

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

“จตุตฺ ทนฺตํ สุขาวหํ จิตํฝักคิเลวํนำสุขมาให้” (สถาบันบรรลือธรรม, 2545, หน้า 30) จากพุทธศาสนสุภาษิตข้างต้น สามารถวิเคราะห์และตีความได้ว่า ก่อนที่กายจะลงมือทำกิจใด ๆ นั้น ยังมีดวงจิต จิตตรงนี้จะรู้ตัวชั่วแล้วตั้งการไปที่สมองให้สั่งกายเพื่อลงมือกระทำอย่างใดอย่างหนึ่ง ตามลำดับมิใช่สมองสั่งทันที ดังนั้น คุณภาพชีวิตจะสวยงามสดชื่นและสมบูรณ์ได้ จำต้องมาจาก “จิต” ที่ได้รับการฝึกอบรมมาแล้วเป็นอย่างดี (เอก ธนะสิริ, 2538, หน้า 22-23) การบริหารจิตใจให้มีสมาธิ ก็เพื่อให้จิตมีพลังหรือกำลังสามารถมีสติรอบคอบและรักษาค้นได้ดี (สมเด็จพระญาณสังวร, 2521 อ้างถึงใน เอก ธนะสิริ, 2538, หน้า 24)

จากการเปลี่ยนแปลงของสภาพการณ์ โดยทั่วไปประกอบกับแนวคิดใหม่ของการจัดการศึกษา ที่มุ่งพัฒนาคนให้เป็นคนที่สมบูรณ์ มีความสมดุลทั้งด้านร่างกายจิตใจ สติปัญญา อารมณ์ และสังคม สามารถพัฒนาตนเองและสามารถร่วมมือกับผู้อื่นได้อย่างสร้างสรรค์ จึงต้องมีการจัดทำหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ซึ่งประกอบไปด้วยกลุ่มสาระที่จำเป็นต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้เรียน ดังนั้น “กลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ” จึงเป็นหนึ่งในกลุ่มสาระการเรียนรู้ที่สามารถเสริมสร้างให้ชีวิตมนุษย์เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น ช่วยให้ผู้เรียนมีจิตใจที่งดงาม เกิดสมาธิที่แน่วแน่ สุขภาพกายและสุขภาพจิตมีความสมดุล เป็นรากฐานสำคัญในการพัฒนาชีวิตของแต่ละบุคคลให้สมบูรณ์ และส่งผลต่อการยกระดับคุณภาพชีวิตของสังคมในลำดับต่อไป

“สาระทัศนศิลป์” ก็เป็นส่วนหนึ่งในกลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ ที่หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ได้กำหนดมาตรฐานการเรียนรู้ไว้อย่างน่าสนใจ คือ สร้างสรรค์งานทัศนศิลป์ตามจินตนาการและความคิดสร้างสรรค์ วิเคราะห์ วิพากษ์ วิจัยคุณค่างานทัศนศิลป์ ถ่ายทอดความรู้สึก ความคิดต่องานศิลปะอย่างอิสระ ชื่นชม และประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน (กรมวิชาการ, 2544, หน้า 6) ประกอบกับ “การวาดภาพระบายสี” คือหนึ่งในกิจกรรมพื้นฐานทางทัศนศิลป์ที่มีความเหมาะสมต่อเด็กเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากธรรมชาติของเด็กนั้นชอบขีดเขียนอยู่ตลอดเวลา เด็กจะเลียนแบบสิ่งที่ได้พบเห็นมา โดยการวาดภาพไปตามความจำและจินตนาการ เพื่อเป็นการบอกเล่าเรื่องราวที่ผ่านเข้ามาในความรู้สึกนึกคิด และเป็นการถ่ายทอดความรู้สึกภายในออกมาเป็นรูปธรรม เพื่อให้ผู้อื่นได้เห็นและเข้าใจในที่สุด (สุกัญญา ธนเกษพิศาล, 2533, หน้า 86) อนึ่งเด็กในระดับประถมศึกษา (6-12 ปี) จะมีลักษณะพัฒนาการทางศิลปะที่สอดคล้องกับมาตรฐาน

