

การพัฒนารายวิชา “จิตภาวนาแห่งอีอีซี” ในระบบการจัดการเรียนรู้ออนไลน์แบบเปิด สำหรับมวลชนของมหาวิทยาลัยบูรพา

Developing the massive open online course of Burapha University: Meditation of EEC (Eastern Economic Corridor)

มนตรี วิวาทสุข¹ และ วรรณญา ปรีดาวัช²

Montree Wiwasukh¹ and Waranya Predawat²

¹ภาควิชาศาสนาและปรัชญา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

²หลักสูตรการสอนภาษาอังกฤษเป็นภาษาโลก คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

¹Faculty of Humanities and Social Sciences, Burapha University, Thailand

²Teaching English as a global language program, Faculty of Education, Burapha University, Thailand

Corresponding Author, Email: ²64810105@go.buu.ac.th

Retrieved: November 20, 2024; Revised: December 12, 2024; Accepted: December 16, 2024

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนารายวิชาจิตภาวนาแห่งอีอีซีในระบบการจัดการเรียนรู้ออนไลน์แบบเปิดสำหรับมวลชนของมหาวิทยาลัยบูรพา 2) ศึกษาความพึงพอใจของผู้เรียนที่มีต่อรายวิชาจิตภาวนาแห่งอีอีซีในระบบการจัดการเรียนรู้ออนไลน์แบบเปิดสำหรับมวลชนของมหาวิทยาลัยบูรพา เป็นการวิจัยและพัฒนา กลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน กำหนดจากประชากรผู้สูงอายุ ผู้ดูแลผู้สูงอายุ และผู้สนใจทั่วไปซึ่งมีจำนวนอนันต์ วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณที่ได้จากแบบสอบถามด้วยสถิติพรรณนา และข้อมูลเชิงคุณภาพที่ได้จากคำถามปลายเปิดในแบบสอบถามด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า 1) รายวิชาจิตภาวนาแห่งอีอีซีพัฒนาสำเร็จและเผยแพร่ในระบบการจัดการเรียนรู้ออนไลน์แบบเปิดสำหรับมวลชนของมหาวิทยาลัยบูรพา มี 6 บทเรียน สื่อวีดิทัศน์ 21 รายการ ชั่วโมงการเรียนรู้ 180 นาที ซึ่งมีความเหมาะสมอยู่ที่ 2.78 จาก 3 ระดับ 2) ความพึงพอใจโดยภาพรวมของผู้เรียนอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ความพึงพอใจอยู่ในระดับมากทุกด้าน ส่วนความเห็นอื่นที่ได้จากคำถามปลายเปิดในแบบสอบถามมีทั้งความเห็นในเชิงลบและบวก

คำสำคัญ: จิตภาวนา; อีอีซี (เขตพัฒนาพิเศษภาคตะวันออก); มู้ค (การเรียนรู้ออนไลน์แบบเปิดสำหรับมวลชน)

Abstract

This research aimed to 1) develop a course on EEC meditation in an open online massive course of Burapha University, and 2) study learner satisfaction toward the course. It is a research and development project. The sample size was 400 people, determined from an infinite number of elderly populations, caregivers of the elderly, and interested people. Quantitative data obtained from questionnaire were analyzed using descriptive statistics and qualitative data obtained from the open-ended question in the questionnaire were analyzed using content analysis.



The research results found that 1) the EEC meditation course was successfully developed and published in the massive open online course of Burapha University (BUU MOOC) consisting of 6 lessons, 21 video media, and 180 learning minutes, with an appropriateness value of 2.78 out of 3 levels. 2) Overall, the learners' satisfaction was at a high level. When considering each aspect, it was found that they were at a high level in all aspects. Other opinions obtained from the open-ended questions in the questionnaire were both negative and positive.

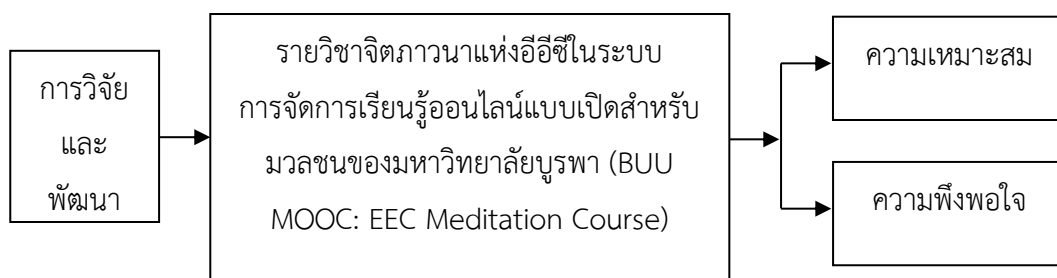
Keywords: Meditation; EEC (Eastern Economic Corridor); MOOC (Massive Open Online Course)

บทนำ

ผู้สูงอายุในเขตพัฒนาพิเศษภาคตะวันออก (อีอีซี) 3 จังหวัด คือ ฉะเชิงเทรา ชลบุรี และระยอง มีจำนวน 442,698 คน โดยภาพรวมประเทศไทยมีประชากรจำนวน 66.5 ล้านคน มีผู้สูงอายุจำนวน 12 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 18.1 ของประชากรทั้งหมด แสดงว่าประเทศไทยกำลังจะกลายเป็น “สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์” ภายในปี 2565 และในเวลาอีก 20 ปีข้างหน้า คาดว่าผู้สูงอายุของประเทศไทยจะมีจำนวน 20.5 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 31.4 (กรมกิจการผู้สูงอายุ, 2564; มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2564) สุขภาพจิตเป็นหนึ่งในปัญหาด้านสุขภาพที่พบบ่อยในผู้สูงอายุมี 3 อย่างได้แก่ 1) ความวิตกกังวล 2) ความเครียด และ 3) ภาวะซึมเศร้า (สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ, 2556) ในขณะที่การปฏิบัติจิตภาวนาได้รับการพิสูจน์แล้วว่ามีส่วนสำคัญในการป้องกันและรักษาสุขภาพความเจ็บป่วยทางจิตเหล่านี้ (กรมสุขภาพจิต, 2564) นอกจากผู้สูงอายุแล้วยังมีผู้ดูแลผู้สูงอายุโดยอาชีพและในฐานะญาติมิตรด้วยซึ่งหากเจ็บป่วยหรือต้องดูแลผู้เจ็บป่วยอาจเป็นอุปสรรคหรือภาระในการดำเนินชีวิตและการประกอบอาชีพ ดังนั้น เพื่อเป็นส่วนหนึ่งในการขับเคลื่อนพื้นที่เขตพัฒนาพิเศษภาคตะวันออกหรืออีอีซี (EEC, Eastern Economic Corridor) ให้มีความเข้มแข็งทั้งทางเศรษฐกิจและจิตใจ จึงจำเป็นต้องพัฒนารายวิชาจิตภาวนาแห่งอีอีซีขึ้น โดยมีพื้นที่เป้าหมาย 3 ชั้น คือ อีอีซีซึ่งเป็นพื้นที่หลัก และพื้นที่รอง ได้แก่ ประเทศไทย และประชาคมโลก เมื่อกลุ่มเป้าหมายมีจำนวนมากและกระจายอยู่ทั่วไปเช่นนี้จึงจำเป็นต้องมีช่องทางการเข้าถึงที่สอดคล้องกันและควรมีลักษณะเชิงรุก (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2564) ซึ่งเป็นเหตุผลสำคัญในการพัฒนารายวิชาจิตภาวนาแห่งอีอีซีในระบบเปิดเพื่อมวลชน (MOOC, Massive Open Online Course)

