

รูปแบบการประยุกต์ใช้หลักสติปัฏฐาน
เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนจังหวัดนครปฐม
A MODEL APPLICATION OF MINDFULNESS PRINCIPLES TO JUVENILE
NAKHON PATHOM PROVINCE

พระมหาถนอม ธฺานวโร

Phra Maha Thanom Banwaro

สรวิษฐ์ วงษ์สาอด

Sorawit Wongsaard

พระเจริญพงษ์ ธมฺมทีโป

Phrajaroenphong Dhamma tree po

พระมหาณรงค์ศักดิ์ สุทนโต

Phramaha Narongsak Sudanto

มานิตย์ เพื่องผล

Manit phuengpo

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์พุทธปัญญาศรีทวารวดี

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Buddhapanya Sri

Thawarawadee Buddhist College

Email: Mcu.mahatanom@gmail.com

วันที่รับบทความ (Received) : 21 กุมภาพันธ์ 2568

วันที่แก้ไขบทความ (Revised) : 12 มีนาคม 2568

วันที่ตอบรับบทความ (Accepted) : 18 สิงหาคม 2568

บทคัดย่อ

บทความนี้เป็นบทความวิจัยเรื่อง “รูปแบบการประยุกต์ใช้หลักสติปัฏฐานเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนจังหวัดนครปฐม” มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาชุดความรู้เกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักสติปัฏฐานในการยกระดับสุขภาวะทางปัญญา เพื่อพัฒนากิจกรรมส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักสติปัฏฐานในการยกระดับสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชน จังหวัดนครปฐม และเพื่อถอดบทเรียนและเสนอรูปแบบการประยุกต์ใช้หลักสติปัฏฐานในการเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชน จังหวัดนครปฐม พบว่า

การส่งเสริมสร้างการประยุกต์ใช้หลักสติปัฏฐานเห็นคุณค่าในตัวเองของเด็กและเยาวชน การฝึกพัฒนาจิตใจของตนเองในด้านสติ จะทำให้มีสติตั้งมั่น ไม่เผลอสติ ไม่คิดฟุ้งซ่าน ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสา เป็นคุณธรรมเสริมสร้างการทำหน้าที่ให้บรรลุเป้าหมายได้อย่างดียิ่ง ในการดำรงชีวิตมีวิจารณ์ญาณตัดสินใจอย่างรอบคอบ รอบด้าน และรู้จักปล่อยวางความทุกข์

ส่งเสริมการเห็นคุณค่าในการประยุกต์ใช้หลักสติปัฏฐานเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนควรประกอบด้วยการเน้นที่การพัฒนาความตระหนักรู้และการจัดการกับความทุกข์ต่าง ๆ ผ่านหลักสติปัฏฐานสี่ ได้แก่ สติปัฏฐานในร่างกาย สติปัฏฐานในความรู้สึก สติปัฏฐานในจิตใจ และสติปัฏฐานในสภาพธรรม โดยหลักการนี้สามารถปรับใช้เพื่อส่งเสริมการเรียนรู้และ

การเติบโตทางปัญญาให้กับเด็กและเยาวชน รูปแบบการประยุกต์ใช้หลักสติปัฏฐานในการเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชน จังหวัดนครปฐม การฝึกสมาธิ หายใจเบาสบาย พักใจในปัจจุบัน และภาพรวม ธรรมะบนเทিং

สรุปผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของทั้ง 3 โรงเรียน ประกอบด้วยโรงเรียนการดีวิทยา มีค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.47$) โรงเรียนหอเอกวิทยา ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.50$) โรงเรียนวัดตาก้อง (รัฐราษฎร์บำรุง) ผลปรากฏว่า ค่าเฉลี่ยรวม มาก ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.71$) ผลที่ได้กล่าวมานี้เป็นรากฐานสำคัญของการประยุกต์ใช้หลักสติปัฏฐาน ส่งเสริมสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชน จังหวัดนครปฐมได้เป็นอย่างดี

คำสำคัญ: รูปแบบ, การประยุกต์ใช้, หลักสติปัฏฐาน, สุขภาวะ, ปัญญา, เด็กและเยาวชน.

ADSTRACT

This article is a research article on “A model Application of Mindfulness Principles to Juvenile Nakhon Pathom Province”. The objectives are to develop a set of knowledge about the application of the principles of Satipatthana to enhance intellectual health, to develop activities to promote the application of the principles of Satipatthana to enhance the intellectual health of children and youth in Nakhon Pathom Province, and to extract lessons learned and propose a model for applying the principles of Satipatthana to enhance the intellectual health of children and youth in Nakhon Pathom Province. Nakhon Pathom Province found

The research findings indicated that promoting the application of the Four Foundations of Mindfulness helped children and youth recognize their self-worth and develop mindfulness. A stable mind prevents distractions and enhances virtues such as intention (Chanda), effort (Viriya), mindfulness (Sati), and wisdom (Pañña), which contribute to effective decision-making and problem-solving. The application of the Four Foundations of Mindfulness focusing on the body, feelings, mind, and phenomena was found to be effective in promoting learning and intellectual growth in children and youth.

The proposed model for applying the Four Foundations of Mindfulness includes practices such as meditation, gentle breathing, mindfulness of the present moment, and integrating joyful teachings of Dharma. These practices help develop both mindfulness and intellectual well-being.

The analysis of the average scores from the three schools indicates that R.D. Wittaya School had a high overall average ($\bar{x} = 4.47$), Ho Ek Wittaya School had a high overall average ($\bar{x} = 4.50$), and Wat Takong (Ratrat Bamrung) School had the highest overall average ($\bar{x} = 4.71$). These findings provide a strong foundation for applying the Satipatthana principles to effectively promote the cognitive well-being of children and youth in Nakhon Pathom Province.

Keywords: format, application, principles of mindfulness, well-being, wisdom, children and youth.

บทนำ

การเปลี่ยนแปลงในสังคมไทยในปัจจุบัน โดยมีผลกระทบอย่างรุนแรงต่อเด็กและเยาวชน ความเครียด เป็นความรู้สึกถึง ลำบากใจหรือการเสียศูนย์ เสียความสมดุลทางใจที่มีมาก่อนเนื่องจาก การได้รับสิ่งเร้า ปัจจัยไม่ว่าทางกายหรือใจ ไม่ว่าจะภายนอกหรือภายใน ไม่ว่าจะมีโอกาสเสี่ยงต่อการ เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข สิ่งเสพติด การทำผิดกฎหมายบ้านเมือง จึงจำเป็นจะต้องมีภูมิคุ้มกัน คือ ความรู้ความเข้าใจต่อภัยรอบตัว ไม่ว่าจะเป็นภัยจากยาเสพติด การติดเกมส์ การดื่มสุรา สูบบุหรี่ ฯลฯ ในเรื่องความรักก็ต้องให้ความเข้าใจ รักได้แต่ก็ขึ้นอยู่กับช่วงวัยที่เหมาะสม ให้เยาวชนได้มีภูมิคุ้มกัน ทางด้านความคิด การพัฒนาสังคมไทยหรือพัฒนาชุมชน โดยเฉพาะการพัฒนาเยาวชนไทยนั้นจะต้องมี การพัฒนาคนก่อน เพื่อสร้างคนให้มีความเข้มแข็ง 3 ประการ คือ 1) ความเข้มแข็งทางพฤติกรรม 2) ความเข้มแข็งทางจิตใจ และ 3) ความเข้มแข็งทางปัญญา ซึ่งเป็นผู้นำที่แท้จริงนั่นเอง (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), 2541) ส่วนความเครียดมากส่งผลต่อสุขภาพจิตใจ นำไปสู่ความวิตกกังวล ซึมเศร้า กลัวอย่างไร้เหตุผล อารมณ์ไม่มั่นคงเปลี่ยนแปลงง่าย นอกจากนั้นยังส่งผลไปถึงประสิทธิภาพในการทำงาน สัมพันธภาพต่อครอบครัวและบุคคลแวดล้อมและเมื่อประสิทธิภาพในงานตกต่ำ สัมพันธภาพ เสื่อมทรามลง จิตใจย่อมได้รับผลเกิดความตึงเครียดมากขึ้นซ้ำซ้อน นับว่าความเครียดเป็นภัยต่อชีวิต อย่างยิ่ง สุขทางใจนั้นไม่ได้ขึ้นอยู่กับการเล่นหรือนิยมบริโภควัตถุเป็นสำคัญ แต่ขึ้นอยู่กับ การมีปัญญาที่ถูกต้องดีงาม เพราะปัญญาจะเป็นตัวนำทางให้เกิดการใคร่ครวญพิจารณาอย่าง รอบคอบและรอบด้านรู้จักคิดหรือพิจารณาด้วยเหตุผลจนสามารถแก้ปัญหาหรือหลุดพ้นจากความ ทุกข์ตลอดจนรู้จักดำเนินการต่าง ๆ ให้สำเร็จด้วยวิธีการแห่งปัญญาและสามารถเป็นที่พึ่งให้กับตนเอง ได้ ปัญญาจะช่วยให้เกิดความรู้เท่าทันความจริงของชีวิตซึ่งจะช่วยให้บุคคลไม่เป็นทุกข์กับความผัน พ่วนแปรปรวนของชีวิตและโลก จะช่วยรักษาความสงบของใจไว้ได้ เป็นความสุขที่ไม่ต้องพึ่งพาสิ่ง ภายนอกและประเสริฐกว่าความสุขที่เกิดจากการเร้าจิตกระตุ้นใจอันเกิดการเสพติดสิ่งภายนอกทั้งหลาย เป็นความสุขที่เป็นอิสระอย่างแท้จริง

การมีปัญญา ก็คือ การมีความรู้ ความคิดที่ถูกต้องดีงาม เป็นการรู้เท่าทันความจริงของชีวิต และความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ รู้จักเปลี่ยนทุกข์ให้เป็นสุข มีมุมมองต่อโลกในทางที่เป็นบวก ปัญญา ชนิดนี้เรียกว่า สุขภาวะทางปัญญา สุขภาวะทางปัญญานับว่าเป็นจุดศูนย์กลางที่จะช่วยให้บุคคลเกิด สุขภาวะในด้านอื่น ๆ ตามมาประกอบด้วย สุขภาวะทางกาย สุขภาวะทางจิตและสุขภาวะทางสังคม หากปราศจากสุขภาวะทางปัญญาแล้ว ความสุขทั้ง 3 ประการนั้นจะเป็นความสุขที่ไม่เที่ยงแท้หรือ เป็นความสุขที่ไม่สมบูรณ์ ฉะนั้น สุขภาวะทั้ง 4 ด้าน (กาย จิต สังคมและปัญญา) จึงมีความเชื่อมโยง กันอย่างเป็น องค์รวมโดยมีสุขภาวะทางปัญญาเป็นศูนย์กลาง การประยุกต์ใช้หลักสติปัญญาเกี่ยวกับการ ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในสังคมไทยในปัจจุบัน ได้แบ่งเป็นหลายรูปแบบที่เป็นกระแสหลักมี เพียง 5 รูปแบบ ที่มีผู้นิยมเข้าไปปฏิบัติเป็นจำนวนมาก โดยเฉพาะสายพองยุบนั้นมีสืบต่อมาจาก ประเทศพม่า ครั้งเมื่อสมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาก อาสภเถร) ได้ส่งพระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ) ไปสืบต่อการปฏิบัติธรรมจากประเทศพม่าแล้วกลับมาตั้งเป็นสำนักปฏิบัติธรรมตาม แนวทางสติปัญญา 4 ที่วัดมหาธาตุฯ กรุงเทพมหานคร ซึ่งรู้จักในชื่อเรียกว่า สายพอง-ยุบ อย่างไรก็ตาม การปฏิบัติธรรมที่ถือได้ว่าเป็นกระแสหลักนั้น ยึดตามแนวทางของสมถกรรมฐานและวิปัสสนา

กรรมฐานเป็นหลัก การดำเนินงาน ยึดหลักการมีส่วนร่วมของประชาชน โดยให้เป็นสถานที่ศึกษา ค้นคว้าวิจัยและการปฏิบัติธรรมให้เป็นแหล่งเรียนรู้และแหล่งฝึกอบรมทางพระพุทธศาสนา ปฏิบัติงานสนองนโยบายและวัตถุประสงค์ของจังหวัดนครปฐมที่ได้ประกาศเป็นพันธกิจไว้นั้น ดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อพัฒนาเด็กและเยาวชนในโรงเรียนให้มีศีลธรรมและคุณธรรมจริยธรรมเป็นเครื่อง ค้ำครองจิตใจทำให้เยาวชนและชุมชนเข้าใจนำไปปฏิบัติตามแนวทางของหลักพระพุทธศาสนา เด็ก และเยาวชนในชุมชนจะได้รักใคร่สามัคคีกลมเกลียวกันเกิดความสุขสงบสุขขึ้นในสังคม

ดังนั้นสังคมไทยมีการพัฒนาอย่างก้าวกระโดดทางเทคโนโลยีมีการเติบโตอย่างต่อเนื่อง สังคมเมืองกระจายออกไปอย่างกว้างขวาง ดังนั้นปัญหาการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ได้อุบัติขึ้นและแผ่ขยายไปทั่วโลก ข้าเติมให้ประชาชนต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่เกิด ความเปลี่ยนแปลงในชีวิตประจำวันอย่างรวดเร็ว ปัญหาสุขภาพจิตจึงนับเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงได้ยาก ปัจจัยเหล่านี้ทำให้ทุกคนต้องตกอยู่ในความเครียด ความหวาดหวั่น วิตกกังวล ต้องปรับตัวกับวิถีชีวิต ใหม่ที่ไม่คุ้นเคยและข้อจำกัดในการทำงานและการประกอบอาชีพ เกิดความไม่มั่นคงทั้งทางสังคม และเศรษฐกิจ สะสมกลายเป็นภาวะของความท้อแท้ใจที่นำมาสู่ภาวะซึมเศร้าและการฆ่าตัวตายได้ ประเทศไทยมีตัวเลขผู้เสียชีวิตจากการฆ่าตัวตายไม่ว่าจะสำเร็จหรือไม่ก็ตาม (ศูนย์สุขภาพจิต 6, 2563) ในทางพระพุทธศาสนา เชื่อว่า “จิต” เป็นธรรมชาติที่คิดหรือรู้อารมณ์ เกิด-ดับอยู่ ตลอดเวลา ไม่ใช่ตัวตนที่ถาวร ในพระอภิธรรมระบุว่า จิต(พระอนุรุทธาจารย์, 2538) มีความสำคัญยิ่งต่อชีวิตของ มนุษย์ เพราะว่าจิตเป็นหลักของสภาวะธรรมที่เกิดในโลก มีหน้าที่ควบคุมและสั่งการให้มนุษย์กระทำการ ต่าง ๆ ทั้งฝ่ายดี (กุศลจิต) ทั้งฝ่ายชั่ว (อกุศลจิต) จิตถูกปรุงแต่งโดยปัจจัย มีภาวะซึ่งเป็นไปตาม สามัญญลักษณะ ได้แก่ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา โรคทางจิตเกิดเพราะใจมีความรู้สึกริดก้างจากความ เจ็บป่วย ทางกายกัลลวตาย กัลลวเสียของรัก อารมณ์ท้อแท้ หมดอาลัยในชีวิต ไม่อยากมีชีวิตอยู่ ส่งผล ต่อตนเอง และก่อให้เกิดปัญหาสังคมด้านต่าง ๆ ตามมา มีปัญหาฆาตกรรม ปัญหาโจรกรรม ปัญหา ยาเสพติด เป็นต้น การพัฒนาจิตในทางพระพุทธศาสนาจะนำไปสู่เป้าหมายสูงสุด ซึ่งจะเป็นการพัฒนา มนุษย์ อย่างสมบูรณ์คือนิพพาน ดังพุทธพจน์ที่ว่า “จิตที่ฝึกฝนดีแล้วสามารถนำพามนุษย์ให้หลุดพ้น จากอำนาจของกิเลส บรรลุนิพพานได้” (ขุ.ธ. (บาลี) 25/33-37/22)

