

คุณลักษณะจิตมิติของแบบวัดจิตตะ

Psychometric Property of Chitta Scale

ณายา เทพธรณินทรา¹, เมธาวิ อุดมธรรมานุภาพ² และ วรสิทธิ์ตา จารุจินดา³

Naaya Teptoranintara¹, Maytawee Udomtamanupab² and Variththa Charuchinda³

^{1,2,3}มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

^{1,2,3}Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

Corresponding Author E-mail: ¹Jajatalent@gmail.com

Retrieved: August 1, 2022; Revised: August 30, 2023; Accepted: August 31, 2023

บทคัดย่อ

งานวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแบบวัดคุณลักษณะจิตมิติของแบบวัดจิตตะ ด้วยหลักธรรมอิทธิบาทสี่ สำหรับคนวัยทำงาน และเพื่อตรวจสอบค่าอำนาจจำแนก ความเที่ยงตรง และค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดให้มีคุณภาพตามเกณฑ์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบวัดจิตตะจำนวน 13 ข้อ สร้างขึ้นจากการสังเคราะห์ความหมายและองค์ประกอบจิตตะ กลุ่มตัวอย่าง ได้มาจากการสุ่มกลุ่มคนวัยทำงาน อายุ 30- 50 ปี จำนวน 100 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรง (Validity) ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเหมือน (Convergent Validity) โดยใช้แบบวัดสติของ Philadelphia Mindfulness Scale (PHLMS) ประยุกต์ใช้โดย สุวัฒน์ ธนกร นุวัฒน์ ผลการทดสอบพบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันเท่ากับ .235 มีความสัมพันธ์เชิงบวกต่อกัน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงจำแนก (Discriminant Validity) โดยใช้แบบวัดหุ่นหันหันเล่นของ อมร สุดแสง ภัทรวดี มากมี และ กนก พานทอง (2562) แปลมาจากแบบวัด Barratt Impulsiveness Scale (BIS-11) ผลการทดสอบ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน เท่ากับ -.571 ซึ่งมีความสัมพันธ์เชิงลบกับแบบวัดจิตตะอย่างมีนัยสำคัญ และตรวจสอบค่าอำนาจจำแนก (Corrected Item-Total Correlation, CITC) ของแบบวัดจิตตะอยู่ในช่วง .541-.821 และหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามชนิดวัดซ้ำ (Test – retest reliability) มีค่าเท่ากับ .758 ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

ผลการวิจัยสรุปได้ว่าคุณภาพของแบบวัดจิตตะอยู่ในระดับดี สามารถใช้ประเมินความมีจิตตะได้จริง และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการศึกษาวิจัยอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องต่อไปได้

คำสำคัญ: คุณลักษณะจิตมิติ; จิตตะ; การพัฒนาแบบวัด

Abstract

The purpose of this study is to develop the Chitta Scale. In the four paths of accomplishment for working people. The sample group of 60 people was obtained from a randomized group of working people in various offices by specifying the respondents in the age range of 30-50 years. The instrument used in this research is the Chitta Scale with 13 items created from a synthesis of meaning and elements according to the four paths of accomplishment, checking the content's validity from the theoretical framework. Research information from the Tripitaka and secondary sources includes in-depth interviews with 3 Buddhist experts to define the meaning of "Chitta" and check the validity with the Convergent Validity. The research used the Philadelphia Mindfulness Scale (PHLMS) that Suwat Thanakornnuwat (2019) applied. The results showed that the Pearson correlation coefficient was .235 positive correlation and checked for discriminant validity. The researcher used the impulsive measurement model of Amon Sudsawang, Phatraadee Makmee, and Kanok Panthong translated from the Barratt Impulsiveness Scale (BIS-11). The Pearson correlation coefficient test results were equal to -.571, which had a significant negative relationship with the Chitta Scale. The corrected item-total correlation (CITC) of the Chitta Scale was examined in the range of .551-.821, and the reliability of the re-measure questionnaire (Test-retest reliability) was equal to .758. The statistical significance level is at .01.

The research results concluded that the quality of the Chitta Scale was good. Actually, to assess the presence of Chitta and apply it in other related research studies.

Keywords: Property of Dimension Chitta; Chitta; Measure Development

บทนำ

ความสำเร็จแห่งผลที่มุ่งหมายในการทำงาน หรือการทำกิจกรรมใดเพื่อหนทางสู่ความก้าวหน้า ถือเป็นแรงจูงใจประเภทหนึ่งที่ช่วยให้คนประสบความสำเร็จที่นำมาใช้ หลักธรรมหรือคำสอนในพระพุทธศาสนา ที่มุ่งให้ผู้ปฏิบัติตามบรรลุถึงความสำเร็จ หรือธรรมที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ ซึ่งผู้ใดหากได้ปฏิบัติตามแล้วก็จะทำให้การปฏิบัติงานประสบผลสำเร็จ อันประกอบด้วยหัวข้อธรรม 4 ประการ คือ 1) ฉันทะ ความพอใจ 2) วิริยะ ความเพียร 3) จิตตะ ความเป็นผู้มีใจจดจ่อ 4) วิมังสา ไตร่ตรอง ความรอบครอบ ซึ่งหลักอิทธิบาท 4 จะเกี่ยวพันกัน โดยเฉพาะหลักธรรมข้อ จิตตะ เป็นข้อที่มีความสำคัญด้วยจิตที่มีความมุ่งมั่นเอาใจใส่ต่อการกระทำการงาน การเรียน การดำเนินชีวิต จะช่วยให้ภารกิจใดๆ ที่ทำสำเร็จลุล่วง ดังเช่นท่านพระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาส อินทปัญโญ) (ม.ป.ป.) อธิบายไว้ในหนังสือโพธิปักขิย ธรรม ว่า จิตตะ หรือกำลังจิตนี้ คือ กำลังของสมาธิ หรือคุณภาพของจิตส่วนที่ปรารถนาของจิต ที่เรียกว่า กำลังจิตหรือกำลังสมาธิ ซึ่งเลยเพ่งเล็ง

ไปแต่ส่วนที่อบรมดีแล้วคือจิตที่อบรมดีแล้ว เดินมาถูกทางแล้ว จิตตะที่เป็นอธิบาท คือ เอามาใช้เป็นเครื่องมือสำหรับให้สำเร็จประโยชน์ เป็นจิตที่เป็นสมาธิ คือ เป็นจิตที่บริสุทธิ์ เป็นจิตที่มั่นคง และเป็นจิตที่เหมาะสมแก่การทำงานหน้าที่สอดคล้องกับท่านพระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตโต, 2553) อธิบายส่วนจิตตะไว้ในหนังสือพุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ ไว้ว่า จิตตะ ความคิด จดจ่อ หรือเอาใจฝักใฝ่ ได้แก่ ความมีจิตผูกพัน จดจ่อ ฝักใฝ่เรื่องนั้น ใจอยู่กับงานนั้น ไม่ปล่อย ไม่ห่างไปไหน ถ้าจิตตะเป็นไปอย่างแรงกล้าในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรืองานอย่างใดอย่างหนึ่ง คนผู้นั้นจะไม่สนใจ ไม่รับรู้เรื่องอื่น ๆ ใครพูดอะไรเรื่องอื่น ๆ ไม่สนใจ แต่ถ้าพูดเรื่องนั้นงานนั้นจะสนใจเป็นพิเศษทันที บางทีจัดทำเรื่องนั้น งานนั้น ชลุกง่วนอยู่ได้ทั้งวันทั้งคืนไม่เอาใจใส่ร่างกาย การแต่งเนื้อแต่ตัว อะไรจะเกิดขึ้นก็ไม่สนใจ เรื่องอื่นเกิดขึ้นใกล้ ๆ บางทีก็ไม่รู้ ทำจนลืมนวันลืมนคน ลืมกินลืมนอน ความมีใจจดจ่อฝักใฝ่เช่นนี้ ย่อมนำไปสู่สมาธิเกิดขึ้น จิตตะแน่วแน่แนบสนิทในกิจที่ทำ มีกำลังมากเฉพาะสำหรับกิจนั้น เรียกว่าเป็นจิตสมาธิ

จิตตะจึงมีความสัมพันธ์กับสมาธิ คือ จิตเป็นเครื่องผลักดัน และควบคุมการเกิดของสมาธิ โดยสภาวะจิตที่มีความแน่วแน่ และจดจ่อต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด ภาวะที่เกิดขึ้นกับจิตนี้จึงเรียกว่า สมาธิ เป็นเครื่องเสริมประสิทธิภาพในการจะกระทำสิ่งใดให้ประสบความสำเร็จ เพราะจิตที่เป็นสมาธิแน่วแน่อยู่กับสิ่งที่กำลังทำอยู่ โดยไม่เกิดความฟุ้งซ่านไม่วอกแวก ย่อมทำให้งานได้ผลดี ไม่ผิดพลาด เพราะเมื่อมีสมาธิย่อมมีสติกำกับด้วย สมาธิจึงเป็นสิ่งที่สำคัญยิ่งในการทำงาน ช่วยให้ทำงานได้อย่างรวดเร็ว ถูกต้องและมีประสิทธิภาพ ช่วยให้การปฏิบัติงานประสบความสำเร็จได้ดี มีประสิทธิภาพตามเป้าหมายที่วางไว้ จึงแสดงให้เห็นว่า จิตตะกับสมาธิมีความสัมพันธ์ในลักษณะเกื้อหนุนกันและกัน

ดังนั้น ผู้มีคุณลักษณะของการมีจิตตะสูงนั้นจะมีความจดจ่อมุ่งมั่นในสิ่งที่ทำตามหลักธรรมอธิบาท 4 จะเห็นได้ว่ามีผู้ศึกษาเรื่องสมาธิ พบว่า สมาธิเป็นปัจจัยสำคัญในการเรียนรู้เป็นอย่างมาก (โอม สุขสมยศ, 2560) นำไปใช้ฝึกในเด็กนักเรียนสมาธิบกพร่องและมีพฤติกรรมที่ไม่อยู่นิ่ง ด้วยการใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน ทำให้มีปฏิสัมพันธ์โดยตรงกับนักเรียนตลอดเวลา ช่วยให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกิจกรรมด้วยจิตจดจ่อ ผลก็คือนักเรียนสามารถจดจำคำศัพท์ที่เรียนได้นานกว่าการไม่มีการใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอน (ศรีธัญญา ต้นสกุล, 2552) และการนำไปใช้ฝึกสมาธิตามแนวอานาปานสติ ที่มีต่อความแม่นยำ ในการยิงประตูฟุตบอล (ศุภณัฐ รัตนปรกรณ์, 2560) และการนำไปใช้ในรูปแบบการฝึกสมาธิและจินตภาพที่มีต่อความแม่นยำ ในการยิงประตูโทษบาสดบอล (สุชาติณี เวชพราหมณ์, 2555) จะเห็นได้ว่าบุคคลที่มีจิตตะนั้น ทำให้เป็นคนมีความมุ่งมั่น และจดจ่อกับงานที่ทำ จิตมีความแน่วแน่ และมั่นคงต่อปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ช่วยให้งานดำเนินต่อไปอย่างต่อเนื่องตามกระบวนการ ทราบความเป็นไปของงานอยู่เสมอ การมีจิตตะจึงเป็นประโยชน์อย่างยิ่งโดยมีองค์ประกอบสำคัญ คือ 1) ความสนใจในสิ่งที่ทำนั้น ๆ อย่างจริงจัง 2) การเอาใจใส่ในขณะที่กระทำสิ่งนั้น ๆ 3) การมีใจที่เป็นสมาธิ ไม่ผละคิดฟุ้งซ่าน 4) การที่มีจิตใญ่มุ่งมั่น ไม่หวั่นไหวในสิ่งที่ทำอยู่ขณะนั้น และ 5) การมีใจแน่วแน่ในขณะที่กระทำสิ่งนั้น ๆ ด้วยความคิดจดจ่ออยู่กับสิ่งนั้น

คุณลักษณะจิตตะนั้นเป็นสิ่งที่เสริมสร้างและพัฒนาได้ แต่การที่ทราบว่าบุคคลมีคุณลักษณะ จิตตะอยู่ในระดับใด เป็นสิ่งที่จำเป็นต้องแสดงให้เห็นเป็นข้อมูลเชิงประจักษ์ ที่สามารถวัดได้ แบ่งระดับได้ จากการทบทวนวรรณกรรม ยังไม่พบการพัฒนาเครื่องมือวัดคุณลักษณะจิตตะ มีเพียงผู้พัฒนาแบบวัดสติขึ้นมาเพื่อ

รองรับและสนับสนุนให้เห็นเป็นรูปธรรมเกี่ยวกับผลของการฝึกสติและคิดบวก ที่มีต่อสุขภาวะเชิงอัตวิสัยของบุคลากรในโรงพยาบาล โดยพัฒนามาจาก Philadelphia Mindfulness Scale (สுவินน์ ธนกรวัฒน์, 2562) ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนาแบบวัดจิตตะ (Chitta) อันเป็นคุณธรรมที่นำไปสู่ ความสำเร็จตามหลักของอิทธิบาท 4 ที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิต และถือเป็นแรงจูงใจประเภทหนึ่งที่ช่วยให้คนประสบความสำเร็จ ทั้งในการทำงานและการเรียน ผู้มีคุณลักษณะจิตตะสูงนั้น จะมีความจดจ่อมุ่งมั่นในสิ่งที่ทำ หรือมุ่งความสำเร็จของงาน ไม่ปล่อยห่างไปไหน จึงต้องต่อสู้กับตนเองด้วยการเอาจิตจดจ่อ ฝึกฝนรับรู้ในการทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้สำเร็จได้ด้วยมาตรฐานอันดีงาม การมีจิตตะเป็นปัจจัยสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต สำหรับการเรียน การทำงาน หรือการเจริญธรรม อันจะช่วยให้สามารถผ่านพ้นช่วงวิกฤติได้ด้วยการรับรู้เหตุการณ์ตามความเป็นจริง และการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นการปฏิบัติ ที่ช่วยให้เอาชนะปัญหาและอุปสรรคในการเรียนหรือการทำงานให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นนั่นเอง

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาแบบวัดคุณลักษณะจิตมิตติของแบบวัดจิตตะ ด้วยหลักธรรมอิทธิบาท 4 สำหรับคนวัยทำงาน
2. เพื่อตรวจสอบค่าอำนาจจำแนก ความเที่ยงตรงและค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดให้มีคุณภาพตามเกณฑ์

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากร

ประชากร คือ ประชาชนที่อยู่ในวัยทำงาน อายุ 30- 50 ปี ทำงานในกรุงเทพมหานครระหว่าง เดือนตุลาคม พ.ศ. 2563 ถึง เดือนธันวาคม พ.ศ. 2563

กลุ่มตัวอย่าง

ประชาชนที่อยู่ในวัยทำงานกรุงเทพมหานคร อายุ 30- 50 ปี ระยะเวลาระหว่าง เดือนตุลาคม พ.ศ. 2563 ถึง เดือนธันวาคม พ.ศ.2563 คัดเลือกโดยการสุ่มตามความสะดวก (Convenience Sampling) จำนวน 100 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบวัดจิตตะ ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด คำถามมีทั้งหมด 13 ข้อ คำถามทางบวก ได้แก่ ข้อที่ 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11 จำนวน 11 ข้อ และ คำถามข้อที่ 12, 13 จำนวน 2 ข้อ เป็นข้อคำถามทางลบ

ขั้นตอนการพัฒนาเครื่องมือวิจัย

ขั้นตอนที่ 1 ผู้วิจัยศึกษานิยามคุณลักษณะผู้มีจิตตะโดยสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิด้านพระพุทธศาสนา จำนวน 3 ท่าน 1) พระราชญาณกวี (ปิยโสภณ) วัดพระรามเก้ากาญจนาภิเษก 2) พระเทพปัญญามุนี วัดอาวุธ

วิไลดาราม 3) พระมหาเผื่อน กิตติโสภโณ,ผศ.,ดร และวิเคราะห์เอกสาร ที่มีคุณภาพจากพจนานุกรมพุทธศาสตร์ สัมมโพนียกถา ผลสังเคราะห์ข้อมูลได้โครงสร้างแบบวัดจิตตะ

ขั้นตอนที่ 2 พัฒนาแบบวัดจิตตะ

2.1 กำหนดนิยามปฏิบัติการ จิตตะ หมายถึง ความมุ่งมั่น ความตั้งใจรับรู้ในสิ่งที่ทำให้ความสำคัญกับสิ่งที่ทำอยู่ มีความรับผิดชอบและอุทิศเวลาให้กับสิ่งที่ทำ มีความตั้งใจแน่วแน่ที่จะทำงานให้สำเร็จ

2.2 ร่างองค์ประกอบของคุณลักษณะผู้มีจิตตะ เป็นกรอบแนวคิดการวิจัย และสร้างแบบรายการคำถามให้ครอบคลุมความหมายคุณลักษณะผู้มีจิตตะที่กำหนดไว้ โดยมีองค์ประกอบ ดังนี้ 1) องค์ประกอบด้านความสนใจ (Attentional) ได้แก่ ความสนใจและความไม่มั่นคงทางความคิด 2) องค์ประกอบด้านพฤติกรรมแสดงออก (Motor) ได้แก่ การเคลื่อนไหวและความมุ่งมั่น 3) องค์ประกอบด้านขาดการวางแผน (Nonplanning) ได้แก่ การควบคุมตนเองและความสามารถคิดเรื่องซับซ้อน

2.3 ตรวจสอบคุณภาพแบบวัดจิตตะ โดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน โดยตรวจสอบ ตรวจสอบดัชนีความสอดคล้อง (Index of item objective congruence: IOC) ค่า IOC เท่ากับ 0.91 และด้านความตรงเชิงโครงสร้างเนื้อหา (Construct Validity Index : CVI) (CVI ≥ 0.80) ค่า CVI เท่ากับ 0.83

