



วารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์

Journal of MCU Humanities Review



ปีที่ 4 ฉบับที่ 1 (มกราคม – มิถุนายน) 2561 Vol. 4 No. 1 January-June 2018 ISSN: 2586-9817

กำหนดเผยแพร่ ปีละ 2 ฉบับ

จำนวน 500 เล่ม

ฉบับที่ 1 : มกราคม – มิถุนายน ฉบับที่ 2 : กรกฎาคม – ธันวาคม

วัตถุประสงค์

เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้คณาจารย์ นักวิชาการ นิสิต นักศึกษา และบุคคลทั่วไปได้เผยแพร่ผลงานวิชาการและผลงานวิจัยด้านมนุษยศาสตร์และแขนงวิชาที่เกี่ยวข้องกับมนุษยศาสตร์ ได้แก่ ภาษาไทย ภาษาศาสตร์ จิตวิทยา พุทธจิตวิทยา ชีวิตและความตาย จิตวิทยาการแนะแนวและพระพุทธศาสนา

ประเภทบทความที่รับตีพิมพ์ || บทความวิชาการทั่วไป บทความวิจัย และบทความวิจารณ์หนังสือ

ประเภทของการ Peer-review || Double Blinded

จำนวนผู้ทรงคุณวุฒิประเมินบทความ || 2 คน

ที่ปรึกษา

พระพรหมบัณฑิต,ศ.ดร.

พระราชปริยัติกวี,ศ.ดร. อธิการบดี

พระราชวรเมธี,รศ.ดร. รองอธิการบดีฝ่ายบริหาร

พระสุรธรรมเมธาภรณ์,ผศ. รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ

พระราชวรมนี,ดร. รองอธิการบดีฝ่ายกิจการนิสิต

พระโสภณวชิราภรณ์ รองอธิการบดีฝ่ายต่างประเทศ

พระเมธีธรรมาจารย์,ดร. รองอธิการบดีฝ่ายประชาสัมพันธ์และเผยแผ่

พระครูสังฆรักษ์เอกภักดิ์ อภินันโท,ผศ.ดร. คณบดีคณะมนุษยศาสตร์

พระครูกลียาณสิทธิวิวัฒน์, ผศ. อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา

พระมหาสุริยา วรเมธี, ผศ.ดร. อาจารย์ประจำภาควิชาภาษาไทย

บรรณาธิการ || ผศ.ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือตอง มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ผู้ช่วยบรรณาธิการ || ดร.สุวัฒน์ รักขันโท มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

กองบรรณาธิการ ||

กองบรรณาธิการภายใน

พระมหาเมื่อน กิตติโสภโณ,ผศ.ดร.

พระใบฎีกากิตติพงษ์ สีสสุโข,ดร.

ผศ.ดร.เมธาพันธ์ โพธิ์ธีรโรจน์

ดร.วิชุดา ฐิติโชติรัตน

อาจารย์เชน นคร

กองบรรณาธิการภายนอก

รศ.ดร.เรืองเดช ปิ่นเชื่อนชัย มหาวิทยาลัยมหิดล

รศ. ไพบุลย์ เทวรักษ์ มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต

รศ.ดร.สำเนียง เลื่อมใส มหาวิทยาลัยศิลปากร

น.อ.ดร.นภัทร์ แก้วนาถ วิทยาลัยกองทัพอากาศ

พล.โท.ดร.วีระ วงศ์สรรค์ วิทยาลัยป้องกันราชอาณาจักร

ดร.สมร เกตุสม มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต

ดร.ชัยสิทธิ์ ทองบริสุทธิ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าลาดกระบัง

ผศ.ดร.มนตรี เพชรนาจักร มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

กองงานวารสาร || ผศ.ดร.สมโภช ศรีวิจิตรวรกุล ดร.สายรุ้ง บุปผาพันธ์ พระมหาสุเทพ สุทธิญาณ

นายสมโภช ปินศรี นางสาวนิจวรรณ ใจสุข นางสาวพัทธนันท์ บุญแรง

ศิลปกรรม || อาจารย์เชน นคร นายสมโภช ปินศรี

สำนักงาน || สำนักงานวารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์ ภาควิชาจิตวิทยา ชั้น 3 (A303) โซน A

คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เลขที่ 79 หมู่ที่ 1 ต.ลำไทร อ.วังน้อย

จ.พระนครศรีอยุธยา 13170 โทร. 035-248000

Website : <https://www.tci-thaijo.org/index.php/human/index>

สถานที่พิมพ์ || ห้างหุ้นส่วนจำกัด เซน พรินต์

เลขที่ 7/414 หมู่ที่ 5 ต.บางใหญ่ อ.บางใหญ่ จ.นนทบุรี 11140 โทร.02-927-8194

ผู้ทรงคุณวุฒิกลั่นกรองบทความ (Peer Review)

ภายในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 1. พระราชปริยัติกวี,ศ.ดร. | 13. รศ.ดร.ปรีชา คະเนตรนอก |
| 2. พระครูสังฆรักษ์เอกภัทร อภินันโท,ผศ.ดร. | 14. รศ.นิลรัตน์ กลิ่นจันทร์ |
| 3. พระมหาเผื่อน กิตติโสภโณ,ผศ.ดร. | 15. ผศ.ดร.เมธพันธ์ โพธิ์ธีรโรจน์ |
| 4. พระครูกัลยาณสิทธิวิวัฒน์,ผศ. | 16. ผศ.ดร.ประยูร สุยะใจ |
| 5. พระมหาสุริยา วรเมธี,ผศ.ดร. | 17. ผศ.ดร.เรียงชัย หมั่นชนะ |
| 6. พระมหาวิเชียร ปรีชาโน,ดร. | 18. ผศ.มัน เสือสูงเนิน |
| 7. พระครูพิพิธปริยัติกิจ,ดร. | 19. อาจารย์ ดร.อดุลย์ คนแรง |
| 8. พระปลัดระพิน พุทธิสารโร,ดร. | 20. อาจารย์ ดร.วิชชุดา ฐิติโชติวัฒนา |
| 9. ศ.ดร.จันทน์ อติพัฒนสิทธิ์ | 21. อาจารย์ ดร.กมลภาส ภูวนาธิพงษ์ |
| 10. รศ.ดร.สมศักดิ์ บุญปู | 22. อาจารย์ ดร.พุทธชาติ แผนสมบุญ |
| 11. ผศ.ดร.อนุวัต กระสังข์ | 23. อาจารย์ ดร.กมลภาส ภูวนาธิพงษ์ |
| 12. อาจารย์ ดร.นวลพรรณ พูนวสุพลฉัตร | |

ภายนอกมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

- | | |
|----------------------------------|------------------------------------|
| 1. พระมหาบุญศรี ญาณวุฑโฒ,ผศ.ดร. | มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย |
| 2. ศ.ดร.วัชร งามจิตเจริญ | มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ |
| 3. ศ.ดร.ผ่องพรรณ เกตุพิทักษ์ | มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต |
| 4. ศ.ดร.กาญจนา เจริญสี | มหาวิทยาลัยนเรศวร |
| 5. รศ.ดร.เรืองเดช ปันเขื่อนขัตย์ | มหาวิทยาลัยมหิดล |
| 6. รศ.ดร.สำเนียง เลื่อมใส | มหาวิทยาลัยศิลปากร |
| 7. รศ.ดร.ฉัฐวิณ สิริศรีธรรม | มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ |
| 8. รศ.ดร.สมบุญ ศรีสรพรธิ์ | มหาวิทยาลัยมหิดล |
| 9. รศ.ไพบุลย์ เทวรักษ์ | มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต |
| 10. ผศ.ดร.รท.บรรจบ บรรณรุจิ | จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 11. ผศ.ดร.นิภา แก้วศรีงาม | มหาวิทยาลัยรามคำแหง |
| 12. ผศ.ดร.วุฒินันท์ กันทะเตียน | มหาวิทยาลัยมหิดล |
| 13. ผศ.ดร.ธีรโชติ เกตุแก้ว | มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ |
| 14. น.อ.ดร.นภัทร แก้วนาค | วิทยาลัยกองทัพอากาศ |
| 15. อาจารย์ ดร.วีรชาติ นิมนงค์ | มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ |
| 16. ดร.สมร เกตุสม | มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต |
| 17. พล.โท.ดร.วีระ วงศ์สรรค์ | วิทยาลัยป้องกันราชอาณาจักร |
| 18. ผศ.ดร.สาระ มุกดี | มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช |
| 19. ผศ.ดร.เก็จกนก เอื้อวงศ์ | มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช |
| 20. ผศ.ดร.สุใจ ส่วนไพโรจน์ | มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ |
| 21. ผศ.ดร.มนตรี เพชรนาจักร | มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ |
| 22. ดร.มุลินทร์ ผลกล้า | มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา |
| 23. ดร.ธานี ชูกำเนิด | มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา |

จริยธรรมในการตีพิมพ์บทความ (Publication Ethics)

ผู้พิมพ์บทความ (Authors)

1. ผู้พิมพ์บทความต้องรับรองว่า ผลงานที่ส่งมานั้นเป็นผลงานที่ดี ใหม่ มีประโยชน์และไม่เคยตีพิมพ์ที่ไหนมาก่อน
2. ผู้พิมพ์บทความต้องรายงานข้อเท็จจริงที่เกิดขึ้นจากการวิจัย ไม่บิดเบือนข้อมูล หรือให้ข้อมูลที่เป็นเท็จ
3. ผู้พิมพ์บทความต้องอ้างอิงผลงานของผู้อื่น หากมีการนำผลงานเหล่านั้นมาใช้ในผลงานของตนเอง รวมทั้งต้องจัดทำอ้างอิงท้ายบทความด้วย

4. ผู้พิมพ์บทความต้องเขียนให้ถูกต้องตามรูปแบบที่วารสาร มจร มนุษยศาสตร์กำหนดไว้

5. ผู้พิมพ์บทความที่มีชื่อปรากฏในบทความ ต้องเป็นผู้มีส่วนร่วมในการดำเนินการวิจัยหรือเขียนบทความทุกคน

6. ผู้พิมพ์บทความต้องระบุแหล่งทุนที่สนับสนุนการวิจัย (ถ้ามี)

7. ผู้พิมพ์บทความวิจัยต้องระบุผลประโยชน์ทับซ้อน (ถ้ามี)

บรรณาธิการวารสาร (Editors)

1. บรรณาธิการวารสารมีหน้าที่พิจารณาคุณภาพของบทความเพื่อตีพิมพ์เผยแพร่ในวารสารที่ตนรับผิดชอบ
2. บรรณาธิการวารสารต้องไม่เปิดเผยข้อมูลของผู้พิมพ์และผู้ประเมินบทความแก่บุคคลอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้องในช่วงระยะเวลาของการประเมินบทความ

3. บรรณาธิการวารสารต้องตีพิมพ์บทความที่ผ่านการประเมินบทความจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้วเท่านั้น และต้องไม่ตีพิมพ์บทความที่เคยตีพิมพ์ที่อื่นมาแล้ว

4. บรรณาธิการวารสารต้องไม่ปฏิเสธการตีพิมพ์บทความเพราะความสงสัยหรือไม่แน่ใจ แต่ต้องให้เขาพิสูจน์ข้อมูลเพื่อคลายความสงสัยนั้น ๆ ก่อน

5. บรรณาธิการวารสารต้องไม่มีผลประโยชน์ร่วมกับผู้พิมพ์บทความ ผู้ประเมิน และทีมผู้บริหาร

6. บรรณาธิการวารสารต้องตรวจสอบการคัดลอกผลงานของผู้อื่น (Plagiarism) อย่างจริงจัง โดยใช้โปรแกรมที่เชื่อถือได้ เพื่อให้แน่ใจว่าบทความที่ตีพิมพ์นั้น ไม่ได้คัดลอกผลงานของผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาตหรือไม่มีการอ้างอิงถึง

7. หากตรวจพบการคัดลอกงานของผู้อื่น บรรณาธิการวารสารต้องหยุดการประเมินบทความและติดต่อผู้พิมพ์บทความทันที เพื่อชี้แจงประกอบการ “ตอบรับ” หรือ “ปฏิเสธ” การตีพิมพ์บทความนั้น ๆ

ผู้ประเมินบทความวารสาร (Reviewers)

1. ผู้ประเมินบทความ ต้องรักษาความลับและไม่เปิดเผยข้อมูลใด ๆ เกี่ยวกับบทความที่ส่งมารับการพิจารณาตีพิมพ์แก่บุคคลอื่นที่ไม่เกี่ยวข้องในช่วงระยะเวลาของการประเมินบทความ (Confidentiality)

2. หลังจากได้รับบทความจากบรรณาธิการวารสารแล้ว ผู้ประเมินบทความระลึกได้ว่า ตัวเองอาจมีส่วนได้ส่วนเสียใด ๆ กับผู้พิมพ์บทความ เช่น เป็นผู้ร่วมโครงการ หรือรู้จักเป็นการส่วนตัว หรือเหตุผลอื่น ๆ ที่ทำให้ไม่สามารถให้ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะอย่างอิสระได้ ผู้ประเมินบทความควรแจ้งให้บรรณาธิการวารสารทราบและปฏิเสธการประเมินบทความนั้น ๆ

3. ผู้ประเมินบทความ ควรประเมินบทความในสาขาวิชาที่ตนมีความเชี่ยวชาญ ไม่ควรใช้ความคิดเห็นส่วนตัวโดยไม่มีข้อมูลรองรับเป็นเกณฑ์ในการตัดสินบทความ

4. ผู้ประเมินบทความ ต้องระบุผลงานวิจัยที่สำคัญและสอดคล้องกับบทความที่กำลังประเมิน แต่ผู้พิมพ์บทความไม่ได้อ้างอิงในบทความด้วย และหากมีส่วนใดที่มีความเหมือนหรือซ้ำซ้อนกับผลงานของผู้อื่น ผู้ประเมินบทความต้องแจ้งให้บรรณาธิการวารสารทราบด้วย

บทบรรณาธิการ

วารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์ (ISSN : 2586-9817) ปีที่ 4 ฉบับที่ 1 ประจำเดือน มกราคม – มิถุนายน 2561 นี้ มีนักวิชาการได้ส่งบทความวิชาการทั่วไปและบทความวิจัยทั้งจากภายในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยและจากสถาบันการศึกษาและหน่วยงานภายนอกส่งเข้ารับการพิจารณาเพื่อตีพิมพ์เป็นจำนวนมาก โดยกองบรรณาธิการได้คัดสรรและดำเนินการส่งให้ผู้ทรงคุณวุฒิแต่ละสาขาวิชาเป็นผู้อ่านและประเมินคุณภาพบทความ และมีการปรับแก้ไขจนสมบูรณ์ สามารถตีพิมพ์ได้ จำนวน 15 เรื่อง ประกอบด้วยบทความวิจัย จำนวน 12 เรื่อง บทความวิชาการวิชาการทั่วไป จำนวน 3 เรื่อง แต่ละเรื่องล้วนมีสาระสำคัญน่าสนใจ ดังนี้

“จิตวิทยาการบริหารเวลาเพื่อการพัฒนาตนเอง” โดย สุทธิชัย ศรีรัตนวงศ์ และ พระใบฎีกากิตติพงษ์ สีสสุทโธ บทความวิชาการนี้ ชี้ให้เห็นประโยชน์จากการจัดการเวลาที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด พร้อมทั้งนำเสนอแนวคิดทฤษฎีต่างๆ ทางจิตวิทยามาใช้ในโปรแกรมการพัฒนาตนเอง ทางด้านการบริหารเวลาซึ่งมีอยู่ 7 ขั้นตอน

“สถานะของมารดาในฐานะสตรีตามพระวินัย” โดย สรวิษฐ์ วงษ์สอาด พระมหาอินทร์วงศ์ อิสสรภาณี และ จันทร์สม์ ตาปูลิง บทความนี้แสดงให้เห็นว่าสตรีในพระวินัยนั้นมี 2 ประเภท คือ สตรีแรกเกิดและสตรีที่รู้เดียงสา ส่วนมารดานับเป็นสตรีตามบัญญัติของพระวินัย เป็นวัตถุแห่งอาบัติตามสิกขาบทนั้นๆ ที่ได้บัญญัติไว้ โดยไม่มีข้อยกเว้น ฉะนั้น การกราบไหว้มารดา การสัมผัสกายมารดา จึงถือเป็นความผิดตามพระวินัยทั้งสิ้น

“ได้หน้าปราชญ์โมเดล : กระบวนการเรียนรู้แบบปราชญ์ชาวบ้านเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน” โดย ธาณี ชูกำเนิด ได้หน้าปราชญ์โมเดลในบทความวิจัยนี้ คือ รูปแบบกระบวนการนวัตกรรมการเรียนรู้ เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนของปราชญ์ชาวบ้านภาคใต้ อันบ่งบอกถึงเรื่องราวเกี่ยวกับกระบวนการนวัตกรรมการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นภายใต้บริบทวิถีชีวิตแห่งการเรียนรู้ซึ่งมีกระบวนการสำคัญ 3 ขั้นตอนตามลำดับ คือ กระบวนการสร้างนวัตกรรม กระบวนการนำนวัตกรรมไปใช้ และกระบวนการเผยแพร่นวัตกรรม

ส่วนบทความวิจัยที่น่าสนใจประกอบด้วย

“ผลของการให้การปรึกษารายบุคคลตามแนวพุทธธรรมต่อการลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย” โดย วาสนิตา เสมประวัตติ และ สาระ มุขติ เป็นการวิจัยเชิงทดลอง พบผลการวิจัยที่น่าสนใจ คือ กลุ่มทดลองมีภาวะความวิตกกังวลด้านอารมณ์ลดลงกว่าก่อนการทดลองในระยะติดตามผล 1 สัปดาห์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ภาวะด้านร่างกายและด้านพฤติกรรมมีค่าต่ำกว่าก่อนการทดลองในระยะติดตามผล 1 สัปดาห์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นอกจากนี้ กลุ่มทดลองยังมีค่าระดับภาวะความวิตกกังวลด้านอารมณ์ ด้านร่างกาย ด้านพฤติกรรม ลดลงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

“การเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพลัดพรากในบริบทสังคมไทย” โดย ทิพย์ธิดา อนุสรณ์ และ สารระ มุขติ พบผลที่น่าสนใจ คือ ผู้สูงอายุคิดว่าการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุควรปลูกฝังตั้งแต่วัยเด็ก ด้วยการอบรมเลี้ยงดูจากพ่อแม่ การเรียนรู้เข้าใจหลักธรรมจะทำให้ดำเนินชีวิตอย่างไม่ประมาท หลักพุทธธรรมในการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุ คือ ศีล 5 และหลักธรรมสำหรับการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ คือ พรหมวิหาร 4 และมีองค์ความรู้ที่น่าสนใจคือ การเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุด้วยรูปแบบ “MORALITY”

“ปัจจัยที่เป็นตัวพยากรณ์ภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่น ในอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์” โดย จิตรภานุ คำสนวน บทความวิจัยนี้สรุปสาระสำคัญของผลการวิจัยที่น่าสนใจ คือ ปัจจัยที่สามารถพยากรณ์ภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นได้ดีที่สุด คือ กัลยาณมิตร การมองโลกในแง่ดี การคิดแบบโยนิโสมนสิการ และการเห็นคุณค่าในตัวเอง

“ผลการใช้โปรแกรมการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา : กรณีศึกษานักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดสุทธจินดา” โดย พวงเพชร วัชรรัตนพงศ์ และ สารระ มุขติ บทความนี้นำเสนอผลการวิจัยที่พบว่า การวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยการเข้าร่วมกิจกรรมการเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง ทั้งสองกลุ่มมีค่าเฉลี่ยของคะแนนโดยภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.01 และการวิเคราะห์ความแตกต่างของการเข้าร่วมกิจกรรมในกลุ่มทดลองก่อนและหลังเรียน มีค่าเฉลี่ยในการเห็นคุณค่าในตนเอง ทั้งคุณค่าแท้ คุณค่าเทียมในตนเอง คุณค่าในการทำประโยชน์แก่ตนเอง และคุณค่าในการทำประโยชน์แก่ผู้อื่น แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.01

“ความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้คุณค่าในตนเองที่มีต่อเป้าหมายและความสำเร็จในการเรียนตามหลักอิทธิบาท 4 : กรณีศึกษา นิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย” โดย กันต์ ปันญ พบผลวิจัยที่น่าสนใจ คือ ด้านการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง นิสิตมีความภาคภูมิใจในตนเอง กล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกต้องและมีสัมพันธภาพอันดีกับบุคคลรอบข้าง ส่วนด้านเป้าหมายในการเรียน นิสิตมีความตั้งใจเรียนเพื่อความสำเร็จทางการศึกษา เป็นผู้ที่มีเป้าหมายในชีวิตและนำสิ่งที่เรียนไปใช้ประโยชน์ได้ ส่วนด้านความสำเร็จในการเรียนตามหลักอิทธิบาท 4 นิสิตมีความเอาใจใส่ในการเรียน เข้าใจเนื้อหาในบทเรียนและสามารถเรียนรู้ได้อย่างรวดเร็ว

“แรงจูงใจของพุทธศาสนิกชนในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดประดัก จังหวัดสิงห์บุรี” โดย พระปณิธิ ตันติธนาธร บทความวิจัยนี้แสดงผลการวิจัยว่า แรงจูงใจของพุทธศาสนิกชนในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ หลักสัปปายะ ด้านบุคคลเป็นที่สบาย อาหารเป็นที่สบาย อิริยาบถเป็นที่สบาย ที่พักอาศัยสบาย

“ปัจจัยพุทธจิตวิทยาที่มีผลต่อความสุขในการทำงานของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์” โดย พระอนันตชัย ชันโพธิ์น้อย บทความนี้ได้สรุปปัจจัยพุทธจิตวิทยาที่มีผลต่อความสุขไว้อย่างน่าสนใจ คือ บุคลากรมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยพุทธจิตวิทยาโดยภาพรวมอยู่ในระดับ

มาก คือ สมานัตตตา ทาน อตถจริยา ปิยวาจา ตามลำดับ ส่วนความสุขในการทำงานโดยภาพรวมอยู่ในระดับมากตามลำดับดังนี้ ความรักในงาน การติดต่อสัมพันธ์ ความสำเร็จในงานและการเป็นที่ยอมรับ นอกจากนี้พบว่า สถานะของบุคลากร สถานภาพ ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือนและระยะเวลาทำงานที่แตกต่างกัน มีความสุขในการทำงานแตกต่างกัน

“รูปแบบและกระบวนการพัฒนาทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย” โดย กมลาศ ภูวนาธิพงษ์ อัครนันท์ อริยศรีพงษ์ โกวิท พานแก้ว พุทธชาติ แผนสมบุญ สุวัฒน์ รักขันโท และ ญาณินี ภูพัฒน์ บทความนี้นำเสนอรูปแบบและกระบวนการพัฒนาทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษที่น่าสนใจดังนี้ รูปแบบการพัฒนาทักษะการใช้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารมีองค์ประกอบสำคัญ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านคุณภาพการสอนของอาจารย์ ด้านสื่อการสอน ด้านเนื้อหาการเรียนการสอน และด้านตัวผู้เรียน ส่วนแนวทางการพัฒนาทักษะการใช้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารในแต่ละด้าน คือ ด้านคุณภาพการสอนของอาจารย์ ผู้สอนต้องมีความรู้ความสามารถในการถ่ายทอด เตรียมการสอนให้เหมาะสมกับผู้เรียน ด้านสื่อการสอน ผู้สอนควรพัฒนาสื่อการสอนที่น่าสนใจ ด้านเนื้อหาการเรียนการสอน ควรพัฒนาเนื้อหาครบถ้วนให้เหมาะสมกับผู้เรียน ปรับปรุงให้ทันสมัย และด้านตัวผู้เรียน ควรฝึกฝนและทบทวนบ่อยครั้งและมีโอกาสใช้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารเพิ่มขึ้น

“การประยุกต์หลักพุทธธรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัดในการบำบัดรักษาผู้ป่วยสุรา” โดย อธิรยุทธ วิสุทธิ และ รพีพร วิสุทธิ การวิจัยนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง พบผลที่น่าสนใจ คือ พฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการประยุกต์หลักธรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัดมีพฤติกรรมการดื่มสุราลดลงทุกราย

“ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวและความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนกับจิตสาธารณะของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม” โดย จักรกริช ชื่นกลิ่นรูป จิระสุข สุขสวัสดิ์ และ วลภา สบายยิ่ง งานวิจัยนี้มีผลสำคัญ คือ กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนจิตสาธารณะ คะแนนความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว และคะแนนความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนอยู่ในระดับสูงทั้งหมด และผลความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวและความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับจิตสาธารณะของกลุ่มตัวอย่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

“บทบาทพระเทพสุธี (สมควร ปิยสีโล) เจ้าคณะภาค 14 เจ้าอาวาสวัดนิมมานรดีกับงานพัฒนาเด็กและเยาวชน” โดย พระมหาจิรศักดิ์ คำลาย และ วรรณวีร์ บุญคุ้ม บทความนี้นำเสนอบทบาทสำคัญของพระเทพสุธี ดังนี้ บทบาทด้านการบริหารจัดการหลักสูตร และส่งเสริมการเรียนการสอนนักเรียนนักรัทธิบาลี ส่วนบทบาทต่อชุมชน ท่านได้ให้ความช่วยเหลือด้านปัจจัยพื้นฐานของคน

ในชุมชนด้วยการให้ทาน เช่น การแจกข้าวสารทุกเดือน เยี่ยมบ้านสามเณรยากจนและมอบเงินช่วยเหลือ เป็นต้น โดยดำเนินกิจกรรมตามหลัก “บวร”

“ปัจจัยที่ส่งผลต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยสู่การเป็นประชาคมอาเซียน” โดย รัตน์ ณี สุษะใจ พระมหาสุเทพ สุทธิญาโณ ประยูร สุษะใจ และ ปิยะวดี จินดาโชติ สารสำคัญในบทความวิจัยนี้ คือ ปัจจัยที่ส่งผลต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยสู่การเป็นประชาคมอาเซียนมีความสัมพันธ์กับปัจจัยจิตสังคม เมื่อทดสอบโดยใช้ข้อมูลทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบแต่ละด้าน ได้แก่ ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ด้านความเชื่อมั่นในตน ด้านลักษณะมุ่งอนาคต ด้านความสัมพันธ์ระหว่างนิสิตกับอาจารย์ ด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อนด้านความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตน กลุ่มตัวอย่างมีระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

กองบรรณาธิการขอขอบคุณเจ้าของผลงานบทความทุกท่านที่ได้มีส่วนร่วมทำให้วารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์ ได้เผยแพร่ความรู้ทางวิชาการสู่สาธารณะตามนโยบายของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ขอขอบคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้แนะนำเพื่อให้ได้บทความที่มีคุณภาพ ถูกต้อง น่าอ่าน และเป็นประโยชน์ต่อแวดวงวิชาการ และท้ายที่สุดขอขอบคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่าน ที่ได้จัดทำให้มีวารสารฉบับนี้และโปรดติดตามฉบับต่อไป

ด้วยความปรารถนาดี



(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สิริวัฒน์ ศรีเครือดง)

บรรณาธิการ

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
กองบรรณาธิการ	1
ผู้ทรงคุณวุฒิกลั่นกรองบทความ	2
บทบรรณาธิการ	4
❖ ผลของการให้การพิจารณารายบุคคลตามแนวพุทธธรรม ต่อการลดความ วิตกกังวลในผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย นางวาทนิตา เสมประวัติ, นางสาวระ มุขดี	1
❖ การเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพหุพลังในบริบทสังคมไทย นางสาวทิพย์ธิดา ณ นคร, นางสาวระ มุขดี	11
❖ ปัจจัยที่เป็นตัวพยากรณ์ภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่น ในอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ นายจิตรภาณุ ดำสนวน	19
❖ ผลการใช้โปรแกรมการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา : กรณีศึกษา นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม นางพวงเพชร วัชรรัตน์พงศ์, ผศ.ดร.สวระ มุขดี	29
❖ ความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง ที่มีต่อเป้าหมาย และ ความสำเร็จในการเรียน ตามหลักอิทธิบาท 4 กรณีศึกษา : นิสิตระดับ ปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช วิทยาลัย นายกนต์ ปันญ	37
❖ แรงจูงใจของพุทธศาสนิกชนในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดระดับ จังหวัดสิงห์บุรี พระปณิธิ ดันติธนาธร	47

- ❖ ปัจจัยพุทธจิตวิทยาที่มีผลต่อความสุขในการทำงานของบุคลากร
วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์
พระอนันตชัย ชันโพธิ์น้อย 55
- ❖ รูปแบบและกระบวนการพัฒนาทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษ ของนิสิต
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ดร.อัศรนนท์ อริยศิริพงษ์, ดร.กมลลาด ภูวนาธิพงศ์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์
โกวิท พานแก้ว, ดร.พุทธชาติ แผนสมบูรณ์, ดร.สุวัฒน์ รักขันโท, อาจารย์
ญาณิณี ภูพัฒน์ 63
- ❖ จิตวิทยาการบริหารเวลาเพื่อการพัฒนาตนเอง 75
นายสุทธิชัย ศรีรัตนวงศ์, พระใบฎีกากิตติพงษ์ สีสสุทโธ
- ❖ สถานะของมารดาในฐานะสตรีตามพระวินัย 85
ดร.สรวิชัย วงษ์สะอาด, พระมหาอินทร์วงศ์ อัสสรภาณี, ดร., นายจันทรัมย์
ตาปูลิง
- ❖ การประยุกต์หลักธรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัดในการบำบัดรักษาผู้ป่วย
สุรา 93
ดร.ธีรยุทธ วิสุทธิ, นางรพีพร วิสุทธิ
- ❖ ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของ
ครอบครัวและความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนกับจิต
สาธารณะของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาล
กำแพงแสน จังหวัดนครปฐม 105
นายจักรกริช ชื่นกลิ่นรูป, ดร.จิระสุข สุขสวัสดิ์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์
ดร.วัลภา สบายยิ่ง
- ❖ บทบาทพระเทพสุธี (สมควร ปิยสีโล) เจ้าคณะภาค 14 เจ้าอาวาสวัด
นิมมานรดี กับงานพัฒนาเด็กและเยาวชน 119
พระมหาจิรศักดิ์ คำลาย, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วรรณวีร์ บุญคุ้ม
- ❖ ใ้หน้าปราชญ์โมเดล : กระบวนการเรียนรู้แบบปราชญ์ชาวบ้านเพื่อการ
พัฒนาที่ยั่งยืน 129
ดร.ธานี ชูกำเนิด

- ❖ ปัจจัยที่ส่งผลต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการ
เรียนรู้ตลอดชีวิตของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยสู่
การเป็นประชาคมอาเซียน 139

พันตรีหญิง ดร.รัตน์มณี สุยะใจ พระมหาสุเทพ สุทธิญาโณ ผู้ช่วย

ศาสตราจารย์ ดร.ประยูร สุยะใจ พันเอก (พิเศษ) หญิง ดร.ปิยะวดี จินดาโชติ

ภาคผนวก

152



ผลของการให้การปรึกษารายบุคคลตามแนวพุทธธรรม ต่อการลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย

The Effect of Buddhist Individual Counseling on Decreasing
the Anxiety of Cancer Patients with the End of Life

นางวาตนิตา เสมประวัติ^๑

Mrs. Watnita Semprawat

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้ เป็นการวิจัยกึ่งการทดลอง มีวัตถุประสงค์ (1) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยภาวะความวิตกกังวล แสดงด้านอารมณ์ ด้านร่างกาย ด้านพฤติกรรม ก่อนและหลังการทดลอง รวมถึงระยะติดตามผล 1 สัปดาห์ในผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย ที่ได้รับการให้การปรึกษารายบุคคลตามแนวพุทธธรรม และ (2) เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระดับความวิตกกังวลด้านอารมณ์ ด้านร่างกาย ด้านพฤติกรรม กับกลุ่มที่ได้รับการรักษาพยาบาลตามปกติ กลุ่มตัวอย่างของการวิจัย ได้แก่ ผู้ป่วยมะเร็งระยะที่ 3-4 จำนวน 24 คน โดยการใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด ซึ่งแบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กลุ่มละ 12 คน เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถามเกี่ยวกับภาวะความวิตกกังวล แสดงด้านอารมณ์ ด้านร่างกาย ด้านพฤติกรรม การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยใช้สถิติวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One Way ANOVA) ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มทดลองมีภาวะความวิตกกังวลด้านอารมณ์ลดลงกว่าก่อนการทดลองในระยะติดตามผล 1 สัปดาห์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ภาวะด้านร่างกาย และด้านพฤติกรรมมีค่าต่ำกว่าก่อนการทดลองในระยะติดตามผล 1 สัปดาห์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 นอกจากนี้กลุ่มทดลองยังมีค่าระดับภาวะความวิตกกังวลด้านอารมณ์ ด้านร่างกาย ด้านพฤติกรรม ลดลงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จากข้อเสนอแนะการวิจัยข้างต้น ควรนำแนวทางการให้การปรึกษารายบุคคลตามแนวพุทธธรรมไปประยุกต์ใช้ในกระบวนการให้การดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย เพื่อลดระดับความวิตกกังวลในผู้ป่วย

คำสำคัญ : การให้การปรึกษา, ความวิตกกังวล, มะเร็งระยะสุดท้าย

Abstract

This study was a quasi-experimental research in nature. Its objectives were (1) to compare the difference of Mean of anxiety, expression through emotion, body, and behaviors one week before and after experiment and one-week of the follow-up session about the patients of the terminal stage of cancer who participated in the individual counseling based on Buddhaddhamma; and (2) to compare Mean of anxiety, expression through emotion, body, and behaviors of patients with a normal treatment. Samples of the study were 24 patients of the third-fourth stage of cancer using a purposive sampling method as designed which were divided into two groups: a control group and experiment

¹ นิธิปริญญาโท สาขาวิชาชีวิตและความตาย, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

group with 12 respondents each. The tool of data collection was a questionnaire of anxiety, expression through emotion, body, and behaviors. For analyzing data One Way of ANOVA was administered. The results of the study were as follows: The Mean of emotional anxiety of experimental group subjects was lower than before experiment in the one week follow-up period at significantly statistical level of .05, and the Mean of bodily and behavioral anxieties were lower than before experiment in the one week follow-up period at significantly statistical level of .05. The Mean, moreover, of emotional, bodily and behavioral anxieties of the experiment group was found to be lower than that of the control group at significantly statistical level of .05. From the above results of the study it found that the individual counseling based on Buddhaddhamma should have been applied in the caring process of patients of the terminal stage of cancer for decreasing the degree of their anxiety.

Keywords : counseling, anxiety, cancer patients

1. บทนำ

ความตายเป็นสภาวะธรรมตามธรรมชาติ ของสัตว์โลกที่มาพร้อมกับการเกิด มิใช่สิ่งแปลกปลอมแห่งชีวิตของมนุษย์แต่กลับใกล้ชิดมนุษย์มากที่สุด ไม่มีใครสักคนจะรอดพ้นความตายไปได้ ดังนั้นความตายจึงไม่ใช่สิ่งที่น่ากลัว แต่สิ่งที่น่ากลัวน่าจะเป็นภาวะก่อนตายมากกว่าเพราะมีพุทธพจน์ยืนยันว่า “จิตเต สงกิลิฏฐุ ทุกคติ ปาฏิกงขา” แปลว่าเวลาก่อนตายบุคคลเป็นผู้มีจิตเศร้าหมอง ก็มีหวังไปสู่สุคติภูมิอย่างแน่นอน “จิตเต อสงกิลิฏฐุ สุขติ ปาฏิกงขา” แปลว่าก่อนตายบุคคล เป็นผู้ที่มีจิตผ่องใส ก็มีหวังไปสู่สุคติภูมิแน่นอน นี่เป็นพุทธพจน์ ที่ทำให้เราเห็นความสำคัญของการที่ทำให้จิตใจผ่องใสในยามในเวลาที่ใกล้จะตาย (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2551: 382) การเตรียมตัวที่ดีในวาระสุดท้ายของชีวิต เพื่อไปสู่สุคติภูมินั้นจำเป็นต้องได้รับการฝึกตนมาก่อน แต่ผู้ป่วยเป็นจำนวนมากเมื่อทราบว่ามีภาวะเจ็บป่วยและเข้าสู่ระยะสุดท้ายที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ โดยเฉพาะผู้ป่วยที่เป็นมะเร็งระยะสุดท้ายในความเข้าใจของคนทั่วไปคือ ต้องเสียชีวิตอย่างแน่นอนเพราะในปัจจุบันยังไม่มีตัวยาหรือวิธีการใดๆที่จะรักษาได้ จึงเป็นการยากลำบากอย่างยิ่งสำหรับผู้ป่วยที่จะยอมรับความตายที่ถูกต้อง

กำหนดไว้ในระยะเวลาอันใกล้นี้ ความกลัว ความวิตกกังวลทั้งจากความเจ็บป่วยที่คุกคาม ภาระหน้าที่และการทำงานที่ค้างค้ำที่ยังไม่ได้สะสางให้เสร็จสิ้น เป็นอวิชชาที่ตึงจิตของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายให้เศร้าหมอง

จากการศึกษาแนวทางการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ผู้ป่วยโรคมะเร็งเป็นผู้ป่วยที่ต้องเผชิญกับความทุกข์ทรมานจากความเจ็บปวดและมีการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยามาก จำนวนผู้ป่วยเพิ่มขึ้นมากในแต่ละปี ผู้ป่วยและญาติมักไม่ได้มีการเตรียมตัวเตรียมใจมาก่อนเป็นความกะทันหันของการดำเนินชีวิต ในตำราวิชาการบทความ งานวิจัยต่างๆที่เกี่ยวข้องกับการดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายพบว่ามีหลากหลายวิธีการแต่มีจุดประสงค์เพื่อให้บรรลุถึง “การตายดี” ความหมายของการตายดีนี้ไม่ได้หมายถึงการตายในรูปแบบการได้รับการรักษาทางการแพทย์อย่างถึงที่สุดด้วยวิธีการต่างๆ แต่หมายถึงการตายด้วยใจสงบ ยอมรับความเป็นจริงของชีวิต ไม่มีสิ่งใดติดค้างให้ต้องวิตกกังวลอันจะนำพาจิตไปสู่อบายภูมิ สำหรับผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายสามารถปฏิบัติตนให้ถึงซึ่งการตายดีได้นั้น จำเป็นต้องได้รับการเตรียมตัวหรือฝึกฝนจิตใจจนสามารถปล่อยวางได้ โดยกระบวนการปรับความคิด ความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิตให้ถูกต้อง มีแนวทางที่ต้องของการแก้ปัญหาและสามารถเลือกทางแก้ไขด้วยตัวของผู้ป่วยเองได้ พยาบาลเป็นผู้ที่ให้การดูแลผู้ป่วยอย่างใกล้ชิดมากที่สุดควรมี

บทบาทในการช่วยเหลือเป็นผู้ให้การปรึกษาแก่ผู้ป่วยและญาติเพื่อให้วาระสุดท้ายของชีวิตเป็นวาระของการเดินทางผ่านพ้นวางใจไว้เหนือกายเป็นภาวะแห่งความสงบเย็น

ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาผลของการให้การปรึกษาผู้ป่วยรายบุคคลตามแนวพุทธธรรมเพื่อลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยระยะเรื้อรังระยะสุดท้ายได้คลี่คลายจากความทุกข์ ความคับข้องใจที่กำลังเผชิญอยู่ การปรึกษาทางด้านสุขภาพแบบประคับประคองด้วยหลักพุทธจะเป็นแนวทางการดำเนินชีวิตไปสู่การเตรียมจิตใจที่จะนิ่ง สงบและปล่อยวางได้ อันเป็นที่หวังสูงสุดของพุทธศาสนิกชน

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อเปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลของผู้ป่วยระยะเรื้อรังระยะสุดท้ายของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังให้การให้การปรึกษา

2.2 เพื่อเปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลของผู้ป่วยระยะเรื้อรังระยะสุดท้ายของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมภายหลังการให้การปรึกษา

3. ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งการทดลอง (Quasi- Experimental Design) แบ่งขอบเขตการศึกษาวิจัย ดังนี้

3.1 ขอบเขตด้านเนื้อหา

แนวคิดการให้การปรึกษาผู้ป่วยระยะเรื้อรังระยะสุดท้ายตามทฤษฎีทางตะวันตก พุทธวิธีการให้การปรึกษาปัญหาผู้ป่วยระยะสุดท้ายหลักธรรมตามหลักพระพุทธศาสนา และการประยุกต์ใช้ที่มีผลต่อการดูแลผู้ป่วยระยะเรื้อรังระยะสุดท้าย โดยทำการศึกษาจาก

3.1.1 การศึกษาจากคัมภีร์พระไตรปิฎกเถรวาทเป็นหลัก เฉพาะขอบเขตที่เกี่ยวข้องกับพุทธวิธีการให้การปรึกษา การปฏิบัติกรรมฐาน หลักธรรม ที่ใช้เยียวยาผู้ป่วยระยะเรื้อรังระยะสุดท้าย

3.1.2 ใช้พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. 2539

3.1.3 ศึกษารวบรวมจากเอกสาร บทความ งานวิจัย ที่เกี่ยวข้อง

3.2 ขอบเขตประชากร

ประชากรคือผู้ป่วยระยะเรื้อรังระยะสุดท้ายที่เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลศูนย์ราชบุรี และอาศัยอยู่ในเขตตำบลหน้าเมือง อำเภอเมืองราชบุรี จังหวัดราชบุรี จำนวน 24 ราย แบ่งเป็นกลุ่มทดลองเพื่อให้ทดลองกระบวนการให้การปรึกษารายบุคคล ซึ่งจะทำการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย (Simple Random Sampling) โดยการจับฉลาก มาเป็นกลุ่มทดลอง 12 คน กลุ่มควบคุม 12 คน ทำการศึกษาในช่วงเดือน ธันวาคม 2559 ถึงเดือนมกราคม 2560 หลัง (หลังได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ โรงพยาบาลราชบุรี) ผู้วิจัยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการทำวิจัยและประโยชน์ที่จะได้รับการวิจัยในครั้งนี้ และให้ผู้ป่วยเข้าร่วมโครงการวิจัยด้วยความสมัครใจพร้อมทั้งให้เซ็นใบยินยอมการวิจัย

4.วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ และการวิจัยกึ่งการทดลอง (Quasi- Experimental Design) กลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม วัดผลก่อนและหลังการทดลอง (two Group Pretest – Posttest Design) โดยจัดเป็นขั้นตอนดังนี้

4.1 ศึกษาวิเคราะห์จากแหล่งข้อมูลชั้นปฐมภูมิซึ่งผู้วิจัย (Primary Sources) ได้แก่พระไตรปิฎก ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และหนังสือ รวมถึงเอกสารทางการแพทย์ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลผู้ป่วย มะเร็งระยะท้าย การดูแลผู้ป่วยระยะระยะสุดท้าย การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง กระบวนการให้การ ศึกษาแบบรายบุคคล การให้การปรึกษาตามหลักศาสนาพุทธ

4.2 ศึกษาวิเคราะห์แหล่งข้อมูลชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources) ได้แก่ ตำรา เอกสาร งานวิจัย อื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลผู้ป่วยระยะระยะสุดท้าย, หลักมรณสติในพระไตรปิฎก, พุทธวิธีการให้การปรึกษาที่ปรากฏในพระไตรปิฎก นำมาสร้างแบบสอบถาม เก็บข้อมูลจากแบบสอบถาม การสังเกต การบันทึกข้อมูลการ ให้การปรึกษา

4.3 การจัดกิจกรรมให้การปรึกษารายบุคคลตามระยะเวลาที่กำหนด คือระยะเวลาให้การปรึกษา รายละ 45-50 นาที โดยผู้วิจัยจะนัดหมายเข้าพบผู้เข้าการทดลอง สัปดาห์ละ 1 ครั้ง จำนวน 4 ครั้ง แบ่งเป็น 4 ขั้นตอน คือ

ขั้นตอนที่ 1 เป็นขั้นตอนการสร้างสัมพันธภาพ ให้เกิดความอบอุ่นและไว้วางใจกัน โดยผู้การ ปรึกษาใช้ทักษะของการฟัง และการยอมรับผู้รับการปรึกษา เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้ระบายและผ่อนคลาย

ขั้นตอนที่ 2 เป็นขั้นตอนการให้การปรึกษา

ขั้นตอนที่ 3 เป็นขั้นตอนติดตามการดำเนินการแก้ไขปัญหาของผู้รับการปรึกษา

ขั้นตอนที่ 4 เป็นขั้นยุติการให้การปรึกษา และสรุปสิ่งที่ได้จากการให้การปรึกษา

4.4 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์และสรุปเป็นผลการวิจัยเพื่อการเสนอผลการให้การปรึกษาตามแนว พุทธธรรมผสมผสานกับทฤษฎีทางด้านตะวันตก

5.ผลการวิจัย

5.1 เพื่อเปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายของกลุ่มทดลอง ก่อนและ หลังให้การปรึกษา

ตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความวิตกกังวลของกลุ่มผู้ป่วยมะเร็ง ระยะสุดท้ายของกลุ่มทดลองก่อนให้การปรึกษาเป็นรายบุคคล

กลุ่มทดลองก่อนให้การปรึกษา			n = 12
ระดับความวิตกกังวล	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	แปลผล
ด้านจิตใจ	3.41	.17	ระดับสูงมาก
ด้านร่างกาย	3.42	.35	ระดับสูงมาก
ด้านพฤติกรรม	3.44	.32	ระดับสูงมาก
ภาพรวม	3.41	.14	ระดับสูงมาก

จากตารางที่ 1 พบว่า คะแนนระดับความวิตกกังวลกลุ่มผู้ป่วยในกลุ่มทดลองทั้ง 12 คน มีค่าเฉลี่ย ความวิตกกังวลด้านพฤติกรรมสูงเป็นอันดับหนึ่ง คือ 3.44 รองลงมาคือด้านร่างกายมีค่าเฉลี่ย 3.42 และลำดับ

สุดท้ายคือด้านจิตใจมีค่าเฉลี่ย 3.41 และเมื่อดูค่าเฉลี่ยภาพรวมความวิตกกังวลในทุกด้านซึ่งมีค่าเฉลี่ย 3.41 พบว่ามีความวิตกกังวลอยู่ในระดับสูงมาก ซึ่งแปลได้ว่ากลุ่มผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายที่ตอบแบบสอบถามมีความวิตกกังวลในภาพรวมและรายด้านทุกด้านอยู่ในระดับสูงมาก

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความวิตกกังวลของกลุ่มผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายของกลุ่มทดลองหลังให้การปรึกษาเป็นรายบุคคล

กลุ่มทดลองหลังให้การปรึกษา			n = 12
ระดับความวิตกกังวล	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	แปลผล
ด้านจิตใจ	2.31	.16	ระดับปานกลาง
ด้านร่างกาย	1.86	.64	ระดับปานกลาง
ด้านพฤติกรรม	2.10	.42	ระดับปานกลาง
ภาพรวม	2.23	.19	ระดับปานกลาง

จากตารางที่ 2 พบว่า คะแนนระดับความวิตกกังวลกลุ่มผู้ป่วยในกลุ่มทดลองทั้ง 12 คน มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลด้านจิตใจสูงเป็นอันดับหนึ่ง คือ 2.31 รองลงมาคือด้านพฤติกรรมมีค่าเฉลี่ย 2.10 และลำดับสุดท้ายคือด้านร่างกายมีค่าเฉลี่ย 1.86 และเมื่อดูค่าเฉลี่ยภาพรวมความวิตกกังวลในทุกด้านซึ่งมีค่าเฉลี่ย 2.23 พบว่ามีความวิตกกังวลอยู่ในระดับปานกลางซึ่งแปลได้ว่ากลุ่มผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายที่ตอบแบบสอบถามมีความวิตกกังวลในภาพรวมและรายด้านทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความวิตกกังวลของกลุ่มผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายของกลุ่มควบคุมก่อนให้การปรึกษาเป็นรายบุคคล

กลุ่มควบคุมก่อนให้การปรึกษา			n = 12
ระดับความวิตกกังวล	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	แปลผล
ด้านจิตใจ	3.39	.14	ระดับสูงมาก
ด้านร่างกาย	3.47	.38	ระดับสูงมาก
ด้านพฤติกรรม	3.43	.20	ระดับสูงมาก
ภาพรวม	3.43	.14	ระดับสูงมาก

จากตารางที่ 3 พบว่า คะแนนระดับความวิตกกังวลกลุ่มผู้ป่วยในกลุ่มทดลองทั้ง 12 คน มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลด้านร่างกายสูงเป็นอันดับหนึ่ง คือ 3.47 รองลงมาคือด้านพฤติกรรมมีค่าเฉลี่ย 3.43 และลำดับสุดท้ายคือด้านจิตใจมีค่าเฉลี่ย 3.39 และเมื่อดูค่าเฉลี่ยภาพรวมความวิตกกังวลในทุกด้านซึ่งมีค่าเฉลี่ย 3.43 พบว่ามีความวิตกกังวลอยู่ในระดับสูงมาก ซึ่งแปลได้ว่ากลุ่มผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายที่ตอบแบบสอบถามมีความวิตกกังวลในภาพรวมและรายด้านทุกด้านอยู่ในระดับสูงมาก

ตารางที่ 4 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความวิตกกังวลของกลุ่มผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายของกลุ่มควบคุมหลังให้การรักษาเป็นรายบุคคล

กลุ่มควบคุมหลังให้การรักษา			n = 12
ระดับความวิตกกังวล	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	แปลผล
ด้านจิตใจ	3.50	.14	ระดับสูงมาก
ด้านร่างกาย	3.58	.32	ระดับสูงมาก
ด้านพฤติกรรม	3.55	.26	ระดับสูงมาก
ภาพรวม	3.54	.15	ระดับสูงมาก

จากตารางที่ 4 พบว่า คะแนนระดับความวิตกกังวลกลุ่มผู้ป่วยในกลุ่มควบคุมทั้ง 12 คน มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลด้านร่างกายสูงเป็นอันดับหนึ่ง คือ 3.58 รองลงมาคือด้านพฤติกรรมมีค่าเฉลี่ย 3.55 และลำดับสุดท้ายคือด้านจิตใจมีค่าเฉลี่ย 3.50 และเมื่อดูค่าเฉลี่ยภาพรวมความวิตกกังวลในทุกด้านซึ่งมีค่าเฉลี่ย 3.54 พบว่ามีความวิตกกังวลอยู่ในระดับสูงมาก ซึ่งแปลได้ว่ากลุ่มผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายที่ตอบแบบสอบถามมีความวิตกกังวลในภาพรวมและรายด้านทุกด้านอยู่ในระดับสูงมาก

5.2 เพื่อเปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายของกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุมภายหลังการให้การรักษา

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังให้การรักษารายบุคคลตามแนวพุทธธรรมต่อการลดความวิตกกังวล

	n	$\bar{x}$	S.D.	t	Sig.
ก่อนทดลอง	12	3.41	0.14		
หลังทดลอง	12	2.23	0.19	28.49	0.000*

*มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 5 พบว่า หลังจากผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายของกลุ่มทดลองได้รับการรักษาเป็นรายบุคคลตามแนวพุทธธรรมต่อการลดความวิตกกังวล ทำให้ความวิตกกังวลของผู้ป่วยลดลงกว่าก่อนได้รับการรักษาเป็นรายบุคคลตามแนวพุทธธรรมต่อการลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยระยะสุดท้าย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงว่า การได้รับการรักษาเป็นรายบุคคลตามแนวพุทธธรรมต่อการลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยระยะสุดท้าย ของผู้ป่วยทำให้ความวิตกกังวลลดลงกว่าก่อนได้รับการรักษาเห็นได้จากค่าเฉลี่ยภาพรวมระดับความวิตกกังวล

ตารางที่ 6 เปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังให้การให้การให้การปรึกษารายบุคคลตามแนวพุทธธรรมต่อการลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยระยะสุดท้าย

	n	$\bar{x}$	S.D.	t	Sig.
กลุ่มทดลอง	12	2.23	0.19	-17.33	0.000*
กลุ่มควบคุม	12	3.41	0.15		

*มีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

จากตารางที่ 6 พบว่า ระดับความวิตกกังวลของผู้ป่วยกลุ่มทดลองที่ได้รับการปรึกษารายบุคคลตามแนวพุทธธรรมกับกลุ่มควบคุมมีความแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยที่พบว่าคะแนนความวิตกกังวลหลังการให้การปรึกษาตามแนวพุทธธรรมของกลุ่มทดลองมีระดับความวิตกกังวลลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุมโดยจากระดับความวิตกกังวลมากที่สุดลดลงเป็นระดับความวิตกกังวลระดับปานกลาง

ผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย ที่ได้รับการให้การปรึกษารายบุคคลแนวพุทธธรรมต่อการลดความวิตกกังวล มีภาวะความวิตกกังวล ลดลงมากกว่าผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายที่ได้รับการรักษาตามปกติเพียงอย่างเดียว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และหลังการทดลองคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวลของกลุ่มทดลองลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงว่าหลังการทดลองกลุ่มผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายที่ได้รับการให้การปรึกษารายบุคคลตามแนวพุทธธรรมต่อการลดความวิตกกังวล มีระดับความวิตกกังวลลดลงมากกว่า กลุ่มผู้ป่วยที่ได้รับการรักษาตามปกติเพียงอย่างเดียว ทั้งนี้เนื่องจากประชากรกลุ่มที่ทำการศึกษามีข้อจำกัดในการเลือกเข้าร่วมเนื่องจากภาวะความเจ็บป่วย ทำให้กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีจำนวนกลุ่มละ 12 คน ซึ่งอาจต้องทำการทดลองซ้ำหลายครั้งเพื่อให้ได้ผลการทดลองที่ชัดเจนยิ่งขึ้น

6. อภิปรายผลการวิจัย

อภิปรายผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 และ 2 คือ พบว่าก่อนการทดลองระดับความวิตกกังวลของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายทั้งกลุ่มทดลองที่ได้รับการให้การปรึกษารายบุคคลตามแนวพุทธธรรมต่อการลดความวิตกกังวลและกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการให้การปรึกษารายบุคคลตามแนวพุทธธรรมต่อการลดความวิตกกังวล ไม่แตกต่างกัน และในระยะหลังการทดลองพบว่ากลุ่มผู้ป่วยที่ได้รับการปรึกษารายบุคคลตามแนวพุทธธรรมต่อการลดความวิตกกังวล มีระดับความวิตกกังวล ลดลงมากกว่ากลุ่มผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายที่ได้รับการรักษาตามปกติเพียงอย่างเดียว

จากการวิจัยแสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างต้องการได้รับการปรึกษารายบุคคลตามแนวพุทธธรรมต่อการลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยระยะสุดท้าย เพราะการให้การปรึกษาทางพุทธธรรมต่อการลดความวิตกกังวลเป็นการนำวิธีการให้การปรึกษาเชิงพุทธมาประยุกต์ใช้โดยผสมผสานเข้ากับแนวคิดทฤษฎีปรัชญาชีวิตอย่างสมเหตุสมผล (Rational Emotive Behavior Therapy) โดยให้ผู้รับการปรึกษาได้พิจารณาถึงความคิดอันไร้เหตุผลกับความจริงในชีวิต โดยยึดหลักปรัชญาจะทำให้ผู้รับการปรึกษายอมรับความจริงนั้น และหลุดจากความเชื่อหรือความคิดไร้เหตุผลนั้น สิ่งสำคัญคือ ผู้ให้การปรึกษาจะช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเห็นถึงแก่นแท้ของความคิดที่ไม่สมเหตุสมผล ไม่เป็นจริงและเป็นต้นเหตุแห่งทุกข์นั้นว่าอยู่ตรงไหน ชี้ชวนให้ผู้รับการปรึกษาให้

รู้จักว่าจะนำความคิด ความเชื่อ ทศนคติที่สมเหตุสมผลเข้าไปแทนที่ได้อย่างไรและหาว่าสิ่งที้อธิบายนั้น เป็นไปตามหลักวิทยาศาสตร์สามารถพิสูจน์ได้ รวมทั้งผู้รับการปรึกษาเข้าใจและมีความมานะพยายาม อารมณ์ แปรปรวน ความวิตกกังวลของผู้รับการปรึกษาจะมีโอกาสลดน้อยลง สอดคล้องกับการศึกษาของอรรถพรณ ไชยเพชร(2544: 41) กล่าวว่าการใช้เทคนิคการให้การปรึกษาช่วยเหลือสนับสนุนให้ผู้ป่วยเกิดการเปลี่ยนแปลง เกี่ยวกับอารมณ์ ความรู้สึก การรับรู้ การคิดและพฤติกรรมการแสดงออก รวมทั้งการได้รับข้อมูลหรือความรู้ เพิ่มเติมจากกระบวนการให้การปรึกษาดังที่สนใจและตรงตามความต้องการของผู้ป่วยอย่างแท้จริง ทำให้ ผู้ป่วยปรับแนวคิดเกี่ยวกับความตายว่าเป็นเพียงเงื่อนโซ่หนึ่งของชีวิตเท่านั้น ถ้าที่จะเผชิญความจริงในการ เป็นผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย มีผลทำให้ผู้ป่วยเกิดอารมณ์และพฤติกรรมใหม่ตามมาและสามารถผ่านช่วงเวลา ที่มีความวิตกกังวลไปได้

ภาวะวิตกกังวลที่เกิดเนื่องจากการเจ็บป่วยด้วยโรคมะเร็งระยะสุดท้ายทำให้ผู้ป่วยส่วนมากต้องการ ที่จะให้มีผู้ให้การปรึกษาที่จะช่วยเหลือให้ผู้ป่วยได้ใช้กระบวนการประเมินอาการ ความทุกข์ การรับรู้ความคิด พฤติกรรมที่แสดงออกของตนเอง เพื่อให้ตระหนักรู้และเข้าใจถึงสาเหตุที่แท้จริงของทุกข์ และแสวงหาวิธีการ ออกจากทุกข์ พร้อมทั้งทำความเข้าใจหรือกำหนดวิธีการปฏิบัติตนให้พ้นจากความวิตกกังวลหรือความทุกข์ นั้นๆ เพื่อให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสมอยู่กับความเจ็บป่วยได้โดยมีความทุกข์ให้น้อยที่สุด เข้าใจในสัจธรรมของ ชีวิตที่ว้าด้วย อริยสัจ 4, กฎไตรลักษณ์, และปฏิจจสมุปบาท

ผู้วิจัยได้ตั้งประเด็นต่างๆ ที่ได้จากการประเมินในการตอบแบบสอบถามวัดระดับความวิตกกังวล ของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายมาเป็นหัวข้อในการให้การปรึกษาการปรึกษารายบุคคลตามแนวพุทธธรรมต่อการ ลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยระยะสุดท้าย และใช้เทคนิคการให้การปรึกษาเข้ามาช่วยในการสนับสนุน เปิดให้ โอกาสแก่ผู้ป่วยได้ซักถามสิ่งต่างๆ ที่ยังคับข้องใจเกี่ยวกับความวิตกกังวลในเรื่องที่เจ็บป่วย ให้โอกาสในการ แสดงอารมณ์ต่างๆ เพื่อให้ผู้ป่วยได้ระบายถึงสิ่งต่างๆ ที่ค้างคาอยู่และรู้สึกผ่อนคลายที่ยังมีผู้รับฟังเรื่องราวของ เขา (Tuning In) และค่อยๆ ปรับเปลี่ยนความคิด ชีวชนให้หายอแยระหว่างความคาดหวังและสิ่งที่เป็จริง (Identify Split) เพื่อให้ผู้ป่วยได้อยู่กับปัจจุบัน (Realization) ไม่เศร้าใจ ท้อแท้ใจ วิตกกังวลเมื่อคิดถึงอดีต หรืออนาคต สอดคล้องกับ โสภิต ทับทิมหิน (2555: 109) ศึกษาเรื่องผลการให้การบำบัดแบบกลุ่มตามแนว พุทธธรรมต่อภาวะวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่รับการรักษาด้วยรังสีรักษา กล่าวว่า การ ปฏิบัติการเจริญสติอย่างสม่ำเสมออยู่กับปัจจุบันและต่อเนื่อง จะทำให้ความรู้ ความเข้าใจเพิ่มขึ้นในเรื่อง ไตร ลักษณ์และอริยสัจ 4 ส่งผลให้ความวิตกกังวลและภาวะซึมเศร้าลดลงได้ โดยผลที่เกิดขึ้นเป็นระดับปัญญาธิธรรม เป็นผลจากการฝึกสมาธิคือการสร้างปัจจัยที่เรียกว่าอินทรีย์ 5 ทำให้บุคคลสามารถควบคุมการทำงานของ อวัยวะภายในได้ จิตที่ฝึกให้อยู่กับสมาธิเป็นผลให้บุคคลสะท้อนความรู้สึกที่เป็นผล ที่เรียกว่า ปราโมทย์ ปิติ ปัสสัทธิ สุข สมาธิ ความสงบที่เรียกว่า ปัสสัทธิ ความสงบปรากฏ จิตใจของผู้ฝึกก็จะคลายความไม่สบายใจจาก อกุศลจิต เป็นผลให้ภาวะวิตกกังวลลดลงได้นั่นเอง ซึ่งผู้วิจัยพบว่าจากการทำแบบสอบถามพบว่าผู้ป่วยให้ ข้อมูลว่า ได้รับข้อมูลเกี่ยวกับโรคที่เป็นอยู่ไม่เพียงพอหรือไม่รู้จะสอบถามข้อมูลจากที่ใดจึงมีผลทำให้เกิดภาวะ วิตกกังวลสูง เมื่อผู้วิจัยให้การปรึกษาตามแนวทางพุทธธรรมพร้อมทั้งให้ข้อมูลทางการแพทย์ที่ผู้ป่วยต้องการ ทราบได้ ทำให้ผู้ป่วยคลายความวิตกกังวลลง ดังจะเห็นได้จากคำพูดของผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายกลุ่มทดลอง

ภายหลังการดำเนินการให้การปรึกษารายบุคคลตามแนวพุทธธรรมต่อการลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยระยะสุดท้าย เช่น “ฉายแสงแล้ว ผิด้านนิดหน่อยแต่ก็ไม่ได้เจ็บปวดอะไร เป็นเรื่องปกตินะ คนที่ฉายแสงเขาก็เป็นแบบนี้แทบทุกคน ไม่ได้เป็นแค่เราคนเดียว จะไปฉายแสงให้ครบตามกำหนด ตอนนี้ไม่กลัวแล้ว ” หรือ “เต้านมที่ถูกตัดทิ้งไป เพราะมีเนื้อร้ายอยู่ เอาไว้ก็ไม่ได้ ดีแล้ว เพื่อลามออกไปอีก อย่างนี้ปลอดภัยกว่า ” หรือ “ตอนนี้ไม่อยากตายแล้ว เพราะมีลูกและภรรยาเป็นกำลังใจ เราต้องเข้มแข็งเพื่อที่เข่า (ภรรยา) จะได้ไม่เหนื่อยไปกว่านี้ ” หรือ “ถึงตอนนี้ไม่มีรายได้อะไร แต่ก็อยู่ได้นะ เพราะเราก็ไม่ได้ใช้จ่ายอะไรมาก มีน้องมาช่วยเหลือออกค่าใช้จ่ายต่างๆ ให้ เพราะเราเคยช่วยเหลือเขาไว้ตอนที่เขาลำบาก เราเลยไม่เครียด ไม่ปวดหัว นอนหลับได้แล้ว ” หรือ “ผมร่วงหมดหัวหลัง คีโมเข็มแรก ผมที่หลุดออกมาเหมือนเป็นสาหร่ายเลย แต่คุยกับพยาบาล และคนไข้อื่นๆ เขาก็ร่วงเหมือนกัน เลยตัดสั้นใจโกนหมดหัวเองเลย มองว่าเป็นแค่เรื่องสังขาร มันหลุดออกไป มันก็ขึ้นมาใหม่ได้ ” เมื่อผู้ป่วยรับรู้ข้อมูลที่เป็นจริงและดำเนินชีวิตประจำวันด้วยการอยู่กับปัจจุบันไม่ยึดติดกับอดีตหรือคาดหวังกับอนาคตที่ยังมาไม่ถึง ทำให้ความวิตกกังวลต่างๆ ลดลงอย่างชัดเจน

จากการวิจัยจะพบว่าการใช้เทคนิคการให้การปรึกษาช่วยเหลือสนับสนุนให้ผู้ป่วยเกิดการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับอารมณ์ ความรู้สึก การรับรู้ การคิดและพฤติกรรมการแสดงออก รวมทั้งการได้รับข้อมูลหรือความรู้เพิ่มเติมจากกระบวนการให้การปรึกษาตรงจุดที่สนใจและตรงตามความต้องการของผู้ป่วยอย่างแท้จริง ทำให้ผู้ป่วยปรับแนวคิดเกี่ยวกับความตายว่าเป็นเพียงเงื่อนไขหนึ่งของชีวิตเท่านั้น ผู้ป่วยที่สามารถปลดปล่อยความกลัว ความวิตกกังวลจะมีความกล้าที่จะเผชิญความจริงในการเป็นผู้ป่วยระยะสุดท้าย มีผลทำให้ผู้ป่วยเกิดอารมณ์และพฤติกรรมใหม่ตามมา และสามารถผ่านช่วงเวลาที่มีความวิตกกังวลไปได้ หรือสามารถเตรียมตนเองเพื่อให้เกิดความสงบภายในจิตใจ เตรียมพร้อมรับสถานการณ์ที่อาจจะเกิดขึ้นเนื่องจากความเจ็บป่วยของตนเองได้อย่างไม่หวั่นไหว และ ในการทำวิจัยครั้งนี้พบว่าบทบาทของผู้ให้การปรึกษา จะบรรจุเป้าหมายของการให้การปรึกษา หรือไมั้น ผู้ให้การปรึกษาจะมีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการที่จะช่วยให้ผู้รับบริการได้รู้จัก เข้าใจตนเองและสภาพแวดล้อมต่างๆ ตามความเป็นจริงพร้อมที่จะเผชิญปัญหา ต่อสู้กับปัญหาอย่างมีสติและปัญญา ตลอดจนเกิดการเปลี่ยนแปลงในวิถีทางที่เหมาะสมขึ้น ผู้ให้การปรึกษาจึงมีบทบาทสำคัญ คือนอกจากจะให้ความช่วยเหลือผู้รับบริการในการปรับเปลี่ยนชีวิตของตนเองแล้วผู้ให้การปรึกษายังทำหน้าที่ประหนึ่งกระจกสะท้อนให้ผู้รับบริการรับรู้ตระหนักรู้ เกี่ยวกับตนเองและสิ่งต่างๆ รอบตัวที่เกี่ยวข้องที่จะส่งผลต่อชีวิตของผู้รับบริการ

7. ข้อเสนอแนะ

7.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

ข้อเสนอแนะทั่วไปในการนำผลการวิจัยเรื่องผลของการให้การปรึกษารายบุคคลตามแนวพุทธธรรมต่อการลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยระยะสุดท้ายไปใช้คือ ควรมีการฝึกอบรมผู้ที่จะให้การศึกษาได้เข้าใจถึงหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาสำคัญๆ ที่ต้องใช้ในการกระบวนการให้การปรึกษาเชิงพุทธและควรมีแนวทางในการดำเนินงานที่ประสานกับการรักษาทางการแพทย์ในการเสนอแนะผลที่ได้จากการให้การปรึกษาผู้ป่วยเพื่อวางแผนการให้การดูแลเพื่อลดระดับความวิตกกังวลได้อย่างดียิ่งขึ้น

7.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

- 1) ควรศึกษาการให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธธรรมต่อการลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยระยะสุดท้าย
- 2) ควรศึกษาการให้การปรึกษาและการบำบัดรายบุคคลรายบุคคลตามแนวพุทธธรรมต่อภาวะ วิตกกังวลในผู้ป่วยระยะสุดท้าย
- 3) ควรศึกษาการให้การปรึกษารายบุคคลตามแนวพุทธธรรมต่อการลดความวิตกกังวลในผู้ป่วยมะเร็งที่เข้ารับการฉายรังสีรักษา

บรรณานุกรม

1. ภาษาไทย

(1) หนังสือ

- กิตติกร นิลมานัต. การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย. พิมพ์ครั้งที่ 1. สงขลา : โรงพิมพ์ออร์เรนจ์ มีเดีย., 2555
- จิน แบรี, คู่มือการฝึกทักษะให้การปรึกษา. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2537.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). การแพทย์ยุคใหม่ในพุทธทัศน์ . พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, 2551.
- เดมศักดิ์ พึ่งรัมย์. “การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย (End of Life Care)”. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์ (1987) จำกัด, 2556.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. ประมวลสาระชีววิทยาทฤษฎีและแนวปฏิบัติในการให้การปรึกษา. นนทบุรี : สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมิกราช, 2544.
- ลักขณ์ ชาลเวช (บรรณาธิการ). การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย. กรุงเทพมหานคร : โอเอส พรินติ้งเฮาส์, 2547.
- สุพร เกิดสว่าง. การให้การปรึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : บริษัท สามเจริญพาณิชย์ จำกัด. 2546.

(2) บทความ :

- อรพรรณ ไชยเพชร. ประสบการณ์ของพยาบาลไอซียูในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย,วารสารสภาการพยาบาล ปีที่ : 26 ฉบับที่ 1 พ.ศ. 2544. เลขหน้า : 41-45.

(3) วิทยานิพนธ์ :

- พระณัฐกิตติ อนารโท (ผู้แต่ง). “ศึกษาหลักมรณสติในพระไตรปิฎก”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2551.
- สุวรรณ์ แนวจำปา. “การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายใกล้ตายเชิงพุทธบูรณาการ”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2554.
- โสรัช โพธิ์แก้ว. “การประยุกต์อริยสัจ 4 ของพระพุทธศาสนา กับการศึกษาเชิงจิตวิทยาและจิตรักษา (Application of the Buddhist Four Noble Truths to Counseling and Psychotherapy)”. รายงานการวิจัย. คณะจิตวิทยา : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2553.
- วิไลลักษณ์ ตันติตระกูล. “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความผาสุกทางจิตวิญญาณของผู้ป่วยระยะสุดท้าย”. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย, 2552.

การเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพลัดพลั้งในบริบทสังคมไทย

A PREPARATION FOR BEING AN ACTIVE AGEING

IN CONTEXT OF THAI SOCIETY

ทิพย์ธิดา ณ นคร

นิสิตสาขาชีวิตและความตาย

ภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ของการวิจัยคือ 1) เพื่อศึกษาความพร้อมและแนวทางการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุของคนวัยผู้ใหญ่ 2) เพื่อศึกษาเรื่องการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุและแนวทางการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุที่มีภาวะพลัดพลั้ง 3) เพื่อสังเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อใช้เป็นแนวทางการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุและเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพลัดพลั้ง เป็นการวิจัยแบบผสมวิธีระหว่างเชิงปริมาณและคุณภาพโดยใช้แบบสอบถามรวบรวมข้อมูลจากผู้ใหญ่ที่มีอายุระหว่าง 40-59 ปี จำนวน 448 คน และแบบสัมภาษณ์เชิงลึกผู้สูงอายุจำนวน 7 รูป/คน มีผลการศึกษวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศอายุสถานภาพ จำนวนบุตร ระดับการศึกษา รายได้ ที่อยู่อาศัย โรคประจำตัว แตกต่างกันมีการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุไม่แตกต่างกัน ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพ เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคม และกิจกรรมทางศาสนาแตกต่างกันมีการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุแตกต่างกัน ผู้สูงอายุคิดว่าการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุควรปลูกฝังตั้งแต่วัยเด็ก ด้วยการอบรมเลี้ยงดูจากพ่อแม่ การเรียนรู้เข้าใจหลักธรรมจะทำให้ดำเนินชีวิตอย่างไม่ประมาท หลักพุทธธรรมในการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุ คือ ศีล 5 และหลักธรรมสำหรับการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ คือ พรหมวิหาร 4 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยคือการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุด้วยรูปแบบ “MORALITY” ได้แก่ การควบคุมกาย วาจาและใจ และการดำเนินชีวิตในช่วงวัยสูงอายุด้วยรูปแบบ “QUALITY” เป็นการเสริมสร้างให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดีสามารถพึ่งพาตนเองได้

คำสำคัญ : ผู้สูงอายุ, ศีล 5, พรหมวิหาร 4.

ABSTRACT

The objectives of this study were: 1) to study readiness and ways of preparation for being an active ageing of adults; 2) to study a preparation for being an ageing and courses of life of an active ageing; and 3) to synthesize ways of preparation for being an active ageing based on Buddhadhamma. It is a mixed method between a quantitative research and qualitative one. A questionnaire is used for collecting quantitative data from 448 adults with 40-59 years old and an In-depth Interview is used for collecting qualitative data from 7 elderly. Results of the quantitative data analysis revealed that respondents with different sex, age, marital status, a number of children, education, income, residence and any chronic health conditions did not have a different preparation for being an ageing,

whereas respondents with different occupation, social activities and Buddhist activities had a different preparation for being an ageing. Moreover, an ageing thought that the preparation for being an ageing should start from the childhood by parent's close care, the understanding of Buddhadhamma enhanced a heedful life, and the Buddhadhamma for the preparation for being an ageing included Five Precepts and Sublime States of Mind. The form of knowledge got from the study included the way of "MORALITY", the control of body, verbal and mind, and the way for the period of being an active ageing called "QUALITY", the reinforcement of an ageing's good quality of life and self-reliance.

Keywords: Elderly People, Five Precepts, Sublime States of Mind.

1. บทนำ

ปัจจุบันหลายประเทศทั่วโลกกำลังก้าวเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุ การทำความเข้าใจกับทิศทางและแนวโน้มการเป็นสังคมผู้สูงอายุ จะช่วยให้เราเตรียมพร้อมเพื่อจะดำเนินชีวิตในช่วงวัยสูงอายุได้อย่างมีคุณภาพ การเตรียมตัวเพื่อเข้าสู่ผู้สูงอายุและการวางแผนชีวิตที่มีประสิทธิภาพ จึงมีความจำเป็นและเป็นประโยชน์ในการช่วยบรรเทาหรือแก้ปัญหาผู้สูงอายุในสังคมได้ แอชลีย์ (Atchley, R.C. 1994:210) แบ่งการเตรียมความพร้อมเพื่อเกษียณอายุออกเป็น 2 ระยะ คือ 1) ระยะก่อนการเกษียณนานๆ (RemotePhase) ความคิดเรื่องการเกษียณอายุยังอยู่ห่างไกลมากการเตรียมความพร้อมสามารถเริ่มได้ตั้งแต่วัยทำงาน หรือเริ่มเมื่อวัยทำงาน สิ่งที่เหมาะสมเตรียมในระยะนี้ได้แก่ การเงินซึ่งต้องมีการเตรียมในระยะยาว การใช้เวลาร่วมการพัฒนาทักษะการใช้เวลาร่วมจะทำได้ง่ายในวัยหนุ่มสาว และการดูแลสุขภาพ 2) ระยะใกล้เกษียณ (Near Phase) บุคคลเริ่มรู้สึกว่าการเกษียณอายุใกล้เข้ามาถึงตนเองแล้ว เช่น อาจเห็นคู่สมรส หรือเพื่อนร่วมงานวัยใกล้เคียงกันเกษียณอายุ สิ่งที่ต้องเตรียมในระยะนี้ได้แก่ ด้านจิตใจ และด้านทัศนคติต่อการเกษียณอายุ

การเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุต้องเริ่มตั้งแต่เริ่มมีการเตรียมตัวในการดูแลสุขภาพตนเองทั้งในด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิต ให้สมบูรณ์แข็งแรงเพื่อป้องกันการเกิดโรคประจำตัวเรื้อรังซึ่งกำลังเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญของคนไทยยุคปัจจุบัน ปรับตัวให้มีบุคลิกภาพที่เปิดเผย สามารถเข้ากับบุคคลรอบข้างในชุมชนและสังคมได้มีการเข้าไปเป็นสมาชิกกลุ่มหรือชมรมใกล้บ้านเพื่อพบปะสังสรรค์กับกลุ่มเพื่อนวัยเดียวกัน เข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมบ่อยๆ รวมถึงในขณะที่ยังทำงานอยู่นั้นก็ต้องมีการเตรียมตัวทางการเงินโดยการออมไว้ใช้ในยามวัยสูงอายุ เพราะการที่จะเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จนั้นปัจจัยหนึ่งที่สำคัญคือการมีรายได้พอเพียงต่อการใช้จ่ายในแต่ละเดือน ไม่มีภาระหนี้สิน นอกจากนั้นการเตรียมตัวโดยการวางแผนให้บุตรหลานได้ทำงานและอาศัยอยู่ร่วมในครอบครัวเดียวกันก็เป็นอีกประเด็นหนึ่งที่สำคัญในการที่จะทำให้บุคคลก้าวเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จในอนาคตได้ ดังนั้นการเตรียมตัวเข้าสู่ผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพ โดยใช้บทเรียนที่ดีเพื่อเป็นตัวอย่างและมองในมุมบวกมากขึ้น องค์การอนามัยโลก (World Health Organization: WHO, 2012:12) ให้คำจำกัดความไว้ว่า พหุพลัง (Active Ageing) คือกระบวนการที่เพิ่มประสิทธิภาพในการสร้างโอกาสด้านสุขภาพ การมีส่วนร่วมในสังคม และความมั่นคงในชีวิตอันนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีของคนที่เขาอายุ ผู้สูงอายุหรือผู้สูงอายุ ทั้งนี้สามารถนำหลักของ พหุพลังไปประยุกต์ใช้ได้ทั้งตัวของบุคคลหรือกลุ่มของประชากรก็ได้และคาดว่าจะเป็หนทางเดียวที่จะแก้ไขปัญหอันเกิดจากการ

เพิ่มขึ้นของจำนวนผู้สูงอายุทั่วโลก (Active Ageing is the process of optimizing opportunities for health, participation and security in order to enhance quality of life as People age) ต่อมาได้มีการเพิ่มเติมกรอบแนวคิดขององค์การอนามัยโลกอีกหนึ่งเสาหลักของภาวะพลพลัง คือ การเรียนรู้ตลอดชีวิต (lifelong learning) โดยเน้นหลักสำคัญ 4 ประการ คือสุขภาพ การเรียนรู้ สังคม และเศรษฐกิจ (Active Ageing Index Analytical Report : 2014) สำหรับประเทศไทย ได้ให้ความหมายของคำว่า ภาวะพลพลัง (Active Ageing) เป็นความสูงวัยของพลเมืองอย่างมีพลัง รวมทั้งเป็นกระบวนการส่งเสริมให้ประชาชนตระหนักถึงศักยภาพทางสุขภาพร่างกาย สังคม และความสุขทางด้านจิตใจตลอดช่วงชีวิตของมนุษย์ รวมทั้งการเข้าไปมีส่วนร่วมในสังคม (สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ, 2559 : 2)

ในฐานะที่ประเทศไทยได้รับการยอมรับว่าเป็นเมืองแห่งพระพุทธศาสนาและเป็นศาสนาประจำชาติ มีประชากรร้อยละ 94.6 เป็นผู้ที่นับถือศาสนาพุทธ โครงสร้างทางสังคมแทบทุกด้านจึงมีพระพุทธศาสนาเป็นรากฐานสำคัญ การบูรณาการหลักพุทธธรรมกับแนวคิดภาวะพลพลังขององค์การอนามัยโลกเพื่อเป็นแนวทางนำมาใช้ในการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข เห็นคุณค่าของตนเอง รู้เข้าใจความจริงของธรรมชาติ ปฏิบัติตนให้สอดคล้องกับกฎธรรมชาติ และปล่อยให้เกิดปัจจัยเป็นไปตามธรรมชาติ ทำให้ไม่รู้สึกโดดเดี่ยวท้อแท้ ลึนหวัง และไม่เป็นการให้กับสังคมในการที่จะมีชีวิตอยู่ต่อไป คือ 1) ให้เข้าใจความจริงของชีวิตและการแก้ปัญหา 2) ให้เข้าใจความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ 3) ให้เข้าใจว่าตนเป็นที่พึ่งแห่งตน 4) ให้เข้าใจว่าหลักแห่งการอยู่ร่วมกันในสังคม และ 5) ให้เข้าใจว่าทานเป็นทางแห่งความสุข เพื่อเป็นแนวทางในการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุให้มีภาวะพลพลังเพื่อให้ผู้ที่อยู่ในช่วงวัยผู้ใหญ่สามารถพัฒนาตนเองไปสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพลพลังเพื่อแก้ไขปัญหาต่างๆ ของผู้สูงอายุ ไม่ว่าจะเป็นด้านสุขภาพ การมีส่วนร่วมทางสังคม หลักประกันความมั่นคงในชีวิต และการเรียนรู้ตลอดชีวิต เพื่อก้าวเข้าสู่วัยแห่งพลพลังที่มีหลักพุทธธรรมเป็นแนวทางนำไปสู่การเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุ ผู้วิจัยสนใจศึกษาหลักพุทธธรรมเกี่ยวข้องเพราะธรรมไม่ใช่เรื่องไกลตัว ผู้ที่เห็นคุณค่าของพระพุทธศาสนาและนำหลักธรรมไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันอย่างสม่ำเสมอจะมีชีวิตที่มีคุณภาพและดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข (พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) : 2557) ...

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 2.1 เพื่อศึกษาความพร้อมและแนวทางการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุของวัยผู้ใหญ่
- 2.2 เพื่อศึกษาเรื่องการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุและแนวทางการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุที่มีภาวะพลพลัง
- 2.3 เพื่อสังเคราะห์หลักพุทธธรรมเพื่อใช้เป็นแนวทางการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุและเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพลพลัง

3. ขอบเขตการวิจัย

3.1 ด้านเนื้อหา

ศึกษาความหมายแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับวัยผู้ใหญ่ ความสำคัญของการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุและแนวทางการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุของวัยผู้ใหญ่ ความหมายแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

ความหมายและแนวคิดของภาวะพดพลัง ลักษณะการเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพดพลัง และศึกษาหลักพุทธธรรมที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

3.2 ด้านพื้นที่และด้านประชากร

ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างกลุ่มประชากรแบบง่ายเป็นกลุ่มผู้ใหญ่ที่มีอายุระหว่าง 45-59 ปี ทั้งเพศชายและเพศหญิง ประกอบอาชีพในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 448 คน โดยสอบถามถึงการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุ ส่วนการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลสำคัญคือ พระภิกษุสงฆ์ และผู้สูงอายุทั้งเพศชายและหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ไม่มีภาวะพดพลัง และเป็นผู้ที่มีลักษณะภาวะพดพลังตามแนวคิดขององค์การอนามัยโลกจำนวน 7 รูป/คน

4. วิธีการดำเนินการวิจัย

ใช้วิธีการวิจัยเป็นแบบผสมวิธีเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพคู่ขนานและเท่าเทียมกันการวิจัยเชิงปริมาณ ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 448 คน อายุ 40-59 ปี ทั้งเพศชายและเพศหญิง ทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงปริมาณเป็นแบบสอบถาม กลุ่มตัวอย่างจำนวน 448 ชุด และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนาได้แก่ความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ส่วนการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยได้ศึกษาจากเอกสาร และการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้สูงอายุจำนวน 7 รูป/คน โดยการวิเคราะห์เนื้อหาและการสร้างข้อสรุปแบบอุปนัยและตรวจสอบหลักธรรมโดยผู้เชี่ยวชาญทางด้านพุทธศาสนาจำนวน 3 รูป/คน

5. ผลการวิจัย

5.1 สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์การวิจัย สรุปผลได้ดังนี้

5.1.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติพบว่า เพศ อายุ สถานภาพการสมรส จำนวนบุตร ระดับการศึกษา รายได้ ที่พักอาศัย มีค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุไม่แตกต่างกัน อาชีพ เข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมและกิจกรรมทางศาสนา มีค่าเฉลี่ยการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุแตกต่างกัน ส่วนในรายด้านพบว่าด้านที่มีค่าเฉลี่ยในการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุลำดับที่ 1 คือ ด้านการเรียนรู้ไม่สิ้นสุด ด้านสุขภาพกาย ด้านสุขภาพใจ การมีส่วนร่วมในสังคม และด้านความมั่นคงในการดำเนินชีวิต ตามลำดับ

5.1.2 ผู้สูงอายุให้แนวคิดว่า การเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุเป็นเรื่องที่สามารถปลูกฝังได้ตั้งแต่วัยเด็ก ด้วยการอบรมเลี้ยงดูจากพ่อแม่ซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นการทำให้ดูเป็นตัวอย่าง การเรียนรู้และเข้าใจหลักธรรมจะทำให้ดำเนินชีวิตอย่างไม่ประมาท นอกจากนี้ยังพบว่าผู้สูงอายุทั้ง 7 รูป/คน มีความเชื่อในหลักคำสอนของพุทธศาสนา ศึกษาหาความรู้จากการฟังวิทยุ การอ่านหนังสือ เข้าวัดสนทนาธรรม ฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน หรืออุปสมบทเป็นพระภิกษุ การนำหลักคำสอนมาปฏิบัติ ทำให้เกิดความสุข เข้าใจชีวิต มีความเมตตาต่อลูกหลานและคนรอบข้าง และรู้จักปล่อยวาง

5.1.3 เพื่อหาแนวทางการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพดพลังโดยใช้หลักพุทธธรรม ผู้สูงอายุมีความเห็นตรงกันว่า ศีล 5 หรือ เบญจศีล (ที.ส. (ไทย) 9/7,8,9/3-4, ที.ปา. (ไทย) 11/286/287, อก.ปญจก. (ไทย) 22/172/227). หมายถึงการเจริญศีล, พัฒนาความประพฤติ, การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดีเกื้อกูลแก่กันเป็นหลักธรรมที่เป็นพื้นฐานในการดำเนินชีวิต และสามารถนำมาใช้เพื่อเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุได้ตั้งแต่วัยเด็กหรือ

วัยหนุ่มสาวไม่จำเป็นต้องเป็นวัยผู้ใหญ่ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดในหนังสือเบญจศีลเบญจธรรม: อุดมชีวิตของมนุษย์ (พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ วรทสฺสี), 2551 : 30). ว่าประชาชนคนทั่วไป-ความประพฤติชอบทางกาย และวาจา มีการรักษากายวาจาให้เรียบร้อย มีการรักษาดนเองอยู่ในศีล 5 ขอ มีการปฏิบัติในชีวิตประจำวัน อยู่กับประชาชนทั่วไปอย่างมีความสุขเพื่อเตรียมตัวเองให้เป็นผู้สูงอายุอย่างมีศีลธรรมและคุณธรรมดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข และสอดคล้องกับบทความทางวิชาการเรื่อง แนวทางการใช้ศีล 5 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคลากรในเทศบาลนครขอนแก่น ฤกษ์วรรณ ไชยนิจ, (2557). ว่าคนที่เตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุควร นำหลักศีล 5 มาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันของตนเองจะทำให้มีกายวาจาและจิตใจที่ดีงามยิ่งขึ้นเป็นที่เคารพรักของบุคคลกรในเทศบาลนครขอนแก่น จนสามารถอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขในปัจจุบันตลอดไป

จากการวิจัยพบว่าการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุเป็นเรื่องที่คนเริ่มเห็นความสำคัญ แต่จะมีการเตรียมมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับปัจจัยส่วนบุคคลที่ต่างกัน บางคนอาจมุ่งในด้านความมั่นคงและที่อยู่อาศัย บางคนอาจให้ความสนใจในเรื่องอาชีพ ด้วยการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ เพื่อประกอบอาชีพ จากการวิจัยพบว่าการเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา จะเป็นการเตรียมด้านจิตใจทำให้ค่าเฉลี่ยแตกต่างจากกลุ่มที่ไม่ได้ร่วมกิจกรรมทางศาสนา ทำให้เห็นได้ว่าศาสนาหรือหลักคำสอนสามารถนำมาใช้เพื่อการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุได้ การปฏิบัติศีล 5 ตั้งแต่วัยเด็กจะทำให้มีควบคุมกาย วาจา และใจของคนให้เรียบร้อย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ มีเมตตา ไม่เบียดเบียน มีวินัยทั้งด้านการเงินและการดำเนินชีวิต ซึ่งจะส่งผลต่อการเป็นผู้ใหญ่ที่ดี และเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพหุผลพหุในทุกระดับ ตามแนวคิดขององค์การอนามัยโลกที่มีเป้าหมายเพื่อเสริมสร้างให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถพึ่งพาตนเองได้

6. อภิปรายผลการวิจัย

ผลการสังเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับแนวคิดและแนวทางการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ ที่ผู้วิจัยเก็บรวบรวมทั้งจากการทบทวนวรรณกรรมผลงานเขียนของนักปราชญ์ทางพุทธศาสนาศึกษาเอกสารการสัมภาษณ์ของผู้สูงอายุแห่งชาติ และการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญของงานวิจัย ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความถูกต้องและความน่าเชื่อถือของข้อมูลวิจัยโดยใช้วิธีการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (Methodological triangulation) โดยจำแนกข้อมูลออกเป็นประเภทตามแหล่งที่มาของข้อมูล พบว่าหลักธรรมสำหรับผู้สูงอายุ คือ พรหมวิหาร 4 ตามแนวคำสอนในหนังสือ ถ้าสูงอายุเป็นก็น่าจะเป็นผู้สูงอายุ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต), 2560 : 10-13) ว่าพรหมวิหารเป็นธรรมของผู้ใหญ่ซึ่งมองความหมายในเชิงความรับผิดชอบว่าผู้สูงอายุจะต้องมีหรือประพฤติพรหมวิหาร 4 คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขานั้น อย่างเป้นผู้นำไปเป็นแบบอย่างแก่คนทั้งหลายในสังคมนี้ในการที่จะสร้างสรรค์โลกอภิบาลสังคม เมื่อตกลงตามนี้บรรดาผู้สูงอายุจะต้องศึกษา เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ให้เป็นคุณสมบัติประจำใจเป็นเนื้อเป็นตัวแห่งชีวิตของตน และสอดคล้องตามแนวคิดเรื่องการครองตนในครอบครัวอย่างมีความสุขของผู้สูงอายุ (เจียรนัย ทรงชัยกุล, 29 ธันวาคม 2559) ซึ่งได้กล่าวว่าการนำเสนอวิธีการสร้างเสริมความสัมพันธ์ที่ดีอย่างต่อเนื่องระหว่างผู้สูงอายุกับสมาชิกในครอบครัวโดยนำหลักธรรมของพุทธศาสนามาใช้ เพื่อให้การครองตนในครอบครัวของผู้สูงอายุดำเนินไปอย่างราบรื่นและมีความสุข การครองตนในครอบครัวของผู้สูงอายุอย่างมีความสุขโดย การมีธรรมประจำใจ 4 ประการ และสอดคล้องกับการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์ จังหวัดนครปฐม” ภิรมย์ เจริญผล, (2553). ผลการศึกษาพบว่าหลักพุทธธรรมที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของ

ผู้สูงอายุในพระพุทธศาสนา เป็นหลักธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาและแก้ไขปัญหาด้านสังคมในการอยู่ร่วมกัน ได้แก่ พรหมวิหาร 4

เมื่อนำหลักพุทธธรรมมาบูรณาการกับภาวะพหุพลัง ทำให้ได้รูปแบบการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุชื่อ “MORALITY” เป็นหลักในการควบคุมกาย วาจาและใจ ชัดเจนพฤติกรรมในการดำเนินชีวิต เพื่อการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุทั้งในด้านร่างกาย สังคม ความมั่นคงและการเรียนรู้ตามหลักการของพหุพลัง ด้วยหลักพุทธธรรม คือ M=Medical Treatment ดูแลสุขภาพให้แข็งแรง หมั่นตรวจสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ O=Occupational ประกอบอาชีพสุจริต ทำงานด้วยความซื่อสัตย์ทรัพยากรสิ้นยอมมั่งคั่งตามมา R=Relationship สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้ด้วยดี A=Activities การทำกิจกรรมต่างๆ L=Living Economically ประหยัดอดออม I=Intellectual development พัฒนาความรู้ศักยภาพของตนเอง แก้ไขปัญหาด้วยปัญญา หมั่นฝึกฝน เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ อยู่เสมอ T=Truth การมีสัจจะ Y=As a youth ทุกอย่างปลูกฝังได้ตั้งแต่วัยเด็ก และเมื่อเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพหุพลัง มีชีวิตที่มีคุณภาพ ผู้สูงอายุจะอยู่อย่างไรมีความสุข จากการรวบรวมข้อมูลในงานวิจัยพบว่าหลักพรหมวิหาร ๔ ซึ่งเป็นหลักธรรมสำหรับผู้สูงอายุ ผู้วิจัยนำมาบูรณาการกับภาวะพหุพลัง ได้รูปแบบ “QUALITY” ประกอบด้วย Q=Qualified อยู่อย่างคนคุณภาพ มีคุณวุฒิ U=Universal เปิดโลกทัศน์ A=Active ทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยตนเอง L=Loving Kindness มีเมตตา I=Interesting สนใจเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ อยู่เสมอ T=Timeless อกาลิโก เป็นจริงอยู่อย่างไร ก็เป็นอย่างนั้น ยอมรับกับการเป็นผู้สูงอายุ Y=Yourself-reliance พึ่งพาตนเองให้มากที่สุด ผู้สูงอายุจะสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขตระหนักถึงคุณค่าของตนเอง ตามกรอบแนวคิดของ World Health Organization: WHO ที่มีเป้าหมายเพื่อเสริม สร้างให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถพึ่งพาตนเองได้

7. ข้อเสนอแนะ

7.1 ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

- 1) นำรูปแบบ “MORALITY” ที่ได้จากงานวิจัยไปเป็นเครื่องมือเพื่อการพัฒนาชีวิตและเตรียมตัวให้พร้อมต่อการเป็นผู้สูงอายุที่มีภาวะพหุพลัง
- 2) นำรูปแบบ “QUALITY” ไปทดลองใช้กับกลุ่มผู้สูงอายุ เพื่อสร้างภาวะพหุพลังให้กับกลุ่มผู้สูงอายุ

7.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

- 1) นำหลักธรรมที่ได้จากงานวิจัยไปพัฒนารูปแบบที่เข้าใจง่าย ปฏิบัติได้จริง เพื่อปลูกฝังแนวคิดแนวทางการดำเนินชีวิต และสร้างแรงบันดาลใจในการพัฒนาตนเอง
- 2) ควรขยายผลการศึกษาในวงกว้าง โดยขยายจำนวนผู้ให้ข้อมูลสำคัญและพื้นที่ให้กว้างตามภูมิภาคต่างๆ หรือครอบคลุมทั่วทั้งประเทศไทย

บรรณานุกรม

1. ภาษาไทย

(1) คัมภีร์พระไตรปิฎกและหนังสือภาษาไทย

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.

กฤษณวรุณ ไชยนิจ. “แนวทางการใช้ศีล 5 เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลากรในเทศบาลนครขอนแก่น”, *บทความทางวิชาการ การประชุมวิชาการระดับชาติ*, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย: วิทยาเขตขอนแก่น, 2557.

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), *วิธีบูรณาการพระพุทธศาสนากับศาสตร์สมัยใหม่ พระพุทธศาสนากับความสมานฉันท์แห่งชาติ*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, 2557.

พระเมธีวราภรณ์ (สุทัศน์ วรทสฺสี). *เบญจศีลเบญจธรรม : อุดมชีวิตของมนุษย์*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ต้นบุญ, 2551.

สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต). *ถ้าสูงอายุป็น ก็น่าเป็นผู้สูงอายุ*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, 2560.

สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.), *โครงการประชุมวิพากษ์ยุทธศาสตร์การวิจัยรายประเด็นด้านการพัฒนาศักยภาพสังคมสูงวัยให้เกิดภาวะพลพลังและยังประโยชน์ (Active and Productive Aging) สำหรับประเทศไทย* [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.siamfocustimenews.com/1563>, [20 ธ.ค. 2559].

2. หนังสือภาษาอังกฤษ

Atchley, R.C. *Social Forces and Aging: An Introduction to Social Gerontology*. 7thed. (California: Wadsworth Publishing Co., 1994),.

Asghar Zaidi, “Active Ageing Index 2014 : Analytical Report”, Report prepared by Asghar Zaidi of Centre for Research on Ageing, University of Southampton (UK) and David Stanton, under contract with United Nations Economic Commission for Europe (Geneva), co-funded by the European Commission’s Directorate General for Employment, Social Affairs and Inclusion (Brussels).

WHO-World Health Organization, Department of Health Promotion Non-Communicable Disease prevention and Surveillance, (2002) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับ Active Ageing ในการประชุมสมัชชาโลกว่าด้วยผู้สูงอายุ ครั้งที่ 2 เมื่อปี พ.ศ. 2002 ณ เมืองแมดริด ประเทศสเปน.

ปัจจัยที่เป็นตัวพยากรณ์ภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่น ในอำเภอนongki จังหวัดบุรีรัมย์

The Factors as Predictors of Resilience Quotient of Adolescents in Nongki
District Buriram Province

นายจิตรภาณุ คำสนวน¹
Mr. Chitphanu Damsanuan

บทคัดย่อ

การศึกษาในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ๑) เพื่อศึกษาระดับภูมิคุ้มกันทางใจและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกัน ๒) เพื่อศึกษาอิทธิพลของปัจจัยที่เกี่ยวข้องที่มีต่อระดับภูมิคุ้มกันทางใจ ๓) เพื่อสร้างสมการพยากรณ์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภูมิคุ้มกันทางใจ กลุ่มตัวอย่าง คือ กลุ่มประชากรวัยรุ่นในอำเภอนongki จังหวัดบุรีรัมย์ จำนวน ๔๕๐ คนในอำเภอนongki จังหวัดบุรีรัมย์ ซึ่งได้กำหนดจำนวนได้จากสูตรการกำหนดจำนวนตัวอย่างในกรณีไม่ทราบจำนวนประชากร เนื่องด้วยประชากรมีการย้ายถิ่นมาตามทะเบียนบ้านไม่ได้ ย้ายมา เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถาม มี ๓ ส่วน ได้แก่ ๑) ข้อมูลด้านปัจจัยส่วนบุคคล ๒) ด้านปัจจัยเชิงพุทธจิตวิทยา ๔ ตัว ได้แก่ การเห็นคุณค่าตนเอง กัลยาณมิตร การมองโลกในแง่ดี และการคิดแบบโยนิโสมนสิการ ๓) ด้านภูมิคุ้มกันทางใจ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที การวิเคราะห์ความแปรปรวนชนิดทางเดียว ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการวิเคราะห์ความถดถอยเชิงพหุคูณ ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยที่สามารถพยากรณ์ภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นได้ดีที่สุดคือ คือ กัลยาณมิตร การมองโลกในแง่ดี การคิดแบบโยนิโสมนสิการ และการเห็นคุณค่าในตัวเอง ตามลำดับ โดยภาพรวมปัจจัยทั้ง ๔ ตัวรวมกันสามารถพยากรณ์ภูมิคุ้มกันทางใจ ที่ระดับความนัยสำคัญทางสถิติที่ .๐๐๑ ปัจจัยเชิงพุทธจิตวิทยาดังกล่าว สามารถพยากรณ์ภูมิคุ้มกันทางใจได้ร้อยละ ๕๐ ที่เหลือเป็นอิทธิพลของปัจจัยอื่นนอกเหนือจากนี้

คำสำคัญ : ตัวพยากรณ์, ภูมิคุ้มกันทางใจ, วัยรุ่น

ABSTRACT

Within this thesis, the researcher investigates 1) the levels of resilience quotient of adolescents who differ in personal factors: the demographical characteristics of gender, age, education, relationship status of parents, number of siblings, and order of birth. The researcher also studies 2) the levels of resilience of adolescents who differ in Buddhist Psychological factors: Self-esteem, Yonisomanasikāra (Wise Attention), Kallayāṇamed (Good Friends) and Optimism. Additionally, the researcher studies 3) the relationship between Buddhist psychological factors and the resilience quotient of these adolescents. Finally, the researcher frames. The findings are as follows (1)According to the Statistical hypothesis testing, those adolescents who differed in demographical characteristic of sex, exhibited

¹ นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

concomitant differences in resilience quotient at the statistically significant level of .001 (2) Those adolescents who differed in Buddhist psychological factors displayed corresponding differences in resilience quotient in overall picture. (3) The researcher determined that Buddhist psychological factors Self-esteem, Kallayāṇamed (Good Friends), Yonisomanasikāra (Wise Attention), and Optimism. (4) The four factors of Buddhist psychological factors were predictive of levels of resilience displayed by the adolescents significant level of .001.

Keywords: Predictors, Resilience Quotient, Adolescents

1. บทนำ

วิกฤติย่อมพลิกเป็นโอกาสได้เสมอ แต่การจะสร้างโอกาสในภาวะวิกฤติได้ จิตใจต้องมีภูมิคุ้มกันที่ดีมาก่อน มิฉะนั้นจะถูกวิกฤติโหมกระหน่ำ ทำร้ายจนหมดแรงกาย หมดพลังใจ อาร์คิว (RQ) ย่อมาจาก Resilience Quotient ซึ่งก็คือ ภูมิคุ้มกันทางใจ เป็นสิ่งที่ทำให้คนเรามีจิตใจเข้มแข็ง แข็งแกร่งกว่าเดิม คำว่า “Resilience” มาจากภาษาละติน ๒ คำ ได้แก่ คำว่า “Salire” ซึ่งหมายถึง การกระโดด หรือ กระโดดขึ้น (to spring, spring up) และคำว่า “Resilire” ที่หมายถึง การสปริงตัวกลับหรือการกระโดดกลับ (spring back) เมื่อรวมกันจึงหมายถึง ความยืดหยุ่น กลับคืนสู่สภาพเดิม ในทฤษฎีจิตวิทยาเกี่ยวกับ “ภาวะวิกฤติ” (Crisis Theory) อธิบายว่าอารมณ์และจิตใจของคนเรานั้น เมื่อเกิดความทุกข์ เศร้าโศกเสียใจ ผิดหวังเจ็บปวด ไม่ว่ารุนแรงมากมายเพียงใดก็ตาม เมื่อเวลาผ่านไปก็จะสามารถปรับตัวและฟื้นคืนกลับมามีความสุขได้เองอีกครั้ง ตามธรรมชาติ ซึ่งจะเร็วหรือช้าขึ้นอยู่กับภูมิคุ้มกันทางใจ

ปัญหาของวัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่มีความต่อเนื่องระหว่างเด็กและผู้ใหญ่ วัยรุ่นจะมีความต้องการ ความสนใจ มีทัศนคติที่แตกต่างกัน อันเป็นผลเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย สภาพจิตใจและอารมณ์ รวมทั้งสภาพแวดล้อมทางสังคมเปลี่ยนแปลงไป (อุบลรัตน์ เพ็งสถิตย์, ๒๕๕๙ : ๙๕) และจากการศึกษาของพิณภา หมวกยอด พบว่า วัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่มีการปรับตัวยากลำบากที่สุดระยะหนึ่งของชีวิตปัญหาของวัยรุ่นจึงมีมากมายในกรณีที่วัยรุ่นสามารถเผชิญปัญหาในชีวิตประจำวันและแก้ไขปัญหาได้ดีจะเป็นผู้ใหญ่ที่ดีมีความสุขแต่วัยรุ่นที่แก้ปัญหาในชีวิตประจำวันไม่ได้ถูกย้วยจากสิ่งแวดล้อมเป็นวัยรุ่นที่มีปัญหา (พิณภา หมวกยอด, ๒๕๕๘ : ๗๒) หากพิจารณาถึงลักษณะปัญหาที่เกิดขึ้นในช่วงวัยรุ่นอาจกล่าวได้ว่าปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นนั้น ถ้าวัยรุ่นได้มีการเตรียมความพร้อมต่อสถานการณ์ต่างๆ มีภูมิคุ้มกันทางใจที่ดีนั้นสามารถดำรงชีวิตที่ดีได้

จากเหตุผลที่ได้กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่าภูมิคุ้มกันทางใจเป็นสิ่งสำคัญยิ่งต่อการดำเนินชีวิตของบุคคล และเป็นสิ่งที่สามารถส่งเสริมและพัฒนาได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาว่าวัยรุ่นในอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยจิตวิทยา ปัจจัยทางครอบครัว ปัจจัยของเพื่อน และปัจจัยในโนยนิโสมนสิการที่แตกต่างกันมีภูมิคุ้มกันทางใจที่แตกต่างกันหรือไม่ และปัจจัยทางจิตวิทยาที่ส่งผลต่อภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่น โดยศึกษาจากปัจจัยทางจิตวิทยาบูรณาการร่วมกับหลักธรรมทางพุทธศาสนาซึ่งเป็นองค์ประกอบที่คาดว่าจะมีความสัมพันธ์กับความเข้มแข็งในการฟื้นฟูพลังของวัยรุ่นทั้งนี้เพื่อที่จะเป็นแนวทางส่งเสริมให้วัยรุ่น และบุคคลรอบข้างและบุคคลในครอบครัวได้มีส่วนร่วมพัฒนาและเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางใจช่วยป้องกันหรือลดปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นในวัยรุ่นอันส่งผลให้ผ่านพ้นเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อศึกษาระดับภูมิคุ้มกันทางใจกันและปัจจัยที่เกี่ยวข้องในวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกัน

2.2 เพื่อศึกษาอิทธิพลของปัจจัยที่เกี่ยวข้องที่มีต่อระดับภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นในอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์

2.3 เพื่อสร้างสมการพยากรณ์ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภูมิคุ้มกันทางใจ ของวัยรุ่นในอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์

3. ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบเชิงปริมาณ (Surveys Research) แบ่งขอบเขตการศึกษาวิจัย ดังนี้

3.1 ขอบเขตด้านเนื้อหา

การศึกษาปัจจัยเชิงพุทธจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์กับภูมิคุ้มกันทางใจ ของวัยรุ่นใน อำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ จำนวน 450 คน โดยแบ่งเนื้อหาออกเป็น 4 ส่วน คือ

3.1.1 ศึกษาระดับภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นใน อำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีปัจจัยส่วนบุคคลที่แตกต่างกัน

3.1.2 ศึกษาอิทธิพลของปัจจัยที่ส่งผลต่อภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นใน อำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ โดยศึกษาจากปัจจัยทางจิตวิทยาบูรณาการร่วมกับหลักธรรมทางพุทธศาสนา

3.1.3 ศึกษาปัจจัยที่สามารถร่วมพยากรณ์ระดับภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นในอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ได้

3.2 ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

3.2.1 ประชากร ครั้งนี้ที่ใช้ในการวิจัย คือ วัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 15 - 19 ปี อยู่ใน อำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์

3.2.2 กลุ่มตัวอย่าง คือ วัยรุ่นในอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ จำนวน 450 คน ซึ่งได้กำหนดจำนวนได้จากสูตรการกำหนดจำนวนตัวอย่างในกรณีไม่ทราบจำนวนประชากร ของคอคแรน (W.G.cochran, 1953 : 112)

4.วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบเชิงปริมาณ (Surveys Research) โดยมีวิธีดำเนินการวิจัยตามขั้นตอน ดังนี้

4.1 การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง คือ วัยรุ่นในอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ จำนวน ๔๕๐ คน ซึ่งได้กำหนดจำนวนได้จากสูตรการกำหนดจำนวนตัวอย่างในกรณีไม่ทราบจำนวนประชากร เนื่องจากประชากรวัยรุ่นที่แท้จริงในอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์นั้น มีจำนวนไม่ตรงกับทะเบียนราษฎร์ เนื่องจากมีประชากรบางส่วนที่ย้ายมาอยู่ในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์โดยไม่ได้ย้ายทะเบียนบ้านมาด้วยผู้วิจัยจึงทำการสำรวจตามประชากรจริงที่อาศัยอยู่ในอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์

๔.๒ การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้แบบสอบถาม (Questionnaires) เป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ๕ ระดับ จำนวน ๓ ตอน คือ ๑) แบบสอบถามด้านปัจจัยส่วนบุคคล ๒) แบบสอบถามวัดคะแนนด้านปัจจัยเชิงพุทธรจิตวิทยา ๓) แบบสอบถามด้านภูมิคุ้มกันทางใจ

๔.๓ การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยมีขั้นตอนดังนี้ ๑) ติดต่อขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ถึงผู้อำนวยการสถาบันการศึกษาที่ทำการเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ๒) ติดต่อสถาบันการศึกษาที่ทำการเก็บรวบรวมข้อมูล ขออนุญาตผู้บริหารสถานศึกษา นัดหมายวัน เวลา ที่ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลในสัปดาห์ที่ ๑-๓ ของเดือนมกราคม ๒๕๖๑ ๓) จัดเตรียมแบบสอบถามให้มากกว่าจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการจากแต่ละสถาบันการศึกษา ๔) การเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยขอความร่วมมือจากครูและอาจารย์ประจำแต่ละสถาบันในเดือนธันวาคม ๒๕๖๐ - สัปดาห์ที่ ๔ ของเดือนมกราคม พ.ศ. ๒๕๖๑ ๕) นำแบบสอบถามมาตรวจสอบ และคัดแยกแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์หรือแบบสอบถามที่ผู้ตอบตอบด้วยความไม่ตั้งใจจนได้ข้อมูลที่เพียงพอที่จะเป็นกลุ่มตัวอย่างที่เป็นตัวแทนที่ดีของประชากรและเพียงพอสำหรับเงื่อนไขข้อกำหนดของแผนการวิเคราะห์ข้อมูลในช่วงเดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๑

๔.๔ การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้ ๑) ตรวจสอบคะแนนแบบสอบถาม ตามเกณฑ์การตรวจให้คะแนนที่ตั้งไว้ ๒) วิเคราะห์หาค่าสถิติพื้นฐานและประมาณค่าสถิติ ๔) วิเคราะห์หาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปัจจัยเชิงพุทธรจิตวิทยากับความเข้มแข็งในการฟื้นฟูพลังของวัยรุ่น ๕) วิเคราะห์หาค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรปัจจัยเชิงพุทธรจิตวิทยากับความเข้มแข็งในการฟื้นฟูพลังของวัยรุ่น

5.ผลการวิจัย

การศึกษาปัจจัยเชิงพุทธรจิตวิทยามีความสัมพันธ์กับภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ สรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

5.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในด้านปัจจัยส่วนบุคคล

พบว่า ในด้านของเพศวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 335 คน คิดเป็นร้อยละ 74.44 เป็นเพศชาย จำนวน 115 คน คิดเป็นร้อยละ 25.55 วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์เพศหญิง มีค่าเฉลี่ยคะแนนภูมิคุ้มกันทางใจ สูงกว่าวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ เพศชาย พบว่า ภูมิคุ้มกันทางใจในเพศหญิงเกิดจากการที่ตนเองเป็นที่ยอมรับของเพื่อนและคนอื่นได้ รู้สึกรว่าตนเองมีคุณค่า เป็นคนดีและมีประโยชน์แก่ผู้อื่นได้ทำอะไรได้สำเร็จความเป็นตัวของตัวเอง (independent) วัยรุ่นจะรักอิสระ เสรีภาพ และทำได้สำเร็จจะช่วยให้วัยรุ่นมีความมั่นใจในตนเอง ซึ่งมีในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ในด้านของอายุ ผู้วิจัยทำการวิจัยวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีอายุระหว่าง 15-20 ปี จำนวน ๙๐ คน แต่ละระดับอายุคิดเป็นร้อยละ 20.00 ในด้านของสถานภาพสมรสของบิดามารดาของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ส่วนใหญ่สถานภาพสมรสของบิดามารดา (อยู่ด้วยกัน) จำนวน 228 คน คิดเป็นร้อยละ 50.66 สถานภาพสมรสของบิดามารดา (แยกกันอยู่) จำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 16.88 สถานภาพสมรสของบิดามารดาที่บิดาหรือมารดาเสียชีวิตจำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 5.55 สถานภาพสมรสของบิดามารดาหย่าร้าง จำนวน 121 คน คิดเป็นร้อยละ 26.88 ในด้านระดับการศึกษาของ

วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ส่วนใหญ่กำลังศึกษาระดับมัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า จำนวน 411 คน คิดเป็นร้อยละ 91.33 กำลังศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 7.11 และไม่ได้เรียน จำนวน 7 คิดเป็นร้อยละ 15.55 ในด้านจำนวนพี่น้องของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ส่วนใหญ่มีพี่น้องจำนวน ส่วนใหญ่มีพี่น้องจำนวน 1 คน จำนวน 188 คน คิดเป็นร้อยละ 41.77 ไม่มีพี่น้อง (ลูกคนเดียว) จำนวน 138 คน คิดเป็นร้อยละ 30.66 มีพี่น้องจำนวน 2 คนขึ้นไป จำนวน 124 คิดเป็นร้อยละ 27.55 ในด้านลำดับการเกิด ของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ส่วนใหญ่เกิดลำดับที่ 1 จำนวน 222 คน คิดเป็นร้อยละ 49.33 เกิดลำดับที่ 2 จำนวน 157 คน คิดเป็นร้อยละ 34.88 เกิดลำดับที่ 3 ขึ้นไป จำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 15.77

5.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในด้านปัจจัยเชิงพุทธิจิตวิทยา

พบว่า ในด้านการเห็นคุณค่าตนเองของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ มีค่าเฉลี่ยคะแนนอยู่ในระดับสูง ในด้านการคิดแบบโยนโทษสมมติการของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ มีค่าเฉลี่ยคะแนนอยู่ในระดับสูงในด้านกลายณมิตรของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ มีค่าเฉลี่ยคะแนนอยู่ในระดับสูง ในด้านการมองโลกในแง่ดี ของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ มีค่าเฉลี่ยคะแนนอยู่ในระดับสูง ในด้านภูมิคุ้มกันทางใจ ของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ มีค่าเฉลี่ยคะแนนอยู่ในระดับสูง

5.3 ผลการทดสอบสมมุติฐานทางสถิติ

1) วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกันมีภูมิคุ้มกันทางใจที่แตกต่างกันจากการวิจัยสามารถทดสอบสมมุติฐานทางสถิติได้ดังนี้

สมมุติฐานที่ 1 วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีเพศแตกต่างกัน มีภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมุติฐาน พบว่า วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีเพศแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยคะแนนภูมิคุ้มกันทางใจ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

สมมุติฐานที่ 2 วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีอายุแตกต่างกัน มีภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมุติฐาน พบว่า วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีอายุแตกต่างกัน (ช่วงอายุ 15-20 ปี) มีค่าเฉลี่ยคะแนนภูมิคุ้มกันทางใจ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

สมมุติฐานที่ 3 วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีสถานภาพสมรสของบิดามารดาแตกต่างกัน มีความเข้มแข็งภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมุติฐาน พบว่า วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีสถานภาพสมรสของบิดามารดาแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยคะแนนภูมิคุ้มกันทางใจ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

สมมุติฐานที่ 4 วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมุติฐาน พบว่า วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยคะแนนภูมิคุ้มกันทางใจ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

สมมุติฐานที่ 5 วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีจำนวนพี่น้องแตกต่างกัน มีภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมุติฐาน พบว่า วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีจำนวนพี่น้องแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยคะแนนภูมิคุ้มกันทางใจ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

สมมุติฐานที่ 6 วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีตามลำดับการเกิดแตกต่างกัน มีภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมุติฐาน พบว่า วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มี

ตามลำดับการเกิดแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยคะแนนภูมิคุ้มกันทางใจ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 2) วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีปัจจัยเชิงพุทธจิตวิทยาแตกต่างกันมีภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกัน จากการวิจัยสามารถทดสอบสมมติฐานทางสถิติได้ดังนี้

สมมติฐานที่ 7 วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีระดับการเห็นคุณค่าตนเองแตกต่างกัน มีภูมิคุ้มกันทางใจ แตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ทั้ง 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มที่ 1 การเห็นคุณค่าตนเอง น้อย – น้อยที่สุด กลุ่มที่ 2 การเห็นคุณค่าตนเอง ปานกลาง และกลุ่มที่ 3 การเห็นคุณค่าตนเอง มาก – มากที่สุด มีค่าเฉลี่ยคะแนนภูมิคุ้มกันทางใจ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

สมมติฐานที่ 8 วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีระดับการคิดแบบโยนิโสมนสิการแตกต่างกัน มีภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ทั้ง 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มที่ 1 การคิดแบบโยนิโสมนสิการ น้อย – น้อยที่สุด กลุ่มที่ 2 การคิดแบบโยนิโสมนสิการ ปานกลาง และกลุ่มที่ 3 การคิดแบบโยนิโสมนสิการ มาก – มากที่สุด มีภูมิคุ้มกันทางใจที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

สมมติฐานที่ 9 วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีระดับกัลยาณมิตร แตกต่างกัน มีภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มที่ 1 กัลยาณมิตร น้อย – น้อยที่สุด กลุ่มที่ 2 กัลยาณมิตร ปานกลาง และกลุ่มที่ 3 กัลยาณมิตร มาก – มากที่สุด มีภูมิคุ้มกันทางใจที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

สมมติฐานที่ 10 วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีระดับการมองโลกในแง่ดี แตกต่างกัน มีภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกัน ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มที่ 1 การมองโลกในแง่ดี น้อย – น้อยที่สุด กลุ่มที่ 2 การมองโลกในแง่ดี ปานกลาง และกลุ่มที่ 3 การมองโลกในแง่ดี มาก – มากที่สุด มีภูมิคุ้มกันทางใจที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 3) ปัจจัยเชิงพุทธจิตวิทยามีความสัมพันธ์กับภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ จากการวิจัยสามารถทดสอบสมมติฐานทางสถิติได้ดังนี้

สมมติฐานที่ 11 ปัจจัยเชิงพุทธจิตวิทยา (การเห็นคุณค่าตนเอง การคิดแบบโยนิโส กัลยาณมิตร การมองโลกในแง่ดี) มีความสัมพันธ์กับภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ปัจจัยเชิงพุทธจิตวิทยา ได้แก่ การเห็นคุณค่าตนเอง การคิดแบบโยนิโส กัลยาณมิตร การมองโลกในแง่ดี มีความสัมพันธ์กับภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

6. อภิปรายผลการวิจัย

ผลการศึกษาพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ โดยภาพรวมอยู่ในระดับสูง เนื่องมาจากวัยรุ่นมีพร้อมทั้ง ๔ ด้านของปัจจัยเชิงพุทธจิตวิทยา ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตัวเอง การคิดแบบโยนิโสมนสิการ กัลยาณมิตร การมองโลกในแง่ดี และพร้อมทั้ง ๓ องค์ประกอบคือ อึด-ฮึด-สู้ ๑) อึด คือ มีความเข้มแข็งทางจิตใจ สามารถทนทานต่อภาวะกดดันได้ดี จัดการความเครียดได้อย่างเหมาะสม ควบคุมอารมณ์ได้ดีเยี่ยมสู้กับทุกสถานการณ์ ๒) ฮึด คือ มีศรัทธาและกำลังใจที่เชื่อว่าสิ่งเลวร้ายต่างๆ ย่อมผ่านพ้นไปได้ สามารถให้กำลังใจตัวเอง และได้รับกำลังใจจากคนรอบข้าง และ ๓) สู้ คือ สามารถต่อสู้กับปัญหาอุปสรรคอย่างชาญฉลาด มีทักษะในการแก้ไขปัญหา หาทงออกได้อย่างเหมาะสม สามารถปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสุวิณี ภารา ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อ

ความแข็งแกร่งในชีวิตของวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร พบว่า ความแข็งแกร่งในชีวิตของวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับสูงเช่นเดียวกัน จากการศึกษาและสรุปผลการวิจัย สามารถอภิปรายประเด็นสำคัญได้ดังนี้

6.1 การศึกษาระดับภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ที่มีปัจจัยส่วนบุคคลแตกต่างกัน

ผลการศึกษา พบว่า วัยรุ่นเพศชายและเพศหญิงมีภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($t = -5.476$) ซึ่งผลการทดสอบเป็นไปตามสมมุติฐานที่ 1 วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีเพศแตกต่างกัน มีภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสุวิณี ภารา ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความแข็งแกร่งในชีวิตของวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร พบว่า เพศหญิงมีความแข็งแกร่งในชีวิตสูงกว่าเพศชายทุกด้าน อาจเป็นเพราะวัยรุ่นหญิงมีการแสดงออกที่ชัดเจนกว่าวัยรุ่นชาย เช่น วัยรุ่นหญิงสามารถบอกความคิด ความรู้สึกของตนให้กับผู้อื่นได้ แสดงออกถึงความรัก ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น พยายามหาทางออกในการจัดการกับปัญหาทั้งของตนเองหรือผู้อื่น และกล้าที่จะปรึกษา ขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น ซึ่งสอดคล้องกับ (Steiner, ๑๙๗๒) กล่าวไว้ว่า วัยรุ่นหญิงจะให้ความสำคัญต่อทั้งความรู้สึกของตนเองและความรู้สึกของผู้อื่น ตระหนักถึงความยุติธรรม และพร้อมที่จะเข้าไปปกป้องผู้อื่นที่ถูกทำให้เสียเปรียบ หรือเข้าไปช่วยเจรจา มักจะระวังรายละเอียดเล็กๆ น้อยๆ อันเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์กับผู้อื่น ด้วย โดยคอยสังเกตภาษาร่างกายและความรู้สึกของผู้อื่น ซึ่งวัยรุ่นชายไม่สนใจที่จะกระทำดังกล่าว วัยรุ่นหญิงดูเหมือนว่าจะจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ ในสังคมได้ดี มีความมั่นใจมากกว่าวัยรุ่นชาย ความกระตือรือร้นเหล่านี้ทำให้วัยรุ่นหญิงมีความเติบโตเต็มที่ หรือมีความเป็นผู้ใหญ่มากกว่า วัยรุ่นชายมีความเป็นผู้ใหญ่ช้ากว่า วัยรุ่นหญิง และมักจะเปิดใจบอกเล่าความรู้สึกส่วนตัวกับผู้อื่นได้ยาก นอกจากนี้ (ฮามีดีอะ อารี, ๒๕๕๖) กล่าวว่า ความคิดของเพศชายมุ่งในเรื่องของตนเองมากกว่า ในขณะที่ความคิดของเพศหญิงเน้นหนักในเรื่องของสิ่งแวดล้อม เพศชายแสดงอาการก้าวร้าวมากกว่าเพศหญิงในขณะที่เพศหญิงมีความสามารถในการใช้ถ้อยคำได้ดีกว่าจึงติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่นได้เหมาะสม และนุ่มนวลกว่าเพศชาย

๖.๒ การศึกษาระดับภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ที่มีปัจจัยเชิงพุทธจิตวิทยาแตกต่างกัน

๑) ด้านการเห็นคุณค่าตนเอง ผลการศึกษา พบว่า วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีระดับการเห็นคุณค่าตนเองแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยคะแนนภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งผลการทดสอบเป็นไปตามสมมุติฐานที่ ๗ วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีระดับการเห็นคุณค่าตนเองแตกต่างกัน มีภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับลักษณะของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำจากการศึกษาของ ศิริรัตน์ คงกลิ่น พบว่า วัยรุ่นที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะเป็นบุคคลที่มีความภาคภูมิใจในตนเอง แต่ไม่ได้หมายความว่าวัยรุ่นที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะเป็นบุคคลที่มีความรู้สึกที่ดีหรือเหนือกว่าบุคคลอื่น แต่วัยรุ่นที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงนั้นจะมีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มองโลกในแง่ดี มีการพัฒนาตนเอง กล้าแสดงออก สามารถยอมรับในคำชมเชยได้ มีความไว้วางใจผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ สามารถเผชิญกับความตึงเครียดในชีวิต และมีวิธีการในการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ สำหรับวัยรุ่นที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำนั้น จะเป็นบุคคลที่ไม่มีความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่กล้าแสดงออก ไม่กล้าแสดงความคิดเห็นชอบโอ้อวด ชอบวิพากษ์วิจารณ์ผู้อื่น ควบคุมอารมณ์ของตนเองไม่ได้ และมีวิธีเผชิญปัญหาที่ไม่เหมาะสม ซึ่งโดยส่วนใหญ่จะมีความผิดปกติทางอารมณ์และพฤติกรรมตามมา เช่น มีวิตกกังวล ความซึมเศร้า การกระทำผิดกฎหมาย การเข้าไปในทางที่

ผิด และมีความผิดปกติในการรับประทานอาหาร โดยจะรับประทานอาหารมากกว่าวัยรุ่นที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง

๒) ด้านกัลยาณมิตร ผลการศึกษา พบว่า วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีระดับกัลยาณมิตรแตกต่างกันค่าเฉลี่ยคะแนนภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๐๑ ซึ่งผลการทดสอบเป็นไปตามสมมุติฐานที่ ๙ วัยรุ่นในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับกัลยาณมิตรแตกต่างกันมีภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับ อุไร สุมาธิธรรม ได้กล่าวว่า การที่วัยรุ่นจะสามารถปรับตัวได้ดี ครอบครัว ลักษณะของการอบรมเลี้ยงดูและประสบการณ์ต่างๆ ที่วัยรุ่นได้รับจากครอบครัวเป็นพื้นฐานสำคัญต่อการปรับตัวทางสังคมของวัยรุ่น หากได้รับการอบรมเลี้ยงดูด้วยความรัก ความเอาใจใส่ สมาชิกในครอบครัวมีความสัมพันธ์ที่ดีและมีความเข้าใจต่อกันก็จะเป็นตัวหล่อหลอมพื้นฐานการปรับตัวทางสังคมที่ดีให้กับวัยรุ่น แต่หากได้รับการปลูกฝังในทางลบต่อการอยู่ร่วมกับคนอื่น เช่น อยู่ในครอบครัวที่แตกแยก สมาชิกมีความสัมพันธ์ที่ไม่ดีขาดความเข้าใจ ก็จะส่งผลให้วัยรุ่นมีการมองโลก มองผู้อื่น หรือแม้กระทั่ง ตนเองในด้านลบ ขาดทักษะทางสังคมที่จำเป็นต่อการปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่น

๓) ด้านปัจจัยเชิงพุทธจิตวิทยา ผลการศึกษา พบว่า วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีระดับการคิดแบบการคิดแบบโยนิโสมนสิการแตกต่างกันมีค่าเฉลี่ยคะแนนภูมิคุ้มกันทางใจ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๐๑ ซึ่งผลการทดสอบเป็นไปตามสมมุติฐานที่ ๘ วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีระดับการคิดแบบการคิดแบบโยนิโสมนสิการแตกต่างกัน มีภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกัน เนื่องจากการคิดแบบโยนิโสมนสิการเป็นวิธีคิดแนวหนึ่งที่พระพุทธเจ้าได้ทรงใช้ในการสั่งสอนพุทธบริษัททั้งหลาย เป็นแนวคิดที่ใช้ประโยชน์ได้ตลอดเวลาโดยเฉพาะอย่างยิ่งในการดำเนินชีวิตประจำวัน เริ่มตั้งแต่การวางใจ วางท่าที่ต่อบุคคลและสิ่งทั้งหลายที่เกี่ยวข้อง การตั้งแนวความคิดเมื่อต้องประสบกับปัญหาอย่างใดอย่างหนึ่งในทางที่จะไม่เกิดทุกข์ไม่ก่อปัญหา แต่เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขแก่ตนเองและผู้อื่น ซึ่งเป็นการสร้างนิสัยและคุณลักษณะที่ดีให้เกิดแก่ตนเองต่อไป คนที่มีโยนิโสมนสิการทำให้เป็นคนรู้จักคิดรู้จักมอง ซึ่งย่อมสามารถมองเห็นและหาแง่ที่เป็นประโยชน์มาใช้ในการพัฒนาส่งเสริมความเจริญของงามของชีวิตได้ทุกสถานการณ์ โยนิโสมนสิการทำให้ทุกคนช่วยเหลือตนเองได้ คือคิดอย่างถูกวิธี คิดอย่างมีระเบียบ รู้จักวิเคราะห์ ไม่มองสิ่งต่างๆ อย่างผิวเผิน และเป็นขั้นที่สำคัญในการสร้างปัญญา คนทั่วไปมักเคยชินกับการคิดเพื่อสนองตนหาของตน หรือคิดโดยมีความพอใจ หรือไม่พอใจเป็นพื้นฐานมาเป็นเวลานาน วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการจะเป็นการสร้างนิสัยใหม่ให้แกจิต เป็นการคิดที่จะทำให้เกิดปัญญา ทำให้แก้ปัญหาด้วยความทุกข์และสร้างความสุขได้แม้จะยังไม่สมบูรณ์นักแต่วิธีคิดแบบนี้จะเป็นเครื่องช่วยให้เกิดความสมดุล และมีทางออกแก้ปัญหาต่างๆ ได้อย่างถูกต้อง

๔) ด้านการมองโลกในแง่ดี ผลการศึกษา พบว่า วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีระดับการมองโลกในแง่ดีแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยคะแนนภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๐๑ ซึ่งผลการทดสอบเป็นไปตามสมมุติฐานที่ ๑๐ วัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ที่มีระดับการมองโลกในแง่ดี แตกต่างกัน มีภูมิคุ้มกันทางใจแตกต่างกัน เนื่องจากการที่บุคคลมีคุณธรรม เมื่อใดที่คุณธรรมนี้แสดงผลแล้ว บุคคลย่อมมีความภูมิคุ้มกันทางใจ ธรรมที่เป็นกำลังภายในตน ซึ่งเป็นเครื่องต่อต้านอกุศลธรรมที่เป็นปรปักษ์ กล่าวคือ เมื่อใดธรรมที่เป็นกำลังภายในนี้เกิดขึ้นภายในใจ เมื่อนั้นอกุศลธรรมฝ่ายเป็นปรปักษ์จะไม่มีโอกาสเกิดขึ้นได้ เพราะธรรมที่เป็นกำลังภายในจะต้านทานไว้ป้องกันไว้อย่างมั่นคง และแข็งแรงมิได้หวั่นไหว มิให้อกุศลธรรมที่เป็นปรปักษ์ครอบงำผู้ใดการมองโลกในแง่ดี นี่เป็นกำลังภายในตน ผู้นั้นย่อมจะมีกำลังใจเข้มแข็งไม่อ่อนแอ มีความเข้มแข็งในการฟันฝ่า ไม่ยอมให้ความเกลียดชัง ความประมาท ความ

ฟังชัน และความเฝอความหลงครอบงำย่ำยีจิตใจได้ ธรรมอันเป็นกำลัง (Power) เป็นธรรมที่จะช่วยเพิ่มพลังให้จิตใจ

๕) ด้านการศึกษาปัจจัยเชิงพุทธจิตวิทยา ที่มีความสัมพันธ์กับภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ ผลการศึกษา พบว่า ปัจจัยเชิงพุทธจิตวิทยา ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตัวเอง การคิดแบบโยนิโสมนสิการ กัลยาณมิตร การมองโลกในแง่ดี มีความสัมพันธ์กับภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๐๑ ซึ่งผลการทดสอบเป็นไปตามสมมุติฐานที่ ๑๑ ปัจจัยเชิงพุทธจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์กับภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ แสดงว่าการเห็นคุณค่าในตัวเอง การคิดแบบโยนิโสมนสิการ กัลยาณมิตร การมองโลกในแง่ดี มีความสัมพันธ์กับภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นในเขตอำเภอหนองกี่ จังหวัดบุรีรัมย์ เป็นเพราะวัยรุ่นที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองจะรับรู้และประเมินตนเองในทางบวกรู้สึกพอใจตนเอง รู้สึกว่าตนสามารถทำอะไรได้ดีเหมือนกับคนอื่น รู้สึกว่าตนเองก็มีคุณค่า และมีความรู้สึกที่ดีกับตนเอง ซึ่งมีความสัมพันธ์กับภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นด้วย ซึ่งสอดคล้องกับมณู ณะวัฒนา ที่ได้อธิบายไว้ว่า ลักษณะของคนที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองจะประกอบด้วยความรู้สึกที่ดีต่อตัวเองมีความสามารถที่จะทำหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และส่งผลถึงการปรับตัวได้เป็นอย่างดี ไม่รู้สึกว่ตนเองมีปมด้อย หรือขาดความเชื่อมั่น ไม่ตำหนิ เกลียด หรือลงโทษตัวเอง แต่มีความรู้สึกที่สมบูรณ์ รวมทั้งสามารถเผชิญหน้ากับสถานการณ์ต่างๆ ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี

7. ข้อเสนอแนะ

7.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

7.1.1 ควรส่งเสริมให้ครอบครัว สถานศึกษา เพื่อน ชุมชน และวัยรุ่นมีการเห็นคุณค่าในตัวเอง การคิดแบบโยนิโสมนสิการ กัลยาณมิตร การมองโลกในแง่ดี ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลให้เกิดภูมิคุ้มกันทางใจ

7.1.2 ควรส่งเสริมและพัฒนาภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่น โดยการจัดให้มีโครงการ หรือกำหนดการฝึกสมุขยสัมพันธ์ การเป็นเพื่อนที่ดีเป็นส่วนหนึ่งของรายวิชาหรือกิจกรรมที่เกี่ยวข้อง

7.1.3 ควรมีการนำแบบวัดดังกล่าวไปใช้ในการคัดกรองวัยรุ่นเพื่อไปสู่ขั้นตอนการดำเนินการเสริมสร้างและพัฒนาวัยรุ่นในสถานศึกษาต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง หรือมีเป้าหมายในการพัฒนาวัยรุ่นต่อไป

7.2 ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

7.2.1 ควรส่งเสริมให้วัยรุ่นใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ซึ่งมีสภาพแวดล้อมและสังคมที่แตกต่างกัน เพื่อศึกษาปัจจัยเชิงพุทธจิตวิทยาที่ส่งผลต่อภูมิคุ้มกันทางใจกับกลุ่มตัวอย่างอื่นๆ

7.2.2 ควรนำผลที่ได้จากการวิเคราะห์ผลทางสถิติไปทำการวิจัยเพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่นจากการวิจัยและพัฒนาภูมิคุ้มกันทางใจของวัยรุ่น

7.2.3 ควรนำตัวแปรที่เป็นปัจจัยเชิงพุทธจิตวิทยา จากตัวแปรอื่นๆ เช่น พลละ 5 การปรับตัวในครอบครัว ความเครียด หรือสัมพันธภาพระหว่างบุคคลมาทำการทดลองเพิ่ม

บรรณานุกรม

1. ภาษาไทย

(1) หนังสือ

ทวีศักดิ์ สิริรัตน์เรขา. **อีคิวพัฒนาสู่วุฒิภาวะทางอารมณ์**. จิตวิทยาครอบครัว. พิมพ์ครั้งที่ ๒ กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ, 2552.

นิติบุคคล ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน**. กรุงเทพมหานคร : นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์. พ. 2542.

บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์. **การพัฒนาเครื่องมือสำหรับการประเมินการศึกษา**, กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2545.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). **พุทธวิถีในการสอน**, กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, 2540.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). **วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม**. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2542, พิมพ์ครั้งที่ 6.

อุบลรัตน์ เพ็งสถิตย์. **จิตวิทยาพัฒนาการ**. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2549.

(2) บทความ :

อภิชัย พันธเสน. "ความพอประมาณและการมีภูมิคุ้มกันเป็นกระบวนการ", **รวมบทความการเสวนาสหสาขา**. (สห วิชาการระหว่างสถาบัน. แห่งชาติ ครั้งที่ 1 พ.ศ. 2554), หน้า 112.

(3) วิทยานิพนธ์ :

สุวิณี ภารา. "ปัจจัยที่ส่งผลต่อความแข็งแกร่งในชีวิตของวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร". วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์ มหาบัณฑิตจิตวิทยาพัฒนาการ. **บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยรามคำแหง**, 2555.

เบญจวรรณ ปรางประเสริฐ. "การศึกษาผลการเรียนรู้ เรื่อง หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาโดยใช้กระบวนการเผชิญ สถานการณ์ร่วมกับการคิดแบบโยนิโสมนสิการ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4". วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต. **บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศิลปากร**, 2553.

เพ็ญประภา ปริญาพล. "ความสัมพันธ์ระหว่างความยืดหยุ่นและทนทาน การรับรู้เหตุการณ์ลบในชีวิต กลวิธีการเผชิญปัญหา กับสุขภาพจิตของนักศึกษามหาวิทยาลัย". วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. **บัณฑิต วิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่**, 2550.

ผลการใช้โปรแกรมการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา :
กรณีศึกษา นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม
EFFECT OF BUDDHIST SELF-ESTEEM PROGRAM : A CASE STUDY
OF MATHAYOMSUKSA I STUDENT IN
MATHAYOMWATDUSITARAM SCHOOL

นางพวงเพชร วัชรรัตนพงศ์¹
Mrs.Puangpet Wchararatapong
ผศ.ดร.สาระ มุขดี²
Assist. Prof. Dr.Sara Mookdee

บทคัดย่อ

บทความวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 2 ข้อคือ 1) เพื่อศึกษาระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ตามหลักพระพุทธศาสนาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม และ 2) เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตารามก่อนและหลัง ระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้เป็นการวิจัยแบบกึ่งทดลอง ประชากร คือนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 150 คน กลุ่มตัวอย่างจำนวน 60 คน เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม อย่างละ 30 คน และเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามและโปรแกรมการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา และสถิติที่ใช้ประกอบด้วย ค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที แบบสองกลุ่มสัมพันธ์ ผลการวิจัย พบว่า การวิเคราะห์ความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยการเข้าร่วมกิจกรรมการเห็นคุณค่าในตนเองของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง ทั้งสองกลุ่มมีค่าเฉลี่ยของคะแนนโดยภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.01 และการวิเคราะห์ความแตกต่างของการเข้าร่วมกิจกรรมในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลัง มีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ทั้งคุณค่าแท้คุณค่าเทียมในตนเอง คุณค่าในการทำประโยชน์แก่ตนเอง และคุณค่าในการทำประโยชน์แก่ผู้อื่น แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.01

คำสำคัญ : การเห็นคุณค่าในตนเอง, คุณค่าแท้คุณค่าเทียม, พระพุทธศาสนา

¹นิสิตพุทธศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา สาขาวิชาชีวิตและความตาย คณะมนุษยศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

²อาจารย์ประจำคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยนวมินทราธิราช, 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 โดยการมีความรู้สึกรับผิดชอบ มีความเชื่อมั่นในการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณค่า (ธีระ ชัยยุทธธรรม, 2542 : 69) มนุษย์มีศักยภาพ มนุษย์สามารถพัฒนาศักยภาพของตนเอง โดยไม่จำเป็นต้องปล่อยชีวิตของตนเองให้ขึ้นอยู่กับอำนาจของพรหมหรือเทวดาแต่ฝ่ายเดียว คำสอนของพระพุทธองค์เกือบทั้งสิ้นส่วนหนึ่งเพื่อให้ชาวพุทธหรือมนุษย์เข้าใจตนเอง การพัฒนาสติสัมปชัญญะหรือการพัฒนาเพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจตามความเป็นจริง ความรู้ความเข้าใจความเป็นจริงตามศักยภาพของตนเอง ความเป็นจริงสอดคล้องกับอุปนิสัยความเป็นจริงสอดคล้องกับวาสนาความเป็นจริงสอดคล้องกับความสามารถ

การเห็นคุณค่าในตนเองนับว่ามีคุณค่าสูงยิ่งเพราะเป็นพื้นฐานของการมองชีวิตสมรณะทางด้านสังคมและอารมณ์เกิดจากการเห็นคุณค่าในตนเอง บุคคลที่เห็นคุณค่าในตนเองสูงจะสามารถเผชิญกับอุปสรรคที่ผ่านเข้ามาในชีวิตสามารถยอมรับ สถานการณ์ที่ทำให้ตนเองรู้สึกผิดหวังและท้อแท้ใจด้วยความเชื่อมั่นในตนเอง ด้วยความหวังและความ กล้าหาญ จึงเป็นบุคคลที่ประสบความสำเร็จมีความสุขสามารถดำเนินชีวิตตามที่ตนปรารถนาได้อย่างดี (สุธี ลิขะไชย, 2555 : 1)

ดังนั้นผู้วิจัยจะศึกษาการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ชั้นปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม เพราะนักเรียนในชั้นนี้เป็นช่วงวัยรุ่น การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นปัจจัยสำคัญยิ่งในการปรับตัวทางอารมณ์สังคม และการเรียนรู้สำหรับเด็ก เมื่อเข้าสู่วัยรุ่น (10 -12 ปี) การยกกระดืบ (Self-Esteem) ทำได้ยาก เพราะเด็กเริ่มเปรียบเทียบตนเองกับคนอื่น เด็กที่มี (Self-Esteem) ต่ำมักจะต่ำต่อไปในวัยผู้ใหญ่ เมื่อเทียบกับเพื่อนในวัยเดียวกัน เด็กหญิงที่เข้าสู่วัยรุ่นเร็วมักมีปัญหา (Low Self-Esteem) และปัญหาทางอารมณ์ พ่อแม่หากทราบสามารถช่วยเหลือได้มาก เด็กต้องพัฒนาความขยัน เด็กจะต้องรู้สึกว่ามี ความสามารถ และไม่รู้สึกรู้สึกล้มปด้อย หากเด็กรู้สึกที่ไม่เก่งในสิ่งที่เขาให้ความสำคัญเขาจะพัฒนา (Low Self-Esteem) ได้ การได้รับความกดดันจากพ่อแม่ว่าต้องทำได้ดีขึ้น ต้องพยายามให้มากขึ้น นอกจากเด็กจะกดดันในการเปรียบเทียบกับเพื่อนแล้วยังกดดันจากพ่อแม่ อีก การไม่ได้การยอมรับจากคนที่เด็กให้ความสำคัญมีผลต่อ (Self-Esteem) ของเด็ก (Brooks, R.B., 1992 : 43)

ผู้วิจัยต้องการศึกษาการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา โดยจะจัดโปรแกรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา เพื่อให้เห็นความสำคัญของคุณค่าแท้ คุณค่าเทียมในตนเอง คุณค่าในการทำประโยชน์แก่ตนเองและคุณค่าในการทำประโยชน์แก่ผู้อื่น เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ และเผยแพร่พระพุทธศาสนา โดยเฉพาะอย่างยิ่งแก่เยาวชน (ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา, 2556 : 7)

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อศึกษาระดับการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม

2.2 เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมต่อการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตารามก่อนและหลังโปรแกรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา

3. ขอบเขตของการวิจัย

3.1 ด้านเนื้อหา ศึกษาจากเอกสาร (Documentary Survey) รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ พระไตรปิฎก ฉบับภาษาไทย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยและศึกษารวบรวมข้อมูลเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ได้แก่ แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องจากหนังสืองานวิจัยทั้งในและต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเองในแนวทางตะวันตกและพระพุทธศาสนา

3.2 ด้านพื้นที่ ได้แก่ โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม กรุงเทพมหานคร

3.3 ด้านประชากร คือ นักเรียนระดับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม กรุงเทพมหานคร จำนวน 150 คน

4. วิธีการดำเนินการวิจัย

4.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนระดับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม กรุงเทพมหานคร จำนวน 150 คน

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

4.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ได้ออกแบบเครื่องมือที่ใช้ประกอบการวิจัยขึ้นโดยเฉพาะ ซึ่งแบ่งเครื่องมือออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

1. โปรแกรมการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อใช้ทดลองกับกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมศึกษา และทำการตรวจสอบคุณภาพโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลในการวิจัย คือ แบบสอบถามประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา มีทั้งหมด 30 ข้อ คือคุณค่าแท้คุณค่าเทียมในตนเอง 10 ข้อ คุณค่าในการทำประโยชน์แก่ตนเอง 10 ข้อ คุณค่าในการทำประโยชน์แก่ผู้อื่น 10 ข้อ มีวัตถุประสงค์เพื่อใช้เป็นเครื่องมือวัดระดับความตระหนักรู้ในการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนาของกลุ่มตัวอย่าง และกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังดำเนินกิจกรรมตามแบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา และได้รับการตรวจสอบหาความเชื่อมั่น โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 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) ค่าสถิติ (T-Test) แบบสองกลุ่มสัมพันธ์ (Two Paired Samples T-Test) ใช้เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนาของกลุ่มต่างๆ ที่ใช้ทดสอบตามสมมติฐาน

5. ผลการวิจัย

5.1 ระดับการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนาของนักเรียนมัธยมชั้นปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมดุสิตาราม ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง พบว่า นักเรียนทั้งสองกลุ่ม มีค่าเฉลี่ยของคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.01 ส่วนรายด้านพบว่า คุณค่าแท้คุณค่าเทียมในตนเอง คุณค่าในการทำประโยชน์แก่ตนเอง และคุณค่าในการทำประโยชน์แก่ผู้อื่น ของกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง หลังการทดลอง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.01

5.2 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของการใช้โปรแกรมต่อการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา นักเรียนมัธยมชั้นปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมดุสิตาราม ในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลอง เมื่อพิจารณาเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยโดยภาพรวม พบว่า นักเรียนมีค่าเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.01 ทั้งคุณค่าแท้คุณค่าเทียมในตนเอง คุณค่าในการทำประโยชน์แก่ตนเอง และคุณค่าในการทำประโยชน์แก่ผู้อื่น มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.01

6. อภิปรายผลการวิจัย

6.1 อภิปรายผลระดับการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตาราม ดังนี้

พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมส่วนใหญ่เป็นเพศชาย อาชีพของบิดาหรือมารดา มีอาชีพรับจ้าง เกษตรเฉลี่ยสะสมในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 อยู่ในระดับ 2.0 – 2.5 จากการเข้าร่วมโปรแกรมการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนาของนักเรียนมัธยมชั้นปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมดุสิตาราม มีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของรอนกิน (Ronkin, 1982 : 93) ได้ศึกษาเรื่องการเปลี่ยนแปลงการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาจากการฝึกอบรมมนุษยสัมพันธ์ 1 ภาคการศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กวัยรุ่น ซึ่ง แบ่งเป็นเด็กทดลอง 2 กลุ่ม จะได้รับการฝึกอบรมมนุษยสัมพันธ์ ซึ่งเป็นรายวิชาที่จัดขึ้น 1 ภาคการศึกษา และมีกลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม เครื่องมือที่ใช้ คือ (The Tennessee Self – Concept Scale) ผลปรากฏว่า กลุ่มทดลองมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น มากกว่ากลุ่ม ควบคุมอย่างมีนัยสำคัญ และ(กัญช์ เกษรสุขันธ์, 2546 : 48) ศึกษาผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านเชียงใหม่กลุ่มตัวอย่างคือ เยาวชนที่มีอายุระหว่าง 13 - 18 ปี ที่ได้รับการสงเคราะห์ในสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านเชียงใหม่ จำนวน 19 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองฉบับนักเรียนของคูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1984 : 23) และกิจกรรมกลุ่ม ผลการศึกษา พบว่า เยาวชนที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ 0.01 และเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าเยาวชน ที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

6.2 อภิปรายผลของโปรแกรมต่อการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนมัธยมวัดดุสิตารามก่อนและหลังโปรแกรมการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนา

พบว่า สำหรับการเปลี่ยนแปลงด้านพฤติกรรมที่เกิดขึ้นกับนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมนี้คือนักเรียนมีความกล้าแสดงออกมากขึ้นมีความมั่นใจในตัวเองสูงขึ้น มีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนในห้องมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ (จันทร์ฉาย พัทธ์ศิธิกุล, 2532 : 105) ได้ศึกษาผลของการจัดโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนสามเสนวิทยาลัย ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่อาสาสมัครเข้าร่วมในการวิจัย จำนวน 16 คน แบ่ง ออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน กลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกสัปดาห์ละ 2 ครั้งๆ ละ 1.00 – 1.30 ชั่วโมง จำนวน 10 ครั้ง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือแบบสำรวจความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของคูเปอร์สมิธ และแบบสอบถาม ประเมินผลจัดโปรแกรมฝึกความกล้าแสดงออก ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ผลการวิจัย พบว่าการเข้าร่วม โปรแกรมการฝึกความกล้าแสดงออกมีผลต่อการเพิ่มความรู้สึก เห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 และ (วิไลรัตน์ หิรัญสุขโชติ, 2550 : 66) ได้ศึกษาผลการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อ พัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กกำพร้าเป็นการวิจัยเชิงทดลอง มีจุดมุ่งหมาย เพื่อจัดโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กกำพร้า เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองและโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ผลการวิจัย พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กกำพร้า ในสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านมหาเมฆ มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้นในด้านการมองตนเองเมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1 หลังจากเข้าร่วมโปรแกรมกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

7. ข้อเสนอแนะ

7.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1) นำโปรแกรมเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนาไปพัฒนากับนักเรียนทุกระดับชั้น โดยให้อยู่ในแผนการเรียนการสอนประจำภาคการศึกษาของโรงเรียน

7.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

1) ในการวิจัยครั้งต่อไปควรมีการวิจัยการใช้โปรแกรมการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนาของกลุ่มตัวอย่างอื่นที่เป็นนักเรียนในระดับประถมศึกษา

2) ควรมีการศึกษาวิจัยถึงประสิทธิผลของการเห็นคุณค่าในตนเองตามหลักพระพุทธศาสนากับหลักธรรมด้านอื่นๆ บ้าง

3) ควรมีการศึกษาติดตามผลของการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมหลังการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างน้อย 1 เดือน เพื่อเข้าถึงความคงทนของการเห็นคุณค่าในตนเอง

บรรณานุกรม

1. หนังสือ

ชัยวัฒน์ วงศ์อาษา. "การเห็นคุณค่าในตนเอง". กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหิดล, 2556.