การจัดการเรียนการสอนออนไลน์แบบเปิดสำหรับมวลชนหรือมหาชน (Massive Open Online Course, MOOC) คือบทเรียน รายวิชา หรือหลักสูตรออนไลน์ที่รับผู้เรียนได้ไม่จำกัดถือเป็นนวัตกรรมการศึกษาที่มีการผสมผสานระหว่างการจัดการเรียนการสอนกับศักยภาพของคอมพิวเตอร์ เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารและระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ตเพื่อเปิดโอกาสให้ผู้คนจากทั่วโลกสามารถเข้าถึงได้โดยไม่มีค่าใช้จ่าย ไม่จำกัดเพศ วัย เวลา และสถานที่ สามารถนำไปใช้ในการจัดการเรียนรู้ทั้งในระบบ นอกกระบบ การฝึกอบรม การเรียนรู้ตามอัธยาศัย และการเรียนรู้ตลอดชีวิต โดยเริ่มดำเนินการในประเทศไทยเมื่อปี 2560 เรียกว่า Thai MOOC (ฐานนิยม ธรรมเมธา, อนุชัย อธิระเรืองไชยศรี และจินตวิทย์ คล้ายสังข์, 2566; ชโรชินี ชัยมินทร์, 2562; ภูษิต สถิตย์พงษ์, 2564; อภิชาติ รอดนิยม, 2567) ซึ่งผู้ผลิตหรือผู้สอนและผู้เรียนต้องเริ่มต้นจากการยอมรับและมีความรู้เบื้องต้นในเทคโนโลยีสารสนเทศ (สุชาติดา บุญเรือง, ภัทราธิราช แก้วพลายงาม และพรพนา ศรีสถานนท์, 2564) ทั้งนี้ การเรียนการสอนด้วย MOOC มี 2 แบบ ได้แก่ 1) แบบ X หรือ xMOOC (Extended MOOC) คือการถ่ายทอดองค์ความรู้จากผู้สอนสู่ผู้เรียน 2) แบบ C หรือ cMOOC (Connectivist MOOC) คือ การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมพัฒนาองค์ความรู้ระหว่างผู้สอนและผู้เรียน (วิภา เจริญภัณฑารักษ์, 2558; อภิชาติ รอดนิยม, 2567)

ผลจากการจัดการเรียนการสอนแบบ MOOC โดยภาพรวมพบว่าความพึงพอใจอยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด เช่น ในบทความวิจัยเรื่องแนวทางการใช้ MOOC ในการเรียนการสอนแบบผสมผสานรายวิชาการโฆษณา และการสื่อสารการตลาดระหว่างประเทศ พบว่า ผู้เรียนซึ่งเป็นนิสิตสาขาวิชาการโฆษณา คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มีความพึงพอใจในการเรียนแบบ MOOC ระดับมาก (วรวรรณ องค์กรธุรกิจ, 2564) ในขณะที่นิสิตหลักสูตรการศึกษาด้านจิต ชั้นปีที่ 4 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ก็มีความพึงพอใจต่อการใช้ระบบการจัดการเรียนรู้แบบ MOOC รายวิชาภาษาไทยเพื่อการสื่อสาร ในระดับมากถึงมาก (พิมพ์สุพร สุนทรินทร์, 2567) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของนภดล เลื่อนนักรบ และคณะ (2562) ที่ระบุว่าความพึงพอใจของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุดรดิตถ์ ต่อการจัดการเรียนรู้แบบ MOOC อยู่ในระดับมาก นอกจากนี้ อภิรักษ์ ชัยปัญหา (2566) ระบุระดับความพึงพอใจของนักเรียน นักศึกษา และประชาชนทั่วไปในพื้นที่พัฒนาพิเศษภาคตะวันออกที่เรียนรายวิชาพื้นฐานการเขียนบทและการเขียนสื่อความคิดในชีวิตประจำวันผ่านระบบ MOOC ว่าอยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งความพึงพอใจในระดับมากที่สุดยังพบในงานวิจัยของกัลยาณี เจริญช่าง และเยาวลักษณ์ พิพัฒน์จำเริญกุล (2564) จากการศึกษาความพึงพอใจของผู้สูงอายุ 250 คน ในเขตกรุงเทพมหานครที่ศึกษาสื่อการเรียนรู้แบบ MOOC เพื่อส่งเสริมการประกอบอาชีพตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงสำหรับผู้สูงอายุ อย่างไรก็ตาม แม้ MOOC เป็นที่พึงพอใจของผู้เรียนดังกล่าว แต่เมื่อดำรงส อ่อนเนวียง ดวงพร ธรรมะ และ ศรีนา ศิริมาตย์ (2565) ได้ศึกษาความต้องการการจัดการเรียนการสอนแบบ MOOC สำหรับพื้นที่ พัฒนาพิเศษภาคตะวันออกหรืออีอีซี (Eastern Economic Corridor, EEC) ของผู้ประกอบการ ผู้ผลิตรายวิชา และกำลังคนในพื้นที่พบว่าอยู่ในระดับมากซึ่งเป็นไปในทิศทางเดียวกับการวิจัยก่อนหน้านี้ แต่อัตราการศึกษาจนสำเร็จหลักสูตรกลับต่ำกว่าร้อยละ 10 ซึ่งสวนทางกับการขยายตัวของรายวิชาที่เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว (อนุสรณ์ เกิดศรี, 2564) ดังนั้น จึงเป็นความท้าทายที่ผู้วิจัยต้องตระหนักว่าทำอย่างไรจึงจะทำให้รายวิชาที่จะพัฒนาขึ้นมีอัตราการเรียนสำเร็จเพิ่มขึ้น เพราะเหตุนี้ จึงได้นำแนวทางการวิจัยและพัฒนาเป็นแนวทางในการพัฒนารายวิชาจิตภาวนาแห่งอีอีซีซึ่งเน้นการศึกษาข้อมูลแล้วพัฒนารายวิชาจากนั้นนำไปใช้เพื่อพัฒนาให้ดียิ่งขึ้นต่อไปโดยมีกรอบแนวคิดการวิจัยดังแผนภาพต่อไปนี้



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อพัฒนารายวิชาจิตภาวนาแห่งอีอีซีในระบบการจัดการเรียนรู้ออนไลน์แบบเปิดสำหรับมวลชนของมหาวิทยาลัยบูรพา
2. เพื่อศึกษาความพึงพอใจของผู้เรียนที่มีต่อรายวิชาจิตภาวนาแห่งอีอีซีในระบบการจัดการเรียนรู้ออนไลน์แบบเปิดสำหรับมวลชนของมหาวิทยาลัยบูรพา



ระเบียบวิธีวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยและพัฒนา มี 4 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การศึกษาข้อมูลพื้นฐานเพื่อนำไปใช้ในการออกแบบโครงสร้างเนื้อหารายวิชาและสื่อการสอน 2) การพัฒนารายวิชาตามแบบและตรวจสอบคุณภาพ 3) การเผยแพร่รายวิชาและนำไปใช้ 4) การประเมินรายวิชา (มารุต พัฒนาผล, 2567)

ตารางที่ 1 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

ขั้นที่	การดำเนินการ
1. การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน โครงสร้างเนื้อหาวิชาและ สื่อการสอน	1. ศึกษาเอกสารเกี่ยวกับความต้องการจำเป็นของผู้สูงอายุ และผู้ดูแล ผู้สูงอายุโดยอาชีพและในฐานะญาติมิตร 2. ศึกษามาตรฐานการจัดทำ MOOC ซึ่งมี 10 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) ประมวลรายวิชา 2) โครงสร้างเนื้อหา 3) การตรวจสอบเนื้อหาจาก ผู้ทรงคุณวุฒิ 4) สื่อการเรียนรู้ 5) กิจกรรมการเรียนรู้ 6) การวัดและ ประเมินผลการเรียนรู้ 7) การให้ข้อมูลรายวิชา 8) ข้อสอบ 9) แบบตรวจ ประเมินตามเกณฑ์การตรวจงาน 10) หนังสือรับรอง
2. การพัฒนารายวิชาตามแบบ และตรวจสอบคุณภาพ	3. ผลิตเนื้อหา คลิปวิดีโอ และเอกสารประกอบการเรียนรู้ 4. ประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญทั้งบรรพชีวินและคณิตศาสตร์จำนวน 5 รูป/คน ได้ ค่าความเหมาะสมของรายวิชาที่ 2.78 จาก 3 ระดับ 5. ปรับแก้ตามข้อเสนอแนะ
3. การเผยแพร่รายวิชาและ นำไปใช้	6. นำเข้าสู่ระบบ BUU MOOC 7. แนะนำรายวิชาต่อกลุ่มเป้าหมาย ประชาสัมพันธ์และเผยแพร่
4. การประเมินรายวิชา	8. ประมวล และประเมินความพึงพอใจต่อรายวิชา

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร เนื่องจากการพัฒนาและเผยแพร่รายวิชาในระบบ BUU MOOC มีเป้าหมายโดยทั่วไป คือ เพื่ออำนวยความสะดวกการเรียนรู้เข้าถึงกลุ่มผู้เรียนไม่จำกัดเพศ อายุ เวลา และสถานที่ ดังนั้น ประชากรจึงมีจำนวนอนันต์ (infinite population) แม้ประชากรที่เป็นกลุ่มเป้าหมายคือผู้สูงอายุและผู้ดูแลผู้สูงอายุโดยอาชีพและในฐานะญาติมิตรก็ตาม เพราะในทางปฏิบัติไม่จำกัดเพียงประชากรกลุ่มเป้าหมาย

2. กลุ่มตัวอย่างการวิจัย เมื่อใช้ตารางกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของทาโร ยามาเน (Yamane, 1973) ในกรณีที่ประชากรมีจำนวนอนันต์หรือไม่ทราบจำนวนประชากรโดยระดับความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้อยู่ที่ร้อยละ 5 และระดับความเชื่อมั่นอยู่ที่ร้อยละ 95 ทำให้ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 400 คน

เครื่องมือการวิจัย

เครื่องมือวิจัยคือแบบประเมินความพึงพอใจ 5 ระดับตามมาตรฐาน BUU MOOC ผ่านระบบออนไลน์ Google Form ประกอบด้วย

ตอนที่ 1 ข้อมูลผู้เรียน ได้แก่ 1) เพศ 2) อายุ 3) ระดับการศึกษา 4) สถานอาชีพ



ตอนที่ 2 แบบวัดความพึงพอใจที่มีต่อรูปแบบการจัดการเรียนการสอน รายการที่วัดประกอบด้วย

1) ความทันสมัยของเนื้อหา 2) ลำดับเรื่อง 3) รูปแบบการนำเสนอ 4) ตัวอย่าง/กรณีศึกษา 5) รูปแบบกิจกรรม/แบบทดสอบ 6) ภาพ/กราฟฟิก 7) เสียง

ตอนที่ 3 ความพึงพอใจในภาพรวม

ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลผ่านทางออนไลน์เท่านั้น โดยมีขั้นตอนดังนี้ 1) ประชาสัมพันธ์รายวิชาผ่านทางเว็บไซต์ของคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ เพจเฟซบุ๊กของคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ เพจเฟซบุ๊กของกองบริหารการศึกษามหาวิทยาลัยบูรพา เฟซบุ๊กของผู้วิจัย และหนังสือประชาสัมพันธ์ไปยังหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในพื้นที่อีอีซี 2) ผู้สนใจเข้าไปลงทะเบียนเรียนในระบบ BUU MOOC หรือ ในกรณีที่ไม่มีสะดวกในการลงทะเบียนสามารถสมัครวีดิทัศน์ผ่านทางช่องยูทูบได้ 3) เมื่อเรียนหรือชมคลิป์วีดิทัศน์เสร็จแล้วประเมินความพึงพอใจออนไลน์ผ่าน Google Form 4) ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากแบบประเมินออนไลน์ ในกรณีที่จำนวนผู้ตอบแบบสอบถามมากกว่าที่กำหนด จะทำการสุ่มอย่างเป็นระบบเพื่อให้เป็นไปตามข้อกำหนดของโครงการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ใช้สถิติพรรณนาคือค่าเฉลี่ย ส่วนข้อมูลเชิงคุณภาพคือข้อเสนอแนะเพิ่มเติมที่ได้จากคำถามปลายเปิดในแบบสอบถาม ใช้การวิเคราะห์เนื้อหาเชิงอุปนัยโดยการจัดกลุ่มแยกประเภทข้อมูลแล้วสรุปเรียบเรียงเป็นข้อค้นพบ

ผลการวิจัย

1. รายวิชาจิตภาวนาแห่งอีอีซีพัฒนาสำเร็จและเผยแพร่ในระบบการจัดการเรียนรู้ออนไลน์แบบเปิดสำหรับมวลชนของมหาวิทยาลัยบูรพา (BUU MOOC) เมื่อวันที่ 12 มีนาคม พ.ศ. 2567 มี 3 ชั่วโมงการเรียนรู้ประกอบด้วยเนื้อหา 6 บทเรียน และวีดิทัศน์ 21 รายการ ค่าความเหมาะสมของรายวิชาประเมินโดยผู้เชี่ยวชาญทั้งบรรพชิตและคฤหัสถ์จำนวน 5 รูป/คน อยู่ที่ 2.78 จาก 3 ระดับ มีรายละเอียดดังนี้

1.1 โครงสร้างเนื้อหาและสื่อการเรียนรู้ ประกอบด้วย 1) บทนำ 2) บทเรียนจำนวน 6 บท ซึ่งแต่ละบทมีเอกสารประกอบ และแบบทดสอบหลังเรียน และ 3) แบบวัดผลประเมินความรู้หลังเรียนรายวิชา โดยแบบทดสอบก่อนเรียนอยู่ในบทนำ

1.2 วัตถุประสงค์ของรายวิชา คือ เพื่อให้ผู้เรียน 1) ระบุข้อธรรมและหลักธรรมได้อย่างถูกต้อง 2) อธิบายความหมายของข้อธรรมและหลักธรรมได้อย่างถูกต้อง 3) เชื่อมโยงความสัมพันธ์ของโครงสร้างและกระบวนการได้อย่างถูกต้อง 4) เปรียบเทียบ แยกความแตกต่าง และจัดกลุ่มข้อธรรมและหลักธรรมได้อย่างถูกต้อง 5) เลือกและจัดลำดับความสำคัญของข้อธรรมและหลักธรรมได้อย่างถูกต้อง ซึ่งข้อธรรม หลักธรรม ความหมาย โครงสร้าง และกระบวนการจะสอดคล้องกับเนื้อหาของแต่ละบทเรียน ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 โครงสร้างเนื้อหาและที่ตั้งสื่อการเรียนรู้

โครงสร้างเนื้อหา	สื่อการเรียนรู้: วิดิทัศน์
บทนำ: แนะนำรายวิชา	https://youtu.be/al2gb7KLkq0
บทที่ 1: ปฐมบทแห่งจิตภาวนา	
1.1 ที่มา ความหมาย เป้าหมาย ปฐมมณ นิรณ สติ อารมณ์ปรมัตถ์ และองค์ธรรมการปฏิบัติ	https://youtu.be/WPDpaKIXWpM
	https://youtu.be/JkcZxIBMK9M



โครงสร้างเนื้อหา	สื่อการเรียนรู้: วิดีทัศน์
1.2 อานาปานสติ รูปนาม ปัญญา ญาณ ตัวชี้วัด ลำดับการปฏิบัติ	https://youtu.be/h8wY6XLQ2ZY
1.3 โพธิธรรมอุบาย	
บทที่ 2: สติปัฏฐานและองค์ธรรมการปฏิบัติ	
2.1 สติปัฏฐาน 4	https://youtu.be/T5sjTPSxTQ8
2.2 องค์ธรรมการปฏิบัติสติปัฏฐาน	https://youtu.be/jBk-6PE814w
2.3 โพธิธรรมอุบาย	https://youtu.be/_tciMCdsVsM
บทที่ 3: นิเวศน์ ปฐมฌาน อบายภูมิ และนิพพาน	
3.1 นิเวศน์ และปฐมฌาน	https://youtu.be/e11bL2kWCE0
3.2 อบายภูมิ และนิพพาน	https://youtu.be/5J287-r0HYo
3.3 โพธิธรรมอุบาย	https://youtu.be/424boHwflLeQ
บทที่ 4: อานาปานสติ ญาณ และธรรมนิยาม	
4.1 อานาปานสติ	https://youtu.be/WSpcFm0MvNI
4.2 ญาณ และธรรมนิยาม	https://youtu.be/lbD2T4jp5VU
4.3 โพธิธรรมอุบาย	https://youtu.be/4K1SSd879NI
บทที่ 5: การดำเนินชีวิตและการทำงานด้วยสมาธิระดับปฐมฌาน	
5.1 การดำเนินชีวิตด้วยสมาธิระดับปฐมฌาน	https://youtu.be/20b8eggeA54
5.2 การทำงานด้วยสมาธิระดับปฐมฌาน	https://youtu.be/QXz86vX-2RA
5.3.1 โพธิธรรมอุบาย	https://youtu.be/r4BJJoNF2YQ
5.3.2 โพธิธรรมอุบาย (ต่อ)	https://youtu.be/blMPp3ie7tQ
บทที่ 6: บุรณาการภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ	
6.1.1 การเดินสติปัฏฐาน และการนั่งสติปัฏฐาน	https://youtu.be/ID0HgQfACMo
6.1.2 การเดินสติปัฏฐาน และการนั่งสติปัฏฐาน (ต่อ)	https://youtu.be/EyGL0UCaVTY
6.2 การยืนสติปัฏฐาน และการกราบสติปัฏฐาน	https://youtu.be/TEm2_1kvbXw
6.3 การแผ่เมตตา และผลจากการปฏิบัติจิตภาวนา	https://youtu.be/OupVlbkelHA

2. ความพึงพอใจของผู้เรียน

2.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม 400 คน โดยส่วนมากเป็นเพศหญิง อายุ 19-25 ปี การศึกษาระดับปริญญาตรี และอาชีพเป็นนักเรียนหรือนักศึกษา ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 ข้อมูลพื้นฐาน

เพศ	ร้อยละ	อายุ (ปี)	ร้อยละ	การศึกษา	ร้อยละ	อาชีพ	ร้อยละ
ชาย	27.00	ต่ำกว่า 13	0.50	ต่ำกว่า ปริญญาตรี	12.00	นักเรียนหรือนักศึกษา	62.75
หญิง	73.00	13-18	11.7	ปริญญาตรี	76.00	นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา	3.75
		19-25	56.75	ปริญญาโท	10.75	ครูอาจารย์หรือบุคลากรทางการศึกษา	8.00



เพศ	ร้อยละ	อายุ (ปี)	ร้อยละ	การศึกษา	ร้อยละ	อาชีพ	ร้อยละ
		26-40	8.00	ปริญญาเอก	1.25	ข้าราชการหรือพนักงานของ รัฐหรือรัฐวิสาหกิจ	8.50
		41-60	16.00			พนักงานเอกชน	6.00
		มากกว่า 60	7.00			ธุรกิจส่วนตัว	5.50
						เกษตรกรหรือประมง	1.25
						ว่างงาน	4.25
รวม	100		100		100		100

2.2 ความพึงพอใจของผู้เรียนโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 4.21 เมื่อพิจารณาารายด้านพบว่าความพึงพอใจอยู่ในระดับมากทุกด้าน ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 ผลการประเมินความพึงพอใจของผู้เรียน

รายการประเมิน	ค่าเฉลี่ย	ระดับความพึงพอใจ
1. เนื้อหามีความทันสมัยทันต่อการเปลี่ยนแปลง	4.12	มาก
2. ลำดับเรื่องเข้าใจง่ายชวนติดตาม	4.21	มาก
3. รูปแบบการนำเสนอสวยงามชัดเจน	4.30	มาก
4. ตัวอย่าง/กรณีศึกษาเพียงพอ ชัดเจน	4.27	มาก
5. รูปแบบกิจกรรม/แบบทดสอบเหมาะสม	4.26	มาก
6. ภาพคมชัด/กราฟฟิคมีขนาด สีสเหมาะสม	4.40	มาก
7. เสียงที่ใช้ในสื่อ เหมาะสม ชัดเจน	4.42	มาก
8. ความพึงพอใจในภาพรวมต่อการใช้ระบบ BUU MOOC เพื่อศึกษา รายวิชานี้	4.19	มาก
รวม	4.21	มาก

3. ความเห็นอื่น ๆ

ความเห็นอื่น ๆ ที่ได้จากคำถามปลายเปิดในแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 5 กลุ่ม ได้แก่ 1) ขอบคุณ มี 4 ความเห็น 2) สิ่งที่ควรปรับปรุง มี 112 ความเห็น 3) ข้อดี มี 133 ความเห็น 4) ลักษณะทั่วไปของรายวิชา 4 ความเห็น 5) ความเห็นไม่เกี่ยวข้อง มี 1 ความเห็น โดยรายละเอียดของสิ่งที่ควรปรับปรุงและข้อดี ดังนี้

3.1 สิ่งที่ต้องปรับปรุง

3.1.1 กิจกรรม 1) ควรมีการฝึกปฏิบัติ เวลาค่อนข้างน้อย ควรเน้นปฏิบัติมากกว่าทฤษฎี 2) แบบทดสอบ หรือแบบถามค่อนข้างมาก ไม่สอดคล้องกับเวลา 3) ควรจัดกิจกรรมนี้สม่ำเสมอและจัดทบทวนหลักสูตรให้เป็นปัจจุบัน

3.1.2 กลุ่มเป้าหมาย 1) ควรกระจายข้อมูลถึงนักเรียน เช่น นำไปฝึกปฏิบัติกับนักเรียน โดยให้นั่งสมาธิทุกเช้าก่อนเข้าเรียน 2) ควรเพิ่มกลุ่มเป้าหมายภาคปฏิบัติ ไม่จำกัดที่ 100 คน 3) ควรอบรมทุกปี 4) หลักสูตรนี้ควรเผยแพร่ให้กับคนทำงานและบุคคลทั่วไปเพราะมีประโยชน์ในการดำรงชีวิตและออกจากทุกข์ได้จริง

3.1.3 ตัวอย่าง ควรเพิ่มตัวอย่างเกี่ยวกับหลักธรรม

3.1.4. ตัวอักษร 1) ตัวอักษรทั่วไป และตารางที่มีตัวอักษร มีขนาดเล็ก ควรเพิ่มขนาดให้ใหญ่ขึ้น 2) ควรเพิ่มสีสันทองตัวอักษรให้มีความโดดเด่นมากขึ้น 3) รูปแบบตัวอักษร อ่านยาก ควรใช้รูปแบบตัวอักษรที่อ่านง่าย



3.1.5 เนื้อหา 1) การสื่อสารเนื้อหาจะต้องทำความเข้าใจเป็นพิเศษ ถ้ามีการดัดแปลงเนื้อหาให้เข้าใจง่ายขึ้น ทำได้อย่างง่าย ๆ แบบสบาย ๆ ตามคอนเซ็ปการนั่งสมาธิ จะทำให้ตรงกับกลุ่มเป้าหมายมากกว่า สำหรับอายุ 26 ลงมา 2) เนื้อหาค่อนข้างต้องเรียนรู้แบบซ้ำ ๆ บ่อย ๆ มาก ๆ เพราะต้องทำความเข้าใจมาก 3) เนื้อหาในคลิปค่อนข้างซ้ำ ควรกระชับเนื้อหา และทำให้น่าสนใจมากกว่านี้ เช่น ปกคลิป หรือกราฟฟิก ให้ดูเรียบหรือน้อยกว่านี้ 4) เนื้อหาวิชาควรมีความหลากหลายในแต่ละหัวข้อ 5) ควรเพิ่มการบรรยายเนื้อหาสาระของวิดีโอให้กับคนที่เข้าอบรมเพราะบางทีการดูคลิปวิดีโออาจจะไม่ได้อะไรเลยเพราะบางคนดูจริงดูเล่น ก็ไม่ได้เกิดประโยชน์อะไร 6) ควรปรับปรุงเนื้อหาให้ดูมีความน่าเชื่อถือกว่านี้ ตอนนี้เหมือนเป็นลัทธิแปลก ๆ 7) ควรมีหลักสูตรหรือบทเรียนเชิงลึกเรื่องการแผ่เมตตา การอุทิศบุญ ทั้งแนวทางการปฏิบัติและวัดผลได้ด้วยตนเอง

3.1.6 ภาพหรือกราฟฟิก 1) กราฟฟิกมีขนาดเล็ก ควรเพิ่มขนาด โดยเฉพาะส่วนที่เป็นตาราง เมื่อชมจากโทรศัพท์จะเล็กมาก 2) กราฟฟิกด้านหลังภาพค่อนข้างรกจนสมาธิในการฟัง 3) ควรทำคลิปแบบเต็มจอ ไม่ใส่พื้นหลัง หรือใช้สีที่มีความสบายตามากกว่านี้ 4) ควรทำให้ภาพคมชัดเพิ่มขึ้นและเพิ่มลูกเล่นให้ทันสมัยมากขึ้น 5) ควรปรับกราฟฟิกบางส่วนของกรณำเสนอให้เห็นเนื้อหาที่ชัดเจนและน่าสนใจสำหรับผู้เรียนที่อยู่ในช่วงวัยรุ่น 6) กราฟฟิกในคลิปที่ 16 ในส่วนของจิตรู้พัฒนาปัญญาถ้าฟังเฉย ๆ เข้าใจได้ แต่พอดูกราฟฟิกไม่ค่อยเข้าใจ ทั้งที่สอดคล้องกับเนื้อ แต่การสื่อสารรูปเคลื่อนไหวยากต่อความเข้าใจ 7) สื่อภาพและกราฟฟิกประกอบอาจจะเข้าใจยากเล็กน้อย

3.1.7 ภาษา 1) คำศัพท์โดยเฉพาะภาษาบาลี ไม่ควรทับศัพท์อย่างเดียว ควรเพิ่มคำอธิบาย หรือปรับให้เป็นภาษาที่บุคคลทั่วไปสามารถเข้าใจได้ง่าย และในช่วงที่มีคำศัพท์เฉพาะขอให้แนะนำลงเล็กน้อย 2) การใช้คำศัพท์ซ้ำหลายครั้งทำให้สับสน 3) ทำหลักสูตรเป็นภาษาอังกฤษสำหรับนักศึกษาและบุคคลทั่วไปที่เป็นชาวต่างชาติ

3.1.8 ระบบ 1) ควรแบ่งผู้เรียนเข้าระบบ หรือทำให้ระบบรองรับการเข้าใช้พร้อมกันจำนวนมาก 2) ระบบ BUU MOOC ดาวนโหลดได้ช้า เว็บไซต์เข้าได้ล่าช้าและการเข้ายุ่งยาก สัญญาณอินเทอร์เน็ตช้า ชับซ้อนในการเข้าถึง เข้าถึงยาก ไม่เหมาะกับผู้ใช้ไม่คุ้นเคยกับ ICT การเข้าระบบ ชับซ้อน ถ้าไม่มีผู้รู้จะเข้าลำบาก หากมีสัญลักษณ์หรือคำอธิบายแต่ละหน้าจะทำให้ผู้ที่เข้ามาศึกษาเข้าใจลำดับในการทำมากขึ้น 3) ควรจัดคลิป วิดีทัศน์แบบเรียงเป็น playlist ใน YouTube 4) ปัญหาเรื่องการใช้อีเมลที่เกี่ยวข้อง ต้องมีอีเมลถึงจะเรียนได้ทำให้ไม่สะดวก 5) ระบบควรอัพเดทมากกว่านี้ เพิ่มเติมระบบการปฏิบัติเองที่บ้าน เพิ่มเติมเนื้อหาให้มีระบบแจ้งเตือนผู้เรียนด้วย 6) ถ้าเข้าถึงระบบได้ง่ายขึ้น ใช้เวลาน้อยลง จะทำให้เนื้อหาน่าสนใจมากขึ้นและทำให้โฟกัสเนื้อหาได้ต่อเนื่อง

3.1.9 รูปแบบการนำเสนอ 1) ตัวคลิปวิดีโอค่อนข้างซ้ำ ช่วงเริ่มต้นค่อนข้างยาวและมีเสียงแหลมคลิปช่วงแรก ๆ ควรทำให้กระชับฉับไวและให้กราฟฟิกซ้ำลง 2) เพิ่มซับไตเติ้ลช่วงอธิบายสำหรับผู้พิการทางหู เพราะเนื้อหามีความกระชับและเข้าใจง่ายอยู่แล้ว อาจจะเหนื่อยเพิ่มแต่จะได้ประโยชน์มาก ๆ 3) ปรับรูปแบบให้ดูทันสมัย เท่ทันสมัย เหมาะกับทุกวัยโดยเฉพาะเด็กรุ่นใหม่ ไม่น่าเบื่อ ให้มีความน่าสนใจสนุก เพลิดเพลิน และแปลกใหม่มากขึ้นที่จะสามารถดึงดูดให้ผู้ฟังเข้าใจได้ง่าย และสามารถที่จะนำมาใช้ในชีวิตประจำวันได้ 4) เวลาร่น ควรให้เวลามากกว่านี้

3.1.10 เสียง 1) เสียง background ในบางคลิปขัดกับเสียงพูดเล็กน้อย และไม่ค่อยเข้ากับวิดีโอเนื้อหา เช่น บางช่วงพูดช้าแต่ดนตรีเร็ว และเสียงดนตรีประกอบบางคลิปดังกว่าเสียงพูด 2) การพูดในคลิปวิดีโอทัศนค่อนข้างซ้ำ เอื้อย ๆ แม้จะเร่งความเร็วแล้วยังฟังออกทุกคำและเมื่อเพิ่มความเร็วเป็นคูณสองแล้วยังฟังง่ายกว่าเสียงพูดเหมือนท่องจำทำให้ค่อนข้างง่วง ควรบรรยายเร็วกว่านี้เล็กน้อยก็จะดีมาก น่าสนใจติดตาม และให้พูดแบบมีอารมณ์ร่วมมากกว่านี้ โดยเล่นเสียงคำพูดเพื่อไม่ให้ดูง่วงเกินไป ทั้งนี้ มีเสียงบางตอนที่ยังไม่ชัดแต่ฟังรู้เรื่อง



3) ลดความดังของเสียงเอฟเฟกต์ลงและเพิ่มความดังของเสียงที่สื่อสารอีกเล็กน้อย 4) คลิปวิดีโอที่ไม่มีเสียงบรรยายควรใส่เพลงอาจทำให้น่าสนใจขึ้น

3.2 ข้อดี

3.2.1 กิจกรรม 1) ฟังพอใจการเรียนรู้ครั้งนี้ 2) การฟังบรรยายเพิ่มเติมที่วัดทำให้เข้าใจง่ายขึ้น

3.2.2 เนื้อหา 1) ประทับใจมากที่ได้ชมวิดีโอที่นำเนื้อหาทฤษฎีมาแจกแจงให้เข้าใจเป็นลายลักษณ์อักษร (เพราะที่ผ่านมา เรียนปฏิบัติมาตลอด) ทำให้เข้าใจสตีปฐาน 4 มากขึ้น ทำให้รู้จักตัวตนมากขึ้น นำวิธีการที่ศึกษาและปฏิบัติ มาใช้แก้ปัญหาชีวิตได้ดี 2) เนื้อหา/บทเรียนดีและดีมาก เหมาะสมกับรายวิชา เหมาะสมกับเวลา ข้อมูลดีมาก ให้ความรู้ครอบคลุม น่าสนใจ ได้รับความรู้ดีมาก เข้าใจได้ง่าย ชวนให้ติดตาม น่าติดตาม ทำให้มีขั้นตอนและเข้าใจในการนำมาปฏิบัติต่อไป มีความทันสมัย ไม่มากเกินไป นำมาจัดการปัญหาในชีวิตได้จริง บางครั้งฟังศัพท์บาลีไม่เข้าใจ รายวิชานี้ทำให้เข้าใจศัพท์มากขึ้น เป็นเนื้อหาวิชาที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่ง ให้ความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติชัดเจน เป็นสิ่งที่ทุกคนมีอยู่แล้ว ให้ความรู้เกี่ยวกับชีวิตดีมาก ให้ความรู้ได้ดีมาก ๆ เนื้อหาสาระ ความรู้ดี มีประโยชน์ต่อการนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน ช่วงโพธิธรรมอุบาย ทำให้เข้าใจสตีปฐาน 4 มากขึ้น ช่วยแก้ปัญหาสะสมในใจได้จริง สอนให้รู้จักการภาวนาจิต ดีมาก ๆ ได้เรียนไปครั้งหนึ่งแล้ว ครั้งนี้ได้ทบทวน เข้าใจมากขึ้น นำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้มาก ได้นำความรู้ไปปรับใช้ สร้างความคิดดี พุทธ ทำดี ปฏิบัติดี ในชีวิตประจำวัน ได้รับความรู้ใหม่ ๆ เพิ่มขึ้นมาก 3) เป็นโครงการที่ดี สามารถนำไปปฏิบัติเพื่อให้ชีวิตมีความสุข หลักสูตรอธิบายเนื้อหาเข้าใจง่ายตามลำดับ และสามารถนำมาฝึกต่อได้ 4) เป็นวิชาที่ดีจริง ๆ ที่ทำตามแล้วชีวิตเจริญแน่นอน เป็นวิชาที่น่าสนใจ ควรเผยแพร่ต่อไป 5) เป็นหลักสูตรการสอนที่ฝึกปฏิบัติตามแล้ว ได้รับผลการจากฝึกปฏิบัติจริง เป็นหลักสูตรที่ดี มีรายละเอียดวัตถุประสงค์ชัดเจน ฟังเข้าใจและมีประโยชน์ในการใช้ชีวิต มีความยากแต่มีสาระที่ดี มีประโยชน์ต่อชีวิตประจำวันอย่างมาก สำหรับคนที่อยากศึกษาเรื่องนี้จริง ๆ 6) ยินดีมากที่ได้รู้ว่าชีวิตคือสตีปฐาน 4 ง่าย เวทนา จิต ธรรม ทำให้รู้ว่าจะอยู่เป็นสุขได้อย่างไร 7) เอกสารอ่านแล้วเข้าใจง่ายมาก 8) ควรเผยแพร่ต่อสาธารณชนต่อไป ควรเผยแพร่ให้ประชาชนทั่วไปทราบ 9) ดีใจที่ได้มาเรียน ได้รับความรู้ใหม่ตลอด

3.2.3 ภาพ/กราฟิก 1) ภาพมีความชัดเจนเหมาะสมกับหัวข้อที่อธิบาย ช่วยให้เห็นภาพและเข้าใจมากขึ้น กราฟิก เนื้อหา น้ำเสียง ดีและเหมาะสมกับเนื้อหา มาก พุดซาให้เข้าใจโดยง่าย กราฟิกทำออกมาได้ เข้าใจง่ายโดยเฉพาะคลิปที่ 17 กราฟฟิกรูปคนเข้าใจง่าย มีความสอดคล้องกับเนื้อหา รับชมคลิปแล้วรู้สึกสบายตา เสียงบรรยายและเอฟเฟกต์ประกอบวิดีโอ ฟังแล้วเข้าใจง่าย สบาย คมชัด วางอย่างเป็นระเบียบ อัฟโหลดคลิปลงยูทูป (YouTube) ทำให้เข้าถึงคลิปวิดีโอได้ง่ายมากขึ้น 2) พื้นหลังกราฟิกมีความสบายตา รู้สึกสงบ เนื้อหา มีการเรียบเรียงอย่างช้า ๆ เข้าใจได้ง่าย การนำเสนอมีความสม่ำเสมอ คลิปมีความชัดเจนอย่างมาก (คลิปมีความชัดสูงสุดตั้งแต่เคยศึกษาตั้งแต่ปี 1-3)

3.2.4 ระบบ 1) เป็นช่องทางการเรียนรู้ที่เข้าถึงได้ง่าย 2) เป็นระบบที่ดี สะดวกในการใช้งาน 3) ระบบเสถียร น่าสนใจมาก 4) สามารถปรับเปลี่ยนให้เข้ากับยุคสมัยได้ดียิ่งขึ้น ทั้งในตัวเว็บไซต์และเนื้อหา 5) ความไหลลื่นของระบบอยู่ในระดับที่เหมาะสมแล้ว

3.2.5 รูปแบบ 1) ดี ดีแล้ว ดีมาก ดีเยี่ยม เหมาะสมดี ทำดีมาก ทำดีแล้ว มีความชัดเจน เข้าใจง่าย น่าสนใจมาก น่าติดตาม นำเสนอได้ดี สมบูรณ์ สุดยอด เข้าใจง่าย เหมาะสม เข้ากับยุคสมัยดี มีภาพประกอบที่ไม่ทำให้การนำเสนอมีความน่าเบื่อ สร้างความเข้าใจได้ง่าย ดูง่าย ดูแล้วมีสมาธิ การดำเนินการดีมาก ความยาวของวิดีโอมีความเหมาะสม 2) ใช้งานง่าย เป็นประโยชน์ 3) That is a good work. Very good. Very good and so good.



3.2.6 เสียง 1) เสียงชัดดี 2) เสียงผู้พูดน่าฟัง เข้าใจง่าย 3) ชอบเสียงพื้นหลังของคลิปมาก ฟังสบาย ถ้าว้นไหนนอนไม่หลับจะเปิดฟัง 4) เสียงประกอบดี พากย์ดี ทำให้ผ่อนคลาย สามารถเข้าใจได้ง่าย เหมาะสำหรับการเรียนรู้

อภิปรายผลการวิจัย

การอภิปรายผลแบ่งเป็น 2 ข้อ โดยข้อที่ 1 อภิปรายผลวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 และ 2 ส่วนการอภิปรายผลข้อที่ 2 เป็นประเด็นที่น่าสนใจที่ได้ระหว่างการวิจัย ดังนี้

1. การพัฒนารายวิชาจิตภาวนาแห่งอัสซีที่เผยแพร่ใน BUU MOOC มีเนื้อหาเป็นไปตามที่วางแผนไว้ แต่ส่วนที่ไม่เป็นไปตามแผนได้แก่จำนวนชั่วโมงเรียนและจำนวนคลิปวิดีโอที่ต้นจากแผนกำหนดไว้ 6 ชั่วโมงเป็น 3 ชั่วโมง และคลิปวิดีโอที่ต้นจาก 18 คลิปเป็น 21 คลิป ทั้งนี้เพื่อให้ชั่วโมงการเรียนกระชับขึ้นและเพิ่มจำนวนคลิปให้ละเอียดขึ้น ในขณะที่ ความพึงพอใจของผู้เรียนต่อรายวิชาโดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด 4.21 จาก 5 ระดับ คิดเป็นร้อยละ 85.40 ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยที่ดำเนินการโดยวรรณ องค์กรุทธรักษา (2564) พิมพ์สุพร สุนทรินทร์ (2567) และ นกตล เลื่อนนกรบ และคณะ (2562) ที่ศึกษาความพึงพอใจในการจัดการเรียนการสอนแบบ MOOC แล้วพบว่าระดับความพึงพอใจของผู้เรียนอยู่ในระดับมากที่สุด ทั้งนี้ ผู้วิจัยเห็นว่าเนื่องจากความสะดวกในการเรียนและความน่าสนใจของสื่อเพราะผู้เรียนสามารถเรียนได้ตามเวลาที่สะดวกและมีสื่อประเภทคลิปวิดีโอที่ครอบคลุมทุกเนื้อหา

2. สิ่งที่เป็นประเด็นคำถามเมื่อเผยแพร่รายวิชา “จิตภาวนาแห่งอัสซี” ในวงกว้าง คือ คำว่า “จิตภาวนา” เอง เพราะโดยทั่วไปใช้คำว่า “จิตตภาวนา” ซึ่งเป็นความตั้งใจของนักวิจัย เนื่องจากคำว่า “จิตตภาวนา” ที่มีอยู่แล้วมีความหมายลงตัวแล้วคือการพัฒนาจิตตามแนวทางพระพุทธศาสนาเพื่อเป้าหมายสูงสุดคือนิพพานซึ่งเป็นระดับโลกุตระ ในขณะที่โครงการวิจัยนี้ใช้คำว่า “จิตภาวนา” เพราะต้องการให้เห็นความแตกต่างตั้งแต่ต้น เนื่องจากเป้าหมายของรายวิชาอยู่ในระดับโลกียะ คือ 1) การพัฒนาจิตให้เป็นสมาธิระดับปฐมฌาน และ 2) การดำเนินชีวิตและประกอบอาชีพด้วยสมาธิระดับปฐมฌาน (ไม่ใช่ฌาน) ทั้งนี้ สามารถอ่านได้ทั้ง 2 แบบ คือ “จิต - พา - วะ - นา” หรือ “จิต - ตะ - พา - วะ - นา” เหมือนกับคำว่า “จิต” ในคำว่า “จิตวิทยา” ที่อ่านได้ 2 แบบ (สำนักงานราชบัณฑิตยสภา, 2567) ซึ่งถือเป็นนวัตกรรมทางภาษา ต่างจากการเขียนแบบ “จิตตภาวนา” ซึ่งต้องอ่านว่า “จิต - ตะ - พา - วะ - นา” อย่างเดียวเท่านั้น

นอกจากเป้าหมายของรายวิชาแล้ว โครงการวิจัยยังใช้คำว่า “อัสซี” ต่อท้ายคำว่า “จิตภาวนา” เป็น “จิตภาวนาแห่งอัสซี” เพื่อป้องกันความเข้าใจคลาดเคลื่อนเกี่ยวกับสายหรือแนวปฏิบัติจิตตภาวนาที่มีอยู่ในพื้นที่อัสซีและในพื้นที่อื่นทั่วประเทศ ยิ่งกว่านั้น เนื่องจากโครงการวิจัยนี้ดำเนินการโดยความร่วมมือกับสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดชลบุรี แห่งที่ 28 วัดพุทธศาสตร์ ตำบลเกาะจันทร์ อำเภอกะเปอร์ จังหวัดชลบุรี เรียกให้สั้นว่า สำนักวัดพุทธศาสตร์ ตั้งแต่ปีแรก ปีที่สอง และปีนี้ซึ่งเป็นปีที่สาม โดยทางสำนักวัดพุทธศาสตร์เองก็ใช้คำว่า “จิตตภาวนา” สำหรับการศึกษาและปฏิบัติที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาจิตเนื่องจากมีนิพพานเป็นเป้าหมายซึ่งทางสำนักวัดพุทธศาสตร์มีการศึกษา ปฏิบัติ และพัฒนาอูบายหรือรูปแบบและวิธีการสอนให้เหมาะสมยิ่งขึ้นตลอดเวลา ดังนั้น เพื่อให้แยกจากกันอย่างชัดเจนระหว่างแนวศึกษาและปฏิบัติในโครงการวิจัยนี้กับแนวศึกษาและปฏิบัติของสำนักวัดพุทธศาสตร์จึงใช้คำเรียกต่างกันเพราะแนวศึกษาและปฏิบัติในโครงการวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของแนวศึกษาและปฏิบัติของสำนักวัดพุทธศาสตร์ในขอบเขตเวลาดำเนินการและเป้าหมายของโครงการวิจัยนี้เท่านั้น



ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะทั่วไป

รูปแบบและระบบ นอกจากการกรอกข้อมูลในระบบออนไลน์แล้ว ควรมีเอกสารเป็นทางเลือกสำหรับกลุ่มผู้ไม่ชำนาญเทคโนโลยีสารสนเทศ หรือในกรณีที่สัญญาณอินเทอร์เน็ตและอุปกรณ์ไม่พร้อม

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยในอนาคต

1. ควรวิจัยในกลุ่มที่ไม่เคยมีประสบการณ์ในการศึกษาและปฏิบัติจิตภาวนาสายใด ๆ มาก่อน และควรเป็นการวิจัยเชิงทดลองเพื่อความแม่นยำและชัดเจนของวิธีการและการวัดและประเมินผล
2. ควรวิจัยเพื่อพัฒนารายวิชาแยกตามกลุ่มเป้าหมายซึ่งจำเป็นต้องใช้ภาษา วิธีการ และรูปแบบการนำเสนอที่แตกต่างกัน
3. ควรวิจัยและพัฒนาช่องทางออนไลน์ที่หลากหลายและควรพัฒนาแอปพลิเคชันให้สามารถใช้งานได้สะดวกและเหมาะกับกลุ่มต่าง ๆ

กิตติกรรมประกาศ

บทความวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัยเรื่องนวัตกรรมการฝึกอบรมและการเผยแพร่หลักสูตรจิตภาวนาแห่งอัสซี ได้รับงบประมาณสนับสนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยบูรพา งบประมาณเงินอุดหนุนจากกองทุนส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม ประเภท Fundamental Fund ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2566

เอกสารอ้างอิง

- กรมกิจการผู้สูงอายุ. (2564). สถิติผู้สูงอายุ. สืบค้นเมื่อ 22 มิถุนายน 2566, จาก <https://www.dop.go.th>
- กัลยาณี เจริญช่าง และเยาวลักษณ์ พิพัฒน์จำเริญกุล. (2564). การพัฒนารูปแบบการเรียนรู้แบบเปิด (MOOCs) เพื่อส่งเสริมการประกอบอาชีพตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงสำหรับผู้สูงอายุ. *วารสารครุศาสตร์อุตสาหกรรม*, 20(3), 57-67.
- ชโรชนี ชัยมินทร์. (2562). MOOC: เพื่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตในศตวรรษที่ 21. *วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่*, 1(1), 46-70.
- ฐานีย์ ธรรมเมธา, อนุชัย ชีระเรืองไชยศรี และจินตวีร์ คล้ายสังข์. (2566). Work based skill by MOOCs: วิธีการเรียนรู้ใหม่ของคนยุคดิจิทัล. *ครุสภาวีวิทยจารย์*, 4(3), 40-53.
- ดาร์ส อ่อนฉวีง, ดวงพร ธรรมะ และศรีรินนา ศิริมาตย์. (2565). การศึกษาสภาวะความต้องการการจัดการเรียนการสอนแบบเปิด (MOOCs) สำหรับระเบียบเศรษฐกิจภาคตะวันออก. *วารสารวิจัยรำไพพรรณี*, 16(3), 174-186.
- นภดล เลื่อนนักรับ และคณะ. (2562). ผลการจัดการเรียนรู้โดยใช้การเรียนรู้ออนไลน์ระบบเปิดสำหรับมหาชน (MOOCs) เพื่อพัฒนาระบบการสุนทรียสนทนา กระบวนการสะท้อนคิดและกระบวนการฟังอย่างลึกซึ้งของนักศึกษาพยาบาล. *วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี อุดรดิตถ์*, 11(2), 201-212.
- สำนักงานราชบัณฑิตยสภา. (2567). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554*. สืบค้นเมื่อ 14 กรกฎาคม 2567, จาก <https://dictionary.orst.go.th/>
- พิมพ์สุพร สุนทรินทร์. (2567). การพัฒนารายวิชาภาษาไทยเพื่อการสื่อสารในระบบการจัดการเรียนรู้แบบเปิด (MOOCs) สำหรับกำลังคนพื้นที่ระเบียงเศรษฐกิจพิเศษภาคตะวันออก. *วารสารเทคโนโลยีและสื่อสารการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม*, 7(22), 127-143.
- ภูษิต สถิตยพงษ์. (2564). MOOC: นวัตกรรมจัดการเรียนการสอนในยุคไทยแลนด์ 4.0. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ*, 13(1), 233-246.



- มนตรี วิวัฒน์สุข และวรัญญา ปรีดาธวัช. (2565). *หลักสูตรจิตภาวนาแห่งอัสซี ฉบับพัฒนาหลักสูตร ครั้งที่ 3*. ชลบุรี: คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- มารุต พัฒนา. (2567). *การวิจัยและพัฒนาเพื่อการพัฒนาหลักสูตร*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ศูนย์ผู้นำนวัตกรรม หลักสูตรและการเรียนรู้.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2564). *สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย พ.ศ. 2564*. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัย ประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วรวรรณ องค์กรรักษา. (2021). แนวทางการใช้ MOOC ในการเรียนการสอนแบบผสมผสานรายวิชาการโฆษณา และการสื่อสารการตลาดระหว่างประเทศ. *Journal of Rattana Bundit University*, 16(1), 50-64.
- วิภา เจริญภัณฑารักษ์. (2558). MOOC: การศึกษาฟรีแบบเปิดในยุคดิจิทัล. *วารสารศึกษาศาสตร์ มสธ*, 8(2), 1-15.
- สมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย. (2563). *คู่มือชมรมผู้สูงอายุ*. กรุงเทพฯ: สมาคมสภาผู้สูงอายุแห่งประเทศไทย.
- สำนักส่งเสริมและพิทักษ์ผู้สูงอายุ. (2556). *ชุดความรู้การดูแลตนเองและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุด้านสุขภาพ*. กรุงเทพฯ: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สุชาดา บุญเรือง, ภัทรารักษ์ แก้วพลายงาม และพรพนา ศรีสถานนท์. (2564). การตัดสินใจใช้บริการเรียนรู้ในระบบ เปิด Thai MOOC. *วารสารรัชต์ภาคย์*, 15(38), 241-252.
- อนุสรณ์ เกิดศรี. (2564). การวิเคราะห์พฤติกรรมการเรียนรู้ในหลักสูตรออนไลน์ระบบเปิด: การประยุกต์ใช้การ เรียนรู้ด้วยเครื่องและการเรียนรู้เชิงลึก. *วารสารการวัด ประเมินผล สถิติ และการวิจัยทางสังคมศาสตร์*, 2(2), 14-28.
- อภิชาติ รอดนิยม. (2567). MOOCs: โอกาสใหม่เพื่อการศึกษาในยุคแห่งการเปลี่ยนแปลง. *วารสารมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*, 11(3), 1-10.
- อภิรักษ์ ชัยปัญญา. (2566). การพัฒนารายวิชาพื้นฐานการเขียนบทและการเขียนสื่อความคิดในชีวิตประจำวันใน ระบบการจัดการเรียนรู้แบบเปิด (MOOCs) สำหรับกำลังคนพื้นที่ระเบียงเศรษฐกิจพิเศษภาคตะวันออก. *วารสารวิชาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา*, 31(3), 48-61.
- Yamane, T. (1973). *Statistics: An introductory analysis*, 2nd ed. New York: Harper & Row.