

การพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุข
จากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา
ในสหราชอาณาจักร

Developing Volunteer Spirit Based on Buddhist Psychology
to Enhance Happiness through the Promotion of
Buddhist Activities in the United Kingdom

ชิสา จิรกวินการ¹, วิชชุดา ฐิติโชติรัตน² และ มั่น เสือสูงเนิน³

Shisa Jirakavinkarn¹, Witchuda Titichoatrattana²,
and Man Suesungnoen³

Received: September 04, 2025

Revised: October 31, 2025

Accepted: November 22, 2025

(shisa14@gmail.com, zoon_wkm@hotmail.com and
mansuesongnoen@gmail.com)

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1. เพื่อวิเคราะห์แนวคิดจิตอาสา หลักพุทธธรรม
ทฤษฎีจิตวิทยา แรงจูงใจในการทำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาและความสุขจากการส่งเสริม
กิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร 2. เพื่อสังเคราะห์แนวทางการพัฒนาจิต
อาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา
ในสหราชอาณาจักร และ 3. เพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยา
เพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาใน สหราชอาณาจักร เก็บ
รวบรวมข้อมูลผ่านการวิเคราะห์เอกสาร บทความและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สัมภาษณ์เชิงลึก
ผู้เชี่ยวชาญและผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 25 คน สันทนากลุ่มผู้เชี่ยวชาญจำนวน 12 คน ประเมิน
องค์ความรู้ด้วยการประเมินระบบแบบอิงมาตรฐาน (Evaluation Standard) จากผู้เชี่ยวชาญ
6 คน เครื่องมือวิจัยประกอบด้วย การวิเคราะห์วรรณกรรม แบบสัมภาษณ์เชิงลึกและแบบ
สนทนากลุ่ม และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้เทคนิค Triangulation Technique, Logical Matrix
Technique และ 6'C Technique

¹ หลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาพุทธจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
Ph.D. (Buddhist Psychology), Faculty of Humanities, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

^{2, 3} ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Department of Psychology, Faculty of Humanities, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

ผลการวิจัยพบว่า 1. การบูรณาการหลักอริยวัฑฒิ 5 บุญกิริยาวัตถุ 3 และทฤษฎีแรงจูงใจของแมคเคลแลนด์ ช่วยพัฒนาคุณลักษณะจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยา ส่งเสริมการพัฒนาดน พัฒนางาน พัฒนาคน และสร้างสุขด้านกาย สังคม ใจ และปัญญาในการทำงานส่งเสริมพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร 2. แนวทางการพัฒนาจิตอาสาเกิดจากการสังเคราะห์ 3 ศาสตร์ ได้แก่ หลักพุทธธรรม ทฤษฎีจิตวิทยาและหลักพุทธจิตวิทยาก่อให้เกิดองค์ความรู้ใหม่ “พุทธจิตอาสาสร้างสุข UK2PASS” ซึ่งเป็นกรอบการพัฒนาคุณลักษณะจิตอาสาเพื่อสร้างความสุขและประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน 3. องค์ความรู้ “พุทธจิตอาสาสร้างสุข UK2PASS” ประกอบด้วย 8 องค์ประกอบ ได้แก่ พุทธจิตสร้างสุข ความเป็นหนึ่งเดียว กัลยาณมิตร กระบวนทัศน์ ความสงบภายใน บรรยากาศการทำงาน การเห็นคุณค่าในตนเอง และความยั่งยืนจากการปฏิบัติงานอย่างต่อเนื่อง องค์ความรู้นี้สามารถใช้เป็นแนวทางพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาและสร้างความสุขในสหราชอาณาจักรอย่างยั่งยืน

คำสำคัญ : จิตอาสา, พุทธจิตวิทยา, ความสุข, กิจกรรมพระพุทธศาสนา

Abstract

This qualitative research aimed: 1. to analyze the concepts of volunteerism, Buddhist principles, psychological theories, motivation for engaging in Buddhist activities, and the happiness derived from promoting Buddhist activities in the United Kingdom; 2. to synthesize guidelines for developing volunteerism based on Buddhist psychology to enhance happiness through the promotion of Buddhist activities; and 3. to propose practical guidelines for such development. Data were collected through document and literature analysis, in-depth interviews with 25 experts and qualified individuals, focus group discussions with 12 experts, and knowledge evaluation using a four-dimensional standard evaluation system by 6 experts. Research instruments included literature review, in-depth interview protocols, and focus group guidelines. Data were analyzed using the Triangulation Technique, Logical Matrix Technique, and 6'C Technique.

The findings revealed that: 1. The integration of the Five Noble Growth (Ariyavaddhi), the Three Bases of Meritorious Action (Bun-kiriya-vatthu), and McClelland's Motivation Theory—particularly achievement and affiliation

motivation—enhanced the characteristics of volunteerism in line with Buddhist psychology. Such characteristics supported personal development, interpersonal development, work effectiveness, and the cultivation of physical, social, emotional, and intellectual well-being in Buddhist activities conducted in the United Kingdom. 2. The development of volunteerism emerged from synthesizing three bodies of knowledge: Buddhist principles, psychological theories, and Buddhist psychology. This synthesis produced a new conceptual framework entitled “Buddhist Volunteerism for Happiness: UK2PASS,” which serves as a guideline for developing volunteer characteristics that foster happiness and effectiveness in promoting Buddhist activities. 3. The “UK2PASS” framework comprises eight components: 1) Buddhist Mind Creates Happiness, reflecting volunteer qualities grounded in Buddhist psychological practice; 2) Unity; 3) Kalyāṇamitta, or compassionate companionship; 4) Paradigm, a guiding perspective for volunteer development; 5) Peace of Mind, cultivating inner tranquility that radiates outward; 6) Atmosphere, fostering supportive environments for practice and work; 7) Self-esteem, recognizing personal and interpersonal value; and 8) Sustainability through consistent and continuous practice. This framework provides practical guidance for developing Buddhist psychological volunteerism that promotes sustainable happiness in the United Kingdom.

Keywords: Volunteerism, Buddhist Psychology, Happiness, Buddhist Activities

บทนำ

ปัจจุบันโลกกำลังเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ทั้งด้านเศรษฐกิจ การเมือง สังคมและเทคโนโลยี ส่งผลให้เกิดปัญหาซับซ้อนที่กระทบต่อคุณภาพชีวิตของผู้คน รวมถึงประเทศไทย การรับมือกับความเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ จำเป็นต้องอาศัยบุคคลที่มีคุณธรรม มีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนต่อผู้อื่นและพร้อมอุทิศตนเพื่อประโยชน์ของสังคมผ่านความเสียสละและความอดทน อย่างไรก็ตาม ในสภาพสังคมปัจจุบัน บุคคลที่มีคุณลักษณะดังกล่าวกลับลดลง เนื่องจากขาดแรงสนับสนุนและขาดเครือข่ายที่จะร่วมกันขับเคลื่อนพลังความดีให้เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้สังคมขาดกระบวนการหล่อหลอมด้านจริยธรรมและคุณธรรม นำไปสู่ปัญหาทางสังคมรอบด้าน ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงภาวะสังคมที่ห่างไกลจากหลักศีลธรรม

ดังที่พุทธทาสภิกขุได้กล่าวไว้ในธรรมบรรยาย “โลกวิปริต” (มูลนิธิต่อจดหมาย เหตุพุทธทาส อินทปัญโญ, 2566) ว่า โลกเกิดความวิปริตเพราะมนุษย์หลงใหลวัตถุนิยมและ ห่างไกลจากแก่นแท้ของพระพุทธศาสนา จึงเน้นย้ำว่า “ถ้าศีลธรรมไม่กลับมา โลกจะ วินาศ” สะท้อนให้เห็นถึงความสำคัญของพระพุทธศาสนาในฐานะแกนหลักด้านจิตใจของ สังคมไทยที่ช่วยขัดเกลาคนให้เป็นผู้มีสติ สมาธิ และปัญญาอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข อีกทั้ง สามารถใช้หลักธรรมเป็นแนวทางแก้ไขปัญหาชีวิตและปัญหาสังคมได้อย่างเหมาะสม

จากประสบการณ์ของผู้วิจัยที่ได้เข้าร่วมปฏิบัติธรรมและทำงานจิตอาสาใน กิจกรรมทางพระพุทธศาสนาทั้งในประเทศและต่างประเทศ พบว่า การทำงานจิตอาสาเป็น กระบวนการสำคัญในการฝึกฝนจิตใจ ลดละกิเลส ขัดเกลาตนเองและก่อให้เกิดความสุข ภายในอย่างลึกซึ้ง อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยสังเกตว่าจิตอาสารุ่นใหม่ในสหราชอาณาจักรยังมี จำนวนไม่มาก ขาดความสม่ำเสมอและไม่สามารถทำงานแทนกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ จึง เกิดความสนใจในการศึกษาการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจาก การส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร

งานวิจัยนี้จึงมุ่งวิเคราะห์แนวคิดพื้นฐานที่เกี่ยวกับจิตอาสา หลักพุทธธรรม ทฤษฎี จิตวิทยา แรงจูงใจในการทำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา รวมถึง ความสุขที่เกิดจากการ ส่งเสริมกิจกรรมดังกล่าว พร้อมทั้งสังเคราะห์แนวทางการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธ จิตวิทยา และนำเสนอแนวทางปฏิบัติที่ชัดเจนสำหรับการพัฒนาจิตอาสาให้มีคุณภาพและมี ความสุขอย่างยั่งยืน อันเป็นพื้นฐานสำคัญในการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาให้ ดำรงอยู่ในสหราชอาณาจักรอย่างมั่นคง ตลอดจนเป็นพลังในการพัฒนาคนดีสู่สังคมเพื่ออยู่ ร่วมกันอย่างสันติสุขในระยะยาว

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อวิเคราะห์แนวคิดจิตอาสา หลักพุทธธรรม ทฤษฎีจิตวิทยา แรงจูงใจในการ ทำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาและความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาใน สหราชอาณาจักร
2. เพื่อสังเคราะห์แนวทางการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้าง ความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร
3. เพื่อนำเสนอแนวทางการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้าง ความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ มีวิธีการศึกษา 3 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 วิเคราะห์หลักพุทธธรรมและหลักจิตวิทยาในการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา โดยใช้กระบวนการวิจัยเอกสาร โดยการทบทวนเอกสาร พระไตรปิฎก อรรถกถา หนังสือ ตำรา เอกสาร บทความวิชาการ งานวิจัย ดุษฎีนิพนธ์ ทั้งในประเทศและต่างประเทศ ข้อมูลทางอินเทอร์เน็ต เพื่อวิเคราะห์ประเด็นองค์ประกอบของจิตอาสา จากหลักพุทธธรรมและทฤษฎีจิตวิทยาในการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา โดยนำหลักพุทธธรรมจากหลักอริยวาท 5 บุญกิริยาวัตถุ 3 และหลักทฤษฎีแรงจูงใจของแมคเคลแลนด์ (McClelland) จากแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motive) และแรงจูงใจใฝ่สัมพันธ (Affiliation Motive) และยืนยันข้อมูลด้วยหลักเทคนิคสามเส้า (Triangulation Technique)

ขั้นตอนที่ 3 สังเคราะห์แนวทางการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา 1) วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ คือ กลุ่มจิตอาสาทั้งผู้ชาย ผู้หญิงและพระภิกษุสงฆ์ในประเทศสหราชอาณาจักร จำนวน 25 รูป นำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้ 2 วิธีดังนี้ 1) ยืนยันความตรงของข้อมูลด้วยวิธีสามเส้า (Triangulation Technique) 2) วิเคราะห์สังเคราะห์องค์ความรู้ ด้วย 6'C QDAT Technique สรุปข้อค้นพบองค์ความรู้แนวทางการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา

ขั้นตอนที่ 3 ประเมินแบบจำลององค์ความรู้แนวทางการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร โดย 1) การสนทนากลุ่ม (Focus group) นำเสนอประเด็นคำถาม ข้อค้นพบของแบบจำลององค์ความรู้ใหม่ของแนวทางการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากกิจกรรมส่งเสริมพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักรกับผู้เชี่ยวชาญแล้วปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 12 คน เพื่อนำเข้าสู่กระบวนการสังเคราะห์องค์ความรู้เพิ่มเติมมิติความถูกต้องในแต่ละด้าน ด้วยเทคนิคสามเส้า (Triangulation Technique) และ 6'C QDAT Technique 2) การประเมินองค์ความรู้

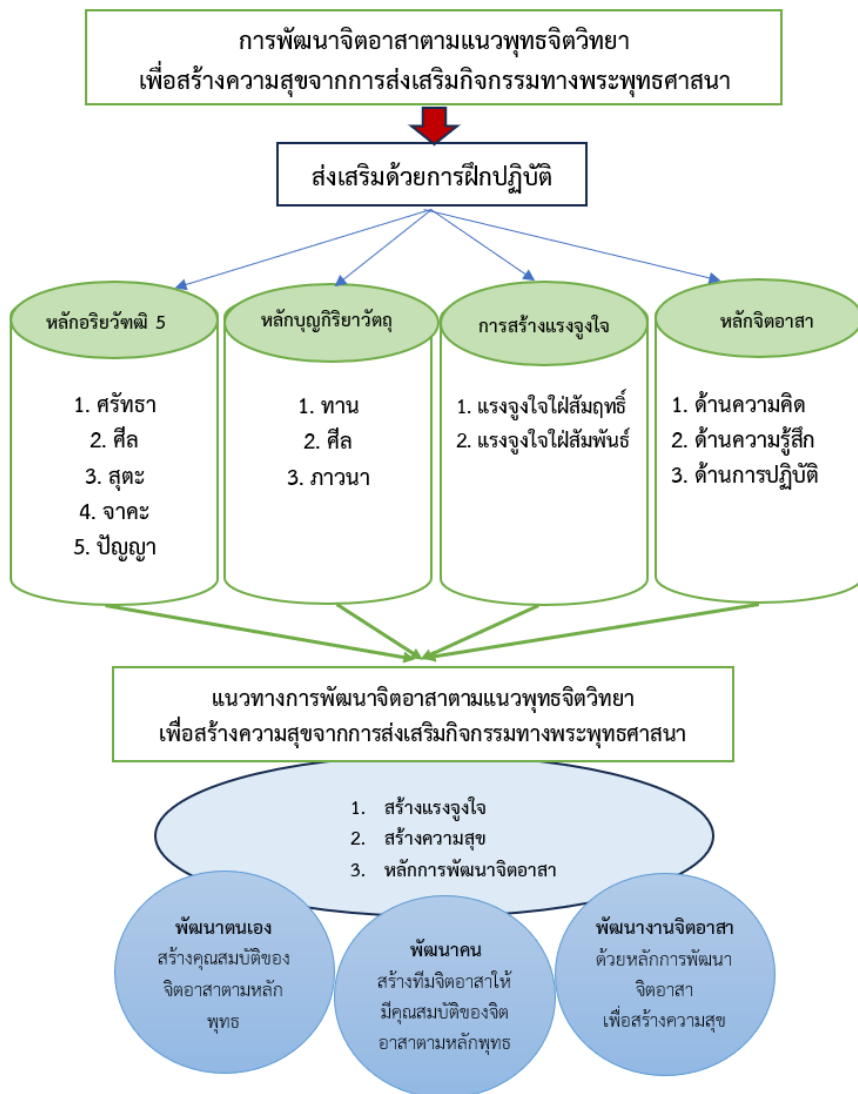
ดังนี้ (1) ด้านความถูกต้อง /ครอบคลุม (Accuracy) (2) ด้านความเหมาะสม (Propriety) (3) ด้านความเป็นไปได้ ในการนำไปใช้ (Feasibility) (4) ความมีประโยชน์ (Utility) พร้อมทั้งข้อความลงมติเห็นชอบจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 6 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) แบบบันทึก จากการทบทวน จากเอกสาร พระไตรปิฎก อรรถกถา หนังสือ ตำรา เอกสาร บทความวิชาการ งานวิจัย ดุษฎีนิพนธ์ ทั้งในประเทศและต่างประเทศ เพื่อวิเคราะห์ประเด็น หลักพุทธธรรมและทฤษฎีจิตวิทยาเพื่อใช้ในการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร 2) แบบสัมภาษณ์เชิงลึก เป็นกระบวนการรวบรวม ข้อมูลการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร โดยวิธีสัมภาษณ์เชิงลึกจากประเด็นคำถาม โดยมีข้อคำถามจำนวน 8 ข้อ จากการวิเคราะห์ในขั้นตอนที่ 1 โดยนัดหมายวัน เวลากับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 25 คน สำหรับการสัมภาษณ์เชิงลึก เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล 3) แบบสนทนากลุ่ม มีรายละเอียดดังนี้ แบบสนทนากลุ่มผู้เชี่ยวชาญ (Focus groups) นำเสนอประเด็นคำถามจากข้อค้นพบของการสังเคราะห์แบบจำลององค์ความรู้ใหม่กับผู้เชี่ยวชาญแสดงความคิดเห็นอย่างอิสระ ปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 12 คน เพื่อนำเข้าสู่กระบวนการสังเคราะห์รูปแบบองค์ความรู้เพิ่มเติม และ 4) แบบประเมิน เพื่อประเมินองค์ความรู้แนวทางการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร โดยสร้างข้อคำถามครอบคลุม 4 ด้าน (สุวิมล ว่องวาณิช, 2547) ดังนี้ 1) ด้านความถูกต้อง/ครอบคลุม 2) ด้านความเหมาะสม 3) ด้านความเป็นไปได้ ในการนำไปใช้ 4) ความมีประโยชน์