ธีระ ชัยยุทธยรรยง. การเสริมสร้างความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง. วารสารการศึกษา, 2542.

2. วิทยานิพนธ์

กัญช์ เกสรสुकนธ์. ผลของกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของเยาวชนในสถานสงเคราะห์เด็กชายบ้านเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2546.

จันทร์ฉาย พิทักษ์ศิริกุล. "ผลของการจัดโปรแกรมการศึกษาความกล้าแสดงออกต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา". วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.

สุธน ลิกะไชย, "ผลของการใช้โปรแกรมต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 1-3 โรงเรียนลอยสายอนุสรณ์ สำนักงานเขตลาดพร้าว กรุงเทพมหานคร", วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2555.

วิไลรัตน์ หิรัญสุขโขติ และคนอื่นๆ. ผลการใช้กิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์เพื่อพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กกำพร้า. รายงานการวิจัย. ประกอบการเรียนการสอนวิชาวิธีการวิจัย ในจิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, 2550.

(I) Books

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

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

(2) Articles

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

ความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง ที่มีต่อเป้าหมาย และความสำเร็จในการเรียน
ตามหลักอริยบท 4 กรณีศึกษา : นิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ESTEEM TOWARDS STUDY'S GOALS AND
ACCOMPLISHMENT ACCORDING TO THE 4 IDDHIPĀDA CASE STUDY : B.A. STUDENTS
OF MAHACHULALONGKRONRAJVIDYALAYA UNIVERSITY'S HUMANITIES FACULTY

นายกันต์ ปันภู*
Mr. Gunt Punphoo
พระใบฎีกากิตติพงษ์ สีสสุโท, ดร.*
Phrabaidika Kittipong Srilasudtro, Dr.

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อ 1) ศึกษาการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง เป้าหมายในการเรียน และหลักธรรมที่ส่งเสริมความสำเร็จในการเรียน ของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และ 2) ศึกษาความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง ที่มีต่อเป้าหมาย และความสำเร็จในการเรียน ตามหลักอริยบท 4 ของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยนี้ ได้แก่ นิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จำนวน 148 รูป/คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้แก่ แบบสอบถาม ที่มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.902 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ การหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ผลการวิจัยพบว่า 1) ด้านการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง นิสิตมีความภาคภูมิใจในตนเอง กล้าแสดงออกในสิ่งที่ถูกต้อง และมีสัมพันธภาพอันดีกับบุคคลรอบข้าง 2) ด้านเป้าหมายในการเรียน นิสิตมีความตั้งใจเรียนเพื่อความสำเร็จทางการศึกษา เป็นผู้ที่มีเป้าหมายในชีวิต และนำสิ่งที่เรียนไปใช้ประโยชน์ได้ 3) ด้านความสำเร็จในการเรียนตามหลักอริยบท 4 นิสิตมีความเอาใจใส่ในการเรียน เข้าใจเนื้อหาในบทเรียน และสามารถเรียนรู้ได้อย่างรวดเร็ว

คำสำคัญ: ความสัมพันธ์, ตระหนักรู้, อริยบท 4

* นิสิตพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาชีวิตและความตาย คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

* อาจารย์ประจำวิชาพุทธจิตวิทยา สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

ABSTRACT

This research aimed to (1.) to study Self-Esteem towards Study's Goals, Accomplishment and Principles that promote success in learning B.A. Students of Mahachulalongkornrajavidyalaya University's Humanities Faculty and (2.) to study Relationship between Self-Esteem towards Study's Goals and Accomplishment according to The 4 IDDHIPĀDA B.A. Students of Mahachulalongkornraj vidyalaya University's Humanities Faculty. The population and the samples used in this study are B.A. Students of Mahachulalongkornrajavidyalaya University's Humanities Faculty for the year 2016 ill. The data were analyzed by using frequency, percentage, mean, standard deviation, and simple correlation. The findings showed as follows: 1) Self-Esteem towards Study's Goals Students has Self esteem, Dare to express what is right. and Good relationship 2) Accomplishment and Principles Students was Attendance for Academic Success, Have goals in life and Take what you have learned 3) Principles that promote success in learning B.A. Students was Attentiveness to learning, Understand the content of the lesson. and easily Learning.

Keyword: Relationship, Self-Esteem, The 4 IDDHIPĀDA

๑. บทนำ

สถาบันอุดมศึกษาเป็น “ผู้นำการเปลี่ยนแปลง” (วิวัฒน์ ปันนิตมัย, ๒๕๔๔ : ๗๖) หรือเป็นองค์กรขับเคลื่อนการเปลี่ยนแปลงของสังคมที่จะต้องดำเนินการตามบทบาท และความรับผิดชอบของการเป็นสถาบันอุดมศึกษา เพื่อที่จะนำประเทศไปสู่สังคมที่พึงปรารถนาในที่สุด การเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสำคัญยิ่งต่อมนุษย์ เนื่องจากเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของจิตใจ ทำให้มนุษย์สามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างมีคุณค่าและสามารถบ่งชี้คุณภาพชีวิตของ บุคคลได้ว่าเป็นอย่างไร และยังเป็นสิ่งสำคัญที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมที่มีประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน

การศึกษาเกี่ยวกับปัญหาของนักเรียน พบว่าปัญหาที่สำคัญประการหนึ่ง คือ นักเรียนมักขาดความกระตือรือร้นในการเรียน มีความเฉื่อยชา สิ้นหวัง เบื่อหน่ายง่าย และขาดจุดมุ่งหมายในชีวิต (วิพรรร เรืองพิทยา , ๒๕๕๒ : ๘) ในแง่ของการศึกษาการนำหลักธรรมของพระพุทธศาสนา ไปใช้ในการดำรงชีวิตประจำวันนั้น สำหรับคุณธรรม ที่จะทำให้การทำงานประสบความสำเร็จคงหนีไม่พ้นอิทธิบาท ๔ เพราะความหมายของอิทธิบาท ๔ แปลว่า บาทฐานแห่งความสำเร็จ หมายถึง สิ่งซึ่งมีคุณธรรมเครื่องให้ลุถึงความสำเร็จตามที่ตนประสงค์ ผู้หวังความสำเร็จในสิ่งใด ต้องทำตนให้สมบูรณ์ ด้วยสิ่งที่เรียกว่าอิทธิบาท ซึ่งจำแนกไว้เป็น ๔ อย่าง คือ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา บุคคลเมื่อประกอบด้วย คุณธรรม ๔ อย่างนี้แล้ว ย่อมประสบความสำเร็จ ในสิ่งที่ไม่เหลือวิสัยของมนุษย์ โดยหลักอิทธิบาท ๔ นั้นเป็นหลักธรรมที่ทำให้เกิดสมาธิในการเรียน ไม่ฟุ้งซ่านไปกับสังคม และกระแสต่างๆ พร้อมทั้งตรึงใจให้นิสิตมุ่งศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลอีกด้วย

จากสภาพและปัญหาที่กล่าวมาข้างต้น ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้คุณค่าในตนเองที่มีต่อเป้าหมายและความสำเร็จในการเรียนตามหลักอิทธิบาท ๔ ของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เพื่อนำเอาผลการวิจัยที่ได้ไปเป็นแนวทางในการ

พัฒนาผลการเรียน และเป้าหมายทางการศึกษาของนิสิต ให้มีระดับสูงขึ้นและสามารถนำความรู้ที่ได้จากการศึกษา ไปใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่นและประสบความสำเร็จ

๒. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๒.๑ เพื่อศึกษาการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง เป้าหมายในการเรียน และหลักธรรมที่ส่งเสริมความสำเร็จของการเรียน ของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๒.๒ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง ที่มีต่อเป้าหมายและความสำเร็จในการเรียนตามหลักอริยบท ๔ ของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๓. ขอบเขตของการวิจัย

๓.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

๓.๑.๑ รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๓.๑.๒ รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิเกี่ยวกับหลักคำสอนหลักอริยบท ๔ ทางพุทธศาสนา จากหนังสือ ตำรา สื่อสิ่งพิมพ์ วารสารเอกสารต่างๆ สารสนเทศ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๓.๑.๓ รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิเกี่ยวกับความสำเร็จทางการศึกษาเป้าหมายในการศึกษา และการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง จากหนังสือ ตำรา สื่อสิ่งพิมพ์ วารสารเอกสารต่างๆ สารสนเทศ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๓.๔ ขอบเขตด้านพื้นที่

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จ.พระนครศรีอยุธยา อ.วังน้อย จ.พระนครศรีอยุธยา

๓.๒ ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

๓.๒.๑ ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นิสิตระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ ๑ -๔ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ประจำปีการศึกษาที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๕๙ รวมทั้งสิ้น ๒๓๙ รูป/คน

๓.๒.๒ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางสำเร็จรูปของเครจซีและมอร์แกน (Krejcie & Morgan) โดยได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ ๑๔๘ รูป/คน โดยทำการสุ่มตัวอย่างโดยอาศัยสัดส่วน

๔. วิธีดำเนินการวิจัย

๔.๑ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

๔.๑.๑ ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ภาคการศึกษาที่ ๒ ปีการศึกษา ๒๕๕๙ รวมทั้งสิ้น ๒๓๙ รูป / คน โดยมีนิสิตที่เป็นภิกษุ สามเณร แม่ชี และคฤหัสถ์ ชาย-หญิง แยกตามชั้นปี ดังนี้ นิสิตชั้นปีที่ ๑ จำนวน ๗๐ รูป/คน นิสิตชั้นปีที่ ๒ จำนวน ๖๙ รูป/คน นิสิตชั้นปีที่ ๓ จำนวน ๔๙ รูป/คน นิสิตชั้นปีที่ ๓ จำนวน ๕๑ รูป/คน

๔.๑.๒ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางสำเร็จรูปของเครจซีและมอร์แกน (Krejcie & Morgan) ได้ขนาดของกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ ๑๔๘ รูป /คน โดยทำการสุ่มตัวอย่างโดยอาศัยสัดส่วน

๔.๒ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้จัดทำเครื่องมือเป็นแบบสอบถาม (questionnaire) ประเภทปลายปิด (closed form) ที่เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) มี ๕ ระดับ ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้น โดยขอรับคำแนะนำจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อนำมาประกอบในการสร้างแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น ๔ ตอนดังนี้

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม เป็นแบบตรวจสอบรายการ

ตอนที่ ๒ แบบสอบถามเกี่ยวกับการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง

ตอนที่ ๓ แบบสอบถามเกี่ยวกับเป้าหมายในการเรียน

ตอนที่ ๔ แบบสอบถามเกี่ยวกับหลักธรรมที่ส่งเสริมความสำเร็จของการเรียน

ซึ่งแบบสอบถามนี้มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (rating scale) ๕ ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

๔.๓ ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือสำหรับการศึกษาวิจัย ดังนี้

๔.๓.๑ ศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง แบบสอบถามเป้าหมาย และความสำเร็จในการเรียนตามหลักอิทธิบาท ๔ ของนักเรียน นิสิต นักศึกษา เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการสร้างแบบสอบถาม

๔.๓.๒ สร้างแบบสอบถามโดยการกำหนดประเด็นให้ครอบคลุมตัวแปรที่ศึกษาตามกรอบแนวคิดในการวิจัย (Conceptual Framework) ในส่วนของแบบประเมินระดับการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งผู้วิจัยได้ปรับปรุงจาก แบบทดสอบของคูเปอร์สมิธ (Coopersmith) ฉบับผู้ใหญ่ ซึ่งเรียบเรียงโดย (นาคยา วงศ์หลักภัย, ๒๕๓๒ : ๗๘)

๔.๓.๓ นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นเสนออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อพิจารณาตรวจสอบความเหมาะสม และความครอบคลุมของเนื้อหา ตลอดจนความชัดเจนด้านภาษา

๔.๔ การหาคุณภาพของเครื่องมือ

ในการหาคุณภาพเครื่องมือ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

๔.๔.๑ นำแบบสอบถามที่ผ่านการพิจารณาของอาจารย์ที่ปรึกษา เสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน ๕ ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) และความเหมาะสมของการใช้ภาษา แล้วนำผลไปวิเคราะห์หาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) ระหว่างข้อคำถามกับเนื้อหาเป็นรายข้อ พิจารณาเลือกข้อคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้องมากกว่า ๐.๕๐ ขึ้นไป จากนั้นปรับปรุงแบบสอบถามตามข้อเสนอแนะของอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิ มีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาเท่ากับ ๐.๘๐ - ๑.๐๐

๔.๔.๒ นำแบบสอบถามปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้ (Try out) กับนิสิตระดับปริญญาตรีในมหาวิทยาลัยที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๓๐ คน แล้วนำผลที่ได้มาวิเคราะห์เพื่อหาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยใช้วิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา ของครอนบาค ซึ่งพิจารณาจากค่าความสัมพันธ์ระหว่างคำถามแต่ละข้อในแบบสอบถาม ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ ๐.๘๐๒

๔.๔.๓ นำแบบสอบถามที่ผ่านการทดลองใช้ เสนออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์พิจารณา ก่อนนำไปใช้จริง แล้วจัดพิมพ์แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปเก็บข้อมูลในการวิจัยต่อไป

๔.๕ การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

๔.๕.๑ จัดเตรียมแบบสอบถามให้ครบตามจำนวนของกลุ่มตัวอย่างในแต่ละชั้นพร้อมจัดทำรหัสในแบบสอบถามให้ตรงกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อความสะดวกในการตรวจสอบ

๔.๕.๒ จัดส่งแบบสอบถามให้กับนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง และรับแบบสอบถามคืน

๔.๕.๓ นำแบบสอบถามที่ได้รับคืนจากกลุ่มตัวอย่างมาตรวจหาความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม

๔.๖ การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่เก็บรวบรวมได้มาตรวจสอบความสมบูรณ์ ลงรหัสข้อมูล และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป โดยวิเคราะห์ค่าสถิติต่างๆ และนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปตารางประกอบความเรียง ดังนี้

๔.๖.๑ การวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยการหาค่าความถี่ (Frequency) และการหาค่าร้อยละ (Percentage)

๔.๖.๒ วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง เป้าหมายในการเรียนและหลักสูตรที่ส่งเสริมความสำเร็จของการเรียน โดยหาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

๔.๖.๓ การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง เป้าหมายในการเรียน และ หลักสูตรที่ส่งเสริมความสำเร็จของการเรียน โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation Coefficient)

๕. ผลการวิจัย

๕.๑ ระดับการตระหนักรู้คุณค่าในตนเองของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พบว่าการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง ของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.94$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยสูงสุด 3 อันดับแรก ได้แก่ ฉันพอใจในสภาพที่เป็นอยู่ของตัวเอง ($\bar{X} = 4.18$) เมื่อต้องทำงานเป็นกลุ่ม ฉันจะให้ความร่วมมือกับเพื่อนๆ เป็นอย่างดี ($\bar{X} = 4.13$) ฉันเป็นผู้ที่มีสัมพันธภาพอันดี กับบุคคลรอบข้าง ($\bar{X} = 4.14$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด ได้แก่ ส่วนใหญ่ ฉันมักจะทำอะไร ไม่ค่อยสำเร็จ ($\bar{X} = 3.70$)

๕.๒ ระดับเป้าหมายในการเรียนของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พบว่า เป้าหมายในการเรียนของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.94$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยสูงสุด 3 อันดับแรก ได้แก่ ฉันตั้งใจเรียนเพื่อความสำเร็จในอนาคต ($\bar{X} = 4.15$) ฉันคิดว่า จะเรียนต่อในระดับที่สูงขึ้น หลังจากเรียนจบแล้ว ($\bar{X} = 4.14$) ฉันยอมลำบาก เพื่อให้ผลการเรียนดีขึ้น ($\bar{X} = 4.13$) ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด ได้แก่ ฉันไม่เคยคิดจะเอาดีทางด้านการเรียน ($\bar{X} = 3.74$)

๕.๓ ความสำเร็จในการเรียนตามหลักอิทธิบาท ๔ ของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พบว่า ความสำเร็จในการเรียนตามหลักอิทธิบาท ๔ ของนิสิต

ระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ด้านภาพรวม ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.58$) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยสูงสุด 3 อันดับแรก ได้แก่ ก่อนเข้าเรียน ฉันมักจะศึกษาบทเรียนมาล่วงหน้า ($\bar{X} = 4.16$) ฉันรู้สึกมีความสุขเมื่ออยู่ในมหาวิทยาลัย ($\bar{X} = 4.15$) ฉันใช้วิธีการ สรุบทบทเรียน หรือโน้ตย่อในประเด็นที่สำคัญเสมอ ($\bar{X} = 4.13$) ส่วนด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด ได้แก่ ฉันเบื่อมากๆ ที่ต้องเรียนกับอาจารย์ที่ให้ทำแบบฝึกหัดยากๆ ($\bar{X} = 2.13$)

๕.๔ หลักอิทธิบาท ๔ ต่อระดับความสำเร็จในการเรียนของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ระดับความสำเร็จในการเรียนของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มีผลอยู่ในระดับมากทุกด้าน ซึ่งเรียงลำดับค่าเฉลี่ยสูงสุดไปต่ำสุด ได้แก่ ด้านจิตตะ ($\bar{X} = 4.08$) ด้านวิมังสา ($\bar{X} = 3.94$) ด้านวิริยะ ($\bar{X} = 3.93$) และ ด้านฉันทะ ($\bar{X} = 3.87$)

๕.๕ ศาสตร์สัทธีสัทสัมพันธของการตระหนักรู้คุณค่าในตนเองที่มีต่อเป้าหมายในการเรียนของนิสิต ระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย การตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง ความสำเร็จในการเรียน และเป้าหมายในการเรียนของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 โดยมีความสัมพันธ์ในทางบวก

๖. อภิปรายผล

๖.๑ การตระหนักรู้คุณค่าในตนเองที่มีต่อเป้าหมายและความสำเร็จในการเรียนตามหลักอิทธิบาท ๔ ของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๑) การตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง ของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ นวลน้อย วิจิตรกุล ศึกษาเรื่อง “การพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองของนักศึกษาสถาบันราชภัฏอุบลราชธานีโดยใช้กิจกรรมการประมวลพฤติกรรมตนเองในด้านบวกในการสอนรายวิชาพฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน” ผลการวิจัยพบว่า วัยรุ่นที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย และแบบให้ความคุ้มครอง จะมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่า วัยรุ่นที่รับรู้ตนเองได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบอัตตาธิปไตย รักตามใจ และปล่อยปละละเลย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และวัยรุ่นชาย จะมีคะแนนการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าวัยรุ่นหญิงในการอบรมเลี้ยงดูทุกรูปแบบ

๒) เป้าหมายในการเรียนของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ กฤษณีย์ อุทุมพร ศึกษาผลงานวิจัย เรื่ององค์ประกอบที่สัมพันธ์กับสัมฤทธิ์ผลทางการศึกษาของนิสิตมหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พบว่าเกรดเฉลี่ยระดับปริญญาตรี ค่าใช้จ่ายเฉลี่ยต่อปี ประสบการณ์ในการทำงานก่อนเข้าศึกษา การรับทุน เป็นองค์ประกอบร่วมที่สำคัญในการทำนายผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา

๓) ความสำเร็จในการเรียนตามหลักอิทธิบาท ๔ ของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ด้านภาพรวม ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัย ของ ปัญญา ชูช่วย ศึกษาผลงานวิจัยเรื่อง ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักศึกษา ปริญญาตรี มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี พบว่าตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงและทางอ้อม ต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอย่างมีนัยสำคัญ คือ คะแนนเฉลี่ยสะสมระดับมัธยมศึกษา ทั้งนี้ นักศึกษาที่มี คะแนนเฉลี่ยสะสมระดับมัธยมศึกษาสูง เป็นผู้ที่มีความรู้พื้นฐานดี ก็ย่อมสามารถนำความรู้มา

ใช้ได้อย่างต่อเนื่อง ช่วยให้เกิดการเรียนรู้ในเนื้อหาใหม่ๆ ซึ่งมีความสำคัญมากในการเรียนระดับปริญญาตรี เพราะถ้านักศึกษามีความรู้เดิมอยู่ในเกณฑ์ที่ดี ก็ทำให้นักศึกษาสามารถเรียนรู้ในสิ่งที่เรียนได้ง่ายขึ้น

๖.๒ ความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง ที่มีต่อเป้าหมายและความสำเร็จในการเรียนตามหลักอิทธิบาท ๔ ของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๑) ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง ที่มีต่อเป้าหมายในการเรียนของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .๐๑ โดยมีความสัมพันธ์ในทางบวก ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของสมศรี ผลพานิชเจริญ ได้ศึกษาผลงานวิจัยเรื่อง การศึกษาความสัมพันธ์ ของคุณสมบัตินักศึกษาแรกเข้ากับผลการศึกษาของผู้สำเร็จการศึกษา หลักสูตรปริญญาโททางบริหารธุรกิจสำหรับนักบริหารรุ่นใหม่ คณะบริหารธุรกิจ พบว่า ผู้สมัครเข้าศึกษาในโครงการปริญญาโททางบริหารธุรกิจ สำหรับนักบริหารธุรกิจรุ่นใหม่ ที่มีคุณสมบัติเหมาะสม และเป็นแนวทางในการพิจารณาคัดเลือกนักศึกษาได้เป็นอย่างดี จะมีอายุเฉลี่ยอยู่ในช่วง ๒๕ - ๒๗ ปี มหาวิทยาลัยที่สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี เป็นสถาบันของรัฐ สาขาวิชาที่สำเร็จการศึกษา ระดับปริญญาตรีเป็นศิลปศาสตรบัณฑิต คะแนนเฉลี่ยสะสมในระดับปริญญาตรีอยู่ระหว่าง ๓.๓๖- ๓.๗๖ คะแนน และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนอยู่ระหว่าง ๓.๒๕ - ๓.๔๙ ซึ่งในคะแนนเฉลี่ย ในหมวดวิชา หลักและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติสูง

๒) ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง ที่มีต่อความสำเร็จในการเรียนตามหลักอิทธิบาท ๔ ของนิสิตระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .๐๑ โดยมีความสัมพันธ์ในทางบวก ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ โพนม เพียรล้ำเลิศ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์พื้นฐานของนักศึกษามหาวิทยาลัยกรุงเทพ โดยตัวแปรที่ ทำการศึกษาประกอบด้วย เพศ ที่ตั้งของสถานศึกษา (กรุงเทพฯ/ต่างจังหวัด) สังกัดของสถานศึกษา (รัฐบาล/เอกชน)และแผนการเรียนของนักศึกษา ก่อนเข้ามหาวิทยาลัย พบว่า เพศและที่ตั้งของสถานศึกษาของนักศึกษา ก่อนเข้ามหาวิทยาลัย ไม่มีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของ วิชาคณิตศาสตร์พื้นฐาน แต่ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์พื้นฐาน คือ สังกัดของสถานศึกษา ก่อนเข้ามหาวิทยาลัย โดยนักศึกษาที่มาจากสถานศึกษาในสังกัดรัฐบาลจะมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของวิชาคณิตศาสตร์พื้นฐานดีกว่านักศึกษาที่มาจากสถานศึกษาในสังกัด เอกชน และแผนการเรียนของนักศึกษา ก่อนเข้ามหาวิทยาลัย ที่แตกต่างกัน มีความรู้พื้นฐานทางคณิตศาสตร์แตกต่างกัน จะมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่แตกต่างกัน

๗. ข้อเสนอแนะ

๗.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

๑) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ควรกำหนดแนวทางพัฒนา ความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง ที่มีต่อเป้าหมายและความสำเร็จในการเรียน ตามหลักอิทธิบาท ๔ ให้กับนิสิตของมหาวิทยาลัย

๒) สถาบันการศึกษาอื่นๆ ควรควรกำหนดแนวทางพัฒนา ความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง ที่มีต่อเป้าหมาย และความสำเร็จในการเรียน ตามหลักอิทธิบาท ๔ ให้กับนิสิตของมหาวิทยาลัย

๓) หน่วยงานภาครัฐ หรือเอกชน ควรกำหนดแนวทางพัฒนา ความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง ที่มีต่อเป้าหมาย และความสำเร็จในการทำงาน ตามหลักอิทธิบาท ๔ ให้กับผู้ปฏิบัติงานของหน่วยงาน

๗.๒ ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

๑) ควรมีการส่งเสริมให้ นิสิตร่วมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อศึกษาและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การประยุกต์ใช้หลักอิทธิบาท ๔ เพื่อให้นิสิตมีหลักปฏิบัติ และเป็นแนวทางในการเพิ่มพูนการเรียนรู้ อันจะส่งผลต่อเป้าหมายในการเรียนของนิสิต

๒) ควรมีการส่งเสริมให้ นิสิตร่วมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อศึกษาและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การประยุกต์ใช้หลักอิทธิบาท ๔ เพื่อให้นิสิตมีหลักปฏิบัติ และเป็นแนวทางในการเพิ่มพูนการเรียนรู้ อันจะส่งผลต่อความสำเร็จในการเรียนของนิสิต

๓) ควรมีการส่งเสริมให้ นิสิตร่วมกิจกรรมกลุ่ม เพื่อศึกษาและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง เพื่อให้นิสิตมีหลักปฏิบัติ และเป็นแนวทางในการเพิ่มพูนการเรียนรู้ อันจะส่งผลต่อเป้าหมายในการเรียนของนิสิต

๗.๓ ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

๑) ควรมีการศึกษาวิจัย โดยมีการพัฒนาโปรแกรมเสริมสร้างการตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง แล้วนำมาทดลองกับกลุ่มบุคคลอื่นๆ

๒) ควรมีการศึกษาวิจัย หลักอิทธิบาท ๔ ที่ส่งผลต่อความสำเร็จในด้านอื่นๆ เช่น ความสำเร็จอาชีพ การทำงาน การกีฬา เป็นต้น

๓) ควรมีการศึกษาวิจัย ความสัมพันธ์ระหว่าง การตระหนักรู้คุณค่าในตนเอง กับหลักธรรมอื่นๆ เช่น พรหมวิหาร ๔ สัมมาทิฐิ สปัจริยธรรม ๗ เป็นต้น

แรงจูงใจของพุทธศาสนิกชนในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
วัดประดับ จังหวัดสิงห์บุรี

THE MOTIVATION TO PRACTICE VIPASSANA MEDITATION
OF BUDDHISTS IN WATPRADUB SING BURI PROVINCE

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์เรื่อง “แรงจูงใจของพุทธศาสนิกชนในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดประดับ จังหวัดสิงห์บุรี” มีจุดประสงค์ 3 ประการคือ 1) เพื่อศึกษาระดับแรงจูงใจของพุทธศาสนิกชนในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดประดับ จังหวัดสิงห์บุรี 2) เพื่อเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อแรงจูงใจของพุทธศาสนิกชนในการเข้าปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดประดับ จังหวัดสิงห์บุรี 3) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล กับแรงจูงใจของพุทธศาสนิกชนในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดประดับ จังหวัดสิงห์บุรี วิธีดำเนินการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงปริมาณ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเพื่อวัดผลระดับแรงจูงใจในการปฏิบัติธรรม กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาคือ พุทธศาสนิกชนที่เข้าปฏิบัติธรรมวัดประดับ จังหวัดสิงห์บุรี จำนวน 95 คน ผลการวิจัยพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 51-60 ปี มีอาชีพอื่นๆ มีสถานภาพสมรส การศึกษาระดับปริญญาตรี รายได้ต่ำกว่า 5,000 บาทต่อเดือน มีประสบการณ์ปฏิบัติธรรมระหว่าง 5-10 ครั้ง แรงจูงใจโดยภาพรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกเป็นรายด้านพบว่า บุคคลเป็นที่สบาย อาหารเป็นที่สบาย อิริยาบถเป็นที่ ที่พักอาศัยสบาย และความต้องการทางสังคมและความรักอยู่ในระดับมาก ส่วนความต้องการสร้างความประจักษ์ตน ความต้องการความมั่นคงและปลอดภัย และความต้องการได้รับเกียรติและภาคภูมิใจอยู่ในระดับปานกลาง ปัจจัยส่วนบุคคล คือ อายุ สถานภาพ และรายได้ต่อเดือน ที่แตกต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับแรงจูงใจของพุทธศาสนิกชนในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดประดับแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ปัจจัยส่วนบุคคล มีความสัมพันธ์กับแรงจูงใจของพุทธศาสนิกชนในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดประดับ โดยภาพรวม มีค่าเป็นลบ อยู่ในระดับต่ำที่สุด

คำสำคัญ : แรงจูงใจ, พุทธศาสนิกชน, วิปัสสนา

ABSTRACT

This thesis titled “ The Motivation To practice Vipassana meditation of Buddhists in Wat Pradab Sing Buri Province” had three objectives namely: 1) to study level of motivation to practice Vipassana meditation of Buddhists in Wat Pradab Sing Buri Province, 2) to compare effect of personal factors on motivation to practice Vipassana meditation of Buddhist in Wat Pradab,sing buri province3) to study relationship between personal factors and motivation to practice Vipassana meditation of Buddhists in Wat Pradab Sing Buri Province. The method of this research is quantitative and this research is emphasized on studying psychological theories integrated with Buddhist principles. The Research tools is questionnaire created to measure the level of motivation to practice Vipassana meditation. The samples in this research were 95 Buddhists who participated Vipassana meditation course at Wat Pradab Sing Buri Province. The research result:- The most of participants were female, 51-60 years by age, unspecified occupations, and married, They are mostly, finished it undergraduate degree and had 5,000 baht per month as income, and their experiences of practice meditation are between 5 to 10 times. Generally, the motivation of them is in high level. On considering specific aspect, It found that comfortness of people, accommodation, foods, postures, and social need, and love is in high level, but self-actualization, need for safety and self-esteem is in moderate level. Personal factors namely, sex, age, occupation, marital status, educational level, monthly income, and experiences of Vipassana meditation practice have no effect on motivations to practice Vipassana meditation at significant level .05 Personal factors have negative relation between motivation to practice Vipassana Meditation, but no statistical significance.

Keywords : Motivation, Buddhist, Vipassana

1.บทนำ

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในประเทศไทย ได้มีการเผยแผ่กันมาอย่างต่อเนื่อง ซึ่งในสภาวะสังคมปัจจุบัน บุคคลประสบกับความทุกข์ความวุ่นวายสับสน ชีวิตถูกบีบคั้นด้วยความเร่งร้อน กระวนกระวาย หนักล้น หวาดระแวง จากสิ่งแวดล้อมที่นับเนื่องมาจากความเจริญทางวัตถุ บุคคลเกิดความเบื่อหน่าย คับข้องติดขัดภายในอยู่ตลอดเวลา ไม่อาจเบิกบานได้อย่างบริสุทธิ์ เป็นผลทำให้พุทธศาสนิกชนพยายามที่จะหนีภาวะบีบคั้นดังทั้งหลายที่มนุษย์เองเป็นผู้ก่อ โดยการหาหนทางแสวงหาทางพ้นทุกข์ หลักธรรมในพระพุทธศาสนา ซึ่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงค้นพบและวางหลักไว้ให้มนุษย์ปฏิบัติเพื่อสร้างสันติสุขให้เกิดแก่ตนเองและโลกโดยให้มนุษย์เลือกกระทำแต่ความดี

ละเว้นความชั่ว และทรงสอนหลักธรรมสำคัญ 2 ประการ คือ เรื่องทุกข์ และการดับทุกข์ (พระมหาอคม ปรกโม, 2555 : 3)

ประเทศไทยมีสำนักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเกิดขึ้นมากมายหลายแห่ง ในระยะแรก ๆ ของการตั้งสำนักปฏิบัติวิปัสสนาพบว่า มีพุทธศาสนิกชนเข้าร่วมปฏิบัติธรรมในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาเป็นจำนวนมาก และจำนวนผู้ที่มาปฏิบัติเริ่มลดน้อยลงเป็นลำดับ ผู้ที่มาปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในแต่ละสำนักมีประมาณ 60 – 80 คน การที่ผู้มาปฏิบัติธรรมลดน้อยลง มีเหตุปัจจัยอันเกี่ยวเนื่องเพื่อประกอบการตัดสินใจมิได้หลายประการ องค์ประกอบที่สำคัญอย่างยิ่งในการน้อมนำให้พุทธศาสนิกชนเข้ามาปฏิบัติธรรม ได้แก่ ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านการสื่อสารประชาสัมพันธ์ การได้รับทราบเรื่องราวบอกกล่าวจากบุคคลที่รู้จักแนะนำและชักชวน การรู้จักครูอาจารย์ผู้สอน ชื่อเสียงของวัด ด้านศรัทธาความเชื่อ และเรื่องของระยะเวลาที่เหมาะสมเป็นต้น วัดประดับ ตำบลบางระจัน อำเภอบางระจัน จังหวัดสิงห์บุรี เป็นสำนักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาขนาดเล็กในต่างจังหวัด ยังไม่เป็นที่รู้จักกันอย่างแพร่หลายในหมู่นักปฏิบัติไปมากนัก วัดประดับได้รับการยกฐานะเป็นสำนักปฏิบัติธรรมแห่งที่ 16 ของจังหวัดสิงห์บุรี โดยมีพระครูสถิตธรรมาลังการ เป็นเจ้าอาวาสและวิปัสสนาจารย์ เจ้าอาวาสท่านนี้เป็นนิสิตรุ่นแรกของหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบพิตักษิปาพุทธโฆสนครปฐม เมื่อท่านสำเร็จการศึกษาแล้วได้นำความรู้ หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามาเผยแผ่อบรมสั่งสอนแก่พุทธศาสนิกชนที่มาทำบุญและปฏิบัติธรรมที่วัดประดับ จังหวัดสิงห์บุรี ซึ่งเป็นภูมิลำเนาเดิมของท่านจนถึงปัจจุบัน (พระครูสถิตธรรมาลังการ, 2559 : ก)

การปฏิบัติธรรมตามหลักสติปัฏฐาน 4 เป็นการปฏิบัติที่ทำให้บุคคลมีสติสัมปชัญญะ มีความระลึกตัวอยู่ตลอดเวลา และสามารถกำหนดรู้ถึงสิ่งต่างๆ ได้ตามสภาพความเป็นจริง โดยเฉพาะอย่างยิ่งสามารถนำไปแก้ไขปัญหามโนจิตประจำวันได้ ที่ระยะเวลาที่ผ่านมามีการศึกษาวิจัยในประเทศที่สะท้อนให้เห็นมุมมองด้านแรงจูงใจในการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน จากการศึกษาของอาทิตย์ ตั้งใจทำ ในเรื่องแรงจูงใจในการปฏิบัติธรรมวัดอัมพวัน จังหวัดสิงห์บุรี พบว่าปัจจัยที่มีผลต่อแรงจูงใจในการปฏิบัติธรรม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน ภูมิลำเนา ประสบการณ์ในการปฏิบัติ ธรรม สุขภาพ ลักษณะในการปฏิบัติธรรม การศึกษาสื่อธรรมะ ความถี่ในการเข้าปฏิบัติธรรม ณ วัดอัมพวัน จังหวัดสิงห์บุรี ล้วนเป็นปัจจัยที่มีผลต่อแรงจูงใจภายใน ด้านความต้องการความมั่นคงและปลอดภัย ความต้องการทางสังคมและความรัก ด้านความต้องการได้รับการเกียรติภาคภูมิใจ ด้านความต้องการสร้างความประจักษ์ตน และแรงจูงใจภายนอก อันหมายถึง สัปปายะ 7 ได้แก่ ด้านที่พักอาศัยเหมาะสม สงบ สะอาด ไม่พลุกพล่านจอแจ การเดินทางไม่มาสะดวกเหมาะสมถนนหนทางเรียบร้อย ด้านบุคคลพูดคุยเหมาะสม สนทนาในเรื่องดีสร้างประโยชน์ให้ตนเอง มีผู้รู้ ครูบาอาจารย์ และกัลยาณมิตร ชี้แนะชักนำไปในทางที่ถูกที่ควร อาหารเหมาะสม อากาศ สดชื่น ร่มรื่น ร่มเย็น อิริยาบถเป็นที่สบาย มีการจัดพื้นที่ให้เย็น นั่ง เดิน ได้อย่างสะดวกสบาย ในระหว่างการปฏิบัติธรรมซึ่งสอดคล้องกับกฎระเบียบในการขอจัดตั้งสถานปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดของมหาเถรสมาคม พ.ศ.2543 ที่เน้นหลักธรรมสัปปายะ 7 และแรงจูงใจในการปฏิบัติธรรมเป็นหลัก (อาทิตย์ ตั้งใจทำ, 2554 : 10)

วัดประทับ จังหวัดสิงห์บุรี เป็นที่รู้จักกันในหมู่พุทธศาสนิกชนทั้งใกล้และไกล ทุกวันจะมีพุทธศาสนิกชนหลั่งไหลมาวัดประทับ เพื่อมาปฏิบัติธรรม ชดเชลาจิตตนเองให้ใสสว่างและเบิกบาน กิจกรรมการปฏิบัติธรรมของวัดประกอบด้วยการสวดมนต์ การแผ่เมตตา และการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ด้วยความสำคัญดังกล่าวผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาแรงจูงใจของพุทธศาสนิกชนในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดประทับ จังหวัดสิงห์บุรี ว่ามีแรงจูงใจในการเข้ามาปฏิบัติธรรมมากน้อยเพียงใด เพื่อให้วัดสามารถใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการรองรับพุทธศาสนิกชนเข้ามาปฏิบัติธรรมในวัดประทับ จังหวัดสิงห์บุรี

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2. 1 เพื่อศึกษาระดับแรงจูงใจของพุทธศาสนิกชนในการเข้าปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดประทับ จังหวัดสิงห์บุรี
2. 2 เพื่อศึกษาเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อแรงจูงใจของพุทธศาสนิกชนในการเข้าปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดประทับ จังหวัดสิงห์บุรี
2. 3 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล กับแรงจูงใจของพุทธศาสนิกชนในการเข้าปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดประทับ จังหวัดสิงห์บุรี

3. ขอบเขตของการวิจัย

3.1 ขอบเขตด้านเนื้อหา

3.1.1 การศึกษาจากคัมภีร์พระไตรปิฎกเถรวาทเป็นหลักเฉพาะขอบเขตที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจของพุทธศาสนิกชนในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

3.1.2 ใช้พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. 2539

3.1.3 ศึกษารวบรวมจากเอกสาร บทความ งานวิจัย ที่เกี่ยวข้อง

3.2 ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ พุทธศาสนิกชนที่เข้ามาปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ วัดประทับ จังหวัดสิงห์บุรี จำนวน 95 คน

3.3 ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

1) ตัวแปรต้น หรือตัวแปรอิสระ (Independent Variables) ได้แก่ ตัวแปรด้านปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วย เพศ อายุ อาชีพ สถานภาพ ระดับการศึกษา และประสบการณ์ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดประทับ

2) ตัวแปรตาม (Dependent Variables) คือ แรงจูงใจของพุทธศาสนิกชนในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ประกอบด้วย ด้านความต้องการความมั่นคงและปลอดภัย ด้านความต้องการทางสังคมและความรัก ด้านความต้องการได้รับเกียรติและภาคภูมิใจ ด้านความต้องการสร้างผลประโยชน์ตน ด้านที่พักอาศัย ด้านอาหาร ด้านบุคคล และด้านอิริยาบถเป็นที่สบาย

3.4 ขอบเขตด้านระยะเวลา

ผู้วิจัยได้กำหนดระยะเวลาในการเก็บข้อมูล ในช่วงเวลา 8 ธันวาคม 2560 ถึง 28 กุมภาพันธ์ 2561

4 วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดวิธีดำเนินการในการวิจัยไว้ดังนี้

4.1 การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือผู้วิจัย

1) ขอคำแนะนำจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และผู้เชี่ยวชาญ เพื่อตรวจสอบเครื่องมือที่สร้างไว้

2) หาความเที่ยงตรง โดยการนำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จ เสนอประธานและกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อขอความเห็นชอบและนำเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน เพื่อพิจารณาเนื้อหาสาระ ภาษาที่ใช้ ความครอบคลุมโครงสร้างของเรื่องที่ศึกษา นำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ และหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามและวัตถุประสงค์ โดยได้ค่า IOC ตั้งแต่ 0.8 ขึ้นไปทุกข้อ

4.2 หาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ

นำแบบสอบถามที่พัฒนาสมบูรณ์แล้วไปทดลองใช้กับพุทธศาสนิกชนที่เข้าปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดช้อยสังฆาราม จังหวัดสิงห์บุรี ที่เป็นประชากรที่มีลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อหาความเชื่อมั่นด้วยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาตามวิธีการของครอนบาค ซึ่งได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.937 นำแบบสอบถามไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยต่อไป

4.3 การวิเคราะห์ข้อมูล

การประมวลผลเชิงพรรณนา โดยใช้ค่าสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) หรือการหาค่าสถิติขั้นพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าความถี่ (Frequency) ค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐานใช้สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistic) วิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคลที่แตกต่างกันมีผลต่อแรงงูใจในการปฏิบัติธรรมแตกต่างกันใช้สถิติ Independent Samples t-test และ F-test (One-Way ANOVA) เพื่อวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายกลุ่ม กรณีพบค่าความแตกต่างเป็นรายกลุ่มจะวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีของ LSD (Least Significant Difference) โดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ปัจจัยส่วนบุคคลมีความสัมพันธ์กับแรงงูใจของพุทธศาสนิกชนในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดระดับ ใช้สถิติค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบสเปียร์แมน Spearman rank correlation (ทวนทอง เขาวงกตพิงค์ และคณะ, 2551 : 229)

5. สรุปผลการวิจัย

พุทธศาสนิกชนที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีช่วงอายุระหว่าง 51 – 60 ปี มีอาชีพอื่นๆ มีสถานภาพสมรส มีการศึกษาระดับปริญญาตรี มีรายได้ต่อเดือนต่ำกว่า 5,000 บาท และมีประสบการณ์ปฏิบัติธรรม 5- 10 ครั้ง

5.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลผลระดับแรงงูใจของพุทธศาสนิกชนในการเข้าปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

1) ผลระดับแรงงูใจ ของพุทธศาสนิกชนในการเข้าปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดระดับจังหวัดสิงห์บุรี พบว่า ระดับแรงงูใจภายในของพุทธศาสนิกชนโดยภาพรวม ($\bar{x} = 3.33$) อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบว่าแรงงูใจภายในโดยภาพรวม ($\bar{x} = 3.30$) อยู่ในระดับปาน

กลาง เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า ด้านความต้องการทางสังคมและความรัก ($\bar{x} = 3.30$) อยู่ในระดับมาก ด้านความต้องการสร้างความประจักษ์ตน ($\bar{x} = 3.44$) อยู่ในระดับปานกลาง ด้านความต้องการความมั่นคงและปลอดภัย ($\bar{x} = 3.32$) อยู่ในระดับปานกลาง ด้านความต้องการได้รับเกียรติและภาคภูมิใจ ($\bar{x} = 2.91$) อยู่ในระดับปานกลาง แรงใจภายนอกโดยภาพรวม ($\bar{x} = 4.25$) อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน พบว่า ด้านบุคคลเป็นที่สบาย ($\bar{x} = 4.37$) อยู่ในระดับมาก ด้านอาหารเป็นที่สบาย ($\bar{x} = 4.29$) อยู่ในระดับมาก ด้านอิริยาบถเป็นที่สบาย ($\bar{x} = 4.17$) อยู่ในระดับมาก ด้านที่พักอาศัยสบาย ($\bar{x} = 4.16$) อยู่ในระดับมาก แรงใจโดยภาพรวม ค่าเฉลี่ยรวม ($\bar{x} = 3.79$) อยู่ในระดับมาก

เมื่อจำแนกเป็นรายด้านโดยภาพรวมพบว่า ด้านบุคคลเป็นที่สบาย ($\bar{x} = 4.37$) อยู่ในระดับมาก ด้านอาหารเป็นที่สบาย ($\bar{x} = 4.29$) อยู่ในระดับมาก ด้านอิริยาบถเป็นที่สบาย ($\bar{x} = 4.17$) อยู่ในระดับมาก ด้านที่พักอาศัยสบาย ($\bar{x} = 4.16$) อยู่ในระดับมาก ด้านความต้องการทางสังคมและความรัก ($\bar{x} = 3.66$) อยู่ในระดับมาก ด้านความต้องการสร้างความประจักษ์ตน ($\bar{x} = 3.44$) อยู่ในระดับปานกลาง ด้านความต้องการความมั่นคงและปลอดภัย ($\bar{x} = 3.32$) อยู่ในระดับปานกลาง ด้านความต้องการได้รับเกียรติและภาคภูมิใจ ($\bar{x} = 2.91$) อยู่ในระดับปานกลาง (ตรงนี้จะน่าจะซ้ำค่ะ เพราะได้อธิบายมาแล้วด้านบน)

2) ผลเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลที่ส่งผลต่อแรงใจของพุทธศาสนิกชนในการเข้าปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดระดับ จังหวัดสิงห์บุรี

พุทธศาสนิกชนที่มีอายุแตกต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับแรงใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในด้านความต้องการความมั่นคงและปลอดภัย และด้านความต้องการสร้างความประจักษ์ตน พุทธศาสนิกชนที่มีสถานภาพแตกต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับแรงใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในด้านความต้องการความมั่นคงและปลอดภัย ด้านความต้องการทางสังคมและความรัก ด้านความต้องการได้รับเกียรติและภาคภูมิใจ ด้านความต้องการสร้างความประจักษ์ตน และแรงใจโดยรวม

3) ผลความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับแรงใจของพุทธศาสนิกชนในการเข้าปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดระดับ จังหวัดสิงห์บุรี

ปัจจัยส่วนบุคคลมีความสัมพันธ์กับแรงใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดระดับ จังหวัดสิงห์บุรี โดยภาพรวม (r มีค่าเป็นลบ) อยู่ในระดับต่ำที่สุด

6. อภิปรายผลการวิจัย

6.1 ระดับแรงใจของพุทธศาสนิกชนในการเข้าปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

พบว่าพุทธศาสนิกชนที่มาปฏิบัติธรรมวัดระดับ จังหวัดสิงห์บุรี โดยรวมอยู่ในระดับมาก อาจเป็นเพราะว่า แรงใจภายนอก ซึ่งประกอบด้วย ด้านบุคคลเป็นที่สบายอยู่ในระดับมาก ด้านอาหารเป็นที่สบาย อยู่ในระดับมาก ด้านอิริยาบถเป็นที่สบาย อยู่ในระดับมาก และด้านที่พักอาศัยสบาย อยู่ในระดับมาก ในขณะที่แรงใจภายใน ได้แก่ ด้านความต้องการทางสังคมและความรัก ด้าน

ความต้องการสร้างความประจักษ์ตน ด้านความต้องการความมั่นคงและปลอดภัย และด้านความต้องการได้รับเกียรติและภาคภูมิใจ อยู่ในระดับปานกลาง จึงส่งผลให้แรงงูใจในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้ ปัจจัยภายนอกเป็นความพร้อมของปัจจัยเพื่อความสะดวกสบายทางกายภาพ ของผู้มาปฏิบัติธรรมที่ดำเนินการโดยวัด อันเป็นปัจจัยเกื้อกูล สนับสนุนในการบำเพ็ญภาวนา ให้พุทธศาสนิกชนมาปฏิบัติธรรม เกิดความ สงบ วิเวก สมาธิตั้งมั่นได้โดยง่าย สำหรับแรงงูใจภายในเกิดจากความรู้สึกนึกคิดของผู้มาปฏิบัติธรรม ซึ่งเป็นปัจจัยพื้นฐานของบุคคลที่แตกต่างกัน ได้แก่ ศรัทธา ความเชื่อในเรื่องกฎแห่งกรรม ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ประสบการณ์ในชีวิตประจำวันจริงที่ได้รับจากการปฏิบัติธรรม จึงส่งผลให้เกิดความเข้าใจในหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาได้อย่างชัดเจน ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ (อาทิตย์ ตั้งใจทำ, 2553 : ก) ได้ศึกษาเรื่องแรงงูใจในการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน กรณีศึกษาวัดอัมพวัน จังหวัดสิงห์บุรี พบว่า พุทธศาสนิกชนที่เข้าวัดอัมพวัน มีปัจจัยความต้องการเข้าวัดในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ (พระมหาสมพร สมสวโร, 2555 : ก) ซึ่งศึกษาเรื่อง ศึกษาแรงงูใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ของอุบาสก/อุบาสิกา วัดเพชรสมุทรวรวิหาร จังหวัดสมุทรสงคราม พบว่า มีแรงงูใจต่อกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับมาก

6.2 ผลเปรียบเทียบความแตกต่างของแรงงูใจในการปฏิบัติธรรม

พบว่าพุทธศาสนิกชนวัดระดับมี อายุ สถานภาพ รายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับแรงงูใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อภิปรายได้ว่า พุทธศาสนิกชนที่มาปฏิบัติธรรมไม่ว่าอายุจะแตกต่างกันอย่างไร ต่างก็มีความต้องการในปัจจัยพื้นฐานทั้งด้านกายภาพและจิตภาพใกล้เคียงกัน และการบรรลุธรรมก็ไม่จำกัดอายุ ยกตัวอย่าง เช่น นางวิสาขได้บรรลุโสดาบันตั้งแต่อายุ 7 ขวบ เป็นต้น แต่ไม่สอดคล้องกับ (พระนุกุล อภิบุญ, 2555 : ก) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการรับรู้เรื่องสติปัฏฐาน 4 ของโยคีผู้เข้าร่วมโครงการวิปัสสนาภาวนา ณ ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย พ.ศ.2555” ผลการวิจัยพบว่า มีการรับรู้เรื่องสติปัฏฐาน 4 โดยรวมอยู่ในระดับปานกลางและเมื่อศึกษาการเปรียบเทียบการรับรู้เรื่องสติปัฏฐาน 4 พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มี เพศ อาชีพ สถานภาพสมรส ประสบการณ์ปฏิบัติธรรม และประสบการณ์ปฏิบัติธรรม ณ ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย ที่ต่างกัน มีการรับรู้เรื่องสติปัฏฐาน 4 ที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05.

6.3 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับแรงงูใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

พบว่าปัจจัยส่วนบุคคล คือ เพศ อายุ อาชีพ สถานภาพ การศึกษารายได้ต่อเดือน และประสบการณ์ปฏิบัติธรรม มีความสัมพันธ์กับแรงงูใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาทั้งรายด้านโดยภาพรวม อยู่ในระดับต่ำที่สุด และมีความสัมพันธ์ในทิศทางตรงกันข้าม ซึ่งไม่สอดคล้องกับ (พระมหาสมชาย ปิยธโร, 2555 : ก) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาพฤติกรรมและความสัมพันธ์ของพฤติกรรมจากการปฏิบัติสมาธิกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนมัธยมวัดใหม่กรงทองในพระราชูปถัมภ์ฯ” พบว่านักเรียนหญิงมีพฤติกรรมโดยรวมอยู่ในระดับที่สูงกว่านักเรียนชายและแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 คือ ด้านคุณธรรม/จริยธรรม ($t = 2.16$) ด้านความเชื่อทางพระพุทธศาสนา ($t = 2.65$) ด้านวิถีชีวิตแบบพุทธ ($t = 1.98$) และด้านการพัฒนาจิตด้านสมาธิภาวนา ($t = 1.76$) ตามลำดับ ความสัมพันธ์ของพฤติกรรมจากการปฏิบัติสมาธิภาวนากับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.423, 0.238, 0.425 และ 0.346 ตามลำดับ พฤติกรรมจาก

การปฏิบัติสมาธิภาวนามีความสัมพันธ์กันเชิงเส้นตรง และมีค่าสัมประสิทธิ์เป็นบวกกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สามารถพยากรณ์ผลการเรียนได้ร้อยละ 28.80

7. ข้อเสนอแนะ

7.1 ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

- 1) ในยุคประเทศไทย 4.0 ควรใช้แนวทางของสื่อเทคโนโลยีในการประกาศประชาสัมพันธ์การปฏิบัติธรรมบนสื่อออนไลน์
- 2) ควรแสวงหาผู้ทรงคุณวุฒิหรือพระอาจารย์วิทยากรเพื่อมาให้แนวปฏิบัติที่หลากหลายให้กับผู้มาปฏิบัติวิปัสสนาที่วัด
- 3) ควรจัดคอร์สการอบรมให้กลุ่มนักเรียนนักศึกษาให้มาปฏิบัติธรรมเป็นหมู่คณะและจัดทำใบประกาศนียบัตรมอบให้เมื่อปฏิบัติธรรมครบโครงการ

7.2 ข้อเสนอแนะในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป

- 1) ควรศึกษาวิจัยเรื่องปฏิปทาของพระครูสถิตธรรมาลังการ วัดประดับ จังหวัดสิงห์บุรี
- 2) ควรศึกษาวิจัยเรื่องคุณภาพชีวิตของผู้ปฏิบัติธรรมวัดประดับ จังหวัดสิงห์บุรี
- 3) ควรศึกษาวิจัยเรื่องความพึงพอใจของผู้เข้าปฏิบัติธรรมกรณีศึกษาวัดประดับ จังหวัดสิงห์บุรี

บรรณานุกรม

ก.ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล. ชุด 91 เล่ม. กรุงเทพมหานคร :

โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2541.

ข.ข้อมูลทุติยภูมิ

(1) หนังสือ

พระภิกษุทันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหาเถรญาณจริยะ. ดร., วิปัสสนาที่ปณีฎีกา ฉบับพิมพ์รวม

เล่มใน 100 ปี อัครมหาเถรญาณจริยะ. กรุงเทพมหานคร : บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัดมหาชน, 2554.

สมชัย วงษ์คณะ. รศ.ดร. และ ทวนทอง เขาวงกตพิณพิณ. รศ.ดร.. เอกสารประกอบการสอนวิชาการ

วิจัย. กรุงเทพมหานคร : อักษรเจริญทัศน์, 2551.

(2) วิทยานิพนธ์

พระนุกุล อภิปัญญา (สังประดิษฐ์). ศึกษาการรับรู้เรื่องสติปัญญา 4 ของโยคีผู้เข้าร่วมโครงการ

วิปัสสนาภาวนา ณ ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทย, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์

มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2555.

พระมหาสมพร สมสวโร (สามิลา). “แรงจูงใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของอุบาสกอุบาสิกา ณ

วัดเพชรสมุทรวรวิหาร อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสงคราม”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์

มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2555.

อาทิตย์ ตั้งใจทำ. แรงจูงใจในการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน : กรณีศึกษาวัดอัมพวัน จังหวัด

สิงห์บุรี. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. การบริหารการพัฒนาสังคม.

คณะพัฒนาสังคมและสิ่งแวดล้อม. สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2553.

ปัจจัยพุทธจิตวิทยาที่มีผลต่อความสุขในการทำงานของบุคลากร

วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์

BUDDHIST PSYCHOLOGICAL FACTORS AFFECTING TO HAPPINESS IN WORKING OF STAFF IN BURIRAM BUDDHIST COLLEGE BURIRAM PROVINCE

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์เรื่อง “ปัจจัยพุทธจิตวิทยาที่มีผลต่อความสุขในการทำงานของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์” มีจุดประสงค์ 3 ประการคือ 1) เพื่อศึกษาระดับความสุขในการทำงานของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ 2) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับความสุขในการทำงานของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ 3) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพุทธจิตวิทยา กับความสุขในการทำงานของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ วิธีดำเนินการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงปริมาณ ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีทางจิตวิทยาเพื่อสังเคราะห์เข้ากับหลักพุทธธรรม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เพื่อวัดผลความสุขในการทำงานของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้คือบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ จำนวน 86 รูป/คนผลการวิจัยพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ มีสถานะเป็นภุชงค์ เป็นเพศชาย มีช่วงอายุระหว่าง 31-40 ปี มีสถานภาพโสด มีระดับการศึกษาปริญญาตรี มีรายได้ต่อเดือน 10,001-20,000 บาท มีระยะเวลาในงานต่ำกว่า 5 ปี และเป็นสายสนับสนุน บุคลากรมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยพุทธจิตวิทยาโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก คือ สมานัตตา ทาน อุตถจริยา ปิยวาจา ตามลำดับ ส่วนความสุขในการทำงานโดยภาพรวมอยู่ในระดับมากตามลำดับดังนี้ ความรักในงาน การติดต่อสัมพันธ์ ความสำเร็จในงาน และการเป็นที่ยอมรับ นอกจากนี้พบว่า สถานะของบุคลากร สถานภาพ ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน และระยะเวลาทำงานที่แตกต่างกัน มีความสุขในการทำงานแตกต่างกัน ส่วน เพศ อายุ ประเภทของบุคลากรที่แตกต่างกัน มีความสุขในการทำงานไม่แตกต่างกัน และปัจจัยพุทธจิตวิทยาในรายด้านและภาพรวม มีค่าเป็นบวก มีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกันกับความสุขในการทำงานของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์

คำสำคัญ : ปัจจัยพุทธจิตวิทยา, ความสุข, บุคลากร

ABSTRACT

This research titled “Buddhist psychological factors affecting to happiness in working of staffs In Buriram Buddhist College” had three objective namely 1) to study level of happiness in working of staffs in Buriram Buddhist College 2) to compare the difference of happiness in working by Buddhist psychological factors 3) to study the relationship between Buddhist psychological factors and happiness in working of staffs in Buriram Buddhist College. The method of this research is quantitative and this research is emphasize on studying psychological theory integrated with Buddhist principles. Research tools is questionnaire created to measure happiness in working and Samples were 86 staffs of Buriram Buddhist College. it found that:- Most of respondents were lay devotees, male, 31- 40 year by age, and single. Mostly, they finished undergraduate degree, they’ve got 10,000-20,000 baht as monthly income, lower than 5 years is their job experience, additionally, and they still be the temporary employers. Generally, they have high level of Buddhist psychological factors sorting by Samanattata, Dana, Atthacariya, piyavaca, And their level of happiness in working is in high level sorting by love involvement, relationship, work achievement, acceptance, additionally, it found that the differences of status, status, educational level, monthly income, and job experience affected to happiness in working but sex, age, type of job have no effect to the happiness in working, finally, the Buddhist psychological Factors namely, Samanattata, Dana, Atthacariya, piyavaca Have positive the elation true happiness in working all staffs in Buriram Buddhist College.

Keywords : Buddhist Psychological, Happy, Staffs

1.บทนำ

คณะสงฆ์จังหวัดบุรีรัมย์ ภายใต้การนำของพระราชปริยัตยาลังการ เจ้าคณะจังหวัดบุรีรัมย์ ได้มีฉันทานุมัติให้ดำเนินการขยายห้องเรียนหลักสูตรพุทธศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา จากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตสุรินทร์ มาดำเนินการจัดการเรียนการสอน ณ วัดพระพุทธบาทเขากระโดง ตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์ ได้รับความเมตตาอนุเคราะห์จากพระครูสังจານุรักษ์ เจ้าอาวาสวัดพระพุทธบาทเขากระโดง เป็นสถานที่สำหรับจัดการเรียนการสอนตั้งแต่ปี 2543 ได้รับการยกสถานะขึ้นเป็นวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ โดยความเห็นชอบของสภาวิชาการ และได้รับการอนุมัติจากสภามหาวิทยาลัย ประกาศลงในราชกิจจานุเบกษา ลงวันที่ 19 กรกฎาคม 2553 ซึ่งทางวิทยาลัยมีการขยายห้องเรียนและอาคารเรียนให้มาโดยตลอด จนถึงทุกวันนี้ (ปิยะวัฒน์ คงทรัพย์, 2561 : ก)

ท่านพุทธทาสภิกขุกล่าวว่า การทำงานก็คือการประพฤติธรรม ถ้าคิดได้เช่นนี้แล้วก็จะไม่คิดว่าการทำงานก่อให้เกิดความเหนื่อยยาก จะช่วยทำให้เกิดความพอใจที่ได้ทำงาน เพราะว่าได้ทำหน้าที่ตามธรรมชาติของมนุษย์ คือ ได้ปฏิบัติธรรม สามารถนำหลักธรรมคำสอนไปประยุกต์ใช้กับการทุกประเภทและใช้ได้ทุกระดับบุคคล แต่การที่คนทำงานมีความสุขหรือมีความทุกข์จากการทำงานนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับเงินเดือน รายได้ หรือสถานะเศรษฐกิจและปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิตเพียงอย่างเดียว แต่ปัจจัยองค์ประกอบอื่น ๆ เช่น ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน การมีหัวหน้าที่เข้าใจผู้ใต้บังคับบัญชา สุขภาพทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ตลอดจนสิ่งแวดล้อมที่ทำงานที่ดี เป็นปัจจัยด้านหนึ่งของการทำงาน หลักธรรมในพระพุทธศาสนาเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่สำคัญในการสร้างความสุขให้กับคนในองค์กร เช่น หลักธรรมสังคหวัตถุ 4 เป็นหลักธรรมที่เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวน้ำใจและประสานหมู่ชนไว้ให้มีความสามัคคีกัน (พุทธทาส ภิกขุ, 2542 : 29)

ปัจจุบันนี้วิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์มีบุคลากรทำงานเพิ่มมากขึ้นจากการขยายห้องเรียนและอาคารเรียนเพื่อตอบสนองต่อความต้องการของผู้ประสงค์จะศึกษา ซึ่งสะท้อนว่าบุคลากรต้องมีภาระงานเพิ่มมากขึ้นด้วย ในสถานการณ์ของการมีบุคลากรคงอยู่และการเพิ่มจำนวนมากขึ้น ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาถึงระดับความสุขในการทำงานของบุคลากรในวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ และปัจจัยทางพุทธจิตวิทยาที่มีผลต่อความสุขในการทำงาน เพื่อนำไปสู่ความผาสุกในการทำงานของบุคลากรของวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 2.1 เพื่อศึกษาระดับความสุขในการทำงานของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์
- 2.2 เพื่อศึกษาเปรียบเทียบระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับความสุขในการทำงานของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์
- 2.3 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพุทธจิตวิทยากับความสุขในการทำงานของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์

3. ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตในการวิจัยไว้ ดังนี้

3.1 ขอบเขตด้านเนื้อหา

ได้จากการศึกษาจากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙ หนังสือ เอกสาร วารสารและบทความทางวิชาการ สารนิพนธ์ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง วิทยานิพนธ์ระดับบัณฑิตศึกษา

3.2 ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ ทั้งหมดจำนวน 86 รูป/คน

3.3 ขอบเขตด้านสถานที่ คือ เขตวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์

3.4 ขอบเขตด้านระยะเวลา เริ่มตั้งแต่ วันที่ 8 ธันวาคม 2560 ถึง 28 กุมภาพันธ์ 2561

4. วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้กำหนดวิธีดำเนินการในการวิจัยไว้ดังนี้

4.1 การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือผู้วิจัย

1) ขอคำแนะนำจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และผู้เชี่ยวชาญ เพื่อตรวจสอบเครื่องมือที่สร้างไว้

2) หาความเที่ยงตรง โดยการนำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จ เสนอประธานและกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อขอความเห็นชอบและนำเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน เพื่อพิจารณาในด้านเนื้อหาสาระ ความครอบคลุม โครงสร้างของคำถามและความถูกต้องเหมาะสมของภาษาที่ใช้ นำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอนี้ และนำไปตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ โดยหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามและวัตถุประสงค์ โดยได้ค่า IOC ตั้งแต่ 0.8 ขึ้นไปทุกข้อ

4.2 หาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้แก่ บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์ศรีสะเกษ จังหวัดศรีสะเกษ ที่ไม่ใช่ประชากรที่ใช้ในการวิจัย จำนวน 30 รูป/คน เพื่อหาความเชื่อมั่นด้วยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาตามวิธีการของครอนบาค ซึ่งได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ 0.99

4.3 นำแบบสอบถามที่ผ่านการหาความเชื่อมั่นแล้ว เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อขอความเห็นชอบ และจัดพิมพ์แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ เพื่อใช้ในการดำเนินการแจกกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยต่อไป

4.4 การวิเคราะห์ข้อมูล การประมวลผลเชิงพรรณนา โดยใช้ค่าสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) หรือการหาค่าสถิติขั้นพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าความถี่ (Frequency) ค่าคะแนนเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน ใช้สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistic) ใช้สถิติ Independent Samples t-test และ F-test (One-Way ANOVA) เพื่อวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายกลุ่ม กรณีพบค่าความแตกต่างเป็นรายกลุ่ม จะวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีของ LSD (Least Significant Difference) โดยกำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และหาค่าความสัมพันธ์โดยใช้สถิติค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์เพียร์สัน (ทวนทอง เขาวงกตพิงค์ และคณะ, 2551 : 229)

5. สรุปผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสามารถสรุปการวิจัยไว้ดังต่อไปนี้

5.1 ระดับความสุขในการทำงานของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ พบว่า มีสถานะเป็นคฤหัสถ์ เป็นเพศชาย มีช่วงอายุระหว่าง 31-40 ปี มีสถานภาพโสด ระดับการศึกษาปริญญาตรี มีรายได้ต่อเดือน 10,001-20,000 บาท มีระยะเวลาในงานในวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ ต่ำกว่า 5 ปี บุคลากรที่ศึกษาทั้งหมดเป็นสายสนับสนุน ผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นต่อปัจจัยพุทธจิตวิทยา พบว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ มีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยพุทธจิตวิทยาโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ สมานัตตา รองลงมาคือ ทาน อุตถจริยา และปิยวาจา และเมื่อวิเคราะห์ความคิดเห็นต่อความสุขในการทำงาน พบว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ มีความคิดเห็นเกี่ยวกับความสุขในการทำงานโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ความรักในงาน การติดต่อสัมพันธ์ ความสำเร็จในงาน และการเป็นที่ยอมรับ

5.2 ผลเปรียบเทียบระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล กับความสุขในการทำงานของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์ (ควรใส่สมมติฐานแต่ละข้อด้วยแล้วจึงสรุป)

- 1) ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 1.1 สรุปได้ว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์มีสถานะแตกต่างกันมีความสุขในการทำงานแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
- 2) ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 1.2 สรุปได้ว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์มีเพศแตกต่างกันมีความสุขในการทำงานไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
- 3) ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 1.3 สรุปได้ว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์มีอายุแตกต่างกันมีความสุขในการทำงานไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
- 4) ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 1.4 สรุปได้ว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์มีสถานภาพแตกต่างกันมีความสุขในการทำงานแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
- 5) ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 1.5 สรุปได้ว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์มีระดับการศึกษาแตกต่างกันมีความสุขในการทำงานแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
- 6) ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 1.6 สรุปได้ว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกันมีความสุขในการทำงานแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
- 7) ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 1.7 สรุปได้ว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์มีระยะเวลาทำงานในวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์แตกต่างกัน มีความสุขในการทำงานแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
- 8) ผลการทดสอบสมมติฐานที่ 1.8 สรุปได้ว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์มีประเภทของบุคลากรแตกต่างกันมีความสุขในการทำงานแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

5.3 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพุทธจิตวิทยา กับความสุขในการทำงานของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์

ปัจจัยพุทธจิตวิทยากับความสุขในการทำงานของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ จังหวัดบุรีรัมย์ มีความสัมพันธ์ทางบวกทั้งรายด้านและภาพรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และมีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกัน

6.อภิปรายผลการวิจัย

6.1 ระดับความสุขในการทำงานของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์

ระดับความสุขในการทำงานของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ พบว่า โดยภาพรวมมีระดับมาก เมื่อจำแนกเป็นรายด้านทุกด้านมีความสุขในการทำงาน อยู่ในระดับมาก ตามลำดับดังนี้ คือ ความรักในงาน การติดต่อสัมพันธ์ ความสำเร็จในงาน การเป็นที่ยอมรับ ซึ่งแสดงให้เห็นว่าบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ มีความความมุ่งมั่นตั้งใจทำงานให้สำเร็จ รับรู้และเห็นคุณค่าในงานที่ทำจึงทำให้มีความสุขในการทำงานด้านความรักในงานสูงที่สุด รองลงมาคือการติดต่อสัมพันธ์ อาจเป็นเพราะว่าบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ พุดคุยกันอย่างเป็นมิตรและเป็นกันเอง มีการให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกันเป็นอย่างดี จึงเป็นสิ่งที่สะท้อนถึงความสุขในการทำงานได้ดีซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นฤมล แสงผล, (2554 : ก) ได้ศึกษาเรื่อง “ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขในการทำงานของบุคลากรคณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธนะบุรี” พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขในการทำงาน

โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เรียงลำดับคือ ความรักในงาน ความสำเร็จในงาน เป็นที่ยอมรับ และการติดต่อสัมพันธ์ มีความคิดเห็นเกี่ยวกับความสุขในการทำงานโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เรียงลำดับคือ ความพึงพอใจในงาน ความกระตือรือร้นในการทำงาน และความรับผิดชอบในงาน

6.2 เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับความสุขในการทำงาน

1) **สถานะ** พบว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ที่มีสถานะเป็นบรรพชิตและคฤหัสถ์มีค่าเฉลี่ยความสุขในการทำงานแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อาจเป็นเพราะว่าสะดวกในการทำงาน เพราะงานบางอย่างคฤหัสถ์ทำได้แต่ฝ่ายบรรพชิตทำไม่ได้ เพราะต้องอยู่ในขอบเขตพระธรรมวินัย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปานชนะ รัตนกิจ(2559 : ก) ได้ศึกษาเรื่อง “ความสุขในพุทธปรัชญาเถรวาท : คฤหัสถ์และบรรพชิต” ผลการวิจัยพบว่าความสุขของคฤหัสถ์เป็นความสุขทางผัสสะ เป็นความสุขที่เกิดจากการใช้ชีวิตประจำวันอย่างปกติสุข แม้สุขของคฤหัสถ์หรือความสุขทางผัสสะจะมีคุณค่าน้อยเมื่อเทียบกับสุขของบรรพชิตที่เป็นความสุขทางจิต แต่ความสุขทางผัสสะก็ยังมีค่าเป็นอยู่มาก ทั้งต่อคฤหัสถ์และบรรพชิต ความจำเป็นสำหรับคฤหัสถ์ คือ ทำให้คฤหัสถ์สามารถใช้ชีวิตได้อย่างปกติสุขและมีความสุขตามอัตภาพ ไม่ทุกข์ร้อนกับความลำบากในการใช้ชีวิตมากจนเกินไป ซึ่งความปกติสุขนี้เองเป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนต้องการในขั้นพื้นฐาน อย่างไรก็ตามแม้พระพุทธเจ้าจะตรัสไว้ว่าความสุขของคฤหัสถ์มี 4 อย่าง แต่ก็ไม่ได้หมายความว่าคฤหัสถ์จะไม่สามารถมีความสุขที่ประเสริฐกว่านี้ได้ หากแต่ความสุขทั้ง 4 อย่างนี้เป็นความสุขพื้นฐานที่คฤหัสถ์ควรได้รับและแสวงหาให้ได้อย่างสม่ำเสมอ

2) **เพศ** พบว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ที่เป็นเพศชายและเพศหญิงมีค่าเฉลี่ยความสุขในการทำงานไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อาจเป็นเพราะว่าสมัยนี้เป็นสมัยโลกาภิวัตน์ ผู้ชายและผู้หญิงมีสิทธิเท่าเทียมกันทุกอย่าง จึงทำให้ความสุขในการทำงานไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระเรวดี ฌายโร (2557 : ก) ได้ศึกษาเรื่อง “ศึกษาความสุขในการทำงานของผู้เข้าร่วมปฏิบัติวิปัสสนาภavana ณ ยุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์” ผลการวิจัยพบว่า จำแนกตามเพศโดยรวมเพศชายมีความสุขในการทำงานมากกว่าเพศหญิง แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

3) **อายุ** พบว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ที่มีช่วงอายุแตกต่างกันมีค่าเฉลี่ยความสุขในการทำงานไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อาจเป็นเพราะว่าการทำงานอยู่ในวิทยาลัยของพระสงฆ์ทุกวัน ๆ ทำให้รู้หลักธรรมที่จะนำไปปฏิบัติในการดำเนินชีวิต และใช้คำสั่งสอนในทางพระพุทธศาสนาช่วยขัดเกลาจิตใจตัวเองอยู่ตลอดเวลา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นันทรัตน์ อยู่ประเสริฐ (2552 : ก) ได้ศึกษาเรื่อง “ความสุขในการทำงานของพนักงานบริษัทเฟสท์ดรีก จำกัด จังหวัดเชียงใหม่” ผลการวิจัยพบว่าปัจจัยด้านลักษณะส่วนบุคคลด้านอายุที่แตกต่างกัน มีความสุขในการทำงานไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

4) **สถานภาพ** พบว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ที่มีสถานภาพแตกต่างกันมีค่าเฉลี่ยความสุขในการทำงานแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อาจเป็นเพราะว่าบุคลากรส่วนใหญ่มีสถานโสดไม่ค่อยมีเรื่องภาระปัญหาครอบครัวรบกวน ไม่เหมือนกับสถานภาพสมรสที่ต้องแบกรับภาระปัญหาครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบมาก จึงส่งผลให้มีความสุขในการทำงานแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นกัซล รอดเที่ยง (2551 : ก) ได้ศึกษาเรื่อง “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสุข

ในการทำงานของบุคลากรที่สังกัดศูนย์อนามัยในเขตตะวันออกเฉียงเหนือ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข” ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับความสุข ได้แก่ อายุ สถานภาพสมรส ตำแหน่งทางการบริหาร ระยะเวลาในการทำงาน ความสัมพันธ์ในครอบครัว นโยบายและการบริหาร ลักษณะงาน สัมพันธภาพในการ ทำงาน ความก้าวหน้าในหน้าที่การงาน การได้รับการยอมรับนับถือ ขวัญกำลังใจในการทำงาน สภาพแวดล้อมในการทำงานและสวัสดิการ

5) ระดับการศึกษา พบว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยความสุขในการทำงานแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อาจเป็นเพราะว่าการมีระดับการศึกษาสูง ก็หมายความว่าค่าตอบแทนที่สูงมากขึ้นไปด้วย จึงทำให้ความสุขในการทำงานแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เกสร เรืองแก้ว (2553 : ก) ได้ศึกษาเรื่อง “ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความสุขในการทำงานของพนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ” ผลการศึกษาพบว่า พนักงานส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุ 31-35 ปี โสด การศึกษาระดับปริญญาโท มีรายได้ต่อเดือน 30,000 บาท ตำแหน่งนักวิชาการ และเป็นลูกจ้างประจำ อายุงาน 3-5 ปี พนักงานมีความสุขและความพึงพอใจในด้านความสัมพันธ์ทางสังคมภายในหน่วยงาน มีระดับมาก ปัจจัยที่ทำให้ความพึงพอใจและมีความสุขในการทำงานแตกต่างกัน คือ ระดับการศึกษาของพนักงาน

6) รายได้ต่อเดือน พบว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยความสุขในการทำงานแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อาจเป็นเพราะว่าผู้ที่รายได้ต่อเดือนต่ำนั้นก็เพราะมีระดับการศึกษาต่ำ เพราะรายได้ต่อเดือนจะได้ตามระดับการศึกษา จึงทำให้ระดับความสุขในงานทำงานแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลสำรวจของ นกมล กรรณิกา (2551 : ก) ที่พบว่ารายได้ต่อเดือนที่แตกต่างกันมีผลต่อความสุขในการทำงานแตกต่างกัน โดยคนทำงานที่มีรายได้ต่อเดือนต่ำกว่า 10,000 บาท มีคะแนนความสุขในการทำงานต่ำที่สุด

7) ระยะเวลาทำงาน พบว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ที่มีระยะเวลาทำงานแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยความสุขในการทำงานแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อาจเป็นเพราะว่าบุคลากรที่มีระยะเวลาในการทำงานมากก็มีประสบการณ์ในการทำงานเป็นอย่างดี ผู้มีระยะเวลาทำงานน้อยขาดประสบการณ์ จึงทำให้ความสุขในการทำงานแตกต่างกัน แต่ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมหาสุวิทย์ สิริวัฒน (2553 : ก) ได้ศึกษาเรื่อง “การบริหารงานตามหลักอิทธิบาท 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบล อำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช” ผลการวิจัยพบว่า การบริหารงานตามหลักอิทธิบาท 4 โดยภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก การเปรียบเทียบความคิดเห็นของพนักงาน จำแนกตามสถานภาพส่วนบุคคล พบว่า เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา ประสบการณ์การทำงาน และรายได้ต่อเดือน ไม่แตกต่างกัน

8) ประเภทของบุคลากร พบว่า บุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ที่มีประเภทของบุคลากรแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยความสุขในการทำงานแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อาจเป็นเพราะว่าถึงแม้ประเภทของบุคลากรจะแตกต่างกัน ต่างก็เป็นศิษย์พระตถาคตทำงานเพื่อพระพุทธศาสนาเหมือนกัน ไม่ทำให้ความสุขในการทำงานแตกต่างกัน แต่ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ นฤมล แสงผล (2557 : 57) ได้ศึกษาเรื่อง “ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขในการทำงานของบุคลากรคณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี” พบว่า บุคลากรที่มีสายงานที่ปฏิบัติแตกต่างกัน มีความสุขในการทำงานโดยรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติมากกว่า 0.05

6.3 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยพุทธิจิตวิทยากับความสุขในการทำงานของบุคลากร

ปัจจัยพุทธิจิตวิทยา ที่ใช้หลักธรรมสังคหวัตถุ 4 พบว่า มีความสัมพันธ์กับความสุขในการทำงานทั้งรายด้านและภาพรวม อยู่ในระดับสูง มีค่าเป็นบวก และมีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกันกับความสุขในการทำงานของบุคลากรวิทยาลัยสงฆ์บุรีรัมย์ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สมภาพร ถ้าเพชร (2559 : ก) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ความสุขในการทำงานของบุคลากรทางการแพทย์” พบว่าข้อปฏิบัติสังคหวัตถุ 4 ทั้งรายด้านและภาพรวมของบุคลากรทางการแพทย์ มีความสัมพันธ์กับความสุขในการทำงานทั้งรายด้านและภาพรวม อยู่ในระดับสูง และมีค่าเป็นบวก แสดงว่าความสุขในการทำงานกับข้อปฏิบัติสังคหวัตถุ 4 มีความสัมพันธ์ไปในทิศทางเดียวกัน

7. ข้อเสนอแนะ

7.1 ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

- 1) ควรส่งเสริมและสนับสนุนในเรื่องการศึกษาต่อของบุคลากรเพื่อเป็นการพัฒนาบุคลากรในหน่วยงานเพื่อการนำองค์ความรู้มาพัฒนาหน่วยงานต่อไป
- 2) ควรพิจารณาเรื่องค่าตอบแทนหรือรายได้ต่อเดือนของบุคลากรให้เหมาะสมเพื่อการคงไว้ของบุคลากรในหน่วยงานและสภาพการดำเนินชีวิตปัจจุบัน
- 3) ควรมีการจัดกิจกรรมเพื่อการสะท้อนคิดและเพื่อการพัฒนาการปฏิบัติงานให้สามารถเป็นต้นแบบในการทำงานอย่างมีความสุข

7.2 ข้อเสนอแนะในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป

- 1) ควรศึกษาเรื่อง ปัจจัยพุทธิจิตวิทยาที่มีผลต่อความสุขในการทำงานของหมู่บ้านรักษาศีล 5 จังหวัดบุรีรัมย์
- 2) ควรศึกษาเรื่อง ปัจจัยพุทธิจิตวิทยาที่มีผลต่อความสุขในการทำงานของโรงเรียนวิถีพุทธ จังหวัดบุรีรัมย์
- 3) ควรศึกษาเรื่อง ปัจจัยพุทธิจิตวิทยาที่มีผลต่อความสุขในการทำงานขององค์การบริหารส่วนตำบลเสม็ด อำเภอเมือง จังหวัดบุรีรัมย์

บรรณานุกรม

ก.ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.

ข.ข้อมูลทุติยภูมิ

(1) หนังสือ

พุทธทาสภิกขุ. **บริหารธุรกิจแบบพุทธ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อัมมโม, 2542.

สมชัย วงษ์คณะ. รศ.ดร. และ ทวนทอง เขาวงกตพิงค์. รศ.ดร. **เอกสารประกอบการสอนวิชาการ
วิจัย**. กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์, 2551.

2) วิทยานิพนธ์

พระมหาสุวิทย์ สิริวัฒน. “การบริหารงานตามหลักอิทธิบาท 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบล อำเภอ
ทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย
: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2553.**

นฤมล แสงผล. “ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขในการทำงานของบุคลากร คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัย
เทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี”. **ปริญาบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี
ราชมงคลธัญบุรี, 2554.**

สมาพร ถ้าเพชร. **ความสุขในการทำงานของบุคลากรทางการแพทย์. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหา
บัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2559.**

รูปแบบและกระบวนการพัฒนาทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษ
ของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
THE FORM AND PROCESSION OF DEVELOPING ABILITY IN ENGLISH
COMMUNICATION OF MCU'S STUDENTS

ดร.กมลาศ ภูวนาธิพงศ์¹

Dr.Kamalas Phoowachanathipong

ดร.อักรนันท์ อริยศรีพงษ์

Dr.Akaranun Ariyasripong

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ โกวิท พานแก้ว

Asst. Prof. Kovid Pankaew

ดร.พุททชาติ แผนสมบุญ,

Dr.Phutthachat Pheansomboon

ดร.สุวัฒน์ รักขันโท

Dr.Suwatsan Ragkhanto

อาจารย์ญาณี ภูพัฒน์

Yaninee Poopat

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้จุดมุ่งหมาย 1) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาและอุปสรรคในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 2) เพื่อศึกษาระดับทักษะในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษ ของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 3) เพื่อเสนอแนวทางสร้างรูปแบบและกระบวนการพัฒนาทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย กลุ่มตัวอย่างได้แก่ เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จำนวน 135 รูป/คน การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถาม สถิติที่ใช้ได้แก่ ค่าร้อยละ(percentage) ค่าเฉลี่ย (mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน(standard deviation) สำหรับอธิบายข้อมูลพื้นฐาน และ ใช้สถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ One-way ANOVA และทดสอบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวแปร โดยใช้สถิติ Person Correlation

ดร.กมลาศ ภูวนาธิพงศ์ อาจารย์ประจำ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ดร.อักรนันท์ อริยศรีพงษ์ อาจารย์ประจำ คณะวิศวกรรมศาสตร์และเทคโนโลยี .มหาวิทยาลัยปทุมธานี, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ โกวิท พานแก้ว อาจารย์ประจำ คณะมนุษยศาสตร์,ดร.พุททชาติ แผนสมบุญ, อาจารย์ประจำ คณะมนุษยศาสตร์, ญาณี ภูพัฒน์ อาจารย์ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ผลการวิจัยพบว่า

1) ปัญหาและอุปสรรคการใช้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารทั้งด้านการฟัง ด้านการพูด ด้านการอ่านและด้านการเขียนของนิสิต พบว่า นิสิตเรียนภาษาอังกฤษไม่ดี เพราะพื้นฐานความรู้อ่อน มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาไม่รู้ศัพท์ภาษาอังกฤษ เมื่อนิสิตต้องทำกิจกรรมในห้องที่ต้องใช้ทักษะในการสื่อสารภาษาอังกฤษ พบว่า ใช้ไวยากรณ์ภาษาอังกฤษผิด มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด รองลงมา ไม่มีเนื้อหาที่จะเขียน และไม่รู้จักประโยคหรือสำนวนภาษาอังกฤษในสถานการณ์ต่างๆตามลำดับ และปัญหาและอุปสรรคในการสื่อสารด้านการฟังและด้านการพูดภาษาอังกฤษของนิสิตมาจากสาเหตุ ขาดความมั่นใจ และไม่สามารถสื่อสารกับผู้อื่นได้ตรงตามความตั้งใจ รองลงมา ไม่รู้ศัพท์ และไม่รู้หลักไวยากรณ์

2) ระดับคะแนนเฉลี่ยทักษะในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษของนิสิตในภาพรวม มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.96 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .659 มีความคิดเห็นในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ทักษะในการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการฟังมีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมา ทักษะในการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการอ่าน ทักษะในการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการพูด และทักษะในการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการเขียน ทุกด้านมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง

3) แนวทางการสร้างรูปแบบและกระบวนการพัฒนาทักษะการใช้ภาษาอังกฤษ ควรพัฒนาทักษะ ทั้งด้านการพูด ด้านการฟัง ด้านการอ่าน ด้านการเขียนไปพร้อมๆกัน โดยพบว่ามีรูปแบบการพัฒนาทักษะการใช้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารมีองค์ประกอบ 4 ด้าน ได้แก่ ด้านคุณภาพการสอนของอาจารย์ ด้านสื่อการสอน ด้านเนื้อหาการเรียนการสอน และด้านตัวผู้เรียน โดยแนวทางการพัฒนาทักษะการใช้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารทั้งทุกด้าน มีแนวทางและข้อเสนอแนะโดยรวม ได้แก่ 1) ด้านคุณภาพการสอนของอาจารย์ ได้แก่ ผู้สอนต้องมีความรู้ความสามารถในการถ่ายทอด เตรียมการสอนให้เหมาะสมกับผู้เรียน 2) ด้านสื่อการสอน ได้แก่ ควรพัฒนาสื่อการสอนที่น่าสนใจ 3) ด้านเนื้อหาการเรียนการสอน ได้แก่ ควรพัฒนาเนื้อหาครบถ้วนให้เหมาะสมกับผู้เรียนปรับปรุงให้ทันสมัย และ 4) ด้านตัวผู้เรียน ได้แก่ ควรฝึกฝนและทบทวนบทเรียนและมีโอกาสใช้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารเพิ่มขึ้น

Abstract

The objectives of this research were 1) to study the problems and obstacles of English communication skills of Mahachulalongkornrajavidyalaya University students 2) to study level of English communication skills of Mahachulalongkornrajavidyalaya University students 3) to present the model and development process of English communication skills of Mahachulalongkornrajavidyalaya University students.

The samples were 135 Mahachulalongkornrajavidyalaya University students. . This research was a survey research and questionnaire is used as the tool for data collection. The statistical method used for data analyses were percentage,

mean, standard deviation, t-test, One Way ANOVA and person correlation. The findings were as follows

1) The highest average score of problems and obstacles in using English for communication in listening, speaking, reading and writing is the inadequate knowledge base of students and they do not know vocabularies. This shows that when students have to do activities in the room, which require skills in English communication, they used the wrong English grammar and, have no content to write and do not use English sentences or idioms in various situations. The causes of problems and obstacles in English listening and speaking of students are lack of confidence and cannot communicate with others exactly as intended. Secondary are lack of vocabulary and grammatical knowledge.

2) The average score of English communication skills of the students was at a moderate level ($\bar{x} = 2.96$, $SD = .659$). In each facet, the highest average score of English communication skills followed by listening, English reading, English speaking and English writing and all facets were at a moderate level

3) It should develop English communication both speaking, listening, reading and writing simultaneously. Model of development process of English communication Skills has four components which are quality of teaching, teaching media, teaching content and students. Overall guidelines and recommendations for development of English communication skills 1) Quality of teaching: the instructor must have the knowledge and ability to transfer and they must prepare teaching to suit the learners 2) Teaching media: it should develop teaching materials to be interesting. 3) Teaching content: it should develop and update the content to suit the learner. 4) Students: they should consistently practice and revise their lessons and increase their chances of using English for communication.

1.บทนำ

ภาษาอังกฤษเป็นเครื่องมือที่สำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งในยุคโลกาภิวัตน์ที่มีการติดต่อสื่อสารข้ามวัฒนธรรม และการแข่งขันในแทบทุกด้านแบบไร้พรมแดน ผู้เกี่ยวข้องในทุกระดับการศึกษาล้วนเห็นพ้องกันว่าภาษาอังกฤษเป็นภาษาต่างประเทศที่นักเรียนและนักศึกษาจำเป็นต้องมีความสามารถในการใช้มากที่สุด (ปราณี กุลละวณิช, 2547, หน้า 56) ภาษาอังกฤษเป็นภาษาต่างประเทศภาษาหนึ่งที่มีการเรียนการสอนในสถาบันการศึกษาทุกระดับในประเทศไทย และใช้ เป็นสื่อในการติดต่อกับชาติต่าง ๆ ดังที่กล่าวมาแล้ว แต่ภาษาอังกฤษไม่ใช่ภาษาราชการหรือภาษาหลักที่ใช้เพื่อดำเนินกิจการต่างๆ ในประเทศไทย ดังนั้นการเรียนภาษาอังกฤษในประเทศไทยจึงจัดอยู่ในประเภทการเรียนภาษาอังกฤษเป็นภาษาต่างประเทศ (ปฐมา อักษรจรุง, 2546). การสื่อความเข้าใจ ในถ้อยความ ซึ่งได้แก่ น้ำเสียงและลีลาของผู้พูด การลงเสียงหนักเบาที่คำเป็นพิเศษ ทำนองเสียงขึ้น

ลงของถ้อยความความดั่งค่อยหรือจึ่งหะพูดซ้ำเร็ว ด้วยลักษณะทำนองเสียงเหล่านี้ ผู้ฟังจะรับรู้ความรู้สึกและอารมณ์ในขณะนั้นว่าผู้พูดมีความยินดี หรือไม่พึงพอใจประการใด การลงน้ำหนักเสียงที่คำใดคำหนึ่งเป็นพิเศษ หรือใช้ทำนองเสียงขึ้นลงของถ้อยความที่ไม่เป็นธรรมดาจัดได้ว่าเป็นวาทศิลป์ ซึ่งอาจแสดงออกถึงการประชดประชัน หรือการกระทบกระทั่งเปรียบเปรยก็ได้ นอกจากนี้ทักษะการฟังยังมีความสำคัญในการพัฒนาทักษะการพูด การฟัง การอ่าน และการเขียนอีกด้วย (กรมวิชาการ, 2544, หน้า 51)

กรมวิชาการ ได้บรรจุสาระการเรียนรู้ที่เกี่ยวข้องในการพัฒนาทักษะทางภาษาทั้ง 4 ทักษะได้แก่ ทักษะการพูด ทักษะการฟัง ทักษะการอ่าน และทักษะการเขียน ทักษะการเขียนเป็นทักษะที่สำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง เพราะการเขียนเป็นการถ่ายทอดความคิดความรู้สึกรู้สึกของตนเองออกมาให้ผู้อ่านได้เข้าใจ เป็นเสมือนเครื่องมือที่ใช้แทนภาษาพูดในการถ่ายทอดคำพูดออกมาเป็นตัวหนังสือการเขียนจึงเป็นการสื่อความหมายที่แสดงออกมาเป็นตัวหนังสือ และเป็นหลักฐานที่ปรากฏได้เด่นชัดกว่าทักษะอื่นการเรียนการสอนทักษะทางภาษาอังกฤษ ทักษะการฟัง ทักษะการอ่าน ทักษะการพูด ทักษะการเขียน ทักษะทั้งสี่ด้านมีความสำคัญต่อการเรียนรู้ภาษาอังกฤษโดยเฉพาะทักษะการฟังและการพูดเป็นทักษะที่ต้องฝึกเป็นลำดับแรก เพราะทักษะการฟังเป็นทักษะทางด้านการรับ ซึ่งผู้ฟังต้องตีความในสิ่งที่ได้ฟัง ควรมีการฝึกความเข้าใจในการฟัง ส่วนทักษะการพูดเป็นทักษะทางด้านการส่งออกหรือการแสดงออก สามารถพูดตอบด้วยความเข้าใจ จึงควรมีการพัฒนาทักษะการพูด หรือพัฒนาทักษะการฟังและการพูดไปพร้อม ๆ กัน (กรมวิชาการ, 2544, หน้า 4)

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เป็นมหาวิทยาลัย เป็นมหาวิทยาลัยที่เน้นคุณภาพความเป็นเลิศด้านวิชาการทางพระพุทธศาสนา บัณฑิตที่จบการศึกษาไปประกอบอาชีพการทำงานจะเป็นที่รู้จักกันดีว่า เป็นผู้เชี่ยวชาญด้านพระพุทธศาสนา ซึ่งพันธกิจของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เพื่อพัฒนาบัณฑิตที่พึงประสงค์ คือ มีปฏิปทาน่าเลื่อมใสใฝ่คิดเป็นผู้นำทางจิตวิญญาณ มีสติปัญญาและสามารถแก้ไขปัญหาชีวิตและสังคม มีความสามารถสื่อสารในการเผยแผ่พุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างพัฒนาคุณภาพชีวิตให้มีคุณค่า มีคุณธรรม มีความสุข

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจมีศึกษารูปแบบและกระบวนการในการสอนเสริมทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษ เพื่อช่วยแก้ไขปัญหาการขาดทักษะการพูดของผู้เรียนภาษาต่างประเทศ ทำให้นิสิตสามารถใช้ภาษาอังกฤษได้อย่างถูกต้อง ทั้งทางด้าน การฟัง การพูด การอ่าน และการเขียน และการโต้ตอบ ได้อย่างถูกต้อง นอกจากนี้ยังจะเป็นแนวทางในการพัฒนาประสิทธิภาพการเรียนการสอนพระพุทธศาสนาเป็นภาษาอังกฤษให้ก้าวหน้าต่อไป

2. วัตถุประสงค์งานวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาและอุปสรรคในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- 2) เพื่อศึกษาระดับทักษะในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษ ของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- 3) เพื่อเสนอแนวทางสร้างรูปแบบและกระบวนการพัฒนาทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

3.ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ มุ่งเน้นศึกษารูปแบบและกระบวนการทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้กำหนดขอบเขตไว้ดังนี้

ขอบเขตประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร

ประชากรใน นิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จำนวนนิสิต ปีการศึกษา 1/2559 รวมทั้งสิ้น 200 รูป/ คน (ฝ่ายทะเบียนนิสิต ,มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ,2559)

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้แก่ เป็นนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ประชากรใน นิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จำนวนนิสิต ปีการศึกษา 1/2559 รวมทั้งสิ้น 135 รูป/คน โดยใช้สูตรคำนวณของเครซีและมอร์แกน (Krejcie and Morgan,) กำหนดค่าความคลาดเคลื่อนที่ร้อยละ 5 ซึ่งสูตรที่ใช้ในการคำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

ขอบเขตตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่ เพศ . อายุ วุฒิการศึกษา. ประสบการณ์การเรียนรู้ ภาษาอังกฤษ ระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน
2. ตัวแปรตาม ได้แก่ การพัฒนาทักษะภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร 1)ทักษะการฟัง 2) ทักษะการพูด 3) ทักษะการอ่าน 4) ทักษะการเขียน

ขอบเขตเนื้อหา

ขอบเขตเนื้อหาที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับทักษะการเรียนรู้ภาษาของมนุษย์ แนวคิดและทฤษฎีการใช้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร .แนวคิดแรงจูงใจในการใช้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร และแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความคิดเห็น

4. วิธีดำเนินการวิจัย

รูปแบบการวิจัย

1 การศึกษาในเชิงเอกสาร (Documentary Study) ทำการศึกษาและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารและหลักฐานที่เกี่ยวข้อง ทั้งหนังสือ รายงานการวิจัย รายงานการประชุม ภาพถ่าย เอกสารเกี่ยวกับรูปแบบและกระบวนการพัฒนาทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษ นำข้อมูลมาวิเคราะห์และสังเคราะห์ เพื่อสร้างกรอบแนวคิดในการวิจัย และสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2 การศึกษาในภาคสนาม (Field Study) ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ โดยการแจกแบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่าง ที่คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง สำหรับสอบถามนิสิต แบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามมีลักษณะ

เป็นแบบเลือกตอบ (Check List) จำแนกตาม สถานภาพ อายุ ประสบการณ์การเรียนรู้ภาษาอังกฤษ จากโรงเรียนเดิม พื้นฐานการศึกษาก่อนเข้าศึกษา ในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และ ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) เกี่ยวกับการเรียน ทักษะการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษ ของนิสิต ในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย จำนวน 4 ด้าน คือ ความสามารถในการใช้ภาษาในด้านต่าง ๆ ได้แก่ 1) การฟัง 2) การพูด 3) การอ่าน และ 4) การเขียน โดยศึกษา

(1) เพื่อศึกษาระดับทักษะในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษ ของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ใน 4 ด้าน คือ 1) การฟัง 2) การพูด 3) การอ่าน และ 4) การเขียน

(2) เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษ ของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ใน 4 ด้าน คือ 1) การฟัง 2) การพูด 3) การอ่าน และ 4) การเขียน

ให้สามารถสื่อสารได้อย่างคล่องแคล่ว และสามารถแสวงหาความรู้ โดยใช้ภาษาอังกฤษ ได้อย่างกว้างขวาง มีลักษณะเป็นคำถามแบบมาตรา ส่วนประมาณค่า 5 ระดับ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามความคิดเห็นของนิสิต เพื่อแนวทางพัฒนาทักษะสื่อสาร ภาษาอังกฤษ ของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

โดยผู้ตอบได้คะแนนสูงกว่าเกณฑ์ค่าเฉลี่ย เป็นผู้ที่มีการพัฒนาทักษะสื่อสารภาษาอังกฤษ สูงกว่า ผู้ตอบได้คะแนนต่ำกว่าเกณฑ์ค่าเฉลี่ย

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือตามลำดับ ดังนี้

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัญหาการเรียนของนิสิต สาขาวิชา ภาษาอังกฤษ จากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2. สร้างแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับโดยกำหนดขอบเขต และ เนื้อหาให้ครอบคลุมปัญหาการเรียนของนิสิต นิสิตในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ใน 5 ด้าน ตามจุดมุ่งหมายของการวิจัย

3. นำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความถูกต้อง และให้ คำแนะนำเพิ่มเติม ปรับปรุงแก้ไข ให้ครอบคลุมเนื้อหา ของแบบสอบถามจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน

4. นำแบบสอบถามที่มีข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ นำไปพิจารณาร่วมกับผู้เชี่ยวชาญ เพื่อปรับปรุงแก้ไขให้สมบูรณ์แล้วนำไปทดลองใช้ (Try out) กับนิสิตในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ ราชวิทยาลัย ที่ไม่ใช่ประชากรกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 รูป เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกและคัดข้อที่มีค่า t มีนัยสำคัญที่ระดับ .05 และหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถามทั้งฉบับด้วยค่า สัมประสิทธิ์แอลฟา (Co efficient)

การหาคุณภาพเครื่องมือ โดยการหาความตรงของเนื้อหา ค่า IOC จากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 5 คน ได้ค่า IOC = 0.90 ปรับปรุงข้อคำถามตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ และนำไป ทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่ใกล้เคียงจริง (tryout) จำนวน 30 คน วิเคราะห์ความเชื่อมั่น

(Reliability) โดยใช้สูตรค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach, 1970: 161) เท่ากับ .930

วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยดำเนินการตามขั้นตอนตามลำดับ ดังนี้

1. ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูล โดยการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง และส่งแบบสอบถามไปเก็บข้อมูล กับนิสิตในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
2. ผู้วิจัยได้ชี้แจงให้นิสิตเข้าใจวัตถุประสงค์ของการเก็บรวบรวมข้อมูล และอธิบายวิธีตอบแบบสอบถามก่อนให้นิสิตทุกรูป/คน ตอบ
3. ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความสมบูรณ์ทุกฉบับ ได้แบบสอบถามที่สมบูรณ์จำนวน 135 ฉบับ
4. ผู้วิจัยรวบรวมแบบสอบถาม และตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม เพื่อนำมาวิเคราะห์

สถิติและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานได้ ร้อยละ(percentage) ค่าเฉลี่ย (mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน(standard deviation) สำหรับอธิบายข้อมูลแบบสอบถามเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง และใช้ค่าเฉลี่ย (mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน(standard deviation)
2. วิเคราะห์แบบสอบถาม ด้วยสถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ One-way ANOVA และทดสอบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของตัวแปร โดยใช้สถิติ Person Correlation

5. ผลการวิจัย

5.1 สรุปผลการวิจัย

จากผลวิจัยขอสรุปตามวัตถุประสงค์ดังนี้

5.1.1 สภาพปัญหาและอุปสรรคในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ปัญหาและอุปสรรคในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษที่นิสิตคิดว่าปัญหาและอุปสรรคใดบ้างในการเรียนและใช้ทักษะในการสื่อสาร โดย การฟัง พูด อ่านและเขียนของนิสิตมาจากสาเหตุต่างๆ พบว่า นิสิตเรียนภาษาอังกฤษไม่ดีเพราะพื้นฐานความรู้อ่อน มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาไม่รู้ศัพท์ภาษาอังกฤษ เมื่อนิสิตต้องทำกิจกรรมหน้าห้องที่ต้องใช้ทักษะในการสื่อสารภาษาอังกฤษ พบว่า ใช้ไวยากรณ์ภาษาอังกฤษผิด มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด รองลงมา ไม่มีเนื้อหาที่จะเขียน และไม่รู้จักประโยคหรือสำนวนภาษาอังกฤษในสถานการณ์ต่างๆตามลำดับ ซึ่งปัญหาและอุปสรรคในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษที่นิสิตคิดว่า การฟังและการพูดภาษาอังกฤษของนิสิตมาจากสาเหตุต่างๆ ต่อไปนี้ พบว่าขาดความมั่นใจ และไม่สามารถสื่อสารกับผู้อื่นได้ตรงตามความตั้งใจ รองลงมา ไม่รู้ศัพท์ และไม่รู้หลักไวยากรณ์

นอกจากนี้ผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนทักษะในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การฟัง การอ่าน การพูด และการเขียน กับปัญหาและอุปสรรคในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษ หัวข้อนิสิตคิดว่าปัญหาและอุปสรรคใดบ้าง ในการเรียนและใช้ทักษะในการ

สื่อสารโดย การฟัง พูด อ่านและเขียนของนิสิตมาจากสาเหตุต่างๆ ทั้ง 13 สาเหตุ พบว่า ในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษมีความสัมพันธ์กับปัญหาและอุปสรรคในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษ หัวข้อ นิสิตคิดว่าปัญหาและอุปสรรคใดบ้าง ในการเรียนและใช้ทักษะในการสื่อสาร โดย การฟัง พูด อ่านและเขียนของนิสิตมาจากสาเหตุต่างๆพบความสัมพันธ์ของคะแนนทักษะในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษ ทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การฟัง การอ่าน การพูด และการเขียนกับปัญหาและอุปสรรคในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษ หัวข้อนิสิตคิดว่าปัญหาและอุปสรรคใดบ้าง ในการเรียนและใช้ทักษะในการสื่อสารโดย การฟัง พูด อ่านและเขียนของนิสิตมาจากสาเหตุต่างๆที่มี ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มากที่สุดได้แก่ ทักษะด้านการเขียนกับ ไม่คุ้นกับสำเนียง ($r=.314^*$) รองลงมาทักษะด้านการอ่าน กับทักษะด้านการอ่าน ($r=.292^*$) และคู่ที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์น้อยที่สุดคือ ทักษะด้านการพูด กับฟังไม่ทัน ($r=.174^*$) เป็นต้น

5.1.2 ระดับทักษะในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษ ของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

คะแนนเฉลี่ยทักษะในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษของนิสิตในภาพรวม มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.96 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .659 มีความคิดเห็นในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ทักษะในการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการฟังมีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมา ทักษะในการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการอ่าน ทักษะในการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการพูด และทักษะในการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการเขียน ทุกด้านมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง

เมื่อพิจารณารายด้าน ทักษะในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษของนิสิตด้านการฟังพบว่า นิสิตฟังเพลงภาษาอังกฤษบ่อยๆ มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด รองลงมานิสิตคิดว่าผู้จบการศึกษาระดับมหาวิทยาลัย ควรสามารถใช้ทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการฟังได้ และนิสิตรู้สึกว่าได้ฝึกทักษะการฟัง มากกว่าทักษะการพูด

เมื่อพิจารณารายด้านการพูดพบว่า นิสิตมีความสามารถพูดภาษาอังกฤษได้ตรงตามหลักไวยากรณ์ มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด รองลงมา นิสิตมั่นใจในการใช้ภาษาอังกฤษของตนเอง และนิสิตสนุกกับการพูดคุยกับเพื่อนเป็นภาษาอังกฤษ ทุกด้านมีความคิดเห็นในระดับปานกลาง

เมื่อพิจารณารายด้านด้านการอ่านพบว่า นิสิตคิดว่าผู้จบการศึกษาระดับมหาวิทยาลัย ควรสามารถใช้ทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการอ่านได้ มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด รองลงมานิสิตคิดว่าการอ่านเป็นความสามารถของมนุษย์ที่จะต้องมีการสร้าง และพัฒนาทักษะการอ่าน และนิสิตสามารถนำความรู้ที่ได้รับจากการอ่าน ไปใช้ประโยชน์ในการใช้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร ในชีวิตประจำวันได้ ทุกด้านมีความคิดเห็นในระดับปานกลาง

เมื่อพิจารณารายด้านการเขียนพบว่า นิสิตสามารถเขียนบทความทางพระพุทธศาสนาเป็นภาษาอังกฤษได้ มีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด รองลงมาศิษย์คิดว่าผู้จบการศึกษาระดับมหาวิทยาลัย ควรสามารถใช้ทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการเขียนได้ และนิสิตสามารถเขียนเรื่องราวต่างๆเป็นภาษาอังกฤษได้ ทุกด้านมีความคิดเห็นในระดับปานกลาง

5.1.3 เสนอแนวทางสร้างรูปแบบและกระบวนการพัฒนาทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ผลวิจัยสรุปได้ว่า องค์ประกอบของการสร้างรูปแบบ คือ คุณภาพการสอนของอาจารย์ สื่อการเรียนการสอน เนื้อหาการเรียนการสอน และตัวผู้เรียน มีกระบวนการพัฒนาทักษะการสื่อสารในแต่ละองค์ประกอบดังนี้

1) แนวทางการพัฒนาทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการฟัง ทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการฟัง

- ด้านคุณภาพการสอนของงานอาจารย์ ส่วนใหญ่ตอบว่าในระดับปานกลาง มีข้อเสนอแนะแนวทางให้เพิ่มเวลาการสอน และมีการใช้สื่อการสอนประกอบ

- ด้านสื่อการสอน มีความพอดี แต่ควรพัฒนาสื่อให้มีเนื้อหาชัดเจน ทันสมัยและให้ตรงกับเนื้อหา และยังขาดแผนการสอน

- ด้านเนื้อหาการเรียนการสอน เหมาะสมกับผู้เรียน ครบทุกองค์ประกอบ มีเนื้อหาดี แต่เนื้อหาเข้าใจยาก และไม่ตรงกับวัตถุประสงค์การเรียนรู้

- ด้านตัวผู้เรียน ควรใส่ใจในการเรียน ไม่ค่อยมีความพยายาม มีความตั้งใจน้อยเกินไป ขาดความมั่นใจและขาดโอกาสฝึกใช้ภาษาอังกฤษในสถานการณ์จริง

2) แนวทางการพัฒนาทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการพูด

- ด้านคุณภาพการสอนของงานอาจารย์ คุณวุฒิและความรู้ สอนดีเข้าใจง่าย ควรเตรียมตัวในพร้อมก่อนสอนควรเน้นให้นิสิตฝึกฝนให้มากๆ

- ด้านสื่อการสอน ขาดสื่อการสอน ควรพัฒนาสื่อการสอนที่เข้าใจง่าย ชัดเจน ใช้คำศัพท์ง่ายๆ

- เนื้อหาการเรียนการสอน- ไม่ตรงตามคุณภาพ เนื้อหาเก่า หาเนื้อหาที่เข้าใจได้ง่าย เหมาะสมกับผู้เรียน จากง่ายไปสู่ยาก

- ตัวผู้เรียน - ไม่ค่อยตั้งใจ/มีความตั้งใจน้อย ควรใส่ใจในการพูดมากขึ้น ไม่มีโอกาสพูดหรือสื่อสารกับเจ้าของภาษาในสถานการณ์จริงไม่มีเวลาทบทวน พูดสื่อสารน้อย

3) แนวทางการพัฒนาทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการอ่าน

- ด้านคุณภาพการสอนของงานอาจารย์ สอนได้ดี ออกเสียงชัดเจน แต่ควรเตรียมการสอนก่อนเสมอ ควรหาเทคนิคใหม่ๆ มาสอนให้เกิดแรงจูงใจ

- ด้านสื่อการสอน มีน้อย ควรสอนให้นักเรียนเข้าใจง่าย ควรฝึกให้อ่านในห้องเรียนบ้าง ควรเปิดการ์ตูน ขาดสื่อการสอนที่ชัดเจน

- เนื้อหาการเรียนการสอน ครบถ้วน/เหมาะสมควรมีเนื้อหาที่ตรงประเด็น

- ตัวผู้เรียน ควรหาเวลาเรียนนอกจากในวิชา ขาดความมั่นใจในการอ่าน ไม่มีเวลาทบทวน ต้องฝึกการอ่านเพิ่มเติม ไม่ค่อยมีเวลาได้ใช้ภาษาอังกฤษ พื้นฐานน้อยเลยไม่ค่อยเข้าใจ

4) แนวทางการพัฒนาทักษะการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการเขียน

- ด้านคุณภาพการสอนของอาจารย์ ควรเขียนด้วยอักษรที่ชัดเจน อาจารย์สอน/อธิบายได้ดี แต่ควรสอนการเขียนให้มากกว่านี้

- ด้านสื่อการสอน สื่อการสอนมีน้อย ขาดสื่อการสอนที่ชัดเจน ควรแบ่งการสอนให้ตรงกับความต้องการของผู้เรียน
- เนื้อหาการเรียนการสอนควรพัฒนาเนื้อหาครบถ้วนให้เหมาะสมกับผู้เรียน
- ตัวผู้เรียน ควรฝึกเขียนให้เยอะ เพราะขาดทักษะในการเขียน ไม่ค่อยมีเวลาทบทวน ต้องพยายามให้มากกว่านี้ เขียนยังไม่ค่อยเก่ง ไม่ค่อยมีเวลาได้ใช้ภาษาอังกฤษ

6. การอภิปรายผล

ผู้วิจัยอภิปรายข้อค้นพบตามสมมุติฐานการวิจัยตามประเด็นข้อค้นพบสำคัญดังนี้

จากผลวิจัยพบว่า นิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มีระดับคะแนนทักษะในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษ ของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ประกอบด้วย ทักษะในการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการฟัง ด้านการพูด ด้านการอ่าน และด้านการเขียน และปัญหาและอุปสรรคในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษ ต่างกัน โดยพบว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษของนิสิตในภาพรวม มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 2.96 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ .659 มีความคิดเห็นในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ทักษะในการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการฟังมีคะแนนเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมา ทักษะในการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการอ่าน ทักษะในการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการพูด และทักษะในการสื่อสารภาษาอังกฤษด้านการเขียน ทุกด้านมีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องแนวคิดที่ว่า การฟังเป็นทักษะทางภาษาที่สำคัญในการสื่อความหมาย และเป็นทักษะพื้นฐานที่จะพัฒนาความสามารถด้านการพูด การอ่าน และการเขียนให้ดีขึ้นด้วย โดยเฉพาะภาษาต่างประเทศ จะทำให้มีความพร้อมในการรับรู้ รับฟังมากขึ้น เพื่อนำไปสู่การเรียนรู้ทักษะทางภาษาด้านอื่นๆ ให้ดีขึ้น

จากประเด็นข้อค้นพบที่ว่า นิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่มีลักษณะข้อมูลพื้นฐานต่างกันจะมีทักษะในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษในภาพรวมและรายด้านแตกต่างกัน ผลทดสอบสมมุติฐานไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลพื้นฐานกับการพัฒนาทักษะภาษาอังกฤษโดยภาพรวมและรายด้าน อาจสืบเนื่องมาจาก กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มาจากโรงเรียนรัฐบาล มีเกรดเฉลี่ยใกล้เคียงกัน คือ 2.5-3.0 ทำให้มีระดับทักษะในการสื่อสารที่ใกล้เคียงกัน สอดคล้องกับแนวคิดที่ว่า ปัจจัยพื้นฐานที่มีอิทธิพลต่อความคิดเห็นของบุคคล ซึ่งทำให้บุคคลแต่ละคนแสดงความคิดเห็นที่อาจเหมือนกันหรือแตกต่างกันออกไป ปัจจัยดังกล่าวอาจสรุปได้ดังนี้ คือ ปัจจัยทางพันธุกรรมและสรีระ คือ อายุ เพศ อวัยวะ ความครบถ้วน สมบูรณ์ของอวัยวะต่างๆ คุณภาพของสมอง ระดับการศึกษา การศึกษามีอิทธิพลต่อการแสดงออกซึ่งความคิดเห็นของ และการศึกษาทำให้บุคคลมีความรู้ในเรื่องต่างๆ มากขึ้น และคนที่มีความรู้มากมักจะมีความคิดเห็นในเรื่องต่างๆ อย่างมีเหตุผล ประสพการณ์เป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดการเรียนรู้ ทำให้มีความรู้ ความเข้าใจในหน้าที่และความรับผิดชอบต่องาน ซึ่งจะส่งผลต่อความคิดเห็น (Renner H.H., 1889, pp. 6 – 7)

ข้อค้นพบอีกประการหนึ่งพบว่า ทักษะในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษ ของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยมีความสัมพันธ์กับปัญหาและอุปสรรคในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยพบผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนทักษะในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ การฟัง การอ่าน การพูด และการเขียน กับปัญหาและ

อุปสรรคในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษของนิสิตมาจากสาเหตุต่างๆ ทั้ง 13 สาเหตุ พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มากที่สุดได้แก่ ทักษะด้านการเขียนกับ ไม่คุ้นกับสำเนียง รองลงมาทักษะด้านการอ่าน กับทักษะด้านการอ่าน และคู่ที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์น้อยที่สุดคือ ทักษะด้านการพูด กับฟังไม่ทัน ซึ่งปัญหาและอุปสรรคในการสื่อสารเป็นภาษาอังกฤษที่นิสิตคิดว่า การฟังและการพูด ภาษาอังกฤษของนิสิตมาจากสาเหตุต่างๆ ต่อไปนี้ พบว่า ขาดความมั่นใจ และไม่สามารถสื่อสารกับผู้อื่นได้ตรงตามความตั้งใจ รองลงมา ไม่รู้ศัพท์ และไม่รู้จักไวยากรณ์

นอกจากนี้ผลการวิจัยพบว่า แนวทางองค์ประกอบของการสร้างรูปแบบการพัฒนาทักษะการใช้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารได้แก่ คือ คุณภาพการสอนของอาจารย์ สื่อการเรียนการสอน เนื้อหาการเรียนการสอน และตัวผู้เรียน มีกระบวนการพัฒนาทักษะการสื่อสารพร้อมข้อเสนอแนะ ในแต่ละองค์ประกอบ สรุปโดยภาพรวม สะท้อนให้เห็นว่าแนวทางการพัฒนาทักษะการใช้ภาษาอังกฤษ ควรพัฒนาทักษะ ทั้งด้านการพูด การฟัง การอ่าน การเขียนไปพร้อมๆ กัน โดยจะเห็นได้ว่า แนวทางการพัฒนาทักษะการใช้ภาษาอังกฤษ มีแนวทางและข้อเสนอแนะที่ใกล้เคียงกัน ได้แก่ ด้านคุณภาพการสอนของอาจารย์ ได้แก่ ผู้สอนต้องมีความรู้ความสามารถในการถ่ายทอด เตรียมการสอน ให้เหมาะสมกับผู้เรียน ด้านสื่อการสอนมีน้อย ได้แก่ ควรพัฒนาสื่อการสอนให้น่าสนใจ ด้านเนื้อหาการเรียนการสอน ได้แก่ ควรพัฒนาเนื้อหาครบถ้วนให้เหมาะสมกับผู้เรียน ปรับปรุงให้ทันสมัย และด้านตัวผู้เรียน ได้แก่ ควรฝึกฝนและทบทวนบทเรียนและมีโอกาสใช้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารเพิ่มขึ้น

5.3 ข้อเสนอแนะ

5.3.1 ข้อเสนอแนะในเชิงนโยบายนำไปใช้

1 อาจารย์ นักวิชาการสามารถนำผลวิจัยพัฒนาหลักสูตรและพัฒนาตำราการสอนให้เหมาะสมกับผู้เรียนที่มีพื้นฐานต่างกันได้ และเหมาะสมกับผู้เรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มพระภิกษุและสามเณรเป็นกลุ่มเฉพาะ มีเวลาเรียนน้อยกว่ากลุ่มนิสิตภายนอก เนื่องจากมีวัตรปฏิบัติทางพระพุทธศาสนา

2. หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง จัดอบรมเพื่อพัฒนาทักษะการใช้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร เพื่อแก้ปัญหาและอุปสรรค การใช้ภาษาอังกฤษ มีการอบรมและประเมินผลอย่างต่อเนื่อง และจัดสภาพการณ์ให้มีโอกาสสื่อสารกับเจ้าของภาษา

5.3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1.จากผลการวิจัยที่พบว่า การพัฒนาทักษะการใช้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารมีความสัมพันธ์กับปัญหาและอุปสรรค ดังนั้น การวิจัยครั้งต่อไป ควรนำผลวิจัยดังกล่าว ไปออกแบบและพัฒนาการเรียนการสอน และวัดผลการเปลี่ยนแปลงทักษะการใช้ภาษาอังกฤษก่อนและหลังการเรียนการสอน

2.จากผลการวิจัยพบว่า แนวทางการพัฒนาทักษะการใช้ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารทั้ง 4 ด้าน ดังนั้น การวิจัยครั้งต่อไป ควรสร้างโปรแกรมการฝึกอบรม ทำการทดลองสอนเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่แตกต่างกันกับวิธีการสอนที่แตกต่างกัน เพื่อทดสอบประสิทธิภาพของโปรแกรม

บรรณานุกรม

กรมวิชาการ. สาระและมาตรฐานการเรียนรู้ กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ ในหลักสูตร
การศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2544.

กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. รายงานการประเมินคุณภาพการศึกษานักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่
3 ปีการศึกษา 2540. พิมพ์ครั้งที่ 1.กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2544.

ปราณี กุลละวณิชย์. นโยบายการสอนภาษาต่างประเทศ. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย, 2547.

ปฐมมา อักษรจรุง การเรียนการสอนภาษาอังกฤษที่ไม่ใช่วิชาเอกของนิสิตระดับบัณฑิตศึกษาในภาคใต้,
วารสารศึกษาศาสตร์ ปีที่ 3 ฉบับที่ 1, กรกฎาคม - ธันวาคม, 2546.

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. สถิติจำนวนนิสิต. ฝ่ายทะเบียนนิสิต, มหาวิทยาลัยมหา
สุภัทรา อักษรานุเคราะห์. การสอนทักษะทางภาษาและวัฒนธรรม.กรุงเทพมหานคร :

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.

จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2559.

จิตวิทยาการบริหารเวลาเพื่อการพัฒนาตนเอง

TIME MANAGEMENT PSYCHOLOGY FOR SELF DEVELOPMENT

นายสุทธิชัย ศรีรัตนวงศ์*
พระใบฎีกากิตติพงษ์ สีสสุทโธ*

บทคัดย่อ

การบริหารจัดการเวลา และใช้ประโยชน์จากเวลาที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุดเป็นสิ่งสำคัญ และยิ่งถือเป็นการพัฒนาตนเองอย่างหนึ่ง เราสามารถนำหลักจิตวิทยามาช่วยในการบริหารเวลาได้ โดยในบทความนี้จะกล่าวถึง การนำแนวคิดทฤษฎีต่างๆ ทางจิตวิทยามาใช้ในโปรแกรมการพัฒนาตนเอง ทางด้านการบริหารเวลา รวมทั้งการอธิบายถึง ขั้นตอนการสร้างโปรแกรมการพัฒนา ซึ่งมีทั้งหมด 7 ขั้นตอน ประกอบด้วย 1) ตั้งเป้าหมายของพฤติกรรมที่ต้องการปรับปรุงหรือพัฒนาให้ดีขึ้นและมีการกำหนดขอบเขตเวลาให้ชัดเจน 2) รวบรวมข้อมูลสภาพปัจจุบันของพฤติกรรมที่ต้องการพัฒนาแก้ไขตลอดจนปัจจัยอื่นที่เกี่ยวข้อง 3) วิเคราะห์ แยกแยะ ลักษณะของพฤติกรรมและสาเหตุของการเกิดพฤติกรรมผิดวันประกันพ่วง 4) พิจารณาวางแผนการดำเนินการเพื่อพัฒนาตน 5) ปฏิบัติตามแผนดำเนินการและบันทึกผลที่เกิดขึ้น 6) วิเคราะห์ผลการดำเนินการและประเมินประสิทธิภาพของแผน และ 7) รักษาสภาพพฤติกรรมใหม่ให้คงอยู่ และยุติโครงการพัฒนาตน ซึ่งพบว่าการพัฒนาตนเองจากการบริหารจัดการเวลานี้ มักเป็นการพัฒนา และเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเองในสภาพการณ์ที่เฉพาะเจาะจง แต่พฤติกรรมใหม่นั้นจะคงอยู่ต่อไปได้เมื่อเราสามารถถ่ายโยงไปสู่สภาพการณ์อื่นได้นั่นเอง

คำสำคัญ : การพัฒนาตนเอง, การบริหารเวลา, ผิดวันประกันพ่วง

* ผู้บริหารสูงสุดสายงานพาณิชย์ ธุรกิจคอนโดมิเนียม บริษัท เอลิกซ์ จำกัด (ในเครือบริษัท อนันดา ดีเวลลอปเม้นท์ จำกัด (มหาชน))

* ภาควิชาจิตวิทยา สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

ABSTRACT

Time management and taking advantage of the time available to make the most of it is important and it is a self-development. We can use psychology to help manage our time. This article mentioned about applying of theories of psychology to used in self development program, time management and described steps to create a development program 7 steps 1) set goals for behavior that want to improve and set clearly target time 2) Collects the current data of behavior that want to Improve and other relevant factors 3) diagnose the behavior and causes of procrastination 4) planning action for self development 5) doing follow action plan and record the results 6) analyze the performance and evaluate the effectiveness of the plan 7) maintaining a new behavior and finish self development project. Self development from this time management usually develops and change behavior in a specific situation but new behaviors will continue as we can transfer to another situation.

Keywords: Self Development, Time Management, Procrastination

1. บทนำ

“เวลา” เป็นสิ่งที่มีค่าและทุกๆ คนได้รับเท่าๆ กัน เป็นความยุติธรรมที่สุดที่ธรรมชาติมอบไว้ให้ไม่ว่าเราต้องการให้เวลามันเร็วหรือช้า ก็ไม่สามารถทำได้ เรายังคงเดินไปอย่างคงที่ตามปกติ เมื่อเวลาที่มีความสุข เราก็จะรู้สึกเวลาผ่านไปอย่างรวดเร็ว แต่หากเป็นเวลาที่กำลังมีความทุกข์แล้ว เราก็จะรู้สึกเวลาผ่านไปช้าๆ เหนื่อยหน่ายเกินไป คนทุกคนหรือตัวเราเอง จึงรู้สึกเวลาเดินเร็วไปบ้างหรือช้าไปบ้างตามอารมณ์และความรู้สึกขณะนั้น

เมื่อ “เวลา” เป็นสิ่งที่มีค่าเช่นนี้ การบริหารจัดการเวลาให้เกิดประโยชน์และสามารถใช้ประโยชน์จากเวลาที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุดจึงเป็นสิ่งสำคัญ พฤติกรรมที่เป็นผลเสียของการบริหารเวลาหรือ “การผลัดวันประกันพรุ่ง” เป็นอุปสรรคสำคัญในการพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น ซึ่งพฤติกรรมนี้มีความสัมพันธ์กับเรื่องของการบริหารเวลาโดยตรง และพฤติกรรมการผลัดวันประกันพรุ่งนี้ เป็นการผัดผ่อนหรือเลื่อนการทำการกิจกรรมที่เป็นประโยชน์กับตนเองหรือจำเป็นจะต้องทำออกไป ซึ่งผลของการเลื่อนกิจกรรมนี้อาจจะทำให้เกิดปัญหากับตนเองขึ้น จึงควรจะต้องมีการแก้ไขปรับปรุงพฤติกรรมนี้ให้ดีขึ้น

2. แนวคิดทางจิตวิทยาที่ใช้ในโปรแกรมการพัฒนาดตนเอง

จิตวิทยา เป็นศาสตร์ที่ศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ เพื่อเข้าใจในสาเหตุของพฤติกรรมในอันที่จะพยากรณ์และควบคุมพฤติกรรมในอนาคต (สิริอร วิชารุช, 2554 : 1) และช่วยเสริมสร้างทักษะภาวะผู้นำและการบริหารจัดการตนเอง เพื่อให้งานบรรลุเป้าหมาย (จิราภรณ์ ตั้งกิตติภรณ์, 2556 : 14) โดยนักจิตวิทยาได้อธิบายเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของมนุษย์และวิธีการหรือ กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมมนุษย์ตามสาเหตุของการเกิดพฤติกรรมตามแนวคิดทางจิตวิทยาต่างๆ หลายแนวคิด โดยแนวคิดทฤษฎีทางจิตวิทยาในสาระสำคัญที่จะนำไปใช้ในการพัฒนาดตนเอง แบ่งเป็น 3 กลุ่มแนวคิดที่สำคัญได้แก่ แนวคิดจิตวิทยาพฤติกรรมนิยม แนวคิดจิตวิทยาปัญญานิยม และแนวคิดจิตวิทยาพฤติกรรมปัญญานิยม

1.1 แนวคิดจิตวิทยาพฤติกรรมนิยม (Behavioral Approach)

1.1.1 ความเชื่อพื้นฐาน

ในทัศนะของนักจิตวิทยาแนวพฤติกรรมนิยมเชื่อในแนวคิดที่วางอยู่บนพื้นฐานของความเป็นวิทยาศาสตร์ อาศัยข้อมูลเชิงประจักษ์ที่ได้จากการทดลองมาอธิบายปรากฏการณ์ของการเกิดพฤติกรรมอินทรีย์ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2553 : 1) โดยเชื่อว่า สิ่งที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมมนุษย์ มาจากปัจจัยภายนอกคือ สิ่งแวดล้อมหรือสภาพการณ์ที่นำไปบุคคลแสดงพฤติกรรมออกมา

1.1.2 กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

กระบวนการเปลี่ยนแปลงหรือการปรับพฤติกรรมตามแนวคิดพฤติกรรมนิยม เป็นกระบวนการจัดการกับสิ่งเร้าหรือสภาพการณ์นำ ที่เป็นตัวกระตุ้นให้ทำพฤติกรรม โดยมีการใช้เทคนิค 3 ปัจจัยใหญ่คือ ปัจจัยด้านพฤติกรรม ปัญหา และสรีระ ที่นำมาปรับใช้ร่วมกันให้เหมาะสม (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2553 : 15)

1.2 แนวคิดจิตวิทยาปัญญานิยม (Cognitive Approach)

1.2.1 ความเชื่อพื้นฐาน

นักจิตวิทยาปัญญานิยม เชื่อว่าพฤติกรรมของบุคคลถูกกำหนดโดยกระบวนการทางปัญญา โดยเน้นศึกษาว่า มนุษย์สามารถที่จะรู้ (knowing) คิด (thinking) และสร้างความฉลาดหรือปัญญา (intelligence) ในการนำไปใช้อย่างไร พื้นฐานสำคัญในการศึกษาคือ การสืบหาโครงสร้างสำคัญของความรู้ต่างๆ รวมทั้งการค้นคว้าถึงกระบวนการปฏิบัติงานภายใต้โครงสร้างเหล่านั้น (อุบลวรรณ ภวากานันท์, 2555, : 1)

1.2.2 กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

กระบวนการเปลี่ยนพฤติกรรมตามแนวปัญญานิยม จะต้องพัฒนาปรับเปลี่ยนความคิดก่อน รวมไปถึงการทำความเข้าใจและวินิจฉัยบุคคลที่ต้องดูผู้เป็นเป็นส่วนรวม ต้องศึกษาเข้าใจในสภาพแวดล้อมทุกรูปแบบเพื่อให้รู้จักผู้คนโดยแท้จริง รวมทั้งได้แนวทางเข้าใจบุคคลโดยพิจารณาที่โลกแห่งการรับรู้ของเขา เนื่องจากจะรับรู้ตามแนวคิดภายใน มากกว่ารับรู้เชิงภูมิศาสตร์ตามความเป็นจริง เมื่อเข้าใจการรับรู้ของใคร ก็ย่อมเข้าใจความคิดของผู้คนด้วย (ธัญญา ธีระกนิษฐ์, 2560 : 37)

1.3 แนวคิดจิตวิทยาพฤติกรรมปัญญานิยม (Cognitive-Behavioral Approach)

1.3.1 ความเชื่อพื้นฐาน

นักจิตวิทยาแนวพฤติกรรมปัญญานิยมมีความเชื่อที่ผสมผสานระหว่างแนวคิดพฤติกรรมนิยม และปัญญานิยม โดยเชื่อว่า ทั้งปัจจัยภายนอก เช่น สภาพแวดล้อม หรือปัจจัยภายในทางด้าน ความคิดและอารมณ์ความรู้สึก และผลกระทบที่บุคคลได้รับจากการทำพฤติกรรม ต่างส่งผลต่อพฤติกรรมมนุษย์ทั้งสิ้น

1.3.2 กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม

กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามแนวนักจิตวิทยาพฤติกรรมปัญญานิยม ใช้วิธีการจัดการควบคุมหรือเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อม เปลี่ยนแปลงความคิด อารมณ์ความรู้สึก และเปลี่ยนผลจากการกระทำที่บุคคลได้รับหลังการทำพฤติกรรมใหม่ โดยการนำเทคนิคร่วมกันของพฤติกรรมนิยม และปัญญานิยมมาใช้ร่วมกัน มีการศึกษากับนิสิตกลุ่มทดลองให้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยการสร้างแรงบันดาลใจ และแรงจูงใจให้กับตนเองด้วยการใช้เทคนิคการวางเป้าหมาย (Goal Setting) ทำให้นิสิตกลุ่มทดลองมีการวางแผนขั้นตอนการดำเนินงานและใช้ความคิดที่มีเหตุผล ในสิ่งที่จะเกิดขึ้น หากดำเนินการภารกิจดังกล่าวสำเร็จหรือล้มเหลว พร้อมกับกำหนดระยะเวลาที่คาดว่าจะทำให้สำเร็จ และการใช้เทคนิคการทำพันธะสัญญา (Contingency Contract) ซึ่งมีการกำหนดสิ่งที่ต้องการจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในพฤติกรรม

การผัดวันประกันพรุ่ง สิ่งที่ต้องการจะให้รางวัลกับตนเองและมีการลงนามของตนเองในหนังสือสัญญา ซึ่งช่วยให้มีสติมีกำลังใจในการทำภารกิจนั้นให้ลุล่วง (ศรีณยา รพีอากาศและคณะ, 2558 : 109)

ซึ่งในโปรแกรมการพัฒนาตนเองเพื่อการบริหารจัดการเวลาให้มีประสิทธิภาพจะเป็นเรื่องการจัดกาการกับการผัดวันประกันพรุ่ง (Procrastination Management) โดยจะนำแนวคิดของ จิตวิทยาพฤติกรรมปัญญานิยม มาใช้ในการพัฒนาโปรแกรม เพราะเป็นแนวคิดที่มีการปรับเปลี่ยนทั้งทางพฤติกรรมและทางปัญญา ที่มีการผสมผสานกันอย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ

3. ขั้นตอนการสร้างโปรแกรมการพัฒนา

3.1 การสร้างโปรแกรมการพัฒนาตน

การสร้างโปรแกรมการพัฒนาตนเป็นการวางขั้นตอนของการพัฒนาตนอย่างมีระบบ ซึ่งจะช่วยให้การพัฒนาตนมีประสิทธิภาพและสามารถประสบความสำเร็จตามความมุ่งหมายได้ง่ายขึ้น โดยประยุกต์จาก เทคนิควิทยาศาสตร์ส่วนบุคคล (Personal Science) ซึ่งพัฒนาขึ้นโดยนักจิตวิทยาชื่อ Dr. Michael J. Mahoney ซึ่งมีความเชื่อว่าอารมณ์ที่ผิดปกติของคนเรานั้นเป็นผลมาจากวิกฤตการณ์ในชีวิตการสร้างโปรแกรมการพัฒนาตนประกอบด้วย 7 ขั้นตอน ดังนี้ คือ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2553 : 326)

- 1) กำหนดขอบเขตของปัญหาต่างๆ ไป (Specify General Problem Area – S)
- 2) รวบรวมข้อมูล (Collect Data – C)
- 3) แยกแยะรูปแบบและแหล่งของปัญหา (Identify Pattern or Sources – I)
- 4) พิจารณาทางเลือกต่างๆ (Examine Options – E)
- 5) ลดทางเลือกให้แคบลงและลองทางเลือกนั้น (Narrow and Experiment – N)
- 6) เปรียบเทียบข้อมูลที่ได้จากลองทางเลือกนั้น (Compare Data – C)
- 7) ขยาย ปรับปรุง หรือทดแทนทางเลือกเหล่านั้น (Extend, Revise & Replace – E)

โดยนำขั้นตอนข้างต้น มาเป็นแนวทางเพื่อนำมาใช้ปฏิบัติเพื่อแก้ไขพฤติกรรมผัดวันประกันพรุ่งทั้งหมด 7 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 มีการตั้งเป้าหมายของพฤติกรรมที่ต้องการปรับปรุงหรือพัฒนาให้ดีขึ้นและมีการกำหนดขอบเขตเวลาให้ชัดเจน

ในที่นี้จะทำการตั้งเป้าหมายที่จะแก้ไขพฤติกรรมผัดวันประกันพรุ่ง โดยจะทำให้พฤติกรรมนี้หมดไปภายในเวลา 6 เดือน

ขั้นตอนที่ 2 รวบรวมข้อมูลสภาพปัจจุบันของพฤติกรรมที่ต้องการพัฒนาแก้ไขตลอดจนปัจจัยอื่นที่เกี่ยวข้อง

การรวบรวมข้อมูลพฤติกรรมจะใช้การบันทึกประจำวัน ซึ่งเป็นการบันทึกเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นประจำวันเฉพาะเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของการผัดวันประกันพรุ่งเท่านั้น เพื่อเป็นข้อมูลสำหรับการวิเคราะห์หาสาเหตุของการเกิดพฤติกรรมนี้ ได้แก่ สภาพแวดล้อมที่นำไปเกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ความคิด ความรู้สึก ตลอดจนพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา และผลที่ได้รับหลังจากการแสดงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาแล้ว

โดยการบันทึกข้อมูลนี้จะใช้แบบฟอร์มประจำวันซึ่งง่ายต่อการบันทึกข้อมูลและการนำข้อมูลมาวิเคราะห์เพื่อวางแผนการพัฒนาตน ตามแบบฟอร์มในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงแบบฟอร์มประจำวันที่ใช้ในการบันทึกข้อมูล

สิ่งเร้าในสภาพแวดล้อม	ความคิด/ความรู้สึก/พฤติกรรม	พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์	ผลที่ได้รับ
- เวลาที่เกิดพฤติกรรม ผิดวันประกันพ่วง	เมื่อได้รับรู้สิ่งเร้าในสภาพแวดล้อมแล้ว	เกิดการผิดวันประกันพ่วงอย่างไร	- ได้รับผลอย่างไร
- สถานที่	- คิดอะไร		- รู้สึกพอใจ/ไม่พอใจ
- มีใครอยู่ด้วย	- รู้สึกอย่างไร		
- กำลังทำอะไร	- ทำอะไร		

ขั้นตอนที่ 3 ทำการ วิเคราะห์ แยกแยะ ลักษณะของพฤติกรรมและสาเหตุของการเกิดพฤติกรรมผิดวันประกันพ่วง

ทำการวิเคราะห์แยกแยะปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการผิดวันประกันพ่วง ตลอดจนสาเหตุที่ทำให้บุคคลผิดวันหรือทำการเลื่อนการกระทำในสิ่งที่ตนเองบอกว่าการจะทำ มีทั้งที่เกิดจากความรู้สึก ความคิด และพฤติกรรม ซึ่งแยกแยะวิเคราะห์สาเหตุที่เกิดจากแต่ละปัจจัย (สิริพร สมบูรณ์บุรณะ, 2560 : 12) ดังนี้

3.2 สาเหตุจากความคิด

ความคิดที่มีผลต่อพฤติกรรมการผิดวันประกันพ่วง หรือเลื่อนการทำงาน เช่น ความคิดหรือความเชื่อที่บุคคลไม่เชื่อคำบอกหรือตักเตือนจากบุคคลต่างๆ เช่น พ่อแม่ หรือ ครูอาจารย์ เกี่ยวกับผลกระทบที่จะเกิดขึ้นจากการผิดวันงานออกไป จึงเพิกเฉยต่อการทำงาน หรืออาจจะมีความคิด ความเชื่อที่ว่า ต้องให้ใกล้ระยะกำหนดเวลาที่ต้องส่งงานแล้วหรือจะทำงานนั้นได้ดี รวมทั้งบางครั้งก็ไม่เชื่อว่าตนเองจะสามารถทำงานนั้นได้ จึงไม่ยอมลงมือทำงานนั้น

3.3 สาเหตุจากอารมณ์ความรู้สึก

การผิดวันประกันพ่วงที่มีสาเหตุจากอารมณ์ความรู้สึกนั้น ได้แก่ความรู้สึกทางลบที่มีต่องานหรือภาวะที่กำลังจะทำงานนั้น ซึ่งตัวอย่างของความรู้สึกทางลบดังกล่าว เช่น ความรู้สึกโกรธ ที่จะต้องทำงานนั้น จึงยังไม่ทำงานดังกล่าวเพื่อรอความโกรธหายไปจึงค่อยทำ หรือความรู้สึกกังวล และความเครียด จึงเกิดการหลีกเลี่ยงการทำงานนั้น โดยไปทำอย่างอื่นแทนในการวิเคราะห์ข้อมูลจะเป็นข้อมูลเชิงปริมาณ โดยจะนำข้อมูลที่ได้ในขั้นตอนที่ 2 ทั้งที่เป็นข้อมูลความถี่ของพฤติกรรม ระยะเวลาของพฤติกรรม ที่ทำการบันทึกประจำวันไว้ มาประมวลผลให้ได้คำตอบ 2 ประการ คือ 1) ลักษณะของพฤติกรรมก่อนการพัฒนาในแง่ความมากน้อยเชิงปริมาณ หรือความยาวนานของการทำพฤติกรรม 2) สาเหตุที่ทำให้เกิดพฤติกรรมการผิดวันประกันพ่วง

ขั้นตอนที่ 4 ทำการพิจารณาวางแผนการดำเนินการเพื่อพัฒนาตน

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลทำได้โดย นำข้อมูลที่เป็นความถี่ของพฤติกรรม นำมาแสดงในตารางเพื่อให้เห็นถึงความถี่ของพฤติกรรมผิดวันประกันพ่วงที่ตนเองกระทำ และหาค่าเฉลี่ยความถี่ของการเกิดพฤติกรรมต่อสัปดาห์ โดยหาผลบวกของความถี่แต่ละวัน หารด้วย 7 แสดงดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงความถี่และค่าเฉลี่ยของพฤติกรรม

วันที่บันทึก	จันทร์	อังคาร	พุธ	พฤหัสบดี	ศุกร์	เสาร์	อาทิตย์
จำนวนครั้งการเกิดพฤติกรรม (ครั้ง)							
ค่าเฉลี่ย ครั้ง/สัปดาห์							

นำข้อมูลจากการบันทึกประจำวัน ซึ่งบันทึกต่อเนื่องกันมาทั้ง 7 วันนั้น นำมาวิเคราะห์หาสาเหตุของการเกิดพฤติกรรมที่ต้องการพัฒนา ดังนี้

วิเคราะห์ผลกระทบระหว่างกันในแต่ละปัจจัย ได้แก่ สิ่งเร้าในสภาพแวดล้อม ความคิด ความรู้สึก พฤติกรรมและ ผลที่ได้รับที่มีภายหลังการเกิดพฤติกรรมผัดวันประกันพรุ่ง จากนั้นทำการสรุปสาเหตุที่ทำให้เกิดพฤติกรรมไม่พึงประสงค์นั้น โดยการนำผลการวิเคราะห์ข้างต้นที่ได้ของแต่ละวันทั้ง 7 วัน มาพิจารณาาร่วมกัน แล้วสรุปสาเหตุแต่ละองค์ประกอบ ที่เป็นสาเหตุทำให้เกิดพฤติกรรมผัดวันประกันพรุ่ง ตัวอย่างเช่น

- 1) สิ่งเร้าในสภาพแวดล้อม ที่เป็นสาเหตุ คือ เพื่อนหรือเล่นคอมพิวเตอร์
- 2) ความรู้สึก ที่เป็นสาเหตุ คือ อยากรู้อยากเห็นหรืออยากเล่นคอมพิวเตอร์
- 3) ความคิดที่เป็นสาเหตุคือ ค่อยทำงานวันหลังก็ได้ และความคิดที่ว่าเล่นคอมพิวเตอร์จะมีความสุขเพลิดเพลินกว่า
- 4) ผลที่ได้รับจากการผัดวันประกันพรุ่งคือ ความเพลิดเพลินจากการทำกิจกรรมอื่น เช่น เล่นคอมพิวเตอร์

ให้ทำการสังเกตและทำความเข้าใจถึงการความสัมพันธ์กันระหว่างปัจจัยต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้แก่ สิ่งเร้าในสภาพแวดล้อมขณะนั้น ความคิด ความรู้สึก และการกระทำ ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการผัดวันประกันพรุ่งของตนเอง แล้วพิจารณาว่า อะไรซึ่งเป็นสาเหตุของพฤติกรรมการผัดวันหรือเลื่อนการทำงานออกไป ตัวอย่างเช่น

หากว่า พอรู้สึกตัวว่าจะต้องเริ่มต้นทำงาน ก็ไม่อยากจะทำงานนั้นๆ ขึ้นมา เหมือนไม่ค่อยมีอารมณ์ที่อยากลงมือทำ แสดงว่า ความรู้สึกนั้นเป็นตัวก่อเหตุพฤติกรรมการผัดวันประกันพรุ่ง หรือหากเกิดความกังวลหรือสงสัยขึ้นมาว่า จะทำงานนั้นได้อย่างไร คิดไปต่างๆ นานา แสดงว่าความคิดเป็นตัวก่อเหตุของพฤติกรรมการผัดวันประกันพรุ่ง หรือในกรณีที่ จะลงมือทำงานที่จำเป็นต้องทำก็ไม่ได้ทำ แต่กลับไปทำงานอื่นที่ตนเองชอบก่อน แสดงว่า พฤติกรรมอื่นที่เป็นคู่แข่งของพฤติกรรมการทำงานที่กำหนด เป็นตัวก่อเหตุของพฤติกรรมการผัดวันประกันพรุ่ง

ขั้นตอนที่ 5 ปฏิบัติตามแผนดำเนินการและบันทึกผลที่เกิดขึ้น

ขั้นตอนนี้เป็นการนำผลการวิเคราะห์สาเหตุของพฤติกรรมการผัดวันประกันพรุ่งและลักษณะของพฤติกรรมในเชิงปริมาณของพฤติกรรมที่ได้ในขั้นตอนที่ 4 มาใช้ในการวางแผนและการวางแผนเป้าหมาย (Goal Setting) เพื่อดำเนินการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเอง โดยมีสิ่งที่จะระบุในแผน ดังนี้

1. กำหนดเป้าหมายเป็นระยะๆ การที่บุคคลจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้นั้น โดยทั่วไป จะไม่สามารถที่จะกระทำได้ในทันที ดังนั้น การกำหนดเป้าหมาย จึงควรให้เป็นแบบค่อยเป็นค่อยไป ซึ่งจะทำให้

การเปลี่ยนแปลงที่ตั้งไว้นั้นสามารถเกิดขึ้นจริงได้มากกว่าการที่จะวางเป้าหมายให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทันทีทันใด พฤติกรรมเป้าหมายจึงจะแบ่งออกเป็น 3 ระยะ คือ

ก.เป้าหมายระยะต้น กำหนดให้ภายในเดือนที่ 2 ของการพัฒนาตนเอง สามารถลดพฤติกรรมการผลัดวันประกันพรุ่งลงได้ร้อยละ 50

ข.เป้าหมายระยะกลาง กำหนดให้ภายในเดือนที่ 4 ของการพัฒนาตนเองสามารถลดพฤติกรรม การผลัดวันประกันพรุ่งลงได้ร้อยละ 75

ค.เป้าหมายระยะสุดท้าย กำหนดให้ภายในเดือนที่ 6 ของการพัฒนาตนเองสามารถลดพฤติกรรม การผลัดวันประกันพรุ่งลงได้ทั้งหมด

2. กำหนดวิธีการและเทคนิคที่ใช้ในการเปลี่ยนแปลงตนเอง

หลังจากที่ เราสามารถวิเคราะห์และระบุตัวก่อเหตุของพฤติกรรมการผัดผ่อนการทำงานได้แล้ว ก็จะเป็นขั้นตอนการหาวิธีการและเทคนิคมาเปลี่ยนแปลงตัวก่อเหตุ (สิริพร สมบูรณ์บุรณะ, 2560, : 13)

1. ถ้าพบว่า ความรู้สึกเป็นตัวก่อเหตุของพฤติกรรมการผัดผ่อนการทำงาน เช่น ความโกรธหรือความหวั่งกังวล ใช้การเปลี่ยนแปลงโดยเทคนิคการผ่อนคลายความเครียด เช่น การทำสมาธิกำหนดลมหายใจ หรือฟังเพลงเบาๆ เพื่อลดความหวั่งกังวล ความอ่อนเพลียเหนื่อยล้า ใช้การเปลี่ยนแปลงโดยการออกกำลังกายเบาๆ และพักผ่อน

2. ถ้าพบว่า ความคิดเป็นตัวกระตุ้นพฤติกรรมการผัดผ่อนการทำงาน เราสามารถเปลี่ยนความคิดของเรา โดยเลือกใช้เทคนิคสำหรับเปลี่ยนแปลงความคิดตามความเหมาะสม ได้แก่ การโต้แย้งกับตนเอง (Disputation) การมองมุมใหม่ (Reframing) การหยุดความคิด (Thought Stopping)

3. ถ้าพบว่า พฤติกรรมอื่นที่เป็นคู่แข่งของพฤติกรรมการทำงานที่กำหนดเป็นตัวกระตุ้นของพฤติกรรมการผลัดวันประกันพรุ่ง ทั้งนี้เพราะ พฤติกรรมการทำงานนั้น ไม่ได้รับการเสริมแรงทันทีที่ทำงานเปลี่ยนแปลงโดยให้รางวัลกับตนเองหลังการทำงานที่กำหนด เพื่อเพิ่มความเข้มให้กับพฤติกรรมการทำงานของตน

การตั้งรางวัลเป็นแรงจูงใจเพื่อเสริมแรง หากต้องการเน้นที่การเพิ่มความพยายามในการทำพฤติกรรม มากกว่าที่จะหวังผลด้านการเปลี่ยนแปลงเจตคติ ควรใช้รางวัลขนาดใหญ่ เพราะจะสื่อความหมายในด้านการควบคุมแรงจูงใจภายนอกได้ดีกว่า แต่หากต้องการหวังผลด้านการเปลี่ยนแปลงเจตคติในระยะยาวมากกว่าการเพิ่มความพยายามในการทำพฤติกรรมเฉพาะแต่ละครั้ง ก็ควรใช้รางวัลขนาดเล็ก เพราะจะสื่อความหมายในด้านการควบคุมแรงจูงใจภายนอกได้น้อยกว่า (สิทธิโชค วรรณสันติกุล, 2552 : 75)

การกำหนดการเสริมแรงตนเองเป็นการวางแผนให้รางวัลต่อความสำเร็จ ในการลดพฤติกรรมผลัดวันประกันพรุ่งสำเร็จ ทั้งนี้ระยะของการให้รางวัลต่อตนเอง จะแบ่งระยะเวลาออกเป็นระยะทั้ง 3 ระยะ คือ ระยะต้น ระยะกลางและระยะสุดท้าย ซึ่งจะมีผลทำให้มีกำลังใจ ในการทำพฤติกรรมเป้าหมายในระยะต่อไปจนกระทั่งถึงระยะสุดท้ายได้อย่างมีประสิทธิภาพมากกว่าการให้รางวัลตนเองเมื่อสิ้นสุดโครงการเพียงครั้งเดียว โดยมีการวางแผนการจูงใจตนเองดังนี้

1) ถ้าทำการลดพฤติกรรมผลัดวันประกันพรุ่งได้ตามเป้าหมายของระยะต้น จะให้รางวัลโดยการซื้อเครื่องเสียงชุดใหม่

2) ถ้าทำการลดพฤติกรรมผลัดวันประกันพรุ่งได้ตามเป้าหมายของระยะกลางจะให้รางวัลโดยการไปท่องเที่ยวที่ฮ้างกง

3) ถ้าทำการลดพฤติกรรมผลัดวันประกันพรุ่งได้ตามเป้าหมายของระยะสุดท้ายจะให้รางวัลโดยการไปช้อปปิ้งที่โรเล็กซ์ใหม่ 1 เรือน

ขั้นตอนที่ 6 ทำการวิเคราะห์ผลการดำเนินการและประเมินประสิทธิภาพของแผน

เป็นขั้นตอนที่นำเอาแผนดำเนินการเปลี่ยนแปลงตนเองที่วางไว้แล้วนั้น ไปปฏิบัติในสถานการณ์จริง พร้อมกับสังเกตและบันทึกผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติตามแผนตลอดระยะเวลาของการปฏิบัติการ นับตั้งแต่เริ่มลงมือปฏิบัติจนกระทั่งสิ้นสุดโครงการ โดยวิธีการสังเกตและบันทึกผลนั้นทำเช่นเดียวกับวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลในขั้นตอนที่ 4

ขั้นตอนที่ 7 รักษาสภาพพฤติกรรมใหม่ให้คงอยู่ และยุติโครงการพัฒนาตน

ภายหลังจากที่เราสามารถพัฒนาเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเองให้ดีขึ้นได้ตามแผนที่วางไว้เป็นระยะๆ จนสามารถบรรลุเป้าหมายสุดท้ายที่วางไว้ได้แล้ว ซึ่งเป็นการประสบความสำเร็จในการพัฒนาและปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้น และโครงการก็ดำเนินมาถึงขั้นสุดท้าย คือ ขั้นยุติโครงการ

แต่อย่างไรก็ตาม พฤติกรรมที่เราสามารถทำได้ตามเป้าหมายสุดท้ายนี้ ยังเป็นพฤติกรรมที่ถือว่ายังใหม่ ซึ่งอาจจะกลับไปสู่สภาพเดิม ซึ่งควรหมั่นปฏิบัติพฤติกรรมใหม่อย่างต่อเนื่องเพื่อให้ติดเป็นนิสัยถาวรไม่ให้พฤติกรรมกลับไปเหมือนเดิม ดังนั้น เมื่อเราสามารถเปลี่ยนพฤติกรรมได้ตามเป้าหมายได้แล้ว จึงต้องมีจุดมุ่งหมายอีก 2 ประการ คือ การสามารถรักษาพฤติกรรมใหม่ที่เกิดขึ้นให้สามารถคงอยู่ตลอดไป และสามารถถ่ายโอนพฤติกรรมใหม่นี้ไปใช้กับสภาพการณ์ใหม่ที่เกิดขึ้นได้

การเตรียมการเพื่อให้พฤติกรรมใหม่คงอยู่ตลอดไปและสามารถถ่ายโอนพฤติกรรมใหม่ไปสู่สภาพการณ์ใหม่ได้ มีดังนี้

การรักษาพฤติกรรมใหม่ที่เกิดขึ้นให้สามารถคงอยู่ตลอดไป อาจจำเป็นต้องอาศัยการให้รางวัลตนเองเพื่อเป็นการเสริมแรงอยู่บ้าง โดยเฉพาะในช่วงต้นๆ ภายหลังจากยุติโครงการ การมีความภูมิใจในตนเองที่สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้จะเป็นแรงเสริมที่สำคัญของตนเอง รวมทั้งการเสริมแรงที่ได้ในรูปแบบรางวัลหรือคำชมเชยที่ได้จากสังคมรอบข้างด้วยในการถ่ายโอนการกระทำพฤติกรรมใหม่ไปสู่สภาพการณ์อื่นๆ จะเป็นความสามารถในการพัฒนาเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองให้ดีขึ้นในสถานการณ์อื่นๆ ในอนาคตที่เข้ามาได้

4. สรุป

การบริหารเวลาให้มีประสิทธิภาพเป็นเรื่องสำคัญในการพัฒนาตนเอง ซึ่งการมีพฤติกรรมเลื่อนการทำงานออกไปหรือการผัดวันประกันพรุ่ง เป็นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ที่หากเกิดขึ้นแล้วก็ควรจะต้องหาวิธีในการแก้ไขให้พฤติกรรมนี้หมดไป การใช้แนวคิดของจิตวิทยาพฤติกรรมปัญญานิยม มาใช้ในการพัฒนาโปรแกรมเพื่อพัฒนาตนเองให้พฤติกรรมนั้นค่อยๆ ลดลงและหมดไปในที่สุด โดยใช้การปรับเปลี่ยนทั้งทางพฤติกรรมและทางปัญญา ที่มีการผสมผสานกันอย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ ตลอดจนการสร้างแรงบันดาลใจและเสริมแรงทางบวกให้กับตัวเองก็มีส่วนสนับสนุนสำคัญที่ช่วยให้โปรแกรมการพัฒนาตนเองนี้สำเร็จได้ดีขึ้น

บรรณานุกรม

- สิริอร วิชาวุธ. 2554. จิตวิทยาการเรียนรู้. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์,
จิราภรณ์ ตั้งกิตติภากรณ์. จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
2556.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2553. ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. พิมพ์ครั้งที่ 7, กรุงเทพมหานคร :
สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
- อุบลวรรณ ภวากานันท์. 2555. จิตวิทยาการรู้ คิด และปัญญา. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์
มหาวิทยาลัยธรรม
ศาสตร์,
- ธัญญา ธีระกนิษฐ์. 2560. จิตวิทยาพัฒนาตนในสังคมยุคใหม่. อุดรธานี : มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี,
- สิริพร สมบูรณ์บุรณะ. 2560. คู่มือรายวิชาการจัดการชีวิตอย่างชาญฉลาด. นครศรีธรรมราช :
มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์,
- สิทธิโชค วรานุสันติกุล. 2552. เข้าใจปัญหาชีวิต (ด้วยแง่จิตจิตวิทยา). กรุงเทพมหานคร : ซีเอ็ดยูเคชั่น,
- ศรีณนา รพีอากาศกุลและคณะ. 2558. ผลการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีปัญญานิยมต่อพฤติกรรมการ
ผัดวันประกันพรุ่งของนิสิตปริญญาตรี. วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ปีที่ 26 ฉบับที่
1 มกราคม-เมษายน, มหาวิทยาลัยบูรพา.

สถานะของมารดาในฐานะสตรีตามพระวินัย
THE STATUS OF MOTHERHOOD AS THE FEMININE
BASED ON THE VINAYA

ดร.สรวิชัย วงษ์สอาด^๑
พระมหาอินทร์วงศ์ อิสสรภาณี, ดร.^๒
นายจันทร์สม์ ตาบุลิง^๓

บทคัดย่อ

พระพุทธศาสนาได้ยกย่องสตรีว่ามีศักยภาพเหมือนบุรุษจึงทรงอนุญาตอุปสมบทแก่สตรี แต่ก็มีทัศนะว่า สตรีเป็นศัตรูแก่บุรุษที่ประพฤติพรหมจรรย์ ด้วยเหตุนี้จึงมีพระวินัยสำหรับภิกษุเกี่ยวกับสตรีไว้เป็นจำนวนมาก ตั้งแต่อาบัติปาราชิกถึงอาบัติทุกกฏ สตรีในพระวินัยนั้นมี 2 ประเภท คือ สตรีแรกเกิดและสตรีที่รู้เดียงสา จากการศึกษาพบว่า มารดาถือว่าเป็นสตรีตามบัญญัติของพระวินัยเป็นวัตถุแห่งอาบัติตามที่สิกขาบทนั้นๆ ได้บัญญัติไว้โดยไม่ได้มีข้อยกเว้น ฉะนั้น การกราบไหว้มารดา การสัมผัสกายมารดา จึงถือเป็นความผิดตามพระวินัยทั้งสิ้น การที่ภิกษุจะพึงดูแลและปฏิบัติต่อมารดานั้นเป็นกิจที่ควรทำในฐานะบุตร แต่ควรทำในขอบเขตที่ไม่ละเมิดพระวินัย เช่น การบำรุงทางกายด้วยปัจจัย 4 และบำรุงทางใจด้วยการไปเยี่ยมเยียน ถามไถ่สารทุกข์สุขดิบ และที่สำคัญคือการอนุเคราะห์มารดาให้เข้าถึงธรรม มีสัมมาทิฐิ จึงจะถือว่าได้ทำหน้าที่ทั้งพุทธบุตรและมารดาบุตรได้อย่างสมบูรณ์

คำสำคัญ: มารดา, สตรี, พระวินัย

^๑ดร.สรวิชัย วงษ์สอาด อาจารย์มหาวิทยาลัยนครปฐม.

^๒พระมหาอินทร์วงศ์ อิสสรภาณี, ดร. อาจารย์ประจำหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน.

^๓นายจันทร์สม์ ตาบุลิง อาจารย์ประจำหลักสูตรสาขาวิชาพระพุทธศาสนา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน.

ABSTRACT

Buddhism has praised women as potential as men, so the lord Buddha allowed women ordination. However, it also has the view that women are enemies to men who chasten. For this reason, there are many disciplines for monks concerning women including the grave offence and all ecclesiastical offence. There are two types of women in the discipline: the newborn and the feminine. According to studies, it has been found that mother is considered a woman according to the provisions of the discipline and that is the object of offence. There is no exceptions, therefore, mother worship, physical contact are fault of the discipline. The fact that monks will care for and treat their mothers is a good thing to do as a child. It should be done to the extent that it does not violate the discipline, such as nourishing the body with the 4 requisites and nourishing the mind by visiting and talking. Moreover, it is important to support the mother with the access to the dhamma and right view. Hence, it will be considered to work completely both Buddhist's children and mother's children.

Keywords: Motherhood, Feminine, Vinaya

1. บทนำ

ในพระวินัยปิฎกได้กำหนดข้อปฏิบัติของภิกษุต่อสตรีไว้เป็นจำนวนมาก เพื่อปกป้องภิกษุผู้ประมาท ไม่สามารถรักษาคติของตนให้เข้มแข็ง ไม่ให้ประพฤติก่อล่วงพรหมจรรย์ ดังจะเห็นได้จากวัตถุประสงค์ของการบัญญัติพระวินัยความว่า “เพื่อให้ภิกษุผู้เคร่งครัดในศีลอย่างสุจริตใจ ได้ประพฤติปฏิบัติ พรหมจรรย์อย่างเป็นสุข ไร้กังวล” (วิ.มหา. 1/39/27) กับทั้งเป็นการป้องกันไม่ให้เกิดความเสื่อมเสียในองค์กรสงฆ์ พระวินัยจึงเป็นข้อบังคับที่ใช้ควบคุมความประพฤติของพระภิกษุในพระพุทธศาสนา หากพระสงฆ์ทำผิดพระวินัยย่อมมีโทษตามลักษณะของความผิดที่ได้รับไว้ซึ่งจำแนกลักษณะความผิดออกเป็นโลกวัชชะและปณณัตติวัชชะ ความผิดที่เป็นปณณัตติวัชชะคือความผิดที่เป็นโทษทางพระวินัย ส่วนโลกวัชชะนั้นคือความผิดที่เป็นโทษทางโลก (พระพรหมคุณาภรณ์, 2546 : 127)

การตีความโลกวัชชะว่าเป็นเรื่องที่ชาวบ้านติเตียนนั้นเบาเกินกว่านัยที่แท้จริง ประเด็นพระวินัยกับสตรีนั้นมีข้อวิพากษ์วิจารณ์กันมาโดยตลอด แต่เนื่องจากพระวินัยได้ระบุและกำหนดโทษสำหรับสตรีไว้อย่างเคร่งครัดและชัดเจนจึงทำให้สามารถปรับอาบัติและลงโทษพระภิกษุที่ทำความผิดได้อย่างตรงไปตรงมา

ในปัจจุบันมีภาพพระภิกษุกราบแม่ อาบน้ำให้แม่ สัมผัสเนื้อตัวของแม่ ทำให้เกิดข้อถกเถียงกันว่า หากนับเอาแม่เป็นสตรีตามบทบัญญัติในพระวินัย ภิกษุรูปใดสัมผัสเนื้อ กราบมาตุคาม ย่อมถือว่าต้องอาบัติ แต่บางกลุ่มแย้งว่า บิดามารดานั้นเปรียบเป็นพระอรหันต์ของบุตร พระภิกษุผู้มีฐานะเป็นบุตรจึงควรที่จะอุปัฏฐากดูแลได้โดยไม่ผิดพระวินัย ทศนะทั้ง 2 อย่างนี้ทำให้เกิดข้อถกเถียงถึง

ความเหมาะสม บางกลุ่มชื่นชมและบางกลุ่มติเตียน ดังนั้น จึงควรตรวจสอบสถานะของมารดาในฐานะสตรีตามพระวินัยให้กระจ่างทั้งโดยอรรถและโดยพยัญชนะให้ชัดเจนต่อไป

2.สถานะของสตรีในพระพุทธศาสนา

ในวรรณคดีบาลีของพระพุทธศาสนามีสตรีปรากฏชื่อมากกว่า 700 คน (ทัศนีย์ ฉ่ำพิรุณ, 2554 : 1) ทั้งในชาดก ในพุทธประวัติและในพระสูตรต่างๆ พระพุทธศาสนาจึงถือว่าเป็นศาสนาที่เริ่มให้สิทธิแก่สตรี เป็นการสร้างวัฒนธรรมใหม่ที่แตกต่างจากวัฒนธรรมเดิมของสังคมอินเดียในสมัยนั้นเป็นอย่างมาก เพราะสังคมอินเดียโบราณยุคนั้นมีทัศนคติที่แสดงถึงการไม่ยอมรับบทบาทของสตรี ดังความว่า “สตรีไม่ควรประกอบพิธีกรรมประจำวันตามที่พระเวทระบุไว้ ถ้าหล่อนประกอบ หล่อนจะต้องตกนรก” (พระมหากมล ถาวโร, 2543 : 1) และได้แสดงให้เห็นว่าสตรีเป็นอันตรายต่อบุรุษ ดังคำว่า “แม้บัณฑิตก็ไม่ปลอดภัยเมื่อคบกับผู้หญิง” (พระมหากมล ถาวโร, 2543 : 1) แต่พระพุทธเจ้าทรงกลับยอมรับว่าสตรีก็มีศักยภาพที่จะบรรลุธรรมได้เท่าเทียมกับผู้ชาย มีพระดำรัสตอนหนึ่งความว่า “ทางนั้นชื่อว่าทางสายกลาง ทิคนั้นชื่อว่าทิศที่ไม่มีภัย...ยานนี้มีแก่ผู้ใด จะเป็นสตรีหรือบุรุษก็ตามผู้นั้นไปใกล้นิพพานด้วยยานนี้แล” (ส.ส. 15/46/60) ด้วยเหตุนี้จึงทรงอนุญาตให้สตรีบวชในพระพุทธศาสนา ทั้งที่บริบทของสังคมสมัยพุทธกาลนั้นไม่อำนวย แต่ก็ทรงมีพระเมตตาด้วยเหตุผลว่า “มาตุคามออกจากเรือนบวชเป็นบรรพชิตในธรรมวินัยที่ตถาคตประกาศไว้ สามารถทำให้แจ้งโสดาปัตติผล สกิทคามิผล อนาคามิผล หรืออรหัตผล” ได้ (วิ.จู. 7/402/314) เทวดาตนหนึ่งได้กล่าวถึงความเสมอภาคของบุรุษและสตรีไว้ว่า “ใช้ว่าบุรุษจะเป็นบัณฑิตในทุกสถาน แม้สตรีผู้มีปัญญาดีก็เป็นบัณฑิตในสถานทีนั้นๆ ได้เช่นกัน” (ขุ.อป. 33/31/459-460) และยังมีทัศนียกย่องให้เกียรติสตรีในด้านบทบาทที่หลากหลาย เช่น ในฐานะลูก มารดา ภรรยา สะใภ้ เป็นต้น (เปรม หิมจันทร์, 2521 : 8)

ถึงแม้พระพุทธศาสนาจะยอมรับสถานะและขีดความสามารถของสตรีในการบรรลุธรรม แต่พระพุทธศาสนานั้นมีหลักคำสอนที่เน้นการประพฤติพรหมจรรย์ สำหรับฝ่ายชายคือการไม่เกี่ยวข้องกับผู้หญิง สำหรับผู้หญิงคือการไม่เกี่ยวข้องกับผู้ชาย การรักษพรหมจรรย์เป็นแนวทางหลักของการเข้าถึงพระนิพพานอันเป็นเป้าหมายของพระพุทธศาสนา แต่การคลุกคลีกับสตรีนั้นมีความเสี่ยงต่อการรักษพรหมจรรย์ของภิกษุเป็นอย่างมาก ดังความในพระไตรปิฎกได้กล่าวถึงอำนาจของสตรีที่ทำให้บุรุษพึงพอใจนั้นประกอบด้วยคุณลักษณะ 5 ประการ ได้แก่ (1) รูปร่างสวย (2) มีโภคสมบัติ (3) มีศีล (4) ไม่เกียจคร้าน และ (5) ให้บุตรแก่เขาได้ (ส.สพ. 18/280/313) จะเห็นได้ว่า ในองค์ประกอบเหล่านี้ รูปร่างหรือความงามของสตรีจัดเป็นองค์ประกอบสำคัญที่ทำให้ผู้ชายพึงพอใจและยอมตกอยู่ในอำนาจของสตรี ความเป็นผู้หญิงนั้นจึงมีอิทธิพลชักจูง หรือครอบงำจิตใจของชายให้หลงใหลได้การใกล้ชิดสตรีย่อมทำให้การฝึกตนเพื่อละระาคะเป็นสิ่งที่ทำได้ยาก ด้วยเหตุนี้พระพุทธเจ้าจึงตอบปัญหาเทวดาว่า “หญิงเป็นมลทินของพรหมจรรย์ เป็นเหตุที่มาแห่งทุกข์” (ส.ส. 15/58/71)

ในจุฬนารทกัศสปชาดก ขุททกนิกาย พระโพธิสัตว์กล่าวว่า “หญิงทั้งหลายในโลกย่อมย่ำยีชายผู้ประมาทแล้วพวกหล่อนย่อมชักจูงจิตของชายหนุ่มไป เหมือนลมพัดปุยฝุ่นที่ปลัดตกจากต้นสภพนั้น บัณฑิตทั้งหลายกล่าวว่า เป็นเหวสำหรับพรหมจรรย์” (ขุ.ชา.เตรส. 27/47/404) โดยเฉพาะอำนาจของสตรีนั้น แม้จะเป็นนรชนมีเดช มีปัญญาเห็นประจักษ์ เป็นที่สักการบูชาของชนเป็นอันมากตกอยู่

ในอำนาจของหญิงทั้งหลายก็จะไม่รุ่งเรือง เหมือนดวงจันทร์ที่ถูกราหูเข้าไปบดบัง (ขุ.ชา.อสิตี. 33/359/156) ดังพุทธพจน์ว่า

ภิกษุทั้งหลาย เราไม่เห็นรูปอื่น...เสียงอื่น...กลิ่นอื่น...รสอื่น...โณฐัพพะอื่นแม้อย่างหนึ่งที่จะ
ครอบงำจิตของบุรุษอยู่ได้เหมือนรูป...เสียง...กลิ่น...รส...โณฐัพพะของสตรีนี้ ภิกษุทั้งหลาย
รูป...เสียง...กลิ่น...รส...โณฐัพพะสตรีย่อมครอบงำจิตของบุรุษอยู่ได้ (อง.เอก. 20/1-5/1-2)

พระดำรัสที่พระองค์ตรัสขึ้นมานี้เพื่อที่จะชี้ให้เห็นว่าหากภิกษุไม่สำรวมอินทรีย์ของตนเอง
แล้วเมื่อต้องไปปฏิสัมพันธ์กับสตรีในลักษณะอย่างใดอย่างหนึ่งจึงทำให้เกิดปัญหาหรือการประพฤติดิ
พระวินัยของพระภิกษุได้ง่ายยิ่งขึ้นแต่นั้นก็ไม่ได้หมายความว่าสตรีนั้นเป็นเพศที่เลวร้ายหรือเป็น
อันตรายต่อพระภิกษุหรือสตรีนั้นเป็นเคา์กลางที่ก่อให้เกิดความหายนะต่อการประพฤติพรหมจรรย์
หากแต่พระองค์ต้องการที่จะย้ำเตือนให้พระภิกษุทั้งหลายได้เข้าใจว่าเมื่อจะต้องเข้าไปปฏิสัมพันธ์นั้น
ควรที่จะระมัดระวังอินทรีย์ของตนเอง เหตุการณ์ที่เป็นอุทาหรณ์กรณีที่บรรพชิตต้องกลายเป็นผู้พ่าย
ต่อสตรี เพราะรูป เพราะเสียง เพราะสัมผัสนั้นมีอยู่มาก เช่น กรณีสามเณรที่เป็นหลานของพระจักขุ
บาลเถระที่มีหน้าไปรับพระเถระจากป่า แต่ระหว่างทางได้ยินเสียงร้องเพลงของสตรีเก็บฟืน จึงหลงไหล
ในเสียงเพลงขับของหญิงนั้นและตามเสียงนั้นจนพบกับหญิงที่ร้องเพลง จนเป็นเหตุได้เสียกับหญิงนั้น
เป็นต้น

จึงได้ข้อสรุปเบื้องต้นว่า พระพุทธศาสนายอมรับในศักยภาพของสตรี แม้ในการบรรลุนิพพานก็
สามารถเข้าถึงได้เช่นบุรุษ แต่เมื่อพิจารณาถึงแนวทางการรักษาพรหมจรรย์ของพระภิกษุ สตรีนั้น
นับว่าเป็นศัตรูต่อพรหมจรรย์นั้น เพราะรูป เสียงของสตรีนั้นเป็นสิ่งครอบงำจิตใจของบุรุษได้ง่าย จึงมี
บทบัญญัติในพระวินัยเกี่ยวกับสตรีไว้หลายข้อเพื่อความระมัดระวัง

3.พระวินัยที่เกี่ยวกับสตรี

สิกขาบทที่มาในพระปาฏิโมกข์มีบทบัญญัติสำหรับพระภิกษุต่อสตรี 3 หมวด คือ ปาราชิก
สังฆาทิเสส และปาจิตติย มีทั้งหมด 9 สิกขาบท

ในปาราชิกนั้นมีพระบัญญัติว่า “ก็ ภิกษุใดเสพเมถุนธรรม ภิกษุนั้นเป็นปาราชิกหาสังวาส
มิได้” (วิ.มหา. 1/39/29) มีต้นบัญญัติมาจากพระสุทินเสพเมถุนธรรมกับอดีตภรรยาของตน
พระพุทธเจ้าทรงดำหนิพระสุทินว่า “เธอสอดองคชาตเข้าปากอสรพิษร้ายเสียยิ่งดีกว่าสอดองคชาตเข้า
องค์กำเนตสตรี สอดองคชาตเข้าปากงูเห่าเสียยิ่งดีกว่าสอดองคชาตเข้าองค์กำเนตสตรี สอดองคชาต
เข้าหลุมถ่านไฟเสียยิ่งดีกว่าสอดองคชาตเข้าองค์กำเนตสตรี” “[ภิกษุ] ผู้สอดองคชาตเข้าปากอสรพิษ
ร้ายเป็นต้น ฟังถึงความตายหรือทุกข์ปางตายเพราะการกระทำนั้นเป็นเหตุ หลังจากตายแล้วก็ไม่ต้อง
ไปบังเกิดในอบาย ทุกคติ วินิบาต นรก ส่วนผู้สอดองคชาตเข้าองค์กำเนตสตรี หลังจากตายแล้วต้องไป
บังเกิดในอบายทุกคติ วินิบาต นรก” (วิ.มหา. 1/39/27)

ส่วนในอาบัติสังฆาทิเสสมีที่เกี่ยวกับสตรีจำนวน 3 สิกขาบท ได้แก่ กายสังสัคคสิกขาบท มี
พระบัญญัติว่า “ก็ภิกษุใดถูกราคะครอบงำแล้ว มีจิตแปรปรวน ถูกต้องกายกับมาตุคาม คือ จับมือ จับ
ข้อมแขนหรือลูบคลำอวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่ง เป็นสังฆาทิเสส” (วิ.มหา. 1/270/293) ในพุทธอุทตถา
สิกขาบท มีพระบัญญัติว่า “ก็ภิกษุใดถูกราคะครอบงำแล้ว มีจิตแปรปรวน พุดถ้อยมาตุคามด้วยวาจา

ชั่วหยาบ พาดพิงเมณ เหมือนชายหนุ่มพูดเกี้ยวหญิงสาว เป็นสังฆาติเสส” (วิ.มหา. 1/285/316) และในอัตถกัมปาริจริยสิกขาบท มีพระบัญญัติว่า “ก็ ภิกษุใดถูกราคะครอบงำแล้ว มีจิตแปรปรวน กล่าวสรรเสริญการบำเรอความใคร่ของตนต่อหน้ามาตุคาม ด้วยคำที่พาดพิงเมณว่า “น้องหญิง หญิง ไต่บำเรอผู้ประพฤติพรหมจรรย์ ผู้มีศีลมีกัลยธรรมเช่นเราด้วยธรรมนั้น การบำเรอนี้ของหญิง นั้นเป็นการบำเรอชั้นยอด เป็นสังฆาติเสส” (วิ.มหา. 1/291/330)

ในหมวดปาจิตติยนั้นมียาบัติที่เกี่ยวข้องด้วยสตรี จำนวน 5 สิกขาบท ประกอบด้วย (1) ทุติยสทเสยยสิกขาบท ว่าด้วยการร่วมกัน มีพระบัญญัติว่า “ก็ภิกษุใดนอนร่วมกับมาตุคาม ต้องอาบัติปาจิตติย” (วิ.มหา. 2/55/243) (2) อัมมเทสนาสิกขาบท ว่าด้วยการแสดงธรรม มีพระบัญญัติว่า “ก็ภิกษุใดแสดงธรรมแก่มาตุคาม ต้องอาบัติปาจิตติย” (วิ.มหา. 2/60/247) (3) โรหิฏจันณสิกขาบท ว่าด้วยการนั่งในที่ลับมีสิ่งกำบัง มีพระบัญญัติว่า “ก็ภิกษุใดนั่งบนอาสนะที่กำบังในที่ลับกับมาตุคาม ต้องอาบัติปาจิตติย” (วิ.มหา. 2/285/432) (4) รโหณิสัชชสิกขาบท ว่าด้วยการนั่งในที่ลับมีพระบัญญัติว่า “ก็ ภิกษุใดนั่งในที่ลับกับมาตุคามสองต่อสอง ต้องอาบัติปาจิตติย” (วิ.มหา. 2/290/435) และ (5) สังวิธานสิกขาบท ว่าด้วยการชักชวนเดินทางไกลร่วมกับมาตุคาม มีพระบัญญัติว่า “ก็ ภิกษุใดชักชวนกันเดินทางไกลร่วมกันกับมาตุคาม โดยที่สุดแม้ชั่วละแวกหมู่บ้านหนึ่ง ต้องอาบัติปาจิตติย” (วิ.มหา. 2/414/522-523)

จากพระวินัยที่ยกมาแสดงนี้พบว่า พระวินัยที่เกี่ยวข้องกับสตรีนั้นเป็นไปเพื่อการยับยั้งในเมณธรรมโดยเฉพาะ เพราะพระภิกษุแม้จะปฏิญาณตนออกบวชเพื่อมุ่งกระทำให้แจ้งที่สุดทุกข์ แต่ก็ยังถือว่าเป็นบุรุษอยู่ ภิกษุใดที่ยังไม่สามารถขัดเกลادنองให้พ้นจากกิเลสตัณหา กามราคะย่อมครอบงำได้โดยง่าย เมื่อวิเคราะห์พบว่า ยาบัติที่เกี่ยวข้องกับสตรีนั้นมี 3 ยาบัติ ประกอบด้วย ปาราชิก สังฆาติเสส และปาจิตติย ยาบัติทั้ง 3 กองนี้มีความสัมพันธ์จากระดับพื้นฐานไปจนถึงระดับสูงสุด ดังนี้

1. ยาบัติที่ปรับขั้นพื้นฐาน คือ ปาจิตติย ได้แก่ พฤติกรรมที่ก่อให้เกิดความเสี่ยงต่อการประพฤติมิชอบในพระวินัย เช่น การพูดจากับสตรี การอยู่ร่วมกับสตรี 2 ต่อ 2 แม้จะไม่ได้กระทำการล่วงเกินใดใดเลย ท่านก็ปรับเป็นความผิดแล้วคือปาจิตติย เพราะว่าการพูดจา การอยู่ร่วมกัน การเห็นกันบ่อยๆ อาจทำให้เกิดการหวนไหวและเป็นเหตุให้เกิดการล่วงพระวินัยอื่นๆ ตามมาได้อีก ปาจิตติยเปรียบเสมือนข้อห้ามที่เป็นการตัดไฟแต่ต้นลม

2. ยาบัติที่ปรับอย่างกลาง คือ สังฆาติเสส ได้แก่ พฤติกรรมที่ต่อยอดมาจากการพูดจา การอยู่ร่วมกัน คือ การพูดเกี้ยวพาราสี การพูดขอให้สตรีบำเรอตนด้วยกาม การจับเนื้อต้องตัว มีสัมผัสทางกายกับสตรี พฤติกรรมเหล่านี้เป็นเหตุให้เกิดเมณธรรมได้ง่าย และเป็นเสมือนเชื้อให้เกิดเพลิง ท่านจึงปรับโทษขึ้นมาอีกระดับหนึ่ง

3. ยาบัติที่ปรับอย่างแรง คือ ปาราชิก ได้แก่ พฤติกรรมที่ล่วงละเมิดเมณวิรัต คือการเสพเมณกับสตรี ความผิดนี้มีการปรับอาบัติอย่างหนักคือให้พ้นจากความเป็นภิกษุ เพราะไม่สามารถต่อยอดคุณงามความดีในพระพุทธศาสนาได้แล้ว ไม่อาจกระทำให้ถึงที่สุดแห่งกองทุกข์ได้แล้ว

4.สถานะของมารดาในฐานะสตรีตามพระวินัย

ในพระวินัยแต่ละสิกขาบทนั้นมีคำจำกัดความสตรีหรือมาตุคามใกล้เคียงกัน คือ หมายเอาสตรีทั้งหมดแม้เด็กแรกเกิดก็นับว่าเป็นสตรี ดังที่ปรากฏในสิกขาบทวิภังค์ มาตุคาม หมายถึง หญิง

มนุษย์ ไม่ใช่นางยักษ์ ไม่ใช่นางเปรต ไม่ใช่สัตว์ดิรัจฉานตัวเมีย หญิงมนุษย์นั้นโดยที่สุทธกระทั้งเด็กหญิง ซึ่งเกิดในวันนั้น หญิงโตกว่านี้ไม่ต้องกล่าวถึง (วิ.มหา. 1/271/194) มียกเว้นแต่เฉพาะในทูลจุลลาลาจา สิกขาบทที่หมายเอาหญิงที่รู้เพียงสาขึ้นไป ดังนั้น จึงสามารถจำแนกสตรีในพระวินัยได้ 2 ประเภท คือ

1. สตรีตั้งแต่แรกเกิด
2. สตรีที่รู้เพียงสา

เมื่อพิจารณาสถานะของมารดาแล้ว ถือว่าอยู่ในข่ายของสตรีในพระวินัยทั้ง 2 ประเภท อันไม่อาจเลียงเป็นอย่างอื่นไปได้ ย่อมเป็นวัตถุแห่งอาบัติอย่างแน่นอน ดังปรากฏในกายสังคคสิกขาบท วินิตวัตถุ ท่านได้แสดงให้เห็นชัดเจนว่า แม่มารดา น้องสาว ลูกสาว ก็เป็นวัตถุแห่งอาบัติ เช่น ภิกษุรูปหนึ่งจำเป็นต้องมารดาด้วยความรักฉันแม่ลูก ท่านเกิดความกังวลใจว่า เราต้องอาบัติสังฆาทิเสสหรือหนอ จึงนำเรื่องนี้ไปกราบทูลพระผู้มีพระภาคเจ้าให้ทรงทราบ พระองค์ตรัสว่า “ภิกษุ เธอไม่ต้องอาบัติสังฆาทิเสสแต่ต้องอาบัติทุกกฏ” (วิ.มหา. 1/281/309-310) ภิกษุรูปหนึ่งจำเป็นต้องติดาด้วยความรักฉันพ่อลูก ท่านเกิดความกังวลใจว่า เราต้องอาบัติสังฆาทิเสสหรือหนอ จึงนำเรื่องนี้ไปกราบทูลพระผู้มีพระภาคให้ทรงทราบ พระองค์ตรัสว่า “ภิกษุ เธอไม่ต้องอาบัติสังฆาทิเสส แต่ต้องอาบัติทุกกฏ” (วิ.มหา. 1/281/310) ภิกษุรูปหนึ่งจำเป็นต้องน้องสาวด้วยความรักฉันน้องสาว ท่านเกิดความกังวลใจว่า เราต้องอาบัติสังฆาทิเสสหรือหนอ จึงนำเรื่องนี้ไปกราบทูลพระผู้มีพระภาคให้ทรงทราบ พระองค์ตรัสว่า “ภิกษุ เธอไม่ต้องอาบัติสังฆาทิเสส แต่ต้องอาบัติทุกกฏ” (วิ.มหา. 1/281/310) ภิกษุรูปหนึ่งถูกต้อง กายกับอดีตภรรยา ท่านเกิดความกังวลใจว่าเราต้องอาบัติสังฆาทิเสสหรือหนอ จึงนำเรื่องนี้ไปกราบทูลพระผู้มีพระภาคให้ทรงทราบ พระองค์ตรัสว่า “ภิกษุ เธอต้องอาบัติสังฆาทิเสส” (วิ.มหา. 1/281/310)

อนึ่งมีข้อสังเกตในกายสังคคสิกขาบท ว่าด้วยการจับต้องกายมาตุคาม พระบัญญัติตอนต้น น่าสนใจว่า “ภิกษุใดกำหนดแล้ว มีจิตแปรปรวนแล้ว...” นั้นย่อมมุ่งเอาที่จิตกำหนดและจิตแปรปรวน ด้วยจึงจะเข้าข่ายอาบัติในข้อนี้ แต่หากภิกษุไม่มีจิตวิปริตแปรปรวนก็ยังถือว่าไม่ควร ดังที่พระอรธกถาจารย์อธิบายเพิ่มเติมว่า หากกระลึกถึงความผิดในเพราะการจับต้องกายหญิงนี้ แม้เห็นมารดาถูก กระแสน้ำพัดไปก็ไม่ควรจับต้องด้วยมือเลย พึงฉลาดนำเรือ แผ่นกระดาน ท่อนกล้วย ท่อนไม้เข้าไปให้ หากไม่มีสิ่งเหล่านี้พึงนำผ้ากาสาจะไปวางไว้ข้างหน้าแต่ก็ไม่ควรบอกให้จับ หากท่านจับเองแล้วพึงสาว ผ้าเข้ามาโดยกำหนดในใจว่าสาวบริวารของตน การจับต้องการด้วยมารดาท่านยังให้ระมัดระวังถึงเพียงนี้ เพราะขึ้นชื่อว่าเป็นหญิงแม้ทั้งหมด จะเป็นมารดาก็ตาม เป็นธิดาก็ตาม เป็นข้าศึกแก่ พรหมจรรย์ทั้งนั้น (วิ.มหา.อ. 1/3/173) ดังนั้น การที่ภิกษุกอดมารดา สัมผัสกายของมารดาด้วยความรักในฐานะบุตรที่มีต่อมารดา หรือภิกษุที่อุ้ม กอด จับต้องกายของลูกสาว ด้วยกำหนดในใจว่าเป็นลูกสาว ไม่เจือปนด้วยความกำหนดในราคะ แม้การกระทำเหล่านี้ก็ไม่ควรแก่ความเป็นพระภิกษุ

สำหรับกรณีที่ภิกษุแสดงความเคารพต่อมารดาด้วยการกราบ การไถ้เวลานั้นมีพระวินัยกำหนดไว้ชัดเจนแล้วในวินัยปิฎก จุลวรรค ความว่า “ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุไม่พึงกราบ ไม่พึงลูกรับ ไม่พึงไหว ไม่พึงทำสามิจักรกรรมแก่มาตุคาม รูปใดทำ ต้องอาบัติทุกกฏ” (วิ.จุ. 7/405/322)

ส่วนข้อแย้งที่ว่า มารดาบิดาเปรียบเหมือนพระอรหันต์ของลูกนั้นไม่ปรากฏข้อความนี้ทั้งใน พระไตรปิฎกและอรรถกถา ในพระไตรปิฎกนั้นมีแต่ท่านเปรียบบิดามารดาเป็นพระพรหมของลูก ปรากฏในพรหมสูตรว่า “...คำว่า “พรหม” นี้เป็นชื่อของมารดาบิดา...เพราะมารดาบิดามีอุปการะ

มากบำรุงเลี้ยง แสดงโลกนี้แก่บุตรมารดาบิดาผู้อนุเคราะห์ประชา ท่านเรียกว่าพรหม” (อง.จตุกก. 21/63/107) อนึ่ง คำว่า พรหมในที่นี้ท่านเปรียบเอาพระคุณของบิดามารดาที่มีอุปการะต่อบุตร ไม่ได้หมายถึงเอกลักษณ์ทางกายภาพว่าเป็นพรหมจริง แต่หากจะหมายถึงพรหมจริงๆ ก็ไม่ใช่บุคคลที่ภิกษุจะกราบไหว้ได้ ข้อความอุปมานี้มีลักษณะเช่นเดียวกับพุทธพจน์ว่า “มารดาเป็นมิตรในเรือนตน” (ส.ส. 15/53/68) ซึ่งหมายถึงพฤติกรรมที่ไม่ก่อให้เกิดผลเสียแก่ใครๆ ในเรือน มีความรัก และความปรารถนาดีต่อทุกคนในบ้านนั่นเอง ไม่ได้หมายถึงมิตรที่มีอายุเท่ากันหรือเพื่อนกันในความหมายทั่วไป

จากบทบัญญัติพระวินัยที่นำมาแสดงและตัวอย่างในบทวิภังค์ บทวินิตัวตถุและถ้อยคำของพระอรธกถาจารย์แสดงสอดคล้องกันว่า สถานะของมารดาในพระวินัยนั้นเสมอด้วยสตรีโดยทั่วไป ที่เป็นวัตถุแห่งอาบัติตามวินัยข้อนั้นๆ การที่ภิกษุกราบ จับต้องกายมารดา หรือปรนนิบัติมารดาในลักษณะที่ขัดต่อพระวินัยย่อมถือว่าเป็นความผิดตามพระวินัยทั้งสิ้น

5.แนวปฏิบัติระหว่างพระสงฆ์กับมารดาตามพระวินัย

การปฏิบัติตัวของพระภิกษุต่อมารดานั้นเป็นเรื่องที่เกิดข้อขัดแย้งในตัวของพระภิกษุเอง ระหว่างความเป็นพระและความเป็นลูกมีสถานะทับซ้อนกันอยู่ แต่การสงเคราะห์มารดานั้นมีแนวทางที่เหมาะสมหลายแนวทางที่ไม่ต้องผิดพระวินัย ดังเช่นพระพุทธเจ้าทรงโปรดพุทธมารดาด้วยทรงแสดงธรรมบนสวรรค์ชั้นดาวดึงส์และในอรธกถา จุนทสูตรได้แสดงวิธีการสงเคราะห์มารดาของพระสารีบุตรด้วยการแสดงธรรมแก่นางสารีจนบรรลุโสดาบัน จะเห็นว่า การสงเคราะห์มารดาที่พระศาสดาและพระอัครสาวกได้แสดงให้เห็นเป็นตัวอย่างนั้น คือ การอนุเคราะห์เกื้อกูลด้วยธรรม

สำหรับการเลี้ยงดูมารดาบิดานั้นยังถือว่าเป็นเรื่องที่ภิกษุควรทำและยังทำได้อยู่ตราบเท่าที่ไม่ผิดพระวินัย ดังตัวอย่างในเกสัชชกรณวัตถุวรรณา ตติยปาราชิกว่า ภิกษุนำมารดาไปสู่วิหารแล้วก็ปฏิบัติ ควรทำบริกรรมทั้งปวงแต่อย่าจับต้อง ควรให้ของควรเคี้ยว ของควรกินแก่มารดากับมือตน (วิ.มหา.อ. 1/2/132) แม้การปรุงยาให้มารดาก็ไม่ถือว่าผิดพระวินัย (หากปรุงยาให้ผู้อื่นผิดวินัย) ให้สิ่งของที่หายากให้ด้วยศรัทธาแก่มารดาบิดา ก็ไม่เป็นศรัทธาไทยวินิบาต แม้ในฎีกาชื่อวิมติวินทิกักรับรองว่า ภิกษุให้สิ่งของต่างๆ แก่มารดาบิดาด้วยประสงค์ว่ามารดาบิดาจักขายสิ่งที่เราให้นี้เลี้ยงชีพก็ควรอยู่ ดังปรากฏว่ามีพระภิกษุรูปหนึ่งบวชมา 12 ปี แต่ไม่บรรลุนิพพานใดใด จึงคิดว่าจะลาสิกขาไปเลี้ยงดูบิดามารดาอย่างน้อยก็จะได้ขึ้นสวรรค์ ขณะที่กลับไปบ้านนั้นได้ผ่านวัดพระเชตุวันจึงเข้าไปฟังธรรมจากพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าทรงรู้ระจิตของภิกษุนั้นจึงแสดงธรรมสาธยายสรุปว่า แม้บรรพชิตก็สามารถเลี้ยงดูบิดามารดาได้ เมื่อทราบดังนั้นท่านจึงนำอาหารบิณฑบาตไปให้บิดามารดา กิน นำผ้าจีวรที่ท่านได้มาใหม่ไปมอบให้แก่มารดาบิดา ส่วนตัวท่านเองถึงกับผอมโซและใส่จีวรอันเก่าคร่ำคร่าอยู่เช่นนั้น ภิกษุเหล่านี้เห็นเช่นนั้นก็สอบถามเอาความจริง เมื่อทราบความจริงจึงพากันโพทะนาตีเตียนและกราบทูลพระพุทธเจ้าให้ทรงทราบ พระองค์ทรงเปล่งสาธุการ และตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายว่า ท่านทั้งหลายอย่าตีเตียนภิกษุนี้อยู่ ถึงโบราณบัณฑิต ก็ได้ทำอุปการะแก่เหล่าชนผู้มีปัญญาดี ด้วยอำนาจแห่งความเป็นผู้มีคุณ ก็การทำอุปการะแก่มารดาบิดาเป็นภาระของภิกษุนี้จากตัวอย่างเหล่านี้จะเห็นได้ว่า ภิกษุนั้นสามารถดูแล อุปถัมภ์บิดามารดาได้ แต่ต้องอยู่ในกรอบของพระวินัยและความเหมาะสมซึ่งสามารถสรุปแนวทางปฏิบัติสำหรับภิกษุต่อมารดาได้ดังนี้

1. ควรระลึกเสมอว่ามารดานั้นเป็นสตรีตามบทบัญญัติของพระวินัย พระภิกษุควรวางตนให้เหมาะสม ไม่พึงกราบ ไม่พึงสัมผัสกาย ควรเอื้อเฟื้อต่อพระวินัย ที่คิดว่าเพราะเป็นมารดา ไม่ได้สัมผัสด้วยราคะ หรือแม้แต่การกราบนั้น จะอ้างว่าไม่ได้กราบมารดาที่เพศสตรี แต่กราบที่พระคุณ ข้ออ้างนี้ฟังไม่ขึ้น ตัวอย่างเหล่านี้เคยเกิดขึ้นในสมัยพุทธกาลและพระพุทธเจ้าทรงวินิจฉัยไว้แล้วว่า แม้จะเป็นมารดาก็มีความผิดในเพราะการสัมผัสกาย ในเพราะการกราบมาตุคามภิกษุผู้เคารพเอื้อเฟื้อในพระวินัยไม่ควรกระทำ ในกรณีที่ภิกษุต้องดูแล อุปัชฌาย์มารดาที่ป่วยนั้น หากต้องมีการสัมผัสกายควรให้ผู้อื่นกระทำการแทน หากผู้ที่กระทำการแทนนั้นก็ไม่มีอีก ภิกษุนั้นควรพิจารณาสิกขาจากความเป็นภิกษุเสียก่อนแล้วพึงดูแลมารดานั้น ทั้งนี้เพื่อเป็นการเอื้อเฟื้อต่อพระวินัยด้วยและยังอำนวยความสะดวกในการดูแลมารดาในฐานะบุตรอีกประการหนึ่งด้วย

2. การบำรุงมารดานั้นเป็นสิ่งที่พระภิกษุกระทำได้และพึงกระทำ แต่ต้องด้วยวิธีการที่เหมาะสมและไม่ขัดต่อพระวินัย เช่น การเทศน์สอนด้วยธรรมะ การให้สิ่งของต่างๆ เช่น อาหาร เสื้อผ้า หรือการปรุงยาเพื่อรักษาพึงเลี้ยงกายด้วยบริวารเครื่องอำนวยความสะดวกและเลี้ยงใจด้วยธรรมะ การปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ การทำตัวเป็นอนุสาวรีย์ที่ดีของบิดามารดา เคารพในคำสั่งสอนและปฏิบัติตามคำแนะนำ เช่นนี้ก็ถือว่าได้บำรุงบิดามารดาทั้งกายและใจ

6.สรุป

โดยสรุปแล้วพบว่า แม้พระพุทธศาสนาจะให้อย่างยิ่งให้เกียรติสตรีว่ามีศักยภาพในการบรรลุธรรมเหมือนบุรุษ และพระพุทธเจ้าทรงอนุญาตอุปสมบทแก่สตรี ซึ่งถือเป็นการปฏิวัติสังคมอินเดียในสมัยนั้นเป็นอย่างมาก ที่ยกสตรีขึ้นในพิธีกรรมทางศาสนาได้ แต่อย่างไรก็ตาม พระพุทธศาสนายังมีทัศนะว่า สตรีเป็นศัตรูแก่บุรุษที่ประพฤติพรหมจรรย์ [เช่นเดียวกษัตริย์เป็นศัตรูแก่สตรีที่ประพฤติพรหมจรรย์] ดังนั้น จึงมีพระวินัยสำหรับภิกษุเกี่ยวกับสตรีไว้เป็นจำนวนมาก สตรีในพระวินัยนั้นมี 2 ประเภท คือ สตรีแรกเกิดและสตรีที่รู้เดียงสา การสัมผัสกาย การพูดคุย การกราบไหว้ในสตรีทั้ง 2 ประเภทนี้เป็นอาบัติตามที่บัญญัติไว้

เมื่อพิจารณาตามสิกขาบทพบว่า สถานภาพของมารดาไม่ได้ต่างไปจากสถานะของสตรีทั่วไปเลย จึงย่อมเป็นวัตถุแห่งอาบัติตามที่สิกขาบทนั้นๆ ที่บัญญัติไว้ แม้ในอรรถกถาก็อธิบายชัดเจนว่า ขึ้นชื่อว่าปึงหมึงแม่ทั้งหมด จะเป็นมารดาก็ตาม เป็นธิดาก็ตาม เป็นข้าศึกแก่พรหมจรรย์ทั้งนั้น ดังนั้น การที่พระภิกษุกราบไหว้มารดาก็ดี สัมผัสกายมารดาก็ดี ถือว่าเป็นการกระทำที่ไม่เอื้อเฟื้อต่อพระวินัย อย่างไรก็ตาม ภิกษุแม้จะบวชแล้วยังคงมีฐานะเป็นบุตรอยู่ จึงมีภาระหน้าที่ในการบำรุงบิดามารดา ดังนั้น แนวทางที่ภิกษุพึงปฏิบัติต่อมารดานั้น จึงควรทำในขอบเขตที่ไม่ละเมิดพระวินัย บั้วไม่ให้เข้าธรรมไม่ให้หมอง เช่น การบำรุงกายมารดาด้วยการเอื้อเฟื้อวัตถุสิ่งของ เครื่องใช้ อาหาร ปัจจัย เสื้อผ้า และบำรุงใจมารดา ด้วยการไปเยี่ยมเยียน ถามไถ่สารทุกข์สุกดิบ และที่สำคัญคือการอนุเคราะห์มารดาให้เข้าถึงธรรม มีสัมมาทิฐิ ดังเช่นพระสารีบุตรเถระได้บำเพ็ญให้เห็นเป็นตัวอย่างมาแล้วในอดีต จึงจะถือว่าได้ทำหน้าที่ทั้งพุทธบุตรและมารดาบุตรได้อย่างสมบูรณ์

บรรณานุกรม

- ทัศนีย์ ฉ่ำพริณ. “บทบาทและหน้าที่ของสตรีในฐานะผู้อยู่เบื้องหลังความสำเร็จของครอบครัวตาม
แนวพระพุทธศาสนา : ศึกษาเฉพาะกรณีแม่บ้านทหารอากาศ”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์
มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2554.
- เปรม หิมจันทร์. “บทบาทสตรีในอินเดียวรรณคดีบาลี”. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตร์มหาบัณฑิต**.
บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2521.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่10.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2546.
- พระมหากมล ถาวโร (มั่งคำมี). “สถานภาพสตรีในพระพุทธศาสนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์
มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2543.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.
- มหามกุฏราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกและ อรรถกถาไทย ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย**.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2546.

การประยุกต์หลักธรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัดในการบำบัดรักษาผู้ป่วยสุรา

An Application of The Buddhist Doctrines with The Occupational Therapy for The Alcoholics Treatment

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยเรื่องนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยสุราก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการประยุกต์หลักธรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัดและเปรียบเทียบพฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยสุรา ระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการประยุกต์หลักธรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัดกับกลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ ผลการศึกษา พบว่า 1) พฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยสุราก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการประยุกต์หลักธรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัด ในกลุ่มประชากร 20 ราย พบว่าผู้ป่วยสุราที่ได้รับการบำบัดรักษามีพฤติกรรมการดื่มสุราลดลงทุกราย 2) ผู้ป่วยสุราทั้งสองกลุ่มมีพฤติกรรมการดื่มสุราไม่แตกต่างกัน แต่มีการดื่มสุราลดลงจากระดับการดื่มแบบเสี่ยงมาก (Severe alcohol misuse) เป็นการดื่มอยู่ในระดับการดื่มแบบเสี่ยงน้อย (Mild)

คำสำคัญ : การประยุกต์หลักธรรม, กิจกรรมบำบัด, การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดื่มสุรา

Abstract

The research consists of 2 objectives as 1) to study the alcohol drinking behavior of alcoholic patients before and after treated by the Buddhist Doctrines and occupational therapy, 2) to compare the alcohol drinking behavior of alcoholic patients who treated by the Buddhist Doctrines and those who treated by the Chiang Mai Thanyarak Hospital. The results revealed that: 1) The alcohol drinking behavior of twenty alcoholic patients before and after treated by the Buddhist Doctrines and occupational therapy were decreased in 100 percent. 2) There was no significant difference between groups, it was found the decreasing of alcoholic drinking behavior in both groups, from the very hazardous drinking (severe alcohol misuse). After the treatment, it was found in the low-risk drinking. (Mild)

Keywords : An Application of The Buddhist, Occupational Therapy , drinking behaviors changes

1. บทนำ

การศึกษาวิจัยเรื่องนี้เกิดขึ้นจากความสนใจที่จะนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ร่วมกับกิจกรรมบำบัดเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยสุรา เนื่องจากรูปแบบการบำบัดรักษาแบบเดิมยังพบว่าผู้ป่วยกลับไปดื่มซ้ำ และเกิดภาวะแทรกซ้อนทางร่างกายจนต้องกลับเข้ารับการรักษาซ้ำหลายครั้ง เนื่องจากการติดสุราเป็นโรคเรื้อรังชนิดหนึ่ง หลายคนพยายามเลิก เมื่อเลิกได้แล้วก็ยังไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับวิถีชีวิตใหม่ได้ทันที เพราะเคยชินกับวิถีชีวิตเดิม เมื่อมีโอกาสเข้าใกล้สุราก็อยากดื่ม การรักษาผู้ที่เป็นโรคติดสุราจึงเหมือนกับ การเดินทางไกล ใช้ระยะเวลานาน ต้องอดทน ดังนั้นผู้ที่เป็นโรคติดสุราต้องถูกบำบัดรักษา ทั้งกาย ใจ ครอบครัวย และสิ่งแวดล้อมจึงจะได้ผลสมบูรณ์ (พันธุภา กิตติรัตนไพบูลย์ และคณะ, 2548)

ตามหลักพระพุทธศาสนา พระพุทธองค์ได้ตรัสถึงโทษของการดื่มสุราไว้ในสัพพลหุสูตรว่า “ภิกษุทั้งหลาย การดื่มสุราและเมรัยที่บุคคลเสพเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมอำนวยผลให้เกิดในนรก อำนวยผลให้เกิดในกำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน อำนวยผลให้เกิดในเปรตวิสัย วิบากแห่งการดื่มสุราและเมรัยอย่างเบาที่สุด ย่อมอำนวยผลให้เป็นผู้วิกลจริตแก่ผู้เกิดเป็นมนุษย์” (อง.อรรถก. (ไทย) 23/40/302.) จะเห็นว่าผลกระทบของการดื่มสุราทำให้เกิดผลเสียต่อตัวผู้ดื่มสุราเป็นอย่างมาก และจากพระราชดำรัสของสมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอฯ ว่า “คนที่ติดยาเขาเป็นคนหรือเปล่า ในเมื่อเขาเป็นคน เรามีการช่วยเหลือเขาได้ไหม ถ้าช่วยเหลือเขาได้ เท่ากับชุบชีวิตใหม่ให้เขา ... เราก็คควรทำ” (สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี, 2558)

จากการศึกษาของพระครูนิวาสธรรมขันธ์ (2552) ถึงรูปแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มาแก้ปัญหาการดื่มสุรา พบว่าหลักธรรมที่นำมาแก้ปัญหา คือ หลักอริยสัจสี่ การพิจารณาหาเหตุปัจจัย การรักษาศีล การประยุกต์ใช้อธิบา 4 และการเจริญสติ เป็นต้น สำหรับสำหรับกิจกรรมบำบัดมีทฤษฎีพื้นฐานที่เกี่ยวข้องดังนี้ 1) แนวคิดพื้นฐานของกิจกรรมบำบัด ซึ่งเน้นกลวิธีในการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิต (Lifestyle) ของผู้ป่วย 2) ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรคซึ่งเน้นเกี่ยวกับการรับรู้อันตรายและโอกาสเสี่ยงของโรคที่เกิดจากการดื่มสุรา และการรับรู้ถึงประสิทธิภาพของการส่งเสริมให้มีการหลีกเลี่ยงภาวะคุกคามพร้อมทั้งสามารถกระทำตามทางเลือกนั้น 3) ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล เน้นเกี่ยวกับความเชื่อ เจตคติ บรรทัดฐานของกลุ่มอ้างอิงและแรงจูงใจที่จะคล้อยตามบรรทัดฐานของกลุ่มอ้างอิงของบุคคล และ 4) ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมซึ่งเน้นเกี่ยวกับ การปลูกจิตสำนึกสร้างความตระหนัก การระบายความรู้สึก การประเมินสิ่งแวดล้อม การประเมินตนเอง การเสริมแรง และการควบคุมหรือหลีกเลี่ยงสิ่งเร้า ตัวกระตุ้นที่ทำให้อยากดื่มสุรา

ดังนั้นการนำเอาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา โดยเน้นการให้ความรู้เกี่ยวกับอภัยมุข เบญจศีล อริยสัจสี่ และเจริญสติ ซึ่งเป็นตัวเอื้อให้เกิดการตระหนักรู้ในปัญหาร่วมกับกิจกรรมบำบัดมาเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมให้ผู้ป่วยสุรามีความตั้งใจในการเลิกดื่มสุรา อันจะส่งผล

ให้ผู้ป่วยสุรา ลด ละ และเลิกการดื่มสุรา ซึ่งมีผลโดยตรงต่อสุขภาพ หลีกเลี่ยงอบายภูมิและมีผลทำให้ลดปัญหาทางสาธารณสุข สังคม และเศรษฐกิจของประเทศชาติอีกด้วย

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

2.1 เพื่อศึกษาพฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยสุราก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการประยุกต์หลักธรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัด

2.2 เพื่อเปรียบเทียบพฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยสุรา ระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการประยุกต์หลักธรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัดและกลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติของโรงพยาบาลธัญญารักษ์เชียงใหม่

3. สมมติฐานการวิจัย

3.1 พฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยสุราหลังได้รับโปรแกรมการประยุกต์หลักธรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัด ลดลงกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการบำบัดรักษา

3.2 พฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยสุราในกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการประยุกต์หลักธรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัด ลดลงมากกว่ากลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติของศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดเชียงใหม่

4. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกึ่งการทดลอง (Quasi-Experimental Research) แบบสองกลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง ที่เข้ารับโปรแกรมการประยุกต์หลักธรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัด และกลุ่มควบคุมที่ได้รับการบำบัดตามปกติของโรงพยาบาลธัญญารักษ์เชียงใหม่ โดยวัดผลก่อนการทดลองและหลังการทดลอง (pretest-posttest design) ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา ประกอบด้วย 1) ตัวแปรต้น คือ โปรแกรมการประยุกต์หลักธรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัด 2) ตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมการดื่มสุรา ซึ่งวัดได้จากแบบประเมินปัญหาการดื่มสุรา (AUDIT-C) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา เป็นผู้ป่วยสุราที่เข้ารับการรักษาในรูปแบบผู้ป่วยในที่โรงพยาบาลธัญญารักษ์เชียงใหม่ จำนวน 40 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 20 คน และช่วงเวลาที่เก็บรวบรวมข้อมูล มี 2 ช่วง คือ ก่อนการทดลอง 1 สัปดาห์ และภายหลังจากการทดลองสิ้นสุดแล้ว 1 เดือน โดยมีรูปแบบกิจกรรมดังนี้

๑. การปฐมนิเทศ สมาชิกได้ทราบกฎและระเบียบของตึก ทำความรู้จักผู้ดูแลและบุคคลที่เกี่ยวข้องในการบำบัดรักษาและรู้จักสถานที่ ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกคลายความกังวลใจจากการที่ต้องจากบ้านมาอยู่ในที่ที่ไม่คุ้นเคยและปฏิบัติตัวได้ถูกต้องยิ่งขึ้น

๒. ความรู้เกี่ยวกับสุรา สมาชิกจะได้รับความรู้ ความเข้าใจเรื่องสุราอย่างถูกต้อง เห็นโทษ พิษภัยและผลกระทบจากสุรา

๓. การฝึกให้ความรู้ตัวกระตุ้นและการจัดการกับตัวกระตุ้น โดยทีมสหวิชาชีพ จะช่วยให้สมาชิกมีความรู้ ความเข้าใจเรื่องตัวกระตุ้น ซึ่งเป็นสิ่งที่ทำให้สมาชิกกลับไปดื่มสุราซ้ำอีก และสามารถหาวิธีการหรือแนวทางในการจัดการกับตัวกระตุ้นนั้นได้สำเร็จ

๔. การสร้างแรงจูงใจและการยอมรับในการบำบัดรักษาโดยการส่งเสริมสมรรถภาพแห่งตน โดยทีมสหวิชาชีพ จะช่วยส่งเสริมให้สมาชิกมีจิตใจเข้มแข็ง เกิดความมุ่งมั่นในการเลิกสุรา เข้าใจถึงความเป็นจริงในการดื่มสุรา เกิดการยอมรับ และมีแนวทางในการเลิกสุราในที่สุด

๕. การเสริมสร้างให้รู้จักการเผชิญปัญหาและแก้ไขปัญหา สมาชิกจะได้ฝึกทักษะการคิดอย่างสร้างสรรค์ในการแก้ไขปัญหา สามารถวิเคราะห์สถานการณ์ และแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม มีเหตุผลและเป็นระบบมากขึ้น

๖. การตั้งเป้าหมายและสิ่งยึดเหนี่ยว สมาชิกจะได้ฝึกทักษะการคิดอย่างสร้างสรรค์ในการแก้ไขปัญหา สามารถวิเคราะห์สถานการณ์ และแก้ไขปัญหาได้อย่างเหมาะสม มีเหตุผลและเป็นระบบมากขึ้น

๗. การทำหน้าที่ของครอบครัว กิจกรรมนี้จะช่วยให้สมาชิกมองเห็นเป้าหมายและคุณค่าของชีวิต สามารถควบคุมตนเองให้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งใจไว้ สร้างแรงบันดาลใจให้กับตน มีแรงยึดเหนี่ยว แรงศรัทธาที่จะเป็นพลังใจให้ไม่กลับไปดื่มสุราและสามารถเลิกสุราได้ในที่สุด

๘. หลักธรรมทางพุทธศาสนา บรรยายธรรมเทศนาเกี่ยวกับเรื่องอบายมุข เบญจศีล การเลือกคบคนดี หลีกหนีคนชั่ว การอยู่ในสังคมหรือสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม และการเข้าใจกฎและผลของกรรม หลักอริยสัจสี่ การไหว้พระ สวดมนต์ นั่งสมาธิ เดินจงกรม และมอบสมุดบันทึกให้ผู้ป่วยสุราบันทึกเกี่ยวกับการวางแผนการฝึกสติของตน การให้รางวัลตนเองเมื่อสามารถปฏิบัติตามแผนที่วางไว้

๙. การฟื้นฟูสภาพร่างกาย สมาชิกจะได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกาย โดยผู้เชี่ยวชาญทางด้านกายภาพบำบัด ซึ่งจะช่วยผ่อนคลายระบบกล้ามเนื้อและปลายประสาท เพื่อการเคลื่อนไหวของข้อและกล้ามเนื้อ ป้องกันการลื่นไถลและอ่อนกำลังของกล้ามเนื้อ เพิ่มการไหลเวียนของโลหิต กิจกรรมการฟื้นฟูสภาพร่างกาย ได้แก่ กิจกรรมการอบอุ่นน้ำสมุนไพร ฤาษีดัดตน และการบริหารร่างกาย เพื่อช่วยให้สมาชิกได้เคลื่อนไหวร่างกาย เป็นการส่งเสริมสุขภาพทำให้สุขภาพดีทั้งร่างกายและจิตใจ เพิ่มสมรรถภาพและฟื้นฟูร่างกายดีขึ้น ทำให้ลดความเครียด เพิ่มสมาธิ จิตใจแจ่มใสขึ้น

๑๐. การฝึกอาชีพและใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ สมาชิกจะได้มีการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมรู้จักการทำงานเป็นทีม ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และยังคงเป็นแนวทาง

ในการนำไปประกอบอาชีพต่อไปได้ กิจกรรมที่จะทำร่วมกัน ได้แก่ การเพาะเห็ดนางฟ้า การทำน้ำชีวภาพ การจัดสวนถาด สวนแก้ว เป็นต้น

๑๑. การสร้างสัมพันธ์ภาพและนันทนาการ สมาชิกจะได้รู้จักกันมากขึ้น สนับสนุนกันและกัน สร้างบรรยากาศที่เป็นกันเอง ได้รับความสนุกสนาน เกิดความสามัคคี ช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน

5. ผลการวิจัย

5.1 พฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยสุรา ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการประยุกต์กิจกรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัด ในกลุ่มประชากร 20 ราย พบร้อยละ 100 ของผู้ป่วยสุราที่ได้รับการบำบัดรักษามีพฤติกรรมการดื่มสุราลดลงทุกราย

5.2 เปรียบเทียบพฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยสุรา ระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการประยุกต์กิจกรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัดและกลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติ ผลการศึกษาพบว่าผู้ป่วยสุราทั้งสองกลุ่มมีพฤติกรรมการดื่มสุราไม่แตกต่างกัน แต่มีการดื่มสุราลดลงจากระดับการดื่มแบบเสี่ยงมาก (Severe alcohol misuse) เป็นการดื่มอยู่ในระดับการดื่มแบบเสี่ยงน้อย (Mild)

6. อภิปรายผล

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาประสิทธิผลของการประยุกต์กิจกรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัดในการบำบัดรักษาผู้ป่วยสุรา ที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลธัญญารักษ์เชียงใหม่ ผู้ศึกษานำเสนอผลการศึกษาอภิปรายตามวัตถุประสงค์การศึกษาดังนี้

๑. พฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยสุรา ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการประยุกต์กิจกรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัด จากการศึกษาพฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยสุราที่ได้รับโปรแกรมการประยุกต์กิจกรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัด ในกลุ่มประชากร 20 ราย พบร้อยละ 100 ของผู้ป่วยสุราที่ได้รับการบำบัดรักษามีพฤติกรรมการดื่มสุราลดลงทุกราย อภิปรายได้ว่าการนำโปรแกรมการประยุกต์กิจกรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัดสามารถลดพฤติกรรมการดื่มสุราได้ อาจเนื่องมาจากกระบวนการบำบัดรักษาเป็นกระบวนการที่ครอบคลุมในการดูแลผู้ป่วย มีการประเมินผลและกิจกรรมบำบัดที่มีความเหมาะสมกับผู้ป่วยสุรา ซึ่งการนำกิจกรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัดมาใช้นี้ นอกจากจะมีกิจกรรมที่มีความเฉพาะเจาะจง และมีแนวปฏิบัติที่ชัดเจนเหมาะสำหรับการนำไปใช้ในการดูแลผู้ป่วยสุราทั้ง 3 ระยะ ทั้งในระยะเฉียบพลัน (acute) ระยะฟื้นฟูจิตใจ (rehabilitation) และในระยะก่อนจำหน่าย (pre-discharge) ได้แก่ 1) เป็นการประเมินสภาพทางด้านร่างกาย เพื่อประเมินความเสี่ยงและลดระดับความรุนแรงของการถอนพิษสุราซึ่งอาจเป็นอันตรายถึงกับชีวิตได้ เช่น อาการถอนพิษสุรารุนแรงจากการขาดสุรา อาการทางจิต และประเมินภาวะแทรกซ้อนอื่นๆ

ได้แก่ ภาวะความสมดุลของเกลือแร่ในร่างกาย การขาดสารอาหารและน้ำ การพลัดตก หกล้ม อุบัติเหตุต่างๆ หรือโรคร่วมทางกายและทางจิตเวช 2) การดูแลในระยะฟื้นฟูจิตใจ เป็นการประเมินดูความสามารถและศักยภาพของผู้ป่วย เพื่อค้นหาปัญหาทางจิตสังคม ปัญหาทางด้านครอบครัว ปัญหาทางด้านอารมณ์ พฤติกรรม เพื่อเตรียมความพร้อมที่จะเข้ากลุ่มต่างๆ และได้รับการบำบัดทางจิตสังคม และช่วยสนับสนุนผู้ป่วยและญาติมีส่วนร่วมในการจัดการปัญหาและวางแผนในการฟื้นฟูต่อไป 3) การดูแลระยะก่อนจำหน่าย (pre-discharge) เป็นการให้ข้อมูลผู้ป่วยและญาติ เช่นการให้ความรู้ คำแนะนำเกี่ยวกับเรื่องโรคติดสุรา การดูแลผู้ป่วยสุรา เรื้อรัง เรื่องอาหาร และการจัดเตรียมการกลับไปอยู่บ้าน ครอบครัว ชุมชน รวมถึงเป็นการเตรียมพร้อมในการดำรงชีวิตประจำวันต่างๆ เมื่อกลับไปอยู่บ้าน เป็นต้น ดังนั้นแผนการบำบัดรักษา จึงสามารถส่งผลทำให้ผู้ป่วยสุราสามารถนำความรู้และทักษะที่ได้จากการเข้าร่วมโปรแกรมการบำบัดของทีมสหวิชาชีพ อันได้แก่ แพทย์ พยาบาล นักสังคมสงเคราะห์ นักจิตวิทยา นักกายภาพบำบัด นักศึกษา นักกิจกรรมบำบัด และพระ ซึ่งอบรมเรื่องอบายมุข เบญจศีล และการฝึกสติสัมปชัญญะไปใช้ในการจัดการกับพฤติกรรมการดื่มสุราในขณะที่อยู่ที่บ้าน และทำให้ลดอัตราการกลับมารักษาซ้ำได้

แต่อย่างไรก็ตามการบำบัดรักษายังไม่สามารถทำให้ผู้ป่วยสุราเลิกดื่มสุราได้อย่างเด็ดขาด อันเนื่องจากผู้ป่วยสุรา ไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมการดื่มของตนเองได้ มีความเครียดจากปัญหาต่าง ๆ และปัญหาการสื่อสารภายในครอบครัว ทำให้ไม่สามารถจัดการปัญหาได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับการศึกษาของสาเหตุการกลับไปเสพยาเสพติดซ้ำของผู้ติดยาที่ผ่านการบำบัดรักษาจากโรงพยาบาลธัญญารักษ์เชียงใหม่ ที่กล่าวไว้ว่าปัจจัยที่ส่งผลให้ผู้ติดยากลับมาเสพยาซ้ำ ได้แก่ การไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมการดื่มได้ ความเครียด ปัญหาจากการทำงาน และปัญหาเรื่องการสื่อสารภายในครอบครัว (อัคราพร นิตสาธิต, 2548) นอกจากนี้ยังอาจเนื่องมาจากปัจจัยทางด้านอื่น ที่ไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมการดื่มได้ เช่น ปัจจัยทางด้านชีวภาพ ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรม พบว่าสารมีผลต่อสารชีวเคมีหรือสารสื่อประสาทในสมอง (neurotransmitter) จึงมีผลต่อการทำงานของตัวรับสื่อประสาท ช่องทางผ่านของประจุไฟฟ้า สารเคมีในสมองอื่นๆ เช่น การเพิ่มซีโรโทนินและกาบาชนิดเอ จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของสารสื่อประสาท (neurotransmitter) บางกลุ่มซึ่งทำให้เกิดภาวะการติด (dependence) ในผู้ที่ติดยา (สมภาพ เรืองตระกูล, 2543) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของพันธุภา กิตติรัตนไพบูลย์ และคณะ (2553) สถานการณ์ที่เสี่ยงที่ทำให้ผู้ป่วยกลับไปเสพยาซ้ำ มีอยู่ 4 ประเภท คือ (1) อารมณ์ที่ไม่ดี เช่น คับข้องใจ โกรธ วิตกกังวล ซึมเศร้า เบื่อเซ็ง เป็นต้น ซึ่งอารมณ์ดังกล่าวอาจเป็นอาการส่วนหนึ่งของภาวะทางจิตเวชที่ผู้ป่วยมีก็เป็นได้ทำให้ relapse 35% (2) ความสัมพันธ์ที่เป็นปัญหา เช่น มีปัญหากับคู่สมรส เพื่อน สมาชิกอื่นของครอบครัว นายจ้าง ผู้ร่วมงาน เป็นต้น มักทำให้เกิดการโต้เถียง เป็นอารมณ์ซึ่งกันและกันทำให้ relapse ได้ถึง 16% (3) แรงกดดันจากสังคม เป็นอิทธิพลที่เกิดจากกลุ่มเพื่อนหรือสิ่งแวดล้อมที่ทำให้

ผู้ป่วยหวนกลับไปดื่ม อาจเป็นโดยทางตรง หรือโดยอ้อมก็ได้ ทางตรงได้แก่เพื่อนที่ดื่มสุราพูดคุยชวนทางอ้อมได้แก่เจอเพื่อนกำลังดื่มสุรา เป็นต้น ทำให้ relapse ได้ถึง 20% และ (4) การเผชิญกับตัวกระตุ้นเร้าที่ทำให้อยาก ดังนั้นแม้ว่าจะมีแนวทางในการดูแลตนเองที่ได้รับการบำบัดรักษาตามแผนแล้วก็ตาม แต่ยังไม่สามารถทำให้ผู้ป่วยสุราที่มีพฤติกรรมเลิกดื่มสุราได้อย่างเด็ดขาด และแผนการบำบัดรักษาถึงแม้ว่าจะช่วยลดพฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยสุราได้ แต่ผู้ป่วยโรคติดสุราบางรายอาจจะไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมการดื่มได้ในระดับการดื่มแบบปลอดภัย อาจจะต้องได้รับการดูแลเพิ่มเติมจากแนวทางอื่นที่เหมาะสมต่อไป

๒. เปรียบเทียบพฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยสุรา ระหว่างกลุ่มที่ได้รับโปรแกรมการประยุกต์หลักธรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัดและกลุ่มที่ได้รับการดูแลตามปกติของโรงพยาบาลธัญญารักษ์เชียงใหม่ ผลการศึกษาพบว่าผู้ป่วยสุราทั้งสองกลุ่มมีพฤติกรรมการดื่มสุราไม่แตกต่างกัน แต่มีพฤติกรรมการดื่มสุราลดลงจากระดับการดื่มแบบเสี่ยงมาก (Severe alcohol misuse) ภายหลังจากการบำบัดมีพฤติกรรมการดื่มอยู่ในระดับการดื่มแบบเสี่ยงน้อย (Mild) อาจเป็นเพราะการบำบัดรักษาปกติที่ศูนย์บำบัดมีความครอบคลุม เนื้อหา และกระบวนการบำบัดรักษาผู้ป่วยสุรา และการนำหลักธรรมอันได้แก่ อบายมุข เบญจศีล สติสัมปชัญญะ ในการร่วมบำบัดนั้น ใช้ระยะเวลาเพียงไม่นานนักในการบำบัด ในการฝึกสติสัมปชัญญะนั้นต้องปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ ปฏิบัติในการทำงานทุกกิจกรรม ควรจะมีสติ ซึ่งผู้ป่วยต้องใช้เวลาในการฝึกเป็นประจำและมีเวลามากพอถึงจะมีสติสัมปชัญญะ จึงทำให้มีผลต่อพฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยสุราไม่แตกต่างจากวิธีบำบัดรักษาตามปกติ

ถ้าจะให้ได้ผลถึงการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการดื่มสุรา ควรมีผู้บำบัดที่มีความรู้ประสบการณ์เกี่ยวกับการให้คำปรึกษาเชิงพุทธร่วมด้วย เนื่องจากผู้ให้คำปรึกษาเชิงพุทธนั้นต้องมีคุณสมบัติของผู้บำบัดตามหลักกัลยาณมิตรธรรม 7 โดยการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ป่วยสุรา มีการสร้างความน่าเลื่อมใสตามหลักมิตรแท้ และพรหมวิหาร 4 เพื่อให้ผู้ป่วยสุราเกิดการยอมรับและนำหลักธรรมไปปฏิบัติ มีความรู้เรื่องอริยสัจ 4 ,ปฏิจจสมุปบาท, อิทัปปัจจยตา และไตรลักษณ์ เป็นต้น ในการเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต และมีหลักพุทธธรรมสำหรับเป็นเครื่องมือวิเคราะห์ปัญหาตามอริยสัจ 4 และโยนิโสมนสิการ เป็นต้น เพื่อแก้ปัญหาให้ตรงจุด จึงจะเกิดผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการดื่มสุรา

สำหรับในขั้นตอนแรกต่อการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ป่วย ก็คือการแก้ไขปัญหาละและอุปสรรคทางจิตใจของบุคคลจะเกิดขึ้นได้เมื่อบุคคลนั้นเกิดปัญญา เพราะเมื่อใดที่บุคคลเกิดปัญญาแสดงว่าบุคคลนั้นเกิดความเข้าใจถึงความเป็นจริงของชีวิต คือ เข้าใจวงจรของปัญหาในการกลับมาเสพยาซ้ำอีก โดยการรู้ทุกข์ การรู้โทษของทุกข์ และการอยากกำจัดทุกข์ และสามารถกำหนดรู้สาเหตุของทุกข์ ด้วยการตระหนักรู้ในระดับเหตุผล ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของปัญญา ปัญญาเกิด

ได้จากเหตุปัจจัยหลัก 2 ประการ คือ 1) การมีโปรโตโสมหรือกลุ่มนิยามที่ถูกรบกวน ซึ่งหมายถึง การมีบุคคลที่มีปัญญารบกวน คอยบอก ชี้แนะ นำทาง 2) การนำสิ่งที่ได้รับการชี้แนะมาขบคิด ใคร่ครวญด้วยตนเองหรือที่เรียกว่า การโยนิโสมนสิการ จนเกิดความเข้าใจจากภายในของตนได้ด้วย ตนเองอีกชั้นหนึ่ง ทั้งสองส่วนเป็นเหตุปัจจัยซึ่งกันและกันในการเกิดขึ้นของปัญญา (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2546) ซึ่งสอดคล้องกับที่ เพรสพอร์น แดนคิลป์ (2550) ได้ศึกษาถึงผลของกลุ่มโยนิโสมนสิการที่มีต่อปัญญาในภาวะความสัมพันธ์เชื่อมโยงและภาวะความเปลี่ยนแปลง ซึ่งผลการวิจัย พบว่า หลังการทดลองกลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าคะแนนปัญญาสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และหลังการทดลองค่าคะแนนปัญญาในกลุ่มโยนิโสมนสิการสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นอกจากนี้ ผลการวิเคราะห์เชิงคุณภาพเพิ่มเติม พบว่า หลังการเข้ากลุ่มโยนิโสมนสิการ สมาชิกเกิดประสบการณ์เพิ่มขึ้น เช่น การเห็นคุณค่าของสรรพสิ่งที่เกี่ยวข้อง กับชีวิตตนเอง, ความสำนึกขอบคุณ, กตัญญูต่อครอบครัว, การตระหนักในการกระทำของตนต่อผู้อื่น ฯลฯ

ส่วนในด้านของกิจกรรมบำบัดเป็นวิชาชีพที่ให้ความสำคัญต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิต โดยเชื่อว่า การที่บุคคลได้ทำกิจกรรมการดำเนินชีวิต จะเป็นกระบวนการที่ช่วยให้ผู้ทำหันเหออกจาก ความเจ็บป่วย ความทุกข์ที่มี และยังช่วยพัฒนาทักษะความสามารถในการทำกิจกรรม (occupation as means) (Rebeiro, K. J., 1998) การศึกษาศาสตร์แห่งการดำเนินชีวิต ช่วยให้นักกิจกรรมบำบัด สามารถรับรู้ เข้าใจ ถึงประโยชน์ และสามารถอธิบายเกี่ยวกับกิจกรรมการดำเนินชีวิตในมิติต่าง ๆ ได้ ในแนวคิดทางวิทยาศาสตร์ เพื่อให้สามารถนำเอาความรู้นั้นไปปรับประยุกต์ ไปวิเคราะห์ สังเคราะห์ กิจกรรมการรักษาให้เหมาะสม มีคุณค่ากับผู้ป่วย (สรินยา ศรีเพชรารุธ, 2549)

การปฏิบัติงานทางคลินิกกิจกรรมบำบัดเป็นการนำเอาความรู้และทักษะทาง กิจกรรมบำบัดมาประยุกต์และปฏิบัติ โดยที่กระบวนการปฏิบัติงานทางคลินิกจะใช้หลักในการแก้ไข ปัญหา (problem solving approach) เป็นพื้นฐาน (สุภาพร ชินชัย, วรณนิภา บุญระยอง และ จันญญา ปัญญา, 2543) ดังนี้

กระบวนการปฏิบัติงานทางคลินิกกิจกรรมบำบัดตามแนวคิดของรีดและแซนเดอร์สัน (Reed & Sanderson, 1999) อธิบายว่ากระบวนการปฏิบัติงานทางคลินิกกิจกรรมบำบัด ประกอบด้วย 12 ขั้นตอน ดังนี้คือ

1. ขั้นรับผู้รับบริการ (referral stage)
2. ขั้นเลือกรูปแบบทางกิจกรรมบำบัด (occupational therapy conceptual modelselection)
3. ขั้นทำการคัดกรอง (screening evaluation stage)
4. ขั้นทำการประเมินทั้งหมด (comprehensive evaluation stage)

5. ขั้นวิเคราะห์ปัญหาทางกิจกรรมบำบัด (occupational therapy diagnosis stage)
6. ขั้นเลือกรูปแบบการรักษา (occupational therapy practice model selection stage)
7. ขั้นวางแผนการบำบัดรักษา (planning stage)
8. ขั้นปฏิบัติตามแผนที่วางเอาไว้ (implementation stage)
9. ขั้นพิจารณาแผนการบำบัดรักษา (review stage)
10. ขั้นปรับปรุงแผนการบำบัดรักษา (revision stage)
11. ขั้นส่งต่อผู้ป่วย หรือสิ้นสุดการบำบัดรักษา (discharge stage)
12. ขั้นติดตามผล (follow-up stage)

จากที่กล่าวมาเป็นเพียงแนวคิดของกระบวนการปฏิบัติงานทางคลินิกที่นักกิจกรรมบำบัดยึดถือปฏิบัติโดยทั่วไป ซึ่งในแต่ละสถาบันอาจมีความแตกต่างออกไปจากที่กล่าวมาข้างต้นบ้างตามความเหมาะสมของปัจจัยต่าง ๆ และสำหรับรูปแบบการคิดที่นักกิจกรรมบำบัดใช้ในกระบวนการปฏิบัติงานทางคลินิกคือ การคิดและการให้เหตุผลทางคลินิก (clinical reasoning) ซึ่งใช้ในการแก้ไขปัญหาหรือตัดสินใจกระทำใด ๆ โดยข้อมูลที่เป็นเหตุผลในการตัดสินใจนั้นเกิดจากการที่ผู้บำบัดเข้าใจถึงความรู้สึกและปัญหาของผู้รับบริการ และนำมาใช้เชื่อมโยงกับการกำหนดเป้าประสงค์และวิธีการบำบัดรักษา ทำให้การปฏิบัติงานมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น (Lewin, J. E. & Reed, C. A., 1998) ซึ่งโรเจอร์และโฮล์ม (Roger & Holm, 1991) ได้อธิบายว่า เหตุผลในการวินิจฉัยประกอบด้วยการคิดและให้เหตุผล 4 ขั้นตอน ดังนี้

1. การค้นหาข้อมูลเบื้องต้น (cue acquisition) เป็นการรวบรวมข้อมูลของผู้รับบริการที่เป็นประเด็นปัญหา
2. การตั้งสมมติฐาน (hypothesis generation) เป็นการพยายามตั้งข้อสงสัยและค้นหาคำตอบว่าปัญหาที่พบเกิดจากสาเหตุใด ซึ่งในนักกิจกรรมบำบัดที่เชี่ยวชาญจะอาศัยประสบการณ์ในการตีความปัญหาผู้รับบริการที่เคยเจอในอดีต หรือตีความตามกรอบอ้างอิงการรักษาและทฤษฎี
3. การแปลผลข้อมูล (cue interpretation) โดยพิจารณาเหตุและผลจากสมมติฐานที่ตั้งข้อสงสัยไว้ว่าถูกต้องเหมาะสมหรือไม่
4. การประเมินผลสมมติฐาน (hypothesis evaluation) เป็นการประเมินสมมติฐานโดยตรวจสอบข้อมูล ประเด็น ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

จะเห็นได้ว่ากระบวนการปฏิบัติงานทางคลินิกกิจกรรมบำบัดนั้นสอดคล้องกับหลักอริยสัจ 4 ดังนั้นเมื่อสามารถประยุกต์หลักธรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัดอย่างที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยเชื่อได้ว่าน่าจะมีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการดื่มสุราในอันที่จะลด ละ และเลิกดื่มสุราได้ในที่สุด

7. ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยพบว่าการประยุกต์หลักธรรมร่วมกับกิจกรรมบำบัดในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยสุราสามารถทำให้ผู้ป่วยสุราพัฒนาการการปฏิบัติเรื่องสุรา จากการดื่มสุราแบบเสี่ยงมาก ลดการดื่มลงอยู่ในระดับเสี่ยงต่ำ ในระยะติดตามผล ได้ผล 100 % ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย ดังนี้

7.1 ข้อเสนอแนะสำหรับผู้บริหารโรงพยาบาล

- 1) ผู้บริหารควรสนับสนุนให้ผู้บำบัดรักษาผู้ป่วยสุรา มีความรู้ ความเข้าใจ มีเจตคติที่ดี มีทักษะ และศักยภาพในการให้บริการดูแลผู้ที่มีปัญหาการดื่มสุราแบบบูรณาการในระบบสุขภาพตามบริบทของตนและหน่วยงาน
- 2) ผู้บริหาร ควรพิจารณาสนับสนุนให้มีการวิจัยเพื่อพัฒนาการบริการเลิกดื่มสุราในผู้ป่วยสุรา
- 3) ผู้บริหารควรทำเป็นตัวอย่างและส่งเสริม สนับสนุนให้บุคลากรในหน่วยงานเลิกดื่มสุรา และยาเสพติดทุกชนิด ดังคำกล่าวที่ว่า ทำให้ดูเป็นตัวอย่าง คือการสอนที่ดีที่สุด

7.2 ข้อเสนอแนะสำหรับผู้บำบัดรักษาผู้ป่วยสุรา

- 1) การนำรูปแบบกิจกรรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดื่มสุราไปใช้ควรให้ความสำคัญกับสื่อที่นำไปใช้ประกอบการสอนในการจัดกิจกรรมแต่ละกิจกรรมด้วย ทั้งนี้เพื่อช่วยในการสร้างความสนใจของผู้ป่วยสุรา ซึ่งสามารถใช้สื่อมัลติมีเดียที่สามารถหาได้จากทางอินเทอร์เน็ต
- 2) การเลือกประเด็นปัญหาหรือสถานการณ์ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพเพื่อให้ผู้ป่วยร่วมกันอภิปรายนั้น ควรเลือกประเด็นปัญหาหรือสถานการณ์ปัญหาสุขภาพหรือปัญหาการดำเนินชีวิตที่เกิดจากการดื่มสุราเพื่อให้ผู้ป่วยเกิดความตระหนักและมีความสนใจที่ถูกต้องเหมาะสมและนำไปสู่การไม่ดื่มสุรา
- 3) การให้กำลังใจ กล่าวชมเชย และรับฟังความคิดเห็นของผู้ป่วยสุราเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้เลิกดื่มสุราได้
- 4) บุคลิกภาพของผู้บำบัดควรเป็นกันเอง เข้ากับผู้ป่วยได้ เป็นคนเปิดเผยและมีวิธีการให้แรงเสริมที่เหมาะสมกับผู้ป่วยเสพติดสุรา

7.3 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

- 1) การศึกษาผลของการจัดกิจกรรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดื่มสุราของผู้ป่วยสุราในโรงพยาบาลอัญญารักษ์อื่น ๆ เช่น โรงพยาบาลอัญญารักษ์แม่ฮ่องสอน ขอนแก่น อุดรธานี สงขลา และปัตตานี เป็นต้น
- 2) การศึกษารูปแบบการบำบัดรักษาผู้ป่วยสุราตามหลักศาสนา เช่น ศาสนาพุทธ คริสต์ อิสลาม พราหมณ์ ฮินดู เป็นต้น

3) การศึกษาผลของการจัดกิจกรรมตามรูปแบบกิจกรรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดื่มสุรา โดยแบ่งเป็นระดับการติด ร่วมกับการศึกษาจิตวิเคราะห์ การแก้ไขปัญหการดื่มสุราตามระดับการติด

4) การศึกษาเปรียบเทียบผลของรูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดื่มสุราระหว่างผู้ป่วยเสพติดสุราหญิงและชาย

5) ควรมีการศึกษาติดตามผลเป็นระยะทุกเดือนอย่างต่อเนื่อง เพื่อดูความคงทนของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการดื่มสุรา

บรรณานุกรม

พระครูนิวาทิวิริยธรรม (เพียร ตปคุโณ). “รูปแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาแก้ปัญหาการดื่มสุรา”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2552.

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). พุทธธรรม, พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2546.

พันธัญญา กิตติรัตน์ไพบุลย์ และคณะ, คู่มือสำหรับผู้อบรมการดูแลผู้มีปัญหาการดื่มสุราเบื้องต้น สำหรับเบื้องต้นสำหรับบุคลากรสุขภาพ, แผนงานการพัฒนาาระบบ รูปแบบ และวิธีการบำบัดรักษาผู้มีปัญหาการบริโภคสุราแบบบูรณาการ (ผรส), เชียงใหม่ : วนิดาการพิมพ์, 2553.

พันธัญญา กิตติรัตน์ไพบุลย์ และคณะ. “ภาวะฆ่าตัวตายในผู้ติดสารเสพติดและสุรา”. วารสารสวนปรุง, ปีที่ 21 ฉบับที่ 1 (ม.ค.-เม.ย.2548).

เพริศพรรณ แดนศิลป์. “ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโยนิโสมนสิการที่มีต่อปัญหาในภาวะความสัมพันธ์เชื่อมโยงและภาวะความเปลี่ยนแปลง”. วิทยานิพนธ์ปริญญาคุฎกบัณฑิต, สาขาจิตวิทยา คณะจิตวิทยา: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2550.

โรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราชชนกรินทร์ กรมสุขภาพจิต. รายงานประจำปี 2552. นครราชสีมา : โรงพยาบาลจิตเวชนครราชสีมาราชชนกรินทร์, 2552.

สถาบันธัญญารักษ์. สถิติการบำบัดรักษาผู้ป่วยปีงบประมาณ 2548-2550. ปทุมธานี : สถาบันธัญญารักษ์, 2550.

สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี. “การพัฒนาคน”. http://www.doitung.org/sald_human_development.php?Lang=th, พฤษภาคม, 2558.

สมภพ เรื่องตระกูล. ยาเสพติดมหันตภัยเงียบที่ป้องกันได้. กรุงเทพมหานคร : เรือนแก้วการพิมพ์, 2543.

- สรินยา ศรีเพชรารุช. **บทนำสู่ศาสตร์แห่งกิจกรรมการดำเนินชีวิต**. เอกสารประกอบการบรรยายวิชา 513705. ภาควิชากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2549.
- สุภาพร ชินชัย, วรรณนิภา บุญระยอง และ จันญญา ปัญญามี. **หลักเบื้องต้นทางกิจกรรมบำบัด**, เชียงใหม่: ภาควิชากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2543.
- อัจฉราพร นัตสาสาร. “สาเหตุการกลับไปเสพติดสุราซ้ำของผู้ที่ผ่านการบำบัดรักษาจากศูนย์บำบัดรักษายาเสพติดเชียงใหม่”. **วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต**. (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2548.
- Lewin, J. E. & Reed, C. A.. **Creative Problem Solving in Occupational Therapy; with stories about children**. Philadelphia: Lippincott, 1998.
- Rebeiro, K. J., Occupation-as-mean to mental health: A review of literature, and a call for research, **Canadian Journal of Occupational Therapy**, 1998, 65 : 12-19.
- Reed, K. L. & Sanderson, S. N.. **Concepts of Occupational Therapy**. 4th ed. Philadelphia. PA: Lippincott Williams & Wilkins, 1999.
- Roger, J. C. & Holm, M. B.. Occupational therapy diagnostic reasoning : a component of clinical reasoning. **American Journal of Occupational Therapy**. 1991, 45(11) :1045-1053.

ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวและ
ความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนกับจิตสาธารณะของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม

THE RELATIONSHIPS OF KNOWLEDGE AND UNDERSTANDING ON CHILD
REARING BY THE FAMILY AND KNOWLEDGE AND UNDERSTANDING ON
CHILD CARE BY THE SCHOOL WITH PUBLIC-MINDEDNESS OF PRATHOM
SUKSA VI STUDENTS AT ANUBAN KAMPHAENGAEN SCHOOL IN
NAKHONPATHOM PROVINCE

จักรกริช ชื่นกลิ่นชูบ*
จิระสุข สุขสวัสดิ์**
วัลภา สบายยิ่ง***

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวและระดับความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียน และระดับจิตสาธารณะของกลุ่มตัวอย่าง 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวและความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนกับจิตสาธารณะของกลุ่มตัวอย่าง และ 3) เพื่อสร้างสมการทำนายจิตสาธารณะของกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลกำแพงแสน จังหวัดจำนวน 118 คน ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) แบบทดสอบความรู้ความเข้าใจในเรื่องการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว 2) แบบทดสอบความรู้ความเข้าใจในเรื่องการอบรมดูแลของโรงเรียน และ 3) แบบวัดเรื่องจิตสาธารณะ โดยมีค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ 0.74 0.85 และ 0.85 ตามลำดับ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ ผลการวิจัยปรากฏว่า 1) กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนจิตสาธารณะ คะแนนความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว และคะแนนความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนอยู่ในระดับสูงทั้งหมด 2) ความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวและความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับจิตสาธารณะของกลุ่มตัวอย่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .52 และ .50 ตามลำดับ 3) ตัวแปรความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวและตัวแปรความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียน มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงกับจิตสาธารณะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยสามารถร่วมกันพยากรณ์จิตสาธารณะของกลุ่มตัวอย่าง ได้ร้อยละ 29 และสามารถเขียนสมการทำนายได้คือ $Z' = .32X_1 + .25X_2$

คำสำคัญ : จิตสาธารณะ ความเข้าใจ ครอบครัว

*นักศึกษาลัทธิปริญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

**อาจารย์ประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ แขนงวิชาการแนะแนว มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

***ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ แขนงวิชาการแนะแนว มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

ABSTRACT

The purposes of this research were 1) to study the knowledge level of parenting and the knowledge level of raising student and the level of public mind from elementary school grade 6 Anuban Kamphaeng Saen in Nakhon Pathom city 2) to study the relationship among the knowledge of parenting and the knowledge of raising student and the public mind of Anuban Kamphaeng Saen grade 6 students 3) to create the principle of psychology prediction on elementary school grade 6 from Anuban Kamphaeng Saen in Nakhon Pathom city. The research sample consisted of 118 elementary school grade 6 students of Anuban Kamphaengsaen, obtained by simple random sampling. The data collecting instruments were 1) a parenting of family assessment scale 2) a raising student assessment scale 3) a public mind assessment scale with reliability coefficient of .85, .74 and .85 respectively. Statistics for data analysis were the percentage, mean, standard deviation, correlation analysis and multiple regress analysis. Research results expressed that 1) the overall rating mean of public mind of elementary school grade 6 students was at very high level and the parenting factors and the raising student factors were also at very high level 2) parenting influenced public mind of elementary school grade 6 students of Anuban Kamphaengsaen in Nakhon Pathom city significantly at 0.1 and correlation coefficient was .52 ,while school parenting factors have no influence on public mind of elementary school grade 6 students of Anuban Kamphaengsaen in Nakhonpathom city 3) both parenting factors and raising student factors had a linear relationship with public mind of elementary school grade 6 students significantly at 0.1 and predicting the percentage of public mind by 29 percent , and the predicting equation was as follow $Z' = .32X_1 + .25X_2$

Keywords: Public mind, Understanding, Family

1.บทนำ

การเปลี่ยนแปลงของสังคมอย่างรวดเร็ว ทำให้เกิดปัญหาสำคัญ คือ ปัญหาด้านพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็กและเยาวชน (ชัยวัฒน์ สุทธิรัตน์, 2553) เช่น เด็กประพฤติตัวไม่อยู่ในกรอบศีลธรรมและจริยธรรม การขาดระเบียบวินัย ไม่ใส่ใจเรื่องของส่วนรวม รวมทั้งการทำลายสิ่งแวดล้อม และของสาธารณะส่วนรวม (อ้อมใจ วงษ์มณฑา, 2553, 4) นักเรียนส่วนใหญ่ยังขาดจิตสาธารณะอยู่มากและให้ความสำคัญกับประโยชน์ของตนเองมากกว่าประโยชน์ของส่วนรวม การปลูกฝังให้นักเรียนมีจิตสาธารณะ มีความสำคัญมากเพราะเป็นการพัฒนาคน พัฒนาสังคม และพัฒนาประเทศชาติ ถ้านักเรียนขาดจิตสาธารณะทำให้เกิดการเห็นแก่ตัวแย่งกันใช้ของสาธารณะส่วนรวม เอาสิ่งของสาธารณะมาเป็นสมบัติส่วนตัวไม่แบ่งปันให้บุคคลอื่นได้ใช้ ขาดระเบียบวินัย และไม่สนใจความเดือดร้อนของบุคคลรอบข้าง จิตสาธารณะจึงเป็นคุณลักษณะที่สำคัญในการพัฒนาคนให้เป็นผู้มีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เพื่อให้สังคมเป็นสุข ในปัจจุบันจิตสำนึกสาธารณะเป็นประเด็นสำคัญที่อยู่ในความสนใจของคนในสังคมอย่างกว้างขวาง เนื่องจาก สังคมจะพัฒนาไปได้อย่างยั่งยืนคนในสังคมต้องร่วมมือร่วมใจกัน เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตน มีจิตสำนึกที่จะบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม รักและหวง

แผนทรัพยากรท้องถิ่นและทรัพยากรของชาติ ดังนั้น การปลูกฝังจิตสำนึกให้เกิดขึ้นจึงเป็นเรื่องที่ควรส่งเสริม เพื่อให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้และเป็นคนดีที่มีคุณภาพของสังคมไทย

จิตสำนึก คือการมีความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม การถือเป็นหน้าที่ที่จะมีส่วนร่วมในการรักษาของสาธารณะส่วนรวม และการอาสาในการทำประโยชน์ให้แก่ประเทศชาติด้วยความเต็มใจการเคารพสิทธิในการใช้ของสาธารณะส่วนรวมของผู้อื่นและการใช้ของส่วนรวมอย่างมีความรับผิดชอบ โดยถูกสะสมผ่านกระบวนการคิด เกิดการรับรู้ เป็นความสำนึกที่เกิดขึ้นในจิตใจ ส่งผลในการปฏิบัติของบุคคลนั้นๆ เมื่อได้รับการกระตุ้นจากปัจจัยภายนอก ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัว การอบรมดูแลของโรงเรียน และนโยบายทางการเมือง การที่เราจะปลูกฝังจิตสำนึกให้บุคคลใดก็ตาม ควรเริ่มต้นจากการปลูกฝังจิตสำนึกสาธารณะตั้งแต่วัยเด็ก ดีกว่าวัยผู้ใหญ่ บุญกา จันทระเกตุ (2555) กล่าวว่า การปลูกฝังจิตสำนึกให้เกิดขึ้นในตัวบุคคล ควรได้รับการปลูกฝังมาตั้งแต่วัยเด็ก เพราะเด็กสามารถรับรู้สิ่งที่ตั้งมาจากพ่อแม่ที่บ้าน รับรู้จากผู้หลักผู้ใหญ่ ผู้นำชุมชน พระสงฆ์ และสถาบันการศึกษาที่นอกจากจะอบรมสั่งสอนทั้งด้านวิชาการ ยังจะต้องอบรมคุณธรรมจริยธรรม เพื่อพัฒนาจิตใจในการช่วยเหลือผู้อื่น มีความอ่อนน้อมถ่อมตน เตรียมเข้าสู่การพัฒนาจิตใจตนเอง สู่จิตสำนึกสาธารณะต่อไปในอนาคต การปลูกฝังจิตสำนึกในส่วนที่เกี่ยวข้องกับสถาบันครอบครัว พ่อแม่หรือผู้ปกครองและเครือญาติที่อาศัยอยู่ในครัวเรือนเดียวกัน บุคคลเหล่านั้นจะเพิ่มบทบาทที่สำคัญในการอบรมสั่งสอน ปลูกฝังจิตสำนึกที่ถูกต้องให้แก่เด็ก (เอมอร แสนภูวา, 2555, 7) ดังนั้น บิดามารดาหรือผู้ปกครองจึงมีอิทธิพลในการอบรมสั่งสอนการมีจิตสำนึกให้เด็กมีความรับผิดชอบต่อตนเอง และสังคม ส่งผลต่อการเกิดคุณธรรม จริยธรรม และพฤติกรรมการมีจิตสำนึก สอดคล้องกับงานวิจัยของ พรสุตา ศรีปัญญา (2553) พบว่า ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อจิตสำนึกของนักเรียน ได้แก่ อัตมโนทัศน์ ความฉลาดทางอารมณ์ เจตคติต่อจิตสำนึก คุณธรรมจริยธรรมด้านความรับผิดชอบต่อสังคม คุณธรรมจริยธรรมด้านความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และคุณธรรมจริยธรรมด้านความกตัญญู สามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยจิตสำนึกได้ร้อยละ 60 เช่นเดียวกับงานวิจัยของ ศิริสุข นาคะเสนีย์ ชูลี ปัญจะผลินกุล และ ศศิวิมล โมอ่อน (2557) พบว่าปัจจัยภายในด้านเหตุผลเชิงจริยธรรม และปัจจัยภายนอกด้านการสนับสนุนจากครอบครัว มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมจิตสำนึก อยู่ในระดับมากที่สุด นอกจากการปลูกฝังจิตสำนึกของสถาบันครอบครัวแล้ว สถาบันการศึกษาก็มีส่วนสำคัญในการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนานักเรียนให้เป็นคนดี มีความรู้ มีคุณภาพชีวิตที่ดี เติบโตเป็นเยาวชนที่ดีของประเทศชาติ ดังพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ (พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ, 2542 แก้ไขเพิ่มเติม ฉบับที่ 2, 2545 และฉบับที่ 3, 2553) ที่เน้นให้ความสำคัญในด้านการพัฒนาคุณภาพผู้เรียนให้เป็นคนดี มีคุณภาพ มีจิตสำนึก รักษาความเป็นไทย ให้มีทักษะในการคิดวิเคราะห์ มีทักษะด้านเทคโนโลยี มีความคิดสร้างสรรค์ สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

การปลูกฝังจิตสำนึกในส่วนที่เกี่ยวข้องกับสถาบันการศึกษา ถือเป็นเรื่องจำเป็นอย่างยิ่งโดยกระทรวงศึกษาธิการ ได้กำหนดทิศทางการพัฒนาการศึกษาของประเทศ (แผนพัฒนาการศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการ ฉบับที่ 11, 2555-2559, 4-5) มุ่งเน้นปลูกฝังและส่งเสริมให้ผู้เรียนมีศีลธรรม คุณธรรม จริยธรรม มีจิตสำนึกในความเป็นไทย มีจิตสำนึก คำนึงถึงผลประโยชน์ส่วนรวม และใช้ทรัพยากรอย่างมีประสิทธิภาพ สามารถอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นอย่างมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปริญญา จันทะเลิศ (2556) พบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนโพธิ์สนมอนุเคราะห์สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพิจิตร เขต 2 มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาเกี่ยวกับจิตสำนึก 3 ด้านคือ ด้านการรักษาความสะอาด ด้านการรักษาทรัพย์สินของส่วนรวม และด้านการเสียสละเพื่อส่วนรวม เพราะครูมีภาระงานอื่น นอกเหนือจากงานสอนทำให้การดูแลนักเรียนในการทำกิจกรรมต่างๆไม่ต่อเนื่อง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของพระมหาชำนาญ กตมโม (2555) พบว่าการศึกษาด้านจิตสำนึกในพระพุทธศาสนาเถรวาท คือการนำ

หลักที่ 6 มาใช้กับสถาบันครอบครัว การศึกษา ศาสนา และการเมือง สามารถสร้างจิตสำนึกความรับผิดชอบได้เป็นอย่างดี บุคคลสามารถทำตามหน้าที่ของตนได้อย่างเหมาะสม เช่น ในสถานศึกษา ครูมีหน้าที่แนะนำสั่งสอน ให้ความรู้ศิษย์ ศิษย์ต้องให้ความเคารพ ตั้งใจเรียน เป็นต้น การที่นักเรียนมีจิตสาธารณะในการช่วยเหลือสังคมตามแต่โอกาสของนักเรียน เป็นการเรียนรู้จนสามารถพัฒนาเป็นลักษณะนิสัยของนักเรียน มีจิตสำนึกที่ดี มีความรับผิดชอบ รู้จักเสียสละเพื่อส่วนรวม และสามารถปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

ด้วยเหตุผลดังกล่าวจึงจำเป็นต้องอย่างยิ่งที่สถาบันครอบครัวและสถาบันการศึกษาต้องร่วมมือกันในการพัฒนาจิตสาธารณะของบุตรหลานที่กำลังศึกษาเล่าเรียนในสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารแนวคิด ทฤษฎี และผลการวิจัยที่ชี้ให้เห็นว่าการที่บุคคลมีจิตสาธารณะรู้จักการเสียสละเพื่อส่วนรวมนั้นเป็นผลมาจากความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวและการอบรมดูแลของโรงเรียน เพื่อนำไปเป็นแนวทางให้ในการบริการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแก่นักเรียน และการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริม เจตคติ ความคิด ค่านิยมของนักเรียนให้เกิดความคิดเชิงบวกด้านการมีจิตสาธารณะ ซึ่งจะส่งผลให้สามารถปรับตัวอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข เป็นเยาวชนที่ดีของครอบครัว สังคม และประเทศชาติ

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว ระดับความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียน และระดับจิตสาธารณะของกลุ่มตัวอย่าง
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวและความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนกับจิตสาธารณะของกลุ่มตัวอย่าง
3. เพื่อสร้างสมการทำนายจิตสาธารณะของกลุ่มตัวอย่าง

3. ขอบเขตของการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง ที่ใช้ในการวิจัยนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม ปีการศึกษา 2559 จำนวน 118 คน ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย โดยใช้สัดส่วนตามตารางเครจซีและมอร์แกน (Krejcie and Morgan, 1970, 608-610) จากรายชื่อนักเรียน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มีรายละเอียด ต่อไปนี้

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล เป็นข้อมูลเกี่ยวกับเพศ
2. แบบวัดเรื่องจิตสาธารณะ มีลักษณะเป็นแบบเลือกตอบ จำนวน 27 ข้อ มีองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ 1) ด้านการหลีกเลี่ยงการกระทำให้เกิดความเสียหายต่อสิ่งของที่ใช้ประโยชน์ส่วนรวม 2) ด้านการเคารพสิทธิบุคคลอื่นในการใช้ของสาธารณะส่วนรวม และ 3) ด้านการถือปฏิบัติหน้าที่ที่จะมีส่วนร่วมในการรักษาของสาธารณะส่วนรวม มีค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ .85

3. แบบทดสอบความรู้ความเข้าใจในเรื่องการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว มีลักษณะเป็นแบบเลือกตอบ จำนวน 17 ข้อ มีองค์ประกอบ 2 ด้าน ดังนี้ 1) ด้านการเป็นต้นแบบที่เหมาะสมของผู้ปกครอง และ 2) ด้านการสอนทักษะการดำเนินชีวิตในสังคม มีค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ .74

4. แบบทดสอบความรู้ความเข้าใจในเรื่องการอบรมดูแลของโรงเรียน มีลักษณะเป็นแบบเลือกตอบ จำนวน 29 ข้อ มีองค์ประกอบ 3 ด้าน ดังนี้ 1) ด้านการส่งเสริมให้ผู้เรียนพัฒนาตนเองอย่างเต็มศักยภาพ 2) ด้านการพัฒนาทักษะชีวิตของผู้เรียนในโรงเรียน และ 3) ด้านการจัดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ มีค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ .85

4. วิธีการดำเนินงานวิจัย

การเก็บรวบรวมข้อมูล มีการดำเนินการเก็บข้อมูลตามลำดับขั้นตอนต่อไปนี้

1. ผู้วิจัยติดต่อขอความร่วมมือการวิจัย โดยมีบันทึกจากสาขาศึกษาศาสตรมหาวิทยาลัยสุโขทัย ธรรมาราช เพื่อขอความอนุเคราะห์จากผู้อำนวยการโรงเรียนอนุบาลกำแพงแสน จังหวัด นครปฐม
2. หลังจากได้รับการอนุมัติจากโรงเรียนอนุบาลกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) โดยทำรายชื่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทั้งหมดและใช้วิธีสุ่มอย่างง่ายจนครบจำนวน 118 คน
3. ผู้วิจัยติดต่อนัดหมายขอความร่วมมือกับผู้อำนวยการโรงเรียน ครูประจำชั้นนักเรียน เพื่อขอเข้าเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง
4. ผู้วิจัยได้ดำเนินการตรวจสอบความครบถ้วนของแบบสอบถาม และนำคะแนนมาวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้สถิติวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product – Moment correlation Coefficient) และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบพร้อมกัน

5. ผลการวิจัย

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน ข้อมูลส่วนบุคคล

ผลการวิจัย พบว่า นักเรียนในกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 61.01 และเพศชาย จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 38.99

2. ผลการวิเคราะห์ระดับความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว ระดับความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนและระดับจิตสาธารณะของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม

ผลการวิจัย พบว่า คะแนนของความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว คะแนนความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียน และคะแนนจิตสาธารณะอยู่ในระดับสูงทั้งหมด โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 13.38 (SD=2.31) 22.47 (SD=4.01) และ 22.11 (SD=2.97) ตามลำดับ

3. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวและ ความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนกับจิตสาธารณะ

ผลการวิจัย พบว่า ความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวกับจิตสาธารณะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับจิตสาธารณะที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .52 และความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนกับจิตสาธารณะมีความสัมพันธ์ทางบวกกับจิตสาธารณะที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .50

4. ผลการวิเคราะห์ความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวและ ความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนที่ส่งผลต่อจิตสาธารณะของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม

ผลการวิจัย พบว่า ความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว และความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนร่วมกันส่งอิทธิพลกับจิตสาธารณะของกลุ่มตัวอย่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยตัวแปรทั้งสองร่วมกันอธิบายการผันแปรจิตสาธารณะของกลุ่มตัวอย่างได้ร้อยละ 29 และสามารถ

เขียนสมการพยากรณ์จิตสาธารณะในรูปแบบคะแนนดิบได้ คือ $Y' = 12.33 + .42X_1 + .19X_2$ เมื่อแปลงคะแนนดิบ เป็นคะแนนมาตรฐาน จะได้สมการพยากรณ์จิตสาธารณะ ในรูปแบบคะแนนมาตรฐาน คือ $Z' = .32X_1 + .25X_2$

6. สรุปการอภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษา ความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว ความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนกับจิตสาธารณะ ผลการศึกษานำมาอภิปรายผลตามสมมติฐานงานวิจัยได้ดังนี้

1. ผลการวิเคราะห์ระดับความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว ระดับความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนและระดับจิตสาธารณะของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว คะแนนความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนและคะแนนจิตสาธารณะอยู่ในระดับสูงทั้งหมด

การที่นักเรียนจะมีจิตสาธารณะเกิดขึ้นได้มีหลายองค์ประกอบมารวมกัน ต้องอาศัยกระบวนการรับรู้ การคิด การจดจำตัวอย่าง การเรียนรู้ และได้รับการถ่ายทอดจิตสาธารณะผ่านการอบรมสั่งสอนจากครอบครัวและจากโรงเรียน การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวที่ถ่ายทอดให้นักเรียน คือ การเป็นต้นแบบที่ดี ด้านการมีพฤติกรรมจิตสาธารณะ เช่น การเคารพกฎหมาย การทิ้งขยะลงถังขยะ การเข้าคิวในการซื้อสินค้า การอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ และการใช้ของสาธารณะส่วนรวมอย่างประหยัด เป็นต้น ดังนั้นนักเรียนจึงเลียนแบบพฤติกรรมของบุคคลในครอบครัวโดยเฉพาะพ่อแม่หรือผู้ปกครองและปฏิบัติตามจนติดเป็นนิสัย ส่วนตัวของนักเรียน ส่วนการอบรมดูแลของโรงเรียน คือ การจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมและพัฒนาจิตสาธารณะ เช่น การรณรงค์ทิ้งขยะในถังขยะ กิจกรรมทำความสะอาดวัดที่อยู่ติดกับโรงเรียน และกิจกรรมจิตอาสาช่วยเหลือวัดในช่วงจัดงานประจำปี เป็นต้น โรงเรียนมีกิจกรรมเพื่อส่งเสริมจิตสาธารณะหลายกิจกรรม แบ่งเป็นกิจกรรมรายวัน กิจกรรมรายเดือน กิจกรรมทุก 3 เดือน และกิจกรรมทุก 1 ปี ดังนั้นการมีจิตสาธารณะของนักเรียนแต่ละคนจึงมีมากน้อยไม่เท่ากันขึ้นอยู่กับจิตสำนึกและการเรียนรู้ของแต่ละคน สอดคล้องกับงานวิจัยของ นวรินทร์ ตาก้อนทอง (2555) ที่กล่าวว่า แนวทางในการพัฒนาจิตสาธารณะคือ สถาบันการศึกษาต้องจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาคนให้มีจิตสำนึกเป็นมนุษย์เต็มที่ สถาบันครอบครัวเป็นจุดเริ่มต้นที่จะช่วยให้นักเรียนเกิดสำนึกเห็นความสำคัญของส่วนรวม และสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระสุวรรณ ปูนอ่อน (2555) พบว่า มีปัจจัยด้านจิตสาธารณะอยู่ในระดับสูง โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อย คือ ด้านประสบการณ์ทางสังคม ด้านการสนับสนุนจากครอบครัว การปฏิบัติตนตามหลักสัจจกัณฑ์ และด้านเหตุผลเชิงจริยธรรม

2. ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวและ ความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนกับจิตสาธารณะ พบว่า ความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว ความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนมีความสัมพันธ์ทางบวกกับจิตสาธารณะของกลุ่มตัวอย่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .52 และ .50 จึงสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

การที่นักเรียนมีพฤติกรรมจิตสาธารณะจะทำให้ชุมชนเกิดความสงบสุข ซึ่งปัจจัยที่ทำให้เกิดพฤติกรรมจิตสาธารณะได้แก่ การมีความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว และการเป็นต้นแบบด้านจิตสาธารณะของคนในครอบครัวและในชุมชน พ่อแม่อบรมสั่งสอนรวมถึงการทำตนเป็นแบบอย่างให้นักเรียน เช่น การสอนให้ช่วยกันรักษาความสะอาดภายในบริเวณบ้าน การสอนให้ช่วยกันประหยัดการใช้น้ำ

และไฟฟ้า การทิ้งขยะลงถังขยะ การอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ และการแบ่งปันการใช้ของสาธารณะ ส่วนรวม เป็นต้น สอดคล้องกับกัญจน์คหฺฐ ปิยะกาญจน์ (2553, 101-102) ที่กล่าวว่า การปลูกฝังคุณธรรม และจริยธรรมในครอบครัว บิดามารดาใช้วิธีการการปลูกฝังคุณธรรมแก่บุตรของตน คือ 1) การสั่งสอนโดยตรง ใช้วิธีการอบรม สั่งสอนในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้า 2) การเป็นต้นแบบ โดยมีตัวแบบ 3 ประเภท คือ 1. ตัวแบบจริง ได้แก่ บิดามารดาแสดงให้เห็นจริง 2. ตัวแบบสัญลักษณ์ ได้แก่ ตัวแบบในโทรทัศน์ ภาพยนตร์ โดยการดูหนัง ดูละคร ร่วมกันระหว่างบิดามารดาและบุตร 3. ตัวแบบคำบอกเล่า ได้แก่ การเล่าให้ฟัง นำหนังสือมาให้อ่าน เช่น หนังสือนิทาน หนังสือประวัติศาสตร์ เป็นต้น 3) สอดแทรกขณะทำกิจกรรมยามว่างร่วมกัน 4) ใช้หลักศาสนา ได้แก่ การชวนบุตรไปทำบุญที่วัด ฝึกให้นั่งสมาธิก่อนนอน เป็นต้น และสอดคล้องกับทฤษฎีปัญญาสังคมของ Bandura (Bandura, 1986, 51-69 อ้างถึงใน สุภะรัฐ ยอดระบำ, 2554, 17) ที่กล่าวว่า ตัวแบบที่ใกล้ชิดมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะกระบวนการแรกในการเรียนรู้คือ ความสนใจ เป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่างตัวแบบและผู้เรียนแบบ การแสดงออกของตัวแบบที่อยู่ใกล้ชิด จะแสดงให้เห็นพฤติกรรมที่แสดงต่อสิ่งหนึ่งให้เด็กได้เห็นมากกว่าผู้อื่น เช่น การที่พ่อแม่พูดกับลูก การเล่นกีฬา การขับรถยนต์ เด็กก็จะรับรู้ถึงพฤติกรรมนั้นทำให้เกิด กระบวนการเก็บจำ (Retention Processes) พฤติกรรมการพูดและการกระทำของพ่อแม่ไว้โดยการทบทวนการพูดและการกระทำของพ่อแม่ เช่น เด็กได้รับคำชมเมื่อพูดจาสุภาพเรียบร้อย ทำให้เด็กเกิดความรู้สึกลึกว่าเขามีคุณค่า มีความภูมิใจ พร้อมทั้งจะแสดงพฤติกรรมการพูดด้วยคำสุภาพต่อไป สอดคล้องกับงานวิจัยของยุรัตน์ เดชสมอติ (2559, 117) พบว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณลักษณะจิตสาธารณะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เพราะครอบครัวเป็นกลุ่มแรกที่ทำหน้าที่ถ่ายทอดพฤติกรรมทางสังคมโดยผ่านวิธีการอบรมเลี้ยงดู สอดคล้องกับงานวิจัยของอารีวรรณ คูหะเพ็ญแสง (2559, 103) พบว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ส่งผลต่อพฤติกรรมการมีจิตสาธารณะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นอกจากมีความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวแล้ว การมีความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนก็มีอิทธิพลต่อการมีจิตสาธารณะ ครูหรือบุคลากรทางการศึกษามีความรู้ความเข้าใจในการทำให้เกิดพฤติกรรมจิตสาธารณะได้แก่ การจัดเตรียมการสอน การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ และการจัดสภาพแวดล้อมของโรงเรียนเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ เป็นต้น สอดคล้องกับงานวิจัยของดวงจันทร์ วรคามิน และคณะ (2559, 93) พบว่า นักเรียนที่ได้รับการอบรมดูแลแบบเอาใจใส่ จะมีคะแนนจิตสาธารณะมากกว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมดูแลแบบอื่น ๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของพรพิชญ์ วิริยากุลภักดิ์ (2553) พบว่า นักเรียนที่ใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวพัฒนาจิตสำนึกสาธารณะ มีจิตสำนึกสูงกว่านักเรียนที่เรียนโดยใช้ข้อเสนเทศเพื่อการแนะแนว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. ผลการวิเคราะห์ความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวและความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนที่ส่งผลต่อจิตสาธารณะของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนอนุบาลกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม พบว่า ตัวแปรความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวร่วมกับตัวแปรความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนสามารถพยากรณ์ทำนายจิตสาธารณะได้ ร้อยละ 29 และสามารถพยากรณ์จิตสาธารณะในรูปแบบคะแนนมาตรฐาน คือ $Z' = .32X_1 + .25X_2$ จึงสนับสนุนสมมติฐานที่ตั้งไว้

การที่ผู้ปกครองมีความรู้ความเข้าใจในวิธีการอบรมเลี้ยงดูและคุณครูมีความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลนักเรียนเป็นปัจจัยที่สำคัญ ในการปลูกฝังจิตสาธารณะให้กับกลุ่มตัวอย่าง เพราะพ่อแม่และคุณครูเป็นบุคคลที่มีความใกล้ชิดสนิมสนมกับกลุ่มตัวอย่าง การมีความรู้ความเข้าใจในอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัวและการมีความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลจากโรงเรียนที่ดีส่งผลต่อการมีจิตสาธารณะเพิ่มขึ้น และการที่

นักเรียนมีจิตสาธารณะเพิ่มขึ้นเมื่อร่วมมือกับคนในชุมชนสามารถสร้างประโยชน์ให้เกิดแก่ชุมชน ร่วมทำกิจกรรมเพื่อส่วนรวม หลีกเลี่ยงการใช้หรือการกระทำที่ก่อให้เกิดความเสียหายต่อสิ่งที่ใช้ประโยชน์ร่วมกันของชุมชน และเคารพสิทธิบุคคลอื่นในการใช้ของสาธารณะสมบัติส่วนรวม การที่พ่อแม่เป็นต้นแบบที่ดีในการหลีกเลี่ยงการกระทำที่ก่อให้เกิดความเสียหายต่อสิ่งที่ใช้ประโยชน์ส่วนรวม เช่น เมื่อพ่อใช้ห้องน้ำสาธารณะเสร็จแล้วก็เปิดก๊อกน้ำล้างมือเมื่อล้างมือเสร็จพ่อก็ปิดก๊อกน้ำให้สนิท เป็นต้น การเป็นต้นแบบที่ดีในการเคารพสิทธิบุคคลอื่นในการใช้ของสาธารณะสมบัติส่วนรวม เช่น เมื่อพ่อจอดรถยนต์ที่ลานจอดของห้างสรรพสินค้าคร่อมเลนพ่อก็ขยับรถยนต์ให้ตรงช่องจอดรถยนต์ เป็นต้น และการเป็นต้นแบบที่ดีในการถือเป็นหน้าที่ที่จะมีส่วนร่วมในการรักษาของสาธารณะส่วนรวม เช่น เมื่อพ่อแม่ไปบำเพ็ญประโยชน์กวาดลานวัดเมื่อเสร็จแล้วพ่อก็นำไม้กวาดไปเก็บไว้ในที่เก็บ เป็นต้น

ทั้งนี้มีการวิจัยหลายชิ้นที่สนับสนุนข้อค้นพบนี้ ดังเช่นงานวิจัยของ อารีย์ วงศ์แดง (2554) พบว่าการอบรมเลี้ยงดูด้านจิตสาธารณะของพ่อแม่ มีความสัมพันธ์กับทัศนคติต่อจิตสาธารณะ และพฤติกรรมจิตสาธารณะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับสุวิมล ชาติขำนิ (2554, 1-2) ที่ศึกษาพบว่า ปัจจัยที่สามารถพยากรณ์จิตสาธารณะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ได้แก่ การอบรมเลี้ยงดูแบบลงโทษทางจิต การสนับสนุนจากเพื่อน การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลและลักษณะมุ่งอนาคตที่ควบคุมตน สอดคล้องกับทฤษฎีการสนับสนุนทางสังคมการที่บุคคลได้รับความรัก ความเอาใจใส่ ได้รับการยกย่อง มีความผูกพัน รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งในสังคมเดียวกัน การสนับสนุนทางสังคมที่เกี่ยวกับจิตสาธารณะได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากครูผู้สอน การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน เป็นต้น และสอดคล้องกับงานวิจัยของจุฑาพร นาครอด (2554, 127-128) พบว่า การมีจิตสาธารณะได้รับอิทธิพลทางตรงจากการให้เหตุผลเชิงจริยธรรม รองลงมาได้แก่ การอบรมเลี้ยงดู การรับรู้ความสามารถของตนเองเกี่ยวกับจิตสาธารณะ การปลูกฝังจากโรงเรียน และสัมพันธ์ภาพระหว่างเพื่อน โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ .764 .702 .564 .558 และ .248 ตามลำดับ

7. ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้

1. ผู้ปกครอง ครูหรือบุคลากรที่เกี่ยวข้องควรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ความเข้าใจในการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวและความรู้ความเข้าใจในการอบรมดูแลของโรงเรียนกับจิตสาธารณะ เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการมีจิตสาธารณะ เช่น คุณครูจัดกิจกรรมจิตอาสาพานักเรียนร่วมกับคนในชุมชนกวาดทำความสะอาดบริเวณวัดในวันเข้าพรรษา เพื่อให้ให้นักเรียนมีจิตสาธารณะเพิ่มมากขึ้น
2. ผู้ปกครอง ครูหรือบุคลากรที่เกี่ยวข้องควรมีผลการวิจัยไปเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับการจัดกิจกรรม การให้บริการแนะแนว และการให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยาเพื่อพัฒนาจิตสาธารณะของนักเรียน

8. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. นักศึกษาหรือผู้ที่สนใจควรทำการศึกษาวิจัยปัจจัยด้านอื่นๆ ที่สามารถช่วยเพิ่มจิตสาธารณะของนักเรียนระดับประถมศึกษา
2. นักศึกษาหรือผู้ที่สนใจควรทำการศึกษาวิจัยเชิงลึกเกี่ยวกับพฤติกรรมจิตสาธารณะของนักเรียนระดับประถมศึกษาด้วยการวิจัยเชิงคุณภาพ

บรรณานุกรม

- กัญจน์คัทธู ปิยะกาญจน์. 2553. **วิธีการปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรมแก่เยาวชน** วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาบดินทร. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- จุฑาพร นาครอด. 2554. **ปัจจัยเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อการมีจิตสาธารณะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ในเขตพื้นที่การศึกษากรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- ชัยวัฒน์ สุทธิรัตน์. 2553. **สอนเด็กให้มีจิตสาธารณะ**. กรุงเทพฯ: วีพริ้นท์, 14.
- ดวงจันทร์ วรคามิน และคณะ. 2559. **การศึกษาความสามารถด้านการคิดวิเคราะห์และการมีจิตสาธารณะเพื่อพัฒนาศักยภาพการเป็นคนดีคนเก่งของนักเรียน** มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต
- นรินทร์ ตาก่อนทอง. 2555. **จิตสาธารณะคุณลักษณะของเด็กไทยที่พึงประสงค์**. ออนไลน์.
[http:// www.leemeos.in.th/bloge/posts/390763](http://www.leemeos.in.th/bloge/posts/390763).
- บุณิกา จันทรเกด. 2555. **การสร้างจิตสาธารณะในสังคมไทย**. ออนไลน์. Available : [http:// www.stou.ac.th/study/sumrit/8-54,500, 1-8, 9-54,500. Html](http://www.stou.ac.th/study/sumrit/8-54,500, 1-8, 9-54,500. Html).
- ปริญญา จันทะเลิศ. 2556. **การพัฒนานักเรียนด้านจิตสาธารณะของโรงเรียนโพธิ์สนมอุเคราะห์สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาพิจิตรเขต 2**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษามหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- พรสุดา ศรีปัญญา. 2553. **ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อจิตสาธารณะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดร้อยเอ็ด**. ออนไลน์. <http://sites.google.com/site/pornsudateacher/>
- พระสุวรรณ์ ปูนอ. 2555. **ปัจจัยที่ส่งผลต่อจิตสาธารณะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษาในเขตภาคเหนือตอนล่าง**. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- พระมหาชำนาญ ฤทธิม. 2555. **การศึกษาจิตสาธารณะในพระพุทธศาสนาเถรวาท**. วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ยุรฉัตร เดชสมอดี. 2559. **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณลักษณะด้านจิตสาธารณะของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 2**. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- ศิริสุข นาคะเสนีย์ ชูลี ปัญจะพลินกุล และศศิวิมล โมอ. 2557. **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมจิตสาธารณะของนักศึกษาคณะศิลปศาสตร มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์ วิทยาเขตปทุมธานี**. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลรัตนโกสินทร์.
- สุภะรัฐ ยอดระบำ. 2554. **ปัจจัยด้านครอบครัวและจิตลักษณะที่เกี่ยวข้องกับการเกิดจิตสาธารณะของนักศึกษาชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช**. มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. 2553. **พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2553**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภา.
- สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา. 2554. **แผนพัฒนาการศึกษาของกระทรวงศึกษาธิการฉบับที่ 11 พ.ศ. 2555-2559**. กรุงเทพฯ.
- สุวิมล ขาดขำนิ. 2554. **ปัจจัยบางประการที่มีความสัมพันธ์ต่อจิตสาธารณะของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนมัธยมศึกษาในอำเภอเมือง จังหวัดสกลนคร**. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร.

- อ้อมใจ วงษ์มณฑา. 2553. ปัจจัยที่ส่งผลต่อจิตสาธารณะของนักศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์. สถาบันวัฒนธรรมศึกษากัลยาณิวัฒนา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- เอมอร แสงภูวา. 2555. จิตสำนึกถึงส่วนรวมร่วมกันของนักศึกษาระดับปริญญาตรี โปรแกรมวิชาพัฒนาชุมชนมหาวิทยาลัยราชภัฏลาวทาว. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- อารีย์ วงศ์แดง. 2554. ทศนคติและพฤติกรรมจิตสาธารณะของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียนแห่งหนึ่งในเขตกรุงเทพมหานคร. วารสารวิชาการศิลปศาสตร์ประยุกต์, 11-18.
- อารีวรรณ คูหาเพ็ญแสง. 2559. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการมีจิตสาธารณะของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นกรณีศึกษาโรงเรียนสาธิตในภาคตะวันออก. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยบูรพา.

ได้นำปราชญ์โมเดล : กระบวนการเรียนรู้แบบปราชญ์ชาวบ้านเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน

Tai num prad Model : Learning Process of Local Scholar for Sustainable Development

ธานี ชูกำเนิด*

บทคัดย่อ

ได้นำปราชญ์โมเดลคือรูปแบบกระบวนการนวัตกรรมการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนของปราชญ์ชาวบ้านภาคใต้ อันบ่งบอกถึงเรื่องราวเกี่ยวกับกระบวนการนวัตกรรมการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นภายใต้บริบทวิถีชีวิตแห่งการเรียนรู้ซึ่งมีกระบวนการสำคัญ 3 ขั้นตอนตามลำดับคือ กระบวนการสร้างนวัตกรรม(Innovation Creation) ประกอบไปด้วยขั้นตอนย้อนแลเก่าพิศ ขอบสืบสรรหา เปลี่ยนใหม่ให้แปลกกว่า และตั้งทำเตรียมลองใช้ ส่วนกระบวนการถัดมาคือการนำนวัตกรรมไปใช้ (Innovation Utilization) ประกอบไปด้วยขั้นตอนลองแล้วลองเล่า ทำเก่าทำใหม่ ให้สมดุลเอาไว้ และร่วมใจใช้ร่วมกัน ส่วนกระบวนการสุดท้ายคือกระบวนการเผยแพร่วัตกรรม (Innovation Diffusion) ประกอบไปด้วยขั้นตอนเปิดสังคมการเรียนรู้ สมรมอยู่แบบรู้วันแตกหน่อทำต่อกัน และถูกผิผิตมันเช่นนั้นเอง โดยมีปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จซึ่งประกอบด้วย ต้นแบบผู้นำดี มีวิสัยทัศน์ร่วม สวมใส่นวัตกรรม ทำเป็นพลวัต จัดการครบวงจร สอนกันฉันท์กัลยาณมิตร ใกล้ชิดแหล่งเรียนรู้ วิชาการคู่ภูมิปัญญา พึ่งพาเทคโนโลยีที่เหมาะสม และสังคมยอมรับได้

คำสำคัญ : กระบวนการ นวัตกรรม การเรียนรู้ การพัฒนา ยั่งยืน

ABSTRACT

Tai num prad Model consists of three major consecutive process steps: Innovation Creation, Innovation Utilization, and Innovation Diffusion. These three steps are primary factors to transfer the local knowledge and wisdom of the wise folk south scholars. Results from the synthesis of the process, the innovation creation consists of the process of reviewing the sources, finding out knowledge, making a difference and planning a procedure. The process of innovations utilization comprises the steps of trying out actively, responding to development, setting up the balance and supporting sufficiently. The final stage is the process of innovation diffusion comprising the steps of creating knowledge-based society, applying for living, sharing and extending results and checking out and screening. Such processes are driving the community towards sustainability. The factors that affect success include the leadership prototypes, creating shared vision, innovation adoption, dynamic approach, cyclical management, friendly communication, being close to sources of knowledge and local wisdom, relying on appropriate technology, and being socially acceptable.

