

การพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขาสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัย

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Development of Teachership Life Skills by Trisikkha for Students of  
Mahachulalongkornrajavidyalaya University

พระครูสังฆรักษ์กิตติพงษ์ ดารักษ์<sup>๑</sup>

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ ๑) พัฒนาชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา สำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และ ๒) ศึกษาผลของการใช้ชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู โดยมีวิธีการวิจัย ๓ ขั้นตอน คือ ขั้นสำรวจและค้นคว้าข้อมูล ขั้นออกแบบและพัฒนา และขั้นทดลองใช้ ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยนั้นเป็นนิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ ๑-๕ คณะครุศาสตร์ ผลการวิจัย คือ ๑) ได้ชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา จำนวน ๖ ชุด ๒) ผลการฝึกปฏิบัติชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู ทั้ง ๓ ด้าน ประกอบด้วย ด้านความรู้ ความเข้าใจ(ปัญญา) ด้านการฝึกจิต(สมาธิ) และด้านพฤติกรรมการแสดงออก (ศีล) พบว่า ผลการประเมินการฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา ของนิสิตโดยภาพรวมมีคุณภาพความสามารถ อยู่ในระดับ ๓ (ดี) นอกจากนี้ นิสิตได้นำหลักของศีลไปสร้างวินัยและความรับผิดชอบในการปฏิบัติงาน นำหลักของสมาธิไปพัฒนาตนเองให้มีสติไตร่ตรอง คิดก่อนตัดสินใจ และนำหลักของปัญญา ไปสร้างองค์ความรู้ในขณะศึกษาเล่าเรียน นำความรู้จากทักษะต่างๆ ไปพัฒนาตนในการปฏิบัติหน้าที่ครูในโรงเรียน และเผยแผ่พระพุทธศาสนาในฐานะเป็นพุทธศาสนิกชน

**คำสำคัญ:** ทักษะชีวิตความเป็นครู, ไตรสิกขา,

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

---

<sup>๑</sup> นิสิตปริญญาเอก หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาหลักสูตรและการสอน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์



## Abstract

The purposes of this research were 1) to develop the teachership life skills by Trisikkha exercises for students at Mahachulalongkornrajavidyalaya University and 2) to study the results of using the teachership life skills exercises. The research procedures consisted of three phases which were a survey and information gathering, design and development, and experimentation. The sample used in this research were freshman – super senior undergraduate students, Faculty of Education. The findings were as follows; 1) to obtain six exercises of teachership life skills by Trisikkha exercises for undergraduate students, Faculty of Education, Mahachulalongkornrajavidyalaya University and 2) the results of practicing skills exercises were divided into three aspects: cognitive aspect (wisdom), practicing mind (concentration) and expression behavioral aspect (morality) that the findings show that the evaluation results of students' practicing the teachership life skills by Trisikkha and the qualitative of overall students' abilities in the three aspects were at level 3 (good). Furthermore, the students could apply the principles of morality to discipline and responsibility in performance, they were able to adapt the principles of concentration to develop themselves by having consciousness before making a decision and they also were able to adapt the principles of wisdom to enhance more knowledge while they were studying. They could also use knowledge from many skills of teachership life skills to develop themselves in teaching performance at school and to propagate Buddhism as a Buddhist.

**Keywords:** Teachership life skills, Trisikkha, Mahachulalongkornrajavidyalaya University



## ๑. บทนำ

โลกปัจจุบันมีพัฒนาการที่ก้าวหน้าด้วยเทคโนโลยี ทำให้วัตถุมิอทธิพลต่อวิถีชีวิตของพลเมืองโลกอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ จากพัฒนาการดังกล่าวทำให้คนในสังคมละเลยคุณธรรมจริยธรรม มีความเห็นแก่ตัวและพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปในทางลบมากยิ่งขึ้น การรับข้อมูลข่าวสารขาดการไตร่ตรองอย่างถ่องแท้ เนื่องจากมีภูมิคุ้มกันที่ดีทางจิตใจลดลง สังเกตได้จากปัญหาสังคมที่เกิดขึ้นทั่วทุกมุมโลก ดังนั้น ภารกิจในการสร้างสรรค์คนในสังคม จึงไม่พ้นสถาบันครอบครัวและสถาบันการศึกษา ที่ต้องคอยแนะนำ สั่งสอน เอาใจใส่ และปฏิบัติเป็นแบบอย่างที่เหมาะสม ด้วยการพัฒนาตนทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา และสังคม โดยเฉพาะสถาบันศึกษานั้นนับว่ามีบทบาทสำคัญอย่างมาก ในฐานะเป็นองค์กรที่มีบุคลากรที่คอยสั่งสอนหรือถ่ายทอดวิชาความรู้ สร้างสรรค์และเสริมสร้างภูมิปัญญาให้คนในสังคม ได้ตระหนักในข้อมูลสารสนเทศหรือวัฒนธรรมที่เหมาะสมเพื่อนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต

ครู ถือว่าเป็นบุคลากรทางการศึกษาที่มีบทบาทสำคัญในการกำหนดคุณภาพของพลเมืองในสังคม เนื่องจากได้รับการศึกษาฝึกฝน อบรม ทั้งด้านวิชาการและทักษะวิชาชีพ ที่ใช้เวลาในการศึกษาและพัฒนาตนให้เป็นผู้มีทั้งศาสตร์และศิลป์ มีระเบียบวินัย มีจรรยาบรรณ ที่เป็นแบบอย่างของคนในสังคม ดังพระบรมราโชวาทพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ความตอนหนึ่งว่า “...ผู้ที่เป็นครูอาจารย์ นั้น ไซ้ว่าจะมีแต่ความรู้ในทาง

วิชาการ และในทางการสอนเท่านั้นก็หาไม่ จะต้องรู้จักอบรมเด็กทั้งในด้านศีลธรรมจรรยา และวัฒนธรรม รวมทั้งให้มีความสำนึกรับผิดชอบในหน้าที่ด้วย...”<sup>๒</sup>

จากพระบรมราโชวาทดังกล่าว แสดงให้เห็นว่า ผู้เป็นครู นั้น ต้องรับภาระหน้าที่อันสำคัญยิ่งต่อสังคม อาจกล่าวได้ว่าเป็นวิชาชีพที่สำคัญที่สุดวิชาชีพหนึ่งของประเทศและอนาคตที่ยิ่งใหญ่ของชาติก็ขึ้นอยู่กับความเป็นวิชาชีพของครู เนื่องจากเป็นผู้มีบทบาทที่สำคัญต่ออารมณื ความรู้สึก และวิถีชีวิตของเด็กและเยาวชนทั้งในชั้นเรียนและนอกชั้นเรียน ดังนั้น สถาบันผลิตครู จึงจำเป็นต้องให้ความสำคัญในการพัฒนาคุณลักษณะของบัณฑิตครูให้รอบด้าน กล่าวคือ ทั้งเจตคติต่อวิชาชีพครู คุณธรรมจริยธรรม มนุษยสัมพันธ์ ความเป็นผู้นำ การควบคุมอารมณ์ ความมีระเบียบวินัย ความรับผิดชอบ การวางแผนการดำเนินชีวิต การแก้ปัญหา การใช้มีวิจารณญาณในการปฏิบัติงาน และเสริมสร้างทักษะการใช้ชีวิตที่ต่อเนื่องจากการศึกษาตั้งแต่ระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ในการตระหนักรู้และเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น การคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจ และแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ การจัดการกับอารมณ์และความเครียด และการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนเป็น

