



## รายงานการวิจัย

การค้นหาตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน :  
กรณีศึกษาการออกแบบความคิดเชิงวิเคราะห์ของกลุ่มเยาวชน จังหวัดนครปฐม  
SEARCHING FOR PROTOTYPE BUDDHIST DHARMA PRINCIPLES IN DAILY LIFE.  
: A CASE STUDY OF THINKING ANALYSIS OF YOUTH GROUPS IN NAKHON

กฤติกา ชนะกุล

ณัฐชยา กำแพงแก้ว

ณัฐหทัย นิรัตติชัย

ปริญญา ตรีธัญญา

รายงานการวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจาก  
สถาบันวิจัยญาณสังวร มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย  
ประจำปีงบประมาณ 2565

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

## บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ในการศึกษา คือ 1) เพื่อศึกษาความคิดเห็นของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐมต่อการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิตประจำวัน 2) เพื่อศึกษาวิธีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาของกลุ่มเยาวชนในจังหวัดนครปฐมไปใช้ในชีวิตประจำวัน 3) เพื่อได้ตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ออกแบบจากกลุ่มเยาวชนเพื่อเยาวชน การดำเนินการวิจัยครั้งนี้ใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action research) ประกอบด้วย การวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เก็บข้อมูลจากการวิจัยเชิงปริมาณใช้แบบสอบถามความคิดเห็นจากนักเรียนในจังหวัดนครปฐม จำนวน 375 คน การวิจัยเชิงคุณภาพโดยใช้แบบสัมภาษณ์เพื่อได้ข้อมูลจากนักวิชาการ บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพ และผู้บริหารสถานศึกษา จำนวน 12 คน และสนทนากลุ่มจากนักเรียนจำนวน 10 คน และวิจัยเชิงปฏิบัติการนำผลข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์และออกแบบเพื่อนำไปทดสอบจำนวน 2 โรงเรียน

ผลการวิจัยพบว่า 1) การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันในทุกด้านอยู่ในระดับมาก โดยพบว่ากลุ่มตัวอย่างปฏิบัติตามหลักเบญจศีลมากที่สุดร้อยละ 3.93 หลักพรหมวิหาร 4 ร้อยละ 3.90 2) วิธีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา คือ เมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์หรือสถานการณ์ในชีวิตประจำวันหรือเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาหรือเกิดความตึงเครียด นักเรียนได้เลือกนำหลักธรรมคำสอนมาประยุกต์ใช้เพราะหลักธรรมเป็นสิ่งที่เปรียบเสมือนแนวทางในการดำเนินชีวิตรวมไปถึงคำแนะนำที่จะช่วยให้เมื่อตกอยู่ในสถานการณ์ต่าง ๆ ให้สามารถผ่านพ้นไปเมื่อเจอปัญหาก็คจะใช้หลักธรรมในการมาช่วยหาทางออกของปัญหา อีกทั้งหลักธรรมยังเป็นเหมือนสิ่งที่คอยยึดเหนี่ยวจิตใจของให้ประพฤติตนอยู่ในกรอบศีลธรรมอันดีของสังคม 3) ตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาสามารถนำไปทดลองใช้ได้จริงผ่านกระบวนการคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking) ซึ่งตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา คือ เบญจศีลและพรหมวิหาร 4

**คำสำคัญ :** 1.การค้นหาลักษณะ 2.หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา 3.การคิดเชิงวิเคราะห์

## ABSTRACT

The objectives of this research are to study the opinions of the youth in Nakhon Pathom Province regarding the application of Buddhist principles in their daily lives; 2) to examine how the youth in Nakhon Pathom Province apply Buddhist principles into their daily lives; and 3) to develop a model for applying Buddhist principles designed by youth for youth. This research employs action research methodology, which includes both quantitative and qualitative research approaches. Quantitative data was collected using questionnaires from 375 students in Nakhon Pathom Province. Qualitative data was obtained through interviews with 12 experts, successful professionals, and school administrators, as well as group discussions with 10 students. The action research phase involved analyzing the collected data and designing a model to be tested in 2 schools.

The findings are as follows: 1) Participants showed a strong commitment to following Buddhist principles in their daily lives, with high adherence to both the Five Precepts (3.93%) and the Four Brahmaviharas (3.90%). 2) When facing life's challenges, students often relied on Buddhist teachings for guidance. These principles not only helped them solve problems but also kept them grounded in moral values and social norms. 3) The practical application of Buddhist principles was successfully tested using Design Thinking. This approach, incorporating the Five Precepts and the Four Brahmaviharas, provided a structured method for applying these teachings in real-life situations.

**Keywords :** 1.Searching for models 2.Buddhist principles 3.Thinking Analysis

## กิตติกรรมประกาศ

รายงานวิจัยสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี คณะผู้วิจัยได้รับความช่วยเหลือดูแลเอาใจใส่เป็นอย่างดีจากหลาย ๆ ฝ่าย โดยเฉพาะอาจารย์ที่ปรึกษา คือ รศ.สุรางค์รัตน์ วศินารมณ ในการแนะนำ ตรวจสอบแก้ไขให้ข้อเสนอแนะ ติดตามความก้าวหน้าในการดำเนินการวิจัย คณะผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของอาจารย์เป็นอย่างยิ่ง และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิ คือ ศ.ดร.ชัยยุทธ ชินณะราศี และรศ.ดร.ปราณีต ม่วงนวล ที่ได้กรุณาให้ข้อเสนอแนะ แก้ไข และให้แนวคิดต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์กับงานวิจัย

ขอขอบคุณนักวิชาการพระพุทธศาสนา ผู้บริหารสถานศึกษา บุคคลผู้ประสบความสำเร็จในอาชีพ และนักเรียนในจังหวัดนครปฐมที่ได้ให้สัมภาษณ์ ระดมความคิดเห็น ทำให้ได้ตัวแบบงานวิจัยฉบับนี้จึงสำเร็จได้

ผศ.กฤติกา ชนะกุล  
หัวหน้าโครงการวิจัยและคณะ  
12 มีนาคม 2567

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ฉ
สารบัญรูปภาพ	ช
<b>บทที่</b>	
<b>1 บทนำ</b>	<b>1</b>
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 ปัญหาวิจัย	3
1.3 วัตถุประสงค์การวิจัย	3
1.4 นิยามศัพท์	3
1.5 ขอบเขตของการวิจัย	3
1.6 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	4
<b>2 แนวคิดทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง</b>	<b>5</b>
2.1 กระบวนการคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking)	5
2.2 หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	10
2.3 ศาสนาและเยาวชน	21
2.4 พัฒนาการและปัญหาวัยรุ่น	29
2.5 ข้อมูลสำนักงานเขตพื้นที่มัธยมศึกษาจังหวัดนครปฐม	35
2.6 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	39
2.7 สรุปกรอบแนวคิด	51

<b>3</b>	<b>วิธีดำเนินการวิจัย</b>	<b>52</b>
3.1	การออกแบบการวิจัย	52
3.2	ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	55
3.3	เครื่องมือในที่ใช้การเก็บรวบรวมข้อมูล	57
3.4	การสร้างเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล	58
3.5	การเก็บรวบรวมข้อมูล	61
3.6	การวิเคราะห์และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	61
<b>4</b>	<b>ผลการวิเคราะห์ข้อมูล</b>	<b>64</b>
4.1	ข้อมูลทั่วไป	64
4.2	การประพจน์ปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวัน	65
4.3	การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	74
4.4	ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับทางหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	76
4.5	ผลการสัมภาษณ์	77
4.6	ผลการสนทนากลุ่ม	95
<b>5</b>	<b>สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ</b>	<b>127</b>
5.1	สรุปผลการวิจัย	127
5.2	อภิปรายผลการวิจัย	132
5.3	ข้อเสนอแนะ	137
	<b>บรรณานุกรม</b>	<b>138</b>
	<b>ภาคผนวก</b>	<b>145</b>
	ภาคผนวก ก รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์	146
	ภาคผนวก ข รายชื่อโรงเรียนที่นำตัวแบบฯไปทดลองใช้	1447
	<b>ประวัตินักวิจัย</b>	<b>148</b>

## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
2.1	เกณฑ์ของโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา	37
3.1	สัดส่วนของกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3-6 ตามอำเภอแยกเป็นโรงเรียน	51
4.1	เพศ	64
4.2	อายุ	65
4.3	ระดับการศึกษา	65
4.4	กิจกรรมที่ปฏิบัติเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา	65
4.5	ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักสังคหวัตถุ 4	66
4.6	ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักพรวาสาธรรม 4	67
4.7	ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักพรหมวิหาร 4	68
4.8	ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) แสดงการประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักอริยสัจ 4	69
4.9	ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักอิทธิบาท 4	70
4.10	ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) แสดงการประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักเบญจศีล 5	71
4.11	ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักสติ	72
4.12	สรุปความคิดเห็นต่อการประพฤติปฏิบัติตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	73
4.13	ค่าร้อยละ การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจากตนเอง	74
4.14	ค่าร้อยละ (Percentage) การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจากครอบครัว	75
4.15	ค่าร้อยละ การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจากโรงเรียน	75
4.16	ค่าร้อยละ การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจากชุมชน	76

## สารบัญรูปภาพ

ภาพที่		หน้า
2.1	เกณฑ์ของโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา	5
2.2	สรุปกรอบแนวคิดการวิจัย	38
3.1	การนำเอากระบวนการ (Design Thinking) มาใช้	54
4.1	ขอบเขตของหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	103



# บทที่ 1

## บทนำ

### 1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันเทคโนโลยีสมัยใหม่ที่มาพร้อมกับโลกาภิวัตน์ ทำให้โลกเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว สลับซับซ้อน พลิกผันและคาดการณ์ได้ยากเกือบทุกอย่างรอบตัวเปลี่ยนแปลงไปหมด เทคโนโลยีเข้ามามีบทบาทเกือบทุกด้าน คนส่วนใหญ่อยู่กับสมาร์ทโฟน วิธีการใช้ชีวิตของผู้คนเปลี่ยนแปลงไป อาชีพหลายอย่างหายไป อาชีพแปลก ๆ ใหม่ ๆ เข้ามาแทนที่ ข่าวสารท่วมท้น ความรู้ทาง่ายแค่ปลายนิ้ว เศรษฐกิจผันผวนง่าย วัฒนธรรมหลากหลายและหลั่งไหล ผู้คนอพยพข้ามถิ่น ทรัพยากรน้อยลงและเสื่อมลง ความขัดแย้งในมิติต่าง ๆ เพิ่มสูงขึ้น (สุภาวดี หาญเมธี, 2561, น. 27) ดังนั้นเยาวชนไทยจะเติบโตไปใช้ชีวิตในโลกยุคใหม่ได้ ย่อมต้องมีคุณลักษณะแบบใหม่ไปด้วย พลเมืองคุณภาพนั้นจะต้องมีพัฒนาการที่ดีอย่างรอบด้านและสมดุล ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์จิตใจ สังคมและสติปัญญา

องค์การอนามัยโลกให้คำนิยามวัยรุ่น หมายถึง ประชากรในช่วงอายุ 10 – 19 ปี และเยาวชน หมายถึง ประชากรในช่วงอายุ 15 – 24 ปี เมื่อรวมทั้งสองกลุ่มเข้าด้วยกัน วัยรุ่นและเยาวชน จึงครอบคลุมประชากรในช่วงอายุ 10 – 24 ปี ในปี 2563 มีจำนวนประชากรวัยรุ่นและเยาวชนไทยอายุ 15-24 ปี แบ่งเป็นเพศชายจำนวน 4,581,622 คน เพศหญิงจำนวน 4,400,997 รวม รวมทั้งสิ้นจำนวน 8,982,719 คน คิดเป็นร้อยละ 13.02 จากประชากรทั้งประเทศจำนวน 66.56 ล้านคน ในจังหวัดนครปฐม มีประชากรอายุ 10 – 19 ปี แบ่งเป็นเพศชายจำนวน 54,668 คน เพศหญิงจำนวน 51,555 คน รวมทั้งสิ้น 106,223 คน (กรมการปกครอง, 2565)

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 ให้คำนิยามว่าเยาวชน หมายถึง บุคคลอายุเกิน 15 ปีบริบูรณ์แต่ยังไม่ถึง 18 ปีบริบูรณ์ ซึ่งเยาวชนกลุ่มนี้กล่าวได้ว่าเป็นอนาคตที่สำคัญของชาติเพราะจะต้องเจริญเติบโตเพื่อเป็นกำลังหลักของสังคม สังคมจะมีคุณภาพได้ก็ขึ้นอยู่กับคนในสังคม

เยาวชนจัดอยู่ในช่วงของพัฒนาการวัยรุ่นเป็นวัยคาบเกี่ยวระหว่างความเป็นเด็กและความเป็นผู้ใหญ่ ถือได้ว่าเป็นช่วงวัยที่เป็นหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เนื่องจากวัยนี้เป็นวัยที่มีพัฒนาการทางร่างกายเจริญเติบโตถึงขีดสมบูรณ์เพื่อทำหน้าที่อย่างเต็มที่ ในขณะที่พัฒนาการทางจิตใจยังไม่เจริญเติบโตเท่าที่ควร บางครั้งความไม่สัมพันธ์กันของพัฒนาการทั้งสองด้านมีผลทำให้เด็กวัยนี้ต้องเผชิญปัญหาต่าง ๆ ได้ง่าย (Yuen 1998 อ้างถึงในจิราภรณ์ ตั้งกิตติภาภรณ์, 2556, น.60) อารมณ์ของวัยรุ่นจะมีทุกประเภท ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์วิตกกังวล รัก อิจฉา โกรธ เกลียด อาฆาต ตี๋อติง กลัว เบื่อหน่าย หรือ อายากรู้อยาก

เห็น ลักษณะการแสดงออกของอารมณ์ที่เด่นในวัยรุ่นคือ อารมณ์จะเร่าร้อน อ่อนไหว เปลี่ยนแปลงง่าย บางครั้งสับสนไม่มั่นคง บางครั้งพลุ่งพล่าน ควบคุมอารมณ์ไม่ค่อยได้ ในขณะที่บางครั้งการเก็บกดอารมณ์ ไม่กล้าแสดงออก และอารมณ์เหล่านี้จะค่อย ๆ สงบ ทุเลาลง เนื่องจากมีประสบการณ์ชีวิตและเริ่มปรับตัว เข้ากับสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ได้ดีขึ้น (จิราภรณ์ ตั้งกิตติภรณ์, 2556, น.61) ในระยะเวลาที่เด็กต้องปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการด้านต่าง ๆ อย่างเข้มข้นในแทบทุกด้านทำให้วัยนี้เป็นวัยที่ค่อนข้างละเอียดอ่อน เพราะหากดำเนินชีวิตผิดพลาดหรือปรับตัวไม่ถูกต้อง จะต้องกลายเป็นวัยรุ่นที่เป็นปัญหา ปัญหาบางอย่างหากแก้ไขไม่ทัน หรือไม่ได้รับการแก้ไขจะยืดเยื้อไปจนเข้าวัยผู้ใหญ่ ซึ่งการแก้ไข ปรับพฤติกรรมต่าง ๆ ทำได้ยากยิ่ง ๆ ขึ้น โดยจะพบว่าในช่วงวัยรุ่นปัญหาที่พบ เช่น ปัญหาการเสพยา เสพติด ปัญหาการทะเลาะวิวาท ปัญหาเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน ปัญหาการฆ่าตัวตาย เป็นต้น

ศาสนาและจริยธรรมเป็นปัจจัยแวดล้อมชีวิตและสังคม ที่ช่วยหล่อเลี้ยงรักษาชีวิตและสังคมของมนุษย์ไว้ เป็นสิ่งที่แผ่ซ่านทั่วไปหมด ปกคลุมการดำเนินชีวิตและการดำเนินชีวิตของมนุษย์ทุกด้าน เป็นแกนกำกับทั้งชีวิตของบุคคล และการอยู่ร่วมกันในสังคมให้เป็นไปด้วยดี (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2537, น.3) ศาสนาพุทธเป็นสิ่งที่พุทธศาสนิกชนใช้เป็นสิ่งที่พึ่งเมื่อยามเกิดความทุกข์ ศาสนาจึงเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับยึดเหนี่ยว และขัดเกลาจิตใจของมนุษย์ให้พ้นจากความทุกข์ และนำไปสู่การปฏิบัติปฏิบัติชอบในการดำเนินชีวิต ดังนั้น การที่จะพัฒนาให้ประเทศมีความเจริญก้าวหน้าอย่างยั่งยืนได้นั้น จะต้องพัฒนาควบคู่ไปกับคุณธรรม จริยธรรมของคนในสังคม โดยควรเริ่มจากการปลูกฝังตั้งแต่เยาว์วัยและสถาบันที่ส่งผลโดยตรงต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเยาวชนของชาติ ตั้งแต่ในระดับครอบครัว และในสถาบันการศึกษา (กนกรัตน์ พิสมัย และวลัย อิศรางกูร ณ อยุธยา, 2015, น.577) ท่านพุทธทาส ได้กล่าวว่า การพัฒนาเยาวชนตามหลักพระพุทธศาสนามีจุดมุ่งหมาย คือ การพัฒนาเพื่อให้มนุษย์ได้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์การที่เยาวชนจะพัฒนาได้เยาวชนต้องรู้ 3 ศาสตร์คือ 1) พุทธศาสตร์หรือพุทธศาสตร์เป็นศาสตร์สำหรับรู้หรือศาสตร์ว่าด้วยความรู้ 2) ธรรมศาสตร์หรือจริยศาสตร์เป็นศาสตร์สำหรับการประพฤติปฏิบัติ 3) สังคมศาสตร์หรือสัมพันธ์ศาสตร์เป็นศาสตร์สำหรับทำความเข้าใจหรือยึดเหนี่ยวซึ่งกันและกัน (พุทธทาสภิกขุ, 2537)

เยาวชนเป็นกลุ่มคนรุ่นใหม่ที่มีศักยภาพ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์เพราะเป็นช่วงวัยที่มีความเจริญงอกงามของพัฒนาการในด้านต่าง ๆ การที่จะทำให้เยาวชนสนใจสิ่งใดนั้นควรมาจากการตระหนักรู้ของพวกเขา เนื่องจากเยาวชนได้ผ่านการอบรมสั่งสอนหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาตั้งแต่สถาบันครอบครัว สถาบันศาสนา สถาบันการศึกษาซึ่งได้บ่มเพาะองค์ความรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในระดับหนึ่ง ดังนั้นเพื่อประโยชน์ในการพัฒนาเยาวชนโดยเยาวชนเพื่อเยาวชน

คณะผู้วิจัยจึงได้ดำเนินการศึกษาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่เยาวชนเห็นว่าเป็นหลักธรรมที่นำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ โดยใช้แนวคิดกระบวนการคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking)

## 1.2 คำถามการวิจัย

- 1) กลุ่มเยาวชนมีความเชื่อว่าหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นอย่างไร
- 2) กลุ่มเยาวชนสามารถนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาแก้ไขปัญหาในชีวิตประจำวันได้อย่างไร
- 3) สามารถทดลองใช้กับกลุ่มเป้าหมายเยาวชนในกลุ่มใดได้บ้าง

## 1.3 วัตถุประสงค์การวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาความคิดเห็นของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐมต่อการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิตประจำวัน
- 2) เพื่อศึกษาวิธีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาของกลุ่มเยาวชนในจังหวัดนครปฐมไปใช้ในชีวิิตประจำวัน
- 3) เพื่อได้ตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ออกแบบจากกลุ่มเยาวชนเพื่อเยาวชน

## 1.4 ขอบเขตของการวิจัย

### 1.4.1 ขอบเขตด้านเนื้อหา

การศึกษาวิจัยนี้ คณะผู้วิจัยมุ่งค้นหาตัวแบบ เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติตนที่ดีอย่างเป็นรูปธรรม

### 1.4.2 ขอบเขตด้านประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ กลุ่มเยาวชนในจังหวัดนครปฐม อายุ 15 – 18 ปี ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ถึง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนมัธยมศึกษาจังหวัดนครปฐม

### 1.4.3 ขอบเขตด้านระยะเวลา

ระยะเวลาที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้คือ ตุลาคม 2565 - กันยายน 2566

## 1.5 นิยามศัพท์

ในการวิจัยครั้งนี้ได้กำหนดความหมายของคำสำคัญที่ใช้ในการวิจัยไว้ ดังนี้

**กลุ่มเยาวชน** หมายถึง เยาวชนที่มีอายุระหว่าง 15 – 18 ปี โดย (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 ให้คำนิยามว่าเยาวชน คือบุคคลที่มีอายุเกิน 15 ปีบริบูรณ์แต่ยังไม่ถึง 18 ปี

บริบูรณ์) ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ถึง ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนมัธยมศึกษาจังหวัดนครปฐม ที่มีความสนใจในหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา

**ตัวแบบ** หมายถึง ชุดข้อมูลเกี่ยวกับองค์ความรู้ทางพระพุทธศาสนาที่ได้จากคำตอบของกลุ่มเป้าหมาย ผ่านการคิดวิเคราะห์ตามกระบวนการคิดเชิงออกแบบ

**หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา** หมายถึง หลักธรรมต่าง ๆ ทางพระพุทธศาสนาที่เยาวชนนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตด้านต่าง ๆ หรือนำมาแก้ไขปัญหาในการดำเนินชีวิต

**การออกแบบความคิดเชิงวิเคราะห์** หมายถึง การที่กลุ่มเยาวชนได้ผ่านกระบวนการทางความคิดให้ได้มาซึ่งหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

**วิธีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา** หมายถึง การนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้กับบุคคลดังต่อไปนี้ ตนเอง เพื่อนร่วมงาน บุคคลอื่น ๆ

## 1.6 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

### 1.6.1 ผลผลิต (Output)

ได้ตัวแบบในการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตของกลุ่มเยาวชน

### 1.6.2 ผลลัพธ์ (Outcome)

ชุมชนมีกลุ่มเยาวชนในจังหวัดนครปฐมที่เข้มแข็ง

### 1.6.3 ผลกระทบ (Impact)

นำตัวแบบการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการแก้ไข ปัญหาของกลุ่มเยาวชนในจังหวัดนครปฐม ที่ค้นพบไปเสนอบรรจุเข้ากับแผนพัฒนา ระดับตำบล ระดับอำเภอ ระดับจังหวัด ระดับภูมิภาค และระดับประเทศ

## บทที่ 2

### แนวคิด ทฤษฎี และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยเรื่องการค้นหาตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน : กรณีศึกษาการออกแบบความคิดเชิงวิเคราะห์ของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐม มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความคิดเห็นของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐมต่อการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิตประจำวัน วิธีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาของกลุ่มเยาวชนในจังหวัดนครปฐมไปใช้ในชีวิตประจำวัน และการได้ตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ออกแบบจากกลุ่มเยาวชนเพื่อเยาวชน คณะผู้วิจัยจึงได้ทบทวนแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ไว้ดังนี้

- 1) การคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking)
- 2) หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
- 3) ศาสนาและเยาวชน
- 4) พัฒนาการและปัญหาวัยรุ่น
- 5) ข้อมูลสำนักงานเขตพื้นที่มัธยมศึกษาจังหวัดนครปฐม
- 6) งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 2.1 การคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking)

แนวคิด Design Thinking มีมานานับ 50 ปีแล้ว แต่ผู้ที่ทำให้ Design Thinking กระจ่างการคิดเชิงออกแบบ แพร่หลายมาสู่แวดวงธุรกิจคือ David M. Kelley ศาสตราจารย์และนักธุรกิจชาวอเมริกันผู้ก่อตั้งสถาบัน Hasso Plattner Institute of Design (d.school) ของ Stanford University ในปี 2004 เพื่อถ่ายทอดองค์ความรู้และบ่มเพาะความคิดสร้างสรรค์ที่กระตุ้นให้สร้างนวัตกรรมใหม่ๆ องค์กระบวนโลกอย่าง Google Apple Starbucks Airbnb และ Nike ต่างใช้แนวคิดนี้เป็นเครื่องมือในการทำธุรกิจ ทำให้ Design Thinking เป็นที่รู้จักและได้รับความนิยมมากขึ้น (เข้าถึงออนไลน์, <https://tuxsablog.skilllane.com/2021/05/11/design-thinking-101>)

Design Thinking หรือ กระบวนการคิดเชิงออกแบบ เป็นกระบวนการคิดที่ทำให้เราสามารถทำความเข้าใจความต้องการของกลุ่มเป้าหมายได้อย่างละเอียด เมื่อเกิดปัญหาต่าง ๆ ขึ้นก็สามารถนำเสนอแนวทางการแก้ไขได้เป็นอย่างดี แก้ได้ถูกจุด และเป็นการค้นหาแนวทางการแก้ปัญหาใหม่ ๆ ที่อาจจะไม่เคยเจอมาก่อน ผ่าน 5 ขั้นตอนที่สำคัญ คือ การทำความเข้าใจ การนิยาม ความสร้างสรรค์ การจำลอง

และการทดสอบ หลายคนอาจจะคิดไม่ถึงว่า “เด็ก” เป็นกลุ่มคนที่เหมาะกับ Design Thinking เนื่องจากเป็นวัยที่เต็มไปด้วยความคิดสร้างสรรค์ หากลองให้นำเสนอไอเดียบางอย่าง อาจจะเห็นมุมมองที่ผู้ใหญ่อย่างเรา ๆ นึกไม่ถึงเลยทีเดียว ถึงแม้ว่าองค์กรของคุณจะไม่ได้เกี่ยวข้องกับงานศิลปะหรือการออกแบบใด ๆ แต่การคิดเชิงออกแบบนั้นก็สำคัญเป็นอย่างยิ่ง เพราะจะเป็นตัวช่วยที่ทำให้องค์กรได้รู้ถึงปัญหาของผู้ใช้ และพยายามออกแบบวิธีการแก้ปัญหาให้ตอบโจทย์ผู้ใช้มากที่สุด จึงเป็นกระบวนการคิดที่สำคัญต่อทุกองค์กรและทุกรูปแบบธุรกิจนั่นเอง (เข้าถึงออนไลน์, [www.popticles.com](http://www.popticles.com))

### 1. ความสำคัญของการคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking)

การนำเอากระบวนการของการคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking Process) นั้นอาจจะเห็นผลชัดเจนและเข้าใจได้แจ่มแจ้งกว่าสำหรับกระบวนการคิดผลิตภัณฑ์ใหม่ ๆ เพื่อแก้ไขปัญหาให้ผู้บริโภค ตลอดจนตอบโจทย์ที่ผู้บริโภคต้องการ รวมไปถึงสามารถผลิตสินค้าและบริการขึ้นมาเพื่ออุดรูรั่วของตลาดนั้น ๆ ตลอดจนสร้างนวัตกรรมใหม่ที่ยังไม่เคยเกิดขึ้นก็ได้ ซึ่งการคิดโดยนำเอากระบวนการคิดเชิงออกแบบมาใช้ให้เกิดประโยชน์นี้จะทำให้เราเข้าใจปัญหาอย่างถ่องแท้ และผลิตสินค้าหรือบริการเพื่อตอบโจทย์ตลาดตลอดจนแก้ไขปัญหาได้อย่างแท้จริงสำหรับการบริหารองค์กรเองนั้น การประยุกต์เอากระบวนการของการคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking Process) มาใช้อาจทำให้เรารู้จักคิดวิเคราะห์ในปัญหาที่เกิดขึ้นมากขึ้น รู้อย่างถ่องแท้ ถ่องแท้ ละเอียด ซึ่งบางครั้งทำให้เราอาจรู้ถึงปัญหาที่แท้จริงที่ซ่อนอยู่ได้ก็เป็นได้ ทำให้จับจุดปัญหาได้ถูก และมีวิธีการในการแก้ไขปัญหาที่เป็นลำดับ มีการคิดวิเคราะห์วิธีแก้ไขอย่างถ่องแท้และรอบด้าน รวมทั้งสามารถมองวิธีการแก้ปัญหาต่าง ๆ ได้รอบมุมหลากหลายมุมมอง สามารถแก้ไขปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น หากทางแก้อื่นสำรองได้ทันท่วงทีหากทางแก้ที่เลือกไม่ประสบผลสำเร็จ เพราะได้ลองมองทุกมุมมาแล้ว

นอกจากนั้นการคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking) ยังก่อให้เกิดการคิดแบบสร้างสรรค์ในรูปแบบใหม่ ๆ ที่จะนำมาคิดวิเคราะห์แก้ปัญหา พยายามหาหนทางที่มากกว่าสิ่งที่ตนเองคุ้นเคย ตลอดจนสร้างนวัตกรรมใหม่ๆ ขึ้นได้เช่นกัน ซึ่งก็รวมถึงนวัตกรรมที่เกี่ยวกับการบริหารองค์กรด้วย ในยุคที่มีการแข่งขันทางธุรกิจสูงนี้ใคร ๆ ต่างก็ขวนขวายที่จะหาทางคิดผลิตภัณฑ์และบริการเพื่อตอบโจทย์ผู้บริโภคให้ได้มากที่สุด ตลอดจนคิดหาวิธีทำให้องค์กรประสบความสำเร็จได้ยอดเยี่ยมที่สุด จึงทำให้หลายองค์กรมีการนำเอาการคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking) มาใช้ในธุรกิจของตน รวมไปถึงองค์กรใหญ่ระดับโลกอย่าง Google, Apple หรือแม้แต่ Airbnb ที่นำเอากระบวนการคิดรูปแบบนี้ไปใช้ในองค์กรจนประสบความสำเร็จมาแล้ว ทำให้หลายองค์กรต่างนำมาใช้กับองค์กรของตนบ้าง และสร้างความสำเร็จได้ไม่แพ้กันเลยทีเดียว (เข้าถึงออนไลน์, <https://th.hrnote.asia/orgdevelopment/190702-design-thinking>)

## 2. ประโยชน์ของระบบการคิดเชิงออกแบบ

การคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking) มีประโยชน์มากมายหลายด้าน ทั้งต่อบุคลากรจนถึงองค์กร ซึ่งประโยชน์ในด้านต่าง ๆ มีดังนี้

1) ฝึกกระบวนการแก้ไขปัญหาตลอดจนหาทางออกที่เป็นลำดับขั้นตอนตามปกติเราอาจจะมีการหาทางแก้ปัญหาแบบสะเปะสะปะ ไม่มีการหาสาเหตุ หรือไม่มีการมองรอบด้าน กระบวนการนี้จะทำให้เรามองอย่างรอบคอบและละเอียดมากขึ้น ทำให้เราเข้าใจปัญหาได้อย่างถ่องแท้ และแก้ไขได้ตรงจุด

2) มีทางเลือกที่หลากหลายการคิดบนพื้นฐานข้อมูลที่มีหลากหลาย ตลอดจนพยายามคิดหาวิธีทางหรือแชรไอเดียที่ดีออกมาหลากหลายรูปแบบ ทำให้เรามองเห็นได้รอบด้าน และมีตัวเลือกที่ดีที่สุดก่อนนำไปใช้แก้ปัญหาจริง หรือนำไปปฏิบัติจริง

3) มีตัวเลือกที่ดีที่สุดเหมาะสมที่สุดเมื่อเรามีตัวเลือกหลากหลายเราก็จะรู้จักคิดวิเคราะห์ และการคิดวิเคราะห์นี้เองทำให้เราสามารถเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดและเหมาะสมที่สุดได้ มีประสิทธิภาพมากกว่า

4) ฝึกความคิดสร้างสรรค์การแชรไอเดีย ตลอดจนระดมความคิดนั้น จะทำให้สมองเราฝึกคิดหลากหลายรูปแบบ หลากหลายวิธีการ หลากหลายมุมมอง และทำให้เรารู้จักหาวิธีแปลก ๆ ใหม่ ๆ ซึ่งเป็นพื้นฐานในการฝึกความคิดสร้างสรรค์ที่ดี ที่เป็นพื้นฐานที่ดีในการแก้ปัญหา ตลอดจนการบริหารจัดการเช่นกัน

5) เกิดกระบวนการใหม่ตลอดจนนวัตกรรมใหม่มีการคิดมากมายหลากหลายรูปแบบ ตลอดจนแชรไอเดียดี ๆ มากมาย การที่เราได้พยายามฝึกคิดจะทำให้เรามักค้นพบวิธีใหม่ ๆ เสมอ หรือเกิดนวัตกรรมใหม่ ๆ ขึ้นมาได้เช่นกัน

6) มีแผนสำรองในการแก้ปัญหาการคิดที่หลากหลายวิธีนอกจากจะทำให้เราสามารถวิเคราะห์เลือกวิธีที่ดีที่สุดได้แล้วนั้นก็ยังทำให้เรามีตัวเลือกสำรองไปในตัวโดยผ่านกระบวนการลำดับความสำคัญมาเรียบร้อยแล้ว ทำให้เราสามารถเลือกใช้แก้ปัญหาได้ทันทั่วทั้งที่หาวิธีการที่เลือกไม่ประสบความสำเร็จ

7) องค์กรมีการทำงานอย่างเป็นระบบเมื่อบุคลากรถูกฝึกให้คิดอย่างเป็นระบบแบบแผนแล้วจะปลูกฝังระบบการทำงานที่ดี นั้นย่อมส่งผลให้องค์กรมีการทำงานอย่างเป็นระบบ และทำงานได้มีประสิทธิภาพมากขึ้นด้วย เพิ่มศักยภาพให้กับบุคลากรและองค์กรไปในตัว (เข้าถึงออนไลน์, <https://th.hrnote.asia/orgdevelopment/190702-design-thinking>)

### กระบวนการคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking)

5 ขั้นตอนของกระบวนการคิดเชิงออกแบบ มีดังนี้

1) การทำความเข้าใจ (Empathize)

จุดเริ่มต้นของกระบวนการคิดเชิงออกแบบก็จะต้องเป็นการทำความเข้าใจปัญหาที่ผู้ใช้กำลังประสบสามารถทำได้โดยการสัมภาษณ์ ตอบแบบสอบถาม ทำแบบทดสอบ หรือการสังเกต เป็นต้น เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นความจริง และปราศจากอคติ จึงจำเป็นที่จะต้องทำซ้ำในส่วนนี้ อาจจะเป็นการตั้งคำถามว่าทำไมถึงรู้สึกว่าเป็นปัญหาซ้ำ ๆ เพื่อให้ได้คำตอบที่ต้องการจริง ๆ คำตอบที่เราต้องได้ก็คือ ผู้ใช้เป็นใคร และผู้ใช้ต้องการอะไร

## 2) การนิยาม (Define)

เมื่อได้ข้อมูลจากขั้นตอนการทำความเข้าใจแล้ว ต่อจากนั้นก็จะต้องนำข้อมูลดังกล่าวมาสรุป และหาว่าผู้ใช้เป็นใคร ต้องการอะไร ทำไมถึงมีปัญหา ต้องการแก้ไขเมื่อไหร่และที่ไหน เป็นต้น เมื่อสรุปออกมาได้แล้ว ก็จะทำให้มองเห็นภาพรวมมากขึ้น เป็นแนวทางในการคิดหาวิธีแก้ปัญหาได้เป็นอย่างดี

## 3) การสร้างสรรค์ (Ideate)

เมื่อมองเห็นถึงปัญหาที่ผู้ใช้ต้องการให้แก้ไขแล้ว ก็มาถึงขั้นตอนการระดมสมอง รีดเค้นไอเดียต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ออกมา ในขั้นตอนนี้จะนำเสนอไอเดียที่คิดว่าดี ไม่ว่าจะ เป็นวิธีแบบไหนก็ให้ลองเสนอก่อน ถ้ามีการคิดนอกกรอบก็ยิ่งดี เพราะจะทำให้เปิดมุมมองใหม่ ๆ ได้มากขึ้น จากนั้นนำมารวบรวมและคัดเลือกเอาวิธีการที่น่าสนใจนำไปแก้ไขปัญหา สิ่งที่สำคัญที่สุดในขั้นตอนนี้ก็คือ ความหลากหลายทางความคิด อาจจะต้องใช้ความเห็นจากทั้งผู้ปฏิบัติงาน ผู้บริหาร และคนทั่วไป เพื่อให้ได้ไอเดียที่แตกต่างกัน ตามมุมมองของคนในแต่ละสถานะ

## 4) การจำลอง (Prototype)

เมื่อขั้นตอนการคิดสรรค์ไอเดียดี ๆ ได้เสร็จสิ้นเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ก่อนที่จะนำไปใช้จริง ก็ต้องมีการสร้างแบบจำลองวิธีการแก้ปัญหาขึ้นมาก่อน เพื่อทดสอบว่าวิธีการดังกล่าวนั้นเหมาะสมกับปัญหาของผู้ใช้จริงหรือไม่ ตอบโจทย์การแก้ปัญหาได้ตรงจุดจริงหรือ และยังเป็น การช่วยลดความผิดพลาดก่อนที่จะส่งถึงมือผู้ใช้อีกด้วย แต่ก็ไม่จำเป็นที่จะต้องลงทุนลงแรงไปกับการสร้างแบบจำลองจนมากเกินไป ลองทำเพียงแค่เป็นตัวแทนไอเดียไปก่อน เนื่องจากสามารถพัฒนาได้ในอนาคต

## 5) การทดสอบ (Test)

ขั้นตอนสุดท้ายที่จะตอบได้ว่าไอเดียที่เลือกกันมานั้นตอบโจทย์การแก้ปัญหาของผู้ใช้ได้จริงหรือไม่ ก็คือการลงมือทดสอบไอดีอันเอง ขั้นตอนนี้แม้จะดูเป็นขั้นตอนสุดท้ายแล้ว แต่ความจริงแล้วเป็นขั้นตอนที่จะต้องมีการทดสอบซ้ำ ๆ เพื่อให้ได้ผลการทดสอบที่ดีที่สุด จะต้องมีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลง และแก้ไขวิธีการต่าง ๆ ไปด้วย จึงทำให้เป็นขั้นตอนที่ย่างยากพอสมควร แต่ก็ก็เป็นสิ่งที่จำเป็นอย่างยิ่ง เพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ดีที่สุด ถ้าหากว่าทดสอบจนเสร็จเรียบร้อยแล้ว หากพบว่าวิธีการที่เลือกใช้มา



ไม่สามารถแก้ปัญหาได้จริง ก็สามารถกลับไปเลือกใช้ออเดียในข้อที่ 3 มาปรับใช้ใหม่ได้เช่นกัน (เข้าถึงออนไลน์, <https://thaiwinner.com/design-thinking>)

### **ความยืดหยุ่นของการคิดเชิงออกแบบ**

แม้ว่าจะสรุปตรรกะแนวคิด Design Thinking ว่ามีทั้งหมด 5 ขั้นตอน แต่ความจริงแล้วธรรมชาติของการนำ Design Thinking มาปฏิบัติคือความยืดหยุ่นและกระบวนการที่ไม่เป็นเส้นตรง (Non-Linear) สมาชิกทีมอาจดำเนินการหลายขั้นตอนพร้อมกันก็ได้ ไม่จำเป็นต้องไล่เรียงจากขั้นที่ 1 – 5 แต่อย่างใด นอกจากนี้หลังทำการทดสอบแล้ว ทีมอาจกลับไปสู่ช่วงของการระดมสมองเพื่อหาไอเดียใหม่อีกครั้งก็ได้ ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมและแนวทางการทำงานของแต่ละทีม

การนำ Design Thinking มาใช้ในการแก้ปัญหาช่วยให้เกิดการเผชิญหน้ากับความท้าทายได้หลากหลายขึ้น รวมถึงสามารถเข้าถึงแกนหลักของปัญหาได้อย่างแท้จริงเพื่อนำไปสู่การตอบสนองความต้องการของผู้บริโภคได้ตรงจุดที่สุด (เข้าถึงออนไลน์, <https://adges.net/>)

### **การใช้โมเดลเพชรคูในกระบวนการคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking)**

การคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking) มีการนำมาประยุกต์ใช้และสร้างเป็นโมเดลขึ้นหลายรูปแบบ และหนึ่งในโมเดลที่นิยมนำมาใช้กับงานบริหารจัดการตลอดจนสร้างสรรค์การทำงานให้กับองค์กรก็คือโมเดลเพชรคู หรือ Double Diamond ที่ได้รับความนิยมในระดับสากลนั่นเอง ซึ่งประกอบไปด้วย 4 ขั้นตอนที่เรียกง่าย ๆ ว่า 4D ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 : ค้นพบ – Discover ก่อนที่จะเริ่มกระบวนการการคิดเชิงออกแบบทุกครั้งมักหยิบยกเอาปัญหามาเป็นโจทย์สำคัญในการเริ่มต้น ในขั้นตอนแรกนี้ก็คือการค้นพบปัญหาแล้วทำความเข้าใจกับปัญหาให้ลึกซึ้งมากที่สุด หลากหลายมิติที่สุด เพื่อที่จะนำไปสู่การหาทางออกที่ดีและตอบโจทย์มากที่สุด

ขั้นตอนที่ 2 : บ่งชี้ / กำหนด – Define หลังจากทีมมองปัญหาอย่างรอบด้านแล้ว ให้นำเอาข้อมูลทั้งหมดมาวิเคราะห์เพื่อที่จะคัดกรองให้เป็นปัญหาที่แท้จริง กำหนดหรือบ่งชี้ว่าเป็นปัญหาอะไร ประเภทไหน เพื่อให้เข้าใจลักษณะของปัญหาให้ได้ชัดเจนที่สุดเพียงประเด็นเดียว เพื่อที่จะได้มีจุดหมายในการหาทางแก้ไขได้อย่างตรงประเด็น มีทิศทางชัดเจน

ขั้นตอนที่ 3 : พัฒนา – Develop หลังจากที่มีแก่นของปัญหาที่ชัดเจนแล้ว ขั้นตอนของการพัฒนานี้ก็คือการระดมสมองเพื่อ แสร้อไอเดีย เพื่อหาวิธีการแก้ปัญหาต่าง ๆ นานา ทั้งในกรอบและนอกกรอบ โดยคิดให้รอบด้านที่สุด ถ้าเปรียบกับการออกแบบสร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์แล้วขั้นตอนนี้ก็คือการหาไอเดียเพื่อที่จะออกแบบไปในทิศทางต่าง ๆ หลากหลายรูปแบบเพื่อนำมาเลือกไอเดียที่ดีที่สุดไปผลิตนั่นเอง

ขั้นตอนที่ 4 : นำไปปฏิบัติจริง - Deliver ขั้นตอนนี้เลือกวิธีที่ดีที่สุดเพื่อนำไปแก้ไขปัญหาจริง ปฏิบัติจริง เพื่อตอบโจทย์ปัญหาที่ตั้งไว้ นำไปทดลองหรือทดสอบจริงว่ามีประสิทธิภาพหรือไม่ ตลอดจนเก็บข้อมูลเพื่อนำมาประมวลผลด้วย (เข้าถึงออนไลน์, <https://th.hrnote.asia/orgdevelopment>)

**สรุปการคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking)** เป็นการประยุกต์วิธีการออกแบบผลิตภัณฑ์ บริการ ตลอดจนนวัตกรรมใหม่ ๆ มาสู่การทำงานในส่วนต่าง ๆ ตลอดจนการบริหารจัดการองค์กรให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น นอกจากกระบวนการคิดเชิงออกแบบ (Design Thinking) จะเป็นประโยชน์สำหรับการสร้างสรรค์สิ่งใหม่แล้ว ก็ยังเป็นประโยชน์ต่อการทำงานที่จะช่วยให้บุคลากรมีระบบความคิดที่ดีและพร้อมในการหาวิธีการแก้ปัญหาใหม่ ๆ ที่พัฒนาอยู่เสมอด้วย เป็นวิธีการตอบโจทย์ที่ดีที่สุดสำหรับองค์กร ไม่ว่าจะเผชิญปัญหาอะไร หรือสร้างแนวทางใดให้ไปสู่ความสำเร็จ (เข้าถึงออนไลน์, <https://thaiwinner.com/design-thinking>)

จากขั้นตอนต่าง ๆ จะเห็นได้ว่า กว่าที่จะสำเร็จออกมาเป็นวิธีการแก้ปัญหาให้ผู้ใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้น จะต้องผ่านกระบวนการต่าง ๆ มากมาย ถ้าไม่มีการวางแผนมาก่อนก็จะทำให้วิธีการแก้ปัญหานั้นซับซ้อนมากขึ้น หรืออาจจะหาวิธีที่เหมาะสมกับปัญหาไม่ได้เลยทีเดียว องค์กรต่าง ๆ ไม่ว่าจะใหญ่ระดับประเทศ หรือเป็นเพียงองค์กรเล็ก ๆ ก็ควรที่จะให้ความสำคัญกับแนวคิด Design Thinking ให้มาก เพราะจะช่วยทำให้เข้าใจปัญหาของผู้ใช้ได้มากขึ้น ลดความยุ่งยากในการทำงาน มีการร่วมมือกันในองค์กรมากขึ้น รวมทั้งยังสามารถนำวิธีการคิดเชิงออกแบบนี้ไปประยุกต์ใช้ในงานทรัพยากรบุคคลได้อีกด้วย

## 2.2 หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

### ความหมายของหลักธรรม

หลักธรรม ประกอบด้วยคำศัพท์ 2 คำ คือ หลักและธรรม ซึ่งสามารถให้นิยาม ความหมาย ของแต่ละคำได้ดังนี้

1) หลัก หมายถึง เสาที่ปักไว้ ที่ผูก ที่มั่น เครื่องหมาย เครื่องยึดเหนี่ยว เครื่องจับยึด สาระที่มั่นคงอันเป็นที่ตั้ง (ราชบัณฑิตยสถาน, 2546, น. 1271)

2) ธรรม มีผู้ให้ความหมายไว้ต่าง ๆ กัน ดังนี้ ธรรม หมายถึง คุณความดี คำสั่งสอนในศาสนา หลักประพฤติปฏิบัติในศาสนา ความจริง ความยุติธรรม ความถูกต้อง กฎ กฏเกณฑ์ กฎหมาย สิ่งทั้งหลาย สิ่งของ (ราชบัณฑิตยสถาน, 2546, น. 553) ธรรม หมายถึง ทุกสิ่งทุกอย่างที่เป็นทั้งตัวเหตุตัวผลปรากฏการณ์ต่าง ๆ และตัวคำสอน เพื่อเป็นการปฏิบัติให้ลุถึงผล (พุทธทาสภิกขุ, 2537, น. 139) ธรรม นั้นมีความหมาย 4 ความหมาย คือ ที่เป็นตัวธรรมชาติ ก็เรียกว่าธรรมะ ที่เป็นตัว กฎของธรรมชาติ ก็

เรียกว่าธรรมะ ที่เป็นตัวหน้าที่ตามกฎธรรมชาตินั้น ก็เรียกว่าธรรมะ ที่เป็นตัวผลที่เกิดจากหน้าที่นั้น ก็เรียกว่าธรรมะด้วยเหมือนกันจำได้ง่าย ๆ สั้น ๆ ว่า ธรรม คือ (1) ธรรมชาติ (2) กฎของธรรมชาติ (3) หน้าที่ตามกฎธรรมชาติ และ (4) ผลจากหน้าที่ (พุทธทาสภิกขุ, 2543, น. 90) ธรรม หมายถึง ความจริง ความดี ความถูกต้อง ความประพฤติชอบ หลักการ แบบแผน คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งแสดงให้เห็นเปิดเผยปรากฏขึ้น (พระธรรมปิฎก, 2540, น. 23) ธรรม คือ สภาวะที่รักษาคนให้เป็นปกติ อะไรที่คนทำขึ้นแล้ว สามารถรักษาคนทำ และคนไม่ได้ทำ ให้อยู่ในความเป็นปกติได้ สิ่งนั้นเรียก ธรรม (พระราชาวรมณี, 2545, น. 85) ธรรม หมายถึง สภาพที่ทรงไว้ ธรรมดา ธรรมชาติ สภาวธรรม สัจธรรม ความจริง เหตุต้นเหตุสิ่ง ปรากฏการณ์ ธรรมารมณฺ์ สิ่งที่ใจคิด คุณธรรม ความดี ความถูกต้อง ความประพฤติชอบ หลักการ แบบแผน ธรรมนิยม หน้าที่ ความชอบ ความยุติธรรม พระธรรม ท่านพุทธทาสภิกขุ ให้คำนิยามไว้ ในหนังสือของท่านว่า ธรรม มีความหมายที่ยิ่งใหญ่ไม่สามารถหาคำพูดที่เป็นภาษาของมนุษย์มานิยามได้แต่ขอนิยามให้เข้าใจพอสังเขปไว้ด้วยความว่าหน้าที่เพราะ ไม่มีสิ่งใดในสากลโลกที่ไม่มีหน้าที่ (พระไตรปิฎก วินัยปิฎก มหาวิภังค์ เล่ม 1 ภาค 1, 2557, น. 25) สมเด็จพระสังฆราชเจ้ากรมหลวงวชิรญาณวงศ์ ได้กล่าวไว้ว่า "ธรรม" แบ่งออกเป็น 2 คำ คือ "คำสั่ง" กับ "คำสอน" "คำสั่ง" คือ ข้อห้าม ส่วน "คำสอน" เป็นคำแนะนำและสุชีพ ปุญญาณูปภาพ เสนอว่า "คำสั่งสอน คือ ศาสนาที่ว่าด้วยศีลธรรมและอุดมคติสูงสุดในชีวิตบุคคลรวมทั้งแนวทางความเชื่อถือและแนวการปฏิบัติต่าง ๆ กันตามคติของแต่ละศาสนา" (วราคม ที่สุเกะ, 2539, น.79) สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราชเจ้า ได้ทรงแสดงความหมายของธรรมไว้ว่า ธรรม แปลว่า ทรงไว้ หมายถึง ทรงตัวเอง คือ คงตัวอยู่เสมอและหมายถึง รักษาคนที่มีธรรมไว้ให้เป็นไปตามธรรม ฉะนั้นธรรมจึงเป็นกฎธรรมดาที่คงตัวอยู่เสมอ พระพุทธเจ้าเป็นผู้ค้นพบกฎนั้นและทรงนำมาสั่งสอนผู้อื่น พระธรรมที่ทรงสั่งสอนเป็นสูตรแห่งการปฏิบัติที่ทำเป็นเครื่องเหนี่ยวรั้ง ให้จิตใจคงความเป็นคนโดยสมบูรณ์เป็นกัลป์ยาวนานและอารยชนให้อยู่เป็นสุข (สุวฑฺฒโน, 2540, น. 20-22)

หลักธรรมในพระพุทธศาสนาเป็นหลักธรรมคำสอนเป็นเครื่องที่ยึดเหนี่ยวและเป็นที่ยึดเหนี่ยวใจให้กับทุกคนในการดำรงชีวิตเพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้อง เป็นคนที่สมบูรณ์ ได้มีนักวิชาการให้ความหมายของหลักธรรม ไว้ดังนี้

หลักธรรม คือ การควบคุมพฤติกรรมของบุคคลให้ดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง ควบคุมอารมณ์ไม่ให้วู่วาม รู้จักคิด ไม่ปล่อยความนึกคิดไปตามความรู้สึกที่ชอบใจหรือไม่ชอบใจ คอยเหนี่ยวรั้งจิตใจ ให้ทำพูดหรือคิดในสิ่งที่ดีเหมือนบิดามารดาที่คอยห้ามบุตรธิดาไม่ให้ทำความชั่ว แนะนำให้ตั้งอยู่ในความดีเป็นธรรม ที่มีอุปการะมาก เกื้อกูลอุดหนุนในการทำความดีทุกอย่างให้มั่นคงดียิ่งขึ้น (หลวงพ่อบุญมา ภาโมชโช, 2553, น. 78)

หลักธรรม หมายถึง หลักคำสอนทางศาสนาที่เป็นความจริง เป็นความดีงาม ความถูกต้อง เมื่อนำไปปฏิบัติแล้วช่วยให้เกิดความดีงามในชีวิตและสังคมอยู่ร่วมกันอย่างปกติสุข (สุวณฺี จันทรจํานง, 2540, น. 197)

หลักธรรม หมายถึง หลักธรรมทางกายและวาจาของคน แต่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์นั้นจะต้องมีจิตใจเข้ามาเกี่ยวข้อง พระพุทธศาสนา จึงกำหนดหลักการความประพฤติที่รวมกับการพัฒนากาย วาจา และพัฒนาจิตใจเข้าไว้ด้วยกันทางทำความดี ทางนำไปสู่ความสุขความเจริญได้แบ่งเป็นข้อประพฤติทางกาย ทางวาจาและทางใจ หลักธรรมที่ควบคุมบุคคลไม่ให้ผิดพลาด (พระธรรมโกศาจารย์, 2547, น. 8-9)

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา หรือเรียกอีกอย่างได้ว่า ธรรมหรือธรรมะ หมายถึง คำสอนของพระพุทธเจ้าที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก ซึ่งมีอยู่เป็นจำนวนมาก พระองค์ทรงค้นพบหลักธรรมที่ปรากฏอยู่ในธรรมชาติ แล้วทรงนำหลักธรรมเหล่านั้นบอกกล่าวเผยแพร่ให้แก่มนุษย์เพื่อให้เข้าถึงสัจธรรมของชีวิตและธรรมชาติ (สุชาคา วราหพันธ์, 2556, น.72)

จากการศึกษาเกี่ยวกับความหมายของหลักธรรมพอสรุปได้ว่า หลักธรรม หมายถึง หลักธรรมหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกซึ่งมีอยู่เป็นจำนวนมาก พระองค์ทรงค้นพบหลักธรรมความจริง ความดี ความถูกต้อง นำไปประพฤติปฏิบัติเพื่อนำทางในการดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้อง

## 2) หลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนา

พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ได้กล่าวถึง หลักธรรม ไว้เป็น 3 ระดับ ดังนี้

1) **หลักธรรมต่อตนเอง** คือ หลักธรรมคำสอนที่บุคคลพึงปฏิบัติต่อตนเองเพื่อความดีงามและคุณค่าแห่งชาติ เป็นคนเก่ง คนดี มีความสุข นำหลักธรรมมาปฏิบัติหรือประยุกต์หลักธรรมมาใช้ประโยชน์ในชีวิตจริง ได้แก่

- ศีล คือ ความประพฤติทางกายและวาจาให้สุภาพเรียบร้อยเพื่อรักษาสันติสุขแห่งประชุมชน ศีลในพระพุทธศาสนา ได้แก่ ศีล 5

- สมาธิ คือ สภาวะ ที่จิตแน่วแน่ต่อสิ่งที่กำหนดอยู่ไม่ว่าจะเป็นการคิดการพูดหรือการกระทำกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งโดยที่จิตนั้นไม่ฟุ้งซ่านหรือส่ายไปมา

- ปัญญา คือ รู้ทั่วถึงเหตุถึงผล รู้อย่างชัดเจน เข้าใจ รู้เรื่องบาปบุญคุณโทษ รู้สิ่งที่ควรทำควรเว้น เป็นต้น เป็นธรรมที่คอยกำกับศรัทธาเพื่อให้เชื่อประกอบด้วยเหตุผล ไม่ให้หลงเชื่ออย่างมงาย

- อิทธิบาท 4 ได้แก่ หลักธรรมเพื่อความสำเร็จ สิ่งซึ่งมีคุณธรรมเพื่อให้บรรลุถึงความสำเร็จตามที่ตั้งใจและหวังความสำเร็จในสิ่งที่ตั้งใจต้องเป็นคนที่มีสมบูรณ์

- สปัจริยธรรม คือ หลักธรรมของคนดีหรือมนุษย์ที่แท้

2) **หลักธรรมต่อผู้อื่น** คือ หลักธรรมคำสอนที่มุ่งเน้นการประพฤติปฏิบัติที่ถูกต้อง ดึงมากับผู้อื่น เพื่อสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน ได้แก่

