

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ง
สารบัญ	จ
สารบัญแผนภูมิ	ซ
สารบัญตาราง	ฅ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ญ
 บทที่ ๑ บทนำ	
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์การวิจัย	๔
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๔
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๕
๑.๕ กรอบแนวความคิดในการวิจัย	๖
๑.๖ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๖
๑.๗ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๗
๑.๘ ประโยชน์ที่จะได้รับ	๑๓
 บทที่ ๒ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
๒.๑ ความรู้เบื้องต้นของการฝึกสมาธิตามหลักในพระพุทธศาสนา	๑๔
๒.๑.๑ ความหมายของสมาธิ	๑๔
๒.๑.๒ ระดับของสมาธิ	๑๖
๒.๑.๓ ลักษณะของจิตที่เป็นสมาธิ	๑๗
๒.๑.๔ คุณลักษณะของสมาธิ	๑๗
๒.๑.๕ ปัจจัยสนับสนุนการเกิดสมาธิ	๑๘
๒.๑.๖ อุปสรรคของการเกิดสมาธิกับการแก้ไข	๔๖
๒.๑.๗ อานิสงส์และประโยชน์จากการฝึกสมาธิ	๔๙
๒.๒ สมาธิจากการเจริญสติตามรูปแบบปฏิบัติของหลวงพ่อเทียน จิตตสุโณ	๕๓
๒.๓ ความคิดสร้างสรรค์	๖๕
๒.๓.๑ ความหมายของความคิดสร้างสรรค์	๖๕
๒.๓.๒ ลักษณะของความคิดสร้างสรรค์	๖๖
๒.๓.๓ การเกิดความคิดสร้างสรรค์	๖๙
๒.๓.๔ พฤติกรรมความคิดสร้างสรรค์	๗๓

๒.๔ แนวคิดทฤษฎีว่าด้วยความคิดสร้างสรรค์	๗๕
๒.๔.๑ การคิดแนวตั้ง	๗๕
๒.๔.๒ การคิดแนวข้าง	๗๕
๒.๔.๓ การคิดแนวขนาน	๗๙
๒.๔.๔ การคิดแบบหมวก ๖ ใบ	๘๐
๒.๕ เทคนิคการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์	๘๒
๒.๕.๑ ทักษะการคิด	๘๒
๒.๕.๒ เทคนิคการคิดสร้างสรรค์	๘๔
๒.๕.๓ เทคนิคการฝึกคิดเชิงบวก	๘๕
๒.๕.๔ เทคนิคช่วยนำทิศทางการคิด	๘๗
๒.๖ ประโยชน์ของความคิดสร้างสรรค์	๙๑
๒.๗ อุปสรรคและข้อจำกัดในการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์	๙๒

บทที่ ๓ วิธีดำเนินการวิจัย

๓.๑ การศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพ	๙๕
๓.๒ การสร้างชุดฝึกการเสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์ของนักออกแบบ โดยรูปแบบการฝึกสมาธิเชิงประยุกต์	๙๙
๓.๒.๑ วิธีการและขั้นตอนในการสร้างชุดฝึกความคิดสร้างสรรค์ ของนักออกแบบโดยรูปแบบการฝึกสมาธิเชิงประยุกต์	๑๐๐
๓.๒.๒ การนำไปใช้ฝึกกับกลุ่มตัวอย่าง และประเมินผล	๑๐๒

บทที่ ๔ ผลการวิจัย

๔.๑ การเตรียมความพร้อมในการฝึกสมาธิเชิงประยุกต์เพื่อเสริมสร้าง ความคิดสร้างสรรค์	๑๐๖
๔.๒ ปัจจัยสนับสนุนการฝึกสมาธิเพื่อเสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์	๑๑๑
๔.๓ รูปแบบขั้นตอนการฝึกความคิดสร้างสรรค์โดยรูปแบบการฝึก สมาธิเชิงประยุกต์	๑๑๗
๔.๔ ชุดฝึกความคิดสร้างสรรค์โดยรูปแบบการฝึกสมาธิเชิงประยุกต์	๑๒๒
๔.๕ แบบทดสอบก่อนและหลังการฝึก	๑๒๘
๔.๖ ระดับความพึงพอใจต่อรูปแบบการฝึก	๑๓๓
๔.๗ สรุปรูปแบบการฝึก	๑๓๕

บทที่ ๕ สรุปอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๑๓๘
๕.๒ การวัดและประเมินผล	๑๔๔
๕.๓ การอภิปรายผล	๑๔๕
๕.๔ ข้อเสนอแนะ	๑๔๗

บรรณานุกรม	๑๔๙
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก	๑๕๗
เอกสาร : ภาพแสดงวิธีการเจริญสติแบบเคลื่อนไหว ๑๔ จังหวะ	๑๕๘
ภาคผนวก ข	๑๖๐
เอกสาร : สัมมนากลุ่มย่อย วันที่ ๘ สิงหาคม ๒๕๕๔	๑๖๑
เอกสาร : สรุปความเห็นในการสัมมนากลุ่ม	๑๖๒
เอกสาร : หลักธรรมในการฝึกสมาธิ	๑๖๓
เอกสาร : แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เพื่อการวิจัย	๑๖๙
เอกสาร : หนังสือขอความอนุเคราะห์สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ	๑๗๒
เอกสาร : รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	๑๘๐
เอกสาร : หนังสือขอความอนุเคราะห์ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือวิจัย	๑๘๑
เอกสาร : แบบสอบถามข้อมูลพื้นฐานของนักออกแบบ	๑๘๘
เอกสาร : ประกาศนียบัตรการเข้าอบรมในหลักสูตรการคิดนอกกรอบ	๑๙๐
เอกสาร : ภาพบรรยากาศการฝึกอบรมความคิดสร้างสรรค์โดยรูปแบบ การฝึกสมาธิเชิงประยุกต์ วันที่ ๑๔-๑๖ ธันวาคม ๒๕๕๘	๑๙๑
ประวัติผู้วิจัย	๑๙๔

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่ ๑.๑ แสดงกรอบแนวความคิดในการวิจัย	๖
แผนภูมิที่ ๑.๒ แสดงกรอบแนวความคิดกระบวนการวิจัย	๑๒
แผนภูมิที่ ๒.๑ แสดงตารางกรรมฐาน กับ จริยา ที่เหมาะสมกับผู้ปฏิบัติสมาธิ	๔๕
แผนภูมิที่ ๓.๑ แสดงองค์ประกอบของชุดฝึกความคิดสร้างสรรค์โดยรูปแบบ การฝึกสมาธิเชิงประยุกต์	๑๐๐
แผนภูมิที่ ๔.๑ แสดงกระบวนการเสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์โดยรูปแบบ การฝึกสมาธิเชิงประยุกต์	๑๓๖

สารบัญตาราง

ตารางที่ ๔.๑	ข้อคำถามหากท่านเคยปฏิบัติธรรม ท่านเข้าอบรมด้วยเหตุผลใด	๑๐๖
ตารางที่ ๔.๒	ข้อคำถามพฤติกรรมรักษาศีล ๕ อย่างไร	๑๐๗
ตารางที่ ๔.๓	ข้อคำถามจำนวนครั้งการเข้าร่วมในโครงการอบรมคุณธรรมจริยธรรม	๑๐๘
ตารางที่ ๔.๔	ท่านมีปัญหาทางการคิดสร้างสรรค์อย่างไร	๑๐๙
ตารางที่ ๔.๕	เหตุผลใดเป็นปัจจัยหลักที่ทำให้ท่านคิดงานไม่ออก	๑๑๐
ตารางที่ ๔.๖	ข้อใดเป็นประโยชน์จากการฝึกสมาธิต่อการสร้างสรรค์ของนักออกแบบ	๑๑๐
ตารางที่ ๔.๗	ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานระดับและความสำคัญของการฝึกสมาธิ เชิงประยุกต์เพื่อเสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์ของนักออกแบบ	๑๒๘
ตารางที่ ๔.๘	ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานระดับความคิดเห็นทั้งก่อนและ หลังการทดสอบจำแนกตามตามประเด็น และโดยรวมทุกประเด็น	๑๒๙
ตารางที่ ๔.๙	ค่าเฉลี่ย) $\bar{X}$ (และค่า t-test ในประเด็นและ ศีล ศรัทธา ข้อคิดเห็น/ หลักธรรมเรื่องสมาธิ	๑๓๐
ตารางที่ ๔.๑๐	ค่าเฉลี่ย) $\bar{X}$ (และค่า t-test ในประเด็นเรื่องสมาธิ ข้อคิดเห็น/ และการเจริญสติจำแนกเป็นรายข้อและโดยรวมทุกข้อของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนและหลังการทดสอบ	๑๓๑
ตารางที่ ๔.๑๑	ค่าเฉลี่ย) $\bar{X}$ (และค่า t-test ในประเด็น เรื่องความคิดสร้างสรรค์ ข้อคิดเห็น/ จำแนกเป็นรายข้อ และโดยรวมทุกข้อของกลุ่มตัวอย่าง ก่อนและ หลังการทดสอบ	๑๓๒
ตารางที่ ๔.๑๒	ค่าเฉลี่ย) $\bar{X}$ และลำดับ ระดับ (ความพึงพอใจต่อกระบวนการฝึกอบรม การฝึกสมาธิเชิงประยุกต์เพื่อเสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์ของนักออกแบบ ของผู้เข้าร่วมโครงการ ภายหลังจากการเข้าร่วมโครงการ	๑๓๓