

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลสำหรับการวิจัย ผลการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิธีปฏิบัติตามหลักการวิปัสสนากรรมฐาน สำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย แบ่งเป็น 2 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 การสร้างและพัฒนาหลักสูตร และระยะที่ 2 ทดลองใช้ ประเมินและการปรับปรุงหลักสูตรการฝึกอบรม

ระยะที่ 1 การสร้างและพัฒนาหลักสูตรการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิธีปฏิบัติตามหลักการวิปัสสนากรรมฐาน สำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ขั้นที่ 1 การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน เพื่อกำหนดกรอบโครงสร้างหลักสูตร ฝึกอบรม มีขั้นตอนย่อยคือ 1) การสังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และหลักการที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมและการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ โดยใช้หลักปฏิบัติตามหลักการวิปัสสนากรรมฐาน โดยการศึกษาตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 2) การสำรวจสภาพปัญหาและความต้องการจำเป็นในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม 3) การสนทนากลุ่ม (Focus Group) ได้เสนอผล ตามลำดับ ดังนี้

ผลการการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน เพื่อกำหนดกรอบโครงสร้างหลักสูตร ฝึกอบรม มีขั้นตอนย่อยคือ

1. การสังเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี และหลักการที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม โดยการศึกษาตำรา เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทำให้ได้แนวคิดสำหรับการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษากระบวนการพัฒนาหลักสูตร ของ สุนีย์ ภูพันธ์ (2546) กระบวนการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรม ของ สมคิด บางโม (2541) ความฉลาดทางอารมณ์ และการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ ของกรมสุขภาพจิต (2545) และ Schulte and others (1998) และการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ โดยใช้หลักปฏิบัติตามหลักการ

วิปัสสนากรรมฐาน ตามแนวหลวงปู่เทียณ จิตตสุโก ทำให้ได้แนวคิดสำหรับการพัฒนา
หลักสูตรฝึกอบรม ดังนี้

ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง ความสามารถในการตระหนักรู้
ความรู้สึก ความคิด และอารมณ์ของตนเองผู้อื่น การควบคุมอารมณ์และการตอบสนองความ
ต้องการของตนเองอย่างเหมาะสมถูกต้องเหมาะสมแก่กาลเทศะ การชี้้นำความคิดและการกระทำของตนได้อย่าง
สมเหตุสมผล การดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข ซึ่งประกอบด้วย
ความสามารถต่าง ๆ 3 ด้าน คือ ดี เก่ง และสุข

องค์ประกอบของหลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้
วิธีปฏิบัติตามหลักการวิปัสสนากรรมฐาน สำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย มีองค์ประกอบที่สำคัญ 7 องค์ประกอบดังนี้คือ 1) สภาพปัญหาและความสำคัญจำเป็น
ของหลักสูตร 2) หลักการของหลักสูตร 3) จุดมุ่งหมายของหลักสูตร 4) โครงสร้างเนื้อหาและ
เวลา 5) แนวการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม 6) แนวการวัดและประเมินผล 7) สื่อ/อุปกรณ์และ
แหล่งเรียนรู้ ความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ ถือว่าเป็นความสามารถของบุคคลที่
เกี่ยวข้องกับการรับรู้ และการเรียนรู้ นอกจากนี้ยังเกี่ยวข้องกับความเข้าใจ อารมณ์ความรู้สึก
ของตนเอง หรือรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเองนั่นเอง และสามารถนำเอาพลังแห่งอารมณ์
ความรู้สึกเหล่านั้นมาใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างมีประสิทธิภาพ ทำให้เกิดการพัฒนาในด้าน
ต่าง ๆ รวมถึงการพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ประกอบไปด้วยการตระหนักรู้ตนเองและ
อารมณ์ตนเอง สามารถจัดการบริหารอารมณ์ของตนเองอย่างเหมาะสม สามารถตั้งใจให้กำลังใจ
ตนเองได้รับรู้ เข้าใจความรู้สึกอารมณ์ของผู้อื่น ในลักษณะใจเขาใจเรา มีทักษะในการพัฒนา
สัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น มีความสามารถในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสร้างสรรค์ และ
มีความสุข

แนวทางในการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ จะเน้นการฝึกอบรมทั้งภาคทฤษฎี
และภาคปฏิบัติ โดยให้นิสิตได้ฝึกปฏิบัติ ตามหลักวิปัสสนากรรมฐาน อันเป็นแนวทางสู่การ
พัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ และระดมความร่วมมือจากทุกภาคส่วนที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ในการ
วิจัยได้ โดยได้นำแนวทางจากการสนทนากลุ่มมาดำเนินการพัฒนาหลักสูตร โดยออกแบบ
หน่วยการเรียนรู้ได้ 5 หน่วยการเรียนรู้ คือ 1) หน่วยการปฐมนิเทศ 2) หน่วยวิปัสสนาภูมิ 6 3)
หน่วยสติปัญญา 4 4) การเจริญสติ และ 5) หน่วยปัจฉิมนิเทศ

2. ผลการสำรวจสภาพปัญหาและความต้องการจำเป็นในการพัฒนาหลักสูตร
ฝึกอบรม ทำให้ทราบว่าหลักสูตรที่ใช้ในปัจจุบันสามารถตอบสนองความต้องการของนิสิตใน

ด้านการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ และเปลี่ยนแปลงไม่ทันตามสภาพเศรษฐกิจและสังคม ในยุคปัจจุบัน เนื้อหาไม่ครอบคลุมการปฏิบัติตามหลักวิปัสสนากรรมฐาน และไม่ยืดหยุ่น นิสิต ไม่ได้เรียนรู้ผ่านกิจกรรมที่หลากหลาย ไม่เน้นการฝึกปฏิบัติจริง เวลาไม่เหมาะสม ขาดพระวิทยากรนักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน และการวัดและประเมินผลไม่ใช้วิธีการที่หลากหลาย และครอบคลุม และจากแบบสำรวจทำให้ทราบว่า นิสิตมีความต้องการหลักสูตรฝึกอบรมที่จะสามารถพัฒนาและส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ ได้ ผู้วิจัยจึงได้รวบรวม และสังเคราะห์เป็นประเด็นปัญหาในการสนทนากลุ่มต่อไป

3. ผลจากการสนทนากลุ่ม ทำให้ได้แนวคิดที่หลากหลายจากผู้เข้าร่วมสนทนา ตามประเด็นที่กำหนดในการสนทนากลุ่ม 6 ประเด็น คือ ความสำคัญของการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิปัสสนากรรมฐาน แนวทางในการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิปัสสนากรรมฐาน การกำหนดกรอบโครงสร้างหลักสูตรควรมีองค์ประกอบเป็นอย่างไร รูปแบบและกระบวนการจัดการฝึกอบรมตามหลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิปัสสนากรรมฐาน บรรยายภาสการจัดการฝึกอบรมอย่างไร จะส่งเสริมและพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิปัสสนากรรมฐาน สื่อและวัสดุอุปกรณ์การเรียนรู้ใดบ้างที่เหมาะสมกับการส่งเสริมและพัฒนาตามหลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิปัสสนากรรมฐาน รูปแบบและกระบวนการวัดและประเมินผลที่ส่งเสริมและพัฒนาตามหลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิปัสสนากรรมฐาน

ข้อคิดเห็นอื่น ๆ ที่ได้จากการสนทนากลุ่ม การพัฒนาคุณภาพของมนุษย์ต้องเริ่มที่การพัฒนาภายในจิตใจ โดยพิจารณาตรวจสอบภายในตนเองที่เรียกว่า ปฏิบัติกรรมฐาน กรรมฐานเป็นวิธีการฝึกคนให้เจริญอกงามให้เข้าถึงสภาวะธรรมตามที่เป็นจริง จิตที่ได้รับการฝึกฝนอบรมเป็นพื้นฐานที่มั่นคงดีแล้วย่อมจะปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายได้อย่างถูกต้อง ก่อให้เกิดความเจริญพัฒนาทั้งทางกายทางความประพฤติ ทางสภาพจิตใจและทางปัญญาเป็นลำดับขึ้นไป เป็นทางนำไปสู่อิสรภาพและสันติสุขอย่างแท้จริงตามอุดมมุ่งหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา คำสอนของพระพุทธเจ้าแสดงวิธีฝึกจิตและแสดงอารมณ์ของกรรมฐานแบบต่าง ๆ ไว้มากมาย เพื่อให้เหมาะสมกับความต้องการของแต่ละบุคคล เหมาะสมกับอุปนิสัยและความสามารถที่แต่ละคนแตกต่างกัน วิธีการปฏิบัติต่าง ๆ เหล่านี้ รวมทั้งหมดในสติปัญญา ซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสเรียกว่าทางสายเอก (เอกายโน มคโค หรือเอกายนมรรค) การปฏิบัติจริยธรรมทุกขั้นต้องอาศัย

สติปัญญานี้เป็นพื้นฐานสำคัญ ซึ่งผู้วิจัยได้นำผลการสนทนากลุ่มไปเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับการยกร่างหลักสูตรต่อไป

ขั้นที่ 2 ผลการจัดทำร่างหลักสูตร เป็นการนำกรอบแนวคิดที่ได้จากขั้นที่ 1 มาสร้างเป็นโครงสร้างหลักสูตร และได้องค์ประกอบของหลักสูตรที่สำคัญ 7 องค์ประกอบดังนี้คือ 1) สภาพปัญหาและความสำคัญจำเป็นของหลักสูตร หลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิธีปัสสนากรรมฐาน มีความสำคัญจำเป็นมาก เพราะสภาพสังคมในปัจจุบันเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ทำให้เยาวชนไม่สามารถปรับตัว ปรับอารมณ์ความรู้สึกได้ทันต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ มากมาย หลักสูตรฝึกอบรม โดยใช้วิธีปัสสนากรรมฐาน เป็นวิธีการหนึ่งซึ่งจะสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ได้ 2) หลักการของหลักสูตร หลักสูตรฝึกอบรม เน้นให้นิสิตมีความรู้ความเข้าใจ และมีทักษะปฏิบัติวิธีปัสสนากรรมฐาน ในการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ 3) จุดมุ่งหมายของหลักสูตร จะเน้นให้นิสิตเกิดความฉลาดทางอารมณ์ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านมีความสุข 4) โครงสร้างเนื้อหาและเวลา ใช้ระยะเวลาในการฝึกอบรมทั้งภาคทฤษฎี และปฏิบัติวิธีปัสสนากรรมฐาน จำนวนทั้งสิ้น 28 ชั่วโมง 5) แนวการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม หลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิธีปฏิบัติตามหลักการวิธีปัสสนากรรมฐาน สำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เป็นหลักสูตรที่ส่งเสริมให้นิสิตที่เข้ารับการฝึกอบรมเกิดความรู้ ความเข้าใจ ในการพัฒนาส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ และฝึกปฏิบัติตามหลักการวิธีปัสสนากรรมฐาน ผู้วิจัยได้กำหนดโครงสร้างเนื้อหาและเวลา เป็น 5 หน่วยการฝึกอบรม ตามโครงสร้างเนื้อหาและเวลาที่กำหนดข้างต้น หลักสูตรมีทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติ ในภาคทฤษฎี จะเป็นการให้องค์ความรู้ที่เกี่ยวกับการปฏิบัติวิธีปัสสนากรรมฐาน ที่จะเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ ที่นิสิตควรมีความรู้ และเข้าใจ ได้แก่ วิธีปัสสนาภูมิ 6 สติปัญญา 4 และในภาคปฏิบัติ ผู้วิจัยได้ออกแบบการฝึกปฏิบัติเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์หลังจากที่นิสิตได้เรียนรู้ในภาคทฤษฎีมาแล้ว ได้แก่ การเจริญสติ เป็นการปฏิบัติวิธีปัสสนากรรมฐาน ตามกิจกรรมที่กำหนดไว้ 7 กิจกรรม และในแต่ละหน่วยการฝึกอบรม ผู้วิจัยได้กำหนดแนวทางดำเนินการจัดกิจกรรมการฝึกอบรมตามแผนการฝึกอบรมเป็นขั้นตอน ดังนี้ ขั้นนำ ขั้นดำเนินการ และขั้นอภิปรายและสรุปผล 6) แนวการวัดและประเมินผล จะวัดและประเมินผลก่อนและหลังการฝึกอบรม โดยปรับปรุงแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต 7) สื่อ/อุปกรณ์และแหล่งเรียนรู้ สื่อ/อุปกรณ์ และแหล่งเรียนรู้ ประกอบการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม ตามหลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิธี

ปฏิบัติตามหลักการวิปัสสนากรรมฐาน สำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ประกอบด้วย สื่อประเภทบุคคล คือ บุคคลที่มีประสบการณ์ที่มีความรอบรู้ ในเรื่องการปฏิบัติสมาธิที่เป็นเลิศ เช่น พระสงฆ์นักปฏิบัติ สื่อประเภทโสตทัศนอุปกรณ์ เช่น เครื่องคอมพิวเตอร์ โปรเจคเตอร์ ซีดี-รอม สื่อประเภทเอกสาร เช่น วารสารต่างๆ ใบงาน ใบความรู้ และแหล่งเรียนรู้

ขั้นที่ 3 ผลการยืนยัน และตรวจสอบคุณภาพของหลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้าง

ความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิธีปฏิบัติตามหลักการวิปัสสนากรรมฐาน สำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ซึ่งได้ผลการตรวจสอบคุณภาพ โดยการประเมินหลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิปัสสนากรรมฐาน สำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ แสดงดังตารางที่ 2

ตารางที่ 3 ผลการตรวจสอบคุณภาพและประเมินความเหมาะสมของร่างหลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิปัสสนากรรมฐาน สำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

รายการประเมิน	เฉลี่ย	S.D.	ระดับความเหมาะสม
1. สภาพปัญหาและความสำคัญจำเป็นของหลักสูตร			
1) มีความสมเหตุสมผล	4.8	0.4	มากที่สุด
2) มีความสอดคล้องกับสภาพความจำเป็นในสังคมปัจจุบัน	4.6	0.5	มากที่สุด
3) มีความจำเป็นต้องพัฒนาหลักสูตร	5.0	0.0	มากที่สุด
2. หลักการของหลักสูตร			
1) ความเป็นไปได้	5.0	0.0	มากที่สุด
2) สามารถนำไปใช้ได้จริง	4.8	0.4	มากที่สุด
3) มีแนวคิทยุทธวิธีพื้นฐานรองรับ	4.8	0.4	มากที่สุด
3. จุดมุ่งหมายของหลักสูตร			
1) มีความชัดเจน	4.8	0.4	มากที่สุด
2) ความเป็นไปได้	5.0	0.0	มากที่สุด
3) มีความครอบคลุมความฉลาดทางอารมณ์	4.4	0.5	มาก

รายการประเมิน	เฉลี่ย	S.D.	ระดับความเหมาะสม
4. โครงสร้างเนื้อหา และเวลา			
1)ตรงตามวัตถุประสงค์ของหลักสูตร	5.0	0.0	มากที่สุด
2)การจัดเรียงเนื้อหา มีความชัดเจน	4.8	0.4	มากที่สุด
3)ระยะเวลา มีความเหมาะสม	4.8	0.4	มากที่สุด
5. แนวการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม			
1)มีความเป็นไปได้อ		0.4	
2)มีความหลากหลาย	4.8	0.0	มากที่สุด
3)เหมาะสมกับเวลา	5.0	0.4	มากที่สุด
6. แนวการวัดและประเมินผล	4.8		มากที่สุด
1)ครอบคลุมที่ต้องการประเมิน		0.5	
2)สอดคล้องกับความฉลาดทางอารมณ์	4.4	0.0	มาก
3)สามารถตรวจสอบการบรรลุวัตถุประสงค์ของหลักสูตร	5.0	0.0	มากที่สุด
5.0			มากที่สุด
7. สื่ออุปกรณ์ และแหล่งเรียนรู้			
1)ช่วยส่งเสริมให้การฝึกอบรมบรรลุตามวัตถุประสงค์ของหลักสูตร		0.4	
4.8			มากที่สุด
2)มีความหลากหลาย		0.4	
3)มีความเหมาะสมกับวัยของผู้เข้ารับการฝึกอบรม	4.8	0.0	มากที่สุด
5.0			มากที่สุด
เฉลี่ย	4.82	0.26	มากที่สุด

จากตารางที่ 3 พบว่า องค์ประกอบของหลักสูตรด้านจุดมุ่งหมายของหลักสูตร มีความครอบคลุมความฉลาดทางอารมณ์ และด้านแนวการวัดและประเมินผล ครอบคลุมที่ต้องการประเมิน มีความเหมาะสมอยู่ในระดับมาก นอกนั้นมีความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด และเมื่อพิจารณาความเหมาะสมของร่างหลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ โดยรวม พบว่ามีระดับความเหมาะสมมากที่สุด ($\bar{X} = 4.82$, S.D. = 0.26)

ตารางที่ 4 ผลการประเมินความสอดคล้องของร่างหลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วีปัสสนากรรมฐาน สำหรับนิสิตระดับปริญญาตรี ตามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

รายการประเมิน	ค่าดัชนี ความสอดคล้อง	การแปลผล
1. สภาพปัญหาและความจำเป็นของหลักสูตรกับ จุดมุ่งหมายของหลักสูตร	1.00	สอดคล้อง
2. จุดมุ่งหมายกับโครงสร้างเนื้อหาและเวลา	1.00	สอดคล้อง
3. จุดมุ่งหมายกับแนวการจัดกิจกรรมฝึกอบรม	1.00	สอดคล้อง
4. จุดมุ่งหมายกับสื่ออุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้	0.80	สอดคล้อง
5. จุดมุ่งหมายกับแนวการวัดและประเมินผล	1.00	สอดคล้อง
6. โครงสร้างเนื้อหา และเวลากับแนวการจัดกิจกรรม	1.00	สอดคล้อง
7. แนวการจัดกิจกรรมกับสื่อการฝึกอบรม	0.80	สอดคล้อง
8. สื่อการฝึกอบรมกับแนวการวัดผลประเมินผล	1.00	สอดคล้อง
9. แนวการวัดผลประเมินผลกับเครื่องมือวัดผล ประเมินผล	1.00	สอดคล้อง
10. ความสอดคล้องภายในของหน่วยฝึกอบรม	1.00	สอดคล้อง

จากตารางที่ 4 พบว่า ผลการพิจารณาความสอดคล้องของหลักสูตรฝึกอบรม โดยผู้เชี่ยวชาญ ใน 10 ประเด็นคำถาม พบว่า มีค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 1.00 จำนวน 8 ข้อ และ 0.80 จำนวน 2 ข้อ ซึ่งแปลผลได้ว่า ผู้เชี่ยวชาญให้ความเห็นว่าร่างหลักสูตรฝึกอบรม มีความเหมาะสม สำหรับนำไปใช้ในการวิจัยต่อไป

ขั้นที่ 4 ผลการทดลองใช้ (Try out)

ผลจากการนำหลักสูตรที่สร้างขึ้นไปทำการทดลองใช้ เพื่อศึกษาความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของหลักสูตร แล้วจึงนำข้อค้นพบจากการทดลองใช้ มาปรับปรุงหลักสูตรก่อนนำไปใช้จริง ผู้วิจัยกำหนดกลุ่มทดลองใช้ หลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิธีปฏิบัติตามหลักการวีปัสสนากรรมฐาน สำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย กับนิสิตปริญญาตรี สาขาพระพุทธศาสนา ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยสงฆ์ จังหวัด

บุรีรัมย์ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556 จำนวน 25 รูป/คน จำนวน 1 ห้องเรียน โดย
 ทำการศึกษาทดลองใช้ (Try out) จำนวน 1 หน่วยการเรียนรู้ คือหน่วยที่ 4 การเจริญสติ
 จำนวน 7 กิจกรรม คือ 1) การเจริญสติอิริยาบถนั่ง 2) การเจริญสติอิริยาบถเดิน 3)การเจริญ
 สติอิริยาบถยืน 4) การเจริญสติอิริยาบถนอน 5) การกราบสติปัญญา 6) การสร้างจังหวะ และ
 7) การนั่งสมาธิ ผู้วิจัยดำเนินการจัดกิจกรรม ะละ 2 ชั่วโมง ซึ่งเป็นทั้งภาคทฤษฎี และ
 ภาคปฏิบัติ รวมทั้งสิ้น 14 ชั่วโมง ผลการศึกษานำเสนอเป็นรายด้าน ดังนี้

4.1 ด้านกิจกรรมการฝึกอบรม

จากการนำหลักสูตรไปทดลองใช้ (Try out) เพื่อให้ได้ข้อมูลตามสภาพจริงใน
 การใช้หลักสูตร และนำมาปรับปรุงก่อนทดลองใช้จริง ดังนี้ การจัดกิจกรรมการฝึกอบรม ใน
 กิจกรรมที่ 1 นิสิตส่วนใหญ่ยังไม่คุ้นเคยกับรูปแบบการจัดกิจกรรมฝึกอบรมในลักษณะนี้ จึงทำ
 ให้การจัดกิจกรรมในแต่ละขั้นยังไม่ให้ความร่วมมือเท่าที่ควร ขาดการมีส่วนร่วม โดยเฉพาะ
 อย่างยิ่งในขั้นตอนการแบ่งกลุ่มทำกิจกรรมศึกษาไปความรู้ นิสิตยังไม่คุ้นเคยกิจกรรมใน
 ลักษณะของการฝึกภาคทฤษฎี เพราะการปฏิบัติธรรม โดยทั่วไป จะให้ผู้เข้าร่วมปฏิบัติเลย โดย
 ไม่มีสื่อที่จะนำฝึกปฏิบัติที่ถูกต้อง แต่ในแผนการจัดกิจกรรมที่ 2 และ 3 นิสิตเริ่มคุ้นเคย สนใจ
 และกระตือรือร้นในการร่วมทำกิจกรรม การจัดกิจกรรมการฝึกอบรม 3 ขั้นที่ผู้วิจัยได้ออกแบบ
 ในครั้งนี้มีความเหมาะสมกับนิสิตมาก ซึ่งสังเกตได้จากการที่นักเรียนให้ความร่วมมือในการ
 ปฏิบัติกิจกรรม การตอบคำถาม ตลอดจนการฝึกปฏิบัติจริง จากการสังเกตและสัมภาษณ์
 นักเรียน พบว่านิสิตส่วนใหญ่มีความสนุกสนานในการเรียนรู้ และได้ฝึกทักษะการคิด ร่วมมือ
 กันในการจัดการฝึกอบรม และส่วนใหญ่ชอบกิจกรรมในลักษณะนี้

4.2 ด้านเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม

จากการนำหลักสูตรไปทดลองใช้ (Try out) เพื่อหาข้อมูลในสภาพจริง และ
 ปรับปรุงในด้านเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม พบว่าเวลาที่ใช้ในแต่ละกิจกรรมไม่
 เหมาะสม โดยเฉพาะเวลาในภาคทฤษฎีมากเกินไป ทำให้เวลาสำหรับการฝึกภาคปฏิบัติไม่
 เพียงพอ ผู้วิจัยต้องปรับเปลี่ยนเวลาในแต่ละกิจกรรมให้เหมาะสม ซึ่งหลังจากปรับเปลี่ยนเวลา
 แล้ว นิสิตสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ ได้โดยใช้หลักปฏิบัติตามหลักวิปัสสนา
 กรรมฐาน

4.3 ด้านสื่อ อุปกรณ์ และแหล่งเรียนรู้

สื่ออุปกรณ์และแหล่งเรียนรู้ มีความเหมาะสม โดยสื่อที่จัดในแผนการ
 ฝึกอบรม จะเน้นสื่อที่ทันสมัย โดยเฉพาะสื่อทางอินเทอร์เน็ต ซึ่งเป็นสื่อที่สามารถส่งเสริมให้

นิสิต เรียนรู้ได้บรรลุวัตถุประสงค์ได้เร็ว นิสิตให้ความเห็นว่า สื่อที่นำมาใช้ช่วยให้ นิสิต เข้าใจ บทเรียน ได้ดียิ่งขึ้น และมีความหลากหลายน่าสนใจ แต่ใน ส่วน ใบความรู้ และ ใบงาน มี มาก ไป และไม่สอดคล้องกับกิจกรรม และเนื้อหาที่เรียน ผู้วิจัยได้ปรับปรุง และตัดทอนให้มี ใบความรู้ และ ใบงาน ประกอบกิจกรรมในแต่ละแผนการฝึกอบรม ที่เหมาะสม และสอดคล้องกับ จุดประสงค์ของแต่ละกิจกรรม

4.4 ข้อค้นพบอื่น ๆ

จากการสังเกต การจัดกิจกรรมการฝึกอบรม ในระหว่างการฝึกอบรม การปรับปรุงกิจกรรมการฝึกอบรม ปรับปรุงสื่อ อุปกรณ์ และแหล่งเรียน ตลอดจนเวลาที่ใช้ในแต่ละกิจกรรม และสิ้นสุดการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม พบว่า นิสิตร้อยละ 77.78 มีความสนใจ และให้ความร่วมมือในการฝึกปฏิบัติดีมาก นิสิตบอกว่าเป็นการฝึกปฏิบัติที่มีความหมาย ได้ฝึกปฏิบัติจริง และเป็น การเรียนรู้แนวใหม่ที่สามารถทำให้นิสิตได้ฝึกทักษะในการคิดวิเคราะห์ เกิดความฉลาดทางอารมณ์ และได้รู้จักตัวเองมากขึ้น ซึ่งเป็นการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ให้ดีขึ้นได้

ระยะที่ 2 ทดลองใช้ ประเมินและการปรับปรุงหลักสูตรการฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิธีปฏิบัติตามหลักการวิปัสสนากรรมฐาน

ในการทดลองใช้ ประเมินและปรับปรุงหลักสูตร ผู้วิจัยได้นำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 สาขาวิชาสังคมศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตสุรินทร์ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2556 จำนวน 60 รูป/คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 30 รูป/คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 30 รูป/คน ผลการทดลองแบ่งเป็น 3 ส่วน ได้แก่ 1) ผลการประเมินตามวัตถุประสงค์ในแต่ละหน่วยการฝึกอบรม 2) ผลการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ 3) ด้านก่อนและหลังการฝึกอบรม 3) ผลการประเมินการทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรมโดยผู้เข้ารับการฝึกอบรม ผลการทดลองใช้ ประเมิน และปรับปรุงหลักสูตร ได้นำเสนอตามลำดับดังนี้

- 1) ผลการประเมินตามวัตถุประสงค์ของแต่ละหน่วยฝึกอบรม
- 2) ผลการประเมินพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ ราชด้านทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านดี ด้านเก่ง และด้านมีความสุข
- 3) การเปรียบเทียบพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

4) การประเมินความคิดเห็นของนิสิตต่อหลักสูตรฝึกอบรม

1) ผลจากการประเมินตามวัตถุประสงค์ของหลักสูตร หลังการทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรม ปรากฏผล ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และร้อยละ ของคะแนนพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ของนิสิตในการทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิธีปฏิบัติตามหลักการวิปัสสนากรรมฐาน

หน่วย ที่	เรื่อง	จำนวน	คะแนน เต็ม	คะแนน รวม ΣX	\bar{x}	S.D.	ร้อยละ
2	วิปัสสนาภูมิ 6	30	2,700	2,259	451.80	15.02	83.67
3	สติปัญญา 4	30	1,800	1,536	307.20	15.02	85.33
4	การเจริญสติ	30	3,150	2,683	536.60	13.90	85.17
เฉลี่ยโดยรวม				2,159	431.87	0.65	84.72

