

การเปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมระหว่างนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ห้า
ที่ฝึกสมาธิด้วยการเพ่งพิจารณากับการเจริญสติภาวนา



นางสาว เบญจา รุ่งประพันธ์

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

ภาควิชาประถมศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2534


ISBN 974-578-433-8

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

017869

๐๑๗๘๖๙

A COMPARISON OF ETHICAL BEHAVIOURS BETWEEN PRATHOM SUKSA FIVE
STUDENTS' CONCENTRATION PRACTICE BY CONTEMPLATION
AND SETTING UP OF MINDFULNESS



Miss Bencha Roonprapun

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of Requirements
for the Degree of Master of Education
Department of Elementary Education

Graduate School

Chulalongkorn University

1991

ISBN 974-578-433-8

หัวข้อวิทยานิพนธ์

การเปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมระหว่างนักเรียนชั้น
ประถมศึกษาปีที่ห้าที่ฝึกสมาธิด้วยการเพ่งพิจารณากับการเจริญ
สติภาวนา

โดย

นางสาว เบญจมา รุ่งประพันธ์

ภาควิชา


ประถมศึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษา

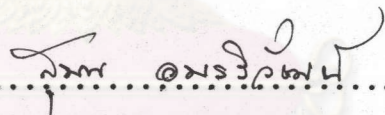
ศาสตราจารย์ อำไพ สุจริตกุล




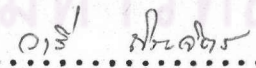
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบัณฑิต


..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร.ถาวร วัชรราชัย)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


..... ประธานกรรมการ
(ศาสตราจารย์ สุมน ออมรวิวัฒน์)


..... อาจารย์ที่ปรึกษา
(ศาสตราจารย์ อำไพ สุจริตกุล)


..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ วาริ ธีระจิตร)

พิมพ์โดยสำนักพิมพ์อภินิเทศกิจภายใต้การอนุมัติจากสำนักพิมพ์อภินิเทศกิจ

เบญจมา รุ่งประพันธ์ : การเปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมระหว่างนักเรียนชั้น
ประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเพ่งพิจารณา (A COMPARISON OF
ETHICAL BEHAVIOURS BETWEEN PRATHOM SUKSA FIVE STUDENTS' CONCENTRATION
PRACTICE BY CONTEMPLATION AND SETTING UP OF MINDFULNESS) อ.ที่ปรึกษา :
ศ.อำไพ สุจริตกุล, 291 หน้า. ISBN 974-478-433-8

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมเรื่องความมีระเบียบวินัย
ความอดทน และความเมตตากรุณา ระหว่างนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเพ่งพิจารณา
และที่ฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนาตามแผนการฝึกสมาธิทั้ง 2 ประเภทที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นทดลองกับนักเรียน
2 กลุ่ม กลุ่มละ 30 คน ในระยะเวลา 10 สัปดาห์

ผลการวิจัย

1. หลังการทดลองฝึกสมาธิ เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม
ไม่แตกต่างกัน
2. หลังการทดลองฝึกสมาธิ พฤติกรรมเชิงจริยธรรมของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่ม ดีขึ้นอย่างมีนัย
สำคัญที่ระดับ .01
3. เมื่อจำแนกพฤติกรรมเป็น 3 ด้าน เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมหลังการฝึกสมาธิ
ของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มไม่แตกต่างกัน
4. เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทั้ง 3 ด้านของนักเรียนทั้ง 2 กลุ่มก่อนและหลังการ
ฝึกแตกต่างกัน กล่าวคือ พฤติกรรมเชิงจริยธรรมทุกด้านดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01



ภาควิชา ประถมศึกษา
สาขาวิชา ประถมศึกษา
ปีการศึกษา 2533

ลายมือชื่อนิติ
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษารวม

BENCHA ROONPRAPUN : A COMPARISON OF ETHICAL BEHAVIOURS BETWEEN
PRATHOM SUKSA FIVE STUDENTS' CONCENTRATION PRACTICE BY CONTEMPLATION
AND SETTING UP OF MINDFULNESS. THESIS ADVISOR : PROF.AMBAI
SUCHARITKUL, 291 PP. ISBN 974-578-433-8

The purpose of this study was to compare ethical behaviours on self disciplines, endurance and kindness between Prathom Suksa Five students' concentration practicing by contemplation and setting up of mindfulness. Two sets of concentration lesson plans were constructed to be used for 10 weeks practicing with 2 experimental groups, consisting 30 students of each.

Results

1. The comparison of ethical behaviours after practicing between the two groups showed no difference.
2. The ethical behaviours of both groups of student after concentration practicing were higher than before significantly at the .01 level.
3. The comparison of each of the three ethical behaviours after practicing between the students' practicing by contemplation and setting up of mindfulness showed no difference.
4. After concentration practices, every topic of the ethical behaviours of the two groups was significantly higher at the .01 level.

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาควิชา ประถมศึกษา
สาขาวิชา ประถมศึกษา
ปีการศึกษา 2533

ลายมือชื่อนิติ
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาพร้อม



กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์นี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดีก็ด้วยความกรุณาของ ศาสตราจารย์ อ่ำไพ
สุจริตกุล อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่ได้ให้คำแนะนำ และเป็นกำลังใจให้เป็นอย่างดีอยู่เสมอ
โดยเฉพาะอย่างยิ่งท่านเป็นผู้แนะนำให้ผู้วิจัยได้ฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนา อันเป็นแนวคิด
ที่สำคัญในการทำวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณท่านด้วยความเคารพอย่างสูงมา ณ
โอกาสนี้

ขอกราบนมัสการ พระครูอุดมธรรมวาที และขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์
นิรมล สวัสดิบุตร ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พูนสุข บุญยสวัสดิ์ ที่ให้ความกรุณาตรวจแก้ไขเครื่องมือ
ต่าง ๆ ในการวิจัย ตลอดจนให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์และส่งผลให้การวิจัยดำเนินไปได้
ด้วยดี

นอกเหนือจากนี้แล้ว ผู้วิจัยยังได้รับความกรุณาจาก ศาสตราจารย์ สุนน อมรวิวัฒน์
ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ วารี ถิระจิตร กรรมการสอบ
วิทยานิพนธ์ ที่ได้ให้คำแนะนำตรวจสอบแก้ไขวิทยานิพนธ์ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น ขอกราบขอบพระคุณ
ทุก ๆ ท่านที่กล่าวมาแล้วมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณคณะครู และขอใจนักเรียน โรงเรียนทุมชนบ้านบางพระ จังหวัดชลบุรี
ที่ได้ให้ความร่วมมือในการวิจัย และขอขอบคุณ คุณฉวีวรรณ แสงสว่าง และเพื่อน ๆ ทุกคนที่ได้
กำลังใจและช่วยเหลือเป็นอย่างดีอยู่เสมอมา

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
เบญจา รุ่นประพันธ์



สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ	ฉ
สารบัญตาราง	ฅ
บทที่	
1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	6
สมมติฐานของการวิจัย	6
ตัวแปรของการวิจัย	6
ขอบเขตของการวิจัย	6
ข้อตกลงเบื้องต้นเกี่ยวกับการวิจัย	7
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	7
ข้อจำกัดของการวิจัย	8
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	8
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
การฝึกสมาธิ	10
ความหมายของสมาธิ	10
การฝึกสมาธิตามแนวสมถกรรมฐาน	11
การฝึกสมาธิตามแนววิปัสสนากรรมฐาน	12
ประโยชน์ของการฝึกสมาธิ	13 / 5
การฝึกสมาธิด้วยการเพ่งพิจารณา	15
สมาธิกับการฟัง	15
สมาธิกับการรับรู้ทางตา	17

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
การเพ่งมองวัตถุ	19
การกำหนดลมหายใจ	19
การฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนา	20
เกม เพลง และการเล่น เพื่อฝึกสมาธิขั้นต้น	21
การกำหนดอิริยาบถ	23
การนั่งสมาธิเจริญสติภาวนา	29
สมาธิกับพฤติกรรมเชิงจริยธรรม	31
ความหมายของจริยธรรม	31
พฤติกรรมเชิงจริยธรรม	32
การฝึกสมาธิกับพฤติกรรมเชิงจริยธรรม	32
เกณฑ์การประเมินจริยธรรม	34
การประเมินความมีระเบียบวินัย	35
การประเมินความอดทน	38
การประเมินความเมตตากรุณา	40
3 วิธีดำเนินการวิจัย	43
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	43
การหาประสิทธิภาพของเครื่องมือ	54
ตัวอย่างประชากร	55
การเก็บรวบรวมข้อมูล	56
การวิเคราะห์ข้อมูล	57
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	60
5 สรุปผลการวิจัย อภิปราย และข้อเสนอแนะ	64
รายการอ้างอิง	76
ภาคผนวก	86
ประวัติผู้เขียน	291

