

**ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์**

การวิจัยเชิงปฏิบัติการในชั้นเรียน โดยบูรณาการการฝึกสติและสมาธิในการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณลักษณะอันพึงประสงค์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

**ผู้เขียน**

นางสาวหยกสุวรรณ แก้วดอก

**ปริญญา**

ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต (วิจัยและสถิติการศึกษา)

**คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์**

รองศาสตราจารย์ ดร. บุษพา อนันต์สุชาติกุล ประธานกรรมการ  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ผ่องฉวี ไวยาวัจรรย์ กรรมการ

**บทคัดย่อ**

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการในชั้นเรียนในการพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้โดยบูรณาการการฝึกสติและสมาธิเพื่อนำไปสู่การพัฒนาคุณลักษณะอันพึงประสงค์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ศึกษากระบวนการจัดการเรียนรู้ที่บูรณาการการฝึกสติและสมาธิ ศึกษาคุณลักษณะอันพึงประสงค์ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยบูรณาการการฝึกสติและสมาธิ กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัยคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6/1 ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2552 โรงเรียนพร้าววิทยาคม จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 48 คน ดำเนินการวิจัยโดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยมีผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการทำวิจัยด้วยตนเอง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงปฏิบัติการครั้งนี้ประกอบด้วย แผนการจัดการเรียนรู้ แบบบันทึกหลังสอน สมุดบันทึกผลการเรียนรู้ของนักเรียน แบบฝึกทักษะ ใบกิจกรรมต่าง ๆ แบบทดสอบ และแบบสังเกตคุณลักษณะอันพึงประสงค์ แล้วทำการวิเคราะห์ข้อมูลตลอดกระบวนการวิจัยโดยการหาความถี่ ค่าฐานนิยม ค่าเฉลี่ย และการวิเคราะห์เนื้อหาได้ข้อค้นพบดังนี้

1. ครูได้พัฒนาทักษะการใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการในชั้นเรียนตั้งแต่การวางแผนจัดการเรียนรู้ การดำเนินการจัดการเรียนรู้ การสังเกตผลจากการจัดการเรียนรู้ และการทบทวนผลที่เกิดขึ้นจากการสังเกตในการพัฒนาการจัดการเรียนรู้
2. ครูได้พัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้โดยได้บูรณาการการฝึกสติและสมาธิในชั้นเรียนเป็น 4 ระยะ คือ ระยะเตรียมความพร้อมของนักเรียนต่อการฝึกสติและสมาธิ ระยะนั่งสมาธิ 5-10 นาทีก่อนเรียน ระยะฝึกสติและสมาธิโดยการฟังความสนใจไปที่เนื้อหาการเรียนรู้อะไรและครู และระยะให้นักเรียนใช้สติในการกำหนดรู้และกำกับควบคุมพฤติกรรมของตน
3. การจัดการเรียนรู้โดยบูรณาการการฝึกสติและสมาธิในชั้นเรียนทำให้นักเรียนมีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ปรับเปลี่ยนไปในทางที่ดี ทั้งในด้านของความรับผิดชอบ ความประหยัดและออม ความมีสัมมาคารวะและอ่อนน้อมถ่อมตน และความซื่อสัตย์ และผลจากการประเมินปลายภาคเรียนพบว่านักเรียนทุกคนมีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ทุกด้านอยู่ในระดับดีและดีเยี่ยม
4. การจัดการเรียนรู้โดยบูรณาการการฝึกสติและสมาธิในชั้นเรียนทำให้นักเรียนทุกคนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนผ่านเกณฑ์ขั้นต่ำ (ร้อยละ 50) และมีนักเรียนจำนวนร้อยละ 58.33 ของทั้งหมดที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนผ่านเกณฑ์ 70%

|                                  |  |               |             |
|----------------------------------|--|---------------|-------------|
| <b>Thesis Title</b>              | Classroom Action Research by Integrating Mindfulness and Meditation Practice to Develop Desired Characteristics and Mathematics Achievement of Mathayom Suksa 6 Students |               |             |
| <b>Author</b>                    | Miss Yoksuwan Kaewdok  |               |             |
| <b>Degree</b>                    | Master of Education (Research and Statistics in Education)   |               |             |
| <b>Thesis Advisory Committee</b> |  |               |             |
|                                  | Assoc. Prof. Dr. Bupa  | Anansuchatkul | Chairperson |
|                                  | Asst. Prof. Dr. Pongchawee   | Waiyavutjamai | Member      |

### ABSTRACT

This study was carried out to 1) examine the applications of classroom action research process in developing learning management via the integration of mindfulness and meditation practice into learning activities to develop desired characteristics and Mathematics achievement of Mathayom Suksa 6 students, 2) investigate the integrative learning management process, 3) examine desired characteristics and level of mathematics achievement of Mathayom Suksa 6 students who received the integrative learning activities. The samples employed were 48 Mathayom Suksa 6 students, M 6/1 class, taking the Mathematics course in the 1<sup>st</sup> semester, the academic year of 2009, Phraowittayakom school, Chiang Mai province. This action research was undertaken by the Mathematics teacher herself. The instruments used were lesson plans, post-teaching logs, students' learning logs, skill developing exercises, activity handouts, tests and observation form on desired characteristics. The analysis of data was carried out by using frequency, mode, mean and content analysis. The findings were :

1. The teacher-researcher developed the classroom action research skill, i.e., plan, act, observe and reflect, for improving her own teaching and learning process.

2. The teacher-researcher developed the level 6 Mathematics learning management process by integrating 4 steps of mindfulness and meditation practice into her class ; i.e., preparation for mindfulness and meditation practice, 5-10 minute meditation practice before learning activities, content and teacher-focused mindfulness and meditation practice, and mindfulness application in raising awareness and controlling ones' behavior.

3. The integrative learning management helped improve the students' desired characteristics in a satisfactory fashion, be it responsibility, frugality, respect, modesty and honesty. Moreover, the results of the final examination also indicated that their desired characteristics were at a good and excellent level in every aspect.

4. The integrative learning management also helped boost up all students' level of learning achievements to meet the school optimum criteria (50 percent of total scores). In addition, there were 58.33 percent of the students whose level of learning achievements fulfilled the criteria at 70 percent.