

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ช
สารบัญแผนภูมิ	ซ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ณ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๖
๑.๓ ปัญหาการวิจัย	๖
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๗
๑.๕ สมมติฐานการวิจัย	๘
๑.๖ นิยามศัพท์เชิงปฏิบัติการ	๘
๑.๗ ประโยชน์ที่ได้รับ	๙
บทที่ ๒ แนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๑๐
๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับสุขภาวะทางปัญญาในพระพุทธศาสนาเถรวาท	๑๑
๒.๑.๑ ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับสุขภาวะทางปัญญา	๑๑
๒.๑.๒ แนวคิดกระบวนการพัฒนาสุขภาวะทางปัญญา	๒๔
๒.๒ แนวคิดเกี่ยวกับหลักภavana ๔ ในพระพุทธศาสนาเถรวาท	๓๙
๒.๒.๑ ความหมายและแนวคิดเกี่ยวกับภavana ๔	๓๙
๒.๒.๒ ความสำคัญเกี่ยวกับภavana ๔	๔๒
๒.๒.๓ กระบวนการเกี่ยวกับภavana ๔	๔๓

สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
๒.๓ แนวคิดและหลักการเกี่ยวกับโปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวกาวนา ๔	๕๒
๒.๓.๑ ความหมายและแนวคิดของโปรแกรมการฝึกอบรม	๕๒
๒.๓.๒ หลักการพื้นฐานในการสร้างโปรแกรมการฝึกอบรม	๕๔
ตามแนวกาวนา ๔	
๒.๓.๓ การสร้างโปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวกาวนา ๔	๖๑
๒.๔ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๖๘
๒.๔.๑ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสุขภาวะทางปัญญา	๖๙
๒.๔.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหลักกาวนา ๔	๗๓
๒.๔.๓ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมการฝึกอบรม	๗๖
๒.๕ กรอบแนวคิดในการวิจัย	๘๓
บทที่ ๓ วิธีดำเนินการวิจัย	๘๕
๓.๑ ลำดับขั้นตอนการวิจัย	๘๕
๓.๒ กำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	๘๖
๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	๘๗
๓.๔ เครื่องมือและการเก็บรวบรวมข้อมูล	๙๔
๓.๕ การวิเคราะห์ข้อมูล	๙๙
บทที่ ๔ ผลการวิจัย	๑๐๐
๔.๑ ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง	๑๐๑
๔.๒ ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์	๑๐๓
๔.๓ องค์ความรู้จากการวิจัย	๑๐๕
บทที่ ๕ สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	๑๐๖
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๑๐๘
๕.๒ อภิปรายผลการวิจัย	๑๐๙
๕.๓ ข้อเสนอแนะ	๑๑๘
๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย	๑๑๘
๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ	๑๑๘
๕.๓.๓ ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป	๑๑๙

สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง		หน้า
บรรณานุกรม		๑๒๐
ภาคผนวก		
ภาคผนวก ก	ผลการวิจัยเพิ่มเติม เพื่อประเมินการใช้โปรแกรม การฝึกอบรมตามแนวภาวนา ๔	๑๓๑
ภาคผนวก ข	ตัวอย่างโปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวภาวนา ๔	๑๔๕
ภาคผนวก ค	แบบสอบถามงานวิจัย	๑๔๙
ภาคผนวก ง	รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	๑๕๕
ภาคผนวก จ	หนังสือออกในการดำเนินการวิจัย	๑๕๗
ภาคผนวก ฉ	ผลการประเมินคุณภาพเครื่องมือ	๑๖๙
ภาคผนวก ช	รูปภาพการดำเนินการวิจัย	๑๗๔
ประวัติผู้วิจัย		๑๗๗

สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
ตารางที่ ๒.๑	สรุปโครงสร้างโปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวภาวนา ๔ ต่อการเสริมสร้างสุขภาวะทางปัญญาของนักศึกษาพยาบาล	๖๖
ตารางที่ ๔.๑	ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง	๑๐๑
ตารางที่ ๔.๒	ข้อมูลจำนวน ร้อยละ ของกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา ที่กลุ่มตัวอย่างเคยปฏิบัติในรอบ ๑ ปี ที่ผ่านมา	๑๐๒
ตารางที่ ๔.๓	ข้อมูลจำนวน ร้อยละ ของกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา ที่กลุ่มตัวอย่างเคยเข้าปฏิบัติธรรมในรอบ ๑ ปี ที่ผ่านมา	๑๐๓
ตารางที่ ๔.๔	ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยสุขภาวะทางปัญญาและองค์ประกอบ รายด้านของกลุ่มตัวอย่าง ระหว่างก่อน และหลังการฝึกใน โปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวภาวนา ๔ โดยวัดหลังฝึกทันที	๑๐๓
ตารางที่ ๔.๕	ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยสุขภาวะทางปัญญาและองค์ประกอบ รายด้านของกลุ่มตัวอย่าง ระหว่างก่อน และหลังการฝึกใน โปรแกรมการฝึกอบรมตามแนวภาวนา ๔ โดยวัดหลังฝึก ๔ สัปดาห์	๑๐๔
ตารางที่ ๔.๖	ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยสุขภาวะทางปัญญาและองค์ประกอบ รายด้านของกลุ่มตัวอย่าง ระหว่างหลังฝึกในโปรแกรมการฝึก อบรมตามแนวภาวนา ๔ ทันที และหลังฝึก ๔ สัปดาห์	๑๐๕

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิ		หน้า
แผนภูมิที่ ๒.๑	ความสัมพันธ์ของภาวณา ๔	๕๑
แผนภูมิที่ ๒.๒	กรอบแนวคิดในการวิจัย	๘๔