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	แผนการฝึกสมาธิด้วยการฟังพิจารณา กลุ่มทดลองกลุ่มที่ 1	46
2	แผนการฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนา กลุ่มทดลองกลุ่มที่ 2	50/1
3	ค่าเฉลี่ยและส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐานจากแบบสังเกตพฤติกรรมโดย ครูประจำชั้น และแบบประเมินพฤติกรรมโดยตนเอง และประเมินโดยผู้ปกครอง ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนชุมชนบ้านบางพระ ...	56
4	เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมระหว่างนักเรียนกลุ่ม 1 ที่ฝึกสมาธิ ด้วยการฟังพิจารณา กับนักเรียนกลุ่ม 2 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนา ก่อนและหลังทดลอง	60
5	เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมก่อนและหลังการทดลองของ นักเรียนกลุ่ม 1 ที่ฝึกสมาธิด้วยการฟังพิจารณา และนักเรียนกลุ่ม 2 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนา	61
6	เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมระหว่างนักเรียนกลุ่ม 1 ที่ฝึกสมาธิ ด้วยการฟังพิจารณา กับนักเรียนกลุ่ม 2 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติ ภาวนา โดยจำแนกเป็น 3 พฤติกรรม	62
7	เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมก่อนและหลังการทดลองของ นักเรียนกลุ่ม 1 ที่ฝึกสมาธิด้วยการฟังพิจารณา และนักเรียนกลุ่ม 2 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนา โดยจำแนกเป็น 3 พฤติกรรม ...	63
8	เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมจากแบบสังเกตพฤติกรรมโดยครู ประจำชั้นก่อนทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่ม 1 ที่ฝึกสมาธิด้วยการฟัง พิจารณากับนักเรียนกลุ่ม 2 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนา	255
9	เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมจากแบบสังเกตพฤติกรรมของครู ประจำชั้นหลังทดลอง ระหว่างนักเรียนกลุ่ม 1 ที่ฝึกสมาธิด้วยการฟัง พิจารณา กับนักเรียนกลุ่ม 2 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนา	258

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
10	เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมจากแบบสังเกตพฤติกรรมโดยครูประจำชั้นของนักเรียนกลุ่ม 1 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเพ่งพิจารณา ระหว่างก่อนทดลองกับหลังทดลอง	261
11	เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมจากแบบสังเกตพฤติกรรมโดยครูประจำชั้นของนักเรียนกลุ่ม 2 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนา ระหว่างก่อนทดลองกับหลังทดลอง	264
12	เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมจากแบบประเมินพฤติกรรมโดยนักเรียนก่อนทดลอง ระหว่างกลุ่ม 1 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเพ่งพิจารณา กับนักเรียนกลุ่ม 2 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนา	268
13	เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมจากแบบประเมินพฤติกรรมโดยนักเรียนหลังทดลอง ระหว่างกลุ่ม 1 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเพ่งพิจารณา กับนักเรียนกลุ่ม 2 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนา	270
14	เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมจากแบบประเมินพฤติกรรมโดยนักเรียนกลุ่ม 1 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเพ่งพิจารณา ระหว่างก่อนทดลองกับหลังทดลอง	273
15	เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมจากแบบประเมินพฤติกรรมโดยนักเรียนกลุ่ม 2 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนา ระหว่างก่อนทดลองกับหลังทดลอง	276
16	เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมจากแบบประเมินพฤติกรรมโดยผู้ปกครองของนักเรียนก่อนทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่ม 1 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเพ่งพิจารณา กับนักเรียนกลุ่ม 2 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนา	279
17	เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมจากแบบประเมินพฤติกรรมโดยผู้ปกครองของนักเรียนหลังทดลองระหว่างนักเรียนกลุ่ม 1 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเพ่งพิจารณา กับนักเรียนกลุ่ม 2 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนา	282

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
18	เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมจากแบบประเมินพฤติกรรมโดย ผู้ปกครองของนักเรียนกลุ่ม 1 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเพ่งพิจารณา ระหว่าง ก่อนทดลองกับหลังทดลอง	285
19	เปรียบเทียบพฤติกรรมเชิงจริยธรรมจากแบบประเมินพฤติกรรมโดย ผู้ปกครองของนักเรียนกลุ่ม 2 ที่ฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนา ระหว่างก่อนทดลองกับหลังทดลอง	288

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย