

ศึกษากระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัว

ตามแนวพุทธจิตวิทยาบูรณาการ*

A STUDY OF PROCESS OF PROMOTING THE FAMILY STABILITY

ACCORDING TO INTEGRATED BUDDHIST PSYCHOLOGY

อนันต์ อุปสอด, อณิษฐา หาญภักดีนิยม

Anan Upasod, Anitta Hanphakdeeniyom

มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง

Lampang Rajabhat University

Corresponding Author E-mail: ananupsod9541@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 1. เพื่อศึกษาแนวคิดและกระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยา 2. เพื่อพัฒนากระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาของครอบครัว 3. วิเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาของครอบครัว โดยผู้วิจัยได้ใช้รูปแบบคุณภาพ ด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกกับครอบครัวในพื้นที่ รวมถึงผู้นำชุมชน และผู้สูงอายุในพื้นที่ และการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วมกับตัวอย่างแบบเจาะจงจำนวน 24 คน เพื่อหาลักษณะร่วม และข้อสรุปร่วมวิธีการวิเคราะห์เอกสารเนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า แนวคิดการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวเกิดจากแนวความคิดพื้นฐานคือครอบครัวเป็นการให้ความรัก ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และถ่ายทอดวัฒนธรรมทางสังคมให้แก่สมาชิกในครอบครัว การพัฒนากระบวนการเสริมสร้าง จะเริ่มจาก 1. การสร้างกิจกรรมสันตทานการร่วมกัน 2. การกล่อมเกลாதงสังคม 3. การสอนให้ปฏิบัติตามจารีตประเพณีที่สืบทอดกันมา ส่วนรูปแบบการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาของครอบครัว พบว่าจะเริ่มต้นจากการส่งเสริมกำลังใจให้แก่กันด้วยการทำกิจกรรมสันตทานการต่าง ๆ ร่วมกัน มีการสร้างกำลังใจให้กับบุคคลภายในครอบครัวตามโอกาสสำคัญต่างๆ และการส่งเสริมให้คนในครอบครัวรักษานิสัยธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมไทย เพื่อก่อให้เกิดการมีจิตใจที่ดี

คำสำคัญ: ความมั่นคงของครอบครัว; พุทธจิตวิทยา; บูรณาการ

* Received June 20, 2020; Revised July 8, 2020; Accepted September 22, 2020

Abstract

The objectives of this study were 1. To study concept and process for promote the family stability according to integrated Buddhist psychology, 2. To develop process for promote the family stability according to integrated Buddhist psychology and 3. To analyze model for promoting the family stability according to integrated Buddhist principle. The methodology of this research was Qualitative Research that aimed at the detail and content analysis with logic in this issues. The Key Informants were the 8 persons in each country as all with 24 persons by In-depth Interview with purpose sampling. The collect data was done by finding out common character and common conclusion in the feasibility for model for promoting the family stability according to integrated Buddhist principle by content analysis. The research findings were as follows: the basic foundation for this issue was family institution that is the place for love, help, support morality and ethics building and also culture transformation that made the family members to become good citizen. The first step for this issue was to set activities for family member. Second was socialization in family and teaching custom and tradition such as Buddhism activities and the model for promoting the family stability according to integrated Buddhist principle that was found that the first step advanced to add more spirit by joining family activities in important day in government holidays and Buddhist holidays for keeping in good condition and carrying on good tradition for a long time.

Keywords: Family Stability; Buddhist Psychology; integration

บทนำ

หลักธรรมคำสอนในทางพระพุทธศาสนาโดยเนื้อแท้แล้วมุ่งพิจารณาถึงสาเหตุของการเกิดทุกข์และวิถีทางในการดับทุกข์ และใจความสำคัญนั้นเป็นหลักที่มีเหตุผลที่ทุกคนสามารถขัดเกลาตนเองให้เห็นได้ หรืออีกนัยหนึ่ง พุทธศาสนานับศึกษาเรื่องเกี่ยวกับปัญหาภายในจิตใจของคนในสังคมที่ยังไม่ไร้ทุกข์ ซึ่งเรียกว่าปัญหาทางจิตใจของมนุษย์ว่า โรคทางวิญญาณ อันเป็นโรคที่เกิดจากการเห็นผิด ซึ่งการเห็นผิดเป็นเหตุให้คิดผิด พุติผิด และทำผิด (ชมพูนุช ศรีจันทร์นิล, 2552) สาเหตุที่จิตวิพากษ์กับพระพุทธศาสนามาบรรจบกันก็

กลายเป็นจิตวิทยาแนวพุทธ (Buddhist Psychology) อันเป็นแนวคิดที่นำแก่นคำสอนของพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิตทุกด้านและพฤติกรรมทุกด้าน (พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), 2539) ปัจจุบันสถาบันครอบครัวกำลังเผชิญกับปัญหาทางด้าน การเลี้ยงดูบุตร ปัญหาเกี่ยวกับสามีภรรยา ปัญหาเกี่ยวกับผู้สูงอายุ (พระครูสมุห์จิรชาติ พุทธรฤกขิตโตและคณะ, 2563) ปัญหาโครงสร้าง หน้าที่และบทบาทของครอบครัว ซึ่งอาจมีสาเหตุมาจากความไม่พร้อมของบุคคล ไม่ปรับพฤติกรรม ค่านิยม บทบาทที่เกิดขึ้นให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว รวมถึง สังคมไทยและคนในสังคมมีการเปลี่ยนแปลงในด้านวิถีการดำเนินชีวิตและวิถีวัฒนธรรม คนไทยต้องเผชิญกับวิกฤตเรื่อง ค่านิยม คุณธรรมจริยธรรม และพฤติกรรมที่มีการเลียนแบบวัฒนธรรมการบริโภคนิยม วัตถุนิยม และการให้ความสำคัญกับเงินตราเป็นตัวตั้ง การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวมีผลกระทบโดยตรงต่อสถาบันครอบครัว ครอบครัวไทยมีความอ่อนแอลงเรื่อย ๆ สัมพันธภาพและความเกื้อกูลของคนในครอบครัวลดน้อยลง พ่อแม่ผู้ปกครอง ไม่สามารถทำหน้าที่อบรมสั่งสอนและขัดเกลาสมาชิกในครอบครัวให้เป็นคนดีมีการเจริญเติบโตตามวัยได้ จึงทำให้เด็กไทยในปัจจุบันตกเป็นเหยื่อของค่านิยมผิด ๆ ในด้านวัตถุนิยม บริโภคนิยม ติดอบายมุข ติดยาเสพติด ไม่สนใจศึกษาเล่าเรียน มินิสัยก้าวร้าว ชอบใช้ความรุนแรง ขาดความอดทนอดกลั้น มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร มีการตั้งครรภ์ก่อนวัยอันควร เป็นต้น ซึ่งเป็นปัญหาและอุปสรรคที่สำคัญต่อการพัฒนาประเทศและเป็นปัญหาต่อสังคมโดยรวม สถาบันครอบครัวถือได้ว่าเป็นแหล่งผลิตและแหล่งบริโภคของสังคม เมื่อสถาบันครอบครัวปฏิบัติหน้าที่ได้ดี ครอบครัวก็จะมีคามมั่นคงเข้มแข็งทำให้สังคมมีความเจริญเติบโตแต่หากสถาบันครอบครัวอ่อนแอลงก็จะส่งผลกระทบทางสังคมตามมา โดยสถาบันครอบครัวเป็นสถาบันพื้นฐานที่เป็นหลักของสังคม เป็นรากฐานที่สำคัญของการพัฒนาคนและสังคม โดยทำหน้าที่หล่อหลอมและขัดเกลาความเป็นมนุษย์ให้แก่สมาชิกในครอบครัวด้วยการอบรมเลี้ยงดู พร้อมทั้งปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และถ่ายทอดวัฒนธรรมของสังคมให้แก่สมาชิกครอบครัว เพื่อให้สมาชิกครอบครัวมีพัฒนาการตามวัยและเติบโตเป็นบุคคลที่มีคุณภาพ รู้จักหน้าที่ความรับผิดชอบ และเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาสังคมและประเทศชาติ (พระพรหมเวที (สุเทพ ฝุสฺสธมฺโม), 2563; พรฤดี นิธิรัตนและคณะ, 2558)

ฉะนั้นจากประเด็นปัญหาข้างต้น ผู้วิจัยเล็งเห็นถึงการศึกษากระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาบูรณาการ เพื่อศึกษาแนวคิดและกระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยา เพื่อพัฒนากระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาของครอบครัว และวิเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยา ซึ่งประเด็นการวิจัยที่ค้นพบจะเป็นฐานข้อมูลให้แก่ผู้เกี่ยวข้องนำเข้าสู่นโยบายและลงสู่การ

ปฏิบัติในชุมชน หรือท้องถิ่น ก่อให้เกิดการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธศาสนาสืบไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาแนวคิดและกระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยา
2. เพื่อพัฒนากระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาของครอบครัว
3. วิเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาของครอบครัว

วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาของครอบครัว ภาคเหนือ อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง จำนวน 6 คน 2) ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จังหวัดขอนแก่น จำนวน 6 คน 3) ภาคตะวันตก ชุมชนวัดพระรูป ตำบลบางสะแก อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี จำนวน 6 คน 4) ภาคกลาง แขวงท่าแร่ จังหวัดอุบลราชธานี กรุงเทพมหานคร จำนวน 6 คน รวมจำนวน 24 คน

เครื่องมือในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้เครื่องมือได้แก่แบบสัมภาษณ์เชิงลึกแบบมีโครงสร้างชนิดปลายเปิด (Structure In-depth Interview) จำนวน 1 ฉบับ เพื่อศึกษากระบวนการส่งเสริม ได้แก่ สภาพครอบครัว สภาพทางสังคม สภาพทางวัฒนธรรม สภาพการดำเนินชีวิตตามหลักศาสนาของครอบครัว การสร้างความเข้มแข็ง ของสถาบันครอบครัว ตลอดจนโครงสร้าง รูปแบบการพัฒนาส่งเสริมความเข้มแข็งของครอบครัวและสังคม โดยดำเนินการวิจัยตามลำดับขั้นตอน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษาข้อมูลจากเอกสาร (documentary study) เป็นการเก็บข้อมูลในลักษณะข้อมูลทุติยภูมิ (secondary data) จากหนังสือและเอกสารงานวิชาการต่างๆ ทั้งที่เป็นหนังสือ และสื่อสิ่งพิมพ์อิเล็กทรอนิกส์ 2) การสัมภาษณ์ (Interview) การวิจัยครั้งนี้ใช้ทั้งการสัมภาษณ์แบบกึ่งทางการ (Semi-Formal Interview) และการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ (Information Interview) ดำเนินการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสาร ใช้วิธีการวิเคราะห์เอกสารเนื้อหา (Content Analysis) นำเสนอข้อมูลด้วยวิธีการพรรณนา 2) ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ (Interview) ใช้วิธีการวิเคราะห์แบบอุปนัย (Analytic Induction) โดยนำข้อมูลมาเรียบเรียงและจำแนกอย่างเป็นระบบ ด้วยการตีความหมาย เชื่อมโยงความสัมพันธ์และสร้างข้อสรุปจากข้อมูลต่างๆ ที่รวบรวมได้ โดยทำไปพร้อมๆ กับการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งนี้เพื่อจะได้ศึกษาประเด็นต่างๆ ได้ลึกซึ้ง เมื่อประเด็นใดวิเคราะห์แล้วไม่มีความชัดเจนก็จะตามไปเก็บข้อมูลเพิ่มเติมในประเด็นต่างๆ เหล่านั้น เพื่อตอบคำถามหลักตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยข้อมูลเชิงคุณภาพได้นำมาวิเคราะห์เพื่อหาความเชื่อมโยง ความสัมพันธ์ เชิงทฤษฎี (สุรินทร์ธรศิริกุล, 2558)

ผลการวิจัย

1. แนวคิดและกระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยา

1.1 การส่งเสริมสัมพันธ์ภาพที่ดีในครอบครัว เพื่อสร้างความรัก ความอบอุ่น และความเข้าใจภายในครอบครัว โดยการมี ความรัก ความเข้าใจ และดูแลเอาใจใส่กัน เคารพ นับถือ ให้เกียรติ จริงใจ และเห็นคุณค่ากันและกัน โดยให้มี สิทธิ เสรีภาพ มีการปรึกษาหารือกัน รู้ และปฏิบัติบทบาทหน้าที่ที่ควรมีต่อกัน มีเวลาให้กันอย่างมีคุณค่า

1.2 การปลูกฝังให้มีวิถีการดำเนินชีวิตที่ ดี เพื่อจะได้มีวิถีการดำเนินชีวิตที่ดี และถูกต้อง เริ่มจากบทบาทของพ่อแม่ ทำหน้าที่อบรมสั่งสอนปลูกฝังสิ่งที่ดีให้แก่ลูก เป็นแบบอย่างที่ดี เลี้ยงดู ดูแลเอาใจใส่ส่งเสริมพัฒนาการและวุฒิภาวะของลูก โดยการประพฤติปฏิบัติ ตนเอง ให้เป็นแบบอย่างที่ดีของลูกๆ และภรรยา รวมทั้งได้นำหลักทางพระพุทธศาสนา นำมาประยุกต์ใช้ ในการสร้างครอบครัว อบรมสั่งสอน โดยยึดหลักธรรมมาภิบาล และหลักในการดำเนินชีวิต มาใช้ ในการเสริมเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัว ทำให้ครอบครัว มีความอบอุ่น ก่อเกิดความรักความสนิทสนมแน่นมากขึ้น สร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับคนในครอบครัวญาติพี่น้อง และเพื่อนฝูง มีความเข้าใจซึ่งกันและกัน มีพื้นฐานครอบครัวที่มั่นคง มีความสัมพันธ์ที่ดีกับชุมชน มีพัฒนาการทางอารมณ์ สังคม และจิตใจ รู้จัก เรียนรู้และปรับตัวให้สามารถดำเนินชีวิตประจำวันได้ดี มีความมั่นใจในชีวิตของตน สามารถพึ่งพาตนเองได้ รู้จักช่วยกันทำมาหากิน รู้จักประหยัลดอดออมให้ครอบครัวมีเงินเก็บ

1.3 การมีส่วนร่วมรับผิดชอบต่อสังคม เพื่อไม่สร้างปัญหาให้กับตนเอง ครอบครัว และสังคม และมีส่วนร่วม ในการป้องกันและแก้ไขปัญหา ไม่มีพฤติกรรมต่อต้าน

หรือทำความเดือดร้อนให้แก่สังคม มีส่วนร่วมในการเกื้อหนุนสังคม/ช่วยแก้ไขปัญหของชุมชนและสังคม มีความตระหนักถึงความสำคัญในการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสงบสุข

2. การพัฒนากระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาของครอบครัว

กระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาของครอบครัว จะเริ่มจาก

1. การสร้างกิจกรรมสันถนาการร่วมกันในครอบครัว
2. การกล่อมเกลாதงสังคมในครอบครัว
3. การสอนให้ปฏิบัติตามจารีตประเพณีที่สืบทอดกันมา

ในประเด็นกระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาของครอบครัว จะเห็นได้ว่าองค์การสหประชาชาติก็ได้ให้ความสำคัญต่อการสร้างความสุขให้แก่คนในโลก โดยได้ประกาศให้วันที่ 20 มีนาคมของทุกปีเป็น "วันความสุขสากล" (The International Day of Happiness) นับตั้งตั้งแต่ปี 2555 เป็นต้นมา เพื่อรณรงค์ให้ชาติสมาชิกทั่วโลกให้ความสำคัญกับ "ความสุข" ในฐานะที่เป็นเป้าหมายพื้นฐานของชีวิต และได้เสนอให้กำหนดเรื่องความสุขเป็นวัตถุประสงค์สำคัญของนโยบายสาธารณะด้านต่างๆ รวมไปถึงการพัฒนาด้านเศรษฐกิจให้เป็นไปเพื่อความผาสุกของประชาชนโดยรวม ก่อให้เกิดความเป็นธรรมและพัฒนาอย่างยั่งยืนด้วยการใส่ใจในสิ่งแวดล้อมและคุณภาพชีวิตทางสังคม โดยองค์การสหประชาชาติได้สำรวจระดับความสุขใน 156 ประเทศทั่วโลก ในปี 2553-2555 พบว่าประเทศที่มีความสุขอันดับ 1 ของโลก คือ เดนมาร์ก ส่วนไทยอยู่ในลำดับที่ 36 ของโลก และอยู่ในอันดับที่ 2 ในอาเซียน โดยเป็นรองสิงคโปร์ที่อยู่อันดับ 30 ของโลก ปัจจัยความสุขที่สำคัญของทุกประเทศทั่วโลก คือ การให้ค่าชีวิตที่ฐานรายได้ การมีงานทำ ความสัมพันธ์ที่ดีและความไว้วางใจกันในกลุ่มชน มีค่านิยมที่เอื้อต่อความสุขทั้งสุขภาพกาย สุขภาพจิต มีความสัมพันธ์ในครอบครัว มีการศึกษา และความเท่าเทียมทางเพศและสังคม ส่วนปัจจัยความสุขที่สำคัญในระดับบุคคล ได้แก่ การมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี มีความมั่นคงในอาชีพการงานและครอบครัว

สรุปได้ว่ากระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาการทำให้ครอบครัวมีคุณภาพนั้น พ่อแม่จะต้องส่งเสริมความรู้สึที่ดี ด้วยความสัมพันธ์ที่ดีงาม รัก ให้คำปรึกษา ความอบอุ่น เป็นมิตรกับลูก อ่อนโยนและมีจิตใจดีและในขณะเดียวกันก็ต้องรักลูกอย่างมีปัญญาด้วย ไม่ใช่รักจากความรู้สึกของตนฝ่ายเดียว การรักลูกแบบมีปัญญาจะต้องเข้าใจถึงธรรมชาติของเขา ด้านที่เป็นธรรมชาติของชีวิตที่ลูกจะต้องพัฒนาอยู่กับความเป็นจริงของสังคม

3. วิเคราะห์รูปแบบการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาของครอบครัว

รูปแบบการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาของครอบครัวเพื่อให้ครอบครัวมีความสุขและแข็งแรง มีความนึกคิดเป็นที่พึงปรารถนาว่าค่าของชีวิตมากที่สุดเท่าที่เป็นไปได้ที่การแข่งขันคู่สมรส นักจิตวิทยาวินัยเห็นความแตกต่างค่านิยมพื้นฐาน อาทิเช่น ความเข้าใจในหมู่สมาชิกทุกคนในครอบครัว การมีทายาทสืบสกุล การมีความเป็นอยู่ดี การมีที่อยู่อาศัยของตัวเองที่แยกต่างหาก ความเชื่อมั่นในอนาคต รวมถึงการทำงานที่น่าสนใจและชื่นชอบ

การที่คนสองคนใช้ชีวิตอยู่ด้วยกันนั้น ย่อมเป็นเรื่องที่ยากพอสมควร เพราะความคิดเห็นของคนทั้งสองอาจไม่เหมือนกัน จำเป็นต้องมีการปรับหรือจนความคิดเห็นเข้าหากัน เพื่อลดความบาดหมางกัน หรือโกรธเคืองกัน หากสามารถสร้างความคิดเห็นให้เป็นอย่างเดียวกันได้ ก็จะนำไปสู่การสร้างครอบครัวให้มีความสุข ดังนั้น การนำหลักธรรมที่ใช้สำหรับการดำเนินชีวิตครอบครัว เพื่อสร้างความรัก ความเข้าใจกันมากขึ้น คือ หลักพรวาธธรรม เป็นหลักธรรมสำหรับผู้ครองเรือน ประกอบด้วย

1. **สังกะ** เป็นความซื่อสัตย์ต่อกัน ความไว้นื้อเชื่อใจกัน ไม่นอกใจกัน สามีรักภรรยา ภรรยาก็รักสามี ต่างฝ่ายต่างจริงใจและซื่อสัตย์ต่อกัน ไม่มีความลับต่อกัน พุดง่าย ๆ คือ ให้รักเดียวใจเดียว ไม่หลายใจ ไม่หึงหวงกันมากจนเกินเหตุ เพราะจะนำไปสู่การผิดใจกัน ทำให้เกิดการโกรธเคืองกันและอาจทำให้ชีวิตครอบครัวพังลงได้

2. **ทมะ** เป็นการรู้จักข่มใจ หักห้ามใจในเวลามีเรื่องราวที่ไม่สบายใจเกิดขึ้น เช่น เวลาโกรธ ก็ให้พยายามข่มใจไม่ให้โกรธ หรือแสดงความโกรธนั้นต่ออีกฝ่าย เพราะจะทำให้อีกฝ่ายไม่พอใจหรืออาจโกรธตอบ อันจะนำไปสู่การทะเลาะกัน เป็นต้น

3. **ขันติ** เป็นความอดทน หมายความว่า ให้รู้จักอดทนต่อคำกล่าวติฉินนินทาของอีกฝ่าย หรือคนอื่น ๆ เขาจะว่าอะไรก็ให้พยายามอดทนเอาไว้ เก็บอารมณ์เอาไว้ อย่าแสดงออกตอบ เพราะหากแสดงออกตอบก็จะนำไปสู่การก่อวิวาทกัน โกรธเคืองกัน ผิดใจกัน เวลาที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งโกรธ ก็ให้อีกฝ่ายพยายามอย่าโกรธตอบ หรือทางที่ดีที่สุดให้เดินหนีไปให้ไกล อย่าพุดด้วย รอให้ความโกรธสงบลงก่อน จึงค่อยพุดด้วย เพราะในเวลาที่โกรธจะไม่มีสติ มักไม่ยอมรับฟังเหตุผลของอีกฝ่าย มักใช้กำลังในการแก้ปัญหา ขืนพุดด้วยก็จะเข้าสำนวนไทยที่ว่า “สืซอให้ควายฟัง” หรือ “เป่าปี่ให้ควายฟัง” ทำอย่างไรมันก็ไม่รู้เรื่องหรือเสียเวลาเปล่า ดังนั้น จึงต้องอดทนเอาไว้

4. **จาคะ** เป็นการเสียสละ การรู้จักเสียสละประโยชน์ส่วนตนให้แก่อีกฝ่าย หรือการรู้จักเสียสละความสุขของตนเพื่ออีกฝ่าย พยายามยอมกันในบางเรื่องหรือทุกเรื่อง สามี

ยอมภรรยา ภรรยายอมสามี สามีรู้จักเสียสละต่อภรรยา ภรรยารู้จักเสียสละต่อสามี ต่างฝ่ายต่างรู้จักเสียสละต่อกัน ก็จะทำให้ชีวิตครอบครัวมีความสุขได้

นอกจากหลักการ 4 ข้อข้างต้นแล้ว จะต้องปฏิบัติตามหลักทศ 6 โดยเฉพาะข้อที่ว่า ด้วยหน้าที่ของสามีและภรรยาที่จะพึงปฏิบัติต่อกัน ทั้งสามีและภรรยาต่างก็มีหน้าที่ที่ต้องทำต่อกัน โดยสามีมีหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติต่อภรรยาดังนี้คือ

1. **ต้องยกย่องนับถือว่าเป็นภรรยาของตนเอง** แม้ว่าเขาจะมีฐานะหรือตำแหน่งทางสังคมเป็นอย่างไรก็ตาม หากได้แต่งงานใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันกับเราแล้ว ก็ต้องยอมรับนับถือว่าเป็นภรรยาด้วยความเต็มใจ

2. **ไม่ดูหมิ่น ดูแคลน หรือดูถูกเหยียดหยามภรรยาตน** อาจเป็นเพราะสาเหตุบางประการ เช่น มีฐานะยากจน ไม่มีงานทำ ฯลฯ

3. **ไม่ประพฤตินอกใจ** สามีต้องซื่อสัตย์ต่อภรรยา ต้องรักเดียวใจเดียว ไม่มีชู้ หรือประพฤตินอกใจภรรยา

4. **มอบความเป็นใหญ่ให้** หมายความว่า สามีต้องยินยอมมอบความเป็นใหญ่ให้ภรรยาในหลายๆเรื่อง อาทิ เรื่องงานบ้าน งานครัว รวมทั้งงานอื่นๆที่ภรรยาสามารถทำได้ โดยที่ไม่เข้าไปก้าวก่าย หรือต่อว่า หรือติฉินนินทา

5. **ให้เครื่องแต่งตัว** หมายความว่า สามีต้องรู้จักให้เครื่องแต่งตัวแก่ภรรยาตนในบางโอกาส เพื่อสร้างขวัญและกำลังใจแก่ภรรยาในการทุ่มเททำงานบ้าน อาจซื้อของใช้ส่วนตัวภรรยาหรือของชำร่วยให้ก็ได้ เช่น ซื้อเครื่องประดับให้

หลักทั้ง 5 ข้อนี้เป็นหลักที่สามีพึงปฏิบัติต่อภรรยาในฐานะเป็นคู่ชีวิตของตน ในทางตรงกันข้ามเมื่อสามีกระทำต่อภรรยาอย่างนี้แล้ว ภรรยาก็ไม่ควรอยู่นิ่งเฉยต้องชวนชายทำกิจปฏิบัติตอบต่อสามีด้วยการปฏิบัติตน ดังนี้คือ

1. **จัดการงานดี** หมายความว่า สามารถดูแลกิจการงานบ้านทุกอย่างได้เป็นอย่างดี สามารถจัดบ้านได้สวยงามเป็นระเบียบ ดังนั้นผู้ที่ เป็นภรรยาต้องรู้เรื่องการบ้าน การเรือนดีพอสมควรจึงจะสามารถจะจัดการดูแลความสะอาดภายในบ้านหรือเรือนได้

2. **สงเคราะห์คนข้างเคียงของสามีดี** เวลาที่สามีมีเพื่อนหรือแขกมาเยี่ยมเยียนที่บ้าน ภรรยาต้องรู้จักทำปฏิสันถารต้อนรับหรือปฏิบัติตนต่อบุคคลเหล่านั้นเป็นอย่างดี เช่น หาน้ำมาให้ดื่ม ปฏิบัติตนเรียบร้อย ไม่กล่าวเรื่องราวอันจะเป็นเหตุกระทบกระทั่งจิตใจของคนข้างเคียงสามีตน เป็นต้น

3. **ไม่ประพฤติก้าวใจสามี** ภรรยาต้องมีความซื่อสัตย์ต่อสามี จริงใจต่อสามี ไม่มีชู้หรือนอกใจสามี

4. **รักษาทรัพย์ที่สามีหามาได้ไว้** ทรัพย์ทุกอย่างที่สามีหามาได้ ไม่ว่าจะด้วยหยาดเหงื่อแรงกาย หรือน้ำพักน้ำแรง และมอบไว้ให้ภรรยาเก็บดูแลรักษานั้น ภรรยาจะต้องเก็บ

ดูแลรักษาทรัพย์สินนั้นให้เป็นอย่างดียิ่ง ไม่ใช้จ่ายอย่างฟุ่มเฟือย ในเรื่องที่ไม่เป็นเรื่องอันหาประโยชน์ไม่ได้ ต้องรู้จักใช้จ่ายอย่างประหยัดที่สุด

5. ชยันไม่เกียจคร้านในกิจการทั้งปวง ภรรยาไม่ควรมีความเกียจคร้าน ต้องมีความตื่นตัว ชยันอยู่ตลอดเวลา หมั่นดูแลทำความสะอาด ปิดกวาด เช็ดถูบ้านเรือนเป็นประจำ ไม่ผัดวันประกันพรุ่ง อ่างนั้น อ่างนี้ จนไม่เป็นอันทำงาน จากที่กล่าวมาทั้งหมดเมื่อมาพิจารณาถึงคุณภาพครอบครัวตามแนวพุทธศาสนาแล้วจะเห็นว่า ครอบครัวถึงทุกจุดที่จะมีผลกระทบต่อสุขของคนในครอบครัว ตั้งแต่การมีปัจจัย 4 ความต้องการด้านพื้นฐานไปจนถึงทางด้านสังคม เศรษฐกิจที่จำเป็นและท้ายที่สุดก็คือ เน้นเข้าสู่เป้าหมายหลักก็คือการเลี้ยงดูของพ่อแม่ เพราะท่านเห็นแล้วว่า ทุกข์สุขของครอบครัวจะขึ้นอยู่กับบุคคลสองคนคือพ่อและแม่ ที่จะปั้นแต่งลูกให้ออกมามีลักษณะหน้าตา บุคลิกอย่างไร รวมทั้งความสุขและทุกข์ของทุกชีวิตในครอบครัว ก็ล้วนขึ้นอยู่กับการวางตัวของพ่อแม่ในครอบครัวนั้นทั้งสิ้น รวมถึงการยอมรับในสิ่งที่บกพร่อง การพยายามช่วยแก้ไข ประคับประคองกันของสมาชิกในครอบครัว ก็น่าจะเป็นสัญญาณบ่งบอกที่ดีว่าครอบครัวของเรากำลังพัฒนาไปสู่ ความเป็นครอบครัวที่มีคุณภาพในอนาคตอย่างแน่นอน

อภิปรายผลการวิจัย

1. แนวคิดและกระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยา

จากผลการศึกษาแนวคิดการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวเกิดจากแนวความคิดพื้นฐานคือครอบครัวเป็นสถาบันที่สำคัญที่สุด เป็นการให้ความรัก ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยม และถ่ายทอดวัฒนธรรมทางสังคมให้แก่สมาชิกในครอบครัว เพื่อให้สมาชิกในครอบครัว เป็นคนดี คนเก่ง มีคุณภาพ และเป็นสมาชิกที่ดีของสังคม โดยแนวคิดในการสร้างแนวทางเพื่อสร้างความเข้มแข็งของสถาบันครอบครัว ซึ่งสอดคล้องกับจำเนียร รักษาภักดี (2544) ได้กล่าวถึง “การศึกษาเรื่องจริยธรรมของคู่สมรสตามหลักพุทธศาสนา” สรุปความว่า จริยธรรมทางพุทธศาสนามีผลต่อการดำเนินชีวิตของคู่สมรสในสถาบันครอบครัวในแง่ของกฎจริยธรรมที่ใช้เป็นกฎเกณฑ์ในการที่จะใช้เป็นแบบแผนปฏิบัติเพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขถาวรร่วมกับกฎหมาย ในทัศนะของพุทธศาสนานั้น หลักจริยธรรม

2. การพัฒนากระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาของครอบครัว

กระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาของครอบครัว จะเริ่มจาก 1. การสร้างกิจกรรมสันติภาพร่วมกันในครอบครัว 2. การกล่อม

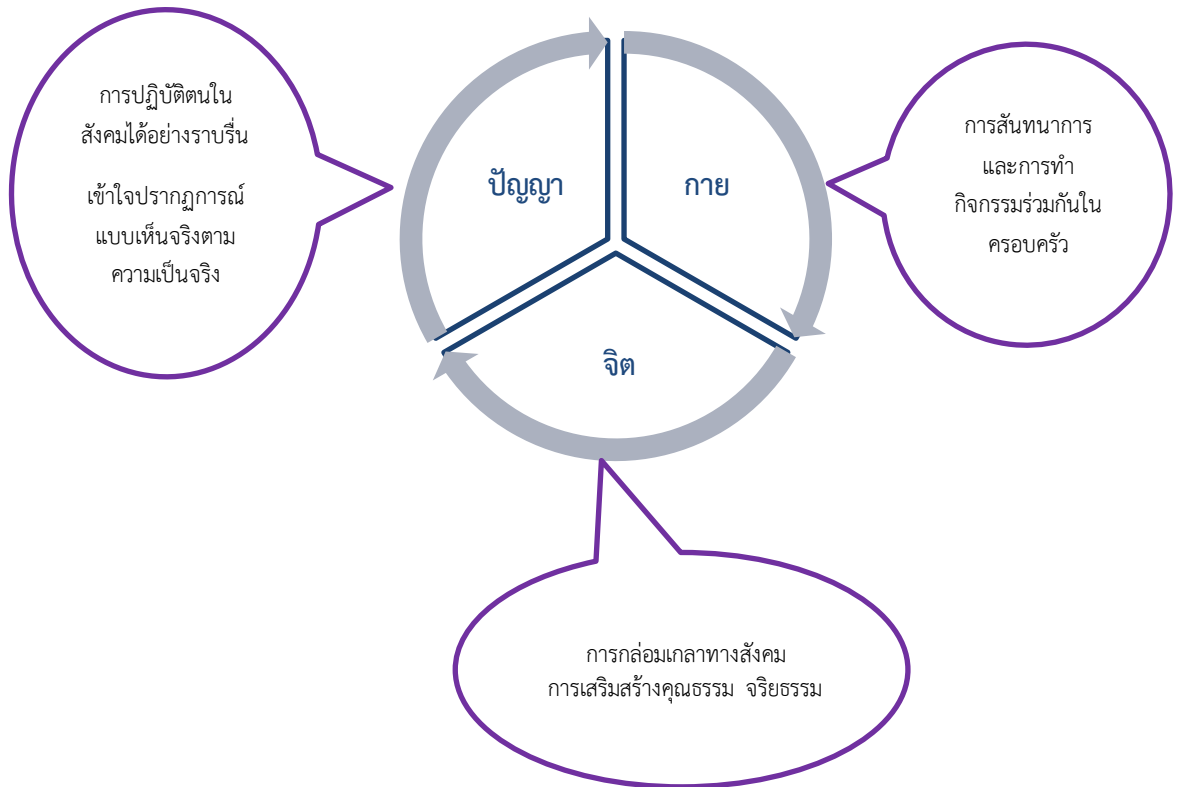
เกลทาทางสังคมในครอบครัว 3. การสอนให้ปฏิบัติตามจารีตประเพณีที่สืบทอดกันมา อาทิเช่น กิจกรรมทางพระพุทธศาสนา ตามวันสำคัญต่างๆ การรดน้ำดำหัวผู้ใหญ่ กิจกรรมการไหว้ขอขมาตามประเพณี ซึ่งสอดคล้องกับบรรยวสัถ ฝางคำ และ นฤมล ดวงแสง (2553) กล่าวถึง การประยุกต์หลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งให้แก่สถาบันครอบครัวและชุมชนฯ สรุปผลวิจัยได้ว่า การศึกษาการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งให้แก่สถาบันครอบครัว และชุมชนตามนโยบายการป้องกันปัญหาสารเสพติดของจังหวัดอุบลราชธานี มีจุดประสงค์เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมที่ใช้ในการป้องกันปัญหาสารเสพติด

3. รูปแบบการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาของครอบครัว

รูปแบบการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาของครอบครัวจะเริ่มตันจาก 1. การส่งเสริมกำลังใจให้แก่กันด้วยการทำกิจกรรมสันทนาการต่าง ๆ ร่วมกัน มีการสร้างกำลังใจให้กับบุคคลภายในครอบครัวตามโอกาสสำคัญต่างๆ 2. การส่งเสริมให้คนในครอบครัวรักษานบนธรรมนิยมประเพณีและวัฒนธรรมไทย เพื่อก่อให้เกิดการมีจิตใจที่ดี อาทิเช่น การร่วมเป็นเจ้าภาพในการทำบุญในวันสำคัญทางศาสนา เช่น วันพระใหญ่ของหมู่บ้าน ให้มีความเมตตา นึกถึงประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าประโยชน์ส่วนตน มีความอ่อนน้อมถ่อมตน รู้จักการระต่อผู้ใหญ่ รู้จักรับผิดชอบต่อหน้าที่ ซึ่งสอดคล้องกับศักดิ์ชัย บุญเพ็ง (2556) ศึกษาเกี่ยวกับลักษณะความสัมพันธ์ในครอบครัว ปัญหาอุปสรรคในการสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวของเจ้าหน้าที่ตำรวจ และทัศนคติต่อแนวทางการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว โดยการทำตามบทบาทหน้าที่สมาชิกในครอบครัวในภาพรวมพบว่า ส่วนใหญ่อยู่ในระดับน้อย ปัญหาอุปสรรคในการสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว คือ ปัญหาการถูกรบกวนด้านการเงินของครอบครัว และปัญหาผลกระทบจากสิ่งแวดล้อมภายนอกครอบครัวมีผลต่อการสร้างความสัมพันธ์ค่อนข้างน้อย ส่วนทัศนคติต่อแนวทางการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว มีความเห็นด้วยกับการปรับบทบาทระหว่างผู้นำและผู้ตามของคู่สมรส การมีส่วนร่วมในกิจกรรมของคู่สมรส ความคิดเห็นที่คล้ายกันในการอบรมเลี้ยงดูบุตรของคู่สมรสและการมีคุณธรรมในการดำรงชีวิตของคู่สมรส ในระดับสูง

