

ผลของการจัดกิจกรรมสวดมนต์ภาวนาแบบคาทอลิกที่มีต่อการพัฒนาสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 *

The Effects of Catholic Hymn on the Concentration Development of the Third Year Preschoolers

ดาวรุ่ง รุ่งงาม**

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เปรียบเทียบพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมสวดมนต์ภาวนาแบบคาทอลิก และ 2) เปรียบเทียบพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ระหว่างเพศชายและเพศหญิงหลังการจัดกิจกรรมสวดมนต์ภาวนาแบบคาทอลิก กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 อายุระหว่าง 5-6 ปี จำนวน 20 คน แยกออกเป็นเพศชาย 10 คน และเพศหญิง 10 คน ซึ่งได้จากการสุ่มอย่างง่ายจากประชากรของโรงเรียนวันทามารีอา อำเภอปรางค์บุรี จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2556 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แผนการจัดกิจกรรมสวดมนต์แบบคาทอลิกสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 จำนวน 24 แผน สำหรับการทดลอง 8 สัปดาห์ และแบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 จำนวน 25 ข้อ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.87 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบที และการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม

ผลการวิจัยพบว่า 1) พฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 โดยรวมและรายด้าน ได้แก่ ด้านจิตใจ ด้านการพูดและการกระทำ และด้านการทำกิจกรรม หลังการจัดกิจกรรมสวดมนต์แบบคาทอลิกดีกว่าก่อนการจัดกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และ 2) พฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 โดยรวมหลังการทดลองของเพศหญิงดีกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า พฤติกรรมการมีสมาธิ ด้านจิตใจ ด้านการพูดและการกระทำ และด้านการทำกิจกรรม หลังการทดลองของเพศหญิงดีกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

คำสำคัญ : การสวดมนต์แบบคาทอลิก สมาธิ เด็กปฐมวัย

* เพื่อตีพิมพ์เผยแพร่วิทยานิพนธ์แก่ผู้สนใจ

** นักศึกษาปริญญาโท หลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาศาสตร์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
สถานที่ทำงาน: โรงเรียนวันทามารีอา อำเภอปรางค์บุรี จังหวัดพระนครศรีอยุธยา อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ รศ.ดร.นิตยา ประพฤติกิจ

Abstract

The purposes of the research were to: 1) compare the concentration behavior of the third year preschoolers before and after participating in catholic hymn activities, and 2) compare the concentration behavior between male and female third year preschoolers after participating in catholic hymn activities. The sample consisted of ten male and ten female third year preschoolers, aged 5-6 years, simply randomized from the population of Wanthamaria School, Pran Buri District, Prachuap Khiri Khan Province, in the first semester of academic year 2013. The instruments used in the study were 24 catholic hymn activity lesson plans for the eight week experiment and 25 items of concentration behavior observation form, developed by the researcher with the reliability of 0.87. Statistics used for data analysis were mean, standard deviation, t-test and Analysis of Covariance.

The results revealed that the concentration behavior overall and in each aspect, including mind, speaking and action, and doing activities of the third year preschoolers after participating in catholic hymn activities were significantly better than before at the level of 0.01, and the concentration development behavior overall and in each aspect, including mind, speaking and action, and doing activities of the female third year preschoolers after participating in catholic hymn activities were significantly better than those of the males at the level of 0.01.

Key Words: catholic hymn, concentration, preschooler

บทนำ

ปัจจุบันสังคมตกอยู่ในความกดดัน ดึงเครียด และวุ่นวายมาก สมามีมีคุณค่าสากลสำหรับทุกศาสนา เป็นวิธีหนึ่งซึ่งช่วยให้มีสติสัมปชัญญะมีใจสงบและบริสุทธิ์เพื่อผลดีทางศาสนา มีความสำคัญทำให้มนุษย์ดำรงอยู่ได้อย่างสงบสุข ไร้ซึ่งความกลัว ไร้กังวล มีสติ เยือกเย็น สุขภาพ นุ่มนวล สดชื่น ผ่องใส กระฉับกระเฉง กระปรี้กระเปร่า เบิกบานใจ อารมณ์ดี สุขภาพเรียวร้อย มีระเบียบวินัยเป็นอิสระจากกิเลสทางโลก รวมถึงการรู้จักฝึกตนเองให้เป็นผู้มีความอดทนอดกลั้นรู้จักรอคอย ทำใจยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นและเป็นผู้ที่มีเหตุผลสามารถเลือกแยกแยะ บริโภค คัดกรองข่าวสารที่มีความหลากหลายในยุคโลกปัจจุบันได้ถูกต้อง (กระทรวงศึกษาธิการ, 2547 : 15)

สิ่งที่จำเป็นที่สุดอันดับแรกในพัฒนาการของเด็กคือ สมามี เพราะเป็นสิ่งที่ช่วยปูพื้นฐานทั้งหมดสำหรับบุคลิกภาพและพฤติกรรมทางสังคมของเด็ก เด็กต้องเรียนรู้ที่จะมีสมามี ซึ่งจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อมีสิ่งที่น่าสนใจ จึงเป็นการแสดงให้เห็นว่าสภาพแวดล้อมรอบตัวมีความสำคัญต่อเด็กอย่างมาก บุคคลอื่นไม่สามารถจะเป็นผู้ที่ทำให้เด็กเกิดสมามีได้ สมามีต้องเกิดจากตัวเด็กเองเท่านั้น

การสวดมนต์ภาวนา และการทำสมาธิก็เป็นอีกวิธีหนึ่งจะช่วยพัฒนาให้เด็กได้พัฒนาตามศักยภาพได้ เพราะการสวดมนต์มีประโยชน์ทำให้จิตใจแจ่มใส เบิกบาน ทำให้ทำงานผิดพลาดน้อยลง ทำงานเสร็จตามมุ่งหมาย คลายเครียด มีผลต่อความจำ ไม่เบียดเบียนกัน ยึดมั่นในพระรัตนตรัย มีใจเมตตาและกรุณา ซึ่งจะเห็นได้ว่าในอดีตคนไทยจะนิยมไปทำบุญที่วัด หรือนิมนต์พระมาทำบุญหรือบ้านไหนมีคนป่วยก็นิมนต์พระมาสวดและรดน้ำมนต์ ซึ่งทำให้ผู้ป่วยมีความสบายใจ และมีความรู้สึกได้ถึงแม้ผู้ป่วยใกล้เสียชีวิตก็ยังได้ใกล้ผ้าเหลืองในวิถีพุทธเราเชื่อว่าจะทำให้จิตใจสงบและสบายใจขึ้น แม้แต่ในปี พ.ศ.2503 หม่อมหลวงปิ่น มาลากุล รัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการ ได้ออกระเบียบกระทรวงศึกษาธิการว่าด้วยการสวดมนต์ไหว้พระของนักเรียน โดยมีใจความว่า "ให้อำนาจการหรือครูใหญ่ของแต่ละโรงเรียน ต้องจัดให้นักเรียนสวดมนต์ไหว้พระเวลาเช้าแถวหลังเชิงธงชาติและหลังเลิกเรียนสุดสัปดาห์" โดยมีความเชื่อว่า การสวดมนต์เป็นการได้เฝ้าสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เพราะได้ระลึกถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ จิตก็จะสงบปราศจากความโลภ โกรธ หลง ทำให้จิตมีสมาธิ เข้มแข็ง อดทน ปัญหาที่รู้แจ้งเห็นจริง เห็นสัจธรรมในการดำเนินชีวิต เป็นการสะสมบุญและเป็นการฝึกความพร้อมเพรียง เพราะการสวดมนต์จะต้องปฏิบัติร่วมกันหลายๆ คน ซึ่งจะก่อให้เกิดพลัง (กระทรวงศึกษาธิการ, 2547 : 10)

การสวดมนต์แบบคาทอลิก เป็นการสวดภาวนาเพื่อเป็นการสื่อสารหรือการแสดงความสัมพันธ์กันระหว่างพระเจ้ากับมนุษย์ ในการสวดภาวนาชาวคริสต์คาทอลิกแสดงออกใน 5 รูปแบบด้วยกันคือ 1) การภาวนาเพื่อถวายพระพรหรือนมัสการ 2) การภาวนาเพื่อการรอนขอภัยโทษ 3) การภาวนาเพื่อการเสนอวิงวอนเพื่อผู้อื่น 4) การภาวนาเพื่อขอบคุณ และ 5) การภาวนาเพื่อการสรรเสริญ โดยแต่ละแบบนี้ขึ้นอยู่กับความต้องการหรือสถานการณ์ของผู้ภาวนาเองในขณะที่กำลังภาวนา (พระศาสนจักรคาทอลิก ภาค 4, 2551 : 80) โดยรูปแบบการสวดมนต์ภาวนาแบบคาทอลิก ประกอบด้วย การภาวนาตามจังหวะเวลา ได้แก่ การภาวนาเวลาเช้า ค่ำ ก่อนและหลังรับประทานอาหาร ก่อนทำกิจการสำคัญ เวลาเจ็บป่วยหรืออยู่ในความทุกข์หรือในความยินดี ภาวนาอุทิศแก่ผู้อื่นทั้งผู้มีชีวิตและผู้ล่วงลับ การภาวนาผสมผสานไปกับการทำงาน วิธีการและเทคนิคการภาวนามีหลายวิธี เช่น การภาวนาโดยกล่าวพระนามพระเยซู การภาวนาโดยการฝึกการสำนึกถึงการประทับอยู่ของพระเจ้า และวิธีการฝึกจิตแบบต่าง ๆ ขบวนการชีวิตจิตและอาจารย์ชีวิตจิตในพระศาสนจักร คือ โรงเรียนสอนการภาวนาเพื่อความดีของพระศาสนจักร

ปัจจุบันมีงานวิจัยเกี่ยวกับเรื่องการสวดมนต์ ภาวนา และการทำสมาธิ ทางด้านการแพทย์มากขึ้น ซึ่งพบว่ามีผลทำให้อัตราการหายใจลดลง ร่างกายก็จะใช้ออกซิเจนแล้วถ่ายเทคาร์บอนไดออกไซด์ ส่งผลให้กระบวนการเมตาบอลิซึมในร่างกายลดลง ทำให้สงบเป็นผลดีต่อปอด หัวใจ คนที่นั่งสมาธิลึกๆ นานๆ อัตราการเต้นของหัวใจต่ำ ปริมาณแลคติกในเลือดจะต่ำลง ก็แสดงให้เห็นว่ามีความวิตกกังวลน้อยลง คลื่นสมองของผู้ที่นั่งสมาธิก็จะมีสมาธิราบเรียบ เหมือนคนที่หลับลึกๆ ซึ่งจะได้รับการพักผ่อนอย่างจริงจัง ได้มีการทดลองให้เด็กออทิสติก ซึ่งมีสมาธิสั้นทำอะไรได้ไม่นานมาสวดมนต์ พบว่า การสวดมนต์ทำให้สมาธิของเด็กกลุ่มนี้ยาวขึ้น (อมร สังข์นาค, 2552)

ศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิกเชื่อเช่นกันว่า การสวดมนต์ภาวนาก็สามารถช่วยสร้างสมาธิได้ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาผลของการจัดกิจกรรมสวดมนต์ภาวนาแบบคาทอลิกที่มีต่อการพัฒนาสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 เพื่อเป็นข้อมูลและแนวทางสำหรับครู พ่อ แม่ ผู้ปกครอง และผู้ที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาปฐมวัยในการจัดกิจกรรมการสวดมนต์ภาวนาเพื่อพัฒนาสมาธิและสติปัญญาของเด็กให้สูงขึ้นต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมสวดมนต์ภาวนาแบบคาทอลิก
2. เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ระหว่างเพศชายและเพศหญิงหลังการจัดกิจกรรมสวดมนต์ภาวนาแบบคาทอลิก

สมมติฐานการวิจัย

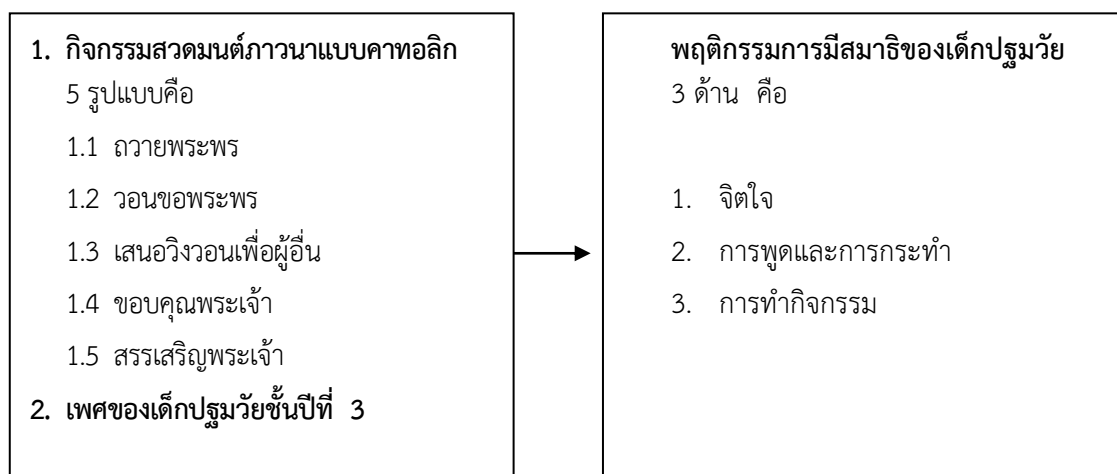
1. พฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 หลังการทดลองจะดีกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
2. พฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 หลังการทดลองของเพศหญิงจะสูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ผลของการจัดกิจกรรมสวดมนต์แบบคาทอลิกมีต่อการพัฒนาสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ของโรงเรียนวันทามาริอา อำเภอบราณบุรี จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ มีกรอบแนวคิดในการวิจัยตามหลักการและทฤษฎีเกี่ยวกับการสวดมนต์กับการสร้างสมาธิตามแนวคิดของสมชัย พิทยาพงศ์พร (2547 : 54) อริยะ สุพรรณเกษัช (2545 : 33) ซาร์การ์ (Sarkar อ้างถึงใน วัฒนา ปุณณฤทธิ, 2549 : 75)

ตัวแปรอิสระ

ตัวแปรตาม



วิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (Quasi-experimental Research) แบบกลุ่มทดลองกลุ่มเดียวที่มีการทดสอบก่อนและหลังการทดลอง (An Experimental Group Pretest - Posttest Design) ซึ่งมีวิธีการวิจัยดังต่อไปนี้

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 เพศชายและหญิงจำนวน 3 ห้องเรียนๆ ละ 32 คน 22 คน และ 25 คนตามลำดับของโรงเรียนวันทามาริอา อำเภอบราณบุรี จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2556

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 จำนวน 20 คน แยกออกเป็นเพศชาย 10 คน เพศหญิง 10 คน ของโรงเรียนวันทามาริอา อำเภอบราณบุรี จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2556 ซึ่งได้จากการสุ่มอย่างง่าย (Simple random sampling) โดยวิธีการจับฉลากจากจำนวนประชากร 3 ห้องเรียนแล้วสุ่มแบบแยกเพศเพื่อให้มีจำนวนเท่า ๆ กัน เพื่อใช้ในการวิจัยครั้งนี้

