

ผลการใช้โปรแกรมการเห็นคุณค่าในตนของตามหลักพระพุทธศาสนา :

กรณีศึกษา นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม

EFFECT OF BUDDHIST SELF-ESTEEM PROGRAM :

A CASE STUDY OF MATHAYOMSUKSA I STUDENT IN

MATHAYOMWATDUSITARAM SCHOOL

นางพวงเพชร วัชรรัตนพงศ์<sup>1</sup>

Mrs.Puangpet Wchararatapong

ผศ.ดร.สาระ มุขดี<sup>2</sup>

Assist. Prof. Dr.Sara Mookdee

### บทคัดย่อ

บทความวิจัยครั้นี้มีวัตถุประสงค์ 2 ข้อคือ 1) เพื่อศึกษาระดับการเห็นคุณค่าในตนของ ตามหลักพระพุทธศาสนาของนักเรียนชั้นมัธยมปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม และ 2) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการเห็นคุณค่าในตนของตามหลักพระพุทธศาสนาของนักเรียนชั้นมัธยมปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตารามก่อนและหลัง ระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง ประชากร คือนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 150 คน กลุ่มตัวอย่างจำนวน 60 คน เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม อย่างละ 30 คน และเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามและโปรแกรมการเห็นคุณค่าในตนของตามหลักพระพุทธศาสนา และสถิติที่ใช้ประกอบด้วย ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที่ แบบสองกลุ่มสัมพันธ์ ผลการวิจัย พบว่า การวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยการเข้าร่วมกิจกรรมการเห็นคุณค่าในตนของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง ทั้งสองกลุ่มนี้ ค่าเฉลี่ยของคะแนนโดยภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.01 และการวิเคราะห์ความแตกต่างของการเข้าร่วมกิจกรรมในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลัง มีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนของ ทั้งคุณค่าแท้คุณค่าเทียมในตนของ คุณค่าใน การทำประโยชน์แก่ตนเอง และคุณค่าในการทำประโยชน์แก่ผู้อื่น แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.01

คำสำคัญ : การเห็นคุณค่าในตนเอง, คุณค่าแท้คุณค่าเทียม, พระพุทธศาสนา

<sup>1</sup> นิสิตพุทธศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา สาขาวิชาชีวิตและความตาย คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

<sup>2</sup> อาจารย์ประจำคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนวมินทราราช กรุงเทพมหานคร

### Abstrac

This research possessed 2 objectives were 1) to study the level of self – appreciation accorded with the principle of Buddhism to students and 2) to study the effect of Buddhist self-esteem program to the student of Mathayomsuksa I in Mathayomwatdusitaram School. The research methodology is Quasi Experimental Research. The sampled group of 60 persons were comprised each of 30 experimented and controlled persons. While the instruments for research were questionnaires about self-esteem and Buddhist self-esteem program. The statistics used for searching an average as a standard deviation and an using a type of t-test in two paired samples t-test. The consequence of research was found that after experiment it was found that two groups of students had an average of marks about a self-esteem by an aggregate image which was different about an important implication at 0.01%. An analytical of difference before and after in experimented group which the true and false values in the self and value in performing the self-benefit and the benefit to the other had the difference with an important implication at 0.01%.

**Keywords:** Self-Esteem, False and True Values, Buddhism.

## 1. บทนำ

พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง หรือคุณค่าของความเป็นมนุษย์ ความสามารถหรือศักยภาพที่มนุษย์สามารถจะพัฒนาตนเองได้ โดยการมีความรู้สึกเคารพตนเอง มีความเชื่อมั่นในการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่า (ธีระ ชัยยุทธยรรยง, 2542 : 69) มนุษย์มีศักยภาพ มนุษย์สามารถพัฒนาศักยภาพของตนเอง โดยไม่จำเป็นต้องปล่อยชีวิตของตนเองให้ขึ้นอยู่กับอำนาจของพระมหาหรือเทวดาแต่ ฝ่ายเดียว คำสอนของพระพุทธองค์เกือบทั้งสิ้น ส่วนหนึ่งเพื่อให้ชาวพุทธหรือมนุษย์เข้าใจตนเอง การพัฒนาสติสัมปชัญญะหรือการพัฒนาเพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจตามความเป็นจริง ความรู้ความเข้าใจความเป็นจริงตามศักยภาพของตนเอง ความเป็นจริงสอดคล้องกับอุปนิสัยความเป็นจริงสอดคล้องกับวิสาหะความเป็นจริงสอดคล้องกับความสามารถ

การเห็นคุณค่าในตนเองนับว่ามีคุณค่าสูงยิ่ง เพราะเป็นพื้นฐานของการมองชีวิต สมรรถนะทางด้านสังคมและการมีส่วนร่วมในการดำเนินคุณค่าในตนเอง บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงจะสามารถเผชิญกับอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิตสามารถยอมรับ สถานการณ์ที่ทำให้ตนเองรู้สึกผิดหวังและห้อแท้ใจด้วยความเชื่อมั่นในตนเอง ด้วยความหวังและความกล้าหาญ จึงเป็นบุคคลที่ประสบความสำเร็จมีความสุขสามารถดำเนินชีวิตตามที่ตนปรารถนาได้อย่างดี (สุรนี ลิกขะไชย, 2555 : 1)

ดังนั้นผู้วิจัยจะศึกษาการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนาของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ชั้นปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม เพราะนักเรียนในชั้นนี้เป็นช่วงวัยรุ่น การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นปัจจัยสำคัญยิ่งในการปรับตัวทางอารมณ์สังคม และการเรียนรู้สำหรับเด็ก เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น (10 -12 ปี) การยกระดับ (Self-Esteem) ทำได้ยาก เพราะเด็กเริ่มเปรียบเทียบตนเองกับคนอื่น เด็กที่มี (Self-Esteem) ต่ำมากจะต่ำต่อไปในวัยผู้ใหญ่ เมื่อเทียบกับเพื่อนในวัยเดียวกัน เด็กหญิงที่เข้าสู่วัยรุ่นเริ่มมีปัญหา (Low Self-Esteem) และ ปัญหาทางอารมณ์ พ่อแม่หากทราบสามารถช่วยเหลือได้มาก เด็กต้องพัฒนาความขยัน เด็กจะต้องรู้สึกว่ามี ความสามารถ และไม่รู้สึกมีปมด้อย หากเด็กรู้สึกว่าไม่เก่งในสิ่งที่เขาให้ ความสำคัญเข้าจะพัฒนา (Low Self-Esteem) ได้ การได้รับความกดดันจากพ่อแม่จะทำให้เด็กหันตัวไป ต้องพยายามให้มากขึ้น นอกจากเด็กจะกดดันในการเปรียบเทียบกับเพื่อนแล้วยังกดดันจากพ่อแม่ อีก การไม่ได้การยอมรับจากคนที่เด็กให้ความสำคัญมีผลต่อ (Self-Esteem) ของเด็ก(Brooks, R.B., 1992 : 43)

ผู้วิจัยต้องการศึกษาการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนาโดยจะจัดโปรแกรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา เพื่อให้เห็นความสำคัญของคุณค่าแห่งคุณค่าเที่ยมในตนเอง คุณค่าในการทำประโยชน์แก่ตนเองและคุณค่าในการทำประโยชน์แก่ผู้อื่น เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ และเผยแพร่พระพุทธศาสนาโดยเฉพาะอย่างยิ่งแก่เยาวชน (ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา, 2556 : 7)

## 2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อศึกษาระดับการเห็นคุณค่าในตนของตามหลักพระพุทธศาสนาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม

2.2 เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมต่อการเห็นคุณค่าในตนของตามหลักพระพุทธศาสนาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตารามก่อนและหลังโปรแกรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนของตามหลักพระพุทธศาสนา

## 3. ขอบเขตของการวิจัย

3.1 ด้านเนื้อหา ศึกษาจากเอกสาร (Documentary Survey) รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ พระไตรปิฎก ฉบับภาษาไทย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยและศึกษาร่วมข้อมูลเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ได้แก่ แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องจากหนังสืองานวิจัยทั้งในและต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนของในแนวทางตะวันตกและพระพุทธศาสนา

3.2 ด้านพื้นที่ ได้แก่ โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม กรุงเทพมหานคร

3.3 ด้านประชากร คือ นักเรียนระดับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม กรุงเทพมหานคร จำนวน 150 คน

## 4. วิธีการดำเนินการวิจัย

### 4.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม กรุงเทพมหานคร จำนวน 150 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คัดเลือกด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม โดยกลุ่มตัวอย่างจะแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน โดยที่กลุ่มตัวอย่างในกลุ่มทดลองจะเป็นกลุ่มที่สามารถมีความสนใจในการเข้าร่วมและสามารถเข้าร่วมได้ครบ 3 ครั้ง ตามที่โปรแกรมกำหนด

### 4.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ได้ออกแบบเครื่องมือที่ใช้ประกอบการวิจัยขึ้นโดยเฉพาะ ซึ่งแบ่งเครื่องมือออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

1. โปรแกรมการเห็นคุณค่าในตนของตามหลักพระพุทธศาสนา ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อใช้ทดลองกับกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมศึกษา และทำการตรวจสอบคุณภาพโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลในการวิจัย คือ แบบสอบถามประเมินการเห็นคุณค่าในตนของตามหลักพระพุทธศาสนา มีทั้งหมด 30 ข้อ คือคุณค่าแท้คุณค่าเที่ยวนในตนของ 10 ข้อ คุณค่าในการทำประโยชน์แก่ตนของ 10 ข้อ คุณค่าในการทำประโยชน์แก่ผู้อื่น 10 ข้อ มีวัตถุประสงค์เพื่อใช้เป็นเครื่องมือวัด

ระดับความตระหนักรู้ในการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนาของกลุ่มตัวอย่าง และกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังดำเนินกิจกรรมตามแบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา และได้รับการตรวจสอบหาก้าวความเชื่อมั่น โดยผู้ชี้eyer จำนวน 5 ท่าน

#### 4.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

แบบสอบถามฉบับที่จะนำไปทดสอบสมมติฐานใช้ทดสอบในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล ซึ่งเป็นฉบับเดียวกัน โดยแบบสอบถามเพื่อการวิจัยทั้ง 3 ส่วนนี้สำหรับโปรแกรมการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา

#### 4.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

1) สถิติพื้นฐาน คือ ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ในระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล

2) ค่าสถิติที่ (T-Test) แบบสองกลุ่มสัมพันธ์ (Two Paired Samples T-Test) ใช้เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา ของกลุ่มต่างๆ ที่ใช้ทดสอบตามสมมติฐาน

### 5. ผลการวิจัย

5.1 ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนาของนักเรียนมัธยมชั้นปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมดุสิตาราม ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง พบร้า นักเรียนทั้งสองกลุ่ม มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.01 ส่วนรายด้านพบว่า คุณค่าแห่งคุณค่าเที่ยวนในตนเอง คุณค่าในการทำประโยชน์แก่ตนเอง และคุณค่าในการทำประโยชน์แก่ผู้อื่น ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.01

5.2 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของการใช้โปรแกรมต่อการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา นักเรียนมัธยมชั้นปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมดุสิตาราม ในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง เมื่อพิจารณาเปรียบค่าเฉลี่ยโดยภาพรวม พบร้า นักเรียนมีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.01 ทั้งคุณค่าแห่งคุณค่าเที่ยวนในตนเอง คุณค่าในการทำประโยชน์แก่ตนเอง และคุณค่าในการทำประโยชน์แก่ผู้อื่น มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.01

### 6. อภิปรายผลการวิจัย

6.1 อภิปรายผลระดับการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม ดังนี้

พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมส่วนใหญ่เป็นเพศชาย อายุของบุคคลหรือมารดา มีอาชีพรับจ้าง เกรดเฉลี่ยสะสมในระดับชั้นประถมปีที่ 6 อายุในระดับ 2.0 – 2.5 จากการเข้าร่วมโปรแกรมการเห็นคุณค่าในตนเองหลักพระพุทธศาสนาของนักเรียนมัธยมชั้นปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมดุสิตาราม มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของرونกิน (Ronkin, 1982 : 93) ได้ศึกษาเรื่องการเปลี่ยนแปลงการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาจากการฝึกอบรมมนุษยสัมพันธ์ 1 ภาคการศึกษา กลุ่ม

ตัวอย่างเป็นเด็กวัยรุ่น ซึ่ง แบ่งเป็นเด็ก ทดลอง 2 กลุ่ม จะได้รับการฝึกอบรมมนุษยสัมพันธ์ ซึ่งเป็นรายวิชาที่ จัดขึ้น 1 ภาคการศึกษา และมีกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ คือ (The Tennessee Self – Concept Scale) ผลปรากฏว่า กลุ่มทดลองมีระดับการเห็นคุณค่าในตนของสูงขึ้น มากกว่ากลุ่ม ควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ และ(กัญช์ เกสรสุคนธ์, 2546 : 48) ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนของเยาวชนในสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านเชียงใหม่ กลุ่มตัวอย่างคือ เยาวชนที่มีอายุระหว่าง 13 - 18 ปี ที่ได้รับ การสงเคราะห์ในสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านเชียงใหม่ จำนวน 19 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบ วัดการเห็นคุณค่าในตนของฉบับนักเรียนของคูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1984 : 23) และกิจกรรมกลุ่ม ผล การศึกษา พบว่า เยาวชนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนของเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ 0.01 และเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนของมากกวายาวยชน ที่ไม่ได้ เข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

6.2 อภิปรายผลของโปรแกรมต่อการเห็นคุณค่าในตนของตามหลักพระพุทธศาสนาของนักเรียน ขั้นมัธยมปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตารามก่อนและหลังโปรแกรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนของตามหลัก พระพุทธศาสนา

พบว่า สำหรับการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมที่เกิดขึ้นกับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมนี้คือนักเรียน มีความกล้าแสดงออกมากขึ้น มีความมั่นใจในตัวเองสูงขึ้น มีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน ในห้องมากขึ้น ซึ่งสอดคล้อง กับงานวิจัยของ (จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล, 2532 : 105) ได้ศึกษาผลของการจัดโปรแกรมการฝึกความกล้า แสดงออกต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนของนักเรียนขั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนสามเสน วิทยาลัย ขั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่อาสามัครเข้าร่วมในการวิจัย จำนวน 16 คน แบ่ง ออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่ม ทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน กลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกสัปดาห์ ละ 2 ครั้งๆ ละ 1.00 – 1.30 ชั่วโมง จำนวน 10 ครั้ง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือแบบสำรวจความรู้สึกเห็น คุณค่าในตนของของคูเปอร์สมิท และแบบสอบถาม ประเมินผลจัดโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออก ซึ่งผู้จัด สร้างขึ้นเอง ผลการวิจัย พบว่าการเข้าร่วม โปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกมีผลต่อการเพิ่มความรู้สึกเห็น คุณค่าในตนของของนักเรียน ขั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 และ (วีไลรัตน์ หริรัญศุภโภชติ, 2550 : 66) ได้ศึกษาผลการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อ พัฒนาการเห็นคุณค่าในตนของเด็กกำพร้าเป็น การวิจัยทดลอง มีจุดมุ่งหมาย เพื่อจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนของ ของเด็กกำพร้า เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนของและโปรแกรมกิจกรรมกลุ่ม สัมพันธ์ ผลการวิจัย พบว่า การเห็นคุณค่าในตนของเด็กกำพร้า ในสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านมหาเมฆ มีการเห็นคุณค่าในตนของสูงขึ้นในด้านการมองตนเองเมื่อยืนในกลุ่มเพื่อนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1 หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนของ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐาน ที่ตั้งไว้

## 7. ข้อเสนอแนะ

### 7.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

- 1) นำโปรแกรมเห็นคุณค่าในตนของตามหลักพระพุทธศาสนาไปพัฒนากับนักเรียนทุกระดับชั้น โดยให้อยู่ในแผนการเรียนการสอนประจำภาคการศึกษาของโรงเรียน

### 7.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

- 1) ในการวิจัยครั้งต่อไปควรมีการวิจัยการใช้โปรแกรมการเห็นคุณค่าในตนของตามหลักพระพุทธศาสนาของกลุ่มตัวอย่างอื่นที่เป็นนักเรียนในระดับประถมศึกษา
- 2) ควรมีการศึกษาวิจัยถึงประสิทธิผลของการเห็นคุณค่าในตนของตามหลักพระพุทธศาสนากับหลักธรรมด้านอื่นๆ บ้าง
- 3) ควรมีการศึกษาติดตามผลของการเห็นคุณค่าในตนของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมหลังการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างน้อย 1 เดือน เพื่อเข้าถึงความคงทนของการเห็นคุณค่าในตนของ

## บรรณานุกรม

กัญช์ เกสรสุคนธ์. 2546. ผลของการกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนในสถาน  
สังเคราะห์เด็กชายบ้านเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต. เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. 2532. ผลของการจัดโปรแกรมการศึกษาความกล้าแสดงออกต่อความรู้สึกเห็นคุณค่า  
ในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา. ปริญญาโทวิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต. กรุงเทพมหานคร:  
บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา. 2556. การเห็นคุณค่าในตนเอง. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหิดล.

ธีระ ชัยยุทธยรรยง. 2542. การเสริมสร้างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง. วารสารการศึกษา.

วีไลรัตน์ หิรัญศุภะโชค และคณะ. 2550. ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของ  
เด็กกำพร้า. รายงานการวิจัย. ประกอบการเรียนการสอนวิชาวิธีการวิจัยในจิตวิทยาพัฒนาการ.  
กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ.

สุรนี ลิกข์ไชย. 2555. ผลของการใช้โปรแกรมต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3  
โรงเรียนลอยสายอนุสรณ์ สำนักงานเขตตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร. ปริญญาโทการศึกษา  
มหาบัณฑิต. กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ.

Brooks, R.B.. 1992. *Self-Esteem During the School Years*. Pediatric Clinics of North America.

Coopersmith, S.. 1984. *Self-Esteem*. New York: Bantam Books.

Ronkin, A. M.. 1982. An Analysis of Changes In Self - Esteem Among Secondary School  
Students, Induced or Produced By Human Relations Training. *Dissertation  
Abstracts International*, (43).