ขั้นตอนที่ 3 ตรวจสอบความเที่ยงตรง (Validity) ของแบบวัดตามเกณฑ์ความตรงเชิงโครงสร้าง (Construction Validity) คือ การตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเหมือน (Convergent Validity) และความเที่ยงตรงเชิงจำแนก (Discriminate or Divergent Validity) เพื่อทดสอบ validity แบบ multitrait โดยผู้วิจัยเลือกใช้แบบวัด divergent คือแบบวัดความหุนหันพลันแล่น ของ อมร สุดแสง ภัทรารัตน์ มากมี และ กนก พานทอง (2562) โดยแปลมาจากแบบวัด Barratt Impulsiveness Scale (BIS-11) (Patton, Stanford, & Barratt, 1995) ความหุนหันพลันแล่นประกอบด้วย 3 องค์ประกอบหลัก คือ องค์ประกอบด้านความสนใจ (Attentional) มี 2 ตัวชี้วัด ได้แก่ ความสนใจและความไม่มั่นคงทางความคิด องค์ประกอบด้านพฤติกรรมแสดงออก (Motor) มี 2 ตัวชี้วัด ได้แก่ การเคลื่อนไหวและความมุ่งมั่น และองค์ประกอบด้านขาดการวางแผน (Nonplanning) มี 2 ตัวชี้วัด ได้แก่ การควบคุมตนเองและความสามารถคิดเรื่องซับซ้อน แบบประเมินมีลักษณะเป็นแบบมาตรวัดประเมินค่า (Rating Scale) ที่แบ่งค่าออกเป็น 4 ระดับ ได้ข้อคำถามจำนวน 30 ข้อ และแบบวัด convergent ผู้วิจัยเลือกใช้ แบบวัดสติ Philadelphia Mindfulness Scale (PHLMS) เป็นแบบวัดของ LeeAnn Cadaciotto ประกอบด้วยข้อคำถาม 20 ข้อ มีระดับคะแนน 5 ระดับ โดยข้อคำถามบวกให้คะแนนมากที่สุด คือ บ่อยมาก (5 คะแนน) ลดหลั่นลงมาจนถึงไม่เคยเลย (1 คะแนน) (สุวัฒน์ ธนกรนุวัฒน์, 2562)

ขั้นตอนที่ 4 เพื่อตรวจสอบค่าความเที่ยงตรงเชิงเหมือน (Convergent Validity) และค่าความเที่ยงตรงเชิงจำแนก (Discriminate or Divergent Validity), ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) และค่าอำนาจจำแนก (Corrected Item-Total Correlation : CITC) ผู้วิจัยนำแบบวัดทั้ง 3 ชุด ไปตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือกับกลุ่มตัวอย่างคนวัยทำงานโดยการสุ่มตัวอย่าง 100 คน เพื่อหาค่าความเที่ยงสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach alpha coefficient) และค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อและคะแนนรวม (Corrected Item-Total Correlation : CITC)

ขั้นตอนที่ 5 เพื่อทำการทดสอบค่าความเชื่อมั่นโดยวิธีการวัดซ้ำ (test-retest reliability) ผู้วิจัยนำแบบวัดจิตตะกลับไปให้ ผู้ที่ทำแบบทดสอบจำนวน 50 คน จากกลุ่มเดิมที่ทำแบบทดสอบในครั้งแรกให้ทำซ้ำในสัปดาห์ที่สองหลังจากทำแบบทดสอบครั้งแรก จากการทำ test-retest หาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficients) จะต้องไม่ต่ำกว่า 0.70 จึงจะอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลทางสื่อออนไลน์ กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 100 คน ระยะเวลาตั้งแต่เดือนตุลาคม 2563 สิ้นสุดเดือนธันวาคม 2563 รวมเวลา 3 เดือน

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ SPSS for Windows มีขั้นตอน ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา (Description Statistic) โดยใช้ค่าความถี่ ค่าร้อยละ เพื่อนำเสนอข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ตอบแบบสอบถาม

2. วิเคราะห์ตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ดังนี้

- 2.1 ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยวิธีสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค จะต้องไม่ต่ำกว่า 0.70 จึงจะอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้

- 2.2 ค่าอำนาจจำแนก (Discrimination) ด้วยวิธีหาค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวมทั้งหมด เรียกว่า Corrected Item-Total Correlation จะต้องไม่ต่ำกว่า .20 ขึ้นไปจึงจะอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้

- 2.3 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร 2 ตัวแปร ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันที่ยอมรับได้ จะต้องไม่ต่ำกว่า .70 แสดงว่ามีความสัมพันธ์ในระดับสูง

ผลการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย คนวัยทำงาน อายุ ระหว่าง 30-50 ปี จำนวน 100 คน สุ่มจากการสอบถามในกลุ่มคนทำงานสาขาอาชีพต่าง ๆ และทำ test-retest ซ้ำ 50 คน

1) การตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construction Validity)

ตารางที่ 1 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson Product-Moment Correlation Coefficients) ของ แบบวัดจิตตะ Chitta (CT) แบบวัดสติ Mindfulness (MF) และแบบวัดความหุนหันพลันแล่น Impulsiveness (IP) ($n=100$)

แบบวัด	CT	MF	IP
แบบวัดจิตตะ (CT)	1	.235	-.571**
แบบวัดสติ (MF)		1	-.281*
แบบวัดความหุนหันพลันแล่น (IP)			1

** ความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับน้อยกว่า .01

* ความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับน้อยกว่า .05

จากตารางที่ 1 พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ของแบบวัดจิตตะ Chitta (CT) แสดงความสัมพันธ์เชิงบวกกับแบบวัดสติ Mindfulness (MF) .235 และมีความสัมพันธ์เชิงลบกับแบบวัดความหุนหันพลันแล่น Impulsiveness (IP) -.571 ในขณะที่แบบวัดสติ Mindfulness (MF) มีความสัมพันธ์เชิงลบกับแบบวัดความหุนหันพลันแล่น Impulsiveness (IP) -.281 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

2) การหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยสูตรคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficients) ของแบบวัดทั้ง 3 ฉบับ

ตารางที่ 2 ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค ของแบบวัดจิตตะ (CT) แบบวัดความหุนหันพลันแล่น (IP) และแบบวัดสติ (MF)

แบบวัด	Cronbach's Alpha
แบบวัดจิตตะ (CT)	.921
แบบวัดความหุนหันพลันแล่น (IP)	.807
แบบวัดสติ (MF)	.792

จากตารางที่ 2 ผลการทดสอบแบบวัดจิตตะ (CT) จำนวน 13 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค เท่ากับ .921 แบบวัดความหุนหันพลันแล่น (IP) มีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค เท่ากับ .807 และ แบบวัดสติ (MF) มีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค เท่ากับ .792 แบบวัดทั้ง 3 ฉบับมีระดับค่าความเชื่อมั่นในระดับดี

3) การหาความเที่ยงเพื่อวัดความสอดคล้องภายใน (Internal Consistency) แบบวัดจิตตะ
ตารางที่ 3 แสดงค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อและคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ (Corrected Item Total Correlation : CITC) และค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคของแต่ละข้อ (Cronbach's Alpha Coefficients) ของแบบวัดจิตตะ

ข้อคำถาม	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha
1. ฉันมีสมาธิจดจ่อแน่วแน่อยู่มากกับสิ่งที่กำลังทำ	.660	.915
2. ฉันมีความมุ่งมั่นในการทำสิ่งต่าง ๆ	.736	.913
3. ฉันมีความตั้งใจในการทำสิ่งต่าง ๆ	.700	.914
4. ฉันอุทิศเวลาให้แก่สิ่งที่ทำอย่างเต็มที่	.615	.917
5. ฉันมีความรับผิดชอบต่อนหน้าที่การงานของตนเอง	.569	.919
6. ฉันให้ความสำคัญกับสิ่งที่ทำอยู่	.821	.909
7. เมื่อฉันลงมือทำอะไร ฉันจะทำงานจนสำเร็จ	.688	.915
8. ฉันเป็นคนทำงานอย่างมีลำดับขั้นตอน	.617	.918
9. ฉันแสวงหาความรู้เพิ่มในงานที่ฉันกำลังทำ	.541	.920
10. ฉันไม่ลังเลในสิ่งที่ฉันทำ	.681	.915
11. ฉันตั้งใจแน่วแน่ที่จะทำงานให้สำเร็จ	.766	.911
12. ฉันขาดความตั้งใจในการทำสิ่งต่าง ๆ	.678	.915
13. ฉันมีความคิดฟุ้งซ่านในขณะที่กำลังทำสิ่งต่าง ๆ	.585	.919

จากตารางที่ 3 ค่าอำนาจจำแนก (Corrected Item-Total Correlation, CITC) ของแบบวัดจิตตะ เป็นค่าสหสัมพันธ์ของคะแนนคำถามในแต่ละข้อกับคะแนนรวมของแบบวัดทั้งหมดที่ไม่รวมข้อนั้น ค่าอำนาจจำแนกที่ถือว่าคำถามในข้อนั้นใช้ได้ จะต้องมียุทธศาสตร์ตั้งแต่ .20 ขึ้นไป จากตารางจะพบว่า ข้อคำถามทั้ง 13 ข้อ มีค่าอยู่ในช่วง CITC .541-.821 แสดงว่าแต่ละข้อมีค่าอำนาจจำแนกดี และค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาคของแต่ละข้อ อยู่ในช่วง .909-.920 จัดอยู่ในระดับความเชื่อมั่นที่ดีเช่นกัน

4) การหาคุณภาพของเครื่องมือด้านความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยวิธีการวัดซ้ำ (test-retest)

ตารางที่ 4 แสดงค่าสัมประสิทธิ์ อัลฟา ของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficients) และค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์ แบบเพียร์สัน (Pearson Product-Moment Correlation Coefficients) ผลของการทำแบบวัดซ้ำ (Test-Retest Reliability) ของแบบวัดจิตตะ

	ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน
ผลการวัดครั้งแรก	.914	.758**
ผลการวัดครั้งที่สอง	.901	

** ความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับน้อยกว่า .01

จากตารางที่ 4 การทำแบบวัดซ้ำ (Test-Retest Reliability) ของแบบวัดจิตตะ เพื่อวัดความเชื่อมั่นของแบบวัด เมื่อนำไปให้ กลุ่มตัวอย่างกลุ่มแรก ทำแบบวัดซ้ำ หลังจากทำแบบวัดครั้งแรกไปแล้ว 2 สัปดาห์พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค ของการวัดครั้งแรก เท่ากับ .914 และการวัดครั้งที่สอง เท่ากับ .901 อยู่ในระดับความเชื่อมั่นดี และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน เท่ากับ .758 โดยมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับน้อยกว่า .01 ถือว่ามีความเชื่อมั่นที่สามารถยอมรับได้

อภิปรายผลการวิจัย

แบบวัดจิตตะ (Chitta) ที่พัฒนาขึ้นฉบับนี้ เกิดขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมและการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อให้ได้มาซึ่งนิยามความหมาย (construction) ที่ครอบคลุมลักษณะของผู้ที่มีจิตตะ เพื่อให้แบบวัดจิตตะเป็นแบบวัดที่สามารถนำไปใช้ได้และมีคุณภาพ โดยการใช้การแสดงหลักฐานด้านความตรง (validity) และความเชื่อมั่น (reliability) อภิปรายผลได้ดังนี้

1. ความเที่ยงของแบบวัด ผลแบบวัดที่ไปในทิศทางเดียวกันคือแบบวัดสติ ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้แบบวัดสติของ Philadelphia Mindfulness Scale (PHLMS) ประยุกต์ใช้โดย สุวัฒน์ ธนกรนุวัฒน์ (2562) การที่ผู้เข้าร่วม การวิจัยได้รับการฝึกสติอย่างต่อเนื่องทำให้สามารถอยู่กับปัจจุบันขณะไม่ตีความสิ่งเร้าที่เข้ามา ทำให้หยุดกระแสความคิด หยุดคิดเรื่องในอดีต หยุดความกังวลในอนาคตทำให้เกิดความสงบเกิดขึ้นในจิตใจ ดังเช่น พระพรหมคุณาภรณ์ (2552) กล่าวว่าวิวาสติจะยับยั้งกระบวนการปรุงแต่งทำให้บุคคลอยู่กับปัจจุบันขณะ ซึ่งไปในทิศทางเดียวกับแบบวัดจิตตะ เป็นจุดเริ่มต้นของการศึกษาลักษณะของผู้มีจิตตะ ออกแบบให้มี 13 คำถามในแบบวัด ข้อคำถามที่ 12 และ 13 แบบข้อคำถามแบบเชิงลบ ซึ่งการแปลผลจะต้อง reverse ค่า ให้กลับเป็นผลเชิงบวกก่อน จะทำการวิเคราะห์ผลของแบบวัด Karl Pearson ซึ่งเป็นผู้นิยาม Coefficient of correlation ขึ้นมา เป็นค่าที่ใช้บ่งบอกระดับความสัมพันธ์เชิงเส้นดังกล่าว โดยจะมีค่าอยู่ ระหว่าง -1.0 ถึง +1.0 โดยที่ค่าที่อยู่ใกล้ -1.0 หรือ +1.0 ถือว่ามีความสัมพันธ์กันมากที่สุด ค่าแบบวัดที่ได้ .235 แปลว่าแบบวัดจิตตะ มีความสัมพันธ์ไปทางเดียวกันกับแบบวัดสติ

ผู้วิจัยใช้แบบวัดหุ่นหันหันพลันแล่น เป็นแบบวัดทิศทางตรงกันข้าม ค่าสัมประสิทธิ์มีค่า -.571 หมายความว่าแบบวัดจิตตะมีความสัมพันธ์ไปในทิศทางตรงข้ามกับแบบวัดหุ่นหันหันพลันแล่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

และมีค่า -0.281 กับแบบวัดสติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $.05$ ซึ่งจากผลนี้สรุปได้ว่าแบบวัดจิตตะนี้มีความเที่ยงที่ทดสอบได้ (validity)

2. การทำแบบวัดซ้ำ Test-retest เป็นการนำเครื่องมือที่พัฒนาขึ้นไปทดสอบกับกลุ่ม ตัวอย่างเพียงกลุ่มเดียว 2 ครั้ง ในระยะเวลาที่ห่างกันประมาณ 2 สัปดาห์เป็นการตัดปัญหาการจำคำถามหรือคำตอบได้ (carry over effect) แล้วนำผลที่ได้มาหาค่าสัมประสิทธิ์ สหสัมพันธ์ค่าที่วัดได้ควรมีค่าใกล้เคียงกัน (coefficient of stability) อารยา องค์เอี่ยม และคณะ (2561) โดย ค่า test-retest $.758$ มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $.01$ แสดงว่าแบบวัดนี้มีค่า reliability ที่ยอมรับได้

องค์ความรู้ใหม่จากงานวิจัย

จากผลพัฒนาแบบวัดจิตตะ สามารถสามารถสรุปองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ ดังนี้

การที่บุคคลจะประสบความสำเร็จได้นั้น ต้องลงมือทำ ด้วยความเอาใจใส่ และมุ่งมั่นต่อภารกิจต่าง ๆ ที่ทำ ทั้งด้านการเรียน การงาน หรือการปฏิบัติธรรมก็ตาม หลักธรรมจิตตะ มีความสัมพันธ์กับหลักฉันทะ วิริยะ และวิมังสา ในลักษณะที่เกื้อหนุนและ ทำงานเชื่อมประสานกัน เมื่อบุคคลมีจิตจดจ่อกับการทำงานยังช่วยขับเคลื่อนให้จิตเป็นสมาธิ เพิ่มประสิทธิภาพในการทำภารกิจต่าง ๆ ให้สำเร็จได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งคุณลักษณะจิตตะนั้น เป็นปัจจัยสำคัญ ทางด้านการเรียนรู้ การปฏิบัติงานต่าง ๆ ที่ต้องใช้ความมุ่งมั่น แน่วแน่ มั่นคง ไม่หวั่นไหว ให้งานสำเร็จ การที่บุคคลฝึกฝนการนำหลักธรรมจิตตะไปใช้ในการดำเนินชีวิต จะเกิดสมาธิเป็นการส่งเสริม ประสพการณ์ ในการทำงาน ทำให้มีการตัดสินใจ แก้ไขปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ ได้ดี เกิดความมั่นใจในการ ปฏิบัติงานมากยิ่งขึ้น

คุณลักษณะจิตตะนั้นเป็นลักษณะนามธรรมที่วัด หรือจำแนกความแตกต่าง ของแต่ละบุคคลได้ยาก ถึงแม้ว่าจะเป็นสิ่งที่เสริมสร้างได้ การที่ผู้วิจัยพัฒนาเครื่องมือวัดคุณลักษณะจิตตะ เพื่อนำมาใช้ประโยชน์ในการ วัดคุณลักษณะจิตตะให้เห็นเชิงประจักษ์ จะทำให้สามารถนำมาใช้ในการพัฒนาตน ในการเสริมสร้างคุณลักษณะ จิตตะให้เพิ่มพูนยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะ

1. แบบวัดจิตตะที่พัฒนาขึ้นในครั้งนี้ ยังมีข้อจำกัด ของจำนวนตัวอย่างที่มีจำนวนเพียง 100 คน และ retest เพียง 50 คน หากมีการพัฒนาต่อไปควรเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างมากขึ้น และเพิ่มวิธีการสุ่มกลุ่ม ตัวอย่าง

2. การทำวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการ ศึกษาผลปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรของผู้ที่มีจิตตะในวัยทำงานใน ด้านอื่น ๆ เพิ่ม หรือ ในกิจกรรมอื่น เช่น การเจริญธรรม

เอกสารอ้างอิง

- โอม สุขสมยศ. การพัฒนาช่วงความสนใจและสมาธิของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โดยใช้ กิจกรรมการเล่น (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาส อินทปัญโญ). (ม.ป.ป.). *โพธิปักขิยธรรม*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.
- พระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตโต). (2553). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*. พิมพ์ครั้งที่ 15. กรุงเทพฯ: เพ็ญทรัพย์.
- ศรีธัญญา ตันสกุล. (2552). ผลของการใช้ความเร็วจังหวะของเสียงดนตรีประกอบในบทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนที่มีต่อการรู้และความคงทนในการจำคำศัพท์ภาษาอังกฤษของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ที่มีสมาธิบกพร่องและพฤติกรรมที่ไม่อยู่นิ่ง (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศุภณัฐ รัตนปกรณ์. (2017). ผลของโปรแกรมการฝึกยิงประตูและสมาธิอานาปานสติที่มีต่อความสามารถในการเลี้ยงและความแม่นยำในการยิงประตูของนักกีฬาฟุตบอลโรงเรียนอุดรพิทยานุกูล. *Journal of Education Khon Kaen University (Graduate Studies Research)*, 11(1), 189-196.
- สรเสรีญ หุ่นแสน และจิราภรณ์ พจนารีย์วงศ์. (2562). การพัฒนาแบบวัดการจัดการชีวิต ด้านการเรียนรู้ของนักเรียนวัยรุ่น. *วารสารราชพฤกษ์*, 17(1) 27-33.
- สุชาติณี เวชพราหมณ์. (2555). ผลของการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ และการจินตภาพที่มีผลต่อความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอลล. *วารสารวิทยาศาสตร์การกีฬาและสุขภาพ*, 13(3), 21-29.
- สุวัฒน์ ธนกรนุวัฒน์. (2562). ผลของการฝึกสติและคิดบวกที่มีต่อสุขภาวะเชิงอัตวิสัยของบุคลากรในโรงพยาบาลชุมชน (ดุษฎีนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- Stanford, M. S. et al. (1996). Impulsiveness and risk-taking behavior: Comparison of high-school and college students using the Barratt Impulsiveness Scale. *Personality and individual differences*, 21(6), 1073-1075.