
การส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะในสถานศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์
PROMOTING HEALTH SCHOOLS IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS
ACCORDING TO BUDDHISM

จันทร์เพ็ญ ลาภมากพล Junpen Lapmakphon
โรงเรียนวัดบางพลีใหญ่ใน Watbangpleeyainai School, Thailand
Corresponding Author E-mail: moontupyao@gmail.com

Article Received: February 28, 2021, Revised: March 20, 2021, Accepted: March 22, 2021

บทคัดย่อ

การส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะในสถานศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เป็นการส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะที่มีรูปแบบกระบวนการบริหารจัดการใหม่ที่ยึดเอาสุขภาวะเป็นตัวตั้ง เพื่อให้ผู้เรียนเป็นสุข องค์กรเป็นสุข สภาพแวดล้อมเป็นสุข ครอบครัวเป็นสุข และชุมชนเป็นสุข ทั้งในมิติของกาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณ มีวิถีที่เชื่อมโยงและสัมพันธ์กันในตัวมนุษย์และสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ทั้งกายภาพและสังคมและมีความสามารถรับมือความท้าทายและการเปลี่ยนแปลงในศตวรรษที่ 21 โดยบูรณาการกับหลักพุทธศาสตร์ คือ หลักภavana 4 อันเป็นหลักการพัฒนามนุษย์แบบองค์รวมทั้งร่างกายและจิตใจ คือ กายภavana ศีลภavana จิตตภavana และปัญญาภavana

คำสำคัญ: การส่งเสริม, โรงเรียนสุขภาวะ, สถานศึกษา, พุทธศาสตร์

ABSTRACT

Promoting health schools in educational institutions according to Buddhism was promoting health schools with a new management process based on well-being to make students, organization, environment, family and community happy in the dimensions of the physical, mind, society and spirit, there was a way that was connected and related in human beings and the environment both physically and socially, and able to cope with challenges and changes in the 21st century by integrating with Buddhism called the Four Bhāvanā principles, which were the principles of holistic human development, including the physical and mental, namely Kāya-bhāvanā, Sila-bhāvanā, Citta-bhāvanā and Paññā-bhāvanā

Keywords: Promotion, Health Schools, Educational Institutions, Buddhism

บทนำ

การพัฒนาการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาให้เด็กและเยาวชนให้เป็นคนที่สมบูรณ์พัฒนาไปได้อย่างรอบด้าน การพัฒนาโรงเรียนสู่สุขภาวะเป็นโรงเรียนสุขภาวะที่มีรูปแบบกระบวนการบริหารจัดการใหม่ที่ยืดหยุ่น ภาวะเป็นตัวเอง เพื่อให้ผู้เรียนเป็นสุข องค์กรเป็นสุข สภาพแวดล้อมเป็นสุข ครอบครัวเป็นสุข และชุมชนเป็นสุข ทั้งในมิติของกาย ใจ สังคมและจิตวิญญาณมีวิถีที่เชื่อมโยงและสัมพันธ์กันในตัวมนุษย์และสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ทั้งกายภาพและสังคมและมีความสามารถรับมือความท้าทายและการเปลี่ยนแปลงในศตวรรษที่ 21 ได้อย่างสมบูรณ์นั่นเอง ส่วนโรงเรียนโดยทั่วไปนั้นมุ่งพัฒนาผู้เรียนให้มีความ เป็นเลิศทางวิชาการ มุ่งสร้างเด็กเก่งที่มีความสามารถในการแข่งขันและมุ่งสู่ระบบการศึกษาที่เอาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นตัววัดคุณภาพโรงเรียนและคุณภาพครูในปัจจุบัน (มูลนิธิสถาบันการวิจัยทางการศึกษา, 2556)

โรงเรียนสุขภาวะมีรูปแบบการบริหารจัดการที่มีความเฉพาะตัวเกิดจากการหลอมรวมความคิด ภาพความสำเร็จของโรงเรียนที่เป็นต้นแบบ คือ โรงเรียนลำปลายมาศพัฒนา หรือโรงเรียนนอกกะลา เป็นโรงเรียนเอกชนการกุศลที่ตั้งอยู่ในตำบลโคกกลาง อำเภอลำปลายมาศ จังหวัดบุรีรัมย์ โดยผู้อำนวยการ วิเชียร ไชยบัง และคณะครูที่จัดการเรียนการสอนเสริมสร้างผู้เรียนให้เกิดสุขภาวะ อีกทั้งยังเสริมสร้างพัฒนาให้เด็กได้เรียนรู้ในรูปแบบของการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 ได้อย่างชัดเจนและเป็นรูปธรรมที่สุดผู้เรียนเกิดความมุ่งมั่นในทุกๆ ด้าน ในส่วนของโรงเรียนเครือข่ายในโครงการเสริมสร้างพลังอำนาจการจัดการศึกษาที่สร้างสุขภาวะในโรงเรียนที่ทำแล้วประสบความสำเร็จที่สามารถเสริมสร้างศักยภาพของนักเรียนสู่สุขภาวะนั้นมีอีกเป็นจำนวนมากที่ในระยะนี้เป็นโรงเรียนต้นแบบขยายผลสู่โรงเรียนต่างๆ อีกเป็นจำนวนมาก กระจายอยู่ในทุกภาคของประเทศไทย อาทิเช่น ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ได้แก่ โรงเรียนบ้านทุ่งยาวคำโปรย โรงเรียนบ้านประทาย โรงเรียนบ้านนาขนวน อำเภอกันทรลักษ์ จังหวัด ศรีสะเกษ และโรงเรียนบ้านชุมคำ อำเภอศรีเชียงใหม่ จังหวัดหนองคาย ภาคเหนือ ได้แก่โรงเรียนบ้านสัว อำเภอบ่อเกลือ จังหวัดน่าน โรงเรียนบ้านจันทร์ อำเภอ กัลยาณิวัฒนา จังหวัดเชียงใหม่ เป็นต้น แล้วถอด บทเรียนนำสู่การสร้างและพัฒนารูปแบบการบริหารจัดการ (MODEL) เฉพาะของโรงเรียนสุขภาวะ (มูลนิธิสถาบันการวิจัยทางการศึกษา, 2556)

การสร้างโรงเรียนสุขภาวะนั้นมีความครอบคลุมการพัฒนาคุณภาพการจัดการศึกษาให้กับผู้เรียน และผู้ที่เกี่ยวข้องอย่างรอบด้าน โดยเน้นการพัฒนาและประยุกต์ใช้ตามสภาพบริบทของแต่ละโรงเรียน ภายใต้เป้าหมายเดียวกันคือพัฒนาผู้เรียนให้เกิดสุขภาวะ เกิดการหล่อหลอมนักเรียนเยาวชนต้นกล้าของประเทศ เมื่อเติบโตขึ้นให้เป็นบุคคลที่มีสุขภาวะอย่างสมบูรณ์ ดังนั้น การเสริมสร้างศักยภาพและพัฒนาโรงเรียนให้สามารถบริหารจัดการและจัดกระบวนการเรียนรู้ที่สร้างสุขภาวะแก่ผู้เรียนได้จึงเป็นสิ่งสำคัญยิ่งที่จะทำให้การสร้างสังคมสุขภาวะประสบความสำเร็จอย่างชัดเจนและเป็นรูปธรรมยิ่งขึ้น หากเรากล้าและแน่วแน่พอที่จะสร้าง ปาฏิหาริย์การเปลี่ยนแปลง ความเจริญงอกงามทางการศึกษาให้กับสังคมไทยแล้วนั้น โรงเรียนสุขภาวะจึงเป็น คำตอบที่ชัดเจนที่สุดในการสร้างปาฏิหาริย์นั้น (มูลนิธิสถาบันการวิจัยทางการศึกษา, 2556) โดยเฉพาะการ นำมาบูรณาการกับหลักภาวะ 4 (ขุ.จุ.ไทย) 30/18/115 ความหมายของภาวะ 4 คือ การเจริญการพัฒนา ทั้งทางด้านสมณะและวิปัสสนาเพื่อให้มีผลปรากฏ เช่น มีบุคลิกภาพภายนอกและคุณธรรมภายใน ที่ดีขึ้นซึ่งในความหมายนี้แบ่งผลที่ปรากฏออกเป็น 4 ด้านคือ 1) กายภาวนา หรือการพัฒนากาย คือ การมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ หรือทางวัตถุให้รู้จัก “กินอยู่ดูฟัง” เป็นสามารถเสพลิง เหล่านั้นในทางที่เป็นคุณมิให้โทษรู้จัก ควบคุมไม่ให้เกิดความต้องการที่ฟุ้งเฟ้อเกินความจำเป็น 2) ศิลภาวนา หรือการพัฒนาจิต คือ การมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางสังคม คือ มนุษย์ตั้งอยู่ในภาวะเยียบ เพื่อให้เกิดการตอบสนองความต้องการของตนนั้นไม่ไปเบียดเบียน หรือก่อความเดือดร้อนเสียหายกับผู้อื่น สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นและเกื้อกูลกันได้ด้วยดี 3) จิตภาวนา หรือการพัฒนาจิต คือ การมีจิตที่สมบูรณ์ด้วย

คุณธรรมความดีงามสมบูรณ์ด้วยสมรรถภาพมีความเข้มแข็งมั่นคงและสมบูรณ์ด้วยสุขภาพ มีความเบิกบานผ่องใสสงบสุข 4) ปัญญาภาวนา หรือการพัฒนาปัญญา คือ การเสริมสร้างความรู้ความคิดความเข้าใจอย่างเป็นนัยความคิดและการหยั่งรู้ความจริงรู้เห็นเท่าทันโลกและชีวิตตามสภาวะจริง (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2552)

บทความนี้จะนำเสนอการส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะในสถานศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ เป็นการศึกษาเอกสาร บทความ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วยการส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะในสถานศึกษา ภาวนา 4 : หลักพุทธศาสตร์ในการส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะในสถานศึกษา และการส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะในสถานศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ โดยมีรายละเอียดดังนี้

การส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะในสถานศึกษา

โรงเรียนสุขภาวะนับเป็นการปฏิรูปประเทศไทยที่สำคัญสามารถเปลี่ยนการศึกษาที่สร้างความสุข หักสอนให้เด็กเรียนรู้แบบท่องจำเพราะการศึกษาที่ผ่านมาก่อให้เกิดทุกข์ทั่วไปหมด ฉะนั้น หากเราสามารถเปลี่ยนการศึกษาที่สร้างความสุขให้กับทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องทั้งเด็ก ผู้ปกครอง ครู ถือเป็นการปฏิรูปที่สำคัญการปฏิรูปการศึกษาถือเป็นเรื่องใหญ่ ถ้าทุกฝ่ายร่วมกันคิดถือเป็นพลังที่จะเปลี่ยนแปลงไปสู่ความร่มเย็นเป็นสุข อีกทั้งที่ผ่านมามีแผนการศึกษาแห่งชาติเป็นแผนที่ครอบคลุมทุก อย่างแต่ยังไม่เกิดขึ้น เพราะขึ้นอยู่กับคนทำหรือไม่ทำ เข้าใจหรือไม่เข้าใจ ซึ่งประเทศไทยขาดภูมิปัญญาด้านการจัดการ เพราะเราเรียนเป็นรายวิชาเน้นการท่องจำให้กับนักเรียนมากกว่าสอนความเข้าใจ ฉะนั้น การจัดการถือเป็นความเชื่อมโยงที่ดีขณะนี้ประเทศไทยขาดการจัดการไปอย่างน่ากลัวจนทำให้เกิดปัญหาต่างๆ มากมายเพราะขาดการจัดการที่ดี การเรียนรู้ทำให้เกิดปัญญาจนนำไปสู่ความสุข ถ้าการศึกษาเป็นความทุกข์ คนไทยก็เกลียดการศึกษา อะไรที่ทำให้เกิดความสุขคนจะมุ่งทำเรื่องนั้นๆ ซึ่งหากการศึกษาทำให้คนเกิดความสุข คนไทยก็จะมุ่งกลับไปเรียนและหากทุกโรงเรียนสร้างสุขภาวะในโรงเรียนก็ทำให้เกิดความสุขได้อย่างยั่งยืน การศึกษาของประเทศไทยจำเป็นต้องเปลี่ยนหลักคิดใหม่โดยการศึกษาต้องเอาชีวิตเป็นตัวตั้ง เพราะการศึกษาคือชีวิต เด็กต้องเรียนรู้จากชีวิต อย่าแยกการศึกษาออกจากชีวิต (มูลนิธิสถาบันการวิจัยทางการศึกษา, 2556)

โรงเรียนสุขภาวะเป็นโรงเรียนที่มีรูปแบบกระบวนการบริหารจัดการใหม่ที่ยึดเอาสุขภาวะเป็นตัวตั้งเพื่อให้ผู้เรียนเป็นสุข องค์กรเป็นสุข สภาพแวดล้อมเป็นสุข ครอบครัวเป็นสุข และชุมชนเป็นสุข ทั้งในมิติของกาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณ มีวิถีที่เชื่อมโยงและสัมพันธ์กันในตัวมนุษย์และสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทั้งกายภาพและสังคมและมีความสามารถรับมือความท้าทายและการเปลี่ยนแปลงในศตวรรษที่ 21 โรงเรียนสุขภาวะมีองค์ประกอบหลัก 5 ด้าน (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2560) ได้แก่

1. ผู้เรียนเป็นสุข ได้แก่ ผู้เรียนมีสุขภาพดี ผู้เรียนมีทักษะการ ปฏิเสธให้ตนเองพ้นจากอันตราย ผู้เรียนอยู่ร่วมกันอย่าง มีความสุขผู้เรียนมีวินัย รู้หน้าที่ มีความรับผิดชอบผู้เรียนมีจิตสาธารณะ อนุรักษ์ ทรัพยากร และสิ่งแวดล้อม ผู้เรียนกระตือรือร้นให้ ความสนใจในการเรียน

2. โรงเรียนเป็นสุข ได้แก่ โรงเรียนมีการบริหารจัดการที่เอื้อต่อการสร้างเสริมสุขภาวะของผู้เรียน โรงเรียนมีการบูรณาการกระบวนการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างให้ผู้เรียนมีสุขภาวะโดยสอดคล้องกับบริบทภายในโรงเรียนและท้องถิ่น โรงเรียนมีกระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การติดตามประเมินผลร่วมกันภายในโรงเรียนอย่างต่อเนื่อง โรงเรียนมีแหล่งเรียนรู้ที่เอื้อต่อการเสริมสร้างสุขภาวะของผู้เรียน

3. สภาพแวดล้อมเป็นสุข ได้แก่ โรงเรียนเป็นเขตปลอดเหล้า-บุหรี่ การพนันและสิ่งเสพติด โรงเรียนมีการคัดเลือกวัตถุดิบ เครื่องดื่ม และอาหารว่างที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาวะของผู้เรียน บรรยากาศใน

โรงเรียนและห้องเรียนเอื้อต่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ของผู้เรียนโรงเรียนมีระบบป้องกันภัยและมีการตรวจสอบอย่างสม่ำเสมอ โรงเรียนมีการจัดสภาพบริเวณโรงเรียนให้มีบรรยากาศร่มรื่นและส่งเสริมการเรียนรู้

4. ครอบครัวเป็นสุข ได้แก่ ครอบครัวรับฟังและให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์แก่ผู้เรียนในการป้องกันความเสี่ยงต่อพฤติกรรมที่ทำลายสุขภาพ ครอบครัวและโรงเรียนมีการแลกเปลี่ยนข้อมูลทางสุขภาพเพื่อร่วมกันพัฒนาสุขภาพผู้เรียน ครอบครัวมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ของผู้เรียน เช่น การดูแลเอาใจใส่ด้านการเรียนและพฤติกรรมด้วยวิธีเชิงบวก ครอบครัวเข้าไปมีส่วนร่วมในกระบวนการเสริมสร้างสุขภาพของโรงเรียน

5. ชุมชนเป็นสุข ได้แก่ ชุมชนมีสถานที่ส่งเสริมการจัดการเรียนรู้และใช้ประโยชน์เพื่อสร้างเสริมสุขภาพของผู้เรียน เปิดโอกาสให้บุคคลในชุมชนได้แลกเปลี่ยนความรู้เกี่ยวกับข้อมูลเชิงสุขภาพของผู้เรียน ชุมชนมีส่วนร่วมในการจัดกระบวนการเรียนรู้เพื่อสร้างเสริมสุขภาพของผู้เรียน ชุมชน และโรงเรียนมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน

โรงเรียนสุขภาพจะเป็นนวัตกรรมทางการศึกษาที่เป็นทางออกสำคัญยิ่งของการพัฒนาคุณภาพโรงเรียนสู่สุขภาพ เนื่องจากทิศทางที่ผ่านมาเรามุ่งพัฒนาโรงเรียนให้มีความเป็นเลิศทางวิชาการมุ่งสร้างเด็กเก่งที่มีความสามารถในการแข่งขันและมุ่งสู่ระบบการศึกษาที่เอาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเป็นตัววัดคุณภาพโรงเรียนและคุณภาพครูจนมองข้ามเจตจำนงทางการศึกษาที่เราต้องการ “พลเมืองที่มีความสุขทั้งมิติของกาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณ มีวิถีชีวิตที่เชื่อมโยงและสัมพันธ์กันในตัวมนุษย์และสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทั้งกายภาพและสังคม และมีความสามารถเชิงการแข่งขันในเวทีโลกได้อย่างมีศักดิ์ศรี” ซึ่งจะเป็นการศึกษาที่สามารถรับมือความท้าทายและการเปลี่ยนแปลงในศตวรรษที่ 21 ได้ การพัฒนาการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาให้เด็กและเยาวชนให้เป็นคนที่สมบูรณ์พัฒนาไปได้อย่างรอบด้าน ในโรงเรียนขนาดเล็กที่มีบริบท ความขาดแคลน ใกล้เคียงกัน โรงเรียนขนาดใหญ่มุ่งสู่ความเป็นเลิศตามมาตรฐานสากล หรือโรงเรียนทุกขนาด ทุกระดับต้องหันมามองรอบด้านในการพัฒนาผู้เรียนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์เสริมสร้างศักยภาพได้อย่างสูงสุด เหตุฉะนั้นการจัดการศึกษาที่สร้างสุขภาพในโรงเรียนมีจุดเด่นตรงที่การสร้างประชาคมการเรียนรู้ ทั้งโรงเรียนและระหว่างโรงเรียนหรือภายนอกโรงเรียน เพราะที่ผ่านมาแม้องค์กร หน่วยงาน ผู้เกี่ยวข้องทางการศึกษาต่างพยายามบอกว่า ได้จัดการศึกษาโดยเน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง แต่ลืมไปว่าในการจัดการศึกษาอย่างไรก็ตาม ผู้ที่มีบทบาทสำคัญควบคู่ไปด้วยก็คือครู ดังนั้น ความแตกต่างของโครงการนี้กับการจัดการศึกษาของโรงเรียนอื่นๆ คือ การเน้นให้ครูเรียนรู้ร่วมกันไปกับเด็กให้ได้มากที่สุดและเลิกการให้ครูเรียนรู้ผ่านการอบรม ซึ่งไม่ได้ผล อีกทั้งการจัดการเรียนรู้ของโรงเรียนสุขภาพซึ่งมุ่งพัฒนาเด็กทั้งร่างกาย ความคิดอ่าน จิตใจ และทักษะทางสังคม โดยวิธีการจัดกระบวนการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมในหลักสูตรและกิจกรรมเสริมหลักสูตรภายใต้การมีบทบาทของเด็กตามความสนใจของเด็กเองซึ่งผลลัพธ์ที่ได้จากการประเมินเห็นได้ชัดว่า เด็กมีความสุขในการเรียนมากขึ้น (มูลนิธิสถาบันการวิจัยทางการศึกษา, 2556)