---

<sup>๒</sup> พระบรมราโชวาทพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช (online) [http://www.nectec.or.th/thailand/thai\\_teacher.html](http://www.nectec.or.th/thailand/thai_teacher.html) (๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๘)



องค์ประกอบที่สำคัญในการพัฒนาทักษะชีวิตของผู้เรียนในสถาบันผลิตครู ดังที่ กองทุนเพื่อเด็กแห่งสหประชาชาติ(UNICEF) ได้กล่าวไว้ว่า ทักษะชีวิตเป็นความสามารถในการใช้ความรู้ เจตคติ และทักษะต่างๆ ซึ่งจะช่วยสนับสนุน พฤติกรรมของบุคคลในการรับมือขอตนเองสำหรับดำเนินชีวิต โดยมี การสร้างทางเลือกที่ดี การต่อต้าน และการจัดการกับสิ่งที่เข้ามาคุกคามต่อการดำเนินชีวิต<sup>๓</sup>

สำหรับพระพุทธศาสนานั้น ให้ความสำคัญกับการฝึกฝนพัฒนาตนเองของมนุษย์ ซึ่งมีหลักธรรมที่เสริมสร้างการฝึกฝนพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครู ให้มีความสมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา และสังคม ตามหลักของการศึกษา คือ ไตรสิกขา ได้แก่ หลักของศีล เป็นข้อกำหนดของการอยู่ร่วมกันของคนในสังคมให้ สงบสุข หลักของสมาธิ เป็นการพัฒนาจิตใจให้มีความเข้มแข็ง มั่นคง เกิดภูมิคุ้มกันจิตใจมีสติพร้อมรับสถานการณ์ต่างๆ ได้อย่างมีคุณภาพ และหลักของปัญญา เป็นของการสร้างองค์ความรู้ และการนำความรู้ไปสู่การฝึกฝนปฏิบัติเพื่อให้ดำรงชีวิตอยู่อย่างพอดี เข้าใจความจริงของธรรมชาติที่เกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไป<sup>๔</sup>

ดังนั้น ผู้วิจัยในฐานะเป็นบุคลากรทางการศึกษาของสถาบันการศึกษา ได้ตระหนักถึงความสำคัญของการผลิตบัณฑิตครู จึงสนใจที่จะศึกษาการพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาชุดพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา และศึกษาผลของการใช้ชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูชีวิตความเป็นครูอันจักเป็นประโยชน์ในการพัฒนาและแนวทางการในการแก้ปัญหาแก่นิสิต นักศึกษา วิชาชีพครูในระดับอุดมศึกษาสืบต่อไป

## ๒. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้ ได้ดำเนินการวิจัยตามลักษณะของกระบวนการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) และประยุกต์ใช้ระเบียบวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยมีกระบวนการดำเนินการวิจัย ๓ ขั้นตอน ดังต่อไปนี้

๒.๑ ศึกษาแนวคิด ทฤษฎีของทักษะชีวิต การพัฒนาชีวิตตามหลักพระพุทธศาสนาและทักษะชีวิตตามหลักไตรสิกขา ทักษะตามมาตรฐานความรู้และสมรรถนะของผู้ประกอบวิชาชีพครู และการเรียนรู้ด้วยตนเอง จากนั้นได้รวบรวมปัญหาและทักษะชีวิตความเป็นครู จากแบบสอบถามนิสิตและแบบสัมภาษณ์อาจารย์นิเทศก์ และครูพี่เลี้ยง ที่เกี่ยวกับลักษณะความสามารถในการคิดอย่างแยกคอก ในการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ในการคิดอย่างสร้างสรรค์ ในการสร้างสัมพันธ์ภาพและสื่อสารกับผู้อื่น ในการควบคุมอารมณ์และการจัดการความเครียด และความสามารถใน

<sup>๓</sup> United Nations Children's Fund (online)<http://www.unicef.org/teachers/teacher/lifeskil.htm> (๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๘)

<sup>๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒) หน้า ๖๐๔.



การยอมรับในตนเอง เข้าใจผู้อื่น ตลอดจนทั้ง  
ความรับผิดชอบต่อสังคม

๒.๒ สร้างชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็น  
ครูชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา ซึ่ง  
ผู้วิจัยออกแบบและพัฒนาชุดทักษะชีวิตความเป็น  
ครูด้วยหลักไตรสิกขา สำหรับนิสิต  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
โดยการสังเคราะห์ข้อมูลจากแนวคิด ทฤษฎี  
ของทักษะชีวิต การพัฒนาชีวิตตามหลัก  
พระพุทธศาสนาและทักษะชีวิตตามหลัก  
ไตรสิกขา ทักษะตามมาตรฐานความรู้และ  
สมรรถนะของ ผู้ประกอบวิชาชีพครู การ  
เรียนรู้ด้วยตนเอง และประมวลข้อมูลจาก  
การสำรวจความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างที่เป็น  
นิสิต อาจารย์นิเทศก์ และครูพี่เลี้ยง รวมถึง  
ข้อเสนอแนะของคณะกรรมการที่ปรึกษา  
วิทยานิพนธ์ จากนั้นได้ออกแบบแบบประเมิน  
คุณภาพของชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูชีวิต  
ความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา โดยออกแบบ  
ประเมินเชิงเนื้อหาให้คณะกรรมการที่ปรึกษา  
วิทยานิพนธ์เพื่อพิจารณาความเหมาะสม แล้ว  
นำชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูชีวิตความเป็น  
ครูด้วยหลักไตรสิกขา พร้อมแบบประเมิน  
คุณภาพไปให้ผู้เชี่ยวชาญ ๒ กลุ่ม คือ  
นักจิตวิทยา และ นักวิชาการทาง  
พระพุทธศาสนาทั้งพระสงฆ์และฆราวาส เพื่อ  
ตรวจสอบและประเมินความเหมาะสม แล้วนำ  
ข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุงแก้ไข

๒.๓ ทดลองใช้ชุดฝึกทักษะชีวิต  
ความเป็นครูชีวิตความเป็นครูด้วยหลัก  
ไตรสิกขา โดยนำชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็น  
ครูชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขาที่  
พัฒนาขึ้นโดยผ่านการพิจารณาจาก  
คณะกรรมการที่ปรึกษา และผู้เชี่ยวชาญ

ประเมินแล้ว ไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนิสิต  
คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ  
ราชวิทยาลัย ชั้นปีที่ ๑ ถึงชั้นปีที่ ๕ จำนวน  
๑๒๐ รูปและคน โดยการสุ่มอย่างง่าย ด้วย  
วิธีการจับฉลากชั้นปีละ ๒๔ รูปและคน โดย  
ให้ศึกษาด้วยตนเองเป็นเวลา ๑ สัปดาห์  
พร้อมประเมินความพึงพอใจชุดฝึกทักษะชีวิต  
ความเป็นครูชีวิตความเป็นครูด้วยหลัก  
ไตรสิกขา จากนั้นให้กลุ่มตัวอย่างแต่ละชั้นปี  
นำชุดฝึกที่ได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติใน  
กิจกรรมการพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครู  
ด้วยหลักไตรสิกขา มาสนทนาแลกเปลี่ยน  
เรียนรู้กับผู้วิจัยเกี่ยวกับการประสบการณ์การ  
ฝึกปฏิบัติกิจกรรมในชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็น  
ครู และการนำหลักไตรสิกขาไปใช้ในการ  
พัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครู

สำหรับเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย  
ประกอบด้วย แบบสอบถามด้านความคิดเห็น  
ทักษะชีวิตความเป็นครู สำหรับนิสิต อาจารย์  
นิเทศก์ และครูพี่เลี้ยง ชุดฝึกทักษะชีวิต  
ความเป็นครูชีวิตความเป็นครูด้วยหลัก  
ไตรสิกขา ซึ่งเป็นชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู  
แบบสำเร็จรูปที่นิสิตสามารถศึกษาและปฏิบัติ  
ด้วยตนเอง จำนวน ๖ เรื่อง แบบประเมิน  
คุณภาพของชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูชีวิต  
ความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา และแบบ  
ประเมินความพึงพอใจของชุดฝึกทักษะชีวิต  
ความเป็นครูชีวิตความเป็นครูด้วยหลัก  
ไตรสิกขา

การเก็บรวบรวมข้อมูลได้จากการ  
ปฏิบัติกิจกรรมตามชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็น  
ครูชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขาของ  
นิสิตที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยรวบรวม  
ข้อมูลจากการประเมินผลการปฏิบัติกิจกรรม



ในชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูเทียบกับ เกณฑ์การประเมิน (Scoring rubric) ที่ กำหนดเป็นระดับคุณภาพ ๓ ระดับ คือ ระดับ ดี พอใช้ และต้องปรับปรุง ส่วนข้อมูล เกี่ยวกับความพึงพอใจการเรียนรู้และการ ปฏิบัติกิจกรรมด้วยชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็น ครูชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขานั้น ได้ รวบรวมข้อมูลจากการใช้แบบประเมินแบบ ตรวจสอบ (Check-list) โดยใช้มาตราส่วน ประเมินค่า (Rating Scale) แล้วนำมา วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพรรณนา ได้แก่ ร้อยละ และค่าเฉลี่ย

### ๓. ผลการวิจัยและอภิปราย

จากรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูล ปรากฏผลวิจัยดังนี้

๓.๑ เนื้อหาที่นำมาเป็นทักษะใน การพัฒนาชีวิตความเป็นครู ได้จากการ สังเคราะห์ข้อมูลจากแนวคิด ทฤษฎีทักษะชีวิต สารระความรู้ตามมาตรฐานความรู้และ สมรรถนะของผู้ประกอบวิชาชีพครูที่คุรุสภา กำหนด การเรียนรู้ด้วยตนเอง และการ สืบค้นความคิดเห็นจากนิสิต อาจารย์นิเทศก์ และครูพี่เลี้ยง นำมาถ่วงกรองจนได้ทักษะ ชีวิตความเป็นครู ๖ เรื่อง โดยสังเคราะห์เข้า กับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นกรอบ แนวคิดเพื่อการจัดเนื้อหาในการพัฒนาทักษะ ชีวิตความเป็นครู คือ ชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็น ครู เรื่อง การคิดอย่างแยกคาง และการคิดอย่างมีวิจารณญาณ ใช้หลักโยนิโส มนสิการเป็นกรอบแนวคิด เรื่อง การคิด อย่างสร้างสรรค์ ใช้หลักของมรรค ๘ ใน หัวข้อ สัมมาทิฐิ(ความเห็นที่ถูกต้อง) และ สัมมาสังกัปปะ(ความคิดถูกต้อง) หลักพุทธศต

๕ ในหัวข้อ มนสานุเปกขิตา(การใส่ใจนึกคิด พิจารณาอย่างคล่องแคล่ว ชัดเจนว่องไว) หลักปฏิสัมภิทา ๔ ในหัวข้อ นิรุตติปฏิสัมภิทา (ความแตกฉานในภาษา รู้ศัพท์ รู้ถ้อยคำ สามารถทำให้ผู้อื่นเข้าใจและรู้ตามได้เป็นอย่างดี) และปฏิภาณปฏิสัมภิทา(ความแตกฉานใน ความคิด ความรู้ที่เชื่อมโยงเข้ากับการสร้าง ความคิดและเหตุผลขั้นใหม่ ใช้ประโยชน์ได้ เหมาะสม) และหลักอิทธิบาท ๔ ในหัวข้อ วิมังสา(การคิดพิจารณาใคร่ครวญ ตรวจสอบ เหตุผลและข้อบกพร่อง มีการวางแผน ประเมิน คิดหาวิธีแก้ไขปรับปรุง)เป็นกรอบ แนวคิด เรื่อง การสร้างมนุษยสัมพันธ์ ใช้ หลักสังคหวัตถุ ๔ ได้แก่ ทาน (การเสียสละ การแบ่งปัน) ปิยวาจา (พูดจาไพเราะ พูดด้วยความจริงใจ ไม่ก้าวร้าว พูดในสิ่งที่ เป็นประโยชน์) อตถจริยา (การสงเคราะห์ผู้อื่น หรือการทำตนให้เป็นประโยชน์) และสมานัต ตา (ความวางตนเหมาะสมอย่างเสมอต้นเสมอ ปลาย)เป็นกรอบแนวคิด เรื่อง การบริหาร อารมณ์ ใช้หลักมรรค ๘ ในหัวข้อ สัมมาสติ (ระลึกในสิ่งที่ถูกต้อง) สัมมาวายามะ(ความ เพียรถูกต้อง) สัมมาสมาธิ (จิตมั่นคงใส่ใจในสิ่ง ที่ถูกต้อง) หลักพรหมวิหาร ๔ ในหัวข้อ เมตตา(ความรัก) และกรุณา(ความสงสาร) หลักไตรลักษณ์ ในหัวข้ออนิจจัง(ความ เปลี่ยนแปลงไปเพราะไม่เที่ยงถาวร) และ อนัตตา(สภาพที่บังคับบัญชาให้เป็นไปตาม ความต้องการไม่ได้)เป็นกรอบแนวคิด เรื่อง การรู้ตน รู้คน รู้งาน ใช้หลักสัปปุริสธรรม ๗ ในหัวข้ออหัตถัญญา (รักจักตน รู้จักหน้าที่) ปุคคัญญา (รู้จักบุคคล เข้าใจคนอื่น) ปริสัญญญา (รู้จักที่ประชุมหรือชุมชน) หลัก



มรรค ๘ ในหัวข้อ สัมมาอาชีวะ(การประกอบอาชีพสุจริต)เป็นกรอบแนวคิด

จะสังเกตเห็นว่า เนื้อหาที่นำมาพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูนั้น สามารถสังเคราะห์เข้ากับหลักพุทธธรรม ในการพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูที่ครอบคลุมทั้งด้านร่างกาย คือ พัฒนากาย วาจา ให้มีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ กล่าวคือ ด้านสังคมให้พัฒนาด้านศีลให้มีสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับเพื่อนมนุษย์ในสังคมอย่างมีระเบียบ มีระบบ มีวิธีการแสดงออกที่เหมาะสมและมีวินัย ด้านจิตใจนั้น ให้พัฒนาจิตใจให้เป็นสมาธิมีสติ คือ ให้รู้จักมนสิการและมีโยนิโสมนสิการ และด้านสติปัญญา เป็นการอบรม ฝึกฝน และปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งให้รู้จักสิ่งทั้งหลาย ตามความเป็นจริงทั้งทางโลกและทางธรรม<sup>๔</sup> นอกจากนี้ ชุติฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขาที่พัฒนาขึ้นนี้สามารถนำไปฝึกหรือพัฒนาให้เกิดทักษะที่สามารถนำไปใช้ในการดำเนินชีวิตความเป็นครูได้ด้วยตนเอง

