

การใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชา  
หน้าที่พลเมืองโรงเรียนดาราพิทยาคม จังหวัดอุดรดิตถ์  
APPLYING CONTEMPLATIVE EDUCATION TO DEVELOP STUDENT  
QUALITY IN CIVIC DUTY COURSES AT DARAPITTAYAKOM SCHOOL,  
UTTARADIT PROVINCE

อัจฉราพรรณ เพิ่มชิ้น<sup>1\*</sup> กัญญา กำศิริพิมาน<sup>2</sup> และชรินทร์ มั่งคั่ง<sup>3</sup>  
Autcharapun Phoemkhuen<sup>1\*</sup> Kanya Kumsiripiman<sup>2</sup> and Charin Mangkhang<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

<sup>1,2,3</sup>Faculty of Education, Chiang Mai University, Chiang Mai 50200, Thailand

\*Corresponding Author, E-mail: four\_u\_pr@hotmail.com

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีจุดประสงค์ 1) เพื่อศึกษาผลการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง 2) เพื่อศึกษาความคิดเห็นของผู้เรียนต่อการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง ประชากรที่ใช้ในการวิจัย คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนดาราพิทยาคม ตำบลบ้านดารา อำเภอพิชัย จังหวัดอุดรดิตถ์ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 จำนวน 31 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) แผนการจัดการเรียนรู้วิชาหน้าที่พลเมือง จำนวน 7 แผน รวม 26 คาบเรียน คาบเรียนละ 50 นาที ใช้เวลาจัดกิจกรรมการเรียนรู้ 2 คาบเรียนติดต่อกัน โดยใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาในการพัฒนาผู้เรียน 5 ส ได้แก่ 1.1) สร้างสติ (Check-in) 1.2) สนทนาสนทนา (Dialogue Conversation) 1.3) สะท้อนความคิด (Reflection) 1.4) สรุปสาระสำคัญ (Check-out) และ 1.5) สื่อบันทึกสร้างสรรค์ (Journaling) 2) แบบประเมินคุณภาพของผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง โดยใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษา 3) แบบสอบถามความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง สถิติที่ใช้ ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย พบว่า การใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมืองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยรวมผู้เรียนมีคุณภาพในวิชาหน้าที่พลเมืองอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.56 และผู้เรียนมีความคิดเห็นต่อการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมืองในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.39

**คำสำคัญ:** กระบวนการจิตตปัญญาศึกษา คุณภาพผู้เรียน วิชาหน้าที่พลเมือง

## Abstract

The purposes of this research were to investigate; 1) the result of applying Contemplative Education to develop student quality in Civic Duty courses, and 2) The opinions of the students towards Contemplative Education to develop student quality in Civic Duty courses. The population for this research was 31 of ninth grade students who were studying in the second semester of the school year 2015 at the Darapittayakom School, Ban Dara sub-district, Phichai district, Uttaradit Province. The tools for the research were 1) seven study plans for Civic Duty courses, which were divided into 26 classes, 50 minutes of each class. The researcher employs 2 classes for each learning activity which consists of 5 steps (Check-in, Dialogue Conversation, Reflection, Check-out, and Journaling), 2) the students assessment form for Contemplative Education in Civic Duty courses, and 3) the questionnaires for the students regarding the opinions and perspective towards applying Contemplative Education to develop student quality in Civic Duty courses. The statistical techniques including percentage mean and standard deviation are utilized to analyze data.

The result of the survey suggests that applying Contemplative Education to develop the quality of ninth grade students at the Darapittayakom School in Civic Duty courses have very good outcome with the average level of 2.56, and the students also have positive attitudes towards the process of practicing Contemplative Education with the average level of 4.39.

**Keywords:** Contemplative Education, Student Quality, Civic Duty Courses

## บทนำ

กระบวนการจิตตปัญญาศึกษา เป็นกระบวนการในการพัฒนาภายในของผู้เรียน พัฒนาจิตวิญญาณ เพื่อหาความหมายของชีวิต รู้จักตนเอง เห็นคุณค่าของตนเอง เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในทางที่ดีขึ้น รู้จักการเชื่อมโยง รู้คุณค่าของสิ่งต่างๆ โดยปราศจากอคติ ใช้เหตุผลในการตัดสินใจ มีจิตใจดี คิดบวก เห็นแก่ส่วนรวม อยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างสงบสุข เข้าใจความแตกต่างของสังคม เคารพคุณค่าความเป็นมนุษย์ สร้างสังคมแห่งความสุข พัฒนาคุณภาพของผู้เรียนให้มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์และสร้างการศึกษาที่ยั่งยืนตลอดชีวิต นโยบายการปฏิรูปการศึกษาในทศวรรษที่สอง (พ.ศ. 2552 - 2561) ของกระทรวงศึกษาธิการ ต้องการให้คนไทยได้เรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างมีคุณภาพ พัฒนาคุณภาพมาตรฐานการศึกษาและการเรียนรู้ของคนไทย จุดเน้นการพัฒนาผู้เรียนคือ คุณภาพในตัวผู้เรียนที่มีความครอบคลุมในด้านความสามารถและทักษะการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนโดยทำให้ผู้เรียนมีความสุข เป็นคนดีและมีปัญญา เห็นคุณค่าของตนเอง มีทักษะชีวิต ทักษะการคิด สามารถสร้างองค์ความรู้ ทักษะกระบวนการแก้ปัญหา ทักษะการเชื่อมโยงข้อมูล เห็นคุณค่าของการเรียนรู้อย่างมีความสุข มีจิตสำนึกในความเป็นพลเมืองไทยและพลโลกอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข ตลอดจนคุณลักษณะที่จะช่วยเสริมสร้างให้ผู้เรียนมีคุณภาพบรรลุตามเป้าหมายของหลักสูตร และผู้เรียนจะต้องมีคุณลักษณะโดยเน้นให้ผู้เรียนทุกระดับชั้นมีความเป็นพลเมือง รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ซื่อสัตย์สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ อยู่อย่างพอเพียง มุ่งมั่นในการทำงาน รักความเป็นไทยและมีจิตสาธารณะ และรายวิชาหน้าที่พลเมืองในกลุ่มสาระสังคมศึกษาศาสนาและวัฒนธรรม Ministry of Education (2008, p.132) ว่าด้วยการจัดการเรียนรู้ในรายวิชาหน้าที่พลเมือง เพื่อสร้างความเป็น