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แบ่งออกเป็น 2 ชนิด ได้แก่

3.1 แผนการจัดกิจกรรมสวดมนต์แบบคาทอลิกสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจำนวน 24 แผน

3.2 แบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 25 ข้อ

4. การสร้างและพัฒนาเครื่องมือในการวิจัย

4.1 แผนการจัดกิจกรรมสวดมนต์แบบคาทอลิกสำหรับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 มีขั้นตอน การสร้างดังนี้

4.1.1 ศึกษาเอกสารตำรา แนวคิดทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้องคู่มือหลักสูตรการศึกษาปฐมวัยปี พ.ศ. 2546 และคู่มือการจัดการเรียนรู้คริสต์ศาสนาชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ปี พ.ศ.2551 เพื่อเป็นข้อมูลในการสร้างแผนการจัดกิจกรรม

4.1.2 สร้างแผนการจัดกิจกรรมสวดมนต์แบบคาทอลิกที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัยและเรียงลำดับจากง่ายไปยากจำนวน 24 แผนเพื่อใช้ในการทดลองเป็นเวลา 8 สัปดาห์ๆ ละ 3 คาบคาบละ 20 นาที

4.1.3 นำแผนการจัดกิจกรรมสวดมนต์แบบคาทอลิกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเสนอผู้เชี่ยวชาญทางด้านการวิจัย และการศึกษาปฐมวัย จำนวน 3 คน เพื่อพิจารณาตัดสินให้มีความแม่นยำตรงตามโครงสร้างทฤษฎี (Construct validity) โดยเก็บรวบรวมแผนการจัดกิจกรรมที่ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตัดสินเสร็จสิ้นแล้วไปคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างแผนการจัดกิจกรรมกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย (Index of Item - Objective Congruence - IOC) ตามสูตรของ โรวินลลีและแฮมเบิลตัน (Rowinelli and Hambleton อ้างถึงใน พิชิต ฤทธิ์จรูญ, 2548 : 150)

4.1.4 นำแผนการจัดกิจกรรมมีค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่าง 0.5-1.00 ไปปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญเพื่อนำไปใช้ในการทดลองต่อไป

4.2 แบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ขั้นตอนการสร้างดังนี้

4.2.1 ศึกษาเอกสาร ตำรา แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวกับสมาธิ และหลักการวัดและประเมินพฤติกรรมการมีสมาธิ

4.2.2 สร้างแบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย 3 ด้านคือ ด้านจิตใจ ด้านการพูดและการกระทำ ด้านการทำกิจกรรมจำนวน 25 ข้อ ซึ่งมีลักษณะเป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเกอร์ต (Likert type) 3 ระดับคือ (นิตยา ประพฤติกิจ, 2550)

ระดับ 3	หมายถึง	มีสมาธิดี
ระดับ 2	หมายถึง	มีสมาธิปานกลาง
ระดับ 1	หมายถึง	ต้องปรับปรุง

4.2.3 นำแบบสังเกตที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเสนอผู้เชี่ยวชาญทางด้านการศึกษาปฐมวัย และการวิจัยจำนวน 3 คน เพื่อพิจารณาตัดสินให้มีความแม่นยำตรงตามโครงสร้างทฤษฎี (Construct validity) โดยเก็บรวบรวมแบบสังเกตที่ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตัดสินเสร็จสิ้นแล้วไปคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างพฤติกรรมกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย (Index of Item - Objective Congruence - IOC) ตามสูตรของโรวินELLIและแฮมเบิลตัน (Rowinelli and Hambleton อ้างถึงใน พิชิต ฤทธิ์จรูญ, 2548 : 140)

4.2.4 นำแบบสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างพฤติกรรมการมีสมาธิกับวัตถุประสงค์ของการวิจัยตั้งแต่ 0.5-1.00 ไปปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสม ตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญแล้วไปทดลองใช้ (Try out) กับเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 20 คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นตามสูตรการหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา (Alfa Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach อ้างถึงใน พิชิต ฤทธิ์จรูญ, 2548 :150) ได้ค่าความเชื่อเท่ากับ 0.873

5. การเก็บรวบรวมข้อมูล

5.1 หลังจากทำความเข้าใจและฝึกการใช้แบบสังเกตที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นแล้วผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยอีกหนึ่งคนสังเกตและประเมินพฤติกรรมการมีสมาธิก่อนการทดลอง (Pre-test) ของกลุ่มตัวอย่างในสภาพแวดล้อมที่เป็นเวลาเรียนปกติในเวลา 2 วันโดยใช้แบบสังเกตที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

5.2 ให้กลุ่มตัวอย่างทำกิจกรรมสวดมนต์แบบคาทอลิกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นเวลา 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 คาบ คาบละ 20 นาที

5.3 ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยคนเดิมสังเกตและประเมินพฤติกรรมการมีสมาธิหลังการทดลอง (Posttest) ของกลุ่มตัวอย่างในสภาพแวดล้อมที่เป็นเวลาเรียนปกติโดยแบบสังเกตชุดเดิม