๓.๒ ผลการสร้างชุติฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา ได้นำหลักของไตรสิกขามาออกแบบเป็นโครงสร้างชุติฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู กล่าวคือ นำหลักของปัญญา มาออกแบบโดยจัดเนื้อหาสาระทักษะต่างๆ ที่นำมาพัฒนาชีวิตความเป็นครู ความสัมพันธ์ของสมาธิกับทักษะชีวิตความเป็นครู และวิธีการฝึกสมาธิเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตความเป็น

เป็นครูเพื่อให้ผู้ฝึกได้ศึกษาให้เกิดความรู้ความเข้าใจ โดยจัดไว้เป็นส่วนที่ ๑ ของชุติฝึก นำหลักของสมาธิ มาออกแบบเป็นส่วนของการฝึกจิตให้มีความตั้งมั่น มีสติ อดทน และความเพียร โดยใช้วิธีการกำหนดลมหายใจเข้า-ออก มาเป็นอุบายในการฝึกสมาธิ ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความสะดวกและง่ายแก่ผู้ฝึก และให้มีการบันทึกผลการฝึกสมาธิลงในแบบบันทึกที่กำหนดไว้ในชุติฝึกทุกชุด เพื่อดูความก้าวหน้าในการฝึกของตนเอง โดยจัดวางไว้เป็นส่วนที่ ๒ ของชุติฝึก และนำหลักของศีล มาออกแบบเพื่อให้ผู้ฝึกได้ปฏิบัติในกิจกรรมที่มอบหมาย ซึ่งเป็นพฤติกรรมกรรมการแสดงออกในแต่ละทักษะ เพื่อสะท้อนถึงความรับผิดชอบและความมีวินัย และให้มีการบันทึกผลการปฏิบัติกิจกรรมในแต่ละเรื่อง โดยจัดวางไว้เป็นส่วนที่ ๓ ของชุติฝึก

๓.๓ ผลการประเมินและปรับปรุงจากการประเมิน ตรวจสอบความถูกต้อง และความเหมาะสมในองค์ประกอบของชุติฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา ของผู้เชี่ยวชาญ โดยผู้วิจัยนำผลมาหาค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานปรากฏว่าชุติฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู เรื่อง การคิดอย่างแยกคาง เรื่อง การคิดอย่างมีวิจารณญาณ เรื่อง การสร้างมนุษยสัมพันธ์ โดยภาพรวมทุกองค์ประกอบมีความเหมาะสมในระดับมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย ๔.๕๐) ส่วนชุติฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู เรื่อง การคิดอย่างสร้างสรรค์ เรื่อง การบริหารอารมณ์ และเรื่อง การรู้ตน รู้คน รู้งาน โดยภาพรวมทุกองค์ประกอบมีความเหมาะสมในระดับมาก (ค่าเฉลี่ย ๔.๔๐)

<sup>๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), เรื่องเดียวกัน, หน้า ๙๑๔.





๓.๔ ผลการนำชุดฝึกทักษะชีวิต  
ความเป็นครูชีวิตความเป็นครูด้วยหลัก  
ไตรสิกขาไปทดลองใช้ และประเมิน  
หลังจากที่นำชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูไป  
ใช้แล้ว ผลปรากฏว่า คุณภาพการพัฒนา  
ทักษะชีวิตความเป็นครู ด้วยหลักไตรสิกขา  
ของนิสิตทั้ง ๖ เรื่อง พบว่า ทักษะชีวิตความเป็น  
ครู เรื่อง การบริหารอารมณ์ มีคุณภาพ  
ความสามารถด้านปัญญา(ความรู้ความเข้าใจ  
ความเข้าใจในทักษะต่างๆ) ด้านสมาธิ (การฝึก  
จิต) และด้านศิลปะ (พฤติกรรมที่แสดงออกใน  
การปฏิบัติกิจกรรม) มีคุณภาพความสามารถ  
สูงเป็นลำดับแรก ตามด้วยทักษะชีวิตความเป็น  
ครู เรื่อง การสร้างมนุษยสัมพันธ์ เรื่อง  
การคิดอย่างสร้างสรรค์ เรื่อง การคิดอย่างมี  
วิจารณญาณ และ เรื่อง การรู้ตน รู้คน รู้งาน  
ตามลำดับ นอกจากนี้ ยังพบว่าจากการฝึก  
ทักษะทั้ง ๖ เรื่อง คุณภาพด้านสมาธิ(การฝึก  
จิต) ที่นำไปใช้พัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครู  
มีคุณภาพความสามารถสูงสุดเป็นลำดับแรก  
คิดเป็นร้อยละ ๗๘.๓๓ รองลงมาเป็นด้าน  
ปัญญา (ความรู้ความเข้าใจ) คิดเป็นร้อยละ  
๗๑.๖๗ และด้านศิลปะ(พฤติกรรมที่แสดงออก)  
คิดเป็นร้อยละ ๕๐.๘๓

จะสังเกตได้ว่า ชุดฝึกทักษะชีวิต  
ความเป็นครู เรื่อง การคิดอย่างแยกกาย  
เรื่อง การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และเรื่อง  
การคิดอย่างสร้างสรรค์ มีคุณภาพด้านการฝึก  
จิต (สมาธิ) สูงกว่าด้านอื่น ผู้วิจัยมีความเห็น  
ว่า ทักษะต่างๆ ในชุดฝึกเรื่องนี้ล้วนเป็นหลัก  
คิดตามหลักโยนิโสมนสิการซึ่งต้องใช้สมาธิ  
ช่วยในการคิดโดยเฉพาะคิดอยู่กับปัจจุบันต้อง  
มีสติจึงจะกำหนดรู้ได้ แสดงให้เห็นว่าการคิด  
อยู่กับปัจจุบันเป็นพื้นฐานสำคัญของการคิด

