

วิธีการส่งเสริมการลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนตามหลักพุทธธรรม
PROMOTING METHODS FOR THE REDUCTION OF STUDENTS' AGGRESSION
BEHAVIOR ACCORDING TO THE BUDDHA-DHAMMA PRINCIPLES

เปมิกา สุขสำราญ Pemiga Suksamran
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand
Corresponding Author Email: Ploy_Pemiga2533@hotmail.com

Article Received: February 9, 2022, Revised: February 21, 2022, Accepted: February 24, 2022

บทคัดย่อ

วิธีการส่งเสริมการลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนตามหลักพุทธธรรมเป็นการนำข้อปฏิบัติตามแนวพุทธธรรมในการจัดการความรุนแรงในครอบครัว โดยพิจารณาให้ทั่วถึงทั้งในระดับปัจเจกบุคคล กลุ่มบุคคลและสังคมในทุกมิติที่เกี่ยวข้อง มิติแห่งการป้องกันมิให้เกิดความรุนแรง ทั้งในครั้งแรกที่ยังไม่เคยหรือเมื่อเกิดแล้ว มีวิธีป้องกันมิให้เกิดซ้ำอีกในครั้งต่อไป มิติแห่งการแก้ไขเมื่อเกิดความรุนแรงขึ้นแล้วจะทำให้ทุเลาเบาบางลง รวมถึงมิติแห่งการเยียวยาเมื่อมีความรุนแรงเกิดขึ้นแล้ว วิธีการลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนตามหลักพุทธธรรมตามหลักไตรสิกขา 3 ด้าน คือ 1) ศีล คือ ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกกาย วาจา ใจ วินัย กฎหมาย ระเบียบ กติกาต่างๆ มีความสามัคคี ลดความขัดแย้งที่เกิดจากการทะเลาะวิวาท ฝึกความรับผิดชอบในการทำหน้าที่ต่างๆ ผู้ปกครองควรหลีกเลี่ยงการทำโทษด้วยวิธีการที่รุนแรง ควรพูดคุยให้คำปรึกษากับลูก เอาใจใส่ให้ความรัก ไม่ตามใจลูกเกินไป ไม่ควบคุม เคร่งครัดกับลูกมากเกินไป ใช้วิธีการเสริมแรงทางบวก เมื่อลูกประพฤติดี 2) สมาธิ คือ เครื่องมือในการทำจิตใจให้หนักแน่นให้รู้จักตนเองมากขึ้น ช่มอารมณ์ความโกรธที่จะนำไปสู่พฤติกรรมก้าวร้าวต่อไป ครูเป็นตัวอย่างที่ดีในเรื่องการควบคุมอารมณ์และการจัดการความโกรธ 3) ปัญญา คือ แนวทางที่ใช้เป็นเครื่องมือในการดำเนินชีวิต โดยครูฝึกให้เด็กได้ทำกิจกรรมต่างๆ ควบคุมการรับชมรายการโทรทัศน์และการเล่นเกมให้เหมาะสม เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้ทักษะในการคิดวิเคราะห์และตัดสินใจแก้ปัญหาพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ที่จะส่งผลต่อวิถีการดำเนินชีวิตและนำไปสู่การเลิกพฤติกรรมก้าวร้าวของตนในอนาคต

คำสำคัญ: หลักพุทธธรรม, การลดพฤติกรรม, ความก้าวร้าว

ABSTRACT

The promoting methods for the reduction of students' aggression behavior according to the Buddha-Dhamma principles was Buddhist practicing in managing domestic violence by considering thoroughly at the individual level, group of people and society in all relevant dimensions. The dimension of protection against violence either never occurred or already occurred that should prevent it from happening again in the future, the dimensions of correction, once violence had occurred, would be mitigated, including the dimension of healing when violence occurred. Methods to reduce students' aggression behavior according to the Buddha-Dhamma principle, Trisikkhā: 1) Silā, a practice for practicing physical, verbal,

discipline, law, rules, and being unity to reduce conflicts caused by quarrels, responsibility practicing for performing duties, parents should avoid harsh punishment and should talk to children with love but not indulging, not controlling or strictly with children too much and used positive reinforcement instead when children behaved well, 2) Samāthi, a tool to strengthen your mind to know yourself better, suppressing anger that would lead to further aggressive behavior, teachers were a good role model of emotional regulation and anger management, 3) Paṅkī, a method that was used as a tool for living, the teachers trained the children to do various activities, controlled watching television programs and playing games appropriately in order to enable students to learn analytical thinking and decision-making skills in solving unwanted behaviors that would affect their way of life and leading to the cessation of their aggressive behavior in the future.

Keywords: Buddhist Principles, Behavior Reduction, Aggressive

บทนำ

พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นพฤติกรรมของคนที่มีขาดความสุขอย่างหนึ่ง อาจแสดงออกทางร่างกายหรือทางวาจาก็ได้ เช่น การทำลายข้าวของ การทำร้ายร่างกาย การดุด่า การพูดคำหยาบ เป็นต้น การก้าวร้าวเป็นพฤติกรรมที่เด็กเรียนรู้จากสังคมเด็กใช้ป้องกันตนเองจากการรุกรานของผู้อื่น เช่น เมื่อถูกพ่อแม่ดุเด็กมักจะโต้เถียง เมื่อถูกเพื่อนล้อเลียนมักจะชกต่อย เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีวิธีเรียกร้องความสนใจจากเพื่อนๆ อีกด้วยเพื่อให้เพื่อนๆ เกรงกลัว พฤติกรรมก้าวร้าวนี้สังคมมักจะตีตรา ทำให้พวกก้าวร้าวมักจะต่อต้านสังคม (หัสติน แก้ววิชิต, 2559) พฤติกรรมก้าวร้าวเป็นความรุนแรงเป็นผลพวงจากความก้าวร้าว ในทางจิตวิทยาระบุไว้ถึงสภาพที่ทำให้เกิดความก้าวร้าวจากการเสริมแรง (reinforcement) เกิดขึ้นเมื่อมีการส่งเสริมให้ก้าวร้าวโดยการยกย่องหรือให้กำลังใจเวลาที่มีความก้าวร้าว หรือการกระทำก้าวร้าวทำให้เกิดผลดี การเลียนแบบ (modeling) การเห็นตัวอย่างที่ก้าวร้าว โดยเฉพาะจากคนที่ตนเองชื่นชอบปทัสถาน หรือรูปแบบแห่งการเสนอสนอง (norm of reciprocity) เช่น ความเชื่อในสังคมที่ว่าความแค้นต้องมีการชำระแบบตาต่อตา ฟันต่อฟันซึ่งส่งเสริมให้คนในสังคมเกิดความก้าวร้าว ความเครียด (stress) อาทิ ความยากจน การตกงาน การถูกสังคมรังเกียจ อากาศร้อน พ่อแม่รักลูกไม่เท่ากัน เสียงรบกวนโสตประสาท ความรู้สึกขุ่นข้องหมองใจในครอบครัว ฯลฯ สัญญาณความก้าวร้าว (aggressive cues) เช่น การดูความก้าวร้าวจากสื่อต่างๆ เช่น ภาพยนตร์ การคลุกคลีกับอาวุธต่างๆ สามารถเป็นปัจจัยส่งเสริมความก้าวร้าวได้ (พูนสุข มาศรีสร้างสรรค์, 2558)

สาเหตุของความก้าวร้าวนี้มักเกิดจากกรรมพันธุ์เข้าทำนองลูกไม้หล่นไม่ไกลต้น เรื่องนี้แม้ทางวิชาการต่างๆ เช่น การแพทย์ จิตวิทยา ชีววิทยา ฯลฯ ก็ยอมรับปรากฏเห็นชัดตามประวัติคนใช้คนทำผิดบางรายสืบกรรมพันธุ์กันถึง 5-6 คน ในครอบครัวก็มีสติปัญญา ได้มีการตรวจสอบค้นคว้ากันมาก สรุปได้ว่าเด็กเกเรมีทั้งเด็กโง่และเด็กฉลาดแต่ถ้าเฉลียวแล้วมักมีสติปัญญาไม่สูงนัก สิ่งแวดล้อม ได้แก่ ภาวะของครอบครัว การมีภาวะของครอบครัวไม่สมบูรณ์ เช่น เด็กประเภพ่อแม่หย่าร้างกัน มีพ่อแม่เลี้ยงแม่เลี้ยง อาศัยคนอื่นอยู่ พ่อแม่เป็นนักเลงอบายมุข ในครอบครัวไม่มีความสุข ฯลฯ สิ่งเหล่านี้ทำให้เด็กเกเรได้ ฐานะทางครอบครัว เด็กที่เกิดในครอบครัวที่ยากจนก็หาทางช่วยตัวเองทั้งในด้านสุจริตและทุจริต ส่วนเด็กที่เกิดในครอบครัวที่มั่งคั่งได้รับการตามใจจนเกินไปก็กลายเป็นเด็กเกเรได้ขาดความอบอุ่นทางใจ บิดามารดาปล่อยปละละเลย