จะเห็นได้ว่า พระพุทธศาสนาเห็นวามมนุษย์เป็นผู้มีศักยภาพในการคิด การใช้เหตุผล และ เป็นผู้ที่มีจิตใจสูงประกอบไปด้วยคุณธรรมต่าง ๆ อันเป็นคุณสมบัติพิเศษที่ทำให้มนุษย์ต่างจากสัตว์ชนิด อื่น ๆ มนุษย์มีความสามารถที่จะพัฒนาและสามารถกำหนดชะตาชีวิตของตนเองไปสู่ชีวิตที่ดีงามได้ มิฉะนั้น มนุษย์จะไม่แตกต่างจากสัตว์ที่อาศัยสัญชาตญาณในการดำเนินชีวิต การที่มนุษย์รู้จักเหตุ รู้จักผล มนุษย์จึงสามารถแยกแยะดีและชั่ว รู้จักสิ่งที่เป็นประโยชน์ รู้จักความจริงและความเท็จและ สามารถ คิดในสิ่งที่ซับซ้อนได้มากกว่าสัตว์อื่น ๆ รวมไปถึงสามารถให้คุณค่าแกสิ่งทั้งหลายด้วย ดังนั้น มนุษย์จึงควรต้องมีการฝึกฝนและมีการพัฒนาทางความคิดและจิตใจให้เป็นผู้มีจิตใจสูงตั้งตาม ประกอบด้วยคุณธรรมให้ยิ่งขึ้นไปจนบรรลุจุดหมายสูงสุด คือ “พระนิพพาน หรือ “ไตรสิกขา 3” เป็น กระบวนการพัฒนามนุษย์ทางพระพุทธศาสนา เพื่อการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง มีชีวิตที่ดีและประเสริฐ ประกอบด้วย อธิศีลสิกขา อธิจิตตสิกขา และอธิปัญญาสิกขา เรียกว่า 3 วิชา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ศีลเป็น เครื่องมือในการฝึกฝนอบรมปฏิบัติเพื่อให้กายวาจาเกิดความสะดวกเรียบร้อย สมาธิเป็นเครื่องมือใน การฝึกฝนอบรมปฏิบัติเพื่อให้จิตใจสงบตั้งมั่นเป็นหนึ่งเดียว ปัญญาเป็นเครื่องมือในการฝึกฝนอบรม ปฏิบัติเพื่อให้เกิดความรู้แจ้งหรือเกิดวิปัสสนาญาณคือเห็นแจ้ง ในพระไตรลักษณ์ไตรสิกขา จัดว่าเป็น หนทางเดียวกันกับบอริยมรรค เรียกว่า ทางสายตรง เพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุดคือพระนิพพาน ศีลเป็น

บันไดขั้นต้นหรือเริ่มแรกก้าวไปสู่การปฏิบัติขั้นสมาธิและ ปัญญา ตามลำดับ เพื่อเข้าถึงเป้าหมายคือ หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะโดยสิ้นเชิง ข้อนี้ดังพุทธพจน์ที่ว่า “สมาธิที่สโลบรรมแล้ว ย่อมมีผลมากมี อานิสงส์มาก ปัญญาที่สมาธิอบรมแล้ว ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก จิตที่ปัญญาบ่มแล้วย่อมหลุดพ้น จากอาสวะโดยสิ้นเชิง คือ จากกามาสวะ ภวาสวะ และอวิชชาสวะ” (ที.ม. (ไทย) 10/142/73) ในผู้ที่มีสมาธิดีหรือหมั่นฝึกสมาธิอยู่เสมอ ย่อมมีจิตใจและอารมณ์สงบเยือกเย็น ไม่หวั่นไหวอาจมีผลช่วยในการรักษาโรคทางกายที่มีสาเหตุมาจากความแปรปรวนทางอารมณ์ได้ ช่วยทำให้ความโกรธ หรือความ ตึงเครียดทางอารมณ์คลายลง (จำลอง ดิษยวณิช และพริ้มเพรา ดิษยวณิช, 2545) จึงเป็นเครื่องมือใน การพัฒนาชีวิตเพื่อให้ประสบความสำเร็จเป็นคนสมบูรณ์ แบบตามแนวพุทธ ซึ่งเกิดประโยชน์แก่ชีวิต 3 ประการ (พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร ฐิตวณฺโณ), 2538) คือ 1) ประโยชน์ในปัจจุบัน ทำให้มีชีวิตอยู่ อย่างสงบสุขในปัจจุบันและทำให้สังคมสงบสุขไปด้วย 2) ประโยชน์ในชาติหน้า เมื่อเกิดชาติต่อไปก็มี ความสุข ไม่เกิดในภพชาติที่ต่ำเพราะจิตมีคุณภาพสูง 3) ประโยชน์อย่างสูงสุด การบรรลุธรรมรรคผล นิพพาน ตัดกิเลสได้ ไม่ต้องเวียนว่าย ตาย เกิด ให้ได้รับความทุกข์ยากอีกต่อไป การที่บุคคลจะได้รับ ประโยชน์ทั้ง 3 นี้ได้บริบูรณ์หรือมากน้อยแค่ไหนนั้นขึ้นอยู่กับพลังของการพัฒนาจิตของแต่ละบุคคล ถ้าทำได้ถูกต้องและตั้งใจพัฒนาหรืออบรมตนอย่างจริงจังเพื่อบรรลุประโยชน์เหล่านี้ข้อใดข้อหนึ่งหรือ ทั้ง 3 อย่างตามที่ตนได้วางไว้ ก็จะได้รับผลที่สุดอย่างแน่นอน แม้บางอย่างจะต้องใช้เวลานานข้ามภพ ข้ามชาติก็ตาม แต่สำหรับประโยชน์ในปัจจุบันนั้น ผู้ปฏิบัติย่อมเห็นประจักษ์ได้ด้วยตนเอง เพราะ ธรรมในพุทธศาสนาเป็นสิ่งที่ผู้ปฏิบัติจะพึงรู้ได้เฉพาะตน