อย่างแยกกาย เนื่องจากสมาธิเป็นเครื่อง  
เสริมสร้างประสิทธิภาพในการทำงาน การเล่า  
เรียน และการทำกิจทุกอย่างให้เรียน ให้คิด  
ให้ทำงานได้ผลดี<sup>๖</sup> ประกอบกับนิสิตมีพื้นฐาน  
การศึกษาในรายวิชาที่เกี่ยวกับการฝึกปฏิบัติ  
สมาธิในหลักสูตรที่ศึกษา และโครงการ  
เกี่ยวกับการปฏิบัติกรรมฐานที่มหาวิทยาลัย  
จัดขึ้นทุกปี ส่วนคุณภาพความสามารถด้าน  
พฤติกรรมการแสดงออก(ศิลปะ) ของชุดฝึก  
ทักษะชีวิตความเป็นครูทั้ง ๓ ชุดดังกล่าวต่ำ  
กว่าทุกด้าน ซึ่งส่วนใหญ่เป็นนิสิตชั้นปีที่ ๑-๒  
อยู่ในระดับปรับปรุง ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะ  
ประสบการณ์ในการแสดงออกหรือการปฏิบัติ  
ในหน้าที่ทั้งการเรียนและปฏิบัติหน้าที่ครูยังมี  
น้อย ต่างจากนิสิตชั้นปีที่ ๕ ที่มีประสบการณ์  
มากกว่าทั้งด้านการศึกษาและการปฏิบัติ  
หน้าที่ครูในสถานศึกษา เพราะทักษะการคิด  
เหล่านี้ต้องใช้กระบวนการคิดผสมผสาน  
ความรู้จำเป็นต้องใช้ประสบการณ์การเรียนรู้ที่  
ผ่านมาและทักษะเฉพาะหลาย ๆ อย่างเข้า  
ด้วยกัน ซึ่งบุคคลผู้มีความคิดอย่างสร้างสรรค์  
ได้ต้องมีประสบการณ์ทั้งด้านการคิดและสร้าง  
งานมากพอจึงจะเกิดความคิดอย่างสร้างสรรค์  
ให้บรรลุผลได้ ลักษณะลักษณะของบุคคลที่มี  
ความคิดสร้างสรรค์ ต้องเป็นผู้มีประสบการณ์  
กว้างขวาง รักความก้าวหน้า มีความสามารถ  
ในการเปลี่ยนแปลงความคิดอย่างคล่องแคล่ว<sup>๗</sup>

<sup>๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต),  
เรื่องเดียวกัน, หน้า ๙๑๕.

<sup>๗</sup> วิจารณ์ พานิช, วิถีการสร้างการ  
เรียนรู้เพื่อศิษย์ ในศตวรรษที่ ๒๑.





นอกจากนี้ ผู้วิจัยมีความเห็นว่า โยนิโสมนสิการในทักษะต่างๆ ที่ปรากฏอยู่ในการคิดอย่างแยกคาง และการคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณนั้น ทำหน้าที่สร้างความคิดริเริ่มให้กับความคิดสร้างสรรค์ สำหรับความคิดสร้างสรรค์ในมุมมองทางพระพุทธศาสนานั้น ต้องมุ่งไปเพื่อความถูกต้องดีงามหรือสัมมาทิฐิเท่านั้น จึงจะเรียกว่า คิดอย่างสร้างสรรค์

ชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู เรื่อง การสร้างมนุษยสัมพันธ์ มีคุณภาพความสามารถด้านความรู้ความเข้าใจ (ปัญญา) สูงกว่าด้านอื่นๆ นิสิตทุกชั้นปีมีคุณภาพความสามารถสูงใกล้เคียงกัน ผู้วิจัยมีความเห็นว่าอาจเป็นเพราะสังคมไทยมักมีการปลูกฝังเกี่ยวกับเรื่องการสร้างมนุษยสัมพันธ์มาตั้งแต่สถาบันครอบครัว จึงทำให้การฝึกปฏิบัติกิจกรรมเป็นไปโดยธรรมชาติ และมีความสอดคล้องกับหลักสังคหวัตถุ ๔ ได้แก่ ทาน คือ การเสียสละ แบ่งปัน ปิยวาจา คือ การพูดสุภาพไพเราะอ่อนหวานสมานสามัคคี อหิงสา คือ การบำเพ็ญประโยชน์แก่ส่วนรวมและส่งเสริมจริยธรรม สมานัตตตา คือ ความเสมอต้นเสมอปลายหรือรู้จักกาลเทศะ<sup>๘</sup> ส่วนชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู เรื่อง การบริหารอารมณ์ นั้น คุณภาพ

ความสามารถทั้ง ๓ ด้านของนิสิตทุกชั้นปีมีคุณภาพใกล้เคียงกัน ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะนิสิตมีประสบการณ์จากการฝึกปฏิบัติกิจกรรมฐานจากวิชาธรรมะภาคปฏิบัติซึ่งเป็นวิชาบังคับในหลักสูตร และจากการฝึกปฏิบัติภาคสนามจากโครงการปฏิบัติกิจกรรมฐานดังกล่าว ประกอบกับนิสิตส่วนใหญ่เป็นบรรพชิตที่ต้องปฏิบัติกิจวัตรทางศาสนาที่มีการสวดมนต์เจริญจิตภาวนาเป็นประจำทุกวัน

สุดท้ายชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู เรื่อง การรู้ตน รู้คน รู้งาน คุณภาพความสามารถทั้ง ๓ ด้านของนิสิตน้อยกว่าชุดฝึกอื่นๆ ผู้วิจัยมีความเห็นว่า ทักษะรู้ตน (การรู้จักพอใจในสิ่งที่ตนมียินดีในสิ่งที่ตนได้ การรู้จักกายภาพของตนเอง การเข้าใจธรรมชาติของคนที่มีความสามารถไม่เหมือนกัน การรู้จักให้กำลังใจตนเอง และความมั่นใจในวิชาชีพ) ทักษะรู้คน (การเข้าใจความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่น การให้คำปรึกษา) ทักษะรู้งาน (การแสดงออกถึงความรับผิดชอบหน้าที่และการพัฒนาวิชาชีพครู การมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาสังคมหรือพัฒนาชุมชน และการอนุรักษ์ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม) ทักษะเหล่านี้เป็นทักษะที่ต้องใช้เวลาและประสบการณ์สูงในการพัฒนาตนเอง จากผลวิจัยพบว่า นิสิตชั้นปีที่ ๑-๔ มีคุณภาพความสามารถในระดับ ๑ (ปรับปรุง) โดยเฉพาะนิสิตชั้นปีที่ ๑ และชั้นปีที่ ๒ ยกเว้นนิสิตชั้นปีที่ ๕ ที่กำลังปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา จะมีคุณภาพความสามารถสูงกว่านิสิตทุกชั้นปี เนื่องจากมีประสบการณ์สูงกว่าทั้งประสบการณ์ด้านการศึกษาใน

(กรุงเทพมหานคร : ตตาตา พับลิเคชั่น, ๒๕๕๕), หน้า ๓๘.

<sup>๘</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม., (กรุงเทพมหานคร : เอส. อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์, ๒๕๔๘) หน้า ๑๔๒-๑๔๓



มหาวิทยาลัย และการปฏิบัติหน้าที่ครูในสถานศึกษาซึ่งเป็นประสบการณ์ตรงที่นิสิตต้องเรียนรู้ทักษะชีวิตความเป็นครูที่จะต้องปรับตัวในการอยู่ร่วมกับสังคม สิ่งแวดล้อมและความรับผิดชอบในหน้าที่ครู

๓.๕ ผลความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของนิสิตที่มีต่อการใช้ชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา พบว่า ชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูชีวิตความเป็นครู เรื่อง การสร้างมนุษยสัมพันธ์ นิสิตทุกชั้นปีส่วนใหญ่มีความพึงพอใจมากที่สุด รองลงมาเป็นชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูชีวิตความเป็นครู เรื่อง การรู้ตนรู้คนรู้งาน ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า อาจเป็นเพราะ นิสิตส่วนใหญ่เป็นบรรพชิตการปฏิบัติสัมพันธ์กับคนอื่นทั้งงานศาสนา และภาระงานด้านการเรียนในมหาวิทยาลัย จำเป็นต้องใช้หลักของการสร้างมนุษยสัมพันธ์มากในการพัฒนาตนเองทั้งด้านการปฏิบัติตนและการใช้ภาษาให้เหมาะสมกับกาลเทศะ นอกจากนี้ การปฏิบัติหน้าที่ครูในโรงเรียนของนิสิตสามารถนำทักษะชีวิตความเป็นครู เรื่อง การรู้ตนรู้คนรู้งาน ไปช่วยเสริมสร้างในการพัฒนาตนเองได้มากยิ่งขึ้น

ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า อาจเป็นเพราะ นิสิตส่วนใหญ่เป็นบรรพชิตการปฏิบัติสัมพันธ์กับคนอื่นทั้งงานศาสนา และภาระงานด้านการเรียนในมหาวิทยาลัย จำเป็นต้องใช้หลักของการสร้างมนุษยสัมพันธ์มากในการพัฒนาตนเองทั้งด้านการปฏิบัติตนและการใช้ภาษาให้เหมาะสมกับกาลเทศะ นอกจากนี้ การปฏิบัติหน้าที่ครูในโรงเรียนของนิสิตสามารถนำทักษะชีวิตความเป็นครู เรื่อง การรู้ตนรู้คนรู้งาน ไปช่วยเสริมสร้างในการพัฒนา

ตนเองได้มากยิ่งขึ้น ดังพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ความตอนหนึ่งว่า “...การอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขด้วยคุณธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ ประการหนึ่ง การให้ คือการสงเคราะห์ช่วยเหลือกัน ให้อภัยกัน ไม่ถือโทษกัน ให้อำนาจนำตักเตือนที่ดีต่อกัน ประการที่สอง การมีวาจาดี คือ พูดแต่คำสัตย์ คำจริงต่อกัน พูดให้กำลังใจกัน พูดแนะนำประโยชน์แก่กัน และพูดให้รักใคร่ปรองดองกัน ประการที่สาม การทำประโยชน์แก่กัน คือ ประพฤติปฏิบัติตนให้เกิดประโยชน์เกื้อกูลทั้งแก่กันและกัน และแก่หมู่คณะโดยส่วนรวม ประการที่สี่ การวางตนให้สม่ำเสมออย่างเหมาะสม คือ ไม่ทำตัวให้ดีเด่นเกินกว่าผู้อื่น และไม่ด้อยต่ำทรามไปจากหมู่คณะ หมู่คณะใดมีคุณธรรมเครื่องยึดเหนี่ยวกันไว้ดังกล่าว หมู่คณะนั้นย่อมจะมีความเจริญมั่นคง...”<sup>๙</sup>

๓.๖ ด้านความคิดเห็นโดยการสนทนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้จากการปฏิบัติกิจกรรม หลังจากได้ฝึกปฏิบัติกิจกรรมในทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขาเป็นเวลา ๑ สัปดาห์ พบว่า ชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู เรื่อง การคิดอย่างแยกกาย ช่วยทำให้ความคิดของนิสิตเป็นระบบมากขึ้น ชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู เรื่อง การคิดอย่างมีวิจารณ์ญาณ ช่วยทำให้พิจารณาและ

<sup>๙</sup> พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช (online) ([http://www.opsmoac.go.th/article\\_attach/Royal\\_speech\\_๒๕๒๕.pdf](http://www.opsmoac.go.th/article_attach/Royal_speech_๒๕๒๕.pdf)) (๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๘)



การตัดสินใจเรื่องราวหรือเหตุการณ์ต่างๆ ได้ดีขึ้น นอกจากนี้ได้นำประสบการณ์จากการฝึกปฏิบัติกิจกรรมในชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู เรื่อง การคิดอย่างสร้างสรรค์ ไปพัฒนางานที่ได้รับมอบหมาย มีการพัฒนารูปแบบการสอนและสื่อการสอนในการปฏิบัติการสอนในสถานศึกษาได้อย่างหลากหลายขึ้น การปฏิบัติกิจกรรมในชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู เรื่อง การสร้างมนุษยสัมพันธ์ ช่วยทำให้นิสิตมีปฏิบัติต่อคนอื่นได้อย่างเหมาะสมกับกาลเทศะตามหลักของสังคหวัตถุ ๔ มากยิ่งขึ้น สำหรับการปฏิบัติกิจกรรมในชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู เรื่อง การบริหารอารมณ์ ทำให้นิสิตมีวิธีการจัดการกับความเครียดและอารมณ์ตนเองได้ดีขึ้น โดยเฉพาะทักษะความอดทน การให้อภัย และการปล่อยวาง และจากการปฏิบัติกิจกรรมในชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู เรื่อง การรู้ตน รู้คน รู้งาน แล้ว ทำให้นิสิตเห็นคุณค่าและหน้าที่ของตนเอง เข้าใจคนอื่น มีความรับผิดชอบส่วนรวม และมีความภูมิใจในหน้าที่ครู

นอกจากนี้ นิสิตยังได้นำหลักของศีลสมาธิ และปัญญาไปพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครู โดยนำหลักของศีลไปช่วยกำกับให้ความคิดเป็นมีระบบมีระเบียบด้วยการคิดก่อนทำ ซึ่งหลักของศีลสามารถช่วยพัฒนาพฤติกรรมของตนเองให้มีระเบียบวินัยในการคิด เช่น คิดไตร่ตรองก่อนทำกิจกรรมต่างๆ สร้างความรับผิดชอบต่อการเรียนและภาระงานที่ได้รับมอบหมาย แนะนำสั่งสอนหลักธรรมในฐานะศาสนทายาท และวิชาชีพครู กล่าวคือ ศีลเป็นหลักพื้นฐานในการแสดงออกด้วยสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ

และสัมมาอาชีวะ ที่เป็นองค์มรรค ได้แก่ การพูด การกระทำ การประกอบอาชีพ ที่ถูกต้องและเหมาะสม

นำหลักของสมาธิไปช่วยให้มีสติ ก่อนตัดสินใจในเรื่องต่างๆ เพราะสมาธิสามารถช่วยพัฒนาจิตใจของตนให้มีสติในการคิดแก้ปัญหา คิดไตร่ตรองก่อนตัดสินใจ ควบคุมอารมณ์ได้เมื่อประสบกับเหตุการณ์ หรือเรื่องราวที่พอใจและไม่พอใจ และฝึกให้ความมั่นใจในตนเองและมีความเพียรพยายามในการศึกษาเล่าเรียน การปฏิบัติ

งานทั้งส่วนตนและส่วนรวม นอกจากนี้ สมาธิยังเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพจิตในชีวิตประจำวันเพราะทำให้จิตใจและมีบุคลิกเข้มแข็ง หนักแน่น มั่นคง สงบ เยือกเย็นมากขึ้น อีกทั้ง ยังช่วยทำให้จิตใจอ่อนคลาย หายเครียด เกิดความสงบ

