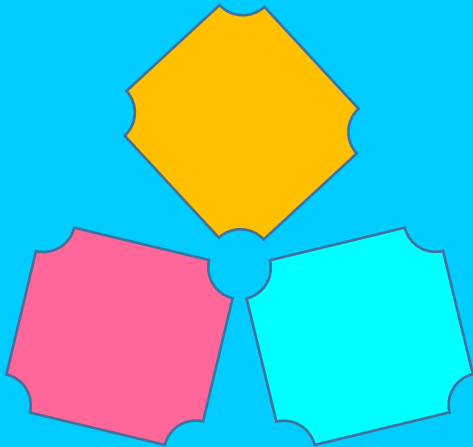


สมาธิกับการคิดสร้างสรรค์



รองศาสตราจารย์ ดร.วิชัย วงษ์ใหญ่

รองศาสตราจารย์ ดร.มารุต พัฒนาผล

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สมาธิกับการคิดสร้างสรรค์



รองศาสตราจารย์ ดร.วิชัย วงษ์ใหญ่

รองศาสตราจารย์ ดร.มารุต พัฒนาผล

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สมาธิกับการคิดสร้างสรรค์

รองศาสตราจารย์ ดร.วิชัย วงษ์ใหญ่

รองศาสตราจารย์ ดร.มารุต พัฒนาผล

พิมพ์เผยแพร่ออนไลน์ ตุลาคม 2562

แหล่งเผยแพร่ ศูนย์ผู้นำนวัตกรรมหลักสูตรและการเรียนรู้
www.curriculumandlearning.com

พิมพ์ที่ ศูนย์ผู้นำนวัตกรรมหลักสูตรและการเรียนรู้, กรุงเทพมหานคร
หนังสือเล่มนี้ไม่มีลิขสิทธิ์ จัดพิมพ์เพื่อส่งเสริมสังคมแห่งการเรียนรู้และการแบ่งปัน

คำนำ

หนังสือ “สมาธิกับการคิดสร้างสรรค์” เล่มนี้ เขียนขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอว่า การพัฒนาการคิดสร้างสรรค์ของผู้เรียนนั้น จะต้องให้ความสำคัญกับการมีสมาธิด้วย และผู้สอนมีบทบาทในการออกแบบการเรียนรู้ให้ผู้เรียนมีสมาธิในการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้

หวังเป็นอย่างยิ่งว่าหนังสือเล่มนี้จะเป็นประโยชน์ต่อผู้เกี่ยวข้องได้มากพอสมควร

รองศาสตราจารย์ ดร.วิชัย วงษ์ใหญ่

รองศาสตราจารย์ ดร.มารุต พัฒนาผล

สารบัญ

1. บทนำ	1
2. สมាธิ	1
3. สมาธิกับพลลังการเรียนรู้	2
4. สมาธิเป็นปัจจัยของความคิดสร้างสรรค์	2
5. บทบาทผู้สอนในการเสริมสร้างสมาธิของผู้เรียน	3
6. บทสรุป	5
บรรณานุกรม	6

สมาธิกับการคิดสร้างสรรค์

1. บทนำ

การคิดสร้างสรรค์เป็นการคิดขั้นสูง ที่ต้องใช้การคิดขั้นพื้นฐานและการคิดขั้นสูงอื่นๆ เป็นรากฐาน อีกทั้งยังต้องใช้ความรู้ความเข้าใจหลายอย่างมาสังเคราะห์ร่วมกัน จนทำให้เกิดแนวคิดหรือ Idea ของนวัตกรรม ซึ่งจำเป็นต้องอาศัยสมาธิในระหว่างการคิด และสมาธิเป็นพื้นฐานของการคิดสร้างสรรค์

2. สมาธิ

สมาธิ (Concentration) หมายถึง การมีจิตใจจดจ่อ ตั้งมั่นอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งเป็นระยะเวลานาน มีความแน่วแน่มุ่งอยู่กับสิ่งนั้น ไม่วอกแวก ไม่ส่อส่าย เช่น สมาธิในการอ่านหนังสือสมาธิในการเล่นกีฬา หรือสมาธิในการปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ เป็นต้น

สมาธิเป็นพลังทางจิตที่ส่งเสริมให้การใช้พลังทางความคิดมีประสิทธิภาพสูง ยิ่งมีสมาธิมากเท่าใด การคิดยิ่งมีประสิทธิภาพมากเท่านั้น

3. สมารถับพลังการเรียนรู้

สมารถส่งผลช่วยเพิ่มพลังการเรียนรู้ 3 ประการ ดังนี้

1. สมารถช่วยเพิ่มพลังจิต จิตจะมีพลังมาก เมื่อมีสมารถ ยิ่งมีสมารถมากเท่าใด จิตจะมีพลังมากเท่านั้น
2. สมารถช่วยให้จิตมีความสุขและผ่อนคลาย เมื่อจิตผ่อนคลายจะเอื้อให้การคิดมีประสิทธิภาพ เอื้อต่อการใช้ปัญญา
3. สมารถตั้งมั่นแน่วแน่ ทำให้การคิดมีประสิทธิภาพ ไม่ว่าจะใช้การคิดลักษณะใด โดยเฉพาะการคิดขั้นสูง

4. สมารถเป็นปัจจัยของความคิดสร้างสรรค์

การคิดสร้างสรรค์จะมีประสิทธิภาพ จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องใช้สมารถในการคิด เพราะจะทำให้สมองมีพลัง ผู้เรียนที่มีสมารถจะคิดสร้างสรรค์ได้ดีกว่าผู้เรียนที่ขาดสมารถ

ผู้เรียนที่มีสมารถตั้งมั่นจะดึงศักยภาพในการคิดของตนเองออกมาได้มากกว่า ส่งผลทำให้คิดสร้างสรรค์ได้มากกว่า

ดังนั้นการพัฒนาการคิดสร้างสรรค์ของผู้เรียน
จึงจำเป็นต้องให้ความสำคัญกับสมาธิในการคิดด้วย

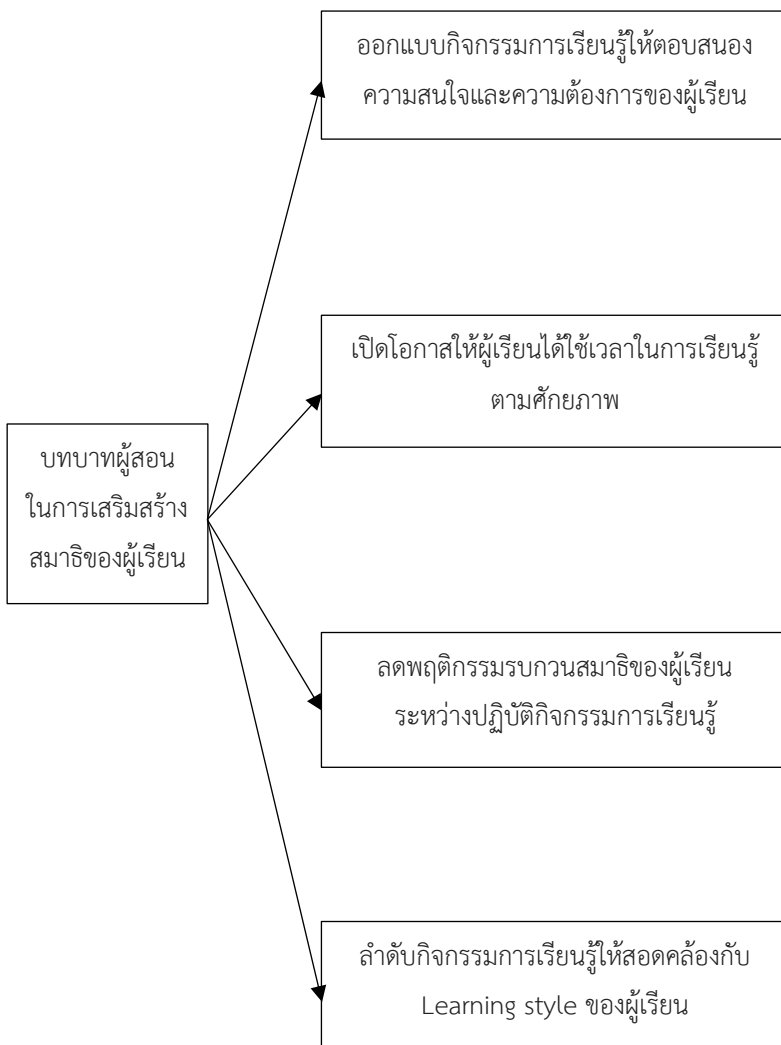
5. บทบาทผู้สอนในการเสริมสร้างสมาธิของผู้เรียน

1. ออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ให้ตอบสนองความสนใจ
และความต้องการของผู้เรียน เพราะกิจกรรมนั้นจะดึงดูดผู้เรียนให้มี
สมาธิกับการปฏิบัติกิจกรรมได้มากกว่ากิจกรรมที่ไม่ตอบโจทย์ผู้เรียน

2. เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ใช้เวลาในการเรียนรู้ตาม
ศักยภาพ ไม่เร่งผู้เรียนมากเกินไปจนทำให้ขาดสมาธิในการปฏิบัติ
กิจกรรม เพราะไม่เอื้อให้เกิดความคิดสร้างสรรค์

3. ลดพฤติกรรมรบกวนสมาธิของผู้เรียน ระหว่างปฏิบัติ
กิจกรรมการเรียนรู้ หรือการใช้กระบวนการคิด เช่น ตั้งคำถามผู้เรียน
ตลอดเวลา เป็นต้น

4. ลำดับกิจกรรมการเรียนรู้ให้สอดคล้องกับ Learning
style ของผู้เรียน เพราะจะช่วยให้ผู้เรียนปฏิบัติกิจกรรมได้อย่าง
ราบรื่น ไม่ติดขัด ส่งเสริมให้เกิดสมาธิได้อย่างยาวนาน



ภาพประกอบ 1 บทบาทผู้สอนในการเสริมสร้างสมาธิของผู้เรียน

6. บทสรุป

การจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิดสร้างสรรค์ของผู้เรียนนั้น จะต้องให้ความสำคัญกับการมีสมาธิของผู้เรียน ในระหว่างปฏิบัติกิจกรรมการเรียนรู้ เมื่อผู้เรียนมีสมาธิ จะเอื้อต่อการคิดสร้างสรรค์ให้ดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ

บรรณานุกรม

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2540). *สมาธิแบบพุทธ*. กรุงเทพฯ: ผลิตivism.

Marturano, J. (2019). *4 Mindfulness Fundamentals To Transform Your Leadership: Training Your Mind's Ability To Be Creative*. Retrieved October, 21 from <https://www.forbes.com/sites/janicemarturano/2019/08/12/4-fundamentals-to-transform-your-leadership-training-your-minds-ability-to-be-creative/#684fbd7741c0>

Rieken, B., Shapiro, S. Gilmartin, S., & Sheppard, S. D. (2019). *How Mindfulness Can Help Engineers Solve Problems*. Retrieved October, 21 from <https://hbr.org/2019/01/how-mindfulness-can-help-engineers-solve-problems>

เมื่อผู้เรียนมีสมาธิ
จะเอื้อให้การคิดสร้างสรรค์
ดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ

