

การพัฒนาความมีวินัยในตนเองด้วยหลักไตรสิกขา กรณีศึกษานักเรียนชั้นประถมศึกษา สังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี

ภทรพร ยุทธาภรณ์พินิจ¹ และ ปารีชาติ จันทร์เพ็ญ²

¹อาจารย์ประจำคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลตะวันออก วิทยาเขตบางพระ

²อาจารย์ประจำคณะศึกษาศาสตร์และพัฒนศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์คือ 1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ความเข้าใจ ทักษะและมีวินัยในตนเองในการรักษาศีล 5 การเจริญสติและสมาธิตามหลักกัทธิบาทและพัฒนาปัญญาด้วยการสร้างศรัทธาโดยเน้นความเป็นกัลยาณมิตรของผู้สอน 2. เพื่อให้ผู้เรียนที่ได้รับการพัฒนาด้วยกระบวนการไตรสิกขา แสดงพฤติกรรมและรายงานตนเองได้อย่างเด่นชัดว่าสามารถพัฒนาความมีวินัยในตนเองได้ โดยกลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลาย อายุ 8-12 ปี และการคัดเลือกไว้ 2 กลุ่มๆ ละ 15-20 คน รวมประมาณ 50 คน เก็บรวบรวมข้อมูล 3 ระยะ คือ ก่อนการพัฒนา ระหว่างการพัฒนา ด้วยเครื่องมือ 4 ชนิด คือ 1) แบบวัดความมีวินัยในตนเอง 2) แบบสัมภาษณ์ผู้ปกครอง 3) แบบสังเกตของผู้วิจัยและผู้ช่วย 4) การรายงานตนเองของผู้เรียนทั้งด้วยคำพูดและลายลักษณ์อักษร วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ T-test และการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า

1. ผู้เรียนที่เข้ารับการพัฒนาความมีวินัยในตนเองทั้ง 2 ช่วงชั้น มีคะแนนความมีวินัยในตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนเข้ารับการพัฒนาความมีวินัยในตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 2. ผู้ปกครองกว่าร้อยละ 80 มีความพึงพอใจในการพัฒนาความมีวินัยในตนเองสูงขึ้นอย่างเห็นได้ชัด 3. ผู้วิจัยและครูประจำชั้นต่างก็มีความเห็นสอดคล้องไปในทิศทางเดียวกันว่า ผู้เรียนมีวินัยในตนเองเพิ่มมากขึ้น ทั้งวินัยในการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน วินัยในการรักษาศีล วินัยในเรื่องความตรงต่อเวลา วินัยในการรายงานตนเองอย่างซื่อสัตย์

คำสำคัญ: วินัยในตนเอง ไตรสิกขา นักเรียนชั้นประถม

Abstract

The objectives of this study were as follows 1) To promote learners knowledge, understanding, skills and self – disciplines toward the five precepts, 2) To develop meditation using the four foundations of accomplishment, and having faith, s true instruction 3) to support learners, learning using the three knowledge of the studies (morality, concentration, and wisdom) until they behave and deliver their self report of their self-discipline

The participants were high school students in the age between 8 to 12 years old. They were selected and divided into two groups. Each group was composed of 15 to 20 students. The total learners were about 50. This study was collected within three periods of time : pre-development, development, and post-development. The research instruments consisted of self-disciplines, parents, interview, researcher, s and researcher assistance, s observation sheet, and self-report of learners through speaking and writing. T-test and content analysis were and the result revealed that conducted.

The research results were found as follows:

1. The participants, who received the two-level development of self-disciplines, had higher level of self-disciplines, than before attending, at the significant level of 0.01
2. More than 80% of parents satisfied their children, self-disciplines. It was they perceived that their children had developed the observable self-disciplines
3. The researcher and The teacher had consistently agreed that participants had more self-disciplines : self-disciplines in performing daily routines, self-discipline in maintaining the precepts, self-disciplines in being on time, self-discipline in being honest on their own self-report.

Keywords: self – disciplines, the three knowledge of deliverance, students at primary level

1. ความสำคัญและที่เป็นมาของปัญหาการวิจัย

ประเทศไทยในปัจจุบันยังคงต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงที่สำคัญหลายบริบท ทั้งที่เป็นโอกาสและข้อจำกัดในการพัฒนาประเทศ จึงจำเป็นต้องมีการเตรียมความพร้อมให้กับทรัพยากรบุคคลหรือคนเพื่อให้มีภูมิคุ้มกันพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงและผลกระทบที่เกิดขึ้น (สรุปแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10, 2550 : น-ผ) การพัฒนาและเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมในด้านต่างๆ ให้กับเยาวชนจึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากขณะนี้พบว่าคนไทยกำลังประสบปัญหาวิกฤติทางด้านค่านิยมและการพิจารณาคัดกรองที่จะเลือกรับวัฒนธรรมที่ล้นหลามเข้ามา ทำให้เด็กและเยาวชนขาดความมีวินัยในตนเอง การมีวินัยของประชาชนเป็นองค์ประกอบสำคัญอย่างหนึ่งของกระบวนการพัฒนาประชาธิปไตย ถ้าไม่สามารถสร้างการเรียนรู้เพื่อปลูกฝังความมีวินัยที่ดีให้กับเด็กและเยาวชนได้ การพัฒนาประชาธิปไตยก็หวังผลสำเร็จได้ยากอีกทั้งในเวลานี้สังคมไทยยังเสื่อมถอยก้าวถอยถลึงไปในหลักลมแห่งอบายมุขมากยิ่งขึ้น

ถ้าจะให้สังคมมีอนาคตที่คาดหวังได้ ถึงเวลาที่จะต้องรื้อฟื้นหลัก “วินัยของคฤหัสถ์” หรือ “วินัยของชาวบ้าน” ขึ้นมาให้เป็นแบบแผนแห่งการดำเนินชีวิตและสังคม นั่นก็จะทำให้มั่นใจได้ว่าสังคมจะไม่เพียงฟื้นตัวขึ้นจากวิกฤติเท่านั้น แต่จะก้าวหน้าไปในวิวัฒนาการได้อย่างแน่นอน (พระธรรมปิฎก, 2543 : จ-11) และพระธรรมปิฎกยังให้ความเห็นอีกว่า “วินัย” เป็นเรื่องที่ใหญ่กว่าที่คิด ในหมู่มนุษย์ที่พัฒนาแล้ว การปฏิบัติตามวินัย ก็คือ การเอาประโยชน์จากธรรมมาใช้ วินัยที่ถูกต้องจะต้องตั้งอยู่บนฐานความจริงในธรรมชาติ ถ้ามีเช่นนั้นก็จะไม่ได้ผล ไม่มั่นคง และวินัยจะต้องมีความมุ่งหมายเพื่อความชอบธรรม ความเป็นธรรมและความดีงามของสังคมด้วย

“วินัย” เป็นสิ่งที่มีความหมาย และความสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาทรัพยากรบุคคลโดยเฉพาะวินัยในตนเอง (self-discipline) ซึ่งหากบุคคลมีวินัยในตนเอง ก็จะเป็นเรื่องง่ายสำหรับการสร้างวินัยในหมู่คณะ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ(2532 : 15-22) ได้แบ่งประเภทของวินัยออกเป็น 2 ประเภทคือ

1. วินัยสำหรับตนเอง คือกระบวนการหรือวิธีการควบคุมพฤติกรรมของตนเองด้วยตนเองเป็นวินัย เราสร้างขึ้นเองและปฏิบัติตามเพื่อให้พฤติกรรมของเราดำเนินไปตามที่เรามุ่งหมายเป็นวินัยที่ทุกคนควรสร้างขึ้น เช่น วินัยในการนอน การตื่น การดูแลสุขภาพ การออกกำลังกาย ความประหยัด การไม่ดื่มสุรา เป็นต้น
2. วินัยสำหรับหมู่คณะ คือการให้ระเบียบข้อบังคับเป็นเครื่องมือในการรักษาความเป็นระเบียบเรียบร้อย เพื่อควบคุมพฤติกรรมของหมู่คณะนั้นให้บรรลุไปตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ เช่น วินัยทหาร กฎหมาย วินัยพระสงฆ์ เป็นต้น

จากการศึกษาเอกสารสามารถสรุปได้ว่า ความมีวินัยในตนเองเป็นความสามารถของบุคคล ในการควบคุมตนเองทั้งอารมณ์และพฤติกรรมให้เป็นไปตามสิ่งที่ตนมุ่งหวังไว้ โดยเกิดจากความรู้สึกเห็นคุณค่าด้วยตนเองและสิ่งที่มุ่งหวังนั้นจะต้องเป็นสิ่งที่นำความเจริญให้แก่ตนเองและไม่ขัดต่อระเบียบกฎเกณฑ์ของสังคม หรือละเมิดสิทธิของตนเองและความ

มีวินัยในตนเอง (Vincent, 1961: English and English, 1968: ดวงเดือน พันธมนาวิน, 2527: ละมัย กาญจนประโชติ, 2534: 9 ชิตกมล สังข์ทอง, 2536-9) และความมีวินัยในตนเอง เป็นหนึ่งในการพัฒนาศักยภาพของเด็กไทยที่พึงประสงค์ ตามนโยบายการพัฒนาการศึกษาและแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติด้วย

ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาการพัฒนาความมีวินัยในตนเองด้วยหลักไตรสิกขา กรณีศึกษานักเรียนชั้นประถมศึกษา สังกัดเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้เคยใช้กระบวนการไตรสิกขาในการพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ตามแนวคิดของ ป.อ. ปยุตโต ได้ผลดีเป็นอย่างดีมาแล้ว ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย (ภทรพร ยุทธภรณ์พินิจ 2547 : 237-239 และ 2552 : 62-130) ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงขอนำวิธีการหรือกระบวนการในการ พัฒนา คือ ไตรสิกขา (ศีล สมาธิ ปัญญา) มาใช้ในการพัฒนาความมีวินัยในตนเอง ผู้วิจัยเชื่อมั่นว่ากระบวนการไตรสิกขา สามารถที่จะนำมาปรับใช้ในการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม ได้อย่างสอดคล้องกับบริบทของแต่ละเรื่องได้เป็นอย่างดี

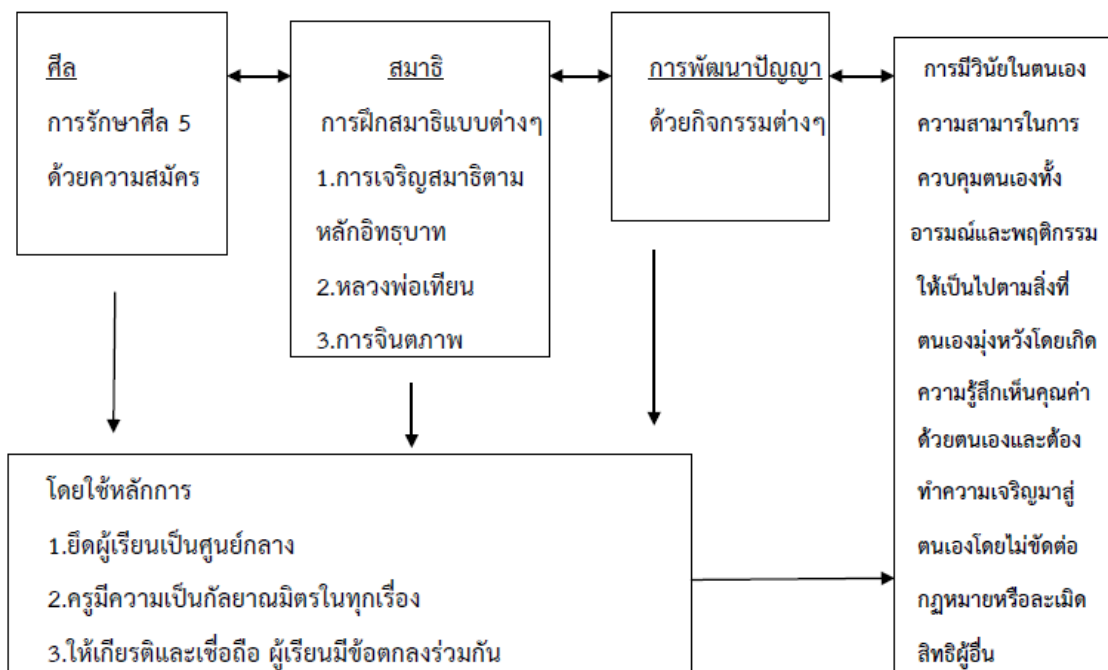
วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อให้ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจ มีทักษะและมีวินัยในตนเองในการรักษาศีล 5 การเจริญสติและสมาธิ ตามหลักอภิธิบาท
2. พัฒนาปัญญาด้วยการสร้างศรัทธา โดยเน้นความเป็นกัลยาณมิตรของผู้สอน
3. เพื่อให้ผู้เรียนที่ได้รับการพัฒนาด้วยไตรสิกขา แสดงพฤติกรรมและรายงานตนเองได้อย่างเด่นชัดว่าสามารถ พัฒนาความมีวินัยในตนเองได้

สมมติฐานในการวิจัย

1. ผู้เรียนที่เข้ารับการพัฒนาความมีวินัยในตนเองด้วยหลักไตรสิกขา มีคะแนนความมีวินัยในตนเองสูงขึ้นกว่า ก่อนเข้ารับการพัฒนา
2. ผู้เรียนที่เข้ารับการพัฒนาความมีวินัยในตนเองด้วยหลักไตรสิกขา สามารถแสดงพฤติกรรมและรายงานตนเอง ได้อย่างชัดเจนว่า สามารถพัฒนาความมีวินัยในตนเองได้ กล่าวคือ ผู้เรียนที่มีพฤติกรรมและการแสดงออกให้เห็นอย่าง ชัดเจนถึงความเป็นผู้มีวินัยในตนเอง เพื่อให้เกิดประโยชน์เกื้อกูลต่อตนเอง ผู้อื่นและสังคม

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ขอบเขตของการวิจัย

1. การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงประยุกต์คือ การนำรูปแบบการพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ตามแนวคิด ป.อ.ปยุตโต (ใช้ไตรสิกขา ศิล สมาธิ ปัญญา เป็นกระบวนการในการพัฒนา) ที่ได้จากการวิจัยและเกิดผลสัมฤทธิ์แล้วกับนักเรียนทุกระดับชั้น ตั้งแต่ประถมศึกษาถึงมัธยมศึกษามาประยุกต์ใช้กับการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมด้านความมีวินัยในตนเอง โดยจะใช้พัฒนากับนักเรียนชั้นประถมศึกษาช่วงชั้นต้นและชั้นประถมศึกษาช่วงชั้นปลาย จำนวน 2 กลุ่มๆ ละ 15-20 คน รวม 50 คน ของโรงเรียนวัดลำโพ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี

2. เวลาที่ใช้ในการดำเนินการ ใช้เวลา 8 วัน วันละ 4-5 ชั่วโมง รวม 40 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 2 วัน รวม 4 สัปดาห์

3. วิธีการที่ใช้พัฒนาความมีวินัยในตนเองคือ ไตรสิกขา ประกอบด้วยการรักษาศีลด้วยความสมัครใจของผู้เรียน การฝึกสติและการเจริญสมาธิตามหลักอิทธิบาท และการพัฒนาปัญญาด้วยการสร้างศรัทธา โดยการใช้กิจกรรม/เกมส์ เช่น การตรงต่อเวลา การออม การทำกิจกรรมอย่างตั้งใจ ฯลฯ

2. วิธีการดำเนินการวิจัย

ดำเนินการกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาช่วงชั้นต้นและปลายจำนวนช่วงชั้นละ 1 กลุ่ม รวมเป็น 2 กลุ่มๆ 20-30 คน รวม 50 คน ของโรงเรียนวัดลำโพ ตำบลลำโพ อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ใช้เวลาในการดำเนินการรวม 36 ชั่วโมง 8 สัปดาห์ๆ ละ 2 วัน เก็บรวบรวมข้อมูล 3 ระยะคือ (1) ก่อนการดำเนินการ เก็บจากการสอบถาม/สัมภาษณ์ และสังเกตการณ์แบบมีส่วนร่วมในชั้นเรียน (2) ขณะดำเนินการพัฒนาความมีวินัยในตนเอง (3) หลังการดำเนินการใช้แบบวัดความมีวินัยในตนเองวัดจากผู้เรียนและสัมภาษณ์เรื่องการเปลี่ยนแปลงความประพฤติจากผู้ปกครอง สถิติที่ใช้คือ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและ t-test ทดสอบความแตกต่างก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาความมีวินัยในตนเอง

3. ผลการวิจัย

1. ผลการวิจัยด้วยการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

1.1 ผลการวิเคราะห์ค่าความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความมีวินัยในตนเองของผู้เรียนระยะก่อนและหลังการพัฒนาทั้ง 2 ช่วงชั้น (ประถมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย)

จากผลการวิเคราะห์ พบว่า ผู้เรียนที่เข้ารับการพัฒนาทั้ง 2 ช่วงชั้น มีคะแนนความมีวินัยในตนเอง หลังการพัฒนาสูงกว่าก่อนการพัฒนาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 เป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยที่ 1

1.2 ผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นของผู้ปกครองเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียนพบว่า ผู้ปกครองของผู้เรียนทั้ง 2 ช่วงชั้น มีความเห็นคล้ายกันว่าผู้เรียนมีความเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น มีวินัยในตนเองสูงขึ้น บางรายสังเกตเห็นได้ชัดเจนมาก แต่กระนั้นจากข้อมูลก็ยังคงพบว่า มีประมาณ 2-3 คน ที่เปลี่ยนแปลงไปแบบไม่ดีขึ้น คือ คนที่ไม่ได้มาเข้ารับการพัฒนาความมีวินัยในตนเองอย่างสม่ำเสมอ ผู้เรียนกว่าร้อยละ 80 มีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น จนผู้ปกครองเห็นได้อย่างชัดเจน และมีความพึงพอใจต่อการพัฒนาในครั้งนี้

1.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการสังเกตพฤติกรรมของผู้เรียน โดยผู้วิจัยและครูประจำชั้น ข้อมูลในส่วนนี้พบว่า ผู้เรียนกว่าร้อยละ 80 มีการพัฒนาเพิ่มขึ้น จากการเฉลี่ยของการให้คะแนนตามแบบสังเกตของผู้วิจัย 2 คน และครูประจำชั้นรวม 3 คน

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลจากการรายงานด้วยตนเองของผู้เรียนทั้งที่เป็นลายลักษณ์อักษร การวาดภาพประกอบและรายงานด้วยวาจา การสังเกตการณ์แบบมีส่วนร่วมในทุกขั้นตอนถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียน โดยผู้ปกครอง ประกอบกับ การพูดคุยแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากอาจารย์ผู้สอน อาจารย์ที่ปรึกษาและผู้บริหารโรงเรียน สามารถสรุปได้ 2 ประการ คือ 1) ผู้เรียนที่เข้ารับการพัฒนามีความรู้ ความเข้าใจและทักษะในการรักษาศีล 5 เจริญสมาธิตามหลักอิทธิบาทและการพัฒนาปัญญาด้วยการสร้างศรัทธาและโยนิโสมนสิการ โดยผู้เรียนได้รายงานตนเองทั้งหน้าชั้นเรียน และเป็นลายลักษณ์อักษร 2) ผู้เรียนที่เข้ารับการพัฒนามีวินัยในตนเองเพิ่มมากขึ้น ผู้เรียนมีพฤติกรรมที่สังเกตได้คือ ผู้เรียนเพิ่มความตั้งใจความพยายาม ความเอาใจใส่ และใช้สติปัญญาพิจารณาไตร่ตรองในการทำงาน/กิจกรรมต่างๆ อย่างเต็มที่โดยเฉพาะในการรักษาศีล การทำกิจกรรมประจำอย่างตั้งใจตามที่เลือก การออมเงินอย่างสม่ำเสมอ ความซื่อสัตย์ในการรายงาน ความตรงต่อเวลาและความรับผิดชอบ แสดงให้เห็นถึงความมีวินัยในตนเองเป็นอย่างดี เป็นไปตามสมมติฐานการวิจัยที่ 2 ที่ตั้งไว้

4. การอภิปรายผลการวิจัย

การอภิปรายผลจากการวิเคราะห์ในเชิงปริมาณ

จากผลการวิจัยที่พบว่า 1) ผู้เรียนที่เข้ารับการพัฒนาความมีวินัยในตนเองทั้ง 2 ช่วงชั้นมีคะแนนความมีวินัยในตนเองสูงขึ้นกว่าก่อนเข้ารับการพัฒนาความมีวินัยในตนเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 2) ผู้ปกครองกว่าร้อยละ 80 มีความพึงพอใจในการพัฒนาความมีวินัยในตนเองของบุตร – หลาน โดยเห็นว่าบุตร – หลาน มีการพัฒนาความมีวินัยในตนเองสูงขึ้นอย่างชัดเจนและ 3) ผู้วิจัยและครูประจำชั้นต่างมีความเห็นสอดคล้องไปในทิศทางเดียวกันว่า ผู้เรียนมีวินัยในตนเองเพิ่มมากขึ้น ทั้งวินัยในการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน วินัยในการรักษาศีล วินัยในเรื่องความตรงต่อเวลา วินัยในการออม วินัยในการรายงานตนเองอย่างซื่อสัตย์ จึงสรุปได้ว่า สมมติฐานที่ 1 ได้รับการสนับสนุน

ผลการวิจัยนี้สามารถอธิบายได้ว่า การที่ผู้เรียนมีความมีวินัยในตนเองสูงขึ้นหลังการพัฒนา เป็นผลสืบเนื่องมาจากการที่ผู้เรียนกลุ่มพัฒนาด้วยกระบวนการไตรสิกขา คือ การรักษาศีล การเจริญสติและสมาธิตามหลักอิทธิบาท การพัฒนาปัญญาด้วยการสร้างศรัทธาและโยนิโสมนสิการ ผู้วิจัยพยายามให้ผู้เรียนต้องใช้คุณลักษณะสำคัญของความมีวินัย

ในตนเองกล่าวคือ มีความสามารถควบคุมตนเอง ทั้งอารมณ์และพฤติกรรม ให้เป็นไปตามสิ่งที่ตนเองมุ่งหวังไว้ โดยเกิดจากความรู้สึกเห็นคุณค่าด้วยตนเองและสิ่งที่มุ่งหวังนั้นต้องเป็นประโยชน์ต่อตนเองผู้อื่นและสังคมด้วย โดยที่ต้องไม่ขัดต่อระเบียบหรือ กฎเกณฑ์ของสังคม โดยกิจกรรมในแต่ละชั่วโมงผู้เรียนจะต้องทำให้เสร็จเรียบร้อยในบางกิจกรรมต้องอาศัยความร่วมมือร่วมใจ และจิตใจที่เกื้อกูลเป็นอย่างดี งาน/กิจกรรมทุกอย่างจะต้องเสร็จและส่งตามเวลาที่ผู้วิจัยกำหนดเกือบทุกกิจกรรมต้องมีการรายงานผลด้วยตนเองหน้าชั้นเรียน รวมทั้งส่งผลงานเป็นลายลักษณ์อักษรด้วย จากการวิเคราะห์ผลงานที่นักเรียนได้ทำกิจกรรมในแต่ละครั้งพบว่า ผู้เรียนมีการพัฒนาความมีวินัยในตนเองเพิ่มมากขึ้นตามลำดับ นั่นคือทำทุกงาน/กิจกรรมทุกอย่าง เริ่มมีความมีวินัยในตนเองเพิ่มขึ้นเรื่อยๆกล้าแสดงออกมากขึ้น เอื้อเพื่อเกื้อกูลซึ่งกันและกันมากขึ้น เมื่อสอบถามจากผู้ปกครองพบว่า ผู้เรียนมีความตั้งใจ พยายามเอาใจใส่ในการทำงาน/กิจกรรมที่บ้านมากขึ้น กิจกรรมทุกกิจกรรมเกื้อหนุนและไปในทิศทางเดียวกัน จึงสามารถร่วมกันส่งเสริมให้ผู้เรียนที่เข้ารับการพัฒนา สามารถพัฒนาความมีวินัยในตนเองได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ ภัทรพร ยุทธาภรณ์พินิจ (2547, 2552) ที่พบว่า กระบวนการพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้วยไตรสิกขา (ศีล สมาธิ ปัญญา) นั้นให้ผลดีกับเยาวชนไทยอย่างยิ่งจากการติดตามผลผู้เรียนบางคนที่เคยเข้าร่วมพบว่า สามารถเข้าศึกษาต่อได้ในระดับอุดมศึกษา บางคนขยันขันแข็งมากขึ้นทั้งในการเรียนและงานบ้าน สอดคล้องกับการศึกษาของหลายๆ คน ได้แก่ การลดความเครียด การมีวินัยในตนเอง ความสามารถในการตัดสินใจ ความสามารถในการแก้ปัญหา ความฉลาดทางอารมณ์ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความรับผิดชอบในหน้าที่ (อาลัยพรหมชนะ; 2541) และมีผู้ศึกษาที่ใช้เป็นแนวทางในการจัดการศึกษา (พุทธทาสภิกขุ, อ้างถึงในสุรัตน์ เพชรนิล, 2540) เห็นว่าเป็นแนวทางของการศึกษาที่ผู้ศึกษาต้องลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ต้องทำให้มนุษย์ทำลายความหลงผิดในเรื่องตัวตน ขจัดความเห็นแก่ตัวที่เป็นรากเหง้าของปัญหา และการศึกษาหรือฝึกอบรมตามแนวไตรสิกขา ช่วยเพิ่มวินัยและความรับผิดชอบในหน้าที่ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติจากผลงานวิจัยจะเห็นได้ว่า การสอนแบบสร้างศรัทธา โยนิโสมนสิการ และไตรสิกขา สามารถพัฒนาคุณธรรมหรือพฤติกรรมที่ต้องการได้จริง สอดคล้องกับผลการวิจัยในครั้งนี้ โดยเฉพาะในเรื่องของ 1) ปรโตโฆสะ (ผู้สอนต้องเป็นกัลยาณมิตร) 2) การยกตัวแบบที่เหมาะสม คือองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า อริยสงฆ์ และบุคคลธรรมดา เช่น พระพรหมคุณาภรณ์ คุณโสภณ สุภาพงษ์ ศาสตราจารย์สมุน อมรวิวัฒน์ ฯลฯ 3) ให้ผู้เรียนหาตัวแบบทำรายงานสั้นๆ และนำมารายงานในชั้นเรียน ซึ่งส่งผลเป็นที่น่าพอใจ และตัวแบบที่ไม่มีชีวิต ในที่นี้ผู้วิจัยใช้เพลง พุทธภาษิต คำขวัญ คำคมฯ สร้างเป็นกิจกรรม สำหรับงานวิจัยที่ใช้เป็นตัวแบบหรือปรโตโฆสะที่ดีพัฒนาคุณธรรมและพฤติกรรมที่ต้องการสอดคล้องกับการศึกษาของ จิราพร เนติธาดา (2542) ที่พบว่าหลวงพ่อบุชา สุภัทโท เจ้าอาวาสวัดหนองบัวป่าพง อุบลราชธานี ถ่ายทอดธรรมะ โดยการพูดและปฏิบัติให้ดูเป็นตัวอย่าง การเล่าเรื่องของท่านน่าเชื่อถือ เนื่องจากท่านปฏิบัติตนสอดคล้องกับเรื่องที่ท่านเล่า สามารถสรุปได้ว่า การเรียนรู้ด้วยปรโตโฆสะ คือ การเรียนรู้ผ่านตัวแบบมีอิทธิพลต่อการพัฒนาความมีวินัยในตนเอง

การอภิปรายผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

1) ด้านรูปแบบและกระบวนการที่ใช้ในการพัฒนา ในการศึกษาครั้งนี้ใช้กระบวนการไตรสิกขา คือการรักษา ศีล การเจริญสมาธิ ตามหลักอิทธิบาทและการพัฒนาปัญญา คำถามแรกที่ผู้วิจัยพบก็คือ ทำไมรูปแบบและกระบวนการที่ใช้ในการพัฒนาจึงต้องเป็นไตรสิกขาคำตอบคือไตรสิกขา ถือว่าเป็นการปฏิบัติธรรมที่ครบถ้วนสมบูรณ์ ศีล สมาธิ และปัญญา (สะอาด สงบ สว่าง) เป็นความต่อเนื่องของกระบวนการฝึกอบรม สมาธิที่มีศีลบ่มย่อมมีอานิสงส์มาก เช่นเดียวกันปัญญาที่มีสมาธิบ่มแล้ว (พระธรรมปิฎก, 2538 : 601-602 และ 733-827) ดังนั้นการศึกษาไม่ควรมุ่งที่ปัญญาอย่างเดียวสมควรให้การศึกษและการฝึกอบรมครบทั้ง 3 ระดับ คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ในขณะที่ผู้สอนควรเป็นกัลยาณมิตรที่สามารถสร้างศรัทธาและชี้แนะให้ผู้เรียนเป็นผู้รู้จักคิดเองได้ ทำให้เขามองโลกและชีวิตอย่างรู้เท่าทัน ขัดเกลากิเลสแก่ทุกข้อได้ สามารถทำประโยชน์แก่ผู้อื่นได้ ไตรสิกขา จึงเป็นพุทธธรรมที่เหมาะสมที่จะนำมาใช้ในการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม โดยเฉพาะการพัฒนาความมีวินัยในตนเอง

2) **ด้านผู้สอน** ผู้วิจัยทำหน้าที่เป็นผู้สอน โดยจัดเรียงการสอนตามหลักไตรสิกขาฝึกให้มีวินัยในการรักษาศีล มีวินัยในการทำงานอย่างมีสมาธิ และฝึกมีวินัยในการทำสมาธิแบบต่างๆ และมีวินัยในทุกกิจกรรมที่ทำ แต่ทั้งนี้ผู้สอนจะต้องทำความเข้าใจกับเรื่องการสร้างศรัทธาด้วยความเป็นกัลยาณมิตรก่อน ตามที่พระพรหมคุณาภรณ์ (พระธรรมปิฎก, 2538 : 621) ได้สรุปไว้ในพุทธธรรม รวมทั้งผู้วิจัยจะต้องสร้างห้องเรียนที่ปราศจากความกลัว ให้เป็นห้องเรียนที่ผู้เรียนมีจิตใจ เบิกบาน แจ่มใส สามารถใช้ความคิดได้อย่างอิสระ เพราะความกลัวไม่ใช่แรงจูงใจที่ดีในการสร้างวินัยในตนเอง ตามแนวคิดของไอน์สไตน์ (Albert Einstein, 1954 อ้างถึงในพระเทพเวที, 2536 : 89-90) ซึ่งสอดคล้องกับความคิดเห็นของนักปราชญ์ชาวอินเดีย กฤษณมูรติ (กฤษณะ มูรติ อ้างถึงในโสริช โพธิ์แก้ว, 2539 : 4) ที่เห็นว่า หน้าที่ของการศึกษา คือช่วยให้คนมีชีวิตอิสระและปราศจากความกลัว ถ้าสามารถสร้างบรรยากาศอันปราศจากความกลัวขึ้นได้ จะเป็นสิ่งพิเศษและยิ่งใหญ่ จะช่วยให้มีปัญญาที่จะดำเนินชีวิตและเข้าใจโลกได้ การศึกษาที่แท้จริงต้องพยายามสร้างห้องเรียนที่ปราศจากความกลัวให้ได้ ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างห้องเรียนที่เป็นประชาธิปไตย ปราศจากความกลัว ด้วยการให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการตัดสินใจประเมินผลในทุกกิจกรรม ได้ให้กำลังใจด้วยการใช้คำพูดและการกระทำในเชิงบวก มองแต่ในสิ่งดีของผู้อื่น สอดคล้องแนวคิดของท่านพุทธทาสภิกขุที่แต่งไว้เป็นว่า.. “เรามีส่วนเลวบ้างช่างหัวเขา จงเลือกเอาแต่ส่วนดีเขามีอยู่ เป็นประโยชน์ต่อโลกบ้างคงน่าดู ได้ที่ช่วยอย่าไปรู้ของเขาเลย” เพื่อสนับสนุนให้ผู้เรียนทุกคนมีความมั่นใจในการปฏิบัติทุกกิจกรรม และได้มีส่วนร่วมในทุกขั้นตอน ผู้เรียนสามารถเลือกปฏิบัติได้ตามความสมัครใจ รวมทั้งผู้สอนจะต้องมีความเป็นกัลยาณมิตรอย่างสม่ำเสมอ ตรงกับที่พระพรหมคุณาภรณ์ (พระธรรมปิฎก, 2538: 606) กล่าวไว้ว่า ผู้สอนพึงเป็นกัลยาณมิตร ที่สามารถสร้างศรัทธา และชี้แนะให้ผู้เรียนรู้จักคิดเองได้อย่างน้อยก็ทำให้เขาเห็นชอบตามทำนองครองธรรมดำเนินชีวิตด้วยปัญญา สามารถทำประโยชน์ให้ผู้อื่น โดยที่ตนเองจิตใจเป็นสุขได้ เมื่อให้ผู้เรียนครูผู้สอน และผู้บริหารโรงเรียนประเมินตัวผู้สอนและกิจกรรมในการพัฒนาพบว่า ทุกส่วนกว่าร้อยละ 90 เห็นว่ากิจกรรมทุกกิจกรรมดีมากและผู้สอนมีความเป็นกัลยาณมิตรที่ดี

3) **ด้านผู้เรียน** ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลเบื้องต้น ด้วยการสอบถามจากอาจารย์ที่ปรึกษา ผู้บริหารของโรงเรียน ก่อนดำเนินการทดลอง และคะแนนแบบวัดความมีวินัยในตนเองพบว่า ผู้เรียนทั้ง 2 กลุ่มของโรงเรียนวัดลำโพ เป็นผู้ที่มีความมีวินัยในตนเองตั้งแต่ต่ำจนถึงสูงเนื่องจากเป็น ห้องเรียนปกติและมีบุคลิกลักษณะทั้งที่ใกล้เคียงและแตกต่างกัน กล่าวคือ ในภาพรวมเป็นผู้เรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่ต่ำ ปานกลาง และผลสัมฤทธิ์ดีปานขึ้นไป มีบุคลิกของวัยเด็กตอนปลายตรงตามทฤษฎีของอีริกสัน (Erik H. Erikson อ้างอิง ในสุรางค์ โค้วตระกูล 2541 : 42-43) ตรงกับขั้นที่ 4 ที่เรียกว่าความต้องการที่จำกัดกิจกรรมอยู่เสมอ ความรู้สึกด้อย (อายุ 6-12 ปี) เนื่องจากวัยเด็กนี้มีการพัฒนาการทางสติปัญญาและร่างกายอยู่ในขั้นที่มีความต้องการจะทำอะไรอยู่เสมอไม่เคี้ยวหรืออยู่เฉยๆ เด็กวัยนี้เป็นวัยที่จะเริ่มหัดอาชีพสำหรับสังคมที่มีการศึกษาในโรงเรียน เด็กจะไปทำกิจกรรมต่างๆ ในโรงเรียน เด็กวัยนี้มักจะภูมิใจว่าทำอะไรได้ จะขยันและใช้ความพยายามอย่างมาก ผู้ใหญ่ต้องพยายามช่วยเด็กให้ได้รับสัมฤทธิ์ผล ให้เขารู้ว่าเขามีความสามารถเพื่อจะได้มีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง (positive self - concept) เด็กวัยนี้ต้องมีประสบการณ์ส่งเสริมให้เคาคิดว่าตัวเองเก่ง มีความสามารถ ทำอะไรก็ได้เพื่อไม่ให้เกิดปมด้อยอย่างเดียว ครูและบิดา มารดา จะมีส่วนชี้ให้เห็นความสามารถพิเศษของเขา รวมทั้งประกาศให้ผู้อื่นรับรู้ด้วย ผู้เรียนส่วนมากมีส่วนที่แตกต่างกันอย่างเห็นได้ค่อนข้างชัดคือ ผู้เรียนชั้นประถมต้นกว่าร้อยละ 50 ให้ความสนใจและเข้าร่วมทุกกิจกรรมอย่างกระตือรือร้น สนุกสนาน และรอคอยเวลาจะได้เข้าร่วมการพัฒนามากกว่าผู้เรียนประถมศึกษาตอนปลาย มีความสามารถมากกว่ากิจกรรม จึงต้องมีการปรับเปลี่ยนอยู่บ้างแต่ส่วนมากก็สามารถใช้ร่วมกันได้สอดคล้องกับการศึกษาของ ธิดา ชูอินทร์ (2540 : 2) ที่พบว่าปัญหาเกี่ยวกับการเรียนการสอนที่สำคัญ ก็คือ ผู้เรียนขาดการควบคุม ไม่มีความอดทน ไม่มีจุดมุ่งหมายในการเรียน ขาดความรับผิดชอบ ซึ่งตรงกับความ เป็นจริงที่เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปของสังคมไทยที่ว่า เยาวชนของประเทศไทยค่อนข้างขาดวินัย จึงเป็นดังที่พระพรหมคุณาภรณ์ได้กล่าวไว้ว่า วินัยเป็นเรื่องใหญ่กว่าจริยธรรม

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1.1 โรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ควรมอบหมายให้ครูผู้สอนอย่างน้อย 2-3 คน ได้เข้ามามีส่วนร่วมเรียนรู้ในทุกขั้นตอนของการดำเนินการวิจัยร่วมกับผู้วิจัย เพื่อจะได้เข้าใจกระบวนการในการพัฒนาความมีวินัยในตนเอง และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมได้จริงในห้องเรียนปกติ

1.2 การสร้างศรัทธาด้วยการเป็นกัลยาณมิตรเป็นสิ่งสำคัญที่สุดและเป็นหัวใจของการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมในทุกๆ ด้าน และต้องเป็นกัลยาณมิตร ตลอดการพัฒนาด้วยความจริงใจ หากการแสดงออกไม่ได้มาจากความจริงใจ ผู้เรียนจะสังเกตได้ และอาจจะไม่ได้รับความร่วมมือเท่าที่ควร ในความเป็นกัลยาณมิตรนั้นจะต้องอยู่บนพื้นฐานของความเป็นประชาธิปไตยเคารพในความคิดเห็นของผู้เรียน ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ให้ความสำคัญและเอื้ออาทรต่อทุกคนเท่าเทียมกัน พยายามสร้างห้องเรียนให้เป็นห้องเรียนที่ปราศจากความกลัว โดยให้ผู้เรียนได้แสดงออกในทุกทาง อย่างเป็นอิสระบนพื้นฐานของความมีวินัยในตนเอง

1.3 หากผู้สอนต้องการนำรูปแบบการพัฒนาไปปรับใช้ในห้องเรียน ต้องเรียนรู้และทำความเข้าใจอย่างชัดเจนและถ่องแท้ถึงกระบวนการไตรสิกขา และการสร้างศรัทธาด้วยความเป็นกัลยาณมิตรอย่างจริงใจ และต้องทำความเข้าใจในเนื้อหาหลักของการพัฒนาความมีวินัยในตนเองด้วยหลักไตรสิกขา รวมทั้ง ต้องเข้าใจด้วยว่าทำไมจึงต้องเป็น “ไตรสิกขา” (ศีล สมาธิ ปัญญา = สะอาด สงบ สว่าง) เพราะไตรสิกขาเป็นส่วนเสริมซึ่งกันและกัน ศีล ช่วยให้จิตใจสะอาด และบริสุทธิ์ เหมาะแก่การมีสมาธิและพัฒนาปัญญา ในขณะที่เดียวกัน สมาธิก็เป็นรากฐานสำคัญที่ทำให้จิตใจมีพลัง ปัญญา ช่วยให้รู้จักคิด ไตร่ตรอง พิจารณา เมื่อรวมกันก็จะทำให้จิตใจสะอาด เข้มแข็งมีพลังในสติปัญญา เพื่อพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมที่ต้องการได้อย่างถูกต้องตามทำนองคลองธรรม

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป

2.1 ควรนำกระบวนการการพัฒนาความมีวินัยในตนเองตามหลักไตรสิกขา ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นไปทดลองใช้กับเยาวชน ในสถานพินิจคุ้มครองเด็กและเยาวชนและผู้ต้องขังที่เตรียมความพร้อมก่อนปล่อยและเยาวชนกลุ่มด้อยโอกาสกลุ่มอื่นๆด้วย โดยปรับกิจกรรมให้เหมาะสมกับบริบทของผู้เรียน เพราะหากสามารถทำได้สำเร็จ จะช่วยให้เยาวชนเหล่านั้น เมื่อออกจากสถานพินิจมาใช้ชีวิตในสังคมปกติ จะมีกำลังใจ ความอดทน และความพากเพียร ความเอาใจใส่และรู้จักใช้สติปัญญาไตร่ตรอง ไคร่คราญในการดำเนินชีวิต อย่างน้อยก็เป็นประโยชน์ต่อตัวตนเองและครอบครัว อันส่งผลถึงความสงบเยือกของสังคมด้วย

2.2 ควรมีการวิจัยในระยะยาว ด้วยการติดตามประเมินผล และให้กำลังใจเป็นการเสริมแรงทางบวกโดยผู้วิจัย ควรใช้เวลา 3-5 ปี เป็นการให้การเสริมแรงอย่างต่อเนื่อง และจะต้องมีการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณและคุณภาพอย่างต่อเนื่องด้วย ทั้งนี้เพื่อให้ผู้เรียนที่เคยเข้าร่วมการพัฒนาความมีวินัยในตนเองด้วยหลักไตรสิกขา เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างถาวรซึ่งจะเป็นการพัฒนาเยาวชนให้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเองอย่างยั่งยืน

5. บรรณานุกรม

- กาญจนา หาสิตะพันธ์. 2517. การควบคุมตนเอง. ในชุมชนทางวิชาการกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ โรงพิมพ์
ครุสภา : กรุงเทพฯ
- ชิตกมล สังข์ทอง. 2536. การศึกษาองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อวินัยในตนเองของวัยรุ่น. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย :
กรุงเทพฯ
- ดวงเดือน พันธมนาวิน. 2524. จิตวิทยาจริยธรรมและจิตวิทยาภาษา. ไทยวัฒนาพานิช : กรุงเทพฯ

นิตยา คงเกษม. 2544. ผลการเรียนรู้แบบร่วมมือที่บูรณาการกับโยนิโสมถัสการที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. วิทยานิพนธ์ปริญญาตรีบัณฑิต ครุศาสตร์ (จิตวิทยาการศึกษา) บัณฑิต จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.

พระเทพเวที. 2534. การศึกษาเครื่องมือที่ยังต้องมีการพัฒนา. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ.

พระธรรมปิฎก. 2538. พุทธธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 6 กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มูลนิธิพุทธธรรม.

พระธรรมปิฎก. 2540. ธรรมะกับการทำงาน. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ. โรงพิมพ์บริษัทสหธรรมมิก จำกัด.

ภทรพร ยุทธาภรณ์พินิจ. 2547. การพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ตามแนวคิดของ ป.อ.ปยุตโต. สถาบันวิจัยและพัฒนา
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช : จังหวัดนนทบุรี.

สุรางค์ โค้วตระกูล. 2547. จิตวิทยาการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 4 กรุงเทพฯ สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

โสรี โปธิแก้ว. 2543. จิตนิเวศวิทยา. (เอกสารอัดสำเนา)

อาลัย พรหมชนะ. 2541. การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและทักษะการคิดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5
ในการเรียนวิชา ส 0411 พระพุทธศาสนา เรื่องหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาโดยวิธีสอบตามแนวโยนิโสมนสิการ.
วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต ศึกษาศาสตร์ (หลักสูตรและการสอน) บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสุโขทัย
ธรรมาธิราช.

บทความเว็บไซต์ <http://STUDENT.PSU.AC.TH/RULE/INFO.:HTM> เมื่อวันที่ 19 เมษายน 2550.

Mussen, Pual H. and other. 1965. CHLID Development and Personality, 3rd ed. Harper & Row, New York.

Theodor Bryant. 1997. Self Discipline in 10 Days : How To Go From Thinking to Doing New York.
Seattle : Washington.