



รายงานการวิจัยฉบับร่างสมบูรณ์

เรื่อง

การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน
ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม

โดย

พระมหาณรงค์ราช ปณิธานธิตี, ดร.

พระครูใบฎีกากาอภิชาติ ธมมสุทฺโธ, ผศ.ดร.

นายวีรพงษ์ พิชัยเสนาณรงค์

นางสาวมุสดี จิรวัฒนกิจ

วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พ.ศ.๒๕๖๖

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

MCU RS 800766240



รายงานการวิจัยฉบับร่างสมบูรณ์

เรื่อง

การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน
ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม

โดย

พระมหาณรงค์ราช ปณิธานธิตี, ดร.

พระครูใบฎีกากาอภิชาติ ธมฺมสุทฺโธ, ผศ.ดร.

นายวีรพงษ์ พิชัยเสนาณรงค์

นางสาวมุสดี จิรวัดนกกิจ

วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พ.ศ. ๒๕๖๖

ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

MCU RS 800766240

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



Research Report

The Developing competency Learning in the 21st century through
mindfulness-based Learning of students in Nakhon Pathom Province

BY

Dr.PhramahaNarongraj Phanitannathiti

Asst.Prof. Phrakhrubaidika Aphichat Dhamasutto

Weerapong Pichaisenananarong

Putsadee Jirawattanakit

Buddhapanya Sri Dvaravati Buddhist College

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

B.E.2566

Research Project Funded

By Buddhist Research Institute of Mahachulalongkornrajavidyalaya University

MCU RS 800766240

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

ชื่อรายงานการวิจัย:	การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 โดยใช้สติและสมาธิ เป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม
ผู้วิจัย:	พระมหาณรงค์ราช ปณิธานิติ, ดร. และคณะ
ส่วนงาน:	วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ปีงบประมาณ:	๒๕๖๖
ทุนอุดหนุนการวิจัย:	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์คือ ๑. เพื่อศึกษาความต้องการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ๒. เพื่อศึกษาองค์ประกอบการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ๓. เพื่อพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ๔. เพื่อประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม กลุ่มตัวอย่างและผู้ทรงคุณวุฒิที่ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ นักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานจังหวัดนครปฐม จำนวน ๔๐๐ คน และผู้เชี่ยวชาญด้านการเจริญภาวนาสติสมาธิ ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการจัดการเรียนรู้ด้านสติ รองผู้อำนวยการและครูผู้ดูแลรับผิดชอบโรงเรียนวิถีพุทธพระราชทาน จำนวน ๖ รูป/คน โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Methods Research) และใช้เครื่องมือในการวิจัยนี้ ได้แก่ แบบสอบถามความต้องการจำเป็นการพัฒนาสมรรถนะของนักเรียน แบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้ แบบสัมภาษณ์ (กึ่งมีโครงสร้าง) และแบบประเมินสมรรถนะการจัดการเรียนรู้ สถิติที่ใช้ ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่า

๑) ส่วนใหญ่มีความต้องการที่จะได้รับการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยดังนี้ ๑) นักเรียนต้องการพัฒนาการมีเป้าหมายหรือภาพอนาคตในชีวิตของตนเอง ที่ต้องการจะเป็นในอนาคต ($PNI_{modified} = ๓.๓๙$) ๒) นักเรียนต้องการพัฒนาความภาคภูมิใจ

(ข)

ในตนเอง เมื่อลงมือกระทำบางสิ่งบางอย่างแล้วประสบความสำเร็จ ($PNI_{\text{modified}} = 3.36$) ๓) นักเรียนต้องการพัฒนาสามารถแยกแยะของอารมณ์และความรู้สึกด้านดีและด้านร้าย ($PNI_{\text{modified}} = 3.34$) ๔) นักเรียนต้องการพัฒนาความยอมรับความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของเพื่อน ($PNI_{\text{modified}} = 3.33$) และ ๕) นักเรียนต้องการพัฒนาสามารถตัดสินใจและมุ่งมั่นที่จะจัดการสิ่งที่จำเป็นสำหรับชีวิตและการเรียนของตนเอง ($PNI_{\text{modified}} = 3.32$)

๒) องค์ประกอบของสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงภายในโดยเริ่มต้นที่ตนเองเป็นสมรรถนะการจัดการตนเอง ประกอบด้วย ๑) การเห็นคุณค่าในตนเอง ๒) การมีเป้าหมายในชีวิต ๓) การจัดการอารมณ์และความเครียด ๔) การจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต

๓) กระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานได้ยึดหลักไตรสิกขาในการขับเคลื่อนกระบวนการจัดการเรียนรู้ เพื่อใช้ในการฝึกความพฤติกรรม ฝึกจิตใจและฝึกกระบวนการทางปัญญามีกิจกรรมที่หลากหลายในการสอดแทรกสติและสมาธิให้กับนักเรียน แบ่งเป็น ๓ ระยะ ดังนี้ ระยะที่ ๑ การบ่มเพาะสติและสมาธิก่อนเข้าชั้นเรียน ระยะที่ ๒ การบ่มเพาะสติและสมาธิระหว่างเรียน ระยะที่ ๓ การบ่มเพาะสติและสมาธิหลังเรียน เจือปนให้เป็นปัจจัยช่วยสนับสนุนกระบวนการบ่มเพาะสติและสมาธิ ได้แก่ การสร้างความสัมพันธ์ของครอบครัวให้มาก ด้วยบรรยากาศการพูดคุย การสร้างความใกล้ชิดและการให้ความอบอุ่น ดูแลเอาใจใส่ มีเวลาให้กันและกัน การกล่าวกล่าวตักเตือนสิ่งที่ควรทำและสิ่งที่ไม่ควรทำอย่างมีสติสัมปชัญญะ

๔) ผลการประเมินและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม พบว่า องค์ประกอบสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ภาพรวม พบว่า อยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = 1.51, S.D. = 0.02$) เมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านการมีเป้าหมายชีวิต มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 2.03, S.D. = 0.05$) รองลงมาคือ ด้านการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 1.57, S.D. = 0.05$)

คำสำคัญ : สมรรถนะการเรียนรู้, สติและสมาธิ

Research Report Title: The Developing competency Learning in the 21st century through mindfulness-based Learning of students in Nakhon Pathom Province

Researcher: Dr.PhramahaNarongraj Phanitannathiti

Section: Buddhapanya Sri Dvaravati Buddhist College
Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Fiscal year: 2566

Research Support Fund: Mahachulalongkornrajavidhayalaya Uninersity

ABSTRACT

The objectives of this research are: 1. To study the needs for developing Learning competencies in the 21st century among students in Nakhon Pathom Province. 2. To study the components of learning management. To enhance learning competencies in the 21st century by using mindfulness and concentration as the base of students in Nakhon Pathom Province. 3. To develop learning management processes. to enhance learning competencies in the 21st century by using mindfulness and concentration as the basis for students. Nakhon Pathom Province 4. To evaluate and propose learning management processes to enhance learning competencies in the 21st century by using mindfulness and concentration as the base of students in Nakhon Pathom Province. The sample group and experts who provided important information included 400 basic education students in Nakhon Pathom Province and experts in meditation, and mindfulness meditation. Expert in mindfulness learning management The deputy director and teachers in charge of the Buddhist Way School, six people, used the mixed-methods research method and the tools in this research, namely the questionnaire on the needs and necessities of student competency development. Learning management plan evaluation form, interview form (semi-structured), and learning management competency evaluation form. Statistics used include percentages, frequency, mean, and standard deviation. The research results found that

1) Most of them want to have their learning competencies developed in the 21st century, sorted by average as follows: 1) Students want to develop goals or future visions in their own lives. that you want to be in the future (PNI modified = 3.39). 2) Students want to develop self-esteem. When doing something and being successful, (PNI modified = 3.36) 3) Students want to develop the ability to differentiate between good and bad emotions and feelings (PNI modified = 3.34). 4) Students want to develop acceptance of preferences, such as the interests and gender of friends (PNI modified = 3.33). and 5) students want to develop the ability to make decisions and be committed to managing what is necessary for their own lives and studies (PNI modified = 3.32).

2) Components of the learning competencies of students in Nakhon Pathom Province This is an internal change starting with oneself as self-management. competency consisting of 1) self-esteem, 2) having goals in life, and 3) managing emotions. and stress, and 4) managing problems and crises.

3) The learning management process to enhance learning competency in the 21st century by using mindfulness and meditation as a basis is based on the threefold principles that drive the learning management process. for use in behavioral training Train the mind and train the intellectual process. There are various activities to insert. mindfulness and concentration for students, divided into 3 phases as follows: Phase 1: cultivating mindfulness and concentration before class. Phase 2: cultivating mindfulness and concentration during class. Phase 3: Cultivating mindfulness and concentration after studying. Conditions are factors that help support the process. of cultivating mindfulness and concentration, including building strong families. relationships. With a conversational atmosphere Creating closeness and providing warmth, care, and time for each other. Daring to correct and warn what should be done and what should not be done with awareness.

4) The results of evaluating and proposing a learning management process to enhance learning competencies in the 21st century using mindfulness and meditation. as a basis for students in Nakhon Pathom Province found that the overall learning Competency components in the 21st century were found to be at a moderate level. ($\bar{X} = 1.91$, S.D. = 0.02) when considering each component.

(a)

The side with the highest average is In terms of having life goals, the average was at a moderate level. ($\bar{X} = 2.03$, S.D. = 0.09), followed by problem and crisis management. The average is at a moderate level ($\bar{X} = 1.97$, S.D. = 0.05).

Keywords: learning competency, mindfulness, and concentration

กิตติกรรมประกาศ

รายงานการวิจัยฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดีเพราะได้รับความเมตตาอนุเคราะห์จากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่สนับสนุนทุนในการวิจัยในครั้งนี้เพราะเล็งเห็นถึงประโยชน์และคุณค่าของงานวิจัยนี้ ขอกราบขอบพระคุณพระอาจารย์พระครูสุธีกิตติบัณฑิต, รศ.ดร.ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ ขอขอบคุณ รศ.ดร.อำนาจ บัวศิริและขอขอบคุณ รศ.ดร.กมลาค ภูวนาธิพงษ์ ผู้ทรงคุณวุฒิตลอดถึงเจ้าหน้าที่สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ที่ให้ความอนุเคราะห์และช่วยเหลือผู้วิจัยมาตลอด

ขอขอบพระคุณ พระครูชินวงศ์วรวัตร,ดร. ขอขอบคุณพระเจริญพงศ์ ธรรมทีโป, ดร. และผศ.ดร.นิเวศน์ วงศ์สุวรรณ ที่เมตตาอนุเคราะห์ช่วยตรวจเครื่องมีวิจัยและให้คำปรึกษาโครงการวิจัยในครั้งนี้

ขออนุโมทนาผู้อำนวยการโรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดไร่ขิงสุนทรอุทิศ ผู้อำนวยการโรงเรียนภัทรญาณ ผู้อำนวยการโรงเรียนสามพรานวิทยา ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดดอนหวาย ผู้อำนวยการโรงเรียนวัดไผ่สามตำลิ่งและโรงเรียนวัดท่าพูด ที่ให้ผู้วิจัยได้เก็บข้อมูลความจำเป็นพื้นฐานและข้อมูลวิจัยในการวิเคราะห์และสังเคราะห์เพื่อประโยชน์ในการวิจัย

ขอขอบคุณพระเจริญพงศ์ ธรรมทีโป,ดร. อาจารย์ประจำหลักสูตรพุทธศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี ขอขอบคุณและอนุโมทนา ผศ.ดร.วราภรณ์ พูลสวัสดิ์ อาจารย์ประจำสาขาวิชาสังคมศึกษา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏ นครปฐม, นายศุภชัย มนต์คล้ำ รองผู้อำนวยการโรงเรียนวัดสระสี่มุม ผู้ดูแลโรงเรียนวิถิพุทธพระราชทาน นายสายันต์ โพธิ์ทอง ครูผู้รับผิดชอบโครงการโรงเรียนวิถิพุทธพระราชทานโรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา นางสาวลริษา ม่วงสอน ครูผู้รับผิดชอบโครงการโรงเรียนวิถิพุทธพระราชทาน โรงเรียนวัดใหม่สุคนธาราม และนางสาวจิรภัทร์ ชื่นผึ้ง ครูผู้รับผิดชอบโครงการโรงเรียนวิถิพุทธพระราชทาน โรงเรียนภัทรญาณวิทยาที่เป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการให้ข้อมูลเป็นอย่างดี

ขอขอบคุณพระครูใบฎีกาอภิชาติ ธรรมสุโข, ผศ.ดร. ขอขอบคุณอาจารย์วีรพงษ์ พิชัยเสนา ณรงค์และขอขอบคุณอาจารย์ผุสดี จิรวัดนกิจ ที่เป็นคณะวิจัยในการช่วยเหลือสนับสนุนและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเพื่อให้งานวิจัยมีความสมบูรณ์

สุดท้าย ขอขอบคุณลูก ๆ น้องเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างและให้ข้อมูลเพื่อการวิจัยในครั้งนี้ทุกคน หากคุณค่าและประโยชน์ใดๆ อันพึงมีจากรายงานการวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบไว้เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการศึกษา

พระมหาณรงค์ราช ปณิธานิธิและคณะ

(ช)

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	(ก)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	(ค)
กิตติกรรมประกาศ	(ฉ)
สารบัญ	(ช)
สารบัญตาราง	(ฎ)
สารบัญภาพ	(ฏ)
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	(ฑ)
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๖
๑.๓ ปัญหาการวิจัย	๖
๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย	๖
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๗
๑.๖ สมมติฐาน	๗
๑.๗ กรอบแนวคิดในการศึกษาวิจัย	๘
๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษาวิจัย	๘
บทที่ ๒ แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๙
๒.๑ หลักสูตรและการจัดการเรียนรู้สาระพระพุทธศาสนา	๙
๒.๑.๑ สาระการเรียนรู้พระพุทธศาสนา มาตรฐานและตัวชี้วัด	๑๐
๒.๑.๒ มาตรฐานและตัวชี้วัด	๑๐

สารบัญ (ต่อ)

หน้า

บทที่ ๒ แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง (ต่อ)	๑๑
๒.๒ การจัดการเรียนรู้ที่มีสติและสมาธิเป็นฐาน	๑๑
๒.๒.๑ หลักการจัดการศึกษาแนวพระพุทธศาสนา	๑๑
๒.๒.๒ แนวคิดเกี่ยวกับสติและสมาธิในการจัดการศึกษา	๑๓
๒.๒.๓ วิธีการจัดการเรียนรู้ตามแนวพุทธ	๒๑
๒.๒.๔ บทบาทครูและบทบาทนักเรียนของการจัดการเรียนรู้แนวพุทธ	๒๓
๒.๓ สมรรถนะการเรียนรู้	๒๗
๒.๓.๑ แนวคิด ทฤษฎีและความหมายของสมรรถนะการเรียนรู้	๒๗
๒.๓.๒ ประเภทของสมรรถนะการเรียนรู้	๒๘
๒.๓.๓ การวัดและประเมินผลสมรรถนะการเรียนรู้	๓๐
๒.๔ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๓๒
๒.๔.๑ งานวิจัยที่เกี่ยวกับสติและสมาธิในประเทศและต่างประเทศ	๓๒
๒.๔.๒ งานวิจัยเกี่ยวกับสมรรถนะการจัดการเรียนรู้ในประเทศและต่างประเทศ	๓๔
บทที่ ๓ ระเบียบวิธีวิจัย	๓๘
๓.๑ รูปแบบการวิจัย	๓๘
๓.๒ พื้นที่การวิจัย ประชากร กลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลสำคัญ	๓๙
๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	๓๙
๓.๔ การเก็บรวบรวมข้อมูล	๔๘
๓.๕ การวิเคราะห์ข้อมูล	๔๘
๓.๖ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	๔๙
๓.๗ สรุปกระบวนการวิจัย	๔๙

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ ๔ ผลการวิจัย	๖๐
๔.๑ ตอนที่ ๑ ผลการศึกษาสมรรถนะของนักเรียนจังหวัดนครปฐมเพื่อตอบโจทย์การเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑	๖๐
๔.๒ ตอนที่ ๒ ผลการศึกษาองค์ประกอบการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม	๗๐
๔.๓ ตอนที่ ๓ ผลการพัฒนาสมรรถนะของนักเรียนจังหวัดนครปฐมเพื่อตอบโจทย์การเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน	๗๑
๔.๔ ตอนที่ ๔ ผลการประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม	๗๓
๔.๕ ตอนที่ ๕ องค์ความรู้ที่ได้จากงานวิจัย	๗๘
บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	๗๙
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๗๙
๕.๒ อภิปรายผลการวิจัย	๘๖
๕.๓ ข้อเสนอแนะ	๙๒
๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย	๙๒
๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป	๙๒
บรรณานุกรม	๙๔
ภาคผนวก	๑๐๑
ภาคผนวก ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญหรือผู้ให้ข้อมูลสำคัญ	๑๐๒
ภาคผนวก ข เครื่องมือวิจัยในการวิจัย	๑๐๔
ภาคผนวก ค หนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย	๑๑๒

(ญ)

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ภาคผนวก ง หนังสือเชิญ ผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้ให้ข้อมูล	๑๑๖
ภาคผนวก จ ใบรับรองจริยธรรมการวิจัย	๑๒๓
ประวัติคณะผู้วิจัย	๐๐๐

สารบัญตาราง

		หน้า
ตารางที่ ๑	สรุปบทบาทหน้าที่ของผู้สอนและนักเรียนของการจัดการเรียนรู้แนวพุทธ	๒๔
ตารางที่ ๒	สรุปกระบวนการวิจัย	๕๐
ตารางที่ ๓	จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลทั่วไปของนักเรียนผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามระดับชั้น	๖๐
ตารางที่ ๔	จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลทั่วไปของนักเรียนผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามอายุ	๖๑
ตารางที่ ๕	จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลทั่วไปของนักเรียนผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามเพศ	๖๑
ตารางที่ ๖	จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลทั่วไปของนักเรียนผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามประเภทของโรงเรียน	๖๒
ตารางที่ ๗	จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลทั่วไปของนักเรียนผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามประเภทการอยู่อาศัย/ที่อยู่อาศัย	๖๒
ตารางที่ ๘	แสดงระดับความคิด ความเชื่อ(สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน) และสิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง)	๖๓
ตารางที่ ๙	แสดงความต้องการพัฒนาสมรรถนะอื่น ๆ ของนักเรียน	๖๖
ตารางที่ ๑๐	แสดงภาพรวมผลการประเมินและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม	๗๓
ตารางที่ ๑๑	แสดงผลการประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ในด้านองค์ประกอบสมรรถนะด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง	๗๔

สารบัญตาราง (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ ๑๒ แสดงผลการประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ในด้านองค์ประกอบสมรรถนะด้านการมีเป้าหมายในชีวิต	๗๕
ตารางที่ ๑๓ แสดงผลการประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ในด้านองค์ประกอบสมรรถนะด้านการจัดการอารมณ์และความเครียด	๗๖
ตารางที่ ๑๔ แสดงผลการประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ในด้านองค์ประกอบสมรรถนะด้านการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต	๗๗

สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ ๑	กรอบแนวคิดการวิจัย
ภาพที่ ๒	สรุปกระบวนการพัฒนาการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการ เรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน
ภาพที่ ๓	แสดงองค์ความรู้ที่ได้จากงานวิจัย

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

อักษรย่อในงานวิจัยฉบับนี้ ใช้อ้างอิงจากพระไตรปิฎกภาษาบาลี/พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (ออนไลน์)

๑. คำอธิบายคำย่อในภาษาไทย

ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

คำย่อ		พระสุตตันตปิฎก		ภาษา
		ชื่อคัมภีร์		
อง.อรรถก.(บาลี)	= สุตตันตปิฎก	องคฤคตฺตนิกาย	อรรถกนิปาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.อรรถก.(ไทย)	= สุตตันตปิฎก	อังคฤคตฺตนิกาย	อรรถกนิบาต	(ภาษาไทย)

บทที่ ๑ บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของการวิจัย

การเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ เป็นการเรียนรู้ซึ่งเปลี่ยนแปลงจากศตวรรษที่ผ่านมาที่เน้นความรู้เป็นตัวตั้ง แตกต่างจากการจัดการศึกษาในปัจจุบันที่ต้องเชื่อมโยงกับกระบวนการทางสังคม ระบบเศรษฐกิจ ความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีและการเปลี่ยนแปลงในทุกด้านที่อย่างรวดเร็ว โดยยึดผลลัพธ์ (Outcomes) ทั้งในด้านของความรู้ในวิชาแกนและทักษะแห่งศตวรรษใหม่ที่มีคุณค่าและมีประโยชน์ทั้งในวัยเรียน วัยทำงาน ซึ่งทักษะแห่งศตวรรษที่ ๒๑ จะช่วยเตรียมความพร้อมให้นักเรียนรู้จักคิด เรียนรู้ ทำงาน แก้ปัญหา สื่อสารและร่วมกันทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ^๑ เพราะสังคมปัจจุบันมีปัญหาที่สลับซับซ้อนและมีความเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นในทุก ๆ วัน ส่งผลการใช้ชีวิตของผู้คนเหมือนจะยุ่งยากและลำบากมากขึ้นกว่าแต่ก่อน ทุกคนต้องประสบกับปัญหาในการใช้ชีวิตมากขึ้น หนักเบา หลากหลาย แตกต่างกันขึ้นอยู่กับตัวปัญหาและมุมมองของปัญหาของแต่ละคน ซึ่งปัญหาที่เกิดขึ้นย่อมทำให้เกิดความทุกข์แก่ผู้ประสบปัญหา ทั้งนี้ ผู้ประสบปัญหาหลายคนสามารถแก้ปัญหาของตนเองได้ ซึ่งอาจเพราะมีเหตุผลหลายประการ คือ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ ความเชื่อมั่นและมีประสบการณ์ชีวิตมาก แต่ในทางตรงกันข้าม หากผู้ประสบปัญหาไม่สามารถแก้ไขปัญหาของตนเองได้ โดยเฉพาะเด็กและวัยรุ่น^๒ ก็ส่งผลเสียต่ออารมณ์ สังคม เยาว์ปัญญาและจิตใจของเด็กและวัยรุ่นได้ ซึ่งสอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๓ ได้กล่าวไว้ตอนหนึ่งว่า การเรียนรู้ในระบบยังไม่เชื่อมโยงกับวิถีชีวิต เด็กและวัยรุ่นส่วนหนึ่งขาดความเชื่อถือนในระบบการศึกษา จึงต้องสร้างโอกาสให้ได้รับการพัฒนาความรู้ตามแนวทางพหุปัญญา พร้อมทั้งสร้างทัศนคติเชิงบวกต่อการศึกษา เพื่อสร้างการเติบโตทางความคิดและการพัฒนาตนเองให้ทำสิ่งใหม่ ๆ^๓ เพราะทรัพยากรคนหนึ่งจะมีอารมณ์ สังคม เยาว์ปัญญาและจิตใจที่ผู้ที่มีส่วนได้ส่วนเสียต้อง

^๑ วัชรา เล่าเรียนดีและคณะ, กลยุทธ์การจัดการเรียนรู้เชิงรุก เพื่อพัฒนาการคิดและยกระดับคุณภาพการศึกษาสำหรับศตวรรษที่ ๒๑, (นครปฐม: เพชรเกษมพรินติ้ง กรุ๊ป จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๑๕.

^๒ สุริยเดว ทรีปาตี, รู้จักเด็ก ทั้งตัวและหัวใจ : เคล็ดลับการเป็นที่เลี้ยงดูใจ, (กรุงเทพฯ : บริษัท เก็ททีพี กรุ๊ป จำกัด, ๒๕๖๔), หน้า ๑.

^๓ สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักงานนายกรัฐมนตรี, ร่างแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๓ พ.ศ. ๒๕๖๖ – ๒๕๗๐. หน้า ๑๒๑.

ดำเนินการให้เป็นไปตามจุดมุ่งหมายและหลักการตามพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.๒๕๔๒ มาตรฐาน ๖ ที่ว่า การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข^๔

นอกจากนี้ ในช่วงที่ผ่านมาทั่วโลก รวมถึงประเทศไทยได้รับผลกระทบจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-๑๙ ทำให้เกิดภาวะถดถอยของการเรียนรู้ (Learning Loss) ส่งผลกระทบต่อพัฒนาการและคุณภาพของผู้เรียน ดังนั้น สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ได้ประกาศนโยบายและจุดเน้นเพื่อให้สอดคล้องกับการจัดการศึกษาในศตวรรษที่ ๒๑ โดยมุ่งพัฒนาผู้เรียนให้เกิดสมรรถนะที่เหมาะสมตามช่วงวัย สามารถจัดการตนเอง มีการคิดขั้นสูง มีความสามารถในการสื่อสาร สามารถจัดระบบและกระบวนการทำงานของตนเองและร่วมกับผู้อื่น โดยการรวมพลังทำงานเป็นทีม เป็นพลเมืองที่ดี มีศีลธรรมและอยู่ร่วมกับธรรมชาติและวิทยาการอย่างยั่งยืนรวมทั้งมีความจงรักภักดีต่อสถาบันหลักของชาติ ยึดมั่นการปกครองในระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข ผ่านกระบวนการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนมีส่วนร่วมและมีปฏิบัติสัมพันธ์กับกิจกรรมการเรียนรู้ผ่านการปฏิบัติที่หลากหลายรูปแบบ (Active Learning) มีการวัดและประเมินผลในชั้นเรียน เพื่อพัฒนาการเรียนรู้และสมรรถนะของผู้เรียนทุกระดับ^๕

จังหวัดนครปฐม มีปรัชญาการศึกษาคือ สร้างคนให้เป็นบุคคลแห่งการเรียนรู้ เป็นคนดีปรับตัวให้ก้าวทันการเปลี่ยนแปลง โดยสำนักงานศึกษาธิการจังหวัดนครปฐมมีเป้าหมายการขับเคลื่อนการพัฒนาที่ยั่งยืนด้านการศึกษา พ.ศ.๒๕๖๕ -๒๕๖๖ ไปสู่การปฏิบัติ จะต้องอาศัยทุกภาคส่วนที่จะมุ่งมั่น ผลักดัน การดำเนินการขับเคลื่อนภายใต้เป้าหมายหลักที่ ๔ สร้างหลักประกันว่าทุกคนมีการศึกษาที่มีคุณภาพอย่างครอบคลุมเท่าเทียมและสนับสนุนโอกาสในการเรียนรู้ตลอดชีวิต^๖

^๔ พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.๒๕๔๒ แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ ๒) พ.ศ.๒๕๔๕ และ (ฉบับที่ ๓) พ.ศ.๒๕๕๓

^๕ กลุ่มวิจัยและพัฒนานโยบาย สำนักนโยบายและแผนการศึกษาขั้นพื้นฐาน, **นโยบายและจุดเน้นของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://shorturl.at/jmuV> [๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๕].

^๖ สำนักงานศึกษาธิการจังหวัดนครปฐม, **แผนปฏิบัติการขับเคลื่อนเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืนด้านการศึกษา(SDG๔) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๕ - ๒๕๖๖ จังหวัดนครปฐม**, หน้า ๔๔.

นอกจากนี้ มีพันธกิจที่พัฒนาสมรรถนะที่สำคัญของผู้เรียนเพื่อสอดคล้องกับทักษะในศตวรรษที่ ๒๑ รองรับการเปลี่ยนแปลงของโลกยุคใหม่^๗ เพื่อให้ผู้เรียนได้มีสมรรถนะ (Competency) ในการปฏิบัติงานและการใช้ชีวิตอย่างมีคุณภาพ

สมรรถนะ เป็นความสามารถของบุคคลในการใช้ความรู้ทักษะเจตคติและคุณลักษณะต่าง ๆ ที่ตนมีในการทำงานหรือการแก้ปัญหาจนประสบความสำเร็จในระดับใดระดับหนึ่ง สมรรถนะแสดงออกทางพฤติกรรม การปฏิบัติที่สามารถวัดและประเมินผลได้ สมรรถนะจึงเป็นผลรวมของความรู้ ทักษะ เจตคติคุณลักษณะและความสามารถอื่น ๆ ที่ช่วยให้บุคคลหรือกลุ่มบุคคลประสบความสำเร็จในการทำงาน บุคคลทุกคนมีศักยภาพ (Potential) ภายในซึ่งเป็นความสามารถที่แฝงอยู่ในตัวบุคคล^๘ ซึ่งคณะกรรมการอิสระเพื่อการปฏิรูปการศึกษา ได้รายงานถึงผลการประเมินผลการสอบ PISA พบว่า เด็กไทยมีคุณภาพต่ำกว่าค่าเฉลี่ย ทั้งในวิชาคณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์และการอ่าน แสดงให้เห็นถึงคุณภาพของผู้เรียนไทยยังไม่ได้มาตรฐานสากลและคะแนนต่ำกว่าค่าเฉลี่ยอย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้ ยังพบว่า มีนักเรียนร้อยละ ๔๖.๗๕ ที่มีผลการศึกษาดำและมีเพียง ๐.๔๖ เท่านั้นที่มีผลการศึกษาในระดับสูง^๙ ซึ่งเป็น IQ ที่ต่ำเมื่อเปรียบเทียบกับประเทศอื่น ๆ ฉะนั้น IQ จะมีผลต่อ EQ ด้วย เพราะว่า EQ จะดีได้ขึ้นอยู่กับความสามารถในการคิด หากสามารถวิเคราะห์ แก้ปัญหาได้ดี การจัดการกับอารมณ์ก็จะดีไปด้วย^{๑๐} โดยการจัดการเรียนรู้ในปัจจุบันต้องให้ตอบโจทย์การเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ สอดคล้องกับสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ได้ให้ความสำคัญกับสมรรถนะ ๖ ด้าน ประกอบด้วย ๑) การจัดการตนเอง ๒) การคิดขั้นสูง ๓) การสื่อสาร ๔) การรวมพลังทำงานเป็นทีม ๕) การเป็นพลเมืองที่เข้มแข็ง และ ๖) การอยู่ร่วมกับ

^๗ กลุ่มนโยบายและแผน สำนักงานศึกษาธิการจังหวัดนครปฐม, แผนพัฒนาการศึกษาจังหวัดนครปฐม ๕ ปี (พ.ศ.๒๕๖๖-๒๕๗๐) ฉบับทบทวน ปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๗, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : https://nppeo.go.th/?page_id=3270 [๕ มีนาคม ๒๕๖๗].

^๘ กมลฉัตร กล่อมอิม,วิธีวิทยาการจัดการเรียนรู้ฐานสมรรถนะ,(พิษณุโลก : รัตนสุวรรณการพิมพ์ ๓, ๒๕๖๒),หน้า ๒๓.

^๙ สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา คณะกรรมการอิสระเพื่อการปฏิรูปการศึกษา (กอปศ.), รายงานเฉพาะเรื่องที่ ๑๒ หลักสูตรและการเรียนการสอนฐานสมรรถนะ, หน้า ๑๐-๑๑.

^{๑๐} กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต, เข้มมั่นเด็กไทยไอคิวดี อีคิวเด่น “การสำรวจสถานการณ์ระดับสติปัญญา (IQ) และความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ในเด็กไทยระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ พ.ศ.๒๕๕๙. หน้า ๒๗.

ธรรมชาติและวิทยาการอย่างยั่งยืน เป็นความสามารถที่หลักสูตรต้องการเมื่อผู้เรียนจบการศึกษาในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานแล้ว

สถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานในจังหวัดนครปฐมมีบทบาทสนองต่อนโยบายของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ โดยได้มุ่งให้การจัดการเรียนรู้การสอนเพื่อให้นักเรียนเกิดสมรรถนะและสามารถตอบโจทย์หลักสูตรฐานสมรรถนะ ซึ่งหลักสูตรนี้เป็นหลักสูตรที่แตกต่างจากหลักสูตรเดิมที่เน้นมาตรฐาน (Standard based Curriculum) ไปเป็นเน้นสมรรถนะของผู้เรียนเป็นตัวตั้ง (Competency based Curriculum) เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้สอนได้พัฒนาผู้เรียนเป็นรายบุคคลและเป็นหลักสูตรที่มุ่งพัฒนาความสามารถในการปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพ ลักษณะเนื้อหาสาระจะเน้นการจัดระบบข้อมูลและมีการกำหนดความรู้เรียงลำดับจากพื้นฐานไปสู่เนื้อหาที่ลึกซึ้ง เพื่อให้ผู้สอนจัดประสบการณ์จากความรู้พื้นฐานให้แก่ผู้เรียนจนเกิดเป็นความชำนาญและสามารถทำงานที่ยากขึ้นได้ ในส่วนของการประเมินผล ผู้สอนจะเป็นผู้พิจารณาประเมินความสามารถในการปฏิบัติงานของผู้เรียนเป็นสำคัญ^{๑๑} นอกจากนี้ สมรรถนะของนักเรียนเป็นความสามารถของนักเรียนที่มีความรู้ ทักษะ และเจตคติผสมผสานกลมกลืนกัน แล้วกระทำการสิ่งหนึ่งได้และเป็นไปในทางที่ถูกต้อง ซึ่งสมรรถนะมีทั้งหมด ๕ สมรรถนะหลัก^{๑๒} ประกอบด้วย ๑. การจัดการตนเอง (Self-Management) เกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น ตั้งเป้าหมายชีวิตและกำกับตนเอง การจัดการอารมณ์และความเครียด จัดการปัญหาและภาวะวิกฤต ๒. การฟื้นคืนสู่สภาวะสมดุลและมีสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นได้ ๒. การสื่อสาร (Communication) เกี่ยวกับการรับและส่งสารบนความเข้าใจ เคารพความคิดเห็นและวัฒนธรรมที่แตกต่าง ตัดสินใจ เลือกใช้สื่อ สร้างสื่อและกลวิธีการสื่อสารแบบวิจณภาษาหรืออวิจณภาษาได้อย่างเหมาะสมและรับผิดชอบต่อสังคม ใช้ภาษาไทยได้มี มีทักษะสื่อสารภาษาอังกฤษ ภาษาที่ ๓ สื่อดิจิทัลและสื่อผสมได้เป็นอย่างดี ๓. การรวมพลังทำงานเป็นทีม (Teamwork and Collaboration) เกี่ยวกับการทำงานร่วมกัน การเป็นสมาชิกที่ดี มีภาวะผู้นำ ใช้กระบวนการกลุ่มแบบร่วมมือ รวมพลัง มีความโปร่งใส ตรวจสอบได้ ประสานความคิด การ

^{๑๑} กมลฉัตร กล่อมอิม, *วิธีวิทยาการจัดการเรียนรู้ฐานสมรรถนะ*, (พิษณุโลก: รัตนสุวรรณการพิมพ์ ๓, ๒๕๖๒), หน้า ๕.

^{๑๒} ชัชชพนธ์ จันทวงศ์เดือนและคณะ, *หลักสูตรแกนกลางและหลักสูตรฐานสมรรถนะ. วารสารครุทรรศน์ (Online) มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี*, ปีที่ ๒ ฉบับที่ ๒ (พฤษภาคม – สิงหาคม ๒๕๖๕). หน้า ๘๘.

ตัดสินใจร่วมกัน รับผิดชอบร่วมกัน สร้างความสัมพันธ์ที่ดีและขจัดความขัดแย้งในสถานการณ์แบบปกติและซับซ้อน ๔. การคิดขั้นสูง (Higher Order Thinking) เกี่ยวกับการแก้ปัญหา หรือพัฒนาชิ้นงานด้วยนวัตกรรมแปลกใหม่ หรือต่อยอดจากของเดิมให้เหมาะสมต่อการนำไปใช้ได้จริง เปรียบเทียบแหล่งข้อมูลประเมินผลกระทบของปัญหาด้วยวิธีที่เหมาะสม สะท้อนความคิดเกี่ยวกับเนื้อหาและการเรียนจากปัญหา และ ๕. การเป็นพลเมืองที่เข้มแข็ง (Active Citizen) เกี่ยวกับการรับผิดชอบต่อในฐานะที่เป็นพลเมืองไทยและพลโลก เคารพสิทธิตนเองและผู้อื่น กติกา กฎหมาย การมีส่วนร่วมทางสังคม การอยู่ร่วมกับคนอื่นที่หลากหลาย เห็นคุณค่า ศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ การตัดสินใจ สร้างการเปลี่ยนแปลงสังคมที่ยึดความเท่าเทียมกันเป็นธรรม ค่านิยม ประชาธิปไตยและสันติวิธี ตามหลักสูตรฐานสมรรถนะ

การจัดการตนเองเป็นหนึ่งในสมรรถนะ ๖ ด้าน ซึ่งเป็นการรู้จักรัก เห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น การพัฒนาปัญญาภายใน ตั้งเป้าหมายในชีวิตและกำกับตนเองในการเรียนรู้และใช้ชีวิต การจัดการอารมณ์และความเครียด รวมถึงการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต สามารถฟื้นคืนสู่สภาวะสมดุล (Resilience) เพื่อไปสู่ความสำเร็จของเป้าหมายในชีวิต มีสุขภาวะที่ดีและมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ ประกอบด้วย ๑) การเห็นคุณค่าในตนเอง ๒) การมีเป้าหมายในชีวิต ๓) การจัดการอารมณ์และความเครียด และ ๔) การจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต^{๑๓} ซึ่งการจัดการตนเองเป็นทักษะที่สำคัญสำหรับผู้เรียนในศตวรรษนี้ เพราะข้อมูลข่าวสาร สถานการณ์ทุกหนแห่งในโลกสามารถเชื่อมโยงกันได้อย่างรวดเร็ว ฉะนั้น การจัดการตนเอง จึงเป็นทักษะที่มีความสัมพันธ์กับการประสบความสำเร็จในชีวิต การเสริมสร้างทักษะการจัดการตนเองด้วยหลักการทางจิตวิทยาจะทำให้บุคคลได้สำรวจและเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง สามารถกำกับอารมณ์ พฤติกรรมและความรู้สึกนึกคิดของตนเองให้บรรลุผลตามเป้าหมายที่ตั้งไว้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนสามารถจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น ทำให้บุคคลดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข เห็นคุณค่าในตนเองและสามารถจัดการกับอารมณ์และพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ได้^{๑๔} อย่างไรก็ตาม การจัดการตนเองซึ่งเป็นสมรรถนะการเรียนรู้จะเกิดขึ้นกับผู้เรียนได้ต้องอาศัยการจัดการเรียนรู้ที่ยึดผู้เรียนเป็นสำคัญและเป็นการจัดการเรียนรู้ที่เน้นชีวิตของผู้เรียนเป็นที่ตั้ง

^{๑๓} สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ, สมรรถนะการจัดการตนเอง, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : จาก <https://shorturl.at/lpJNQ> [๙ พฤษภาคม ๒๕๖๖].

^{๑๔} กรรณิกานันท์ แสนสุภาและนเรศ กันธะวงศ์, การจัดการตนเอง : ทักษะในการพัฒนาตนเองอย่างยั่งยืน, วารสารศิลปศาสตร์ (วังนางเลิ้ง) มทร.พระนคร, ปีที่ ๑ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-มิถุนายน ๒๕๖๔), หน้า ๒๕.

ดังนั้น การจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน เป็นวิธีการจัดการเรียนรู้แบบตื่นรู้ (Active Learning) ที่สำคัญวิธีการหนึ่งที่จะช่วยให้นักเรียนได้เกิดสมรรถนะในศตวรรษที่ ๒๑ ซึ่งเป็นการจัดการกระบวนการเรียนรู้ที่เป็นลักษณะการบูรณาการกับหลักพุทธธรรมสู่การประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต มุ่งให้ผู้เรียนเรียนรู้โดยใช้สติเป็นฐานการเรียนรู้ ผ่านกระบวนการเรียนรู้ตามระบบไตรสิกขา ส่งเสริมให้ผู้เรียน ศึกษา ฝึกฝนปฏิบัติตนอย่างรู้ตัวทั่วพร้อม แก้ปัญหาด้วยวิธีคิดอย่างแยบคาย (โยนิโสมนสิการ) ด้วยวิถีวัฒนธรรมแสงปัญญา โดยผู้สอนจัดการสภาพแวดล้อมและบรรยากาศ (ปรโตโฆสะ) ที่เป็นกัลยาณมิตร ส่งผลให้นักเรียนมีความสุขและสังคมมีความสุข^{๑๕} นอกจากนี้ การฝึกเจริญสติทำให้เราเป็นอิสระจากเงื่อนไขในอดีตและรูปแบบพฤติกรรมทั้งหลาย อีกทั้งยังช่วยให้เราจัดการกับมานที่บังตา อคติและความคิดล่วงหน้า ซึ่งล้วนแต่กำหนดการรับรู้และบดบังจิตสำนึกของเรา การฝึกเจริญสติช่วยให้เรามองเข้าไปในธรรมชาติของความเป็นจริงและเข้าใจความจริงพื้นฐานเกี่ยวกับตัวเรา รวมทั้งโลกของเรา การฝึกเจริญสติช่วยให้เรากำหนดชีวิตของเราผ่านการตระหนักรู้ภายในมากกว่าแค่ปฏิกริยาภายนอก เมื่อเรามองเห็นความเป็นจริงอย่างชัดเจน เราก็จะสามารถตอบสนองต่อสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ^{๑๖}

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. เพื่อศึกษาความต้องการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม
๒. เพื่อศึกษาองค์ประกอบการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม
๓. เพื่อพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม
๔. เพื่อประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม

^{๑๕} กิตติชัย สุธาสิโนบล และคณะ, รายงานวิจัย เรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้พระพุทธศาสนาที่มีสติเป็นฐานการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานในสังคมไทยยุคปัจจุบัน, (๒๕๖๓), หน้า ๗.

^{๑๖} ขอรวันา แชพิโร แพล ภรณ์ ภูริสิทธิ์, Good Morning I love You วิธีฝึกสติและปรับสมองเปลี่ยนวิธีคิด เพิ่มความเมตตากรุณา เพื่อความสงบสุข แจ่มชัดและเบิกบาน, (นนทบุรี:มีเดีย กรุ๊ป, ๒๕๖๕), หน้า ๕๖-๕๗.

๑.๓ ปัญหาการวิจัย

๑. สมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐมเป็นอย่างไร
๒. การพัฒนากระบวนการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐมเป็นอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย

๑.๔.๑ **ขอบเขตด้านเนื้อหา** ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยและคณะมุ่งศึกษาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนในจังหวัดนครปฐม ประกอบด้วย

- ๑) นโยบายการจัดการเรียนรู้ของจังหวัดนครปฐม
- ๒) วิธีการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน
- ๓) หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.๒๕๕๑ และหลักสูตรสถานศึกษา

๑.๔.๒ **ขอบเขตด้านพื้นที่** ได้แก่ สถานศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานในจังหวัดนครปฐม

๑.๔.๓ **ขอบเขตด้านประชากร** กลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูล (Key Informant) ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยและคณะกำหนดขอบเขตผู้ให้ข้อมูล ดังนี้

- ๑) ผู้ทรงคุณวุฒิด้านเจริญภาวาสติสมาธิ จำนวน ๑ รูป
- ๒) ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการจัดการเรียนสติและสมาธิ จำนวน ๑ คน
- ๓) ผู้บริหารสถานศึกษาหรือรองผู้อำนวยการศึกษาระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานในจังหวัดนครปฐม จำนวน ๑ คน
- ๔) ครูกลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม จำนวน ๓ คน
- ๕) นักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานในจังหวัดนครปฐม

๑.๔.๔ **ขอบเขตด้านระยะเวลาในการศึกษา** ตั้งแต่ พฤศจิกายน ๒๕๖๖ – มีนาคม ๒๕๖๗

๑.๕ คำนิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

สมรรถนะ หมายถึง ความสามารถที่เกิดจากความรู้ ทักษะและเจตคติที่เป็นไปในทางที่ถูกต้อง

สมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ หมายถึง ความสามารถที่ประกอบด้วยความรู้ ทักษะและเจตคติที่ดีส่งผลต่อการจัดการตนเองทั้ง ๔ ด้านได้แก่ ๑) การเห็นคุณค่าในตนเอง

๒) การมีเป้าหมายในชีวิต ๓) การจัดการอารมณ์และความเครียด ๔) การจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต ซึ่งวัดได้จากแบบประเมินสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียน

การจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน หมายถึง วิธีการจัดการเรียนรู้ที่เน้นกิจกรรมเสริมสร้างสติและสมาธิด้วยกิจกรรมที่หลากหลายและเหมาะสมกับวัยของผู้เรียน ซึ่งคณะผู้วิจัยได้ปรับปรุงจากรูปแบบการจัดการเรียนรู้พระพุทธศาสนาที่มีสติเป็นฐานการเรียนรู้ของกิตติชัย สุธาสิโนบล (๒๕๖๓) ประกอบด้วยกระบวนการจัดการเรียนรู้ ๗ ขั้นตอน ดังนี้ ขั้นที่ ๑ ขั้นพัฒนาสติสัมปชัญญะ ขั้นที่ ๒ ขั้นสะท้อนแนวคิดและประสบการณ์ ขั้นที่ ๓ ขั้นพัฒนาปัญญา ขั้นที่ ๔ ขั้นลงมือปฏิบัติอย่างเป็นองค์รวม ขั้นที่ ๕ ขั้นปรับแต่งและลงข้อสรุป ขั้นที่ ๖ ขั้นตระหนักรู้หลักธรรมสู่การนำไปใช้ และขั้นที่ ๗ ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์และเรียนรู้ร่วมกัน^{๑๗}

นักเรียนจังหวัดนครปฐม หมายถึง นักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานที่กำลังเรียนอยู่ในโรงเรียนภายในจังหวัดนครปฐม

๑.๖ สมมติฐาน

๑. ความต้องการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม แตกต่างกัน

๒. องค์ประกอบการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม มีอะไรบ้าง

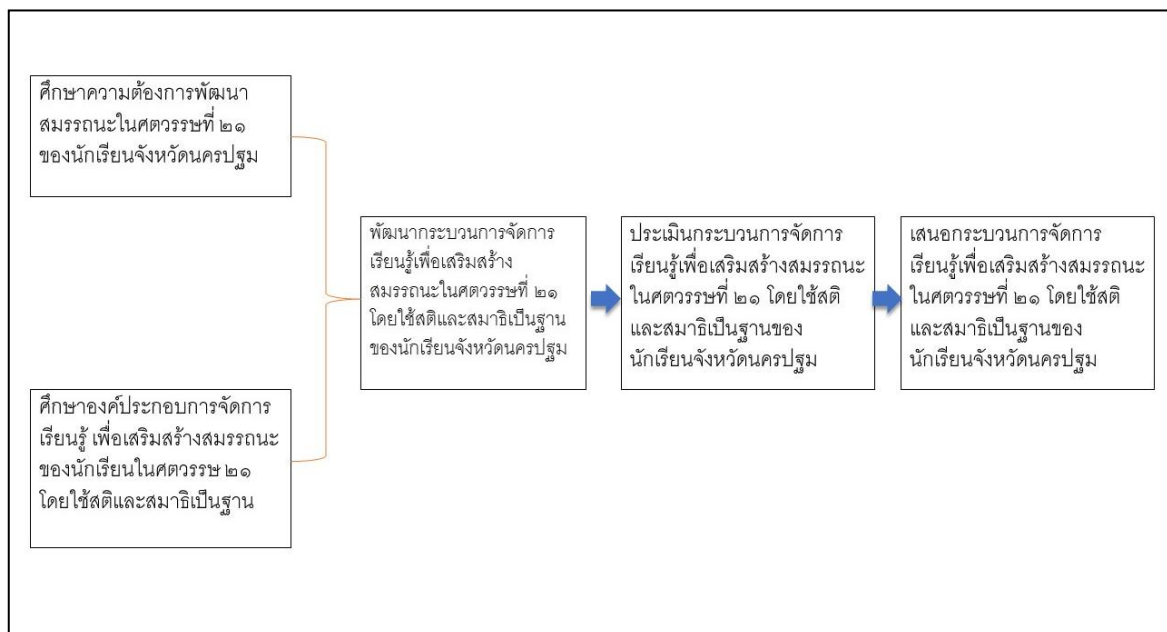
๓. กระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม เป็นอย่างไร

๔. การประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม เป็นอย่างไร

๑.๗ กรอบแนวคิดในการศึกษาวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีกรอบแนวคิดในการดำเนินการ ดังนี้

^{๑๗} เรื่องเดียวกัน



แผนภาพที่ ๑ กรอบแนวคิดในการวิจัย

๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษาวิจัย

๑. ทำให้ได้แนวทางในการจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมสมรรถนะการเรียนรู้ด้านการจัดการตนเองของนักเรียนจังหวัดนครปฐมที่เหมาะสม
๒. ได้องค์ความรู้การจัดการเรียนรู้ที่มีสติและสมาธิเป็นฐานในการส่งเสริมสมรรถนะการเรียนรู้ให้เกิดแก่ผู้เรียน
๓. หน่วยงานที่ผลิตครู ได้วิธีการจัดการเรียนรู้ที่มีสติและสมาธิเป็นฐานนำไปขยายองค์ความรู้ให้กับนิสิตนักศึกษาบัณฑิตครู

บทที่ ๒

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม คณะผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าและตรวจสอบเอกสารที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

๒.๑ หลักสูตรและการจัดการเรียนรู้สาระพระพุทธศาสนา

๒.๑.๑ สาระการเรียนรู้พระพุทธศาสนา มาตรฐานและตัวชี้วัด

๒.๑.๒ มาตรฐานและตัวชี้วัด

๒.๒ การจัดการเรียนรู้ที่มีสติและสมาธิเป็นฐาน

๒.๒.๑ หลักการจัดการศึกษาแนวพระพุทธศาสนา

๒.๒.๒ แนวคิดเกี่ยวกับสติและสมาธิในการจัดการศึกษา

๒.๒.๓ วิธีการจัดการเรียนรู้ตามแนวพุทธ

๒.๒.๔ บทบาทครูและบทบาทนักเรียนของการจัดการเรียนรู้แนวพุทธ

๒.๓ สมรรถนะการเรียนรู้

๒.๓.๑ แนวคิด ทฤษฎีและความหมายของสมรรถนะการเรียนรู้

๒.๓.๒ ประเภทของสมรรถนะการเรียนรู้

๒.๓.๓ การวัดและประเมินผลสมรรถนะการเรียนรู้

๒.๔ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๒.๔.๑ งานวิจัยที่เกี่ยวกับสติและสมาธิในประเทศและต่างประเทศ

๒.๔.๒ งานวิจัยเกี่ยวกับสมรรถนะการจัดการเรียนรู้ในประเทศและต่างประเทศ

๒.๑ หลักสูตรและการจัดการเรียนรู้สาระพระพุทธศาสนา

๒.๑.๑ สาระการเรียนรู้ศาสนศีลธรรมและจริยธรรม

มาตรฐานและตัวชี้วัด สามารถอธิบายได้ดังนี้

๑.๑ ทำไมต้องเรียนสังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม

กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม ช่วยให้ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจ การดำรงชีวิตของมนุษย์ทั้งในฐานะปัจเจกบุคคลและการอยู่ร่วมกันในสังคม การปรับตัวตามสภาพแวดล้อม การจัดการทรัพยากรที่มีอยู่อย่างจำกัด เข้าใจถึงการพัฒนา เปลี่ยนแปลงตามยุคสมัย กาลเวลา

ตามเหตุปัจจัยต่างๆ เกิดความเข้าใจในตนเอง และผู้อื่น มีความอดทน อดกลั้น ยอมรับในความแตกต่าง และมีคุณธรรม สามารถนำความรู้ไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิต เป็นพลเมืองดีของประเทศชาติ และสังคมโลก

๑.๒ เรียนรู้อะไรในสังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม

กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรมว่าด้วยการอยู่ร่วมกันในสังคมที่มีความเชื่อมสัมพันธ์กัน และมีความแตกต่างกันอย่างหลากหลาย เพื่อช่วยให้สามารถปรับตนเองกับบริบทสภาพแวดล้อม เป็นพลเมืองดี มีความรับผิดชอบ มีความรู้ ทักษะ คุณธรรมและค่านิยมที่เหมาะสม โดยได้กำหนดสาระศาสนา ศีลธรรมและจริยธรรมไว้ ดังนี้

ศาสนา ศีลธรรมและจริยธรรม แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับศาสนา ศีลธรรม จริยธรรม หลักธรรมของพระพุทธศาสนาหรือศาสนาที่ตนนับถือ การนำหลักธรรมคำสอนไปปฏิบัติในการพัฒนาตนเอง และการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข เป็นผู้กระทำความดี มีค่านิยมที่ดีงาม พัฒนาค่านิยมของตนเองรวมทั้งบำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคมและส่วนรวม

หน้าที่พลเมือง วัฒนธรรม และการดำเนินชีวิตในสังคม ระบบการเมืองการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข ลักษณะและความสำคัญการเป็นพลเมืองดี ความแตกต่างและความหลากหลายทางวัฒนธรรม ค่านิยม ความเชื่อ ปลูกฝังค่านิยมด้านประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข สิทธิ หน้าที่ เสรีภาพ การดำเนินชีวิตอย่างสันติสุขในสังคมไทยและสังคมโลก

๒.๑.๒ มาตรฐานและตัวชี้วัด

มาตรฐานและตัวชี้วัดของสาระศาสนา ศีลธรรมและจริยธรรม ได้กำหนดไว้ในหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน ซึ่งแบ่งได้ดังนี้

สาระที่ ๑ ศาสนา ศีลธรรม จริยธรรม

มาตรฐาน ส ๑.๑ รู้ และเข้าใจประวัติ ความสำคัญ ศาสนา หลักธรรมของพระพุทธศาสนาหรือศาสนาที่ตนนับถือและศาสนาอื่น มีศรัทธาที่ถูกต้อง ยึดมั่นและปฏิบัติตามหลักธรรม เพื่ออยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

มาตรฐาน ส ๑.๒ เข้าใจ ตระหนักและปฏิบัติตนเป็นศาสนิกชนที่ดีและดำรงรักษาพระพุทธศาสนาหรือศาสนาที่ตนนับถือ

สาระที่ ๒ หน้าที่พลเมือง วัฒนธรรมและการดำเนินชีวิต

มาตรฐานส ๒.๑ เข้าใจและปฏิบัติตนตามหน้าที่ของการเป็นพลเมืองดีมีค่านิยมที่ดีงามและ
 ดำรงรักษาประเพณีและวัฒนธรรมไทยดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมไทยและสังคมโลกอย่างสันติสุข

มาตรฐาน ส ๒.๒ เข้าใจระบบการเมืองการปกครองในสังคมปัจจุบัน ยึดมั่น ศรัทธา และ
 ดำรงรักษาไว้ซึ่งการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข

๒.๒ การจัดการเรียนรู้ที่มีสติและสมาธิเป็นฐาน

พระพุทธศาสนามีหลักการจัดการเรียนรู้ที่มีการใช้สติและสมาธิเป็นฐาน จึงกล่าวได้ว่า
 ในพระพุทธศาสนา มีหลักธรรมคำสอนและหลักปฏิบัติให้เกิดพุทธะในจิตใจของมนุษย์ซึ่งเป็นศาสนา
 แห่งสติและปัญญา^{๑๘} โดยอาศัยหลักการจัดการศึกษาตามแนวพุทธศาสนาที่เรียกว่า ไตรสิกขา

๒.๒.๑ หลักการจัดการศึกษาแนวพระพุทธศาสนา หลักการจัดการศึกษาแนว
 พระพุทธศาสนา เป็นแนวความคิดการจัดการศึกษาที่นำหลักไตรสิกขาทางพระพุทธศาสนาเป็น
 กระบวนการในการจัดการศึกษา ซึ่งมีนักวิชาการจำนวนหลายท่านได้ให้ความหมายไว้ ดังนี้

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต)^{๑๙} ได้กล่าวว่า ไตรสิกขา คือ การฝึกปรือความประพฤติ
 (อริศีลสิกขา) การฝึกปรือจิต (อริสมาธิสิกขา) และการฝึกปรือปัญญา (อริปัญญาสิกขา) ชนิดที่ทำให้
 แก้ปัญหาของมนุษย์ได้เป็นไปเพื่อความดับทุกข์ นำไปสู่ความสุขและความเป็นอิสระแท้จริง นอกจากนี้
 การฝึกฝนอบรมทั้ง ๓ ระดับคือ ศีล สมาธิและปัญญา มิใช่มุ่งแต่ปัญญาอย่างเดียว ทั้งนี้โดยเหตุผลว่า
 อริปัญญาเป็นการศึกษาขั้นสูงสุด ซึ่งจะสำเร็จได้ด้วยดี ต้องอาศัยการศึกษา ๒ ระดับแรกเป็นพื้นฐาน
 และยิ่งกว่านั้น การศึกษาหรือการฝึกปรือ ๓ ขั้นนี้ มีองค์ประกอบที่เป็นปัจจัยส่งเสริมกันและกัน
 เมื่อพัฒนาครบทั้ง ๓ ขั้น จึงจะกล่าวถึงอริปัญญาได้จริงและเป็นการศึกษาที่สมบูรณ์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย^{๒๐} ได้กล่าวถึงว่า หลักไตรสิกขา เป็น
 กระบวนการศึกษา (teaching method) สำหรับเป็นเครื่องมือจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ถือว่า
 เป็นสาระสำคัญของไตรสิกขาอย่างแท้จริง ระบบไตรสิกขามี ๓ ประการ อันได้แก่

^{๑๘} กิตติชัย สุธาสิโนบล, **การจัดการเรียนการสอนแบบพุทธะ เพื่อพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมสำหรับ
 นักเรียน**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพฯ:คอมเมอริเชี่ยล เวิลด์มีเดีย, ๒๕๕๙), หน้า ๔.

^{๑๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๓๙, (กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหา
 จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), หน้า ๕๔๖ - ๕๔๘.

^{๒๐} มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **พุทธวิธีการสอน**, (กรุงเทพฯ:โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหา
 จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ๗๑ - ๗๒.

๑. ศีล (training in higher morality) เป็นการฝึกฝนพัฒนาด้านพฤติกรรม หมายถึง การพัฒนาพฤติกรรมทางกายและวาจาให้มีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมอย่างถูกต้อง มีผลดีในลักษณะต่าง ๆ คือ ๑) การดำรงตนด้วยดีในสังคม ๒) การรักษาระเบียบวินัย ๓) การปฏิบัติหน้าที่และความรับผิดชอบทางสังคมได้ถูกต้อง ๔) การมีความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีงามเกื้อกูลประโยชน์ ๕) การรักษาและส่งเสริมสภาพแวดล้อมทางสังคมให้อยู่ในภาวะเอื้ออำนวยแก่การที่ทุก ๆ คนจะสามารถดำรงชีวิตที่ดีงามหรือปฏิบัติตามกันได้ด้วยดี

๒. สมาธิ (training in higher mentality) เป็นการฝึกปรือในด้านคุณธรรมและมีสมรรถภาพของจิต หมายถึง การฝึกจิตให้มีคุณสมบัติดังนี้ ๑) มีจิตใจเข้มแข็ง มั่นคง แน่วแน่ ๒) ควบคุมตนได้ด้วยดี ๓) มีกำลังใจสูง ๔) มีสภาพสมองโปร่งใส เป็นสุข ปราศจากสิ่งรบกวนหรือให้เศร้าหมอง ๕) อยู่ในสภาพเหมาะแก่การใช้งานทางปัญญาที่ลึกซึ้งและตรงตามความเป็นจริง

๓. ปัญญา (training in wisdom) เป็นการฝึกปรือปัญญาให้เกิดความรู้ความเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงในลักษณะคือ ๑) รู้แจ้งชัดตรงตามสภาพความเป็นจริง ๒) ไม่เป็นความรู้ ความคิด ความเข้าใจที่ถูกบิดเบือน หรือพร่ามัว

สุนน อมรวิวัฒน์^{๒๑} ได้กล่าวถึงหลักไตรสิกขา ว่า หลักไตรสิกขา เป็นการฝึกหัดอบรมตามหลักไตรสิกขา เป็นการศึกษาที่มีลักษณะบูรณาการและปัจจัยยาการที่ว่ามีลักษณะบูรณาการนั้น เพราะทุกองค์ประกอบคือ ศีล สมาธิ ปัญญา นั้นอยู่ในองค์รวมของมรรคมืองค์แปดมีลักษณะผสมกลมกลืนอย่างได้สัดส่วนสมดุลกัน มีความสอดคล้องรองรับกันทั้งในด้านที่ต้องละเว้นและในด้านที่ต้องเจริญองงาม ยากที่จะแยกออกอย่างโดดเดี่ยวและไม่สามารถตัดองค์ประกอบข้อใดทิ้งไปได้

กิตติชัย สุราลีโนบล^{๒๒} ได้กล่าวว่า ไตรสิกขา เป็นกระบวนการปฏิบัติในการเรียนรู้ของมนุษย์ในการเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ และเป็นเครื่องมือในการพัฒนาตนเองทั้งทางด้านพฤติกรรม จิตใจและปัญญาให้ดีขึ้น ๆ ขึ้น จนบรรลุจุดมุ่งหมายสูงสุด มืองค์ประกอบ ๓ ส่วน ดังนี้

๑. ศีลสิกขา (ศีล) ความปกติและถูกต้องของการประพฤติ ปฏิบัติ แสดงออกมาให้เห็น บ่งบอกถึงระดับความเป็นคนมีวินัยในตนเอง

^{๒๑} สุนน อมรวิวัฒน์, การพัฒนาการเรียนรู้ตามแนวพุทธศาสตร์ : ทักษะกระบวนการเผชิญสถานการณ์ , (นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, ๒๕๔๒), หน้า ๑๕ - ๑๖.

^{๒๒} เรื่องเดียวกัน

๒. สมาธิศึกษา (สมาธิ) คือความตั้งมั่นของจิตใจที่มีความพร้อมทางคุณธรรม เป็นเรื่องของ คุณภาพจิต สมรรถภาพจิต และสุขภาพจิต เป็นพื้นฐานแห่งการพัฒนาปัญญา

๓. ปัญญาศึกษา (ปัญญา) คือความรู้และเข้าใจ การคิด และการจัดการความรู้ โดยสามารถรู้ และเข้าใจเรื่องราวต่าง ๆ นำพาไปสู่ความรอบรู้ที่เกิดจากการคิดที่ถูกต้องเป็นตัวนำที่ช่วยให้มนุษย์มี ความประพฤติกุศลและจิตใจที่ดี

พระครูโสภาสนนทกิตต์ (ศักดิ์ โสภาโส) และ พระมหาญาณวัฒน์ ฐิตวัฑฒโน (บุศดา วงษ์)^{๒๓} ได้กล่าวว่า หลักไตรสิกขา คือ หลักการศึกษาหรือการฝึกอบรม กำหนดขึ้นเพื่อแก้ปัญหาหรือ ทำความปลอดทุกข์ให้สำเร็จผลตามหลักปฏิจจสมุปบาท ไตรสิกขา เป็นกระบวนการศึกษาที่มี องค์ประกอบ ๓ ชั้น คือ ศีล สมาธิ และปัญญา โดยองค์ประกอบ ๓ ชั้นนี้มีได้แบ่งเป็นขั้นตอนต่างหาก กัน แต่คาบเกี่ยวกันไปโดยตลอด ที่เป็นชั้นเพราะเป็นปัจจัยส่งทอดแก่กัน เรียงลำดับตามหน้าที่ที่ทำให้ เข้าถึงจุดหมาย คือ การแก้ปัญหา หรือให้เกิดตัวการศึกษาที่แท้ ปัญญาเป็นตัวให้สำเร็จกิจของ การศึกษา คือเป็นตัวการให้แก้ปัญหาได้ หรือทำให้พ้นทุกข์ได้ จึงเรียงไว้ลำดับท้าย เพราะต่อจาก ปัญญาก็คือวิมุตติ (ความหลุดพ้นจากปัญหา ความเป็นอิสระปลอดจากทุกข์) และจึงกล่าวว่า การศึกษาคือ กระบวนการสร้างปัญญา ดังนั้น ระบบการศึกษาที่สมบูรณ์ จะต้องมีองค์ประกอบพร้อม ทั้งศีล สมาธิและปัญญา

๒.๒.๒ แนวคิดเกี่ยวกับสติและสมาธิในการจัดการศึกษา

สติและสมาธิถือว่าเป็นฐานสำคัญในการเรียนรู้ในเรื่องราวต่าง ๆ ดังนั้น ในการจัดการศึกษา จึงให้ความสำคัญกับสติและสมาธิ ทั้งนี้ทางพระพุทธศาสนามีการกล่าวถึงคำว่า สติ (Sati) โดยความหมายว่าการระลึกได้ ซึ่งเป็นสภาวะของการนึกได้ จำได้ ไม่หลง ไม่ลืม พุทธทาสภิกขุ (๒๕๔๕) พูดถึงสติว่าเป็นการมีความตระหนักรู้ ความใจและการจดจำได้ โดยสติ (Mindfulness) ไม่ เพียงแต่มีส่วนในการลดความทุกข์ทางจิตใจ แต่ยังมีส่วนช่วยในการพัฒนาจิตใจและพัฒนาตนเอง^{๒๔} ซึ่งมีนักวิชาการและนักการศึกษาให้ความหมายเกี่ยวกับสติและสมาธิไว้หลายท่านดังนี้

^{๒๓} พระครูโสภาสนนทกิตต์ (ศักดิ์ โสภาโส) และพระมหาญาณวัฒน์ ฐิตวัฑฒโน (บุศดา วงษ์), **แนวคิดทางการศึกษาสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต)**, (อ่างทอง: โรงพิมพ์วรรณศิลป์การพิมพ์๘๘,๒๕๖๑), หน้า ๓๘.

^{๒๔} พุทธทาสภิกขุ. (๒๕๔๕). **แก่นพุทธศาสนา**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.

พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๓ พระสุตตันตปิฎกเล่มที่ ๑๕ ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย^{๒๕} ได้กล่าวถึง สติสมาธิในสติสัมปชัญญะสูตรปรากฏตามพุทธพจน์ที่ว่า

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย เมื่อสติสัมปชัญญะไม่มี หิริและโอตตปปะของบุคคลผู้มีสติสัมปชัญญะวิบัติ ชื่อว่ามีเหตุถูกขจัดแล้ว เมื่อหิริและโอตตปปะไม่มี อินทริยสังวรของบุคคลผู้มีหิริและโอตตปปะวิบัติ ชื่อว่ามีเหตุถูกขจัดแล้ว เมื่ออินทริยสังวรไม่มี ศीलของบุคคลผู้มีอินทริยสังวรวิบัติ ชื่อว่ามีเหตุถูกขจัดแล้ว เมื่อศีลไม่มี สัมมาสมาธิของบุคคลผู้มีศีลวิบัติ ชื่อว่ามีเหตุถูกขจัดแล้ว

เมื่อสัมมาสมาธิไม่มี ยถาภูตญาณทัสสนะของบุคคลผู้มีสัมมาสมาธิวิบัติ ชื่อว่า มีเหตุถูกขจัดแล้ว เมื่อยถาภูตญาณทัสสนะไม่มี นิพพิทาและวิราคะของบุคคลผู้มียถาภูตญาณทัสสนะวิบัติ ชื่อว่ามีเหตุถูกขจัดแล้ว เมื่อนิพพิทาและวิราคะไม่มี วิมุตติญาณทัสสนะของบุคคลผู้มีนิพพิทาและวิราคะวิบัติ ชื่อว่ามีเหตุถูกขจัดแล้ว

ภิกษุทั้งหลาย ต้นไม้ที่มีกิ่งและใบวิบัติแล้ว สะเก็ด เปลือก กระพี้ แม่แก่นของต้นไม้ นั้น ย่อมไม่ถึงความบริบูรณ์ แม้นั้นใด ภิกษุทั้งหลาย เมื่อสติสัมปชัญญะไม่มี หิริและโอตตปปะของบุคคลผู้มีสติสัมปชัญญะวิบัติ ชื่อว่ามีเหตุถูกขจัดแล้ว เมื่อหิริและโอตตปปะไม่มี อินทริยสังวรของบุคคลผู้มีหิริและโอตตปปะวิบัติ ชื่อว่ามีเหตุถูกขจัดแล้ว ฯลฯ วิมุตติญาณทัสสนะของบุคคลผู้มีนิพพิทาและวิราคะวิบัติ ชื่อว่ามีเหตุถูกขจัดแล้ว ฉะนั้นเหมือนกัน

ภิกษุทั้งหลาย เมื่อสติสัมปชัญญะมี หิริและโอตตปปะของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยสติสัมปชัญญะ ชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์ เมื่อหิริและโอตตปปะมี อินทริยสังวรของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยหิริและโอตตปปะ ชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์ เมื่ออินทริยสังวรมีศีลของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยอินทริยสังวร ชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์ เมื่อศีลมีสัมมาสมาธิของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยศีล ชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์ เมื่อสัมมาสมาธิมี ยถาภูตญาณทัสสนะของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยสัมมาสมาธิ ชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์ เมื่อยถาภูตญาณทัสสนะมี นิพพิทาและวิราคะของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยยถาภูตญาณทัสสนะ ชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์ เมื่อนิพพิทาและวิราคะมี วิมุตติญาณทัสสนะของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วยนิพพิทาและวิราคะ ชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์

^{๒๕} พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๓ พระสุตตันตปิฎกเล่มที่ ๑๕ อังคุดตริภิกาย อัฐกนิบาต ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, สติสัมปชัญญะสูตร ว่าด้วยผลแห่งสติสัมปชัญญะ, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <https://www.geocities.ws/tmchote/tpd-mcu/tpd23.htm> [๒๙ เมษายน ๒๕๖๗].

ภิกษุทั้งหลาย ต้นไม้ที่มีกิ่งและใบสมบูรณ์ สะเก็ด เปลือก กระจพี แม่แก่นของต้นไม้ นั้น ย่อมถึงความบริบูรณ์ แม้นั้นใด ภิกษุทั้งหลาย เมื่อสติสัมปชัญญะมี หิริและโอตตปปะของบุคคลผู้ สมบูรณ์ด้วยสติสัมปชัญญะ ชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์ เมื่อหิริและโอตตปปะมี อินทรีย์สังวรของบุคคลผู้ สมบูรณ์ด้วยหิริและโอตตปปะ ชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์ ฯลฯ วิมุตติญาณทัสสนะของบุคคลผู้สมบูรณ์ด้วย นิพพิทาและวิราคะ ชื่อว่ามีเหตุสมบูรณ์ ฉะนั้นเหมือนกัน”

จากข้อมูลข้างต้น สรุปได้ว่า หิริและโอตตปปะจะช่วยให้สติสัมปชัญญะสมบูรณ์ เป็นปัจจัยทำให้อินทรีย์สังวรมีความสมบูรณ์ทั้งสมาสมาธิก็สมบูรณ์ และก้าวไปสู่ธรรมที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้นตาม สติสัมปชัญญะในกระแสหลัก

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) (๒๕๕๕) ได้กล่าวถึงสติ^{๒๖}ไว้ว่า สติหรือสมาสติ หมายถึง การระลึกได้ การไม่ลืม การไม่เผลอ การไม่เพลินเล่น การไม่ฝันเพื่อง การไม่เลื่อนลอย การระมัดระวัง การตื่นตัวต่อหน้าที่ การมีสมาธิ การที่จิตอยู่กับสิ่งที่กำลังทำอยู่ในขณะนั้น สภาวะที่มีความตื่นตัวต่อการรับรู้ต่อสิ่งต่างๆ และตระหนักรู้ได้ว่าควรตอบโต้ต่อสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้เป็นอย่างดีเหมาะสมได้อย่างไร โดยทำหน้าที่เหมือนกับผู้เฝ้าระวัง ฝ้าดูการเปลี่ยนแปลงของจิตใจ ทำหน้าที่ กำหนดรู้ต่อประสาทสัมผัสทั้ง ๕ และรวมถึงกระบวนการที่เกิดขึ้นในจิตใจ ทำให้สติเป็นส่วนสำคัญ เนื่องจากเป็นสิ่งที่คอยกำกับพฤติกรรมทั้งภายในและภายนอกให้เป็นไปอย่างถูกต้องเหมาะสม

ลักษณะการทำงานของสติ

โดยสติมีลักษณะการทำงานโดยทั่วไป ดังนี้ คือ การควบคุมไม่ให้ปล่อยใจเลื่อนลอย กำหนดรู้ ต่อการกระทำ อารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น และกระบวนการของจิต โดยมีปฏิบัติที่เรียกว่า สติปัฏฐาน ๔^{๒๗} ซึ่งประกอบด้วย

๑. กายานุปัสสนา หมายถึง การพิจารณาร่างกายส่วนต่าง ๆ หรือการตามดูรู้ทันร่างกายส่วนต่าง ๆ แบ่งแยกย่อยได้ดังนี้

^{๒๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, (พิมพ์ครั้งที่ ๓๒), (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ๗๙๔-๗๙๕.

^{๒๗} เรื่องเดียวกัน

๒. เวทนานุปัสสนา หมายถึง การพิจารณาความรู้สึกและการรับสัมผัสต่าง ๆ หรือการตามดูรู้ทันความรู้สึกและการรับสัมผัสต่าง ๆ

๓. จิตตานุปัสสนา หมายถึง การพิจารณาอารมณ์และจิตใจต่าง ๆ หรือการตามดูรู้ทันอารมณ์และจิตใจต่าง ๆ

๔. อัมมานุปัสสนา หมายถึง การพิจารณากระบวนการและธรรมชาติของจิตใจ และสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ รอบตัว หรือการตามดูรู้ทันกระบวนการและธรรมชาติของจิตใจ และสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ รอบตัว

ทั้งนี้พบว่าสติปัฏฐาน ๔ มีความสำคัญ เพราะบ่งบอกว่า ชีวิตของบุคคลแต่ละนั้น มีจุดที่ควรตั้งสติมาคอยกำกับทั้งหมด ๔ ส่วน คือ ร่างกายและพฤติกรรม ความรู้สึกต่าง ๆ ของบุคคล ภาวะของจิตใจที่มีความเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ และความนึกคิดต่าง ๆ ของบุคคล โดยเมื่อนำเอาสติมากำหนดในทั้ง ๔ ส่วนนี้ มีส่วนช่วยให้บุคคลดำเนินชีวิตได้อย่างปลอดภัย ปลอดภัยจากความทุกข์ใจ มีจิตใจที่เป็นสุข

ไตรลักษณ์^{๒๘}

โดยความเข้าใจที่มีต่อสิ่งต่าง ๆ และการดำรงอยู่ของสรรพสิ่งนั้น เป็นส่วนสำคัญในการเกิดความตระหนักรู้ผ่านกระบวนการของสติ และเป็นส่วนสำคัญของสติในการกำหนดรู้และเข้าใจต่อปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นทั้งภายในและภายนอกบุคคล โดยความเข้าใจดังกล่าวนี้ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า ไตรลักษณ์ แบ่งออกเป็น

๑. อนิจจตา หรือความไม่เที่ยงและการเคลื่อนไปของสิ่งต่าง ๆ คือ การเคลื่อนไปของสิ่งต่าง ๆ โดยหมายรวมถึงลักษณะของการเกิด การไม่หยุดนิ่งและการไปสู่จุดสิ้นสุด

๒. ทุกขตา หรือความเสียนและการเปลี่ยนแปลงไปของสิ่งต่าง ๆ คือ การเปลี่ยนแปลงของสิ่งต่าง ๆ เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงสภาพไปในลักษณะต่าง ๆ โดยรวมถึงกระบวนการของความเสื่อม

๓. อนัตตา หรือความว่างจากความเป็นตัวตน คือ การไม่ใช่ตัวหรือตน ไม่ใช่ของตัวหรือของตน การไม่ยึดต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งว่าเป็นอะไร หรือเป็นของอะไร

^{๒๘} เรื่องเดียวกัน

ซึ่งความเข้าใจต่อปรากฏการณ์ทางธรรมชาติที่กล่าวมานี้หรือไตรลักษณ์ จะทำให้บุคคลเกิดความเข้าใจที่มีต่อตน ตัวของบุคคลเอง และชีวิตของตนเอง รวมถึงกระบวนการที่เกิดขึ้นทั้งภายในและภายนอกของบุคคล

ประเภทของสติ

ทั้งนี้ในทางพระพุทธศาสนาได้ทำการจำแนกองค์ประกอบของสติและการฝึกสติของบุคคล^{๒๙} โดยแบ่งเป็น ๒ ประเภท ได้แก่

๑. สมณะสมาธิ ซึ่งเป็นส่วนของการพัฒนาการจดจ่อ โดยมุ่งให้เกิดการมีจิตที่จดจ่อต่อประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ การตระหนักรู้ และการยอมรับ โดยตรงกับการทำสมาธิที่มุ่งถึงการไปที่การระงับสงบจิตใจ^{๓๐}

๒. วิปัสสนาสมาธิ ซึ่งเป็นส่วนของการพัฒนาความเข้าใจ โดยมุ่งให้เกิดความเข้าใจอย่างจริงแท้ต่อปรากฏการณ์และสิ่งต่าง ๆ รอบตัวของบุคคล รวมถึงความเข้าใจที่มีต่อไตรลักษณ์ โดยตรงกับการทำสมาธิที่มุ่งไปที่การขยายความรู้แจ้งและเห็นจริงหรือการเข้าใจต่อโลกและชีวิตอย่างแท้จริง ส่งผลให้บุคคลที่มุ่งฝึกสมาธิแบบนี้กลับมาอยู่กับความเป็นจริงได้อย่างเป็นเนื้อเดียวกัน^{๓๑}

โดยจากกระบวนการและองค์ประกอบต่าง ๆ ของสติ ดังที่ได้กล่าวมานี้ มีส่วนสนับสนุนให้บุคคลเข้าสู่สภาวะแห่งความเข้าใจ และกำหนดรู้ต่อสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตัวบุคคลและธรรมชาติรอบ ๆ ตัว รวมถึงกระบวนการที่เกิดขึ้นทั้งภายในและภายนอกบุคคล

อานาปานสติ^{๓๒}

อานาปานสติ เป็นสติในรูปแบบของการฝึกจิตที่มีลักษณะพิเศษ คือ เป็นทั้งสมณะและวิปัสสนาพร้อมกัน กล่าวคือ เป็นกระบวนการที่ช่วยส่งเสริมให้เกิดสติทั้งในด้านการมีจิตที่จดจ่อต่อประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ การตระหนักรู้ และการยอมรับ และในด้านความเข้าใจ โดยมุ่งให้เกิดความเข้าใจอย่างจริงแท้ต่อปรากฏการณ์และสิ่งต่าง ๆ รอบตัวของบุคคลอย่างครอบคลุม ทั้งนี้ดำเนินการฝึกโดยใช้ลมหายใจของตนเองเป็นเครื่องมือ โดยมุ่งที่การสงบจิตใจตามแนวทางของ

^{๒๙} เรื่องเดียวกัน

^{๓๐} พุทธทาสภิกขุ, อานาปานสติฉบับสมบูรณ์ : คู่มือที่จำเป็นจะต้องมีในการศึกษาหรือการปฏิบัติธรรมะ, (กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ, ๒๕๔๘)

^{๓๑} เรื่องเดียวกัน

^{๓๒} เรื่องเดียวกัน

สมณะและมุ่งให้บุคคลพินิจต่อโลก และปรากฏการณ์ต่าง ๆ รอบตัวบุคคลตามแนวทางของวิปัสสนา ทั้งนี้การจะเข้าสู่การวิปัสสนาตามแนวทางของอานาปานสติได้นั้นต้องฝึกให้เกิดจิตที่สงบตามแนวทางของสมณะจนชำนาญเป็นพื้นฐาน

ทั้งนี้ จากแนวทางการปฏิบัติของอานาปานสติ ซึ่งมุ่งฝึกและพัฒนาสติทั้ง ๒ ประเภท คือ ทั้งสมณะและวิปัสสนา หมายความว่า เป็นการปฏิบัติตามหลักการของไตรสิกขา ซึ่งประกอบด้วยศีล สมาธิ และปัญญา^{๓๓} โดยมีส่วนเกี่ยวข้องกันดังนี้

ในส่วนของ ศีล เกี่ยวข้องกับการฝึกในส่วนของสมณะ โดยอานาปานสติเป็นการทำให้กายสงบ และระงับตนเอง ทำให้เกิดความจดจ่อ ส่วนของ สมาธิ โดยอานาปานสติเป็นการทำจิตใจให้สงบและระงับจากความต้องการของตนเอง และครองตนไว้จากสภาวะทางอารมณ์ต่าง ๆ เช่น โกรธ เสียใจ เศร้าใจ ลังเล สับสน เป็นต้น

ในส่วนของ ปัญญา เป็นส่วนที่เกี่ยวข้องโดยสัมมาทิฐิ หรือความเห็นชอบจากการที่บุคคลสำรวจจิตใจของตนเอง เกิดการตระหนักรู้ต่อสภาวะทางอารมณ์ และกระบวนการทางความคิดที่เกิดขึ้นภายในตน

จากแนวทางของอานาปานสตินั้น กลายเป็นที่มาและมีส่วนเกี่ยวข้องโดยตรงต่อกระบวนการและแนวทางในการฝึกเจริญสติในทางจิตวิทยาและสติบำบัดในรูปแบบต่าง ๆ ที่มีการใช้กันอยู่ในปัจจุบัน

นิยามของสติ (Mindfulness)

ในทางตะวันตกหรือในทางจิตวิทยาได้มีผู้ทำการศึกษาเกี่ยวกับสติ (Mindfulness) เป็นจำนวนมากและได้นิยามความหมายของสติเอาไว้ดังนี้

Kabat-Zinn (๒๕๓๓) นิยามสติ^{๓๔} (Mindfulness) ว่าเป็นสภาวะแห่งการตระหนักรู้ที่อยู่กับปัจจุบันขณะอย่างมีเป้าหมายในลักษณะที่ไม่ประเมินต่อประสบการณ์ที่เข้ามาอย่างเป็นปัจจุบันขณะ ทั้งนี้การใส่ใจต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างมีกำหนดรู้อยู่กับปัจจุบัน และไม่ประเมิน วิเคราะห์ หรือตัดสิน โดย

^{๓๓} พุทธทาสภิกขุ, **บรมธรรมตอนอานาปานสติฉบับสมบูรณ์แบบ**, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมบูชา, ๒๕๓๐).

^{๓๔} Kabat-Zinn, J. (1990). **Full catastrophe living**. New York: Delacorte.

สามารถพัฒนาสติผ่านการทำสมาธิ ซึ่งเป็นกระบวนการของความใส่ใจต่อตนเองอย่างเป็นปัจจุบันขณะ^{๓๕}

Bishop และคณะ (๒๕๔๗) ให้นิยามสติ^{๓๖} (Mindfulness) ว่าเป็นกระบวนการควบคุมของความใส่ใจเพื่อที่จะสามารถตั้งการตระหนักรู้สู่ประสบการณ์ในปัจจุบันขณะ โดยไม่ขยายความไปยังประสบการณ์ช่วงเวลาอื่น และเชื่อมโยงกับประสบการณ์ของบุคคลในลักษณะของความอยากรู้ (Curiosity) เปิดรับ (Open) และยอมรับ (Accept) ต่อประสบการณ์ที่กำลังเผชิญอย่างเต็มที่

Walach และคณะ (๒๕๔๙) อธิบายว่า สติ^{๓๗} คือ การตื่นตัวต่อการรับรู้ การรับสัมผัส กระบวนการทางความคิด และอารมณ์ความรู้สึกอย่างสงบนิ่ง อีกทั้งยังมีองค์ประกอบที่สำคัญอย่างอื่น คือ ความอบอุ่นและเป็นมิตร การยอมรับและไม่ตัดสิน การกำหนดรู้ต่อองค์ประกอบอื่น ๆ ของจิตตนเอง การควบคุมจิตให้เป็นกลางโดยไม่จำแนกตัดสิน ซึ่งโดยปกติแล้วจะเกิดขึ้นในกระบวนการรับรู้ของเราอย่างรวดเร็ว

ทั้งนี้กล่าวได้ว่า สติ (Mindfulness) คือ คุณลักษณะของบุคคลที่จะสามารถมุ่งใส่ใจต่อปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นอยู่ในปัจจุบันขณะ โดยส่งผ่านจากขณะหนึ่งสู่อีกขณะหนึ่งในลักษณะที่ต่อเนื่องกัน โดยที่บุคคลยอมรับและเปิดรับต่อประสบการณ์โดยไม่ประเมิน วิเคราะห์ และตัดสิน ซึ่งเป็นการยอมรับต่อประสบการณ์หรือปรากฏการณ์นั้น ๆ อย่างสมบูรณ์

โครงสร้างหรือกระบวนการของสติ (Structure and Mechanism of mindfulness) ในบริบททางจิตวิทยา

^{๓๕} Kabat-Zinn, J. (1996). **Mindfulness meditation: What it is, what it isn't, and its role in health care and medicine.** In Y. Haruli, Y. Ishii, Y., and Suzuki, M. (Eds.), *Comparative and psychological study on meditation* (pp. 161 - 170). Netherlands: Eburon.

^{๓๖} Bishop, S. R., Lau, M., Shapiro, S., Carlson, L., Anderson, N. D., Carmody, J., ... Devins, G. (2004). **Mindfulness: A proposed operational definition.** *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11(3), 230-241.

^{๓๗} Walach, H., Buchheld, N., Büttenmüller, V., Kleinknecht, N., & Schmidt, S. (2006). **Measuring mindfulness-the Freiburg mindfulness inventory (FMI).** *Personality and Individual Differences*, 40(8), 1543 - 1555.

Linehan (๒๕๓๖) มีมุมมองต่อสติผ่านการศึกษามาจากแนวคิดทั้งในเชิงจิตบำบัด^{๓๘} และการฝึกสติตามแนวทางของพระพุทธศาสนา (Kornfield & Goldstein, ๒๕๓๐) โดยมองว่าสติเป็นกลุ่มของทักษะที่บุคคลสามารถเรียนรู้และฝึกฝนได้ และจากแนวคิดดังกล่าว Dimidjian และLinehan (๒๕๔๖) ได้จำแนกทักษะเหล่านี้เป็นองค์ประกอบของสติได้ ๔ องค์ประกอบ^{๓๙} ดังนี้

๑. การสังเกต (Observing) คือ ความสามารถในการรับรู้และการใส่ใจกับสิ่งแวดล้อมภายนอก เช่น เสียง สัมผัส และกลิ่นรอบตัว รวมทั้งการสังเกตปรากฏการณ์ภายในบุคคล อาทิ เช่น การสังเกตการรับรู้ กระบวนการความคิดและอารมณ์

๒. การบรรยาย (Describing) คือ ความสามารถในการระบุและวิเคราะห์อย่างไม่ตัดสินต่อต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในกระบวนการรับรู้ของจิตและมุ่งให้ความสนใจต่อกระบวนการของจิต พร้อมทั้งเปลี่ยนทัศนคติให้ไม่มีการตัดสิน และคาดเดาเกี่ยวกับสิ่งนั้น ๆ

๓. การแสดงออกด้วยความตระหนักรู้ (Acting with awareness) คือ ความสามารถในการทำกิจกรรมหรือแสดงพฤติกรรมของบุคคลอย่างมีความตระหนักรู้ต่อตนเองผ่านการมุ่งความสนใจไปที่พฤติกรรมนั้น ๆ โดยไม่มีการแบ่งสติไปกับสิ่งอื่น ซึ่งมีลักษณะตรงข้ามกับการตอบสนองอัตโนมัติที่เป็นพฤติกรรมที่ทำไปโดยขาดความตระหนักรู้

๔. การยอมรับ (Accepting) คือ ความสามารถในการที่จะยอมรับต่อสิ่งที่เกิดขึ้น โดยไม่มีการตัดสินผ่านการหยุดประเมินและจำแนกที่มีต่อสิ่งต่าง ๆ เช่น ดี/ไม่ดี ถูก/ผิด หรือมีค่า/ไม่มีค่า และอยู่กับความเป็นจริงโดยไม่หลีกเลี่ยง หลบหนี หรือพยายามเปลี่ยนแปลง

Shapiro, Carlson, Astin and Freedman (๒๕๔๙) นำเสนอกรอบแนวคิดกระบวนการของสติ^{๔๐} เรียกว่า The Axioms ซึ่งพยายามที่จะทำให้แนวคิดของสติสามารถเข้าใจง่ายมากยิ่งขึ้น โดยการออกแบบโครงสร้างของสติที่อ้างอิงอยู่บนคำจำกัดความของสติ ว่าเป็นการมุ่งให้ความสนใจ

^{๓๘} Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. New York, NY: Guilford Press.

^{๓๙} Dimidjian, S., & Linehan, M. M. (๒๐๐๓). Defining an agenda for future research on the clinical application of mindfulness practice. *Clinical Psychology: Science and Practice*, ๑๐(๒), ๑๖๖-๑๗๑.

^{๔๐} Shapiro, S. L., Carlson, L. E., Astin, J. A., & Freedman, B. (๒๐๐๖). Mechanisms of mindfulness. *Journal of Clinical Psychology*, ๖๒(๓), ๓๗๓-๓๘๖.

อย่างเจาะจง มีเป้าหมายที่เกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ และไม่ตัดสินต่อสิ่งที่บุคคลมุ่งความสนใจ โดยได้
จำแนกออกเป็น ๓ องค์ประกอบที่ทำงานเกี่ยวเนื่องกัน ดังนี้

๑. การมีเจตนา (Intention) คือ กลไกของการกระตุ้นให้บุคคลเกิดการพัฒนา
ตนเอง ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาต่อสภาวะทางจิตใจซึ่งนำไปสู่การตระหนักรู้ และ
เข้าใจอย่างถ่องแท้

๒. การมุ่งให้ความสนใจ (Attention) คือ การมุ่งสนใจและสังเกตต่อปรากฏการณ์
ของจิตใจตนเองในปัจจุบันขณะ ซึ่งรวมทั้งประสบการณ์ทั้งภายในและภายนอกของบุคคลโดยไม่มีกร
ตีความต่อประสบการณ์นั้น ๆ

๓. การมีทัศนคติ (Attitude) คือ ทัศนคติของบุคคลที่นำไปใช้กับการมุ่งให้ความ
สนใจต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยทัศนคติที่ส่งเสริมให้เกิดสติ คือ ทัศนคติที่ปราศจากการวิเคราะห์ ตัดสิน
และจำแนกต่อประสบการณ์ เปิดรับต่อประสบการณ์ เปิดรับต่อสิ่งที่บุคคลกำลังมุ่งให้ความสนใจอยู่
ในขณะนั้นทั้งที่เกิดขึ้นภายในและภายนอกบุคคล เช่น ทัศนคติที่เปิดรับ (Openness) ยอมรับ
(Acceptance) และเห็นอกเห็นใจ (Compassion)

Bishop and Other (๒๕๔๗) นำเสนอกรอบแนวคิดสององค์ประกอบ (Two-
component model)^{๔๑} ที่ใช้อธิบายโครงสร้างของสติ ได้แก่ การกำกับความใส่ใจของตนเอง (The
self-regulation of attention) เพื่อคงไว้ซึ่งการรับรู้ต่อประสบการณ์ที่กำลังเกิดขึ้นอยู่ในแต่ละขณะ
และนำไปสู่การรับรู้ต่อปรากฏการณ์ทางจิตที่กำลังเกิดขึ้นอยู่ในปัจจุบันขณะ และการมุ่งปรับตัวต่อ
ประสบการณ์ของตนเอง (Orientation to experience) ซึ่งเกี่ยวข้องกับการที่บุคคลเกิดการปรับ
ทักษะการรับรู้ของตนที่มีต่อประสบการณ์ที่กำลังเกิดขึ้นในปัจจุบันขณะอยู่ในลักษณะของการจัดจ
การเปิดรับต่อประสบการณ์ และการยอมรับต่อประสบการณ์ที่เกิดขึ้น โดยมีรายละเอียด ดังนี้

๑. การกำกับความใส่ใจของตนเอง (The self-regulation of attention) คือ การที่บุคคล
ดึงความตระหนักรู้ (Awareness) ของตนเองมาสู่เหตุการณ์หรือประสบการณ์ที่เกิดขึ้น ณ ขณะนั้น
พร้อมทั้งทำการสังเกตและมีส่วนร่วมต่อกระบวนการการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในสนามการรับรู้ที่มี

^{๔๑} Bishop, S. R., Lau, M., Shapiro, S., Carlson, L., Anderson, N. D., Carmody, J., ... Devins, G. (2004). **Mindfulness: A proposed operational definition.** *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11(3), 230 - 241.

ต่อประสบการณ์นั้น ๆ เช่น ความคิด ความรู้สึก และอารมณ์ที่มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างเป็นปัจจุบันขณะ โดยจัดการต่อการกำหนดรู้และความใส่ใจของตนเอง

๒. การมุ่งปรับตัวต่อประสบการณ์ของตนเอง (Orientation to experience) คือ การที่บุคคลคงไว้ซึ่งการจดจ่อต่อองค์ประกอบต่าง ๆ ของประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละขณะ พร้อมทั้งใส่ใจต่อการเคลื่อนไหวและเปลี่ยนแปลงไปของสภาวะจิตต่อสิ่งที่กำลังกำหนดรู้อยู่ในขณะนั้น โดยไม่พยายามควบคุมปรากฏการณ์การรับรู้ของตนเองให้อยู่กับแค่บางประสบการณ์ แต่มุ่งให้ความสนใจต่อการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ของกระบวนการทางจิตที่อยู่ภายใต้การรับรู้ในขณะนั้น

Karunamuni (๒๕๕๘) ได้ทำการสำรวจและนำเสนอกรอบแนวคิดโครงสร้างของสติ ซึ่งอยู่ในลักษณะขององค์ประกอบที่ผสมผสานและทำงานร่วมกัน ประกอบด้วย ๕ องค์ประกอบ (The five-aggregate model) ซึ่งจะนำไปสู่การเข้าใจต่อประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ^{๔๒} ได้แก่

๑. รูปลักษณ์ของวัตถุ (Material form) โดยมีความหมายรวมไปถึงร่างกายและวัตถุภายนอกต่าง ๆ ที่ปรากฏเป็นรูปลักษณ์

๒. ความรู้สึก (Feelings) โดยมีความหมายรวมไปถึงความรู้สึกที่พึงปรารถนา ไม่พึงปรารถนา และเป็นกลางต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในจิตใจ

๓. การรับรู้ (Perceptions) แสดงถึงการมีสติรับรู้ที่มีต่อคุณลักษณะต่าง ๆ ของวัตถุ เช่น รูป รส กลิ่น สี เป็นต้น

๔. กรรม (Volition) คือ การกระทำที่อยู่ทั้งในรูปแบบของการแสดงออกทางร่างกาย (Body) ทางคำพูด (Verbal) และพฤติกรรมทางจิตใจ (Psychological behavior)

๕. จิตสำนึกที่ทำการรับสัมผัส (Sensory Consciousness) หมายถึง การรับรู้ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นผ่านสัมผัสของบุคคล

โดยกรอบแนวคิดโครงสร้างของสตินี้อธิบายถึงกระบวนการทางจิตที่เกิดจากการรับรู้ทางอารมณ์ ความรู้สึก ประสาทสัมผัส และการกระทำต่าง ๆ กับอิทธิพลของทัศนคติและประสบการณ์ส่วนบุคคลที่มีต่อการรับรู้ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นและหายไปในแต่ละขณะ

Walach and Other (๒๕๔๙) อธิบายว่าสติคือกระบวนการให้ความสนใจ การตั้งการตระหนักรู้มาสู่ประสบการณ์ในปัจจุบันและเชื่อมโยงประสบการณ์ของบุคคลให้อยู่ในขอบเขตของ

^{๔๒} Karunamuni, N. D. (2015). *The five-aggregate model of the mind*. SAGE Open, (2).

ความสนใจ เปิดรับต่อประสบการณ์และการยอมรับต่อประสบการณ์ที่เกิดขึ้น อีกทั้งสติยังเป็นกระบวนการของการเกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งต่อธรรมชาติของจิตและรับรู้ต่อสิ่งแวดล้อมโดยไม่ได้เอาตัวเองเป็นศูนย์กลางของประสบการณ์ทั้งทางความคิดและความรู้สึก^{๔๓} ตามแนวคิดของ Walach และคณะ (๒๕๔๙) สามารถจำแนกองค์ประกอบของสติได้ ๔ องค์ประกอบที่แยกออกจากกันได้อย่างชัดเจน^{๔๔} ดังนี้

๑. การดำรงอยู่ของสติ (Mindful Presence) เป็นลักษณะของการมีสติรับรู้และมุ่งให้ความสนใจต่อประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน โดยไม่ได้รับอิทธิพลจากความคิดและอารมณ์ที่ส่งผลต่อการมีทัศนคติในประสบการณ์นั้น ๆ

๒. การยอมรับโดยไม่ตัดสิน (Non-Judgmental Acceptance) เป็นลักษณะของการยอมรับต่อประสบการณ์ที่เกิดขึ้นโดยปราศจากการตัดสินต่อประสบการณ์นั้น ๆ

๓. การเปิดรับต่อประสบการณ์ (Openness to experiences) เป็นลักษณะที่สะท้อนถึงการเปิดรับต่อประสบการณ์ทั้งทางบวกและทางลบทุก ๆ รูปแบบ เช่น การสัมผัส การรับรู้ สภาวะทางอารมณ์ และความคิด โดยให้ความสำคัญต่อการสำรวจสภาวะทางจิตใจของตนเอง

๔. การเข้าใจอย่างลึกซึ้ง (Insight) เป็นคุณลักษณะที่สะท้อนถึงความเข้าใจต่อประสบการณ์หรือปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นรอบ ๆ อย่างถ่องแท้ ซึ่งนำไปสู่ความเข้าใจต่อปรากฏการณ์ทางธรรมชาติของจิตในมิติต่าง ๆ ที่กว้างขึ้นโดยไม่จำกัดเพียงแค่งของการเข้าใจต่อปัจจุบันขณะ เช่น ความเข้าใจที่มีต่อธรรมชาติของสิ่งต่าง ๆ รอบตัวบุคคล

๒.๒.๓ วิธีการจัดการเรียนรู้ตามแนวพุทธ

วิธีการจัดการเรียนรู้ตามแนวพุทธ เป็นการจัดการเรียนการสอนที่มีความเชื่อในแนวคิดหลักการการจัดการเรียนการสอนแนวพุทธ ที่มองในเรื่องความเป็นจริงตามธรรมชาติซึ่งเชื่อว่า ทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นนั้นย่อมมีเหตุปัจจัยที่ทำให้สิ่งนั้น ๆ เกิดขึ้นและเชื่อในเรื่องของธรรมชาติของมนุษย์ที่

^{๔๓} Bishop, S. R., Lau, M., Shapiro, S., Carlson, L., Anderson, N. D., Carmody, J., ... Devins, G. (2004). **Mindfulness: A proposed operational definition.** *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11(3), 230 - 241.

^{๔๔} Walach, H., Buchheld, N., Büttenmüller, V., Kleinknecht, N., & Schmidt, S. (2006). **Measuring mindfulness-the Freiburg mindfulness inventory (FMI).** *Personality and Individual Differences*, 40(8), 1543 - 1555.

ต้องอยู่กับสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีความสุข นอกจากนี้ เป็นการจัดการเรียนการสอนที่เชื่อมโยงกับหลักพุทธธรรม เช่น หลักสติและสมาธิ เป็นต้น ซึ่งหลักสติเป็นจุดเริ่มต้นของการขับเคลื่อนกระบวนการเรียนรู้บนหลักไตรสิกขา โดยผู้สอนจัดสภาพแวดล้อมและบรรยากาศ (ปรโตโฆสะ) ที่เป็นกัลยาณมิตร เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมุ่งศึกษาแก้ปัญหาหรือแสวงหาความรู้อย่างเป็นองค์รวม เพื่อพัฒนาผู้เรียนอย่างรอบด้านด้วยวิถีวัฒนธรรมแสวงปัญญาผ่านระบบไตรสิกขา^{๔๕}

วิธีการจัดการเรียนรู้พระพุทธศาสนาที่มีสติเป็นฐานการเรียนรู้

กิตติชัย สุธาสิโนบลและคณะ^{๔๖} ได้กล่าวว่า รูปแบบการจัดการเรียนรู้พระพุทธศาสนาที่มีสติเป็นฐานการเรียนรู้ หมายถึง การจัดการกระบวนการเรียนรู้โดยใช้สติเป็นฐานค้ำนึ่งถึงกระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่เน้นการพัฒนาด้านกระบวนการเรียนรู้ (Process Skill) ซึ่งกระบวนการเรียนรู้ที่เป็นลักษณะบูรณาการกับหลักพุทธธรรมสู่การประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต มุ่งให้ผู้เรียนเรียนรู้โดยใช้สติเป็นฐานการเรียนรู้ ผ่านกระบวนการเรียนรู้ตามระบบไตรสิกขา ส่งเสริมให้ผู้เรียน ศึกษา ฝึกฝน ปฏิบัติตนอย่างรู้ตัวทั่วพร้อม แก้ปัญหาด้วยวิธีคิดโดยแยบคาย (โยนิโสมนสิการ) ด้วยวิถีวัฒนธรรมแสวงปัญญา โดยผู้สอนจัดการสภาพแวดล้อมและบรรยากาศ(ปรโตโฆสะ) ที่เป็นกัลยาณมิตร ส่งผลให้ผู้เรียนมีความสุขและสังคมมีความสุข เพื่อให้เหมาะสมกับผู้เรียนในสภาพสังคมไทยยุคปัจจุบัน มีขั้นตอนการจัดการเรียนรู้ ๗ ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ ๑ ขั้นพัฒนาสติสัมปชัญญะ (Mindfulness Development) เป็นขั้นที่เตรียมผู้เรียนโดยการกำหนดสติในการเรียน เท่าทันในการเคลื่อนไหว (กายสังขาร) ในอันที่จะปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ รู้เท่าทันในอารมณ์ที่ปรุงแต่งจิต (จิตสังขาร) รู้เท่าทันความคิดทั้งหลายอย่างเป็นเหตุเป็นผล (มโนสังขาร) ซึ่งประกอบด้วย กิจกรรม ฝึกสมาธิในลักษณะต่างๆ การสวดมนต์ และทำกิจกรรมการเรียนรู้ที่ส่งเสริม การคิด การแก้ปัญหา การสนทนา อภิปราย ชักถาม ถามคำถาม การตอบคำถาม เพื่อนำเข้าสู่บทเรียน ตลอดถึงการประสานวินัยการเรียน โดยให้ผู้เรียนร่วมกันกำหนดหลักการกฎเกณฑ์ในการเรียนที่เป็นกัลยาณมิตรร่วมกัน เตรียมกิจกรรมการเรียน แบ่งกลุ่มผู้เรียนให้เหมาะสมกับกิจกรรม และจัดเตรียม สื่อ อุปกรณ์ และแหล่งเรียนรู้ที่จะใช้ในการเรียนรู้

^{๔๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑๐ - ๑๑๘

^{๔๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗ - ๙.

ขั้นที่ ๒ ขั้นสะท้อนแนวคิดและประสบการณ์ (Reflections on concepts and experiences) เป็นขั้นที่ผู้สอนกระตุ้นให้ผู้เรียนอยากเรียนรู้และสนใจในสิ่งที่เรียน ผู้เรียนสามารถนำความรู้และประสบการณ์เดิมมาสัมพันธ์กับความรู้ใหม่ วิเคราะห์และสะท้อนแนวคิดและประสบการณ์เดิมจากการทำกิจกรรมตามความแตกต่างระหว่างบุคคลหรือกิจกรรมกลุ่มอย่างหลากหลาย เช่น ฝึกเขียนแผนผังความคิด Mind map ในลักษณะการสะท้อนความคิดและความรู้เดิม ระดมสมองอภิปรายร่วมกันเป็นขั้นที่เน้นการวิเคราะห์วิจารณ์เพื่อตรวจสอบ สะท้อนความรู้ด้วยตนเอง

ขั้นที่ ๓ ขั้นพัฒนาปัญญา (Wisdom Development) เป็นขั้นที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนเรียนรู้จากการสังเกตอย่างไตร่ตรองไปสู่การสร้างความคิดรวบยอด (Analytic Learners) ใช้กระบวนการเรียนรู้ Active learning เรียนรู้อย่างมีความสุข โดยใช้ทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้กระบวนการไตร่ตรองในการขับเคลื่อนการเรียนรู้ เพื่อให้เกิดความรอบรู้อย่างลึกซึ้ง (จินตตามยปัญญา) ผ่านการคิดพิจารณาหาเหตุผล การลำดับเล่าเรียน (สุตมยปัญญา) และการฝึกอบรมและลงมือปฏิบัติ (ภาวนามยปัญญา) โดยใช้กระบวนการคิดโดยแยกคาย (โยนิโสมนสิการ)

ขั้นที่ ๔ ขั้นลงมือปฏิบัติอย่างเป็นองค์รวม (Holistic practice) เป็นขั้นที่ผู้เรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมอย่างสติ ใช้กระบวนการไตร่ตรองในการขับเคลื่อนการเรียนรู้ เพื่อให้เกิดความรอบรู้อย่างลึกซึ้งผ่านการคิดพิจารณาหาเหตุผล (จินตตามยปัญญา) การลำดับเล่าเรียน (สุตมยปัญญา) และการฝึกอบรมและลงมือปฏิบัติ (ภาวนามยปัญญา โดยใช้กระบวนการคิดโดยแยกคาย (โยนิโสมนสิการ) การคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณ การคิดสร้างสรรค์ การใช้ทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ อภิปรายกลุ่มเกี่ยวกับความรู้ ข้อคิดเห็น ที่ได้จากการปฏิบัติกิจกรรม ผู้เรียนนำเสนอผลงานที่เกิดจากการทำกิจกรรมอย่างมีสติ ผ่านกิจกรรมการทดลอง บันทึกผลการศึกษาลงในใบงาน นำเสนอข้อมูลตั้งคำถาม ถามตอบสืบเสาะหาความรู้ค้นหาคำตอบ เก็บรวบรวมข้อมูล การจัดบันทึกข้อมูล การแก้ปัญหาตามแนวทางอริยสัจหาความรู้ใหม่โดยการเชื่อมโยงบูรณาการ ทำโครงการคุณธรรมจริยธรรม การศึกษานอกสถานที่ การเรียนรู้อย่างมีความสุขและมีความหมาย

ขั้นที่ ๕ ขั้นปรับแต่งและลงข้อสรุป (Customize and conclude) เป็นขั้นที่เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้แสดงความสามารถของตนเองตามความถนัดและความสนใจ เพื่อสร้างสรรค์ชิ้นงานตามจินตนาการของตนเองและกลุ่ม (Image of the Learning) ชิ้นงานที่สร้างขึ้นอาจเป็นภาพวาด แผ่นพับ เป็นต้น และส่งเสริมให้ผู้เรียนสรุปความรู้ในบทเรียน เสนอผลงาน โดยเลือกวิธีการนำเสนอผลงานในลักษณะเฉพาะตัว ประเมินผลงานของตนเองและกลุ่ม ผ่านกิจกรรมอภิปรายสรุป หรือร้อง

เพลงสรุปบทเรียน ประเมินชิ้นงาน ทำแบบฝึกหัด แบบทดสอบ หรือจัดเก็บผลงานในแฟ้มสะสมงาน ตลอดจนวิเคราะห์งาน ปัญหาอุปสรรคในการเรียน และวางแผนงานที่จะพัฒนาปรับปรุงให้ได้ผลที่สมบูรณ์ขึ้นหรือวางแผนงานในการพัฒนาเนื้อหาใหม่ต่อไป ด้วยความสงบเย็นและเป็นประโยชน์ มีความเป็นกัลยาณมิตร

ขั้นที่ ๖ ขั้นตระหนักรู้หลักธรรมสู่การนำไปใช้ (Awareness the Phutthathorn into Application) เป็นขั้นที่ผู้เรียนส่งเสริมให้ผู้เรียนมีความตระหนักที่จะนำความรู้และประสบการณ์ที่ได้ไปใช้แก้ปัญหาในชีวิตประจำวันโดยเชื่อมโยงกับหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาที่เรียน เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ประยุกต์ใช้ความรู้หลักพุทธธรรมกับเนื้อหาสาระ เพื่อเตือนสติตนเองและผู้อื่นในสถานการณ์ใหม่และนำไปใช้ในชีวิตประจำวันหรือชีวิตจริง ภูมิใจในความสำเร็จ มีความพอใจ ความเพียรพยายาม กระตือรือร้น จิตใจจดจ่อและใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญให้รอบคอบ หรือจัดทำเป็นแผนพับ แผนที่ความคิด (Mind map) หรือนำเสนอโครงการเพื่อให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่น

ขั้นที่ ๗ ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์และเรียนรู้ร่วมกัน (share experiences & learn together) เป็นขั้นที่ส่งเสริมให้ผู้เรียนนำเสนอผลงาน จัดแสดงผลงานและปฏิสัมพันธ์แลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน ซึ่งมุ่งให้ผู้เรียนนำผลการประยุกต์ใช้ผลการค้นพบความรู้และหลักธรรม มาจัดแสดง เพื่อแลกเปลี่ยนความรู้ ความคิด ทักษะและเจตคติต่อการทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยความสงบเย็นและเป็นประโยชน์ มีความเป็นกัลยาณมิตร เพื่อให้ผู้เรียนและเพื่อนๆ ทุกคนได้ชื่นชม ซึ่งถือเป็นการแบ่งปันโอกาสทางด้านการแลกเปลี่ยน องค์ความรู้และประสบการณ์ให้ผู้อื่นได้ซาบซึ้ง โดยมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันและปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สอนกับผู้เรียน ในขั้นนี้ผู้เรียนควรรับฟังความคิดเห็น การวิพากษ์วิจารณ์อย่างสร้างสรรค์ ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น เป็นการพัฒนาจิตใจของตนเองให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ก่อให้เกิดสังคมแห่งการเรียนรู้

จากข้อมูลข้างต้น คณะผู้วิจัยได้นำรูปแบบการจัดการเรียนรู้พระพุทธศาสนาที่มีสติเป็นฐาน การเรียนรู้มาใช้ในงานวิจัยนี้ ประกอบด้วย ๗ ขั้นตอนกระบวนการเรียนรู้ ดังนี้ ขั้นที่ ๑ ขั้นพัฒนาสติสัมปชัญญะ (Mindfulness Development) ขั้นที่ ๒ ขั้นสะท้อนแนวคิดและประสบการณ์ (Reflections on concepts and experiences) ขั้นที่ ๓ ขั้นพัฒนาปัญญา (Wisdom Development) ขั้นที่ ๔ ขั้นลงมือปฏิบัติอย่างเป็นองค์รวม (Holistic practice) ขั้นที่ ๕ ขั้นปรับแต่งและลงข้อสรุป (Customize and conclude) ขั้นที่ ๖ ขั้นตระหนักรู้หลักธรรมสู่การนำไปใช้ (Awareness the Phutthathorn into Application) ขั้นที่ ๗ ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์และ

เรียนรู้ร่วมกัน (share experiences & learn together) เพื่อพัฒนานักเรียนให้เติบโตตามกระบวนการจัดการเรียนรู้แนวพุทธบนฐานหลักไตรสิกขา

๒.๒.๔ บทบาทหน้าที่ครูและบทบาทหน้าที่นักเรียนของการจัดการเรียนรู้แนวพุทธ

บทบาทหน้าที่เป็นพฤติกรรมหรือการปฏิบัติที่ครูและนักเรียนพึงปฏิบัติตามที่ตนเองควรทำ และตามที่คุณี้อื่นคาดหวังของการจัดการเรียนรู้แนวพุทธ ซึ่งสามารถสรุปบทบาทหน้าที่ดังนี้

ตารางที่ ๑ สรุปบทบาทหน้าที่ของผู้สอนและนักเรียนของการจัดการเรียนรู้แนวพุทธ

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	บทบาทหน้าที่ครู	บทบาทหน้าที่ผู้เรียน
ขั้นที่ ๑ พัฒนาสติสัมปชัญญะ (Mindfulness Development)	<ul style="list-style-type: none"> - ครูนำพากิจกรรมฝึกสติ - ครูเตรียมกิจกรรมการเรียนรู้ให้พร้อม - ครูสร้างข้อตกลงในการเรียนรู้ร่วมกัน นักเรียน - ครูวางเงื่อนไขกิจกรรมให้เติบโตตามกิจกรรมการเรียนรู้ - ครูสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ด้านกายสังขม และการจดจ่อใส่ใจของนักเรียน 	<ul style="list-style-type: none"> - นักเรียนฝึกการรู้เท่าทันกิจกรรมที่ส่งเสริมการมีสติ - นักเรียนร่วมสร้างข้อตกลงในการเรียนรู้กับครู - นักเรียนมีสติจับประเด็นคำถามของครูแล้วสะท้อนย้อนกลับอย่างสร้างสรรค์
ขั้นที่ ๒ สะท้อนแนวคิดและประสบการณ์ (Reflections on concepts and experiences)	<ul style="list-style-type: none"> - ครูตั้งคำถามกระตุ้นนักเรียนด้วยคำถามที่หลากหลายและเหมาะสมกับกิจกรรม - ครูตั้งคำถามเชื่อมโยงสัมพันธ์ประสบการณ์เดิมกับประสบการณ์ใหม่ - ครูสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ด้านกายสังขมและการจดจ่อใส่ใจของนักเรียน 	<ul style="list-style-type: none"> - นักเรียนแสดงความคิดผ่านคำถามของครู - นักเรียนร่วมกันสะท้อนการเรียนรู้ในประสบการณ์เดิม - นักเรียนมีการใคร่ครวญอย่างมีสติในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับครูและเพื่อน ๆ

ตารางที่ ๑ สรุปบทบาทหน้าที่ของผู้สอนและนักเรียนของการจัดการเรียนรู้แนวพุทธ (ต่อ)

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	บทบาทหน้าที่ครู	บทบาทหน้าที่ผู้เรียน
<p>ขั้นที่ ๓ พัฒนาปัญญา (Wisdom Development)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ครูกำหนดประสบการณ์ใหม่ที่เหมาะสมกับเนื้อหาธรรมชาติของวิชา - ครูใช้คำถามเพื่อสร้างการเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ใหม่ด้วยเทคนิคการตั้งคำถามที่หลากหลาย - ครูสังเกตพฤติกรรมกรรมการเรียนรู้ด้านกาย สังคม และการจดจ่อใส่ใจของนักเรียน 	<ul style="list-style-type: none"> - นักเรียนมีสติใคร่ครวญในการศึกษาข้อมูล แหล่งการเรียนรู้ที่ได้รับมอบหมาย - นักเรียนระดมสมองช่วยเหลือกันตามกิจกรรมที่ได้มอบหมาย
<p>ขั้นที่ ๔ ลงมือปฏิบัติ อย่างเป็นองค์รวม (Holistic practice)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ครูสังเกตการลงมือปฏิบัติกรรมของนักเรียน - ครูอำนวยความสะดวกช่วยเหลือแนะนำในระหว่างการสังเกตการลงมือปฏิบัติกรรม - ครูจับประเด็นข้อคำถามของนักเรียนและให้การข้อมูลย้อนกลับอย่างสร้างสรรค์ - ครูมีการฟังการฝึกซึ่ง ไม่รีบตัดสิน ไม่แทรกแซง ระหว่างนักเรียนปฏิบัติกรรมที่ได้รับมอบหมาย - ครูเปิดพื้นที่การเรียนรู้ (Learning Space) ให้อิสระการเรียนรู้ในระหว่างนักเรียนทำกิจกรรม 	<ul style="list-style-type: none"> - นักเรียนลงมือปฏิบัติกิจกรรมอย่างมีสติ - นักเรียนตั้งคำถามในประเด็นที่สงสัยใคร่รู้กับครูเมื่อเจอปัญหาและอุปสรรคในการทำกิจกรรม - นักเรียนยอมรับและกล้าแสดงความคิดเห็นให้เพื่อน - นักเรียนกล้านำเสนอข้อมูลที่ตัวเองและเพื่อนระดมสมองแล้วให้ครูฟัง

ตารางที่ ๑ สรุปบทบาทหน้าที่ของผู้สอนและนักเรียนของการจัดการเรียนรู้แนวพุทธ (ต่อ)

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	บทบาทหน้าที่ครู	บทบาทหน้าที่ผู้เรียน
ขั้นที่ ๕ ปรับแต่งและลงข้อสรุป (Customize and conclude)	<ul style="list-style-type: none"> - ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนสร้างสรรค์ผลงานตามความถนัด - ครูอำนวยความสะดวกการเรียนรู้คอยเดินสังเกตและให้กำลังใจ พร้อมช่วยเหลือ หากนักเรียนมีปัญหาโดยไม่ละกลุ่มหรือคนใดคนหนึ่ง - ครูเปิดเวทีในการให้นักเรียนได้นำเสนอผลงานและมีการประเมินผลงานตามสภาพจริง 	<ul style="list-style-type: none"> - นักเรียนฝึกสติผ่านกิจกรรมที่หลากหลายตามที่ครูได้มอบหมาย - นักเรียนร่วมกันอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันและกันเพื่อสร้างผลงานตนเองและกลุ่ม - นักเรียนเลือกใช้วิธีการนำเสนอผลงานหรือกิจกรรมด้วยเครื่องมือที่หลากหลาย
ขั้นที่ ๖ ตระหนักรู้หลักธรรมสู่การนำไปใช้ (Awareness the Phutthathorn into Application)	<ul style="list-style-type: none"> - ครูส่งเสริมและตั้งคำถามชวนคิดให้นักเรียนนำสิ่งที่ได้เรียนไปใช้ในชีวิตประจำวัน - ครูให้อิสระเสรีในการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากห้องเรียนไปใช้ในสถานการณ์นอกห้องเรียนด้านการกระตุ้นด้วยคำถาม - ครูชี้ชวนชมเชียร์พฤติกรรมเมื่อความสำเร็จ ผลงาน ชิ้นงาน ของนักเรียนบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ - ครูสังเกตพฤติกรรมการเรียนรู้ด้านกาย สังคม และการจัดจ่อใส่ใจของนักเรียน 	<ul style="list-style-type: none"> - นักเรียนนำประสบการณ์ใหม่ในห้องเรียนไปใช้นอกเรียนด้วยความมั่นใจ - นักเรียนนำเสนอสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปเผยแพร่ด้วยวิธีการและช่องทางที่หลากหลาย - นักเรียนฝึกสติความสงบเพื่อทบทวน และปรับปรุงงานตนเองและกลุ่มให้สมบูรณ์ขึ้น

ตารางที่ ๑ สรุปบทบาทหน้าที่ของผู้สอนและนักเรียนของการจัดการเรียนรู้แนวพุทธ (ต่อ)

ขั้นตอนการจัดการเรียนรู้	บทบาทหน้าที่ครู	บทบาทหน้าที่ผู้เรียน
ขั้นที่ ๗ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ และเรียนรู้ร่วมกัน (share experiences & learn together)	<ul style="list-style-type: none"> - ครูจัดเวที บรรยายภาค มุมเพื่อ สร้างพื้นที่การเรียนรู้แบบ แลกเปลี่ยนกันระหว่างนักเรียนกับ นักเรียน - ครูอำนวยความสะดวกระหว่าง การเรียนรู้และตั้งคำถามเพื่อให้เกิด การเรียนรู้ที่ตรงกับเป้าหมายหรือ วัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ - ครูสังเกตพฤติกรรม การเรียนรู้ ด้านกาย สังคม และการจดจ่อใส่ใจของนักเรียน 	<ul style="list-style-type: none"> - นักเรียนนำเสนอผลงาน ชิ้นงาน โครงการ รายงาน ความก้าวหน้าโครงการ/ กิจกรรมหรือสะท้อนการ เรียนรู้อย่างมีสติ - นักเรียนยอมรับความคิดเห็น ของเพื่อนอย่างกัลยาณมิตร

จากตารางที่ ๑ สรุปได้ว่า บทบาทหน้าที่ของครูและนักเรียนมีความแตกต่างกัน โดยครูเป็น ทำหน้าที่เป็นผู้อำนวยความสะดวกการเรียนรู้ที่เปิดพื้นที่การเรียนรู้ (Learning Space) ให้กับนักเรียน ซึ่งใช้วิธีการ ตั้งคำถามที่หลากหลายให้สอดคล้องกับธรรมชาติเนื้อหา วัตถุประสงค์การเรียนรู้ ตลอดถึงการ ใช้ คำถามที่เหมาะสมกับวัยของนักเรียนในแต่ละระดับชั้น โดยในแต่ละขั้นตอนการจัดการเรียนรู้เน้นการ ยึดนักเรียนเป็นศูนย์กลางเพื่อสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ให้เกิดขึ้นกับนักเรียน ส่วนบทบาทหน้าที่ของนักเรียน นั้นเป็นผู้ลงมือปฏิบัติ (Active Learning) ตามเงื่อนไขกิจกรรมที่ครูได้ออกแบบไว้อย่างมีสติพร้อมทั้ง บูรณาการหลักไตรสิกขาเป็นฐานในการปฏิบัติกิจกรรมร่วมกับเพื่อนกัลยาณมิตรและครู

๒.๓. สมรรถนะการเรียนรู้

๒.๓.๑ แนวคิด ทฤษฎีและความหมายของสมรรถนะการเรียนรู้

McClelland^{๔๗} ได้ให้คำจำกัดความของสมรรถนะ (Competency) ไว้ว่า เป็นบุคลิกลักษณะที่ซ่อนอยู่ในปัจเจกบุคคล ซึ่งสามารถผลักดันให้ปัจเจกบุคคลนั้นสร้างผลการปฏิบัติงานที่ดีหรือตามเกณฑ์ที่กำหนดในงานที่ตนรับผิดชอบ

King & Evans^{๔๘} ได้กล่าวว่า สมรรถนะ ในลักษณะที่เป็นตัวชี้วัดความสำเร็จของการแสดงออกทางด้านภาษาในกิจวัตรประจำวันหรือมีความหมายที่หมายถึง ตัวชี้วัด และความสำเร็จในการปฏิบัติหรือทำกิจกรรมในชีวิตประจำวัน

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา^{๔๙} ได้กล่าวว่า สมรรถนะจึงเป็นความสามารถของบุคคลในระดับที่ปฏิบัติงานใดงานหนึ่งได้สำเร็จ โดยใช้ความรู้ทักษะ เจตคติ/คุณลักษณะที่ตนมีอยู่หรือสมรรถนะเป็นพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความสามารถของบุคคลในการนำความรู้ทักษะและคุณลักษณะเฉพาะของตนมาประยุกต์ใช้ในงานหรือในสถานการณ์ต่าง ๆ ได้จนประสบความสำเร็จ

กมลฉัตร กล่อมอิม^{๕๐} ได้กล่าวว่า สมรรถนะ หมายถึง ความสามารถแฝงที่มีอยู่ภายในบุคคล ซึ่งสามารถกระตุ้นหรือสนับสนุนบุคคลนั้นสามารถแสดงศักยภาพผ่านการปฏิบัติงานที่เห็นผลได้เชิงประจักษ์ด้วยทักษะความสามารถตามเป้าหมายที่กำหนด

มานะ สินธุวงษานนท์^{๕๑} ได้กล่าวว่า สมรรถนะของผู้เรียน หมายถึง คุณลักษณะที่ผู้เรียนทุกคนมีและใช้ได้เหมาะสมผลักดันให้ผลการปฏิบัติงานบรรลุตามเป้าหมาย ได้แก่ ความรู้ทักษะ บุคลิกภาพ แรงจูงใจทางสังคม ลักษณะนิสัย รูปแบบความคิด วิถีคิด และการกระทำซึ่งสมรรถนะของ

^{๔๗} สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, รายงานผลการวิจัยและพัฒนากรอบสมรรถนะผู้เรียนระดับประถมศึกษาตอนต้น สำหรับหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน, หน้า ๔๗.

^{๔๘} King & Evans (๑๙๙๑: ๑๐๒ อ้างถึงใน กมลฉัตร กล่อมอิม), วิถีวิทยาการจัดการเรียนรู้ฐานสมรรถนะ, (พิษณุโลก: รัตนสุวรรณการพิมพ์ ๓,๒๕๖๒), หน้า ๒.

^{๔๙} สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, แนวทางพัฒนาสมรรถนะผู้เรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน, (กรุงเทพฯ : บริษัท ๒๑ เซ็นจูรี จำกัด, ๒๕๖๒), หน้า ๑๑.

^{๕๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒.

^{๕๑} มานะ สินธุวงษานนท์, กลยุทธ์การพัฒนาผู้เรียนสู่ความเป็นพลเมืองในศตวรรษที่ ๒๑, วารสารนาคบุตรปริทรรศน์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช, ปีที่ ๑๑ ฉบับที่ ๒ (พฤษภาคม – สิงหาคม ๒๕๖๒).

ผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑ ประกอบด้วย สมรรถนะที่สำคัญดังนี้คือ ๑) ความสามารถในการสื่อสาร ๒) ความสามารถในการแก้ปัญหา ๓) ความสามารถในการคิด ๔) ความสามารถในการใช้เทคโนโลยี ๕) ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

จากข้อมูลข้างต้น คณะผู้วิจัยสรุปได้ว่า สมรรถนะ เป็นความสามารถของบุคคลที่คนใดคนหนึ่งใช้ความรู้ ทักษะและเจตคติในทางถูกต้องทำงานจนงานสำเร็จ ซึ่งสามารถประยุกต์สมรรถนะในสถานการณ์ต่าง ๆ และในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม โดยในงานวิจัยนี้ ต้องการพัฒนาสมรรถนะการจัดการเรียนรู้ด้านการจัดการตนเองของนักเรียนในจังหวัดนครปฐม

๒.๓.๒ ประเภทของสมรรถนะการเรียนรู้

สำนักเลขาธิการสภาการศึกษา^{๕๒} ได้กล่าวถึงการจัดแบ่งประเภทของสมรรถนะ นักวิชาการหลายท่านได้ให้ทรรศนะที่แตกต่างกันออกไป ตามความเห็นของ McClelland ได้แบ่งสมรรถนะออกเป็น ๒ กลุ่มคือ กลุ่มแรกเป็นสมรรถนะขั้นพื้นฐาน หมายถึง ความรู้หรือทักษะพื้นฐานที่บุคคลที่จำเป็นต้องมีในการทำงานและสมรรถนะในกลุ่มที่สอง เป็นสมรรถนะที่ทำให้บุคคลมีความแตกต่างจากผู้อื่น มีผลการทำงานที่สูงกว่ามาตรฐานหรือดีกว่าบุคคลทั่วไป สมรรถนะในกลุ่มนี้ มุ่งเน้นที่การใช้ความรู้ ทักษะและคุณลักษณะอื่นเพื่อช่วยให้เกิดความสำเร็จที่พิเศษในงาน ขณะที่ McLagan (๑๙๙๗) ให้ความคิดเห็นต่อลักษณะของสมรรถนะในมุมมองต่างๆ ที่รวมทั้งมุมมองขีดความสามารถเป็นปัจจัยนำเข้าและผลลัพธ์ที่เข้าด้วยกันดังนี้

๑) สมรรถนะตามลักษณะงาน (Competency as Tasks) เป็นการแสดงถึงว่าสมรรถนะต่างๆสามารถแบ่งออกเป็นงานย่อยๆ และกำหนดขอบเขตของงานที่จะทำได้ ได้แก่ งานการทำความเข้าใจสภาวะพื้นที่ งานย่อยคือการเลือกไม้กวาด ซึ่งงานย่อยลงไปอีกก็จะต้องมีความสามารถในการเลือกใช้ไม้กวาดว่าจะเลือกใช้ไม้กวาดอันใดในการทำงานที่จะเกิดประโยชน์สูงสุด

๒) สมรรถนะตามลักษณะของผลลัพธ์ (Competency as Results) ลักษณะสมรรถนะที่สามารถแบ่งออกเป็นองค์ประกอบย่อย ซึ่งผลลัพธ์ขององค์ประกอบต่างๆ เหล่านี้จะรวมกันไปสู่ผลลัพธ์ร่วมกัน

๓) สมรรถนะตามผลของการกระทำ (Competency as Outputs) สมรรถนะในลักษณะนี้จำเป็นที่จะต้องค้นหาความต้องการของลูกค้ำทั้งภายในและภายนอกองค์กร เพื่อให้ได้ความต้องการ

^{๕๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๑ - ๕๒.

ในการผลิตหรือบริการ จากนั้นจึงแบ่งผลที่ได้ออกเป็นองค์ประกอบย่อย ๆ และสามารถกำหนดคุณภาพและมาตรฐานที่ต้องการในการตอบสนองความต้องการของลูกค้า

๔) สมรรถนะตามความรู้ ทักษะและทัศนคติ (Competency as knowledge, Skill and Attitude) คนที่มีความเฉลียวฉลาดจะมีการแสดงออกทางพฤติกรรมหรือวิธีการต่างๆ ที่จะบ่งบอกว่าคนผู้นั้นมีความสามารถในการปฏิบัติงานได้สูงกว่ามาตรฐานที่กำหนด ในส่วนของสมรรถนะในลักษณะนั้นจะต้องแยกแยะออกมาให้เห็นว่าความรู้ ทักษะและทัศนคติ อะไรบ้างที่จะทำให้ประสบความสำเร็จ ซึ่งความสำเร็จดังกล่าวนั้น จะรวมไปถึงการมุ่งเน้นในความสำเร็จของเป้าหมายการค้นหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาและจะนำมาซึ่งการใช้เป้าหมายเป็นตัวกำหนดลำดับความสำคัญของการทำงานต่อไปได้

๕) สมรรถนะที่แต่ละคนมีอยู่ (Competency as Attribute Bundle) เป็นการประยุกต์ใช้กระบวนการของสมรรถนะทางความรู้ ทักษะทัศนคติ ซึ่งเป็นความสามารถที่แท้จริงของแต่ละบุคคลที่มีอยู่แต่เป็นการยากมากที่จะยกตัวอย่างให้เห็นอย่างชัดเจน ตัวอย่างเช่น พฤติกรรมของผู้นำจะต้องมีความสามารถในการจูงใจให้คนแสดงออกในการปฏิบัติอย่างใดอย่างหนึ่งนั้น คือจะต้องแสดงพฤติกรรมที่สามารถจูงใจให้บุคคลปฏิบัติตามได้ นั่นคือ ความสามารถที่ผู้นำจะต้องมี แต่อะไรคือสาเหตุพื้นฐานของพฤติกรรมนั้น เช่น ความสามารถในการฟัง ความนึกคิด การพูดในที่ชุมชน องค์ประกอบบางอย่างหรือความรับผิดชอบในตัวเอง

ซัชชพณชี่ จันวงศ์เดือนและวิริยรดา บรรหาร^{๕๓} ได้กล่าวว่า ประเภทของสมรรถนะมี ๓ สมรรถนะ ได้แก่ ๑) สมรรถนะประจำบุคคล คือ การแสวงหาความรู้ การคิดขั้นสูง การสื่อสาร การแก้ปัญหาชีวิต ทักษะการใช้ชีวิต การใช้เทคโนโลยี การปรับตัว คุณธรรม จริยธรรม ๒) สมรรถนะ การประยุกต์ใช้ความรู้ คือ ความสามารถในการนำสมรรถนะที่ได้ฝึกฝน พัฒนา หรือประจำ แต่ละบุคคลสามารถนำไปปรับใช้ในการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ๓) สมรรถนะประจำงาน คือ ความรู้ความสามารถ ทักษะในการทำงานตามบทบาทหน้าที่ของตนเองที่มอบหมาย

จากข้อมูลข้างต้น คณะผู้วิจัยได้สรุปว่า ประเภทของสมรรถนะที่ต้องการพัฒนาเป็นการพัฒนาสมรรถนะส่วนบุคคล ซึ่งในงานวิจัยนี้ สมรรถนะส่วนบุคคลเป็นสมรรถนะของนักเรียนจังหวัด

^{๕๓} ซัชชพณชี่ จันวงศ์เดือนและวิริยรดา บรรหาร, หลักสูตรฐานสมรรถนะ, วารสารครุทรรศน์ (Online) มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี,ปีที่ ๒ ฉบับที่ ๒ (พฤษภาคม – สิงหาคม ๒๕๖๕),หน้า ๘๒.

แต่ละคนที่ได้รับการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้เพื่อตอบโจทย์การเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน

๒.๓.๓ การวัดและประเมินผลสมรรถนะการเรียนรู้

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา^{๕๔} ได้กล่าวถึงการวัดและประเมินผลสมรรถนะการเรียนรู้ ดังนี้

๑. เน้นกระบวนการเรียนรู้ (Learning Process) และมีการประเมินให้ความสำคัญกับการประเมินแบบย่อย (Formative Assessment) อย่างต่อเนื่อง เพื่อติดตามดูความก้าวหน้า วินิจฉัยจุดด้อย จุดเด่นของผู้เรียน ให้ข้อมูลย้อนกลับ และเป็นการประเมินการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนของผู้สอนไปด้วย ในขณะที่เดียวกันต้องมีการสอบสรุปการ (Summative Assessment) เพื่อวัดและตัดสินกระบวนการเรียนรู้ (The End of Learning Process) ตอนเรียนจบรายวิชา

๒. ใช้การอิงเกณฑ์ (Criterion Referenced) วัดความสำเร็จในการปฏิบัติของผู้เรียนเป็นรายบุคคลเพื่อให้ ผู้เรียนได้รับการพัฒนา ใช้ศักยภาพตามความสามารถโดยไม่ต้องเปรียบเทียบกับผู้อื่นและตัดสินแบบอิงกลุ่ม

๓. ประเมินสมรรถนะที่สำคัญ (Crucial Outcomes) ก่อนเพราะผลการเรียนรู้/การปฏิบัติของทุกสมรรถนะ มีความสำคัญไม่เท่ากัน บางสมรรถนะอาจมีความสำคัญกว่าอีกสมรรถนะหนึ่ง ที่ครูผู้สอนจำเป็นต้องตั้งข้อจำกัดในการเรียนรู้และการประเมินผล

๔. บูรณาการสมรรถนะต่างๆ ที่เกี่ยวข้องเข้าด้วยกัน ไม่ประเมินแยกตามหน่วยสมรรถนะ หรือ หน่วยสมรรถนะย่อยออกจากกัน แม้ว่ากรอบมาตรฐานสมรรถนะจะกำหนดแยกเป็นหน่วยสมรรถนะ สมรรถนะย่อย และตัวบ่งชี้ ไม่ได้หมายความว่าผู้สอนจะต้องสอนหรือประเมินผลแยกแต่ละสมรรถนะ เพราะในการจัดเนื้อหาการสอนแต่ละหน่วยอาจต้องเกี่ยวข้องกับสมรรถนะต่างๆ ที่มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องหรือต่อเนื่องกัน

สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ^{๕๕} ได้กล่าวถึงวิธีการประเมินโดยสังเขป ดังนี้

^{๕๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๙ - ๘๐.

^{๕๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๙ - ๘๐.

๑. การสังเกต เป็นวิธีที่ดีมากวิธีหนึ่งในการเก็บข้อมูลพฤติกรรมด้านการใช้ความคิดการปฏิบัติงาน และโดยเฉพาะด้านอารมณ์ ความรู้สึก และลักษณะนิสัยสามารถทำได้ทุกเวลาทุกสถานที่ ทั้งในห้องเรียน นอกห้องเรียน หรือในสถานการณ์อื่นนอกโรงเรียน เครื่องมืออื่นๆที่ใช้ประกอบการสังเกต ได้แก่ แบบตรวจสอบรายการ แบบมาตราส่วนประมาณค่า แบบบันทึกกระเปาะย่นสะสม เป็นต้น

๒. การสัมภาษณ์ เป็นอีกวิธีหนึ่งที่ใช้เก็บข้อมูลพฤติกรรมด้านต่างได้ดี เช่น ความคิด (สติปัญญา) ความรู้สึก กระบวนการขั้นตอนในการทำงาน วิธีแก้ปัญหา ฯลฯ อาจใช้ประกอบการสังเกตเพื่อให้ได้ข้อมูลที่มั่นใจมากยิ่งขึ้น

๓. การตรวจงานเป็นการวัดและประเมินผลที่เน้นการนำผลการประเมินไปใช้ทันทีใน ๒ ลักษณะ คือ เพื่อการช่วยเหลือนักเรียนและเพื่อปรับปรุงการสอนของครู จึงเป็นการประเมินที่ควรดำเนินการตลอดเวลา เช่น การตรวจแบบฝึกหัด ผลงานภาคปฏิบัติ โครงการ/โครงการต่างๆ เป็นต้น งานเหล่านี้ควรมีลักษณะที่ครูสามารถประเมินพฤติกรรมระดับสูงของนักเรียนได้ เช่น แบบฝึกหัดที่เน้นการเขียนตอบ เรียบเรียง สร้างสรรค์ (ไม่ใช่แบบฝึกหัดที่เลียนแบบข้อสอบเลือกตอบ ซึ่งมักประเมินได้เพียงความรู้ความจำ) งานโครงการ โครงการงาน ที่เน้นความคิดขั้นสูงในการวางแผนจัดการดำเนินการ และแก้ปัญหาสิ่งที่ควรประเมินควบคู่ไปด้วยเสมอในการตรวจงาน (ทั้งงานเขียนตอบและปฏิบัติ) คือ ลักษณะนิสัยและคุณลักษณะที่ดีในการทำงาน

๔. การรายงานตนเอง เป็นวิธีการให้เขียนบรรยายหรือตอบคำถามสั้นๆ หรือตอบแบบสอบถามที่ครูสร้างขึ้น เพื่อสะท้อนถึงการเรียนรู้ของนักเรียนทั้งความรู้ ความเข้าใจ วิธีคิดวิธีทำงานความพอใจในผลงาน ความต้องการพัฒนาตนเองให้ดียิ่งขึ้น

๕. การใช้บันทึกจากผู้ที่เกี่ยวข้อง เป็นการรวบรวมข้อมูลความคิดเห็นที่เกี่ยวข้องกับตัวนักเรียนผลงานนักเรียน โดยเฉพาะความก้าวหน้าในการเรียนรู้ของนักเรียนจากแหล่งต่างๆ เช่นจากเพื่อนครูโดยประชุมแลกเปลี่ยนข้อมูล จากเพื่อนนักเรียนโดยจัดชั่วโมงสนทนาวิพากษ์ผลงาน(นักเรียนต้องได้รับคำแนะนำมาก่อนเกี่ยวกับหลักการ วิธีวิจารณ์เพื่อการสร้างสรรค์) จากผู้ปกครองโดยจดหมาย/สารสัมพันธ์ที่ครู หรือโรงเรียน กับผู้ปกครองมีถึงกันโดยตลอดเวลา

๖. การใช้ข้อสอบแบบเน้นการปฏิบัติจริง ในกรณีที่ครูต้องการใช้แบบทดสอบขอเสนอแนะให้ใช้แบบทดสอบภาคปฏิบัติที่เน้นการปฏิบัติจริง ซึ่งมีลักษณะดังต่อไปนี้

๖.๑ ปัญหาต้องมีความหมายต่อผู้เรียน และมีความสำคัญเพียงพอที่จะแสดงถึง ภูมิความรู้ ของนักเรียนในระดับชั้นนั้นๆ

- ๖.๒ เป็นปัญหาที่เลียนแบบสภาพจริงในชีวิตของนักเรียน
- ๖.๓ แบบสอบต้องครอบคลุมทั้งความสามารถและเนื้อหาตามหลักสูตร
- ๖.๔ นักเรียนต้องใช้ความรู้ความสามารถ ความคิดหลาย ๆ ด้านมาผสมผสาน และแสดงวิธีคิดได้เป็นขั้นตอนที่ชัดเจน
- ๖.๕ ควรมีคำตอบถูกได้หลายคำตอบ และมีวิธีการหาคำตอบได้หลายวิธี
- ๖.๖ มีเกณฑ์การให้คะแนนตามความสมบูรณ์ของคำตอบอย่างชัดเจน
๗. การประเมินโดยใช้แฟ้มสะสมงาน แฟ้มสะสมงานหมายถึง สิ่งที่ใช้สะสมงานของนักเรียน อย่างมีจุดประสงค์ ที่แสดงให้เห็นถึงความพยายาม ความก้าวหน้า และผลสัมฤทธิ์ในเรื่องนั้นๆ หรือหลาย ๆ เรื่อง การสะสมนั้นนักเรียนมีส่วนร่วมในการเลือกเนื้อหา เกณฑ์การเลือกเกณฑ์การตัดสิน ความสามารถ/คุณสมบัติ หลักฐานการสะท้อนตนเอง
- จากข้อมูลข้างต้น คณะผู้วิจัยสรุปได้ว่า การวัดและประเมินผลสมรรถนะการเรียนรู้ ในงานวิจัยนี้ ใช้การอิงเกณฑ์ (Criterion Referenced) มีการเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ประเมินสมรรถนะการเรียนรู้ด้วยตนเองและคณะผู้วิจัยวัดและประเมินผลสมรรถนะการเรียนรู้เพื่อจะช่วยเหลือและพัฒนาผู้เรียนให้มีสมรรถนะการเรียนรู้เพิ่มขึ้น

๒.๔ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๒.๔.๑ งานวิจัยที่เกี่ยวกับสติและสมาธิ

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสติและสมาธิ พบว่า มีผู้ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับสติและสมาธิไว้หลายคน ดังนี้

กิตติชัย สุธาสีโนบล ^{๔๖}ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้ พระพุทธศาสนาที่มีสติเป็นฐานการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียนระดับประถมศึกษาในสังคมไทยยุคปัจจุบัน ผลการวิจัยสรุปได้ว่า ประสิทธิภาพของรูปแบบการจัดการเรียนรู้พระพุทธศาสนาที่มีสติเป็นฐานการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียนระดับประถมศึกษาในสังคมไทยยุคปัจจุบัน พบว่า คะแนนเฉลี่ยวินัยในการเรียนของผู้เรียน ทักษะทางสังคมของผู้เรียน เจตคติต่อการเรียนของผู้เรียนและ

ความสามารถในการคิดแก้ปัญหาของผู้เรียนหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑

ฐิติวี แก้วพรสวรรค์และคณะ^{๕๖} ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเป็นผู้มีสติของวัยรุ่นไทย ผลการวิจัยสรุปได้ว่า นักเรียนทั้งหมด ๖๕๘ ราย โรงเรียนชายล้วนร้อยละ ๕๕ โรงเรียนหญิงล้วนร้อยละ ๔๐ และโรงเรียนสหศึกษาร้อยละ ๕ เพศชายร้อยละ ๕๗.๙ หญิงร้อยละ ๔๒.๑ อายุเฉลี่ย ๑๒.๔ ปี เกรดเฉลี่ยระดับประถมศึกษาที่ ๖ ๓.๐ ถึง ๔.๐ ร้อยละ ๘๙ บิดา มารดาและผู้ปกครอง มีสถานภาพสมรสคู่ร้อยละ ๘๖, ๘๕.๗ และ ๗๐.๑ การศึกษาระดับปริญญาตรีเป็นจำนวนร้อยละ ๓๒.๒, ๓๘.๗ และ ๒๔.๕ ตามลำดับรายได้รวม ๑๐,๐๐๑ ถึง ๕๐,๐๐๐ บาทร้อยละ ๔๙.๑ ข้อมูลพฤติกรรมพุทธศาสนาของเด็ก ได้แก่ สวดมนต์ ๑-๒ วันต่อสัปดาห์ร้อยละ ๓๘.๒ ไม่สนใจสมัครเข้าชมรมพุทธศาสนามาร้อยละ ๔๔.๗ ฟังเทศนาเฉพาะวันสำคัญ ร้อยละ ๔๔ อ่านหนังสือธรรม ๑-๒ ครั้งต่อปีร้อยละ ๒๘.๘ เคยฝึกสติมาก่อนมากกว่า ๑ ครั้งร้อยละ ๖๓.๕ เห็นประโยชน์ของสติ ร้อยละ ๙๐.๘ ต้องการเกมการฝึกสติ ร้อยละ ๖๔.๘ คะแนนลักษณะความเป็นผู้มีสติ มีค่าเฉลี่ย ๒๐๓.๒ คะแนนเฉลี่ยในแต่ละด้านของสติ ในการควบคุมตนเอง รวดเร็วทันเวลา ยับยั้งชั่งใจ และแสวงหาบริโภคนปัจจัยมีค่าเฉลี่ย ๕๐.๖, ๕๒.๙, ๔๙.๓ และ ๕๐.๓ ตามลำดับเพศหญิงโรงเรียนหญิงและเกรดสูง มีคะแนนลักษณะความเป็นผู้มีสติสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < ๐.๐๑$) สรุปวัยรุ่นตอนต้นมีคะแนนสติปานกลางถึงสูง วัยรุ่นสวดมนต์ ถือนิสัย ปฏิบัติที่วัดน้อยและไม่ได้ทำกิจกรรมด้านชมรม แต่ก็ยังเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาที่สำคัญ ปัจจัย เพศหญิง โรงเรียนหญิง นักเรียนเรียนดี เห็นประโยชน์ของสติ และอยากเข้าร่วมกิจกรรมมีคะแนนสติสูงกว่า สามารถนำผลการศึกษานี้ไปพัฒนาคุณธรรมด้านสติโดยปรับให้เหมาะสม เช่น เกม วิดีโอ ร่วมกับการฝึกพื้นฐานในเด็กวัยรุ่นได้ในอนาคต

^{๕๖} กิตติชัย สุชาติโนบล, “การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้พระพุทธศาสนาที่มีสติเป็นฐานการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียนระดับประถมศึกษาในสังคมไทยยุคปัจจุบัน”, วารสารบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์, ปีที่ ๑๕ ฉบับที่ ๒ พฤษภาคม – สิงหาคม ๒๕๖๔.

^{๕๗} ฐิติวี แก้วพรสวรรค์และคณะ, “ปัจจัยที่มีผลต่อความเป็นผู้มีสติของวัยรุ่นไทย”, วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, ปีที่ ๕๔ ฉบับที่ ๔ ตุลาคม – ธันวาคม ๒๕๕๕.

พระสุรัส สุรพลญาณและคณะ^{๕๘} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง รูปแบบการใช้สติในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนศรีสังวาลย์เชียงใหม่ ผลการวิจัยสรุปได้ว่า พฤติกรรมและความคิดเห็นด้านการมีสติ ก่อนการฝึกพัฒนาสติ โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ย ๔.๓๑ เมื่อได้รับการพัฒนาสติแล้ว โดยภาพรวมพบว่า อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเล็กน้อย คือ ๔.๓๔ ส่วนคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนศรีสังวาลย์เชียงใหม่ ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๓.๓๔$, S.D. = ๐.๓๙) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ระดับคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนศรีสังวาลย์เชียงใหม่ ในภาพรวม ไม่รวมในรายด้าน เป็นอันดับ ๑ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๓.๕๓$, S.D. = ๐.๖ ๘) รองลงมาคือ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม ($\bar{X} = ๓.๔๗$, S.D. = ๐.๕๙) และลำดับสุดท้ายคือ ด้านสิ่งแวดล้อม ($\bar{X} = ๓.๒๓$, S.D. = ๐.๕๗) รูปแบบการพัฒนาสติใช้การบูรณาการ ๓ รูปแบบ คือ (๑) กำหนดการรับรู้การเคลื่อนไหวทางกายในชีวิตประจำวัน (๒) การเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตของโรงเรียน (๓) ใช้สติกำหนดลมหายใจเข้า-ออก ปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียน คือ ครูผู้สอน รุ่นพี่และเพื่อนที่เป็นกัลยาณมิตร ส่วนอุปสรรคต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียน คือ ความพิการทางร่างกายหรือสมอง วัสดุอุปกรณ์ในการดูแลและช่วยเหลือ

จิระศักดิ์ เลพล^{๕๙} ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง การพัฒนาชุดฝึกอบรม การฝึกเจริญสติแบบไหว-นั่ง เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาชั้นปีที่ ๔-๖ ผลการวิจัยสรุปได้ว่า ผลจากการศึกษาพบว่า ผู้ที่ผ่านการฝึกอบรมมีการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ภายหลังการฝึกอบรมของกลุ่มทดลอง สูงกว่าก่อนการฝึกอบรมที่คะแนนเฉลี่ยทางสถิติที่ระดับ .๐๕ และเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ค่าเฉลี่ยระหว่างผู้เรียนกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ ผลของทักษะปฏิบัติระหว่างฝึกอบรมภาพรวมอยู่ในระดับมาก คือ ($\bar{X} = ๓.๓๘$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อของการประเมินพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ได้แก่ ข้อที่ ๑๒-๑๕ อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๓.๓๕$) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ได้แก่ ข้อที่ ๑ ($\bar{X} = ๓.๒๕$) ผลการศึกษาดังกล่าวชี้ให้เห็นว่าการนำวิธีปฏิบัติการเจริญสติแบบ

^{๕๘} พระสุรัส สุรพลญาณและคณะ, “รูปแบบการใช้สติในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนศรีสังวาลย์เชียงใหม่”, **วารสารปรัชญาอาศรม**, ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๒ กรกฎาคม - ธันวาคม ๒๕๖๕.

^{๕๙} จิระศักดิ์ เลพล, “การพัฒนาชุดฝึกอบรม การฝึกเจริญสติแบบไหว-นั่ง เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาชั้นปีที่ ๔-๖”, **ปริญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาหลักสูตร)**, (คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม: มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี, ๒๕๕๘).

เคลื่อนไหว ซึ่งเป็นข้อหนึ่งในหลักการปฏิบัติสมณะกรรมฐานของทางพระพุทธศาสนา ที่นำมาเป็นแนวทางการจัดการเรียนการสอนในการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่เป็นทางเลือกในการนำมาเป็นวิธีจัดการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาผู้เรียนให้เกิดการพัฒนาเพื่อให้เกิดการเรียนรู้วิถีการหนึ่ง อีกทั้งยังเป็นการเผยแพร่หลักการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาสู่เยาวชน เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจในหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาอีกด้วย

จิรภัทร รวีภัทรกุล^{๖๐} ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง การพัฒนาแบบวัดการมีสติและการพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างการมีสติในเด็กอายุ ๘-๑๑ ปี ผลการวิจัยสรุปได้ว่า โปรแกรมการเสริมสร้างการมีสติสำหรับเด็กมีผลดีต่อเด็กอย่างชัดเจน โดยพบว่า หลังจบการเข้าร่วมโปรแกรมฯ เด็กในกลุ่มทดลองมีคะแนนการมีสติเพิ่มขึ้นและคะแนนความซึมเศร้าลดลงกว่าในช่วงก่อนเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๑๗ และหลังจบการเข้าร่วมโปรแกรมฯ เด็กในกลุ่มทดลองยังมีคะแนนการมีสติมากกว่าและคะแนนความซึมเศร้าน้อยกว่า เด็กในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๑๗

Lorenza Corti and Carmen Gelati^{๖๑} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง สมาธิและการโค้ชเพื่อปรับปรุงความสามารถการเรียนรู้ของนักศึกษาในมหาวิทยาลัย: การศึกษานำร่อง ผลการวิจัยสรุปได้ว่าการหนุนเสริมระยะสั้นโดยอาศัยสติ การชี้แนะและการฝึกอบรมในการศึกษากลยุทธ์อาจปรับปรุงการเรียนรู้ที่มีประสิทธิผลของนักเรียนโดยอาศัยสติและการฝึกสอนและการฝึกอบรมเกี่ยวกับกลยุทธ์การเรียนรู้ อาจปรับปรุงการเรียนรู้ที่มีประสิทธิผลของนักศึกษา

๒.๔.๒ งานวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนาสมรรถนะการจัดการเรียนรู้

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสมรรถนะการจัดการเรียนรู้ พบว่า มีผู้ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับสมรรถนะการจัดการเรียนรู้ไว้หลายคน ดังนี้

^{๖๐} จิรภัทร รวีภัทรกุล, “การพัฒนาแบบวัดการมีสติและการพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างการมีสติในเด็กอายุ ๘-๑๑ ปี”, *ปริญญาศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต (สาขาวิชาจิตวิทยา)*, (คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๖).

^{๖๑} Lorenza Corti and Carmen Gelati, “Mindfulness and Coaching to Improve Learning Abilities in University Students: A Pilot Study”, (*International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2020,17,1935)

เอี่ยมพร หลินเจริญและกอบสุข คงมนัส^{๒๒} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาและเปรียบเทียบ สมรรถนะผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑ : ระดับประถมศึกษา ผลการวิจัยสรุปได้ว่า ๑) สมรรถนะหลักของผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑ ระดับประถมศึกษา ได้แก่ ประเทศออสเตรเลีย มี ๗ สมรรถนะ ประเทศแคนาดา (รัฐบริติชโคลัมเบีย มี ๓ สมรรถนะ ประเทศสิงคโปร์ มีสมรรถนะด้านสังคมและอารมณ์ ๕ สมรรถนะและทักษะที่จำเป็นสำหรับศตวรรษที่ ๒๑ จำนวน ๓ กลุ่ม และประเทศไทยมี ๕ สมรรถนะ ๒) ผลการศึกษาและเปรียบเทียบสมรรถนะหลัก พบว่า สมรรถนะที่ทั้ง ๔ ประเทศ มีเหมือนกัน ได้แก่ (๑) สมรรถนะด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ (๒) สมรรถนะด้านการคิด และ (๓) สมรรถนะด้านการสื่อสารและร่วมมือ ส่วนผลการศึกษาศึกษาและเปรียบเทียบสมรรถนะของผู้เรียนในรายวิชา พบว่า สมรรถนะของผู้เรียนในรายวิชาของแต่ละประเทศจะมีความคล้ายคลึงกัน

เมษา นวลศรีและกุลชาติ พันธุ์วรกุล^{๒๓} ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง สมรรถนะสำคัญของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายตามกรอบหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน ผลการวิจัยสรุปได้ว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายมีสมรรถนะสำคัญอยู่ในระดับสูง และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ทุกด้านอยู่ในระดับสูงเช่นกัน โดยเรียงลำดับด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดไปต่ำสุด ได้แก่ ด้านการเป็นพลเมืองที่เข้มแข็ง ด้านการรวมพลังทำงานเป็นทีม และด้านการจัดการตนเอง ตามลำดับ ๒) นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย มีสมรรถนะสำคัญไม่แตกต่างกัน ตามเพศ และระดับชั้น แต่นักเรียนที่เรียนสายการเรียนวิทยาศาสตร์มีสมรรถนะสำคัญสูงกว่ากลุ่มสายการเรียนศิลปศาสตร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

เจตน์สฤกษ์ สัจพันธ์และคณะ^{๒๔} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การจัดการเรียนการสอนที่ส่งผลต่อสมรรถนะหลักของผู้เรียนในพื้นที่นวัตกรรมการศึกษาจังหวัดสุตร ผลการวิจัยสรุปได้ว่า การจัดเรียน

^{๒๒} เอี่ยมพร หลินเจริญและกอบสุข คงมนัส, “การศึกษาและเปรียบเทียบสมรรถนะผู้เรียนในศตวรรษที่ ๒๑: ระดับประถมศึกษา”, วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครสวรรค์, ปีที่ ๒๔ ฉบับที่ ๔ ตุลาคม - ธันวาคม ๒๕๖๕, หน้า ๓๐๘.

^{๒๓} เมษา นวลศรีและกุลชาติ พันธุ์วรกุล, “สมรรถนะสำคัญของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายตามกรอบหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน”, วารสารวไลยอลงกรณ์ปริทัศน์ (มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์), ปีที่ ๑๒ ฉบับที่ ๓ กันยายน-ธันวาคม ๒๕๖๕.

^{๒๔} เจตน์สฤกษ์ สัจพันธ์และคณะ, “การจัดการเรียนการสอนที่ส่งผลต่อสมรรถนะหลักของผู้เรียนในพื้นที่นวัตกรรมการศึกษาจังหวัดสุตร”, การประชุมมหาดใหญ่วิชาการระดับชาติและนานาชาติ ครั้งที่ ๑๓ วันที่ ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๖๕ ณ มหาวิทยาลัยมหาดใหญ่ (หน้า ๑๔๗๗ - ๑๔๗๘) สงขลา: มหาวิทยาลัยมหาดใหญ่.

การสอนโดยนำเข้าสู่บทเรียน สอนเนื้อหาใหม่ มีการเชื่อมโยงความรู้เดิมมาสู่ความรู้ใหม่ มีการสรุป และให้นักเรียนนำข้อสรุปที่ได้จากการเรียนรู้ที่ได้ไปใช้ในการแก้ปัญหาในสถานการณ์อื่นส่งผลต่อความสำเร็จในการเสริมสร้างสมรรถนะหลักของผู้เรียนในเขตพื้นที่นวัตกรรมทางการศึกษา ขณะที่การจัดการเรียนการสอนในลักษณะแยกตามความรู้พื้นฐาน(รายวิชาภาษาไทย ภาษาอังกฤษ คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ ใช้วิธีการ Active learning ตัวชี้วัดตามหลักสูตรแกนกลาง ใช้แนวทางสมรรถนะเป็นฐาน ผสานตัวชี้วัด สอนแยกตามกลุ่มสาระ การวัดผลและประเมินผลประเมินตามเกณฑ์ชี้วัดตามหลักสูตรแกนกลาง และการใช้วิธีสอนแบบบรรยายที่ใช้คำถามพื้นความจำของนักเรียน จากนั้นเพิ่มเติมประสบการณ์ต่าง ๆ ให้แก่นักเรียนส่งผลต่อความสำเร็จในการเสริมสร้างสมรรถนะหลักของผู้เรียนในเขตพื้นที่นวัตกรรมทางการศึกษา ส่วนการสร้างแรงจูงใจ การปลูกฝังนิสัยให้แก่นักเรียน เช่น การทำความสะอาดห้องเรียน ด้วยการให้คำชมเชย การให้โอกาสแสดงตัว การจัดการเรียนการสอนในลักษณะทักษะชีวิต กิจกรรมพัฒนาผู้เรียนกิจกรรมในรอบวัน กิจกรรมคุณธรรม ใช้แนวทางสมรรถนะชีวิตในกิจวัตรประจำวัน วัดผลประเมินผลแบบคะแนนผ่านและไม่ผ่าน และการเปิดโอกาสให้นักเรียนได้เรียนแบบลองผิดลองถูกส่งผลต่อความสำเร็จในการเสริมสร้างสมรรถนะหลักของผู้เรียนในเขตพื้นที่นวัตกรรมทางการศึกษา

อพันธ์ พูลพุทธา^{๖๕} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์และสมรรถนะการทำวิจัยของนักศึกษาปริญญาตรีที่เรียนรายวิชาการวิจัยทางการศึกษา โดยใช้กลุ่มการเรียนรู้แบบร่วมมือ ผลการวิจัยสรุปได้ว่า นักศึกษาที่เรียนโดยใช้กลุ่มการเรียนรู้แบบร่วมมือมีความฉลาดทางอารมณ์หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน

Z. Dedovets & M. Rodionov^{๖๖} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนาสมรรถนะหลักของนักเรียนผ่านการศึกษาศึกษา STEM ในระดับห้องเรียน ผลการวิจัยสรุปได้ว่า การเปลี่ยนแปลงทัศนคติของนักเรียนต่อวิชาวิทยาศาสตร์ เช่น คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ทั่วไป เทคโนโลยี และวิศวกรรมอันเป็น

^{๖๕} อพันธ์ พูลพุทธา, “ความฉลาดทางอารมณ์และสมรรถนะการทำวิจัยของนักศึกษาปริญญาตรีที่เรียนรายวิชาการวิจัยทางการศึกษา โดยใช้กลุ่มการเรียนรู้แบบร่วมมือ”, **สัปดาห์ : วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ (สทสมส)**, ปีที่ ๒๕ ฉบับที่ ๓ กรกฎาคม – กันยายน ๒๕๖๒, หน้า ๕๗.

^{๖๖} Z. Dedovets & M. Rodionov, “The Development of Student Core Competencies through the STEM Education Opportunities in Classroom”, International Scholarly and Scientific Research & Innovation , Vol: 9 No: 10 2012,P.3194.

ผลมาจากการศึกษา STEM มีความแตกต่างกัน นอกจากนี้ การศึกษา STEM มีศักยภาพที่ดีในการพัฒนาขีดความสามารถของนักเรียนหลัก และส่งเสริมการพัฒนาทัศนคติเชิงบวกของนักเรียนต่อสาขาวิชาวิทยาศาสตร์เพิ่มขึ้น

Lubov K. Ilyashenko & Other^{๖๗} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนาสมรรถนะการสื่อสารของนักเรียนในบริบทแบบผสมผสาน ผลการวิจัยสรุปได้ว่า การพัฒนาขีดความสามารถในการสื่อสารของนักเรียนในบริบทแบบผสมผสาน มีความต้องการเงื่อนไขใหม่สำหรับการพัฒนาสมรรถนะการสื่อสารของนักเรียน เพื่อให้เกิดประสิทธิผลของการเรียนรู้แบบผสมผสาน โดยมีข้อเสนอแนะในการใช้ E-Learning ในการศึกษาในระดับที่สูงขึ้น

^{๖๗} Lubov K. Ilyashenko & Other, “Development of communicative Competencies of students in the context of blended learning”, AMAZONIA Investiga Vol.8 Num.18, P.313

บทที่ ๓

วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัย เรื่อง การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน
ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยด้วยระเบียบวิธีวิจัย ดังนี้

- ๓.๑ รูปแบบการวิจัย
- ๓.๒ พื้นที่การวิจัย ประชากร กลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลสำคัญ
- ๓.๓ เครื่องมือการวิจัย
- ๓.๔ การเก็บรวบรวมข้อมูล
- ๓.๖ สถิติที่ใช้ในการวิจัย
- ๓.๗ สรุปกระบวนการวิจัย

๓.๑ รูปแบบการวิจัย

การวิจัย เรื่อง การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน
ของนักเรียนจังหวัดนครปฐมใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมผสานวิธี (Mixed Methods Research) ระหว่าง
การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ดังนี้

๑) การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ด้วยการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) จากแบบสอบถาม (Questionnaire) กับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนใน
โรงเรียนจังหวัดนครปฐมซึ่งสุ่มจากประชากรจำนวน ๘๒,๘๑๐คน^{๒๙} (สำนักงานศึกษาธิการจังหวัด
นครปฐม,ออนไลน์) โดยคำนวณตามสูตรของทาโร ยามาเน่ (Taro Yamane) ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน
๔๐๐ คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งกลุ่ม (Cluster Sampling) ได้แก่

- ๑.๑) นักเรียนที่ในสังกัดโรงเรียน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครปฐม เขต ๑
- ๑.๒) นักเรียนที่เรียนในสังกัดโรงเรียน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครปฐม เขต ๒
- ๑.๓) นักเรียนที่เรียนในสังกัดโรงเรียน สำนักงานพื้นที่มัธยมศึกษา ๙

^{๒๙} กลุ่มนโยบายและแผน สำนักงานศึกษาธิการจังหวัดนครปฐม, ข้อมูลสารสนเทศด้านการศึกษา
สำนักงานศึกษาธิการจังหวัดนครปฐม ประจำปี ๒๕๖๕, [ออนไลน์], แหล่งที่มา :
https://nppeo.go.th/?page_id=6100 [๕ มีนาคม ๒๕๖๗].

เครื่องมือที่ใช้

๑) แบบสอบถามความต้องการจำเป็น (Questionnaire) เก็บรวบรวมข้อมูลด้วย ตนเอง ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์ สถิติที่ใช้ในการวิจัยเป็นสถิติเบื้องต้น ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยนำเสนอในรูปแบบตาราง ความเรียงและรูปแบบ

๒) การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ด้วยการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Analysis) โดยการศึกษาแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนา สมรรถนะการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน ได้แก่ หลักสูตรและการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระ สังศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม สมรรถนะการเรียนรู้ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องร่วมกับการสัมภาษณ์ กึ่งมีโครงสร้าง (Semi-structured Interview) จากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ที่เป็น ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน ๕ รูป/คน เพื่อวิเคราะห์และสังเคราะห์ความต้องการจำเป็นในการพัฒนา สมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐมแล้ว ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) นำเสนอข้อมูลในรูปแบบ ความเรียง

๓.๒ พื้นที่การวิจัย ประชากร กลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

๓.๒.๑ พื้นที่การวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกสถานศึกษาแบบเจาะจง (Purposive Selection) จำนวน ๓ แห่ง คือ ๑) โรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา ๒) โรงเรียนวัดดอนหวาย ๓) โรงเรียนวัดไร่ขิง (สุนทรอุทิศ)

๓.๒.๒ ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานสังกัดสถานศึกษาในจังหวัด นครปฐม จำนวน ๖,๐๒๕ คน

๓.๒.๓ กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้ทำการสุ่มมาจากประชากร จำนวน ๓ ห้องเรียนๆ ละ ๓๕ คน จำนวน ๑๐๕ โดยสุ่มแบบเจาะจง

๓.๓ เครื่องมือการวิจัย

๓.๓.๑ เครื่องมือสำหรับงานวิจัยเชิงปริมาณ

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้กำหนดเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงปริมาณ ประกอบด้วย เครื่องมือดังนี้ ๑) แบบสอบถามความต้องการจำเป็นในการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียน จังหวัดนครปฐม ๒) แผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน ๓) แบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้ ๔) แบบประเมินสมรรถนะของนักเรียน โดยมีขั้นตอนการสร้างมือ แหล่งข้อมูล การเก็บรวบรวมข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

เครื่องมือที่ ๑ แบบสอบถามความต้องการจำเป็นในการพัฒนาสมรรถนะของนักเรียน

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

๑) ศึกษาหลักการ แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความต้องการในการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม จากเอกสารและผลงานวิจัยที่ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยเอาไว้

๒) กำหนดกรอบแนวคิดสำหรับการร่างสร้างเครื่องมือแบบสอบถามความต้องการจำเป็นในการพัฒนาสมรรถนะของนักเรียนจังหวัดนครปฐมเพื่อตอบโจทย์การเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน

๓) ร่างเครื่องมือแบบสอบถามความต้องการจำเป็นในการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน ของนักเรียนจังหวัดนครปฐมหลังจากนั้นนำเสนอร่างแบบสอบถามความต้องการจำเป็นในการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ต่อที่ปรึกษาโครงการวิจัย และผู้เชี่ยวชาญ จำนวน ๓ คน เพื่อตรวจสอบ โดยนำมาหาดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) ได้ดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง ๐.๖๐ – ๑.๐๐ โดยใช้เกณฑ์ในการพิจารณา ดังนี้

ให้คะแนน	+๑	แน่ใจว่า แผนการจัดการเรียนรู้ มีความเหมาะสม
ให้คะแนน	๐	ไม่แน่ใจว่า แผนการจัดการเรียนรู้มีความเหมาะสมหรือไม่
ให้คะแนน	- ๑	แน่ใจว่า แผนการจัดการเรียนรู้ไม่มีความเหมาะสม

เมื่อนำผลการพิจารณามาวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้องโดยใช้สูตรของ Rowinelli and Hambelton (1977 อ้างถึงใน พิชิต ฤทธิ์จรูญ, ๒๕๔๔:๒๗๓) ดังนี้^{๗๐} (มาเรียม นิลพันธุ์, ๒๕๕๘: ๑๗๗)

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

เมื่อ	IOC	หมายถึง	ดัชนีความสอดคล้องของเครื่องมือ
	$\sum R$	หมายถึง	ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ
	N	หมายถึง	จำนวนของผู้เชี่ยวชาญ

๔) ปรับปรุงแก้ไขแบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ แล้วไปเก็บข้อมูล และมาวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

๕) จัดพิมพ์แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ และนำไปใช้จริงเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล

แหล่งข้อมูล

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้ทำการสุ่มมาจากประชากร จำนวน ๔๐๐ คน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

๑) จัดเตรียมเครื่องมือตามจำนวนกลุ่มตัวอย่างโดยให้แบบสอบถาม (Questionnaire) ตรงตามจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการแจกแบบสอบถาม

๒) ติดต่อขอหนังสือจากวิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ขออนุญาตและขอความร่วมมือถึงผู้บริหาร หรือหัวหน้างานกลุ่มเป้าหมาย และเวียนหนังสือ เพื่อขอความอนุเคราะห์จากผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือการวิจัย

๓) ให้ผู้เชี่ยวชาญด้านต่าง ๆ จำนวนอย่างน้อย ๓ คน เช่น ด้านหลักสูตรและการสอน ด้านประสบการณ์การสอนกลุ่มสาระสังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม เป็นต้น ในการตรวจเครื่องมือการวิจัยว่า มีความเที่ยงตรงและสามารถใช้ในการเก็บข้อมูลได้หรือไม่

^{๗๐} มาเรียม นิลพันธุ์, *วิธีวิจัยทางการศึกษา*, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (นครปฐม: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยศิลปากร, ๒๕๕๘), หน้า ๑๗๗.

๔) ติดต่อขอหนังสือจากวิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เพื่อขอความอนุเคราะห์ผู้บริหาร หัวหน้าหน่วยงานต่างๆ ที่จะเข้าแจกแบบสอบถาม (Questionnaire)

๕) นำส่งหนังสือขออนุญาตและขอความร่วมมือถึงผู้บริหารหรือหัวหน้าหน่วยงานที่เป็นกลุ่มเป้าหมายโดยกำหนดวันที่จะไปขอแจกแบบสอบถาม (Questionnaire) ด้วยตนเอง

๕) ตรวจสอบความสมบูรณ์ครบถ้วนของแบบสอบถาม (Questionnaire) แล้วนำไปวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลข้อมูลของงานวิจัยเชิงปริมาณ ผู้วิจัยนำข้อมูลจาก แบบสอบถามที่เก็บรวบรวมได้มาตรวจสอบความสมบูรณ์และความถูกต้องแล้ว ทำการวิเคราะห์ด้วยสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การจัดลำดับและการใช้วิธี Priority Need Index (PNI) แบบปรับปรุง ซึ่งใช้ดัชนี PNI แบบปรับปรุง มีสูตรคำนวณ ดังนี้^{๗๑}

$$PNI_{\text{modified}} = (I-D)/D$$

PNI_{modified} หมายถึง ดัชนี PNI แบบปรับปรุงเพื่อระบุความต้องการจำเป็น

I หมายถึง ค่าเฉลี่ยของสภาพที่ควรจะเป็น

D หมายถึง ค่าเฉลี่ยของสภาพที่เป็นจริง

ทั้งนี้ มีการวิเคราะห์ด้วยสถิติบรรยาย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และแปลผลโดยเทียบกับเกณฑ์ดังนี้

ค่าเฉลี่ยระหว่าง ๔.๕๐ - ๕.๐๐ หมายถึง ผลการประเมินความคิด ความเชื่อของนักเรียน (สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน) และสภาพสิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง) อยู่ในระดับมากที่สุด

ค่าเฉลี่ยระหว่าง ๓.๕๐ - ๔.๔๙ หมายถึง ผลการประเมินความคิด ความเชื่อของนักเรียน (สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน) และสภาพสิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง) อยู่ในระดับมาก

^{๗๑} สุวิมล ว่องวานิช, การวิจัยประเมินความต้องการจำเป็น, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๒๗๙.

ค่าเฉลี่ยระหว่าง ๒.๕๐ - ๓.๔๙ หมายถึง ผลการประเมินความคิด ความเชื่อของนักเรียน (สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน) และสภาพสิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง) อยู่ในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ยระหว่าง ๑.๕๐ - ๒.๔๙ หมายถึง ผลการประเมินความคิด ความเชื่อของนักเรียน (สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน) และสภาพสิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง) อยู่ในระดับน้อย

ค่าเฉลี่ยระหว่าง ๑.๐๐ - ๑.๔๙ หมายถึง ผลการประเมินความคิด ความเชื่อของนักเรียน (สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน) และสภาพสิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง) อยู่ในระดับน้อยที่สุด

เครื่องมือที่ ๒ แผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

๑) ศึกษาหลักการ แนวคิด ทฤษฎีการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานและศึกษาหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑ กลุ่มสาระสังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม พร้อมงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๒) วิเคราะห์จุดประสงค์การเรียนรู้ เนื้อหา กิจกรรม หลังจากนั้น กำหนดจุดประสงค์การเรียนรู้ เนื้อหา กระบวนการเรียนรู้ สื่อการเรียนรู้ เพื่อสร้างเป็นแผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน

๓) สร้างเครื่องมือแผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน ผู้วิจัยได้ใช้ลำดับขั้นตอนการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวคิดของ กิตติชัย สุราสีโนบล^{๗๒} (๒๕๖๓) ซึ่งมีขั้นตอน ๗ ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นที่ ๑ ขั้นพัฒนาสติสัมปชัญญะ ขั้นที่ ๒ ขั้นสะท้อนแนวคิดและประสบการณ์ ขั้นที่ ๓ ขั้นพัฒนาปัญญา ขั้น ๔ ขั้นลงมือปฏิบัติอย่างองค์รวม ขั้นที่ ๕ ขั้นปรับแต่งและลงข้อสรุป ขั้นที่ ๖ ขั้นตระหนักหลักธรรมสู่การนำไปใช้ และขั้นที่ ๗ ขั้นแลกเปลี่ยนประสบการณ์และเรียนรู้ร่วมกัน โดยใช้เนื้อหา กลุ่มสาระสังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม จำนวน ๓ แผน ๆ ละ ๒ ชั่วโมง (๖ ชั่วโมง)

^{๗๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗ - ๙

ในแต่ละแผนการจัดการเรียนรู้จะประกอบด้วย ๑) สารสำคัญ ๒) สารการเรียนรู้ ๓) จุดประสงค์การเรียนรู้ ๔) การจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน ๕) สื่อและแหล่งเรียนรู้ ๖) การประเมินผล

๔) นำแผนการจัดการเรียนรู้ ไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน ๓ คน ตรวจสอบพิจารณาความตรงตามจุดประสงค์และความตรงตามเนื้อหา โดยนำมาหาดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) ได้ดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง ๐.๖๐ – ๑.๐๐ โดยใช้เกณฑ์ในการพิจารณาดังนี้

ให้คะแนน	+๑	แน่ใจว่า แผนการจัดการเรียนรู้ มีความเหมาะสม
ให้คะแนน	๐	ไม่แน่ใจว่า แผนการจัดการเรียนรู้มีความเหมาะสมหรือไม่
ให้คะแนน	- ๑	แน่ใจว่า แผนการจัดการเรียนรู้ไม่มีความเหมาะสมเสนอ

๕) ปรับปรุงแก้ไขแผนการจัดการเรียนรู้ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ ก่อนนำไปใช้ทดลองใช้ (Try Out) กับนักเรียนระดับการศึกษาชั้นพื้นฐานที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน ๑ ห้อง เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของกิจกรรมและเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน

๖) ปรับปรุงแก้ไขแผนการจัดการเรียนรู้ให้สมบูรณ์ แล้วนำแผนการจัดการเรียนรู้ไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่างจริงเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล

แหล่งข้อมูล

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้ทำการสุ่มมาจากประชากร จำนวน ๓ ห้องเรียน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

๑) จัดเตรียมเครื่องมือแผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานตามจำนวนห้องเรียนและสถานศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

๒) ติดต่อขอหนังสือจากวิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ขออนุญาตและขอความร่วมมือถึงผู้บริหาร หรือหัวหน้างานกลุ่มเป้าหมาย และเวียนหนังสือ เพื่อขอความอนุเคราะห์จากผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือการวิจัย

๓) ให้ผู้เชี่ยวชาญด้านต่าง ๆ จำนวนอย่างน้อย ๓ คน เช่น ด้านหลักสูตรและการสอน ด้านประสบการณ์การสอนกลุ่มสาระสังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม เป็นต้น ในการตรวจสอบเครื่องมือการวิจัยว่ามีความเที่ยงตรงและสามารถใช้ในการเก็บข้อมูลได้หรือไม่

๔) ติดต่อขอหนังสือจากวิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ขออนุญาตและขอความร่วมมือถึงผู้บริหาร หรือหัวหน้างานกลุ่มเป้าหมายและเวียนหนังสือ เพื่อขอความอนุเคราะห์ผู้บริหาร หัวหน้าหน่วยงานต่างๆ เพื่อจะได้เข้าเก็บข้อมูล

๕) นำส่งหนังสือขออนุญาตและขอความร่วมมือถึงผู้บริหารหรือหัวหน้าหน่วยงานที่เป็นกลุ่มเป้าหมายโดยกำหนดวันที่จะลงไปเก็บข้อมูล

๖) ตรวจสอบความสมบูรณ์ครบถ้วนของแผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานแล้วนำไป วิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลของงานวิจัยเชิงปริมาณ ผู้วิจัยนำข้อมูลจาก แบบสอบถามที่เก็บรวบรวมได้มาตรวจสอบความสมบูรณ์และความถูกต้องแล้ว ทำการวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

เครื่องมือที่ ๓ แบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

๑) ศึกษาหลักการ แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการประเมินแผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน

๒) วิเคราะห์ประเด็นองค์ประกอบของแผนการจัดการเรียนรู้ หลังจากนั้นสร้างร่างแบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน วิเคราะห์วัตถุประสงค์ของแผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน โดยใช้เกณฑ์การประเมินแบบ Likert rating scale ในระดับ ๓ ระดับ โดยมีเกณฑ์คะแนนดังนี้

คะแนน ๓ หมายถึง แผนการจัดการเรียนรู้ฯ มีความเหมาะสมมาก

คะแนน ๒ หมายถึง แผนการจัดการเรียนรู้ฯ มีความเหมาะสมปานกลาง

คะแนน ๑ หมายถึง แผนการจัดการเรียนรู้ฯ มีความเหมาะสมน้อย

และมีเกณฑ์การประเมินดังนี้

ระดับคะแนนเฉลี่ย ๒.๓๔ - ๓.๐๐ ระดับคุณภาพ มาก

ระดับคะแนนเฉลี่ย ๑.๖๗ - ๒.๓๓ ระดับคุณภาพ ปานกลาง

ระดับคะแนนเฉลี่ย ๑.๐๐ - ๑.๖๖ ระดับคุณภาพ น้อย

ก) นำเสนอร่างแบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้ต่อที่ปรึกษาโครงการวิจัย และผู้เชี่ยวชาญ จำนวน ๓ คน เพื่อตรวจสอบ โดยนำมาหาดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) ได้ดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง ๐.๖๐ – ๑.๐๐ โดยใช้เกณฑ์ในการพิจารณา ดังนี้

ให้คะแนน	+๑	แน่ใจว่า แผนการจัดการเรียนรู้ มีความเหมาะสม
ให้คะแนน	๐	ไม่แน่ใจว่า แผนการจัดการเรียนรู้มีความเหมาะสมหรือไม่
ให้คะแนน	- ๑	แน่ใจว่า แผนการจัดการเรียนรู้ไม่มีความเหมาะสม

๔) ปรับปรุงแก้ไขแบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ แล้วไปเก็บข้อมูล และมาวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

๕) จัดพิมพ์แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ และนำไปใช้จริงเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล

แหล่งข้อมูล

ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน ๓ คน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

๑) จัดเตรียมเครื่องมือแบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้สถิติและสมาธิเป็นฐานตามจำนวนผู้เชี่ยวชาญ

๒) ติดต่อขอหนังสือจากวิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ขออนุญาตและขอความร่วมมือถึงผู้บริหาร หรือหัวหน้างานกลุ่มเป้าหมาย และเวียนหนังสือ เพื่อขอความอนุเคราะห์จากผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือการวิจัย

๓) ให้ผู้เชี่ยวชาญด้านต่าง ๆ จำนวนอย่างน้อย ๓ คน เช่น ด้านหลักสูตรและการสอน ด้านประสบการณ์การสอนกลุ่มสาระสังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม เป็นต้น ในการตรวจเครื่องมือการวิจัยว่ามีความเที่ยงตรงและสามารถใช้ในการเก็บข้อมูลได้หรือไม่

๔) ติดต่อขอหนังสือจากวิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ขอความอนุเคราะห์ให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือแบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้สถิติและสมาธิเป็นฐาน

๕) นำส่งหนังสือขอความอนุเคราะห์ตรวจเครื่องมือแบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้สถิติและสมาธิเป็นฐานถึงผู้เชี่ยวชาญ ด้วยตนเอง

๖) ตรวจสอบความสมบูรณ์ครบถ้วนของแบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้ แล้วนำไปวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลข้อมูลของงานวิจัยเชิงปริมาณ ผู้วิจัยนำข้อมูลจาก แบบสอบถามที่เก็บรวบรวมได้มาตรวจสอบความสมบูรณ์และความถูกต้องแล้ว ทำการวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

เครื่องมือที่ ๔ แบบประเมินสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

๑) ศึกษาหลักการ แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สถิติและสมาธิเป็นฐาน ของนักเรียนจังหวัดนครปฐมจากเอกสารและผลงานวิจัยที่ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยเอาไว้

๒) กำหนดกรอบแนวคิดในการสร้างแบบประเมินสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียน หลังจากนั้น สร้างแบบประเมินสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียน

๓) นำเสนอร่างแบบประเมินสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนเสนอต่อที่ปรึกษาโครงการวิจัยและผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบและหาค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) และความถูกต้องของเครื่องมือ โดยใช้เกณฑ์การประเมินแบบ Likert rating scale ในระดับ ๓ ระดับ โดยมีเกณฑ์คะแนนดังนี้

คะแนน ๓ หมายถึง สมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนอยู่ในระดับสูง

คะแนน ๒ หมายถึง สมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนน ๑ หมายถึง สมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนอยู่ในระดับกำลังเติบโต

และมีเกณฑ์การประเมินดังนี้

ระดับคะแนนเฉลี่ย ๒.๓๔ - ๓.๐๐ ระดับคุณภาพ สูง

ระดับคะแนนเฉลี่ย ๑.๖๗ - ๒.๓๓ ระดับคุณภาพ ปานกลาง

ระดับคะแนนเฉลี่ย ๑.๐๐ - ๑.๖๖ ระดับคุณภาพ กำลังเติบโต

๓) นำเสนอร่างแบบประเมินสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนต่อที่ปรึกษาโครงการวิจัย และผู้เชี่ยวชาญ จำนวน ๓ คน เพื่อตรวจสอบ โดยนำมาหาดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item

Objective Congruence: IOC) ได้ดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง ๐.๖๐ – ๑.๐๐ โดยใช้เกณฑ์ในการพิจารณา ดังนี้

ให้คะแนน +๑ แน่ใจว่า สมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนมีความเหมาะสม

ให้คะแนน ๐ ไม่แน่ใจว่า สมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนมีความเหมาะสมหรือไม่

ให้คะแนน - ๑ แน่ใจว่า สมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนไม่มีความเหมาะสม

๔) ปรับปรุงแก้ไขแบบประเมินสมรรถนะการเรียนรู้ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ แล้วไปเก็บข้อมูล และมาวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

๕) จัดพิมพ์แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ และนำไปใช้จริงเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล

แหล่งข้อมูล

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้ทำการสุ่มมาจากประชากร จำนวน ๓ ห้องเรียน ประกอบด้วยโรงเรียนดังนี้ ๑. โรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา ๒. โรงเรียนวัดดอนหวาย ๓. โรงเรียนวัดไร่ขิงสุนทรอุทิศ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

๑) จัดเตรียมเครื่องมือแบบประเมินสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนตามจำนวนกลุ่มตัวอย่างให้ตรงกับจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการประเมิน

๒) ติดต่อขอหนังสือจากวิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ขออนุญาตและขอความร่วมมือถึงผู้บริหาร หรือหัวหน้างานกลุ่มเป้าหมายและเวียนหนังสือ เพื่อขอความอนุเคราะห์จากผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือการวิจัย

๓) ให้ผู้เชี่ยวชาญด้านต่าง ๆ จำนวนอย่างน้อย ๓ คน เช่น ด้านหลักสูตรและการสอน ด้านประสบการณ์การสอนกลุ่มสาระสังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม เป็นต้น ในการตรวจเครื่องมือการวิจัยว่า มีความเที่ยงตรงและสามารถใช้ในการเก็บข้อมูลได้หรือไม่

๔) ติดต่อขอหนังสือจากวิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ขอความอนุเคราะห์ให้ผู้อำนวยการโรงเรียนในการอนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลแบบประเมินสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียน

๕) นำส่งหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบประเมินสมรรถนะการเรียนรู้ ด้วยตนเอง

๖) ตรวจสอบความสมบูรณ์ครบถ้วนของแบบประเมินสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนแล้ว
นำไป วิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลข้อมูลของงานวิจัยเชิงปริมาณ ผู้วิจัยนำข้อมูลจาก แบบประเมินสมรรถนะ
การเรียนรู้ของนักเรียนที่เก็บรวบรวมได้มาตรวจสอบความสมบูรณ์และความถูกต้องแล้ว ทำการ
วิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปเพื่อการวิจัยทางมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

๓.๓.๒ เครื่องมือสำหรับงานวิจัยเชิงคุณภาพ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงคุณภาพ คือ แบบสัมภาษณ์กึ่งมีโครงสร้าง (สำหรับผู้ทรงคุณวุฒิ)
เกี่ยวกับความต้องการจำเป็นต่อการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิ
เป็นฐาน ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ด้านสติกับการจัดการเรียนรู้ ด้านพระพุทธศาสนาและด้านการ
วัดและประเมินผล จำนวน ๕ รูป/คน เพื่อศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียน
รูปแบบการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน สติกับการจัดการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือการวิจัยเชิงคุณภาพ

๑) ศึกษาเอกสาร ตำราและงานวิจัยเกี่ยวกับการสัมภาษณ์ ความต้องการจำเป็นต่อการ
พัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม รูปแบบการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิ
เป็นฐาน ด้านสติกับการจัดการเรียนรู้ ด้านพระพุทธศาสนาและด้านการวัดและประเมินผล

๒) กำหนดกรอบแนวทางและประเด็นในการสร้างแบบสัมภาษณ์ให้ครอบคลุม ตรงตาม
เนื้อหาและวัตถุประสงค์ของการสัมภาษณ์ตามขอบข่ายที่กำหนดไว้ โดยมีประเด็น ดังนี้ ๑) สภาพ
ปัญหาของนักเรียนในยุคปัจจุบัน ๒) สมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียน ๓) การจัดการเรียนรู้ที่สติและ
สมาธิเป็นฐาน ๔) การวัดและประเมินผลสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียน ๕) ข้อเสนอแนะอื่น ๆ

๓) นำเสนอร่างแบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้ต่อที่ปรึกษาโครงการวิจัย และผู้เชี่ยวชาญ
จำนวน ๓ คน เพื่อตรวจสอบ โดยนำมาหาดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective
Congruence: IOC) ได้ดัชนีความสอดคล้องอยู่ระหว่าง ๐.๖๐ – ๑.๐๐ โดยใช้เกณฑ์ในการพิจารณา
ดังนี้

ให้คะแนน	+๑	แน่ใจว่า แผนการจัดการเรียนรู้ มีความเหมาะสม
ให้คะแนน	๐	ไม่แน่ใจว่า แผนการจัดการเรียนรู้มีความเหมาะสมหรือไม่

ให้คะแนน - ๑ แน่ใจว่า แผนการจัดการเรียนรู้ไม่มีความเหมาะสม

๔) ปรับปรุงแก้ไขแบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้ตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ แล้วไปเก็บข้อมูล และมาวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

๕) จัดพิมพ์แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ และนำไปใช้จริงเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล

แหล่งข้อมูล

ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน ๕ รูป/คน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

๑) การวิเคราะห์เชิงเอกสาร ศึกษาจากเอกสารต่างๆ ดังนี้ (๑) ข้อมูลแบบปฐมภูมิ (Primary Data) โดยการรวบรวมจากหนังสืออ้างอิงทางพระพุทธศาสนาต่าง ๆ จากพระไตรปิฎก (ภาษาบาลี) ฉบับ มหาจุฬาเตปิฎก ๒๕๐๐, พระไตรปิฎก (ภาษาไทย) ฉบับ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์พระบรมราชินีนาถ (๒) ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Data) โดยการรวบรวมจากหนังสือ วารสาร บทความ งานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวกับแนวคิดเกี่ยวกับสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียน รูปแบบการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน สติกับการจัดการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรม งานวิจัยที่เกี่ยวข้องตลอดถึงบทความงานวิจัยใน วารสาร สิ่งพิมพ์ต่างๆ แล้วกำหนดกรอบแนวคิด ประเด็นปัญหาการวิจัย

๒) การสัมภาษณ์ (Interview) การวิจัยครั้งนี้ใช้ทั้งการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (Semi-structured Interview) โดยดำเนินการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ มีขั้นตอนการดำเนินการ ดังนี้

(๑) ขั้นตอนเตรียมการสัมภาษณ์ ได้แก่ ก่อนลงสนามเพื่อรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยได้เริ่มต้นด้วยการนัดหมายวันเวลาที่สัมภาษณ์กับกลุ่มตัวอย่าง พร้อมกับขอเอกสารต่างๆ เกี่ยวกับการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนจังหวัดนครปฐมเพื่อตอบโจทย์การเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาประเด็นคำถามที่ใช้การสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ เตรียมอุปกรณ์ต่าง ๆ ให้พร้อมก่อนดำเนินการสัมภาษณ์

(๒) ขั้นตอนการดำเนินการสัมภาษณ์ ได้แก่ ก่อนการสัมภาษณ์ผู้วิจัยจะสนทนาสร้างความคุ้นเคยกับผู้ให้สัมภาษณ์ แจ้งวัตถุประสงค์ของการสัมภาษณ์ อธิบายเหตุผลและขออนุญาตใช้เครื่องบันทึกเสียงในขณะที่สัมภาษณ์ ขออนุญาตใช้กล้องถ่ายรูปเพื่อใช้อ้างอิงในการสัมภาษณ์ รวมทั้งแจ้งให้ทราบว่าข้อมูลต่างๆ ที่บันทึกเสียงไว้ผู้วิจัยจะเก็บไว้เป็นความลับ หากผู้ให้สัมภาษณ์ไม่ประสงค์ที่จะให้บันทึกเสียงในช่วงใด ผู้วิจัยก็จะไม่บันทึกเสียงเลย

๓.๔ การวิเคราะห์ข้อมูล

๑) การวิเคราะห์ข้อมูลของงานวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยมีการดำเนินการดังนี้ ๑) วิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสาร ใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) นำเสนอข้อมูลด้วยวิธีการพรรณนา

๒) วิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ (Interview) ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informant) ที่เป็นผู้ทรงคุณวุฒิ ๕ รูป/คน นำมาพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน ของนักเรียนจังหวัดนครปฐมหลังจากนั้น นำข้อมูลที่ได้ไปปรึกษาที่ปรึกษาโครงการวิจัย

๓.๕ สถิติที่ใช้ในการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูลนั้นผู้วิจัยหาความสัมพันธ์ของตัวแปรต้นและตัวแปรตามโดยการใช้การประมวลผลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติเพื่อการวิจัยทางมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ เสนอข้อมูล ดังนี้

(๑) สถานภาพส่วนบุคคล วิเคราะห์โดยหาค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage)

(๒) ข้อมูลเกี่ยวกับสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐมใช้การวิเคราะห์โดยหาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: S.D.)

(๓) ข้อมูลที่ได้จากคำถามปลายเปิด ใช้การวิเคราะห์โดยเทคนิคการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) นำเสนอข้อมูลโดยเขียนเป็นความเรียง

๓.๖ สรุปกระบวนการวิจัย

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ คือ ๑) เพื่อศึกษาความต้องการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ๒) เพื่อศึกษาองค์ประกอบการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ๓) เพื่อพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม และ ๔) เพื่อประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Methods

Research) ระหว่างการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) สามารถสรุปกระบวนการวิจัยได้ดังนี้

ตารางที่ ๒ สรุปกระบวนการวิจัย

วัตถุประสงค์การวิจัย	ประชากร	เครื่องมือที่ใช้	สถิติที่ใช้วิเคราะห์	การนำเสนอ
๑. เพื่อศึกษาความต้องการจำเป็นพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม	๑. นักเรียนในจังหวัดนครปฐม จำนวน ๔๐๐ คน ๒. ผู้ทรงคุณวุฒิ	๑. แบบสอบถามความต้องการจำเป็น ๒. แบบสัมภาษณ์ (กึ่งมีโครงสร้าง)	๑. ค่าเฉลี่ย ๒. ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๓. วิเคราะห์เนื้อหา	นำเสนอข้อมูลในรูปแบบตารางและความเรียงในบทที่ ๔
๒. เพื่อศึกษาองค์ประกอบการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม	-	๑. แบบสอบถามความต้องการจำเป็น ๒. แบบสัมภาษณ์ (กึ่งมีโครงสร้าง)	๑. ค่าเฉลี่ย ๒. ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ๓. วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)	นำเสนอข้อมูลในรูปแบบของความเรียงในบทที่ ๔
๓. เพื่อพัฒนาระบบการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม	จำนวน ๓ ห้องเรียน	๑. แบบประเมินสมรรถนะการจัดการเรียนรู้ ๒. แผนการจัดการเรียนรู้	วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)	นำเสนอข้อมูลในรูปแบบตารางและความเรียงในบทที่ ๔

ตารางที่ ๒ สรุปกระบวนการวิจัย (ต่อ)

วัตถุประสงค์การวิจัย	ประชากร	เครื่องมือที่ใช้	สถิติที่ใช้วิเคราะห์	การนำเสนอ
๔. เพื่อประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม	-	-	๑. ค่าเฉลี่ย ๒. ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	นำเสนอข้อมูลในรูปแบบตารางและความเรียงในบทที่ ๔

บทที่ ๔

ผลการศึกษาวิจัย

การศึกษาวิจัย เรื่อง การพัฒนาสมรรถนะของนักเรียนจังหวัดนครปฐมเพื่อตอบโจทย์การเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน คณะผู้วิจัยได้วิเคราะห์ผลการวิจัย โดยแบ่งออกเป็น ๕ ตอน ดังนี้

ตอนที่ ๑ ผลการศึกษาความต้องการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม

ตอนที่ ๒ ผลการศึกษาองค์ประกอบการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม

ตอนที่ ๓ ผลการพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม

ตอนที่ ๔ ผลการประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม

ตอนที่ ๕ องค์ความรู้ที่ได้จากงานวิจัย

๔.๑ ตอนที่ ๑ ผลการศึกษาความต้องการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม

๔.๑.๑ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป ของแบบสอบถามความต้องการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม

ตารางที่ ๓ จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลทั่วไปของนักเรียนผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามระดับชั้น

ระดับชั้น	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ระดับประถมศึกษา	๙๒	๒๓
ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น	๑๑๑	๒๗.๒๕
ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย	๑๙๗	๔๙.๒๕
รวม	๔๐๐	๑๐๐

จากตารางที่ ๓ พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เรียนอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน ๑๙๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๙.๒๕ รองลงมาเป็น นักเรียนที่เรียนอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น

จำนวน ๑๑๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๗.๒๕ และสุดท้าย เป็นนักเรียนที่เรียนอยู่ในระดับประถมศึกษา
จำนวน ๙๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๓

ตารางที่ ๔ จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลทั่วไปของนักเรียนผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามอายุ

อายุ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
อายุ ๘ - ๑๒ ปี	๙๑	๒๒.๗๕
อายุ ๑๓ - ๑๕ ปี	๑๑๒	๒๘
อายุ ๑๖ - ๑๘ ปี	๑๙๗	๔๙.๒๕
รวม	๔๐๐	๑๐๐

จากตารางที่ ๔ พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง ๑๖ - ๑๘ ปี จำนวน ๑๙๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๙.๒๕ รองลงมาเป็น นักเรียนที่มีอายุระหว่าง ๑๓ - ๑๕ ปี จำนวน ๑๑๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๘ และสุดท้าย เป็นนักเรียนที่มีอายุระหว่าง ๘ - ๑๒ ปี จำนวน ๙๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๒.๗๕

ตารางที่ ๕ จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลทั่วไปของนักเรียนผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามเพศ

เพศ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ชาย	๑๑๒	๒๘
หญิง	๒๗๔	๖๘.๕๐
LGBTQ	๑๔	๓.๕๐
รวม	๔๐๐	๑๐๐

จากตารางที่ ๕ พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน ๒๗๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๘.๕๐ รองลงมาเป็น นักเรียนเพศชาย จำนวน ๑๑๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๘ และสุดท้าย เป็นนักเรียนที่ระบุเป็นเพศ LGBTQ จำนวน ๑๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๓.๕๐

ตารางที่ ๖ จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลทั่วไปของนักเรียนผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามประเภทของโรงเรียน

ประเภทของโรงเรียน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
โรงเรียนประถมศึกษา	๙๒	๒๓
โรงเรียนขยายโอกาส	๓๔	๘.๕๐
โรงเรียนมัธยมศึกษา	๒๗๔	๖๘.๕๐
รวม	๔๐๐	๑๐๐

จากตารางที่ ๖ พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เรียนอยู่ในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา จำนวน ๒๗๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๘.๕๐ รองลงมาเป็น นักเรียนที่เรียนอยู่ในโรงเรียนระดับประถมศึกษา จำนวน ๙๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๓ และสุดท้าย เป็นนักเรียนที่เรียนอยู่ในโรงเรียนขยายโอกาส จำนวน ๓๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๘.๕๐

ตารางที่ ๗ จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลทั่วไปของนักเรียนผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามประเภทการอยู่อาศัย/ที่อยู่อาศัย

การอยู่อาศัย	จำนวน (คน)	ร้อยละ
พ่อแม่	๒๘๗	๗๑.๗๕
ปู่ย่าตายาย	๕๕	๑๓.๗๕
ลุงป้า น้าอา	๑๙	๔.๗๕
อื่น ๆ	๓๙	๙.๗๕
รวม	๔๐๐	๑๐๐

จากตารางที่ ๗ พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับพ่อแม่ จำนวน ๒๘๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๗๑.๗๕ รองลงมาเป็น นักเรียนที่อาศัยอยู่กับปู่ย่าตายาย จำนวน ๕๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๓.๗๕ ถัดมาเป็นนักเรียนที่อยู่อาศัยกับอื่น ๆ ได้แก่ พ่อแม่ ปู่ย่าตายาย ลุงป้า น้าอา จำนวน ๓๙ คน คิดเป็นร้อยละ ๙.๗๕ และสุดท้าย เป็นนักเรียนที่อาศัยอยู่กับลุงป้า น้าอา จำนวน ๑๙ คน คิดเป็นร้อยละ ๔.๗๕

ตารางที่ ๘ แสดงระดับความคิด ความเชื่อ(สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน) และสิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง)

ที่	ความคิด ความเชื่อ (สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน) และ สิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง)	ความคิด ความเชื่อ (สภาพที่เป็นอยู่ ปัจจุบัน)			สิ่งที่นักเรียนต้องการ พัฒนา (ความคาดหวัง)			PNI _m odified	ลำดับ
		\bar{X}	S.D.	แปล ผล	\bar{X}	S.D.	แปล ผล		
๑	นักเรียนรู้จักความสามารถตนเองว่า ตนเองมีความสามารถเรื่องอะไรบ้าง	๓.๖๐	๐.๙๖	มาก	๔.๒๕	๐.๙๐	มาก	๓.๒๕	๙
๒	นักเรียนมีระเบียบวินัยในการดูแลจัดการ ชีวิตประจำวันของตนเอง	๓.๖๘	๐.๙๐	มาก	๔.๒๗	๐.๘๔	มาก	๓.๒๗	๗
๓	นักเรียนสามารถรับรู้และจัดการอารมณ์ และความเครียดที่เกิดจากสถานการณ์ที่ ไม่พึงประสงค์เช่นเกิดจากความโกรธ ฯลฯ	๓.๗๔	๐.๙๙	มาก	๔.๑๘	๑.๐๐	มาก	๓.๑๘	๑๔
๔	นักเรียนสามารถแยกแยะสิ่งถูกผิดใน สถานการณ์ที่ต้องเผชิญ	๔.๑๕	๐.๘๖	มาก	๔.๑๖	๑.๐๙	มาก	๓.๑๖	๑๖
๕	นักเรียนสามารถตัดสินใจและมุ่งมั่นที่จะ จัดการสิ่งที่จำเป็นสำหรับชีวิตและการ เรียนของตนเอง	๓.๙๒	๐.๙๑	มาก	๔.๓๒	๐.๙๖	มาก	๓.๓๒	๕
๖	นักเรียนสามารถละเว้นการกระทำที่ไม่ ควรทำว่าจะไม่เกิดขึ้นกับตนเองเช่นพูด ก่อนคิด ฯลฯ	๓.๗๒	๐.๙๕	มาก	๔.๒๐	๐.๙๖	มาก	๓.๒๐	๑๓
๗	นักเรียนมีการรับฟังคนอื่น เช่น คำแนะนำที่ดีจากพ่อแม่ ครู เพื่อน เป็น ต้น สามารถจัดการปัญหาชีวิตประจำวัน และการเรียนได้	๔.๑๑	๐.๘๒	มาก	๔.๓๑	๐.๙๖	มาก	๓.๓๑	๖
๘	นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อ ลงมือกระทำบางสิ่งบางอย่างแล้วประสบ ความสำเร็จ	๔.๑๘	๐.๘๖	มาก	๔.๓๖	๐.๙๕	มาก	๓.๓๖	๒

ตารางที่ ๘ แสดงระดับความคิด ความเชื่อ (สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน) และสิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง) (ต่อ)

ที่	ความคิด ความเชื่อ (สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน) และ สิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง)	ความคิด ความเชื่อ (สภาพที่เป็นอยู่ ปัจจุบัน)			สิ่งที่นักเรียนต้องการ พัฒนา (ความคาดหวัง)			PNI _m odified	ลำดับ
		\bar{X}	S.D.	แปล ล ผล	\bar{X}	S.D.	แปล ผล		
๙	นักเรียนสามารถควบคุมและกำกับ ตนเองให้ลงมือทำตามแผนเกี่ยวกับ ชีวิตและการเรียนของตนเอง	๓.๗๕	๐.๙๒	มาก	๔.๒๖	๐.๘๙	มาก	๓.๒๖	๘
๑๐	นักเรียนสามารถกลับคืนสู่อารมณ์ ปกติจากสภาพปัญหาเมื่อเผชิญภาวะ สถานการณ์วิกฤตตามคำปรึกษาและ คำแนะนำ	๓.๗๖	๑.๐๔	มาก	๔.๑๑	๑.๐๓	มาก	๓.๑๑	๑๗
๑๑	นักเรียนมีเป้าหมายหรือภาพอนาคต ในชีวิตของตนเอง ที่ต้องการจะเป็น ในอนาคต	๓.๘๔	๑.๐๔	มาก	๔.๓๙	๐.๙๓	มาก	๓.๓๙	๑
๑๒	นักเรียนสามารถมองเห็นข้อจำกัด และแนวทางพัฒนาตนเองว่า เป็น อย่างไร	๓.๕๗	๐.๙๐	มาก	๔.๑๗	๐.๙๒	มาก	๓.๑๗	๑๕
๑๓	นักเรียนสามารถกำหนด ลงมือทำ และปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตาม แผนพัฒนาตนเอง	๓.๖๒	๐.๙๒	มาก	๔.๒๗	๐.๘๔	มาก	๓.๒๗	๗
๑๔	นักเรียนมีความรับผิดชอบในผลการ กระทำของตนเอง เมื่อตัดสินใจลงมือ กระทำอะไรลงไปแล้ว	๓.๙๐	๐.๙๕	มาก	๔.๒๔	๑.๐๐	มาก	๓.๒๔	๑๐
๑๕	นักเรียนสามารถรู้เท่าทันและจัดการ อารมณ์และความเครียดที่เกิดจาก สถานการณ์ที่ไม่พึงประสงค์	๓.๖๒	๐.๘๗	มาก	๔.๒๒	๐.๙๕	มาก	๓.๒๒	๑๒
๑๖	นักเรียนบอกความชอบ ความสนใจ และเพศสภาพของตนเอง	๔.๓๐	๐.๘๕	มาก	๔.๓๑	๐.๙๙	มาก	๓.๓๑	๖
๑๗	นักเรียนยอมรับความชอบ ความ สนใจและเพศสภาพของเพื่อน	๔.๔๔	๐.๘๔	มาก	๔.๓๓	๑.๐๕	มาก	๓.๓๓	๔

ตารางที่ ๘ แสดงระดับความคิด ความเชื่อ (สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน) และสิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง) (ต่อ)

ที่	ความคิด ความเชื่อ (สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน) และ สิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง)	ความคิด ความเชื่อ (สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน)			สิ่งที่นักเรียนต้องการ พัฒนา (ความคาดหวัง)			PNI _{mo} dified	ลำ ดับ
		\bar{X}	S.D.	แปล ผล	\bar{X}	S.D.	แปล ผล		
๑๘	นักเรียนแสดงการควบคุมอารมณ์ และความรู้สึกพื้นฐาน	๓.๙๕	๐.๘๘	มาก	๔.๒๓	๑.๐๑	มาก	๓.๒๓	๑๑
๑๙	นักเรียนสามารถแยกแยะของอารมณ์ และความรู้สึกด้านดีและด้านร้าย	๔.๑๓	๐.๙๑	มาก	๔.๓๔	๐.๙๔	มาก	๓.๓๔	๓
๒๐	นักเรียนสามารถแสดงและจัดการ อารมณ์และความรู้สึกด้านลบได้ อย่างเหมาะสม	๓.๘๑	๑.๐๒	มาก	๔.๒๖	๐.๙๘	มาก	๓.๒๖	๘
	รวม	๓.๘๙	๐.๒๕	มาก	๔.๒๖	๐.๐๗	มาก	๓.๒๖	มาก

จากตารางที่ ๘ พบว่า เมื่อพิจารณาความคิด ความเชื่อ (สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบันของนักเรียน) โดยภาพรวมพบว่า อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๓.๘๙$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักเรียนยอมรับความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของเพื่อน มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๔.๔๔$) รองลงมา นักเรียนบอกความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของตนเอง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับ มาก ($\bar{X} = ๔.๓๐$) ถัดรองมา พบว่า นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อลงมือกระทำบางสิ่งบางอย่างแล้วประสบความสำเร็จ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๔.๑๘$) และอันดับสุดท้าย พบว่า นักเรียนสามารถมองเห็นข้อจำกัดและแนวทางพัฒนาตนเองว่า เป็นอย่างไร มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๓.๕๗$)

เมื่อพิจารณาสิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง) โดยภาพรวมพบว่า อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๔.๒๖$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักเรียนมีเป้าหมายหรือภาพอนาคตในชีวิตของตนเอง ที่ต้องการจะเป็นในอนาคต มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๔.๓๙$) รองลงมา นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อลงมือกระทำบางสิ่งบางอย่างแล้วประสบความสำเร็จ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๔.๓๖$) ถัดรองลงมา พบว่า นักเรียนสามารถแยกแยะของอารมณ์และความรู้สึกด้านดีและด้านร้าย มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๔.๓๔$) และอันดับสุดท้าย พบว่า

นักเรียนสามารถกลับคืนสู่อารมณ์ปกติจากสภาพปัญหาเมื่อเผชิญภาวะสถานการณ์วิกฤตตามคำปรึกษาและคำแนะนำ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๔.๑๑$)

นอกจากนี้ เมื่อพิจารณาค่าดัชนีลำดับความสำคัญของความต้องการจำเป็น ($PNI_{modified}$) พบว่า โดยภาพรวม มีค่าเท่ากับ ๓.๒๖ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ จำนวน ๕ ลำดับแรก พบว่า นักเรียนมีเป้าหมายหรือภาพอนาคตในชีวิตของตนเอง ที่ต้องการจะเป็นในอนาคต (ค่าดัชนีลำดับความสำคัญของความต้องการจำเป็นเท่ากับ ๓.๓๙) รองลงมา นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อลงมือกระทำบางสิ่งบางอย่างแล้วประสบความสำเร็จ(ค่าดัชนีลำดับความสำคัญของความต้องการจำเป็นเท่ากับ ๓.๓๖) รองลงมา นักเรียนสามารถแยกแยะของอารมณ์และความรู้สึกด้านดีและด้านร้าย (ค่าดัชนีลำดับความสำคัญของความต้องการจำเป็นเท่ากับ ๓.๓๔) รองลงมา นักเรียนยอมรับความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของเพื่อน (ค่าดัชนีลำดับความสำคัญของความต้องการจำเป็นเท่ากับ ๓.๓๓) และอันดับที่ ๕ นักเรียนสามารถตัดสินใจและมุ่งมั่นที่จะจัดการสิ่งที่จำเป็นสำหรับชีวิตและการเรียนของตนเอง (ค่าดัชนีลำดับความสำคัญของความต้องการจำเป็นเท่ากับ ๓.๓๒) ตามลำดับ

ตารางที่ ๙ แสดงความต้องการพัฒนาสมรรถนะอื่น ๆ ของนักเรียน

ที่	สมรรถนะอื่นที่ต้องการพัฒนา			
		\bar{X}	S.D.	แปลผล
๑	การสื่อสาร	๒.๑๗	๑.๐๖	น้อย
๒	การทำงานเป็นทีม	๒.๔๙	๑.๐๒	น้อย
๓	การคิดขั้นสูง	๒.๗๕	๐.๙๕	มาก
๔	การเป็นพลเมืองที่เข้มแข็ง	๒.๙๗	๑.๐๑	มาก
	รวม	๒.๖๐	๐.๐๕	มาก

จากตารางที่ ๙ พบว่า สมรรถนะด้านอื่นที่นักเรียนต้องการพัฒนา โดยภาพรวม พบว่า มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๒.๖๐$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักเรียนต้องการพัฒนาสมรรถนะด้านการเป็นพลเมืองที่เข้มแข็ง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๒.๙๗$) รองลงมา นักเรียนต้องการพัฒนาสมรรถนะด้านการคิดขั้นสูง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๒.๗๕$) ถัดลงมา นักเรียนต้องการพัฒนาสมรรถนะด้านการทำงานเป็นทีม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = ๒.๔๙$) และสุดท้าย นักเรียนต้องการพัฒนาสมรรถนะด้านการสื่อสาร มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = ๒.๑๗$) ตามลำดับ

๔.๑.๒ ผลการสัมภาษณ์ เกี่ยวกับความต้องการจำเป็นต่อการพัฒนาสมรรถนะ การเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม โดยผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน ๗ คน ดังนี้

๑) ประเด็นเกี่ยวกับสภาพปัญหาปัจจุบันสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐมด้านการจัดการตนเองเป็นอย่างไร และควรพัฒนาหรือส่งเสริมหรือไม่ เพราะเหตุใด โดยพบว่า

ควรส่งเสริม เนื่องจากนักเรียนปัจจุบันมีสมาธิสั้น
จำเป็นต้องได้รับการพัฒนาและฝึกสติให้มีความเข้มแข็ง
พร้อมสำหรับการใช้งานและกิจกรรมในชีวิตประจำวัน^{๗๓}

ควรส่งเสริม เพราะนักเรียนยุคนี้บางคนมีเป้าหมายชีวิตไม่ชัดเจน
เมื่อไม่มีเป้าหมายชีวิตที่ชัดเจน เขาก็ไม่รู้ว่าจัดการตัวเองอย่างไร
โดยไม่รู้ว่าจะเรียนไปเพื่ออะไร เรียนไปทำไม ส่งผลให้เขาไม่สามารถ
ควบคุมตัวเองได้ เนื่องจากไม่มีเป้าหมายที่ชัดเจน^{๗๔}

ควรส่งเสริม เนื่องจากโซเชียลมีเดียมีอิทธิพลต่อพฤติกรรม
ของนักเรียนยุคนี้ เป็นอย่างมากอีกทั้งภาวะการดำเนินชีวิต
ที่เร่งรีบของผู้ปกครองในการต้องตื่นและลุกไป
ทำงานเช้า-กลับเย็น ไม่ค่อยมีเวลาได้พูดคุยและอบรมสั่งสอน
บุตรหลาน ซึ่งเด็กหลายคนเรียนรู้พฤติกรรมผ่านโซเชียลด้วยตนเอง
ขาดการกลั่นกรองข้อมูลข่าวสารอย่างเป็นระบบ บางคนอยู่กับตายาย
ซึ่งก็ขาดการใช้ภาษาในการสื่อสารที่แตกต่างกัน ส่งผลต่อการอบรมสั่งสอน^{๗๕}

^{๗๓} สัมภาษณ์ พระเจริญพงษ์ ธรรมทีโป, อาจารย์ประจำหลักสูตรพุทธศาสตรบัณฑิต วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๑๕ มกราคม ๒๕๖๗.

^{๗๔} สัมภาษณ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วราภรณ์ พูลสวัสดิ์, มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม จังหวัดนครปฐม, ๒๔ มกราคม ๒๕๖๗.

ควรส่งเสริม ครอบครัวบางครอบครัวไม่มี เวลาดูแล เลี้ยงดู
 เนื่องด้วยภาวะเศรษฐกิจและการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนไป
 ตามสภาพสังคม ทำให้เด็กขาดการอบรม พุดคุยกับครอบครัวอย่างใกล้ชิด^{๗๖}

ปัจจุบันปัญหาการจัดการตนเองของนักเรียนลดลงมาก
 อาจเป็นเพราะสังคมเปลี่ยนแปลง เทคโนโลยีเข้ามามีบทบาท
 ต่อนักเรียน เด็กได้รับข้อมูลข่าวสารจากอินฟลูเอนเซอร์ เน็ตไอดอล
 ยูทูบเบอร์ มากกว่าที่ฟังจากพ่อแม่และแม่กระทั่งฟังครู
 เป็นปัจจัยทำให้พฤติกรรมของนักเรียนเปลี่ยน ความคิดเปลี่ยน
 และระบบการจัดการตนเองก็เปลี่ยนเหมือนกัน^{๗๗}

เป็นความสามารถปรับตัวอยู่ในสังคมการเรียนรู้ตลอดเวลา
 มีความรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจ เทคโนโลยีและ
 สังคมที่เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วและรุนแรง
 จึงควรพัฒนาและส่งเสริม ให้นักเรียนมีพัฒนาการในทิศทางที่ถูกต้องเหมาะสม
 เป็นประโยชน์ มีการดำเนินการเป็นระบบครอบคลุม
 สามารถกำหนดหลักสูตรได้ตามความเหมาะสมให้สอดคล้องกับบริบทสังคมนั้น ๆ^{๗๘}

^{๗๕} สัมภาษณ์ นางสาวลริษา ม่วงสอน, ครูโรงเรียนวัดใหม่สุคนธาราม โรงเรียนวิถิพุทธพระราชทาน รุ่นที่ ๑, ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

^{๗๖} สัมภาษณ์ นางสาวจิรภัทร์ ชื่นผิง, ครูโรงเรียนภัทรญาณวิทยา โรงเรียนวิถิพุทธพระราชทาน รุ่นที่ ๓, ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

^{๗๗} สัมภาษณ์ นายศุภธัช มนต์คล้าย, รองผู้อำนวยการโรงเรียนวัดสระสี่มุม โรงเรียนวิถิพุทธพระราชทาน รุ่นที่ ๔, ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

^{๗๘} สัมภาษณ์ นายสายันต์ โพธิ์ทอง, ครูโรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา โรงเรียนวิถิพุทธพระราชทาน รุ่นที่ ๔, ๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

๒) ประเด็นเกี่ยวกับปัจจัยอะไรบ้างที่ส่งผลหรือมีอุปสรรคต่อการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนจังหวัดนครปฐมด้านการจัดการตนเอง พบว่า ผู้ให้ข้อมูลสำคัญมีแนวคิดที่ใกล้เคียงกัน ได้แก่

๒.๑) การเลี้ยงดู เอาใจใส่ของพ่อแม่และครอบครัว^{๙๙}

๒.๒) การประกอบอาชีพของพ่อแม่และครอบครัว^{๑๐๐}

๒.๓) ฐานะทางเศรษฐกิจของพ่อแม่และครอบครัว^{๑๐๑}

๒.๔) การเสพติดโซเซียลจนกลายเป็นพฤติกรรมเลียนแบบจากโซเซียล^{๑๐๒}

๒.๕) การฝึกหรือพัฒนาตนเองอย่างมีเป้าหมาย เพื่อที่จะจัดการอารมณ์และสังคม^{๑๐๓}

๒.๖) การใช้สติสมาธิในการรับมือ วิเคราะห์ ประเมินและตัดสินใจ ตัดสินสถานการณ์ที่ควรทำและไม่ควรทำ^{๑๐๔}

๒.๕) การส่งเสริมของโรงเรียนที่เปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการตัดสินใจในเรื่องที่เกี่ยวข้องและการจัดการเรียนรู้ของครูที่ต้องส่งเสริมการใช้สติและสมาธิเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้กับนักเรียน^{๑๐๕}

^{๙๙} สัมภาษณ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วราภรณ์ พูลสวัสดิ์, มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม จังหวัดนครปฐม, ๒๔ มกราคม ๒๕๖๗.

^{๑๐๐} คนเดียวกัน

^{๑๐๑} คนเดียวกัน

^{๑๐๒} สัมภาษณ์ นางสาวลริษา ม่วงสอน, ครูโรงเรียนวัดใหม่สุคนธาราม โรงเรียนวิถิปุทธพระราชทาน รุ่นที่ ๑, ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

^{๑๐๓} สัมภาษณ์ นางสาวจิรภัทร์ ชื่นผึ้ง, ครูโรงเรียนภัทรญาณวิทยา โรงเรียนวิถิปุทธพระราชทาน รุ่นที่ ๓, ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

^{๑๐๔} สัมภาษณ์ นายศุภรัช มนต์คล้าย, รองผู้อำนวยการโรงเรียนวัดสระสี่มุม โรงเรียนวิถิปุทธพระราชทาน รุ่นที่ ๔, ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

^{๑๐๕} สัมภาษณ์ นายสายันต์ โพธิ์ทอง, ครูโรงเรียนวัดไร่จิงวิทยา โรงเรียนวิถิปุทธพระราชทาน รุ่นที่ ๔, ๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

๔.๒ ตอนที่ ๒ ผลการศึกษาองค์ประกอบการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม โดยการศึกษาวิเคราะห์และสังเคราะห์จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน ๗ คน เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบของสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนจังหวัดนครปฐมด้านการจัดการตนเอง มีอะไรบ้าง และสำคัญอย่างไร พบว่า องค์ประกอบของสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ประกอบด้วย ๒ ปัจจัย ได้แก่

๒.๑) ปัจจัยภายใน (โยนิโสมนสิการ) ที่สมบูรณ์

- การเห็นคุณค่าในตัวเอง
- การมีเป้าหมายมีชีวิต
- การรู้จักจุดดีจุดที่ควรพัฒนาของตนเอง
- การจัดการอารมณ์ตนเองและความเครียด
- การมีวินัยในการควบคุมพฤติกรรมและจัดการชีวิตตนเอง
- มีความมั่นใจและความภาคภูมิใจในตนเอง
- การจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต

๒.๒) ปัจจัยภายนอก (ปรโตโฆสะ) ที่สมบูรณ์

- พ่อแม่ เป็นผู้ที่บ่มเพาะการจัดการตนเองแรกเริ่มตั้งแต่บ้าน ด้วยการให้ความรักความเอาใจใส่ เข้าอกเข้าใจธรรมชาติของเด็ก เป็นผู้ให้คำปรึกษาและใกล้ชิดกับเด็ก

- ครู เป็นผู้ที่ช่วยปลูกสมรรถนะการจัดการตนเองให้เติบโตยิ่งขึ้นต่อจากพ่อแม่โดยให้นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง มีเป้าหมายชีวิต ทั้งการจัดการอารมณ์ตนเอง ให้นักเรียนมีความภาคภูมิใจในสิ่งที่ได้ลงมือกระทำในสิ่งที่ถูกต้อง

- ครอบครัว เป็นปัจจัยสำคัญหนึ่งที่คอยสนับสนุนให้นักเรียนมีวินัยในการควบคุมพฤติกรรมและเห็นคุณค่าในตัวเองเช่นเดียวกับพ่อแม่

- เพื่อน เป็นผู้ช่วยประคับประคองการสร้างและส่งเสริมเพื่อนด้วยกัน ในสถานการณ์จริงในการแนะนำข้อดีข้อที่ควรพัฒนาและปรับปรุงของเพื่อน ให้เพื่อนได้สามารถพัฒนาตนเองตามเป้าหมายของตนเองตามที่ตั้งใจไว้อย่างภาคภูมิใจ

- สภาพฐานะเศรษฐกิจทางครอบครัว เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้นักเรียนไม่ได้ถูกบ่มเพาะบ่มสมรรถนะการจัดการตนเองตั้งแต่ครอบครัว โดยพ่อแม่ ลุงป้า น้าอา ตลอดถึงปู่ย่าตายาย

เพราะหากรายได้หรือสภาพเศรษฐกิจของครอบครัวได้ ก็จะมีโอกาสในการได้ดูแล เอาใจใส่เด็กก็มีเวลาในการบ่มเพาะสมรรถนะการจัดการตนเองได้ดีขึ้น

ดังนั้น องค์ประกอบของสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงภายในโดยเริ่มต้นที่ตนเอง ประกอบด้วย ๑) การเห็นคุณค่าในตนเอง ๒) การมีเป้าหมายในชีวิต ๓) การจัดการอารมณ์และความเครียด ๔) การจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต

๔.๓ ตอนที่ ๓ ผลการพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม โดยการศึกษาวิเคราะห์และสังเคราะห์จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน ๗ คน พบว่า กระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานได้ยึดหลักไตรสิกขาในการขับเคลื่อนกระบวนการจัดการเรียนรู้ เพื่อใช้ในการฝึกความพฤติกรรม ฝึกจิตใจ และฝึกกระบวนการทางปัญญา มีกิจกรรมที่หลากหลายในการสอดแทรกสติและสมาธิให้กับนักเรียน แบ่งเป็น ๓ ระยะ ดังนี้

ระยะที่ ๑ การบ่มเพาะสติและสมาธิก่อนเข้าชั้นเรียน

- ผู้บริหารโรงเรียน ครูและนักเรียนร่วมกับเข้าแถวเคารพธงชาติ สวดมนต์ภาวนาตามเวลาที่เหมาะสม
- ผู้บริหารโรงเรียน ครูเล่าแบ่งปันความดี ชื่นชมความดีเชื่อมโยงกับชีวิตจริงของนักเรียน

ระยะที่ ๒ การบ่มเพาะสติและสมาธิระหว่างเรียน

- ผู้สอนเริ่มต้นการสอดแทรกกิจกรรมการไหว้พระสวดมนต์ ภาวนา หรือเล่านิทาน เพื่อส่งเสริมความสงบปลูกสติและสมาธิ
- ผู้สอนจัดการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ด้วยรูปแบบการสอน วิธีการสอนและเทคนิคการสอนที่ยึดหลักไตรสิกขาอย่างหลากหลายและเหมาะสมกับธรรมชาติของเนื้อหาวิชา โดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ พร้อมเชื่อมโยงเรื่องที่ใกล้ตัว สถานการณ์จริงเป็นการเรียนรู้
- มีการวัดและประเมินผลจากสภาพจริง (Authentic Assessment) และการประเมินผลเพื่อการเรียนรู้ (Assessment for Learning : AFL)

ระยะที่ ๓ การบ่มเพาะสติและสมาธิหลังเรียน

- ผู้สอนเช็คเอาท์ (Check Out) การเรียนรู้ของผู้เรียนในแต่ละคาบ หรือแต่ละสัปดาห์ เพื่อปลูกสติและสมาธิของผู้เรียนในการเชื่อมโยงกลับมาสู่ประสบการณ์เดิมหรือความรู้เดิมอยู่อย่างสม่ำเสมอ ผ่านการจดบันทึกด้วยสมุดบันทึกความดี การเขียนรายงานตนเอง การประเมินตนเองอย่างเป็นกิจวัตร โดยมีการส่งข้อมูลบันทึกกิจกรรมให้ผู้ปกครองของนักเรียน

เงื่อนไขที่เป็นปัจจัยช่วยสนับสนุนกระบวนการบ่มเพาะสติและสมาธิ

การสร้างความสัมพันธ์ของครอบครัวให้มาก ด้วยบรรยากาศการพูดคุย การสร้างความใกล้ชิดและการให้ความอบอุ่น ดูแลเอาใจใส่ มีเวลาให้กันและกัน การกล่าวทักทายเตือนสิ่งที่ควรทำและสิ่งที่ไม่ควรทำ

จากข้อมูลข้างต้น คณะผู้วิจัยจึงสรุปเป็นกระบวนการพัฒนาการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิ ดังแผนภาพที่ ๒

แผนภาพที่ ๒ สรุปกระบวนการพัฒนาการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน



เงื่อนไขที่ทำให้สมรรถนะการจัดการเรียนรู้ด้านการจัดการตนเองประสบความสำเร็จ (ปรโตโฆสะ)

- ๑) การสร้างความสัมพันธ์ของครอบครัวให้มาก
- ๒) การสร้างความใกล้ชิดและการให้ความอบอุ่น
- ๓) การดูแลเอาใจใส่
- ๔) การมีเวลาให้กันและกัน
- ๕) การกล่าวทักทายเตือนสิ่งที่ควรทำและไม่ควรทำ

๔.๔ ตอนที่ ๔ ผลการประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม

๔.๕.๑ ผลการประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ภาพรวมดังตารางที่ ๑๐

ตารางที่ ๑๐ แสดงภาพรวมผลการประเมินและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม

องค์ประกอบสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑	ระดับคะแนน		
	\bar{X}	S.D.	แปลผล
๑. การเห็นคุณค่าในตนเอง	๑.๘๖	๐.๑๐	ปานกลาง
๒. การมีเป้าหมายในชีวิต	๒.๐๓	๐.๐๙	ปานกลาง
๓. การจัดการอารมณ์และความเครียด	๑.๗๙	๐.๐๖	ปานกลาง
๔. การจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต	๑.๙๗	๐.๐๕	ปานกลาง
ภาพรวม	๑.๙๑	๐.๐๒	ปานกลาง

จากตารางที่ ๑๐ พบว่า องค์ประกอบสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ภาพรวม พบว่า อยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๙๑$, S.D. = ๐.๐๒) เมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านการมีเป้าหมายชีวิต มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๒.๐๓$, S.D. = ๐.๐๙) รองลงมาคือ ด้านการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๙๗$, S.D. = ๐.๐๕)

๔.๕.๒ ผลการประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม แยกเป็นรายองค์ประกอบ ดังตารางที่ ๑๑

ตารางที่ ๑๑ แสดงผลการประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ในด้านองค์ประกอบสมรรถนะด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง

สมรรถนะการจัดการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑	รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
		\bar{X}	S.D.	แปลผล
๑. การเห็นคุณค่าในตนเอง	๑) นักเรียนรู้จักความสามารถตนเองว่าตนเอง มีความสามารถเรื่องอะไรบ้าง	๑.๘๖	๐.๕๒	ปานกลาง
	๒) นักเรียนมีระเบียบวินัยในการดูแลจัดการชีวิตประจำวันของตนเอง	๑.๖๖	๐.๖๑	ปานกลาง
	๓) นักเรียนสามารถตัดสินใจและมุ่งมั่นที่จะจัดการสิ่งที่จำเป็นสำหรับชีวิตและการเรียนของตนเอง	๑.๗๖	๐.๖๙	ปานกลาง
	๔) นักเรียนบอกความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของตนเอง	๒.๐๓	๐.๕๗	ปานกลาง
	๕) นักเรียนยอมรับความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของเพื่อน	๑.๙๗	๐.๗๘	ปานกลาง
	ภาพรวม	๑.๘๖	๐.๑๐	ปานกลาง

จากตารางที่ ๑๑ พบว่า องค์ประกอบสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ภาพรวม พบว่า อยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๘๖$, S.D. = ๐.๑๐) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้อ ๔ นักเรียนบอกความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๒.๐๓$, S.D. = ๐.๕๗) รองลงมาคือ ข้อ ๕ นักเรียนยอมรับความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของเพื่อน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๙๗$, S.D. = ๐.๗๘) ถัดมา ข้อ ๑ นักเรียนรู้จักความสามารถตนเองว่า ตนเอง มีความสามารถเรื่องอะไรบ้าง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๘๖$, S.D. = ๐.๕๒) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ ข้อ ๒ นักเรียนมีระเบียบวินัยในการดูแลจัดการชีวิตประจำวันของตนเอง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๖๖$, S.D. = ๐.๖๑)

ตารางที่ ๑๒ แสดงผลการประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ในด้านองค์ประกอบสมรรถนะด้านการมีเป้าหมายในชีวิต

สมรรถนะการจัดการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑	รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
		\bar{X}	S.D.	แปลผล
๒.การมีเป้าหมายในชีวิต	๑) นักเรียนสามารถกำหนด ลงมือทำและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามแผนพัฒนาตนเอง	๑.๙๗	๐.๕๗	ปานกลาง
	๒) นักเรียนสามารถมองเห็นข้อจำกัดและแนวทางพัฒนาตนเองว่า เป็นอย่างไร	๑.๖๙	๐.๖๐	ปานกลาง
	๓) นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อลงมือกระทำบางสิ่งบางอย่างแล้วประสบความสำเร็จ	๒.๒๘	๐.๗๕	ปานกลาง
	๔) นักเรียนมีความฝัน เป้าหมายหรือภาพอนาคตในชีวิตของตนเองที่ต้องการจะเป็น	๒.๒๘	๐.๖๕	ปานกลาง
	๕) นักเรียนสามารถควบคุมและกำกับตนเองให้ลงมือทำตามแผนเกี่ยวกับชีวิตและการเรียนของตนเอง	๑.๙๗	๐.๕๐	ปานกลาง
	ภาพรวม	๒.๐๓	๐.๐๙	ปานกลาง

จากตารางที่ ๑๒ พบว่า องค์ประกอบสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ด้านการมีเป้าหมายในชีวิต ภาพรวม พบว่า อยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = ๒.๐๓$, S.D. = ๐.๐๙) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้อ ๓ นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อลงมือกระทำบางสิ่งบางอย่างแล้วประสบความสำเร็จ และข้อ ๔ นักเรียนมีความฝัน เป้าหมายหรือภาพอนาคตในชีวิตของตนเองที่ต้องการจะเป็น มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๒.๒๘$, S.D. = ๐.๗๕) และ ($\bar{X} = ๒.๒๘$, S.D. = ๐.๖๕) เท่ากัน รองลงมาคือ ข้อ ๑ นักเรียนสามารถกำหนด ลงมือทำและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามแผนพัฒนาตนเองและข้อ ๕ นักเรียนสามารถควบคุมและกำกับตนเองให้ลงมือทำตามแผนเกี่ยวกับชีวิตและการเรียนของตนเอง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๙๗$, S.D. = ๐.๕๗) และ ($\bar{X} = ๑.๙๗$, S.D. = ๐.๕๐) เท่ากัน ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ย

น้อยที่สุด คือ ข้อ ๒ นักเรียนสามารถมองเห็นข้อจำกัดและแนวทางพัฒนาตนเองว่า เป็นอย่างไร มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๖๙$, S.D. = ๐.๖๐)

ตารางที่ ๑๓ แสดงผลการประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ในด้านองค์ประกอบสมรรถนะด้านการจัดการอารมณ์และความเครียด

สมรรถนะการจัดการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑	รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
		\bar{X}	S.D.	แปลผล
๓. การจัดการอารมณ์และความเครียด	๑) นักเรียนสามารถรับรู้และจัดการอารมณ์และความเครียดที่เกิดจากสถานการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ เช่น เกิดจากความโกรธ เป็นต้น	๑.๖๙	๐.๗๖	ปานกลาง
	๒) นักเรียนสามารถรู้เท่าทันและจัดการอารมณ์และความเครียดที่เกิดจากสถานการณ์ที่ไม่พึงประสงค์	๑.๙๐	๐.๖๗	ปานกลาง
	๓) นักเรียนแสดงการควบคุมอารมณ์และความรู้สึกพื้นฐาน	๑.๗๙	๐.๘๒	ปานกลาง
	๔) นักเรียนสามารถแยกแยะของอารมณ์และความรู้สึกด้านดีและด้านร้าย	๑.๙๗	๐.๘๒	ปานกลาง
	๕) นักเรียนสามารถแสดงและจัดการอารมณ์และความรู้สึกด้านลบได้อย่างเหมาะสม	๑.๕๙	๐.๗๓	น้อย
	ภาพรวม	๑.๗๙	๐.๐๖	ปานกลาง

จากตารางที่ ๑๓ พบว่า องค์ประกอบสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ด้านการจัดการอารมณ์และความเครียด ภาพรวม พบว่า อยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๗๙$, S.D. = ๐.๐๖) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้อ ๔ นักเรียนสามารถแยกแยะของอารมณ์และความรู้สึกด้านดีและด้านร้าย มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๙๗$, S.D. = ๐.๘๒) รองลงมาคือ ข้อ ๒ นักเรียนสามารถรู้เท่าทันและจัดการอารมณ์และความเครียดที่เกิดจากสถานการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๙๐$, S.D. = ๐.๖๗) ส่วนข้อที่

มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ ๒ นักเรียนสามารถแสดงและจัดการอารมณ์และความรู้สึกด้านลบได้อย่างเหมาะสม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = ๑.๕๙$, S.D. = ๐.๗๓)

ตารางที่ ๑๔ แสดงผลการประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ในด้านองค์ประกอบสมรรถนะด้านการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต

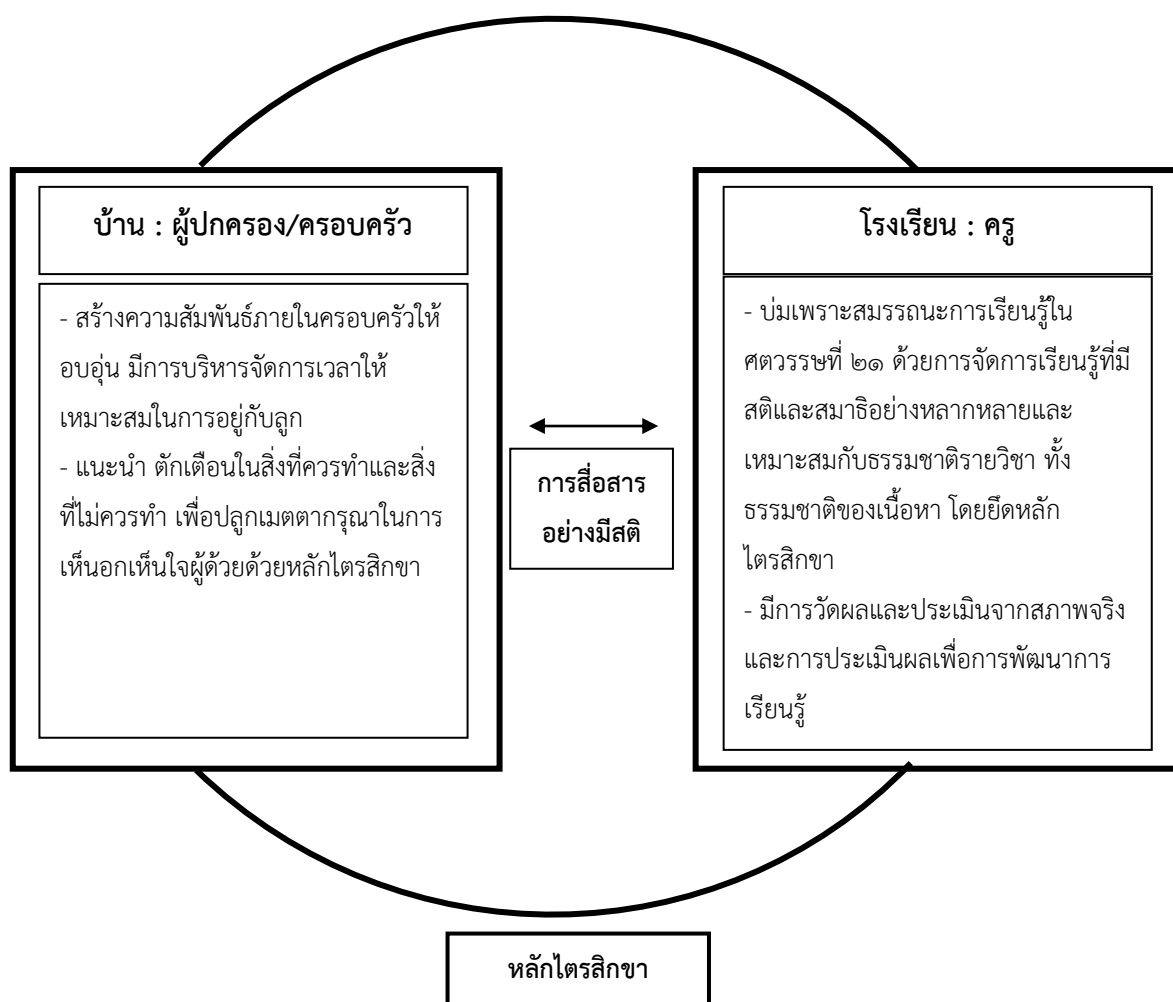
สมรรถนะการจัดการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑	รายการประเมิน	ระดับคะแนน		
		\bar{X}	S.D.	แปลผล
๔. การจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต	๑) นักเรียนมีความรับผิดชอบในผลการกระทำของตนเอง เมื่อตัดสินใจลงมือทำอะไรลงไปแล้ว	๒.๐๐	๐.๖๕	ปานกลาง
	๒) นักเรียนสามารถกลับคืนสู่อารมณ์ปกติจากสภาพปัญหาเมื่อเผชิญภาวะสถานการณ์วิกฤตตามคำปรึกษาและคำแนะนำ	๑.๘๖	๐.๗๔	ปานกลาง
	๓) นักเรียนสามารถแยกแยะสิ่งถูกผิดในสถานการณ์ที่ต้องเผชิญ	๑.๙๓	๐.๖๕	ปานกลาง
	๔) นักเรียนมีการรับฟังคนอื่น เช่น คำแนะนำที่ดีจากพ่อแม่ ครู เพื่อน เป็นต้น สามารถจัดการปัญหาชีวิตประจำวันและการเรียนได้	๒.๑๐	๐.๖๒	ปานกลาง
	๕) นักเรียนสามารถละเว้นการกระทำที่ไม่ควรทำว่า จะไม่เกิดขึ้นกับตนเอง เช่น พุดก่อนคิด เป็นต้น	๑.๙๗	๐.๖๘	ปานกลาง
	ภาพรวม	๑.๙๗	๐.๐๕	ปานกลาง

จากตารางที่ ๑๔ พบว่า องค์ประกอบสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ด้านการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต ภาพรวม พบว่า อยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๙๗$, S.D. = ๐.๐๕) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้อ ๔ นักเรียนมีการรับฟังคนอื่น เช่น คำแนะนำที่ดีจากพ่อแม่ ครู เพื่อน เป็นต้น สามารถจัดการปัญหาชีวิตประจำวันและการเรียนได้ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๒.๑๐$, S.D. = ๐.๖๒) รองลงมาคือ ข้อ ๑ นักเรียนมีความ

รับผิดชอบในผลการกระทำของตนเอง เมื่อตัดสินใจลงมือทำอะไรลงไปแล้ว มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๒.๐๐$, S.D. = ๐.๖๕) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ ๒ นักเรียนสามารถกลับคืนสู่อารมณ์ปกติจากสภาพปัญหาเมื่อเผชิญภาวะสถานการณ์วิกฤตตามคำปรึกษาและคำแนะนำ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๘๖$, S.D. = ๐.๗๔)

๔.๕ ตอนที่ ๕ องค์กรความรู้ที่ได้จากงานวิจัย

จากการศึกษาเรื่อง การพัฒนาสมรรถนะของนักเรียนจังหวัดนครปฐมเพื่อตอบโจทย์การเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน ผู้วิจัยได้วิเคราะห์และสังเคราะห์ผลการวิจัยจนได้องค์ความรู้ใหม่เกิดขึ้น ดังนี้



แผนภาพที่ ๓ แสดงองค์ความรู้ที่ได้จากงานวิจัย

บทที่ ๕

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัย เรื่อง การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม มีวัตถุประสงค์ ๔ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาความต้องการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ๒) เพื่อศึกษาองค์ประกอบการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ๓) เพื่อพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม และ ๔) เพื่อประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้ เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Methods Research) ระหว่างการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ซึ่งผู้วิจัยขอสรุปผลการวิจัย การอภิปรายผลการวิจัย และข้อเสนอแนะการวิจัย ดังนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สรุปการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

๕.๑.๑ ความต้องการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐมนครปฐม

๑) ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เรียนอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน ๑๙๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๙.๒๕ รองลงมาเป็น นักเรียนที่เรียนอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน ๑๑๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๗.๒๕ และสุดท้าย เป็นนักเรียนที่เรียนอยู่ในระดับประถมศึกษา จำนวน ๙๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๓

๒) อายุของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง ๑๖ - ๑๘ ปี จำนวน ๑๙๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๙.๒๕ รองลงมาเป็น นักเรียนที่มีอายุระหว่าง ๑๓-๑๕ ปี จำนวน ๑๑๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๘ และสุดท้าย เป็นนักเรียนที่มีอายุระหว่าง ๘-๑๒ ปี จำนวน ๙๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๒.๗๕

๓) **เพศของผู้ตอบแบบสอบถาม** พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน ๒๗๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๘.๕๐ รองลงมาเป็น นักเรียนเพศชาย จำนวน ๑๒๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๘ และสุดท้าย เป็นนักเรียนที่ระบุเป็นเพศ LGBTQ จำนวน ๑๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๓.๕๐

๔) **ประเภทของโรงเรียนของผู้ตอบแบบสอบถาม** พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เรียนอยู่ในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา จำนวน ๒๗๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๘.๕๐ รองลงมาเป็น นักเรียนที่เรียนอยู่ในโรงเรียนระดับประถมศึกษา จำนวน ๙๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๓ และสุดท้าย เป็นนักเรียนที่เรียนอยู่ในโรงเรียนขยายโอกาส จำนวน ๓๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๘.๕๐

๕) **จำแนกตามประเภทการอยู่อาศัย/ที่อยู่อาศัยของผู้ตอบแบบสอบถาม** พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับพ่อแม่ จำนวน ๒๘๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๗๑.๗๕ รองลงมาเป็น นักเรียนที่อาศัยอยู่กับปู่ย่าตายาย จำนวน ๕๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๓.๗๕ ถัดมาเป็นนักเรียนที่อยู่อาศัยกับอื่น ๆ ได้แก่ พ่อแม่ ปู่ย่าตายาย ลุงป้า น้าอา จำนวน ๓๙ คน คิดเป็นร้อยละ ๙.๗๕ และสุดท้าย เป็นนักเรียนที่อาศัยอยู่กับลุงป้า น้าอา จำนวน ๑๙ คน คิดเป็นร้อยละ ๔.๗๕

๖) **แสดงระดับความคิด ความเชื่อ(สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน) และสิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง) ของผู้ตอบแบบสอบถาม** พบว่า ความคิด ความเชื่อ (สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบันของนักเรียน) โดยภาพรวมพบว่า อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๓.๘๙$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักเรียนยอมรับความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของเพื่อน มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๔.๔๔$) รองลงมา นักเรียนบอกความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของตนเอง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับ มาก ($\bar{X} = ๔.๓๐$) ถัดรองมา พบว่า นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อลงมือกระทำบางสิ่งบางอย่างแล้วประสบความสำเร็จ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๔.๑๘$) และอันดับสุดท้าย พบว่า นักเรียนสามารถมองเห็นข้อจำกัดและแนวทางพัฒนาตนเองว่า เป็นอย่างไร มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๓.๕๗$)

ส่วน สิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง) โดยภาพรวมพบว่า อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๔.๒๖$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักเรียนมีเป้าหมายหรือภาพอนาคตในชีวิตของตนเอง ที่ต้องการจะเป็นในอนาคต มีค่าเฉลี่ยสูงสุด อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๔.๓๙$) รองลงมา นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อลงมือกระทำบางสิ่งบางอย่างแล้วประสบความสำเร็จ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๔.๓๖$) ถัดรองลงมา พบว่า นักเรียนสามารถแยกแยะของอารมณ์และความรู้สึกด้านดีและด้านร้าย มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๔.๓๔$) และอันดับสุดท้าย พบว่า

นักเรียนสามารถกลับคืนสู่อารมณ์ปกติจากสภาพปัญหาเมื่อเผชิญภาวะสถานการณ์วิกฤตตามคำปรึกษาและคำแนะนำ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๔.๑๑$)

นอกจากนี้ เมื่อพิจารณาค่าดัชนีลำดับความสำคัญของความต้องการจำเป็น (PNI_{modified}) พบว่า โดยภาพรวม มีค่าเท่ากับ ๓.๒๖ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ จำนวน ๕ ลำดับแรกพบว่า นักเรียนมีเป้าหมายหรือภาพอนาคตในชีวิตของตนเอง ที่ต้องการจะเป็นในอนาคต (ค่าดัชนีลำดับความสำคัญของความต้องการจำเป็นเท่ากับ ๓.๓๙) รองลงมา นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อลงมือกระทำบางสิ่งบางอย่างแล้วประสบความสำเร็จ (ค่าดัชนีลำดับความสำคัญของความต้องการจำเป็นเท่ากับ ๓.๓๖) รองลงมา นักเรียนสามารถแยกแยะของอารมณ์และความรู้สึกด้านดีและด้านร้าย (ค่าดัชนีลำดับความสำคัญของความต้องการจำเป็นเท่ากับ ๓.๓๔) รองลงมา นักเรียนยอมรับความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของเพื่อน (ค่าดัชนีลำดับความสำคัญของความต้องการจำเป็นเท่ากับ ๓.๓๓) และอันดับที่ ๕ นักเรียนสามารถตัดสินใจและมุ่งมั่นที่จะจัดการสิ่งที่จำเป็นสำหรับชีวิตและการเรียนของตนเอง (ค่าดัชนีลำดับความสำคัญของความต้องการจำเป็นเท่ากับ ๓.๓๒) ตามลำดับ

๗) ข้อเสนอแนะอื่น ๆ ของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า สมรรถนะด้านอื่นที่นักเรียนต้องการพัฒนา โดยภาพรวม พบว่า มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๒.๖๐$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า นักเรียนต้องการพัฒนาสมรรถนะด้านการเป็นพลเมืองที่เข้มแข็ง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๒.๙๗$) รองลงมา นักเรียนต้องการพัฒนาสมรรถนะด้านการคิดขั้นสูง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๒.๗๕$) ถัดลงมา นักเรียนต้องการพัฒนาสมรรถนะด้านการทำงานเป็นทีม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = ๒.๔๙$) และสุดท้าย นักเรียนต้องการพัฒนาสมรรถนะด้านการสื่อสาร มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = ๒.๑๗$) ตามลำดับ

๕.๑.๒ องค์ประกอบการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม พบว่า องค์ประกอบของสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ประกอบด้วย ๒ ปัจจัย ได้แก่

๒.๑) ปัจจัยภายใน (โยนิโสมนสิการ) ที่สมบูรณ์

- การเห็นคุณค่าในตัวเอง
- การมีเป้าหมายมีชีวิต
- การรู้จักจุดดีจุดที่ควรพัฒนาของตนเอง
- การจัดการอารมณ์ตนเอง และความเครียด

- การมีวินัยในการควบคุมพฤติกรรมและจัดการชีวิตตนเอง
- มีความมั่นใจและความภาคภูมิใจในตนเอง
- การจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต

๒.๒) ปัจจัยภายนอก (ปรโตโฆสะ) ที่สมบูรณ์

- พ่อแม่ เป็นผู้ที่บ่มเพาะการจัดการตนเองแรกเริ่มตั้งแต่บ้าน ด้วยการให้ความรักความเอาใจใส่ เข้าอกเข้าใจธรรมชาติของเด็ก เป็นผู้ให้คำปรึกษาและใกล้ชิดกับเด็ก
- ครู เป็นผู้ที่ช่วยปลูกสมรรถนะการจัดการตนเองให้เติบโตยิ่งขึ้นต่อจากพ่อแม่โดยให้นักเรียนเห็นคุณค่าในตนเอง มีเป้าหมายชีวิต ทั้งการจัดการอารมณ์ตนเอง ให้นักเรียนมีความภาคภูมิใจในสิ่งที่ได้ลงมือกระทำในสิ่งที่ถูกต้อง
- ครอบครัว เป็นปัจจัยสำคัญหนึ่งที่คอยสนับสนุนให้นักเรียนมีวินัยในการควบคุมพฤติกรรมและเห็นคุณค่าในตัวเองเช่นเดียวกับพ่อแม่
- เพื่อน เป็นผู้ช่วยประคับประคองการสร้างและส่งเสริมเพื่อนด้วยกัน ในสถานการณ์จริงในการแนะนำข้อดีข้อที่ควรพัฒนาและปรับปรุงของเพื่อน ให้เพื่อนได้สามารถพัฒนาตนเองตามเป้าหมายของตนเองตามที่ตั้งใจไว้อย่างภาคภูมิใจ
- สภาพฐานะเศรษฐกิจทางครอบครัว เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้นักเรียนไม่ได้ถูกเบาะบ่มสมรรถนะการจัดการตนเองตั้งแต่ครอบครัว โดยพ่อแม่ ลุงป้า น้าอา ตลอดถึงปู่ตายาย เพราะหากรายได้หรือสภาพเศรษฐกิจของครอบครัวได้ ก็จะมีโอกาสในการได้ดูแล เอาใจใส่เด็กมีเวลาในการบ่มเพาะสมรรถนะการจัดการตนเองได้ดีขึ้น

ดังนั้น องค์ประกอบของสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงภายในโดยเริ่มต้นที่ตนเอง ประกอบด้วย ๑) การเห็นคุณค่าในตนเอง ๒) การมีเป้าหมายในชีวิต ๓) การจัดการอารมณ์และความเครียด ๔) การจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต

๕.๑.๓ กระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม พบว่า

กระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานได้ยึดหลักไตรสิกขาในการขับเคลื่อนกระบวนการจัดการเรียนรู้ เพื่อใช้ในการฝึกความพฤติกรรม ฝึกจิตใจและฝึกกระบวนการทางปัญญา มีกิจกรรมที่หลากหลายในการสอดแทรกสติและสมาธิให้กับนักเรียน แบ่งเป็น ๓ ระยะ ดังนี้

ระยะที่ ๑ การบ่มเพาะสติและสมาธิก่อนเข้าชั้นเรียน

- ผู้บริหารโรงเรียน ครูและนักเรียนร่วมกับเข้าแถวเคารพธงชาติ สวดมนต์ภาวนาตามเวลาที่เหมาะสม
- ผู้บริหารโรงเรียน ครูเล่าแบ่งปันความดี ชื่นชมความดีเชื่อมโยงกับชีวิตจริงของนักเรียน

ระยะที่ ๒ การบ่มเพาะสติและสมาธิระหว่างเรียน

- ผู้สอนเริ่มต้นการสอดแทรกกิจกรรมการไหว้พระสวดมนต์ ภาวนา หรือเล่านิทาน เพื่อส่งเสริมความสงบปลุกสติและสมาธิ
- ผู้สอนจัดการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ด้วยรูปแบบการสอน วิธีการสอนและเทคนิคการสอนที่ยืดหลักไตรสิกขาอย่างหลากหลายและเหมาะสมกับธรรมชาติของเนื้อหาวิชา โดยเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ พร้อมเชื่อมโยงเรื่องที่ใกล้ตัว สถานการณ์จริงเป็นการเรียนรู้
- มีการวัดและประเมินผลจากสภาพจริง (Authentic Assessment) และการประเมินผลเพื่อการเรียนรู้ (Assessment for Learning : AFL)

ระยะที่ ๓ การบ่มเพาะสติและสมาธิหลังเรียน

- ผู้สอนเช็คเอาท์ (Check Out) การเรียนรู้ของผู้เรียนในแต่ละคาบ หรือแต่ละสัปดาห์ เพื่อปลุกสติและสมาธิของผู้เรียนในการเชื่อมโยงกลับมาสู่ประสบการณ์เดิมหรือความรู้เดิมอยู่อย่างสม่ำเสมอ ผ่านการจดบันทึกด้วยสมุดบันทึกความดี การเขียนรายงานตนเอง การประเมินตนเองอย่างเป็นกิจวัตร โดยมีการส่งข้อมูลบันทึกกิจกรรมให้ผู้ปกครองของนักเรียน

เงื่อนไขที่เป็นปัจจัยช่วยสนับสนุนกระบวนการบ่มเพาะสติและสมาธิ

การสร้างความสัมพันธ์ของครอบครัวให้มาก ด้วยบรรยากาศการพูดคุย การสร้างความใกล้ชิดและการให้ความอบอุ่น ดูแลเอาใจใส่ มีเวลาให้กันและกัน การกล้าว่ากล่าวตักเตือนสิ่งที่ควรทำและสิ่งที่ไม่ควรทำ

๕.๑.๔ การประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม พบว่า

ผลการประเมินและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม พบว่า องค์ประกอบสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ภาพรวม พบว่า อยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๙๑$, S.D. = ๐.๐๒) เมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านการมีเป้าหมายชีวิต มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๒.๐๓$, S.D. = ๐.๐๙) รองลงมาคือ ด้านการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๙๗$, S.D. = ๐.๐๕)

๑) ผลการประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ในด้านองค์ประกอบสมรรถนะด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง พบว่า องค์ประกอบสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ภาพรวม พบว่า อยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๘๖$, S.D. = ๐.๑๐) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้อ ๔ นักเรียนบอกความชอบความสนใจและเพศสภาพของตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๒.๐๓$, S.D. = ๐.๕๗) รองลงมาคือ ข้อ ๕ นักเรียนยอมรับความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของเพื่อน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๙๗$, S.D. = ๐.๗๘) ถัดมา ข้อ ๑ นักเรียนรู้จักความสามารถตนเองว่า ตนเองมีความสามารถเรื่องอะไรบ้าง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๘๖$, S.D. = ๐.๕๒) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ ๒ นักเรียนมีระเบียบวินัยในการดูแลจัดการชีวิตประจำวันของตนเอง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๖๖$, S.D. = ๐.๖๑)

๒) ผลการประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ในด้านองค์ประกอบสมรรถนะด้านการมีเป้าหมายในชีวิต พบว่า องค์ประกอบสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ด้านการมีเป้าหมายในชีวิต ภาพรวม พบว่า อยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = ๒.๐๓$, S.D. = ๐.๐๙) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้อ ๓ นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อลงมือกระทำบางสิ่งบางอย่างแล้วประสบความสำเร็จ และข้อ ๔ นักเรียนมีความฝัน เป้าหมายหรือภาพอนาคตในชีวิตของตนเองที่ต้องการจะเป็น มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๒.๒๘$, S.D. = ๐.๗๕) และ ($\bar{X} = ๒.๒๘$, S.D. = ๐.๖๕) เท่ากัน รองลงมาคือ

ข้อ ๑ นักเรียนสามารถกำหนด ลงมือทำและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามแผนพัฒนาตนเอง และข้อ ๕ นักเรียนสามารถควบคุมและกำกับตนเองให้ลงมือทำตามแผนเกี่ยวกับชีวิตและการเรียนของตนเอง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๙๗$, S.D. = ๐.๕๗) และ ($\bar{X} = ๑.๙๗$, S.D. = ๐.๕๐) เท่ากัน ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ ๒ นักเรียนสามารถมองเห็นข้อจำกัดและแนวทางพัฒนาตนเองว่า เป็นอย่างไร มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๖๙$, S.D. = ๐.๖๐)

๓) ผลการประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ในด้าน **องค์ประกอบสมรรถนะด้านการจัดการอารมณ์และความเครียด** พบว่า องค์ประกอบสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ด้านการจัดการอารมณ์และความเครียด ภาพรวม พบว่า อยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๗๙$, S.D. = ๐.๐๖) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้อ ๔ นักเรียนสามารถแยกแยะของอารมณ์และความรู้สึกด้านดีและด้านร้าย มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๙๗$, S.D. = ๐.๘๒) รองลงมาคือ ข้อ ๒ นักเรียนสามารถรู้เท่าทันและจัดการอารมณ์และความเครียดที่เกิดจากสถานการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๙๐$, S.D. = ๐.๖๗) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ ๒ นักเรียนสามารถแสดงและจัดการอารมณ์และความรู้สึกด้านลบได้อย่างเหมาะสม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อย ($\bar{X} = ๑.๕๙$, S.D. = ๐.๗๓)

๔) ผลการประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ในด้าน **องค์ประกอบสมรรถนะด้านการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต** พบว่า องค์ประกอบสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ด้านการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต ภาพรวม พบว่า อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๙๗$, S.D. = ๐.๐๕) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้อ ๔ นักเรียนมีการรับฟังคนอื่น เช่น คำแนะนำที่ดีจากพ่อแม่ ครู เพื่อน เป็นต้น สามารถจัดการปัญหาชีวิตประจำวันและการเรียนได้ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๒.๑๐$, S.D. = ๐.๖๒) รองลงมาคือ ข้อ ๑ นักเรียนมีความรับผิดชอบในผลการกระทำของตนเอง เมื่อตัดสินใจลงมือกระทำอะไรลงไปแล้ว มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๒.๐๐$, S.D. = ๐.๖๕) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ ๒ นักเรียนสามารถกลับคืนสู่อารมณ์ปกติจากสภาพปัญหาเมื่อเผชิญภาวะ

สถานการณ์วิกฤตตามคำปรึกษาและคำแนะนำ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๘๖$, S.D. = ๐.๗๔)

๕.๒ อภิปรายผล

การอภิปรายผลการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้อภิปรายผลการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สถิติและสมาธิเป็นฐาน ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

๕.๑.๑ ความต้องการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม นครปฐม ส่วนใหญ่ พบว่า ความต้องการจำเป็นพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ได้แก่ ๑) การมีเป้าหมายหรือภาพอนาคตในชีวิตของตนเอง ที่ต้องการจะเป็นในอนาคต ๒) นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อลงมือกระทำบางสิ่งบางอย่างแล้วประสบความสำเร็จ ๓) นักเรียนสามารถแยกแยะของอารมณ์และความรู้สึกด้านดีและด้านร้าย ๔) นักเรียนยอมรับความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของเพื่อน ๕) นักเรียนสามารถตัดสินใจและมุ่งมั่นที่จะจัดการสิ่งที่จำเป็นสำหรับชีวิตและการเรียนของตนเอง ทั้งนี้ สมรรถนะการเรียนรู้ เป็นเกราะป้องกันของนักเรียนที่จะต้องพบเจอความซับซ้อนของปัญหาในสังคมทั้งสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งระดับการพัฒนาของสมรรถนะการจัดการตนเอง สอดคล้องกับสำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา^{๗๓} ว่า แนวคิดพื้นฐานในการพัฒนาจัดการตนเองในการพัฒนาสมรรถนะหลักด้านทักษะชีวิตและความเจริญแห่งตนมีไว้ว่า ๑) มนุษย์ทุกคนมีศักยภาพที่มีคุณค่าอยู่ในตัวเอง ทำให้สามารถฝึกหัดและพัฒนาตนเองได้ในเกือบทุกเรื่อง ๒) ไม่มีบุคคลใดที่มีความสมบูรณ์พร้อมทุกด้าน จนไม่จำเป็นต้องพัฒนาในเรื่องใด ๆ อีก ๓) แม้บุคคลจะเป็นผู้ที่รู้จักตนเองได้ดีที่สุด แต่ก็ไม่สามารถปรับเปลี่ยนตนเองได้ในบางเรื่อง ยังต้องอาศัยความช่วยเหลือจากผู้อื่นในการพัฒนาตน การควบคุมความคิด ความรู้สึกและการกระทำของตนเองมีความสำคัญเท่ากับการควบคุมสิ่งแวดล้อมภายนอก ๔) อุปสรรคสำคัญของการปรับปรุงและพัฒนาตนเอง คือ การที่บุคคลมีความคิดติดยึด ไม่ยอมปรับเปลี่ยนวิธีคิดและการกระทำ จึงไม่ยอดสร้างนิสัยใหม่หรือฝึกทักษะใหม่ ๆ ที่จำเป็นต่อตนเอง และ ๕) การปรับปรุงและพัฒนาตนเองสามารถดำเนินการได้ตลอดเวลา และอย่างต่อเนื่อง เมื่อพบปัญหาหรือข้อบกพร่องเกี่ยวกับตนเอง ทั้งนี้ การจัดการเรียนรู้ในศตวรรษที่

^{๗๓} สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ, สมรรถนะการจัดการตนเอง, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : https://shorturl.at/wATU1_ [๒๓ เมษายน ๒๕๖๗].

๒๑ จำเป็นต้องมุ่งเน้นพัฒนาคนหรือนักเรียนให้เกิดสมรรถนะตามระดับความสามารถของตนเอง สอดคล้องกับ **สมศักดิ์ ดลประสิทธิ์**^{๗๔} ที่กล่าวว่า การพัฒนาสมรรถนะกำลังคนจะเน้นทั้งทักษะด้านความรู้ (Hard Skill) และทักษะทางความคิด (Soft Skill) ควบคู่กันไปด้วยการจัดการศึกษา เพื่อพัฒนาคนไทยยุคใหม่มีสมรรถนะสูง มีนิสัยใฝ่รู้และเรียนรู้ด้วยตนเองแสวงหาความรู้ตลอดชีวิต และมีความสามารถในการสื่อสาร การคิดวิเคราะห์ แก้ปัญหา คิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีจิตสาธารณะ มีระเบียบวินัย คำนึงถึงประโยชน์ส่วนร่วม ทำงานเป็นกลุ่มได้ มีศีลธรรม คุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และจิตสำนึกและความภาคภูมิใจในความเป็นไทย ทั้งนี้ สมรรถนะการจัดการตนเอง เป็นส่วนของ Soft Skill ที่นักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานต้องได้รับการพัฒนาระดับความสามารถ เพื่อให้สมรรถนะด้านการจัดการตนเองได้เติบโตขึ้นอย่างเป็นระบบ

๕.๑.๒ องค์ประกอบการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่

๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม จากการศึกษาพบว่า องค์ประกอบของสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนจังหวัดนครปฐมเกิดจากปัจจัยภายใน (โยนิโสมนสิการ) และปัจจัยภายนอก (ปรโตโฆสะ) ที่สมบูรณ์ ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงภายในโดยเริ่มต้นที่ตนเอง ประกอบด้วย ๑) การเห็นคุณค่าในตนเอง ๒) การมีเป้าหมายในชีวิต ๓) การจัดการอารมณ์และความเครียด ๔) การจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต ซึ่งองค์ประกอบของสมรรถนะด้านการจัดการตนเองที่ส่งเสริมด้าน Soft Skill ของนักเรียน ทั้งนี้ สมรรถนะดังกล่าวเป็นไปตามที่แนวคิดการพัฒนาหลักสูตรฐานสมรรถนะ สอดคล้องกับ **สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา**^{๗๕} ที่กล่าวว่า สมรรถนะและสาระการเรียนรู้ที่กำหนดให้ นั้น เป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับเด็กไทยทุกคน หลักสูตรจะต้องจัดให้มีพื้นที่สำหรับโรงเรียนและครูในการจัดการเรียนรู้สาระทักษะและคุณลักษณะเฉพาะ เพื่อตอบสนองความแตกต่างกันของนักเรียน ภูมิสังคมและบริบทในสัดส่วนที่เหมาะสมกับนักเรียนในแต่ละช่วงวัย ดังนั้น ในการจัดการเรียนรู้เพื่อให้นักเรียนเกิดสมรรถนะด้านการจัดการตนเอง จึงจำเป็นต้องใช้วิธีการจัดการเรียนรู้เชิงรุกที่หลากหลายเหมาะสมกับธรรมชาติรายวิชา ผ่านการลงมือปฏิบัติ

^{๗๔} สมศักดิ์ ดลประสิทธิ์, “แนวทางการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนากำลังคนในศตวรรษที่ ๒๑”, **ครูสภาวิทยารจารย์ JOURNAL OF TEACHER PROFESSIONAL DEVELOPMENT**, ปีที่ ๒ ฉบับที่ ๑ (มกราคม – เมษายน ๒๕๖๔) : ๑๔.

^{๗๕} สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, **เข้าใจสมรรถนะอย่างง่าย ๆ ฉบับประชาชนและเข้าใจหลักสูตรฐานสมรรถนะอย่างง่าย ๆ ฉบับครู ผู้บริหารและบุคลากรทางการศึกษา**, (นนทบุรี : บริษัท 21 เซ็นจูรี่ จำกัด, ๒๕๖๖), หน้า ๑๖ - ๑๗.

ตามกระบวนการไตรสิกขา โดยมีสติและสมาธิเป็นฐาน เพราะวิธีการจัดการเรียนรู้เชิงรุกที่เปิดโอกาส และมีพื้นที่ให้นักเรียนได้ใคร่ครวญอย่างมีสติสมาธิจะช่วยให้เสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑

๕.๑.๓ กระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม พบว่า กระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานได้ยึดหลักไตรสิกขาในการขับเคลื่อนกระบวนการจัดการเรียนรู้ เพื่อใช้ในการฝึกความพหุติกรรม ฝึกจิตใจและฝึกกระบวนการทางปัญญามีกิจกรรมที่หลากหลายในการสอดแทรกสติและสมาธิให้กับนักเรียน แบ่งเป็น ๓ ระยะ ดังนี้ ระยะที่ ๑ การบ่มเพาะสติและสมาธิก่อนเข้าชั้นเรียน ระยะที่ ๒ การบ่มเพาะสติและสมาธิระหว่างเรียน ระยะที่ ๓ การบ่มเพาะสติและสมาธิหลังเรียนและมีเงื่อนไขที่เป็นปัจจัยช่วยสนับสนุนกระบวนการบ่มเพาะสติและสมาธิ ได้แก่ การสร้างความสัมพันธ์ของครอบครัวให้มาก ด้วยบรรยากาศการพูดคุย การสร้างความใกล้ชิดและการให้ความอบอุ่น ดูแลเอาใจใส่ มีเวลาให้กันและกัน การกล่าวทักทายเตือนสิ่งที่ควรทำและสิ่งที่ไม่ควรทำ ทั้งนี้ กระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน เป็นการเรียนรู้ที่เริ่มต้นที่ความสงบ (EQ) จบด้วยความฉลาด (IQ) และทำให้สามารถจัดการอารมณ์ตนเองได้ (MQ) สอดคล้องกับ **ณวัฒน์ เรืองศิริ^{๓๖}** ที่กล่าวว่า การพัฒนาการเรียนรู้ที่มีสติและสมาธิเป็นฐานนั้น สิ่งที่สำคัญที่สุดคือการเปิดสมองให้นักเรียนได้เรียนรู้ด้วยความสุข สนุกเพลิดเพลิน แต่เพิ่มเติมด้วยศรัทธา คำสอนของพระพุทธเจ้า เริ่มต้นด้วยฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสาและก้าวข้ามการทำคามเพียรเพื่อตนเอง แต่มองสังคครอบข้าง อยู่นิ่งถูกที่ถูกทาง รู้สิ่งที่ควร ไม่ออกนอกกลุ่มนอกทาง เสริมชีวิตด้วยหลักจริยธรรมตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ไม่ว่าจะล้ม ไม่ว่าจะผิดหวังจะสามารถเริ่มต้นและวางแผนชีวิตตนเองอย่างมีสติและสมาธิที่จะเป็นฐานส่งผลให้มีพฤติกรรมดี เก่งสังคม (รู้เท่าทันสังคม) อุดมปัญญาและฉลาดเท่าทันอารมณ์เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ นอกจากนี้ การมีสติและสมาธิ เป็นปัจจัยให้การเรียนรู้มีประสิทธิภาพ

^{๓๖} ณวัฒน์ เรืองศิริ, “การพัฒนากระบวนการเรียนรู้ที่มีสติและสมาธิเป็นฐานศึกษากรณี : นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนโรงเรียนสวายพิทยาคม ตำบลสวาย อำเภอปราสาท จังหวัดศรีสะเกษ”, วารสารนิติศึกษาปริทรรศน์ มจร, ปีที่ ๙ ฉบับที่ ๓ (พฤษภาคม ๒๕๖๔), ๙๙.

มากยิ่งขึ้น สอดคล้องกับ Lorenza Corti and Carmen Gelati^{๗๗} ที่กล่าวว่า การหุนเสริมระยะสั้นโดยสติ การชี้แนะและการฝึกอบรมในการศึกษากลยุทธ์ช่วยปรับปรุงการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพของนักเรียนโดยอาศัยสติ และสอดคล้องกับ กิตติชัย สุธาสิโนบล^{๗๘} ที่กล่าวว่า ประสิทธิภาพของรูปแบบการเรียนรู้พระพุทธศาสนาที่มีสติเป็นฐานการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียนระดับประถมศึกษาในสังคมไทยยุคปัจจุบันว่า พบว่า พฤติกรรมวินัยในการเรียน ทักษะทางสังคม เจตคติต่อการเรียนและความสามารถในการแก้ปัญหา มีการเปลี่ยนแปลงในทางที่สูงขึ้น เนื่องด้วยสติและสมาธิเป็นองค์ประกอบภายในที่สนับสนุนให้กระบวนการจัดการเรียนรู้ทั้ง ๓ ระยะ ประสบความสำเร็จ สอดคล้องกับ พระเทพเวที(ประยุทธ์ ปยุตโต)^{๗๙} ที่ว่า สติ (อัปมาทธรรม) เป็นองค์ประกอบภายในเช่นเดียวกับโยนิโสมนสิการคู่กับหลักกัลยาณมิตรที่เป็นองค์ประกอบภายนอก ซึ่งโยนิโสมนสิการเป็นองค์ประกอบฝ่ายปัญญา เป็นอุปกรณ์สำหรับใช้กระทำการ ส่วนสติ (อัปมาทธรรม) เป็นองค์ประกอบฝ่ายสมาธิ เป็นตัวควบคุมและเร่งเร้าให้มีการใช้อุปกรณ์นั้นและก้าวหน้าต่อไปเสมอ

๕.๑.๔ การประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม พบว่า องค์ประกอบสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ภาพรวม พบว่า อยู่ในระดับ ปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านการมีเป้าหมายชีวิต มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมาคือ ด้านการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้ เนื่องด้วยกระบวนการจัดการเรียนรู้และการบริหารสถานศึกษามีการบูรณาการสติและสมาธิในโครงการและกิจกรรมทั้งในระดับโรงเรียนและระดับชั้นเรียน สอดคล้องกับ พระสุรัส สุรพลญาณและคณะ^{๘๐} ศึกษาเรื่อง รูปแบบการใช้สติในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนศรีสังวาลย์

^{๗๗} Lorenza Corti and Carmen Gelati, “ Mindfulness and Coaching to Improve Learning Abilities in University Students: A Pilot Study, (International Journal of Environmental Research and Public Health, 2020,17,1935)

^{๗๘} กิตติชัย สุธาสิโนบล, “การพัฒนา รูปแบบการจัดการเรียนรู้พระพุทธศาสนาที่มีสติเป็นฐานการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียนระดับประถมศึกษาในสังคมไทยยุคปัจจุบัน”, วารสารบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์, ปีที่ ๑๕ ฉบับที่ ๒ (พฤษภาคม – สิงหาคม ๒๕๖๔)

^{๗๙} พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต), สัมมาสติในพุทธธรรม, (กรุงเทพฯ : ภาพพิมพ์, ๒๕๓๑), หน้า ๓-๔.

^{๘๐} พระสุรัส สุรพลญาณและคณะ, “รูปแบบการใช้สติในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนโรงเรียนศรีสังวาลย์เชียงใหม่”, วารสารปรัชญาอาศรม, ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม – ธันวาคม ๒๕๖๕)

เชียงใหม่ พบว่า รูปแบบการพัฒนาสติใช้การบูรณาการ ๓ รูปแบบ คือ ๑) กำหนดการรับรู้การเคลื่อนไหวท่ายในชีวิตประจำวัน ๒) การเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตของโรงเรียน ๓) ใช้สติกำหนดลมหายใจเข้า-ออก ซึ่งปัจจัยที่ส่งผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียน คือ ครูผู้สอน รุ่นพี่ และเพื่อนที่เป็นกัลยาณมิตร นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับ **ฐิติวี แก้วพรสวรรค์และคณะ**^{๙๑} ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อความเป็นผู้มีสติของวัยรุ่นไทย พบว่า วัยรุ่นตอนต้นมีคะแนนสติปานกลางถึงสูง วัยรุ่นสวดมนต์ ถือกีฬา ปฏิบัติที่วัดน้อยและไม่ได้ทำกิจกรรมด้านชมรม แต่ก็ยังเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาที่สำคัญ ปัจจัย เพศหญิง โรงเรียนหญิง นักเรียนเรียนดี เห็นประโยชน์ของสติ และอยากเข้าร่วมกิจกรรมมีคะแนนสติสูงกว่า สามารถนำผลการศึกษานี้ไปพัฒนาคุณธรรมด้านสติโดยปรับให้เหมาะสม เช่น เกม วิดีโอ ร่วมกับการฝึกพื้นฐานในเด็กวัยรุ่นได้ เพราะฉะนั้น ปัจจัยที่เอื้อและส่งเสริมสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ จึงขึ้นอยู่กับกำเนินการโรงเรียนแบบองค์รวม สอดคล้องกับ **ประกาภัทร นิยม**^{๙๒} ที่กล่าวว่า แนวคิดการศึกษาแบบองค์รวม เป็นการเรียนการสอนที่มีครบที่มีครบทั้งมิติความรู้ ทักษะและมิติคุณค่า หรือ ประโยชน์ ซึ่งซ่อนอยู่ในทุกกิจกรรมและแผนการสอน โดยเป็นยี่ดระบบการศึกษาที่มีไตรสิกขา เป็นวิธีการเรียนรู้และมีชีวิตอย่างถูกต้องเป็นเป้าหมาย ส่วนกระบวนนั้นยึดโยงอยู่กับ ๒ หลักธรรม คือ กัลยาณมิตร หรือการเรียนในสภาพแวดล้อมที่เป็นชุมชนของมิตรที่ดีและโยนิโสมนสิการ หรือการสอนให้เด็กหัดคิดให้รอบด้าน

นอกจากนี้ ได้ประเมินผลและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ตามองค์ประกอบของสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ พบว่า ๑) **ด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง** ภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๘๖$, S.D. = ๐.๑๐) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้อ ๔ นักเรียนบอกความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง รองลงมาคือ ข้อ ๕ นักเรียนยอมรับความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของเพื่อน มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ถัดมา ข้อ ๑ นักเรียนรู้จักความสามารถตนเองว่า ตนเอง มีความสามารถเรื่องอะไรบ้าง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดคือ ข้อ ๒ นักเรียนมีระเบียบ

^{๙๑} ฐิติวี แก้วพรสวรรค์และคณะ, “ปัจจัยที่มีผลต่อความเป็นผู้มีสติของวัยรุ่นไทย”, วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, ปีที่ ๕๔ ฉบับที่ ๔ (ตุลาคม – ธันวาคม ๒๕๕๕), หน้า ๔๐๓.

^{๙๒} ประกาภัทร นิยม, **หลักคิดลึกซึ้งของ Holistic Learning** ที่บอกเราว่า **ชีวิตคือการเรียนรู้**, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://holisticteacher.co/?p=735> [๒๗ เมษายน ๒๕๖๗].

วินัยในการดูแลจัดการชีวิตประจำวันของตนเอง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง **๒) ด้านการมีเป้าหมายในชีวิต** ภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = ๒.๐๓$, S.D. = ๐.๐๙) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้อ ๓ นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อลงมือกระทำบางสิ่งบางอย่างแล้วประสบความสำเร็จ และข้อ ๔ นักเรียนมีความฝัน เป้าหมายหรือภาพอนาคตในชีวิตของตนเองที่ต้องการ จะเป็น มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง เท่ากัน รองลงมาคือ ข้อ ๑ นักเรียนสามารถกำหนด ลงมือทำและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตามแผนพัฒนาตนเองและข้อ ๕ นักเรียนสามารถควบคุมและกำกับตนเองให้ลงมือทำตามแผนเกี่ยวกับชีวิตและการเรียนของตนเอง มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง เท่ากัน ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ ๒ นักเรียนสามารถมองเห็นข้อจำกัดและแนวทางพัฒนาตนเองว่า เป็นอย่างไร มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง **๓) ด้านการจัดการอารมณ์และความเครียด** ภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๗๙$, S.D. = ๐.๐๖) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้อ ๔ นักเรียนสามารถแยกแยะของอารมณ์และความรู้สึกด้านดีและด้านร้าย มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมาคือ ข้อ ๒ นักเรียนสามารถรู้เท่าทันและจัดการอารมณ์และความเครียดที่เกิดจากสถานการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ ๒ นักเรียนสามารถแสดงและจัดการอารมณ์และความรู้สึกด้านลบได้อย่างเหมาะสม มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อย และ **๔) ด้านการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต** ภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{X} = ๑.๙๗$, S.D. = ๐.๐๕) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ข้อ ๔ นักเรียนมีการรับฟังคนอื่น เช่น คำแนะนำที่ดีจากพ่อแม่ ครู เพื่อน เป็นต้น สามารถจัดการปัญหาชีวิตประจำวันและการเรียนได้ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง รองลงมาคือ ข้อ ๑ นักเรียนมีความรับผิดชอบในผลการกระทำของตนเอง เมื่อตัดสินใจลงมือทำอะไรลงไปแล้ว มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด คือ ข้อ ๒ นักเรียนสามารถกลับคืนสู่อารมณ์ปกติจากสภาพปัญหาเมื่อเผชิญภาวะสถานการณ์วิกฤตตามคำปรึกษาและคำแนะนำ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้ องค์ประกอบของสมรรถนะการจัดการตนเองทั้ง ๔ ข้อ เกิดขึ้นเพราะผู้สอนไม่ได้สอนที่เน้นเนื้อหา แต่ผู้สอนเน้นชีวิตที่ผู้เรียนเมื่อเรียนแล้วสมรรถนะเกิด สอดคล้องกับ **สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา**^{๔๓} ที่กล่าวว่า การจัดการเรียนรู้การสอนฐานสมรรถนะ

^{๔๓} สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, **แนวทางพัฒนาสมรรถนะผู้เรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน**, (กรุงเทพฯ: บริษัท ๒๑ เซ็นจูรี จำกัด, ๒๕๖๒), หน้า ๑๓.

เป็นการเรียนการสอนที่มีจุดประสงค์การเรียนรู้ฐานสมรรถนะเป็นเป้าหมาย คือ มุ่งเน้นการพัฒนาความสามารถในการประยุกต์ใช้ความรู้ ทักษะ เจตคติและคุณลักษณะต่าง ๆ อย่างเป็นองค์รวมในการปฏิบัติงาน การแก้ปัญหาและการใช้ชีวิตเป็นการเรียนการสอนที่เชื่อมโยงกับชีวิตประจำวัน เรียนรู้เพื่อให้สามารถใช้งานได้จริงในสถานการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน เป็นการเรียนรู้เพื่อใช้ประโยชน์ ไม่ใช่การเรียนเพื่อรู้เท่านั้น และมีการเน้นการปฏิบัติ โดยมีชุดของเนื้อหาความรู้ ทักษะ เจตคติและคุณลักษณะที่จำเป็นต่อการนำไปสู่สมรรถนะที่ต้องการ จึงทำให้สามารถลดเวลาเรียนเนื้อหาจำนวนมากที่ไม่จำเป็น เอื้อให้ผู้เรียนมีเวลาในการเรียนรู้เนื้อหาที่จำเป็นในระดับที่ลึกซึ้งขึ้นและมีโอกาสได้ฝึกฝนการใช้ความรู้ในสถานการณ์ต่าง ๆ ที่จะช่วยให้ผู้เรียนเกิดสมรรถนะในระดับชำนาญหรือเชี่ยวชาญ เป็นการเรียนการสอนที่มีการบูรณาการความรู้ข้ามศาสตร์ ความรู้ในศาสตร์ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติงานใดงานหนึ่งจะได้รับการนำไปใช้เพื่อความสำเร็จของการปฏิบัติงาน ดังนั้นการจัดการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) ที่สอดคล้องกับธรรมชาติของวิชาและเนื้อหาโดยยึดหลักไตรสิกขามีสติและสมาธิกำกับก็สามารถส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียนให้เกิดสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ได้

๕.๓ ข้อเสนอแนะ

ผลการวิจัย เรื่อง การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ผู้วิจัยขอเสนอแนะดังนี้

๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

๑) สำนักงานศึกษาธิการจังหวัดควรพัฒนาและส่งเสริมระบบการศึกษาแบบองค์รวมให้สถานศึกษาเพื่อพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑

๒) สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาควรติดตามและประเมินผลระบบการศึกษาแบบองค์รวมสำหรับสถานศึกษาที่ดำเนินการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ อย่างต่อเนื่อง

๓) ผู้บริหารสถานศึกษาควรส่งเสริมและพัฒนาสถานศึกษาแบบองค์รวม พร้อมพัฒนาและสนับสนุนบุคลากรในสถานศึกษาให้ใช้สติและสมาธิเป็นกระบวนการพัฒนาสมรรถนะแก่นักเรียน

๕.๓.๒ ข้อเสนอเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

๑) ควรศึกษาเรื่อง การพัฒนาภาวะผู้นำของผู้บริหารสถานศึกษาที่ส่งเสริมสติและสมาธิ ในเชิงพื้นที่ให้สอดคล้องกับบริบท

๒) ควรศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างผู้ประกอบการกับสถานศึกษาที่ส่งผลต่อการพัฒนา
สมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑

๓) ควรศึกษาเรื่อง ประสิทธิภาพการส่งเสริมสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของ
สถานศึกษาวิถียุทธ

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๓ พระสุตตันตปิฎกเล่มที่ ๑๕ อังคุตตรนิกาย อัฐกนิบาต ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, สติสัมปชัญญสูตร ว่าด้วยผลแห่งสติสัมปชัญญะ, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://www.geocities.ws/tmchote/tpd-mcu/tpd23.htm> [๒๙ เมษายน ๒๕๖๗].

(๑) หนังสือ :

กระทรวงศึกษาธิการ. **หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๕๑**. กรุงเทพฯ:

โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด, ๒๕๕๑.

กระทรวงสาธารณสุข กรมสุขภาพจิต. **เชื่อมั่นเด็กไทยไอคิวดี อีคิวเด่น “การสำรวจสถานการณ์**

ระดับสติปัญญา (IQ) และความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ในเด็กไทยระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ พ.ศ.๒๕๕๙.

กิตติชัย สุธาสิโนบลและคณะ. **การจัดการเรียนการสอนแบบพุทธะ เพื่อพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม**

สำหรับนักเรียน. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพฯ:คอมเมอร์เชียล เวิลด์มีเดีย,๒๕๕๙.

กมลฉัตร กล่อมอิม. **วิธีวิทยาการจัดการเรียนรู้ฐานสมรรถนะ**. พิษณุโลก : รัตนสุวรรณการพิมพ์ ๓, ๒๕๖๒.

เจตนร์สฤษฏี สังขพันธ์และคณะ. **“การจัดการเรียนการสอนที่ส่งผลต่อสมรรถนะหลักของผู้เรียน**

ในพื้นที่นวัตกรรมการศึกษาจังหวัดสตูล”. การประชุมมหาดใหญ่วิชาการระดับชาติ

และนานาชาติ ครั้งที่ ๑๓ วันที่ ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๖๕ ณ มหาวิทยาลัยมหาดใหญ่ สงขลา: มหาวิทยาลัยมหาดใหญ่.

ชอว์นา แซพิโร แพล ภรณ์ ภูริสิทธิ์. **Good Morning I love You วิธีฝึกสติและปรับสมองเปลี่ยน**

วิธีคิดเพิ่มความเมตตากรุณาเพื่อความสงบสุขแจ่มชัดและเบิกบาน. นนทบุรี:มีเดียกรุ๊ป

,๒๕๖๕.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). **พุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๓๙. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทาลัย
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

_____. **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**. พิมพ์ครั้งที่ ๓๒, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

พุทธทาสภิกขุ. **แก่นพุทธศาสนา**. กรุงเทพมหานคร:ธรรมสภา, ๒๕๔๕

พุทธทาสภิกขุ. **อานาปานสติฉบับสมบูรณ์: คู่มือที่จำเป็นจะต้องมีในการศึกษาหรือการปฏิบัติ
ธรรมะ**.กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ, ๒๕๔๘

พุทธทาสภิกขุ. **บรมธรรมตอนอานาปานสติฉบับสมบูรณ์แบบ**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมบูชา, ๒๕๓๐
พระครูโสภาสนนทกิตติ (ศักดิ์ โอภาโส) และพระมหาญาณวัฒน์ ฐิตวิฑฒโน (บุศดาวงษ์).

แนวคิดทางการศึกษาสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต). อ่างทอง:
โรงพิมพ์วรรณศิลป์การพิมพ์๘๘,๒๕๖๑.

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พุทธวิธีการสอน**. กรุงเทพฯ:โรงพิมพ์มหาวิทาลัย
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

มาเรียม นิลพันธุ์. **วิธีวิจัยทางการศึกษา**.พิมพ์ครั้งที่ ๙. นครปฐม:โรงพิมพ์มหาวิทาลัยศิลปากร
,๒๕๕๘.

สุริยเดว ทรีปาตี. **รู้จักเด็ก ทั้งตัวและหัวใจ : เคล็ดลับการเป็นพี่เลี้ยงคู่ใจ**. กรุงเทพฯ :
บริษัท เก็ททีพี กรุ๊ป จำกัด, ๒๕๖๔.

สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักงานয়กรัฐมนตรี. **ร่างแผนพัฒนาเศรษฐกิจ
และสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๓ พ.ศ. ๒๕๖๖ – ๒๕๗๐**.

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา คณะกรรมการอิสระเพื่อการปฏิรูปการศึกษา (กอปศ.).

รายงานเฉพาะเรื่องที่ ๑๒ หลักสูตรและการเรียนการสอนฐานสมรรถนะ. ม.ป.ป
สุมน อมรวิวัฒน์. **การพัฒนาการเรียนรู้ตามแนวพุทธศาสตร์ : ทักษะกระบวนการเผชิญ
สถานการณ์**. นนทบุรี:โรงพิมพ์มหาวิทาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช,๒๕๔๒.

สุวิมล ว่องวานิช. **การวิจัยประเมินความต้องการจำเป็น**.กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ
มหาวิทยาลัย,๒๕๔๘.

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. แนวทางพัฒนาสมรรถนะผู้เรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน.

กรุงเทพฯ : บริษัท ๒๑ เซ็นจูรี จำกัด, ๒๕๖๒.

วัชรวิภา เลาเรียนดีและคณะ. กลยุทธ์การจัดการเรียนรู้เชิงรุก เพื่อพัฒนาการคิดและยกระดับคุณภาพ

การศึกษาสำหรับศตวรรษที่ ๒๑. นครปฐม: เพชรเกษมพริ้นติ้ง กรุ๊ป จำกัด, ๒๕๕๕.

(๒) ดุษฎีนิพนธ์/วิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์:

จิระศักดิ์ เลพล. “การพัฒนาชุดฝึกอบรม การฝึกเจริญสติแบบไหว-นิ่ง เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการ

เรียนสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาชั้นปีที่ ๔-๖”. **ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**

สาขาวิชาการวิจัยและพัฒนาหลักสูตร. คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม มหาวิทยาลัย

เทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี, ๒๕๕๘.

จิรภัทร รวิภัทรกุล. “การพัฒนาแบบวัดการมีสติและการพัฒนาโปรแกรมการเสริมสร้างการมีสติ

ในเด็กอายุ ๘-๑๑ ปี”. **ปริญญาศิลปศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยา.**

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

(๓) รายงานวิจัย:

กิตติชัย สุธาสิโนบลและคณะ. รายงานผลการวิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้

พระพุทธศาสนาที่มีสติเป็นฐานการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน

ในสังคมไทยยุคปัจจุบัน. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๓.

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. รายงานผลการวิจัยและพัฒนากรอบสมรรถนะผู้เรียน

ระดับประถมศึกษาตอนต้น สำหรับหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน.

(๔) บทความ

กิตติชัย สุธาสิโนบลและคณะ. “การพัฒนารูปแบบการจัดการเรียนรู้พระพุทธศาสนาที่มีสติเป็นฐาน

การเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียนระดับประถมศึกษาในสังคมไทยยุคปัจจุบัน”.

วารสารบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์. ปีที่ ๑๕

ฉบับที่ ๒ พฤษภาคม – สิงหาคม, ๒๕๖๔

กรรณิภาณ แสนสุภาและนเรศ กันธะวงศ์. การจัดการตนเอง:ทักษะในการพัฒนาตนเองอย่างยั่งยืน.

วารสารศิลปศาสตร์ (วังนางเลิ้ง) มทร.พระนคร. ปีที่ ๑ . ฉบับที่ ๑ มกราคม-มิถุนายน

๒๕๖๔ : ๒๕.

ชัชชนพงษ์ จันวงศ์เดือนและวริญรดา บรรหาร. **หลักสูตรฐานสมรรถนะ**. วารสารครุทรรศน์ Online

มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี. ปีที่ ๒ ฉบับที่ ๒ พฤษภาคม – สิงหาคม ๒๕๖๕.

ฐิติวี แก้วพรสวรรค์และคณะ. “ปัจจัยที่มีผลต่อความเป็นผู้มีสติของวัยรุ่นไทย”. **วารสารสมาคม**

จิตแพทย์แห่งประเทศไทย. ปีที่ ๕๔ ฉบับที่ ๔ ตุลาคม – ธันวาคม, ๒๕๕๕.

พระสุรศักดิ์ สุรปถัญญและคณะ. “รูปแบบการใช้สติในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียน

โรงเรียนศรีสังวาลย์เชียงใหม่.วารสารปรัชญาอาศรม, ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๒

กรกฎาคม- ธันวาคม, ๒๕๖๕.

มานะ สีนธวงษานนท์. **กลยุทธ์การพัฒนาผู้เรียนสู่ความเป็นพลเมืองในศตวรรษที่ ๒๑**.

วารสารนาคบุตรปริทรรศน์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช.ปีที่ ๑๑ ฉบับที่ ๒

พฤษภาคม – สิงหาคม : ๒๕๖๒.

เมษา นวลศรีและกุลชาติ พันธวรกุล. “สมรรถนะสำคัญของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายตามกรอบ

หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน. **วารสารวไลยอลงกรณ์ปริทัศน์ มนุษย์ศาสตร์และ**

สังคมศาสตร์.ปีที่ ๑๒ ฉบับที่ ๓ กันยายน-ธันวาคม, ๒๕๖๕.

เอี่ยมพร หลินเจริญและกอบสุข คงนัส. “การศึกษาและเปรียบเทียบสมรรถนะผู้เรียนในศตวรรษ

ที่ ๒๑: ระดับประถมศึกษา”.**วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร**, ปีที่ ๒๔ ฉบับที่ ๔

ตุลาคม – ธันวาคม, ๒๕๖๕.

อพนันตรี พูลพุทธา. “ความฉลาดทางอารมณ์และสมรรถนะการทำวิจัยของนักศึกษาปริญญาตรี

ที่เรียนรายวิชาการวิจัยทางการศึกษา โดยใช้กลุ่มการเรียนรู้แบบร่วมมือ”. **สัปดาห์ :**

วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ (สทมส). ปีที่ ๒๕ ฉบับที่ ๓ กรกฎาคม – กันยายน,

๒๕๖๒.

(๕) สื่ออิเล็กทรอนิกส์:

กลุ่มนโยบายและแผน สำนักงานศึกษาธิการจังหวัดนครปฐม, ข้อมูลสารสนเทศด้านการศึกษา

สำนักงานศึกษาธิการจังหวัดนครปฐม ประจำปี ๒๕๖๕, [ออนไลน์], แห ล ง ที่ มา :

https://nppeo.go.th/?page_id=6100 [๕ มีนาคม ๒๕๖๗].

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.๒๕๔๒ แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ ๒) พ.ศ.๒๕๔๕ และ (ฉบับที่ ๓)

พ.ศ.๒๕๕๓ shorturl.at/bek๗๙ สืบค้นเมื่อวันที่ ๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๕.

สำนักงานศึกษาธิการจังหวัดนครปฐม. แผนปฏิบัติการขับเคลื่อนเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน

ด้านการศึกษา(SDG๔) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๕ - ๒๕๖๖ จังหวัดนครปฐม

สืบค้นเมื่อวันที่ ๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ จาก <http://www.nptpeo.org/index.php/>

๒๐๑๘-๐๔-๒๙-๐๙-๑๒-๔๙/๒๐๑๘-๐๔-๒๖-๐๑-๔๒-๔๒.html

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ. (๒๕๖๖). **สมรรถนะการจัดการ**

ตนเอง.สืบค้น เมื่อวันที่ ๙ พฤษภาคม ๒๕๖๖, จาก <https://shorturl.at/lpJNQ>.

(๖) สัมภาษณ์/สนทนากลุ่ม

สัมภาษณ์ พระเจริญพงษ์ ธรรมทีโป, ดร., อาจารย์ประจำหลักสูตรพุทธศาสตรบัณฑิต

วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,

๑๕ มกราคม ๒๕๖๗.

สัมภาษณ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วราภรณ์ พูลสวัสดิ์, อาจารย์ประจำสาขาวิชาสังคมศึกษา

คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม จังหวัดนครปฐม,

๒๔ มกราคม ๒๕๖๗.

สัมภาษณ์ นางสาวลริษา ม่วงสอน, ครูโรงเรียนวัดใหม่สุคนธาราม โรงเรียนวิถีพุทธพระราชทาน

รุ่นที่ ๑, ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗.

สัมภาษณ์ นางสาวจิรภัทร์ ชื่นผึ่ง, ครูโรงเรียนภัทรญาณวิทยา โรงเรียนวิถีพุทธพระราชทาน

รุ่นที่ ๓, ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗.

สัมภาษณ์ นายศุภรัช มนต์กล้า, รองผู้อำนวยการโรงเรียนวัดสระสี่มุม โรงเรียนวิถีพุทธพระราชทาน

รุ่นที่ ๔, ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗.

สัมภาษณ์ นายสายันต์ โพธิ์ทอง, ครูโรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา โรงเรียนวิถีพุทธพระราชทาน รุ่นที่ ๔,

๑๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

๒. ภาษาอังกฤษ

(I) Book:

Bishop, S. R., Lau, M., Shapiro, S., Carlson, L., Anderson, N. D., Carmody, J.,... Devins, G.

.“Mindfulness: A proposed operational definition. Clinical Psychology:

Science and Practice, 2004.

Dimidjian, S., & Linehan, M. M. .“**Defining an agenda for future research on the Clinical application of mindfulness practice**”. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2003.

Lorenza Corti and Carmen Gelati. “Mindfulness and Coaching to Improve Learning Abilities in University Students: A Pilot Study, **International Journal of Environmental Research and Public Health**, 2020.

Linehan, M. M. **Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder**. New York, NY: Guilford Press, 1993.

Karunamumi, N. D. .“**The five-aggregate model of the mind**”. *SAGE Open*, 2015.

Kabat-Zinn, J. **Full catastrophe living**. New York: Delacorte, 1990.

Kabat-Zinn, J. **Mindfulness meditation: What it is, what it isn't, and its role in health care and medicine**, 1996.

Walach, H., Buchheld, N., Buttenmüller, V., Kleinknecht, N., & Schmidt, S. **Measuring mindfulness-the Freiburg mindfulness inventory (FMI)**. *Personality and Individual Differences*, 2009.

Walach, H., Buchheld, N., Buttenmüller, V., Kleinknecht, N., & Schmidt, S. .“**Measuring mindfulness-the Freiburg mindfulness inventory(FMI)**. *Personality and Individual Differences*, 2006.

(II) Articles:

Lubov K. Ilyashenko & Other, “**Development of communicative Competencies of students in the context of blended learning**”. *AMAZONIA Investiga* Vol.8 Nu.18.

Shapiro, S. L., Carlson, L. E., Astin, J. A., & Freedman, B. . “Mechanisms of mindfulness. **Journal of Clinical Psychology**, 2006.

In Y. Haruli, Y. Ishii, Y., and Suzuki, M. (Eds.), **Comparative and psychological study on meditation** (pp. ୧୬୧-୧୯୦). Netherlands: Eburon.

Z. Dedovets & M. Rodionov. **“The Development of Student Core Competencies Through the STEM Education Opportunities in Classroom”**. International Scholarly and Scientific Research & Innovation , Vol: 9 No: 10, 2012.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก รายชื่อผู้เชี่ยวชาญและผู้ทรงคุณวุฒิให้ข้อมูล

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย

- | | |
|------------------------------|---|
| ๑. พระเจริญพงศ์ ธมมทีโป, ดร. | อาจารย์ประจำหลักสูตรพุทธศาสตรบัณฑิต
วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี |
| ๒. ผศ.ดร.นิเวศน์ วงศ์สุวรรณ | อาจารย์ประจำหลักสูตรบัณฑิตศึกษา
สาขาวิชาการสอนสังคมศึกษา
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย |
| ๓. พระครูชินวงศ์วรวัตร, ดร | ผู้เชี่ยวชาญด้านการวัดและประเมินผล |

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิผู้ให้ข้อมูล

- | | |
|-----------------------------|--|
| ๑. พระเจริญพงศ์ ธมมทีโป,ดร. | อาจารย์ประจำหลักสูตรพุทธศาสตรบัณฑิต
วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี
ผู้เชี่ยวชาญด้านการเจริญและภาวนาสติสมาธิ |
| ๒. ผศ.ดร.วรากรณ์ พูลสวัสดิ์ | อาจารย์ประจำสาขาวิชาสังคมศึกษา
คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์
มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
ผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดการเรียนรู้ด้านสติสมาธิ |
| ๓. นายศุภราช มนต์กล้า | รองผู้อำนวยการโรงเรียนวัดสระสี่มุม
ผู้ดูแลโรงเรียนวิถีพุทธพระราชทาน |
| ๔. นายสายันต์ โพธิ์ทอง | ครูผู้รับผิดชอบโครงการโรงเรียนวิถีพุทธพระราชทาน
โรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา |
| ๕. นางสาวลริษา ม่วงสอน | ครูผู้รับผิดชอบโครงการโรงเรียนวิถีพุทธพระราชทาน
โรงเรียนวัดใหม่สุคนธาราม |
| ๖. นางสาวจิรภัทร์ ชื่นผึ่ง | ครูผู้รับผิดชอบโครงการโรงเรียนวิถีพุทธพระราชทาน
โรงเรียนภัทรญาณวิทยา |

ภาคผนวก ข เครื่องมือวิจัย

แบบสัมภาษณ์กึ่งมีโครงสร้างเกี่ยวกับความต้องการจำเป็นต่อการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้
ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม
(สำหรับผู้ทรงคุณวุฒิ)

นิยามศัพท์

การจัดการตนเอง หมายถึง การรู้จัก รัก เห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น การพัฒนาปัญญาภายใน ตั้งเป้าหมายในชีวิต และกำกับตนเองในการเรียนรู้และใช้ชีวิต การจัดการอารมณ์และความเครียดรวมถึงการจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต สามารถฟื้นคืนสู่สภาวะสมดุล (Resilience) เพื่อไปสู่ความสำเร็จของเป้าหมายในชีวิต มีสุขภาวะที่ดีและมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ดี

ข้อมูลทั่วไปของผู้ทรงคุณวุฒิ

๑. ชื่อ-ฉายา/นามสกุล.....วุฒิการศึกษา.....
๒. มีความเชี่ยวชาญหรือประสบการณ์ด้าน.....

คำถามสัมภาษณ์

๑. ท่านคิดว่า สภาพปัญหาปัจจุบันสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม ด้านการจัดการตนเองเป็นอย่างไรและควรพัฒนาหรือส่งเสริมหรือไม่ เพราะเหตุใด
๒. ปัจจัยอะไรบ้างที่ส่งผลหรือมีอุปสรรคต่อการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนจังหวัดนครปฐมด้านการจัดการตนเอง
๓. ท่านคิดว่า องค์ประกอบของสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนจังหวัดนครปฐมด้านการจัดการตนเอง มีอะไรบ้าง และสำคัญอย่างไร
๔. กระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ สำหรับนักเรียนจังหวัดนครปฐมเป็นอย่างไร
๕. ท่านคิดว่า กระบวนการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานสามารถส่งเสริมให้นักเรียนจังหวัดนครปฐมเกิดสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑
ด้านการจัดการตนเองได้หรือไม่ เพราะเหตุใด
๖. สื่อ อุปกรณ์และแหล่งเรียนรู้ที่ส่งเสริมสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐมด้านการจัดการตนเองควรเป็นอย่างไร
๗. เครื่องมือและวิธีการวัดผลและประเมินสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐมด้านการจัดการตนเองควรเป็นอย่างไร

แบบสอบถามความต้องการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม
(สำหรับนักเรียน)

คำชี้แจง : โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบที่นักเรียนต้องการ

ตอนที่ ๑ สถานภาพและข้อมูลทั่วไปของตอบแบบสอบถามตามข้อมูลที่เป็นจริง

๑. นักเรียน เรียนอยู่ระดับชั้น _____ อายุ _____ ปี
๒. เพศ ชาย หญิง LGBTQ
๓. โรงเรียน _____ อำเภอ _____

๔. อาศัยอยู่กับ พ่อแม่ ปู่ย่า ตายาย ลุงป้า น้าอา อื่นๆ
(ระบุ).....

ตอนที่ ๒ ให้นักเรียนอ่านข้อความแล้วใคร่ครวญข้อถามเกี่ยวกับสภาพที่เป็นอยู่กับสภาพที่ต้องการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียน

ค่าระดับคะแนนในช่อง “ความคิด ความเชื่อ (สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน) มีอยู่ ๕ ระดับ

ดังนี้

ระดับคะแนน ๕ หมายถึง ความคิด ความเชื่อ(สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน)ตรงกับความจริง ในระดับ มากที่สุด
ระดับคะแนน ๔ หมายถึง ความคิด ความเชื่อ (สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน) ตรงกับความจริง ในระดับ มาก
ระดับคะแนน ๓ หมายถึง ความคิด ความเชื่อ(สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน)ตรงกับความจริงในระดับ ปานกลาง
ระดับคะแนน ๒ หมายถึง ความคิด ความเชื่อ (สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน) ตรงกับความจริง ในระดับ น้อย
ระดับคะแนน ๑ หมายถึงความคิด ความเชื่อ (สภาพที่เป็นอยู่ปัจจุบัน)ตรงกับความจริงในระดับ น้อยที่สุด

ค่าระดับคะแนนในช่อง “สิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง)” มีอยู่ ๕ ระดับ

ดังนี้

ระดับคะแนน ๕ หมายถึง สิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง) อยู่ในระดับ มากที่สุด
ระดับคะแนน ๔ หมายถึง สิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง) อยู่ในระดับ มาก
ระดับคะแนน ๓ หมายถึง สิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง) อยู่ในระดับ ปานกลาง
ระดับคะแนน ๒ หมายถึง สิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง) อยู่ในระดับ น้อย
ระดับคะแนน ๑ หมายถึง สิ่งที่นักเรียนต้องการพัฒนา (ความคาดหวัง) อยู่ในระดับ น้อยที่สุด

ที่	ข้อความ	ความคิด ความเชื่อ (สภาพที่เป็นอยู่ ปัจจุบัน)					สิ่งที่นักเรียนต้องการ พัฒนา(ความคาดหวัง)				
		๕	๔	๓	๒	๑	๕	๔	๓	๒	๑
๑	นักเรียนรู้จักความสามารถตนเองว่า ตนเองมีความสามารถ เรื่องอะไรบ้าง										
๒	นักเรียนมีระเบียบวินัยในการดูแลจัดการชีวิตประจำวันของตนเอง										
๓	นักเรียนสามารถรับรู้และจัดการอารมณ์และความเครียดที่เกิดจาก สถานการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ เช่น เกิดจากความโกรธ ฯลฯ										
๔	นักเรียนสามารถแยกแยะสิ่งถูกผิดในสถานการณ์ที่ต้องเผชิญ										
๕	นักเรียนสามารถตัดสินใจและมุ่งมั่นที่จะจัดการสิ่งที่จำเป็นสำหรับชีวิต และการเรียนของตนเอง										
๖	นักเรียนสามารถละเว้นการกระทำที่ไม่ควรทำว่า จะไม่เกิดขึ้นกับตนเอง เช่น พุดก่อนคิด ฯลฯ										
๗	นักเรียนมีการรับฟังคนอื่น เช่น คำแนะนำที่ดีจากพ่อแม่ ครู เพื่อน เป็น ต้น สามารถจัดการปัญหาชีวิตประจำวันและการเรียนได้										
๘	นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อลงมือกระทำบางสิ่งบางอย่าง แล้วประสบความสำเร็จ										
๙	นักเรียนสามารถควบคุมและกำกับตนเองให้ลงมือทำตามแผนเกี่ยวกับ ชีวิตและการเรียนของตนเอง										
๑๐	นักเรียนสามารถกลับคืนสู่อารมณ์ปกติจากสภาพปัญหาเมื่อเผชิญภาวะ สถานการณ์วิกฤตตามคำปรึกษาและคำแนะนำ										
๑๑	นักเรียนมีเป้าหมายหรือภาพอนาคตในชีวิตของตนเอง ที่ต้องการจะเป็นในอนาคต										
๑๒	นักเรียนสามารถมองเห็นข้อจำกัดและแนวทางพัฒนาตนเองว่า เป็น อย่างไร										
๑๓	นักเรียนสามารถกำหนด ลงมือทำและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตาม แผนพัฒนาตนเอง										
๑๔	นักเรียนมีความรับผิดชอบในผลการกระทำของตนเอง เมื่อตัดสินใจลงมือกระทำอะไรลงไปแล้ว										
๑๕	นักเรียนสามารถรู้เท่าทันและจัดการอารมณ์และความเครียดที่เกิดจาก สถานการณ์ที่ไม่พึงประสงค์										

ที่	ข้อความถาม	ความคิด ความเชื่อ (สภาพที่เป็นอยู่ ปัจจุบัน)					สิ่งที่นักเรียนต้องการ พัฒนา(ความคาดหวัง)				
		๕	๔	๓	๒	๑	๕	๔	๓	๒	๑
๑๖	นักเรียนบอกความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของตนเอง										
๑๗	นักเรียนยอมรับความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของเพื่อน										
๑๘	นักเรียนแสดงการควบคุมอารมณ์และความรู้สึกพื้นฐาน										
๑๙	นักเรียนสามารถแยกแยะของอารมณ์และความรู้สึกด้านดี และด้านร้าย										
๒๐	นักเรียนสามารถแสดงและจัดการอารมณ์และความรู้สึกด้านลบได้อย่าง เหมาะสม										

สมรรถนะอื่นที่ต้องการพัฒนา (ให้ใส่หมายเลขหน้าสมรรถนะ ๑ - ๔)

การสื่อสาร

การทำงานเป็นทีม

การคิดขั้นสูง

การเป็นพลเมืองที่เข้มแข็ง

อื่น ๆ (ระบุ).....

ขอบคุณที่ให้ข้อมูล

แบบประเมินสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม

(สำหรับนักเรียนประเมินตนเอง)

ชื่อ-นามสกุล.....ชั้น.....โรงเรียน.....เลขที่.....

คำชี้แจง: ให้นักเรียนอ่านข้อความแล้ว ประเมินพฤติกรรมตนเอง และขีด ✓ ลงในช่องที่ตรงกับ
คะแนน

สมรรถนะ	รายการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
		ดี มา ก (3)	ดี (2)	พอ ใช้ (1)	ปรับ ปรุง (0)
1. การเห็น คุณค่าใน ตนเอง	1) นักเรียนรู้จักความสามารถตนเองว่า ตนเองมีความสามารถเรื่อง อะไรบ้าง				
	2) นักเรียนมีระเบียบวินัยในการดูแลจัดการชีวิตประจำวันของ ตนเอง				
	3) นักเรียนสามารถตัดสินใจและมุ่งมั่นที่จะจัดการสิ่งที่จำเป็น สำหรับชีวิตและการเรียนของตนเอง				
	4) นักเรียนบอกความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของตนเอง				
	5) นักเรียนยอมรับความชอบ ความสนใจและเพศสภาพของเพื่อน				
	สรุปผลการประเมิน				
2. การมี เป้าหมาย ในชีวิต	1) นักเรียนสามารถกำหนด ลงมือทำและปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ตามแผนพัฒนาตนเอง				
	2) นักเรียนสามารถมองเห็นข้อจำกัดและแนวทางพัฒนาตนเองว่า เป็นอย่างไร				
	3) นักเรียนมีความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อลงมือกระทำบางสิ่ง บางอย่างแล้วประสบความสำเร็จ				
	4) นักเรียนมีความฝัน เป้าหมายหรือภาพอนาคตในชีวิตของตนเอง ที่ต้องการจะเป็น				

สมรรถนะ	รายการประเมิน	ระดับคุณภาพ			
		ดี มา ก (3)	ดี (2)	พอ ใช้ (1)	ปรับ ปรุง (0)
	5) นักเรียนสามารถควบคุมและกำกับตนเองให้ลงมือทำตามแผนเกี่ยวกับชีวิตและการเรียนของตนเอง				
	สรุปผลการประเมิน				
3. การจัดการ อารมณ์และ ความเครียด	1) นักเรียนสามารถรับรู้และจัดการอารมณ์และความเครียดที่เกิดจากสถานการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ เช่น เกิดจากความโกรธ เป็นต้น				
	2) นักเรียนสามารถรู้เท่าทันและจัดการอารมณ์และความเครียดที่เกิดจากสถานการณ์ที่ไม่พึงประสงค์				
	3) นักเรียนแสดงการควบคุมอารมณ์และความรู้สึกพื้นฐาน				
	4) นักเรียนสามารถแยกแยะของอารมณ์และความรู้สึกด้านดีและด้านร้าย				
	5) นักเรียนสามารถแสดงและจัดการอารมณ์และความรู้สึกด้านลบได้อย่างเหมาะสม				
	สรุปผลการประเมิน				
4. การจัดการ ปัญหาและ ภาวะวิกฤต	1) นักเรียนมีความรับผิดชอบในผลการกระทำของตนเอง เมื่อตัดสินใจลงมือทำอะไรลงไปแล้ว				
	2) นักเรียนสามารถกลับคืนสู่อารมณ์ปกติจากสภาพปัญหาเมื่อเผชิญภาวะสถานการณ์วิกฤตตามคำปรึกษาและคำแนะนำ				
	3) นักเรียนสามารถแยกแยะสิ่งถูกผิดในสถานการณ์ที่ต้องเผชิญ				
	4) นักเรียนมีการรับฟังคนอื่น เช่น คำแนะนำที่ดีจากพ่อแม่ ครู เพื่อน เป็นต้น สามารถจัดการปัญหาชีวิตประจำวันและการเรียนได้				
	5) นักเรียนสามารถละเว้นการกระทำที่ไม่ควรทำว่า จะไม่เกิดขึ้นกับตนเอง เช่น พุดก่อนคิด เป็นต้น				
		สรุปผลการประเมิน			

อื่น ๆ

.....

.....

.....

นิยามคำศัพท์ : สมรรถนะการเรียนรู้ของนักเรียนด้านการจัดการตนเอง มีองค์ประกอบ ๔ ด้านดังนี้

- **การเห็นคุณค่าในตนเอง** หมายถึง การรู้จัก รัก เห็นคุณค่าในตนเอง รู้จุดเด่น ข้อจำกัด ความสนใจ ความสามารถ ความถนัด และภาคภูมิใจในตนเอง มั่นใจในตนเอง เห็นอกเห็นใจ ให้เกียรติ และเคารพสิทธิตนเองและผู้อื่น มีความรับผิดชอบในตนเอง

- **การมีเป้าหมายในชีวิต** หมายถึง การตั้งเป้าหมายในชีวิต มีวินัยในตนเอง สามารถบริหารจัดการเวลา ทรัพยากร สามารถพึ่งพาและกำกับตนเองให้ไปสู่เป้าหมายในชีวิต และมีสุขภาวะที่ดี

- **การจัดการอารมณ์และความเครียด** หมายถึง การรับรู้ เข้าใจ รู้เท่าทัน อารมณ์ ความรู้สึก ความคิด และความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของตนเอง เข้าใจสาเหตุและสามารถจัดการ อารมณ์ ความรู้สึกและความคิดของตนเอง

- **การจัดการปัญหาและภาวะวิกฤต** หมายถึง การรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากปัญหา และภาวะวิกฤต สามารถฟื้นคืนสู่สภาวะสมดุลได้ สามารถเตรียมการป้องกันและแก้ไข เพื่อให้เกิด ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน

ภาคผนวก ค ตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

ที่ อว ๘๐๕๘/พิเศษ



วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ตำบลไร่วัง อำเภอสสามพราน
จังหวัดนครปฐม ๗๓๐๐๐

๒๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๖

เรื่อง ขออนุมัติคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน พระเจริญพงศ์ ธมมทีโป, ดร.

ด้วยกระผม พระมหามงคลราช ปณิธานธิตี, ดร. ตำแหน่ง อาจารย์ ประจำหลักสูตร
ครุศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสังคมศึกษา วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี กำลังทำวิจัย
เรื่อง “การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของ
นักเรียนจังหวัดนครปฐม” โดยคณะผู้วิจัยจัดทำเครื่องมือวิจัยในการลงพื้นที่ดำเนินการวิจัย
ความทราบแล้ว นั้น

การนี้ คณะผู้วิจัย ได้ดำเนินการจัดทำเครื่องมือวิจัยเสร็จสิ้น และได้พิจารณาเห็นว่า
ท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้ จึงใคร่ขออนุมัติคราะห์ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญได้
ตรวจเครื่องมือวิจัยดังกล่าวและขอส่งเครื่องมือวิจัย จำนวน ๑ ชุด ประกอบด้วย
๑) แบบสอบถามความต้องการจำเป็นในการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ ๒) แบบ
สัมภาษณ์ ๓) แบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน
พร้อมแผนการสอน ๔) แบบประเมินสมรรถนะการเรียนรู้ ของนักเรียน เพื่อให้ท่านได้
ตรวจสอบความถูกต้องต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขออนุมัติคราะห์และพิจารณาต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(พระมหามงคลราช ปณิธานธิตี)

หัวหน้าโครงการวิจัย

ผู้วิจัยหลัก พระมหามงคลราช ปณิธานธิตี, ดร. โทร ๐๘๗-๔๙๖๘-๒๔๐

ผู้ร่วมวิจัย พระครูใบฎีกาอภิชาติ ธมมสุโท, ผศ.ดร. โทร ๐๘๔-๕๕๙๑-๔๙๔

ที่ อว ๘๐๕๘/พิเศษ



วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ตำบลไร่เชิง อำเภอสามพราณ
จังหวัดนครปฐม ๗๓๐๐๐

๒๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๖

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย

เจริญพร ผศ.ดร.นิเวศน์ วงศ์สุวรรณ

ด้วยกระผม พระมหาณรงค์ราช ปณิธานิธิ, ดร. ตำแหน่ง อาจารย์ ประจำหลักสูตร
ครุศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสังคมศึกษา วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี กำลังทำวิจัย
เรื่อง “การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของ
นักเรียนจังหวัดนครปฐม” โดยคณะผู้วิจัยจัดทำเครื่องมือวิจัยในการลงพื้นที่ดำเนินการวิจัย
ความทราบแล้ว นั้น

การนี้ คณะผู้วิจัย ได้ดำเนินการจัดทำเครื่องมือวิจัยเสร็จสิ้น และได้พิจารณาเห็นว่า
ท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้ จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญได้
ตรวจเครื่องมือวิจัยดังกล่าวและขอส่งเครื่องมือวิจัย จำนวน ๑ ชุด ประกอบด้วย
๑) แบบสอบถามความต้องการจำเป็นในการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ ๒) แบบ
สัมภาษณ์ ๓) แบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน
พร้อมแผนการสอน ๔) แบบประเมินสมรรถนะการเรียนรู้ ของนักเรียน เพื่อให้ท่านได้
ตรวจสอบความถูกต้องต่อไป

จึงเจริญพรมมาเพื่อขอความอนุเคราะห์และพิจารณาต่อไป

ขอเจริญพร

(พระมหาณรงค์ราช ปณิธานิธิ)

หัวหน้าโครงการวิจัย

ผู้วิจัยหลัก พระมหาณรงค์ราช ปณิธานิธิ, ดร. โทร ๐๘๗-๔๙๖๘-๒๔๐

ผู้ร่วมวิจัย พระครูใบฎีกากาอภิชาติ ธมมสุโข, ผศ.ดร. โทร ๐๘๔-๕๕๙๑-๔๙๔

ที่ อว ๘๐๕๘/พิเศษ



วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ตำบลไร่ขิง อำเภอสามพราน
จังหวัดนครปฐม ๗๓๐๐๐

๒๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๖

เรื่อง ขออนุมัติคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย

เรียน พระปลัดนนทนัญญ์ ชินวโร

ด้วยกระผม พระมหามงคลราช ปณิธานธิตี, ดร. ตำแหน่ง อาจารย์ ประจำหลักสูตร
ครุศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสังคมศึกษา วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี กำลังทำวิจัย
เรื่อง “การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของ
นักเรียนจังหวัดนครปฐม” โดยคณะผู้วิจัยจัดทำเครื่องมือวิจัยในการลงพื้นที่ดำเนินการวิจัย
ความทราบแล้ว นั้น

การนี้ คณะผู้วิจัย ได้ดำเนินการจัดทำเครื่องมือวิจัยเสร็จสิ้น และได้พิจารณาเห็นว่า
ท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้ จึงใคร่ขออนุมัติคราะห์ท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญได้
ตรวจเครื่องมือวิจัยดังกล่าวและขอส่งเครื่องมือวิจัย จำนวน ๑ ชุด ประกอบด้วย
๑) แบบสอบถามความต้องการจำเป็นในการพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ ๒) แบบ
สัมภาษณ์ ๓) แบบประเมินแผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน
พร้อมแผนการสอน ๔) แบบประเมินสมรรถนะการเรียนรู้ ของนักเรียน เพื่อให้ท่านได้
ตรวจสอบความถูกต้องต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขออนุมัติคราะห์และพิจารณาต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(พระมหามงคลราช ปณิธานธิตี)

หัวหน้าโครงการวิจัย

ผู้วิจัยหลัก พระมหามงคลราช ปณิธานธิตี, ดร. โทร ๐๘๗-๔๙๖๘-๒๔๐

ผู้ร่วมวิจัย พระครูใบฎีกากาอภิชาติ ธมมสุทฺธ, ผศ.ดร. โทร ๐๘๔-๕๕๙๑-๔๙๔

ภาคผนวก ง หนังสือเชิญ ผู้ทรงคุณวุฒิหรือผู้ให้ข้อมูล

ที่ อว ๘๐๕๘/พิเศษ



วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ตำบลไร่จีน อำเภอสามพราณ
จังหวัดนครปฐม ๗๓๐๐๐

๒๔ มกราคม ๒๕๖๗

เรื่อง ขออนุญาตสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ

เรียน พระเจริญพงศ์ ธรรมทีโป,ดร.

ด้วย พระมหามงคลราช ปณีธานิติ, ดร. ตำแหน่ง อาจารย์ ประจำหลักสูตรศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสังคมศึกษา วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี กำลังทำวิจัยเรื่อง “การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม” เป็นงานวิจัยเพื่อศึกษา พัฒนาและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานแก่นักเรียนในจังหวัดนครปฐม ความทราบแล้ว นั้น

เพื่อการนี้ คณะผู้วิจัย พิจารณาเห็นว่า ท่านเป็นผู้มีความรู้ความสามารถในการจัดการเรียนรู้อันมีสติและสมาธิเป็นอย่างดี จึงขออนุญาตท่านในการให้สัมภาษณ์ตามวัน เวลาที่ท่านสะดวก โดยจะได้ประสานงานวัน-เวลาในการให้สัมภาษณ์อีกครั้งหนึ่ง

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า คงจักได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

เรียนมาด้วยความนับถือ

(พระมหามงคลราช ปณีธานิติ)

หัวหน้าโครงการวิจัย

ผู้วิจัยหลัก พระมหามงคลราช ปณีธานิติ, ดร. โทร ๐๘๗-๔๙๖๘-๒๔๐

ผู้ร่วมวิจัย พระครูใบฎีกาอภิชาติ ธรรมสุโท, ผศ.ดร. โทร ๐๘๔-๕๕๕๑-๔๙๔

ที่ อว ๘๐๕๘/พิเศษ



วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ตำบลไร่เชิง อำเภอสามพราน
จังหวัดนครปฐม ๗๓๐๐๐

๒๔ มกราคม ๒๕๖๗

เรื่อง ขออนุญาตสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ

เจริญพร ผศ.ดร.วรากรณ์ พูลสวัสดิ์ อาจารย์ประจำสาขาวิชาสังคมศึกษา

ด้วย พระมหาดมรงค์ราช ปณิธานธิติ, ดร. ตำแหน่ง อาจารย์ ประจำหลักสูตรศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสังคมศึกษา วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี กำลังทำวิจัยเรื่อง “การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม” เป็นงานวิจัยเพื่อศึกษา พัฒนาและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานแก่นักเรียนในจังหวัดนครปฐม ความทราบแล้ว นั้น

เพื่อการนี้ คณะผู้วิจัย พิจารณาเห็นว่า ท่านเป็นผู้มีความรู้ความสามารถในการจัดการเรียนรู้ที่มีสติและสมาธิเป็นอย่างดี จึงขออนุญาตท่านในการให้สัมภาษณ์ตามวัน เวลาที่ท่านสะดวก โดยจะได้ประสานงานวัน-เวลาในการให้สัมภาษณ์อีกครั้งหนึ่ง

จึงเจริญพรมาเพื่อพิจารณา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า คงจักได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดีและขออนุโมทนามา ณ โอกาสนี้

ขอเจริญพร

(พระมหาดมรงค์ราช ปณิธานธิติ)

หัวหน้าโครงการวิจัย

ผู้วิจัยหลัก พระมหาดมรงค์ราช ปณิธานธิติ, ดร. โทร ๐๘๗-๔๙๖๘-๒๔๐

ผู้ร่วมวิจัย พระครูใบฎีกาอภิชาติ ธรรมสุทธิ, ผศ.ดร. โทร ๐๘๔-๕๕๙๑-๔๙๔

ที่ อว ๘๐๕๘/พิเศษ



วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ตำบลไร่จีน อำเภอสามพราณ
จังหวัดนครปฐม ๗๓๐๐๐

๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

เรื่อง ขออนุญาตสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ

เจริญพร นายศุภชัย มนต์กล้า โรงเรียนวัดสระสี่มุม

ด้วย พระมหาดมรงค์ราช ปณิธานธิตี, ดร. ตำแหน่ง อาจารย์ ประจำหลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสังคมศึกษา วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี กำลังทำวิจัยเรื่อง “การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม” เป็นงานวิจัยเพื่อศึกษา พัฒนาและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานแก่นักเรียนในจังหวัดนครปฐม ความทราบแล้ว นั้น

เพื่อการนี้ คณะผู้วิจัย พิจารณาเห็นว่า ท่านเป็นผู้มีความรู้ความสามารถในการจัดการกระบวนการเรียนรู้ที่มีสติและสมาธิเป็นอย่างดี จึงขออนุญาตท่านในการให้สัมภาษณ์ตามวัน เวลาที่ท่านสะดวก โดยจะได้ประสานงานวัน-เวลาในการให้สัมภาษณ์อีกครั้งหนึ่ง

จึงเจริญพรมาเพื่อพิจารณา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า คงจักได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดีและขออนุโมทนามา ณ โอกาสนี้

ขอเจริญพร

(พระมหาดมรงค์ราช ปณิธานธิตี)

หัวหน้าโครงการวิจัย

ผู้วิจัยหลัก พระมหาดมรงค์ราช ปณิธานธิตี, ดร. โทร ๐๘๗-๔๙๖๘-๒๔๐

ผู้ร่วมวิจัย พระครูใบฎีกาอภิชาติ ธรรมสุโท, ผศ.ดร. โทร ๐๘๔-๕๕๙๑-๔๙๔

ที่ อว ๘๐๕๘/พิเศษ



วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี
มหาวิทยาลัยมหจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ตำบลไร่จีน อำเภอสามปราณ
จังหวัดนครปฐม ๗๓๐๐๐

๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

เรื่อง ขออนุญาตสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ

เจริญพร นายสายันต์ โพธิ์ทอง โรงเรียนไร่จีนวิทยา

ด้วย พระมหาดมรงค์ราช ปณิธานธิติ, ดร. ตำแหน่ง อาจารย์ ประจำหลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสังคมศึกษา วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี กำลังทำวิจัยเรื่อง “การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม” เป็นงานวิจัยเพื่อศึกษา พัฒนาและเสนอกระบวนการกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานแก่นักเรียนในจังหวัดนครปฐม ความทราบแล้ว นั้น

เพื่อการนี้ คณะผู้วิจัย พิจารณาเห็นว่า ท่านเป็นผู้มีความรู้ความสามารถในการจัดการกระบวนการเรียนรู้ที่มีสติและสมาธิเป็นอย่างดี จึงขออนุญาตท่านในการให้สัมภาษณ์ตามวัน เวลาที่ท่านสะดวก โดยจะได้ประสานงานวัน-เวลาในการให้สัมภาษณ์อีกครั้งหนึ่ง

จึงเจริญพรมาเพื่อพิจารณา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า คงจักได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดีและขออนุโมทนามา ณ โอกาสนี้

ขอเจริญพร

(พระมหาดมรงค์ราช ปณิธานธิติ)

หัวหน้าโครงการวิจัย

ผู้วิจัยหลัก พระมหาดมรงค์ราช ปณิธานธิติ, ดร. โทร ๐๘๗-๔๙๖๘-๒๔๐

ผู้ร่วมวิจัย พระครูใบฎีกาอภิชาติ ธมมสุโข, ผศ.ดร. โทร ๐๘๔-๕๕๙๑-๔๙๔

ที่ อว ๘๐๕๘/พิเศษ



วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ตำบลไร่ขิง อำเภอสามพราน
จังหวัดนครปฐม ๗๓๐๐๐

๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

เรื่อง ขออนุญาตสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ

เจริญพร ครูลริชา ม่วงสอน โรงเรียนวัดใหม่สุคนธาราม

ด้วย พระมหาณรงค์ราช ปณิธานธิตี, ดร. ตำแหน่ง อาจารย์ ประจำหลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสังคมศึกษา วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี กำลังทำวิจัยเรื่อง “การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม” เป็นงานวิจัยเพื่อศึกษา พัฒนาและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานแก่นักเรียนในจังหวัดนครปฐม ความทราบแล้ว นั้น

เพื่อการนี้ คณะผู้วิจัย พิจารณาเห็นว่า ท่านเป็นผู้มีความรู้ความสามารถในการจัดการเรียนรู้ที่มีสติและสมาธิเป็นอย่างดี จึงขออนุญาตท่านในการให้สัมภาษณ์ตามวัน เวลาที่ท่านสะดวก โดยจะได้ประสานงานวัน-เวลาในการให้สัมภาษณ์อีกครั้งหนึ่ง

จึงเจริญพรมมาเพื่อพิจารณา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า คงจักได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดีและขออโมทนามา ณ โอกาสนี้

ขอเจริญพร

(พระมหาณรงค์ราช ปณิธานธิตี)

หัวหน้าโครงการวิจัย

ผู้วิจัยหลัก พระมหาณรงค์ราช ปณิธานธิตี, ดร. โทร ๐๘๗-๔๙๖๘-๒๔๐

ผู้ร่วมวิจัย พระครูใบฎีกาอภิชาติ ธรรมสุทธิ, ผศ.ดร. โทร ๐๘๔-๕๕๙๑-๔๙๔

ที่ อว ๘๐๕๘/พิเศษ



วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ตำบลไร่เชิง อำเภอสามปราณ
จังหวัดนครปฐม ๗๓๐๐๐

๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

เรื่อง ขออนุญาตสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ

เจริญพร ครูจิรภัทร์ ชื่นฝั่ง โรงเรียนภัทรญาณวิทยา

ด้วย พระมหามงกุฎราช ปณิธานิติ, ดร. ตำแหน่ง อาจารย์ ประจำหลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาสังคมศึกษา วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี กำลังทำวิจัยเรื่อง “การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานของนักเรียนจังหวัดนครปฐม” เป็นงานวิจัยเพื่อศึกษา พัฒนาและเสนอกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ ๒๑ โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐานแก่นักเรียนในจังหวัดนครปฐม ความทราบแล้ว นั้น

เพื่อการนี้ คณะผู้วิจัย พิจารณาเห็นว่า ท่านเป็นผู้มีความรู้ความสามารถในการจัดการเรียนรู้อันมีสติและสมาธิเป็นอย่างดี จึงขออนุญาตท่านในการให้สัมภาษณ์ตามวัน เวลาที่ท่านสะดวก โดยจะได้ประสานงานวัน-เวลาในการให้สัมภาษณ์อีกครั้งหนึ่ง

จึงเจริญพรมมาเพื่อพิจารณา หวังเป็นอย่างยิ่งว่า คงจักได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดีและขออนุโมทนามา ณ โอกาสนี้

ขอเจริญพร

(พระมหามงกุฎราช ปณิธานิติ)

หัวหน้าโครงการวิจัย

ผู้วิจัยหลัก พระมหามงกุฎราช ปณิธานิติ, ดร. โทร ๐๘๗-๕๕๖๘-๒๔๐

ผู้ร่วมวิจัย พระครูใบฎีกาอภิชาติ ธมมสุทฺธ, ผศ.ดร. โทร ๐๘๔-๕๕๕๑-๔๙๔

ภาคผนวก จ ใบรับรองจริยธรรมการวิจัย



ใบรับรองจริยธรรมการวิจัยของข้อเสนอการวิจัย
เอกสารข้อมูลคำอธิบายสำหรับผู้เข้าร่วมการวิจัยและไบนยอม

หมายเลขข้อเสนอการวิจัย ว.๔๐/๒๕๖๗

ข้อเสนอการวิจัยนี้และเอกสารประกอบของข้อเสนอการวิจัยตามรายงานการแสดงด้านล่าง ได้รับการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยแล้ว คณะกรรมการฯ มีความเห็นว่าข้อเสนอการวิจัยที่จะดำเนินการมีความสอดคล้องกับหลักจริยธรรมสากล ตลอดจนกฎหมาย ข้อบังคับและข้อกำหนดภายในประเทศ จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยตามข้อเสนอการวิจัยนี้ได้

ชื่อข้อเสนอการวิจัย: การพัฒนาสมรรถนะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 โดยใช้สติและสมาธิเป็นฐาน ของนักเรียนจังหวัดนครปฐม

(The Developing competency Learning in the 21st century through mindfulness-based Learning of students in Nakhon Pathom Province)

รหัสข้อเสนอการวิจัย: MCU RS 800766240

สถาบันที่สังกัด: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี
ผู้วิจัยหลัก: พระมหาณรงค์ราช ปณีธานิติ, ดร.

เอกสารที่พิจารณาทบทวน

- | | |
|---|-------------------------------|
| ๑. แบบเสนอโครงการวิจัย | ฉบับที่ วันที่ ๑๗ มกราคม ๒๕๖๗ |
| ๒. เอกสารชี้แจงข้อมูลผู้เข้าร่วมการวิจัย | ฉบับที่ วันที่ ๑๗ มกราคม ๒๕๖๗ |
| ๓. หนังสือแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมการวิจัย | ฉบับที่ วันที่ ๑๗ มกราคม ๒๕๖๗ |
| ๔. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล | ฉบับที่ วันที่ ๑๗ มกราคม ๒๕๖๗ |

(พระมหาสมบูรณ์ วุฑฒิกโร, รศ.ดร.)
ประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

หมายเลขใบรับรอง: ว.๔๐/๒๕๖๗

วันที่ให้การรับรอง: ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

วันหมดอายุใบรับรอง: ๑๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๘