นำหลักของปัญญาไปใช้ด้วยการศึกษาเรียนรู้ให้เกิดความเข้าใจในเนื้อหาสาระของทักษะต่างๆ ในแต่ละชุดฝึก และนำมาช่วยพัฒนาตนเองทั้งด้านความคิด การศึกษาเล่าเรียน และการปฏิบัติงาน ซึ่งเป็นไปพร้อมๆ กัน ตามหลักของปัญญา ๓ คือ จินตามยปัญญา เป็นปัญญาเกิดจากการคิดพิจารณาหาเหตุผล สุตมยปัญญา เป็นปัญญาเกิดจากการสดับเล่าเรียน และภาวนามยปัญญา เป็นปัญญาเกิดจากการฝึกอบรมลงมือปฏิบัติ

โดยสรุป นิสิตนำหลักของศีลไปพัฒนาตนเองในการอยู่ร่วมกับสังคม นำหลักของสมาธิไปพัฒนาจิตใจให้มีสติในการควบคุมตนเองได้ และนำหลักของปัญญาที่เป็นความรู้ความเข้าใจในทักษะต่างๆ ของชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูชีวิตความเป็นครูแต่ละ



เรื่องไปพัฒนาด้านความคิด การศึกษาเล่าเรียนทั้งในชั้นเรียนและนอกห้องเรียน และการฝึกฝนการปฏิบัติหน้าที่ครู

จากผลการวิจัยดังกล่าว ผู้วิจัยมีความเห็นว่า การพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูต้องพัฒนาให้ครบทั้งด้านพฤติกรรมหรือศีลด้านจิตใจหรือสมาธิ และด้านความรู้หรือปัญญา เพื่อให้การพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น หลักของไตรสิกขานั้นส่วนใหญ่เน้นกวีวิชาการ ครู อาจารย์ หรือบุคลากรทางการศึกษา อาจนำไปใช้เพียงแค่ว่าในบริบทของวิชาการเท่านั้น ไม่ได้นำไปใช้ในบริบทอื่นๆ ที่เกี่ยวกับการดำเนินชีวิต จากงานวิจัยนี้ แสดงให้เห็นว่าได้นำหลักไตรสิกขาไปใช้ในการพัฒนาตนเองอย่างครอบคลุมทั้งบริบทวิชาการและการดำรงชีวิตประจำวันสำหรับครู ซึ่งสอดคล้องกับพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) (๒๕๔๐) ที่กล่าวว่า การพัฒนาด้านศีลสิกขา หมายถึง การฝึกฝนพัฒนาด้านพฤติกรรม หมายถึง การพัฒนาพฤติกรรมทางกายวาจา จิตตสิกขา หมายถึง การฝึกฝนพัฒนาในด้านจิตใจ ซึ่งมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะจิตใจเป็นฐานของพฤติกรรม และปัญญาสิกขา หมายถึง การพัฒนาปัญญา ซึ่งมีความสำคัญสูงสุด เพราะปัญญาเป็นตัวนำทางและควบคุมพฤติกรรมทั้งหมด

นอกจากนั้น ในงานวิจัยนี้ ยังชี้ให้เห็นว่า หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้อย่างมากมายนั้น สามารถนำมาสังเคราะห์ให้เป็นองค์รวมเพื่อนำไปใช้ในการพัฒนาทักษะชีวิตได้ทุกกลุ่มวิชาชีพหรืออาชีพอื่นๆ ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับผู้ใช้

และเป้าหมายของการนำไปใช้ ดังนั้น บุคคลหรือองค์กรที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา ควรหันมาให้ความสำคัญกับการจัดการเรียนรู้ในลักษณะการสร้างองค์ความรู้ด้วยการสังเคราะห์ความรู้ที่มีอยู่มากมายมหาศาลในโลกนี้ เพื่อนำไปใช้ทั้งด้านวิชาการและวิชาชีพชีวิตให้มากยิ่งขึ้น ดังเช่นงานวิจัยนี้ที่สังเคราะห์องค์ธรรมทางพระพุทธศาสนา มาพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครู

#### ๔. ข้อเสนอแนะ

ในการพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขาโดยใช้ชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูนั้น ควรคำนึงถึงวัย วุฒิภาวะ หรือพื้นฐานของผู้ใช้ชุดฝึกซึ่งอาจมีความแตกต่างกัน ดังนั้น การกำหนดเนื้อหาสาระในการศึกษาเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจ (ปัญญา) วิธีการฝึกพัฒนาจิตใจ (สมาธิ) และการกำหนดกิจกรรมเพื่อให้ปฏิบัติที่เป็นการแสดงออกทางพฤติกรรม (ศีล) จึงควรจัดหมวดหมู่ของเนื้อหาตามลำดับความยากง่ายของทักษะของแต่ละชุดฝึก และสามารถฝึกได้ตามที่ผู้ใช้ต้องการพัฒนาตนเอง นอกจากนี้ ควรมีการสำรวจความต้องการรูปแบบการนำเสนอของเนื้อหาของผู้ใช้ชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู เพื่อเป็นข้อมูลในการออกแบบพัฒนารูปแบบชุดฝึกให้น่าสนใจและเหมาะสม เนื่องจากผู้ใช้ชุดฝึกแต่ละกลุ่มอาจมีความสนใจที่แตกต่างกัน ส่วนการนำชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขาไปใช้นั้น ผู้ใช้ชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูควรการปฏิบัติกิจกรรมตามคำแนะนำในชุดฝึกโดยปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง และให้สัมพันธ์กันทั้ง ๓ ด้าน คือ ด้านปัญญา ด้าน



สมาธิ และด้านศีล จึงจะบรรลุเป้าหมายของการพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา

จากงานวิจัยนี้ ชี้ให้เห็นว่าความรู้ที่มากมายมหาศาลนั้น สามารถนำมาสังเคราะห์ให้เป็นองค์รวมจากวิชาการให้เป็นวิชาชีวิตเพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันหรือพัฒนาทักษะชีวิตได้ เนื่องจากในชีวิตจริงคนเรานั้นอาจจะไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีประสิทธิภาพเพียงแค่ว่าความรู้ด้านใดด้านหนึ่งดังเช่นงานวิจัย การพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา เกิดจากการสังเคราะห์ความรู้จากองค์ธรรมทางพระพุทธศาสนา นำไปสู่การพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครู ซึ่งนับเป็นอีกมิติหนึ่งในการสร้างองค์ความรู้เพื่อนำไปใช้ในชีวิตจริงท่ามกลางความรู้ที่มีมากมายมหาศาลในสังคมแห่งการเรียนรู้ในยุคปัจจุบัน ดังนั้นความสามารถในการสังเคราะห์ความรู้ให้เป็นหมวดหมู่ จึงเป็นเรื่องหนึ่งที่สำคัญที่ควรจัดการศึกษาให้กับผู้เรียน

สำหรับการวิจัยในครั้งต่อไป ควรมีการวิจัยต่อยอดการพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา ในลักษณะที่เป็น การติดตามดูความคงทน ความก้าวหน้า หรือ การเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น ในการพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา สำหรับมหาวิทยาลัยสงฆ์ที่จัดการศึกษาด้านครุศาสตร์ ศึกษาศาสตร์ ควรมีการทำวิจัยการพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา เพื่อเปรียบเทียบระหว่างนิสิตบรรพชิตกับนิสิตคฤหัสถ์ รวมถึงพระสอนศีลธรรมในโรงเรียน นอกจากนี้ ควรมีการทำวิจัยการพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูด้วย

หลักไตรสิกขา ในรูปแบบอิเล็กทรอนิกส์ ผ่านระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ต เพื่ออำนวยความสะดวกแก่ผู้สนใจฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา โดยสามารถเลือกทักษะและระยะเวลาได้ตามความต้องการของตนเอง รวมถึงควรมีการวิจัยเกี่ยวกับการสังเคราะห์ทักษะชีวิตในกลุ่มวิชาชีพหรืออาชีพอื่นๆ โดยนำหลักไตรสิกขาไปใช้ในการฝึกฝน อบรมและพัฒนา

## ๕. บทสรุป

การพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา สามารถพัฒนาตนและสังคมไปพร้อมๆ กัน ทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ สติปัญญา ทำให้ทักษะชีวิตความเป็นครูสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น เพราะการพัฒนาตนและสังคม ทั้ง ๓ ด้านนั้น มุ่งฝึกฝนและพัฒนาทั้งด้านศีลสิกขา เป็นการพัฒนาพฤติกรรมทางกาย วาจา ด้านจิตตสิกขา เป็นการฝึกฝนพัฒนาในด้านจิตใจ นับว่ามีความสำคัญเป็นอย่างมาก เพราะจิตใจเป็นฐานของพฤติกรรมและด้านปัญญาสิกขา เป็นการพัฒนาความรู้ให้เป็นผู้รู้ทัน รู้จริง รู้แจ้ง ซึ่งมีความสำคัญสูงสุดเพราะปัญญาเป็นต้นทางทั้งจิตใจ กาย วาจา และควบคุมพฤติกรรมทั้งหมด

การพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขา สำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในครั้งนี้ ผู้วิจัยนำหลักพุทธธรรมมาเป็นกรอบในการพัฒนาเนื้อหาสาระทักษะต่างๆ ของแต่ละชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู ประกอบด้วย ๖ ชุด คือ เรื่อง การคิดอย่างแยบคาย เรื่อง การคิดอย่างมีวิจารณญาณ เรื่อง การคิดอย่างสร้างสรรค์ เรื่อง การสร้างมนุษยสัมพันธ์



เรื่อง การบริหารอารมณ์ และเรื่อง การรู้ตน รู้คน รู้งาน สำหรับคุณภาพการพัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครูด้วยหลักไตรสิกขาของนิสิต หลังฝึกปฏิบัติกิจกรรมการใช้ทักษะทั้ง ๖ เรื่องนั้น พบว่า ชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครู ที่มีคุณภาพสูงสุด คือ เรื่อง การบริหารอารมณ์ สำหรับทักษะที่ควรพัฒนาให้มีคุณภาพมากขึ้น คือ เรื่อง การรู้ตน รู้คน รู้งาน อาจต้องใช้เวลาในการฝึกฝนและพัฒนาทั้งใน หลักสูตรและการปฏิบัติตนในหน้าที่ครู ส่วน คุณภาพความสามารถ ทั้ง ๓ ด้าน ที่นิสิต นำไปใช้พัฒนาทักษะชีวิตความเป็นครู โดย ภาพรวมของชุดฝึกทักษะชีวิตความเป็นครูทั้ง ๖ เรื่อง พบว่า ความสามารถสูงสุดของนิสิต คือ ด้านการฝึกจิต (สมาธิ) รองลงมาเป็นด้าน ความรู้ความเข้าใจ (ปัญญา) และด้าน พฤติกรรมที่แสดงออก (ศีล)

นอกจากนี้ นิสิตสามารถนำหลักของ ไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ และปัญญา ไปพัฒนา ทักษะชีวิตความเป็นครูของตนเองทั้งขณะ ศึกษาเล่าเรียน และปฏิบัติหน้าที่ครูใน สถานศึกษา กล่าวคือ นำหลักของศีลไปสร้าง วินัยและรับผิดชอบในการปฏิบัติงานและการ อยู่ร่วมกับสังคม นำหลักของสมาธิไปพัฒนา

ตนเองให้มีสติในการควบคุมตนเอง พิจารณา ไตรตรองคิดก่อนตัดสินใจ สุดท้ายนำหลัก ของปัญญา โดยใช้หลักของสุดตมยปัญญาเพื่อ นำความรู้ความเข้าใจจากการศึกษาในทักษะ ต่างๆ ของแต่ละชุดฝึกไปใช้ในการฝึกฝนและ พัฒนาทักษะความเป็นครูของตนเองในขณะที่ ศึกษาเล่าเรียน การปฏิบัติหน้าที่ครูใน สถานศึกษา และการเผยแผ่พระพุทธศาสนา ในฐานะ พุทธศาสนิกชน

จะเห็นได้ว่าหลักไตรสิกขา สามารถ นำไปพัฒนาทักษะชีวิตในสาขาวิชาชีพหรือ อาชีพต่างๆ ได้ และมีใช้นำไปใช้แต่เฉพาะการ เรียนในวิชาหนึ่งๆ ที่ครู อาจารย์ มักนิยม นำไปใช้กันเฉพาะในบริบทนี้ เนื่องจากเป็น หลักธรรมที่พัฒนาชีวิตของมนุษย์ให้มีคุณภาพ อย่างครอบคลุมทั้งด้านพฤติกรรมที่แสดงออก ทางกาย วาจาที่ดีงาม (หลักศีล) พัฒนาด้าน จิตใจให้มั่นคงอย่างมีสติซึ่งเป็นฐานของการ แสดงออกทางพฤติกรรม (หลักสมาธิ) และ ด้านปัญญา ซึ่งเป็นการสังเคราะห์ความรู้เพื่อ สร้างองค์ความรู้ให้เป็นเครื่องนำทางของ พฤติกรรมในการแสดงออกเพื่อดำเนินชีวิตที่ ถูกทางถูกวิธีที่ดีงามได้อย่างมีประสิทธิภาพ





## บรรณานุกรม

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). พุทธธรรม. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๕๒.

\_\_\_\_\_. พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. กรุงเทพมหานคร: เอส. อาร์. พรินต์ติ้ง แมส โปรดักส์, ๒๕๔๘.

\_\_\_\_\_. พระพุทธศาสนาพัฒนาคนและสังคม. กรุงเทพมหานคร : กรมการปกครอง, ๒๕๔๐.

วิจารณ์ พานิช. วิธีการสร้างการเรียนรู้เพื่อศิษย์ ในศตวรรษที่ ๒๑. กรุงเทพมหานคร : ตาตาพับลิเคชั่น, ๒๕๕๕.

คันสนีย์ ฉัตรคุปต์ และอุษา ชูชาติ. ฝึกสมองให้คิดอย่างมีวิจารณญาณ. กรุงเทพมหานคร : วัฒนาพานิช, ๒๕๔๔.

## เว็บไซต์

พระบรมราชาบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช (online)

[http://www.nectec.or.th/thailand/thai\\_teacher.html](http://www.nectec.or.th/thailand/thai_teacher.html) (๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๐)

พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช (online)

([http://www.opsmoac.go.th/article\\_attach/Royal\\_speech\\_๒๕๒๕.pdf](http://www.opsmoac.go.th/article_attach/Royal_speech_๒๕๒๕.pdf)) (๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๐)

United Nations Children's Fund (online) <http://www.unicef.org/teacher/lifeskil.htm>

(๓๐ มิถุนายน ๒๕๕๐)