ดังนั้น การพัฒนาสังคมไทย โดยเฉพาะการพัฒนาเยาวชนไทยนั้นจะต้องมีการพัฒนาคน ก่อน เพื่อสร้างคนให้มีความเข้มแข็ง 3 ประการ คือ 1) ความเข้มแข็งทางพฤติกรรม 2) ความเข้มแข็ง ทางจิตใจ 3) ความเข้มแข็งทางปัญญา ความเข้มแข็ง 3 ข้อนี้ เป็นการพัฒนาสังคมไทยด้วยหลักหลัก พุทธธรรมเป็นการสร้างคนที่มีคุณภาพชีวิตทำให้คนในสังคมดำเนินชีวิตบนฐานแห่งความจริง รู้จัก พึ่งพาตนเอง ชยัน ประหยัด เรียบง่าย ใฝ่สันติ มีศีลธรรม เผื่อแผ่ความรักและปราศจากความเห็นแก่ ตัว ในการแก้ปัญหาด้านศีลธรรมของเยาวชน จึงจำเป็นต้องมีการนำหลักสติปัญญาเพื่อเสริมสร้างสุข ภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนจังหวัดนครปฐมมีหลักการและแนวทางแห่งการพัฒนาอย่าง เหมาะสม เข้าไปเผยแพร่ ฟื้นฟูให้แก่ชาวชนบทเพื่อให้สังคมชนบทสามารถประสานการพัฒนา ทางด้านวัตถุและจิตใจให้สอดคล้องกลมกลืนกันเพื่อเป้าหมายแห่งความพ้นทุกข์ได้อย่างหมดจด ทั้งนี้ ต้องเน้นว่าการที่จะมีการพัฒนาทางด้านจิตใจ สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ ในฐานะหน่วยงาน ราชการที่มีภาระหน้าที่ในการส่งเสริมให้สังคมไทยมีคุณธรรมจริยธรรมตามแนวพระพุทธศาสนา จึงได้ กำหนดโครงการกิจกรรมเพื่อส่งเสริมคุณภาพให้เด็กและเยาวชนได้นำหลักคำสอนทาง พระพุทธศาสนาไปใช้ในการแก้ไขปัญหา จากความสำคัญและความเป็นมาดังกล่าวข้างต้นผู้วิจัยได้เห็น ประโยชน์อันยิ่งใหญ่ ในการสนองนโยบายรัฐบาล ด้วยการพัฒนาเด็กและเยาวชนเพื่อนำมาประยุกต์ แก่ปัญหาสังคม ในการเปลี่ยนแปลงของกระแสสังคมที่รวดเร็วและซับซ้อน จำเป็นต้องมีการ เสริมสร้างความแข็งแกร่งของโครงสร้างเด็กและเยาวชนในโรงเรียนต่าง ๆ ทั่วประเทศให้มี ศักยภาพ มีการพัฒนาที่เป็นธรรมสร้างความเข้มแข็งในเด็กและเยาวชน ฟื้นฟูอนุรักษ์ ทรัพยากรธรรมชาติและคุณภาพสิ่งแวดล้อมให้สมบูรณ์มั่นคง เพื่อเป็นรากฐานการดำรงชีวิตของเด็ก และเยาวชนด้วยการนำหลักสติปัญญาเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญา

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่า สภาพปัญหาผู้วิจัยเห็นว่า “รูปแบบการประยุกต์ใช้หลัก สติปัญญาเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนจังหวัดนครปฐม” เพื่อศึกษาแนว

ทางการพัฒนาเด็กและเยาวชนจังหวัดนครปฐม โดยการฝึกอบรมหลักสูตรพื้นฐาน เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนในจังหวัดนครปฐมเพื่อทำให้เกิดประโยชน์แก่เด็กและเยาวชนสูงสุด ดังที่พระราชดำริของในหลวงรัชกาลที่ 5 และพระราชดำริของในหลวง รัชกาลที่ 9 คือ ที่ขาดก็เติมให้เต็ม ที่เต็มให้รู้จักพอ ที่พอให้รู้จักแบ่งปัน ที่แบ่งก็ให้เป็นธรรม เพื่อดำรงรักษาและสืบทอด โดยใช้หลักสูตรพื้นฐานให้คงอยู่คู่กับหลักคำสอนในทุกศาสนานั้นเอง

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาชุดความรู้เกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักสูตรพื้นฐานในการยกระดับสุขภาวะทางปัญญา
2. เพื่อพัฒนากิจกรรมส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักสูตรพื้นฐานในการยกระดับสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชน จังหวัดนครปฐม
3. เพื่อถอดบทเรียนและเสนอรูปแบบการประยุกต์ใช้หลักสูตรพื้นฐานในการเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชน จังหวัดนครปฐม

ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยในเรื่องนี้เป็นการวิจัยและพัฒนา โดยการศึกษาเอกสารการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้ให้ข้อมูลที่สำคัญเพื่อพัฒนาชุดความรู้สร้างชุดปฏิบัติการวิจัยเพื่อจัดกิจกรรมแก่กลุ่มเด็กและเยาวชนและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ได้ข้อมูลตามวัตถุประสงค์การวิจัย คณะผู้วิจัยได้กำหนดใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research) รูปแบบการประยุกต์ใช้หลักสูตรพื้นฐานเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนจังหวัดนครปฐม โดยจัดเวทีสนทนากลุ่มระดับชุมชนในการหาแนวทางแก้ปัญหาและกิจกรรมเกี่ยวเนื่องกับรูปแบบการประยุกต์ใช้หลักสูตรพื้นฐานเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชน โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) การสังเกตกิจกรรมกำหนดวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. รูปแบบการวิจัย การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยในเชิงเอกสาร (Documentary Research) การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research)
2. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informant) เป็นการศึกษาวิจัยในเชิงลึกมุ่งเน้นการสัมภาษณ์เชิงลึก (Focus Group) ร่วมกับนักเรียนโรงเรียนวัดตาก้อง นักเรียนโรงเรียนการดีวิทยา นักเรียนโรงเรียนหอแก้ววิทยาและนักวิชาการอิสระ เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาประมวลองค์ความรู้
3. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ ประกอบด้วย การสัมภาษณ์ การประชุมกลุ่มย่อย (Focus Group) การปฏิบัติการในพื้นที่
4. การวิเคราะห์ข้อมูล การศึกษาทั้งในเชิงเอกสาร (Documentary Research) และข้อมูลเชิงประจักษ์ จากการสัมภาษณ์ การประชุมกลุ่มย่อย การปฏิบัติการในพื้นที่เป็นกระบวนการศึกษาวิจัยโดยมุ่งเน้นการวิเคราะห์โดยการสรุปตามสาระสำคัญด้านเนื้อหาที่กำหนดไว้โดยวิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis)

ผลการสรุป

จากการวิเคราะห์ จากการแจกแบบสอบถามของนักเรียนที่ตอบแบบสอบถามและการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้องกับ การพัฒนากิจกรรมส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักสติปัญญาในการยกระดับสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชน จังหวัดนครปฐม ได้ผลวิจัยดังนี้

1. ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า

ผู้ตอบแบบสอบถามมี นักเรียน 3 โรงเรียน คือ 1. โรงเรียนการติวทยา จำนวน 21 คน 2. โรงเรียนหอเกราวิทยา จำนวน 27 คน 3) โรงเรียนวัดตาก้อง จำนวน 32 คน

2. ข้อมูลเกี่ยวกับรูปแบบการประยุกต์ใช้หลักสติปัญญาเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชน โรงเรียนการติวทยา พบว่า

1. มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการกำหนดการณ์ของกิจกรรมส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตัวเองของเด็กและเยาวชนตามหลักสติปัญญาในการยกระดับสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนในหัวข้อ “ก้าวสู่คุณค่าด้วยธรรมะปฏิบัติ” พบว่า กิจกรรมนี้ทำให้สามารถเข้าใจหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มุ่งเน้นการพัฒนาจิตใจ ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก มีค่าเฉลี่ย ($\bar{x} = 4.48$) ด้านกิจกรรมนี้ทำให้เข้าใจหลักการฝึกสมาธิ โดยการจงกรม นั่งสมาธิ ทำให้จิตใจสงบ ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก มีค่าเฉลี่ย ($\bar{x} = 4.90$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถแชร์ประสบการณ์ ความรู้สึก และความคิดเห็นเกี่ยวกับการฝึกอบรม และการปฏิบัติธรรม ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก มีค่าเฉลี่ย ($\bar{x} = 4.05$) ผู้บรรยายกิจกรรมสามารถให้ความรู้ได้อย่างชัดเจน ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก มีค่าเฉลี่ย ($\bar{x} = 4.57$) ผู้บรรยายสามารถอธิบายธรรม และสอดคล้องกับเด็กและเยาวชน ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก มีค่าเฉลี่ย ($\bar{x} = 4.67$) ผู้บรรยายเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมแสดงความคิดเห็นและเสนอแนะแนวทางการพัฒนากิจกรรม ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก มีค่าเฉลี่ย ($\bar{x} = 4.52$) ค่าเฉลี่ยรวมมาก ($\bar{x} = 4.46$)

2. กิจกรรมส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักสติปัญญาของเด็กและเยาวชนตามหลักการฝึกสมาธิในหัวข้อ “หายใจเบาสบาย พักใจในปัจจุบัน” พบว่า ผู้บรรยายอธิบายวิธีการนั่งสมาธิ การหายใจเข้าลึกๆ และการผ่อนคลายร่างกาย เข้าใจง่าย ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.19$) ผู้บรรยายเน้นหลักการสอนด้วย การฝึกสมาธิด้วยคำพูดซ้ำๆ เน้นให้ผู้เข้าร่วมปล่อยวางความคิด ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.29$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดผลลัพธ์ที่ดีจากการฝึกสมาธิ รู้จักการควบคุมอารมณ์ ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.90$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถพัฒนาทักษะในการฝึกสมาธิอย่างถูกต้อง ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.76$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสมาธิ และประโยชน์ของสมาธิบำบัด ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.76$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ไม่มีความตั้งใจ ความเครียดและเพิ่มความสงบมากขึ้น ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.76$) ในภาพรวมของกิจกรรมทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความสุขทางจิตใจและเพิ่มสมรรถภาพทางจิตใจ ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.95$) ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.65$)

3. กำหนดการณ์ของกิจกรรมการให้ความรู้เกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักสติปัญญาของเด็กและเยาวชนในภาพรวม ในหัวข้อ “ธรรมะบนเทียง” พบว่า ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ร่วมกิจกรรมท่านอื่นๆ ได้เป็นอย่างดี ภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{x} = 3.76$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถแสดงความคิดเห็นและเสนอแนะแนวทางการพัฒนากิจกรรมภาพรวมอยู่ในระดับ

ระดับ มาก ($\bar{x} = 4.29$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มีส่วนร่วมนำความบันเทิงมาผสมผสานกับคุณธรรม ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.52$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกว่าการบรรยายภายในกิจกรรมรู้สึกเป็นมิตรและสนุกสนาน ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.24$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกสนุกสนานกับกิจกรรมนี้ ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.67$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้สึกอยากมาร่วมกิจกรรมอีก ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.90$) ผู้ร่วมกิจกรรมอยากมีการจัดกิจกรรมนี้ต่อไป ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.10$) ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.35$)

รูปแบบการประยุกต์ใช้หลักสติปัฏฐานเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนโรงเรียนหอแอกวิทยา

1. กิจกรรมส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตัวเองของเด็กและเยาวชนตามหลักสติปัฏฐานในการยกระดับสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนในหัวข้อ “ก้าวสู่คุณค่าด้วยธรรมะปฏิบัติ” พบว่า กิจกรรมนี้ทำให้สามารถเข้าใจหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มุ่งเน้นการพัฒนาจิตใจ ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.57$) กิจกรรมนี้ทำให้เกิดความมั่นคงทางอารมณ์ และจิตใจ มองเห็นคุณค่าของตนเองภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.57$) กิจกรรมนี้ทำให้เข้าใจหลักการฝึกสมาธิ โดยการจงกรม นั่งสมาธิ ทำให้จิตใจสงบ ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.43$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถแชร์ประสบการณ์ ความรู้สึก และความคิดเห็นเกี่ยวกับการฝึกอบรมและการปฏิบัติธรรมภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{x} = 3.43$) ผู้บรรยายกิจกรรมสามารถให้ความรู้ได้อย่างชัดเจน ปานกลาง ($\bar{x} = 3.43$) ผู้บรรยายสามารถอธิบายธรรม และสอดคล้องกับเด็กและเยาวชนภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.43$) ผู้บรรยายเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมแสดงความคิดเห็นและเสนอแนะแนวทางการพัฒนา กิจกรรม ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.29$) ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.46$)

2. กิจกรรมส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักสติปัฏฐานของเด็กและเยาวชนตามหลักการฝึกสมาธิในหัวข้อ “หายใจเบาสบาย พักใจในปัจจุบัน” พบว่า ผู้บรรยายอธิบายวิธีการนั่งสมาธิ การหายใจเข้าลึกๆ และการผ่อนคลายร่างกาย เข้าใจง่าย ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.71$) ผู้บรรยายเน้นหลักการสอนด้วย การฝึกสมาธิด้วยคำพูดซ้ำ ๆ เน้นให้ผู้เข้าร่วมปล่อยวางความคิด ภาพรวมอยู่ในระดับ มากสุด ($\bar{x} = 5.00$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดผลลัพธ์ที่ดีจากการฝึกสมาธิ รู้จักการควบคุมอารมณ์ ภาพรวมอยู่ในระดับ มากสุด ($\bar{x} = 5.00$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถพัฒนาทักษะในการฝึกสมาธิอย่างถูกต้อง ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.29$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสมาธิ และประโยชน์ของสมาธิบำบัดภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.29$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ไม่มีความตั้งใจ ความเครียดและเพิ่มมีความสุขมากขึ้น ภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{x} = 3.66$) ในภาพรวมของกิจกรรมทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความสุขทางจิตใจและเพิ่มสมรรถภาพทางจิตใจ ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.00$) ค่าเฉลี่ยรวมมาก ($\bar{x} = 4.57$)

3. กิจกรรมการให้ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักสติปัฏฐานของเด็กและเยาวชนในภาพรวม ในหัวข้อ “ธรรมะบันเทิง” พบว่า ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ร่วมกิจกรรมท่านอื่นๆ ได้เป็นอย่างดี ภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{x} = 4.76$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถแสดงความคิดเห็นและเสนอแนะแนวทางการพัฒนา กิจกรรม ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.29$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มีส่วนร่วมนำความบันเทิงมาผสมผสานกับคุณธรรม ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.52$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกว่าการบรรยายภายในกิจกรรมรู้สึกเป็นมิตรและสนุกสนาน ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.24$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกสนุกสนานกับกิจกรรมนี้

ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.67$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้สึกอยากมาร่วมกิจกรรมอีก ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.90$) ผู้ร่วมกิจกรรมอยากมีการจัดกิจกรรมนี้ต่อไป ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.10$) ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.35$)

รูปแบบการประยุกต์ใช้หลักสติปัญญาเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนโรงเรียนวัดตาก้อง (รัฐราษฎร์บำรุง)

1. กิจกรรมส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตัวเองของเด็กและเยาวชนตามหลักจิตปัญญาสังคมในหัวข้อ “ก้าวสู่คุณค่าด้วยธรรมปฏิบัติ” พบว่า กิจกรรมนี้ทำให้สามารถเข้าใจหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มุ่งเน้นการพัฒนาจิตใจ ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.48$) กิจกรรมนี้ทำให้เกิดความมั่นคงทางอารมณ์ และจิตใจ มองเห็นคุณค่าของตนเอง ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.90$) กิจกรรมนี้ทำให้เข้าใจหลักการฝึกสมาธิ โดยการจงกรม นั่งสมาธิ ทำให้จิตใจสงบ ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.05$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถแชร์ประสบการณ์ ความรู้สึก และความคิดเห็นเกี่ยวกับการฝึกอบรมและการปฏิบัติธรรมภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.05$) ผู้บรรยายกิจกรรมสามารถให้ความรู้ได้อย่างชัดเจน มาก ($\bar{x} = 4.57$) ผู้บรรยายสามารถอธิบายธรรม และสอดคล้องกับเด็กและเยาวชนภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.67$) ผู้บรรยายเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมแสดงความคิดเห็นและเสนอแนะแนวทางการพัฒนากิจกรรม ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.52$) ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.46$)

2. กิจกรรมส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักสติปัญญาของเด็กและเยาวชนตามหลักการฝึกสมาธิในหัวข้อ “หายใจเบาสบาย พักใจในปัจจุบัน” พบว่า ผู้บรรยายอธิบายวิธีการนั่งสมาธิ การหายใจเข้าลึก ๆ และการผ่อนคลายร่างกาย เข้าใจง่าย ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.19$) ผู้บรรยายเน้นหลักการสอนด้วย การฝึกสมาธิด้วยคำพูดซ้ำ ๆ เน้นให้ผู้เข้าร่วมปล่อยวางความคิด ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.29$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดผลลัพธ์ที่ดีจากการฝึกสมาธิ รู้จักการควบคุมอารมณ์ ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.90$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถพัฒนาทักษะในการฝึกสมาธิอย่างถูกต้อง ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.76$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสมาธิและประโยชน์ของสมาธิบำบัด ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.76$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมไม่มีความตึงเครียดและเพิ่มความสงบมากขึ้น ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.76$) ในภาพรวมของกิจกรรมทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีสุขภาพจิตที่ดีและเพิ่มสมรรถภาพทางจิตใจ ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.95$) ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.65$)

3. กิจกรรมการให้ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักสติปัญญาของเด็กและเยาวชนในภาพรวม ในหัวข้อ “ธรรมะบันเทิง” พบว่า ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ร่วมกิจกรรมท่านอื่นๆ ได้เป็นอย่างดี ภาพรวมอยู่ในระดับ ปานกลาง ($\bar{x} = 3.76$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถแสดงความคิดเห็นและเสนอแนะแนวทางการพัฒนากิจกรรมภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.29$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มีส่วนร่วมนำความบันเทิงมาผสมผสานกับคุณธรรม ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.52$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกว่าการบรรยายภายในกิจกรรมรู้สึกเป็นมิตรและสนุกสนาน ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.24$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกสนุกสนานกับกิจกรรมนี้ ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.67$) ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้สึกอยากมาร่วมกิจกรรมอีก ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.90$) ผู้ร่วมกิจกรรมอยากมีการจัดกิจกรรมนี้ต่อไป ภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.10$) ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.35$)

สรุปผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของทั้ง 3 โรงเรียน ประกอบด้วยโรงเรียนการดีวิทยา มีค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.47$) โรงเรียนหอเอกราชวิทยา ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.50$) โรงเรียนวัดตาก้อง (รัฐราษฎร์บำรุง) ผลปรากฏว่า ค่าเฉลี่ยรวม มาก ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.71$) เป็นส่วนสำคัญนำไปสู่การสรุปและประเมินการวิจัยต่อไป

3.ผลการสัมภาษณ์เกี่ยวกับความรู้เกี่ยวกับการเห็นคุณค่าการประยุกต์ใช้หลักสติปัญญาในตนเองของเด็กและเยาวชนตามหลักอิทธิบาท 4 พบว่า

ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ผู้เกี่ยวกับข้อเกี่ยวกับผลการส่งเสริมส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนหลักอิทธิบาท 4 โดยมีผลออกมาดังต่อไปนี้

การใช้อิทธิบาท 4 เพื่อส่งเสริมคุณค่าในตนเองของเด็กและเยาวชนด้วยการพัฒนาจิตสมาธิเพื่อเสริมสร้างความรับผิดชอบหน้าที่ ใช้หลักสมาธิภาวนาในการพัฒนาคุณภาพคือการฝึกอบรมจิตใจฝึกฝนอบรมจิตใจให้ดี ผ่องใสบริสุทธิ์ มีความสุขควรนั่งในท่าที่สบาย ฝึกสมาธิเบื้องต้นหลับตาเบา ๆ กำหนดลมหายใจ เข้า-ออก ซ้ำ ๆ ได้เป็นอย่างดี อิทธิบาท 4 สามารถส่งเสริมการเจริญสติปัญญาเป็นวิธีการเฉพาะในพระพุทธศาสนาและเป็นทางเดียวที่จะก้าวสู่ปัญญาขั้นสูงสุดได้ เพราะการฝึกนี้ต้องใช้ทั้งความเพียรต้องมีทั้งสติ และสัมปชัญญะการประยุกต์ใช้หลักอิทธิบาท 4 ในการจัดการเรียนรู้ของนักเรียน คือหลักธรรมของความสำเร็จ 1. ฉันทะ คือความพอใจ ใฝ่ใจที่จะเรียน 2. วิริยะ คือความเพียรในการเรียน อุตสาหะไม่ ท้อถอยในการเรียน 3. จิตตะ คือความคิด ตั้งใจรับรู้ในสิ่งที่เรียน 4. วิมังสา คือความไตร่ตรองพิจารณาเหตุผลในสิ่งนั้น ทำให้เรามีสติปัญญา มีสมาธิ ทำให้เด็ก ๆ และเยาวชน มีจิตใจที่แจ่มใส มีสติ มีปัญญา การเห็นคุณค่าการประยุกต์ใช้หลักสติปัญญาในตนเองเป็นกระบวนการที่สะท้อนถึงการรับรู้และการนำหลักการของการปฏิบัติวิปัสสนาที่มีรากฐานจากพุทธศาสนามาใช้ในชีวิตประจำวันเพื่อการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาเกี่ยวกับความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถามเกี่ยวข้อง ในแต่ละด้าน เมื่อพิจารณาแล้วสามารถ นำมาอภิปรายผลได้ดังต่อไปนี้

1.กิจกรรมส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตัวเองของเด็กและเยาวชนตามหลักจิตปัญญาสังคมในหัวข้อ “ก้าวสู่คุณค่าด้วยธรรมปฏิบัติ” ทำให้สามารถเข้าใจหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มุ่งเน้นการพัฒนาจิตใจ กิจกรรมนี้ทำให้เกิดความมั่นคงทางอารมณ์ และจิตใจ มองเห็นคุณค่าของตนเอง กิจกรรมนี้ทำให้เข้าใจหลักการฝึกสมาธิ โดยการจงกรม นั่งสมาธิ ทำให้จิตใจสงบ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถแพร่ประสบการณ์ ความรู้สึก และความคิดเห็นเกี่ยวกับการฝึกอบรมและการปฏิบัติธรรม ผู้บรรยายกิจกรรมสามารถให้ความรู้ได้อย่างชัดเจน ผู้บรรยายสามารถอธิบายธรรม และสอดคล้องกับเด็กและเยาวชน ผู้บรรยายเปิดโอกาสให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมแสดงความคิดเห็นและเสนอแนะแนวทางการพัฒนากิจกรรม สอดคล้องกับ พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ) (2550) กล่าวไว้ในหนังสือยุวธรรมสำหรับเยาวชน สรุปความได้ว่า เด็กดีจะต้องไม่ดื้อและต้องเคารพเชื่อฟังบิดามารดา ครูบาอาจารย์ และที่สำคัญคือต้องปฏิบัติให้ถูกต้องทั้งทางกาย วาจา ใจ เพื่อจะเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ที่ดีที่ถูกต้องไม่เสียที่ที่เกิดมาเป็นมนุษย์ได้พบพระพุทธศาสนามีธรรมะคือ ระบบการปฏิบัติที่ถูกต้องเพื่อการทำหน้าที่คือ เปนบุตรที่ดี เปนศิษย์ที่ดี เปนเพื่อนที่ดี เปนพลเมืองที่ดี เปนสาวกที่ดี เปนมนุษย์ที่เต็มเปี่ยมของความเปนมุนษย์

2.กิจกรรมส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักสติปัญญาของเด็กและเยาวชนตามหลักการฝึกสมาธิในหัวข้อ “หายใจเบาสบาย พักใจในปัจจุบัน” หลักการฝึกสมาธิในหัวข้อ ผู้บรรยายอธิบายวิธีการนั่งสมาธิ การหายใจเข้าลึก ๆ และการผ่อนคลายร่างกาย เข้าใจง่ายผู้บรรยายเน้นหลักการสอนด้วยการฝึกสมาธิด้วยคำพูดซ้ำๆ เน้นให้ผู้เข้าร่วมปล่อยวางความคิด ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเกิดผลลัพธ์ที่ดีจากการฝึกสมาธิ รู้จักการควบคุมอารมณ์ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถพัฒนาทักษะในการฝึกสมาธิอย่างถูกต้อง ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสมาธิและประโยชน์ของสมาธิบำบัด ผู้เข้าร่วมกิจกรรม ไม่มีความตึงเครียดและเพิ่มความสงบมากขึ้น ในภาพรวมของกิจกรรมทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีสุขภาพจิตที่ดีและเพิ่มสมรรถภาพทางจิตใจ สอดคล้องกับ พระพรหมมิ่งคลาจารย์ (หลวงพ่อบุญญานันทะภิกขุ) (ม.ป.ป)

กล่าวไว้ในหนังสือธรรมะสำหรับเด็ก สรุปความได้ว่า เด็ก ๆ รูวาทต้องทำอะไรจึงจะถูกตอง และเกิดผลดีแกชีวิตปัจจุบันและอนาคต เด็กดีมีหน้าที่ทำให้พ่อแม่สบายใจ เพราะชวนอนสอนนางยไผหาความดี มีหลักในการดำเนินชีวิต คือ ตื่นตัว ว่องไว กาวหนา ขยัน ประหยัด ซื่อสัตย์อดทน มีระเบียบวินัย รู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ตั้งใจทำทุกอย่างให้ดีที่สุด เอาตัวอย่างคนดีนายกองเปนแรงบันดาลใจ และมีความรักใคร่สามัคคีกลมเกลียวในหมู่เพื่อนฝูง เพื่อนตน อันนี้เป็นเรื่องที่สำคัญให้จำหลักนี้ไว้ให้ดี ถ้าเด็ก ๆ ที่อยู่กับคุณพ่อคุณแม่ได้ประพฤติตามหลัก การนี้คือ ประพฤติแต่สิ่งที่ทำให้คุณพ่อคุณแม่สบายใจ นับว่าเรียบร้อยจะไม่เกิดปัญหาอะไร

3.กิจกรรมการให้ความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักสติปัญญาของเด็กและเยาวชนในภาพรวม ในหัวข้อ “ธรรมะบันเทิง” ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ร่วมกิจกรรมท่านอื่น ๆ ได้เป็นอย่างดี ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถแสดงความคิดเห็นและเสนอแนะแนวทางการพัฒนากิจกรรม ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้มีส่วนร่วมนำความบันเทิงมาผสมผสานกับคุณธรรม ผู้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกว่าการบรรยายภายในกิจกรรมรู้สึกเป็นมิตรและสนุกสนาน ผู้เข้าร่วมกิจกรรมรู้สึกสนุกสนานกับกิจกรรมนี้ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีความรู้สึกลอยลางมาร่วมกิจกรรมอีกผู้ร่วมกิจกรรมอยากมีการจัดกิจกรรมนี้ต่อไป สอดคล้องกับ พระธรรมปฎก (ป. อ. ปยุตโต) (2539) ได้กล่าวไว้ในหนังสือศาสนาและเยาวชนหัวข้อศาสนาและจริยธรรมกับการพัฒนาเด็กและเยาวชน สรุปได้ว่า การที่ศาสนาและจริยธรรมจะทำบทบาทให้สำเร็จนั้นจุดสำคัญอย่างหนึ่งที่จะต้องให้ความสนใจมาก คือ เรื่องเยาวชน ก็เพราะยอมรับกันอยู่แล้ว เยาวชนเป็นอนาคตของชาติ เปนอนาคตของสังคม เด็กวันนี้คือผู้ใหญ่ในวันหน้า คติอย่างนี้ เรามีกันทั่วไป พูดกันบ่อย ๆ ทางพระพุทธศาสนาก็มีสุภาษิตอยู่บทหนึ่งว่า “ ปุตุตา วตถุ มนุสสานิ ” “ ปุตุตา ” ลูกหรือบุตรทั้งหลายนั้นแปลงาย ๆ ก็คือเด็ก ๆ นั่นเอง พุทธภาษิตนี้แปลงาย ๆ ว่า “ เด็กๆเป็นผุ้รองรับไว้ซึ่งมนุษยชาติ ” อันนี้เราคงยอมรับกันว่า ถ้าไม่มีเด็ก ๆ แล้วมนุษยชาติก็อยู่ไม่ได้ แต่ถาเด็กจะเป้นที่รองรับมนุษยชาติไว้ได้เป็นอย่างดีจะต้องเป้นเด็กที่มีคุณภาพ

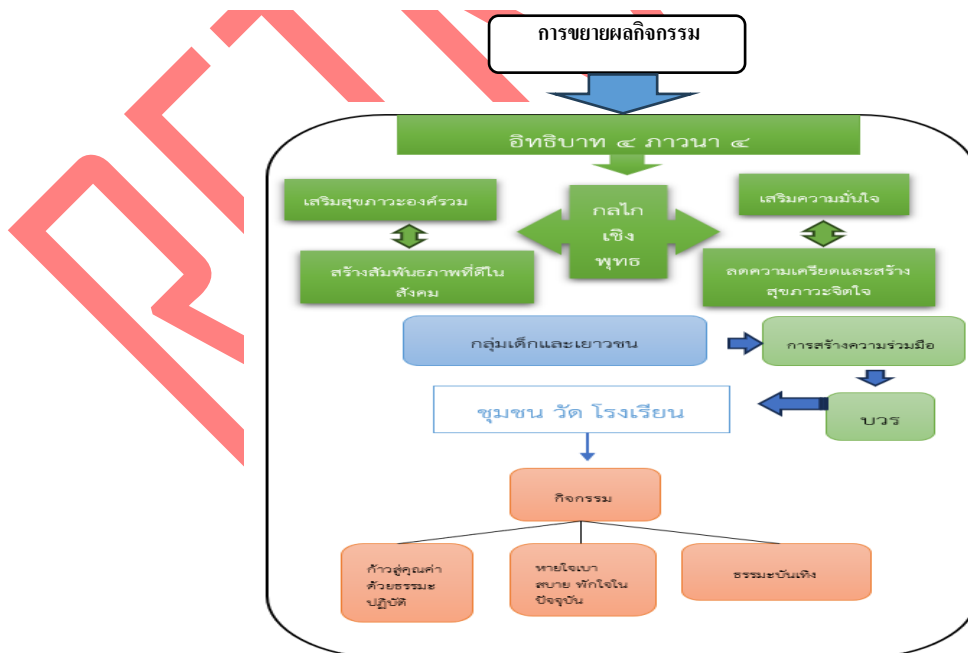
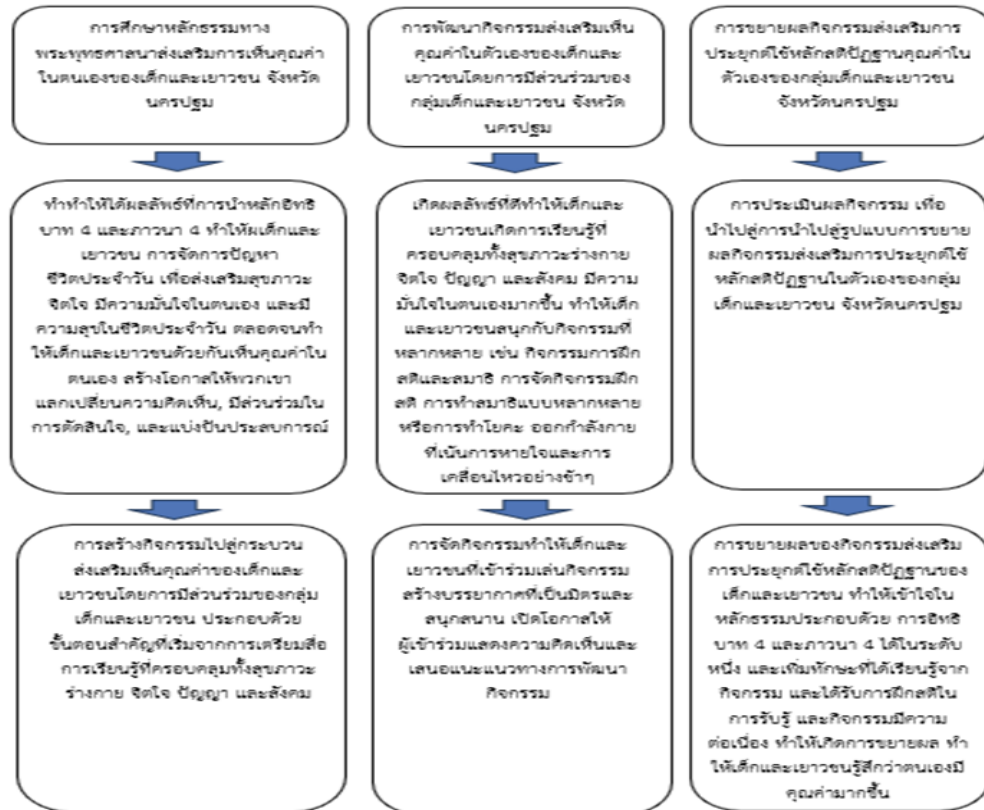
จากผลการวิเคราะห์ โรงเรียนการดีวิทยา พบว่า การส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตัวเองของเด็กและเยาวชนตามหลักสติปัญญาในการยกระดับสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนในหัวข้อ “ก้าวสู่คุณค่าด้วยธรรมะปฏิบัติ” มีค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.46$) กิจกรรมส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักสติปัญญาของเด็กและเยาวชนตามหลักการฝึกสมาธิในหัวข้อ “หายใจเบาสบาย พักใจในปัจจุบัน” ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.65$) กำหนดการณของกิจกรรมการให้ความรู้เกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักสติปัญญาของเด็กและเยาวชนในภาพรวม ในหัวข้อ “ธรรมะบันเทิง” ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.35$)

จากผลการวิเคราะห์ โรงเรียนหอเอกราช พบว่า การส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตัวเองของเด็กและเยาวชนตามหลักสติปัฏฐานในการยกระดับสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนในหัวข้อ “ก้าวสู่คุณค่าด้วยธรรมะปฏิบัติ” มีค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.46$) กิจกรรมส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักสติปัฏฐานของเด็กและเยาวชนตามหลักการฝึกสมาธิในหัวข้อ “หายใจเบาสบาย พักใจในปัจจุบัน” ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.57$) กำหนดการณของกิจกรรมการให้ความรู้เกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักสติปัฏฐานของเด็กและเยาวชนในภาพรวม ในหัวข้อ “ธรรมะบันเทิง” ($\bar{x} = 4.35$)

จากผลการวิเคราะห์ โรงเรียนวัดตาก้อง พบว่า การส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตัวเองของเด็กและเยาวชนตามหลักสติปัฏฐานในการยกระดับสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชนในหัวข้อ “ก้าวสู่คุณค่าด้วยธรรมะปฏิบัติ” ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.46$) กิจกรรมส่งเสริมการประยุกต์ใช้หลักสติปัฏฐานของเด็กและเยาวชนตามหลักการฝึกสมาธิในหัวข้อ “หายใจเบาสบาย พักใจในปัจจุบัน” ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.65$) กำหนดการณของกิจกรรมการให้ความรู้เกี่ยวกับการประยุกต์ใช้หลักสติปัฏฐานของเด็กและเยาวชนในภาพรวม ในหัวข้อ “ธรรมะบันเทิง” ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.35$)

สรุปผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของทั้ง 3 โรงเรียน ประกอบด้วยโรงเรียนการดีวิทยา มีค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.47$) โรงเรียนหอเอกราช ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.50$) โรงเรียนวัดตาก้อง (รัฐราษฎร์บำรุง) ผลปรากฏว่า ค่าเฉลี่ยรวม มาก ค่าเฉลี่ยรวม มาก ($\bar{x} = 4.71$) เป็นส่วนสำคัญนำไปสู่การสรุปและประเมินการวิจัยต่อไป

องค์ความรู้จากการวิจัย



ข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการประยุกต์ใช้หลักสติปัญญาเพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาของเด็กและเยาวชน จังหวัดนครปฐม” ผู้วิจัยขอเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 ควรให้มีการส่งเสริมกิจกรรมการทำสมาธิแนวสติปัญญา 4 เพื่อการพัฒนา กาย วาจา ใจ และสังคม

1.2 ควรส่งเสริมกิจกรรมที่นำไปสู่การ พัฒนา กาย สังคม อารมณ์ ปัญญา

2. ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

2.1 ควรส่งเสริม และสนับสนุน การใช้ปัญญาประดิษฐ์ ในการสร้างสื่อและวิธีการใช้สื่อ อย่างสร้างสรรค์

2.2 ควรส่งเสริม ด้าน การนำปัญญาประดิษฐ์มาใช้ในการทำสมาธิโดยอาศัยหลักจริยธรรม ปัญญาประดิษฐ์

3. ข้อเสนอแนะเพื่อการทำการวิจัยในครั้งต่อไป

3.1 ศึกษาแบบการเจริญสติกรรมฐานในรูปแบบ 1 วันหนึ่งสติของวิทยาลัยสงฆ์พุทธ ปัญญาศรีทวารวดี

3.2 ศึกษาแบบการนำสมาธิโดยอาศัยสื่อปัญญาประดิษฐ์เพื่อการบูรณาการต่อการ พัฒนา กาย สังคม อารมณ์ ปัญญา

บรรณานุกรม

จำลอง ดิษยวณิช และพริ้มเพรา ดิษยวณิช. (2545).จิตวิทยาของความดับทุกข์. เชียงใหม่: บริษัท กลางเวียงการพิมพ์ จำกัด.

พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร ฐิตวณฺโณ). (2538).การพัฒนาจิต. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราช วิทยาลัย.

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). (2550) ยุทธธรรมสำหรับเยาวชน. กรุงเทพมหานคร : สุขภาพใจ,.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). (2541).ธรรมกับไทย ในสถานการณ์ปัจจุบัน. กรุงเทพมหานคร: โรง พิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว,

_____. (2539) ศาสนาและเยาวชน. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม,.

พระพรหมมิ่งคลาจารย์ (หลวงพ่อบุญญานันทภิกขุ). (ม.ป.ป).ธรรมสำหรับเด็ก. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา.

พระอนุชธาดาจารย์.(2538).อภิมมตถสงคหปาลิยา สห อภิมมตถ วิภาวินี นาม อภิมมตถสงคหฎีกา.

พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย,

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539) พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,.

_____. (2535) พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 2500. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,.

ศูนย์สุขภาพจิต 6. (2563) สรุปรายงานผลการดำเนินงานประจำปี 2563. กลุ่มงานวิชาการสุขภาพจิต

ศูนย์สุขภาพจิตที่ 6 กระทรวงสาธารณสุข.

RETRACTED