5.4 นำผลการสังเกตพฤติกรรมการมีสมาธิก่อนและหลังการทดลองมาหาค่าเฉลี่ย (Mean) ระหว่างผู้สังเกต เพื่อนำไปทดสอบสมมุติฐานต่อไป

6. การวิเคราะห์ข้อมูล

6.1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ก่อนและหลังการทดลองโดยใช้ t-test แบบกลุ่มที่ไม่เป็นอิสระแก่กัน (t-dependent)

6.2 วิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of Covariance) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ระหว่างเพศชายและหญิง โดยใช้คะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการมีสมาธิก่อนการทดลองเป็นตัวแปรปรวนร่วม (Covariates)

ผลการวิจัย

1. พฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 โดยรวมและรายด้าน ได้แก่ ด้านจิตใจ ด้านการพูด และการกระทำ และด้านการทำกิจกรรม หลังการจัดกิจกรรมสวดมนต์แบบคาทอลิกมีค่าสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ดังรายละเอียดในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าทีของพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมสวดมนต์ภาวนาแบบคาทอลิก

ผลการเปรียบเทียบพฤติกรรม การมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3	จำนวน ข้อ	จำนวน นักเรียน	การทดสอบ	$\bar{X}$	S.D.	t
ด้านจิตใจ	10	20	ก่อนการทดลอง	1.96	0.21	18.404**
			หลังการทดลอง	2.72	0.20	
ด้านการพูดและการกระทำ	7	20	ก่อนการทดลอง	1.96	0.16	7.769**
			หลังการทดลอง	2.49	0.31	
ด้านการทำกิจกรรม	8	20	ก่อนการทดลอง	1.85	0.10	10.356**
			หลังการทดลอง	2.57	0.34	
รวมทุกด้าน	25	20	ก่อนการทดลอง	1.92	0.12	13.813**
			หลังการทดลอง	2.59	0.27	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. พฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 โดยรวมหลังการทดลองของเพศหญิงมีค่าสูงกว่าเพศชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านจิตใจ ด้านการพูด และการกระทำ และด้านการทำกิจกรรม หลังการทดลองของเพศหญิง มีค่าสูงกว่าของเพศชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ดังรายละเอียดในตารางที่ 2-6

ตารางที่ 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมการมีสมาธิโดยรวมและรายด้านของเด็กปฐมวัย
ชั้นปีที่ 3 ระหว่างเพศชายและเพศหญิง ก่อนและหลังการจัดกิจกรรมสวดมนต์ภาวนาแบบคาทอลิก

พฤติกรรมการมีสมาธิ	จำนวน ข้อ	จำนวน นักเรียน	กลุ่ม	ก่อนการทดลอง		หลังการทดลอง	
				$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
ด้านจิตใจ	10	10	เพศชาย	1.86	0.18	2.56	0.09
		10	เพศหญิง	2.06	0.21	2.88	0.15
ด้านการพูดและการกระทำ	7	10	เพศชาย	1.88	0.16	2.24	0.19
		10	เพศหญิง	2.04	0.13	2.74	0.18
ด้านการทำกิจกรรม	8	10	เพศชาย	1.80	0.08	2.26	0.18
		10	เพศหญิง	1.90	0.09	2.88	0.09
รวมทุกด้าน	25	10	เพศชาย	1.84	0.10	2.35	0.14
		10	เพศหญิง	2.00	0.08	2.83	0.10

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการมีสมาธิ โดยรวมของ
เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ระหว่างเพศชายและเพศหญิงหลังการทดลอง

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม (b)	0.546	1	0.546	33.325	0.000**
ภายในกลุ่ม (w)	0.279	17	0.016		
รวมทั้งสิ้น	136.233	20			

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการมีสมาธิด้านจิตใจของ
เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ระหว่างเพศชายและเพศหญิงหลังการทดลอง

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม (b)	0.261	1	0.261	18.989	0.000**
ภายในกลุ่ม (w)	0.234	17	0.014		
รวมทั้งสิ้น	148.780	20			

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการมีสมาธิ ด้านการพูด และการกระทำของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ระหว่างเพศชายและเพศหญิงหลังการทดลอง

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม (b)	1.050	1	1.050	27.996	0.000**
ภายในกลุ่ม (w)	0.638	17	0.038		
รวมทั้งสิ้น	126.184	20			

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ตารางที่ 6 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมเพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการมีสมาธิ ด้านการทำกิจกรรม ของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ระหว่างเพศชายและเพศหญิงหลังการทดลอง

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig.
ระหว่างกลุ่ม (b)	1.414	1	1.414	65.181	0.000**
ภายในกลุ่ม (w)	0.369	17	0.022		
รวมทั้งสิ้น	134.938	20			

