

กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้

A Buddhist Psychological Process of Self-development for Awakening

พระครูพิมลปัญญาอนุต (บุญทา อินตะปัญญา)¹ / สิริวัฒน์ ศรีเครือดง² / ลำพอง กลมกุล³

Phrakhrū Pimolpaññānuyut (Bhuñtā Indapaññā) /

Siriwat Srikruedong / Lampong Klomkul

¹ สาขาพุทธจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Buddhist Psychology Faculty of Humanities Mahachulalongkornrajavidyalaya University

^{2,3} อาจารย์ที่ปรึกษา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Advisors Faculty of Humanities Mahachulalongkornrajavidyalaya University

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1 ประการ ดังนี้ 1) เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ 2) เพื่อสร้างโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ 3) เพื่อตรวจสอบความตรงและนำเสนอโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ผลการตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลที่พัฒนาขึ้นกับข้อมูลเชิงประจักษ์ พบว่าโมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ทั้ง 2 โมเดล ดังนี้ 1) โมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ที่มีกัลยาณมิตรของครู ในโรงเรียนวิถีพุทธเป็นตัวแปรส่งผ่านมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ เท่ากับ 0.70 และ 0.01 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และ 2) โมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ที่มีการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา เป็นตัวส่งผ่าน เท่ากับ 0.01 และ 0.97 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

คำสำคัญ : กระบวนการพัฒนาตน, หลักพุทธจิตวิทยา, การตื่นรู้

Abstract

The purposes of this research were: 1) to study self-development process based on Buddhist psychology for awakening; 2) to create a model of self-development process based Buddhist psychology for awakening; and 3) to determine the validity of the developed model. The consistency check of the developed model with empirical data was found that the model developed by the researcher was consistent with the empirical data of these two models: 1) The model of self-development process based on the Buddhist psychology for awakening, having the dedicated and friendly teachers in the Buddhism-based schools as a transmission variable, was consistent with the empirical data of 0.70 and 0.01 at the statistically significant levels of 0.01. And 2) the model developed in line with the threefold training was consistent with the empirical data of 0.01 and 0.97 at the statistically significant levels of 0.01.

Keywords: process of self-development, Buddhist psychological, awakening

บทนำ

มนุษย์เป็นกลไกสำคัญต่อความสำเร็จในการพัฒนาสังคมและประเทศชาติ ดังนั้น การพัฒนาศักยภาพ ของมนุษย์ให้มีความพร้อมต่อการดำเนินชีวิตและการเป็นพลเมืองที่ดีของสังคมจึงเป็นเรื่องสำคัญเป็นอย่างยิ่ง การประเมินตัดสินคุณค่าของมนุษย์ทางกระแสโลกและทางศาสนานั้นมีความแตกต่างกัน เช่น กระแสโลกให้ความสำคัญกับการพัฒนามนุษย์ให้เป็นคนเก่ง คนดี และมีความสุข ในขณะที่ทางศาสนาให้ความสำคัญกับการพัฒนามนุษย์ให้เป็นผู้ที่มีจิตใจสูง สะอาด สว่างสงบเป็นกระบวนการพัฒนามนุษย์ที่บูรณาการองค์ความรู้ทั้งกระแสโลกและกระแสธรรม พลังอำนาจแห่งปัญญาจะทำให้มนุษย์รอดพ้นจากวังวนในการเผชิญปัญหาต่างๆ ได้

ปัจจุบันนี้มนุษยชาติต้องเผชิญปัญหาหามาหลาย ในขณะทีวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีกำลังก้าวหน้าไปอย่างไม่หยุดยั้ง การพัฒนาที่ผ่านมาเป็นการพัฒนาบนฐานของวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีภายใต้ “ทฤษฎีการทำให้ทันสมัย (Modernization)” ประเทศไทยเป็นประเทศหนึ่งที่มีแนวทางในการพัฒนาประเทศเพื่อให้ทันสมัยอย่างสังคมตะวันตกตลอดระยะเวลาของการใช้แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติที่ผ่านมากกว่า 50 ปี แม้แนวทางการพัฒนาที่ผ่านมาจะทำให้

ประเทศไทยกลายมาเป็นประเทศกำลังพัฒนา แต่การพัฒนาดังกล่าวก็นำพาปัญหาใหม่ ๆ เข้ามาเช่นกัน ทั้งปัญหาด้านเศรษฐกิจ ด้านการเมืองและด้านสังคมที่ป่วย จิตใจที่ตกต่ำจากการขาดศีลธรรมของคนในชาติ อาจกล่าวได้ว่า ความทุกข์ของคนในยุคปัจจุบันเกิดจากความเจริญก้าวหน้าภายใต้แนวทางการพัฒนาที่มุ่งเน้นไปทางด้านวัตถุมากกว่าด้านจิตใจ การดำเนินชีวิตตามกระแสแห่งบริโภคนิยม วัตถุนิยม เช่นนี้ ก่อให้เกิดการสร้างนิยามของความสุขแบบอิงอยู่กับความสามารถในการได้ครอบครองวัตถุ คือเมื่อมีวัตถุมากก็มีความสุขในชีวิตมาก ซึ่งการที่คนในสังคมมีทัศนคติเช่นนี้ส่งผลให้เกิดการแข่งขัน โกงและเอาเปรียบกันเพื่อให้ได้ครอบครองวัตถุจึงจะเกิดความรู้สึกมั่นคงและมีความสุขไปตามทัศนคตินี้เอง แต่ความสุขที่เกิดขึ้นบนฐานของการเบียดเบียนตนเองและผู้อื่นเช่นนี้ เป็นความสุขที่ไม่แท้จริง ผลสะท้อนออกมาให้เห็นชัดเจนในรูปของปัญหาที่พบได้ทั้งในระดับสังคมและปัจเจกบุคคล และพบได้ในทุกมิติของชีวิต (Muekyod, 2015: 1)

กระบวนการพัฒนาของมนุษย์เริ่มต้นขึ้นตั้งแต่แรกเริ่มของการปฏิสนธิอยู่ในครรภ์มารดาจนพัฒนาชีวิตไปจนกว่าจะสิ้นชีวิต พระพุทธศาสนาเชื่อว่าการเปลี่ยนแปลงที่ทำได้ถึงระดับรากฐานของจิตสำนึกจะเป็นไปได้เมื่อคนๆ นั้น เข้าถึงความสุขภายใน (ความสุขยั่งยืน) โดยผ่านการฝึกใจอย่างต่อเนื่องในเรื่องการสร้างความตั้งใจ ความสมดุลทางอารมณ์ และสติ เพราะการฝึกใจในเรื่องดังกล่าวจะทำให้คนเราเรียนรู้ถึงความแตกต่างระหว่างความเป็นจริงของสิ่งต่างๆ ที่คนเรารับทราบได้โดยระบบประสาทสัมผัสกับความเป็นจริงที่เกิดจากการปรุงแต่งที่เราสร้างขึ้น ผลของการฝึกใจทำให้คนเรามองเห็นสิ่งนั้นๆ ตามที่ประสาทสัมผัสได้รับ รวมถึงการรับทราบทางใจด้วย ซึ่งเป็นการเรียนรู้ที่ใกล้เคียงกับความเป็นจริงตามธรรมชาติโดยปราศจากความคิดที่ปรุงแต่งบิดเบือนที่คนเรามากจะมีต่อสิ่งต่างๆ โดยเป็นนิสัยโดยคิดว่านั้นคือความจริง (Auepum, 2014: 135-136)

สำหรับการพัฒนาตนตามหลักพุทธศาสนานั้น เชื่อว่ามนุษย์ทุกคนจะต้องพัฒนาตนเองอยู่เสมอ และจะต้องพัฒนาตลอดเวลา โดยไม่ประมาท เป็นการพัฒนาโดยเน้นการสร้างเสริมคุณภาพของคนที่จะมาเป็นส่วนร่วมในการแก้ปัญหาตามยุคสมัย และเป็นการพัฒนาตนที่สอดคล้องกับจุดหมายระยะยาวแห่งความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ด้วย ไม่ใช่เป็นเพียงการพัฒนามนุษย์เพื่อมาสนองความต้องการด้านทรัพยากรมนุษย์ เฉพาะกาลเฉพาะกรณีเท่านั้น แต่มุ่งส่งผลให้บุคคลมีอนามยดี แข็งแรง มีอารมณ์ที่มั่นคงมีจิตใจที่งดงาม มีความสามารถเข้าใจตนเอง เข้าใจบุคคลอื่น สามารถปรับตัวสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นได้โดยง่าย และอยู่กับการทำงานได้อย่างเป็นสุข โดยเป้าหมายการพัฒนาตนตามหลักพุทธศาสนา คือ การพัฒนาทางกาย ทางศีล ทางจิต และทางปัญญา การพัฒนา

คณาทางพุทธศาสนาเป็นการเรียนรู้และการปฏิบัติเพื่อไปสู่ความพอดีหรือการมีคุณภาพของชีวิตที่มีความสัมพันธ์อันกลมกลืนระหว่างการดำเนินชีวิตของบุคคลกับสภาพแวดล้อมและมุ่งการกระทำตนให้มีความสุขด้วยตนเอง รู้เท่าทันตนเอง เข้าใจตนเองมากกว่าการพึ่งพาอาศัยวัตถุ เป็นแนวทางการพัฒนาชีวิตที่ยั่งยืน และหลักการพัฒนาตนที่สำคัญคือ ทมะ ลีลา และภาวนา (Payutto, 2005: 45)

กระบวนการพัฒนาตนตามหลักการทางพระพุทธศาสนาเป็นที่ยอมรับเบื้องต้นว่าสามารถพัฒนาบุคคลให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจได้ โดยเฉพาะการลดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา การกระทำความรุนแรงต่อพ่อแม่ ครูอาจารย์ เพื่อน สังคมประเทศชาติ หากมีการสร้างและพัฒนารูปแบบการลดพฤติกรรมความรุนแรงโดยการใช้กระบวนการฝึกอบรมตามหลักไตรสิกขามาเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนให้มีความเห็นที่ถูกต้องเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตมีจิตที่ประกอบด้วยเมตตากรุณาต่อกัน ไม่คิดอิจฉาริษยา ซึ่งกันและกัน ถือได้ว่าเป็นความต้องการของคนทุกคนในสังคม เพราะฉะนั้นด้วยความตระหนักถึงความสำคัญของการพัฒนาศักยภาพของบุคคลโดยใช้กระบวนการการพัฒนาตามหลักพระพุทธศาสนาแล้ว

ดังนั้น การที่บุคคลจะพัฒนาตนได้จะต้องเป็นผู้มุ่งมั่นที่จะเปลี่ยนแปลงหรือปรับปรุงตัวเองโดยมีความเชื่อหรือแนวคิดพื้นฐานในการพัฒนาตนที่ถูกต้อง เพื่อช่วยส่งเสริมให้การพัฒนาตนประสบความสำเร็จ สำหรับวิธีการพัฒนาตนไปสู่วิถีชีวิตที่ดีงามประกอบด้วย การรู้จักเลือกหาแหล่งความรู้และแบบอย่างที่ดี การรู้จักจัดระเบียบชีวิต มีการวางแผนและจัดการกิจการงานต่างๆ อย่างมีระบบระเบียบ การมีความพึงพอใจจะสร้างสรรค์กิจการที่ดีงามและมีประโยชน์ การมุ่งมั่นพัฒนาตนให้เต็มศักยภาพ การปรับเจตคติและค่านิยมให้เหมาะสมกับการดำเนินชีวิตที่ดีงาม เอื้อต่อการเรียนรู้ การมีสติ ตื่นตัวทุกเวลา การรู้จักแก้ปัญหาและพึ่งตนเอง จัดการแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ มีความคิดวิจารณ์ตามเหตุปัจจัยด้วยตนเอง สำหรับเทคนิคสำคัญของการพัฒนาตนเองคือ วิธีการควบคุมตนเองทั้งทางร่างกายและจิตใจ โดยการควบคุมสิ่งเร้า การเตือนตนเอง การเสริมแรงตนเองและการลงโทษตัวเอง การทำสัญญากับตัวเอง การเปลี่ยนการตอบสนอง วิธีการปรับความคิดและความรู้สึก เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และ วิธีการเจริญสมาธิเบื้องต้นเพื่อทำจิตใจให้สงบเกิดสภาวะการตื่นรู้คือปัญญา

การตื่นรู้เป็นธรรมชาติอีกอย่างหนึ่งของมนุษย์ ที่เกิดจากการเข้าถึงความเป็นหนึ่งเดียวกัน ความจริงตามธรรมชาติอันกว้างใหญ่ไพศาล ไม่มีที่สิ้นสุด หลุดเป็นอิสระจากการติดอยู่ในความบีบคั้นความคับแคบ เกิดความสว่างไสวและปิติสุขอันล้ำลึก อย่างไม่เคยมีมาก่อน มีมิตรภาพอันไพศาล

ต่อเพื่อนมนุษย์และสรรพสิ่ง อันเป็นไป เพื่อการอยู่ร่วมกันอย่างสันติมนุษย์อยู่ในธรรมชาติของการ
 ปรุงแต่ง ซึ่งแยกเป็นส่วนๆ เป็นเขาเป็นเรา เป็นสิ่งที่ไม่มีชีวิต สิ่งมีชีวิตนานัปการ โดยเอาตัวเองเป็น
 ศูนย์กลางเป็นสมมติตั้งจะไม่ใช้ความจริง ตามธรรมชาติ เพราะความจริงตามธรรมชาติไม่มีตัวตน
 ของใครเป็นศูนย์กลาง การเอาตัวเองเป็นศูนย์กลางจึงเป็นมายาคติ ตัวเองนั้นคับแคบและขัดแย้งกับ
 ความเป็นจริงตามธรรมชาติ มนุษย์จึงตกอยู่ในความบีบคั้นไม่เป็นอิสระ ขัดแย้งในตนเองและกับคน
 อื่นและสิ่งอื่น แม้มนุษย์จะสามารถศึกษากฎเกณฑ์ทางฟิสิกส์และนำมาประดิษฐ์เทคโนโลยีและโลก
 ทางวัตถุต่าง ๆ แต่สภาพความขัดแย้งในตนเองและกับคนอื่นและสิ่งอื่นก็ยังดำรงอยู่ หรือกลับมาก
 ยิ่งขึ้น จนกระทั่งสร้างสภาวะวิกฤต ทั้งวิกฤตชีวิต สังคม และสิ่งแวดล้อมแก่โลกทั้งใบ มนุษยชาติคง
 ไม่สามารถจะหลุดพ้นจากสภาวะวิกฤตในชีวิตได้

ส่วน “การตื่นรู้” มีความหมายอย่างไร เหตุใดพระพุทธศาสนาจึงเน้นย้ำถึงภาวะตื่นรู้นี้ พระ
 สัจธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเน้นหลักการเข้าถึงภาวะตื่นรู้ซึ่งมี
 แนวทางที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนไว้หลายแนวทางที่ทำให้ผู้ปฏิบัติ ตามอุปนิสัยสันดานของมนุษย์
 แต่ละกลุ่ม หากแต่ยุคสมัยนี้ที่มนุษย์ใส่ใจกับการครองชีพมากขึ้น จึงมีการแสวงหาปัจจัยที่เอื้อต่อการ
 ดำรงชีพเพียงอย่างเดียว ไม่ได้สนใจหรือใส่ใจต่อการตื่นรู้ที่สามารถนำพาวิถีชีวิตของมนุษย์นั้น ให้
 ดำรงอยู่อย่างเป็นปกติสุขการส่งเสริมการตื่นรู้หรือการปรับเปลี่ยนทัศนคติอาจเกิดขึ้นภายในจิตใจ
 ของบุคคลเอง การรับรู้เกิดขึ้นใหม่และเปลี่ยนแปลงได้ โดยมีเหตุปัจจัยจากการพิจารณาของบุคคลผู้
 นั้นเองโดยไม่เกี่ยวกับการถูกบังคับหรือกดดันจากสิ่งแวดล้อมภายนอกเลยในทางพระพุทธศาสนา
 ได้เรียกการรับรู้ชนิดนี้ว่าเป็น ธรรมานุธรรมมะสติปัญญา คือการตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรมเพื่อให้เกิด
 ความรู้ความเข้าใจธรรมชาติตามสภาพที่เป็นจริง วิถีทางพระพุทธศาสนาใช้พิจารณาสิ่งต่าง ๆ
 เพื่อให้เกิดปัญญา เช่นการกำหนดลมหายใจเข้าออกจนจิตสงบดีเกิดสมาธิไม่มีความฟุ้งซ่านก็น้อม
 จิตเข้าไปสู่ตามแนวทางวิปัสสนากรรมฐาน ได้แก่การพิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม (Paorohit, 2011:
 152-153)

ผลการศึกษาด้านทุนชีวิตในนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษา อายุ 14-18 ปี มี
 ต้นทุนชีวิตที่มีความอ่อนแอมากที่สุด กล่าวคือ การพูดคุยแลกเปลี่ยนเรื่องราวสื่อกับครูสะท้อนให้
 เห็นว่านักเรียนกำลังตื่นตัวและต้องการแลกเปลี่ยนเรียนรู้อย่างมากมาโดยเฉพาะกับครูแต่โอกาส
 เข้าถึงยังน้อยมาก การเปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงออกโดยตัวเอง โดยที่ผู้ใหญ่แสดงบทบาทสมมติ
 เป็นพี่เลี้ยง มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพิ่มบทบาทให้เด็กแสดงความสามารถและมีใจอาสา ก็จะทำให้

เกิดการพัฒนาเป็นกลไก การสร้างภูมิคุ้มกัน ได้เป็นอย่างดีต้นทุนชีวิตที่เพิ่มขึ้น พฤติกรรมเสี่ยงก็จะลดลงได้ในที่สุด (Trepatee, 2013: 36) จากแนวโน้มของปัญหาสังคมที่หลากหลาย หากวัยรุ่นไทยไม่มีความเข้มแข็งพอที่จะจัดการปัญหาที่ประสบได้ ย่อมนำไปสู่ทางออกที่ไม่พึงปรารถนา ดังนั้น จึงถือเป็นความจำเป็นและสำคัญอย่างยิ่งที่จะต้องสร้าง และเสริมภูมิคุ้มกันให้วัยรุ่นไทยได้มีต้นทุนชีวิตที่เข้มแข็ง พร้อมทั้งจะดำรงตนได้อย่างปลอดภัยและมีความสุข (Trepatee, 2013: 36)

การเรียนรู้ของนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (ม.4 – ม.5) เป็นช่วงเวลาที่นักเรียนต้องค้นหาตัวตนของตนเอง เพื่อจะได้วางแผนในการศึกษาต่อเพื่อการมีงานทำ ซึ่งนักเรียนบางส่วนต้องได้เปลี่ยนสถานที่เรียนใหม่ พบกับสิ่งแวดล้อมใหม่ ในการเรียนรู้ โดยเฉพาะนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เป็นช่วงเริ่มต้นของการเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย นักเรียนต้องมีความพร้อมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม เพื่อให้ปรับพฤติกรรมให้เข้ากับสิ่งใหม่ๆ จำเป็นต้องมีกระบวนการพัฒนาตนที่เหมาะสม ถ้าปรับตัวไม่ได้ก็จะเกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ตามมา ได้แก่ การทะเลาะวิวาท การพึ่งยาเสพติด ปัญหาเรื่องชู้สาว การขาดสัมมาคารวะ เป็นต้น (Paorohit, 2011: 152-153)

จากการสัมภาษณ์อาจารย์ผู้สอนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 พบว่า นักเรียนยังคงเบื่อหน่ายและไม่ตั้งใจเรียนเพราะเพิ่งขึ้นมาจากชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นปีที่ 3 เพราะต้องมาปรับตัวอย่างมากกับการเรียนรู้ใหม่ซึ่งไม่เหมือนตอนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งจะต้องพบกับเนื้อหาวิชาเรียน ที่ยากมากขึ้นในการมาเรียนในสถานที่แห่งใหม่ทั้งการบ้านและรายงานก็มีเพิ่มมากขึ้น กิจกรรมต่างๆ อีกมากมาย จากการแจกแบบสำรวจข้อมูลเบื้องต้นให้กับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายปีที่ 4 ผลการสำรวจได้ พบปัญหาเรียนไม่ทันเพื่อน เรียนไม่รู้เรื่อง เรียนไม่เข้าใจ งานเยอะมากไม่สามารถส่งงานได้ทันเวลา ในเวลาเรียนเกิดภาวะความเครียด ทำงานเข้ากับกลุ่มเพื่อนไม่ได้ ทำงานซ้ำ มีสาเหตุมาจากเข้ากับเพื่อนไม่ได้ เพื่อนบางคนเดียดเดียวร้ายทำให้ทำงานลำบาก ความเห็นไม่ตรงกัน การนัดหมายการสื่อความหมายกันไม่ถูกต้อง ทำให้เกิดความเข้าใจผิด เพื่อนในกลุ่มขาดเรียนทำให้ต้องทำงานกระชั้นชิด อยู่กับเพื่อนที่เข้ากันไม่ได้ การทำงานจึงไม่ประสบผลสำเร็จ ไม่มีเงินทำงาน กลุ่มขาดความสามัคคี และเพื่อน บางคนไม่ให้ความร่วมมือ (Khumkan, 2010: 3)

จากการที่ได้ศึกษารวบรวมข้อมูลทราบว่านักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในช่วงการเปลี่ยนสถานที่เรียนจะมีปัญหาในการปรับตัว คือไม่รู้จักตน ไม่เห็นคุณค่าของตน ไม่เห็นศักยภาพของตน และการใช้ศักยภาพของตนไม่เต็มศักยภาพ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษา กระบวนการพัฒนาตนตาม

หลักสูตรจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในด้านศึกษา
กระบวนการพัฒนาตนตามหลักสูตรจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้เพื่อสร้างโมเดลกระบวนการพัฒนา
ตนตามหลักสูตรจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ เพื่อตรวจสอบความตรงและนำเสนอ โมเดลกระบวนการพัฒนา
ตนตามหลักสูตรจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

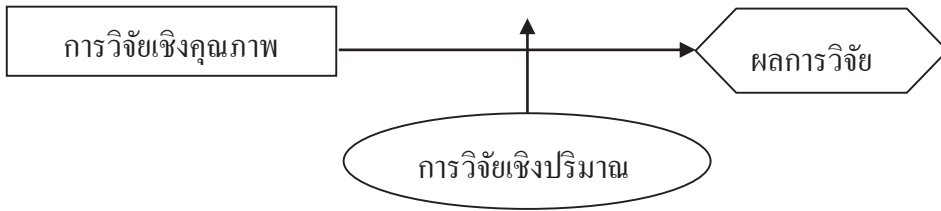
1. เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาตนตามหลักสูตรจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้
2. เพื่อสร้างโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้
3. เพื่อตรวจสอบความตรงและนำเสนอ โมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักสูตรจิตวิทยา
เพื่อการตื่นรู้

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง กระบวนการพัฒนาตนตามหลักสูตรจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาตนตามหลักสูตรจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ 2) เพื่อสร้างกระบวนการพัฒนาตนตามหลักสูตรจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ 3) เพื่อตรวจสอบความตรงและนำเสนอโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักสูตรจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Methods Research) โดยใช้วิธีการเชิงปริมาณเพื่อขยายผลการวิจัยเชิงคุณภาพ แบ่งการวิธีการดำเนินการวิจัยออกเป็น 2 ระยะ ได้แก่ ระยะที่ 1 ใช้แนวทางวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative approach) ในการศึกษากระบวนการพัฒนาตนตามหลักสูตรจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ระยะที่ 2 ใช้แนวทางวิธีการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative approach) เพื่อสร้าง ตรวจสอบความตรงและนำเสนอโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักสูตรจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ดังแสดงรายละเอียดของวิธีการดำเนินการวิจัยได้ดังนี้

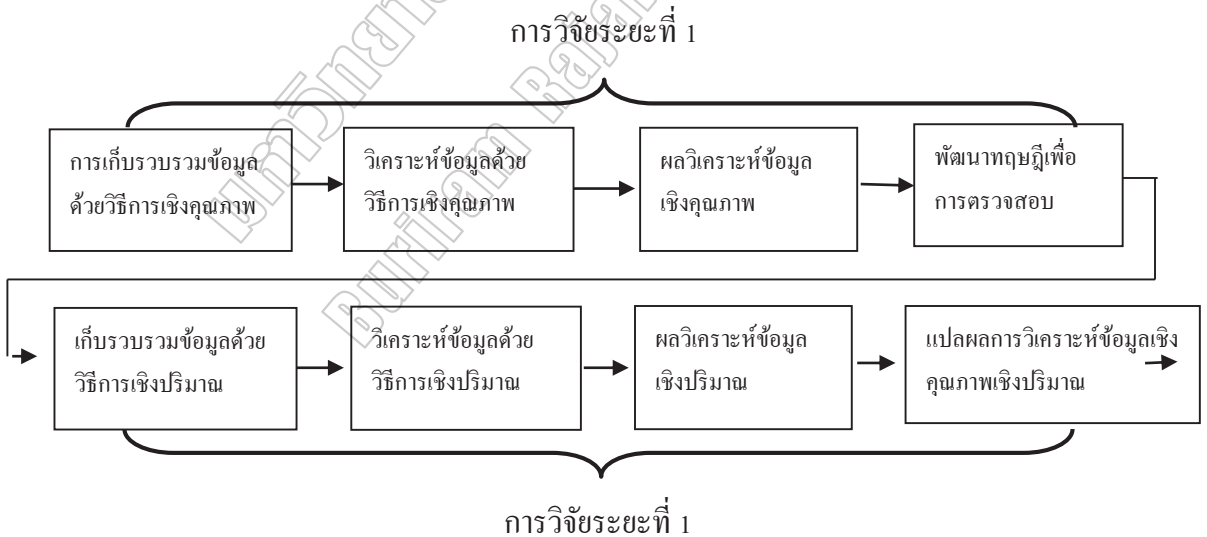
1. รูปแบบการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมวิธี (mixed methods research) ผู้วิจัยได้ใช้แบบแผนการวิจัยแบบผสมวิธี โดยใช้วิธีการวิจัยเชิงปริมาณเพื่อขยายผลวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Quantitative method to extend Qualitative results แสดงได้ดังแผนผังดังนี้



ภาพที่ 1: การวิจัยแบบผสมวิธีด้วยวิธีการวิจัยเชิงปริมาณเพื่อขยายผลวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Klomkul, 2011: 86)

จากแบบแผนการวิจัยในภาพ ทำให้ได้แนวทางในการออกแบบการวิจัยโดยเริ่มต้นจากการเก็บรวบรวมข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการเชิงคุณภาพเป็นระยะที่ 1 และตามด้วยระยะที่ 1 คือการเก็บรวบรวมข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการเชิงปริมาณ โดยเริ่มจากการพัฒนาผลการวิจัยในระยะที่ 1 แล้วนำข้อมูลมาผสมเพื่อเชื่อมโยงกับการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณในระยะที่ 2 จากนั้นดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณเพื่อตรวจสอบทฤษฎีที่พัฒนาขึ้นจากการวิจัยเชิงคุณภาพในระยะที่ 1 โดยการออกแบบวิจัยเน้นการพัฒนาทฤษฎีให้เกิดขึ้น (Emergent theory) ซึ่งจะทำได้กรอบแนวคิดในเชิงทฤษฎีที่มีความชัดเจนมากยิ่งขึ้น มีรายละเอียดของขั้นตอนการวิจัยตามภาพต่อไปนี้



ภาพที่ 2: ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย (Klomkul, 2011 : 87)

จากขั้นตอนการดำเนินการวิจัยในภาพ ผู้วิจัยได้แสดงรายละเอียดในการออกแบบการวิจัย โดยการออกแบบการเลือกกลุ่มตัวอย่าง (Sampling design) การออกแบบการพัฒนาเครื่องมือวิจัย (Measurement design) และการออกแบบการวิเคราะห์ข้อมูล (Analysis design) ดังต่อไปนี้

ระยะที่ 1 การออกแบบการวิจัยด้วยวิธีการเชิงคุณภาพ (Qualitative research design) เป็นการออกแบบการวิจัยโดยใช้วิธีการศึกษาเชิงคุณภาพประกอบด้วย การศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและการศึกษาภาคสนาม แบ่งการศึกษาเป็น 2 ชั้น ดังนี้

ชั้นที่ 1 ศึกษากระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการเรียนรู้

ชั้นที่ 2 พัฒนารอบแนวคิดโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการเรียนรู้

1. การกำหนดกลุ่มเป้าหมาย

สำหรับการศึกษาในระยะที่ 1 ในส่วนของศึกษาภาคสนาม ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์เชิงลึกผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา ด้านหลักกิจกรรมและครูในโรงเรียนวิถีพุทธ จำนวน 15 รูป/คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ระยะที่ 1 คือ แนวคำถามแบบสัมภาษณ์กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการเรียนรู้ โดยมีขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือคือ

1) ศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

2) กำหนดกรอบแนวคิดในการศึกษา กำหนดโครงสร้างแนวคำถามแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ศึกษาและเสนออาจารย์ที่ปรึกษา

3) ดำเนินการสร้างแนวคำถามแบบสัมภาษณ์ตามกรอบโครงสร้างของแบบสอบถามนำเสนออาจารย์ที่ปรึกษา

4) นำแนวคำถามแบบสัมภาษณ์ที่ได้รับการปรับปรุงแก้ไขและผ่านการหาคุณภาพเครื่องมือวิจัยเรียบร้อยแล้ว ไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยต่อไป

ระยะที่ 2 เป็นการวิจัยด้วยวิธีการเชิงปริมาณ (Quantitative approach) โดยการนำข้อมูลระยะที่ 2 มาพัฒนาโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการเรียนรู้ ที่มีตัวแปรส่งผ่าน และตรวจสอบความตรงของโมเดลด้วยการหาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุที่พัฒนาขึ้นแสดงรายละเอียดของการดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ศึกษา ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ปีที่ 4 จำนวน 553 คน
 กลุ่มตัวอย่าง ในการกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างนั้น ผู้วิจัยกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง
 โดยใช้สูตรของ Hair และคณะ (Klomkul, 2011: 95) คือขนาดกลุ่มตัวอย่าง 10 คน ต่อ 1 พารามิเตอร์
 ที่ต้องการประมาณค่าหรือจำนวนเส้นทาง (path) ที่แสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรโมเดลกรอบ
 แนวคิดในการวิจัย ในการวิจัยครั้งนี้มีจำนวนพารามิเตอร์ที่ต้องการประมาณค่าทั้งหมด 54
 พารามิเตอร์ หรือมีจำนวนเส้นทางแสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในโมเดลกรอบแนวคิด
 ทั้งหมด 54 เส้นทาง ดังนั้นขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสมมีขนาดของกลุ่มตัวอย่าง 553 คน แจก
 แบบสอบถามทั้งสิ้น 600 ชุด รวบรวมแบบสอบถามได้คืนมาทั้งสิ้น 553 ราย ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1

แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างของโรงเรียนในสังกัด สพม.เขต 7

ชื่อโรงเรียน	ขนาด โรงเรียน	จำนวนนักเรียน ทั้งหมด (คน)	จำนวนนักเรียน ม.4 (คน)	กลุ่มตัวอย่าง (คน)
1 โรงเรียนอรุณประเทศ	ใหญ่	2,116	471	266
2 โรงเรียนตาพระยา	กลาง	1,261	157	89
3 โรงเรียนทัพพระยาพิทยา	กลาง	1,047	172	98
4 โรงเรียนคลองน้ำใสวิทยาคาร	กลาง	504	57	34
5 โรงเรียนร่มเกล้าวัฒนานคร	เล็ก	379	61	36
สระแก้วรัชมังคลาภิเษก				
6 โรงเรียนชัยม่วงวิทยา	เล็ก	364	50	30
รวม		5,671	968	553

2. ปัจจัย/ตัวแปรที่นำเข้ามาวิเคราะห์ในโมเดล

เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมวิธีโดยนำวิธีการศึกษาด้วยวิธีการวิจัยเชิง
 คุณภาพเป็นส่วนสำคัญในการพัฒนารอบแนวคิดในเชิงทฤษฎีก่อนนำมาพัฒนาเป็นโมเดล
 กระบวนการพัฒนาคนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ จำนวน 2 โมเดล ดังนี้

โมเดลที่ 1 กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้โดยมีกัลยาณมิตรของครูในโรงเรียนวิถีพุทธ เป็นตัวแปรส่งผ่าน ประกอบด้วย ตัวแปรแฝง 3 ตัวแปร แบ่งเป็นตัวแปรภายในแฝง 2 ตัวแปร ตัวแปรภายนอกแฝง 1 ตัวแปร และตัวแปรสังเกตได้ 14 ตัวแปร ดังแสดงรายละเอียดของตัวแปรดังนี้

1) ตัวแปรแฝงและตัวแปรสังเกตได้ภายใน (endogenous latent and observed variables) ในการวิจัยครั้งนี้มีตัวแปรแฝงภายใน คือ

(1) ภาวะตื่นรู้ หมายถึง การที่บุคคลแสดงออกถึงการดำเนินชีวิตอย่างรู้ ตื่น และเบิกบาน โดยวัดจากตัวแปรสังเกตได้ 3 ตัวแปร คือ (1) รู้ คือ ความสามารถของบุคคลในการมีสติระลึกรู้การดำรงชีวิตด้วยหลักอริยสัจสี่ คือ รู้จักสภาพปัญหา รู้เหตุที่ทำให้เกิดปัญหา รู้การแก้ปัญหาอย่างมีจุดหมาย รู้กำหนดแนวทางและรู้ปฏิบัติเพื่อกำจัดปัญหามากกว่าใช้อารมณ์ (2) ตื่น คือ ควบคุมตนเอง ด้านกาย วาจา ใจ โดยใช้หลักอริยสัจสี่ในการดำรงชีวิต (3) เบิกบาน คือ ภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต สุขสงบทางใจ

(2) ตัวแปรส่งผ่าน คือ กัลยาณมิตรของครูในโรงเรียนวิถีพุทธ คือ การเป็นผู้ส่งเสริมให้นักเรียนเกิดการตื่นรู้ โดยวัดจากตัวแปรสังเกตได้ 7 ตัวแปร คือ (1) น่ารัก (2) น่าเคารพ (3) น่ายกย่อง (4) เป็นที่ปรึกษาที่ดี (5) อุดหนุนฟังถ้อยคำ (6) อธิบายเรื่องซับซ้อนได้ (7) ไม่นะนำทางเสื่อมเสีย (P.A. payutto, 2008 : 204)

2) ตัวแปรแฝงและตัวแปรสังเกตได้ภายนอก (exogenous latent and observed variables) คือ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา หมายถึง การพัฒนาตน โดยวัดจากตัวแปรที่สังเกตได้ 7 ตัวแปรคือ (1) ตระหนักรู้ (2) พัฒนาให้รู้จักตนเอง (3) รู้คุณค่าและศักยภาพที่แท้จริงของตน และ (4) ปฏิบัติจริงในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพ (5) สីล (6) สมาธิ (7) ปัญญา

โมเดลที่ 2 กระบวนการพัฒนาตนทางจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้โดยมีการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา เป็นตัวแปรส่งผ่านประกอบด้วยตัวแปรแฝง 3 ตัวแปร แบ่งเป็นตัวแปรภายในแฝง 2 ตัวแปร ตัวแปรภายนอกแฝง 1 ตัวแปร และตัวแปรสังเกตได้ 10 ตัวแปร ดังแสดงรายละเอียดของตัวแปรดังนี้

1) ตัวแปรแฝงและตัวแปรสังเกตได้ภายใน (endogenous latent and observed variables) ในการวิจัยครั้งนี้มีตัวแปรแฝงภายใน คือ (1) ภาวะตื่นรู้ หมายถึง การที่บุคคลแสดงออกถึงการดำเนินชีวิตอย่างรู้ ตื่น และเบิกบาน โดยวัดจากตัวแปรสังเกตได้ 3 ตัวแปร คือ (1) รู้ คือ

ความสามารถของบุคคลในการมีสติระลึกรู้การดำรงชีวิตด้วยหลักอริยสัจสี่ คือ รู้จักสภาพปัญหา รู้เหตุที่ทำให้เกิดปัญหา รู้การแก้ปัญหาอย่างมีจุดหมาย รู้กำหนดแนวทางและรู้ปฏิบัติเพื่อกำจัดปัญหา มากกว่าใช้อารมณ์ (2) ตื่น คือ ควบคุมตนเอง ด้านกาย วาจา ใจ โดยใช้หลักอริยสัจสี่ในการดำรงชีวิต (3) เบิกบาน คือ ภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต สุขสงบทางใจ (2) ตัวแปรส่งผ่าน คือ การพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา หมายถึง การพัฒนาตนตามหลักพุทธธรรม โดยวัดจากตัวแปรที่สังเกตได้ 3 ตัวแปรคือ (1) ศีล (2) สมาธิ (3) ปัญญา

2) ตัวแปรแฝงและตัวแปรสังเกตได้ภายนอก (exogenous latent and observed variables) 1 ตัวแปร ได้แก่ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยา หมายถึง การพัฒนาตนตามทฤษฎีการยึดผู้ป่วยเป็นศูนย์กลางของ Carl Roger โดยวัดจากตัวแปรที่สังเกตได้ 4 ตัวแปรคือ (1) ตระหนักรู้ (2) พัฒนาให้รู้จักตนเอง (3) รู้คุณค่าและศักยภาพที่แท้จริงของตน และ (4) ปฏิบัติจริงในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพ

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ระยะที่ 2 คือแบบสอบถามใช้เก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ (Quantitative Data) ที่มี 3 ขั้นตอน ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเพื่อพัฒนาโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ที่มีตัวแปรส่งผ่าน โดยมีขั้นตอนการสร้างเครื่องมือคือ

- 1) ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้
- 2) นำผลที่ได้จากการวิจัยระยะที่ 1 และแนวคิด ทฤษฎี เอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ในข้อ 1 มากำหนดกรอบแนวคิดในการศึกษา กำหนดโครงสร้างของแบบสอบถาม ที่จะใช้ในการศึกษาและเสนออาจารย์ที่ปรึกษา
- 3) ดำเนินการสร้างแบบสอบถามตามกรอบโครงสร้างของแบบสอบถามที่กำหนดไว้
- 4) ตรวจสอบความตรงและความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม

ผลการวิจัย

การนำเสนอสรุปผลการวิจัยครั้งนี้ แบ่งเป็น 2 ส่วนคือ ส่วนที่ 1 เป็นการสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น และส่วนที่ 1 เป็นการสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตอบคำถามวิจัย สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังต่อไปนี้

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น

(1) ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศหญิงจำนวน 358 คน คิดเป็นร้อยละ 64.70 รองลงมาเป็นเพศชาย จำนวน 195 คน คิดเป็นร้อยละ 35.30 กลุ่มตัวอย่างมาจากขนาดโรงเรียนขนาดใหญ่ 380 คน คิดเป็นร้อยละ 68.70 โรงเรียนขนาดกลาง 117 คน คิดเป็นร้อยละ 21.20 โรงเรียนขนาดเล็ก 56 คน คิดเป็นร้อยละ 10.10 อาศัยอยู่กับพ่อและแม่ 327 คน คิดเป็นร้อยละ 59.10 อาศัยอยู่กับพ่อ หรือแม่ 222 คน คิดเป็นร้อยละ 40.10 อยู่หอพัก 4 คน คิดเป็นร้อยละ 0.80

(2) ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเบื้องต้นของตัวแปรสังเกตได้ในโมเดล สรุปได้ว่า ในภาพรวมผู้ตอบแบบสอบถามโมเดลกระบวนการพัฒนาคนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้เมื่อพิจารณากระบวนการพัฒนาคนตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV) พบว่า โดยภาพรวมกระบวนการพัฒนาคนตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV) อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.78$) ซึ่งเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า รู้ศักยภาพของตน (K) มีค่าเฉลี่ยในระดับมาก ($\bar{X} = 3.86$) รองลงมาก็คือ รู้จักตน (I) มีค่าเฉลี่ยในระดับมาก ($\bar{X} = 3.84$) และ รู้คุณค่าของตน (J) ($\bar{X} = 3.83$) ตามลำดับ เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) ของตัวแปรพบว่า ตัวแปรมีการกระจายอยู่ระหว่างร้อยละ 10.83 – 15.83 เมื่อพิจารณาค่าความเบ้ (Sk) ของตัวแปร พบว่า ตัวแปรศีล (AB) ปัญญา (FGH) รู้จักตน (I) และสามารถใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่ (L) มีการแจกแจงในลักษณะเบ้ขวา (ค่าความเบ้เป็นบวก) แสดงว่า ข้อมูลของตัวแปรต่ำกว่าค่าเฉลี่ย ตัวแปร สมานธิ (CDE) รู้คุณค่าของตน (J) รู้ศักยภาพของตน (K) มีการแจกแจงในลักษณะเบ้ซ้าย (ค่าความเบ้เป็นลบ) แสดงว่า ข้อมูลของตัวแปรสูงกว่าค่าเฉลี่ย เมื่อพิจารณาค่าความโค้ง (Ku) พบว่า ตัวแปรสมานธิ (CDE) รู้คุณค่าของตน (J) มีการแจกแจงของข้อมูลในลักษณะสูงโค้งกว่าโค้งปกติ (ค่าความโค้งมากกว่า 0) แสดงว่ามีการกระจายของข้อมูลน้อย ตัวแปร ศีล (AB) ปัญญา (FGH) รู้จักตน (I) รู้ศักยภาพของตน (K) และสามารถใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่ (L) มีการแจกแจงของข้อมูลในลักษณะเตี้ยแบนกว่าโค้งปกติ (ค่าความโค้งน้อยกว่า 0) แสดงว่ามีการกระจายของข้อมูลมาก

เมื่อพิจารณาปัจจัยด้านกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) พบว่า โดยภาพรวมกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.12$) ซึ่งเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ไม่แนะนำทางเสื่อมเสีย (S) ($\bar{X} = 4.38$) รองลงมาก็คือ นายกอง (O) ($\bar{X} = 4.19$) และนารัก (M) ($\bar{X} = 3.96$) ตามลำดับ เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) ของตัวแปรพบว่า ตัวแปรมีการกระจายอยู่ระหว่างร้อยละ 14.04 – 19.05 เมื่อพิจารณาค่าความเบ้ (Sk) ของตัวแปร พบว่า ตัวแปรทุกตัวมีการแจก

แรงในลักษณะเบ้ซ้าย (ค่าความเบ้เป็นลบ) แสดงว่า ข้อมูลของตัวแปรทุกตัวสูงกว่าค่าเฉลี่ย เมื่อพิจารณาค่าความโค้ง (K_u) พบว่า ตัวแปร น่ารัก (M) น่าเคารพ (N) น่ายกย่อง (O) อธิบายเรื่องซับซ้อนได้ (R) ไม่แนะนำทางเสื่อมเสีย (S) มีการแจกแจงของข้อมูลในลักษณะสูงโค้งกว่าโค้งปกติ (ค่าความโค้งมากกว่า 0) แสดงว่ามีการกระจายของข้อมูลน้อย ตัวแปร เป็นที่ปรึกษาที่ดี (P) อดทนฟังถ้อยคำ (Q) มีการแจกแจงของข้อมูลในลักษณะเตี้ยแบนกว่าโค้งปกติ (ค่าความโค้งน้อยกว่า 0) แสดงว่ามีการกระจายของข้อมูลมาก

เมื่อพิจารณาปัจจัยด้านการตื่นรู้ (AWAKE) พบว่า โดยภาพรวมการตื่นรู้ (AWAKE) อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.96$) ซึ่งเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า เบิกบาน (V) สูงที่สุด $\bar{X} = 4.15$ รองลงมาคือ ด้านรู้ (T) ($\bar{X} = 3.89$) และ ตื่น (U) ($\bar{X} = 3.85$) ตามลำดับ เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) ของตัวแปร พบว่า ตัวแปรมีการกระจายไม่ต่างกันมาก โดยมีค่าอยู่ระหว่างร้อยละ 14.58 – 16.05 เมื่อพิจารณาค่าความเบ้ (S_k) ของตัวแปร พบว่า ตัวแปรทุกตัวมีการแจกแจงในลักษณะเบ้ซ้าย (ค่าความเบ้เป็นลบ) แสดงว่า ข้อมูลของตัวแปรทุกตัวสูงกว่าค่าเฉลี่ย เมื่อพิจารณาค่าความโค้ง (K_u) พบว่า ตัวแปรทุกตัวมีโค้งการแจกแจงของข้อมูลในลักษณะเตี้ยแบนกว่าโค้งปกติ (ค่าความโค้งน้อยกว่า 0) แสดงว่ามีการกระจายของข้อมูลมาก

2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตอบคำถามวิจัย

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในตอนนี ผู้วิจัยนำเสนอสาระจากวิธีการเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ แยกตามวัตถุประสงค์การวิจัยเป็น 2 ด้าน คือ 1) ผลการพัฒนาโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา 2) ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา ที่พัฒนาขึ้นกับข้อมูลเชิงประจักษ์ และผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงและทางอ้อมระหว่างตัวแปรใน โมเดลด้วยโปรแกรมลิสเรล

(1) ผลการพัฒนาโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยามีทั้งตัวแปรทางพุทธจิตวิทยาและจิตวิทยา สามารถสรุปได้ว่า การพัฒนาให้รู้จักตนรู้คุณค่าของตนและศักยภาพของตนเอง และดำรงชีวิตประจำวันอย่างเต็มศักยภาพ ด้วยการปฏิบัติตนตามหลัก สีล สมาธิ ปัญญา โดยมีรูปแบบกัลยาณมิตรของครูใน โรงเรียนวิถีพุทธเป็นตัวแปรส่งผ่าน

จากการศึกษาภาคสนามด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก พบว่า ตัวแปรที่ได้จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เป็นตัวแปรที่ค่อนข้างเหมาะสมกับการวิจัยครั้งนี้ กัลยาณมิตรของครูใน

โรงเรียนวิถีพุทธ คือ การเป็นผู้ส่งเสริมให้นักเรียนเกิดการตื่นรู้ โดยวัดจากตัวแปรสังเกตได้ 1 ตัวแปร คือ (1) น่ารัก (2) น่าเคารพ (3) น่ายกย่อง (4) เป็นที่ปรึกษาที่ดี (5) อุดหนุนพึ่งถ้อยคำ (6) อธิบายเรื่องซับซ้อนได้ (7) ไม่แนะนำทางเสื่อมเสีย Payutto, 2016: 204) กระบวนการพัฒนาตนตามทฤษฎีการยึดผู้ป่วยเป็นศูนย์กลางของ (Carl Roger) หมายถึง การพัฒนาตน โดยวัดจากตัวแปรที่สังเกตได้ 4 ตัวแปรคือ (1) พัฒนาให้รู้จักตน (2) รู้คุณค่าของตน (3) รู้ศักยภาพที่แท้จริงของตนและ (4) ปฏิบัติจริงในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพ ตัวแปรแฝงและตัวแปรสังเกตได้ภายนอก ประกอบด้วย (1) ปัญหา คือ (1) ดำริชอบ (2) เห็นชอบ (2) สมาน คือ (1) พยายาม (2) สติ (3) สมาน (3) ศีล คือ (1) วาจาชอบ (2) การงานชอบ (3) เลี้ยงชีพชอบอีกทั้งการสัมภาษณ์เชิงลึกทำให้เข้าใจถึงนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปรแต่ละตัวได้ดีมากขึ้น สามารถนำมาเป็นแนวทางในการสร้างเครื่องมือในการวิจัยที่เหมาะสมได้

โมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ที่มีกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ เป็นตัวส่งผ่าน สรุปได้เป็น โมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ความสัมพันธ์ของตัวแปรมีทั้งเป็นไปในทิศทางเดียวกัน โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกสูงสุด คือ ความน่าเคารพ (N) และความน่ายกย่อง (O) เมื่อครูในวิถีพุทธมีความน่าเคารพมากขึ้น ความน่ายกย่องจะเพิ่มขึ้นด้วย ครูวิถีพุทธมีการอุดหนุนพึ่งถ้อยคำ สูงขึ้นการเป็นที่ปรึกษาที่ดี (Q) ก็สูงขึ้นด้วย

(2) ผลการตรวจสอบความตรงของ โมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาที่พัฒนาขึ้นกับข้อมูลเชิงประจักษ์ และผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงและทางอ้อมระหว่างตัวแปรในโมเดล แบ่งออกเป็น 2 โมเดล ดังนี้

1) โมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ที่มีกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ เป็นตัวส่งผ่าน ในโมเดลนี้ มีตัวแปรแฝง 3 ตัวแปร คือ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ (DEV) กัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) และการตื่นรู้ (AWAKE) โดยตัวแปรสังเกตได้ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลทั้งหมด 17 ตัวแปร

ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลที่พัฒนา สรุปได้ว่า ค่าไค-สแควร์ (X^2) มีค่าเท่ากับ 38.75 df = 5.15 p = 0.09 GFI = 0.99 AGFI = 0.98 RMSEA = 0.00 อธิบายความแปรปรวนของกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) ได้ร้อยละ 18.00 และอธิบายความแปรปรวนของการตื่นรู้ (TUV) ได้ร้อยละ 50.00 นอกจากนั้น ตัวแปรกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV)

พบว่า มีค่าพิสัยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ในช่วง 0.36 ถึง 0.60 โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ การรู้คุณค่าของตน (J) และปฏิบัติจริงในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพ (L) ตัวแปรกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) พบว่า มีค่าพิสัยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ในช่วง 0.40 ถึง 0.74 โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกสูงสุด คือ ความน่าเคารพ (N) และ ความน่ายกย่อง (O) การตื่นรู้ (TUV) พบว่า มีค่าพิสัยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ในช่วง 0.53 ถึง 0.72 โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุด คือ คือ รู้ด้วยสติ (T) และ ตื่นด้วยการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ (U)

ผลการวิเคราะห์โมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ที่มีตัวแปรกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ เป็นตัวแปรส่งผ่าน พบว่า โมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ประจักษ์ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ค่าดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI) มีค่าเท่ากับ 0.99 ค่าดัชนีวัดความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) มีค่าเท่ากับ 0.98

ค่าความเที่ยงของตัวแปรสังเกตได้ พบว่า ตัวแปรสังเกตได้มีค่าความเที่ยงอยู่ระหว่าง 0.28 ถึง 0.85 โดยตัวแปรที่มีค่าความเที่ยงสูงสุดคือ การรู้จักตน (I) มีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.85 รองลงมาคือ การรู้คุณค่าของตน (J) และความน่าเคารพ (N) มีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.71, 0.70 ตามลำดับ

ค่าสัมประสิทธิ์พยากรณ์ (R-SQUARE) ของสมการ โครงสร้างตัวแปรภายในแฝง พบว่า กัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) มีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์เท่ากับ 0.18 แสดงว่า ตัวแปรภายในโมเดลประกอบด้วย กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV) สามารถอธิบายความแปรปรวนของกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) ได้ร้อยละ 18.00 ส่วนการตื่นรู้ (TUV) มีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์เท่ากับ 0.50 แสดงว่า ตัวแปรภายในโมเดล คือ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV) และ กัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) สามารถอธิบายความแปรปรวนของการตื่นรู้ (TUV) ได้ร้อยละ 50.00

เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง พบว่า ค่าพิสัยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงมีค่าอยู่ในช่วง 0.53 ถึง 0.72 โดยตัวแปรมีความสัมพันธ์เป็นบวกตัวแปรที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มากที่สุดคือ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV) และ การตื่นรู้ (TUV) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.72 ซึ่งเป็นความสัมพันธ์ที่อยู่ในระดับสูง

อิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมที่ส่งผลต่อการตื่นรู้ (TUV) พบว่าตัวแปรดังกล่าว ได้รับอิทธิพลทางตรงจากกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV) โดยมีขนาดอิทธิพล

เท่ากับ 0.70 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ตามลำดับ แต่ไม่ได้รับอิทธิพลทางอ้อมจาก กลยณัฒนมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI)

2) โมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามทฤษฎีของ คาร์ล โรเจอร์ (Carl Rogers) เพื่อการตื่นรู้ที่มีการพัฒนาตามหลักพุทธ กระบวนการพัฒนาตามทฤษฎีของ ROGER (DEV_ROGER) กระบวนการพัฒนาหลักพุทธ (TRI) การตื่นรู้ (AWAKE) โดยมีกระบวนการพัฒนาหลักพุทธ (TRI) เป็นตัวแปรส่งผ่าน กระบวนการพัฒนาตามทฤษฎีของ ROGER (DEV_ROGER) พบว่า โดยภาพรวมกระบวนการพัฒนาตามทฤษฎีของ ROGER (DEV_ROGER) อยู่ในระดับมาก พบว่า การรู้สึกสภาพของตน (K) มีค่าเฉลี่ยในระดับมาก ค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) ของตัวแปรพบว่า ตัวแปรมีการกระจายอยู่ระหว่างร้อยละ 14.44– 15.64 เมื่อพิจารณาค่าความเบ้ (Sk) ของตัวแปร พบว่าตัวแปร รู้จักตนเอง (I) สามารถใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่ (L) มีการแจ่มแจ้งในลักษณะเบ้ขวา (ค่าความเบ้เป็นบวก) ปัจจัยกระบวนการพัฒนาหลักพุทธ (TRI) พบว่า โดยภาพรวมกระบวนการพัฒนาหลักพุทธ (TRI) อยู่ในระดับมาก ค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) ของตัวแปรพบว่า ตัวแปรมีการกระจายอยู่ระหว่างร้อยละ 11.34 – 15.63 เมื่อพิจารณาค่าความเบ้ (Sk) ของตัวแปร พบว่า ตัวแปร ศิล (AB) และ ปัญญา (FGH) มีการแจ่มแจ้งในลักษณะเบ้ขวา (ค่าความเบ้เป็นบวก) ปัจจัยด้านการตื่นรู้ (AWAKE) พบว่า โดยภาพรวมการตื่นรู้ (AWAKE) อยู่ในระดับมาก ค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) ของตัวแปร พบว่า ตัวแปรมีการกระจายไม่ต่างกันมาก โดยมีค่าอยู่ระหว่างร้อยละ 13.04 – 16.04 เมื่อพิจารณาค่าความเบ้ (Sk) ของตัวแปร พบว่า ตัวแปรทุกตัวมีการแจ่มแจ้งในลักษณะเบ้ซ้าย (ค่าความเบ้เป็นลบ) ตัวแปรกระบวนการพัฒนาหลักพุทธ (TRI) พบว่า มีค่าพิสัยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ในช่วง 0.386 ถึง 0.51 โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกสูงสุด คือ สมภาณี (CDE) และ ปัญญา (FGH) ตัวแปรการตื่นรู้ (TUV) พบว่า มีค่าพิสัยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ในช่วง 0.53 ถึง 0.72 โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุด คือ คือ รู้ด้วยสติ (T) และ ตื่นด้วยการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ (U) แสดงว่า เมื่อรู้ด้วยสติมากขึ้น ตื่นด้วยการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ ก็จะมากขึ้นด้วย

อภิปรายผลการวิจัย

การเสนอผลการอภิปรายผลการวิจัยในตอนนี้ ผู้วิจัยแยกนำเสนอเป็น 2 ตอนใหญ่ๆ ดังต่อไปนี้

1. การอภิปรายผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น

ผลการวิจัยจากการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น พบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิงจำนวน 358 คน คิดเป็นร้อยละ 64.70 รองลงมาเป็นเพศชาย จำนวน 195 คน คิดเป็นร้อยละ 35.30 กลุ่มตัวอย่างมาจาก ขนาดโรงเรียนขนาดใหญ่ 380 คน คิดเป็นร้อยละ 68.70 โรงเรียนขนาดกลาง 117 คน คิดเป็นร้อยละ 21.20 โรงเรียนขนาดเล็ก 56 คน คิดเป็นร้อยละ 10.10 อาศัยอยู่กับพ่อและแม่ 327 คน คิดเป็นร้อยละ 59.10 อาศัยอยู่กับพ่อหรือแม่ 222 คน คิดเป็นร้อยละ 40.10 อยู่หอพัก 4 คน คิดเป็นร้อยละ 0.80 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ค่อนข้างมีความหลากหลาย ถือได้ว่าเป็นกลุ่มตัวอย่างที่เป็นตัวแทนของประชากร ได้ดี

จากผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเบื้องต้นของตัวแปรกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธ จิตวิทยา (DEV) การตื่นรู้ (AWAKE) โดยมีกลีฆาณมิตรครูวิถีพุทธ (FRI) เป็นตัวแปรส่งผ่าน พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับค่อนข้างสูงทุกตัวแปรสังเกตได้ คือ รู้ศักยภาพของตน รู้จักตนและ รู้คุณค่า ของตน และสามารถใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่แสดงว่ากลุ่มตัวอย่าง โดยส่วนมากมีการรับรู้ว่าตนเอง ศักยภาพของตน รู้จักตนและรู้คุณค่าของตน และสามารถใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่ อีกทั้งยังมีสติ สมานธิ ปัญญา รู้จักตน รู้ศักยภาพของตน และสามารถใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่ถือได้ว่าในภาพรวมกลุ่ม ตัวอย่างนี้เป็นกลุ่มตัวอย่างที่ปฏิบัติตามหลักศีล สมานธิ ปัญญา สอดคล้องกับ Aobaom (2014) ได้ ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาศักยภาพบุคลากรขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นตามแนว พระพุทธศาสนา” พบว่าแนวคิด ทฤษฎี และหลักพุทธธรรมที่เกี่ยวกับการพัฒนาศักยภาพคือ 1) ด้าน การฝึกอบรม จัด โครงการฝึกอบรมบุคลากรเพื่อพัฒนาความรู้ความสามารถ และทักษะ ตามความ แตกต่างของแต่ละบุคคล การฝึกอบรมขั้นศีล คือ ปรับแก้การแสดงออกของพฤติกรรมกาย วาจา ขั้น สมานธิ คือ พัฒนาจิตใจให้มีสภาวะอดทน ขั้นปัญญา คือชี้แนะให้เห็นพฤติกรรมที่ควรกระทำหรือไม่ ควรกระทำ 2) ด้านการศึกษา ได้ส่งเสริมให้บุคลากรศึกษาต่อในระดับการศึกษาที่สูงขึ้นเพื่อพัฒนา ความรู้ ความสามารถ ขั้นศีลคือ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้วยระบบการศึกษา ขั้นสมานธิ คือ พัฒนา พฤติกรรมจิตใจให้มี EQ ขั้นปัญญา คือให้มีการศึกษาเพิ่มเติม 3) ด้านการพัฒนา ขั้นศีล คือ ให้การ บ่มเพาะพฤติกรรมนิสัยที่ดีงาม ขั้นสมานธิ คือ ฝึกจิตใจให้เป็นไปในทิศทางที่ควร ขั้นปัญญา คือ

ส่งเสริมพัฒนาให้มีการศึกษาเพิ่มเติม ส่วนการพัฒนาศักยภาพ คือกลุ่มของความรู้ (knowledge) ทักษะ (skills) และคุณลักษณะ (attributes) ที่เกี่ยวข้องกัน ซึ่งมีผลกระทบต่องานหลักของตำแหน่งงานต่างๆ โดยกลุ่มความรู้ ทักษะ และคุณลักษณะดังกล่าวสัมพันธ์กับผลงานของตำแหน่งงานนั้นๆ และสามารถวัดผลเทียบกับมาตรฐานที่เป็นที่ยอมรับและเป็นสิ่งที่สามารถเสริมสร้างขึ้นได้ โดยผ่านการฝึกอบรมและการพัฒนา

วิธีการพัฒนาคนสอดคล้องกับ (Methiworachat (2014) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “รูปแบบการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เชิงพุทธของมหาวิทยาลัยราชภัฏภาคเหนือตอนล่าง 2” พบว่าด้านศีล ได้ส่งเสริมให้บุคลากรมีความรับผิดชอบต่อนหน้าที่การงานอย่างเต็มที่ที่มีการจัดอบรมถือศีลและปฏิบัติธรรมประจำปี การฝึกอบรมขั้นศีล คือ ฝึกกาย วาจา ชั้นสมาธิ คือ ฝึกจิตใจ ชั้นปัญญา คือ ฝึกองค์ความรู้ ในการพัฒนา ด้านสมาธิ มีการส่งเสริมให้บุคลากรทำสมาธิให้จิตใจมีความสงบสุขก่อนปฏิบัติงานอยู่เสมอ ด้านปัญญา สนับสนุนให้บุคลากรปฏิบัติงาน โดยใช้หลักความเห็นชอบ และคิดชอบในการทำงานรูปแบบการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เชิงพุทธของมหาวิทยาลัยราชภัฏภาคเหนือตอนล่าง 2 พบว่า การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในด้านศีล (B = Behavior) การพัฒนาเน้นไปที่การพัฒนาพฤติกรรมทางกายและวาจา การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ด้านศีลก่อให้เกิด ทักษะ และมีบุคลิกภาพที่ดี การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ด้านสมาธิ หรือ การพัฒนาจิตใจ (M = Mind) การพัฒนาทรัพยากรด้านสมาธิยังก่อให้เกิด เจตคติที่ดีในการทำงาน การพัฒนาด้านปัญญา หรือ การพัฒนาด้านความรู้ (W = Wisdom) เป็นการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในขั้นสูงสุดและมีความสำคัญสามารถนำปัญญามาใช้กับความรู้ทางวิชาการ และความคิดสร้างสรรค์ เพราะต้องให้เกิดความรู้รับรู้ และจะต้องมีความคิดสร้างสรรค์ จะได้รูปแบบจากการสังเคราะห์ (Synthesis Model) การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เชิงพุทธ Buddhist Human Resource Development คือ BHRD = BMW ((Methiworachat, 2014: 2) นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของบุญกร วัฒนบุตร ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การนำพุทธญาณวิทยา (ไตรสิกขา) และตัวแบบการบริหารจัดการความรู้และทักษะ (KSM) เพื่อสร้างและพัฒนาทุนมนุษย์ในองค์กรมหาชน” พบว่า การสร้างและพัฒนาทุนมนุษย์ตามหลักพุทธญาณวิทยา (ไตรสิกขา) และตัวแบบ KSM เป็นวิธีการพัฒนาคนตามแนวทางของพระพุทธศาสนา ซึ่งมี 2 วิธีคือ วิธีการไตรสิกขา และวิธีการภาวนา ที่จะก่อให้เกิดการสร้างและพัฒนาทุนมนุษย์ของแต่ละองค์กร เพื่อที่จะผลักดันให้องค์กรเกิดการพัฒนาด้านคุณธรรมและจริยธรรมจนก่อให้เกิดลักษณะของบุคลากรที่เป็นคนเก่ง คนดี และมีความสุข Watthanabutr (2012) และสอดคล้องกับพระจิรวัดน์

อตุตมเมธิ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์การศึกษาเพื่อการพัฒนาตนตามทัศนะของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต)” ผลการวิจัยพบว่าคำว่า “พัฒนา” คือคำว่า “ภาวนา” ในพระพุทธศาสนาซึ่งมีความหมาย การทำให้เจริญ การทำให้สิ่งที่ไม่ให้มีขึ้น มนุษย์ต้องฝึกฝนพัฒนาตนเองจึงจะมีชีวิตอยู่รอดได้ การพัฒนานั้นต้องอาศัยสติปัญญาเป็นหลัก โดยมีเป้าหมายคือการมีอิสรภาพภายนอกและภายใน ให้หลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวง Aututamamethi (2010)

และสอดคล้องกับแม่ชี สุวรรณา ฌ พัทลุง ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา : กรณีศึกษาพุทธทาสภิกขุ” ได้กล่าวถึงการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา ได้แก่การเรียนรู้ 3 เรื่อง คือ สติ สมาธิ ปัญญา หลักนี้เป็นระบบการศึกษาหรือระบบการฝึกฝนอบรม และมีความสัมพันธ์กับอริยสัจ 4 โดยมรรคมงคล 8 ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติไปสู่นิพพานหรือทางดำเนินชีวิตที่ดีงามหรือระบบการดำเนินชีวิตที่ดีงาม เพราะเมื่อมีการศึกษาหรือการอบรมการดำเนินชีวิตที่ดีงามก็เกิดมีขึ้น หรืออาจพูดได้ว่าการฝึกไตรสิกขาก็เพื่อห้ามรรคเกิดขึ้นนั่นเอง นอกจากเป็นการดับทุกข์แล้วยังเป็นหลักในการพัฒนาตนพัฒนาทางกาย คือพัฒนาด้วยศีล พัฒนาทางจิต คือพัฒนาด้วยสมาธิ พัฒนาทางปัญญาให้สูงขึ้น Na Phattalung (2013) นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับพระราชนทร์ วิสารโท (ไชยเจริญ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์พุทธธรรมกับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในพระพุทธศาสนา” ผลการวิจัยพบว่า การพัฒนาในปัจจุบันนี้สามารถทำให้เกิดผลได้ทั้งในทางลบและในทางบวก โดยเฉพาะในทางลบนั้นได้นำไปสู่ความเสียหายต่อสิ่งแวดล้อมและวิถีชีวิตมนุษย์ จึงก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมา ทั้งนี้เป็นผลมาจากการพัฒนาที่เน้นแต่เศรษฐกิจแต่การพัฒนาคนตามแนวพระพุทธศาสนานั้นเป็นการพัฒนาตนเองที่จะช่วยให้เกิดการพัฒนาแบบยั่งยืน ซึ่งการพัฒนานี้ ใช้หลักภาวนา 4 คือ กายภาวนา สติภาวนา จิตภาวนา และปัญญาภาวนา โดยมีเป้าหมายสูงสุดเป็นพระอรหันต์ Wisaratho (2003)

ปัจจัยด้านกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ พบว่า โดยภาพรวมกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธอยู่ในระดับมาก พิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ไม่แนะนำทางเสื่อมเสีย รองลงมาคือ นายกองและน่ารักตามลำดับ ค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย ของตัวแปรพบว่า ตัวแปรมีการกระจายอยู่ระหว่างร้อยละ 14.04 – 19.05 เมื่อพิจารณาค่าความเบ้ของตัวแปร พบว่า ตัวแปรทุกตัวมีการแจกแจงในลักษณะเบ้ซ้าย (ค่าความเบ้เป็นลบ) แสดงว่า ข้อมูลของตัวแปรทุกตัวสูงกว่าค่าเฉลี่ย เมื่อพิจารณาค่าความโด่งพบว่า ตัวแปร น่ารัก น่าเคารพ

นำยกย่อง อธิบายเรื่องซับซ้อนได้ ไม่แนะนำทางเสื่อมเสียมีการแจกแจงของข้อมูลในลักษณะสูงโด่งกว่าโค้งปกติ (ค่าความโด่งมากกว่า ๐) แสดงว่ามีการกระจายของข้อมูลน้อย ตัวแปร เป็นที่ปรึกษาที่ดี อดทนฟังถ้อยคำ มีการแจกแจงของข้อมูลในลักษณะเตี้ยแบนกว่าโค้งปกติ (ค่าความโด่งน้อยกว่า ๐) แสดงว่ามีการกระจายของข้อมูลมาก

สอดคล้องกับ วิชชุดา จิตติโชติรัตนา ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนารูปแบบการปรึกษาแนวพุทธจิตวิทยาบูรณาการ ของพระสงฆ์ที่มีบทบาทให้การปรึกษา” ผลการวิจัยพบว่า สมัยพุทธกาล พระพุทธเจ้าทรงใช้วิธีการสอนในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา และภาษาที่ใช้ได้เหมาะสม คำสอน มีอานุภาพสำหรับการเปลี่ยนแปลงความคิดของคน ใช้พุทธวิธีการสอนวิเคราะห์ผู้ฟัง ใช้สิ่งแวดล้อมรอบตัวมาเป็นสื่อและอุปกรณ์ในการให้การปรึกษาสร้างบรรยากาศที่อบอุ่นเป็นกันเองให้ ความคุ้นเคยให้เกิดความเบาใจ ให้เกียรติผู้มาปรึกษา ให้ความสำคัญกับทุกคนใช้ถ้อยคำที่สุภาพ ไม่กระทบบุคคลอื่น มีสัมพันธภาพอันงดงามเพื่อนำไปสู่การเยียวยารักษา ผู้ฟังได้เกิดการตระหนักรู้ในตนเองมีความมองงามทางด้านจิตใจ สามารถใช้พลังปัญญาและความสามารถของตนในการตัดสินใจ แก้ไขปัญหา การนำหลักอริยสัจ 4 มาเป็นแบบแผนในการจัดการแก้ไขปัญหา และมุ่งพัฒนาตนเอง ด้วยหลักไตรสิกขา Thitichotirattana (2016)

สอดคล้องกับพิณัจทอง แมนสุมิตรชัย ได้วิจัยเรื่อง รูปแบบการสื่อสารอย่างสันติเชิงพุทธจิตวิทยา ผลการวิจัยพบว่า การสื่อสารอย่างสันติตามหลักจิตวิทยานับเป็นการสื่อสารที่เริ่มต้นมาจากใจภายในตนเองทั้งไม่มีการแบ่งแยกภายในใจ ภาษาที่ใช้สื่อออกมาเป็นคำพูด และไม่เป็นคำพูด ก็จะเป็นการสื่อสารที่สอดคล้องกันทั้งภายในภายนอกตัวเรา จะทำให้เกิดสันติการมีความตระหนักรู้ เข้าใจความรู้สึกของตนเองและผู้อื่นอย่างถูกต้องด้วยการมีเมตตาพรหมวิหาร ในการดำเนินชีวิตตามแนวทางอริยมรรคมีองค์ 8 ผนวกกับมีกัลยาณมิตรและปร โท โฆสะที่คำให้เกิดการมีปัญญารู้คิดแบบโยนิโสมนสิการ ผลจากการสังเคราะห์ในงานวิจัยฉบับนี้พบว่า การสื่อสารอย่างสันติเชิงพุทธจิตวิทยานั้น แท้ที่จริงแล้วเป็นกระบวนการสื่อสารที่เริ่มต้นมาจากหัวใจแห่งความเมตตา ซึ่งประกอบด้วยปัญญาที่ทำให้เกิดการตระหนักรู้ในเรื่องที่จะทำการสื่อสารมีความรู้ที่ถูกต้อง รู้ลึก รู้ชัด แจ่ม รู้จริงในสิ่งที่ตน กำลังสื่อสาร รวมทั้งต้องรู้กาลเทศะความเหมาะสม จนทำให้เกิดเป็นความเชื่อที่ถูกต้องและมีทัศนคติ ที่ถูกต้องในการมองโลกตามความเป็นจริงว่าทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ ต่างต้องพึ่งพาอาศัยกัน Mensumitchai (2017) สอดคล้องกับ Thachawanno (2015) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การจัดการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาใน โรงเรียนที่ปึงกรวิทยาพัฒนา (ทิวพัฒนา) ในพระราชูปถัมภ์ฯ

สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 1 กรุงเทพมหานคร” พบว่า ครูมีลักษณะและทัศนคติที่ต่างกันในการจัดการเรียนการสอนตามหลักไตรสิกขา โดยเสนอแนะว่าควรมีการอบรมบุคลากรในเรื่องความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพุทธธรรมเพื่อให้ครูมีทัศนคติที่ตรงกัน โรงเรียนส่งเสริมบุคลากรและนักเรียนให้ปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีต่อผู้อื่น ปัญหา คือ ในโรงเรียนมีความเป็นแบบอย่างที่ดีแต่ขาดการประสานสัมพันธ์กับชุมชนซึ่งสอดคล้องกับของสภาพการจัดการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา ของครูและผู้บริหาร โดยเสนอให้จัดกิจกรรมเชื่อมความสัมพันธ์อย่างเป็นทางการ ศึกษามิตร ระหว่างครู ผู้บริหาร นักเรียนและชุมชน นักเรียนมีความเชื่อมั่นในผลการกระทำ ความดีจากการจัดกิจกรรมการพัฒนา ศีล สมาธิและปัญญาของโรงเรียนอย่างสม่ำเสมอ ข้อเสนอแนะให้ส่งเสริมการ ฝึกสมาธิ เจริญปัญญาในชุมชนด้วยนักเรียนมีความเห็นสอดคล้องกับผลผลิต คือ เห็นผลดีของการกระทำความดีของตน ซึ่งปัญหา คือการดำเนินการจัดการเรียนการสอนตามหลักไตรสิกขาอย่างจริงจังจากชุมชน เนื่องจากผู้ปกครองยังไม่เข้าใจหลักการจัดการเรียนการสอนตามหลักไตรสิกขา ควรประสานความร่วมมือในการดำเนินงานจัดการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาอย่างจริงจังจากชุมชน และทำความเข้าใจแก่ผู้ปกครองในด้านการดำเนินงานจัดการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา Yanawitchayo (2012) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์ความเป็นกัลยาณมิตรของพระสารีบุตรเถระ” ผลการวิจัยพบว่า แนวคิดและหลักการของกัลยาณมิตร คือ เป็นผู้ชักนำ เป็นผู้ตั้งศรัทธาภาพที่มีอยู่ในตัวบุคคลออกมาแสดง ซึ่งให้เห็นถึงคุณและโทษ บอกทางที่ถูกยกระดับความคิดและความเข้าใจต่อชีวิตที่ต่ำขึ้นสู่ที่ ๆ ควรจะเป็นแล้วพัฒนาส่งเสริมให้ดีกว่าเดิม กัลยาณมิตร นอกจากหมายถึงบุคคลผู้มีน้ำใจดีงาม เอื้อเพื่อเกื้อกูลประโยชน์ตนและผู้อื่นแล้วยังรวมถึงสิ่งแวดล้อมทุกอย่างที่เอื้อต่อการเรียนรู้ พัฒนา ยกระดับความคิดความอ่านความเข้าใจที่ถูกต้อง ส่วนลักษณะของกัลยาณมิตรให้พิจารณาจากคำแนะนำสั่งสอนว่า เป็น ไปเพื่อเกื้อกูลประโยชน์ตนและผู้อื่น มีความเสมอต้นเสมอปลาย สอนเช่นไรประพฤติตนเช่นนั้น กัลยาณมิตรมี 2 ประเภท คือ กัลยาณมิตรทางโลก และกัลยาณมิตรทางธรรม อนึ่ง กัลยาณมิตรมีความสำคัญต่อผลสำเร็จทั้งในระดับเบื้องต้น ท่ามกลาง และที่สุด วิธีสังเกตว่าผู้ที่คบหา หรือสิ่งแวดล้อมที่อาศัยอยู่เป็นกัลยาณมิตรหรือไม่ให้สังเกตความเปลี่ยนแปลงภายในจิตใจ หากคบบุคคลใดหรืออยู่ในสิ่งแวดล้อมใดแล้วกุศลธรรมของตนเจริญยิ่งขึ้น กุศลธรรมเสื่อมไป บุคคลหรือสิ่งแวดล้อมเช่นนี้ไม่ควรคบไม่ควรอยู่ใกล้ Buachanat (2003) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การเปรียบเทียบหลักคำสอนเรื่องกัลยาณมิตรกับการบรรลุนิพพานในพระพุทธศาสนาเถรวาทและพระพุทธศาสนาฝ่ายมหายาน” ผลการวิจัย

พบว่าในพระพุทธศาสนาทั้งสองฝ่ายมีหลักคำสอน เรื่องของกัลยาณมิตร คือ หมายถึง ผู้ที่เกื้อกูล สนับสนุน ส่งเสริมเป็นแบบอย่างที่ดีในการพัฒนาชีวิต ได้แก่ บิณฑบาต คุรุบูชา เป็นต้น เป็น ผู้สนับสนุนส่งเสริมสั่งสอน เป็นแบบอย่างที่ดีและช่วยให้คนอื่นเป็นคนดีด้วย กัลยาณมิตรระดับโลกุตระของฝ่ายเถรวาท ได้แก่ พระพุทธเจ้า พระอรหันต์สาวก เป็นต้น เป็นพุทธศาสนิกชนที่ดี กระทั่งเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของศาสนาแต่ละนิกาย การบรรลุธรรมและในความสำคัญของ กัลยาณมิตรในเถรวาท มีเป้าหมายสูงสุดคือพระนิพพานที่ปฏิบัติตามแนวอริยมรรคมีองค์ 8 และ เป้าหมายในชีวิตปัจจุบันฝึกฝนพัฒนาตนเองให้มีความสำคัญกับการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์เอง เท่านั้น ที่จะทำให้เกิดการหลุดพ้นและบรรลุธรรมได้ ปัจจัยด้านการตื่นรู้ พบว่า โดยภาพรวมการตื่นรู้ อยู่ในระดับมาก ซึ่งเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า เบิกบาน สูงที่สุด รองลงมาคือ ต้านรู้ และ ตื่น ตามลำดับ เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การกระจายของตัวแปร พบว่า ตัวแปรมีการกระจายไม่ต่างกัน มาก โดยมีค่าอยู่ระหว่างร้อยละ 14.58 – 16.05 เมื่อพิจารณาค่าความเบ้ ของตัวแปร พบว่า ตัวแปรทุก ตัวมีการแจกแจงในลักษณะเบ้ซ้าย (ค่าความเบ้เป็นลบ) แสดงว่า ข้อมูลของตัวแปรทุกตัวสูงกว่า ค่าเฉลี่ย เมื่อพิจารณาค่าความโด่ง พบว่า ตัวแปรทุกตัวมีโด่งการแจกแจงของข้อมูลในลักษณะเตี้ยแบนกว่าโค้งปกติ (ค่าความโด่งน้อยกว่า ๐) แสดงว่ามีการกระจายของข้อมูลมาก Mukdi (2016) ได้ วิจัยเรื่อง การพัฒนารูปแบบการควบคุมตนเองตามแนวพุทธจิตวิทยาสำหรับนักศึกษาพยาบาล คณะ พยาบาลศาสตร์เกื้อการุณย์ มหาวิทยาลัยนวมินทราชูทิศ ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาพยาบาลในกลุ่ม ทดลอง การควบคุมตนเองภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมมีคะแนนการควบคุมตนเองสูงกว่าก่อนการ เข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.01 ทั้งด้านสติสัมปชัญญะ ด้าน หิริ โอตตปัสสะ และด้าน ขันติโสรัจจะ และเมื่อติดตามผลในระยะ 2 เดือน พบว่า คะแนนการควบคุมตนเองในนักศึกษากลุ่ม ทดลองมีค่าเฉลี่ยในภาพรวมคงเดิมซึ่งแสดงถึงประสิทธิผลและความคงทนของ ชุดกิจกรรม นอกจากนี้ในการศึกษาพบว่าหลักธรรมทั้ง 3 ด้าน มีความสัมพันธ์เชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ ที่ 0.01 การวิจัยนี้จึงสามารถสะท้อนได้ว่า รูปแบบการควบคุมตนเองตามแนวพุทธจิตวิทยาที่ ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นสามารถใช้ในการพัฒนาการควบคุมตนเองของนักศึกษาพยาบาลได้ สอดคล้องกับ Chunhasawatfikul (2007: 93) กล่าวไว้ว่า “การตื่นรู้” เป็นประสบการณ์ต้องประสบด้วยเอง ต้องรู้เอง ประสบการณ์มีความสำคัญเพราะเป็นของจริงมนุษย์บางคนเกิดประสบการณ์ คือเกิดความแจ่มแจ้ง เบาลือเบาตัว มีปีติสุขอย่างลึกถ้ำ ชิมชานทั่วสรรพางค์กาย ประสบความงามทุกทิศทุกทาง เกิด มิตรภาพอันไพศาลต่อคนทั้งหมดและสรรพสิ่ง ความมหัศจรรย์ในตัวเอง เป็นประสบการณ์ที่เกิดขึ้น

จริง อาจเรียกว่าสภาวะอันเป็นทิพย์ การตื่นรู้ การเข้าถึงถึงสูงสุด คือ ความจริง ความดี ความงาม การเข้าถึงความว่างจากตัวตน คือธรรมชาติอันไม่ปรุงแต่ง ถ้าจิตสงบ จะไปสัมผัสความจริงตามธรรมชาติ เกิดการตื่นรู้ คือ รู้ความจริง พระพุทธศาสนามองว่า ภาระบนทศน์เพื่อการตื่นรู้จิตที่รู้ตื่นคือภาระบนทศน์แห่งการดำเนินชีวิตอย่างเก่งก็มีสุขนั้น ต้องดำเนินชีวิตอย่างมีศิลปะ โดยเฉพาะศิลปะในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข เมื่อมนุษย์เราได้ใคร่ครวญอย่างสุขุม รอบคอบ จนเปลี่ยนแปลงทศนะของตนที่มีต่อสิ่งอัน เป็นสังขธรรมแล้ว มนุษย์นั้น ไชรก็กำลังจะพลิกผันโลกทั้งใบ” และ Aueamareewong (2012) ที่ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “แบบจำลองกระบวนการผูกบังเกิดแห่งสังคมตื่นรู้จากการก้าวข้ามของบุคคล : ศึกษากรณีประยงค์ วรรณรงค์และชุมชนไม้เรียง จังหวัดนครศรีธรรมราช” การวิจัยนี้ได้ค้นพบและแสดงเป็นแบบจำลอง “สังคมตื่นรู้โมเดล” เพื่อให้เห็นว่าการก้าวข้ามของบุคคลนำไปสู่การผูกบังเกิดแห่งสังคมตื่นรู้ได้ โดยการประชุมกลุ่มบัณฑิตและกัลยาณมิตรในการคิดและทำอย่างเป็นกุศลในเวทีของตนซึ่งแตกต่างจากสังคมส่วนใหญ่เป็นการทำอย่างต่อเนื่องซ้ำๆ และขยายผลทั้งด้านเวลาและพื้นที่ซึ่งแสดงถึงความเพียรในการแก้ปัญหา การรู้ชัดในสถานการณ์และการรู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงหรือผู้วิจัยเทียบเคียงกับพุทธพจน์ว่า อาตาปี สมุปชาโน สติมา ส่วนการผูกบังเกิดสังคมตื่นรู้อาศัยการยกระดับการรู้จักตนเองของคนในชุมชนคู่วัฒนธรรมแห่งสติ (อปปมาทะ) สังคมอุดมปัญญา (อโหมหะ) เศรษฐกิจแห่งการแบ่งปัน (อโลกะ) และการเมืองของความการุณย์ (อโทสะ) กล่าวโดยสรุป การก้าวข้ามของบุคคลนำไปสู่การผูกบังเกิดแห่งสังคมตื่นรู้ได้โดยการเจริญความเพียร การรู้ชัดและการรู้เท่าทันในระดับกลุ่มของตนเอง

2. การอภิปรายผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์การวิจัยและข้อจำกัดในการวิจัย

การเสนอผลการอภิปรายผลการวิจัยในตอนนี ผู้วิจัยนำเสนอเป็น 3 ประเด็นตามวัตถุประสงค์การวิจัย 3 ข้อ ของการวิจัย ดังต่อไปนี้

(1) การอภิปรายผลการวิจัยจากการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีเชิงคุณภาพเพื่อสร้างกรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้ประเด็นจากการวิเคราะห์ คือ ตัวแปรที่มีกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยากัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) และ การตื่นรู้ (TUV) ทั้งตัวแปรทางพุทธจิตวิทยา และตัวแปรทางจิตวิทยาร่วมสมัย แบ่งเป็นตัวแปรแฝง 3 ตัวแปร แบ่งเป็นตัวแปรภายในแฝง 2 ตัวแปร ตัวแปรภายนอกแฝง 1 ตัวแปร คือ

1) กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา 2) กัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธและ ตัวแปรภายนอกแฝง 1 ตัวแปร คือ 3) การตื่นรู้ ตัวแปรแฝงและตัวแปรสังเกตได้ภายนอก 2 ตัวแปร คือ 1) ปัญญา คือ (1) คำริชอบ (2) เห็นชอบ 2) สมาธิ คือ (1) พยายาม (2) สถิต (3) สมาธิ 3) ศีล คือ (1) วาจาชอบ (2) การงานชอบ (3) เลี้ยงชีพชอบ

ผลที่ได้จากการศึกษาเบื้องต้น เป็นเพียงการคัดเลือกตัวแปรที่ผู้วิจัยสนใจ และคิดว่าเป็นตัวแปรที่เหมาะสมในการศึกษาครั้งนี้เท่านั้น จะเห็นว่าผู้วิจัยคัดเลือกตัวแปรเป็นภาพรวมกว้างๆ ให้ครอบคลุมทั้งตัวแปรทางพุทธจิตวิทยาและจิตวิทยาร่วมสมัย เพื่อเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย ตั้งต้นก่อนที่จะศึกษาภาคสนามด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกต่อไป

จากการศึกษาภาคสนามด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้เชี่ยวชาญที่ได้รับการยอมรับทั้งทางด้านพุทธศาสนา และจิตวิทยาร่วมสมัย พบว่ามีตัวแปรทั้งด้านพุทธจิตวิทยาและจิตวิทยาร่วมสมัยน่าสนใจที่มีอิทธิพลต่อการตื่นรู้ดังที่สรุปไว้ในบทที่ 4 ซึ่งผู้วิจัยคัดเลือกปรับปรุง และแก้ไขจากผลการวิจัยจนสามารถตรวจสอบยืนยันกรอบแนวคิดในการวิจัยเบื้องต้น ได้ว่า ตัวแปรทั้งหมดที่คัดเลือกมา คือ กัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธและการตื่นรู้ แต่ต้องให้ตัวแปรแต่ละตัวแปรมีความชัดเจนมากขึ้นโดยการเปลี่ยนชื่อตัวแปรบางตัวแปร เพื่อให้สามารถสร้างเครื่องมือในการวิจัยได้ชัดเจนขึ้น นอกจากนั้นจากกรอบแนวคิดในการวิจัยที่สร้างไว้ในตอนแรกไม่สามารถวิเคราะห์ในภาพรวมทั้งหมดที่เดียวได้ ซึ่งหากแยกวิเคราะห์บุคลิกภาพที่ละด้าน ต้องปรับตัวแปรบุคลิกภาพแต่ละด้านออกเป็น ตัวแปรแฝงซึ่งจะทำให้โมเดลนี้มีตัวแปรแฝงมากและทำให้โมเดลมีความซับซ้อนเกินไป ผู้วิจัยจึงเลือกศึกษาบุคลิกภาพเพียงด้านเดียว คือด้านการมีจิตสำนึก

ผลการวิจัยที่ได้จากการศึกษาภาคสนามด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก ทำให้ได้โมเดลกรอบแนวคิดการวิจัยที่ครอบคลุมทั้งทางด้านพุทธจิตวิทยา และจิตวิทยาร่วมสมัยจำนวน 2 โมเดล รวมทั้งยังมีความชัดเจนมากขึ้น คือภาวะตื่นรู้ หมายถึง การที่บุคคลแสดงออกถึงการดำเนินชีวิตอย่างรู้ ตื่น และเบิกบาน โดยวัดจากตัวแปรสังเกตได้ 3 ตัวแปร คือ 1) รู้ คือมองเห็นความเปลี่ยนแปลง มองเชื่อมโยง มีสติในการดำเนินชีวิตคิดแยกแยะพิจารณาแก้ปัญหาด้วยเหตุผล รู้จักมองแง่ดี สามารถแสวงหาความรู้ 2) ตื่น คือ ควบคุมตนเองด้านกาย วาจา ใจ เห็นใจผู้อื่น ความรับผิดชอบ 3) เบิกบาน คือภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต สุขสงบทางใจในการจัดการปัญหาได้ เป็นตัวแปรส่งผ่านในแต่ละโมเดล นอกจากนั้นจากผลการวิจัยภาคสนามยังทำให้สามารถกำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปรแต่ละตัวได้ชัดเจนขึ้นนำไปสู่การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้ง่ายและมีคุณภาพมากขึ้นด้วย

อย่างไรก็ตาม จากการวิจัยดังกล่าวเป็นเพียงงานวิจัยเชิงคุณภาพที่ยังมิได้มีการเสนอผลการตรวจสอบด้วยข้อมูลเชิงประจักษ์จากกลุ่มตัวอย่างขนาดใหญ่ และการศึกษาวิจัยเพื่อให้ได้ขนาดอิทธิพลทั้งทางตรงและทางอ้อมของตัวแปรที่มกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา กัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) และ การตื่นรู้ (TUV) ดังที่ผู้วิจัยได้ระบุไว้ในวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 อันเป็นการวิจัยด้วยวิธีการเชิงปริมาณเพื่อขยายผลวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพตามหลักการวิจัยแบบผสมวิธีซึ่งผู้วิจัยได้อภิปรายผลการวิจัยในส่วนของผลการวิจัยด้วยวิธีการเชิงปริมาณในประเด็นต่อไป

(2) การอภิปรายผลการวิจัยจากผลการพัฒนาโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาที่มีกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) และ การตื่นรู้ (TUV) เป็นตัวแปรส่งผ่าน

ผลการพัฒนาโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาที่ สรุปได้เป็นระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา ซึ่งแสดงอิทธิพลของตัวแปรกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาตามหลักศีล สมาธิ ปัญญา และ ตัวแปรกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ และตัวแปรแฝงการตื่นรู้ เป็นตัวแปรส่งผ่าน ตัวแปรในแต่ละโมเดลที่พัฒนาขึ้นนี้ประกอบด้วย โมเดลที่ 1 ตัวแปรแฝง 3 ตัวแปร แบ่งเป็นตัวแปรภายในแฝง 2 ตัวแปร ตัวแปรภายนอกแฝง 1 ตัวแปร และตัวแปรสังเกตได้ 14 ตัวแปร โมเดลที่ 2 ตัวแปรแฝง 6 ตัวแปร แบ่งเป็นตัวแปรภายในแฝง 3 ตัวแปร ตัวแปรภายนอกแฝง 3 ตัวแปร และตัวแปรสังเกตได้ 22 ตัวแปร

เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสร้างกรอบแนวคิดในการวิจัยเป็นสองขั้นตอน ขั้นตอนแรกเป็นการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อสร้างกรอบแนวคิดในการวิจัยเบื้องต้น และขั้นตอนที่สองเป็นการใช้วิธีการเชิงคุณภาพ โดยการศึกษาภาคสนามด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้เชี่ยวชาญจำนวน 15 รูป/คน เพื่อศึกษาความเหมาะสมของตัวแปรต่างๆ ที่ได้มาจากขั้นตอนแรก และเพื่อคัดเลือกตัวแปรส่งผ่านที่เหมาะสมด้วย ดังนั้น กรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้จึงมีความแตกต่างจากกรอบแนวคิดในการวิจัยเบื้องต้นตรงที่มีการเปลี่ยนชื่อของตัวแปรต่างๆ ให้มีความชัดเจนมากขึ้นอีกทั้งยังคัดเลือกตัวแปรบุคลิกภาพนำมาศึกษาเชิงปริมาณเพียงด้านเดียวเท่านั้น คือ ด้านการมีจิตสำนึก และยังเพิ่มการวิเคราะห์ด้วยวิธีเชิงปริมาณเป็น 2 โมเดลด้วยกัน โดยแต่ละโมเดลมีความแตกต่างตรงตัวแปรส่งผ่านที่เป็นเจตคติต่อกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาตามหลักศีล สมาธิ ปัญญา และ ตัวแปรกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ และตัวแปรแฝงการตื่นรู้ เป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยไม่ได้นำข้อค้นพบอื่นๆ ที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึกมาเปลี่ยนแปลงตัวแปรในกรอบแนวคิดการวิจัยเบื้องต้น ที่ออกแบบเช่นนี้เนื่องมาจากข้อจำกัดในด้านความซับซ้อนของโมเดล

ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ ที่ไม่ควรมีจำนวนมากเกินไป แต่ตัวแปรที่ได้จากการสัมภาษณ์เชิงลึกมีหลากหลาย เนื่องมาจากเรื่องของความสุขในความรักเป็นเรื่องที่ค่อนข้างกว้าง มีตัวแปรที่มีกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาตามหลักศีล สมาธิ ปัญญา และ ตัวแปรกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ และตัวแปรแฝงการตื่นรู้ เป็นตัวแปรส่งผ่านจำนวนมากจนไม่สามารถนำมาศึกษาในโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุเพียงครั้งเดียว การศึกษาวิจัยครั้งนี้จึงเป็นเพียงโมเดลหนึ่งของกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาตามหลักศีล สมาธิ ปัญญา และ ตัวแปรกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ และตัวแปรแฝงการตื่นรู้ เป็นตัวแปรส่งผ่านเท่านั้น ถึงแม้ว่าผู้วิจัยจะมิได้นำข้อค้นพบจากวิธีเชิงคุณภาพ มาใช้ประโยชน์อย่างเต็มที่ในการสร้างกรอบแนวคิดในการวิจัย แต่ผู้วิจัยก็ได้ใช้ประโยชน์จากข้อมูลดังกล่าวในการนำมาปรับเปลี่ยนตัวแปรดังที่กล่าวมา และยังนำมาใช้ในการกำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปรแต่ละตัวแปรให้ชัดเจนขึ้น ซึ่งนำไปสู่การสร้างข้อคำถามที่ชัดเจนตรงประเด็น อันจะนำมาซึ่งเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยที่มีคุณภาพ

(3) การอภิปรายผลการวิจัยจากความตรงของ โมเดลด้วยกราฟความสัมพันธ์เชิงสาเหตุที่พัฒนาขึ้น ขนาดอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมระหว่างตัวแปรใน โมเดล ทั้ง 2 โมเดล

ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 คือการตรวจสอบความตรงโมเดล พบว่าโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาตามหลักศีล สมาธิ ปัญญา และ ตัวแปรกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ และตัวแปรแฝงการตื่นรู้ เป็นตัวแปรส่งผ่านทั้ง 2 โมเดล สามารถอธิบายทีละโมเดลได้ดังต่อไปนี้

1) โมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ที่มีกัลยาณมิตรของครูในโรงเรียนวิถีพุทธ เป็นตัวแปรส่งผ่านมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ สามารถอธิบายความแปรปรวนของของกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) ได้ร้อยละ 18.00 ส่วนการตื่นรู้ (TUV) มีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์เท่ากับ 0.50 แสดงว่า ตัวแปรภายในโมเดล คือ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV) และ กัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) สามารถอธิบายความแปรปรวนของการตื่นรู้ (TUV) ได้ร้อยละ 50.00 ได้รับอิทธิพลทางตรงจากกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV) โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.70 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ตามลำดับ แต่ไม่ได้รับอิทธิพลทางอ้อมจากกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI)

2) โมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ที่มีกัลยาณมิตรของครู ในโรงเรียนวิถีพุทธ เป็นตัวแปรส่งผ่านมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ความสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้ พบว่า ทุกตัวมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.01$) และเป็นความสัมพันธ์ทางบวก แสดงว่า ความสัมพันธ์ของตัวแปรมีทั้งเป็นไปในทิศทางเดียวกัน โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกสูงสุด คือ ความน่าเคารพ (N) และความน่ายกย่อง (O) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 เท่ากับ 0.74 แสดงว่า เมื่อครูในวิถีพุทธมีความน่าเคารพมากขึ้น ความน่ายกย่องจะเพิ่มขึ้นด้วย และตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกรองลงมา คือ ครูวิถีพุทธที่มีการอดทนฟังถ้อยคำ (P) และการเป็นที่ปรึกษาที่ดี (Q) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 เท่ากับ 0.73 แสดงว่า ครูวิถีพุทธมีการอดทนฟังถ้อยคำ สูงขึ้น การเป็นที่ปรึกษาที่ดี (Q) ก็สูงขึ้นด้วย

สรุปผล

1) ผลการวิเคราะห์เชิงเอกสาร พบตัวแปรกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ทั้งตัวแปรทางพุทธจิตวิทยาและตัวแปรทางจิตวิทยาร่วมสมัย ประกอบด้วย (1) กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา (2) กัลยาณมิตรของครูในโรงเรียนวิถีพุทธ (3) ภาวะตื่นรู้

2) ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ได้กรอบแนวคิดในการวิจัยสำหรับ โมเดลเชิงสาเหตุ จำนวน 2 โมเดล โมเดลที่ 1 คือกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้โดยมีกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธเป็นตัวแปรส่งผ่าน ประกอบด้วย ตัวแปรแฝง 3 ตัวแปร แบ่งเป็นตัวแปรภายในแฝง 2 ตัวแปร ได้แก่ ภาวะตื่นรู้ มีตัวแปรสังเกตได้ คือ (1) รู้ (2) ตื่น (3) เบิกบาน และกัลยาณมิตรของครูในโรงเรียนวิถีพุทธเป็นตัวแปรส่งผ่าน มีตัวแปรสังเกตได้ คือ (1) น่ารัก (2) น่าเคารพ (3) น่ายกย่อง (4) เป็นที่ปรึกษาที่ดี (5) อดทนฟังถ้อยคำ (6) อธิบายเรื่องซับซ้อนได้ (7) ไม่นแนะนำทางเสื่อมเสีย ตัวแปรภายนอกแฝง 1 ตัวแปร ได้แก่ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ มีตัวแปรสังเกตได้ 7 ตัว คือ (1) รู้จักตนเอง (2) รู้คุณค่า (3) รู้ศักยภาพที่แท้จริงของตน (4) การนำไปใช้ในการดำรงชีวิตประจำวันอย่างเต็มศักยภาพ (5) สีส (6) สมาน (7) ปัญญา โมเดลที่ 2 คือกระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้โดยมีการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขาเป็นตัวแปรส่งผ่าน ประกอบด้วย ตัวแปรแฝง 3 ตัวแปร แบ่งเป็นตัวแปรภายในแฝง 2 ตัว

แปร ได้แก่ ภาวะตื่นรู้มีตัวแปรสังเกตได้ คือ (1) รู้ (2) ตื่น (3) เบิกบาน และการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา เป็นตัวแปรส่งผ่าน มีตัวแปรสังเกตได้ คือ (1) น่ารัก (2) น่าเคารพ (3) น่ายกย่อง (4) เป็นที่ปรึกษาที่ดี (5) อุดหนุนพึ่งถ้อยคำ (6) อธิบายเรื่องซับซ้อนได้ (7) ไม่แนะนำทางเสื่อมเสีย ตัวแปรภายนอกแฝง 1 ตัวแปร ได้แก่ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ มีตัวแปรสังเกตได้ 4 ตัว คือ (1) รู้จักตนเอง (2) รู้คุณค่าของตน (3) รู้ศักยภาพที่แท้จริงของตน (4) การนำไปใช้ในการดำรงชีวิตประจำวันอย่างเต็มศักยภาพ

3) ผลการตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลที่พัฒนาขึ้นกับข้อมูลเชิงประจักษ์ พบว่าโมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ทั้ง 2 โมเดล ดังนี้

1. โมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ที่มีตัวแปรกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธเป็นตัวแปรส่งผ่าน ค่าไค-สแควร์ เท่ากับ 38.75 องศาอิสระเท่ากับ 51 และค่าความน่าจะเป็น (p) เท่ากับ .09 คำนีวัดความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 0.99 ค่าดัชนีความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ 0.98 ค่าดัชนีรากกำลังสองเฉลี่ยของค่าความแตกต่างโดยประมาณ (RMSEA) เท่ากับ 0.00 อธิบายความแปรปรวนของกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) ได้ร้อยละ 18.00 และอธิบายความแปรปรวนของการตื่นรู้ (TUV) ได้ร้อยละ 50.00 อิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมที่ส่งผลต่อการตื่นรู้ (TUV) โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.70 และ 0.01 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

2. โมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ที่มีการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา เป็นตัวส่งผ่าน ค่าไค-สแควร์ เท่ากับ 18.97 องศาอิสระเท่ากับ 20 และค่าความน่าจะเป็น (p) เท่ากับ 0.52 คำนีวัดความกลมกลืน (GFI) เท่ากับ 0.99 ค่าดัชนีความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ 0.98 ค่าดัชนีรากกำลังสองเฉลี่ยของค่าความแตกต่างโดยประมาณ (RMSEA) เท่ากับ 0.00 อธิบายความแปรปรวนของการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา (TRI) ได้ร้อยละ 94.00 และอธิบายความแปรปรวนของการตื่นรู้ (TUV) ได้ร้อยละ 76.00 อิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมที่ส่งผลต่อการตื่นรู้ (TUV) โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.01 และ 0.97 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปปรับใช้

จากผลการวิจัยกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ได้ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปปรับใช้ ดังนี้

1) นำกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา ไปปรับใช้ในการพัฒนาตนนักเรียนในโรงเรียนวิถีพุทธ นักเรียนในโรงเรียนปกติทั่วไปที่ไม่ใช่โรงเรียนวิถีพุทธ โรงเรียนเอกชน โรงเรียนที่อยู่ในการดูแลขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นครบครัน ชุมชน โดยการใช้กระบวนการรู้จักตัวเอง ดังนั้นต้องมีกัลยาณมิตรของครูในโรงเรียนวิถีพุทธ เป็นตัวแปรส่งผ่านมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนต่อไป

2) การนำรูปแบบโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้นี้สามารถนำไปปรับใช้ในการพัฒนาองค์กร บริษัท และสามารถนำไปเป็นต้นแบบการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ โดยเฉพาะด้านการตื่นรู้ คือรู้ ตื่น เบิกบาน เพื่อสร้างเสริมการจัดการปัญหาในองค์กรต่อไป

2. ข้อเสนอแนะในการทำคุษฎีนิพนธ์ครั้งต่อไป

ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการทำคุษฎีนิพนธ์ครั้งต่อไปเพื่อเป็นประโยชน์ทางวิชาการ และการพัฒนาการศึกษาต่อไป

1) ควรศึกษาทำคุษฎีนิพนธ์เรื่องรูปแบบการพัฒนาตนตามหลักพุทธธรรมเพื่อการตื่นรู้ โดยใช้หลักธรรม เช่น อธิปไตย 4 อริยสัจ 4 อินทรีย์ 5 พละ 5 สัมปยุตธรรม 4 อริยมรรคมีองค์ 8 ไตรสิกขา สติปัญญา 4 และหลักจิตวิทยาตะวันตกแบบบูรณาการ เป็นต้น มาพัฒนาเป็นรูปแบบกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาและอธิบายให้ครอบคลุมหรือเปรียบเทียบกับรูปแบบกระบวนการพัฒนาตนของนักจิตวิทยาตะวันตก

2) ควรศึกษาทำคุษฎีนิพนธ์เรื่องรูปแบบการปรับอินทรีย์ตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ โดยมีหลักพุทธธรรม เช่น อินทรีย์ 5 พละ 5 ไตรสิกขา สติปัญญา 4 ไตรสิกขา โพชฌงค์ 7 บูรณาการกับจิตวิทยาตะวันตก

3) กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ โดยมีหลักพุทธธรรม เช่น หลักทศกเกี่ยวกับบิณฑมารดา บูรณาการกับจิตวิทยาตะวันตก โดยพัฒนาเป็นคู่มือรูปแบบกิจกรรมในการพัฒนาตน

เอกสารอ้างอิง

- นวลศิริ เปาโรหิตย์. (2554). *จิตวิทยาเบื้องต้น* (พิมพ์ครั้งที่ 13). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- นิภาภัทร อยู่พุ่ม. (2557, กรกฎาคม-ธันวาคม). พุทธจิตวิทยากับการพัฒนาชีวิตและสังคมไทย. *วารสารสถาบันวิจัยพินลธรรม*. 1(2): 135-136.
- นฤมล จำกัญ. (2553). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อปัญหาการเรียนวิชาสังคมศึกษา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี*. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- บรรจบ ชุณหสวัตติกุล. (2550, พฤศจิกายน). *จิตที่ตื่นรู้จะพลิกผันโลก*. (มติชนสุดสัปดาห์). (03): 93.
- บุษกร วัฒนบุตร. (2555). *การนำพุทธญาณวิทยา (ไตรสิกขา) และตัวแบบการบริหารจัดการความรู้ และทักษะ(KSM) เพื่อสร้างและพัฒนาทุนมนุษย์ในองค์กรมหาชน*. วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรดุษฎีบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์.
- พระจะจุ ญาณวิชัย. (2555). *การศึกษาวิเคราะห์ความเป็นกัลยาณมิตรของพระสารีบุตร*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระจิรวัดน์ อุตตมเมธี (วุฒิพงษ์). (2553). *ศึกษาวิเคราะห์การศึกษาเพื่อการพัฒนาตนตามทัศนะของพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต)*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2548). *การพัฒนาตน*. กรุงเทพฯ: มูลนิธิโกมลคีมทอง.
- _____. (2551). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม* (พิมพ์ครั้งที่ 17). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาเกรียงไกร บัวจันอัด. (2546). *การเปรียบเทียบหลักคำสอนเรื่องกัลยาณมิตรกับการบรรลุมรรคในพระพุทธศาสนาเถรวาทและพระพุทธศาสนาฝ่ายมหายาน*. วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.

- พระราชเวรน์ เตชวณฺโณ (รุ่งเรือง). (2558). การจัดการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาในโรงเรียนที่ปึงกร
วิทยาพัฒนา (ทวีพัฒนา) ในพระราชูปถัมภ์ฯ สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา
เขต 1 กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัย
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระราชเชนทร์ วิสารโท (ไชยเจริญ). (2546). การศึกษาเชิงวิเคราะห์หลักพุทธธรรมกับการพัฒนา
ทรัพยากรมนุษย์ ในพระพุทธศาสนา. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิต
วิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.
- พระอภัย อภิชาติ (ชูขุนทด). (2554). การศึกษาหลักธรรมสำหรับพัฒนาพฤติกรรมของมนุษย์ใน
สังคมปัจจุบัน. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬา
ลงกรณราชวิทยาลัย.
- พินิจทอง แมนสุมิตรชัย. (2560). รูปแบบการสื่อสารอย่างสันติเชิงพุทธจิตวิทยา. วิทยานิพนธ์พุทธ
ศาสตรดุฎีบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พินณา หมวกยอด. (2558). การพัฒนาศักยภาพนักศึกษาในการสร้างเสริมสุขภาวะทางปัญญา.
วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรดุฎีบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- แม่ชี สุกรัภวดี ณ พัทลุง. (2556). การเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา : กรณีศึกษาพุทธทาส
ภิกขุ. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ
ราชวิทยาลัย.
- ลำพอง กลมกุล. (2554). อิทธิพลของกระบวนการสะท้อนคิดต่อประสิทธิผลการวิจัยปฏิบัติการใน
ชั้นเรียน: การวิจัยแบบผสมวิธี. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรดุฎีบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย,
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิชชุดา สุตินิชิรัตน. (2559). การพัฒนารูปแบบการปรึกษาแนวพุทธจิตวิทยาบูรณาการ ของ
พระสงฆ์ที่มีบทบาทให้การปรึกษา. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุฎีบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย,
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วิษณุภา เมธีวรฉัตร. (2557). รูปแบบการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์เชิงพุทธของมหาวิทยาลัยราชภัฏ
ภาคเหนือตอนล่าง 2. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุฎีบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัย
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

- สุทธญาณ์ โอบอ้อม. (2557). *การพัฒนาศักยภาพบุคลากรขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นตามแนวพระพุทธศาสนา*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สุริยเดว ทรีปาตี และคณะ. (2556,มกราคม-มีนาคม). การศึกษารายงานสภาวะการณ่ต้นทุน ชีวิตของเยาวชนในสถานศึกษาประเทศไทย. *วารสารกุมารเวชศาสตร์*. 52(1) : 37.
- สมบูรณ์ เอี่ยมอารีวงศ์. (2555). *แบบจำลองกระบวนการผูกบังเกิดแห่งสังคมตื่นรู้จากการก้าวข้ามของบุคคล: ศึกษากรณีประยงค์ ธรรมรงค์และชุมชนไม้เรียง จังหวัดนครศรีธรรมราช*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- สาระ มุขดี. (2559). *การพัฒนารูปแบบการควบคุมตนเองตามแนวพุทธจิตวิทยาสำหรับนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์เกื้อการุณย์ มหาวิทยาลัยนวมินทราชิราช*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

Translated Thai References

- Abhijāto, P. (2011). *A Study of Dhamma principles for developing Human in the present society*. (Master of Arts Thesis). Graduate School: Mahachulalongkornrajavidyalaya University. [in Thai]
- Aobaom, S. (2014). *The personnel's competency development for staff of local administrative organization according to Buddhism*. (Doctor of Philosophy Thesis). Graduate School : Mahachulalongkornrajavidyalaya University. [in Thai]
- Auepum, N. (2014, July - December). *Buddhist psychology with the development of Thai life and society*. (Pimoldhamma Research Institute Journal). 1 (2): 135-136. [in Thai]
- Auttamamete, P. (2010). *The analytical study of the education for self-development according to the viewpoint of Ven. Phra Brahmaganabhorn (P.A. Payutto)*. (Master of Arts Thesis). Graduate School : Mahachulalongkornrajavidyalaya University. [in Thai]

- Boujanad, P. (2003). *A comparative study in the thought of kalyanamitta and its thought of enlightenment in Theravada and Mahayana Buddhism*. (Master of Arts Thesis). Graduate School : Mahidol University. [in Thai]
- Chunhasawastikul, B. (2007, November). *The awakened consciousness will overturn the world*. (Matichon Weekly). (03): 93. [in Thai]
- Khamkan, N. (2010). *Factors affecting on the social learning problems of Mathayom Suksa IV students at Triam Udom Suksapattanakarn Bangyai School in Nonthaburi province*. (Master of Educational Degree). Graduate School: Srinakharinwirot University. [in Thai]
- Klomkul, L. (2014). *Effects of reflection process on the effectiveness of classroom action research: mixed methods research*.
- Mansumittrchai, P. (2017). *A model of nonviolent communication through Buddhist psychology*. (Doctor of Philosophy Thesis). Graduate School: Mahachulalongkornrajavidyalaya University. [in Thai]
- Metheeworachat, W. (2014). *Human resource development model in line with Buddhism of Rajabhat Universities in lower North of the second area*. (Doctor of Philosophy Thesis). Graduate School: Mahachulalongkornrajavidyalaya University. [in Thai]
- Muakyod, P. (2015). *Development of student potential in promoting intellectual well-being*. (Doctor of Philosophy Thesis). Graduate School: Srinakharinwirot University. [in Thai]
- Mukdee, S. (2016). *Development of a self-control model following Buddhist psychology for nursing students at Kuakarun Faculty of Nursing, Navamindradhiraj University*. (Doctor of Philosophy Thesis). Graduate School : Mahachulalongkornrajavidyalaya University. [in Thai]
- Ñānavijayo, P. (2012). *An analytical study of Sariputta Thera's Kalyanamittata*. (Master of Arts Thesis). Graduate School : Mahachulalongkornrajavidyalaya University. [in Thai]

- Na Phatthalung, S. (2013). *The learning for developing self according the princ of Ti-Sikkha: A case study of Buddhadasa Bhikkhu*. (Master of Arts Thesis). Graduate School: Mahachulalongkornrajavidyalaya University. [in Thai]
- Paorohit, N. (2011). *Introduction to Psychology*. (13th ed.). Ramkhamhaeng University : Ramkhamhaeng University Press. [in Thai]
- P.A. Payutto, P. (2005). *Development*. Bangkok: The Komonkeemthong Foundation. [in Thai]
- _____. (2016). *Dictionary of Buddhism*. (34th ed.) Bangkok: Mahachulalongkornrajavidyalaya Publishing House. [in Thai]
- Tejavanno, P. (2015). *The learning management according to threefold training in Dipang Kornwittayapat (Taweewattana) Under Royal Patronage the secondary Educational Service Area Office 1, Bangkok*. (Master of Arts Thesis). Graduate School : Mahachulalongkornrajavidyalaya University. [in Thai]
- Thripati, S. (2013, January - March). Study of cost incidents, The life of youth in Thailand. *Thai Journal of Pediatrics*. 52(1): 37. [in Thai]
- Titichoatrattana, W. (2016). *The development of a counseling model in an integrative Buddhist psychology of the counseling monks*. Doctor of Philosophy Thesis). Graduate School : Mahachulalongkornrajavidyalaya University. [in Thai]
- Uamareewong, S. (2012). *The model of the process of an emergence of The awakening society from self-transcendence: A case study of Prayong Ronnarong and Mai Riang community, Nakhon Si Thammarat province*. (Doctor of Philosophy Thesis). Graduate School : Mahachulalongkornrajavidyalaya University. [in Thai]
- Visarado, P. (2003). *An analytical study of the principles of Buddhism for human development in Buddhism*. (Master of Arts Thesis). Graduate School : Mahamakut University. [in Thai]

Wattanabutra, B. (2012). *Implementation of Buddhism epistemology and KSM approach for human capital build and development in public corporation*. (Doctor of Public Administration Thesis). Graduate School : Valaya Alongkorn Rajabhat University Under The Royal Patronage. [in Thai]

ผู้เขียน

พระครูพิมลปัญญาคุณุต (บุญทา อินต๊ะปัญญา)
พุทธศาสตร์ดุสิตบัณฑิต สาขาพุทธจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย ที่อยู่ปัจจุบัน บ้านเลขที่ 111 หมู่ที่ 3 วัดเขาลาน บ้านบ่อแร่-ไร่สามสี
ตำบลวังสมบูนธ์
อำเภอวังสมบูนธ์ จังหวัดสระแก้ว โทร: 096-1827329

Author

Phrakhrū Pimolpañyānuyut (Bhuñtā Indapaññā)
Doctor of Philosophy 1Buddhist Psychology Faculty of Humanities
Mahachulalongkornrajavidyalaya University Current address: 111 Moo 3, Wat Khao Lan,
Ban Borai- Rai-Samsi,
Wangsomboon Sub-district, Wangsomboon District, Sa Kaeo Province
Tel.: 096-1827329