



วารสารพุทธจิตวิทยา

JOURNAL OF BUDDHIST PSYCHOLOGY



ปีที่ 8 ฉบับที่ 1 มกราคม – เมษายน พ.ศ. 2566

Volume 8 Issue 1 January – April 2023

ISSN: 2539-5785 (Print)

ISSN: 2774-1095 (Online)



วารสารพุทธจิตวิทยา

Journal of Buddhist Psychology

ปีที่ 8 ฉบับที่ 1 มกราคม-เมษายน 2566

Vol. 8 No. 1 January-April 2023

วัตถุประสงค์

วารสารพุทธจิตวิทยา มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการเผยแพร่บทความวิจัย บทความวิชาการ และ บทความปริทรรศน์ของนักวิจัย นักวิชาการ คณาจารย์ และนักศึกษา ด้วยหวังให้เป็นตลาดแห่งองค์ความรู้ที่สามารถค้นคว้า ถ่ายทอด และแลกเปลี่ยนความรู้ในด้านต่าง ๆ อย่างหลากหลาย วารสารมุ่งเน้นเปิดรับบทความทางด้านจิตวิทยา พระพุทธศาสนา พฤติกรรมศาสตร์ สังคมวิทยา การศึกษาเชิงประยุกต์และสหวิทยาการด้านมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ โดยทุกบทความที่ตีพิมพ์เผยแพร่ได้ผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิ อย่างน้อย 3 ท่าน ทั้งนี้เปิดรับบทความทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ

กระบวนการพิจารณาบทความจากผู้ทรงคุณวุฒิ

วารสารมีกระบวนการประเมินคุณภาพจากผู้ทรงคุณวุฒิก่อนตีพิมพ์ โดยบทความที่ตีพิมพ์เผยแพร่ในวารสารได้ผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิ อย่างน้อย 3 ท่าน ในลักษณะปกปิดรายชื่อ (Double blind peer-reviewed) ทั้งนี้บทความจากผู้นิพนธ์ภายในจะได้รับการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิภายนอกหน่วยงานที่จัดทำวารสาร ส่วนบทความจากผู้นิพนธ์ภายนอกจะได้รับการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิภายใน หรือนอกหน่วยงานที่จัดทำวารสารที่มีความเชี่ยวชาญในสาขา และไม่มีส่วนได้ส่วนเสียกับผู้นิพนธ์

กำหนดออกเผยแพร่วารสาร

กำหนดเผยแพร่ปีละ 3 ฉบับ

ฉบับที่ 1 มกราคม – เมษายน

ฉบับที่ 2 พฤษภาคม – สิงหาคม

ฉบับที่ 3 กันยายน – ธันวาคม

เผยแพร่ที่ <https://so03.tci-thaijo.org/index.php/jbp/index>

กองบรรณาธิการ

บรรณาธิการวารสาร

พระมหาเพื่อน กิตฺติโสภโณ, ผศ.ดร.

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ผู้ช่วยบรรณาธิการ

สมโภช บินศรี

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

กองบรรณาธิการ

พระมหาสุเทพ สุทธิญาโณ, ผศ.ดร.

รศ.ดร.ประยูร สุขะใจ

ผศ.ดร.อำนาจ ยอดทอง

ผศ.ดร.อุทัย สติมัน

ผศ.ดร.ภริมา วินิธาสถิตย์กุล

ผศ.ดร.พุทธวรรณ ชูเชิด

ผศ.ดร.ฐิติวัศ สุกป้อม

ผศ.ดร.ปารณีย์ ขาวเจริญ

ดร.นิยม อานไมล์

ดร.สุวรรณา เขียงขุนทด

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหิดล

มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

ราชวิทยาลัยจุฬาภรณ์

มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา

มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์

มหาวิทยาลัยสยาม

สำนักงานกองบรรณาธิการ

ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์

ชั้น M โซน A อาคารเรียนรวม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ต.ลำไทร อ.วังน้อย จ.พระนครศรีอยุธยา 13170

พระมหาเพื่อน กิตฺติโสภโณ, ผศ.ดร.

มือถือ: 0818464409

Email: jbp.mcu@gmail.com

บทบรรณาธิการ

วารสารพุทธจิตวิทยา (Journal of Buddhist Psychology) ได้รับคุณภาพจากศูนย์ดัชนีการอ้างอิงวารสารไทย (TCI) ในกลุ่มที่ 1 มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการเผยแพร่บทความวิจัย บทความวิชาการ และ บทความปริทรรศน์ของนักวิจัย นักวิชาการ คณาจารย์ และนักศึกษา ด้วยหวังให้เป็นตลาดแห่งองค์ความรู้ที่สามารถค้นคว้า ถ่ายทอด และแลกเปลี่ยนความรู้ในด้านต่าง ๆ อย่างหลากหลาย วารสารมุ่งเน้นเปิดรับบทความทางด้านจิตวิทยา พระพุทธศาสนา พุทธกรรมศาสตร์ สังคมวิทยา การศึกษาเชิงประยุกต์และสหวิทยาการด้านมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ สำหรับฉบับนี้ได้รับความสนใจจากคณาจารย์ นักวิชาการ และนักศึกษาในระดับบัณฑิตศึกษา ในมหาวิทยาลัยต่าง ๆ และได้รับการพิจารณาจากกองบรรณาธิการให้เผยแพร่ได้ จำนวนความ 13 บทความ กองบรรณาธิการขอเสนอบทความที่น่าสนใจ ดังนี้

การพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่ม ด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตในนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร โดย กษศรณ นุชประสพ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตในนักศึกษา เป็นการวิจัยเชิงทดลอง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา ระดับปริญญาตรี วิทยาลัยการฝึกหัดครู มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครที่มีคะแนนระดับความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มไม่เกินระดับปานกลางจำนวน 20 คน ใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอนแบ่งเป็นสองกลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมอบรมการปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการฝึกอบรมใด ๆ

รูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครู โรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร โดย ปกรณ์รัตน์ สุวรรณภาศรี, ภารดี อนันต์นาวิ และพงษ์เทพ จิระโร การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสภาพและแนวทางพัฒนาสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร 2) สร้างและประเมินความถูกต้องและความเหมาะสมของรูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา 3) ทดลองใช้และประเมินความเป็นไปได้และความเป็นประโยชน์ของรูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาสภาพสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา โดยใช้แบบสอบถามในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย

ผู้บริหาร ครูวิชาการ และครูผู้สอน จำนวน 450 คน และศึกษาแนวทาง
สมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 9 คน
โดยใช้แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้างและประเมินโดยใช้แบบประเมิน ขั้นตอนที่ 2
สร้างและประเมินความถูกต้องและความเหมาะสมของรูปแบบจากผู้เชี่ยวชาญ
จำนวน 7 คน โดยใช้แบบประเมิน และขั้นตอนที่ 3 ทดลองใช้และประเมินความ
เป็นไปได้และเป็นประโยชน์ของรูปแบบจากผู้บริหารและครู จำนวน 44 คน
โดยใช้แบบประเมิน สถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
และการวิเคราะห์เนื้อหา

**ความสอดคล้องของพฤติกรรมมนุษย์ตามแนวทฤษฎีผู้นำสัตว์ 4 ทิศ
กับจริต 6 ในทางพระพุทธศาสนา โดย มนตรี หลินภู, สมिति เจือจินดา และ
วรรณภา โพธิผลิ** บทความวิชาการฉบับนี้คณะผู้เขียนมุ่งศึกษาความ
สอดคล้องของพฤติกรรมมนุษย์ตามแนวคิดทฤษฎีผู้นำสัตว์ 4 ทิศ ได้แก่
กระต่าย หนู อินทรีและหมี กับความประพฤติตามหลักจริต 6 ในทาง
พระพุทธศาสนา ได้แก่ รากจริต (รักสนุก ติดเพเลิดเพลิน) โทสจริต (หงุดหงิด
โกรธเคือง) โมหจริต (ลุ่มหลง มัวเมา) สัทธาจริต (ศรัทธา เลื่อมใส) พุทธิจริต
(ปัญญา ความรู้) และวิตกจริต (กังวล ฟุ้งซ่าน) โดยจัดประเภทพฤติกรรม
มนุษย์ตามแต่ละลักษณะนิสัยที่ตรงกันส่วนใหญ่ซึ่งพบว่า กระต่ายมีนิสัย
สอดคล้องกับโทสจริต อินทรีมีนิสัยสอดคล้องกับพุทธิจริตผสมกับวิตกจริต
หนูมีนิสัยสอดคล้องกับรากจริตผสมกับโมหจริตและหมีมีนิสัยสอดคล้องกับ
สัทธาจริต ซึ่งผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่า บทความวิชาการนี้จะเป็นประโยชน์
เพื่อใช้เป็นกรอบทำความเข้าใจพฤติกรรมและลักษณะนิสัยของมนุษย์ได้เป็นอย่างดี
ดี รวมถึงทราบแนวทางการพัฒนามนุษย์ตามลักษณะที่ต่างกัน ซึ่งจะเป็น
ประโยชน์ต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้เหมาะสมส่งผลให้เกิดความ
งอกงามด้านบุคลิกภาพส่วนบุคคลต่อไป

กองบรรณาธิการ วารสารพุทธจิตวิทยา ขอขอบคุณผู้เขียนบทความ
ทุกท่านที่ให้ความสนใจส่งบทความมาลงตีพิมพ์เผยแพร่ ผู้ทรงคุณวุฒิทุก
ท่านที่ได้เสียสละเวลาในการพิจารณาและให้ข้อเสนอแนะ อันจะเป็น
ประโยชน์ในการพัฒนาและปรับปรุงวารสารให้มีคุณภาพยิ่งขึ้นต่อไป และขอ
ขอบคุณผู้บริหารมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่ให้การ
สนับสนุนมาโดยตลอด

พระมหาเผื่อน กิตติโสภโณ, ผศ. ดร.
บรรณาธิการ



สารบัญ

วารสารพุทธจิตวิทยา | ปีที่ 8 | ฉบับที่ 1

1

การพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษา กลุ่ม ด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตในนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

The Development of a Training Program to Develop the Ability to be a Group Counselor in Life Skills Enhancement for Psychological Students, Phranakhon Rajabhat University

เกษรณ นุชประสพ

Kasasorn Nuchprasop

17

การพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ “กิมมืวก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรม และภูมิปัญญา” โดยใช้โครงงานเป็นฐาน สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนพื้นที่เกาะ จังหวัดสตูล

The Development of Integrated Curriculum “Keum-Muk: Sarn-Sard-Sin Traces of Culture and Wisdom” through Project-Based-Learning of Junior High School Students in the Island Area Located in Satun Province

เกศริน บินสัน, อลิสร่า ชมชื่น, ศักรินทร์ ชนประชา, อติสร ศิริ

Chunipha Poedloknimit, Sudarat Tuntivivat, Parinya Siriattakul

30

พุทธจิตวิทยาการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น
Mind Empowerment in Authentic Life Value of Adolescent based on Buddhist Psychology

พรทิพย์ เกศตระกูล, สิริวัฒน์ ศรีเครือดง, กมลาศ ภูวนาธิพงศ์

Porntip Gadetragoon, Siriwat Srikhruedong, Kamalas Phoowachanathipong

43

การขัดเกลาทางสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา

Socialization According to Buddhism

เลิศสุรชัย หนูสวัสดิ์, สุปรีชา ชำนาญพุฒิพร, กันตภณ หนูทองแก้ว

Letrsurachai Noosawat, Supreecha Chamnanphuttiophon, Kantaphon Nuthongkaew

55

รูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุ
ในปัจจุบัน

A Model of Practice Toward Motion in Practice Meditation of the
Elderly at Present

พระสมุห์สมโภชน์ อินทวิริโย (สมบูรณ์)

PhrasamuSompoch Indaviriyo (Somboon)

67

การพัฒนาทักษะการคิดสร้างสรรค์ในรายวิชาเคมี โดยใช้การ
จัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

Development of Creative Thinking Skills in Chemistry Subjects
Using Model-Based Learning Integrated with STEM Education
Concepts for Grade 12 Students

ฟาร์ฮา ยูโซ๊ะ, ฮามิดะ มุสอ, สะหรี เมธาธนธรรกุล, อติสร ศิริ

Farha Yusoh, Hamidah Musor, Zahree Metatanatornkul, Adisorn Siri

82

การพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของ
ผู้ฝึกสอนกีฬาทาเควนโด ในจังหวัดชายแดนใต้

Development of Intercultural Competency Indicators of
Taekwondo Trainer in the Southernmost Provinces

จารึก สระอิส, โอภาส เกาไศยาภรณ์, อติสร ศิริ, ณรงค์ศักดิ์ รอบคอบ

Jaruek Sarais, Ophat Kaosaiyaporn, Adisorn Siri, Narongsak Rorbkorb

97

ความสอดคล้องของพฤติกรรมมนุษย์ตามแนวทฤษฎีผู้นำสัตว์ 4 ทิศ
กับจริต 6 ในทางพระพุทธศาสนา

The Congruence of Human Behavior According to D.I.S.C Theory
and Six Temperaments in Buddhism

มนตรี หลินภู, สมิทธิ เจือจินดา, วรณนภา โพธิผลิ

Montree Linphoo, Samith Jueajinda, Wannapha Phopli

110

โลกธรรม 8 ในชีวิตประจำวัน

Worldly Conditions in Everyday Life

พระครูกาญจนธรรมาภรณ์, พระครูใบฎีกาทัดพล จันทวโส (แพลงปาน),
พระครูกาญจนกิจโสภณ

Phrakrukanchanathammaphon, Phrakhubidika Thatphol Chantawangso
(Phealngpan), Phrakrukanchanakitsophon

121

อสุภกรรมฐาน: เสพติดศัลยกรรมความงาม

Asubha Kammatthana: Cosmetic Surgery Addiction

กนกวรรณ ปรีดีเปรม, กัญญาพร สุทธิพันธ์

kanokwan Preeprem, Kunyaporn Suttipant

133

**การพัฒนาตนสู่ความสำเร็จด้านการพูดของพระพรหมบัณฑิต
(ประยูร ธมฺมจิตฺโต)**

Self Development for Potential Speaking Success of
Phrabrahmapund (Prayoon Dhammachitto)

เชน นคร, พระมหาภราดร ภูริสุสโร

Chen Nakorn, Phramaha Pharadon Bhurissaro

143

อุเบกขาในการเจริญภาวนากรรมฐาน กับความสำเร็จในทางโลก

Equanimity in the Meditation with Success in Life

จิรัชญา เชียงกุล

Jirachada Chiengkul

154

**รูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้
แนวใหม่ของครู โรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร**

Competency Model of School Administrators in New Learning
Management for Private School Teachers in Bangkok

ปกรณรัตน์ สุวรรณภาศรี, ภารดี อนันต์นาวิ, พงษ์เทพ จิระโร

Pagornnarut Suwannapasri, Paradee Anannawee, Pongthep Jiraro

การพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่ม
ด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตในนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร
The Development of a Training Program to Develop the Ability to be a Group
Counselor in Life Skills Enhancement for Psychological Students,
Phranakhon Rajabhat University

กษศรณ์ นุชประสพ

Kasasorn Nuchprasop

มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร

Phranakhon Rajabhat University, Thailand

Corresponding Author E-mail: pow2554@gmail.com

Retrieved: December 27, 2022; Revised: April 29, 2023; Accepted: April 30, 2023

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตในนักศึกษา เป็นการวิจัยเชิงทดลอง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยคือ นักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา ระดับปริญญาตรี วิทยาลัยการฝึกหัดครู มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครที่มีคะแนนระดับความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มไม่เกินระดับปานกลางจำนวน 20 คน ใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอนแบ่งเป็นสองกลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน กลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมอบรมการปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการฝึกอบรมใด ๆ

ผลการวิจัยพบว่า 1) โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตในนักศึกษาพัฒนาจากแนวคิดกลุ่มฝึกอบรม กระบวนการให้คำปรึกษาแบบเน้นบุคคลเป็นศูนย์กลาง และองค์ประกอบของทักษะชีวิต มีกระบวนการฝึกอบรมทั้งหมด 12 ครั้ง และผ่านเกณฑ์การตรวจสอบเชิงคุณลักษณะมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 2) หลังการฝึกอบรม นักศึกษากลุ่มทดลองมีความสามารถในการให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพิ่มสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) นักศึกษากลุ่มทดลองมีความสามารถในการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มฯ สูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4) ส่วนนักศึกษากลุ่มทดลองที่เคยและไม่เคยมีประสบการณ์เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษา มีความสามารถในการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มฯ หลังเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรมฯ ไม่แตกต่างกัน 5) นักศึกษากลุ่มทดลองมีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับมาก

คำสำคัญ: กลุ่มฝึกอบรม; การปรึกษากลุ่ม; ทักษะชีวิต

Abstract

This study purposed to develop a training program for developing the ability to be a group counselor in life skills enhancement of students as experimental research. The subjects were 20 students in the Department of Psychology, undergraduate, College of Teacher Education, Phranakhon Rajabhat University whose counseling ability scores were not over moderate. Multi-stage random was adopted and separated into two groups, i.e., an experimental group and a control group. Each group consisted of 10 students. An experiment group joined a program to develop the ability to be a group counselor in life skills, but a control group did not participate in any programs.

The results showed that 1) the training program to develop the ability to be a group counselor in life skills enhancement of students developed from the concept of training groups, the person-centered counseling process, and the components of life skills. The training processes had 12 sessions, the rate agreement index of IOC was between 0.67 - 1.00. 2) After the training, the experimental group's counseling ability scores were statistically significantly higher at .05. 3) The students in the experimental group had a higher level of counseling ability than the control group students, statistically significantly at .05. 4) The scores of counseling ability among experimental students who and never had training experience after participating in the training program were not significantly different. 5) The students in the experimental group had a high level of satisfaction with participating in the training program to develop the ability to be a group counselor in life skills enhancement.

Keywords: Training Groups; Group Counseling; Life Skills

บทนำ

ในยุคกระแสการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่เกิดขึ้นในศตวรรษที่ 21 ส่งผลกระทบถึงพฤติกรรม ความคิด ทศนคติ วิธีการดำเนินชีวิต ความรู้ความสามารถ ค่านิยมและการบริหารจัดการของคนในสังคม โดยเฉพาะ กลุ่มเด็กและเยาวชนกับการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในปัจจุบันได้สร้างความเสื่อมหรือการทำลายสังคมและ วัฒนธรรมที่ดีงามจากการรู้เท่าไม่ถึงการณ์หรือขาดฐานความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเหมาะสม ซึ่งเป็นที่ทราบกัน ว่าอนาคตของประเทศชาติจะเป็นอย่างไรนั้น ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับคุณภาพของเด็กและเยาวชนในวันนี้ที่จะเติบโต ต่อไป การให้ความสำคัญต่อเด็กและเยาวชนจึงควรให้ทั้งการศึกษาอบรมเลี้ยงดูใส่ใจและวางแผนพัฒนาเพื่อ วางรากฐานให้กลุ่มวัยดังกล่าวมีพัฒนาการสู่คุณลักษณะอันพึงประสงค์เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดีของประเทศชาติ โดยสมบูรณ์จึงเป็นสิ่งที่จำเป็น (สุวิชัย โกศัลยะวัฒน์, 2551) ซึ่งจากการศึกษาพบว่าทักษะชีวิตที่ดีจะทำให้ เยาวชนรู้จักวิธีแก้ปัญหา ฉลาดคิดและฉลาดใช้ชีวิตเพื่อป้องกันตนเองให้ปลอดภัยจากภาวะเสี่ยงต่าง ๆ ที่อาจ



เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้ (วรรณภา พิพัฒน์ธนวงศ์, 2557) นอกจากนี้ยังพบว่าปัญหาของเด็กและเยาวชนมีความหลากหลาย อาทิ ปัญหาการขาดความกระตือรือร้น ความรับผิดชอบและความเอาใจใส่ต่อการเรียน ขาดทักษะการค้นคว้าข้อมูลและความรู้ มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำและขาดเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน ขาดระเบียบวินัย และคุณธรรมจริยธรรมพื้นฐานในการอยู่ร่วมกันในสังคม เป็นต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาและหาแนวทางการพัฒนาทักษะชีวิตของเด็กและเยาวชนทั้งด้านความคิด อารมณ์และพฤติกรรม เพื่อช่วยให้บุคคลเหล่านี้สามารถปรับตัวเปลี่ยนแปลงชีวิตและแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ตลอดจนอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างเหมาะสมและมีความสุข

การเสริมสร้างทักษะชีวิตให้เกิดขึ้นในเยาวชนมีหลายแนวทาง และการให้คำปรึกษากลุ่มเป็นวิธีการหนึ่งที่มีความเหมาะสมต่อการพัฒนาทักษะชีวิตเพราะเป็นกระบวนการคุณภาพที่มีแนวคิดทฤษฎีและเทคนิคการปรึกษาที่มีความยืดหยุ่นต่อสภาพปัญหาตามบริบทของผู้รับบริการและครอบคลุมทั้งด้านความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมในตัวบุคคล การปรึกษาแบบกลุ่มมีลักษณะพิเศษที่สามารถช่วยเหลือผู้ที่ประสบปัญหาได้ครั้งละหลาย ๆ คน ทำให้ช่วยลดภาระและทรัพยากร อีกทั้งยังเอื้อต่อการพัฒนาปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้เหมาะสมกับช่วงวัยของเด็กและเยาวชนในการได้มีพื้นที่ระบายสิ่งที่สับสนภายในจิตใจที่ไม่สามารถพูดกับครอบครัวได้ ช่วยทำให้บุคคลเห็นคุณค่าในตนเอง สามารถตัดสินใจอย่างมีเหตุผล รู้จักการปฏิเสธต่อรองและการจัดการกับอารมณ์ จะเห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มสามารถช่วยพัฒนาทักษะชีวิตทำให้บุคคลใช้ชีวิตอย่างมีความสุขได้ทั้งทางด้านร่างกายและอารมณ์ (ดุขฎี เล็บขาว, 2559; เพียงเพ็ญ เอี่ยมละออ, 2542; ทิมาพร ไชยสิงห์, 2557)

ทั้งนี้ องค์ประกอบที่สำคัญในการปรึกษาแบบกลุ่มให้ประสบความสำเร็จก็คือ ผู้ทำหน้าที่เป็นผู้ให้คำปรึกษาหรือผู้นำกลุ่มที่มีประสิทธิภาพ ผู้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต้องเป็นผู้ที่มีความรู้ด้านทฤษฎีและด้านการปฏิบัติเกี่ยวกับกลุ่ม มีความเชี่ยวชาญในทักษะและเทคนิคการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีพฤติกรรมและบุคลิกลักษณะที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของสมาชิกในกลุ่มให้เจริญงอกงาม อีกทั้งควรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับปัญหาของบุคคลที่มาขอความช่วยเหลืออย่างลึกซึ้ง คุณลักษณะเหล่านี้จะเอื้ออำนวยให้การปรึกษากลุ่มบรรลุเป้าหมาย (กษศรณ นุชประสพ, 2560) การอบรมให้กับผู้ทำหน้าที่ให้คำปรึกษาจึงมีความสำคัญต่อนักศึกษาสาขาจิตวิทยาและสาขาอื่น ๆ เช่น ครุศาสตร์ ศึกษาศาสตร์ เป็นต้น ทั้งนี้เพราะการให้คำปรึกษาอยู่ในศาสตร์จิตวิทยาและการแนะแนวที่นักศึกษาเหล่านี้ต้องนำไปใช้ในการประกอบวิชาชีพ และหากนักศึกษามีความรู้ความสามารถในการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มก็จะทำให้การพัฒนาหรือช่วยเหลือผู้ที่ประสบปัญหาได้เป็นอย่างดีโดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กและเยาวชนซึ่งเป็นกลุ่มบุคคลที่นักศึกษาจะต้องพบเจอจากการฝึกประสบการณ์วิชาชีพในสถานศึกษาหรือหน่วยงานภายนอกอื่น ๆ ซึ่งโปรแกรมฝึกอบรมที่นำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นโปรแกรมที่บ่งชี้เฉพาะถึงความสามารถในการให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตเป็นสำคัญ ดังนั้นผลที่ได้นอกจากช่วยนักศึกษาในด้านการพัฒนาวิชาชีพผู้ให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพให้เกิดขึ้นแล้ว ยังทำให้ผู้ที่ผ่านการฝึกอบรมโปรแกรมฯ ได้นำความรู้และประสบการณ์ที่ได้รับไปพัฒนาทักษะชีวิตให้แก่เด็กและเยาวชนให้สามารถเผชิญปัญหาและดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพในสังคมต่อไป

บทความวิจัยนี้จึงนำเสนอ การพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร ทั้งนี้ ผลที่ได้

จากโปรแกรมฝึกอบรมฯ ในการใช้พัฒนานักศึกษาเพื่อทำหน้าที่ให้คำปรึกษากลุ่มนั้น ผู้วิจัยเล็งเห็นว่าการพัฒนานี้ก็เปรียบเสมือนการเพิ่ม “ทรัพยากรที่ล้ำค่า” ให้กับวงการวิชาชีพการให้คำปรึกษาและเป็นการส่งต่อความช่วยเหลือให้แก่ผู้ที่มีปัญหาอันจะเป็นคุณประโยชน์อย่างยิ่งต่อสังคมทั้งปัจจุบันและในอนาคต

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตในนักศึกษา
2. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษากลุ่มทดลองก่อนและหลังการฝึกอบรม
3. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการฝึกอบรม
4. เพื่อเปรียบเทียบความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษากลุ่มทดลองหลังการฝึกอบรมจำแนกตามประสบการณ์เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษาและกลุ่มควบคุม
5. เพื่อศึกษาระดับความพึงพอใจของนักศึกษาต่อการเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากรเป็นนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา ระดับปริญญาตรี ภาคปกติ วิทยาลัยการฝึกหัดครูที่กำลังศึกษาอยู่ในปีการศึกษา 2564 จำนวน 140 คน
2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ผู้วิจัยได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-Stage Random Sampling) จากการสุ่มชั้นเรียนสาขาวิชาจิตวิทยาชั้นปีที่ 1-4 โดยสุ่มอย่างง่ายจากการจับสลากได้นักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยามา 2 ชั้นปี แล้วเลือกเฉพาะนักศึกษาที่มีระดับคะแนนเฉลี่ยไม่เกินระดับปานกลางจากการตอบแบบประเมินความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต จากนั้นทำการสุ่มแบบแบ่งชั้นไม่ตามสัดส่วน (Disproportional Stratified Random Sampling) ตามประสบการณ์เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษาโดยการจับสลากเข้ากลุ่มทดลอง 10 คนและกลุ่มควบคุม 10 คน เป็นจำนวนกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งสิ้น 20 คน

เครื่องมือในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย

1. โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต ที่ผู้วิจัยพัฒนาจากเอกสารตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับการฝึกอบรม การปรึกษากลุ่มและการพัฒนาทักษะชีวิต
2. แบบประเมินความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต ที่ผู้วิจัยพัฒนาจากเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับทักษะชีวิตร่วมกับการพัฒนาแบบประเมินความสามารถในการให้คำปรึกษาของ วจิ ปัญญาใส (2554)
3. แบบประเมินความพึงพอใจของนักศึกษาต่อการเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) โดยใช้แบบทดลองแท้ (True experimental research) แบบแผน Randomized Control Group Pretest-Posttest Design โดยมีการดำเนินการทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

1. การดำเนินการทดลอง แบ่งออกเป็น 3 ระยะ
 - 1.1 ระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยนำแบบประเมินความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตไปเก็บข้อมูลกับนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยาในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (Pretest)
 - 1.2 ระยะทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการทดลองโดยใช้เวลาในการฝึกอบรม 12 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง 30 นาทีต่อสัปดาห์ โดยให้นักศึกษากลุ่มทดลองฝึกปฏิบัติเป็นผู้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตตามกิจกรรมที่กำหนดไว้ในโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต
 - 1.3 ระยะหลังการทดลอง นักศึกษาทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองประเมินความสามารถในการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตของตนเอง และผู้วิจัยบันทึกเป็นคะแนนหลังการทดลอง (Posttest)

2. การเก็บรวบรวมข้อมูลและการพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยเสนอโครงการวิจัยต่อคณะกรรมการวิชาการและจริยธรรมของมหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร เพื่อขอรับความเห็นชอบและตรวจสอบด้านจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ โดยได้รับการรับรองเอกสารที่เกี่ยวข้องกับโครงการวิจัยตามแนวทางหลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ที่เป็นมาตรฐานสากล เลขที่โครงการวิจัย 64/03 เมื่อผู้วิจัยพบกลุ่มตัวอย่าง แนะนำตัว อธิบายวัตถุประสงค์และขั้นตอนการวิจัย และทำการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างโดยถามความสมัครใจเข้าเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลองและลงนามในหนังสือยินยอม โดยผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลของผู้ร่วมวิจัยเป็นความลับ ตลอดจนชี้แจงสิทธิที่กลุ่มตัวอย่างสามารถเข้าร่วมการวิจัยหรือสามารถปฏิเสธที่จะไม่เข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้ได้โดยไม่ส่งผลกระทบต่อการศึกษาและการประเมินผลการเรียนของนักศึกษา ทั้งนี้ข้อมูลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้จะไม่มีการเปิดเผยให้เกิดความเสียหายแก่

กลุ่มตัวอย่างที่ทำการวิจัยโดยผู้วิจัยจะนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวมและนำมาใช้ประโยชน์ในการศึกษาเท่านั้น ผู้วิจัยดำเนินการทดลองทั้งหมด 12 ครั้งตามกำหนดการในโปรแกรมฯ ทำการรวบรวมและ ตรวจสอบความครบถ้วนสมบูรณ์ของข้อมูล และนำมาวิเคราะห์โดยวิธีการทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ด้วยสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
2. วิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตก่อนและหลังการทดลองจากสถิติ t-test แบบกลุ่มตัวอย่างไม่อิสระต่อกัน (Dependent sample t-test)
3. วิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตก่อนการทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมจากสถิติ t-test แบบกลุ่มตัวอย่างที่อิสระต่อกัน (Independent sample t-test)
4. วิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตหลังการทดลองของกลุ่มทดลองกับและกลุ่มควบคุมโดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) จากตัวแปรประสบการณ์เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษา และเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ด้วยวิธีการ HSD ของ Tukey

ผลการวิจัย

1. ผลการพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต มีรายละเอียดดังนี้

จากวัตถุประสงค์ที่ 1 ผลการวิจัยพบว่า ในการพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตได้นำ 1) กระบวนการให้คำปรึกษาแบบเน้นบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของ Roger (1967 อ้างถึงใน เสาวณี เตชะพัฒนางษ์, 2553) โดยใช้โปรแกรมลำดับขั้นของกระบวนการกลุ่ม 15 ขั้นตอนเป็นแนวทางในการพัฒนากลุ่มให้เจริญงอกงามเน้นการสร้างบรรยากาศที่สมาชิกแต่ละคนเรียนรู้ที่จะสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน 2) องค์ประกอบของการพัฒนาทักษะชีวิตของ Mangrulkar, Whitman, and Posner, (2001) คือ องค์ประกอบทักษะทางสังคม องค์ประกอบทักษะทางความคิดความเข้าใจ และองค์ประกอบทักษะการเผชิญทางอารมณ์ และ 3) แนวคิดกลุ่มฝึกอบรม (Training Group) ของ Nelson-Jones (1992) ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน ได้แก่ 1) ขั้นเริ่มต้นหรือขั้นนำ 2) ขั้นดำเนินการ 3) ขั้นยุติการฝึกอบรม มาเป็นแนวทางในการพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตซึ่งเป็นโปรแกรมที่จะช่วยให้ผู้ที่ทำหน้าที่ให้คำปรึกษากลุ่มสามารถนำไปใช้ในการช่วยเหลือหรือพัฒนาเด็กและเยาวชนให้มีทักษะที่จำเป็นและเหมาะสมกับความเจริญเติบโต และเมื่อตรวจสอบโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยใช้การวิเคราะห์จากหลักฐานเชิงคุณลักษณะ (Qualitative) โดยให้ผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้ตรวจสอบ

และพิจารณาความถูกต้องของความสอดคล้องทั้งในเนื้อหาแนวคิด ทฤษฎี เทคนิค วัตถุประสงค์ และวิธีดำเนินการ พบว่าโปรแกรมฝึกอบรมฯ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) อยู่ระหว่าง 0.67 - 1.00 ซึ่งเกณฑ์ประเมินว่าค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ที่มีค่าตั้งแต่ 0.50 ขึ้นไป แสดงว่าโปรแกรมอบรมฯ ผ่านเกณฑ์การตรวจสอบเชิงคุณลักษณะ ทั้งนี้ โปรแกรมฝึกอบรมมีองค์ประกอบสำคัญ 2 ส่วนคือ โปรแกรมอบรมการปรึกษากลุ่มและโปรแกรมอบรมเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตทั้งนี้จากการบูรณาการเป็นโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต

ตารางที่ 1 โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต

ครั้งที่	เรื่อง	รายละเอียด/กิจกรรม
1	การปฐมนิเทศ ความรู้เกี่ยวกับการปรึกษากลุ่ม	1. ปฐมนิเทศและสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้อบรมกับนักศึกษาที่เข้ารับการอบรม 2. ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการให้คำปรึกษากลุ่ม
2	ทักษะพื้นฐานการให้คำปรึกษากลุ่ม	1. ความรู้เกี่ยวกับทักษะการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม 2. ฝึกปฏิบัติทักษะพื้นฐานการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม
3	ทักษะการเป็นผู้นำกลุ่ม	ฝึกปฏิบัติทักษะการเป็นผู้นำกลุ่ม
4	ทักษะดำเนินการเปิดและปิดกลุ่ม	ฝึกปฏิบัติทักษะดำเนินการเปิดและปิดกลุ่ม
5	ความรู้เกี่ยวกับทักษะชีวิต	1. การเรียนรู้ทักษะชีวิตและความสำคัญของทักษะชีวิต 2. เทคนิคการพัฒนาทักษะชีวิต
6	การสร้างสัมพันธภาพที่ดี	1. การสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาหรือผู้นำกลุ่มกับสมาชิกกลุ่ม/ผู้รับคำปรึกษา 2. แจ้งเป้าหมายและข้อตกลงสำหรับการเข้ากลุ่ม
7	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านจิตใจ (1)	การตระหนักรู้ในตนเอง
8	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านจิตใจ (2)	การจัดการกับอารมณ์และความเครียด
9	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านสังคม (1)	ความเข้าใจในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น
10	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านสังคม (2)	การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ
11	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านความคิด	การคิดและการจัดการปัญหา
12	การยุติกลุ่ม	1. การยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม 2. การปิดการอบรม

จากตารางที่ 1 โปรแกรมอบรมการปรึกษากลุ่มและส่วนของโปรแกรมอบรมเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตใช้เวลาในการฝึกอบรม 12 ครั้ง รวมระยะเวลาทั้งสิ้น 30 ชั่วโมง ในการอบรมแต่ละครั้งมีกิจกรรมดังนี้ ครั้งที่ 1 เป็นการปฐมนิเทศและสร้างความคุ้นเคยระหว่างผู้อบรมกับนักศึกษาที่เข้ารับการอบรม รวมทั้งการอบรมความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับการให้คำปรึกษากลุ่ม ครั้งที่ 2 เป็นการอบรมความรู้เกี่ยวกับทักษะการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มและฝึกปฏิบัติทักษะพื้นฐานการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ครั้งที่ 3 ฝึกปฏิบัติทักษะการเป็นผู้นำกลุ่ม ครั้งที่ 4 ฝึกปฏิบัติทักษะดำเนินการเปิดและปิดกลุ่ม ครั้งที่ 5 การเรียนรู้ทักษะชีวิต ความสำคัญของทักษะชีวิตและเทคนิคการพัฒนาทักษะชีวิต ครั้งที่ 6 การอบรมการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาหรือผู้นำกลุ่มกับสมาชิกกลุ่ม/ผู้รับคำปรึกษา และแจ้งเป้าหมายและข้อตกลงสำหรับการเข้ากลุ่ม ครั้งที่ 7 การเสริมสร้าง

ทักษะชีวิตด้านจิตใจในหัวข้อ การตระหนักรู้ในตนเอง ครั้งที่ 8 การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านจิตใจหัวข้อ การจัดการกับอารมณ์และความเครียด ครั้งที่ 9 การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านสังคมหัวข้อ ความเข้าใจในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ครั้งที่ 10 การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านสังคมหัวข้อ การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ ครั้งที่ 11 การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านความคิดหัวข้อ การคิดและการจัดการปัญหา และครั้งที่ 12 เป็นการยุติการให้คำปรึกษากลุ่มและปิดการอบรม

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการใช้โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตในนักศึกษา

จากวัตถุประสงค์ที่ 2 ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองมีความสามารถในการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตก่อนและหลังการฝึกอบรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 2 เปรียบเทียบคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มฯ ของนักศึกษากลุ่มทดลองก่อนและหลังการฝึกอบรม

กลุ่มทดลอง	N	$\bar{X}$	$\bar{D}$	t	p
ก่อนการฝึกอบรม	10	2.55			
หลังการฝึกอบรม	10	4.43	-1.88	-21.026*	.000

* $p < .05$

จากตารางที่ 2 หลังการฝึกอบรมนักศึกษากลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มฯ ($\bar{X} = 4.43$) สูงกว่าคะแนนก่อนการอบรม ($\bar{X} = 2.55$)

จากวัตถุประสงค์ที่ 3 ผลการวิจัยพบว่า ความสามารถในการให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตนักศึกษาของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการฝึกอบรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 3 เปรียบเทียบคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มฯ ระหว่างนักศึกษากลุ่มทดลองหลังการฝึกอบรมและกลุ่มควบคุม

กลุ่มตัวอย่าง	N	$\bar{X}$	S.D.	t	p
กลุ่มทดลอง	10	4.43	.21		
กลุ่มควบคุม	10	2.52	.13	23.856*	.000

* $p < .05$

จากตารางที่ 3 หลังการฝึกอบรมนักศึกษากลุ่มทดลองมีคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มฯ ($\bar{X} = 4.43$) สูงกว่าคะแนนของนักศึกษากลุ่มควบคุม ($\bar{X} = 2.52$)

จากวัตถุประสงค์ที่ 4 ผลการวิจัยพบว่า ระดับความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตหลังการฝึกอบรมของนักศึกษากลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุมตามประสบการณ์เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 4 เปรียบเทียบคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มๆ ของนักศึกษากลุ่มทดลองหลังการฝึกอบรมจำแนกตามประสบการณ์เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษาและกลุ่มควบคุม

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	P
ปฏิสัมพันธ์	3	18.15	6.05	195.17*	.000
ภายในกลุ่ม	16	.50	.03		
รวม	19	18.64			

* $p < .05$

จากตารางที่ 4 เมื่อพิจารณาความแปรปรวนระหว่างกลุ่มหลังการอบรม ($MS_b = 6.05$) มีความแตกต่างจากความแปรปรวนภายในกลุ่มหลังการอบรม ($MS_w = .03$) มาก แสดงว่า คะแนนระดับความสามารถในการให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตที่เพิ่มขึ้นหลังการทดลองมีผลมาจากตัวแปรอิสระที่ศึกษา (สุวิมล ตีรกันันท์, 2549: 268) ดังนั้น ผู้วิจัยจึงนำค่าเฉลี่ยของคะแนนระดับความสามารถในการให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตหลังการอบรมของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมาวิเคราะห์โดยเปรียบเทียบรายคู่ด้วยวิธีการ HSD ของ Tukey ทั้งนี้เพื่อดูว่าคูใดมีความแตกต่างกัน

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มๆ ของนักศึกษาหลังการฝึกอบรมของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมตามประสบการณ์เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษาที่ต่างกัน

ประสบการณ์เข้ารับการอบรมฯ	$\bar{X}$	กลุ่ม	1	2	3	4	P
กลุ่มทดลอง-เคยรับการอบรม	4.51	1	-	.17	2.01*	1.96*	.000
กลุ่มทดลอง-ไม่เคยรับการอบรม	4.34	2		-	1.84*	1.79*	.000
กลุ่มควบคุม-เคยรับการอบรม	2.49	3			-	.05	.647
กลุ่มควบคุม-ไม่เคยรับการอบรม	2.55	4				-	

* $P < .05$

จากตารางที่ 5 หลังการอบรม นักศึกษากลุ่มทดลองที่เคยและไม่เคยมีประสบการณ์รับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษามีระดับความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตแตกต่างกันกับนักศึกษากลุ่มควบคุมที่เคยและไม่เคยมีประสบการณ์รับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มๆ ของนักศึกษากลุ่มทดลองที่เคยและไม่เคยรับการอบรมฯ ($\bar{X} = 4.51$ และ 4.34 ตามลำดับ) สูงกว่าค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มๆ ของนักศึกษากลุ่มควบคุมที่เคยและไม่เคยรับการอบรมฯ ($\bar{X} = 2.49$ และ 2.55 ตามลำดับ) ส่วนนักศึกษากลุ่มทดลองที่เคยและไม่เคยมีประสบการณ์รับการอบรมฯ มีความสามารถในการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มฯ หลังเข้าร่วมโปรแกรมอบรมการปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตไม่แตกต่างกัน

จากวัตถุประสงค์ที่ 5 ผลการวิจัยพบว่า หลังการฝึกอบรมนักศึกษากลุ่มทดลองมีความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยรวมอยู่ในระดับมาก

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความพึงพอใจต่อการเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรมฯ ของนักศึกษาหลังการทดลอง

ครั้งที่	กิจกรรม	กลุ่มทดลอง (N=10)		
		$\bar{X}$	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
1	ปฐมนิเทศความรู้เกี่ยวกับการปรึกษากลุ่ม	4.40	.52	มาก
2	ทักษะพื้นฐานการให้คำปรึกษากลุ่ม	4.40	.52	มาก
3	ทักษะการเป็นผู้นำกลุ่ม	4.50	.53	มาก
4	ทักษะดำเนินการเปิดและปิดกลุ่ม	4.50	.71	มาก
5	ความรู้เกี่ยวกับทักษะชีวิต	4.20	.79	มาก
6	การสร้างสัมพันธภาพที่ดี	4.60	.52	มากที่สุด
7	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านจิตใจ (1)	4.30	.67	มาก
8	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านจิตใจ (2)	4.00	.67	มาก
9	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านสังคม (1)	4.10	.74	มาก
10	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านสังคม (2)	4.30	.67	มาก
11	การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านความคิด	4.30	.67	มาก
12	การยุติกลุ่ม	4.30	.67	มาก
13	ความพึงพอใจโดยรวม	4.34	.63	มาก

จากตารางที่ 6 หลังการฝึกอบรมนักศึกษากลุ่มทดลองมีความพึงพอใจกิจกรรมการสร้างสัมพันธภาพที่ตีมากที่สุด รองลงมาคือ ความพึงพอใจในระดับมากต่อกิจกรรมทักษะการเป็นผู้นำกลุ่มและกิจกรรมทักษะดำเนินการเปิดและปิดกลุ่ม

อภิปรายผล

1. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่าโปรแกรมอบรมฯ ผ่านเกณฑ์การตรวจสอบเชิงคุณลักษณะ และสามารถนำไปใช้ในการพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตในนักศึกษาได้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะผู้วิจัยได้สร้างโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตโดยบูรณาการแนวคิดกลุ่มฝึกอบรม (Training Group) ของ Nelson-Jones (1992) กระบวนการให้คำปรึกษาแบบเน้นบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของ Roger (1967 อ้างถึงใน เสาวณี เตชะพัฒนาวงษ์, 2553) และองค์ประกอบของการพัฒนาทักษะชีวิตของ Mangrulkar, Whitman, and Posner (2001) มาใช้เพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้าน

การเสริมสร้างทักษะชีวิตของนักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยา ซึ่งโปรแกรมฝึกอบรมฯ ดังกล่าวนี้นี้ได้มีการปรับปรุงและพัฒนาโดยผ่านการตรวจสอบความต้องเชิงเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ มีการนำไปทดลองใช้กับกลุ่มที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่างแล้วนำมาปรับปรุงก่อนนำไปใช้กับกลุ่มทดลองโดยเข้าร่วมโปรแกรมอบรมฯ 12 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง 30 นาที ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับการอบรม เมื่อทดลองเสร็จผู้วิจัยน่าจะเห็นระดับความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตก่อนและหลังการทดลองของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมาวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐาน ซึ่งผลการวิจัยที่ได้เป็นไปตามวัตถุประสงค์และสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ด้วยเหตุนี้คุณลักษณะของโปรแกรมฝึกอบรมฯ จึงเป็นไปตามแนวคิดของ Nelson-Jones (1992 อ้างถึงใน สกล วรเจริญศรี, 2550) ที่เสนอไว้ว่ากลุ่มฝึกอบรมที่มีประสิทธิภาพควรประกอบด้วยขั้นตอนในการฝึกอบรมแต่ละครั้ง 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นเริ่มหรือขั้นนำ (Initial Stage) ขั้นดำเนินการ (Working Stage) และขั้นยุติหรือขั้นสรุป (Ending Stage) อีกทั้งควรมีการกำหนดระยะเวลาในการฝึกและจำนวนครั้งที่เหมาะสม โดยมีระยะเวลาในการฝึกประมาณ 6-12 ครั้ง และแต่ละครั้งควรใช้เวลาในการฝึกไม่ควรเกิน 2-3 ชั่วโมง และควรมีการพิจารณาเลือกใช้เนื้อหาตลอดจนวิธีการต่าง ๆ ในการฝึกอบรมที่ดีมีความเหมาะสม โดยมีการนำเทคนิคและวิธีการต่าง ๆ มาใช้ เช่น การสอนและการบรรยาย การสาธิต การฝึกสอน การฝึกซ้อม การให้ข้อมูลย้อนกลับ การใช้แบบฝึกหัด การใช้เกม การอภิปราย และการให้การบ้าน เป็นต้น อีกทั้งผู้วิจัยได้นำทฤษฎี เทคนิคและกระบวนการให้คำปรึกษาแบบเน้นบุคคลเป็นศูนย์กลางตามแนวคิดของ Roger (1967 อ้างถึงใน เสาวณี เตชะพัฒนานางษ์, 2553) มาประยุกต์ใช้ในโปรแกรมอบรมการปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษาในแต่ละครั้ง ซึ่งสอดคล้องกับที่ Nelson-Jones (1997 อ้างถึงใน สกล วรเจริญศรี, 2550) กล่าวว่า การฝึกอบรมเพื่อพัฒนานั้น จำเป็นอย่างยิ่งในการนำแนวความคิด กรอบแนวคิดในเชิงทฤษฎีต่าง ๆ มาประยุกต์ใช้เพื่อเป็นโปรแกรมของการฝึกปฏิบัติ ส่วนในด้านเนื้อหาของทักษะชีวิตในโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตนั้นประกอบด้วย 1) การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านจิตใจ ได้แก่ การตระหนักรู้ในตนเอง และการจัดการกับอารมณ์และความเครียด 2) การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านสังคม ได้แก่ ความเข้าใจในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น และการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ และ 3) การเสริมสร้างทักษะชีวิตด้านความคิด ได้แก่ การคิดและการจัดการปัญหา ซึ่งเป็นไปตามที่ Mangrulkar, Whitman, and Posner (2001) ได้กล่าวถึงเนื้อหาที่สำคัญของการพัฒนาทักษะชีวิตไว้ 3 ทักษะ คือ ทักษะด้านสังคม (Social Skills) ทักษะทางความคิด (Cognitive Skills) และ ทักษะการเผชิญทางอารมณ์ (Emotional Coping Skills)

2. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตสามารถพัฒนานักศึกษากลุ่มทดลองให้มีความสามารถในการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตหลังการเข้าร่วมโปรแกรมฝึกอบรมฯ เพิ่มขึ้นสูงกว่าก่อนการฝึกอบรม ทั้งนี้อาจเป็นเพราะโปรแกรมฝึกอบรมฯ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมานั้นอยู่บนพื้นฐานตามหลักวิชาการ แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มฝึกอบรม การให้คำปรึกษากลุ่ม (group counseling) และทักษะชีวิต (life skills) เมื่อนำมาใช้อบรมให้กับนักศึกษาโดยมีการเรียนรู้และทดลองปฏิบัติในแต่ละขั้นตอนทำให้นักศึกษาเกิดความรู้ความเข้าใจ มีประสบการณ์ และความมั่นใจในการทำหน้าที่เป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้าน

การเสริมสร้างทักษะชีวิต และเมื่อพิจารณาเนื้อหาสาระในโปรแกรมฝึกอบรมฯแต่ละครั้งจะพบว่ามีความสอดคล้องต่อการพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษาด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตให้เกิดขึ้นได้ ประเด็นต่อมาคือ โปรแกรมฝึกอบรมฯ นี้ได้รับการพัฒนาและดำเนินการอย่างเป็นระบบ มีวัตถุประสงค์หรือเป้าหมายชัดเจนคือ มุ่งเน้นความเป็นประโยชน์ต่อนักศึกษาผู้เข้ารับการอบรมอย่างแท้จริงด้วยการพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต มีการกำหนดทั้งเป้าหมายโดยทั่วไปของการอบรมและเป้าหมายเฉพาะบุคคลของการพบกันในแต่ละครั้งเพื่อป้องกันปัญหาความต้องการที่แตกต่างกันหรือเกิดความสับสนความเบื่อหน่ายของนักศึกษา โดยผู้วิจัยจะชี้แจงให้นักศึกษาได้ทราบเพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกันและสอบถามเพื่อตรวจสอบว่าเป้าหมายของการอบรมมีความสอดคล้องกับความต้องการของนักศึกษาที่รับการอบรมหรือไม่ ดังที่ Jacobs, Masson, and Harvill (2009 อ้างถึงใน ศิริบุรณ์ สายโกสม, 2555) ได้ให้ความเห็นว่าผู้จัดตั้งหรือผู้นำกลุ่มต้องทำความเข้าใจเกี่ยวกับเป้าหมายโดยนิยามเป้าหมายให้ชัดเจน โดยเสนอกิจกรรมหรือการตั้งคำถามที่สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายและตัดการอภิปรายที่ไม่เกี่ยวข้องออกไป อีกทั้งกระบวนการอบรมของโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตซึ่งนอกจากช่วยพัฒนาความรู้ความเข้าใจในเนื้อหาสาระเกี่ยวกับการปรึกษากลุ่ม ทักษะชีวิต และการฝึกปฏิบัติแล้ว แต่ละครั้งของการฝึกอบรมยังเปิดโอกาสให้นักศึกษาที่เข้าร่วมโปรแกรมฯ มีปฏิสัมพันธ์ต่อกันอย่างสม่ำเสมอจากการรับฟังอย่างตั้งใจ การเปิดเผยตนเองจากการเล่าประสบการณ์ การแสดงความคิดเห็นอย่างจริงใจ การให้ข้อมูลย้อนกลับอย่างตรงไปตรงมา การให้ข้อเสนอแนะด้วยความปรารถนาดี การช่วยเหลือหาแนวทางแก้ไขปัญหาร่วมกัน การให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ฯลฯ สิ่งเหล่านี้สะท้อนให้เห็นถึงพัฒนาการ ความสามารถและประสบการณ์การให้คำปรึกษาตั้งแต่แรกเริ่มจนสำเร็จผล ดังที่ Roger (1967 อ้างถึงใน เสาวณี เตชะพัฒนาวงษ์, 2553) เสนอว่ากระบวนการกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางสะท้อนให้เห็นลักษณะพื้นฐานความต้องการมนุษย์ สัมพันธภาพระหว่างบุคคล ตลอดจนความสำเร็จในการแก้ปัญหา และ Corey (2004) เห็นว่าการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเป็นกระบวนการระหว่างบุคคลที่เน้นในเรื่องความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมที่เกิดขึ้นของสมาชิกกลุ่ม อีกทั้งเป็นการส่งเสริมให้สมาชิกเกิดการพัฒนาตนเองจากการค้นหาศักยภาพและจุดเด่นที่มีอยู่ได้ นอกจากนี้ผู้วิจัยได้จัดให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีความคล้ายคลึงกันทางด้านความสามารถให้คำปรึกษาจากผลประเมินความสามารถที่ได้จากการทำแบบประเมินที่อยู่ในระดับใกล้เคียงกันและกำหนดให้กลุ่มอบรมเป็นแบบกลุ่มปิดคือสมาชิกเป็นคนเดิมตั้งแต่เริ่มต้นการอบรมจนกระทั่งถึงขั้นปิดการอบรมทำให้เกิดความต่อเนื่องในการเข้าการอบรมและผู้รับการอบรมมีความรู้สึกมั่นคง ไม่ต้องปรับตัวใหม่และเกิดความสามัคคีในกลุ่ม ทั้งนี้ก่อนดำเนินการอบรมได้มีการเตรียมตัวนักศึกษาที่จะเข้ารับการอบรมโดยอธิบายรายละเอียดประเด็นสำคัญต่าง ๆ ตลอดจนบทบาทของนักศึกษาในขณะเข้ารับการอบรมเพื่อเป็นการเตรียมความพร้อมและคลายความกังวล ซึ่งการจัดการกลุ่มอบรมเช่นนี้ย่อมเป็นการส่งเสริมให้นักศึกษาที่เข้าร่วมการอบรมสามารถพัฒนาระดับความสามารถให้คำปรึกษากลุ่มของตนให้สูงขึ้นได้ ดังที่ Ohlsen (1970) ได้เสนอว่าการจัดสมาชิกเข้ากลุ่มจึงควรคำนึงถึงอายุ วุฒิภาวะ ความสามารถทางสติปัญญา ลักษณะของปัญหาและเพศ และ ศิริบุรณ์ สายโกสม (2555) เห็นว่าการเปลี่ยนแปลงสมาชิก

บ่อยครั้งจะส่งผลต่อความความสามัคคีในกลุ่มเพราะสมาชิกใหม่อาจต้องใช้เวลาปรับตัวจึงควรพิจารณาเปรียบเทียบข้อดีข้อด้อยของลักษณะกลุ่มว่าจะส่งผลกระทบต่อกลุ่มอย่างไร

3. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 3 พบว่า โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตสามารถพัฒนานักศึกษากลุ่มทดลองให้มีระดับความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตหลังการฝึกอบรมสูงกว่ากลุ่มควบคุม ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตเป็น โปรแกรมฝึกอบรมที่นักศึกษากลุ่มทดลองทุกคนจะได้พัฒนาความสามารถต่าง ๆ โดยการฝึกปฏิบัติจริงตลอดทั้งโปรแกรม ซึ่งการได้ฝึกปฏิบัติเช่นนี้ย่อมทำให้นักศึกษาเกิดความกระตือรือร้นและมีความเข้าใจชัดเจนยิ่งขึ้นเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่ม พฤติกรรมของสมาชิกกลุ่ม ทักษะการให้คำปรึกษากลุ่มและการพัฒนาทักษะชีวิตโดยการให้คำปรึกษากลุ่ม จนนำไปสู่การเกิดความเชื่อมั่นในตนเองของนักศึกษาในการเป็นผู้นำกลุ่มตลอดจนมีความมั่นใจว่าตนเองก็สามารถนำขั้นตอนการให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตไปดำเนินการกับกลุ่มอื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพเช่นกัน ในขณะที่นักศึกษากลุ่มควบคุมไม่มีโอกาสได้รับการอบรมในแบบเดียวกันด้วยเหตุนี้จึงทำให้นักศึกษากลุ่มทดลองมีความสามารถในการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตหลังการเข้าร่วมโปรแกรมอบรมฯ สูงกว่านักศึกษากลุ่มควบคุม สอดคล้องกับผลการวิจัยของ วจิ ปัญญาใส (2558) ที่รายงานว่าการปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะการให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาหากมีการเรียนรู้และฝึกปฏิบัติจริงในทุกขั้นตอนจะทำให้ให้นักศึกษาได้สร้างความรู้และประสบการณ์รวมถึงความมั่นใจในการทำหน้าที่ผู้ให้คำปรึกษาในกลุ่มเพื่อน โดยจะเห็นได้จากนักศึกษามีทักษะการให้คำปรึกษาเพิ่มขึ้นหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมฯ และผลการวิจัยของ ทิมาพร ไชยสิงห์ (2557) ที่ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อการพัฒนาทักษะชีวิตของวัยรุ่นก็พบว่านักเรียนที่เข้าร่วมการให้คำปรึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตมีคะแนนทักษะชีวิตหลังจากการเข้าร่วมการให้คำปรึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้ารับการให้คำปรึกษาเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

4. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 4 พบว่า โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตสามารถพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตได้ทั้งในนักศึกษากลุ่มทดลองที่เคยและไม่เคยมีประสบการณ์รับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษามาก่อนเข้าร่วมโปรแกรมฯ นี้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตที่พัฒนาขึ้นนี้ผู้วิจัยได้เลือกใช้ทฤษฎีการปรึกษากลุ่มแบบศูนย์กลางที่บุคคลเป็นพื้นฐานในการพัฒนาโปรแกรมซึ่งทฤษฎีนี้มีความเชื่อว่ามนุษย์ทุกคนไม่ว่าเป็นใครล้วนแต่มีความสามารถและมีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเองได้เต็มตามศักยภาพถ้าอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการเจริญงอกงาม (Sharf, 2000) ซึ่งเทคนิควิธีการให้คำปรึกษาแบบศูนย์กลางที่บุคคลถือว่าสัมพันธ์สภาพเป็นแก่นสำคัญโดยเฉพาะคุณลักษณะที่มีผลต่อสัมพันธ์ภาพคือ ความจริงใจเป็นตัวของตัวเอง (genuineness) ความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง (empathy) และการยอมรับโดยปราศจากเงื่อนไข (unconditioning positive regard) ซึ่งได้รับการพิสูจน์แล้วว่าทุกคนทุกระดับสามารถเรียนรู้และนำไปใช้ได้ ดังนั้นผู้ใดที่เข้ารับการอบรมตามโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตไม่ว่า

จะเป็นนักศึกษาที่เคยและไม่เคยมีประสบการณ์รับการอบรมเกี่ยวกับการปรึกษามาก่อนเข้าร่วมโปรแกรมหรือไม่ก็ตาม ภายหลังการอบรมก็จะมีความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตได้เช่นเดียวกัน และยังมีสามารถสูงกว่าผู้ที่ไม่เข้าร่วมโปรแกรมฯ อีกด้วย ดังที่ Corey (1996) และ Nelson-Jones (1998) ได้เสนอว่า การให้คำปรึกษาแบบเน้นบุคคลเป็นศูนย์กลางควรสร้างบรรยากาศของการให้คำปรึกษา ได้แก่ สร้างสัมพันธภาพที่ดีให้การยอมรับสมาชิกกลุ่มโดยปราศจากเงื่อนไข มีความจริงใจ เห็นอกเห็นใจ เข้าใจความคิดความรู้สึกและพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่ม ตลอดจนเป็นต้นแบบให้สมาชิกกลุ่มรู้จักและเข้าใจโลกพร้อมที่จะสร้างสรรค์ชีวิตให้เจริญงอกงามขึ้น สอดคล้องกับการวิจัยของ Cunningham (2006) ที่ศึกษาพบว่า ความหลากหลายภายในกลุ่มไม่มีผลต่อการรับรู้ของกลุ่ม และดังที่ คมเพชร ฉัตรศุภกุล (2546) เสนอไว้ว่า การดำเนินการกลุ่มที่ดีสมาชิกกลุ่มต้องมีทั้งบุคคลที่มีลักษณะแตกต่างกันและลักษณะเหมือนกัน ความเหมือนกันเหล่านี้จะทำให้กลุ่มมีความราบรื่น ส่วนความแตกต่างกันของสมาชิกทำให้ได้เรียนรู้ความคิดความรู้สึกของบุคคลอื่น

5. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 5 พบว่า ปัจจัยที่ทำให้นักศึกษามีความพึงพอใจต่อโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตในระดับมากนั้นมีหลายประการ ทั้งเนื้อหาสาระและกระบวนการของโปรแกรมฯ บทบาทของผู้อบรมหรือผู้นำกลุ่ม ตลอดจนบทบาทของผู้รับการอบรมหรือสมาชิกกลุ่มที่ได้อภิปรายไว้ข้างแล้วในประเด็นข้างต้น ในส่วนนี้จึงขออภิปรายเพิ่มเติมจากผลการวิจัยที่พบว่า นักศึกษามีความพึงพอใจเกี่ยวกับการสร้างสัมพันธภาพที่ดีในระดับมากที่สุดว่าอาจเป็นเพราะการอบรมหัวข้อการสร้างสัมพันธภาพที่ดีตามโปรแกรมฯ กิจกรรมนี้จะเป็นระยะเริ่มต้นของการฝึกให้คำปรึกษากลุ่มซึ่งจะมีการจัดกลุ่มการศึกษาโดยให้นักศึกษาได้เรียนรู้ตัวแบบผู้นำกลุ่มจากผู้อบรมและเกิดความเข้าใจความรู้สึกและบทบาทของสมาชิกกลุ่มได้ดียิ่งขึ้นจากกิจกรรมและเทคนิควิธีการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิกที่ให้นักศึกษาได้ฝึกปฏิบัติจริง ในการดำเนินการอบรมในขั้นตอนนี้ผู้นำกลุ่มจะมีบทบาทสำคัญในการทำให้สมาชิกกลุ่มรับรู้ถึงบรรยากาศที่อบอุ่นปลอดภัย ไว้วางใจและเชื่อมั่นว่าผู้นำกลุ่มจะนำพากลุ่มให้บรรลุเป้าหมายได้อย่างราบรื่น ดังที่ Shertzer and Stone (1974 อ้างถึงใน คณะกรรมการกลุ่มผลิตชุดวิชาเทคนิคการศึกษาเบื้องต้น, 2533) ได้เสนอไว้ว่าผู้นำกลุ่มมีความสำคัญต่อกระบวนการกลุ่มในการสนับสนุนสมาชิกได้เปิดเผยความรู้สึก ช่วยเพิ่มความเชื่อมั่นในศักยภาพของสมาชิกให้พร้อมเผชิญหน้ากับปัญหา และเสริมสร้างสัมพันธภาพให้เกิดขึ้นในกลุ่ม บทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่มจึงควรมีลักษณะเป็นการเอื้อ (facilitate) มากกว่าการบังคับ (directed) สมาชิกจึงจะมีอิสระในการเลือกด้วยตนเองผ่านการสะท้อนความคิดเห็นของสมาชิกและผู้นำกลุ่มเพื่อไปสู่ความเจริญงอกงามของชีวิตได้

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

โปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตมาจากการบูรณาการองค์ความรู้ที่สำคัญได้แก่ การให้คำปรึกษาแบบเน้นบุคคลเป็นศูนย์กลาง การพัฒนาทักษะชีวิต และกลุ่มฝึกอบรม จนเป็นโปรแกรมใหม่ที่มีประสิทธิภาพต่อการพัฒนาความสามารถในด้านความรู้

และประสบการณ์ ด้านบทบาทของผู้นำกลุ่ม และด้านกระบวนการกลุ่ม ตลอดจนมีลักษณะเฉพาะเหมาะสมต่อการนำมาใช้อบรมผู้ที่ต้องการเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1.1 ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1-3 พบว่า แสดงให้เห็นถึงประสิทธิภาพของโปรแกรมฝึกอบรมฯ ในการพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตได้ ดังนั้นหน่วยงานด้านทางจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนวในสถาบันการศึกษาจึงสามารถนำผลการวิจัยและโปรแกรมฝึกอบรมฯ นี้ไปปรับใช้เพื่อพัฒนานักเรียนนักศึกษาให้เป็นผู้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีประสิทธิภาพเพื่อเป็นกำลังสำคัญในการเสริมสร้างทักษะชีวิตให้กับบุคคลต่าง ๆ ได้ต่อไป

1.2 ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 4 พบว่า โปรแกรมฝึกอบรมฯ สามารถพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตได้ทั้งในนักศึกษากลุ่มทดลองที่เคยและไม่เคยมีประสบการณ์รับการอบรมเกี่ยวกับการศึกษามาก่อน ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจึงสามารถนำโปรแกรมฝึกอบรมฯ ไปใช้ฝึกอบรมเพื่อเสริมสร้างความมั่นใจในการเป็นผู้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มได้ทั้งในกลุ่มคนที่มีและไม่มีประสบการณ์ด้านการปรึกษา

1.3 ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 5 พบว่า นักศึกษามีความพึงพอใจเกี่ยวกับการสร้างสัมพันธภาพที่ดีในระดับมากที่สุด ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรนำโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตไปใช้ ควรให้ความสำคัญต่อการสร้างสัมพันธภาพและสร้างสรรค์บรรยากาศที่อบอุ่นเป็นมิตรให้เกิดขึ้นตลอดกระบวนการอบรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในขั้นตอนการปฐมนิเทศการอบรมและการเปิดกลุ่มการศึกษาซึ่งจะเป็นการวางรากฐานที่ดีให้กับขั้นตอนอื่นของการให้คำปรึกษากลุ่มต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยนี้ได้ข้อค้นพบแนวทางการการพัฒนาโปรแกรมฝึกอบรมเพื่อพัฒนาความสามารถเป็นผู้ให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิต และสามารถนำไปใช้พัฒนานักศึกษาสาขาวิชาจิตวิทยาได้อย่างมีประสิทธิภาพ สำหรับประเด็นในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำวิจัยในประเด็นต่าง ๆ ดังนี้

2.1 ควรมีการนำโปรแกรมอบรมฯ ไปพัฒนาหรือปรับปรุงให้เป็นโปรแกรมการศึกษากลุ่มเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตแก่กลุ่มบุคคลต่าง ๆ

2.2 ควรมีการวิจัยติดตามผลการให้คำปรึกษากลุ่มด้านการเสริมสร้างทักษะชีวิตแก่วัยรุ่นหรือเยาวชนของนักศึกษาที่ผ่านการอบรม

2.3 ควรศึกษาตัวแปรทางด้านการปรึกษาและทักษะชีวิตด้วยระเบียบวิธีวิจัยที่หลากหลาย เช่น การวิจัยเชิงคุณภาพ การวิจัยแบบผสมวิธี เป็นต้น เพื่อให้ได้ข้อค้นพบจากการวิจัยมีความชัดเจนยิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- เกษรณ นุชประสพ. (2560). *ตำราการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม*. กรุงเทพฯ: วิทยาลัยการฝึกหัดครู มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร.
- คมเพชร ฉัตรศุภกุล. (2546). *กิจกรรมกลุ่มในโรงเรียน*. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์พัฒนาศึกษา.
- คณะกรรมการกลุ่มผลิตชุดวิชาเทคนิคการปรึกษาเบื้องต้น. (2533). *เทคนิคการปรึกษาเบื้องต้น*. เอกสารการสอนชุดวิชา. นนทบุรี: สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ดุขฎี เล็บขาว. (2559). *การพัฒนาเชาวน์สังคมของนักเรียนวัยรุ่นโดยการปรึกษากลุ่มแบบบูรณาการ* (ดุขฎีนิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา.
- เพ็ญเพ็ญ เอี่ยมละออ (2542). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต่อการพัฒนาทักษะชีวิตในเยาวชนที่กระทำผิดซ้ำ* (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ทิมาพร ไชยสิงห์. (2557). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อการพัฒนาทักษะชีวิตของวัยรุ่นโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 50 จังหวัดขอนแก่น* (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- วจิ ปัญญาโส. (2558). *การพัฒนาโปรแกรมการปรึกษากลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะผู้ให้คำปรึกษาแก่นักศึกษาคณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์*. *วารสารดุขฎีบัณฑิตทางสังคมศาสตร์ (ฉบับมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์)*, 5(1), 71-85.
- วรรณภา พิพัฒน์ธนะวงศ์. (2557). *ทักษะชีวิตวัยรุ่นไทยในศตวรรษที่ 2*. *วารสารมหาวิทยาลัยพายัพ*, 24(2), 42-48.
- ศิริบุรณ์ สายโกสม. (2555). *การให้คำปรึกษาเป็นกลุ่ม*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- สกล วรเจริญศรี. (2550). *การศึกษาทักษะชีวิตและการสร้างโมเดลกลุ่มฝึกอบรมเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น* (ปริญญาานิพนธ์การศึกษาดุษฎีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุวิชัย โกศัลยะวัฒน์. (2551). *วันเด็กแห่งชาติ: พัฒนาการและความสำคัญต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์*. *วารสารการศึกษาและพัฒนาสังคม*, 4(2), 1-17.
- สุวิมล ทิรกานันท์. (2549). *การใช้สถิติในงานวิจัยทางสังคมศาสตร์: แนวทางสู่การ-ปฏิบัติ* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เสาวณี เตชะพัฒนางษ์. (2553). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎียึดบุคคลเป็นศูนย์กลางที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ* (สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- Corey, G. (1996). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Monterey: Brooks and Cole.
- Corey, G. (2004). *Theory and practice of group counseling* (6th ed.). Belmont, California: Thomson Brooks/Cole.
- Cunningham, G. B. (2006). The influence of group diversity on intergroup bias following recategorization. *The Journal of Social Psychology*, 146(5), 533-547.
- Mangrulkar, L., Whitman, C. & Posner, M. (2001). Life Skills Approach to Child and Adolescent Healthy Human Development. *Adolescent Health Unit*, 6, 23-31.



- Nelson-Jones, R. (1992). *Group Leadership: A Training Approach*. California: Brook/Cole.
- Nelson-Jones, R. (1998). *Theory and practice of counseling*. New York: Holt, Rinehart and Winston Ltd.
- Ohlsen, M. M. (1970). *Group counseling*. New York: Holt, Rinehart, & Winston.
- Sharf, R. S. (2000). *Theories of psychotherapy and counseling concepts and cases*. Belmont, California: Wadsworth/Thomson Learning.
-

การพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ “กิมมวก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรม
และภูมิปัญญา” โดยใช้โครงงานเป็นฐาน สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
โรงเรียนพื้นที่เกาะ จังหวัดสตูล

The Development of Integrated Curriculum “Keum-Muk: Sarn-Sard-Sin Traces
of Culture and Wisdom” through Project-Based-Learning of Junior High School
Students in the Island Area Located in Satun Province

เกศริน บินสัน¹, อลิสร่า ชมชื่น², ศักรินทร์ ชนประชา³ และ อติสร ศิริ⁴

Katsarin Binsun¹, Alisara Chomchuen², Sakkarin Chonpracha³ and Adisorn Siri⁴

^{1,2,3,4}มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

^{1,2,3,4}Prince of Songkla University, Pattani Campus, Thailand

Corresponding Author E-mail: adisorn.si@psu.ac.th

Retrieved: March 13, 2023; Revised: April 29, 2023; Accepted: April 30, 2023

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ และ 2) พัฒนาหลักสูตรบูรณาการ “กิมมวก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา” โดยใช้โครงงานเป็นฐาน สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนพื้นที่เกาะ จังหวัดสตูล กลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ ครู ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย และนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 เครื่องมือที่ใช้คือแบบสัมภาษณ์ชนิดมีโครงสร้าง เอกสารประกอบการสนทนากลุ่มแบบประเมินความเหมาะสมหลักสูตรบูรณาการ และแบบประเมินความเหมาะสมของแผนการจัดการเรียนรู้ การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ การวิเคราะห์เนื้อหา คำร้อยละ ค่าคะแนนเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย พบว่า 1) ควรมีการพัฒนาหลักสูตรบูรณาการความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นที่มุ่งเน้นทักษะอาชีพและทักษะในศตวรรษที่ 21 เพื่อการประกอบอาชีพในอนาคต 2) หลักสูตรรายวิชาเพิ่มเติมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 “กิมมวก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา” มีการบูรณาการเนื้อหาสาระ 5 ด้าน ได้แก่ วิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี วิศวกรรมศาสตร์ ศิลปะ และคณิตศาสตร์ มี 9 องค์ประกอบ คือ ความเป็นมา หลักการ จุดมุ่งหมาย คำอธิบายรายวิชา โครงสร้าง เวลาเรียน การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ สื่ออุปกรณ์/แหล่งเรียนรู้ และการวัดและประเมินผล ใช้ระยะเวลาในการจัดกิจกรรม 20 ชั่วโมง แบ่งเนื้อหาออกเป็น 3 หน่วยการเรียนรู้ ได้แก่ สารานุกรมกิมมวก(เตยทะเล) โคมไฟพรรษากิมมวก และเทคโนโลยีและการจำหน่าย มี 10 แผนการจัดการเรียนรู้ ดำเนินการจัดการเรียนรู้โดยใช้โครงงานเป็นฐาน คุณภาพ

หลักสูตรบูรณาการและแผนการจัดการเรียนรู้ พบว่า คุณภาพของทั้งหลักสูตรบูรณาการและแผนการจัดการเรียนรู้ มีความเหมาะสมสอดคล้องภาพรวมทุกด้านอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.79$)

คำสำคัญ: หลักสูตรบูรณาการ; การจัดการเรียนรู้โดยใช้โครงงานเป็นฐาน; ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา

Abstract

This research aimed to 1) Study basic information for developing an integrated curriculum and 2) develop an integrated curriculum, “Keum-Muk: Sarn-Sard-Sin, Traces of Culture and Wisdom,” through project-based learning of junior high school students in the island area located in Satun Province. The research participants were teachers, stakeholders, and grade 8 students, in the 1st semester of the Academic Year 2022. Research instruments were a structured interview, a data record of focus group discussion, assessment forms for integrated curriculum, and learning management plans. Data were analysed by content analysis, percentage, mean ($\bar{X}$), and standard deviation (S.D.)

The findings revealed that 1) the development of a curriculum integrating knowledge of local wisdom that focuses on vocational skills and 21st-century skills for future careers should be promoted, 2) an Additional Course for the Grade 8 students, “Keum-Muk: Sarn-Sard-Sin, Traces of Culture and Wisdom” has an integration of content in 5 areas, STEAM: science, technology, engineering, art, and mathematics. The curriculum has nine components: background, principles, objectives, course descriptions, content structure, course duration, learning management, material/learning resources, and course measurement and evaluation. The course lasts 20 hours, divided into three learning units: Keum-Muk (sea pandanus), Keum-Muk Lamp, Technology and Sales. Ten lesson plans were implemented using Project-Based Learning in learning management. It also revealed that the quality of the integrated curriculum and the lesson plans reached overall appropriateness and consistency in all aspects at the highest level ($\bar{X} = 4.79$).

Keywords: Integrated Curriculum; Project-Based Learning Management; Traces of Culture and Wisdom

บทนำ

การศึกษาในโลกยุคศตวรรษที่ 21 จำเป็นจะต้องมีการปรับปรุงหลักสูตรและวิธีการจัดการเรียนรู้ให้เอื้อต่อการจัดการเรียนรู้ตามบริบทของสถานศึกษา เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ รักในการแสวงหาความรู้ด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง สามารถคิดเป็น ทำเป็น และแก้ปัญหาได้ ภายใต้คุณธรรม จริยธรรม ขนบธรรมเนียมที่มีในท้องถิ่น การศึกษาจึงเป็นเครื่องมือสำคัญในการพัฒนากำลังคนและเป็นตัวกำหนดทิศทางอนาคตของประเทศ ดังที่หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560) ได้ระบุเป้าหมายในการพัฒนาคุณภาพนักเรียน ที่มุ่งพัฒนานักเรียนทุกคนให้เป็นกำลังหลักของชาติ มีความรู้และทักษะพื้นฐาน รวมทั้งเจตคติที่จำเป็นในการศึกษาต่อ และการประกอบอาชีพ ตลอดจนกระบวนการนำหลักสูตรไปสู่การปฏิบัติระดับเขตพื้นที่การศึกษาและสถานศึกษา โดยเปิดโอกาสให้สถานศึกษาสามารถเพิ่มเติมเวลาเรียนตามความพร้อมและจุดเน้นที่สอดคล้องกับมาตรฐานการเรียนรู้ เพื่อความชัดเจนต่อการนำไปปฏิบัติ (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, 2560) ดังนั้นสถานศึกษาจึงควรมีการพัฒนาหลักสูตรขึ้นเพื่อจัดการเรียนรู้ให้มีคุณภาพและเหมาะสมกับนักเรียน ซึ่งปัจจุบันองค์ความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นได้เข้ามามีบทบาทในการจัดการเรียนรู้มากขึ้น ดังนั้นจึงควรนำจุดเด่นในด้านภูมิปัญญาท้องถิ่นมาพัฒนาเป็นหลักสูตรบูรณาการโดยเชื่อมโยงกับสาระการเรียนรู้แกนกลางและบริบทชุมชน สอดคล้องกับแนวคิดในการจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการที่เรียกว่า (STEAM EDUCATION) ซึ่งเป็นการจัดการเรียนรู้โดยบูรณาการข้ามกลุ่มสาระวิชา (Interdisciplinary Integration) ระหว่างศาสตร์ทั้ง 5 สาขาวิชา ได้แก่ ความรู้วิทยาศาสตร์ (Science: S) เทคโนโลยี (Technology: T) วิศวกรรมศาสตร์ (Engineer: E) ศิลปะ (Art: A) และคณิตศาสตร์ (Mathematics: M) เข้าด้วยกัน โดยมุ่งเน้นให้นักเรียนเกิดองค์ความรู้และสามารถนำองค์ความรู้ที่ได้ไปพัฒนาจนเกิดเป็นทักษะ สมรรถนะ และสร้างสรรค์สิ่งใหม่ ๆ ในการดำเนินชีวิต (สุภค โอฬาริทธิกุล, 2562) ที่อิงกระบวนการทางวิศวกรรมศาสตร์ ผสานความรู้ด้านวิทยาศาสตร์และคณิตศาสตร์ ในการสร้างสรรค์ชิ้นงานโดยใช้เทคโนโลยีและศิลปะช่วยให้ชิ้นงานมีคุณค่า สร้างมูลค่าให้กับชิ้นงาน และเพิ่มโอกาสในการทำงาน (พรทิพย์ ศิริภทราชัย, 2556) แต่อย่างไรก็ตามการพัฒนาการศึกษาแม้ว่าจะขับเคลื่อนไปพร้อม ๆ กับการพัฒนาประเทศ แต่ปัญหาความเหลื่อมล้ำทางการศึกษายังคงมีอยู่ สาเหตุหลักมาจากปัญหาความยากจนในพื้นที่ห่างไกลที่มีแนวโน้มว่าในอนาคตจำนวนนักเรียนที่ไม่ศึกษาต่ออาจมีเพิ่มขึ้น ปัญหาความเหลื่อมล้ำจึงเป็นปัญหาสำคัญที่จะต้องเร่งแก้ไข เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตและคุณภาพของการศึกษาให้เท่าเทียมทั่วถึงในทุกพื้นที่ ตลอดจนจัดการเรียนการสอนให้มีความสอดคล้องกับบริบทในพื้นที่ เพื่อลดความเหลื่อมล้ำทางการศึกษาให้เหลือน้อยที่สุด ซึ่งในปีพุทธศักราช 2562 จังหวัดสตูลได้รับการประกาศให้เป็นพื้นที่นวัตกรรมการศึกษา เพื่อจัดการศึกษาให้ตอบโจทย์พื้นที่ สร้างการเปลี่ยนแปลงการศึกษา โดยใช้พื้นที่เป็นฐานที่เน้นนวัตกรรมจัดการเรียนการสอนรูปแบบใหม่ที่มีความสำคัญกับการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนในการจัดการศึกษาให้กับเยาวชนในพื้นที่ (กระทรวงศึกษาธิการ, 2560) จากงานวิจัยของ ไกรยส ภัทราวาท (2564) ที่กล่าวว่าปัจจุบันประเทศไทยมีเยาวชนที่ขาดโอกาสทางการศึกษาที่ต่ำกว่า 4.3 ล้านคน ซึ่งเด็กไทยจำนวนประมาณ 1 ใน 10 อยู่ในครอบครัวที่ยากจน และมีรายได้น้อย ดังนั้นการจัดการศึกษาจึงควรคำนึงถึงการแก้ปัญหาความยากจนและลดความเหลื่อมล้ำที่มีอยู่ในระดับภูมิภาคหรือท้องถิ่นเป็นสำคัญ ตระหนักในศักดิ์ศรี

คุณค่า และอัตลักษณ์ความเป็นมนุษย์ในทุกพื้นที่ การจัดการศึกษาจึงต้องออกแบบให้สนองต่อความต้องการของท้องถิ่น เพื่อความสามารถในการปกครองตนเองในอนาคต และเป็นการอนุรักษ์ภูมิปัญญา อัตลักษณ์ และความแข็งแกร่งของท้องถิ่นไว้ โดยไม่ถูกกลืนสลายหายไปกับโลกสมัยใหม่ที่เรียกว่า โลกาภิวัตน์ (ทิพย์พพร ตันติสุนทร, 2558)

โรงเรียนบ้านเกาะหลีเป๊ะ เป็นหนึ่งในโรงเรียนพื้นที่เกาะของจังหวัดสตูล ที่ได้รับพระมหากรุณาธิคุณจากสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในครั้งดำรงพระอิสริยยศ “สมเด็จพระ” ให้มูลนิธิชัยพัฒนาดูแลให้ความช่วยเหลือในการจัดการศึกษา เนื่องจากโรงเรียนตั้งอยู่ในพื้นที่ห่างไกลและทุรกันดาร สภาพความเป็นอยู่ของชาวเลบนเกาะหลีเป๊ะที่มีระบบสาธารณูปโภค ไฟฟ้า ประปาที่ไม่มีคุณภาพ การสื่อสารอินเทอร์เน็ตไม่มีความเสถียร ตลอดจนการคมนาคมที่ยากลำบาก อีกทั้งยังเป็นพื้นที่เสี่ยงภัย ไม่มีความมั่นคงปลอดภัยในชีวิต เกาะหลีเป๊ะมีกลุ่มชาติพันธุ์ชาวเล “อุรักลาไวย์” เป็นกลุ่มชาติพันธุ์ดั้งเดิม ที่ตั้งถิ่นฐานอาศัยอยู่ตั้งแต่สมัยรัชกาลที่ 5 ใช้ภาษาพูดเป็นของตนเองแต่ไม่มีภาษาเขียน สภาพสังคมโดยทั่วไปเป็นครอบครัวขยายที่เป็นสายเลือดเดียวกัน มีความเชื่อด้านจิตวิญญาณ ความรู้ และทักษะที่สืบทอดต่อกันมาจากคนรุ่นก่อนผ่านพิธีกรรมทางศาสนา ประเพณี วัฒนธรรม ภูมิปัญญา และการประกอบอาชีพไปยังลูกหลาน โดยสภาพเศรษฐกิจของชาวเลภาพรวมมีฐานะยากจน คุณภาพชีวิตค่อนข้างต่ำ ผู้ปกครองให้ความสำคัญกับการเลี้ยงชีพมากกว่าการส่งบุตรหลานเรียนต่อในระดับที่สูงขึ้น ซึ่งจากสภาพปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ และสังคมของครอบครัวชาวเล “อุรักลาไวย์” ที่ยากลำบาก มีฐานะยากจน ประกอบกับการเข้ามาของความเจริญในเกาะหลีเป๊ะที่มากขึ้นเรื่อย ๆ ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของชาวเล และลูกหลานชาวเล “อุรักลาไวย์” เป็นอย่างมาก รายได้ไม่เพียงพอต่อการดำรงชีวิตและการส่งบุตรหลานเรียนหนังสือ จากรายงานโครงการวิจัยของ ศักรินทร์ ชนประชา (2562) ได้ศึกษาสภาพการบริหารงานวิชาการ สภาพปัญหาและความต้องการในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน พบว่า ด้านตัวนักเรียนมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อวิชาเรียน ไม่เห็นคุณค่าของการเรียน ให้ความสำคัญกับการดำรงชีวิตและการมีอาชีพ นักเรียนมีปัญหาในด้านการอ่านและขาดเรียนบ่อย และจากรายงานการดำเนินการติดตามสภาพปัญหาเด็กวัยเรียนหลุดจากระบบการศึกษาของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสตูล ปี 2565 พบว่า ข้อมูลของเด็กตกหล่นและเด็กออกกลางคัน มีแนวโน้มเพิ่มจำนวนขึ้น ปัญหาด้านการศึกษาที่พบได้แก่ 1) ปัญหาผู้ปกครอง และนักเรียน ไม่ให้ความสำคัญเกี่ยวกับการศึกษา เนื่องจากการจัดการศึกษาไม่สอดคล้องกับวิถีชีวิต 2) ปัญหาการไม่ศึกษาต่อหลังสำเร็จการศึกษาภาคบังคับ และ 3) ปัญหานักเรียนต้องทำงานช่วยเหลือครอบครัว เนื่องจากพ่อ แม่ ผู้ปกครอง มีฐานะยากจนต้องประกอบอาชีพหารายได้เลี้ยงตนเองและครอบครัว เด็กชาวเลที่อยู่ในช่วงวัยเรียนมีความต้องการที่จะฝึกทักษะอาชีพหารายได้ระหว่างเรียนเพื่อช่วยเหลือครอบครัว ต้องการสร้างงานด้วยตนเอง ไม่ต้องพึ่งพาการจ้างงานจากผู้ประกอบการที่มีข้อจำกัดในการรับเข้าทำงาน ซึ่งหากเด็กรุ่นใหม่มีทักษะฝีมือที่ดีก็จะสามารถสร้างรายได้ด้วยตนเอง เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาชุมชนชาวเล “อุรักลาไวย์” ให้เกิดความเข้มแข็ง เกิดการจ้างงานและกระจายรายได้สู่ท้องถิ่น ลดอัตราการเคลื่อนย้ายแรงงานออกจากเกาะ ที่สำคัญคือการได้อยู่กับครอบครัวที่ตนรัก จากรายงานของ ชฎารัตน์ บุญจันทร์ (2561) ได้ศึกษาความคาดหวังด้านอาชีพและเศรษฐกิจครัวเรือนของชาวเลบนเกาะหลีเป๊ะ พบว่า คนในชุมชนมีความคาดหวังมากต่อการประกอบอาชีพบนเกาะหลีเป๊ะ ได้แก่

ความคาดหวังให้บุตรหลานมีการศึกษาสูง คิดเป็นร้อยละ 86.83 มีความมั่นคงทั้งการทำงานและการเงิน ร้อยละ 85.37 การช่วยเหลือตนเองไม่ต้องพึ่งพา ร้อยละ 51.71 มีความยั่งยืนในการสืบทอดอาชีพ ร้อยละ 48.41 มีเงินออม/ไม่มีหนี้สิน ร้อยละ 91.71 มีงานทำในพื้นที่ ร้อยละ 63.41 มีเงินทุนในการประกอบอาชีพ ร้อยละ 88.29 มีความรู้ในการประกอบอาชีพ ร้อยละ 78.05 และความคาดหวังมีความสุขในครอบครัวอยู่ในระดับปานกลางค่อนข้างมาก คิดเป็นร้อยละ 58.54 ด้วยสถานการณ์ปัญหาและสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงในปัจจุบัน ส่งผลให้ชุมชนกลุ่มชาติพันธุ์ต้องเผชิญกับความเสี่ยงในการดำเนินชีวิต และการประกอบอาชีพที่มีแนวโน้มเปลี่ยนแปลงไปสู่สังคมเมืองมากขึ้น ดังนั้นจึงจำเป็นต้องอย่างยิ่งในการส่งเสริมให้นักเรียนมีทักษะขั้นพื้นฐานของการประกอบอาชีพในอนาคต

ดังนั้น การจัดการศึกษาเพื่อให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตควรได้รับการพัฒนาอย่างเร่งด่วน ประกอบกับหลักสูตรแม่บทกำหนดเนื้อหายังไม่ครอบคลุมสอดคล้องกับสภาพบริบทท้องถิ่นของนักเรียน จึงต้องมีการพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ เพื่อให้การจัดการศึกษามีความเหมาะสมสอดคล้องกับบริบทของโรงเรียนและชุมชน ที่ให้นักเรียนได้เรียนรู้จากสิ่งใกล้ตัวในวิถีชีวิตของตน เกิดการเรียนรู้แบบองค์รวม มุ่งเน้นการจัดการเรียนรู้จากการปฏิบัติจริงจนเกิดทักษะ และสมรรถนะที่จำเป็น สามารถเชื่อมโยงความรู้ ความคิด พัฒนาทักษะอาชีพ และสมรรถนะที่ได้รับการตกผลึกในตัวนักเรียนผ่านการถ่ายทอดความรู้จากครูผู้สอน และปราชญ์ชาวบ้านในชุมชน เพื่อทำให้การศึกษาของนักเรียนโรงเรียนบ้านเกาะหลีเป๊ะ มีคุณภาพ ประสิทธิภาพยิ่งขึ้น และยังเป็น การยกระดับคุณภาพชีวิตความเป็นอยู่ของครอบครัว ชุมชน ตลอดจนสังคมของคนบนเกาะหลีเป๊ะให้มีความ เป็นอยู่ที่ดีขึ้น สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมและท้องถิ่นของตนอย่างมีความสุข เกิดความภาคภูมิใจในการนำ การพัฒนามาสู่ท้องถิ่นของตนเอง (สิริพัชร เจษฎาวิโรจน์, 2546)

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงนำข้อมูลพื้นฐานของนโยบายทางการศึกษา ความต้องการและสภาพปัญหาใน ระดับท้องถิ่น รวมทั้งความต้องการของนักเรียนในพื้นที่ มาวิเคราะห์เพื่อพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ “กิมมวก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา” โดยใช้โครงงานเป็นฐาน โรงเรียนพื้นที่เกาะ จังหวัดสตูล ซึ่งหลักสูตรบูรณาการที่พัฒนาขึ้น เป็นนวัตกรรมที่ช่วยส่งเสริมให้นักเรียนเกิดทักษะอาชีพ และความสามารถ ในการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ เพื่อการยกระดับคุณภาพการจัดการศึกษาให้มีความสอดคล้องกับการดำเนิน ชีวิต ความต้องการของนักเรียนและชุมชน ปลุกฝังให้นักเรียนมีความรักและความผูกพันกับท้องถิ่นของตน ตลอดจนมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมและท้องถิ่นของตนอย่างมีความสุข เป็นการเตรียม ความพร้อมสู่การประกอบอาชีพในอนาคต และเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาหลักสูตรบูรณาการและการจัดการ เรียนรู้ให้กับนักเรียนโรงเรียนพื้นที่เกาะทั่วประเทศที่มีบริบทเดียวกัน

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ “กิมมวก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอย วัฒนธรรมและภูมิปัญญา” โดยใช้โครงงานเป็นฐาน สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนพื้นที่ เกาะ จังหวัดสตูล



2. เพื่อพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ “กิมมิก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา” โดยใช้โครงงานเป็นฐาน สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนพื้นที่เกาะ จังหวัดสตูล

วิธีดำเนินการวิจัย

ขอบเขตการวิจัย

1. กลุ่มเป้าหมายที่ใช้ในการวิจัย คือตัวแทนของประชากรเป้าหมายทั้งหมดที่ผู้วิจัยเลือกมาศึกษาในครั้งนี้ ได้แก่ ครูโรงเรียนพื้นที่เกาะ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย และนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2565 รวม 23 คน โดยวิธีเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

2. เนื้อหาที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นเนื้อหาของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560) หลักสูตรสถานศึกษาโรงเรียนบ้านเกาะหลีเป๊ะ พุทธศักราช 2561 ภูมิปัญญาท้องถิ่นของเกาะหลีเป๊ะ และอาชีพในชุมชนเกาะหลีเป๊ะ เพื่อนำมาวิเคราะห์ประกอบการพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ

3. ระยะเวลาในการวิจัย

3.1 ศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ (ระหว่างเดือนเมษายน ถึงพฤษภาคม 2565)

3.2 พัฒนาหลักสูตรบูรณาการ “กิมมิก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา” (ระหว่างเดือนมิถุนายน ถึงกันยายน 2565)

การวิจัยเรื่อง การพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ “กิมมิก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา” เป็นการวิจัยและพัฒนา (Research and Development) ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยโดยกำหนดการวิจัยเป็น 2 ขั้นตอน คือ

ขั้นตอนที่ 1: วิจัย (Research) เป็นการศึกษาข้อมูลพื้นฐานเพื่อนำไปสู่การพัฒนาหลักสูตร มีวิธีการดังนี้

1. ศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ โดยการสัมภาษณ์ชนิดมีโครงสร้าง และการประชุมสนทนากลุ่มเกี่ยวกับแนวทางการศึกษารอบอาชีพในชุมชนเกาะหลีเป๊ะกับผู้ที่เกี่ยวข้อง นำข้อมูลที่ได้จากการสนทนากลุ่มมาวิเคราะห์ เพื่อพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ

2. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐานพุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560) เพื่อใช้ในการพัฒนาหลักสูตรประกอบด้วย 4 ขั้นตอน คือ การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน การสร้างหลักสูตร การทดลองใช้หลักสูตร และการประเมินผลและการปรับปรุงแก้ไขหลักสูตร การพัฒนาหลักสูตรเป็นแบบบูรณาการ ที่พัฒนาหลักสูตรรายวิชา

ขั้นตอนที่ 2 : พัฒนา (Development)

ขั้นตอนนี้ผู้วิจัยดำเนินการพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ “กิมมิก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา” โดยใช้โครงงานเป็นฐาน นำข้อมูลที่ได้จากการวิเคราะห์ข้อมูลในขั้นตอนที่ 1 คือ การศึกษาข้อมูลพื้นฐานมาใช้ในการพัฒนาหลักสูตร มีรายละเอียดดังนี้

1. พัฒนาหลักสูตรบูรณาการ ตามแนวคิดของทาบ (Taba,1962) โดยการออกแบบและสร้างเป็นองค์ประกอบของหลักสูตรบูรณาการพร้อมรายละเอียดในแต่ละองค์ประกอบ
2. พัฒนาคู่มือการใช้หลักสูตรบูรณาการ เพื่อเป็นแนวทางให้กับสถานศึกษาและครูผู้สอนใช้ประโยชน์ในการจัดการเรียนรู้และประเมินการเรียนรู้ อย่างถูกต้องตามวัตถุประสงค์ของหลักสูตรที่พัฒนาขึ้น
3. พัฒนาแผนการจัดการเรียนรู้ โดยโครงสร้างในแต่ละแผนมีองค์ประกอบ ได้แก่ สารสำคัญ มาตรฐานการเรียนรู้/ตัวชี้วัด จุดประสงค์การเรียนรู้ คุณลักษณะอันพึงประสงค์ สมรรถนะสำคัญของผู้เรียน กิจกรรมการเรียนรู้ สื่อ/แหล่งเรียนรู้ การวัดและประเมินผลการเรียนรู้ และบันทึกหลังการจัดกิจกรรม
4. ตรวจสอบคุณภาพหลักสูตรโดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 7 ท่าน ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญด้านหลักสูตร ผู้เชี่ยวชาญด้านการวัดและประเมินผล ศึกษาวิเคราะห์ ผู้บริหาร คณะกรรมการสถานศึกษา และครูผู้สอนที่รับผิดชอบรายวิชา เพื่อประเมินความเหมาะสมของหลักสูตร

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำผลการประเมินที่ได้ในแต่ละขั้นตอนของการพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ “กิมมวก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา” โดยใช้โครงงานเป็นฐาน โดยนำข้อมูลทั้งเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ มาวิเคราะห์ โดยแบ่งการวิเคราะห์ ดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากแบบสัมภาษณ์ชนิดมีโครงสร้าง และประเด็นประชุมสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) เกี่ยวกับแนวทางการศึกษากรอบอาชีพในชุมชนเกาะหลีเป๊ะ โดยใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหาแล้วนำมาสร้างข้อสรุปและนำเสนอเนื้อหาแบบพรรณนาในรูปแบบเป็นความเรียง

2. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้สถิติบรรยาย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป (บุณชม ศรีสะอาด, 2560)

ผลการวิจัย

1. ผลการศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ “กิมมวก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา” โดยใช้โครงงานเป็นฐาน ผลที่ได้จากการสัมภาษณ์เกี่ยวกับบริบทชุมชน ภูมิปัญญาท้องถิ่น วิถีชีวิต และการประกอบอาชีพของชุมชนบนเกาะหลีเป๊ะ พบว่า สภาพปัจจุบันของโรงเรียนบ้านเกาะหลีเป๊ะ จังหวัดสตูล มีชุมชนชาวเลพื้นเมือง “อุรักลาโว้ย” ตั้งถิ่นฐานอาศัยอยู่เป็นกลุ่ม ๆ กระจายอยู่ทั่วเกาะ สร้างบ้านเรือนมีลักษณะเป็นไม้ยกพื้น หลังคามุงจากหรือสังกะสี ลักษณะครอบครัวจะเป็นครอบครัวเดี่ยวแบบเครือญาติใกล้ชิดที่มีสายเลือดเดียวกันทั้งหมด มีความเชื่อด้านจิตวิญญาณที่สืบทอดต่อกันมาผ่านพิธีกรรมทางศาสนา ประเพณี วัฒนธรรมพื้นถิ่นของตนเองไปยังลูกหลาน วิถีชีวิตส่วนใหญ่โยกย้ายถิ่นที่อยู่ตามแหล่งทำมาหากินที่อาศัยสภาพลมฟ้าอากาศที่สอดคล้องกับฤดูกาล สามารถสังเกตแหล่งที่อยู่อาศัยของสัตว์ทะเลจนถูกกล่าวขานกันว่าสามารถเรียกฝูงปลาเข้าฝั่งได้ “พิธีบูชาเกาะ” มีความสามารถด้านการว่ายน้ำ ดำน้ำ และมีความเชี่ยวชาญด้านการเดินเรือ ตลอดจนทักษะการใช้ชีวิตในทะเล การประกอบอาชีพของชาวเลบนเกาะหลี



เป็นส่วนใหญ่มีทักษะในการทำประมงแบบดั้งเดิม สัตว์ทะเลที่จับได้ส่วนหนึ่งจะเก็บไว้เลี้ยงครอบครัว และจำหน่ายให้กับร้านอาหาร รีสอร์ท และพ่อค้าคนกลางหรือส่งขึ้นฝั่งที่ท่าเรือปากบารา ถือได้ว่าการทำประมงเป็นรายได้หลักของชาวเลบนเกาะหลีเป๊ะ ภูมิปัญญาท้องถิ่นที่อยู่คู่กับการดำรงชีวิตของชาวเลที่สืบทอดจากบรรพบุรุษในอดีตส่งต่อสู่หลาน ได้แก่ ภูมิปัญญาในการประดิษฐ์ของใช้จากวัสดุธรรมชาติ และการถนอมอาหาร แต่เนื่องด้วยปัจจุบันปริมาณสัตว์น้ำลดจำนวนลง ทำให้แรงงานในครัวเรือนที่ทำอาชีพประมงพื้นบ้านมีจำนวนลดน้อยลงไปด้วย คนรุ่นใหม่ปรับเปลี่ยนไปทำอาชีพรับจ้างมากขึ้น ส่วนอาชีพเสริมที่สามารถทำได้ตลอดทั้งปี ได้แก่ ผลิตภัณฑ์ชุมชน เครื่องจักสานจากเตยทะเล การแปรรูปอาหารทะเล ซึ่งปัจจุบันผลกระทบที่เกิดจากการเข้ามาของความเจริญในเกาะ ทำให้เกิดปัญหาด้านเศรษฐกิจในชุมชน สินค้าอุปโภค-บริโภคมีราคาสูง ทำให้ค่าครองชีพสูงขึ้น ชาวเลที่มีรายได้น้อยได้รับผลกระทบอย่างมาก เกิดปัญหาสังคมและวัฒนธรรม ชาวเลเริ่มบริโภคสินค้าที่ทันสมัยมากขึ้น มีการกระจายตัวของร้านอาหาร รีสอร์ทเพิ่มขึ้น ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของชาวเล “อุรกลาไวย์” เป็นอย่างมาก ทำให้รายได้ที่หามาได้มีไม่เพียงพอต่อการดำรงชีวิตและการส่งบุตรหลานเรียนหนังสือ ชาวเลจึงมีความกังวลว่าในอนาคตลูกหลานชาวเลจะได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว จึงต้องการให้น้องคณาจารย์ภูมิปัญญาชาวเลที่มีมาสอนให้ลูกหลานได้เรียนรู้ และสืบทอด เพื่ออนาคตลูกหลานชาวเลจะได้นำความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นไปประยุกต์ใช้ในการประกอบอาชีพได้ จากผลการสัมภาษณ์ข้อมูลพื้นฐานนำมาซึ่งการศึกษาความต้องการจำเป็นในการพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ ตามประเด็นประชุมสนทนากลุ่มเกี่ยวกับแนวทางการศึกษาการรอบอาชีพทั้งหมดในชุมชนที่เป็นอัตลักษณ์ท้องถิ่นบนเกาะหลีเป๊ะกับผู้ที่เกี่ยวข้อง พบว่า อาชีพที่มีในชุมชนบนเกาะหลีเป๊ะ สามารถแบ่งได้เป็น 4 ประเภทคือ อาชีพประมง อาชีพรับจ้างทั่วไป อาชีพประกอบธุรกิจ และอาชีพผลิตภัณฑ์ชุมชน ในด้านของสภาพบริบทของพื้นที่เกาะหลีเป๊ะที่มีความหลากหลายและความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรทั้งทางบกและทางทะเล จึงเป็นข้อได้เปรียบในการดำรงชีวิตของชาวเลบนเกาะ แต่เนื่องด้วยสภาพการเปลี่ยนแปลงในปัจจุบันชาวเลมีความคิดเห็นสอดคล้องตรงกันว่าภูมิปัญญาท้องถิ่นในการประดิษฐ์ของใช้จากต้นเตยทะเลที่มีค่อย ๆ เริ่มสูญหายไป ปราชญ์ชาวบ้านที่มีความรู้ในการถ่ายทอดมีจำนวนลดน้อยลงเรื่อย ๆ ประกอบกับลูกหลานชาวเลรุ่นใหม่ ไม่ค่อยให้ความสนใจกับภูมิปัญญาดั้งเดิม ชาวเล “อุรกลาไวย์” จึงมีความต้องการให้มีการพัฒนาหลักสูตรเพื่อให้ลูกหลานชาวเลได้ศึกษาเรียนรู้ และสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นในการประดิษฐ์ของใช้จากต้นเตยทะเลเหมือนอย่างที่บ้านบรรพบุรุษได้สืบทอดต่อกันมาในอดีต และมีความคาดหวังว่าลูกหลานชาวเลจะยังคงอนุรักษ์และสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นที่มีให้คงอยู่กับชาวเลบนเกาะหลีเป๊ะต่อไป

2. ผลการพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ “กิมมวก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา” โดยใช้โครงงานเป็นฐาน ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ หลักสูตรบูรณาการ คู่มือการใช้หลักสูตรบูรณาการ และหน่วยการเรียนรู้และแผนการจัดการเรียนรู้ ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

2.1 หลักสูตรบูรณาการ มีองค์ประกอบ 3 ส่วนที่สำคัญ ได้แก่ 1) ข้อมูลทั่วไปของโรงเรียนบ้านเกาะหลีเป๊ะ ประกอบด้วย ชื่อหลักสูตร ข้อมูลพื้นฐานของสถานศึกษา ข้อมูลพื้นฐานของครู บุคลากร และนักเรียน ข้อมูลเกี่ยวกับสภาพปัญหา และความต้องการของนักเรียน 2) ข้อมูลพื้นฐานในการจัดทำหลักสูตร ประกอบด้วย ข้อมูลเกี่ยวกับบริบทชุมชนบนเกาะหลีเป๊ะ ข้อมูลภูมิปัญญาท้องถิ่น วิถีชีวิต ประเพณี และ

วัฒนธรรมของชุมชนบนเกาะหลีเป๊ะ ข้อมูลการประกอบอาชีพของชุมชนบนเกาะหลีเป๊ะ และข้อมูลบริบทระดับพื้นที่ จังหวัดสตูล และ 3) หลักสูตรบูรณาการ มุ่งองค์ประกอบ 9 ด้าน ได้แก่ ความเป็นมาของหลักสูตร หลักการของหลักสูตร จุดมุ่งหมายของหลักสูตร คำอธิบายรายวิชาเพิ่มเติม โครงสร้างเนื้อหาสาระหลักสูตร เวลาเรียน การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ สื่อ/แหล่งเรียนรู้ และการวัดและประเมินผล

2.2 คู่มือการใช้หลักสูตรบูรณาการ ประกอบด้วย 3 ส่วน ได้แก่ ข้อมูลทั่วไปของโรงเรียนบ้านเกาะหลีเป๊ะ ข้อมูลพื้นฐานในการจัดทำหลักสูตร และหลักสูตรบูรณาการ “กิมมิก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา”

2.3 หน่วยการเรียนรู้และแผนการจัดการเรียนรู้ในหลักสูตรบูรณาการ ประกอบด้วย 3 หน่วยการเรียนรู้ ได้แก่ หน่วยที่ 1 สาระนำรู้กิมมิก(เตยทะเล) หน่วยที่ 2 โคมไฟพรรษา กิมมิก และหน่วยที่ 3 เทคโนโลยี และการจำหน่าย และแผนการจัดการเรียนรู้ จำนวนทั้งสิ้น 10 แผน 10 คาบ (คาบละ 2 ชั่วโมง) ระยะเวลา 20 ชั่วโมง แบ่งออกเป็นภาคทฤษฎี 4 ชั่วโมง และภาคปฏิบัติ 16 ชั่วโมง

หลักสูตรบูรณาการ “กิมมิก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา” โดยใช้โครงงานเป็นฐานที่พัฒนาขึ้น พบว่า คุณภาพของทั้งหลักสูตรบูรณาการและแผนการจัดการเรียนรู้ มีค่าความเหมาะสม สอดคล้อง ภาพรวมทุกด้านอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.79$)

อภิปรายผลการวิจัย

1. สภาพบริบทปัจจุบันชาวเล “อุรักลาโว้ย” ของชุมชนเกาะหลีเป๊ะ มีวิถีชุมชนที่มีลักษณะที่เรียบง่าย ทั้งการดำรงชีวิตประจำวัน ที่อยู่อาศัย และการแต่งกาย อาศัยฐานทรัพยากรธรรมชาติท้องถิ่นเป็นหลัก การทำประมงเป็นอาชีพที่ยึดถือมานาน และชาวเลยึดมั่นในความเชื่อและประเพณีที่สืบทอดกันมา ปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นจากการรับวัฒนธรรมภายนอกและการเข้ามาของประมงเชิงพาณิชย์และธุรกิจการท่องเที่ยว ส่งผลให้สภาพของเกาะกลายเป็นเมือง ชาวเลต้องปรับตัวค่อนข้างมาก ดังที่นฤมล ขุนวิชัยและคณะ (2553) ได้อธิบายว่าชาวเลบนเกาะมีค่านิยมทางวัตถุมงคลขึ้น ทำให้ชนบทร่วมเนียมความเชื่อดั้งเดิมที่เคยยึดถือปฏิบัติในอดีตลดน้อยลงไป บทบาทของชาวเลทั้งฝ่ายชายและฝ่ายหญิงมีหน้าที่ในการทำงานมากขึ้น เกิดอาชีพที่หลากหลายซึ่งล้วนเป็นอาชีพที่เกี่ยวกับการทำประมงและการบริการท่องเที่ยวทั้งสิ้น ซึ่งสอดคล้องกับภูวรัตน์ บุญจันทร์ (2561) พบว่า ลักษณะอาชีพของชาวเล “อุรักลาโว้ย” เป็นแรงงานที่ทำประมงเฉลี่ย 2.06 คน แรงงานที่ไม่ทำประมงเฉลี่ย 1.34 คน วิจัยกำลังศึกษาเฉลี่ย 2.17 คน การประกอบอาชีพขับเรือนำเที่ยวเป็นอาชีพหลักร้อยละ 41.46 รับจ้างในโรงแรม/รีสอร์ท ค่าขาย และเปิดร้านอาหาร ร้อยละ 51.40 สอดคล้องกับรุ่งชัชดาพร เวระชาติ (2564) ที่ได้ศึกษาบริบทชุมชนและภูมิปัญญาด้านอาชีพท้องถิ่นของชาวเล “อุรักลาโว้ย” บนเกาะหลีเป๊ะ พบว่าภูมิปัญญาด้านอาชีพแบ่งออกเป็น 3 กลุ่มอาชีพหลัก ๆ ได้แก่ การท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ อาชีพประมงพื้นบ้าน และการทำผลิตภัณฑ์ชุมชน และจากการลงพื้นที่สัมภาษณ์ปราชญ์ชาวบ้านของผู้วิจัย ระหว่างเดือนเมษายน ถึงพฤษภาคม 2565 ชาวเลมีความคิดเห็นสอดคล้องตรงกันว่าการเข้ามาของความเจริญ อาจจะทำให้ภูมิปัญญาท้องถิ่นในเกาะสูญหายไป ลูกหลานชาวเลรุ่นใหม่ ๆ ไม่ค่อยให้ความสนใจ ไม่เห็นคุณค่าของภูมิปัญญาท้องถิ่นที่มี และจำนวนของปราชญ์ชาวบ้านที่มีความรู้ในการถ่ายทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นมีน้อยลง



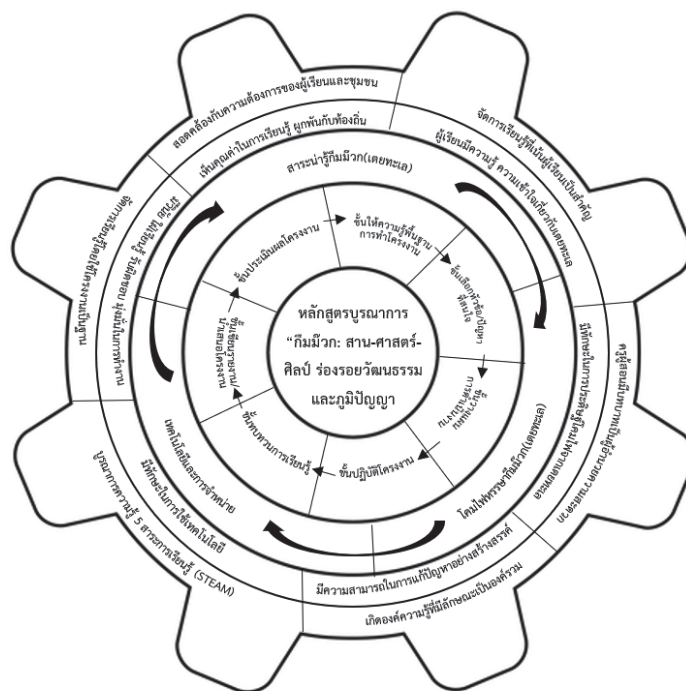
เรื่อย ๆ จึงมีความต้องการให้มีหลักสูตรที่นำความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่นที่มีในเกาะคือ ภูมิปัญญาจากต้นเตยทะเล มาพัฒนาเป็นหลักสูตรเพื่อถ่ายทอดองค์ความรู้ให้ลูกหลานชาวเลได้ศึกษา สืบทอด สร้างอาชีพและรายได้เลี้ยง ตนเองและครอบครัวในอนาคต

2. ผลการพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ “กิมมิก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา” โรงเรียนบ้านเกาะหลีเป๊ะ จังหวัดสตูล ปีการศึกษา 2565 ซึ่งประกอบด้วย 3 ส่วนที่สำคัญ ได้แก่ หลักสูตร บูรณาการ คู่มือการใช้หลักสูตรบูรณาการ และหน่วยการเรียนรู้และแผนการจัดการเรียนรู้ ตลอดจนการนำ หลักสูตรบูรณาการ “กิมมิก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา” ไปหาคุณภาพหลักสูตร บูรณาการฯ โดยหลักสูตรบูรณาการที่พัฒนาขึ้น มีคุณภาพในระดับมากที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะหลักสูตร บูรณาการ “กิมมิก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา” โรงเรียนบ้านเกาะหลีเป๊ะ จังหวัด สตูล ปีการศึกษา 2565 มีองค์ประกอบของหลักสูตรที่มีความเหมาะสม ครอบคลุมสอดคล้องกับประเด็น ที่ต้องการประเมิน และมีความเป็นไปได้ของการใช้หลักสูตรบูรณาการ ดังที่วิธ รัตน์ไพศาลกิจ (2564) ได้กล่าวว่า หลักสูตรบูรณาการ ควรมีองค์ประกอบที่สำคัญ 3 ด้าน ได้แก่ ด้านเนื้อหาในหลักสูตร ด้านการจัดการเรียนรู้ และด้านการออกแบบหลักสูตร สอดคล้องกับสาลินี อุดมผล (2560) ได้กล่าวถึงการพัฒนาศาสตร์บูรณาการ ว่าควรมีส่วนประกอบของหลักสูตร 3 ส่วน คือ หลักสูตรบูรณาการ คู่มือการใช้หลักสูตรบูรณาการ และหน่วย การจัดการเรียนรู้และแผนการจัดการเรียนรู้ จึงจะทำให้หลักสูตรมีความสมบูรณ์ มีคุณภาพสามารถนำไปใช้ได้ และ เกษทิพย์ ศิริชัยศิลป์ (2559) ได้กล่าวถึงการพัฒนาศาสตร์บูรณาการในมิติด้านการศึกษาอาชีพของกลุ่มชาติ พันธุ์ โดยให้ความสำคัญกับขั้นตอนของการศึกษาบริบทชุมชนคือ การศึกษาประวัติความเป็นมาของหมู่บ้าน ลักษณะภูมิประเทศ-ภูมิอากาศ ประเพณี วัฒนธรรม ประชากร และการประกอบอาชีพ เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐาน ในการพัฒนาหลักสูตร โดยหลักสูตรบูรณาการควรมีความยืดหยุ่นด้านการจัดการศึกษา ด้านระยะเวลาใน การศึกษา และที่สำคัญต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล ซึ่งการพัฒนาหลักสูตรจะต้องมุ่งเน้นการ ส่งเสริมความร่วมมือกับชุมชนหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นการสร้างความเข้มแข็งทางวิชาการและสร้าง เครือข่ายทางการศึกษา

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาวิเคราะห์แนวคิด ทฤษฎี เกี่ยวกับกระบวนการพัฒนาหลักสูตรของทาบา (Taba,1962) ประกอบด้วย 7 ขั้นตอน เพื่อเป็นกรอบแนวทางในการพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ “กิมมิก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา” โดยบูรณาการแนวคิดในการจัดการเรียนรู้ที่เรียกว่า (STEAM EDUCATION) ซึ่งเป็นการจัดการเรียนรู้ใน 5 สาระ ได้แก่ ความรู้วิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี วิศวกรรมศาสตร์ ศิลปะ และคณิตศาสตร์ เข้าด้วยกัน ทำให้เกิดเป็นเนื้อหาใหม่ที่มีลักษณะเป็นแบบองค์รวม โดยนำ “กิมมิก” หรือที่เรียกว่า เตยทะเล ซึ่งเป็นพืชในท้องถิ่นมาจัดหลักสูตรให้นักเรียนสร้างสรรค์ชิ้นงาน เพื่อถ่ายทอดวัฒนธรรมและภูมิปัญญาของชาวเล (อุรักลาโว้ย) ผ่านการทำโครงการส่งประดิษฐ์ โดยจัดเนื้อหา เป็นหน่วยการเรียนรู้ จำนวน 3 หน่วย และแผนการเรียนรู้ จำนวน 10 แผน ภายใต้หัวข้อเรื่อง “กิมมิก: สาน- ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา” เป็นแกน การจัดการเรียนรู้โดยใช้โครงงานเป็นฐาน (Project-

Based Learning) 7 ขั้นตอน ที่เน้นนักเรียนเป็นสำคัญเปิดโอกาสให้นักเรียนได้เรียนรู้ในทุกขั้นตอนของกระบวนการเรียนรู้ผ่านการลงมือปฏิบัติจริง ครูผู้สอนมีบทบาทหน้าที่เป็นเพียงผู้อำนวยความสะดวก หรือผู้ให้คำแนะนำปรึกษาเท่านั้น ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ ใช้รูปแบบการประเมินผลการจัดการเรียนรู้ที่มีลักษณะเป็นการประเมินตามสภาพจริง โดยวิธีการสังเกต บันทึกการปฏิบัติกิจกรรม และการประเมินชิ้นงาน เพื่อประเมินทักษะอาชีพและความสามารถในการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ของนักเรียนระหว่างการทำงานหรือการร่วมกิจกรรม โดยเริ่มตั้งแต่กระบวนการคิด การวางแผน การมีส่วนร่วมในกิจกรรม และความตั้งใจ จนสำเร็จเป็นชิ้นงาน ดังแผนภาพที่ 1



แผนภาพที่ 1 แสดงหลักสูตรบูรณาการ “กิมมิก: สาน-ศาสตร์-ศิลป์ ร่องรอยวัฒนธรรมและภูมิปัญญา” โดยบูรณาการ ความรู้วิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี วิศวกรรมศาสตร์ ศิลปะ และคณิตศาสตร์ (STEAM)

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1.1 การนำหลักสูตรบูรณาการไปใช้จะต้องมีการประชุมชี้แจงให้ครูผู้สอนรับทราบรายละเอียดของหลักสูตรก่อนนำไปใช้จริง เพื่อเป็นแนวทางในการนำหลักสูตรบูรณาการไปสู่การจัดการเรียนรู้ตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้



1.2 สถานศึกษาขนาดเล็กที่มีข้อจำกัดด้านบุคลากร หรือสถานศึกษาที่อยู่ในพื้นที่ห่างไกล สามารถนำรูปแบบและวิธีการของหลักสูตรบูรณาการไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนให้กับนักเรียนทั้งห้องเรียนปกติและแบบคละชั้นเรียนได้

1.3 หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น องค์การบริหารส่วนจังหวัด องค์การบริหารส่วนตำบล สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา และสถานศึกษา ควรส่งเสริมให้มีการนำองค์ความรู้เกี่ยวกับภูมิปัญญาท้องถิ่น วิถีชีวิต และการประกอบอาชีพ มาใช้ในการจัดการเรียนรู้ การพัฒนาหลักสูตร ตลอดจนนำหลักสูตรไปสู่การปฏิบัติ เพื่อให้ นักเรียนได้ศึกษา เรียนรู้ และสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการพัฒนาหลักสูตรที่บูรณาการกลุ่มสาระการเรียนรู้ นอกเหนือจาก 5 กลุ่มสาระที่ผู้วิจัยได้นำเสนอนี้ภายใต้บริบทโรงเรียน เพื่อให้การพัฒนานักเรียนมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

2.2 หลักสูตรและวิธีการจัดการเรียนรู้ที่พัฒนาจะต้องเอื้อต่อการจัดการเรียนรู้ตามบริบทของสถานศึกษา โดยสถานศึกษาควรนำจุดเด่นที่เป็นอัตลักษณ์หรือภูมิปัญญาท้องถิ่นมาพัฒนาเป็นหลักสูตรบูรณาการ เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้อย่างมีประสิทธิภาพภายใต้บริบทท้องถิ่นตนเอง

2.3 การพัฒนาหลักสูตรบูรณาการ ควรให้ความสำคัญกับการศึกษาข้อมูลพื้นฐานและความต้องการจำเป็นในการพัฒนาหลักสูตร เนื่องจากเป็นข้อมูลที่แสดงถึงภูมิหลังของชุมชน ตลอดจนความคาดหวังต่อการเปลี่ยนแปลงในอนาคต ซึ่งข้อมูลในส่วนนี้จะต้องนำไปใช้ในการวิเคราะห์เพื่อพิจารณาประกอบการสร้างหลักสูตรบูรณาการ

เอกสารอ้างอิง

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2560). *หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551*. กรุงเทพฯ: ครูสภาลาดพร้าว.
- เกษทิพย์ ศิริชัยศิลป์. (2559). *ภูมิปัญญาท้องถิ่นเพื่อการยังชีพ กลุ่มชาติพันธุ์ปกากะญอ บ้านแม่ลิ้น อำเภอมะเมาะจังหวัดลำปาง* (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง.
- ไกรยส ภัทราวาท. (2564). *บทความเรื่องความเหลื่อมล้ำทางการศึกษา*. กรุงเทพฯ: กองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา.
- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. (2551). *อนาคตใหม่ของการศึกษาไทยในยุค Thailand 4.0*. สืบค้นเมื่อ 30 มีนาคม 2565, จาก <http://www.li.mahidol.ac.th/conference2016/thailand4.pdf>
- ชฎารัตน์ บุญจันทร์. (2561). *การจัดการทรัพยากรชายฝั่งเพื่อการท่องเที่ยวเชิงนิเวศของชุมชนเกาะหลีเป๊ะตำบลเกาะสาหร่าย อำเภอเมือง จังหวัดสตูล* (วิทยานิพนธ์ดุษฎีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- ทิพย์พพร ต้นดีสุนทร. (2558). *การศึกษาเพื่อสร้างพลเมือง* (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: สถาบันนโยบายศึกษา.
- นฤมล ขุนวิช่วยและคณะ. (2553). *ชีวิตและวัฒนธรรมชาวเลอูรักลาโว้ยแห่งทะเลอันดามัน* (รายงานวิจัย). มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช.
- พรทิพย์ ศิริภัทราชัย. (2556). STEM Education กับพัฒนาทักษะในศตวรรษที่ 21. *วารสารนักบริหาร*, 33(2), 50-56.

- รวิธ รัตนไพศาลกิจ. (2564). การพัฒนาหลักสูตรนวัตศิลป์จากทุนทางวัฒนธรรมล้านนาสำหรับเยาวชนโดยใช้
การคิดเชิงออกแบบ (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รุ่งชัชดาพร เวหะชาติ. (2564). การพัฒนาศูนย์การเรียนรู้ฐานสมรรถนะ (SMT) สู่อาชีพของเยาวชนให้มีวิถี
ชีวิตโดยใช้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง พื้นที่เกาะหลีเป๊ะ จังหวัดสตูล (รายงานวิจัย). มหาวิทยาลัย
ทักษิณ.
- ศักรินทร์ ชนประชา. (2562). การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมสื่อทำมือสำหรับครูผู้สอนวิชาภาษาไทยในโรงเรียน
โครงการตามพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เขตพื้นที่เกาะจังหวัด
สตูล. วารสารอัล-ฮิกมะฮฺ มหาวิทยาลัยฟาฏอนี, 9(17), 155-171.
- สิริพัชร เจษฎาวิโรจน์. (2546). การพัฒนาหลักสูตรบูรณาการสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียน
วัดเสมียนนารี กรุงเทพมหานคร (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรดุษฎีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สุภัค โอพาพิริยกุล. (2562). STEAM Education: นวัตกรรมการศึกษาบูรณาการสู่การจัดการเรียนรู้. วารสาร
วิจัยและพัฒนาหลักสูตร, 9(1), 1-16.
- สาลินี อุดมผล. (2560). การพัฒนาหลักสูตรบูรณาการอาชีพเพื่อส่งเสริมทักษะการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์
และคุณลักษณะด้านอาชีพ สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎี
บัณฑิต). มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- สำนักงานศึกษาธิการภาค 6 จังหวัดสตูล. (2565). การติดตามสภาพปัญหาเด็กวัยเรียนหลุดจากระบบ
การศึกษา (รายงานผลการวิจัย). สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสตูล.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2560). แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560 – 2579. กรุงเทพฯ:
สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา.
- บุญชม ศรีสะอาด. (2560). การวิจัยเบื้องต้น. (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- Taba, H. (1962). *Curriculum Development: Theory Practice*. New York: McMillan.

พุทธจิตวิทยาการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น
Mind Empowerment in Authentic Life Value of Adolescent
based on Buddhist Psychology

พรทิพย์ เกศตระกูล¹, สิริวัฒน์ ศรีเครือดง² และ กมลาศ ภูวชนาธิพงศ์³

Porntip Gadetragoon¹, Siriwat Srikrueadong² and Kamalas Phoowachanathipong³

^{1,2,3}สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

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

Corresponding Author Email: porntipg@gmail.com

Retrieved: January 28, 2023; Revised: April 26, 2023; Accepted: April 28, 2023

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาองค์ประกอบของพลังใจ การเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต และการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น 2) เพื่อพัฒนารูปแบบพุทธจิตวิทยาการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น และ 3) เพื่อนำเสนอรูปแบบพุทธจิตวิทยาการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น ใช้วิธีวิจัยผสมวิธีขั้นสูงแบบประเมินหลายขั้นตอน โดยระยะที่ 1, 2 และ 5 ใช้วิธีวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการวิจัยเอกสาร การสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จำนวน 17 รูป/ท่าน และการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 9 รูป/ท่าน ระยะที่ 3 และ 4 ใช้วิธีการวิจัยเชิงปริมาณ โดยการใช้แบบสอบถามพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต โปรแกรมกิจกรรมพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต และแบบคำถามประชุมสัมมนาผู้เชี่ยวชาญ เก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 454 คน และกลุ่มทดลองจำนวน 42 คน วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยเทคนิคสามเส้า และ QDAT Knowledge วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ด้วยสถิติบรรยาย การวิเคราะห์สหสัมพันธ์และสถิติ t-test ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป และการตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ โดยใช้โปรแกรมลิสเรล (Lisrel)

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. คุณลักษณะของวัยรุ่นที่เห็นคุณค่าแท้ในชีวิต พบว่า มีคุณลักษณะ 4 ประการคือ 1) มีความเห็นที่ถูกต้อง คือ สัมมาทิฐิ 2) ใช้ชีวิตอย่างถูกต้องดีงาม 3) มีความสุขในแบบของตน 4) ทำประโยชน์เพื่อตนและผู้อื่น แนวทางการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่นตามแนวพุทธจิตวิทยา ได้แก่ 1) การได้ทำในสิ่งที่ชอบ 2) การฝึกสมาธิ และ 3) การครองสติให้มั่น

2. รูปแบบที่พัฒนาขึ้นเป็นโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุพุทธจิตวิทยาการเสริมสร้างพลังใจในการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น มีองค์ประกอบที่เป็นปัจจัยสำคัญ และมีความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ ที่จะนำไปสู่การเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่นตามแนวพุทธจิตวิทยา ประกอบด้วย 1) คุณลักษณะของวัยรุ่นที่มีพลังใจ

2) ปัจจัยเกื้อกูลด้วยปัญญา และ 3) ปัจจัยเสริมภายนอก ผลการตรวจสอบโมเดลพบว่า มีความถูกต้องในเชิงทฤษฎี ความเป็นไปได้ และมีความเหมาะสมในเชิงปฏิบัติ

3. ผลการนำเสนอรูปแบบพุทธจิตวิทยาการเสริมสร้างพลังใจในการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่นพบว่า มีความถูกต้องในเชิงทฤษฎี ความเป็นไปได้และความเหมาะสมในเชิงปฏิบัติ การจัดโปรแกรมให้วัยรุ่นได้เรียนรู้จากการมีประสบการณ์ตรงผ่านกิจกรรมที่ชอบ และการสะท้อนคิด สามารถช่วยให้วัยรุ่นเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต เข้าใจความหมายของชีวิต และมีความพึงพอใจในตนเอง

คำสำคัญ: พุทธจิตวิทยา; พลังใจ; ความเข้มแข็งทางใจ; วัยรุ่น; การเสริมสร้างพลังใจ; คุณค่าแท้ในชีวิต

Abstract

The objectives of this study consisted of 1) to study the components of mind power, authentic life value recognition and mind empowerment for authentic life value of adolescent; 2) to develop a model of mind empowerment for authentic life value of adolescent based on Buddhist psychology; and 3) to present a model of mind empowerment in authentic life value of adolescent based on Buddhist psychology. The study was a mixed methods-the multistage evaluation design in nature, Phase 1, 2 and 5 used qualitative research methods employing in-depth interview to collect data from 17 key informants and connoisseurship from 9 key informants; and Phase 3 and 4 employed quantitative research collecting data from 454 samples and 42 experimental group. Qualitative data were analyzed by a Triangulation technic and QDAT knowledge, and quantitative data were analyzed by descriptive statics, correlation and t-test and the validity of the developed model was examined by LISREL program.

The research results were as follows:

1. Regarding the characteristics of adolescents who recognize authentic life value, it was found that there were 4 characteristics of adolescents who recognize authentic life value including 1) having the right view; 2) living a good life; 3) being happy in one's own way; and 4) having a volunteer spirit. Guidelines for mind empowerment to recognize authentic life value based on Buddhist psychology consisted of 1) being able to do what they like; 2) meditation practice; and 3) mindfulness training.

2. The developed model of mind empowerment in authentic life value of adolescent based on Buddhist psychology revealed that the components of important factors and a causal relationship resulted in the recognition of authentic life value consisted of 1) the attributes of teenagers with mind power; 2) intellectual factors; and 3) external factors

promoting an authentic life value recognition. And the results of model assessment revealed that it was theoretically correct, feasible and appropriate in practice.

3. The results of model assessment revealed that it was theoretically correct, feasible and appropriate in practice. The programs were arranged for adolescents to learn from having direct experiences through activities they like, and their reflection could help adolescents see the authentic value in life in order to understand the meaning of life and self-satisfaction.

Keywords: Buddhist Psychology; Mind Power; Resilience; Adolescent; Mind Empowerment; Authentic life value

บทนำ

สังคมปัจจุบันที่มีความเจริญก้าวหน้าในด้านต่างๆ มากมาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งการพัฒนาทางเทคโนโลยี ที่กำลังก้าวไปสู่ Metaverse หรือโลกที่เสมือนจริงแต่ไม่ใช่ของจริง ถือเป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญที่ทำให้เกิดการติดเทคโนโลยีจนฝังแน่นเป็นวิถีชีวิตของคนในยุคปัจจุบัน สิ่งนี้เองที่ทำให้เกิดโรคระบาดแห่งความเหงาและปัญหาโรคซึมเศร้า (สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ (สช.), 2563) มนุษย์มีความสุขสบายทางกายมากขึ้น แต่กลับมีปัญหาด้านจิตใจสูงขึ้น ดังที่สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต, (2562) ได้กล่าวไว้ว่า สังคมยังพัฒนา แต่จิตใจมนุษย์ยังมีปัญหา การวิ่งตามกระแสโลกและยึดติดอยู่กับโลกเสมือนจริง ทำให้วัยรุ่นต้องใช้ชีวิตแบบดิ้นรนแข่งขัน เพื่อตอบสนองความต้องการ เพื่อให้ได้มาในสิ่งที่ไม่ได้ให้ความสุขที่แท้จริง สุดท้ายก่อให้เกิดความท้อแท้ใจ ความเครียด เพราะให้คุณค่ากับสิ่งภายนอกจนไม่เห็นคุณค่าภายในของตน ไม่เห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของตนเอง ขาดความมั่นใจในตนเอง การส่งเสริมให้วัยรุ่นเข้าใจและสามารถมองเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต ทำให้วัยรุ่นสามารถเข้าใจและตระหนักถึงคุณค่าของตนเองและสิ่งต่างๆ รอบตัว ไม่หลงยึดติดกับค่านิยมที่ผิดๆ และสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข การมีพลังใจที่เข้มแข็งเป็นส่วนสำคัญ เปรียบเหมือนการมีภูมิคุ้มกันที่ดีที่ช่วยวัยรุ่น สามารถปรับตัวเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ต่าง ๆ มีความสามารถในการแก้ปัญหา มองเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต มีคุณภาพชีวิตที่ดี และมีแนวทางการดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูกต้อง

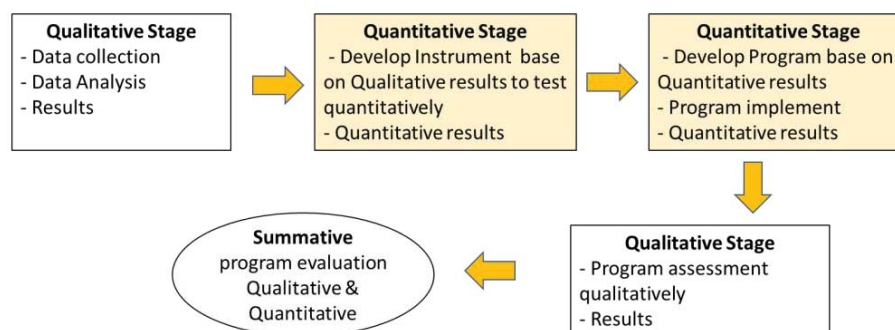
วัตถุประสงค์การวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาองค์ประกอบของพลังใจ การเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต และการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น
- 2) เพื่อพัฒนารูปแบบพุทธจิตวิทยาการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น
- 3) เพื่อนำเสนอรูปแบบพุทธจิตวิทยาการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยโดยใช้วิธีวิจัยผสมวิธีขั้นสูง แบบประเมินหลายขั้นตอน (Mixed Methods - The Multistage Evaluation Design) ซึ่งเป็นแบบแผนที่เหมาะสำหรับการศึกษาที่มีหลายขั้นตอน ซึ่งต้องใช้การออกแบบผสมวิธีที่หลากหลาย และมีการแยกการศึกษาทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ โดยใช้การผสมของวิธีวิจัยพื้นฐาน Convergent Design, Explanatory Sequential Design หรือ Exploratory Sequential Design ใช้กับการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับการประเมินโปรแกรม การประเมินความต้องการ การทดสอบโปรแกรม โดยมีการปรับมาจากวิธีการวิจัยของ Creswell (2018) แสดงได้ดังภาพ

Multistage Evaluation Design



ภาพที่ 1 แสดงวิธีวิจัยแบบประเมินหลายขั้นตอน

(The Multistage Evaluation Design, Adapted From Creswell, 2018)

โดยมีการแบ่งขั้นตอนการวิจัยออกเป็น 5 ระยะ ได้แก่

ระยะที่ 1 การวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยการศึกษาดOCUMENTARY RESEARCH โดยศึกษาข้อมูลชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources) จากคัมภีร์พระไตรปิฎกและอรรถกถาฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยฉบับภาษาไทย ข้อมูลชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources) จากหนังสือ ตำรา ผลงานทางวิชาการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทั้งภาษาไทยและภาษาต่างประเทศ เพื่อนำมาพัฒนารอบแนวคิดการวิจัย

ระยะที่ 2 การวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) และการศึกษาภาคสนาม (Field Study) เพื่อให้ได้องค์ประกอบของพลังใจ การเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต และการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น นำมาพัฒนารูปแบบเป็นโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุพุทธจิตวิทยาการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น

ระยะที่ 3 การวิจัยเชิงปริมาณ ด้วยการนำข้อมูลจากแบบสอบถามมาวิเคราะห์สมการโครงสร้างเพื่อตรวจสอบความตรงของรูปแบบพุทธจิตวิทยาการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่นที่สร้างขึ้น

ระยะที่ 4 การวิจัยเชิงปริมาณ โดยการพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น นำไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่าง และทำแบบวัดก่อนและหลังการร่วมกิจกรรม

ระยะที่ 5 การวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ (Connoisseurship) เพื่อตรวจสอบความเป็นไปได้ในการนำไปปฏิบัติ และนำเสนอองค์ความรู้ของรูปแบบพุทธจิตวิทยาการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น

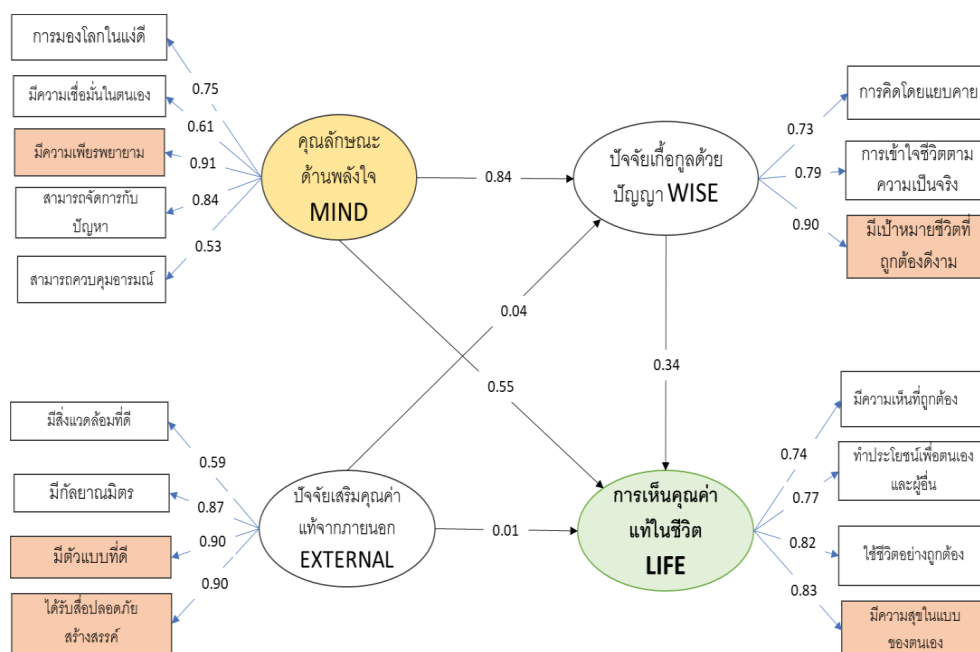
กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาและอาชีวศึกษา วิทยาลัยอาชีวศึกษาจันทบุรี จังหวัด จันทบุรี จำนวน 454 คน นักเรียนมีความสมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัยตลอดระยะเวลาของโครงการ โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย (Simple Random Sampling) การได้มาของขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สูตรของ Hair และคณะ คือ ขนาด 10 คน ต่อ 1 พารามิเตอร์ที่ต้องการประมาณค่าหรือจำนวนเส้นทาง (path) ที่แสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในโมเดลกรอบแนวคิดการวิจัย ในการวิจัยครั้งนี้มีจำนวนพารามิเตอร์ที่ต้องการประมาณค่าทั้งหมด 40 พารามิเตอร์ ดังนั้น ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสมคือไม่น้อยกว่า 400 คน

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า คุณลักษณะของวัยรุ่นที่มีพลังใจ คือ การมองโลกในแง่ดี มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความเพียรพยายาม สามารถจัดการปัญหาได้ สามารถควบคุมอารมณ์ ปักจจัยเสริมสร้างคุณค่าแท้จากภายนอก คือ การมีสิ่งแวดล้อมที่ดี มีกัลยาณมิตร มีตัวแบบที่ดี ได้สืบทอดภัยและสร้างสรรค์ ปักจจัยก่อคุณภายในด้วยปัญญา คือ การคิดโดยแยบคาย การเข้าใจชีวิตตามความเป็นจริง ใช้ชีวิตอย่างถูกต้องดีงาม คุณลักษณะของวัยรุ่นที่เห็นคุณค่าแท้ในชีวิต คือ มีความเห็นถูกต้อง ใช้ชีวิตถูกต้อง ทำประโยชน์เพื่อตนเองและผู้อื่น และมีความสุขในแบบของตน คุณลักษณะของวัยรุ่นที่มีพลังใจ เกิดจากการมีหลักธรรม พละ 5 เสริมด้วย อิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นปักจจัยภายใน โดยมีปักจจัยเสริมคุณค่าแท้จากภายนอก ได้แก่ ปรโตโฆสะ และ ปักจจัยก่อคุณภายในด้วยปัญญา คือ โยนิโสมนสิการ ผสานกับหลักจิตวิทยาเชิงบวก คือการมีเป้าหมายในชีวิตที่ถูกต้องดีงาม ส่งผลให้วัยรุ่นมีพลังใจ ตามหลักจิตวิทยา resilience quotient อันนำไปสู่การเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต

การตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุที่แสดงอิทธิพลของการเสริมสร้างพลังใจที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่นตามแนวพุทธจิตวิทยา พบว่า อิทธิพลของการเสริมสร้างพลังใจที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น มีค่าโคสแควร์เท่ากับ 66.65, องศาอิสระ (DF) เท่ากับ 52, ความน่าจะเป็น (P) เท่ากับ .083, ค่าดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ .983, ค่าดัชนีวัดความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ .955, และค่าดัชนีรากกำลังสองเฉลี่ยของค่าความแตกต่างโดยประมาณ (RMSEA) เท่ากับ .02 คุณลักษณะของวัยรุ่นที่มีพลังใจ อธิบายความแปรปรวนของการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่นได้ร้อยละ 77.50 คุณลักษณะของวัยรุ่นที่มีพลังใจและปักจจัยก่อคุณด้วยปัญญา อธิบายความแปรปรวนของการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่นได้ร้อยละ 75.70 เมื่อพิจารณาอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมที่ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น พบว่า อิทธิพลทางตรงจากคุณลักษณะของวัยรุ่นที่มีพลังใจส่งผลต่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่นมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.55 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 อิทธิพลทางตรงจากปักจจัยก่อคุณด้วยปัญญา ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่นมีค่าอิทธิพลเท่ากับ 0.34 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แต่ไม่ได้รับอิทธิพลทางอ้อมจากปักจจัยเสริมภายนอก นอกจากนั้น ปักจจัยก่อคุณ

ด้วยปัญญายังได้รับอิทธิพลทางตรงจากคุณลักษณะของวัยรุ่นที่มีพลังใจ โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.84 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01



ภาพที่ 2 โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ

ผลการทดลองใช้โปรแกรมกิจกรรมการเสริมสร้างพลังใจในการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตกับกลุ่มทดลอง 42 คน พบว่ากลุ่มทดลองมีพลังใจและเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต สูงกว่าก่อนร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญ

อภิปรายผลการวิจัย

1. พลังใจกับการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต

จากผลการวิจัย พบว่า พลังใจซึ่งเป็นปัจจัยภายในส่งผลโดยตรงต่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น พลังใจเกิดจากการมีหลักธรรมพละ 5 หรือเรียกว่า กำลัง 5 ประการได้แก่ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ดังที่ เป็นไปในทิศทางเดียวกับการศึกษาของ Grotberg เกี่ยวกับคุณลักษณะของความเข้มแข็งทางใจ คือการเป็นผู้มีความหวัง ศรัทธา และเชื่อมั่นในความถูกต้อง มีความภูมิใจในตัวเอง มีความสามารถในการแก้ปัญหาได้

หลักธรรม พละ 5 เริ่มต้นที่ศรัทธา เมื่อมีศรัทธาจะก่อให้เกิดความเพียร หรือวิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา จึงเกิดเป็นกำลังหรือพลังใจที่พร้อมใช้งาน ผลจากการวิเคราะห์ทางสถิติพบว่าความเพียรหรือวิริยะ ส่งผลต่อพลังใจสูงสุด ผลการทดลองก็เป็นเช่นเดียวกัน ซึ่งสอดคล้องกับสิ่งที่ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตโต), 2562) ได้กล่าวไว้ว่า การสร้างปัญญาไม่จำเป็นต้องเริ่มที่ศรัทธาเสมอไป ศรัทธาจึงไม่ถูกจัดเป็นองค์มรรค แสดงให้เห็นว่า ในวัยรุ่นที่ขาดศรัทธา ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เราสามารถที่จะหาบุคคลภายนอกให้เกิดความเพียรเล็ก ๆ ขึ้น ด้วยการนำสิ่งที่ชอบมาเป็นแรงจูงใจในเบื้องต้น เช่น การให้รางวัลที่ชอบ พุทธพจน์

ที่ว่า วิริเยน ทุกขมจเจติ บุคคลจะล่วงทุกข์ได้เพราะความเพียร ก็แสดงให้เห็นถึงความสำคัญของความเพียรในการที่ทำให้บุคคลประสบความสำเร็จ ดังที่ Angela Duckworth (2016) ได้กล่าวถึง Grit หรือ พลังของความเพียรว่า พรสวรรค์มีอิทธิพลต่อความสำเร็จน้อยกว่าความมุ่งมั่นและความอดทน และความเพียรสามารถฝึกฝนได้ ดังนั้นการจะประสบความสำเร็จได้ จึงต้องอาศัยความเพียรเป็นสำคัญ วัยรุ่นที่มีพลังใจสูง ถึงแม้จะเจอสถานการณ์ที่เลวร้ายหรืออยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อมที่ไม่ดี ก็จะมีแนวโน้มหาหนทางแก้ไขหรือดำเนินชีวิตไปในทางที่ถูกต้องได้ สามารถพลิกปัญหาให้เป็นโอกาส (กรมสุขภาพจิต, 2563) สามารถพึ่งพาตัวเองได้ และสามารถที่จะแบบอย่างที่ดีและเป็นที่ยิ่งของครอบครัว เพื่อนและสังคมได้ด้วย

2. ปัจจัยส่งเสริมการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต

จากผลการวิจัยสะท้อนให้เห็นว่า ปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตให้กับวัยรุ่น สามารถแยกเป็น ปัจจัยภายใน และ ปัจจัยภายนอก

ปัจจัยภายในคือปัจจัยที่เกิดจากปัญหา ได้แก่ การคิดโดยแยกกาย การเข้าใจชีวิตตามความเป็นจริง และการมีเป้าหมายชีวิตที่ถูกต้อง สอดคล้องกับหลักธรรมโยนิโสมนสิการ การคิดพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ทำให้วัยรุ่นเข้าใจสิ่งต่างๆ ตามเหตุตามผล มองเห็นและเข้าใจชีวิตตามความเป็นจริง สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ ทิพย์สุดา โกยวณิช และคณะ (2556) ที่พบว่า ผลการศึกษากลุ่มตามหลักโยนิโสมนสิการ ช่วยพัฒนาพฤติกรรมกรบิโรคด้วยปัญญาของวัยรุ่น เมื่อวัยรุ่นเข้าใจชีวิตตามความเป็นจริง ก็ทำให้มีเป้าหมายในชีวิตของตนเองที่ถูกต้องเหมาะสม ดำเนินชีวิตอย่างมีความหมาย มีความหวังและมีทิศทางไปสู่อนาคตที่ชัดเจน ทำให้เกิดพลังที่จะทำสิ่งนั้นให้สำเร็จ ดังเช่น ทฤษฎีจิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology) ของ Martin Seligman (2013) ที่กล่าวว่า การบรรลุเป้าหมายด้วยความมานะ เป็นพลัง เป็นกำลังใจและความสุขในรูปแบบของความนับถือตัวเอง เพราะการมีเป้าหมายในชีวิต เป็นเหมือนพลังบวกที่ทำให้เกิดความปรารถนาที่จะไปถึงเป้าหมาย การมีเป้าหมายในชีวิตที่ถูกต้องจึงมีความสำคัญต่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต ดังที่นายแพทย์ ประเวศ ชันตีพิวัฒนสกุล (2551) ได้กล่าวว่าการมีจุดมุ่งหมายในชีวิต เรียนรู้ที่จะตั้งเป้าหมายให้เหมาะสมกับสถานการณ์ เป็นการสร้างพลังใจให้กับตนเอง

ปัจจัยภายนอก คือทุกสิ่งทุกอย่างที่อยู่รอบตัว การอยู่ในสภาพแวดล้อม สภาพสังคมที่ดี มีกัลยาณมิตรที่ดี ไม่ว่าจะเป็น บิดามารดา ครอบครัว เพื่อน คุณครู การมีตัวแบบที่ดี รวมถึงสื่อต่างๆที่วัยรุ่นได้รับ ล้วนส่งผลต่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต โดยเฉพาะสื่อ online มีผลต่อชีวิตของวัยรุ่นเป็นอย่างมาก ผลการวิจัยของ ปริญญา ชะอินวงศ์ (2563) ที่พบว่า การที่วัยรุ่นถูกรังแกผ่านโลกโซเชียล ส่งผลต่อความเสี่ยงในการฆ่าตัวตายสูง เป็นตัวอย่างที่แสดงให้เห็นผลของสิ่งแวดล้อมต่อการดำเนินชีวิตในโลกปัจจุบันที่ชัดเจน สอดคล้องกับหลักธรรม ปรัตติยสัจ ที่แปลว่า เสี่ยงจากผู้อื่น คือ การรับฟังคำแนะนำสั่งสอน ฟังคำบอกเล่าของผู้อื่น เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่เข้าไปผูกพันกับสังคม มองหาบุคคลเป็นที่ยึดเหนี่ยว และต้องการตำแหน่งทางสังคมตามทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของ Erickson เช่นเดียวกับการศึกษาของ Grotberg (2005) เกี่ยวกับลักษณะของความเข้มแข็งทางใจ พบว่า ปัจจัยภายนอก คือ การมีบุคคลหรือแหล่งสนับสนุน คอยช่วยเหลือ เป็นองค์ประกอบที่ทำให้เกิดพลังใจ สอดคล้องกับ Coopersmith (1981) ที่กล่าวว่าองค์ประกอบภายนอก ได้แก่ ความสัมพันธ์ในครอบครัว การดูแลสนับสนุนจากครอบครัว มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง วัยรุ่นเป็น

ช่วงวัยที่มีการพัฒนาทางด้านสติปัญญามาก การได้รับคำแนะนำและความช่วยเหลืออย่างถูกต้อง เหมาะสม จะช่วยให้วัยรุ่นสามารถพัฒนาและเติบโตอย่างมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้ ดังนั้นการส่งเสริมให้วัยรุ่นเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต จึงสามารถทำได้ด้วยการสร้างสิ่งแวดล้อมที่ดี มีตัวแบบที่ดี ได้คำแนะนำช่วยเหลือ เป็นการช่วยส่งเสริมพัฒนาการของวัยรุ่นไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสม

ทั้งปัจจัยภายในคือการมีความคิดที่ถูกต้องและปัจจัยภายนอกคือสภาพแวดล้อมที่ถูกต้องจึงมีผลต่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต ดังที่ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต, 2556) ได้กล่าวไว้ว่า คนเรานี้จะมีความสุขอย่างแท้จริง ต้องดำเนินชีวิตให้ถูกต้อง คือจะต้องปฏิบัติถูกต้องต่อชีวิตของตนเองและต่อสภาพแวดล้อมทั้งทางสังคม ทางธรรมชาติและทางวัตถุโดยทั่วไป รวมทั้งเทคโนโลยี คนที่รู้จักดำเนินชีวิตได้ถูกต้อง ย่อมมีชีวิตที่ดีงามและมีความสุขที่แท้จริง ซึ่งหมายถึงการมีความสุขของตนเองที่เอื้อต่อการมีความสุขของผู้อื่นด้วย

3. แนวทางการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต

จากผลการวิจัย ชี้ให้เห็นแนวทางการเสริมสร้างพลังใจในการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต โดยเริ่มต้นจากการให้วัยรุ่นได้ทำในสิ่งที่ชอบ เพราะเมื่อเราชอบสิ่งใด เราจะมีอารมณ์ดี มีความสุขในการทำสิ่งนั้น การฝึกสติและสมาธิ ช่วยให้วัยรุ่นสามารถทำสิ่งที่ชอบให้เป็นสิ่งที่ใช้ได้ คือเป็นสิ่งถูกต้อง เป็นประโยชน์ จนประสบความสำเร็จได้ในที่สุด พระพรหมคุณาภรณ์ ได้กล่าวว่า พลังใจสามารถสร้างเสริมได้ด้วยการฝึกสมาธิ เช่นเดียวกับ พระอาจารย์ วริยงค์ สิริธโร (2556) ท่านได้สอนวิธีการทำสมาธิอย่างง่ายที่สุด เหมาะกับทุกคน ทั้งคนที่เคยทำและไม่เคยทำสมาธิมาก่อน เพื่อให้วัยรุ่นได้เข้าถึงสมาธิได้ง่าย อันจะเป็นประโยชน์ในการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นเป็นอย่างมาก ในทางจิตวิทยาก็เช่นกัน Jean Carpenter-Williams (2017) ได้ออกแบบโปรแกรมการพัฒนาความเข้มแข็งทางใจ หรือพลังใจ โดยมีการฝึกเจริญสติ (Mindfulness) และการฝึกโยคะ ร่วมกับกิจกรรมการฝึกการแก้ปัญหา การเลือกทำในสิ่งที่ชอบโดยขาดสติ อาจทำให้สิ่งที่เราชอบไปสร้างความเสียหายหรือโทษแก่ผู้อื่น หรือแม้กระทั่งกับตัวเราเอง ดังนั้นการเลือกทำในสิ่งที่ชอบจึงต้องประกอบไปด้วยการมีสติกำกับ จึงจะเป็นการเสริมสร้างพลังใจที่ถูกต้อง ดังเช่น Grotberg (2005) กล่าวถึงประโยชน์ของการเสริมสร้างให้บุคคลมีพลังใจ ว่าเป็นการช่วยส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาทางความคิด มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และรับรู้ในสิ่งที่ตนเองเป็นอย่างเหมาะสม

4. คุณลักษณะของวัยรุ่นที่เห็นคุณค่าแท้ในชีวิต

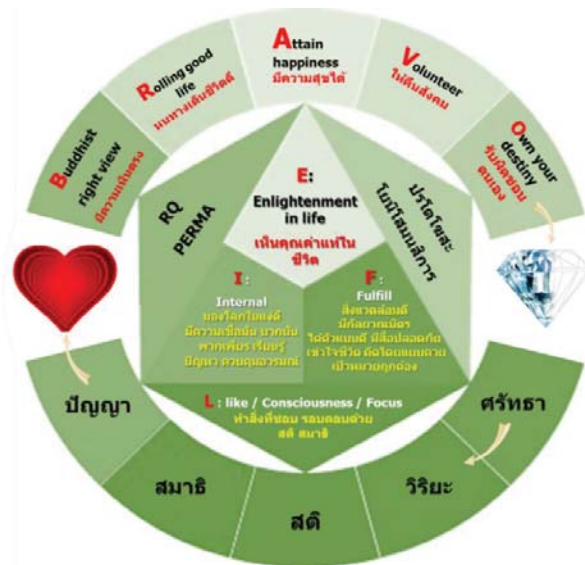
สิ่งที่ได้ค้นพบในส่วนของการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต พบว่าคุณลักษณะหนึ่งที่มีในบุคคลที่เห็นคุณค่าแท้ในชีวิต คือการทำประโยชน์เพื่อผู้อื่น โดยปกติทั่วไปเราจะเห็นความรู้ที่มุ่งเน้นไปที่การสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง การสร้างความเชื่อมั่นในตนเองให้เกิดขึ้น เนื่องจากเป็นสิ่งที่สังคมให้ความสำคัญ โดยธรรมชาติของมนุษย์มีความต้องการเป็นที่ยอมรับของสังคมอยู่แล้ว ทำให้บางคนพยายามแสดงออกว่าตนเองเป็นคนที่มีความเชื่อมั่น จึงไม่แปลกที่เราจะเห็นหลายๆคน ดูเข้มแข็งในโลกออนไลน์ แต่กลับมีความอ่อนแอในโลกแห่งความจริง เพราะหลงไปยึดติดกับคุณค่าปลอมๆที่สังคมกำหนดให้ แต่บุคคลที่เห็นคุณค่าแท้ในชีวิตจะเข้าใจว่า มนุษย์ทุกคนมีคุณค่าแท้ติดตัวมาตั้งแต่เกิดคือคุณค่าของการได้เกิดมาเป็นมนุษย์ซึ่งเป็นสิ่งที่ได้มาโดยยาก ทุก ๆ คนมีคุณค่าในแบบของตนเอง ดังนั้น บุคคลที่เห็นคุณค่าแท้ในชีวิต จะใช้ชีวิตอย่างรู้คุณค่า การสร้างประโยชน์เพื่อสังคม เพื่อส่วนรวม ส่งผลให้เกิดความภูมิใจในตนเอง และการเป็นที่ยอมรับและชื่นชมของสังคม ซึ่งเป็นสิ่งที่



บุคคลปรารถนา ดังนั้น การทำประโยชน์เพื่อผู้อื่นจึงยังเป็นการสร้างการตระหนักรู้ในคุณค่าแท้ของชีวิตด้วยเช่นกัน

องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

สิ่งที่ได้ค้นพบในส่วนของพลังใจ พบว่า ความเพียรหรือวิริยะ เป็นปัจจัยสำคัญ และสามารถเป็นจุดเริ่มต้น ที่ส่งผลต่อพลังใจในการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต ความเพียรที่ถูกต้องคือความเพียรอย่างมีสติ ความพยายามในหนทางที่เป็นไปได้ ดังที่ Song Xiaodong (2019) อาจารย์วิชาจิตวิทยาแห่งความสุข และนักเขียนหนังสือขายดี เขียนไว้ในหนังสือ “Effective Efforts : พยายามถูกวิธี มีแต่สำเร็จ” ว่าความสำเร็จจะเกิดขึ้นเมื่อคุณสามารถเปลี่ยนความพยายามให้เป็นคุณค่าได้ ความเพียรที่ถูกต้องจะนำไปสู่ความสำเร็จเล็ก ๆ ที่ก่อให้เกิดความเชื่อมั่น ความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อความศรัทธาเกิด ย่อมส่งผลให้ความเพียรมีมากขึ้น ความมุ่งมั่นจะมีเพิ่มขึ้น จนสามารถบรรลุเป้าหมายในสิ่งที่ตั้งไว้ ผลสำเร็จเล็ก ๆ ที่เกิดขึ้นนี้เอง จะส่งผลให้ความศรัทธามีมากขึ้น ความเพียร ความมุ่งมั่น และปัญญา ก็จะเติบโตขึ้นอย่างต่อเนื่อง จนเกิดเป็นพลังใจที่แข็งแกร่ง จนสามารถเห็นคุณค่าที่แท้จริงในชีวิต ดังนั้นการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต จึงต้องเกิดจากการสร้างพลังใจอย่างต่อเนื่อง ด้วยการมีความเพียรที่ถูกต้องอย่างต่อเนื่อง สิ่งที่ได้ค้นพบในส่วนของแนวทางในการเสริมสร้างพลังใจในการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต คือการที่ให้อยู่ในสิ่งที่ชอบ อย่างมีสติ และสมาธิ สติจะเป็นตัวกลั่นกรองว่าสิ่งที่อยากทำ เป็นสิ่งที่ดี มีคุณหรือมีโทษ หากเพียงอยากทำในสิ่งที่ชอบ แต่ขาดสติสมาธิ สิ่งที่ชอบอาจเป็นโทษต่อผู้อื่นและนำความเดือดร้อนมาให้ในภายหลัง สมาธิทำให้มีความมุ่งมั่นทำด้วยความเต็มใจ จนการกระทำเป็นผลสำเร็จ เกิดความศรัทธาในตนเอง เห็นคุณค่าในตัวเอง ภูมิใจในตนเอง การเห็นคุณค่าแท้ในตนเองจะเติบโตขึ้นอย่างต่อเนื่อง แผ่ขยายไปเป็นการเห็นคุณค่าแท้ในสิ่งต่าง ๆ รอบตัว เป็นการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต การเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตต้องอาศัยการพัฒนาพลังใจอย่างต่อเนื่อง เริ่มต้นจากสิ่งที่ชอบ ต่อยอดเป็นสิ่งที่ใช่ ฝึกสติปลูกพลังจากภายใน ก้าวเดินไปด้วยความเชื่อมั่น บากบั่นไม่ย่อท้อ การเสริมสร้างพลังใจที่สำคัญ คือการสร้างพลังใจภายในตัวเอง หากวัยรุ่นมีพลังใจที่แข็งแรง แล้วได้ปัจจัยภายนอกที่ดี เช่นการมีกัลยาณมิตร มีตัวแบบที่ดี ก็จะทำให้สามารถเติบโตขึ้นเป็นบุคคลที่เห็นคุณค่าแท้ในชีวิต ดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพ มีความสุข สร้างคุณค่าให้กับตนเองและสังคมได้ สรุปองค์ความรู้จากการวิจัยพุทธจิตวิทยา ด้วย LIFE Model แสดงดังภาพที่ 3



ภาพที่ 3 องค์ความรู้จากการวิจัย LIFE Model

LIFE Model หรือ โมเดลคุณค่าแท้ในชีวิตด้วยพุทธจิตวิทยา จากแผนภาพดังกล่าวแสดงให้เห็นการเสริมสร้างพลังใจในการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่นตามหลักพุทธจิตวิทยา ซึ่งประกอบด้วย 4 ตัวอักษรย่อได้แก่ L I V และ E มีความหมายดังนี้

L: Live what you like with consciousness and focus คือการเริ่มต้นจากการเลือกทำในสิ่งที่ชอบ การหมั่นฝึกสมาธิ เพื่อให้เกิดสติ และจิตที่ตั้งมั่น มองเห็นด้านดีหรือโอกาสในสิ่งที่ทำ ส่งผลให้เกิดความสำเร็จเล็กๆ ที่ก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง สติเป็นจุดกำเนิดให้เกิดปัญญา ช่วยเปลี่ยนสิ่งที่ชอบให้เป็นสิ่งที่ใช่ คือ เป็นสิ่งที่ถูกต้องเหมาะสม

I: Internal Empowerment เกิดเป็นพลังใจจากภายใน เกิดความเพียรพยายาม ความมุ่งมั่น ความสามารถในการจัดการทั้งภายใน คือการควบคุมอารมณ์ และภายนอก คือการจัดการปัญหาด้วยสติและปัญญา ผลักดันให้เกิดเป็น พละปัจจัย พลังจากพละ 5 นำพาพลังใจที่แข็งแกร่งขึ้น เป็นผู้ที่ชนะตนเอง ด้วยคุณลักษณะ 5 ประการ คือ BRAVO ซึ่งได้แก่ Be positive, Reliable on yourself, Attain persistence, Versatile problem solver และ Overcome emotion (มองโลกในแง่ดี มีความเชื่อมั่น บากบั่นพากเพียรเรียนรู้ปัญหา และสามารถควบคุมอารมณ์)

F: Fulfill with right thought and environment พลังเสริม โดยการเกื้อกูลจากภายนอก ได้แก่ ปรโตโมสยะ คือสภาพแวดล้อมที่ดี มีกัลยาณมิตร การเลือกตัวแบบที่ดี และการรับสื่อสร้างสรรค์ ผสานกับปัญญาภายใน ได้แก่ เข้าใจชีวิต คิดโดยแยบคาย เป้าหมายถูกต้อง เป็นปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมให้เกิดการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต

E: Enlightenment in life นำมาสู่การได้พบแสงสว่างแห่งชีวิตคือการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต คุณลักษณะของวัยรุ่นที่มีพลังใจในการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตตามแนวพุทธจิตวิทยา ได้แก่ BRAVO - Buddhist



right view, Rolling noble life, Appreciative state of being, Volunteering spirit in community, Own your Destiny (มีความเห็นตรง หนทางเดินชีวิตดี มีความสุขได้ ให้คืนสังคม รับผิดชอบชีวิตตน)

การเสริมสร้างพลังใจในการเห็นคุณค่าที่แท้จริงของชีวิต เป็นสิ่งสำคัญไม่เพียงแต่สำหรับวัยรุ่นเท่านั้น แต่สำหรับทุกชีวิตที่ได้เกิดมา เราได้เห็นปัญหาด้านจิตใจเกิดขึ้นกับบุคคลทุกวัย ทุกอาชีพ องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยชิ้นนี้ บุคคลสามารถนำไปใช้เพื่อเสริมสร้างพลังใจให้กับตนเองด้วยวิธีการฝึกสติแบบง่ายๆ เช่นการนั่งสมาธิ วันละ 5 - 10 นาที ในเวลาที่สะดวก การหายใจลึก ๆ เพื่อให้เกิดสติรู้ตัวระหว่างวัน จากนั้นนำมาพิจารณาในสิ่งที่ทำทุกวัน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการเรียนรู้ การงานหรือการใช้ชีวิต สติ สมาธิ จะช่วยให้บุคคลมีความเข้าใจสิ่งต่างๆตามความเป็นจริงมากขึ้น มองเห็นคุณค่าแท้ในชีวิต และใช้ชีวิตได้อย่างมีคุณภาพและมีความสุข

สรุป

การเสริมสร้างพลังใจในการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น ด้วยการให้วัยรุ่นได้เลือกทำในสิ่งที่ชอบอย่างมีสติ เสริมด้วยการฝึกสมาธิ จะส่งผลให้พลังใจภายในองกามขึ้น วัยรุ่นที่มีพลังใจจะเป็นผู้ที่มีพลังใจในแง่ดี มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความเพียรพยายาม สามารถจัดการกับปัญหา และสามารถควบคุมอารมณ์ได้ ซึ่งเป็นคุณลักษณะของผู้ที่มี พละ 5 พลังใจสามารถสร้างเสริมจากปัจจัยภายนอก ทั้งในส่วนของสภาพแวดล้อม การมีครอบครัว ครู เพื่อน คนรอบข้าง เป็นกัลยาณมิตร การเรียนรู้จากตัวแบบที่ดี และการเลือกรับสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ โดยอาศัยการคิดด้วยปัญญา หรือ โยนิโสมนสิการ การฝึกสติ สมาธิ สามารถช่วยให้วัยรุ่นเกิดการคิดทบทวน เข้าใจชีวิตตามความเป็นจริง และมีเป้าหมายในชีวิตที่ถูกต้อง พลังใจจากภายในมีความสำคัญต่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตมากที่สุด พลังใจจะเกิดขึ้นได้ ต้องอาศัยความเพียรพยายามจนประสบความสำเร็จ จึงเกิดความสำเร็จเชื่อมั่นในตนเอง การใช้กิจกรรมที่เด็กชอบ เป็นจุดเริ่มต้นช่วยเปิดใจในการฝึกสมาธิแบบง่ายๆ กระบวนการจัดกิจกรรมที่เข้าใจได้ง่าย ช่วยกระตุ้นการสะท้อนคิดการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตให้กับเด็กๆอย่างได้ผลดีมาก หลักธรรมของพระพุทธองค์ เป็นหลักธรรมที่สามารถนำมาใช้ในวิถีชีวิตปัจจุบัน ช่วยให้บุคคลมีความสุขเจริญในทางโลกได้

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นถึงประสิทธิภาพและประสิทธิผลของพุทธจิตวิทยาการเสริมสร้างพลังใจเพื่อการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่น เพื่อให้องค์ความรู้จากงานวิจัยได้สร้างประโยชน์ในวงกว้าง ผู้วิจัยขอแนะนำข้อเสนอแนะ ดังต่อไปนี้

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 กระทรวงศึกษาธิการ สามารถนำแนวทางการเสริมสร้างพลังใจในการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตของวัยรุ่นตามแนวพุทธจิตวิทยา ไปเพิ่มในข้อปฏิบัติของโรงเรียน และสถานศึกษา เช่น การจัดให้นักเรียน ได้ยืนสมาธิ 5 นาที หลังจากการเคารพธงชาติ การจัดให้มีการนั่งสมาธิ 5 นาที ก่อนการเรียนในช่วงเช้า ช่วงบ่าย และสอดแทรกไปกับการจัดกิจกรรมต่างๆของโรงเรียน และสถานศึกษา

1.2 กระทรวงศึกษาธิการ สามารถพัฒนาหลักสูตรการเสริมสร้างพลังใจในการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตให้กับบุคลากรและเจ้าหน้าที่ของกระทรวงศึกษาธิการ รวมถึงผู้ปกครองและครอบครัวของเด็กนักเรียน

2. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

2.1 การพัฒนาเครื่องมือเสริมสร้างพลังใจในการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตที่ให้แก่เด็ก ๆ และผู้สนใจสามารถเรียนรู้และทำเองได้ เช่น คู่มือทำสมาธิแบบง่าย คู่มือเปลี่ยนกิจกรรมที่ชอบให้เป็นกิจกรรมที่ใช้ การทำสมุดบันทึกการฝึกสมาธิ “พลังใจไดอารี่” หรือสมุดบันทึกการสะท้อนคิด “ปฏิบัติการค้นหาคุณค่าแท้”

2.2 การพัฒนาเป็นสื่อสร้างสรรค์ ในแบบที่เข้าใจง่าย ตามกระแสนิยม ผ่านทาง social media เช่น face book, youtube, TikTok , e-book เช่น “ทรงไม่แบด แซดไม่บอย พลังใจเต็มร้อย” หรือพัฒนาเป็นหนังสือเสียง หนังสือขนาดกระทัดรัดสไลด์วิทยุ เช่น หนังสือเรื่อง “ชีวิตดีที่มีคุณ (ค่า)”

2.3 แนวทางการฝึกสติ สมาธิแบบง่าย ๆ เป็นสิ่งที่ทุกคนสามารถนำไปปรับใช้กับตนเองได้ ด้วยการทำสมาธิ หรือการใช้เวลาอยู่นิ่ง ๆ ตามคู่มือหายใจของตนเอง ควรทำอย่างต่อเนื่อง เริ่มต้นจากวันละ 5 นาที แล้วค่อย ๆ เพิ่มขึ้น เป็น 10 นาที 15 นาที

3. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

3.1 การศึกษาความสัมพันธ์ของการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตและพลังใจในมุมตรงกันข้าม เพื่อให้ทราบว่า พลังใจและการเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตมีความสัมพันธ์เกื้อกูลซึ่งกันและกันหรือไม่ เป็นไปได้หรือไม่ที่การเห็นคุณค่าแท้ในชีวิตส่งผลให้มีพลังใจเพิ่มขึ้น

3.2 การพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมเต็มรูปแบบ และนำไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่างที่แตกต่างกัน เช่น กลุ่มวัยทำงาน กลุ่มนักเรียนที่ขาดโอกาส กลุ่มนักเรียนที่มีต้นทุนชีวิตสูงแต่มีปัญหาด้านจิตใจ

3.3 การพัฒนาองค์ความรู้ให้ก้าวหน้ามากยิ่งขึ้น โดยการทำวิจัยแบบการวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุทุกระดับ Multi-level casual model (MLCM) เพื่อให้เข้าใจความสัมพันธ์ในระดับที่แตกต่างกัน ของตัวแปรที่แตกต่างกัน หรือการวิจัยแบบโมเดลการวิเคราะห์องค์ประกอบระยะยาว (Longitudinal factor analysis) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในระยะยาว

เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต. (2563). *แนวทางการดูแลสุขภาพจิตด้านจิตใจ*. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: ปิยอนด์พับลิชชิง.
- ทิพย์สุตา โกยานิชย์ และคณะ. (2556). ผลของการปรึกษากลุ่มตามหลักโยนิโสมนสิการเพื่อพัฒนาพฤติกรรม การบริโภคด้วยปัญญาของวัยรุ่น. *วารสารศึกษาศาสตร์*, 24 (2), 47-61.
- ประเวช ตันติพิวัฒนสกุล. (2551). *คู่มือจัดกิจกรรมการสร้างเสริมความเข้มแข็งทางใจ สำหรับบุคลากรสาธารณสุข*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- ปริญญญา ชะอินวงษ์. (2563). การถูกรังแกผ่านโลกโซเชียลและความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายในเยาวชน. *วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต*, 34 (3), 133.
- พระธรรมมงคลญาณ (พระอาจารย์ วิริยงค์ สิริธโร). (2556). *หลักสูตรครูสมาธิ เล่ม 3*. (พิมพ์ครั้งที่ 11). กรุงเทพฯ: พิมพ์.



- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2556). *โยนิโสมนสิการ วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม*. (พิมพ์ครั้งที่ 24). ฉบับข้อมูลคอมพิวเตอร์.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2563). *พุทธธรรม* (ฉบับปรับปรุง). (พิมพ์ครั้งที่ 54). กรุงเทพฯ: ผลิตภัณ.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2562). *จากจิตวิทยา สู่จิตภาวนา*. (พิมพ์ครั้งที่ 19). กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์.
- สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ (สช.). (2563). *ภาวะซึมเศร้าของเด็กและเยาวชน: จะช่วยอย่างไร?*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ (สช.).
- Angela Duckworth, (2016). *Grit: The Power of passion and Perseverance*. New York: An Imprint of Simon & Schuster Inc.
- Coopersmith, S. (1981). The antecedents of self-esteem. Palo Alto. CA: *Consulting Psychologists Press*.
- Grotberg H.E. (2005). Resilience for Tomorrow. *International Council of Psychologists Convention*. Brazil: Iguazu.
- Jean Carpenter-Williams. (2017). *Youth Thrive™: Promoting Youth Resilience*. Washington, D.C: The center for the Study of Social Policy.
- John W. Creswell, (2018). *A Concise Introduction to Mixed Methods Research*. USA: SAGE Publications, Inc.
- Song Xiaodong. (2019). *Effective Efforts*. China: Sichuan Tiandi Publishing House Co., Ltd.
- Van Zyl, L. E. (2013). Seligman's flourishing: An appraisal of what lies beyond happiness. *SA journal of industrial psychology*, 39(2), 1-3.
-

การขัดเกลาทางสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา Socialization According to Buddhism

เลิศสรชัย หนูสวัสดิ์¹, สุปรียา ชำนาญพุฒิพร² และ กันตภณ หนูทองแก้ว³

Letsurachai Noosawat¹, Supreecha Chamnanphuttiphon² and Kantaphon Nuthongkaew³

^{1,2,3}คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตศรีธรรมมาโคกราช

^{1,2,3}Faculty of Social Sciences Mahamakut Buddhist University Srithammasokraj Campus, Thailand

Corresponding Author E-mail: lertsura2526@gmail.com

Retrieved: September 26, 2022; Revised: April 25, 2023; Accepted: April 26, 2023

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ ดังนี้ 1) เพื่อศึกษาแนวคิดและทฤษฎีการขัดเกลาทางสังคม 2) เพื่อศึกษาหลักธรรมในการขัดเกลาสังคม 3) เพื่อบูรณาการหลักธรรมในการขัดเกลาสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา 4) เพื่อเสนอองค์ความรู้เกี่ยวกับ “การขัดเกลาทางสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา” การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพโดยรวบรวมข้อมูลทางเอกสาร สัมภาษณ์เชิงลึก ใช้วิธีการเลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ในการสัมภาษณ์เชิงลึก แบบเจาะจง และจัดเวทีเสวนากลุ่ม จากผู้เชี่ยวชาญและผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 16 รูป/คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยวิเคราะห์เนื้อหาและนำเสนอโดยวิธีพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า

1. แนวคิดและทฤษฎีการขัดเกลาทางสังคม พบว่า การขัดเกลาทางสังคมเป็นกระบวนการที่สำคัญในการปรับพฤติกรรม ความคิด ความรู้ ความเชื่อของบุคคลให้มีความเหมาะสม มี 3 ด้าน ดังนี้ ด้านแรกเป็นองค์ประกอบด้านพฤติกรรมเป็นเรื่องของกระบวนการถ่ายทอดการฝึกฝนของระเบียบวินัย กฎ กติกา ด้านที่สององค์ประกอบด้านสมาธิ หรือจิตใจ เป็นการถ่ายทอดคุณค่าของการปลูกฝังคุณธรรมซึ่งเป็นการเสริมสร้างสุขภาพจิตให้สมควรแก่การงาน และด้านที่สามองค์ประกอบด้านปัญญา เป็นการถ่ายทอดด้านวิชาความรู้หรือทักษะต่าง ๆ องค์ประกอบของการขัดเกลาทางสังคมทั้งสามด้านนี้มุ่งหวังให้มนุษย์แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ตามที่กลุ่มสังคมวางเอาไว้

2. หลักธรรมในการขัดเกลาสังคม พบว่า หลักไตรสิกขาเป็นหลักธรรมสำคัญในการขัดเกลาทางสังคมทั้ง ด้านพฤติกรรมโดยมี หลักศีล เป็นควบคุม ด้านสมาธิ หรือจิตใจโดยมี หลักสมาธิเป็นตัวกำกับ และ ด้านปัญญา คือการแสวงหาความรู้โดยมีหลักปัญญาเป็นตัวสนับสนุน

3. บูรณาการหลักธรรมในการขัดเกลาสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา พบว่า การขัดเกลาความประพฤติโดยบูรณาการเข้ากับหลักศีล ทำให้มีวินัย มีระเบียบมีในการดำเนินชีวิตและการอยู่ร่วมกันในสังคมให้เหมาะกับการพัฒนาและให้เอื้อโอกาสในการที่จะพัฒนา การขัดเกลาทางด้านจิตใจ โดยบูรณาการเข้ากับ

หลักสมาธิ ทำให้มีความเมตตา กรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความสามารถของจิตมีความเข้มแข็งมั่นคง ทำให้เกิดความเพียรพยายาม ความรับผิดชอบในการดำเนินชีวิต การขัดเกลาทางด้านความรู้ โดยบูรณาการเข้ากับหลักปัญญา ทำให้มีความเห็น ความรู้ ความเข้าใจ ความหยั่งรู้เหตุผล การรู้จักวินิจฉัย ไตร่ตรอง ตรวจสอบ คิด การต่าง ๆ สร้างสรรค์

4. องค์ความรู้เกี่ยวกับการขัดเกลาทางสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา เรียกว่า MATA Model M คือ Morality หมายถึง การขัดเกลาความประพฤติ โดยมีศีลเป็นตัวควบคุม A คือ Attention หมายถึง การขัดเกลาทางด้านจิตใจ โดยมีสมาธิ เป็นตัวกำกับ T คือ Transfer หมายถึง การขัดเกลาทางด้านความรู้ โดยมีเป็นตัวสนับสนุน A คือ Ability หมายถึง การปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมนำไปสู่การปรับเปลี่ยนทักษะชีวิต ขัดเกลาทางด้านจิตใจนำไปสู่การเพิ่มทักษะชีวิต และการขัดเกลาด้านความรู้นำไปสู่การสร้างทักษะใหม่ในการดำเนินชีวิต

คำสำคัญ: การขัดเกลาทางสังคม; พระพุทธศาสนา

Abstract

The objectives of this Dissertation were as follows: 1) To study the concepts and theories of socialization 2) To study the principles of socialization 3) To integrate principles of socialization 4) To offer new knowledge about " Socialization According to Buddhism" This research is qualitative research by collecting documents (Documenty Investigation), in-depth interview (Key Informants) in the in-depth interview. -depth Interview with a specific model and focus group for 16 experts and experts. The research instrument was an open-ended interview. Analyze data through content analysis and descriptive demonstrations Research findings

The research results found that

1. The concept and theory of socialization have found that socialization is an important process of adjusting behavior, thoughts, and knowledge. A person's beliefs should be appropriate in three aspects: the first is a component of behavior, which is the process of imparting discipline. Rules, rules, second aspect, meditation or psychological elements. It conveys the values of cultivating morality, namely strengthening mental health suitable for work and the three elements of intelligence. It is the transfer of various knowledge or skills. These three elements of socialization aim to enable humans to exhibit the ideal behaviors set by social groups.

2. Dharma principles in socialization. It was found that the Trisikkha principle is an important principle in socialization both behavioral aspect with avoidance of precepts as

control; Concentration or mind with Concentration is the direction and wisdom is the pursuit of knowledge supported by wisdom.

3. Integration of dharma principles in socialization according to Buddhism found that cultivating behaviors by integrating them with precepts leads to discipline, orderliness in life and coexistence in society. to be suitable for development and to provide opportunities for development psychological refinement by integrating with the principle of meditation to have mercy generosity The ability of the mind is strong and stable. to make efforts life responsibility polishing of knowledge by integrating with the wisdom to have an opinion, knowledge, understanding, and rationale Knowing, diagnosing, reflecting, examining, thinking, being creative

4. The body of knowledge about socialization according to Buddhism is called MATA Model M, which is Morality, means polishing one's conduct. with sali as the control, A is Attention, refers to the refinement of the mind, with concentration as the dictator, T is Transfer, means the refinement of knowledge. with a supportive A is Ability means to improve behavior leading to life skill changes. Psychological refinement leads to enhanced life skills. And the refinement of knowledge leads to the creation of new skills in life.

Keywords: Socialization; Buddhism

บทนำ

กล่าวโดยทั่วไปมนุษย์แตกต่างจากสัตว์อื่นในแง่ที่ต้องได้รับการขัดเกลาอบรมสั่งสอนตั้งแต่เกิดจนตาย เป็นกระบวนการเรียนรู้กฎเกณฑ์ของกลุ่มหรือสังคมหนึ่ง ๆ ที่กำหนดไว้ทั้งโดยตรงและโดยอ้อมเพื่อให้บุคคลนั้นได้มีแบบแผนของพฤติกรรมที่เป็นประโยชน์แก่กลุ่ม และสามารถดำรงอยู่ร่วมกับกลุ่มได้อย่างเป็นระเบียบ การขัดเกลาทางสังคม (Socialization) จึงเป็นสิ่งที่มนุษย์ต้องประสบตลอดชีวิตเพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคม แต่มนุษย์ไม่ได้เป็นสัตว์สังคมโดยกำเนิดเพราะมนุษย์ยังไม่มีพัฒนาการบางอย่างที่จำเป็นต่อการอยู่รอด เช่น การดำเนินชีวิต การมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น เป็นต้น ด้วยเหตุนี้มนุษย์จึงจำต้องผ่านกระบวนการขัดเกลาทางสังคม เพื่อความเป็นมนุษย์อย่างแท้จริง การขัดเกลาเป็นสิ่งที่จำเป็นที่จะขาดเสียมิได้ตั้งแต่เด็กจนเป็นผู้ใหญ่ เป็นหลักในการปฏิบัติที่คนเราจะต้องเรียนรู้คุณค่า กฎเกณฑ์ ระเบียบแบบแผนของกลุ่มหนึ่ง ๆ ที่กำหนดไว้ เพื่อให้มีความสัมพันธ์กันได้ ฉะนั้นการขัดเกลาจึงเป็นวิธีการถ่ายทอดวัฒนธรรมให้บุคคลสามารถปรับตัวเข้ากับวิถีชีวิตของกลุ่มที่ตนเป็นสมาชิกเป็นการรับเอาคุณค่าของกลุ่มที่เราาร่วมด้วยในฐานะเป็นสมาชิกของกลุ่มจึงทำให้มนุษย์เกิดความรู้สึกเป็นตัวตนหรือตัวของตัวเอง (Self) คือ ความรู้สึกที่ว่าตนเป็นมนุษย์ต่างจากคนอื่น สามารถควบคุมความรู้สึกนึกคิด ประพฤติปฏิบัติตามระเบียบ หรือความเหมาะสมในกลุ่มอื่น ๆ การขัดเกลาทางสังคมจึงมีกระบวนการที่ค่อนข้างซับซ้อน และสิ่งที่เรารู้จักนี้อาจจะแสดงออกในรูปของสัญลักษณ์ โดยบุคคลจะต้องผูกพันกับโครงสร้างของสังคมที่มีอยู่ ความผูกพันนี้แสดงออกมาในรูปที่บุคคลจะต้องปฏิบัติ

ตามหน้าที่ และบทบาทในหน้าที่ต่าง ๆ เช่น การงาน การปกครอง การศึกษา การศาสนา การมีครอบครัว การนันทนาการ เป็นต้น (สุพัตรา สุภาพ, 2545)

ปัจจุบันสภาวะทางสังคมและพฤติกรรมของบุคคลที่ไม่พึงปรารถนาที่สร้างความสับสนวุ่นวาย เตือนหรือความทุกข์ให้กับบุคคลจำนวนมาก แสดงถึงความไม่เป็นระเบียบและการเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากการวางแผนการเปลี่ยนแปลงและการพัฒนาสังคม ปัญหาสังคมเหล่านี้รวมไปถึงรูปแบบพฤติกรรมเบี่ยงเบนทั้งหลาย หรืออาจอยู่ในรูปแบบความขัดแย้งทางสังคม เช่น ปัญหาความขัดแย้งทางเชื้อชาติศาสนา ความรุนแรงในครอบครัว ความขัดแย้งทางการค้าและอุตสาหกรรม ความขัดแย้งระหว่างกลุ่มคน เป็นต้น ในสังคมสมัยใหม่แต่ละคนแต่ละกลุ่ม ต่างมีบทบาทหน้าที่ที่ขัดแย้งกันก็จะก่อให้เกิดปัญหาที่แตกต่างกันในองค์กรสังคมทั้งหลาย และเมื่อสถานการณ์บทบาทหน้าที่ที่ขัดแย้งกันก็จะก่อให้เกิดปัญหา ในปัญหาสังคม ขอบเขตของปัญหานี้ก็ยากที่จะกำหนดได้ แต่ก็ปรากฏการณ์ทางสังคมและวัฒนธรรมที่จะกำหนดการเปลี่ยนแปลง ความหมายและความรู้ปัญหาสังคม เช่นเดียวกันการแก้ไขป้องกันปัญหาสังคมก็มีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์เปลี่ยนแปลงของสังคมปัจจุบัน (สุเทพ สุวีรางกูร, 2556)

บุคคลที่อบรมขัดเกลาตนเองดีแล้วย่อมแตกต่างจากผู้ที่ไม่ได้รับการฝึกฝนอบรมมา การอบรมขัดเกลานำมาซึ่งความสุขความสงบทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น ประโยชน์ที่บุคคลได้รับจากการอบรมขัดเกลาเกิดขึ้นกับตนเองโดยตรง จากนั้นก็ส่งผลไปถึงแก่บุคคลอื่น ๆ ด้วย พระพุทธศาสนากล่าวยกย่องบุคคลผู้ที่ได้อบรมขัดเกลาตนเองมาดีว่าเป็นผู้ประเสริฐ เพราะกาย วาจา และใจที่ฝึกฝนอบรมมาดีแล้ว ย่อมจะแสดงพฤติกรรมออกมาด้วยความดีงาม ก่อให้เกิดทั้งประโยชน์ตนและประโยชน์ผู้อื่น แม้การจะบรรลุถึงเป้าหมายของพระพุทธศาสนาคือการหลุดพ้นจากอาสวะกิเลสคือพระนิพพาน ก็ต้องผ่านกระบวนการอบรมขัดเกลาร่างกายตามขั้นตอน เมื่อบุคคลได้มีการอบรมขัดเกลาดีแล้ว ก็ย่อมบรรลุประโยชน์ที่พึงมีพึงได้อย่างเหมาะสมการแสดงออกทางวาจา และทางกาย คือสิ่งที่เรียกว่า พฤติกรรม ซึ่งมักจะอยู่ภายใต้อิทธิพลของความคิด ทศนคติ ความเชื่อ และค่านิยมต่าง ๆ ที่รับผ่านเข้ามา การพัฒนามนุษย์จึงเริ่มต้นด้วยการพัฒนาความสมดุลแห่งองค์ประกอบชีวิตดังกล่าวไม่ให้สุดโต่งไปทางด้านใดด้านหนึ่งมนุษย์ที่มีจิตใจพัฒนาดีแล้ว ย่อมสามารถพัฒนารูปร่างกายให้ติดตามไปด้วย แต่การพัฒนาองค์ประกอบทางกายหรือรูปธรรมอย่างเดียวยังไม่ใส่ใจพัฒนาองค์ประกอบที่เป็นธรรม ย่อมจะส่งผลให้เกิดผลข้างเคียงไม่ดี คือ มีปัญหาเกิดตามมา และจะเป็นภาระหนักที่จะต้องแก้ไขปัญหานั้น (จันทน์ อติวัฒน์สิทธิ์, 2562) ทั้งนี้ข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับฝึกอบรม กาย วาจา จิตใจ และปัญญาให้เจริญงอกงามยิ่งขึ้นไปจนบรรลุเป้าหมายสูงสุด การฝึกอบรมในด้านความประพฤติระเบียบวินัยให้มีสุจริตทางกาย วาจา และอาชีวะ การฝึกอบรมทางจิตใจ การปลูกฝังคุณธรรมสร้างเสริมคุณภาพจิต และรู้จักใช้ความสามารถในกระบวนการสมาธิ และการฝึกอบรมทางปัญญาอย่างสูงทำให้เกิดความรู้แจ้งที่สามารถชำระจิตให้บริสุทธิ์หลุดพ้นเป็นอิสระโดยสมบูรณ์ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2545)

จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจอยากที่จะศึกษาถึงการขัดเกลาทางสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา (Socialization according to Buddhism) เพื่อนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นข้อปฏิบัติที่เป็นหลักสำหรับใช้ในการฝึกอบรมความประพฤติทางกาย วาจา (ศีล) คือ การฝึกอบรมความประพฤติอันดีงาม ความมีระเบียบวินัย การไม่ประทุษร้ายต่อชีวิตและร่างกายทั้งตนเองและผู้อื่น รวมถึงไม่ละเมิด

กรรมสิทธิ์ในทรัพย์สินของกันและกัน เป็นต้น การฝึกอบรมทางจิตใจ (สมาธิ) เป็นการฝึกอบรมจิตใจให้มีคุณธรรม มีความมุ่งมั่นที่จะทำสิ่งที่ดีงามให้สำเร็จให้เกิดประโยชน์ มีจิตใจที่ไม่พุ้งพ่วนกระวนกระวาย ความมีสติระมัดระวังตื่นตัวต่อหน้าที่ ภาวะที่พร้อมอยู่เสมอในการรับรู้ต่อสิ่งต่าง ๆ เป็นต้น และการฝึกทางความรู้ (ปัญญา) เป็นการฝึกให้มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องตามสภาพความเป็นจริง โดยนำหลักธรรมดังกล่าวมาบูรณาการทางสังคมและนำเสนอองค์ความรู้ใหม่เกี่ยวกับการขัดเกลาทางสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาแนวคิดและทฤษฎีการขัดเกลาทางสังคม
2. เพื่อศึกษาหลักธรรมในการขัดเกลาสังคม
3. เพื่อบูรณาการหลักธรรมในการขัดเกลาสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา
4. เพื่อเสนอองค์ความรู้เกี่ยวกับ “การขัดเกลาทางสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา”

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ มุ่งศึกษาประเด็นที่เกี่ยวกับ “การขัดเกลาทางสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา”

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ในการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) และมีการดำเนินการจัดทำเสวนากลุ่ม (Focus group) เพื่อยืนยันข้อเท็จจริงให้ถูกต้อง แบบเจาะจง (Purpose Sampling) จำนวน 16 รูป โดยผู้ให้ข้อมูลสำคัญจะต้องเป็นผู้ที่มีคุณสมบัติสอดคล้องกับประเด็นการวิจัย ประกอบด้วย ผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญทางด้านพระพุทธศาสนา จำนวน 4 รูป/คน นักวิชาการและผู้ทรงคุณวุฒิผู้มีประสบการณ์ในการขัดเกลาทางสังคม จำนวน 6 รูป/คน นักสังคมวิทยา จำนวน 6 รูป/คน

กระบวนการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยได้ทำหนังสือขอความอนุเคราะห์เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัย ถึงผู้ให้ข้อมูลสำคัญ เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการให้สัมภาษณ์ ทำการนัดวัน เวลา และสถานที่กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญเพื่อสัมภาษณ์ ตามที่กำหนดไว้ นำข้อมูลที่ได้มารวบรวม วิเคราะห์ สังเคราะห์ และเรียบเรียงข้อมูลตามวัตถุประสงค์เพื่อเข้าสู่กระบวนการเสวนากลุ่ม รับฟังความคิดเห็นจากกลุ่ม รวบรวมเป็นประเด็นตามวัตถุประสงค์

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) วิเคราะห์ สังเคราะห์ และบูรณาการผลที่ได้รับจากการใช้กระบวนการเสวนากลุ่มตามวัตถุประสงค์การวิจัย นำเสนอองค์ความรู้รูปแบบของ (model) และนำเสนอโดยวิธีพรรณนา



ผลการวิจัย

จากการบูรณาการหลักธรรมในการขัดเกลาสังคมตามแนวพระพุทธศาสนาแล้วทำให้เกิด องค์ความรู้ใหม่ที่ทำให้การขัดเกลาสังคมตามแนวพระพุทธศาสนามีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น จึงเป็นที่มาขององค์ความรู้ดังนี้

องค์ประกอบของการขัดเกลาทางสังคม ได้แก่ องค์ประกอบด้านพฤติกรรมเป็นเรื่องของกระบวนการถ่ายทอดการฝึกฝนของระเบียบวินัย กฎ กติกา ด้านที่สององค์ประกอบด้านสมาธิ หรือจิตใจ เป็นการถ่ายทอดคุณค่าของการปลูกฝังคุณธรรมซึ่งเป็นการเสริมสร้างสุขภาพจิตให้สมควรแก่การทำงาน และด้านที่สามองค์ประกอบด้านปัญญา เป็นการถ่ายทอดด้านวิชาความรู้หรือทักษะต่าง ๆ องค์ประกอบของการขัดเกลาทางสังคมทั้งสามด้านนี้มุ่งหวังให้มนุษย์แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ตามที่กลุ่มสังคมวางเอาไว้

ตัวแทนของการขัดเกลาทางสังคม ได้แก่ ครอบครัว สถานศึกษาหรือโรงเรียน ศาสนา กลุ่มเพื่อน กลุ่มอาชีพ และสื่อสารมวลชน เหล่านี้ถือว่าเป็นปัจจัยพื้นฐานสิ่งแวดล้อมทางสังคม ที่มีความสำคัญมากสำหรับพฤติกรรมของมนุษย์ ถ้าตัวแทนการขัดเกลาทางสังคมเป็นแม่พิมพ์ที่ดีที่สร้างสรรค์หรือเป็นในทางบวกจะส่งผลดีต่อพฤติกรรมมนุษย์ แต่ถ้าในทางตรงกันข้ามอาจส่งผลร้ายต่อพฤติกรรมของมนุษย์ได้ ฉะนั้นการขาดการอบรมหรือไม่ได้รับการอบรมให้เรียนรู้ระเบียบแบบแผนของสังคม อาจจะทำให้ลักษณะความเป็นมนุษย์ไม่สมบูรณ์จนกลายเป็นคนที่ไม่สามารถพัฒนาตนเองหรือปรับตัวอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นในสังคมได้ ดังนั้นตัวแทนของการขัดเกลาทางสังคมที่มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับชีวิตของมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตายนั้น คือ ครอบครัวนับเป็นสถาบันแรกและสถาบันหลักที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาการของมนุษย์ทุกคน ส่วนสถานศึกษาซึ่งทำหน้าที่ต่อจากครอบครัวหลังจากที่มนุษย์ต้องออกจากบ้านไปเพื่อศึกษาหาความรู้ ความรู้อย่างเดียวคงไม่พอสถานศึกษาหรือโรงเรียนยังต้องอบรมสั่งสอนในเรื่องอื่น ๆ เพื่อให้ผู้เรียนได้พัฒนาทั้งพฤติกรรมที่พึงประสงค์และจิตใจ กลุ่มเพื่อนเมื่อมนุษย์ต้องมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนจึงมีความจำเป็นต้องเรียนรู้เพื่อปรับตัวให้เข้ากับกลุ่มเพื่อนได้อย่างราบรื่น ส่วนกลุ่มอาชีพหรือหน่วยงานต่าง ๆ มนุษย์จะต้องเรียนรู้และปฏิบัติตาม กฎ ระเบียบ หรือวัฒนธรรมขององค์กรนั้น ศาสนาเป็นองค์ที่เผยแพร่คำสอนตามศาสนานั้น ๆ เพื่อให้มนุษย์มีที่ยึดเหนี่ยวจิตใจและเป็นศูนย์กลางในการปฏิบัติศาสนกิจร่วมกัน สื่อสารมวลชนในยุค 4.00 นี้โซเชียลมีเดียถือว่ามีสำคัญต่อการกระจายข้อมูลข่าวสารไปยังบุคคลได้อย่างรวดเร็วที่สุด ฉะนั้นจะต้องมีความระมัดระวังในการเชื่อข้อมูลนั้น ๆ อย่างมีสติรู้คิด

ประเภทของการขัดเกลาทางสังคม นั้นจะมีสองประเภท คือการขัดเกลาทางสังคมทางตรงและการขัดเกลาทางสังคมทางอ้อม

บรรทัดฐาน คือการอยู่ร่วมกันในสังคมที่มีความสงบราบรื่นและไม่เป็นการเบียดบังสิทธิและเสรีภาพของผู้อื่น สังคมจึงต้องกำหนดบรรทัดฐานทางสังคมที่เป็นแนวทางปฏิบัติอันได้แก่ วิถีประชาหรือวิถีชาวบ้านจารีตหรือกฎศีลธรรม และกฎหมาย โดยมีลักษณะที่ให้กระทำได้ และบางอย่างก็ไม่ให้กระทำหรือให้งดเว้นเมื่อสมาชิกในสังคมมีบรรทัดฐานสำหรับปฏิบัติตนในชีวิตประจำวันแล้ว ซึ่งจะช่วยให้สมาชิกในสังคมกระทำการกิจกรรมต่าง ๆ ดำเนินไปได้ด้วยดีว่าสิ่งไหนควรทำ สิ่งไหนไม่ควรทำ

ผลจากการขัดเกลาสังคมตามแนวพระพุทธศาสนาเพื่อการพัฒนาชีวิตให้เกิดมีคุณสมบัติครบทั้ง 4 ด้าน ได้แก่

1. ภาวีกาย การมีกายที่พัฒนาแล้ว ได้แก่การพัฒนาในส่วนกายของตนให้มีสุขภาพสมบูรณ์แข็งแรง สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้เพราะอาศัยปัจจัย 4 เป็นเครื่องเลี้ยงชีพพอเพียงและการปฏิบัติต่อสิ่งที่เกี่ยวข้องด้วย กายอย่างถูกต้อง ทั้งทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับสิ่งภายนอกกายคือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส เช่น การรู้จักใช้สอยปัจจัย 4 อย่างถูกต้อง ได้แก่อาหาร เสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค และที่อยู่อาศัย อันเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการดำรงอยู่กายโดยรู้จักใช้สอยปัจจัย 4 เพื่อตอบสนองความต้องการที่จำเป็นของกาย

2. ภาวีสีล การมีศีลที่พัฒนาแล้ว ได้แก่การมีพฤติกรรมทางกาย ทางวาจาอันไม่เบียดเบียนตน ไม่เบียดเบียนผู้อื่น เป็นไปเพื่อประโยชน์เกื้อกูลแก่คนทั้งหลาย พระพุทธศาสนาสอนให้เห็นความสำคัญของข้อปฏิบัติพื้นฐานของมนุษย์คือ ศีล 5 ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติเพื่อความสัมพันธอันดีกับผู้อื่น ผู้ที่ไม่ปฏิบัติตามศีล 5 ย่อมก่อให้เกิดความเสียหายแก่ทรัพย์สิน ไม่ได้รับการยอมรับจากสังคมไม่อาจอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้ดี แม้ตายไปก็ต้องประสบกับทุกข์ ดังนั้น คุณสมบัติพื้นฐานของมนุษย์ต้องมีศีล 5 เป็นข้อปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

3. ภาวิจิต การมีจิตที่พัฒนาแล้ว ได้แก่ การมีจิตใจที่ได้รับการฝึกฝนอบรมให้มีคุณธรรมจริยธรรม เช่น ความเมตตากรุณา ความซื่อสัตย์จริงใจ ขยันอดทน มีความมั่นคงทางจิต มีสมาธิแน่วแน่ เป็นต้น จนสามารถมีความสุขจากพื้นฐานจากจิตที่ประกอบด้วยคุณธรรมจริยธรรมต่าง ๆ เพราะจิตที่ได้รับการฝึกฝนอบรมมาดี ย่อมมีแต่ความสุข

4. ภาวิปญญา การมีปัญญาที่พัฒนาแล้ว ได้แก่ การได้ฝึกฝนอบรมตนเองให้มีปัญญา รู้สิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง เช่น มีปัญญาพิจารณารู้ไตรลักษณ์คือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตาตามความเป็นจริง ปราศจากการยึดถือว่าเป็นตัวเรา ของเรา

เป้าหมายของการอบรมขัดเกลาตามแนวพระพุทธศาสนาเพื่อประโยชน์ คือ การมีความเป็นอยู่ทางกาย ทางสังคมที่ดี การมีคุณลักษณะทางด้านจิตที่ดี อันเกิดจากการมีคุณธรรมประจำจิตใจ และการเข้าถึงความดับทุกข์ทั้งปวงได้ ในส่วนของตัวบุคคลมีเป้าหมายเพื่อการพัฒนาด้านกาย ด้านพฤติกรรม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา

อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง การขัดเกลาสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา ผู้วิจัยนำประเด็นสำคัญและน่าสนใจมาอภิปรายผลได้ ดังนี้

1. แนวคิดและทฤษฎีการขัดเกลาทางสังคม พบว่า บุคคลที่เกิดมาจะมีความแตกต่างกันในด้านร่างกาย ความคิด ความรู้ ความประพฤติ ประสบการณ์และความเชื่อ เนื่องจากเกิดมาในสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกัน การได้รับการเลี้ยงดูที่แตกต่างกัน ทำให้บุคคลต้องสร้างกำแพงเข้ามาป้องกันตนเองจากสิ่งที่ไม่ปรารถนา และจะแสดงออกทางพฤติกรรมที่พึงประสงค์เพื่อสนองความต้องการของตนเอง การขัดเกลาทางสังคมเป็นกระบวนการที่สำคัญในการ ปรับพฤติกรรม ความคิด ความรู้ ความเชื่อของบุคคลให้มีความเหมาะสม กระบวนการขัดเกลาทางสังคม และการขัดเกลาทางสังคมที่ปรากฏในพระไตรปิฎก จะประกอบไปด้วยองค์ประกอบของการขัดเกลาทางสังคมเป็นการปฏิบัติเพื่อการขัดเกลาทั้งกาย ทางจิตใจและทางวาจา



ซึ่งองค์ประกอบการขัดเกลาทงสังคัมไว้สอดคล้องกันว่้องค์ประกอบของการขัดเกลาทงสังคัมจะต้องถ่ายทอดไปพร้อมกันทั้ง 3 ด้าน ดังนี้ ด้านแรกเป็นองค์ประกอบด้านพฤติกรรมเป็นเรื่งของกระบวนการถ่ายทอดการฝึกฝนของระเบียบวินัย กฎ กติกา ด้านที่สององค์ประกอบด้านสมาธิ หรือจิตใจ เป็นการถ่ายทอดคุณค่าของการปลูกฝังคุณธรรมซึ่งเป็นการเสริมสร้างสุขภาพจิตให้สมควรแก่การงาน และด้านที่สามองค์ประกอบด้านปัญญา เป็นการถ่ายทอดด้านวิชาความรู้หรือทักษะต่าง ๆ องค์ประกอบของการขัดเกลาทงสังคัมทั้งสามด้านนี้มุ่งหวังให้มนุษย์แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ตามที่กลุ่มสังคัมวางเอาไว้ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Blaimé and Robert (1958) ความสัมพันธ์ระหว่างระบบสังคัมและระบบวัฒนธรรมมีผลต่อการปรับตัวของบุคคลดังนี้

ความสัมพันธ์รูปแบบที่ 1 เป็นภาวะที่สังคัมมุ่งเน้นค่านิยมกับวิถีทางไปสู่เป้าหมายของค่านิยมต่าง ๆ กัน บุคคลจะมีการปรับตัวแบบทำตามระเบียบ (Conformity)

ความสัมพันธ์รูปแบบที่ 2 เป็นภาวะที่สังคัมมุ่งเน้นค่านิยมแต่ไม่เน้นในเรื่งวิถีทางไปสู่จุดหมายปลายทางของค่านิยม บุคคลจะปรับตัวแบบฝ่าฝืนระเบียบจะรับเพียงค่านิยม แต่จะหาวิถีทางไปสู่เป้าหมายของค่านิยมเอาเอง

ความสัมพันธ์รูปแบบที่ 3 เป็นภาวะที่สังคัมไม่มุ่งเน้นค่านิยม แต่เน้นวิถีทางที่จะนำไปสู่เป้าหมายของค่านิยม เช่น การขยัน อดทน เป็นคนดี เป็นต้น บุคคลจะมีการปรับตัวแบบยึดกฎระเบียบของสังคัม (Ritualism)

ความสัมพันธ์รูปแบบที่ 4 เป็นภาวะที่สังคัมขาดการมุ่งเน้นทั้งค่านิยมและวิถีทางไปสู่เป้าหมายของค่านิยม บุคคลจะปรับตัวแบบละทิ้งสังคัม (Retreatism) คือ ไม่ยอมรับทั้งค่านิยมของสังคัมและวิถีทางไปสู่เป้าหมายของค่านิยม

ความสัมพันธ์รูปแบบที่ 5 เป็นภาวะที่เป็นผลจากการปรับตัวของความสัมพันธ์ในรูปแบบที่ 4 คือ การละทิ้งสังคัม โดยจะมีบุคคลบางคนพยายามสร้างค่านิยมและวิถีทางไปสู่เป้าหมายของค่านิยมนี้ขึ้นใหม่ จัดเป็นการปรับตัวแบบการพยายามเปลี่ยนแปลงสังคัม (Rebellion)

2. หลักธรรมในการขัดเกลาทงสังคัมตามแนวพระพุทธศาสนา พบว่า หลักธรรมในการขัดเกลาทงสังคัมนั้นเป็นหลักไตรสิกขาซึ่งเป็นประกอบไปด้วยแนวทางการขัดเกลาทงสังคัมตามหลักธรรม ไตรสิกขาประกอบด้วย ศีล เพื่อขัดเกลาด้านพฤติกรรม คือ การขัดเกล่าให้มีวินัย มีระเบียบมีการดำเนินชีวิตและการอยู่ร่วมกันในสังคัม ให้เหมาะกับการพัฒนาและให้เอื้อโอกาสในการที่จะพัฒนา สมาธิ คือ การขัดเกลาทงสังคัมด้านสมาธิหรือจิตใจ คือ ความเมตตากรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ในด้านความสามารถของจิต เช่น ความเข้มแข็งมั่นคง ความเพียรพยายาม ความรับผิดชอบ ความแน่วแน่มั่นคง ความมีสติ สมาธิ และในด้านความสุข เช่น ความอิมใจ ความร่าเริงเบิกบานใจ ความสดชื่นผ่องใส ความรู้สึกพอใจ พุดสัน ๆ ว่า พัฒนาคุณภาพ สมรรถภาพ และสุขภาพของจิต ปัญญา คือ การขัดเกลาทงสังคัมด้านการรู้ความจริงความเห็นความรู้ ความเข้าใจ ความหยั่งรู้เหตุผล การรู้จักวินิจฉัย ไตรตรอง ตรวจสอบ คิดการต่าง ๆ สร้างสรรค์ เฉพาะอย่างยิ่งเน้นการรู้ตรงตามความเป็นจริง หรือรู้เห็นตามที่เป็นจริง ตลอดจนรู้แจ้งความจริงที่เป็นสากลของสิ่งทั้งปวง จนถึงขั้นรู้เท่าทันธรรมดาของโลกละชีวิต ที่ทำให้มีจิตใจเป็นอิสระ ปลอดปัญหา ไร้ทุกข์ เข้าถึงอิสรภาพ

โดยสมบูรณ์ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) (2545) กล่าวว่าสาระสำคัญของไตรสิกขาแสดงออกมาไม่เฉพาะที่การปฏิบัติของบุคคลเท่านั้น แต่ส่องถึงภารกิจที่มนุษย์จะต้องจัดทำในระดับชุมชนและสังคมด้วย กล่าวคือ การจัดวางระบบแบบแผน จัดตั้งสถาบันและกิจกรรมต่าง ๆ และวิธีการต่าง ๆ เพื่อให้สาระของไตรสิกขาเป็นไปในหมู่มนุษย์ หรือให้หมู่มนุษย์ดำรงอยู่ในสาระสำคัญของไตรสิกขาแต่ละข้อดังนี้

1) ศีล เป็นการดำรงตนอยู่ด้วยดี มีชีวิตที่เกื้อกูลท่ามกลางสภาพแวดล้อมที่ตนมีส่วนช่วยสร้างสรรค์ รักษาให้เอื้ออำนวยแก่การมีชีวิตที่ดีงามร่วมกัน เป็นพื้นฐานที่ดีสำหรับการพัฒนาคุณภาพจิตและการเจริญปัญญา

2) สมาธิ เป็นการพัฒนาคุณภาพจิตหรือการปรับปรุงจิตให้มีคุณภาพและสมรรถภาพสูงซึ่งเอื้อแก่การมีชีวิตที่ดีงามและพร้อมที่จะใช้งานในทางปัญญาอย่างได้ผลดีที่สุด

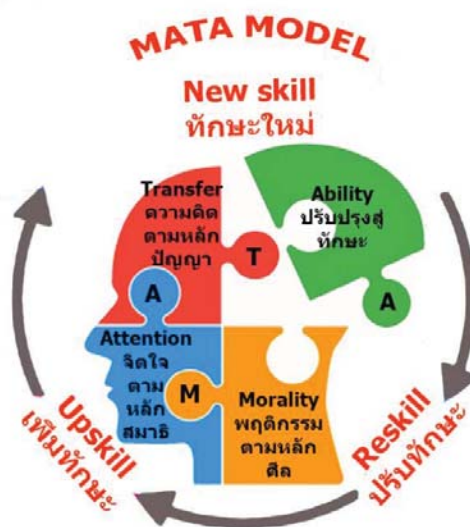
3) ปัญญา เป็นการมองดูรู้จักและเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง หรือรู้เท่าทันธรรมชาติของสังขารทั้งหลาย ที่ทำให้เป็นอยู่และทำการต่าง ๆ ด้วยปัญญา คือรู้จักวางใจวางท่าทีและปฏิบัติต่อโลกและชีวิตได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ในทางที่เป็นไปเพื่อแผ่ขยายประโยชน์สุข มีจิตใจผ่องใส ไร้ทุกข์ เป็นอิสระเสรี และสดชื่นเบิกบานและซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ เตือน คำดี (2534) ได้กล่าวไว้ว่า อริยมรรคมีองค์ 8 เป็นประมวลหลักจริยธรรมทั้งหมด ในพุทธปรัชญา เป็นคำสอนภาคปฏิบัติโดยตรงเพื่อช่วยให้การดำเนินไปสู่ความจริงสูงสุดเป็นไปได้ เพราะพุทธปรัชญามีความหมายกับชีวิตภาคปฏิบัติเป็นสำคัญและเป็นกระบวนการแก้ปัญหาชีวิตภาคปฏิบัติอย่างสัมพันธ์กับผลซึ่งเรียกว่า ปฏิเวธ กระบวนการแก้ปัญหาตามหลักมัชฌิมาปฏิปทาที่เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า การดำเนินชีวิตไปตามระบบพรหมจรรย์เพื่อบรรลุลความสิ้นกรรม คือการไม่ปฏิบัติผิดในทางที่สุดโต่งทั้งสองสายอันได้แก่ กามสุขัลลิกานุโยค คือการหมกมุ่นอยู่ด้วยกามสุข และ อัตตakilมถานุโยค คือการสร้างควมลำบากเดือดร้อนแก่ตนเอง

3. บูรณาการหลักธรรมในการขัดเกลาสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา พบว่า การขัดเกลาความประพฤติโดยบูรณาการเข้ากับหลักศีล ทำให้มีวินัย มีระเบียบมีในการดำเนินชีวิตและการอยู่ร่วมกันในสังคมให้เหมาะกับการพัฒนาและให้เอื้อโอกาสในการที่จะพัฒนา การขัดเกลาทางด้านจิตใจ โดยบูรณาการเข้ากับหลักสมาธิ ทำให้มีความเมตตากรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ความสามารถของจิตมีความเข้มแข็งมั่นคง ทำให้เกิดความเพียรพยายาม ความรับผิดชอบในการดำเนินชีวิต การขัดเกลาทางด้านความรู้ โดยบูรณาการเข้ากับหลักปัญญา ทำให้มีความเห็น ความรู้ ความเข้าใจ ความหยั่งรู้เหตุผล การรู้จักวินิจฉัย ไตร่ตรอง ตรวจสอบคิดการต่าง ๆ สร้างสรรค์ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของพระพิชญ์พล สุวณฺณรูป (รูปทอง) (2558) ได้ศึกษาเรื่อง การขัดเกลาสังคมโดยองค์กรศาสนาในพระพุทธศาสนา จากการศึกษาวิจัยพบว่า การขัดเกลาทางสังคมโดยองค์กรศาสนา หมายถึงกระบวนการที่สังคมโดยการนำขององค์กรศาสนาปลูกฝังสมาชิกของสังคมให้เรียนรู้วัฒนธรรมและทักษะต่าง ๆ ที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้สมาชิกปฏิบัติตามบรรทัดฐานของสังคม ปลูกฝัง ระเบียบวินัยให้แก่สมาชิกในสังคม สร้างความชำนาญหรือทักษะในการมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของสังคมให้แก่สมาชิก สร้างบุคลิกภาพที่ดีให้แก่สมาชิกในสังคม มีแนวคิดการขัดเกลา ได้แก่ แนวคิดเรื่องการพัฒนาชีวิต แนวคิดเรื่องความกตัญญู แนวคิดเกี่ยวกับหน้าที่ของมนุษย์ แนวคิด เรื่องความรัก

แนวคิดเรื่องการเคารพบูชา แนวคิดเรื่องการควบคุมทางสังคม ทำให้คนในสังคมยึดมั่นในสิ่งที่ตั้งงาม มีศีลธรรม จริยธรรม และความประพฤติในทางที่ถูกที่ควร การขัดเกลาทางสังคมโดยองค์กรศาสนาในพระพุทธศาสนา หมายถึงการทำความดี วาจา และทางใจ ตามหลักการทางพระพุทธศาสนา อันเป็นไปเพื่อการพัฒนาชีวิตให้มีความสมบูรณ์ทั้ง ด้านพฤติกรรม ด้านจิตใจและปัญญา เป็นกระบวนการที่ยาวนานต่อเนื่องตลอดชีวิต ให้มนุษย์ฝึกฝนอบรมตนเอง จนกว่าจะพบเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพานโดยมีจุดมุ่งหมาย เพื่อประโยชน์ในปัจจุบัน ประโยชน์เบื้องกลาง และประโยชน์สูงสุด แนวคิดที่สำคัญ ได้แก่ แนวคิด เรื่องการพัฒนาชีวิต แนวคิดเรื่องความกตัญญู แนวคิดเกี่ยวกับหน้าที่ของมนุษย์ แนวคิดเรื่องความรัก แนวคิดเรื่องการให้ แนวคิดเรื่องการเคารพบูชา ในพระพุทธศาสนาถือว่าบุคคลที่อบรมขัดเกลาตนเองดีแล้วย่อมแตกต่างจากผู้ที่ไม่ได้รับการฝึกฝน อบรมมา และนำมาซึ่งความสุขความสงบทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น ทั้งยังส่งผลให้สังคมมีความเป็นระเบียบเรียบร้อยดีงามรวมทั้งการอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างสันติสุข

องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

ผลจากการบูรณาการหลักธรรมในการขัดเกลาสังคมตามแนวพระพุทธศาสนาทั้งสองแนวคิดแล้ว ทำให้เกิดองค์ความรู้ใหม่เกี่ยวกับ “รูปแบบการบูรณาการหลักธรรมในการขัดเกลาสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา” เรียกว่า MATA Model ดังนี้



ภาพที่ 1 แสดงองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

M = Morality หมายถึง การขัดเกลาความประพฤติ เพื่อให้มี ศีล ทำให้มีความเมตตา กรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เป็นการขัดเกลาให้มีวินัย มีระเบียบมีการดำเนินชีวิตและการอยู่ร่วมกันในสังคม ให้เหมาะกับการพัฒนาและให้เอื้อโอกาสในการที่จะพัฒนา

A = Attention หมายถึง การขัดเกลาทางด้านจิตใจ เพื่อให้มี สมาธิ การขัดเกลาในด้านความสามารถของจิต เช่น ความเข้มแข็งมั่นคง ความเพียรพยายาม ความรับผิดชอบ ความแน่วแน่มั่นคง ความมีสติ สมาธิ และในด้านความสุข เช่น ความอิ่มใจ ความร่าเริงเบิกบานใจ ความสดชื่นผ่องใส ความรู้สึกพอใจ พุดสัน ๆ ว่า พัฒนาคุณภาพ สมรรถภาพ และสุขภาพของจิต

T = Transfer หมายถึง การขัดเกลาทางด้านความรู้ เพื่อให้มี ปัญญา การขัดเกลาให้มีความเห็น ความรู้ ความเข้าใจ ความหยั่งรู้เหตุผล การรู้จักวินัจฉัย ไตร่ตรอง ตรวจสอบ คิดการต่าง ๆ สร้างสรรค์ เฉพาะอย่างยิ่งเน้นการรู้ตรงตามความเป็นจริง หรือรู้เห็นตามที่เป็นจริง ตลอดจนรู้แจ้งความจริงที่เป็นสากลของสิ่งทั้งปวง จนถึงขั้นรู้เท่าทันธรรมดาของโลกและชีวิต ที่ทำให้มีจิตใจเป็นอิสระ ปลอดปัญหา ไร้ทุกข์ เข้าถึงอิสรภาพโดยสมบูรณ์

A = Ability หมายถึง การปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมนำไปสู่การปรับเปลี่ยนทักษะชีวิต ขัดเกลาทางด้านจิตใจนำไปสู่การเพิ่มทักษะชีวิต และการขัดเกลาด้านความรู้นำไปสู่การสร้างทักษะใหม่ในการดำเนินชีวิต

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย สุขวิถี: การส่งเสริมคุณภาพชีวิตของประชาชนในจังหวัดนครศรีธรรมราชตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มีข้อเสนอแนะ ดังนี้

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. การขัดเกลาทางสังคมเป็นเรื่องที่สำคัญและละเอียดอ่อน ถึงแม้ว่าการขัดเกลาทางสังคมก็เป็นเรื่องที่ต้องดำเนินการให้เหมาะสมกับเวลา วัย และประเด็นที่ต้องการขัดเกลา เพราะถ้ากระบวนการขัดเกลาเกิดในความไม่เหมาะสมกับวัย หรือเวลา จากที่จะไม่เกิดประโยชน์หรือผลลัพธ์ทางบวก ยังส่งผลกระทบเชิงลบได้เช่นเดียวกัน

2. การให้ความรู้ความเข้าใจตัวแทนเพื่อการขัดเกลาทางสังคมได้อย่างถูกต้องและเหมาะสมเพื่อสร้างผลลัพธ์ทางบวก และประเด็นการขัดเกลาที่เหมาะสมกับตัวแทนในการขัดเกลาทางสังคม เช่นการขัดเกลาทางสมาธิ หรือจิตใจ ตัวแทนนอกจากจะเป็นครอบครัว ก็ควรมุ่งเน้นไปยังสถาบันการศึกษา ศาสนา เนื่องจากเป็นตัวแทนที่มีความใกล้ชิด และตัวแทนที่มีความเชี่ยวชาญในเรื่องนั้นๆ

3. ควรมีการสร้างกิจกรรมที่มุ่งเน้นการขัดเกลาทางสังคม ในคนหลายวัน เช่น การอบรมเพื่อขัดเกลาทางสังคมแก่เยาวชน หรือการอบรมเพื่อขัดเกลาทางสังคม แก่วัยรุ่น

4. ควรมีการประเมินผลจากการขัดเกลาทางสังคม อย่างต่อเนื่อง และมุ่งเน้นที่ความยั่งยืนของพฤติกรรมเชิงบวกที่ได้รับการขัดเกลา

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

1. การศึกษารูปแบบการขัดเกลาทางสังคมในยุคปัจจุบัน
2. การศึกษาผลการขัดเกลาทางสังคมทางอ้อมผ่านสื่อออนไลน์
3. การศึกษาความยั่งยืนของพฤติกรรมเยาวชนที่ได้รับการขัดเกลาทางสังคม จากสถานศึกษา
4. การศึกษากระบวนการขัดเกลาทางสังคมด้วยหลักธรรมอื่นๆ



เอกสารอ้างอิง

- จำนงค์ อติวัฒนสิทธิ. (2562). *ปรัชญาทางสังคมแห่งพระพุทธศาสนา*. กรุงเทพฯ : นิติธรรมการพิมพ์.
- เดือน คำดี. (2534). *พุทธปรัชญา*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), (2545). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*. กรุงเทพฯ: พุทธธรรมบูชา.
- พระพิชญ์พล สุวณฺณรูป (รูปทอง). (2554). *การศึกษาหลักพุทธธรรมและคุณค่าที่ปรากฏในยันต์เทียนล้านนา: กรณีศึกษาเฉพาะในเขตอำเภอเมือง จังหวัดลำปาง (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต)*. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สุเทพ สุวีรางกูร. (2556). *สังคมวิทยาเบื้องต้น*. นครปฐม : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.
- สุพัตรา สุภาพ. (2545). *สังคมวิทยา*. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- Blaim, M. E. and Robert K.M. (1958). *the Study of Society*. New York: Harcourt, Brace and World, Inc.

รูปแบบการปฏิบัติต่ออิริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุในปัจจุบัน

A Model of Practice Toward Motion in Practice Meditation of the Elderly at Present

พระสมุห์สมโภชน์ อินทวิริโย (สมบุญ)

PhrasamuSompoch Indaviriyo (Somboon)

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

Corresponding Author E-mail: sompoch25998@Gmail.com

Retrieved: February 1, 2023; Revised: April 24, 2023; Accepted: April 26, 2023

บทคัดย่อ

วิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1. ศึกษาสภาพการปฏิบัติกรรมฐานและรูปแบบการปฏิบัติต่ออิริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุสังคมไทยในปัจจุบัน 2. ศึกษาวิธีการการปฏิบัติต่ออิริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท 3. เสนอรูปแบบการปฏิบัติต่ออิริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุในปัจจุบัน งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุในสำนักปฏิบัติธรรม จำนวน 16 รูป/คน ใช้วิธีการคัดเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบการสัมภาษณ์ และแบบสังเกต วิเคราะห์และสังเคราะห์ข้อมูลแล้วนำมาเขียนบรรยายเชิงพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า 1) สภาพการปฏิบัติกรรมฐานในปัจจุบัน ผู้สูงอายุสามารถเรียนรู้อิริยาบถอย่างเหมาะสมกับสภาพร่างกาย อิริยาบถใหญ่ที่ได้รับความนิยมของผู้สูงอายุ ได้แก่ อิริยาบถนั่ง รองลงมา คือ อิริยาบถเดินที่เรียกว่าเดินจงกรม ต่อมาคืออิริยาบถยืน และสุดท้าย คือ อิริยาบถนอน ซึ่งอิริยาบถนอนแทบจะไม่นิยมนำมาใช้เพราะง่ายต่อการหลับ อิริยาบถย่อยที่ได้รับความนิยมในการฝึกของผู้สูงอายุ เช่น ยก ขึ้น ลง หยิบ จับ ตัก อ้า อด ต้ม กัด เคี้ยว กลืน ขยับ ก้ม เงย เป็นต้น ซึ่งถือว่าเป็นเรื่องที่ไม่ยากจนเกินไป ปฏิบัติได้ทุกที่ทุกเวลา 2) วิธีการปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท มีการปฏิบัติต่ออิริยาบถ ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร อิริยาบถบรรพ คือ การกำหนดอิริยาบถให้น้อย เป็นแนวทางที่ผู้สูงอายุนำมาปฏิบัติกรรมฐานได้ 3) รูปแบบการปฏิบัติต่ออิริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุในปัจจุบันที่ได้จากการวิจัยเป็น 5 รูปแบบ ดังนี้ 1.รูปแบบอิริยาบถนอนอย่างพระตถาคต 2.รูปแบบอิริยาบถนั่งแบบบัลลังก์ 3.รูปแบบอิริยาบถยืนแบบสํารวม 4.รูปแบบอิริยาบถเดินแบบพญาราชสีห์ 5.รูปแบบอิริยาบถย่อย กิน ต้ม ทำดี พุติ คิดดี

คำสำคัญ: การปฏิบัติกรรมฐาน; การปฏิบัติต่ออิริยาบถ; ผู้สูงอายุ

Abstract

The objectives of this research were: 1. to study the state of meditation practice and the form of meditation practice of the elderly in Thai society at present; 2. to study the method of meditation practice in Theravada Buddhism; 3. Propose a form of posture and meditation practice for the elderly at present. This research is a qualitative research. The sample group consisted of 16 elderly people in the Dharma Practice Center, using a purposive selection method. The tools used in the research were interview and observation forms. Data were analyzed and synthesized and then written in descriptive narrative.

The results of the research are as follows: 1) In the present circumstance of meditation practice, elderly people can acquire applicable positions to their physical condition. The main posture or position that is commonly practice among elderly is the sitting position, followed by the walking that is called walking meditation. Next one is the standing posture. The last one is called sleeping meditation which is uncommonly used as it can be easily falling asleep. There are other meditation positions that can frequently practice among elderly people such as: lifting up and down, picking up, holding, scooping, opening, mouthing, drinking, biting, chewing, swallowing, moving, bending, and perking. These postures are not difficult to practice and can be done anywhere and at any time. 2) The approaches in contemplation mentioned in Theravada Buddhism regarding to positions in meditation also indicates in the Maha Satipatthana Sutta. The ancestral position that consists of the major and minor postures that can be a guideline for the elderly to practice meditation. 3) There are five (5) different categories regarding postures in meditation for the elderly in the present that derived from this research as follows: 1) Reclining position as the Lord Buddha, 2) Throne position, 3) Standing position in a calm manner, 4) The walking position as a lion. 5) Various positions: eating, drinking, acting, talking, and thinking righteously

Keywords: Meditation Practice; Posture Practice; The Elderly

บทนำ

สังคมไทยในปัจจุบันกำลังเผชิญอยู่ในภาวะสังคมผู้สูงอายุที่มีสัดส่วนโครงสร้างประชากรวัยสูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องราว 10-20 ปีข้างหน้าสังคมไทยก็จะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ถึงเวลานั้นประชากรวัยสูงอายุจะเพิ่มขึ้นหลายเท่าตัว ด้วยภาวะการณ์โดยเฉพาะผลกระทบทางด้านโครงสร้างประชากรที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วส่งผลให้สังคมไทยในปัจจุบันกลายเป็น “สังคมผู้สูงอายุ” อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2565) การก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุหรือเป็นผู้สูงอายุนั้นถือเป็นเรื่องธรรมชาติ

ของวัฏจักรการดำรงชีวิตของมนุษย์ การเปลี่ยนแปลงในระบบต่าง ๆ ของผู้สูงอายุนั้นมีผลต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายนั้น ได้แก่ การเคลื่อนไหวที่ช้าลง การมองเห็นลดลง หูไม่ได้ยิน ผิวหนังเหี่ยวย่น ระบบภูมิคุ้มกันทำหน้าที่ได้น้อยลง ผู้สูงอายุจึงมีร่างกายอ่อนแอ จึงเป็นวัยที่เกิดโรคต่าง ๆ ได้ง่าย ได้แก่ โรคสมองเสื่อม ความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคอ้วน โรคข้อเสื่อม (ผ่องพรรณ อรุณแสง, 2555) ด้านความรู้สึก การรับรู้ จิตใจ อารมณ์ ก็มีการเปลี่ยนแปลงเช่นกัน โดยที่พบบ่อยในผู้สูงอายุ ได้แก่ ภาวะทางอารมณ์ ผู้สูงอายุจะมีการซึมเศร้า หงุดหงิด ขี้ระแวง วิตกกังวล โกรธง่าย เอาแต่ใจ เกิดขึ้นจากระดับฮอร์โมนในร่างกายไม่สมดุลเหมือนเดิม ภาวะทางความคิด ผู้สูงอายุจะชอบคิดเรื่องเดิม ๆ ซ้ำซาก ลังเล หวาดระแวง หมกมุ่น เรื่องของตัวเองทั้งเรื่องในอดีต ปัจจุบัน อนาคต สนใจเฉพาะเรื่องตนเอง มากกว่าเรื่องผู้อื่น และส่วนใหญ่จะกังวลว่าลูกหลานจะทอดทิ้ง ภาวะด้านความจำ ผู้สูงอายุจะชอบคุย ชอบเล่า เรื่องที่เกิดขึ้นในอดีตเพราะเป็นส่วนที่สมองจดจำได้ดี แต่มักลืมเรื่องที่เกิดขึ้นปัจจุบันได้ง่าย ๆ จนทำให้ต้องคอยถามซ้ำ ๆ หรือถามบ่อย ๆ นั่นเอง ภาวะทางพฤติกรรม ผู้สูงอายุบางคนจะคอยจู้จี้ ขี้บ่น คอยเตือนซ้ำ ๆ ย้ำเรื่องเดิม ๆ จนกลายเป็นพฤติกรรมประจำตัว แต่บางคนเก็บตัวไม่เข้าสังคม เพราะกลัวจะถูกว่ากล่าวตำหนิ กลัวเป็นภาระ ผู้สูงอายุกลุ่มนี้เสี่ยงที่จะเป็นโรคซึมเศร้าได้ การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม ผู้สูงอายุเป็นวัยของการเกษียณที่ไม่จำเป็นต้องทำงานแล้ว อาจทำให้รู้สึกไม่ได้รับการยกย่องไม่มีคนเคารพเหมือนที่ผ่านมา ทำให้ขาดความมั่นใจในตนเอง รวมทั้งภาระหน้าที่และบทบาททางสังคมลดน้อยลง ทำให้ผู้สูงอายุห่างจากสังคม แต่ผู้สูงอายุจะมีเวลามากขึ้น ทั้งการทำกิจกรรมที่ชอบการท่องเที่ยว และเข้าวัด แต่จะมีข้อจำกัดในการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น ไม่ค่อยสนใจผู้อื่นมากนัก แต่จะสนใจตนเองมากขึ้น (ภาณุวัฒน์ ว่องตระกูลเรือง, 2565) ประชากรที่กำลังเข้าสู่วัยสูงอายุและประชากรที่อยู่ในวัยผู้สูงอายุต้องเร่งตระหนักโดยให้ความสำคัญกับการเตรียมความพร้อมและรับมือกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นทั้งด้านร่างกายและจิตใจ (จุฑารัตน์ แสงทอง, 2560)

ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของผู้สูงอายุมีหลากหลายรูปแบบ ในสำนักปฏิบัติธรรมหรือสำนักวิปัสสนากรรมฐานมีแนวการสอนการปฏิบัติกรรมฐานโดยการพิจารณาอริยาบทตามหลักสติปัฏฐาน 4 จำนวน 3 สำนัก ได้แก่ (1) สำนักวิปัสสนาวัดพระธรรมจักร ตำบลตองละคร อำเภอเมือง จังหวัดนครนายก มีการพิจารณาอริยาบทตามหลักสติปัฏฐาน 4 ในการสอน เป็นศูนย์กลางการศึกษาวิปัสสนาธุระ มีระเบียบวินัยที่เคร่งครัด เข้มข้น มีกฎระเบียบที่เข้มงวด เป็นสถานที่ศึกษาตามแนวธรรมชาติสิ่งแวดล้อม เน้นปฏิบัติเพื่อการหวังผลไปสู่พระนิพพาน (2) สำนักวิปัสสนาวัดมเหยงคณ์ ตำบลหันตรา อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา สอนปฏิบัติกรรมฐานตามหลักมหาสติปัฏฐานสูตรของคณะสงฆ์ไทย คือ ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นการบวชนกขัมมะถือศีล 8 นุ่งขาวห่มขาว เติมน้ำจมนม นุ่งกรรมฐาน เน้นการปฏิบัติตามหลักปฏิบัติทั้ง 6 บรรพ ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน (3) สำนักหลวงพ่อกุศล จิตตสุโข: สำนักวัดสนามใน จังหวัดนนทบุรี แก่นคำสอนที่เน้นการเจริญสติโดยวิธีการเคลื่อนไหวแบบต่อเนื่องคล้ายลูกโซ่ ด้วยอริยาบทบรรพและสัมปชัญญะบรรพใช้สติกำหนดการเคลื่อนไหว 14 จังหวะ ทุกสำนักที่กล่าวมามีวัตถุประสงค์เพื่อประโยชน์สูงสุดเพื่อการเข้าถึงในการปฏิบัติกรรมฐานเกิดความหลุดพ้นทุกข์ ถึงมรรคผลนิพพาน

วิจัยครั้งนี้นำเสนอ รูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบทในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุในปัจจุบัน เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดการปล่อยวางจากความคิดทำให้สมองปลอดโปร่ง และตั้งมั่น สงบ เยือกเย็น พร้อมทั้งจะ



เผชิญหรือดำเนินชีวิตไปข้างหน้าได้อย่างมั่นใจ และก่อให้เกิดประสิทธิภาพรวมถึงให้เกิดประสิทธิผลมากที่สุด
อย่างมีคุณภาพตามวัตถุประสงค์สืบต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพการปฏิบัติกรรมฐานและรูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของ
ผู้สูงอายุสังคมไทยในปัจจุบัน
2. เพื่อศึกษาวิธีการการปฏิบัติต่ออริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนา
3. เพื่อเสนอรูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุในปัจจุบัน

วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพพื้นที่วิจัย คือ สำนักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน 3 สำนัก ได้แก่
(1) สำนักวิปัสสนาวัดพระธรรมจักร ตำบลตลิ่งละคร อำเภอเมือง จังหวัดนครนายก (2) สำนักวิปัสสนาวัดม
เหยงคณ์ ตำบลหันตรา อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา (3) สำนักหลวงพ่อเทียน
จิตตสุโภ: สำนักวัดสนามใน จังหวัดนนทบุรี กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้สูงอายุในสำนักปฏิบัติธรรม จำนวน 16 รูป/คน
ใช้วิธีการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ได้แก่ผู้สูงอายุตั้งแต่อายุ 60 ปีขึ้นไปเพศชายและหญิง
ในสำนักปฏิบัติธรรมหรือสำนักกรรมฐาน จำนวน 10 คน และวิปัสสนาจารย์ จำนวน 3 สำนัก ๆ ละ 1 รูป/คน
ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้ความสามารถเกี่ยวกับการปฏิบัติกรรมฐานตามรูปแบบที่พิจารณาอริยาบถตามหลักสติ
ปัฏฐาน 4 จำนวน 3 รูป/คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มี 2 ชนิด ได้แก่ 1) แบบการสัมภาษณ์ (Interview)
ใช้ในการเก็บข้อมูลจากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สัมภาษณ์โดยใช้แบบสัมภาษณ์เชิงลึกอย่าง
มีโครงสร้าง (Structured In-depth interview) โดยเป็นการสอบถามในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย
และประเด็นอื่น ๆ เพื่อให้ได้คำตอบตามวัตถุประสงค์งานวิจัย เพื่อช่วยให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับความจริง ความ
คิดเห็น ปัญหา ข้อเสนอแนะ ความรู้สึก เจตคติ 2) แบบสังเกต (Observation) เพื่อช่วยให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับ
ความจริง ความคิดเห็น ปัญหา ข้อเสนอแนะ ความรู้สึก เจตคติที่ รวมไปถึงเครื่องมืออื่น ๆ ได้แก่ สมุดบันทึก
ภาคสนาม กล้องถ่ายรูป เครื่องคอมพิวเตอร์ เครื่องอัดเสียง โทรศัพท์มือถือ เครื่องมือแต่ละประเภทจะมี
ลักษณะที่สำคัญและความสามารถในการเก็บรวบรวมข้อมูลได้แตกต่างกันออกไป ผู้วิจัยเลือกใช้เครื่องมือที่
เหมาะสมกับวัตถุประสงค์การวิจัยครั้งนี้ จึงขอนำเสนอเนื้อหาสาระเกี่ยวกับเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยที่จะเป็น
ประโยชน์ต่อการนำไปใช้ รวบรวมข้อมูลโดยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกซึ่งเป็นวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลที่มีความ
ยืดหยุ่นและเปิดกว้าง ผู้วิจัยจะทำการสัมภาษณ์และจดบันทึกข้อมูลไปพร้อม ๆ กันด้วยตนเอง โดยทำการสรุป
และจัดรายละเอียด เกี่ยวกับเนื้อหาและข้อสังเกตที่ได้ รวมถึงรายละเอียดที่เป็นสาระและประโยชน์ต่อข้อมูลใน
การวิจัย การสัมภาษณ์แต่ละครั้งผู้ศึกษากำหนดเวลาแน่นอนไม่ได้ บางรายอาจมีการสัมภาษณ์มากกว่าหนึ่ง
ครั้ง ขึ้นอยู่กับว่าข้อมูลที่ได้มีความละเอียดลึกซึ้งเพียงพอแล้วหรือยัง นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ สังเคราะห์แล้ว
นำมาเขียนบรรยายเชิงพรรณนา

ผลการวิจัย

1. จากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างในผู้สูงอายุทำให้คุณภาพชีวิตด้านร่างกาย ได้แก่ การรับรู้สภาพทางร่างกายของบุคคลซึ่งมีผลต่อชีวิตประจำวัน การรับรู้สภาพความสมบูรณ์แข็งแรงของร่างกาย การรับรู้ถึงความรู้สึกสุขสบาย ไม่มีความเจ็บปวด การรับรู้ถึงความสามารถที่จะจัดการกับความเจ็บปวดทางร่างกายได้ การรับรู้ถึงผลกำลังในการดำเนินชีวิตประจำวัน เป้าหมายและความคาดหวังในชีวิต เพื่อให้เกิดสมาธิและสติปัญญา ซึ่งต้องอาศัยการฝึกปฏิบัติธรรมที่เหมาะสมทำให้เกิดการรับรู้ว่าจะต้องพัฒนาตนเองอย่างไร มีสิ่งใดที่เหมาะสมอยู่แล้วมีสิ่งใดที่ต้องปรับปรุงเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีของตนเองอย่างมีคุณภาพ

2. การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในปัจจุบันมีความหลากหลายและแตกต่างกันในวิธีการปฏิบัติมีคุณละเอียดปลีกย่อยในการปฏิบัติแต่ละประเภทแยกย่อยออกไปอีกหลายข้อ เช่น อานาปานสติบรรพ คือ การกำหนดลมหายใจเข้าออก อริยาบถบรรพ คือ การกำหนดอริยาบถน้อยใหญ่ โดยมีวัตถุประสงค์สำคัญในการปฏิบัติทุกประเภท คือ ความดับทุกข์ ในมหาสติปัฏฐานสูตร กล่าวถึงวิธีปฏิบัติไว้เป็นจำนวนมาก ทั้งในส่วนสมณะและวิปัสสนา สติปัฏฐานหมวดที่ได้รับความนิยมสูงสุดที่ปรากฏให้เห็นทุกสำนัก คือ คำสอนว่าด้วย “อริยาบถ 4” เกี่ยวกับการฝึกสติโดยอาศัยอริยาบถ เช่น อริยาบถเดิน อริยาบถยืน อริยาบถนั่ง และอริยาบถย่อย หลักธรรมที่สนับสนุนในลักษณะที่ก่อให้เกิดความสำเร็จในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุประกอบด้วย 4 หลักธรรม ได้แก่ 1) หลักสติปัฏฐาน 4 2) หลักภาวนา 4

3. รูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุในปัจจุบัน ของผู้สูงอายุในสังคมไทยที่สังเคราะห์จากข้อมูลเอกสารการสัมภาษณ์ มี 5 รูปแบบ ดังนี้ 1.รูปแบบอริยาบถนอนอย่างพระตถาคต 2.รูปแบบอริยาบถนั่งแบบบัลลังก์ 3.รูปแบบอริยาบถยืนแบบสำรวจ 4.รูปแบบอริยาบถเดินแบบพญาราชสีห์ 5.รูปแบบอริยาบถย่อย กิน ดื่ม ทำดี พุติ คิดดี

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการปฏิบัติต่ออริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุในปัจจุบันสามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

การเปลี่ยนแปลงที่สังเกตเห็นได้ชัดเจนตลอดเวลา คือ ปัญหาการเปลี่ยนแปลง 4 มิติแบบองค์รวมที่ส่งผลต่อการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุ คือ การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย ด้านจิตใจอารมณ์ ด้านสังคม ด้านปัญญา การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นย่อมเกิดผลกระทบต่อการดำเนินชีวิต ในทางพระพุทธศาสนาเถรวาทมีส่วนให้ผู้สูงอายุเตรียมความพร้อมสำหรับการดำเนินชีวิตซึ่งเป็นหลักการปฏิบัติเพื่อความดับทุกข์ที่แท้จริงคือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ผู้สูงอายุสามารถเรียนรู้อริยาบถอย่างเหมาะสมกับสภาพร่างกายที่เปลี่ยนแปลงโดยยึดหลักกิลเลส 3 กอง คือ โลภะ โทสะ และโมหะ อริยาบถใหญ่ที่ได้รับความนิยมของผู้สูงอายุ ได้แก่ อริยาบถนั่งรองลงมา คือ อริยาบถเดินที่เรียกว่าเดินจงกรม ต่อมาคืออริยาบถยืน และสุดท้าย คืออริยาบถนอน ซึ่งอริยาบถนอนแทบจะไม่นิยมนำมาใช้เพราะง่ายต่อการหลับ อริยาบถย่อยที่ได้รับความนิยมของผู้สูงอายุ เช่น ยก ขึ้น ลง หยิบ จับ ตัก อ้า อด ต้ม กัด เคี้ยว กลืน ขยับ ก้ม เงย เป็นต้น ซึ่งถือว่าเป็นเรื่องที่ไม่ยากจนเกินไป ปฏิบัติได้ทุกที่ทุกเวลา ทุกขณะ และทุกสถานที่ เป็นการนำวิธีการฝึกสติมาใช้ในชีวิตประจำวันอันเป็นสาเหตุแห่งทุกข์ทั้ง

ปวงเป็นไปเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และอารมณ์จิตวิญญาณ สอดคล้องกับการศึกษาของ นัสมล บุตรวิเศษ และ อุปริษฐา อินทรสาด, 2564) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อ คุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาอำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ผลการวิจัยคุณภาพชีวิตด้านร่างกาย พบว่า ความแข็งแรงของร่างกายส่งผลต่อระดับ คุณภาพชีวิตด้านร่างกายมากที่สุด ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องและคนในครอบครัวควรเรียนรู้ถึงปัญหา สุขภาพที่อาจเกิดขึ้นได้ในผู้สูงอายุรวมถึงวิธี ป้องกันและดูแล จะช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตต่อไปได้อีกยาวนานด้วยสุขภาพที่ดี คุณภาพชีวิตด้าน จิตใจ พบว่า การมีสมาธิในการทำงานส่งผลต่อระดับคุณภาพชีวิตด้านจิตใจมากที่สุด ดังนั้นคนในครอบครัวควร หาเวลาพูดคุยกับผู้สูงอายุอย่างสม่ำเสมอ พาผู้สูงอายุไปวัด ทำบุญ ไหว้พระ สวดมนต์ นั่งสมาธิ เพื่อให้จิตใจ สงบ หาเวลาทำกิจกรรมร่วมกับผู้สูงอายุบ้าง และคุณภาพชีวิตด้านสังคม พบว่า ความพึงพอใจที่ได้ผู้กัมกับ คนอื่นส่งผลต่อระดับคุณภาพชีวิตด้านสังคมมากที่สุด ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องหรือคนในสังคมควรจัด กิจกรรมที่ผู้สูงอายุสามารถมีส่วนร่วมได้เพื่อเพิ่มความสัมพันธ์ของผู้สูงอายุกับบุคคลอื่นในสังคม ทำให้ผู้สูงอายุ มีบทบาท มีศักดิ์ศรี และมีคุณค่าต่อสังคม คุณภาพชีวิตด้านสภาพแวดล้อม

การปฏิบัติกรรมฐานในปัจจุบันมีความหลากหลายและแตกต่างกันในวิธีการปฏิบัติมีความละเอียด ปลีกย่อยในการปฏิบัติแต่ละประเภทแยกย่อยออกไปอีกหลายข้อ การกำหนดอิริยาบถน้อยใหญ่ โดยมี วัตถุประสงค์สำคัญในการปฏิบัติทุกประเภท คือ ความดับทุกข์ สติปัฏฐานหมวดที่ได้รับความนิยมสูงสุดที่ ปรากฏให้เห็นทุกสำนัก คือ คำสอนว่าด้วย “อิริยาบถ 4” เกี่ยวกับการฝึกสติโดยอาศัยอิริยาบถ เช่น อิริยาบถ เเดิน อิริยาบถยืน อิริยาบถนั่ง อิริยาบถนอน อิริยาบถย่อ

1. อิริยาบถยืน

การยืนในการปฏิบัติกรรมฐาน เป็นการยืนที่มุ่งเน้นไปที่การมีสติ ตามรู้อาการของร่างกาย ในขณะที่ยืน โดยยืนให้ตัวตรงตั้งฉากกับพื้นโลก ไม่เอียง ไม่ก้มหน้า ไม่แหงนหน้า เท้าทั้งสองข้างห่างกันเล็กน้อยเพื่อการรับ น้ำหนักตัว ปลายเท้าเสมอกัน สำหรับมือจะประสานกันไว้ข้างหน้าลักษณะการยืนแบบสำรวม แต่การประสาน มือไว้ข้างหน้า จะทำให้หลังคู้ดูไม่ค่อยเหมาะสม มือปล่อยห้อยไว้ข้างลำตัวแบบผ่อนคลายจะเหมาะสมกว่า หรือจะ มือไขว้หลังจับข้อแขนข้างใดข้างหนึ่งไว้ เพื่อช่วยให้ร่างกายตั้งแต่เท้าจรดศีรษะตั้งฉากตรงกับพื้นโลก แล้ว กำหนดรูปรูปร่างของตัวเองให้ผ่อนคลาย ไม่เกร็งร่างกายกล้ามเนื้อ แล้วกำหนดว่า “ยืนหนอ ฯ” หากรู้สึก เมื่อยให้เปลี่ยนอิริยาบถได้ การเปลี่ยนอิริยาบถต้องเป็นไปอย่างมีสติ ช้า ๆ ค่อยเป็นค่อยไป การเปลี่ยน อิริยาบถนี้ทำให้ร่างกายสบายขึ้นไม่เป็นการฝืนธรรมชาติจนเกินไป

2. อิริยาบถเดิน

การเดินในการปฏิบัติกรรมฐาน เรียกว่า “เดินจงกรม” เป็นการเดินอย่างมีสติ การเดินจงกรมนี้นี้เป็น รูปแบบการปฏิบัติกรรมฐาน ประการหนึ่งที่สามารถกำจัดนิวรณ์ ตัวถีนมิทธะได้มากกว่าวิธีอื่น เป็นการใช้สติ กำหนดตระลึกรู้ลงไปทีฝ่าเท้า รับรู้การเคลื่อนย้าย กระบะสัมผัสของฝ่าเท้ากับพื้น เป็นการก้าวอย่างมีสติ การปฏิบัติเริ่มแรกของทุกคนจะมีภาวะความรู้สึกต่อต้านมาก และมักจะมีคำถามว่า ทำไมต้องเดินช้าอย่างนี้ มันเป็นการฝืนธรรมชาติ เป็นต้น ตอบได้ว่า เพราะจิตนั้นมีสภาวะเร็วสติตามประกบกำกับไม่ทันจึงจำเป็นต้อง ใช้ความช้ามาฝึก เพื่อให้สติกับจิตเป็นหนึ่งเดียวกัน แล้วความเร็วจะค่อย ๆ เกิดขึ้น สังเกตการเดินของการฝึก

ทหาร หรือการเดินของนักกีฬา หรือจะทดลองด้วยตนเอง โดยพูดออกเสียงหรือในใจว่า “ซ้าย – ขวา” ในขณะที่เท้าซ้ายก้าว และเท้าขวาก้าว จะมีความพอเหมาะพอดี และเร็วแบบพอดีด้วย ในขณะเดียวกันที่จิตอยู่กับการก้าวเท้าเช่นนั้นจะรู้สึกเพลิน สนุก แต่ถ้าจิตไม่อยู่กับเท้าจะไม่รู้สึกเช่นนั้น

3. อิริยาบถนั่ง

การนั่งปฏิบัติกรรมฐาน เป็นส่วนสำคัญของชีวิตมนุษย์ ทุกวันนี้ใช้เวลาวันละหลายชั่วโมง ออกจากบ้านนั่งรถยนต์ รถเมล์ เรือยนต์ เรือข้ามฟาก รถไฟ มาที่ทำงาน นั่งทำงาน นั่งกินอาหารเที่ยง การนั่งอาจนั่งบนพื้นคือนั่งพับเพียบ นั่งขัดสมาธิ นั่งทอดน่อง (เหยียดขาให้ตรงทั้ง 2 ข้าง) นั่งบนเก้าอี้ นั่งในเก้าอี้โซฟา นั่งบนม้านั่ง ธรรมชาติได้สร้างกระดูกกันซึ่งเป็นส่วนต่อของกระดูกเชิงกราน การนั่งบนกระดูกกันจะนั่งได้นานและไม่ปวด เพราะมีผิวกระดูกอ่อนข้างกลมและราบเรียบ ในที่สุดถ้านั่งเป็นเวลานานจะเกิดการอักเสบอย่างฉับพลัน และเจ็บปวดมากที่รอยต่อระหว่างกระดูกกระเบนเหน็บและกระดูกกันกบทำให้แทบจะนั่งลงไม่ได้ต้องรีบรักษาทางกายภาพบำบัด หรือผ่าตัดเอากระดูกกันกบออก ปัจจัยอีกอย่างหนึ่งของการนั่งคือการจัดขาและเท้า ทำนั่งที่มั่นคงที่สุดคือ ทำนั่งขัดสมาธิ โดยให้สองเข่าอและเท้าทั้งสองไขว้เข้าหากัน ทำนี้ทำให้หลังตรงไม่ปวดเมื่อยเมื่อต้องนั่งนาน ๆ หายใจสะดวกและยังเพิ่มความสง่างามเมื่อผู้อื่นได้พบเห็น การนั่งสมาธิ สำหรับผู้ที่มีสุขภาพดี ควรนั่งกับพื้นราบ สุขภาพไม่ค่อยดี นั่งเก้าอี้ได้แต่ไม่ควรพิงพนักพิง เพราะจะสบายเกินไปและทำให้หลับได้

4. อิริยาบถนอน

ส่วนอิริยาบถนอนนั้น ไม่นิยมสอนผู้เริ่มปฏิบัติใหม่ ๆ เพราะง่ายต่อการหลับ ต่อเมื่อปฏิบัติไปสักระยะหนึ่งแล้ว สามารถตามดู รู้ เห็น ตามกำหนดอารมณ์ความรู้สึกได้ทัน ท่านจึงจะแนะนำให้ปฏิบัติอิริยาบถนอน โดยนอนท่าสี่เหลี่ยม หรือท่าปางปรีนิพพาน นอนตะแคงขวาเพื่อไม่ให้บีบทับหัวใจมากเกินไป มือขวาวางหงายไว้บนหมอนข้างแถมขวา มือซ้ายวางราบไปตามลำตัว ขาขวาวางเหยียดไปแบบธรรมชาติไม่ต้องเกร็งให้ตรงเกินไป โคนขาซ้ายพับขาขวาวางอย่างพอเหมาะ เข่าซ้ายพับงอเล็กน้อย ปลายเท้าซ้ายวางลาดต่ำไว้หลังเท้าขวา เป็นการช่วยพยุงร่างให้ทรงตัวในท่านอนได้นาน แล้วกำหนดดูร่างกายที่นอนอยู่ โดยกำหนดรูปนอนว่า “นอน...นอน” พอประมาณแล้วเปลี่ยนไปกำหนดลมหายใจเหมือนท่านั่ง

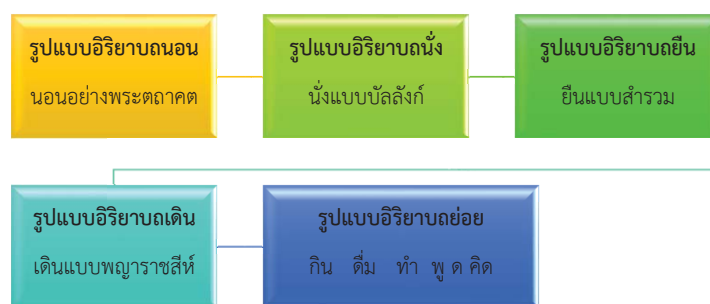
สอดคล้องกับการศึกษาของ ฌอภย์ พวงมะลิ (2561) ศึกษาเรื่อง การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์โดยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 ของศูนย์ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานวัดถ้ำพระผาคอก อำเภอเวียงชัย จังหวัดเชียงราย ผลการศึกษา การปฏิบัติและหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิต คือสติปัฏฐานเป็นหลักธรรมสำคัญในพระพุทธศาสนาที่กล่าวไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตร เป็นพระสูตรหนึ่งที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสสอน และทรงพิจารณาเห็นความสำคัญนี้มาแต่แรก ตรัสรู้ เตือนให้มีตนเป็นที่พึ่งแห่งตนเป็นสรณะ ใช้สติสัมปชัญญะเข้าไปกำหนดกาย เวทนา จิตและธรรม ผู้ที่ปรารถนาจะบรรลุผลคือนิพพานต้องเริ่มต้นด้วยสติปัฏฐาน เมื่อศึกษาถึงลักษณะการเกี่ยวข้องกับคุณภาพชีวิต ได้ 3 ลักษณะคือ 1) เป็นหลักธรรมที่เป็นเหตุก่อให้เกิดความสำเร็จในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน 2) เป็นหลักธรรมที่เกิดขึ้นในขณะที่อยู่ในกระบวนการปฏิบัติ และ 3) ธรรมที่เกี่ยวข้องที่ส่งผลหลังการปฏิบัติ หลังการปฏิบัติพบว่า ทั้งสองกลุ่มมีความเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

วิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของสำนักปฏิบัติธรรมส่วนใหญ่ในสำนักวิปัสสนาได้มีการประยุกต์รูปแบบและกระบวนการสอนขึ้นมาเพื่อง่ายและสะดวกแก่การปฏิบัติเหมาะสำหรับผู้สูงอายุ หลักสำคัญยังคงอยู่ในกรอบของหลักสติปัฏฐาน 4 แต่จะแตกต่างกันที่การเจริญสติโดยวิธีการเคลื่อนไหวโดยมีลักษณะจุดเด่นของแต่ละสำนัก โดยผู้วิจัยได้รูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุในสังคมไทยปัจจุบันของผู้สูงอายุในสังคมไทย ที่สังเคราะห์จากข้อมูลเอกสารการสัมภาษณ์ มี 5 รูปแบบ ดังนี้ 1.รูปแบบอริยาบถนอนอย่างพระตถาคต 2.รูปแบบอริยาบถนั่งแบบบัลลังก์ 3.รูปแบบอริยาบถยืนแบบส้ารวม 4.รูปแบบอริยาบถเดินแบบพญาราชสีห์ 5.รูปแบบอริยาบถย่อ ยืน คืบ ทำดี พุคดี คิดดี

สอดคล้องกับการศึกษาของคำพอง สมศรีสุข (2546) ศึกษาเรื่อง การปฏิบัติธรรมด้วยการเจริญสติแบบเคลื่อนไหว ตามแนวหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้เข้าปฏิบัติธรรมวัดทับมิ่งขวัญ อำเภอมือง จังหวัดเลย ผลการศึกษาพบว่า ผู้ที่ผ่านการอบรมปฏิบัติธรรมมีการพัฒนาตนเองในทุก ๆ ด้าน คือ ด้านการควบคุมอารมณ์ของตนเองอยู่ในระดับมาก ด้านการมีสติสัมปชัญญะอยู่ในระดับปานกลาง ด้านการรู้จักตนเองอยู่ในระดับปานกลาง ด้านการเข้าใจผู้อื่นอยู่ในระดับมาก และด้านการมีสมาธิอยู่ในระดับมาก ผลจากการศึกษาสะท้อนให้เห็นว่าการพัฒนาคุณภาพชีวิตนั้นจะต้องอาศัยหลักพุทธธรรมเป็นเครื่องมือในการพัฒนา การศึกษา การเรียนรู้ การเจริญสติตามแนวหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก เป็นอีกวิธีหนึ่งที่ช่วยให้ผู้สนใจในการปฏิบัติธรรมไม่ว่าจะนับถือศาสนาใด หรือเป็นคนชาติใด ไม่ว่าจะเป็นหญิงหรือชาย เด็กหรือผู้ใหญ่ มีฐานะยากจนหรือร่ำรวย ได้มีทางเลือกในการประพฤติปฏิบัติตนในทุกอริยาบถให้เกิดความมั่นใจ ซึ่งการปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่องนี้เป็นสิ่งที่จำเป็น และสำคัญที่สุดในชีวิตของการพัฒนาตนเอง เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตให้พ้นทุกข์อย่างสิ้นเชิง ควรได้รับการสนับสนุนเผยแพร่การเจริญสติแบบเคลื่อนไหวให้กว้างขวางต่อไป

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

รูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุในปัจจุบัน ของผู้สูงอายุในสังคมไทยที่สังเคราะห์จากข้อมูลเอกสารการสัมภาษณ์ มี 5 รูปแบบ ดังนี้ 1.รูปแบบอริยาบถนอนอย่างพระตถาคต 2.รูปแบบอริยาบถนั่งแบบบัลลังก์ 3.รูปแบบอริยาบถยืนแบบส้ารวม 4.รูปแบบอริยาบถเดินแบบพญาราชสีห์ 5.รูปแบบอริยาบถย่อ ยืน คืบ ทำดี พุคดี คิดดี ตามแผนภาพที่ 1 รูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุในปัจจุบัน ดังนี้



ภาพที่ 1 รูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุในปัจจุบัน

1. รูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถนอนของผู้สูงอายุ

นอนอย่างพระตถาคต (นอนเข้ามาน กำนตรู้ กำนตรู้) ในการปฏิบัติธรรมหากต้องการความสงบกาย สงบใจ ขอให้ปฏิบัติอริยาบถนอนซึ่งเป็นท่าที่ง่ายที่สุดแต่ปฏิบัติยากที่สุด เวลานอนก็ให้นอนเฉย ๆ สักแต่ว่านอน และขอให้นอนจริง ๆ อย่างสงบดูคนที่ตายไม่ไหวติง ปลอมมีอร่าบข้างกาย เรียนรู้ที่จะฝึกตายตอนนี้เมื่อตายจริง ๆ ก็จะมี ความสงบในการปฏิบัติหากไม่มีสติมักจะหลับไป

ดังนั้นรูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถนอนของผู้สูงอายุ ได้แก่การนอนอย่างพระตถาคต ผู้ปฏิบัติธรรมอาจารย์หลายสำนักส่วนใหญ่จะไม่สอนอริยาบถนอน ดังนั้น ถือว่าได้พลาดโอกาสที่จะฝึกตายไปอยากให้อริยาบถนอนอย่างมีสติกันให้มากแต่ต้องมีสติไม่ให้หลับ นอนไม่ไหวติง สบาย ผ่อนคลาย แล้วดูเป็นเห็นไป วันละ 5 นาที ถ้าเห็นว่าดีก็พัฒนาขึ้นตามลำดับ

2. รูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถนั่งของผู้สูงอายุ ได้แก่ แบบนั่งบัลลังก์ คือ การนั่งตัวตรง หน้าตรง คอตรง ควรนั่งให้ดูดี จะขัดสมาธิ หรือนั่งพับเพียบ หรือนั่งบนเก้าอี้ ก็ได้ สำหรับเวลานั่งเก้าอี้ต้องดูเรื่องการลงน้ำหนัก น้ำหนักตัวของทั้งสองข้างต้องเท่ากัน วิธีทดสอบคือสอดมือไปที่ก้น กันจะมีกระดูกแหลม ๆ ยื่นออกมาแล้วดูว่าเราลงน้ำหนักเท่ากันไหม ถ้าอีกข้างเบาแสดงว่าเราลงน้ำหนักไม่เท่ากัน บางคนนั่งเทไปข้างใดข้างหนึ่งจะทำให้ตัวคด และสังเกตเก้าอี้ที่นั่งว่าเทหรือบวมไปข้างหนึ่งข้างใดหรือไม่ ทำนองที่ถูกต้องถ้าดูจากด้านข้างรูปหูต้องตรงกับระดับไหล่ ซึ่งเป็นท่าที่ปกติ ไม่นั่งเก้าอี้โยกไปโยกมา พระพุทธเจ้าทรงประทับนั่งหลายอริยาบถท่าต่าง ๆ ล้วนสวยงามต่อมามีการถ่ายทอดทำนองในอริยาบถต่าง ๆ ลงในจิตรกรรมและพระพุทธรูปปางต่าง ๆ ตามหนังสือพุทธประวัติต่าง ๆ เช่น ปางสมาธิ เมื่อมารมาอ้างขอบัลลังก์ ปางปาลิไลยก์ เมื่อลิงถวายรวงผึ้ง ในการปฏิบัติธรรม หากต้องการความสงบกาย สงบใจ ขอให้ปฏิบัติอริยาบถนั่ง นั่ง ก็สักแต่ว่านั่ง ทำนองเป็นท่าที่เราคุ้นเคยมาก เมื่อนั่ง ก็ขอให้นั่งจริง ๆ ในท่าที่สบาย เวลานั่งก็อย่าไปคิด เมื่อมันคิดก็ให้มันคิดไป เพราะจิตมีปกติคิดอยู่แล้ว นั่งก็นั่งเฉย ๆ ดูสิ่งที่ผุดขึ้น เมื่อความคิดเกิด ก็อย่าคิดตามมันให้ดูมันเป็น เห็นมันไป วันละ 5 นาที ถ้าเห็นว่าดีก็พัฒนาขึ้นตามลำดับ

3. รูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถยืนของผู้สูงอายุ

อริยาบถยืนแบบสำรวม เวลายืน ท่าทางที่ถูกต้องเป็นท่าทางที่ไม่กระตุ้นให้เกิดอาการปวด ไม่ทำให้กล้ามเนื้อเกิดการเกร็งตัว แต่ต้องทำให้กล้ามเนื้อเกิดความผ่อนคลาย โดยทั่วไปควรยืนกางขาเล็กน้อย ลงน้ำหนักขาทั้งสองข้างให้เท่ากัน แต่ถ้าต้องยืนนานควรสลับพักขาทีละข้างไป วางบนเก้าอี้มานั่งเตี้ย ๆ ไม่ควรยืนกอดอก พยายามฝึกเอามือไขว้หลัง และเขม่วท้องเล็กน้อย เพื่อให้หลังอยู่ในแนวตรง ไม่ก้มหรือแอ่นจนเกินไป ซึ่งจะช่วยลดอาการปวดหลังได้ ให้กดปลายเท้า หากต้องการความสงบกาย สงบใจ ขอให้ปฏิบัติอริยาบถยืนยืนก็สักแต่ว่ายืน แต่ขอให้ยืนนิ่ง ๆ จริง ๆ อย่างสงบดูสิ่งที่ผุดขึ้นมันคิด แต่อย่าไปคิดตาม ให้ดูมันเป็น เห็นมันไป วันละ 5 นาที ถ้าเห็นว่าดีก็พัฒนาขึ้นตามลำดับ

4. รูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถเดินของผู้สูงอายุ

อริยาบถเดินแบบพญาราชสีห์ คือการเดินเยื้องย่างดังพญาราชสีห์ เพราะเวลาพญาราชสีห์ กำลังจ้องจะตะครุบเหยื่อ จะมีความสำรวมระวัง ค่อย ๆ เยื้องย่าง ไปช้า ๆ อย่างระมัดระวังค่อย ๆ ก้าวทีละก้าว อย่างมั่นคง โดยให้เดินกำหนดเท้าขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ ๆ เรื่อยไป หรือให้มีความสำรวม ทอดสายตามองชั่ว

แอก พระพุทธเจ้าตรัสเรื่องการจกรมมมึคุณ 5 อย่าง (อง.ปญจก. (ไทย) 22/29/41) คือ เดินได้ไกลเพียรได้นาน มีโรคเบียดเบียนน้อย อาหารย่อยได้ง่าย สมาธิดี ในการปฏิบัติธรรม หากต้องการความสงบกาย สงบใจ ขอให้ปฏิบัติอิริยาบถเดิน เดิน ก็สักแต่ว่าเดิน ขอให้เดินจริง ๆ อย่างสงบ เวลาเดินก็อย่าเผลอไปคิด เดินก็เดินไป ดูลิ่งที่ผุดขึ้น เมื่อมันคิด ก็ให้คิดไป แต่อย่าคิดตามมัน ให้ดูมันเป็นเห็นมันไป วันละ 5-10 นาที ถ้าเห็นว่าดีก็พัฒนาขึ้นตามลำดับ

5. รูปแบบการปฏิบัติต่ออิริยาบถย่อย การกิน การดื่ม การทำ การพูด การคิด

การกิน การให้ กินช้า ๆ อย่างมีสติ กินเพราะกิน กินเพื่อดำรงชีวิต ในปัจจุบันให้กินคำละ 30 เคี้ยว ข้อคิดจากการกินมีมากมาย พระพุทธเจ้าตรัสสอนให้กินอย่างพอประมาณ ให้ยึดหลักโภชนา มัตตัญญูตา (อง.ติก. (ไทย) 20/16/159) รู้จักประมาณในการกิน ทานเพื่อให้ร่างกายอยู่ได้เพื่อให้ร่างกายเป็นไปได้อีกเพื่อบรรเทาความหิว พอรู้สึกว่ใกล้จะอิ่มให้ดื่มน้ำตามก็จะอิ่มพอดี ดื่มน้ำหลังทานอาหารไม่ควรดื่มทีละมาก ๆ ให้จิบน้ำบ่อย ๆ จนหมดแก้วจะทำให้ช่วยย่อยอาหารได้ดี ให้ทานพอประมาณ และไม่ควรทานกลางคืน จะทำให้ร่างกายคล่องแคล่ว กระปรี้กระเปร่า ไม่มีโรคเบียดเบียน มีโรคน้อย สุขภาพดีอยู่สบาย (ม.ม. (ไทย) 13/176/203) เวลากินให้ตั้งสติไว้ว่ากินเพื่อย่อย

เวลาดื่ม พระพุทธเจ้าสอนให้ภิกษุดื่มด้วยความสำรวม ไม่ให้มีเสียงจู้จับ ชูตๆ (วิ.มหา. (ไทย) 2/627/703) เพราะอิริยาบถเช่นนี้ไม่ก่อให้เกิดความเลื่อมใสแก่ผู้พบเห็น ไม่เฉพาะพระภิกษุเท่านั้น ชาวบ้านที่ดื่มอย่างไม่ระวัง ขาดมารยาทที่ดีในสังคม เป็นที่รังเกียจของผู้ที่ได้พบเห็น และเวลาจะดื่มควรดื่มพอประมาณ ในเรื่องการดื่มหรือบริโภคพระพุทธเจ้าตรัสสอนให้กินข้าวต้ม หรือดื่มข้าวยาคุตตอนเช้า เพราะจะทำให้สุขภาพดี ประโยชน์ของข้าวต้มมีหลายอย่าง เช่น ให้ช่วยคลายความหิวระงับความกระหาย ลมเดินคล่อง ลำไส้ดี เฝาคผลาญอาหารให้ย่อยได้ดี

ทำดี คือ ทำในสิ่งที่ถูกต้อง ถูกกฎหมาย กติการะเบียบปฏิบัติ จรรยาบรรณ วัฒนธรรมที่ติงตามตาม บทบาทหน้าที่เหมาะสมเวลาสถานที่ บุคคล พึงทำสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อตนเองผู้อื่นสังคมประเทศชาติ มีเมตตาต่อสรรพสัตว์ ไม่ลักขโมย เบียดบัง คดโกง ซื่อสัตย์สุจริต มีความเที่ยงธรรมไม่เบียดเบียนการไม่ทำร้ายผู้อื่น ไม่ลักขโมย ไม่ผิดลูกเมียหรือผัวชาวบ้าน และแสวงหาหนทางในการดำเนินการทำดีที่สุดเพื่อไม่ให้เกิดปัญหา ถ้าจะกระทำได้ดังที่ว่านั้นหลักยึดก็คือการดำเนินชีวิตไม่ให้เกิดกับความทุกข์ เข้าใจในธรรมชาติยึดหลักของบุญกุศลบาปกรรมที่บุคคลได้กระทำและสะสมส่งผลต่อการเกิดในสังสารวัฏ (ณัฐปคัลภ กล้าหาญ, 2565) ถ้าบุคคลใดตระหนักรู้เช่นนี้แล้วก็จะปฏิบัติตนเพื่อที่จะลดละเหตุแห่งความเป็นอกุศลยึดหลักธรรมปฏิบัติเพื่อหลุดพ้นแห่งความทุกข์ ใครมีลักษณะคนดีเช่นนี้ก็เป็นที่ต้องการของสังคม

พูดดี คือ วาจาคำพูด ที่สิ่งที่เป็นจริง เป็นประโยชน์ สื่อสารออกไปไม่ทำร้าย พูดปดมดเท็จ เหน็บแนม พูดจาหยาบคาย ดูถูกเหยียดหยาม ส่อเสียด พูดจาซ้ำเติม ตำหนิติเตียน นินทาว่าร้าย ยกตนข่มท่าน บั่นทอนกำลังใจ และไม่ควรพูดถึงบุคคลที่สามในทางไม่ดี คิดก่อนพูดจะพูดอะไรก็คิดไตร่ตรองว่าจะกระทบบุคคลรอบข้างในทางที่เสียหาย รู้จักพูด รู้กาลเทศะ ความเหมาะสม และสามารถที่จะพูด ให้ความรู้ชี้แนะสั่งสอนบอกกล่าวตักเตือนผู้อื่นได้ โดยยึดหลักความถูกต้อง พูดเสริมสร้างกำลังใจ ให้แรงบันดาลใจแก่ผู้ฟัง รู้จักชมรู้จัก

สรรเสริญ ยกย่องบุคคลอื่น และที่สำคัญมักจะมีคำขอบคุณขอโทษขอภัย ติดปากอยู่เสมอ (ฉันทะคุลิก กล้าหาญ, 2565)

คิดดี คือ คิดให้เป็นบวกเป็นกุศลทางดีมีประโยชน์มองโลกมองคนส่วนที่ดีที่ความสวยงาม น่ารัก น่าชม น่าร่วม น่าสนับสนุน ทั้งตนเองเพื่อนรอบข้าง สังคม องค์กรที่อยู่ประเทศชาติ ด้วยความรักความเชื่อมั่น และศรัทธา วางใจให้บริสุทธิ์ไม่ให้อารมณ์ โกรธ โกรธ หลง ครอบงำเป็นไปด้วยความสุข ความเมตตาโดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น

เมื่อสรุปแล้วจึงได้รูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุในปัจจุบัน ของผู้สูงอายุในสังคมไทยที่สังเคราะห์จากข้อมูลเอกสารการสัมภาษณ์ มี 5 รูปแบบ ดังนี้ 1.รูปแบบอริยาบถนอนอย่างพระตถาคต 2.รูปแบบอริยาบถนั่งแบบบัลลังก์ 3.รูปแบบอริยาบถยืนแบบสำรวม 4.รูปแบบอริยาบถเดินแบบพญาราชสีห์ 5.รูปแบบอริยาบถย่อ กิน ต้ม ทำดี พุทดี คิดดี

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

ผลจากการวิจัย พบว่า ผู้สูงอายุที่เข้าปฏิบัติธรรมมีการพัฒนาความรู้เสริมสร้างทั้ง 4 มิติ ได้แก่ ด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์ สังคม ความรู้คิด (ปัญญา) มีความพร้อมทั้งด้านร่างกายและจิตใจ มีศรัทธาที่มีต่อการปฏิบัติกรรมฐาน แรงบันดาลใจและกำลังใจ เป็นต้น

ผลจากการวิจัย พบว่า การหาข้อมูลข่าวสารของศูนย์วิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 สามารถหารายละเอียดเพิ่มเติมหลายช่องทางในการเข้าไปปฏิบัติธรรม สถานที่ปฏิบัติธรรมควรเป็นที่สัปปายะสถาน มีความสะดวก ไม่มีสิ่งรบกวน และสร้างความตระหนักถึงความสำคัญของการปฏิบัติกรรมฐานเพื่อมุ่งประโยชน์ที่ได้รับทั้งในระดับรูปธรรมและนามธรรมที่จะเกิดกับผู้ปฏิบัติ

ผลจากการวิจัย พบว่า รูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุในปัจจุบันของผู้สูงอายุในสังคมไทยที่สังเคราะห์จากข้อมูลเอกสารการสัมภาษณ์ มี 5 รูปแบบ ดังนี้ 1.รูปแบบอริยาบถนอนอย่างพระตถาคต 2.รูปแบบอริยาบถนั่งแบบบัลลังก์ 3.รูปแบบอริยาบถยืนแบบสำรวม 4.รูปแบบอริยาบถเดินแบบพญาราชสีห์ 5.รูปแบบอริยาบถย่อ กิน ต้ม ทำดี พุทดี คิดดี

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยนี้ได้ข้อค้นพบ รูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุในปัจจุบันที่สำคัญ คือ รูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุในปัจจุบันที่ได้จากการวิจัยเป็น 5 รูปแบบ ดังนี้ 1.รูปแบบอริยาบถนอนอย่างพระตถาคต 2.รูปแบบอริยาบถนั่งแบบบัลลังก์ 3.รูปแบบอริยาบถยืนแบบสำรวม 4.รูปแบบอริยาบถเดินแบบพญาราชสีห์ 5.รูปแบบอริยาบถย่อ กิน ต้ม ทำดี พุทดี คิดดี สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับการปฏิบัติกรรมฐานของผู้สูงอายุในปัจจุบัน โดยควรให้ความสำคัญกับ อริยาบถสำหรับประเด็นในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำวิจัยในประเด็นดังนี้



1. ควรจะมีการวิจัยโดยใช้แนวการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 ในสถานปฏิบัติธรรมที่อื่น ๆ
2. ควรจะมีการวิจัยรูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานของกลุ่มอื่นที่มีความหลากหลาย
3. นำแนวทางประยุกต์ใช้รูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานกับหลักธรรมอื่น ๆ
4. เนื่องจากการนำหลักสติปัฏฐานมาฝึกปฏิบัติกับผู้สูงอายุไม่ว่าจะเป็นรูปแบบการปฏิบัติต่ออริยาบถในการปฏิบัติกรรมฐานนั้นค่อนข้างมีเนื้อหาที่ยากต่อการเข้าใจสำหรับผู้เริ่มต้นใหม่ ต้องอาศัยการฝึกฝน ความอดทน ความเข้าใจที่ละเอียดลึกซึ้งของแต่ละบุคคล การคัดเลือกกลุ่มเป้าหมายจึงมีความสำคัญเป็นอย่างมาก ผลที่ได้อาจเป็นไปได้ตามความสามารถระดับปัจเจกบุคคล

เอกสารอ้างอิง

- คำพอง สมศรีสุข. (2546). *การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักพุทธธรรม ศึกษากรณีการเจริญสติแบบเคลื่อนไหวของหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ* (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย.
- จุฑารัตน์ แสงทอง. (2560). สังคมผู้สูงอายุ (อย่างสมบูรณ์): ภาวะสูงวัยอย่างมีคุณภาพ. *วารสารรัฐสมัย*, 38(1), 1.
- ณอภัย พวงมะลิ. (2561). *การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์โดยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 ของศูนย์ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานวัดถ้ำพระผาคอก อำเภอเวียงชัย จังหวัดเชียงราย* (วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
- ณัฐปคัลภ์ กล้าหาญ. (2565). *คิดดี ทำดี พูดดี ชีวิตมีแต่ความสุข*. สืบค้นเมื่อ 30 พฤษภาคม 2565, จาก <https://bsctrainingcenter.com>
- นัสมล บุตรวิเศษ และ อุปฐญา อินทรสาต. (2564). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาอำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา* (รายงานวิจัย). มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ.
- ผ่องพรรณ อรุณแสง. (2555). *การพยาบาลปัญหาสำหรับผู้สูงอายุ*. พิมพ์ครั้งที่ 10. ขอนแก่น: คลังน่านวิทยา.
- ภาณุวัฒน์ ว่องตระกูลเรือง. (2565). *ลูกหลานรู้จัก เข้าใจ ภาวะการเปลี่ยนแปลงของผู้สูงอายุตามวัย*. สืบค้นเมื่อ 1 กรกฎาคม 2565, จาก <https://www.nakornthon.com>
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. (2565). *สังคมผู้สูงอายุ: นัยต่อการพัฒนาเศรษฐกิจ*. สืบค้นเมื่อ 18 พฤษภาคม 2565, จาก <http://www.stou.ac.th/>

การพัฒนาทักษะการคิดสร้างสรรค์ในรายวิชาเคมี โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐาน
ร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
Development of Creative Thinking Skills in Chemistry Subjects Using
Model-Based Learning Integrated with STEM Education Concepts
for Grade 12 Students

ฟาร์ฮา ยูโซ๊ะ¹, ฮามิดะ มุสอ², สะหรี เมธาธนรรกุล³ และ อติสร ศิริ⁴

Farha Yusoh¹, Hamidah Musor², Zahree Metatanatornkul³ and Adisorn Siri⁴

^{1,2,4}คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

โรงเรียนนราสิกhalai

^{1,2,4}Faculty of Education, Prince of Songkla University, Thailand

³Narasikkhalai School, Thailand

Corresponding Author E-mail: adisorn.si@psu.ac.th

Retrieved: February 26, 2023; Revised: April 29, 2023; Accepted: April 30, 2023

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) พัฒนาทักษะการคิดสร้างสรรค์ในรายวิชาเคมี โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา 2) ศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง พอลิเมอร์ โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา 3) ศึกษาคะแนนพัฒนาการของนักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา และ 4) ศึกษาความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 46 คน โรงเรียนนราสิกhalai จังหวัดนราธิวาส ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 โดยการสุ่มแบบยกกลุ่ม ใช้ห้องเรียนเป็นหน่วยในการสุ่ม เครื่องมือที่ใช้ประกอบด้วย แผนการจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา แบบประเมินทักษะการคิดสร้างสรรค์ แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง การปรับปรุงสมบัติของพอลิเมอร์และการแก้ปัญหาขยะจากพอลิเมอร์ และแบบสอบถามความพึงพอใจ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติทดสอบทีชนิดกลุ่มตัวอย่างไม่เป็นอิสระต่อกัน ผลการวิจัย พบว่า (1) นักเรียนมีทักษะการคิดสร้างสรรค์อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.73$) คิดเป็นร้อยละ 74.53 (2) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (3) คะแนนพัฒนาการสัมพัทธ์เฉลี่ยร้อยละ 82.58 ซึ่งมีพัฒนาการอยู่ในระดับสูงมาก และ (4) ความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษาอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.50$)

คำสำคัญ: ทักษะการคิดสร้างสรรค์; แบบจำลองเป็นฐาน; สะเต็มศึกษา

Abstract

The objectives of this research were 1) to develop creative thinking skills in the chemistry subjects by using model-based learning integrated with STEM education concepts 2) to study the learning achievement on polymer by using model-based learning integrated with STEM 3) to study the gain scores of students after implementing through model-based learning integrated with STEM, and 4) to study students' satisfaction on learning activities through model-based learning integrated with STEM. The sample was 46 students in Grade 12, Narasikhalai school, Narathiwat province, semester 1, academic year 2022 by cluster random sampling with classroom as a unit of chosen cluster. The research tools consisted of model-based learning integrated with STEM education concepts lesson plans, a creative thinking skill questionnaire, a learning achievement test on the improvement of polymer properties and solving polymer waste problems concept, and a satisfaction toward learning activities questionnaire. The data were analyzed by percentage, mean, standard deviation, and paired samples t-test. The results of the research revealed that (1) students had a high level of creative thinking skills ($\bar{X} = 3.73$), accounting for 74.53% (2) Academic achievement after learning was higher than before learning at the statistical significance level of .05 (3) The average gain score was 82.58%, which was at a very high level, and (4) The students' satisfaction toward the model-based learning integrated with STEM education concepts was at a high level. ($\bar{X} = 4.50$)

Keywords: Creative thinking skills; Model-based learning; STEM education

บทนำ

ในยุคศตวรรษที่ 21 มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในทุกด้านโดยเฉพาะด้านองค์ความรู้ทางวิทยาศาสตร์ ด้านเทคโนโลยี และการสื่อสารที่เผยแพร่ไปอย่างรวดเร็ว จึงมีการวางแผนสำหรับการจัดการศึกษาเพื่อพัฒนาคนให้มีคุณภาพ เพื่อสร้างคนให้เกิดการพัฒนาศักยภาพอย่างเต็มที่ มีการคิดวิเคราะห์ รู้จักแก้ปัญหา มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ การพัฒนาการจัดการเรียนรู้ต้องสอดคล้องกับความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี เพื่อให้นักเรียนทุกระดับมีความรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง และมีทักษะที่จำเป็นในศตวรรษที่ 21 (อภิสิทธิ์ ธงไชย, 2555; ศศิเทพ ปิติพรเทพิน, 2558) ทักษะการคิดสร้างสรรค์เป็นหนึ่งในทักษะการคิดด้านการเรียนรู้และนวัตกรรมของศตวรรษที่ 21 เป็นปัจจัยที่ส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาและสร้างความเจริญความก้าวหน้าให้กับประเทศได้ (วีรศักดิ์ จันทร์สุข, 2564) การจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบจำลองเป็นฐาน เป็นการจัดการเรียนรู้ที่ช่วยเตรียมนักเรียนให้มีทักษะที่จำเป็น และมีรากฐานมาจากทฤษฎีการ

เปลี่ยนแปลงแนวทางการศึกษาทางด้านวิทยาศาสตร์ (Clement, 2007) การพัฒนาความสามารถในการนำเสนอตัวแทนความคิดในเนื้อหาเคมีด้วยการสร้างแบบจำลองร่วมกับการอภิปราย ทำให้นักเรียนมีความสามารถในการนำเสนอตัวแทนความคิดอยู่ในระดับที่สูงขึ้น ซึ่งนักเรียนจะได้สร้างตัวแทนทางความคิดหรือแบบจำลองทางความคิดจากความเข้าใจเนื้อหาทางเคมีที่เป็นนามธรรมให้เป็นรูปธรรมในแบบที่ตนเข้าใจได้ การจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบจำลองเป็นฐานจึงเป็นวิธีการจัดการเรียนรู้ที่ช่วยให้นักเรียนเข้าใจแนวคิดทางเคมีได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีขึ้นและยังสามารถพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ทางวิทยาศาสตร์ของนักเรียนได้ด้วย (อารี พันธมณี, 2545) นอกจากนี้การจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดสะเต็มศึกษา (STEM Education) เป็นแนวทางการจัดการศึกษาที่ให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้และสามารถบูรณาการความรู้ทางวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี กระบวนการออกแบบทางวิศวกรรม และคณิตศาสตร์ โดยเน้นให้นักเรียนนำความรู้ในภาคทฤษฎีมาใช้ในการเชื่อมโยงและแก้ปัญหาในชีวิตจริงที่เกิดขึ้น รวมทั้งการพัฒนากระบวนการหรือผลผลิตใหม่ ส่งผลให้นักเรียนเห็นความสำคัญของความรู้ด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี อันเป็นสิ่งสำคัญที่เป็นความรู้และทักษะพื้นฐานในการดำรงชีวิตเพื่อการประกอบอาชีพ และพัฒนาประเทศในอนาคต (กมลฉัตร กล่อมอิม, 2559) สะเต็มศึกษาช่วยพัฒนาทักษะการแก้ปัญหา ด้านความคิดสร้างสรรค์และนวัตกรรม รวมถึงการสื่อสารและความร่วมมือได้เป็นอย่างดี เนื่องจากสะเต็มศึกษามีแนวคิดมาจากทฤษฎีการสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเอง (Constructionism) (Papert, 1993) เป็นการเรียนรู้ที่เกิดจากการสร้างความรู้ด้วยตนเอง หากนักเรียนมีโอกาสได้สร้างความคิดและนำความคิดของตนเองไปสร้างสรรค์ชิ้นงาน โดยอาศัยสื่อและเทคโนโลยีที่เหมาะสมจะทำให้เห็นความคิดนั้นเป็นรูปธรรมที่ชัดเจน (ทวีป แซ่ฉิน, 2556)

เนื่องจากปัจจุบันประเทศไทยเป็นประเทศที่มีปัญหาเกี่ยวกับการจัดการศึกษาในเรื่องของคุณภาพการศึกษา นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาวิทยาศาสตร์ที่มีแนวโน้มต่ำลง ซึ่งจากการประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนจากหน่วยงานต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการทดสอบ O-NET และ PISA พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนไทยส่วนใหญ่ โดยเฉพาะวิชาวิทยาศาสตร์ยังอยู่ในเกณฑ์ต่ำ นักเรียนขาดทักษะการคิด และการสอนในปัจจุบันมุ่งเน้นเพียงแต่การให้ความรู้มาก เพื่อใช้ในการสอบแต่ไม่สอนให้นักเรียนได้เกิดทักษะการคิด ไม่มีการเชื่อมโยงความรู้ที่มีไปใช้ในการแก้ปัญหาที่พบในชีวิตประจำวัน (พรทิพย์ ศิริภัทราชัย, 2556) จากผลการประเมินทักษะของนักเรียนในระดับนานาชาติ (PISA) 2018 เป็นการประเมินศักยภาพของนักเรียนในด้านการใช้ความรู้ ทักษะที่จำเป็น เพื่อเผชิญกับโลกในชีวิตจริง โดยเน้นการคิดวิเคราะห์การคิดและหาคำอธิบาย พบว่า นักเรียนไทยมีคะแนนเฉลี่ยในด้านวิทยาศาสตร์ 426 คะแนน (ค่าเฉลี่ย OECD 489 คะแนน) ซึ่งผลคะแนนการทดสอบ PISA ของไทยอยู่ในระดับที่ต่ำกว่าคะแนนเฉลี่ย (สถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี, 2563) นอกจากนี้เนื้อหาในรายวิชาเคมีมีความซับซ้อน เป็นนามธรรม และในส่วนที่เป็นทฤษฎีนั้นมีเนื้อหาที่ต้องอธิบายมากมาย โดยเฉพาะเรื่องพอลิเมอร์ ซึ่งเป็นเนื้อหาบทใหญ่ นักเรียนจะต้องเข้าใจในเนื้อหาก่อน จึงจะสามารถวิเคราะห์เนื้อหาหรือประยุกต์ในการนำไปใช้ประโยชน์ได้ จากการจัดการเรียนรู้ในรายวิชาเคมี ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนนราสิกขาลัย จังหวัดนราธิวาส ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 พบว่า นักเรียนยังไม่สามารถอธิบายความรู้เกี่ยวกับพอลิเมอร์ได้ โดยยังไม่สามารถเชื่อมโยงความรู้และไม่ทราบว่าต้องนำความรู้เกี่ยวกับพอลิเมอร์ไปใช้ในชีวิตประจำวันอย่างไร ส่งผลให้นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์

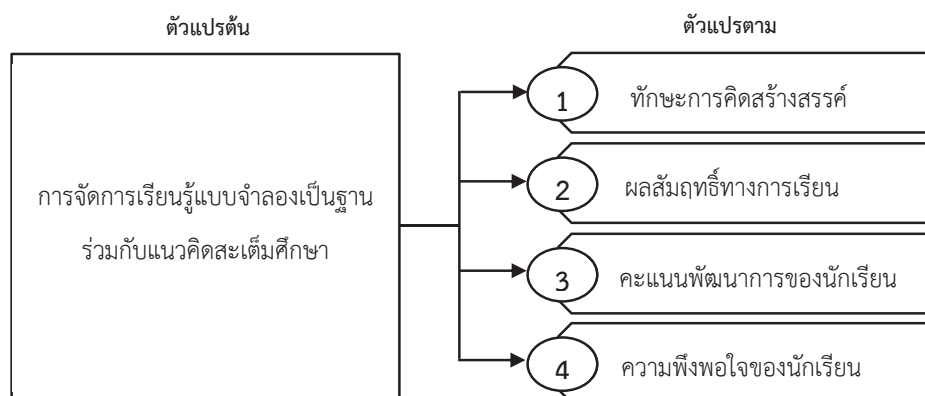
ทางการเรียนวิชาเคมีอยู่ในระดับที่ต้องพัฒนา อีกทั้งนักเรียนยังขาดการฝึกฝนกระบวนการคิดสร้างสรรค์ในการผลิตชิ้นงาน เมื่อครูจัดกิจกรรมที่ต้องใช้ความคิดสร้างสรรค์ พบว่า ชิ้นงานส่วนใหญ่ของนักเรียนไม่ค่อยมีความหลากหลาย โดยไม่ได้คิดสิ่งใหม่ที่แตกต่างไปจากสิ่งที่มีอยู่แล้ว ยังขาดความคิดริเริ่มหรือความคิดแปลกใหม่ จึงจำเป็นที่จะต้องพัฒนาทักษะการคิดสร้างสรรค์ การจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมและส่งเสริมทักษะการคิดสร้างสรรค์ในการผลิตชิ้นงาน จะช่วยให้นักเรียนเกิดองค์ความรู้ เกิดกระบวนการคิดได้หลากหลายและแปลกใหม่จากเดิม โดยสามารถนำไปประยุกต์ทฤษฎี หรือหลักการได้อย่างรอบคอบและมีความถูกต้อง จนนำไปสู่การคิดค้นและสร้างชิ้นงานที่มีรูปแบบความคิดใหม่ ทำให้นักเรียนได้พัฒนาทักษะการคิดสร้างสรรค์อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถออกแบบสร้างสรรค์ชิ้นงานตลอดจนนำความรู้ที่ได้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้

จากความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจการจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษาไปใช้ในรายวิชาเคมี เนื่องจากผู้วิจัยเห็นถึงความสำคัญในการจัดการเรียนรู้เพื่อให้นักเรียนเกิดองค์ความรู้ เห็นความคิดเป็นรูปธรรม สามารถเชื่อมโยงความรู้ เข้าใจบทเรียนได้มากขึ้น ตลอดจนทำให้นักเรียนมีทักษะการคิดสร้างสรรค์ในการผลิตชิ้นงานและนำไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวันได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงใช้การจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา เพื่อพัฒนาทักษะการคิดสร้างสรรค์และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรายวิชาเคมี เรื่อง พอลิเมอร์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนนราสิกขาลัย จังหวัดนราธิวาส

วัตถุประสงค์การวิจัย

- 1) เพื่อพัฒนาทักษะการคิดสร้างสรรค์ในรายวิชาเคมี โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
- 2) เพื่อศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง พอลิเมอร์ โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
- 3) เพื่อศึกษาคะแนนพัฒนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา
- 4) เพื่อศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ต่อการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา

กรอบแนวคิดในการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 แผนการเรียนวิทยาศาสตร์-คณิตศาสตร์ โรงเรียนนราสิกขาลัย จังหวัดนราธิวาส ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2565 จำนวน 3 ห้องเรียน รวมมีนักเรียนทั้งหมด 160 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 แผนการเรียนวิทยาศาสตร์-คณิตศาสตร์ ใช้การสุ่มแบบยกลกลุ่ม (Cluster Random Sampling) โดยใช้ห้องเรียนเป็นหน่วยในการสุ่ม ได้จำนวน 1 ห้องเรียน จำนวน 46 คน

เครื่องมือในการวิจัย

1. เครื่องมือในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ ได้แก่ แผนการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา จำนวน 3 แผน รวม 9 คาบ (คาบละ 50 นาที) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงรายละเอียดแผนการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา

แผนการจัดการเรียนรู้	เรื่อง	ผลการเรียนรู้	จำนวน	
			คาบ	นาที
1	การปรับปรุงสมบัติของพอลิเมอร์	5. อธิบายผลของการปรับเปลี่ยนโครงสร้างและการสังเคราะห์พอลิเมอร์ที่มีต่อสมบัติของพอลิเมอร์	3	150
2	หลักการและแนวคิดในการแก้ปัญหาขยะจากพอลิเมอร์	6. สืบค้นข้อมูลและนำเสนอตัวอย่างผลกระทบจากการใช้และแนวทางการกำจัดผลิตภัณฑ์พอลิเมอร์	3	150
3	แนวทางและวิธีการแก้ปัญหาขยะจากพอลิเมอร์	6. สืบค้นข้อมูลและนำเสนอตัวอย่างผลกระทบจากการใช้และแนวทางการกำจัดผลิตภัณฑ์พอลิเมอร์	3	150
รวม			9	450

ผู้วิจัยได้ดำเนินการการออกแบบและพัฒนาการจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 และได้คุณภาพแผนการจัดการเรียนรู้อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}$ = 4.62, S.D. = 0.46) โดยได้สร้างแผนการจัดการเรียนรู้ 6 ขั้นตอน ดังนี้ ขั้นที่ 1 สร้างแบบจำลองทางความคิด (Produce Mental Model) ขั้นที่ 2 แสดงออกแบบจำลอง (Express Model) ขั้นที่ 3 ทดสอบแบบจำลอง (Test Model) ขั้นที่ 4 ประเมินแบบจำลอง (Evaluate Model) ขั้นที่ 5 ขยายแบบจำลอง

(Elaboration Model) ร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา (STEM Education) และ ขั้นที่ 6 ประเมินผล (Evaluation stage)

2. แบบประเมินทักษะการคิดสร้างสรรค์ เป็นแบบประเมินการออกแบบและการสร้างสรรค์ชิ้นงาน ของนักเรียนหลังได้รับการจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา มีค่าดัชนีความ สอดคล้อง (IOC) เฉลี่ยเท่ากับ 1.00 ผู้วิจัยได้พิจารณาทั้งหมด 5 ด้าน โดยใช้เกณฑ์การให้คะแนนแบบมาตรา ส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตามวิธีของลิเคิร์ต (Likert, 1961) มีรายละเอียดดังนี้

ด้านที่ 1 หลักการและแนวคิดสะเต็มศึกษา (STEM Education)

ด้านที่ 2 ความคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking)

ด้านที่ 3 นวัตกรรมการเรียนรู้ (Learning Innovation)

ด้านที่ 4 การวางแผนงานเพื่อผลสำเร็จ (Planning for Effective)

ด้านที่ 5 ประสิทธิภาพของงาน (Efficient Performance)

3. แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เป็นแบบปรนัย 4 ตัวเลือก รวมทั้งหมด 20 ข้อ ใช้เวลา 40 นาที มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ตั้งแต่ 0.67-1.00 ค่าความยากง่ายอยู่ในช่วงตั้งแต่ 0.20-0.80 ค่าอำนาจจำแนกมีค่าตั้งแต่ 0.20 ขึ้นไป และค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.40

4. แบบสอบถามความพึงพอใจ เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ จำนวน 15 ข้อ มีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เฉลี่ยเท่ากับ 1.00

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ชี้แจงจุดประสงค์การเรียนรู้ในการจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะ เต็มศึกษา และแบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ก่อนเรียนและหลังเรียน โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการจัดการเรียนรู้ตาม แผนการจัดการเรียนรู้ที่สร้างขึ้น จำนวน 3 แผน รวมระยะเวลา ทั้งสิ้น 9 คาบ คิดเป็นเวลา 7 ชั่วโมง 30 นาที ซึ่งทุกแผนการจัดการเรียนรู้มีขั้นตอนการเรียนรู้ครบทั้ง 6 ขั้นตอน โดยดำเนินการเก็บข้อมูลวิจัยเชิงประมาณ ได้แก่ 1) แบบประเมินทักษะการคิดสร้างสรรค์ 2) แบบทดสอบวัดผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และ 3) แบบสอบถามความพึงพอใจ ตามขั้นตอนวิธีการวิจัยที่ได้กำหนดไว้ทุกประการ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำเสนอแผนการคิดสร้างสรรค์ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรวมทั้งข้อมูลจากตามขั้นตอนวิธีการ วิจัยที่ได้กำหนดไว้ทุกประการแล้วจึงนำมาวิเคราะห์ โดยแบ่งการวิเคราะห์ดังนี้

การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

1) สถิติบรรยาย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าความเบ้ ความโด่งของคะแนนการคิด สร้างสรรค์ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง การปรับปรุงสมบัติของพอลิเมอร์และการแก้ปัญหาขยะจากพอลิ เมอร์

2) สถิติทดสอบค่าทีแบบกลุ่มตัวอย่างไม่เป็นอิสระต่อกัน (Paired samples t-test) สถิติเพื่อทดสอบ สมมติฐานการคิดวิเคราะห์ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของกลุ่มตัวอย่างที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน (บุญชม ศรี สะอาด, 2560)

ผลการวิจัย

1. ผลการพัฒนาทักษะการคิดสร้างสรรค์ในรายวิชาเคมี โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ดังตารางที่ 2 และ 3

ตารางที่ 2 แสดงผลการวิเคราะห์ทักษะการคิดสร้างสรรค์ในรายวิชาเคมี โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิด สะเต็มศึกษา ภาพรวมทักษะ 5 ด้าน (n = 46)

รายการประเมิน	ระดับทักษะการคิดสร้างสรรค์			
	$\bar{X}$	S.D.	ร้อยละ	แปลผล
ด้านที่ 1 หลักการและแนวคิดสะเต็มศึกษา (STEM Education)	3.54	.69	70.87	มาก
ด้านที่ 2 ความคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking)				
1) ความคิดริเริ่ม	3.67	.87	73.48	มาก
2) ความคิดคล่องตัว	3.63	.80	72.61	มาก
3) ความคิดยืดหยุ่น	3.65	.92	73.04	มาก
4) ความคิดละเอียดลออ	3.54	.69	70.87	มาก
ด้านที่ 3 นวัตกรรมการเรียนรู้ (Learning Innovation)				
1) สามารถใช้เทคนิคการสร้างความคิดที่หลากหลาย	3.96	.67	79.13	มาก
2) สามารถประเมินแนวคิดของตนเพื่อปรับปรุงและพัฒนางาน	3.96	.67	79.13	มาก
3) มีความเป็นผู้นำในการคิดริเริ่มสร้างสรรค์ในการทำงาน	3.78	.70	75.65	มาก
4) เข้าใจสภาพการณ์ที่อาจเป็นข้อจำกัดในการรับความคิดใหม่	3.91	.63	78.26	มาก
5) สามารถดำเนินการให้เกิดการสนับสนุนการนำนวัตกรรมไปใช้	3.22	.66	64.35	ปานกลาง
ด้านที่ 4 การวางแผนงานเพื่อผลสำเร็จ (Planning for Effective)	3.98	.15	79.57	มาก
ด้านที่ 5 ประสิทธิภาพของงาน (Efficient Performance)	3.87	.34	77.39	มาก
ทักษะการคิดสร้างสรรค์โดยภาพรวม	3.73	.65	74.53	มาก

จากตารางที่ 2 พบว่า นักเรียนที่ผ่านการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษาเมื่อผ่านการจัดการเรียนรู้ตามแผนการจัดการเรียนรู้ จำนวน 3 แผน คาบ คิดเป็นเวลา 7 ชั่วโมง 30 นาที ทุกแผนดำเนินการจัดการเรียนรู้ 6 ขั้นตอน และได้ทำการประเมินเมื่อจบหน่วยการเรียนรู้ พบว่า ในภาพรวมทักษะการคิดสร้างสรรค์ อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.73$) คิดเป็นร้อยละ 74.53 เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ความสำเร็จของงานตามที่ได้วางแผน มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุด ($\bar{X} = 3.98$) รองลงมา ความสามารถใช้เทคนิคการสร้างความคิดที่หลากหลาย และสามารถประเมินแนวคิดของตนเพื่อปรับปรุงและพัฒนางาน มีค่าเฉลี่ยเท่ากัน อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.96$) ตามลำดับ

ตารางที่ 3 แสดงช่วงคะแนนค่าเฉลี่ยและร้อยละของจำนวนทั้งหมดในระดับทักษะการคิดสร้างสรรค์ในรายวิชาเคมี โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา (n = 46)

ช่วงคะแนนค่าเฉลี่ย	ระดับทักษะการคิดสร้างสรรค์	จำนวน (คน)	ร้อยละ (%)
4.21 – 5.00	มากที่สุด	16	34.78
3.41 – 4.20	มาก	24	52.17
2.61 – 3.40	ปานกลาง	6	13.04
1.81 – 2.60	น้อย	0	0.00
1.00 – 1.80	น้อยที่สุด	0	0.00

จากตารางที่ 3 พบว่า นักเรียนที่ผ่านการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษามีช่วงคะแนนค่าเฉลี่ยของระดับทักษะการคิดสร้างสรรค์ อยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 16 คน (34.78%) ระดับมาก จำนวน 24 คน (52.17%) ระดับปานกลาง จำนวน 6 คน (13.04%) ตามลำดับ

2. ผลการศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง พอลิเมอร์ โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 แสดงการเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาเคมีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ก่อนและหลังได้รับการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา (n = 46)

ทดสอบ	n	คะแนนเต็ม	Min	Max	Range	$\bar{x}$	S.D.	t-test	p-value
ก่อนเรียน	46	20	3	15	12	9.46	2.82	18.53*	0.0000
หลังเรียน	46	20	12	20	8	18.26	1.77		

*p-value < .05

จากตารางที่ 4 พบว่า ผลการวิเคราะห์คะแนนของนักเรียนที่ผ่านการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษาระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน พบว่า มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5

3. ผลการศึกษาคะแนนพัฒนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 แสดงช่วงคะแนนพัฒนาการสัมพัทธ์ของระดับพัฒนาการทางการเรียนในรายวิชาเคมีก่อนและหลังการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา (n = 46)

คะแนนพัฒนาการสัมพัทธ์	ระดับพัฒนาการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
76 - 100	สูงมาก	30	65.22
51 - 75	สูง	12	26.09
26 - 50	กลาง	4	8.70
0 - 25	ต่ำ	0	0.00

จากตารางที่ 5 พบว่า ผลการวิเคราะห์ช่วงคะแนนพัฒนาการสัมพัทธ์ของนักเรียนที่ผ่านการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษาระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน อยู่ในระดับสูงมาก จำนวน 30 คน (65.22%) ระดับสูง จำนวน 12 คน (26.09%) ระดับกลาง จำนวน 4 คน (8.70%) ตามลำดับ

4. ผลการศึกษาความพึงพอใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ต่อการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา ดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 แสดงระดับความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา (n=46)

รายการประเมิน	ระดับความพึงพอใจ		
	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
1. บรรยากาศของการเรียนเปิดโอกาสให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการจัดการเรียนรู้	4.57	.54	มากที่สุด
2. วิธีการนำเข้าสู่บทเรียนมีความน่าสนใจทำให้นักเรียนมีส่วนร่วมในชั้นเรียน	4.46	.72	มาก
3. เนื้อหาการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษามีความเหมาะสม	4.57	.54	มากที่สุด
4. กิจกรรมการเรียนรู้ส่งเสริมให้นักเรียนได้แลกเปลี่ยนความรู้ และความคิดเห็น	4.41	.65	มาก
5. กิจกรรมการเรียนรู้ทำให้นักเรียนกล้าคิด กล้าตอบ และกล้าลงมือทำ	4.46	.69	มาก
6. กิจกรรมการเรียนรู้ทำให้นักเรียนสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้	4.65	.53	มากที่สุด
7. การจัดการเรียนรู้สามารถเชื่อมโยงความรู้ในบทเรียนให้เป็นรูปธรรมได้มากขึ้น	4.43	.62	มาก
8. การจัดการเรียนรู้ส่งผลทำให้นักเรียนได้พัฒนาทักษะที่จำเป็นในศตวรรษที่ 21	4.43	.54	มาก
9. นักเรียนมีความคิดสร้างสรรค์ในการผลิตชิ้นงานใหม่ ๆ โดยใช้แนวคิดสะเต็มศึกษา	4.57	.58	มากที่สุด

รายการประเมิน	ระดับความพึงพอใจ		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
10. นักเรียนสามารถวางแผน ออกแบบ และลงมือทำได้ด้วยตนเอง	4.43	.65	มาก
11. นักเรียนมีทักษะในการสืบค้นข้อมูลและการนำเสนอผลงานมากขึ้น	4.59	.58	มากที่สุด
12. นักเรียนมีความสุขผ่านกิจกรรมการสร้างแบบจำลองและสร้างสรรค์ชิ้นงาน	4.50	.59	มาก
13. นักเรียนสามารถคิดและวิเคราะห์ เกิดทักษะในการแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง	4.54	.59	มากที่สุด
14. นักเรียนสามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้	4.50	.66	มาก
15. สื่อการเรียนรู้ที่มีความหลากหลายทำให้สนุกกับการเรียนและมีส่วนร่วม	4.43	.65	มาก
ความพึงพอใจโดยภาพรวม	4.50	.61	มาก

ผลการวิเคราะห์ระดับความพึงพอใจที่มีต่อการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา พบว่า นักเรียนมีความพึงพอใจ ภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.50$) โดยเรียงข้อที่มีระดับมากที่สุด เรียงจากมากไปหาน้อย ได้ดังนี้ กิจกรรมการเรียนรู้ทำให้นักเรียนสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ ($\bar{X} = 4.65$) นักเรียนมีทักษะในการสืบค้นข้อมูลและการนำเสนอผลงานมากขึ้น ($\bar{X} = 4.59$) และนักเรียนมีความคิดสร้างสรรค์ในการผลิตชิ้นงานใหม่ ๆ โดยใช้สะเต็มศึกษา ($\bar{X} = 4.57$) ตามลำดับ

อภิปรายผลการวิจัย

1. ผลการพัฒนาทักษะการคิดสร้างสรรค์ในรายวิชาเคมี โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 พบว่า นักเรียนที่ผ่านการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา เมื่อผ่านการจัดการเรียนรู้ตามแผนการจัดการเรียนรู้ จำนวน 3 แผน 9 คาบ คิดเวลาเป็น 7 ชั่วโมง 30 นาที โดยทุกแผนการจัดการเรียนรู้ดำเนินการเรียนรู้ครบทั้ง 6 ขั้นตอน ในภาพรวมทักษะการคิดสร้างสรรค์ อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.73$) เนื่องจากรูปแบบและวิธีการสอน โดยการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา จัดได้ว่าเป็นการจัดการเรียนรู้เชิงรุก (Active Learning) นำไปสู่การออกแบบการเรียนรู้และการจัดการเรียนรู้ที่เน้นให้ผู้เรียนปฏิบัติจริง สร้างองค์ความรู้ ผ่านการคิดขั้นสูง (Higher-Order Thinking) การได้ปฏิบัติงาน สร้างสรรค์งาน และนำเสนอผลงานด้วยตัวเอง ผ่านการทำกิจกรรมที่นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง เพื่อให้ได้ข้อสรุปที่สมบูรณ์ที่สุด โดยการเน้นให้นักเรียนบูรณาการความรู้ทางวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี การออกแบบทางวิศวกรรม และคณิตศาสตร์ มาใช้ในการแก้ไขปัญหา จนนำไปสู่การสร้างชิ้นงาน ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้ให้นักเรียนสร้างแบบจำลองเกี่ยวกับการปรับปรุงสมบัติของพอลิเมอร์ ที่มีการเติมสารเติมแต่ง พลาสติไซเซอร์ (Plasticizer) และกระบวนการวัลคาไนเซชัน (Vulcanization) แบบจำลองโฮโมพอลิเมอร์และโคพอลิเมอร์ จนนำไปสู่การสร้างสรรค์ชิ้นงานและประเมินผลการเรียนรู้ ซึ่งเป็นไปตามลำดับขั้นตอน 6 ขั้น ดังนี้ ขั้นที่ 1 สร้างแบบจำลองทางความคิด (Produce Mental Model) โดยให้นักเรียนสร้างแบบจำลองเกี่ยวกับการปรับปรุงสมบัติของพอลิเมอร์ โดยใช้

ดินน้ำมันซึ่งเป็นตัวแทนของมอนอเมอร์ที่มาเชื่อมต่อกับหลอดพลาสติกเพื่อสร้างพันธะโคเวเลนต์จนเกิดเป็นสายพอลิเมอร์ และมีการเติมสารเติมแต่ง พลาสติกไซเซอร์ ซึ่งเป็นสารเติมแต่งที่ไม่ทำปฏิกิริยาเคมีกับสายพอลิเมอร์ และการเติมสารเติมแต่งที่ทำปฏิกิริยาเคมี โดยการเติมกำมะถันในยางพาราภายใต้สภาวะที่เหมาะสมในกระบวนการวัลคาไนเซชัน ขั้นที่ 2 แสดงออกแบบจำลอง (Express Model) โดยให้นักเรียนสร้างแบบจำลองเกี่ยวกับโฮโมพอลิเมอร์และโคพอลิเมอร์ทั้ง 4 ประเภท ได้แก่ โคพอลิเมอร์แบบสุ่ม แบบสลับ แบบบล็อก และแบบตอกิ่ง ขั้นที่ 3 ทดสอบแบบจำลอง (Test Model) ขั้นที่ 4 ประเมินแบบจำลอง (Evaluate Model) ขั้นที่ 5 ขยายแบบจำลอง (Elaboration Model) ร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา (STEM Education) ซึ่งในงานวิจัยได้ให้นักเรียนสร้างรถพลังงานธรรมชาติ สร้างสะพาน จากวัสดุพอลิเมอร์ที่มีจำกัด และสร้างชิ้นงานจากวัสดุพอลิเมอร์ที่พบเจอในชีวิตประจำวัน เพื่อลดปัญหาขยะจากพอลิเมอร์ เช่น ชุดอุปกรณ์การทดลองชุดการไทเทรต DIY เครื่องบดสาร กังหันน้ำ เป็นต้น โดยเปิดโอกาสให้นักเรียนเลือกใช้วัสดุที่เหมาะสมในการสร้างสรรค์ชิ้นงาน จากนั้นออกแบบและสร้างสรรค์ชิ้นงาน โดยบูรณาการความรู้ตามแนวคิดสะเต็มศึกษา และ ขั้นที่ 6 ประเมินผล (Evaluation stage) สอดคล้องกับแนวคิดของ Williams (1970) อ้างถึงใน อารีพันธ์มณี (2545) ที่ว่ากลวิธีในการจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมการใช้ความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียน มีกลวิธีที่สอดคล้องกับการจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบจำลองเป็นฐาน นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยงานของ สิทธิโชค เอี่ยมบุญ และคณะ (2563) ได้เปรียบเทียบความคิดสร้างสรรค์ และความสามารถในการสร้างแบบจำลองทางวิทยาศาสตร์ ผลการวิจัยพบว่า ความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียน หลังเรียนด้วยการจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบจำลองเป็นฐาน สูงกว่าหลังเรียนด้วยการจัดการเรียนรู้แบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ธนภรณ์ จุลพูล (2563) ได้ศึกษาการจัดการเรียนรู้ตามแนวทางสะเต็มศึกษาด้วยชุดอุปกรณ์การชุบโลหะทองแดงด้วยไฟฟ้าที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาเคมี และความคิดสร้างสรรค์ทางวิทยาศาสตร์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ผลการวิจัย พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาเคมี และความคิดสร้างสรรค์ทางวิทยาศาสตร์ของนักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดสะเต็มศึกษา หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. ผลการศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง พอลิเมอร์ โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 พบว่า ผลการวิเคราะห์คะแนนของนักเรียนที่ผ่านการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษาระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน พบว่า มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5 เนื่องจากการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา ในงานวิจัยนี้ได้ให้นักเรียนสร้างความเข้าใจในเนื้อหาเรื่อง การปรับปรุงสมบัติของพอลิเมอร์และการแก้ปัญหามาจากพอลิเมอร์ผ่านการสร้างสรรค์ชิ้นงาน ได้แก่ เครื่องกรองน้ำ เครื่องดูดฝุ่น เครื่องรดน้ำต้นไม้ กังหันน้ำ โคมไฟ พัดลมขนาดพกพา และลูกตุ้ม DIY Newton's Cradle ซึ่งเป็นการจัดการเรียนรู้ที่เน้นนักเรียนเป็นสำคัญ ทำให้นักเรียนมีอิสระในการคิด การแสดงความคิดเห็น เรียนรู้ในสิ่งที่นักเรียนมีความสนใจ ส่งเสริมให้นักเรียนลงมือทำด้วยตนเอง ผ่านกระบวนการคิด กระบวนการออกแบบและสร้างชิ้นงาน ซึ่งเป็นการเรียนรู้ที่ช่วยให้นักเรียนได้รับความรู้และความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง นักเรียนได้คิดแก้ปัญหาโดยบูรณาการความรู้ทางวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี กระบวนการออกแบบทาง

วิศวกรรม และคณิตศาสตร์ ผ่านกระบวนการเรียนรู้ตามแนวคิดสะเต็มศึกษา นอกจากนี้ นักเรียนสามารถเรียนเนื้อหาจากประเด็นปัญหาที่เกิดขึ้นจริงในชีวิตประจำวัน ส่งเสริมให้นักเรียนสามารถนำเนื้อหาทฤษฎีที่เรียนมาลงมือปฏิบัติจริง ทำให้นักเรียนเข้าใจเนื้อหามากขึ้น จึงส่งผลให้นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์หลังเรียนเพิ่มสูงขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เสาวรภัย แสงอรุณ และคณะ (2564) ได้ศึกษาผลการจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบจำลองเป็นฐาน เรื่อง พันธะเคมี ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาเคมีและความคิดสร้างสรรค์ทางวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ผลการวิจัย พบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาเคมีและความคิดสร้างสรรค์ทางวิทยาศาสตร์ของนักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบจำลองเป็นฐานสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้แบบปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ วิไลลักษณ์ ผ่านเมือง (2560) ที่ศึกษาผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้เรื่อง พอลิเมอร์ ของนักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ด้วยรูปแบบสะเต็มศึกษา ในรายวิชาเคมี สำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ผลการวิจัย พบว่า นักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ด้วยรูปแบบสะเต็มศึกษาในรายวิชาเคมี เรื่อง พอลิเมอร์ มีผลสัมฤทธิ์หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. ผลการศึกษาคะแนนพัฒนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา พบว่า ช่วงคะแนนพัฒนาการสัมพัทธ์ของนักเรียนที่ผ่านการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษาระหว่างก่อนเรียนและหลังเรียน อยู่ในระดับสูงมาก จำนวน 30 คน (65.22%) ระดับสูง จำนวน 12 คน (26.09%) ระดับกลาง จำนวน 4 คน (8.70%) ตามลำดับ เนื่องจากการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา ส่งเสริมนักเรียนได้เรียนรู้ผ่านการลงมือปฏิบัติจริง ผ่านการแลกเปลี่ยนความคิด นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียนแสวงหาความรู้และสร้างองค์ความรู้ด้วยตนเอง ซึ่งเป็นการจัดการเรียนรู้ที่เน้นให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติได้วางแผน ออกแบบและสร้างสรรค์ชิ้นงานออกมา สามารถอธิบายความรู้ที่ใช้และเชื่อมโยงกับเนื้อที่เรียนได้ ส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนสูงขึ้น และส่งผลให้คะแนนพัฒนาการของนักเรียนเพิ่มขึ้นตามไปด้วย ดังนั้นการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา นอกจากเป็นการจัดการเรียนรู้ที่ส่งเสริมการบูรณาการการเรียนรู้ทางวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี การออกแบบทางวิศวกรรม และคณิตศาสตร์ ยังส่งเสริมให้นักเรียนสามารถนำความรู้ ทักษะ และประสบการณ์จากการเรียนรู้ไปใช้ในการแก้ปัญหาในชีวิตจริง และเป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตหรือการประกอบอาชีพในอนาคต ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นัสรินทร์ ปือชา (2558) ที่ศึกษาผลการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดสะเต็มที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาชีววิทยาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ผลการวิจัย พบว่านักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดสะเต็มศึกษามีคะแนนพัฒนาการอยู่ในระดับสูง ซึ่งแสดงให้เห็นว่า การจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดสะเต็มศึกษา เป็นวิธีการจัดการเรียนรู้ที่สามารถทำให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้และส่งเสริมให้นักเรียนมีพัฒนาการทางการเรียนสูงขึ้น

4. ความพึงพอใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ต่อการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา พบว่า นักเรียนมีความพึงพอใจ ภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.50$) โดยเรียงข้อที่มีระดับมากที่สุดเรียงจากมากไปหาน้อย ได้แก่ กิจกรรมการเรียนรู้ทำให้นักเรียนสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ ($\bar{X} = 4.65$) นักเรียนมีทักษะในการสืบค้นข้อมูลและการนำเสนอผลงานมากขึ้น ($\bar{X} = 4.59$) และนักเรียนมี

ความคิดสร้างสรรค์ในการผลิตชิ้นงานใหม่ ๆ โดยใช้แนวคิดสะเต็มศึกษา ($\bar{X} = 4.57$) ตามลำดับ เหตุผลที่นักเรียนมีความพึงพอใจภาพรวมอยู่ในระดับมาก อาจเป็นเพราะการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ฝึกกระบวนการทำงานเป็นทีม นักเรียนมีอิสระในการคิด การวางแผนและออกแบบจนนำไปสู่การสร้างสรรค์ชิ้นงาน นักเรียนสนุกกับการทำกิจกรรม มีแรงจูงใจในการคิดทำและการเรียนรู้ต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ จุฑามาศ กันทะวัง (2563) ที่ศึกษาการจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบจำลองเป็นฐานวิชาชีพวิทย์ เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การให้เหตุผลเชิงวิทยาศาสตร์ และความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ผลการวิจัย พบว่า นักเรียนมีความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.49$) และสอดคล้องกับงานวิจัยของ เกรียงศักดิ์ วิเชียรสร้าง (2560) ที่ศึกษาผลการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดสะเต็มศึกษา ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาเคมี ความสามารถในการแก้ปัญหาและความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ผลการศึกษา พบว่า นักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดสะเต็มศึกษามีความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนรู้ที่อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.59$)

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1.1 ผลการพัฒนาทักษะการคิดสร้างสรรค์ในรายวิชาเคมี โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ครูควรศึกษาแนวคิดการเรียนรู้เชิงสถานการณ์ร่วมกับแนวคิดปรากฏการณ์เป็นฐานให้ชัดเจนว่าที่จะทำให้นักเรียนมีการสร้างความรู้ด้วยตนเองอย่างไร ภายใต้แนวคิดการสร้างองค์ความรู้ในตนเองในชีวิตประจำวันได้อย่างไร เพื่อทำให้นักเรียนได้เกิดสมรรถนะ (Competency) ความสามารถในการใช้ความรู้ ทักษะ เจตคติ และคุณลักษณะต่าง ๆ ที่ตนเองมีมาประยุกต์ใช้กับการทำงานหรือการแก้ปัญหาต่าง ๆ จนประสบความสำเร็จในระดับใดระดับหนึ่ง

1.2 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เรื่อง พอลิเมอร์ โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา ครูควรอธิบายขั้นตอนการเรียนรู้ตามแนวคิดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษาในแต่ละขั้นว่ามีความสัมพันธ์สอดคล้องในแต่ละแผนการจัดการเรียนรู้ที่จะทำให้นักเรียนตกผลึกความรู้ ความเข้าใจไปในทิศทางเดียวกัน เพื่อให้การจัดการเรียนรู้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและบรรลุตามผลการเรียนรู้สูงสุด

1.3 ผลคะแนนพัฒนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้รับการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา มีความสำคัญ เพราะเป็นค่าที่เป็นตัวเลขจากการเปรียบเทียบผลการวัดพฤติกรรมของนักเรียนแต่ละคน ครูควรมีการวัดพัฒนาการของนักเรียนตั้งแต่อ่อนเรียน ในช่วงระหว่างเรียน และเมื่อสิ้นสุดการเรียน ซึ่งผลจากการวัดบอกถึงความสามารถที่เพิ่มขึ้นของนักเรียนในแต่ละช่วงเวลา หรือในแต่ละระดับชั้น



1.4 ระดับความพึงพอใจของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ต่อการจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา จากผลการศึกษารายข้อมีค่าที่ใกล้เคียงกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะนักเรียนได้คาดหวังต่อการจัดการใ้มาตั้งแต่ต้นจึงทำให้ค่าเฉลี่ยคะแนนความพึงพอใจอยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด ดังนั้นควรเพิ่มเติมข้อคำถามในลักษณะการเขียนแสดงความคิดเห็นเพิ่มเติมที่จะให้นักเรียนแสดงความคิดเห็นปัญหาและอุปสรรคในการเรียน เพื่อที่จะสามารถสะท้อนกลับข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียนรู้ของนักเรียนได้

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยนี้ได้ข้อค้นพบแนวทางในการออกแบบแผนการจัดการเรียนรู้ โดยใช้การจัดการเรียนรู้แบบจำลองเป็นฐานร่วมกับแนวคิดสะเต็มศึกษา สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่สำคัญ คือ การจัดการเรียนรู้ดังกล่าวจะช่วยพัฒนาความสามารถของทักษะการคิดระดับสูงต่อไป และสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับกลุ่มรายวิชาอื่น ๆ ได้ เช่น รายวิชาภาษาไทย ภาษาอังกฤษ และคณิตศาสตร์ เป็นต้น ประเด็นสำคัญในการวิจัยครั้งนี้ ควรทำวิจัยในประเด็นเกี่ยวกับผลการพัฒนาความคิดอย่างเป็นระบบและการคิดอย่างมีวิจารณญาณของผู้เรียนให้ครบทุกองค์ประกอบ ดังนั้น จึงควรมีการวิจัยและพัฒนานักเรียนในด้านการคิดอย่างเป็นระบบในการแก้ปัญหาและการคิดอย่างมีวิจารณญาณ เพื่อให้นักเรียนมีพื้นฐานด้านความคิด ซึ่งจะพัฒนาให้นักเรียนมีความสามารถในการคิดในระดับที่สูงขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- กมลฉัตร กล่อมอิม. (2559). การจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการสะเต็มศึกษา สำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู. *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร*, 18(4), 334-348.
- เกรียงศักดิ์ วิเชียรสร้าง. (2560). ผลการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดสะเต็มศึกษา ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาเคมี ความสามารถในการแก้ปัญหา และความพึงพอใจต่อการจัดการเรียนรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- จุฑามาศ กันทะวัง. (2563). การจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบจำลองเป็นฐานวิชาชีววิทยา เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการให้เหตุผลเชิงวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. (วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ทวีป แซ่ฉิม. (2556). การพัฒนากิจกรรมการเรียนรู้ตามแนวทฤษฎี Constructionism เพื่อพัฒนาทักษะการเขียน โปรแกรม App Inventor สำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย. พิษณุโลก: มหาวิทยาลัยนเรศวรพิษณุโลก.
- ธนภรณ์ จุลพูล และคณะ. (2563). การจัดการเรียนรู้ตามแนวทางสะเต็มศึกษาด้วยชุดอุปกรณ์การชุบโลหะทองแดงด้วยไฟฟ้าที่มีต่อความคิดสร้างสรรค์ทางวิทยาศาสตร์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5. *วารสารศึกษาศาสตร์ มสธ.*, 13(1), 205-219.
- นัสรินทร์ ปือชา. (2558). ผลการจัดการเรียนรู้ตามแนวคิดสะเต็มศึกษา (STEM education) ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาชีววิทยาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 (วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

- บุญชม ศรีสะอาด. (2564). *การวิจัยเบื้องต้น*. (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.
- พรทิพย์ ศิริภัทรราชย์. (2558). STEM Education กับการพัฒนาทักษะในศตวรรษที่ 21. *วารสารนักบริหาร*, 33(2), 49-56.
- วิไลลักษณ์ ผ่านเมือง. (2560). ผลสัมฤทธิ์การเรียนรู้เรื่อง พอลิเมอร์ ของนักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้ด้วยรูปแบบสะเต็มศึกษา ในรายวิชาเคมี สำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- วีรศักดิ์ จันท์สุข. (2564). *ความคิดสร้างสรรค์*. สืบค้นเมื่อ 10 สิงหาคม 2565, จาก http://www.krurock.com/T33101/TechnoC/TechnoC01_04.php
- ศศิเทพ ปิติพรเทพิน. (2558). *การจัดการเรียนรู้วิทยาศาสตร์กับสังคมแห่งศตวรรษที่ 21*. สมุทรปราการ: เนว่าเอ็ดดูเคชั่น.
- สถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี. (2563). *ผลการประเมิน PISA 2018: นักเรียนไทยวัย 15 ปี รู้และทำอะไรได้บ้าง*. สืบค้นเมื่อ 10 สิงหาคม 2565, จาก <https://pisathailand.ipst.ac.th/issue-2019-48/>
- สิทธิโชค เอี่ยมบุญ และคณะ. (2563). การศึกษาความคิดสร้างสรรค์ และความสามารถในการสร้างแบบจำลองทางวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ด้วยการจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบจำลองเป็นฐาน. *วารสาร "ศึกษาศาสตร์ มมร" คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย*, 8(1), 159-172.
- เสาวรภัย แสงอรุณ และคณะ. (2564). ผลการจัดการเรียนรู้โดยใช้แบบจำลองเป็นฐาน เรื่อง พันธะเคมี ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาเคมีและความคิดสร้างสรรค์ทางวิทยาศาสตร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนวัดสุทธิวราราม กรุงเทพมหานคร. *วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ*, 21(2), 157-173.
- อภิสิทธิ์ ชงไชย. (2555). วิทยาศาสตร์เทคโนโลยีวิศวกรรมศาสตร์และคณิตศาสตร์กับการจัดการศึกษาในศตวรรษที่ 21. *วารสารครูวิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ และเทคโนโลยี*, 18, 78-80.
- อารี พันธมณี. (2545). *ฝึกให้คิดเป็น คิดให้สร้างสรรค์*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ไยโหม.
- Clement, P. (2007). Introducing the Cell Concept with Both Animal and Plant Cells: A Historical and Didactic Approach. *Science and Education*, 16, 423-440.
- Likert, S. (1961). *New Patterns of Management*. New York: McGraw-Hill.
- Papert, S. (1993). *Mindstorms: Children, Computers, And Powerful Ideas*. New York: Harper Collins Publishers, Inc.
- Williams, F.E. (1970). *Classroom Ideas for Encouraging Thinking and Feeling*. New York: D.O.K Publishing.

การพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโด
ในจังหวัดชายแดนใต้

Development of Intercultural Competency Indicators of Taekwondo Trainer
in the Southernmost Provinces

จารึก สระอิส¹, โอภาส เกาไสยภรณ์², อติสร ศิริ³ และ ณรงค์ศักดิ์ รอบคอบ⁴

Jaruek Sarais¹, Ophat Kaosaiyaporn², Adisorn Siri³ and Narongsak Rorbkorb⁴

^{1,2,3,4}คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

^{1,2,3,4}Faculty of Education Program, Prince of Songkla University, Thailand

Corresponding Author E-mail: Jaruek.s@psu.ac.th

Retrieved: February 21, 2023; Revised: April 29, 2023; Accepted: April 30, 2023

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) ศึกษาตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ 2) เพื่อพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ และ 3) เพื่อตรวจสอบประเมินความสอดคล้องของตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามปลายเปิดในรอบที่ 1 และนำมาจัดเป็นข้อย่อย และตัดข้อมูลที่ซ้ำซ้อนออก เพื่อสร้างเป็นข้อคำถามในแบบสอบถามในรอบที่ 2 และรอบที่ 3 ต่อไป เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) แบบบันทึกการสังเกตการแข่งเทควันโด 2) แบบสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเป็นแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง และ 3) แบบประเมินตนเองด้านสมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ และ 4) แบบประเมินความสอดคล้องของตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ ตรวจสอบคุณภาพด้านความตรงเชิงเนื้อหา การวิเคราะห์เนื้อหา และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยการวิเคราะห์สถิติพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การหาค่ามัธยฐาน (Median: MD) ค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ และค่าสัมบูรณ์ความแตกต่างระหว่าง ค่ามัธยฐานกับค่าฐานนิยม ($|Md-Mo|$)

ผลการวิจัยพบว่า 1) ตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ 12 ตัวบ่งชี้ คือ องค์ประกอบที่ 1 คุณลักษณะทางวัฒนธรรม ประกอบด้วย 3 ตัวบ่งชี้ องค์ประกอบที่ 2 วัฒนธรรมทางวัฒนธรรม ประกอบด้วย 2 ตัวบ่งชี้ องค์ประกอบที่ 3 ความรู้ความเข้าใจทางวัฒนธรรม ประกอบด้วย 3 ตัวบ่งชี้ และองค์ประกอบที่ 4 ทักษะทางวัฒนธรรม ประกอบด้วย 4 ตัวบ่งชี้ 2) การพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ โดยวิธีการวิจัย EDR พบว่า กลุ่มผู้เชี่ยวชาญทั้ง 17 ท่าน มีความเห็นฉันท์สอดคล้องไปในทิศทางเดียวกัน ซึ่งจะเห็นได้ว่าแนวโน้มที่มีโอกาสเป็นไปได้ในระดับมาก ($Md. \geq 3.5$) และมีความเห็นสอดคล้องในแต่ละแนวโน้ม ($QR \leq 1.5$) และเป็นแนวโน้มที่พึงประสงค์



(มีค่าร้อยละ 85 ขึ้นไป) และ 3) การตรวจสอบประเมินรับรองคุณภาพตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ มีความเหมาะสมโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก

คำสำคัญ: ตัวบ่งชี้สมรรถนะ; วัฒนธรรมที่พึงประสงค์; ผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโด; จังหวัดชายแดนใต้

Abstract

The objectives of this research were to 1) study intercultural competency indicators of Taekwondo Trainer in the Southernmost Provinces, 2) develop intercultural competency indicators of Taekwondo Trainer in the Southernmost Provinces and, 3) check and assess the consistency of intercultural competency indicators of Taekwondo Trainer in the Southernmost Provinces. The data collection was divided into three parts; each of which employed different types of research instruments. An open-ended questionnaire was used in the first part to obtain the information, The sub-questions were sorted and only the useful information was selected to develop a questionnaire for the second and third parts. The research tools were the specialist interviewing form for intercultural competency indicators. The data were analyzed using descriptive statistics including frequency, percentage, means, standard deviation, Pearson Correlation Coefficient, second-order confirmatory factor analysis, and content analysis was also conducted to derive and present the following key values; Median (MD), Interquartile Range (IR) and $(|Md-Mo|)$.

The result of this research found that; 1) The desirable intercultural competency indicators consist of 4 components and 12 indicators. (1) Personal cultural characteristics with 3 indicators. (2) Cultural awareness with 2 indicators. (3) Cultural knowledge with 3 Indicators. and (4) Cultural skills with 4 indicators. 2) To develop indicators of intercultural competency indicators by EDFR research method; 17 experts had a consensus in the same direction which can be seen that the obtained empirical data was high level ($Md. \geq 3.5$), the consistent opinion in each trend ($QR \leq 1.5$) and it is a desirable trend (value of 85% or more). Finally; 3) desirable intercultural competency indicator quality assurance audits the overall appropriateness at a high level ($\bar{x} = 4.19$, $S.D = 0.93$).

Keywords: Competency Indicators; Intercultural; Taekwondo Trainer; The Southernmost Provinces

บทนำ

ในการจัดการศึกษาในระดับอุดมศึกษาได้กำหนดวิสัยทัศน์ว่า อุดมศึกษาไทยเป็นแหล่งสร้างปัญญาให้สังคม นำทางไปสู่การเปลี่ยนแปลง สร้างนวัตกรรม ความรู้ งานวิจัย ที่เสนอทางเลือกและแก้ปัญหา เพื่อการพัฒนาประเทศ และสร้างขีดความสามารถในการแข่งขัน สอดคล้องกับการวางแผนอุดมศึกษาระยะยาว เพื่อการพัฒนาอุดมศึกษาตามแผนอุดมศึกษาระยะยาว 15 ปี ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2551-2565) และกรอบแผนอุดมศึกษาระยะยาว 15 ปี ฉบับที่ 3 (พ.ศ. 2560-2574) เพื่อให้การจัดทำร่างแผนดังกล่าวมีความครอบคลุมทุกมิติของปัจจัยต่าง ๆ ที่จะส่งผลกับการอุดมศึกษา สามารถนำมาใช้ขับเคลื่อนอุดมศึกษาเพื่อการพัฒนาประเทศได้อย่างมีประสิทธิภาพ และให้สอดคล้องกับการปรับช่วงเวลาของแผนจากระยะ 15 ปี เป็น 20 ปี เพื่อให้สอดคล้องกับแผนการศึกษาแห่งชาติ และยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561-2580) ซึ่งสอดคล้องกับแผนการศึกษาแห่งชาติ และยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี (พ.ศ. 2561-2580) ซึ่งสอดคล้องกับการขับเคลื่อนองค์กรให้บรรลุเป้าหมายและวัตถุประสงค์อันจะนำไปสู่ประสิทธิภาพในการทำงาน ซึ่งในปัจจุบันองค์กรต่างๆ ได้หันมาให้ความสนใจและความสำคัญกับสมรรถนะในการปฏิบัติงานของบุคคลมากขึ้น โดยนักวิชาการทางด้านการบริหาร โดยเชื่อกันว่าสมรรถนะเป็นปัจจัยหนึ่งในการพัฒนาองค์กรให้บรรลุเป้าหมายและได้มีผู้ให้ความหมายของคำว่า “สมรรถนะ” ไว้มากมาย แม็คเคลแลนด์ (McClelland อ้างถึงใน เกริกเกียรติ ศรีสมโภช, 2546) กล่าวว่า สมรรถนะ คือ กลุ่มของทักษะ ความรู้ความสามารถ รวมทั้ง พฤติกรรม คุณลักษณะและทัศนคติ ที่บุคลากรจำเป็นต้องมีเพื่อปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพ ประสิทธิผล และเพื่อให้บรรลุผลสำเร็จตรงตามวัตถุประสงค์และเป้าหมายขององค์กร และ แพรทรี (Parry, 1997) ให้นิยามคำว่า “สมรรถนะ” ไว้ คือ กลุ่มของความรู้ (Knowledge) ทักษะ (Skills) และคุณลักษณะ (Attributes) ที่เกี่ยวข้องกัน ซึ่งมีผลกระทบต่องานหลักของตำแหน่งงานหนึ่ง ๆ ซึ่งกลุ่มความรู้ ทักษะ ความสามารถ และคุณลักษณะดังกล่าวจะสัมพันธ์กับผลงานของตำแหน่งงานนั้น ๆ และสามารถวัดผลเปรียบเทียบกับมาตรฐานที่เป็นที่ยอมรับ และเป็นสิ่งที่สามารถเสริมสร้างขึ้นได้ โดยผ่านการฝึกอบรมและการพัฒนา

รายงานความสำคัญของปัญหาจากการประเมินผลการจัดการศึกษาในระดับอุดมศึกษาที่ผ่านมา (สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา, 2563) พบว่า การกำหนดแผนอุดมศึกษาระยะยาวนั้น ก่อให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ในการจัดการศึกษาระดับอุดมศึกษาร่วมกัน โดยสถาบันอุดมศึกษาแต่ละแห่ง สามารถจัดทำแผนพัฒนาของตนอย่างอิสระและมีเสรีภาพทางวิชาการ ทำให้ภาพรวมของการพัฒนาอุดมศึกษาไม่สอดคล้องกับทิศทางระยะยาวที่กำหนดในการจัดทำแผนอุดมศึกษาระยะยาว 20 ปี (พ.ศ. 2561-2580) ตลอดทั้งในการกำหนดทิศทางการพัฒนาอุดมศึกษามีการผันแปรไปตามแนวโน้มแต่ละด้าน ทั้งที่เป็นโอกาสและอุปสรรค ตลอดจนจุดแข็งและจุดอ่อนของระบบอุดมศึกษา ดังนั้นการวางแผนอุดมศึกษาระยะยาว 20 ปี จึงมุ่งไปที่การเปลี่ยนแปลงเชิงระบบ ประกอบด้วย การปรับเปลี่ยนทิศทางและบทบาทของอุดมศึกษา (Re-Orientation) ทิศทางของการปรับยุทธศาสตร์อุดมศึกษา (Re-Profilng) การปรับโครงสร้างการดำเนินงาน (Re-Structure) และการจัดองค์กรใหม่ (Re-Organization) ทั้งนี้ผู้เรียนมีการพัฒนาศักยภาพด้านคุณธรรมจริยธรรม ความรู้ ทักษะทางปัญญา ทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ และทักษะการคิดวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสารและการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศซึ่งคุณลักษณะดังกล่าวเป็นความสามารถของผู้เรียนที่ทำให้สามารถเรียนรู้แบบนำตนเองและเรียนรู้ได้ตลอดชีวิต และตามเกณฑ์การ

ประกันคุณภาพภายในสถานศึกษา ระดับอุดมศึกษา คือการผลิตบัณฑิต หรือการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้ผู้เรียนมีความรู้ในวิชาการและวิชาชีพมีคุณลักษณะตามหลักสูตรที่กำหนดการสอนในยุคปัจจุบันใช้หลักการการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ ซึ่งในขณะเดียวกันสามารถพัฒนาตนเองและแสวงหาความรู้อย่างต่อเนื่อง (สุรศักดิ์ ปาเฮ, 2556) ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางของสำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2551) ที่ได้นำเสนอไว้ในงานวิจัยเรื่อง “สมรรถนะครูและแนวทางการพัฒนาครูภายใต้การเปลี่ยนแปลงของสังคมในยุคโลกาภิวัตน์” ว่า การเปลี่ยนแปลงในสังคมโลกปัจจุบันเป็นสิ่งท้าทายครูยุคใหม่ ในการจัดองค์ความรู้ให้บังเกิดผลต่อการพัฒนาผู้เรียน ดังนั้น ครูจึงจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาสมรรถนะครูให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว เพื่อให้สามารถปฏิบัติงานหรือกิจกรรมวิชาชีพครูได้อย่างมีประสิทธิภาพ

จากประสบการณ์ที่ผู้วิจัยได้จัดการเรียนการสอนให้แก่ นักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิชาพลศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ผู้วิจัยได้พบข้อจำกัดของการจัดการศึกษาในจังหวัดชายแดนใต้ ประเด็นความสำคัญของการจัดการเรียนการสอนทักษะด้านกีฬาในแต่ละประเภทยานั้นต้องจัดให้สอดคล้องกับพื้นฐานทางศาสนา ภาษา วัฒนธรรมและวิถีชีวิตของประชาชนในพื้นที่โดยไม่ยึดติดกับหลักสูตรที่กำหนดจากส่วนกลาง หรือจัดเป็นรูปแบบเดียวกันทั่วประเทศซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่สุดประการหนึ่งในการเพิ่มประสิทธิภาพขององค์กร เพื่อให้มีความสามารถในการแข่งขันกับผู้อื่นทั้งในระดับประเทศและระดับโลก ดังนั้นการจัดการศึกษาในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ซึ่งมีลักษณะเฉพาะจำเป็นต้องให้ความสำคัญกับการบูรณาการการศึกษาให้สอดคล้องกับวิถีชีวิต รวมทั้งอัตลักษณ์ความหลากหลายทาง วัฒนธรรมและความต้องการของท้องถิ่น โดยเชื่อมโยงกับหลักศาสนา วิชาสามัญและวิชาชีพ รวมทั้งผลการวิจัยของบรรจง พารุ่งแสง (2550) ได้ชี้ว่าพหุวัฒนธรรมในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ เป็นแนวทางหนึ่งที่ใช้สำหรับการปฏิรูปการศึกษาที่เหมาะสมกับท้องถิ่นชายแดนภาคใต้ทั้งนี้ แนวทางของการปฏิรูปการศึกษาสำหรับชายแดนภาคใต้ควรยึดหลักการบูรณาการทางพหุวัฒนธรรมสู่การพัฒนาคุณภาพทางการศึกษาทั้งด้านนโยบายและการดำเนินการในท้องถิ่น เพื่อนำไปสู่แนวทางการยอมรับความหลากหลายในอัตลักษณ์ของชาติและส่งเสริมสังคมสันติสุขให้เกิดความยั่งยืนในจังหวัดชายแดนภาคใต้ต่อไป

อย่างไรก็ตามการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ โดยใช้วิธีการที่ไม่เหมาะสมก็อาจจะทำให้องค์กรสูญเสียความสามารถในการแข่งขันได้เช่นกัน การวางแผนในการสร้างสมรรถนะหรือความสามารถ (Competency) ในทุนมนุษย์เพื่อให้มีความพร้อมในการแข่งขันซึ่งในขณะนี้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง องค์กรแต่ละองค์กรจึงเห็นความสำคัญในการคัดเลือกคนให้เหมาะกับงานมากขึ้น จึงได้ใช้ “สมรรถนะ” หรือ Competency เข้ามีส่วนช่วยในการคัดเลือกฝึกสอนกีฬาเทควันโดให้กับผู้เรียนกีฬาเทควันโด ซึ่งจะเห็นได้ว่าในทีมผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ก็เช่นเดียวกันที่ต้องมีผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดอาชีพที่เป็นแรงขับเคลื่อนเพื่อจะให้องค์กรบรรลุเป้าหมายตามวัตถุประสงค์ต่อไป

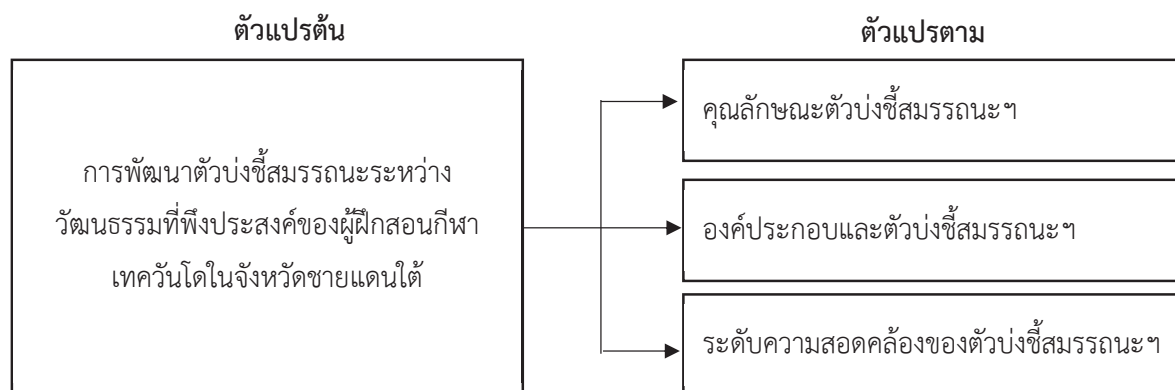
จากที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ ผลที่ได้รับจากการศึกษาจะเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่จะเป็นผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ และผู้ฝึกสอนกีฬาอาชีพในประเภทอื่น ๆ และผู้ที่สนใจทั่วไป ได้ทราบถึงสมรรถนะของผู้ฝึกสอนกีฬาฟุตบอลอาชีพที่เป็นแนวทางในการพัฒนาสมรรถนะของผู้ฝึกสอน

เทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ โดยนำผลจากการวิจัยครั้งนี้ไปเป็นแนวทางสำหรับการศึกษา และพัฒนาศักยภาพในการทำงานของผู้ฝึกสอนเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ ได้อย่างมีประสิทธิภาพเพื่อให้ผู้ฝึกสอนเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้มีความก้าวหน้าและคงอยู่ต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้
2. เพื่อพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬา เทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้
3. เพื่อตรวจสอบประเมินความสอดคล้องของรูปแบบตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้

กรอบแนวคิดในการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากร ได้แก่ ประชากรในการวิจัยในครั้งนี้ เป็นผู้เชี่ยวชาญ มีความรู้ ความสามารถและคุณลักษณะมีประสบการณ์ในด้านผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้
2. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ผู้เชี่ยวชาญที่เป็นนักกีฬาเทควันโด หรือนักกีฬาเทควันโด หรือนักกีฬาเทควันโดสายดำ ระดับ 3 ขึ้นไป ที่มีประสบการณ์ ผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดที่มีความเชี่ยวชาญด้านการสอนกีฬาเทควันโดทั้งในระดับชาติ หรือระดับนานาชาติ จำนวน 17 คน ตามการศึกษาของโทมัส ที่ แมคมิลแลน (Mccllland อ้างใน เกษม บุญอ่อน, 2522) การคัดเลือกผู้เชี่ยวชาญเป็นการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

เครื่องมือในการวิจัย

1) แบบบันทึกข้อมูลรายงานวิจัยที่หาคุณภาพด้วยการตรวจสอบความตรงของเครื่องมือ และทดลองนำร่องในการเก็บข้อมูลเพื่อการพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้

2) แบบสอบถามแบบสอบถามความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ สำหรับการวิจัยด้วยเทคนิคเดลฟายทั้ง 3 รอบ

2.1) แบบสอบถามสำหรับการวิจัยด้วยเทคนิคเดลฟายรอบที่ 1 เป็นแบบสอบถามปลายเปิดที่พัฒนามาจากรอบดำเนินการศึกษาเอกสารวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและข้อแก้ไขจากความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย จำนวน 3 ท่าน

2.2) แบบสอบถามสำหรับการวิจัยด้วยเทคนิคเดลฟายรอบที่ 2 เป็นแบบสอบถามปลายปิดในลักษณะมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยข้อความทั้งหมดพัฒนาขึ้น จากคำตอบของผู้เชี่ยวชาญจากการทำแบบสอบถามในรอบที่ 1

2.3) แบบสอบถามสำหรับการวิจัยด้วยเทคนิคเดลฟายรอบที่ 3 เป็นแบบสอบถามปลายปิดในลักษณะมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) 5 ระดับ ซึ่งคล้ายกับแบบสอบถามในรอบที่ 2 ต่างกันที่ ในข้อความแต่ละข้อจะมีการระบุค่ามัธยฐาน (Median) ค่าพิสัยระหว่างวอไทล์ (Interquartile Range) และคำตอบเดิมของผู้เชี่ยวชาญในรอบที่ผ่านมา เพื่อส่งกลับไปยังผู้เชี่ยวชาญทบทวนคำตอบของตนเองว่าต้องการยืนยันหรือเปลี่ยนแปลงคำตอบ

3) แบบประเมินมาตรฐานความเหมาะสมและมาตรฐานความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ได้จริง ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนาปรับปรุงจากเกณฑ์การรับรองคุณภาพความสอดคล้องกับมาตรฐานการประเมิน Joint Committee on Standards for Educational Evaluation (1980 อ้างถึงจาก ราตรี นันทสุนทร, 2547)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงอนาคต โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ โดยใช้เทคนิคเดลฟาย (Delphi Technique) ในการสรุปความเห็นจากกลุ่มผู้เชี่ยวชาญ มีรายละเอียดดังนี้

1) สร้างตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ ด้วยการใช้กระบวนการวิจัยเทคนิคเดลฟาย (Delphi Technique) และติดต่อนัดหมายผู้เชี่ยวชาญทางโทรศัพท์ จากนั้นดำเนินการจัดทำหนังสือขอความอนุเคราะห์นำส่งให้กับผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 17 คน

2) นำโครงร่างการวิจัยและเครื่องมือดังกล่าว เสนอต่อคณะกรรมการบัณฑิตวิทยาลัย และอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์พิจารณา

3) ผู้วิจัยนำแบบสอบถามรอบที่ 1 ส่งให้กับผู้เชี่ยวชาญตอบแบบสอบถามด้วยตนเองซึ่งผู้วิจัยได้รับแบบสอบถามกลับคืน จำนวน 17 คน รวมใช้ระยะเวลาทั้งสิ้น 30 วัน

4) ผู้วิจัยนำแบบสอบถามรอบที่ 2 ส่งให้กับผู้เชี่ยวชาญตอบแบบสอบถาม จำนวน 17 คน ด้วยตนเอง ซึ่งผู้วิจัยได้รับแบบสอบถามกลับคืน จำนวน 17 คน รวมใช้ระยะเวลาทั้งสิ้น 30 วัน

5) ผู้วิจัยนำแบบสอบถามรอบที่ 3 ส่งให้กับผู้เชี่ยวชาญตอบแบบสอบถาม จำนวน 17 คน ด้วยตนเอง ซึ่งผู้วิจัยได้รับแบบสอบถามกลับคืน จำนวน 17 คน รวมใช้ระยะเวลาทั้งสิ้น 20 วัน

6) ในการส่งแบบสอบถามรอบที่ 2 (Delphi รอบ 1) ผู้วิจัยนำแบบสัมภาษณ์ถึงโครงสร้างที่ได้จากการแสดงความคิดเห็นตามทัศนะของผู้เชี่ยวชาญจากรอบที่ 1 มาสร้างเป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) 5 ระดับ และรอบที่ 3 (Delphi รอบ 2) ผู้วิจัยทำการจัดส่งแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ที่มีรายละเอียดจากรอบที่ 2 ให้ผู้เชี่ยวชาญชุดเดิมทั้ง 21 คน ตอบแบบสอบถามอีกครั้งเพื่อยืนยันคำตอบจากผู้เชี่ยวชาญทั้ง 17 คน เพื่อประกอบคำตอบการพิจารณาในการตอบแบบสอบถามของผู้เชี่ยวชาญอีกครั้งสรุประยะเวลาที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ รวมทั้งสิ้น 60 วัน

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

1.1 รอบที่ 1 การสัมภาษณ์ เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานเบื้องต้นและการวิเคราะห์คำตอบของผู้เชี่ยวชาญจากแบบสัมภาษณ์ถึงโครงสร้าง เพื่อสรุปประเด็นเป็นการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) โดยการรวบรวมข้อมูลด้วยตัวเองที่ได้จากการสำรวจการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ เป็นการแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้

1.2 รอบที่ 2 (Delphi รอบ 1) เป็นการวิเคราะห์คำตอบของผู้เชี่ยวชาญจากแบบสอบถาม นำมาวิเคราะห์หาค่ามัธยฐาน (Median) ค่าฐานนิยม (Mode) ค่าความแตกต่างระหว่างมัธยฐานกับฐานนิยม และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (Interquartile Range) ของคำตอบ แต่ละข้อ แล้วแสดงตำแหน่งของมัธยฐานกับฐานนิยม ค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ และตำแหน่งที่ผู้เชี่ยวชาญแต่ละคนตอบ แล้วนำไปสอบถาม รอบที่ 3 (Delphi รอบ 2)

1.3 รอบที่ 3 (Delphi รอบ 2) เป็นการวิเคราะห์คำตอบของผู้เชี่ยวชาญจากแบบสอบถาม ใช้การวิเคราะห์หาค่ามัธยฐาน (Median) ค่าฐานนิยม (Mode) ค่าความแตกต่างระหว่างมัธยฐานกับฐานนิยม และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ (Interquartile Range) ของคำตอบแต่ละข้อโดยใช้เกณฑ์ด้วยการใช้กระบวนการวิจัยเทคนิคเดลฟาย (Delphi Technique) (บุญเรียง ขจรศิลป์, 2543)

การพิจารณาความสอดคล้อง (Consensus)

การวิจัยครั้งนี้ ข้อคิดเห็นใดที่ผ่านการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญแล้วมีค่าความแตกต่างระหว่างมัธยฐานและฐานนิยม ไม่เกิน 1.00 และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์ไม่เกิน 1.50 ให้ถือว่าข้อความนั้นมีความสอดคล้องกัน ในกรณีที่ข้อความใดมีค่าความแตกต่างระหว่างมัธยฐาน และฐานนิยม เกิน 1.00 และค่าพิสัยระหว่างควอไทล์เกิน 1.50 ให้ถือว่าข้อความนั้นไม่มีความสอดคล้อง

2. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากข้อมูลการสัมภาษณ์และจากการสังเกต โดยใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) นำมาสร้างข้อสรุปแบบอุปนัยและนำเสนอเนื้อหาแบบพรรณนาในรูปแบบเป็นความเรียง

ผลการวิจัย

1. ผลศึกษาตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้

ผู้วิจัยได้ทำการสังเคราะห์เอกสารเกี่ยวกับองค์ประกอบตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ แบ่งออกได้เป็น

1) ผลจากการวิเคราะห์เอกสาร

ผลการวิเคราะห์เอกสาร พบว่า องค์ประกอบตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ประกอบด้วย จำนวน 3 องค์ประกอบ 9 ตัวบ่งชี้ ประกอบด้วย องค์ประกอบที่ 1 ความตระหนักทางวัฒนธรรม ประกอบด้วย 3 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ (1) ความรู้ความเข้าใจทางวัฒนธรรม (2) ความแหว่ทางวัฒนธรรม (3) การรับรู้ความสามารถแห่งตน องค์ประกอบที่ 2 ความรู้ความเข้าใจทางวัฒนธรรม ประกอบด้วย 2 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ (1) ความรู้ในวัฒนธรรมเฉพาะ (2) ความรู้ในวัฒนธรรมหลากหลาย องค์ประกอบที่ 3 ทักษะส่วนบุคคล ประกอบด้วย 3 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ (1) การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (2) ความสามารถในการสื่อสาร (3) ความยืดหยุ่นทางวัฒนธรรม และ (4) การกำกับตนเอง ตามลำดับ

2) ผลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก

ผลที่ได้จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 17 คน พบว่า คุณลักษณะส่วนบุคคลบางประการที่มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับการมีสมรรถนะทางวัฒนธรรม แต่ผู้วิจัยได้ตัดออกจากการศึกษา โดยผู้ทรงคุณวุฒิได้ให้ความคิดเห็นว่า ควรนำองค์ประกอบด้านคุณลักษณะทางวัฒนธรรมมาในการศึกษาคั้งนี้ด้วย ดังนั้นสมรรถนะระหว่างวัฒนธรรม จึงควรประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ ผลการสร้างองค์ประกอบตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ จากการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ พบว่า สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ ควรประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ 12 ตัวบ่งชี้ องค์ประกอบที่ 1 คุณลักษณะทางวัฒนธรรม ประกอบด้วย 3 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ 1) การมีบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ 2) การมีบุคลิกภาพแบบเปิดเผย 3) การรับรู้ความสามารถแห่งตน องค์ประกอบที่ 2 ความตระหนักทางวัฒนธรรม ประกอบด้วย 2 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ 4) การเห็นคุณค่าของวัฒนธรรมที่แตกต่าง และ 5) การเคารพในวัฒนธรรมที่แตกต่าง องค์ประกอบที่ 3 ความรู้ความเข้าใจทางวัฒนธรรม ประกอบด้วย 3 ตัวบ่งชี้ 6) ความรู้เกี่ยวกับพหุวัฒนธรรม 7) ความเข้าใจเกี่ยวกับวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ และ 8) ความเข้าใจเรื่องสภาพสังคมพหุวัฒนธรรมและความหลากหลายในจังหวัดชายแดนใต้ องค์ประกอบที่ 4 ทักษะทางวัฒนธรรม ประกอบด้วย 4 ตัวบ่งชี้ 9) การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 10) ความสามารถในการสื่อสาร 11) การกำกับตนเอง และ 12) ความยืดหยุ่นทางวัฒนธรรม และผลการประเมินความเหมาะสมของตัวบ่งชี้โดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 17 ท่าน พบว่า ผลการประเมินความเหมาะสมของตัวบ่งชี้โดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 10 ท่าน มีความเหมาะสมโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.01$, S.D = 0.81) เมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบ พบว่า อยู่ในระดับมากทุกองค์ประกอบ โดยองค์ประกอบที่ 3 ความรู้ความเข้าใจทางวัฒนธรรม เรื่องความเข้าใจสภาพสังคมพหุวัฒนธรรม มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 4.12$, S.D = 0.79) รองลงมาคือ องค์ประกอบที่ 4 ทักษะทางวัฒนธรรม เรื่อง

ความยืดหยุ่นทางวัฒนธรรม ($\bar{X}$ = 4.02, S.D = 0.82) ส่วนในด้านการกำกับตนเอง มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X}$ = 3.91, S.D = 0.83) ตามลำดับ

2. ผลการพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้

จากการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้กระบวนการวิจัยเทคนิคเดลฟาย (Delphi Technique) พบว่า แนวโน้มองค์ประกอบและตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ EDRF รอบที่ 1 และรอบที่ 2 พบว่า ความคิดเห็นของกลุ่มผู้เชี่ยวชาญทั้ง 17 คน มีความคิดเห็นเป็นฉันทมติไปในทิศทางเดียวกันถึงความเป็นไปได้และมาตรฐานที่พึงประสงค์ รวมทั้งยืนยันความเป็นไปได้และมาตรฐานที่พึงประสงค์แนวโน้มองค์ประกอบและตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ แนวโน้มที่เป็นไปได้ในระดับมากและมากที่สุด โดยองค์ประกอบและตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์มีความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด (Md. $\geq$ 3.5) และกลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องในแต่ละแนวโน้ม (QR $\leq$ 1.5) และเป็นแนวโน้มที่พึงประสงค์ (มีค่าร้อยละ 85 ขึ้นไป) ประกอบด้วย (1) องค์ประกอบที่ 1 คุณลักษณะทางวัฒนธรรม คือ แนวโน้มด้านบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ แนวโน้มด้านบุคลิกภาพแบบเปิดเผย และแนวโน้มด้านการรับรู้ความสามารถแห่งตน (2) องค์ประกอบที่ 3 ความรู้ความเข้าใจทางวัฒนธรรม คือ แนวโน้มด้านความรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมในจังหวัดชายแดนใต้ แนวโน้มด้านความเข้าใจเกี่ยวกับวัฒนธรรมองค์กร และแนวโน้มด้านความเข้าใจสภาพสังคมพหุวัฒนธรรม และ (3) องค์ประกอบที่ 4 ทักษะทางวัฒนธรรม คือ แนวโน้มด้านการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล แนวโน้มด้านความสามารถในการสื่อสาร แนวโน้มด้านการกำกับตนเอง และแนวโน้มด้านความยืดหยุ่นทางวัฒนธรรม ส่วนที่กลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นว่า มีแนวโน้มที่มีโอกาสเป็นไปได้ในระดับมาก (Md. $\geq$ 3.5) และกลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องในแต่ละแนวโน้ม (QR $\leq$ 1.5) และเป็นแนวโน้มที่พึงประสงค์ (มีค่าร้อยละ 85 ขึ้นไป) มี 1 แนวโน้ม คือ องค์ประกอบที่ 2 ความตระหนักทางวัฒนธรรม คือ แนวโน้มด้านการเห็นคุณค่าของวัฒนธรรมที่แตกต่าง และแนวโน้มด้านการเคารพในวัฒนธรรมที่แตกต่าง ตามลำดับ

ผลจากการดำเนินการวิจัย EDRF รอบที่ 3 พบว่า กลุ่มผู้เชี่ยวชาญทั้ง 17 คนนั้นมีความเห็นสอดคล้องไปในทิศทางเดียวกัน ซึ่งจะเห็นได้ว่าแนวโน้มที่มีโอกาสเป็นไปได้ในระดับมาก (Md. $\geq$ 3.5) และมีความเห็นสอดคล้องในแต่ละแนวโน้ม (QR $\leq$ 1.5) และเป็นแนวโน้มที่พึงประสงค์ (มีค่าร้อยละ 85 ขึ้นไป) ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ 12 ตัวบ่งชี้ ดังนี้ องค์ประกอบที่ 1 คุณลักษณะทางวัฒนธรรม ได้แก่ 1) บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ 2) บุคลิกภาพแบบเปิดเผย และ 3) การรับรู้ความสามารถแห่งตน องค์ประกอบที่ 2 ความตระหนักทางวัฒนธรรม ได้แก่ 1) การเห็นคุณค่าของวัฒนธรรมที่แตกต่าง 2) การเคารพในวัฒนธรรมที่แตกต่าง องค์ประกอบที่ 3 ความรู้ความเข้าใจทางวัฒนธรรม ได้แก่ 1) ความรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมในอาเซียน 2) ความเข้าใจเกี่ยวกับวัฒนธรรมองค์กร และ 3) ความเข้าใจสภาพสังคมพหุวัฒนธรรม องค์ประกอบที่ 4 ทักษะทางวัฒนธรรม ได้แก่ 1) การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 2) ความสามารถในการสื่อสาร 3) การกำกับตนเอง และ 4) ความยืดหยุ่นทางวัฒนธรรม ตามลำดับ

3. ผลตรวจสอบประเมินความสอดคล้องของตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้

ผลการวิเคราะห์การประเมินรับรองคุณภาพตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ มีความเหมาะสมโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.19$, S.D. = 0.93) เมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบ พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด 5 ตัวบ่งชี้ โดยมีมาตรฐานด้านความเหมาะสม ในตัวบ่งชี้สมรรถนะมีความเหมาะสมในด้านการรับรู้ความแตกต่างของบุคคลทางวัฒนธรรมทักษะทางวัฒนธรรม มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 4.56$, S.D. = 0.51) รองลงมาคือ มาตรฐานด้านความเป็นไปได้ ในตัวบ่งชี้สมรรถนะแสดงออกได้ถึงวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ ($\bar{X} = 4.55$, S.D. = 0.83) ส่วนในตัวบ่งชี้สมรรถนะแสดงออกได้ถึงมาตรฐานวิชาชีพของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 3.90$, S.D. = 1.03)

อภิปรายผลการวิจัย

จากการพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ จะเห็นได้ว่าผลจากการสังเคราะห์เอกสารและผลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกจากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 10 ท่าน ในรายละเอียดที่เกี่ยวกับองค์ประกอบตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ ทำให้ได้ตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ ประกอบไปด้วย 4 องค์ประกอบ 12 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ องค์ประกอบที่ 1 คุณลักษณะทางวัฒนธรรม ประกอบด้วย 3 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ 1) การมีบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ 2) การมีบุคลิกภาพแบบเปิดเผย 3) การรับรู้ความสามารถแห่งตน องค์ประกอบที่ 2 วัฒนธรรมทางวัฒนธรรม ประกอบด้วย 2 ตัวบ่งชี้ ได้แก่ 4) การเห็นคุณค่าของวัฒนธรรมที่แตกต่าง และ 5) การเคารพในวัฒนธรรมที่แตกต่าง องค์ประกอบที่ 3 ความรู้ความเข้าใจทางวัฒนธรรม ประกอบด้วย 3 ตัวบ่งชี้ 6) ความรู้เกี่ยวกับพหุวัฒนธรรม 7) ความเข้าใจเกี่ยวกับวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ และ 8) ความเข้าใจเรื่องสภาพสังคมพหุวัฒนธรรมและความหลากหลายในจังหวัดชายแดนใต้ องค์ประกอบที่ 4 ทักษะทางวัฒนธรรม ประกอบด้วย 4 ตัวบ่งชี้ 9) การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 10) ความสามารถในการสื่อสาร 11) การกำกับตนเอง และ 12) ความยืดหยุ่นทางวัฒนธรรม และผลจากการประเมินความเหมาะสมของตัวบ่งชี้โดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 17 คน พบว่า ผลการประเมินความเหมาะสมของตัวบ่งชี้โดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 10 ท่าน มีความเหมาะสมโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.01$, S.D. = 0.81) เมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบ พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุดองค์ประกอบ โดยองค์ประกอบที่ 3 ความรู้ความเข้าใจทางวัฒนธรรม เรื่องความเข้าใจสภาพสังคมพหุวัฒนธรรม มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 4.12$, S.D. = 0.79) รองลงมาคือ องค์ประกอบที่ 4 ทักษะทางวัฒนธรรม เรื่อง ความยืดหยุ่นทางวัฒนธรรม ($\bar{X} = 4.02$, S.D. = 0.82) ส่วนในด้านการกำกับตนเอง มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 3.91$, S.D. = 0.83) สอดคล้องกับ ณิชภา จันทรเพ็ญ (2555) ซึ่งพบว่าองค์ประกอบด้านทักษะทางวัฒนธรรมของครูประกอบด้วย 4 ตัวบ่งชี้เดียวกันนี้ และผลวิจัยนี้

ยังสอดคล้องกับ Ross (2010), Johnston (2006) และ Lister, P. (1999) ที่กล่าวถึงความสำคัญของการปรับตัวได้หรือความยืดหยุ่นทางวัฒนธรรมของบุคคล การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีความแตกต่างทางวัฒนธรรม ความอดทนอดกลั้นต่อความไม่แน่นอนและความแปรเปลี่ยนระหว่างวัฒนธรรมรวมถึงการควบคุมการตนเอง และความสามารถของการสื่อสารข้ามวัฒนธรรม ว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญของสมรรถนะการทำงานข้ามวัฒนธรรม อย่างไรก็ตามในงานวิจัยของ วิเชียร พันธุ์เครือบุตร (2557) ที่ศึกษาเกี่ยวกับสมรรถนะการทำงานข้ามวัฒนธรรมในประชาคมอาเซียนของบัณฑิตไทย ซึ่งศึกษาทักษะทางวัฒนธรรมในลักษณะของการใช้ภาษาอังกฤษระหว่างชนชาติ การสื่อสารและการรายงานข้ามวัฒนธรรม และการทำงานเป็นทีมข้ามวัฒนธรรม พบว่าสมรรถนะการทำงานข้ามวัฒนธรรมของบัณฑิตไทยอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งเป็นที่น่าสังเกตว่า องค์ประกอบทักษะทางวัฒนธรรมที่ต้นพบจากงานวิจัยนี้ มีความหมายกว้างขวางไปกว่าความสามารถ การสื่อสารข้ามวัฒนธรรมเท่านั้น ไม่ใช่เพียงการรู้ภาษาอังกฤษ หรือภาษาที่สาม แต่ผู้มีทักษะทางวัฒนธรรมที่จะสามารถทำงานข้ามวัฒนธรรมได้อย่างประสบความสำเร็จ ยังต้องมีความยืดหยุ่นปรับเปลี่ยนตัวเองให้เข้ากับวัฒนธรรมที่แตกต่างได้อย่างกลมกลืน มีความอดทนอดกลั้นต่อความไม่แน่นอนและความแปรเปลี่ยนระหว่างวัฒนธรรมรวมถึงการควบคุมอารมณ์และการแสดงออกของตนเองท่ามกลางความแตกต่างทางวัฒนธรรมได้ และมีความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลที่มีความแตกต่างทางวัฒนธรรมได้อย่างเหมาะสมอีกด้วย และยังสอดคล้องกับผลวิจัยในส่วนนี้มีความสอดคล้องกับผลวิจัยของ Annandale (2011) ที่ได้นำเสนอว่าสมรรถนะด้านกิฬาและบุคลิกลักษณะและแรงจูงใจ (Affect/Motivation) ว่าเป็นหนึ่งในสามองค์ประกอบของสมรรถนะข้ามวัฒนธรรมเช่นกัน

3. ผลการพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ โดยใช้กระบวนการวิจัยเทคนิคเดลฟาย (Delphi Technique)

ผลการจากวิธีวิจัยเทคนิคเดลฟาย (Delphi Technique) พบว่า แนวโน้มองค์ประกอบและตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ ด้วยวิธีเทคนิคเดลฟาย รอบที่ 1 และรอบที่ 2 พบว่า ความคิดเห็นของกลุ่มผู้เชี่ยวชาญทั้ง 17 ท่าน มีความคิดเห็นเป็นฉันทมติไปในทิศทางเดียวกันถึงความเป็นไปได้และมาตรฐานที่พึงประสงค์ รวมทั้งยืนยันความเป็นไปได้และมาตรฐานที่พึงประสงค์แนวโน้มองค์ประกอบและตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ แนวโน้มที่เป็นไปได้ในระดับมากและมากที่สุด โดยองค์ประกอบและตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์มีความเป็นไปได้ในระดับมากที่สุด ($Md. \geq 3.5$) และกลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องในแต่ละแนวโน้ม ($QR \leq 1.5$) และเป็นแนวโน้มที่พึงประสงค์ (มีค่าร้อยละ 85 ขึ้นไป) ประกอบด้วย (1) องค์ประกอบที่ 1 คุณลักษณะทางวัฒนธรรม คือ แนวโน้มด้านบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ แนวโน้มด้านบุคลิกภาพแบบเปิดเผย และแนวโน้มด้านการรับรู้ความสามารถแห่งตน (2) องค์ประกอบที่ 3 ความรู้ความเข้าใจทางวัฒนธรรม คือ แนวโน้มด้านความรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมในจังหวัดชายแดนใต้ แนวโน้มด้านความเข้าใจเกี่ยวกับวัฒนธรรมองค์กร และแนวโน้มด้านความเข้าใจสภาพสังคมพหุวัฒนธรรม และ (3) องค์ประกอบที่ 4 ทักษะทางวัฒนธรรม คือแนวโน้มด้านการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล แนวโน้มด้านความสามารถในการสื่อสาร แนวโน้มด้านการกำกับตนเอง และแนวโน้มด้านความยืดหยุ่น

ทางวัฒนธรรม ส่วนที่กลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นว่า มีแนวโน้มที่มีโอกาสเป็นไปได้ในระดับมาก ($Md. \geq 3.5$) และกลุ่มผู้เชี่ยวชาญมีความเห็นสอดคล้องในแต่ละแนวโน้ม ($QR \leq 1.5$) และเป็นแนวโน้มที่พึงประสงค์ (มีค่าร้อยละ 85 ขึ้นไป) มี 1 แนวโน้ม คือ องค์ประกอบที่ 2 ความตระหนักทางวัฒนธรรม คือแนวโน้มด้านการเห็นคุณค่าของวัฒนธรรมที่แตกต่าง และแนวโน้มด้านการเคารพในวัฒนธรรมที่แตกต่าง ตามลำดับ

ในการดำเนินการวิจัย EDR รอบที่ 3 พบว่า กลุ่มผู้เชี่ยวชาญทั้ง 17 คนมีความเห็นว่าสอดคล้องไปในทิศทางเดียวกัน ซึ่งจะเห็นได้ว่าแนวโน้มที่มีโอกาสเป็นไปได้ในระดับมาก ($Md. \geq 3.5$) และมีความเห็นสอดคล้องในแต่ละแนวโน้ม ($QR \leq 1.5$) และเป็นแนวโน้มที่พึงประสงค์ (มีค่าร้อยละ 85 ขึ้นไป) ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบ 12 ตัวบ่งชี้ ดังนี้ องค์ประกอบที่ 1 คุณลักษณะทางวัฒนธรรม ได้แก่ 1) บุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ 2) บุคลิกภาพแบบเปิดเผย และ 3) การรับรู้ความสามารถแห่งตน องค์ประกอบที่ 2 ความตระหนักทางวัฒนธรรม ได้แก่ 1) การเห็นคุณค่าของวัฒนธรรมที่แตกต่าง 2) การเคารพในวัฒนธรรมที่แตกต่าง องค์ประกอบที่ 3 ความรู้ความเข้าใจทางวัฒนธรรม ได้แก่ 1) ความรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมในอาเซียน 2) ความเข้าใจเกี่ยวกับวัฒนธรรมองค์กร และ 3) ความเข้าใจสภาพสังคมพหุวัฒนธรรม องค์ประกอบที่ 4 ทักษะทางวัฒนธรรม ได้แก่ 1) การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล 2) ความสามารถในการสื่อสาร 3) การกำกับตนเอง และ 4) ความยืดหยุ่นทางวัฒนธรรม นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับที่ Caligiuri & Tarique (2012) ที่พบว่า คุณลักษณะส่วนบุคคลบางประการของผู้ที่มีความสัมพันธ์อย่างสูงต่อการมีสมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ ได้แก่ การมีบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ การมีบุคลิกภาพแบบเปิดเผย และการมีความมั่นใจทางอารมณ์ เช่นเดียวกับผลวิจัยของ Ramula et al. (2010) ที่ศึกษากับกลุ่มผู้จัดการต่างชาติที่ย้ายมาทำงานในประเทศมาเลเซียจำนวน 332 คน ผลวิจัยนี้พบว่าบุคลิกภาพมีความสัมพันธ์อย่างสูงกับการปรับตัวข้ามวัฒนธรรม โดยเมื่อพิจารณาข้อค้นพบจากงานวิจัยนี้เทียบกับงานวิจัยที่ทำการศึกษเกี่ยวกับสมรรถนะของผู้สำเร็จการศึกษาในประเทศไทยในช่วงเวลาที่ผ่านมา พบว่า งานวิจัยนี้ มีความสอดคล้องกับงานวิจัยที่ดำเนินการศึกษาในช่วงของการเปิดประชาคมอาเซียน ได้แก่ งานของ นนทภรณ์ พุทธิรักษา และคณะ (2557) ที่พบว่า ความสามารถในการทำงานร่วมกับผู้อื่น เป็นองค์ประกอบสำคัญประการหนึ่งของความสามารถเพื่อ การได้รับการจ้างงานในของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ ซึ่งสอดคล้องกับผลวิจัยของ Ramula และคณะ (2010) ที่พบว่าบุคลิกภาพมีความสัมพันธ์อย่างสูงกับการปรับตัวข้ามวัฒนธรรม เช่นเดียวกับผลวิจัยของ Caligiuri & Tarique (2012) ที่พบว่าบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ การมีบุคลิกภาพแบบเปิดเผย มีความสัมพันธ์อย่างสูงต่อการมีสมรรถนะการทำงานข้ามวัฒนธรรม นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับผลวิจัยของ Ross (2008) ที่พบว่าความมีใจเปิดกว้าง และการรับรู้ความสามารถแห่งตน เป็นตัวบ่งชี้ของ General Factor ของสมรรถนะการทำงานข้ามวัฒนธรรม เนื่องจากในขั้นตอนการสังเคราะห์เอกสารนั้น พบว่าเอกสารแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับสมรรถนะการทำงานข้ามวัฒนธรรมของ Martin & Vaughn (2007) เพียงรายการเดียว ที่กล่าวถึงองค์ประกอบด้านบุคลิกลักษณะเจตคติและแรงจูงใจ

3. ผลตรวจสอบความสอดคล้องตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้

ผลการวิเคราะห์การประเมินรับรองคุณภาพตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ มีความเหมาะสมโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.19$, S.D. = 0.93) เมื่อพิจารณาเป็นรายองค์ประกอบ พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด 5 ตัวบ่งชี้ โดยมีมาตรฐานด้านความเหมาะสม ในตัวบ่งชี้สมรรถนะมีความเหมาะสมในด้านการรับรู้ความแตกต่างของบุคคลทางวัฒนธรรมทักษะทางวัฒนธรรม มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = 4.56$, S.D. = 0.51) รองลงมาคือ มาตรฐานด้านความเป็นไปได้ ในตัวบ่งชี้สมรรถนะแสดงออกได้ถึงวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ ($\bar{X} = 4.55$, S.D. = 0.83) ส่วนในตัวบ่งชี้สมรรถนะแสดงออกได้ถึงมาตรฐานวิชาชีพของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด ($\bar{X} = 3.90$, S.D. = 1.03) ตามลำดับ สอดคล้องกับชัยลิต สร้อยเพชรเกษม (2550) ศึกษาการพัฒนาตัวบ่งชี้สำหรับการประเมินการสอนของอาจารย์มหาวิทยาลัยทักษิณ พบว่า การตรวจสอบคุณภาพตัวบ่งชี้ ด้านความเป็นไปได้ของตัวบ่งชี้สำหรับการประเมินการสอนของอาจารย์มหาวิทยาลัยทักษิณ ในภาพรวมผ่านเกณฑ์ที่กำหนดทุกข้อ โดยความเหมาะสมและความเป็นไปได้ของตัวบ่งชี้ในการเก็บข้อมูลสำหรับการประเมินการสอนของอาจารย์มหาวิทยาลัยทักษิณ มีค่าเฉลี่ยในภาพรวมเท่ากับ 3.70 และ 3.74 และสอดคล้องกับภักธวัน สินฉิม (2559) ศึกษาการพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะของครูวิทยาศาสตร์ สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสุราษฎร์ธานีเขต 3 พบว่า ในภาพรวมผ่านเกณฑ์ที่กำหนดทุกข้อ โดยมีค่าเฉลี่ยความเหมาะสมระหว่าง 3.27 – 4.20 และค่าเฉลี่ยความเป็นได้ระหว่าง 3.60 – 4.27 สำหรับด้านความเหมาะสมของตัวบ่งชี้สมรรถนะของครูวิทยาศาสตร์มีค่าเฉลี่ยในภาพรวมเท่ากับ 3.89 ผู้วิจัยจึงมีได้นำองค์ประกอบนี้เข้าสู่กรอบการวัดสมรรถนะการทำงานข้ามวัฒนธรรม หากแต่ในขั้นการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ มีผู้ทรงคุณวุฒิถึงจำนวน 17 ท่าน ที่ได้ให้ข้อเสนอแนะว่าแท้จริงแล้วคุณลักษณะภายในบุคคลนั้นถือว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญอย่างยิ่งต่อการมีสมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ ผู้วิจัยจึงได้ตัดสินใจนำองค์ประกอบด้านคุณลักษณะทางวัฒนธรรมเข้ามาสู่โมเดลการวัดสมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์และผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่สองในการวิจัยนี้ยังพบว่าค่าสัมประสิทธิ์การอธิบายขององค์ประกอบและตัวบ่งชี้มีค่าสูงกว่างานวิจัยที่ผ่านมาซึ่งมีได้กล่าวถึงคุณลักษณะทางวัฒนธรรม จึงกล่าวได้ว่าองค์ประกอบด้านคุณลักษณะทางวัฒนธรรม เป็นองค์ประกอบที่สำคัญ ในการอธิบายถึงการมีสมรรถนะการทำงานข้ามวัฒนธรรม

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1.1 จากผลวิจัยที่พบว่าตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ อันประกอบไปด้วย 4 องค์ประกอบและ 12 ตัวบ่งชี้ มีความสอดคล้องและมีความเหมาะสมอย่างยิ่งในหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาสมรรถนะของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้จะนำผลวิจัยนี้ไปใช้ในการออกแบบการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดใน

จังหวัดชายแดนใต้ให้พร้อมต่อการสำหรับการเข้าสู่โลกแห่งการแข่งขันกีฬาในยุคใหม่ ที่ถูกท้าทายด้วยบริบทของความแตกต่างทางวัฒนธรรมและความหลากหลายในจังหวัดชายแดนใต้

1.2 ผลวิจัยนี้พบว่าองค์ประกอบทั้ง 4 มีความสำคัญต่อตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ โดยพบว่า องค์ประกอบที่มีความสำคัญมากที่สุดคือ ความรู้ความเข้าใจทางวัฒนธรรม รองลงมาได้แก่ ความตระหนักทางวัฒนธรรม ทักษะทางวัฒนธรรม และคุณลักษณะทางวัฒนธรรม โดยสามอันดับแรกนี้มีความสำคัญสูงมากพอๆ กัน และในการออกแบบการพัฒนาผู้เรียนให้มีสมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์จึงควรที่จะพิจารณาแนวทางการพัฒนาผู้เรียนให้ครบถ้วน ทั้ง 4 องค์ประกอบ ไม่ควรละเลยด้านใดด้านหนึ่ง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในตัวบ่งชี้ที่สำคัญที่สุดสองอันดับแรก ซึ่งผลวิจัยนี้พบว่าเป็นตัวบ่งชี้การมีบุคลิกภาพแบบเปิดรับประสบการณ์ และตัวบ่งชี้การรับรู้ความสามารถแห่งตน เป็นตัวบ่งชี้ที่อยู่ในองค์ประกอบด้านคุณลักษณะทางวัฒนธรรม ดังนั้นในการจัดกิจกรรมพัฒนาของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดของสถานศึกษา

2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการนำตัวบ่งชี้สมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดชายแดนใต้ไปพัฒนาเป็นแบบวัดสมรรถนะกับนักศึกษาในระดับชั้นเรียนในกลุ่มอื่น โดยสร้างแบบวัดที่มีลักษณะแตกต่างกันไปในแต่ละองค์ประกอบ เนื่องจากในการวิจัยนี้มีได้มุ่งพัฒนาแบบวัด ผู้วิจัยจึงใช้เป็นแบบประเมินตนเองเท่านั้น

2.2 ควรมีการศึกษาโดยใช้กระบวนการวิจัยและพัฒนา สร้างรูปแบบการพัฒนาสมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ให้กับนักศึกษาสาขาพลศึกษา หรือผู้สอนในสถานศึกษาขั้นพื้นฐานและพัฒนากลยุทธ์การพัฒนาสมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโด หรือนักศึกษาระดับอุดมศึกษาต่อไป

2.3 ควรมีการศึกษาถึงบทบาทของครูในการส่งเสริมสมรรถนะระหว่างวัฒนธรรมที่พึงประสงค์ให้กับนักศึกษาต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- บุญเรียง ขจรศิลป์. (2543). *วิธีวิจัยทางการศึกษา*. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: พี.เอ็น.
- นิชาภา จันทรเพ็ญ และ วรณี แกมเกตุ. (2555). การพัฒนาตัวบ่งชี้และแบบวัดสมรรถนะข้ามวัฒนธรรมของครู: การทดสอบความไม่แปรเปลี่ยนตามภูมิหลังของครู. *วารสาร อเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา*, 8, 1151-1165.
- วิเชียร พันธุ์เครือบุตร. (2557). สมรรถนะการประกอบวิชาชีพและการทำงานข้ามวัฒนธรรมใน ประชาคมอาเซียนของบัณฑิตไทย. *วารสารการพัฒนาชุมชนและคุณภาพชีวิต*, 2(2), 225-232.
- ศิริชัย กาญจนวาสี. (2550). *ทฤษฎีการประเมิน*. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพฯ: สามลดา.

ศิริพันธุ์ ศิริพันธุ์ และประณีต ส่งวัฒนา. (2557). วิธีการสอนเพื่อส่งเสริมสมรรถนะทางวัฒนธรรมของนักศึกษาพยาบาลตามแนวคิดทฤษฎีของ แคมพินฮา-บาโคท. *วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์*, 6(1), 146-157.

Annandale, N. O., Heath, M. A., Dean, B., Kemple, A. and Takino, Y. (2011). Assessing Cultural Competency in School Crisis Plans. *Journal of School Violence*, 10(1), 16-33.

Caligiuri, P., Tarique, I. (2012). Dynamic cross-cultural competencies and global leadership effectiveness. *Journal of World Business*, 47, 612-622.

Johnson, J.P., Lenartowicz, T. and Apud, S. (2006). Cross-cultural Competence in International Business: Toward a Definition and a Model. *Journal of International Business Studies*, 37, 525-543.

Lister, P. (1999). A taxonomy for developing cultural competence. *Nurse Education Today*, 19(4), 313-318.

Martin, M. and Vaughn, B. E. (2007). Strategic Diversity and Inclusion Management magazine. San Francisco, CA: DTUI Publications Division.

Ramula, S. S., Rose, R. C., Uli, J. & Kumar, N. (2010). Personality and Cross-Cultural Adjustment among Expatriate Assignees in Malaysia. *International Business Research*, 3(4), 96-104.

ความสอดคล้องของพฤติกรรมมนุษย์ตามแนวทฤษฎีผู้นำสัตว์ 4 ทิศ กับจริต 6
ในทางพระพุทธศาสนา
The Congruence of Human Behavior According to D.I.S.C Theory and
Six Temperaments in Buddhism

มนตรี หลินภู¹, สมิทธิ์ เจือจินดา², และ วรณนภา โพธิผลิ³
Montree Linphoo¹, Samith Jueajinda², and Wannapha Phopli³

¹คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

²คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี

³คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี

¹Faculty of Education, Kamphaeng Phet Rajabhat University, Thailand

²Faculty of Education, Dhonburi Rajabhat University, Thailand

³Faculty of Management Science, Dhonburi Rajabhat University, Thailand

Corresponding Author E-mail: Samith.j@dru.ac.th

Retrieved: February 21, 2023; Revised: April 20, 2023; Accepted: April 24, 2023

บทคัดย่อ

บทความวิชาการฉบับนี้คณะผู้เขียนมุ่งศึกษาความสอดคล้องของพฤติกรรมมนุษย์ตามแนวคิดทฤษฎีผู้นำสัตว์ 4 ทิศ ได้แก่ กระตัง หนู อินทรีและหมี กับความประพฤติตามหลักจริต 6 ในทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ ราคจริต (รักสนุก ติดเพเลิดเพลิน) โทสจริต (หงุดหงิด โกรธเคือง) โมหจริต (ลุ่มหลง มัวเมา) สัทธาจริต (ศรัทธา เลื่อมใส) พุทธิจริต (ปัญญา ความรู้) และวิตกจริต (กังวล พุ้งซ่าน) โดยจัดประเภทพฤติกรรมมนุษย์ตามแต่ละลักษณะนิสัยที่ตรงกันส่วนใหญ่ซึ่งพบว่า กระตังมีนิสัยสอดคล้องกับโทสจริต อินทรีมีนิสัยสอดคล้องกับพุทธิจริตผสมกับวิตกจริต หนูมีนิสัยสอดคล้องกับราคจริตผสมกับโมหจริตและหมีมีนิสัยสอดคล้องกับสัทธาจริต ซึ่งผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่า บทความวิชาการนี้จะเป็นประโยชน์เพื่อใช้เป็นกรอบทำความเข้าใจพฤติกรรมและลักษณะนิสัยของมนุษย์ได้เป็นอย่างดี รวมถึงทราบแนวทางการพัฒนามนุษย์ตามลักษณะที่ต่างกัน ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้เหมาะสมส่งผลให้เกิดความงอกงามด้านบุคลิกภาพส่วนบุคคลต่อไป

คำสำคัญ: ทฤษฎีผู้นำสัตว์ 4 ทิศ; นิสัย; จริต 6; พฤติกรรม; พุทธศาสนา

Abstract

This academic article is aimed to analyse the congruence of human behaviour according to D.I.S.C theory (Dominance, Influential, Steadiness and Compliance) and six Carita in Buddhism (Rāga : lust, Dosa: hatred, Moha: delusion, Saddhā: faith, Vitakka: speculation, and Buddhi: intelligence) by categorized the behaviour in accordance with each temperament correspondingly which found that Dominance style matches to Dosa-Carita, Influential matches to Buddhi-Carita mixed with Vitakka-Carita, Steadiness matches to Rāga-Carita mixed with Moha-Carita, and Compliance matches to Saddhā-Carita. The author hopes that this article is going to help in well-understanding the human behaviour and deep habit including to know the solution guidelines which is beneficial to develop the human resources and modify the appropriate behavior resulting personality growth.

Keywords: D.I.S.C Theory; Temperament; Six Carita; Behavior; Buddhism

บทนำ

มนุษย์มีความแตกต่างกันไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมภายนอกที่ปรากฏให้เห็นและพฤติกรรมภายในที่เก็บซ่อนเร้นไว้ซึ่งถูกหล่อหลอมจากการอบรมเลี้ยงดู การเรียนรู้ ประสบการณ์ต่างๆ ที่ผ่านมาในชีวิตจนกลายเป็นลักษณะเฉพาะของบุคคลเรียกว่า “จิตนิสัย” เช่น ความรู้สึกนึกคิด เจตคติ มุมมอง เป็นต้น แต่ละคนจะมีนิสัยหลายอย่างปะปนกันไป ทว่าจะมีนิสัยเพียงหนึ่งประเภทเท่านั้นที่แสดงออกอย่างเด่นชัด นอกจากนี้ นิสัยยังสามารถแปรเปลี่ยนได้ตามช่วงอายุ การฝึกฝน เมื่อเข้าสู่วัยที่สูงขึ้นจะยิ่งมีความโดดเด่น กล่าวคือ จะกลายเป็นบุคลิกภาพที่ถาวรซึ่งยากจะปรับเปลี่ยนดังภาษิตไทยที่ว่า “ไม้อ่อนดัดง่าย ไม้แก่ดัดยาก” แต่ละประเภทของนิสัยยังมีทั้งข้อดีและข้อเสียต่างกัน หากบุคคลตระหนักรู้นิสัยของตนเองย่อมจะหาทางแก้ไขนิสัยเชิงลบให้เป็นบวกได้ซึ่งจะนำไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์ไม่ว่าจะเป็นการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติหน้าที่การทำงานเข้าทำนอง “ดูตัวเองออก บอกตัวเองได้และใช้ตัวเองเป็น” หรือในองค์กร หน่วยงาน หากหัวหน้าเข้าใจนิสัยของลูกน้องจะสามารถบริหารคนๆ นั้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังคำกล่าวที่ว่า “ใช้คนให้เหมาะสมกับงาน” (Put the right man on the right job)

เครื่องมือสำหรับการวิเคราะห์นิสัยที่กำลังได้รับความนิยมแพร่หลายในปัจจุบัน ได้แก่ แนวคิดทฤษฎีผู้นำสัตว์ 4 ทิศ (D.I.S.C Theory) ซึ่งสามารถนำมาใช้เป็นกรอบเพื่อทำความเข้าใจคนส่งผลให้เกิดประสิทธิภาพในการบริหารจัดการทรัพยากรมนุษย์และรู้จักใช้อย่างคุ้มค่า องค์ความรู้นี้ได้นำลักษณะนิสัยของสัตว์ 4 ประเภท ได้แก่ 1) กระต๊อ (Dominance) ซึ่งมีนิสัยตรงไปตรงมา เด็ดขาด 2) อินทรี (Influential) ซึ่งมีนิสัยชอบทำตัวเด่น กระตือรือร้น มองโลกแง่บวก ช่างพูด จูงใจเก่ง 3) หงู (Steadiness) ซึ่งมีนิสัยใจเย็น เป็นมิตร ชอบเป็นผู้ให้ และ 4) หมี (Compliance) ซึ่งมีนิสัยยึดหลักความถูกต้อง ตรงต่อหลักการ ซื่อสัตย์ (Mini, 2015) มาสะท้อนพฤติกรรมของมนุษย์และยังชี้ให้เห็นข้อแตกต่างรวมทั้งข้อดี ข้อเสียของแต่ละนิสัย

นำไปสู่กรอบแห่งการเข้าใจ “คน” เพื่อพัฒนาพฤติกรรมที่พึงประสงค์ อีกทั้ง สามารถบริหารจัดการทรัพยากรมนุษย์อย่างมีคุณภาพทำให้ผลการปฏิบัติงานออกมาดี

บริบทสังคมไทยซึ่งคนส่วนใหญ่นับถือพุทธศาสนามักคุ้นเคยกับคำว่า “จริต” จนมีคำกล่าวที่คุ้นหู เช่น จริตจะก้าน ดัดจริต วิกลจริต เสียจริต เป็นต้น และถือเป็นเครื่องมือสำคัญสำหรับนำมาใช้วิเคราะห์ลักษณะนิสัยของบุคคลตามหลักพระพุทธศาสนาซึ่งมี 6 ประเภท ได้แก่ 1) ราคจริต ผู้มีราคะเป็นความประพฤติดีกติ ประพฤติหนักไปทางรักสวयรักงาม 2) โทสจริต ผู้มีโทสะเป็นความประพฤติดีกติ ประพฤติหนักไปทางใจร้อน หงุดหงิด 3) โมหจริต ผู้มีโมหะเป็นความประพฤติดีกติ ประพฤติหนักไปทางเขลา เหนงซึม เงื่องงง งามาย 4) สัทธาจริต ผู้มีศรัทธาเป็นความประพฤติดีกติ ประพฤติหนักไปทางมีจิตซาบซึ้ง ชื่นบาน น้อมใจเลื่อมใส โดยง่าย 5) พุทธิจริต ผู้มีความรู้เป็นความประพฤติดีกติ ประพฤติหนักไปทางใช้ความคิดพิจารณาและ 6) วิตกจริต ผู้มีความวิตกเป็นความประพฤติดีกติ ประพฤติหนักไปทางนึกคิดจับจดฟุ้งซ่าน (Payutto, 2016) แต่ละจริตจะสื่อถึงพื้นเพของสภาพจิตในชั้นอุปนิสัย (สันดาน) และแสดงออกมามากมายนอกให้เห็นจนกลายเป็นความเคยชินและเป็นปกติของพฤติกรรมบุคคล

บทความนี้ คณะผู้เขียนมุ่งวิเคราะห์พฤติกรรมตามทฤษฎีผู้นำสัตว์ 4 ทิศ ซึ่งเป็นองค์ความรู้ทางตะวันตกกับจริต 6 ซึ่งเป็นองค์ความรู้ทางพระพุทธศาสนาเพื่อเปรียบเทียบให้เห็นความสอดคล้องทั้งสองแนวคิด นอกจากนี้ ยังได้นำเสนอแนวทางแก้ไขเพื่อให้บุคคลสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการปรับแก้นิสัยที่เป็นข้อเสียของตนเองหรือพัฒนาข้อดีให้มีคุณภาพมากยิ่งขึ้นจะส่งผลต่อความสมบูรณ์ด้านบุคลิกภาพและความสำเร็จในการปฏิบัติหน้าที่ของตนรวมถึงใช้เป็นกรอบในการทำความเข้าใจพฤติกรรมคน

ทฤษฎีผู้นำสัตว์ 4 ทิศ

ทฤษฎีผู้นำสัตว์ 4 ทิศเป็นองค์ความรู้เก่าแก่แต่โบราณของชนเผ่าอินเดียแดงเป็นการนำเอาลักษณะทางพฤติกรรมที่แสดงออกของสัตว์ 4 ชนิดมาสะท้อนลักษณะนิสัยของมนุษย์เพื่อให้เห็นบุคลิกท่าทางซึ่งมีจุดหมายเพื่อการปกครองคน ปัจจุบันแนวคิดนี้สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาทรัพยากรบุคคลได้ เพราะความเข้าใจ “คน” ทำให้สามารถบริหารจัดการและกระตุ้นให้เกิดการปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ เนื่องด้วยกระแสความนิยมการใช้องค์ความรู้ด้านจรรยาบรรณ (Soft Skills) ซึ่งเน้นการดูแลเอาใจใส่คนมากกว่า การใช้นโยบายบังคับหรือการใช้ตัวเงินเป็นตัวตั้งเพราะไม่สามารถดึงศักยภาพของคนออกมาใช้กับการทำงาน ได้อย่างเต็มที่ (Iamkrasin & Maneewattana, 2022) การพัฒนามนุษย์จึงเน้นที่มีมิติด้านใน หากเข้าใจ “นิสัย” ของบุคคลย่อมจะทำให้ปรับจุดอ่อนและพัฒนาจุดแข็งของแต่ละบุคคลได้ องค์ความรู้นี้มีความสอดคล้องกับ ทฤษฎี D.I.S.C Theory ที่เขียนโดยนักจิตวิทยาชื่อ William Moulton Marston ในหนังสือ Emotions of normal people ในปี 1928 โดยแบ่งนิสัยของมนุษย์ออกเป็น 4 ประเภทเปรียบเทียบกับสัตว์ 4 ชนิด แต่ละชนิดมีข้อดีข้อเสียต่างกัน รายละเอียดดังนี้

1. กระตือรือร้น: กระตือรือร้นเป็นสัตว์ที่คึกคักหรือที่คึกคักเบื้องหน้า ชอบลุย กล้าเสี่ยง ทำซน มุ่งเป้าหมายเป็นหลัก อยู่ในฐานกายโดยชอบลงมือปฏิบัติ ออกแรง ไม่ต้องวางแผนให้เสียเวลา ทุกอย่างจะต้องพิสูจน์ด้วยตนเองหรือเห็นด้วยตา Eua-arporn (2019) กล่าวว่า ความรู้ที่ได้มาส่วนใหญ่เกิดจากการสัมผัสประสบการณ์ของตนเองจึง

ไม่เชื่อทฤษฎี ไม่คิดมาก ลงมือทำเลย ชอบแก้ปัญหาเฉพาะหน้า คล่องแคล่วว่องไว ตัดสินใจด้วยความรวดเร็ว ตรงไปตรงมา มีธาตุไฟเป็นหลักคือ ไม่มัวโอ้อวดอวด มุ่งมั่น ทะยานไปข้างหน้า มีความเพียรพยายามและไม่ย่อท้อต่อปัญหาอุปสรรค มุทะลุบูมบ่าม ใจร้อน ไม่ชอบอดทนรอคอย มีศูนย์รวมอยู่ที่ห้อง มักใช้สัญชาตญาณ ด้านความก้าวร้าวเป็นหลัก สอดคล้องกับทฤษฎี D.I.S.C Theory ประเภท D(Dominance) กล่าวคือ พุ่งไปข้างหน้า มีความมั่นใจในตัวเองสูง ชอบเผชิญท้าทายและกล้าหาญเด็ดเดี่ยว (Mini, 2015) มีข้อดี คือ มักออกหน้าปกป้องคนอื่น รักความยุติธรรม เป็นคนเปิดเผยจริงใจ ปากกับใจตรงกัน มีความเชื่อมั่นและความรับผิดชอบสูง รักษาคำพูด มุ่งเป้าหมายจึงไม่ยอมเสียเวลากับเรื่องอะไรเล็ก ๆ น้อย ๆ มีความพยายามและความกระตือรือร้นสูง กล้าเสี่ยง ไม่กลัวความผิดพลาด กล้าได้กล้าเสีย ไม่ชอบโอ้อวดหรืออวดมอ (lamkrasin & Maneewattana, 2022) ขณะที่ ข้อเสีย เน้นแต่เป้าหมายจึงขาดความรอบคอบไม่สนใจขั้นตอนกระบวนการ มักใช้แต่กำลังหรือบ้ำพลัง เอาแต่ใจตัวเองหรือยืนกรานแต่ความคิดเห็นตัวเองเป็นใหญ่ ข้อใครไม่เป็น ขาดความอดทน ชอบใช้อำนาจบีบบังคับ ขาดการยั้งคิด ยอมหักไม่ยอมงอ ตาต่อตาฟันต่อฟัน ขาดความเกรงใจคนอื่น มุ่งงานมากกว่าสัมพันธ์ภาพ

2. อินทรีย์: อินทรีย์เป็นสัตว์ทิศตะวันออก ชอบเขิดฉาย เปล่งประกาย ดูสง่า มีธาตุลมเป็นหลัก ชอบโบยบิน รักอิสระ ไม่ยอมตามใคร เป็นตัวของตัวเองสูง ปราดเปรียว มองภาพกว้างหรือองค์รวมมากกว่าส่วนย่อย ชอบการเปลี่ยนแปลง อยู่ในฐานะหัว(สมองซีกขวา) กล่าวคือ ชอบอยู่กับจินตนาการมากกว่าลงมือทำ จอมโปรเจกต์หรือเจ้าไอเดีย วิสัยทัศน์กว้างไกล มองไปในอนาคตแต่ไม่ค่อยชัดเจนจึงมักเปลี่ยนแนวคิดบ่อย ไม่ชอบทำอะไรซ้ำๆ ซากๆ รู้สึกเบื่อง่าย ชอบความท้าทายกับสิ่งแปลกใหม่ รู้ไปหมดทุกเรื่องแต่ไม่ค่อยรู้สึกจริงจัง สอดคล้องกับทฤษฎี D.I.S.C Theory ประเภท I (Influential) กล่าวคือ ไม่ค่อยหยุดนิ่ง ชอบแสดง (Show off) จินตนาการเลิศหรู ไม่อยู่กับความจริง ข้างเจรจา มีความสุขอยู่ท่ามกลางผู้คน (Mini, 2015) มีข้อดี คือ มีจินตนาการ มองการณ์ไกล ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์แปลกใหม่ ปรับประยุกต์เก่ง ชอบใฝ่หาความรู้ มีชีวิตชีวา มีเสรีภาพทางความคิดสูง ข้างพูดข้างเจรจา รู้จักงูใจหรือนำโน้มน้าวคนอื่นเก่ง ไม่ค่อยยึดติดกับอะไร มองโลกแง่บวก เก่งมนุษยสัมพันธ์ สร้างความประหลาดใจได้เสมอเหนือความคาดหมายของคนรอบข้าง (Ngamkajornkulakit, 2019) ขณะที่ ข้อเสีย มักพูดพาลมากกว่าลงมือทำ เปลี่ยนความคิดง่าย ๆ จึงเอาแน่เอานอนอะไรไม่ได้ เบื่อง่าย อดทนทำอะไรไม่ได้นาน อวดรู้อวดฉลาด เหยียบขี้ไก่ไม่ฝ่อ (lamkrasin & Maneewattana, 2022) ทำอะไรไม่เป็นขึ้นเป็นอัน คนอื่นตามไม่ทันเพราะไอเดียกระฉูด ตามใครไม่ค่อยเป็นหรือขาดภาวะผู้ตาม ชอบผ่นกลางวันจึงมักจะขายฝันมากกว่า ความคิดกว้างเกินไปและไม่เป็นระบบระเบียบ จับจุดไม่ได้จึงยากที่จะประสบความสำเร็จ

3. หนู: หนูเป็นสัตว์ทิศใต้หรือทิศเบื้องหลัง ไม่ชอบเสนอนหน้า ไม่กล้าทำชนตรงข้ามกับนิสัยแบบกระตือรือร้น นิสัยของหนูมักจะคอยหลบอยู่เบื้องหลัง กล่าวๆ กันๆ ไม่ชอบทำตัวเด่น ขี้เกรงใจ อยู่ในฐานะใจหรือให้ความสำคัญกับความรู้สึก มีความสุภาพอ่อนโยนและอ่อนไหวอยู่ในตัว เป็นผู้ให้มากกว่าผู้รับ เห็นอกเห็นใจคนอื่น ขี้สงสาร อดทน (กล้ากลืนฝืนทน) ยอมเจ็บ เก็บความรู้สึกเก่งและไม่กล้าเปิดเผยความรู้สึกที่แท้จริง ใส่ใจความรู้สึกของคนอื่นมากเกินไปจนบางครั้งทำให้ตัวเองลำบากประเภท “เอ็นดูเขาเอ็นดูเราขาด” ภายนอกดูน่ารัก แต่ภายในอาจเศร้าหมอง (lamkrasin & Maneewattana, 2022) ขี้เล่น ชอบหยอกเย้า คุยเก่ง ชอบ

ช่วยเหลือดูแลหรือเอาใจคนอื่น มีธาตุน้ำเป็นหลัก กล่าวคือ ปรับตัวเก่ง ชอบเข้าสังคม มีเพื่อนเยอะ ไม่ชอบขัดแย้ง เข้าได้กับทุกคน มักเป็นผู้ประสานรอยร้าว คล้อยตามคนอื่นง่าย สอดคล้องกับทฤษฎี D.I.S.C Theory ประเภท S(Steadiness) ที่ให้ความสำคัญกับอารมณ์ความรู้สึก เห็นอกเห็นใจ ใจกว้าง เป็นผู้ฟังที่ดี เน้นสัมพันธภาพระหว่างบุคคลเป็นหลัก มีข้อดี คือ เป็นนักประสานงาน คำนึงถึงคนอื่นก่อนเสมอ มีรสนิยม แต่งตัวดี มีสัมผัสที่ 6 (Sixth Sense) ชอบทำให้คนรอบข้างมีความสุข (Kowittaya, 2017) มองโลกในแง่ดีหรือเป็นคนโลกสวย ชอบสร้างไมตรี รู้จักวิธีประนีประนอม มีความรักความเมตตาต่อคนรอบข้างตรงกับภาษิตที่ว่า “ชอบเอาใจเขามาใส่ใจเรา” สนุกสนานร่าเริง มีสัมพันธภาพที่ดีกับทุก ๆ คน ขณะที่ ข้อเสีย ไม่เป็นตัวของตัวเอง คล้อยตามคนอื่นง่าย ขาดความมั่นใจ ยอมเสียเปรียบหรือเป็นคนไม่สู้คนซึ่งอาจนำไปสู่ความรู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจ ขาดความเด็ดขาด ไม่กล้าเสี่ยง ขี้กังวลหรือกลัว ลังเลตัดสินใจอะไรไม่ค่อยได้ประเภท “รักพี่เสียดายน้อง” เน้นคนมากกว่างานจึงขาดเป้าหมายที่ชัดเจน ปากกับใจไม่ตรงกันจึงกลายเป็นคนเก็บกด ชอบฟังฟังคนอื่นหรือไม่มีภาวะความเป็นผู้นำ

4. หมี : หมีเป็นสัตว์ทิศตะวันตก ชอบอยู่ในพื้นที่ปลอดภัย ไม่ชอบคลุกคลีกับใคร มักรักษาระยะห่าง ไม่ให้ใครได้เข้ามาในพื้นที่ส่วนตัวมากนัก (Eua-arporn, 2019) ยึดกฎเกณฑ์กติกาเป็นสำคัญ มีธาตุดินเป็นหลัก แสดงถึงความหนักแน่นมั่นคง ไม่ชอบการเปลี่ยนแปลงหรือความเสี่ยง จัดอยู่ในกลุ่มอนุรักษ์นิยม อยู่ในฐานหัว (สมองซีกซ้าย) จะทำอะไรต้องมีการวางแผนและดำเนินไปตามขั้นตอนกระบวนการอย่างเคร่งครัด มีหลักการและเหตุผลประกอบเสมอในการตัดสินใจ สุขุมรอบคอบ ชอบทำด้วยวิธีการเดิม ๆ เก็บรายละเอียดเก่ง สอดคล้องกับทฤษฎี D.I.S.C Theory ประเภท C(Compliance) กล่าวคือ ต้องถูกต้องตามขั้นตอน วิเคราะห์เก่ง ชอบค้นหาคำความจริง มีมาตรฐานสูง มีข้อดี คือ มีความรับผิดชอบสูง พุ่มพู่ในการทำงาน วางแผนและทำอย่างมีขั้นตอน ความคิดเป็นระบบระเบียบ มีความแน่วแน่มั่นคง รอบคอบใส่ใจทุกรายละเอียด มีวินัยในตนเองสูง ชอบวิเคราะห์วิจัย มีความอดทนสูง รักสันโดษ นิยสยประหยดมัธยัสถ์ ไม่พูดพร่ำเพื่อแต่จะพูดบนหลักฐานหรือข้อมูลเชิงประจักษ์ มีพฤติกรรมสม่ำเสมอคงเส้นคงวา มีความคิดละเอียดลึกซึ้ง รู้ลึกรู้จริง ขณะที่ ข้อเสีย มีอัตราสูง ยึดติดความสำเร็จ ไม่ยืดหยุ่นหรือปรับตัวยาก หัวโบราณ เคร่งเครียดหรือเอาจริงเอาจังเกินไป ตัดสินใจช้าจนกลายเป็นเฉื่อยชาในบางครั้ง ไม่ค่อยเชื่อหรือไว้วางใจคนอื่นและยอมรับคนอื่นยาก (Division of Mental Health Promotion and Development, 2019) ทุกอย่างต้องสมบูรณ์แบบ ขาดความคิดสร้างสรรค์ โลกส่วนตัวสูงจนคนอื่นเข้าไม่ค่อยถึงหรือสื่อสารยาก คาดหวังสูงเกินไป ยึดมั่นหรือติดกับหลักการอย่างใดอย่างหนึ่ง ไม่ค่อยเปิดใจรับฟังคนอื่น (Kowittaya, 2017)

สรุปได้ว่า ทฤษฎีผู้นำสัตว์ 4 ทิศ เป็นการนำนิสัยของสัตว์ 4 ชนิดมาอธิบายเกี่ยวกับนิสัยของมนุษย์ ประกอบด้วย 1) นิสัยแบบกระตือรือร้นจะชอบเสี่ยง กล้าลุย ยืนกรานความคิดตัวเอง ชอบเป็นผู้นำ มีความซื่อสัตย์จริงใจ ตรงไปตรงมา 2) นิสัยแบบอินทรีย์จะช่างจินตนาการ มองการณ์ไกล ขายฝัน เป็นนักเจรจาต่อรองหรือจูงใจเก่ง มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ 3) นิสัยแบบหนูจะขี้เกรงใจ เก็บความรู้สึกเก่ง คำนึงถึงคนอื่นก่อนเสมอ เป็นนักประสานงาน หลีกเลี่ยงความขัดแย้งและ 4) นิสัยแบบหมีจะยึดติดหลักการ เคารพกฎกติกา ดำเนินงานไปตามขั้นตอน รู้ลึกรู้จริง สุขุมรอบคอบ ชอบอยู่ในกรอบความเคยชิน

จริต 6 ตามหลักพระพุทธศาสนา

คำว่า “จริต” Payutto (2016) ได้กล่าวไว้ในหนังสือพจนานุกรมฉบับประมวลธรรมไว้ว่า เป็นความประพฤติ ความประพฤติซึ่งหนักไปทางใดทางหนึ่งอันเป็นปกติประจำอยู่ในสันดาน พื้นเพของจิต อุปนิสัย พื้นนิสัย แบบหรือประเภทใหญ่ๆ แห่งพฤติกรรมของคน ส่วน Pannsamilinkara & Gaur (2021) กล่าวว่า จริต (Carita) เป็นลักษณะเด่นของแบบแผนทางพฤติกรรมของบุคคล เป็นนิสัยใจคอ (Temperament) โดยธรรมชาติส่วนบุคคล ลักษณะของบุคคลที่เผยให้เห็นถึงธรรมชาติของเจตคติและพฤติกรรม (Behavior) ซึ่งมีความแตกต่างกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับกรรมในอดีต (Kammas, Deeds) ของคนๆ นั้น สอดคล้องกับ Linphoo et al. (2020) ซึ่งกล่าวว่า เป็นการแสดงออกถึงรูปแบบของทัศนคติ ความคิดความรู้สึกที่เป็นเครื่องบ่งบอกบุคลิกภาพของบุคคล เมื่อบุคคลแสดงพฤติกรรมเช่นไรอยู่บ่อยๆ จะทำให้เกิดเป็นความเคยชินและติดเป็นนิสัย เช่นนั้นและจะฝังรากลึกลงไปในพื้นที่ของจิตใจจนกลายเป็นลักษณะทางบุคลิกภาพ ตามหลักพระพุทธศาสนา แบ่งจริตออกเป็น 6 ประเภท รายละเอียดดังนี้

1. รากจริต (Rāga Carita: Lustful Temperament) บุคคลประเภทนี้มีความรักใคร่เป็นเจ้าเรือนหรือบ่งการพฤติกรรม รักสวยรักงาม มักแต่งเนื้อแต่งตัวให้ดูดี มีกิจกรรมร่ายาทรียบร้อยนุ่มนวล เน้นภาพลักษณ์ภายนอกให้ดูดีหรูหรา ชอบเข้าสังคม รักความสะดวกสบาย ช่างพูด วางตัวดีมีมาด วังตามกระแสสังคม (Fashion) ระมัดระวังการแสดงออกของตัวเองเก่ง แวดตาเปล่งประกายเมื่อพบเจอสิ่งที่ถูกใจ มีข้อดี คือ รู้จักพูด เก่งงานประชาสัมพันธ์ งานที่ต้องใช้บุคลิกภาพ แต่งกายเข้ากับกาลเทศะและตามสมัยนิยมปรับตัวเข้ากับคนอื่นได้ง่าย รู้จักวางตัว บุคลิกภาพมีเสน่ห์ดึงดูด ช่างสังเกต เก็บข้อมูลเก่ง มีความประณีตละเอียดอ่อน ใส่ใจคนอื่น ๆ ขณะที่ ข้อเสีย มักมีนิสัยชอบประจบ ไม่ค่อยจริงจัง คบใครอาจหวังแค่ผลประโยชน์ ชอบเที่ยวตามสถานบันเทิงเริงรมย์ต่าง ๆ รักสนุกไปวัน ๆ Palibhatrangkur (2018) กล่าวว่า เป็นคนขาดหลักการในการดำเนินชีวิตเพราะมุ่งแสวงหารูป รส กลิ่น เสียง สัมผัสที่สบายมาบำรุงบำเรอผัสสะทั้ง 5 ของตัวเอง มุ่งตอบสนองตา หู จมูก ลิ้นและร่างกายของตนให้ได้รับแต่สิ่งสวย ๆ งาม ซึ่งเป็นของภายนอกทำให้ดูเป็นคนขาดสาระในชีวิตไป

2. โทสจริต (Dosa Carita: Hating Temperament) บุคคลประเภทนี้มีความโกรธเป็นเจ้าเรือนหรือบ่งการพฤติกรรม มักหงุดหงิดรำคาญง่าย เคียดแค้น กิจกรรมร่ายาทรียบร้อย มุ่งงานมากกว่ามุ่งคน มีความซื่อสัตย์จริงใจ ตรงไปตรงมา มักวิพากวิจารณ์คนอื่นแบบซึ่งๆ หน้า คิดอย่างไรก็พูดอย่างนั้น มีความทะเยอทะยานสูง มีภาวะผู้นำ ชอบเป็นที่หนึ่ง มีข้อดี คือ เป็นคนไม่มีเล่ห์เหลี่ยม สามารถปกป้องคนอื่นได้ ชอบลงมือปฏิบัติ ไม่กลัวต่อปัญหาอุปสรรคและชอบแก้ปัญหาเฉพาะหน้า กล้าเผชิญความท้าทายใหม่ ๆ มีความรับผิดชอบสูง ทุ่มเทในการทำงาน เป็นคนหนักเอาเบาสู้ ไม่เอาผลประโยชน์เป็นที่ตั้งในการทำงาน ตั้งมั่นในความยุติธรรม รักศักดิ์ศรี ไม่ไร้เดียงสา ขณะที่ ข้อเสีย เป็นคนมีกิริยาโผงผางประเภท “ขวานผ่าซาก” พูดไม่ค่อยคิด ก้าวร้าว หัวดื้อ หยิ่งในศักดิ์ศรี ทะนงตัว ใจนักเลงจึงมีศัตรูเยอะ มีพฤติกรรมต่อต้านกฎระเบียบที่ตนไม่เห็นด้วย มุทะลุ ไม่ค่อยมีบริวารเพราะขาดเมตตา เน้นแต่เป้าหมายจึงขาดความละเอียดประณีตในการทำงาน Linphoo (2020) กล่าวว่า เป็นจอมเผด็จการ เป็นคนไม่ยอมคนเป็นเหตุให้ขัดแย้งกับคนอื่นบ่อย ๆ ต้องการเป็นที่หนึ่งจึงมักดูถูกดูแคลนหรือลบหลู่คนอื่น

3. โมหจริต (Moha Carita: Deluded Temperament) บุคคลประเภทนี้มีความหลง ความเพ้อฝันเป็นเจ้าเรือนหรือบ่งการพฤติกรรม มักอยู่ในโลกของความคิดจินตนาการ มีอาการเหม่อลอยบ่อย ๆ ขาดความเป็นตัวของตัวเอง ไม่ชอบเป็นจุดเด่น ส่วนใหญ่จะทำงานอยู่เบื้องหลัง สุภาพนินวล กิริยาท่าทาง เชื่องช้า สอดคล้องกับ Candiko (2018) ซึ่งกล่าวว่า คนประเภทนี้มักพูดจาเบาๆ นุ่มนวลอ่อนโยน ยิ้มง่าย อารมณ์ไม่ค่อยเสีย ไม่ค่อยโกรธใครหรือก้าวร้าว ไม่ชอบเข้าสังคมหรือทำตัวเป็นจุดเด่น มีข้อดี คือ เป็นคนว่านอนสอนง่าย ชอบทำตามคำสั่งหรือเป็นผู้ตามที่ดี สามารถทำงานประจำได้ดี เช่น เสมียน เป็นต้น เป็นคนซื่อ ๆ น่าคบหา ไม่มีพิษมีภัยกับใคร เป็นผู้ฟังที่ดี พูดจานุ่มนวลละมุนละไม มีความสุขกับอะไรง่าย ๆ ขณะที่ ข้อเสีย เป็นคนไม่สู้คนจึงไม่ค่อยกล้าเข้าสังคมหรือกลัวการแข่งขัน ยอมเสียเปรียบ ท้อแท้ห่อหุ้มง่าย ขี้ใจน้อย มีปมด้อยหมกมุ่นแต่เรื่องของตัวเอง ขาดไหวพริบปฏิภาณเพราะด้อยประสบการณ์ ไม่มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ถูกหลอกง่ายเพราะใจอ่อน Kaveetanakul et al. (2021) กล่าวว่า เชื่องซึม เชื่องช้า ซึมเซา ง่วง เปื่อ เชื่องเลือนลอย สมาธิอ่อนและสั้น ไม่สงบเพราะถูกรบกวน หวั่นไหวเพราะไม่รู้ทางไป

4. สัทธาจริต (Saddhā Carita : Faithful Temperament) บุคคลประเภทนี้มีความเชื่อเป็นเจ้าเรือนหรือบ่งการพฤติกรรม เชื่อดวงหรือหวังพึ่งโชคชะตา มักกราบไหว้บูชาขอพรจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ยึดมั่นในหลักการศาสนา เคร่งครัดในกฎระเบียบ ศีลธรรม ไม่ชอบการเปลี่ยนแปลง เอาความเชื่อให้นำหน้าเหตุผลและแบ่งโลกออกเป็น 2 ขั้ว ดี-ชั่ว ถูก-ผิด Dhammakamo (2019) กล่าวว่า โดยทั่วไปจะแสดงพฤติกรรมที่บอกถึงลักษณะ 7 ประการ คือ บริจาคทรัพย์เป็นนิตย มุ่งมั่นทำความดี ชอบฟังเทศน์ฟังธรรม ยิ้มแย้มแจ่มใส เป็นผู้ไม่โอ้อวด ไม่มีมายา เลื่อมใสในฐานะที่ควรเลื่อมใส มีข้อดี คือ พลังจิตสูงและมีความมุ่งมั่น ยึดหลักการและมีอุดมการณ์ในการใช้ชีวิต ยอมพลีชีพหรือเสียสละเพื่อสังคมที่ดีกว่า เคร่งในกฎกติกาหรือจารีตประเพณี เคารพกฎเกณฑ์ต่าง ๆ มีน้ำใจชอบช่วยเหลือ มีความอ่อนน้อมถ่อมตน สำรวมกิริยามารยาท จิตใจสงบเบิกบาน ชอบบริจาคแบ่งปัน ขณะที่ ข้อเสีย เป็นคนที่มีกเอาศรัทธานำหน้าเหตุผลจึงมักตกเป็นเหยื่อของคนอื่นหรือถูกหลอกได้ง่าย ยึดติดกับอะไรเดิม ๆ จึงปรับตัวยาก ขาดการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ หวังพึ่งแต่โชคลาภวาสนา บูชาแต่สิ่งศักดิ์สิทธิ์หรือเชื่อเรื่องไสยศาสตร์ ไม่เชื่อมั่นในความพยายามของตัวเอง หูเบา ค่วนสรุปโดยไม่มีใครใช้สติปัญญาในการพิจารณาอย่างถี่ถ้วน

5. พุทธิจริต (Buddhi Carita : Intelligent Temperament) บุคคลประเภทนี้มีความรู้หรือเหตุผลเป็นเจ้าเรือนหรือบ่งการพฤติกรรม ชอบแสวงหาความรู้หรือใฝ่รู้ใฝ่เรียน เป็นคนมีเหตุผล มีความคิดเป็นระบบระเบียบ เป็นเจ้าแนวคิดทฤษฎี มีไหวพริบปฏิภาณ แสดงความคิดเห็นภายใต้หลักฐานข้อมูล มีความละเอียดรอบคอบ สอดคล้องกับ Payutto (2016) ที่กล่าวว่า มีความรู้เป็นความประพฤติปกติ ประพฤติหนักไปในทางใช้ความคิดพิจารณา มีข้อดี คือ ชอบศึกษาหาความรู้อยู่เสมอ ใจเย็น สุขุมรอบคอบ แสดงข้อคิดเห็น สอดคล้องกับสภาพความเป็นจริง วางตัวน่าเชื่อถือ ให้การปรึกษาได้ดี มีความสุภาพเรียบร้อยในกิริยา มักแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับนักปราชญ์บัณฑิตอยู่เสมอ รู้จักวิเคราะห์เหตุการณ์สถานการณ์ตามความเป็นจริง ขณะที่ ข้อเสีย เป็นคนยึดติดแต่หลักตรรกะเหตุผลหรือแนวคิดทฤษฎีอย่างใดอย่างหนึ่งว่าเป็นสิ่งเที่ยงแท้ซึ่งอาจนำไปสู่ความขัดแย้งทางความคิดกับคนอื่นที่ไม่เห็นด้วย ชอบขบคิดพิจารณามากกว่าจึงอาจมีพฤติกรรมเฉื่อยชา ขาดภาวะผู้นำเพราะไม่มีพลังจิตที่เข้มแข็งเพียงพอหรือไม่มุ่ง “จิตวิญญาน”

6. วิตกจริต (Vitakka Carita: Speculative Temperament) บุคคลประเภทนี้มีความวิตกกังวล เป็นเจ้าเรือนหรือบ่งการพฤติกรรม ชอบคิดไปก่อนหรืออาศัยอารมณ์กับเหตุการณ์ในอดีต เป็นคนคิดมากกับทุกๆ เรื่อง ขี้สงสัย ย้ำคิดย้ำทำแต่เรื่องเดิมๆ มักมองโลกในแง่ร้ายหรือไม่ค่อยไว้วางใจคนอื่น ชอบแสดงความคิดเห็น คลุกคลีกับหมู่คณะ มีความคิดที่หลากหลายพวยพุ่ง อยู่ในโลกของความคิดไม่ใช่โลกของข้อเท็จจริง มักเห็นเรื่องเล็กเป็นเรื่องใหญ่ จะทำอะไรก็คิดแล้วคิดอีก (Palibhatrangkur, 2018) มีข้อดี คือ มีความคิดทะลุปรุโปร่งหลายชั้น ให้การปรึกษาได้ดี รู้จักคิดนอกกรอบ มองเห็นความผิดพลาดเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่คนอื่นมองข้าม เป็นนักพูดและนักเจรจาต่อรองได้ดี มีเทคนิคในการจูงใจคนอื่นสูง แจกแจงรายละเอียดเรื่องต่าง ๆ ได้อย่างละเอียดถี่ถ้วนและเป็นนักวิพากษ์วิจารณ์ได้ดี (Commentator) ขณะที่ ข้อเสีย เป็นคนคิดมาก จิตใจฟุ้งซ่าน วิตกกังวลไปเสียทุกเรื่อง จมอยู่กับปัญหาแต่หาวิธีแก้ไขไม่ค่อยได้ มัวแต่ผัดวันประกันพรุ่งด้วยการหาข้ออ้างเข้าข้างตัวเองอยู่เสมอในการปฏิบัติสิ่งใด ไม่กล้าตัดสินใจลงมือทำเพราะกลัวความล้มเหลว เปลี่ยนแปลงความคิดได้ตลอดเวลา จุดย่นกลับไปกลับมา ไม่รักษาสัญญา มักจะลังเลไม่ได้เด็ดขาด (Candiko, 2018) มีพฤติกรรมจู้จี้จุกจิก ชอบจับผิดคนอื่นจึงกลายเป็นคนเครียดง่าย อมทุกข์ มักพูดพาลมากกว่าลงมือทำ เกียจคร้านทำงาน บุคลิกภาพไม่สม่ำเสมอ

สรุปได้ว่า จริต 6 ตามหลักพระพุทธศาสนาเป็นการจัดประเภทพฤติกรรมมนุษย์ที่สื่อให้เห็นพื้นเพเบื้องต้นของจิตใจในขั้นอุปนิสัยหรือบุคลิกภาพ ประกอบด้วย 1) ราคะจริตซึ่งมีนิสัยโน้มเอียงไปด้านรักสวยรักงาม ชอบความสะดักสะบวย มุ่งแสพผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 5 2) โทสะจริตซึ่งมีนิสัยหงุดหงิดโกรธง่าย เอาตัวเองเป็นใหญ่ ก้าวร้าวโผงผาง เป็นคนไม่ยอมคน ใจนักเลงหัวดี 3) โมหะจริตซึ่งมีนิสัยจมอยู่กับจินตนาการความเพ้อฝัน ชอบทำงานประจำ มีปมด้อย เลื่อนลอยไม่อยู่ในโลกความจริง 4) สัทธาจริตซึ่งมีนิสัยเลื่อมใสเชื่อใจง่าย หวังพึ่งดวงชะตาสืบเนื่องธรรมชาติ ขาดสติปัญญาพิจารณาเหตุผล 5) พุทธิจริตซึ่งมีนิสัยใฝ่รู้ใฝ่เรียน ชอบขบคิดพิจารณาด้วยตรรกะเหตุผล มักคบนักปราชญ์บัณฑิตเพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้เป็นนิตยและ 6) วิตกจริตซึ่งมีนิสัยกังวลฟุ้งซ่าน จีบจดคิดวกไปวนมา ไม่กล้าตัดสินใจอะไร มัวแต่ผัดวันประกันพรุ่ง

ความสอดคล้องระหว่างทฤษฎีผู้นำสัตว์ 4 ทิศ กับจริต 6 และแนวทางการพัฒนา

จากการวิเคราะห์พฤติกรรมของมนุษย์ตามแนวทฤษฎีผู้นำสัตว์ 4 ทิศ ซึ่งให้เห็นถึงลักษณะนิสัยซึ่งมีความสอดคล้องตามหลักจริต 6 ในทางพระพุทธศาสนา แต่ต่างกันที่การจัดประเภทและข้อละเอียดปลีกย่อยบางประการเท่านั้น บทความนี้ ผู้เขียนมุ่งแสดงให้เห็นความสอดคล้องของลักษณะนิสัยแต่ละประเภทดังกล่าว โดยวิเคราะห์ให้เห็นความเชื่อมโยงของทั้งสองแนวคิด นอกจากนี้ ยังได้นำเสนอวิธีการแก้ไขเพื่อให้ผู้สนใจนำไปใช้ปรับแก้ข้อเสียของนิสัยด้านนั้นๆ ของตนเอง ทั้งนี้ เพื่อให้เกิดการพัฒนาลักษณะนิสัยอันพึงประสงค์ซึ่งจะส่งผลต่อความเจริญงอกงามด้านบุคลิกภาพและเป็นแนวทางในการทำความเข้าใจลักษณะนิสัยเบื้องต้นของมนุษย์ ซึ่งพบความสอดคล้องดังนี้

1. กระทิง (เจ้าอารมณ์) มีนิสัยตรงกับโทสะจริต (ความโกรธบ่งการพฤติกรรม) กล่าวคือ เป็นคนชอบลงมือปฏิบัติ ไม่มีการวางแผน พุ่งทะยานไปข้างหน้า เน้นเป้าหมายเป็นสำคัญจึงเป็นคนใจร้อน เจ้าอารมณ์ เอาแต่ใจตัวเองเลยกลายเป็นคนดื้อรั้น พูดหรือทำโดยไม่คิดจึงกลายเป็นคนขวานผ่าซาก โผงผาง ขาดความเห็น

ใจคนรอบข้าง แนวทางแก้ไขนั้น Eua-arporn (2019) แนะนำ รู้จักที่จะช้าๆ กับบางเรื่อง คิดทบทวนก่อนลงมือ ทำให้เพิ่มความละเอียดรอบคอบมากขึ้น รู้จักอดทนรอคอย อย่าคิดเร็วทำเร็ว หัดทบทวนการตัดสินใจของตัวเองดูอีกครั้งว่าถูกต้องแม่นยำจริง ๆ แล้วหรือไม่เพราะอาจแฝงไปด้วยความเป็นตัวตนสูงหรืออาจจะทำให้ดูเป็นคนชอบใช้อำนาจมากเกินไป บางครั้งเน้นงาน ผลลัพธ์มากเกินไป ต้องเน้นคนให้มากขึ้น ผู้เขียนเสนอว่า ให้ฝึกเจริญเมตตาต่อตัวเองและคนรอบข้างโดยคำนึงถึง “ใจเขาใจเรา” ภาวะจิตใจจะได้อ่อนโยนให้ความสำคัญกับวิธีการ ขั้นตอนกระบวนการ ก่อนจะทำอะไรต้องรู้จักยับยั้งชั่งใจและวางแผนให้รัดกุมพร้อมเปิดใจรับฟังข้อคิดเห็นและการวิพากษ์วิจารณ์จากคนอื่น ๆ ด้วย อย่าเอาแต่อารมณ์ตัวเองเป็นใหญ่

2. อินทรีย์ (เจ้าความคิด) มีนิสัยตรงกับวิตกจริต (ความฟุ้งซ่านบ่งการพฤติกรรม) ผสมกับพุทธิจริต (ความรู้บ่งการพฤติกรรม) กล่าวคือ รักอิสระ ใฝ่รู้ใฝ่เรียน ชอบหาประสบการณ์ใหม่ ๆ จึงมีจินตนาการกว้างไกล แนวคิดพวยพุ่งไปด้วยไอเดียจนกลายเป็นความฟุ้งซ่าน เป้อะไรง่าย ๆ จึงมักจินตนาการไปเรื่อย ๆ อยู่แต่กับจินตนาการแต่ไม่ชอบลงมือทำจึงพบความสำเร็จยาก แนวทางการพัฒนานั้น ควรยึดอะไรให้มันทำงานหลักๆ ให้ได้เสียก่อนว่าชอบอะไรกันแน่แล้วอะไรควรทำก่อน-หลัง ควรฝึกนิสัยแบบหมึหรือกระทิง (Eua-arporn, 2019) ส่วน Candiko (2018) เสนอแนะว่า อย่าให้ความคิดลากลไป สร้างวินัย สร้างกรอบเวลาในการทำงาน ส่วนนี้ผู้เขียนเสนอว่า ควรฝึกจดจ่อหรือมีสมาธิอยู่กับกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งให้นาน ๆ หรือนำความแนวคิดสักเรื่องลงสู่การปฏิบัติเพื่อลดการคิดที่ฟุ้งซ่านไปตามจินตนาการ ฝึกภาวะความเป็นผู้ตามเพื่อจะได้เรียนรู้ทักษะการอยู่ร่วมกับคนอื่น ๆ หัดปล่อยวางความคิดเห็นของตัวเองเพื่ออยู่กับโลกความเป็นจริงให้มากขึ้น

3. หนู (เจ้าความรู้สึก) มีนิสัยตรงกับราคะจริต (ความสนุกบ่งการพฤติกรรม) ผสมกับโมหจริต (ความเพ้อฝันบ่งการพฤติกรรม) กล่าวคือ ปรับตัวเข้าสังคมเก่ง เป็นนักประสานไมตรี ไม่ชอบขัดแย้งจึงเป็นคนสุภาพเรียบร้อย อ่อนหวาน ยิ้มง่าย รักความสนุกติดในความเพลิดเพลินเลยกลายเป็นคนให้ความสำคัญและมักจมอยู่กับความรู้สึก อ่อนไหวง่าย กล้า ๆ กลัว ๆ และเก็บความรู้สึกเก่งจนไม่กล้าเปิดเผยกลายเป็นปมด้อย ส่วนแนวทางแก้ไขนั้น ควรมีความเด็ดเดี่ยว กล้าเผชิญกับปัญหาและนำนิสัยแบบกระทิงเข้ามาผสม (Eua-arporn, 2019) ขณะที่ Payutto (2016) เสนอเพื่อแก้ปัญหานี้โดยให้ฝึกกระลึกรู้ลมหายใจและฟังแก้ด้วยการเรียนถามฟังธรรม สนทนธรรมตามกาลหรืออยู่กับครู ผู้เขียนเสนอเพิ่มเติมว่า ฝึกความกล้าที่จะเผชิญกับความยากลำบากเพราะนิสัยด้านนี้จะติดหรืออยู่สบาย รู้จักตั้งเป้าหมายชีวิตให้ชัดเจนอย่ามัวแต่เพลิดเพลินไปวัน ๆ ลดการกินเที่ยวตามใจตัวเองหรือเสพความสุขจากสิ่งร่ำภายนอก นอกจากนี้ จะต้องพยายามเปิดเผยความรู้สึกที่แท้จริงของตัวเองให้คนอื่นได้รับรู้บ้าง อย่ามัวแต่เก็บไว้ภายในจนกลายเป็นปมด้อยส่งผลให้ขาดความเชื่อมั่นในตนเองและหัดที่จะปฏิเสธคนอื่นบ้าง

4. หมี (เจ้าระเบียบ) มีนิสัยตรงกับสัทธาจริต (ความเชื่อมั่นบ่งการพฤติกรรม) กล่าวคือ ยึดกฎกติกาเคร่งครัดในระเบียบวินัย ทำอะไรต้องดำเนินการไปตามขั้นตอนจนกลายเป็นไม่ยืดหยุ่น ชอบอยู่ในบริเวณพื้นที่ตัวเองที่รู้สึกปลอดภัย (Safe Zone) ไม่ชอบการเปลี่ยนแปลงจึงเป็นคนหัวโบราณหรืออนุรักษ์นิยมและไม่กล้าออกจากกรอบความเคยชินเดิม ๆ เลยขาดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ส่วนแนวทางแก้ไข ควรจะมีนิสัยเป็นแบบอินทรีย์หรือกระทิงผสมอยู่ในการทำงานจะทำให้การทำงานมีความรวดเร็วขึ้นซึ่งจะพบความสุขและประสบความสำเร็จได้ง่ายขึ้น (Eua-arporn, 2019) รู้จักใช้หลักเหตุผลพิจารณาเหนือความเชื่อ ใช้ปัญญานำทางและ

ใช้ศรัทธาเป็นพลังขับเคลื่อน เปิดใจกว้างยอมรับความคิดใหม่ๆ ลดความยึดมั่นถือมั่นในตัวบุคคลหรืออุดมการณ์ (Wipatchawatee, Buarabha & Kamdee, 2017) ผู้เขียนให้ข้อแนะนำว่า ฝึกความยืดหยุ่นต่อกฎเกณฑ์ทั้งหลาย อย่ายึดติดกับหลักการหรือวิธีปฏิบัติแบบเดิมๆ จนกลายเป็นกักขังตัวเองในกรอบระเบียบขั้นตอนไหนหรือกฎเกณฑ์ใดไม่จำเป็นนักก็ตัดทิ้งบ้างและหมั่นเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ หรือเผชิญประสบการณ์ที่แปลกใหม่เพื่อทะลายกรอบความเคยชินเก่า ๆ

จากการวิเคราะห์ลักษณะนิสัยตามทฤษฎีผู้นำสัตว์ 4 ทิศ กับจริต 6 ตามหลักพระพุทธศาสนาทำให้เห็นความสอดคล้องของพฤติกรรมจึงสามารถสังเคราะห์ตามตารางที่ 1 ดังนี้

ตารางที่ 1 ความสอดคล้องพฤติกรรมมนุษย์ตามทฤษฎีผู้นำสัตว์ 4 ทิศ กับจริต 6 ตามหลักพระพุทธศาสนา และลักษณะข้อดี ข้อเสียรวมถึงแนวทางการพัฒนา

สัตว์ 4 ทิศ			จริต 6			แนวทางการพัฒนา
ประเภท	ข้อดี	ข้อเสีย	ประเภท	ข้อดี	ข้อเสีย	
กรทิง (เจ้าอารมณ์) ทิศเหนือ (D-Dominance)	มุ่งเป้าหมาย, กระตือรือร้น, กล้าได้กล้าเสีย, ไม่อึดอัด, ชอบความท้าทาย,	ไม่มีแผน, ไม่สนใจขั้นตอน, ขาดความรอบคอบ, บ้าพลัง, เน้นงานมากกว่าคน	โทสจริต (หงุดหงิด)	รับผิดชอบ, ซื่อสัตย์, จริงใจ, ตรงไปตรงมา, รักความยุติธรรม, กล้ารับผิดชอบ, หนักเอาเบาสู้	ใจร้อน, โผงผาง, ทะนงตน, มักขัดแย้ง, ศัตรูเยอะ, จอมเผด็จการ, เอาแต่ใจตัวเอง, ขาดเมตตา	ควรพัฒนาการอดทนรอคอย, รู้จักการวางแผนชีวิต, รับฟังข้อคิดเห็น, เน้นกระบวนการฝึกเมตตากรุณา
อินทรีย์ (เจ้าความคิด) ทิศตะวันออก (I-Influence)	อิสระเสรี, มีจินตนาการ, ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์, จูงใจเก่ง, เป็นตัวของตัวเอง	ไม่อยู่กับความจริง, เปลี่ยนความคิดบ่อย, เบื่อง่าย, เหยียบขี่ไถ่ไม่ฝ่อ, ฝันกลางวันหรือขายฝัน	วิตกจริต (คิดมาก)	มองเห็นจุดเล็กๆ น้อยๆ, ความคิดทะลุปรุโปร่ง, เป็นนักวิพากษ์วิจารณ์ได้ดี	ฟุ้งซ่าน, กังวลอนาคต, ย้ำคิดย้ำทำ, พูดพาลมากกว่าลงมือทำ, ผิดวันประกันพรุ่ง, จ้องจับผิดคนอื่น	ฝึกจดจ่อกิจกรรมที่ทำปัจจุบัน, ยึดให้มัน, ฝึกภาวะผู้ตาม, ปลดปล่อยจินตนาการ, อยู่กับโลกความจริง, นำแนวคิดสู่ภาคปฏิบัติ, ลดตรรกะเหตุผล, ฝึกพลังจิตด้วยการทำสมาธิ
			พหุธิจริต (รู้เยอะ)	ใฝ่รู้ใฝ่เรียน, ชอบขบคิดพิจารณา, มีเหตุผล, มีไหวพริบปฏิภาณ, วางตัวน่าเชื่อถือ, รู้จักวิเคราะห์	ขาดพลังจิต, ยึดติดเหตุผล, ภาวะผู้นำน้อย, พฤติกรรมเฉื่อยชา, ขัดแย้งทางความรู้ความคิดกับคนอื่น	
หนู (เจ้าความรู้สึก) ทิศใต้ (S-Steadiness)	ปรับตัวเก่ง, เก่งประสานงาน, ประนีประนอม, ชอบสร้างไมตรี, สนุกสนานร่าเริง, ใส่ใจคนรอบข้าง	กลัวๆ กลัวๆ, เก็บความรู้สึก, มีปมด้อย, ชี้น้อยใจ, ขาดความมั่นใจ,	ราคจริต (รักสนุก)	เก่งประชาสัมพันธ์, แต่งกายหรูหรา, เน้นภาพลักษณ์, ช่างสังเกต, เก็บข้อมูลเก่ง, สุภาพเรียบร้อย	รักสนุกติดความเพลิดเพลิน, กินเที่ยวไปวันๆ, ขาดเป้าหมายชีวิต, คบใครอาจหวัง	พัฒนาความกล้าหาญเด็ดเดี่ยว, ลดการกินเที่ยว, เผชิญปัญหาอุปสรรค, ตั้งเป้าหมายชีวิต,

สัตร 4 ทิศ			จริต 6			แนวทางการพัฒนา
ประเภท	ข้อดี	ข้อเสีย	ประเภท	ข้อดี	ข้อเสีย	
		ชอบฟังฟัง, ไม่มีการผู้ผู้นำ			ผลประโยชน์, ไม่จริงใจ	หัดปฏิเสธ, เปิดเผยความรู้สึกที่แท้จริง, พยายามฝึกจิตด้วยการกำหนดลมหายใจ
			โมหจริต (หลงเพื่อ)	ผู้ฟังที่ดี, มีภาวะผู้ตาม, ทำงานประจำได้ดี, ชื่อๆ น่าคบหา, ยิ้มง่าย, ไม่ชอบขัดแย้ง, พุดจา นุ่มนวล, ไม่ก้าวร้าว	จมอยู่กับความรู้สึกรู้สึก, อ่อนไหวง่าย, หดหู่, ท้อแท้, ด้อยประสิทธิภาพ, กลัวการแข่งขัน, ไม่ทันคน, ไม่ชอบเข้าสังคม	
หมี (เจ้าระเบียบ) ทิศตะวันตก (C-Compliance)	เคารพกฎกติกา, รักสันโดษ, วิเคราะห์เก่ง, รู้ลึกจริง, มัธยัสถ์, มุ่งมั่นอดทน	โลกส่วนตัวสูง, ไม่ชอบเปลี่ยนแปลง, ไม่ยืดหยุ่น, ปรับตัวยาก	สัทธาจริต (เชื่อมั่น)	อุดมการณ์สูง, ยึดหลักการ, เคร่งครัดในระเบียบวินัย, พลังจิตสูง, สำนวณมารยาท, ชอบช่วยเหลือ	ยึดติดแบบแผน, หัวโบราณ, มองโลก 2 ขั้ว ถูก-ผิด, อึดตายสูง, หวังพึ่งสิ่งศักดิ์สิทธิ์, ขัดแย้งกับคนเชื่อต่างหรือต่างวัย	ฝึกการคิดเชิงวิสัยทัศน์ใหม่ ๆ, รู้จักการปล่อยวางการยึดมั่น, ทะลายนกรอบความคิดเดิม, ปรับประยุกต์, เปลี่ยนวิธีการคิด

สรุป

มนุษย์ถือว่าเป็นทรัพยากรที่สำคัญและจะต้องได้รับการพัฒนาเนื่องด้วยมนุษย์ไม่ได้เกิดมาเป็นสัตว์ประเสริฐในทันที แต่จะต้องเรียนรู้ ฝึกฝนเพื่อให้มีพฤติกรรมอันพึงประสงค์จึงจะเป็น “มนุษย์ที่สมบูรณ์” มนุษย์มีทั้งนิสัยด้านสว่างและด้านมืดบอด (Dark Side) ผสมกันอยู่ การจะแก้ปัญหานี้ของมนุษย์สิ่งสำคัญคือจะต้องมีกรอบในการทำความเข้าใจลักษณะนิสัยก่อนว่าจัดอยู่ในประเภทใด มีนิสัยด้านบวกและลบอย่างไรซึ่งสามารถนำแนวคิดทฤษฎีผู้นำสัตร 4 ทิศ ซึ่งเป็นองค์ความรู้ฝั่งตะวันตกมาเป็นเลนส์ส่องดูหรือจะนำความรู้ด้านจริต 6 ซึ่งเป็นองค์ความรู้ฝั่งตะวันออก (พระพุทธศาสนา) มาเป็นกรอบสำหรับวิเคราะห์ก็ได้ องค์ความรู้ทั้งสองยังสะท้อนให้เห็นถึงความสอดคล้องของลักษณะนิสัยมนุษย์โดยพบว่า กระทั่งมีนิสัยตรงกับโทสจริตที่มีลักษณะมุ่งเป้าหมาย ใจร้อน ไม่สนใจขั้นตอนกระบวนการ ไม่สนใจคนรอบข้างซึ่งจะต้องแก้ด้วยการเน้นขั้นตอนกระบวนการ ฝึกความใจเย็น ให้เห็นใจคนอื่น หนูมีนิสัยตรงกับราคะจริตผสมกับโมหจริตที่มีลักษณะประนีประนอม กล้า ๆ กลัว ๆ เกือบความรู้สึกรู้สึกเห็นใจแต่คนอื่นซึ่งจะต้องแก้ด้วยการฝึกความกล้าหาญ หัดเผชิญความยากลำบากด้วยตัวเองและรู้จักเปิดเผยความรู้สึกภายในให้คนอื่นรับรู้ อินทรีย์มีนิสัยตรงกับวิตกจริตผสมกับพุทธิจริตที่มีลักษณะโอบอ้อมอยู่กับจินตนาการ รักอิสระ ชอบเรียนรู้ อยู่กับสิ่งใดไม่นานซึ่งจะต้องแก้ด้วยการนำแนวคิดลงสู่การปฏิบัติ ฝึกหัดอยู่กับความเป็นจริงของโลกให้มากขึ้น ทำจิตให้สงบ และหมีมีนิสัยตรงกับสัทธาจริตที่มีลักษณะยึดติดกับกฎเกณฑ์ เคร่งครัดตามขั้นตอน อยู่กับกรอบความเคยชินซึ่ง

จะต้องแก้ด้วยการเผชิญกับสถานการณ์ใหม่ๆ กล้าคิดนอกกรอบ ออกจากโลกส่วนตัว หากบุคคลรู้จักวิเคราะห์ ตนว่าจัดอยู่ในประเภทนิสัยแบบใดและแก้ไขนิสัยด้านลบประเภทนั้นๆ ย่อมจะพบความเจริญงอกงามด้าน บุคลิกภาพ มีพฤติกรรมการใช้ชีวิตและการทำงานอย่างเหมาะสมซึ่งจะพบกับความสำเร็จในทุก ๆ ด้านอย่าง ที่คาดหวังได้ หากนำไปใช้วิเคราะห์ลักษณะนิสัยบุคลากรในหน่วยงาน องค์กร ย่อมนำไปสู่การบริหารจัดการ ทรัพยากรที่เรียกว่า “มนุษย์” ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

เอกสารอ้างอิง

- Candiko, P. N. (2018). Characteristic behaviour modification for life development: Process and Practices. *Panidhana Journal*, 14(1), 55-84.
- Dhammakamo, P. T. (2019). Carita 6 of science in human mind reading by Anusorn Jantapan, Ph.D., Boonchai Kosolthanakul, Ph.D.. *Journal of graduate studies review of Nakhonsawan Buddhist College*, 7(2), 227-238.
- Division of Mental Health Promotion and Development. (2019). *Teenage Creative Handbook of Strong Together*. Nonthaburi: Beyond Publishing.
- Eua-arporn, V. (2019). How to Communicate for getting both Work and Man. TPK news No. 270, 15-16 Retrieved April 20, 2022, from https://www.tpa.or.th/tpanews/upload/mag_content/148/ContentFile2957.pdf
- Kaveetanakul, S., Srikrueadong, S., and Titichoatrattana, W. (2020). Development of mental transformation model following Buddhist psychology classified by temperament types. *Journal of MCU Humanities Review*, 6(1), 71-84.
- Iamkrasin, S. & Maneewattana, C. (2022). Application of the DISC Theory for Analyzing Character Development: A Case Study of Henrik Ibsen's A Doll's House. HMA's 40th Anniversary National and International Conference, 426 - 445. Retrieved April 20, 2022, from <https://www.academia.edu/45029941/การประยุกต์ใช้ทฤษฎีผู้นำ 4 ทิศ เพื่อวิเคราะห์ พัฒนาการของตัวละคร กรณีศึกษา บ้านดักตาของเฮนริก อิบเซน>
- Kowittaya, M. (2017). Take a Peek at a Classroom Corner: The use of Celtic Wheel for the Learner's Self-understanding. *Journal of Education Studies*, 45(1), 349-353.
- Linhoo, M. (2020). *Model of group counseling based on satipatthan in promoting the prisoners' Buddhist intellectual well-being* (Doctoral thesis). Srinakharinwirot University.
- Linhoo, M., Phrayai, N., Prasertsin, U. & Jinnee, P. (2020). the drug cased prisoners' intellectual well-being and habit based on Buddhist principles. *Journal of Social Science and Buddhistic Anthropology*, 5(3), 263-277.
- Mini, F. (2015). Need DISC Theory. *CINDE Journal*, 36(3), 27-29.

- Ngamkajornkulakit, W. (2019). The Understanding and the Access of Digital aged Learners with DISC Model. Retrieved April 20, 2022, from http://dspace.spu.ac.th/bitstream/123456789/6488/1/บทความTLC_ผล.วรรณิ%20งามขจรกุลกิจ%20.pdf
- Palibhatrangkur, K. (2018). *Cariyam 6: Scope in the human understanding. Executive Journal of Arts, Faculty of Humanities: Bangkok University*. Retrieved April 20, 2022, from https://www.bu.ac.th/knowledgecenter/executive_journal/july_sep_06/pdf/Executive%20Journal_F13_68-72.pdf
- Pannsamilinkara & Gaur, J. (2021). Carita (Temperament) in Theravada Buddhism. *Journal of Emerging Technologies and Innovative Research (JETIR)*, 8(1), 775-783.
- Payutto, P.A. (2016). *Dictionary of Buddhism*. 34th Edition, foundation of peace studies.
- Wipatchawatee, S., Buarabha, H. & Kamdee, K. (2017). Buddhist Philosophy on Personality Development. *Journal of graduate studies review*, 13(3), 134-143.
-

โลภธรรม 8 ในชีวิตประจำวัน

Worldly Conditions in Everyday Life

พระครูกาญจนธรรมานุรักษ์¹, พระครูใบฎีกาทัดพล จันทวโส (แพลงปาน)² และ พระครูกาญจนกิจโสภณ³
Phrakrukanchanathammaphon¹, Phrakhubidika Thatphol Chantawangso (Phealngpan)²
and Phrakrukanchanakitsophon³

^{1,2,3}มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

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

Corresponding Author E-mail: somnuek.sae@mcu.ac.th

Retrieved: February 21, 2023; Revised: April 27, 2023; Accepted: April 29, 2023

บทคัดย่อ

พระพุทธองค์ได้ทรงวางกฎเกณฑ์ความเป็นจริงเกี่ยวกับโลก เกี่ยวกับชีวิตมนุษย์ที่จะต้องพบเจออยู่เสมอ ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ คือ หลักโลภธรรม 8 ได้แก่ ลาภ เสื่อมลาภ ยศ เสื่อมยศ สรรเสริญ นินทา สุขและทุกข์ ซึ่งหลักความจริงบนโลกทั้งแปดประการนี้ไม่ว่าจะเป็นบุคคล ผู้ร่ำรวยหรือยากจน มีลักษณะรูปพรรณเช่นไร ก็ต้องพบเจอด้วยกันทุกคน ทั้งสิ้น โลภธรรม 8 แบ่งได้เป็นฝ่ายดีและฝ่ายไม่ดีไม่มีมนุษย์คนใดในโลกจะพบเจอกับด้านใดด้านหนึ่งเพียงด้านเดียวไปได้ตลอดเวลา

หลักธรรมสำคัญที่ควรนำมาประยุกต์ใช้กับโลภธรรม 8 คือ พระไตรลักษณ์ กฎเกณฑ์ที่เป็นสามัญลักษณะ 3 ประการ ของสรรพสิ่งบนโลกใบนี้ที่เป็นความจริงเสมอ ได้แก่ อนิจจัง ความไม่เที่ยง ทุกขัง ความเป็นทุกข์และอนัตตา ความไม่ใช่ตัวตน เมื่อมองเห็นสรรพสิ่งเป็นไปตาม กฎแห่งสามัญลักษณะอย่างรู้เท่าทันแล้ว ยามที่จะต้องพบเจอกับอารมณ์ที่น่าพอใจ และไม่น่าพอใจนั้น จำเป็นต้องใช้ขันติธรรม ความอดทน ควบคุมไปด้วยเสมอ

เมื่อมนุษย์มีความอดทน มองสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นความจริง เป็นเรื่องธรรมดา ย่อมสามารถ ผ่านพ้นสภาพเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เข้ามาในชีวิตได้เป็นอย่างดี ยามใดที่ประสบกับสิ่งที่ไม่พอใจ ให้ใช้ ความอดทน ข่มใจ ย่อมผ่านพ้นสิ่งเหล่านั้นไปได้ด้วยดี หรือหากต้องพบเจอเรื่องราวดี จงมองให้เห็นตามสภาพความเป็นจริง ว่า ความดีเหล่านั้นย่อมเปลี่ยนแปลงไป มนุษย์ย่อมนำพาให้ชีวิตผ่านพ้นไปได้ด้วยดีเสมอ

คำสำคัญ: โลภธรรม 8; ไตรลักษณ์; ความอดกลั้น



Abstract

The Buddha has set the rules. reality about the world about human life to always meet It cannot be avoided, namely the 8 worldly conditions principles, including fortune, decline, fortune, rank, disgrace, praise, gossip, happiness and suffering, which are the eight world truths. whether a person Rich or poor, regardless of their appearance, they must all meet together. In all, the 8 worldly conditions principles can be divided into good and bad sides. In these eight aspects, no human being in the world will meet with only one side. go at any time.

The important principles that should be applied to the 8 Worldly conditions Dharmas are the Three Characteristics, the rules that are common to the 3 characteristics of all things in this world that are always true, namely impermanence, subject to suffering, and non-self. non-self when he sees things as they are The law of ordinary nature knowingly when encountering pleasant emotions and unsatisfactory (8 worldly conditions), it is necessary to always use tolerance and patience along with it.

When people are patient look at what happened as a matter of fact It is normal to be able to go through various events that come into life very well. Whenever you encounter something that is not satisfying, use patience and restraint, you will get through those things well. or if you meet a good story Look to see according to the fact that those good things will change. Humans always bring life to pass well.

Keywords: Worldly Conditions; The Three Characteristics; Forbearance

บทนำ

ชีวิตมนุษย์เกิดมาอยู่ในโลกเราจะต้องเจอปัญหาด้วยกันทั้งนั้นไม่ว่าจะเป็นใครต้องมีปัญหาเกิดในโอกาสใดโอกาสหนึ่ง อาจจะเร็วก็ได้ช้าก็ได้มันเป็นเรื่องธรรมดาที่เราหนีไม่พ้น เราจึงควรจะต้องคิดเตือนจิตสะกิดใจไว้บอกตนเองไว้ว่า เราอาจเป็นอย่างนั้นอย่างนี้อาจมีสิ่งนี้เกิดขึ้นในชีวิตของเราได้และเมื่อสิ่งนั้นมันเกิดขึ้นมาจริง ๆ เราก็พอจะมีทางปลอบโยนตัวเองได้เพราะเราได้เคยคิดไว้ก่อนแล้ว ถึงมันจะมีความทุกข์มันก็ไม่หนักเกินไป พุดตามภาษาชาวบ้านว่า พอปลง พอวางรู้จักปลง รู้จักวางลงไปได้แต่หากพิจารณาถึงคำสอนไตรลักษณ์ที่พระพุทธองค์สั่งสอนแล้วก็จะเข้าใจชีวิตมากขึ้น (พระเทพวิสุทธิเมธี (ปัญญา นันทภิกขุ), 2550)

ในพระพุทธศาสนานี้มีกฎเกณฑ์อยู่หลายรูปแบบที่มนุษย์ รวมทั้งสรรพสิ่งทั้งปวงบนโลกต้องพบเจอไม่มีผู้ใด สิ่งใด ๆ หนีพ้นไปจากกฎเกณฑ์เหล่านั้น ยกตัวอย่างเช่น โลกธรรม 8 ได้แก่ ลาภ เสื่อมลาภ ยศ เสื่อมยศ สรรเสริญ นินทา สุข ทุกข์ ทั้ง 8 ประการนี้เป็นความจริง เป็นสัจธรรม ที่มนุษย์ทุกคนในโลกต้องพบเจออยู่



ตั้งแต่ลืมหามาบนโลกใบนี้ การเกิดขึ้นอาจสร้างความสุข ความดีใจให้กับบางคน แต่ในทางตรงกันข้าม การเกิดขึ้นอาจสร้างความทุกข์ให้กับใครบางคนก็เป็นไปได้ เป็นต้น (จันทรธิดา แสงทรัพย์และคณะ, 2560)

การดำรงชีวิตอยู่บนโลกใบนี้ ทุกคนต่างแสวงหาความสุขใส่ตนเอง จนลืมนองสังขาร ความจริงของชีวิตว่า บนโลกของเราใบนี้ก็มีสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นสองด้านอยู่เสมอ เช่น มีความดี ก็ต้องมีความชั่ว มีความสุขก็ต้องมีความทุกข์ เพราะไม่มีใครบนโลกใบนี้ที่ในชีวิต (วดิน อินทสระ, 2547) ที่จะทำความดีอยู่ ทั้งชีวิต รวมทั้งมีความสุขไปตลอดชีวิต มนุษย์ทุกคนต้องเคยทำสิ่งที่ไม่ดีและเคยได้รับความทั้งนั้น สิ่งที่สำคัญที่สุดนั่นคือการปฏิบัติตนในขณะที่ต้องพบเจอกับสถานการณ์ดังกล่าวเหล่านั้น รวมทั้งนำพาชีวิตให้ผ่านพ้นไปได้ด้วยดี

ดังนั้นเพื่อให้การดำรงชีวิตอยู่บนโลกใบนี้มีความสุขนั้น มนุษย์จำเป็นจะต้องเข้าใจกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ กฎเกณฑ์ของโลก ที่ไม่ว่ามนุษย์คนใดก็จะต้องพบเจอให้ได้ การทำใจยอมรับความจริงกับสภาพที่เป็นอยู่นั้นเป็นสิ่งที่จำเป็นมาก หากมนุษย์นำหลักธรรมในพระพุทธศาสนาประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวันอยู่อย่างสม่ำเสมอ ไม่ว่ามนุษย์จะต้องพบเจอกับกฎเกณฑ์ใด ๆ มนุษย์จะสามารถเผชิญหน้ากับกฎเกณฑ์ต่าง ๆ เหล่านั้นได้และผ่านพ้นไปได้ด้วยดี

โลกธรรม 8

โลกธรรม 8 หมายถึง ธรรมดาของโลก ธรรมชาติของโลกที่ครอบงำสัตว์โลกและสัตว์โลกต้องเป็นไปตามธรรมดานี้ 8 ประการอันประกอบด้วย โลกธรรมฝ่ายอิฏฐารมณ์ คือ พอใจของมนุษย์ เป็นที่รักที่ปรารถนา ประกอบด้วย 1. ลาภ หมายความว่า ได้ผลประโยชน์ ได้มาซึ่งทรัพย์ 2. ยศ หมายความว่า ได้รับฐานันดรสูงขึ้น ได้อำนาจเป็นใหญ่เป็นโต 3. สรรเสริญ คือ ได้ยิน ได้ฟัง คำสรรเสริญคำชมเชย คำยกยอ เป็นที่น่าพอใจ 4. สุข คือ ได้ความสบายกาย สบายใจ ความเบิกบาน บันเทิงใจเริงใจ ส่วนโลกธรรมฝ่ายอนิฏฐารมณ์ คือ ความไม่พอใจของมนุษย์ ไม่เป็นที่ปรารถนา ประกอบด้วย 1. เสื่อมลาภ หมายความว่า เสียลาภไป ไม่อาจดำรงอยู่ได้ 2. เสื่อมยศ หมายถึง ถูกลดอำนาจความเป็นใหญ่ 3. นินทา หมายถึง ถูกตำหนิติเตียนว่าไม่ดี ถูกติฉินนินทา หรือถูกกล่าวร้ายให้เสียหาย 4. ทุกข์ คือ ได้รับความทุกข์เวทนา ทรมาณกาย ทรมาณใจ (ที.ปา. (ไทย) 11/358/407) ทำให้เกิดความถือตัว 8 นัย

1. เกิดความถือตัวเพราะได้ลาภ
2. เกิดความถือตัวว่าตกต่ำเพราะเสื่อมลาภ
3. เกิดความถือตัวเพราะมียศ
4. เกิดความถือตัวว่าตกต่ำเพราะเสื่อมยศ
5. เกิดความถือตัวเพราะความสรรเสริญ
6. เกิดความถือตัวว่าตกต่ำเพราะถูกนินทา
7. เกิดความถือตัวเพราะความสุข
8. เกิดความถือตัวว่าตกต่ำเพราะความทุกข์ (ช.ม. (ไทย) 29/21/77)

ความยินดีและความยินร้าย มีอยู่ในการวิวาทเหล่านี้ อธิบายว่า มีชนะมีแพ้ มีลาภ มีเสื่อมลาภ มียศ มีเสื่อมยศ มีนินทา มีสรรเสริญ มีสุข มีทุกข์ มีโสมนัส มีโทมนัส มีอิฏฐารมณ์ มีอนิฏฐารมณ์ มีปลอดโปร่ง



มีกระทบกระทั่ง มีความยินดี มีความยินร้าย โง่ยินดีเพราะชนะ โง่ยินร้ายเพราะพ่ายแพ้ โง่ใจ โง่ยินดีเพราะได้ลาภ โง่ยินร้ายเพราะเสื่อมลาภ โง่ยินดีเพราะได้ยศ โง่ยินร้ายเพราะเสื่อมยศ โง่ยินดีเพราะสรรเสริญ โง่ยินร้ายเพราะนินทา โง่ยินดีเพราะความสุข โง่ยินร้ายเพราะความทุกข์ โง่ยินดีเพราะโสมนัส โง่ยินร้ายเพราะโทมนัส โง่ยินดีเพราะเฟื่องฟู โง่ยินร้ายเพราะตกอับ รวมความว่า ความยินดีและความยินร้าย มีอยู่ในการวิเวกเหล่านี้ (ขุ.ม. (ไทย) 29/63/160-161) และก็น่าสนใจที่เห็นว่า โง่ยินดีเพราะได้ลาภ โง่ยินร้ายเพราะเสื่อมลาภ โง่ยินดีเพราะได้ยศ โง่ยินร้ายเพราะเสื่อมยศ โง่ยินดีเพราะสรรเสริญ โง่ยินร้ายเพราะนินทา โง่ยินดีเพราะความสุข โง่ยินร้ายเพราะความทุกข์ โง่ยินดีเพราะโสมนัส โง่ยินร้ายเพราะโทมนัส โง่ยินดีเพราะเฟื่องฟู โง่ยินร้ายเพราะตกอับ รวมความว่า ความยินดีและความยินร้าย มีอยู่ในการวิเวกเหล่านี้ (ขุ.ม. (ไทย) 29/63/160-161) และก็น่าสนใจที่เห็นว่า โง่ยินดีเพราะได้ลาภ โง่ยินร้ายเพราะเสื่อมลาภ โง่ยินดีเพราะได้ยศ โง่ยินร้ายเพราะเสื่อมยศ โง่ยินดีเพราะสรรเสริญ โง่ยินร้ายเพราะนินทา โง่ยินดีเพราะความสุข โง่ยินร้ายเพราะความทุกข์ โง่ยินดีเพราะโสมนัส โง่ยินร้ายเพราะโทมนัส โง่ยินดีเพราะเฟื่องฟู โง่ยินร้ายเพราะตกอับ รวมความว่า ความยินดีและความยินร้าย มีอยู่ในการวิเวกเหล่านี้ (ขุ.ม. (ไทย) 29/63/160-161)

โลกธรรมหรือความเป็นไปตามธรรมดาของโลก ซึ่งหมุนเวียนมาหาสัตว์โลก และสัตว์โลก ก็หมุนเวียนไปตามธรรมดาที่ว่านี้ด้วย จึงเรียกว่า โลกธรรมมีอยู่ 8 ประการ โดยแบ่งออกเป็น 2 ฝ่าย ฝ่ายละ 4 ประการ ดังนี้

1. ฝ่ายที่เป็นอภิวรรณ คือ เป็นสิ่งที่คนอยากได้ใคร่มีและพยายามแสวงหาเป็นของตน พอใจในภพ 4 อย่าง ทำให้เกิดการถือตัว 4 นัยคือ (ขุ. ม. (ไทย) 29/8/31-32)

- ก. ลาภ ได้แก่ การได้มาซึ่งสิ่งที่คนปรารถนา
- ข. ยศ ได้แก่ ตำแหน่ง ศักดินาต่าง ๆ
- ค. สรรเสริญ ได้แก่ การได้รับการยกย่องสรรเสริญ
- ง. สุข ได้แก่ ความสบายกาย สบายใจ

2. ฝ่ายที่เป็นอนิขธรรม คือ เป็นสิ่งที่คนไม่ปรารถนา ไม่ต้องการให้เกิดขึ้นแก่ตน มี 4 ประการคือ

- ก. เสื่อมลาภ ได้แก่ การสูญเสียสิ่งที่ได้มา
- ข. เสื่อมยศ ได้แก่ การถูกถอดยศ ลดตำแหน่ง
- ค. นินทา ได้แก่ การถูกติเตียน
- ง. ทุกข์ ได้แก่ ความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ (ขุ. ม. (ไทย) 29/21/76)

พระพุทธองค์ตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย โลกธรรม 8 ประการนี้ย่อมหมุนไปตามโลกและโลกก็หมุนไปตามโลกธรรม 8 ประการ โลกธรรม 8 ประการ อะไรบ้าง คือ 1. ลาภ 2. เสื่อมลาภ 3. ยศ 4. ความเสื่อมยศ 5. นินทา 6. สรรเสริญ 7. สุข 8. ทุกข์” (อง.อญ ก. (ไทย) 23/5-6/202-204)

โลกธรรมทั้ง 2 ประเภทแยกเป็นฝ่ายสุขและฝ่ายทุกข์ ที่มนุษย์ทุกคนจะต้องพบเจอ ชีวิตของมนุษย์ทุกคนไม่มีใครได้ที่จะมีความสุขไปตลอดชีวิต ย่อมมีเกิด แก่ เจ็บ ตาย กันทุกคน เมื่อเราเกิดมาลิ้มรสชาติโลกในวินาทีแรกที่ลืมตาขึ้นมา เราก็ร้องไห้แล้ว แต่การร้องไห้ของเรา กลับสร้างความสุข สร้างรอยยิ้มให้กับพ่อแม่ ญาติพี่น้อง พอเริ่มมีชีวิตโตขึ้นไปตามวัย ก็มีทั้งเรื่องราวดีและร้ายเข้ามาในชีวิตเสมอ สิ่งที่เป็นตัววัดผลของความสุขในชีวิตคือการกระทำ หากมนุษย์กระทำดีย่อมได้ผลดี หากมนุษย์กระทำไม่ดีย่อมได้รับผลไม่ดีเช่นกัน ความสุขและความทุกข์ของมนุษย์หรือโลกธรรมฝ่ายดีหรือฝ่ายไม่ดีนั้น ย่อมอยู่ที่ผลของการกระทำ เช่นเดียวกัน



สรุปได้ว่า โลกธรรม 8 เป็นความจริงในชีวิตของมนุษย์ทุกคนที่ต้องพบเจอ เป็นลักษณะทางอารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นอยู่เสมอในโลกใบนี้ トラบิตที่มนุษย์ต้องใช้ชีวิตบนโลกนั้น มนุษย์ทุกคนย่อมต้องพบเจอกับสถานะของ โลกธรรม 8 ด้วยกันทุกคน ลักษณะทั้ง 8 ประการนั้นเป็นเช่นความสุข ความดีใจ พอใจ 4 ประการ และในทางตรงกันข้ามคือ ความทุกข์ ความเสียใจ ความไม่พอใจ อีก 4 ประการ ซึ่งหลักธรรมนี้สามารถสั่งสอนมนุษย์ให้จำไว้เสมอได้ว่า เราอย่ามีความสุขในชีวิตเพียงอย่างเดียวไปได้ตลอด ย่อมต้องพบเจอกับเรื่องราวที่ไม่ดี ที่เป็นความทุกข์ร่วมด้วยเสมออีกชุดอย่างหนึ่งที่ตกอยู่ในโลกธรรม 8 ในสมัยพุทธกาล

พระองค์อุลลิมลเถระ องค์อุลลิมล เติมชื่อว่า อหิงสก บิดาท่าน นามว่า คัคคะ มารดานามว่า มันทานี วันที่ท่านเกิดบิดาเฝ้าอยู่ในสำนักพระราชวังเกิดแสงรุ่งโรจน์ขึ้นที่พระคลังแสง เป็นที่อัศจรรย์ บิดาแหงนหน้าขึ้นดูท้องฟ้า เห็นเป็นดาวโจรลอยเด่นอยู่ จึงกราบทูลว่า ที่เกิดขึ้นเวลานี้จะเป็นมหาโจรชื่อดัง ซึ่งเกิดมาแล้วเป็นเด็กที่ วานอน สอนง่าย ประพฤติดีเรียนเก่ง แล้วพ่อส่งไปศึกษาอยู่กับอาจารย์ ทิศาปาโมกข์แห่งดักศิลา ก็ได้ตั้งใจเรียนเป็นที่รักของอาจารย์อย่างยิ่ง จนศิษย์ร่วมสำนักอิจฉา หาทางยุยงอาจารย์ให้เกลียดและกำจัดเสียในที่สุดอาจารย์ก็เชื่อคำยุยงของศิษย์อื่น ๆ เรียกอหิงสก บอกว่าจะถ่ายทอด วิชามนต์ให้ไป เป็นการเฉพาะ แต่ให้ไปฆ่าคนเฒ่ามีอายุ 1000 ปี จึงประกอบพิธีประสิทธิ์ประสาทมนต์ให้ได้ เมื่ออหิงสก โดนนิทาจากศิษย์ร่วมสำนักด้วยกันแล้ว อาจารย์ได้แนะนำ ให้ทำความผิด จนอหิงสกฆ่าคนเกือบได้หนึ่งพันแล้ว เหลืออีกหนึ่งคนจะได้ครบหนึ่งพัน เมื่อพระพุทธเจ้ารู้เหตุการณ์เช่นนี้แล้ว พระพุทธเจ้าดำเนินไปตามปกติ แต่ส่งบันดานอิทธิฤทธิ์ ไม่ให้องค์อุลลิมลไล่ทัน องค์อุลลิมล จึงตะโกนว่า “หยุด สมณะหยุด” พระพุทธเจ้าตรัสว่า “เราหยุดแล้ว แต่เธอยังไม่หยุด” เมื่อเขาสงสัย จึงตรัสต่อว่า “เราหยุดทำบาป แต่เธอยังไม่หยุด” เท่านั้นแหละ มหาโจรก็วางดาบลงไปเข้าไปกราบแทบพระยุคลบาท เมื่อพระองค์อุลลิมลติดกับโลกธรรมฝ่ายนิทา ได้รับฟังพระโอวาทจากพระพุทธเจ้าทรงตรัสสอนแล้ว ได้ลึกซึ้งในหลักธรรมได้ แรก ๆ องค์อุลลิมลไปบิณฑบาตประชาชนจำได้ก็พากันวิ่งหนี หรือไม่ก็เอา ก้อนดินอิฐ ขว้างปาได้รับความเจ็บปวด พระพุทธเจ้าสอนให้อดทนเพราะเป็นกรรมของตน ตรงนี้เข้าฝ่ายโลกธรรม คือ ความทุกข์และสุดท้ายได้ประพฤติปฏิบัติตามหลักธรรมคำสั่งสอนได้ดีแล้วได้รับสรรเสริญเป็นพระเถระประเภท ต้นคดปลายตรง เป็นสาวกที่ดีในการปฏิบัติต่อโลกธรรมถูกต้อง ด้านฝ่าย นิทา ทุกข์ สรรเสริญ (เสฐียรพงษ์ วรรณปก, 2555)

พระองค์อุลลิมลเป็นภิกษุรูปหนึ่งที่มีลักษณะโดดเด่นมากในพระพุทธศาสนา ความที่ท่านเคยเป็นโจรฆ่าคนเพื่อเอานี้วามารวมกันให้ได้ 1000 ปี ตามคำหลอกลวงของอาจารย์ เพื่อจะสอนวิชาให้ท่าน ท่านจึงหลงผิด ประพฤติตาม ฆ่าคนไปเรื่อย ๆ จนได้ 999 ปี จนได้มาพบกับพระพุทธเจ้า ได้ฟังพระธรรมเทศนา จึงเห็นความจริง ทูลขออุปสมบทกับพระพุทธองค์ ตอนบวชเป็นพระภิกษุใหม่ ๆ ความที่ชาวบ้านยังไม่ยอมรับเนื่องจากเคยฆ่าคนมามากมาย เวลาท่านออกบิณฑบาต ก็ถูกขว้างด้วยก้อนหินบ้าง ใช้ไม้ทุบตีบ้าง ไล่ให้ไปบิณฑบาตที่อื่นบ้าง ด่าทอด้วยถ้อยคำ ต่าง ๆ บ้าง ท่านก็ใช้ความอดทนจนผ่านพ้นมาได้ ท่านบำเพ็ญเพียรจนได้สำเร็จพระอรหันต์

โลกธรรม 8 ที่ท่านพระองค์อุลลิมลเถระ เป็นสังขธรรมที่ชี้ให้เห็นว่า แม้ในครั้งพุทธกาล ลาก เสื่อมลากยศ เสื่อมยศ สรรเสริญ นิทา สุขและทุกข์ เป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนไม่สามารถหลีกเลี่ยงไปได้ แม้แต่พระสงฆ์สาวกก็ยังต้องพบเจอ หากลองย้อนกลับมาดูในปัจจุบันนี้ จะมีคำพูดหนึ่ง ที่คนโบราณมักกล่าวกันว่า



“แม้แต่พระพุทธรูปที่ทำด้วยอิฐ หิน ยังถูกคนติฉินนินทา” คำพูดนี้ หากนำมาสอนใจจะทำให้เราไม่ยินดี ยินร้าย ไม่วิตกกังวลกับคำสรรเสริญ เยินยอ รวมทั้งคำนิทาต่าง ๆ ได้เป็นอย่างดี

สรุปว่า โลกธรรม 8 คือความเป็นธรรมดาของโลก ที่ทุกคนต้องได้ประสบพบพาน มี 2 ฝ่าย คือ

1. ฝ่ายที่พึงปรารถนา คือ ได้ลาภ ได้ยศ สรรเสริญ สุข
2. ฝ่ายที่ไม่พึงปรารถนา คือ เสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์

ในมงคล 38 ก็ได้พูดถึงโลกธรรมในข้อที่ 35 ว่าเราควรจะมีจิตใจไม่หวั่นไหวต่อโลกธรรม" พระพุทธองค์ทรงสอนให้เรามองโลกธรรมเป็นเรื่องธรรมดาที่ต้องมาคู่กัน แต่ส่วนใหญ่จะทำให้ได้ยากเพราะเราจะยินดีกับโลกธรรมฝ่ายที่พึงปรารถนา และผลักไสโลกธรรมฝ่ายที่ไม่พึงปรารถนา (พระมหาสมชาย ฐานวุฒโท, 2547) หลวงพ่อชาได้เปรียบโลกธรรมเหมือนหย้าคา เพราะหากเรากำแน่นเกินไป หย้าคาก็บาดมือทำให้เกิดความเจ็บปวดได้ หลวงพ่อชาจึงสอนว่าเราควรอยู่เหนือโลกธรรม เปรียบเสมือนการนั่งทับบนหย้าคานั่นเอง(พระโพธิญาณเถร (พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท), 2560) การฝึกปฏิบัติในการไม่หวั่นไหวในโลกธรรม คือ การมีสติมองทุกอย่างบนโลกเป็นเรื่องราวธรรมดา เราไม่สามารถแบ่งแยกโลกธรรมออกจากกันได้ ได้สิ่งหนึ่งก็ต้องได้คู่ตรงข้ามมาด้วย หากมองได้เช่นนี้เราจะมีที่พึ่งภายในที่เข้มแข็ง เมื่อได้เจอโลกธรรมฝ่ายพึงปรารถนาก็จะไม่ยึดติดและดีใจจนเกินไป และหากเจอโลกธรรมฝ่ายไม่พึงปรารถนาก็ไม่พุ่มพวย และเสียใจจนเกินไป

หลักธรรมสำหรับนำไปปฏิบัติตนต่อโลกธรรม 8

การปฏิบัติตนให้ผ่านพ้นกับสถานการณ์ทั้ง 8 ประการนี้ แต่ละอย่างมีวิธีปฏิบัติต่างกันหลายรูปแบบ ประการสำคัญที่สุดคือเราต้องทำใจยอมรับ รู้เท่าทันความเป็นจริงของสิ่งเหล่านั้น ว่าทุกสิ่งนั้นล้วนมีการเกิดขึ้น การตั้งอยู่และการดับไปในท้ายที่สุด ตามกฎเกณฑ์สามัญของโลก แยกออกจากกันไม่ได้เปรียบเหมือนเชือกสามเกลียว จึงเรียกชื่อว่า “ไตรลักษณ์” (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2559) สิ่งมีชีวิต และไม่มีชีวิต สิ่งปรุงแต่งทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง สิ่งปรุงแต่งทั้งหลายทั้งปวงเป็นทุกข์ สิ่งปรุงแต่งทั้งหลาย ทั้งปวงไม่ใช่ตัวตน นี่เป็นสามัญลักษณะ

ไตรลักษณ์แปลว่า ลักษณะ 3 อย่าง ไตรลักษณ์ หมายถึงลักษณะ หรือข้อกำหนดหรือ สิ่งที่มีประจำอยู่ในตัวของสังขารทั้งปวง 3 อย่าง คือ 1. อนิจจตา ความเป็นของไม่เที่ยง ความเปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา 2. ทุกขตา ความเป็นทุกข์ คือทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ 3. อนัตตตา ความเป็นของมิใช่ตัวตน ความปราศจากอัตตา ลักษณะ 3 อย่าง เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สามัญญลักษณะ คือ ลักษณะที่มีเสมอกันแก่สังขารทั้งปวง และเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ธรรมนิยาม คือ กฎธรรมดาหรือข้อกำหนดที่แน่นอนของสังขารทั้งปวง (พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช), 2551)

ในพุทธเถรวัท หลักไตรลักษณ์นี้พระพุทธองค์ทรงยกขึ้นแสดงในฐานะเป็นหลักความจริงทั่วไปแก่สิ่งทั้งปวง หากแต่โดยจุดหมายแล้ว หลักไตรลักษณ์กลับเป็นหลักไตรลักษณ์ที่ทรงแสดงเพื่อใช้เป็นหลักพิจารณา (โยนิโสมนสิการ) ความเป็นไปในธรรมชาติทั้งหลาย คือชั้น 5 (ในมหาสติปัฏฐานแยกเป็น 4 คือ กาย เวทนา จิต ธรรม) ทั้งนี้โดยมุ่งที่จะให้เกิดปัญญาความรู้แจ้งในความเป็นจริงของชีวิตมนุษย์เป็นสำคัญ อันจะเป็นผลให้

เกิดความเบื่อหน่ายคลายกำหนด ถ้ายถอนความยึดมั่นถือมั่นในวาทะของตน (อรรถวาทูปาทาน) หลุดพ้นจากทิวฏฐีคือความตามเห็นว่าเป็นตัวตน (อรรถตานุทิวฏฐี) ได้ในที่สุด” (ปิ่น มุทุกันต์, 2535)

ไตรลักษณ์ หมายถึงลักษณะ 3 ประการ เป็นลักษณะที่มีประจำอยู่ในทุก ๆ สิ่งที่เป็นสังขาร คือ อนิจจลักษณะ ลักษณะไม่เที่ยง ทุกขลักษณะ ลักษณะเป็นทุกข์ และอนัตตลักษณะลักษณะที่ไม่มีความหมายแห่งตัวตน ลักษณะทั้ง 3 นี้ เรียกว่า “สามัญญลักษณะ” หรือ “ธรรมนิยาม” (พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), 2551)

ความทุกข์ในไตรลักษณ์ มีความหมายทางขอบเขตกว้างมากที่สุด เพราะครอบคลุมความทุกข์ ดังพุทธพจน์ที่ตรัสว่า “สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์” คำว่า “สังขารทั้งปวง” หมายถึง สังขารทั้งหมดหรือสังขตธรรมทั้งหมดตกอยู่ในอำนาจของความทุกข์ทั้งสิ้น ไม่มีสังขารอันใดรอดพ้นไปจากความทุกข์ได้เมื่อเป็นเช่นนี้ทุกข์ในไตรลักษณ์ จึงมีความหมายกว้างที่สุดเพราะครอบคลุมความหมายของทุกข์ในสังขารทั้งหมดที่เป็นสังขารที่มีใจครองและไม่มีใจครอง สังขารทั้งหมดนี้ล้วนแต่อยู่ในภาวะทุกข์ตาของไตรลักษณ์ทั้งสิ้น (ประยงค์ แสนบุราณ, 2559)

สรุปว่า ไตรลักษณ์ คือ ลักษณะ 3 ประการ จึงเรียกว่า ไตรลักษณ์ เป็นกฎธรรมชาติ เป็นกฎเกณฑ์ที่เป็นธรรมดาของสรรพสิ่งต่าง ๆ แบ่งออกได้คือ 1) อนิจจตา ความเป็นของไม่เที่ยง เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอไม่อาจคงอยู่ได้ มีกาลเวลา กล่าวคืออดีต อนาคต และความเชื่อมโยงแห่งอดีต และอนาคตเป็นพื้นฐานของความเปลี่ยนแปลงทั้งปวง 2) ทุกขตา ความเป็นทุกข์ สภาวะขัดแย้งอันเนื่องด้วยความไม่เป็นไป ตามประสงค์ตราบไต่ที่บุคคลที่ยังก่อปรด้วยความเห็นผิด ปฏิเสธไม่ยอมรับ ในความเป็นจริงของชีวิต และกฎของธรรมชาติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในความเป็นอนิจจตา คือความเป็นของไม่เที่ยง ฉะนั้น ปฏิฆะ ความขัดแย้ง กระทบกระทั้งเป็นทุกข์ย่อมจะเกิดขึ้นตามมานี้เองก็เพราะมีการเปลี่ยนแปลงอันมีพื้นฐานมาแต่กาลเวลา กล่าวคือ อดีต อนาคต และความเชื่อมโยงแห่งอดีต และอนาคตนั่นเอง 3) อนัตตตา ความเป็นของไม่ใช่ตน ในเมื่อสิ่งทั้งปวงมีสภาวะเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา ไม่อาจยั่งยืนคงทนอยู่ได้ไม่สามารถดำรงอยู่เป็นที่พึ่งพิงอาศัยแก่เราได้ สิ่งทั้งปวงที่ปราศจากสาระความมีตัวตน ทั้งนี้เพราะมีการเปลี่ยนแปลง อันมีพื้นฐานมาแต่กาลเวลา อนาคต และความเชื่อมโยงแห่งอดีตและอนาคตนั่นเอง (พระภาสกร ภูริวฑฒโน (ภาวิไล), 2551) ความไม่ใช่ตนลักษณะทั้ง 3 ประการนี้ สอนให้เราไม่ยึดติดกับสรรพสิ่งต่าง ๆ แม้แต่ชีวิตของตนเอง

หลักธรรมที่สำคัญอีกประการหนึ่งที่ควรนำไปประยุกต์ใช้กับโลกธรรม 8 คือหลัก ขันติธรรม ความอดทน อดกลั้น ต่อสภาพสิ่งต่าง ๆ ที่เข้ามาในชีวิตตนเอง ความอดทนนี้ เป็นธรรมะที่พระพุทธองค์ทรงยกให้เป็นตบะที่สำคัญยิ่งในการดำรงชีวิต ดังพุทธศาสนาสูกาธิกที่กล่าวไว้ว่า “ขันติ ปรมิ ตโป ตีติกขา ขันติ คือความอดทนเป็นตบะอย่างยิ่ง” (ที.ม. (ไทย) 10/54/57)

เป้าหมายในการดำรงชีวิตของมนุษย์คือ การตอบสนองความต้องการด้านต่างๆของมนุษย์เริ่มตั้งแต่ความต้องการทางร่างกายเพื่อการมีชีวิตอยู่รอด ความต้องการทางสังคมเพื่อความอบอุ่นและความต้องการทางใจ เพื่อชีวิตที่สมบูรณ์ซึ่งการดำเนินชีวิตให้บรรลุเป้าหมายไม่ว่าในระดับใด ล้วนต้องอาศัยคุณธรรมสำคัญที่จะส่งเสริมให้ประสบความสำเร็จดังเป้าประสงค์ ขันตินับเป็นแรงขับเคลื่อนสำคัญที่จะส่งผลให้สมประสงค์ในสิ่งนั้นๆ สามารถพิจารณาได้ดัง ดังนี้ (บุญมี แท่นแก้ว, 2542)



1) ความต้องการทางชีววิทยาอันเป็นความต้องการทางร่างกายเป็นความต้องการพื้นฐานที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์เช่นอาหารเครื่องนุ่งห่มที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค

2) ความต้องการทางสังคมเพราะโดยพื้นฐานมนุษย์เป็นสัตว์สังคมชอบอยู่รวมกันเพื่อความอบอุ่นใจ เพื่อสงเคราะห์กันและกันทำให้มีการแต่งงานมีคู่ครองมีบุตรสืบสกุล

3) ความต้องการทางใจอันเป็นความต้องการที่ลึกซึ้งอยู่เบื้องหลังความต้องการด้านอื่น ๆ

เมื่อพิจารณาจากเป้าหมายของชีวิตที่สำเร็จได้ด้วยอาศัยความอดทน ขั้นตอนเป็นคุณธรรมสำคัญที่บุคคลควรนำมาประพฤติเพื่อบรรลุจุดหมายที่ตั้งงาม ทั้งทางกายภาพทางสังคม และทางจิตใจ รวมถึงใช้ความอดทนพยายามสร้างสิ่งสนับสนุนรอบข้างที่จะเกื้อหนุนให้ตนเองดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

ในคัมภีร์พระไตรปิฎกอธิบายความคำว่า ขันติ แปลว่า ความอดทน คือการอดได้ทนได้ เพื่อบรรลุความดีงามและความมุ่งหมายอันชอบ (อง.ทุก. (ไทย) 20/410/118) ในขันติทูกะ แสดงความหมายของขันติไว้ว่า “ความอดทน กิริยาที่อดทน ความอดกลั้นความไม่ดูร้าย ความไม่เกรี้ยวกราด ความเข้มแข็งแห่งจิต” ขันติได้แก่ อธิวาสนขันติ หมายถึง “บรรดาธรรมเหล่านั้น คือ ความอด ความทน ความกลั้น ความไม่เหือดขาด ความไม่หุนหันพลันแล่น ความใจเย็น แห่งจิต” (อภิ.สง. (ไทย) 34/1348/337)

1. อดทนต่อความยากลำบาก คือ มีจิตใจเข้มแข็งที่จะทำงาน
2. อดทนต่อความเจ็บป่วย คือ อดทนต่อความเจ็บป่วยของร่างกายไม่ท้อแท้
3. อดทนต่อความเจ็บใจ คือ อดทนต่อการกระทำที่ผู้อื่นล่วงเกินเรา โต้ตอบด้วยวิธีสันติ
4. อดทนต่อกิเลส คือ อดทนต่อสิ่งต่าง ๆ ที่มาช่วยโยให้หลงใหล อดทนต่อความโลภ อดทนต่อความโกรธและอดทนต่อความหลง (ที.ปา.อ. (ไทย) 3/2/-/283)

ความอดทนทั้ง 4 ประการนี้ สรุปให้จำได้อย่างง่ายคือ อดทนต่อความลำบาก อดทนต่อความเจ็บป่วย อดทนต่อความเจ็บใจและอดทนต่อกิเลส 3 (โลภ โกรธ หลง) ซึ่งเหตุ 4 ประการนี้ทั้งหมด ล้วนเป็นสิ่งที่มนุษย์ย่อมพบเจอ ไม่สามารถหลีกเลี่ยงหรือให้ผู้อื่นมารับแทนตนเองได้ เพื่อบรรลุความดีงามและความมุ่งหมายอันชอบ เป็นกิริยาที่อดทนต่อโลภะความอยากได้ต่อโทสะความโกรธเคืองจนถึงความพยายาหมุ่นร้ายต่อโมหะความหลงมกมายเมื่อได้ประสบกับอารมณ์ที่ยั่วให้เกิดความอยากได้อยากล้างผลาญ อยากเบียดเบียนก็อดทนไว้ ไม่แสดงอาการตามอำนาจแห่งโลภะโทสะโมหะ และอดทนต่อทุกขเวทนา เย็น ร้อน เป็นต้น อันทำให้ลำบาก อดทนตรากตรำประกอบการทำงานต่าง ๆ หรืออดทนต่อถ้อยคำที่มีผู้กล่าวซ้ำไม่เป็นที่ชอบใจ (สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช เจริญ สุขพัฒนฺ, 2556) สามารถจำแนกขันติความอดทนได้ 4 ประการได้ ดังนี้

1. อดทนต่อความยากลำบาก หมายถึง ชีวิต ความเป็นอยู่ของมนุษย์ทุกคนนั้น ย่อมมีสภาพความเป็นอยู่ สังคม สิ่งแวดล้อม รอบ ๆ กายทั้งสิ่งมีชีวิตและสิ่งไม่มีชีวิต สภาพดินฟ้าอากาศ ย่อมแตกต่างกันไป ดังนั้นไม่ว่ามนุษย์จะต้องพบเจอกับสิ่งรอบข้างใด ๆ จะต้องมีความอดทน ให้ผ่านพ้นไปได้

2. อดทนต่อความเจ็บป่วย หมายถึง ร่างกายของมนุษย์ย่อมพบเจอกับสภาพแวดล้อม ที่เปลี่ยนแปลงไปอยู่เสมอ ความเจ็บป่วย เป็นเรื่องที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ มนุษย์จึงจำที่จะต้องอดทนต่อความเจ็บป่วยในด้านต่าง ๆ ให้ได้



3. อุดหนุนต่อความเจ็บใจ เพราะการใช้ชีวิตในสังคม ย่อมมีคนที่ชอบใจและไม่ชอบใจปนอยู่เสมอ คำพูดเป็นสิ่งที่สำคัญที่สามารถสร้างคนให้ดีขึ้นก็ได้ หรือแม้แต่ทำลายคน ฆ่าคนก็ได้เช่นกัน ดังนั้นจึงอย่างนำ คำพูดเหล่านั้นมาใส่ใจ อย่าเก็บเรื่องราวต่าง ๆ ที่ไม่ดี ที่คิดแล้วต้องทำให้ทุกข์ ให้เจ็บใจ ขอให้ปล่อยวาง และ อุดหนุนต่อความเจ็บใจต่าง ๆ เอาไว้เสมอ

4. อุดหนุนต่ออำนาจกิเลส โลภะ โทสะ โมหะ ความโลภ ความโกรธ และความหลงเป็นสิ่งที่จะคอยฉุดรั้งให้เราประพฤตินิสัยที่ไม่ดีงาม ต้องใช้ความอดทนให้มาก ๆ ในยามที่ต้องตกอยู่ในอำนาจของกิเลสเหล่านี้ อุดหนุนได้โดยการ ทำสมาธิบ้าง เจริญเมตตาบ้าง เป็นต้น

อานิสงส์หรือประโยชน์ของขันติความอดทนว่ามีอยู่ 5 ประการ ได้แก่

- 1) เป็นที่รัก เป็นที่ชื่นชอบของคนเป็นอันมาก
- 2) เป็นผู้ไม่มากด้วยเวร
- 3) เป็นผู้ไม่มากด้วยโทษ
- 4) เป็นผู้ไม่หลงกระทำกาละ
- 5) เมื่อตายไปย่อมเข้าถึงสุคติโลกสวรรค์ (อง.ปญจก. (ไทย) 22/215/228)

สรุปได้ว่า ความอดทน คือความทนอยู่ในสภาพต่าง ๆ ทั้งดีและไม่ดี ให้ได้ เมื่อเราต้อง พบเจอกับ เรื่องราวต่าง ๆ ทั้งดีและไม่ดี เราจำเป็นจะต้องอดทน ด้วยการรับสภาพความเป็นจริง ในสิ่งนั้น ๆ ที่ต้องพบเจอ ความอดทนมี 4 อย่างสำคัญ ที่ต้องอดทนให้ได้ คือ 1. อุดหนุนต่อความลำบาก สภาพต่าง ๆ ที่พบเจอ 2. อุดหนุน ต่อความเจ็บป่วยของร่างกาย 3. อุดหนุนต่อความเจ็บใจ และ 4. อุดหนุนต่อความโลภ ความโกรธ ความหลง (กิเลส 3)

วิธีการประยุกต์ใช้หลักไตรลักษณ์และขันติธรรม ในโลกธรรม 8

หลักไตรลักษณ์ คือการมองความเป็นจริงของโลกธรรมทั้ง 8 ประการนี้ให้เห็นสภาพความเป็นจริง ความถูกต้อง ที่จะต้องเกิดขึ้นอยู่เสมอคู่กับโลกและการดำเนินชีวิตของมนุษย์ทุกคน ทุกสรรพสิ่งต่าง ๆ ในโลก นี้ ทั้งสิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิตจะต้องดำเนินไปตามกฎของพระไตรลักษณ์ คือ 1. อนิจจัง ความไม่เที่ยง เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ 2. ทุกขัง ความเป็นทุกข์ ทนอยู่ในสภาพนั้น ๆ ไม่ได้ และ 3 อนัตตา ความไม่ใช่ตน ทุกสรรพสิ่งล้วนไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง เกิดจากเหตุจากปัจจัยทั้งสิ้น

เมื่อมนุษย์เข้าใจหลักโลกธรรม 8 โดยการนำหลักพระไตรลักษณ์มาประยุกต์ใช้แล้ว การจะนำพาให้ มนุษย์มีความสุข มีเรื่องราวดี ๆ มากกว่าเรื่องราวที่ไม่ดีในชีวิตนั้น มนุษย์จำเป็นจะต้องนำหลัก ขันติธรรม ความอดทน มาร่วมประยุกต์ใช้ด้วย ได้แก่ 1. อุดหนุนต่อความยากลำบาก ในโลกธรรม 8 นั้น ความยากลำบาก ที่เป็นฝ่ายไม่ดี ได้แก่ ความเสื่อมลาภ ความทุกข์ ที่เกิดขึ้นจากที่อยู่อาศัย สภาพดินฟ้าอากาศ เป็นต้น 2. อุดหนุนต่อความเจ็บป่วย ในโลกธรรม 8 ฝ่ายไม่ดีคือ ความทุกข์ ที่เป็นความไม่สบายของร่างกาย การเป็น โรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ 3. อุดหนุนต่อความเจ็บใจ ในโลกธรรม 8 ฝ่ายไม่ดี คือการเสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ความ ทุกข์ ทั้ง 4 ประการนี้ย่อมทำให้เกิดความเจ็บใจขึ้น ดังนั้นจะต้องอดทนต่อความเจ็บใจด้วยการมีสติ ใช้ปัญญา อยู่เสมอ อย่าปล่อยให้สภาพเหล่านั้นมาทำลายได้ 4. อุดหนุนต่อกิเลส 3 (โลภะ โทสะ โมหะ) ในโลกธรรมฝ่ายไม่ดี



ทั้ง 4 ประการคือ การเสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทา ความทุกข์ ย่อมเกิดขึ้นจากกิเลส 3 ประการนี้เป็นสำคัญ จึงต้องใช้ความอดทนต่อกิเลส 3 ประการนี้ด้วยการข่มใจ อดทน อดกลั้นเอาไว้เสมอ

ส่วนโลกธรรม 4 ประการที่เป็นฝ่ายดี ทั้ง 4 ประการนั้น คือ ลาภ ยศ สรรเสริญและความสุข ก็ต้องนำหลักขันติธรรม ความอดทนมาประยุกต์ใช้ด้วยอยู่เสมอ คืออดทนว่าความดีเหล่านั้นจะต้องเปลี่ยนแปลง ไม่จีรังยั่งยืน ทำให้ใจให้อยอมรับสภาพความเป็นจริงที่ผ่านเข้ามา ไม่ยึดติด ลุ่มหลง

การใช้หลักพระไตรลักษณ์และขันติธรรมนั้น จำเป็นจะต้องใช้ควบคู่กันไปเสมอ โดยเริ่มจากการมองให้เห็นสภาพต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในโลกที่มนุษย์ต้องพบเจออยู่อย่างรู้เท่าทัน อย่างเข้าใจ ในสภาพความเป็นจริงว่าสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้นมีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไปในทุก ๆ เป็นไปตามกฎเกณฑ์ของธรรมชาติที่เป็นลักษณะสามัญ ในระหว่างที่ต้องพบเจอกับเรื่องราว ๆ ต่าง ๆ นั้น เป็นอารมณ์ที่น่าพอใจหรือไม่พอใจ เป็นสิ่งที่ดีหรือสิ่งที่ไม่ดี ต้องใช้ขันติธรรม ความอดทนกำกับ เอาไว้เสมอ

ดังนั้น ขันติธรรม ความอดทน และหลักพระไตรลักษณ์ หรือไตรลักษณ์ 3 เป็นหลักธรรม ที่ควรนำมาประยุกต์ใช้ร่วมกับโลกธรรม 8 ในชีวิตประจำวันเป็นอย่างยิ่ง เมื่อมนุษย์มีความเข้าใจในโลกธรรม 8 พร้อมทั้งนำหลักพระไตรลักษณ์และหลักขันติธรรมมาประยุกต์ใช้แล้ว ย่อมทำให้ชีวิตของมนุษย์มีความสุข เมื่อมนุษย์ทุกคนมีความสุข โลกก็就会有ความสงบสุข ตามกฎเกณฑ์ของโลกธรรม ทั้ง 8 ประการ

สรุป

โลกธรรม 8 ในชีวิตประจำวัน เป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนจะต้องพบเจอ เป็นสัจธรรมที่มีทั้งฝ่ายดีและฝ่ายไม่ดี เปรียบได้ดั่งชีวิตของมนุษย์ทุกคนที่มักจะมีสองด้านเสมอ คนเราโดยทั่วไปนั้นย่อมต้องการให้ชีวิตพบเจอแต่ความสุข ความสบายในชีวิต แต่มักมองข้ามความทุกข์ไป เมื่อความทุกข์เข้ามา บางคนจึงไม่สามารถยอมรับทำได้ ส่งผลให้หันไปประพฤติดิต ประกอบอาชีพนิด รวมทั้งคิดทำลายชีวิตของตนเองลงไปด้วยการเข้าใจความจริงในโลกธรรม 8 จึงมีความสำคัญอย่างมากที่จะทำให้มนุษย์สามารถดำเนินชีวิตในโลกใบนี้ได้ได้อย่างมีความสุข

การพิจารณาโลกธรรม 8 เป็นไปตามกระบวนการแห่งไตรลักษณ์ คือ ให้มีสติปัญญามาเป็นผู้ควบคุมความประพฤติทั้งกาย วาจา และใจ และจะสามารถใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับโลกธรรมได้โดยไม่หวั่นไหว ส่วนผู้ใดถึงพระพุทธเจ้า พระธรรมและพระสงฆ์เป็นสรณะมองเห็นด้วยปัญญาโดยถ่องแท้เป็นทุกข์ เหตุให้ทุกข์เกิดขึ้น ความก้าวล่วงทุกข์ อันให้ถึงความสงบระงับทุกข์ นี่แหละคือสรณะอันเกษม นี่คือสรณะอันอุดม คนถึงสรณะอย่างนี้แล้ว ย่อมปลอดภัยพ้นจากทุกข์ทั้งปวง

หลักพระไตรลักษณ์และขันติธรรม เป็นหลักธรรมที่เหมาะสมสำหรับ โลกธรรม 8 ในชีวิตประจำวัน เพราะเรื่องราวที่มนุษย์ทุกคนต้องพบเจอบนโลกใบนี้ล้วนแต่เป็นความจริง เป็นสิ่งที่ไม่มีใครสามารถหลีกเลี่ยงหนีพ้นไปได้ การทำใจยอมรับความเป็นจริงมองเหตุการณ์อย่างรู้เท่าทัน อดทนต่อสภาพเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านพ้นเข้ามาในแต่ละช่วงเวลาของชีวิตเอาไว้ นั้น มีความจำเป็นอย่างมาก การมองเห็นสรรพสิ่งทุกอย่างบนโลกใบนี้ อย่างรู้เท่าทัน รวมทั้งอดทนต่อสภาพต่าง ๆ ที่พบเจอได้นั้น ย่อมทำให้ชีวิตดำเนินไปได้อย่างมีความสุขภายในกฎเกณฑ์ต่าง ๆ บนโลกใบนี้ รวมทั้ง โลกธรรม 8 ในชีวิตประจำวัน



เอกสารอ้างอิง

- จันทร์ธิดา แสงทรัพย์ และคณะ. (2560). แนวทางการประยุกต์หลักพุทธธรรมเพื่อการอยู่กับโลกธรรมใน
พระพุทธรูปศาสนา เถรวาท. *วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์*, 6(2), 585-600.
- บุญมี แท่นแก้ว. (2542). *ความจริงของชีวิต*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- ประยงค์ แสนบุราณ. (2559). *พุทธศาสนาเถรวาท*. ขอนแก่น: คลังน่านาวิทยา.
- ปิ่น มุกกันต์. (2535). *พุทธศาสตร์*. (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- พระธรรมกิตติวงศ์, (ทองดี สุรเตโช, ราชบัณฑิต). (2551). *พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสนา “คำวัด”*.
กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.
- พระพรหมคุณาภรณ์, (ป.อ.ปยุตโต). (2559). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*. (พิมพ์ครั้งที่ 34).
กรุงเทพฯ: ผลิติมม์.
- พระโพธิญาณเถร, (ชา สุภทฺโท). (2560). *อุปลมณี*. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: ศิลป์สยามบรรจภัณฑ์.
- พระเทพวิสุทธิเมธี, (ปัญญา นันทภิกขุ). (2550). *สังขธรรมเกิดแก่เจ็บตายเป็นธรรมดา*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.
- พระธรรมโกศาจารย์, (พุทธทาสภิกขุ). (2551). *พจนานุกรมธรรมของท่านพุทธทาส*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.
- พระภาสกร ภูริวฑฒโน, (ภาวิไล). (2551). *ปฏิจจนุสุมุปปาตสำหรับคน รุ่นใหม่*. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ:
บ้านหนังสือโกสินทร์.
- พระมหาสมชาย ฐานวุฒโฑ. (2547). *มงคลชีวิต “ฉบับทางก้าวหน้า”*. กรุงเทพฯ: ฐานการพิมพ์.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วศิน อินทสระ. (2547). *สวรรค์ นรก บุญ บาป ในพระพุทธศาสนา*. (พิมพ์ครั้งที่ 5). กรุงเทพฯ: ธรรมดา.
- สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช. (เจริญ สุวฑฒโน). (2556). *100 บทพระนิพนธ์*. กรุงเทพฯ:
ธรรมสภา.
- เสฐียรพงษ์ วรรณปก. (2555). *พุทธสาวก พุทธสาวิกาว*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.

อสุภกรรมฐาน: เสพติดศัลยกรรมความงาม
Asubha Kammatthana: Cosmetic Surgery Addiction

กนกวรรณ ปรีดีเปรม¹ และ กัญญาพร สุทธิพันธ์²

Kanokwan preeprem¹ and Kunyaporn Suttipant²

^{1,2}วิทยาลัยสงฆ์กาญจนบุรี ศรีไพลย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

^{1,2} Kanchanaburi Sangha College Sri Phaibun Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

Corresponding Author E-mail: Kanokwan.pree@mcu.ac.th

Retrieved: February 22, 2023; Revised: April 29, 2023; Accepted: April 30, 2023

บทคัดย่อ

การทำศัลยกรรมความงาม เพื่อเอาชนะความแก่ แก่จุดบกพร่องมีให้เห็นกันมากขึ้น ลามไปถึงกลุ่มวัยรุ่นและเด็ก การเสพติดศัลยกรรมว่าเป็นภาวะทางสังคม อสุภกรรมฐานเป็นกรรมฐานที่ผู้ปฏิบัติพิจารณาซากศพที่มีลักษณะน่าเกลียดหลายอย่าง คือ ศพมีเลือดไหล ฟองขึ้น มีสีเขียวคล้ำ มีน้ำหนองไหลเยิ้ม ที่ฉีกขาด ถูกสัตว์กัดกิน ที่กระจัดกระจาย มีหนอนไต่ขอนไชและมีแต่ร่างกระดูก ซึ่งลักษณะเหล่านี้ล้วนเป็นสภาพน่าเบื่อหน่ายไม่ควรยึดมั่นว่าเป็นของตน พิจารณาให้เห็นว่ากายนี้เกิดจากสิ่งปฏิกูล น่าเกลียด น่าสะอิดสะเอียน กรรมฐานที่ยึดเอาซากศพเป็นอารมณ์เพื่อพิจารณาให้เห็นความไม่งาม ความไม่เที่ยงแท้ของสังขารกำจัดกามตัณหาและความลุ่มหลงในรูปร่าย กรรมฐานนี้เหมาะสำหรับผู้มีจิตหนักไปด้านราคะ โดยเฉพาะผู้ที่มีการเสพติดศัลยกรรมความงาม เป็นอาการของโรคจิตเวชประเภทหนึ่ง มีการพัฒนาระดับความรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ หากไม่ได้รับการบำบัด จะเกิดภาวะหมกมุ่นเกี่ยวกับบุคลิกของร่างกายบางส่วนที่เขารู้สึกว่ามีข้อบกพร่อง น่าเกลียด เชื่อมั่นว่ามีความผิดปกติและไม่เป็นที่น่าสนใจ หรือได้รับการเกลียดชัง เกิดความทุกข์ทรมานใจ ทำให้บุคคลอยากแก้ไขข้อบกพร่อง และทำพฤติกรรมซ้ำ ๆ ในจุดที่บกพร่องอย่างไม่รู้ตัว

คำสำคัญ: อสุภกรรมฐาน; เสพติดศัลยกรรมความงาม

Abstract

Cosmetic surgery in order to overcome aging and to fix the deficiencies to be seen more. It spreads to adolescents and children. Addiction to surgery is a condition in which society is unsatisfactory, which practitioners consider corpses to be ugly in many ways: corpses bleed, swelled up, dark green, oozing pus, tearing, bitten by an animal. Scattered there were worms, saxony, and bony bodies. which these characteristics are all Boredom should not hold on to their own. consider that this body caused by sewage disgusting The foundation that took

The corpse is an emotion to consider the beauty, the impermanence of the body, the elimination of lust and passion in the body. This meditation is suitable for those who are mentally heavy on the sensual side. especially those who Addicted to cosmetic surgery. Cosmetic Surgery Addiction is a symptom of a type of psychiatric disorder. has developed a level of It gets more and more severe if left untreated. will become obsessed of certain bodily features he perceived as flawed, ugly, believed to be abnormal and unattractive, or hated. causing suffering, causing people to want to correct their flaws and repeat behavior in the spot that is unknowingly flawed

Keywords: Asubha Kammatthana; Cosmetic Surgery Addiction

บทนำ

ความงามเป็นปรากฏการณ์ที่ปรากฏอยู่ในสังคมทั่วทุกมุมของโลกนั้น ในแต่ละสังคมย่อมมีมาตรฐานความงามที่แตกต่างกัน ความงามไม่เคยหยุดนิ่งมีพลวัตอยู่ตลอดเวลา ไม่ได้มีรูปแบบที่เป็นหนึ่งเดียว แต่มีความเลื่อนไหลเปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัยเวลา ความเชื่อ ค่านิยม และคุณค่าที่สังคมนั้น ๆ การที่คนมักไปศัลยกรรมเพิ่มมากขึ้น ส่วนมากมักมาจากการตามค่านิยมทางสื่อบันเทิง และไม่พอใจในรูปร่างตัวเองเป็นส่วนมาก การทำศัลยกรรมนั้นเป็นการรักษาผู้ป่วยที่สูญเสียอวัยวะ หรือมีความบกพร่องทางร่างกาย การศัลยกรรมจึงเป็นการช่วยเหลือให้ผู้ป่วยกลับมาใช้ชีวิตได้อย่างปกติให้มากที่สุด ทำให้สภาพจิตใจของเขาดีขึ้นได้

การทำศัลยกรรมความงาม เพื่อเอาชนะความแก่ แก่จุดบกพร่องมีให้เห็นกันมากขึ้น ลามไปถึงกลุ่มวัยรุ่นและเด็กที่อายุยังไม่ถึง 15 ปี การเสพติดศัลยกรรมว่าเป็นภาวะที่สังคม กำลังป่วยอย่างหนัก เพราะเชื่อว่าความสวยหล่อเป็นสิ่งที่สร้างความสุขได้ แต่แท้ที่จริงแล้วกลับเป็นการฆ่าตัวตายทางอ้อมมากกว่า การศัลยกรรมสะท้อนให้เห็นถึงความเปราะบางทางอารมณ์ของคนในสังคมได้ชัดเจนมาก ผู้ที่มีความสุขกับการทำศัลยกรรมจนถึงขั้นเสพติดนั้น มักจะเป็นอาการของโรคสะเทือนขวัญ หรือ Trauma หรือสิ่งที่คุกคามเข้าไปในเซลล์ประสาทเราคิดว่าทำแล้วสวย แต่ไม่รู้ตัวเลยว่าเป็นการทำร้ายตัวเองมากที่สุดในชีวิตเรา

การเสพติดศัลยกรรมความงาม

ความหมายของความงาม

ความงาม คือ ลักษณะที่เห็นแล้วชวนชื่นชมยินดีและพึงพอใจ (ราชบัณฑิตยสถาน, 2562) ความงามคือ สิ่งที่มีอยู่ในเนื้อวัตถุเป็นความสมบูรณ์อันเกิดจากรูปร่าง รูปทรง สีสน ที่ประสานกันเข้าอย่างกลมกลืน มีความสมดุล ความรู้สึกเพลิดเพลิน โดยจิตจะสร้างต้นแบบแห่งความงามขึ้น สิ่งใดมีลักษณะใกล้เคียงกับต้นแบบ สิ่งนั้นถือว่าเป็นความงาม (มัย ตะติยะ, 2562) เป็นเรื่องของจิตใจในการสร้างจินตภาพ เป็นจุดเริ่มต้นของความงามเป็นสิ่งที่เรารู้สึกและแสดงออกมา (สฤติ วงศ์สุวรรณ, 2564) ในทางปรัชญา ความงาม คือ ความจริง สัญลักษณ์ของความสมบูรณ์ที่เลิศและเป็นแรงกระตุ้นความคิด และให้ความพึงพอใจแก่เราเสมอ

(พวง มินอก, 2559) ที่มีอยู่ตามธรรมชาติด้วย เช่น ทิวทัศน์อันสวยงามในยามอัสดง หรือพระอาทิตย์ทอแสง ทาบบนพื้นน้ำ การที่สิ่งหนึ่งสิ่งใดจะเกิดความงามได้นั้น ต้องมีลักษณะอยู่ 3 ประการ คือ สวยติดตา ติดใจ และมีความเลิศเลอ (พระเอื้อง ปั่นเหง่เพชร, 2557)

ที่มาของศัลยกรรมความงาม

ความงามทั่วโลกที่เกิดขึ้นจากศตวรรษที่ 19 จนถึงปัจจุบัน จากกลุ่มผู้มีอำนาจในโลกตะวันตก เพื่อสร้างแนวคิดความงามไว้ในผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ โดยถูกเผยแพร่ผ่านกระแสโลกาภิวัตน์ (globalization) และกระแสท้องถิ่นภิวัตน์ (localization) โดยผู้ผลิตใช้ช่องทางการตลาดผ่านการสร้างตราสินค้าเพื่อบอก ผู้บริโภคทราบว่า อะไร คือ อุดมการณ์ความงาม (Jones, 2020) ความงามจึงถูกกำหนดไว้ให้เป็นความงามแบบ ตะวันตก ได้แก่ ผิวขาว จมูกโด่ง ตาสองชั้น ซึ่งเป็นไปในทิศทางเดียวกับ Coomaraswamy (2002) ที่พบว่า อุดมการณ์ความงามทำให้เกิดการสร้างมาตรฐานสากลของความสวย ผู้หญิงในท้องถิ่นต่าง ๆ ถูกชักจูงจาก สื่อมวลชน เชื่อว่าความสวยแบบตะวันตก คือ สิ่งที่ดีที่สุด (Anderson-Fye, 2021) ผู้หญิงยังมีความวิตกกังวล เกี่ยวกับมาตรฐานความงามโดยใช้เชื้อชาติเป็นตัวตัดสิน เนื่องจากอุดมคติความงามถูกทำให้มีความสัมพันธ์กับความขาวและเชื้อชาติตะวันตก ซึ่งถูกยอมรับว่าเป็นมาตรฐานความงาม (Davis, 2020) ความงามเป็นความ สนุกสนานและความหรูหรา ผู้หญิงใช้ร่างกายของตัวเองเป็นเครื่องมือในการตอบโต้ท้าทาย เสียดสีล้อเลียน หรือสลับขั้วกฎระเบียบในชีวิตประจำวัน (Robbie, 1997) ความงาม คือ ความเพ้อเทיים ความงามเป็น มากกว่าความฉลาด, ความน่าเชื่อถือ, เป็นที่ชื่นชอบที่พอใจ และเป็นที่ปรารถนามากกว่าผู้หญิงที่ไม่สวยงาม ตามมาตรฐานสังคม (Dion, Berscheid & Walster, 2020) ผู้หญิงที่มีงามตามมาตรฐานสังคม คือ ความ จำเป็นสำหรับผู้หญิงที่ต้องการประสบความสำเร็จในระบบเศรษฐกิจทุนนิยม (Ghodsee, 2007) ผู้หญิงรับรู้ว่า ความงามเป็นกุญแจสำคัญในความสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มเพื่อนในโรงเรียน และปฏิบัติการเพื่อความงามเป็นเรื่อง ธรรมดาและปกติที่ทำเพื่อผู้หญิง (Carey, Donaghue & Broderick, 2011)

ประเภทของการทำศัลยกรรมเสริมความงาม

ศัลยกรรมความงาม (Cosmetic Surgery) หมายถึง การผ่าตัดการเสริมสร้างเพิ่มเติมปรับปรุง เปลี่ยนแปลงกระทำโดยแพทย์เพื่อให้เกิดความสวยงามของใบหน้า ผิวพรรณ รูปร่าง ตลอดจนสัดส่วนของ ร่างกายให้ดีขึ้นสวยงามมากขึ้นกว่าเดิมตามสมัยนิยมและเป็นที่พึงพอใจ (ถาวร จรูญสมิทธิ์, 2558) ปัจจุบันการ ทำศัลยกรรมเสริมความงามที่ได้รับความนิยม มีดังต่อไปนี้

1. การทำตาสองชั้น (Double eyelids) เป็นการผ่าตัดศัลยกรรมเสริมความงามผู้ที่มีตาชั้นเดียว หรือ มีชั้นตาทึบน้อย ไม่ค่อยมีรอยพับของชั้นตามาตั้งแต่กำเนิด ทำให้เห็นรอยพับของชั้นตามากยิ่งขึ้น
2. การเสริมจมูกและลดจมูก (Rhinoplasty) เป็นการผ่าตัดศัลยกรรมเสริมความงามโดยการเสริมให้ สันจมูกมีความหนาขึ้น สูงขึ้น รวมถึงปลายจมูกให้โด่งขึ้นด้วยการเสริมซิลิโคนเข้าไป
3. การผ่าตัดกราม เป็นการผ่าตัดสำหรับผู้ที่มีการบวมใบหน้าใหญ่เกินไป มีลักษณะเป็นรูปเหลี่ยมไม่มี ความเรียว ดูไม่สวยงาม ทั้งนี้การผ่าตัดกรามนั้นจะทำการผ่าตัดโดยการ ตัดกระดูกกรามออกบางส่วนเพื่อให้ ใบหน้ามีรูปทรงเรียวยาวแลดูสวยงาม

4. การผ่าตัดเสริมหน้าอก (Breast augmentation) เป็นการผ่าตัดโดยการสอดใส่ถุง ซิลิโคน หรือถุงน้ำเกลือเข้าไปใต้กล้ามเนื้อบริเวณเต้านมตามขนาดของถุงเพื่อทำการเสริมเต้านมให้มีขนาดใหญ่ตามที่ต้องการ

5. การฉีดโบท็อกซ์ (Botox) เป็นการเสริมความงามโดยการฉีดเชื้อแบคทีเรียชนิดหนึ่งที่มีชื่อว่า Clostridium Botulinum ลงบนใบหน้า จึงมีความเป็นอันตราย สารนี้เป็นสารพิษที่มีผลต่อระบบประสาททำให้กล้ามเนื้อมีอาการอัมพาตมาก แพทย์นำมาใช้สำหรับผู้ป่วยที่มีอาการกล้ามเนื้อใบหน้ากระตุก ปัจจุบันจึงมีการนำสาร Botox มาใช้ในการเสริมความงาม เพื่อช่วยทำให้ใบหน้าที่มีความกระชับ เต่งตึง ลดรอยเหี่ยวย่นบนใบหน้า รอยบุบต่าง ๆ รอยตีนกาบนใบหน้า ทั้งนี้จะต้องให้แพทย์ผู้เชี่ยวชาญเท่านั้นที่จะทำการฉีดสาร Botox เข้าสู่ร่างกายได้

6. การฉีดสารคอลลาเจน (Collagen injection) เป็นการเสริมความงาม โดยการฉีดสารคอลลาเจนเพื่อเสริมสร้าง หรือทดแทนกล้ามเนื้อ หรือใบหน้าที่มีรอยยุบ บุบ หรือเสริมส่วนที่ต้องการให้สูงขึ้น คอลลาเจนเป็นโปรตีนที่มีองค์ประกอบของเนื้อเยื่อในร่างกายและผิวหนัง ที่ได้มาจากการสกัดมาจากหนัง หรือเนื้อเยื่อของวัว

7. การดูด หรือการผ่าตัดไขมัน (Liposuction) เป็นการศัลยกรรมเสริมความงามด้วย การดูดไขมัน หรือทำการผ่าตัดไขมันออกจากบริเวณที่มีการสะสมไขมันมากเกินไปจนทำให้ดูไม่ สวยงาม เช่น บริเวณหน้าท้อง บริเวณต้นขา เพื่อที่จะให้บริเวณดังกล่าวมีความเล็กลง

8. การฉีดไขมัน (Fat injection) เป็นการฉีดเซลล์ไขมันที่ได้จากเนื้อเยื่อของร่างกาย ตนเอง เพื่อเติมเต็ม และเสริมส่วนต่าง ๆ ของร่างกายให้ดูดีขึ้น เมื่อทำการปลูกเซลล์ใหม่ติดแล้ว เซลล์บริเวณดังกล่าวจะมีการเปลี่ยนแปลงในลักษณะที่มีความใกล้เคียงกับเซลล์เดิมตามธรรมชาติ

การเสพติดศัลยกรรมความงาม

การเสพติดศัลยกรรมความงาม หรือ Cosmetic Surgery Addiction รู้จักกันในชื่อโรคกลัวพิการ เป็นอาการของโรคจิตเวชประเภทหนึ่ง มีการพัฒนาระดับความรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ หากไม่ได้รับการบำบัด จะเกิดภาวะหมกมุ่นเกี่ยวกับรูปลักษณ์ของร่างกายบางส่วนที่เรารับรู้ได้ว่า มีข้อบกพร่อง น่าเกลียด เชื่อมั่นว่าความผิดปกติและไม่เป็นที่น่าสนใจ หรือได้รับเกลียดชัง เกิดความทุกข์ทรมานใจ ทำให้บุคคลอยากแก้ไข ข้อบกพร่อง และทำพฤติกรรมซ้ำ ๆ ในจุดที่บกพร่องอย่างไม่รู้ตัว เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความไม่พอใจในรูปร่าง หน้าตาโดยไม่มีขอบเขตที่ชัดเจน หรือระยะเวลาสิ้นสุดในการปรับเปลี่ยนแก้ไขรูปร่าง หน้าตา โรคคิดว่าตนเองมีรูปร่าง หรืออวัยวะผิดปกติ หากไม่ได้รับการบำบัด ปัจจัยหลักมาจากตัวผู้ป่วยเอง เช่น กรณีเคยมีประวัติเสริมความงามแล้วได้รับผลอันน่าพึงพอใจมาก่อน จึงรู้สึกมั่นใจกับฝีมือหมอว่าสามารถทำให้ดูดีขึ้นได้อีก จนต้องกลับไปทำเพิ่มอีก หรือมีผลศัลยกรรมผิดพลาด ต้องกลับไปแก้ไข โดยเปลี่ยนศัลแพทย์ไปเรื่อย ๆ เพื่อแก้ไขให้กลับมาเป็นปกติที่สุด หรือมาจากปัจจัยด้านสังคม ไม่ว่าจะเป็นคนใกล้ชิดหรือ ค่านิยมจากกลุ่มคนที่มีอิทธิพลต่อทัศนคติของคนในสังคมส่วนใหญ่ อย่างเช่น บุคคลกลุ่มดารา นักแสดงที่มีค่านิยมศัลยกรรมเพื่อความก้าวหน้าทางอาชีพการงาน (Sarwer & Crerand, 2020)



อาการของการเสพติดศัลยกรรมความงาม

อาการของการเสพติดศัลยกรรมความงาม หรือ Cosmetic Surgery Addiction มีวิธีการสังเกต ดังนี้

- 1) ทำศัลยกรรมหลายครั้งในตำแหน่งเดิม หรือเปลี่ยนตำแหน่งอื่นไปเรื่อย ๆ
- 2) มีพฤติกรรมย่ำคิดว่าจะต้องเสริมจุดบกพร่องให้ดูดี ทั้งที่ไม่ได้เป็นข้อบกพร่องใหญ่โตจนสังเกตเห็นได้
- 3) รู้สึกคลั่งไคล้ในสัดส่วน รูปร่าง ของคนที่มีอิทธิพลต่อค่านิยมในสังคม และอยากมีอวัยวะที่สวยงามเหมือนบุคคลเหล่านั้น
- 4) หมกมุ่นอยู่กับการหาข้อมูลเรื่องวิวัฒนาการของศัลยกรรมความงามสมัยใหม่จนส่งผลต่อการใช้ชีวิตประจำวัน
- 5) ใช้เงินจำนวนเพิ่มมากขึ้นไปกับการทำศัลยกรรมความงาม
- 6) ใช้เวลาส่วนใหญ่ในการดำเนินชีวิตในการค้นหาแพทย์ศัลยกรรมความงาม วิธี และกระบวนการของการทำศัลยกรรมความงาม
- 7) แพทย์มีรายงานเตือนว่า ร่างกายไม่ควรได้รับการทำศัลยกรรมความงามอีก เพราะจะเป็นอันตรายแก่ชีวิต

สาเหตุของการเสพติดศัลยกรรมความงาม

- 1) พฤติกรรมของคนเปลี่ยนแปลงไปตามเงื่อนไขภายในตัวบุคคล พฤติกรรม และสภาพแวดล้อมซึ่งมีความเกี่ยวพันซึ่งกันและกัน และอาศัยเวลาในการที่เงื่อนไขต่าง ๆ จะกำหนด (ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2564) การเสพติดศัลยกรรมความงาม เป็นการเรียนรู้ตัวแบบที่เป็นมาตรฐานความงามของสังคม ผ่านการสังเกตจากสื่อ หรือบุคคลในสังคมที่จะประสบความสำเร็จจากการทำศัลยกรรมความงาม เป็นเงื่อนไขทางจิตวิทยาควบคู่กับเงื่อนไขสังคม (อังคินันท์ อินทรกำแหง, 2562)
- 2) ความล้มเหลวในการแก้ไขความขัดแย้งที่เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลที่สำคัญในชีวิต และได้รับความกระทบกระเทือนในด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลจนทำให้เกิดความเจ็บปวดทางอารมณ์และจิตใจ รู้สึกว่าไม่ได้รับการตอบสนองความต้องการเพื่อนำไปสู่ความพึงพอใจ satisfactions (ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2564) จากการปฏิสัมพันธ์กับคนในสังคมโดยเน้นไปที่ความต้องการทางด้านความงาม ทำให้รู้สึกไม่มั่นคงไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม รู้สึกโทษตัวเอง มองรูปลักษณ์ตัวเองในทางลบ
- 3) ติดอยู่กับความต้องการทางกาย ความปลอดภัย ความรัก ความนับถือยกย่อง ที่ได้รับการตอบสนองไม่เหมาะสม ทำให้เกิดความไม่มั่นใจ กังวล ไม่ได้ได้รับความรัก ไม่ได้ได้รับการยอมรับ (ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2564)
- 4) ความเป็นตัวตนที่แท้จริงของคน กับตนที่ตนมองเห็น และตนตามอุดมคติ มีความงามไม่สอดคล้องกัน (ศรีเรือน แก้วกังวาน, 2564) ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมผิดปกติ จึงมีแนวโน้มที่จะเสพติดศัลยกรรมได้ง่าย
- 5) นิยมความสมบูรณ์แบบ (Hewitt & Flett, 2020) แข่งขัน เปรียบเทียบ เพื่อต้องการความนิยมในสังคมของตนเอง

ความงามเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความสุขใจเมื่อสัมผัสผ่านทางอายตนะโดยรวม เป็นสิ่งที่น่าทะนุถนอมให้มีความคงทนยาวนานของผู้ที่หลงในสัมผัสแต่กับผู้ที่เข้าใจจะเห็นเป็นธรรมดา สิ่งที่ได้เห็นจึงเป็นเพียงภาพฉายฉายที่ฉายฉายให้เห็นเพียงชั่วคราวหาได้เป็นความสวยงามคงทนไม่ความงามที่แท้จริงของมนุษย์คือจิตใจอันดีงามต่างหากเป็นสิ่งที่อยู่ภายในสัมผัสได้ด้วยจิตวิญญาณ มิใช่เพียงการดูจากภายนอกกาลเวลาเป็นเครื่องบอกเราให้รับรู้ถึงสัจธรรมของคุณงามความดีในตัวบุคคล จึงกล่าวได้ว่า ความงามของจิตใจ คือ ความงามของมนุษย์ และความงามของมนุษย์ คือ ความงามของจิตใจ (สุพัตรา กอบกิจสุขสกุล, 2564)

พระพุทธศาสนามีคำสอนมุ่งให้มนุษย์ ใช้ปัญญาในการดำเนินชีวิตและพิจารณาความจริงของสังขารทั้งหลายให้ครบถ้วนทั้งสองด้าน คือ ด้านที่สวยงามและด้านที่ไม่สวยงาม ถ้ามนุษย์เห็นร่างกายเพียงด้านเดียวก็จะมองเห็นแต่ความสวย ความงาม น่ารักน่าดู น่าใคร่จิตใจก็ลุ่มหลง แต่พอความไม่งามปรากฏก็ทำใจยาก เพราะความหลงของมนุษย์ที่มากขึ้น ความหลงเป็นบ่อเกิดของอวิชชา คือความไม่รู้ เมื่อความไม่รู้เกิดขึ้น ทำให้หลงยึดติดในสิ่งที่ไม่เที่ยง ว่าเที่ยง สิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุขแล้วยึดมั่นว่าตัวตน การที่พระพุทธศาสนาให้พิจารณาความไม่สวยงามนี้เพื่อให้มองเห็นธรรมชาติตามความเป็นจริง ให้เห็นสิ่งนั้นตามที่มันเป็น มองให้เป็นสัจธรรมหลักธรรมนั้นชื่อว่า “อสุกขรรณฐาน” (ที.ม. (ไทย) 10/218/166)

อสุกขรรณฐาน

อสุกขรรณฐาน เป็นหนึ่งในในกัมมัฏฐาน 40 ซึ่งเป็นหลักปฏิบัติเพื่อให้เห็นร่างกายของมนุษย์ตามความเป็นจริง เพราะมนุษย์ตกอยู่ในความประมาท คือ ประมาทในชีวิต พระพุทธองค์ทรงย้ำพระสาวกให้ตระหนักในเรื่องความไม่ประมาท ในปัจฉิมโอวาทก่อนจะปรินิพพานว่า

“ภิกษุทั้งหลาย บัดนี้เราขอเตือนท่านทั้งหลาย สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดาเธอทั้งหลายจงทำหน้าที่ให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาทเถิด” (ที.ม. (ไทย) 10/218/166)

พระพุทธเจ้าและพระสาวกล้วนเจริญอสุกขรรณฐานมาทั้งสิ้นเพราะน้อมนำให้จิตหลุดไม่หลงไหลในร่างกายและยกจิตขึ้นสู่ไตรลักษณ์ได้ง่าย พระองค์ทรงนำพาพระสาวกพิจารณาซากศพของนางสิริมาซึ่งเคยสวยงามมาก่อน พอสิ้นชีวิตไปหลายวันสภาพความงามนั้นหายไป ภิกษุผู้เคยหลงไหลกลับได้สติ (ขุ.ธ.อ.(ไทย) 2/100-101) พระยสะก็เคยทำงานในป่าช้าเผาศพจึงทำให้ท่านเบื่อหน่ายเหล่าสตรีที่นอนหลับไหลปรากฏประดุจซากศพ (ขุ.ธ.อ.(ไทย) 1/94) พระมหากาลก็ปฏิบัติอสุกขรรณฐานด้วยการไปอยู่ในป่าช้า (ขุ.ธ.อ.(ไทย) 1/66-68) นอกจากนี้ยังมีพระสาวกอีกมากมายที่ได้อารมณกรรมฐานที่มีบาทฐานมาจากอสุกขรรณฐานและทำให้เกิดรุณควัตรข้อโสณิกังคะ ที่ปฏิบัติสืบทอดมายาวนาน

พระโบราณจารย์ของไทยโดยเฉพาะสายพระป่า ได้นำอสุกขรรณฐานมาถือเป็นแนวปฏิบัติขัดเกลากิเลสและได้ผลมาแล้วมากมาย เช่น สายหลวงปู่มั่น ภูริทัตโต สายหลวงพ่อบุชา สุภทโท ทำให้ท่านปฏิบัติธรรมเจริญก้าวหน้า และสั่งสอนศิษย์ให้ดำเนินตาม ด้วยการเห็นความสำคัญนี้ผู้เขียนจึงต้องการนำเสนอแนวทางการพิจารณาอสุกขรรณฐานของพระสงฆ์ในสังคมไทยว่ามีแนวทางปฏิบัติอย่างไร มีประโยชน์อย่างไร เพื่อจะได้นำไปประยุกต์ใช้และสอนให้สาธุชนได้เข้าใจต่อไป



ความหมายของอสุภกรรมฐาน

คำว่า อสุภะ แปลว่า ไม่สวย ไม่งาม กรรมฐาน แปลว่า ฐานที่ตั้งแห่งการงานทางจิต คือตั้งจิตไว้ในอารมณ์ต่าง ๆ เมื่อรวมกัน อสุภกรรมฐาน จึงหมายถึงฐานที่ตั้งแห่งการงานของจิตในอารมณ์ที่ไม่งาม ซึ่งเป็นเครื่องกำจัดราคะ ทำให้เกิดความเบื่อหน่ายคลายรัก คลายยึดถือร่างกาย คลายความหลงรูปหลงสวสยหลงงามลงได้ ในมหาสติปัฏฐานสูตร มี 10 อย่าง เรียกว่า นวสีวิสาขบัพพะ หรือเรียกว่าปาฐา 9 มีชาคคัพพที่ขึ้นอดีต เชี่ยวคล้า เป็นต้น (ที.ม.(ไทย) 10/379/308)

อสุภกรรมฐานในพระไตรปิฎก

อสุภกรรมฐาน (อง.นวก.อ. 3/11/293) นั้นปรากฏในพระไตรปิฎกอยู่หลายสูตรด้วยกัน แต่จะปรากฏเป็นบางข้อเท่านั้น อาจจะมี 3 ข้อบ้าง 4 ข้อบ้าง เมื่อดูกับกรรมฐาน 40 ในพระวิสุทธิมรรคแล้ว ท่านได้จำแนกไว้มีทั้งหมด 10 ข้อด้วยกัน (พระครูปลัดประจักษ์ สิริวิณโณ, 2550)

1) อุทumatกอสุภ อุทumatกอสุภ อสุภที่ชื่ออุทumatกะ เพราะเป็นซากที่พองขึ้น โดยความที่มันค่อยอัดขึ้นตามลำดับนับแต่สิ้นชีวิตไป ดุจลูกหนังอันพองด้วยลมอุทumatกะนั่นเอง เป็นอุทumatกะนัยหนึ่ง อุทumatทอสุภ จัดว่าเป็นของน่าเกลียดเพราะเป็นสิ่งปฏิกูล เพราะเหตุนี้ จึงชื่อว่าอุทumatกะ (อุทumatกอสุภอันน่าเกลียด) คำว่า อุทumatกะ คือ ร่างกายของคนและสัตว์ที่ตายไปแล้ว นับแต่วันตายเป็นต้นไป มีร่างกายขึ้นบวม พองไปด้วยลม ที่เรียกกันว่า ผิตายขึ้นอดีต

2) วินิลกอสุภ อสุภที่มีสีเขียวคล้ำคละด้วยสีต่าง เรียกว่า วินิละ วินิละนั้นเองเป็นวินิลกะนัยหนึ่ง วินิลอสุภ จัดว่าเป็นของน่าเกลียด เพราะเป็นสิ่งปฏิกูล เพราะเหตุนี้ จึงชื่อว่าวินิลกะ (วินิลอสุภอันน่าเกลียด) คำว่า วินิลกะ นั้น เป็นคำเรียกซากศพอันมีสีแดงในที่ ๆ เนื้อหนังมีสีขาวในที่ ๆ บ่มหนอง แต่โดยมากมีสีเขียวคล้ำ ในที่ ๆ เชียวเป็นเหมือนคลุ้มไวด้วยผ้าเขียวกล่าวอีกอย่างหนึ่ง

3) วิบุพพกอสุภ อสุภที่มีน้ำเหลืองไหลเยิ้มอยู่ในที่ ๆ แดกปรกทั้งหลาย ชื่อ วิบุพพะวิบุพเพนั่นเองเป็นวิบุพเพนัยหนึ่ง วิบุพพอสุภ จึงชื่อว่า วิบุพพะกะ (วิบุพพอสุภอันน่าเกลียด) คำว่า วิบุพพะกะ นั้นเป็นคำเรียกซากศพที่เป็นอย่างนั้น คือ เป็นซากศพที่มีน้ำเหลืองไหลอยู่เป็นปกติ

4) วิจฉิททกอสุภ อสุภที่แยกออกจากกันโดยขาดเป็น 2 ท่อน เรียกว่า วิจฉิททะวิจฉิททะนั่นเอง เป็นวิจฉิททะนัยหนึ่ง วิจฉิททอสุภ จัดว่าเป็นของน่าเกลียด เพราะเป็นสิ่งปฏิกูล เพราะเหตุนี้ จึงชื่อว่า วิจฉิททกะ (วิจฉิททอสุภอันน่าเกลียด) คำว่า วิจฉิททกะ นั้นเป็นคำเรียกซากศพที่ถูกตัดกลางตัว คือ ซากศพ ที่มีร่างกายขาดเป็นสองท่อนในท่ามกลาง มีกายขาดออกจากกัน

5) วิกขาติกอสุภ อสุภที่ชื่อวิกขาติกะ เพราะถูกสัตว์ทั้งหลายมีสุนัขบ้านและสุนัขป่า เป็นต้น กัดกินโดยอาการต่าง ๆ ตรงนี้บ้างตรงนั้นบ้าง วิกขาติกะ เป็นวิกขาติกะ ขาติตอสุภจัดว่า เป็นของน่าเกลียด เพราะเป็นสิ่งปฏิกูล เพราะเหตุนี้จึงชื่อว่า วิกขาติกะ นั้นเป็นคำเรียกซากศพ ที่เป็นอย่างนั้น คือเป็นร่างกายของซากศพที่ถูกสัตว์ย่อยแย่งกัดกิน

6) วิกขิตตกอสุภ อสุภที่กระจุยกระจายไปต่าง ๆ เรียกว่า วิกขิตตะ วิกขิตตะนั่นเองเป็นวิกขิตตกะ นัยหนึ่ง วิกขิตตอสุภ จัดว่าเป็นของน่าเกลียด เพราะเป็นสิ่งปฏิกูล เพราะเหตุนี้จึงชื่อว่าวิกขิตตกะ คำว่า วิกขิตตกะ คือ มือไปทางหนึ่ง เท้าไปทางหนึ่ง ศีรษะไปทางหนึ่ง ดังนี้ เป็นต้น



7) หตวิกขิตตโกสุม อสุภที่ชื่อหตวิกขิตตกะ เพราะอสุภนั้นถูกประหารด้วย กระจุกกระจายโดยนัย ก่อนนั้นด้วย คำว่า หตวิกขิตตกะนั้นเป็นคำเรียกขาศพอันถูกคนสับฟันที่อวัยวะใหญ่ด้วย โดยอาการ

8) โลหิตโกสุม อสุภที่ชื่อโลหิตกะ เพราะมีโลหิตเรียราดไหลออกจากตรงนั้นบ้างตรงนี้บ้าง คำว่า โลหิตกะ นั้นเป็นคำเรียกขาศพอันเป็นอนโลกหิตที่ไหลออก คือขาศพที่มีเลือดไหลออกเป็นปกติ

9) ปุพฺพโกสุม หนอนทั้งหลาย เรียกว่า ปุพฺพะ ปุพฺพะทั้งหลายคลาคล้าอยู่ในอสุภนั้นเหตุนี้ อสุภนั้น จึงชื่อปุพฺพะ คำว่า ปุพฺพะนั้นเป็นคำเรียกขาศพที่เต็มไปด้วยหนอน

10) อัญญโกสุม กระดูกนั้นเองชื่ออัญญิกะ นัยหนึ่ง กระดูกจัดว่าเป็นของน่าเกลียด เพราะเป็นสิ่งปฏิกูล เหตุนี้จึงชื่ออัญญิกะ คำว่า อัญญิกะนั้น เป็นคำเรียกร่างกระดูกก็ได้ กระดูกท่อนเดียวก็ได้ กล่าวคือ ขาศพที่มี แต่กระดูก อสุภกรรมฐาน ตามความหมายที่กล่าวแล้ว คือ ความไม่สวยไม่งามอสุภกรรมฐานเปรียบได้ดัง ดอกไม้ของพระอรหันต์แต่ก็เป็นที่ยึดสยงและหวาดเสียวสำหรับบุคคลที่เป็นฆราวาสจึงไม่เหมาะสมที่ ฆราวาสจะมาฝึก (วิภว วงศาภาณ, 2520)

กรณีพระนางสิริมา

พระศาสดา เมื่อประทับอยู่ในพระเวฬุวัน ทรงปรารภนางสิริมา ตรัสพระธรรมเทศนานี้ว่า "ปสฺส จิตตกตํ พิมพํ" ดังได้สดับมา นางสิรินั้นมีรูปร่างงดงาม เป็นหญิงแพศยา ในกรุงราชคฤห์ ภายในพรรษาหนึ่ง ได้ประทุษร้ายต่ออุบาสิกานามว่าอุตตราซึ่งเป็นธิดาของปุณณกเศรษฐีผู้เป็นภริยาของสุมนเศรษฐีบุตร ประสงค์ จะให้นางอุตตรานั้นเลื่อมใส จึงทูลขอขมาพระศาสดาผู้ทรงทำภักติกกับภิกษุสงฆ์เสร็จแล้ว ในเรือนของนาง อุตตรานั้น

ในวันนั้น ได้ฟังกัฏฏาโมทนาของพระทศพล บรรลุโสดาปัตติผลแล้ว ในเวลาจบพระคาถาว่าพึงชำนะ คนโกรธ ด้วยความไม่โกรธ พึงชำนะคนไม่ดีด้วยความดี พึงชำนะคนตระหนี่ ด้วยการให้ปัน พึงชำนะคนพูดพล่อย ๆ ด้วยคำจริงนี้เป็นความย่อในเรื่องนี้

ในเวลาเย็นวันนั้นเอง นางสิริมาได้ทำกาลกิริยาแล้ว พระราชาทรงส่งพระราชสาสน์ไปถวาย พระศาสดาว่า "พระเจ้าข้า นางสิริน้องสาวหมอลูกได้ทำกาลกิริยาเสียแล้ว พระศาสดาทรงสดับเรื่องนั้น จึง ส่งข่าวไปแด่พระราชว่า "กิจ คือ การเผา (ศพ) นางสิริมา ยังไม่มี พระองค์จึงทรงรับสั่งให้เอาศพนางสิรินั้น นอนในป่าช้าผิติดแล้ว ให้รักษาไว้โดยอาการที่กาและสุนัขจะกินไม่ได้เถิดพระราชาได้ทรงทำตามรับสั่งแล้ว สามวันล่วงไปแล้วโดยลำดับ, ในวันที่ 4 สรีระขึ้นฟองแล้ว หมูหนอนได้ออกจากปากแผลทั้ง 9 สรีระทั้งสิ้นได้ แตกสลาย คล้ายถาดข้าวสาลีฉะนั้น

พระราชาให้พวกราชบุรุษตักลงโฆษณาในพระนครว่า "เว้นเด็ก ๆ ที่เฝ้าเรือนเสีย ใครไม่มาดูนาง สิ ริ มาจะถูกรับ 8 กหาปณะ" และได้ส่ง (พระราชสาสน์) ไปสำนักพระศาสดาว่า "นัยว่าภิกษุสงฆ์มีพระพุทธเจ้า เป็นประธาน ของงามาดูนางสิริมาพระศาสดารับสั่งให้เผด็จแก่ภิกษุทั้งหลายว่า "เราทั้งหลายจะไปดูนางสิริมา ภิกษุหนุ่มแม้รูปนั้น ไม่เชื่อฟังคำของใครๆ เลยตลอด 4 วันอดอาหารนอนแช่อยู่แล้วข้าวยสวในบาตรบูตสนิมก็ ตั้งขึ้นในบาตร

พระศาสดา ถ้ากระนั้น ขอพระองค์ได้โปรดให้ราชบุรุษตักลงโฆษณาในพระนครว่า "ใครให้ทรัพย์พัน หนึ่งจงบานางสิริมาไป พระราชาได้ทรงทำอย่างนั้นแล้ว ผู้ที่จะออกปากว่า "ข้าพเจ้าหรือว่าเรา" แม้คนหนึ่งก็



ไม่มี พระราชาทูลแก่พระศาสดาว่า "ชนทั้งหลายไม่รับ พระเจ้าข้า พระศาสดาตรัสว่า "มหาบพิตร ถ้ากระนั้น จงลดราคาลง (อีก) พระราชารับสั่งให้ตีกลองโฆษณาว่า "ใครให้ทรัพย์ 500 จงเอาไป" ไม่ทรงเห็นใคร ๆ จะรับเอา จึงรับสั่งให้ตีกลองโฆษณาว่า " ใครให้ทรัพย์ 250 – 200 – 100 – 50 - 25 กหาปณะ, 10 กหาปณะ, 5 กหาปณะ, 1 กหาปณะ, ครึ่งกหาปณะ, บาท 1, มาสก 1, กากณิก 1 แล้วเอานางสิริมาไป" (ก็ไม่เห็นใครจะรับเอาไป) จึงรับสั่งให้ตีกลองโฆษณาว่า "จงเอาไปเปล่า ๆ ก็ได้" ผู้ที่จะออกปากว่า "ข้าพเจ้า หรือว่าเรา" (แม้คนหนึ่ง) ก็ไม่มี พระราชาทูลว่า "พระเจ้าข้า ชื่อว่าผู้ที่รับเอาไปแม่เปล่า ๆ ก็ไม่มี"

พระศาสดาจึงตรัสว่า "ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงดูมาตุคามซึ่งเป็นที่รักของมหาชน ในกาลก่อน ชนทั้งหลายในพระนครนี้แล ให้ทรัพย์พินหนึ่งแล้ว ได้ (อภิมรณ) วันหนึ่ง บัดนี้ แม้ผู้ที่รับเอาเปล่า ๆ ก็ไม่มี รูปเห็นปานนี้ ถึงความสิ้นและความเสื่อมแล้ว ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงดูอัฐภาพอันอาตุร" ดังนี้แล้ว ตรัสพระคาถานี้ว่า

ปสส จิตตกตัม พิมพํ อรุกายํ สมุสสิตํ อาตุรํ พุทฺสงกปปี ยสฺส นตฺถิ ธูวํ ฐิตี.

เธอจงดูอัฐภาพ ที่ไม่มีความยั่งยืน (และ) ความมั่นคง (อันกรรม) ทำให้วิจิตรแล้ว มีกายเป็นแผล อันกระดุก 300 ท่อน ยกขึ้นแล้ว อันอาตุร ที่มหาชนครุ่นคิดแล้ว

วิธีปฏิบัติอสุกกรรมฐานในมหาสติปัฏฐานสูตร

พระสูตรต้นตปิฎก สังยุตตนิกาย พระพุทธองค์ ก็ได้ตรัสถึงอสุกสูตร ว่าด้วยอสุกสัญญาหมายถึง ความหมายรู้ความไม่งาม เพื่อให้ภิกษุได้พิจารณาให้ถ่องแท้ พิจารณาให้เห็นความเป็นจริงเพื่อจะได้ละจากความยึดมั่นถือมั่นในตัวในตน แล้วบรรลุนิเวศน์ในพระพุทธานุสาสนา (อง.เอกก. (ไทย) 20/453-472/50)

นอกจากนี้แล้วในพระสูตรต้นตปิฎก พระองค์ได้ตรัสถึงอสุกะไว้บางข้อ ที่บุคคลควรเจริญได้แก่ อุทธุมาตกสัญญา ความหมายรู้ซากศพที่เน่าพองขึ้นอืด (ส.ม. (ไทย) 19/248/195) วินิลกสัญญา ความหมายรู้ซากศพที่มี สีเขียวคล้ำคละด้วยสีต่าง ๆ (อง.ทสก. (ไทย) 19/242/193) วิจฉิทกสัญญา ความหมายรู้ซากศพ ที่ขาดจากกันเป็นท่อน ๆ (ส.ม. (ไทย) 19/240/193) อุทธุมาตกสัญญาความหมายรู้ซากศพที่เน่าพองขึ้นอืด (อง.จตุกก. (ไทย) 21/14/26., ที.ปา. (ไทย) 11/310/285) บุคคลผู้ต้องการเห็น ความจริงของสิ่งที่ควรกำหนดรู้ให้เห็นซึ่งความจริง

การบูรณาการอสุกกรรมฐานกับโรค Cosmetic Surgery Addiction (BDD)

การเยียวยา หรือบำบัดโรคจิตเวชการเสพติดศัลยกรรมความงาม บุคคลควรได้รับ การเรียนรู้ ผักผ่อน ปฏิบัติอสุกกรรมฐาน เป็นอีกแนวทางหนึ่งที่จะช่วยให้บุคคลรับรู้ เข้าใจถึงร่างกาย ตามความเป็นจริงว่าไม่งาม มีความตายที่จะต้องมาถึง และปฏิภูลในอาหาร เข้าใจร่างกายของบุคคลว่าไม่น่าผลิตเพลิน ไม่เที่ยง เพื่อไม่ให้บุคคลประมาทในการดำเนินชีวิต จึงควรให้พิจารณาสภาพ อันไม่งาม ซากศพในสภาพตางเปนอารมณ์แห่งสมถกรรมฐาน ในอสุกกรรมฐานนิเทศ วิสุทธิมรรคแปล ภาค 1 ตอน 2 ทานได้อธิบายถึงซากศพอันมีลักษณะ 10 ประการ ดังนี้ (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), 2551)

1. ซากศพที่ขึ้นอืดพองเปนอารมณ์ภาวนา ว่า “อุทธุมาตะกัง” (วิสุทธิ, 1/226) รูปเปลี่ยนไปเสมือนคนอ้วนพิมองใสผิวสดสวย เหมาะสำหรับผู้รักในทรวดทรงชอบสัดสวนตาง ๆ ให้เห็นว่าเนื้อของทรวดทรง สันฐานนาไม่มีสภาพคงที่ ในที่สุดก็ต้องขึ้นอืดพอง เหม็นเน่า เปนสิ่งที่น่าโสโครก ไม่น่าใคร ไม่น่าชอบใจ



2. ชากศพที่มีสีเขียวปนอารมณ์ ภาวนาวา “วินีละกัง” อสุภที่มีสีเขียวคล้ำคละด้วยสีต่าง ๆ เหมาะสำหรับผู้รักในความสวยงามแห่งผิวพรรณผิวขาว เพราะเมื่อศพขึ้นเขียว ความงามก็จะหมดไปแม้แต่สิ่งโสโครกหลังไหลออกมา ทำให้กลายเป็นของน่าเกลียดโสโครก

3. ชากศพมีน้ำเหลืองไหลออกเป็นอารมณ์ ภาวนาวา “วิปฺพะกัง” (วิสุทธิ. 1/227) เหมาะสำหรับผู้รักในกลิ่นกายอันเกิดจากของหอมที่ลู่ไลตัว ให้เห็นว่าเครื่องหอมที่ฉาบทาประพินผิวไว้นั้น ไม่มีความหมายในที่สุดก็ตายนานสิ่งโสโครกที่อยู่ภายในไม่ได้

4. ชากศพขาดตอนเป็นอารมณ์ คือ เอาชากศพที่ขาดตอนเป็นอารมณ์ภาวนาวา “วิจฺฉิตะกัง” เหมาะสำหรับผู้รักในความอวบ มีเนื้อลำที่พอกพูนนูนออกมาซึ่งเป็นเครื่องบำรุง ราคะของผู้ที่มักมากในเนื้อแห่งทิบ ให้เห็นวราภกายนี้มีไขแห่งทิบตามที่คิดไว้ ความจริงเป็นโพรง โพรงอยู่ภายในและเต็มไปด้วยของโสโครก

5. ชากศพถูกสัตว์กัดขาดวันเป็นอารมณ์ ภาวนาวา “วิกฺขายิตะกัง” ชากศพที่ใช้พิจารณาจะเป็นชากศพที่ถูกสัตว์ เหมาะสำหรับผู้รักหน้าอก สะโพกเนียน เนื้อกล้ามเนื้อบางส่วนของร่างกาย แสดงให้เห็นว่าไม่ชากลามเนื้อนั้นก็ต้องวิปริตสลายตัวไป

6. ชากศพที่ถูกสัตว์กัดกระจายกระจายเป็นอารมณ์ และภาวนาวา “วิกฺขิตตะกัง” อสุภที่กระจายกระจายไปต่าง ๆ (วิสุทธิ. 1/231) เหมาะสำหรับผู้รักในลีลาทาทางการเดิน นั่ง นอนของอวัยวะต่าง ๆ แสดงให้เห็นว่าในที่สุดก็ต้องกระจัดพลัดพรากกันไปเป็นท่อนน้อยท่อนใหญ่ตามที่ปรากฏนี้

7. ชากศพที่ถูกฆาตย ถูกคนสับฟันเป็นอารมณ์ ทานให้ภาวนาวา “หะตะวิกฺขิตตะกัง” (วิสุทธิ. 1/233) เหมาะสำหรับผู้รักในความสมบูรณ์ของเรือนร่าง คือ มีร่างกายครบ 32 ประการ ไม่พิการแต่อย่างใด ตาหูจมูกปากอยู่ครบ แสดงให้เห็นว่าเมื่อถูกสับกระจัดกระจาย ความสมบูรณ์ของร่างกายก็หมดไปร่างกายนี้ไม่จริงยั่งยืน ในไม่ช้าก็ต้องพลัดพรากจากกันตามกฎของธรรมดา

8. อสุภกรรมที่นำเอาชากศพที่มีโลหิตไหลออกอยู่เป็นอารมณ์ และภาวนาวา “โลหิตะกัง” เหมาะสำหรับผู้รักในความงามของเครื่องประดับ แก้ว แหวน เงิน ทอง แสดงให้เห็นว่าเมื่อศพมีแต่เลือด ความงามของเครื่องประดับก็หมดไป ไม่สามารถที่จะรองรับสิ่งโสโครกภายในร่างกายได้ ในที่สุดก็จะหลังไหลออกมาเป็นที่น่ารังเกียจ

9. ชากศพที่มีหมูหนอนไหลออกอยู่เป็นอารมณ์ ภาวนาวา “ปุพฺพะกัง” เหมาะสำหรับผู้รักในกาย ยึดมั่นวราภกายนี้เป็นของเรา หรือพอใจในร่างกายเรา เป็นต้น เพราะเมื่อร่างกายมีแต่หนอน ความรักในกายก็หมดไป ด้วยคิดว่าร่างกายเราที่แท้จริงเป็นของหนอน ร่างกายนี้เป็นของเรา แต่ร่างกายนี้ไม่ใช่ของเรา ร่างกายของเราเป็นสาธารณะแก่หมูหนอนที่กำลังกินอยู่ ถาร่างกายเป็นของเราจริง เจ้าของร่างกายคงไม่ปล่อยให้หนอนกัดกินเป็นอาหารได้

10. อสุภกรรมฐานนี้ จะนำเอาชากศพที่เป็นโครงกระดูกเป็นอารมณ์ และภาวนาวา “อฏฺฐังกัง” เหมาะสำหรับผู้รักในกระดูกฟัน มีฟันสีขาว แสดงให้เห็นว่ากระดูกฟันนี้ ต้องหลุดถอนเป็นธรรมดา ไม่คงสภาพสวยงามให้ชมอยู่ตลอดเวลา



สรุป

บุคคลควรได้รับการเรียนรู้ ฝึกฝนปฏิบัติอสุภกรรมฐาน เป็นอีกแนวทางหนึ่งที่จะช่วยให้บุคคลรับรู้ เข้าใจถึงร่างกายตามความเป็นจริงว่าไม่งาม มีความตายที่จะต้องมาถึง และปฏิภูลในอาหาร เข้าใจร่างกายของ บุคคลว่าไม่น่าเพลิดเพลิน ไม่เที่ยง เพื่อให้บุคคลประมาทในการดำเนินชีวิต หลีกอสุภกรรมฐานนั้นแล้ว ก็ยัง จะทำให้เป็นคนมีสติ เห็นความไม่เที่ยงของร่างกายของตนเอง แม้ของคนอื่นเห็นความเป็นของปฏิภูลในอาหาร ไม่ยึดมั่นถือมั่นในรูป การดำเนินชีวิตเป็นไปในทางที่อาจจะได้บรรลุธรรม ตั้งแต่ขั้นต้น คือ พระโสดาบันใน พระพุทธศาสนา ไปจนถึงขั้นสูงสุดคือพระอรหันต์ เมื่อจากโลกนี้ไปก็จะได้เข้าสู่พระนิพพาน

เอกสารอ้างอิง

- ถาวร จรูญสมิทธิ. (2558). *ทำคัลยกรรมพลาสติก*. กรุงเทพฯ: ปีพลับลิชเชอร์.
- พระครูปลัดประจาก สิริวัฒน. (2550). *แนวทางการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน*. เชียงใหม่: ดาราวรรณการพิมพ์.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2537). *ไตรลักษณ์*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิพุทธธรรม.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2551). *พจนานุกรมพุทธศาสนฉบับประมวลธรรม*. กรุงเทพฯ: เอส.อาร์. พรินต์ติ้งแมสโปรดักส์.
- พระเยื้อง ปั่นแห่งเพชร. (2557). *สุนทรียศาสตร์*. เชียงใหม่: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พวง มินอก. (2559). *สุนทรียศาสตร์*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- มัย ตะติยะ. (2562). *สุนทรียภาพทางสายตา*. กรุงเทพฯ: วาดศิลป์.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2562). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน*. กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์พับลิเคช.
- ศรีเรือน แก้วกังวาน. (2564). *ทฤษฎีจิตวิทยาบุคลิกภาพ*. พิมพ์ครั้งที่ 15. กรุงเทพฯ: หมอชาวบ้าน.
- สถิต วงศ์สวรรค์. (2564). *ปรัชญาเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: อักษรพิทยา.
- สุพัตรา กอบกิจสุขสกุล. (2564). *การประกวดนางสาวไทย*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- วิภว วงศาโรจน์. (2520). *ธรรมะหยิบมือเดียว*. อุดรธานี: อักษรวัฒนา.
- อังคินันท์ อินทรกำแหง. (2562). *การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ 3 self ด้วยหลัก Promise Model*. กรุงเทพฯ: สุขุมวิท
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- Anderson-Fye, E. (2021). *Anthropological Perspective on Physical Appearance and Body Image*. Cleveland. OH. USA: Case Western Reserve University.
- Carey. R. Donaghue, N., & Broderick, P. (2011). What you look like is such a big factor: Girls own reflections about the appearance culture in an all - girls school. *Feminism & Psychology*, 21(3), 299-316.



- Davis, K. (2020). *Dubious Equalities and Embodied Differences: Cultural Studies on Cosmetic Surgery*. Lanham, MD: Rowman and Littlefield.
- Dion, K. Berscheid, E. & Walster, E. (2020). What is beautiful is good. *Journal of Personality and Social Psychology*, 24, 285 - 290.
- Ghodsee, K. R. (2007). Potions, lotions and lipstick: The Gendered Consumption of Cosmetics and Perfumery in Socialist and Post-Socialist Urban Bulgaria. *Women's Studies International Forum*, 30, 26-39.
- Hewitt, P. L. ; & Flett. G. L. (2020). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology [Electronic version]. *International Journal of Eating Disorders*, 18, 317-326.
- Jone, G. (2020). *Beauty Imagined: A History of the Global Beauty Industry*. New York: Oxford University Press.
- McRobbie, A.(1997). *Bridging the Gap: Feminism Fashion and Consumption*. United of Kingdom: Palgrave Macmillan.
- Sarwer, D. B. & Crerand, C. E., (2020). Body image and cosmetic medical treatments [Electronic version]. *Body Image*, 1, 99-111.
- Coomarawamy, R. (2002). *Cultural Practices in the Family That Are Violent Toward Women. Report of the Special Rapporteur on Violence Against Women*. Retrieved October 13, 2022, from <http://www.refworld.org/docid/3d6ce3cc0.html>
-

การพัฒนาตนสู่ความสำเร็จด้านการพูดของพระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)

Self Development for Potential Speaking Success of Phrabrahmapund (Prayoon Dhammachitto)

เชน นคร¹ และ พระมหาภราดร ภุริสโร²

Chen Nakorn¹ and Phramaha Pharadon Bhurissaro²

^{1,2}ภาควิชาภาษาไทย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

^{1,2} Department of Thai Language, Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

Corresponding Author E-mail: chennakorn2556@gmail.com

Retrieved: March 2, 2023; Revised: April 29, 2023; Accepted: April 30, 2023

บทคัดย่อ

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) ประสบความสำเร็จด้านการพูด กล่าวคือ เป็นนักเทศน์ เป็นนักแสดงปาฐกถาทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ หรือที่เรียกว่า เป็น keynote speaker ได้รับนิมนต์ไปแสดงปาฐกถาธรรมทั้งทางวิทยุและโทรทัศน์ และไปบรรยายธรรมในสถานที่ต่าง ๆ ไม่เฉพาะประเทศไทยเท่านั้น แต่ยังทั่วโลก นอกจากนั้น ยังดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดประยูรวงศาวาสวรวิหาร ซึ่งเป็นต้นตำรับการเทศน์แบบสาธิตาป้อนเหยื่อ การพัฒนาตนของท่าน เริ่มจากการฟังแล้วเกิดความประทับใจในการพูด แล้วพัฒนาตนด้วยการติดตามนักพูดที่มีชื่อเสียง เริ่มต้นการพูดด้วยการโต้วาที่ซึ่งเป็นที่นิยมในสมัยนั้น จากนั้นจึงเกิดความเชื่อมั่นในตนเอง (Self-confidence) โดยลำดับ จนสามารถแสดงธรรมต่อหน้าสาธารณชนได้ การที่พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) ประสบความสำเร็จได้เช่นนี้ ก็ด้วยอาศัยแนวคิดทางจิตวิทยา ได้แก่ แรงบันดาลใจ (Inspiration) ทฤษฎีต้นแบบ (Modeling theory) ทฤษฎีตัวตน (Self-theory) การวิเคราะห์ตน (Self-analysis) และหลักพุทธธรรม ได้แก่ ปฏิจจสมุปบาท และสาธิตาป้อนเหยื่อ เป็นเครื่องมือในการพัฒนาตน

คำสำคัญ: การพัฒนาตน; ทฤษฎีต้นแบบ; พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต)

Abstract

Phra Brahmapundit (Prayoon Dhammachitto) is an accomplished public speaker, namely a preacher in both Thai and English also known as a keynote speaker. He has been invited to give Dhamma talks on Thai radio and television. He has annually delivered lectures not only throughout Thailand but also around the world. In addition, he is also the Chief Abbot of the Wat Prayurawongsawas waraviharn where is the origin of the Salikaponyua speaking style. His



speaking development begins and being impression of speaking. He then develops himself by following famous speakers and starts his speech with a debate that is a popular platform at that time. As a result, he becomes self-confident and able to speak in public. He can achieve success like this because of using psychological concept such as Inspiration, Modeling theory, Self-theory, Self-analysis and Buddhist principles such as Patirupadesa and Salikaponyua speaking style as a tool for his self-development.

Keywords: Self-Development; Modeling Theory; PhraBrahmapundit (Prayoon Dhammacitto)

บทนำ

มนุษย์มีความแตกต่างจากสัตว์เดรัจฉานอย่างหนึ่ง ตรงที่การสื่อสารด้วยภาษา ภาษานี้เองที่ทำให้มนุษย์เป็นสัตว์สังคม สังคมเกิดขึ้นเพราะมนุษย์มีธรรมชาติแห่งการใช้ภาษา (พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), 2559) บทบาทของภาษามี 2 ประการคือ 1.ทำหน้าที่เป็นเครื่องมือในการสื่อสารระหว่างมนุษย์ 2. ทำหน้าที่เป็นสัญลักษณ์ทางความคิด (Hilgard, 1976) ภาษาของมนุษย์ของแต่ละสังคมมีการพัฒนาคู่ขนานกับสังคมที่พัฒนาไปโดยลำดับ เพราะในการคิดค้นนวัตกรรมใหม่ มนุษย์จำเป็นต้องบัญญัติศัพท์เพื่อนำมาใช้เรียกใช้วัตรกรรมที่ตนสร้างขึ้นมา ภาษาจึงมีความจำเป็นอย่างมากในการสื่อสารโดยนอกจากจะทำหน้าที่เป็นสื่อกลางทางความคิดแล้ว ยังมีบทบาทในการเสริมสร้างสิ่งที่ดีงามของสังคมอีกด้วย

บทบาทของบุคคลที่สร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามทางสังคม โดยอาศัยภาษาเป็นสื่อกลางระหว่างคนที่อยู่ในสังคมร่วมกันนั้น เป็นบทบาทของผู้นำทางศาสนาโดยตรง เพราะสังคมจะมีความสงบร่มเย็นหรือไม่ ก็ขึ้นอยู่กับคนในสังคมมีความเข้าใจหลักศาสนามากน้อยเพียงใด บุคคลที่มีบทบาทสำคัญสำหรับการเชื่อมต่อโดยการนำหลักธรรมทางศาสนาไปสู่คนในสังคมคือ พระสงฆ์ ในฐานะเป็นตัวแทนศาสนาโดยตรง ดังนั้น พระสงฆ์นอกจากจะต้องเข้าใจในหลักคำสอนของศาสนาแล้ว พระสงฆ์ต้องเข้าใจหลักของการเผยแผ่พระพุทธศาสนาด้วย เพราะหากเข้าใจหลักคำสอนอย่างเดียว แต่ไม่สามารถอธิบายให้คนอื่นเข้าใจได้ สังคมก็คงไม่ได้รับประโยชน์จากความเข้าใจนั้นเลย

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) เปรียญธรรม 9 ประโยค ขณะเป็นสามเณร สำเร็จปริญญาตรีพุทธศาสตรบัณฑิต สาขาปรัชญา เกียรตินิยมอันดับหนึ่ง จากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หลังจากนั้น ท่านได้เข้าศึกษาต่อที่มหาวิทยาลัยเดลี ประเทศอินเดีย ได้รับประกาศนียบัตรภาษาฝรั่งเศส ปริญญาโทและปริญญาเอก สาขาปรัชญา เป็นพระนักเทศน์และนักเขียน นอกจากนั้นยังเป็นพระนักวิชาการ นักบริหาร นักการศึกษา ผู้มีผลงานมากมายทั้งในภาษาไทยและภาษาอังกฤษ เป็นพระสงฆ์ไทยรูปแรกที่ดำรงตำแหน่งศาสตราจารย์ในมหาวิทยาลัย ได้รับรางวัลและดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์จากหลายสถาบัน และเป็นราชบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขาปรัชญา ในฐานะเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสได้บูรณปฏิสังขรณ์พระบรมธาตุมหาเจดีย์ของวัดจนได้รับรางวัลยอดเยี่ยม อันดับ 1 ด้านการอนุรักษ์มรดกทางวัฒนธรรมจากองค์การยูเนสโก (UNESCO) เป็นอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 5 สมัย (พ.ศ.2541-2561) ได้ก่อสร้าง



สำนักงานใหญ่ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ที่อำเภอวังน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เป็นประธานผู้ก่อตั้งสมาคมมหาวิทยาลัยพระพุทธศาสนานานาชาติและประธานผู้ก่อตั้งสภาสากลวันวิสาขบูชาโลก ที่ได้รับฐานะเป็นองค์กรที่ปรึกษาพิเศษขององค์การสหประชาชาติ

เมื่อพิจารณาจากผลงานที่พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) พยายามสร้างสรรค์มาทั้งหมด นับแต่จบปริญญาเอกที่มหาวิทยาลัยเดลี สาขาปรัชญา ที่ประเทศอินเดีย ในปีพ.ศ.2529 การเป็นพระนักบริหารมีความโดดเด่น เป็นที่ประจักษ์ชัด โดยเฉพาะอย่างยิ่งการสร้างมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยที่อำเภอวังน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา แต่มีความเป็นเอกอภิด้านหนึ่งที่ไม่ค่อยได้รับการพูดถึง คือการเป็นพระนักเทศน์ที่นับว่ามีความโดดเด่นไม่แพ้กัน การพูดของท่านนั้นเป็นที่ยอมรับว่า มีรูปแบบเป็นของตนเอง มีการแสดงธรรมทั้งในรูปแบบธรรมวัตร และการแสดงปาฐกถาธรรม ทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ สมกับเป็นเจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส วรวิหาร ที่เป็นต้นตำรับของธรรมเทศนาลีลาสาธิตาป้อนเหยื่ออันเลื่องชื่อในสมัยกรุงรัตนโกสินทร์ตอนต้น จนเป็นที่กล่าวขานกันในวงการพระสงฆ์ว่า อยากเป็นนักเทศน์ให้อยู่วัดประยูร อยากเป็นเจ้าคุณให้อยู่วัดมหาธาตุ อยากเป็นนักปราชญ์ ให้อยู่วัดสามพระยา อยากเป็นมหาให้อยู่วัดเบญจม (พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), 2562)

การที่จะมีพระสักรูปที่มีความสามารถในการแสดงธรรมแบบครบเครื่องทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ จึงนับว่าเป็นเรื่องยาก ผู้เขียนจึงมีความสนใจในเรื่องของวิธีการพัฒนาตนด้านการพูดของพระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) โดยเริ่มตั้งแต่ต้นเมื่อท่านสนใจในการพูดจนถึงปัจจุบัน ซึ่งถือว่ามีความชำนาญ จัดได้ว่าเป็นนักเทศน์ นักปาฐกถา ระดับแนวหน้า

ความหมายของการพัฒนาตน

การพัฒนาตน ตรงกับคำในภาษาอังกฤษว่า self-development แต่ยังมีคำที่มีความหมายใกล้เคียงกับคำว่า การพัฒนาตน และมักใช้แทนกันบ่อย ๆ ได้แก่ การปรับปรุงตน (self-improvement) การบริหารตน (self-management) และการปรับตน (self-modification) หมายถึง การเปลี่ยนแปลงตนเองให้เหมาะสมกับสถานการณ์ คำที่กล่าวมาข้างต้นนั้น น่าจะรวมอยู่ในคำว่า Self-psychology: จิตวิทยาแห่งตน ซึ่งหมายถึง จิตวิทยาที่เน้นในด้านการพัฒนาตนเอง การเห็นคุณค่าในตน (Self-esteem) และความสามารถที่จะควบคุมตนเอง (Self-control) ทั้งนี้มนุษย์จะต้องสามารถแยกแยะตนเองจากผู้อื่น ผู้บุกเบิกแนวคิดด้านนี้คือ ไฮน์ซ โคฮัท (Heinz kohut) (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556) ในทางจิตวิทยา มีศัพท์ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนอยู่หลายศัพท์ เช่น Self-actualization : การบรรลุศักยภาพของตน หรือการตระหนักในตน หมายถึง การพัฒนาเต็มตามศักยภาพของตนโดยได้รับการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของมนุษย์อย่างต่อเนื่องตามลำดับขั้น พึงระมัดระวังความต้องการของมนุษย์ สามารถยอมรับสภาพความเป็นจริงของชีวิตของตนเองได้ตามความเชื่อของนักจิตวิทยามนุษยนิยมและเป็นขั้นพัฒนาบุคลิกภาพขั้นสูงสุด ตามทฤษฎีของอับราฮัม เอช มาสโลว์ (Maslow, 1954)

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งการพัฒนาตน มีหลักคำสอนเกี่ยวกับการพัฒนาตนว่า มนุษย์ทุกคนสามารถพัฒนาได้ คำว่า พัฒนาที่นำมาใช้กับหลักธรรมทางพุทธศาสนาตรงกับคำว่า “เจริญ” ในภาษาไทย

แตเมื่อนำมาเทียบกับความหมายทางธรรม มักใช้คำว่า เจริญนำหน้า เช่น ปฏิบัติวิปัสสนา เรียกว่า เจริญวิปัสสนา ถ้าปฏิบัติธรรมในทางเมตตา เรียกว่า เจริญเมตตา หรือการกำหนดลมหายใจเข้าออก ก็เรียกว่า เจริญอานาปานสติก็มีหลักฐาน เมื่อนำไปเทียบกับภาษาบาลีแล้ว คำว่า “เจริญ” ก็คือ “ภาวนา” แต่ในภาษาบาลี “ภาวนา” หมายถึง การพัฒนาคน (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), 2558) บุคคลที่เป็นพระอรหันต์ คือ บุคคลที่พัฒนาด้านทั้ง 4 ด้าน คือ กาย ศีล จิต และปัญญา

การพัฒนาตน ไม่ว่าจะเป็นมุมมองของนักคิดตะวันตกหรือของพุทธศาสนาก็ตาม มีความหมายไปในทำนองเดียวกัน คือ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนให้เป็นไปในทางที่ดีงาม (เจริญ) ไม่ทำร้ายตน ทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อสังคม แต่อย่างไรก็ตาม การจะเปลี่ยนพฤติกรรมได้นั้น ต้องเกิดจากภายใน คือ มีจิตใจที่ดีงาม เช่นเดียวกับการเป็นนักพูด ต้องเกิดจากภายใน คือมีแรงบันดาลใจ ซึ่งจะอธิบายในหัวข้อถัดไป

แรงบันดาลใจ (Inspiration): จุดเริ่มต้นของการอยากเป็นนักพูด

การพูดนั้น มีทั้งความเป็นศาสตร์และศิลป์ ที่เป็นศาสตร์เพราะมีหลักเกณฑ์ในการปฏิบัติและการถ่ายทอด และที่เป็นศิลป์เพราะต้องอาศัยการฝึกฝน จนเกิดความชำนาญมีการฝึกพูดทุกชั้นตอน (สหไทยไชยพันธ์, 2555) แต่ก้าวแรกของการขึ้นมาเป็นนักพูดนั้น สิ่งสำคัญที่สุดคือ แรงบันดาลใจ (Inspiration) เพราะแรงบันดาลใจ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นในใจ เกิดขึ้นจากการได้พบหรือได้ยินเรื่องราวที่เป็นเหตุให้เกิดความคิดใหม่หรือทำให้เกิดความต้องการในการสร้างสรรค์บางสิ่งบางอย่างขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านศิลปะ ดนตรี หรือวรรณกรรม

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) ยอมรับว่า ได้รับแรงบันดาลใจจากพระปริยัติคุณาภรณ์ (พิมล เขมฺงกโร) อดีตเจ้าอาวาสวัดสุวรณภูมิ จ.สุพรรณบุรี พระนักเทศน์ที่มีชื่อเสียงในยุคนั้น ขณะเป็นเด็กวัดจึงเกิดความเลื่อมใสศรัทธา (พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), 2561) เมื่อได้รับแรงบันดาลใจแล้ว ก็เกิดความพยายามที่จะเลียนแบบ เพื่อจะได้เป็นเหมือนบุคคลต้นแบบซึ่งพฤติกรรมในการเลียนแบบนี้ ทำให้เกิดการเรียนรู้ ดังที่ อัลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura) (อ้างถึงใน ัญญภัสร์ ศิริธรรมาโรจน์, 2560) ได้แสดงทัศนะไว้ว่า พฤติกรรมและทัศนคติของผู้เลียนแบบสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามแบบอย่างที่เขาพบเห็น และจากการสังเกตตัวแบบแสดงพฤติกรรมที่ซับซ้อนและได้รับผลที่พึงพอใจ จะทำให้ผู้เลียนแบบรู้สึกว่าเขาสามารถที่จะประสบความสำเร็จได้ ถ้ามีความพยายามที่ไม่ย่อท้อ

การเลียนแบบตามทฤษฎีต้นแบบ (Modeling Theory)

ธรรมชาติโดยทั่วไปของเด็กมักเลียนแบบผู้ใหญ่ที่ตนเองชอบ โดยเขาจะเฝ้าสังเกตพฤติกรรมของผู้ใหญ่นั้น คนนั้น ตรรกะนี้จะเกิดพฤติกรรมการเรียนรู้ผ่านการสังเกตพฤติกรรมของบุคคลอื่นมาเป็นพฤติกรรมของตนเอง อัลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura) (อ้างถึงใน อรสา รัตนวงษ์, 2533) ได้ทำการสังเกตแบบตัววัดที่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวของผู้ใหญ่ที่ทุบตี ขกต้อยตักตา ซึ่งเมื่อเด็กกลุ่มดังกล่าวได้เห็นตักตาที่เหมือนกับภาพที่ตนเห็น ซึ่งเขาเรียกพฤติกรรมดังกล่าวว่า การเลียนแบบ (Modeling) การเลียนแบบดังกล่าวจะเกิดการเรียนรู้ได้จะต้องประกอบด้วยกระบวนการดังต่อไปนี้



1. การใส่ใจในพฤติกรรม
2. การจัดจำรูปแบบของการแสดงพฤติกรรม
3. การแสดงพฤติกรรม
4. การได้รับการเสริมแรง

กระบวนการเรียนรู้โดยการสังเกตผ่านตัวแบบนั้น นับว่าเป็นรูปแบบของการเรียนรู้ของมนุษย์ที่สำคัญอีกประการหนึ่ง

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) ขณะนั้นยังเป็นเด็กวัด เกิดความสนใจอยากเป็นนักพูดจึงเกิดพฤติกรรมการเลียนแบบบุคคลต้นแบบคือ พระปริยัติคุณากรณ์ (พิมล เขมฺงกโร) ติดตามไปฟังท่านพูดในที่ต่าง ๆ จนครั้งหนึ่งได้ทำหน้าที่บรรยายภาพพุทธประวัติให้คนที่มาเที่ยวที่วัดได้อย่างคล่องแคล่วต่างจากเด็กวัดทั่วไปจนได้รับคำชมจากพระปริยัติคุณากรณ์ (พิมล เขมฺงกโร) (พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), 2561) การชมเด็กที่แสดงพฤติกรรมที่ดี นอกจากจะเป็นการให้กำลังใจเด็กแล้ว ในทางจิตวิทยาถือว่าเป็นการเสริมแรง (Reinforcement) เป็นทฤษฎีการวางเงื่อนไข ของสกินเนอร์ (Skinner) (อ้างถึงใน สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2565) การเสริมแรงจะทำให้เด็กได้แสดงพฤติกรรมเพิ่มขึ้น อันเป็นผลเนื่องมาจากผลกรรมที่ตามหลังพฤติกรรมนั้น ตัวเสริมแรงที่ใช้กันอยู่นั้นสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ชนิดด้วยกันคือ

1. ตัวเสริมแรงปฐมภูมิ (Primary Reinforcer) เป็นตัวเสริมแรงที่มีคุณสมบัติด้วยตัวของมันเอง เนื่องจากสามารถตอบสนองความต้องการทางชีวภาพของอินทรีย์ได้ หรือมีผลต่ออินทรีย์โดยตรง เช่น อาหาร น้ำ อากาศ ความร้อน ความหนาว ความเจ็บปวด เป็นต้น
2. ตัวเสริมแรงทุติยภูมิ (Secondary Reinforcer) เป็นตัวเสริมแรงที่ต้องผ่านกระบวนการพัฒนาคุณสมบัติของการเป็นตัวเสริมแรง โดยการนำไปสัมพันธ์กับตัวเสริมแรงปฐมภูมิ เช่น คำชมเชย เงิน หรือตำแหน่งหน้าที่ เป็นต้น

การค้นพบตัวตนที่แท้จริง (Self-theory)

การค้นพบตัวเอง ถือเป็นเรื่องที่สำคัญอย่างมากของพระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) เกี่ยวกับเรื่องนี้ คาร์ล โรเจอร์ส (Carl Rogers) ได้เสนอแนวคิดที่สำคัญคือ “ทฤษฎีตัวตน” (Self theory) ซึ่งเชื่อว่าบุคลิกภาพของบุคคลจะเป็นเช่นไร เกิดจากตัวตน 3 ลักษณะ ได้แก่ ความคิดเกี่ยวกับตัวตนตามที่ตนมอง (Self-concept) ตัวตนตามที่เป็นจริง (Real self) และตัวตนในอุดมคติ (Ideal self) ตัวตนทั้ง 3 ลักษณะนี้ ถ้าตรงกันค่อนข้างมาก บุคคลจะมีบุคลิกภาพมั่นคง แต่ถ้ามีความแตกต่างและความขัดแย้งกันสูง บุคคลจะมีความสับสน และอ่อนแอด้านบุคลิกภาพ การค้นพบตนเองจะสำเร็จต่อเมื่อตัวตนตามที่เป็นจริง (Self-concept) ตัวตนจริง (Real self) ของบุคคลนั้นใกล้เคียงกับตัวตนในอุดมคติ (Ideal self) กล่าวคือ สิ่งที่เขาปรารถนาจะเป็น คือ ตัวตนในอุดมคติ (Ideal self) (สิริอร วิชชาวุธ และคณะ, 2547)

ในการพัฒนาตนเอง การมองตนจึงต้องมองตนให้ตรงกับความเป็นจริง สอดคล้องกันทั้งสามตัวตน กล่าวสำหรับพระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) มองตนเมื่อเริ่มมีความสนใจในการพูด ได้เริ่มต้นด้วยการไต่ถามที่เป็นงานแรก ซึ่งได้มีการค้นพบหลังจากหัดไต่ถามที่ว่า ตนเองมีความสามารถในด้านการพูด และถ้ามีการ

ฝึกฝน ตนก็จะสามารถเป็นนักพูดที่ดีได้ จึงได้พยายามพูดตามเวทีต่าง ๆ เมื่อนำทฤษฎีตัวตน (Self-theory) มาพิจารณาแล้วพบว่า การมองว่าตนมีความสามารถในการพูด (Self-concept) เป็นสิ่งที่จริง ไม่มีความขัดแย้งกับตัวตนตามที่เป็นจริง (Real self) และตัวตนในอุดมคติ (ideal self) ของ พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) ซึ่งขณะนั้นเป็นสามเณร เป็นสิ่งที่ตนปรารถนาจะเป็น สรุปได้ว่า ตัวตนทั้งสามตัวตน ไม่มีความขัดแย้งกัน เป็นสิ่งที่สังเกตว่า การที่คนเรามองตนไม่ออก กล่าวคือ ทั้งสามตัวตนตามทฤษฎีของคาร์ล โรเจอร์ส (Carl Rogers) ไม่สัมพันธ์กัน ก็จะทำให้เกิดผลเสียตามมาในภายหลังได้ เช่น นักเรียนบางคนอยากเป็นหมอ แต่ตนเองเรียนไม่เก่ง หรือเรียนพอได้ หากเขาสอบเข้าเรียนในมหาวิทยาลัยได้ สุดท้ายก็ต้องผิดหวังต้องย้ายคณะ หรือภาษาที่เข้าใจกันในกลุ่มนักเรียนเรียกว่า การขี้ขลาด ซึ่งหมายถึงการสอบเข้ามหาวิทยาลัยได้แล้ว เปลี่ยนไปสอบเข้าคณะหรือมหาวิทยาลัยใหม่ อย่างไรก็ตามการขี้ขลาด ไม่ได้เกิดจากการผิดพลาดของนักเรียนฝ่ายเดียว นักเรียนบางคนจำใจต้องเลือกเรียนในคณะที่พ่อแม่อยากให้เป็น เมื่อฝึกเรียนไปไหนก็ต้องตัดสินใจขี้ขลาด ภายหลัง

การวิเคราะห์ตนเอง (Self-analysis)

การวิเคราะห์ตนเองเป็นสิ่งที่จะทำให้ผู้พูดรู้ว่า อะไร คือ สิ่งที่ต้องแก้ไขปรับปรุง ทางจิตวิทยาใช้คำว่า Self-analysis (การวิเคราะห์ตนเอง) หมายถึง ความพยายามของบุคคลที่จะทำความเข้าใจตนเอง โดยวิเคราะห์จากเหตุการณ์หนึ่ง ๆ (ราชบัณฑิตยสถาน, 2556) ซึ่งสอดคล้องกับหลักการใช้ปัญญาหรือหลักโยนิโส มนสิการตามหลักพุทธจิตวิทยา พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) เริ่มใช้การวิเคราะห์ตนเอง เมื่อพบว่า นักพูดแต่ละคนมีรูปแบบการพูดที่แตกต่างกัน ดังนั้น จึงต้องเลือกแบบที่เข้ากับตน หารูปแบบการพูดเป็นของตนเอง มิเช่นนั้นก็ไม่มีความโดดเด่น แต่การจะมีรูปแบบเป็นของตนเองได้ ต้องรู้จักการวิเคราะห์ตนเองด้วย ทฤษฎี SWOT (SWOT ANALYSIS) (คัดจากบทสัมภาษณ์ พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), 20 กุมภาพันธ์ 2561) ผู้คิดค้นทฤษฎีนี้ คือ นายแอลเบิร์ต ฮัมฟรี (Albert Humphrey) ผู้ให้คำปรึกษาด้านธุรกิจและการจัดการชาวอเมริกัน ทฤษฎีนี้ถูกนำมาใช้ในการวิเคราะห์ด้านการตลาด ในช่วงที่เขาทำงานด้านการวิจัยที่ สแตนฟอร์ดในปี 1960-1970 SWOT มีรายละเอียดดังนี้ S – Strength จุดแข็ง W – Weakness จุดอ่อน O – Opportunity โอกาส T – Threats สิ่งที่คุกคาม สิ่งที่ต้องทำ คือ การอธิบายวัตถุประสงค์ของโครงการ แล้วทำการตรวจสอบปัจจัยภายในและภายนอกซึ่งจะส่งผลกระทบต่อทั้งด้านบวกและลบกับวัตถุประสงค์นั้น ในการวิเคราะห์ปัจจัยภายในใช้การวิเคราะห์จุดแข็ง (S) และจุดอ่อน (W) ส่วนการวิเคราะห์ปัจจัยภายนอกใช้การวิเคราะห์โอกาส (O) และสิ่งที่คุกคาม (T) โดยรวมแล้วพระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) มองปัจจัยภายในคือตัวเองว่ามีจุดแข็ง (S) คือ ความเป็นนักวิชาการ มีความรู้ทางด้านเนื้อหา และมีจุดอ่อน (W) คือ การถ่ายทอดยังขาดศิลปะ เพราะหากแสดงเนื้อหาอย่างเดียวจะทำให้ผู้ฟังเกิดความเบื่อหน่ายได้

นอกจากจะใช้วิธี SWOT วิเคราะห์ตนเองในช่วงที่เริ่มต้นของการเป็นนักพูดแล้ว ยังนำวิธีการประเมินผู้ฟัง (Feedback) มาใช้ด้วย โดยทฤษฎีระบบมีทั้งหมด 4 องค์ประกอบ คือ 1. ปัจจัยนำเข้า (Input) 2. กระบวนการ (Process) 3. ผลผลิต (Output) 4. ข้อมูลป้อนกลับ (Feedback) โครงสร้างของระบบ จะต้องอาศัยความสำเร็จของระบบย่อยทุกระบบ นอกจากนี้ การได้เห็นโครงสร้างของระบบที่แสดงรายละเอียดของ



ที่มาหรือเหตุที่ทำให้เกิดผลลัพธ์ต่าง ๆ จะทำให้สามารถสร้างเหตุให้เกิดผลลัพธ์ที่พึงปรารถนา และปรับปรุงหรือแก้ไขเหตุที่ทำให้เกิดการบิดเบือนคลาดเคลื่อน อันจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อกระบวนการพัฒนาตนด้านการพูด ส่วนข้อมูลป้อนกลับ (Feedback) หมายถึงการประเมินผู้ฟังว่า มีผลตอบรับออกมาอย่างไร เมื่อฟังจบแล้ว ข้อมูลตรงจะได้จากการพูดคุยกับผู้ฟัง เมื่อได้แล้วก็ต้องนำไปปรับปรุงแก้ไขเพื่อใช้ในการพูดครั้งต่อไป

ปฏิรูปเทศ

ปฏิรูปเทศ หมายถึง สถานที่อยู่ที่เหมาะสม มีสิ่งแวดล้อมที่เกื้อกูล พร้อมด้วยสัปปายะ มีคนดี มีนักปราชญ์ (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2564) กล่าวสำหรับการพัฒนาตนด้านการพูด การที่พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) ได้เข้าไปอยู่ที่วัดประยูรวงศาวาสวรวิหารนั้น ถือได้ว่าเป็นโอกาสอันดีสำหรับการพัฒนาตนด้านการพูด เพราะวัดประยูรวงศาวาสเป็นวัดที่มีชื่อเสียงด้านการพูดมานาน ได้รับการยกย่องว่าเป็นสำนักที่มีชื่อเสียงในด้านการเผยแผ่พระพุทธศาสนา หรือวัดพระนักเทศน์ ยิ่งไปกว่านั้น การได้เข้าไปมีโอกาสดำเนินงานด้านการเผยแผ่พระพุทธศาสนา ร่วมกับนักเทศน์ชื่อดัง อย่างหลวงตา (แพร เยื่อไม้) หรือพระครูพิศาลธรรมโกศล (สุพจน์ ภูณฺณโก) นอกจากนี้ ยังมีนักเทศน์ชื่อดังอีกท่านหนึ่ง คือ พระพุทธวรญาณ (มงคล วิโรจโน) อดีตเจ้าอาวาสวัดประยูรวงศาวาสในสมัยนั้น

ความมีชื่อเสียงด้านการพูดของวัดประยูรวงศาวาสวรวิหารนั้น เริ่มมีมาตั้งแต่สมัยสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (จี) ซึ่งเป็นพระธรรมกถึก (นักเทศน์) ที่มีชื่อเสียงมาก มีลีลาเทศนาอย่างสาธิตาป้อนเหยื่อ ในพระราชพิธีบรมราชาภิเษกพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 5 ในวันเสาร์ที่ 14 พฤศจิกายน พ.ศ.2411 ได้ถวายเทศนาเรื่องรัตนสูตร สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (จี) ได้วางรากฐานให้สำนักวัดประยูรวงศาวาสวรวิหารเป็นแหล่งผลิตนักเทศน์ชั้นนำให้กับวงการพระพุทธศาสนาจนถึงปัจจุบัน ประเพณีของการเทศนาไม่เคยขาดหายไปจากสำนักวัดประยูรวงศาวาสวรวิหาร พระนักเทศน์สำนักวัดประยูรวงศาวาสวรวิหารในยุคหลังได้ยอมรับนับถือสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (จี) เป็นต้นแบบแห่งลีลาสาธิตาป้อนเหยื่อ และสืบทอดลีลาเทศนานี้สืบต่อมา ซึ่งสร้างชื่อเสียงด้านการเทศนาให้กับวัดประยูรวงศาวาสวรวิหารมาตราบเท่าทุกวันนี้ (พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), 2551) ส่วนลีลาสาธิตาป้อนเหยื่อจะเป็นอย่างไร จะได้อภิปรายในหัวข้อถัดไป

ลีลาเทศนาแบบสาธิตาป้อนเหยื่อ

พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) นอกจากจะมีความชำนาญในการแสดงปาฐกถาทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษแล้ว ยังเป็นผู้สืบสานตำนานเทศนาสาธิตาป้อนเหยื่อ ในฐานะเจ้าอาวาสวัดประยูรวงศาวาสวรวิหาร เจ้าของตำนานอีกด้วย ตามประวัติวัดประยูรวงศาวาสวรวิหาร (พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺม จิตฺโต), 2558) ระบุว่า มีพระมหาเถระที่เกี่ยวข้องกับการเทศน์แบบลีลาสาธิตาป้อนเหยื่อนั้นมี 3 รูป คือ รูปแรก คือ เจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (จี อินทสมฺมาเถร ป.ธ.9) เจ้าอาวาส วัดประยูรวงศาวาส รูปที่ 3 เป็นพระธรรมกถึกที่มีเทศนาโวหารดี เป็นผู้มียุทธวิธีการเทศน์อย่างสาธิตาป้อนเหยื่อ สมัยที่

ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์เป็นพระราชาคณะชั้นเทพที่พระเทพโมลี ได้รับสร้อยนามว่า มหาธรรมกถึก ดังปรากฏในราชทินนามเต็มว่า พระเทพโมลี ตรีปิฎกธรา มหาธรรมกถึกคณฤศร บวรสังฆาราม คามวาสี

เจ้าประคุณสมเด็จพระเจ้า เป็นผู้วางแบบแผนการเทศน์ลีลาสาธิตาป้อนเหยื่อ

รูปที่สอง คือ พระเดชพระคุณพระพุทธวรญาณ (มงคล วิโรจนมหาเถร ป.ธ.5) เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาส รูปที่ 13 พระเดชพระคุณฯ เป็นรองสมเด็จพระราชาคณะเป็นผู้จัดให้มีการอบรมหลักสูตรวิชาการ เทศนาขึ้น ในสมัยที่พระเดชพระคุณฯ เป็นเจ้าอาวาส วัดประยุรวงศาวาสมีเจ้าอาวาสมาถึงตัวผมนับเป็นรูปที่ 14

รูปที่สาม คือ พระครูพิศาลธรรมโกศล (สุพจน์) ท่านเป็นเจ้าของนามปากกาหลวงตา-แพรเยื่อไม้ ผู้เขียนนิยายธรรมะและหนังสือเรื่องสันธรรมะชุดหลวงตา

เทศนาแบบลีลาสาธิตาป้อนเหยื่อ เป็นการแสดงธรรมหรือเทศน์บนธรรมาสน์ ซึ่งปัจจุบันไม่เป็นที่นิยม ทั้งนี้เพราะขาดรายละเอียดแบบสาธิตาป้อนเหยื่อไป (พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), 2551) เทศนาแบบลีลาสาธิตาป้อนเหยื่อ หมายถึงการเลือกชุดคำที่เหมาะสมกับผู้ฟัง มีความไพเราะโดยอาศัยการสัมผัส บางครั้งเป็นสัมผัสนอก บางครั้งเป็นสัมผัสใน มีจังหวะสอดคล้องกันเป็นช่วง ๆ โดยที่คำที่คัดสรรามีเนื้อหาที่น่าสนใจ มีใช้ถูกบังคับแบบกลอนพาไป เปรียบเหมือนนกสาธิตที่ป้อนเหยื่อให้ลูกกินทีละคำ ๆ ต่อเนื่องกันเป็นชุด เมื่อแม่นกกินเหยื่อเข้าไปแล้วขย่อนออกมาเป็นคำ ๆ พอเหมาะกับปากของลูกที่อ้ารอรับอาหาร เช่น พระธรรมเทศนาของพระราชเวที (พร) ที่ว่า แคว้นกาสิและโกศล ทั้งสองตำบลเป็นปฐพีแผ่นเดียวกัน หรือเทศนาของหลวงตา (แพร เยื่อไม้) ที่ว่า

“โลกนี้คือโรงละคร

ปวงนิกรเราท่านเกิดมา

ต่างร้ายรำทำที่ท่า

ตามลีลาของบทละคร

บางครั้งก็เศร้า บางคราวก็สุข

บางครั้งก็ทุกข์ หัวอกสะท้อน

มีรักมีรัก มีจากมีจร พอจบละคร ชีวิตก็ลา”

ประเด็นที่น่าสนใจคือ เทศนาแบบลีลาสาธิตาป้อนเหยื่อมีความเกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนของพระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) อย่างไร?

การพัฒนาตน (Self-development) ด้านการพูดของพระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) มีความเกี่ยวข้องกับนักเทศน์นักพูดหลายคน ในการเทศน์นั้นมักถ้อยคำที่คอยชี้แนะเรื่องนี้โดยเฉพาะ คือ หลวงตา (แพร เยื่อไม้) ซึ่งวิธีการสอนของหลวงตา (แพร เยื่อไม้) เหมือนการสอนคนว่ายน้ำด้วยการผลักให้ตกน้ำ โดยสัญญาตญาณแห่งการเอาตัวรอด คนที่ตกน้ำต้องตะเกียกตะกายหาวิธีเอาเอง ขณะที่พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) ขณะนั้นเป็นพระมหาประยูร ธมฺมจิตฺโตกำลังทำหน้าที่เป็นเลขานุการองค์การเผยแผ่โดยที่ไม่เคยพูดต่อหน้าคนมากมายมาก่อน ซึ่งหลวงตา (แพร เยื่อไม้) เป็นประธานองค์การเผยแผ่ หลวงตา (แพร เยื่อไม้) สั่งให้ขึ้นพูด แต่พอขึ้นพูดบนเวทีก็สามารถทำหน้าที่ได้ดีจนเป็นที่พอใจของหลวงตา (แพร เยื่อไม้)



(พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต), 2561) การพัฒนาตนตามนัยของพระพุทธศาสนานั้นต้องมีกัลยาณมิตร ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงเปรียบกัลยาณมิตรเหมือนแสงเงินแสงทอง เป็นบุพพนิมิตมาก่อนพระอาทิตย์ขึ้น (ส.ม.ไทย) 19/49/43) กัลยาณมิตร แปลว่า มิตรที่ดีงาม การได้รับคำแนะนำสั่งสอนที่ดี มีประโยชน์ ผู้ที่ได้รับฟังสามารถนำมาใช้ในการพัฒนาตนเองได้ ทั้งนี้ รวมถึงคำวิพากษ์วิจารณ์ที่เป็นการติเพื่อก่อ ซึ่งคำแนะนำดังกล่าวเกิดจากความปรารถนาดี กัลยาณมิตรได้แก่ พ่อ แม่ ครู อาจารย์ พระ บัณฑิต เป็นต้น ผู้ที่จะเป็นกัลยาณมิตรได้ต้องกัลยาณมิตรธรรม 7 ประการ (อง. สดตค. (ไทย) 23/37/57) คือ

1. ปิโย มีความเป็นคนน่ารัก น่าคบหา
2. ครุ เป็นผู้ที่น่าเคารพ
3. ภาวนีโย น่านับถือ
4. วัตตา รู้หลักในการพูด
5. วจนิกขโม สามารถอดทนฟังคำพูดของคนอื่นที่ตำหนิได้ ยอมรับฟังความเห็นที่แตกต่าง
6. คัมภีรญจะ เก่งกัตตา สามารถอธิบายเรื่องยากให้ง่าย
7. โน จัฏฐาเน นิโยชะเย ไม่ชักชวนไปในทางเสื่อมเสีย

การจะประสบความสำเร็จด้านการพูดได้นั้น ต้องมีกัลยาณมิตรเป็นผู้ชี้แนะ กล่าวสำหรับพระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) ได้กัลยาณมิตรคนสำคัญคือ พระครูพิศาลธรรมโกศล หรือหลวงตา (แพร เยื่อไม้) แต่การที่จะได้มาพบกับกัลยาณมิตรได้ ก็ต้องมาอาศัยอยู่ที่วัดประยูรวงศาวาสวรวิหารก่อน กล่าวโดยสรุปก็คือ การได้มาอยู่ที่ที่เป็นปฏิรูปเทศ ทำให้เกิดการพัฒนาด้านไปสู่ความสำเร็จดังที่ปรากฏความอยู่ในมงคลสูตรที่ว่า การอยู่ในถิ่นที่เหมาะสมเป็นมงคลสูงสุด (ขุ.ข.ไทย) 25/4/7)

บทสรุป

การพัฒนาตนสู่ความสำเร็จด้านการพูดของพระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) มีจุดเริ่มต้นที่แรงบันดาลใจ (Inspiration) หลังจากได้ฟังการพูดของพระปริยัติคุณาภรณ์ (พิมล เขมฺงกโร) อดีตเจ้าอาวาสวัดสุวรรณภูมิ จ.สุพรรณบุรี จากนั้นเริ่มพัฒนาด้านการพูดด้วยการติดตามฟังนักพูดที่มีชื่อเสียงในยุคนั้น ไม่ว่าจะเป็นหลวงพ่อบุญญานันท์ หรืออาจารย์อ่อน บุญญพันธ์ เริ่มฝึกหัดการพูดด้วยการได้วาที การพัฒนาตนของพระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) เริ่มมีรูปแบบการพูดเป็นของตนเองเมื่อย้ายเข้ามาอยู่ที่วัดประยูรวงศาวาสวรวิหาร ซึ่งเป็นปฏิรูปเทศ ทั้งนี้เพราะเป็นต้นตำรับของการเทศน์ลีลาแบบสาธิตาปอนเหยื่อที่โด่งดังเป็นที่ยอมรับนับแต่สมัยของสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (จี่) เป็นต้นมา มีนักพูดที่มีชื่อเสียงอยู่มากมาย เช่น พระครูพิศาลธรรมโกศล (หลวงตา (แพร เยื่อไม้)) พระพุทธวรญาณ (มงคล วิโรจโน) พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต) ได้นำเอาแนวคิดของนักจิตวิทยามาใช้ดังต่อไปนี้ ได้แก่ แรงบันดาลใจ (Inspiration) ทฤษฎีต้นแบบ (Modeling theory) ทฤษฎีตัวตน (Self- theory) การวิเคราะห์ตน (Self-analysis) และหลักพุทธธรรม ได้แก่ ปฏิรูปเทศ และสาธิตาปอนเหยื่อ เป็นเครื่องมือในการพัฒนาตน



เอกสารอ้างอิง

- ธัญญภัทร์ ศิรธันราโรจน์. (2560). *จิตวิทยากับการพัฒนาตน*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พระธรรมโกศาจารย์ (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). (2551). *ประวัติวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร 180 ปี*. กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2558). *หลักแม่บทของการพัฒนาตน*. กรุงเทพฯ: ผลิตธรรม.
- พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). (2559). *ปรัชญากรีก: บ่อเกิดภูมิปัญญาตะวันตก*. (พิมพ์ครั้งที่ 8). กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์.
- พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). (2562). *ประวัติวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร 180 ปี*. กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.
- มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2556). *พจนานุกรมศัพท์จิตวิทยา*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ธนาเพรส.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2564). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์*. พิมพ์ครั้งที่ 34. กรุงเทพฯ: สหธรรมิก.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2565). *ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม*. (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สหไทย ชัยพันธ์. (2555). แนวคิดทฤษฎีการพูดสื่อสารในสังคม. *วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาส ราชนครินทร์*, 4(3), 140-154.
- สัมภาษณ์ พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตฺโต). เจ้าอาวาสวัดประยุรวงศาวาสวรวิหาร. 20 กุมภาพันธ์ 2561.
- สิริอร วิชชาวุธ และคณะ. (2547). *จิตวิทยาทั่วไป*. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- อรสา รัตนวงษ์. (2533). *จิตวิทยาทั่วไป*. กรุงเทพฯ: มิตรภาพ.
- Ernest R. Hilgard, Richard C. Atkinson, Rita L. Atkinson. (1976). *Introduction to Psychology*. Sixth edition. New Delhi: Oxford & IBH Publishing.
- Maslow, A.H. (1954). *Psychological Review*. New York, NY: Harper & Row Publishers.

อุเบกขาในการเจริญภาวนากรรมฐาน กับความสำเร็จในทางโลก

Equanimity in the Meditation with Success in Life

จิรัชญา เชียงกุล

Jirachada Chiengkul Author

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

Corresponding Author E-mail: jirachada.c@gmail.com

Retrieved: February 21, 2023; Revised: April 28, 2023; Accepted: April 29, 2023

บทคัดย่อ

การศึกษาพุทธศาสนาเรื่องอุเบกขาในการเจริญภาวนากรรมฐาน ควรเข้าใจความหมายของคำว่า อุเบกขา และแนวทางเพื่อเข้าถึงอุเบกขาทางธรรม และการนำไปใช้ในทางโลก อุเบกขาเป็นหนึ่งในพรหมวิหาร 4 อันเป็นวิธีหนึ่งในการเจริญภาวนากรรมฐาน 40 โดยเริ่มจากการรักษาศีลให้บริสุทธิ์ พัฒนาจิตให้ตั้งงาม สะอาดบริสุทธิ์ ปฏิบัติสมณะกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อให้เกิดปัญญาเห็นธรรม อุเบกขาจึงมีความเกี่ยวข้องกับปัญญา เมื่อเกิดปัญญา เห็นสามัญลักษณ์แห่งไตรลักษณ์ อันไปสู่ความหลุดพ้น และเป็นแนวทางที่เข้าถึงอุเบกขา 10 ที่เกิดในภูมิแห่งวิปัสสนากรรมฐาน นอกจากทางธรรมแล้ว แนวทางของการบำเพ็ญอุเบกขานั้นสามารถที่จะนำไปประยุกต์ใช้แก้ไขปัญหาสังคม เศรษฐกิจและการเมือง ให้เกิดประโยชน์สูงสุด ฉะนั้นในทางโลกอุเบกขาจึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญสำหรับผู้นำและผู้ปฏิบัติงาน เพื่อใช้ในการนำประเทศ บริหารคน บริหารงานและการดำเนินงานด้วยการรู้จักวางเฉย จิตสงบ ไม่ว่าวุ่นกับสิ่งที่มากระทบ แต่กระทำในสิ่งที่เหมาะสมตามหลักพระพุทธศาสนาด้วยใจเป็นกลาง สร้างความยุติธรรม ด้วยความเท่าเทียมกันอันเป็นเรื่องที่มีความสำคัญในการนำผู้คนไปสู่ความสำเร็จ

คำสำคัญ: อุเบกขา; การเจริญภาวนากรรมฐาน; ปัญญา

Abstract

The study of Buddhism in the equanimity of meditation which would understand the meaning of the equanimity and how to use a guideline Dharma applied to success in life. Equanimity is one of the four sublime states of mind which is one of the way to have meditation. The practice meditation and vipassana meditation by starting with the precept that can develop the pure and beautiful mind to have wisdom, so you can see the reality in Dharma. Therefore, the equanimity is related to wisdom to see three characteristics of nature

that is leading to liberation and Equanimity 10. In addition to the Dharma, regularly practice Equanimity in the meditation can be applied beneficially for solving problems in society, economics and politics in the best interest. Therefore, Equanimity is very significant for a leader to lead the country and manage people and to work efficiently by using Equanimity to calm the mind, not distracted by the impact things but act appropriately base on Buddhist principles with a neutral mind and creating justice through equality. Equanimity is a significant issue to lead people to success.

Keywords: Equanimity; Meditation; Wisdom

บทนำ

ในโลกยุคโลกาภิวัตน์ที่เทคโนโลยีเข้ามามีบทบาทสำคัญ ประกอบกับสถานการณ์ของโลกที่มีการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา (COVID-19) ผู้คนจึงต้องเรียนรู้การใช้เทคโนโลยีที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว มีผลต่อความเป็นอยู่ของชีวิตมนุษย์ทั้งทางด้าน สังคม เศรษฐกิจ และการเมือง รวมถึงค่านิยม วัฒนธรรม และมีรูปแบบการดำเนินชีวิต (lifestyle) ที่ต้องปรับเปลี่ยนรับแรงให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงท่ามกลางกระแสทุนนิยมโลกสมัยใหม่ที่สำคัญกับการทำกำไรสูงสุด และคนจำนวนไม่น้อยก็มุ่งหวังที่จะขึ้นสู่จุดสูงสุดในการทำงานหรือเป็นผู้นำ สามารถนำผู้คน สร้างความไว้วางใจ ความศรัทธา แก้ปัญหา มีพรหมวิหารธรรมหรือหลักธรรมประพจน์ที่ประเสริฐบริสุทธิ์สู่ความสำเร็จเกิดความสมดุลในชีวิต อุเบกขา (Equanimity) หมายถึงความวางใจเป็นกลางอันจะทำให้ดำรงอยู่ในธรรมที่พิจารณาเห็นด้วยปัญญา (Wisdom) คือมีจิตเรียบตรงเที่ยงธรรมดุจตราขึง ใช้ปัญญาในความถูกต้อง ส่งผลถึงชีวิตที่มีความสุขหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงด้วยปัญญาจะสามารถอยู่กับความทุกข์อย่างรู้เท่าทันตามความเป็นจริง (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต, 2551) การปฏิบัติตามหลักพระพุทธศาสนาหรือมืองค์ธรรมในจิตใจจึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญ การเข้าถึงพระพุทธศาสนาไม่ว่าจะเป็นการทำบุญ การรักษาศีล และการเจริญภาวนากรรมฐาน (Meditation) ซึ่งหลายท่านสนใจเรื่องการเจริญภาวนาโดยธรรมและใช้ปัญญาในความถูกต้องตัดสินใจตัดสินใจเป็นไปตามกฎธรรมชาติโดยมีความปรารถนาดีต่อสิ่งต่าง ๆ มากขึ้นเป็นลำดับ

ลักษณะของการการเจริญภาวนา

การเจริญภาวนามี 2 อย่างได้แก่ สมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนา 1. สมถภาวนา หรือสมถกัมมัฏฐาน คือ การฝึกอบรมจิต ให้เกิดความสงบ ได้แก่ วิธีปฏิบัติ เพื่อให้เกิดความสงบทางจิตใจ หรือการทำจิตใจให้เป็นสมาธิ มันคง สามารถทำให้กิเลสนิวรณ์สงบระงับลงได้ โดยมีอารมณ์ที่ใช้เป็นอุปกรณ์ ในการเจริญ 40 ประการ กล่าวคือสมถกัมมัฏฐานมี 40 วิธี อันเป็นอุบายที่ใช้ฝึกจิตให้เกิดสมาธิ กล่าวคือเป็นสิ่งที่นำมาให้จิตกำหนดเพื่อชักนำให้เกิดสมาธิ พอจิตกำหนดจับสิ่งนี้แล้วจะชักนำให้จิตแน่วแน้อยู่กับสิ่งนี้ จนเป็นสมาธิได้มั่นคงและเร็วที่สุด ได้แก่ กสิณ10 อสุภะ10 อนุสติ10 อัปปมัญญา 4 อาหาเรปฏิกูลสัญญา จตุธาตุววัฏฐาน และอรุณภาวนา 4



ในส่วน อปัมญญา 4 หมายถึงอารมณ์ที่แผ่ออกไปโดยไม่มีประมาณมี 4 ประการคือ เมตตาภาวนา กรุณาภาวนา มุทิตาภาวนา และอุเบกขาภาวนา ดังนั้นการเจริญสมถภาวนาจึงมีอารมณ์อยู่ 40 อย่าง แต่สมถภาวนาเป็นเพียงอุบายสงบใจ ไม่สามารถทำให้หลุดพ้นจากความทุกข์โดยสิ้นเชิง แต่ก็สามารถใช้เป็นพื้นฐานในการเจริญวิปัสสนาภาวนาได้ 2. วิปัสสนาภาวนาหรือวิปัสสนากัมมัฏฐาน คือ การฝึกอบรมปัญญา ให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริง ได้แก่ หลักหรือวิธีปฏิบัติเพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามความเป็นจริงในความเป็น รูปธรรม และนามธรรม ในสังขารธรรมตามความเป็นจริง (พระอภิชาติ ธรรมเทศา, 2557) อุเบกขาเป็นหนึ่งในเจริญสมถกรรมมัญฐานดังกล่าว เป็นหลักปฏิบัติข้อ 4 ในส่วน อปัมญญา 4 คือ เมตตา คือ ความปรารถนาดีมีไมตรีอยากให้นุชนุชย สัตว์ทั้งหลาย มีความสุขทั่วหน้ากรุณา คือ อยากช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์มุทิตาคือ พลอยมีใจแช่มชื่นบาน เมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข และเจริญอกงาม ประสบความสำเร็จยิ่งขึ้นไป อุเบกขา คือ วางจิตเรียบสงบ สม่าเสมอ เพียงตรงจุดตาชั่ง มองเห็นมนุษย์ สัตว์ทั้งหลาย ได้รับผลดีร้าย ตามเหตุปัจจัยที่ประกอบ ไม่เอนเอียงไปด้วยชอบหรือชัง (บุญมี แทนแก้ว, 2539)

วิธีที่จะกล่าวต่อไปนี้เป็น ส่วนอุเบกขา ที่ทุกท่านสามารถปฏิบัติได้พร้อมกับการใช้ชีวิตประจำวัน โดยใช้อุเบกขา หรือการวางเฉยอย่างถูกวิธี “การวางเฉยด้วยความรู้” และ “การวางเฉยด้วยปัญญา” ซึ่งต้องอาศัยการปฏิบัติอันเรียกว่า โยนิโสมนสิการ จึงเกิดเป็นปัญญาได้ ดังที่มีพระอริยะทั้งหลายสรรเสริญว่า ผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุขเพราะละสุขและทุกข์ได้แล้ว ดังนั้นผู้เขียนจึงสนใจในเรื่องการปฏิบัติกรรมฐานโดยใช้อุเบกขานี้ เพื่อให้สามารถทำงานได้ผลสำเร็จ และคนเป็นสุขได้อย่างแท้จริง

ความหมายของอุเบกขา

เพื่อเรียนรู้การเจริญภาวนากรรมฐานโดยใช้อุเบกขาเป็นที่ตั้งของการปฏิบัติสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน อุเบกขา (ภาษาบาลี: อุเปกขา ภาษาสันสกฤต: อุเปกษา) มีผู้กล่าวถึงความหมายของคำว่า อุเบกขา ไว้มากมาย อุเบกขา แปลว่า ความวางเฉย ความวางตัวเป็นกลาง ความวางใจอยู่เฉย (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2552) อุเบกขา หมายถึง การวางใจเป็นกลาง ๆ โดยไม่เอนเอียงเข้าข้างเพราะชอบเพราะชัง เพราะหลงและเพราะกลัว เช่นไม่เสียใจเมื่อคนที่ตนรักถึงความวิบัติ หรือไม่ดีใจเมื่อศัตรูถึงความวิบัติมิใช่วางเฉยแบบไม่แยแสหรือไม่รู้ไม่ชี้ทั้งที่สามารถช่วยเหลือได้ นอกจากนั้นอุเบกขา ในความวางตนเป็นกลางในธรรม ที่จะเกิดในภูมิแห่งวิปัสสนากรรมฐานย่อมเข้าถึงอุเบกขา 10 ดังจะกล่าวในรายละเอียดต่อไป

พระมหาสมชาย สิริจินโท (หานนท์) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง พุทธธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวทางของพระพุทธคุณ (สุมาน สุเมโธ) เมื่อ พ.ศ. 2547 ได้กล่าวถึง ความหมายของหลักพรหมวิหาร 4 ว่าเป็นการเจริญจิตภาวนาโดยธรรม ที่พึงแผ่ออกไปในสรรพสัตว์ทั้งหลายโดยมีสติอย่างสม่าเสมอกันไม่ประมาณไม่จำกัดขอบเขต โดยมากเรียกว่า พรหมวิหาร 4 แปลว่า ธรรมเป็นเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ หรือคุณธรรมประจำตัวของท่านผู้มีจิตใจกว้างขวางยิ่งใหญ่แยกออกได้ 4 ประการ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา คือ มีใจเป็นกลางวางเฉยใน อิฏฐารมณ์ และ อนิฏฐารมณ์ แล้วปราศจากอคติคือมีรักมีเกลียด (พระไพฑูรย์ เมธิโก, 2554)

อุเบกขาพรหมวิหารคือ ความวางเฉย ความมีความเป็นกลาง ปราศจากอคติ และมีลักษณะอาการเป็นกลาง ๆ สรรพสัตว์ มีภาวะสม่าเสมอกันในสรรพสัตว์ สงบระงับความเสียใจและความดีใจ พิจารณาเห็นภาวะที่สรรพสัตว์ทั้งหลายเป็นผู้มีกรรมเป็นของๆตน (พระไพฑูริย์ เมธิโก, 2554) นอกจากนี้ผู้เขียนยังมีการศึกษาวิเคราะห์ เรื่องอุเบกขาบารมีในพระพุทธศาสนาเถรวาท ได้ให้ความหมายคำว่าอุเบกขาบารมี หมายถึง การวางใจต่ออารมณ์ที่เข้ามากระทบด้วยความอดทน อดกลั้นและมั่นคงหนักแน่นต่อหลักการแห่งความดี ส่วนคำว่า การบำเพ็ญอุเบกขาบารมี หมายถึงการดำเนินชีวิตด้วยการรู้จักการวางเฉยหรือวางใจต่ออารมณ์ที่เข้ามากระทบทั้งดีและร้าย ซึ่งมีระดับการบำเพ็ญอยู่ 3 ระดับคือ ระดับอุเบกขาบารมี ระดับอุเบกขาอุปบารมี และระดับอุเบกขาปรมัตถบารมี นอกจากนั้น เมื่อพิจารณาจากองค์ประกอบในการบำเพ็ญบารมีพบว่าอุเบกขาบารมีมีองค์ประกอบที่สำคัญก็คือ ความอดทน ความหนักแน่นและความเมตตา (พระประมวล ธมมยุตโต, 2562) การบำเพ็ญอุเบกขาบารมีในนารทชาดก เป็นการปฏิบัติไม่ให้จิตมีความยินดีในร้าย และยึดติดตามอารมณ์ที่สัมผัสนั้น จึงให้วางใจเป็นกลางนิ่งเฉยด้วยความรู้ตัวเมื่อประสบสุขก็ไม่ยินดี เมื่อประสบทุกข์ก็ไม่เสียใจ ไม่ติดในสุขและทุกข์ทั้งปวง การบำเพ็ญเพื่อประโยชน์แห่งพระโพธิญาณรักษปฏิบัติในอุเบกขายิ่งกว่ารักษาคณที่รักและทรัพย์สิน เป็นผู้วางใจเป็นกลาง ไม่ยินดีในร้ายในอภิวรรณและอนิวัฏฐารณและไม่ทำไปด้วยอำนาจโลภะ โทสะ โมหะ หรือการวางเฉย เพื่อความสงบกาย วาจา ใจ มีความสำคัญต่อการบำเพ็ญของพระโพธิสัตว์ทุกพระองค์คือ มีความเป็นกลาง และวางเฉย มีความเห็นเสมอกันเพื่อกำจัดกิเลสตามและวัตถุภายในจิตให้เบาบางลงเป็นการปฏิบัติตามขั้นสูงคืออุเบกขา (พระปลัดสมชาย ปโยโค, 2556)

“อุเบกขา” (Equanimity) คือ ความวางเฉยเพราะเห็นตามเป็นจริง (Indifference) ไม่ใช่เพราะไม่รู้อะไรเลย แต่ให้มีสติรู้เท่าทัน แล้วหยุดไม่ปล่อยให้ความคิดเลื่อนไหลไปคิดนึกปรุงแต่งหรือพุ่งชานไปกับเวทนาหรือจิตสังขารนั้น ๆ ต่อไปอีก โดยการเป็นกลาง วางที่เฉยด้วยการไม่แทรกแซงด้วย กิริยาจิต หรือ ถ้อยคิดปรุงแต่ง ใด ๆ ในเรื่องเหล่านั้น กล่าวคือไม่เอนเอียง ไม่แทรกแซงไปคิดนึกปรุงแต่งไปทั้งในทางดีหรือชั่ว ดังเช่นถูกหรือผิด บุญหรือบาป อดีตหรืออนาคต ใกล้หรือไกล ละเอียดหรือหยาบใด ๆ ทั้งสิ้นซึ่งก็คือการหยุดกิริยาจิต ตลอดจนการคิดนึกปรุงแต่งหรือการพุ่งชานออกไปปรุงแต่งในอารมณ์ (นิธิ ศิริพัฒน์, 2559)

จากการศึกษาความหมายของอุเบกขาข้างต้นมีความหมายของอุเบกขาที่ใกล้เคียงกันกล่าวคืออุเบกขา หมายถึง การทำจิตสงบ หยุดกิริยา ไม่เอนเอียงไปด้วยชอบหรือชัง ภาวะของจิตที่มีอาการเป็นกลาง การวางเฉยด้วยความรู้หรือปัญญา ที่ใช้ความอดทน ไม่เอนเอียงอดทนต่อกฎเกณฑ์ มีความหนักแน่นต่อหลักการแห่งความดี และความเมตตา

อุเบกขาในลักษณะต่าง ๆ

1. อุเบกขาองค์ประกอบในพรหมวิหาร 4 อปัมัญญา- อุเบกขา อปัมัญญา คือ ธรรมที่พึงแผ่ไปในมนุษย์สัตว์ทั้งหลาย อย่างมีจิตใจสม่าเสมอกันไม่มีประมาณ ไม่จำกัดขอบเขต โดยมากเรียกกันว่า พรหมวิหาร 4 (หลักปฏิบัติที่เจ้าคนนายคนพึงมี) อาจารย์เทศก์ เทสรังสีกล่าวสอนไว้ มีความสำคัญดังนี้

“พรหมวิหาร 4 มีได้ในคนทั่วไป เช่น บิดา-มารดาแม่-บุตร แต่มักไม่ถึงอุเบกขา จึงไม่ครบ 4 เห็นชัดในตอนโกรธ สามข้อแรกหายไปหมดเพราะอุเบกขาไม่มี และเพราะขาดปัญญา”



“ส่วน อปัมัญญา ย่อมมีแก่นักปฏิบัติผู้ฝึกหัดจนสติ-ปัญญา สมบูรณ์แล้วเท่านั้น ถ้ายังไม่สมบูรณ์จะมีพรหมวิหาร 4 เฉพาะตอนอารมณ์สงบอยู่เท่านั้น”

“อปัมัญญาวิหารธรรม เป็นเครื่องอยู่ของท่านที่ได้รู้ปานแล้ว คือ ท่านพิจารณาเห็นมนุษย์-สัตว์เป็นอันเดียวกัน เห็นเป็นธาตุ 4 มีอาการ 32 ไม่เที่ยงเสมอกัน คน-สัตว์ก็หายไป มีอารมณ์เกลียดทุกข์ รักสุขเสมอกัน จิตวางเสมอภาค (หมายความว่า หมดมานะ หมดอคติ 4 หมดอุปาทาน) ท่านได้สรุปเป็นแนวทางว่า อปัมัญญา ต้องเกิดจากจิตที่เป็นรูปมาน คือ ปารณารูปเป็นอารมณ์ จนจิตแน่วแน้อยู่กับรูปนั้น จนเห็นรูปภายใน คือ ตัวเอง กับรูปภายนอก มีสภาพเหมือนกัน เป็นธาตุ 4 หมด เป็นอากาลิโก จึงเกิดอุเบกขาในรูปนั้น ๆ ขึ้น จิตที่วางเฉยแบบนี้จึงจะเรียกว่า อปัมัญญา (พระกัมพล อายุโท, 2554) อุเบกขายังสามารถแบ่งได้เป็น 2 ประเภทคือ อุเบกขาทางจิต หมายความว่า อุเบกขานั้นเป็นธรรมะที่นำมาใช้ในการบำเพ็ญเพียรทางจิต และอุเบกขาเชิงจริยธรรม หมายความว่าหลักอุเบกขาที่นำมาใช้เป็นมาตรวัดคุณความดีของการกระทำมนุษย์โดยเฉพาะในด้านการปกครอง อนึ่ง อุเบกขานั้นสามารถแบ่งย่อยได้เป็นอีก 2 ประเภทคือ การวางเฉยที่ถูกธรรม เป็นการวางเฉยเฉพาะในเรื่องของอารมณ์ที่เข้ามากระทบ แต่ไม่ได้หยุดการกระทำ และการวางเฉยที่ผิดธรรมเรียกว่า อัณฺณานุเบกขาเป็นการวางเฉยแบบไม่ต้องทำอะไรหรือหยุดนิ่งทุกอย่าง (พระกัมพล อายุโท, 2554) จากการศึกษาข้างต้น อุเบกขาในพรหมวิหาร 4 เป็นการฝึกจิตหรือบำเพ็ญเพียรทางจิตเพื่อวางเฉยในอารมณ์ที่เข้ามากระทบแต่ไม่ได้งดเว้นกระทำการที่ถูกต้องตามหลักทางธรรม และใช้ความเมตตาหรือปารณาดีให้สรรพสัตว์มีสุขถ้วนหน้า พรหมวิหาร 4 อปัมัญญา - อุเบกขา ต้องเกิดจากจิตที่เป็นรูปมาน มีจิตแน่วแน้อยู่กับรูปนั้นที่มีสภาพเหมือนกัน และไม่ยึดติดกับสิ่งที่เห็นหรือได้ยิน (เห็นสักแต่ว่าเห็น ได้ยินสักแต่ว่าได้ยิน)

2. อุเบกขา คือ ปัญญาอันสุดยอด อุเบกขาเป็นคุณลักษณะของปัญญาที่ทำให้ตนเป็นกลางได้ วางใจเป็นกลางอันจะให้ดำรงอยู่ในธรรมตามที่พิจารณาเห็นด้วยปัญญา มีจิตเรียบตรงเที่ยงตรงดุจตราขึง ไม่เอนเอียงด้วยรักและชัง พิจารณาเห็นกรรมที่สัตว์ทั้งหลายกระทำแล้วอันควรได้รับในสิ่งที่ทำไป ผลดีหรือชั่วสมควรแก่เหตุอันประกอบพร้อมที่จะวินิจฉัยและปฏิบัติไปตามธรรม รวมทั้งรู้จักวางเฉยสงบใจมองดูในเมื่อไม่มีจิตที่ควรทำเพราะเขาได้รับผิดชอบตนได้ดี เขาสมควรรับผิดชอบตนเองหรือเขาได้รับผลอันสมควรกับความรับผิดชอบของตน (แก้ว ขิดตะขบ, 2547)

3. อุเบกขาในการเจริญภาวนากรรมฐาน กรรมฐานคือ ที่ตั้งของการทำงานของจิตอยู่ในฐานทั้ง 4 (ฐานกาย เวทนา จิต ธรรม) ฐานกาย เดิน นั่ง นอน เรียกว่า สติฐาน 4 ฉะนั้นจึงทำกรรมฐาน เพื่อให้มีจุดที่ตั้งมั่นของจิตให้รู้เท่าทันจิตและอารมณ์ของจิตตัวเอง ทำกรรมฐานมี 2 วิธี คือ สมถกรรมฐาน ทำให้ใจสงบ วิปัสสนากรรมฐาน เป็นกรรมฐานทำให้เกิดปัญญาดับทุกข์ได้ การเจริญภาวนากรรมฐาน การปฏิบัติให้ถึงขั้นสมาธิ คือออกจากอารมณ์ต่างๆ และจิตไม่กังวลอะไรเลย อยู่กับปัจจุบันไม่รับรู้อารมณ์อะไรเลย ปฏิบัติให้ขั้นสมาธิ วิธีการพัฒนาจิตโดยใช้ อุเบกขา วิธีอบรม คือ ระมัดระวังใจไม่ให้ขึ้นลงด้วยความยินดียินร้ายทั้งในคราวประสบสมบัติทั้งในคราวประสบวิบัติ เมื่อภาวะของจิตเช่นนั้นเกิดขึ้นก็พยายามระงับใจหัดคิดถึงกรรมและผลของกรรม หัดคิดวางลงไปในกรรม เหมือนอย่างให้กรรมรับผิดชอบเอาไปเสีย จึงมีความจำเป็นในการนำอุเบกขามาใช้เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกรรมฐานเพื่อเข้าถึงฌาน มีสมาธิเกิดปัญญา มีความสงบเป็นกลาง แม้ได้รับการกระทบจากปัจจัยภายนอกมาสู่จิตใจของเรา

แนวทางในการปฏิบัติ

สิ่งที่ทำก่อนในขั้นแรก

- การรักษาศีลให้บริสุทธิ์ เช่น ศีล5 ศีล8 หรือศีล10 ตามสมควรแห่งฐานะ พิจารณาถึง “อธิศีลสิกขา” ได้แก่ “สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ” เมื่อมีศีลที่บริสุทธิ์ด้วยการประพฤติที่สะอาดบริสุทธิ์จนกลายเป็น “ศีล” นั่นคือ “สังวรสุทธิ” แห่งการเจริญ “อินทริยสังวร” นั่นคือ ความบริสุทธิ์ด้วยสังวร ความสำรวมที่เป็นเครื่องทำให้บริสุทธิ์

- การพัฒนาจิตใจให้คงาม สะอาด ผุดผ่อง บริสุทธิ์ ให้เป็นจิตที่ปราศจากนิวรณ์ ปราศจากอุปกิเลสทั้งหลาย เรียกว่า “จิตตภาวนา สมถภาวนา สมถกรรมฐาน” กุศลวิบากแห่งการปฏิบัติธรรมในขั้นนี้ คือ “จิตประภัสสร” ซึ่งเป็นจิตที่ประกอบด้วย “อริยมรรคมีองค์ 8” ครบถ้วน และประกอบด้วยองค์ฌาน 2 คือ (1) “อุเบกขา” คือ ความวางเฉยในอารมณ์เพราะเกิดสติสัมปชัญญะ คือ ระลึกได้รู้ทั่วถ้วน และ (2) “เอกัคคตาแห่งสมาธิ” เมื่อจิตตั้งมั่นอย่างนี้ได้แล้ว “จิต” จะอยู่ตามสภาพที่ “หมดจด สะอาด ไม่มีมลทิน ปราศจากอุปกิเลส อ่อน ควรแก่งาน มั่นคง ไม่หวั่นไหว” นั่นคือ กลายเป็น “สมาธิในวิปัสสนา” ประกอบด้วย “สัมมาวายามะ-สัมมาสติ-สัมมาสมาธิ” ที่สมบูรณ์ด้วย “จิตตสมาธิ” กับ “ธรรมสมาธิ5” และ “โพธิปักขิยธรรม 37” ได้แก่ สติปัฏฐาน 4 สัมมัปปธาน 4 อิทธิบาท 4 อินทริย 5 พละ 5 โพชฌงค์ 7 มรรคมีองค์ 8 ในขั้นตอนนี้ เรียกได้ว่าเป็น “สมถกรรมฐาน-สมถภาวนา” ที่สมบูรณ์ที่สุด ที่จะก้าวต่อไปในบาทฐานแห่งวิปัสสนาภาวนา เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมผู้บำเพ็ญเพียรภาวนาได้เจริญสมถภาวนาให้มากดีแล้ว “อุเบกขาเวทนา” ก็เกิด “ฉานูปเพกขา” ก็เกิด และ “ตัตถมัมหมตตูปเพกขา” ก็เกิด เช่นกัน คือ “อุเบกขาในความวางตนเป็นกลางในธรรมนั้น ๆ” กล่าวโดยสรุป ย่อมเข้าถึง “อุเบกขา10” ที่จะเกิดในภูมิแห่งวิปัสสนากัมมัฏฐานได้ (ธรรมที่นำไปสู่ความหลุดพ้น)

อุเบกขา10 จะเกิดได้จากการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งต้องมีการพัฒนาจิตให้เกิดสมาธิ (สติมีความบริสุทธิ์ด้วยอุเบกขาจึงเกิดสมาธิ) โดยใช้สมรรถกรรมฐานเป็นการเบิกทางไปสู่ อุเบกขา10 ผู้เขียนจึงได้นำรายละเอียดข้างต้น จัดทำภาพดังนี้



ข้อสำคัญในการอุเบกขา

ข้อสำคัญยิ่งในการอุเบกขาก็คือ ต้องมีสติรู้เท่าทันธรรมหรือตามความเป็นจริงเสียก่อนดังเช่น รู้ว่าเป็นทุกข์เวทนา สุขเวทนาหรือรู้ว่าจิตมีโมหะหรือโทสะ กล่าวคือ เมื่อมีสติระลึกรู้หรือรู้เท่าทันในอาการของจิตแล้ว อาการรู้สึกเวทนาต่าง ๆ ย่อมไม่ได้หายไปไหนในทันทีที่เป็นธรรมดา แต่ต้องยึดการอุเบกขาไว้ สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒโน) ได้กล่าวถึงอุเบกขาที่เป็นการวางเฉยอย่างถูกวิธีว่า “การวางเฉยด้วยความรู้” คือรู้เรื่องที่เป็นอย่างนั้นไป ซึ่งน่าจะยินดีก็ไม่ยินดี น่าจะยินร้ายก็ไม่ยินร้ายวางเฉยได้ และ “การวางเฉยด้วยปัญญา” คือว่าโดยปกติมันก็ต้องมีขอบใจไม่ขอบใจขึ้นมาก่อน แต่แล้วก็พิจารณาให้เกิดความรู้ที่เป็นปัญญาขึ้นมา เมื่อเกิดปัญญาขึ้นมาก็เกิดความวางเฉยได้ ต้องอาศัยการปฏิบัติอันเรียกว่า โยนิโสมนสิการ ทำไว้ในใจโดยแยบคาย พิจารณาให้เห็นเหตุเห็นผล เห็นสัจจะคือความจริง จึงเป็นข้อปฏิบัติให้เกิดอุเบกขาที่มุ่งหมายในทางปฏิบัติธรรม (สมเด็จพระญาณสังวร, 2541)

ฉะนั้นการกำหนดสติอยู่กับปัจจุบัน สร้างปัญญาให้เกิดการวางเฉยโดยความรู้ การวางเฉยด้วยปัญญาจะต้องมีสติเท่าทันกับทุกสิ่ง สติคือการรู้เท่าทันและอยู่กับอารมณ์นั้นได้ เช่น มีสติเท่าทันกับการได้ยิน จะได้ไม่เลยไปนึกถึงความชอบ หรือไม่ชอบ หรือมีสติเท่าทันกับการรับประทานอาหาร จะรู้สึกรู้ว่าทุกอย่างที่กำลังรับประทานจะเหมือนจืดชืดเพื่อต้องการให้ละความอยากทั้งหลาย วางเฉยในรสชาติ ของอาหาร จะได้เบื่อหน่ายอาหาร ปล่อยวางได้ ทุกเรื่องในการใช้ชีวิตของมนุษย์สามารถนำอุเบกขามาใช้ได้ทั้งสิ้น เพราะฉะนั้นทุกเรื่องต้องมีสติเป็นตัวขับเคลื่อน หรืออินทรีย์จะแก่กล้าได้ก็ต้องใช้สติ มีสติอยู่กับกายจึงต้องมีวิริยะความเพียรพยายามรอบรู้ให้เกิดปัญญา เพื่อให้วางเฉยได้อย่างงดงาม

การอุเบกขาให้ได้ผลยิ่ง ต้องมีญาณ คือความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง เนื่องจากเป็นกำลังของจิตอันสำคัญยิ่งให้ปฏิบัติคล่องอย่างได้ผล ว่าทุกข์ล้วนแต่มีเหตุมาเป็นปัจจัยกันจึงเกิดขึ้น



ลักษณะของผู้มีอุเบกขา คือเป็นคนหนักแน่นมีสติอยู่เสมอ ไม่ดีใจไม่เสียใจจนเกินเหตุ เป็นคนยุติธรรม ยึดหลักความเป็นผู้ใหญ่ อดทนรักษาความเป็นกลางไว้ได้มั่นคงไม่เอนเอียงเข้าข้าง ปฏิบัติหน้าที่ด้วยเหตุผล ถูกต้องคลองธรรม และเป็นผู้วางเฉยได้เมื่อไม่อาจประพฤติดุเมตตา กรุณา หรือมุทิตาได้

การประยุกต์ใช้อุเบกขาเพื่องานได้ผล คนเป็นสุข และลดภาวะความตึงเครียด

อุเบกขา เป็นธรรมข้อหนึ่งใน พรหมวิหาร 4 ซึ่งเป็นหลักธรรมสำหรับผู้บริหาร ผู้เป็นใหญ่ หรือผู้นำองค์กร ผู้บริหารหรือผู้นำ ต้องแยกแยะ และพยายามทำให้บุคคลสองฝ่ายหรือหลายฝ่ายสามารถเข้าอกเข้าใจกันได้ และไม่ทะเลาะกัน คือความเป็นผู้มีอุเบกขา วางตัวเป็นกลาง เหมือนกับที่ว่าเป็นกลางทางการเมือง โดยเฉพาะข้าราชการ ผู้ปฏิบัติ จะต้องวางตัวเป็นกลางทางการเมือง มิเช่นนั้น จะถือว่าผิดวินัยข้าราชการ การที่ผู้บริหารมีอุเบกขาวางตัวเป็นกลางไม่เอนเอียงเข้าข้างฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดเพราะอาจจะทำให้เสียการปกครอง หรือเสียความเป็นผู้มีคุณธรรมของผู้บริหารเนื่องจากอาจจะถูกเพ่งเล็งว่าขาดความยุติธรรม ถือว่าเป็นเรื่องสำคัญ จะละเลยไม่ได้ (ถวิล อนุรักษ์, 2564)

พรหมวิหาร 4 ในการปฏิบัติงานของบุคลากร การวิจัยและการประยุกต์ใช้ผลการวิจัยพบว่าการไม่มีอุเบกขาทำให้เกิดปัญหาในการปฏิบัติงาน เช่น การชิงดีชิงเด่น เข้าข้างคนผิด แบ่งพวก และสามารถนำอุเบกขาไปประยุกต์ใช้เพื่อไม่ให้เกิดปัญหาหรือแก้ปัญหาในการปฏิบัติงานร่วมกันของบุคลากรได้ (พระไพฑูรย์ เมธิโก, 2554) ตัวอย่างของผู้มีอุเบกขาในระดับโลก จากการศึกษาและวิเคราะห์ความหมายและแนวทางการเข้าถึงอุเบกขาแล้ว คำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า อุเบกขาเป็นกรรมอย่างหนึ่ง คือมีการกระทำ (มีเจตนา) ทางจิต จึงจะเรียกว่า “อุเบกขา” อุเบกขาในพรหมวิหาร 4 เป็นเรื่องของการใช้ปัญญาเพ่งพิจารณาเพื่อวางใจเป็นกลางไม่ให้เอนเอียงไปตามภาวะต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ยกตัวอย่างเมื่อทรงพบกับมหาโจรองค์สิมมาล ท่านโปรดองค์สิมมาลจากจอมโจรผู้เหี้ยมโหด ให้กลายเป็นพระองค์สิมมาลได้ โดยมีอุเบกขาในการวางเฉยไม่โกรธองค์สิมมาลเมื่อพบเห็น แต่มีพระดำรัสตอบองค์สิมมาลว่า “องค์สิมมาล เราได้หยุดฆ่าสัตว์ตัดชีวิตแล้ว ส่วนตัวเธอยังไม่หยุด” การตรัสเช่นนี้แสดงให้เห็นว่าท่านทรงใช้ปัญญาในการแก้ไขปัญหาด้วยการมีอุเบกขา และมีความเมตตา กรุณา ให้กับองค์สิมมาล อย่างเป็นที่สุด

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช ทรงมีอุเบกขาธรรมพระองค์ทรงวางพระราชหฤทัยได้อย่างสนิท ไม่มีพระอาการจะเอนเอียงไปในคณะใด หรือหมู่ใด หรือทรงลงอาญาใคร ทรงวางพระราชหฤทัยเป็นกลาง วางเฉยอย่างสนิทใจไม่ทรงยกย่องคนนั้นมากคนนี้น้อย ซึ่งหมายความว่าพระองค์ทรงอุเบกขาธรรมไว้อย่างหนักแน่น พระองค์ท่านทรงมีพระบรมราโชวาทในพิธีพระราชทานปริญญาแก่นิสิตนักศึกษาให้เป็นหน้าที่ของครูอาจารย์เป็นผู้บริหารการศึกษาที่จะต้องให้ความช่วยเหลือนิสิตนักศึกษาโดยหลักวิชาและความสามารถที่ได้รับมาแล้วเป็นแนวทางนำไปประพฤติดุเมตตาและจิตใจ พยายามปลูกฝังความรู้ความคิดที่ปราศจากโทษให้แก่นิสิตนักศึกษาโดยเสมอหน้า อบรมด้วยเหตุผลความจริงใจประกอบด้วยเมตตาปราณีสังเคราะห์อนุเคราะห์และนำไปสู่ทางที่ถูกที่เจริญ เยาวชนก็จะเกิดความมั่นใจ และมีกำลังใจที่จะทำความดี ซึ่งแสดงให้เห็นว่าพระองค์ทรงให้ความสำคัญกับคุณธรรมข้อนี้สูงมาก พระราชจริยวัตรในเรื่องพรหมวิหารธรรมนี้เป็นบารมีธรรมประดุจดั่งร่มโพธิ์ร่มไทรคอยปกป้องคุ้มครองรักษาพุทธศาสนิกชนและพสกนิกรทุกศาสนาให้มี



ความอยู่เย็นเป็นสุข สร้างความมั่นคงแก่สังคมและเป็นแบบอย่างสำคัญให้พุทธศาสนิกชนได้เจริญรอยตามพระราชกรณียกิจและพระอัจฉริยภาพในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช

พระองค์ทรงเป็นพระมหากษัตริย์ที่ทรงมีทศพิธราชธรรม ที่เกี่ยวกับอุเบกขาหรือทศพิธราชธรรมข้อ 9 “ขันติ” ความอดทนคือคงทนไม่โอนเอน อดทนต่อภพภูมิต่างทั้งทางกายและทางใจ อดทนรู้ถ้วนทั้งที่บังควรมิบังควร อดทนที่ทบทวนที่ถูกต้องและเป็นธรรม (ธนาคารกรุงเทพ จำกัด, 2560) ความอดทนเป็นการใช้อุเบกขาด้วยปัญญาปฏิบัติหน้าที่ได้เหมาะสมถูกต้องครองธรรม พระองค์ทรงเป็นพระมหากษัตริย์ที่ทรงมีอุเบกขาอย่างยิ่ง ประชาชนจึงมีความจงรักภักดีและมีศรัทธาอย่างเปี่ยมล้น

สมเด็จพระราชินีนาถเอลิซาเบธที่ 2 แห่งสหราชอาณาจักร (Elizabeth II of England - Queen Elizabeth II) ท่านเป็นผู้นำที่เข้าหลักธรรม “อุเบกขา” มากที่สุดคนหนึ่งของโลก Elizabeth II เป็นผู้นำสูงสุดของอังกฤษได้นานถึง 96 ปี Queen Elizabeth II เป็นผู้เชี่ยวชาญการรักษาสมดุลของอำนาจ (Balance of Power) ทั้งการรักษาสมดุลของอำนาจระหว่างขุนนางของพระนางเอง และการรักษาสมดุลแห่งอำนาจระหว่างประเทศในประวัติศาสตร์ของประเทศ พระองค์เป็นตัวอย่างของสมเด็จพระราชินีที่ดีในการแบ่งปันสิ่งที่ตนได้รับ จัดสรรผลประโยชน์ได้อย่างลงตัว และสามารถรักษาอำนาจของตนให้ยืนยาวต่อไป โดยไม่จำเป็นต้องใช้สิ้นเปลืองทรัพยากรไปกับการบังคับให้คนอื่นทำในสิ่งที่ต้องฝืนใจ ทรงเปิดโอกาสให้ทุกคนกราบบังคมทูลได้เท่า ๆ กัน ไม่ทรงวางพระองค์อย่างสูงศักดิ์ ทรงรับฟังอย่างตั้งใจและเก็บข้อมูลต่าง ๆ ไว้ในความทรงจำอันเป็นเลิศ พระองค์ได้รับการสั่งสอนว่าไม่ควรด่วนสรุปเรื่องใดควรสดับรับฟังเสียงและความเห็นต่าง ๆ และนำมาชั่งน้ำหนักอย่างรอบคอบ ทรงยังทราบทัศนคติของประชาชนเพื่อนำมาเป็นข้อมูลในการตัดสินใจพระราชหฤทัยไปเปรียบเทียบกับขนบธรรมเนียมประเพณีที่ยึดถือปฏิบัติกันมาแต่ก่อน และทรงตัดสินใจพระราชหฤทัยว่าควรดำเนินการอย่างไรต่อไป แสดงให้เห็นว่าพระองค์ทรงเป็นกลาง เปิดใจกว้าง อันเป็นลักษณะของผู้มีอุเบกขามีเท่าที่และจุดยืนทรงวางพระองค์เป็นกลางทางการเมือง เป็นแบบอย่างของผู้มีใจใฝ่กุศลและเป็นผู้ใช้เหตุผลสามัญสำนึกเป็นเครื่องนำทาง ซึ่งมีลักษณะเฉพาะและไม่มีใครเหมือนอีกแล้ว (Douglas Hurd, 2559)

สรุป

อุเบกขาเป็นการทำจิตสงบ หยุดกริยา นิ่งเฉยด้วยความรู้ตัว เพราะเห็นตามความเป็นจริงไม่เอนเอียงไปด้วยชอบหรือชัง ภาวะของจิตที่มีอาการเป็นกลาง โดยใช้ความอดทน ความหนักแน่นต่อหลักการแห่งความดีและความเมตตา อุเบกขาเป็นหลักธรรมที่สำคัญยิ่ง ฝึกปฏิบัติโดยการเจริญภาวนากรรมฐาน ทั้งสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา คือการฝึกจิตให้สงบเป็นสมาธิและการฝึกปัญญาให้เห็นแจ้งตามความเป็นจริง ใช้สติให้สามารถจับอารมณ์ได้ เกิดความบริสุทธิ์ขึ้นในจิต สามารถวางเฉยหรือเป็นกลางได้ มีสมาธิ และใช้ปัญญาความเพียรพยายาม ความอดทนของตนตามหลักธรรมคำสอน อันเกิดได้ทั้งการปฏิบัติสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานควบคู่กันไป พุทธศาสนาสอนให้มนุษย์หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงในโลก ด้วยสติปัญญาและความเพียร หลุดพ้นจากความทุกข์อย่างรู้เท่าทันตามความเป็นจริง (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2556) การวางใจเป็นกลางตามหลักอุเบกขา จึงเกิดประโยชน์มากมาย ทั้งในระดับปัจเจกบุคคล ในระดับสังคม เพื่อให้ตนเองผู้อื่นอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างปกติสุข เพราะสามารถเผชิญต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นเฉพาะ



หน้าได้อย่างใจเย็น รวมทั้งสามารถแก้ไขความยุ่งยาก และความเดือดร้อนวุ่นวายในชีวิตได้ด้วยวิธีอันถูกต้อง มีความทุกข์น้อยลง มีความสุขมากขึ้นคลายความยึดมั่นในสิ่งทั้งปวงลงได้ ดังตัวอย่างข้างต้นในระดับโลกของผู้มีอุเบกขา ที่ใช้อุเบกขาธรรมจนสังคมโดยรวมยอมรับในระดับโลก

เอกสารอ้างอิง

- แก้ว ชิตตะชบ. (2547). *รวมวิชาธรรมศึกษา ชั้นตรี*. กรุงเทพฯ: การศาสนา.
- ถวิล อรัญเวศ. (2564). *ผู้บริหารควรใช้อุเบกขาอย่างไร*. สืบค้นเมื่อ 6 สิงหาคม 2564, จาก http://thawin09.blogspot.com/2021/08/blog-post_42.html
- ธงทอง จันทรางศุ และนรชิต สิงหเสนี. (2559). *เอลิซาเบธที่ 2 แน่วในปณิธาน*. (พิมพ์ครั้งที่ 1) กรุงเทพฯ: โอเพนบุ๊ก.
- ธนาคารกรุงเทพ. (2560). *นิทรรศน์ฉันทรักในหลวงในดวงใจนิรันดร์* (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ: เมย์ฟลาวเวอร์.
- นิธิ ศิริพัฒน์. (2559). *อุเบกขาในการเจริญภาวนากรรมฐาน*. ค้นเมื่อ 10 สิงหาคม 2564, จาก http://siripat.com/Dhamma_Articles.asp
- บุญมี แท่นแก้ว. (2539). *จริยศาสตร์*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- พระกำพล อายูโท (เอี่ยมอัมพร). (2554). *การศึกษาวิเคราะห์ เรื่องอุเบกขาบารมีในพระพุทธศาสนาเถรวาท ศึกษาเฉพาะกรณีการบำเพ็ญอุเบกขาบารมีของพรหมนารทะ* (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระประมวล ธรรมยุตโต. (2562). *การสร้างแรงจูงใจด้วยหลักพรหมวิหาร4*. หนังสือพุทธจักร. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระปลัดสมชาย ปโยโค (ดำเนิน). (2556) การศึกษาวิเคราะห์อุเบกขาบารมีในนารทชาดก. *วารสารสันติศึกษาปริทัศน์ มจร*, 4(11), 15-16.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). (2551). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*. (พิมพ์ครั้งที่ 16). กรุงเทพฯ: เอสอาร์.พรินต์ติ้ง แมสโปรดักส์.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). (2556). *ตามรอยพุทธธรรม*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: กองทุนเกื้อโลก (ป.อ.ปยุตโต).
- พระไพฑูรย์ เมธิโก (มหาบุญ). (2554). *การประยุกต์พรหมวิหาร 4 เพื่อการปฏิบัติงานของบุคลากร เทศบาลตำบลอ้อมใหญ่ อำเภอสามพราณ จังหวัดนครปฐม* (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระอภิชาติ ธรรมเตโช (สมบุญ). (2557). *ศึกษาการพิจารณาอารมณ์ที่เป็นวิปัสสนูปกิเลส* (รายงานการวิจัย). มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒโน). (2541). *อุเบกขาการวางเฉยอย่างถูกวิธี*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.



สมศักดิ์ สืบสงวน.(2564). *ธรรมที่นำไปสู่ความหลุดพ้น*. สืบค้นเมื่อ 13 มิถุนายน 2564, จาก
<https://www.watthakhanun.com/webboard/forumdisplay.php?f=43>

รูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครู
โรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร
Competency Model of School Administrators in New Learning Management
for Private School Teachers in Bangkok

ปกรณรัตน์ สุวรรณภาศรี¹, ภารดี อนันต์นาวิ² และ พงษ์เทพ จิระโร³
Pagornnarut Suwannapasri¹, Paradee Anannawee² and Pongthep Jiraro³

¹²³มหาวิทยาลัยนอร์ทกรุงเทพ

¹²³North Bangkok University, Thailand

Corresponding Author E-mail: pagornnarut.suwa@northbkk.ac.th

Retrieved: February 21, 2023; Revised: April 30, 2023; Accepted: April 30, 2023

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสภาพและแนวทางการพัฒนาสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร 2) สร้างและประเมินความถูกต้องและความเหมาะสมของรูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา 3) ทดลองใช้และประเมินความเป็นไปได้และความเป็นประโยชน์ของรูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาสภาพสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา โดยใช้แบบสอบถามในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย ผู้บริหารครูวิชาการ และครูผู้สอน จำนวน 450 คน และศึกษาแนวทางสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 9 คน โดยใช้แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้างและประเมินโดยใช้แบบประเมิน ขั้นตอนที่ 2 สร้างและประเมินความถูกต้องและความเหมาะสมของรูปแบบจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 7 คน โดยใช้แบบประเมิน และขั้นตอนที่ 3 ทดลองใช้และประเมินความเป็นไปได้และเป็นประโยชน์ของรูปแบบจากผู้บริหารและครู จำนวน 44 คน โดยใช้แบบประเมิน สถิติที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัย พบว่า 1) สภาพสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร มีการปฏิบัติอยู่ในระดับมากทุกด้าน ดังนี้ 1. ด้านการสื่อสารและการสร้างแรงจูงใจ 2. ด้านการทำงานเป็นทีม 3. ด้านการวิเคราะห์และสังเคราะห์ 4. ด้านการบริหารจัดการเทคโนโลยีและสารสนเทศ 5. ด้านการบริการที่ดี 6. ด้านภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง 2) รูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบหลัก คือ องค์ประกอบหลักที่ 1 คือ สมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบย่อย องค์ประกอบย่อยที่ 1 สมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา มี 6 ด้าน ได้แก่ 1.1 ด้านการสื่อสารและการสร้างแรงจูงใจ 1.2 ด้านการทำงานเป็นทีม 1.3 ด้านการวิเคราะห์และสังเคราะห์ 1.4 ด้านการบริหารจัดการเทคโนโลยีและสารสนเทศ



1.5 ด้านการบริการที่ดี 1.6 ด้านภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง องค์ประกอบย่อยที่ 2 การจัดการเรียนรู้แนวใหม่มี 7 ด้าน ได้แก่ 2.1 ด้านเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ 2.2 ด้านสร้างทักษะคิดวิเคราะห์อย่างสร้างสรรค์ 2.3 ด้านบูรณาการความรู้และการลงมือปฏิบัติ 2.4 ด้านครูเปลี่ยนบทบาท 2.5 ด้านสร้างบรรยากาศที่ดีในการเรียน 2.6 ด้านทำงานเป็นทีม 2.7 ด้านใช้สื่อ เทคโนโลยีและแหล่งเรียนรู้ โดยขับเคลื่อนด้วยองค์ประกอบหลักที่ 2 กระบวนการจัดการ มี 4 ขั้นตอน คือ การวางแผน การจัดองค์การ การนำ และ การควบคุม โดยภาพรวมพบว่ามีความถูกต้องและความเหมาะสมอยู่ในระดับมากที่สุด 3) การทดลองใช้และประเมินความเป็นไปได้และความเป็นประโยชน์ของรูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา โดยภาพรวม พบว่า มีความเป็นไปได้ และ ความเป็นประโยชน์อยู่ในระดับมากที่สุด

คำสำคัญ: รูปแบบสมรรถนะ; สมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา; การจัดการการเรียนรู้แนวใหม่

Abstract

The purposes of this research were 1) to study the condition and competency development guidelines of school administrators in a new learning management for private school teachers in Bangkok 2) to create a model and evaluate the accuracy and suitability of school administrators' competency model 3) to try and assess the feasibility and helpfulness of school administrators' competency model by using the steps as follows: Step 1) Study the competency of school administrators by using a questionnaire to collect data from a sample group consisting of administrators, academic teachers and teachers, totaling 450 people and study the competency guidelines of school administrators by interviewing 9 experts using a semi-structured interview form. Assessment was done using an assessment form. Step 2) Create and evaluate the accuracy and suitability of the model from 7 experts using the assessment form. And step 3) Trial and evaluation of the feasibility and helpfulness of the model from 44 administrators and teachers by using the assessment form. The statistics used in the research were mean, standard deviation and content analysis

The results of the research were as follows: (1)There was practice at a high level in the competency of school administrators in a new learning management approach for private school teachers in Bangkok consisting of 1.Communication and Motivation 2.Teamwork 3.Analysis and Synthesis 4.Technology and Information Management 5.Good service 6.Transformation Leadership (2)The competency model of school administrators consists of 2 main components : the first main component was the competency of school administrators in the new learning management, consisting of 2 sub-components; the first sub-component

was the competency of school administrators consisted of 6 aspects which were 1.1 Communication and Motivation 1.2 Teamwork 1.3 Analysis and Synthesis 1.4 Technology and Information Management 1.5 Good Service 1.6 Transformation Leadership ; the second sub-component was the new learning management consisted of 7 aspects which were 2.1 Student-centered aspect 2.2 Creation of creative critical thinking skills 2.3 Integration of knowledge and practice 2.4 Change of Teacher Role 2.5 Creation of good learning atmosphere 2.6 Teamwork 2.7 Using media, technology and learning resources which was driven by the second main component which was the management process consisted of 4 steps : planning, organizing, leading, and controlling. Overall, it was found that the accuracy and propriety were at the highest level. (3) An experiment and evaluation of the feasibility and utility of the school administrator's competency model in a new learning management for private school teachers in Bangkok. Overall, it was found that the feasibility and utility were at the highest level.

Keywords: Competency Model; Competency of School Administrators; New Learning Management

บทนำ

สถาบันการศึกษาเป็นสถานที่ขับเคลื่อนคุณภาพการศึกษาที่สำคัญ โดยมีผู้บริหารสถานศึกษาทำหน้าที่ดูแลบริหารจัดการให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการพัฒนาคุณภาพของผู้เรียน สามารถจัดกิจกรรมทางการศึกษาให้ผู้เรียนบรรลุเป้าหมายได้อย่างมีคุณภาพ โดยผู้บริหารต้องมีทักษะ ความรู้ ความสามารถและคุณลักษณะที่สามารถส่งเสริม สนับสนุนกระตุ้นและจัดการให้ครู บุคลากร ร่วมกันจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ให้กับผู้เรียน รวมถึง ผู้บริหารมีความรับผิดชอบภาระงานและใช้ความสามารถที่เหมาะสมสอดคล้องกับบทบาทของตนปฏิบัติหน้าที่ให้ประสบความสำเร็จได้โดดเด่นกว่าผู้อื่นซึ่งเรียกว่า “สมรรถนะ (competency)” (เทียนทองแก้ว, 2550)

จากสภาพปัจจุบันของสถานศึกษาในประเทศไทยรวมถึงสภาวะการระบาดของไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ทำให้สถานศึกษาต้องปรับเปลี่ยนการบริหารให้มีความยืดหยุ่นและสอดคล้องตามบริบทของแต่ละพื้นที่ ผู้บริหารสถานศึกษาจึงต้องมีสมรรถนะในด้านการบริหารงาน ด้านความรู้ ด้านการพัฒนาทีมงานด้านการบริหาร การเปลี่ยนแปลง และด้านการบริหารบุคคล ซึ่งจะทำให้สามารถปฏิบัติงานได้สำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้ (ภิชาพัชร โทนา, 2562)

โรงเรียนเอกชน มีบทบาทสำคัญในการจัดการศึกษา และจากการศึกษาความคาดหวังของโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานครตามข้อมูลในแผนพัฒนาคุณภาพการศึกษา (พ.ศ.2560-2564) พบว่า สาเหตุที่ส่งผลต่อคุณภาพการจัดการศึกษาทั้งด้านคุณภาพผู้เรียน กระบวนการบริหารและการจัดการสถานศึกษา คือ สมรรถนะการบริหารของผู้บริหารสถานศึกษา ทั้งนี้พบว่าผู้บริหารสถานศึกษาขาดการเตรียมความพร้อมของ



บุคลากรด้านการพัฒนาหลักสูตร รูปแบบและวิธีการพัฒนาทรัพยากรบุคคลที่สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของสังคม การเข้าถึงข้อมูลของครูในการนำมาจัดการเรียนรู้ให้กับผู้เรียน การบริการด้านสารสนเทศ ICT ของโรงเรียนส่วนใหญ่ยังมีน้อย โดยเฉพาะโรงเรียนขนาดเล็กรวมถึงการคิดค้นนวัตกรรมทางการจัดการเรียนรู้ยังไม่หลากหลาย (สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน, 2564)

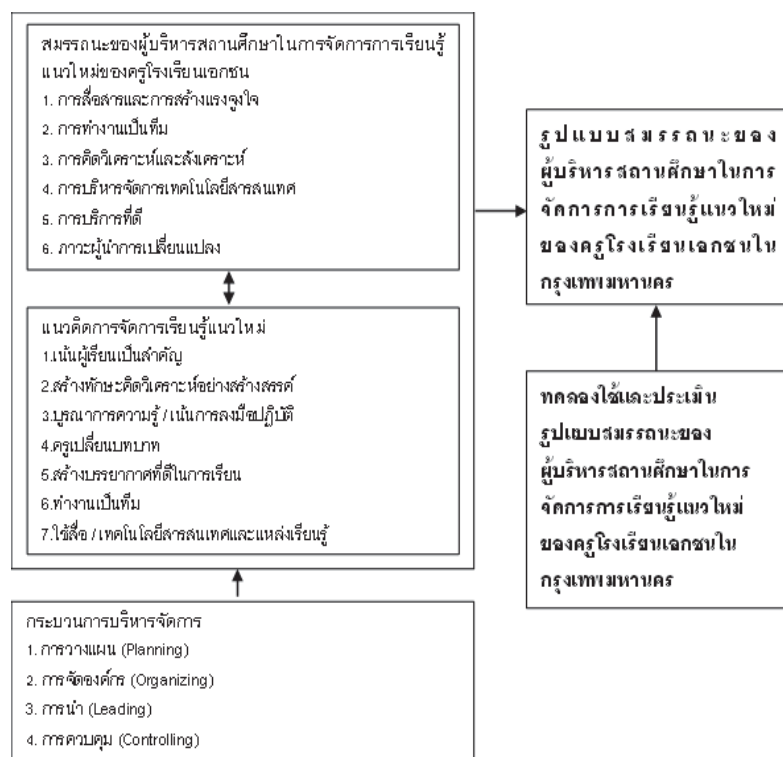
สมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษามีความสำคัญอย่างยิ่งกับการจัดการการเรียนรู้ของครู ขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติงานของครู รวมถึงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียน ผู้บริหารต้องเป็นผู้ที่มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์เพื่อการบริหารองค์การให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น ต้องเป็นผู้นำทางวิชาการ มีความรู้ในหลักการบริหารรวมทั้งต้องรู้จักนำนวัตกรรม และเทคโนโลยีสารสนเทศมาใช้ในการบริหารสถานศึกษาอย่างต่อเนื่อง ดังนั้น รูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร จึงมีความสำคัญเพื่อใช้เป็นแนวทางในการบริหารจัดการสถานศึกษาเอกชนให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้

บทความวิจัยนี้นำเสนอ สภาพและแนวทางสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ ตลอดจน การสร้าง ทดลองใช้ และประเมินรูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร ในด้านความถูกต้อง ความเหมาะสม ความเป็นไปได้ และ ความเป็นประโยชน์ ซึ่งรายละเอียดของรูปแบบที่ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบนั้น โรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานครสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการบริหารจัดการศึกษาตามบริบทของแต่ละสถานศึกษา อีกทั้งหน่วยงานต้นสังกัดคือ สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน ยังสามารถนำไปต่อยอดสร้างหลักสูตรพัฒนาสมรรถนะผู้บริหารสถานศึกษาในทุกกระดับ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อการจัดการศึกษาของประเทศในอนาคตต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพและแนวทางสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อสร้างและประเมินความถูกต้องและความเหมาะสมของรูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร
3. เพื่อทดลองใช้และประเมินความเป็นไปได้และความเป็นประโยชน์ของรูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร

กรอบแนวคิดการวิจัย



วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยผสมผสาน(Mixed Method) กำหนดขั้นตอนการวิจัย 3 ขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาสภาพและแนวทางสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร ประชากร ประกอบด้วย ผู้บริหารสถานศึกษาและครูโรงเรียนเอกชนระดับสามัญศึกษาในกรุงเทพมหานคร จำนวนทั้งสิ้น 22,157 คน กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างจากตารางเครจซีและมอร์แกน (Krejcie & Morgan, 1970) ซึ่งได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 377 คน และเพื่อป้องกันการได้รับแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์ จึงได้เพิ่มกลุ่มตัวอย่างอีกประมาณร้อยละ 20 ในการวิจัยครั้งนี้ จึงใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวนทั้งสิ้น 450 คน และเพื่อให้บุคลากรของแต่ละโรงเรียนทั่วเขตกรุงเทพมหานครมีโอกาสเป็นตัวแทนประชากร จึงสุ่มโรงเรียนโดยวิธีจับฉลากจากกลุ่มโรงเรียนเอกชนในเขตกรุงเทพมหานคร ทั้งหมด 25 กลุ่มๆ ละ 6 โรงเรียน รวมทั้งหมด 150 โรงเรียน และแต่ละโรงเรียนกำหนดผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 3 คน คือ ผู้อำนวยการโรงเรียน 1 คน หัวหน้าวิชาการหรือครูวิชาการ 1 คน และครูผู้สอน 1 คน รวมทั้งสิ้น 450 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม ศึกษาสภาพสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และ ค่าเบี่ยงเบน-มาตรฐาน (Standard Deviation)

อีกส่วนหนึ่งคือการสัมภาษณ์แนวทางสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานครจากผู้ทรงคุณวุฒิหรือผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ความสามารถและมี



ประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร จำนวน 9 คน โดยวิธีเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-Structured Interview) ประเด็นสัมภาษณ์เป็นแบบปลายเปิด เกี่ยวกับแนวทางสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) เพื่อสรุปเป็นรูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร

ขั้นตอนที่ 2 การสร้างและประเมินรูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร ประชากร ประกอบด้วย ผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ ความสามารถหรือมีประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร จำนวน 7 คนโดยวิธีเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เครื่องมือที่ใช้คือ แบบสัมภาษณ์ และแบบสอบถาม เพื่อประเมินความถูกต้องและเหมาะสมของร่างรูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา และ การหาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

ขั้นตอนที่ 3 ทดลองใช้และประเมินรูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร โดยปฏิบัติการทดลองใช้ที่โรงเรียนกรุงเทพพิทยาคม เป็นระยะเวลา 2 เดือน และประเมินความเป็นไปได้และความเป็นประโยชน์ของรูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร โดยผู้อำนวยการสถานศึกษา รองผู้อำนวยการสถานศึกษา 3 ฝ่ายและคณะครูทั้งโรงเรียนจำนวน 40 คน รวมทั้งสิ้น 44 คน เครื่องมือที่ใช้ประเมิน คือ แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา และ การหาค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

ผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ที่ 1 ผลการวิจัยพบว่า สภาพสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร ในภาพรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง รองลงมา คือ ด้านการบริหารจัดการเทคโนโลยีสารสนเทศ ด้านการบริการที่ดี ด้านการสื่อสารและการสร้างแรงจูงใจ ด้านการทำงานเป็นทีม และ ด้านการคิดวิเคราะห์และสังเคราะห์ ตามลำดับ ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับปฏิบัติของสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร รายด้าน และภาพรวม

(n=427)

สมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่		$\bar{X}$	S.D.	ระดับปฏิบัติ
1.	ด้านภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง	4.407	.612	มาก
2.	ด้านการบริหารจัดการเทคโนโลยีสารสนเทศ	4.398	.668	มาก
3.	ด้านการบริการที่ดี	4.393	.641	มาก
4.	ด้านการสื่อสารและการสร้างแรงจูงใจ	4.391	.611	มาก
5.	ด้านการทำงานเป็นทีม	4.388	.619	มาก
6.	ด้านการคิดวิเคราะห์และสังเคราะห์	4.376	.649	มาก
รวม		4.392	.541	มาก

จากตารางที่ 1 พบว่า สมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.392$, S.D.=.541) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า สมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา ด้านภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X}=4.407$, S.D.=.612) รองลงมา คือ ด้านการบริหารจัดการเทคโนโลยีสารสนเทศ และด้านการบริการที่ดี อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.398$, S.D.=.668 และ $\bar{X}=4.393$, S.D.=.641 ตามลำดับ) ส่วนลำดับสุดท้ายคือ ด้านการคิดวิเคราะห์และสังเคราะห์ ($\bar{X}=4.376$, S.D.=.649)

แนวทางสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษามี 6 ด้าน ดังที่กล่าวข้างต้น ส่วนการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ มี 7 ด้าน คือ 1. ด้านเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ 2. ด้านสร้างทักษะคิดวิเคราะห์อย่างสร้างสรรค์ 3. ด้านบูรณาการความรู้และการลงมือปฏิบัติ 4. ด้านครูเปลี่ยนบทบาท 5. ด้านสร้างบรรยากาศที่ดีในการเรียน 6. ด้านทำงานเป็นทีม 7. ด้านใช้สื่อ เทคโนโลยีและแหล่งเรียนรู้ และกระบวนการจัดการ 4 ขั้นตอน คือ 1. การวางแผน 2. การจัดองค์การ 3. การนำ 4. การควบคุม

วัตถุประสงค์ที่ 2 ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบหลัก คือ องค์ประกอบหลักที่ 1 คือ สมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบย่อย องค์ประกอบย่อยที่ 1 สมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา มี 6 ด้าน ได้แก่ 1.1 ด้านการสื่อสารและการสร้างแรงจูงใจ 1.2 ด้านการทำงานเป็นทีม 1.3 ด้านการวิเคราะห์และสังเคราะห์ 1.4 ด้านการบริหารจัดการเทคโนโลยีและสารสนเทศ 1.5 ด้านการบริการที่ดี 1.6 ด้านภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง องค์ประกอบย่อยที่ 2 การจัดการเรียนรู้แนวใหม่มี 7 ด้าน ได้แก่ 2.1 ด้านเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ 2.2 ด้านสร้างทักษะคิดวิเคราะห์อย่างสร้างสรรค์ 2.3 ด้านบูรณาการความรู้และการลงมือปฏิบัติ 2.4 ด้านครูเปลี่ยนบทบาท 2.5 ด้านสร้างบรรยากาศที่ดีในการเรียน 2.6 ด้านทำงานเป็นทีม 2.7 ด้านใช้สื่อ เทคโนโลยีและแหล่งเรียนรู้ โดยขับเคลื่อนด้วยองค์ประกอบหลักที่ 2 กระบวนการจัดการ มี 4 ขั้นตอน คือ การวางแผน การจัดองค์การ การนำ และ การควบคุม และมีผลการประเมินร่างรูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา

ในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร ในภาพรวม พบว่า ความถูกต้อง และ ความเหมาะสม อยู่ในระดับมากที่สุด

วัตถุประสงค์ที่ 3 ผลการวิจัยพบว่า การทดลองใช้และประเมินการนำรูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานครไปใช้ ในภาพรวมพบว่า มีความเป็นไปได้ และ ความเป็นประโยชน์ อยู่ในระดับมากที่สุด

อภิปรายผลการวิจัย

1. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่า สภาพสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานครในภาพรวม พบว่าสภาพการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน ทั้ง 6 ด้าน พบว่า อยู่ในระดับมากทุกด้าน โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ 1. ด้านภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง 2. ด้านการบริหารจัดการเทคโนโลยีสารสนเทศ 3. ด้านการบริการที่ดี 4. ด้านการสื่อสารและการสร้างแรงจูงใจ 5. ด้านการทำงานเป็นทีม และ 6. ด้านการคิดวิเคราะห์ และสังเคราะห์ โดยที่สมรรถนะด้านภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ทั้งนี้เป็นเพราะว่า ผู้บริหารสถานศึกษาเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร เป็นผู้ที่มีความรู้ ความสามารถ และตระหนักถึงความสำคัญของการบริหารสถานศึกษาให้มีคุณภาพ ทั้งคุณภาพผู้เรียน และคุณภาพสถานศึกษา ผู้บริหารสถานศึกษาใช้ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงในการบริหารสถานศึกษาที่สอดคล้องกับยุคการศึกษาปัจจุบันที่เกิดการเปลี่ยนแปลง ทั้งเรื่องเศรษฐกิจ สังคม การเมือง เทคโนโลยี โดยเฉพาะช่วงที่เกิดโรคระบาดโควิด-19 ซึ่งส่งผลต่อการจัดการศึกษาในทุกระดับ เพื่อให้การบริหารสถานศึกษาเกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลในทุกมิติ อีกทั้งในเรื่องของการปฏิรูปด้านการศึกษาตามแผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560 – 2579 ที่วางกรอบเป้าหมายและทิศทางการจัดการศึกษาของประเทศ โดยมุ่งจัดการศึกษาให้คนไทยทุกคนสามารถเข้าถึงโอกาสและความเสมอภาคในการศึกษาที่มีคุณภาพ พัฒนาระบบการบริหารจัดการศึกษาที่มีประสิทธิภาพ พัฒนากำลังคนให้มีสมรรถนะในการทำงานที่สอดคล้องกับความต้องการของตลาดงานและการพัฒนาประเทศ ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านการบริหารจัดการศึกษา ส่งผลให้ผู้บริหารสถานศึกษามีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมต่าง ๆ ให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น มีความตระหนักในบทบาทหน้าที่ของตนเองมากขึ้น พัฒนาตนเองและบุคลากรให้มีความรู้ความสามารถ และเท่าทันเหตุการณ์ปัจจุบัน เพื่อพัฒนาสถานศึกษาไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ อีกทั้งผู้บริหารสถานศึกษาส่วนมากมีประสบการณ์การปฏิบัติงานในระยะเวลายาวนาน รวมทั้งผ่านการอบรม สัมมนา ศึกษาดูงาน เพื่อพัฒนาตนเองให้เป็นผู้ดำเนินการเปลี่ยนแปลงอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งผู้บริหารที่ใช้ภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงจะส่งผลให้บุคลากรมีแรงจูงใจ มีขวัญกำลังใจ และความมุ่งมั่นในการทำงาน ก่อให้เกิดความร่วมมือทุกฝ่ายทำให้เกิดการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง และยั่งยืน และมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลตามมาตรฐานของสถานศึกษาที่ตั้งไว้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ อนุสิทธิ์ นามโยธา (2555) ได้วิจัยเรื่องการพัฒนาแบบความสัมพันธ์โครงสร้างเชิงเส้นของสมรรถนะผู้บริหารสถานศึกษาที่ส่งผลต่อประสิทธิผลของโรงเรียน ผลการวิจัย พบว่า สมรรถนะประจำสายงานของผู้บริหารสถานศึกษา ได้แก่ การสื่อสารและการจูงใจ การมีวิสัยทัศน์ การวิเคราะห์และสังเคราะห์การพัฒนาศักยภาพบุคลากร และการมีภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง

จากงานวิจัยดังกล่าวจะเห็นได้ว่า สมรรถนะด้านการมีภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง จะส่งผลกระทบต่อประสิทธิผลของโรงเรียนเช่นกัน

และพบว่าแนวทางสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาทั้ง 6 ด้าน ในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ 7 ด้าน คือ 1. ด้านเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ 2. ด้านสร้างทักษะคิดวิเคราะห์อย่างสร้างสรรค์ 3. ด้านบูรณาการความรู้และการลงมือปฏิบัติ 4. ด้านครูเปลี่ยนบทบาท 5. ด้านสร้างบรรยากาศที่ดีในการเรียน 6. ด้านทำงานเป็นทีม 7. ด้านใช้สื่อ เทคโนโลยีและแหล่งเรียนรู้ ทั้งนี้เป็นเพราะแนวคิดการจัดการเรียนรู้แนวใหม่ หรือการจัดการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 นั้น มุ่งที่จะจัดการการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ คือแนวการจัดการเรียนการสอนที่เน้นให้ผู้เรียนสร้างความรู้ใหม่ และสิ่งประดิษฐ์ใหม่โดยการใช้กระบวนการการคิด และกระบวนการกลุ่มในการทำงานเป็นทีม และให้ผู้เรียนมีปฏิสัมพันธ์และมีส่วนร่วมในการเรียน สามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ได้ โดยผู้สอนมีบทบาทเป็นผู้อำนวยความสะดวกในการจัดประสบการณ์การเรียนรู้ บทบาทของผู้สอน คือ ผู้สนับสนุน (Supporter) และเป็นแหล่งความรู้ (Resource Person) ให้ผู้เรียน รวมถึงครูและผู้เรียนต้องร่วมกันสร้างบรรยากาศที่ดีในการเรียน การจัดการเรียนการสอนที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญต้องจัดให้สอดคล้องกับความสนใจ ความสามารถและความถนัด เน้นการบูรณาการความรู้ในศาสตร์สาขาต่าง ๆ ใช้หลากหลายวิธีการสอน ผสมผสานการใช้สื่อ เทคโนโลยี และแหล่งเรียนรู้ที่หลากหลาย เน้นลงมือปฏิบัติจริง เพื่อให้ผู้เรียนมีประสบการณ์ตรง สามารถสรุปความรู้ได้ด้วยตนเอง สามารถพัฒนาปัญญาอย่างหลากหลายคือ พหุปัญญา รวมทั้งเน้นการวัดผลอย่างหลากหลายวิธี ทั้งนี้เพื่อผลของคุณภาพผู้เรียนที่คาดหวังในเรื่องของทักษะของคนในศตวรรษที่ 21 ที่ทุกคนจะต้องเรียนรู้ตลอดชีวิต คือ การเรียนรู้ 3R x 8C สอดคล้องกับระพีพัฒน์ หาญโสภณ และ คณะ(2563) ทำวิจัยเรื่อง การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 สำหรับโรงเรียนร่มโพธิ์ทองธรรมวิทย์ พบว่า การเปลี่ยนแปลง องค์ความรู้ใหม่ และประสบการณ์การเรียนรู้ที่เกิดขึ้นคือ เปลี่ยนจากเน้นครูเป็นศูนย์กลางเป็นเน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง เปลี่ยนการสอนเป็นการจัดการเรียนรู้ เปลี่ยนจากเน้นเนื้อหาเป็นเน้นกระบวนการเรียนรู้ เปลี่ยนจากเน้นบอกความรู้เป็นเน้นฝึกทักษะ เปลี่ยนบทบาทครูที่มีหน้าที่สอน เป็นผู้ออกแบบการเรียนรู้ และอำนวยความสะดวกในการจัดกระบวนการเรียนรู้ การสร้างชุมชนแห่งการเรียนรู้ การสร้างบรรยากาศ การเลือกใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่ การมีปฏิสัมพันธ์ที่ดี และสำหรับผลการพัฒนาทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 พบว่า มีองค์ประกอบที่สัมพันธ์กันระหว่างผู้เรียน ผู้สอน เนื้อหาวิชา และส่วนสำคัญที่ส่งผลให้เกิดการพัฒนา คือ กลวิธีในการสอนหรือการจัดการเรียนรู้ซึ่งขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของกิจกรรม เนื้อหาวิชา เวลา และกลุ่มเป้าหมาย (ผู้เรียน)

ส่วนกระบวนการบริหารของสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ 4 ขั้นตอน คือ 1. การวางแผน (Planning) 2. การจัดองค์การ (Organizing) 3. การนำ (Leading) 4. การควบคุม (Controlling) ทั้งนี้เป็นเพราะผู้บริหารสถานศึกษาจะต้องมีหลักการบริหารจัดการเป็นเครื่องมือในการวางแผน กำกับ และควบคุมการทำงาน และทิศทางของหน่วยงาน กลุ่มงาน ให้ไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ กระบวนการบริหารจัดการ POLC ถือว่าเป็นทฤษฎีการจัดการสมัยใหม่ในยุคเริ่มแรกที่เป็นทฤษฎีการจัดการที่ใส่ใจกระบวนการตั้งแต่เริ่มต้นจนจบ เริ่มตั้งแต่การวางแผน การปฏิบัติการ ไปจนถึงการประเมินผลจุดเด่นอย่างหนึ่งของ POLC ก็คือการให้ความสำคัญกับภาวะการเป็นผู้นำซึ่งนี่ถือเป็นตัวแปรสำคัญ



ในการบริหารจัดการการทำงานให้มีประสิทธิภาพข้อดีของ POLC ก็คือการใส่ใจการสร้างมาตรฐานในทุก รายละเอียด เน้นปฏิบัติตามมาตรฐานที่วางไว้อย่างเคร่งครัด ส่งผลต่อการประเมินผลที่ชัดเจน สามารถวัด ประสิทธิภาพของการทำงานได้ดี ผู้บริหารสถานศึกษาจะต้องมีการวางแผน กำหนดเป้าหมาย แผนงาน และตัดสินใจหาวิธีการที่ดีที่สุดที่ทำให้เป้าหมายนั้นบรรลุผลสำเร็จ การวางแผนควรต้องมีการกำหนด วัตถุประสงค์และขั้นตอนที่จะทำให้บรรลุผลตามที่ต้องการ การกำหนดโครงสร้างตำแหน่ง กำหนดบทบาท หน้าที่ ตลอดจนการทำงานของทุกภาคส่วนให้สอดคล้อง ราบรื่น และไม่ทับซ้อนกัน การจัดการองค์การยังรวม ไปถึงการจัดระเบียบในการทำงานที่จะทำให้การทำงานไม่สะดุด จัดสรรคนให้เหมาะสมกับงาน จัดการงานให้ เป็นระบบระเบียบ เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการทำงานมากที่สุด มีการนำและสั่งการให้บุคคลอื่นมีพฤติกรรม ในการทำงานที่ต้องการและทำให้บรรลุเป้าหมายขององค์การ สร้างแรงจูงใจให้ทุกคนอยากร่วมทำงานได้ ต้อง บริหารงานบุคคลได้ดี ต้องเข้าใจการทำงานของตนเองและผู้ใต้บังคับบัญชา รวมถึงมีทักษะในการแก้ไขปัญหา ได้ดีและมีการตัดสินใจที่รอบคอบ ฉับไว ดีเยี่ยม สามารถที่จะนำพาทุกคนบรรลุเป้าหมายไปสู่ความสำเร็จ อีกทั้งมีการควบคุมกำหนดกิจกรรมต่าง ๆ ขององค์การให้เป็นไปตามมาตรฐาน และเป้าหมายที่องค์การ คาดหวัง และกำหนดไว้การดูแลบุคลากรตลอดจนการทำงานต่าง ๆ ให้เป็นไปตามแผนงานที่วางไว้ ตลอดจน การติดตามประเมินผลว่าการปฏิบัติงานนั้นเป็นไปตามที่วางไว้หรือไม่ บรรลุวัตถุประสงค์หรือเปล่า มีความสำเร็จมากน้อยเพียงไร การควบคุมนั้นยังหมายถึงการจัดการกับปัญหาอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อให้ เกิดผลกระทบกับการทำงานน้อยที่สุดอีกด้วย สอดคล้องกับ ดรัคเกอร์ (Drucker, 2005); เซอร์เมอร์ฮอร์น (Schermerhorn, 2011); เบทแมนและสเนล (Bateman and Snell, 2009) และ ดาล์ฟ (Dalf, 2006) สรุปว่า กระบวนการบริหาร POLC เป็นทฤษฎีการจัดการยุคใหม่ ซึ่งผู้บริหารจะต้องทำทั้ง 2 อย่างคือ บริหารคน และทรัพยากรให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผล ในโลกธุรกิจทุกวันนี้ ผู้บริหารที่ยิ่งใหญ่จะไม่เพียงแต่ ปรับเปลี่ยนตามเงื่อนไข แต่ยังต้องประยุกต์ใช้อย่างจริงจัง คือ เคร่งครัด มั่นคง และมีวินัยตามพื้นฐาน หน้าที่ หลักของการบริหารจัดการ ซึ่งประกอบด้วย การวางแผน (Planning) การจัดองค์กร (Organizing) การนำ (Leading) และการควบคุม (Controlling) เพื่อความสำเร็จตามเป้าหมายขององค์การที่ได้กำหนดไว้ และ งานวิจัยของ สุประวีณ์ ทิพย์โพธิ์ (2563) เรื่อง รูปแบบการบริหารงานวิชาการสู่ความเป็นเลิศของโรงเรียน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1 พบว่า กระบวนการบริหารงานวิชาการสู่ความเป็นเลิศ มี 4 ประการ ได้แก่ การวางแผน การจัดองค์กร การนำ และ การควบคุม

2. ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 พบว่า รูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการ การเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบหลัก คือ องค์ประกอบหลักที่ 1 คือ สมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบย่อย องค์ประกอบย่อยที่ 1 สมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา มี 6 ด้าน ได้แก่ 1.1 ด้านการ สื่อสารและการสร้างแรงจูงใจ 1.2 ด้านการทำงานเป็นทีม 1.3 ด้านการวิเคราะห์และสังเคราะห์ 1.4 ด้านการ บริหารจัดการเทคโนโลยีและสารสนเทศ 1.5 ด้านการบริการที่ดี 1.6 ด้านภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง องค์ประกอบย่อยที่ 2 การจัดการเรียนรู้แนวใหม่มี 7 ด้าน ได้แก่ 2.1 ด้านเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ 2.2 ด้านสร้าง ทักษะคิดวิเคราะห์อย่างสร้างสรรค์ 2.3 ด้านบูรณาการความรู้และการลงมือปฏิบัติ 2.4 ด้านครูเปลี่ยนบทบาท

2.5 ด้านสร้างบรรยากาศที่ดีในการเรียน 2.6 ด้านทำงานเป็นทีม 2.7 ด้านใช้สื่อ เทคโนโลยีและแหล่งเรียนรู้ โดยขับเคลื่อนด้วยองค์ประกอบหลักที่ 2 กระบวนการจัดการ มี 4 ขั้นตอน คือ การวางแผน การจัดองค์การ การนำ และการควบคุม และเมื่อประเมินความถูกต้อง และความเหมาะสม อยู่ในระดับมากที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะรูปแบบที่พัฒนาขึ้นได้ผ่านกระบวนการต่าง ๆ อย่างเหมาะสม และได้ผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งล้วนเป็นผู้ที่มีความรู้ และมีประสบการณ์ตรงเกี่ยวกับการจัดการศึกษา จึงสามารถให้ข้อเสนอแนะที่นำไปสู่การพัฒนา รูปแบบได้เป็นอย่างดี ประกอบกับผู้ประเมินมีความเข้าใจเรื่องสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา และการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ ทำให้ผลการประเมินรูปแบบจึงปรากฏเช่นนี้ สอดคล้องกับสุประวีณ์ ทิพย์โพธิ์ (2563) เรื่อง รูปแบบการบริหารงานวิชาการสู่ความเป็นเลิศของโรงเรียน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1 พบว่า ผลการประเมินรูปแบบมีคุณภาพด้านความเหมาะสม ความเป็นไปได้ และ อร์ธประโยชน์ ทุกด้านอยู่ในระดับมากที่สุด และ ภิชาพัชญ์ โทนา (2562) ทำการวิจัยเรื่อง รูปแบบการพัฒนาสมรรถนะผู้บริหารสถานศึกษาในยุคประเทศไทย 4.0 พบว่า การประเมินรูปแบบการพัฒนาสมรรถนะผู้บริหารสถานศึกษาในยุคประเทศไทย 4.0 ด้านความถูกต้อง ความเหมาะสม ความเป็นไปได้ และความเป็นประโยชน์ โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก

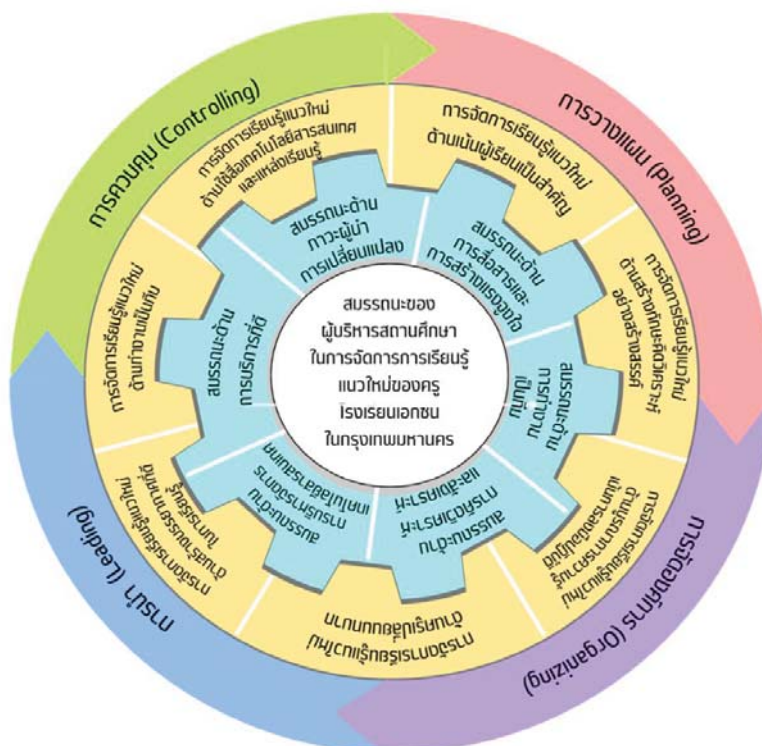
ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 3 พบว่า เมื่อทดลองใช้ และประเมินรูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร พบว่า ความเป็นไปได้ และความเป็นประโยชน์ อยู่ในระดับมากที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะรูปแบบที่พัฒนาขึ้นได้ผ่านกระบวนการต่าง ๆ อย่างเหมาะสม และได้ผู้ทรงคุณวุฒิซึ่งล้วนเป็นผู้ที่มีความรู้ และมีประสบการณ์ตรงเกี่ยวกับการจัดการศึกษา จึงสามารถให้ข้อเสนอแนะที่นำไปสู่การพัฒนารูปแบบได้เป็นอย่างดี ประกอบกับได้ทดลองใช้เป็นระยะเวลา 2 เดือน ทำให้ผู้ประเมินทุกคน ได้มีส่วนร่วมในการทดลองใช้ทุกขั้นตอน และทุกคนได้รับรู้ และเข้าใจถึงสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา และการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ ตลอดจนกระบวนการจัดการ 4 ขั้นตอน คือ 1. การวางแผน 2. การจัดองค์การ 3. การนำ และ 4.การควบคุม ที่ใช้ในการจัดการศึกษาของสถานศึกษา ให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ทำให้ผลการประเมินรูปแบบจึงปรากฏเช่นนี้ สอดคล้องกับนิศมพรหมวัน (2561) ทำวิจัยเรื่อง รูปแบบสมรรถนะผู้นำโรงเรียนเอกชนสู่มาตรฐานสากล พบว่า ผลการประเมินรูปแบบสมรรถนะผู้นำโรงเรียนเอกชนสู่มาตรฐานสากลในภาพรวม มีความเหมาะสม ความเป็นไปได้ และความเป็นประโยชน์อยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย คือ รูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบหลัก คือ องค์ประกอบหลักที่ 1 คือสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบย่อย องค์ประกอบย่อยที่ 1 สมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา มี 6 ด้าน ได้แก่ 1.1 ด้านการสื่อสารและการสร้างแรงจูงใจ 1.2 ด้านการทำงานเป็นทีม 1.3 ด้านการวิเคราะห์และสังเคราะห์ 1.4 ด้านการบริหารจัดการเทคโนโลยีและสารสนเทศ 1.5 ด้านการบริการที่ดี 1.6 ด้านภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง องค์ประกอบย่อยที่ 2



การจัดการเรียนรู้แนวใหม่มี 7 ด้าน ได้แก่ 2.1 ด้านเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ 2.2 ด้านสร้างทักษะคิดวิเคราะห์อย่างสร้างสรรค์ 2.3 ด้านบูรณาการความรู้และการลงมือปฏิบัติ 2.4 ด้านครูเปลี่ยนบทบาท 2.5 ด้านสร้างบรรยากาศที่ดีในการเรียน 2.6 ด้านทำงานเป็นทีม 2.7 ด้านใช้สื่อ เทคโนโลยีและแหล่งเรียนรู้ โดยขับเคลื่อนด้วยองค์ประกอบหลักที่ 2 กระบวนการจัดการ มี 4 ขั้นตอน คือ การวางแผน การจัดการ การนำ และการควบคุม ดังภาพ



สรุป รูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร ที่ได้สร้างขึ้นจากงานวิจัยนี้ มีความถูกต้อง ความเหมาะสม ความเป็นไปได้ และความเป็นประโยชน์ ซึ่งผู้บริหารสถานศึกษาสามารถนำไปปฏิบัติตามองค์ประกอบในรูปแบบ จะส่งผลต่อประสิทธิภาพของการบริหาร และทำให้การจัดการศึกษาของสถานศึกษาประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 1 พบว่า สภาพสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร ในภาพรวมมีการปฏิบัติอยู่ในระดับมาก โดยด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง รองลงมา คือ ด้านการบริหารจัดการเทคโนโลยีสารสนเทศ ด้านการบริการที่ดี ด้านการสื่อสารและการสร้างแรงจูงใจ ด้านการทำงานเป็นทีม และ ด้านการคิดวิเคราะห์

และสังเคราะห์ ตามลำดับ ดังนั้น สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน และโรงเรียนเอกชนใน กรุงเทพมหานคร ควรมีแผนพัฒนาผู้บริหารสถานศึกษา ให้มีความรู้ความเข้าใจในบริบทของการจัดการ การเรียนรู้แนวใหม่ โดยต้องมีการกำหนดแผนพัฒนาตนเอง เพื่อพัฒนาสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาทั้ง 6 ด้าน ในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ สำหรับการบริหารจัดการทางด้านวิชาการให้มีคุณภาพ ซึ่งเป็นเป้าหมาย สำคัญในการจัดการศึกษาในศตวรรษที่ 21

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ที่ 2 และ 3 พบว่า รูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการ จัดจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบหลัก คือ องค์ประกอบหลัก ที่ 1 คือสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ ประกอบด้วย 2 องค์ประกอบย่อย องค์ประกอบย่อยที่ 1 สมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษา มี 6 ด้าน ได้แก่ 1.1 ด้านการ สื่อสารและการสร้างแรงจูงใจ 1.2 ด้านการทำงานเป็นทีม 1.3 ด้านการวิเคราะห์และสังเคราะห์ 1.4 ด้านการ บริหารจัดการเทคโนโลยีและสารสนเทศ 1.5 ด้านการบริการที่ดี 1.6 ด้านภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง องค์ประกอบย่อยที่ 2 การจัดการเรียนรู้แนวใหม่มี 7 ด้าน ได้แก่ 2.1 ด้านเน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ 2.2 ด้านสร้าง ทักษะคิดวิเคราะห์อย่างสร้างสรรค์ 2.3 ด้านบูรณาการความรู้และการลงมือปฏิบัติ 2.4 ด้านครูเปลี่ยนบทบาท 2.5 ด้านสร้างบรรยากาศที่ดีในการเรียน 2.6 ด้านทำงานเป็นทีม 2.7 ด้านใช้สื่อ เทคโนโลยีและแหล่งเรียนรู้ โดยขับเคลื่อนด้วยองค์ประกอบหลักที่ 2 กระบวนการจัดการ มี 4 ขั้นตอน คือ การวางแผน การจัดการ การนำ และ การควบคุม ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรดำเนินการเผยแพร่รูปแบบ เพื่อให้โรงเรียนเอกชนทุก โรง และผู้บริหารสถานศึกษาได้ศึกษา เพื่อให้ความรู้ ความเข้าใจ ถึงองค์ประกอบของรูปแบบ และสามารถ นำไปใช้บริหารจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ เพื่อให้สถานศึกษาประสบความสำเร็จในการจัดการศึกษาตาม เป้าหมายที่ตั้งไว้

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยนี้ได้ข้อค้นพบ คือ รูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนว ใหม่ของครูโรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับการบริหารจัดการศึกษาใน สถานศึกษาเอกชน โดยควรให้ความสำคัญกับสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนว ใหม่ และกระบวนการจัดการ สำหรับประเด็นในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำวิจัยในประเด็นดังต่อไปนี้

2.1 ควรมีการศึกษาพัฒนาองค์ประกอบและตัวบ่งชี้สมรรถนะผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการ การเรียนรู้แนวใหม่เพิ่มเติมจากงานวิจัยนี้ เพื่อให้สอดคล้องกับสถานการณ์และความเปลี่ยนแปลงในปัจจุบันและ อนาคต

2.2 ควรมีการวิจัยเรื่อง รูปแบบสมรรถนะผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ โดย กำหนดประชากรจากโรงเรียนเอกชนทั่วประเทศ เพื่อให้ทราบภาพรวมของทั้งประเทศ

2.3 ควรทดลองใช้รูปแบบสมรรถนะของผู้บริหารสถานศึกษาในการจัดการการเรียนรู้แนวใหม่ของครู โรงเรียนเอกชนในกรุงเทพมหานคร ในโรงเรียนขนาดเล็ก กลาง และใหญ่ เพื่อให้ได้ผลประเมินที่ครอบคลุมทุก ขนาดโรงเรียน



เอกสารอ้างอิง

- เทียน ทองแก้ว.(2550). *สมรรถนะ (Competency) : หลักการและแนวปฏิบัติ*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต.
- นริศ มหาพรหมวัน.(2561).รูปแบบสมรรถนะผู้นำโรงเรียนเอกชนสู่มาตรฐานสากล (วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
- ภิชาพัชญ์ โทนา.(2562).รูปแบบการพัฒนาสมรรถนะผู้บริหารสถานศึกษาในยุคประเทศไทย 4.0 (วิทยานิพนธ์ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์
- ระพีพัฒน์ หายูโสภา และคณะ. (2563). การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 สำหรับโรงเรียนร่วมโพธิ์ทองธรรมวิทย. *วารสารสังคมศาสตร์และมานุษยวิทยาเชิงพุทธ*,5(11),18-31.
- สุประวีณ์ ทิพย์โพธิ์ และคณะ.(2563). รูปแบบการบริหารงานวิชาการสู่ความเป็นเลิศของโรงเรียน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1. *ศึกษาศาสตร์สาร มหาวิทยาลัยเชียงใหม่*, 4(2), 56-70.
- สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน. (2560). *แผนพัฒนาการศึกษาเอกชน พ.ศ. 2560 – 2564*. สืบค้นเมื่อ 26 กุมภาพันธ์ 2565, จาก <https://opec.go.th/wp-content/uploads/2021/09/3-1.pdf>
- อนุสิทธิ์ นามโยธา. (2555). *การพัฒนารูปแบบความสัมพันธ์โครงสร้างเชิงเส้นของสมรรถนะผู้บริหารสถานศึกษาที่ส่งผลต่อประสิทธิผลของโรงเรียน* (วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต). มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร.
- Bateman, S. T., & Snell, A. S. (2009). *Management: Leading & Collaborating in a competitive world* (8th ed.). Boston, MA: McGraw Hill.
- Daft, R.L. (2006). *The New Era of Management*. International Edition. Ohio: Thompson.
- Drucker, P.F. (2005). *The Effective Executive: The Definitive Guide to Getting the Right Things Done* (Harper business Essentials). New York: Harper Business.
- Krejcie, Robert V. and Daryle, W. Morgan (1970). *Determining Size for Research Activities, Education Psychological Measurement*, 30(3), 608-610.
- Schermerhorn, J.R. et al. (2011). *Management*. 11thed. New York: John wiley & Sons.



คณะมนุษยศาสตร์

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ตำบลลำไทร อำเภอน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา