

การพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคมของนักเรียนบาลี สำนักศาสนศึกษาวัดเขียนเขต จังหวัดปทุมธานี

THE DEVELOPMENT OF SELF-CONFIDENCE THROUGH BUDDHIST-INTEGRATED GUIDANCE ACTIVITIES ON PERSONAL AND SOCIAL ASPECTS FOR PALI STUDENTS AT WAT KHIAN KHET IN PATHUM THANI PROVINCE

<sup>1</sup>พระมหามนต์รี มนต์วีโร (เกิดสีทอง) PhramahaMontri Mantaviro (Kerdsitong)

<sup>2</sup>พระปลัดสรวิชัย อภิปัญญา PhrapaladSoravit Aphipanyo <sup>3</sup>สายหยุด มีฤกษ์ Sayyud Mererk

<sup>4</sup>พระราชสุตถาภรณ์ (ประสงค์ ช้างแสง) Phrarajsutaporn (Prasak Changsang)

<sup>5</sup>พระสิทธิสิงหเสนี (โสภณ สิงหเสนี) Phrasitthisinghasenee (Sophon Singhasenee)

<sup>6</sup>พระครูวิจิตรปทุมรัตน์ (เกรียงไกร ปญญาปทีโป) PhrakruVichitpatumrat (Kreangkrai Panyateepo)

<sup>1, 2, 3, 4, 5, 6</sup>มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand  
Corresponding Author E-mail: Kaiserdin20@gmail.com

Article Received: April 15, 2025. Revised: April 29, 2025. Accepted: April 30, 2025.

## บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคมที่ส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนบาลี และ 2) เพื่อศึกษาผลของการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคมของนักเรียนบาลี สำนักศาสนศึกษา วัดเขียนเขต จังหวัดปทุมธานี การวิจัยนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลองโดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนบาลี (พระภิกษุ) ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองน้อย จำนวน 12 รูป คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยใช้แบบสอบถามวัดระดับความเชื่อมั่นในตนเอง มีเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ 1) แบบสอบถาม 2) ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการ และทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบทางสถิติ

ผลการวิจัยพบว่า 1) กระบวนการพัฒนาชุดกิจกรรมมีประสิทธิภาพ โดยมุ่งเน้นการเชื่อมโยงหลักธรรมกับชีวิตประจำวันของนักเรียนบาลี ผ่านกิจกรรมที่หลากหลาย เช่น การอภิปรายกลุ่ม การฝึกปฏิบัติ การเล่าเรื่อง และการใช้สื่อวิดีโอ เพื่อกระตุ้นการเรียนรู้และการมีส่วนร่วม ทั้งนี้ กระบวนการดังกล่าวได้รับการตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญเพื่อให้เหมาะสมกับเนื้อหา รูปแบบ และเป้าหมายการพัฒนา ส่งผลให้ชุดกิจกรรมสามารถส่งเสริมศักยภาพและความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนบาลีทั้งในด้านส่วนตัวและสังคม และ 2) ผลของการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคมของนักเรียนบาลี พบว่า หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการ นักเรียนบาลีมีระดับความเชื่อมั่นในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยเฉพาะด้านความกล้าเผชิญความจริงและความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ที่พัฒนาเด่นชัด แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมที่เชื่อมโยงหลักธรรมกับชีวิตประจำวันสามารถส่งเสริมทักษะต่างๆ ของผู้เรียนได้เป็นอย่างดี ทั้งนี้ ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการนี้ ไม่เพียงช่วยพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนในทุกด้าน แต่ยังเป็นแนวทางที่สามารถประยุกต์ใช้ในสถาบันการศึกษาทางพระพุทธศาสนาอื่นๆ เพื่อเสริมสร้างพัฒนาการของผู้เรียนอย่างเป็นระบบและมีประสิทธิภาพ

**คำสำคัญ:** ความเชื่อมั่นในตนเอง, ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการ, นักเรียนบาลี

## Abstract

This research article aimed 1) to develop a set of integrated personal and social Buddhist guidance activities to promote self-confidence of Pali students and 2) to study the effect of developing self-confidence with a set of integrated personal and social Buddhist guidance activities of Pali students at the Religious Studies Office, Wat Khian Khet, Pathum Thani Province. This research was a quasi-experimental research using 12 Pali students (monks) with low self-confidence as a sample. The sample group was selected using a self-confidence questionnaire. The research instruments were 1) a questionnaire and 2) a set of integrated Buddhist guidance activities. Data were analyzed using basic statistics, including mean, standard deviation, and statistical tests.

The research results found that 1) the process of developing the activity set was effective, focusing on connecting the principles of Dhamma with the daily life of Pali students through various activities such as group discussions, practice exercises, storytelling, and the use of video media to stimulate learning and participation. The process was also reviewed by experts to ensure that it was appropriate for the content, format, and development goals. As a result, the activity set was able to promote the potential and self-confidence of Pali students in both personal and social aspects. 2) The results of developing self-confidence with the integrated Buddhist guidance activity set in personal and social aspects of Pali students found that after using the integrated Buddhist guidance activity set, Pali students had significantly increased self-confidence at a statistical level of 0.05, especially in terms of courage to face the truth and creativity, which were significantly improved. This showed that the activities connecting to the principles of Dhamma with daily life could promote various skills of students very well. This integrated Buddhist guidance activity set not only helps develop students' self-confidence in all aspects, but it was also a guideline that could be applied in other Buddhist educational institutions to systematically and effectively enhance students' development.

**Keywords:** Self-Confidence, Set of Buddhist-Integrated Guidance Activities, Pali Students

## บทนำ

การศึกษาเป็นกระบวนการสำคัญในการพัฒนาศักยภาพและคุณลักษณะของบุคคล เป็นหนึ่งในเป้าหมายสำคัญของการศึกษา คือการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งถือเป็นพื้นฐานสำคัญในการทำงานและการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ความเชื่อมั่นในตนเองเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการพัฒนาศักยภาพของบุคคล การมีความเชื่อมั่นในตนเองจะทำให้บุคคลสามารถเผชิญกับความท้าทายและปัญหาต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะในบริบทของการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม ความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนบาลีมีผลโดยตรงต่อการเรียนรู้และความสามารถในการพัฒนาทักษะต่างๆ สำนักศาสนศึกษาวัดเขียนเขตจังหวัดปทุมธานี เป็นสถานศึกษาที่มุ่งเน้นการศึกษาในด้านศาสนาและภาษาบาลี ได้ก่อตั้งเมื่อปี พ.ศ. 2542 เป็นสำนักศาสนศึกษาแผนกบาลีแห่งแรกของจังหวัดปทุมธานี จากการสังเกตพบว่า นักเรียนในสำนักเรียนนี้

เผชิญกับความกดดันในการเรียนรู้และการสอบบาลีซึ่งเป็นวิชาที่มีความซับซ้อนและยากลำบาก ความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนมีผลต่อการเรียนรู้และผลการสอบเป็นอย่างมาก รวมถึงด้านส่วนตัวและสังคมด้วยการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองจึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากนักเรียนบาลีกลุ่มนี้ มีบทบาทสำคัญในการสืบสานและเผยแผ่พระพุทธศาสนา การมีความเชื่อมั่นในตนเองจะช่วยให้นักเรียนสามารถปฏิบัติศาสนกิจได้อย่างมีประสิทธิภาพและมั่นคง

การแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการเป็นวิธีการที่ใช้หลักธรรมคำสอนทางพุทธศาสนาในการแนะแนวและพัฒนาการเรียน โดยเน้นการสร้างความเข้าใจในตนเอง การฝึกปฏิบัติตามหลักธรรมคำสอนอย่างถูกวิธี เช่น การฝึกสมาธิและการพัฒนาจิตใจด้วยหลักธรรมที่เหมาะสมกับตัวของนักเรียนเพื่อให้เกิดความมั่นใจในการกล้าตัดสินใจ การทำงานในด้านต่างๆ และใช้ชีวิตในแต่ละวัน เพื่อให้ได้รับความสุขและประสบความสำเร็จในหน้าที่เป็นที่ยอมรับของครอบครัว และรู้สึกยอมรับในความเป็นตัวของตัวเอง เพราะฉะนั้น หลักพุทธบูรณาการจึงเป็นปัจจัยที่สำคัญในการส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง การนำหลักพุทธบูรณาการมาใช้ในการแนะแนวการศึกษาและการพัฒนาบุคลิกภาพของนักเรียนบาลี จึงเป็นแนวทางที่น่าสนใจและมีศักยภาพในการสร้างผลลัพธ์ที่ดี (สิน สีสอม, 2561) จากการศึกษาข้อมูลเบื้องต้นพบว่าปัจจุบันนักเรียนบาลีในสำนักศาสนศึกษาวัดเขียนเขตยังมีปัญหาเกี่ยวกับความเชื่อมั่นในตนเองในระดับหนึ่ง เช่น การไม่มั่นใจในความสามารถของตนเอง ความกลัวต่อการแสดงออกในที่สาธารณะ เช่น การแสดงธรรม การบรรยายธรรม การเป็นหัวหน้านำเจริญพระพุทธมนต์ในงานต่างๆ เป็นต้น และการไม่กล้าตัดสินใจอย่างมั่นคง ปัญหาเหล่านี้ไม่เพียงแต่จะส่งผลกระทบต่อการเรียนรู้และการปฏิบัติหน้าที่ในด้านต่างๆ ของนักเรียน หากนักเรียนบาลีที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ไปจนเป็นผู้นำ เช่น เป็นเจ้าอาวาส เป็นผู้ช่วยเจ้าอาวาส หรือเป็นอาจารย์ในอนาคต จะมีผลกระทบหลายด้าน ได้แก่

- 1) ผลกระทบต่อการปฏิบัติหน้าที่ คือ การขาดความเชื่อมั่นในตนเองทำให้เป็นผู้นำที่ลังเลและไม่มี ความมั่นใจในการตัดสินใจ ส่งผลให้การตัดสินใจในเรื่องสำคัญอาจไม่เด็ดขาดและล่าช้า ซึ่งอาจทำให้การบริหารงานหรือการแก้ไขปัญหาไม่เป็นไปตามเป้าหมาย และผู้นำที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเองอาจมีปัญหาในการสื่อสารแนวคิดและนโยบายของตนให้ชัดเจนและน่าเชื่อถือ ทำให้เกิดความสับสนและขาดความไว้วางใจจากผู้ใต้บังคับบัญชา
- 2) ผลกระทบต่อองค์กรหรือชุมชน คือ การขาดความเชื่อมั่นในตนเองอาจทำให้ผู้นำไม่สามารถสร้างความน่าเชื่อถือและความศรัทธาในตัวเองจากสมาชิกในองค์กรหรือชุมชนได้ ซึ่งจะส่งผลให้เกิดการขาดความไว้วางใจและความเป็นเอกภาพในองค์กร และผู้นำที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเองอาจมีความกลัวและไม่กล้ารับผิดชอบในเรื่องของโครงการหรือแนวทางใหม่ๆ ทำให้การพัฒนาองค์กรหรือชุมชนไม่ก้าวหน้าเท่าที่ควร
- 3) ผลกระทบต่อบุคลากร คือ ผู้นำที่ไม่มี ความเชื่อมั่นในตนเองอาจไม่สามารถให้การสนับสนุนและการแนะนำที่เพียงพอแก่ผู้ใต้บังคับบัญชา ทำให้ผู้ใต้บังคับบัญชาเกิดความรู้สึกขาดการสนับสนุน และอาจนำไปสู่การขาดความภักดีต่อองค์กร และผู้นำที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเองอาจไม่สามารถสร้างแรงจูงใจให้แก่ทีมงานหรือชุมชนได้ ทำให้เกิดบรรยากาศการทำงานที่ไม่สดใสและขาดแรงผลักดันในการทำงาน
- 4) ผลกระทบต่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนา คือ ผู้นำทางศาสนาที่ขาดความเชื่อมั่นในตนเองอาจไม่กล้าถ่ายทอดความรู้และหลักธรรมให้แก่ผู้มีศรัทธาอย่างเต็มที่ ทำให้การเผยแผ่พระพุทธศาสนา ไม่แพร่หลายและเข้าถึงผู้คนได้อย่างทั่วถึง ทั้งยังเป็นเหตุแห่งความเสื่อมสูลงของพระพุทธศาสนา ดังพระพุทธดำรัสว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุทั้งหลายไม่บอกธรรมตามที่ตนเองได้สดับมา ตามที่ได้เล่าเรียนมาแก่ผู้อื่นโดยพิสดาร นี่เป็นธรรมประการที่ 3 ย่อมเป็นไปเพื่อความอันตราย เพื่อความเสื่อมสูลงแห่งพระสัทธรรม” เป็นต้น (อง.ปญจก. (ไทย) 22/155/253) และการขาดความเชื่อมั่นในตนเองทำให้ผู้นำทางศาสนาไม่สามารถเป็นแบบอย่างที่ดีในการดำเนินชีวิตตามหลักธรรมได้ ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อเรียนแบบและการปฏิบัติธรรมของผู้ศรัทธา การพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนบาลีจึงมี

ความสำคัญอย่างยิ่ง เพื่อเตรียมความพร้อมให้พวกเขาสามารถเป็นผู้นำที่มีประสิทธิภาพและสร้างประโยชน์ต่อตนเอง สังคมและพระพุทธศาสนาในอนาคตได้ การวิจัยนี้จึงมีวัตถุประสงค์ในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนบาลี โดยการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคม เป็นการประยุกต์ใช้หลักธรรมคำสอนทางพุทธศาสนาในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น ซึ่งไม่เพียงแต่จะช่วยให้นักเรียนบาลีมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นแต่ยังเป็นการส่งเสริมการพัฒนาทางด้านจิตใจและการเรียนรู้ในภาพรวมด้วย ผลการวิจัยนี้จะเป็นแนวทางการฝึกอบรมและการพัฒนาบุคลิกภาพที่เหมาะสมสำหรับนักเรียนบาลี รวมถึงสามารถประยุกต์ใช้กับการศึกษาและการแนะแนวในโรงเรียนอื่นๆ ที่มีนักเรียนกลุ่มเป้าหมายคล้ายคลึงกัน

จากที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคมของนักเรียนบาลี สำนักศาสนศึกษาวัดเขียนเขต จังหวัดปทุมธานี เพื่อนำเอาองค์ความรู้ที่ได้รับมาพัฒนาและประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมและเกิดประโยชน์สูงสุดกับนักเรียนบาลีในสำนักศาสนศึกษาวัดเขียนเขต จังหวัดปทุมธานี

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคมที่ส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนบาลี สำนักศาสนศึกษาวัดเขียนเขต จังหวัดปทุมธานี
2. เพื่อศึกษาผลของการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคมของนักเรียนบาลี สำนักศาสนศึกษาวัดเขียนเขต จังหวัดปทุมธานี

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง โดยมีขั้นตอนการดำเนินงานวิจัย ดังนี้

1. ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนบาลีในสำนักศาสนศึกษาวัดเขียนเขต จังหวัดปทุมธานี ปี พ.ศ. 2567 ซึ่งเป็นพระภิกษุ จำนวน 25 รูป โดยผู้วิจัยใช้แบบสอบถามวัดระดับความเชื่อมั่นในตนเอง ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง จากผลการประเมินพบว่า มีนักเรียนบาลีที่มีระดับความเชื่อมั่นในตนเองน้อย จำนวน 12 รูป กลุ่มดังกล่าวจึงได้รับการคัดเลือกให้เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคม

#### 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1 แบบสอบถามวัดระดับความเชื่อมั่นในตนเอง ผู้วิจัยได้ปรับปรุงแบบสอบถามจาก แบบวัดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของ Rosenberg (1965) และ แบบวัดความเชื่อมั่นในตนเองของร่มเกล้า ช่างน้อย (2558) เพื่อใช้วัดระดับความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนบาลี ทั้งก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมการแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคม โดยมีขั้นตอนการพัฒนาเครื่องมือ ดังนี้ 1) ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง 2) กำหนดกรอบแนวคิดและวัตถุประสงค์ โดยปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ 3) พัฒนาแบบสอบถามให้ครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัย 4) นำเสนอร่างเครื่องมือต่ออาจารย์ที่ปรึกษา และผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity) ความชัดเจนของคำถาม และความเหมาะสมของภาษา 5) หาค่าดัชนีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ (IOC) โดยจะคงข้อความหรือคำถามที่มีค่าดัชนีที่ 1.00 ไว้ 6) ทดสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) โดยทดลองใช้แบบสอบถามกับนักเรียนบาลีที่ศูนย์อบรมเยาวชนลาดหลุมแก้ว ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 ชุด แล้วคำนวณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha) และ 7) ปรับปรุงแบบสอบถามตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญ จากนั้นนำเสนอเพื่อขอความเห็นชอบก่อนจัดพิมพ์เป็นฉบับสมบูรณ์

2.2 ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคม ผู้วิจัยศึกษาเอกสารงานวิจัย และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง 5 ด้าน ได้แก่ กล้าแสดงออก ความมั่นคงทางจิตใจ กล้าตัดสินใจ กล้าเผชิญความจริง และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ รวมถึงนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ ได้แก่ เวสัชชชกรณธรรม หมายถึง ธรรมะสำหรับการฝึกฝนบุคคลให้มีความกล้ากล้า มีความมั่นใจ มีอยู่ 5 ข้อ ได้แก่ ศรัทธา ความเชื่อที่มีเหตุผล, ศีล การประพฤติที่ถูกต้องดีงาม, พหุสัจจะ การได้ศึกษาเล่าเรียน ทรงจำ มามาก, วิริยารัมภะ ปราศจากความเพียรไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค, และปัญญา ความรอบรู้ เข้าใจชัดในสิ่งต่างๆ ด้วยเหตุผล (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2546) พัฒนาเป็นชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคมที่ส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนบาลี สำนักศาสนศึกษาวัดเขียนเขต จังหวัดปทุมธานี

### 3. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลตามแนวทางการวิจัยแบบกึ่งทดลอง แบ่งเป็น 2 ตอน คือ ตอนที่ 1 วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพทั่วไปของนักเรียนบาลีผู้ตอบแบบสอบถาม โดยใช้วิธีหาค่าความถี่ออกมาเป็นร้อยละ และตอนที่ 2 วิเคราะห์ข้อมูลผลการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคมของนักเรียนบาลี สำนักศาสนศึกษาวัดเขียนเขต จังหวัดปทุมธานี จากคะแนนแบบสอบถามวัดระดับความเชื่อมั่นในตนเองของกลุ่มตัวอย่าง ทั้งก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์หาค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความเชื่อมั่นในตนเอง เพื่อแสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงและแนวโน้มการพัฒนานักเรียนบาลีกลุ่มตัวอย่าง

### สรุปผลการวิจัย

1. การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคมที่ส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนบาลี สำนักศาสนศึกษาวัดเขียนเขต จังหวัดปทุมธานี ดำเนินการตามขั้นตอนสำคัญ ดังนี้

1.1 การศึกษาวรรณกรรมและแนวคิดที่เกี่ยวข้อง เป็นขั้นตอนแรกที่มีความสำคัญต่อการกำหนดแนวทางในการพัฒนาชุดกิจกรรม โดยผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อมั่นในตนเอง 5 ด้าน ได้แก่ กล้าแสดงออก ความมั่นคงทางจิตใจ กล้าตัดสินใจ กล้าเผชิญความจริง และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ นอกจากนี้ ยังมีการนำหลักเวสัชชชกรณธรรม 5 ประการ ซึ่งประกอบด้วย ศรัทธา ศีล พหุสัจจะ วิริยารัมภะ และปัญญา ที่มีความสอดคล้องกันมาประยุกต์ใช้ร่วมกับแนวคิดทางจิตวิทยาเพื่อพัฒนากิจกรรมให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย

1.2 การกำหนดโครงสร้างและรูปแบบของชุดกิจกรรม ผู้วิจัยได้วางแผนกิจกรรมให้ครอบคลุมทั้ง 5 ด้านของความเชื่อมั่นในตนเอง มีเป้าหมายการเรียนรู้ที่ชัดเจน และใช้หลักธรรมที่เกี่ยวข้องให้สอดคล้องกันในแต่ละด้าน พร้อมทั้งออกแบบการประเมินผลทั้งก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อวัดผลพัฒนาการของนักเรียนอย่างเป็นระบบ

1.3 การออกแบบชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการ การออกแบบชุดกิจกรรมเน้นการเชื่อมโยงหลักธรรมกับสถานการณ์ในชีวิตประจำวันของนักเรียน โดยแต่ละกิจกรรมได้รับการออกแบบให้มีความหลากหลาย เช่น การเรียนรู้ผ่านสื่อวิดีโอ การอภิปรายกลุ่ม การเล่าเรื่อง การเขียนบันทึก และการฝึกปฏิบัติ เพื่อกระตุ้นการเรียนรู้และการมีส่วนร่วมของนักเรียน

1.4 การตรวจสอบและปรับปรุงกิจกรรม ผู้วิจัยได้นำชุดกิจกรรมที่ออกแบบไปขอคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญทางพระพุทธศาสนา จิตวิทยา และการแนะแนว เพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหาและรูปแบบกิจกรรม และได้ปรับปรุงตามข้อเสนอแนะเพื่อให้กิจกรรมมีประสิทธิภาพตรงตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

1.5 การทดลองใช้ชุดกิจกรรม ชุดกิจกรรมที่ได้ถูกนำไปทดลองใช้กับนักเรียนบาลีที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างวิจัย ณ ศูนย์อบรมเยาวชนคนลาดหลุมแก้ว จังหวัดปทุมธานี จำนวน 30 รูป โดยมีการสังเกตพฤติกรรมและเก็บข้อมูลย้อนกลับ เพื่อนำมาปรับปรุงให้เหมาะสมก่อนนำไปใช้จริง

1.6 การประเมินและสรุปผลการพัฒนา การวิเคราะห์ข้อมูลจากการทดลองใช้แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมที่พัฒนาขึ้นสามารถส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนได้จริง และการนำผลการประเมินมาปรับปรุงเพิ่มเติมทำให้ชุดกิจกรรมมีความสมบูรณ์และพร้อมสำหรับการนำไปใช้จริงในการวิจัย

โดยสรุปกระบวนการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการนี้ได้ดำเนินการอย่างเป็นระบบ โดยอาศัยหลักกรรมทางพระพุทธศาสนาควบคู่กับแนวคิดทางจิตวิทยา ทำให้เกิดกิจกรรมแนะแนวที่เหมาะสมกับบริบทของนักเรียนบาลีได้เป็นอย่างดี และสามารถนำไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. ผลของการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคมของนักเรียนบาลี สำนักศาสนศึกษาวัดเขียนเขต จังหวัดปทุมธานี

**ตารางที่ 1** ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของนักเรียนบาลี สำนักศาสนศึกษาวัดเขียนเขต จังหวัดปทุมธานี ก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคมที่ส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง โดยภาพรวม

ความเชื่อมั่นในตนเอง	ก่อนใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวฯ			หลังใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวฯ		
	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
1. ด้านกล้าแสดงออก	2.02	0.719	น้อย	3.47	0.865	ปานกลาง
2. ด้านความมั่นคงทางจิตใจ	2.10	0.850	น้อย	3.43	0.739	ปานกลาง
3. ด้านกล้าตัดสินใจ	2.08	0.842	น้อย	3.40	0.688	ปานกลาง
4. ด้านกล้าเผชิญความจริง	2.43	0.803	น้อย	3.88	0.818	มาก
5. ด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์	2.25	0.868	น้อย	3.53	0.865	มาก
<b>ภาพรวม</b>	<b>2.18</b>	<b>0.832</b>	<b>น้อย</b>	<b>3.54</b>	<b>0.817</b>	<b>มาก</b>

จากตารางที่ 1 พบว่า หลังการใช้ชุดกิจกรรม มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนบาลีโดยภาพรวม เพิ่มขึ้นจากระดับน้อย ( $\bar{x} = 2.18$ , S.D. = 0.832) เป็นระดับมาก ( $\bar{x} = 3.54$ , S.D. = 0.817) แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงเชิงบวกหลังการเข้าร่วมกิจกรรม สำหรับผลพิจารณารายด้าน เรียงลำดับจากค่าเฉลี่ยมากไปน้อย ได้แก่ 1) ด้านความกล้าเผชิญความจริง มีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นจาก ( $\bar{x} = 2.43$ , S.D. = 0.803) เป็น ( $\bar{x} = 3.88$ , S.D. = 0.818) ซึ่งเป็นด้านที่มีการพัฒนาเด่นชัดที่สุด 2) ด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองอย่างเห็นได้ชัด โดยค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นจาก ( $\bar{x} = 2.25$ , S.D. = 0.868) เป็น ( $\bar{x} = 3.53$ , S.D. = 0.865) 3) ด้านกล้าแสดงออก ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ ( $\bar{x} = 2.02$ , S.D. = 0.719) อยู่ในระดับน้อย แต่หลังจากเข้าร่วมกิจกรรม ค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น ( $\bar{x} = 3.47$ , S.D. = 0.865) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง 4) ด้านความมั่นคงทางจิตใจ ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ ( $\bar{x} = 2.10$ , S.D. = 0.850) อยู่ในระดับน้อย แต่หลังจากเข้าร่วมกิจกรรม ค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น ( $\bar{x} = 3.43$ , S.D. = 0.739) ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง และ 5) ด้าน

กล้าตัดสินใจ มีค่าเฉลี่ยหลังเข้าร่วมกิจกรรมอยู่ที่ ( $\bar{x} = 3.40$ , S.D. = 0.688) แม้จะเพิ่มขึ้น แต่ยังคงถือว่าเป็นด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดเมื่อเทียบกับด้านอื่นๆ

โดยสรุปนักเรียนบาลี สำนักศาสนศึกษาวัดเขียนเขต จังหวัดปทุมธานี กลุ่มตัวอย่าง 12 รูป ที่มีอายุ, พรรษา, ชั้นเปรียญธรรมที่กำลังศึกษา แตกต่างกัน หลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการ ด้านส่วนตัวและสังคมที่ส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

## อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีผลการวิจัยที่สามารถนำมาอภิปรายผลการวิจัยได้ดังนี้

1. ผลการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคมที่ส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนบาลี สำนักศาสนศึกษาวัดเขียนเขต จังหวัดปทุมธานี พบว่ามีการดำเนินการอย่างเป็นระบบ ผ่านการศึกษาวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง กำหนดโครงสร้าง ออกแบบ ตรวจสอบและปรับปรุง การทดลองใช้ และการประเมินผล กระบวนการทั้งหมดได้รับการพัฒนาโดยใช้หลักเวชศาสตร์ชุมชนธรรม 5 ประการ ซึ่งประกอบด้วย ศรัทธา ศิล พาทุสัจจะ วิริยารัมภะ และปัญญา ผสมผสานกับแนวคิดทางจิตวิทยาที่เน้นการส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง 5 ด้าน ได้แก่ กล้าแสดงออก ความมั่นคงทางจิตใจ กล้าตัดสินใจ กล้าเผชิญความจริง และความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ทำให้กิจกรรมที่พัฒนาขึ้นมีความเหมาะสมกับนักเรียนบาลีและสามารถตอบสนองต่อความต้องการของกลุ่มเป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีความสอดคล้องกับงานวิจัยของสุพรรณิ ทองนวล (2562) ที่พบว่า ชุดกิจกรรมที่สร้างขึ้นดำเนินการอย่างเป็นระบบและมีประสิทธิภาพ เป็นกิจกรรมมีขั้นตอนตลอดทั้ง 10 ชุดกิจกรรม สอดคล้องกับวัตถุประสงค์มีส่วนช่วยสร้างบรรยากาศและการเรียนรู้ให้ผู้เข้าร่วมได้มีส่วนร่วมผ่านวงจรการเรียนรู้ ได้แก่ ขั้นที่ 1 แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ผ่านบทบาทสมมติ ทำกิจกรรมสถานการณ์จำลอง ฟัง/อ่านกรณีศึกษา ค้นคว้า การเล่าเรื่อง แบ่งปันประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับสาระสำคัญหรือผลลัพธ์การเรียนรู้ ขั้นที่ 2 สะท้อนกลับการเรียนรู้ โดยการวิเคราะห์และแสดงความคิดเห็น ขั้นที่ 3 สรุปสาระสู่ชีวิต ผ่านการอภิปรายและศึกษาทฤษฎีเพิ่มเติม และขั้นที่ 4 คิดและนำไปปฏิบัติ โดยทดลองใช้ความรู้ในชีวิตจริง ซึ่งผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า กระบวนการแนะแนวนี้ ช่วยส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีมุมมองเชิงบวกต่อตนเอง มองเห็นศักยภาพของตนต่อเป้าหมายในอนาคต และยอมรับตนเองมากขึ้น และสอดคล้องกับงานวิจัยของพระมหาวิมลธรรม ญาณกิตติ (ศรีชัย) (2564) ที่พบว่า บุคลิกภาพที่ดีของพระภิกษุเป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างศรัทธาและความเชื่อมั่นในพระพุทธศาสนา การที่พระภิกษุมีบุคลิกภาพดีไม่เพียงช่วยให้ประชาชนเกิดความเคารพศรัทธาเท่านั้น แต่ยังช่วยให้พระภิกษุเองเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญในการทำหน้าที่เผยแผ่พระพุทธศาสนา และหลักเวชศาสตร์ชุมชนธรรม สอดคล้องกับแนวคิดของสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต) (2546) ที่ได้กล่าวไว้ว่า ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนามีหลักธรรมชื่อว่า เวชศาสตร์ชุมชนธรรม เป็นหลักธรรมเพื่อการฝึกฝนพระภิกษุให้มีความกล้ากล้า มีความมั่นใจ ซึ่งชี้ให้เห็นว่าการเชื่อมโยงหลักธรรมเข้ากับกิจกรรมที่ออกแบบมาอย่างเหมาะสมช่วยเสริมสร้างคุณลักษณะทางด้านจิตใจและพฤติกรรมในเชิงบวกให้กับผู้เรียนได้

จากผลการพัฒนาทำให้ทราบว่า กระบวนการทั้งหมดมีประสิทธิภาพ เนื่องจากมุ่งเน้นการเชื่อมโยงหลักธรรมกับชีวิตประจำวันของนักเรียนบาลี ผ่านการออกแบบกิจกรรมที่หลากหลาย เช่น การอภิปรายกลุ่ม การฝึกปฏิบัติ การเล่าเรื่อง และการใช้สื่อวิดีโอ เพื่อกระตุ้นการเรียนรู้และการมีส่วนร่วม กระบวนการนี้ยังได้รับการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญในด้านต่างๆ เพื่อให้แน่ใจว่ามีความเหมาะสมในเชิงเนื้อหา รูปแบบ และ

เป้าหมายการพัฒนา ดังนั้น การพัฒนาชุดกิจกรรมนี้จึงเป็นกระบวนการที่สอดคล้องกับแนวคิดทางการศึกษา และหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ช่วยส่งเสริมศักยภาพความเชื่อมั่นในตนเองทั้งด้านส่วนตัวและสังคมของ นักเรียนบาลีได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. ผลของการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัว และสังคมของนักเรียนบาลี สำนักศาสนศึกษาวัดเขยีนเขต จังหวัดปทุมธานี พบว่า ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิง พุทธบูรณาการสามารถพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนบาลีในทุกด้านอย่างมีนัยสำคัญ โดยค่าเฉลี่ย ของความเชื่อมั่นในตนเองโดยภาพรวมเพิ่มขึ้นจากระดับน้อย ( $\bar{x} = 2.18$ , S.D. = 0.832) ก่อนเข้าร่วมกิจกรรม เป็นระดับมาก ( $\bar{x} = 3.54$ , S.D. = 0.817) หลังการเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งแสดงให้เห็นว่ากิจกรรมที่พัฒนาขึ้น สามารถตอบสนองเป้าหมายการส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองด้านส่วนตัวและสังคมได้อย่างชัดเจน สอดคล้อง กับแนวคิดของ Kernis (2003) ที่กล่าวว่า ความเชื่อมั่นในตนเองที่สมดุล (Optimal Self-Esteem) ไม่ได้ หมายความว่ามีความมั่นใจในระดับสูงสุดเสมอไป แต่เป็นความมั่นใจที่มีพื้นฐานจากการตระหนักรู้และยอมรับ ในข้อดีและข้อเสียของตนเอง ซึ่งช่วยให้สามารถเผชิญกับความท้าทายได้ในทุกสถานการณ์ เมื่อพิจารณาเป็น รายด้าน พบว่า ด้านที่มีการพัฒนามากที่สุดคือ ด้านกล้าเผชิญความจริง โดยค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นจากระดับน้อย ( $\bar{x} = 2.43$ , S.D. = 0.803) เป็นระดับมาก ( $\bar{x} = 3.88$ , S.D. = 0.818) เนื่องจากการออกแบบกิจกรรมที่เน้นการ สะท้อนความจริงในชีวิตประจำวันของนักเรียนผ่านการฝึกตั้งเป้าหมาย การวางแผนชีวิต และการแบ่งปัน ประสบการณ์กับเพื่อนๆ มีส่วนช่วยให้นักเรียนกล้าที่จะเผชิญความจริงและพัฒนาตนเองต่อไป การเรียนรู้ที่จะ เผชิญความจริงอย่างมีสติและการปรับปรุงตนเองเป็นผลลัพธ์สำคัญที่ช่วยให้พวกเขารับมือกับความท้าทาย ใหม่ๆ ได้อย่างมั่นใจ สอดคล้องกับทฤษฎีของ Carl Rogers (1961) ที่เห็นว่า “Self-Concept” (มโนทัศน์ ตนเอง) และ “Self-Acceptance” (การยอมรับตนเอง) เป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาและเสริมสร้างความ มั่นใจของบุคคล บุคคลที่สามารถยอมรับข้อดีและข้อเสียของตนเองได้จะสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างมี ประสิทธิภาพ ด้านที่มีการพัฒนาเด่นชัดถัดมาคือ ด้านความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ เพิ่มขึ้นจาก ( $\bar{x} = 2.25$ , S.D. = 0.868) เป็น ( $\bar{x} = 3.53$ , S.D. = 0.865) แสดงให้เห็นว่ากิจกรรมที่เน้นการส่งเสริมความคิดใหม่ๆ ผ่านการเขียน การอภิปราย การประยุกต์หลักธรรมในการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์และการทำงานเป็นกลุ่มมีส่วนช่วย กระตุ้นให้เกิดการแลกเปลี่ยนแนวคิดที่หลากหลายและการพัฒนาศักยภาพในการริเริ่มสิ่งใหม่ๆ สอดคล้องกับ แนวคิดของ Albert Bandura (1997) ที่กล่าวว่าบุคคลที่มีความเชื่อมั่นว่าตนเองสามารถจัดการกับสถานการณ์ ต่างๆ ได้ จะมีแนวโน้มที่จะกล้าลงมือทำสิ่งใหม่ๆ และแสวงหาทางแก้ไขปัญหาที่สร้างสรรค์มากขึ้น สำหรับด้าน กล้าแสดงออก มีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นจากระดับน้อย ( $\bar{x} = 2.02$ , S.D. = 0.719) เป็นระดับปานกลาง ( $\bar{x} = 3.47$ , S.D. = 0.865) สะท้อนให้เห็นว่ากิจกรรมฝึกการพูดในที่สาธารณะ การเล่าเรื่อง และการแสดงความคิดเห็นใน ชั้นเรียนช่วยเพิ่มความมั่นใจให้นักเรียนมากขึ้น อีกทั้งการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนๆ ยังส่งเสริมทักษะ การสื่อสารและการยอมรับความคิดเห็นที่แตกต่าง สอดคล้องกับแนวคิดของ Albert Bandura (1997) ที่กล่าว ว่า “Self-Efficacy” (ความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง) ส่งผลต่อพฤติกรรมการกล้าแสดงออกของ บุคคล โดยผู้ที่มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองสูงจะมีแนวโน้มกล้าพูด กล้าทำ และมีความสามารถในการควบคุมปฏิสัมพันธ์ทางสังคมได้ดี สำหรับด้านความมั่นคงทางจิตใจ มีการพัฒนาจากระดับน้อยเป็นระดับ ปานกลาง โดยค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นจากน้อย ( $\bar{x} = 2.10$ , S.D. = 0.850) เป็นระดับปานกลาง ( $\bar{x} = 3.43$ , S.D. = 0.739) แสดงให้เห็นว่า กิจกรรมฝึกสมาธิและการเขียนบันทึกประสบการณ์ช่วยให้นักเรียนพัฒนาความมั่นคง ทางอารมณ์และสามารถจัดการกับความเครียดหรือควบคุมอารมณ์ในสถานการณ์ที่ท้าทายได้ดีขึ้น สอดคล้อง กับแนวคิดของศรีจันทร์ พรจิราศิลป์ (2567) ที่กล่าวว่า การผ่อนคลายทางร่างกายและจิตใจ เช่น การหายใจ