หรือเข้มงวดจนเกินไปไม่พยายามเข้าใจความต้องการของเด็ก ฯลฯ เหตุนี้เป็นเหตุสำคัญมากเหตุหนึ่งที่จะทำให้เด็กเกรง ถิ่นพำนักเป็นสาเหตุใหญ่อีกสาเหตุหนึ่ง แต่ละถื่นย่อมมีสิ่งจูงใจผิดกัน คบเพื่อนหรือมีผู้นำที่ไม่ดีเป็นสาเหตุที่สำคัญที่สุดสาเหตุหนึ่งตามธรรมชาติของเด็กวัยรุ่นมีเด็กเป็นอันมากที่เกรง เสียคน เช่น ดิตยาเสพติด เป็นอันธพาล เล่นการพนัน ฯลฯ เพราะมีเพื่อนหรือผู้นำประเภทลูกพี่ลูกน้อง เหตุเกิดจากสังคม สาเหตุเกิดจากสังคมมีส่วนทำให้เด็กไปสู่ความพินาศอยู่มาก ได้แก่ สื่อมวลชน ผู้ใหญ่เป็นตัวอย่างที่ไม่ดี สถานที่ที่เป็นอบายมุข (สโมสร สนามกีฬา, 2543) พฤติกรรมก้าวร้าวที่เกิดขึ้นนั้นพบเห็นได้บ่อยครั้งจากการที่เด็กและเยาวชนพบเห็นความก้าวร้าวอยู่บ่อยครั้งจะทำให้เกิดเจตคติต่อพฤติกรรมก้าวร้าวและมีแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวออกมา เพราะเจตคติเป็นอารมณ์ความโน้มเอียงกับสิ่งที่พบเห็นแล้วพร้อมที่จะแสดงการกระทำนั้นออกมา ซึ่งถ้าพฤติกรรมก้าวร้าวเกิดขึ้นมาแล้วนั้นย่อมจะเกิดปัญหาตามมา (รัตนชัย พลับรูการ, 2551) โดยไม่คำนึงถึงความเดือดร้อนของผู้อื่น ชอบหาเรื่องทะเลาะวิวาท มีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อน รังแกเพื่อน ชอบการทุบตี เตาะตอ่ย ทำร้าย ทำลายสิ่งของทั้งของตัวเอง และส่วนรวมพูดจาไม่สุภาพ ไม่เกรงกลัวผู้ใหญ่ อดดี ไม่เชื่อฟัง นิสัยหยาบคาย ขณะเรียนหนังสือชอบก่อวุ่นในชั้นเรียน ปัญหาพฤติกรรมจะเป็นปัญหาความก้าวร้าว และในเด็กที่ก้าวร้าวก็มักมีปัญหาอื่นๆ ร่วมด้วย เช่น ปัญหาการเรียน ปัญหาการคบเพื่อน ปัญหาสัมพันธภาพในครอบครัว เป็นต้น (พิร วงศ์อุปราช, 2555)

ในปัจจุบันยังไม่มีกิจกรรม เทคนิค หรือวิธีการที่สามารถลดพฤติกรรมความก้าวร้าวในโรงเรียนที่เป็นรูปธรรมชัดเจน มักจะมีการแก้ไขพฤติกรรมความก้าวร้าวที่ปลายเหตุ ขาดแบบแผนและการปลูกฝังในเรื่องคุณธรรมจริยธรรมเพื่อให้เด็กซึ่งค่อยๆ ลดพฤติกรรมความก้าวร้าวลง ซึ่งหลักธรรมสำหรับการส่งเสริมการลดพฤติกรรมความก้าวร้าวในเด็กและสังคมในปัจจุบันที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาส่งผลให้เด็กและเยาวชนมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปตามตัวอย่างและสื่อต่างๆ ที่พบเห็นได้ง่าย ดังนั้น สถานศึกษา ครอบครัว และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการพัฒนาปรับเปลี่ยนพฤติกรรมดังกล่าว รวมทั้งส่งเสริมให้กับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องมีส่วนร่วมในการลดพฤติกรรมความก้าวร้าวในเด็กและเยาวชน เพื่อป้องกันความรุนแรงและอาชญากรรมที่อาจจะเกิดขึ้นในสังคม โดยเฉพาะในสถานศึกษาระดับประถมศึกษาซึ่งเป็นสถานศึกษาขั้นพื้นฐานของเด็กที่จะต้องปลูกฝังหลักธรรมคำสอนต่างๆ ให้กับเด็ก เพื่อให้เกิดความเกรงกลัวต่อการแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม

ดังที่ พุนสุข มาศรีสรสรรค์ (2558) กล่าวว่า ความรุนแรงในครอบครัวในมุมมองพระพุทธศาสนาซึ่งความรุนแรงอันจะก่อความเสียหายให้กับครอบครัวคือคนในครอบครัวและสังคมนั้น ในทางพระพุทธศาสนาได้มองไปถึงสาเหตุจากองค์ประกอบภายในคือตัวกิเลสภายในจิตใจของมนุษย์ ซึ่งเดิมทีมีความบริสุทธิ์แต่เพราะอุปกิเลสที่จรมารจึงทำให้มนุษย์เกิดมีจิตวิญญู คือ ความคิดในทางผิดๆ และตกเป็นทาสของอารมณ์ร้ายต่างๆ อาทิ อารมณ์ชักนำให้ใคร่ ให้รัก ให้อยากได้ ได้แก่ ราคะ โลภะ อิจฉาริษยา (อยากได้) โทสะ (โกรธ) โมหะ (หลงผิด) ฯลฯ ผู้ที่ตกอยู่ในวังวนของอารมณ์เช่นนี้ เมื่อมีองค์ประกอบภายนอกมาเสริมด้วย เช่น เศรษฐกิจฝืดเคือง ความมีทัศนคติที่ผิดของคนในชุมชน หรือสังคมที่เห็นว่าความรุนแรงสามารถนำมาใช้ต่อรองในการเจรจา หรือใช้แก้ปัญหาได้ หรือเห็นว่าการกดขี่ข่มเหงเป็นสัญลักษณ์ของผู้มีอำนาจเหนือกว่า เป็นผู้นำ เป็นต้นก็ย่อมหลงผิดก่อการประทุษร้าย สร้างความเดือดร้อนแก่ครอบครัว และสังคมส่วนรวมไม่หยุดหย่อน พระพุทธเจ้าผู้เสมือนหนึ่งพระบิดาแห่งพระภิกษุสงฆ์สาวกซึ่งก็เปรียบได้กับสมาชิกในครอบครัวเดียวกันได้ทรงประทานแนวทางในการที่จะแก้ไขปัญหาคบหา ความวิวาท อันจะนำไปสู่ความรุนแรงไว้โดยทรงชี้ว่า มูลเหตุแห่งการวิวาทมาจากความเป็นผู้มักโกรธผูกโกรธไว้ ละบลู่ดูหมิ่นอีกฝ่ายอย่างไม่ให้เกียรติ ตีตนเสมอ อิจฉา ริษยาเป็นปกตินิสัยและยังตระหนี่ อดดี ไม่ยอมลดราวาศอกให้กัน เรื่องของความขัดแย้งต่างๆ ที่พอจะเจรจากตกลงกัน

ได้ก็ไม่ยอมกัน เห็นผิดเป็นชอบ ยึดมั่นถือมั่นในทิวทัศน์ของตน ตีอรั้น ไม่ยอมสละสิ่งที่ตนยึดจึงนำไปสู่ความแตกแยกวิวาทจนกลายเป็นชนวนความรุนแรงตามมาในการระงับความขัดแย้งที่จะนำไปสู่ความรุนแรงนั้น ทั้งสองฝ่ายต้องร่วมกันพิจารณาด้วยการมองเห็นโทษที่จะตามมาเจรจากันอย่างสันติ เป็นมิตรที่ดีต่อกัน เข้าใจกัน ให้กำลังใจ เคารพให้เกียรติกัน ยอมรับและให้ความสำคัญในบทบาทของกันและกัน เรื่องที่ผ่านมาขอให้ทำเป็นเหมือนไม่มีอะไรเกิดขึ้น วิธีนี้ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า ติณัตถการวิธี หรือวิธีแห่งติณัตถการวินัย คือวิธีตัดสินโดยวิธียอมความกัน ตามศัพท์แปลว่า ระเบียบดังกลบไว้ด้วยหญ้า เป็นการสลายความขัดแย้งด้วยการประนีประนอมกันทั้งสองฝ่ายไม่ต้องชำระสะสางหาความเดิม