การเรียนรู้ของสาระทัศนศิลป์ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544 ที่กำหนดไว้ใน ข้างต้นอย่างเด่นชัด กล่าวคือ เด็กในวัยนี้ จะชอบสำรวจค้นคว้า ความสามารถทางศิลปะจะพัฒนา ได้เร็ว เด็กจะชอบทดลองทุกสิ่งทุกอย่าง เพื่อประสบการณ์ แต่มักจะขาดความมั่นใจในผลงาน ของตนเอง จนทำให้ความคิดสร้างสรรค์อาจลดลงบางช่วง ซึ่งอาจเป็นผลมาจากการเข้าสู่ระบบ โรงเรียนที่มักปลูกฝังให้เด็กทำตามกฎเกณฑ์ที่สังคมกำหนดไว้ จนขาดโอกาสที่จะแสดงความคิดเห็น อย่างอิสระ (กรมวิชาการ, 2535, หน้า 3) นอกจากนี้ การเอาอย่างกันหรือการทำตามอย่างกัน ยังเป็นอุปสรรคของความคิดสร้างสรรค์ได้เช่นกัน โดยเฉพาะในงานวาดภาพระบายสี เด็กที่เรียนรู้ จากครูคนเดียว ส่วนมากจะเขียนรูปหรือแสดงออกซึ่งผลงานทางศิลปะในรูปลักษณะเดียวกัน เกือบจะทั้งหมด ทำให้มีข้อสงสัยว่า งานศิลปะของเด็กไทยนั้น แม้จะดีแต่ก้าวหน้าไปมากกว่า ในอดีต แต่ส่วนใหญ่จะเป็นการสร้างสรรค์จากมุมมองและแนวคิดที่เด็ก ๆ ได้รับการ “ฝึกหัด” ให้แสดงออกตามมุมมองและแนวคิดของครูหรือผู้ปกครองซึ่งเท่ากับว่าเราส่งเสริมศิลปะในลักษณะ การเรียนรู้ที่เป็นรูปแบบของการสืบทอดมรดกทางวัฒนธรรมหรือแนว “Cultural Heritage” โดยสืบทอดมรดกจากครูเป็นหลัก แต่โอกาสที่เด็กและเยาวชนจะได้สร้างสรรค์ศิลปะใหม่ในแนว “Creativity” ที่เน้นให้เด็กคิดเอง ทดลองเองและสร้างสรรค์เอง จริง ๆ อาจจะยังมีน้อย (สาวิตรี สุวรรณสถิตย์, 2542, หน้า 20-21)

ดังนั้นในการแก้ไขจุดบกพร่องดังกล่าว ครูผู้สอนจึงควรฝึกให้เด็กเรียนรู้ที่จะคิดแบบ อนุพันธ์ (Divergent Thinking) กล่าวคือ สามารถที่จะคิดหาคำตอบได้หลายทิศทางและสามารถ นำความคิดเหล่านั้นไปประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับงานหลายๆ ชนิด ซึ่งเป็นลักษณะของบุคคลที่ คิดอย่างสร้างสรรค์อันประกอบไปด้วย ความคล่องในการคิด (Fluency) ความยืดหยุ่นในการคิด (Flexibility) ความคิดริเริ่ม (Originality) และความคิดอย่างละเอียดลออ (Elaboration) (กรมวิชาการ, 2542, หน้า 9)

ผู้มีความคิดสร้างสรรค์นั้น มักจะมีลักษณะพฤติกรรมที่มุ่งมั่นและผูกพันต่องานอย่าง จริงจัง (Need to Give Oneself Completely to a Tasks) กล่าวคือ การมีสมาธิแน่วแน่และผูกพัน อย่างสมบูรณ์ต่องานที่ทำ ซึ่งคนส่วนมากไม่ค่อยเข้าใจกัน บุคคลที่มีความคิดสร้างสรรค์จะมุ่งมั่น ผูกพันกับความคิดและปัญหาที่กำลังศึกษา โดยไม่สนใจกับสิ่งแวดล้อมรอบตัว และมักถูกเข้าใจ ผิดว่าเป็นคนจิตเลือนลอย หรือขาดสมาธิ แต่ในความเป็นจริง อาการขาดสมาธิคือ อาการของคน ที่ขาดความสนใจ และไม่สามารถเอาใจจดจ่อกับสิ่งหนึ่งสิ่งใดอย่างต่อเนื่องหรือยาวนาน จากสถิติ ทางด้านจิตเวช พบว่าเด็กทุก 20 คน จะมีอาการผิดปกติเช่นนี้ 1 คน โดยเด็กชายจะเป็นมากกว่า เด็กหญิง 3-7 เท่า สาเหตุของอาการสันนิษฐานว่า กรรมพันธุ์มีส่วนเกี่ยวข้อง ประกอบกับ สภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสม อาจทำให้อาการของเด็กรุนแรงขึ้น (อมรชัย หาญผดุงธรรมะ, 2543, หน้า 44)

ดังนั้นการสร้างสมาธิเบื้องต้นให้บังเกิด จึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยพัฒนาจิตใจ และความคิดของเด็กเมื่อเขาเจริญวัยขึ้น ทำให้จิตเกิดพลัง ตลอดจนมีความเชื่อมั่นที่จะแสดงออกอย่างสร้างสรรค์ โดยผ่านสื่อทางศิลปะเพื่อการพัฒนา ยกตัวอย่างง่าย ๆ จากกรณี การวาดภาพวงกลม 1 รูป ผู้วาดจำเป็นต้องใช้สมาธิแห่งตนตามธรรมชาติที่จะวางมือ ในการลากเส้นจากจุดหนึ่งให้โค้งมาบรรจบกับอีกจุดหนึ่งตรงที่ตั่งนั้นเพื่อให้ได้วงกลมที่สวยงาม (เชก ธนะสิริ, 2538, หน้า 39) ไม่เบียดคด และไม่เสียเวลากับการลบแล้ววาดใหม่ครั้งแล้วครั้งเล่า จนทำให้กระดากบอบซ้ำ สมาธิดังกล่าวนี้อาจยิ่งดีมากขึ้นตามลำดับหากดวงจิตนั้นได้รับการบริหาร ฝึกฝนและทำซ้ำบ่อย ๆ จนกลายเป็นความรู้สึกอัตโนมัติในที่สุด และในส่วนเพิ่มเติมผู้ที่ให้การสอนจะต้องมีความเข้าใจในจิตวิทยาการพัฒนาของเด็ก สามารถยอมรับรู้ในความคิดและความรู้สึกของเด็ก สามารถที่จะเป็นผู้ฟังที่ดี และเอาใจใส่ผลงานของเด็ก รวมถึงให้เด็กมีอิสระในการแสดงออกโดยไม่ติดังในทางลบ (ปิยฉัตร เรื่องพิเศษ ฟินนี่, 2541, หน้า 59) แต่จะเน้นการเสริมแรงในเชิงบวกเพื่อการปรับปรุงและสร้างสรรค์ในลำดับต่อไป

ปัจจุบันเทคนิคการฝึกบริหารจิตมีอยู่มากมายหลากหลาย และยังเหมาะกับยุคแห่งการพัฒนาโดยเน้นคนเป็นศูนย์กลางอีกด้วย โดยที่ผู้เรียนไม่จำต้องฝึกจิตด้วยวิธีนั่งขัดสมาธิพร้อมการกำหนดลมหายใจหรือจดจ่อท่องบทสวดมนต์โดยที่ไม่เข้าใจความหมายของคำมนตราในพระพุทธศาสนาเหมือนในอดีตอีกต่อไป เทคนิคการฝึกบริหารจิตตามวิธีของโยคะ จึงเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่เหมาะสมกับพัฒนาการของเด็กในระดับประถมศึกษา (วัย 6 – 12 ปี) ซึ่งเป็น “วัยสงบราบเรียบ” ที่มีพฤติกรรมคาบเกี่ยวระหว่าง วัยขี้ยุก (เด็กวัยก่อนเข้าเรียน) กับวัยบ้าคลั่ง (เด็กวัยรุ่น) (สมพร สุทัศนีย์, 2545, หน้า 25) ชอบการเคลื่อนไหวร่างกายเป็นชีวิตจิตใจ โดยเฉพาะการเล่น ทั้งที่เป็นการเล่นเพื่อระบายกำลังที่มีอยู่เหลือเฟือและการเล่นเพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน การฝึกโยคะ จัดอยู่ในศาสตร์หนึ่งแห่งการออกกำลังกาย ดังนั้นจึงส่งผลโดยรวมทั้งร่างกายและจิตใจของผู้ฝึก แต่การฝึกโยคะสำหรับเด็กนั้น ครูผู้สอนต้องสรรหาทศโลบายต่าง ๆ เข้ามาช่วย เพื่อให้เข้ากับนิสัยของเด็กที่มีสมาธิอยู่กับเรื่องใดเรื่องหนึ่งได้ไม่นาน กล่าวคือ ต้องดำเนินการฝึกไปพร้อมกับการพูดคุย เช่น การฝึกท่าภู ก็เล่าให้เขาฟังถึงชีวิตของงูหรือให้ผู้ฝึกลองทำท่าภูค้างไว้ เป็นต้น (อรสรวง บุตรนาถ, 2545, หน้า 39) อย่างไรก็ตามการฝึกบริหารจิตด้วยวิธีของโยคะในวัยเด็ก จำเป็นต้องมีครูผู้สอน ที่มีความรู้ความเข้าใจถึงพื้นฐานของโยคะ รวมทั้งมีทักษะในการถ่ายทอดออกมาในภาษา และการสื่อความหมายที่เด็กเข้าใจได้ ผูกโยงเข้ากับเรื่องที่ใกล้ตัว และดำเนินการฝึกในแต่ละท่าแบบค่อยเป็นค่อยไป ระวังอย่าบังคับให้เด็กทำในท่าที่ยากเกินความสามารถ ดูระยะเวลาการฝึกในแต่ละท่าให้พอดี เพราะการฝึกโยคะโดยผ่านกระบวนการที่ถูกต้องเหมาะสมจะส่งผลดีแก่ตัวเด็กทั้งด้านร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะความผ่อนคลายทางด้านจิตใจ เนื่องจากจิตใจของเด็ก ๆ มีสถานะที่พร้อมจะซึมซับทั้งการเรียนรู้และด้านอารมณ์จิตใจ

ดังนั้นการฝึกทำทางเคลื่อนไหวต่าง ๆ แบบ โยคะด้วยวิธีที่เหมาะสมจะทำให้เด็กผ่อนคลาย ลดความเครียดต่าง ๆ ที่มีอยู่ได้ เพราะในเวลาที่เด็กผ่อนคลายกล้ามเนื้อสมองจะลดความเร็วลงสู่ระดับ “แอลฟา” ซึ่งเป็นสภาวะของสมองที่มีการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพสูงสุด จิตใจจะเกิดความสงบ มีสมาธิ มีความละเอียดอ่อน เด็กจะอารมณ์ดี มองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน แจ่มใส กระปรี้กระเปร่า กระตือรือร้น ซึ่งจะส่งผลดีทั้งการเรียนรู้และเกิดความคิดสร้างสรรค์ (เกษสุดา ชาดยานนท์, 2545, หน้า 11) ในการปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ รวมทั้งกิจกรรมที่ตั้งอยู่บนรากฐานแห่งความคิดและจินตนาการอย่างกิจกรรมวาดภาพระบายสีนั่นเอง

ดังนั้นจากความสำคัญทั้งหมดที่กล่าวมาในข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการฝึกปฏิบัติโยคะอาสนะ เพื่อหาข้อสรุปในแง่ของการส่งผลต่อกระบวนการคิดอย่างสร้างสรรค์ของเด็ก และสามารถนำเอาหลักการตลอดจนแนวคิดต่างๆ ไปปรับใช้เป็นกลยุทธ์ในการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ในลำดับต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ ด้านความคิดริเริ่ม และด้านความคิดละเอียดลออ ในงานวาดภาพระบายสีของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โดยใช้การฝึกบริหารจิตตามวิธีของโยคะ
2. เพื่อเปรียบเทียบความคิดสร้างสรรค์ด้านความคิดริเริ่ม และด้านความคิดละเอียดลออ ในงานวาดภาพระบายสี ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ด้วยวิธีสอนแบบปกติกับวิธีสอน โดยการฝึกบริหารจิตตามวิธีของโยคะ

ความสำคัญของการวิจัย

ผลของการศึกษารั้งนี้ จะได้ข้อมูลอันเป็นแนวทางในการบริหารจิตใจของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ให้เกิดสมาธิในการเอาใจจดจ่อกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างต่อเนื่องมากขึ้นและสามารถพัฒนากิจกรรมทางทัศนศิลป์ด้านการวาดภาพระบายสีในเชิงสร้างสรรค์ได้เต็มศักยภาพของตน โดยอาศัยหลักการเคลื่อนไหวอย่างสงบนิ่งตามแนวทางแห่งโยคะ

สมมติฐานของการวิจัย

1. การฝึกบริหารจิตตามวิธีของโยคะสามารถพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ ด้านความคิดริเริ่ม และด้านความคิดละเอียดลออในงานวาดภาพระบายสี
2. วิธีสอนโดยการฝึกบริหารจิตตามวิธีของโยคะมีผลต่อการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ ด้านความคิดริเริ่ม และด้านความคิดละเอียดลออ ในงานวาดภาพระบายสีแตกต่างกับวิธีสอนโดยปกติ

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากรกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้างนี้ คือนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2545 ภาคเรียนที่ 2 โรงเรียนสาธิตพิบูลบำเพ็ญ จังหวัดชลบุรี จำนวน 56 คน

1.2 กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้างนี้ คือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสาธิตพิบูลบำเพ็ญ ปีการศึกษา 2545 ภาคเรียนที่ 2 ที่ได้มาจากวิธีการสุ่มเข้ากลุ่ม (Random Assignment) จำนวน 20 คน ประกอบด้วย

1.2.1 กลุ่มควบคุมหนึ่งกลุ่ม จำนวน 10 คน

1.2.2 กลุ่มทดลองหนึ่งกลุ่ม จำนวน 10 คน

หมายเหตุ: การเลือกกลุ่มนักเรียนจากโรงเรียนสาธิตพิบูลบำเพ็ญ เป็นกลุ่มประชากรในการวิจัยค้างนี้ ได้ยึดเหตุผลที่ว่า โรงเรียนดังกล่าวเป็นโรงเรียนนาร่องในการใช้หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ. 2544 ประกอบกับเป็นโรงเรียนที่มีศักยภาพเพียงพอในการศึกษาค้างนี้ และอาจเป็นตัวแทนของโรงเรียนอื่น ๆ ในลักษณะเดียวกันได้

2. ตัวแปรที่ศึกษา

เดวิส (Davis, 1983, อ้างถึงใน กรมวิชาการ, 2535, หน้า 12) ได้กล่าวถึงทฤษฎีความคิดสร้างสรรค์ของนักจิตวิทยาในกลุ่มจิตวิเคราะห์ Kubie and Rugg ซึ่งได้เสนอแนวความคิดเกี่ยวกับความคิดสร้างสรรค์ว่า “ความคิดสร้างสรรค์เกิดขึ้นระหว่าง การรู้สติดกับจิตใต้สำนึก ซึ่งอยู่ในขอบเขตของส่วนที่เรียกว่า จิตก่อนสำนึก” เช่นเดียวกับ Wallas and Jungs ที่เสนอแนวคิดว่า “การทำจิตให้สงบว่างเปล่าสืบปัญหาไปชั่วคราว โดยปล่อยให้จิตใต้สำนึกทำงานยอมนำไปสู่การค้นพบคำตอบหรือการคิดแก้ปัญหาได้อย่างสร้างสรรค์ในที่สุด”

นอกจากนั้น แมคคินนอน (Mackinnon, 1960, อ้างถึงใน สุรางค์ ทินะกุล, 2542, หน้า 20) ยังได้สรุปแนวคิดในเรื่องพฤติกรรมหรือบุคลิกภาพของบุคคลสร้างสรรค์ที่สอดคล้องกับงานวิจัยว่า “บุคคลที่มีความสามารถในการใช้สมาธิหรือพินิจพิจารณาเรื่องใด ๆ อย่างถี่ถ้วน มักเป็นจุดเริ่มต้นแห่งการเปิดรับประสบการณ์ต่าง ๆ อย่างไม่หลีกเลี่ยงและชอบแสดงออกมากกว่าที่จะเก็บกดไว้” ดังนั้น ตัวแปรที่ศึกษาจึงประกอบไปด้วย

2.1 ตัวแปรต้น คือ

2.1.1 การสอนโดยฝึกบริหารจิตตามวิธีของโยคะ

2.1.2 การสอนตามปกติ

2.2 ตัวแปรตาม คือ

ความคิดสร้างสรรค์ด้านความคิดริเริ่ม และด้านความคิดละเอียดลออ ในงานวาดภาพระบายสี

3. กรอบแนวคิดเกี่ยวกับความคิดสร้างสรรค์

การศึกษาความคิดสร้างสรรค์ของการวิจัยครั้งนี้ จะวัดผลและประเมินผลจากการวาดภาพระบายสี และตัดสินใจโดยใช้เกณฑ์ ซึ่งศึกษาเพียง 2 ด้าน คือ ด้านความคิดริเริ่มและด้านความคิดละเอียดลออ เนื่องจากความคิดทั้งสองด้านนี้เป็นวิถีทางสำคัญที่จะสะท้อนผลไปสู่การพัฒนาลักษณะนิสัย ซึ่งเน้น การคิดเป็น อันจะนำไปสู่การทำให้เป็น และสามารถแก้ไขปัญหาค้นหาได้ในที่สุด

อนึ่งการเรียนรู้ทางศิลปะเด็กไม่อาจจะประสบผลสำเร็จถึงจุดสูงสุดได้หากการปฏิบัติกิจกรรมศิลปะใด ๆ มุ่งเน้นเพียงการปฏิบัติด้วยการถ่ายทอดภาพวัตถุสิ่งแวดล้อม และการลอกเลียนแบบเท่านั้น เพราะว่า การคิดในลักษณะที่แปลกใหม่และแตกต่างไปจากความคิดเดิมจะเป็นแรงบันดาลใจสำคัญที่ก่อให้เกิดการเริ่มต้น เพื่อนำไปสู่การสร้างและการพัฒนาในสิ่งที่มีคุณค่า แต่ถึงอย่างไรก็ตามความสำเร็จของการคิดสร้างสรรค์ก็จำเป็นต้องอาศัยลักษณะความคิดอื่น ๆ ประกอบด้วย โดยเฉพาะความคิดละเอียดลออ เพราะหากปราศจากความคิดละเอียดลออแล้วก็ไม่อาจทำให้เกิดผลงานหรือผลิตผลที่สร้างสรรค์ขึ้นมาได้ และตรงจุดนี้ที่เป็นจุดสำคัญของความคิดสร้างสรรค์ที่มุ่งเน้นผลผลิตสร้างสรรค์เป็นสำคัญด้วย ดังคำกล่าวของ เนลเลอร์ (Neller, 1956 อ้างถึงใน อารี พันธุ์มณี, 2545, หน้า 35) ที่ว่าความคิดละเอียดลออเป็นคุณลักษณะที่จำเป็นในการสร้างผลงานที่มีความแปลกใหม่เป็นพิเศษให้สำเร็จ และยังขยายความอีกว่า “ความคิดสร้างสรรค์จึงไม่ใช่แค่การประกอบด้วยสิ่งแปลกใหม่เพียงอย่างเดียวเท่านั้น แต่ในความแปลกใหม่ และความพิเศษนั้น จะต้องตระหนักถึงความสำเร็จอย่างสร้างสรรค์ด้วย ดังนั้นบุคคลที่มีความคิดสร้างสรรค์จึงไม่เพียงแต่มีความคิดใหม่เท่านั้น แต่จะต้องพยายามคิดและประสานความคิดติดตามให้ตลอด หรือให้เกิดความสำเร็จด้วยตัวอย่างเช่น หากบุคคลที่มีความคิดสร้างสรรค์ในทางทักษะการประดิษฐ์ต่าง ๆ แทนที่จะเล่นเฉย ๆ กับลวด ก็จะคิดและสร้างมันให้เป็นวิทยุขึ้นมาได้”

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. สมาธิ หมายถึง ความตั้งมั่นแห่งจิต หรือภาวะที่จิตแน่วแน่อยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างต่อเนื่อง ณ. ช่วงเวลาหนึ่ง โดยไม่คิดฟุ้งซ่านและมีความสงบนิ่ง
2. โยคะ หมายถึง การรวมกันหรือผูกมัด ในที่นี้คือ การรวมกันระหว่างกายและจิตให้เป็นหนึ่งเดียวเพื่อการเกิดสมาธิ
3. โยคะอาสนะ หมายถึง ท่าบริหารร่างกายของโยคีโดยใช้หลักการเคลื่อนไหวร่างกายสัมพันธ์กับลมหายใจ ซึ่งประกอบไปด้วย
 - 3.1 ทำอุ่นเครื่อง (Warm Up)
 - 3.2 ทำฝึกปฏิบัติ (Exercise) ประกอบด้วย ท่าปฐมบทจนถึงท่ายาก
 - 3.3 ทำผ่อนคลาย (Relaxation)

4. ปราณยาม หมายถึง การฝึกหายใจอย่างถูกต้อง ด้วยการกำหนดลมหายใจเข้า-ออก ให้ลึกและยาวกล่าวคือ หายใจเข้าท้องป่อง และหายใจออกท้องยุบ เพื่อการควบคุมอารมณ์และจิตใจให้สุขุมเยือกเย็น

5. การฝึกบริหารจิตตามวิธีของโยคะ หมายถึง วิธีการฝึกจิตรูปแบบหนึ่งที่เกิดจากการผสมผสานระหว่างการเคลื่อนไหวร่างกายอย่างช้า ๆ กับการทำจิตใจให้สงบนิ่งด้วยการกำหนดลมหายใจเข้า-ออกแบบปกติ

6. นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 หมายถึง นักเรียนที่ได้รับการศึกษาในระดับประถมศึกษาตอนปลาย ซึ่งกำหนดให้อยู่ในมาตรฐานการเรียนรู้ช่วงชั้นที่ 2 (ป. 4-6) ตามพระราชบัญญัติการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2545

7. โยคะสำหรับเด็ก หมายถึง การบริหารร่างกาย โดยใช้หลักการเคลื่อนไหวร่างกายแบบเพลินเพื่อรู้ ประกอบการกำหนดลมหายใจเข้า-ออก เพื่อแก้ปัญหาภาวะการขาดสมาธิในเด็กที่จะส่งผลกระทบต่อความคิดสร้างสรรค์ในลำดับต่อไป

8. การสอนโดยการฝึกบริหารจิตตามวิธีของโยคะ หมายถึง การนำเสนอวิธีการฝึกจิตด้วยรูปแบบ “โยคะอาสนะ” ที่น่าสนใจและเหมาะสมสำหรับเด็ก ก่อนเข้าสู่กระบวนการเรียนรู้จากกลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะที่ผู้สอนกำหนดขึ้น เพื่อใช้สำหรับนักเรียนในกลุ่มทดลอง มีขั้นตอนดังนี้

8.1 เตรียมความพร้อมก่อนฝึก

8.1.1 ขึ้นอุ่นเครื่อง

8.1.2 ขึ้นฝึกหัด

8.1.3 ขึ้นผ่อนคลาย

8.2 ครูและนักเรียนฝึกปฏิบัติโยคะร่วมกัน

8.3 นำเข้าสู่กิจกรรมวาดภาพพระบายสี และอภิปรายร่วมกัน

8.4 ฝึกปฏิบัติงานวาดภาพพระบายสี

8.5 สรุปโดยการประเมินตนเองจากผลงาน

9. การสอนแบบปกติ หมายถึง กระบวนการเรียนรู้จากกลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะที่ผู้สอนกำหนดขึ้น เพื่อใช้สำหรับนักเรียนในกลุ่มควบคุม มีขั้นตอนดังนี้

9.1 นำเข้าสู่กิจกรรมวาดภาพพระบายสี และอภิปรายร่วมกัน

9.2 ฝึกปฏิบัติงานวาดภาพพระบายสี

9.3 สรุปโดยการประเมินตนเองจากผลงาน

10. ความคิดสร้างสรรค์ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการคิดเชิงบวก ซึ่งเกิดขึ้นด้วยแรงคล้อยจากการสังเกตเห็น รับรู้และเข้าใจ จนในที่สุดก็หาทางตอบสนองด้วยความพยายามที่จะเขียนเป็นภาพหรือผลิตผลงานขึ้นมาในลักษณะของการคิดแบบแปลกใหม่หรือคิดปรุงแต่งจากความคิดเดิมผสมผสานกันให้เกิดสิ่งใหม่ ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้จะทำการศึกษาองค์ประกอบของความคิดสร้างสรรค์ 2 ด้าน คือ ความคิดริเริ่ม (Originality) และความคิดละเอียดลออ (Elaboration) โดยกำหนดค่าของคะแนนที่เน้นความสำคัญของด้านความคิดริเริ่มเป็นอันดับแรก และในด้านความคิดละเอียดลออเป็นอันดับรอง จากสัดส่วนของคะแนน 6 และ 4 ตามลำดับ (คะแนนรวมเท่ากับ 10) โดยนักเรียนจะต้องปฏิบัติผลงานได้คะแนนอย่างน้อย 5 ใน 10 ของแต่ละชุดกิจกรรม หรือ 50% จึงสามารถจัดอยู่ในเกณฑ์ของการยอมรับได้ว่ามีความคิดในเชิงแห่งการสร้างสรรค์และสามารถเกิดการพัฒนาดได้หากคะแนนในแต่ละชุดกิจกรรมมีการเพิ่มค่ามากขึ้นจากเดิม

11. การวาดภาพระบายสี

11.1 การวาดภาพ หมายถึง การวาดลายเส้นโดยการลาก ขูด เขียน หรือขีดด้วยดินสอ, ปากกาและวัสดุอื่นๆ จนทำให้มองเห็นเส้น เส้นที่เกิดจากการลากนั้นจะยาวเท่าใดก็ได้ ตราบใดที่ยังไม่ยกดินสอ หากต้องการให้มีลักษณะอ่อน แก่ หรือมีความรู้สึก 3 มิติ ก็ใช้วิธีแรงเบาบาง-หนา จนเกิดเป็นลักษณะผิวตามที่ต้องการได้

11.2 การระบายสี หมายถึง การใช้สีต่างๆ เพื่อถ่ายทอดผลงาน โดยสีที่ใช้อาจเป็นสีประเภทใช้งานได้ในตัว เช่น สีเทียน, สีไม้ และสีชอล์ก เป็นต้น หรือสีประเภทที่ต้องใช้งานร่วมกับวัสดุและอุปกรณ์ต่างๆ เช่น สีน้ำ สีโปสเตอร์ สีฝุ่น สีน้ำมัน ฯลฯ ซึ่งต้องใช้งานร่วมกับพู่กัน ฟองน้ำ แผ่นผ้าใบ หรือกระดานรองเขียน เป็นต้น