

การพัฒนาคุณธรรมด้านความอดทน (ขันติ) ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

บทคัดย่อ

ของ

มารศรี กลางประพันธ์

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรวิทยาศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์

พฤษภาคม 2548

มารศรี กลางประพันธ์. (2548). *การพัฒนาคุณธรรมด้านความอดทน (ขันติ) ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี*. ปริญญาานิพนธ์ วท.ด. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม: อาจารย์ ดร.พรณี บุญประกอบ, รองศาสตราจารย์ ดร.ผจงจิต อินทสุวรรณ, ดร.พระมหาทองรัตน์ รัตนวันโณ.

การวิจัยนี้มีความมุ่งหมายเพื่อการพัฒนาและศึกษาผลของการใช้การฝึกประสบการณ์ตามแนวพุทธวิธีร่วมกับแนวคิดทางตะวันตกและการฝึกประสบการณ์ด้วยการสอนแบบบรรยายที่มีต่อคะแนนเฉลี่ยคุณธรรมด้านความอดทน (ขันติ) ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษาระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1 ที่มีระดับความวิตกกังวลต่ำและสูง โดยได้รับการสุ่มอย่างง่ายเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 20 และ 18 คน ตามลำดับ รวมทั้งสิ้น 38 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) คู่มือวิธีการฝึกประสบการณ์ตามแนวพุทธวิธีร่วมกับแนวคิดทางตะวันตก จำนวน 5 กิจกรรม คือ 1.1) กิจกรรมการสร้างศรัทธา 1.2) กิจกรรมการเรียนรู้และการฝึกคิดโยนิโสมนสิการ 6 วิธี 1.3) กิจกรรมการเรียนรู้และการฝึกรักษาศีล การฝึกสติ และสมาธิ 1.4) กิจกรรมการเรียนรู้เกี่ยวกับคุณธรรมด้านความอดทนและคุณธรรมอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับความอดทน และ 1.5) กิจกรรมการเข้าค่ายเพื่อปฏิบัติธรรม 9 วัน 8 คืน 2) แบบวัดซึ่งประกอบด้วยแบบวัดความอดทน แบบวัดความวิตกกังวล แบบสังเกตเพื่อประเมินพฤติกรรมความอดทนโดยเพื่อน แบบสังเกตการนั่งสมาธิ แบบประเมินตนเอง การทดสอบความอดทนทางกายด้วยการออกกำลังกายแบบลุก-นั่ง (Sit - up) แบบวัดสติ และแบบวัดสมาธิ วิธีดำเนินการทดลองแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ก่อนการทดลอง นักศึกษาทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดความอดทน แบบวัดความวิตกกังวล และแบบสังเกตเพื่อประเมินพฤติกรรมความอดทนโดยเพื่อน จากนั้นเป็นการดำเนินการทดลองสอนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยเรียนสัปดาห์ละ 3-4 วันๆ ละประมาณ 2-4 ชั่วโมง รวม 10 สัปดาห์ ต่อจากนั้น นักศึกษากลุ่มทดลองเข้าค่ายปฏิบัติธรรมเป็นเวลา 9 วัน 8 คืน สำหรับนักศึกษากลุ่มควบคุมไปศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองตามหัวข้อหลักพุทธธรรมที่เกี่ยวข้องกับความอดทนแล้วให้ทำเป็นรายงานส่งภายในระยะเวลา 9 วัน ซึ่งเป็นระยะเวลาเท่ากับกลุ่มทดลองเข้าค่ายปฏิบัติธรรม เมื่อสิ้นสุดการทดลอง นักศึกษาทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดเช่นเดียวกับระยะก่อนการทดลองและทำแบบวัดอื่นๆ ที่เหลือดังได้กล่าวมาแล้วข้างต้น หลังจากนั้น 1 เดือนนักศึกษาทำแบบวัดอีกครั้งหนึ่งซึ่งเป็นการวัดในระยะการติดตามผล วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนพหุนามสามทางแบบวัดซ้ำ (Three-way MANOVA; repeated measures) และวิธีการวิเคราะห์เนื้อหาจากบันทึกของนักศึกษาในกลุ่มทดลอง

## ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญของปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรวิธีการฝึกประสบการณ์ (กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม) ระดับความวิตกกังวล (ต่ำและสูง) และครั้งของการวัด (ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะการติดตามผล) กล่าวคือ ผลของวิธีการฝึกประสบการณ์ที่มีต่อคะแนนเฉลี่ยคุณธรรมด้านความอดทนทางใจและกายไม่มีความแตกต่างไปตามระดับของความวิตกกังวลและครั้งของการวัด
2. นักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกประสบการณ์ตามแนวพุทธวิธีร่วมกับแนวคิดทางตะวันตกมีคะแนนเฉลี่ยคุณธรรมด้านความอดทนทางกายสูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมที่ได้รับการฝึกประสบการณ์ด้วยการสอนแบบบรรยาย (ระยะหลังการทดลอง) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่สำหรับคะแนนเฉลี่ยคุณธรรมด้านความอดทนทางใจนั้น ไม่พบว่ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. นักศึกษากลุ่มที่มีความวิตกกังวลต่ำมีคะแนนเฉลี่ยคุณธรรมด้านความอดทนทางใจและกายสูงกว่านักศึกษากลุ่มที่มีความวิตกกังวลสูงอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. นักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยคุณธรรมด้านความอดทนทางใจและกายในระยะหลังการทดลองสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05