จากตารางที่ 5 พบว่า นิสิตมีพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์โดยรวมทุกหน่วย ฝึกอบรม คิดเป็นร้อยละ 84.72 เมื่อพิจารณารายหน่วยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ หน่วยที่ 3 สติปัญญา 4 มีคะแนนเฉลี่ยร้อยละ 85.33 หน่วยที่ 4 การเจริญสติ มีคะแนนเฉลี่ย ร้อยละ 85.17 และหน่วยที่ 2 วิปัสสนาภูมิ 6 มีคะแนนเฉลี่ยร้อยละ 83.67 ตามลำดับ

2) การประเมินพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ รายด้านทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านดี ด้าน เก่ง และด้านมีความสุข

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับความฉลาดทางอารมณ์รายด้านหลังใช้
หลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิธีปฏิบัติตาม
หลักการวิปัสสนากรรมฐาน

ความฉลาด ทางอารมณ์	รายการประเมิน ด้านย่อย	\bar{x}	S.D.	ระดับความฉลาด ทางอารมณ์
1. ด้านดี	1.1 ควบคุมตนเอง	20.07	2.07	สูง
	1.2 เห็นใจผู้อื่น	20.63	2.24	สูง
	1.3 รับผิดชอบ	21.27	2.02	สูง
	เฉลี่ย	20.66	0.12	สูง
2. ด้านเก่ง	2.1 มีแรงจูงใจ	19.93	2.61	สูง
	2.2 ตัดสินใจและแก้ปัญหา	20.33	1.60	สูง
	2.3 สัมพันธภาพ	19.63	1.88	สูง
	เฉลี่ย	19.96	0.52	สูง
3. ด้านมี ความสุข	3.1 ภูมิใจในตนเอง	14.70	1.15	สูง
	3.2 พอใจในชีวิต	20.00	1.82	สูง
	3.3 สงบสุขทางใจ	21.50	1.87	สูง
	เฉลี่ย	18.73	0.40	สูง

จากตารางที่ 6 พบว่าคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ ด้านดี มีความรับผิดชอบ ($\bar{x} = 21.27$, S.D. = 2.02) ด้านเก่ง การตัดสินใจและแก้ปัญหา ($\bar{x} = 20.33$, S.D. = 1.60) และด้าน มีความสุข สงบสุขทางใจ ($\bar{x} = 21.50$, S.D. = 1.87) มีค่าเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์สูงสุด และ ด้านดี การควบคุมตนเอง ($\bar{x} = 20.07$, S.D. = 2.07) ด้านเก่ง สัมพันธภาพ ($\bar{x} = 19.63$, S.D. = 1.88) และด้านมีความสุข ภูมิใจในตนเอง ($\bar{x} = 14.70$, S.D. = 1.15) มีค่าเฉลี่ยความฉลาดทาง อารมณ์ต่ำสุด แต่เมื่อพิจารณาโดยรวมพบว่า มีค่าเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์สูงทุกด้าน

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ยโดยรวม และรายด้านความฉลาดทางอารมณ์ ของนิสิตกลุ่มทดลอง

ความฉลาดทางอารมณ์	\bar{x}	S.D.	ความฉลาดทางอารมณ์
ด้านดี	20.66	0.12	สูง
ด้านเก่ง	19.96	0.52	สูง
ด้านมีความสุข	18.73	0.40	สูง
รวมเฉลี่ย	19.80	0.21	สูง

จากตารางที่ 7 พบว่าค่าเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ ด้านดี มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{x} = 20.66$, S.D. = 0.12) และด้านมีความสุข มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{x} = 18.73$, S.D. = 0.40) และเมื่อพิจารณาโดยรวม นิสิตมีความฉลาดทางอารมณ์สูงทุกด้าน

ตารางที่ 8 เปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์รายด้านก่อนและหลังฝึกอบรมตามหลักสูตร ฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิธีปฏิบัติตามหลักการ วิถีसनากรรรมฐาน

ความฉลาดทางอารมณ์		\bar{x}	S.D.	t
ด้านดี	ก่อน	31.70	5.52	36.511*
	หลัง	61.96	4.39	
ด้านเก่ง	ก่อน	33.00	6.57	26.526*
	หลัง	59.90	3.06	
ด้านมีความสุข	ก่อน	31.40	5.05	58.177*
	หลัง	56.20	3.38	

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 8 พบว่านิสิตที่ได้รับการฝึกอบรมตามหลักสูตร มีความฉลาดทางอารมณ์ แต่ละด้าน หลังฝึกอบรมตามหลักสูตรสูงขึ้นกว่าก่อนฝึกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3) การเปรียบเทียบพฤติกรรมความฉลาดทางอารมณ์ของกลุ่มทดลองที่เรียน โดยใช้วิธีปฏิบัติ ตามหลักการวิปัสสนากรรมฐานและกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 9 การเปรียบเทียบคะแนนความฉลาดทางอารมณ์หลังฝึกอบรมของกลุ่มทดลองและ กลุ่มควบคุม

นิติต	\bar{x}	S.D.	t
กลุ่มทดลอง	178.07	7.76	34.239*
กลุ่มควบคุม	96.26	10.53	

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 9 พบว่านิติตกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกอบรมตามหลักสูตรฝึกอบรม การเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิธีปฏิบัติตามหลักการวิปัสสนากรรมฐาน มี คะแนนความฉลาดทางอารมณ์หลังฝึกอบรมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

4) การประเมินความคิดเห็นของนิติตต่อหลักสูตรฝึกอบรม

มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

ตารางที่ 10 ผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นของนิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 สาขาสังคมศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่มีต่อหลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ โดยใช้วิธีปฏิบัติตามหลักการวิปัสสนากรรมฐาน

ข้อที่	รายการประเมิน	\bar{X}	S.D.	ความคิดเห็น
	ด้านวัตถุประสงค์ และเนื้อหาการฝึกอบรม			
1	วัตถุประสงค์ตรงตามความต้องการของผู้เข้ารับการฝึกอบรม	4.60	0.55	มากที่สุด
2	วัตถุประสงค์ตรงตามประเด็นปัญหาสภาพสังคมปัจจุบัน	4.83	0.20	มากที่สุด
3	เนื้อหาการฝึกอบรมเน้นตามหลักการวิปัสสนากรรมฐาน	4.90	0.21	มากที่สุด
4	เนื้อหาได้สะท้อนตนเองเชื่อมโยงกับวิถีชีวิตของตนเองตามหลักพุทธศาสนา	5.00	0.00	มากที่สุด
5	การจัดเรียงลำดับเนื้อหามีความเหมาะสม	4.83	0.20	มากที่สุด
	เฉลี่ย	4.83	0.20	มากที่สุด
	ด้านการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม			
6	กิจกรรมที่นิสิตได้เรียนรู้ทั้งภาคทฤษฎีและฝึกปฏิบัติ โดยผ่านกิจกรรมในรูปแบบที่หลากหลาย สามารถเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ได้อย่างยั่งยืน	4.87	0.22	มากที่สุด
7	กิจกรรมส่งเสริมให้ได้รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น เข้าใจและยอมรับความคิดเห็นผู้อื่น	4.80	0.45	มากที่สุด
8	เหมาะสมกับเวลา	4.60	0.55	มากที่สุด
	เฉลี่ย	4.76	0.50	มากที่สุด

ข้อที่	รายการประเมิน	\bar{X}	S.D.	ความคิดเห็น
ด้านการวัดและประเมินผล				
9	มีการวัดและประเมินผลที่หลากหลาย	4.60	0.55	มากที่สุด
10	ครอบคลุมจุดประสงค์ของหลักสูตร	4.83	0.20	มากที่สุด
11	สอดคล้องกับการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์	4.90	0.21	มากที่สุด
เฉลี่ย		4.78	0.44	มากที่สุด
ด้านการสื่ออุปกรณ์และแหล่งเรียนรู้				
12	มีวัสดุอุปกรณ์และแหล่งเรียนรู้เพียงพอ	4.83	0.20	มากที่สุด
13	ช่วยส่งเสริมให้ผู้เข้ารับการอบรมบรรลุได้ตามวัตถุประสงค์	5.00	0.00	มากที่สุด
14	มีความหลากหลาย	4.87	0.22	มากที่สุด
15	มีความทันสมัย	4.80	0.45	มากที่สุด
เฉลี่ย		4.88	0.22	มากที่สุด
เฉลี่ยโดยรวม		4.84	0.26	มากที่สุด

จากตารางที่ 10 พบว่านิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 สาขาสังคมศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มีความคิดเห็นต่อหลักสูตรฝึกอบรมการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์โดยใช้วิธีปฏิบัติตามหลักการวิปัสสนากรรมฐาน โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.84$, S.D. = 0.26) และเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านวัตถุประสงค์ และเนื้อหาการฝึกอบรม เนื้อหาสาระสะท้อนตนเองเชื่อมโยงวิถีชีวิตของตนเองตามหลักพุทธศาสนา และด้านสื่ออุปกรณ์และแหล่งเรียนรู้ ช่วยส่งเสริมให้ผู้เข้ารับการอบรมบรรลุได้ตามวัตถุประสงค์ มีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากัน คือ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 5.00$, S.D. = 0.00) และด้านวัตถุประสงค์ตรงตามความต้องการของผู้เข้ารับการฝึกอบรม ด้านการจัดกิจกรรมเหมาะสมกับเวลา และด้านการวัดและประเมินผล มีการวัดและประเมินผลที่หลากหลาย มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดเท่ากัน ($\bar{X} = 4.60$, S.D. = 0.55)