พลเมืองดีของสังคม เข้าใจระบบการเมือง การปกครอง เข้าใจความแตกต่างและความหลากหลายทางวัฒนธรรม รู้จักสิทธิ หน้าที่ เสรีภาพการดำเนินชีวิตอย่างสันติสุขในสังคมไทยและสังคมโลก พัฒนาทักษะชีวิต (Life Skills) การบูรณาการในลักษณะสหวิทยาการ รวมทั้งมีการเน้นวิชาการศึกษาเพื่อความเป็นพลเมือง (Citizenship Education) เพื่อพัฒนาผู้เรียนจากภายในสู่ภายนอก ดึงศักยภาพภายในมาใช้ เห็นคุณค่าและศักยภาพของตนเอง เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน เชื่อมโยงสิ่งต่างๆ อย่างสมดุล คิดอย่างเป็นระบบ ยอมรับในพหุวัฒนธรรม การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสงบสุข มีความรัก ความเมตตา มีจิตสาธารณะ เกิดสำนึกความดีงาม พัฒนาผู้เรียนให้มีความสุข เป็นคนดีและมีปัญญา สร้างการเรียนรู้ที่มีความสุข

Jenjja (2011, p.10) ได้กล่าวว่า การพัฒนาผู้เรียนหรือการสร้างองค์ความรู้ที่ยั่งยืนต้องมาจากภายในตัวผู้เรียนเอง ดังนั้น กระบวนการในการพัฒนาภายใน จึงเกิดขึ้นเพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจตนเอง ส่งผลให้เข้าใจผู้อื่น เห็นคุณค่าของตนเอง ส่งผลให้เห็นคุณค่าของผู้อื่น รู้เท่าทันเหตุการณ์อย่างเข้าใจ เกิดการเรียนรู้สามารถนำไปใช้ในชีวิตได้จริง รับผิดชอบต่อตนเองและส่วนรวมเคารพความเป็นมนุษย์ เคารพความแตกต่าง ความเป็นพลเมือง จิตสาธารณะ เกิดความรัก ความเมตตาต่อสรรพสิ่ง เห็นความสัมพันธ์ รู้จักการเชื่อมโยงต่อสิ่งต่างๆ อย่างเข้าใจ ส่งผลให้เกิดความสุขในการเรียนรู้เพื่อเป็นกรอบความคิดในอนาคตตามแนวคิดปัญญาศึกษาปัญหาของการศึกษาในปัจจุบัน คือ คุณภาพของผู้เรียน ผลการทดสอบทางการศึกษาระดับชาตินิยม ผู้เรียนไม่มีความสุขในการเรียน ไม่เห็นความสำคัญของการเรียน การเรียนที่เน้นเนื้อหามากกว่าพัฒนาทักษะพื้นฐาน จบการศึกษาแต่ไม่สามารถค้นพบความถนัดของตัวเองมีปัญหาการทะเลาะวิวาท ยาเสพติด ปัญหาการคบเพื่อนต่างเพศ และพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ที่ส่งผลให้คุณภาพผู้เรียนลดลง เกิดความทุกข์และก่อให้เกิดปัญหาสังคมตามมา Chaibang (2011, pp.39-47) ได้กล่าวว่า ผู้เรียนขาดการพัฒนาคุณภาพภายในของตนเอง ทำให้ผู้เรียนเกิดการเฉื่อยชา เบื่อหน่ายไม่อยากเรียนรู้สิ่งต่างๆ และทำสิ่งที่ไม่ดีลงไป เนื่องมาจากการได้รับข้อมูลจากสภาพแวดล้อมและการอบรมสั่งสอนที่ไม่ถูกต้อง และถูกบันทึกไว้ในจิตใต้สำนึกก่อให้เกิดปัญหาสังคม เช่น การทะเลาะวิวาท ความขัดแย้ง จากความคิดเห็นที่ต่างกัน การดูถูกเชื้อชาติความคิดเห็นของตนเองเป็นใหญ่ ขาดวิจารณญาณในการรับข่าวสาร ไม่มีเหตุผล ใช้อารมณ์ในการตัดสินปัญหา เกิดการแบ่งแยก ส่งผลให้สังคมไทยเป็นสังคมที่ไม่มีมีความสุข

จากการสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียน แบบบันทึกการเยี่ยมบ้านและสัมภาษณ์ครูโรงเรียนดาราวิทยาคม จังหวัดอุดรธานี ปีการศึกษา 2557 พบว่า ผู้เรียนไม่เห็นความสำคัญและศักยภาพภายในของตนเอง ทำให้ไม่กระตือรือร้นในการพัฒนาตนเอง ไม่ตั้งใจเรียน มีพฤติกรรมเฉื่อยชาในการทำกิจกรรมการเรียนรู้ในชั้นเรียน ง่วงนอนในเวลาเรียน ส่งงานล่าช้าและหนีเรียนเนื่องจากไม่มีความสุขในการเรียน การเรียนการสอนเน้นเนื้อหาตามหนังสือเรียน ให้ความสำคัญกับคะแนน ผลการเรียนมากกว่าการเรียนรู้และพัฒนาการด้านทักษะของผู้เรียน ทำให้เกิดปัญหาการทุจริตการสอบ ลอกการบ้าน ผู้เรียนไม่กล้าแสดงความคิดเห็น กระบวนการคิดไม่เป็นระบบ ขาดทักษะการทำงานร่วมกับผู้อื่น มีปัญหาในการเข้าสังคม ผู้เรียนให้ความช่วยเหลือเมื่อมีการร้องขอมากกว่าทำโดยจิตสาธารณะ มีพฤติกรรมก้าวร้าว มีพฤติกรรมชู้สาว เห็นแก่ตัวไม่สามัคคีในการทำกิจกรรมของโรงเรียน ใช้ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหา เป็นต้น จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจการพัฒนาการใคร่ครวญภายในของผู้เรียน เพื่อให้ผู้เรียนเห็นคุณค่าและศักยภาพของตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน พัฒนาทั้งทางจิตใจและปัญญาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนจากภายในสู่ภายนอก เชื่อมโยงสิ่งต่างๆ อย่างสมดุล คิดอย่างเป็นระบบ ยอมรับในพหุวัฒนธรรม ส่งเสริมการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสงบสุข มีความรัก ความเมตตา มีจิตสาธารณะต่อสังคมเกิดสำนึกความดีงาม เป็นพลเมืองดีของสังคมไทยและสังคมโลก นำไปสู่การพัฒนาผู้เรียนให้มีความสุข เป็นคนดี มีปัญญา และสร้างการเรียนรู้ที่มีความสุข โดยใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาในการพัฒนาผู้เรียน 5 ส ได้แก่ สร้างสติ (Check-in), สนทนาสนทนา (Dialogue Conversation), สะท้อนความคิด (Reflection), สรุปสาระสำคัญ (Check-out) และ