ลึกๆ การทำสมาธิ การคิดในแง่บวก สามารถช่วยลดความเครียดและเสริมสร้างความมั่นคงทางอารมณ์ได้ การฝึกคลายเครียดเป็นประจำ โดยเฉพาะก่อนนอนจะช่วยให้จิตใจสงบ นอนหลับสบาย และส่งผลให้สามารถรับมือกับปัญหาต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม ส่วนด้านกล้าตัดสินใจ แม้ว่าจะมีการพัฒนาเชิงบวกเพิ่มขึ้นจากระดับน้อย ( $\bar{x} = 2.20$ , S.D. = 0.854) เป็นระดับปานกลาง ( $\bar{x} = 3.40$ , S.D. = 0.688) แต่ยังคงถือว่าเป็นด้านที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดเมื่อเทียบกับด้านอื่นๆ ซึ่งอาจเกิดจากการที่นักเรียนยังต้องการเวลาและการสนับสนุนเพิ่มเติมในการพัฒนาทักษะการตัดสินใจ สอดคล้องกับแนวคิดของ Albert Bandura (1997) ที่ระบุว่า บุคคลที่มี Self-Efficacy สูง จะมีแนวโน้มที่จะกล้าตัดสินใจมากขึ้น เพราะพวกเขาเชื่อมั่นว่าการตัดสินใจของตนเองสามารถนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ดีได้ ซึ่งหมายความว่าหากนักเรียนได้รับการฝึกฝนประสบการณ์ที่มากขึ้น พวกเขาจะสามารถพัฒนาทักษะการตัดสินใจได้ดีขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของกรรณิศา ปิ่นแก้ว (2561) ที่พบว่า กิจกรรมแนะแนวช่วยเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียน โดยการจัดกิจกรรมที่มีระบบและขั้นตอนชัดเจน เช่น การแสดงบทบาทสมมติ สื่อประสม ทำให้นักเรียนได้เรียนรู้ผ่านประสบการณ์ตรง เกิดความสนใจ ไม่รู้สึกลำบาก และสามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวัน ซึ่งช่วยให้พัฒนาตนเองตามศักยภาพ มองเห็นคุณค่าของตนเอง และปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดี และสอดคล้องกับงานวิจัยของกรรณิศา อุตธารนิช (2556) ที่พบว่า ผู้เรียนมีความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้นหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว เนื่องจากกิจกรรมเหล่านี้เน้นการมีส่วนร่วมและการแสดงออกทางความคิดและการกระทำ อีกทั้งยังช่วยกระตุ้นให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ ช่วยส่งเสริมความมั่นคงทางจิตใจ และทำให้สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงได้อย่างเหมาะสม

ผลการวิจัยดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า กิจกรรมที่เชื่อมโยงหลักธรรมกับชีวิตประจำวันสามารถกระตุ้นการพัฒนาทักษะด้านต่างๆ ของผู้เรียนได้ ดังนั้น ชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการที่พัฒนาขึ้นไม่เพียงแต่ส่งผลต่อการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนในทุกด้าน แต่ยังแสดงให้เห็นถึงความเหมาะสมในการประยุกต์ใช้หลักธรรมและแนวคิดทางจิตวิทยาอย่างเป็นระบบ ทำให้เกิดผลเชิงบวกที่สามารถนำไปปรับใช้ในสถาบันการศึกษาทางพระพุทธศาสนาอื่นๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

### องค์ความรู้การวิจัย

องค์ความรู้การวิจัย คือ การพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองด้วยชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคมของนักเรียนบาลี สำนักศาสนศึกษาวัดเขยอนเขต จังหวัดปทุมธานี จากผลการวิจัยทำให้ทราบว่า

1. ความกล้าแสดงออก พบว่า นักเรียนมีพัฒนาการที่ชัดเจน โดยสามารถปฏิเสธคำร้องขออย่างมีเหตุผล และแสดงความคิดเห็นในสถานการณ์ที่แตกต่างกันได้ดีขึ้น กิจกรรมเล่าเรื่องและการแสดงออกต่อหน้าชั้นเรียนช่วยเสริมสร้างความมั่นใจและลดความกังวลในการพูดในที่สาธารณะ

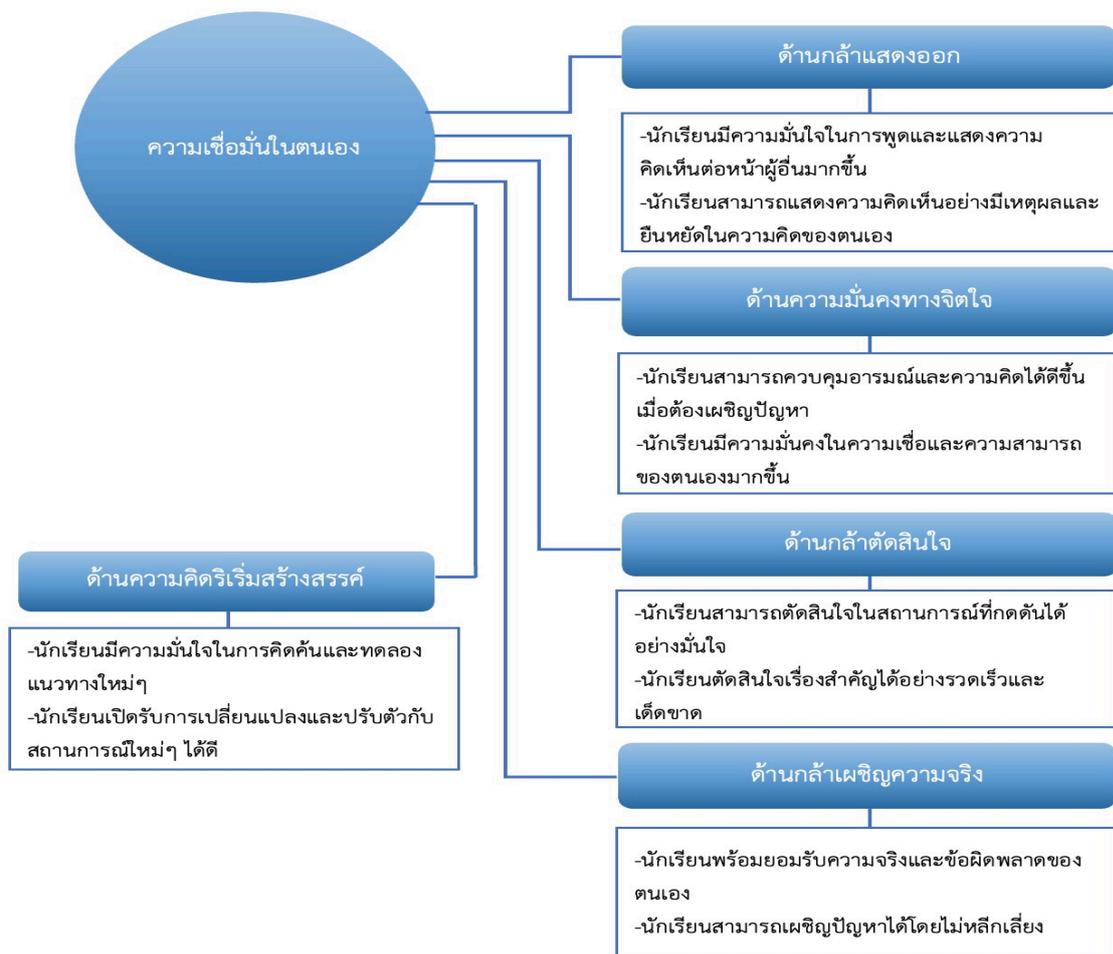
2. ความมั่นคงทางจิตใจ พบว่า นักเรียนสามารถรักษาความมั่นคงทางอารมณ์และยับยั้งคิดในความคิดของตนเอง กิจกรรมฝึกสมาธิและการเขียนบันทึกมีส่วนสำคัญในการช่วยให้นักเรียนสามารถสำรวจความคิดและความรู้สึกของตนเองได้ดีขึ้น ส่งผลให้มีสติและตัดสินใจอย่างรอบคอบ

3. ความกล้าตัดสินใจ พบว่า นักเรียนสามารถตัดสินใจได้มั่นใจขึ้น โดยเฉพาะในสถานการณ์ที่มีแรงกดดัน กิจกรรมวิเคราะห์ปัญหาและอภิปรายกลุ่ม ช่วยให้นักเรียนมีความสามารถในการพิจารณาข้อมูลรอบด้าน ตัดสินใจอย่างมีเหตุผล และพัฒนาทักษะการคิดเชิงวิพากษ์และการบริหารความเสี่ยงได้ดีขึ้น

4. ความกล้าเผชิญความจริง พบว่า นักเรียนรู้จักยอมรับข้อผิดพลาดและพร้อมเผชิญปัญหา กิจกรรมตั้งเป้าหมาย วางแผนชีวิต และแบ่งปันประสบการณ์ช่วยให้กล้าเผชิญความจริงและพัฒนาตนเองอย่างมีสติ

5. ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ พบว่า นักเรียนกล้าคิดต่างและทดลองวิธีการใหม่ๆ มากขึ้น กิจกรรมแก้ปัญหาเชิงสร้างสรรค์และการทำงานกลุ่มช่วยให้เกิดการแลกเปลี่ยนแนวคิดที่หลากหลายและพัฒนาความสามารถในการริเริ่มสิ่งใหม่ๆ

โดยสรุปทำให้ทราบได้ว่า การนำชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการด้านส่วนตัวและสังคมมาประยุกต์ใช้กับการเรียนการสอน มีประสิทธิภาพในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนบาลีในทุกด้านตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ดังแผนภาพที่ 1



ภาพที่ 1 องค์ความรู้การวิจัย

### ข้อเสนอแนะการวิจัย

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 ควรนำชุดกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการไปปรับใช้ในสถาบันการศึกษาทางพระพุทธศาสนาแห่งอื่นๆ เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนพระภิกษุ-สามเณรอย่างกว้างขวาง

1.2 ควรจัดกิจกรรมแนะแนวอย่างต่อเนื่องเพื่อสร้างความยั่งยืนในการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองโดยอาจจัดเป็นกิจกรรมระยะยาว เช่น การฝึกสมาธิ การบรรยายธรรม และการใช้กรณีศึกษาในชีวิตจริง

1.3 ควรออกแบบกิจกรรมเพิ่มเติมที่มุ่งเน้นการพัฒนาทักษะการตัดสินใจ เช่น การแก้ไขปัญหาจากสถานการณ์จำลอง เพื่อพัฒนาความกล้าตัดสินใจที่ยังมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อยเมื่อเทียบกับด้านอื่นๆ

## 2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรขยายกลุ่มตัวอย่างให้หลากหลายมากขึ้น เช่น นักเรียนบาลีในภูมิภาคต่างๆ หรือในระดับการศึกษาที่แตกต่างกัน เพื่อเปรียบเทียบผลการพัฒนาในกลุ่มตัวอย่างที่หลากหลาย

2.2 ควรศึกษาผลกระทบของชุดกิจกรรมแนะแนวในระยะยาว เพื่อประเมินความคงทนของการพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเอง และประสิทธิภาพของกิจกรรมเมื่อเวลาผ่านไป

2.3 ควรทำวิจัยเปรียบเทียบผลลัพธ์ระหว่างกิจกรรมแนะแนวเชิงพุทธบูรณาการกับกิจกรรมแนะแนวตามแนวคิดทางจิตวิทยาสมัยใหม่ เพื่อหาข้อได้เปรียบและข้อจำกัดของแต่ละแนวทาง

## เอกสารอ้างอิง

- กรมสิทธิ อุทธารนิช. (2556). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อพัฒนาความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนบ้านหนองขอน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากาญจนบุรี เขต 4. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ณัฐิกา ปิ่นแก้ว. (2561). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองของนักเรียนชนเผ่ากะเหรี่ยง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนบ้านห้วยแม่สุริน จังหวัดแม่ฮ่องสอน. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- พระมหาวรญาณ ญาณกิตติ. (2564). บุคลิกภาพของพระภิกษุตามหลักเวสาลีขจรธรรม. วารสาร มจร บาลีศึกษาพุทธโฆสปริทรรศน์, 7(3), 123-124.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ร่มเกล้า ช่างน้อย. (2558). ผลของการใช้แนวคิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ในกระบวนการละครประยุกต์เพื่อส่งเสริมความเชื่อมั่นในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศรีจันทร์ พรจิราศิลป์. (2567). ความเครียดและวิธีแก้ความเครียด. แหล่งที่มา <https://pharmacy.mahidol.ac.th/th/service-knowledge-article-info.php?id=47>. สืบค้นเมื่อ 10 กรกฎาคม 2567.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต). (2546). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 12. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สิน สีสอม. (2561). การนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเพื่อเสริมสร้างการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขของประชาชนภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนกลาง. วารสารพุทธปรัชญาวิวัฒน์, 2(3), 1-12.

สุพรรณณี ทองนวล. (2562). ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์เด็กหญิง จังหวัดสระบุรี. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman.

Kernis, M. H. (2003). Toward a conceptualization of optimal self-esteem. *Psychological Inquiry*. Philadelphia: Taylor & Francis, 14(1), 1-26.

Rogers, C.R. (1961). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Houghton Mifflin.