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

อภิปรายผลการวิจัย

1. สมมติฐานข้อที่ 1 พฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 หลังการทดลองจะสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 โดยรวมและรายด้าน ได้แก่ ด้านจิตใจ ด้านการพูดและการกระทำ และด้านการทำกิจกรรม หลังการจัดกิจกรรมสวดมนต์แบบคาทอลิกมีค่าสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ แสดงว่าการจัดกิจกรรมสวดมนต์แบบคาทอลิกที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นนั้นสามารถพัฒนาพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 ได้ ทั้งนี้กิจกรรมสวดมนต์แบบคาทอลิกที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นได้ยึดตามหลักสูตรการศึกษาปฐมวัย พุทธศักราช 2546 และคู่มือการจัดการเรียนรู้คริสต์ศาสนาชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ปี พ.ศ. 2551 ซึ่งให้เด็กได้ทำกิจกรรมต่าง ๆ จากง่ายไปยากทีละเล็กทีละน้อยที่มุ่งพัฒนาจิตใจด้วยการสวดมนต์ภาวนานั่งสมาธิ ร้องเพลงสรรเสริญพระผู้เป็นเจ้า รวมทั้งทำกิจกรรมการแสดงพร้อมอุปกรณ์ที่สนุกสนาน ร่าเริง เบิกบานใจ อย่างอิสระ ซึ่งนอกจากจะพัฒนาจิตใจ การพูดและการกระทำแล้วยังพัฒนาการเรียนการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันของเด็กได้ ซึ่งนักการศึกษากลุ่มนีโอฮิวแมนนิสม์ (Neo-Humanist Education) เชื่อว่าจุดเริ่มของสมาธิของเด็กนี้มาจากแนวคิดของโยคีชาวอินเดียผู้ยิ่งใหญ่ คือ ชาร์การ์ (Sarkar อ้างถึงใน วัฒนา ปุณณฤทธิ, 2549 : 75) ที่นำศาสตร์ทางตะวันออกกับความทันสมัยแบบตะวันตกมาผสมผสานเข้าด้วยกัน เช่น มีการให้เด็ก ๆ ฝึกสมาธิ ทำโยคะ ขณะเดียวกันก็ใช้เสียงเพลงและวิธีการสอน

ใหม่ ๆ รวมเข้าไปด้วย โดยเชื่อว่าความเก่ง ความฉลาด และความมีสมาธิ ซึ่งเป็นศักยภาพที่มีอยู่ในตัวมนุษย์ แต่มนุษย์ดึงศักยภาพดังกล่าวออกมาใช้แค่ 5-10 เปอร์เซ็นต์เท่านั้น ทั้ง ๆ ที่มนุษย์สามารถพัฒนาศักยภาพตัวเองได้สูงที่สุดมากกว่านี้ และมอนเตสซอรี (Montessori อ้างถึงใน กุสุมา แผลงทับ, 2553 : 9) เชื่อว่าเราสามารถสร้างสังคมที่ดีและก่อให้เกิดกำเนิดโลกขึ้นมาใหม่ได้โดยการให้การศึกษาที่ดีแก่เด็ก เพราะเด็กในวันนี้ก็คือผู้ใหญ่ในวันหน้า วิธีการสอนของมอนเตสซอรีส่งเสริมให้เด็กได้เรียนรู้และแก้ไขข้อผิดพลาดของตนเองโดยไม่ต้องให้ใครมาบอกว่าเขาผิด เด็กมีอิสระในการเลือกอุปกรณ์ที่ครูได้จัดเตรียมไว้แล้ว และจากการที่ได้อิสระในการเลือกอุปกรณ์ตามความชอบและความสนใจของตนจึงทำให้เด็กเกิดความรู้สึกพึงพอใจ นอกจากนี้สิ่งสำคัญจากการที่ได้เลือกอุปกรณ์ตามความต้องการของตนเองก็คือ จะช่วยพัฒนาเด็กให้มี “สมาธิ” เนื่องจากเด็กจะสนใจทำงานชิ้นนั้นอย่างมีความสุขและสงบ เด็กมีความจำเป็นอย่างมากที่จะต้องมีความตั้งใจที่มีสมาธิ เพราะเด็กจะไม่สามารถเรียนรู้ได้เลย หากจิตของเด็กถูกรบกวนตลอดเวลา จากการที่เด็กมีอิสระในการเลือกอุปกรณ์เองและปฏิบัติเองตามช่วงเวลาที่ต้องการโดยไม่มีใครมาคอยเร่ง จึงทำให้เด็กมีโอกาสที่จะประสบผลสำเร็จในการทำงาน

ผลการวิจัยนี้จึงสอดคล้องกับมาโยเต้ (Mayotte, 2010 : 329) ศึกษาเรื่อง คณะสวดมนต์ในโรงเรียนคาทอลิก : การสำรวจของการปฏิบัติ พบว่า อาจารย์ในโรงเรียนประถมศึกษาและมัธยมศึกษาคาทอลิกในประเทศสหรัฐอเมริกา และความสำคัญของความรู้สึกหรือประสบการณ์ที่ผู้สวดมนต์มีส่วนร่วมเดียวกัน พบประเด็นที่แสดงให้เห็นว่าคณะสวดมนต์มีประสบการณ์เกิดขึ้นอย่างทันทีทันใด แม้ว่าจะมีความถี่และรูปแบบที่แตกต่างกันมาก คณะสวดมนต์ตระหนักถึงคุณค่าและมีความต้องการที่จะมีส่วนร่วม สิ่งท้าทายที่เป็นที่ยอมรับและพบกันบ่อย ๆ ก็คือ เรื่องของเวลาและการกำหนดประเด็นปัญหา และสอดคล้องกับงานวิจัยของปาริชาติ แสงแก้ว (2551 : 72) ที่ศึกษาเรื่อง ผลของโปรแกรมการฝึกสมาธิแบบพุทธต่อชาวปัญญาและชาวอารมณ์ในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 พบว่า กลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกสมาธิแบบพุทธ มีชาวอารมณ์และชาวปัญญาสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และกลุ่มทดลองที่ได้รับการฝึกสมาธิแบบพุทธมีชาวอารมณ์สูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และศศิธร บัวสอน (2552 : 60-61) ที่ศึกษาเรื่อง ผลของโปรแกรมการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติที่มีต่อชาวอารมณ์ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนบ้านคลองสะทอน จังหวัดนครราชสีมา ผลการวิจัยพบว่า 1) หลังการทดลอง นักเรียนที่ได้รับการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติมีคะแนนชาวอารมณ์ทั้งรายด้านและโดยรวมสูงกว่าก่อนได้รับการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 2) หลังการทดลอง นักเรียนที่ได้รับการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ มีคะแนนชาวอารมณ์ ทั้งรายด้านและโดยรวมสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของเตือนใจ มีจำรัส (2555 : 47) ที่ศึกษาเรื่องผลของการจัดกิจกรรมท่องคำคล้องจองที่มีต่อการสร้างสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นบริหารของโรงเรียนอรุณประดิษฐ์ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นบริหารโดยรวมและรายด้าน ได้แก่ ด้านจิตวิญญาณ ด้านการพูดและการกระทำ และด้านการเรียนหรือการทำกิจกรรม หลังการจัดกิจกรรมสูงกว่าก่อนการจัดกิจกรรมท่องคำคล้องจอง อย่างมีนัยสำคัญทาง

สถิติที่ระดับ .01 และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของกุสุมา แผลงทับ (2553 : 48) ที่ศึกษาเรื่องผลของการใช้ชุดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ที่มีต่อการสร้างสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดนาพรหม อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี ผลการวิจัยพบว่า เด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 ที่ได้รับการฝึกโดยใช้ชุดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์มีพฤติกรรมการมีสมาธิดีกว่าก่อนการฝึก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

2. สมมติฐานข้อที่ 2 พฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 หลังการทดลองของเพศหญิงจะสูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 3 โดยรวมหลังการทดลองของเพศหญิงมีค่าสูงกว่าเพศชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า พฤติกรรมการมีสมาธิด้านจิตใจ ด้านการพูดและการกระทำ และด้านการทำกิจกรรมหลังการทดลองของเพศหญิง มีค่าสูงกว่าของเพศชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของกุสุมา แผลงทับ (2553 : 48) ที่พบว่าเด็กปฐมวัยชั้นปีที่ 1 เพศชายและเพศหญิงที่ได้รับการฝึกโดยใช้ชุดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์มีพฤติกรรมการมีสมาธิหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยเพศหญิงมีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการมีสมาธิสูงกว่าเพศชาย และเดือนใจ มีจำรัส (2555 : 47) ที่ศึกษาเรื่องผลของการจัดกิจกรรมห้องคำคล้องจองที่มีต่อการสร้างสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นบริหารของโรงเรียนอรุณประดิษฐ์ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยชั้นบริหารเพศหญิงโดยรวมและรายด้าน ได้แก่ ด้านจิตวิญญาณ ด้านการพูดและการกระทำ และด้านการเรียนหรือการทำกิจกรรม หลังการจัดกิจกรรมห้องคำคล้องจอง สูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และสอดคล้องกับกุสุมา แผลงทับ (2553 : 50) ที่ได้กล่าวว่า โดยพื้นฐานแล้วเด็กหญิงมีแนวโน้มที่จะมีพัฒนาการเรื่องภาษา ความคิดความอ่านได้เร็วกว่าเด็กชายอาจสังเกตเห็นได้ด้วยตนเอง นอกจากนั้นยังสังเกตได้อีกเช่นกันว่าเด็กหญิงมีแนวโน้มที่จะเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ได้ดีกว่าเด็กชาย เพราะมีสมาธิและยาวกว่า เรื่องการเลือกใช้คำศัพท์การสร้างรูปประโยค การสะกดคำของเด็กหญิงก็ดูจะดีกว่าเด็กชายพอสมควรทีเดียว ในเรื่องทักษะการแก้ปัญหา ก็เหมือนกัน ในวัยเดียวกันเด็กหญิงจะแก้ปัญหาได้ดีกว่า ไวกว่าและเป็นขั้นตอนมากกว่าเด็กชายจะพบเห็นได้บ่อยที่เด็กหญิงจะไม่ขอความช่วยเหลือในการแก้ปัญหา แต่จะพยายามหาวิธีแก้ปัญหาด้วยตนเอง ส่วนเด็กชายมักจะมีใจสั้นกว่าเด็กหญิง ในเรื่องพัฒนาการกล่ามน้ำของเด็กรายก็ยังไม่แข็งแรงเท่าเพศหญิง เด็กชายจะไม่ค่อยชอบเขียนหนังสือ ไม่ชอบหยิบสียิปปากกา หรือดินสอขึ้นมาวาดรูป ขีดเขียนสิ่งต่าง ๆ แต่ทักษะเหล่านี้สามารถฝึกหัดให้ดีขึ้นได้โดยการอ่านหนังสือให้เขาฟังหรือผลัดกันเล่านิทาน ทำกิจกรรมสร้างสรรค์เพื่อเป็นการฝึกให้เขามีความอดทนอดกลั้นและมีสมาธิมากขึ้น

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ครูควรสร้างบรรยากาศในการทำกิจกรรมที่เงียบสงบ ซึ่งสามารถช่วยให้เด็กมีสติ มีความตั้งมั่น ความตั้งใจ ไม่มีเสียงรบกวนมากนัก ทำให้เด็กสนใจในการทำกิจกรรมได้ดีขึ้น

2. ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมสวดมนต์แบบคาทอลิกควรมีความยืดหยุ่น โดยให้ขึ้นอยู่กับกิจกรรม ควรจัดเวลาให้เหมาะสมเพื่อให้การดำเนินกิจกรรมสวดมนต์สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี เพราะบางกิจกรรมอาจจะใช้เวลามากกว่าเวลาที่กำหนดไว้

3. ควรพัฒนาการจัดกิจกรรมในลักษณะที่หลากหลาย ในทุกระดับชั้นของเด็กปฐมวัย เพื่อการพัฒนาพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เด็กเบื่อหน่าย และมีคุณภาพมากขึ้น

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบพฤติกรรมการมีสมาธิกับนักเรียนหลายกลุ่มและหลายวิธีสอน เพื่อค้นหาวิธีการสอนที่ดีที่สุดต่อไปสำหรับเด็กปฐมวัยและชั้นอื่น ๆ

2. ควรมีการศึกษาการจัดกิจกรรมสวดมนต์แบบคาทอลิกเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยในโรงเรียนอื่น ๆ

3. ควรมีการศึกษาพฤติกรรมการมีสมาธิของเด็กปฐมวัยโดยใช้กิจกรรมอื่น ๆ เช่น การเล่นเกม การเล่นเกมประกอบ การทำงานประดิษฐ์ การถักร้อย การร้องเพลง และการฝึกนอนหลับโดยใช้สมาธิ เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

ภาษาไทย

กระทรวงศึกษาธิการ. (2547). การสร้างวินัยในชั้นปฐมวัย. กรุงเทพฯ : ศุภสภาลาดพร้าว.

กุสุมา แผลงพับ. (2553). ผลของการใช้ชุดกิจกรรมศิลปะสร้างสรรค์ที่มีต่อการสร้างสมาธิของเด็กปฐมวัย

ชั้นปีที่ 1 ของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กวัดนาพรม อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี.

เดือนใจ มีจำรัส. (2555). ผลของการจัดกิจกรรมท่องคำคล้องจองที่มีต่อการสร้างสมาธิของเด็กปฐมวัย

ชั้นบริหารของโรงเรียนอรุณประดิษฐ์ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี.

นิตยา ประพฤติกิจ. (2550). การวิจัยในชั้นเรียนสำหรับครูปฐมวัย. โปรแกรมวิชาการศึกษาศึกษาปฐมวัย

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี.

ปาริชาติ แสงแก้ว. (2551). ผลของโปรแกรมการฝึกสมาธิแบบพุทธต่อชาวปัญญาและชาวอารมณ์

ในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

พระศาสนจักรคาทอลิก ภาค 4. (2551). คู่มือการจัดการเรียนรู้คริสต์ศาสนา ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5.

กรุงเทพฯ : อัสสัมชัญ.

พิชิต ฤทธิเจริญ. (2548). หลักการวัดและประเมินผลการศึกษา. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์เฮาส์ออฟเคอร์มีส.

วัฒนา ปุณณฤทธิ. (2549). คู่มือครูระดับอนุบาล ป. 1 เล่ม 2. กรุงเทพฯ : จูน พับลิชชิง จำกัด.

ศศิธร บัวสอน. (2552). ผลของโปรแกรมการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติที่มีต่อเชาว์อารมณ์ของนักเรียน
 ช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนบ้านคลองสะท้อน จังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต
 สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา.

สมชัย พิทยาพงศ์พร. (2547). จิตภาวนา. กรุงเทพฯ : สดาร์บุม 2010.

อริยะ สุพรรณเภัช. (2545) พัฒนา I.Q, E.Q, M.Q. และสมาธิด้วยพลังคลื่นเสียง. กรุงเทพฯ : มหาจุฬาลงกรณ์
 ราชวิทยาลัย.

อาจอง ชุมสาย ณ อยุธยา. (2553). คุณธรรมนำความรู้. กรุงเทพฯ : บริษัท เอ.พี กราฟิคดีไซน์และการพิมพ์
 จำกัด.

อมร สังข์นาค. (2552). วิถีธรรมวิถีไทย. ค้นเมื่อ พฤษภาคม 11, 2556 จาก http://www.nayoktech.ac.th/~amon/in11_2.html.

ภาษาต่างประเทศ

Mayotte, G. (2010). Faculty Prayer in Catholic Schools: A Survey of Practices and Meaning.

Catholic Education: A Journal of Inquiry and Practice, v13 n3 p329-349

Mar 2010.