- พรหมวิหาร 4 หมายถึง ธรรมของพรหมหรือธรรมของท่านผู้เป็นใหญ่ พรหมวิหารเป็น หลักธรรมสำหรับทุกคน เป็นหลักธรรมประจำใจที่จะช่วยให้เราดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างประเสริฐและบริสุทธิ์

- ทิศ 6 คือ บุคคลประเภทต่าง ๆ ที่เราต้องเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์ ดุจทิศที่อยู่รอบตัวจัดเป็น 6 ทิศ เป็นหลักธรรมที่ใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติตนต่อบุคคลต่าง ๆ

- สังคหวัตถุ 4 คือ เป็นหลักธรรมการยึดเหนี่ยวจิตใจและเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวน้ำใจของผู้อื่น เป็นการผูกไมตรีด้วยการเอื้อเฟื้อเกื้อกูลกัน

- ฆราวาสธรรม คือ หลักธรรมสำหรับการครองเรือน

3) **หลักธรรมต่อสังคม** คือ หลักปฏิบัติเพื่อประโยชน์สุขของสังคมส่วนรวม หรือเรียกว่า หลักธรรมระหว่างมนุษย์กับสังคม ได้แก่

3.1) จิตสาธารณะจิตที่คิดสร้างสรรค์เป็นกุศลและมุ่งทำกรรมดีที่เป็นประโยชน์ต่อ ส่วนรวม คิดสร้างสรรค์ คือ คิดในทางที่ดี ไม่ทำลายบุคคล สังคม วัฒนธรรม ประเทศชาติและสิ่งแวดล้อม กรรมดี คือ การกระทำและคำพูดที่มาจากความคิดที่ดี

3.2) หลักธรรมธิปไตย คือ ว่าด้วยการทำดี ความถูกต้อง ไม่หวังผลตอบแทน ใช้กับการตัดสิน ความยุติธรรม (ป.อ.ปยุตฺโต, 2543, น. 45-50)

#### **หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาของคฤหัสถ์**

เป็นที่ทราบกันดีว่าหลักธรรมพระพุทธเจ้าตรัสรู้สามารถนำมาปฏิบัติในชีวิตได้จริง ประกอบด้วย สังคหวัตถุ 4 ฆราวาสธรรม 4 พรหมวิหาร 4 อริยสัจ 4 อิทธิบาท 4 เบญจศีล และสติ สามารถอธิบายได้ดังต่อไปนี้

#### **1. สังคหวัตถุ 4**

สังคหวัตถุ 4 คือ ธรรมเครื่องยึดเหนี่ยว คือ ยึดเหนี่ยวใจบุคคล และประสานหมู่ชนไว้ในสามัคคี หลักการสงเคราะห์ มีดังต่อไปนี้

1. **ทาน** การให้ คือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เสียสละ แบ่งปัน ช่วยเหลือกันด้วยสิ่งของตลอดถึงให้ความรู้และแนะนำสั่งสอน

2. **ปิยวาจา** วาจาเป็นที่รัก วาจาพูดดีมีน้ำใจ คือ กล่าวคำสุภาพไพเราะอ่อนหวานสมานสามัคคี ให้เกิดไมตรีและความรักใคร่นับถือ ตลอดถึงคำแสดงประโยชน์ประกอบด้วยเหตุผลเป็นหลักฐานจงใจให้นิยมยินดี

3. **อรรถจริยา** การประพฤติประโยชน์ คือ ขวนขวายช่วยเหลือกิจการ บำเพ็ญสาธารณประโยชน์ตลอดถึงช่วยแก้ไขปรับปรุงส่งเสริมทางจริยธรรม

4. **สมานัตตตา** ความมีตนเสมอ คือ ทำตนเสมอต้นเสมอปลาย ปฏิบัติสม่ำเสมอในชนทั้งหลาย และเสมอในสุขทุกข์โดยรวมรับรู้ร่วมแก้ไข ตลอดถึงการวางตนที่เหมาะสมแก่ฐานะภาวะบุคคล เหตุการณ์และสิ่งแวดล้อม ถูกต้องตามธรรมในแต่ละกรณี (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) 2551, น. 143)

## 2. ขรवासธรรม 4

ขรवासธรรม 4 หมายถึง ธรรมสำหรับการครองเรือน,หลักการครองชีวิตของคฤหัสถ์

1. **สังกะ** คือ ความจริง ซื่อตรง ซื่อสัตย์ จริงใจ พุดจริง ทำจริง

2. **ทมะ** คือ การฝึกฝน การข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว รู้จักควบคุมจิตใจ ฝึกหัดตัดนิสัย แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับปรุงตนให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา

3. **ขันติ** คือ ความอดทน ตั้งหน้าทำหน้าที่การทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ทนทาน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอย

4. **จาคะ** คือ ความเสียสละ สละกิเลส สละความสุขสบาย และผลประโยชน์ส่วนตนได้ ใจกว้างพร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็น และความต้องการของผู้อื่น พร้อมทั้งร่วมมือช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตนหรือเอาแต่ใจตัว (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) 2551, น.113-114)

## 3. พรหมวิหาร 4

พรหมวิหาร 4 หมายถึง ธรรมเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ, ธรรมประจำใจอันประเสริฐ หลักความประพฤติที่ประเสริฐบริสุทธิ์ ทำที่ต้องมีไว้เป็นหลักใจ และกำกับความประพฤติ จึงจะชื่อว่าดำเนินชีวิตหมดจด และปฏิบัติตนต่อมนุษย์สัตว์ทั้งหลายโดยชอบ และปฏิบัติตนต่อมนุษย์สัตว์ทั้งหลายโดยชอบ

1. **เมตตา** คือ ความรักปรารถนาดีอยากให้เขามีความสุข มีจิตใจอันแผ่ไมตรีและคิดทำประโยชน์แก่มนุษย์สัตว์ทั่วหน้า

2. **กรุณา** คือ ความสงสาร คิดช่วยให้พ้นทุกข์ ใส่ใจในอันจะปลดเปลื้องบำบัดความทุกข์ยากเดือดร้อนของปวงสัตว์

3. **มุทิตา** คือ ความยินดี ในเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข มีจิตใจเฝ้าใสบันเทิง ประกอบด้วยอาการชื่นชมชื่นเบิกบานอยู่เสมอ ต่อสัตว์ทั้งหลายผู้ดำรงในปกติสุข พลอยยินดีด้วยเมื่อเขาได้ดีมีสุข เจริญอกงามยิ่งขึ้นไป

4. **อุเบกขา** คือ ความวางใจเป็นกลาง อันจะให้ดำรงอยู่ในถ้าที่พิจารณาเห็นด้วยปัญญา คือมีจิตเรียบตรงเที่ยงธรรมดุจตราขู ไม่เอนเอียงด้วยรักและชัง พิจารณาเห็นกรรมที่สัตว์ทั้งหลายกระทำแล้ว อัน

ควรได้รับผลดีหรือชั่ว สมควรแก่เหตุอันตนประกอบ พร้อมทั้งจะวินิจฉัยและปฏิบัติไปตามธรรม รวมทั้งรู้จักวางเฉย รวมทั้งรู้จักวางเฉยสงบใจมองดู ในเมื่อไม่มีกิจที่ควรทำ เพราะเขารับผิดชอบต่อตนได้ดีแล้ว เขาสมควรรับผิดชอบต่อตนเอง หรือเขาควรได้รับผลอันสมกับความรับผิดชอบต่อตน

ผู้ดำรงในพรหมวิหาร ย่อมช่วยเหลือมนุษย์สัตว์ทั้งหลายด้วยเมตตากรุณา และย่อมรักษาศรัทธาไว้ได้ด้วยอุเบกขา ดังนั้น แม้จะมีกรุณาที่จะช่วยเหลือปวงสัตว์แต่ก็ต้องมีอุเบกขาด้วยที่จะมิให้เสียธรรม (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) 2551, น.124-127)

#### 4. อริยสัจจ 4

อริยสัจจ 4 หมายถึง ความจริงอันประเสริฐ, ความจริงของพระอริยะ, ความจริงที่ทำให้ผู้เข้าถึงกลายเป็นอริยะ

1. **ทุกข์** คือ ความทุกข์ สภาพที่ทนได้ยาก สภาวะที่บีบคั้น ขัดแย้ง บกพร่อง ขาดแก่นสาร และความเที่ยงแท้ ไม่ให้ความพึงพอใจแท้จริง ได้แก่ ขาดิ ขรา มรณะ การประจวบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก การพลัดพรากจากสิ่งที่รัก ความปรารถนาไม่สมหวัง โดยย่อว่า อุปทานชั้น 5 เป็นทุกข์

2. **ทุกข์สมุทัย** คือ เหตุเกิดแห่งทุกข์ สาเหตุให้ทุกข์เกิด ได้แก่ ตัณหา 3 คือ กามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา

3. **ทุกข์นิโรธ** คือ ความดับทุกข์ ได้แก่ ภาวะที่ตัณหาดับสิ้นไป ภาวะที่เข้าถึงเมื่อกำจัดอวิชชา สำรอกตัณหาสิ้นแล้ว ไม่ถูกยึดอม ไม่ติดข้อง หลุดพ้น สงบ ปลอดภัย เป็นอิสระ คือ นิพพาน)

4. **ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา** คือ ปฏิปทาที่นำไปสู่ความดับแห่งทุกข์ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ได้แก่ อริยอัฏฐังคิกมรรค หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า มัชฌิมาปฏิปทา แปลว่า “ทางสายกลาง” มรรคมืองค์ 8 นี้ สรุปลงในไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา

อริยสัจจ 4 นี้ เรียกกันสั้น ๆ ว่า ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค การแสดงอริยสัจจ 4 นี้ มีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สามุกกัณฐิกาธรรมเทศนา แปลตามอรรถกถาว่า พระธรรมเทศนาที่พระพุทธเจ้าทรงเหยียบยกขึ้นถือเอาไว้ด้วยพระองค์เอง คือ ทรงเห็นด้วยพระสยัมภูญาณ (=ตรัสรู้เอง) ไม่สาธุการแก่ผู้อื่น (แต่ตามที่อธิบายกันมา มักแปลว่า “พระธรรมเทศนาที่พระพุทธเจ้าทรงยกขึ้นแสดงเอง โดยไม่ต้องปรารภคำถามหรือการทูลขอร้องของผู้ฟัง” ก็ได้ ซึ่งสมกับเป็นเรื่องที่ทรงแสดงท้ายสุดต่อจาก อนุบุพพิทกา 5 คำแปลอย่างหลังนี้ ฟังเทียบ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) 2551, น.124-127)

#### การประยุกต์หลักอริยสัจ 4

พระพุทธเจ้าตรัสรู้ความจริง คือ หลักอริยสัจ 4 ประกอบด้วย ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ซึ่งถือได้ว่าเป็นแนวทางในการปฏิบัติเพื่อให้ผู้ที่มีความทุกข์กาย และทุกข์ใจจะได้น้อมนำมาปฏิบัติ เพื่อจะมีสติ ก่อนฆ่าตัวตาย อริยสัจ 4 ผู้เขียนมองว่าการแก้ไขควรจะให้ผู้ที่คิดฆ่าตัวตายหรือเคยฆ่าตัวตายใช้หลักอริยสัจ 4 มาใช้พิจารณาในการดำเนินชีวิต โดยการทำความเข้าใจในความสุขและความทุกข์ที่เกิดขึ้นในชีวิต ทุกข์คือความไม่สบายกายความไม่สบายใจเป็นสภาพของความลำบากทั้งทางกายและทางใจ ทั้งรัก โลภ โกรธ หลง ความเศร้าโศกเสียใจ สมุทัย คือ สาเหตุแห่งทุกข์นั้น ซึ่งความทุกข์ทั้งปวงมักเกิดจากความไม่รู้ ความไม่เข้าใจในโลก ความอ่อนประสพการณ์ในชีวิตซึ่งความไม่รู้เหล่านี้เป็นสาเหตุแห่งทุกข์ทั้งสิ้น นิโรธ คือ ความไม่มีทุกข์ คือความเข้าใจในสมุทัย ความเข้าใจสาเหตุแห่งทุกข์ความเศร้าหมองทั้งปวง มรรค คือ ทางแห่งการดับทุกข์ เช่น มีปัญญาชอบ การไม่ปล่อยให้เกิดความพลั้งเผลอ เพราะชีวิตทุกชีวิตมีคุณค่าและมีความสำคัญถ้าหากตัดสินใจผิดพลาดก็จะมีโอกาสย้อนกลับคืน

#### 5. อธิบาท 4

อธิบาท 4 หมายถึง คุณเครื่องให้ถึงความสำเร็จ คุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จแห่งผลที่มุ่งหมาย

1. **ฉันทะ** ความพอใจ คือ ความต้องการที่จะทำ ใฝ่ใจรักจะทำสิ่งนั้นอยู่เสมอ และปรารถนาจะทำให้ได้ผลดียิ่ง ๆ ขึ้นไป
2. **วิริยะ** ความเพียร คือ ขยันมั่นประกอบสิ่งนั้นด้วยความพยายาม เข้มแข็ง อดทน เอาธุระ ไม่ท้อถอย
3. **จิตตะ** ความคิดมุ่งไป คือ ตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่ทำและทำสิ่งนั้นด้วยความคิด เอาจิตฝึกใฝ่ไม่ปล่อยใจให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอยไป อุทิศตัวอุทิศใจให้แก่สิ่งที่ทำ
4. **วิมังสา** ความไตร่ตรอง หรือทดลอง คือ หมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญตรวจตราหาเหตุผลและตรวจสอบข้อยิ่งหย่อนในสิ่งที่ทำนั้น มีการวางแผน วัดผล คิดค้นวิธีแก้ไขปรับปรุง เป็นต้น (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) 2551, น.160)

จะเห็นได้ว่าหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนา ที่กล่าวมาเป็นเพียงส่วนหนึ่งของหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา และอนาคตในการทำงานเป็นนักสังคมสงเคราะห์นั้นหากเยาวชนนำแนวคิดทางพระพุทธศาสนาไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันในด้านต่าง ๆ เชื่อว่าจะทำให้การชีวิตสามารถเดินก้าวผ่านปัญหาและอุปสรรคได้เป็นอย่างดี



## 6. เภยจศีล

การรักษากาย วาจา ใจเรียบร้อยดีงามเป็นปกติ หมายความว่า ไม่กระทำความใดหรือพูดคำพูดที่จะ ทำให้ตนเองและผู้อื่นเดือดร้อนอยู่ไม่เป็นสุข

การรักษาศีลจึงเป็นการรักษาความเป็นปกติสุขของมนุษย์ และศีลแต่ละข้อยังเป็นหลักประกันที่ดี ของสังคัมศีลข้อที่ 1 ประกันความปลอดภัยในชีวิต ศีลข้อที่ 2 ประกันความปลอดภัยในทรัพย์สินศีลข้อที่ 3 ประกันความสุขในครอบครัว ศีลข้อที่ 4 ประกันการถูกหลอกลวง ความซื่อตรง จริ่งใจศีลข้อที่ 5 ประกันสุขภาพอุบัติเหตุ

จุดมุ่งหมายของการรักษาศีลมีจุดมุ่งหมาย 5 ประการ ดังนี้ เพื่อป้องกันความทุกข์เดือดร้อนและ ความเสื่อมเสียไม่ให้เกิดทั้งตนและผู้อื่น เพื่อให้เกิดความสุขความดีงามในการดำเนินชีวิต เพื่อให้เกิดความ สงบร่มเย็นแก่ตนเอง ครอบครัว และสังคม เพื่อป้องกันชีวิตในภพชาติต่อไป คือ การเกิดในภพที่ดี เพื่อ เป็นพื้นฐานในการพัฒนาคุณธรรมที่สูงยิ่งขึ้น ได้แก่ สมานีและปัญญาอันจะทำให้บรรลุผล

### ศีลข้อที่ 1 เว้นจากการฆ่าสัตว์

เพื่อป้องกันการทำลายชีวิตผู้อื่น คลายความเหี้ยมโหดให้มีเมตตาต่อกัน ชีวิตเป็นสิ่งที่ค่าที่สุดของ ทุกชีวิต การทำร้ายชีวิตเท่ากับทำลายทุกอย่าง เรายังชีวิตของเราอย่างไร คนอื่นรัก เช่นกัน จึงไม่ควรทำ ร้ายเช่นฆ่ากัน

ข้อห้าม แบ่งเป็น 3 ลักษณะ คือ 1.ห้ามฆ่า ไม่ว่าจะฆ่าเองหรือใช้คนอื่นฆ่า 2.ห้ามทำร้ายร่างกาย มี 3 ลักษณะ คือทำให้พิการ ทำให้เสียโฉม ทำให้บาดเจ็บ 3.ห้ามทรกรรม คือ ทำการทรมาณ มี 5 ลักษณะ คือ ใช้งานหนักเกินกำลัง กักขังให้อดอยาก นำไปด้วยวิธีทรมาณ เล่นสนุก แก้งสัตว์เล่น ผจญสัตว์ นำสัตว์ มาสู้กัน \*ฆ่าตาย ศีลขาด ทำร้ายหรือทรกรรม ศีลต่างพร้อย

หลักวินิจฉัย หลักตัดสินว่าศีลขาดหรือไม่ 1.สัตว์มีชีวิต 2.รู้ว่าสัตว์มีชีวิต 3.จิตคิดจะฆ่า 4.พยายาม ฆ่า 5.สัตว์ตาย ครบ 5 ข้อนี้ถือว่าผิดศีล ข้อ 1

โทษ 1.คุณของผู้ถูกฆ่า ถ้ามีคุณมากมีโทษมาก ถ้าคุณมีโทษน้อยมีโทษน้อย 2.ขนาดของสัตว์ ฆ่า สัตว์ใหญ่มีโทษมาก ฆ่าสัตว์น้อยมีโทษน้อย 3.ความพยายามในการฆ่า ใช้ความพยายามมาก โทษมาก ใช้ ความพยายามน้อย โทษน้อย 4.เจตนาหรืออำนาจกิเลส ฆ่าด้วยความตั้งใจ หรือฆ่าด้วยความอาฆาตแค้น มากโทษมาก ถ้ามีเจตนาหรือความอาฆาตน้อยโทษน้อย

## ศีลข้อ 2 เว้นจากการถือเอาของที่เจ้าของเขาไม่ได้ให้

เพื่อป้องกันการเบียดเบียนกันทางทรัพย์สิน และให้เลี้ยงชีพในทางสุจริต มนุษย์มีศักยภาพในการประกอบอาชีพเลี้ยงตัวเองในทางที่ชอบ และทุกคนต่างหวงแหนในทรัพย์ที่ตนหามาได้ คนเราจึงไม่ควรทำลายศักดิ์ศรี และละเมิดในทรัพย์ของคนอื่น

ข้อห้าม แบ่งเป็น 3 ลักษณะคือ 1.โจรกรรม คือห้ามทำแย่งโจร 14 อย่าง คือ ลัก ฉก กรรโชก ปล้น ตู๋ ฉ้อ หลอก ลวง ปลอม ตระบัด เบียดบัง สับเปลี่ยน ลักลอบ ยักยอก 2.อนุโจรกรรม ทำตามโจร ได้แก่ สมโจร คืออดหนุนโจร เช่น รับซื้อของโจร, ปอกลอก ทำให้เขาเชื่อแล้วล่อลวงเอาทรัพย์, รับสินบน รับสินจ้างเพื่อทำผิดหน้าที่ 3.ฉวยโจรกรรม ทำคล้ายโจร ได้แก่ ผลาญ ทำลายให้ฉิบหาย หยิบฉวย ถือเอาด้วยความมั่งง่าย ทำโจรกรรม คือว่าศีลขาด ทำอนุโลมโจรกรรม ฉวยโจรกรรม ศีลต่างพร้อย

## ศีลข้อที่ 3 เว้นจากการประพฤติดินในกาม

เพื่อป้องกันการเสพกามในทางที่ผิด และป้องกันการล่วงละเมิดในคู่ครองของคนอื่น อันจะนำไปสู่การเช่นฆ่า ประหัตประหารกัน มนุษย์ทุกคนย่อมรักและหวงแหนในคู่ครองของตน และ ต้องการความซื่อสัตย์จากคู่ครอง ดังนั้น จึงไม่ควรล่วงละเมิด ในคู่ของคนอื่นและให้ความซื่อสัตย์ต่อคู่ของตน

ข้อห้าม ห้ามร่วมประเวณีกับบุคคลต้องห้าม คือ 1.หญิงต้องห้ามสำหรับชาย ได้แก่ สัสสามิกา หญิงที่อยู่กับชายฉันทามิภรรยา ญาติรักชิตา หญิงที่อยู่ในความปกครองของพ่อแม่ ญาติ และอื่น ๆ ฉันทรักชิตา หญิงที่ธรรมรักษา ได้แก่ หญิงที่เป็นเทือกเถาเหล่ากอ คือ ญาติสายโลหิต 7 ชั่วโคตร หญิงที่มีจารีตห้าม เช่น หญิงนักรบหญิงที่กฎหมายห้าม เช่น หญิงที่ยังไม่บรรลุนิติภาวะ หญิงทุพพลภาพ ชายล่วงละเมิดในหญิงเหล่านี้ ถือว่าผิดศีลข้อ 3 2. ชายต้องห้ามสำหรับผู้หญิง ละเมิดถือว่าผิด ชายอื่นนอกจากสามีของตนเป็นบุคคลต้องห้ามสำหรับผู้ที่มีสามีแล้ว ชายจารีตห้าม เช่น นักรบ เป็นบุคคลต้องห้ามสำหรับผู้หญิงทั่วไป

## ศีลข้อที่ 4 เว้นจากการพูดปด

เพื่อป้องกันการแสวงหาผลประโยชน์ใส่ตน ทำลาย ผลประโยชน์ของผู้อื่นด้วยคำพูดไม่จริง ส่งเสริมให้มีความซื่อสัตย์ ซื่อตรงต่อกัน เราไม่ต้องการคำโกหก ฉันทใด คนอื่นก็ไม่ต้องการคำโกหก เช่นกัน คนที่กล่าวคำโกหกย่อมทำลายความดีที่มีอยู่ในตัวเอง เพราะคำพูดโกหกแล้วจะไม่ทำช่วยอย่างอื่นไม่มี

ข้อห้าม ข้อห้ามมี 3 อย่าง คือ ห้าม 1. มุสา คือ การโกหก มี ลักษณะ 11 อย่าง ปด เห็นว่าไม่เห็น รู้ว่าไม่รู้ ส่อเสียด ยุยงให้แตกกัน ยอ ยกย่องให้ลืมหูลงผิด หลอก พูดให้เขาเชื่อ ทนสาบาน ยอมสาบาน เพื่อให้เขาเชื่อ กลับคำ พูดแล้วปฏิเสธว่าไม่ได้พูด นำความ พูดไม่หมด ทำเลศ พูดเล่นสำนวน พูดคลุมเครือ ทำเล่ห์กระเท่ห์ อวดอ้างวิชาให้เขาเชื่อ เสริมความ พูดเกินจริง มารยา แสดงให้เขาเข้าใจผิด เช่น ทูศีลทำ

เป็นมีศีล 2. อนุโลมมูสา พุดเรื่องไม่จริงที่ไม่ใช่เพื่อโกหก แต่มุ่งให้เขาเจ็บใจ มี 2 ลักษณะ คือ สับปลับ คือ พุดกลับกโลกไปมา เชื่อไม่ได้ เสียดแทง คือ พุดประชดและด่า 3. ปฏิสสวะ รับคำแล้วไม่ทำตาม มี 2 ลักษณะ คือ ผิดสัญญา คือไม่ทำตามที่สัญญากันไว้ คินคำ คือว่าจะให้แล้วไม่ให้

### ศีลข้อที่ 5 เว้นจากการดื่มสุรา เมรัย และเสพของมีนเมา

เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดสติดัมชัญญะ สุขภาพ และความเสียหายอันจะเกิดจากการดื่มสุราและเมรัยสติดัมชัญญะเป็นสิ่งสำคัญสำหรับมนุษย์ เพราะตราบใด ที่มีสติดัมชัญญะ คนเราก็ไม่ก่อความเสียหาย การดื่มสุรา เมรัย เป็นเหตุให้ขาดสติ ประมาท ก่อความเสียหายมากมาย และทำให้เสื่อมเสียสุขภาพ

ข้อห้าม ห้ามดื่มน้ำเมา และห้ามเสพสิ่งเสพติดให้โทษ 1) น้ำเมา มี 2 ชนิด คือ สุรา น้ำเมาที่กลั่นแล้วเมรัย น้ำเมาที่ยังไม่ได้กลั่น เพียงแต่ตองไว เช่น สาโท กระแช่ น้ำตาลเมา 2) สิ่งเสพติดให้โทษ เช่น ผีนกัฏฐา มอร์ฟีน เฮโรอีน ยาบ้า ยาไอซ์ เป็นต้น (บรรณานุกรม, 2563, น.136-146)

### 7. สติ

พุทธทาสภิกขุ (2528, น. 12) ได้ให้ความหมายของคำว่า “สติ” ไว้ว่า สติ แปลว่า แล่น รากศัพท์มาจากคำเดียวกับลูกศร “ศะระ” แปลว่า “แล่น” คือแล่นไปมาแห่งความรู้ ความจำ โดยได้อธิบายว่าสติเป็นเครื่องขนส่ง ความรู้ ความจำ หรือปัญญามาใช้ให้ทันเวลาที่ต้องการ สติจึงเป็นเครื่องขนส่ง ความรู้ ความจำ และปัญญา แต่ไม่ใช่ความรู้ตัวความจำหรือตัวปัญญา ดังนั้นคนที่มีความรู้หากไม่มีสติก็ไม่สามารถนำความรู้นั้นออกมาใช้ได้ในเวลาต้องการ หรือคนที่มีความจำได้ดีแต่ในขณะที่ขาดสติ ก็ย่อมไม่สามารถนึกสิ่งที่ตนจำไว้แต่ก่อนนั้นขึ้นมาได้ หรือคนที่มีปัญญาเฉลียวฉลาดในขณะที่ขาดสติ ก็ไม่สามารถใช้ปัญญาแก้ไขปัญหาได้

คำว่า สติ ในภาษาไทยมาจากคำว่า สติ ในภาษาบาลี และมาจากคำว่า สมฤติ ในภาษาสันสกฤต คำว่า สมฤติ ได้แปลมาจากภาษาไทยว่า สมประดี ซึ่งความหมายของคำว่า สมประดี คือไม่หลับไม่เมา และไม่บ้า ดังนั้น การมีสติจึงหมายถึง การไม่หลับ ไม่เมา ด้วยเช่นกัน

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึง ความหมายของสติ ไว้ในหนังสือหลายเล่ม เช่น ในพจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ “สติ หมายถึง ความระลึกได้นึกได้ ความไม่เผลอ การคุมใจไว้กับกิจ หรือคุมจิตไว้กับสิ่งที่เกี่ยวข้อง จำการที่ทำและคำที่พูดแล้วแม่นยำได้”(พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2554, น.395) ในขณะที่ในพุทธธรรมฉบับปรับปรุงขยายความ “สติ หมายถึง ความระมัดระวังความตื่นตัวต่อหน้าที่ภาวะที่พร้อมอยู่เสมอในการคอยรับรู้ต่อสิ่งต่าง ๆ ที่เข้ามาเกี่ยวข้อง และตระหนักรู้ว่าควรปฏิบัติต่อสิ่งนั้น อย่างไร”(พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2549, น.804) และสติ ใน

พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม สติ คือ ความระลึกได้ นึกได้ ความไม่เผลอ สำนึกพร้อมอยู่กับใจอยู่กับกิจ จิตอยู่กับเรื่อง” (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2554, น.65)

### ความหมายของสติในพระวินัย

สติในความหมายของพระวินัย หมายถึง การระมัดระวังควบคุมในการรักษาพระวินัยเพราะการปฏิบัติตามบทบัญญัติทั้งหลายนี้ ภิกษุหรือภิกษุณีต้องอาศัยสติ เป็นตัวคอยควบคุม คอยยับยั้งตนเองไม่ให้ล่วงละเมิดพระปาติโมกข์ มีความสำรวมกายวาจา ประพฤติตามขนบธรรมเนียมประเพณี ในวิถีชีวิตความเป็นอยู่ และวิธีดำเนินกิจต่าง ๆ ของสงฆ์ ส่วนใหญ่สติที่ปรากฏในพระวินัยปิฎกนี้ ปรากฏในลักษณะที่เป็นฐานที่สำคัญ ในการรักษาศีลเพื่อคุ้มครองสถานภาพของภิกษุ ภิกษุณี เพื่อรักษาสังคัมที่ติงามของสงฆ์ และเป็นตัวแปรที่สำคัญในการตัดสินใจการล่วงละเมิดกฎของสังคัมสงฆ์ (พรพิศ ศิริวิสุตร. 2545,น.43)

สติมีลักษณะคอยดูอาการที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ ไม่ว่าสิ่งนั้นจะเกิดขึ้นในด้านใดก็ตาม สติก็จะมีอาการคอยเฝ้าดูอยู่เสมอ เช่น เมื่อมีความคิดหรืออาการเกิดขึ้นมากกระทบทางกาย ทางวาจาและทางจิตใจ จะดีหรือชั่วก็ตาม สติก็จะกำหนดรู้ เป็นตัวกลาง ไม่ได้ลำเอียงไปในทางใดทางหนึ่ง ดังนั้น สติจึงมีส่วนร่วมในการพิจารณาและทั้งเป็นผู้ที่ร่วมสังเกตการณ์อารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นคือมีลักษณะเป็นผู้คอยเฝ้าดู (ภันเต เฮนเน โปลา คุณารัตน มหาเถระ, 2543,น.67)

### ประเภทของสติ

ประเภทของสติ ที่แบ่งตามระดับของสติมี 2 อย่าง คือ สติตามธรรมชาติและสติจากการฝึกฝน เพื่อให้เกิดทักษะในการควบคุมอารมณ์ให้มีความสงบลงได้เมื่อมีอารมณ์ต่าง ๆ เข้ามากระทบจิตใจและทำให้จิตใจเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางต่าง ๆ ดังนี้

3.1 สติตามธรรมชาติ คือ สติตามสัญชาตญาณการอยู่รอดของมนุษย์และสัตว์ เป็นสติที่มีสิ่งมีชีวิตทั้งสองใช้สำหรับการดำรงชีวิตอยู่ สติอันเป็นสัญชาตญาณนั้น ได้แก่ ความระลึกเพื่อความอยู่รอด เช่น การกลัวต่อมรณภัย สติตามธรรมชาติอีกประการหนึ่งคือการรักษาเผ่าพันธุ์หรือการสืบพันธุ์ การพักผ่อนหลับนอน เป็นต้น

3.2 สติจากการฝึกฝน คือ สติที่เกิดจากการฝึกฝนตนเอง ด้วยระบบการฝึกฝนพัฒนาสติหรือการฝึกกรรมฐาน ซึ่งจะเป็นสิ่งที่มนุษย์ใช้สำหรับการมีชีวิตที่ดี (ทุกข์น้อยลง) มีคุณค่า (สมกับความเป็นมนุษย์) มากขึ้น เริ่มต้นจากการมีสติในการรักษาพฤติกรรมทางกายและวาจาที่ดี (มีศีล) และการมีสติพิจารณาสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ด้วยความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้ง (มีปัญญา) หรือมีการพิจารณาโดยแยกกาย (โยนิโสมนสิการ) เช่น การเจริญสมณะและวิปัสสนากรรมฐาน เป็นต้น (พรพิศ ศิริวิสุตร, 2536, น.27)

## 2.3 ศาสนาและเยาวชน

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต)(2537, น.42-62) อธิบายว่า รุ่งอรุณของการศึกษา หรือแสงเงินแสงทองของชีวิตที่รุ่งเรืองดั่งงาม มี 7 ประการ คือ

### 2.3.1 รู้จักเลือกหาแหล่งความรู้ และแบบอย่างที่ดี

ข้อนี้เป็นจุดเริ่มต้น เยาวชนที่จะเติบโตไปสู่ชีวิตที่ดีงาม สามารถพัฒนาชีวิตของเขาเองก็ดี พัฒนาสังคมก็ดี จะต้องเป็นคนที่รู้จักเลือกหาแหล่งความรู้และแบบอย่างที่ดี เด็กที่จะเติบโตและรุ่งเรืองขึ้นมาได้ จะต้องอาศัยปัจจัยแวดล้อม โดยเฉพาะในทางสังคมการรู้จักเลือกหาแหล่งความรู้และแบบอย่างที่ดีนี้เป็นจุดเชื่อมต่ออย่างถูกต้อง ในการสัมพันธ์กับสังคม เมื่อสัมพันธ์อย่างถูกต้อง ก็ทำให้เกิดการพัฒนาแก่ชีวิต การสัมพันธ์กับสังคม จะทำให้การพัฒนาชีวิตสำเร็จผลได้ ก็ต่อเมื่อเด็กรู้จักเลือกหาแหล่งความรู้ และแบบอย่างที่ดี เขาจะเริ่มเป็นผู้กระทำ ไม่เป็นแค่เพียงผู้รับ หรือเป็นผู้ถูกกระทำเท่านั้น เพราะสิ่งแวดล้อมภายนอกทางสังคมนั้นมีทั้งดีทั้งชั่ว เด็กพร้อมที่จะรับอิทธิพลจากปัจจัยภายนอกเหล่านั้น เมื่ออิทธิพลของสิ่งแวดล้อมทางสังคมเข้ามา ถ้าเด็กไม่มีการกระทำของตัวเอง เด็กก็จะเป็นเพียงผู้ถูกกระทำ ก็อาจจะถูกปัจจัยแวดล้อมที่ไม่ดีมาหล่อหลอม ทำให้เกิดผลเสียขึ้น

เด็กที่จะพัฒนาตัวเองได้ จุดเริ่มก็คือ การที่เด็กนั้นเริ่มสัมพันธ์กับปัจจัยแวดล้อมทางสังคมเป็นการรู้จักสัมพันธ์เป็นก็คือ เขารู้จักทำ มีการกระทำของตนเอง ซึ่งเริ่มด้วยการเลือกหาแหล่งความรู้ และได้แบบอย่างที่ดี ฉะนั้น ถ้าเด็กจะทำอะไรก็ตาม เช่น จะดูโทรทัศน์ ถ้าแกมีหลักนี้ ก็ดูโทรทัศน์เป็น รู้จักเลือกหาว่ารายการไหนที่จะได้ประโยชน์ จะได้ความรู้มาสร้างสรรค์ชีวิตของตนเอง พัฒนาตนเอง และรู้จักเลือกแบบอย่างที่ดี เมื่อเรียนหนังสือก็รู้จักใช้ห้องสมุด รู้จักอ่านหนังสือ รู้จักพิจารณาว่า หนังสือไหนควรอ่าน เพื่อจะได้ความรู้ อย่างนี้เรียกว่า รุ่งอรุณของการศึกษา เป็นจุดที่การพัฒนาชีวิตเริ่มต้น หลักธรรมนี้เรียกว่า กัลยาณมิตรตตา พ่อแม่ ครูอาจารย์ สื่อสารมวลชน และผู้ใหญ่ทั่วไป มีหน้าที่เป็นกัลยาณมิตร โดยเป็นสิ่งแวดล้อมที่ดี และช่วยจัดสรรสภาพแวดล้อมที่ดีให้แก่เด็ก แต่การที่กัลยาณมิตรจะมาคอยจัดสภาพแวดล้อมให้ ซึ่งรวมไปถึงการคอยช่วยบอกช่วยเลือกว่า หนังสือเล่มนี้ดี รายการโทรทัศน์นี้ดี แค่นี้ยังไม่พอ ยังไม่เข้าถึงเนื้อตัวของการศึกษา เด็กยังต้องพึ่งพาขึ้นต่อปัจจัยภายนอก พ่อแม่และครูอาจารย์ เป็นต้น จะต้องก้าวต่อไปให้ถึงขั้นที่ชี้แนะให้เด็กรู้จักเลือก รู้จักหากัลยาณมิตรด้วยตนเอง คือ รู้จักคบคน รู้จักเลือกหนังสือ รู้จักเลือกรายการโทรทัศน์ รู้จักรับเอาตัวอย่างที่ดีด้วยตนเอง ต้องถึงขั้นนี้จึงจะมั่นใจและไว้วางใจได้ เด็กจะไม่มีแต่กัลยาณมิตรเท่านั้น แต่จะมี กัลยาณมิตรตตาด้วย และนี่คือการศึกษาที่แท้จริงได้เริ่มต้นแล้ว เป็นรุ่งอรุณของการศึกษา

### 2.3.2 รู้จักจัดระเบียบชีวิต และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม

ความมีวินัยนั่นเอง ในความมีวินัยนี้ จุดสำคัญที่ควรจะเน้นก็คือ การรู้จักจัดระเบียบชีวิตของตนเอง และรู้จักจัดระเบียบความสัมพันธ์กับผู้อื่น หรือการอยู่ร่วมกับผู้อื่น วินัยเป็นสิ่งสำคัญ เพราะเป็นตัวเอื้ออำนวยให้เรา มีโอกาส มีเวลาที่จะพัฒนาชีวิตของเราได้สะดวกขึ้นถ้าชีวิตไม่เป็นระเบียบ สับสน ก็ต้องมัวแต่่วนวายติดขัด ไม่ปลอดโปร่ง และไม่รู้จักเอาเวลาที่ไหนมาใช้ประโยชน์ ชีวิตที่จัดระเบียบได้ดีแล้ว เป็นชีวิตที่พร้อมที่จะรับการพัฒนาโอกาสของมนุษย์ในแต่ละวัน เช่น เวลา และความคล่องตัว เกิดจากการรู้จักจัดระเบียบชีวิตของแต่ละคนนั้น ถ้าจัดระเบียบเป็นแล้ว ก็มีเวลาให้ไปทำโน่นทำนี่ได้ประโยชน์เป็นอันมาก ในทางสังคมก็เช่นเดียวกัน ถ้าจัดระเบียบในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นไม่เป็น ก็จะสับสนวุ่นวาย มัวแต่ยุ่งอยู่กับปัญหา เช่น ความขัดแย้ง ก็เลยไม่เป็นอันทำอะไร ไม่มีเวลาที่จะใช้โอกาสของชีวิตในการที่จะพัฒนาตน ในการแสวงหาความรู้ เป็นต้น แต่ถ้าจัดระเบียบในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นไว้ดี ก็จะเอื้ออำนวยให้เรา มีโอกาสที่จะแสวงหา และทำสิ่งต่าง ๆ ที่จะพัฒนาชีวิตของตนเองได้ กฎเกณฑ์และกติกาต่าง ๆ ของสังคม ตั้งแต่ศีล 5 ลงมาจนถึงวินัยของข้าราชการ ระเบียบในห้องเรียน และกติกาในสนามกีฬา ว่าโดยความมุ่งหมายที่ถูกต้องแท้จริง ก็มุ่งเพื่อให้คนอยู่ร่วมกัน ทำงานร่วมกัน ทำกิจกรรมร่วมกัน มีความสัมพันธ์ต่อกัน ทั้งในเรื่องทั่ว ๆ ไป และในเฉพาะแต่ละเรื่อง อย่างสงบราบรื่น ไม่เบียดเบียนข่มเหง แกร่งแย่งเอาไรต์เอาเปรียบกัน การอยู่ร่วมและกิจกรรมนั้น ๆ จะได้ดำเนินไปด้วยดี บรรลุผลตามวัตถุประสงค์ ดังนั้น การจัดระเบียบชีวิต และระเบียบการอยู่ร่วมในสังคม จึงเป็นสิ่งสำคัญมาก ท่านจึงจัดเป็นอันดับ 2 เรียกก่าย ๆ ว่าชีวิตมีวินัย ซึ่งในที่นี้ให้เข้าใจว่า เป็นการจัดระเบียบของชีวิต และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยดี ซึ่งจะเอื้ออำนวยให้ชีวิตนั้นมีเวลาและโอกาส เป็นชีวิตที่มีสภาพความเป็นอยู่เอื้ออำนวยต่อการพัฒนาตนเอง นี้ก็คือหลักธรรมที่เรียกว่า สีสัมปทา ความถึงพร้อมด้วยศีล แปลให้เป็นภาษาสมัยใหม่ว่า การจัดระเบียบชีวิตและจัดระเบียบการอยู่ร่วมกับผู้อื่นด้วยดี

### 2.3.3 มีแรงจูงใจที่ถูกต้อง คือใฝ่รู้และใฝ่สร้างสรรค์

คนเราที่จะพัฒนาชีวิตไปได้ จะต้องมีความตั้งใจ ไม่ว่าจะเรียนหนังสือ หรือจะทำอะไรสักอย่างก็ ต้องมีความตั้งใจ คือมีความอยากมีความปรารถนา เช่น นักเรียนอยากได้ประกาศนียบัตร อยากได้งานที่ดี ทำ อยากมีเงินเดือนดี จึงเข้าเรียนหนังสือ จึงเลือกเรียน เลือกวิชา เลือกอาชีพ ที่ตนคิดว่าจะทำให้ได้เงินเดือนดี แต่นี้เป็นความอยากหรือความปรารถนาที่หยาบๆ ตื้นๆ ลึกลงไปกว่านั้น ถ้าเด็กมีความใฝ่รู้ อยากรู้ความจริงของสิ่งต่าง ๆ และอยากรู้วิชาการนั้น ๆ เช่น อยากรู้กฎทางวิทยาศาสตร์ อยากรู้ความจริงของเรื่องราว นั้น ๆ ว่าเป็นอย่างไร เขาก็จะต้องตั้งใจอ่านหนังสือค้นคว้าตำรับตำรา ตั้งใจทดลองสิ่งต่าง ๆ ซึ่งทำให้เกิดความรู้ แรงจูงใจจึงเป็นสิ่งสำคัญมาก ท่านจัดไว้เป็นอันดับที่ 3 คือต้องมีแรงจูงใจที่ถูกต้อง แรงจูงใจที่ถูกต้อง ที่จะทำให้มนุษย์พัฒนาตนเองได้ คือ แรงจูงใจที่เรียกว่า ฉันทะ ได้แก่ ความใฝ่รู้ และใฝ่สร้างสรรค์

หรือไฟทำ ต้องการทำ ไม่ใช่ต้องการเสพ ความใฝ่สร้างสรรค์นี้ ถ้าเอามาใช้ในการผลิตต่าง ๆ ทางด้านอุตสาหกรรม ก็คือ ความใฝ่ผลิต ถ้าใช้ในทางที่ติงามทั่ว ๆ ไป ก็คือ ความต้องการสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงาม ทำประโยชน์ให้เกิดมีเป็นจริงขึ้น ซึ่งตรงข้ามกับแรงจูงใจที่ผิด คือความใฝ่เสพ หรือความใฝ่หาสิ่งบำรุงปรนเปรอ ซึ่งไม่ต้องการความรู้อะไร ไม่ต้องการทำงานอะไร แต่อยากได้สิ่งต่าง ๆ มาบำรุงบำเรอ หู ตา จมูก ปาก ลิ้น โดยไม่ต้องทำ ถ้าเราไปสอนชาวบ้านให้อยากได้สิ่งฟุ่มเฟือยหรูหรา ก็เท่ากับว่าเราไปสนับสนุนส่งเสริมแรงจูงใจใฝ่เสพ ทำให้เขาไม่ยอมทำงาน ไม่อยากผลิต คิดแต่จะหาทางลัด เพื่อให้ได้สิ่งบำรุงบำเรอมา แล้วจะทำให้เกิดปัญหาต่อการพัฒนาที่เป็นอยู่เวลานี้ ดังนั้น เราจึงจำเป็นต้องสร้างแรงจูงใจที่ถูกต้อง ได้แก่แรงจูงใจใฝ่รู้ ใฝ่ทำ ใฝ่ผลิต และใฝ่สร้างสรรค์ แรงจูงใจใฝ่รู้ ใฝ่สร้างสรรค์นี้ เป็นอาการแสดงออกของการรักความจริง รักความดีงาม ซึ่งเป็นตัวกระตุ้นเร้าให้มีการใช้ปัญญา และริเริ่มลงมือทำ เช่น อยากรู้สิ่งคมที่ดีงาม ก็ต้องใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้ว่า สิ่งคมอย่างไรเป็นสิ่งคมที่ดี แล้วก็มองเห็นว่า สิ่งคมที่ดีนั้นจะต้องเป็นสิ่งคมที่เรียบง่าย มีความสงบสุข ประชาชนมีสุขภาพ มีอนามัยดี เมื่ออยากจะมีสิ่งคมที่ดีงามอย่างนั้น เราก็ต้องสร้างสรรค์จัดทำ ต้องทำงาน ซึ่งเป็นปัจจัยโดยตรงที่จะทำให้เกิดผลที่ต้องการ แรงจูงใจแบบนี้จึงทำให้เขาพยายามที่จะทำ และเป็นผู้ผลิตขึ้นมา แต่ถ้ามีแรงจูงใจใฝ่เสพ ก็จะทำให้ไม่ยอมทำงาน หรือถ้าจะทำก็เป็นเพราะเงื่อนไข คือต้องทำจึงจะได้เงิน ถ้าหลีกเลี่ยงได้ก็จะหลีกเลี่ยงการทำงาน เพราะไม่ยอมทำ ทำด้วยความจำใจ และหาทางลัดกั้หนียืมสิน ถ้าหลีกเลี่ยงได้ก็เอา เพื่อจะได้สิ่งเสพมา เพื่อมีเงินไปซื้อของเพราะฉะนั้น การพัฒนาที่มีส่วนส่งเสริมแรงจูงใจใฝ่เสพ กระตุ้นเร้าค้นหา จึงเป็นการพัฒนาที่ผิดพลาด ผิดจุด เนื่องจากการสร้างแรงจูงใจที่ผิด การศึกษาเล่าเรียน และการพัฒนาชีวิตพัฒนาสังคมจะสำเร็จได้ ต้องมีแรงจูงใจที่ถูกต้อง สิ่งคมที่พัฒนาแล้ว เริ่มต้นการพัฒนาของเขาด้วยแรงจูงใจใฝ่รู้ ใฝ่สร้างสรรค์ และใฝ่ทำนี้ และสร้างค่านิยมผลิตขึ้นมาได้ จึงได้สร้างความเจริญ พัฒนาอุตสาหกรรมได้สำเร็จ คนมีฉันทะนั้น เห็นอะไรไม่ดี ไม่เรียบง่าย ไม่สมบูรณ์ ก็อยากทำให้ดี ให้เรียบง่าย ให้สมบูรณ์ มีแรงกระตุ้นเตือนจากภายในให้ออกไปทำ ไม่ต้องรอให้ใครคอยบอกคอยสั่ง และไม่มองหาผลตอบแทนแก่ตน นอกจากความสำเร็จของงาน ทำเพื่อเห็นแก่ความถูกต้องดีงาม หรือความเรียบง่าย สมบูรณ์นั้นล้วน ๆ แท้ ๆ ยิ่งกว่านั้น เมื่อผลได้ส่วนตัวขัดกับหลักการหรือความถูกต้องชอบธรรม ฉันทะจะทำให้ยอมสละผลได้หรือผลประโยชน์ส่วนตัว และยึดถือหรือปฏิบัติไปตามหลักการหรือตามความถูกต้องชอบธรรมนั้น แรงจูงใจที่เรียกว่าฉันทะนี้ จึงจำเป็นยิ่งสำหรับการสร้างสรรค์พัฒนาสังคมประชาธิปไตย ถ้าไม่สามารถสร้างฉันทะให้เกิดขึ้น การพัฒนาประชาธิปไตยจะไม่มีทางสำเร็จ การมีแรงจูงใจที่ถูกต้องนี้ เรียกทางพระว่า ฉันทสัมปทา แปลว่า ความถึงพร้อมด้วยฉันทะ มิใช่ถึงพร้อมด้วยตัณหา

### 2.3.4 พัฒนาศักยภาพของตนให้เต็มที่

พระพุทธศาสนาถือว่ามนุษย์เป็นสัตว์ที่ฝึกได้คือพัฒนาได้ภาษาสมัยใหม่เรียกว่ามีศักยภาพ มนุษย์แต่ละคนมีศักยภาพที่สามารถพัฒนาให้สมบูรณ์ ทั้งศักยภาพเฉพาะตัว คือ มีความถนัดชัดเจนของตนเอง ถ้าไม่พัฒนาไม่ฝึกฝนขึ้นมาก็ไม่มีโอกาสแสดงออกไม่สามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์และศักยภาพของมนุษย์ คือ มีความเป็นสัตว์ประเสริฐที่สามารถเข้าถึงปรีชาญาณ ความดีงาม และอิสรภาพที่สมบูรณ์ ดังนั้น จึงต้องพัฒนาศักยภาพนั้นขึ้นมา โดยมีความเชื่อมั่นตามหลักการที่ว่า มนุษย์สามารถพัฒนาตนได้จนเป็นสัตว์ที่ประเสริฐอย่างยิ่ง แม้แต่จะเป็นพุทธะก็ได้ เป็นผู้ที่เทวดา มาร ตลอดจนพระพรหม เคารพบูชาก็ได้ เพราะฉะนั้นท่านจึงให้มนุษย์ฝึกฝนตนเอง เรียกว่า พัฒนาศักยภาพของตนจนสมบูรณ์หลักประการที่ 2 คือ การพัฒนาศักยภาพของตนเองให้สมบูรณ์นี้ นอกจากทำให้มีการศึกษาตามหลักการทั่วไปแล้ว ก็ทำให้ต้องค้นหว่าตนเองมีความถนัด มีความสามารถด้านไหน แล้วก็พัฒนาตนขึ้นไปให้เต็มที่แห่งศักยภาพนั้น หลักการข้อนี้ เรียกทางภาษาพระว่า อัตตสัมปทา แปลว่า การทำตนให้ถึงพร้อม

### 2.3.5 มีทัศนคติ และค่านิยมที่ดี

ชีวิตและสังคมจะดำเนินไปอย่างไร จะเป็นไปตามทัศนคติ และค่านิยม คนในสังคมมีค่านิยมอย่างไร ก็หันเหวิถีของสังคมไปอย่างนั้น เช่น ในการมองภาพความเจริญ ถ้าคนในสังคมมีค่านิยมในการผลิต ก็มองภาพความเจริญอย่างนักผลิตว่า เจริญอย่างเขา คือ ทำได้อย่างเขา ถ้ามีค่านิยมบริโภคนิยม ก็มองภาพความเจริญแบบนักบริโภคว่า เจริญอย่างเขา คือ มีกินมีใช้อย่างเขา เราต้องการสร้างค่านิยม และทัศนคติที่ถูกต้อง ทัศนคติและค่านิยมที่ถูกต้องเริ่มด้วยอะไร ทัศนคติและค่านิยมที่ถูกต้องตามหลักของพระพุทธศาสนา เริ่มด้วยการมองสิ่งทั้งหลายตามเหตุปัจจัย ซึ่งเป็นท่าทีของจิตใจที่นำมาซึ่งปัญญา และการกระทำตามเหตุตามผล เพราะเชื่อการกระทำที่เป็นไปตามกระบวนการของเหตุผลว่า ทำเหตุอย่างไร ผลเกิดอย่างนั้น ซึ่งก็คือหลักกรรมในพระพุทธศาสนา หลักกรรมนี้ใช้กับชีวิตของคนทั่วไป พื้นฐานกว่านั้นก็ คือ หลักปัจเจกสัมปทาซึ่งมองลึกลงไปอีก แต่ทั้งหมดนี้ก็เป็นกระบวนการของเหตุปัจจัยทั้งนั้นทัศนคติในพระพุทธศาสนา เป็นทัศนคติที่มองสิ่งต่าง ๆ ตามเหตุปัจจัย พอเจออะไร ก็มองตามเหตุปัจจัยทันทีว่าสิ่งนี้เกิดขึ้นได้อย่างไร สืบสาวหาเหตุแล้วโยงไปหาผล เขียวชนควรมีทัศนคติแบบนี้ และควรได้รับการพัฒนาให้มีทัศนคติแบบนี้ เพราะถ้าเราไม่มองสิ่งทั้งหลายตามเหตุปัจจัย เราก็จะมองแบบนักเสพ แต่ถ้ามองแบบสืบสาวหาเหตุปัจจัย ก็จะนำไปสู่การกระทำ นำไปสู่การผลิต นำไปสู่การสร้างสรรคได้ เพราะว่าการที่ได้ทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้สำเร็จขึ้นมานั้น สิ่งที่ทำขึ้นมาเราเรียกว่าเป็นผลผลิต ผลผลิตเกิดจากอะไร ก็เกิดจากเหตุปัจจัยที่ว่าทำมาอย่างไร คนที่มองตามเหตุปัจจัย พอเห็นผลผลิตอย่างหนึ่ง ก็มองว่าผลผลิตนี้ทำมาอย่างไร ไม่มองเพียงว่า จะเอามาเสพอย่างไร มาใช้อย่างไร มีแล้วโก้หรู ไม่มองอย่างนั้น สังคมที่มองผลิตภัณฑอุตสาหกรรมที่เข้ามาจากภายนอกประเทศ ว่าอันนั้นสวยอันนี้โก้ แล้วอยากใช้ อยากมี จบแค่นั้น



ก็เป็นนักบารุงบำเรอหรือนักเสพอย่างเดียว แต่ถ้าเป็นนักผลิตมอง จะมองด้วยทัศนคติตามเหตุปัจจัย เขาจะมองว่า ผลผลิตนี้แปลก เขาทำขึ้นมาได้อย่างไร เราจะต้องหาเหตุปัจจัยของมัน พอมองอย่างนี้ กระบวนการคิดก็เริ่มต้นอย่างถูกต้อง และนำไปสู่การพัฒนาทันที ทัศนคติพื้นฐานของพระพุทธศาสนา คือ ทัศนคติมองสิ่งทั้งหลายตามเหตุปัจจัย อย่างนี้ เราเคยสอนกันบ้างหรือเปล่า อันนี้เป็นการสร้างสรรค์เยาวชนในชั้นรากฐานที่เดียวจากทัศนคติที่มองสิ่งทั้งหลายตามเหตุปัจจัย ก็นำไปสู่ทัศนคติหรือท่าทีแห่งการเรียนรู้ ซึ่งต่อเนื่องเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ชีวิตในแต่ละวันของคนเรานี้ เต็มไปด้วยประสบการณ์ที่เข้ามาทั้งทางตา ทางหู จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้แก่ สิ่งที่ได้เห็น ได้ยิน ได้สัมผัส ฯลฯ ชีวิตของเราแต่ละวันนี้อยู่กับอารมณ์ทั้ง 6 คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ การรับรู้อารมณ์ หรือประสบการณ์เหล่านี้ เป็นชีวิตส่วนใหญ่ของเราในแต่ละวัน แต่คนส่วนใหญ่ที่ต้องประสบกับอารมณ์ทั้ง 6 เหล่านี้ มีท่าทีต่อมันอย่างไร พระพุทธเจ้าตรัสว่า บุคคลที่ไม่ได้สติ ไม่ได้เรียนรู้ จะมีท่าทีแบบยินดียินร้าย ในพุทธศาสนานั้น เราจะได้ยินคำนี้อยู่เสมอ บอกว่า บุคคลผู้มีสติได้สติ เมื่อรับฟังเสียงด้วยหู ได้เห็นรูปด้วยตา ก็เกิดความยินดีหรือไม่ก็ยินร้าย เรียกอีกสำนวนหนึ่งว่า ไม่ชอบ ก็ชัง ไม่ติดใจ ก็ขัดใจ ได้แค่นั้น ความรู้หายไปแล้ว ต่อจากนั้นก็มีการคิดปรุงแต่งไปตามอัตวิสัยว่าจะรัก จะเกลียด จะอยากเอา อยากได้ หรืออยากหุบอยากทำลาย เป็นต้น ทัศนคติอย่างนี้นำไปสู่แรงจูงใจใฝ่แสพ และนำไปสู่ค่านิยมบริโภคนิยม ซึ่งสัมพันธ์กันหมด แต่ถ้ามีการเรียนรู้อย่างที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า ส่วนอริยสาวกผู้ที่ได้เรียนรู้แล้ว ผู้ได้สติ (สุตวา อริยสาวโก) มองเห็นรูปด้วยตา ได้ยินเสียงด้วยหูแล้ว ไม่เป็นไปตามความยินดียินร้าย แต่จะมีสติสัมปชัญญะรับรู้กำหนดรู้สิ่งนั้น ๆ ตามความเป็นจริง คือมองว่า มันคืออะไร มันเป็นอย่างนี้ เป็นไปอย่างไร เกิดจากอะไร

