

สารบัญ

หัวข้อ	หน้า
บทคัดย่อ	ข
ABSTRACT	ง
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญตาราง	ญ
สารบัญแผนภูมิ	ฎ
บทที่ 1 บทนำ	
ภูมิหลัง	1
ปัญหาของการวิจัย	4
ความมุ่งหมายของการวิจัย	4
สมมติฐานการวิจัย	4
กรอบแนวคิดของการวิจัย	5
ขอบเขตของการวิจัย	6
ข้อตกลงเบื้องต้น	7
ประโยชน์ที่จะได้รับจากการวิจัย	7
นิยามศัพท์เฉพาะ	7
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
โครงสร้างหลักสูตรกลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม	
พุทธศักราช 2544	10
การจัดการเรียนรู้สาระการเรียนรู้พระพุทธศาสนา	11
ความสำคัญของการจัดการเรียนการสอนสาระการเรียนรู้พระพุทธศาสนา	11
แนวทางการจัดการเรียนสาระการเรียนรู้พระพุทธศาสนา	12
ทฤษฎีการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ	14
ทฤษฎีการสอนตามแนวพุทธ	16
การวัดและประเมินผลการเรียนรู้	17

หัวเรื่อง	หน้า
การบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ	18
ความหมายของการบริหารจิต	18
ความสำคัญของการบริหารจิต	19
ประโยชน์ของการบริหารจิต	25
ความหมายของอานาปานสติ	30
การฝึกสมาธิตามหลักอานาปานสติ	31
ข้อควรคำนึงระวังสำหรับผู้ฝึกสมาธิ	32
ระดับของสมาธิ	35
ลักษณะของจิต	35
วิธีการกำหนดสติคุณมหายใจ	36
องค์ประกอบร่วมของสมาธิ	37
การฝึกสมาธิตามหลักอานาปานสติด้วยอิริยาบถ 4	38
อิริยาบถยืน	38
อิริยาบถเดิน	38
อิริยาบถนั่ง	40
อิริยาบถนอน	41
การสร้างแบบฝึก	41
ความหมายของแบบฝึก	41
ความสำคัญของแบบฝึก	42
องค์ประกอบของแบบฝึก	43
กระบวนการสร้างแบบฝึก	44
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	45
งานวิจัยในประเทศเกี่ยวกับผลการฝึกสมาธิที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	45
งานวิจัยในประเทศเกี่ยวกับการใช้แบบฝึก	47
งานวิจัยต่างประเทศ	49

หัวข้อเรื่อง	หน้า
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	
การเลือกกรณีศึกษา	52
ขอบข่ายของการวิจัย	53
ระยะเวลาที่ใช้ในการศึกษาวิจัย	53
เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล	54
การสร้างเครื่องมือและหาประสิทธิภาพของเครื่องมือ	54
การเก็บรวบรวมข้อมูล	72
การวิเคราะห์ข้อมูล	73
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	74
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	77
ลำดับขั้นตอนในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	77
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	78
บทที่ 5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	
ความมุ่งหมายของการวิจัย	96
สมมติฐานของการวิจัย	96
ประชากร	97
กลุ่มตัวอย่าง	97
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	97
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	97
การดำเนินการทดลอง	98
การวิเคราะห์ข้อมูล	99
สรุปผลการศึกษาวิจัย	99
อภิปรายผลการศึกษาวิจัย	100
ข้อเสนอแนะ	101

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า	
1	แสดงค่าดัชนีผลการประเมินความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาและคำถาม กับจุดประสงค์การเรียนรู้เชิงพฤติกรรมของแผนการจัดประสบการณ์ การบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ	79
2	แสดงค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาของแผนการจัดประสบการณ์ การบริหารจิตกับแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ โดยผู้เชี่ยวชาญ	80
3	แสดงค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาของแบบฝึกการบริหารจิตกับ แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้ โดยผู้เชี่ยวชาญ	81
4	แสดงค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างเนื้อหาของแบบฝึกการบริหารจิตกับ แบบสอบถามวัดเจตคติ โดยผู้เชี่ยวชาญ	82
5	แสดงค่าประสิทธิภาพของแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ ที่มีประสิทธิภาพตามเกณฑ์ 80/80	83
6	แสดงการวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบทั้งฉบับแบบอิงเกณฑ์	84
7	แสดงคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ ก่อนการใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ ตามจุดประสงค์การเรียนรู้ โดยรวม 5 จุดประสงค์การเรียนรู้	85
8	แสดงคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเรื่องการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ หลังการใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ ตามจุดประสงค์การเรียนรู้ โดยรวม 5 จุดประสงค์การเรียนรู้	86
9	แสดงการเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้เรื่องการบริหารจิตตามหลัก อานาปานสติ ระหว่างก่อนและหลังการทดลองใช้แบบฝึกการบริหารจิต ตามหลักอานาปานสติโดยจำแนกตามจุดประสงค์การเรียนรู้	87
10	แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนการทดสอบของนักเรียน ระหว่างก่อนและหลังการฝึกสมาธิด้วยแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ	89

ตารางที่	หน้า
11 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของเจตคติของนักเรียนที่มีความรู้ความเข้าใจต่อการฝึกสมาธิตามหลักอานาปานสติด้วยแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ	93
12 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของเจตคติของนักเรียนที่มีต่อวิธีการสอนการบริหารจิตด้วยแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ	94



มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม
RAJABHAT MAHASARAKHAM UNIVERSITY

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่	หน้า
1 ช่วงการเกิดของนิเวศ 5	37
2 ขั้นตอนการเขียนแผนการจัดประสบการณ์ประกอบการณ์ใช้แบบฝึก การบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ	63
3 ขั้นตอนการพัฒนาแบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ	66
4 ขั้นตอนการสร้างแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้เรื่อง การบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ	69
5 ขั้นตอนการสร้างแบบสอบถามวัดเจตคติของนักเรียนที่มีต่อแบบฝึก การบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ	75
6 การเปรียบเทียบคะแนนระหว่างจุดประสงค์การเรียนรู้ ก่อนและ หลังการทดลองใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ	95
7 การเปรียบเทียบคะแนนระหว่างจุดประสงค์การเรียนรู้ ก่อนและ หลังการทดลองใช้แบบฝึกการบริหารจิตตามหลักอานาปานสติ	96