สรุปว่า การส่งเสริมโรงเรียนสุขภาพในสถานศึกษา เป็นการส่งเสริมโรงเรียนที่มีรูปแบบกระบวนการบริหารจัดการใหม่ที่ยึดเอาสุขภาพเป็นตัวตั้งเพื่อให้ผู้เรียนเป็นสุข องค์กรเป็นสุข สภาพแวดล้อมเป็นสุข ครอบครัวเป็นสุข และชุมชนเป็นสุข ทั้งในมิติของกาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณ มีวิถีที่เชื่อมโยงและสัมพันธ์กันในตัวมนุษย์และสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ทั้งกายภาพและสังคมและมีความสามารถมีองค์ประกอบสำคัญ 5 ประการ ได้แก่ 1) ผู้เรียนเป็นสุข 2) โรงเรียนเป็นสุข 3) สภาพแวดล้อมเป็นสุข 4) ครอบครัวเป็นสุข และ 5) ชุมชนเป็นสุข

ภาวนา 4 : หลักพุทธศาสตร์ในการส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะในสถานศึกษา

หลักพุทธศาสตร์ คือ ภาวนา 4 เป็นหลักพุทธธรรมที่มีความเหมาะสมในการส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะในสถานศึกษา โดยมีความหมายแยกตามศัพท์ คือ ภาวนา เป็นคำในภาษาบาลี ที่มีรูปกิริยาศัพท์เป็นภาวติ มีความหมายตรงกับคำว่า วฑฺฒติ ซึ่งก็คือ วัฒนา หรือการพัฒนาที่ใช้ในภาษาไทย คำว่า ภาวนา ในคำสอนของพระพุทธศาสนา หมายถึง การทำให้มีขึ้นเป็นขึ้น การทำให้เกิดขึ้น การเจริญ การบำเพ็ญ การฝึกอบรม การพัฒนาเพื่อทำสิ่งที่ยังไม่มีให้เกิดขึ้น (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), 2554) โดยมีความหมายครอบคลุมถึงการปฏิบัติตนทั้งหมดที่เป็นไปเพื่อการพัฒนาคุณธรรมภายในตน (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), 2546)

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต) (2552) ได้กล่าวเพิ่มรายละเอียดของหลักภาวนา 4 ไว้ว่า การพัฒนาตามความหมายของพระพุทธศาสนาคือภาวนา หมายถึง การทำให้เป็นให้มีขึ้น การฝึกอบรม การพัฒนา ซึ่งมีการพัฒนาอยู่ 4 ประเภทคือ

1. กายภาวนา คือ การเจริญกาย พัฒนากาย การฝึกอบรม ให้รู้จักติดต่อกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้งห้าด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษให้กุศลธรรมงอกงาม ให้อกุศลธรรมเสื่อมสูญ การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ

2. ศิลภาวนา คือ การเจริญศีล พัฒนาความประพฤติ การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัยไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกันกับผู้อื่นได้ด้วยดีเกื้อกูลแก่กัน

3. จิตตภาวนา คือ การเจริญจิต พัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีการเมตตา มีฉันทะ ขยันหมั่นเพียร อดทน มีสมาธิและสดชื่นเบิกบาน เป็นสุขผ่องใส เป็นต้น

4. ปัญญาภาวนา คือ การเจริญปัญญา พัฒนาปัญญา การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นแจ้งโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำให้เป็นอิสระทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดปล่อยจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญาความหมายการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามแนวพระพุทธศาสนานั้นต้องพัฒนาร่วมกันหลายอย่างเช่น การพัฒนากาย การพัฒนาจิต การพัฒนาปัญญา เข้าด้วยกันจึงจะเป็นการพัฒนาที่ยั่งยืน โดยไม่แน่นอนอย่างใดอย่างหนึ่ง

สรุปว่า ภาวนา 4 : หลักพุทธศาสตร์ในการส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะในสถานศึกษา เป็นหลักพุทธธรรมที่พัฒนาทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจซึ่งปรากฏทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ 1) กายภาวนา การพัฒนากาย (physical development) 2) ศิลภาวนา การพัฒนาศีล (social development) 3) จิตตภาวนา การพัฒนาจิต (emotional development) และ 4) ปัญญาภาวนา การพัฒนาปัญญา (intellectual development)

การส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะในสถานศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์

การส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะในสถานศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ เป็นผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการที่จะส่งผลให้โรงเรียนสุขภาวะดำเนินงานได้สำเร็จตามจุดประสงค์ คือ ผู้เรียนเป็นสุข โรงเรียนเป็นสุข สภาพแวดล้อมเป็นสุข ครอบครัวเป็นสุข และชุมชนเป็นสุข โดยโรงเรียนมีจุดเด่นในเรื่องของเทคโนโลยีสื่อการเรียนการสอนที่ทันสมัย สรรค์สร้างสิ่งแวดล้อมที่ร่มรื่นปลอดภัย จากสิ่งเสพติด ปลอดภัยจากการถูกล่วงละเมิด เน้นด้านวิชาการหลักสูตรตอบสนองความต้องการของชุมชน มีกิจกรรมที่ส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรม ตลอดทั้งปีการศึกษา ยึดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมีกิจกรรมส่งเสริมการออม ส่งเสริมอาชีพพื้นฐาน พร้อมกับการบูรณาการหลักพุทธศาสตร์ที่เหมาะสม คือ ภาวนา 4 ที่จะส่งเสริมให้กายเป็นสุข สังคมเป็นสุข จิตใจเป็นสุข และปัญญาเป็นสุข โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. การส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะด้านนักเรียนเป็นสุขตามหลักภาวะ 4
 - 1.1 มีการเรียนการสอนที่กระตุ้นความคิดให้เด็กได้เรียนรู้อย่างมีความสุข การปรับเปลี่ยนหลักสูตรการเรียนการสอนเพื่อให้เด็กมีทักษะแห่งศตวรรษที่ 21
 - 1.2 ครูมีกระบวนการจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับเด็กจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้เขาสามารถอยู่รอดในสังคมได้อย่างมีคุณภาพจนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ
 - 1.3 โครงสร้างของโรงเรียนสุขภาวะต้องมุ่งเน้นให้เด็กได้รับการพัฒนาทักษะวิชาการอย่างเต็มตามศักยภาพและบริบทที่เหมาะสมของตนเอง เกิดการเรียนรู้และพัฒนาต่อยอดได้อย่างก้าวกระโดด
 - 1.4 มีการพัฒนาทักษะชีวิต รู้จักคิดไตร่ตรองตัดสินใจในสิ่งที่ถูกต้องเหมาะสม โดยไม่ติดเหล้า บุหรี่ เกม การพนันหรือมีปัญหาพฤติกรรมทางเพศ การทะเลาะเบาะแว้ง ไม่ใช้อารมณ์ในการตัดสินใจ
 - 1.5 นักเรียนมีความสุขกายสบายใจมีมารยาท อ่อนน้อม มีสิทธิอย่างเท่าเทียมกัน
 - 1.6 นักเรียนได้รับการปฏิบัติอย่างเสมอภาค
 - 1.7 ปลุกฝังการมีจิตสำนึกในความเป็นพลเมืองช่วยกันดูแลรักษาสังคมโลกให้คงอยู่อย่างมีคุณภาพ เกิดจิตสำนึกการอนุรักษ์ธรรมชาติ สิ่งแวดล้อมรอบตัวไม่มีการทำลาย สิ่งแวดล้อมเพื่อประโยชน์ของตนเอง
 - 1.8 มีการเรียนรู้ที่สร้างเสริมคุณธรรมจริยธรรม โตมาไม่โกงอย่างที่สังคมคาดหวัง การปลุกฝังคุณธรรมที่ฝังรากฐานลึกในจิตใจภายใต้จิตสำนึกที่ดีงาม
2. การส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะด้านโรงเรียนเป็นสุขตามหลักภาวะ 4
 - 2.1 ผู้บริหารสถานศึกษาและคณะกรรมการสถานศึกษา มีการนำองค์กรที่ดี กำหนดนโยบายที่ยึดประโยชน์ผู้เรียนเป็นตัวตั้ง มุ่งเน้นการพัฒนาผู้เรียนเป็นหลักสำคัญรู้จักและเข้าถึงผู้เรียนเป็นรายบุคคล
 - 2.2 จัดระบบดูแลช่วยเหลือที่มีประสิทธิภาพ
 - 2.3 ส่งเสริมให้ผู้เรียนทำกิจกรรมและมีส่วนร่วมในการคิดออกแบบกิจกรรมด้วยตนเอง
 - 2.4 มีครูและบุคลากรที่มีแรงบันดาลใจความมุ่งมั่นตั้งใจในการร่วมพัฒนาเกิดทีมงานที่เข้มแข็ง ทีมทำงาน เข้าใจเป้าหมายของการพัฒนาผู้เรียนและเป็นแบบอย่างที่ดีงามของนักเรียนและสังคม
 - 2.5 ครูเกิดกระบวนการเรียนรู้มุ่งผลลัพธ์ที่ตัวผู้เรียนเต็มเต็มศักยภาพและเชื่อมโยงปัญหาชุมชนให้เด็กได้เรียนรู้ร่วมคิดร่วมแก้ไขรับผิดชอบสังคม
 - 2.6 คำนึงถึงสิทธิ ความเสมอภาค เคารพในความแตกต่าง และศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ของนักเรียน
 - 2.7 คณะครูสร้างบรรยากาศเป็นมิตรกับเพื่อนร่วมงาน ผู้ที่เกี่ยวข้องในการร่วมจัดการศึกษาตลอดถึงการมีวัฒนธรรมองค์กรที่ดี
3. การส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะด้านสภาพแวดล้อมเป็นสุขตามหลักภาวะ 4
 - 3.1 การจัดสภาพแวดล้อมในโรงเรียนที่เน้นความสะอาด ปลอดภัย ปลอดภัย
 - 3.2 สร้างพื้นที่สีเขียวในโรงเรียนและพัฒนาเป็นแหล่งเรียนรู้ควบคู่ไป
 - 3.3 เสริมสร้างสุขภาพที่ดีมีการออกกำลังกายสม่ำเสมอ
 - 3.4 มีการใช้ทรัพยากรที่มีอย่างประหยัดและคุ้มค่า ส่งเสริมการประหยัดน้ำ ประหยัดไฟ
 - 3.5 ดูแลรักษาและปกป้องสิ่งแวดล้อมจัดการด้านโภชนาการสุขภาพและสิ่งแวดล้อมถูกสุขลักษณะเป็นพื้นที่ปลอดภัยป้องกันปัจจัยเสี่ยง
 - 3.6 โรงเรียนร่วมกันแก้ไขพฤติกรรมผู้เรียนเรื่องเพศ ยาเสพติด เหล้า บุหรี่ การพนัน การใช้ความรุนแรง ไม่มีการ bully กัน

- 3.7 จัดการบริโภคอาหาร ขนม และเครื่องดื่มที่ไม่มีประโยชน์โดยโรงเรียนต้องไม่มีจำหน่าย
- 3.8 มีแหล่งเรียนรู้ภายในโรงเรียนที่ เอื้อให้ผู้เรียน ได้เรียนรู้ได้อย่างเต็มศักยภาพ
- 3.9 โรงเรียนมีการแบ่งส่วนของเด็กแต่ละระดับชั้น สถานที่เพียงพอกับจำนวนนักเรียน
การจัดมุมอับต่างๆ
- 3.10 เครื่องเล่นจะต้องได้รับการดูแลให้ปลอดภัยอยู่เสมอ
4. การส่งเสริมโรงเรียนสู่ภาวะด้านครอบครัวเป็นสุขตามหลักภาวนา 4
- 4.1 การที่เด็กมีสัมพันธภาพของสมาชิกในครอบครัวในลักษณะที่เอื้ออาทรเกื้อกูลและรัก
ห่วงใยกัน
- 4.2 มีปัจจัยดำรงชีวิตพอเพียง ลดปัจจัยเสี่ยงให้ครอบครัวปลอดภัยจากความรุนแรงยาเสพติด
การพนัน เหล้า บุหรี่ และการล่วงละเมิดทางเพศ
- 4.3 พ่อแม่ ผู้ปกครอง รับรู้ มีการติดต่อสื่อสารและร่วมมือกับโรงเรียนในการดูแลช่วยเหลือ
นักเรียนและพัฒนาผู้เรียนใช้เวลาและใช้เวลาร่วมกันอย่างมีความสุข พ่อแม่ ผู้ปกครอง เป็นแบบอย่างที่ดีใน
การดำรงชีวิต
- 4.4 ผู้ปกครองและครูเข้าถึงกัน เข้าใจซึ่งกันและกัน การใช้เทคโนโลยีในการเชื่อมต่อ
ความสัมพันธ์กันเป็นอย่างดี การดูแลเรื่องทุนการศึกษาให้แก่เรียนอย่างทั่วถึง
- 4.5 มีการประชาสัมพันธ์ที่ชัดเจนทั่วถึงสามารถตอบคำถามหรือแก้ปัญหาเกี่ยวกับตัวนักเรียน
- 4.6 สื่อสารประชาสัมพันธ์ให้ผู้ปกครองนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปใช้ใน
ครอบครัวเพื่อช่วยกันหล่อหลอมให้นักเรียนในความปกครองรู้จักความดี รู้จักการมีธรรมาภิบาลไม่ฟุ้งเฟ้อ
โดยโรงเรียนจะต้องเป็นต้นแบบที่ดีใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่า
- 4.7 โรงเรียนและผู้ปกครองสอนให้นักเรียนมีทักษะชีวิตพื้นฐาน เช่น หุงข้าว ทำกับข้าว ซักผ้า
ถูบ้าน เป็นต้น
5. การส่งเสริมโรงเรียนสู่ภาวะด้านชุมชนเป็นสุขตามหลักภาวนา 4
- 5.1 การที่ชุมชนและครอบครัวมีบทบาทในการเฝ้าระวังระบบเฝ้าระวังป้องกันปัญหาผู้เรียน
ร่วมกับโรงเรียน
- 5.2 ผู้คนในชุมชนเป็นแบบอย่างที่ดีงามแก่ผู้เรียนในการปฏิบัติตามกฎหมายและหน้าที่
พลเมือง มีการระดมทรัพยากร เพื่อส่งเสริมการจัดการศึกษาร่วมกับโรงเรียนร่วมมือกับครูในการจัดการเรียนรู้
และแก้ปัญหาผู้เรียนร่วมกัน
- 5.3 มีวิถีชีวิตที่อนุรักษ์วัฒนธรรมท้องถิ่นและทรัพยากร ชุมชนและเป็นแหล่งเผยแพร่
ภูมิปัญญาวัฒนธรรมท้องถิ่น ชุมชน ให้เด็กได้เรียนรู้และสืบทอดอย่างเห็นคุณค่า
- 5.4 ชุมชนมีส่วนในการพัฒนาโรงเรียนต่างฝ่ายต่างพึงความคิดเห็นซึ่งกันและกัน
เอื้อเพื่อเพื่อแผนจัดการเรียนการสอนที่ตรงตามความต้องการของชุมชน
- 5.5 เป็นชุมชนที่มีความสามัคคีมีกิจกรรมร่วมกัน มีผู้นำที่ดีมีการส่งเสริมอาชีพ หัวหน้าชุมชน
มีความสามารถในการการเป็นผู้นำไม่แสวงหาผลประโยชน์อย่างเดียว มีส่วนร่วมในการพัฒนาโรงเรียน
- 5.6 ชุมชนเป็นหูเป็นตาให้กับโรงเรียน ชุมชนดีสามารถเป็นรั้วให้กับโรงเรียนได้ สามารถ
ป้องกันภัยต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นกับนักเรียนได้
- 5.7 โรงเรียนให้ความร่วมมือกับชุมชน มีการบริการด้านข่าวสาร ด้านวิชาการความรู้ มีการจัด
กิจกรรมวันสำคัญร่วมกัน และมีการบริการด้านสถานที่ใช้ลานกีฬาอเนกประสงค์ในการเชื่อมความสัมพันธ์

บทสรุป

โรงเรียนสุขภาวะเป็นโรงเรียนที่มีรูปแบบกระบวนการบริหารจัดการใหม่ที่ยึดเอาสุขภาวะเป็นตัวตั้ง เพื่อให้ผู้เรียนเป็นสุข องค์กรเป็นสุข สภาพแวดล้อมเป็นสุข ครอบครัวเป็นสุข และชุมชนเป็นสุข มีวิถีที่เชื่อมโยงและสัมพันธ์กันในตัวมนุษย์และสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม โดยการส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะมีองค์ประกอบหลัก 5 ด้าน ได้แก่ 1) ผู้เรียนเป็นสุข (Happy student) นักเรียนมีสุขภาพแข็งแรง ร่าเริงแจ่มใส อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข มีวินัยรู้หน้าที่มีความรับผิดชอบ มีจิตสาธารณะ 2) โรงเรียนเป็นสุข (Happy school) โรงเรียนมีการบริหารจัดการที่เอื้อต่อการสร้างเสริมสุขภาวะของผู้เรียน โรงเรียนมีการบูรณาการกระบวนการเรียนรู้เพื่อเสริมสร้างให้ผู้เรียนมีสุขภาวะโดยสอดคล้องกับบริบทภายในโรงเรียนและท้องถิ่น 3) สภาพแวดล้อมเป็นสุข (Happy environment) โรงเรียนบูรณาการการบริหารจัดการสภาพแวดล้อมอย่างเป็นองค์รวมพัฒนาระบบป้องกันภัย หมั่นตรวจตราอย่างสม่ำเสมอสร้างบรรยากาศที่สะอาด ปลอดภัย ปลอดภัย ปลอดภัย เอื้อต่อการเรียน บริหารจัดการสภาวะโภชนาการอย่างเป็นระบบ 4) ครอบครัวเป็นสุข (Happy family) สร้างความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับแนวคิดโรงเรียนและครอบครัวสุขภาวะ พัฒนาความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างโรงเรียนกับครอบครัว ส่งเสริมให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการจัดการเรียนรู้ 5) ชุมชนเป็นสุข (Happy community) ชุมชนมีสถานที่ ส่งเสริมการจัดการเรียนรู้และใช้ประโยชน์เพื่อสร้างเสริมสุขภาวะของผู้เรียน โดยบูรณาการกับหลักพุทธศาสตร์ คือ กาวานา 4 อันเป็นการพัฒนาอย่างองค์รวม 4 ด้าน คือ 1) กายกาวานา การพัฒนากาย การมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ หรือทางวัตถุให้รู้จัก “กิน อยู่ ดู ฟัง” เป็น สามารถแสวงหาสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ รู้จักควบคุมไม่ให้เกิดความต้องการที่ฟุ้งเฟ้อเกินความจำเป็น 2) ศิลกาวานา การพัฒนาจิต การมีความสัมพันธ์ที่เกื้อกูลกับสิ่งแวดล้อมทางสังคม ไม่ไปเบียดเบียนก่อความเดือดร้อนเสียหายกับผู้อื่น สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นเกื้อกูลกันได้ด้วยดี 3) จิตกาวานา การพัฒนาจิต การมีจิตที่สมบูรณ์ด้วยคุณธรรมความดีงามสมบูรณ์ด้วยสมรรถภาพมีความเข้มแข็งมั่นคงและสมบูรณ์ด้วยสุขภาพมีความเบิกบานผ่องใสสงบสุข และ 4) ปัญญา กาวานา การพัฒนาปัญญา การเสริมสร้างความรู้ความเข้าใจและความจริงรู้เห็นเท่าทันโลกและชีวิตตามสภาวะจริง สรุปเป็นภาพองค์ความรู้การศึกษา ดังในภาพที่ 1



ภาพที่ 1 การส่งเสริมโรงเรียนสุขภาวะในสถานศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์

เอกสารอ้างอิง

- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต). (2546). **หลักแม่บทของการพัฒนาตน**. พิมพ์ครั้งที่ 15. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต). (2552). **พุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต). (2554). **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ 17. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มูลนิธิสถาบันการวิจัยทางการศึกษา. (2556). **การบริหารจัดการโรงเรียนสุขภาวะ**. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ(สสส).
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2560). **โรงเรียนสุขภาวะ : การศึกษาแบบนวัตกรรมยุคใหม่ (Healthy School)**. แหล่งที่มา <https://dol.thaihealth.or.th/Media/Index/591e0f31-e19d-e711-80e3-00155d65ec2e> สืบค้นเมื่อ 30 มี.ค. 2563.