สื่อบันทึกสร้างสรรค์ (Journaling) เพื่อพัฒนาผู้เรียนให้สมดุลมีความสุข มีคุณธรรม และมีความรู้ เห็นแก่ส่วนรวม เพื่อแผ่ความสุขให้แก่คนรอบข้างและสังคม สร้างการศึกษาที่ยั่งยืนตลอดชีวิต และสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุขตามแนวจิตตปัญญาศึกษา (Contemplative Education) เป็นประโยชน์ต่อผู้ที่สนใจนำกระบวนการจิตตปัญญาศึกษาไปใช้เพื่อพัฒนาคุณภาพของผู้เรียนในโรงเรียนต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง โรงเรียนคาราพิทยาคม จังหวัดอุตรดิตถ์
2. เพื่อศึกษาความคิดเห็นของผู้เรียนต่อการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง โรงเรียนคาราพิทยาคม จังหวัดอุตรดิตถ์

### ขอบเขตการวิจัย

#### 1. ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของโรงเรียนคาราพิทยาคม จังหวัดอุตรดิตถ์ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558

#### 2. ขอบเขตด้านเนื้อหา

ผู้วิจัยได้ศึกษาและสังเคราะห์กระบวนการจิตตปัญญาศึกษา และนำไปพัฒนาแผนการจัดการเรียนรู้วิชาหน้าที่พลเมือง และได้นำกระบวนการจิตตปัญญาศึกษาไปใช้ในการพัฒนาผู้เรียน 5 ส ดังนี้ คือ 1) สร้างสติ (Check-in) 2) สนทนาสนทนา (Dialogue Conversation) 3) สะท้อนความคิด (Reflection) 4) สรุปสาระสำคัญ (Check-out) 5) สื่อบันทึกสร้างสรรค์ (Journaling) และศึกษาคุณภาพของผู้เรียนตามนโยบายการปฏิรูปการศึกษาในทศวรรษที่สอง (พ.ศ. 2552 - 2561) ของกระทรวงศึกษาธิการ และนำหลักจิตตปัญญา 7 โดย Nilchaikovit (2010, pp.46-50) อันได้แก่ การพิจารณาด้วยใจอย่างใคร่ครวญ (Contemplation) ความรักความเมตตา (Compassion) การเชื่อมโยง (Connectedness) การเผชิญความจริง (Confronting Reality) ความต่อเนื่อง (Continuity) ความมุ่งมั่น (Commitment) และชุมชนแห่งการเรียนรู้ (Community) โดยประยุกต์กับการพัฒนาคุณภาพของผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง ดังนี้ 1) คุณภาพผู้เรียนด้านความสุข มีสุขนิสัย สุขภาพจิตที่ดี มีสติ ความรัก ความเมตตา รู้เท่าทัน และเข้าใจตนเอง 2) คุณภาพผู้เรียนด้านเป็นคนดี มีวินัย มีความรับผิดชอบ ปฏิบัติตามหลักธรรมของศาสนาที่ตนนับถือ มีความซื่อสัตย์สุจริต เข้าใจผู้อื่น จิตสาธารณะ ประหยัด อุดม อ่อนน้อม อนุรักษ์ วัฒนธรรมไทยและภูมิปัญญาท้องถิ่น รักธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม มีส่วนร่วมกับชุมชนและส่วนรวม 3) คุณภาพผู้เรียนด้านเป็นคนเก่ง ผู้เรียนมีความมุ่งมั่น มีความมั่นใจ เพียรพยายามทำงานอย่างมีความสุข ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ กระบวนการคิด การตัดสินใจ การแก้ไขปัญหาคิดอย่างมีเหตุผลมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ การพูดที่ดี เลือกใช้เทคโนโลยี แสวงหาความรู้ และส่งเสริมการเรียนรู้

#### 3. ขอบเขตด้านเวลา

ระยะเวลาในการทำวิจัยโดยใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาในการพัฒนาผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง เป็นภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2558 ระหว่างเดือนธันวาคม พ.ศ. 2558 ถึงกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2559 จำนวน 7 แผน 26 คาบเรียน คาบเรียนละ 50 นาที

#### 4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่

4.1 แผนการจัดการเรียนรู้วิชาหน้าที่พลเมือง จำนวน 7 แผน รวม 26 คาบเรียน คาบเรียนละ 50 นาที โดยทุกแผนใช้เวลาจัดกิจกรรมการเรียนรู้ 2 คาบเรียนติดต่อกัน โดยใช้กระบวนการจัดตั้งปัญหาศึกษาในการพัฒนาผู้เรียน 5 ส ได้แก่ สร้างสติ (Check-in), สนทนาสนทนา (Dialogue Conversation), สะท้อนความคิด (Reflection), สรุปสาระสำคัญ (Check-out) และสื่อบันทึกสร้างสรรค์ (Journaling)

4.2 แบบประเมินคุณภาพของผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง โดยใช้กระบวนการจัดตั้งปัญหาศึกษาเป็นแบบประเมินที่มีลักษณะเป็นเกณฑ์ 4 ระดับ โดยใช้เกณฑ์รูบริกส์ (Understanding Rubrics) คือ 0, 1, 2 และ 3 จากผู้เรียนปฏิบัติในระดับน้อยที่สุดไปสู่ผู้เรียนปฏิบัติในระดับมาก โดยบูรณาการกับหลักจัดตั้งปัญหา 7 ในการประเมินคุณภาพของผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง 3 ด้าน ได้แก่ 1) คุณภาพผู้เรียนด้านความสุข 2) คุณภาพผู้เรียนด้านเป็นคนดี และ 3) คุณภาพผู้เรียนด้านเป็นคนเก่ง

4.3 แบบสอบถามความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อการใช้กระบวนการจัดตั้งปัญหาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง โดยกำหนดลักษณะข้อมูลอยู่ในลักษณะของระดับการปฏิบัติใน 5 ระดับ คือ 1, 2, 3, 4 และ 5 จากการปฏิบัติจัดตั้งปัญหาศึกษาในระดับน้อยที่สุดไปสู่การปฏิบัติมากที่สุด

#### วิธีการวิจัย

##### ขั้นตอนที่ 1 การสร้างและการค่าคุณภาพของเครื่องมือ

1. การสร้างแผนการจัดการเรียนรู้วิชาหน้าที่พลเมือง โดยใช้กระบวนการจัดตั้งปัญหาศึกษาในการพัฒนาผู้เรียน จำนวน 7 แผน จำนวน 26 คาบเรียน มีสาระสำคัญดังนี้

1.1 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง หลักสูตรการศึกษาแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 มาตรฐาน ตัวชี้วัด ของสาระหน้าที่พลเมือง วัฒนธรรม และการดำเนินชีวิตในสังคมในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 กระบวนการจัดตั้งปัญหาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียน แนวคิดจัดตั้งปัญหาศึกษาสู่การปฏิบัติ การเลือกและการใช้สื่อการเรียนการสอน เพื่อกำหนดกรอบแนวคิด

1.2 สังเคราะห์กระบวนการจัดตั้งปัญหาศึกษากับการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนโดยกำหนดกระบวนการจัดการเรียนรู้โดยใช้กระบวนการจัดตั้งปัญหาศึกษา บทบาทของครู บทบาทของผู้เรียนและคุณภาพผู้เรียน

1.3 สังเคราะห์กระบวนการจัดตั้งปัญหาศึกษาสู่การปฏิบัติ เพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนการเลือกและการใช้สื่อการเรียนการสอน กิจกรรมการเรียนรู้ ตามกรวยประสบการณ์ (Cone of Experience)

1.4 ดำเนินการสร้างแผนการจัดการเรียนรู้วิชาหน้าที่พลเมือง จากมาตรฐานและตัวชี้วัดตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 โดยใช้กระบวนการจัดตั้งปัญหาศึกษาในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ จำนวน 7 แผน จำนวน 26 คาบเรียน คาบเรียนละ 50 นาที โดยใช้เวลาจัดกิจกรรมการเรียนรู้ 2 คาบเรียนติดต่อกัน โดยทุกแผนการจัดการเรียนรู้จะใช้กระบวนการจัดตั้งปัญหาศึกษาเพื่อพัฒนาผู้เรียน 5 ส ได้แก่ สร้างสติ (Check-in), สนทนาสนทนา (Dialogue Conversation), สะท้อนความคิด (Reflection), สรุปสาระสำคัญ (Check-out) และสื่อบันทึกสร้างสรรค์ (Journaling)

1.5 แผนการจัดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้น เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อตรวจสอบในด้านเนื้อหา ด้านรูปแบบกิจกรรมการจัดการเรียนรู้และด้านการวัดผลประเมินผล ตรวจสอบคุณภาพและความถูกต้องเหมาะสม จากนั้นนำไปปรับปรุงแก้ไขให้ถูกต้อง

1.6 นำแผนการจัดการเรียนรู้ ที่แก้ไขแล้วเสนอผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 คน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสมของเนื้อหา นำมาหาค่า IOC โดยให้ได้ค่าไม่ต่ำกว่า 0.5 พบว่า คุณภาพความสอดคล้อง ได้ค่า IOC เฉลี่ยตั้งแต่ 0.80 - 1.00 ค่าความสอดคล้องของเนื้อหาส่วนใหญ่ มีความเหมาะสม จากนั้นนำแผนการจัดการเรียนรู้ที่ได้แก้ไขปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ เสนออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบอีกครั้ง ปรับปรุงแก้ไขและจัดทำฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปเก็บรวบรวมข้อมูลต่อไป

2. การสร้างแบบประเมินคุณภาพของผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมืองโดยใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษา มีสาระสำคัญ ดังนี้

2.1 ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวกับคุณภาพผู้เรียนตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 การพัฒนาคุณภาพผู้เรียนโดยกระบวนการจิตตปัญญาศึกษา ตามหลักจิตตปัญญา 7 และการสร้างแบบประเมิน เพื่อวางกรอบแนวคิด

2.2 วิเคราะห์มาตรฐานคุณภาพผู้เรียนตามนโยบายการปฏิรูปการศึกษาในทศวรรษที่สอง (พ.ศ. 2552 - 2561) ของกระทรวงศึกษาธิการ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานให้สอดคล้องกับคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมืองโดยบูรณาการกับหลักจิตตปัญญา 7 และสร้างแบบประเมินที่มีลักษณะเป็นเกณฑ์ 4 ระดับโดยใช้เกณฑ์รูบริกส์ (Understanding Rubrics) ในการประเมินคุณภาพของผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง 3 ด้าน ได้แก่ 1) คุณภาพผู้เรียนด้านความสุข 2) คุณภาพผู้เรียนด้านเป็นคนดี และ 3) คุณภาพผู้เรียนด้านเป็นคนเก่ง จำนวน 30 ข้อ

2.3 นำแบบประเมินที่สร้างขึ้น เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง คุณภาพความสอดคล้องและความเหมาะสมกับกรอบแนวคิดวิจัย พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะ แนวทางแก้ไขและนำไปปรับปรุงแก้ไขให้ถูกต้อง

2.4 นำแบบประเมินให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสมของเนื้อหา นำมาหาค่า IOC โดยให้ได้ค่าไม่ต่ำกว่า 0.5 พบว่า คุณภาพความสอดคล้อง ได้ค่า IOC เฉลี่ย ตั้งแต่ 0.80 - 1.00 ค่าความสอดคล้องของเนื้อหาส่วนใหญ่ มีความเหมาะสม จากนั้นแบบประเมินที่ได้แก้ไขปรับปรุงตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ เสนออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบอีกครั้ง ปรับปรุงแก้ไขแบบประเมิน และจัดทำฉบับสมบูรณ์เพื่อใช้ในการเก็บข้อมูลต่อไป

3. การสร้างแบบสอบถามความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง มีสาระสำคัญ ดังนี้ ศึกษาเอกสาร ตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสร้างแบบสอบถาม และสร้างแบบสอบถามความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษา เพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในรายวิชาหน้าที่พลเมือง จำนวน 29 ข้อ โดยแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับสถานะภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม ตอนที่ 2 แบบสอบถามความคิดเห็นผู้เรียนที่มีต่อการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง ตอนที่ 3 แบบสอบถามถึงปัญหา/อุปสรรค และข้อเสนอแนะของผู้เรียนที่มีต่อการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง

3.1 นำแบบสอบถามให้อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง สอดคล้องและครอบคลุมแนวทางการวิจัย พร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะ แนวทางแก้ไข ปรับปรุงให้ถูกต้อง

3.2 นำแบบสอบถามให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของแบบสอบถามแล้วหาค่า IOC โดยให้ได้ค่าไม่ต่ำกว่า 0.5 พบว่า คุณภาพความสอดคล้อง ได้ค่า IOC เฉลี่ยตั้งแต่ 0.80 - 1.00 ค่าความสอดคล้องของเนื้อหาส่วนใหญ่ มีความเหมาะสม จากนั้นนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขตามผลการตรวจ

ของผู้เชี่ยวชาญ เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไขอีกครั้ง และจัดทำฉบับสมบูรณ์เพื่อใช้ในการเก็บข้อมูลต่อไป

### ขั้นตอนที่ 2 การนำเครื่องมือไปใช้

1. ดำเนินการจัดการเรียนรู้โดยใช้แผนการจัดการเรียนรู้วิชาหน้าที่พลเมือง จำนวน 7 แผน รวม 26 คาบเรียน คาบเรียนละ 50 นาที จะใช้เวลาจัดกิจกรรมการเรียนรู้ 2 คาบเรียนติดต่อกัน เพื่อสะดวกในการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาในการพัฒนาผู้เรียน 5 ส ได้แก่ สร้างสติ (Check-in), สนทนาสนทนา (Dialogue Conversation), สะท้อนความคิด (Reflection), สรุปสาระสำคัญ (Check-out) และสื่อบันทึกสร้างสรรค์ (Journaling) โดยประเมินตามสภาพจริงสังเกตแบบไม่เจาะจง โดยใช้บันทึกหลังการสอน แบบสังเกตผู้เรียนรายบุคคลตามกระบวนการจิตตปัญญาศึกษา แบบประเมินงานกลุ่มขั้นสนทนาสนทนา และสื่อบันทึกสร้างสรรค์ เสนอเชิงวิเคราะห์แบบความเรียง

2. หลังจากสิ้นสุดการเรียนรู้ตามแผนการจัดการเรียนรู้แล้ว ผู้วิจัยทำการแจกแบบประเมินคุณภาพของผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมืองโดยใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษา และแจกแบบสอบถามความคิดเห็นของผู้เรียนที่มีต่อการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง

3. นำคะแนนที่ได้จากการทำแบบประเมินและแบบสอบถามของผู้เรียนไปทำการวิเคราะห์ด้วยวิธีการทางสถิติต่อไป

### สรุปผลการวิจัย

1. ผลการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมืองโดยใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาในการพัฒนาผู้เรียน 5 ส ได้แก่ สร้างสติ (Check-in), สนทนาสนทนา (Dialogue Conversation), สะท้อนความคิด (Reflection), สรุปสาระสำคัญ (Check-out) และสื่อบันทึกสร้างสรรค์ (Journaling) พบว่า ผู้เรียนมีคุณภาพในวิชาหน้าที่พลเมืองอยู่ในระดับมาก ผู้เรียนเข้าใจผู้อื่นมากขึ้น มีจิตสาธารณะ อนุรักษ์วัฒนธรรมไทยและภูมิปัญญาท้องถิ่น ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ เลือกใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสม มีการคิดอย่างมีเหตุผล ผู้เรียนมีการเรียนรู้ มีความมั่นใจ ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ การฝึกสติ ปฏิบัติตามหลักธรรมของศาสนาที่ตนนับถือ และมีความเพียรพยายาม อยู่ในระดับมาก

2. ความคิดเห็นของผู้เรียนต่อการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง พบว่า การใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนส่งเสริมให้มีความสุขในการเรียน ส่งเสริมให้มีการพัฒนาสติ ทำให้สงบ และมีสติภายในมากขึ้น รู้สึกผ่อนคลายในการเรียน เกิดความรักความเมตตาต่อสรรพสิ่ง ส่งเสริมให้เกิดความสนใจในกิจกรรมการเรียนรู้กล้าแสดงออก มีวินัยในการทำงาน สื่อการสอนหลากหลาย ส่งเสริมให้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมเกิดความสามัคคี ฝึกทักษะการแก้ไขปัญหา เห็นคุณค่าของประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตน ส่งเสริมให้มีความรับผิดชอบต่อผู้อื่นและส่วนรวม ส่งเสริมให้เป็นผู้ฟังที่ดี มีมารยาทในการฟังเห็นคุณค่าของตัวเอง ส่งเสริมให้รักขาระเบียบวินัยของโรงเรียน และส่งเสริมให้เห็นประโยชน์ของการจัดการเรียนรู้ตามกระบวนการจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียน อยู่ในระดับมาก

### อภิปรายผลการวิจัย

1. ผลการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมืองโรงเรียนคาราพิทยาคม จังหวัดอุดรธานี ผลการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง โดยใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาในการพัฒนาผู้เรียน 5 ส ได้แก่ สร้างสติ (Check-in), สนทนาสนทนา

(Dialogue Conversation), สะท้อนความคิด (Reflection), สรุปสาระสำคัญ (Check-out) และสื่อบันทึกสร้างสรรค์ (Journaling) พบว่า ผู้เรียนมีคุณภาพในวิชาหน้าที่พลเมืองอยู่ในระดับมาก ผู้เรียนเข้าใจผู้อื่นมากขึ้น มีจิตสาธารณะ อนุรักษ์วัฒนธรรมไทยและภูมิปัญญาท้องถิ่น ทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ เลือกใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสม มีการคิดอย่างมีเหตุผล ผู้เรียนมีการเรียนรู้ มีความมั่นใจ ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ การฝึกสติ ปฏิบัติตามหลักธรรมของศาสนาที่ตนนับถือ และมีความเพียรพยายาม อยู่ในระดับมาก ซึ่งการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามแผนการจัดการเรียนรู้ในวิชาหน้าที่พลเมือง โดยใช้กระบวนการจัดตปัญหาศึกษาในการพัฒนาผู้เรียน เป็นกระบวนการในการพัฒนาภายใน เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจตนเอง ส่งผลให้เข้าใจผู้อื่น เห็นคุณค่าของตนเอง ส่งผลให้เห็นคุณค่าของผู้อื่น รู้เท่าทันเหตุการณ์อย่างมีเหตุผล เกิดการเรียนรู้ สามารถนำไปใช้ในชีวิตรได้จริง รับผิดชอบต่อตนเอง และส่วนรวม เคารพความเป็นมนุษย์ เคารพความแตกต่าง มีความเป็นพลเมืองจิตสาธารณะ เกิดความรัก ความเมตตาต่อสรรพสิ่ง เห็นความสัมพันธ์ รู้จักการเชื่อมโยงต่อสิ่งต่างๆ อย่างเข้าใจ เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน ส่งผลให้เกิดความสุขในการเรียนรู้ เพื่อเป็นกรอบความคิดในอนาคต แผนการจัดการเรียนรู้วิชาหน้าที่พลเมือง โดยใช้กระบวนการจัดตปัญหาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ในวิชาหน้าที่พลเมือง ดำเนินการจัดการเรียนรู้โดยใช้แผนการจัดการเรียนรู้วิชาหน้าที่พลเมืองจำนวน 7 แผน รวม 26 คาบเรียน คาบเรียนละ 50 นาที โดยจัดกิจกรรมการเรียนรู้ 2 คาบเรียนติดต่อกัน เพื่อสะดวกในการใช้กระบวนการจัดตปัญหาศึกษาในการพัฒนาผู้เรียน 5 ส ได้แก่ สร้างสติ (Check-in), สนทนาสนทนา (Dialogue Conversation), สะท้อนความคิด (Reflection), สรุปสาระสำคัญ (Check-out) และสื่อบันทึกสร้างสรรค์ (Journaling) เนื้อหาสอดคล้องกับหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2551 ได้แก่ มาตรฐาน ส 2.1 เข้าใจและปฏิบัติตามหน้าที่ของการเป็นพลเมืองดี มีค่านิยมที่ดีงาม และธำรงรักษาประเพณีและวัฒนธรรมไทย ดำรงชีวิตอยู่ร่วมกันในสังคมไทยและสังคมโลกอย่างสันติสุข และมาตรฐาน ส 2.2 เข้าใจระบบการเมืองการปกครองในสังคมปัจจุบัน ยึดมั่น ศรัทธา และธำรงรักษา วัชซึ่งการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข Ministry of Education (2008, p.132) ว่าด้วยการจัดการเรียนรู้ในวิชาหน้าที่พลเมือง เพื่อสร้างความเป็นพลเมืองดีของสังคม เข้าใจระบบการเมือง การปกครอง เข้าใจความแตกต่างและความหลากหลายทางวัฒนธรรม รู้จักสิทธิ หน้าที่ เสรีภาพ การดำเนินชีวิตอย่างสันติสุขในสังคมไทยและสังคมโลก พัฒนาทักษะชีวิต (Life Skills) การบูรณาการในลักษณะสหวิทยาการ รวมทั้งมีการเน้นวิชาการศึกษาเพื่อความเป็นพลเมือง (Citizenship Education) เพื่อพัฒนาผู้เรียนจากภายในสู่ภายนอก ดึงศักยภาพภายในมาใช้เห็นคุณค่าและศักยภาพของตนเอง เชื่อมโยงสิ่งต่างๆ อย่างสมดุล คิดอย่างเป็นระบบ ยอมรับในพหุวัฒนธรรม การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสงบสุข มีความเมตตา สร้างการเรียนรู้ที่มีความสุข มีจิตสาธารณะ เกิดสำนึกความดีงาม พัฒนาผู้เรียนให้มีความสุข เป็นคนดีและมีปัญญา สอดคล้องกับ Sutthirat (2010, pp.159-161) ได้กล่าวถึง จิตตปัญญาศึกษา เป็นแนวคิดหนึ่งที่จะช่วยสร้างปัญญาให้แก่มนุษย์ ช่วยพัฒนาความตั้งใจ ใส่ใจในการรับรู้ ทำให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ เกิดการสะท้อนตนเองเชิงวิพากษ์ ทำให้มีสมาธิ จิตใจสงบเย็น มีความเข้าใจที่ลึกซึ้ง มีความเห็นอกเห็นใจ ตระหนักรู้ในคุณค่าของสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง มีจิตสำนึกต่อส่วนรวม เห็นความสัมพันธ์เชื่อมโยงภายในของตนเองกับผู้อื่นและโลก มีความสามารถในการทำงานดีขึ้นและประยุกต์ใช้ความรู้ในระดับสูงดีขึ้นด้วยจิตปัญญาจะเอื้อต่อการผสมผสานความรู้ที่มีอยู่ในสมอง (head) กับจิตใจ (heart) เพื่อนำออกมาปฏิบัติ (hand) ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้น จิตตปัญญาศึกษา เป็นกระบวนการเรียนรู้ด้วยใจอย่างใคร่ครวญเพื่อให้เข้าใจด้านในของตนเองหรือการรู้จักตนเอง จนเกิดปัญญา เกิดความรักต่อผู้อื่น สังคมและสรรพสิ่ง ซึ่งอาจเกิดจากการฟัง การอ่าน หรือการสัมผัสต่างๆ ด้วยความใส่ใจตั้งใจและมีสมาธิ และสอดคล้องกับวิจัยของ Saowaphan (2011) ที่ได้วิจัยการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา โรงเรียนปทุมรัตต์พิทยาคม พบว่า การพัฒนาผู้เรียนตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษาเป็นการพัฒนาผู้เรียนให้มีกระบวนการคิดที่เป็น

ระบบ คิดอย่างไรใครควรมี มีเหตุผลผ่านกระบวนการทำงานเป็นกลุ่ม ทำให้ผู้เรียนมีภาวะผู้นำการเรียนรู้ด้วยการนำชุมชนและศาสนาซึ่งเป็นวิถีชีวิตจริง ทำให้ผู้เรียนได้เรียนรู้เรื่องวัฒนธรรมประเพณี ทำให้ผู้เรียนมีความอ่อนน้อมถ่อมตน มีกาลเทศะและจะเป็นผู้ใหญ่ที่ดีในอนาคต

2. ความคิดเห็นของผู้เรียนต่อการใช้กระบวนการจัดตั้งปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง โรงเรียนดาราพิทยาคม จังหวัดอุดรธานี การใช้กระบวนการจัดตั้งปัญญาศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน ในวิชาหน้าที่พลเมืองชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยใช้แผนการจัดการเรียนรู้วิชาหน้าที่พลเมือง จำนวน 7 แผน 26 คาบเรียน ความคิดเห็นของผู้เรียนต่อการใช้กระบวนการจัดตั้งปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียนในวิชาหน้าที่พลเมือง พบว่า การใช้กระบวนการจัดตั้งปัญญาศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนส่งเสริมให้มีความสุขในการเรียน ส่งเสริมให้มีการพัฒนาสติ ทำให้สงบ และมีสติภายในมากขึ้น รู้สึกผ่อนคลายในการเรียน เกิดความรัก ความเมตตาต่อสรรพสิ่ง ส่งเสริมให้เกิดความสนใจในกิจกรรมการเรียนรู้กล้าแสดงออก มีวินัยในการทำงาน สื่อการสอนหลากหลาย ส่งเสริมให้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมเกิดความสามัคคี ฝึกทักษะการแก้ไขปัญหา เห็นคุณค่าของประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตัว ส่งเสริมให้มีความรับผิดชอบต่อผู้อื่นและส่วนรวม ส่งเสริมให้เป็นผู้ฟังที่ดี มีมารยาทในการฟัง เห็นคุณค่าของตัวเอง ส่งเสริมให้รักษาระเบียบวินัยของโรงเรียน และส่งเสริมให้เห็นประโยชน์ของการจัดการเรียนรู้ตามกระบวนการจัดตั้งปัญญาศึกษาเพื่อพัฒนาคุณภาพผู้เรียน อยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับ Boyd (as cited in Nilchaikovit, 2008, p.19) มองว่าการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน (transformation) คือ การเปลี่ยนแปลงขั้นรากฐานในบุคลิกภาพ ซึ่งเกิดจากการแก้ไขปัญหาส่วนตัวและการพัฒนาของจิตสำนึกที่เกิดกว้างขึ้น ทำให้การบูรณาการของบุคลิกภาพที่สมบูรณ์ขึ้น ซึ่งบอยด์ มองว่า กระบวนการที่เป็นหัวใจของการเปลี่ยนแปลง คือ การตระหนักรู้และแยกแยะได้ (discernment) ซึ่งประกอบด้วย การเปิดรับ (receptivity) เริ่มต้นจากการเปิดและยอมรับหรือมุมมองที่มีการให้ความหมายที่แตกต่างออกไปจากเดิม การยอมรับ (recognition) ยอมรับสิ่งที่ได้เรียนรู้ใหม่มองเห็นสิ่งที่ต้องเปลี่ยนแปลง และการตัดใจ (grieving) เป็นขั้นที่สำคัญที่สุด คือ การตระหนักว่าแบบแผนหรือการรับรู้เก่าๆ ของตนไม่เหมาะสม หรือไม่สอดคล้องกับความเป็นจริง จำเป็นต้องแก้ไขปรับปรุง จึงเกิดการรับรู้หรือสร้างวิถีใหม่ขึ้นในตนเอง และบูรณาการสิ่งใหม่เข้าไปในบุคลิกภาพเดิมของตน ซึ่งสอดคล้องกับ Nilchaikovit (2008, p.142) ได้กล่าวว่า จิตตปัญญาศึกษา เป็นการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงแบบหนึ่งที่มีลักษณะพิเศษ คือ มุ่งเน้นการพัฒนาด้านในและการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐานในตนเองอย่างลึกซึ้ง เพื่อให้เกิดปัญญาที่เห็นความเชื่อมโยงของสรรพสิ่งและเกิดความรักความเมตตาที่อยู่บนพื้นฐานของความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง ทำให้เกิดสำนึกที่ดีงามและตระหนักถึงภาระหน้าที่ของตนที่มีต่อมวลมนุษย์และสรรพสิ่งในธรรมชาติ โดยผ่านวิถีปฏิบัติแนวจิตตปัญญาในรูปแบบต่างๆ สอดคล้องกับ Saowaphan (2011) ที่ได้วิจัยการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษาโรงเรียนปทุมรัตน์พิทยาคม พบว่า การพัฒนาผู้เรียนตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา สะท้อนผลจากตัวผู้เรียน พบว่า การเรียนรู้ตามแนวทางจิตตปัญญาศึกษา ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวเอง จากการเรียนรู้ผ่านการปฏิบัติ การพบเห็นวิถีชีวิตของชุมชน การทำงานร่วมกับผู้อื่น การให้คุณค่ากับผู้อื่น ทำให้เห็นคุณค่าของตนเองมากขึ้น มีสติในการใช้ชีวิตมากขึ้นและมีการวางแผนในการใช้ชีวิตให้รอบคอบขึ้น เมื่อตนเองมีความสุขแล้วต้องแบ่งปันให้กับผู้อื่นและสังคมด้วย สอดคล้องกับนโยบายการปฏิรูปการศึกษาในทศวรรษที่สอง (พ.ศ. 2552 - 2561) ของกระทรวงศึกษาธิการ ต้องการให้คนไทยได้เรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างมีคุณภาพ พัฒนาคุณภาพมาตรฐานการศึกษาและการเรียนรู้ของคนไทย จุดเน้นการพัฒนาผู้เรียน คือ คุณภาพในตัวผู้เรียนที่มีความครอบคลุมในด้านความสามารถและทักษะการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนโดยทำให้ผู้เรียนมีความสุขเป็นคนดี และมีปัญญา เห็นคุณค่าของตนเอง มีทักษะชีวิต ทักษะการคิด สามารถสร้างองค์ความรู้ ทักษะกระบวนการแก้ปัญหา ทักษะการเชื่อมโยงข้อมูล เห็นคุณค่าของการเรียนรู้อย่างมีความสุข มีจิตสำนึกในความเป็น

พลเมืองไทยและพลโลก และอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข ตลอดจนคุณลักษณะที่จะช่วยเสริมสร้างให้ผู้เรียนมีคุณภาพบรรลุตามเป้าหมายของหลักสูตร และผู้เรียนจะต้องมีคุณลักษณะโดยเน้นให้ผู้เรียนทุกระดับชั้นมีความเป็นพลเมือง รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ ซื่อสัตย์สุจริต มีวินัย ใฝ่เรียนรู้ อยู่อย่างพอเพียง มุ่งมั่นในการทำงาน รักความเป็นไทยและมีจิตสาธารณะ สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 ที่มุ่งเน้นในการพัฒนาผู้เรียนเป็นคนดี มีปัญญาและมีความสุข มีศักยภาพในการศึกษาต่อและการประกอบอาชีพ โดยจะต้องมีคุณธรรม จริยธรรมและค่านิยมที่พึงประสงค์เห็นคุณค่าของตนเอง มีวินัยและปฏิบัติตนตามหลักธรรมของศาสนาที่ตนนับถือ ยึดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง มีความรู้ ความสามารถในการสื่อสาร กระบวนการคิด การใช้เทคโนโลยี ทักษะชีวิต สุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี มีสุนทรีย์ รักการออกกำลังกาย มีความรักชาติ จิตสำนึกต่อสังคมส่วนรวมและประเทศชาติ เข้าใจการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมีพระมหากษัตริย์ ทรงเป็นประมุข มีจิตสำนึกในการอนุรักษ์วัฒนธรรมและภูมิปัญญาไทย อนุรักษ์สิ่งแวดล้อม จิตสาธารณะ มุ่งทำประโยชน์แก่สังคมและอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 ผลการวิจัยครั้งนี้ครูผู้สอนกลุ่มสาระสังคมศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม สามารถใช้เป็นแนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในวิชาหน้าที่พลเมือง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และสามารถปรับเนื้อหาสาระ ความเหมาะสมกับวิชา และวัยของผู้เรียนแต่ละระดับชั้น ตามกลุ่มสาระการเรียนรู้ต่างๆ โดยใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาในการพัฒนาผู้เรียน 5 ส

1.2 การจัดการเรียนรู้โดยใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาในการพัฒนาผู้เรียน 5 ส เป็นการพัฒนาผู้เรียนจากภายในสู่ภายนอก ดึงศักยภาพภายในมาใช้ เห็นคุณค่าและศักยภาพของตนเอง เชื่อมโยงสิ่งต่างๆ อย่างสมดุล คิดอย่างเป็นระบบ ยอมรับในพหุวัฒนธรรม การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสงบสุข มีความเมตตา สร้างการเรียนรู้อย่างมีความสุข มีจิตสาธารณะต่อสังคมเกิดสำนึก ความดีงาม พัฒนาผู้เรียนให้มีความสุข เป็นคนดีและมีปัญญา ดังนั้นการจัดการเรียนรู้ ควรส่งเสริมกระบวนการพัฒนาภายใน เช่น การนั่งสมาธิ นอนสงบนิ่ง ฟังเพลง คลื่นต่ำ โยคะ ศิลปะบำบัด อ่านบทความ และครูผู้สอนจะต้องเรียนรู้ เข้าใจ กระบวนการจิตตปัญญาศึกษา สามารถนำไปใช้ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การเรียนรู้ สร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการพัฒนาทักษะของผู้เรียน ชื่นสุนทรีย์สนทนา ควรจัดกลุ่มให้พอเหมาะกับเวลา สังเกตการเปลี่ยนแปลงในตัวของผู้เรียน ครูจะต้องมีการพูดที่ดี พูดไพเราะและนุ่มนวล การแสดงออกที่เป็นมิตร สร้างบรรยากาศปลอดภัย เพื่อส่งเสริมให้ผู้เรียนเกิดเรียนรู้ที่สมบูรณ์

1.3 การจัดการกระบวนการจิตตปัญญาศึกษา ครูผู้สอนเป็นผู้อำนวยความสะดวกในการจัดกิจกรรมให้แก่ผู้เรียน กระตุ้นให้เกิดกระบวนการคิดที่หลากหลาย เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง พัฒนาทักษะต่างๆ และส่งเสริม แนะนำ ให้คำปรึกษาแก่ผู้เรียน ซึ่งครูในศตวรรษใหม่จะต้องเป็นผู้สนับสนุน อำนวยความสะดวกในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ให้เกิดขึ้นกับผู้เรียนให้ผู้เรียนรักในการเรียนรู้ เกิดการเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน ผู้เรียนพัฒนาตนเองเต็มศักยภาพ แสวงหากิจกรรมการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียน และสร้างการเรียนรู้ที่มีความสุข

### 2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการวิจัยการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาในการพัฒนากระบวนการคิดเชิงวิเคราะห์ของผู้เรียนในวิชาต่างๆ โดยใช้สื่อบันทึกสร้างสรรค์

- 2.2 ควรมีการวิจัยการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาในการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนในวิชาต่างๆ
- 2.3 ควรมีการศึกษาความคิดเห็นของครูและผู้ปกครองที่มีต่อการใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษาในการพัฒนาคุณภาพผู้เรียน
- 2.4 ควรมีการวิจัยการพัฒนาคูณภาพ โดยใช้กระบวนการจิตตปัญญาศึกษา
- 2.5 ควรมีการวิจัยการพัฒนาชุดกิจกรรมจิตตปัญญาศึกษา ในการพัฒนาคุณลักษณะอันพึงประสงค์ของผู้เรียน ในกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน

## References

- Chaibang, W. (2011). *Educational reform at Lamplaimat pattana school* (12th ed.). Buriram: Lamplaimat Pattana School. (in Thai)
- Jenjija, S. (2011). *Contemplative education for developing the art of language usage*. Nakhon Pathom: Contemplative Education Centre, Mahidol University. (in Thai)
- Ministry of Education. (2008). *The basic education core curriculum B.E. 2551 (A.D. 2008)*. Bangkok: The Agricultural Cooperative Federation of Thailand. (in Thai)
- Nilchaikovit, T. (2008). *Transformative learning and contemplative education*. In Contemplative education annual conference: the study for developing human B.E. 2551. Nakhon Pathom: Contemplative Education Centre, Mahidol University. (in Thai)
- Nilchaikovit, T. (2010). *The art of transformative learning management based on contemplative education*. Chiang Mai: Contemplative Education Centre, Chiang Mai University. (in Thai)
- Saowaphan, S. (2011). *Students' quality development according to the contemplative education guideline in Pathumratpittayakom School* (Doctoral dissertation). Maha Sarakham: Rajabhat Maha Sarakham University. (in Thai)
- Sutthirat, C. (2010). *New way of learning management: Theory, practices, and research result*. Nonthaburi: Sahamitr Printing & Publishing. (in Thai)