้างสรรค์ที่ตีพิมพ์เผยแพร่ และนำไปใช้ประโยชน์ทั้งในระดับชาติ และระดับนานาชาติ ไม่น้อยกว่าร้อยละ 9 ของอาจารย์ประจำคณะ
2. ให้เงินสนับสนุนการทำงานวิจัยและงานสร้างสรรค์ของสถาบันอย่างน้อย 10,000 บาท ต่ออาจารย์ 1 ท่าน
3. สนับสนุนให้อาจารย์ประจำได้รับทุนวิจัยและทำงานสร้างสรรค์จากภายในสถาบัน ไม่น้อยกว่าร้อยละ 30 ของอาจารย์ประจำคณะ
4. สนับสนุนให้อาจารย์ประจำได้รับทุนวิจัยและทำงานสร้างสรรค์จากภายนอกสถาบัน ไม่น้อยกว่าร้อยละ 30 ของอาจารย์ประจำคณะ

ด้านการบริการวิชาการ

1. จัดให้มีกิจกรรม โครงการบริการวิชาการและวิชาการและวิชาชีพที่ตอบสนองความต้องการ พัฒนาและเสริมสร้างความเข้มแข็งของสังคม ชุมชน ประเทศชาติ และนานาชาติ ไม่น้อยกว่า ร้อยละ 50 ต่ออาจารย์ประจำ
2. สนับสนุนให้อาจารย์เป็นกรรมการวิทยานิพนธ์ภายนอกสถาบัน เป็นกรรมการวิชาการและกรรมการวิชาชีพในระดับชาติหรือระดับชาติ ไม่น้อยกว่าร้อยละ 20 ของอาจารย์ประจำ
3. สนับสนุนให้อาจารย์มีการนำความรู้และประสบการณ์จากการบริการวิชาการ และวิชาชีพมาใช้ในการพัฒนาการเรียนการสอนและการวิจัย ไม่น้อยกว่าร้อยละ 1 ของอาจารย์ประจำ

ด้านการทำนุบำรุงศิลปและวัฒนธรรม

1. มีกิจกรรมในการอนุรักษ์ พัฒนาและสร้างเสริมเอกลักษณ์ศิลปและวัฒนธรรม ไม่น้อยกว่าร้อยละ 3 ของจำนวนนักศึกษา
2. จัดสรรงบประมาณที่ใช้ในการอนุรักษ์ พัฒนาและสร้างเสริมเอกลักษณ์ ศิลปะและวัฒนธรรมไม่น้อยกว่าร้อยละ 25 ของงบดำเนินการ
3. มีผลงานหรือชิ้นงานการพัฒนาองค์ความรู้และสร้างมาตรฐานศิลปและวัฒนธรรม อย่างน้อย 2 ผลงาน
4. การอนุรักษ์พัฒนาและสร้างเอกลักษณ์ ศิลปะและวัฒนธรรมมีประสิทธิผลอย่างน้อย 4 ผลงาน

ด้านการพัฒนาสถาบันและบุคลากร

1. สภาสถาบันและผู้บริหารมีวิสัยทัศน์ที่ขับเคลื่อนพันธกิจและสามารถสะท้อนถึงนโยบายวัตถุประสงค์และนำไปสู่เป้าหมายของการบริหารจัดการที่ดี มีการบริหารแบบมีส่วนร่วม

ร่วม เน้นการกระจายอำนาจ โปร่งใสและตรวจสอบได้ รวมทั้งมีความสามารถในการผลักดันสถาบันให้สามารถแข่งขันได้ในระดับสากล

2. มีการพัฒนาสถาบันสู่องค์การเรียนรู้ โดยอาศัยผลการประเมินจากภายในและภายนอก
 3. มีการกำหนดแผนกลยุทธ์ที่เชื่อมโยงกับยุทธศาสตร์
 4. มีการใช้ทรัพยากรภายในและภายนอกสถาบันร่วมกัน
 5. มีศักยภาพของระบบฐานข้อมูล เพื่อการบริหารการเรียนการสอนและการวิจัย
 6. มีสินทรัพย์ถาวรต่อจำนวนนักศึกษาเท่ากับ 5,000 บาท / คน
 7. ค่าใช้จ่ายทั้งหมดต่อจำนวนนักศึกษาเท่ากับ 1,000 บาท / คน
 8. มีเงินเหลือจำนวนสุทธิต้องบดำเนินงาน ร้อยละ 10
 9. สนับสนุนให้อาจารย์ประจำพัฒนาการโดยเข้าร่วมประชุมวิชาการ หรือนำเสนอผลงานวิชาการ ทั้งในประเทศและต่างประเทศ ร้อยละ 50 ของอาจารย์ประจำ
 10. จัดสรรงบประมาณสำหรับการพัฒนาคณาจารย์ ทั้งในประเทศและต่างประเทศ เป็นเงิน 20,000 บาท / คน
 11. พัฒนาศูนย์การเรียนรู้ประจำสายสนับสนุนให้ได้รับการพัฒนาความรู้และทักษะในวิชาชีพ ทั้งในประเทศและต่างประเทศ ร้อยละ 90
- ด้านหลักสูตรและการเรียนการสอน**
1. มีหลักสูตรที่ได้มาตรฐานต่อหลักสูตรทั้งหมด ร้อยละ 100 หรืออย่างน้อย 11 หลักสูตร
 2. มีจำนวนนักศึกษาเต็มเวลาเทียบเท่า 10 คน ต่อจำนวนอาจารย์ที่ปรึกษา
 3. มีอาจารย์ที่มีวุฒิปริญญาเอกหรือเทียบเท่าไม่น้อยกว่าร้อยละ 25 ต่ออาจารย์ประจำทั้งหมด
 4. มีอาจารย์ประจำที่ดำรงตำแหน่งทางวิชาการไม่น้อยกว่าร้อยละ 60 ของอาจารย์ประจำทั้งหมด
 5. อาจารย์ประจำทุกคนปฏิบัติตามจรรยาบรรณวิชาชีพคณาจารย์
 6. สนับสนุนส่งเสริมให้อาจารย์ประจำไม่น้อยกว่าร้อยละ 90 จัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ โดยเฉพาะการเรียนรู้ จากการปฏิบัติและประสบการณ์จริง
 7. สนับสนุนส่งเสริมให้อาจารย์จัดการเรียนการสอนที่ทำให้นักศึกษามีความพึงพอใจต่อคุณภาพการสอนของอาจารย์และสิ่งสนับสนุนการเรียนรู้ในระดับมาก
 8. มีนักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรม โครงการพัฒนานักศึกษาไม่น้อยกว่าร้อยละ 60 ของนักศึกษาทั้งหมด

ด้านการประกันคุณภาพ

1. มีระบบและกลไกในการประกันคุณภาพภายในที่ก่อให้เกิดการพัฒนาคุณภาพ การศึกษาอย่างต่อเนื่อง

2. การประกันคุณภาพภายในมีประสิทธิภาพ

บทบาทหน้าที่ของคณะครุศาสตร์

1. ผลิตบุคลากรทางการศึกษาในระดับปริญญาตรี ประกาศนียบัตรวิชาชีพครู และ ปริญญาโท สาขาการศึกษา

2. มุ่งเน้นการจัดการศึกษา การผลิตครูให้มีคุณภาพ สนองตอบต่อความต้องการของ ท้องถิ่น ทั้งระดับปริญญาตรีและระดับบัณฑิต

3. เลือกสรรวิทยากรและภูมิปัญญาท้องถิ่น เพื่อสร้างเป็นองค์ความรู้ และบริการ จัดการศึกษาให้แก่ประชาชน จัดกิจกรรมฝึกปฏิบัติ สร้างความรู้ความสามารถ ทักษะ กระบวนการคิดที่สร้างสรรค์ และสมเหตุสมผล สามารถพัฒนาตนเองและท้องถิ่น

4. พัฒนาครู - อาจารย์ ทั้งในด้านความรู้ ความคิด คุณธรรม และความสามารถใน การถ่ายทอดความรู้ เสริมสร้างบรรยากาศการเรียนรู้ การคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ ตลอดจน การปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมในการดำเนินชีวิต

5. ฝึกอบรมครูประจำการ เพื่อเพิ่มพูนความรู้ ความสามารถและทักษะตลอดจนการ ปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมในการดำรงชีวิต

6. ทำวิจัยสำรวจความต้องการชีพของท้องถิ่นอย่างต่อเนื่อง และนำผลการวิจัยมา ใช้ในการจัดการศึกษา เพื่อสนองความต้องการของท้องถิ่น

7. ปฏิบัติภารกิจอื่น ๆ ตามที่มหาวิทยาลัยมอบหมาย รายงานประจำปี 2549 คณะครุศาสตร์ (2549, หน้า 6 - 8)

กิจกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม

การฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู

การฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู เป็นงานสำคัญที่คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏจัด ให้นักศึกษาสาขาวิชาการศึกษาได้ปฏิบัติ โดยมุ่งหวังให้ทุกคนประสบผลสำเร็จและมี ประสิทธิภาพ ดังนั้นการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูนั้น ก่อนที่จะส่งนักศึกษาออกฝึกจะต้องมี การปฐมนิเทศนักศึกษา เพื่อเสริมสร้างให้นักศึกษามีคุณลักษณะของครูที่ดี และมีเจตคติที่ดี ต่อวิชาชีพครู ส่งเสริมให้นักศึกษาได้เรียนรู้งานในหน้าที่ของครูได้เหมาะสมและยังเกิดผลดี และเสริมสร้างการพัฒนาชุมชนและเรียนรู้งานในการพัฒนาชุมชน โดยมีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เพื่อฝึกการบูรณาการประสบการณ์ทั้งหมดที่นักศึกษาได้ศึกษาจากคณะ ศึกษาครุศาสตร์ ให้สามารถนำไปใช้ในสถานการณ์จริงตามบทบาทและหน้าที่ที่ครูพึงกระทำได้ อย่างมีประสิทธิภาพ

2. เพื่อเสริมสร้างเจตคติที่จะดำรงไว้ซึ่งวิชาชีพศึกษาศาสตร์ ในฐานะที่เป็นวิชาชีพชั้นสูง

3. เพื่อให้นักศึกษาตระหนักในคุณธรรมและจริยธรรมวิชาชีพครู และปฏิบัติได้
โครงการผลิตครูการศึกษาขั้นพื้นฐาน

คณะครุศาสตร์ได้สนองนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการให้รับผิดชอบโครงการผลิตครูการศึกษาขั้นพื้นฐานระดับปริญญาตรี (หลักสูตร 5 ปี) เพื่อผลิตครูรุ่นใหม่ที่มีความรู้ทางวิชาการที่ลึกซึ้ง มีทักษะทางวิชาชีพ มีเจตคติที่ดีต่อความเป็นครูเพื่อยกระดับวิชาชีพครูให้เป็นวิชาชีพชั้นสูง โดยมีระบบการจูงใจให้คนดี คนเก่ง เข้ามาเรียนครูด้วยการให้ทุนการศึกษาและการประกันการมีงานทำเมื่อจบการศึกษา ซึ่งมีสาขาวิชา จำนวน 5 สาขา ได้แก่ สาขาวิชาคณิตศาสตร์ สาขาวิชาศิลปกรรม (ดุริยางคศิลป์) สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย สาขาวิชาวิทยาศาสตร์ทั่วไป และสาขาวิชาภาษาอังกฤษ จำนวนทั้งสิ้น 29 คน โดยรายละเอียดและผลการดำเนินงานโครงการ ปี 2549 ดังต่อไปนี้

ตาราง 1 โครงการผลิตครูการศึกษาขั้นพื้นฐาน

ที่	ชื่อโครงการ	วัตถุประสงค์ของโครงการ	ระยะเวลา/สถานที่	งบประมาณที่ใช้
1	อบรมเชิงปฏิบัติการภาษาอังกฤษเพื่อการเรียนการสอน	เพื่อพัฒนาความรู้ความสามารถและทักษะด้านภาษาอังกฤษ และเตรียมความพร้อมสร้างความมั่นใจในการใช้ภาษาอังกฤษให้กับนักศึกษา	10-14 ตุลาคม 2548 ณ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี	10,000
2	อบรมเชิงปฏิบัติการสร้างหลักสูตรบทเรียนออนไลน์	เพื่อให้นักศึกษาสามารถสร้างบทเรียนออนไลน์ได้เตรียมพร้อมและสร้างความมั่นใจในการใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์บทเรียนออนไลน์	17-21 ตุลาคม 2548 ณ ศูนย์คอมพิวเตอร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี	27,100
3	การพัฒนาศักยภาพด้านการวิจัยและศึกษาดูงานจังหวัดกาญจนบุรี	เพื่อพัฒนาแนวคิด หลักการทำวิจัยและกระบวนการทำวิจัย แลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างนักศึกษาและคณาจารย์	21-23 พฤศจิกายน 2548 ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏกาญจนบุรี โรงเรียนหมู่บ้านเด็กสะพานข้ามแม่น้ำแคว จังหวัดกาญจนบุรี	29,580

ตาราง (ต่อ)

ที่	ชื่อโครงการ	วัตถุประสงค์ของโครงการ	ระยะเวลา/สถานที่	งบประมาณ ที่ใช้
4	พัฒนา ศักยภาพด้าน การวิจัย	เพื่อให้ นักศึกษามีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับระเบียบวิธีวิจัย และได้ แลกเปลี่ยนเรียนรู้กับวิทยากรและกลุ่ม เพื่อน	1-2 ธันวาคม 2548 ณ เจ็ดคตโป่งก้อนเส้า จ. สระบุรี	32,000
5	พัฒนา บุคลิกภาพด้าน EQ	เพื่อให้ นักศึกษามีความรู้ ความเข้าใจ เรื่อง EQ นำความรู้ที่ได้ไปใช้ประโยชน์ ในการพัฒนาตนเองและดำเนินชีวิตได้ และนำทักษะไปประยุกต์ใช้เพื่อให้เป็น บุคคลที่มีคุณภาพของสังคม	1 และ 8 กุมภาพันธ์ 2548 ณ คณะครุ ศาสตร์มหาวิทยาลัย ราชภัฏเทพสตรี	20,000
6	พัฒนา บุคลิกภาพ ความเป็นไทย	เพื่อให้ นักศึกษามีบุคลิกภาพที่งดงามแบบ ไทยสามารถปฏิบัติตนได้ถูกต้องตาม วาระและโอกาสต่างๆ	2 กุมภาพันธ์ 2548 ณ อาคาร 10 ชั้น 3 มหาวิทยาลัย ราชภัฏเทพสตรี	10,000
7	ค่ายสัมพันธครู พันธใหม่	เพื่อพัฒนานักศึกษาศักยภาพสู่การเป็น ครูชั้นวิชาชีพ พบปะแลกเปลี่ยนความคิด ต่อกัน เสริมสร้างทักษะด้านการทำงาน ร่วมกับผู้อื่นได้ และทักษะการใช้ภาษา และการสื่อสาร	8 -10 มีนาคม 2548 มหาวิทยาลัยราชภัฏ พระนครศรีอยุธยา จ. พระนครศรีอยุธยา	31,320
8	อบรมเชิง ปฏิบัติการสร้าง Website	เพื่อให้ นักศึกษามีความรู้ ความเข้าใจ มี ทักษะในหลักการสร้าง Website เตรียม ความพร้อมและสร้างความมั่นใจในการ นำ Website ไปประกอบการเรียนรู้	29 พฤษภาคม - 2 มิถุนายน 2549 ณ ห้องคอมพิวเตอร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏ เทพสตรี	30,000
9	การศึกษาคุณภาพ "สภาวิจัย แห่งชาติ"	เพื่อให้ นักศึกษาได้เพิ่มประสบการณ์ได้ เห็นการนำเสนอการเผยแพร่ผลงานวิจัย และการนำเสนองานวิจัยและมีเจตคติที่ดี ต่อการวิจัย	25 สิงหาคม 2549 สภาวิจัยแห่งชาติ	11,000
10	เพิ่มประสบการณ์ ในการทำวิจัย โดยร่วมเรียน การนำเสนอ งานวิจัย	เพื่อให้ นักศึกษาได้เพิ่มประสบการณ์โดย ได้พบกันเจ้าของผลงานวิจัย ได้นำเสนอ การเผยแพร่ผลงานวิจัย	13 กันยายน 2549 ณ ศูนย์การค้า เซ็นทรัล พลาซ่า ลาดพร้าว กรุงเทพฯ	6,000

ที่มา : มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี (2549, หน้า 28 - 29)

ด้านพัฒนาคุณภาพนักศึกษา

คณะกรรมการได้ให้ความสำคัญกับการดำเนินกิจกรรมของนักศึกษา เพื่อให้นักศึกษาพัฒนาศักยภาพด้านวิชาการและด้านวิชาชีพ โดยสนับสนุนให้มีกองพัฒนานักศึกษาเพื่อเป็นแกนนำในการจัดกิจกรรมและให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมของนักศึกษา ตลอดจนปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรมให้นักศึกษา มุ่งเน้นให้นักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรมด้วยความสมัครใจซึ่งได้จัดให้มีกิจกรรมต่างๆ เช่น กิจกรรมการปฐมนิเทศนักศึกษาใหม่และประชุมผู้ปกครอง โครงการพัฒนาบุคลิกภาพ โครงการอบรมคุณธรรมและจริยธรรม การแข่งขันกีฬาภายใน และจัดกิจกรรมนันทนาการในเทศกาลต่างๆ เช่น พิธีแห่เทียน รับขวัญผูกข้อมือ พิธีไหว้ครู การรับน้องใหม่ กีฬาน้องใหม่ เป็นต้น ในด้านการบริการและสวัสดิการนักศึกษา คณะกรรมการได้จัดสรรทุนแก่นักศึกษาประเภทต่างๆ ตามที่สำนักงานกิจการนักศึกษาของมหาวิทยาลัยจัดให้ ได้แก่ กองทุนให้กู้ยืมเพื่อการศึกษา ทุนจากองค์การภายนอก

งานกิจการนักศึกษา

ฝ่ายกิจการนักศึกษาของคณะกรรมการ ได้จัดกิจกรรมให้กับนักศึกษาดังต่อไปนี้

ตาราง 2 งานกิจการนักศึกษา

วันเดือนปี	กิจกรรม	สถานที่
พฤศจิกายน	การรณรงค์การเคารพผู้ใหญ่ ครู-อาจารย์	คณะกรรมการ มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี
10 มี.ค. 49	การปฐมนิเทศนักศึกษาชั้นปีที่ 4	อาคาร 10 ชั้น 3 มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี
15 มิ.ย. 49	การปฐมนิเทศนักศึกษาและการประชุมผู้ปกครอง	อาคาร 10 ชั้น 3 มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี
16-17 มิ.ย. 49	การเข้าค่ายพัฒนาบุคลิกภาพนักศึกษาชั้นปีที่ 1	ค่ายเอราวัณ จ.ลพบุรี
4 ส.ค. 49	การประชุมนักศึกษาทุกชั้นปี เพื่อพบปะพูดคุยกับคณบดี	อาคาร 10 ชั้น 3 มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี
6 ก.ค. 49	วันไหว้ครู รับน้อง และพิธีหล่อเทียนพรรษา	ห้องประชุม 2 มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี
9 ส.ค. 49	เทิดพระเกียรติ วางพานพุ่ม วันแม่	ห้องประชุม 2 มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี
25 ส.ค. 49	การแข่งขันกีฬาพื้นเมือง	สนามฟุตบอล มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี

ที่มา : มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี (2549, หน้า 30)

เจตคติที่มีต่อหลักสูตรฝึกอบรม

1. ความหมายของเจตคติ มีนักการศึกษาให้ความหมายของเจตคติไว้ดังนี้

สันติสุข ไชยมงคล (2542, หน้า 14) กล่าวว่า เจตคติ หมายถึง ความรู้สึกและการแสดงการกระทำหรือมีแนวโน้มที่จะแสดงการกระทำออกมาของบุคคลที่มีต่อเฉพาะบุคคลสิ่งของเฉพาะสถานการณ์ซึ่งมีลักษณะทางบวก (Positive) คือ ความพอใจ ยินดีปฏิบัติกับลักษณะทางลบ (Negative) คือ ความไม่พอใจ ขัดแย้ง ไม่ร่วมมือ และลักษณะแบบกลางๆ คือ รู้สึกเฉยๆ ไม่มีปฏิกิริยาใดๆ

ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ (2543, หน้า 54) กล่าวว่า เจตคติเป็นความรู้สึก เชื่อ ศรัทธา ต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งจนเกิดความรู้สึกพร้อมที่จะแสดงการกระทำออกมาซึ่งอาจเป็นไปในทางดีหรือไม่ดีก็ได้

จากความหมายของเจตคติที่นักจิตวิทยาและนักการศึกษาด้านจิตวิทยาที่กล่าวไว้ข้างต้นทำให้พอสรุปได้ว่า เจตคติ หมายถึง ความรู้สึก อารมณ์ ที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งทั้งต่อบุคคล วัตถุ สิ่งของ รวมถึงสถานการณ์ที่เกิดขึ้น การแสดงการกระทำหรือมีแนวโน้มที่จะแสดงการกระทำออกมาของบุคคลเป็นได้ทั้งลักษณะทางบวกและลักษณะทางลบ

2. องค์ประกอบของเจตคติ

ศักดิ์ไทย สุรกิจบวร (2542, หน้า 210 -213) กล่าวว่า องค์ประกอบของเจตคติที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กันมีอยู่ 3 องค์ประกอบ คือ

1. องค์ประกอบเกี่ยวกับการรู้ การคิด (Cognitive Component) ได้แก่ ความคิด ความเชื่อที่คนเรามีต่อสิ่งเร้า รู้ทางที่ดีหรือไม่ดี หรือทางบวกหรือทางลบ

2. องค์ประกอบเกี่ยวข้องกับความรู้สึก (Affective Component) เป็นองค์ประกอบทางอารมณ์ ความรู้สึก ที่มีต่อสิ่งเร้าเมื่อเราเกิดความรู้ การคิดต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดแล้วจะทำให้เราเกิดความรู้สึกทางดีหรือไม่ดี

ล้วน และ อังคณา สายยศ (2543, หน้า 59) ได้กล่าวไว้ว่า แนวความคิดของนักจิตวิทยาเกี่ยวกับองค์ประกอบของเจตคติ มีแนวคิดแตกต่างกันอยู่ 3 กลุ่ม ดังนี้

1. เชื่อว่า เจตคติมีองค์ประกอบเดียว คือ ความคิดหรือความเชื่อซึ่งพิจารณาจากนิยามเจตคติ

2. เชื่อว่า เจตคติมีองค์ประกอบ ประกอบด้วย ด้านสติปัญญา (Cognitive) และด้านความรู้สึก (Affective)

3. เชื่อว่า เจตคติมี 3 องค์ประกอบ ได้แก่

ก. ด้านสติปัญญา (Cognitive Component) ประกอบไปด้วยความรู้และความเชื่อที่ผู้นั้นมีต่อเป้าเจตคติ

ข. ด้านความรู้สึก (Affective Component) หมายถึง ความรู้สึกหรืออารมณ์ของคนใดคนหนึ่งที่มีต่อเป้าเจตคติว่าชอบหรือไม่ชอบสิ่งนั้น หลังจากสัมผัสหรือรับรู้ เป้าเจตคติแล้วสามารถแสดงความรู้สึกโดยการประเมินสิ่งนั้นว่าดีหรือไม่ดี

ค. ด้านพฤติกรรม (Behavioral Component) หรือ Action Component เป็นแนวโน้มของการกระทำหรือแสดงพฤติกรรม

สงวน สุทธิเลิศอรุณ (2543, หน้า 349) ได้แบ่งองค์ประกอบของเจตคติไว้ 3 ประการ ซึ่งประกอบกันเป็นเจตคติของบุคคล ดังต่อไปนี้

1. ด้านความรู้สึก (affective component) การที่บุคคลจะมีเจตคติมีเจตคติอย่างไร เช่น ชอบหรือไม่ชอบ อะไรก็ตาม จะต้องขึ้นกับปัจจัยหรือองค์ประกอบที่สำคัญที่สุด คือ ความรู้สึก เพราะความรู้สึกจะบ่งชี้ว่าชอบหรือไม่ชอบ เช่น ความรู้สึกชอบเป็นครู หรือไม่ชอบเป็นครู เป็นต้น

2. ด้านความรู้ (cognitive component) บุคคลจะมีเจตคติ ใดๆ จะต้องอาศัยความรู้หรือประสบการณ์ ว่าเคยรู้จักหรือเคยรับรู้มาก่อน มิฉะนั้นบุคคลไม่อาจจะกำหนดความรู้สึก หรือทำที่ ว่าชอบหรือไม่ชอบได้ เช่น บุคคลที่จะบอกว่าชอบเป็นครูหรือไม่ชอบเป็นครูนั้น จะต้องทราบเสียก่อนว่า ครูมีบทบาทอย่างไร มีรายได้เท่าไร และจะก้าวหน้าเพียงใดมิฉะนั้นไม่อาจบอกถึงเจตคติของตนได้

3. ด้านพฤติกรรม (behavior component) บุคคลจะมีเจตคติอย่างไร ให้สังเกตจากการกระทำหรือพฤติกรรม ถึงแม้ว่าพฤติกรรมจะเป็นองค์ประกอบสำคัญของเจตคติแต่ยังมีความสำคัญน้อยกว่าความรู้สึก เพราะในบางครั้งบุคคลกระทำไปโดยขัดกับความรู้สึก เช่น ยกมือไหว้และกล่าวคำสวัสดิ์ แต่ในความรู้สึกจริงๆ นั้น อาจมิได้เลื่อมใสศรัทธาเลยก็ได้เจตคติมีผลกระทบท่อพฤติกรรมมนุษย์ มีเจตคติเชิงลบ อาจจะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว และทำลายได้

จากการศึกษาเอกสารข้างต้นที่กล่าวมาพอสรุปได้ว่า องค์ประกอบของ เจตคติ ประกอบด้วย อารมณ์ พฤติกรรม โดยมีองค์ประกอบทั้ง 3 ด้าน ซึ่งทุกด้านมีความสัมพันธ์กันเสมอ เจตคติที่มีสิ่งใดสิ่งหนึ่งมากหรือน้อยย่อมขึ้นอยู่กับองค์ประกอบด้านสติปัญญาเสมอ

3. การวัดเจตคติ

เจลิม พักอ่อน (2546, หน้า 12) กล่าวว่าไว้ว่า แบบวัดเจตคติเป็นชุดของข้อคำถาม ด้านความรู้สึกที่มีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดในทางบวกหรือทางลบ ซึ่งมีการกำหนดระดับของคำตอบไว้เป็นช่วงๆ (interval) ให้กลุ่มตัวอย่างเลือกตอบตามความรู้สึกที่แท้จริง ซึ่งเจตคติจะประกอบด้วย 3 ส่วน คือ 1) ส่วนที่เป็นความรู้หรือความเชื่อ (cognitive or belief component) ซึ่งเป็นการรับรู้หรือความเชื่อของบุคคลต่อสิ่งเรานั้น 2) ส่วนที่เป็นความรู้สึกหรือการประเมิน (feeling or evaluating component) ซึ่งเป็นกริยาทำที่ที่แสดงออกว่าชอบหรือไม่ชอบ ดีหรือไม่ดีต่อสิ่งเรานั้น 3) ส่วนที่เป็นพฤติกรรม (behavioral component) ซึ่งเป็นความโน้มเอียงที่จะกระทำหรือจะปฏิบัติอย่างใดอย่างหนึ่งต่อสิ่งเรานั้นฉะนั้นการวัดเจตคติจึงต้องวัดทั้ง 3 องค์ประกอบของเจต

คติและจะต้องวัดเป็นภาพรวมๆ โดยพิจารณาภิรยาท่าที่การตอบสนองต่อสิ่งเร้าในหลายด้าน หลายประการรวมกัน มิใช่วัดจากการกระทำหรือพฤติกรรมอย่างเดียวนอกจากนั้นการวัดเจตคติ ยังต้องบ่งบอกทั้งปริมาณความมากน้อยของเจตคติที่มีต่อสิ่งเร้าและทิศทางที่บอกว่ามีเจตคติไปในทางบวกหรือทางลบด้วย

แบบวัดเจตคติที่นิยมมี 3 ชนิดได้แก่ (เจลิม พักอ่อน, 2546, หน้า 13)

3.1.1 แบบของเทอร์สโตน (Thurstone's Scale) แบบวัดเจตคติของเทอร์สโตน ประกอบด้วยคำถามจำนวนมากเพื่อวัดเจตคติที่บุคคลมีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด ระดับของเจตคติ หรือความรู้สึกตามแบบของเทอร์สโตน แบ่งออกเป็น 11 ระดับ (scale) เริ่มจากระดับไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง (1) ไปจนถึงเห็นด้วยอย่างยิ่ง (11) ระดับกลางเป็นความรู้สึกไม่แน่ใจ (6) หรืออีกนัยหนึ่ง ความรู้สึกในทางลบมีระดับ 1 - 5 ความรู้สึกกลางมีระดับ 6 ความรู้สึกในทางบวกมีระดับ 7 - 11 แต่ละข้อจะมีระดับ เจตคติประจำข้อ (scale value : S) ซึ่งได้มาจากการตัดสินของกลุ่มผู้ตัดสิน ซึ่งมีจำนวนประมาณ 50 - 100 คน การตอบผู้ตอบเลือกข้อความที่เห็นด้วยมากที่สุด จำนวนข้อตามที่กำหนดให้เลือกผู้ตอบได้คะแนนตามค่า S ของข้อที่เลือก

3.1.2 แบบของลิเคิร์ท (Likert's Scale) แบบวัดเจตคติของลิเคิร์ท ประกอบด้วยข้อคำถามที่แสดงเจตคติ หรือความรู้สึกต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดในทางบวก ในแบบวัด จะต้องประกอบไปด้วยทั้งข้อคำถามทางบวกและทางลบในจำนวนพอๆ กัน ระดับเจตคติตามแบบของลิเคิร์ทนิยมแบ่งออกเป็น 5 ระดับ (scale) คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ถ้าเป็นข้อความทางบวกจะมีคะแนน 5 4 3 2 1 (หรือ 4 3 2 1 0) ถ้าเป็นข้อความทางลบจะมีคะแนน 1 2 3 4 5 (หรือ 0 1 2 3 4) เช่น การวัดเจตคติต่อการเรียน การตอบจะให้ผู้ตอบทุกข้อโดยแต่ละข้อเลือกระดับ ที่ตรงกับความรู้สึกที่แท้จริงมากที่สุด ผู้ตอบได้คะแนนตามระดับที่เลือกตอบแต่ละข้อแล้วนำมาหาค่าเฉลี่ย ได้เป็นคะแนนเจตคติของผู้นั้น

3.1.3 แบบของออสกู๊ด (Osgood's Scale) แบบวัดเจตคติของออสกู๊ด เรียกกันทั่วไปว่าวิธีหาความแตกต่างของความหมาย (semantic differential method) มีลักษณะคล้ายกับการหาความหมายของมโนทัศน์ ด้วยการกำหนดมโนทัศน์ซึ่งอาจจะเป็นคำ ข้อความ หรือวลี มาให้ตอบด้วยการประเมินจาก 7 ช่วง ตามความหมายของคำศัพท์ตรงกันข้าม ซึ่งแบบวัดเจตคติของออสกู๊ดจะประกอบด้วยข้อคำถามที่เป็นคำศัพท์ที่มีความหมายตรงกันข้ามเป็นคู่ๆ แต่ละเรื่องที่จะวัดประกอบด้วยคำศัพท์ 3 ประเภท หรือ ประเภทใดประเภทหนึ่งต่อไปนี้

- 1) คำศัพท์แสดงการประเมิน เช่น ดี-เลว น่ารัก-น่าเกลียด หล่อ-ซีเห่อ
- 2) คำศัพท์แสดงศักยภาพ เช่น แข็งแรง - อ่อนแอ หนัก-เบา ใหญ่-เล็ก
- 3) คำศัพท์แสดงการเคลื่อนไหว เช่น ร่าเริง-เศร้าซึม เร็ว-ช้า สว่าง-มืด

ระดับเจตคติหรือความรู้สึกตามแบบของออสกูด นี้ แบ่งเป็น 7 ระดับ คือ 7 6 5 4 3 2 1 (หรือ 3 2 1 0 (-1) (-2) (-3)) จากคุณศัพท์ทางบวกไปหาคุณศัพท์ทางลบ การตอบผู้ตอบ ตอบทุกข้อโดยแต่ละข้อเลือกระดับที่ตรงกับความรู้สึกที่แท้จริงมากที่สุด ผู้ตอบจะได้คะแนนตามระดับที่เลือกตอบแต่ละข้อแล้วนำมาหาค่าเฉลี่ย ได้เป็นคะแนนเจตคติของ ผู้นั้น

สำหรับการทำวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกแบบวัดเจตคติของลิเคิร์ทเพราะว่าแบบวัดเจตคติจะประกอบด้วยข้อคำถามที่แสดงเจตคติ หรือความรู้สึกต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดในแบบวัดจะต้องประกอบไปด้วยทั้งข้อคำถามทางบวกหรือทางลบในจำนวนพอ ๆ กันและสเกลแบ่งออกเป็น 5 ระดับ ซึ่งเป็นสเกลที่ไม่มากหรือน้อยเกินไป ในการตอบจะให้ผู้ตอบตอบทุกข้อ โดยแต่ละข้อเลือกระดับ ที่ตรงกับความรู้สึกที่แท้จริงมากที่สุด ผู้ตอบได้คะแนนตามระดับที่เลือกตอบแต่ละข้อแล้วนำมาหาค่าเฉลี่ย ได้เป็นคะแนนเจตคติของผู้นั้น

พฤติกรรม

1. ความหมายของพฤติกรรม ได้มีนักการศึกษาได้ให้ความหมายไว้ดังนี้

สงวน สุทธิเลิศอรุณ (2543, หน้า 5) ได้ให้ความหมายไว้ว่า พฤติกรรม หมายถึง การกระทำของมนุษย์ด้านกายกรรม วาจากรรม และมโนกรรม โดยรู้สึกตัวหรือไม่รู้สึกตัว ทั้งที่สังเกตได้และไม่อาจสังเกตได้

พิภพ วังเงิน (2547, หน้า 28) ได้ให้ความหมายไว้ว่า พฤติกรรม หมายถึง การกระทำของบุคคลเป็นการกระทำทุกอย่างของมนุษย์ ไม่ว่าจะเป็นการกระทำไปโดยรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็ได้ คนอื่นจะสังเกตได้หรือไม่ก็ตาม และเป็นกระทำที่ผู้อื่นจะเห็นได้หรือไม่ก็ตาม

โกลเดนสัน (Goldenson, 1984, p.90) ได้ให้ความหมายไว้ว่า พฤติกรรม หมายถึงการกระทำหรือตอบสนองการกระทำจิตวิทยาของแต่ละบุคคล และเป็นปฏิสัมพันธ์ในการตอบสนองสิ่งกระตุ้นภายในหรือภายนอก รวมทั้งเป็นกิจกรรมการกระทำต่าง ๆ ที่เป็นไปอย่างมีจุดหมาย สังเกตเห็นได้หรือเป็นกิจกรรมการกระทำต่าง ๆ ที่ได้ผ่านการใคร่ครวญแล้วหรือเป็นไปอย่าง ไม่รู้ตัว

จากความหมายและคำอธิบายที่อ้างถึงไว้สรุปความหมาย ได้ว่าพฤติกรรมคือ การกระทำ ของบุคคลในทุกลักษณะ ทั้งที่เป็นโดยธรรมชาติทางสรีระและที่จงใจกระทำ ซึ่งอาจจะรู้ตัวหรือไม่รู้ตัว และ เป็นการกระทำที่สังเกตได้โดยอาจใช้ประสาทสัมผัสธรรมดาหรือใช้เครื่องมือช่วยการสังเกต

2. ความสำคัญของพฤติกรรม

การศึกษาพฤติกรรมอันประกอบด้วยเป้าหมายเพื่อการอธิบายพฤติกรรม เป้าหมายเพื่อการพยากรณ์พฤติกรรม เป้าหมายเพื่อการเข้าใจพฤติกรรม และเป้าหมายเพื่อ

การควบคุมพฤติกรรมนั้น หากการศึกษาพฤติกรรมบรรลุเป้าหมายดังกล่าวก็จะส่งผลดีต่อผู้ศึกษาและมีความสำคัญต่อบุคคลและสังคม ซึ่งอาจกล่าวเป็นข้อ ๆ ถึงความสำคัญของความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมได้ดังนี้

1. ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมช่วยให้ผู้ศึกษาเกิดความเข้าใจตนเอง คือ จากการศึกษาธรรมชาติพฤติกรรมของมนุษย์ในแง่มุมต่าง ๆ จะช่วยให้ผู้ศึกษาเกิดความเข้าใจตนเองไปด้วย จากความเข้าใจตนเองก็นำไปสู่การยอมรับตนเอง และได้แนวทางปรับตน พัฒนาตน เลือกเส้นทางชีวิตที่เหมาะสมแก่ตน

2. ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมช่วยให้ผู้ศึกษาเกิดความเข้าใจผู้อื่น คือ ความรู้ด้านพฤติกรรมอันเป็นข้อสรุปจากคนส่วนใหญ่ ช่วยเป็นแนวทางเข้าใจบุคคลใกล้ชิดและผู้แวดล้อม ช่วยให้ยอมรับข้อดีข้อจำกัดของกันและกัน ช่วยให้เกิดความเข้าใจ ยอมรับ มีสัมพันธภาพที่ดี และช่วยการจัดวางตัวบุคคลได้เหมาะสมขึ้น

3. ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมช่วยบรรเทาปัญหาสังคม คือ เรื่องปัญหาสังคมอันมีปัจจัยหลายประการนั้น ปัจจัยของปัญหาสังคมที่สำคัญมากส่วนหนึ่งมาจากปัญหาพฤติกรรมของบุคคลในสังคม อาจจะเป็นปัญหาสุขภาพจิต ปัญหาเบี่ยงเบนทางเพศ ปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าว ลักษณะความเชื่อที่ผิด การลอกเลียนแบบที่ไม่เหมาะสม ความรุนแรงของพฤติกรรมเชิงลบ ฯลฯ ซึ่งความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมจะช่วยให้ได้แนวทางในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การจัดสภาพแวดล้อมที่ ส่งเสริมการปรับตัวของบุคคล เป็นต้น

4. ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมช่วยเสริมสร้างพัฒนาคุณภาพชีวิต คือ จากความเข้าใจในอิทธิพลของพันธุกรรมและสิ่งแวดล้อมต่อพฤติกรรม ช่วยให้ผู้ศึกษารู้จักเลือกรับปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมอย่างเหมาะสมเพื่อพัฒนาตนทั้งทางกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา ช่วยให้เข้าใจธรรมชาติภายในตน เข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล ซึ่งเป็นแนวทางสู่การเสริมสร้างพัฒนาตนและบุคคลอื่น ๆ ได้อย่างเหมาะสมเฉพาะรายต่อไป

3. ประเภทของพฤติกรรม

สงวน สุทธิเลิศอรุณ (2543, หน้า 5) ได้กล่าวถึงประเภทของพฤติกรรมซึ่งสามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภทคือ

1. พฤติกรรมภายนอก เป็นพฤติกรรมที่ผู้อื่นสังเกตได้ โดยใช้ประสาทสัมผัสหรือเครื่องมือ พฤติกรรมภายนอกแบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่

พฤติกรรมภายนอก ที่ไม่ต้องอาศัยเครื่องมือในการสังเกต คือ พฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้ เช่น การเคลื่อนไหวของ แขน ขา

พฤติกรรมภายนอก ที่ต้องอาศัยเครื่องมือในการสังเกต คือ พฤติกรรมที่ไม่สามารถเห็นด้วยตาเปล่า เช่น การทำงานของเซลล์สมอง

2. พฤติกรรมภายใน เป็นพฤติกรรมที่เจ้าตัวรับรู้ เช่น การได้ยิน การเข้าใจ การรู้สึกหิว แบ่งเป็น 4 ลักษณะ

พฤติกรรมที่เป็นการเข้าใจ หรือตีความ เช่น เมื่อเรามองตาเพื่อนก็เข้าใจเพื่อนได้
 พฤติกรรมที่เป็นความจำ เช่น เมื่อมีโทรศัพท์เรียกเข้ามา เราก็จำเสียงเพื่อนได้
 พฤติกรรมที่เป็นความคิด เช่น การคิดสร้างสรรค์ การคิดอย่างมีเหตุผลทาง
 พุทธศาสนา จำแนกพฤติกรรมมนุษย์ เป็น 3 ประเภท

กายกรรม เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกทางร่างกาย ทั้งทางตรงและทางอ้อม
 ทางตรง เช่น การเดิน การยืน การนั่ง ทางอ้อม เช่น การยิ้มและกล่าวทักทายเพื่อนด้วยลีลา
 ต่างๆ

วจีกรรม เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกทางวาจา ทางตรง เช่น การพูด การเจรจา
 ทางอ้อม เช่น การพูดพร้อมจับมือ แสดงความเป็นมิตร

มโนกรรม เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกถึงระดับจิตใจ ทั้งทางตรงและทางอ้อม
 ทางตรง เช่น การมีจิตเป็นสมาธิ การมีน้ำใจ ทางอ้อม เช่น การคิดถึงเพื่อนก็โทรศัพท์หรือไปพบ

4. การวัดพฤติกรรม

ภัทรา นิคมานนท์ (2543, หน้า 208) ได้กล่าวถึงการวัดพฤติกรรมไว้ว่า เป็น
 เครื่องมือที่ใช้วัดทักษะพิสัย ได้แก่ การทดสอบ การสังเกต แบบสำรวจรายการ มาตรฐาน
 ประเมินค่า ซึ่งแต่ละประเภทมีความเหมาะสมแตกต่างกัน ในวัตถุประสงค์หนึ่ง อาจใช้วิธีเดียว
 หรือหลายวิธีก็ได้ หากวิธีใดวิธีหนึ่งไม่ชัดเจน

การทดสอบ สามารถใช้ได้ทั้งสอบปากเปล่าและข้อเขียน ซึ่งมีลักษณะต่าง
 กันคือ

การสอบข้อเขียน จะใช้ต่อเมื่อการวัดการปฏิบัติที่เป็นการทดลอง เช่น วัด
 ทักษะทางภาษา ทักษะการคิดคำนวณ กรณีสอนนักเรียนกลุ่มใหญ่ผู้สอนดูแลไม่ทั่วถึง
 สถานการณ์ที่ผู้สอนจัดให้มีการปฏิบัติแต่ผู้สอนไม่สามารถสังเกตเห็นการทำงานของนักเรียน งาน
 ที่ให้ทำเป็นกลุ่มแต่ต้องการวัดทักษะการทำงานเป็นรายบุคคล

การสอบปากเปล่า เป็นวิธีการหนึ่งที่ใช้วัดความสามารถในการปฏิบัติงานใน
 ส่วนที่เกี่ยวกับกระบวนการเป็นส่วนใหญ่ เมื่อเปรียบเทียบกับการสอบข้อเขียนแล้ว การสอบ
 ปากเปล่าจะมีความเป็นปรนัยน้อยกว่า

การสังเกต (observation) เป็นการวัดทักษะการปฏิบัติที่เหมาะสมที่สุด คือ การ
 ให้ผู้เรียนปฏิบัติจริงและผู้วัดผลใช้วิธีการสังเกตพฤติกรรมการทำงานของผู้ปฏิบัติ เครื่องมือที่ใช้
 ประกอบการสังเกต คือ การบันทึกข้อมูล การใช้แบบสำรวจ (checklist) มาตรฐานประเมินค่า

แบบสำรวจรายการ (checklist) เป็นเครื่องมือที่ใช้วัดพฤติกรรมที่ต้องการวัด
 โดยบันทึกข้อมูลในแบบตรวจสอบรายการกิจกรรม และพฤติกรรมในการปฏิบัติงานว่า รายการ
 ได้ไม่มีรายการใดมีมาก รายการใดมีน้อย

มาตรฐานประเมินค่า (rating scale) เป็นเครื่องวัดทักษะการปฏิบัติทั้งด้าน

กระบวนการ และผลงาน มาตรฐานมีหลายระดับ ได้แก่ มาตรฐานประมาณค่าแบบตัวเลข มาตรฐานประมาณค่าแบบภาษา มาตรฐานประมาณค่าโดยการจัดอันดับ

วิธีการสร้างเครื่องมือวัดด้านทักษะพิสัย

1. ศึกษาหลักสูตร กำหนดวัตถุประสงค์
2. วิเคราะห์ธรรมชาติของงานที่ให้ปฏิบัติ
3. วิเคราะห์คุณลักษณะของพฤติกรรมที่ต้องการวัด
4. กำหนดน้ำหนักความสำคัญของคุณลักษณะที่ต้องการวัด
5. ลงมือสร้างเครื่องมือ

จากแนวความคิด ทฤษฎี ของนักการศึกษา ช่างต้น พอสรุปได้ว่า จากความหมายของพฤติกรรมและการวัดพฤติกรรมสามารถวัดได้ทั้งภายในภายนอกซึ่งได้จากการสังเกต แบบทดสอบ แบบสัมภาษณ์ แต่ในการวัดพฤติกรรมการเจริญสติ ผู้วิจัยได้นำแบบสังเกตพฤติกรรม มาใช้ในการสังเกตพฤติกรรมระหว่างที่เข้ารับการฝึกอบรม

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. งานวิจัยในประเทศ

จิตรประสงค์ ชาวเจริญ (2540, บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องความคิดเห็นของครูเกี่ยวกับการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรมในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในเขตพัฒนาพื้นที่ชายฝั่งทะเลตะวันออก มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความคิดเห็นของครู เกี่ยวกับการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรมในโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในเขตพัฒนาพื้นที่ชายฝั่งทะเลตะวันออก เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถามความคิดเห็นรวม 6 ด้าน ผลการวิจัย พบว่า 1) ด้านความสำคัญของการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรมครูเห็นด้วยระดับมาก 2) ด้านหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้นพุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พุทธศักราช 2533) เกี่ยวกับคุณธรรมและจริยธรรม ครูเห็นด้วยระดับปานกลาง 3) การอบรมนักเรียนครูเห็นด้วยในระดับมาก 4) ด้านการเรียนการสอนในห้องเรียน ครูเห็นด้วยในระดับมาก 5) ด้านการเรียนการสอนนอกห้องเรียนครูเห็นด้วยระดับมาก 6) ด้านวัดผลและประเมินผลครูเห็นด้วยระดับมากและเมื่อเปรียบเทียบความคิดเห็นของครู เกี่ยวกับการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรม ในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนทั้งในห้องเรียน และนอกห้องเรียนตามตัวแปรเพศ หมวตวิชาที่สอน ประสบการณ์การสอนและขนาดโรงเรียน พบว่า มีความคิดเห็นแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 แต่เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า 1) ความคิดเห็นของครูระหว่างหมวตวิชาเกี่ยวกับการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรมด้านความสำคัญของการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรม ด้านหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พุทธศักราช 2533) เกี่ยวกับคุณธรรมและจริยธรรม ด้านการอบรมนักเรียน และด้านการเรียนการสอนในห้องเรียน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 2) ความคิดเห็นของครูที่สอนใน

โรงเรียนขนาดต่างกัน เกี่ยวกับการปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรม ด้านหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนต้น พุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พุทธศักราช 2533) เกี่ยวกับคุณธรรมและจริยธรรม ด้านการเรียนการสอนในห้องเรียน ด้านการเรียนการสอนนอกห้องเรียน และด้านการวัดผลและประเมินผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

สุดสวาท ทิพย์สุทธิ (2541, บทคัดย่อ) ศึกษาผลของเทคนิคการฝึกปฏิบัติให้อยู่กับปัจจุบันต่อการลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยผู้ใหญ่ที่ใส่ท่อช่วยหายใจและเครื่องช่วยหายใจจำนวน 40 ราย แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มควบคุมจำนวน 20 ราย และกลุ่มทดลองจำนวน 20 ราย กลุ่มทดลองคือกลุ่มที่ได้รับเทคนิคการฝึกการปฏิบัติให้อยู่กับปัจจุบัน กลุ่มควบคุมคือกลุ่มที่ไม่ได้รับเทคนิคการฝึกการปฏิบัติให้อยู่กับปัจจุบัน โดยกรอบแนวคิดในการวิจัย ใช้แนวคิดการเจริญสติและการทำจิตบำบัดแบบเกสตอลท์ในการอธิบายเทคนิคการฝึกการปฏิบัติให้อยู่กับปัจจุบัน ผลการวิจัยสรุปว่าเทคนิคการฝึกการปฏิบัติให้อยู่กับปัจจุบันมีผลต่อการลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยผู้ใหญ่ที่ใส่ท่อช่วยหายใจและเครื่องช่วยหายใจ

ธีรยุทธ วิสุทธิ (2542, บทคัดย่อ) ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับการเจริญสติในการจัดการกับความเครียดของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมยางพารา ในจังหวัดสุราษฎร์ธานี ที่มีคะแนนจากแบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเองตั้งแต่ 26 คะแนนขึ้นไปจำนวน 27 คน แล้วสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลองที่ 1 กลุ่มทดลองที่ 2 และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 9 คน โดยกลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นเวลาติดต่อกัน 5 สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง กลุ่มทดลองที่ 2 ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับการเจริญสติเป็นเวลาติดต่อกัน 5 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง เช่นเดียวกับกลุ่มทดลองที่ 1 แต่ทำการฝึกสติหลังจากจบการให้คำปรึกษาอีก 45 นาที ส่วนกลุ่มควบคุมไม่มีการจัดการใดๆ และทำการเก็บข้อมูลโดยใช้แบบประเมินและวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว ผลการวิจัยพบว่า พนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและพนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับการเจริญสติ มีคะแนนความเครียดในระยะหลังการทดลองต่ำกว่าพนักงานกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มกับพนักงานกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มร่วมกับการเจริญสติ มีคะแนนความเครียดที่เปลี่ยนแปลงจากก่อนการทดลองไม่แตกต่างกัน

สุภากร คำสิงห์นอก (2543, บทคัดย่อ) ได้พัฒนาชุดฝึกอบรมเรื่องยาเสพติดให้โทษสำหรับเยาวชนโดยวิเคราะห์ขอบข่าย เนื้อหา กำหนดเนื้อหา เขียนจุดประสงค์เชิงพฤติกรรมให้สอดคล้องกับเนื้อหา สร้างชุดฝึกอบรมให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ ปรับปรุง แก้ไข ทดลองใช้เพื่อวิเคราะห์หาประสิทธิผลแล้วนำไปฝึกอบรมกับกลุ่มตัวอย่าง ชุดฝึกอบรมประกอบด้วยแผนการฝึกอบรมสำหรับวิทยากร สื่อประกอบการอบรมได้แก่ วีดีทัศน์ แผ่นใส และสไลด์ ข้อเสนอแนะสำหรับวิทยากรคือต้องศึกษาข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มผู้เข้าอบรม แผนการอบรม เนื้อหาและ

ชุดฝึกอบรมให้เข้าใจก่อน เตรียมสื่อ อุปกรณ์สถานที่ให้เหมาะสม และสะดวกในการฝึกอบรม ตามแผนและให้ทำแบบทดสอบหลังการอบรม เมื่อสิ้นสุดการอบรม ชุดฝึกอบรมดังกล่าวมีประสิทธิภาพจากการทดลองภาคสนาม 83.15/85.25 และค่าดัชนีประสิทธิผล 0.58

สมพร หวานเสร็จ (2545, บทคัดย่อ) พัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมผู้ปกครองฟื้นฟูสมรรถภาพเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาระดับปฐมวัย โดยที่การศึกษาวิจัยแบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ ระยะที่ 1 ศึกษาความต้องการจำเป็นในการอบรมและข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาหลักสูตรโดย (1) ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับบริบทของการฟื้นฟูสมรรถภาพ เด็กบกพร่องทางสติปัญญา (2) สสำรวจสภาพปัจจุบัน ความต้องการการช่วยเหลือและ ข้อมูลพื้นฐานของผู้ปกครองเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในระดับปฐมวัยทั่วประเทศ จำนวน 160 คน (3) ศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการสร้างหลักสูตรอบรมโดยสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญในสาขาต่างๆที่เกี่ยวข้อง จำนวน 15 คน และผู้ปกครองเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในระดับปฐมวัย 16 คนจากทั่วประเทศ ระยะที่ 2 การพัฒนาหลักสูตร แบ่งเป็น 3 ขั้นตอนย่อยคือ (1) จัดทำโครงร่างหลักสูตรและประเมินโครงร่างของหลักสูตรโดยผู้เชี่ยวชาญสาขาต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง จำนวน 12 คน แล้วดำเนินการปรับปรุงแก้ไขร่างหลักสูตรให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น (2) พัฒนาชุดฝึกอบรมซึ่งประกอบด้วย คู่มือการใช้หลักสูตร สื่อ CD-Rom บันทึกผู้ปกครองและเครื่องมือประเมินผล โดยสร้างและหาประสิทธิภาพของชุดฝึกอบรม (3) ทดลองใช้หลักสูตรโดย อบรมผู้ปกครองของเด็กบกพร่องทางสติปัญญาในระดับปฐมวัยในเขตการศึกษา 10 จำนวน 10 คน ระยะที่ 3 นำหลักสูตรไปใช้ขยายผล โดยอบรมผู้ปกครองเด็ก บกพร่องทางสติปัญญาในระดับปฐมวัยในเขตการศึกษา 9 จำนวน 10 คน เพื่อหาประสิทธิผลของหลักสูตร เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวม ข้อมูลได้แก่ (1) แบบประเมินความรู้ ความเข้าใจ (2) แบบวัดเจตคติ วิเคราะห์ข้อมูล เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนก่อนและหลังการอบรม โดยใช้ Wilcoxon Matched Pairs Signed Ranks Test. ผลการวิจัยพบว่า หลักสูตร อบรมผู้ปกครองในการฟื้นฟูสมรรถภาพเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาในระดับปฐมวัย ที่เป็นหลักสูตรที่ได้รับการพัฒนาขึ้นตามหลักวิชาการด้านการพัฒนาหลักสูตร มีความเที่ยงตรงและความเชื่อมั่นที่ยอมรับได้ชุดฝึกอบรมมีประสิทธิภาพ 95.43 / 94.50 และมีค่าดัชนีประสิทธิผล 0.853 สารสำคัญของหลักสูตรบรรจุลงใน CD-ROM ทั้งหลักสูตรและชุดฝึกอบรมในการฝึกอบรมผู้ปกครอง ทำให้มีคะแนนผลสัมฤทธิ์ด้านความรู้ความเข้าใจ และเจตคติในการฟื้นฟูสมรรถภาพเด็กบกพร่องทางสติปัญญาในระดับปฐมวัยก่อนและหลังการอบรม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีคะแนนหลังการอบรมสูงขึ้น รวมทั้งมีทักษะในการจัดกิจกรรมฟื้นฟูสมรรถภาพ กล้ามเนื้อมัดใหญ่ กล้ามเนื้อมัดเล็ก ความเข้าใจภาษาและการใช้ภาษาตลอดจนทักษะทางสังคมและการช่วยเหลือตนเองสูงขึ้นด้วย

คำพอง สมศรีสุข (2546, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการปฏิบัติธรรม ด้วยการเจริญสติแบบเคลื่อนไหว ตามแนวของหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้เข้าปฏิบัติธรรมที่บึงขี้ฉี่ อำเภอเมือง จังหวัดเลย จากกลุ่มเป้าหมายของหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก

มีพระภิกษุ 20 รูป แม่ชี 20 คน อุบาสก อุบาสิกา 110 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้วิธี สัมภาษณ์ แบบมีโครงสร้างนำมาวิเคราะห์และสังเคราะห์ เปรียบเทียบสภาพจิตก่อนและหลัง ของผู้เข้าอบรมปฏิบัติธรรมในด้านการควบคุมอารมณ์ของตนเอง การมีสติสัมปชัญญะ การรู้จัก ตนเอง การเข้าใจผู้อื่นและการมีสมาธิ ผลการศึกษาพบว่า ผู้ที่ผ่านการอบรมปฏิบัติธรรม มี การพัฒนาตนเองดีขึ้นในทุก ๆ ด้าน คือ ด้านการควบคุมอารมณ์ของตนเองอยู่ในระดับมาก ด้านการมีสติสัมปชัญญะอยู่ในระดับปานกลาง ด้านการรู้จักตนเองอยู่ในระดับปานกลาง ด้าน การเข้าใจผู้อื่นอยู่ในระดับมาก และด้านการมีสมาธิอยู่ในระดับมาก ผลจากการศึกษาดังกล่าว สะท้อนให้เห็นว่า การพัฒนาคุณภาพชีวิตนั้น จะต้องอาศัยหลักพุทธธรรมเป็นเครื่องมือในการ พัฒนา การศึกษา เรียนรู้ การเจริญสติแบบเคลื่อนไหวของหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก เป็นอีก วิธีการหนึ่งที่จะช่วยให้ผู้สนใจในการปฏิบัติธรรม ไม่ว่าจะนับถือศาสนาใด หรือเป็นคนชาติใด ไม่ ว่าจะเป็นหญิงหรือชาย เด็กหรือผู้ใหญ่ มีฐานะอย่างไร ได้มีทางเลือกในการประพฤติ ปฏิบัติตน ให้เกิดความรู้สึก ในทุกอิริยาบถให้เกิดความมั่นใจ ซึ่งการปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่องนี้เป็น สิ่งจำเป็นและสำคัญที่สุดต่อชีวิตในการพัฒนาตนเอง เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตให้พ้น ทุกข์ ควรได้รับการสนับสนุน เผยแพร่การเจริญสติแบบเคลื่อนไหวให้กว้างขวางต่อไป

มนสิข สิทธิสมบูรณ์ (2546, บทคัดย่อ) ได้พัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมการวิจัยในชั้น เรียน โดยมีลำดับขั้นตอนในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม คือ (1) ศึกษาข้อมูลพื้นฐานเรื่อง นโยบายรัฐปรัชญาการศึกษาทฤษฎีการเรียนรู้ และศึกษาวิจัยเรื่องสภาพและรูปแบบการทำวิจัย ในชั้นเรียน (2) ยกร่างเอกสารหลักสูตรและเอกสารประกอบหลักสูตรฝึกอบรมการวิจัยในชั้น เรียน (3) ตรวจสอบเอกสารหลักสูตรและเอกสารประกอบหลักสูตรโดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 11 คน และ นำมาแก้ไขปรับปรุง (4) ทดลองใช้หลักสูตรกับครูอาสาสมัครจากโรงเรียนพิษณุโลก ศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก จำนวน 5 คน และทำการแก้ไขปรับปรุง (5) นำหลักสูตร ไปใช้ฝึกอบรมกับครูอาสาสมัคร ซึ่งเป็นครูแม่ข่ายกัลยาณมิตรวิจัยนำหลักสูตรไปขยายเครือข่าย กับครูลูกข่ายกัลยาณมิตรวิจัยในโรงเรียนเดียวกันอีก จำนวน 30 คน และ (6) ประเมิน ประสิทธิภาพผลของหลักสูตรฝึกอบรม ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ 1) เอกสารหลักสูตร ได้กำหนด เกณฑ์การผ่านหลักสูตรฝึกอบรม คือ ผู้ผ่านการฝึกอบรม ต้องเข้ารับการอบรมตามวัน เวลา ที่ กำหนดไม่ต่ำกว่า 80 เปอร์เซ็นต์ และสามารถเขียนรายงานการวิจัยในชั้นเรียนได้คุณภาพไม่ต่ำ กว่าระดับปานกลาง (C) 2) เอกสารประกอบหลักสูตรประกอบด้วย คู่มือหลักสูตรสำหรับผู้ให้ การอบรม เรื่อง การวิจัยในชั้นเรียนและคู่มือหลักสูตรสำหรับผู้ เข้ารับการฝึกอบรม เรื่องการ วิจัยในชั้นเรียน ซึ่งเป็นเอกสารเพื่ออำนวยความสะดวกแก่ผู้ให้การฝึกอบรมและผู้เข้ารับการ ฝึกอบรมในการทำความเข้าใจเนื้อหาการฝึกอบรม และวิธีปฏิบัติการในการทำวิจัยใน ชั้นเรียน 3) การนำหลักสูตรฝึกอบรมไปใช้โดยวิธีกัลยาณมิตรวิจัย ประกอบด้วย การร่วมแลกเปลี่ยน เรียนรู้ โดยเน้นการทำแบบฝึกปฏิบัติตามคู่มือหลักสูตรฝึกอบรมที่กำหนดการติดตามดูแล ช่วยเหลือและให้คำแนะนำช่วยเหลืออย่างใกล้ชิด การร่วมนิเทศ วิเคราะห์ปัญหาในชั้นเรียน การ

กำหนดเวลาให้คำแนะนำปรึกษาที่โรงเรียน และการช่วยเผยแพร่ผลงานการวิจัยในชั้นเรียน

4) ผลการประเมินประสิทธิผลของหลักสูตรฝึกอบรมการวิจัยในชั้นเรียนปรากฏว่าครูแม่ข่าย กัลยาณมิตรวิจัย จำนวน 15 คน มีความพึงพอใจในการฝึกอบรมเฉลี่ยอยู่ในระดับดีมาก และทั้งหมดสามารถผ่านเกณฑ์ของหลักสูตรที่กำหนด โดยมี คุณภาพงานวิจัยอยู่ในระดับดีมาก จำนวน 13 เรื่อง อยู่ในระดับดี จำนวน 2 เรื่อง สำหรับครูลูกข่ายกัลยาณมิตรวิจัยจำนวน 30 คน สามารถผ่านเกณฑ์ของหลักสูตรทั้งหมด โดยมีคุณภาพงานวิจัยอยู่ในระดับดีมาก จำนวน 22 เรื่อง และอยู่ในระดับดี จำนวน 8 เรื่อง การศึกษากระบวนการในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมที่ พัฒนาขึ้นโดยนักศึกษาดังกล่าวข้างต้น

พระมหาประนอม ทองไพบูลย์ (2549, บทคัดย่อ) ได้พัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม เรื่อง การลดทุกข์เพิ่มสุข สำหรับอุบาสก อุบาสิกา โดยมีลำดับขั้นตอนในการพัฒนาหลักสูตร คือ (1) เพื่อศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการสร้างหลักสูตรฝึกอบรม (2) เพื่อสร้างหลักสูตร (3) เพื่อทดลองใช้หลักสูตร (4) เพื่อประเมินผลและปรับปรุงหลักสูตรฝึกอบรม เรื่อง การลดทุกข์เพิ่มสุข สำหรับ อุบาสก อุบาสิกา ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ 1) การศึกษาความต้องการพื้นฐานในการสร้าง หลักสูตรฝึกอบรม พบว่า อุบาสก อุบาสิกา มีทั้งเพศหญิงและชายเท่ากัน ส่วนใหญ่มีอายุ ระหว่าง 20 -29 ปี ระดับการศึกษาส่วนมากอยู่ในระดับมัธยมศึกษา มีอาชีพเป็นเกษตรกร รายได้ภายในครอบครัวส่วนใหญ่ไม่พอใช้ ส่วนใหญ่เคยเข้าร่วมการฝึกอบรม เรื่องที่ต้องการ ฝึกอบรมครั้งนี้คือ การลดความทุกข์ เพิ่มความสุข สำหรับจำนวนวันที่ต้องการให้จัดฝึกอบรม ครั้งนี้อยู่ระหว่าง 3 วัน 2 คือ และอุบาสก อุบาสิกา ทั้งหมดมีความต้องการเข้าร่วมหลักสูตรครั้ง นี้ 2) การสร้างหลักสูตรพบว่า หลักสูตรฝึกอบรมประกอบด้วยโครงสร้าง ดังนี้ (1) หลักการและ เหตุผล (2) วัตถุประสงค์ (3) แนวการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม (4) สื่อการฝึกอบรม (5) การวัด และการประเมินผล (6) เกณฑ์การผ่านหลักสูตรฝึกอบรม 3) การทดลองใช้หลักสูตรพบว่า ใน การทดลองหลักสูตรครั้งนี้ใช้จำนวน 3 วัน 2 คืน มีกิจกรรม 3 ขั้นตอน คือ ก่อนการฝึกอบรม ระหว่างดำเนินการฝึกอบรม และหลังการฝึกอบรม 4) การประเมินและปรับปรุงหลักสูตร ฝึกอบรม พบว่า 1) ความรู้เกี่ยวกับการลดทุกข์เพิ่มสุข ของอุบาสก อุบาสิกาหลังการฝึกอบรมสูง กว่าก่อนฝึกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) เจตคติโดยภาพรวมของอุบาสก อุบาสิกา ที่มีต่อหลักสูตรฝึกอบรมอยู่ในระดับสูงมาก 3) พฤติกรรมเกี่ยวกับการลดทุกข์เพิ่มสุข ของอุบาสกอุบาสิกาหลังการฝึกอบรม สูงกว่าก่อนฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พระมหาสิริชัย เสรีไตรรัตน์ (2549, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการพัฒนาหลักสูตร ฝึกอบรมศีลธรรม ค่ายคุณธรรมจริยธรรม เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต สำหรับนักเรียนชั้น ประถมศึกษาปีที่ 6 อำเภอเสนาให้ จังหวัดสระบุรี และมีจุดมุ่งหมายเฉพาะคือ (1) เพื่อศึกษา ข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาหลักสูตรฉบับร่าง (2) เพื่อพัฒนาหลักสูตรฉบับร่าง (3) เพื่อทดลอง ใช้หลักสูตร (4) เพื่อประเมินผลและปรับปรุงหลักสูตร ผลการวิจัยพบว่า 1) การศึกษาข้อมูล พื้นฐาน พบว่า องค์กรต่างๆ ชุมชน สถาบันการศึกษา และสถาบันศาสนาร่วมกันจัดการศึกษา

โดยการพัฒนาหลักสูตร จัดการเรียนรู้ในชุมชนของคนในขอบข่ายที่สอดคล้องกับบริบทในชุมชนท้องถิ่น และจุดเน้นของหลักสูตรฝึกอบรม มุ่งให้การศึกษาเรียนรู้เกี่ยวกับศีลธรรม คุณธรรม จริยธรรม เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตนักเรียน รวมทั้งส่งเสริมสถาบันพระพุทธศาสนา วัฒนธรรม ประเพณีอันดีงามของประเทศไทย ส่วนบุคคลที่เกี่ยวข้องมีความต้องการในการพัฒนาหลักสูตร โดยมีเนื้อหาสาระให้เหมาะสมกับบริบท นำไปใช้ในการดำรงชีวิตได้ ผู้เรียนเกิดความรู้คู่คุณธรรมจริยธรรม และส่งเสริมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตนักเรียนให้เป็นคนเก่ง เป็นคนดี และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยรูปแบบการฝึกอบรมเน้นให้ความรู้พร้อมทั้งฝึกปฏิบัติจริง 2) การพัฒนาหลักสูตร (ฉบับร่าง) ประกอบด้วย หลักการและเหตุผล จุดมุ่งหมายหลักสูตร เนื้อหาสาระ วิธีการฝึกอบรม สื่อ และวัสดุอุปกรณ์ และการวัดประเมินผล โดยเนื้อหาของหลักสูตรแบ่งเป็น ภาคทฤษฎี ภาคปฏิบัติ และกิจกรรม ซึ่งมีแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้จำนวน 11 แผน ผู้เชี่ยวชาญประเมินหลักสูตรฝึกอบรม พบว่า หลักสูตรฝึกอบรมมีความสอดคล้องและเหมาะสม 3) การทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรม กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อำเภอเสนาให้จังหวัดสระบุรี จำนวน 2 ค่าย 3 วัน โดยการบรรยาย สาธิต และฝึกปฏิบัติจริง ตามแผนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ พบว่า นักเรียนมีความสนใจ และตั้งใจ สามารถปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ของกระบวนการฝึกอบรม ได้เป็นอย่างดี 4) การประเมินผลและปรับปรุงหลักสูตร พบว่า นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังการใช้หลักสูตรสูงกว่าก่อนใช้หลักสูตร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนการประเมินระหว่างการใช้ฝึกอบรม พบว่า นักเรียนมีทักษะปฏิบัติได้เป็นที่น่าพอใจ และการประเมินหลังการใช้หลักสูตรฝึกอบรมที่พัฒนาขึ้นมีความสอดคล้องและเหมาะสมที่จะนำไปใช้

คุณพล สุทรรัตน์ (2550, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการพัฒนาและหาประสิทธิภาพของหลักสูตรเสริมเพื่อพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของนักเรียนโรงเรียนมัธยมศึกษาเอกชน กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนโรงเรียนนวมินทราชินูทิศมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2550 จำนวน 12 ห้องเรียน สุ่มกลุ่มตัวอย่างง่าย เป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้องเรียน จำนวน 40 คน และเป็นกลุ่มควบคุม 1 ห้องเรียน จำนวน 40 ทดสอบนักเรียนด้วยแบบประเมินผลการใช้หลักสูตรเสริมที่ประเมินเจตคติ และพฤติกรรมการมีคุณธรรมจริยธรรมของกลุ่มตัวอย่างก่อน และหลังการทดลองทั้งสองกลุ่ม แล้ววิเคราะห์ผลการทดลองโดยใช้สถิติการหาค่าสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมผลการวิจัยพบว่า ค่าเฉลี่ยเจตคติและพฤติกรรมการมีคุณธรรมจริยธรรมของนักเรียนโรงเรียนมัธยมศึกษาเอกชน เมื่อจัดผลของความแตกต่างก่อนการทดลอง (Pre-Test) แล้วปรากฏดังนี้ 1. ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติกับพฤติกรรมการมีคุณธรรมจริยธรรมของนักเรียนหลังการทดลอง มีความสัมพันธ์ต่อกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .0012. ผลการเปรียบเทียบเจตคติการมีคุณธรรมจริยธรรมหลังการทดลองระหว่างกลุ่มควบคุมกับกลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยโดยรวมสูงกว่ากลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หากพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ความมีวินัย และความประหยัด กลุ่มทดลอง

สูงกว่ากลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01 ส่วนความรับผิดชอบ ความซื่อสัตย์ และความขยันหมั่นเพียร มีเจตคติต่อการมีคุณธรรมไม่แตกต่างกัน3. ผลการเปรียบเทียบ พฤติกรรมการมีคุณธรรมจริยธรรมหลัง การทดลองระหว่างกลุ่มควบคุม กับกลุ่มทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยโดยรวมไม่แตกต่างกัน หากพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า พฤติกรรมด้านการมีวินัยของ กลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนความ รับผิดชอบ ความซื่อสัตย์ ความประหยัด และความขยันหมั่นเพียรมีพฤติกรรมการมีคุณธรรม จริยธรรมไม่แตกต่างกัน

2. งานวิจัยในต่างประเทศ

รีด (Ried) ทำการวิจัยเรื่องศีลธรรมและการพัฒนาจิต "สอนดีหรือไม่" โดยสรุป จากงานวิจัยของ อารี จำปาทอง (2532, หน้า 45-46) ว่า รีด (Ried) มีความมุ่งหมายในการวิจัย เพื่อสำรวจทัศนคติของครูเกี่ยวกับการสอนศีลธรรมในโรงเรียน โดยผู้วิจัยได้ตั้งสมมติฐานไว้ว่า ครู ในโรงเรียนมัธยมศึกษา มีความคิดเห็นว่าศีลธรรมจรรยา ในการสอนในห้องเรียนผู้วิจัยได้ ดำเนินการวิจัยครั้งนี้ โดยวิธีการสัมภาษณ์ครูในโรงเรียนมัธยมศึกษาโท ด้วยการสุ่มตัวอย่างจาก ครูที่สอนในหมวดวิชาต่างๆ 104 คน เพื่อถามความคิดเห็นของครูเกี่ยวกับการสอนศีลธรรม ผลการวิจัยปรากฏว่าครูมีความคิดเห็นว่า ครูทุกคนควรสอนศีลธรรมจรรยาเพื่อยกระดับจิตใจให้ สูงขึ้น การสอนศีลธรรมจรรยา ควรจะได้สอนในห้องเรียนโดยเฉพาะครูที่มีประสบการณ์ด้านการ สอนมาก เห็นว่าศีลธรรมนั้นจำเป็นที่จะต้องสอนในห้องเรียน ส่วนครูที่มีประสบการณ์น้อย ไม่ เห็นด้วยกับการจัดสอนศีลธรรมในห้องเรียน

อัลฟอร์ด (Alford, 1975, p. 4970-A) ได้พัฒนารูปแบบของการฝึกอบรมครูประจำการ ซึ่งคำนึงถึงความสำคัญของลักษณะเฉพาะตัวครูแต่ละคน กระบวนการในการพัฒนารูปแบบของ การฝึกอบรมครูประจำการของ อัลฟอร์ด แบ่งออกเป็น 4 ขั้นตอน คือ 1) สำรวจความต้องการ เกี่ยวกับการฝึกอบรมครูประจำการ และการพัฒนาหลักสูตร 2) พัฒนารูปแบบชั่วคราวของการ ฝึกอบรม ครูประจำการ 3) ค้นหา และกำหนดทฤษฎีหลักในด้านปรัชญา และพฤติกรรมศาสตร์ 4) สังเคราะห์ข้อมูลทั้งหมดเข้าด้วยกันเป็นรูปแบบของการฝึกอบรมและรูปแบบสุดท้ายที่อัลฟอร์ด พัฒนาขึ้นมาเป็นรูปแบบของการฝึกอบรมครูประจำการที่อยู่ในรูปของศูนย์ฝึกอบรมครูประจำการ ซึ่งกระตุ้นและเปิดโอกาสให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมแต่ละคนมีอิสระในการเลือกดำเนินการประเมินผล และรายงานถึงกิจกรรมที่จะนำไปสู่การพัฒนาสูงสุดตามเอกภาพของแต่ละบุคคล

วิทเทอร์ (Wither, 2000, p. 2176) ศึกษาเรื่องพัฒนาหลักสูตรท้องถิ่นและการจัด พื้นฐานทางการศึกษามีจุดประสงค์เพื่อพิจารณาข้อมูลเพื่อการพัฒนาหลักสูตรท้องถิ่นของ สถาบันการศึกษา (Vvlei) ซึ่งพบว่า ทางโรงเรียนมีการวิเคราะห์ถึงพื้นฐานของหลักสูตรว่าควร จะปรับปรุงให้เกิดสัมผัสทุกส่วนจากตัวเด็กกับสิ่งแวดล้อมที่พวกเขาอยู่ด้วย จัดหาโอกาสให้ นักเรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้ระหว่างชุมชน ซึ่งหลักสูตรนี้ได้พัฒนาทุกระดับโดยเฉพาะ ป.6 เน้นในเรื่องของระเบียบวินัยอย่างเคร่งครัดโดยการร่วมกันจัดระหว่างครู สมาชิกของชุมชน และ

นักเรียนซึ่งผู้นำชุมชนจะจัดเนื้อหา กิจกรรมการเรียนการสอนตามมาตรฐานเป็นที่ยอมรับของโรงเรียน

จินดาเชอาร์ ชาดา (Chandrasekhar, Chaya, 2005, p. 2644) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการระบุและการจัดหมวดหมู่ภาพเหมือนของพระพุทธเจ้าในศตวรรษที่ 8-12 ทางตะวันออกของอินเดียและบังกลาเทศ การศึกษาพบว่าการแสดงท่ามือของพระพุทธเจ้ามันแสดงความรู้สึกที่ดีด้านศิลปะที่เกี่ยวกับพระพุทธศาสนาและใช้แทนบุคคลสำคัญเพื่อให้เห็นความแตกต่างที่เป็นลักษณะเฉพาะซึ่งรวมไปถึงลักษณะเด่นที่เกี่ยวกับหน้าและกายวิภาคศาสตร์ ชุดการแต่งกาย และเครื่องประดับ สีมืด ลักษณะเด่นต่าง ๆ มาจากความพร้อมทางเศรษฐกิจหรือความศรัทธาของคนในสมัยต่างๆ

ซาสสัน แวนเนสซา (Sasson, Vanessa R, 2005, p. 209) ได้ศึกษาการวิเคราะห์และต้นกำเนิดเรื่องราวของปฏิมากรรมโมเซสกับความเป็นมาของพระพุทธเจ้า โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเกี่ยวกับบทบรรยายเกี่ยวกับศาสนาและการประกอบพิธีกรรมทางศาสนา ความเชื่อทางศาสนา ซึ่งได้เปรียบเทียบกับต้นแบบของความเชื่อในแต่ละศาสนาและการศึกษาเปรียบเทียบถึงจัดเด่นและการตรวจสอบความเหมือนและความแตกต่างของบทบรรยายในแต่ละลัทธิการ บริบทของผู้สร้างในลัทธิแต่ละฝ่าย ถึงแม้ว่าการศึกษารังนี้เป็นการศึกษาถึงประวัติความเป็นมาของความเชื่อและประเพณี นอกจากนี้ทำให้ทราบถึงความแตกต่างของบทบรรยายและที่เด่นที่สุดคือความเป็นมาของประเพณีที่เกี่ยวข้องกับศาสนาอย่างเด่นชัด นอกจากนี้ยังได้ทราบถึงต้นกำเนิดของบทบรรยายจากภาพโมเซส สิ่งแรกที่พบคือความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับวรรณคดีของกรีกและโรมันโบราณ ในส่วนต่อมาที่พบคือ บทบรรยายเกี่ยวกับการสำรวจต้นกำเนิดของพระพุทธเจ้าซึ่งครั้งแรกได้มาจากภาพเขียนที่มองเห็นในมุมกว้างและลึกทางภาคตะวันตก

จากการศึกษาเอกสารแนวคิดทฤษฎีต่าง ๆ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศ และต่างประเทศ ผู้วิจัยสามารถ สรุปผลการศึกษาได้ว่า ขั้นตอนในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมโดยทั่วไปแล้ว มี 4 ขั้นตอนใหญ่ 1) การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน เป็นการสำรวจข้อมูลพื้นฐานโดยใช้แบบสอบถาม วิเคราะห์สภาพปัญหาและความต้องการของผู้เรียนและผู้ที่เกี่ยวข้อง วิเคราะห์หลักสูตรเดิมที่มีอยู่เพื่อปรับปรุงเปลี่ยนแปลง เพื่อให้สอดคล้องกับความเหมาะสมและสอดคล้องกับความต้องการ 2) การพัฒนาหลักสูตรเป็นการสร้างหลักสูตรฉบับร่างโดยใช้ข้อมูลจากขั้นตอนแรกเป็นพื้นฐานในการสร้างหลักสูตรฉบับร่างประกอบด้วย หลักการและเหตุผล จุดมุ่งหมาย เนื้อหาสาระของหลักสูตร การจัดกิจกรรมหรือกระบวนการฝึกอบรม สื่อและวัสดุ อุปกรณ์ที่ใช้ในการฝึกอบรม และการวัดผลและประเมินผล 3) การนำหลักสูตรไปทดลองใช้ เป็นการนำร่างหลักสูตรไปทดลองใช้กับกลุ่มเป้าหมาย 4) การประเมินผลและการปรับปรุงหลักสูตร โดยประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนก่อนและหลังการฝึกอบรม โดยแบบทดสอบ ประเมินผลเจตคติต่อการฝึกอบรม โดยแบบสอบถาม และประเมินผลทักษะปฏิบัติการ โดยแบบสังเกต

พฤติกรรมระหว่างปฏิบัติกิจกรรม เพื่อเป็นการประเมินผลและปรับปรุงหลักสูตรฝึกอบรม ซึ่ง
จากหลักการแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยได้นำมาเป็นแนวทางของการพัฒนา
หลักสูตรฝึกอบรมการเจริญสติเพื่อพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม สำหรับนักศึกษาครูศาสตร์บัณฑิต
หลักสูตร 5 ปี มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี จังหวัดลพบุรี