



The Effects of Ethical Training Reflection on Developing Professional Experiences of Student Teachers

Chakphong Ninphong

Teaching Profession Program, Faculty of Education and Human Development, Chaiyaphum Rajabhat University, Thailand

E-mail: skyaifin@gmail.com, ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0001-3859-8779>

Received 29/03/2024

Revised 03/04/2024

Accepted 30/04/2024

Abstract

Background and Aims: Enhancing the quality of education to align with Sustainable Development Goals (SDGs) is a significant challenge for teacher education institutions, particularly in strengthening professional experiences and ethics for student teachers. This research aims to examine the effects of ethical training reflection on the developing professional experiences of student teachers, to synthesize key themes that reflect the relationship between ethical training, reflection process, and self-development in the dimension of being a teacher.

Methodology: This qualitative research collected data from an online reflective collection with 87 student teachers who participated in an ethics education program at Weerawonsaram Temple Muang Chaiyaphum that emphasizes Dhamma practice and reflection. The data were then analyzed using thematic analysis to identify key themes that reflect the effects of ethical training integrated with reflection on self-development for supporting professional teaching.

Results: The analysis revealed five key themes: 1) punctuality promotes self-responsibility and discipline, 2) restraint in physical actions, speech, and mind is fundamental to being a teacher, 3) chanting, meditation, and alms offering help calm the mind, enhance mindfulness and generosity, 4) observing absentmindedness leads to self-understanding, mindfulness, and focus on the present, which benefit teaching and self-development, 5) analyzing one's own Dhamma practice process leads to understanding and appreciating the value of Dhamma practice in developing the mind and teaching skills. These five themes reflect the interconnected relationship between ethical training, reflection, and self-development in the dimensions of mind, thought, and teaching behavior, leading to professional teaching.





Conclusion: Ethical training that emphasizes reflection coupled with self-reflection is a significant process in developing teacher professional experiences in the 21st century, which requires the development of teachers in the dimensions of knowledge, skills, and ethics simultaneously. This will lead to the creation of quality teachers who are ready to drive sustainable development in the future.

Keywords: Reflection; Ethical Training; Teacher Professional Experiences; Education for Sustainable Development





ผลของการสะท้อนคิดจากการฝึกจริยธรรมต่อการพัฒนาประสบการณ์วิชาชีพของนักศึกษาครู

จักรพงษ์ นิลพงษ์

สาขาวิชาชีพครู คณะครุศาสตร์และการพัฒนามนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ

บทคัดย่อ

ภูมิหลังและวัตถุประสงค์: การพัฒนาคุณภาพการศึกษาให้สอดคล้องกับเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (SDGs) เป็นความท้าทายสำคัญของสถาบันผลิตครู โดยเฉพาะการเสริมสร้างประสบการณ์วิชาชีพและคุณธรรมจริยธรรมให้กับนักศึกษาครู งานวิจัยนี้มุ่งศึกษาผลของกระบวนการสะท้อนคิดจากการฝึกจริยธรรมที่มีต่อการส่งเสริมประสบการณ์วิชาชีพของนักศึกษาครู เพื่อสังเคราะห์แก่นสาระสำคัญที่สะท้อนความสัมพันธ์ระหว่างการฝึกจริยธรรม กระบวนการสะท้อนคิด และการพัฒนาตนเองในมิติของความเป็นครู

ระเบียบวิธีการวิจัย: การวิจัยเชิงคุณภาพนี้เก็บข้อมูลจากแบบบันทึกผลการสะท้อนคิดออนไลน์ กับนักศึกษาครูที่เข้าร่วมอบรมหลักสูตรจริยธรรมที่เน้นการปฏิบัติธรรมและการสะท้อนคิด จำนวน 87 คน จากนั้นนำข้อมูลมาวิเคราะห์แก่นสาระ (Thematic Analysis) เพื่อค้นหาประเด็นสำคัญที่สะท้อนผลของการฝึกจริยธรรมร่วมกับการสะท้อนคิดที่มีต่อการพัฒนาตนเองเพื่อส่งเสริมความเป็นครูมืออาชีพ

ผลการวิจัย: ผลการวิเคราะห์พบแก่นสาระสำคัญ 5 ประเด็น คือ 1) การตรงต่อเวลาส่งเสริมความรับผิดชอบและวินัยในตน 2) การสำรวมกาย วาจา ใจ เป็นพื้นฐานของความเป็นครู 3) การสวดมนต์ ทำสมาธิ และตักบาตรทำบุญ ช่วยให้จิตใจสงบ มีสติ และเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ 4) การสังเกตอาการผลึกคิดทำให้เข้าใจตนเอง มีสติ และตั้งใจกับปัจจุบัน ซึ่งมีประโยชน์ต่อการสอนและพัฒนาตนเอง 5) การวิเคราะห์ขั้นตอนการปฏิบัติธรรมทำให้เข้าใจและเห็นคุณค่าของการปฏิบัติธรรมในการพัฒนาจิตใจและทักษะการสอน ทั้ง 5 แก่นสาระสะท้อนความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันระหว่างการฝึกจริยธรรม การสะท้อนคิด และการพัฒนาตนเองในมิติจิตใจ ความคิด และพฤติกรรม การสอน อันจะนำไปสู่ความเป็นครูมืออาชีพ

สรุปผล: การฝึกจริยธรรมที่เน้นการสะท้อนคิดเพื่อปรับปรุงการฝึกวิชาชีพเป็นกระบวนการสำคัญในการพัฒนาประสบการณ์วิชาชีพครูในศตวรรษที่ 21 ซึ่งจำเป็นต้องพัฒนาครูทั้งในมิติของความรู้ ทักษะ และจริยธรรมไปพร้อม ๆ กัน อันจะนำไปสู่การสร้างครูคุณภาพที่พร้อมขับเคลื่อนการพัฒนาที่ยั่งยืน

คำสำคัญ: การสะท้อนคิด; การฝึกจริยธรรม; ประสบการณ์วิชาชีพครู; การศึกษาเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน

บทนำ

การศึกษาเป็นกลไกขับเคลื่อนที่สำคัญในการพัฒนามนุษย์และสังคมให้เจริญก้าวหน้าอย่างยั่งยืน ทั้งในมิติเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมที่ยั่งยืน (UNESCO, 2017) โดยมีเป้าหมายเพื่อให้ผู้เรียนได้พัฒนาศักยภาพของ



ตนเองอย่างเต็มที่ มีทักษะและสมรรถนะที่จำเป็นในการดำรงชีวิตและการทำงาน ตลอดจนมีคุณลักษณะอันพึงประสงค์ในฐานะพลเมืองที่ดีของประเทศและของโลก ซึ่งสอดคล้องกับเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืนของสหประชาชาติ ที่ให้ความสำคัญกับการสร้างหลักประกันว่าทุกคนมีการศึกษาที่มีคุณภาพอย่างครอบคลุมและเท่าเทียม และสนับสนุนโอกาสในการเรียนรู้ตลอดชีวิต

ในการจัดการศึกษาเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน การปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมควบคู่ไปกับการพัฒนาความรู้และทักษะให้แก่ผู้เรียนนับเป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะจริยธรรมเป็นรากฐานที่หล่อหลอมความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ช่วยให้ผู้เรียนสามารถแยกแยะความดีความชั่ว ตัดสินใจเลือกกระทำในสิ่งที่ถูกต้อง และดำรงชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างสงบสุข โดยเฉพาะสำหรับวิชาชีพครู ที่จำเป็นต้องมีจริยธรรมเป็นคุณสมบัติพื้นฐาน ทั้งในฐานะผู้ถ่ายทอดความรู้ สอนทักษะ และปลูกฝังคุณธรรมแก่ศิษย์ รวมถึงการเป็นแบบอย่างที่ดีในการประพฤติปฏิบัติตน เพื่อให้สอดคล้อง ข้อบังคับคุรุสภา ว่าด้วยมาตรฐานวิชาชีพ (ฉบับที่ 4) พ.ศ. 2562 ดังนั้น สถาบันผลิตครูจึงต้องให้ความสำคัญกับการพัฒนาจริยธรรมควบคู่ไปกับการพัฒนาความรู้ความสามารถให้แก่นักศึกษาครู เพื่อสร้างครูที่มีคุณภาพ อันจะนำไปสู่การพัฒนาการศึกษาและสังคมที่ยั่งยืน

กระบวนการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูเป็นช่วงเวลาสำคัญที่นักศึกษาครูจะได้นำความรู้ ทักษะ และจริยธรรมที่ได้เรียนรู้ในสถาบันผลิตครูไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติการสอนจริงในสถานศึกษา ควบคู่ไปกับการรับการฝึกฝนและหล่อหลอมด้านจริยธรรมผ่านประสบการณ์ต่างๆ ที่ได้พบเจอระหว่างการฝึกสอน ไม่ว่าจะเป็นการปฏิสัมพันธ์กับนักเรียน เพื่อนครู ผู้บริหารโรงเรียน หรือแม้แต่ผู้ปกครอง ซึ่งสถานการณ์เหล่านี้ล้วนเป็นบทเรียนชีวิตที่มีคุณค่า ที่นักศึกษาครูสามารถนำมาใคร่ครวญทบทวน (reflection) เพื่อปรับปรุงและพัฒนาตนเอง (Korthagen & Vasalos, 2005) ให้เป็นครูที่ดีและมีจริยธรรมอย่างแท้จริง

โดยการสะท้อนคิดนี้จะช่วยให้นักศึกษาเกิดการตรวจสอบและปรับเปลี่ยนความคิด ทักษะ และพฤติกรรมของตนเอง เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งถึงบทบาทและความรับผิดชอบของความเป็นครู รวมถึงเห็นความสำคัญของการมีจริยธรรมในวิชาชีพ ซึ่งกระบวนการสะท้อนคิดที่ได้จากการฝึกจริยธรรมจะเป็นส่วนที่ส่งเสริมให้การฝึกประสบการณ์วิชาชีพเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและเกิดประสิทธิผลสูงสุด ทั้งในแง่ของการพัฒนาสมรรถนะความเป็นครู และการสร้างเสริมจริยธรรมและจรรยาบรรณวิชาชีพ ซึ่งจะเป็นรากฐานสำคัญในการเป็นครูที่ดีและมีคุณภาพ ที่จะสามารถขับเคลื่อนการศึกษาเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนต่อไปในอนาคต

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของกระบวนการสะท้อนคิดจากการฝึกจริยธรรมด้วยกระบวนการสังเกตการฝึกจริยธรรมของตนเอง การสะท้อนคิดต่อการฝึกจริยธรรม และการนำข้อคิดที่ได้จากการสะท้อนคิดไปใช้ในการฝึกประสบการณ์วิชาชีพ



2.เพื่อวิเคราะห์และสังเคราะห์แก่นสาระหลัก (Key Themes) ที่สะท้อนถึงความสัมพันธ์ของกระบวนการสะท้อนคิด การฝึกจริยธรรม และการพัฒนาตนเองเพื่อส่งเสริมประสบการณ์วิชาชีพของนักศึกษาครู

การทบทวนวรรณกรรม

ความหมายของจริยธรรม ธรรมที่เป็นข้อประพฤติปฏิบัติ, ศีลธรรม, กฎศีลธรรม (พจนานุกรมออนไลน์ราชบัณฑิตยสถาน, 2557)

หลักจริยธรรมในวิชาชีพครูตามแนวพุทธจริยธรรมของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) (2557) ได้ตั้งนี้ ครูควรมีคุณสมบัติของกัลยาณมิตร 8 ประการ ได้แก่ น่ารัก น่าเคารพ น่าเจริญใจ รู้จักพูดให้ได้ผล อดทนต่อถ้อยคำ แกล้งเรื่องเล็กซึ่งได้ และไม่ชักนำในทางที่ผิดนอกจากนี้ ครูควรแสดงธรรมเทศนา 5 ประการในการสอน คือ สอนแบบมีลำดับ จับประเด็นสำคัญมาอธิบาย สอนด้วยเมตตา ไม่มุ่งหวังอาภิสสินจ้าง และไม่ยกตนข่มผู้อื่น

ครูที่ดีควรมีลีลาการสอน 4 ประการ คือ ชี้ให้เห็นชัด ชวนให้ปฏิบัติ ใ้ให้กล้า และปลูกให้รำเริง รวมถึงตรวจสอบตนเองตามหลักการสอนของพระบรมครู คือ สอนด้วยความรู้จริง มีเหตุผล และได้ผลจริง ตลอดจนปฏิบัติหน้าที่ต่อศิษย์ 5 ประการ ได้แก่ แนะนำให้เป็นคนดี สอนให้เข้าใจแจ่มแจ้ง สอนวิชาให้สิ้นเชิง ยกย่องความดี และสร้างเครื่องคุ้มภัยในการดำเนินชีวิตให้แก่ศิษย์

ดวงเดือน พันธุมนาวิน (2524) ได้แบ่งลักษณะต่างๆ ที่มนุษย์เกี่ยวข้องกับจริยธรรมเป็น 4 ด้าน ความรู้เชิงจริยธรรมเป็นการมีความรู้ในสังคมของตน พฤติกรรมชนิดใดควรกระทำหรือการกระทำใดควรงดเว้น ทศนคติทางจริยธรรมหมายถึงความรู้สึกรู้สึกของมนุษย์เกี่ยวกับลักษณะหรือพฤติกรรมทางจริยธรรมต่างโดยมักจะสอดคล้องกับค่านิยมในสังคมนั้นๆ เหตุผลเชิงจริยธรรมคือการที่บุคคลเลือกใช้เหตุผลในการเลือกที่จะกระทำหรือเลือกที่จะไม่กระทำอย่างใดอย่างหนึ่ง พฤติกรรมทางจริยธรรมเป็นการแสดงพฤติกรรมที่ สังคมนิยมชมชอบ หรือการงดเว้นการไม่แสดงพฤติกรรม

วศิน อินทสระ (2541) ได้สรุปความสำคัญของจริยธรรมไว้ว่า จริยธรรมเป็นรากฐานของความเจริญรุ่งเรืองมั่นคง และสงบสุขของสังคม การพัฒนาประเทศที่ยั่งยืนจำเป็นต้องพัฒนาจิตใจและจริยธรรมของคนในสังคมควบคู่ไปด้วย มิเช่นนั้นการพัฒนาอาจนำไปสู่การแข่งขันและเบียดเบียนกันนอกจากนี้ จริยธรรมยังไม่ได้จำกัดอยู่เพียงการปฏิบัติธรรมส่วนตัว แต่ครอบคลุมถึงการวางรากฐานความคิด การทำหน้าที่ และการดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง ซึ่งจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสังคมโดยรวมจริยธรรมจึงมีบทบาทสำคัญในการควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์ในสังคมให้เคารพในศักดิ์ศรีของกันและกัน เกิดความรักสามัคคี และปฏิบัติต่อกันด้วยความเอื้ออาทร ทั้งต่อผู้อาวุโสและผู้ด้อยกว่า

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาจริยธรรมและจรรยาบรรณวิชาชีพครู พบว่าทงงานวิจัยล้วนให้ความสำคัญกับการส่งเสริมและพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมให้แก่ผู้ประกอบวิชาชีพครู ไม่ว่าจะเป็นครูประจำการหรือนักศึกษาครู (เศรษฐีนา เปื้องพิชญธร และพวงเพ็ญ อินทรประวัติ, 2566) เนื่องจากเป็นคุณลักษณะสำคัญที่

จะช่วยให้ครูสามารถปฏิบัติหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ศิษย์ และเป็นที่ยอมรับนับถือของสังคม ซึ่งสอดคล้องกับเจตนารมณ์ของวิชาชีพครูที่มุ่งผลิตและพัฒนาครูให้เป็นผู้มีความรู้ ทักษะ และคุณธรรมจริยธรรมควบคู่กัน (ดุสิต ปรีพูล และคณะ, 2562)

อย่างไรก็ตาม รายละเอียดของการศึกษาในแต่ละงานวิจัยมีความแตกต่างกันออกไป บางเรื่องเน้นศึกษาสภาพปัญหาและความต้องการในการพัฒนาจริยธรรมของผู้ประกอบวิชาชีพครู (ดุสิต ปรีพูล และคณะ, 2562) บางเรื่องมุ่งสร้างหรือพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างจริยธรรมให้แก่ครูหรือนักศึกษาครู (นิตยา ทองจันทาด และคณะ, 2563; สิทธิพงษ์ สุพรม และคณะ, 2566) และบางเรื่องเน้นการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการพัฒนาจริยธรรมวิชาชีพ (ดุสิต ปรีพูล และคณะ, 2562) ซึ่งความแตกต่างเหล่านี้แสดงให้เห็นถึงมิติต่างๆ ของการพัฒนาจริยธรรมวิชาชีพครูที่ครอบคลุมและเชื่อมโยงกัน

เมื่อพิจารณาในบริบทของการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู จะเห็นได้ว่าผลการวิจัยทั้งหมดต่างชี้ให้เห็นความสำคัญของการบ่มเพาะคุณธรรมจริยธรรมให้แก่นักศึกษาครูตั้งแต่ระหว่างการศึกษาและการฝึกประสบการณ์วิชาชีพ เพื่อให้พวกเขามีคุณลักษณะความเป็นครูที่ดี มีจิตวิญญาณความเป็นครู สามารถประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี และนำหลักจริยธรรมไปใช้ในการปฏิบัติงานได้อย่างเหมาะสม (นิตยา ทองจันทาด และคณะ, 2563) ดังนั้นการออกแบบหลักสูตรการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูจึงควรเน้นการสอดแทรกกิจกรรมและประสบการณ์ที่ส่งเสริมจริยธรรม ทั้งในรูปแบบของการอบรม การฝึกปฏิบัติจริง การสะท้อนคิด และการมีส่วนร่วมจากผู้ที่เกี่ยวข้อง (เศรษฐีญา เปรื่องพิชญาธร และพวงเพ็ญ อินทรประวัตติ, 2566)

นอกจากนี้ การนำกระบวนการสะท้อนคิดมาใช้ในการฝึกจริยธรรมสำหรับนักศึกษาครูก็นับว่ามีความสำคัญ (เศรษฐีญา เปรื่องพิชญาธร และพวงเพ็ญ อินทรประวัตติ, 2566) เนื่องจากเป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยให้พวกเขาได้ทบทวนประสบการณ์ ตระหนักรู้ถึงคุณค่าและความหมายของการกระทำ เข้าใจอุปสรรคและความท้าทายที่อาจเผชิญ ตลอดจนมองเห็นแนวทางในการพัฒนาตนเองทั้งในมิติของความรู้ ทักษะ และคุณธรรมจริยธรรม ซึ่งการสะท้อนคิดนี้สามารถทำได้หลากหลายวิธี เช่น การเขียนบันทึกสะท้อนการเรียนรู้ การแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนนักศึกษาและอาจารย์นิเทศ การนำเสนอและอภิปราย เป็นต้น (สิทธิพงษ์ สุพรม และคณะ, 2566) อันจะนำไปสู่การสร้างคุณธรรมตระหนักรู้และปรับเปลี่ยนทัศนคติที่ดีในการพัฒนาตนเองสู่ความเป็นครูมืออาชีพ

กล่าวโดยสรุปงานวิจัยมีประเด็นที่เชื่อมโยงกับการพัฒนาจริยธรรมเพื่อส่งเสริมการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู โดยชี้ให้เห็นความสำคัญของการส่งเสริมจริยธรรมให้แก่นักศึกษาครูผ่านการบูรณาการในหลักสูตรการฝึกประสบการณ์วิชาชีพ (นิตยา ทองจันทาด และคณะ, 2563; เศรษฐีญา เปรื่องพิชญาธร และพวงเพ็ญ อินทรประวัตติ, 2566) ทั้งนี้ กระบวนการสะท้อนคิดถือเป็นองค์ประกอบสำคัญที่ช่วยให้ นักศึกษาสามารถประมวลความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับ นำไปสู่การปรับปรุงพัฒนาตนเองในทุกมิติ (เศรษฐีญา เปรื่องพิชญาธร และพวงเพ็ญ อินทร



ประวัติ, 2566; สิทธิพงษ์ สุพรม และคณะ, 2566) ซึ่งจะเป็นรากฐานสำคัญในการเติบโตไปเป็นครูที่ดี มีคุณภาพ และเป็นต้นแบบจริยธรรมที่ดีให้แก่ศิษย์ต่อไปในอนาคต

จากการศึกษางานวิจัยในต่างประเทศพบว่าการสะท้อนคิดเป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาวิชาชีพครู โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านการเสริมสร้างจริยธรรมและอัตลักษณ์ทางวิชาชีพ งานวิจัยของ Williams และ Power (2009) แสดงให้เห็นว่ากระบวนการสะท้อนคิดแบบแกนแท้ (core reflection) ช่วยให้อาจารย์ผู้สอนครูได้ตรวจสอบคุณลักษณะส่วนบุคคลและอารมณ์ความรู้สึกในการปฏิบัติการสอน ซึ่งนำไปสู่การสร้างอัตลักษณ์ทางวิชาชีพและการพัฒนาการปฏิบัติงานสอนอย่างต่อเนื่องอย่างไรก็ตาม Korthagen (2010) ชี้ให้เห็นว่าการสะท้อนคิดเป็นแนวคิดที่อิงกับค่านิยมและบรรทัดฐานอย่างมาก ดังนั้นการศึกษาลงมือของการสะท้อนคิดจึงควรมีกรอบทฤษฎีที่เชื่อมโยงกับมุมมองเกี่ยวกับการสอนที่ดีด้วย นอกจากนี้ ควรใช้วิธีการค่อยเป็นค่อยไปในการส่งเสริมการสะท้อนคิด โดยเฉพาะกับนักศึกษาครูที่มีแนวโน้มพึ่งพามาก นอกจากการสะท้อนคิดในระดับปัจเจก งานวิจัยของ Braadbaart et al. (2023) แสดงให้เห็นว่าการใช้โมเดล ALACT ในการจัดโครงสร้างกิจกรรมสะท้อนคิดแบบก้าวหน้าเป็นวงจรมานั้น สามารถส่งเสริมการพัฒนาทักษะวิชาการของนักศึกษาระดับปริญญาตรีได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยยังรักษาภาระงานของผู้สอนและนักศึกษาให้อยู่ในระดับที่ยอมรับได้ แต่ต้องมีการช่วยเหลือสนับสนุน (scaffolding) ที่เพียงพอและปรับให้เหมาะสมกับประสบการณ์ของนักศึกษา

Korthagen และ Vasalos (2005) ได้เสนอแนวคิดการสะท้อนคิดแบบแกนกลาง (core reflection) ซึ่งมุ่งเน้นไปที่ระดับลึกในตัวตนของครู เพื่อช่วยให้พวกเขาตระหนักรู้ในคุณลักษณะแกนแท้ (core qualities) และนำมาใช้เอาชนะอุปสรรคต่างๆ การสะท้อนคิดแบบแกนกลางสอดคล้องกับจิตวิทยาเชิงบวก ที่เน้นการพัฒนาผู้คน โดยสร้างจากจุดแข็ง และช่วยให้ครูนำศักยภาพภายในมาใช้ได้อย่างเต็มที่ได้ Wegner, Weber และ Ohlberger (2014) ได้ประยุกต์ใช้โมเดล ALACT ในโครงการ "Kolumbus-Kids" เพื่อพัฒนาทักษะการสะท้อนคิดของนักศึกษาครูตั้งแต่ก่อนเข้าสู่การฝึกสอนจริง โดยใช้เครื่องมือออนไลน์ Reflection-Wiki และการบันทึกวิดีโอการสอนให้นักศึกษาวิเคราะห์ย้อนหลัง ซึ่งได้ผลตอบรับเชิงบวก ทำให้นักศึกษารู้สึกพร้อมและมั่นใจขึ้นเมื่อต้องเข้าสู่การฝึกสอนจริงต่อไป

นอกจากนี้ Korthagen และ Nuijten (2018) ได้นำเสนอกรอบแนวคิดการสะท้อนคิดแบบแกนกลางอย่างเป็นระบบ ประกอบด้วย 3 หลักการสำคัญ คือ 1) การผสมผสานการคิด ความรู้สึก และความต้องการ 2) การเน้นคุณภาพและอุดมการณ์ส่วนบุคคลเพื่อสร้างความรู้สึกเชิงบวก 3) การให้ความสำคัญกับการเอาชนะสิ่งกีดขวางภายในที่ขัดขวางพลังของคุณภาพแกนแท้และอุดมการณ์ โดยใช้โมเดล Onion ในการบอกระดับต่างๆ ของการสะท้อนคิด งานวิจัยชี้ว่าการใช้กรอบแนวคิดนี้ในการโค้ชครู นักเรียน และพัฒนาครูฝึกหัด นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในระยะยาวที่สอดคล้องกับศักยภาพภายในอย่างแท้จริง

กล่าวโดยสรุปจะเห็นได้ว่า การสะท้อนคิดเป็นเครื่องมือสำคัญในการส่งเสริมการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการฝึกจริยธรรมและพัฒนาทางวิชาชีพ กระบวนการสะท้อนคิดช่วยให้ผู้เรียนได้ตรวจสอบคุณลักษณะส่วนบุคคล ความเชื่อ พันธกิจ และการปฏิบัติงานของตน ทั้งในระดับปัจเจกและกลุ่ม การใช้โมเดลการสะท้อนคิดเชิงโครงสร้าง เช่น ALACT และการสะท้อนคิดแบบแกนกลางที่มุ่งเน้นระดับลึกในตัวตน สามารถกระตุ้นการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง ปรับเปลี่ยนมุมมอง และนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในระยะยาว ซึ่งถือเป็นรากฐานสำคัญในการพัฒนาครูที่มีจริยธรรม มีการพัฒนาทางวิชาชีพที่ชัดเจน และสามารถเป็นแบบอย่างที่ดีให้แก่ศิษย์ต่อไป

กรอบแนวคิดการวิจัย

ทฤษฎีที่เป็นฐานคิดในการพัฒนารอบแนวคิดการวิจัยมาจาก โมเดล ALACT (Korthagen & Vasalos, 2005) โดย Korthagen เสนอว่าครูควรปฏิบัติตามโมเดลวงจร 5 ขั้นตอนเมื่อสะท้อนคิดเกี่ยวกับการปฏิบัติงานของตน โดยเริ่มจาก (1) การปฏิบัติ (Action) และตามด้วย (2) การย้อนมองการปฏิบัติ (Looking back on the action) (3) การตระหนักถึงแง่มุมสำคัญ (Awareness of essential aspects) (4) การสร้างสรรค์ทางเลือกในการปฏิบัติ (Creating alternative methods of action) และ (5) การทดลองปฏิบัติวิธีการใหม่ (Trial of new practices) จากนั้นก็จะย้อนกลับไปสู่ขั้นตอนการปฏิบัติใหม่อีกเป็นวงจร เมื่อนำมาสังเคราะห์กับวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องผู้วิจัยจึงได้พัฒนารอบแนวคิดนำทางเบื้องต้น ในการสะท้อนคิดออกเพื่อส่งเสริมการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู และสอดคล้องกับการวิจัยในครั้งนี้ ดังนี้

1. กระบวนการสังเกตและการมอย้อนกลับไปเพื่อการฝึกจริยธรรมของตนเอง ช่วยให้เราเข้าใจเหตุผลและปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของเราเอง ซึ่งเป็นพื้นฐานที่สำคัญในการพัฒนาตนเอง ด้วยการสะท้อนคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ผิด หรือประสบการณ์ที่ผ่านมา เราสามารถปรับปรุงพฤติกรรมและการตอบสนองของเราได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. การสะท้อนคิดต่อการฝึกจริยธรรม กระบวนการนี้จะช่วยเสริมสร้างความตั้งใจและความมุ่งมั่นในการพัฒนาตนเองให้เป็นคนที่ดีขึ้นทุกวัน การเรียนรู้จากความผิดพลาดและการประสบความสำเร็จในการฝึกจริยธรรมช่วยเสริมใจให้ก้าวข้ามอุปสรรคและพัฒนาศักยภาพตนเองอย่างต่อเนื่อง

3. การนำข้อคิดที่ได้จากการสะท้อนคิดไปใช้ในการฝึกประสบการณ์วิชาชีพ ซึ่งจะช่วยเสริมสร้างทักษะการทำงานและการเป็นผู้นำที่มีคุณค่า การมีมุมมองที่มีสติและรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเองช่วยสร้างบรรยากาศทำงานที่ดีและเติบโตในที่ทำงานอย่างยั่งยืน การฝึกฝนด้านจริยธรรมช่วยให้เราเป็นผู้นำที่มีความสามารถในการเป็นแบบอย่างและส่งเสริมพัฒนาการของผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ระเบียบวิธีการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้วิธีการโดยใช้แบบเก็บข้อมูลที่มีประเด็นคำถามที่กำหนดไว้กว้างๆ ประกอบด้วย โดยเน้นกระบวนการสังเกตการฝึกจริยธรรมของตนเอง การสะท้อนคิดต่อการฝึกจริยธรรม และการนำข้อคิดที่ได้จากการสะท้อนคิดไปใช้ในการฝึกประสบการณ์วิชาชีพ โดยมีรายละเอียดดังนี้

1.แหล่งข้อมูลในการวิจัย กลุ่มเป้าหมายในวิจัยครั้งนี้ นักศึกษาประกาศนียบัตรบัณฑิตสาขาวิชาชีพครู มหาวิทยาลัยราชภัฏชัยภูมิ ที่เข้าร่วมอบรมหลักสูตรการฝึกจริยธรรม ณ วัดวีรวงศาราม อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ ที่เน้นการปฏิบัติธรรม การฝึกจิต การสังเกตจิต การฝึกจริยธรรม และการสะท้อนคิด จำนวน 87 คน จากจำนวนทั้งหมด 89 คน โดยพิจารณาจากการเป็นนักศึกษาประกาศนียบัตรบัณฑิต สาขาวิชาชีพครูที่กำลังเตรียมพร้อมจะฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูในภาคเรียนที่ 1/2566

2.เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบบันทึกข้อมูลแบบออนไลน์ผ่าน google form โดยมีการออกแบบข้อคำถามในแบบบันทึกข้อมูลให้สอดคล้องกับกรอบแนวคิดการวิจัย โดยเน้นกระบวนการสังเกตการฝึกจริยธรรมของตนเอง การสะท้อนคิดต่อการฝึกจริยธรรม และการนำข้อคิดไปใช้ในการฝึกประสบการณ์วิชาชีพ จากนั้นโดยแบบเก็บข้อมูลได้นำไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่านได้พิจารณาให้ข้อเสนอแนะ ให้ปรับปรุง และดำเนินการปรับปรุง ให้สอดคล้องกับกรอบแนวคิดและจริยธรรมการวิจัย

3.การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการอธิบายชี้แจงกระบวนการเก็บข้อมูลให้นักศึกษา ในช่วงเวลาที่พักหลังจากการปฏิบัติธรรม และส่งคิวอาร์โค้ดแบบบันทึกข้อมูลให้นักศึกษาได้ดำเนินการ บันทึกข้อมูลโดยใช้โทรศัพท์มือถือหรืออุปกรณ์สื่อสารที่มีสัญญาณอินเทอร์เน็ต มีการปรับยืดหยุ่นเรื่องเวลาที่ให้กับนักศึกษาที่มากเพียงพอประมาณ 2-3 ชั่วโมง ที่จะให้ให้นักศึกษาได้ทำการสะท้อนคิดถึงประสบการณ์ฝึกจริยธรรมที่ผ่านมาทั้งในอดีตและปัจจุบันอย่างอิสระ และสามารถบันทึกการข้อมูลสะท้อนคิดผ่านระบบออนไลน์ตามข้อคำถาม

4.การวิเคราะห์ข้อมูล จากการเก็บข้อมูลจากนักศึกษาประกาศนียบัตรวิชาชีพครูที่เข้าร่วมอบรมหลักสูตรการฝึกจริยธรรม ณ วัดวีรวงศาราม อำเภอเมือง จังหวัดชัยภูมิ ที่เน้นการปฏิบัติธรรม การฝึกจิต การสังเกตจิต การฝึกจริยธรรม และการสะท้อนคิด จำนวน 87 คน จากจำนวนทั้งหมด 89 คน จากนั้นจึงนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาแก่นสาระหลัก (Key Themes) ด้วยวิธีการวิเคราะห์แก่นสาระ (Thematic Analysis) ของ Braun & Clarke (2006) ซึ่งมี 6 ขั้นตอน ดังนี้ 1) ทำความเข้าใจข้อมูล 2) กำหนดรหัสเบื้องต้น 3) ค้นหาแก่นสาระ 4) ทบทวนแก่นสาระ 5) กำหนดชื่อและความหมายของแก่นสาระ และ 6) เขียนรายงาน ในการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยวิธี Thematic Analysis นับเป็นเครื่องมือสำคัญ ด้วยคุณลักษณะเด่นหลายประการ ประการแรกคือความยืดหยุ่น วิธีนี้เรียนรู้ได้ค่อนข้างง่ายและรวดเร็ว ไม่ซับซ้อนจนเกินไป จึงเหมาะอย่างยิ่งสำหรับนักวิจัยมือใหม่ที่ยังมีประสบการณ์ในการวิจัยเชิงคุณภาพไม่มากนัก



นอกจากนี้ ผลลัพธ์ที่ได้จากการวิเคราะห์แก่นสาระมักจะออกมาในรูปแบบที่เข้าใจได้ง่าย แม้สำหรับบุคคลทั่วไปที่มีพื้นความรู้ไม่มาก ไม่จำเป็นต้องเชี่ยวชาญด้านระเบียบวิธีวิจัย ก็สามารถทำความเข้าใจและเห็นคุณค่าของผลการวิเคราะห์ได้ไม่ยาก ซึ่งถือเป็นข้อดีสำคัญที่ช่วยให้งานวิจัยเกิดการเผยแพร่ในวงกว้างและสร้างผลกระทบได้มากขึ้น ข้อดีอีกประการของวิธีนี้คือการสามารถจับประเด็นสำคัญและสรุปสาระจากข้อมูลจำนวนมากให้ออกมาเป็นภาพรวมที่กระชับ แต่ก็ยังคงรายละเอียดที่สำคัญไว้ครบถ้วน เข้าใจได้ลึกซึ้ง ขณะเดียวกัน กระบวนการวิเคราะห์ยังช่วยให้เห็นความเชื่อมโยง เห็นความเหมือนและความต่าง ระหว่างประเด็นต่างๆ ในชุดข้อมูลนั้นได้เป็นอย่างดี ซึ่งบางครั้งอาจนำไปสู่การค้นพบมุมมองหรือแง่คิดใหม่ๆ ที่ไม่ได้คาดหวังมาก่อน

อีกทั้ง Thematic Analysis ยังเปิดกว้างให้นักวิจัยสามารถตีความข้อมูลได้อย่างรอบด้าน ทั้งในแง่มุมมองจิตวิทยาและบริบททางสังคม ไม่ยึดติดอยู่กับสายตาเดียว ช่วยให้เกิดความเข้าใจปรากฏการณ์ที่ศึกษาได้อย่างเป็นองค์รวม เห็นความสัมพันธ์กับปัจจัยแวดล้อมต่างๆ เมื่อบูรณาการนำเสนอออกมา จึงมักได้ผลลัพธ์ที่น่าสนใจ (Braun & Clarke, 2006) โดยแก่นสาระที่พบจะสะท้อนให้เห็นถึงผลของการฝึกจริยธรรมร่วมกับการสะท้อนคิดที่มีต่อการพัฒนาตนเองและความเป็นครูมืออาชีพ ซึ่งจะนำไปสู่การอภิปรายผลและข้อเสนอแนะเพื่อการพัฒนาแบบแผนการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูต่อไป

ผลการวิจัย

จากวัตถุประสงค์การวิจัยข้อ 1 ที่ศึกษาผลของกระบวนการสะท้อนคิดจากการฝึกจริยธรรมด้วยกระบวนการสังเกตการฝึกจริยธรรมของตนเอง การสะท้อนคิดต่อการฝึกจริยธรรม และการนำข้อคิดที่ได้จากการสะท้อนคิดไปใช้ในการฝึกประสบการณ์วิชาชีพ และผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลการสัมภาษณ์ด้วยวิธี Thematic Analysis สามารถสรุปผลของการสะท้อนคิด เป็นแก่นสาระหลัก 5 ด้าน ดังต่อไปนี้

แก่นสาระหลักที่ 1 การตรงต่อเวลาส่งเสริมความรับผิดชอบและวินัยในตน ซึ่งถือเป็นคุณสมบัติสำคัญของความเป็นครู โดยสังเกตตนเองให้ตรงต่อเวลาอย่างสม่ำเสมอ ก็จะทำให้เกิดความรับผิดชอบและวินัยในตนเอง ซึ่งสามารถสังเกตได้จากพฤติกรรมที่แสดงออก เช่นการเข้าร่วมกิจกรรมการปฏิบัติธรรมตรงเวลาเมื่อครูสะท้อนคิดถึงประโยชน์ของการตรงต่อเวลา ก็จะเห็นว่าช่วยให้การทำงานและการใช้ชีวิตเป็นระบบ มีประสิทธิภาพ และเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ลูกศิษย์

แก่นสาระหลักที่ 2 การสำรวมกาย วาจา และใจ เป็นพื้นฐานของความเป็นครูที่จะช่วยส่งเสริมสมาธิ ความสงบ และการวางตัวให้เหมาะสม การสำรวมกาย วาจา ใจ เป็นพื้นฐานสำคัญของการเป็นครูที่ดี เมื่อครูหมั่นสังเกตและฝึกสำรวมตนเองอยู่เสมอ ก็จะช่วยให้จิตใจสงบ มีสมาธิ และวางตัวได้อย่างเหมาะสม เมื่อครูสะท้อนคิดถึงประโยชน์ของการสำรวมตน ก็จะเห็นว่าช่วยให้มีความยับยั้งชั่งใจ ไม่ประพฤติดนินทาไปในทางที่ไม่เหมาะสมครูจึงควรนำการสำรวมกาย วาจา ใจไปใช้ในการปฏิบัติตนขณะสอนและปฏิบัติหน้าที่ครู

แก่นสาระหลักที่ 3 การสวดมนต์ ทำสมาธิ และตักบาตร ทำบุญ ช่วยให้จิตใจสงบ มีสติ และมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ซึ่งเป็นคุณธรรมที่ครูพึงมี เมื่อครูสังเกตความรู้สึกของตนเองขณะและหลังการปฏิบัติกิจกรรมเหล่านี้ ก็จะเห็นถึงประโยชน์ที่เกิดขึ้นกับจิตใจ มีความสงบมีกำลังใจเมื่อครูสะท้อนคิดถึงคุณค่าของการปฏิบัติเช่นนี้ก็จะเห็นว่าช่วยให้เป็นผู้มีคุณธรรมและจริยธรรม ซึ่งเป็นคุณสมบัติที่สำคัญของความเป็นครู ดังนั้น ครูจึงควรนำการปฏิบัติเหล่านี้ไปใช้เป็นแนวทางพัฒนาตนเองและการทำงานครู

แก่นสาระหลักที่ 4 การสังเกตอาการเปลือยคิดทำให้เข้าใจตนเองมากขึ้น มีสติ และตั้งใจกับการคิดและการกระทำในปัจจุบัน ซึ่งมีประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเองและการสอน การสังเกตอาการเปลือยของตนเองขณะฝึกสมาธิเป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยให้ครูเข้าใจและรู้จักตนเองมากขึ้น ช่วยให้เกิดสติ รู้ตัวอยู่กับปัจจุบันขณะ เมื่อครูนำสิ่งที่สังเกตได้มาพิจารณาสะท้อนคิด ก็จะเข้าใจการทำงานของจิตใจตนเองมากขึ้น รู้ว่าสมาธิมักจะเปลือยคิดไปเรื่องอะไรสาเหตุเกิดจากอะไร ซึ่งช่วยให้เกิดการปรับปรุงพัฒนาสมาธิและการรู้ตัวของตนได้ดีขึ้น รู้เท่าทันความคิด รู้เท่าทันความคิดด้านดี รู้เท่าทันความคิดด้านที่แตกต่างออกไป รู้เท่าทันความคิดแล้วสามารถฝึกปรับเปลี่ยนความคิดไปในทางที่ดีมีประโยชน์ อีกทั้งยังสามารถประยุกต์ใช้ในการสอนได้

แก่นสาระหลักที่ 5 การวิเคราะห์ขั้นตอนการปฏิบัติธรรมของตัวเอง ทำให้เกิดความเข้าใจและยอมรับตนเอง ตลอดจนเห็นคุณค่าและประโยชน์ของการปฏิบัติธรรมที่ช่วยพัฒนาจิตใจและทักษะการสอนไปพร้อม ๆ กัน เมื่อวิเคราะห์ขั้นตอนการปฏิบัติธรรมของตนเอง ทั้งในแง่ความคิด ความรู้สึก และการกระทำ ก็จะทำให้เกิดความเข้าใจและยอมรับตนเองมากขึ้น รู้ว่าตนเองมีจุดอ่อน จุดแข็งอะไร มีแนวโน้มหรือนิสัยทางความคิดอย่างไร เมื่อนำผลการวิเคราะห์มาสะท้อนคิด ก็จะเห็นคุณค่าและประโยชน์ของการปฏิบัติธรรม ที่ช่วยส่งเสริมคุณธรรมและพัฒนาคุณภาพจิตใจ ซึ่งจะส่งผลดีต่อการพัฒนาทักษะการสอน

สำหรับวัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 2 เพื่อวิเคราะห์และสังเคราะห์แก่นสาระหลัก (Key Themes) ที่สะท้อนถึงความสัมพันธ์ของกระบวนการสะท้อนคิด การฝึกจริยธรรม และการพัฒนาตนเองเพื่อส่งเสริมประสบการณ์วิชาชีพของนักศึกษาครู ผลการวิจัยพบแก่นสาระหลัก และแก่นสาระย่อย ดังต่อไปนี้

แก่นสาระหลักที่ 1 การตรงต่อเวลาส่งเสริมความรับผิดชอบและวินัยในตน ซึ่งถือเป็นคุณสมบัติสำคัญของความเป็นครู

แก่นสาระย่อย 1.1: ความรับผิดชอบต่อตนเองและส่วนรวม

"การตรงต่อเวลาทำให้เรามีความรับผิดชอบต่อตัวเองและคนอื่น" "การตรงต่อเวลา เป็นเรื่องที่ต้องรับผิดชอบต่อตนเองและส่วนรวม ในการเตรียมตัวตนเองให้พร้อม เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปตามเวลากำหนดของกิจกรรม"

แก่นสาระย่อย 1.2: การปฏิบัติตนอย่างมีวินัย "การถือตามกำหนดเวลา สำหรับกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งเป็นการเห็นคุณค่าของความเท่าเทียมกัน ดังคำกล่าวที่ว่า "ผู้ใดไม่ถือเวลาเป็นสำคัญ ผู้นั้นเป็นคนไม่มีหลักเชื่อถือไม่ได้ " การฝึกตนให้ให้เป็นคนตรงต่อเวลา เป็นทางแห่งความสำเร็จและความก้าวหน้า" "การจัดกิจกรรมให้



ตรงเวลา เป็นการฝึกวินัยในการมีวินัยและมีความตรงต่อเวลา เช่น การนัดหมาย 4.30 น. ต้องเตรียมความพร้อมของตนเองและวางแผนการเดินทาง เพื่อให้มีข้อผิดพลาดน้อยที่สุด"

แก่นสาระหลักที่ 2 การสำรวมกาย วาจา และใจ เป็นพื้นฐานของความเป็นครูที่จะช่วยส่งเสริมสมาธิ ความสงบ และการวางตัวให้เหมาะสม

แก่นสาระย่อย 2.1: การสำรวมเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับนักเรียน "การเป็นครูไม่ใช่แค่ปฏิบัติการสอนได้ดีเพียงอย่างเดียวแต่เป็นใช้คำพูด สติอารมณ์ รวมไปถึงการแต่งกายในการทำอาชีพครู ต้องเป็นผู้นำในการประพฤติตนให้เป็นแบบอย่างกับนักเรียนแล้วนักเรียนก็จะได้รับการเรียนรู้จากเรา" "การสำรวมกาย สำรวมวาจา และสำรวมใจ เป็นสิ่งที่ทุกคนควรปฏิบัติตนให้รู้จักกาลเทศะซึ่งเป็นที่จำเป็นและสำคัญมากๆ มันบ่งบอกถึงความเคารพคนอื่น และสถานที่นั้นๆ"

แก่นสาระย่อย 2.2: การสำรวมช่วยพัฒนาบุคลิกภาพของครู "สำหรับด้านการสำรวมกาย วาจา และใจ เป็นอีกหนึ่งสิ่งที่สำคัญมากต่อการทำหน้าที่ครูวิชาชีพ เพราะการสำรวมกิริยาเหล่านี้เป็นพื้นฐานสำคัญของเรื่องกิริยามารยาท" "การสำรวมกาย วาจาและใจ จะทำให้เราอยู่กับตัวเองมากขึ้น ทำให้เรามีสติอยู่ตลอดเวลาว่าสิ่งใดควรทำ ไม่ควรทำ สิ่งใดควรพูด ไม่ควรพูด ซึ่งส่งผลให้เราได้ทบทวนตัวเองอยู่เสมอ"

แก่นสาระหลักที่ 3 การสวดมนต์ ทำสมาธิ และตักบาตร ทำบุญ ช่วยให้จิตใจสงบ มีสติ และมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ซึ่งเป็นคุณธรรมที่ครูพึงมี

แก่นสาระย่อย 3.1: สวดมนต์และทำสมาธิช่วยให้จิตใจสงบและมีสติ "การสวดมนต์ ช่วยให้นศ.มีสติรู้ตัวอยู่ตลอดเวลา รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเอง จิตใจสงบ ผ่อนคลายความเครียด ช่วยให้นศ.มีจิตใจที่เข้มแข็งและมั่นคง" "การทำสมาธิภาวนา ช่วยให้นศ.มีสติรู้ตัวอยู่ตลอดเวลา รู้จักควบคุมความคิดของตนเอง จิตใจสงบ ผ่อนคลายความฟุ้งซ่าน ช่วยให้นศ.มีจิตใจที่เบิกบาน มีความสุข"

แก่นสาระย่อย 3.2: ตักบาตรและทำบุญส่งเสริมความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ "การตักบาตร ช่วยให้นศ.รู้จักแบ่งปัน ช่วยเหลือผู้อื่น จิตใจอ่อนโยน เมตตากรุณา ช่วยให้นศ.มีจิตใจที่เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่" "การทำบุญไม่ว่าจะรูปแบบใดก็ตามทำให้เรามีสติ มีสมาธิ ส่งผลที่ดีต่อจิตใจ เมื่อเรามีจิตใจที่ดีขึ้น การแสดงออกทางด้านร่างกาย อารมณ์ก็จะดีตามไปด้วย"

แก่นสาระหลักที่ 4 การสังเกตอาการเผลอคิดทำให้เข้าใจตนเองมากขึ้น มีสติ และตั้งใจกับการคิดและการกระทำในปัจจุบัน ซึ่งมีประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเองและการสอนเป็นอย่างยิ่ง

แก่นสาระย่อย 4.1: การสังเกตอาการเผลอคิดช่วยให้เข้าใจและพัฒนาตนเองได้ดีขึ้น "การฝึกสังเกตอาการเผลอคิดช่วยให้นศ.เข้าใจตนเองมากขึ้น รู้จักความคิดของตนเองว่าเป็นอย่างไร มีแนวโน้มที่จะคิดอะไรบ่อยๆ"

จะช่วยให้นัก.สามารถพัฒนาตนเองได้ดีขึ้น" "ประโยชน์ของกิจกรรมนี้ คือ การได้รู้จักว่าอาการเผลอคิดเป็นอย่างไร ได้เข้าใจในคำนี้มากขึ้นว่าเพราะเหตุใดจึงเกิดอาการเหล่านี้ และทำให้มีสติอยู่กับตัวเอง"

แก่นสาระย่อย 4.2: การสังเกตอาการเผลอคิดเป็นประโยชน์ต่อการสอนและพัฒนาศิษย์ "การสอนศิษย์ ผิดวิธีหรือเผลอดุด่าลูกศิษย์จนกระทบสภาพจิตใจ ถือเป็นการเผลอคิด และไม่ควรกระทำ" "การเผลอคิดคือการคิด ฟุ้งซ่านคิดไปเองคิดไปในหนกไม่รู้ สามารถนำไปใช้ให้นักเรียนรู้จักคิดอย่าคิดฟุ้งซ่านคิดอย่างเป็นขั้นตอน"

แก่นสาระหลักที่ 5 การวิเคราะห์ขั้นตอนการปฏิบัติธรรมของตัวเอง ทำให้เกิดความเข้าใจและยอมรับ ตนเอง ตลอดจนเห็นคุณค่าและประโยชน์ของการปฏิบัติธรรมที่ช่วยพัฒนาจิตใจและทักษะการสอนไปพร้อม ๆ กัน

แก่นสาระย่อย 5.1: การวิเคราะห์ขั้นตอนการปฏิบัติธรรมช่วยให้เข้าใจและพัฒนาตนเองได้ดีขึ้น "จาก การทำกิจกรรมข้างต้น สามารถนำข้อคิดทั้งหมดไปปรับใช้กับการสอนในชั้นเรียนได้ ซึ่งจะส่งผลให้เราเป็นคนที่มีสติ มีความรู้คิด" "การกระทำทุกขั้นตอนของตนเองทำให้เกิดการรู้ตื่นรู้ตนเองและสามารถทำได้ด้วยตนเองและฝึกใช้สติ สมาธิ สมองในการคิดและการกระทำอันส่งผลให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่น"

แก่นสาระย่อย 5.2: การปฏิบัติธรรมช่วยพัฒนาทั้งจิตใจและทักษะการสอน "ประโยชน์ต่อตนเอง รู้จัก การทำงานเป็นขั้นตอน กระบวนการคิดที่ต้องเรียงลำดับให้ถูกต้อง ประโยชน์ต่อวิชาชีพครู ได้เรียนรู้การเพิ่มทักษะ ในการสอนนักเรียน โดยการทำงานเป็นกลุ่ม เพื่อเป็นการระดมความคิดร่วมกันภายในกลุ่ม" "วิชาชีพครูเป็นการ เรียนรู้เพื่อที่จะไปเป็นครูในอนาคต ครูจึงต้องเป็นคนที่มีจิตใจดี มีเมตตา สามารถสอนได้ทั้งวิชาการและหลักธรรม ให้นักเรียนได้"

อภิปรายผล

จากวัตถุประสงค์การวิจัยข้อ 1 ที่ศึกษาผลของกระบวนการสะท้อนคิดจากการฝึกจริยธรรมด้วยกระบวนการ สังเกตการฝึกจริยธรรมของตนเอง การสะท้อนคิดต่อการฝึกจริยธรรม และการนำข้อคิดที่ได้จากการสะท้อนคิดไป ใช้ในการฝึกประสบการณ์วิชาชีพ ผลการวิจัยที่พบทั้ง 5 แก่นสาระหลัก สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

การตรงต่อเวลาเป็นคุณสมบัติสำคัญของความเป็นครูที่ดี เพราะแสดงถึงความรับผิดชอบ วินัยในตนเอง และ การเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ศิษย์ เมื่อครูสะท้อนคิดจากประสบการณ์ตรงในการฝึกความตรงต่อเวลา ก็เห็นคุณค่า และนำไปปรับใช้ในการพัฒนาตนเองและการฝึกวิชาชีพครู เพื่อสร้างนิสัยที่ดีและส่งเสริมประสิทธิภาพในการ ทำงาน ซึ่งสอดคล้องกับ หลักจริยธรรมในวิชาชีพครูตามแนวพุทธจริยธรรมของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) (2557) ที่ชี้ให้เห็นว่า คุณสมบัติด้านความน่าเคารพ เป็นหนึ่งในคุณสมบัติสำคัญของคนเป็นครู เป็นคุณสมบัติที่จะ แสดงออกผ่านทางการตรงต่อเวลา ความรับผิดชอบ เห็นบุคลิกภาพครูแล้ว เป็นแบบอย่างที่ดี มีความน่าเจริญใจ อยากปฏิบัติตามอยากทำตามแบบครู



นอกจากนี้ การสำรวจกาย วาจา ใจ ยังเป็นพื้นฐานสำคัญของการเป็นครูที่มีคุณธรรมและจริยธรรม ช่วยส่งเสริมให้ครูมีสมาธิ จิตใจสงบ และวางตัวได้เหมาะสมในทุกสถานการณ์ เมื่อครูสะท้อนคิดจากการสังเกตพฤติกรรมของตน ก็จะได้เห็นความสำคัญของการสำรวจตนและนำไปใช้พัฒนาบุคลิกภาพความเป็นครู เพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีและสร้างศรัทธาแก่ลูกศิษย์ ซึ่งมีความเกี่ยวข้องกับการผสมผสานความคิด ความรู้สึก ความต้องการ เพื่อพัฒนาเป็นคุณภาพของจิตใจและความรู้สึกเชิงบวกได้ (Korthagen & Nuijten, 2018)

การสวดมนต์ ทำสมาธิ และการทำบุญตักบาตร เป็นการปฏิบัติธรรมที่ช่วยให้ครูมีจิตใจที่สงบ เป็นสุข มีสติ และมีจิตเมตตา ซึ่งเป็นคุณธรรมสำคัญของความเป็นครู เมื่อครูสะท้อนคิดจากประสบการณ์ตรงในการปฏิบัติธรรม ก็จะเข้าใจประโยชน์ที่มีต่อจิตใจ และนำไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตและการฝึกวิชาชีพครู เพื่อเสริมสร้างคุณธรรมและสันติสุขในจิตใจ อันจะส่งผลดีต่อการพัฒนางานด้วย ซึ่งเศรษฐียา เป็รื่องพิชญธร และพวงเพ็ญ อินทรประวัติ (2566) ได้เน้นให้เห็นถึงการมีประสบการณ์จากการสอดแทรกกิจกรรมและประสบการณ์ที่ส่งเสริมจริยธรรม ทั้งในรูปแบบของการอบรม การฝึกปฏิบัติจริง การสะท้อนคิด และการมีส่วนร่วมจากผู้ที่เกี่ยวข้อง

ผลการศึกษายังพบว่า การสังเกตอาการเปลวของตนเองขณะฝึกสมาธิ ช่วยให้ครูเข้าใจและรู้จักตนเองมากขึ้น มีสติ และตั้งใจกับการคิดและการกระทำในปัจจุบันขณะ เมื่อครูนำผลการสังเกตมาสะท้อนคิด ก็จะได้ข้อมูลเชิงลึกที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเอง และสามารถประยุกต์ใช้ในการสอนได้ เช่น การเข้าใจนักเรียน การรู้เท่าทันอารมณ์ การมีสติในการแก้ปัญหาต่างๆ เป็นต้น ซึ่งมีความเชื่อมโยงกับ Williams และ Power (2009) แสดงชี้ให้เห็นว่ากระบวนการสะท้อนคิดแบบแก่นแท้ (core reflection) ช่วยให้อาจารย์ผู้สอนครูได้ตรวจสอบคุณลักษณะส่วนบุคคลและอารมณ์ความรู้สึกในการปฏิบัติการสอน ซึ่งนำไปสู่การสร้างอัตลักษณ์ทางวิชาชีพและการพัฒนาการปฏิบัติงานสอน

นอกจากนี้ การวิเคราะห์ขั้นตอนการปฏิบัติธรรมของตนยังทำให้ครูเกิดความเข้าใจและยอมรับตนเองมากขึ้น ทั้งในแง่จุดเด่น จุดด้อย นิสัยทางความคิดเมื่อครูสะท้อนคิดจากผลการวิเคราะห์ตนเองอย่างลึกซึ้ง ก็จะได้เห็นคุณค่าของการปฏิบัติธรรมที่มีต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตและวิชาชีพครู เนื่องจากช่วยส่งเสริมคุณธรรมภายในและเพิ่มประสิทธิภาพการจัดการเรียนการสอน อันเป็นเป้าหมายสูงสุดของวิชาชีพครูนั่นเอง ซึ่งสอดคล้องกับ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) (2557) ที่ให้ความสำคัญกับการสอนเพื่อให้การสอนของครู สอนแบบมีลำดับ จับประเด็นสำคัญมาอธิบาย สอนด้วยเมตตา ที่เชื่อมโยงกับคุณธรรมเข้าหากันได้ นอกจากนี้ สอนด้วยความรู้จริง มีเหตุผล และได้ผลจริง

การฝึกปฏิบัติตนตามหลักธรรมคำสอน เมื่อเชื่อมโยงกับกระบวนการสังเกตและสะท้อนคิดอย่างเป็นระบบ จะช่วยพัฒนาคุณสมบัติ คุณธรรมจริยธรรม และทักษะการสอนของครูได้เป็นอย่างดี ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญในการพัฒนาตนเองสู่ความเป็นครูมืออาชีพ ที่มีความรู้ ความสามารถ และคุณธรรมจริยธรรมควบคู่กันอย่างสมบูรณ์ อันจะนำไปสู่การพัฒนาคุณภาพการศึกษาของประเทศต่อไปในอนาคต สอดคล้องกับ วศิน อินทสระ (2541) ที่ได้เน้น



ความสำคัญของจริยธรรมไว้ว่า จริยธรรมเป็นรากฐานของความเจริญรุ่งเรือง มั่นคง และสงบสุขของสังคม การพัฒนาประเทศที่ยั่งยืน

จะเห็นได้ว่า แก่นสาระหลักทั้ง 5 ประเด็นนี้ ล้วนมีความสัมพันธ์เกี่ยวเนื่องกับการสังเกต การสะท้อนคิด ตลอดจนการพัฒนาคุณสมบัติ คุณธรรมจริยธรรม และทักษะการสอนที่จำเป็นสำหรับวิชาชีพครูทั้งสิ้น ดังนั้น ครูจึงควรให้ความสำคัญกับการนำกระบวนการเหล่านี้มาปรับใช้เป็นเครื่องมือในการฝึกฝนและพัฒนาตนเองสู่การเป็นครูมืออาชีพ ที่สามารถรับผิดชอบต่อหน้าที่ ดำรงตนอย่างมีคุณธรรม และจัดการเรียนการสอนให้มีคุณภาพได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุดต่อไป

ผลการวิจัยในส่วนของวัตถุประสงค์การวิจัยข้อ 2 ที่ได้วิเคราะห์สังเคราะห์หาแก่นสาระหลัก (Key Themes) ที่สะท้อนถึงความสัมพันธ์ของกระบวนการสะท้อนคิด การฝึกจริยธรรม และการพัฒนาตนเองเพื่อส่งเสริมประสบการณ์วิชาชีพของนักศึกษาครู โดยผลการวิจัยพบแก่นสาระหลัก และแก่นสาระย่อย สะท้อนให้เห็นถึงประโยชน์ของการฝึกปฏิบัติธรรมที่มีต่อการพัฒนาตนเองทั้งด้านจิตใจและการประกอบวิชาชีพครู ผู้เข้าร่วมการวิจัยได้สะท้อนความคิดเชิงจริยธรรมผ่านประสบการณ์การฝึกปฏิบัติธรรม ซึ่งช่วยปลูกฝังคุณธรรมสำคัญต่างๆ เช่น ความรับผิดชอบ วินัย ความเมตตา สติ สมาธิ และการเข้าใจตนเอง อันเป็นพื้นฐานของการเป็นครูที่ดีและมีจิตวิญญาณ อย่างไรก็ตาม ยังมีประเด็นที่น่าสนใจและควรศึกษาเพิ่มเติม เช่น ผลกระทบของการปฏิบัติธรรมต่อความฉลาดทางอารมณ์และการบริหารจัดการความเครียดของครู รวมถึงการเชื่อมโยงหลักธรรมเข้ากับการจัดการปัญหาพฤติกรรมนักเรียน เพื่อให้เห็นแนวทางการประยุกต์ใช้ที่เป็นรูปธรรมมากยิ่งขึ้น

นอกจากนี้ ผู้เข้าร่วมยังเห็นคุณค่าของการนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาวิชาชีพครู ทั้งในแง่ของการเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ศิษย์ การมีบุคลิกภาพที่เหมาะสมกับความเป็นครู การพัฒนาทักษะการสอนและการจัดการชั้นเรียน ตลอดจนการดูแลจิตใจของตนเองและผู้เรียนด้วยหลักธรรม ซึ่งจะเป็นรากฐานสำคัญที่นำไปสู่การพัฒนาการศึกษาอย่างยั่งยืน ทั้งนี้ ยังอาจต้องมีการติดตามประเมินผลในระยะยาวถึงความคงทนของการนำหลักธรรมไปใช้ในการทำงานจริง รวมถึงอุปสรรคและปัจจัยสนับสนุนต่างๆ เพื่อนำไปสู่การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมและการขยายผลที่มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

ในแก่นสาระที่ 1 การตรงต่อเวลาแสดงถึงความเคารพต่อเวลาของผู้อื่น ซึ่งเป็นคุณธรรมพื้นฐานของการอยู่ร่วมกันในสังคม เมื่อครูฝึกความตรงต่อเวลาจนเป็นนิสัย ก็จะช่วยทำให้การทำงานร่วมกับผู้อื่นราบรื่น มีประสิทธิภาพ และสร้างบรรยากาศแห่งความไว้วางใจ นับเป็นการพัฒนาทักษะทางสังคมที่จำเป็นสำหรับการประกอบวิชาชีพครูที่ต้องประสานงานกับผู้คนหลากหลายอย่างสม่ำเสมอ

จากแก่นสาระย่อยที่ 1.1 ว่าด้วยเรื่องความรับผิดชอบต่อตนเองและส่วนรวม จะเห็นได้ว่าการฝึกความตรงต่อเวลาไม่ได้มีประโยชน์เฉพาะตัวเท่านั้น แต่ยังส่งผลต่อภาพรวมของการทำงานและการอยู่ร่วมกันในสังคมด้วย ผู้

ร่วมวิจัยสะท้อนให้เห็นว่า การเคารพเวลาเป็นการแสดงความรับผิดชอบทั้งต่อตนเองในการเตรียมความพร้อม และต่อผู้อื่นในการไม่สร้างความเดือดร้อนหรือเสียเวลา ซึ่งนับว่าเป็นจุดเริ่มต้นของจิตสำนึกสาธารณะ อย่างไรก็ตาม การปลูกฝังเรื่องนี้ให้ได้ผลจริงในระยะยาวคงต้องทำควบคู่ไปกับการมีตัวแบบที่ดี กติกาที่ชัดเจน และบรรยากาศแวดล้อมที่เอื้ออำนวย ทั้งในระดับของวิชาชีพครูและระบบการศึกษาในภาพรวม ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เศรษฐยา เปรื่องพิชญธร และพวงเพ็ญ อินทรประวัติ (2566) ที่ชี้ให้เห็นว่าการสะท้อนคิดเป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยให้พวกเขาได้ทบทวนประสบการณ์ ตระหนักรู้ถึงคุณค่าและความหมายของการกระทำ

ส่วนแก่นสาระย่อยที่ 1.2 ที่กล่าวถึงการปฏิบัติตนอย่างมีวินัย ก็แสดงให้เห็นความเชื่อมโยงระหว่างการตรงต่อเวลากับความเป็นคนมีวินัยที่น่าเชื่อถือ ซึ่งนับเป็นคุณสมบัติสำคัญของการเป็นครู ผู้ร่วมวิจัยได้เล็งเห็นว่า การฝึกความตรงต่อเวลาเป็นฐานบ่มเพาะความสำเร็จและความก้าวหน้าในชีวิต จึงพยายามควบคุมตัวเองให้อยู่ในกรอบของกาลเทศะ เพื่อธำรงความเท่าเทียมและเป็นคนที่น่าไว้วางใจได้ แม้จะดูเป็นเรื่องเล็กน้อยและใช้เวลาในการฝึกฝน แต่ก็เห็นผลชัดเจนทั้งต่อวินัยในตนเองและความน่าเชื่อถือในสายตาของผู้เรียน ดังนั้นจึงจำเป็นที่ครูจะต้องคอยสำรวจตนเอง ปรับแก้นิสัยที่บกพร่อง และพัฒนาความเป็นผู้นำทางจริยธรรมตลอดเวลา ซึ่ง Korthagen และ Vasalos (2005) ได้เน้นว่าการพัฒนาทักษะการสะท้อนคิดของนักศึกษาครูตั้งแต่ก่อนเข้าสู่การฝึกสอนจริงเป็นสิ่งที่ดีเพราะจะทำให้มีความมั่นใจมากยิ่งขึ้นในการฝึกประสบการณ์วิชาชีพ

ในแก่นสาระที่ 2 การสำรวมกาย วาจา ใจ มีความเกี่ยวข้องกับการพัฒนามารยาทและกิริยาท่าทางที่สุภาพเรียบร้อยของครู ซึ่งมีส่วนสำคัญในการสร้างความน่าเชื่อถือและไว้วางใจจากศิษย์และเพื่อนร่วมงาน เมื่อครูนำผลจากการสะท้อนคิดมาปรับปรุงบุคลิกภาพของตนอย่างต่อเนื่อง ก็จะช่วยเสริมภาพลักษณ์ความเป็นครูที่น่านับถือ ซึ่งจะส่งผลดีต่อสัมพันธภาพกับผู้เรียนและประสิทธิภาพในการสอนด้วย

เมื่อพิจารณาแก่นสาระย่อยที่ 2.1 ซึ่งเน้นเรื่องการสำรวมเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับนักเรียน ก็ทำให้เห็นถึงความสำคัญของกิริยามารยาทและบุคลิกภาพที่เหมาะสมกับวิชาชีพครู ทั้งในเรื่องการใช้คำพูด อารมณ์ และการแต่งกาย ที่ล้วนส่งผลต่อการรับรู้และการเรียนรู้ของผู้เรียน เพราะครูคือผู้ที่อยู่ในสายตาและปฏิสัมพันธ์กับนักเรียนอยู่ทุกเมื่อเชื่อวัน การสำรวมระวังตนจึงเป็นหัวใจสำคัญยิ่ง หากครูไม่สามารถควบคุมตนเอง ก็คงยากที่จะเป็นตัวอย่างที่ดีให้ผู้เรียนได้ศรัทธาและปฏิบัติตาม หรือแม้แต่จะสอนให้นักเรียนมีความสำรวมในสถานการณ์ต่างๆ แต่ต้องยอมรับว่าบางครั้งอาจมีสถานการณ์ท้าทายที่ทำให้อารมณ์พลุ่งพล่าน ครูจึงต้องฝึกฝนตนเองอยู่เสมอ หาวิธีจัดการความเครียดที่เหมาะสมกับตัวเอง และสามารถให้อภัยทั้งตนเองและนักเรียน โดยใช้เหตุการณ์ต่างๆ เป็นโอกาสในการสอนและเรียนรู้ไปด้วยกัน โดยการสะท้อนคิดมีความเชื่อมโยงกับการปฏิบัติการ นิติยา ทองจันทร์ และคณะ (2563) กล่าวว่าผลการฝึกจริยธรรมสามารถประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี และนำหลักจริยธรรมไปใช้ในการปฏิบัติงานได้อย่างเหมาะสม

ขณะที่แก่นสาระย่อยที่ 2.2 ว่าด้วยเรื่องการสำรวจช่วยพัฒนาบุคลิกภาพของครู ก็สะท้อนประโยชน์ส่วนตัวที่ครูได้รับการฝึกสำรวจกายใจเป็นประจำ ผู้ร่วมวิจัยต่างสัมผัสได้ถึงความสำคัญของการอยู่กับตัวเอง การมีสติกำกับความคิดคำพูดและการกระทำของตนอยู่เสมอ ซึ่งนอกจากจะเป็นพื้นฐานของมารยาทและมนุษยสัมพันธ์ที่ดีแล้ว ยังเป็นทางสู่การเข้าใจตนเองในระดับลึก เห็นข้อดีข้อด้อยของตน และสามารถปรับแก้ได้ทันท่วงที อันเป็นคุณสมบัติเด่นของบุคคลที่มีวุฒิภาวะ ทั้งยังช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกันในการทำงานที่เกี่ยวข้องกับคนหมู่มาก ซึ่งต้องอาศัยความสงบมั่นคงทางอารมณ์เป็นอย่างมาก ดังนั้นการฝึกสำรวจจึงไม่ใช่การขัดเกลาความประพฤติภายนอกเพียงอย่างเดียว แต่เป็นการบ่มเพาะภาวะผู้นำและการเข้าถึงตนเองอย่างแท้จริงด้วย

สำหรับแก่นสาระที่ 3 การปฏิบัติธรรมด้วยการสวดมนต์ ทำสมาธิ และทำบุญตักบาตรอย่างสม่ำเสมอ ยังช่วยพัฒนาคุณธรรมด้านอื่น ๆ ที่สำคัญสำหรับครู เช่น ความอดทน ความเสียสละ ความกตัญญู เป็นต้น ซึ่งล้วนเป็นพื้นฐานของจิตใจที่ดีงามและการครองตนที่เหมาะสม เมื่อครูนำคุณธรรมเหล่านี้มาประยุกต์ใช้ในการทำงานและดำเนินชีวิตประจำวัน ก็จะส่งเสริมให้เป็นแบบอย่างที่ดีทั้งต่อศิษย์และสังคม อันเป็นบทบาทสำคัญของวิชาชีพครู

ส่วนในแก่นสาระย่อยที่ 3.1 ที่ว่าด้วยการสวดมนต์และทำสมาธิช่วยให้จิตใจสงบและมีสติ ก็เน้นย้ำความสำคัญของการบำรุงจิตใจของครูให้มีกำลังใจและพร้อมรับมือกับความท้าทายในการพัฒนาศิษย์ ผู้ร่วมวิจัยสะท้อนว่า ผ่านกิจกรรมเหล่านี้ สามารถควบคุมและผ่อนคลายอารมณ์ได้ดีขึ้น จิตใจเข้มแข็งขึ้น มีสมาธิจดจ่อมากขึ้น พร้อมทั้งใส่ใจในการสอนและดูแลเอาใจใส่นักเรียนได้เต็มที่ยิ่งขึ้น อันเป็นหัวใจของการเสริมพลังครูทั้งทางกายใจ อย่างไรก็ดี คงต้องพิจารณาถึงความแตกต่างของแต่ละบุคคลด้วยว่า รูปแบบใดเหมาะกับเขามากที่สุด บางคนอาจเน้นการสวดมนต์ บางคนอาจนิยมนั่งสมาธิ บางคนอาจรู้สึกผ่อนคลายจากการทำงานศิลปะหรือปลูกต้นไม้ ฉะนั้นแม้จะมีแนวทางกว้างๆ แต่ก็ต้องเปิดช่องให้ครูได้ปรับใช้และบูรณาการให้เข้ากับวิถีชีวิตของตนเองด้วย ซึ่ง Williams & Power (2009) ชี้ให้เห็นว่ากระบวนการสะท้อนคิดช่วยให้ครูได้ตรวจสอบคุณลักษณะส่วนบุคคลและอารมณ์ความรู้สึกในการปฏิบัติการสอน ซึ่งนำไปสู่การพัฒนาการปฏิบัติงานสอนอย่างต่อเนื่อง

ในแก่นสาระย่อยที่ 3.2 ซึ่งเน้นเรื่องการตักบาตรและทำบุญส่งเสริมความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ก็ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของการจิตใจที่เปี่ยมด้วยเมตตากรุณา เห็นอกเห็นใจผู้อื่น และพร้อมที่จะแบ่งปันสิ่งดีๆ ทั้งกับศิษย์และผู้คนรอบข้าง เพราะสุดท้ายแล้ว หัวใจของความเป็นครูก็คือการให้นั่นเอง ผู้ร่วมวิจัยแสดงความเห็นว่า ผ่านการทำบุญและแบ่งปันให้แก่ผู้ด้อยโอกาสทั้งหลาย ก่อให้เกิดความรู้สึกดีๆ ความอึดอเมใจ ที่สามารถนำมาถ่ายทอดต่อนักเรียนได้ ทั้งในแง่การอบรมสั่งสอนและการดูแลเกื้อกูล ซึ่งเท่ากับเป็นการบ่มเพาะความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ให้แก่เด็กๆ อย่างไรก็ตาม คงต้องสอนให้ครอบคลุมถึงการให้ในรูปแบบอื่นๆ ด้วย ไม่เพียงแต่วัตถุสิ่งของ แต่รวมถึงการให้เวลา ให้กำลังใจ ให้อภัย และการช่วยเหลือด้วยน้ำใจจริงโดยไม่หวังผลตอบแทน เป็นต้น อย่างไรก็ตาม Korthagen (2010) ชี้ให้เห็นว่าการสะท้อนคิดมีความเกี่ยวข้องกับค่านิยมและบรรทัดฐานเป็นอย่างมาก ดังนั้น



การศึกษาผลของการสะท้อนคิดจึงควรมีกรอบทฤษฎีที่เชื่อมโยงกับมุมมองเกี่ยวกับการสอนที่ดีในการฝึกประสบการณ์วิชาชีพ

ในแก่นสาระที่ 4 การสังเกตอาการเปลือยช่วยพัฒนาทักษะการใคร่ครวญตนเองของครู ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของการเรียนรู้และพัฒนาตลอดชีวิต เมื่อครูเข้าใจตนเองมากขึ้นจากการสะท้อนคิด ก็จะสามารถปรับปรุงจุดบกพร่อง ต่อยอดจุดแข็ง และวางแผนพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสม ซึ่งจะช่วยให้การฝึกฝนวิชาชีพครูมีความก้าวหน้า ตอบโจทย์ความต้องการที่แท้จริงของตน และนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายในอาชีพได้ดียิ่งขึ้น

ในแก่นสาระย่อยที่ 4.1 ที่ระบุว่า การสังเกตอาการเปลือยช่วยให้เข้าใจและพัฒนาตนเองได้ดีขึ้นนั้น ผู้ร่วมวิจัยต่างประจักษ์แก่ใจว่า ด้วยการหมั่นสำรวจความคิดของตนเอง จะทำให้รู้เท่าทันมโนทัศน์และอคติที่แฝงอยู่ในความคิดนั้นๆ เข้าใจรูปแบบการคิดของตนเองมากขึ้นว่ามักคิดเรื่องใดซ้ำๆ ส่งผลอย่างไรต่อสภาวะอารมณ์และพฤติกรรม และหากความคิดดังกล่าวเป็นด้านลบหรือเป็นอุปสรรคต่อการพัฒนาตนเอง จะได้ปรับเปลี่ยนความคิดนั้นได้ทันทั่วทั้งที่ กระบวนการเช่นนี้นับเป็นการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์และการรู้จักตนของครูได้เป็นอย่างดี ซึ่งจะช่วยให้สามารถบริหารจัดการตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งในบทบาทครูผู้สอน ผู้ให้คำปรึกษา และผู้ร่วมพัฒนาสถานศึกษาในด้านต่างๆ อย่างไรก็ตาม การสังเกตความคิดถือเป็นทักษะขั้นสูง ซึ่งอาจต้องการผู้แนะนำที่มีประสบการณ์ในระยะแรก ก่อนที่จะสามารถทำเองได้อย่างคล่องแคล่ว จึงอาจมีความจำเป็นต้องสร้างเครือข่ายแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างครูที่สนใจเรื่องนี้ เพื่อให้กำลังใจและเป็นที่ปรึกษาซึ่งกันและกัน ซึ่งการสังเกตตนเองช่วยในการพัฒนาตนเองได้ดีขึ้น สอดคล้องกับ นิติยา ทองจันทร์ และคณะ (2563) ที่เสริมว่าจะเป็นการส่งเสริมให้มีจิตวิญญาณความเป็นครู สามารถประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี

เมื่อพิจารณาในแก่นสาระย่อยที่ 4.2 ที่ว่าด้วยการสังเกตอาการเปลือยเป็นประโยชน์ต่อการสอนและพัฒนาศิษย์นั้น ผู้ร่วมวิจัยได้ยกตัวอย่างที่น่าสนใจว่า หากครูเกิดอาการเปลือยสอนผิดวิธีหรือดูค่าลูกศิษย์เกินเหตุจนกระทบใจเด็ก ก็ถือเป็นเรื่องที่ต้องรีบแก้ไข ด้วยการตั้งสติและปรับวิธีการใหม่ให้เหมาะสม ขณะเดียวกันก็สามารถนำอาการเปลือยคิดฟุ้งซ่านไปสอนให้นักเรียนได้เรียนรู้ด้วยว่า ควรมีสติอยู่กับปัจจุบัน คิดอย่างมีลำดับขั้นตอน ไม่ปล่อยให้อารมณ์เสียจนเสียการเสียงาน กระบวนการนี้จึงเป็นการเชื่อมโยงประสบการณ์ตรงของครูเข้ากับบทเรียนชีวิตของนักเรียน ช่วยให้เกิดความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจกันและกันมากขึ้น อย่างไรก็ตาม ครูผู้สอนเองก็ยังคงต้องมีความอ่อนน้อมถ่อมตน พร้อมทั้งจะเรียนรู้ไปพร้อมๆ กับนักเรียน และหากเกิดกรณีที่ตนเผลอทำพลาด ก็ต้องกล้ายอมรับและขอโทษขอโพยศิษย์ด้วยความจริงใจ เพื่อเป็นตัวอย่างของการแสดงออกที่ถูกต้อง โดยที่ เศรษฐียา เปรื่องพิชญาธร และพวงเพ็ญ อินทรประวัตติ (2566) เน้นว่าเป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยให้พวกเขาได้ทบทวนประสบการณ์ ซึ่งในการสังเกตการเปลือยคิดจะเป็นประสบการณ์ภายในที่ดีในการเรียนรู้ตัวเองที่มากขึ้น

การปฏิบัติธรรมของตนตามแก่นสาระที่ 5 ช่วยเสริมการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของครู ซึ่งเป็นทักษะจำเป็นในการพัฒนาวิชาชีพครูยุคใหม่ การฝึกคิดวิเคราะห์และประเมินตนเองอย่างมีวิจารณญาณ จะช่วยให้ครู



เข้าใจศักยภาพที่แท้จริงของตน กำหนดแนวทางพัฒนาตนเองได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ อีกทั้งยังเป็นการฝึกทักษะการคิดและการสะท้อนคิดที่จำเป็นในการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญด้วย

สำหรับแก่นสาระย่อยที่ 5.1 ที่ระบุว่า การวิเคราะห์ขั้นตอนการปฏิบัติธรรมช่วยให้เข้าใจและพัฒนาตนเองได้ดีขึ้นนั้น ก็สะท้อนให้เห็นประโยชน์ของการที่ครูได้สำรวจและประมวลบทเรียนที่ได้รับ ทั้งในแง่วิธีคิด อารมณ์ความรู้สึก และการกระทำของตนเอง ซึ่งนำไปสู่การปรับเปลี่ยนมุมมองและพฤติกรรมในทางที่ดีขึ้น ผู้ร่วมวิจัยเล็งเห็นว่า ทักษะการคิดวิเคราะห์เชิงสะท้อนเช่นนี้ สามารถนำไปต่อยอดให้เกิดประโยชน์ได้หลากหลาย ทั้งการพัฒนากระบวนการเรียนการสอน การสร้างนวัตกรรม การทำวิจัยเชิงปฏิบัติการในชั้นเรียน ไปจนถึงการจัดการความท้าทายต่างๆ ในหน้าที่ครู ซึ่งต้องอาศัยทั้งความคิดเชิงระบบ การใช้สติปัญญาและไหวพริบ ขณะเดียวกันก็ต้องตั้งอยู่บนฐานของคุณธรรมจริยธรรมด้วย อย่างไรก็ดี กระบวนการสะท้อนคิดเชิงลึกเช่นนี้อาจต้องอาศัยเวลาและพื้นที่ที่เอื้ออำนวย ดังนั้นสถานศึกษาและหน่วยงานต้นสังกัดจึงควรส่งเสริมให้มีการฝึกอบรมและจัดตารางเวลาให้ครูได้พักทบทวน แลกเปลี่ยนเรียนรู้กัน มากกว่าที่จะปล่อยให้เป็นเรื่องของแต่ละบุคคล ซึ่ง Braadbaart et al. (2023) กล่าวว่า การส่งเสริมการพัฒนาทักษะวิชาการของนักศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพ ต้องมีการช่วยเหลือสนับสนุนที่เพียงพอและปรับให้เหมาะสมกับประสบการณ์ของนักศึกษา

ในส่วนแก่นสาระย่อยที่ 5.2 ที่ชี้ให้เห็นว่าการปฏิบัติธรรมช่วยพัฒนาทั้งจิตใจและทักษะการสอน ซึ่งผู้ร่วมวิจัยได้ยกประโยชน์สำคัญ 2 ประการ กล่าวคือ ประการแรก การฝึกปฏิบัติธรรมจะช่วยส่งเสริมกระบวนการคิดอย่างเป็นระบบ ซึ่งจำเป็นต่อการจัดการเรียนการสอนที่มีประสิทธิภาพ ครูเองก็จะมีแบบแผนในการทำงานที่ดีขึ้น ส่วนนักเรียนก็จะซึมซับวิธีคิดที่เป็นขั้นเป็นตอนไปด้วย ประการที่สอง การปฏิบัติธรรมยังปลูกฝังจิตสำนึกแห่งความเป็นกัลยาณมิตร พร้อมทั้งจะแนะนำสิ่งที่ดีงามให้แก่ศิษย์อย่างเต็มเปี่ยม ทั้งความรู้ทางวิชาการ ทักษะชีวิต และแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ซึ่งจะยิ่งส่งเสริมสัมพันธภาพอันดีระหว่างครูกับศิษย์ อย่างไรก็ตาม ในการถ่ายทอดหลักธรรมให้แก่แก่นักเรียนนั้น ครูจำเป็นต้องเข้าใจพื้นฐานและความแตกต่างของแต่ละคนด้วยว่า อยู่ในระดับใด พร้อมรับมากน้อยเพียงใด และสอดคล้องกับค่านิยมหรือความเชื่อดั้งเดิมหรือไม่ จะได้ปรับวิธีการให้เหมาะสม ค่อยๆ ปูพื้นฐานและเชื่อมโยงให้เข้ากับวิถีชีวิตจริงของพวกเขา ไม่ใช่สั่งสอนแบบยัดเยียดหรือวางอำนาจ เศรษฐียา เปรื่องพิชญาธร และพวงเพ็ญ อินทรประวัตติ (2566) ได้กล่าวถึงการสะท้อนคิดเป็นการตระหนักรู้ถึงคุณค่าและความหมายของการกระทำ เข้าใจอุปสรรคและความท้าทายที่อาจเผชิญ ซึ่งการสะท้อนคิดนี้สามารถทำได้หลากหลายวิธี เช่น การเขียนบันทึกสะท้อนการเรียนรู้ การแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับเพื่อนนักศึกษาและอาจารย์นิเทศ การนำเสนอและอภิปราย

กล่าวโดยสรุปแล้ว การศึกษาทั้งห้าแก่นสาระนี้ทำให้เห็นภาพรวมของการบูรณาการหลักธรรมเข้ากับการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู ที่นอกจากจะช่วยหล่อหลอมความเป็นครูที่มีคุณธรรมและจิตวิญญาณแล้ว ยังช่วยพัฒนาสมรรถนะสำคัญต่างๆ ทั้งด้านความรู้ ทักษะ และเจตคติ ที่ล้วนเป็นพื้นฐานของการเป็นครูมืออาชีพในศตวรรษที่



21 ซึ่งต้องเปี่ยมด้วยความรู้และคุณธรรมควบคู่กันไป อันจะนำไปสู่การสร้างสรรค์การศึกษาที่มีคุณภาพและก่อให้เกิดการพัฒนาที่ยั่งยืนของผู้เรียน

อย่างไรก็ดี งานวิจัยนี้ยังมีข้อจำกัดบางประการที่ควรนำมาพิจารณา โดยเฉพาะในแง่ของการอ้างอิงผลการวิจัยในวงกว้าง เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ศึกษานั้นมาจากบริบทเฉพาะของนักศึกษาฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูกลุ่มหนึ่ง ซึ่งอาจมีคุณลักษณะบางอย่างที่แตกต่างจากนักศึกษาครูกลุ่มอื่น ๆ ทั่วไป จึงอาจไม่สามารถสรุปอ้างอิงไปยังประชากรกลุ่มใหญ่ ดังนั้นในอนาคตจึงอาจต้องมีการศึกษากลุ่มตัวอย่างที่หลากหลายและขยายระยะเวลาให้มากขึ้น รวมถึงอาจต้องออกแบบให้มีกลุ่มควบคุมเพื่อเปรียบเทียบให้เห็นผลชัดเจนยิ่งขึ้น ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการสรุปผลในเชิงวิชาการต่อไป

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะสำหรับการนำไปใช้

1.1 สถาบันผลิตครูควรนำรูปแบบการฝึกอบรมจริยธรรมที่ประยุกต์ใช้กระบวนการสะท้อนคิดและการปฏิบัติธรรม มาใช้เป็นส่วนหนึ่งของการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู เพื่อพัฒนานักศึกษาครูทั้งในด้านทักษะและจริยธรรมควบคู่กัน

1.2 การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมจริยธรรมครูให้มีประสิทธิภาพ ควรมีการเชื่อมโยงระหว่างทฤษฎีกับการลงมือปฏิบัติจริง ผ่านการสะท้อนคิดอย่างเป็นระบบ เพื่อให้ให้นักศึกษาครูเกิดการเรียนรู้อย่างลึกซึ้งและนำไปประยุกต์ใช้ในสถานการณ์จริงได้

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการศึกษาค้นคว้าต่อไป

2.1 ควรมีการวิจัยเชิงคุณภาพเพิ่มเติมในบริบทของการฝึกประสบการณ์วิชาชีพครู เพื่อสำรวจมุมมองความเชื่อ และปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีผลต่อการพัฒนาจริยธรรมและสมรรถนะความเป็นครู เพื่อนำไปสู่การกำหนดนโยบายและแนวทางพัฒนาครูที่เหมาะสมต่อไป

2.2 ควรมีการวิจัยเชิงปริมาณเพื่อนำข้อค้นพบที่ได้จากการวิจัยไปพัฒนาเป็นสมมติฐานเชิงปริมาณเพื่อทำการวิเคราะห์ยืนยันในเชิงปริมาณ และสามารถที่จะออกแบบการวิจัยเชิงปริมาณเพื่อทำการวิจัยในวงกว้างเพื่อขยายผลให้กว้างออกไป

2.3 ในด้านการจัดการเรียนรู้ควรมีการนำผลวิจัยไปพัฒนากระบวนการจัดการเรียนรู้ในเชิงจริยธรรมโดยเน้นที่พัฒนาให้ผู้เรียนรู้จักการสะท้อนคิดจากการฝึกจริยธรรมในลักษณะที่หลากหลาย เพื่อให้เกิดการเห็นคุณค่าทั้งในเชิงความรู้ ความคิด ทักษะ และส่งเสริมไปสู่การปฏิบัติที่ดีเพื่อส่งเสริมประสบการณ์วิชาชีพครูต่อไป



เอกสารอ้างอิง

- ข้อบังคับคุรุสภา ว่าด้วยมาตรฐานวิชาชีพ (ฉบับที่ 4) พ.ศ. 2562. (2562, 20 มีนาคม). *ราชกิจจานุเบกษา*. เล่ม 136 ตอนพิเศษ 68 ง. หน้า 18-20.
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน. (2524). *การพัฒนาจริยธรรม: ตำราจิตวิทยา*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- ดุสิต ปรีพูล, พระมหาดาวสยาม วชิรปัญญา และโสวิทย์ บำรุงภักดิ์. (2562). การพัฒนาจริยธรรมของผู้ประกอบวิชาชีพครูในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพิจิตร เขต 1. *วารสารบัณฑิตศึกษามหาจุฬาลงกรณ์*, 6(4), 97-108.
- นิตยา ทองจันทร์, สมาน เอกพิมพ์ และสุรกันต์ จักร. (2563). แนวทางการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมจิตลักษณะความเป็นครูของนักศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม*, 14(2), 75-86.
- ประมวลจริยธรรมข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา. (2564). *ราชกิจจานุเบกษา*. เล่ม 138 ตอนพิเศษ 213 ง. หน้า 67-68.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2557). *ธรรมานุชีวิต พุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่ดีงาม*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2554). *พจนานุกรมออนไลน์ ราชบัณฑิตยสถาน*. Retrieved from: <https://dictionary.orst.go.th/>
- วสิน อินทรสระ. (2541). *พุทธจริยศาสตร์*. กรุงเทพฯ: ทองกวาว.
- เศรษฐีญา เปรื่องพิชญาธร และพวงเพ็ญ อินทรประวัติ. (2566). ผลการสะท้อนคิดด้านสมรรถนะการจัดการเรียนรู้ของนักศึกษาฝึกประสบการณ์วิชาชีพ. *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี*, 34(3), 92-104.
- สิทธิพงษ์ สุพรม, ธีรวัฒน์ เอกะกุล, และ วรณดี แสงประทีปทอง. (2566). รูปแบบการพัฒนาคู่มือการใช้การประเมินแบบสะท้อนคิดที่มีผลต่อสมรรถนะครูด้านการวัดและประเมินผลการเรียนรู้ระดับมัธยมศึกษา. *วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์*, 12(2), 92-105.
- Braadbaart, I., Vuuregge, A., Beekman, F., Scheijen, S., Muijlwijk-Koezen, J., & Scholten, D. (2023). Leveraging the ALACT reflection model to improve academic skills development in bachelor students: A case study. *The Asian Conference on Education 2022: Official Conference Proceedings*, 76. <https://doi.org/10.22492/issn.2186-5892.2023.76>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>



- Korthagen, F.A.J. (2010). Teacher reflection: What it is and what it does. In E. G. Pultorak (Ed.), *The purposes, practices, and professionalism of teacher reflectivity: Insights for twenty-first-century teachers and students* (pp. 377-401). Lanham, ML: Rowman & Littlefield.
- Korthagen, F.A.J., & Kessels, J.P.A.M. (1999). Linking theory and practice: Changing the pedagogy of teacher education. *Educational Researcher*, 28(4), 4-17.
- Korthagen, F.A.J., & Nuijten, E.E. (2018). Core reflection: Nurturing the human potential in students and teachers. In J. P. Miller, K. Nigh, M. J. Binder, B. Novak, & S. Crowell (Eds.), *International handbook of holistic education* (pp. 89-99). New York, NY: Routledge.
- Korthagen, F.A.J., & Vasalos, A. (2005). Levels in reflection: Core reflection as a means to enhance professional development. *Teachers and Teaching: Theory and Practice*, 11(1), 47-71.
- UNESCO. (2017). *Education for sustainable development goals: Learning objectives*. UNESCO Publishing.
- Wegner, C., Weber, P., & Ohlberger, S. (2014). Korthagen's ALACT model: Application and modification in the science project "Kolumbus-Kids". *Themes in Science and Technology Education*, 7(1), 19-34.
- Williams, J., & Power, K. (2009). Using core reflection in teacher education [Paper presentation]. *Annual conference of the Australian Teacher Education Association (ATEA)*, Albury, Australia, June 28 - July 1, 2009.