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยที่ตอบวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. วิเคราะห์แนวคิดจิตอาสา หลักพุทธธรรม ทฤษฎีจิตวิทยา แรงจูงใจในการทำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาและความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร ได้ข้อสรุปดังนี้



ภาพที่ 1 แสดงการพัฒนาของจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยา เพื่อสร้างความสุข
จากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร

2. สังเคราะห์แนวทางการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร

สรุปแบบจำลององค์ความรู้ “การพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร” จากประเด็นผลการวิเคราะห์สังเคราะห์เชิงคุณภาพมีข้อสรุปดังนี้

การพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาโดยการเชื่อมโยงหลักพุทธธรรมกับทฤษฎีจิตวิทยาและกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาที่เอื้อต่อการพัฒนาจิตอาสาด้วยการปฏิบัติ คือ 1. หลักพุทธธรรม ได้แก่ 1) หลักอริยวัฑฒิ 5 ประกอบด้วยองค์ธรรมคือ ศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา 2) บุญกิริยาวัตถุ 3 ประกอบด้วยองค์ธรรม คือ ทาน ศีล ภาวนา เพื่อใช้ในการดำเนินชีวิต เป็นการพัฒนาตน พัฒนาคณะ พัฒนางานให้เป็นพุทธจิตอาสา มีศรัทธาในพระรัตนตรัย มีฉันทะในงานจิตอาสา มีความสุขในการทำงานจิตอาสา 2. หลักจิตวิทยาจากทฤษฎีการสร้างแรงจูงใจของแมคเคลแลนด์ ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ แรงจูงใจใฝ่อำนาจ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และแรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ ผู้วิจัยเลือกนำมาใช้ในงานวิจัยนี้แค่ 2 ส่วน คือ 1) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motive) เป็นแรงปรารถนาให้มีผลสัมฤทธิ์ของงานจิตอาสาตามเป้าหมาย 2) แรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ (Affiliation Motive) มีแรงปรารถนาเพื่อสร้างสายสัมพันธ์อันดี สร้างความน่าเชื่อถือ สร้างบรรยากาศ ให้เกิดความสามัคคีในการทำงานจิตอาสาส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาให้งานสำเร็จคนเป็นสุข

ดังนั้น จากการบูรณาการหลักอริยวัฑฒิ 5 บุญกิริยาวัตถุ 3 กับทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ แรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ ของแมคเคลแลนด์ เชื่อมโยงกับการทำงานจิตอาสาส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาทำให้เกิดกระบวนการทัศนในการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยา คือ มีความรู้ มีความเข้าใจและรู้วิธีการประเมินแก้ไข เพื่อการพัฒนาตน พัฒนาคณะ พัฒนางาน ให้เกิดผลสัมฤทธิ์และสร้างความสุขในการทำงานจิตอาสา โดยมีคุณลักษณะ คือ 1. มีใจใฝ่ศรัทธา (Confidence) ในพระรัตนตรัยและในงานจิตอาสา 2. มีแรงจูงใจ (Motivation) ให้งานสำเร็จ คนเป็นสุข 3. มีความภาคภูมิใจในตนเอง (Dignity) มีอัตมโนทัศน์ในการรับรู้การเห็นคุณค่าในตนเองและเห็นคุณค่าของบุคคลอื่น ซึ่งมีอิทธิพลต่อความมั่นใจในการอยู่ในสังคมต่างแดน 4. การเป็นกัลยาณมิตรที่ดี (Kalyanamitra) ในด้านการสร้างสายสัมพันธ์และการรักษาสายสัมพันธ์อันดีต่อตนเอง ต่อบุคคลและพุทธศาสนิกชน 5. ความเป็นผู้นำต้นแบบของจิตอาสา (Model leadership) ความเป็นผู้นำต้นแบบของจิตอาสาส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาเพื่อถ่ายทอดให้สู่การเป็นต้นบุญต้นแบบของพุทธจิตอาสารุ่นใหม่ 6. การสื่อสารทันยุคสมัย (Social media) และ 7. มีความสุข (Happiness) เป็นความสุขที่เกิดจากการได้พัฒนาอุปนิสัยการเป็นพุทธจิตอาสา สุขทางกาย สุขทางสังคม สุขทางใจ สุขทางปัญญา

จากการวิเคราะห์ข้อมูลการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร สามารถสังเคราะห์ได้องค์ความรู้ดังนี้ คือ “พุทธจิตอาสา UK2PASS” เป็นองค์ความรู้ที่ใช้เป็นแนวทางการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร

3. นำเสนอแนวทางการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร

จากการบูรณาการเชื่อมโยงสังเคราะห์ข้อมูลได้ข้อสรุปเป็นองค์ความรู้พุทธจิตอาสาสร้างสุข UK2PASS ดังนี้

1) **พุทธจิตอาสาสร้างสุข** เป็นการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาโดยบูรณาการจากหลักอริยวัฑฒิ 5 ประกอบด้วยองค์ธรรมคือ ศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา หลักบุญกิริยาวัฑฒุ 3 ประกอบด้วยองค์ธรรม คือ ทานมัย สілมัย ภวานามัย และทฤษฎีจิตวิทยา การสร้างแรงจูงใจของแมคเคลแลนด์ (McClelland's Motivation) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และแรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ เชื่อมโยงกับการทำงานส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาด้วยการปฏิบัติตนและปฏิบัติงานพร้อม ๆ กัน จึงทำให้เกิดแนวทางการพัฒนาตนพัฒนาคนและพัฒนางานของจิตอาสาตามแนวพุทธจิตก่อให้เกิดการสร้างความสุข คือ สุขทางกาย สุขทางสังคม สุขทางใจ สุขทางปัญญา ทำให้ผลสัมฤทธิ์ของงาน คืองานสำเร็จ คนเป็นสุข วิธีการถ่ายทอดการเรียนรู้เพื่อเป็นพุทธจิตอาสารุ่นใหม่ โดยการปฏิบัติตนปฏิบัติงานและพูดคุยให้ความรู้ความเข้าใจแบบตัวต่อตัว หรือแบบกลุ่ม ประเมินการพัฒนาพุทธจิตอาสาสร้างสุขโดยการสังเกตจากความต่อเนื่องของการปฏิบัติตนและปฏิบัติงานและผลสัมฤทธิ์ จากหลักอริยวัฑฒิ 5 บุญกิริยาวัฑฒุ 3 และการพัฒนา 3 สร้างสุข 4 โดยการสังเกตดังนี้ 1) สังเกตตนเอง 2) การสังเกตจากบุคคลในกลุ่มพุทธจิตอาสาด้วยกัน 3) จากผู้นำกลุ่มพุทธจิตอาสา เช่น พระอาจารย์ผู้ดูแลกลุ่มประเมินในหลักการเดียวกันและพุทธจิตอาสาสร้างสุขมีคุณลักษณะและบริบทดังนี้

2) **Unity : ความเป็นหนึ่งเดียวกัน**ของพุทธจิตอาสาส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักรได้ถูกหล่อหลอมพัฒนาจากความเชื่อความศรัทธาในพระรัตนตรัยเหมือนกัน ทำกิจกรรมเดียวกัน มีแรงจูงใจเหมือนกันคือให้งานสำเร็จคนเป็นสุข มีคุณลักษณะอุปนิสัยทางพุทธจิตอาสาเหมือนกันก่อให้เกิดความเป็นหนึ่งเดียวกันของพุทธจิตอาสาเป็นความมั่นคงทางจิตใจในการดำเนินงานพุทธจิตอาสาและการดำเนินชีวิตในต่างแดน

3) **Kalyanamitra : ความเป็นกัลยาณมิตร** เป็นหัวใจสำคัญของการขยายความสำเร็จของงานพุทธจิตอาสาเป็นการชี้แนะชี้แนะ ปรับทุกข์ผูกมิตร ให้ความรู้ความเข้าใจในแนวทางการปฏิบัติตนและปฏิบัติงาน จิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยา สร้างสายสัมพันธ์รักษาสายสัมพันธ์ด้วยความเมตตา เพื่อบรรเทาความทุกข์ของจิตอาสาส่งเสริมกิจกรรมพระพุทธศาสนาด้วยความสามัคคีมีปัญญาในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคด้วยสันติวิธี วิธีการโดยการฝึกปฏิบัติตนและปฏิบัติงานด้วยความยิ้มแย้ม แจ่มใสและผู้นำจิตอาสาพูดคุยให้เห็นความสำคัญของความเป็นกัลยาณมิตรที่ดีมีเมตตา แบบตัวต่อตัว แบบกลุ่มจากผู้นำพุทธจิตอาสาต้นแบบ

4) Paradigm : กระบวนทัศน์ เป็นแนวทางการพัฒนาจิตอาสาด้านความคิดอุปนิสัย ทั้งกาย วาจา ใจ ด้วยการปฏิบัติจากหลักพุทธจิตวิทยาที่เอื้อต่อการพัฒนาเป็นพุทธจิตอาสาสร้างสุขเชื่อมโยงกับการทำงานจิตอาสาส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาอย่างสม่ำเสมอต่อเนื่องจึงเกิดอัมมโนทัศน์ของการเป็นพุทธจิตอาสาสร้างสุขที่เปี่ยมด้วยคุณภาพและประสิทธิภาพในการขับเคลื่อนงานจิตอาสาเป็นทีม มีผลสัมฤทธิ์สูง เข้าใจงาน เข้าใจคน เข้าใจแนวทางการพัฒนาพุทธจิตอาสารุ่นใหม่ของทีม วิธีการ โดยการพูดคุยให้ความรู้ทำความเข้าใจแบบตัวต่อตัว หรือแบบกลุ่ม ประเมินผลจากการสังเกตความต่อเนื่องในการปฏิบัติตนและปฏิบัติงานด้วยหลักการเดียวกันกับพุทธจิตอาสาสร้างสุข

5) Peace of mind : ความสุขภายในใจ ที่เกิดจากความศรัทธาหลักธรรมคำสอนในพระรัตนตรัย จากจาคะ การให้ เสียสละ ช่วยเหลือ แบ่งปัน โดยไม่หวังผลตอบแทนเชื่อมโยงกับการปฏิบัติตนตามหลักอริยวัฑฒิ 5 และบุญกิริยาวัตร 3 เป็นการดำเนินชีวิตที่เปี่ยมปิติสุขอย่างสม่ำเสมอต่อเนื่องทำให้เกิดความสุขสงบภายใน ความสงบสุขภายในส่งผลให้เกิดความสงบสุขภายนอก ทำให้เกิดความสุขในการดำเนินชีวิต คือ 1) มีความสุขทางกาย 2) มีความสุขทางสังคม 3) มีความสุขทางใจ 4) มีความสุขทางปัญญา ยึดมั่นในหลักธรรมคำสอน มีความพร้อมในการช่วยเหลือแบ่งปันในการดำเนินงาน และในการดำเนินชีวิต เพื่อลดทุกข์สร้างสุข วิธีการโดยการปฏิบัติตนและปฏิบัติงาน เข้ารอบอบรมปฏิบัติธรรมและพูดคุย ให้ความรู้ความเข้าใจ ในการปฏิบัติตนเป็นพุทธจิตอาสาสร้างสุขแบบตัวต่อตัว หรือแบบกลุ่ม ประเมินผลในหลักการเดียวกันกับพุทธจิตอาสาสร้างสุข

6) Atmosphere : การสร้างบรรยากาศ ในการปฏิบัติตนและปฏิบัติงานของพุทธจิตอาสาสร้างสุขให้มีความประทับใจ การให้ความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติอย่างเหมาะสมและถูกต้อง มีรอยยิ้มต่อกัน มีเคารพต่อกัน เป็นมิตรที่ดีต่อกัน เป็นต้นแบบของพุทธจิตอาสาซึ่งกันและกันยึดมั่นในหลักธรรมคำสอนโดยการเสนอแนะพูดคุยด้วยบรรยากาศที่มีความเป็นสันติ สุขสงบ ยิ้มแย้มแจ่มใส แก้ไขปัญหาอุปสรรคด้วยปัญญา ประเมินผลด้วยหลักการเดียวกับพุทธจิตอาสาสร้างสุข

7) Self esteem : ความภาคภูมิใจในตนเอง การทำงานจิตอาสาที่มีความศรัทธามีฉันทะ เป็นพุทธจิตอาสา ซึ่งมีความเป็นอิสระในการเลือกไม่ได้ถูกบังคับเป็นการแสดงความต้องการและแสดงความเป็นจุดยืนของตนเอง เคารพคนรอบข้างสามารถเป็นกัลยาณมิตรให้กับคนรอบข้างให้เห็นคุณค่าของตนเองที่ได้อาสารับผิดชอบต่องานส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาเห็นคุณค่าของบริหารเวลาให้เกิดประโยชน์สูง เพราะการเกิดแก่ เจ็บ ตาย ล้วนผ่านกาลเวลา ดังนั้น การเสียสละเวลาของชีวิตให้งานจิตอาสาจึงเกิดความภาคภูมิใจในตนเอง เห็นคุณค่าของตนเองและบุคคลคนอื่น เห็นคุณค่าของการใช้เวลา

ของชีวิตให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่องานพุทธจิตอาสา มีความพร้อมในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคด้วยปัญญา มีความสงบสุขภายใน วิธีการ โดยการพูดคุยเล่าประสบการณ์และความประทับใจในการทำงานจิตอาสาซึ่งกันและกัน แบบตัวต่อตัว หรือ แบบกลุ่ม ด้วยการฝึกพูด ฝึกฟัง ประเมินในหลักการเดียวกับพุทธจิตอาสา

8) Sustainability : การสร้างความยั่งยืนของพุทธจิตอาสาสร้างสุขด้วยการปฏิบัติตน ปฏิบัติงานอย่างสม่ำเสมอเนื่องก่อให้เกิดความยั่งยืนของพุทธจิตอาสาสร้างสุขโดยมีอัตมโนทัศน์คือ 1) มีใจใฝ่ศรัทธา (Confidence) ในพระรัตนตรัย 2) มีแรงจูงใจ (Motivation) ให้งานสำเร็จคนเป็นสุข 3) มีความภาคภูมิใจในตนเอง (Dignity) ในการทำงานพุทธจิตอาสา 4) การเป็นกัลยาณมิตรที่ดีด้วยความมีเมตตาและมีความซื่อสัตย์ต่อตน ต่อคน ต่องาน (Kalyanamitra) 5) ความเป็นผู้นำต้นแบบของพุทธจิตอาสาสร้างสุข (Model leadership) 6) มีการสื่อสารทันสมัย (Social media) โดยสื่อสารเชิงบวกและเหมาะสมต่อการเผยแผ่พุทธศาสนาในรูปแบบต่าง ๆ 7) สร้างความสุข (Create Happiness) ในการดำเนินงานพุทธจิตอาสาและการดำเนินชีวิต โดยการปฏิบัติตามหลักพุทธจิตอาสาสร้างสุข ถ่ายทอดและประเมินตามหลักการเดียวกันกับพุทธจิตอาสาสร้างสุข

สรุปผลการวิจัยและการอภิปรายผลการวิจัย

จากผลการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการสร้างองค์ความรู้ใหม่เกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร โดยผู้วิจัยได้ศึกษาการพัฒนาคุณลักษณะจิตอาสาตามแนวพุทธจิตอาสาดังกล่าว ด้วยกระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Methodology Design) โดยอภิปรายผลการวิจัยในประเด็นที่สำคัญจากข้อค้นพบในการวิจัย ดังนี้

1. การพัฒนาคุณลักษณะจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาจากหลักอริยวัฑฒิ 5
ในการทำงานส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร โดยการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาดำเนินการปฏิบัติตนและปฏิบัติงานจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาด้วยหลักอริยวัฑฒิ 5 เป็นหลักธรรมนำไปสู่ความเจริญเป็นอริยชน ดังนี้คือ 1) เป็นเหตุแห่งความเจริญด้วยคุณค่าในชีวิต 2) เป็นหลักธรรมที่ใช้ในการตรวจสอบความเจริญของคุณธรรมและคุณค่าชีวิต 3) เป็นหลักธรรมที่ทำให้มนุษย์สามารถบรรลุเป้าหมายสูงสุดของการสร้างคุณค่าชีวิตสู่การเป็นอริยชน ประกอบด้วยองค์ธรรมคือ 1) ศรัทธา คือ จิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยามีความศรัทธาในพระรัตนตรัยด้วยปัญญา ศรัทธาในการเป็นพุทธจิตอาสา 2) ศีล เป็นข้อปฏิบัติตนทางกาย วาจา ให้บริสุทธิ์ ไม่เบียดเบียนต่อกันในการ

ดำรงชีวิต มีความซื่อสัตย์ต่อตน ต่อคน ต่องาน 3) สุตะ เป็นการปฏิบัติตนเพื่อเรียนรู้รับรู้ ด้วยการฟังอย่างมีสติ 4) จาคะ การเสียสละ ทางร่างกาย แรงใจ เวลาและวัตถุทาน เพื่อช่วยเหลือส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาโดยไม่หวังผล 5) ปัญญา เกิดจากการปฏิบัติตน คิด พุด ทำ ด้วยความฉลาดทั้งในความเสื่อมและความเจริญสามารถแยกแยะผลแห่งการกระทำด้วยปัญญา แก้ไขปัญหาอุปสรรคจากคน จากงานด้วยสันติวิธี ก่อให้เกิดการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเป็นคุณลักษณะของ “พุทธจิตอาสา”

ผลการศึกษาดังกล่าวสอดคล้องกับงานวิจัยของ นวรัตน์ ไกรสร (2562) ที่ศึกษาเรื่อง “การเสริมสร้างคุณค่าชีวิตผู้สูงอายุด้วยหลักอริยวัฑฒ 5” ผลการวิจัยพบว่าการเสริมสร้างคุณค่าชีวิตผู้สูงอายุตามแนวทางของสากลประเทศ ซึ่งได้แก่ องค์การสหประชาชาติ องค์การอนามัยโลกและนโยบายผู้สูงอายุของประเทศไทยนั้น สามารถสร้างคุณค่าให้แก่ชีวิตผู้สูงอายุได้แต่จะยังไม่สมบูรณ์และยังไม่มีประสิทธิภาพเพียงพอหากผู้สูงอายุไม่ได้นำหลักจริยธรรมและคุณธรรมมาใช้ร่วมในการเสริมสร้างคุณค่าชีวิตด้วย จึงมีการนำหลักอริยวัฑฒ 5 ซึ่งประกอบด้วยหลักธรรมศรัทธา ศีล สุตะ จาคะและปัญญา มาบูรณาการใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ โดยจะสามารถสร้างรูปแบบการเสริมสร้างคุณค่าชีวิตผู้สูงอายุทั้ง 4 ด้าน คือ คุณค่าด้านสุขภาพ คุณค่าด้านการมีส่วนร่วมคุณค่าด้านการเรียนรู้เพื่อดำเนินชีวิตและคุณค่าด้านการสร้างความมั่นคงของชีวิต ได้อย่างมีประสิทธิภาพและสมบูรณ์ยิ่งขึ้น เรียกองค์ความรู้ใหม่นี้ว่า “AHEPS Model” ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยจิตอาสาของผู้วิจัยในส่วนของการใช้หลักอริยวัฑฒ 5 เป็นหลักในการสร้างคุณค่าชีวิต นำไปสู่ความเจริญเป็นอริยชน ปฏิบัติตนทางกาย วาจา ให้บริสุทธิ์ ไม่เบียดเบียนต่อกันในการดำรงชีวิต คิด พุด ทำ ด้วยความฉลาดทั้งในความเสื่อมและความเจริญสามารถแยกแยะผลแห่งการกระทำด้วยปัญญา รู้คุณค่าในตนเองและเคารพคุณค่าของผู้อื่นจากการทำงานจิตอาสา

2. การพัฒนาคุณลักษณะจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาจากหลักบุญกิริยาวัฑฒ 3 ในการทำงานส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักรเป็นหลักพุทธธรรมที่เอื้อต่อการพัฒนาตนและพัฒนาคนด้วยการปฏิบัติในการทำงานจิตอาสาส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา โดยการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาดำเนินการปฏิบัติด้วยหลักบุญกิริยาวัฑฒ 3 ซึ่งเป็นองค์ธรรมที่นำมาปฏิบัติเพื่อเป็นที่ตั้งแห่งการสร้างบุญ 3 ประการซึ่งเป็นทางมาแห่งการทำความดีเป็นที่ตั้งแห่งการทำบุญช่วยชำระล้างใจให้สะอาดบริสุทธิ์ เป็นการพัฒนาคุณลักษณะจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาให้เป็นพุทธจิตอาสา ที่มีความบริสุทธิ์ คือกายบริสุทธิ์ วาจาบริสุทธิ์ ใจบริสุทธิ์ ด้วยการปฏิบัติตน ปฏิบัติงานด้วยหลักบุญกิริยาวัฑฒ 3 คือ 1) ทานมัย เป็นบุญกิริยาวัฑฒสำเร็จด้วยการทำทาน ด้วยความ

เต็มใจ สมัยใจ อิ่มเอมใจ ซาบซึ้งใจ บริสุทธิ์ใจ เกิดปิติสุขก่อนทำ ขณะทำ หลังทำ 2) สีส้ม เป็นบุญกริยาวัตถุสำเร็จด้วยการรักษาศีล คือตั้งใจเจตนาควบคุมความประพฤติตนให้เป็นปกติ จดเว้นจากการเบียดเบียนต่อกันให้เดือดร้อน ตรงกับ “ไม่ทำชั่วทั้งปวง” ก่อให้เกิดความซื่อสัตย์ต่อตน ต่อคน ต่องาน มีเมตตาต่อมนุษย์และสรรพสัตว์ 3) ภาวนามัย บุญกริยา วัตถุสำเร็จด้วยการเจริญภาวนา โดยการฝึกปฏิบัติอบรมจิตใจให้เจริญปัญญา ตรงกับ “ทำใจให้สะอาดบริสุทธิ์” ก่อให้เกิดปัญญาในการคิด พุด ทำ ตรงต่อความถูกต้องตามหลักธรรม คำสอนและเกิดผลสัมฤทธิ์ในกิจแห่งตนและกิจแห่งงาน

ผลการศึกษา สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระภาวนาวิริยวิเทศ วิ.(เกื้อกูล) (2568) ที่ได้ศึกษาเรื่อง “รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวพุทธจิตวิทยาของอุบาสก อุบาสิกา ในวัดไทยเมืองบอสตัน รัฐแมสซาชูเซตส์ ประเทศสหรัฐอเมริกา” มีผลการศึกษา โดยสรุปว่า องค์ประกอบการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวพุทธจิตวิทยาของอุบาสก อุบาสิกาในวัดไทยเมืองบอสตัน พบว่า 1) มิติปัจจัยสนับสนุนการพัฒนาคุณภาพชีวิต ประกอบด้วย (1) บทบาทของวัดในการพัฒนาคุณภาพชีวิตสอดคล้องกับพันธกิจคณะสงฆ์ คือ ด้านการปกครอง ด้านศาสนศึกษา ด้านศึกษาสงเคราะห์ ด้านเผยแผ่ ด้านสาธารณูปการ และด้านสาธารณสงเคราะห์ (2) กิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิต ได้แก่ กิจกรรมในกลุ่มทาน กลุ่มศีล และกลุ่มภาวนา (3) หลักธรรม พัฒนาคุณภาพชีวิต ด้วยหลักไตรสิกขา บุญกริยา วัตถุ 10 และภาวนา 4 และ (4) หลักจิตวิทยา พัฒนาคุณภาพชีวิต ประกอบด้วย การมีแรงจูงใจเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตและกระบวนการพัฒนา ชีวิตตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม และ 2) มิติองค์ประกอบของการส่งเสริมคุณภาพชีวิต ประกอบด้วย (1) องค์ประกอบของคุณลักษณะของอุบาสก อุบาสิกา ได้แก่ การมีศรัทธา การมีศีลและการชวนชวนเอาใจใส่ ในกิจการของพระพุทธศาสนา และ (2) องค์ประกอบของการพัฒนาคุณภาพ ชีวิตตามหลักภาวนา 4 ได้แก่ กายภาวนา ศีลภาวนา จิตภาวนาและปัญญาภาวนา โดยรูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวพุทธจิตวิทยาของอุบาสก อุบาสิกาในวัดไทยเมืองบอสตัน มีองค์ประกอบ คือ 1) ด้านแนวปฏิบัติที่ดีเพื่อการส่งเสริมกิจกรรมของวัด 2) ด้านปัจจัยกระบวนการ ส่งเสริมกิจกรรมเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต ประกอบด้วย กิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ส่งเสริมในวัด และกิจกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ส่งเสริมในชีวิตประจำวัน และ 3) ด้านปัจจัยการสนับสนุนและการส่งเสริมกิจกรรมวัดเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต นำไปสู่กระบวนการจัดกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ อุบาสก อุบาสิกาได้รับการพัฒนากาย พัฒนาศีล พัฒนาจิต และพัฒนาปัญญาต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยจิตอาสาของผู้วิจัยในส่วนของ การใช้บุญกริยาวัตถุ 3 คือ ทาน ศีล ภาวนา ในการพัฒนาดน พัฒนาคณ พัฒนางานจิตอาสา โดยใช้กิจกรรมทางพระพุทธศาสนามีส่วนร่วมในการพัฒนา มีปัญญาในการคิด พุด ทำ ตรงต่อความถูกต้องตามหลักธรรมคำสอนและเกิดผลสัมฤทธิ์ในกิจแห่งตนและกิจแห่งงาน

3. การพัฒนาคุณลักษณะจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาจากทฤษฎีแรงจูงใจของแมคเคลแลนด์ (McClelland's Motivation) (McClelland, 1961) เป็นแนวคิดทฤษฎีทางจิตวิทยาที่เอื้อต่อการพัฒนาคุณลักษณะของจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา ประกอบด้วย 1) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motivation) เป็นแนวทางการพัฒนาแรงปรารถนาในการทำงานให้บรรลุผลสัมฤทธิ์ตามเป้าหมายโดยมีคุณลักษณะในการปฏิบัติตนและปฏิบัติงานดังนี้ (1) มุ่งสร้างความสำเร็จ (2) ตั้งเป้าหมายสูง (3) มีความรับผิดชอบในการงานดี (4) มีความอดทนในการทำงาน (5) รู้ความสามารถที่แท้จริงของตนเอง (6) มีการวางแผน (7) ตั้งระดับความคาดหวังไว้สูง เป็นแนวทาง (Paradigm) ในการพัฒนาการทำงานของจิตอาสา โดยเชื่อมโยงกับการปฏิบัติตนและปฏิบัติงานด้วยหลักอริยวัฑฒิ 5 และบุญกิริยาวัฑฒุ 3 ในการทำงานจิตอาสาส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาให้เกิดผลสัมฤทธิ์ 2) แรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ (Affiliation Motivation) เป็นแนวทางการพัฒนาความปรารถนาในการปฏิบัติตนและปฏิบัติงานด้วยสายสัมพันธ์ของจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อปฏิบัติพัฒนาตนในการทำงานจิตอาสาส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา สร้างสายสัมพันธ์ที่ยั่งยืนในกลุ่มจิตอาสาและบุคคลในพุทธบริษัท 4 ให้เกิดความเชื่อมั่นศรัทธาต่อกันโดยเชื่อมโยงกับหลักอริยวัฑฒิ 5 และหลักบุญกิริยาวัฑฒุ 3 ส่งเสริมสนับสนุนให้มีคุณลักษณะคือ 1) สายสัมพันธ์ที่ยั่งยืน 2) ความน่าเชื่อถือของผู้นำทางจิตอาสา 3) การสร้างบรรยากาศ การทำงานจิตอาสาด้วยบรรยากาศยิ้มแย้ม แจ่มใส เป็นกัลยาณมิตรที่ดีต่อกันด้วยความเมตตา มีปิติสุขในการร่วมงานของกลุ่มจิตอาสา ซึ่งเป็นแนวทางในการปฏิบัติพัฒนาตน พัฒนาคณ พัฒนางาน เพื่อยังประโยชน์ส่วนรวมให้บรรลุผลสัมฤทธิ์ในกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นคุณลักษณะของ “พุทธจิตอาสา”

สอดคล้องกับทฤษฎีความต้องการความสำเร็จของ แมคเคลแลนด์ (the need to achieve theory) (McClelland, 1961). โดยวิจัยในเรื่องความต้องการความสำเร็จ พบว่า “ผู้ที่ประสบความสำเร็จสูงทั้งหลาย แตกต่างกับบุคคลอื่นทั่วไป” การทำงานพุทธจิตอาสาเป็นการทำงานด้วยความสมัครใจเพื่อส่วนรวมไม่หวังสิ่งตอบแทน โดยมีเป้าหมาย คืองานสำเร็จและคนเป็นสุข แรงจูงใจในการทำงานพุทธจิตอาสา จึงเป็นปัจจัยหนึ่งที่สำคัญในตัวบุคคลที่จะทำให้คำนึงถึงส่วนรวม ซึ่งอยู่เหนือความเป็นส่วนตัว เป็นการกระทำที่ถูกต้องได้ชื่อว่าทำความดีเพราะเห็นคุณค่าของความดีพุทธจิตอาสาจึงทำให้ทุกคนในสังคมสามารถอยู่ร่วมกันได้สอดคล้องกับแนวคิดของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) (2551) ซึ่งกล่าวว่า “การพัฒนาตนเป็นการทำให้เจริญขึ้น โดยมีคุณภาพเพิ่มขึ้น”

4. พุทธจิตอาสาจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา คือจิตอาสาที่ได้พัฒนาตามแนวพุทธจิตวิทยาด้วยการปฏิบัติตนและปฏิบัติงานจากการส่งเสริมกิจกรรมทาง

พระพุทธศาสนาโดยบูรณาการจากหลักพุทธธรรม และทฤษฎีจิตวิทยาที่เอื้อต่อการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยา คือ อริยวัฑฒิ 5 ประกอบด้วยองค์ธรรมคือ ศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา และบุญกิริยาวัตถุ 3 ประกอบด้วยองค์ธรรมคือ ทานมัย สілมัย ภาวนามัย เชื่อมโยงกับทฤษฎีแรงจูงใจของแมคเคลแลนด์ (McClelland's Motivation) ประกอบด้วยแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motive) และแรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ (Affiliation Motive) ใช้ในการปฏิบัติตน และปฏิบัติงานของพุทธจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาในการทำงาน ส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาทำให้เกิดการพัฒนา ๓ คือ 1) พัฒนาดน ด้านอุปนิสัยในการดำเนินงานและการดำเนินชีวิตให้ถูกต้องตรงต่อหลักธรรมคำสอน 2) พัฒนาคณ ด้านกระบวนการทัศน์ เป็นแนวทางการพัฒนาพุทธจิตอาสาเพิ่มเติมและเพิ่มพุทธจิตอาสารุ่นใหม่ 3) พัฒนางาน มีเป้าหมายให้งานสำเร็จคนเป็นสุข โดยมีคุณลักษณะของพุทธจิตอาสา คือ มีความศรัทธาในพระรัตนตรัย มีฉันทะในงานจิตอาสา เป็นกัลยาณมิตรด้วยความเมตตา มีความซื่อสัตย์ต่อตน ต่อคน ต่องาน มีแรงจูงใจให้งานสำเร็จคนเป็นสุข มีความสุขในการปฏิบัติตน และปฏิบัติงานจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา สามารถรู้ตน รู้คน รู้งาน สร้างสุข 4 คือ สุขทางกาย สุขทางสังคม สุขทางใจ สุขทางปัญญา ซึ่งในทางพระพุทธศาสนาเรียกตามกระบวนการของอริยมรรค ว่าจะต้องมีสัมมาทิฐิ คือความเห็นชอบที่ถูกต้อง สร้างสรรค์และสัมมาสังกัปปะ คือ ความดำริชอบ ความคิดที่ถูกต้อง ความคิดที่ติงามก่อน ซึ่งกระบวนการทางจิตหรือความคิดเช่นนี้ ไม่ได้เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ แต่เป็นสิ่งที่จะต้องได้รับการปลูกฝัง กล่อมเกลา หล่อหลอมและพัฒนาให้เกิดขึ้น โดยอาศัยบุคคลอื่นผู้ที่เป็นกัลยาณมิตรคอยให้คำแนะนำ อบรม สั่งสอนและเป็นแบบอย่างที่ดีให้ อาทิ บิดามารดา ครูอาจารย์ เพื่อนบ้าน เพื่อนร่วมงาน นายจ้าง เป็นต้น และต้องอาศัยสภาพสังคมที่เอื้อให้บุคคลหรือกลุ่มบุคคลสามารถดำเนินการตามแนวทางการพัฒนาจิตอาสาได้ด้วยความสะดวกเหมาะสม

สอดคล้องกับผลการวิจัยของ พิไลวรรณ บุญล้วน (2564) โดยศึกษาวิจัยเรื่อง “แรงจูงใจการทำงานจิตอาสาตามหลักพุทธจิตวิทยาของบุคคล หลากหลายอาชีพในสังคมไทย” จากผลการวิจัยพบว่าการนำแนวคิดทฤษฎีต่าง ๆ มาใช้ดังนี้ทฤษฎีเกี่ยวกับแรงจูงใจการทำงานจิตอาสาตามแนวทางพระพุทธศาสนา หลักธรรมที่นำมาเพื่อสร้างแรงจูงใจในการทำงานจิตอาสา ได้แก่ อริยวัฑฒิ 5 พรหมวิหาร 4 และสังคหวัตถุ 4 หลักจิตวิทยา คือ ทฤษฎีการสร้างแรงจูงใจของมาสโลว์ และแมคเคลแลนด์ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยจิตอาสา ส่งเสริมความสุขจากการทำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาของผู้วิจัยที่ใช้หลักอริยวัฑฒิ 5 และทฤษฎีการสร้างแรงจูงใจของแมคเคลแลนด์ จากการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่ส่งเสริมแรงจูงใจในการทำงานจิตอาสา มี 2 ปัจจัย คือ ปัจจัยภายในได้แก่ 1) มีจิตใจที่เปี่ยมไปด้วยเมตตา 2) ความมีศีลธรรมในตนเอง เสียสละช่วยเหลือผู้อื่นโดยไม่หวังผลตอบแทน เพื่อแผ่และ

แบ่งปัน 3) มีจิตที่เป็นผู้ให้ มีทัศนคติที่ดี คิดดี คิดทางบวก 4) มีความเห็นใจผู้อื่น 5) ความวิริยะอุตสาหะ คิดช่วยเหลือผู้อื่น การทำงานที่ทำด้วยใจ และ ปัจจยภายนอก ได้แก่ 1) การเลี้ยงดูจากคนในครอบครัว 2) การเห็นตัวอย่างจากบุคคลต้นแบบที่ทำความดี ช่วยเหลือสังคม ทำให้เกิดศรัทธาที่จะดำเนินรอยตาม รวมทั้งจากการได้ศึกษาพระพุทธศาสนา ได้เรียนรู้ถึงความเสียสละของพระพุทธเจ้า 3) การมีกัลยาณมิตร ชักชวนไปร่วมทำกิจกรรมดี ๆ ช่วยเหลือผู้อื่นในสังคมที่ได้รับความเดือดร้อน 3. แนวทางการสร้างแรงจูงใจในการทำงานจิตอาสาตามหลักพุทธจิตวิทยาประกอบด้วย 1) มีใจ และความคิดเชิงบวก ที่พร้อมในการช่วยเหลือผู้อื่น 2) มีความเสียสละ โอปอ้อมอารี แบ่งปันให้แก่ผู้อื่น 3) มีกัลยาณมิตร ชักชวนไปร่วมทำกิจกรรมดี ๆ เพื่อสังคม 4) มีบุคคลต้นแบบ ที่เป็นตัวอย่างในการทำความดีโดยไม่หวังผลตอบแทน 5) มีความรับผิดชอบ ต่อสังคม 6) มีปัญญาพิจารณาสิ่งที่ควรทำ เหมาะสมตามความสามารถของตนและทำด้วยสติ

สอดคล้องกับงานวิจัยจิตอาสาส่งเสริมความสุขจากการทำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาของผู้วิจัย คือ คุณลักษณะของจิตอาสา ประกอบด้วย 1) มีความตั้งใจแน่วแน่ที่จะทำสิ่งต่าง ๆ ในการสืบทอด รักษาและเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้คงอยู่ 2) มีอุปนิสัยในการเรียนรู้ มีความสุขที่ได้ช่วยเหลือ แบ่งปันสนับสนุนผู้อื่นให้ประสบความสำเร็จ 3) ชอบพัฒนาตนเองและพิสูจน์ความสามารถ เพื่อนำไปปรับปรุงและพัฒนาให้ดีขึ้น 4) มีชีวิตที่มองเห็นคุณค่าในตนเอง มีพลัง มีความภาคภูมิใจในตนเอง ทั้งกาย วาจาและจิตใจ 5) มีเหตุผล มีความเข้าใจ เห็นอกเห็นใจผู้อื่นและใส่ใจความรู้สึกของคนรอบข้างอยู่เสมอ 5) มีวิสัยทัศน์กว้างไกล ใช้สติปัญญาและเหตุผลในการแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสมตามความเป็นจริง

องค์ความรู้จากการวิจัย

จากการบูรณาการเชื่อมโยงสังเคราะห์ข้อมูลได้ข้อสรุปเป็นองค์ความรู้พุทธจิตอาสาสร้างสุข UK2PASS ดังนี้

พุทธจิตอาสาสร้างสุข เป็นการพัฒนจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาโดยบูรณาการจากหลักอริยวาทะ 5 ประกอบด้วยองค์ธรรมคือ ศรัทธา ศีล สุตะ จาคะ ปัญญา หลักบุญกิริยาวัตถุ 3 ประกอบด้วยองค์ธรรม คือ ทานมัย สีลมัย ภาวนามัยและทฤษฎีจิตวิทยาการสร้างแรงจูงใจของแมคเคลแลนด์ (McClelland's Motivation) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และแรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ เชื่อมโยงกับการทำงานส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา ด้วยการปฏิบัติตนและปฏิบัติงานพร้อม ๆ กันจึงทำให้เกิดแนวทางการพัฒนาดน พัฒนาคณะและ

พัฒนางานของจิตอาสาตามแนวพุทธจิตก่อให้เกิดการสร้างความสุข คือ สุขทางกาย สุขทางสังคม สุขทางใจ สุขทางปัญญา ทำให้ผลสัมฤทธิ์ของงาน คืองานสำเร็จ คนเป็นสุข วิธีการถ่ายทอดการเรียนรู้เพื่อเป็นพุทธจิตอาสารุ่นใหม่ โดยการปฏิบัติตน ปฏิบัติงาน และพูดคุยให้ความรู้ความเข้าใจแบบตัวต่อตัว หรือแบบกลุ่ม ประเมินการพัฒนาพุทธจิตอาสาสร้างสุข โดยการสังเกตจากความต่อเนื่องของการปฏิบัติตน และปฏิบัติงานและผลสัมฤทธิ์ จากหลักอริยวัตร 5 บุญกิริยาวัตถุ 3 และการพัฒนา 3 สร้างสุข 4 โดยการสังเกตดังนี้ 1) สังเกตตนเอง 2) การสังเกตจากบุคคลในกลุ่มพุทธจิตอาสาด้วยกัน 3) จากผู้นำกลุ่มพุทธจิตอาสา เช่น พระอาจารย์ผู้ดูแลกลุ่มประเมินในหลักการเดียวกันและพุทธจิตอาสาสร้างสุขมีคุณลักษณะและบริบทดังนี้

1. Unity : ความเป็นหนึ่งเดียวกันของพุทธจิตอาสา ซึ่งถูกหล่อหลอมพัฒนาจากความเชื่อความศรัทธาในพระรัตนตรัยเหมือนกัน ทำกิจกรรมเดียวกัน มีแรงจูงใจเหมือนกันคือให้งานสำเร็จคนเป็นสุข ก่อให้เกิดความเป็นหนึ่งเดียวกัน เป็นความมั่นคงทางจิตใจในการดำเนินงานพุทธจิตอาสาและการดำเนินชีวิตในต่างแดน

2. Kalyanamitra : ความเป็นกัลยาณมิตร เป็นการชี้แนะชี้ นำ ปรับทุกข์ผูกมิตร ให้ความรู้ความเข้าใจในแนวทางการปฏิบัติตนและปฏิบัติงาน จิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยา สร้างสายสัมพันธ์ รักษาสายสัมพันธ์ด้วยความเมตตา

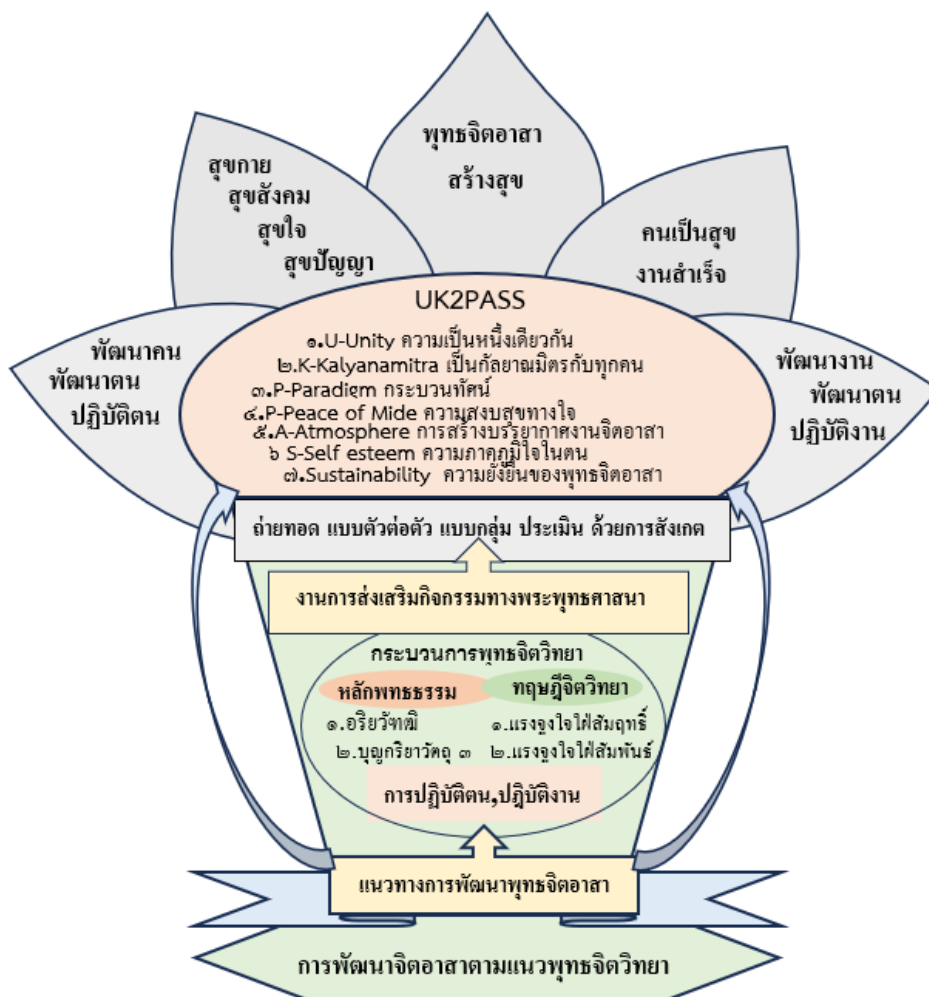
3. Paradigm : กระบวนทัศน์ เป็นการพัฒนาจิตอาสาด้านความคิด อุปนิสัย ทั้งกาย วาจา ใจ ด้วยการปฏิบัติจากหลักพุทธจิตวิทยาที่เอื้อต่อการพัฒนาเป็นพุทธจิตอาสาสร้างสุขเชื่อมโยงกับการทำงานจิตอาสา

4. Peace of mind : ความสุขภายในใจที่เกิดจากความศรัทธาหลักธรรมคำสอนในพระรัตนตรัย จากจาคะ การให้ เสียสละ ช่วยเหลือ แบ่งปัน โดยไม่หวังผลตอบแทน

5. Atmosphere : การสร้างบรรยากาศ ในการปฏิบัติตนและปฏิบัติงานของพุทธจิตอาสาให้มีความประทับใจ การให้ความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติอย่างเหมาะสมและถูกต้อง มีรอยยิ้มต่อกัน มีเคารพต่อกัน เป็นมิตรที่ดีต่อกัน

6. Self esteem : ความภาคภูมิใจในตนเอง การเห็นคุณค่าของตนเองและบุคคลคนอื่น เห็นคุณค่าของการใช้เวลาของชีวิตให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่องานพุทธจิตอาสา มีความพร้อมในการแก้ไขปัญหาและอุปสรรคด้วยปัญญา

7. Sustainability : การสร้างความยั่งยืนของพุทธจิตอาสาสร้างสุขด้วยการปฏิบัติตน ปฏิบัติงานอย่างสม่ำเสมอต่อเนื่องก่อให้เกิดความยั่งยืนของพุทธจิตอาสาสร้างสุข



ภาพที่ 2 สรุปองค์ความรู้ “พุทธจิตอาสา UK2PASS” แนวทางการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร

ข้อเสนอแนะการวิจัย

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1) องค์กรทางศาสนา วัด สถานปฏิบัติธรรม สามารถนำแนวทางการพัฒนาจากองค์ความรู้พุทธจิตอาสาสร้างสุข UK2PASS ไปประยุกต์ใช้อย่างเป็นรูปธรรมและต่อเนื่อง ซึ่งจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อองค์กรทางศาสนา วัดและสถานปฏิบัติธรรม

2) ปัจจุบันการพัฒนาบุคคลในองค์กรทางศาสนา เผชิญกับการเปลี่ยนแปลงหลายมิติของสังคมดิจิทัล ซึ่งบุคคลในองค์กรผ่านการปรับตัวด้วยกระบวนการทางพุทธจิตวิทยาไม่มากพอ การบูรณาการหลักพุทธธรรมและหลักทฤษฎีจิตวิทยาที่เอื้อต่อการหล่อหลอมพัฒนาด้วยการปฏิบัติตน ปฏิบัติงาน เพิ่มเติมเข้าไปในกิจกรรมต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกิจกรรมด้านจิตอาสา หรือกิจกรรมองค์กรอื่นๆแบบไม่หวังผล จะช่วยเพิ่มคุณลักษณะทางพุทธจิตวิทยาสร้างสุขของบุคคลในองค์กร จะเป็นทางเลือกในการบริหารบุคคลในยุคสังคมดิจิทัลซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการส่งเสริมหล่อหลอมพัฒนาให้บุคคลในองค์กรเป็นคนดีมีคุณธรรม มีความซื่อสัตย์ เป็นกัลยาณมิตรด้วยความเมตตาและมีจริยธรรมให้มากยิ่งขึ้น

3) สามารถนำองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย ไปประยุกต์ใช้จัดทำเป็นหลักสูตรอบรมสัมมนา หรือโปรแกรมเพื่อพัฒนาบุคคลในองค์กรทางศาสนา เนื่องจากผลการศึกษาแนวทางการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร ได้ผ่านกระบวนการศึกษาวิจัยอย่างเป็นระบบเชื่อถือได้ ทำให้ได้คุณลักษณะของพุทธจิตอาสาสร้างสุข

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1) ศึกษาวิจัยการวิเคราะห์โมเดลเชิงสาเหตุเพื่อศึกษาองค์ประกอบของการพัฒนาจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อสร้างความสุขจากการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาในสหราชอาณาจักร

2) ศึกษาวิจัยผลสภาวะด้วยเทคนิคเดลฟายและนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์เชิงยืนยันอีกครั้ง เพื่อสนับสนุนผลการวิจัยมีความเป็นไปได้จริงทั้งในปัจจุบันและอนาคต

3) ควรเพิ่มเติมการศึกษาวิจัยที่หลากหลายวิธีมากขึ้น เช่น การวิจัยเชิงทดลอง ด้วยการนำหลักธรรมที่หลากหลายมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนารูปแบบฯ หรือโปรแกรม อาจจะใช้ในแนวทางของการฝึกอบรม หรือการจัดทำคู่มือเกี่ยวกับวิธีการพัฒนาคุณลักษณะของจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยาด้วยหลักธรรมที่หลากหลายที่เอื้อต่อการพัฒนาเชื่อมโยงกับทฤษฎีจิตวิทยา เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการพัฒนาคุณลักษณะจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยามากขึ้น

3. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1) ภาครัฐใช้กับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต่อความรับผิดชอบการพัฒนาบุคคล เช่น องค์กรบริหารส่วนต่างๆเกี่ยวกับการพัฒนาคุณลักษณะของบุคคลในองค์กรโดยภาครัฐใช้กับการพัฒนาบุคคลตามแนวพุทธจิตวิทยาทั้งการปฏิบัติตน ปฏิบัติงาน เพื่อพัฒนาบุคคลในการบริหารงานองค์กร ตามข้อค้นพบจากการศึกษาวิจัยนี้

2) สามารถนำคุณลักษณะของจิตอาสาตามแนวพุทธจิตวิทยา ไปใช้ในการคัดเลือกบุคคลเพื่อการเข้าสู่ตำแหน่ง หรือการเลื่อนระดับในตำแหน่งทางการบริหารองค์กรที่สูงขึ้น

3) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรกำหนดให้มีนโยบายการปฏิบัติตนและปฏิบัติงาน ด้วยความสุข 4 ด้าน คือ สุขทางกาย สุขทางสังคม สุขทางใจ สุขทางปัญญา โดยให้ความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติตนสามารถเป็นกัลยาณมิตรดูแลร่วมกันได้

รายการอ้างอิง

- นพรัตน์ อเนกบุญย์. (2560). การติดตามจิตอาสาที่ปฏิบัติต่อสังคมปัจจุบันอย่างยั่งยืน. *วารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์*, 3(1), 17.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2551). จะพัฒนาคนกันได้อย่างไร. กรุงเทพฯ: มูลนิธิพุทธธรรม.
- พระภาวนาวิจิตร วิ.(เกื้อกูล). (2568). รูปแบบการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวพุทธจิตวิทยาของอุบาสก อุบาสิกาในวัดไทยเมืองบอสตัน รัฐแมสซาชูเซตส์ ประเทศสหรัฐอเมริกา. *วารสารพุทธจิตวิทยา*, 10(3), 401–414.
- พิไลวรรณ บุญล้วน. (2564). แรงจูงใจการทำงานจิตอาสาตามหลักพุทธจิตวิทยาของบุคคลหลากหลายอาชีพในสังคมไทย. *วารสารจิตวิทยาพุทธศาสตร์ประยุกต์เพื่อสังคม*, 7(1), 71–86.
- สุวิมล ว่องวานิช. (2547). การประเมินอภิมานวิธีวิทยาและการประยุกต์ใช้. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มูลนิธิหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ. (2566). *โลกวิปริต-พุทธทาสภิกขุ*, สืบค้น 15 มีนาคม 2566, จาก <https://www.youtube.com/watch?v=6H7AipXeYZs>.
- Denzin, N. K. (1970). *The research act: A theoretical introduction to Sociological methods*. Chicago: Aldine Publishing Co.
- McClelland. (1961). *The Achieving Society*. New York: the Free Press.