Keywords: Process Innovation Learning Development Sustainable

* คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา

บทนำ

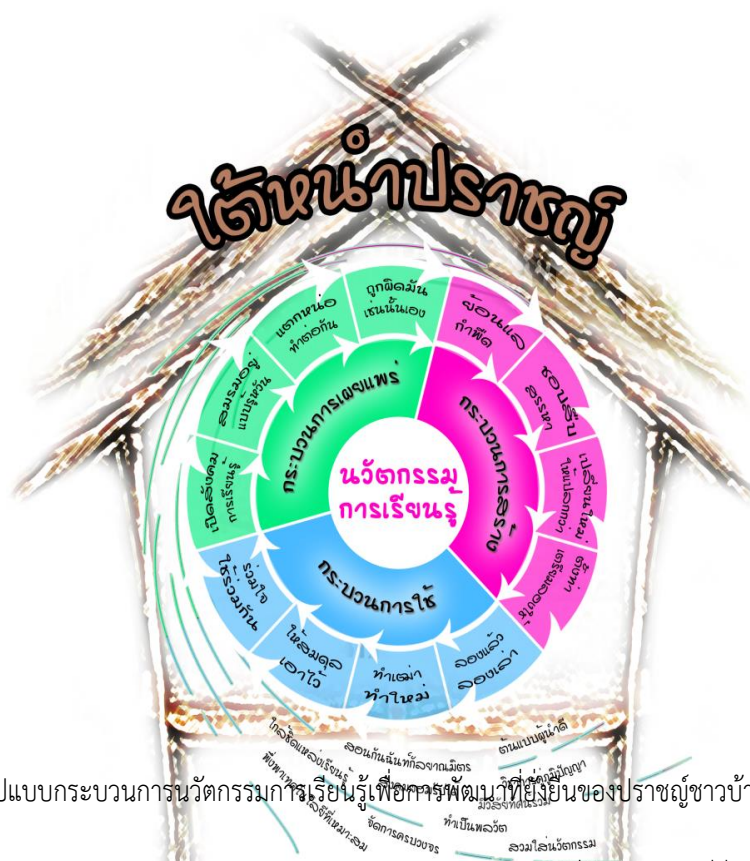
การพัฒนาประชาชนให้เป็นคนที่มีคุณภาพเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในการพัฒนาประเทศเพราะคนคือทรัพยากรที่เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศ นับตั้งแต่แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 เป็นต้นมา (พ.ศ.2540-2544) ประเทศไทยจึงได้ปรับเปลี่ยนแนวทางการพัฒนาโดยให้ความสำคัญกับการมีส่วนร่วมของประชาชนในทุกภาคส่วนของสังคมโดยยึดหลัก “คนเป็นศูนย์กลางในการพัฒนา” จนกระทั่งในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560-2564) ประเทศไทยยังคงใช้แนวปฏิบัติการพัฒนาแบบคนเป็นศูนย์กลางในการพัฒนา ภายใต้หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงและการพัฒนาที่ยั่งยืน และได้กำหนดยุทธศาสตร์สำคัญในการมุ่งพัฒนาคุณภาพคนและสังคมไทยสู่สังคมแห่ง ภูมิปัญญาและการเรียนรู้ จนนำไปสู่เป้าหมายของยุทธศาสตร์วิสัยทัศน์ของชาติที่ว่า “ประเทศไทยมีความมั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน เป็นประเทศพัฒนาแล้ว ด้วยการพัฒนาตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2560)

การจัดการศึกษาในปัจจุบันจึงเอื้อให้เกิดการเรียนรู้ในรูปแบบใหม่ที่เป็นอยู่ในสังคมไทย การหันมาให้ความสำคัญกับการศึกษาที่จัดขึ้นโดยชุมชนเพื่อส่งเสริมให้เกิดความเข้มแข็งของชุมชนกำลังเป็นกระแสที่ต้องการของสังคมอยู่ในขณะนี้ แม้ว่ารัฐหรือผู้บริหารการศึกษาของไทยในยุคนี้พึ่งต้นตอและหันมาให้ความสำคัญกับภูมิปัญญาดั้งเดิมของไทย และหลักการเรียนรู้เพื่อการพึ่งพาตนเอง แต่ในระยะเวลาที่ผ่านมา มีชุมชนจำนวนมากในสังคมกำลังให้ความสำคัญกับการจัดการศึกษาทางเลือกเพื่อวิถีชีวิตที่ยั่งยืนตามแนวคิดการเรียนรู้ตลอดชีวิต

ปราชญ์ชาวบ้านเป็นกลุ่มคนอีกกลุ่มหนึ่งที่เป็นแบบอย่างของผู้พัฒนาโดยใช้พื้นฐานทาง ภูมิปัญญา บริบททางวัฒนธรรม และนวัตกรรมแบบท้องถิ่นอย่างสมดุลควบคู่ไปกับการพัฒนาจิตใจ ความคิด และจิตสำนึกของคนให้รู้จักประมาณตน (สุนัย จุลพงศธร, 2550) เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้ตนเองสามารถหลุดพ้นจากวงจรของระบบเศรษฐกิจทุนนิยมเสรี เป็นการรวบรวมองค์ความรู้พื้นบ้านตามความถนัดของตนเพื่อค้นหา รูปแบบการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับภูมิสังคมและความต้องการที่แท้จริงของชีวิต รูปแบบการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นมีลักษณะเป็นพลวัต ส่งผลให้เกิดการพัฒนาและต่อยอดองค์ความรู้อยู่ตลอดเวลา วิถีดังกล่าวจึงนำไปสู่กระบวนการเรียนรู้เพื่อพึ่งตนเองอย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต

นวัตกรรมการเรียนรู้ของปราชญ์ชาวบ้านจึงเป็นกระบวนการสร้างสรรค์ทางความคิดและวิธีการเรียนรู้ ที่มีพัฒนาการและการประยุกต์ใช้อย่างเป็นขั้นตอน เป็นการจัดการความรู้เพื่อสร้างชุดความรู้ใหม่ และเป็นไปเพื่อเปลี่ยนแปลงด้วยความเข้าใจอย่างแท้จริง กล่าวคือเป็นการเปลี่ยนแปลงจากความรู้สู่การรู้ อย่างเข้าใจจากสถานะที่มีปัญหาไปสู่สภาพการจัดปัญหาอย่างมีสติ มีวิธีคิดกระบวนการตลอดจนเครื่องมือและการจัดการอย่างเป็นรูปธรรม รูปแบบกระบวนการนวัตกรรมการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนของปราชญ์ชาวบ้าน ภาควิชาได้แก่เช่นเดียวกัน

ได้หน้าปราชญ์โมเดล : รูปแบบกระบวนการนวัตกรรมการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน



ภาพที่ 1 รูปแบบกระบวนการนวัตกรรมการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนของปราชญ์ชาวบ้านภาคใต้

ได้น้ำปราชญ์โมเดลเป็นรูปแบบกระบวนการนวัตกรรมการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนของปราชญ์ชาวบ้านภาคใต้ หน้าที่เป็นภาษาถิ่นได้หมายถึงกระต้อมหรือที่ปักอาศัย หน้าที่ในความนี้จึงเปรียบเสมือนศูนย์การเรียนรู้ซึ่งปราชญ์ชาวบ้านใช้เป็นสถานที่สำหรับถ่ายทอดองค์ความรู้ ดังนั้นได้น้ำปราชญ์โมเดล จึงเป็นการบ่งบอกถึงเรื่องราวเกี่ยวกับกระบวนการนวัตกรรมการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นภายใต้บริบทวิถีชีวิตแห่งการเรียนรู้ที่ประกอบไปด้วยกระบวนการสำคัญ 3 ขั้นตอนตามลำดับคือ กระบวนการสร้างนวัตกรรม กระบวนการนำนวัตกรรมไปใช้ และกระบวนการเผยแพร่นวัตกรรมเป็นหลักในการถ่ายทอดองค์ความรู้ทางภูมิปัญญาของปราชญ์ชาวบ้านในภาคใต้ ซึ่งกระบวนการสร้างนวัตกรรมประกอบไปด้วยขั้นตอนย้อนแลกำพืด ชอบสืบสรรหาเปลี่ยนใหม่ให้แปลกกว่า และตั้งทำเตรียมลองใช้ ส่วนกระบวนการถัดมาคือการนำนวัตกรรมไปใช้ประกอบไปด้วยขั้นตอนลองแล้วลองเล่า ทำเก่าทำใหม่ ให้สมดุลเอาไว้ และร่วมใจใช้ร่วมกัน ส่วนกระบวนการสุดท้ายคือกระบวนการเผยแพร่นวัตกรรมประกอบไปด้วยขั้นตอน เปิดสังคมการเรียนรู้ สมรมอยู่แบบรู้หัวน แดกหน่อทำต่อกัน และถูกฝึกฝนเช่นนั้นเอง กระบวนการดังกล่าวเปรียบเหมือนฟันเฟืองที่คอยขับเคลื่อนชุมชนไปสู่ความยั่งยืน โดยมีปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จซึ่งประกอบด้วย ต้นแบบผู้นำดี มีวิสัยทัศน์ร่วม สามเสน์นวัตกรรม ทำเป็นพลวัต จัดการครบวงจร สอนกันฉันท์กล่าณมิตร ไกล่ชิดแหล่งเรียนรู้ วิชาการคู่ภูมิปัญญา พึ่งพาเทคโนโลยีที่เหมาะสม และสังคมยอมรับได้ ซึ่งปัจจัยดังกล่าวเปรียบเสมือนกระแสลมที่คอยพัดสนับสนุนให้วงล้อแห่งกระบวนการนวัตกรรมการเรียนรู้ของปราชญ์ชาวบ้านที่มีอยู่ขับเคลื่อนต่อไปไม่หยุดนิ่ง

กระบวนการเรียนรู้สำคัญ 3 ขั้นตอน

ประชาชนชาวบ้านสามารถเอาชนะปัญหาและอุปสรรคต่างๆ ได้ด้วยกระบวนการเรียนรู้ผ่านภูมิปัญญาพร้อมกับการสร้างสรรค์นวัตกรรมเพื่อเอื้อประโยชน์ทั้งต่อวิถีชีวิตของตนและสังคมส่วนรวมจนสามารถถ่ายทอดความรู้แก่ชาวบ้านและประชาชนทั่วไปให้ประสบความสำเร็จในการแก้ปัญหาชีวิตได้ยั่งยืนอย่างมีประสิทธิภาพ กระบวนการนวัตกรรมการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนของประชาชนชาวบ้านภาคใต้ประกอบไปด้วยมิติของกระบวนการที่สำคัญ 3 ขั้นตอน คือ กระบวนการสร้างนวัตกรรม(Innovation Creation) กระบวนการนำนวัตกรรมไปใช้(Innovation Utilization) และ กระบวนการเผยแพร่นวัตกรรม(Innovation Diffusion) ซึ่งสามารถอธิบายประกอบได้ดังนี้

1. กระบวนการสร้างนวัตกรรม(Innovation Creation) ได้แก่ขั้นตอน

1.1 ย้อนแล็ก้าพิต เพื่อทบทวนวิธีการดำรงชีวิต ภูมิปัญญาของบรรพบุรุษ ความรู้ ความสามารถที่ปราชญ์มี ปัจจัยเกื้อหนุน รวมทั้งอุปสรรคต่อการสร้างและพัฒนาวัตกรรมการเรียนรู้ของประชาชนชาวบ้านตามสภาพความเป็นจริงที่เกิดขึ้นในอดีต ความเป็นไปได้ในปัจจุบัน และความน่าจะเป็นในอนาคต

1.2 ขอบสืบสรรหา ปราชญ์ชาวบ้านต้องปฏิบัติตนเป็นผู้แสวงรู้ แสวงหาโอกาสที่จะเรียนรู้เพื่อพัฒนาและปรับปรุงความสามารถ พร้อมทั้งพัฒนาศักยภาพของตนเองอยู่เสมอ มีการค้นคว้า พัฒนาองค์ความรู้ให้ทันสมัย สามารถประยุกต์ใช้ได้กับสภาพการณ์ทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป

1.3 เปลี่ยนใหม่ให้แปลกกว่า การสร้างนวัตกรรมของปราชญ์ชาวบ้านเป็นการต่อยอด ภูมิปัญญาการดัดแปลงประยุกต์องค์ความรู้เกิดขึ้นจากการมองเห็นคุณค่าของสิ่งใกล้ตัว ปราชญ์ชาวบ้านจึงอาศัยความแตกต่างเป็นทุนสำหรับใช้ในการจัดการกับปัจจุบันและอนาคต เพื่อก่อให้เกิดประโยชน์มากที่สุด

1.4 ตั้งทำเตรียมลองใช้ การจัดการความรู้เป็นหลักการพื้นฐานสำคัญที่ปราชญ์ชาวบ้านใช้เป็นแนวทางในการสร้างนวัตกรรมการเรียนรู้ ปราชญ์ชาวบ้านมีการวางแผนจัดระบบความคิด จัดระบบการทำงานอย่างเป็นขั้นตอนจากประสบการณ์ที่ได้ดกผลึก ปราชญ์ชาวบ้านมีการวางแผนเพื่อกำหนดความรู้หลักที่จำเป็นหรือสำคัญต่อการดำรงชีวิต มีการแสวงหาความรู้ที่ต้องการ มีการปรับปรุง ดัดแปลง สร้างความรู้และประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมต่อการปฏิบัติงาน มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และบันทึกองค์ความรู้ไว้ใช้ประโยชน์ต่อไป

2. กระบวนการใช้นวัตกรรม(Innovation Utilization) ได้แก่ขั้นตอน

2.1 ลองแล้วลองเล่า เป็นขั้นตอนที่ปราชญ์ได้ลองลงมือปฏิบัติจริง โดยผ่านการไตร่ตรอง นวัตกรรมการเรียนรู้มาแล้วจึงตัดสินใจที่จะทดลองปฏิบัติ ถ้าการทดลองของปราชญ์ได้ผลเป็นที่น่าพอใจก็จะสร้างการยอมรับนวัตกรรม และขยายการปฏิบัติออกไปอย่างต่อเนื่องจนกระทั่งนวัตกรรมนั้นกลายเป็นวิธีการที่ชุมชนยึดถือปฏิบัติต่อไป

2.2 ทำเก่าทำใหม่ จากความอยากรู้อยากเห็น จากความสนใจ จากการเปรียบเทียบ จากการดัดแปลง ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้และความเข้าใจ เกิดการประดิษฐ์คิดค้น ปรับประยุกต์ใช้นวัตกรรมเพื่อนำไปสู่วิถีทางที่ดีกว่า นวัตกรรมการเรียนรู้ที่ปราชญ์ชาวบ้านนำไปใช้จึงเป็นเรื่องพัฒนาการที่ปราชญ์ได้เรียนรู้จากประสบการณ์ภายใต้สภาพแวดล้อมที่อาศัยอยู่ และสามารถพัฒนาต่อไปเรื่อยๆ ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ที่จะแก้ปัญหา และจัดการองค์ความรู้อย่างชาญฉลาด เพื่อให้ดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

2.3 ให้สมตุลเอาไว้ ระหว่างวิชาการ ภูมิปัญญา และเทคโนโลยี ปัจจัยสำคัญ 3 ประการข้างต้นต้องบูรณาการเข้าด้วยกันอย่างสมดุล ภายใต้การคำนึงถึงหลักการถ่ายทอดองค์ความรู้ หลักการจัดการความรู้ ทฤษฎีการแพร่กระจายนวัตกรรม การประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาในการถ่ายทอด และการเลือกใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสมในการปฏิบัติงาน

2.4 ร่วมใจใช้ร่วมกัน อาศัยความร่วมมือที่ตอบสนองแนวคิดที่ว่าทุนทางปัญญา สำคัญกว่าทุนทางวัตถุ ดังนั้นปราชญ์ชาวบ้าน ชุมชน ภาครัฐ ภาคเอกชน และผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในกระบวนการนวัตกรรม การเรียนรู้จะเกิดการเรียนรู้ร่วมกันอย่างมีประสิทธิภาพหากได้รับความร่วมมือจากทุกภาคส่วนในการสนับสนุน จนเกิดความรู้สึกในลักษณะที่ว่าตนเองเป็นเจ้าของเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน

3. กระบวนการเผยแพร่นวัตกรรม(Innovation Diffusion) ได้แก่ขั้นตอน

3.1 เปิดสังคมการเรียนรู้ หลักการสำคัญในการสร้างความเข้มแข็งให้กับชุมชนของปราชญ์ชาวบ้านคือ การสร้างเครือข่ายการเรียนรู้ในชุมชน องค์ความรู้ที่เกิดขึ้น การนำองค์ความรู้ไปใช้ประโยชน์ และการเผยแพร่องค์ความรู้ต่างๆ จึงเกิดขึ้นจากการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันของเครือข่ายการเรียนรู้ในชุมชน

3.2 สมรมอยู่แบบรู้หัววัน การดำรงชีวิตอยู่ภายใต้วิถีชีวิตท้องถิ่นเป็นการยืนยันความเป็นตัวตนของชุมชน การใช้ประโยชน์จากนวัตกรรมการเรียนรู้ของปราชญ์ชาวบ้านจึงเป็นเครื่องยืนยันถึงศักยภาพของตนเองและสะท้อนถึงพลังของชุมชนที่สามารถดำรงอยู่ได้ภายใต้วิถีคิด และการจัดการที่นำเอาองค์ความรู้กับภูมิปัญญาชาวบ้านเข้ามาประยุกต์ใช้ในกระบวนการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต และปรับปรุงเปลี่ยนแปลงให้สอดคล้องกับเปลี่ยนแปลงตามยุคสมัย จนสามารถแก้ปัญหาสามารถพัฒนาศักยภาพของตนเองให้เป็นคนคิดใหม่และทันสมัยอยู่ตลอดเวลา

3.3 แลกหน้าต่อหน้า บทบาทสำคัญอีกประการหนึ่งของปราชญ์คือ การถ่ายทอดองค์ความรู้และการศึกษาให้แก่ชุมชน ซึ่งถือเป็นการอุทิศร่างกาย แรงใจ และสติปัญญาเพื่อประโยชน์แก่ผู้อื่น ภายใต้แนวคิดหลักที่ว่าหากเราค้นพบวิธีการประยุกต์ใช้องค์ความรู้เพื่อการจัดการที่เป็นเลิศแล้วไม่นำความรู้เหล่านั้นมาถ่ายทอดก็เปล่าประโยชน์ ดังนั้นการให้การศึกษาและการถ่ายทอดความรู้ ถ่ายทอดประสบการณ์ผ่านนวัตกรรมที่สร้างขึ้นจึงเป็นความรับผิดชอบโดยตรงของปราชญ์ชาวบ้าน

3.4 ถูกผิดมันเข็นนั่นเอง กระบวนการกลั่นกรองเพื่อตรวจสอบคุณภาพของนวัตกรรมที่ใช้ของปราชญ์ชาวบ้านเป็นไปตามสภาพจริงที่เกิดขึ้นจากการทดลองปฏิบัติ เรียกได้ว่าเป็นกระบวนการเรียนรู้เพื่อการประเมินตนเอง สร้างความเข้าใจและรู้เท่าทันกับเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ภายใต้บรรยากาศของการสะท้อนคิดประสบการณ์และบทเรียนของกันและกัน อันนำไปสู่การใช้นวัตกรรมการเรียนรู้เพื่อเปลี่ยนแปลงวิถีคิด วิถีปฏิบัติ จนเกิดเป็นชุมชนแห่งการเรียนรู้ที่มีความสามารถกำหนดตนเอง มีการเรียนรู้และพัฒนาอยู่ตลอดเวลา

ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จ : กลเม็ดของปราชญ์

ปราชญ์ชาวบ้านมีอยู่ทั่วประเทศ ทุกภูมิภาคภาค และทุกชุมชน ความรู้ของปราชญ์ชาวบ้านเกิดจากการตกผลึกทางความคิดมากกว่าการท่องผ่านตำรา ซึ่งถือเป็นกระบวนการที่แยกคางกว่า เห็นชั้นกว่า ทำให้ความรู้ที่เกิดขึ้นนั้นมีลักษณะเป็นจริงในทางปฏิบัติ มีประโยชน์จริง เข้ากันได้อย่างร่วมสมัยต่อชีวิต สังคม และสิ่งแวดล้อม ความรู้ที่ปราชญ์ชาวบ้านกลั่นกรองออกมานั้นเป็นความรู้นอกตำราที่เชื่อมโยงสัมพันธ์กับภูมิปัญญาวัฒนธรรมท้องถิ่น ภูมิสังคม และทุนทางสังคมของชุมชน ซึ่งสิ่งเหล่านี้มีคุณประโยชน์ต่อวิถีชีวิตของคนในชุมชน องค์ความรู้ของปราชญ์ชาวบ้าน จึงทั้งกว้างและเป็นสากลที่เกิดผลจริงในวัตรปฏิบัติ(ธวัชชัย เฟื่องพินิจ, 2555) ปราชญ์ชาวบ้านมีความสามารถในการนำเอาองค์ความรู้ที่ได้ถูกขัดเกลา ลองผิดลองถูกมาชั่วระยะเวลาหนึ่ง เผยแพร่ผ่านนวัตกรรมการเรียนรู้เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ พัฒนาและต่อยอดองค์ความรู้อยู่ตลอดเวลา ทั้งนี้ปัจจัยที่มีส่วนสนับสนุนให้กระบวนการถ่ายทอดดังกล่าวประสบความสำเร็จอันไปสู่จุดมุ่งหมายเพื่อความยั่งยืนของปราชญ์ชาวบ้านนั้นประกอบไปด้วย

1. **ต้นแบบผู้นำดี** ปราชญ์ชาวบ้านเป็นผู้นำทางความคิด และวิถีปฏิบัติตามแนวทางของการพึ่งพาตนเอง เน้นการปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดี เป็นผู้ที่มีสื่อสารอย่างสร้างสรรค์ด้วยเหตุด้วยผล ปราชญ์ชาวบ้านจึงเป็นผู้จุดประกายทางความคิด สร้างความคาดหวังให้เกิดขึ้นอย่างเป็นรูปธรรม ห่มเทอติศตนเพื่อชุมชน มีความทันสมัยทางความคิด และมีความสามารถในการกระตุ้นจิตใจให้เกิดกระบวนการเรียนรู้

2. **มีวิสัยทัศน์ร่วม** มุมมองอนาคตที่คาดหวังไว้ร่วมกันของชุมชน เป็นวิสัยทัศน์ที่สมาชิกทุกคนในชุมชนพร้อมที่จะปฏิบัติและสนับสนุนให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน ลักษณะของวิสัยทัศน์ร่วมที่มีความท้าทายและตอบสนองต่อการเปลี่ยนแปลงของชุมชน ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้และปฏิบัติได้จริง

3. **สวมใส่แว่นตกรรม** หากชุมชนมีการประยุกต์ใช้แว่นตกรรมที่สร้างขึ้นเพื่อถ่ายทอดภูมิปัญญาของปราชญ์แล้ว จะเป็นการช่วยส่งเสริมให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ที่สร้างสรรค์อย่างต่อเนื่อง กลายเป็นวิถีชีวิตกลายเป็นพลังร่วมกันในการสร้างชุมชนแห่งการเรียนรู้ที่คนตระหนักถึงความร่วมมือร่วมใจกัน

4. **ทำเป็นพลวัต** การถ่ายทอดความรู้ซึ่งกันและกันภายในชุมชนควบคู่ไปกับการแลกเปลี่ยนความรู้จากภายนอกนำไปสู่การพัฒนาและสร้างฐานองค์ความรู้ที่เข้มแข็ง เพื่อให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงที่มีขึ้นอยู่ตลอดเวลา ดังนั้นการสร้างสรรค์และปรับปรุงภูมิปัญญาให้เข้ากับบริบทของชุมชนที่เปลี่ยนแปลงไปตามสภาพสังคม สิ่งแวดล้อม ตลอดจนวิถีแห่งการดำเนินชีวิตจึงควรเป็นความรู้ที่ไม่หยุดนิ่ง

5. **จัดการครบวงจร** ปราชญ์ชาวบ้านควรอาศัยความรู้ความสามารถด้านการจัดการความรู้เพื่อจัดการกับกระบวนการเรียนรู้ในชุมชน โดยการสร้างความรู้ที่เหมาะสม มีการจัดความรู้ให้อยู่ในรูปแบบที่สามารถเรียนรู้ร่วมกันได้ มีการประเมินผลการปฏิบัติ มีการจัดเก็บองค์ความรู้ มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เพื่อนำความรู้ไปประยุกต์ใช้จนทำให้เกิดการถ่ายทอดความรู้หรือปรับเปลี่ยนเพิ่มเติมความรู้จากเดิม และมีการแพร่กระจายไหลเวียนไปทั้งชุมชน

6. **สอนกันฉันท์กัลยาณมิตร** บรรยากาศการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกันด้วยความปรารถนาดีต่อกันของคนในชุมชนและเครือข่ายต่างชุมชน ภายใต้แนวคิดความเท่าเทียมกันว่าทุกคนสามารถเรียนรู้ร่วมกันได้ เป็นบรรยากาศที่มุ่งสร้างมิตรที่ดีต่อการดำเนินชีวิตร่วมกันอันนำไปสู่การสร้างสรรค์นวัตกรรมและพัฒนาศักยภาพของชุมชนอย่างเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

7. **ใกล้ชิดแหล่งเรียนรู้** การแสวงหาความรู้ด้วยตนเองภายใต้กระบวนการเรียนรู้ตลอดชีวิตเป็นสิ่งจำเป็นในยุคสังคมแห่งการเรียนรู้ การพาตัวเองเข้าใกล้แหล่งเรียนรู้ที่มีอยู่ทั่วไปในชุมชน และการให้ความสำคัญกับองค์ความรู้ที่เป็นภูมิปัญญาซึ่งได้รับการถ่ายทอดมาจากผู้รู้หรือปราชญ์ชาวบ้านเป็นการเพิ่มช่องทางให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ในการเรียนรู้ที่แตกต่างไปจากการเรียนรู้ในห้องเรียน

8. **วิชาการคู่ภูมิปัญญา** กระบวนการนวัตกรรมการเรียนรู้ในชุมชนที่มีรากฐานมาจากการประยุกต์ใช้ความรู้อันเป็นภูมิปัญญาเข้ากับความรู้ทางวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี และการจัดการ รวมทั้งศาสตร์ด้านอื่นๆ จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการประยุกต์ใช้องค์ความรู้อันเป็นสมบัติล้ำค่าของชาติในการพัฒนาสังคม

9. **พึ่งพาเทคโนโลยีที่เหมาะสม** กระบวนการนวัตกรรมการเรียนรู้จะขับเคลื่อนไปได้ต้องอาศัยการใช้ความรู้หรือเทคโนโลยีที่มีอยู่อย่างชาญฉลาด เทคโนโลยีที่เหมาะสมสามารถสร้างขึ้นเองได้จากการต่อยอดความรู้หรือเทคโนโลยีที่มีอยู่ในท้องถิ่น ซึ่งเป็นเทคโนโลยีที่เหมาะสมต่อบริบทของสังคม วัฒนธรรม และขีดความสามารถของชุมชน

10. **สังคมยอมรับได้** การยอมรับความรู้ใหม่ การเปลี่ยนแปลงวิธีคิด วิธีปฏิบัติไปจากเดิมไม่ใช่กระบวนการที่ง่ายดาย ปัจจัยที่สำคัญอีกอย่างหนึ่งคือต้องกระตุ้นให้เกิดการยอมรับจากสังคม โดยการทำให้เห็นจริง เชื่อถือได้ รวมถึงการตระหนักถึงเครือข่ายความสัมพันธ์จากการเรียนรู้ร่วมกันในสังคมเป็นเรื่องสำคัญ

สำหรับการสร้างนวัตกรรม การนำนวัตกรรมไปใช้ และการแลกเปลี่ยนนวัตกรรมการเรียนรู้อันเป็นทุนทางปัญญาที่สำคัญของชุมชน

อภิปรายผล

ได้นำปราชญ์โมเดล : กระบวนการนวัตกรรมการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนของปราชญ์ชาวบ้านภาคใต้เป็นรูปแบบของกระบวนการเรียนรู้ที่เป็นไปเพื่อตอบสนองต่อเจตนารมณ์ของหลักการพัฒนายั่งยืน (Sustainable development) ภายใต้กระบวนการเรียนรู้ที่มีการเชื่อมโยงทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมไว้ด้วยกัน (เสรี พงศ์พิศ, 2550) ได้นำปราชญ์โมเดลจึงเป็นรูปแบบที่มีการบูรณาการแนวคิดการพัฒนาที่ยั่งยืนเข้ากับกระบวนการศึกษาตามอัธยาศัยซึ่งถือเป็นการศึกษาอีกรูปแบบหนึ่งของชาติ ดังนั้นกระบวนการสร้าง กระบวนการใช้ และกระบวนการเผยแพร่นวัตกรรมที่เกิดจากการสร้างสรรค์ พัฒนาและต่อยอดองค์ความรู้ของปราชญ์ชาวบ้านจึงสอดคล้องกับเป้าหมายหลักของการพัฒนายั่งยืน กล่าวคือ เพื่อสร้างเครือข่ายการศึกษาและการเรียนรู้ที่ส่งเสริมการพัฒนาอย่างยั่งยืน เพื่อเสริมสร้างคุณภาพการจัดการเรียนการสอนให้เกิดการพัฒนายั่งยืน โดยใช้การเรียนรู้ทุกรูปแบบ และการสร้างจิตสำนึกของสาธารณชน ตลอดจนส่งเสริมค่านิยมที่เหมาะสม (อำไพ หรคุณารักษ์, 2550) ความน่าจะเป็นสู่ความยั่งยืนตามนัยของได้นำปราชญ์โมเดล:รูปแบบกระบวนการนวัตกรรมการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนสามารถอธิบายได้ดังนี้

1. **ต้องเริ่มจากเพ่งพินิจ พิจู คูควรจำ นำปฏิบัติ** ถึงรากฐานของชุมชนว่ามีวิถีการดำรงชีวิต การประกอบอาชีพ วัฒนธรรมชุมชน และการแสวงหาโอกาสที่จะเรียนรู้เพื่อพัฒนาและปรับปรุงความรู้ความสามารถตามศักยภาพของตนเองได้อย่างไร หลังจากนั้นปรับวิธีคิด วิถีปฏิบัติ และแนวทางการจัดการความรู้ที่แตกต่างกันให้ทวนกระแสที่ควรเป็นไปตามยุคสมัยปราชญ์ชาวบ้านต้องอาศัยการวางแผนจัดระบบความคิด จัดกระบวนการทำงานอย่างเป็นขั้นตอนจากประสบการณ์ที่ได้ตกผลึก มีการแสวงหาความรู้ มีการปรับปรุง ดัดแปลงให้เหมาะสมต่อการปฏิบัติงาน ก่อให้เกิดสิ่งที่มีประโยชน์อันนำไปสู่การพัฒนาที่ยั่งยืน

2. **หลังจากนั้นลองถลำ ทำดู คู่ควรคิด จิตไตรตรอง** มุ่งเน้นการลงมือปฏิบัติจริง นอกเหนือจากการเรียนรู้แล้วต้องทำด้วย เพื่อทดลองให้ได้ผลสำเร็จอันเป็นบทสรุปขององค์ความรู้ที่เกิดขึ้นจากปฏิบัติการทดลองจะช่วยเป็นเหตุผลในการสะท้อนข้อมูลประกอบการตัดสินใจยอมรับนวัตกรรมจากชุมชน ประสบการณ์ใหม่จะเกิดขึ้นจากการทดลองใช้วิธีการและเครื่องมือที่แตกต่างจากแนวคิดเดิมในกระบวนการพัฒนาเพื่อปรับปรุง ถ่ายทอดและต่อยอดองค์ความรู้ ทั้งนี้ต้องอยู่ภายใต้ความสมดุลระหว่างภูมิปัญญากับเทคโนโลยี และสอดคล้องกับบรรยากาศของการเรียนรู้ร่วมกันอย่างมีประสิทธิภาพ

3. **สุดท้ายต้องเรียนรู้ร่วม สวมพลัง ตั้งใจอยู่ ดูความจริง** กระบวนการนวัตกรรมการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนสร้างความเข้มแข็งให้กับชุมชน สร้างเครือข่ายการเรียนรู้ในชุมชน เผยแพร่องค์ความรู้ที่เกิดจากการปฏิสัมพันธ์ร่วมของเครือข่ายและนำองค์ความรู้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์มากที่สุด ในขณะเดียวกันการใช้ประโยชน์จากนวัตกรรมการเรียนรู้ของปราชญ์ชาวบ้านเป็นการพิสูจน์ถึงศักยภาพของชุมชนที่สามารถดำรงอยู่ได้ ภายใต้วิถีคิด และการนำเอาองค์ความรู้ทางภูมิปัญญาชาวบ้านมาประยุกต์ใช้ในการเรียนรู้เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต

กระบวนการเรียนรู้ของปราชญ์ชาวบ้านสะท้อนถึงการอยู่ร่วมกันโดยการเรียนรู้วัฒนธรรมซึ่งกันและกัน เป็นการเรียนรู้เพื่อความอยู่รอดที่เหมาะสมกับบริบทพื้นที่ ภายใต้การแก้ปัญหาและการจัดการกับความเปลี่ยนแปลงให้สมดุลกับสังคมใหม่ตลอดเวลา(ปัญญา เทพสิงห์ และเกตุฉา บุญปรากร, 2559) ดังนั้นหน้าที่สำคัญของปราชญ์ชาวบ้านจะต้องถ่ายทอดความรู้ให้แก่ชุมชน เพิ่มความรู้ใหม่และต่อยอดองค์ความรู้เดิม สร้างความเข้าใจและรู้เท่าทันกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น รวมทั้งมีความสามารถในการวิเคราะห์สถานการณ์ที่

เกี่ยวข้องกับชีวิต ภายใต้การสะท้อนคิด การแลกเปลี่ยนประสบการณ์เพื่อเป็นบทเรียนของกันและกัน อันนำไปสู่การใช้นวัตกรรมการเรียนรู้เพื่อเปลี่ยนแปลงวิธีคิด วิธีปฏิบัติ กลายเป็นชุมชนแห่งการเรียนรู้ที่มีความสามารถกำหนดตนเอง มีการเรียนรู้และพัฒนาอยู่ตลอดเวลา

บทสรุป

ปราชญ์ชาวบ้านอาศัยการจัดการความรู้เป็นกระบวนการในการนำความรู้ที่มีอยู่มาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อชุมชน โดยผ่านกระบวนการสร้าง รวบรวม แลกเปลี่ยน และใช้ความรู้ ตามรูปแบบของกระบวนการถ่ายโอนความรู้จากความรู้ที่ฝังลึกอยู่ในตัวคน (Tacit knowledge) ไปสู่ความรู้ที่ชัดเจน (Explicit knowledge) โดยอาศัยการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ที่นำไปสู่การขัดเกลาทางสังคม (Socialization) การสกัดความรู้ออกจากตัวคน (Externalization) การผนวกความรู้ (Combination) และการผนึกความรู้ในตน (Internalization) เพื่อช่วยให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างกัน ทำให้เกิดความรู้ใหม่ และพัฒนาเป็นนวัตกรรมในด้านต่างๆ โดยเฉพาะในด้านการเรียนรู้ ปราชญ์ชาวบ้านอาศัยการแสวงหาความรู้และกระบวนการเรียนรู้ที่หลากหลายเป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างนวัตกรรมสำหรับใช้เป็นพลังในการขับเคลื่อนการพัฒนาชุมชนที่ก่อให้เกิดความยั่งยืน ความรู้และนวัตกรรมที่สร้างขึ้นก่อให้เกิดประโยชน์ต่อชุมชนที่มีบริบทแตกต่างกันอย่างทั่วถึง ภายใต้แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงอย่างสมดุล

เอกสารอ้างอิง

- อำไพ หรรณารักษ์. 2550. คิด มอง คาดการณ์ เกี่ยวกับ “การศึกษาเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนในบริบทไทย” [ออนไลน์]. ค้นเมื่อ 15 ธันวาคม 2557, จาก <http://teenet.tei.or.th/Knowledge/Paper/ESD-2007.pdf>.
- สุนัย จุลพงศธร. 2550. หน้ากากเศรษฐกิจ (โรงสี) ชุมชน. กรุงเทพฯ : สยาม.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2560. สรุปสาระสำคัญแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 [ออนไลน์]. ค้นเมื่อ 5 มีนาคม 2560, จาก : www.nesdb.go.th/download/plan12/สรุปสาระสำคัญแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่12.pdf.
- ธวัชชัย เพ็งพิณิจ. 2555. รูปแบบการทำเกษตรประเพณีของปราชญ์ชาวบ้านด้านเกษตรกรรมภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. รายงานวิจัย คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต.
- เสรี พงศ์พิศ. 2550. เศรษฐกิจพอเพียงเกิดได้ถ้าใจปรารถนา. กรุงเทพฯ : พลังปัญญา.
- ปัญญา เทพสิงห์ และเก็ดถวา บุญปรากฏ. 2559. ภูมิปัญญาท้องถิ่นในวัฒนธรรมชายแดนไทย-มาเลเซีย : กรณีศึกษาชุมชนโละจูด จังหวัดนราธิวาส. วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏยะลา, 11(1), 19-38.

โครงการวิจัยตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของนิสิต
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
THE RESEARCH PROJECT FOR KEY INFORMANT INDICATOR AND EFFECTIVENESS
FOR STRENGTHEN HEALTH OF MAHACHULALONGKORNRAJAVIDYALAYA
UNIVERSITY STUDENTS

วราวุธ ตีระนันท์*,
สุรพล สุธะพรหม**,
บุษกร วัฒนบุตร***,
พระอุดมสิทธินายก****,
พงศ์พัฒน์ จิตตานุกฤษ*****

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์มีวัตถุประสงค์เพื่อการศึกษา 1) เพื่อศึกษาสภาพทั่วไปของการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักการโภชนาการของผู้ที่เกี่ยวข้อง และพระนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 2) เพื่อศึกษาปัจจัยและกระบวนการจัดการความรู้ของการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักการโภชนาการในการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนาของผู้ที่เกี่ยวข้อง และพระนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 3) เพื่อสร้างตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โดยใช้การวิจัยวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพด้วยการการสังเกตแบบมีส่วนร่วม การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth Interview) ผู้เชี่ยวชาญด้านโภชนาการ นักวิชาการ และพระนิสิต จำนวน 12 รูป/คน และวิเคราะห์ข้อมูลแบบการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัย พบว่า 1. พระนิสิตผู้มาตรวจร่างกายมีจำนวน 200 รูป คิดเป็น 100 % โดยพระนิสิตมีอายุเฉลี่ย 40 ปี เป็นผู้ที่ไม่มีโรคประจำตัว เป็นผู้ที่ไม่มีโรคประจำตัวร้อยละ 74.14 และมีโรคประจำตัวร้อยละ 25.86 โดยเป็นโรคความดันโลหิตสูงมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 5.17 รองลงมาเป็นโรคไขมันในเลือดสูงและเบาหวาน โดยมีจำนวนผู้ที่เป็นโรคเท่ากันคิดเป็นร้อยละ 3.45 2. ปัจจัยและกระบวนการจัดการความรู้ของการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักการโภชนาการในการพัฒนาสุขภาวะ ศึกษาพฤติกรรมการอยู่ การกิน พบว่าจำเป็นต้องมีการจัดกิจกรรมการตรวจร่างกายทุกปี โดยเฉพาะควรตรวจปอด สารเสพติด

* Department of Political Science, Faculty of Social Sciences, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

** Department of Political Science, Faculty of Social Sciences, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

*** Rajamangala University of Technology Suvarnabhumi

**** Department of Political Science, Faculty of Social Sciences, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

***** Department of Political Science, Faculty of Social Sciences, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

ติด และพระนิสิตค่อนข้างอ้วน พระควรพิจารณาอาหารก่อนรับประทาน โดยมีการจัดให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่องระบบธรรมชาติของร่างกายนาฬิกาชีวิตกับร่างกายมนุษย์ 3. การกำหนดตัวชี้วัด ตั้งตัวชี้วัดให้สื่อถึงผลสำเร็จของงานที่คาดหวังโดยอาจพิจารณาจาก ปริมาณ เช่น จำนวนพระนิสิตที่มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคสูง , คุณภาพ เช่น ร้อยละของพระนิสิตที่มีสุขภาพได้มาตรฐาน เป็นต้น โดยที่ตัวชี้วัดจะต้องสามารถวัดประเมินเป็นตัวเลขได้จริงและเก็บข้อมูลได้อย่างสะดวกในสภาพการทำงานจริงเช่นมีการเก็บข้อมูลไว้ที่กองกิจการนิสิต เพื่อที่จะติดตามผลการตรวจสอบสุขภาพได้อย่างมีความต่อเนื่อง เกิดการดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่องและมีประสิทธิภาพ โดยพิจารณาให้สอดคล้องกับธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ

คำสำคัญ : ตัวชี้วัด, สุขภาวะ, นิสิต

ABSTRACT

The objectives of this research are 1) Study of the environment and learning about nutrition related and Mahachulalongkornrajavidyalaya monk students at the college. 2) To study the behavior and working environment, and learning the Buddhist way of Mahayana, Honorary honor of Mahachulalongkornrajavidyalaya University, by deeply interviewing 12 head / person nutritionists, academics and students, and content analysis. The research findings were as follows: There are 200 students, which calculated 100% and the average age of the students is 40 years. There are 74.14% had no physical disease, and 25.86% had, while high blood pressure presents the most, 5.17, following by hyperlipidemia and diabetes. The number of people with equivalent disease is 3.45 percent. Factors and processes of knowledge management of health development and learning about nutritional principles in health development lead to study of eating habits. The study found that physical activity should be monitored every year, particularly, lungs and narcotic addicts. Moreover, monk students are quite obese., so they should consider food before eating by providing knowledge about the natural system of the body. Determination of indicators. Setting indicators convey the expected outcome of the task. By quantity, for example, the number of students who are at high risk for disease. By quality, such as the percentage of students who are healthy, standardized, etc. The indicators must be able to measure and evaluate the data in term of convenient manner in actual work, such as information is kept at the Student Affairs Division. In order to keep up with the results of health checks, continuous care and effective, by considering in accordance with the National Monks' Health Statute.

Keyword : Key Informant, Health, Student

1. ที่มาและความสำคัญของปัญหา

การเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา ถือเป็นภารกิจที่สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ และกองกิจการนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้รับการสนับสนุนจากสำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ ให้ดำเนินกิจกรรมพัฒนาองค์ความรู้สุขภาวะตามแนวพระพุทธศาสนา การสนับสนุนกิจการคณะสงฆ์ ตลอดจนการพัฒนาฐานข้อมูลและกระบวนการสื่อสารสาธารณะ ซึ่งการดำเนินงานที่ผ่านมาได้พัฒนาไปสู่การสร้างและพัฒนาองค์ความรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา เครือข่ายความร่วมมือเพื่อการสร้างสุขภาวะตามแนวพระพุทธศาสนา ตลอดจนการพัฒนากิจกรรมสนองกิจการคณะสงฆ์เพื่อการพัฒนาสังคมและองค์กรสุขภาวะให้เกิดในคณะสงฆ์ได้อย่างต่อเนื่อง

การดำเนินงานโครงการวิจัยตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ภายใต้เครือข่ายการสร้างเสริมสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา ที่สามารถดำเนินกิจกรรมให้มีความต่อเนื่องและมีแนวโน้มนำไปสู่ความยั่งยืนได้นั้น มีปัจจัยที่นำไปสู่ความสำเร็จร่วมกันสามประการกล่าวคือ **ประการที่หนึ่ง** การสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาวะของนิสิตร่วมกับกองกิจการนิสิต โรงครัว หอฉัน กล่าวคือการเห็นความสำคัญกับวัตถุดิบที่จะนำมาประกอบอาหารเพื่อถวายแด่พระสงฆ์ **ประการที่สอง** การสร้างการเรียนรู้ในการดูแลสุขภาพร่างกายของพระนิสิต และ **ประการที่สาม** การให้ความรู้ในเรื่องการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา

จากงานศึกษาการติดตามและการประเมินผลโครงการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ตามและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา โดย Suraphol Suyaprom and Butsakorn Wtthanabutr (2560) พบว่า การดำเนินโครงการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา นำไปสู่การสร้างให้เกิดความตื่นตัวด้านสุขภาวะในกลุ่มพระสงฆ์ ทั้งพระสงฆ์ในระดับพระสังฆาธิการที่มีหน้าที่สำคัญในการปกครองและกำหนดนโยบาย และกลุ่มพระสงฆ์มีสถานะเป็นผู้อาศัยภายในวัดหรือพระลูกวัด ที่พัฒนากิจกรรมพัฒนาสุขภาวะทั้ง 4 ด้าน อาทิ การเจริญกาย รักษาศีล 5 เพื่อสุขภาพที่ดี เพื่อพัฒนาสุขภาวะทางกาย หรือ กิจกรรมสวดมนต์ไหว้พระ นั่งสมาธิ เพื่อพัฒนาสุขภาวะทางจิตใจ เป็นต้น อย่างไรก็ตามการดำเนินโครงการดังกล่าวยังพบว่าขาดการพัฒนากิจกรรมไปสู่ความยั่งยืนในอนาคต ทั้งในแง่ของการประยุกต์ใช้องค์ความรู้ทางพระพุทธศาสนาเพื่อการพัฒนาสุขภาวะ และการพัฒนาเชิงพื้นที่ที่สามารถสร้างเครือข่ายการเรียนรู้และพัฒนาสุขภาวะตามแนวพระพุทธศาสนา

การดำเนินงานโครงการวิจัยตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เป็นกระบวนการพัฒนานโยบายและเครือข่ายการทำงานอย่างยั่งยืน จำเป็นต้องสร้างองค์ความรู้ พื้นที่ และกิจกรรมที่ดำเนินงานได้อย่างชัดเจนและมีความต่อเนื่องในการดำเนินงาน อีกทั้งยังจำเป็นที่จะต้องมีการสนับสนุนให้คณะสงฆ์เห็นความสำคัญของการพัฒนากิจกรรมการพัฒนาสุขภาวะและการพัฒนาสังคมตามแนวพระพุทธศาสนาให้มากยิ่งขึ้น ทั้งนี้เพื่อสร้างการตื่นตัว แรงจูงใจและสะท้อนมิติของการเรียนรู้ไปสู่ความสำเร็จให้เป็นรูปธรรมมากขึ้นในกลุ่มเครือข่ายองค์กรทางพระพุทธศาสนาและประชาชน ตลอดจนผลักดันให้เกิดขึ้นในช่วงเวลาของการปฏิรูปกิจการพระพุทธศาสนา ซึ่งจะสามารถส่งผลประโยชน์ต่อการพัฒนาองค์ทางพระพุทธศาสนา รวมทั้งการพัฒนาองค์ความรู้สุขภาวะตามแนวพระพุทธศาสนาได้อย่างมีนัยสำคัญ จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องสร้างการพัฒนาองค์ความรู้สุขภาวะตามแนวพระพุทธศาสนา ตลอดจนสร้างพื้นที่ กิจกรรมและกระบวนการการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนาให้เกิดขึ้นใน พื้นที่ต้นแบบ โดยมุ่งเน้นการพัฒนากระบวนการมี

ส่วนร่วมระหว่างหน่วยงานภาครัฐ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยในพื้นที่ คณะสงฆ์ในพื้นที่ ตลอดจนเครือข่ายการศึกษาเพื่อพัฒนาให้เกิดพื้นที่ กิจกรรมและกระบวนการการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนาได้อย่างยั่งยืน เพื่อเป็นการสนับสนุนการดำเนินงานของกิจการคณะสงฆ์และจะสามารถพัฒนาให้การพัฒนาสุขภาวะตามแนวพระพุทธศาสนา เป็นนโยบายและแนวทางการดำเนินงานที่สำคัญของคณะสงฆ์ในอนาคตต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาสภาพทั่วไปของการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักการโภชนาการของผู้ที่เกี่ยวข้อง และพระนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- 2) เพื่อศึกษาปัจจัยและกระบวนการจัดการความรู้ของการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักการโภชนาการในการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนาของผู้ที่เกี่ยวข้อง และพระนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- 3) เพื่อสร้างตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

3. ปัญหาการวิจัย

- 1) สภาพทั่วไปของการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักการโภชนาการของผู้ที่เกี่ยวข้อง และพระนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยเป็นอย่างไร
- 2) ปัจจัยและกระบวนการจัดการความรู้ของการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักการโภชนาการในการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนาของผู้ที่เกี่ยวข้อง และพระนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยมีลักษณะอย่างไร
- 3) ตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยเป็นอย่างไร

4. เป้าหมายของการวิจัย

4.1 เชิงปริมาณ

พระนิสิตจำนวน 200 รูป ที่พัก ณ หอพักภายในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อ. วังน้อย จ. พระนครศรีอยุธยา

4.2 เชิงคุณภาพ

ระบบและกลไกในการสร้างการจัดการความรู้ในการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา

4.3 เป้าหมายเชิงองค์ความรู้วิชาการและสื่อสารสังคม

4.3.1 สร้างความตื่นตัวในระบบและกลไกในการสร้างการจัดการความรู้ในการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนาเพื่อนำไปสู่การส่งเสริมการขยายบทเรียนต่อไป โดยเฉพาะในพระนิสิต เครือข่ายชมรมของพระนิสิตและผู้ที่เกี่ยวข้อง

4.3.2 ดำเนินการจัดทำ พัฒนาและบูรณาการฐานข้อมูลพระสงฆ์ พระนิสิตและองค์ความรู้ทางพระพุทธศาสนา ในประเด็นการดำเนินงานและสุขภาวะพื้นฐานของพระสงฆ์

4.3.3 การเผยแผ่ความรู้ระบบและกลไกในการสร้างการจัดการความรู้ในการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนาทั้งการสัมมนาและการประชุมเชิงปฏิบัติการ ในระดับกลุ่มย่อย/ภูมิภาค/ประเทศ ในประเด็นพระสงฆ์กับการพัฒนาอย่างยั่งยืน

4.4 เป้าหมายเชิงพื้นที่และเชิงปริมาณ

4.4.1 พัฒนาการดำเนินงานและสนับสนุนเครือข่ายพระสงฆ์เพื่อเป็นพื้นที่การเรียนรู้และการบูรณาการการทำงานระหว่างมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

4.4.2 เครือข่ายฐานข้อมูลและภาคีการทำงานในทุกพื้นที่ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

4.4.3 พัฒนาแกนนำพระนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยและส่วนวิทยาเขตสร้างการเผยแผ่ความรู้ระบบและกลไกในการสร้างการจัดการความรู้ในการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา

5. ขอบเขตการวิจัย

5.1 ขอบเขตด้านเนื้อหา

การศึกษาวิจัยเรื่อง “โครงการวิจัยตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย” มุ่งศึกษาลักษณะสร้างหลักการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา เสริมสร้างแนวคิดการเสริมสร้างสุขภาวะ และการจัดการความรู้ระบบและกลไกในการสร้างการจัดการความรู้ในการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา

5.2 ขอบเขตด้านประชากร

พระนิสิตที่พัก ณ หอพักภายในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อ. วังน้อย จ. พระนครศรีอยุธยา

5.3 ขอบเขตด้านพื้นที่

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อ. วังน้อย จ. พระนครศรีอยุธยา

5.4 ขอบเขตด้านระยะเวลา

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ดำเนินการวิจัยตั้งแต่วันที่ 1 มิถุนายน พ.ศ.2560 ถึงวันที่ 31 พฤษภาคม พ.ศ. 2561 รวมเป็นระยะเวลา 12 เดือน

6. วิธีการดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “โครงการวิจัยตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย” เป็นการศึกษาโดยใช้การวิจัยแบบคุณภาพ (Qualitative Research)

6.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ พระนิสิตที่พัก ณ หอพักภายในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อ. วังน้อย จ. พระนครศรีอยุธยา

6.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ การวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) การสนทนากลุ่มเฉพาะ การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participant Observation) และการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม (Non-participant Observation) เพื่อสร้างตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนาของนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

1.7.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยจะได้ดำเนินการจัดเก็บข้อมูลตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

- 1) จัดเตรียมเครื่องมือตามจำนวนกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้แบบสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth Interview)
- 2) ให้ผู้เชี่ยวชาญด้านต่าง ๆ จำนวนอย่างน้อย 5 ท่าน เช่น ด้านจิตวิทยา ด้านการวิจัยด้านสังคมศาสตร์ เป็นต้น ในการตรวจเครื่องมือการวิจัยว่ามีความเที่ยงตรงและสามารถใช้ในการเก็บข้อมูลได้หรือไม่
- 3) ติดต่อขอหนังสือจากสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ขออนุญาตและขอความร่วมมือถึงผู้บริหาร หรือ หัวหน้าหน่วยงานกลุ่มเป้าหมาย และเวียนหนังสือขออนุเคราะห์ ผู้บริหาร หัวหน้าหน่วยงานต่าง ๆ ที่จะเข้าเก็บข้อมูล
- 4) นำส่งหนังสือขออนุญาตและขอความร่วมมือถึงผู้บริหารหรือหัวหน้าหน่วยงานที่เป็นกลุ่มเป้าหมาย โดยกำหนดวันที่จะไปแจกแบบสอบถามด้วยตนเอง
- 5) ตรวจสอบความสมบูรณ์ครบถ้วนของแบบสอบถามแล้วนำไปวิเคราะห์ข้อมูล

6.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้วิธีการวิเคราะห์เชิงคุณภาพ (Qualitative Analysis) การวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับข้อเสนอแนะในการติดตามและการประเมินผลโครงการ โดยวิเคราะห์ข้อมูลจำแนกตามกลุ่มข้อมูล (Content Analysis) ทางการศึกษาที่ทำการศึกษาค้นคว้าเชิงคุณภาพที่ได้จากการสัมภาษณ์โดยการนำเสนอเป็นความเรียง การนำเสนอข้อมูล โดยแบบตาราง โครงสร้าง แผนภาพ การบรรยาย และภาพประกอบเอกสาร

โดยมียุทธศาสตร์การดำเนินการ คือ

1. เน้นการทำงานบนฐานทุนเดิม โดยให้ความสำคัญกับทุนเดิมที่มีอยู่ทั้งในด้านที่เป็นบุคคล กลไกการทำงาน เครือข่ายการพัฒนา หรือกลไกหน่วยงานสนับสนุนอื่นๆ ที่มีกระบวนการทำงานเชิงบูรณาการกับความรู้
2. เน้นการทำงานเชิงบูรณาการที่อาศัยแนวคิดและหลักการทางพระพุทธศาสนาและศาสตร์สมัยใหม่ที่เป็นประโยชน์และเหมาะสมกับบริบททางสังคมและวัฒนธรรม
3. เน้นการพัฒนา 3 กระบวนการ คือ การพัฒนาคน ความรู้ กระบวนการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างบุคคล กลุ่ม องค์กรที่เกี่ยวข้องเพื่อนำไปสู่การเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ทางสังคม
4. เน้นการขับเคลื่อนและการสร้างพลังของการจัดการในมิติต่างๆ การสื่อสารผ่านสื่อ และชุดความรู้ที่แพร่หลายทั้งทางหนังสือ และการสัมมนาในระดับท้องถิ่น
5. เน้นพัฒนาระบบและกลไกขององค์กรในท้องถิ่นที่เอื้อต่อการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้เชิงพุทธบูรณาการ

6.5 การนำเสนอผลการวิจัย

ในส่วนนี้ผู้วิจัยดำเนินการออกเป็น 3 กระบวนการได้แก่

1. การรวบรวมและจัดระเบียบข้อมูล คือการที่ผู้วิจัยได้ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการบริหารจัดการองค์การเชิงพุทธบูรณาการ เพื่อการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ของสังคมไทย โดยนำมาจัดระเบียบข้อมูลตามหมวดหมู่ตั้งแต่เรื่องของข้อมูลพื้นฐานแนวทางการสร้างเสริมสุขภาวะและการเรียนรู้ของสังคมไทย เป็นต้น ทั้งนี้เพื่อให้สามารถนำข้อมูลมาใช้ได้อย่างเป็นระบบและลดความสับสนของข้อมูลที่มีจำนวนมาก โดยผู้วิจัยได้ทำการตรวจทานข้อมูลที่ได้มาจากการสัมภาษณ์ การวิจัยเชิงเอกสารและการสังเกตตลอดระยะเวลาของการศึกษาภาคสนามเพื่อให้สะดวกต่อการนำเสนอข้อมูลมากขึ้น

2. การนำเสนอข้อมูล สำหรับในการนำเสนอข้อมูลนั้นผู้วิจัยได้วิเคราะห์และตีความปรากฏการณ์ที่เข้าไปศึกษาวิจัยและนำเสนอผลการวิจัยผ่านการพรรณนาซึ่งได้มีการเชื่อมโยงข้อมูลที่จัดระเบียบเข้าด้วยกันตามกรอบแนวคิด โดยได้นำเสนอข้อมูลทั้งในเชิงพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างและข้อมูลเชิงพรรณนาที่ผ่านการวิเคราะห์และเรียบเรียง ทั้งนี้ผู้วิจัยได้แยกการนำเสนอข้อมูลออกเป็น 2 ส่วน สำคัญคือ (1) การนำเสนอข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง ในรูปแบบข้อมูลพื้นฐาน (2) อีกส่วนผู้วิจัยนำเสนอในลักษณะการตีความและสรุปยอดความคิดของผู้ให้ข้อมูล

3. การสังเคราะห์และเสนอแนะการวิจัย ในขั้นตอนนี้ผู้วิจัยจะนำข้อมูลที่ได้จากการใช้ระเบียบวิธีวิจัยที่ศึกษาจากปรากฏการณ์มานำเสนอข้อค้นพบและสามารถสรุปเนื้อหารายละเอียดในเรื่องที่ศึกษา เพื่อสามารถนำมาเขียนรายงานการวิจัยเพื่อต่อยอดความรู้ให้กับสังคมได้รับรู้และศึกษาต่อไปโดยในขั้นตอนนี้ผู้วิจัยได้นำแนวคิดและทฤษฎีที่ทำการศึกษาไว้เข้ามาเชื่อมโยง

การศึกษาเรื่องโครงการวิจัยตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มีวัตถุประสงค์เพื่อการศึกษา 1) เพื่อศึกษาสภาพทั่วไปของการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักการโภชนาการของผู้ที่เกี่ยวข้อง และพระนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 2) เพื่อศึกษาปัจจัยและกระบวนการการจัดการความรู้ของการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักการโภชนาการในการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนาของผู้ที่เกี่ยวข้อง และพระนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 3) เพื่อสร้างตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โดยในบทสรุปและข้อเสนอแนะนี้จะเป็นการสังเคราะห์เนื้อหาทั้งในส่วนที่เป็นการจัดโครงการวิจัยตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้เชี่ยวชาญด้านสาธารณสุข นักวิชาการ และตัวแทนพระนิสิต ทั้งนี้การนำเสนอข้อมูลในส่วนนี้จะเป็นการแสดงให้เห็นถึงการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปแบบคำบรรยาย โดยแบ่งเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1. เพื่อตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 เพื่อศึกษาสภาพทั่วไปของการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักการโภชนาการของผู้ที่เกี่ยวข้อง และพระนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

คณะผู้วิจัยได้มีการจัดการตรวจร่างกายพระนิสิต 200 รูป เพื่อศึกษาสภาพทั่วไปของการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักการโภชนาการของผู้ที่เกี่ยวข้อง และพระนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และเป็นเครื่องมือสำคัญในการเฝ้าระวังสุขภาพเบื้องต้นโดยเป็นการคัดกรองและประเมินภาวะสุขภาพ

เบื้องต้น เพื่อค้นหาความผิดปกติที่อาจยังไม่แสดงอาการ ส่งเสริมให้พระนิสิตเห็นถึงความสำคัญของการเฝ้าระวัง ภาวะสุขภาพ และได้รับความรู้ คำแนะนำที่เหมาะสมในการปฏิบัติตนที่เหมาะสมในการป้องกันการเจ็บป่วย เพื่อ ลดความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้น รวมทั้งเพื่อจำแนกกลุ่มผู้รับการตรวจออกเป็นกลุ่มได้อย่างชัดเจน ประกอบด้วยกลุ่มผู้มีภาวะสุขภาพปกติ กลุ่มที่มีการเจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังที่สำคัญ เช่น โรคเบาหวาน โรคไขมันใน เลือดสูง โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ เป็นต้น พบว่า

พระนิสิตผู้มาตรวจร่างกายมีจำนวน 200 รูป คิดเป็น 100 % โดยพระนิสิตมีอายุเฉลี่ย 40 ปี เป็นผู้ที่ ไม่มีโรคประจำตัว เป็นผู้ที่ไม่มีโรคประจำตัวร้อยละ 74.14 และมีโรคประจำตัวร้อยละ 25.86 โดยเป็นโรคความดัน โลหิตสูงมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 5.17 รองลงมาเป็นโรคไขมันในเลือดสูงและเบาหวาน โดยมีจำนวนผู้ที่เป็นโรค เท่ากันคิดเป็นร้อยละ 3.45

การประมวลผลค่าดัชนีมวลกายพบว่าพระนิสิตจำนวน 200 คน มีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน มี จำนวน 88 คน คิดเป็นร้อยละ 43.86 และ น้ำหนักเกิน หรืออ้วนระดับ 1 ร้อยละ 28.07 น้ำหนักเกินหรืออ้วน ร้อยละ 8.77 และ น้ำหนักเกิน และอ้วนระดับ 2 ร้อยละ 7.02 ในขณะที่ผู้ที่มีค่าดัชนีมวลกายน้อยกว่ามาตรฐาน จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 12.28 โดยที่มีค่าดัชนีมวลกายมากกว่ามาตรฐานควรควบคุมหรือลดน้ำหนัก เพื่อ ป้องกันโรคแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้น ผู้ที่มีน้อยกว่ามาตรฐาน ควรรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ในปริมาณที่ เพียงพอ และผู้ที่มีน้ำหนักตรงตามเกณฑ์มาตรฐานควรควบคุมน้ำหนักให้อยู่ตามเกณฑ์

พระนิสิตจำนวน 200 คน พบว่าความดันโลหิตอยู่ในเกณฑ์ปกติ โดยมีจำนวน 168 คน คิดเป็นร้อยละ 84.21 มีความดันโลหิตสูงระดับที่ 1 ระยะเริ่มแรกจำนวน 21 คน ความดันโลหิตสูงระดับที่ 2 ระยะปานกลาง จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 10.53 และ 1.75 ตามลำดับ นอกจากนี้ยังพบผู้ที่มีภาวะความดันโลหิตต่ำจำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 3.51

พระนิสิตแสดงให้เห็นว่าพระนิสิตจำนวน 200 คน พบว่าผลตรวจไขมันในเลือดชนิด Cholesterol ผิดปกติมากที่สุด รองลงมาคือผลตรวจไขมันในเลือดชนิด Triglyceride และผลตรวจน้ำตาลในเลือด คิดเป็นร้อย ละ 37.29 , 25.42 และ 23.73 ตามลำดับ

ส่วนที่ 2. เพื่อตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ 2. เพื่อศึกษาปัจจัยและกระบวนการการจัดการความรู้ของการ พัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักการโภชนาการในการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนว พระพุทธศาสนาของผู้ที่เกี่ยวข้อง และพระนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ปัจจัยและกระบวนการการจัดการความรู้ของการพัฒนาสุขภาวะและการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักการ โภชนาการในการพัฒนาสุขภาวะ ศึกษาพฤติกรรมมารอยู่ การกิน ซึ่งเท่าที่พิจารณาข้อมูลจากการตรวจร่างกาย ของพระนิสิต พบว่าจะต้องมีการจัดกิจกรรมการตรวจร่างกายทุกปี โดยเฉพาะควรตรวจปอด สารเสพติด และพระ นิสิตค่อนข้างอ้วน VMI เพราะชอบการเจอกาแฟ น้ำปั่น โดยพระเปลี่ยนความเชื่อ พระควรพิจารณาอาหารก่อน รับประทาน โดยมีการจัดให้ความรู้เกี่ยวกับเรื่องระบบธรรมชาติของร่างกายนาฬิกาชีวิตกับร่างกายมนุษย์ กฎเกณฑ์ธรรมชาติ ที่เกิดจาก 2 ปัจจัยคือ ปัจจัยภายในของสิ่งมีชีวิตเอง ซึ่งคงความเป็น กฎเกณฑ์เฉพาะตัว เมื่อ ได้รับปัจจัยภายนอกจากสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ทำให้ร่างกายมีการปรับสภาพภายใน จนสามารถ ถ่ายทอดลักษณะการทำงานนั้นไปยังลูกหลาน เป็นการถ่ายทอดพันธุกรรม ซึ่งสอดคล้องกับ Khakawoot Meemook and Other (2008) ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมสุขภาพพระสงฆ์ในอำเภอพยุหะคีรี โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาพฤติกรรมของพระสงฆ์ในอำเภอพยุหะคีรี จังหวัดนครสวรรค์ ซึ่งดำเนินการสอบถามจากพระสงฆ์ที่จำพรรษา

มาแล้วไม่น้อยกว่า 1 พรรษา จำนวน 200 รูป ในอำเภอพยุหะคีรี ระหว่างวันที่ 1 มิถุนายน-กรกฎาคม 2551 โดยครอบคลุมข้อมูลทั่วไป, ข้อมูลส่วนบุคคลและข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพของพระสงฆ์ ตามกรอบการสร้างสุขภาพ 6 อ. ของกระทรวงสาธารณสุข ได้แก่ อโรคยา, อาหาร, อานามัยสิ่งแวดล้อม, อบายมุข, ออกกำลังกาย และอารมณ และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ร้อยละ ความถี่ และค่าเฉลี่ย ผลการศึกษาพบว่า พระสงฆ์มีภาวะเจ็บป่วยก่อนบวชร้อยละ 24.5 ส่วนมากเป็นโรคความดันโลหิตสูง ร้อยละ 28.57 รองลงมาคือโรคเกาต์ ร้อยละ 12.24 ส่วนภาวะสุขภาพหลังบวชพบว่า พระสงฆ์มีภาวะเจ็บป่วยเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 28 ส่วนใหญ่ยังเป็นโรคความดันโลหิตสูง ร้อยละ 41.07 แต่รองลงมาคือไขมันในเลือดสูง ร้อยละ 26.79 อีกทั้งยังพบว่าพระสงฆ์ร้อยละ 98 มีพฤติกรรมการฉันอาหารไม่เหมาะสม และมีสุขอนามัยส่วนบุคคลและอานามัยสิ่งแวดล้อมยังไม่ถูกต้อง ร้อยละ 82.5

ในด้านอบายมุข พบว่า ก่อนบวชพระสงฆ์มีประวัติดื่มแอลกอฮอล์ ร้อยละ 60 และสูบบุหรี่ ร้อยละ 61 และภายหลังการบวชพบเพียงการสูบบุหรี่แต่ลดลงเหลือร้อยละ 48 สำหรับพฤติกรรมสุขภาพที่อยู่ในระดับดี ได้แก่ ด้านการออกกำลังกายที่มีความสม่ำเสมอ ร้อยละ 59.5 และด้านอารมณซึ่งอยู่ในเกณฑ์การมีสุขภาพจิตดี สามารถจัดการความเครียดได้เหมาะสม ร้อยละ 64 แม้ว่าไม่มีพระสงฆ์ที่มีพฤติกรรมสุขภาพผ่านเกณฑ์ทั้ง 6 อ. แต่พบว่าวัตรปฏิบัติของพระสงฆ์สามารถนำมาปรับใช้ในการดูแลสุขภาพได้เช่น การนั่งสมาธิ การกำหนดรู้ (ปัจจุบัน) การศึกษาพระธรรมวินัย ซึ่งช่วยลดปัญหาสุขภาพจิต ลดพฤติกรรมเสี่ยงด้านอบายมุข แต่ที่พระสงฆ์ไม่สามารถเลือกรับประทานอาหาร และข้อจำกัดของสภาพที่อยู่อาศัยรวมถึงสุขอนามัยส่วนบุคคล มีส่วนทำให้เกิดปัญหาสุขภาพได้ ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพสามารถนำข้อมูลที่ได้มาวางแผนดูแลสุขภาพของพระสงฆ์ โดยกำหนดกิจกรรม และวิธีการดูแลสุขภาพส่งเสริมสุขภาพให้พระสงฆ์ ส่งเสริมสภาพแวดล้อมภายในวัด รวมทั้งสนับสนุนให้พระสงฆ์ใส่ใจในการดูแลสุขภาพตนเองมากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ควรมีการรณรงค์ให้ประชาชนร่วมกันดูแลสุขภาพพระสงฆ์ โดยการสร้างเจตคติในการถวายอาหารที่ดีต่อสุขภาพ เพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมทุกภาคส่วน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Mayuree Wattanakul and Other (2004) ได้ศึกษาเรื่อง รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพในพระสงฆ์เขตเทศบาลตำบลปัว อำเภอปัว จังหวัดน่าน ผลการวิจัยพบว่า พระสงฆ์ในเขตเทศบาลตำบลปัว ยังมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม ยังไม่มีรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพที่ชัดเจน การส่งเสริมสุขภาพที่มีอยู่ใช้การดูแลตนเอง เลือกเอาเองว่าจะใช้แบบใด เช่นการเลือกรับประทานอาหาร การจัดการความเครียด การออกกำลังกายแบบมีแผนเช่นรวันาสัปดาห์ไป พระสงฆ์และประชาชนถือว่าเป็นกิจที่ไม่เหมาะสม การปฏิบัติตามธรรมะวินัยของพระสงฆ์ยังย่อหย่อน ยังไม่มีหน่วยงานใดที่ดำเนินการด้านการส่งเสริมสุขภาพในกลุ่มพระสงฆ์น้อย องค์การที่มีส่วนเกี่ยวข้องมากที่สุดในการดูแลพระสงฆ์ในปัจจุบันคือ คณะกรรมการจัดและชาวบ้าน ส่วนรูปแบบที่เหมาะสมในการส่งเสริมสุขภาพกลุ่มพระสงฆ์นั้นการศึกษาพบว่า ควรเป็นรูปแบบที่เน้นการมีส่วนร่วมของชุมชน ต้องสอดคล้องกับพระธรรมวินัย, และสอดคล้องกับศรัทธา, ความเชื่อและวิถีของชุมชนด้วยเช่นกัน และงานวิจัยของ Pittaya JaruphoonPhol and Other (2004) ศึกษาเรื่องพระภิกษุสงฆ์แบบองค์กรวม โดยสำรวจจากการตรวจสุขภาพเบื้องต้นและสัมภาษณ์พระภิกษุสงฆ์จำนวน 417 รูป จาก 31 วัดในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งส่วนใหญ่อายุเฉลี่ย 38 ปี ในจำนวนนี้ร้อยละ 60 เป็นกลุ่มอายุ 20-40 ปี เฉลี่ยบวชมาประมาณ 10 พรรษา โดยร้อยละ 42 บวชน้อยกว่า 5 พรรษา พบว่า พระภิกษุสงฆ์ส่วนใหญ่มีน้ำหนักตัวเกินเกณฑ์ปกติมาก สูงถึงร้อยละ 38.1 หรือ 159 รูป รองลงมา เป็นน้ำหนักเกณฑ์ปกติ 37.6 หรือ 157 รูป และระดับต่ำกว่าเกณฑ์ร้อยละ 24.2 หรือ 101 รูป ในจำนวนนี้มีปัญหาความดันโลหิตสูงขึ้นต้น ร้อยละ 23.4 หรือ 97 รูป

การสำรวจถึงพฤติกรรมส่งเสริมและดูแลสุขภาพของพระภิกษุสงฆ์ พบว่า มีปัญหาค่อนข้างมาก เนื่องจากพระภิกษุสงฆ์เองไม่ได้ใส่ใจต่อเรื่องนี้เท่าที่ควร อย่างไรก็ตาม ยังพบว่าตัวเลขที่น่าสนใจ เพราะยังมีพระภิกษุสงฆ์ที่ต้องปรับปรุงพฤติกรรมออกกำลังกายถึง 51.8 หรือสูงถึง 216 รูป ดังนั้นเมื่อวิเคราะห์ในภาพรวมพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพของพระภิกษุสงฆ์ในกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ จึงอยู่ในเกณฑ์ที่ต้องปรับปรุงมากที่สุด โดยสูงถึงร้อยละ 90.9 อยู่ในเกณฑ์พอใช้เพียงร้อยละ 2.16 สำหรับแหล่งที่มาของอาหารที่พระฉันนั้น ส่วนใหญ่มาจากบิณฑบาตร้อยละ 85 โดยมีพระภิกษุสงฆ์ จำนวนร้อยละ 54 เคยพบอาหารบูดเน่า/สกปรก ซึ่งความถี่การพบอาหารลักษณะนี้ อยู่ในช่วง 1-30 ต่อเดือน หรือพบเฉลี่ย 3 ครั้งต่อวัน พระภิกษุสงฆ์ส่วนใหญ่ไม่ค่อยให้ความสนใจเรื่องอาหาร ญาติโยมถวายอะไรฉันแบบนั้น ซึ่งการออกกำลังกายของพระในอดีตจะใช้วิธีเดินจงกรม แต่ในปัจจุบันไม่มีที่ให้เดินจงกรมเท่าไร ทั้งนี้เห็นว่า หากพระต้องการออกกำลังกายก็ยังทำได้ หรือการมีฟิตเนสในวัดก็ไม่เสียหายอะไร เพียงแต่ต้องอยู่ในห้องที่ปิดมิดชิด เพราะอาจถูกมองว่าไม่สำรวมได้

ส่วนที่ 3. เพื่อตอบวัตถุประสงค์ข้อที่ 3. เพื่อสร้างตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

การกำหนดตัวชี้วัดตั้งตัวชี้วัดให้สื่อถึงผลสำเร็จของงานที่คาดหวังโดยอาจพิจารณาจาก ปริมาณ เช่น จำนวนพระนิสิตที่มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคสูง คุณภาพ เช่น ร้อยละของพระนิสิตที่มีสุขภาพได้มาตรฐาน เป็นต้น โดยที่ตัวชี้วัดจะต้องสามารถวัดประเมินเป็นตัวเลขได้จริงและเก็บข้อมูลได้อย่างสะดวกในสภาพการทำงานจริง เช่น มีการเก็บข้อมูลไว้ที่กองกิจการนิสิต เพื่อที่จะติดตามผลการตรวจสุขภาพได้อย่างมีความต่อเนื่อง เกิดการดูแลสุขภาพอย่างต่อเนื่องและมีประสิทธิภาพ โดยพิจารณาให้สอดคล้องกับธรรมนูญสุขภาพพระสงฆ์แห่งชาติ ที่ได้ใช้หลักทางธรรมนำทางโลก ในการดำเนินงาน 3 ด้านที่สำคัญ ได้แก่ 1.ตัวชี้วัดด้านการดูแลสุขภาพตนเองของพระสงฆ์ 2.การดูแลสุขภาพและเสริมสร้างสุขภาพโดยญาติโยม และ 3.บทบาทของพระสงฆ์ในการเป็นผู้นำส่งเสริมสุขภาพชุมชนและสังคม ด้วยการการจัดกิจกรรมเพื่อให้เรียนรู้ให้พระนิสิต เพื่อที่ท่านสำเร็จการศึกษาออกไปเป็นผู้ให้ความรู้แก่ญาติโยมในชุมชน ในประเด็นการเป็นโรคขึ้นอยู่กับพันธุกรรม อายุ วัตรที่นำหนัก คุมปัจจัยเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ ซึ่งเป้าหมายสุดท้าย ความเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ออกกำลังกาย ความกดดัน เบาหวาน ซึ่งสอดคล้องกับ PhraDhammamolee (2008) ได้ศึกษาเรื่อง วิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพ และการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของพระสงฆ์ที่ปรากฏในพระไตรปิฎก การศึกษาวิจัยเรื่องนี้มีจุดหมาย เพื่อศึกษาวิถีชีวิต พฤติกรรมสุขภาพ และการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของพระสงฆ์ตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎก โดยมีวัตถุประสงค์ 3 ประการ คือ 1) เพื่อศึกษาแนวคิดเรื่องสุขภาพแบบองค์รวม (Holistic health) ตามหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาและตามหลักการแพทย์ตะวันตก 2) เพื่อศึกษาวิถีชีวิตพฤติกรรมสุขภาพ และการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมของพระสงฆ์ ที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและของพระสงฆ์ไทยในปัจจุบัน และ 3) เพื่อบูรณาการแนวคิดและวิธีการปฏิบัติเพื่อส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวมในการประยุกต์ใช้กับพระสงฆ์ในปัจจุบัน วิธีการวิจัยเอกสารแล้วใช้วิธีเชิงพรรณนา (Descriptive) โดยการวิเคราะห์จากพระไตรปิฎกเป็นหลัก ผลการวิจัยพบว่า แนวคิดเรื่องสุขภาพแบบองค์รวมหรือสุขภาพแบบองค์รวม (Holistic health) ตามแนวตะวันตกสมัยใหม่ มีจุดเริ่มต้นมาจากการขยายคำนิยามสุขภาพจากแบบเดิมมาเป็นสุขภาพแบบองค์รวม โดนการอนามัยโลก (World Health Organization) ได้นิยามว่า สุขภาพหมายถึง สภาวะที่มีมิติต่างๆ ของชีวิต ได้แก่ มิติทางด้านร่างกาย จิตใจ หรืออารมณ์ สังคม หรือสิ่งแวดล้อม และจิตวิญญาณ มีความเป็นปกติสุข สมบูรณ์ แข็งแรง สามารถทำหน้าที่ได้อย่างเต็มสมรรถภาพ และเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน แนวคิดตามหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนานั้นถือว่า สุข

ภาวะหรือสุขภาพ หมายถึง ความสุขสมบูรณ์ของชีวิตโดยภาพรวม 2 ทาง คือ ทางร่างกาย (กายิกสุข) และทางจิตใจ (เจตสิกสุข) โดยแยกองค์ประกอบของสุขภาพเหล่านี้ออกเป็น 4 ด้านนี้จะต้องทำงานสอดประสานเป็นหนึ่งเดียวกันและได้รับการพัฒนาให้สามารถทำหน้าที่ของตนได้อย่างสมบูรณ์และเป็นปกติสุข

พระสงฆ์ในสมัยพุทธกาลมีวิถีชีวิตตามหลักพระธรรมวินัยเป็นสำคัญ พระธรรมวินัยเป็นทั้งหลักกฎหมาย การปกครองและการดูแลสุขภาพแบบองค์รวมด้วย สำหรับปัญหาสุขภาพของพระสงฆ์ในสมัยพุทธกาลพบว่า มักจะเป็นโรคทั่วไปที่เนื่องมาจากการดำรงชีวิตอยู่ในป่า เป็นหลัก เช่น เป็นไข้ โรคหิด โรคผิวหนังตกโรค เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีโรคทางใจและทางปัญญาที่เกิดจากกิเลสอันได้แก่ โลภะ โทสะ และโมหะ ซึ่งพระพุทธศาสนาอุบัติขึ้นเพื่อรักษาโรคทางใจและทางปัญญานี้เป็นหลัก แต่สำหรับพระสงฆ์ไทยในปัจจุบันต่างมีวิถีชีวิต พฤติกรรม สุขภาพและการดูแลสุขภาพที่แตกต่างจากพระสงฆ์ในสมัยพุทธกาลอย่างมาก สืบเนื่องมาจากปัจจัยต่างๆ เช่น สภาพสังคม สิ่งแวดล้อม ประเพณีและวัฒนธรรมที่เปลี่ยนแปลงไป ทำให้วิถีชีวิตหรือรูปแบบการดำเนินชีวิตของพระสงฆ์เปลี่ยนแปลงไปด้วย เช่น จากการพักอาศัยอยู่ในป่าเป็นหลักกลายมาเป็นการพักอาศัยอยู่ในวัด การรักษาสุขภาพ ด้วยสมุนไพรตามที่สามารถหาได้ในป่ากลายมาเป็นการรักษาสุขภาพในสถานบริการสุขภาพของภาครัฐและเอกชน เช่น โรงพยาบาล คลินิก และการซื้อยาจากร้านขายยา ฯลฯ สำหรับปัญหาสุขภาพของพระสงฆ์ในสังคมไทยปัจจุบัน กลับกลายมาเป็นโรคที่เกิดจากการดำเนินชีวิตที่ดีและสะดวกสบาย ที่เรียกว่า “โรควิถีชีวิต” หรือโรคที่เกิดจากพฤติกรรมสุขภาพ เช่น โรคเบาหวาน โรคเมะเร็ง โรคความดัน โรคโลหิตสูง โรคหัวใจ ฯลฯ ซึ่งโรคเหล่านี้สามารถแก้ไขได้โดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เช่น การฉันอาหาร การออกกำลังกายที่ถูกต้อง และการฝึกจิตภาวนา

จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่าโครงการวิจัยตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาพของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มีการพัฒนาสุขภาพในด้านโภชนาการ การเสริมสร้างดำเนินกิจกรรมให้มีความต่อเนื่องและมีแนวโน้มไปสู่ความยั่งยืนได้นั้น มีปัจจัยที่นำไปสู่ความสำเร็จร่วมกันสามประการกล่าวคือ **ประการที่หนึ่ง** การสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการพัฒนาสุขภาพของนิสิตร่วมกับกองกิจการนิสิต ไรค์รว्हอฉัน กล่าวคือการเห็นความสำคัญกับวัตถุดิบที่จะนำมาประกอบอาหารเพื่อถวายแด่พระสงฆ์ **ประการที่สอง** การสร้างการเรียนรู้ในการดูแลสุขภาพร่างกายของพระนิสิต และ **ประการที่สาม** การให้ความรู้ในเรื่องการพัฒนาสุขภาพและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา

ในการพัฒนาสุขภาพแบบองค์รวม

7. ข้อเสนอแนะ

งานวิจัยตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาพของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย คณะผู้วิจัยจึงเห็นควรเสนอแนะ โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่ ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย และข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ ดังนี้

7.1 ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการ

1) ควรศึกษาวิจัยการจัดการความรู้ เพื่อสร้างองค์กรแห่งการเรียนรู้ในโครงการตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาพของคณะสงฆ์ในสังคมไทย

2) ควรศึกษาวิจัยการจัดการความรู้ เพื่อสร้างตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนาในประเทศที่นับถือพระพุทธศาสนา เพื่อเปรียบเทียบความสอดคล้องและความแตกต่างระหว่างโครงการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนาของแต่ละประเทศ

3) คณะสงฆ์ และภาคีเครือข่ายควรมีการวางแผนและการจัดการในโครงการตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของอย่างต่อเนื่อง เพื่อการตอบสนองต่อกลยุทธ์ ทิศทาง และเป้าหมายขององค์การคณะสงฆ์ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เป็นหลักโดยอาศัยพื้นฐานที่ดีของพระพุทธศาสนาที่มีคำสอนอันเป็นประโยชน์ต่อมวลมนุษย

7.2 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ควรสร้างแผนกลยุทธ์ในเรื่องการจัดการความรู้เกี่ยวกับตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของเพื่อสร้างองค์กรแห่งการเรียนรู้ในโครงการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนาในสังคมไทย

2. ควรสร้างแผนกลยุทธ์ในประเด็นการสร้างความร่วมมือกับหน่วยงานต่าง ๆ ที่มีส่วนในการเสริมสร้างสุขภาวะและตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของพระสงฆ์

3. รัฐบาลและคณะสงฆ์ควรมีนโยบายส่งเสริมให้เกิดโครงการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา และสร้างตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของพระสงฆ์ผ่านการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ในชุมชน

7.3 ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

1. ควรตั้งคณะทำงานเพื่อกำหนดแผนกลยุทธ์ในเรื่องการจัดการความรู้เกี่ยวกับตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของพระสงฆ์ เพื่อสร้างองค์กรแห่งการเรียนรู้ในโครงการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนาในสังคมไทยอย่างจริงจังและต่อเนื่อง

2. ควรกำหนดการติดตามผลการดำเนินงานตามแผนกลยุทธ์ในเรื่องการจัดการความรู้เกี่ยวกับตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของพระสงฆ์ เพื่อสร้างองค์กรแห่งการเรียนรู้ในโครงการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนาในสังคมไทยอย่างชัดเจน

3. ควรมีหน่วยงานกลางเพื่อประสานแผนกลยุทธ์กับหน่วยงานต่าง ๆ ที่มีส่วนในการเสริมสร้างสุขภาวะตัวชี้วัดและผลสัมฤทธิ์การพัฒนาสุขภาวะของพระสงฆ์ และการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา และรายงานผลการปฏิบัติงานอย่างต่อเนื่อง

4. รัฐบาลและคณะสงฆ์ควรมีนโยบายกำหนดโครงการ แผนปฏิบัติงานประจำปีเพื่อส่งเสริมให้เกิดโครงการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ตามแนวพระพุทธศาสนา ผ่านการใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ในชุมชน

Reference

Khakawoot Meemook and Other (2008), A study of monks' health behavior in Phayuha Khiri district Nakhon Sawan Province. Nakhon Sawan Provincial Health Office Nakhon Sawan Province.

PhraDhammamolee (2008), Health behaviors of holistic health of monks appearing in the Tipitaka. graduate School Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

Mayuree Wattanakul and Other (2004), Health Promoting Model of Sangha in Pua District Municipality, Pua District, Nan Province.

Pittaya JaruphoonPhol and Other (2004), The monk's holistic well-being. Department of Family Health And Faculty of Public Health Research Mahidol University.

ปัจจัยที่ส่งผลต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของนิสิต
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยสู่การเป็นประชาคมอาเซียน
Factors effecting self-directed learning and lifelong learning readiness of
Mahachulalongkornrajavidyalaya University Students toward
ASEAN Community

พันตรีหญิง ดร.รัตน์มณี สุธะใจ¹

พระมหาสุเทพ สุธัญญาโณ²

ผศ.ดร.ประยูร สุธะใจ³

พันเอก (พิเศษ) หญิง ดร.ปิยะวดี จินดาโชติ⁴

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยสู่การเป็นประชาคมอาเซียนและเพื่อเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ส่งผลต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตกับพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของนิสิต ผลการวิจัยพบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยสู่การเป็นประชาคมอาเซียนมีความสัมพันธ์กับ ปัจจัยจิตสังคมเมื่อทดสอบโดยใช้ข้อมูลทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบแต่ละด้านได้แก่ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ด้านความเชื่อมั่นในตน ด้านลักษณะมุ่งอนาคต ด้านความสัมพันธ์ระหว่างนิสิตกับอาจารย์ ด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อนด้านความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตน กลุ่มตัวอย่างของนิสิตมีระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

คำสำคัญ: การเรียนรู้, ตลอดชีวิต, ประชาคมอาเซียน

Abstract

This research had the purpose and objectives to study facts effecting MCU. Students' self-directed and lifelong learning toward ASEAN Community and also to make a comparison of relation between factors effecting a readiness of self-directed and lifelong learning and a behavior of self-directed and lifelong learning to MCU. Students. To sort out according to effective factors in learning and the factors of social mind. The consequence of research was found that factors effecting MCU. Students' readiness of self-directed and lifelong learning toward ASEAN community had a relation to factors of social mind in a test by a use of statistic data. When there was a comparison of each side like: Achievement Motive, belief in Self-confidence, Future Orientation, a

¹ นายทหารประจำ สำนักงานเลขาธิการกองทัพบก/อาจารย์พิเศษ ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
หัวหน้าโครงการวิจัย

² อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา ผู้ร่วมวิจัย

³ อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยา ผู้ร่วมวิจัย

⁴ อาจารย์พิเศษประจำหลักสูตร มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา ผู้ร่วมวิจัย

relation between the students and the teachers, an environment in the university, a relation of student and their friends, a readiness of self-directed and lifelong with an important implication accorded with statistical significance at the 0.01. level.

Key Words: Self-directed and lifelong, learning readiness, ASEAN Community

1.บทนำ

ปัจจุบันการศึกษากลายเป็นเครื่องมือสำคัญประการหนึ่งในการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างประเทศ การดำเนินนโยบายระดับชาติและระดับนานาชาติมักมีข้อกำหนดด้านการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ด้านวัฒนธรรม ความร่วมมือด้านการวิจัย การประชุมสัมมนาการศึกษาสูง การแลกเปลี่ยนบุคลากร นิสิตนักศึกษา และครูอาจารย์ เพื่อความก้าวหน้าทางวิชาการและใช้ทรัพยากรมนุษย์ร่วมกันเพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด ซึ่งเป็นข้อกำหนดในหลักการประการหนึ่งสำหรับการดำเนินการของโครงการความร่วมมือในแต่ละภูมิภาคดังเช่น อาเซียน (ASEAN) หรือสมาคมประชาชาติแห่งเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ (Association of southeast Asian Nation) (สุวิชัย โกศัยยะวัฒน์, สุวิชัย โกศัยยะวัฒน์. 2548 : 33)

สมาคมประชาชาติแห่งเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ (Association of southeast Asian Nation) หรือ อาเซียน (ASEAN) จัดตั้งขึ้นเมื่อวันที่ 8 สิงหาคม 2510 โดยมีวัตถุประสงค์แรกเริ่มเพื่อความมั่นคงและต่อต้านการปกครองระบอบคอมมิวนิสต์เป็นหลัก ต่อมาความร่วมมือมุ่งพัฒนาด้านเศรษฐกิจของภูมิภาค โดยมีการจัดทำเขตการค้าเสรีอาเซียนเพื่อกระตุ้นการค้าภายในภูมิภาค ในภายหลังได้มีการขยายความร่วมมือด้านการค้าบริการ โดยมีการจัดทำกรอบข้อตกลงด้านการค้าบริการและเปิดเขตการลงทุนอาเซียนเพื่อดึงเงินทุนและความร่วมมือภายในอาเซียน ในปี พ.ศ.2546 ผู้นำอาเซียนเล็งเห็นความสำคัญว่าการรวมกลุ่มควรแข็งแกร่งขึ้นโดยพัฒนาเป็นประชาคมอาเซียน (ASEAN Community : AC) ภายในปี พ.ศ. 2563 (ค.ศ.2020) ต่อมาผู้นำอาเซียนได้เห็นชอบร่วมกันว่าควรเร่งให้เกิดประชาคมอาเซียนเร็วขึ้นเป็นภายในปี พ.ศ.2558 (ค.ศ.2015) เพื่อการแข่งขันกับภูมิภาคอื่นและทันต่อการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ของโลก โดยประชาคมอาเซียนจะเป็นชุมชนที่มีกฎบัตรอาเซียน (ASEAN Charter) ประกอบด้วย 3 เสาหลัก คือ ประชาคมการเมืองและความมั่นคงอาเซียน ประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน และประชาคมสังคมและวัฒนธรรมอาเซียน ทั้งนี้ ในการรวมตัวกันเป็นประชาคมอาเซียนจะทำให้มีการเคลื่อนย้ายกำลังคน นักเรียน นักศึกษา และบุคลากรทางการศึกษาเป็นไปโดยสะดวกขึ้น และการเปิดเสรีการค้าบริการทางการศึกษาจะส่งผลให้เกิดการเคลื่อนย้ายองค์ความรู้ ภาษาและวัฒนธรรมระหว่างกัน สมาคมประชาชาติแห่งเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ (ASEAN) ประกอบด้วยสมาชิก 10 ประเทศ โดยเรียงลำดับตามการเข้าร่วมเป็นสมาชิกได้แก่ สาธารณรัฐอินโดนีเซีย, มาเลเซีย, สาธารณรัฐฟิลิปปินส์, สาธารณรัฐสิงคโปร์, ราชอาณาจักรไทย, การารบรูไนดารุสซาลาม, สาธารณรัฐสังคมนิยมเวียดนาม, สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว, สาธารณรัฐแห่งสหภาพเมียนมาร์และราชอาณาจักรกัมพูชา (กรมอาเซียน กระทรวงต่างประเทศ 2552 : แผ่นพับประชาสัมพันธ์อาเซียน)

ปัจจุบันแม้สถาบันการศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้ตื่นตัวกับการเข้าสู่ประชาคมอาเซียน โดยกระทรวงศึกษาธิการได้ดำเนินโครงการพัฒนาสู่ประชาคมอาเซียน เพื่อรองรับปฏิญญาชะอำ-หัวหิน ว่าด้วยการเสริมสร้างความร่วมมือด้านการศึกษาเพื่อบรรลุเป้าหมายคือ จัดตั้งศูนย์อาเซียนศึกษาในสถานศึกษาสังกัด สพฐ. จำนวน 54 โรงเรียน ซึ่งแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ buffer school เป็นโรงเรียนที่อยู่ติดกับชายแดนประเทศสมาชิกและสอนภาษาอาเซียน 1 ภาษา (ประเทศที่มีชายแดนติดต่อกับโรงเรียน 4 ประเทศ คือ สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว สาธารณรัฐแห่งสหภาพเมียนมาร์ ราชอาณาจักรกัมพูชา และมาเลเซีย) จำนวน 24 โรงเรียน และประเภทที่ 2 คือ sister school เป็นโรงเรียนที่ไม่มีเขตติดต่อกับประเทศเพื่อนบ้าน เป็นโรงเรียนที่จะสานสัมพันธ์กับประเทศสมาชิกต่างๆ จัดการเรียนรู้เกี่ยวกับประชาคมอาเซียนเน้นการเรียนรู้ การสอนภาษาอังกฤษเทคโนโลยี และภาษาอาเซียน 1 ภาษา คือ สาธารณรัฐสังคมนิยมเวียดนาม สาธารณรัฐฟิลิปปินส์ สาธารณรัฐอินโดนีเซีย สาธารณรัฐ

สิงคโปร์ เนการาบรูไน ดารุสซาลาม สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว สาธารณรัฐแห่งสหภาพเมียนมาร์ ราชอาณาจักรกัมพูชาและมาเลเซีย จำนวน 30 โรงเรียน แต่ก็ยังมีโรงเรียนคนไทยอีกไม่น้อยที่ยังไม่เข้าใจในเรื่องดังกล่าว และการเตรียมความพร้อมเพื่อรับมือกับการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นในอนาคตอันใกล้

ในสภาวะการณ์ปัจจุบัน ความจำเป็นของการศึกษาจะยิ่งชัดเจนมากขึ้น เนื่องจากมีความเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นมากมาย ซึ่งมีผลกระทบต่อสภาพความเป็นอยู่และการดำเนินชีวิต การเปลี่ยนแปลงต่างๆ เกิดขึ้นจากกระแสการแข่งขันทางด้านเศรษฐกิจ การค้า วิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงด้านอื่นๆ ที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา เพราะสิ่งที่เรารู้มาจากอดีตก็จะเป็นสิ่งที่ล้าสมัยแล้ว อีกทั้ง ความรู้มีความเป็นพลวัต มีการพัฒนาและก้าวหน้าอย่างต่อเนื่องโดยเฉพาะในยุคโลกาภิวัตน์ ซึ่งเป็นยุคที่มีความก้าวหน้าของวิทยาศาสตร์ด้านเทคโนโลยีโทรคมนาคมด้วยแล้ว การเรียนรู้ของบุคคลจึงมิใช่จำกัดเฉพาะเพียงช่วงวัยหนึ่งของชีวิตและจำกัดเฉพาะเพียงการเรียนการสอนในห้องเรียนหรือสถานศึกษาเท่านั้น แต่การจัดการศึกษาในสหัสวรรษใหม่จำเป็นต้องเน้นการพัฒนาปัญญาของผู้เรียนให้มีความเจริญงอกงาม ทันกับการเปลี่ยนแปลงบริบทสังคมโลกที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทุกขณะ การเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิตจะเป็นกระบวนการนำความรู้ ทักษะและเจตคติ ไปสู่ภูมิคุ้มกันที่เผชิญกับการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่เกิดขึ้นตลอดเวลาได้อย่างเท่าทัน โดยที่นิสิตสามารถที่จะเรียนรู้ได้ด้วยตนเอง รักการเรียนรู้มีความสามารถในการพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพ สร้างสรรค์ประโยชน์ให้แก่สังคม และดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขในสังคม

ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้น คณะผู้วิจัยสนใจทำการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยสู่การเป็นประชาคมอาเซียน ซึ่งเป็นผู้เรียนในวัยผู้ใหญ่ มีวุฒิภาวะมีความรับผิดชอบและมีความสามารถในการควบคุมตนเองเพื่อนำไปสู่การพัฒนาศักยภาพของการเรียนรู้ตลอดชีวิตแห่งตนเองได้ การทราบถึงความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองกับการเรียนรู้ตลอดชีวิตนั้น จะนำไปสู่การวางแผนการจัดการศึกษาให้ผู้เรียนได้รู้จักตัวเองเพื่อสามารถเรียนรู้สิ่งอื่น ๆ ได้อย่างง่ายดาย เป็นผู้ที่รักการเรียนรู้ และเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีศักยภาพสามารถเข้าสู่โลกอาชีพ ในสถานการณ์ที่มีการแข่งขันสูง และสามารถใช้การเรียนรู้เป็นเครื่องมือในการเพิ่มพูนความรู้ ทักษะ สามารถพัฒนาความรู้ความสามารถในวิชาชีพของตนให้แตกฉาน เรียนรู้และศึกษาสิ่งใหม่ๆ เพิ่มเติมให้แก่ตนเอง และสามารถดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสมที่จะเอื้อต่อการเข้าสู่การเป็นประชาคมอาเซียนในอนาคตต่อไป

2.วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยสู่การเป็นประชาคมอาเซียน
2. เพื่อเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ส่งผลต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตกับพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยสู่การเป็นประชาคมอาเซียน จำแนกตามปัจจัยที่ส่งผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และปัจจัยจิตสังคม

3.วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ ได้ศึกษาหลักการและแนวคิดทฤษฎีจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จึงได้กำหนดรูปแบบเครื่องมือในการดำเนินการดังนี้

ขอบเขตของการวิจัย แบ่งเป็น 3 ส่วน คือ

3.1 ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

1.1 เขตพื้นที่ในการศึกษา ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นิสิตชั้นปีที่ 1,2,3 และ 4 คณะพุทธศาสตร์ คณะครุศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และคณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในส่วนกลาง จำนวนประชากร 500 รูป/คน

1.2 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ นิสิตชั้นปีที่ 1, 2, 3 และ 4 คณะพุทธศาสตร์ คณะครุศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และคณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในส่วนกลาง จำนวนกลุ่มตัวอย่าง โดยวิธีสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) จำนวนนิสิต รวมทั้งสิ้น 217 รูป/คน

3.2 การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลสำหรับการวิจัยในครั้งนี้ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปในการวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งมีขั้นตอนดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น เพื่อให้ทราบลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง และลักษณะการแจกแจงของ ตัวแปร โดยใช้ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ค่า ผลของการประมาณค่าเฉลี่ยของประชากร

2. วิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson – Product Moment Correlation Coefficient) และทดสอบนัยสำคัญด้วยค่าที (t-test)

3. หาค่าน้ำหนักความสำคัญ (Beta-Weight) ของตัวแปร โดยวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณด้วยการนำตัวแปรเข้าสมการด้วยวิธี Enter และ Block wise ทดสอบความนัยสำคัญทางสถิติของค่าน้ำหนักความสำคัญโดยการทดสอบค่าเอฟ (F-test)

4.ผลการวิจัย

การวัดระดับการเรียนรู้ตลอดชีวิตพบว่ากลุ่มตัวอย่างนิสิต จำนวนทั้งสิ้น 216 คน มีระดับการเรียนรู้ตลอดชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.82$) และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า กลุ่มตัวอย่างนิสิต ข้าพเจ้าเชื่อว่าการเรียนรู้สามารถเกิดขึ้นได้ทุกที่ทุกเวลาอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.06$) รองลงมาเชื่อว่า ข้าพเจ้าเห็นประโยชน์ของการปรับปรุงตนเองอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.00$) ข้าพเจ้าเห็นประโยชน์ของการประเมินผลการเรียนรู้ของตนเอง อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.97$) รองลงมา ข้าพเจ้าใช้วิธีการประเมินผลการเรียนรู้ของตนเองอย่างหลากหลายอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.64$) และรองลงมา ข้าพเจ้าสามารถใช้ภาษาเป็นเครื่องมือในการเรียนรู้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.64$) ตามลำดับ

4.1 การเปรียบเทียบปัจจัยจิตลักษณะทางสังคม เกี่ยวกับต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตน

ตารางที่ 4.7 วิเคราะห์การทดสอบสมมติฐานความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตน

การเรียนรู้ตลอดชีวิต	ด้านการประยุกต์ใช้ความรู้	ด้านการใช้กลยุทธ์ที่หลากหลาย	ด้านการใช้และแปลความหมายข้อมูลที่ได้	ด้านการใช้เครื่องมือการเรียนรู้	ด้านการประเมินการเรียนรู้ของตนเอง	ด้านการกำหนดจุดมุ่งหมายการเรียนรู้
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์	3.00	3.00	3.00	4.00	3.57	3.00
สถิติที่ใช้ t-test	f = 2.198***	f = 1.919***	f = 1.531***	f = 1.964***	f = 1.320	f = 1.544***
ความเชื่ออำนาจในตน	3.00	3.00	3.00	4.00	4.00	3.00
สถิติที่ใช้ F-test	f = 3.233***	f = 2.852***	f = 2.018***	f = 2.375***	f = 2.452***	f = 2.622***
ลักษณะมุ่งอนาคต	3.00	3.00	3.00	4.00	3.00	3.00

สถิติที่ใช้ F-test	f =3.804***	f =3.363***	f =2.337***	f =1.916***	f =1.784***	f =1.902***
ความสัมพันธ์ระหว่างนิสิตกับอาจารย์	3.00	3.00	3.00	4.00	4.00	3.00
สถิติที่ใช้ F-test	f =2.304***	f =2.303***	f =1.986***	f =1.938***	f =1.277	f =1.909***
สภาพแวดล้อมในการเรียน	3.00	3.00	3.00	4.00	4.00	3.00
สถิติที่ใช้ t-test	f =2.425***	f =2.020***	f =1.998***	f =1.685***	f =1.828***	f =1.941***
สัมพันธ์ภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน	3.00	3.00	3.00	4.00	4.00	3.00
สถิติที่ใช้ F-test	f =1.923***	f =2.145***	f =2.937***	f =3.477***	f =2.649***	f =2.509***
ปัจจัยที่ส่งผลต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง	4.00	4.00	3.00	4.00	4.00	3.00
สถิติที่ใช้ F-test	f =3.790***	f =2.018***	f =2.845***	f =1.886***	f =2.112***	f =1.947***

หมายเหตุ ($\bar{X}$) ค่าเฉลี่ยระดับพฤติกรรมการปรับตัวต่อวิถีชีวิตของนิสิต จากตาราง 4.7

*Sig.0.1 **Sig.0.05 ***Sig. 0.01

สรุปโดยภาพรวม ผลการวิเคราะห์พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคล ด้านสถานภาพ ด้านอายุ ด้านคณะที่กำลังศึกษา ด้านเกรดเฉลี่ยการเรียน และรายได้ครอบครัวเมื่อทดสอบโดยใช้ข้อมูลทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบแต่ละด้านไม่นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ส่วนในการวิเคราะห์ ปัจจัยที่ส่งผลต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยสู่การเป็นประชาคม อาเซียนมีความสัมพันธ์กับ ปัจจัยจิตสังคมเมื่อทดสอบโดยใช้ข้อมูลทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบแต่ละด้านได้แก่ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ($f = 2.198^{***}$)($f = 1.919^{***}$)($f = 1.531^{***}$)($f = 1.964^{***}$) ($f = 1.544^{***}$) ด้านความเชื่ออำนาจในตน($f = 3.233^{***}$)($f = 2.852^{***}$)($f = 2.018^{***}$)($f = 2.375^{***}$) ($f = 2.452^{***}$) ($f = 2.622^{***}$)ด้านลักษณะมุ่งอนาคต ($f = 3.804^{***}$)($f = 3.363^{***}$) ($f = 2.337^{***}$) ($f = 1.916^{***}$)($f = 1.784^{***}$)($f = 1.902^{***}$)ด้านความสัมพันธ์ระหว่างนิสิตกับอาจารย์ ($f = 2.304^{***}$)($f = 2.303^{***}$) ($f = 1.986^{***}$)($f = 1.938^{***}$)($f = 1.909^{***}$)ด้านสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัย ($f = 2.425^{***}$)($f = 2.020^{***}$) ($f = 1.998^{***}$)($f = 1.685^{***}$)($f = 1.828^{***}$) ($f = 1.941^{***}$)ด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน ($f = 1.923^{***}$)($f = 2.145^{***}$) ($f = 2.937^{***}$) ($f = 3.477^{***}$)($f = 2.649^{***}$)($f = 2.509^{***}$)ด้านความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง ($f = 3.790^{***}$) ($f = 2.018^{***}$)($f = 2.845^{***}$)($f = 1.886^{***}$)($f = 2.112^{***}$) ($f = 1.947^{***}$)กลุ่มตัวอย่างของนิสิตมีระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 จึงสามารถกล่าวได้ว่า พฤติกรรมการเรียนรู้ของนิสิตจะมีความสำคัญต่อการปรับตัวให้เข้ากับขอบฟ้าสิ่งต่าง ๆ ที่มีความคิดริเริ่มของตนเองและมีความมานะอดทนไม่กลัวความล้มเหลว มีความปรารถนามุ่งต่อการเรียนรู้เพราะมีระดับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ จึงทำให้เกิดความเชื่อมั่นว่าปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นย่อมมีแนวทางแก้ไขได้เสมอ มีโอกาสก้าวหน้าในการเรียนเกิดจากความสนใจเอาใจใส่ต่อการเปลี่ยนแปลงสามารถปรับปรุงแก้ไขตนเองได้อย่างเหมาะสมจึงมีระดับความเชื่ออำนาจในตน และสัมพันธ์กับลักษณะมุ่งอนาคต และการได้รับความเมตตาจากคณาจารย์ ความมั่นใจกับเพื่อน ความสามัคคีในการร่วมกิจกรรมจึงเป็นความสัมพันธ์ระหว่างนิสิตกับอาจารย์ และสัมพันธ์ภาพระหว่างนิสิตกับเพื่อน รวมทั้งสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยที่เป็นสถานที่ศูนย์แหล่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างบูรณาการ ดังนั้นโดยภาพรวมปัจจัยที่ส่งผลต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของนิสิต ได้ยึดหลักเหตุและผลในการดำรงชีวิต มีกระบวนการเรียนรู้โดยมีการใช้ประโยชน์ของการประเมินผล

การเรียนรู้ของตนเอง วางแผนการใช้ชีวิตของตนเองในทุกด้านอย่างต่อเนื่อง ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐาน มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

5.อภิปรายผล

จากการแสดงผลการทดสอบระดับความคิดเห็นพฤติกรรมเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ส่งผลต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตกับพฤติกรรมการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของนิสิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยสู่การเป็นประชาคมอาเซียน จำแนกตามปัจจัยที่ส่งผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และปัจจัยจิตสังคม มีผลการวิเคราะห์ตามวัตถุประสงค์ต่อไปนี้

ผลการวิเคราะห์พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยสู่การเป็นประชาคม อาเซียนมีความสัมพันธ์กับ ปัจจัยจิตสังคมเมื่อทดสอบโดยใช้ข้อมูลทางสถิติ เมื่อเปรียบเทียบแต่ละด้านได้แก่ ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เมื่อทดสอบโดยใช้ข้อมูลทางสถิติ ($f = 2.198^{***}$) ($f = 1.919^{***}$) ($f = 1.531^{***}$) ($f = 1.964^{***}$) ($f = 1.544^{***}$) เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มตัวอย่างของของนิสิตมีระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า กลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมการเรียนรู้ที่ดีโดยมีการปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมในชั้นเรียน ยิ่งทำให้มีแรงจูงใจในการเตรียมพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเอง บอกตนเองได้ สอนตนเองเป็นและยังตระหนักถึงความสำคัญต่อการเรียนรู้อยู่สม่ำเสมอ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเฮร์แมน 1970 (Hermans) ได้อธิบายความหมายแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ไว้ว่า เป็นความต้องการได้รับผลสำเร็จจากการกระทำในสิ่งที่ยาก ต้องการเอาชนะอุปสรรคและบรรลุถึงมาตรฐานอันดีเลิศ ต้องการเป็นคนเก่ง มีความสามารถในการแข่งขันและเอาชนะคนอื่น ๆ ต้องการเพิ่มการยอมรับตนเอง โดยการบรรลุความสำเร็จในกิจกรรมที่เป็นอัจฉริยะ (วัชรเช คำเพ็ง, 2537: 8-9) และงานวิจัยของ ดีเซนา (Desena.(1964,October).145-149) ได้ศึกษาคุณลักษณะของนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง ปานกลาง และต่ำ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยเพนซิลวาเนีย ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงจะมีคุณลักษณะที่สามารถปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นได้ดีกว่านักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ และสอดคล้องกับงานของสมจิตร์ หอไตรรงค์ (2539:128) ได้ศึกษาผลของการฝึกแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษาที่มีภูมิหลังต่างกันในการอบรมเลี้ยงดูและลักษณะทางชีวสังคม ผลการศึกษาพบว่านักเรียนหญิงมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงกว่านักเรียนชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนที่มีผลการเรียนสูงมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงกว่านักเรียนที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังนั้นจึงพบว่าความสัมพันธ์ในการเรียนของนิสิตจึงมีความสัมพันธ์กันเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มตัวอย่างของของนิสิตมีระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ด้านความเชื่ออำนาจในตน เมื่อทดสอบโดยใช้ข้อมูลทางสถิติ ($f = 3.233^{***}$) ($f = 2.852^{***}$) ($f = 2.018^{***}$) ($f = 2.375^{***}$) ($f = 2.452^{***}$) ($f = 2.622^{***}$) เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มตัวอย่างของของนิสิตมีระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า กลุ่มตัวอย่างนิสิตมีความเชื่อของบุคคลในเรื่องผลของการกระทำไม่ว่าจะประสบผลสำเร็จหรือล้มเหลวว่าเกิดขึ้นจากความสามารถและการกระทำของตน และการรับรู้เหตุการณ์หรือสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นกับตนนั้นเป็นผลมาจากการกระทำหรือความสามารถของตน ความสำเร็จ นอกจากนั้นยังมีความเชื่อหรือการรับรู้ของบุคคลที่ว่าผลใดๆ หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนขึ้นอยู่กับอิทธิพลของสิ่งใด ถ้าบุคคลมีความเชื่อหรือรับรู้ว่ามีผลหรือเหตุการณ์นั้นเป็นผลมาจากการกระทำของตน และตนสามารถควบคุมผลที่เกิดขึ้นได้มากก็จะเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นอำนาจภายในตน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ บุษกร คำคง (2542:5) กล่าวว่า ความเชื่ออำนาจภายในตน หมายถึง ความเชื่อของบุคคลในเรื่องผลของการกระทำไม่ว่าจะประสบผลสำเร็จหรือล้มเหลวว่าเกิดขึ้นจากความสามารถและการกระทำของตน

สามารถอธิบายผลของการกระทำที่เกิดขึ้นได้อย่างถูกต้องสมเหตุผล และสามารถควบคุมผลนั้นได้ และสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎี บุญวิภ (2543:6) ได้ให้ความหมายของความเชื่ออำนาจภายในตน หมายถึง การรับรู้เหตุการณ์หรือสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นกับตนนั้นเป็นผลมาจากการกระทำหรือความสามารถของตน ความสำเร็จหรือความล้มเหลวที่ตนได้รับเกิดจากการกระทำของตน และวันชัย ดนัยตโมนุท (2536:16) กล่าวว่า ความเชื่อหรือการรับรู้ของบุคคลที่ว่าผลใดๆ หรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนขึ้นอยู่กับอิทธิพลของสิ่งใด ถ้าบุคคลมีความเชื่อหรือรับรู้ว่ามีผลหรือเหตุการณ์นั้นเป็นผลจากการกระทำของตน และตนสามารถควบคุมผลที่เกิดขึ้นได้มากก็จะเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นอำนาจภายในตน ในทางตรงข้ามบุคคลที่มีความเชื่อหรือรับรู้สิ่งใด ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนไม่ได้เป็นผลสืบเนื่องมาจากการกระทำของตน ตนควบคุมไม่ได้ แต่เกิดจากอิทธิพลของอำนาจภายนอก เช่น โชค ดวง ความบังเอิญ อำนาจลึกลับ หรืออำนาจบุคคลอื่นๆ บุคคลประเภทนี้จะเป็นผู้ที่มีความเชื่อมั่นอำนาจภายนอกตน ดังนั้น เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มตัวอย่างของของนิสิตมีระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ด้านลักษณะมุ่งอนาคตเมื่อทดสอบโดยใช้ข้อมูลทาง $(f = 3.804^{***})(f = 3.363^{***}) (f = 2.337^{***}) (f = 1.916^{***}) (f = 1.784^{***})(f = 1.902^{***})$ เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มตัวอย่างของของนิสิตมีระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า กลุ่มตัวอย่างนิสิต มีความตั้งใจเรียนในวันนี้จึงจะประสบความสำเร็จในวันหน้า และมีความเชื่อว่าการตั้งใจเรียนเพื่อประสบความสำเร็จและชีวิตในอนาคต ถึงแม้จะรู้ว่าการเรียนนั้นยาก แต่ก็ไม่ท้อถอยเพื่อจะได้มีอนาคตที่ดี ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของจรรยา สุวรรณทัต(2526:50) กล่าวถึงลักษณะมุ่งอนาคตว่า เป็นลักษณะของการมองสู่อนาคตข้างหน้า ซึ่งเป็นการมองที่ลึกซึ้งกว้างไกลที่จะมีผลไม่เพียงแต่ผู้มองเท่านั้น หากครอบคลุมไปถึงบุคคลอื่น และสังคมมนุษยชาติที่บุคคลนั้นมีส่วนเกี่ยวข้องด้วย โดยลักษณะมุ่งอนาคตมีความสัมพันธ์กับเขาวนปัญญาและจริยธรรมของบุคคล และแนวคิดของพระมหาไชยา กาละปักษ์(2550:41) ได้ให้ความหมายของการมุ่งอนาคตว่า หมายถึง ปริมาณความสามารถในการคาดการณ์ไกล เล็งเห็นความสำคัญของสิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคต นอกจากนั้นรังสรรค์ หังสนาวิน (2549:9) ได้ให้ความหมายของการมุ่งอนาคตว่า หมายถึง การรายงานพฤติกรรมการทำงานที่แสดงถึงลักษณะมุ่งอนาคต เช่น มีความซื่อสัตย์ในการทำงานการทำงานเต็มความสามารถ และทำงานตามเป้าหมายของหน่วยงาน เป็นต้น และสอดคล้องกับแนวคิดของ Mischel (1974:14-15) กล่าวว่า ลักษณะมุ่งอนาคต (Future Orientation) หมายถึง การแสดงออกของพฤติกรรมการรอคอยเพื่อผลที่ดีกว่าในอนาคต (Delay of Gratification) เป็นความสามารถในการควบคุมตนเองของบุคคล ซึ่งเกิดจากความสามารถในการคาดการณ์ไกล และเล็งเห็นความสำคัญของผลดีผลเสียของเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นในอนาคต มีความต้องการได้รับผลในอนาคตที่ดีกว่า หรือมากกว่าผลที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน จึงดำเนินการวางแผนปฏิบัติ ต่อจากนั้นจะควบคุมตนเองให้ปฏิบัติเป็นขั้นไปตามแผนที่วางไว้ เพื่อไปสู่เป้าหมายที่ต้องการในอนาคต และปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสมแก่กาลเทศะ ไม่ฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ของศาสนาและกฎหมาย ซึ่งผู้ที่มีลักษณะมุ่งอนาคตจัดว่าเป็นผู้มีจริยธรรมสูงด้วย

ด้านความสัมพันธ์ระหว่างนิสิตกับอาจารย์ เมื่อทดสอบโดยใช้ข้อมูลทางสถิติ $(f = 2.304^{***}) (f = 2.303^{***}) (f = 1.986^{***})(f = 1.938^{***})(f = 1.909^{***})$ เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มตัวอย่างของของนิสิตมีระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01. ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ากลุ่มตัวอย่างนิสิต อาจารย์ให้ความเป็นกันเองกับข้าพเจ้าและ อาจารย์เป็นแบบอย่างที่ดีแก่ข้าพเจ้า ซึ่งความสัมพันธ์จึงอยู่ในระดับมาก $(\bar{X}) = 3$ ไม่เกิดความขัดแย้งในใจ และสอดคล้องกับ (92. งานวิจัยของ กรอนลันด์(Gronlund.) (1957:176) ได้ศึกษาปัญหาการเรียนการสอนในระดับอุดมศึกษาของนักศึกษามหาวิทยาลัย ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาที่มีปัญหาด้านสัมพันธ์กับบุคคลอื่นมักจะมีปัญหาด้าน

การเรียนรู้ด้วย ทั้งนี้อาจเป็นเพราะความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อนอาจทำให้การเรียนรู้ไม่มีประสิทธิภาพและทำให้เกิดความตึงเครียดทางอารมณ์ และไม่มีความสุข นอกจากนั้นยังสอดคล้องกับงานของ นพพงษ์ บุญจิตตรคุณ (2527: 48-67) ได้กล่าวถึงปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน ผู้สอนไม่สร้างบรรยากาศแห่งความน่ากลัวให้เกิดขึ้น การเรียนรู้มีขึ้นในชั้นเรียนเสมอไป ดังนั้นการพบปะ ชักถามนอกชั้นเรียนจะสร้างบรรยากาศแห่งความเป็นมิตรได้ง่ายขึ้น อย่าทำให้เกิดการเสียหน้า และควรฟังความคิดเห็นนักเรียนบ้าง ดังนั้น เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มตัวอย่างของของนิสิตมีระดับความพร้อมในการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองและการเรียนรู้ตลอดชีวิตมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 001.

6. ข้อเสนอแนะ

6.1 ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

ในการวิจัยครั้งนี้คณะผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะผลการวิจัยเชิงปฏิบัติการ ดังนี้

พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการประยุกต์ใช้ความรู้ โดยมีการยึดหลักเหตุและผลในการดำรงชีวิต พร้อมทั้งได้นำสิ่งที่ได้เรียนรู้มาเทียบเคียงและประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน สถาบันควรส่งเสริมสนับสนุนให้พัฒนามากยิ่งขึ้น ส่วนสิ่งที่ควรพัฒนาเพิ่มเติม กลุ่มตัวอย่าง มักคิดต่อและทำเพิ่มเติมจากคำสั่งและสิ่งที่เรียนอยู่ในระดับที่ควรให้เกิดพฤติกรรม การเรียนรู้อย่างบูรณาการ

พบว่าด้านการใช้กลยุทธ์ที่หลากหลาย กลุ่มตัวอย่างได้เลือกใช่วิธีการที่หลากหลายในการพัฒนาความรู้ความสามารถ และยังให้ความสนใจและเรียนรู้จากสิ่งต่างๆ รอบตัว ซึ่งจำเป็นต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตกับยุคสมัยปัจจุบัน ส่วนสิ่งที่ควรพัฒนาเพิ่มเติมแก่การเลือกใช่วิธีการเรียนรู้ได้เหมาะสมสำหรับแต่ละสถานการณ์ ยังต้องให้การตระหนักให้มากยิ่งขึ้น

พบว่าด้านการใช้และแปลความหมายข้อมูลที่ได้ กลุ่มตัวอย่างเลือกใช้ข้อมูลอย่างหลากหลายในการตัดสินใจการเรียนรู้ตลอดชีวิต และได้เลือกใช้ข้อมูลจากแหล่งที่น่าเชื่อถือ ทางสถาบันการศึกษาจำเป็นต้องสร้างแหล่งการเรียนรู้ที่เหมาะสมให้เป็นบรรยากาศทางวิชาการ และสิ่งที่ต้องพัฒนาในความสามารถใช้ภาษาเป็นเครื่องมือในการเรียนรู้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ยังต้องให้มีการพัฒนาเครื่องอุปกรณ์การเรียนรู้ด้านเทคโนโลยีให้ทั่วถึงทุกสาขาวิชา

พบว่า ด้านการใช้เครื่องมือการเรียนรู้ กลุ่มตัวอย่างมีความเชื่อว่าการเรียนรู้สามารถเกิดขึ้นได้ทุกที่ทุกเวลา และเรียนรู้ได้ตลอดชีวิต จึงได้ชื่นชม ยินดี และรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นนับว่าเป็นพฤติกรรมการเรียนรู้อย่างถูกต้อง แต่สิ่งที่ต้องมีการปรับและพัฒนาเพิ่ม โดยเฉพาะบุคลิกภาพที่เก็บเงียบไม่ยอมสร้างสัมพันธภาพหรือไม่ชอบซักถามและอภิปรายในชั้นเรียน คณะอาจารย์ควรกระตุ้นการเรียนรู้ให้กับนิสิตมีส่วนร่วมอยู่ทุกขณะจึงจะเปลี่ยนพฤติกรรมที่ถาวรได้

พบว่าด้านการประเมินการเรียนรู้ของตนเอง กลุ่มตัวอย่างได้เห็นประโยชน์ของการปรับปรุงตนเอง และเห็นประโยชน์ของการประเมินผลการเรียนรู้ของตนเองดังนั้น การเรียนรู้ต้องมีการประเมินผู้เรียนอย่างหลากหลายเพื่อความสมบูรณ์อันจะเอื้อต่อการพัฒนาทักษะทางวิชาชีพอย่างถูกต้อง นอกจากนั้นสิ่งที่ต้องพัฒนาให้มากยิ่งขึ้นในการใช้วิธีการประเมินผลการเรียนรู้ของตนเองอย่างหลากหลาย ก็ยังจำเป็นต้องมีผลเชิงประจักษ์เพื่อนำไปพัฒนาการเรียนรู้ตลอดชีวิตในบริบทของมหาวิทยาลัยเพื่อการเรียนรู้ต่อไป

พบว่าด้านการกำหนดจุดมุ่งหมายการเรียนรู้ กลุ่มตัวอย่างได้มีการวางแผนสิ่งที่ต้องทำไว้ล่วงหน้าของการเรียนรู้ตลอดชีวิต และยังได้วางแผนการใช้ชีวิตของตนเองในทุกด้านอย่างต่อเนื่อง นับว่าเป็นสิ่งที่ควรสนับสนุนอย่างยิ่ง นอกจากนั้นยังต้องพัฒนาโดยเฉพาะการสำรวจข้อดีและข้อบกพร่องของตนเอง จำเป็นต้องสร้างแรงจูงใจให้กลุ่ม

ตัวอย่างได้ตระหนักให้มากเพราะการเรียนรู้ตลอดชีวิต จำต้องมีความพร้อมในการประเมินศักยภาพภายในตน จึงจะพัฒนาอย่างเป็นระบบ

6.2 ข้อเสนอแนะในครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาการพัฒนา รูปแบบพฤติกรรมการเรียนรู้การมีวินัยในตนต่อการเรียนรู้ตลอดชีวิตของเยาวชนในสังคมไทย
2. ควรศึกษาการพัฒนาโมเดลเชิงสาเหตุการเรียนรู้ด้วยการนำตน ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษาทั้งในส่วนกลางและต่างจังหวัด
3. ควรศึกษาการเรียนรู้ตลอดชีวิตในบริบทประเทศไทย 4.01 ต่อการเปลี่ยนผ่านกระบวนทัศน์บนฐานคิดทางพระพุทธศาสนา

บรรณานุกรม

1. ภาษาไทย

1.1 เอกสารชั้นปฐมภูมิ

การศาสนา, กรม. 2530.พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับสังคายนา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์การศาสนา, มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539.พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,.

1.2 เอกสารชั้นทุติยภูมิ

1.2.1 หนังสือ

กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน, กรุงเทพมหานคร:บริษัทพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.) จำกัด.2544.

กมลรัตน์ หล้าสูงษ์. สุขภาพจิตในโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย. 2524.

งามตา วณินทานนท์. จิตวิทยาสังคม. เอกสารประกอบการสอน. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. 2534.

จิราภา เตังไตรรัตน์ และคณะ.รศ. จิตวิทยาทั่วไป. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. 2543.

ชูศรี วงศ์รัตน์. เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร: เทพเนรมิตการพิมพ์, 2544.

ดวงเดือน พันธุมนาวิน. ทฤษฎีต้นไม้อจริยธรรม การวิจัยและการพัฒนาบุคคล. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.

ทิพวัลย์ มาแสง. การสอนภาษาอังกฤษสำหรับคนไทย. กรุงเทพมหานคร: ทิพย์อักษร : 2532.

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). การพัฒนาที่ยั่งยืน. พิมพ์ครั้งที่ 7, กรุงเทพมหานคร: ธนธัช, 2543.

พระ.ธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), พุทธวิธีในการสอน, พิมพ์ในงานเจริญมงคลชนายุ 71 ปี 2545.

พระ.ธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.2541.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), ทศวรรษธรรมทัศน์พระธรรมปิฎก หมวดศึกษาศาสตร์, กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา. 2543.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), พัฒนาการพระราชบัญญัติ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2540.

นันทกา ทาตุมิ. ภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสารและทักษะการเรียนรู้. กรุงเทพมหานคร: เอิร์ดเวฟ เอ็ดดูเคชั่น. 2542.

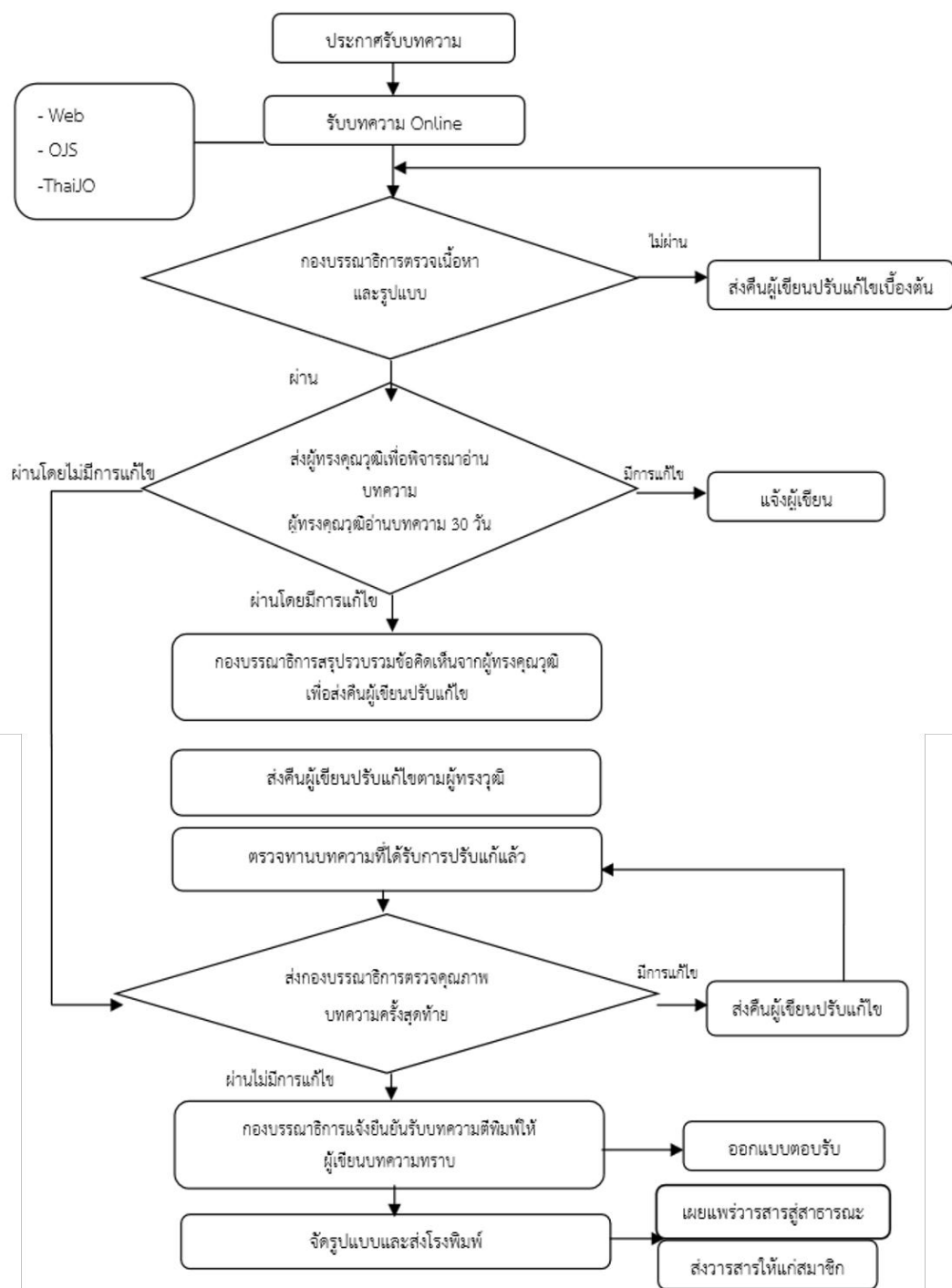
- นพพงษ์ บุญจิตราดุลย์. **นักบริหาร :ผู้สร้างบรรยากาศการเรียนรู้, ก้าวเข้าสู่ผู้บริหาร**. กรุงเทพมหานคร: องค์กรศิลปการพิมพ์, 2527.
- บุญใจ ศรีสถิตนรากุล. **ประสานพลังเพื่อผลักดันการเรียนรู้ตลอดชีวิตให้เกิดขึ้นจริงในสหัสวรรษใหม่**. สอ. ประเทศไทย. กรุงเทพมหานคร: สันติศิริการพิมพ์. 2545.
- บุญเชิด ภิญโญอันตพงษ์. **เอกสารประกอบเรียนวิชา สัมมนาวิจัยทางธุรกิจศึกษา**. กรุงเทพมหานคร: คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. 2549.
- ประดินันท์ อุปรนัย. **วิทยาการการสอน**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: วิกตอรี เพาเวอร์ พอยท์, 2527.
- ปรกรณ์ ปรียากร. **ทฤษฎี แนวคิดและกลยุทธ์เกี่ยวกับการพัฒนา**. กรุงเทพมหานคร: คณะรัฐประศาสนศาสตร์, สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2530.
- ปรางค์สุทิพย์ ทรงวุฒิสีล, รศ. **จิตวิทยาเด็กและวัยรุ่น**. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง, 2544.
- ประยุทธ์ ปยุตโต, พระเทพเวที. **พุทธศาสนากับสังคมไทย**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง. 2525.
- ประมุข สารพันธ์ และคณะ. **รายงานการวิจัย เรื่อง การศึกษาสภาพการจัดการศึกษาของมหาวิทยาลัยสงฆ์ในกำกับของรัฐบาล : ศึกษาเฉพาะกรณีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2544.
- ประมะ สตะเวทิน. **หลักนิเทศศาสตร์**. ห้างหุ้นส่วนจำกัด ภาพพิมพ์, 2528.
- ประมะ สตะเวทิน. **หลักและทฤษฎีการสื่อสาร**. กรุงเทพมหานคร, มสธ, 2528.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. **เอกสารประกอบการสอนวิชาการทดสอบทางจิตวิทยา**. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2538.

2. ภาษาอังกฤษ

- Anastasi, Anne. **Psychological Testing**. New York: The Macmillan Company, 1967.
- Alexander, Leigh and John, Simons. **The Determinants of School Achievement in Developing Countries : The Educational Production Function**. (1975).
- Astin, Alexander W. **What Matters in College four critical revisited**. Jossey-Bass Publishers. San Francisco. (1993).
- Atschuler, A.S. **How to Increase Motivation Through Elimate and Structure**. 1968. Cambridge, Mass.; Achievement Motivation Development Project, Graduate Shool of Education, Harvard University . Working Paper No. 8, 402,416,418.
- Atkinson. John W. **Motive in Fantasy Action and Society**. New Jersey: D. Van Nostrand. (1966).
- Bandura, A. and Richard H. Walter. **Social Learning and Personality Development**. New York : Rinchart and Winston. (1963).
- Bass, B. M. **Cognitive ,social andemotional intelligence oftransformational leaders**. In(2002) R.E.Riggio (ed.) Multiple intelligences and leadership. Mahwah, New Jersey: LEA Publishers.

ภาคผนวก

ขั้นตอนการดำเนินงานวารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์



คำแนะนำสำหรับผู้นิพนธ์บทความ

1. สถานที่ติดต่อเกี่ยวกับบทความ

สำนักงานวารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

79 หมู่ 1 ต.ลำไทร อ.วังน้อย จ.พระนครศรีอยุธยา 13170

โทรศัพท์: 035-248-000 ต่อ 8400

อีเมล: allhjournal@gmail.com

2. ข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับบทความ

1) ประเภทของบทความที่ลงตีพิมพ์ในวารสาร

วารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์ ตีพิมพ์บทความประเภทต่าง ๆ ดังนี้

1.1) **บทความพิเศษ** บทความทางวิชาการพิเศษ ที่เสนอเนื้อหาความรู้วิชาการอย่างเข้มข้น และผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิในสาขาวิชานั้น ๆ กลุ่มเป้าหมาย คือ นักวิชาการในวงการวิชาการและวิชาชีพ

1.2) **บทความทางวิชาการ** เสนอเนื้อหาความรู้ วิชาการ กลุ่มเป้าหมาย คือ นิสิต นักศึกษา หรือประชาชนทั่วไป

1.3) **บทความวิจัย (Research Article)** ได้แก่ รายงานผลงานวิจัยใหม่ที่มีองค์ความรู้อันเป็นประโยชน์ ซึ่งไม่เคยตีพิมพ์ในวารสารอื่นมาก่อน

1.4) **บทความปริทรรศน์ (Review Article)** เป็นบทความที่รวบรวมความรู้จากตำรา หนังสือ และวารสารใหม่ หรือจากผลงานและประสบการณ์ของผู้นิพนธ์มาเรียบเรียงขึ้น โดยมีกรวิเคราะห์ สังเคราะห์ และวิจารณ์เปรียบเทียบกัน

1.5) **ปกิณกะ (Miscellany)** ได้แก่ บทความทบทวนความรู้ เรื่องแปล การย่อความจากวารสารต่างประเทศ การแสดงความคิดเห็น การวิจารณ์ การแนะนำเครื่องมือใหม่ ตำราหรือหนังสือใหม่ที่น่าสนใจ หรือการประชุมทั้งระดับชาติและระดับนานาชาติ

2) การส่งบทความ

บทความที่จะตีพิมพ์ในวารสารมนุษยศาสตร์ปริทรรศน์จะต้องส่งจดหมายนำส่งบทความ พร้อมต้นฉบับแบบพิมพ์จำนวน 3 ชุด มาที่กองบรรณาธิการวารสารฯ กรณีที่บทความได้รับการพิจารณาให้ตีพิมพ์ บรรณาธิการจะแจ้งให้ผู้นิพนธ์ส่งบทความต้นฉบับที่แก้ไขครั้งสุดท้าย พร้อมซีดีรอม (CD-ROM) 1 แผ่น ที่บรรจุเนื้อหาและข้อมูลที่มีอยู่ในบทความทั้งหมดที่ได้แก้ไขแล้ว ทั้งนี้ ผู้นิพนธ์ต้องมีสำเนาเก็บไว้ด้วยเพื่อการอ้างอิง

3) การตรวจสอบบทความและพิสูจน์อักษร

ผู้นิพนธ์ควรตระหนักถึงความสำคัญในการเตรียมบทความให้ถูกต้องตามรูปแบบที่กองบรรณาธิการวารสารฯ กำหนด ตลอดจนตรวจสอบความถูกต้องและพิสูจน์อักษรก่อนส่งบทความให้กับกองบรรณาธิการวารสารฯ การเตรียมบทความให้ถูกต้องตามข้อกำหนดของวารสารจะทำให้การพิจารณาตีพิมพ์ มีความรวดเร็วมากยิ่งขึ้น และทางกองบรรณาธิการขอสงวนสิทธิ์ที่จะไม่พิจารณาบทความจนกว่าจะได้แก้ไขให้ถูกต้องตามข้อกำหนดของวารสารฯ

4) การเตรียมบทความ

บทความต้องเป็นตัวพิมพ์ดีด โดยใช้ชุดแบบอักษร (Font) ชนิดไทยสารบรรณ (TH Sarabun PSK) ขนาดอักษร 16 จัดกั้นหลังกระจายแบบไทย และมีระยะห่างระหว่างบรรทัดหนึ่งช่อง (Double Spacing) ตลอดเอกสาร พิมพ์หน้าเดียวลงบนกระดาษพิมพ์สีขนาด B5 พิมพ์ให้ห่างจากขอบกระดาษซ้ายกับด้านบน 1 นิ้วครึ่ง และด้านขวากับด้านล่าง 0.5 นิ้ว พร้อมใส่หมายเลขหน้ากำกับทางมุมขวาบนทุกหน้า บทความไม่ควรยาวเกิน 8 – 12 หน้ากระดาษพิมพ์ โดยนับรวมภาพประกอบและตาราง

5) การพิจารณาและคัดเลือกบทความ

บทความแต่ละบทความจะได้รับพิจารณาจากคณะกรรมการกลั่นกรองบทความวารสาร (Peer Review) 2 ท่าน ที่มีความเชี่ยวชาญในสาขาวิชาที่เกี่ยวข้อง และได้รับความเห็นชอบจากกองบรรณาธิการวารสารฯ ก่อนตีพิมพ์ โดยการพิจารณาบทความนั้น ผู้พิจารณาบทความจะไม่ทราบชื่อหรือข้อมูลของผู้เขียนบทความ และผู้เขียนบทความจะไม่ทราบชื่อผู้พิจารณาบทความ (Double – Blind Peer Review)

3. ส่วนประกอบของบทความ

1) บทคัดย่อ (Abstract)

บทคัดย่อ ควรมีความยาวไม่เกิน 500 คำ โดยแยกต่างหากจากเนื้อเรื่อง บทความวิจัยและบทความปริทรรศน์ต้องมีบทคัดย่อทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ ซึ่งบทคัดย่อควรเขียนให้ได้ใจความทั้งหมดของเรื่อง ไม่ต้องอ้างอิงเอกสาร รูปภาพ หรือตาราง และลักษณะของบทคัดย่อควรประกอบไปด้วย วัตถุประสงค์ (Objective) วิธีการศึกษา (Methods) ผลการศึกษา (Results) สรุป (Conclusion) และคำสำคัญ (Key Words) ซึ่งควรเรียงเรียงตามลำดับและแยกหัวข้อให้ชัดเจน ดังนี้

- วัตถุประสงค์ ควรกล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการศึกษา
- วิธีการศึกษา ควรกล่าวถึงวิธีการค้นคว้าข้อมูล ระเบียบวิธีวิจัยที่นำมาศึกษา สถิติที่นำมาใช้
- ผลการศึกษา ควรประกอบด้วยผลที่ได้รับจากการค้นคว้า ศึกษา และผลของค่าสถิติ (ในกรณีมีการวิเคราะห์)

- สรุป ควรกล่าวถึงผลสรุปของการค้นคว้าและศึกษา

- คำสำคัญ ควรมีคำสำคัญ 3 - 6 คำ ที่ครอบคลุมชื่อเรื่องที่ศึกษา และจะปรากฏอยู่ในส่วนท้ายของบทคัดย่อทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ โดยต้องจัดเรียงคำสำคัญตามตัวอักษร และค้นด้วย เครื่องหมายอัฒภาค (;)

2) ส่วนเนื้อเรื่อง ควรประกอบด้วย

2.1) บทนำ (Introduction) เป็นส่วนกล่าวนำโดยอาศัยการปริทรรศน์ (Review) ข้อมูลจากรายงานวิจัย ความรู้ และหลักฐานต่าง ๆ จากหนังสือหรือวารสารที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่ศึกษา และกล่าวถึงเหตุผลหรือความสำคัญของปัญหาในการศึกษาครั้งนี้ สมมติฐานของการศึกษา ตลอดจนวัตถุประสงค์ของการศึกษาให้ชัดเจน

2.2) วิธีการศึกษา (Methods) กล่าวถึงรายละเอียดของวิธีการศึกษาประชากรและกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา และวิธีการศึกษาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย รวมทั้งสถิติที่นำมาใช้วิเคราะห์ข้อมูล

2.3) ผลการศึกษา (Results) เป็นการแสดงผลที่ได้จากการศึกษาและวิเคราะห์ในข้อ 2.2) ควรจำแนกผลออกเป็นหมวดหมู่และสัมพันธ์กับวัตถุประสงค์ของการศึกษา โดยการบรรยายในเนื้อเรื่องและแสดงรายละเอียดเพิ่มเติม ด้วยภาพประกอบ ตาราง กราฟ หรือแผนภูมิ ตามความเหมาะสม

2.4) การอภิปรายผล (Discussion) เป็นการนำข้อมูลที่ได้มาจากการวิเคราะห์ของผู้นิพนธ์ มาเปรียบเทียบกับผลการวิจัยของผู้อื่น เพื่อให้มีความเข้าใจหรือเกิดความรู้ใหม่ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยนั้น รวมทั้ง ข้อดี-ข้อเสียของวิธีการศึกษา เสนอแนะความคิดเห็นใหม่ ๆ ปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ เพื่อเป็นแนวทางที่จะนำไปประยุกต์ให้เกิดประโยชน์

2.5) ข้อเสนอแนะ (Suggestion) การแนะนำผลการวิจัยไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อไป

2.6) กิตติกรรมประกาศ (Acknowledgement) เป็นส่วนที่กล่าวขอบคุณต่อองค์กร หน่วยงาน หรือบุคคลที่ให้ความช่วยเหลือร่วมมือในการวิจัย รวมทั้งแหล่งที่มาของเงินทุนวิจัย และหมายเลขของ ทุน วิจัย

2.7) เอกสารอ้างอิง (References) ใช้รูปแบบการอ้างอิงแบบ APA (American Psychological Association)

3) การอ้างอิงแบบ APA

การอ้างอิงในบทความ

1. หนังสือ

1.1 คัมภีร์พระไตรปิฎกหรือหนังสือสำคัญพิมพ์เป็นชุด ให้อ้างชื่อย่อคัมภีร์. เล่ม/ข้อ/หน้า. และให้วงเล็บคำว่า (บาลี) ไว้หลังคำย่อในกรณีที่ใช้พระไตรปิฎกฉบับภาษาบาลีหรือวงเล็บคำว่า (ไทย) ไว้หลังคำย่อในกรณีที่ใช้พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย

ตัวอย่างเช่น (ขุ.ชา. (บาลี) 27/855/191).

1.2 หนังสือทั่วไป (ผู้แต่ง, ปีที่พิมพ์).

ตัวอย่างเช่น (พระเทพโสภณ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), 2544).

(Venerable Dr. W. Rahula, 2004).

2. วารสาร ผู้เขียน, เล่มที่หรือปีที่ (ฉบับที่): หน้า.

ตัวอย่างเช่น พระครูสังฆรักษ์เกียรติศักดิ์ กิตติปัญญา, 3 (1): 14-28. K.N., Jayatileke, 77 (1): 10-15.

3. วิทยานิพนธ์ ชื่อผู้วิจัย, ปีที่พิมพ์.

ตัวอย่างเช่น (พรรณทิพย์ ศิริวรรณบุศย์, 2557).

4. การสัมภาษณ์ สัมภาษณ์(ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์), ตำแหน่ง(ถ้ามี), วัน เดือน ปี.

ตัวอย่างเช่น สัมภาษณ์ พระมหาเผื่อน กิตติโสภโณ, (18 กรกฎาคม 2557).

5. เว็บไซต์ (ผู้แต่ง, วันที่เข้าถึงข้อมูล).

ตัวอย่างเช่น พุทธศาสนิกขุ, (7 กันยายน 2555).

6. ภาษาอังกฤษ (ผู้แต่ง, ปีที่พิมพ์).

ตัวอย่างเช่น (Gordon Allport, 1961)

การเขียนเอกสารอ้างอิง (บรรณานุกรม)

1. ภาษาไทย

(ก) ข้อมูลชั้นปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

(ข) ข้อมูลวิทยุภูมิ

1) หนังสือ ผู้เขียน. (ปีที่พิมพ์). ชื่อหนังสือ. จังหวัด: สำนักพิมพ์.
 ปรายรัตน์ ภัทรธิดา และกมลลา แสงสีทอง. (2545). *จิตวิทยาครอบครัวและครอบครัวศึกษา*. (พิมพ์ครั้งที่ 2).
 กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

2) วารสาร ผู้เขียน. “ชื่อบทความ”. ชื่อวารสาร. ปีที่ (ฉบับที่), หน้า.
 รุ่งฤดี แผลงศร. “การจัดการเรียนการสอนทักษะการอ่านภาษาไทยระดับสูงสำหรับผู้เรียนชาวต่างประเทศ”.
วารสารมนุษยศาสตร์ปริทรรศน์. ปีที่ 35 เล่ม 2 (กรกฎาคม - ธันวาคม 2556), 79-94.

3) วิทยานิพนธ์ ผู้วิจัย. (ปีที่พิมพ์). ชื่อเรื่อง. วิทยานิพนธ์. สาขาวิชา. คณะ. สถาบันการศึกษา.
 รัตน์ทิ วิโรจน์ฤทธิ์. (2559). “การพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุความสุขในความรักตามหลักพุทธ
จิตวิทยา”. ดุษฎีนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต. สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา บัณฑิตวิทยาลัย
 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ- ราชวิทยาลัย.

4) สัมภาษณ์ ชื่อผู้ให้สัมภาษณ์, (วัน เดือน ปี). ตำแหน่ง. สัมภาษณ์.
 ขวน หลีกภัย, (19 พฤษภาคม 2541). นายกรัฐมนตรี. สัมภาษณ์.
 Ross, R., (5 May 1980). Associate Director, Cornell University Libraries. Interview.

5) เว็บไซต์ ผู้เขียน. (วันที่เข้าถึงข้อมูล). ชื่อเรื่อง [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: ที่อยู่เว็บไซต์.
 มณฑิรา พรศาลนุวัฒน์, แพทย์หญิง. (1 กรกฎาคม 2559). *จิตวิทยาของความรัก [ออนไลน์]*. แหล่งที่มา:
<http://www.thaiclinic.com/medbible/love.html>

2. ภาษาอังกฤษ Authority. (Year). Book. Place: Publishing House.

Carr, A. (2004). *Positive psychology: The science of happiness and human strengths*. New York: Routledge.

Maslow, Abraham. (1970). *Motivation and Personality*. New York: Harper and Row Publishers.

4. ส่วนภาพประกอบ (Figure) และส่วนตาราง (Table)

ภาพประกอบและตารางควรมีเท่าที่จำเป็น โดยพิมพ์หน้าละ 1 ภาพ หรือ 1 ตาราง สำหรับคำบรรยาย
 ภาพและตารางให้พิมพ์เหนือภาพหรือตาราง ส่วนคำอธิบายเพิ่มเติมให้ใส่ใต้ภาพหรือตาราง

5. ลิขสิทธิ์

เพื่อให้เป็นไปตามกฎหมายลิขสิทธิ์ ผู้พิมพ์ทุกท่านต้องลงลายมือชื่อในแบบฟอร์มใบมอบลิขสิทธิ์
 บทความให้แก่วารสารฯ พร้อมกับบทความต้นฉบับที่ได้แก้ไขครั้งสุดท้าย นอกจากนี้ ผู้พิมพ์ทุกท่านต้องยืนยันว่า
 บทความต้นฉบับที่ส่งมาตีพิมพ์นั้น ได้ส่งมาตีพิมพ์เฉพาะในวารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์ เพียงแห่งเดียว
 เท่านั้น หากมีการใช้ภาพหรือตารางของผู้พิมพ์อื่นที่ปรากฏในสิ่งตีพิมพ์อื่นมาแล้ว ผู้พิมพ์ ต้องขออนุญาต
 เจ้าของลิขสิทธิ์ก่อน พร้อมทั้งแสดงหนังสือที่ได้รับการยินยอมต่อบรรณาธิการ ก่อนที่บทความจะได้รับการตีพิมพ์

6. การติดต่อโฆษณาและการสมัครสมาชิก

การติดต่อโฆษณา การสั่งซื้อ และการสมัครเป็นสมาชิกวารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์ กรุณา
 ติดต่อ “วารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์” สำนักงานวารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์ ภาควิชาจิตวิทยา
 คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เลขที่ 79 หมู่ 1 ต.ลำไทร อ.วังน้อย จ.
 พระนครศรีอยุธยา 13170 โทรศัพท์: 038-248-000 ต่อ 8400 E-mail: allhjournal@gmail.com

7. อัตราค่าวารสาร

กำหนดออกวารสารปีละ 2 ฉบับ จำหน่ายราคาฉบับละ 199 บาท (ไม่รวมค่าส่ง)

8. อัตราค่าสมาชิก

ปีละ 500 บาท



หนังสือขอเสนอบทความในวารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์

เขียนที่.....

.....

.....

ข้าพเจ้าชื่อ..... ฉายา..... นามสกุล.....

ขอแจ้งความประสงค์ขอตีพิมพ์บทความเรื่อง

(ภาษาไทย).....

.....

(ภาษาอังกฤษ).....

.....

ในวารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์ ซึ่งดำเนินการโดยคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โดยบทความฉบับนี้ข้าพเจ้าได้ยื่นพนธขึ้นเพื่อสำเร็จการศึกษาระดับปริญญา..... สาขา..... จาก (ชื่อสถาบัน)..... เมื่อคณะบรรณาธิการของวารสารพิจารณาแล้วมีมติให้แก้ไขปรับปรุงบทความ ข้าพเจ้ามีความยินดียอมรับไปแก้ไขตามมติดังกล่าวนั้น ทั้งนี้ข้าพเจ้าได้ชำระค่าธรรมเนียมขอตีพิมพ์บทความลงในวารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์ ตามอัตราที่ได้กำหนดไว้ คือ

1) บทความวิชาการ และอื่น ๆ

ค่าตรวจบทความ 2,000 บาท และค่าตีพิมพ์บทความที่ผ่านเกณฑ์การตรวจ 1,000 บาท

2) บทความวิจัย

ค่าตรวจบทความ 2,000 บาท และค่าตีพิมพ์บทความที่ผ่านเกณฑ์การตรวจ 3,000 บาท

ลงชื่อ

(.....)

ผู้รับผิดชอบบทความ



ใบสมัครสมาชิก

ที่

วันที่ เดือน พ.ศ.

กราบনমসকর/เรียน บรรณธิการวารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์

ข้าพเจ้า (ชื่อภาษาไทย)

(ชื่อภาษาอังกฤษ)

ที่อยู่ (ที่สามารถติดต่อได้)

.....

E-mail เบอร์โทรศัพท์

โทรสาร

มีความประสงค์จะขอรับสมัครเป็นสมาชิกวารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์

() สมาชิกประเภทรายปี 500 บาท (จำนวน 2 เล่ม)

() เล่มละ 250 บาท

พร้อมนี้ ข้าพเจ้าได้ส่ง

() เงินสด

() ธนาคณต (ส่งจ่าย.....)

() ตั๋วแลกเงินไปรษณีย

() แคชเชียร์เช็ค ในนาม.....

โปรดนำส่งวารสาร วารสาร มจร มนุษยศาสตร์ปริทรรศน์

สถานที่ติดต่อ ☐ ที่บ้าน ☐ ที่ทำงาน

เลขที่.....ถนน.....หมู่ที่.....ตำบล/แขวง.....

อำเภอ/เขต.....จังหวัด.....รหัสไปรษณีย.....

โทรศัพท์.....โทรศัพท์เคลื่อนที่.....

โทรสาร.....E-mail.....

ลงชื่อ.....

()