ดังนั้น ทัศนคติที่มองสิ่งต่าง ๆ ตามเหตุปัจจัย จึงเป็นทัศนคติที่มองสิ่งทั้งหลายเป็นการเรียนรู้ คือมองโดยสัมพันธ์กับคุณค่าต่อชีวิตว่าจะเอาความรู้จากสิ่งนั้นมาใช้พัฒนาชีวิตของตนได้อย่างไร และใช้กับสังคมได้อย่างไร ทัศนคติแบบการเรียนรู้ หรือท่าทีต่อสิ่งทั้งหลายแบบเรียนรู้นี้ เป็นการศึกษาที่เริ่มต้น ถ้าไม่ถึงจุดนี้ก็ไม่ถือว่าการศึกษได้เริ่มต้น การศึกษาเริ่มต้นที่ท่าทีต่อสิ่งทั้งหลายที่เป็นประสบการณ์ ถ้าเปลี่ยนทัศนคติจากการยินดียินร้ายมาเป็นการเรียนรู้ ก็หมายถึงว่า การศึกษาได้เริ่มต้นแล้ว และอันนี้เป็นจุดบรรจบระหว่างการศึกษา กับจริยธรรมและศาสนาด้วย ดังนั้น การศึกษากับจริยธรรม จึงไม่ได้อยู่ห่างกันเลย มันอยู่ด้วยกันที่นี้ พระพุทธศาสนาก็สอนจุดเริ่มต้นที่นี้ ว่าให้มีทัศนคติแบบมองสิ่งทั้งหลายตามเหตุปัจจัย แล้วนำไปสู่การมีท่าทีแห่งการเรียนรู้ต่อสิ่งทั้งหลาย ซึ่งนำไปสู่ค่านิยมที่สมเหตุสมผลต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นค่านิยมอะไรก็แล้วแต่ ล้วนเป็นไปตามกระบวนการอันเดียวกัน หลักข้อนี้เรียกว่า ทัศนคติสัมปทา แปลว่าการทำทฤษฎีให้ถึงพร้อม

### 2.3.6 มีความกระตือรือร้นชวนชวน ไม่ประมาท

เราอยู่ในโลกแห่งสภาวะธรรมที่พระพุทธศาสนาบอกว่า เต็มไปด้วยการเปลี่ยนแปลง โลกนี้เป็นสังขาร สิ่งทั้งหลายเกิดจากปัจจัยปรุงแต่ง มีแต่การเปลี่ยนแปลง ไม่หยุดนิ่ง เคลื่อนไหวอยู่ตลอดเวลา เป็นอนิจจัง เมื่อสิ่งทั้งหลายเป็นอนิจจัง ไม่เที่ยงแท้แน่นอน โดยเฉพาะชีวิตของเรานี้จะเอาแน่อะไรไม่ได้ พรุ่งนี้จะอยู่หรือไม่ แล้ววันต่อไปจะเป็นอย่างไร จะอยู่ดีมีสุข หรือทุกข์อย่างไร จะเจ็บไข้ได้ป่วยหรือไม่ เราไม่รู้แท้แน่นอนเพราะฉะนั้น เราจะประมาทมิได้ พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า วยธมมา สงขารา อปปมาเทน สมปาเทถ สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมสลายไปเป็นธรรมดา คือเป็นอนิจจัง ไม่เที่ยง ฉะนั้น จะต้องยังความไม่ประมาทให้ถึงพร้อม ในเมื่อสิ่งทั้งหลายไม่เที่ยงไม่รู้อะไรจะเป็นอย่างไรเมื่อไรเราจะต้องไม่ประมาทตลอดเวลาเพราะฉะนั้น จิตสำนึกต่อความเปลี่ยนแปลงจึงนำไปสู่ความไม่ประมาท คือ ความกระตือรือร้นชวนชวน ไม่อยู่นิ่งเฉย ไม่ปล่อยเวลาให้ล่วงไปเปล่า มีอะไรเกิดขึ้นที่อาจจะเป็นเหตุแห่งความเสื่อม ก็ไม่อยู่นิ่ง ต้องรู้เท่าทัน ต้องป้องกันแก้ไข อะไรที่เกิดขึ้น ถ้าเป็นทางมาแห่งความสุขความเจริญ ก็ต้องรีบสร้างสรรค์ จะรอช้าอยู่มิได้ จะทอดทิ้งปล่อยปละละเลยมิได้ ทำที่นี้เรียกว่ามีจิตสำนึกต่อความเปลี่ยนแปลง ซึ่งเป็นไปพร้อมกับความไม่ประมาท จิตสำนึกต่อความเปลี่ยนแปลงนี้ นำไปสู่จิตสำนึกต่อกาลเวลา ผู้ที่มองเห็นความสำคัญของความเปลี่ยนแปลง ก็จะเห็นความสำคัญของกาลเวลา เพราะกาลเวลานั้นเป็นสิ่งที่เกิดจากความเปลี่ยนแปลง และความเปลี่ยนแปลงก็เป็นไปตามกาลเวลา ดังนั้น เมื่อเราไม่รู้อะไรจะเป็นอย่างไร เมื่อไร ก็จำต้องเห็นความสำคัญของกาลเวลาพระพุทธศาสนาสอนมาก ในเรื่องความสำคัญของการเปลี่ยนแปลง และความสำคัญของกาลเวลา ดังเช่นพุทธศาสนสุภาษิตที่ว่า อโหมขั ทิวสั กยิรา อปเปน พุทฺเณ วา มีใจความว่า เวลาแต่ละวัน อย่าให้ผ่านไปเปล่า ให้ได้อะไรบ้าง ไม่มากก็น้อย นี้เป็นข้อเตือนใจให้ทุกคนพิจารณา ถ้าทุกคนคิดอย่างนี้ทุกวันก็จะได้ประโยชน์ไม่มากก็น้อย ไม่ทางกายก็ทางใจ ลองคิดพิจารณาตนเองว่า วันนี้เราทำอะไที่เป็นประโยชน์แล้วหรือยัง ทำทุกวันๆ สะสมขึ้นไป แม้แต่บรรพชิต ท่านก็สอนให้พิจารณาทุกวันว่า กณฺมุตฺตสฺส เม รตฺติณฺทิวา วิติปฺตฺนฺตฺติ ปพฺพชฺชิตฺเตน อภินฺหํ ปจฺจเวกฺขิตฺตํ พฺรพฺชิตฺตํ พิจฺจเรณฺเณอํ ๆ ว่า วันเวลาของเราผ่านไปอย่างไร นี่เป็นเรื่องความสำคัญของกาลเวลา ที่ท่านให้มีจิตสำนึกต่อกาลเวลาและความเปลี่ยนแปลง ซึ่งจะทำให้เรามีความไม่ประมาท มีข้อที่จะต้องสังเกตว่า พระพุทธศาสนาสอนเรื่องความเปลี่ยนแปลงควบคู่ไปด้วยกับหลักความเป็นไปตามเหตุปัจจัย ความเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากความไม่เที่ยงนี้ไม่ได้เป็นไปอย่างเลื่อนลอย แต่เป็นไปตามเหตุปัจจัย หลักการนี้สำคัญมาก เราจะไปจบอยู่แค่ความเปลี่ยนแปลงนั้นไม่ได้ พระพุทธศาสนาไม่ได้สอนแค่นั้น ไม่ได้บอกว่าสิ่งทั้งหลายเปลี่ยนแปลงเรื่อยเปื่อยไป แล้วเราก็เลยมืดทางแก้ไข จะเป็นอย่างไรก็ไม่รู้จบสิ้นกัน ไม่ต้องทำอะไร พอสิ่งต่าง ๆ เปลี่ยนแปลงไป เรากำหนดไม่ได้ ก็เลยไม่รู้ว่าจะทำอะไรร้อย่างไร แต่พระพุทธเจ้าสอนต่อไปว่า ที่ว่าไม่เที่ยงและเปลี่ยนแปลงไปนั้น ไม่ได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างเลื่อนลอย มัน

เปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัย ซึ่งเข้ากับทัศนคติของการมองสิ่งต่าง ๆ ตามเหตุปัจจัย เข้ากับแรงจูงใจใฝ่รู้ที่ทำให้ศึกษาเหตุปัจจัย เพื่อให้รู้ว่าเหตุปัจจัยนั้นคืออะไร สัมพันธ์กันไปหมด ข้อสำคัญคือมันนำไปสู่การที่ทำให้เราต้องศึกษาค้นคว้าหาเหตุปัจจัยของความเปลี่ยนแปลงนั้น ความเปลี่ยนแปลงลักษณะหนึ่งที่ดีที่เราต้องการ เราเรียกว่า ความเจริญ ความเปลี่ยนแปลงอีกลักษณะหนึ่งที่ไม่ดีเราไม่ต้องการ เราเรียกว่า ความเสื่อม เมื่อเราต้องการความเจริญ เราก็ต้องพยายามให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี ด้วยการสร้างสรรค์เหตุปัจจัยที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีที่เราชอบนั้น ถ้าการเปลี่ยนแปลงอะไรจะเป็นไปในทางที่ไม่ดี ที่เราเรียกว่า ความเสื่อม ซึ่งเราไม่ชอบ เราก็ศึกษาเหตุปัจจัยของมัน แล้วป้องกันกำจัดเสีย ดังนั้น พระพุทธเจ้าจึงสอนให้ไม่ประมาท เพื่อจะได้รู้เท่าทัน ตื่นตัวต่อสิ่งที่เกิดขึ้น อะไรเกิดขึ้นเป็นสัญญาณ เป็นนิมิตหมายที่จะเป็นเหตุปัจจัยของความเสื่อม ก็รีบค้นหาให้รู้แล้วป้องกันแก้ไข อะไรเกิดขึ้นเป็นสัญญาณ เป็นนิมิตหมายที่จะนำไปสู่ความสุข ความเจริญ ก็ให้รีบสร้างเสริมขึ้นมา พัฒนาขึ้นมา การปฏิบัติอย่างนี้คือหลักธรรมที่เรียกว่า อปฺปมาทสัมปทา แปลว่า ความถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท เป็นหลักที่สำคัญมาก พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในรุ่งอรุณของการศึกษาเป็นหลักที่ 6 เป็นเครื่องชี้บ่งว่า คนที่อยู่ในพระพุทธศาสนาจะต้องเป็นคนทีกระตือรือร้นตลอดเวลา ไม่ใช่คนเฉื่อยชา

### 2.3.7 รู้จักคิดพิจารณาให้เกิดปัญญาที่จะรู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง

เมื่อรู้สิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง เราจึงจะปฏิบัติต่อมันได้ถูกต้องการที่มีปัญหาต่าง ๆ เกิดขึ้นนั้น เป็นเพราะเราปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายไม่ถูกต้อง ปฏิบัติไม่ถูกต้องก็เพราะไม่รู้ว่ามันคืออะไร มันเป็นไปอย่างไร มีคุณหรือมีโทษอย่างไร ทำให้ไม่รู้ว่า เราจะปฏิบัติต่อมันอย่างไร ดังนั้น จึงต้องรู้จักสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้จักโลก รู้จักชีวิต รู้จักปัญหา รู้จักเหตุของปัญหา เมื่อรู้แล้ว ก็ปฏิบัติต่อสิ่งนั้นได้ถูกต้องนี่แหละคือการแก้ปัญหา แก่ทุกข์ ซึ่งเกิดขึ้นได้ด้วยสติปัญญาที่รู้ที่เข้าใจสิ่งต่าง ๆ ที่จะทำให้ปฏิบัติต่อสิ่งนั้น ๆ ได้ถูกต้องการที่จะมีปัญญานั้น สิ่งหนึ่งที่จะต้องสร้างขึ้นให้เป็นตัวนามาซึ่งปัญญา ก็คือการรู้จักคิด รู้จักพิจารณา ที่สมัยนี้เน้นกันนักหนาในวงการศึกษ เรียกว่า การคิดเป็น ทางพระเรียกว่า โยนิโสมนสิการ แปลว่าการทำในใจโดยแยบคาย หรือการรู้จักคิด คิดเป็น คิดวิเคราะห์สิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น แยกแยะมันออกไปให้เห็นชัดว่า ส่วนใดเป็นส่วนดี ส่วนใดเป็นส่วนเสีย ส่วนไหนเป็นเหตุปัจจัยของความเจริญ ส่วนไหนเป็นเหตุปัจจัยของความเสื่อม พร้อมกันนั้นก็รู้จักคิดสืบสาวตามกระบวนการของเหตุปัจจัยว่า สิ่งนี้เรื่องนี้เป็นมาอย่างไร เกิดขึ้นได้อย่างไรการคิดพิจารณาสิ่งต่าง ๆ อย่างถูกต้องจะทำให้เกิดปัญญา และเกิดคุณธรรม ความดีงาม เช่น พบเห็นคนที่แต่งตัวกะรุ่งกะริ่ง ถ้าเราไม่มีโยนิโสมนสิการ มองไม่เป็น จิตใจก็เกิดความรู้สึกดูถูกเหยียดหยาม รังเกียจ แต่ถ้าทำใจเป็น มีโยนิโสมนสิการ เมื่อมองแล้วก็เกิดความสงสาร คิดอยากช่วยเหลือ หรือถ้าคิดไปในทางปัญญา โดยสืบสาวหาเหตุปัจจัยว่า คนนี้ทำไมจึงเป็นอย่างนี้ สภาพ

สังคมเป็นอย่างไร มีเหตุปัจจัยอะไรทำให้เขามีสภาพอย่างนี้ ครอบครัวของเขาเป็นอย่างไร ก็นำไปสู่ความรู้ ความเข้าใจ และการที่จะแก้ไขปัญหาสังคม

ทั้งหมดนี้จะเป็นไปอย่างไรก็อยู่ที่โยนิโสมนสิการ คนเรานี้มองสิ่งทั้งหลายอันเดียวกัน แต่คนหนึ่ง มองด้วยความรู้สึกและความเข้าใจอย่างหนึ่ง ได้ผลไปอย่างหนึ่ง อีกคนหนึ่งมองด้วยความรู้สึกและความ เข้าใจอีกอย่างหนึ่ง ได้ผลไปอีกอย่างหนึ่ง หรือคนเดียวกันนี้แหละ มองสิ่งเดียวกัน แต่ต่างเวลา มีท่าทีของ จิตใจต่างกัน ก็ได้รับผลไม่เหมือนกัน ดังนั้น ท่าทีของจิตใจในการมองสิ่งต่าง ๆ ให้รู้จักคิดรู้จักพิจารณานี้ เป็นสิ่งที่จะต้องฝึกกันขึ้นใหม่มองให้เป็น คิดให้เป็น ให้คิดแล้วได้ปัญญา และได้คุณธรรม ข้อนี้เรียกว่า โยนิโสมนสิการสัมปทา แปลว่า ความถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ เป็นหลักสำคัญประการที่ 7 หลักข้อที่ 7 คือ การรู้จักคิดพิจารณา มีจุดใช้งานที่สำคัญมากอย่างหนึ่ง คือ เอามาใช้ทำงาน ควบคู่หรือต่อเนื่องกับ หลักข้อที่ 1 คือ การรู้จักเลือกหาแหล่งความรู้ และแบบอย่างที่ดี เช่น เมื่อเรารู้จักเลือกกรายการวิทยุ รายการทีวีที่ดี ว่าอันไหนจะมีคุณค่าเป็นประโยชน์แล้ว ในเวลาที่ฟังและดูรายการนั้น ก็ต้องดูเป็นและฟัง เป็นอีกด้วย คือดูแล้วฟังแล้วรู้จักคิดพิจารณา จึงจะได้ประโยชน์ ได้ปัญญาจากสิ่งที่ดูหรือฟังนั้น หรือเมื่อ จะอ่านหนังสือเล่มหนึ่ง เริ่มแรกตามหลักข้อที่ 1 เด็กรู้จักเลือกว่าหนังสือเล่มนี้เป็นหนังสือสารคดีมี ประโยชน์ ไม่ใช่หนังสือที่ทำให้คิดเพื่อฝันไป ไม่ได้ประโยชน์ไร้สาระเมื่อเลือกหนังสือมาอ่านได้แล้ว ก็มาถึง หลักข้อ 7 นี้ คือ ต้องอ่านเป็น รู้จักคิดรู้จักพิจารณา คือตอนนี้โยนิโสมนสิการจะทำให้ได้ผลต่างกัน คน หนึ่งอ่านแล้วได้ความรู้ตามข้อมูลที่หนังสือบอก อีกคนหนึ่ง อ่านหนังสือเล่มเดียวกัน โดยมีโยนิโสมนสิการ มากขึ้น อ่านแล้วได้ความเข้าใจลึกซึ้งว่า คนเขียนนั้นเขาคิดอย่างไร อีกคนหนึ่งมาอ่านแล้วได้ปัญญามาก ขึ้นไปกว่านั้นอีก สามารถเชื่อมโยงกับความรู้อื่น ๆ สร้างสรรค์ความรู้ใหม่ นำไปสู่การประดิษฐ์การ สร้างสรรค์สิ่งต่าง ๆ โยนิโสมนสิการนี้ เป็นปัจจัยตัวสำคัญที่สุดในการพัฒนาชีวิตของคน และจะทำให้คนมี อิศราภาพพึ่งตนเองได้ ตอนแรกเราเริ่มด้วยการเกี่ยวข้องกับสังคม หรือปัจจัยภายนอก รู้จักเลือกหาแหล่ง ความรู้ และแบบอย่างที่ดี ซึ่งเป็นตอนที่เรายังต้องพึ่งปัจจัยภายนอก เพื่อเป็นช่องทางนำไปสู่การเริ่มรู้จัก ทำด้วยตนเอง แต่เมื่อใดเรามีโยนิโสมนสิการ คิดเองเป็นแล้ว เราก็จะมีอิสรภาพ เราจะมีปัญญาของตนเอง ได้ความคิด และมีกรกระทำจากความริเริ่มของตนเอง ที่เกิดจากตนเอง และสามารถพึ่งตนเอง หลัก 7 ประการนี้ เรียกว่า ธรรมที่เป็นรุ่งอรุณของการศึกษา หรือเป็นประจักษ์แสงเงินแสงทองของชีวิตที่รุ่งเรืองดี งาม ซึ่งเราจะต้องสร้างเสริมให้เกิดขึ้นแก่ตัวเด็ก หรือพูดให้ถูกกว่านั้นว่า จะต้องช่วยให้เด็กพัฒนา ให้มีขึ้น ในตัวของเขาเอง และการที่จะช่วยให้เด็กและเยาวชนพัฒนาตัวของเขาขึ้นมาได้อย่างนี้ ก็คือการที่ผู้ซึ่ง เกี่ยวข้องจะต้องเป็นกัลยาณมิตรให้แก่เด็กนั่นเอง และอันนี้แหละคือการทำหน้าที่อย่างถูกต้องของครู ของ พ่อแม่ ของสื่อมวลชน และของสังคมทั้งหมด

ธรรมที่เป็นรุ่งอรุณของการศึกษา 7 ประการนี้ ขอสรุปเป็นหัวข้ออีกครั้งหนึ่ง เพื่อกำหนดจดจำได้ง่าย คือ รู้จักเลือกหาแหล่งความรู้และแบบอย่างที่ดี มีชีวิตและอยู่ร่วมสังคมเป็นระเบียบด้วยวินัยพร้อมด้วยแรงจูงใจใฝ่รู้ใฝ่สร้างสรรค่มุ่งมั่นพัฒนาตนให้เต็มศักยภาพ ปรับทัศนคติและค่านิยมให้สมแนวเหตุผลมีสติกระตือรือร้นตื่นตัวตลอดเวลาแก้ปัญหาและพึ่งพาตนได้ด้วยความรู้คิด

## 2.4 พัฒนาการและปัญหาวัยรุ่น

วัยรุ่นมีพัฒนาการหลายด้านแต่ละด้านมักพบว่าวัยรุ่นมักเผชิญการเปลี่ยนแปลงจนเรียกได้ว่าเป็นปัญหาหากขาดความรู้ความเข้าใจในตนเองรวมทั้งจากความเข้าใจของผู้อื่น พัฒนาการด้านต่าง ๆ มีดังนี้

### 2.4.1 พัฒนาการวัยรุ่น (Adolescence)

วัยรุ่น คือ ช่วงอายุหลังจากแรกรุ่น (อายุประมาณ 10-12 ปี) จนถึงอายุประมาณ 21 ปี โดยเพศหญิงจะย่างเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าเพศชาย ทั้งนี้เพราะจากสภาพสังคมปัจจุบันทำให้เด็กส่วนใหญ่เรียนในระดับที่สูงขึ้น ซึ่งต้องใช้ระยะเวลาในการเรียนมากขึ้นทำให้การเข้าสู่ภาวะของความเป็นผู้ใหญ่ที่ต้องรับผิดชอบและพึ่งพาตนเองเกิดขึ้นช้าลงไปด้วย สำหรับลักษณะเด่น ๆ ของวัยรุ่น คือ เป็นวัยที่เป็นหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เพราะเป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ ร่างกาย สังคม สติปัญญาจิตใจ และพฤติกรรม อีกทั้งต้องมีการปรับตัวมาก จึงเป็นวัยที่มีปัญหามากที่สุด ทั้งปัญหาด้านบุคลิกภาพ พฤติกรรมทางเพศการพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตน ฯลฯ ซึ่งพัฒนาการแต่ละด้านของวัยรุ่นมีดังนี้

#### พัฒนาการทางร่างกาย

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายอย่างมาก โดยเด็กชายจะเข้าสู่ระยะเร่งของการแตกเนื้อหนุ่มในช่วงอายุ 14 - 15 ปี แต่บางคนอาจเร็วหรือช้ากว่านี้ก็ได้ โดยมีการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านสัดส่วน รูปร่าง และโครงสร้างร่างกายที่โตขึ้น มีลักษณะทุติยภูมิทางเพศได้แก่ มีกล้ามเนื้อมากขึ้น ไหล่กว้างขึ้น สะโพกแคบ มีขนตามแขนและหน้าแข้ง มีหนวดเครา เสียงเปลี่ยนแปลงแตกพร่าและห้าวขึ้น โดยเด็กจะบังคับเสียงได้ต่อเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลาย ส่วนในด้านความสูง ในช่วงแรกเด็กหญิงจะโตเร็วกว่าเด็กชาย แต่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายเด็กชายจะสูงกว่าและมีน้ำหนักมากกว่าเด็กหญิง และในวัยนี้เริ่มมีการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง (masturbation) โดยมักจะปฏิบัติบ่อยครั้งกว่าวัยรุ่นสูงอายุ

#### พัฒนาการทางอารมณ์

อารมณ์ของวัยรุ่นเป็นอารมณ์ที่มีความหลากหลาย ทั้งโกรธ อิจฉา เกลียดชัง กลัววิตกกังวล เศร้า รัก พอใจ ตื่นเต้น โดยมีลักษณะเป็นอารมณ์รุนแรงและเปลี่ยนแปลงได้ง่าย ทั้งนี้เนื่องมาจากสาเหตุหลายประการ แต่ที่สำคัญคือ เป็นผลกระทบมาจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายที่เกิดขึ้นอย่างมากและ

รวดเร็วนั่นเอง สำหรับในด้านความต้องการของวัยรุ่นที่เด่นมาก ได้แก่ ความต้องการเป็นตัวของตัวเอง เป็นอิสระจากครอบครัว ความต้องการการยอมรับและยกย่องจากกลุ่มเพื่อน ฯลฯ

### พัฒนาการทางสังคม

วัยรุ่นเป็นวัยที่แสวงหาเอกลักษณ์และอยากรู้จักตนเอง (search for identity) ต้องการเป็นที่ยอมรับว่าตนเองเป็นผู้ใหญ่แล้ว จึงต้องการความเป็นส่วนตัวและต้องการคิดเองทำเองในหลาย ๆ เรื่อง ซึ่งพ่อแม่หรือผู้ปกครองควรให้ความเข้าใจวัยรุ่นในเรื่องนี้ด้วย และควรเป็นผู้ที่ให้ความรัก ความเข้าใจ เป็นที่ปรึกษาที่ดี ให้อิสระแก่วัยรุ่นตามสมควร โดยไม่ปล่อยปละละเลย ในขณะที่เดียวกันก็ไม่เคร่งครัดหรือเจ้าระเบียบจนเกินไป อีกทั้งควรส่งเสริมให้วัยรุ่นได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ที่จะช่วยให้เขาได้สำรวจคุณลักษณะ ความสามารถและความสนใจของตนเองด้วย นอกจากนี้วัยรุ่นยังเป็นวัยที่ให้ความสำคัญกับเพื่อนมาก มีการรวมกลุ่มกันระหว่างเพื่อนสนิทในลักษณะของแก๊ง (gang) และในระยะต่อมาก็จะมีความสนใจเพศตรงข้าม และอาจมีการคบหา นัดหมายไปเที่ยวกันตามลำพัง (dating) กับเพศตรงข้าม

### พัฒนาการทางสติปัญญา

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีพัฒนาการทางสติปัญญาถึงขั้นสูงสุด คือ ขั้นที่ 4 ปฏิบัติการเชิงนามธรรม (Formal Operational Stage) ตามแนวคิดของซอง ปีอาเจ (Jean Piaget) โดยเริ่มมีความคิดแบบผู้ใหญ่ มีพัฒนาการทางด้านความรู้ความเข้าใจในระดับสูง มีความสามารถที่จะคิดอย่างมีเหตุผลและยืดหยุ่นได้ กับปัญหาต่าง ๆ สามารถแก้ปัญหาอย่างมีระบบระเบียบแบบนักวิทยาศาสตร์ มีความสามารถที่จะคิดถึงสิ่งที่ไม่เป็นตัวตนหรือสิ่งที่เป็นนามธรรมโดยเฉพาะเรื่องศีลธรรมจรรยาต่าง ๆ ดังจะเห็นได้จากวัยรุ่นบางคนสามารถเขียนบทประพันธ์หรือนวนิยายได้ นอกจากนี้วัยรุ่นยังมีความจำและสมาธิดี สามารถทำงานติดต่อกันเป็นเวลานานได้อีกด้วย (สุรางค์ ไคว์ตระกูล, 2553)

## 2.4.2 ปัญหาของวัยรุ่น

ปัญหาวัยรุ่นที่สำคัญที่พบได้ทั่วไป มีดังนี้

### 2.4.2.1 วัยรุ่นอ้วน-ผอม

ความอ้วนเกินไป-หรือผอมเกินไป เป็นปัญหาที่เด็กและผู้ใหญ่มองใจเช่นเดียวกัน แต่ความอ้วน-ผอมคือปัญหาที่ละเอียดอ่อนสำหรับเด็กวัยรุ่นมากเป็นพิเศษ เพราะเป็นระยะเวลาที่ได้แสวงหาความภูมิใจในตนเอง ความชื่นชอบจากเพื่อน จากสังคม จากเพศตรงข้าม ซึ่งส่วนหนึ่งมาจากรูปร่างหน้าตาที่ดูดี ดังนั้นความอ้วน-ผอมจึงเป็นเรื่องที่ก่อให้เกิดผลกระทบทางจิตใจและเด็กวัยรุ่นหลายประการรวมทั้งพฤติกรรมกรกิน

ความอ้วนเกินไปของเด็กวัยรุ่นเกิดจากสาเหตุหลายๆ ประการ เช่น พันธุกรรม โครงสร้างร่างกาย นิสัยในการกิน อาหารที่เลือกกิน การไม่ออกกำลังกาย อ้วนตั้งแต่เด็ก ความไม่สมดุลของฮอร์โมน

รวมทั้งผู้ที่มีปัญหาทางอารมณ์ซึ่งหาทางออกด้วยการกิน ความอ้วนอย่างธรรมดาสามัญเป็นเรื่องที่ไม่น่าตกใจ เพราะเด็กบางคนเมื่อเข้าสู่วัยรุ่นจะอ้วนกว่าเด็กที่ผ่านมายุ่งระยะหนึ่งเมื่อโตพ้นวัยรุ่นก็จะหายไปแต่มีความอ้วนที่เป็นปัญหาคือลักษณะอ้วนที่เป็นโรคอ้วน (obesity) ซึ่งเกิดในหมู่วัยรุ่นจำนวนมาก

#### 2.4.2.2 วัยรุ่นที่ไม่มีความสุขในการเรียน

เนื่องจากวัยรุ่นมักเป็นระยะครั้งสุดท้ายหรือเกือบสุดท้ายของการเรียนแบบทางการ (formal education) ก่อนเข้าสู่โลกอาชีพและโลกครอบครัว การเรียนรู้ในระยะนี้มักเป็นการเรียนรู้ที่นักหนาจริงจังและแข่งขันสำหรับเด็กส่วนมาก มีเด็กกลุ่มหนึ่งที่มีความด้อยในด้านความสามารถในการเรียนรู้ (learning disabilities) กลุ่มอาการด้อยความสามารถในการเรียนนี้ถ้าได้รับการแก้ไขตั้งแต่วัยเด็กตอนปลายก็จะเรียนได้ดีมีความสำเร็จในช่วงวัยรุ่นแต่ก็มีเด็กอีกประเภทหนึ่งในระยะวัยรุ่นที่เรียนอยู่ในโรงเรียน วิทยาลัย หรือมหาวิทยาลัยอย่าง “ไม่มีความสุข” เด็กวัยรุ่นพวกนี้มีพฤติกรรมโดยรวมๆ ที่อาจสังเกตเห็นได้เช่น ทำผิดซ้ำแล้วซ้ำอีก (เช่น มาโรงเรียนสายเสมอ สกปรก ประพฤติพิกลๆ แต่ไม่ทำร้ายคนอื่น หรือลักทรัพย์สินของใคร) ผู้ใหญ่จะประณามเด็กว่าเจ้าปัญหา ด่าว่าหรือลงโทษโดยวิธีต่าง ๆ เด็กมีปฏิกิริยาโต้ตอบ เป็นต้นว่า สอบตก หนีโรงเรียน ไม่ยอมทำงาน ฝ่าฝืนกฎระเบียบ สูบบุหรี่ ดื่มเหล้า ประพฤติผิดทางเพศ ทำลายตนเอง หรือฆ่าตัวตาย

ได้มีผู้ทำการศึกษาเด็กเหล่านี้และพบว่าลักษณะร่วมกันของเด็กกลุ่มนี้คือ ไม่ใช่เด็กโง่ รู้ดีว่าอะไรผิดอะไรถูก อะไรควรอะไรไม่ควร ไม่ชอบตัวเองพร้อมกับเกลียดชังผู้อื่น เพื่อ ไม่อยากทำอะไร ไม่รู้ว่าจะทำไปทำไม วัยรุ่นเหล่านี้มักทอดอาลัย มองไม่เห็นว่าจะเปลี่ยนให้เป็นคนดีมีความรับผิดชอบต่อตนเองและการเรียนของตนได้อย่างไร ข้อที่ร้ายสุดก็คือมักเป็นเด็กดีพ่อแม่ก็ไม่สนใจ ไม่อยากรับผิดชอบต่ออนาคตของเด็ก พ่อแม่ให้ความสนใจเมื่อเด็กมีปัญหาเท่านั้น เมื่อเด็กทำดีไม่เคยให้กำลังใจหรือพยายามรับรู้ความสามารถของเด็ก เด็กเหล่านี้มีความสนิทสนมกับผู้ใหญ่ไม่กี่คน ไม่มีความสุขที่ได้อยู่กับพ่อแม่ระยะสั้นๆ สิ่งที่น่าประทับใจเด็กก็คือ พ่อแม่หรือผู้ใหญ่ที่ควรรู้จักไม่เคยยกย่องชื่นชมตนเลย มีแต่คำสั่งหรือคำแนะนำบอกให้ทำโน่นทำนี่ ผู้ใหญ่นี้ไม่ถึงว่าการบอกแนะนำเด็กคือการตำหนิติเตียน แต่เด็กถือว่าเป็นการลงโทษ

#### 2.4.2.3 วัยรุ่นติดบุหรี่

บุหรี่เป็นสิ่งเสพติดประเภทหนึ่ง ปัจจุบันมีการต่อต้านการสูบบุหรี่กันมากทั่วโลก พิษร้ายที่เกิดจากการสูบบุหรี่นั้นไม่ได้เกิดเฉพาะตัวผู้สูบเท่านั้น แต่ทำให้ผู้ที่อยู่ข้างเคียงพลอยได้รับเคราะห์กรรมไปด้วย นิโคตินลอยออกไปในอากาศ (ควันบุหรี่) ให้โทษแก่ผู้อื่นพอๆ กับหรือมากกว่าผู้สูบบุหรี่ นิโคตินในบุหรี่เข้าไปร่ำประสาท ต่อมาไปประงับสารเคมีผ่านเซลล์ประสาทซึ่งเรียกว่า synapses ทำให้ประสาทควบคุมต่อมน้ำลายและกระเพาะอาหารได้รับความกระทบกระเทือน นิโคตินแม้เพียงส่วนน้อยที่เสริมเข้าสู่

ร่างกายทางหลอดลม ทางเยื่ออ่อนในปากและจมูก ก็เป็นอันตรายต่อสุขภาพโดยมีรายงานว่าผู้ที่สูบบุหรี่เสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจถึง 2 เท่าของผู้ไม่สูบบุหรี่ เสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็งปอดถึง 9 เท่า และมีโอกาสเป็นโรคปอดพิการแบบ emphysema ถึง 15 เท่าของคนที่ไม่สูบบุหรี่ ทางวิทยาศาสตร์การแพทย์ทั่วไปค้นพบว่านิโคตินเป็นสาเหตุโดยตรงของโรคหลายชนิด เช่น มะเร็งในปอด เนื้องอกในสมอง หัวใจวาย และยังเป็นสาเหตุทางอ้อม คือ ทำให้สุขภาพเสื่อม ร่างกายอ่อนแอ ผู้ที่ติดบุหรี่มักทำไม่รู้อะไรเกี่ยวกับโทษของมัน การนำเรื่องนี้มากล่าว ณ ที่นี้เพื่อชี้ว่าวัยรุ่นที่เริ่มหัดสูบบุหรี่มักถูกชักจูงหรือมักเขียนเองว่าการสูบบุหรี่เป็นเรื่องโก้ ทำให้ชายเป็นชาย ทำให้เด็กเป็นผู้ใหญ่ บางทีวัยรุ่นก็สูบบุหรี่ตามเพื่อนหรือตามผู้ใหญ่ หรือเพราะเครียด ผู้ที่ติดบุหรี่ตั้งแต่วัยรุ่นนั้นติดง่ายแต่เลิกยากที่สุด วัยรุ่นเป็นวัยที่สร้างสุขนิสัย ดังนั้นวัยรุ่นที่ได้เรียนรู้โทษของบุหรี่จึงไม่ควรติดบุหรี่เพราะนอกจากจะทำให้เสียสุขภาพแล้วยังเป็นเสียเงินโดยใช่เหตุ (Papalia & Olda, 1993)

#### 2.4.2.4 วัยรุ่นฆ่าตัวตาย

สถิติของวัยรุ่นที่ฆ่าตัวตายในประเทศไทยยังไม่มีกรรวบรวมไว้อย่างชัดเจน แต่ในปัจจุบันมีข่าวปรากฏเป็นครั้งคราวเกี่ยวกับเด็กวัยรุ่นฆ่าตัวตายในสถาบันการศึกษาของไทย ทั้งในระดับมัธยมศึกษา มหาวิทยาลัย และศูนย์ฮอตไลน์อยู่เสมอ แต่การศึกษาเกี่ยวกับเด็กวัยรุ่นในสหรัฐอเมริกาและญี่ปุ่นรายงานว่า การตายของเด็กวัยรุ่นที่เกิดจากการฆ่าตัวตายมีเป็นอันดับสองของการตายของเด็กวัยรุ่น (U.S. Bureau of the Census, 1982 อ้างจาก Gormly & Brodzinsky, 1989: 342) ถึงแม้คนไทยจะยังไม่ค่อยทำการศึกษาหรือเปิดเผยเกี่ยวกับเรื่องนี้ ความรู้เกี่ยวกับเรื่องนี้ก็น่าสนใจ เนื่องจากการฆ่าตัวตายของเด็กวัยรุ่นเกิดในสังคมเมืองและสังคมอุตสาหกรรมที่มีการแข่งขันในด้านต่าง ๆ ค่อนข้างสูง ซึ่งสาเหตุการฆ่าตัวตายมีสามประเด็นหลักๆ ดังนี้ (1) สาเหตุสำคัญของความเครียดในวัยรุ่น เกิดจากการแข่งขันด้านการเรียนและกิจกรรมนอกห้องเรียน (เช่น กีฬาดนตรี) ทั้งฝ่ายตัวเด็กและตัวพ่อแม่ในด้านเศรษฐกิจสังคม การเรียน รวมทั้งการแข่งขันกันเองระหว่างพี่น้องของเด็ก (2) เด็กรู้สึกสับสนในค่านิยมและความคาดหวังของเพื่อน ของพ่อแม่ ของโรงเรียน และของสังคม (3) ความเป็นไปในครอบครัว เช่น พ่อแม่ทะเลาะกัน หย่าร้าง แยกกันอยู่ พ่อแม่ไม่มีเวลาสนใจการตายของพ่อแม่ สถานภาพทางเศรษฐกิจของพ่อแม่ ความสัมพันธ์กับพ่อแม่ที่ทำให้เด็กมีความรู้สึกว่าตนถูก “ทอดทิ้ง” “โดดเดี่ยว” นอกจากนั้นแล้ว “ความคาดหวัง” จากพ่อแม่ในตัวเด็กวัยรุ่นในด้านการประสบความสำเร็จต่าง ๆ ก็เป็นตัวแปรที่สำคัญตัวหนึ่ง โดยเฉพาะในรายที่พ่อแม่ไม่สามารถยอมรับ “ความล้มเหลว” ของลูกวัยรุ่นได้ก็ยิ่งทำให้เด็กรู้สึกกดดันอย่างรุนแรง



#### 2.4.2.5 วัยรุ่นติดยาและ/หรือสารเสพติด

“การติดยา” ถือเป็นปัญหาที่สำคัญของวัยรุ่นเพราะหากวัยรุ่นติดยาที่ร้ายแรงอย่างใดอย่างหนึ่งแล้ว โอกาสหายติดยามีน้อยถ้าไม่พยายามและตั้งใจจริง การติดยาทำให้เสียเวลารักษา เสียการเรียน เสียอนาคต เสียเงิน เพิ่มภาระให้แก่พ่อแม่ผู้ปกครอง ผู้ติดยามักมีอาการทางจิตในแง่ลบประการต่าง ๆ ตลอดไปจนถึงเป็นอาชญากรได้ ยาที่เด็กติดมีตั้งแต่เบาไปจนถึงหนัก เช่น ยาบ้า ยาไอ เหล้า สารระเหย กัญชา เฮโรอีน ในบรรดาวัยรุ่นที่เป็นปัญหาประเภทต่าง ๆ นั้น ดูเหมือนว่าวัยรุ่นที่ติดยาเสพติด จะเป็นภัยต่อตนเอง ต่อครอบครัว และต่อสังคมมากที่สุด

ที่กล่าวว่าเป็นภัยต่อตนเองเพราะในตอนแรกผู้ช้ยาเสพติด ไม่ว่าจะประเภทใด ต้องการใช้เพื่อปลดปล่อยความกั้มกั่วงลทางจิตใจมากกว่าจากสาเหตุประการอื่น เช่น เพื่อให้หายเหงา หายเศร้า โศก หายเครียดหายเจ็บปวด แต่พอติดเข้าแล้วขาดยาไม่ได้ กลายเป็นความต้องการที่จำเป็นยิ่งของชีวิต ร่างกายเกิดความต้องการยาเหล่านั้นจริง ๆ ยิ่งเจ็บมากขึ้นปริมาณความต้องการยาก็ยิ่งเพิ่มขึ้น เพราะปริมาณยาเท่าเดิมไม่ออกฤทธิ์ให้ผลดังที่ผู้เสพต้องการ จึงต้องการแสวงหาเพิ่มเติมขึ้นได้เรื่อย ๆ ไม่สิ้นสุดผู้ที่ติดยาไม่มีอารมณ์และจิตใจสำหรับจะนึกคิดเรื่องอื่นใด ไม่ว่าจะงาน การเรียน การรับผิดชอบตนเอง และผู้อื่น จะเผ้าคิณึกถึงยาเสพติดอยู่ตลอดเวลาจะมีวิธีการใดที่จะได้ยามาเสพอีก ยาเสพติดส่วนมากมักมีราคาแพงเพราะผู้ค้ายาเสพติดเข้าใจถึงความ “ติดกระหายยา” ของผู้เสพ ฉะนั้นจะโก่งราคาสักเท่าใดผู้เสพหรือญาติพี่น้องของผู้เสพก็จำใจต้องหาเงินมาซื้อ เมื่อเป็นเช่นนี้ ผู้เสพยาก็ต้องสิ้นเนื้อประดาตัวเข้าสักวันหนึ่ง เมื่อหมดหนทางที่จะรูกกับผู้ใกล้ชิดเพื่อเอาเงินไปซื้อยา ต่อมาก้อาจจะรานไปถึงบุคคลอื่นในสังคม กลายเป็น “ภัยสังคม” เมื่อผู้เสพออยู่ในภาวะกระหายยา เขาสามารถจะทำทุกสิ่งทุกอย่างที่ไร้มนุษยธรรม เพียงเพื่อให้ได้ยามาเสพ โดยเฉพาะผู้ที่มีนิสัยก้าวร้าว เจ้าโทสะชอบบรุกรานเป็นทุนเดิมของบุคลิกภาพอยู่แล้ว สาเหตุของการติดยาเสพติดของวัยรุ่น มีดังนี้

##### 1. ความอยากรอง

เด็กวัยรุ่นมีนิสัยอยากรู้อยากเห็น อยากรทดลอง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง อยากรอง อยากรู้ อยากรมีประสบการณ์กับ “สิ่งต้องห้าม” ทั้งปวง ยาเสพติดเป็นเรื่องต้องห้าม ในบ้าน ในโรงเรียน ในสังคม ยิ่งถูกห้ามมากก็ยิ่งอยากรองมาก

##### 2. ความอยากมีเพื่อน เอาใจเพื่อน และตามใจเพื่อน

ช่วงวัยรุ่นเป็นช่วงที่เด็กอ่อนไหวต่อการมีกลุ่มเพื่อน หนีไม่ได้ต่อความรู้สึกชักจูงกลุ่มเพื่อนร่วมวัยเด็กที่มีปมด้อยหรือปมเด่นในเรื่องเพื่อน คิดว่าการเสพยาเสพติดเป็นการสร้างไมตรีและการผูกมัดจิตใจระหว่างเพื่อน

### 3. ความผิดหวัง

วัยรุ่นเป็นระยะเต็มไปด้วยความคาดหวังในเรื่องต่าง ๆ ความคาดหวังในเรื่องเหล่านั้นมักมีลักษณะเป็นอุดมคติสูงส่ง ความรู้สึกไม่สมหวังนำมาซึ่งความโศกเศร้าเสียใจ บางรายจึงหาทางออกเพื่อให้ลืมความผิดหวัง ความเสียใจโดยหนีไปสู่โลกของการติดยาเสพติด

### 4. ครอบครัว

ผู้ปกครองที่มีความขัดแย้งในสัมพันธภาพต่อกันและกัน ย่อมไม่ได้ช่วยประคับประคองจิตใจให้กับวัยรุ่นไม่ได้มีส่วนให้กำลังใจแก่เด็กในการเผชิญปัญหาประจำวัยอย่างตรงต่อความเป็นจริง ดังนั้นเด็กจึงแก้ปัญหาโดยการติดยา

### 5. สถาบันการศึกษา

ในสถาบันการศึกษาเป็นสถานที่ที่วัยรุ่นได้มารวมตัวกันวันละหลายชั่วโมง เพื่อนร่วมวัยมีส่วนสำคัญมากที่สุด ที่จะชักจูงให้วัยรุ่นอื่น ๆ อยากรทดลองเสพยาประเภทเสพติด จนในที่สุดกลายเป็นวัยรุ่นที่ติดยา โดยเฉพาะวัยรุ่นที่ไม่ได้อยู่กับครอบครัวบิดามารดาของตนมีแนวโน้มจะถูกเพื่อนชักจูงได้โดยง่าย

#### 2.4.2.6 ปัญหาเรื่องเพศสัมพันธ์

เซ็กซ์เป็นแรงขับที่รุนแรงที่สุด ซึ่งซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud) ถึงกับสร้างทฤษฎีจิตวิเคราะห์ โดยกล่าวว่ามนุษย์นั้นถูกขับโดยสัญชาตญาณ 2 ชนิด คือสัญชาตญาณชีวิต (life instinct) หรือเซ็กซ์ และความก้าวร้าวหรือสัญชาตญาณแห่งความตาย (death instinct) สังคมส่วนใหญ่ก็ยอมรับอิทธิพลที่มีมหาศาลของเซ็กซ์โดยมีกลไกควบคุมให้อยู่ในขอบข่ายที่เหมาะสม สังคมมีแนวการยอมรับในระดับต่าง ๆ ด้วยวิธีที่หลากหลาย ในสังคมที่เข้มงวด ผู้คนก็เก็บกด สังคมที่เสรีเกินไปก็เกิดปัญหา ติดโรค และตั้งครรภโดยไม่พึงปรารถนา และที่ร้ายที่สุดเป็นโรคที่ตายได้เช่นโรคเอดส์และเซ็กซ์ที่ฟรีเกินไปทำให้สตรีเป็นหมันด้วยโรคหนองในและคลาไมเดียสืบพันธุ์ไม่ได้อีกต่อไป นี่คือผลพวงทางกายของการใช้เสรีภาพเกินขอบเขตของความเหมาะสมจนตัวเองและสังคมต้องเดือดร้อน

ปัญหาทางสายของ free sex คือการมั่วเซ็กซ์ทำให้ตัวเองรู้สึกไร้ค่า ลึก ๆ ลงไปบางคนอาจคิดว่าตัวเองน่ารังเกียจ การที่เลยตามเลย มั่วแล้วมั่วเลยอาจทำให้เกิดอาการความภาคภูมิใจในตน (self-esteem) ตก ลึก ๆ ลงไปบางรายอาจเกิด self-hatred เกลียดตัวเองก็เลยประชดชีวิตมีคู่ที่เดียวหลายคน การกระทำเรื่องไม่ดีขึ้นเกิดขึ้นได้ถ้าไม่มีจุดเริ่มต้น เช่น เผลอไปหรืออยากลอง สิ่งเตือนใจคือต้องมีสติและต้องรู้ว่าการลองของตัวเองอาจมีผลคือชีวิตเมื่อเป็นโรค เนื่องจากชีวิตของตนเองแล้วยังอาจเกี่ยวกับชีวิตที่ตนก่อให้เกิด และชีวิตของผู้ที่มีเพศสัมพันธ์กับตนอาจจะหมดอนาคต ถ้ามีการทำแท้งก็เป็น

การฆ่าลูกของตนเอง ซึ่งผู้หญิงหลายคนอาจถูกหลอกโดยความรู้สึกบาปเป็นเวลานานนับปีตั้งนั้น เพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควรถึงกับสร้างปัญหาชีวิตที่รุนแรงเมื่อเกิดติดโรคเอดส์ขึ้นมา หรือตั้งครรภ์โดยไม่พึงประสงค์

## 2.5 ข้อมูลสำนักงานเขตการศึกษามัธยมศึกษา นครปฐม

### 2.5.1. สภาพทางภูมิศาสตร์

จังหวัดนครปฐม เป็นจังหวัดหนึ่งในภาคกลางด้านตะวันตก ตั้งอยู่บริเวณลุ่มแม่น้ำท่าจีนในที่ราบลุ่มภาคกลาง โดยอยู่ระหว่างเส้นรุ้งที่ 13 องศา 45 ลิปดา 10 พิลิปดา เส้นแวงที่ 100 องศา 4 ลิปดา 28 พิลิปดา มีพื้นที่ 2,168.327 ตารางกิโลเมตร หรือ 1,355,204 ไร่ เท่ากับร้อยละ 0.42 ของประเทศเป็นอันดับที่ 62 ของประเทศ อยู่ห่างจากกรุงเทพมหานครไปตามเส้นทางถนนเพชรเกษม 56 กิโลเมตร หรือตามเส้นทางถนนบรมราชชนนี (ถนนปิ่นเกล้า – นครชัยศรี) 51 กิโลเมตร และตามเส้นทางรถไฟ 62 กิโลเมตร โดยมีอาณาเขตติดต่อ ดังนี้

<b>ทิศเหนือ</b>	ติดต่อกับอำเภอสองพี่น้อง จังหวัดสุพรรณบุรี
<b>ทิศใต้</b>	ติดต่อกับอำเภอกระทุ่มแบน อำเภอบ้านแพ้ว จังหวัดสมุทรสาคร และอำเภอบางแพ จังหวัดราชบุรี
<b>ทิศตะวันออก</b>	ติดต่อกับอำเภอไทรน้อย อำเภอบางใหญ่ อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรีและเขตทวีวัฒนา เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร อำเภอบางไทร จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
<b>ทิศตะวันตก</b>	ติดต่อกับอำเภอบ้านโป่ง อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี และอำเภท่ามะกา อำเภอพนมทวน จังหวัดกาญจนบุรี

### 2.5.2 วิสัยทัศน์/พันธกิจ

#### 1. วิสัยทัศน์

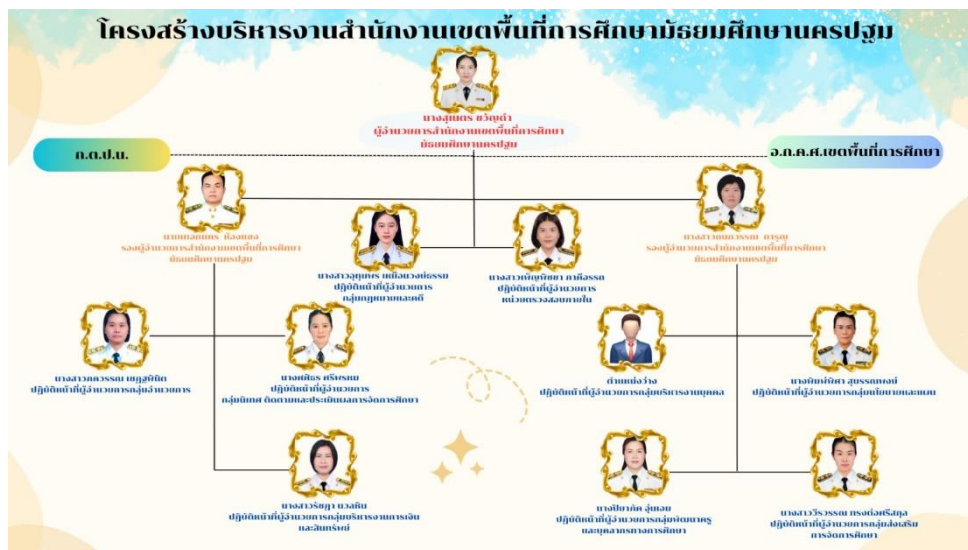
“องค์กรแห่งนวัตกรรม น้อมนำศาสตร์พระราชาส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ยั่งยืน”

#### 2. พันธกิจ (Missions)

- ส่งเสริม สนับสนุนให้นักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ได้รับการศึกษาอย่างทั่วถึงและมีคุณภาพ
- ส่งเสริม สนับสนุนการจัดการศึกษาให้นักเรียนมีคุณธรรม จริยธรรม และค่านิยมอันพึงประสงค์

3. ส่งเสริม สนับสนุนและพัฒนาบุคลากรทางการศึกษาทุกระดับให้มีคุณภาพ
4. ส่งเสริมการบริหารการจัดการและการมีส่วนร่วม

2.5.3. โครงสร้างหน่วยงาน



ภาพที่ 2.1 ที่มา : <https://www.mathayom-npt.go.th>

2.5.4 ที่อยู่สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา นครปฐม

เลขที่ 50/1 หมู่ 6 (โรงเรียนแหลมบัววิทยา) ตำบลแหลมบัว อำเภอนครชัยศรี จังหวัด นครปฐม 73120 เบอร์โทรศัพท์ 034300500 – 034300501 Email : sesao.npt@gmail.com Facebook :/สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา นครปฐม

2.5.5. บทบาทหน้าที่ของคณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐาน

1.อำนาจหน้าที่ตามพรบ.ระเบียบบริหารราชการกระทรวงศึกษาธิการ มาตราที่ 38 ของ พระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการกระทรวงศึกษาธิการกำหนดอำนาจหน้าที่ ของคณะกรรมการ สถานศึกษา ให้กำกับและส่งเสริมสถานศึกษา ให้กำกับและส่งเสริมสนับสนุนกิจการของสถานศึกษา ซึ่ง สอดคล้องกับ มาตรา 40 ของพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 และแก้ไขเพิ่มเติม ฉบับที่ 2 พ.ศ. 2545

2.อำนาจหน้าที่ตามพระราชบัญญัติข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา มาตราที่ 26 ของ พระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษาได้กำหนดอำนาจหน้าที่ของ

คณะกรรมการสถานศึกษาเกี่ยวกับการบริหารงานบุคคล สำหรับข้าราชการครู และบุคลากรทางการศึกษา ในสถานศึกษา ดังต่อไปนี้

2.1. กำกับ ดูแลบริหารงานบุคคลในสถานศึกษาให้สอดคล้องกับนโยบาย กฎระเบียบ ข้อบังคับ หลักเกณฑ์และวิธีการตามที่ ก.ค.ศ. และศึกษาธิการจังหวัดกำหนด

2.2. เสนอความคิดต้องการจำนวนและอัตราตำแหน่งของข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา ในสถานศึกษาเพื่อเสนอศึกษาธิการจังหวัด

2.3. ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับการบริหารงานบุคคลของข้าราชการครูและบุคลากรทางการศึกษา ในสถานศึกษาต่อผู้บริหารสถานศึกษา

2.4. ปฏิบัติหน้าที่อื่นตามที่บัญญัติไว้ในพระราชบัญญัตินี้ กฎหมายอื่น หรือตามที่ศึกษาธิการ จังหวัดมอบหมาย

#### 2.5.6. ข้อมูลโรงเรียนในสังกัด สพม.นครปฐม

ตารางที่ 2.1 เกณฑ์ของโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา

ขนาดโรงเรียน	เกณฑ์จำนวนนักเรียน
1.ขนาดเล็ก	1 – 499 คน
2.ขนาดกลาง	500 – 1499 คน
3.ขนาดใหญ่	1500 – 2499 คน
4.ขนาดใหญ่พิเศษ	2500 ขึ้นไป

#### 2.5.7 สหวิทยาเขต

จังหวัดนครปฐมอยู่ในเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาานครปฐม และมีโรงเรียนในสังกัดจำนวน 29 โรงเรียน โดยแบ่งเป็น 4 สหวิทยาเขต ได้แก่

##### สหวิทยาเขตพิมานปฐม

1. โรงเรียนพระปฐมวิทยาลัย
2. โรงเรียนวัดห้วยจรเข้วิทยาคม
3. โรงเรียนศรีวิชัยวิทยา
4. โรงเรียนแหลมบัววิทยา
5. โรงเรียนโพรงมะเดื่อวิทยาคม
6. โรงเรียนสระกะเทียมวิทยาคมฯ
7. โรงเรียนพระปฐมวิทยาลัย 2 ฯ

### สหวิทยาเขตอภิรมย์ฤดี

1. โรงเรียนสิรินธรราชวิทยาลัย
2. โรงเรียนมัธยมฐานบินกำแพงแสน
3. โรงเรียนคงทองวิทยา
4. โรงเรียนบ้านหลวงวิทยา
5. โรงเรียนพลอยจาทูรจินดา
6. โรงเรียนศาลาตึกวิทยา
7. โรงเรียนกำแพงแสนวิทยา

### สหวิทยาเขตวัชรirmยา

1. โรงเรียนราชินีบูรณะ
2. โรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา
3. โรงเรียนสามพรานวิทยา
4. โรงเรียนปรีดารามวิทยาคม
5. โรงเรียนจิวรายนบุญมีรังสฤษฎ์
6. โรงเรียนอุบลรัตนราชกัญญาฯ
7. โรงเรียนเพิ่มวิทยา
8. โรงเรียนภัทรญาณวิทยา

- สหวิทยาเขตพิมานปฐุม รับผิดชอบโรงเรียนในพื้นที่อำเภอเมืองนครปฐม (ยกเว้นโรงเรียนราชินีบูรณะและโรงเรียนสิรินธรราชวิทยาลัย) และอำเภอนครชัยศรี (เฉพาะโรงเรียนแหลมบัววิทยา)
- สหวิทยาเขตอภิรมย์ฤดี รับผิดชอบโรงเรียนในพื้นที่อำเภอเมืองนครปฐม (เฉพาะโรงเรียนสิรินธรราชวิทยาลัย) อำเภอกำแพงแสน อำเภอดอนตูม และอำเภอนครชัยศรี (เฉพาะโรงเรียนพลอยจาทูรจินดา)
- สหวิทยาเขตวัชรirmยา รับผิดชอบโรงเรียนในพื้นที่อำเภอเมืองนครปฐม (เฉพาะโรงเรียนราชินีบูรณะ) อำเภอนครชัยศรี (ยกเว้นโรงเรียนพลอยจาทูรจินดาและโรงเรียนแหลมบัววิทยา) และอำเภอสามพราน (ยกเว้นโรงเรียน ภ.ป.ร. ราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์)
- สหวิทยาเขตสามัคคีฆมาตย์ รับผิดชอบโรงเรียนในพื้นที่อำเภอบางเลน อำเภอพุทธมณฑล และอำเภอสามพราน (เฉพาะโรงเรียน ภ.ป.ร. ราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์)

## 2.6. งานวิจัยเกี่ยวข้อง

จากการทบทวนงานวิจัยได้มีผู้ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนากับเยาวชน สามารถสรุปได้ดังนี้

อนุรุฑ ว่องวานิช (2561, น. 81-84) ศึกษาเรื่อง แนวทางการพัฒนา และเสริมสร้างศักยภาพเยาวชนไทยด้วยหลักพุทธธรรม ในยุค Thailand 4.0 โดยมีวัตถุประสงค์การวิจัย คือ 1. เพื่อศึกษาแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับแนวทางการพัฒนา และเสริมสร้างศักยภาพเยาวชนไทย ด้วยหลักพุทธธรรม ในยุค Thailand 4.0 2. เพื่อศึกษาแนวคิดการดำเนินกิจกรรมและสื่อด้วยหลักพุทธธรรม ให้เยาวชนเป็นผู้มีคุณธรรมและจริยธรรมที่ดี และ 3. เพื่อนำเสนอแนวทางประชาสัมพันธ์การดำเนินกิจกรรมและสื่อ ในการปลูกจิตสำนึกให้เยาวชนเป็นผู้มีคุณธรรมและจริยธรรม ด้วยหลักพุทธธรรม ในยุค Thailand 4.0 ใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ และการสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้นำหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับสื่อ/กิจกรรม และผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธศาสนาเป็นหลักในการศึกษาข้อมูล และนำเสนอผลการวิจัยในรูปแบบบรรยายเชิงพรรณนา ผลการวิจัย พบว่า ในสังคมบริโภคนิยม ก่อให้เกิดค่านิยมที่ให้คุณค่าของทรัพย์สินเงินทองมากกว่าคุณงามความดี ทำให้เกิดปัญหาสังคมมากมาย หากจะมีการพัฒนาประเทศชาติ การพัฒนาศักยภาพเยาวชนให้เป็นคนดีนับเป็นเรื่องสำคัญยิ่ง หลักพุทธธรรมสามารถช่วยให้เยาวชนเป็นคนดีได้ หากการพัฒนาเยาวชนไทยด้วยหลักพุทธธรรมนั้นเป็นเรื่องที่ท้าทายว่า ต้องทำเช่นไรที่จะให้เยาวชนมีความสนใจในการศึกษาหลักพุทธธรรม ผู้วิจัยจึงวิจัยแนวทางการพัฒนาศักยภาพเยาวชนไทยด้วยหลักพุทธธรรมในยุค Thailand 4.0 โดยใช้นวัตกรรมสื่อและกิจกรรมที่เน้นการปฏิบัติที่จะช่วยดึงดูดให้เยาวชนมีความสนใจที่จะศึกษาหลักพุทธธรรมและนำไปประยุกต์ใช้ได้ ด้วยการนำหลักพุทธธรรมมาบูรณาการกับสื่อและกิจกรรมสำหรับเยาวชน โดยผู้วิจัยได้หลักธรรมในการทำสื่อกิจกรรมจากผู้เชี่ยวชาญพุทธศาสนาและวิธีการผลิตสื่อและกิจกรรมจากผู้นำหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการประชาสัมพันธ์สื่อและกิจกรรมนำมาประยุกต์ให้ตรงกับความต้องการของเยาวชนในรูปแบบสื่อและกิจกรรมนวัตกรรมใหม่ เพื่อเป็นแนวทางการพัฒนาศักยภาพเยาวชนไทยด้วยหลักพุทธธรรมในยุค Thailand 4.0 โดยมุ่งหวังให้เยาวชนไทยเป็นอนาคตที่ดีในการนำพาประเทศชาติให้มีความเจริญก้าวหน้าต่อไป

ธนภฤต ผลโกศล (2563, น.124-127) ศึกษาเรื่อง การสร้างเยาวชนรุ่นใหม่ตามหลักการบำเพ็ญวิริยบารมี มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาการสร้างเยาวชนรุ่นใหม่ 2) เพื่อศึกษาการสร้างเยาวชนรุ่นใหม่ตามหลักการบำเพ็ญ วิริยบารมีและ 3) เพื่อวิเคราะห์คุณค่าการสร้างเยาวชนรุ่นใหม่ตามหลักการบำเพ็ญวิริยบารมี เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยศึกษาจากพระไตรปิฎก อรรถกถา ตำรา เอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญและผู้ทรงคุณวุฒินำมาวิเคราะห์จัดระบบหมวดหมู่แล้วสรุปผลการวิจัยนำเสนอแบบเชิงพรรณนา ผลการวิจัยพบว่า 1. การสร้างเยาวชนรุ่นใหม่ เป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของ

เยาวชนให้มีเป้าหมาย โดยการฝึกฝนพัฒนา ให้มีความขยันหมั่นเพียร มีระเบียบวินัย อันจะเป็นบันไดไปสู่ความสำเร็จในชีวิตทั้งด้านการเรียนและการงาน 2. การสร้างเยาวชนรุ่นใหม่ตามหลักการบำเพ็ญวัริยบารมี หมายถึง ความขยัน ความหมั่น เพียรพยายาม จะทำให้เยาวชนมีความตั้งใจทำจริง เห็นคุณค่าของสิ่งที่ทำ มีความอดทนต่ออุปสรรคต่าง ๆ ทำให้บรรลุเป้าหมายในชีวิตได้ หลักธรรมที่ส่งเสริมประกอบไปด้วย อิทธิบาท 4 สัมมัตถ์ 4 อินทรีย์ 5 บารมี 10 และ โพชฌงค์ 7 3. ผลการวิเคราะห์คุณค่าการสร้างเยาวชนรุ่นใหม่ตามหลักการบำเพ็ญวัริยบารมี พบว่า 1) คุณค่าด้านการสร้างชาติ คือ การทำให้ประเทศชาติที่เกิดความเจริญก้าวหน้าอย่างยั่งยืน 2) คุณค่าด้านการบรรลุเป้าหมายในชีวิต คือ การทำให้ชีวิตประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย และ 3) คุณค่าด้านการเป็นต้นแบบแก่เยาวชนรุ่นต่อไป คือ การประพฤติตนเป็นแบบอย่างที่ดีต่อเยาวชนรุ่นใหม่เพื่อที่จะเติบโตไปในโลกแห่งวิวัฒนาการและมีพหุปัญญาที่นำไปใช้ประโยชน์ได้ในชีวิตประจำวัน

สมเด็จพระ จุฬราช (2563, น. 129-135) ศึกษาเรื่องวิเคราะห์หลักพุทธปรัชญาเกี่ยวกับการแก้ไขปัญหายาเสพติดให้โทษของเด็กและเยาวชนในจังหวัดหนองคาย มีวัตถุประสงค์ดังนี้ 1) เพื่อศึกษาหลักพุทธปรัชญาเกี่ยวกับยาเสพติดให้โทษ 2) เพื่อศึกษาการแก้ไขปัญหายาเสพติดให้โทษของเด็กและเยาวชนในจังหวัดหนองคาย 3) เพื่อศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธปรัชญาเกี่ยวกับการแก้ไขปัญหายาเสพติดให้โทษของเด็กและเยาวชนในจังหวัดหนองคาย งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ โดยผู้วิจัยศึกษาค้นคว้าจากเอกสาร ได้แก่ พระไตรปิฎก พระราชบัญญัติยาเสพติดให้โทษ เอกสารกฎหมายเกี่ยวกับยาเสพติด และสัมภาษณ์บุคคลที่เกี่ยวข้องกับการแก้ไขปัญหายาเสพติดให้โทษของเด็กและเยาวชนในจังหวัดหนองคาย ข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์เนื้อหาและวิเคราะห์แบบสร้างข้อสรุปอุปนัย ผลการวิจัยพบว่า ยาเสพติดให้โทษ ในทางพระพุทธศาสนาถือว่าเป็น มัชชะ เป็นของมีนเมา บัญญัติไว้ในหลักธรรมศีล 5 การเสพยาเสพติดให้โทษเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท เป็นมูลแห่งอกุศลธรรมทั้งหลาย ก่อให้เกิดทุกข์ และเป็นมูลเหตุแห่งอาชญากรรมหลายชนิด หลักพุทธปรัชญาเกี่ยวกับการแก้ไขปัญหายาเสพติดให้โทษของเด็กและเยาวชน ให้มีความสำคัญกับการพัฒนาด้านจิตใจของเด็กและเยาวชน ให้มีสติ เกิดปัญญา นำไปสู่การปฏิบัติที่ถูกต้องเพื่อแก้ไขปัญหายาเสพติดให้โทษ ประกอบด้วยหลักพุทธปรัชญาเพื่อการเรียนรู้ ได้แก่ หลักอริยสัจ 4 และหลักปฏิจจสมุพบาท หลักพุทธปรัชญาเพื่อการป้องกัน ได้แก่ หลักอบายมุข 6 หลักทิส 6 หลักมิตรแท้มิตรเทียม หลักหิริโอตตปปะ และหลักโยนิโสมนสิการ เมื่อนำหลักพุทธปรัชญาเหล่านี้มาแก้ไขปัญหายา เด็กและเยาวชนได้เรียนรู้ถึงเหตุปัจจัยที่ก่อให้เกิดปัญหายาเสพติดให้โทษ สรุรวมอายตนะให้ห่างไกลจากยาเสพติดให้โทษ เห็นโทษและพิษภัยของยาเสพติดให้โทษ ปลุกฝังค่านิยมที่ดี และความประพฤติที่ดี ช่วยให้เด็กและเยาวชนเกิดความละอายใจ มีวิจารณญาณที่ดีในการตัดสินใจให้ห่างไกลจากปัญหายาเสพติดให้โทษได้



อนุชิต กิ่งนรา (2563, น. 61) เสนอบทความวิชาการ เรื่อง การนำพระพุทธศาสนาสู่เด็กและเยาวชนภายใต้โครงสร้างการศึกษา ศึกษาการพัฒนาเด็กและเยาวชนให้เป็นคนดี ผู้เขียนมีความเห็นว่าควรนำพุทธธรรมซึ่งเป็นพื้นฐานของคนในสังคมไทย มาบูรณาการหลอมรวมเข้ากับศาสตร์และทฤษฎีการสอนเด็กและเยาวชน หัวข้อหลักธรรมที่ควรนำมาใช้พัฒนาเด็กและเยาวชนมี 4 ข้อ ได้แก่ 1) สัมมาทิฐิ 2) การเอื้อเพื่อเกื้อกูล 3) การไม่เบียดเบียนผู้อื่น และ 4) การควบคุมจิตใจให้สงบ การที่จะพัฒนาเด็กและเยาวชนให้เกิดสัมมาทิฐิได้ผู้สอนจะต้องมีลักษณะเป็นกัลยาณมิตร ที่คอยโน้มน้าวชี้ให้เห็นความสำคัญของความดี และส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนได้นำความรู้ที่ได้รับ การถ่ายทอดไปคิดโดยแยกคายจนเกิดปัญญาสามารถแยกแยะดี ชั่วได้ด้วยตนเอง รู้ว่าสิ่งใดควรทำสิ่งใดไม่ควรทำ หากเด็กและเยาวชนที่เป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อที่จะย่างเข้าสู่วัยรุ่น มีสัมมาทิฐิ หรือความเห็นที่ถูกต้องติดตัวติดใจไปการพัฒนาความดีด้านอื่น ๆ ได้แก่ การเอื้อเพื่อเกื้อกูล การไม่เบียดเบียนผู้อื่น และการควบคุมจิตใจให้สงบก็จะสามารถพัฒนาได้ง่าย หรืออาจติดตามมาอย่างอัตโนมัติจนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่ ยังผลให้ปัญหาต่าง ๆ ที่เยาวชนเป็นผู้ก่อลดน้อยถอยลงไป ซึ่งจะเป็นผลให้เยาวชนสามารถดำเนินชีวิตในปัจจุบันอย่างปกติสุข

มีงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับปัญหาของเยาวชน สามารถสรุปได้ดังนี้

อรพิมพ์ สุขคง (2560, น.5) ได้ศึกษาเรื่อง การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อป้องกันปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของวัยรุ่นในโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราช พบว่าสาเหตุสำคัญ 7 ประการ โดยสามารถจำแนกออกเป็น 2 ปัจจัยคือ (1) กระบวนการที่เกิดจากปัจจัยภายในตัวบุคคล คือ 1.1) การให้ความหมายของเพศสัมพันธ์ในทางที่ผิดว่าเป็นความรู้สึกรักและความเชื่อใจ 1.2) การขาดความรู้ที่ถูกต้องในการป้องกันการตั้งครรภ์ 1.3) การขาดวิจารณญาณในการรับสื่อออนไลน์ และ (2) กระบวนการที่เกิดจากสภาพแวดล้อม คือ 2.1) การยุ่งให้มีแฟนและมีเพศสัมพันธ์ของกลุ่มเพื่อน 2.2) การขาดความอบอุ่นจากครอบครัว 2.3) การได้รับความรักมากเกินไปจากครอบครัว 2.4) ทักษะคิดเรื่องเพศที่ไม่เหมาะสม และผลการปฏิบัติการพบว่า หลังปฏิบัติการวัยรุ่นมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการตั้งครรภ์ไม่พร้อมโดยรวมลดลงและรายด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ซึ่งมีค่าเฉลี่ยโดยรวมลดลง 1.46 ค่าเฉลี่ยด้านทักษะคิดและความเชื่อลดลง 2.14 ค่าเฉลี่ยด้านความรู้ลดลง 1.50 และค่าเฉลี่ยด้านการปฏิบัติตนลดลง 0.74 แสดงให้เห็นว่าการปฏิบัติการตามแนวทางของกิจกรรม “เรื่องเพศ...วัยรุ่นเข้าใจได้” ที่พัฒนาขึ้นสามารถนำมาใช้ป้องกันปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของวัยรุ่นในโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราชได้

กิตติชัย พินโน (2561, น.255) ศึกษาเรื่อง วัยแสบสาแหรกขาดภาพสะท้อนปัญหาเด็กและเยาวชนในสังคมร่วมสมัย จากการวิเคราะห์นวนิยายเรื่องวัยแสบสาแหรกขาดที่นำเสนอมาทั้งหมดนี้ จะเห็นได้ว่าสิ่งที่ปรากฏอยู่อย่างเด่นชัดในนวนิยายก็คือการชี้ให้เห็นว่าครอบครัวมีบทบาทสำคัญในการอบรม

เลี้ยงดูเด็กและเยาวชนให้เป็นไปตามความคาดหวังของสังคม เมื่อครอบครัวมีปัญหาย่อมก่อให้เกิดปัญหาอื่นตามมา และทำให้สมาชิกในครอบครัวห่างเหินกัน นำไปสู่ความแตกแยกร้ายแรงจนดังสำนวนที่ว่า “บ้านแตกสาแหรกขาด” ได้ อันที่จริงครอบครัวที่สมบูรณ์ไม่จำเป็นต้องมีพ่อ แม่ ลูก อยู่พร้อมหน้า แต่ความสมบูรณ์ที่ว่ำนั้นคือการที่สมาชิกในครอบครัวให้ความรัก ความอบอุ่น และความเอาใจใส่เอื้ออาทรแก่กัน เมื่อเกิดปัญหาก้ร่วมใจกันช่วยแก้ไข ให้กำลังใจ ให้อภัย และมีส่วนร่วมรับผิดชอบด้วย เมื่อพิจารณาตามแนวคิดดังกล่าว นวนิยายเรื่องวัยเสบสาแหรกขาดก็น่าจะอยู่ในข่ายงานประพันธ์ที่ช่วย “กระตุ้นปัญญา ความนึกคิดให้แก่ผู้อ่าน” ได้ด้วยเช่นกัน

พระวรวรรษ ธรรมทินโน (มีกุล), (2561, น. ก, 74) ศึกษาเรื่อง วิธีการแก้ปัญหาคความขัดแย้งในครอบครัวตามหลักพุทธธรรม ซึ่งมีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาปัญหาคความขัดแย้งในครอบครัว 2) เพื่อศึกษาพุทธธรรม ในคัมภีร์พระพุทศาสนาเถรวาท 2) เพื่อศึกษาวิธีการประยุกต์ใช้หลักสังคหวัตถุ 4 เพื่อแก้ปัญหาคความขัดแย้งในครอบครัว ผลการวิจัยพบว่าปัจจุบันความขัดแย้งในสมาชิกครอบครัวมีลักษณะที่เริ่มมาจาก ความคิดเห็นที่ไม่ลงรอยกัน ด้วยการทะเลาะเบาะแว้งโต้เถียงกัน ของคนในครอบครัว ระหว่างบิดามารดากับสามีภรรยา บิดามารดากับบุตรหลานซึ่งมีสาเหตุมาจาก 1)การดำรงชีวิต 2) การมีเสรีภาพ 3)การมีเอกลักษณ์ ฉะนั้น จึงบวกกับบริบทภายนอกที่ซับซ้อนรวมทั้งความคิดที่ไม่มีการสื่อสาร และที่สำคัญก็คือ มาจากจิตภายในมาจากความไม่รู้กับความต้องการในการดำเนินชีวิต โดยวิเคราะห์ในบทข้อที่เสนอกับบทที่ทำให้เกิดปัญหาคความขัดแย้งในครอบครัวในพุทธธรรมนั้นมีหลักธรรมหลายข้อ ด้วยการส่งเสริมเพื่อให้ครอบครัวนั้นได้เกิดความมั่นคง แต่ในเรื่องนี้ผู้วิจัยได้ยกหลักสังคหวัตถุ 4 ด้วยบริบทอื่น ถ้าครอบครัวรู้จักการให้ทานแบ่งปันเสียสละ มีการพูดจาด้วยการสื่อสารที่ดี ทำหน้าที่ในกิจประพฤติดนให้เป็นผลประโยชน์ร่วมกัน ด้วยการสร้างความสัมพันธ์ ที่มีความเมตตาต่อกัน ก็สามารถทำให้สมาชิกสร้างความรัก ความอบอุ่นในครอบครัวให้มีความสุขได้สรุป วิธีการแก้ไขด้วยหลักสังคหวัตถุ 4 ในครอบครัว คือ สมาชิกทุกคนรู้จักการแบ่งปันให้วัตถุสิ่งของด้วยการให้ค าปรึกษาว่าให้ความรู้ได้และที่สำคัญคือให้อภัย ด้วยกระบวนการสื่อสารในการพูดจาที่ดี ที่มีในกิจกรรมทำคุณประโยชน์ร่วมกันด้วยจิตอาสาที่สามารถสร้างความรักความผูกพันให้อบอุ่นในครอบครัวได้

ดร.สุไรยา หนิเร่, สุรัชย์ ไวยวรรณจิตร, ธีรวัช จาปริงและดร.รุ่งโรจน์ ชอบหวาน (2564, น.ก-ข) ศึกษาเรื่อง “การบูรณาการบ้าน โรงเรียน มัธยม-บรม” : แรงสนับสนุนทางสังคมกลไกในการแก้ไขปัญหาการพนันออนไลน์ของเด็กและเยาวชนในพื้นที่ 5 จังหวัดชายแดนภาคใต้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์การสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมการเล่นการพนันออนไลน์ของเด็กและเยาวชน พบว่ากลุ่มเยาวชนที่ลงพื้นที่จากการศึกษาข้อมูลภาคสนาม ที่ไม่เล่นการพนัน พบว่า ลักษณะครอบครัวมีการดูแลเอาใจใส่จากพ่อแม่ผู้ปกครอง มีเวลาให้กับลูกๆ แม้จะต้องแข่งกับเวลาทำงานของตนเองก็ตามจน

บางครั้งแทบจะไม่มีเวลาให้กับลูก เนื่องจากบริบทการประกอบอาชีพของครอบครัวส่วนใหญ่จะกรีดยาง ซึ่งบางครอบครัวต้องทิ้งลูก ๆ เพื่อไปทำงานในขณะที่ลูกกำลังนอน แต่เมื่อกลับมาแล้วพ่อกับแม่จะทำหน้าที่ของตนเองอย่างไม่บกพร่อง เริ่มจากการรับประทานอาหารเช้าพร้อมกันซึ่งเป็นช่วงเวลาที่สำคัญที่ทุกคนจะอยู่พร้อมหน้าพร้อมตาหลังจากที่ต่างคนต่างแยกย้ายไปทำหน้าที่ของตนเอง การรับประทานอาหารเช้าพร้อมกันของครอบครัวนั้นนับเป็นกิจกรรมอย่างหนึ่งที่พ่อแม่ของเยาวชนใช้เป็นกระบวนการสร้างความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับลูก ๆ จุดประสงค์ก็เพื่อให้ลูก ๆ เห็นว่าพ่อกับแม่คือบุคคลสำคัญของพวกเขา ซึ่งเยาวชนเหล่านี้เห็นว่าคนเราไม่ค่อยให้ความสำคัญกับเรื่องนี้ส่วนใหญ่พ่อแม่มักจะรับประทานอาหารเช้าพร้อมกับลูก ๆ ต่างคนต่างกิน หรือออกไปทานข้าวนอกบ้าน ความอบอุ่นบางส่วนจากพ่อกับแม่จนหายไป ในขณะที่โรงเรียนค่อนข้างเข้มแข็ง เนื่องจากเป็นโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลาม มีระบบการจัดการเรียนรู้ที่ควบคู่ระหว่างศาสนาและสามัญ ครูบุคลากรมีการให้ความรู้ทั้งในชั้นเรียนและนอกชั้น เรียน เห็นได้จากการเชิญคณาจารย์จากภายนอกมาให้ความรู้บรรยายอย่างต่อเนื่อง มีการร่วมกิจกรรมงานวิชาการเป็นประจำทำให้ใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการเตรียมความพร้อม หลักลีกเรียนก็มีการเรียนพิเศษเพิ่มเติม เรียนอัลกุรอาน กลับจากเรียนก็จะอยู่กับครอบครัว ไม่ออกนอกบ้านหลัง 19.00 น. เนื่องจากอยู่ในยามวิกาล เกรงต่อความไม่ปลอดภัยของสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่ ขณะเดียวกันโรงเรียนก็จะมีฝ่ายปกครองที่ดูแลนักเรียนอีกชั้นหนึ่ง โดยเฉพาะเรื่องของระเบียบวินัยในช่วงเวลาที่อยู่โรงเรียน ซึ่งหากทำผิดกฎกติกาที่ได้วางไว้ก็จะมีมาตรการในการลงโทษหรือเชิญผู้ปกครองมาพูดคุย

กลุ่มเยาวชนที่ลงพื้นที่จากการศึกษาข้อมูลภาคสนาม ที่เล่น/ติดการพนัน พบว่า ส่วนใหญ่ทั้งอยู่กับผู้ปกครอง และอยู่หอพัก แต่สาเหตุหลัก ๆ มาจากการไม่ได้รับการเอาใจใส่ดูแลเท่าที่ควร ผู้ปกครองไม่มีเวลาดูแลเอาใจใส่บุตรหลาน ขาดความรักความอบอุ่น อยู่บ้านไม่มีความสุข จึงเลือกที่จะคบเพื่อนที่สามารถพาตนเองบรรลุลสิ่งทีสนุก ความอยากรู้ อยากเห็น อยากลองชักชวนกันไปร้านอินเทอร์เน็ตต่าง ๆ พ่อแม่ไม่มีเวลาให้ เลี้ยงลูกด้วยเงิน ขาดการให้คำปรึกษาข้อแนะนำ ขาดทักษะเรื่องการใช้จ่ายที่เหมาะสม ปล่อยปละละเลย ไม่มีการควบคุมดูแลการใช้อินเทอร์เน็ต โทรศัพท์มือถือ หรือเครื่องมือสื่อสารของบุตรหลาน ขณะที่บริเวณรอบ ๆ ชุมชนมีแหล่งล่อใจที่จะนำไปสู่การเล่นการพนัน สถานศึกษาบกพร่องในการดูแลนักเรียนอย่างจริงจัง ไม่รู้ว่่านักเรียนคนไหนติดพนัน ไม่มีข้อมูลเยาวชนกลุ่มเสี่ยงชัดเจน การประสานงานระหว่างบ้านกับโรงเรียนต้องให้ความสำคัญเพิ่มมากขึ้น ฝ่ายปกครองของโรงเรียนไม่จัดทำข้อมูลนักเรียนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง แหล่ง/สถานที่ที่เสี่ยงต่อการเข้าสู่แหล่งการพนัน ส่วนบทบาทของชุมชนยังคงทำหน้าที่ได้ดี เพียงแต่ในชุมชนที่เยาวชนอยู่นั้นจะประกอบไปด้วยหลายกลุ่มที่มีทั้งกลุ่มเยาวชนที่ดี เยาวชนที่ติดยาเสพติด และเยาวชนที่เล่นการพนัน ด้วยสภาพแวดล้อมของชุมชนที่เป็นเช่นนี้

ทำให้การเลือกคบเพื่อนของเยาวชนกลุ่มนี้ ส่วนใหญ่มักจะคบหาสมาคมเฉพาะกลุ่มที่เล่นการพนันด้วยกันเท่านั้น

กลุ่มเยาวชนที่ลงพื้นที่จากการศึกษาข้อมูลภาคสนาม ที่เคยเล่นการพนัน พบว่ากลุ่มเยาวชนที่เคยเล่นการพนัน ครอบครัวจะมีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มของเยาวชนที่เล่นการพนัน อาจจะแตกต่างกันตรงที่คิดได้ เพื่อน ๆ บอกว่าเป็นสิ่งที่ไม่ดี มีการคบเพื่อน ๆ ที่อยู่ในกลุ่มรักการเรียน พยายามเลิกติดต่อกับเพื่อนกลุ่มเสี่ยง พ่อแม่ผู้ปกครองมีส่วนสำคัญที่ควรมีความรู้เรื่องเกมออนไลน์ต่าง ๆ เช่นกัน ให้เขาคิดว่าเราคือเพื่อนคนหนึ่งที่สามารถปรึกษาได้ด้วยเช่นกัน ช่วยลูกเลือกเกมที่ควรเล่นไม่ควรเล่น จัดวินัยในการเล่นเกมเป็นเวลา เพื่อไม่ให้เขาเข้าสู่วงจรเกมพนันออนไลน์สำคัญมากคือการปูทางทำข้อตกลงกัน ซึ่งถ้าละเมิดสามารถลงโทษโดยลดเวลาในการเล่นเกม ถ้าทำได้อาจเพิ่มเวลาให้บ้าง พยายามสอดแทรกและกระตุ้นให้เห็นถึงผลกระทบของการเล่นเกมที่มีผลเสียต่อตนเองและผู้อื่นสำหรับแนวทางในการป้องกันปัญหาการพนันออนไลน์ พบว่า แนวทางการป้องกันปัญหาการพนันออนไลน์ควรมีการทำงานร่วมกันภายใต้แนวคิดของการสร้างฐานความเข้มแข็งของจิตใจเยาวชน ดังที่ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่สะท้อนไว้ว่า การทำหน้าที่และบทบาทในแต่ละส่วนของ “การบูรณาการบ้าน โรงเรียน มัสยิดบรม” นั้นจำเป็นต้องยึดถือแนวทางการขับเคลื่อนในรูปแบบของ “ฮาลาเกาะห์” (การจัดการกลุ่มศึกษาเพื่อช่วยเหลือซึ่งกันและกัน โดยยึดหลักการขัดเกลาตัวเองพร้อมด้วยการเชิญชวนผู้อื่นสู่ความดี เป็นกลุ่มศึกษาที่พัฒนาศักยภาพใน ด้านความคิด ความเข้าใจ เป็นต้น

เสริมศักดิ์ ขุนพล (2564, น.4) ศึกษาเรื่อง การสร้างสรรค์สื่อรณรงค์แบบมีส่วนร่วมเพื่อสร้างความเข้าใจและลดปัญหาการเสพน้ำกระท่อมในกลุ่มเยาวชนพื้นที่เสี่ยงของจังหวัดสงขลา การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการสร้างสื่อรณรงค์แบบมีส่วนร่วม ผลิตรณรงค์และทดสอบประสิทธิภาพสื่อรณรงค์เพื่อสร้างความเข้าใจและลดปัญหาการเสพน้ำกระท่อมในกลุ่มเยาวชนอำเภอเทพา จังหวัดสงขลา ผลการวิจัยพบว่า การสร้างสื่อต้องเกิดมาจากความร่วมมือร่วมใจของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในพื้นที่ โดยให้ทั้งหมดต้องร่วมกันระดมความคิดเพื่อหาประเด็นที่จะสื่อสารในสื่อรณรงค์ ซึ่งสรุปออกมาได้ 2 ประเด็นคือ วิธีการป้องกันตนเองจากการติดน้ำกระท่อมของกลุ่มเยาวชน และวิธีช่วยเหลือเพื่อนที่เคยติดน้ำกระท่อมให้กลับมาอยู่ในสังคมได้ เนื้อหาที่นำเสนอจะต้องสามารถปรับเปลี่ยนทัศนคติของผู้รับสาร ให้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับอัตลักษณ์ส่วนบุคคลของผู้ติดน้ำกระท่อมให้ตรงกับสภาพเป็นจริง โดยให้เยาวชนได้เห็นข้อเสียที่เกิดขึ้นและลบล้างอัตลักษณ์ทางสังคมแบบผิดๆ ที่มองว่าน้ำกระท่อมให้ประโยชน์มากกว่าโทษ ซึ่งกลุ่มเยาวชนอาสาสมัครที่สร้างสื่อเยาวชนในพื้นที่อำเภอเทพาเป็นแกนหลักในการผลิตสื่อทั้งนี้สื่อที่คนในชุมชนเลือกใช้ได้แก่ สื่อ Fanpage เป็นสื่อหลัก และมีสื่อหนังสือเป็นสื่อสนับสนุน โดยอิทธิพลสื่อรณรงค์ที่มีผลต่อความเข้าใจและลดปัญหาการเสพน้ำกระท่อมค่อนข้างต่ำมาก สามารถทำนาย

ได้เพียงร้อยละ 4.5 โดยการได้สิทธิ์และเห็นคอมเม้นท์ในเพจมีอิทธิพลสูงสุด ( $\beta=.148$ ) รองลงมาคือการสร้างประเด็น ( $\beta=.103$ ) แม้ว่าผลสัมฤทธิ์จากการเข้ารับชมสื่อจะมีอิทธิพลต่อความเข้าใจและลดปัญหาการเสพน้ำกระท่อมน้อยมาก แต่ความเข้าใจและลดปัญหาการเสพน้ำกระท่อมของกลุ่มชาวบ้านและเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการในทุก ๆ ขั้นตอน กลับให้ผลที่ดีมาก ซึ่งผู้เข้าร่วมกระบวนการทั้งหมดมีความกระตือรือร้นและตระหนักว่าปัญหาการติดยากระท่อมเป็นปัญหาของส่วนรวมทุกคนต้องช่วยกันป้องกันและแก้ไขปัญหา และเป็นสิ่งที่จะช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้เด็กและเยาวชนให้มีทัศนคติทางไกลน้ำกระท่อมได้

วิมุตตาพร บริบูรณ์ลาภผลิน และสุวิญ รัชต์ชัย (2562, น.210) ศึกษาเรื่อง การแก้ไขปัญหาคติในสังคมไทยด้วยพุทธบูรณาการ เพื่อ 1) เพื่อศึกษาอคติและการแก้ไขปัญหาคติในสังคมไทย 2) เพื่อศึกษาหลักธรรมในพระพุทธศาสนาที่แก้ไขปัญหาคติ 3) เพื่อบูรณาการการแก้ไขปัญหาคติในสังคมไทยด้วยหลักธรรมในพระพุทธศาสนา 4) เพื่อนำเสนอแนวทางและการสร้างองค์ความรู้ใหม่เกี่ยวกับ “รูปแบบการแก้ไขปัญหาคติในสังคมไทยด้วยพุทธบูรณาการ” ผลการวิจัยพบว่า อคติคือทัศนคติที่เป็นผลมาจากความรู้ ความเชื่อ ความรู้สึก ความคิดเห็นที่นำไปสู่การกระทำในเชิงการยอมรับ หรือไม่ยอมรับ จนเกิดการปฏิบัติต่อบุคคลนั้น ด้วยลักษณะของอคติความลำเอียงที่มีอิทธิพลต่อจิตโดยรวมที่เกี่ยวข้องกับความชอบและไม่ชอบ ซึ่งในทางพระพุทธศาสนาจัดอคติไว้เป็น 4 ประการคือ 1) ความลำเอียงเพราะรัก 2) ความลำเอียงเพราะไม่ชอบ 3) ลำเอียงเพราะความหลง 4) ลำเอียงเพราะความกลัว เมื่ออคติเกิดขึ้นในจิตมนุษย์แล้ว การปฏิบัติหน้าที่หรือปฏิบัติต่อบุคคลหนึ่งบุคคลใดย่อมมีความไม่เป็นธรรม การแก้ไขปัญหาคติในสังคมไทย ได้แก่ 1.กฎหมาย 2.ขัดเกลาทางสังคม หลักพุทธธรรมที่นำมาเป็นแนวทางการแก้ไขปัญหาคติ คือ พรหมวิหาร 4 ชั้นดีธรรม อภัยทาน โยนิโสมนสิการการบูรณาการการแก้ไขปัญหาคติในสังคมไทยด้วยหลักธรรมในพระพุทธศาสนา สามารถกระทำได้ร่วมกับหลักทางจิตวิทยา โดยต้องเริ่มต้นที่ตนเองก่อน เพื่อไม่ให้จิตเกิดความลำเอียงที่ทำให้ปฏิบัติผิดไปจากหลักการ องค์ความรู้ที่ได้จากการสังเคราะห์เนื้อหาจึงอยู่บนหลักที่ว่า “รักอย่างเข้าใจ สร้างมิตรไมตรี มีความรู้จริง ไม่ทิ้งเหตุและผล” โดยสรุปเป็นรูปแบบองค์ความรู้เรียกว่า “GLHDF MODEL” ซึ่งเกิดจากความเข้าใจที่ต้องปฏิบัติต่อแรงโน้มเอียงนั้นให้ถูกต้องเพื่อไม่ให้เกิดเป็นปัญหาสังคมต่อไป

พระศักดา ขนดีโสภโณ (แก้วสีดา), พระครูโกศลวิหาคารคุณ และ ทิพย์ภวิษณ์ ไสชาติ (2565, น. 260) ศึกษาเรื่องการวิเคราะห์หลักธรรมในอังคุลิมาลสูตรเพื่อเสนอแนวทางการแก้ปัญหายาเสพติดใน ตำบลจิกตุ อำเภอดำรงวิทยารุจิรา จังหวัดอำนาจเจริญ มีวัตถุประสงค์ 3 ประการ 1) เพื่อศึกษาหลักธรรมที่ปรากฏในอังคุลิมาลสูตร 2) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาของยาเสพติดในตำบลจิกตุอำเภอดำรงวิทยารุจิรา จังหวัดอำนาจเจริญ 3) เพื่อประยุกต์หลักธรรมจากอังคุลิมาลสูตรในการเสนอแนวทางการแก้ปัญหายาเสพติดใน ตำบลจิกตุ อำเภอดำรงวิทยารุจิรา จังหวัดอำนาจเจริญ การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ พบว่าในอังคุลิมาลสูตรมีหลักธรรม

สำคัญคือ หลักอับปมาทธรรมและหลักธรรมอื่น ๆ ที่ ปรากฏอยู่ซึ่งสามารถนำหลักธรรมเหล่านี้มาประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหาวัยรุ่นในปัจจุบันได้ในตำบลจิกคูอำเภอหัวตะพาน จังหวัดอำนาจเจริญนั้นมีปัญหาวัยรุ่นที่เกิดขึ้น 5 เรื่อง คือ 1) การทะเลาะวิวาท 2) ยาเสพติด 3) การลักขโมย 4) การมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน และ 5) พฤติกรรมการติดเกมออนไลน์นำไปสู่ปัญหาทางสังคมที่จะต้องร่วมแก้ไข ผลการลงพื้นที่สัมภาษณ์การวิเคราะห์หลักธรรมในอังคฺลิมาสูตฺรเพื่อเสนอแนวทางการแก้ปัญหาวัยรุ่นใน ตำบลจิกคู อำเภอหัวตะพาน จังหวัดอำนาจเจริญ สามารถใช้หลักธรรมในการอบรมเข้าค่ายพุทธธรรม การจัดสัมมนา การจัดบวชฤดูร้อน การตั้งกลุ่มวัยรุ่นในตำบล ยกย่องวัยรุ่นที่ดีให้เป็นแบบอย่าง ดูแลเข้าใจให้โอกาสได้กลับตัวกลับใจ ดังพระพุทธเจ้าเคยให้อังคฺลิมามาเมื่อครั้งอดีต

### งานวิจัยเกี่ยวกับเยาวชนในต่างประเทศ

Karin and Christina (2022, p.1-16) การยึดถือคุณธรรมสร้างสรรค์เด็กและเยาวชนอย่างจริงจังในช่วงเวลาที่มนุษย์สร้างอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงของโลกอย่างมีนัยสำคัญ (Anthropocene) บทความนี้ได้แสดงถึงความจำเป็นในการรับฟังความคิดเห็นทางศีลธรรมของเด็กและเยาวชนอย่างจริงจัง โดยเฉพาะในช่วง Anthropocene จากทฤษฎีของ จอห์น วอลล์ (John Wall) การพัฒนาคุณธรรมสามารถสร้างความเข้าใจเชิงสร้างสรรค์ใหม่ ๆ ได้ เนื่องจากความสามารถด้านจริยธรรมเป็นความสามารถที่มีพื้นฐานมาจากความเข้าใจเชิงสัมพันธ์ระหว่าง บริบททางสังคม วัฒนธรรมของการดำรงอยู่ของมนุษย์ กรอบการศึกษาของ Karin และ Christina เป็นการตีความวิจัยเชิงประจักษ์กับเด็ก ๆ โดยการแสดงความกังวลของกลุ่มตัวอย่างจากปัจจัยการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ ผลการศึกษาพบรูปแบบการศึกษาเป็นส่วนสร้างกรอบการแสดงความคิดเห็นทางจริยธรรมของเด็กและเยาวชนได้ การศึกษาประวัติศาสตร์ตามช่วงเวลาต่าง ๆ พบว่า เด็กและเยาวชนมีบทบาทสำคัญในการเปลี่ยนแปลงด้านจริยธรรมและศีลธรรมของสังคม ตัวอย่างเช่น “Soweto uprising” การออกมาประท้วงของเด็กและเยาวชน เพื่อต่อต้านระบบการแบ่งแยกสีผิวในเมืองโซเวโต ประเทศแอฟริกาใต้ ในปี พ.ศ. 2519 หรือ เหตุการณ์ที่นักเรียนและเยาวชนนัดกันหยุดเรียนอย่างกะทันหันในปี 2561-2562 เพื่อเรียกร้องให้สังคมตระหนักต่อปัญหาสภาพภูมิอากาศที่เปลี่ยนแปลง เป็นต้น อย่างไรก็ตามการศึกษาพบว่า เด็กและเยาวชนมีความจริงจังอย่างยิ่งว่าตนเองเป็นผู้มีความรับผิดชอบด้านคุณธรรม กรอบการศึกษาจะอ้างอิงตามการศึกษาของ John Wall เรื่องสิทธิเสรีทางศีลธรรมของเด็กและเยาวชนที่ได้รับการยกย่องตามสิทธิเสรีทางศีลธรรมของมนุษย์ เพราะเป็นเรื่องเชิงสัมพันธ์และประสบการณ์พื้นฐานของการดำรงอยู่ของมนุษย์ต่อไป โดยส่วนที่สำคัญที่หล่อหลอมศีลธรรมของเด็กและเยาวชน ได้แก่ วัฒนธรรม กิจกรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ตัวอย่างเช่น เด็กและ

เยาวชนตัดสินใจเปลี่ยนรูปแบบการเดินทางโดยการใช้รถไฟฟ้าแทนการขับรถที่ใช้ น้ำมัน ซึ่งเป็นการใช้ ศิลธรรมและมีพื้นฐานด้านเสรีภาพในการตัดสินใจได้ โดยการกระทำเหล่านี้ถูกเชื่อว่าเป็นการช่วย สิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นการสะท้อนของคุณธรรมของมนุษย์ แสดงให้เห็นว่าเด็กและเยาวชนมีความตระหนักถึง วิธีการประพันธ์ทางศิลปกรรมทางสังคม ผ่านทางความคิดมากยิ่งขึ้น ดังนั้นการเพิ่มพื้นที่ในสังคมให้เด็กและ เยาวชนสามารถแสดงความคิดเห็นอย่างเสรีจะสามารถเป็นพลังที่สำคัญที่สนับสนุนอย่างสร้างสรรค์ใน การประพันธ์ทางศิลปกรรมของเด็ก การศึกษาในสภาพแวดล้อมเหล่านี้ จึงเป็นการเสริมสร้างเสรีภาพ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้านศิลปกรรม และเปิดโอกาสให้เด็กและเยาวชนสามารถมีเสรีภาพในการแสวงหา โอกาส ภายใต้การสนับสนุนของครู ผู้ปกครอง และคนอื่น ๆ และสิ่งสำคัญคือการเปิดโอกาสและรับฟังเด็ก และเยาวชน ของการประพันธ์ทางศิลปกรรมอย่างตั้งใจ จะเห็นได้ว่าการศึกษานี้มีบทบาทที่สนับสนุนและ เอื้ออำนวยในการส่งเสริมการประพันธ์ทางศิลปกรรมและนำไปปฏิบัติโดยผ่านการไตร่ตรอง การเพิ่มคุณค่า และการมีส่วนร่วมของเด็กและเยาวชน

Stewart and Richard (2010,p.982 - 988) การแสดงพฤติกรรมความก้าวร้าวของเยาวชน การศึกษานี้เป็นการประเมินลักษณะพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนที่เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลในแต่ ละวัน และผู้ป่วยใน ซึ่งมีพฤติกรรมก้าวร้าวและทำลายของคิดเป็นประมาณหนึ่งในสามของกลุ่มตัวอย่าง และพบในเด็กและเยาวชนชายมากกว่าหญิง และเป็นเด็กและเยาวชนที่ใช้สารเสพติดและมีประวัติการถูก ผู้ปกครองทำร้าย กลุ่มตัวอย่างเลือกจากกลุ่มเด็กผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลจิตเวชแห่งหนึ่ง อายุ 4-12 ปี และกลุ่มเยาวชนอายุ 12-18 ปี จากการศึกษาพบว่ากลุ่มผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาจำนวนมาก มีประวัติมีพฤติกรรมก้าวร้าวและทำลายของ โดยพบข้อสังเกตหรือสาเหตุของผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาว่า พฤติกรรมความก้าวร้าวและการทำลายของเกิดจากปัจจัยหรือตัวแปรภายนอก แต่ผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่า ตัวตาย ทำร้ายตัวเองเป็นพฤติกรรมที่มีความแปรผันและเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นโดยธรรมชาติภายในของผู้ป่วย เอง จากการวินิจฉัยของแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ พบว่าการผู้ป่วยกลุ่มผู้ป่วยที่มีความคิดฆ่าตัวตาย ความคิดเชิง คมคายทั้งตนเองและผู้อื่น ซึ่งเป็นผู้ป่วยที่มีปัจจัยการป่วยจากภายในนั้นจะตอบสนองกับการรักษา ในขณะที่ผู้ป่วยที่มีพฤติกรรมความก้าวร้าวอย่างรุนแรงการดูแลรักษาจากการกำกับสภาพแวดล้อม ภายนอกจะมีตอบสนองมากกว่า แต่ก็ถือว่าตอบสนองได้น้อยเมื่อมีการเปรียบเทียบกับรูปแบบการรักษา อีกแบบหนึ่งและจากการศึกษาพบว่าจำนวนผู้ชายจะมีพฤติกรรมความก้าวร้าวรุนแรงมากกว่าผู้หญิง โดย อาการป่วยไม่มีความเกี่ยวข้องกับสปีชีส์ แต่มีข้อน่าสังเกตว่ากลุ่มคนผิวขาวมีแนวโน้มจะแสดงอาการความ ก้าวร้าวนอกบ้านมากกว่าคนผิวสีจากมุมมองทางคลินิกผลการวิจัยนี้มีความสอดคล้องกับงานอื่น ๆ ที่ผ่าน มา ซึ่งเป็นการเน้นย้ำถึงการพยากรณ์โรคที่ไม่ดีต่อสังคม และเด็กที่มีพฤติกรรมไม่เป็นระเบียบ ดังนั้น การศึกษาจึงเป็นเสมือนการเพิ่มวรรณกรรมดังกล่าวเพื่อเน้นย้ำว่าพฤติกรรมเหล่านี้มีอยู่ในสังคม

นอกจากนั้นยังพบว่าผู้ป่วยที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงมีการตอบสนองต่อการรักษาในโรงพยาบาลน้อย แต่ไม่ใช่ว่าการรักษานั้นไม่เกิดประโยชน์ในทางกลับกันการรักษาในโรงพยาบาลจะต้องควบคู่กับการรักษาผู้ป่วยที่เข้าไปอยู่ในสังคมด้วย ดังนั้นควรมีการวางแผนก่อนการวินิจฉัยและการตั้งหลักเกณฑ์การรักษา กลุ่มผู้ป่วยแต่ละกลุ่ม เพื่อให้การรักษาเกิดประสิทธิภาพและตอบสนองต่อการรักษา

Laura and Team(2019,p.10 - 19) ความเสี่ยงด้านสุขภาพและผลลัพธ์ของการไม่มีที่อยู่อาศัยของเด็กและเยาวชน เมื่อปี 2019 มีการรายงานว่าเด็กและเยาวชนจำนวนมากกว่า 1.3 ล้านคน ไม่มีที่อยู่อาศัย แต่พบว่ายังไม่ค่อยมีใครทราบถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการไม่มีที่อยู่อาศัยที่เกิดขึ้นต่อสุขภาพโดยรวมและความเป็นอยู่ที่ดี ดังนั้นเพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ดีขึ้น จึงมีการศึกษาความเสี่ยงด้านสุขภาพร่างกาย จิตใจ และพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนไร้บ้าน ฐานข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ รายการที่ถูกค้นหาโดยใช้คำสำคัญ เช่น คนเร่ร่อน สุขภาพเด็กและความเป็นอยู่ที่ดี มีน้อยมากเมื่อเทียบกับเรื่องอื่น ๆ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการติดตามผลลัพธ์ด้านสุขภาพในระยะยาวของคนไร้บ้านของเด็กวัยเรียน ข้อค้นพบนี้มีผลกระทบต่อการศึกษาในโรงเรียน ซึ่งไม่มีการติดต่อกับเด็กที่ประสบปัญหาการไร้บ้าน เพื่อให้มีข้อมูลที่สามารถเข้าไปป้องกันผลด้านสุขภาพในประชากรกลุ่มเปราะบางนี้ได้จากการศึกษาพบว่าสุขภาพกายที่ย่ำแย่พบได้ในเด็กและเยาวชนไร้บ้าน โดยกลุ่มเด็กที่อายุ 4-7 ปี มักตรวจพบโรคหอบหืด การติดเชื้อทางเดินหายใจ ภูมิแพ้รุนแรง และหูดติดเชื้อ ในอัตราสูงเมื่อเทียบกับเด็กในวัยเดียวกัน เด็กในช่วงอายุ 9-11 ปี จะมีอาการเรื้อรังอย่างน้อย 1 อาการ เช่น ปัญหาการมองเห็นปัญหาโรคทางเดินหายใจเรื้อรัง และซ้ำร้ายพบว่าเด็กเหล่านี้เข้าถึงสาธารณสุขได้ยาก และข้อมูลที่สำคัญพบว่าเด็กเหล่านี้อาศัยอยู่ในพื้นที่ที่มีโอกาสพักพิง ซึ่งเป็นการซ้ำเติมปัญหาสุขภาพเพิ่มขึ้น สุขภาพฟันและพัฒนาการที่ดีก็เป็นอีกหนึ่งปัญหาที่พบในกลุ่มเด็กและเยาวชนไร้บ้าน จากการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างจำนวน 124 ครอบครัว มีเด็กและเยาวชนประมาณ 236 คน พบว่าเด็กเหล่านี้มีปัญหาฟันผุและไม่ได้รับการรักษา และมีพัฒนาการที่ช้ากว่าเมื่อเทียบในเด็กและเยาวชนในช่วงวัยเดียวกัน และมีแนวโน้มพบปัญหาสุขภาพจิตเพิ่มขึ้น โดยสาเหตุเกิดจากความเครียดจากการมีรายได้น้อย และปัญหาอื่น ๆ ดังนั้นจะเห็นได้ว่าเด็กและเยาวชนจำนวนมากที่กำลังประสบปัญหาไร้บ้าน จำเป็นต้องได้รับการบริการทางด้านต่าง ๆ เพื่อจัดการปัญหาทางกายภาพ ความต้องการและปัญหาด้านสุขภาพจิต โดยการกำหนดการรักษา โรงเรียน โรงพยาบาล และสิ่งสำคัญคือการเริ่มดำเนินการแต่เนิ่น ๆ เพื่อปรับปรุงผลลัพธ์ด้านสุขภาพ โดยการสร้างความเข้าใจในสังคมเพื่อให้เกิดความตระหนักและเข้าใจปัญหาที่มีอยู่ให้มากยิ่งขึ้น เพื่อเป็นการป้องกันปัญหาสุขภาพที่จะตามมา โดยการดูแลรักษาก็ควรที่จะพิจารณาถึงความต้องการหรือความจำเป็นเป็นกรณี ๆ ไป เพื่อให้ได้ประสิทธิผลที่ดี และมีประสิทธิภาพ



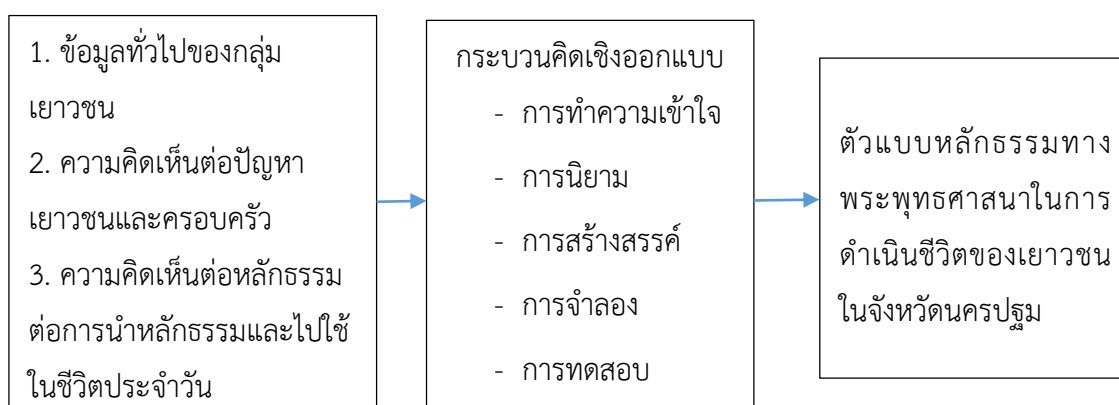
Francesca, Karine and Cecille (2015, p.106 - 123) จริยธรรมเชิงสัมพันธ์ : แนวคิดใหม่เกี่ยวกับ จริยธรรม เสรีภาพ และการพึ่งพาอาศัยกันของเด็กและเยาวชน ในขณะที่นักมานุษยวิทยาได้สะท้อนถึงจริยธรรมและอำนาจมาตั้งแต่ปลายทศวรรษ 196 เกี่ยวกับประเด็นความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในงานวิจัยที่ดำเนินการกับเด็กและเยาวชน อย่างไรก็ตามภาพสะท้อนของมานุษยวิทยาเชิงวิพากษ์เกี่ยวกับความสัมพันธ์เชิงอำนาจ เพื่อให้เข้าใจเด็กและเยาวชนในบริบทที่กว้างขึ้น การศึกษาของเด็กที่ไม่มีเอกสารในประเทศแคนาดา (บุคคลอพยพ) มีการสนทนาเชิงวิพากษ์ เพื่อเน้นย้ำถึงความซับซ้อนของหลักจริยธรรมของความสัมพันธ์ผู้ใหญ่กับเด็ก และเน้นความสัมพันธ์ที่หลากหลาย เช่น ความสัมพันธ์แบบพึ่งพาอาศัยกัน และสิทธิเสรีที่เกิดขึ้นตามหลักจริยธรรมที่เกิดขึ้นระหว่างกัน โดยจุดประสงค์ของการศึกษาเพื่อทบทวนแนวคิดกรอบของอายุของเด็กและเยาวชนให้มีความเหมาะสม และการให้โอกาสเด็กและเยาวชนสามารถมีสิทธิเสรีในการแสดงความคิดเห็น โดยเน้นให้เด็กและเยาวชนเป็นศูนย์กลางของการศึกษา ในการศึกษาพบว่าการตอบโต้ของเด็กแต่ละคนจะมีความแตกต่างกัน และเด็กจะมีความอิสระในการแสดงออกต่าง ๆ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความไว้วางใจของเด็กต่อคู่สนทนา หรือสิ่งแวดล้อมโดยรอบด้วย และพบว่าในหลายสถานการณ์เด็กไม่มีการตอบโต้ เนื่องจากเกิดความไม่ไว้วางใจต่อสถานการณ์ นั้น ๆ ส่วนหนึ่งที่สำคัญของการศึกษาพบว่าวิธีการเป็นหนึ่งในมิติที่สำคัญในการกำหนดเพื่อทำความเข้าใจเด็ก ซึ่งไม่ควรจะละเลย เพื่อที่จะสามารถตรวจสอบจริยธรรมของเด็กได้อย่างแท้จริง โดยการสังเกตพฤติกรรมและการแสดงออกของเด็กตามธรรมชาติของเด็กแต่ละคน ซึ่งมีอัตวิสัยที่แตกต่างกัน และส่วนสุดท้ายคือนิยามของจริยธรรมที่ต้องไม่เป็นการตัดสินอยู่ฝ่ายเดียว ต้องมีการเปิดรับมุมมองต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจริง เนื่องจากการศึกษาพบว่ายังมีหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจำกัดความทางจริยธรรมแคบจนเกินไป ดังนั้นจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องมีการทำตอบอันนี้ร่วมกับการสนทนาควบคู่กันเพื่อตรวจสอบจริยธรรมของเด็กและเยาวชนสิ่งอื่น ๆ ที่น่าสนใจจากการศึกษาพบว่าการมีประสบการณ์ของผู้ตรวจสอบจริยธรรม ก็เป็นส่วนที่จะทำให้การศึกษาได้ผลที่ครบถ้วนและตรงประเด็น เนื่องจากโลกศีลธรรมมีความซับซ้อน โดยผู้ตรวจสอบคุณธรรมนอกจากจะมีความรู้ด้านทฤษฎีแล้ว ยังต้องมีการฝึกปฏิบัติภาคสนามกับเด็กและเยาวชนด้วย

