

ผลของการฝึกสมาธิ ที่มีต่อพฤติกรรมจริยธรรมของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

Effect of Meditation on Moral Conduct of
Prathomsuksa Five Students



รุจี เสง์เนตร
Rujee Sangnat

๑

เลขหมู่ BJ66 ๖๖2 2540
เลขทะเบียน.....
- 1/ก.ย. 2540/.....

Order Key.....	13613
BIB Key.....	132648

วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศึกษาศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

Master of Education Thesis in Community Development Education

Prince of Songkla University

2540

ชื่อวิทยานิพนธ์ ผลของการฝึกสมาธิ มีผลต่อพฤติกรรมเชิงจริยธรรมของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

ผู้เขียน นางรุจี เส่งเนตร

สาขาวิชา ศึกษาศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน

ปีการศึกษา 2540

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 3 ประการคือ 1) เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมของนักเรียน 5 ด้าน คือ ความเสียสละ มีวินัยในตนเอง ความขยันหมั่นเพียร ความซื่อสัตย์และความอดทน ระหว่างก่อนและหลังการทดลองโดยการฝึกสมาธิด้วย “การเจริญภาวนา” 2) เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมของนักเรียน 5 ด้าน คือ ความเสียสละ มีวินัยในตนเอง ความขยันหมั่นเพียร ความซื่อสัตย์และความอดทน ระหว่างก่อนและหลังการทดลองโดยการสอนตามปกติของกลุ่มควบคุม 3) เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมของนักเรียน 5 ด้าน คือ ความเสียสละ มีวินัยในตนเอง ความขยันหมั่นเพียร ความซื่อสัตย์และความอดทน หลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนอนุบาลยะลา จังหวัดยะลา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดยะลา จำนวน 78 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย จากประชากรทั้งหมด 241 คน โดยมีตัวแปรอิสระที่ศึกษา คือ วิธีการสอนจริยศึกษาซึ่งแบ่งออกเป็น 2 อย่าง คือ การสอนโดยการฝึกสมาธิด้วย “การเจริญภาวนา” และการสอนโดยวิธีการสอนปกติ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย แบบวัดพฤติกรรมเชิงจริยธรรมด้านความเสียสละ ซึ่งมีความเชื่อมั่น 0.84 แบบวัดพฤติกรรมเชิงจริยธรรมของนักเรียนด้านมีวินัยในตนเอง ซึ่งมีความเชื่อมั่น 0.86 แบบวัดพฤติกรรมเชิงจริยธรรมของนักเรียนด้านความขยันหมั่นเพียร ซึ่งมีความเชื่อมั่น 0.89 แบบวัดพฤติกรรมของนักเรียนด้านความซื่อสัตย์ ซึ่งมีความเชื่อมั่น 0.93 แบบวัดพฤติกรรมเชิงจริยธรรมของนักเรียนด้านความอดทน ซึ่งมีความเชื่อมั่น 0.91 แผนการสอนโดยการฝึกสมาธิด้วย “การเจริญภาวนา” และแผนการสอนปกติ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบที

ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยการฝึกสมาธิด้วย “การเจริญภาวนา” มีพฤติกรรม

เชิงจริยธรรม 5 ด้าน คือ ความเสียสละ มีวินัยในตนเอง ความขยันหมั่นเพียร ความซื่อสัตย์และความอดทนหลังการฝึกสมาธิด้วย “การเจริญภาวนา” มากกว่าก่อนที่ได้รับการสอนโดยวิธีการฝึกสมาธิด้วย “การเจริญภาวนา”

2. นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยวิธีปกติ มีพฤติกรรมเชิงจริยธรรม 5 ด้าน คือ ความเสียสละ มีวินัยในตนเอง ความขยันหมั่นเพียร ความซื่อสัตย์และความอดทนหลังการสอนมากกว่าก่อนการสอน

3. นักเรียนที่ได้รับการสอนโดยวิธีการฝึกสมาธิด้วย “การเจริญภาวนา” มีพฤติกรรมเชิงจริยธรรม 5 ด้าน คือ ความเสียสละ มีวินัยในตนเอง ความขยันหมั่นเพียร ความซื่อสัตย์และความอดทนมากกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนโดยวิธีปกติ

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยนี้ ผู้วิจัยขอเสนอแนะให้ ครูปรับปรุงการเรียนการสอนโดยการนำเอาการฝึกสมาธิมาใช้ในการฝึกก่อนที่จะสอนจริยธรรมด้านอื่นๆ ในวิชาจริยศึกษา ครูประจำชั้นทุกคนควรจัดห้องเรียนให้มีมุมที่เอื้ออำนวยต่อการนั่งสมาธิได้ โรงเรียนควรส่งเสริมให้ครูอาจารย์ทุกคนในโรงเรียนได้เข้าค่ายฝึกสมาธิอย่างจริงจังจากวิทยากรที่มีความรู้ความสามารถ เพื่อครูจะได้เป็นแม่แบบในการฝึกสมาธิให้กับนักเรียน เพราะจากผลการวิจัยเป็นจำนวนมากพบว่าการทำจิตใจให้มีสมาธิจะเป็นผลดีต่อการพัฒนาสุขภาพจิตและบุคลิกภาพของนักเรียนโดยตรง โรงเรียนควรให้นักเรียนมีการฝึกสมาธิอย่างจริงจังตั้งแต่ชั้นอนุบาลจนถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อให้เด็กนักเรียนมีการพัฒนาพฤติกรรมด้านต่างๆ ให้ดีขึ้น นักพัฒนาหลักสูตรและผู้บริหารการศึกษาควรได้ปรับปรุงเวลาในการสอนหลักสูตรกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัยวิชาจริยศึกษาให้เหมาะสมเพื่อที่จะสามารถสอดแทรกการฝึกสมาธิก่อนการเรียนได้ เพื่อช่วยส่งเสริมความรู้ความเข้าใจและส่งผลให้เกิดพฤติกรรมที่ดีแก่เด็กนักเรียน

Thesis Title Effect of Meditation on Moral Conduct of Prathomsuksa Five
Students
Author Mrs. Rujee Sangnat
Major Program Community Development Education
Academic Year 1997

Abstract

The objectives of this research were threefold : 1) to compare five aspects of moral conduct : sacrifice, self-discipline, diligence, honesty and patience, of the students as shown before and after the experiment in concentration development by "meditation", 2) to compare the aforementioned moral conduct of the students in the controlled group before and after regular class activities, 3) to compare the moral conduct of the students in the experimental group with those in the controlled group after the experiments.

The population of this study were 241 Prathomsuksa five students in Anubal Yala School, Changwat Yala - a school under the Office of Yala Primary Education. Out of them 78 students were randomly sampled. The independent variables investigated were two methods of moral education teaching : one was concentration development by meditation and the other was a regular method of teaching . The instruments consisted of the evaluation of moral conduct in sacrifice of which the reliability level was 0.84, and those in self-discipline at 0.86, in diligence at 0.89, in honesty at 0.93, in patience at 0.91; together with a lesson plan in concentration development by meditation and the other regular one. The statistical analysis of the data was performed by means, standard deviations, and t-test.

The findings were as follows.

1. After being taught in concentration development by "meditation", the students were better in all five aspects of moral conduct : sacrifice, self-discipline, diligence, honesty and patience.
2. After regular teaching, the students were better in all five aspects of moral conduct : sacrifice, self-discipline, diligence, honesty and patience.

3. The students taught by meditation showed higher level of moral conduct than those taught by regular activities.

Suggestions :

According to the research findings, the researcher suggested that teachers improve classroom learning by practicing meditation in moral education class before other moral activities. Class supervisors should provide classroom space to accommodate meditation practice. Schools should encourage teachers to attend training in meditation provided by specialists in order to produce models for students, since many studies found that concentration development benefits directly to the students' mental health and personality development. Moreover, schools should provide meditation practice for students as early as in kindergarten until Prathomsuksa six in order to improve their behavior. Curriculum developers and educational administrators should allocate appropriate amount of time for moral education subject of the habit formation curriculum to facilitate teaching meditation before studying, in order to promote students' knowledge and comprehension and enhance students' good conduct.