พุทธทาส กล่าวไว้ว่า “ศีลธรรมไม่กลับมาโลกาจะวินาศ” ที่สะท้อนถึงความเสื่อมถอยทางศีลธรรมในสังคมไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งความเสื่อมถอยทางศีลธรรมของเด็กและเยาวชนที่มีอยู่ให้เห็นอย่างดาษดื่นในสังคมปัจจุบันเด็กและเยาวชนนั้นถือเป็นกำลังสำคัญของประเทศชาติ เนื่องจากประชากรของประเทศจะเป็นเด็กและเยาวชนเสียส่วนใหญ่ และการพัฒนาประเทศจะขึ้นอยู่กับเด็กและเยาวชนเหล่านี้ หากสามารถแก้ไขปรับปรุงเด็กและเยาวชนให้ดีขึ้น ตั้งแต่วัยนี้ในอนาคตประเทศชาติก็จะมีผู้ใหญ่ที่ดีมีคุณภาพอยู่ในศีลธรรม เคารพต่อกฎเกณฑ์หรือกฎหมายของสังคมมีความรู้ความสามารถ ประกอบอาชีพสุจริตรู้จักเสียสละผลประโยชน์ต่อส่วนรวมสังคมและประเทศชาติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งปัญหาการส่งเสริมด้านคุณธรรมจริยธรรมในสถานศึกษาที่ถือว่าเป็นเรื่องจำเป็นที่เด็กนักเรียนทุกคนจะต้องมีและถือว่าเป็นการเรียนรู้ตลอดชีวิต สามารถเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง เพื่อให้มีจิตสำนึกมีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีคุณธรรมจริยธรรมศีลธรรมและมีความเคารพสถาบันควบคู่ไปด้วย เพื่อเป็นการส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมให้แก่เด็กนักเรียน รวมถึงโรงเรียนและครูต้องช่วยกันสังเกตพฤติกรรมของเด็กนักเรียนด้วย (พระศักดิ์ดา ฉันทโก (สุวรรณธา), 2558) แสดงให้เห็นว่ากระบวนการศึกษายังมีความจำเป็นที่ต้องพัฒนาและส่งเสริมพฤติกรรมแห่งการเรียนรู้แก่นักเรียนเพื่อให้สอดคล้องกับพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542 แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พุทธศักราช 2545 หมวดที่ 1 บททั่วไป ความมุ่งหมายและหลักการ มาตราที่ 6 ได้กล่าวไว้ว่า การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้และคุณธรรมมีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข สอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559) ยังคงยึดมั่นในการพัฒนาโดยยึด “คน” หรือมนุษย์เป็นศูนย์กลาง และให้ความสำคัญในการพัฒนาศักยภาพทางด้านความคิด คุณธรรมและจริยธรรม ดังนั้นจึงมีเป้าหมายหลักอยู่ที่การพัฒนาคนไทยทุกกลุ่มวัยทั้งในด้านกายใจ สติปัญญา อารมณ์ คุณธรรมและจริยธรรม ทั้งนี้เพื่อนำไปสู่ความอยู่เย็นเป็นสุขของสังคม (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2558)

พระสรวินธุ์ อภิพลโณ และนิเวศน์ วงศ์สุวรรณ (2553) ได้นำเสนอ วิธีการที่จะช่วยลดพฤติกรรม การกระทำความรุนแรงของวัยรุ่นลงได้นั้นอาจจะทำได้หลายวิธี เช่น การออกกฎ ระเบียบ กฎหมาย ข้อห้ามต่างๆ ซึ่งเป็นการควบคุมพฤติกรรมภายนอกของวัยรุ่น อีกวิธีหนึ่งก็คือการให้ความรู้ ปลูกฝัง ค่านิยม ทักษะที่ดี ถูกต้องเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตที่ดีงามการฝึกอบรมเพื่อให้มีทักษะในการควบคุมตนเองก็เป็นการพัฒนาปัจจัยภายในของบุคคลตามแนวคิดทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์ได้มีกระบวนการพัฒนาอย่างเป็นระบบที่เรียกว่า ไตรสิกขา ซึ่งเป็นกระบวนการที่ครอบคลุมการพัฒนามนุษย์อย่างครบวงจร

ในบทความนี้ ผู้เขียนจึงนำเสนอข้อปฏิบัติตามแนวพุทธธรรมในการจัดการความรุนแรงในครอบครัวเพื่อลดความก้าวร้าวนักเรียนและหลักไตรสิกขาสำหรับการส่งเสริมการลดพฤติกรรมความก้าวร้าว เพื่อให้สถานศึกษาได้นำไปประยุกต์ใช้กับนักเรียนที่มีพฤติกรรมความก้าวร้าวให้มีความรุนแรงน้อยลงไปได้

ข้อปฏิบัติตามแนวพุทธธรรมในการจัดการความรุนแรงในครอบครัว

ในการจัดการความรุนแรงในครอบครัวสมัยใหม่ต้องพิจารณาให้ทั่วถึงทั้งในระดับปัจเจกบุคคล กลุ่มบุคคลและสังคมในทุกมิติที่เกี่ยวข้อง คือ มิติแห่งการป้องกันมิให้เกิดความรุนแรง ทั้งในครั้งแรกที่ยังไม่เคย หรือเมื่อเกิดแล้วมีวิธีป้องกันมิให้เกิดซ้ำอีกในครั้งต่อไปอย่างไร มิติแห่งการแก้ไขเมื่อเกิดความรุนแรงขึ้นแล้วจะ ทำอย่างไรให้ทุเลาเบาบางลง รวมถึงมิติแห่งการเยียวยาเมื่อมีความรุนแรงเกิดขึ้นแล้ว โดยการนำแนวทางแห่ง พุทธธรรมมาใช้ (พูนสุข มาศรีสรสรรค์, 2558) ดังนี้

1. ระดับปัจเจกบุคคล ดำเนินการป้องกันและแก้ไขความรุนแรงระหว่างสามีและภรรยา: หลักการ ป้องกันและแก้ไขความรุนแรงที่ต้นตอทั้ง 2 ฝ่ายต้องมีความเพียรพยายามที่จะประคับประคองชีวิตคู่ที่ร่วมสร้าง ครอบครัวเดียวกันให้คงอยู่ได้ตลอดไปดังข้อปฏิบัติ ดังนี้

1.1 สามีภรรยาควรตักเตือนกันเป็นประจำในหลักประกัน 5 ประการที่จะไม่สร้างรอยร้าวให้ เกิดขึ้นต่อกัน เพื่อสร้างความไว้วางใจให้แก่กันและกัน ได้แก่

หลักประกันประการที่ 1: ต่างฝ่ายต่างต้องไม่สร้างความโหดร้ายรุนแรงขึ้นในจิตใจของกัน และกัน โดยการตั้งจิตไว้ในความเมตตากรุณา มีความรักใคร่ปรารถนาดีและสงสารเห็นใจอีกฝ่ายเสมอในฐานะ ที่ได้ตัดสินใจใช้ชีวิตร่วมกันเสมือนลงเรือลำเดียวกันแล้ว เพื่อป้องกันปัญหาการใช้กำลังข่มเหงทำร้ายร่างกาย กัน ซึ่งมีผลเป็นความบาดเจ็บทั้งร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะสามีต้องให้หลักประกันแก่ภรรยาให้มาก เพราะ เป็นเพศที่มีพลังกำลังเหนือกว่า ทางที่ปลอดภัยที่สุดคือ การไม่เก็บอาวุธร้ายแรงเช่นปืนไว้ในบ้าน เพื่อป้องกัน การใช้ด้วยอารมณ์ชั่ววูบจากโทสะ

หลักประกันประการที่ 2: นอกจากการประกอบอาชีพที่สุจริต ไม่เบียดเบียนใครแล้วต่างฝ่าย ต่างต้องไม่เป็นคนมือไวเห็นแก่ได้จนสร้างความระแวงสงสัยให้แก่กันและกัน เพื่อเป็นหลักประกันด้านทรัพย์สิน ภายในครอบครัว ดังมีสามีภรรยาบางคู่ที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งต้องซ่อนค่าใช้จ่ายต่างๆ ไว้เพื่อมิให้อีกฝ่ายนำไปใช้ ในทางอบายมุขหรือในทางฟุ่มเฟือย อาทิ นำไปดื่มสุรา เล่นการพนัน หรือสังสรรค์กับเพื่อนฝูง เป็นต้น จัดเป็น การขาดหลักประกันทางด้านเศรษฐกิจและความเชื่อใจกัน

หลักประกันประการที่ 3: ต่างฝ่ายต่างต้องไม่ใจเร็วด่วนได้ ตั้งตนไว้ในความพอดีในเรื่องกาม คุณ มีความสันโดษยินดีพอใจเฉพาะในคู่ครองของตนโดยไม่คิดนอกใจ ไม่เหลาะแหละจึงจะเป็นหลักประกันใน เรื่องความรักในคู่ครองได้

หลักประกันประการที่ 4: ต่างฝ่ายต่างต้องไม่พูดปดมดเท็จต่อกัน เป็นการสร้างความเชื่อมั่น และไว้วางใจกันด้วยหลักแห่งความสัตย์ เป็นหลักประกันแห่งความซื่อตรงต่อกัน

หลักประกันประการที่ 5: ต่างฝ่ายต่างต้องไม่สร้างเหตุแห่งความลุ่มหลงมัวเมา ขาดสติ โดยใช้ สิ่งเสพติดมึนเมาเป็นเครื่องย้อมใจให้เกิดความฮึกเหิมต้องใช้หลักการประคับประคองตนด้วยสติสัมปชัญญะ เพื่อเป็นหลักประกันแห่งความไม่ประมาท

1.2 เมื่อใช้ชีวิตร่วมกันแล้ว ภรรยาต้องเอาใจใส่ดูแลงานบ้าน สงเคราะห์ญาติทั้งฝ่ายสามีและ ฝ่ายตนโดยเฉพาะการไม่ทอดทิ้งผู้สูงอายุ ไม่นอกใจสามีรักษาทรัพย์ที่สามีหามาได้และขยันใส่ใจในกิจการงาน ทั้งปวง สามีเมื่อได้รับการปรณินิบัติจากภรรยาเช่นนี้ก็ไม่ว่าเปรียบต้องตอบแทนน้ำใจโดยการยกย่อง ไม่ดูหมิ่น ไม่นอกใจ มอบความเป็นใหญ่ให้และให้เครื่องประดับเครื่องแต่งตัว และหากภรรยาต้องออกไปทำงานนอกบ้าน เพื่อช่วยสามีอีกแรงหนึ่ง ทั้งสองฝ่ายก็ต้องถ้อยทีถ้อยอาศัยผลัดกันดูแลงานบ้านไม่เกี่ยงงอนกันโดยอ้างว่าไม่ใช่ หน้าที่ของตน

1.3 การเยียวยาความรุนแรงระหว่างสามีและภรรยา: ในกรณีที่เกิดการกระทบกระทั่งจนกลายเป็นความรุนแรงขึ้นแล้วและยังมีความจำเป็นต้องอยู่ร่วมกันด้วยภาระหน้าที่ในครอบครัว ต่างฝ่ายก็ต้องพยายามปรับอารมณ์ให้เย็นลงและพูดปรับความเข้าใจกันอย่างมีเหตุผล นึกถึงความดีและสิ่งดีๆ ที่เคยทำด้วยกัน ร่วมกันวิเคราะห์ปัญหาความรุนแรงที่เกิดว่ามีอะไรบ้างที่เป็นปัจจัยกระตุ้นให้เกิด เมื่อต่างฝ่ายต่างทราบก็จะได้ปรับปรุงแก้ไขต่อไป ไม่ควรโทษกันและกัน ควรนึกถึงหลักที่ว่าล้นย่อมกระทบพื้นเป็นธรรมดา การเยียวยาที่ดีที่สุดของทั้งสองฝ่ายก็คือการเยียวยาจิตใจตนเองให้สามารถจัดโทษได้ การเจริญสติตามแนวทางสติปัฏฐานสูตรจะช่วยได้มากที่สุด หากไม่ทราบวิธีก็ควรแสวงหากัลยาณมิตร เพื่อชี้แนะกรณีปัญหาบานปลายใหญ่โต ไม่สามารถประนีประนอมกันได้ทางแก้และเยียวยาก็มีหนทางเดียวที่ทั้งคู่ต้องปล่อยวางและตกลงใจที่จะแยกย้ายกันอยู่อาจจะเป็นการชั่วคราว หรือหย่าร้างกันอย่างถาวร เพื่อต่างฝ่ายต่างจะได้ถอยออกมาสู่ความเงียบสงบ แต่ปัญหาที่เกิดในสังคมส่วนใหญ่ฝ่ายชายมักไม่รักษาสัญญาที่จะเลิกแล้วต่อกัน เมื่อฝ่ายหญิงมีสัมพันธ์รักกับคนใหม่ก็ตามราวีกันถึงขั้นก่อคดีฆาตกรรมทั้งอดีตภรรยาและคนรักใหม่ ดังนั้น แต่ละฝ่ายต้องตั้งสัจจะต่อกันในการจากกันด้วยดี โดยยึดหลักของความไม่ยึดมั่นถือมั่นมองสิ่งต่างๆ บนความเปลี่ยนแปลงภายใต้กฎของไตรลักษณ์

1.4 การป้องกัน แก้ไข และเยียวยาความรุนแรงระหว่างพ่อแม่และลูก: พ่อแม่ต้องตระหนักเสมอว่าตนอยู่ในฐานะเสมือนพรหมของลูกที่ต้องประกอบด้วยความเมตตากรุณาต่อลูกยินดีเสมอเมื่อลูกมีความสุขและมีความสำเร็จในชีวิตทุกๆ ด้าน ขณะเดียวกันก็ต้องรู้จักวางใจเป็นกลาง ไม่ใช้สิทธิในความเป็นพ่อแม่เข้าไปก้าวล่วงความเป็นส่วนตัวของลูกมากเกินไป โดยเฉพาะเด็กวัยรุ่นจะต้องการความเป็นส่วนตัวมากเป็นพิเศษ พ่อแม่สามารถคอยสอดส่อง ดูแลลูกอยู่ในระยะห่างที่พอเหมาะมิให้ลูกเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับอบายมุขต่างๆ ได้ โดยมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่ทางโรงเรียนจัดให้พ่อแม่ได้มีส่วนร่วมกับนักเรียน และหมั่นเข้าร่วมการประชุมผู้ปกครองที่ทางโรงเรียนจัดขึ้น เพื่อจะได้ทราบความเป็นไปในเรื่องการเรียนและความประพฤติของลูก พ่อแม่ให้คำแนะนำลูกได้ ในลักษณะที่ไม่เป็นการบังคับคาดหวังหรือขู่เข็ญจนลูกเกิดความเครียดและกดดันอันอาจส่งผลให้มีพฤติกรรมไปในทางก้าวร้าวรุนแรงได้ พ่อแม่ต้องเป็นแบบอย่างในความประพฤติอันดีงาม ไม่ทะเลาะเบาะแว้งกัน ยิ้มแย้มให้กันเสมอ ไม่เคร่งเครียดเกินไปจนบรรยากาศในบ้านไม่อบอุ่นสำหรับลูก ต้องใจเย็น ร่วมกันแก้ปัญหาต่างๆ ในครอบครัวด้วยวิธีสุขุม รอบคอบ มีเหตุผล และสงบสันติ ไม่ไว้วางใจ ใช้คำพรูสวาท ต้าทอต่อกัน หากลูกมีปัญหาพลัดปลั่งในเรื่องต่างๆ เช่น ผลการเรียนไม่ดี หรือผิดใจกับเพื่อน พ่อแม่ต้องปลอบโยนให้กำลังใจ และคำแนะนำที่ดีไม่ดูถูกหรือซ้ำเติมขณะเดียวกันลูกก็ต้องเคารพพ่อน้อม เชื่อฟัง และกตัญญูต่อพ่อแม่ รู้จักเลือกคบหาสมาคมกับเพื่อนดีไม่เป็นอันธพาล ไม่ข้องเกี่ยวกับยาเสพติด ควรมีการทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น รับประทานอาหารร่วมกันที่บ้านหรือนอกบ้านในบางโอกาส พ่อแม่ร่วมกิจกรรมที่โรงเรียนกับลูก เช่น การแข่งกีฬาสามัคคีระหว่างนักเรียนและผู้ปกครอง การไปทำบุญตักบาตรฟังธรรม เวียนเทียนที่วัดในวันสำคัญทางพุทธศาสนาด้วยกัน เป็นต้น

2. ระดับกลุ่มบุคคลและสังคม

2.1 หลักการสงเคราะห์กัน: การนำเอาหลักสังคหวัตถุตามแนวพุทธธรรมมาใช้ช่วยเหลือกันเพื่อยึดเหนี่ยวใจกันไว้ โดยการแบ่งปันเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่หัวใจไมตรีตลอดจนทรัพย์และสิ่งของแก่ครอบครัวที่กำลังเดือดร้อน พุดจาอ่อนหวาน ถ้อยทีถ้อยอาศัยกัน การทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อกัน และการทำตนให้เข้ากันได้ และมีความเสมอต้นเสมอปลาย ไม่ถือตัว ร่วมสุขร่วมทุกข์กัน เป็นต้น หลักธรรมนี้ทำให้ครอบครัว ชุมชน และสังคม อยู่ร่วมกันอย่างสงบสันติ มีมิตรไมตรีต่อกัน เข้าอกเข้าใจกัน เมื่อครอบครัวใดในละแวกเดียวกันเกิดปัญหาขึ้นโดยเฉพาะเมื่อเกิด ปัญหาความรุนแรงขึ้นก็จะร่วมมือร่วมใจกันช่วยผ่อนคลายสถานการณ์ให้แก่

ครอบครัวนั้น หากแต่ละครอบครัวมีหลักธรรมนี้ในการดำเนินชีวิตในสังคมร่วมกัน แต่ละครอบครัวจะไม่ปล่อยให้ครอบครัวเพื่อนบ้านต้องเผชิญปัญหาเพียงลำพัง ขณะเดียวกันครอบครัวที่ประสบปัญหาก็จะไม่หวังว่าปัญหารุนแรงนั้นเป็นเรื่องส่วนตัวเฉพาะในครอบครัวตนเท่านั้น แต่ยินดีแบ่งปันให้ร่วมรับรู้ อย่างน้อยก็เป็นอุทาหรณ์ ไม่ปรารถนาให้เกิดกับครอบครัวอื่นๆ และไม่รู้สึกละอายใจที่จะรับความช่วยเหลือจากครอบครัวอื่นๆ

2.2 การสร้างความสัมพันธ์และระเบียบในการอยู่ร่วมกัน: การนำหลักวิชาข้อปธานิยธรรมธรรมในหมวดที่พระพุทธเจ้าตรัสแก่กษัตริย์วัชชีผู้รับผิดชอบต่อบ้านเมืองที่เป็นเหตุให้เกิดความเจริญโดยส่วนเดียว ไม่มีความเสื่อมเลย มี 7 ประการ ได้แก่ 1) หมั่นประชุมกันเนื่องนิตย์ 2) พร้อมเพรียงกันในการประชุม การเลิกประชุมและการทำกิจที่พึงทำ 3) ไม่ถืออำนาจโอ้อวดบุญดีสิ่งที่มีได้บุญดีไว้ทั้งไม่ลืมหูลืมตาสิ่งที่ได้บุญดีไว้ และถือปฏิบัติมั่นตามวัชชีธรรม 4) ต้องให้ความเคารพนับถือท่านผู้ใหญ่ในชนชาววัชชี เห็นถ้อยคำของท่านเหล่านั้นว่าเป็นสิ่งอันพึงรับฟัง 5) ต้องไม่อุศร่าหรือข่มเหงรังแกบรรดาภคบุตร และภคภรรยาทั้งหลาย 6) เคารพสักการบูชาเจดีย์ของวัชชีทั้งภายในและภายนอก ไม่ละเลยการบูชาอันชอบธรรมที่เคยให้และกระทำเหล่านั้นให้เสื่อมไป 7) จัดให้ความอารักขาคุ้มครองอันชอบธรรมแก่พระอรหันต์หรือบรรพชิตที่เป็นหลักใจของประชาชน ตั้งใจให้ท่านที่ยังมิได้มาฟังมาสู่แว่นแคว้นที่มาแล้วพึงอยู่โดยผาสุกมาใช้ในครอบครัวและชุมชน ก็จะสามารภแก้ไข และเยียวยาความขัดแย้งในครอบครัวและชุมชนที่พอกพูนสะสมจนอาจประทุสู่ความรุนแรงได้ แต่หลักธรรมนี้ก็สามารภป้องกันมิให้เกิดได้ เช่น

จากหลักธรรมประการที่ 1 และ 2: หากทั้งผู้นำและสมาชิกในแต่ละครอบครัว และชุมชน หมั่นร่วมการเสวนา ประชุม ปรีกษาหารือกันในเรื่องที่เกี่ยวกับความเป็นอยู่ร่วมกันหรือเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ เป็นประจำ โดยมีการเปิดโอกาสให้คนในครอบครัวและชุมชนได้แสดงความคิดเห็น ร่วมชี้แจงเหตุผล แบ่งปันประสบการณ์ที่มีประโยชน์ต่อแต่ละคนในครอบครัวและต่อแต่ละครอบครัวในชุมชน รวมถึงการทำกิจกรรมที่มีประโยชน์อื่นๆ ร่วมกันเป็นประจำ เช่น การจัดสัมมนากระชับความสัมพันธ์อบอุ่นในครอบครัวและชุมชน การประกอบศาสนกิจ และการมีกิจกรรมสันทนาการร่วมกัน เช่น การเล่นหรือแข่งกีฬา ฝึกฝนการรู้แพ้ชนะ รู้ภัย การวาดภาพหรือการทำงานศิลปะทัศนกรรม เพื่อคลายเครียดและฝึกอารมณ์สุนทรีย์ หรือการร่วมกันอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมทั้งในบ้าน ในชุมชนและสังคม เป็นต้น

จากหลักธรรมประการที่ 3: หากคนในครอบครัว ชุมชน และสังคมไม่ถืออำนาจโอ้อวดในการสร้างกฎ เกณฑ์หรือเงื่อนไขใหม่ที่เป็นไปในทางขัดแย้งแตกความสามัคคี เพื่อประโยชน์ส่วนตนหรือหมู่คณะและไม่ลืมหูลืมตา แต่ช่วยกันอนุรักษ์สิ่งที่เคยเป็นวัฒนธรรม ประเพณีอันดีงามของสังคมร่วมกันทุกฝ่ายก็ย่อมมีระเบียบแบบแผนแห่งการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุขปลอดจากความรุนแรง

จากหลักธรรมประการที่ 4: หากคนในครอบครัว ชุมชน และสังคมให้ความเคารพนับถือท่านผู้ใหญ่ เห็นถ้อยคำและความประพฤติอันดีงามของท่านเหล่านั้นว่าเป็นสิ่งอันพึงรับฟังและปฏิบัติตาม เช่น สมาชิกครอบครัวเคารพ เชื่อฟังหัวหน้าครอบครัวและญาติผู้ใหญ่ คนในชุมชนและสังคมให้ความเคารพผู้นำชุมชนและผู้ใหญ่ที่มีความรอบรู้ในความรู้และประสบการณ์ต่างๆ ในการดำเนินชีวิตอย่างสันโดษคือการมีความยินดีพอใจและมีความสุขกับเครื่องเลี้ยงชีพที่หามาได้ด้วยความสามารถอันชอบธรรมของตน ไม่โลภหรือริษยาใคร ไม่หลงไหลในกระแสวัตถุนิยมและบริโภคนิยมในโลกสมัยใหม่ แต่กลับให้ความคิดริเริ่มสนับสนุนส่งเสริมการประกอบกิจกรรมต่างๆ ที่มีประโยชน์แก่ทุกคนในครอบครัวและสังคม

จากหลักธรรมประการที่ 5: หากผู้นำของทุกส่วนในสังคมครอบครัวและชุมชนให้ความสำคัญในการรณรงค์ต่อต้านการอุศร่าหรือข่มเหงรังแกสตรีและเด็ก โดยช่วยกันสอดส่องดูแลก็จะช่วยป้องกันความรุนแรงมิให้เกิดได้

จากหลักธรรมประการที่ 6: คำตรัสของพระพุทธเจ้าที่ว่าให้มีการเคารพสักการะบูชาเจดีย์ของวัชชีทั้งภายในและภายนอก ไม่ละเลยการบูชาอันชอบธรรมที่เคยให้และกระทำเหล่านั้นให้เสื่อมไป โดยนัยยะก็คือการอนุรักษ์ประเพณีที่สืบทอดกันมาในการแสดงความกตัญญูตเวทีระลึกถึงพระคุณของบรรพบุรุษ หากใครแตกเหล่าออกไปก็สามารถสร้างความแตกแยกให้เกิดได้ในการแสดงออกถึงความกตัญญู แม้โลกปัจจุบันจะมีความทันสมัยขึ้นมากมาย ครอบครัว ชุมชนและสังคมโดยรวมก็ยังคงต้องสืบทอดวัฒนธรรมอันดีงามนี้ไว้

จากหลักธรรมประการที่ 7: การให้ความอารักขาคุ้มครองอันชอบธรรมแก่พระอรหันต์หรือบรรพชิตที่เป็นหลักใจของประชาชน จะทำให้ประชาชนในทุกหน่วยของสังคมได้รับความเมตตาอนุเคราะห์ต่อบรรพชิตหรือพระอรหันต์เหล่านั้นในฐานะกัลยาณมิตรผู้ชี้แนะหลักธรรมต่างๆ ในการดำเนินชีวิตร่วมกับ คนในครอบครัวและสังคมอย่างสงบสันติ ปลอดภัยจากความขัดแย้งรุนแรง ตามที่ได้กล่าวมาทั้งหมดนี้ จะเห็นได้ว่าหลักวัชชีอปริหานิยธรรมของพระพุทธเจ้าสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในสังคมปัจจุบันให้เกิดประโยชน์ได้อย่างไม่ตกยุค

สรุปแนวทางการจัดการความรุนแรงในครอบครัวเชิงพุทธบูรณาการในการจัดการความรุนแรงในครอบครัวเชิงพุทธบูรณาการตามเป้าหมายของบทความนี้นั้น บุคคล หน่วยงาน และองค์กรที่เกี่ยวข้องกับสถาบันครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถานศึกษา ศูนย์การเรียนรู้ โรงพยาบาล หน่วยงานสาธารณสุข หน่วยงานสังคมสงเคราะห์ในความดูแลของทั้งภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน และที่สำคัญมาก คือ ผู้ผลิตสื่อด้านความบันเทิง ควรนำข้อปฏิบัติเชิงพุทธสำหรับปัจเจกบุคคล กลุ่มบุคคลและสังคมที่ได้กล่าวไป แล้วไปแผ่ขยายในภาคปฏิบัติในรูปแบบของการบูรณาการเข้ากับแนวคิด แนวทางและการดำเนินการจัดการความรุนแรงในครอบครัวที่มีอยู่แล้ว แต่ยังไม่พอเพียง ทั้งในระดับของการป้องกัน การแก้ไข และการเยียวยาให้เป็นรูปธรรม สรุปได้ดังนี้

1. ร่วมกันสร้างค่านิยมพร้อมการลงมือปฏิบัติตนในการดำเนินชีวิตอย่างสันโดษ เพื่ออยู่ร่วมกันในยุคโลกาภิวัตน์อย่างสงบสุข

2. ร่วมกันสร้างคุณค่าที่เท่าเทียมกันในความเป็นมนุษย์ทั้งเพศชายและเพศหญิง แต่ต้องไม่ปฏิเสธหรือบิดเบือนหน้าที่และความรับผิดชอบตามบทบาทในครอบครัว ชุมชน และสังคม รวมถึงต้องยอมรับความอ่อนแอกว่าในทางกายภาพของเพศหญิงที่เพศชายต้องไม่ใช้พลังกำลังไปในทางข่มขู่ หรือข่มเหงรังแก

3. ร่วมกันสร้างสัมพันธภาพแห่งความรัก ความเมตตากรุณา ความปรารถนาดีที่สมดุจจากครอบครัวสู่สังคมโดยรวม นำสังคมไทยในแบบเอื้ออาทร เกื้อกูล มีน้ำใจและมิตรไมตรีต่อกัน กลับมาจากการต่อสู้ ทำสงคราม แก่งแย่ง ชิงดีชิงเด่น เพื่อให้ได้มาซึ่งอำนาจ วัตถุ และเงินตราสนองความโลภ โดยหันมาส่งเสริมสนับสนุนการทำความดีด้วยการทำประโยชน์แก่คนในครอบครัวและผู้อื่นในสังคมร่วมกันส่งเสริมคนดีมากกว่าคนเก่งฉลาดแกมโกงแต่ไร้คุณธรรม

4. ร่วมกันใช้ความทันสมัยของสื่อทางการสื่อสารไปในทางสร้างสรรค์สัมพันธ์อันอบอุ่นดีงามในครอบครัวและสังคมโดยรวม เช่น การแผ่ขยายแนวคิดในการดำเนินชีวิตในครอบครัว และสังคมด้วยหลักพุทธธรรมต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ความไม่ยึดมั่นถือมั่นมองสิ่งต่างๆ บนความเปลี่ยนแปลง ต้องไม่ใช้สื่อทันสมัยไปในทางก่อความกดดัน ความขัดแย้ง ความรุนแรง และความแตกสามัคคีระหว่างคนในครอบครัวและสังคม ประโยชน์ของสื่อวิทยุและโทรทัศน์สามารถนำมาใช้ในการจัดรายการต่างๆ เพื่อเยียวยา บำบัด ฟื้นฟูจิตใจแก่ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องกับวงจรแห่งความรุนแรงในครอบครัว

5. ร่วมกันสร้างนิสัยการให้ความสำคัญกับการสื่อสารโดยตรงกับคนในครอบครัว ด้วยความรัก ความเข้าใจ และความมีเหตุผล รวมถึงการฝึกทักษะการฟังให้ลึกถึงคนในครอบครัว คือฟังอย่างเปิดใจ ไม่มีอคติใดๆ แอบแฝง เมื่อมีปัญหาขัดแย้งก็ร่วมกันแก้ไขอย่างใจสงบเย็นมีเหตุผล ใช้ปัญญาในการสืบหาสาเหตุแห่งความขัดแย้งเพื่อแก้ไขได้ตรงจุด

6. ร่วมกันกำจัดบรรทัดฐานที่ให้อิทธิพลถูกต้องตามกฎหมาย หรือยกย่อง ชื่นชม ความรุนแรงในครอบครัว พัฒนาพระราชบัญญัติกฎหมายครอบครัวไปในทางป้องกัน แก้ไข และเยียวยาทั้งผู้ถูกระทำรุนแรงและผู้กระทำรุนแรงให้เข้มแข็งเป็นรูปธรรมยิ่งขึ้น

7. ร่วมกันสร้างมาตรฐานในการฝึกอบรมบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการสังคมสงเคราะห์ในระดับของการช่วยแก้ไขและเยียวยาความรุนแรงในครอบครัวให้มีจิตอาสา เสียสละ อดทน เพื่อช่วยนำทั้งผู้ถูกระทำรุนแรงและผู้กระทำรุนแรงกลับสู่ครอบครัวและสังคม

8. ร่วมกันสร้างนิสัยในการเจริญสติภาวนาและการแผ่เมตตา เพื่อก่อให้เกิดปัญญาและจิตใจที่อ่อนโยนในการดำเนินชีวิตในครอบครัวและสังคมโดยไม่ใช้กำลังเบียดเบียนกันรู้เท่าทัน และสามารถจัดการกับอารมณ์ต่างๆ ที่จะทำให้เกิดความรุนแรงในครอบครัวและสังคมได้อย่างมีสติสัมปชัญญะ

9. ผู้นำครอบครัว ชุมชน และสังคม ต้องพร้อมใจกันเป็นแบบอย่างที่ดี (Role model) ของคนในครอบครัวและสังคม การบูรณาการเชิงพุทธจัดเป็นการหล่อหลอมพื้นฐานทางจิตใจของคนในครอบครัวและสังคมโดยรวมให้รังเกียจความรุนแรงในทุกรูปแบบส่งผลสู่พฤติกรรมหรือการกระทำที่หนีห่างจากวงจรของความรุนแรงในครอบครัวและสังคมอันเป็นส่วนหนึ่งของการร่วมแก้ไขวิกฤตสังคมโลกในปัจจุบัน

ไตรสิกขาสำหรับการส่งเสริมการลดพฤติกรรมความก้าวร้าว

ไตรสิกขาเป็นแนวทางหลักปฏิบัติอันสูงสุดในทางพระพุทธศาสนาเป็นการช่วยเหลือบุคคลหรือกลุ่มคนให้ได้พ้นจากความทุกข์ ส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนสามารถลดพฤติกรรมความก้าวร้าว ซึ่งจากที่พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตโต) (2546) กล่าวว่า ไตรสิกขาเป็นระบบการศึกษา หรือระบบการดำเนินชีวิตที่ดีงามและนำมาใช้เป็นระบบการฝึกฝนอบรม 3 ประการคือ 1) อธิศีลสิกขา คือ การฝึกความประพฤติสุจริตทางกาย วาจา และอาชีวะ 2) อธิจิตตสิกขา คือ การฝึกปรือในด้านคุณภาพและสมรรถภาพของจิต 3) อธิปัญญาสิกขา คือ การฝึกปรือปัญญาให้เกิดความรู้ความเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงจนถึงความหลุดพ้น มีจิตใจเป็นอิสระ ผ่องใส เบิกบานโดยสมบูรณ์ อีกทั้ง พุทธทาสภิกขุ (2549) กล่าวว่า ไตรสิกขา เป็นการศึกษา 3 อย่าง คือ ศีล สมาธิ ปัญญา การศึกษาในลักษณะนี้หมายถึง การประพฤติปฏิบัติ คือ กระทำลงไปจริงๆ ให้เกิดผลขึ้นมานั้นเขาเรียกว่าการศึกษา ดังนั้นไตรสิกขาก็หมายถึงระบบการดำเนินชีวิตที่ดีงาม และนำมาใช้เป็นระบบการฝึกฝนอบรม มีอยู่ 3 ประการคือ ศีล เป็นการฝึกความประพฤติสุจริตทางกาย วาจา และอาชีวะ สมาธิ เป็นการฝึกปรือในด้านคุณภาพและสมรรถภาพของจิต ปัญญา เป็นการฝึกปัญญาให้เกิดความรู้ความเข้าใจ มีจิตใจเป็นอิสระ ผ่องใส เบิกบานโดยสมบูรณ์

