



---

การสร้างกิจกรรมจิตตปัญญาศึกษาออนไลน์เพื่อเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมความเป็นครูของ  
นักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา\*

ONLINE CONTEMPLATIVE EDUCATION ACTIVITIES TO ENHANCE THE MORAL  
VIRTUE, BEING A TEACHER OF THE 1ST YEAR STUDENTS OF THE FACULTY OF  
EDUCATION, SUAN SUNANDHA RAJABHAT UNIVERSITY

<sup>1</sup>สมหมาย ปวะบุตร Sommai Pavaboot, <sup>2</sup>บุญฤดี อุดมพล Boonrudee Udomphol,  
<sup>3</sup>มาลัย ประดับศรี Malai Pradupsri

<sup>1,2,3</sup>มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา Suan Sunandha Rajabhat University, Thailand  
Corresponding Author E-mail: sommai.pa@ssru.ac.th

**บทคัดย่อ**

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างและทดลองใช้กิจกรรมจิตตปัญญาศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณธรรม จริยธรรมความเป็นครูของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา โดยมีระเบียบวิธีการวิจัยคือการพัฒนาทดลอง กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา จำนวน 30 คน โดยการเลือกแบบเจาะจงกำหนดเกณฑ์ในการคัดเลือก ในปีการศึกษา 2563 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) กิจกรรมจิตตปัญญาศึกษา 2) แบบประเมินคุณธรรม จริยธรรมความเป็นครู ใช้แบบแผนการวิจัยแบบ One-Group Pretest- Posttest Design และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐาน คือ t - test for dependent group และ One-Sample t-test ค่าที่แบบไม่อิสระ ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 มีคุณธรรมจริยธรรมความเป็นครูหลังการทดลองสูงกว่าการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**คำสำคัญ:** กิจกรรมจิตตปัญญาศึกษา, คุณธรรม, จริยธรรม, ความเป็นครู, คณะครุศาสตร์



### Abstract

The objective of this research paper is to The create and experiment using contemplative education activities to strengthen the moral virtue, being a teacher of the first year students of the Faculty of Education, Suan Sunandha Rajabhat University and to compare the results of the experiment using activities to enhance the moral virtue, being a teacher of the first year students of the Faculty of Education, Suan Sunandha Rajabhat University With research methodology which is experimental development. The sample consisted of 30 first year students of the Faculty of Education, Suan Sunandha Rajabhat University. By specifying specific selection criteria for selection in the academic year 2019. The research instruments were 1) Manual of Contemplative Education Activity 2) Moral virtue assessment form teacher. Use research patterns One-Group Pretest- Posttest Design And analyze the data by using percentage, mean, standard deviation The statistics used to test the hypothesis are t - test for dependent group and One-Sample t-test The results of the research showed that First year students have moral virtue as a teacher. after the experiment higher than the experiment. Statistical significance at the level of .05

**Keywords:** Contemplative Education Activities, Morality, Ethics, Being a Teacher, Faculty of Education.

### บทนำ

ยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561-2580) ของประเทศไทยได้กำหนดวิสัยทัศน์ไว้ดังนี้ “ประเทศไทยมีความมั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน เป็นประเทศพัฒนาแล้วด้วยการพัฒนาตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง” มีเป้าหมายการพัฒนาประเทศ คือ “ประเทศชาติมั่นคง ประชาชนมีความสุข เศรษฐกิจพัฒนาอย่างต่อเนื่อง สังคมเป็นธรรม ฐานทรัพยากรธรรมชาติยั่งยืน” โดยยกระดับศักยภาพของประเทศในหลากหลายมิติ พัฒนาคนในทุกมิติและในทุกช่วงวัยให้เป็นคนดี เก่ง และมีคุณภาพ (Office of the National Economics and Social Development Council, 2561) Moral and ethics are considered as requirements of any person and profession. (Phramaha Anan Aungurasiri, 2561) and ethics has an important place in all areas of life. (Nur Yeliz Gülcen, 2015) ดัชนีพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 พ.ศ. 2560-2564 (Office of the National Economics and Social Development Council, 2560) ได้กำหนดวัตถุประสงค์และเป้าหมายการพัฒนาพัฒนาประเทศไว้ดังนี้คือ วางรากฐานให้คนไทยเป็นคนที่สมบูรณ์มีคุณธรรมจริยธรรม มีระเบียบวินัย ค่านิยมที่ดี มีจิตสาธารณะและมีความสุข โดยมีสุขภาวะและสุขภาพที่ดี ครอบครัวอบอุ่นตลอดจนเป็นคนเก่งที่มีทักษะความรู้ความสามารถและพัฒนาตนเองได้ต่อเนื่องตลอด

ในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554) ที่สอดคล้องกับแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) ที่ผ่านมา พบว่า ประเด็นการผลิตและพัฒนาครู ไม่สอดคล้องกับการปฏิบัติจริง ความศรัทธาต่อวิชาชีพครูมีน้อย ทำให้คนดี คนเก่ง ไม่ต้องการเป็นครู ทำให้ขาดครูที่มีคุณภาพ ดังนั้นจะต้องพัฒนาและฟื้นฟูให้สถาบันผลิตครูมีประสิทธิภาพครูทุกคนมีจิตวิญญาณความ



เป็นครู มีความตระหนัก ในวิชาชีพมีวิสัยทัศน์ มีความรู้ความสามารถและทักษะตามมาตรฐานวิชาชีพซึ่งเป็นการกิจที่สำคัญของครูต่อการพัฒนาศิษย์ ครูต้องทุ่มเท เสียสละ อุทิศตนในการจัดการศึกษาแก่ศิษย์ด้วยความรักความเมตตาและความปรารถนาดีต่อศิษย์ทุกคนเพื่อให้ศิษย์มีความเพียบพร้อมด้านวิชาการ คุณธรรม จริยธรรม สามารถดำรงตนท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ในยุคดิจิทัลและในอนาคตได้

ครูเป็นวิชาชีพที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาการศึกษาของชาติจึงมีความจำเป็นที่จะต้องมีความรู้ มาตรฐานวิชาชีพครู เพื่อควบคุมดูแลการประกอบวิชาชีพครูให้ดำรงไว้ซึ่งความถูกต้อง มีเกียรติ และศักดิ์ศรีของวิชาชีพ และสร้างความตระหนักรับผิดชอบในหน้าที่ของครูตามเกณฑ์ข้อบังคับคุรุสภาว่าด้วยมาตรฐานวิชาชีพ พ.ศ. 2562 ซึ่งได้กำหนดเป็นแนวทางให้ครูต้องประพฤติปฏิบัติตาม ดังนี้ 1) มาตรฐานความรู้และประสบการณ์วิชาชีพ 2) มาตรฐานการปฏิบัติงาน และ 3) มาตรฐานการปฏิบัติตน (จรรยาบรรณของวิชาชีพ) และได้เสนอข้อคุณธรรมที่เป็นสิ่งเกื้อกูลให้ครูปฏิบัติหน้าที่ได้อย่างสมบูรณ์ไว้ดังนี้คือ มีความเมตตา กรุณา มีความยุติธรรม มีความรับผิดชอบ มีวินัย มีความซื่อสัตย์ มีความอดทน มีความประหยัด มีความรักและศรัทธาในอาชีพครู มีความเป็นประชาธิปไตยในการปฏิบัติงานและการดำรงชีวิต ดังที่ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต) (2547) ได้อธิบายถึงคุณธรรมจริยธรรมที่สำคัญสำหรับครูคือ พรหมวิหาร 4 เป็นธรรมอันประเสริฐที่เป็นหลักในการกำกับความประพฤติซึ่งเป็นคุณธรรมของคนที่มีคุณค่าต่อส่วนรวม คนผู้สั่งสอนหรือให้การศึกษาคนที่เปี่ยมมาซึ่งที่ดีของสังคมช่วยสร้างสรรค์สังคมมีธรรมหรือหลักความประพฤติ ได้แก่ เมตตา คือ ความรัก กรุณา คือ ความสงสาร มุทิตา คือ ความเบิกบานพลอยยินดีเมื่อเห็นผู้อื่นอยู่ดีมีสุข อุเบกขา คือ ความมีใจเป็นกลาง มองตามความเป็นจริง จิตวิญญานเป็นเอกัตตา หรือปัจเจกบุคคลเป็นตัวตนที่มีลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคลที่เกิดจากความคิด ความรู้สึกและการตัดสินใจที่สะท้อนให้เห็นความปรารถนาของตนเองจนทำให้เกิดความเชื่อ นำไปสู่พฤติกรรมหรือการปฏิบัติ การมีคุณธรรมจริยธรรมโนธรรมรู้จักผิดชอบชั่วดี การมีจิตวิญญานความเป็นครูสะท้อนถึงการมี “หัวใจ” เพื่อศิษย์ (วิจารณ์ พานิช, 2555) กล่าวคือ การตระหนักถึงบทบาทหน้าที่ที่จะต้องถ่ายทอดปลูกฝัง เป็นแบบอย่างที่ดี ทุ่มเท ใฝ่รู้ ค้นคว้า มุ่งมั่นพัฒนางานให้ทันกับความก้าวหน้าทางวิชาการ พร้อมทั้งการมีความรักเมตตาและหวังดีต่อศิษย์

การจัดการเรียนการสอนในช่วงการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Coronavirus Disease 2019: COVID-19) ทำให้เกิดการปรับตัวเป็นวิถีชีวิตแบบใหม่ (New Normal) สถาบันทางการศึกษาไม่สามารถจัดการเรียนการสอนแบบปกติได้จึงจำเป็นต้องใช้รูปแบบการเรียนการสอนแบบออนไลน์ (วิทยา วาโย และคณะ, 2563) ได้พบว่า การเรียนการสอนแบบออนไลน์มีองค์ประกอบ ได้แก่ ผู้สอน ผู้เรียน เนื้อหา สื่อการเรียนและแหล่ง เรียนรู้กระบวนการจัดการเรียนรู้ ระบบการติดต่อสื่อสาร ระบบเครือข่ายเทคโนโลยีสารสนเทศ การวัดและการประเมินผล รูปแบบการเรียนการสอนมีหลากหลายวิธีที่ทำให้ผู้สอนและผู้เรียนมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันได้

Contemplative education เป็นกิจกรรมการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ ซึ่งเน้นการพัฒนา ด้านอารมณ์ ความรู้สึก ความคิด ความเชื่อ เพื่อให้เกิดความตระหนักถึงคุณค่าของสิ่งต่างๆ เกิดความรัก ความเมตตาอ่อนน้อมต่อธรรมชาติ มีจิตสำนึกต่อส่วนรวมและสามารถเชื่อมโยงศาสตร์ต่างๆ มาประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างสมบูรณ์และรวมถึงการเป็นพลเมืองไทยที่ดีและเป็นสมาชิกของประชาคมอาเซียนที่มีคุณภาพ การอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขของประชาคมอาเซียน

จากเหตุผลที่กล่าวมาจึงจำเป็นต้องจัดกระบวนการบ่มเพาะโดยการจัดการกิจกรรมจิตตปัญญาศึกษาออนไลน์เพื่อเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมความเป็นครูด้านความเมตตา กรุณา ด้านความรับผิดชอบ ด้านความ



มีวินัยของนักศึกษาในรายวิชาคุณธรรมจริยธรรม จรรยาบรรณ และจิตวิญญาณความเป็นครู โดยการสร้างความรู้ความเข้าใจ ส่งเสริมสนับสนุน หล่อหลอม อบรมบ่มเพาะ ขัดเกลา ปลุกฝังปลูกจิตสำนึก ฝึกปฏิบัติ จัดกิจกรรมการเรียนรู้ที่หลากหลายและสร้างสรรค์ เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญเพื่อให้ นักศึกษาเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ทั้งร่างกาย จิตใจ มีสติปัญญา มีความรู้ มีคุณธรรมจริยธรรม มีจิตวิญญาณความเป็นครู มีความรัก และศรัทธา ในวิชาชีพครู มีพฤติกรรมอันเป็นที่ยอมรับของสังคมสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุขและอยู่ร่วมกันฉันท์พี่น้องภายใต้ความหลากหลายทางวัฒนธรรม บรรลุผลสำเร็จตามเกณฑ์มาตรฐานวิชาชีพกำหนดไว้ และให้ทันกับสถานการณ์โลก เพื่อให้ นักศึกษาสามารถสร้างสรรค์ความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไปถ่ายทอดให้กับผู้เรียนและส่งเสริมให้ผู้เรียนได้พัฒนาตนเองตามศักยภาพ

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อสร้างกิจกรรมจิตตปัญญาศึกษาออนไลน์เพื่อเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมความเป็นครู ของ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา
2. เพื่อเปรียบเทียบผลการทดลองใช้กิจกรรมจิตตปัญญาศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม ความเป็นครู ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา กลุ่มทดลองระหว่างก่อน และหลังการทดลอง

### วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง การสร้างกิจกรรมจิตตปัญญาศึกษาออนไลน์เพื่อเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมความเป็นครูของนักศึกษาเป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) ใช้แบบแผนการวิจัยแบบ One Sample t- test ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยดังนี้

1. กลุ่มที่ศึกษา กลุ่มที่ศึกษาในการวิจัย ได้แก่ นักศึกษาชั้นปีที่ 1 สาขาคณิตศาสตร์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ที่เรียนในรายวิชา คุณธรรมจริยธรรม จรรยาบรรณวิชาชีพ และจิตวิญญาณ ความเป็นครู จำนวน 30 คน โดยการเลือกแบบเจาะจงกำหนดเกณฑ์ในการคัดเลือก ในภาคเรียนที่ 2 ปี การศึกษา 2563

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เครื่องมือที่ใช้การเก็บข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

- 2.1 กิจกรรมจิตตปัญญาศึกษาออนไลน์ ตรวจสอบคุณภาพ โดยนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการ วัดประเมินผล จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา ความถูกต้องและความชัดเจนของภาษา โดยใช้ IOC (index of item objective congruence) ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อสอบระหว่าง 0.8 – 1.00

- 2.2 แบบประเมินคุณธรรมจริยธรรมความเป็นครู เป็นมาตราส่วน ประเมินค่า 5 ระดับ ตาม แบบลิเคิร์ต (Likert Five Rating Scale) (บุญชม ศรีสะอาด, 2535) คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อย ที่สุด ตรวจสอบคุณภาพโดยนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการวัดประเมินผล 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา ความถูกต้องและความชัดเจนของภาษา โดยใช้ IOC (index of item objective congruence) ได้ค่าดัชนี ความสอดคล้องของข้อสอบระหว่าง 0.7 – 1.00

3. การวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติที่ใช้ทดสอบสมมติฐาน คือ t - test for dependent group และ One-Sample t-test ค่าที่แบบไม่อิสระ



4. การเก็บรวบรวมข้อมูล งานวิจัยเรื่องการสร้างกิจกรรมจิตตปัญญาศึกษาออนไลน์เพื่อเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมความเป็นครูของนักศึกษา เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ( Experimental Research) ใช้แบบแผนการวิจัยแบบ One Sample t- test ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยดังนี้

4.1 ก่อนการทดลอง ใช้แบบประเมินคุณธรรมความเป็นครูกับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา 30 คน ในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2563 เก็บคะแนนไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง (Pre-test)

4.2 การดำเนินการทดลอง โดยใช้คู่มือการจัดกิจกรรมจิตตปัญญาศึกษากับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา

4.3 หลังการทดลอง ภายหลังสิ้นสุดการทดลองแล้ว 1 สัปดาห์ ให้ใช้แบบประเมินคุณธรรมความเป็นครูกับนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ชุดเดียวกับที่ใช้ประเมินก่อนการทดลอง เก็บคะแนนไว้เป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

### สรุปผลการวิจัย

1. ผลการสร้างกิจกรรมจิตตปัญญาศึกษาออนไลน์เพื่อเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมความเป็นครู ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา พบว่า ผลการสร้างกิจกรรมจิตตปัญญาศึกษาออนไลน์เพื่อเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมความเป็นครูของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา มีกิจกรรม 5 ชั้น ดังนี้ ชั้นที่ 1 สำรวจความคิด ทำจิตสงบ ชั้นที่ 2 เปิดประตูสู่ความคิด จุดประกาย ยั่วให้เกิดความคิด ชั้นที่ 3 แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ชั้นที่ 4 ทบทวน ใคร่ครวญ ชั้นที่ 5 รายงานผล

2. ผลการเปรียบเทียบผลการทดลองใช้กิจกรรมจิตตปัญญาศึกษาเพื่อเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมความเป็นครู ของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา กลุ่มทดลองระหว่างก่อนและหลังการทดลอง พบว่า ผลการศึกษาด้านคุณธรรมจริยธรรมความเป็นครูของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา มีคุณธรรมความเป็นครู หลังการทดลองสูงกว่าการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**ตารางที่ 1** การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคุณธรรมจริยธรรมความเป็นครูของนักศึกษากลุ่มทดลองระหว่างก่อนและหลังการทดลอง

| การทดลอง     | n  | $\bar{X}$ | S. D. | t     | df | p-value |
|--------------|----|-----------|-------|-------|----|---------|
| ก่อนการทดลอง | 30 | 15.95     | 2.05  | 30.54 | 59 | .05**   |
| หลังการทดลอง | 30 | 26.17     | 1.40  |       |    |         |

\*\* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



## อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้พบผลการวิจัยที่สามารถนำมาอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

1. กิจกรรมจิตตปัญญาศึกษาเป็นกระบวนการเรียนรู้ด้านในของตนเองด้วยใจอย่างใคร่ครวญ ประกอบด้วย 1) การฟังอย่างลึกซึ้ง (Deep Listening) 2) การนั่งสมาธิอย่างใคร่ครวญ (Contemplation) และ 3) การเฝ้ามองเห็นตามที่เป็นจริง (Meditation) ผลการเรียนรู้ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในตนเอง (Transformative Learning) ทำให้เกิดความรักความเมตตา เกิดปัญญานำมาปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างสมดุล กิจกรรมจิตตปัญญาศึกษา มี 5 ชั้น ได้แก่ ชั้นที่ 1 สำรวจความคิด ทำจิตสงบ เตรียมตัวเองให้พร้อมเรียนรู้กิจกรรม สวดมนต์ นั่งสมาธิ check-in ชั้นที่ 2 เปิดประตูสู่ความคิด จุดประกาย ยั่วให้เกิดความคิด เป็นกิจกรรมตั้งคำถาม กำหนดประเด็นให้คิด ชวนให้ไตร่ตรอง ใคร่ครวญอย่างลึกซึ้ง หรือการคิดเชื่อมโยงภายในกับภายนอกด้วยตนเอง ชั้นที่ 3 แลกเปลี่ยนเรียนรู้ เป็นกิจกรรมฟังอย่างลึกซึ้งด้วยสุนทรียสนทนา แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ระหว่างกันและกันในรูปแบบกลุ่มย่อยขยายสู่กลุ่มใหญ่ ชั้นที่ 4 ทบทวน ใคร่ครวญ เป็นการสรุปกิจกรรม ใคร่ครวญ ไตร่ตรอง ประมวลความคิดความเข้าใจ จนสรุปรวบยอดได้ด้วยตนเอง ชั้นที่ 5 รายงานผล เป็นกิจกรรม สรุปและรายงานผลเพื่อสร้างแนวคิดและองค์ความรู้ร่วมกันตลอดจนเผยแพร่ข้อคิดที่ตนได้เรียนรู้ไปสู่ผู้อื่น ซึ่งมีความสอดคล้องกับแนวคิดของประเวศ วะสี (2550) ที่กล่าวว่า จิตตปัญญาศึกษาเป็นการศึกษาที่ทำให้เขาใจด้านในของตนเองหรือการรู้จักตัวเองแล้วเกิดปัญญา หรือเข้าถึงความจริงสูงสุด ความดี ความงามทำให้เปลี่ยนมุมมองเกี่ยวกับโลกและผู้อื่นเกิดความเป็นอิสระความสุขและความรักอันไพศาล ต่อเพื่อนมนุษย์และธรรมชาติทั้งหมดอันเป็นไปเพื่อชีวิตและการอยู่ร่วมกันที่ดี

2. ผลการศึกษาด้านคุณธรรมจริยธรรมความเป็นครูของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา มีคุณธรรมความเป็นครู หลังการทดลองสูงกว่าการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา มีคุณธรรมจริยธรรมความเป็นครู หลังการเข้าร่วมกิจกรรมจิตตปัญญาศึกษาสูงกว่าก่อนการเข้าร่วม พบว่า นักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้แบบจิตตปัญญาศึกษาทำให้ตนเองได้เรียนรู้ความรู้สึกภายในตนเอง ในแต่ละวันได้กลับมาคิดทบทวนใคร่ครวญบทบาทของตนเองว่า เราเป็นใคร เกิดมาทำไม กำลังทำอะไรอยู่ และจะทำอะไรต่อไปในอนาคต เป้าหมายชีวิตในวันนี้ พรุ่งนี้ สัปดาห์นี้ เดือนนี้ ปีนี้ อีก 5 10 ปี คืออะไร เราทำความดีเพื่อตัวเองหรือยังและอย่างไร เราทำความดีเพื่อครอบครัวหรือยังและอย่างไร เราทำความดีเพื่อสังคมหรือยังและอย่างไร เราทำความดีเพื่อประเทศไทยหรือยังและอย่างไร และเราทำความดีเพื่อโลกหรือยังและอย่างไร และเราควรทำวันนี้ให้ดีที่สุด นักศึกษาจึงเรียนรู้ภายในตนเองและได้เชื่อมโยงสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมภายนอกเพื่อนำมาปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีสติ มีความรู้สึกสงบและมีความสุขกับการดำเนินชีวิต นอกจากนี้นักศึกษายังได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนในรูปแบบกิจกรรมที่หลากหลาย ทำให้ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อน ได้เปิดใจยอมรับฟังความคิดของเพื่อนได้แลกเปลี่ยนความรู้สึก ความคิด และประสบการณ์ของกันและกัน ช่วยกันสรุปและรายงานผลเพื่อสร้างแนวคิดและองค์ความรู้ร่วมกันตลอดจนเผยแพร่ข้อคิดที่ตนได้เรียนรู้ไปสู่ผู้อื่นทำให้เกิดการเห็นใจ เข้าใจผู้อื่น เกิดความรัก ความเมตตาต่อตนเอง พ่อแม่ ครอบครัว เพื่อนและสังคมส่วนรวมซึ่งสอดคล้องกับศาสตราจารย์สุมน อมรวิวัฒน์ (อ้างใน ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล, 2550) ที่ได้กล่าวว่า จิตตปัญญาศึกษาเป็นกระบวนการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ เป็นการศึกษาที่เน้นการพัฒนาด้านในอย่างแท้จริง เพื่อให้เกิดความตระหนักรู้ถึงคุณค่าของสิ่งต่างๆ โดยปราศจาก



อคติเกิดความรัก ความเมตตา อ่อนน้อมต่อธรรมชาติมีจิตสำนึกต่อส่วนรวมและสามารถเชื่อมโยงศาสตร์ต่างๆ มาประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างสมดุล

### องค์ความรู้การวิจัย

องค์ความรู้การวิจัยครั้งนี้เป็นการสร้างกิจกรรมจิตตปัญญาศึกษาออนไลน์เพื่อเสริมสร้างคุณธรรม จริยธรรมความเป็นครูของนักศึกษา คือ กิจกรรมจิตตปัญญาศึกษาอันเป็นกระบวนการเรียนรู้ด้านในของตนเอง ด้วยใจอย่างใคร่ครวญ ประกอบด้วย 1) การฟังอย่างลึกซึ้ง (Deep Listening) 2) การน้อมสู่ใจอย่างใคร่ครวญ (Contemplation) และ 3) การเฝ้ามองเห็นตามที่เป็นจริง (Meditation) ผลการเรียนรู้ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในตนเอง (Transformative Learning) ทำให้เกิดความรักความเมตตา เกิดปัญญานำมาปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตได้อย่างสมดุล กิจกรรมจิตตปัญญาศึกษา มี 5 ขั้นตอน ได้แก่

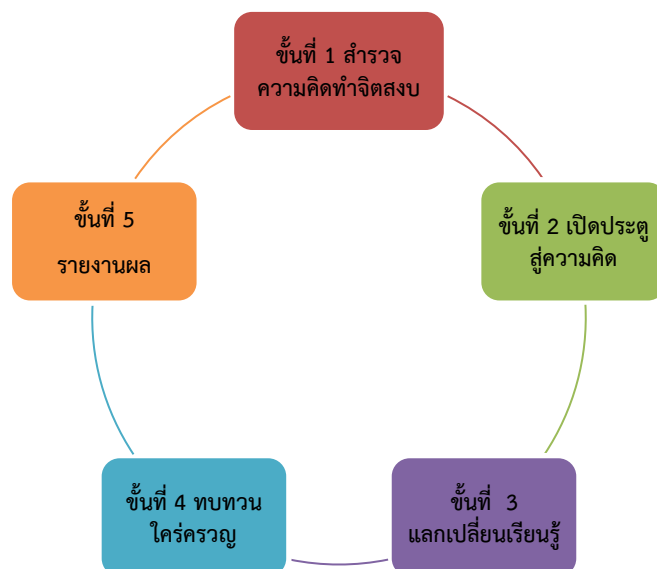
ขั้นที่ 1 สำรวจความคิด ทำจิตสงบ เตรียมตัวเองให้พร้อมเรียนรู้กิจกรรม สวดมนต์ นั่งสมาธิ check-in

ขั้นที่ 2 เปิดประตูสู่ความคิด จุดประกาย ยั่วให้เกิดความคิด เป็นกิจกรรมตั้งคำถามกำหนดประเด็นให้คิด ขวนให้ไตร่ตรอง ใคร่ครวญอย่างลึกซึ้ง หรือการคิดเชื่อมโยงภายในกับภายนอกด้วยตนเอง

ขั้นที่ 3 แลกเปลี่ยนเรียนรู้ เป็นกิจกรรมฟังอย่างลึกซึ้งด้วยสุนทรียสนทนา แลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกันและกันในรูปแบบกลุ่มย่อยขยายสู่กลุ่มใหญ่

ขั้นที่ 4 ทบทวน ใคร่ครวญ สรุปกิจกรรม ใคร่ครวญ ไตร่ตรอง ประมวลความคิดความเข้าใจจนสรุปรวบยอดได้ด้วยตนเอง

ขั้นที่ 5 รายงานผล เป็นกิจกรรมสรุปและรายงานผลเพื่อสร้างแนวคิดและองค์ความรู้ร่วมกันตลอดจนเผยแพร่ข้อคิดที่ตนได้เรียนรู้ไปสู่ผู้อื่น สรุปดังในภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กิจกรรมจิตตปัญญาศึกษา



## ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้
  - 1.1 กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม กระทรวงศึกษาธิการ มหาวิทยาลัยราชภัฏ ควรให้การสนับสนุนส่งเสริมในการนำกิจกรรมจิตตปัญญาศึกษา ไปใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้กับนักศึกษาคณะครุศาสตร์/ศึกษาศาสตร์ หลักสูตรอิงสมรรถนะ 4 ปี
  - 1.2 ควรนำกิจกรรมจิตตปัญญาศึกษา ไปปรับประยุกต์ใช้กับกระบวนการพัฒนาคุณลักษณะความเป็นครูของนักศึกษาในหลักสูตรครุศาสตร์/ศึกษาศาสตร์ หลักสูตรอิงสมรรถนะ 4 ปี
2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป
  - 2.1 ควรมีการศึกษากิจกรรมจิตตปัญญาศึกษากับกลุ่มตัวอย่างอื่นเพื่อนำผลมาปรับปรุงแก้ไขกระบวนการโค้ชด้วยหลักพุทธธรรมของครูพี่เลี้ยงในโรงเรียนร่วมพัฒนาวิชาชีพครูให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น
  - 2.2 ควรมีการวิจัยเพื่อค้นหาตัวแปร/ปัจจัยที่ส่งผลต่อกิจกรรมจิตตปัญญาศึกษา เช่น ระดับทักษะปฏิบัติการ ระดับทักษะการแก้ปัญหา และระดับทักษะการทำงานเป็นทีม เป็นต้น

## เอกสารอ้างอิง

- บุญชม ศรีสะอาด. (2535). **การวิจัยเบื้องต้น**. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: สุวีริยาสาส์นการพิมพ์.
- ประเวศ วะสี. (2550). **วิถีนุชนิยมในศตวรรษที่ 21**. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: สอนเงินมีมา.
- พระพรหมคุณาภรณ์. (ป. อ. ปยุตโต). (2547). **ธรรมานุชชีวัต**. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์สว.
- วิจารณ์ พานิช. (2555). **วิธีสร้างการเรียนรู้เพื่อศิษย์ในศตวรรษที่ 21**. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสดศรี-สฤษดิ์วงศ์.
- ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล. (2550). **รายงานการศึกษาวิจัยพัฒนาชุดการเรียนรู้การอบรมวิทยากรกระบวนการแนวจิตตปัญญาศึกษา**. นครปฐม: ศูนย์จิตตปัญญาศึกษา.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2560). **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560 - 2564)**. กรุงเทพมหานคร: สำนักนายกรัฐมนตรี.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2561). **ยุทธศาสตร์ชาติ พ.ศ. 2561 - 2580 (ฉบับประกาศราชกิจจานุเบกษา)**. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- Gülcan, Nur Yeliz. (2015). Discussing the importance of teaching ethics in education. **Procedia-Social and Behavioral Sciences**. 174. 2622-2625.
- Phramaha Anan Aungurasiri. (2018). Moral Ethics and Development of Learners in Thailand 4.0. **Journal of Innovation in Education and Research**. 2(2).