องค์ความรู้จากการวิจัย

ผู้วิจัยสามารถสรุปได้เป็นองค์ความรู้ที่เกิดจากการวิจัยได้ดังนี้



ภาพที่ 1 องค์ความรู้จากการวิจัย

ที่มา: อนันต์ อุปสอด, 2561

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1) สถาบันการศึกษาต่าง ๆ ควรสร้างกระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาบูรณาการสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืนของสถาบันการศึกษาที่มุ่งประเด็นการบูรณาการกับศาสตร์วิชาชีพเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน

2) สถาบันการศึกษาต่าง ๆ ควรสร้างเป็นนโยบาย วิสัยทัศน์ พันธกิจของหน่วยงาน เพื่อให้ทุกคนในหน่วยงานรู้สึกถึงความมีส่วนร่วม หรือการมีความรู้สึกต้องการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม เพื่อที่จะเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัว

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

1) สถาบันการศึกษาต่าง ๆ ควรตั้งแผนการในการดำเนินงาน ก่อให้เกิดคน งานที่มีคุณภาพ ด้วยการถอดบทเรียนจากมองเป้าหมาย เอกลักษณ์ เอกภาพ อยู่ในสังคม ดำรงชีพ ดำเนินชีวิตในหนทางที่ถูกต้องตามกระบวนการและปัจจัยในเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัว ในการที่จะนำพาชีวิตไปสู่ความสำเร็จ

2) สถาบันการศึกษาต่าง ๆ ควรควรพิจารณาสร้างตัวชี้วัดความสำเร็จของเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวที่เน้นคุณธรรม จริยธรรม และศีลธรรม และจัดทำเป็นคู่มือในการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรมในการดำเนินชีวิตครอบครัวแบบสากล

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1) ควรศึกษาวิจัย สถาบันการศึกษาที่ใช้เสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวในลักษณะเป็นกระบวนการและปัจจัยในการพัฒนาจริยธรรมเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตในสังคมไทย

2) ควรจัดทำเป็นจัดการความรู้ในการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวแบบพุทธบูรณาการเพื่อพัฒนาจิตใจ องค์กร และสังคม

3) ควรมีการวิจัยเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัว เพื่อเป็นการสร้าง Best practice เป็นแนวการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตในสังคมไทย

เอกสารอ้างอิง

- จำเนียร รักษาภักดี. (2544). *การศึกษาเรื่องจริยธรรมของคู่สมรสตามหลักพุทธศาสนา*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ชมพูนุช ศรีจันทร์นิล. (2552). จิตวิทยาแนวพุทธ : แนวทางเพื่อการเยียวยาและพัฒนาจิตใจมนุษย์. *วารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย*, 29(4), 188-208.
- บรรยวีสต์ ฝ่ายคำ และ นฤมล ดวงแสง. (2553). *การประยุกต์หลักพุทธธรรมเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งให้แก่สถาบันครอบครัวและชุมชนตามนโยบายการป้องกันปัญหาสารเสพติดของจังหวัดอุบลราชธานี* (รายงานการวิจัย). อุบลราชธานี: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตอุบลราชธานี.
- พรฤดี นิธิรัตน์และคณะ. (2558). ผลของโปรแกรมสร้างเสริมสุขภาพจิตครอบครัวสามวัยต่อการรับรู้บทบาทของสมาชิกและสัมพันธภาพในครอบครัว. *วารสารศูนย์การศึกษาแพทยศาสตร์คลินิก โรงพยาบาลพระปกเกล้า*, 32(1), 18-33.
- พระครูสมุห์จิรัชชาติ พุทธกรภิโตและคณะ. (2563). ประสิทธิผลการจัดการสวัสดิการผู้สูงอายุของเทศบาลเมืองท่าช้าง จังหวัดจันทบุรี. *วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์*, 9(2), 156-165.

- พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต). (2539). *การสร้างสรรค์ปัญญาเพื่ออนาคตของมนุษยชาติ*. กรุงเทพฯ : อักษรสยามการพิมพ์.
- พระพรหมเวที (สุเทพ ฝุสฺสธมฺโม). (2563). การเสริมสร้างค่านิยมสุจริตของสถาบันครอบครัวตามหลักพระพุทธศาสนา. *วารสาร มจร สังคมศาสตร์ปริทรรศน์*, 9(2), 1-12.
- ศักดิ์ชัย บุญเพ็ง. (2556). *ทัศนะต่อแนวทางการเสริมสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวของเจ้าหน้าที่ตำรวจกองบังคับการตำรวจนครบาล 6 (วิทยานิพนธ์ปริญญาสังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต)*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุรินทร์ธร ศิธรกุล. (2558). ผู้บริหารบริหารกิจการบ้านเมืองที่ดีขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในเขตจังหวัดภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนล่าง. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร*, 6(2), 283-297.
- อนันต์ อุปสอดและอณิษฐา หาญภักดีนิยม. (2559). *ศึกษากระบวนการเสริมสร้างความมั่นคงของครอบครัวตามแนวพุทธจิตวิทยาบูรณาการ (รายงานการวิจัย)*. พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.