พระมหาศีวะเสน ญาณเมธ (2561) ได้สรุปว่า ไตรสิกขา ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ ศีลเป็นรากฐานของสมาธิเมื่อศีลบริสุทธิ์ดีแล้ว เวลาทำสมาธิจิตก็จะสงบ เมื่อจิตสงบ ปัญญาก็จะเกิดขึ้นตามลำดับ ศีลมีหน้าที่กำจัดกิเลสอย่างหยาบที่บุคคลก้าวล่วงอกุศลทุจริตและแสดงออกมาให้เห็นทางกาย และวาจาให้หมดไป สมาธิมีหน้าที่กำจัดกิเลสอย่างกลางให้หมดไป และปัญญามีหน้าที่กำจัดกิเลสอย่างละเอียด ที่นอนเนื่องอยู่ในขันธสันดานให้หมดไป นอกจากนั้น ในส่วนของอุเบกขาก็ยังมีส่วนช่วยสนับสนุนส่งเสริมให้ศีล สมาธิ และปัญญา มีความเจริญก้าวหน้าการบำเพ็ญอุเบกขาบารมีนั้นในส่วนของศีลทำให้ศีลมีความบริบูรณ์ยิ่งขึ้น

เพราะศีลเป็นข้อปฏิบัติสำหรับฝึกฝนขัดเกลาพฤติกรรมทางกายและทางวาจา เพื่อสร้างเสริมชีวิตให้สอดคล้องเกื้อกูลต่อการปฏิบัติธรรม เพื่อเข้าถึงจุดหมายที่ปรารถนายิ่งขึ้นไป การบำเพ็ญอุเบกขาบารมีนั้นจึงต้องมีสติสัมปชัญญะตั้งมั่นอยู่กับความมักน้อย สันโดษ การขัดเกลากิเลส และสำรวมมรรมะวัตรวัฏการรักษาศีลของตนให้มีความบริสุทธิ์และสมบูรณ์ยิ่งขึ้น โดยเฉพาะการที่จะทำให้เข้าใจในสิ่งต่างๆ รอบตัวได้ก็เพราะอาศัยปัญญาเป็นหลัก และปัญญานั้นก็ทรงชี้ว่าเกิดมีได้เพราะอาศัยการประกอบ คือ อาศัยการศึกษาด้วยการฟัง (สุตมยปัญญา) การคิด (จินตมยปัญญา) และการอบรมจิต (ภาวนามยปัญญา) (ที.ปา. (ไทย) 11/305/271) ซึ่งมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต การทำชีวิตให้มีคุณภาพและก่อเกิดสังคมแห่งปัญญาชน ซึ่งจำแนกเป็น 12 กรณี คือ 1) วิธีการแก้ไขปัญหโดยการลงโทษ 2) วิธีการแก้ไขปัญหโดยการบัญญัติพระวินัย 3) วิธีการแก้ไขปัญหโดยการพึ่งพาตนเอง 4) วิธีการแก้ไขปัญหโดยการใช้สติปัญญา 5) วิธีการแก้ไขปัญหโดยการเผชิญหน้า 6) วิธีการแก้ไขปัญหโดยการเจรจา 7) วิธีการแก้ไขปัญหโดยการประนีประนอม 8) วิธีการแก้ไขปัญหโดยการให้รางวัล 9) วิธีการแก้ไขปัญหโดยการใช้กุศโลบาย 10) วิธีการแก้ไขปัญหโดยการพิสูจน์ความจริง 11) วิธีการแก้ไขปัญหโดยการใช้อำนาจแห่งธรรมชาติ 12) วิธีการแก้ไขปัญหโดยการใชหลักศาสนาและวัฒนธรรม

ไตรสิกขาเพื่อป้องกันพฤติกรรมอาชญากรรมของเด็กและเยาวชน 3 ด้าน คือ 1) การฝึกเด็กและเยาวชนให้เป็นผู้มีความงดงามมีระเบียบเรียบร้อยตั้งมั่นในศีล 5 มีผลต่อการป้องกันพฤติกรรมอาชญากรรมของเด็กและเยาวชน 2) การฝึกเด็กและเยาวชนให้เป็นผู้มีสติให้ระลึกรู้ถึงโทษของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีผลต่อการป้องกันพฤติกรรมอาชญากรรมของเด็กและเยาวชน 3) การฝึกเด็กและเยาวชนให้เป็นคนมีพฤติกรรมทางวาจาที่สุภาพไพเราะ ไม่เสแสร้งหลอกลวง ถูกกาลเทศะ เป็นคำจริงมีผลต่อการป้องกันพฤติกรรมอาชญากรรมของเด็กและเยาวชน และการฝึกเด็กและเยาวชนให้ฉลาดรู้เท่าทันโทษของการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มีผลต่อการป้องกันพฤติกรรมอาชญากรรมของเด็กและเยาวชนเป็นอันดับสุดท้าย (พระมหาทรงวุฒิ ชูพิน, ปิ่นผุยาศ์ ฌิตสุนทรทธาน และสุเทพ พรหมเลิศ, 2561)

จากการศึกษาหลักธรรมสำหรับการส่งเสริมการลดพฤติกรรมความก้าวร้าว ผู้เขียนได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลไว้ในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การสังเคราะห์วิธีการส่งเสริมการลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนตามหลักพุทธธรรม

ไตรสิกขา	พฤติกรรมความก้าวร้าว	ผู้เขียน
1. ศีล คือ ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกกาย วาจา ได้แก่ วินัย กฎหมาย ระเบียบ กติกาต่างๆ	พฤติกรรมความก้าวร้าวทางตรง เป็นการตั้งใจทำร้าย เกิดจากความโกรธ ความก้าวร้าวทางกาย ความก้าวร้าวทางใจ พฤติกรรมการเล่นแบบเรียกร้องสิทธิของตนเอง เพื่อการเอาชนะ กรรมพันธุ์ พื้นฐานทางร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ วัตถุที่เกี่ยวข้องกับความรุนแรง สื่อต่างๆ ครอบครัว การคบเพื่อน และปัญหาจากครูผู้สอน	มีความเข้าใจในศีล คือ ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกกาย วาจา ได้แก่ วินัย กฎหมาย ระเบียบ กติกาต่างๆ มีความสมัคร สำนานสามัคคี ลดความขัดแย้งที่เกิดจากการทะเลาะวิวาทด้วยกาย วาจา และเห็นคุณค่าของผู้อื่น ควรมีการกำหนดกติกาให้ชัดเจน เอาจริงกับกฎเกณฑ์ ไม่ปล่อยให้มีการละเมิดกัน ฝึกความรับผิดชอบในการทำหน้าที่ต่างๆ ในโรงเรียน หรือในชั้นเรียน เช่น หัวหน้าห้อง เป็นต้น ผู้ปกครองควรหลีกเลี่ยงการทำโทษด้วยวิธีการที่รุนแรง พ่อ แม่ ผู้ปกครองควรสอนลูก สนับสนุน พูดคุยให้คำปรึกษากับลูก เอาใจใส่ให้ความรัก ไม่ตามใจลูกเกินไป หรือควบคุม เคร่งครัดกับลูกมากเกินไป ใช้วิธีการเสริมแรงทางบวกเมื่อลูกหรือนักเรียนประพฤติตนดีเหมาะสม

2. สมาธิ คือ เครื่องมือในการทำให้จิตใจให้หนักแน่นให้รู้จักตนเองมากขึ้น	พฤติกรรมความก้าวร้าวทางอารมณ์ เป็นความก้าวร้าวที่เกิดจากแรงเสริมสติปัญญา การรับรู้ ประสบการณ์ที่ไม่พึงพอใจ สิ่งแวดล้อม สังคม วัฒนธรรม	มีความเข้าใจในสมาธิ คือ เครื่องมือในการทำจิตใจให้หนักแน่นให้รู้จักตนเองมากขึ้น เพื่อให้เด็กนักเรียนได้เรียนรู้และเข้าใจเกี่ยวกับสภาวะของอารมณ์เพื่อพัฒนาจิตใจไม่ให้หวั่นไหวต่อสิ่งเร้าที่เข้ามากระทบจิตใจ เป็นการสร้างความเพียรเพื่อชมอารมณ์ความโกรธที่จะนำไปสู่พฤติกรรมก้าวร้าวต่อไป ครูเป็นตัวอย่างที่ดีในเรื่องการควบคุมอารมณ์และการจัดการความโกรธเมื่อเกิดการระเบิดอารมณ์หรือแสดงอารมณ์รุนแรงเพื่อให้ทั้งเด็กและพ่อแม่ได้สงบสติก่อนพูดคุยกันด้วยเหตุผล
3. ปัญญา คือ แนวทางที่ใช้เป็นเครื่องมือในการดำเนินชีวิต	วิธีการส่งเสริมการลดพฤติกรรมความก้าวร้าว	มีความเข้าใจในปัญญา คือ แนวทางที่ใช้เป็นเครื่องมือในการดำเนินชีวิต เพื่อให้เด็กนักเรียนได้เรียนรู้ทักษะในการคิดวิเคราะห์และตัดสินใจแก้ปัญหาพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ที่จะส่งผลต่อวิถีการดำเนินชีวิต และนำไปสู่การเลิกพฤติกรรมก้าวร้าวของตนในอนาคต ครูมีความเข้าใจในลักษณะการแสดงพฤติกรรมของนักเรียน ฝึกให้เด็กได้ทำกิจกรรมต่างๆ เช่น การทำงาน ศิลปะ ดนตรี พูดคุยให้คำปรึกษา ครู พ่อ แม่ ใช้วิธีแยกเด็กไปอยู่ที่มุมห้องชั่วคราวหรือ time out ควบคุมการรับชมรายการโทรทัศน์และการเล่นเกมให้เหมาะสม หลีกเลี่ยงเนื้อหาที่มีความรุนแรง และคอยให้คำแนะนำ ครูควรสอนให้เด็กรู้จักและจัดการความรู้สึกและการกระทำที่จะนำไปสู่พฤติกรรมที่ส่งผลร้ายต่อตนเองและผู้อื่น ครูควรวางแผนล่วงหน้าว่าจะป้องกันและรับมือกับปัญหาที่อาจเกิดขึ้นเมื่อเด็กแสดงอาการก้าวร้าวในสถานการณ์ต่างๆ

บทสรุป

ข้อปฏิบัติตามแนวพุทธธรรมในการจัดการความรุนแรงในครอบครัวต้องพิจารณาให้ทั่วถึงทั้งในระดับปัจเจกบุคคล กลุ่มบุคคลและสังคมในทุกมิติที่เกี่ยวข้อง คือ มิติแห่งการป้องกันมิให้เกิดความรุนแรง ทั้งในครั้งแรกที่ยังไม่เคย หรือเมื่อเกิดแล้ว มีวิธีป้องกันมิให้เกิดซ้ำอีกในครั้งต่อไป มิติแห่งการแก้ไขเมื่อเกิดความรุนแรงขึ้นแล้วจะทำให้ทุเลาเบาบางลง รวมถึงมิติแห่งการเยียวยาเมื่อมีความรุนแรงเกิดขึ้นแล้วโดยการการแบ่งปันเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่น้ำใจไมตรีตลอดจนทรัพย์สินและสิ่งของแก่ครอบครัวที่กำลังเดือดร้อน พูดจาอ่อนหวาน ถ้อยทีถ้อยอาศัยกัน การทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อกัน และการทำตนให้เข้ากันได้และมีความเสมอต้นเสมอปลาย ไม่ถือตัว ร่วมสุข ร่วมทุกข์กัน เป็นต้น

วิธีการส่งเสริมการลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนตามหลักพุทธธรรม คือ หลักไตรสิกขา 3 ด้าน คือ 1) ศีล คือ ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกกาย วาจา ได้แก่ วินัย กฎหมาย ระเบียบ กติกาต่างๆ มีความสมัครสมานสามัคคี ลดความขัดแย้งที่เกิดจากการทะเลาะวิวาทด้วยกาย วาจา และเห็นคุณค่าของผู้อื่น ควรมีการกำหนดกติกาให้ชัดเจน เอาจริงกับกฎเกณฑ์ ไม่ปล่อยให้มีการละเมิดกัน ฝึกความรับผิดชอบในการทำหน้าที่ต่างๆ ในโรงเรียนหรือในชั้นเรียน ผู้ปกครองควรหลีกเลี่ยงการทำโทษด้วยวิธีการที่รุนแรง พ่อแม่ ผู้ปกครองควรสอนลูก สนับสนุน พูดคุยให้คำปรึกษากับลูก เอาใจใส่ให้ความรัก ไม่ตามใจลูกเกินไป หรือควบคุม เคร่งครัดกับ

ลูกมากเกินไป ใช้วิธีการเสริมแรงทางบวกเมื่อลูกหรือนักเรียนประพฤติตนดีเหมาะสม 2) สมาธิ คือ เครื่องมือในการทำจิตใจให้หนักแน่นให้รู้จักตนเองมากขึ้น เพื่อให้เด็กนักเรียนได้เรียนรู้และเข้าใจเกี่ยวกับสภาวะของอารมณ์ เพื่อพัฒนาจิตใจไม่ให้หวั่นไหวต่อสิ่งเร้าที่เข้ามากระทบจิตใจ เป็นการสร้างความเพียรเพื่อข่มอารมณ์ความโกรธที่จะนำไปสู่พฤติกรรมก้าวร้าวต่อไป ครูเป็นตัวอย่างที่ดีในเรื่องการควบคุมอารมณ์และการจัดการความโกรธ เมื่อเกิดการระเบิดอารมณ์หรือแสดงอารมณ์รุนแรง เพื่อให้ทั้งเด็กและพ่อแม่ได้สงบสติก่อนพูดคุยกันด้วยเหตุผล 3) ปัญญา คือ แนวทางที่ใช้เป็นเครื่องมือในการดำเนินชีวิต เพื่อให้เด็กนักเรียนได้เรียนรู้ทักษะในการคิดวิเคราะห์และตัดสินใจแก้ปัญหาพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ที่จะส่งผลต่อวิถีการดำเนินชีวิต และนำไปสู่การเลิกพฤติกรรมก้าวร้าวของตนในอนาคต ครูมีความเข้าใจในลักษณะการแสดงพฤติกรรมของนักเรียน ฝึกให้เด็กได้ทำกิจกรรมต่างๆ ควบคุมการรับชมรายการโทรทัศน์และการเล่นเกมให้เหมาะสม หลีกเลี่ยงเนื้อหาที่มีความรุนแรง และคอยให้คำแนะนำ ครูควรสอนให้เด็กรู้จักและจัดการความรู้สึกและการกระทำที่จะนำไปสู่พฤติกรรมที่ส่งผลร้ายต่อตนเองและผู้อื่น สรุปองค์ความรู้ดังในภาพที่ 1



ภาพที่ 1 วิธีการส่งเสริมการลดพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนตามหลักพุทธธรรม

เอกสารอ้างอิง

- พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). (2549). **พจนานุกรมธรรมของท่านพุทธทาส**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา.
- พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต). (2546). **พุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก.
- พระมหาทรงวุฒิ ชูพิน, ปิ่นนพยาห์ ฌิตสุนทโรทยาน และสุเทพ พรหมเลิศ. (2561). การใช้หลักพุทธธรรมเพื่อป้องกันพฤติกรรมอาชญากรรมของเด็กและเยาวชนในเขตกรุงเทพมหานคร. **วารสารศึกษาศาสตร์ มจร**. 7(1). 85-106.

- พระมหาศีวเสน ญาณเมธ. (2561). **หลักไตรสิกขาสำหรับการบริหารจัดการการความขัดแย้งเพื่อลดพฤติกรรมความก้าวร้าว**. ดุษฎีนิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต. มหาวิทยาลัยสยาม.
- พระศักดิ์ดา ฉันทโก (สุวรรณทา). (2558). กระบวนการพัฒนาผู้เรียนตามแนวพระพุทธศาสนาในสังคมไทย. **วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร**. 17(3). 144-152.
- พระสรวิชัย อภิปัญญา และนิเวศน์ วงศ์สุวรรณ. (2553). **การสร้างและพัฒนารูปแบบการลดพฤติกรรมความรุนแรงของวัยรุ่นตามแนวทางพระพุทธศาสนา**. รายงานการวิจัย. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พีร วงศ์อุปราช. (2555). ความซาซนจากการเผชิญความรุนแรงใน 3 จังหวัดชายแดนใต้: ความสัมพันธ์ระหว่างความรุนแรงในชุมชน องค์ประกอบทางปัญญา ทางอารมณ์และพฤติกรรมก้าวร้าว. **วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยธนบุรี**. 6(11). 14-36.
- พูนสุข มาศรีสรสรรค์. (2558). **การจัดการความรุนแรงในครอบครัวเชิงพุทธบูรณาการ**. พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- รัตโนทัย พลับรู้การ. (2551). **พฤติกรรมก้าวร้าวในเด็ก**. กรุงเทพมหานคร: โฮลิสติกพับลิชชิง.
- มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (2558). **เศรษฐกิจแห่งชาติและคณะกรรมการพัฒนาสังคม**. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- โสมรสมิ์ จันทระประภา. (2543). **การบริหารทางจิตสำหรับเด็กวัยรุ่น**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภา.
- หัสติน แก้ววิชิต. (2559). **พฤติกรรมมนุษย์เพื่อการพัฒนาตน**. อุตรธานี: มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรธานี.