

รูปแบบการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีตามแนวพระพุทธศาสนา

Model for good social interaction based on Buddhism

ชญาณี ขัตติยะมาน* และกัณตภณ หนูทองแก้ว

Chayane Khattiyamarn* and Kantaphon Nuthongkaew

Received: 9 March 2025, Revised: 27 December 2025, Accepted: 30 December 2025

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาวิเคราะห์ แนวคิด และทฤษฎีการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม 2) เพื่อศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดี 3) เพื่อสร้างรูปแบบการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีตามแนวพระพุทธศาสนา การวิจัยนี้เป็นการวิจัยและพัฒนาโดยการรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ สัมภาษณ์เชิงลึก และจัดเสวนากลุ่มจากผู้ทรงคุณวุฒิด้านศาสนา พระภิกษุสงฆ์ผู้ทรงความรู้ นักการศึกษา คณาจารย์ นักวิชาการด้านสังคม จำนวน 20 รูป/คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่แบบสัมภาษณ์ แนวการสนทนาในการประชุมกลุ่ม และเครื่องบันทึกเสียง และวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า 1) การปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเป็นกระบวนการที่บุคคลสื่อสารและมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ทฤษฎีการแลกเปลี่ยนทางสังคม ทฤษฎีบทบาท ทฤษฎีการสื่อสารระหว่างบุคคล ทฤษฎีปฏิสัมพันธ์เชิงสัญลักษณ์ ทฤษฎีปฏิสัมพันธ์กลุ่ม ทฤษฎีโครงสร้างหน้าที่ ทฤษฎีการแบ่งงาน และทฤษฎีความขัดแย้ง 2) หลักพุทธธรรมที่ส่งเสริมการปฏิสัมพันธ์ที่ดี ได้แก่ ทิศ 6, พรหมวิหาร 4, สังคหวัตถุ 4, ศีล 5, ขรรวาสธรรม 4 และสารณียธรรม 6 และ 3) รูปแบบการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีตามแนวพระพุทธศาสนา คือ HARMO Model H = Hamony หมายถึง ความปรองดอง, A = Altruism หมายถึง การเห็นแก่ผู้อื่น, R = Respect หมายถึง การให้เกียรติ, M = Make friend หมายถึง การผูกมิตร, O = Own conduct หมายถึง การปฏิบัติตน

คำสำคัญ : การปฏิสัมพันธ์ทางสังคม, พระพุทธศาสนา, หลักพุทธธรรม

Abstract

This Research study aims to analyze social interaction theories and Buddhist principles to develop a model for fostering positive social engagement. Utilizing a qualitative approach, data were gathered through in-depth interviews and focus group discussions with 20 purposively selected experts, including Buddhist scholars and social scientists. The findings are categorized into three key areas. Theoretical Framework: Social interaction is defined as a dynamic process of communication and engagement. It is underpinned by various sociological perspectives, including Social Exchange, Role Theory, Symbolic Interactionism, Structural Functionalism, and Conflict Theory.

Buddhist Integration: Key Dhamma principles identified for enhancing social bonds include the Six Directions, the Four Sublime States of Mind (Brahmavihara), the Four Bases of Social Unity (Sangahavatthu), the Five Precepts, the Four Virtues for Laypeople and the Six Virtues for Fraternal Living (Saraniyadhamma). The HARMO Model The research culminates in a new conceptual framework for Buddhist social interaction consisting of Harmony Fostering concord and collective unity. Altruism Prioritizing the well-being and benefit of others. Respect Showing honor and acknowledging mutual value. Make Friends Actively establishing and sustaining friendships. Own Conduct Maintaining ethical discipline and proper self-behavior.

Keywords : Social Interaction, Buddhism, Buddhist principles

บทนำ

"...คนเราต้องอาศัยอยู่ร่วมกันในสังคม และการที่คนจะอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขนั้น แต่ละคนจำเป็นต้องมีความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจกัน คอยช่วยเหลือเกื้อกูลกันด้วยความจริงใจ เพราะความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคลเป็นพื้นฐานสำคัญในการสร้างสรรค์ความสงบสุข และความเจริญก้าวหน้าในสังคม..." พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดช

มหาราช บรมนาถบพิตร ความตอนหนึ่งในพระบรมราโชวาท ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย วันที่ 14 กรกฎาคม พ.ศ. 2535

ปฏิสัมพันธ์เป็นสิ่งสำคัญของการอยู่ร่วมกันของมนุษย์ การมีความสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่นเป็นสิ่งจำเป็น เพราะการมีชีวิตอยู่ของมนุษย์ พัฒนาการทางสังคมและความคิดความเข้าใจของบุคคล พัฒนาขึ้นจากการมีสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น เอกลักษณ์ของแต่ละบุคคล ความสำเร็จในอาชีพ การค้นพบความหมายของชีวิตและสุขภาพจิต ล้วนได้รับผลกระทบจากสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล มนุษย์แต่ละคนถูกหล่อหลอมจากประสบการณ์ให้มีความคิด ความเชื่อ ทศนคติ และค่านิยม ที่แตกต่างกัน ดังนั้น การเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างคนสองคน จึงต้องอาศัยความเข้าใจถึงปัจจัยที่สำคัญที่ส่งผลต่อสัมพันธ์ภาพที่มีระหว่างกัน เพื่อบุคคลทั้งสองฝ่ายจะได้ประสบความสำเร็จในการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน บุคคลเรียนรู้ตนเองได้จากการมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น จากสัมพันธ์ภาพนี้ บุคคลจะได้รู้จุดเด่น และจุดด้อยของตนเอง รู้และเข้าใจถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล รวมทั้งเรียนรู้ความเป็นจริงของโลก ดังนั้นสัมพันธ์ภาพอันดีระหว่างบุคคล จึงเป็นกุญแจสำคัญที่จะนำไปสู่การพัฒนาเอกลักษณ์ของตนเอง การมีชีวิตอยู่อย่างมีความหมาย มีคุณค่า และมีสุขภาพจิตที่ดี บุคคลที่ไม่สามารถสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่นได้ จะรู้สึกอ้างว้าง โดดเดี่ยว เกิดความรู้สึกว่าชีวิตไร้ความหมาย และนำไปสู่ความรู้สึกซึมเศร้า ท้อแท้ และมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาได้ เช่น พฤติกรรมแยกตัวจากสังคม การติดยาเสพติด เป็นต้น การสร้างและคงไว้ซึ่งสัมพันธ์ภาพที่ดีกับผู้อื่นจะบรรลุผลได้ ต้องอาศัยคุณลักษณะที่สำคัญของบุคคลในการยอมรับ และส่งเสริมซึ่งกันและกัน และนอกจากนี้ ปัจจัยที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ ทักษะการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น อันได้แก่การเปิดเผยตนเอง การไว้วางใจซึ่งกันและกัน และการสื่อสารความเข้าใจ (เอมอร์ กฤษณะรังสรรค์, 2561)

ปัจจุบันเทคโนโลยีดิจิทัลได้หลอมรวมเข้ากับวิถีชีวิต ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางสังคม และปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอย่างสิ้นเชิง การสื่อสารผ่านสื่อสังคมออนไลน์มีความรวดเร็ว และสะดวก แต่ลดทอนการสื่อสารเชิงลึก และการสร้างความสัมพันธ์ที่ยั่งยืน การสื่อสารผ่านข้อความสั้นๆ หรือโพสต์ ทำให้เกิดความเข้าใจผิด และความขัดแย้งได้ง่าย การเชื่อมต่อในรูปแบบดิจิทัลไม่สามารถทดแทนความสัมพันธ์เชิงลึกในชีวิตจริงได้ ส่งผลกระทบต่อความเป็นอยู่ในสังคมของคนทุกวัย โดยเฉพาะเด็กและเยาวชน การเปลี่ยนแปลงค่านิยมในชุมชน และสังคมทำให้เด็กและเยาวชนไม่สนใจปัญหาสังคม มีชีวิตอยู่เพื่อตนเอง และเติบโตอย่างโดดเดี่ยว เด็กใช้ชีวิตกับโทรทัศน์ โทรศัพท์มือถือ เกม และโลกเสมือนในโลกไซเบอร์ ทำให้ทักษะ

การเข้าสังคมถดถอย จนถึงภาวะซึมเศร้า ปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเพิ่มขึ้น ส่งผลกระทบต่อความสุขและความสำเร็จในชีวิตของเด็ก และการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุขในสังคม (กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร, 2559)

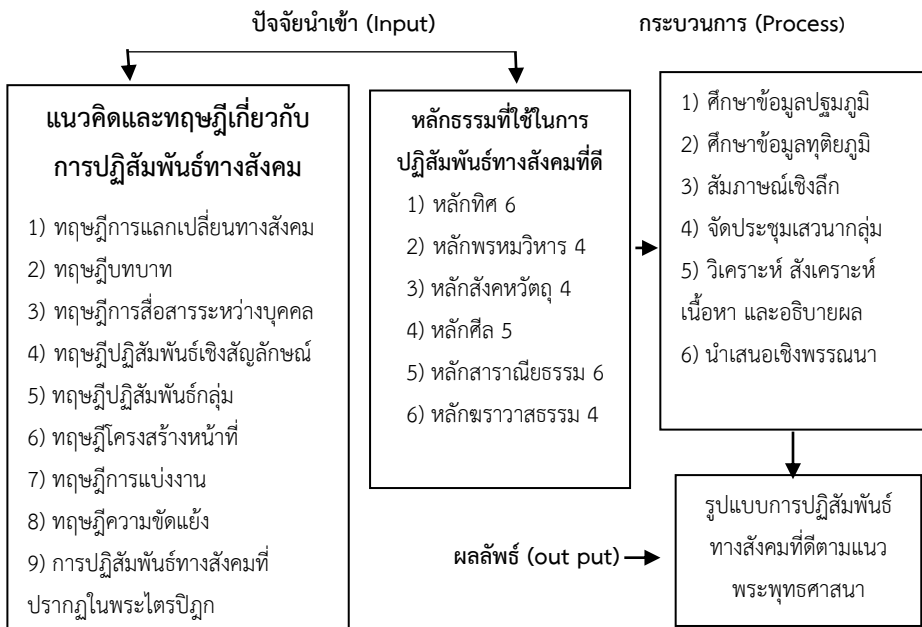
การเปลี่ยนแปลงค่านิยมของคนในสังคม ส่งผลต่อทักษะในการเข้าสังคม เกิดปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเพิ่มมากขึ้น ซึ่งเป็นเรื่องที่น่าห่วงใยทั้งต่อตัวเด็ก และต่อสังคมในภาพรวม ทั้งนี้เนื่องจากทักษะทางสังคม เป็นทักษะที่นำมาซึ่งความสุข และใบเบิกทางสู่ความสำเร็จ เปิดประตูสู่มิตรภาพ และโอกาสความก้าวหน้าในหน้าที่การงาน และยังเป็นพื้นฐานสำคัญของการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุขในสังคม (เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์, 2551) สังคมที่มีความสัมพันธ์ทางสังคมที่เข้มแข็ง สามารถเสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกัน ลดความเครียด และเพิ่มอายุขัยของเราได้ (Daniel Goleman, 2006)

ในยุคที่สังคมไทยกำลังเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมได้แปรเปลี่ยนเป็นรูปแบบที่ซับซ้อนและท้าทายมากยิ่งขึ้น ในสถานการณ์เช่นนี้ หลักธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงเปรียบเสมือนแสงสว่างที่จะนำทางให้สามารถฟื้นฟู และเสริมสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีงามได้ เพราะสังคมไทยมีรากฐานจากพระพุทธศาสนา ควรนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ เพื่อแก้ไขปัญหาการปฏิสัมพันธ์ที่ซับซ้อน จะช่วยฟื้นฟูคุณค่าดั้งเดิม และสร้างเสริมภูมิคุ้มกันทางจิตใจ ในโลกที่เต็มไปด้วยความขัดแย้งและความเข้าใจที่คลาดเคลื่อน หลักธรรมคำสอนจะเป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนาจิต และสร้างความไว้วางใจ ความสงบสุขในสังคม ทำให้สังคมมีความเจริญรุ่งเรือง และมีความยั่งยืน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาวิเคราะห์ แนวคิด และทฤษฎีการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม
2. เพื่อศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดี
3. เพื่อสร้างรูปแบบการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีตามแนวพระพุทธศาสนา

กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง รูปแบบการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีตามแนวพระพุทธศาสนา เป็นการวิจัยและพัฒนา โดยรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพ ดังนี้

1. ขั้นตอนการศึกษาเอกสาร วิเคราะห์และสังเคราะห์ เกี่ยวกับแนวคิด ทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อกำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย หลังจากนั้นได้นำข้อมูลที่ได้มาจัดแบ่งประเภท วิเคราะห์ อธิบายความ ตีความ แล้วนำมาสังเคราะห์เป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย

2. การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-dept Interview) โดยใช้แบบสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง (In-depth informal interview) และสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) กับผู้ทรงคุณวุฒิ ประกอบด้วยผู้ทรงคุณวุฒิด้านศาสนา 6 คน พระภิกษุสงฆ์ผู้ทรงความรู้ 4 รูป นักการศาสนา 4 คน คณาจารย์ นักวิชาการด้านสังคม 6 คน รวมทั้งสิ้น 20 รูป/คน

หลังจากนั้นดำเนินการเรียบเรียง วิเคราะห์ และสังเคราะห์องค์ความรู้รูปแบบการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีตามแนวพระพุทธศาสนา

การวิเคราะห์ข้อมูลและการนำเสนอข้อมูล

ผู้วิจัยนำเสนอผลงานการวิจัยตามลำดับขั้นตอนด้วยวิธีการบรรยายในรูปแบบเชิงคุณภาพตามวัตถุประสงค์และเนื้อหา หลังจากนั้นได้ดำเนินการเรียบเรียงและนำเสนอการบูรณาการองค์ความรู้เกี่ยวกับ “รูปแบบการปฏิสัมพันธ์ที่ดีตามแนวพระพุทธศาสนา”

ผลการวิจัย

1. วิเคราะห์แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

การปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเป็นกระบวนการที่บุคคลหรือกลุ่มคนมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรม ความสัมพันธ์ และการเปลี่ยนแปลงทางสังคม การศึกษาแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ช่วยให้เข้าใจถึงพลวัต และความซับซ้อนของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และกลุ่มคนในสังคม ทฤษฎีที่สำคัญ ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงการวิเคราะห์แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม

ทฤษฎีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม	ลักษณะเฉพาะ	จุดเด่น	จุดด้อย
ทฤษฎีการแลกเปลี่ยนทางสังคม	เน้นการแลกเปลี่ยนผลประโยชน์ และต้นทุนระหว่างบุคคล	ช่วยให้เข้าใจถึงแรงจูงใจและเป้าหมายของแต่ละฝ่ายในการปฏิสัมพันธ์	ลดทอนคุณค่าความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยมองว่าเป็นเพียงการแลกเปลี่ยนผลประโยชน์
ทฤษฎีบทบาททางสังคม	ศึกษาถึงสถานะและบทบาทของบุคคลในการปฏิสัมพันธ์	ช่วยให้เราเข้าใจพฤติกรรมของบุคคลในสังคม	อาจจะมองข้ามความแตกต่างระหว่างบุคคล
ทฤษฎีการสื่อสารระหว่างบุคคล	มุ่งเน้นการแลกเปลี่ยนสัญลักษณ์และความหมายในการสื่อสาร	เน้นย้ำถึงความสำคัญของการสื่อสารในการสร้างความสัมพันธ์	ซับซ้อน อาจทำให้ยากต่อการทำความเข้าใจและนำไปใช้
ทฤษฎีการปฏิสัมพันธ์เชิงสัญลักษณ์	เน้นการสร้างและตีความสัญลักษณ์ในการปฏิสัมพันธ์	ให้ความสำคัญกับมุมมองและประสบการณ์ของแต่ละบุคคลในการสร้างความหมายและการกระทำ	การวัดผลการปฏิสัมพันธ์เชิงสัญลักษณ์อาจทำได้ยากเนื่องจากเกี่ยวข้องกับกระบวนการทางจิตใจและการตีความ

ทฤษฎีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม	ลักษณะเฉพาะ	จุดเด่น	จุดด้อย
ทฤษฎีการปฏิสัมพันธ์เชิงกลุ่ม	ศึกษาถึงปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มและผลกระทบต่อพฤติกรรม	ความสำคัญของกลุ่มในการกำหนดพฤติกรรมและความคิดของสมาชิก	เน้นอิทธิพลของกลุ่ม อาจละเลยความแตกต่างระหว่างบุคคล
ทฤษฎีโครงสร้าง - หน้าที่นิยม	มองสังคมเป็นระบบที่มีส่วนประกอบต่างๆ ทำงานร่วมกัน	ช่วยให้เข้าใจการทำงานของสังคมโดยรวม	มองข้ามความขัดแย้งและความไม่เท่าเทียมกันในสังคม
ทฤษฎีแบ่งงานกันทำ	เน้นแบ่งงานเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของงาน	เพิ่มประสิทธิภาพการทำงาน	ความจำเจและความเบื่อหน่าย
ทฤษฎีความขัดแย้ง	มองว่าความขัดแย้งเป็นแรงผลักดันการเปลี่ยนแปลงทางสังคม	ช่วยให้เข้าใจถึงความไม่เท่าเทียมกันและการเปลี่ยนแปลงทางสังคม	มองข้ามความร่วมมือและความสามัคคีที่เกิดขึ้นในสังคม

ทฤษฎีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมีหลากหลายแนวคิด ซึ่งแต่ละทฤษฎีก็มีจุดเด่น จุดด้อย และบริบทที่เหมาะสมในการนำไปประยุกต์ใช้แตกต่างกัน ดังนั้น การเลือกใช้ทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่งจึงควรพิจารณาถึงลักษณะของสถานการณ์ ประเด็นปัญหา และวัตถุประสงค์ในการนำไปใช้ โดยอาจพิจารณาจากลักษณะของปฏิสัมพันธ์ เช่น หากเป็นการปฏิสัมพันธ์แบบเห็นหน้า อาจใช้ทฤษฎีการสื่อสารระหว่างบุคคล หรือทฤษฎีการปฏิสัมพันธ์เชิงสัญลักษณ์ แต่หากเป็นการปฏิสัมพันธ์ในโลกออนไลน์ อาจใช้ทฤษฎีการแลกเปลี่ยนทางสังคม หรือทฤษฎีบทบาททางสังคม สำหรับระดับของการวิเคราะห์ เช่น หากต้องการวิเคราะห์ในระดับบุคคล อาจใช้ทฤษฎีบทบาททางสังคม หรือทฤษฎีการสื่อสารระหว่างบุคคล แต่หากต้องการวิเคราะห์ในระดับกลุ่ม อาจใช้ทฤษฎีการปฏิสัมพันธ์เชิงกลุ่ม หรือทฤษฎีโครงสร้าง - หน้าที่นิยม

2. วิเคราะห์ และสังเคราะห์ แนวคิด ทฤษฎี และหลักธรรมที่ใช้ในการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดี

หลักพุทธธรรมในพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องและสอดคล้องกับการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคม มีดังนี้

หลักสาราณียธรรม 6 เป็นหลักธรรมที่ชี้แนะแนวทางการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขในสังคม หลักสาราณียธรรม 6 เน้นการคิดดี ทำดี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ และเห็นอกเห็นใจกัน ประกอบด้วย เมตตาภาวกรรม คือ การแสดงออกทางกายด้วยความปรารถนาดี เมตตาวจีกรรม คือ การใช้คำพูดที่แสดงถึงความหวังดี เมตตามโนกรรม คือ การคิดและปรารถนาดีต่อผู้อื่น สาธารณโภคี คือ การแบ่งปันสิ่งของและช่วยเหลือกัน ศีลสามัญญตา คือ การรักษาระเบียบวินัยและข้อตกลงร่วมกัน และ ทิฐิสามัญญตา คือ การมีความเห็นที่ถูกต้องสอดคล้องกันในหลักการสำคัญ

หลักพรหมวิหาร 4 คือหลักธรรมสู่การสร้างความสุขในสังคม เป็นหลักธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเพื่อสร้างสังคมที่ดี ประกอบด้วย 1) เมตตา คือ ความปรารถนาดีที่อยากให้ผู้อื่นมีความสุข การปฏิบัติตนด้วยเมตตา เช่น การใช้คำพูดที่สุภาพ อ่อนหวาน การไม่เบียดเบียนผู้อื่น และการแผ่เมตตาจิต จะช่วยสร้างสัมพันธภาพที่ดี นำมาซึ่งความสามัคคีและสันติสุขในสังคม 2) กรุณา คือ ความปรารถนาให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ การช่วยเหลือผู้ที่กำลังประสบความทุกข์ การแสดงความเห็นใจ และการให้ความช่วยเหลือ เป็นการแสดงออกซึ่งกรุณา ซึ่งจะช่วยสร้างสันติสุขในสังคม 3) มุทิตา คือ ความยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี การแสดงความยินดีกับความสำเร็จของผู้อื่น เป็นการสร้างปฏิสัมพันธ์เชิงบวก ส่งเสริมให้เกิดความสุขและความสามัคคีในสังคม 4) อุเบกขา คือ การวางใจเป็นกลาง เป็นการวางเฉยต่อสถานการณ์ต่างๆ การยอมรับความจริง ช่วยให้เกิดความสงบภายในจิตใจ และนำไปสู่การสร้างสันติสุขในสังคม

หลักทศ 6 แนวทางการอยู่ร่วมกันในสังคมเพื่อความสุขและความเจริญ เป็นหลักธรรมที่ชี้แนะแนวทางการปฏิบัติตนต่อบุคคลต่างๆ รอบตัว เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีงามและนำไปสู่ความสุข ประกอบด้วย

1. ทิศเบื้องหน้า (บิดามารดา): บุตรต้องเลี้ยงดู ช่วยเหลือ ประพฤติดี และทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้เมื่อบิดา มารดาผู้ล่วงลับ
2. ทิศเบื้องขวา (ครูอาจารย์): ศิษย์ต้องแสดงความเคารพ นับถือ และศึกษาเล่าเรียนด้วยความตั้งใจ
3. ทิศเบื้องหลัง (ภรรยา/สามี): คู่สามี ภรรยา ต้องรักษาความซื่อสัตย์ ช่วยเหลือเกื้อกูล และสนับสนุนซึ่งกันและกัน

4. ทิศเบื้องซ้าย (มิตรสหาย): มิตรต้องแสดงความจริงใจ มีน้ำใจ และช่วยเหลือในยามทุกข์ยาก

5. ทิศเบื้องล่าง (ลูกน้อง/นายจ้าง): นายจ้างและลูกจ้างต้องปฏิบัติหน้าที่ด้วยความรับผิดชอบ ซื่อสัตย์ และให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

6. ทิศเบื้องบน (สมณพราหมณ์): บุคคลต้องให้ความเคารพ นับถือ และปฏิบัติตามคำสั่งสอน

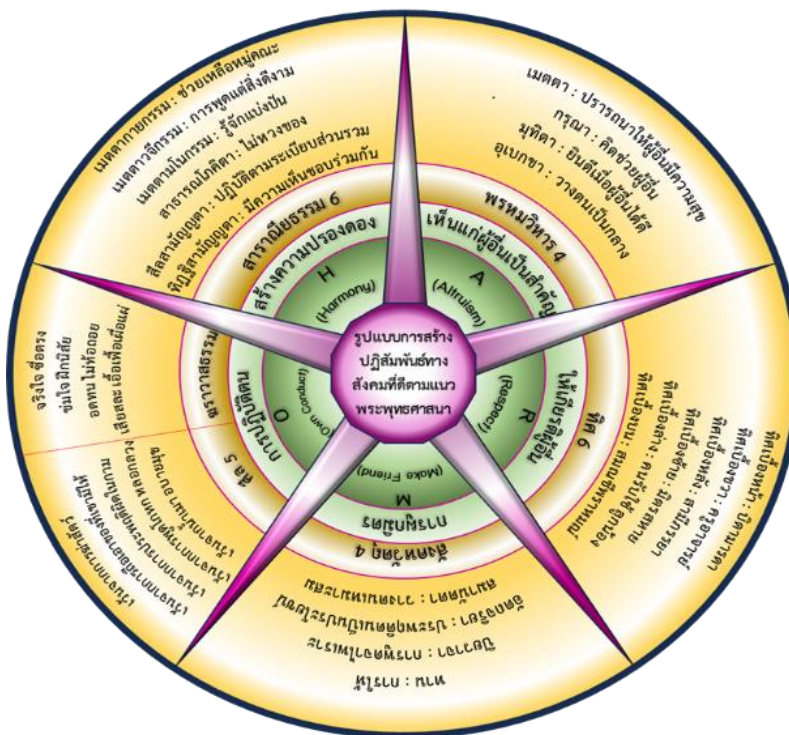
หลักสังคหวัตถุ 4 เส้นใยแห่งความสัมพันธ์ เป็นหลักธรรมที่ชี้แนะวิธีการสร้างความสัมพันธ์อันดีงามกับผู้อื่น เป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยยึดเหนี่ยวใจ เสริมสร้างความสามัคคี และนำไปสู่ความสุขร่วมกัน ประกอบด้วยหลักปฏิบัติ 4 ประการ ได้แก่ 1) ทาน เป็นการให้ด้วยความจริงใจ การให้ทาน ไม่ว่าจะเป็นการให้วัตถุสิ่งของ การช่วยเหลือแบ่งปัน หรือการให้ความรู้ เป็นการแสดงออกถึงไมตรีจิตและความหวังดีต่อผู้อื่น การให้ทานด้วยใจจริง ปราศจากความคาดหวังสิ่งตอบแทน จะเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวน้ำใจ และสร้างความสัมพันธ์อันดีงาม 2) ปิยวาจา เป็นมนต์เสน่ห์แห่งคำพูด คำพูดที่ไพเราะอ่อนหวาน เปี่ยมล้นด้วยความจริงใจ และคำนึงถึงกาลเทศะ ย่อมเป็นที่ประทับใจของผู้ฟัง การพูดในสิ่งที่เป็นประโยชน์ หลีกเลี่ยงคำพูดที่หยาบคาย จะช่วยสร้างมนุษยสัมพันธ์ที่ดี นำมาซึ่งความสุขในการอยู่ร่วมกัน 3) อัตถจริยา เป็นการประพฤติตนเพื่อประโยชน์สุขของผู้อื่น การทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม การช่วยเหลือผู้อื่น และการประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดี เป็นการแสดงออกถึงความเสียสละ และความปรารถนาดีต่อเพื่อนมนุษย์ ซึ่งจะช่วยสร้างความเชื่อมั่น ความศรัทธา และความสามัคคีในสังคม 4) สมานัตตตา การวางตนอย่างเหมาะสม การวางตัวสม่ำเสมอ การเข้าใจผู้อื่น การไม่เอาเปรียบ และการร่วมทุกข์ร่วมสุข เป็นการสร้างความสัมพันธ์ที่มั่นคง และยั่งยืน การรู้จักผูกมิตร และการไม่ทอดทิ้งกันในยามยาก จะช่วยเสริมสร้างความสามัคคี และนำไปสู่ความสุขของส่วนรวม

หลักศีล 5 รากฐานแห่งความสุขและความเจริญ ศีล 5 เป็นหลักธรรมพื้นฐานในพระพุทธศาสนา เป็นข้อปฏิบัติสำหรับการดำเนินชีวิตที่ดีงาม นำไปสู่ความสงบสุขทั้งส่วนตนและส่วนรวม ประกอบด้วยข้อห้าม 5 ประการ ได้แก่ 1) ปาณาติปาตา เวรมณี: เว้นจากการฆ่าสัตว์ 2) อทินนาทานา เวรมณี: เว้นจากการลักทรัพย์ 3) กาเมสุมิจฉาจารา เวรมณี: เว้นจากการประพฤติดูหมิ่นในกาม 4) มุสาวาทา เวรมณี: เว้นจากการพูดเท็จ 5) สุราเมรัยมัชชปมาทัฏฐานา เวรมณี: เว้นจากการดื่มสุราและของมึนเมา

ขรവാสธรรม 4 หลักประเพณีของคฤหัสถ์ เป็นหลักธรรมของผู้ครองเรือน เพื่อให้ดำเนินชีวิตได้อย่างราบรื่น มั่นคง และมีความสุข ประกอบด้วย 1) สัจจะ คือ ความซื่อสัตย์ สุจริต ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น 2) ทมะ คือ ความข่มใจ การควบคุมตนเอง ไม่ปล่อยให้อารมณ์ครอบงำ 3) ขันติ คือ ความอดทน การมีความเพียรพยายาม ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค 4) จาคะ คือ การเสียสละ การแบ่งปัน

3. รูปแบบการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีตามแนวพระพุทธศาสนา

จากการศึกษาเรื่องรูปแบบการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีตามแนวพระพุทธศาสนา ทำให้เกิดองค์ความรู้ใหม่เกี่ยวกับ “รูปแบบการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีตามแนวพระพุทธศาสนา” เรียกว่า HARMO Model ดังนี้



ภาพที่ 2 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยรูปแบบการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีตามแนวพระพุทธศาสนา “HARMO Model”

องค์ความรู้ใหม่นี้เรียกว่า HARMO Model ซึ่งเป็นกรอบแนวคิดที่นำหลักธรรมสำคัญ 6 ประการ มาเชื่อมโยง เป็นรูปแบบในการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีตามแนวพระพุทธศาสนา ให้เกิดความเข้าใจ และเป็นแนวทางที่สามารถนำไปปฏิบัติให้เกิดการปฏิสัมพันธ์ที่ดีได้ง่ายยิ่งขึ้น โดยมีองค์ประกอบ และความหมาย ดังตาราง

ตารางที่ 2 แสดงข้อมูลองค์ประกอบและความหมายของ HARMO Model

สัญลักษณ์	ความหมายขององค์ประกอบ
H = Harmony (ความปรองดอง)	มุ่งเน้นการสร้างความปรองดองในสังคม ซึ่งเป็นรากฐานสำคัญของการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข หลักธรรมที่เกี่ยวข้อง คือ สาราณียธรรม 6 ซึ่งส่งเสริมความสามัคคี ความเข้าใจ และการเคารพซึ่งกันและกัน
A = Altruism (การเห็นแก่ผู้อื่น)	มุ่งเน้นการมีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ช่วยเหลือผู้อื่น ซึ่งเป็นคุณธรรมที่สำคัญในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี หลักธรรมที่เกี่ยวข้อง คือ พรหมวิหาร 4 ซึ่งส่งเสริมความเมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา
R = Respect (การให้เกียรติ)	มุ่งเน้นการให้เกียรติและเคารพผู้อื่น ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดี หลักธรรมที่เกี่ยวข้อง คือ ทิศ 6 ซึ่งสอนให้รู้จักกับบทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบของตนเองต่อบุคคลต่างๆ
M = Make friend (การผูกมิตร)	มุ่งเน้นการสร้างมิตรภาพและความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการอยู่ร่วมกันในสังคม หลักธรรมที่เกี่ยวข้องคือ สังคหวัตถุ 4 ซึ่งส่งเสริมการสงเคราะห์ การพูดจาไพเราะ การช่วยเหลือ และการวางตัวเหมาะสม
O = Own conduct (การปฏิบัติตน)	มุ่งเน้นการปฏิบัติตนให้ดีงาม เหมาะสม หลักธรรมที่เกี่ยวข้องคือ ศีล 5 และฆราวาสธรรม 4

อภิปรายผล

การสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีทางสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา ตามรูปแบบ HARMO Model มีความสอดคล้องและส่งเสริมกับแนวคิดทางตะวันตกและบริบทสังคมปัจจุบันในหลายมิติ ดังนี้

1. ความสอดคล้องกับทฤษฎีทางสังคมวิทยาและจิตวิทยา ทฤษฎีการสื่อสารระหว่างบุคคล ผลการวิจัยที่เน้นเรื่อง "ปิยวาจา" ในหลัก สังคหวัตถุ 4 และ "เมตตาจริกรรม" ในสาราณียธรรม 6 สอดคล้องกับทฤษฎีที่มุ่งเน้นการแลกเปลี่ยนสัญลักษณ์และความหมายเพื่อสร้างความสัมพันธ์ ซึ่งช่วยลดความเข้าใจผิดที่มักเกิดขึ้นในการสื่อสารในยุคดิจิทัล และการที่สังคมมีความสัมพันธ์เข้มแข็งช่วยลดความเครียดและเพิ่มอายุขัย สอดคล้องกับแนวคิดของ Gole (2006) ที่กล่าวว่า ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมมีผลโดยตรงต่อระบบภูมิคุ้มกันและสุขภาพจิต นอกจากนี้การนำหลัก "ทศ 6" มาใช้ สอดคล้องกับการศึกษาเรื่องสถานะและบทบาทของบุคคลในสังคม ช่วยให้บุคคลเข้าใจหน้าที่และความรับผิดชอบต่อผู้อื่นรอบตัวได้อย่างชัดเจน

2. ทฤษฎีแลกเปลี่ยนทางสังคม มักถูกวิจารณ์ว่าลดทอนคุณค่าความสัมพันธ์ให้เป็นเพียงเรื่องผลประโยชน์และต้นทุน ดังนั้น การบูรณาการองค์ความรู้ใหม่ตามรูปแบบ HARMO Model โดยเฉพาะตัว A (Altruism) หรือการเห็นแก่ผู้อื่น ซึ่งมีรากฐานจาก พรหมวิหาร 4 และจาละ ในขรรวาสธรรม 4 เข้ามาช่วยเติมเต็มจุดด้อยนี้ โดยเน้นการให้และการเสียสละด้วยความปรารถนาดีโดยไม่หวังผลตอบแทน ทำให้ปฏิสัมพันธ์มีความลึกซึ้งมากกว่าการแลกเปลี่ยนเชิงพาณิชย์

3. HARMO Model ทำหน้าที่เป็นภูมิคุ้มกันทางจิตใจ โดยเฉพาะ O (Own Conduct) เป็นการฝึกควบคุมตนเอง (ทมะ) และความอดทน (ขันติ) จะช่วยการตอบสนองต่อวิกฤตปฏิสัมพันธ์ในยุคดิจิทัล ตามที่งานวิจัยของเอมอร์ กฤษณะรังสรรค์ (2561) ระบุถึงความล้มเหลวในการสร้างสัมพันธ์ภาพนำไปสู่ความโดดเดี่ยวและซึมเศร้า และข้อมูลจากกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศ ที่ว่ากล่าวว่าเทคโนโลยีดิจิทัลทำให้ปฏิสัมพันธ์เชิงลึกลดลง

4. ความสอดคล้องของรูปแบบ HARMO Model กับหลักพุทธธรรม H (Harmony) หมายถึงความปรองดอง สอดคล้องกับสาราณียธรรม 6 คือการสร้างสามัคคี ลดความขัดแย้งตามทฤษฎีความขัดแย้ง A (Altruism) หมายถึงการเห็นแก่ผู้อื่น สอดคล้องกับพรหมวิหาร 4 ช่วยก้าวข้ามการมองผลประโยชน์ส่วนตน ตามทฤษฎีการแลกเปลี่ยน R (Respect) หมายถึงการให้เกียรติ สอดคล้องกับ ทศ 6 ช่วยเสริมสร้างการทำหน้าที่ตามสถานะในทฤษฎีโครงสร้าง - หน้าที่ M (Make friend) หมายถึง การผูกมิตร สอดคล้องกับสังคหวัตถุ 4 การพัฒนาทักษะ

ทางสังคมที่เป็นหนทางสู่ความสำเร็จ O (Own conduct) หมายถึงการปฏิบัติตน สอดคล้องกับศีล 5 และฆราวาสธรรม 4 เป็นการสร้างพื้นฐานความประพฤติที่ดีเพื่อความสุขแบบยั่งยืน

สรุป

1. แนวคิด และทฤษฎีเกี่ยวกับการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดี เป็นกระบวนการที่บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ และสื่อสารกับผู้อื่นในสังคม ซึ่งมีความสำคัญต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล การศึกษาแนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม จะช่วยให้เข้าใจถึงแนวทางการส่งเสริมปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดี และปัจจัยที่มีผลต่อการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดี ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ทฤษฎีการแลกเปลี่ยนทางสังคม ทฤษฎีบทบาททางสังคม ทฤษฎีการสื่อสารระหว่างบุคคล ทฤษฎีการปฏิสัมพันธ์เชิงสัญลักษณ์ ทฤษฎีการปฏิสัมพันธ์เชิงกลุ่ม ทฤษฎีโครงสร้าง – หน้าที่นิยม ทฤษฎีแบ่งงานกันทำ และทฤษฎีความขัดแย้ง

2. หลักพุทธธรรมที่ใช้ในการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีตามแนวพระพุทธศาสนา ประกอบด้วย ทิศ 6 หลักพรหมวิหาร 4 สังคหวัตถุ 4 หลักศีล 5 หลักสาราณียธรรม 6 และหลักฆราวาสธรรม 4

3. รูปแบบการสร้างปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีตามแนวพระพุทธศาสนา องค์ความรู้ใหม่เรียกว่า HARMO Model ประกอบด้วย H = Harmony (ความปรองดอง), A = Altruism (การเห็นแก่ผู้อื่น), R = Respect (การให้เกียรติ), M = Make friend (การผูกมิตร) และ O = Own conduct (การปฏิบัติตน)

ข้อเสนอแนะเพื่อการนำผลการวิจัยไปใช้

1. สถาบันการศึกษาและกระทรวงศึกษาธิการ ควรนำหลัก HARMO Model ไปบูรณาการในหลักสูตรวิชาสังคมศึกษา หรือกิจกรรมพัฒนาผู้เรียน เพื่อฝึกทักษะการเข้าสังคมให้กับเด็กและเยาวชน เน้นการใช้หลัก R - Respect (ทิศ 6) เพื่อให้ศิษย์และครูเข้าใจบทบาทหน้าที่ต่อกัน และหลัก M - Make friend (สังคหวัตถุ 4) เพื่อลดปัญหาการกลั่นแกล้งกัน (Bullying) ในโรงเรียน และหน่วยงานด้านการพัฒนาสังคมและชุมชน ควรใช้หลัก H - Harmony (สาราณียธรรม 6) เป็นกรอบในการสร้างกิจกรรมความปรองดองในชุมชน เพื่อลดความขัดแย้ง และสร้างความสามัคคี ส่งเสริมโครงการ "จิตอาสา" โดยใช้หลัก A - Altruism (พรหมวิหาร 4) เพื่อกระตุ้นให้คนในสังคมมีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่และเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

2.องค์การภาครัฐและเอกชน ควรนำองค์ความรู้ด้าน O - Own conduct (ศีล 5 และ ธรรมวาสนธรรม 4) ไปใช้ในการพัฒนาจริยธรรมองค์กร เพื่อให้พนักงานมีความซื่อสัตย์ อดทน และควบคุมตนเองได้ ใช้แนวทางปฏิสัมพันธ์ในทิศเบื้องล่างและทิศเบื้องบน (นายจ้าง-ลูกจ้าง) เพื่อสร้างสภาพแวดล้อมการทำงานที่เกื้อกูลและเป็นธรรม

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการต่อยอดงานวิจัยโดยการทดลองนำรูปแบบ HARMO Model ไปทดลองใช้กับกลุ่มเป้าหมายเฉพาะ เช่นกลุ่มวัยรุ่น กลุ่มเปราะบาง

เอกสารอ้างอิง

กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร. (2559). **แผนพัฒนาดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ**. กรุงเทพมหานคร: กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร.

เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. (2551). **"ทักษะสังคม" ใครว่าไม่สำคัญ**. ค้นเมื่อ 2 ธันวาคม 2567 จาก <https://www.kriengsak.com/node/1646>

เอมอร ฤกษ์ระวีสรณ์. (2561). **ทักษะการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น**. ค้นเมื่อ 2 ธันวาคม 2567 จาก <https://www.novabizz.com/NovaAce/Relationship/Skill.htm>.

Goleman, D. (2006). **Social Intelligence: The New Science of Human Relationships**. Bantam Books.

ผู้เขียน

ชญานิ ชัตติยะมาน*

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย วิทยาเขตศรีธรรมมาโคกราช
เลขที่ 128 หมู่6 ถนนนครศรีฯ-ร้อนพิบูลย์, ตำบล นาพรุ อำเภอบางแพะ
นครศรีธรรมราช 80000
E-mail: Kansombee@gmail.com

กัณตณ หนูทองแก้ว

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย วิทยาเขตศรีธรรมมาโคกราช
เลขที่ 128 หมู่6 ถนนนครศรีฯ-ร้อนพิบูลย์, ตำบล นาพรุ อำเภอบางแพะ
นครศรีธรรมราช 80000