Sophia Siedlikowski and team (2021, p.661 - 676) สังคมวิทยาใหม่ของวัยเด็กเป็นรากฐานในฐานะการก่อสร้างแนวคิดใหม่ในวัยเด็ก เนื่องจากเด็กถือเป็นตัวแทนของความกระตือรือร้นและมีบทบาททางสังคมในชีวิตประจำวัน แม้ว่าสังคมจะมีเทคโนโลยีที่ก้าวหน้าและล้ำสมัย แต่การใช้คำหรือการแสดงออกที่ล้ำสมัยก็ยังคงอยู่ เช่น การเหยียดเพศชาติพันธุ์ และมุมมองเกี่ยวกับบุคลิกภาพในทฤษฎีพัฒนาการเด็กบางทฤษฎียังคงมีอยู่ และมีการละเลยกายอมรับสิทธิเสรีของเด็ก รวมถึงสิทธิในการมีส่วนร่วมในเรื่องต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษา การทบทวนขอบเขตล่าสุดของหน่วยงานทางศีลธรรมทั่ว ๆ ไป

ที่เกี่ยวข้องกับเด็ก พบว่า มุมมองพัฒนาการซึ่งเด็กมักจะถูกมองว่าไม่สามารถมีส่วนร่วมอย่างมีความหมาย เนื่องจากอายุน้อยอยู่ และเด็กจะมองว่าพวกเขาถูกแยกออกจากสังคม ซึ่งพวกเขามองว่าการตัดสินใจเหล่านั้นส่งผลกระทบต่อพวกเขา แม้ว่าจะมีหน่วยงานที่ถูกตั้งขึ้นมาเพื่อดูแลเด็กและเยาวชน แต่ในความเป็นจริงแล้วจำเป็นต้องตั้งทฤษฎีและกำหนดสิ่งต่าง ๆ เพื่อนำไปสู่การพัฒนางานด้านการดูแลเด็กและเยาวชน เนื่องจากสังคมมีความสัมพันธ์กันอย่างซับซ้อน ซึ่งหากมีการตรวจสอบหรือมีทฤษฎีที่สามารถรองรับความสัมพันธ์เหล่านั้นได้ ก็จะส่งผลให้การปฏิบัติต่อเด็กและเยาวชนเป็นไปอย่างเหมาะสมและส่งผลต่อสังคมและโลกของเราจากการวิเคราะห์ Hermeneutic แบบวงกลมที่ใช้ในการศึกษานี้ ช่วยให้เราสามารถเจาะลึกรายละเอียดเป็นรายบุคคลได้ เช่น การเจาะลึกประสบการณ์ทางศีลธรรมของผู้เข้าร่วมการทดลอง สามารถศึกษารายละเอียดมิติสัมพันธ์ด้านต่าง ๆ และการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างมิติต่าง ๆ ของหน่วยงาน ตลอดจนการตรวจสอบแนวทางที่ได้ดำเนินการอยู่ หรือแนวทางที่มีการดำเนินการมาแล้วในอดีต จากการศึกษาสรุปได้ว่า สิทธิเสรีของเด็กและเยาวชนแสดงให้เห็นผ่านมิติหลักที่สัมพันธ์กันสามประการ ได้แก่ ความสัมพันธ์ของความปรารถนา ความกังวล และความสามารถของเด็กและเยาวชน การศึกษายังเปิดเผยให้เห็นเรื่องราวของนักเรียนโรงเรียนมัธยมศึกษาและประถมศึกษาเกี่ยวกับแรงบันดาลใจ ความกังวล และความสามารถของนักเรียนทางด้านศีลธรรม พบว่าเด็กและเยาวชนบางกลุ่มได้มีการผ่านสถานการณ์ที่ต้องมีการตัดสินใจ ซึ่งพวกเขาได้ใช้วิจารณญาณ มีการใช้เหตุและผลในการแยกแยะก่อนที่จะลงมือทำ ในสิ่งที่ทางผู้ศึกษาได้ทำการสอบถาม แสดงให้เห็นว่าพวกเขาเหล่านี้มีความรู้ความเข้าใจหลักการการตัดสินใจ แต่ทั้งนี้พื้นฐานหรือข้อมูลในการตัดสินใจก็ล้วนแล้วแต่บุคคล จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องปฐกฐานจากครอบครัว โรงเรียน และสังคมของเขาต่อไป

## 2.7 สรุปกรอบแนวคิด

การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเพื่อศึกษาความคิดเห็นของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐมต่อการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิตประจำวัน เพื่อศึกษาวิธีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาของกลุ่มเยาวชนในจังหวัดนครปฐมไปใช้ในชีวิตประจำวัน และเพื่อได้ตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ออกแบบจากกลุ่มเยาวชนเพื่อเยาวชน ซึ่งจากการทบทวนแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ ผู้วิจัยจึงได้กำหนดกรอบแนวคิดการวิจัย ซึ่งสรุปได้ดังรูปที่ 1.2



รูปที่ 2.2 สรุปกรอบแนวคิด

## บทที่ 3

### วิธีการดำเนินงานวิจัย

งานวิจัยเรื่อง การค้นหาตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน : กรณีศึกษาการออกแบบความคิดเชิงวิเคราะห์ของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐม เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความคิดเห็นของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐมต่อการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิตประจำวัน เพื่อศึกษาวิธีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาของกลุ่มเยาวชนในจังหวัดนครปฐมไปใช้ในชีวิตประจำวัน และได้ตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ออกแบบจากกลุ่มเยาวชนเพื่อเยาวชน ดังนั้นเพื่อให้การศึกษานี้บรรลุตามวัตถุประสงค์ คณะผู้วิจัยจึงได้กำหนดวิธีการดำเนินงานวิจัย ไว้ดังนี้

- 1) การออกแบบการวิจัย
- 2) ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
- 3) เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
- 4) การสร้างเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
- 5) การเก็บรวบรวมข้อมูล
- 6) การวิเคราะห์และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล
- 7) ระยะเวลาในการดำเนินการวิจัย

#### 3.1 การออกแบบการวิจัย

การดำเนินการวิจัยครั้งนี้ใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action research) ประกอบด้วยการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เพื่อศึกษาความคิดเห็นของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐมต่อการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิตประจำวัน เพื่อศึกษาวิธีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาของกลุ่มเยาวชนในจังหวัดนครปฐมไปใช้ในชีวิตประจำวัน และได้ตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ออกแบบจากกลุ่มเยาวชนเพื่อเยาวชน

- 1) การวิจัยเชิงปริมาณ
  - ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับ แนวคิด ทฤษฎี เนื้อหา จากเอกสารทางวิชาการ ตำรา วารสาร บทความทางวิชาการที่เกี่ยวข้องกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

- ดำเนินการสำรวจ โดยใช้แบบสอบถามส่วนที่ 1 เป็นข้อมูลทั่วไป โดยส่วนที่ 2 ได้สร้างแบบมาตราส่วนประมาณค่า 6 ระดับ เพื่อให้ผู้ตอบแบบสอบถามได้ประเมินถึงการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน ส่วนที่ 3 การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ส่วนที่ 4 ความคิดเห็นทางหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

## 2) การวิจัยเชิงคุณภาพ

- ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับ แนวคิด ทฤษฎี เนื้อหา จากเอกสารทางวิชาการ ตำราวารสาร บทความทางวิชาการที่เกี่ยวข้องกับแนวทางการทำวิจัยเชิงคุณภาพ

- ดำเนินการสัมภาษณ์(Interview) สัมภาษณ์แบบตัวต่อตัว (Face - to -Face) นักวิชาการทางด้านพระพุทธศาสนา จำนวน 4 คน บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพ จำนวน 4 คน ผู้บริหารสถานศึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษาจังหวัดนครปฐม จำนวน 4 คน จำนวน 12 คน

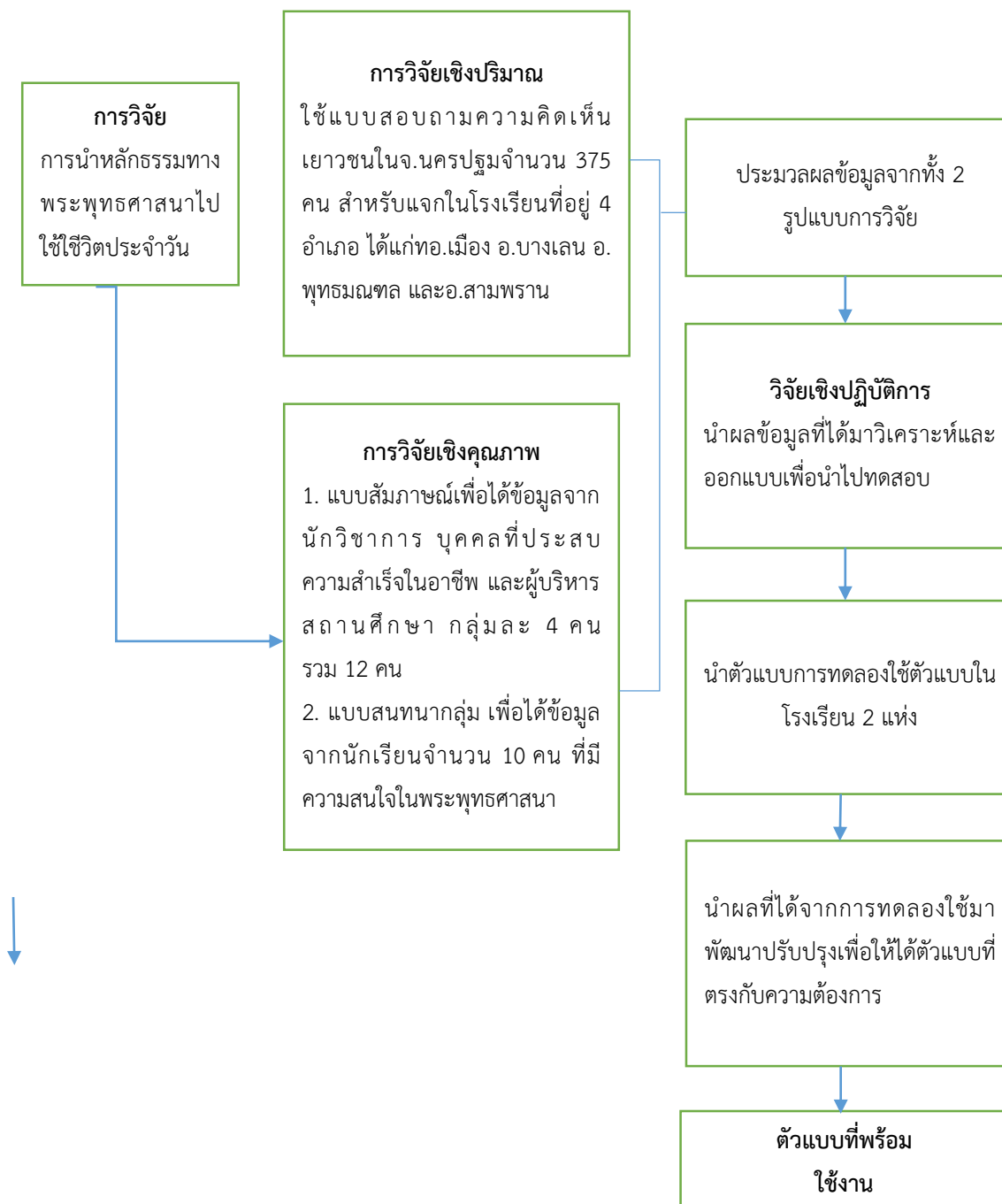
- ดำเนินการสนทนากลุ่ม (Focus Group) เฉพาะกลุ่มเยาวชน จำนวน 10 คน

## 3) การวิจัยเชิงปฏิบัติการ

- ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับ แนวคิด ทฤษฎี เนื้อหา จากเอกสารทางวิชาการ ตำราวารสาร บทความทางวิชาการที่เกี่ยวข้องกับแนวทางการทำวิจัยเชิงคุณภาพ

- ดำเนินการทดลองโดยการนำข้อมูลที่ได้จากการวิจัยเชิงปริมาณ และข้อมูลจากการวิจัยเชิงคุณภาพ ซึ่งจะเป็นข้อมูลตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน และนำตัวแบบหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ไปทดลองในโรงเรียนจำนวน 2 โรงเรียนในจังหวัดนครปฐม

การวิจัยจึงถูกออกแบบให้มีทั้งการวิจัยเชิงปริมาณ การวิจัยเชิงคุณภาพ และวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยเฉพาะการวิจัยเชิงปฏิบัติการที่มีการนำเอากระบวนการ (Design Thinking Process) มาใช้ ดังแผนภาพดังนี้



ภาพที่ 3.1 การนำเอากระบวนการ (Design Thinking Process) มาใช้

### 3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

การดำเนินการวิจัยครั้งนี้ใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action research) ประกอบด้วยการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดย ประชากร และกลุ่มตัวอย่างของการวิจัยในแต่ละแบบประกอบไปด้วย

#### 1) การวิจัยเชิงปริมาณ

ประชากร ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3-6 จำนวน 4 อำเภอ 29 โรงเรียน ในจังหวัด นครปฐม ได้แก่ อำเภอเมืองนครปฐม อำเภอบางเลน อำเภอพุทธมณฑล และอำเภอสสามพราน จำนวน 17,293 คน (สำนักงานเขตพื้นที่มัธยมศึกษาจังหวัดนครปฐม, 2565) ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 375 คน โดยใช้ตารางของเครซีและมอร์แกน (Krejcie & Morgan, 1970 และสุ่มตัวอย่างแบบมีระบบ (Systematic Random Sampling) โดยเลือกพื้นที่ในการศึกษาโดยใช้อำเภอเมืองนครปฐมเป็นศูนย์กลางและเว้นระยะห่าง 1 หน่วยจากอำเภอเมือง คือ เว้นจากอำเภอเมืองนครปฐม และได้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 - 6 ตามกลุ่มตัวอย่าง ใช้การเลือกแบบกำหนดโควต้า (Quota Sampling) เป็นการเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยผู้วิจัยกำหนดได้ล่วงหน้า ได้จำนวน 375 คน รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 3.1

ตารางที่ 3.1 สัดส่วนของกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3-6 ตามอำเภอแยกเป็นโรงเรียน

อำเภอ	โรงเรียน	กลุ่มตัวอย่าง
1. อำเภอเมืองนครปฐม	1.โรงเรียนพระปฐมวิทยาลัย	13
	2.โรงเรียนพระปฐมวิทยาลัย 2 หลวงพ่อเงิน อนุสรณ์	12
	3.โรงเรียนโพรงมะเดื่อวิทยาคม	12
	4.โรงเรียนราชินีบูรณะ	12
	5.โรงเรียนวัดห้วยจรเข้มหาวิทยาลัย	12
	6.โรงเรียนศรีวิชัยวิทยา	11
	7.โรงเรียนสระกะเทียมวิทยาคม	11
	8.โรงเรียนสิรินธรราชวิทยาลัย	11
	รวม	94
2.อำเภอบางเลน	1.โรงเรียนบัวปากท่าวิทยา	24
	2.โรงเรียนบางเลนวิทยา	23
	3.โรงเรียนบางหลวงวิทยา	23

อำเภอ	โรงเรียน	กลุ่มตัวอย่าง
	4.โรงเรียนสถาพรวิทยา	23
	<b>รวม</b>	<b>93</b>
<b>3.อำเภอพุทธมณฑล</b>	1.โรงเรียนกาญจนาภิเษกวิทยาลัย นครปฐม (พระตำหนักสวนกุหลาบมัธยม)	47
	2.โรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชบวรนิเวศศาลายา ในพระสังฆราชูปถัมภ์	46
	<b>รวม</b>	<b>93</b>
<b>4.อำเภอสามพราน</b>	1.โรงเรียนปริตารามวิทยาคม	24
	2.โรงเรียน ภ.ป.ร. ราชวิทยาลัย ในพระบรม ราชูปถัมภ์	23
	3.โรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา	23
	4.โรงเรียนสามพรานวิทยา	23
	<b>รวม</b>	<b>94</b>
<b>รวมทั้งสิ้น</b>		<b>375</b>

## 2) การวิจัยเชิงคุณภาพ

กำหนดวิธีการที่ใช้สำหรับการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ 2 กลุ่ม ดังนี้

1. การสัมภาษณ์ (Interview) ดำเนินการสัมภาษณ์ (Interview) สัมภาษณ์แบบตัวต่อตัว (Face-to-Face) จากนักวิชาการทางด้านพระพุทธศาสนา จำนวน 4 คน บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพ จำนวน 4 คน ผู้บริหารสถานศึกษาโรงเรียนมัธยมศึกษาจังหวัดนครปฐม จำนวน 4 คน จำนวน 12 คน
2. การสนทนากลุ่ม (Focus Group) เยาวชนที่เป็นนักเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษาจังหวัดนครปฐมและมีความสนใจทางพระพุทธศาสนา จำนวน 10 คน

## 3) การวิจัยเชิงปฏิบัติการ

เลือกโรงเรียนในจังหวัดนครปฐม จำนวน 2 โรงเรียน เพื่อทดลองใช้ตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน



### 3.3 เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการศึกษาวิจัย

**3.3.1 แบบสอบถาม (Questionnaire)** สำหรับถามความคิดเห็นของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐมต่อการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิตประจำวัน ศึกษาวิธีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาของกลุ่มเยาวชนในจังหวัดนครปฐมไปใช้ในชีวิตประจำวัน ทั้งนี้คณะผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเพื่อสอบถามจำนวน 1 ชุด แบ่งออกเป็น 4 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List) ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับชั้น โรงเรียน

ตอนที่ 2 การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวัน โดยลักษณะของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนแบบประมาณค่า (Rating Scale) ของ Likert (1932, 42-48) โดยกำหนดค่าน้ำหนักของคะแนน 6 ระดับ ซึ่งมีเกณฑ์การวัดดังนี้

ระดับ 5 หมายถึง มีการปฏิบัติ / พฤติกรรม / ความคิดเห็นตามสภาพที่เป็นจริงในระดับมากที่สุด
ระดับ 4 หมายถึง มีการปฏิบัติ / พฤติกรรม / ความคิดเห็นตามสภาพที่เป็นจริงในระดับมาก
ระดับ 3 หมายถึง มีการปฏิบัติ / พฤติกรรม / ความคิดเห็นตามสภาพที่เป็นจริงในระดับปานกลาง
ระดับ 2 หมายถึง มีการปฏิบัติ / พฤติกรรม / ความคิดเห็นตามสภาพที่เป็นจริงในระดับค่อนข้างน้อย
ระดับ 1 หมายถึง มีการปฏิบัติ / พฤติกรรม / ความคิดเห็นตามสภาพที่เป็นจริงในระดับน้อยที่สุด
ระดับ 0 หมายถึง ไม่มีการปฏิบัติ / พฤติกรรม / ความคิดเห็นตามสภาพที่เป็นจริงในระดับไม่เคยทำเลย

ตอนที่ 3 สอบถามถึงการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ประกอบด้วย จากตนเอง ครอบครัว โรงเรียน และชุมชน

ส่วนที่ 4 ความคิดเห็นทางหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

**3.3.2 แบบสัมภาษณ์อย่างมีโครงสร้าง (Structure interview)** โดยการสัมภาษณ์(Interview) เยาวชนที่เป็นประธานนักเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษาจังหวัดนครปฐมที่มีความสนใจทางพระพุทธศาสนา บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพต่าง ๆ ในจังหวัดนครปฐม ผู้อำนวยการโรงเรียนมัธยมศึกษาจังหวัดนครปฐม โดยเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเฉพาะเจาะจง

### 3.4 การสร้างเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

การสร้างเครื่องมือ และการหาคุณภาพเครื่องมือ เพื่อใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการดังนี้

#### 3.4.1 เครื่องมือเชิงปริมาณ

1) ค้นคว้าหาข้อมูลจากแหล่งข้อมูลทุติยภูมิ เพื่อศึกษาแนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา กระบวนการคิดเชิงออกแบบ ปัญหาของเยาวชน รวมทั้งเอกสารทางราชการอื่น ๆ ตำรา บทความทางการวิจัย บทความทางวิชาการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์การวิจัย

2) กำหนดขอบข่ายตัวแปรที่ต้องการศึกษา สร้างแบบสอบถาม และแบบสัมภาษณ์ เพื่อเสนอต่อที่ประชุมคณะผู้วิจัย เพื่อตรวจสอบความสมบูรณ์ ถูกต้อง พร้อมทั้งปรับปรุงแก้ไขจนสมบูรณ์

3) นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขจนสมบูรณ์เรียบร้อยแล้วไปเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน เพื่อพิจารณาตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Analysis) ความถูกต้องเหมาะสม ความครอบคลุมและข้อเสนอแนะเพื่อนำมาพัฒนาแบบสอบถามให้ถูกต้องและสมบูรณ์มากขึ้น โดยใช้ดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) ระหว่างข้อคำถามนั้นกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยกำหนดคะแนนไว้ ดังนี้

+1 เมื่อเห็นว่าตรงกับขอบข่ายเนื้อหาตามที่ระบุไว้

0 เมื่อไม่แน่ใจว่าตรงกับขอบข่ายเนื้อหาตามที่ระบุไว้

-1 เมื่อแน่ใจว่าไม่ตรงกับขอบข่ายเนื้อหาตามที่ระบุไว้

โดยค่า  $IOC \geq .50$  หมายความว่า ข้อคำถามสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

$IOC \leq .50$  หมายความว่า ข้อคำถามไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

สำหรับความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามนั้นกับวัตถุประสงค์ของการวิจัยในครั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้รับความอนุเคราะห์จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ดังนี้

(1) พระสุทธิสารเมธี, ผศ.ดร. คณะศาสนาและปรัชญา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

(2) พระมหาอรุณ ปญฺญารุโณ,ดร. ภาควิชาการปกครอง คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

(3) รศ.ดร.สุเทพ สุวีรางกูร ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

ผลการตรวจสอบแบบสอบถามเพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Analysis) จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน พบว่า ผลการวิเคราะห์ความเที่ยงตรงตามเนื้อหาของข้อคำถาม คำนวนค่า  $IOC \geq .50$  เท่ากับ 0.947 คะแนน ถือว่าใช้ได้ แสดงว่าข้อคำถามความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามนั้นกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย ทั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้มีการปรับปรุงคำถามตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ เพื่อให้ได้ข้อคำถามที่เหมาะสม ภาษามีความชัดเจน และเข้าใจง่าย คำถามประกอบด้วย

ตอนที่ 2 การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวัน 0.940

ตอนที่ 3 การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา 0.902

ตอนที่ 4 ความคิดเห็นทางหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา 1.000

4) นำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงคำถามตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญเรียบร้อยแล้ว ไปทดลองใช้ (Try out) กับนักเรียนในจังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 20 คน แล้วนำมาหาความเชื่อมั่น (Reliability) ของเครื่องมือ โดยใช้สูตรเป็นสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha coefficient)

5) นำแบบสอบถามที่ผ่านการทดลองใช้และพัฒนาแก้ไขเสร็จแล้ว นำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลตามประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่คณะผู้วิจัยกำหนดไว้

### 3.4.2 เครื่องมือเชิงคุณภาพ

เป็นแนวทางการสัมภาษณ์อย่างมีโครงสร้าง มีขั้นตอนในการดำเนินการ ดังนี้

1) ศึกษาเอกสารทางวิชาการ บทความ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับการสร้างเครื่องมือแบบสัมภาษณ์

2) กำหนดขอบข่ายและประเด็นคำถามที่ต้องการให้มีความครอบคลุมกับขอบเขตการศึกษา วัตถุประสงค์ รวมถึงสอดคล้องกับแนวคิด ทฤษฎี ที่นำมาใช้ในการวิเคราะห์

3) นำแบบสัมภาษณ์ที่ปรับปรุงแก้ไขจนสมบูรณ์เรียบร้อยแล้วไปเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่านเพื่อพิจารณาตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Analysis) ความถูกต้องเหมาะสม ความครอบคลุมและข้อเสนอแนะเพื่อนำมาพัฒนาแบบสอบถามให้ถูกต้องและสมบูรณ์มากขึ้น โดยใช้ดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence: IOC) ระหว่างข้อคำถามนั้นกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยกำหนดคะแนนไว้ ดังนี้

+1 เมื่อเห็นว่าตรงกับขอบข่ายเนื้อหาตามที่ระบุไว้

0 เมื่อไม่แน่ใจว่าตรงกับขอบข่ายเนื้อหาตามที่ระบุไว้

-1 เมื่อแน่ใจว่าไม่ตรงกับขอบข่ายเนื้อหาตามที่ระบุไว้

โดยค่า  $IOC \geq .50$  หมายความว่า ข้อคำถามสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

$IOC \leq .50$  หมายความว่า ข้อคำถามไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

สำหรับความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามนั้นกับวัตถุประสงค์ของการวิจัยในครั้งนี้

คณะผู้วิจัยได้รับความอนุเคราะห์จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน ดังนี้

(1) พระสุทธิสารเมธี, ผศ.ดร. คณะศาสนาและปรัชญา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

(2) พระมหาอรุณ ปณญารุโณ, ดร. ภาควิชาการปกครอง คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

(3) รศ.ดร.สุเทพ สุวีรางกูร ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย

ผลการตรวจสอบแบบสอบถามเพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงตามเนื้อหา (Content Analysis) จากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 3 ท่าน พบว่า ผลการวิเคราะห์ความเที่ยงตรงตามเนื้อหาของข้อคำถาม คำนวนค่า  $IOC \geq .50$  เท่ากับ 0.976 ถือว่าใช้ได้ โดยแบบสัมภาษณ์ประกอบด้วย

ข้อที่ 1 ท่านมีประสบการณ์อะไรบ้าง เกี่ยวกับการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้ และนำมาใช้อย่างไร ได้คะแนน 1.000

ข้อที่ 2 ท่านได้นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ไปใช้กับบุคคลใดบ้างต่อไปนี้ ได้คะแนน 0.917

ข้อที่ 3 ท่านได้นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเรื่องใดบ้าง ที่ท่านนำไปใช้ตามข้อ 2 ได้คะแนน 1.000 ใช้ได้

ข้อที่ 4 เมื่อมีอุปสรรคในการดำเนินชีวิตในด้านต่าง ๆ เช่น ด้านครอบครัว ด้านการทำงาน ท่านทำอย่างไร ได้คะแนน 1.000

ข้อที่ 5 เมื่อท่านต้องเผชิญกับเหตุการณ์หรือสถานการณ์ในการดำเนินชีวิต ท่านเลือกที่จะใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการแก้ไขปัญหาใดบ้าง ได้คะแนน 0.961

5) นำแบบสัมภาษณ์ที่ผ่านการตรวจสอบถูกต้องและพัฒนา ปรับปรุง เรียบร้อยแล้ว ไปเก็บข้อมูลกับผู้ใช้ข้อมูลหลักต่อไป

### 3.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล

คณะผู้วิจัยได้กำหนดขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

ขั้นตอนที่หนึ่ง คณะผู้วิจัยได้ทำหนังสือถึงผู้อำนวยการสำนักงานเขตมัธยมศึกษาในจังหวัดนครปฐม บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพต่าง ๆ ในจังหวัดนครปฐม เพื่อขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลการศึกษาวิจัย

ขั้นตอนที่สอง คณะผู้วิจัยประสานงานกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อแนะนำตนเอง แนะนำโครงการ พร้อมทั้งส่งแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ ซึ่งแจ้งรายละเอียดตามหลักเกณฑ์ของคณะกรรมการจริยธรรมการทำวิจัยในคน มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย รวมทั้งชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย เพื่อสร้างความเข้าใจที่ตรงกันระหว่างคณะผู้วิจัยและกลุ่มตัวอย่าง เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้องครบถ้วน

ขั้นตอนที่สาม นำแบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้อง ครบถ้วน และให้คะแนนตามค่าน้ำหนักตามที่กำหนดไว้ บันทึกลงในคอมพิวเตอร์ เพื่อนำไปสู่การวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติต่อไป

ขั้นตอนที่สี่ นำผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ และการพรรณนา มาอธิบายตามวัตถุประสงค์ของโครงการวิจัยต่อไป

ขั้นตอนที่ห้า ทดลองใช้ตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน

### 3.6 การวิเคราะห์และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

#### 3.6.1 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

คณะผู้วิจัยได้ตรวจสอบความถูกต้อง ครบถ้วน สมบูรณ์ของแบบสอบถามเรียบร้อยแล้ว จึงดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป (SPSS) มีขั้นตอนการดำเนินการ ดังนี้

1) วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List) ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับชั้น โรงเรียน โดยใช้สถิติเชิงพรรณนาในการวิเคราะห์ และนำเสนอในรูปแบบของตารางแจกแจงความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage)

2) วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวัน ด้วยสถิติบรรยายโดยหาค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) โดยแปลค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบสอบถามตามเกณฑ์ของ Best (1981) ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 4.51 – 5.00 หมายถึง มีการปฏิบัติ / พฤติกรรม / ความคิดเห็นตามสภาพที่เป็นจริง / สภาพที่พึงประสงค์ในระดับมากที่สุด

ค่าเฉลี่ย 3.51 – 4.50 หมายถึง มีการปฏิบัติ / พฤติกรรม / ความคิดเห็นตามสภาพที่เป็นจริง / สภาพที่พึงประสงค์ในระดับมาก

ค่าเฉลี่ย 2.51 – 3.50 หมายถึง มีการปฏิบัติ / พฤติกรรม / ความคิดเห็นตามสภาพที่เป็นจริง / สภาพที่พึงประสงค์ในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.51 – 2.50 หมายถึง มีการปฏิบัติ / พฤติกรรม / ความคิดเห็นตามสภาพที่เป็นจริง / สภาพที่พึงประสงค์ในระดับน้อย

ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.50 หมายถึง มีการปฏิบัติ / พฤติกรรม / ความคิดเห็นตามสภาพที่เป็นจริง / ในระดับน้อยที่สุด

ค่าเฉลี่ย 0 – 0.99 หมายถึง มีการปฏิบัติ / พฤติกรรม / ความคิดเห็นตามสภาพที่เป็นจริง / ในระดับไม่เคยทำเลย

1) วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา โดยใช้สถิติเชิงพรรณนาในการวิเคราะห์ และนำเสนอในรูปแบบของตารางแจกแจงความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage)

### 3.6.2 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

การวิเคราะห์ข้อมูลในส่วนนี้ทำโดยนำข้อมูลที่ได้จากเอกสารทางวิชาการต่าง ๆ การสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่ม มาดำเนินการจัดระบบ ระเบียบและหมวดหมู่ เพื่อวิเคราะห์และเชื่อมโยงข้อมูล นำข้อมูลที่ได้มาเรียบเรียงและสรุปผล



## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาเรื่อง การค้นหาตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน : กรณีศึกษาการออกแบบความคิดเชิงวิเคราะห์ของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐม มีวัตถุประสงค์ของการวิจัย 1) เพื่อศึกษาความคิดเห็นของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐมต่อการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิตประจำวัน 2) เพื่อศึกษาวิธีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาของกลุ่มเยาวชนในจังหวัดนครปฐมไปใช้ในชีวิตประจำวัน 3) เพื่อได้ตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ออกแบบจากกลุ่มเยาวชนเพื่อเยาวชน ดำเนินการศึกษาตามขั้นตอนที่กำหนดไว้ในบทที่ 3 ดังนี้

การค้นหาตัวแบบการค้นหาตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน : กรณีศึกษาการออกแบบความคิดเชิงวิเคราะห์ของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐม ดำเนินการโดยวิธีการวิจัย ทั้งเชิงปริมาณและคุณภาพเพื่อนำผลที่ได้จากการประมวลข้อมูลไปใช้ร่วมกับแนวคิด Design Thinking ซึ่งจะทำให้ได้ตัวแบบไปใช้ทดลองในทางปฏิบัติก่อนที่จะมีตัวแบบที่สามารถนำไปใช้ได้จริงต่อไป การนำเสนอในบทนี้ประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้

#### 4.1 ข้อมูลทั่วไป

การศึกษาเรื่อง การค้นหาตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน : กรณีศึกษาการออกแบบความคิดเชิงวิเคราะห์ของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐม ผลการศึกษานำเสนอ ดังนี้

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา กิจกรรมที่ปฏิบัติเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา ผลการศึกษาปรากฏดังนี้

##### ตารางที่ 4.1 เพศ

เพศ	จำนวน	ร้อยละ
หญิง	213	56.8
ชาย	162	43.2
รวม	375	100.0

จากตารางที่ 4.1 พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ร้อยละ 56.8 เป็นเพศหญิงและร้อยละ 43.2 เป็นเพศชาย



#### ตารางที่ 4.2 อายุ

อายุ	จำนวน	ร้อยละ
15 ปี	189	50.4
16 ปี	97	25.9
17 ปี	76	20.3
18 ปี	13	3.4
<b>รวม</b>	<b>375</b>	<b>100.0</b>

จากตารางที่ 4. 2 พบว่า นักเรียนร้อยละ 50.4 อายุ 15 ปี รองลงมาร้อยละ 25.9 อายุ 16 ปี ร้อยละ 20.3 อายุ 17 ปี และร้อยละ 3.5 อายุ 18 ปีตามลำดับ

#### ตารางที่ 4.3 ระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	จำนวน	ร้อยละ
มัธยมศึกษาปีที่ 4	144	38.4
มัธยมศึกษาปีที่ 3	89	23.7
มัธยมศึกษาปีที่ 5	80	21.3
มัธยมศึกษาปีที่ 6	62	16.6
<b>รวม</b>	<b>375</b>	<b>100.0</b>

จากตารางที่ 4.3 พบว่า นักเรียนเป็นนักเรียนในระดับมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 4 ร้อยละ 38.4 มัธยมศึกษา ปีที่ 3 ร้อยละ 23.7 มัธยมศึกษาปีที่ 5 ร้อยละ 21.3 และ มัธยมศึกษาปีที่ 6 ร้อยละ 16.5 ตามลำดับ

#### ตารางที่ 4.4 กิจกรรมที่ปฏิบัติเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา

การปฏิบัติเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา	จำนวน	ร้อยละ
เข้าวัด ทำบุญ ในวันพระ	329	44.7
สอบนักรธรรม ตรี โท เอก	227	30.9
บวช (ภาคฤดูร้อน)/วิปัสสนา/ทอดกฐิน/ผ้าป่า	97	13.2
เคยเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์	33	4.6
เป็นสมาชิกชมรมพระพุทธศาสนา	27	3.7

เป็นอาสาสมัครในมูลนิธิหรือสถานสงเคราะห์	22	2.9
<b>รวม</b>	<b>735</b>	<b>100.0</b>

ตารางที่ 4.4 นักเรียนส่วนใหญ่มีกิจกรรมที่ปฏิบัติเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา พบว่า ร้อยละ 44.7 เข้าวัด ทำบุญ ในวันพระ รองลงมา ร้อยละ 30.9 สอนนักเรียน ตรี โท เอก ร้อยละ 4.6 เคยเรียนพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ ร้อยละ 13.2 อื่น ๆ เช่น บวช (ภาคฤดูร้อน)/วิปัสสนา/ทอดกฐิน/ผ้าป่า ร้อยละ 3.7 เป็นสมาชิกชมรมพระพุทธศาสนา และร้อยละ 2.9 เป็นอาสาสมัครในมูลนิธิหรือสถานสงเคราะห์

#### 4.2 การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวัน

ตารางที่ 4.5 ค่าเฉลี่ย ( $\bar{x}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักสังคหวัตถุ 4

การประพฤติปฏิบัติ ในการดำเนิน ชีวิตประจำวัน	ระดับการปฏิบัติ						ค่าเฉลี่ย	S.D.	การ แปลผล
	มากที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	ไม่เคย			
1.เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เมื่อ มีโอกาส	103 (27.5)	129 (34.4)	126 (33.6)	17 (4.5)	-	-	3.85	0.87	มาก
2. เลือ ก ที่ จะ ประพฤติตนให้เป็น คนดี	106 (28.3)	127 (33.9)	114 (30.4)	28 (7.5)	-	-	3.83	0.82	มาก
3. มีความเสมอต้น เสมอปลายใน กิจกรรมของ ชีวิตประจำวัน	81 (21.6)	127 (33.9)	128 (34.1)	39 (10.4)	-	-	3.67	0.93	มาก
4. พุดจาสุภาพ ไพเราะกับทุกคน	51 (13.6)	127 (33.9)	143 (38.1)	54 (14.4)	-	-	3.47	0.90	ปานกลาง
<b>ค่าเฉลี่ยรวม</b>							<b>3.71</b>		<b>มาก</b>

จากตารางที่ 4.5 นักเรียนแสดงการประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักสังคหวัตถุ 4 ภาพรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.71) เมื่อศึกษาในรายละเอียดพบว่านักเรียนส่วนใหญ่แสดงความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เมื่อมีโอกาส เลือกที่จะประพฤติตนให้เป็นคนดี มีความเสมอต้นเสมอปลายใน

กิจกรรมของชีวิตประจำวัน (ค่าเฉลี่ย 3.85, 3.83 และ 3.67 ตามลำดับ) ส่วนการพุดจาสุขภาพไพบเพราะกับทุก  
คนภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ยเพียง 3.47

ตารางที่ 4.6 ค่าเฉลี่ย ( $\bar{x}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การประพฤติปฏิบัติในการดำเนิน  
ชีวิตประจำวันตามหลักขรวาธรรม4

การประพฤติ ปฏิบัติในการ ดำเนิน ชีวิตประจำวัน	ระดับการปฏิบัติ						ค่าเฉลี่ย	S.D.	การ แปลผล
	มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	ไม่ เคย			
5.มีความซื่อสัตย์ สุจริตทั้งต่อหน้า และลับหลัง	109 (29.1)	135 (36.0)	103 (27.5)	28 (7.5)	-	-	3.87	0.92	มาก
6.ยอมเสียสละ เช่น เวลา/สิ่งของ ให้ ผู้ที่มี ความ จำเป็น	92 (24.5)	126 (33.6)	117 (31.2)	40 (10.7)	-	-	3.72	0.95	มาก
7.สามารถแก้ไข ข้อบกพร่องได้ด้วย ตนเอง	83 (22.1)	130 (34.7)	117 (31.2)	45 (12.0)	-	-	3.67	0.95	มาก
8.มีความอดทนต่อ สิ่งยั่วยู่ได้	74 (19.7)	135 (36.0)	118 (31.5)	48 (12.8)	-	-	3.63	0.94	มาก
<b>ค่าเฉลี่ยรวม</b>							<b>3.72</b>		<b>มาก</b>

ตารางที่ 4.6 แสดงการประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักขรวาธรรม4  
ภาพรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.72) เมื่อศึกษาในรายละเอียดพบว่านักเรียนส่วนใหญ่ มีความ  
ซื่อสัตย์สุจริตทั้งต่อหน้าและลับหลัง มีความเสียยอมเสียสละ เช่น เวลา/สิ่งของ ให้ผู้ที่มีความจำเป็น  
สามารถแก้ไขข้อบกพร่องได้ด้วยตนเอง(ค่าเฉลี่ย 3.72, 3.67 และ 3.67 ตามลำดับ) ส่วนมีความอดทนต่อ  
สิ่งยั่วยู่ได้อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.72

ตารางที่ 4.7 ค่าเฉลี่ย ( $\bar{x}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักพรหมวิหาร 4

การประพฤติปฏิบัติ ในการดำเนิน ชีวิตประจำวัน	ระดับการปฏิบัติ						ค่าเฉลี่ย	S.D.	การ แปลผล
	มากที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	ไม่ เคย			
10. ให้ความสงสาร แก่ผู้ที่มีความทุกข์ ยากเดือดร้อน	130 (34.7)	128 (34.1)	96 (25.6)	21 (5.6)	-	-	3.98	0.91	มาก
11. มีความยินดีเมื่อ ผู้อื่นมีความสุข	127 (33.9)	126 (33.6)	91 (24.3)	30 (8.0)	1 (0.3)	-	3.93	0.96	มาก
9. มีความรักให้กับ ผู้อื่น	121 (32.3)	123 (32.8)	97 (25.9)	34 (9.1)	-	-	3.88	0.96	มาก
12. มีจิตใจที่เป็น กลางรู้ว่าสิ่งใดควร ทำหรือไม่ควรทำ	102 (27.2)	133 (35.5)	101 (26.9)	39 (10.4)	-	-	3.79	0.95	มาก
<b>ค่าเฉลี่ยรวม</b>							<b>3.90</b>		<b>มาก</b>

ตารางที่ 4.7 แสดงการประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักพรหมวิหาร 4 ภาพรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.90) เมื่อศึกษาในรายละเอียดพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ให้ความสงสารแก่ผู้ที่มีความทุกข์ยากเดือดร้อน มีความยินดีเมื่อผู้อื่นมีความสุข มีความรักให้กับผู้อื่น (ค่าเฉลี่ย 3.98, 3.93 และ 3.88 ตามลำดับ) ส่วนการมีจิตใจที่เป็นกลางรู้ว่าสิ่งใดควรทำหรือไม่ควรทำอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.79

ตารางที่ 4.8 ค่าเฉลี่ย ( $\bar{x}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) แสดงการประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักอริยสัจ 4

การประพฤติปฏิบัติ ในการดำเนิน ชีวิตประจำวัน	ระดับการปฏิบัติ						ค่าเฉลี่ย	S.D.	การ แปลผล	
	มากที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	ไม่เคย				
16. ลงมือปฏิบัติ ทันทีเมื่อหาทางออก ได้	100 (28.5)	146 (38.9)	114 (30.4)	15 (4.0)	-	-	3.88	0.8	มาก	
15. สามารถหาทาง ออกหรือแก้ไขได้ อย่างถูกวิธี	73 (19.5)	146 (38.9)	133 (35.5)	23 (6.1)			3.72	0.84	มาก	
14. ไตร่ตรองหา สาเหตุของปัญหา	86 (22.9)	152 (40.5)	119 (31.7)	18 (4.8)			3.82	0.84	มาก	
17. เป็นคนหนึ่งที่มี ความทุกข์เกิดขึ้นใน ชีวิต	15 (4.0)	50 (13.3)	135 (36.0)	175 (46.7)	-	-	2.75	0.83	ปานกลาง	
	ค่าเฉลี่ยรวม							3.54		มาก

ตารางที่ 4.8 แสดงการประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักอริยสัจ 4 ภาพรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.54) เมื่อศึกษาในรายละเอียดพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่สามารถหาทางออกหรือแก้ไขได้อย่างถูกวิธี ลงมือปฏิบัติทันทีเมื่อหาทางออกได้ ไตร่ตรองหาสาเหตุของปัญหา (ค่าเฉลี่ย 3.88, 3.82 และ 3.72) ส่วนเป็นคนหนึ่งที่มีความทุกข์เกิดขึ้นในชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย 2.75

ตารางที่ 4.9 ค่าเฉลี่ย ( $\bar{x}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักอิทธิบาท 4

การประพฤติปฏิบัติ ในการดำเนิน ชีวิตประจำวัน	ระดับการปฏิบัติ						ค่าเฉลี่ย	S.D.	การ แปลผล
	มากที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	ไม่เคย			
18. พอใจในสิ่งที่มี อยู่ทุกวันนี้	107 (28.5)	130 (34.7)	111 (31.5)	20 (5.3)	-	-	3.86	0.89	มาก
19. มีความ ขยันหมั่นเพียรใน หน้าที่ของตนเอง	95 (25.3)	134 (35.7)	125 (33.3)	21 (5.6)	-	-	3.81	0.88	มาก
20. คิดก่อนทำเสมอ	88 (23.5)	144 (38.4)	121 (32.3)	22 (5.9)	-	-	3.79	0.86	มาก
21. มีจิตใจที่ไม่ ฟุ้งซ่านเลื่อนลอย	72 (19.2)	141 (37.6)	132 (35.2)	30 (8.0)	-	-	3.68	0.87	มาก
<b>ค่าเฉลี่ยรวม</b>							<b>3.79</b>		<b>มาก</b>

ตารางที่ 4.9 แสดงการประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักอิทธิบาท 4 ภาพรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.79) เมื่อศึกษาในรายละเอียดพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่พอใจในสิ่งที่มีอยู่ทุกวันนี้ มีความขยันหมั่นเพียรในหน้าที่ของตนเอง คิดก่อนทำเสมอ (ค่าเฉลี่ย 3.86, 3.81 และ 3.79) มีจิตใจที่ไม่ฟุ้งซ่านเลื่อนลอยอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.68

ตารางที่ 4.10 ค่าเฉลี่ย ( $\bar{x}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) แสดงการประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักเบญจศีล 5

การประพฤติปฏิบัติ ในการดำเนิน ชีวิตประจำวัน	ระดับการปฏิบัติ						ค่าเฉลี่ย	S.D.	การ แปลผล
	มากที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	ไม่เคย			
22. พยายามหลีกเลี่ยงไม่อยู่ในสิ่งแวดล้อมของสิ่งเสพติด	179 (47.7)	104 (27.7)	75 (20.0)	17 (4.5)	-	-	4.19	0.90	มาก
23. ไม่เคยคิดที่จะขโมยของคนอื่นถึงแม้จะมีโอกาสก็ตาม	160 (42.7)	104 (27.7)	88 (23.5)	23 (6.1)	-	-	4.07	0.95	มาก
24. ไม่เคยคิดที่จะประพฤติผิดในกาม	148 (39.5)	104 (27.7)	97 (25.9)	26 (6.9)	-	-	4.00	0.96	มาก
25. ไม่เคยคิดที่จะทำร้ายสิ่งมีชีวิตไม่ว่าเป็นมนุษย์หรือสัตว์	99 (26.4)	114 (30.4)	126 (33.6)	36 (9.6)	-	-	3.74	0.95	มาก
26. ไม่มีนิสัยที่จะพูดจากประชดประชัน พูดส่อเสียดหรือกล่าวคำเท็จ	77 (20.5)	136 (36.3)	121 (32.3)	38 (10.1)	3 (0.8)	-	3.66	0.94	มาก
<b>ค่าเฉลี่ยรวม</b>							<b>3.93</b>		<b>มาก</b>

ตารางที่ 4.10 การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักเบญจศีล 5 ภาพรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.93) เมื่อศึกษาในรายละเอียดพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ พยายามหลีกเลี่ยงไม่อยู่ในสิ่งแวดล้อมของสิ่งเสพติด ไม่เคยคิดที่จะขโมยของคนอื่นถึงแม้จะมีโอกาสก็ตาม ไม่เคยคิดที่จะประพฤติผิดในกาม ไม่เคยคิดที่จะทำร้ายสิ่งมีชีวิตไม่ว่าเป็นมนุษย์หรือสัตว์ (ค่าเฉลี่ย 4.19, 4.07, 4.00 และ 3.74 ตามลำดับ) ไม่มีนิสัยที่จะพูดจากประชดประชัน พูดส่อเสียดหรือกล่าวคำเท็จอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.66

ตารางที่ 4.11 ค่าเฉลี่ย ( $\bar{x}$ ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักสติ

การประพฤติปฏิบัติ ในการดำเนิน ชีวิตประจำวัน	ระดับการปฏิบัติ						ค่าเฉลี่ย	S.D.	การ แปลผล
	มากที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	ไม่เคย			
27. รู้ตัวเสมอไม่ว่า ทำกิจกรรมใด ๆ ก็ ตาม	123 (32.8)	131 (34.9)	96 (25.6)	25 (6.7)	-	-	3.94	0.92	มาก
28. ไม่เคยประพฤติ ตนให้อยู่ในความ ประมาท	78 (20.8)	138 (36.8)	125 (33.3)	34 (9.1)	-	-	3.69	0.90	มาก
29. มีความรอบคอบ เสมอก่อนตัดสินใจ ทำสิ่งใด	100 (26.7)	116 (30.9)	112 (29.9)	39 (10.4)	5 (1.3)	3 (0.8)	3.69	1.06	มาก
<b>ค่าเฉลี่ยรวม</b>							<b>3.77</b>		<b>มาก</b>

ตารางที่ 4.11 การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักสติ ภาพรวมอยู่ในระดับมาก (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.77) เมื่อศึกษาในรายละเอียดพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ รู้ตัวเสมอไม่ว่าทำกิจกรรมใด ๆ ก็ตาม ไม่เคยประพฤติตนให้อยู่ในความประมาท และมีความรอบคอบเสมอก่อนตัดสินใจทำสิ่งใด (3.94, 3.69 และ 3.69 ตามลำดับ)



ตารางที่ 4.12 สรุปความคิดเห็นต่อการประพฤติปฏิบัติตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	ค่าเฉลี่ย	การประพฤติปฏิบัติในชีวิตประจำวัน
เบญจศีล 5	3.93	พยายามหลีกเลี่ยงไม่อยู่ในสิ่งแวดล้อมของสิ่งเสพติด 4.19 ไม่เคยคิดที่จะขโมยของคนอื่นถึงแม้จะมีโอกาสก็ตาม 4.07 ไม่เคยคิดที่จะประพฤติผิดในกาม 4.00 ไม่เคยคิดที่จะทำร้ายสิ่งมีชีวิตไม่ว่าเป็นมนุษย์หรือสัตว์ 3.74 ไม่มีนิสัยที่จะพูดจากประชดประชัน พูดส่อเสียดหรือกล่าวคำเท็จ 3.66
พรหมวิหาร 4	3.90	ให้ความสงสารแก่ผู้ที่มีความทุกข์ยากเดือดร้อน 3.98 มีความยินดีเมื่อผู้อื่นมีความสุข 3.93 มีความรักให้กับผู้อื่น 3.88 มีจิตใจที่เป็นกลางรู้ว่าสิ่งใดควรทำหรือไม่ควรทำ 3.79
อิทธิบาท 4	3.79	พอใจในสิ่งที่มีอยู่ทุกวันนี้ 3.86 มีความขยันหมั่นเพียรในหน้าที่ของตนเอง 3.81 คิดก่อนทำเสมอ 3.79 มีจิตใจที่ไม่ฟุ้งซ่านเลื่อนลอย 3.68
สติ	3.77	รู้ตัวเสมอไม่ว่าทำกิจกรรมใด ๆ ก็ตาม 3.94 ไม่เคยประพฤติดนให้อยู่ในความประมาท 3.69 มีความรอบคอบเสมอก่อนตัดสินใจทำอะไร 3.69
ฆราวาสธรรม 4	3.72	มีความซื่อสัตย์สุจริตทั้งต่อหน้าและลับหลัง 3.87 ยอมเสียสละ เช่น เวลา/สิ่งของ ให้ผู้ที่มีความจำเป็น 3.72 สามารถแก้ไขข้อบกพร่องได้ด้วยตนเอง 3.67 มีความอดทนต่อสิ่งยั่วยู่ได้ 3.63
สังคหวัตถุ 4	3.71	เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เมื่อมีโอกาส 3.85 เลือกที่จะประพฤติตนให้เป็นคนดี 3.83 มีความเสมอต้นเสมอปลายในกิจกรรมของชีวิตประจำวัน 3.67 พูดจาสุภาพไพเราะกับทุกคน 3.47

หลักธรรมทาง พระพุทธศาสนา	ค่าเฉลี่ย	การประพฤติปฏิบัติในชีวิตประจำวัน
อริยสัจจ 4	3.54	ลงมือปฏิบัติทันทีเมื่อหาทางออกได้ 3.88 ไตร่ตรองหาสาเหตุของปัญหา 3.82 สามารถหาทางออกหรือแก้ไขได้อย่างถูกวิธี 3.72 เป็นคนหนึ่งที่มีความทุกข์เกิดขึ้นในชีวิต 2.75

จากตาราง จะเห็นได้ว่ากลุ่มตัวอย่างมีการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิต ซึ่งมีค่าเฉลี่ยในระดับมากที่สุดทุกด้าน โดยเฉพาะหลักเบญจศีล ค่าเฉลี่ย 3.93 และน้อยที่สุดแต่ยังอยู่ในระดับมากที่สุดคือหลักอริยสัจจ 4

#### 4.3 การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

ตารางที่ 4.13 คำร้อยละ การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจากตนเอง

การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทาง พระพุทธศาสนา	ร้อยละ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
จากตนเอง	(N = 779)
สื่อออนไลน์	34.9
โทรทัศน์	27.2
ดูละคร ภาพยนตร์	25.0
อ่านหนังสือธรรมะ	12.5
อื่น ๆ	0.4
- บวชเณร	
- ฟังพระเทศน์เมื่อมีโอกาส	
- การสวดมนต์	
<b>รวม</b>	<b>100.0</b>

ตารางที่ 4.12 การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาด้วยตนเอง พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เรียนรู้หลักธรรมจากสื่อออนไลน์มากที่สุด(ร้อยละ34.9) รองลงมาดูจากโทรทัศน์ ดูละคร ภาพยนตร์ (มีค่าเฉลี่ย 27.2, 25.0, 12.5) ตามลำดับ และ อื่น ๆ เช่น บวชเณร ฟังพระเทศน์เมื่อมีโอกาส มีค่าเฉลี่ย 0.4

ตารางที่ 4.14 ค่าร้อยละ (Percentage) การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจากครอบครัว

การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	ร้อยละ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
<b>ครอบครัว</b>	<b>(N =612)</b>
พ่อแม่	57.5
พี่น้อง	18.5
ญาติ	24.0
<b>รวม</b>	<b>100.0</b>

ตารางที่ 4.13 การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจากครอบครัว เมื่อศึกษาในรายละเอียดพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เรียนรู้จากพ่อแม่ มีค่าเฉลี่ย 57.5 รองลงมาเรียนรู้จากญาติ มีค่าเฉลี่ย 24.0 จากพี่น้อง มีค่าเฉลี่ย 18.5 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.15 ค่าร้อยละ การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจากโรงเรียน

การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	ร้อยละ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
<b>โรงเรียน</b>	<b>(N =894)</b>
ครูอาจารย์	37.2
เพื่อน	16.0
เนื้อหาในหนังสือเรียน	21.9
กิจกรรมทางศาสนาของโรงเรียน	24.9
<b>รวม</b>	<b>100.0</b>

ตารางที่ 4.14 แสดงการเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจากโรงเรียน เมื่อศึกษาในรายละเอียดพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เรียนรู้จากครูอาจารย์ กิจกรรมทางศาสนาของโรงเรียน เนื้อหาในหนังสือเรียน (มีค่าเฉลี่ย 37.2, 24.9, 21.9) ตามลำดับ และเรียนรู้จากเพื่อน มีค่าเฉลี่ย 16.0

ตารางที่ 4.16 ค่าร้อยละ การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจากชุมชน

การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	ร้อยละ
ชุมชน	(N =448)
วัด (เจ้าอาวาส พระสงฆ์)	79.0
องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น เช่น เทศบาล อบต.	21.0
รวม	100.0

ตารางที่ 4.15 การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจากชุมชนเมื่อศึกษาในรายละเอียดพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เรียนรู้จากวัด (เจ้าอาวาส พระสงฆ์) มีค่าเฉลี่ย 79.0 องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น เช่น เทศบาล อบต. มีค่าเฉลี่ย 21.0

#### 4.4 ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับทางหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

จากแบบสอบถามได้สอบถามความคิดเห็นของนักเรียนจำนวน 375 คน ส่วนใหญ่ให้ความคิดเห็นที่คล้ายคลึงกันเกี่ยวกับการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

##### 4.4.1 ความสำคัญของหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในชีวิตประจำวัน

กลุ่มตัวอย่างให้ความสำคัญกับการประยุกต์ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในชีวิตประจำวัน เช่น หลักธรรมคำสอนเป็นสิ่งที่ควรยึดถือปฏิบัติเพราะหลักธรรมมุ่งเน้นให้ผู้คนปฏิบัติดีทั้งต่อตนเองและต่อบุคคลอื่นสำหรับการอยู่ร่วมกันให้ได้อย่างมีความสุข หลักธรรมคำสอนเป็นสิ่งที่เปรียบเสมือนแนวทางในการดำเนินชีวิตรวมไปถึงคำแนะนำที่จะช่วยให้ให้ผ่านพ้นไปในบางสถานการณ์ที่เป็นปัญหา อาทิเมื่อพบปัญหาก็จะใช้หลักธรรมหาทางออกของปัญหาอีกทั้งหลักธรรมยังเป็นเหมือนสิ่งที่คอยยึดเหนี่ยวจิตใจของให้ประพฤติตนอยู่ในกรอบศีลธรรมอันดีของสังคม หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นเครื่องมือในการประพฤติดีเป็นคนดี เป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจและสามารถนำมาปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ ทำให้ตัวเองมีสติรอบคอบ รวมทั้งเป็นหลักที่สามารถปรับใช้ได้ในชีวิตและทำให้เกิดผลดีแก่ตนเอง เป็นต้น

##### 4.4.2 ความคิดเห็นเกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่เยาวชนควรนำมาประพฤติ

กลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นว่าหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่เยาวชนควรนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน คือ พรหมวิหาร4และอิทธิบาท4 โดยมีเหตุผลสำคัญ ดังนี้

1. **ศีล5** โดยการงดเว้นการฆ่าสัตว์ การลักขโมย การประพฤติดีในกาม การพูดเท็จ พูดคำหยาบ คำส่อเสียด เพื่อเจ้อ งตเว้นจากดื่มสุรา การนับถือศีล5 ควรมิตัดตัวเพื่อนำไปใช้ในชีวิตได้ สามารถใช้เมื่อต้องการหาทางออก เป็นต้น

2. **พรหมวิหาร4** มีความปรารถนาดีมอบให้ผู้อื่นรวมทั้งมีความเมตตาต่อสัตว์ด้วย มีความสงสารและเห็นใจเมื่อผู้อื่นประสบความทุกข์ยาก มีความยินดีเมื่อเห็นผู้อื่นได้ดีประสบความสำเร็จตามปรารถนาไม่มีความอิจฉาริษยา มีการปล่อยวางเมื่อเจอสถานการณ์ที่ไม่สามารถควบคุมได้

3. **อิทธิบาท4** เพื่อบ่มเพาะคุณธรรมแห่งความสำเร็จ ไม่สับสนระหว่างฉันทะกับตัณหา คือความรักที่จะลงมือทำและความอยากมี อยากได้ อยากเป็น ผู้เข้าใจอิทธิบาทสี่จะประเมินตนเองได้ว่า สิ่งทีตนกำลังทำอยู่จะพบกับความสำเร็จได้หรือไม่ เป็นหลักธรรมที่หาค้นคว้าได้ทั่วไป

#### 4.4.3 วิธีการที่จะทำให้เยาวชนนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปประยุกต์ในชีวิตประจำวัน

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าวิธีการที่จะทำให้เยาวชนมีความรู้ความเข้าใจทางพระพุทธศาสนา คือ การสอนให้เข้าใจง่าย เน้นหลักการปฏิบัติต่างๆที่เหมาะสมแก่การนำไปปฏิบัติในชีวิตจริง ได้แก่ การสอนในห้องเรียน ผลิตใช้สื่อการสอนในรูปแบบการ์ตูนที่เกี่ยวกับพระพุทธศาสนา ที่นำมาประยุกต์ใช้ได้ตามชีวิตประจำวัน เพื่อ ดำรงชีวิตอันดีมีทางออกที่ดีได้ ประยุกต์กับยุคสมัยใหม่ได้ดี ไม่น่าเบื่อ การสอนที่พร้อมยกตัวอย่างแนวทางในการใช้ชีวิตประจำวัน

4.5 ผลการสัมภาษณ์ ข้อมูลในส่วนนี้ได้จากการสัมภาษณ์ นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนา จำนวน 4 ราย บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพ จำนวน 4 ราย ผู้บริหารสถานศึกษา จำนวน 4 ราย โดยวิธีการเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเฉพาะเจาะจง จำนวน 12 ราย รายละเอียดปรากฏดังนี้

##### 4.5.1 นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนา

นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนาคนที่ 1 ให้ข้อมูลเกี่ยวกับการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มาใช้ในชีวิตประจำวัน ดังนี้

ในการดำเนินชีวิตประจำวัน “ใช้สติคือความระลึกได้ในสิ่งที่ทำ เพื่อให้มีจิตจดจ่ออยู่กับสิ่งนั้น เป็นการปฏิบัติกรรมฐานไปในตัว โดยไม่ต้องไปปฏิบัติในช่วงเวลาเฉพาะ” ขณะเดียวกัน “ในการทำงาน คือการสอน เป็นเพียงผู้แนะนำ กระตุ้นหรือตั้งคักยภาพของนักศึกษาออกมา แต่สุดท้าย นักศึกษาต้องคิดได้ด้วยตนเอง มีความเอื้อเพื่อช่วยเหลือนักศึกษาในสถานการณ์ที่ยากลำบาก เช่น โควิด 19 ได้ช่วย

สนับสนุนทุนการศึกษาไปบ้างตามสมควรแก่กำลัง”

(นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนาคนที่1, สัมภาษณ์, 2566)

### หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่นำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

“ใช้หลักธรรม คือ 1.สติ ได้แก่ ความระลึกได้ และ 2. สัมปชัญญะ ได้แก่ ความรู้ตัว เพื่อให้ตนเองประพฤติปฏิบัติให้มีข้อผิดพลาดน้อยที่สุด ใช้หลักธรรมคุ้มครองโลก 2 คือ 1. หิริ ได้แก่ ความละอายแก่ใจตัวเอง จึงไม่ทำความชั่วความผิดทุจริตทั้งต่อหน้าและลับหลัง และ 2. โอตตัปปะ ได้แก่ ความเกรงกลัวต่อผลของความชั่ว ต่อผลของความทุจริตที่ทำไว้ ทำให้อยู่ในสังคมได้โดยไม่ต้องมีความหวาดกลัวระแวงใด ๆ ทั้งสิ้น ใช้หลักโลกธรรม 8 เป็นธรรมดาของโลก ต้องเป็นไปตามนี้ ทำให้เข้าถึงความจริงของชีวิตในสังคม จะได้ปล่อยวางไปบ้าง ประกอบด้วย โลกธรรมฝ่ายอิฏฐารมณ์ 4 คือ ฝ่ายความพอใจของมนุษย์ เป็นที่รักเป็นที่ปรารถนา ได้แก่ ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข โลกธรรมฝ่ายอนิฏฐารมณ์ คือฝ่ายความไม่พอใจของมนุษย์ ไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่ปรารถนา ได้แก่ เสื่อมลาภ เสื่อมยศ นินทาว่าร้าย ทุกข์”

“ใช้หลักปัจจัยที่ก่อให้เกิดสัมมาทิฐิ 2 คือ 1.ปรโตโฆสะ เสียงสะท้อนจากบุคคลอื่น ให้บุคคลมีศีลธรรมเป็นเพื่อน จะได้แนะนำสิ่งที่มีประโยชน์ในการดำเนินชีวิต 2. โยนิโสมนสิการ ให้คิดวิเคราะห์เป็นด้วยตนเอง เมื่อเกิดปัญหาขึ้น จะได้แก้ไขได้ถูกต้อง ใช้หลักทศ 6 ทิศเบื้องต้น ในฐานะเป็นพ่ออนุเคราะห์ต่อลูก โดยห้ามปรามจากความชั่ว ให้ตั้งอยู่ในความดี และให้ศึกษาศิลปวิทยาตามกำลังเท่าที่จะส่งได้”

“ใช้หลักพรหมวิหาร 4 คือ เมตตา กรุณา มุทิตาและอุเบกขา”

(นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนา1, สัมภาษณ์, 2566)

นักวิชาการพระพุทธศาสนา ได้ใช้หลักธรรมในชีวิตประจำวัน ประกอบด้วย หลักสติ ใช้ในการทำงาน โยนิโสมนสิการ ครอบครัวยุติการใช้หลักทศ6 หลักพรหมวิหาร4 ใช้ในการทำงานกับเพื่อนร่วมงาน

นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนาคนที่ 2 ได้ข้อมูลเกี่ยวกับการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ดังบทสัมภาษณ์ ดังนี้

### หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่นำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

“ในการทำงานสิ่งสำคัญคือต้องมีแนวทางการทำงานที่ดี ข้าพเจ้าใช้หลักธรรมอิทธิบาท4 สำหรับการทำงานและดำเนินชีวิตกล่าวคือ ยินดีมีความสุขในหน้าที่การงานในชีวิตที่เป็นอยู่(ฉันนะ) ขยันหมั่นเพียรแม้จะยากก็พยายามทำให้สำเร็จ (วิริยะ) เอาใจใส่ตั้งใจทำงานอยู่เสมอ (จิตตะ) และใช้ความรู้ความเข้าใจสติปัญญาไตร่ตรองในการทำงานและดำเนินชีวิต (วิมังสา)”

(นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนา2, สัมภาษณ์, 2566)

“อิทธิบาทสี่เป็นหลักธรรมนำชีวิตให้ประสบความสำเร็จในการทำงานและชีวิต รวมถึงหลักพราวาสธรรมที่นำมาปฏิบัติ และหลักสังคหวัตถุ4”

(นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนา2, สัมภาษณ์, 2566)

นักวิชาการพระพุทธศาสนา ได้ใช้หลักธรรมในชีวิตประจำวัน หลักธรรมที่นำมาใช้ประกอบด้วยหลักอิทธิบาท4 และหลักสังคหวัตถุ4

นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนาคนที่ 3 ได้ข้อมูลเกี่ยวกับการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ดังบทสัมภาษณ์ ดังนี้

**หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่นำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน**

“ตอนเรียนหนังสือ ใช้อิทธิบาท 4 คือ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ก็ไม่มีปัญหาเพราะเป็นเรื่องของความพอใจคือตามหลักการทั่ว ๆ ไป เราอยากจะทราบอะไร อยากจะเรียนอะไร อยากจะชอบอะไร ก็ทำตามนั้น ฉันทะ วิริยะ ก็มุ่งมั่นตรวจสอบ ก็อิทธิบาทธรรม 4 มีในช่วงของบริบทที่ตนเองจะเรียนหนังสือ ในวัยที่เรียนหนังสือ นอกจากอิทธิบาท 4 แล้ว ก็จะมีตัวอื่นที่เรานำมาใช้ โดยเฉพาะเรื่องของคุณธรรม กตัญญูกตเวที รู้จักบุญคุณคน เวลาที่เราทำอะไรเราก็จะนึกถึงคุณธรรมนี้เสมอ นอกจากนี้ก็จะมีเรื่องของวัยทำงาน ถ้าในฐานะผู้บริหารก็ต้องมีอุเบกขาธรรม พรหมวิหาร 4 ในฐานะผู้บริหาร แต่ถ้าลักษณะที่มีการโลกธรรมครอบงำ โลกธรรมทั้งหลาย บางที่ทำให้ทำอะไรไม่ได้ตั้งใจ หรือเขายกย่องเชิดชูเราก็ใช้หลักโลกธรรม ก็คือการได้ลาภเสริมลาภได้ยศเสริมยศ มีการนำมาใช้เพื่อปรองดองใจตนเอง ถ้าได้ดีจะอุกยยกย่อง เป็นเรื่องธรรมดา ถือเป็นเรื่องที่ดีแล้ว เมื่อได้อะไรตั้งใจก็สามารถทำได้ หรือในการครองงานของตน”

“มีการนำธรรมะไปใช้หลายบริบท ทั้งระดับธรรมะที่ใช้อยู่ ธรรมะไม่ใช่ชุดความรู้ที่ต้องใช้แล้วประสบความสำเร็จ ธรรมะนั้นมีหลายหลักการ ไม่จำเป็นต้องนำมาใช้ทั้งหมด เป็นการนำมาประยุกต์ใช้สิ่งที่พระองค์ทรงสอนเรา คือสอนอย่างเดียวรู้อย่างเดียวเป็นไปไม่ได้ ต้องมีการนำไปปฏิบัติ อะไรที่ทำให้ตัวเองมีคุณภาพชีวิตที่ดี ต่างคนต่างบริบท ขึ้นอยู่กับว่าใครจะนำไปใช้อย่างไร แล้วแต่ใครจะเลือกว่าเหมาะกับแบบไหน”

(นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนาคนที่3, สัมภาษณ์, 2566)

“อริยสัจจ 4 การนำมาใช้แล้วแต่สถานการณ์ที่ต้องเผชิญ มันเกิดปรากฏการณ์แบบไหน อริยสัจจ 4 ก็เด่นในเรื่องของการดูปัญหา ในการวิเคราะห์ปัญหา ซึ่งมีความเป็นเหตุเป็นผล ด้วยตัวของโลกมันเปลี่ยนไป ถ้าหากอยู่ที่บ้านก็สามารถเลือกหลักธรรมที่ใช้ในชีวิตประจำวันได้มาใช้ มันก็จะทำให้ชีวิต มีความสุขมากยิ่งขึ้นถ้ามีหลักธรรมประจำใจ จริง ๆ มันควรจะมีความคิดอะไรดีที่ทำให้บุคคลได้ใช้

หลักธรรมจริง ๆ มาเป็นแนวทางหรือว่ามาเป็นแนว(guide)ว่าในชีวิตประจำวันมันอาจจะไม่ได้มีแค่ความสุขอย่างเดียวอย่างที่อาจารย์พูดว่าอริยสัจ 4 ก็สามารถนำมาใช้ได้ เพราะก็รู้สึกว่ามันก็เข้าถึงง่าย”

“ท้ายที่สุดแล้วก็ต้องเลือกบริบท ถ้าจะสรุปได้คือสติ ในโลกนี้มีเรื่องของความเปราะบาง ถ้ามีสติก็สามารถยับยั้งได้ หนึ่งคือเรื่องความเปราะบาง สองคือความวิตกกังวล ความกังวลมากจะต้องใช้สติ สามคือความไม่เป็นเส้นตรงแต่ไม่ได้พัฒนาเกิดความสลับซับซ้อน อย่างสุดท้ายคือเข้าใจยาก ในกรณีเหล่านี้ควรมีเรื่องของสติ พระพุทธเจ้าก็บอกว่า เป็นสิ่งที่จำต้องปรารถนาทุกเมื่อ หลักง่าย ๆ คือทุกคนควรมีสติ เวลาที่จะทำอะไรจะไป หลัก ๆ คือ เรื่องความไม่ประมาท แต่อาจจะมีความบ้างครั้ง ถ้าพูดถึงเรื่องการมีสติ เวลาที่เราทำอะไร เรารู้ว่าเราทำอะไร ถ้าทำไปแล้วก็จะยินดีที่จะรับผลที่เกิดขึ้น คนที่มีสติก็จะมีลักษณะแบบนี้ คนมีสติจะมีความเชื่อมั่นในตนเอง เพราะมีความรอบคอบ สติสัมปชัญญะมักจะมาคู่กัน รู้ชัดแสดงว่าคนนี้ ทำอย่างไรจะเอาหลักธรรมตัวนี้ จะทำอย่างไรในเชิงปฏิบัติ ไม่ใช่เชิงท่องจำ นำมาใช้จริง ๆ หรือถ้าหากว่าจะส่อไปในทางที่ไม่ดี เรามีสติเราก็จะยับยั้งชั่งใจได้ เป็นต้น เพราะการมีสติคือการเห็นผลว่า ถ้าทำแบบนี้แล้วคิดแบบนี้ผลที่ตามมาคืออะไร ก็จะเชื่อมโยงถึงกันได้”

“พรหมวิหารหลักธรรม เมื่อเห็นลูกน้องเราต้องใช้ความเมตตา บางคนต้องใช้กรุณา บางคนต้องมุทิตา บางคนไม่ไหวแล้วก็ต้องอุเบกขา ก็ธรรมดา คือพรหมวิหารหลักธรรม ก็ถ้าในเชิงบริหารก็สามารถที่จะใช้ได้ในเรื่องของ อปรีหานิยธรรม คือ เราต้องมีการประชุมกัน ต้องคุยกันต้องแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ต้องหาข้อยุติ แต่ว่าหลัก ๆ คือ ต้องใช้ธรรมะแบบฆราวาสธรรม สัจจะ ทมะ สันติ”

(นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนา3,สัมภาษณ์,2566)

โดยสรุปหลักธรรมที่นำมาใช้ประกอบด้วย อิทธิบาท4 อริยสัจ4 พรหมวิหาร4

นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนาคนที่ 4 ได้ข้อมูลเกี่ยวกับการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ดังบทสัมภาษณ์ ดังนี้

**หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่นำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน**

“อริยสัจ 4 เพราะว่า ถ้ามีปัญหาก็คือทุกข์ แล้วเราก็จะรู้ถึงปัญหา และแก้ไขปัญหาได้อย่างตรงจุด ถ้าหากเราแก้ปัญหาด้วยตนเองไม่ได้เราก็จะปรึกษากับผู้รู้ มีเพื่อนร่วมคิด ร่วมกันแก้ไข ก็หาวิธีการตามหลักอริยสัจ 4 ตามที่พระพุทธเจ้าท่านได้สอนไว้ ถ้าทุกคนใช้วิธีการนี้ ก็สามารถช่วยให้แก้ไขปัญหาได้ ในเชิงของการแก้ปัญหาทางด้านที่มากกระทบจิตใจและร่างกายก็สามารถแก้ไขได้”



“การใช้หลักธรรม ขอเสนอให้สอนจากประสบการณ์มีบุคคลตัวอย่าง เวลาที่พระคุณเจ้าท่านสอน ท่านสอนในเชิงทฤษฎีแนวคิดได้คือเมื่อเราประสบปัญหา ถ้าเราไม่ประสบปัญหาก็จะไม่ถึงธรรมะสอน อย่่างไรให้เขาเข้าใจและนำไปใช้ได้ ซึ่งพระพุทธศาสนาสอนนำมาใช้ มาเชื่อมโยงให้เกิดเป็นเหตุเป็น ผลได้ เช่น ที่พระพุทธเจ้าบอกว่า ทุกอย่างขึ้นอยู่กับตัวเราเองทั้งนั้น พระพุทธศาสนา คือ วิถีชีวิต ซึ่งฐาน ของพระพุทธเจ้าเป็นฐานที่สอดคล้องกับธรรมชาติเป็นอย่างไร ถ้าเราไปฝืนธรรมชาตินั้นแหละคือปัญหา ะไรก็ตามที่ฝืนธรรมชาติมันจะทำให้เกิดปัญหา ทำให้เกิดทุกข์ถ้าเราทำให้มันสอดคล้องกับธรรมชาติมัน จะไม่มีปัญหา”

“โดยส่วนใหญ่หลักธรรมที่นำมาใช้มักจะถูกนำมาใช้ในการแก้ไขปัญหาในการทำงาน เนื่องจากการ ทำงานในองค์กร จำเป็นจะต้องอยู่กับคนที่หลากหลาย เจ้านาย ทั้งลูกน้อง เกือบทุกวัน เราในฐานะ คนทำงานอยากจะให้งานสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ดังนั้น เวลาเจอกับปัญหา ก็จะใช้หลักธรรมะในการแก้ไข ปัญหา ที่เห็นว่าใช้บ่อย ๆ ก็คือ สังคหวัตถุ 4 ได้แก่ ข้อที่ 1 รู้จักการให้ โดยปกติการให้หลาย ๆ คนอาจจะ คิดว่าเป็นการบริจาคหรือให้สิ่งของเพียงอย่างเดียว แต่ในความเป็นจริงการให้เวลานำไปใช้ครอบคลุมถึง การให้ทั้งความรักทั้งความปรารถนาดี กับคนรอบข้างหรือคนที่เราทำงานด้วย เนื่องจากการทำงานจะต้อง รู้จักให้อภัยกัน การรู้จักให้อภัยจึงเป็นการลดทอนความโกรธ ความชิงชัง เนื่องจากจำเป็นต้องทำงานอยู่ ด้วยกันถ้าอยู่กันด้วยความขุ่นเคืองกันการทำงานก็อาจจะมีปัญหาได้ในอนาคต ดังนั้น เวลาเกิดปัญหาก็จะ ใช้วิธีการปล่อยวางให้อภัยกันไป ในขณะที่ต้องทำตัวอยู่ในฐานะหัวหน้างาน เวลาไปไหนมาไหน ก็มีของ ผากเป็นการให้เหมือนกันเพื่อสร้างปฏิสัมพันธ์ที่ดีในที่ทำงาน เพราะการเป็นหัวหน้างานที่ดีไม่ใช่จะต้องมี แต่พระเดชเพียงอย่างเดียว บางครั้งจำเป็นต้องมีพระคุณด้วย ข้อที่ 2 รู้จักกล่าวคำไพเราะ เป็นธรรมดา ของทุกคนมักจะชอบคนพูดจาไพเราะ หรือพูดด้วยดี ๆ ไม่กล่าวคำหยาบ รวมถึงการให้กำลังใจคนทำงาน เพราะการทำงานที่มีอุปสรรคเป็นเรื่องธรรมดา เมื่อมีอุปสรรคถ้าคนในองค์กรให้กำลังใจกัน ก็จะเป็นการ สร้างแรงจูงใจในการทำงานให้ประสบความสำเร็จได้ อีกอย่างหนึ่งการพูดคำไพเราะ สะท้อนถึงจิตใจของ คนพูด “ก่อนพูดเราเป็นนายคำพูด หลังพูดไปแล้วคำพูดเป็นนายเรา” ข้อที่ 3 อุตถจริยา การทำตนให้เป็น ประโยชน์ การอยู่ด้วยกันของสมาชิกในองค์กรหรือหน่วยงานจะบรรลุเป้าหมายขององค์กรได้จำเป็น จะต้องอาศัยสมาชิกขององค์กรช่วยงานกัน ถึงแม้จะอยู่กันคนละส่วนงานหรือไม่ได้รับผิดชอบโดยตรงก็ สามารถช่วยเหลือกันทำงานได้ เพราะงานขององค์กรไม่ได้เป็นเรื่องเฉพาะของบุคคลแต่เป็นเรื่องของ ภาพรวมทั้งหมดขององค์กรหากองค์กรจะประสบความสำเร็จได้ ต้องอาศัยการทำงานร่วมกันของคนใน องค์กรนั้น การที่สมาชิกทำตนให้เป็นประโยชน์คอยช่วยเหลือกันและกันจะทำให้องค์กรมีความเข้มแข็ง และเกิดประสิทธิภาพในการทำงานมากขึ้น ข้อที่ 4 สมานัตตา ดำรงตนอย่างสม่าเสมอ นอกจากการทำตน ให้เป็นประโยชน์แล้ว การปฏิบัติตนหรือทำอย่างต่อเนืองเป็นเรื่องที่สมาชิกในองค์กรควรจะต้องมีจิตสำนึก

ร่วมกัน หากมีการดำเนินการอย่างสม่ำเสมอ การอยู่ร่วมกันของสมาชิกย่อมจะส่งผลให้เกิดความสามัคคี และทำงานร่วมกันอย่างเข้มแข็งได้ จนสามารถนำองค์กรไปสู่เป้าหมายได้ในที่สุด”

(นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนา4, สัมภาษณ์, 2566)

“อิทธิบาท ประกอบด้วย ความมีฉันทะ รักในงานที่ทำ วิริยะ มีความเพียรอย่างสม่ำเสมอ ต่อเนื่อง จิตตะ ระลึกถึงภาระรับผิดชอบหรืองานที่ทำเพื่อให้งานสำเร็จ และสุดท้ายต้องมีวิมังสา คือ พิจารณาไตร่ตรองของปรากฏการณ์หรือผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นว่า ทำอย่างไรจะประสบความสำเร็จและความล้มเหลวเกิดจากเหตุใด ปฏิบัติตามหัวข้อธรรมนี้อย่างต่อเนื่องย่อมจะต้องประสบผลสำเร็จในอนาคตอย่างแน่นอน”

“โดยส่วนตัวคิดว่า หลักธรรมที่นำมาใช้บ่อย ๆ ในการดำเนินชีวิตก็คือ หลักสังคหวัตถุ 4 คือ 1. ทาน รู้จักการให้ การอยู่กับคนหมู่มาก ไม่ทราบว่าเป็นอย่างไรเนื่องจากภูมิหลังที่แตกต่างกัน การอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขจำเป็นต้องอาศัยการให้ ทั้งการบริจาค การให้ความเมตตา ประรณาคี การให้ความช่วยเหลือ เป็นต้น ทำให้สามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นได้เป็นอย่างดี 2. ปิยวาจา มีวาจาที่ไพเราะ กล่าวแต่คำที่เป็นวาจาสุภาพดี เป็นคำที่มีประโยชน์ไม่ใช่คำพูดที่เป็น มรุษวาจา วาจาหยาบกระด้าง หรือคำที่ฟังแล้วไม่สร้างสรรค์กำลังใจ แต่พูดแล้วยิ่งทำให้หมดกำลังใจ คำเหล่านี้ไม่ควรพูด 3. อตถจริยา คือ การดำรงตนให้เป็นประโยชน์ ไม่ว่าจะอยู่ที่ไหน งานหนัก งานเบา หากสามารถช่วยเหลือได้ ก็คือเข้าไปช่วยเพื่อให้งานสำเร็จลุล่วงหรือหมู่คณะก็จะทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ 4. สมานัตตา คือ นอกจากจะมีน้ำใจช่วยเหลือผู้อื่นแล้ว ยังจะต้องมีการดำเนินการอย่างต่อเนื่อง ทำให้เหมือนกับเป็นชีวิตประจำวัน อย่างสม่ำเสมอจนเป็นนิสัย”

(นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนา4, สัมภาษณ์, 2566)

นักวิชาการพระพุทธศาสนา ได้ใช้หลักธรรมในชีวิตประจำวัน หลักธรรมที่นำมาใช้ประกอบด้วย อริยสัจจ4 สังคหวัตถุ4 พรหมวิหาร4 อิทธิบาท4 เป็นต้น

#### 4.5.2 ผู้บริหารสถานศึกษา

จากการสัมภาษณ์ผู้บริหารสถานศึกษาคนที่ 1 ได้ข้อมูลเกี่ยวกับการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ดังบทสัมภาษณ์ ดังนี้

##### หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

“หลักพรหมวิหาร 4 ก็คือตัวเองก็ต้องมีความเมตตา ประรณายากจะให้คนอื่นพันทุกข์ กรุณา ก็ช่วยเหลือเท่าที่จะช่วยได้ แล้วก็เห็นคนอื่นได้ดีพลอยยินดี อย่างเช่น ในงานส่งเสริมความก้าวหน้าวิชาชีพ

ครู ทุกครั้งที่คุณครูท่านอื่นได้เลื่อนวิทยฐานะเขาได้รับรางวัล สิ่งหนึ่งที่จะทำได้ก็คือการยกย่องเชิดชูเกียรติ แล้วก็เผยแพร่ต่อสาธารณชนเราก็จะทำเป็นเพจ ที่แสดงให้เห็นว่าเราใส่ใจแล้วก็อยากจะให้ทุกคนยินดีด้วย

เมื่อถึงการใช้อุเบกขาคือการวางเฉยไม่ได้แต่ไม่ใช่ว่านิ่งแต่เราจะต้องใช้สติในการแก้ไขปัญหา เช่น มี ผู้ปกครองโทรมาร้องเรียนมาบอกว่าครูคนนี้ไม่เข้าสอนเลยไม่อะไรเลย สิ่งที่ฝ่ายบุคคลทำได้คือยึดตาม ระเบียบแบบแผนอาจจะต้องเชิญครูเข้ามาให้ข้อมูลก่อนว่าคุณครูไปไหน ตัดภารกิจอะไรหรือไม่แล้วเราก็มี หน้าที ในการไกล่เกลี่ย สร้างความเข้าใจประสานความเข้าใจกับผู้ปกครองนั่นคือหน้าที่ของเราที่ที่เราอยู่ ในส่วนของกลุ่มบริหารงานบุคคลแล้วก็การส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมของนักเรียนในส่วน of นักเรียน”

(ผู้บริหารสถานศึกษาคนที่1, สัมภาษณ์, 2566)

“เราจะยึดมั่นในหลักความรับผิดชอบแล้วก็มีสัจจะ พูดสิ่งใดก็จะทำอย่างนั้น แล้วก็รับผิดชอบในทุก ๆ สิ่งที่จะทำ แต่ในการที่จะทำลงไปเราก็ต้องมี กระบวนการมีกรรมการในการที่จะร่วมคิดร่วมทำร่วมแชร์ ประสบการณ์ ดิฉันก็จะบอกน้อง ๆ ว่าเราจะต้องบริหารภายใต้สถานการณ์ของการเปลี่ยนแปลง นั้น หมายความว่าถ้าเราวางแผนไปแล้ว แต่งานข้างหน้ามันไม่ได้เป็นแบบนั้น เราก็พร้อมที่จะปรับมาพูดว่านี่ มันนอกแผน มันต้องอยู่กับสถานการณ์ที่มันเปลี่ยนแปลง แล้วก็สิ่งใดที่เราพูดไปแล้วนั้นก็คือมีสัจจะ”

“พูดถึงภาพรวมในการแก้ไขปัญหา ที่สำคัญของการแก้ไขปัญหานั้นมันเกิดขึ้นกับตัวเอง เราอาจจะ ประเมินสถานการณ์พลาดแต่อย่างที่เราจะย้อนกลับมาดูด้วยสติแล้วก็ไตร่ตรองแล้วก็ไม่ทำอีกแต่ใน ภาพรวมของโรงเรียน เราก็จะทำกันในรูปแบบแก้ปัญหาร่วมกันคณะกรรมการ ช่วยกันคิดช่วยกันทำ เพื่อที่จะให้สามารถแก้ไขปัญหาได้ทุกมิติทุกด้านแล้วก็เกิดผลเสียที่น้อยที่สุด”

(ผู้บริหารสถานศึกษาคนที่1 ,สัมภาษณ์, 2566)

โดยสรุปผู้บริหารสถานศึกษา ได้ใช้หลักธรรมในชีวิตประจำวัน คือ พรหมวิหาร4 และหลักสติ

**ผู้บริหารสถานศึกษาคนที่ 2** ได้ข้อมูลเกี่ยวกับการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ดังบทสัมภาษณ์ ดังนี้

### หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่นำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

“หลักธรรมที่สำคัญอยู่ในใจก็คือเรื่องของความเมตตา อันนี้เป็นเป็นหลักธรรมที่ยึดถือปฏิบัติมาโดยตลอด ไม่ว่าจะเกิดเหตุการณ์หรือว่าเรื่องราวอะไรขึ้นจะยึดความเมตตาอยู่ในสภาพจิตใจ เพราะฉะนั้นมันก็จะทำให้เรื่องใหญ่กลายเป็นเรื่องเล็กได้ในทุก ๆ กรณีในการบริหารงานที่ต้องเกี่ยวข้องกับคุณครูแล้วก็บุคลากรทางการศึกษารวมทั้งนักเรียนด้วย ก็จะเห็นถึงความหลากหลายในองค์กร ซึ่งนอกเหนือจากองค์กรที่มีวัฒนธรรมยังมีความหลากหลายในปัจจุบันนี้ จะเห็นว่าบุคคลที่เป็นข้าราชการครูหรือบุคลากรใหม่กลุ่มคน

เหล่านี้เขาต้องการความช่วยเหลือในเรื่องของการสั่งสอนหรือว่าการแนะนำเกี่ยวกับการอยู่ในองค์กรที่จะทำให้มีความสุขทำอย่างไรให้อยู่ได้กับคนรุ่นเก่าที่จะอยู่ในองค์กรได้สิ่งที่เราจะต้องช่วยเหลือเขาก็คือเรื่องของการจัดอบรมหรือว่าให้เขาได้จับกับครูพี่เลี้ยงหรือครูต้นแบบเพื่อให้เขาได้ได้ซึมซับวัฒนธรรมองค์กรตรงนี้ไป นอกเหนือจากพรหมวิหาร 4 ที่ผู้บริหารจำเป็นที่จะต้องมียู่แล้วก็เป็นเรื่องของความเมตตาที่ตัวดิฉันเองใช้มากที่สุด มองว่าทุกคนเป็นคนดี แล้วก็พร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงถ้าเราได้แนะนำหรือว่าได้ส่งเสริมเขา เพราะฉะนั้นอะไรก็ตามที่เขาทำมันอาจจะมีความผิดพลาด หรืออะไรก็ตามที่เขาทำเรามีการเตือนกันก่อน แต่หากว่ามีการเตือนแล้วไม่กระทำหรือว่ามีพฤติกรรมที่ไม่เป็นไปตามวินัยซึ่งเราก็ต้องเป็นผู้ควบคุมกฎอยู่แล้วฉะนั้นตรงนี้ก็จะต้องดำเนินการไปตามระเบียบ แต่ทั้งนี้ทั้งนั้นต้องดูพื้นฐานของเขาแล้วก็มันเริ่มต้นจากจากสิ่งที่เราจะเมตตาเขาก่อนและเป็นสำคัญ”

(ผู้บริหารสถานศึกษาคนที่2, สัมภาษณ์, 2566)

“โดยธรรมชาติถ้าหลักธรรมคือเราต้องรักษาศีล 5 อยู่แล้ว ก็ได้รับรางวัลคุณธรรมอยู่ในหลายเกียรติบัตร อยู่ นะคะ ด้วยความที่ดิฉันเกิดมาในครอบครัวที่ค่อนข้างที่จะอบอุ่น มีทั้งคุณพ่อคุณแม่แล้วก็พี่สาวพี่ชาย ตัวเองเป็นลูกคนสุดท้อง การเลี้ยงดูของคุณพ่อคุณแม่จะเป็นประเพณีที่ดีทางเดียวกันแต่ก็จะมีในลักษณะที่อีกคนนึงก็จะดูแลอีกคนนึงก็จะเป็นฝ่ายที่แบบว่าพูดคุยได้ คุณแม่ก็จะดูแลคุณพ่อก็จะแบบว่าพูดคุยได้บ้าง ก็จะไปในทิศทางเดียวกันไม่ได้เกิดความขัดแย้งเพราะฉะนั้นมันจะมีสายใยบาง ๆ ที่ทำให้ได้คิดถึงคุณพ่อคุณแม่เป็นหลักในการดำเนินชีวิต เพราะฉะนั้นก็จะไม่ค่อยเกรงในในจุดที่ที่ตามที่เราเป็นเด็ก อย่างเช่น ตอนกลับบ้านมีด ๆ คำ ๆ เราก็จะมีเสียงคุณแม่เข้ามาในหัวแล้วว่า เราต้องรีบกลับบ้าน นะหรือไม่ว่าก็ต้องแจ้งท่านนะว่าเราไปไหนอยู่ไหนอะไรอย่างเราเชื่อว่าท่านจะต้องเป็นห่วงเรา มันก็จะเป็นสิ่งที่เป็นสายใยที่ทำให้ลูกไม่ค่อยได้ออกนอกกลุ่มนอกรทาง เพราะฉะนั้นในเรื่องของคุณธรรมที่จะอยู่กับคุณพ่อคุณแม่ก็จะมีความรักความผูกพัน ดังนั้นเมื่อไหร่ก็ตามที่เด็กหรือว่าเยาวชนหรือหรือในสถาบันครอบครัวที่มีความเข้มแข็ง มันจะมีความรักที่ที่เต็มหรือพร้อม ในวันหนึ่งเรามีครอบครัว ดิฉันเองก็แต่งงานแล้วก็ครอบครัวไม่มีลูก เพราะว่าก็พยายามมาเป็น 10 ปีก็ไม่มีลูกเพราะฉะนั้นก็ต้องคุยกัน สิ่งสำคัญเรื่องของคุณธรรมที่อยู่ด้วยกันก็คือก็ต้องเมตตาแล้วก็ให้อภัยซึ่งกันและกันแล้วก็เคารพซึ่งกันและกันไว้ใจซึ่งกันและกัน ตรงนี้จะเป็นสิ่งที่เราเราเชื่อมั่นว่าการทำงานเนี่ยเราแยกกันทำงานก็เป็นเป็นนักวิชาการ คนหนึ่งเป็นผู้บริหารคนนึง เพราะฉะนั้นเราก็ต้องไปในสายงานของเราบางที่อาจจะต้องไปข้างนอก ก็ต้องมีความไว้ใจซึ่งกันและกัน แล้วก็ไม่ได้มีปัญหาใด ๆ นะคะ แล้วอีกอย่างหนึ่งก็คือว่าทั้งสองคนก็คือมาจากครอบครัวที่ไม่ได้แตกแยกเลย แล้วก็มีความมีความรักที่ที่เต็มอยู่แล้วมากกว่าที่จะไปโหยหาความรักวิ่งตามความรักอะไร เพราะค่อนข้างที่จะมีจิตใจที่ที่เข้มแข็งแล้วก็สามารถมองอะไรได้อย่างทะลุมากขึ้น

โดยเฉพาะในเรื่องของสมาธิ ซึ่งก็ต้องได้รับการฝึกอยู่เหมือนกันตัวดิฉันเองก็ได้ฝึกสมาธิอยู่แล้วก็ฝึกจนจนรู้สึกตัวเองนั่งมากพอแล้วก็สามารถที่จะใช้สมาธิในการตัดสินใจหรือการแก้ปัญหาในทุก ๆ เรื่องได้ มีสติไม่กระโดดกระตาค หรือว่าเมื่อเจอปัญหาใด ๆ ไม่ว่าจะปัญหาในที่ทำงาน ทุกวันอาจจะเจอปัญหาเด็กนักเรียนตีกันมีปัญหากันหรือว่ามีเรื่องราวของครูหรืออะไรก็ตามก็ต้องตั้งสติแล้วก็มองเป็นเรื่องธรรมดา แล้วก็ค่อยๆ ไล่ไปตามตามบทบาทตามหน้าที่แล้วก็ดูให้ให้ดีที่สุด จะว่าผิดก็ว่างไปตามผิดถูกก็ว่างไปตามนั้น ตรงนี้มันก็ต้องเกิดการสื่อสารกันก่อน” (ผู้บริหารสถานศึกษาคนที่2, สัมภาษณ์, 2566)

“ปัญหามันมีหลายรูปแบบถ้าปัญหาเล็ก ๆ น้อย ๆ ด้วยความที่พอมีประสบการณ์ มาพอสมควรตั้งแต่เป็นรองผู้อำนวยการจนกระทั่งมาเป็นผู้อำนวยการในโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษประสบการณ์จะสั่งสมมา ถ้าพออยู่โรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษก็จะมีปัญหาเยอะ ถ้าเผื่อว่าเราได้สั่งสมประสบการณ์ตรงนั้นมา ก็จะมองออกว่าปัญหานี้จะแก้อย่างไร เพราะฉะนั้นพอเวลาเจอปัญหาที่ไม่ซับซ้อนหรือว่าปัญหาที่เคยเคยพบเจอมาแล้วก็จะรู้แนวทางว่าจะแก้ไขปัญหานั้นได้อย่างไร ในองค์กรหรือว่าในโรงเรียนเนี่ยมันจะมีปัญหาที่ค่อนข้างซ้ำ ๆ กัน ไม่ว่าจะโรงเรียนใดก็ตามเพราะอยู่มาประมาณ 5-6 โรงเรียนแล้ว”

“ประสบการณ์ที่มีอยู่ในตัวซึ่งมองขาดอันนี้คือสิ่งที่ต้องใช้ประสบการณ์ในการมอง คือทุกอย่างต้องใช้สติไม่กระโดดกระตาค อันนี้คือมันสะสมด้วยประสบการณ์แต่ถ้าหากว่ามันเป็นปัญหาที่มันใหญ่ขึ้นไปก็อาจจะต้องใช้ตัวช่วยในบางครั้งแต่ก็ไม่ค่อยได้เจอมัน อาจจะเป็นเรื่องของการร้องเรียนหรืออะไรที่ต้องใช้กฎหมายเข้ามาในการแก้ไขแล้วก็ต้องปรึกษาผู้ที่มีความเชี่ยวชาญว่าจะยังงั้นมีการชี้แจงอย่างไรเพื่อให้การดำเนินการต่อไปนี้มีผลความเรียบร้อย”

(ผู้บริหารสถานศึกษาคนที่2, สัมภาษณ์, 2566)

โดยสรุปผู้บริหารสถานศึกษา ได้ใช้หลักธรรมในชีวิตประจำวัน หลักธรรมที่นำมาใช้ประกอบด้วย พรหมวิหาร4 ศีล5 และสติ

**ผู้บริหารสถานศึกษาคนที่3** ได้ข้อมูลเกี่ยวกับการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ดังบทสัมภาษณ์ ดังนี้

#### หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่นำไปใช้ในชีวิตประจำวัน

“สติหลักธรรมก็คือต้องมีสติแต่เช้าในการเตรียมตัวก่อนจะไปทำงาน ทานข้าวอาบน้ำ ในการดูแลครอบครัวแล้วก็ มีสติอยู่ตลอดเวลา ในการก่อนเข้านอน ก็ต้องสวดมนต์ไหว้พระนั่งสมาธิเตรียมตัวว่าพรุ่งนี้เช้าหรืองานในวันต่อ ๆ ไปจะมีอะไรบ้างคือเรื่องสติสัมปชัญญะ การใช้ชีวิตในเรื่องของการทำงาน ส่วนใหญ่ก็จะยึดถึงเรื่องอิทธิบาท 4 ก็คือ ฉันทะก็คือความพอใจ วิริยะนั่นคือภาคเพียรขยัน จิตตะตั้งใจไว้ มัน วิมังสานั่นก็ใคร่ควรก่อนทำ ก็จะต้องอย่างนี้ตลอด ก็จะต้องมีตลอดในการทำงาน ก็ต้องขยันนะ

ครบรู้จักการทำงานแล้วก็ใคร่ครวญ คนเราจะทำอะไรโดยเฉพาะการเป็นผู้บริหารจะทำอะไรก็ต้องใคร่ครวญก่อน แล้วก็ในหลาย ๆ เรื่องถ้าเป็นผู้ใหญ่กว่าตนเองก็จะต้องมีพรหมวิหาร 4 ไม่ว่าจะทำอะไรในแต่ละวันก็ต้องใช้เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา แล้วก็โดยเฉพาะกับครอบครัวบางครั้งก็ต้องอุเบกขา บางครั้งอาจจะไม่ได้ตั้งใจไม่ได้ไม่เป็นไปตามที่คิดก็ต้องวางเฉยบ้าง”

(ผู้บริหารสถานศึกษาคนที่3, สัมภาษณ์, 2566)

“ผู้บังคับบัญชาที่ต้องใช้อิทธิบาท 4 อย่างที่ว่า ต้องพอใจ เพราะไม่สามารถเลือกผู้บังคับบัญชาเองได้ ในความเป็นราชการ ก็ต้องพอใจทำงานให้กับผู้บังคับบัญชาที่ต้องมีความวิริยะจิตตะวิมังสาทุกอย่างเพื่อให้ผู้บังคับบัญชาพอใจทำงานให้ตามนโยบายที่กระทรวงหรือสพฐ.กำหนดมา เป็นต้น กับเพื่อนร่วมงานก็คงต้องใช้พรหมวิหาร 4 มีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา โดยเฉพาะคนที่อยู่ใต้การบังคับบัญชา เช่น คณงานบางที่ก็ต้องให้หยิบยืมเงินใช้บ้าง บางครั้งก็ต้องช่วยกัน ไปเยี่ยมเยียนเวลาเจ็บป่วย ก็คือมุทิตาต่อกัน แต่สุดท้ายอย่างกรณีที่มีคำสั่งห้ามเลิกจ้างต่อผู้ที่อายุเกิน 60 ก็มีคนมาขอความเมตตา บางที่ก็ต้องอุเบกขา บางที่เราที่ไม่สามารถช่วยเหลือได้ในบางเรื่อง เช่น ก็ต้องเลิกจ้างไปตามสัญญา หรือว่ามีกรกระทำ ความผิด เช่น กู้เงินแล้วไม่คืนอะไรอย่างนี้ ก็ต้องว่ากันไปตามระเบียบของโรงเรียน หรือกระทั่งเด็กนักเรียนก็ต้องใช้อะไรแบบนี้เหมือนกัน ที่อยู่ใต้เรา ก็คือพรหมวิหาร 4 เหมือนกัน ถ้าสุดท้ายแล้วเด็กทำความผิดก็ต้องว่ากันไปตามระเบียบของการทำความผิด ก็ต้องทำโทษตัดคะแนนไป ก็ต้องตัดสิทธิ์จากโรงเรียนนปร. มีเด็กที่ถูกตัดคะแนนความประพฤติเกิน 50 คะแนนก็จะไม่ได้รับการเข้าเฝ้า ก็ว่ากันไปตามระเบียบ ถือว่าเด็กทำความผิดซ้ำแล้ว แม้เราจะมีเมตตา กรุณาสุดท้าย แล้วก็ต้องใช้อุเบกขาเหมือนกัน อันนี้คือที่เราเอาหลักธรรมไปใช้กับเพื่อนร่วมงานทั้งผู้บังคับบัญชาผู้ที่อยู่ระดับเดียวกันและผู้ที่อยู่ใต้บังคับบัญชา”

(ผู้บริหารสถานศึกษาคนที่3, สัมภาษณ์, 2566)

“ในหลักพระพุทธศาสนาก็บ่งบอกให้ชัด โดยเฉพาะจากสัปปริลัตถธรรม 7 คือ ต้องรู้เหตุก่อนต้องรู้เหตุรู้ผล รู้ต้นรู้การรู้ประมาณนี้ รู้คนด้วยเหตุที่เกิดปัญหาเกิดจากอะไรหรือจะหรือจะใช้หลักธรรมอื่น ๆ ในทางพุทธศาสนาก็ได้ที่ ทิริโธตปะปะคือระงับไม่ให้มีเหตุที่เกิดขึ้นกับเราเกรงกลัวต่อบาปใหม่สิ่งที่เราจะทำ มีบาปเกิดขึ้นหรือไม่ มีหลายหลักธรรมที่เผชิญแล้วเอาหลักธรรมเอามาใช้ซึ่งมันก็จะวนไปว่าเราจะทำใหม่ เราจะแก้ปัญหาใหม่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรคใหม่ มีเหตุแห่งทุกข์ใหม่ จะหาเหตุเจอใหม่ แล้วจะแก้ทุกข์ยังไง และสุดท้ายก็จะกลับมาที่พรหมวิหาร 4 เราจะดูว่าเราจะเมตตา มุทิตา อุเบกขาใหม่กับทางแก้ปัญหาหรือเหตุที่เราเจอใหม่ก็ต้องวางเฉยซึ่งเหตุนั้น แต่ถ้าเหตุไหนแก้ได้รู้เหตุก็รู้ว่าผลที่จะทำมาคืออะไร ผมว่าเรามี

หลายหลักธรรมถ้าเข้าใจและยึดหลักตรงนั้นแล้วเอามาใช้ในการแก้ปัญหา ว่าแต่ละปัญหาที่จะใช้หลักธรรมต่างกันไป แต่สุดท้ายหลักธรรมทุกหลักธรรมก็จะสอดคล้องกัน”

(ผู้บริหารสถานศึกษาคนที่3,สัมภาษณ์,2565)

โดยสรุปผู้บริหารสถานศึกษา ได้ใช้หลักธรรมในชีวิตประจำวัน ประกอบด้วย สติ อิทธิบาท 4 สัมปยุตธรรม 7 หิริโอตตัปปะ พรหมวิหาร 4

**ผู้บริหารสถานศึกษาคนที่4** ได้ให้ข้อมูลว่าได้มีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ดังบทสัมภาษณ์ ดังนี้

#### หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

การปฏิบัติตนในชีวิตประจำวันการประพฤติปฏิบัติตน และการดำเนินชีวิตในแต่ละวัน อย่างปกติสุข สติสัมปชัญญะ เป็นหลักธรรมอันอำนวยประโยชน์แก่ผู้ประพฤติเป็นอันมาก

“การครองคนในองค์กรต้องใช้หลักธรรมพรหมวิหาร 4 คือ ธรรมประจำใจอันประเสริฐ 4 ประการ ซึ่งเป็นหลักการประพฤติที่ประเสริฐบริสุทธิ์ ธรรมที่ต้องมีไว้เป็น หลักของจิตใจและกำกับความประพฤติ เชื่อได้ว่าดำเนินชีวิตหมดจดและปฏิบัติตนต่อมนุษย์ทั้งหลายโดยชอบ ผู้บริหารที่มีพรหมวิหารธรรมย่อมมีความปรารถนาในความเจริญรุ่งเรือง เอื้อเพื่อ เพื่อแผ่ต่อผู้ได้บังคับบัญชา และ เพื่อนร่วมงาน กรุณาและสงสารปรารถนาจะให้ทุกคนพ้นทุกข์ ยินดีมีมุทิตาจิตในความสุขความเจริญของทุกคน และมีอุเบกขาด้วยการวางใจเป็นกลาง เทียงตรง แน่วแน่ ต่อผลของการกระทำที่ทุกคนได้รับตามการรับรู้ของตน ปฏิบัติตนดังนี้ 1) มีความเมตตา คือ มีความรัก ความจริงใจความปรารถนาดีต่อทุกคนโดยไม่มีความรู้สึก ที่เกี่ยวข้องกับความฉันทะ ปรารถนาต้องการให้ผู้อื่นทุกคนมีความสุขทั้งในเรื่องส่วนตัวและหน้าที่การงาน ช่วยเหลือ และแนะนำให้ทุกคนพบความสุข ความสำเร็จ ปกครองและบังคับบัญชาด้วยความหวังดีอย่างจริงใจ 2) มีความกรุณา คือ มีความสงสาร เห็นใจ เมื่อพบเห็นบุคคลใด ๆ ได้รับความลำบาก ทุกข์ยาก ก็แสดงออกพฤติกรรมด้วยความช่วยเหลือ จุนเจือ ช่วยให้พ้นจากสภาวะนั้น ๆ ด้วยความเต็มใจ จริงใจ ทุกกรณี ทันท่วงที ไม่นิ่งดูตาย และพร้อมทั้งร่วมทุกข์ร่วมสุขด้วย 3) มีความมุทิตา คือ มีความเบิกบาน ชื่นชม และยินดีในความสำเร็จของบุคคลอื่น เมื่อพบเห็น ได้ยินได้ฟังว่าบุคคลอื่นเจริญด้วยลาภ ยศ สรรเสริญ ตามแต่สภาพของแต่ละบุคคลก็พลอยยินดีชื่นชม ไม่อิจฉา ริษยา โดยไม่บังคับใจของตน และมีความจริงใจ การแสดงความยินดีโดยการมอบวัตถุสิ่งของที่เป็นประโยชน์และ ถูกต้องตามระเบียบแบบแผนของทางราชการ หรือกล่าวคำยินดีด้วยถ้อยคำที่สุภาพอ่อนโยนและจริงใจ คำพูดและสิ่งของที่เป็นประโยชน์จะก่อให้เกิดความชื่นใจ เบิกบานใจ สบายใจ และเห็นคุณประโยชน์พร้อมทั้งมีกำลังใจที่จะ มุ่งสร้างควมดีทั้งในการประพฤติตนและการปฏิบัติงานของผู้ได้รับต่อไป 4) มีความอุเบกขา

คือ มีการวางแผน วางใจเป็นกลาง ในเรื่องที่ไม่สามารถช่วยเหลือ เมื่อได้พบ ได้ทราบ ได้ฟังในเรื่องของบุคคลอื่น ในผลของการกระทำของบุคคลนั้น ๆ หรือช่วยเหลือเท่าที่สามารถช่วยเหลือ ได้แล้ว เมื่อสุดความสามารถของตนเอง ก็ต้องวางใจให้คงที่ โดยยึดหลักธรรมที่ว่า “สัตว์ทั้งหลายล้วนมีกรรมเป็นของตน” ดังนั้น จึงต้องรับผลของกรรมนั้น ดังนั้น ผู้บริหารองค์การจึงต้องปฏิบัติเพราะเป็นหลักแห่งการสงเคราะห์บุคคล โดยการให้ทานเป็นวัตถุประสงค์ของการประพฤติปฏิบัติต่อกันในสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่กัน เพราะความเมตตาเป็นเครื่องค้ำจุนโลกให้อยู่ปกติสุข ดังนั้น จึงเป็นหลักธรรมที่พึงใช้เป็นหลักในการ “ครองคน” ในองค์กร”

“สังคหวัตถุ 4 คือ 1) ทาน คือ การให้ผู้บริหารองค์การต้องเป็นผู้ให้เป็นลักษณะของการให้ทานเป็นบุญ ได้แก่ การสร้างกุศล บำเพ็ญบุญทั้งหลาย เช่น การทำบุญทอดกฐิน การทอดผ้าป่า การทำบุญในวันธรรมะสวนะ เป็นต้น เป็นการสร้างบุญบารมีและการให้ทานเป็นคุณ ได้แก่ การให้สิ่งของ การให้ของขวัญ การให้จะก่อให้เกิด ความสัมพันธ์อันดีระหว่างผู้ให้และผู้รับทั้งภายในองค์กรและภายนอกองค์กร รวมทั้งการให้อภัยทาน ส่งผลให้ไม่เกิดความขัดแย้ง อยู่อย่างสงบสุข 2) ปิยวาจา คือ การพูดเพื่อให้เป็นที่รัก ผู้บริหารองค์การต้องพูดด้วยวาจาที่ไพเราะ สุภาพ นิ่มนวล พูดแต่เรื่องที่ดีมีคุณประโยชน์ เป็นเรื่องจริง พูดด้วยจิตที่มีเมตตา และพูดอย่างถูกกาลเทศะ โดยผู้บริหาร องค์การจะสามารถทำให้ผู้ใต้บังคับบัญชา/เพื่อนร่วมงานเกิดความเคารพ ด้วยการเป็นตัวอย่างที่ดี พร้อมแก้ไข ข้อบกพร่อง ผิดพลาด กล่าวว่อาจศีลสมาธิจิตพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงตรัสไว้ว่า บุคคลที่มาแนะนำเราในสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่เรา และเมื่อเห็นเราผิดพลาด เรียกว่า “ผู้ชี้ขุมทรัพย์ให้” 3) อัตถจริยา คือ การบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวม ผู้บริหารองค์การต้องการ ความร่วมมือกันในการประกอบกิจการงานและประพฤติปฏิบัติตนอย่างสามัคคีปรองดองและมุ่งที่ผลประโยชน์ของ ส่วนรวมเป็นหลัก ซึ่งส่งผลดีต่อส่วนรวมเช่นกัน การปฏิบัติตนให้เป็นประโยชน์ต้องเป็นคนดีและมุ่งประโยชน์ต่อ ส่วนรวมเป็นหลัก พร้อมทั้งชักจูงให้คนรอบข้างทั้งสามจำพวกนี้มาเป็นคนดีและปฏิบัติงานเพื่อประโยชน์ของ ส่วนรวมเป็นหลักด้วย คือ คนที่ประพฤติตนเป็นคนดีและมุ่งปฏิบัติงานเพื่อประโยชน์ของส่วนรวม เป็นหลัก คนที่ประพฤติตนเฉยๆ ไม่ปฏิบัติงานใดๆ และคนที่ประพฤติตนไม่ดีและไม่ปฏิบัติงานเพื่อประโยชน์ ส่วนรวม เป็นต้น 4) สมานัตตตา คือ การทำตนเสมอต้นเสมอปลาย ผู้บริหารองค์การต้องวางตนให้พอดีในหน้าที่ ของตนอย่างเสมอต้นเสมอปลาย อย่างเหมาะสมกับบริบทของงานและถูกกาลเทศะในองค์กร ประพฤติปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีต่อบุคคลทั้งภายในและภายนอกองค์กร จะส่งผลให้ทุกคนอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างปลอดภัย สบายใจ และมีความสุข”



“หลักธรรมสังคหวัตถุ 4 เป็นหลักธรรมของการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสงบสุข เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ สมควรที่ผู้บริหารองค์การจะต้องพึงระลึก นำมาใช้ในการประพฤติปฏิบัติตนและเป็นแนวทางในการ บริหารองค์การ ซึ่งถือว่าเป็นหลักในการครองตนในองค์การ”

“การครองงานองค์การใช้หลักธรรมอิทธิบาท 4 คือ เป็นทางแห่งความสำเร็จ 4 ประการ คือ เป็นคุณธรรมที่เป็นเครื่องให้บรรลุถึงความสำเร็จตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ หวังสำเร็จในสิ่งใด ต้องประพฤติปฏิบัติตนให้สมบูรณ์และต่อเนื่องกันอย่างแท้จริงก็จะประสบผลสำเร็จ โดยต้องปฏิบัติงานนั้น ๆ อย่างมีความพอใจอย่างจริงจังและชัดเจน ความมานะพากเพียร กล้าหาญ เอาใจจดจ่อมุ่งมั่น และคำนึงในหลักเหตุผลด้วยสติปัญญาที่ไตร่ตรองอย่างรอบคอบและลึกซึ้งจนประสบความสำเร็จที่กำหนดไว้ โดยปฏิบัติงานตามแนวทางดังนี้ 1) มีฉันทะ คือ มีความพอใจ มีความต้องการ และมีความสุขที่จะทำ มีใจไม่รักที่จะทำกิจการ งานนั้น ๆ อยู่เสมอ 2) มีวิริยะ คือ มีความพากเพียร มีความขยันหมั่นเพียรที่จะทำกิจการงานนั้น ๆ ด้วย ความพยายาม อุตุน เข้มแข็ง และไม่ย่อท้อต่อความยากลำบาก 3) มีจิตตะ คือ มีจิตใจจดจ่อ มีความคิดและความตั้งใจ โดยตั้งใจรับรู้ในกิจการงานที่กระทำและ ทำสิ่งนั้น ๆ ด้วยความตั้งใจ เอาใจฝักใฝ่ และมีสมาธิในการทำกิจการงานนั้น ๆ 4) มีวิมังสา คือ มีการพิจารณาไตร่ตรอง โดยหมั่นใช้สติปัญญาพิจารณาไตร่ตรอง ใคร่ครวญ ตรวจสอบหาเหตุผล หาข้อบกพร่อง ผิดพลาด แล้วหาข้อมูล วางแผน วัดและประเมินผล พร้อมทั้งคิดค้นวิธีแก้ไข ปรับปรุงกิจการงานนั้นให้ดียิ่งขึ้นต่อไป หลักธรรมอิทธิบาท 4 เป็นหลักธรรมที่เป็นเหตุและผลที่ใกล้ตัวมากที่สุด พร้อมทั้งสามารถ นำไปใช้ใน ชีวิตประจำวันได้ง่ายที่สุดหลักหนึ่ง ผู้ที่ปฏิบัติงานตามหลักธรรมนี้ย่อมประสบความสำเร็จในชีวิต มีความก้าวหน้า และสามารถพัฒนาตนเองได้เป็นอย่างดี ประกอบกิจการงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและเกิดประสิทธิผลสูงสุด จนเป็นส่วนหนึ่งให้บรรลุเป้าหมายขององค์การ โดยหลักธรรมอิทธิบาท 4 เป็นการ ดำเนินการอัน เป็น 4 ขั้นตอนต่อเนื่องเชื่อมโยงสัมพันธ์กัน ผู้บริหารองค์การต้องสนับสนุน ส่งเสริมให้ ผู้ใต้บังคับบัญชาและ เพื่อร่วมงานปฏิบัติงานตามแนวทางนี้ ถ้าบุคคลใดกระทำได้จะประสบความสำเร็จอย่างสูงสุดแน่นอน”

“การบริหารองค์การที่มีทรัพยากรด้านทรัพยากรบุคคลากร ด้านงบประมาณ ด้านวัสดุอุปกรณ์และ ด้านการบริหารจัดการในสภาพสังคมยุคสารสนเทศ สภาพสังคมที่ได้รับอิทธิพลในกระแสโลกาภิวัตน์ เทคโนโลยี และข่าวสารข้อมูลต่าง ๆ อย่างรวดเร็วและไร้ขอบเขต ซึ่งมีผลต่อการบริหารองค์การของ ผู้บริหารและการ ปฏิบัติงานของบุคคลากรในองค์กรดังนั้น ทรัพยากรบุคคลจึงเป็นส่วนที่สำคัญในการนำพา องค์การให้บรรลุไปสู่วิสัยทัศน์ ขององค์การ โดยที่ในองค์การจึงต้องมีทรัพยากรบุคคลที่เป็นคนดีมี

คุณธรรม มีทักษะการบริหารงานที่ดีและเป็นผู้มีความรู้ ในเรื่องภารกิจงานที่รับผิดชอบอย่างลึกซึ้งและ  
ถ่องแท้ซึ่งจะนำพาองค์การสู่ความสำเร็จและเจริญก้าวหน้าต่อไป”

(ผู้บริหารสถานศึกษาคนที่4,สัมภาษณ์,2566)

โดยสรุปผู้บริหารสถานศึกษา ได้ใช้หลักธรรมในชีวิตประจำวัน ประกอบด้วย อิทธิบาท 4 พรหม  
วิหาร 4 สังคหวัตถุ 4

#### 4.5.3 บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพ

บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพคนที่ 1 ได้ให้ข้อมูลว่า ได้มีการนำหลักธรรมทาง  
พระพุทธศาสนามาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ดังบทสัมภาษณ์ ดังนี้  
หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

“หลักอริยสัจ 4 ก็คือดูว่าอะไรเป็นเหตุแห่งความทุกข์แล้วจะแก้ปัญหาดังนั้นได้อย่างไร อะไรที่  
เราทำได้ อะไรที่เราทำไม่ได้ ยกตัวอย่างเช่น พี่ได้ไปค้าประกันเงินกู้ให้กับบุคคลหนึ่งเมื่อ 10 ปีที่แล้ว ก็  
มองว่าเขาเป็นคนดีและคิดว่าจะไม่เกิดปัญหาอะไร จนกระทั่งวันหนึ่งก็มีหนังสือมาว่าเขาหายตัวไปแล้วก็  
เหลือหนี้ที่เขาจะต้องจ่าย ก็เหลือหนี้ที่เขาต้องมาทวงกับผู้ค้าซึ่งมันก็เป็นเงินที่ยอดเยอะอยู่ ถามว่ามัน  
กระทบความรู้สึกไหมมันก็กระทบที่เขินให้เขานั้นเราก็มองว่าเป็นด้วยเจตนาดี แต่คำว่าทำดีแล้วจะไม่ได้  
ผลดีอาจมีปัจจัยที่มาหลายอย่างก็คือให้มันจบตรงนี้ แต่รู้ว่าหากคิดแบบนี้จะไม่ทุกข์แล้วก็อยู่กับมันได้ก็จะ  
ไม่ทุกข์ จะไม่ค่าเขาจะไม่ไปต่อลื้อต่อเถียงจะไม่ไปทวงเขา เราก็คิดว่าโอเคมันก็จบที่เรา ซึ่งตอนเราไปเขิน  
ให้เนี่ยเราก็ทำด้วยเจตนาที่ดี ถ้าหากว่าไม่ทำวันนั้นเขาก็จะไม่สามารถที่จะกู้เงินเรื่องบ้านได้ก็จะไม่มีบ้าน  
อยู่ลูกเล็กเขาอีกสองคน ก็เลยมองว่านี่คือหลักธรรมว่าความทุกข์มันเกิดมาจากอะไร ก็ดับแค่ตรงนั้นเมื่อ  
เราทำอะไรไม่ได้ ก็ใช้เงินที่มีเพื่อดูแลกันไป นี่คือนสิ่งที่มองว่ามันเป็นเรื่องของการใช้หลักธรรม”

(บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพคนที่1, สัมภาษณ์, 2566)

“หลักธรรมประเภทสังคหวัตถุ อันนี้มองว่าได้นำมาใช้ในชีวิตประจำวันอยู่แล้ว อะไรที่มีเยอะก็  
แบ่งปัน อะไรที่คนอื่นเขาได้ดีก็ยินดีกับเขาด้วย ไม่เคยอิจฉาว่าทำไมคนอื่นเขาเป็นศาสตราจารย์ หรือคน  
อื่นเขาได้รองศาสตราจารย์ก็ยินดีกับเขา แล้วงานที่ทำก็คืองานที่ไม่ได้ไปแข่งกับใครการที่จะได้  
ความก้าวหน้าซีเพิ่มขึ้นเงินเดือนเพิ่มขึ้น โบนัสหรือตำแหน่งทางวิชาการที่สูงขึ้นก็มองว่าการเป็นอาชีพของ  
พวกเขาไม่ต้องเหยียบใครทำได้ก็ได้ด้วยตัวเอง ทำวิจัยก็ฝ่าฟันด้วยตัวเอง ในที่นี้มองว่ามันเป็นความ  
สุจริตในชีวิตการทำงานที่ไม่ทำให้ใครเดือดร้อนแค่ต้องต่อสู้กับตัวเอง ถ้าตนเองอยากเป็นศาสตราจารย์แต่  
ไม่ทำก็ไม่ต้องไปอิจฉาคนอื่นเขา ก็เราไม่ทำเราจะเกษียณแล้วมีความสุขกับตรงนี้มากกว่าไม่อยากนั่งหลัง  
ขดหลังแข็งอะไรอีกแล้วหรือมานั่งเครียด แล้วทุก ๆ อย่างแบบนี้ก็มีความสุข”

“แล้วก็เวลาที่ช่วงที่คิดว่าสำคัญสุดเลยคือ เวลาที่มีอะไรเข้ามา ไม่ว่าจะสุขจะทุกข์ก็อย่าพยายามให้ใจหวั่นไหว เช่น ฉันทื่นมาแล้วจะต้องใช้หนี้แทนยอดแบบเยอะมาก ก็แบบรับรู้ ต้องพยายามทำใจให้หนึ่งอย่าแบบไปโวยวายก็พยายามทำความคิดกับตัวเองก่อน มันก็เป็นหลักธรรมเรื่องก็ต้องทำให้ใจนิ่ง ทำให้ใจเราไม่หวั่นไหวกับโลกทัศน์หรือได้ยินใครนินทาว่าร้ายก็อย่าไปหวั่นไหวกับมัน ใครชื่นชมถามว่าชอบไหมก็ชอบ แต่ว่าก็อย่าไปอยู่กับมันนาน อันนี้ที่เอามาใช้กับตัวเอง ที่มาใช้กับครอบครัว ครอบครัวเราก็เป็นครอบครัวเล็ก ๆ แล้วครอบครัวเดียว พี่ก็มีพี่น้อง 3 คน กับอีกครอบครัว มีลูกหลาน ลูกเล็ก แล้วพี่ไม่มีลูก แล้วก็อยู่กับแบบ 2 คน ตายาย ก็อยู่กับแบบเพื่อน อยู่กันแบบกัลยาณมิตร ดูแลกันไป นี่ก็เหมือนเป็นคู่ชีวิตคู่หนึ่งที่อยู่ด้วยกัน ดูแลกัน เอื้อเฟื้อกันเป็นกัลยาณมิตร ไม่เคยต้องมานั่งทะเลาะกันเพราะไม่รู้ว่าจะทะเลาะกันแล้วได้ประโยชน์อะไร”

(บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพคนที่1, สัมภาษณ์, 2566)

บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพได้ใช้หลักธรรมในชีวิตประจำวัน หลักธรรมที่นำมาใช้ประกอบด้วย อริยสัจ 4 และสังคหวัตถุ 4

**บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพคนที่ 2 ได้ให้ข้อมูลว่า ได้มีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ดังบทสัมภาษณ์ ดังนี้**  
**หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่นำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน**

“ศีล 5 ก็ได้ใช้ในชีวิตประจำวัน ในชีวิตของการเป็นนักปกครอง สิ่งที่ยึดมั่นหลักๆเลยก็คือในเรื่องของการไม่ผิดลูกผิดเมียซึ่งเป็นเรื่องของการไม่ว่าจะอยู่ในสถานะอะไรก็แล้วแต่ไม่สมควรที่จะทำ เป็นแม่ที่ต้องทำงานนอกบ้านก็พยายามอธิบายกับลูกเมื่อมีเวลาที่จะพยายามเล่าให้เขาฟัง ว่าแม่ทำงานอะไรบ้างทำไมแม่ถึงไม่ได้อยู่กับเขาในวันหยุดที่เป็นวันเฉลิมพระชนมพรรษาของแต่ละพระองค์หรือวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาจะไม่ได้หยุดอยู่กับลูกเลย เพราะว่าต้องประกอบพิธีที่อำเภอ ทำบุญตักบาตรซึ่งนายอำเภอประธานในพิธี และวันปีใหม่หรือวันสงกรานต์ ก็ไม่มีโอกาสที่จะต้องได้อยู่กับเขา 100% เพราะว่าจะต้องมาดูพื้นที่จะต้องมีการตั้งด่าน 7 วันอันตรายต้องออกเยี่ยมตรวจด่าน สังเกตสถานการณ์ในพื้นที่ ถ้าเป็นเมื่อก่อนตอนไม่มีลูกชีวิตมันจะเป็นอย่างนี้ตลอด แต่มันเหมือนแบบเวลาที่ทางนี้พยายามทำให้ครอบครัวเข้าใจมากกว่าและคิดว่าวันหนึ่งถ้าเขาโตขึ้นหรือมีโอกาส ก็จะพยายามพาเข้ามาที่อำเภอมาให้เห็นให้รู้ว่าคือแม่ทำงานยังไง แม่เป็นยังไงอะไรทำไม่ถึงอยู่ด้วยกันไม่ได้ตลอดเวลาถ้ามีเวลาก็จะพาออกไปทำบุญตักบาตร”

(บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพคนที่2, สัมภาษณ์, 2566)

“สติต้องใช้อยู่แล้วต้องใช้ทุกขณะจิตในการทำงานใช้มากตอนที่รู้สึกว่าเป็นเหตุการณ์สำคัญที่จะเข้ามาในชีวิตหรือมีเรื่องการทำงาน อาจจะต้องสติมาก ๆ แล้วก็ใช้วิธีคิดเยาะๆกับเรื่องงานเป็นส่วนใหญ่ ถ้ามีงานกิจกรรมที่สำคัญที่ต้องใช้ จะพยายามตั้งสติแล้วค่อยๆ คิดถอดทีละสเต็มป์ของงาน แล้วก็ใช้อะไรที่ทำให้ตัวเองนิ่งที่สุด รู้สึกว่าเมื่อมีสติแล้วเรานิ่ง ทั้งบุคลิกทั้งเรื่องของการพูดจา เนื่องานที่มันออกมามันค่อนข้างเสถียรแล้วก็ ไม่ซับซ้อนเป็นเอกภาพมากขึ้น”

“ขั้นดีก็คือความอดทนตำแหน่งแบบค่อนข้างใหญ่แล้วเราเป็นผู้หญิงด้วยต้องทำงานแบบใช้ความอดทนบ้าง เช่น มีครั้งที่ 1 ครั้งที่ 2 แต่ว่า ก็จะมีเอามาใช้บ้างกรณีที่ตนเองเจอโดยส่วนใหญ่จะใช้กับลูกน้องมากกว่าจะอดทนเพื่อรักษาบรรยากาศของการทำงาน ในกรณีที่ว่าตัวนายอำเภอเป็นคนเร็วเป็นคนไวถ้าเจอลูกน้องช้าหรือว่าถ้าเพ็งย้ายมาวัฒนธรรมของเขามันแบบนี้ก็พยายามที่จะต้องอดทนเรียนรู้เขาไปสักระยะหนึ่งก็ต้องบอกก่อนว่านายอำเภอต้องการอะไร เพื่อให้เขาเรียนรู้เป็นในลักษณะนั้นมากกว่า”

(บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพคนที่2, สัมภาษณ์, 2566)

บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพได้ใช้หลักธรรมในชีวิตประจำวัน ประกอบด้วย สติ 5 สติ และขันติ

บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพคนที่ 3 ได้มีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ดังบทสัมภาษณ์ ดังนี้  
หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน

“อิทธิบาท 4 มาปรับใช้ในการทำงาน เช่น พยายามทำงานด้วยความวิริยะรับผิดชอบเอาใจใส่งานที่ทำมุ่งประโยชน์ต่อส่วนรวมและองค์กร ใช้เหตุผลในการคิดวิเคราะห์แยกแยะเรื่องต่าง ๆ ไม่ใช่อารมณ์ในการแก้ไขปัญหาหรือฟังความคิดเห็นอย่างเปิดกว้างและเป็นกลางไม่มีอคติ”

(บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพคนที่3, สัมภาษณ์, 2566)

“เมตตาต่อตนเองยอมรับในความบกพร่องผิดพลาดของตนเองและปรับปรุงตนเองอยู่เสมอ พยายามประพฤติตนให้เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวมและคนใกล้ชิด เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เคารพให้อภัย รักษาหน้าใจ ไม่เอาเปรียบช่วยเหลือและพึ่งพาซึ่งกันและกัน วางตัวให้เหมาะสม รู้กาลเทศะให้เกียรติซึ่งกันและกัน เคารพในความแตกต่างช่วยเหลือแบ่งเบาภาระงาน ทำงานเป็นทีม ให้กำลังใจและสนับสนุนซึ่งกันและกันปฏิบัติงานให้เป็นประโยชน์ต่อคนอื่น เคารพกฎหมาย ศีลธรรมเพื่ออยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสงบสุข”

(บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพคนที่3, สัมภาษณ์, 2566)

บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพได้ใช้หลักธรรมในชีวิตประจำวัน ประกอบด้วย อิทธิบาท 4 พรหมวิหาร 4

บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพคนที่ 4 ได้มีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ดังบทสัมภาษณ์ ดังนี้

**หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวัน**

“ใช้อธิบาท4 ในการระคับระคองตนเองในการประกอบอาชีพการงาน เมื่อท้อแท้รู้สึกไม่ได้รับความเป็นธรรมในที่ทำงาน เมื่อสอนนักเรียนแล้วไม่ได้ผลลัพธ์ตามที่คาดหวัง”

“เมื่อพยายามทำงานอธิบายแต่ไม่เป็นผลไม่สามารถเปลี่ยนแปลงแก้ไขใด ๆ ได้ จะใช้อุเบกขา หรือหลักพรหมวิหาร4”

(บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพ4,สัมภาษณ์,2566)

“สติ ช่วยให้คิดไตร่ตรอง ทบทวน หาสาเหตุข้อมูลต่าง ๆ เพื่อช่วยแก้ไขปัญหาได้ทุกปัญหา”

(บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพ4, สัมภาษณ์, 2566)

บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพได้ใช้หลักธรรมในชีวิตประจำวัน หลักธรรมที่นำมาใช้ประกอบด้วย อธิบาท4 พรหมวิหาร4 สติ

โดยข้อมูลจากการสัมภาษณ์สามารถสรุปเป็นตารางได้ดังต่อไปนี้

ความคิดเห็น	นักวิชาการทางพระพุทธศาสนา (4 คน)	บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพ (4 คน)	ผู้บริหารสถานศึกษา (4 คน)	ข้อสังเกตสำคัญ
ความสำคัญหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา	ควรนำหลักธรรมไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน ปรับใช้กับตนเอง กับครอบครัว นำไปใช้แล้วแต่สถานการณ์	สามารถนำมาปรับใช้ในชีวิตประจำวัน ขึ้นอยู่กับบริบท ขึ้นอยู่กับเหตุการณ์	การนำหลักธรรมมาใช้ก็ใช้ตั้งแต่ต้นจนกระทั่งถึงเข้านอน ก็คือเรื่องของสติ	
หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่สำคัญที่	- สติ พรหมวิหาร4 ทศ6	-อริยสัจ4 สังคหวัตถุ4	- พรหมวิหาร4 สติ	พรหมวิหาร4 เป็นหลักธรรมที่นักวิชาการทางพระพุทธศาสนา

ความคิดเห็น	นักวิชาการทาง พระพุทธศาสนา (4 คน)	บุคคลที่ประสบ ความสำเร็จใน อาชีพ (4 คน)	ผู้บริหาร สถานศึกษา (4 คน)	ข้อสังเกต สำคัญ
สามารถ ประยุกต์ใช้ได้	<ul style="list-style-type: none"> <li>- อธิบาท4 สังคหวัตถุ4</li> <li>- อธิบาท4 พรหมวิหาร4 อริยสังข์4</li> <li>- อริยสังข์4 สังคหวัตถุ4 พรหม วิหาร4</li> <li>อธิบาท4</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- คีล5 สติ และ ขันติ</li> <li>-อธิบาท4 พรหมวิหาร4</li> <li>- อธิบาท4 พรหมวิหาร4 สติ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- พรหมวิหาร4 คีล5 สติ</li> <li>- สติ อธิบาท4 สัปปุริสธรรม7 หิริโอตตปปะ พรหมวิหาร4</li> <li>- อธิบาท4 พรหมวิหาร4 สังคหวัตถุ4</li> </ul>	บุคคลที่ประสบ ความสำเร็จใน อาชีพ ผู้บริหาร สถานศึกษา มี ความคิดเห็น ตรงกันว่าควร นำมาปฏิบัติใน ชีวิตประจำวัน
วิธีการที่จะทำให้ เยาวชนนำ หลักธรรมทาง พระพุทธศาสนา ไปใช้	ขอเสนอให้สอนจาก ประสบการณ์ มีบุคคลตัวอย่าง โดยสอนในเชิง ทฤษฎีและสอน หลักธรรมในการ นำไปใช้โดยการ เชื่อมโยงให้เกิดเป็น เหตุเป็นผลได้	การเข้าถึง หลักธรรมโดยที่ ไม่จำเป็นต้องเข้า วัด เปิดฟังยูทูบ อยู่ที่บ้านก็ได้ หรือแม้กระทั่ง ศึกษาคนที่นำ หลักธรรมมา ปฏิบัติให้มันเป็น เรื่องวิถีชีวิตที่ ง่ายๆ	การเลือก หลักธรรมทาง พระพุทธศาสนาไป ใช้ให้เหมาะสมกับ สถานการณ์จะทำ ให้เกิดประโยชน์ กับผู้ปฏิบัติ	

สรุปสาระสำคัญที่เหมือนกัน ต่างกัน และที่เป็นข้อสังเกตสำหรับนำไปออกแบบวิจัย คือ หลักพรหมวิหาร4 ซึ่งเป็นหลักธรรมที่ นักวิชาการทางพระพุทธศาสนา บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพ ผู้บริหารสถานศึกษา มีความคิดเห็นตรงกันว่าควรนำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

#### 4.6 ผลการสนทนากลุ่ม (Focus Group) ประกอบด้วย

ประกอบด้วยนักเรียน ประธานนักเรียน รองประธานนักเรียน ทีมสภานักเรียน นักเรียนคุณธรรม นักเรียนสุนทรพจน์ จำนวน 10 คน โรงเรียนภัทรญาณวิทยา  
หลักธรรมที่นำมาใช้ปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

ผลจากการสนทนากลุ่ม(Focus Group) พบว่า นักเรียนมีความคิดเห็นส่วนใหญ่ในทิศทางเดียวกันว่าในชีวิตประจำวันมีการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาแต่หลักธรรมที่นำมาใช้มีทั้งเหมือนกันและแตกต่างกันไป แล้วแต่เหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่ได้พบในการดำเนินชีวิตประจำวัน

“อิทธิบาท4 ฉันทะ วิริยะ จิตตะ แล้วก็วิมังสาเพราะว่าเป็นหลักธรรมที่ทุกคนควรจะมีแล้วก็ควรที่จะนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น วิริยะ การขยันหมั่นเพียรการฝึกฝนการเรียนรู้ในการเรียน และตัวผมก็นักเรียนด้วยกันก็จะใช้หลักธรรมนี้ในการตั้งใจเรียน”

(นักเรียนคนที่1, สนทนากลุ่ม, 2566)

“ขรราวาสธรรม 4 ความมีสัจจะ แล้วก็ทมะ ขันติ จาคะก็คือความซื่อสัตย์ ฝึกฝนตนเอง การอดทน และการเสียสละ เนื่องจากเป็นประธานนักเรียน ก็อยากจะให้มีความอดทน มีความเสียสละในการที่ดูแลจัดการปัญหาโรงเรียนของเราให้ดี อดทนในหลายเรื่อง เช่น เราต้องตั้งใจเรียน หนึ่งก็คือการอดทนที่จะต้องเรียนเพื่อจะให้มันหมดคาบไปในช่วงนี้ ก็คือเราต้องตั้งใจเรียนและเสียสละในตอนนี้อย่างไร แล้วก็เป็นการที่มีความอดทนสั่งน้องให้น้องทำอย่างไร ก็ต้องมีการจัดการบริหารในส่วนนี้ด้วย ก็เพราะว่าประธานนักเรียนจะมีคนเดียว ซึ่งก็จะได้รับฟังความคิดเห็นจากคนต่าง ๆ เข้ามาพิจารณา อดทนที่ต้องฟังเพื่อน แล้วก็ต้องทำความเข้าใจในเรื่องนี้ด้วย”

(นักเรียนคนที่2, สนทนากลุ่ม, 2566)

“หลักธรรมพรหมวิหาร 4 มีความเมตตา กรุณา แล้วก็อุเบกขา พรหมวิหาร 4 สามารถเห็นได้ในชีวิตประจำวันของเราทุกคน เช่น ถ้าขับรถไปแล้วแบบชนหมาชนแมวจะเกิดความเวทนาอยู่แล้ว ซึ่งเห็นได้ในชีวิตประจำวันของทุกคน หรือถ้าเห็นคนเร่ร่อนข้างถนนส่วนตัวก็จะรู้สึกสงสาร และก็จะให้ทาน  
ปรารถนาให้ผู้อื่นได้ทั้งสุขกายแล้วก็สุขใจ”

(นักเรียนคนที่3, สนทนากลุ่ม, 2566)

“สังคหวัตถุ 4 เป็นหลักธรรมเกี่ยวกับความเป็นมิตรที่ดีด้วยความที่ตัวเองก็มีเพื่อน ก็ต้องรู้จักการวางตัวให้ถูกต้อง โดยสังคหวัตถุ 4 ก็จะประกอบด้วยทานคือการให้ ปิยวาจาคือการพูดดี อุตถจริยาคือการให้ความช่วยเหลือและสุดท้ายสมานัตตตาคือการเสมอต้นเสมอปลาย”

(นักเรียนคนที่4, สนนากลุ่ม, 2566)

“อริยสังข์ 4 ก็เป็นเรื่องของการอยู่ร่วมกันเช่นการใช้ชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะกับเพื่อนหรือกับครอบครัว ปัญหาที่เกิดขึ้นบ่อยมากคือก็มีความขัดแย้งเกิดขึ้น ทำให้บางทีก็มีการทะเลาะกันบ้าง ก็เลยต้องใช้หลักธรรมอริยสังข์ 4 การใช้หลักธรรมก็จะนำมาสู่การควบคุมอารมณ์ได้ใช้เหตุผลมากกว่าความโกรธอะไรปล่อยได้ก็ปล่อยไปทำให้คุยกันได้สบายใจขึ้นแล้วก็ลดความขัดแย้งได้”

(นักเรียนคนที่5, สนนากลุ่ม, 2566)

“การที่ตัวเองนั้นทุกข์ ซึ่งถ้าความทุกข์เกิดจากภาวะที่รู้ตัวว่าทุกข์เกิดจากอะไรในเรื่องของความเครียด ซึ่งความเครียดในที่นี้อาจจะเป็นการที่ทำให้จิตยั้งคิดศาสตร์เยอะไปทำให้รู้สึกว่ามันเครียดจนเกินไปแล้วทำให้ไม่ไหวแล้วเรารู้สาเหตุของตนเองแล้วอาจจะหยุดพักไปหาสิ่งที่ชอบนั่นเอง”

(นักเรียนคนที่6, สนนากลุ่ม, 2566)

“อริยสังข์ 4 เมื่อรู้แล้วว่าทุกข์ของเราเกิดจากอะไรเราแค่เปลี่ยนความคิด ณ ตอนนั้นให้มีความสบายใจมากขึ้น แล้วก็จัดการความเครียดโดยการหาสิ่งที่ชอบหรือว่ารีแล็กซ์อย่างอื่น”

(นักเรียนคนที่7, สนนากลุ่ม, 2566)

“เคยทะเลาะกับครอบครัว ซึ่งถ้าหนูรู้สึกว่าหนูอยู่ ณ จุดจุดนั้นแล้วมันไม่ได้ดีขึ้นก็จะขอแยกตัวมาอยู่คนเดียวเพื่อที่จะลดการเกิดปัญหามากขึ้น การที่หนูนั่งคุยกับตัวเองอยู่คนเดียว ส่งผลให้ได้ประโยชน์มากกว่า ไม่ว่าจะเป็นการทำให้เราอารมณ์เย็นลงและฝั่งตรงข้าม เมื่ออยู่กับตัวเองก็จะใจเย็นลงเหมือนกัน”

(นักเรียนคนที่8, สนนากลุ่ม, 2566)

“หนูโดนรุ่นพี่หาเรื่องตอนกินข้าวที่โรงอาหารแล้วเขาเดินมาเข้ามาทำร้ายร่างกายหนูก็เลยต้องตั้งสติเพราะว่าเมื่อก่อนก็เป็นคนอารมณ์ร้อนมาก ดังนั้นจะชวนกลับโดยทันทีก็เลยนั่งคิดว่าเราโตแล้วนะเราต้องคิดให้มากกว่านี้ เรากำลังเรียนอยู่แล้วก็จะก้าวสู่มหาวิทยาลัยแล้ว ก็เลยนั่งตั้งสติแล้วก็ไปบอกครูดีที่ว่าไม่ใช่กำลังตอบโต้”

(นักเรียนคนที่9, สนนากลุ่ม, 2566)

“สติครับผมเคยเติมเกมไปประมาณหนึ่งพันห้าร้อยบาท โดยการเปิดกล่องลูบปีกอกซีให้ได้ของตัวทอง แต่ว่าได้แต่เกลือ ผมก็เลยต้องมานั่งพิจารณาตัวเองว่าเราเอาเงินหนึ่งพันห้าร้อยบาทไปทำอะไรกันแน่



แบบว่าครั้งหน้าต้องคิดให้ฉลาดกว่านี้ในการเอาเงินไปใช้ให้ถูกวิธี เอาแต่กล่องลูบปีกอกไม่ได้ช่วยให้ดีขึ้น  
เลย”

(นักเรียนคนที่10, สนทนากลุ่ม, 2566)

โดยสรุปพบว่า หลักธรรมที่นักเรียนนำมาใช้ในชีวิตประจำวันประกอบด้วย อิทธิบาท4 ฆราวาส  
ธรรม 4 พรหมวิหาร 4 สังคหัตถ์ 4 อริยสัจ 4 และสติ

### ปัญหาของเยาวชนและแนวทางแก้ไขปัญหา

ผลจากการสนทนากลุ่ม(Focus Group) พบว่า ปัญหาในชีวิตประจำวันที่นักเรียนเปิดประเด็น  
พูดคุยในวงสนทนากลุ่ม ได้แก่ เช่น ปัญหาด้านการเรียน การคบเพื่อน การบูลลี่ การทะเลาะวิวาท และ  
ยาเสพติด

“ถูกบูลลี่แล้วหนูก็โดนบูลลี่เอง ซึ่งมันเกิดขึ้นกับชีวิตหนูมาตั้งแต่เด็กจนโต ส่วนมากโดนเรื่องการ  
ไม่ค่อยมีเพื่อน เรื่องรูปร่างหน้าตาในบางจุด หนูรู้สึกว่าการถูกบูลลี่เป็นปัญหาสังคมที่ใหญ่ ที่ตอนนี้เจอ  
แล้วก็หนูไม่คิดว่ามันจะหมดไปบนโลกด้วยแต่หนูคิดว่าสิ่งที่ควรทำคือควรจัดการกับตัวเอง จัดการกับ  
ความรู้สึกของตนเอง จัดการกับสารที่ได้รับ และก็อย่าส่งต่อให้กับคนอื่น”

(นักเรียนคนที่10, สนทนากลุ่ม, 2566)

“ผมก็เคยโดนแล้วก็เพื่อนๆผมรวมถึงน้องผมด้วยก็เคยโดน ส่วนใหญ่ก็คือในปัญหาของผู้ชายเรื่อง  
ทำต่อเป็นเรื่องปกติ ไม่ถูกใจกันผลอมองหน้ากันผลอบแบบเหยียบเท้าหรือว่าเดินผ่านไปแบบโดนอะไร  
แบบนี้ไม่ได้ทำให้ดีขึ้นต่อกันไม่ได้แก้ปัญห การที่มานั่งต่อกันต่อกันมันไม่ได้แก้ปัญหาก็เลยเลือกที่จะ  
เดินหนีครับไม่กล้าฟ้องครู”

(นักเรียน6, สนทนากลุ่ม, 2566)

“เวลามีปัญหาจะเลือกปรึกษาครอบครัวเพราะว่าครอบครัวเป็นเซฟโซนของหนูเวลาปรึกษากับ  
ครอบครัวจะมีความสบายใจอย่างเช่น ตอนสอบเข้าเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายต้องเลือกสายการเรียนว่า  
จะเข้าสายการเรียนไหนมีเรื่องเครียดก็จะปรึกษากับพ่อแม่”

(นักเรียนคนที่4, สนทนากลุ่ม, 2566)

“หนูเลือกที่จะปรึกษาคนที่ไว้วางใจขึ้นอยู่กับว่าเรื่องที่เรามีปัญหาเข้ามามันเกี่ยวกับใครหรือว่า  
เกิดขึ้นอย่างไร เช่นถ้าปัญหานี้เกิดขึ้นกับตัวเราเองหนูก็เลือกที่จะไปปรึกษาครอบครัวหรือว่าเพื่อนกับคนที่  
ไว้ใจ เพราะเค้าจะพยายามช่วยหาสาเหตุและหาทางแก้ไขปัญหาให้ได้ เพราะครอบครัวและเพื่อนสนิท  
เป็นคนที่หนูสามารถไว้ใจและสบายใจที่ได้คุยและได้ปรึกษาปัญหาและมั่นใจได้ว่าเรื่องที่หนูเล่าจะไม่ถูก  
เปิดเผยแน่นอน”

(นักเรียนคนที่1, สนนากลุ่ม, 2566)

“ผมเลือกที่จะปรึกษาเพื่อนสนิท เพื่อนที่แบบว่ารู้ใจอยู่กับเราตลอดเวลา เพราะว่าเค้าจะเป็นคนที่รู้นิสัยเราดีเขาจะให้คำแนะนำที่เหมาะสมกับเราได้ดีที่สุด โดยเฉพาะในเวลาที่ทะเลาะกับเพื่อนคนอื่น เพื่อนสนิทก็จะรู้ว่าเรื่องนี้ผมผิดหรือว่าเรื่องนี้เขามาทำเราก่อนหรือว่าเราไปทำเขาก่อนเขาก็จะบอกเราได้ถูกต้องให้เราปรับปรุงแก้ไขหรือบางครั้งทำให้เราใจเย็นลง เพราะเค้ารู้ใจเราเขาพูดให้เราใจเย็นได้อยู่แล้ว”

(นักเรียนคนที่3, สนนากลุ่ม, 2566)

“ปรึกษากับคุณครูเรื่องการเข้าเรียนในมหาวิทยาลัย คือหนูสนใจการเข้าศึกษาศาสตร์วิชาเอกพลศึกษาก็ไปปรึกษาครูว่าต้องทำยังไงถึงจะเข้าได้ เพราะหนูก็เครียดมากเลยว่าจะเข้าได้ไหมเพราะว่าพลศึกษาต้องใช้ความสามารถพิเศษในด้านกีฬา เขาก็ให้คำปรึกษาแนะนำว่าต้องเตรียมตัวอย่างไรและให้กำลังใจว่าต้องทำได้อยู่แล้วถ้าใจเราสู้”

(นักเรียนคนที่8, สนนากลุ่ม, 2566)

“ปัญหาใหญ่ที่เยาวชนประสบคือยาเสพติด เพราะวัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่ทุกคนอยากรู้อยากลองอยากรู้ว่า ยาเสพติดนั้นคืออะไร เยาวชนส่วนใหญ่ก็อยากรู้อยากลองหรืออยากเข้าไปอยู่ในจุด ๆ นั้น แล้วเวลาเราเข้าไปอยู่ในจุดจุดนั้นแล้วจะหาทางออกไม่ได้แต่คนส่วนใหญ่ที่เคยสัมผัสมาเพราะว่าหนูเป็น to be number one เป็นแกนนำก็คือพวกเขาจะได้รับตัวไปสถานพินิจ โดยพวกเขาจะใช้การสวมมรดเพื่อภาวนาจิตตนเองให้จิตตนเองนิ่ง อันต่อไปคือเรื่องของการนั่งสมาธิ ซึ่งคนที่ติดยาจะมีสารที่ไปกระตุ้นให้สมองเกิดความผิดปกติอยู่แล้ว เพราะฉะนั้นนำหลักธรรมในเรื่องของการนั่งสมาธิเข้ามาเกี่ยวข้องเพื่อภาวนาจิตให้ตนเองอยู่เนิ่งอยู่กับที่แล้วก็ สามารถนำตัวเองให้หลุดพ้นจากยาเสพติดได้”

(นักเรียนคนที่3, สนนากลุ่ม, 2566)

โดยสรุปแนวทางการแก้ไขปัญหาที่ปรากฏในการสนทนากลุ่ม คือการปรึกษาคณะครู เพื่อน ซึ่งเป็นกลุ่มบุคคลที่นักเรียนมีความไว้วางใจ

### ข้อเสนอแนะต่อการนำหลักธรรมมาใช้ในชีวิตประจำวัน

ผลจากการสนทนากลุ่ม(Focus Group) พบว่า นักเรียนมีความคิดเห็นว่าควรนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

“เยาวชนรุ่นใหม่ก็จะเสพติดเป็นส่วนมาก หนูเองก็สนใจหลักธรรมเพราะว่าคุณไพโรวัลย์เหมือนกัน เป็นต้นแบบเป็นไอดอลที่ทำให้หนูหันมาสนใจหลักพุทธศาสนามากขึ้น หนูก็จะขอเชิญชวนให้ทุกคนเสพติดอย่างถูกต้อง โดยเฉพาะสื่อทางสังคมออนไลน์ เช่น ข่าวหรือว่าออนไลน์หรือเป็นการไลฟ์สด อย่างของ

หนูดูไลฟ์สดของคุณแพร์รี่ ก็ทำให้หนูเข้าถึงมากขึ้นแล้วก็รู้สึกสนุกสนานไม่น่าเบื่อเหมือนกับการที่เราไป  
วัด”(นักเรียนคนที่10, สนทนากลุ่ม, 2566)

“หลักธรรมในชีวิตประจำวันจนประสบความสำเร็จ คือการได้มีโอกาสไปกล่าวสุนทรพจน์ได้ไป  
แข่งขันต่อระดับประเทศ ระดับภาคกลาง ได้รองอันดับสามซึ่งหนูก็ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาใน  
การกล่าวสุนทรพจน์ด้วย”

(นักเรียน10, สนทนากลุ่ม, 2566)

“หลายคนมองว่าหลักธรรมเป็นสิ่งล้าหลังมากมักตั้งคำถามว่าทำไมถึงต้องต้องมาสนใจเป็นสิ่ง  
ที่น่าเบื่อมาก แต่ว่าในปัจจุบันก็ด้วยเทคโนโลยี ก็มีเช่นละครคุณธรรมบางเรื่องอาจจะมีแก่นเรื่องที่น่าจะ  
ไม่เข้าใจ ไร้สาระไปบ้าง แต่ว่าจริง ๆ แล้วอยากให้โฟกัสที่แก่นเรื่องมากกว่าว่าเขาต้องการนำเสนออะไร”

(นักเรียนคนที่7, สนทนากลุ่ม, 2566)

“เรื่องของการอยู่ร่วมกันหลายคนอาจจะมองว่าในเรื่องนี้เป็นปัญหาเล็ก ๆ แก้ได้ง่ายแต่จริง ๆ  
แล้วไม่ใช่เลยเพราะว่าการที่เกิดปัญหาขึ้นบ่อย ๆ มันไม่ใช่เรื่องดีเลย แล้วก็อาจทำให้กลายเป็นความ  
ขัดแย้งอย่างมากที่แก้ไขได้ยาก หนูก็เลยอยากเชิญชวนให้มาใช้หลักธรรมสังคหวัตถุ 4 เป็นที่ยึดเหนี่ยวใน  
ใจกัน แล้วก็มีการใช้วาจาที่แบบใช้วาจาที่ดีจะทำให้คุยกันได้ง่ายขึ้นสบายใจขึ้นจะได้ไม่เกิดความขัดแย้ง”

(นักเรียน2, สนทนากลุ่ม, 2566)

โดยสรุปจากการสนทนากลุ่มพบว่า นักเรียนมีความคิดเห็นไปในทิศทางเดียวกันว่าควรนำ  
หลักธรรมมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันโดยหลักธรรมที่นำมาใช้ คือ สังคหวัตถุ 4 ขณะเดียวกันเพื่อให้  
เยาวชนสามารถเข้าถึงหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ควรนำสื่อต่าง ๆ มาใช้ให้เป็นประโยชน์โดยเฉพาะ  
สื่อทางสังคมออนไลน์ หรือละครคุณธรรม เพราะสามารถนำมาใช้ได้จริงทั้งกับตนเองและการอยู่ร่วมกับ  
ผู้อื่น

ประเด็น	ความคิดเห็นสำคัญ ในภาพรวม	ข้อสังเกต
หลักธรรมที่นำมาใช้ปฏิบัติใน ชีวิตประจำวัน	อิทธิบาท4 ฆราวาสธรรม 4 พรหมวิหาร 4 สังคหวัตถุ 4 อริยสัจจ 4 และสติ	เป็นหลักธรรมที่ใช้ใน ชีวิตประจำวันได้จริง

<b>ปัญหาของเยาวชนและแนวทางแก้ไขปัญหา</b>	- ปัญหาด้านการเรียน การคบเพื่อน การบูลลี่ การทะเลาะวิวาท และยาเสพติด  - การปรึกษาครอบครัว ครู เพื่อน ซึ่งเป็นกลุ่มบุคคลที่นักเรียนมีความไว้วางใจ	ในการดำเนินชีวิตประจำวัน จะต้องเผชิญกับปัญหาแต่หลักธรรมทางศาสนาสามารถเป็นภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้กับเยาวชนได้
<b>ข้อเสนอแนะต่อการนำหลักธรรมมาใช้ในชีวิตประจำวัน</b>	<i>“ควรนำสื่อต่าง ๆ มาใช้ให้เป็นประโยชน์โดยเฉพาะสื่อทางสังคมออนไลน์หรือละครคุณธรรม”</i>	หากนำสื่อประเภทต่าง ๆ มาใช้อย่างเหมาะสมจะทำให้สามารถเข้าถึงเยาวชนได้ง่าย

สามารถสรุปได้ว่าหลักธรรมที่นำมาใช้ปฏิบัติในชีวิตประจำวันประกอบด้วย อิทธิบาท 4 ฆราวาสธรรม 4 พรหมวิหาร 4 สังคหวัตถุ 4 อริยสัจ 4 และสติ ในส่วนของปัญหาของเยาวชนพบว่า มีปัญหาด้านการเรียน การคบเพื่อน การบูลลี่ การทะเลาะวิวาท และยาเสพติด ในขณะที่แนวทางแก้ไขปัญหา พบว่า ได้มีการปรึกษาครอบครัว ครู เพื่อน ซึ่งเป็นกลุ่มบุคคลที่นักเรียนมีความไว้วางใจ โดยมีข้อเสนอแนะต่อการนำหลักธรรมมาใช้ในชีวิตประจำวันได้ว่า ควรนำสื่อต่าง ๆ มาใช้ให้เป็นประโยชน์โดยเฉพาะสื่อทางสังคมออนไลน์หรือละครคุณธรรม

#### 4.7 ข้อมูลส่วนปฏิบัติการ

กระบวนการ Design Thinking 5 ขั้นตอนของกระบวนการคิดเชิงออกแบบ มีดังนี้

##### 1) การทำความเข้าใจ (Empathize)

การทำความเข้าใจปัญหาการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ซึ่งได้ข้อมูลจากแบบสอบถามเชิงปริมาณและข้อมูลเชิงคุณภาพจากการสัมภาษณ์และการสนทนากลุ่ม โดยผู้เกี่ยวข้องประกอบด้วย นักเรียนผู้บริหารสถานศึกษา ผู้ประสบความสำเร็จในอาชีพ โดยสรุปที่สามารถนำไปใช้วิเคราะห์เพื่อให้ได้นิยามของหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่นำไปใช้ในขั้นต่อไป

สามารถสรุปความคิดเห็นจากแบบสอบถามได้ว่า กลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นว่าหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่เยาวชนควรนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน คือ พรหมวิหาร4 และอิทธิบาท4 โดยมีเหตุผลสำคัญ ดังนี้

1. ศีล5 โดยการงดเว้นการฆ่าสัตว์ การลักขโมย การประพฤตินิดในกาม การพูดเท็จ พูดคำหยาบ คำส่อเสียด เพื่อเจ้า งดเว้นจากดื่มสุรา การนับถือศีล5 ควรมิตัดตัวเพื่อนำไปใช้ในชีวิตได้ สามารถใช้เมื่อต้องการหาทางออก เป็นต้น

2. พรหมวิหาร 4 มีความปรารถนาดีมอบให้ผู้อื่นรวมทั้งมีความเมตตาต่อสัตว์ด้วย มีความสงสาร และเห็นใจเมื่อผู้อื่นประสบความทุกข์ยาก มีความยินดีเมื่อเห็นผู้อื่นได้ดีประสบความสำเร็จตามปรารถนา ไม่มีความอิจฉาริษยา มีการปล่อยวางเมื่อเจอสถานการณ์ที่ไม่สามารถควบคุมได้

3. อิทธิบาท4 เพื่อบ่มเพาะคุณธรรมแห่งความสำเร็จ ไม่สับสนระหว่างฉันท์กับตัณหา คือความรักที่จะลงมือทำและความอยากมี อยากได้ อยากเป็น ผู้เข้าใจอิทธิบาทสี่จะประเมินตนเองได้ว่า สิ่งที่ตนกำลังทำอยู่จะพบกับความสำเร็จได้หรือไม่ เป็นหลักธรรมที่หาค้นคว้าได้ทั่วไป

สามารถสรุปความคิดเห็นจากผลการสัมภาษณ์ได้ว่า คือ หลักพรหมวิหาร4 ซึ่งเป็นหลักธรรมที่นักวิชาการทางพระพุทธศาสนา บุคคลที่ประสบความสำเร็จในอาชีพ ผู้บริหารสถานศึกษา มีความคิดเห็นตรงกันว่าควรนำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน

สามารถสรุปความคิดเห็นผลการสนทนากลุ่ม คือ หลักธรรมที่นักเรียนนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน ประกอบด้วย พรหมวิหาร 4 อิทธิบาท4 ฆราวาสธรรม 4 พรหมวิหาร 4 สังคหวัตถุ 4 อริยสัจ 4 และสติ

หลักธรรมมีหลายหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่นักเรียน นำมาใช้ปฏิบัติและมีความคิดเห็นเห็นว่า แต่หลักธรรมที่นักเรียนเห็นว่าอยู่ในชีวิตประจำวันและใช้ได้เป็นอย่างดีคือ ศีล5 ในการนำมาประยุกต์ใช้กับตนเอง ส่วนหลักธรรมที่สามารถปฏิบัติกับผู้อื่นคือ พรหมวิหาร4

## 2) การนิยาม (Define)

การที่พระพุทธศาสนาเข้าถึงและสอนให้เข้าใจง่าย มีหลักการที่ปฏิบัติได้ง่ายเหมาะแก่การนำไปปฏิบัติในชีวิตจริง หลักธรรมคำสอนเป็นสิ่งที่เปรียบเสมือน แนวทางในการดำเนินชีวิตรวมไปถึงคำแนะนำที่จะช่วยให้เราเมื่อตกอยู่ในสถานการณ์ต่าง ๆ ให้เราสามารถผ่านพ้นไปได้อาทิเวลาเราเจอปัญหาเราก็จะใช้หลักธรรมในการมาช่วยหาทางออกของปัญหา อีกทั้งหลักธรรมยังเป็นเหมือนสิ่งที่คอยยึดเหนี่ยวจิตใจของเราให้เราประพฤตินอยู่ในกรอบศีลธรรมอันดีของสังคม

หลักธรรมคำสอนเป็นสิ่งที่ควรยึดถือปฏิบัติ เพราะหลักธรรมมุ่งเน้นให้ผู้คนปฏิบัติ ทั้งต่อตนเอง และต่อบุคคลอื่นสำหรับการอยู่ร่วมกันให้ได้อย่างที่ความสุขควรนำมาปฏิบัติแต่อยากให้เห็นภาพการประยุกต์ใช้ได้จริง

### 3) การสร้างสรรค์ (Ideate)

จากการระดมสมองของนักเรียนซึ่งเป็นเยาวชนทำให้ได้ข้อมูลเชิงปริมาณพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิต ซึ่งมีค่าเฉลี่ยในระดับมากที่สุดทุกด้าน โดยเฉพาะหลักเบญจศีล ค่าเฉลี่ย 3.93 รองลงมาคือหลักพรหมวิหาร 4 ค่าเฉลี่ย 3.90 ขณะเดียวกันข้อมูลเชิงคุณภาพจากการสัมภาษณ์และการสนทนากลุ่ม ทำให้ได้ข้อมูลเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างตัวแบบจำลอง

### 4) การจำลอง (Prototype)

#### ร่างตัวแบบจำลองก่อนนำไปใช้

##### ตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน

1. ชื่อรายวิชา ภาษาไทย : หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในชีวิตประจำวัน  
ภาษาอังกฤษ : Buddhist principles in daily life
2. จำนวนชั่วโมง : 4 ชั่วโมง
3. ผู้บรรยาย : อาจารย์ประจำรายวิชา
4. คำอธิบายรายวิชา (Course description)

ศึกษาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ที่ใช้ในชีวิตประจำวันประกอบด้วย หลักเบญจศีล และหลักพรหมวิหาร 4 เน้นการปฏิบัติตนเพื่อการอยู่ร่วมกันในสังคม ความพอเพียงและทางสายกลางที่เป็นหลักประสานความกลมกลืนกับวิถีชีวิตของประชาชนโดยทั่วไป

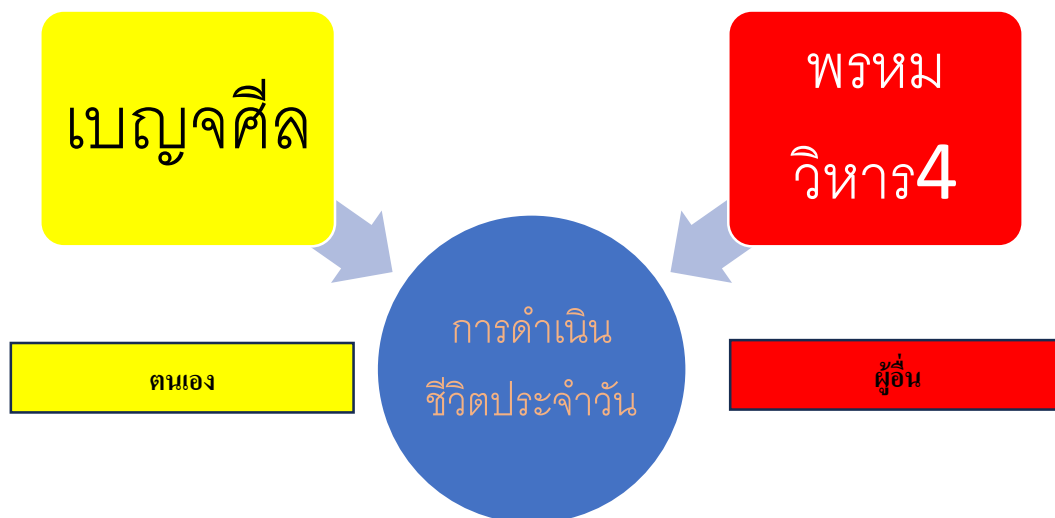
##### 5. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจในหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา
2. เพื่อให้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

##### 6. เนื้อหาหลักสูตร

ขอบเขตของหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

- 6.1 เบญจศีล ข้อพึงปฏิบัติห้าประการตามคำสอนในพุทธศาสนา
- 6.2 พรหมวิหาร 4 ซึ่งเป็นหลักธรรมที่ควรยึดถือปฏิบัติ



ภาพที่ 4.1 ขอบเขตของหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

## 6.1 เบญจศีล

### ศีลข้อ 1

#### ปาณาติปาตา เวระมะณี : เว้นจากการฆ่าสัตว์

1. จุดมุ่งหมาย เพื่อป้องกันการทำลายชีวิตผู้อื่น คลายความเหี้ยมโหดให้มีเมตตาต่อกัน
2. เหตุผล ชีวิตเป็นสิ่งมีค่าที่สุดของทุกชีวิต การทำร้ายชีวิตเท่ากับทำลายทุกอย่าง เรายังชีวิตของเราอย่างไร คนอื่นรัก เช่นกัน จึงไม่ควรทำร้ายเช่นฆ่ากัน
3. ข้อห้าม แบ่งเป็น 3 ลักษณะ คือ
  1. ห้ามฆ่า ไม่ว่าจะฆ่าเองหรือใช้คนอื่นฆ่า
  2. ห้ามทำร้ายร่างกาย มี 3 ลักษณะ คือ ทำให้พิการ ทำให้เสียโฉม ทำให้บาดเจ็บ
  3. ห้ามทรกรรม คือ ทำการทรมาณ มี 5 ลักษณะ คือ ใช้งานหนักเกินกำลัง กักขังให้อดอยาก นำไปด้วยวิธีทรมาณ เล่นสนุก แก่งสัตว์เล่น ผจญสัตว์ นำสัตว์มาสู้กัน \*ฆ่าตาย ศีลขาด ทำร้ายหรือทรกรรม ศีลต่างพร้อย
4. หลักวินิจฉัย หลักตัดสินว่าศีลขาดหรือไม่ 1. สัตว์มีชีวิต 2. รู้ว่าสัตว์มีชีวิต 3. จิตคิดจะฆ่า 4. พยายามฆ่า 5. สัตว์ตาย ครบ 5 ข้อนี้ถือว่าผิดศีล ข้อ 1

## ศีลข้อ 2

**อะทินนาทานา เวระมะณี : เว้นจากการถือเอาของที่เจ้าของเขาไม่ได้ให้**

1. จุดมุ่งหมาย เพื่อป้องกันการเบียดเบียนกันทางทรัพย์สิน และให้เลี้ยงชีพในทางสุจริต
2. เหตุผล มนุษย์มีศักยภาพในการประกอบอาชีพเลี้ยงตัวเองในทางที่ชอบ และทุกคนต่างหวงแหนในทรัพย์ที่ตนหามาได้ คนเราจึงไม่ควรทำลายศักดิ์ศรี และละเมิดในทรัพย์ของคนอื่น
3. ข้อห้า แบ่งเป็น 3 ลักษณะคือ

1. โจรกรรม คือห้ามทำเยี่ยงโจร 14 อย่าง คือ ลัก ฉก กรรโชก ปล้น ตู๋ ฉ้อ หลอก ลวง ปลอม ทรยศ บัง เบียดบัง สับเปลี่ยน ลักลอบ ยักยอก

2. อนุโจรกรรม ทำตามโจร ได้แก่ สมโจร คืออดหนุนโจร เช่น รับซื้อของโจร ปกป้อง ทำให้เขาเชื่อแล้วล่อลวงเอาทรัพย์ รับสินบน รับสินจ้างเพื่อทำผิดหน้าที่

3. ฉายาโจรกรรม ทำคล้ายโจร ได้แก่ ผลาญ ทำลายให้ฉิบหาย หยิบฉวย ถือเอาด้วยความมั่งง่าย **ทำโจรกรรม** คือว่าศีลขาด ทำอนุโลมโจรกรรม ฉายาโจรกรรม ศีลต่างพร้อย

4. หลักวินิจฉัย การตัดสินศีลขาดประกอบด้วย 1. ทรัพย์มีเจ้าของ 2. รู้ว่าของมีเจ้าของ 3. จิตคิดจะลัก 4. พยายามลัก 5. ได้ของนั้นมา ครบ 5 ข้อนี้ถือว่าผิดศีลข้อ 2

## ศีลข้อที่ 3

**กาเมสุมิจจาจารา เวระมะณี : เว้นจากการประพฤติผิดในกาม**

1. จุดมุ่งหมาย เพื่อป้องกันการเสพกามในทางที่ผิด และป้องกันการ ล่วงละเมิดในคู่ครองของคนอื่น อันจะนำไปสู่การเช่นฆ่า ประหัตประหารกัน

2. เหตุผล มนุษย์ทุกคนย่อมรักและหวงแหนในคู่ครองของตน และ ต้องการความซื่อสัตย์จากคู่ครอง ดังนั้น จึงไม่ควรล่วงละเมิด ในคู่ของคนอื่นและให้ความซื่อสัตย์ต่อคู่ของตน

3. ข้อห้าม ห้ามร่วมประเวณีกับบุคคลต้องห้าม คือ

1. หญิงต้องห้ามสำหรับชาย ได้แก่

- หญิงที่อยู่กับชายฉันทามีภรรยา
- หญิงที่อยู่ในความปกครองของพ่อแม่ ญาติ และอื่นๆ
- หญิงที่ธรรมรักษา ได้แก่ หญิงที่เป็นเทือกเถาเหล่ากอ คือ ญาติสายโลหิต 7

ชั่วโคตร, หญิงที่มีจารีตห้าม เช่น หญิงนักรบ, หญิงที่กฎหมายห้าม เช่น หญิงที่ยังไม่บรรลุนิติภาวะ หญิงทุพพลภาพ ชายล่วงละเมิดในหญิงเหล่านี้ ถือว่าผิดศีลข้อ 3

2. ชายต้องห้ามสำหรับผู้หญิง ละเมิดถือว่าผิด

- ชายอื่นนอกจากสามีของตน เป็นบุคคลต้องห้ามสำหรับหญิงที่มีสามีแล้ว



- ขายจารีตห้าม เช่น นักบวช เป็นบุคคลต้องห้ามสำหรับหญิงทั่วไป

#### 4. หลักวินิจฉัย หลักตัดสินว่าศีลขาดหรือไม่

1. บุคคลต้องห้าม 2. จิตคิดจะเสกกับบุคคลต้องห้าม 3. พยายามเสก 4. อวัยวะ  
เครื่องเสกจรดถึงกัน ครบ 4 ข้อนี้ถือว่าผิดศีลข้อ 3

#### ศีลข้อที่ 4

##### มุสาวาทา เวระมะณี : เว้นจากการพูดปด

1. จุดมุ่งหมาย เพื่อป้องกันการแสวงหาผลประโยชน์ใ้ตน ทำลาย ผลประโยชน์ของผู้อื่นด้วย  
คำพูดไม่จริง ส่งเสริมให้มีความซื่อสัตย์ ซื่อตรงต่อกัน

2. เหตุผล เราไม่ต้องการคำโกหก ฉันทใด คนอื่นก็ไม่ต้องต้องการคำโกหก เช่นกัน คนที่กล่าวคำโกหก  
ย่อมทำลายความดีที่มีอยู่ในตัวเอง เพราะคำพูดโกหกแล้วจะไม่ทำช่วยอย่างอื่นไม่มี

3. ข้อห้าม ข้อห้ามมี 3 อย่าง คือ ห้าม

1. มุสา คือ การโกหก มี ลักษณะ 11 อย่าง

- |   |  |
|---|--|
| - ปด เห็นว่าไม่เห็น รู้ว่าไม่รู้                  | - ส่อเสียด ยุยงให้แตกกัน                     |
| - ยอ ยกย่องให้ลืมหูลงผิด                          | - หลอก พูดให้เขาเชื่อ                        |
| - กลับคำ พูดแล้วปฏิเสธว่าไม่ได้พูด                | - นำความ พูดไม่หมด                           |
| - ทำเลศ พูดเล่นสำนวน พูดคลุมเครือ                 | - ทำเล่ห์กระเท่ห์ อวดอ้างวิชาให้เขา<br>เชื่อ |
| - เสริมความ พูดเกินจริง                           | - ทนسابาน ยอมسابานเพื่อให้<br>เขา เชื่อ      |
| - มารยา แสดงให้เขาเข้าใจผิด เช่น ทูศีลทำเป็นมีศีล |  |

2. อนุโลมมุสา พูดเรื่องไม่จริงที่ไม่ใช่เพื่อโกหก แต่มุ่งให้เขาเจ็บใจ มี 2 ลักษณะ คือ สับปลับ คือ  
พูดกลับกลอกไปมา เชื่อไม่ได้ และ เสียดแทง คือ พูดประชดและด่า

3. ปฏิสสวะ รับคำแล้วไม่ทำตาม มี 2 ลักษณะ คือ ผิดสัญญา คือไม่ทำตามที่สัญญากันไว้ และคืน  
คำ คือว่าจะให้แล้วไม่ให้

#### 4. หลักวินิจฉัย หลักตัดสินว่าศีลขาดหรือไม่

1. เรื่องไม่จริง 2. จิตคิดจะพูดให้ผิดจากความจริง 3. พยายามพูดออกไป 4. ผู้ฟังเข้าใจ  
เนื้อความนั้น ครบ 4 ข้อนี้ถือว่าผิดศีลข้อ 4

## ศีลข้อที่ 5

สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวระมะณี : เว้นจากการดื่มสุรา เมรัย และเสพของมีนเมา

1. จุดมุ่งหมาย เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดภัยสติสัมปชัญญะ สุขภาพ และความเสียหายอันจะเกิดจากการดื่มสุราและเมรัย

2. เหตุผล สติสัมปชัญญะเป็นสิ่งสำคัญสำหรับมนุษย์ เพราะตราบใด ที่มีสติสัมปชัญญะ คนเราก็ไม่ก่อความเสียหาย การดื่มสุรา เมรัย เป็นเหตุให้ขาดสติ ประมาท ก่อความเสียหายมากมาย และทำให้เสื่อมเสียสุขภาพ

3. ข้อห้าม ห้ามดื่มน้ำเมา และห้ามเสพสิ่งเสพติดให้โทษ

1) น้ำเมา มี 2 ชนิด คือ สุรา น้ำเมาที่กลั่นแล้ว และเมรัย น้ำเมาที่ยังไม่ได้กลั่น เพียงแต่ดองไว้ เช่น สาโท กระแช่ น้ำตาลเมา

2) สิ่งเสพติดให้โทษ เช่น ฝิ่น กัญชา มอร์ฟีน เฮโรอีน ยาบ้า ยาไอซ์ เป็นต้น

4. หลักวินิจฉัย หลักตัดสินว่าศีลขาดหรือไม่

1) นำเมาและสิ่งเสพติด 2) จิตคิดจะดื่มหรือเสพ 3) พยายามดื่มหรือเสพ 4) ดื่มหรือเสพเข้าสู่ร่างกาย ครบ 4 ข้อนี้ถือว่าผิดศีลข้อ 5

### 6.2 พรหมวิหาร4

1. เมตตา ความปรารถนาดีอยากให้เขามีความสุข

หมายถึง ความรักที่ไม่เจือด้วยความใคร่ทางกาม แต่เป็นความรู้สึกปรารถนาดี หวังดีต่อผู้อื่น ปราศจากความรู้สึกเห็นแก่ตัว ความลำเอียง ความเกลียดชัง เป็นความรักที่มุ่งไม่ตรีจิต มุ่งความสุขความเจริญของผู้อื่น เมตตานี้มีลักษณะคิดนำความสุขไปให้เขาส่วนเดียว มีคุณสมบัติขจัดความคิดปองร้าย

2. กรุณา ความสงสารอยากช่วยให้เขาพ้นทุกข์

หมายถึง ความรู้สึกสงสาร มีความหวั่นใจจนทนไม่ได้ที่จะวางเฉย เมื่อพบผู้อื่นได้รับความลำบาก เป็นความรู้สึกเห็นใจ เป็นเหตุให้คิดหาหนทางช่วยเหลือเพื่อให้เขาพ้นจากความทุกข์นั้นๆ กรุณานี้มีลักษณะคิดจะช่วยให้พ้นทุกข์และมีสุข ขจัดความคิดเบียดเบียนผู้อื่นได้

3. มุทิตา ความยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี

หมายถึง ความรู้สึกชื่นชมยินดี ความดีใจเมื่อเขาได้ดี ประสบความสำเร็จ ไม่อิจฉาริษยาในสิ่งที่เขาได้รับ แต่เป็นความรู้สึกที่มีน้ำใจต่อผู้อื่น มุทิตานี้มีลักษณะพลอยอนุโมทนาต่อเขาส่วนเดียว มีคุณสมบัติขจัดความอิจฉาริษยา

4. อุเบกขา ความวางเฉย ปล่อยวาง

หมายถึง การวางตนเป็นกลางเพื่อรักษาความถูกต้องถูกรธรรม ไม่ใช่ความเมตตา กรุณา มุทิตา ไปในทางที่ผิด คือไม่ให้เอนเอียงไปทางอำนาจของอคติ เช่น คนที่ทำผิด ก็ต้องลงโทษด้วยใจเป็นกลางเป็นธรรมเพื่ออบรมสั่งสอน อนึ่ง อุเบกขานี้ยังรวมไปถึงความปล่อยวาง เมื่อผู้ที่ช่วยเหลือนั้นสามารถดูแลตัวเองได้แล้ว หรือประสบผลกรรมที่ไม่อาจช่วยเหลือ อุเบกขาแตกต่างจากความเฉยเมย อุเบกขามีหมายถึง ความวางเฉยต่อเมื่อไม่สามารถจะช่วยเหลือ แต่เฉยเมย หมายถึง ความใจจัดใจดำพอช่วยเหลือได้แต่ไม่ยอมช่วย

ในพรหมวิหารทั้ง 4 ข้อ อุเบกขาคำสำคัญที่สุดเพราะเป็นตัวช่วยประคับประคองการใช้เมตตา กรุณา มุทิตา ให้เป็นไปอย่างถูกต้อง ถูกรธรรม ไม่มีโทษ

## 7. กระบวนการเรียนการสอน

### 7.1 เบญจศีล

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้ Active Learning	เวลาที่ใช้	กิจกรรม	การวัดผล
เบญจศีล	การเรียนรู้แบบกรณีศึกษา (Analyze case studies)	1 ชั่วโมง	ให้นักเรียนวิเคราะห์หัวข้อข่าวจากหนังสือพิมพ์เกี่ยวกับการกระทำของบุคคลที่มีลักษณะต่าง ๆ เช่น ข่าวทะเลาะวิวาท และทำร้ายร่างกายคนลัทธิทรัพย์ เป็นต้น	ครูผู้สอนกำหนด
	การเรียนรู้แบบวิเคราะห์วิดีโอ (Analysis or reactions to videos)	1 ชั่วโมง	ให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอ เบญจศีล	ครูผู้สอนกำหนด

## 7.2 พรหมวิหาร 4

เนื้อหา	กิจกรรมการเรียนรู้ Active Learning	เวลาที่ใช้	กิจกรรม	การวัดผล
พรหมวิหาร 4	การเรียนรู้แบบวิเคราะห์วิดีโอ (Analysis or reactions to videos)	1 ชั่วโมง	ให้นักเรียนดูคลิปวิดีโอ พรหมวิหาร 4	ครูผู้สอน กำหนด
	การเรียนรู้แบบแผนผัง ความคิด (Concept mapping)	1 ชั่วโมง	ให้นักเรียนฝึกนำ ภาพข่าวหรือ เหตุการณ์ที่ได้พบ เห็นเกี่ยวกับ พฤติกรรมหรือการ กระทำของ บุคคลที่ เกิดจากการปฏิบัติ ตามและการไม่ ปฏิบัติตามหลักธรรม มาวิเคราะห์	ครูผู้สอน กำหนด

## 8. สื่อการสอน

1. หัวข้อข่าวจากหนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์เกี่ยวกับการกระทำของบุคคลที่มีลักษณะต่าง ๆ เช่น ข่าวดะละเดาะวิวาทและทำร้ายร่างกาย คนลัทธิทรัพย์
2. สื่อการเรียนรู้ คลิปวิดีโอเกี่ยวกับ เบญจศีลและพรหมวิหาร 4

## 5) การทดสอบ (Test)

5.1 การนำตัวแบบฯ (prototy) ไปใช้ทดลองใช้จริง (โรงเรียน กลุ่มนักเรียนและระยะเวลาที่ใช้)

นำตัวแบบฯ ที่ได้ไปทดลองใช้จำนวน 2 โรงเรียนในจังหวัดนครปฐม ประกอบด้วยโรงเรียนจิวรายน บุญมีรังสฤษฎ์และโรงเรียนภัทรญาณวิทยา โดยเลือกจากโรงเรียนที่มีวิสัยทัศน์ในการนำหลักธรรมทางศาสนาเป็นแนวทางของโรงเรียน ขณะเดียวกันได้ติดต่อประสานงานกับผู้อำนวยการโรงเรียนซึ่งมีโรงเรียนที่มีความพร้อมและมีความสนใจในการให้นำตัวแบบฯไปทดลองใช้กับกลุ่มนักเรียนมี 2 โรงเรียน

โดยผู้วิจัยขออนุญาตให้ใช้ตัวแบบฯกับนักเรียนที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไป โดยกำหนดใช้เดือนมกราคม 2567 จำนวน 4 ชั่วโมง กับนักเรียนโรงเรียนละ 1 ห้องเรียน รวม 40 คน โดยผู้อำนวยการโรงเรียนได้มอบหมายให้คุณครูที่สอนในรายวิชาสังคมศึกษาเป็นผู้นำตัวแบบฯไปทดสอบกับนักเรียนในโรงเรียน ผู้วิจัยได้เตรียมตัวแบบฯและได้อธิบายกับคุณครูผู้สอนเพื่อนำตัวแบบฯไปทดสอบกับนักเรียน

โรงเรียน	ระดับชั้น	ระยะเวลา	จำนวน
ภัทรญาณวิทยา	มัธยมศึกษาปีที่3	4 ชั่วโมง	20
จิ๋วราษฎร์รังสฤษดิ์	มัธยมศึกษาปีที่6	4 ชั่วโมง	20

## 5.2 ข้อคิดและคำแนะนำจากครูและนักเรียนที่นำไปใช้

การทดลองนำตัวแบบกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวันไปทดลองใช้กับเยาวชนในโรงเรียน

### 5.2.1 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะของครู

ประเด็น	คนที่1	คนที่ 2
1. ความคิดเห็นต่อตัวแบบการนำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน	เห็นด้วย เพราะจะทำให้การอยู่ร่วมกันในสังคมไม่เอาเปรียบซึ่งกันและกัน ทุกคนไม่ทำผิดกฎหมายเพราะทุกคนมีธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ	เป็นตัวแบบที่ดี สามารถนำข่าวสารที่เกิดขึ้นในสังคมมาปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างดี
2. ข้อจำกัดของการสอนด้วยตัวแบบการนำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน	การที่จะนำกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาไปสอนนักเรียนสามารถสอนได้หลากหลายวิธีไม่ว่าจะเป็นการอธิบาย บทบาทสมมุติ ทดลอง ท่องจำ ทำได้ทุกวิธี ซึ่งตัวแบบฯที่สร้างมาอธิบายได้ชัดเจนในการเรียนการสอน	การเลือกกลุ่มเป้าหมายของการใช้ตัวแบบฯจะช่วยให้สามารถปรับตัวแบบฯหรือนำตัวแบบไปใช้อย่างเหมาะสมกับช่วงวัยเพื่อดึงศักยภาพของนักเรียนได้

ประเด็น	คนที่1	คนที่ 2
3.ข้อเสนอแนะเพื่อก่อให้เกิดประโยชน์	อยากให้มีการสร้างตัวแบบฯ เพิ่มขึ้นในการเรียนรู้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในหลายหลักธรรม เพื่อจะให้นักเรียนเข้าใจเนื้อหาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ไม่น่าเบื่อและสามารถประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ดีกว่าการท่องจำ	ควรใช้ข่าวที่สามารถสืบค้นจากอินเทอร์เน็ตได้ เพื่อให้ข่าวทันสมัยและทันเหตุการณ์

#### 5.2.2 ความคิดเห็นและข้อเสนอของนักเรียน

ประเด็น	นักเรียนโรงเรียนภัทรญาณวิทยา	นักเรียนโรงเรียนจิวรายนบุญมีรังสฤษดิ์
1.ความเข้าใจหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาใช้ใหม่	<p><b>คนที่ 1</b> เข้าใจเพราะได้อ่านข้อมูลสื่อ 5 จากการทำงานกลุ่ม และได้เรียนเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา</p> <p><b>คนที่ 2</b> เข้าใจและเข้าถึงหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามากขึ้น</p> <p><b>คนที่ 3</b> ใช้เป็นข้อปฏิบัติและจริยธรรมคุณธรรมและศีลธรรม</p>	<p><b>นักเรียนคนที่ 1</b> เข้าใจเพราะนับถือศาสนาพุทธ และได้ไปศึกษาหาความรู้ทางพระพุทธศาสนา</p> <p><b>นักเรียนคนที่ 2</b> ใช่เพราะได้ศึกษาหาความรู้มาแล้ว จากคลิปวิดีโอ สื่อต่าง ๆ</p> <p><b>นักเรียนคนที่ 3</b> ใช่เพราะได้ศึกษาหาความรู้จากสิ่งที่เรียนจากเอกสารและได้ตั้งใจฟังคุณครูภายในคาบจึงทำให้เข้าใจหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามากขึ้น</p>

ประเด็น	นักเรียนโรงเรียนภัทรญาณวิทยา	นักเรียนโรงเรียนจิวรายนบุญมีรังสฤษฎ์
2. ความสนุกที่ได้รับกับการเรียนด้วยตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน	<p><b>คนที่ 1</b> สนุก เพราะได้รู้ว่าอะไรผิดหรือถูกได้รู้ว่าอะไรผิดตามศาสนาได้รู้ว่าอะไรถูกต้องตามหลักศาสนา</p> <p><b>คนที่ 2</b> สนุก เพราะหลักธรรมได้นำมาใช้ในชีวิตประจำวันหลายอย่าง เช่น ความเมตตา</p> <p><b>คนที่ 3</b> สนุกเพราะได้ทำงานออกความคิดเห็นร่วมกับเพื่อนๆ</p>	<p><b>คนที่ 1</b> สนุกได้ดูคลิปเกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนากับเพื่อนๆ ได้ ทำ กิจ กรรม เกี่ยว กับ พระพุทธศาสนาด้วยกันกับเพื่อนและศีล5 สามารถปรับใช้ในชีวิตประจำวัน</p> <p><b>คนที่ 2</b> สนุก ได้รวมกลุ่มพูดคุยกับเพื่อนๆภายในห้อง</p> <p><b>คนที่ 3</b> สนุก เพราะได้รวมกลุ่มพูดคุยกับเพื่อนๆ และได้ดูคลิปต่าง ๆ ที่น่าสนใจ</p>
3.การนำมาปรับใช้กับตนเอง ครอบครัว เพื่อน	<p><b>คนที่ 1</b> ได้ เช่นการไม่โกหกพ่อแม่ ไม่ลักขโมยของผู้อื่น</p> <p><b>คนที่ 2</b> ได้ เพราะสามารถนำหลักธรรมหรือศีล5 มาใช้โดยการแบ่งปันมีความกรุณาแก่เพื่อนหรือคนอื่นในสังคม</p> <p><b>นักเรียนคนที่ 3</b> สามารถนำหลักธรรมไปใช้ได้ เพราะหลักธรรมเป็นข้อปฏิบัติและจริยธรรมคุณธรรมและศีลธรรม</p>	<p><b>นักเรียนคนที่ 1</b> ศีล5 สามารถใช้กับตัวเองได้ส่วนพรหมวิหาร4 ใช้กับผู้อื่น</p> <p><b>นักเรียนคนที่ 2</b> สามารถนำมาปรับใช้ได้ในชีวิตจริง</p> <p><b>นักเรียนคนที่ 3</b> ได้ สามารถนำไปใช้ในชีวิตได้จริง เป็นสิ่งที่ควรปฏิบัติอยู่เป็นประจำ</p>

### 5.3 การนำความคิดเห็นที่ได้จากครูและนักเรียนมาใช้พัฒนาตัวแบบฯ

ระยะเวลาที่ได้กำหนดไว้ในการทดสอบตัวแบบฯของผู้วิจัย อาจใช้เวลามากเกินไปซึ่งครู มีความคิดเห็นว่าควรปรับตัวแบบให้มีความกระชับมากยิ่งขึ้นในการเรียนการสอน ขณะเดียวกันครูมีความคิดเห็นว่าข่าวหรือเหตุการณ์ที่ยกตัวอย่างควรมีความทันสมัย



## ตัวแบบจำลองที่ได้นำไปใช้จริง

### แผนการจัดการเรียนรู้

ชื่อรายวิชา ภาษาไทย : หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในชีวิตประจำวัน  
 ภาษาอังกฤษ : Buddhist principles in daily life  
 ผู้บรรยาย : อาจารย์ประจำรายวิชา  
 จำนวนชั่วโมง : 4 ชั่วโมง

### สาระสำคัญ

เบญจศีล หมายถึง ศีล 5 ข้อ เป็นการรักษาเจตนาที่จะควบคุมกาย และวาจาให้เป็นปกติ คือ ไม่ทำบาป โดยการละเว้น 5 ประการ คือ ละเว้นจากการฆ่าสัตว์ ละเว้นจากการลักขโมย ละเว้นจากการประพฤตินอกใจในกาม ละเว้นจากการพูดปด ละเว้นจากการเสพสุรา

พรหมวิหาร4 หมายถึง ธรรมที่ต้องมีไว้เป็นหลักใจและกำกับความประพฤติประกอบด้วย เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา

### จุดประสงค์การเรียนรู้

1. อธิบายความหมายของของเบญจศีลและพรหมวิหาร4 ได้
2. เห็นความสำคัญของพระพุทธศาสนาในฐานะที่มีความสัมพันธ์กับการดำเนินชีวิต
3. นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา เรื่องเบญจศีลและพรหมวิหาร4 มาประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับการดำเนินชีวิต

### สาระการเรียนรู้

#### ความรู้

- เบญจศีล ข้อพึงปฏิบัติห้าประการตามคำสอนในพุทธศาสนา
- พรหมวิหาร4 ซึ่งเป็นหลักธรรมที่ควรยึดถือปฏิบัติ

#### ทักษะ/กระบวนการ

การบรรยาย และอภิปราย, กระบวนการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม

### ชิ้นงาน/ภาระงาน

- อภิปรายกลุ่ม
- แบบทดสอบก่อนเรียน – หลังเรียน

### สมรรถนะของผู้เรียน

1. ความสามารถในการคิด
2. ความสามารถในการสื่อสาร
3. ความสามารถในการใช้ทักษะชีวิต

### คุณลักษณะอันพึงประสงค์

1. รักชาติ ศาสน์ กษัตริย์
2. ซื่อสัตย์สุจริต
3. ใฝ่เรียนรู้
4. รักความเป็นไทย

### กิจกรรมการเรียนรู้

#### ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน

1. ครูยกหัวข้อข่าว “สาททุบสยของหมอมหญิง ตายคาคลินิก ฝีมือสามีโหด อ้างตำไม่เล็ก ” แล้ว  
 สุ่มถามนักเรียน 2-3 คน
  - เห็นหัวข้อแล้ว รู้สึกอย่างไร.....
  - ทำไมเหตุการณ์ลักษณะนี้เกิดขึ้นบ่อยครั้งในสังคม.....
2. ให้นักเรียนทำแบบทดสอบก่อนเรียน
3. ครูบอกจุดประสงค์การเรียนรู้

#### ขั้นสอน

1. นักเรียนแบ่งกลุ่ม จำนวน 5 กลุ่ม กลุ่มละ 5- 8 คน ซึ่งขึ้นอยู่กับจำนวนนักเรียนในห้อง
2. ตัวแทนนักเรียนแต่ละกลุ่ม รับใบความรู้ ข่าวจากหนังสือพิมพ์และวัสดุอุปกรณ์ในการทำกิจกรรม
3. สมาชิกแต่ละกลุ่มร่วมกันศึกษาใบความรู้และวิเคราะห์ข่าวที่ได้รับ แล้วร่วมกันสรุปเป็นแผนผังทางความคิดลงในกระดาษปรีฟ ตามประเด็น ดังต่อไปนี้
  - ข่าวสารเรื่องนี้ตรงกับเบญจศีลข้อใด
  - อะไรเป็นข้อบ่งชี้ว่าตรงกับเบญจศีลข้อที่สมาชิกในกลุ่มเลือก

4. นักเรียนดูคลิป วิดีโอสั้น ๆ แล้วให้สมาชิกแต่ละกลุ่ม ช่วยกันวิเคราะห์จับประเด็นเชื่อมโยงเนื้อหาในวิดีโอ ว่ามีส่วนใดตรงกับเบญจศีลในข่าวที่กลุ่มได้รับมอบหมายแล้วเขียนเชื่อมโยงลงในกระดาษปรีฟ

5. นักเรียนศึกษาใบความรู้เรื่อง พรหมวิหาร 4 แล้วดูคลิป วิดีโอสั้นๆ และหลังจาก คลิปวิดีโอ ให้ นักเรียนตอบคำถามสั้น ๆ ลงในกระดาษโน้ต ว่าถ้าหากนักเรียนได้มีโอกาสช่วยเหลือผู้อื่น นักเรียนอยากจะช่วยเหลือใคร ด้านใดและเพราะเหตุใด

6. นักเรียนแต่ละกลุ่มร่วมกันนำเสนอและร่วมกันอภิปราย แผนผังทางความคิด หน้าชั้นเรียน

### ขั้นสรุป

1. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปสาระสำคัญของเบญจศีล และพรหมวิหาร 4
2. นักเรียนทำแบบทดสอบหลังเรียนหลังเรียน

### การวัดและประเมินผล

1. แบบทดสอบหลังเรียน
2. ประเมินการนำเสนอผลงาน
3. แบบสัมภาษณ์

### สื่อ/แหล่งเรียนรู้

1. หัวข้อข่าวจากหนังสือพิมพ์
2. คลิปวิดีโอ เบญจศีล พรหมวิหาร 4
3. เอกสารประกอบการสอน

### บันทึกหลังสอน

1. ปัญหา/อุปสรรคในการจัดการเรียนรู้

.....

.....

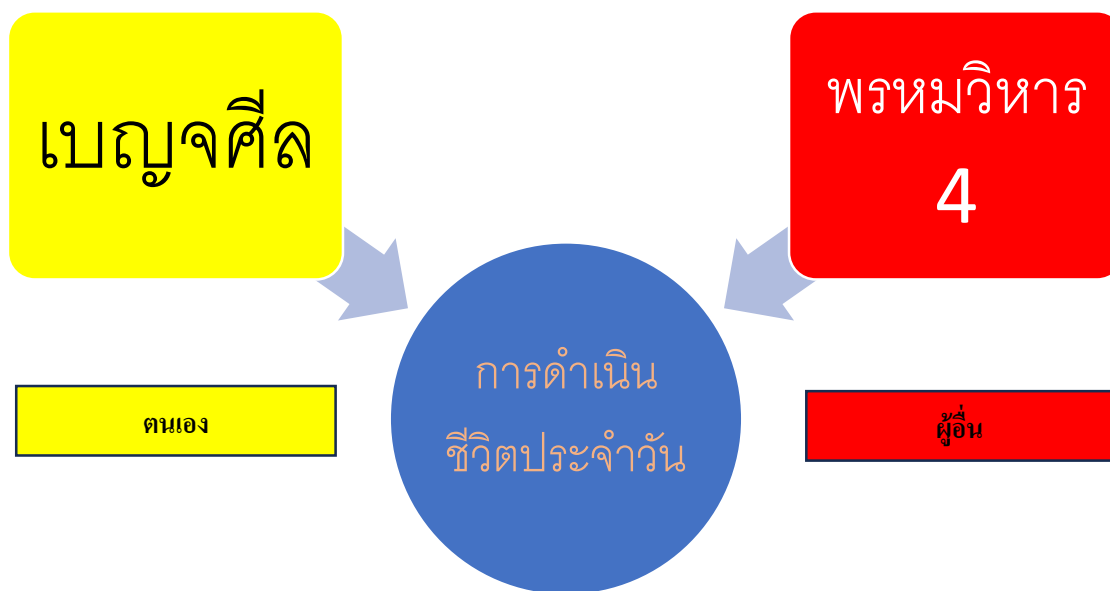
2. แนวทางการแก้ปัญหาเพื่อพัฒนาการจัดการเรียนรู้

.....

.....

ลงชื่อ.....  
(.....)

ครูผู้สอน



### เบญจศีล

#### ศีลข้อ 1

#### ปาณาติปาตา เวระมะณี : เว้นจากการฆ่าสัตว์

1. จุดมุ่งหมาย เพื่อป้องกันการทำลายชีวิตผู้อื่น คลายความเหี้ยมโหดให้มีเมตตาต่อกัน
2. เหตุผล ชีวิตเป็นสิ่งที่ค่าที่สุดของทุกชีวิต การทำร้ายชีวิตเท่ากับทำลายทุกอย่าง เรายังชีวิตของเราอย่างไร คนอื่นรัก เช่นกัน จึงไม่ควรทำร้ายเช่นฆ่ากัน
3. ข้อห้าม แบ่งเป็น 3 ลักษณะ คือ
  - 1) ห้ามฆ่า ไม่ว่าจะฆ่าเองหรือใช้คนอื่นฆ่า
  - 2) ห้ามทำร้ายร่างกาย มี 3 ลักษณะ คือ ทำให้พิการ ทำให้เสียโฉม ทำให้บาดเจ็บ
  - 3) ห้ามทรกรรม คือ ทำการทรมาณ มี 5 ลักษณะ คือ
    - ใช้งานหนักเกินกำลัง
    - กักขังให้อดอยาก
    - นำไปด้วยวิธีทรมาณ
    - เล่นสนุก แก่ลั้งสัตว์เล่น
    - ผจญสัตว์ นำสัตว์มาสู้กัน

\*ฆ่าตาย ศีลขาด ทำร้ายหรือทรกรรม ศีลต่างพร้อย

4. หลักวินิจฉัย : หลักตัดสินว่าศีลขาดหรือไม่

- 1) สัตว์มีชีวิต
- 2) รู้ว่าสัตว์มีชีวิต
- 3) จิตคิดจะฆ่า
- 4) พยายามฆ่า
- 5) สัตว์ตาย

**ครบ 5 ข้อนี้ถือว่าผิดศีล ข้อ 1**

### ศีลข้อ 2

**อะทินนาทานา เวระมะณี : เว้นจากการถือเอาของที่เจ้าของเขาไม่ได้ให้**

1. จุดมุ่งหมาย เพื่อป้องกันการเบียดเบียนกันทางทรัพย์สิน และให้เลี้ยงชีพในทางสุจริต
2. เหตุผล มนุษย์มีศักยภาพในการประกอบอาชีพเลี้ยงตัวเองในทางที่ชอบ และทุกคนต่างหวงแหนในทรัพย์สินที่ตนหามาได้ คนเราจึงไม่ควรทำลายศักดิ์ศรี และละเมิดในทรัพย์สินของคนอื่น
3. ข้อห้าม แบ่งเป็น 3 ลักษณะคือ

1) โจรกรรม คือห้ามทำเยี่ยงโจร 14 อย่าง คือ ลัก ฌก กรรโชก ปล้น ตู๋ ฉ้อ หลอกหลวง ปลอม ทรบัต เบียดบัง สับเปลี่ยน ลักลอบ ยักยอก

2) อนุโจรกรรม ทำตามโจร ได้แก่ สมโจร คืออุดหนุนโจร เช่น รับซื้อของโจร ปอกลอก ทำให้เขาเชื่อแล้วล่อลวงเอาทรัพย์ รับสินบน รับสินจ้างเพื่อทำผิดหน้าที่

3) ฉายาโจรกรรม ทำคล้ายโจร ได้แก่ ผลาญ ทำลายให้ฉิบหาย หยิบฉวย ถือเอาด้วยความมั่งง่าย **ทำโจรกรรม** คือว่าศีลขาด ทำอนุโลมโจรกรรม ฉายาโจรกรรม ศีลต่างพร้อย

4. หลักวินิจฉัย : การตัดสินศีลขาดประกอบด้วย

- 1) ทรัพย์มีเจ้าของ
- 2) รู้ว่าของมีเจ้าของ
- 3) จิตคิดจะลัก
- 4) พยายามลัก
- 5) ได้ของนั้นมา

**ครบ 5 ข้อนี้ถือว่าผิดศีลข้อ 2**

### ศีลข้อที่ 3

#### กาเมสุมิจจาจารา เวระมะณี : เว้นจากการประพฤติดีในกาม

1. จุดมุ่งหมาย เพื่อป้องกันการเสพกามในทางที่ผิด และป้องกันการ ล่วงละเมิดในคูครองของคนอื่น อันจะนำไปสู่การเช่นฆ่า ประหัตประหารกัน
2. เหตุผล มนุษย์ทุกคนย่อมรักและหวงแหนในคูครองของตน และ ต้องการความซื่อสัตย์จากคูครอง ดังนั้น จึงไม่ควรล่วงละเมิด ในคูครองคนอื่นและให้ความซื่อสัตย์ต่อคูครองตน
3. ข้อห้าม ห้ามร่วมประเวณีกับบุคคลต้องห้าม คือ
  - 1) หญิงต้องห้ามสำหรับชาย ได้แก่
    - หญิงที่อยู่กับชายฉันทามีภรรยา
    - หญิงที่อยู่ในความปกครองของพ่อแม่ ญาติ และอื่น ๆ
    - หญิงที่ธรรมรักษา ได้แก่ หญิงที่เป็นเทือกเถาเหล่ากอ คือ ญาติสายโลหิต 7 ชั่วโคตร, หญิงที่มีจารีตห้าม เช่น หญิงนักบวช, หญิงที่กฎหมายห้าม เช่น หญิงที่ยังไม่บรรลุนิติภาวะ หญิงทุพพลภาพ ชายล่วงละเมิดในหญิงเหล่านี้ ถือว่าผิดศีลข้อ 3
  - 2) ชายต้องห้ามสำหรับผู้หญิง ละเมิดถือว่าผิด
    - ชายอื่นนอกจากสามีของตน เป็นบุคคลต้องห้ามสำหรับหญิงที่มีสามีแล้ว
    - ชายจารีตห้าม เช่น นักบวช เป็นบุคคลต้องห้ามสำหรับหญิงทั่วไป
4. หลักวินิจฉัย หลักตัดสินว่าศีลขาดหรือไม่
  - 1) บุคคลต้องห้าม
  - 2) จิตคิดจะเสพกับบุคคลต้องห้าม
  - 3) พยายามเสพ
  - 4) อวัยวะเครื่องเสพจรดถึงกัน

**ครบ 4 ข้อนี้ถือว่าผิดศีลข้อ 3**

## ศีลข้อที่ 4

### มุสาวาทา เวระมะณี : เว้นจากการพูดปด

1. จุดมุ่งหมาย เพื่อป้องกันการแสวงหาผลประโยชน์ใส่ตน ทำลาย ผลประโยชน์ของผู้อื่น ด้วยคำพูดไม่จริง ส่งเสริมให้มีความซื่อสัตย์ ซื่อตรงต่อกัน
2. เหตุผล เราไม่ต้องการคำโกหก ฉันทใด คนอื่นก็ไม่ต้องการคำโกหก เช่นกัน คนที่กล่าวคำโกหกย่อมทำลายความดีที่มีอยู่ในตัวเอง เพราะคำพูดโกหกแล้วจะไม่ทำช่วยอย่างอื่นไม่มี
3. ข้อห้าม ข้อห้ามมี 3 อย่าง คือ ห้าม

1) มุสา คือ การโกหก มี ลักษณะ 11 อย่าง

- ปด เห็นว่าไม่เห็น รู้ว่าไม่รู้
- ส่อเสียด ยุยงให้แตกกัน
- ยอ ยกย่องให้ลืมหืมตมิด
- หลอก พูดให้เขาเชื่อ
- กลับคำ พูดแล้วปฏิเสธว่าไม่ได้พูด
- นำความ พูดไม่หมด
- ทำเลศ พูดเล่นสำนวน พูดคลุมเครือ
- ทำเล่ห์กระเท่ห์ อวดอ้างวิชาให้เขาเชื่อ
- เสริมความ พูดเกินจริง
- มารยา แสดงให้เขาเข้าใจผิด เช่น ทูศีลทำเป็นมีศีล
- ทนسابาน ยอมسابานเพื่อให้เขาเชื่อ

2) อนุโลมมุสา พูดเรื่องไม่จริงที่ไม่ใช่เพื่อโกหก แต่มุ่งให้เขาเจ็บใจ มี 2 ลักษณะ คือ

- สับปลับ คือพูดกลับกลอกไปมา เชื่อไม่ได้
- เสียดแทง คือ พูดประชดและด่า

3) ปฏิสสวะ รับคำแล้วไม่ทำตาม มี 2 ลักษณะ คือ

- ผิดสัญญา คือไม่ทำตามที่สัญญากันไว้
- คินคำ คือว่าจะให้แล้วไม่ให้

4. หลักวินัจฉัย หลักตัดสินว่าศีลขาดหรือไม่

- 1) เรื่องไม่จริง
- 2) จิตคิดจะพูดให้ผิดจากความจริง
- 3) พยายามพูดออกไป

4) ผู้ฟังเข้าใจเนื้อความนั้น

**ครบ 4 ข้อนี้ถือว่าผิดศีลข้อ 4**

**ศีลข้อที่ 5**

**สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวระมะณี : เว้นจากการดื่มสุรา เมรัย และเสพของมีนเมา**

1. จุดมุ่งหมาย เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดภัยสติสัมปชัญญะ สุขภาพ และความเสียหายอันจะเกิดจากการดื่มสุราและเมรัย
2. เหตุผล สติสัมปชัญญะเป็นสิ่งสำคัญสำหรับมนุษย์ เพราะตราบใด ที่มีสติสัมปชัญญะ คนเราก็ไม่ก่อความเสียหาย การดื่มสุรา เมรัย เป็นเหตุให้ขาดสติ ประมาท ก่อความเสียหายมากมาย และทำให้เสื่อมเสียสุขภาพ
3. ข้อห้าม ห้ามดื่มน้ำเมา และห้ามเสพสิ่งเสพติดให้โทษ
  - 1) น้ำเมา มี 2 ชนิด คือ
    - สุรา น้ำเมาที่กลั่นแล้ว
    - เมรัย น้ำเมายังไม่ได้กลั่น เพียงแต่ต้องไว้ เช่น สาโท น้ำตาลเมา
  - 2) สิ่งเสพติดให้โทษ เช่น ผีน กัญชา มอร์ฟิน เฮโรอีน ยาบ้า ยาไอซ์ เป็นต้น
4. หลักวินัจฉัย หลักตัดสินว่าศีลขาดหรือไม่
  - 1) นำเมาและสิ่งเสพติด
  - 2) จิตคิดจะดื่มหรือเสพ
  - 3) พยายามดื่มหรือเสพ
  - 4) ดื่มหรือเสพเข้าสู่ร่างกาย

**ครบ 4 ข้อนี้ถือว่าผิดศีลข้อ 5**

**พรหมวิหาร4**

1. เมตตา ความปรารถนาดีอยากให้เรามีความสุข

หมายถึง ความรักที่ไม่เจือด้วยความใคร่ทางกาม แต่เป็นความรู้สึกปรารถนาดี หวังดีต่อผู้อื่น ปราศจากความรู้สึกเห็นแก่ตัว ความลำเอียง ความเกลียดชัง เป็นความรักที่มุ่งไม่ตรีจิตมุ่งความสุขความเจริญของผู้อื่น เมตตานี้มีลักษณะคิดนำความสุขไปให้เขาส่วนเดียว มีคุณสมบัติขัดความคิดปองร้าย



2. กรุณา ความสงสารอยากช่วยให้เขาพ้นทุกข์

หมายถึง ความรู้สึกสงสาร มีความหวั่นใจจนทนไม่ได้ที่จะวางเฉย เมื่อพบผู้อื่นได้รับความลำบาก เป็นความรู้สึกเห็นใจ เป็นเหตุให้คิดหาหนทางช่วยเหลือเพื่อให้เขาพ้นจากความทุกข์นั้น ๆ กรุณานี้มีลักษณะคิดจะช่วยให้พ้นทุกข์และมีสุข จัดความคิดเบียดเบียนผู้อื่นได้

3. มุทิตา ความยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี

หมายถึง ความรู้สึกชื่นชมยินดี ความดีใจเมื่อเขาได้ดี ประสบความสำเร็จ ไม่อิจฉาตาร้อนในสิ่งที่เขาได้รับ แต่เป็นความรู้สึกที่มีน้ำใจต่อผู้อื่น มุทิตานี้มีลักษณะพลอยอนุโมทนาต่อเขาส่วนเดียว มีคุณสมบัติจัดความอิจฉาริษยา

4. อุเบกขา ความวางเฉย ปล่อยวาง

หมายถึง การวางตนเป็นกลางเพื่อรักษาความถูกต้องถูกธรรม ไม่ใช้ความเมตตา กรุณา มุทิตา ไปในทางที่ผิด คือไม่ให้เอนเอียงไปทางอำนาจของอคติ เช่น คนที่ทำผิด ก็ต้องลงโทษด้วยใจเป็นกลางเป็นธรรมเพื่ออบรมสั่งสอน อนึ่ง อุเบกขานี้ยังรวมไปถึงความปล่อยวาง เมื่อผู้ที่จะช่วยเหลือนั้นสามารถดูแลตัวเองได้แล้ว หรือประสบผลธรรมที่ไม่อาจช่วยเหลือได้ อุเบกขาแตกต่างจากความเฉยเมย อุเบกขา หมายถึง ความวางเฉยต่อเมื่อ ไม่สามารถจะช่วยเหลือได้ แต่เฉยเมย หมายถึง ความใจจัดใจดำพอช่วยเหลือได้แต่ไม่ยอมช่วย

ในพรหมวิหารทั้ง 4 ข้อ อุเบกขาคำคัญที่สุดเพราะเป็นตัวช่วยประคับประคองการใช้เมตตา กรุณา มุทิตา ให้เป็นไปอย่างถูกต้อง ถูกธรรม ไม่มีโทษ

### ตัวอย่างข่าว

#### สาททุบสยองหมอหญิง ตายคาคลินิก ฝีมือสามีโหด อ้างด่าไม่เลิก

ที่มา : <https://www.thairath.co.th/news/local/bangkok/2385466> 6 พ.ค. 2565 05:10 น.

อดีตโปรแกรมเมอร์พีวส์ขาดคว่ำซากหินอ่างศิลาทุบหัวฆ่าเมียหมอเจ้าของคลินิกเสริมความงาม ย่านทุ่งมหาเมฆดับสยอง เจ้าตัวไม่หนีไปไหนยื่นรอมอบตัวตำรวจพร้อมระบุปมสังหาร อ้างถูกเมียด่าแต่เข้าเรื่องลูกสาววัย 5 ขวบ ที่ขับถ่ายเลอะเทอะกะทันหัน แม้จะเดินหนีเข้าไปในครัวยังตามมาด่าอีกเลย บันดาลโทสะคว่ำซากหินทุบไม่ยั้งดับสยอง

ที่เกิดเหตุเป็นคลินิกเสริมความงาม ภายในมีอาคารบริการลูกค้า สูง 4 ชั้น เชื่อมติดอาคารที่พักอาศัย 3 อาคาร ปลูกอยู่ในรั้วรอบขอบชิดบนพื้นที่ประมาณ 1 ไร่ ภายในห้องครัวชั้นล่างบริเวณอาคารด้านในสุดเป็นที่พักอาศัยพบศพแพทย์หญิงนพพร มาลากร อายุ 38 ปี เจ้าของคลินิก สภานอนหงาย

สวมชุดนอนกระโปรงสีฟ้า มีบาดแผลถูกทุบด้วยของแข็งเข้าที่กลางกระหม่อมศีรษะ 1 แผล และที่ใบหน้า อีก 2 แผล เลือดนองเต็มพื้น ใกล้เคียงพบ สากกระเบือหินอ่างศิลาเปื้อนเลือดตกอยู่ 1 อัน เก็บรวบรวม รายละเอียดที่พบไว้เป็นหลักฐาน

ส่วนผู้ก่อเหตุเป็นสามีผู้ตายยื่นรอมอบตัวกับเจ้าหน้าที่ตำรวจอยู่ที่บ้าน ทราบชื่อต่อมาคือ นายจุลพงษ์ ศักดิ์ชัยนานนท์ อายุ 38 ปี เบื้องต้นถูกควบคุมตัวไปสอบสวนที่ สน.ทุ่งมหาเมฆ เจ้าตัวยอมรับว่า แต่งงานอยู่กับผู้ตายมานาน 7 ปี มีลูกสาววัย 5 ขวบด้วยกัน 1 คน อดีตเคยทำงานเป็นโปรแกรมเมอร์ของบริษัทแห่งหนึ่งใน จ.ชลบุรี แต่ตกงานมาได้สักระยะแล้วคอยทำหน้าที่เลี้ยงลูก ส่วนผู้ตายทำงานแค่คนเดียว ก่อนเกิดเหตุเมื่อช่วงเช้ามืดกำลังนั่งทานข้าวกันอยู่เตรียมจะออกจากบ้านพาลูกสาวไปเรียนว่ายน้ำ จู่ๆ ลูกสาวถ่ายอุจจาระออกมาทำให้ถูกผู้ตายตีตึงว่า ไม่จัดการดูแลความสะอาดของลูกให้ดี เกิดมีปากเสียงกันรุนแรง แม้พยายามเดินหนีเข้าไปภายในห้องครัวแล้วแต่กลับถูกผู้ตายเดินมาตบซ้ำ เกิดบันดาลโทสะคว้า สากหินทุบไปที่ศีรษะและใบหน้ากรรยาหลายครั้งจนแน่นิ่ง ถึงตั้งสติได้ยื่นรอมอบตัวกับเจ้าหน้าที่ตำรวจ

### ตายายไม่มีเงินค่าใช้จ่าย หลานขโมยมือถือ เลื้อแบรนต์เนม จำใจให้ดำเนินคดี

ที่มา : <https://news.ch7.com/detail/652544> วันที่ 22 มิ.ย. 2566 | 20.32 น.

เด็กหญิง ม.1 แอบซ่อนตัวรอจนห้างปิด แล้วออกมางัดตู้กระจกขโมยมือถือยี่ห้อดัง ความคืบหน้ากรณีนี้ ล่าสุด วันนี้ (22 มิ.ย.66) ผู้สื่อข่าวได้ไปสอบถาม นายนาย อายุ 27 ปี เจ้าของร้านมือถือผู้เสียหาย เล่าว่า คืบเกิดเหตุวันที่ 20 มิ.ย. ปิดร้านกลับบ้านประมาณ 3 ทุ่มกว่า พอเช้าวันที่ 21 มิ.ย. มาเปิดร้านตามปกติพบว่า โทรศัพท์มือถือยี่ห้อไอโฟนมือสอง จำนวน 2 เครื่องที่เก็บไว้ในตู้หายไป จึงไปขอตุ๊กลองวงจรปิดร้านใกล้เคียงก็เห็นเด็กผู้หญิง 2 คนเดินเข้าออกร้านขายมือถือหลายร้านพยายามขโมยมือถือแต่คงจับไม่ได้ จึงมาขโมยที่ร้านของตนเองได้ ซึ่งนอกจากมือถือที่ร้าน เด็กผู้หญิง 2 คนนี้ ยังไปขโมยเสื้อผ้าแบรนต์เนมอีก 2 ตัวและรองเท้ายี่ห้อดังอีก 2 คู่ ตนเองจึงโพสต์เฟซบุ๊กเพื่อให้ชาวโซเชียลช่วยแจ้งเบาะแสกระทั่งทราบว่าผู้ก่อเหตุเป็นใคร และทางผู้ปกครองก็พาน้องมาแสดงตัวพร้อมมือถือที่ขโมยไป ก่อนที่ตำรวจจะพาตัวไปโรงพัก ส่วนตัวก็ไม่ได้อยากเอาผิดอะไรหากได้ของคืนในสภาพเดิม เพราะตอนนี้มือถือยังอยู่กับตำรวจ และเห็นใจผู้ปกครอง ส่วนเรื่องคดีก็ให้เป็นหน้าที่ของตำรวจ แต่ถ้าหากไม่ดำเนินการอะไรกับน้องเลยก็อาจจะไม่เช็ดหลายอนาคตน้องอาจจะไปก่อเหตุแบบนี้อีก

ด้าน ตา ยาย ของเด็กหญิงเอ (นามสมมติ) เด็กที่ก่อเหตุ เล่าว่า พ่อแม่หลานแยกทางกัน ตากับยายเป็นคนเลี้ยงมา เมื่อก่อน ตา ยาย พอทำงานรับจ้างได้ แต่อายุมากขึ้น ไม่มีเรี่ยวแรง ทุกวันนี้จึงอาศัย

เบี้ยผู้สูงอายุประทังชีวิตทั้งตายาย และหลานอีก 2 คน เมื่อก่อนแม่ของ ด.ญ.เอ ก็ซื้อมือถือให้แต่ปีที่แล้ว หลานทำหาย แต่หลานก็ไม่เคยเอ่ยปากขอเพราะหลานก็รู้ว่าตายายไม่มีเงิน ที่ผ่านมาหลานก็ไม่เคยมี พฤติกรรมลักขโมยเลย ตอนรู้ข่าวก็ยังตกใจไม่คิดว่าหลานจะทำแบบนั้น แต่ก็คิดว่าหลานคงทำไปเพราะ อยากจะมีมือถือเหมือนคนอื่น ตายายก็เสียใจกับเรื่องที่เกิดขึ้น และตอนนี้ก็เครียดมากเพราะไม่รู้จะหา เงินที่ไหนไปจ่ายค่าเสื้อและรองเท้าที่หลานขโมยมา ซึ่งเขาเรียกค่าเสียหายกว่า 2,000 บาท ส่วนมือถือยังไม่ ได้คุยกับเจ้าของร้าน แต่หากไม่มีเงินจ่ายก็คงต้องปล่อยให้ไปไปตามกระบวนการกฎหมาย ซึ่งหลาน อาจจะต้องไปอยู่สถานพินิจ ก็สงสารแต่ไม่รู้จะทำยังไง

### แจ้งจับตาบตำรวจหิน ! ช่มชืดหลานในไล้สาน 5 ปี

ที่มา : <https://news.ch7.com/detail/683244>

นางสาวเอ (นามสมมติ) อายุ 37 ปี พา เด็กหญิงบี (นามสมมติ) อายุ 14 ปี ลูกสาว เดินทางเข้า ร้องขอความช่วยเหลือจากนายเอกภพ เหลืองประเสริฐ ที่ปรึกษารัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทย ผู้ ก่อตั้งเพจสายไหมต้องรอด หลังลูกสาวถูก ตาบตำรวจ ซึ่งเป็นปู่แท้ๆ ช่มชืดกระทำชำเรา เด็กหญิงบี มา ตั้งแต่อายุ 8 ขวบ ขณะเรียนอยู่ชั้น ป.3 โดยช่มชืดเรื่อยมาจนถึงชั้น ม.1 รวมเวลากว่า 5 ปี

นางสาวเอ บอกว่า ตนแต่งงานอยู่กับสามี ซึ่งเป็นลูกชายของตาบตำรวจรายนี้ มานานกว่า 15 ปี มีลูกด้วยกัน 2 คน คนโตเป็นผู้หญิง คือ เด็กหญิงบี อายุ 14 ปี ส่วนคนเล็กเป็นผู้ชาย อายุ 10 ปี ทราบ เรื่องนี้เมื่อเดือนกันยายนที่ผ่านมา ตนเองกับสามีต้องทำงานทั้งคู่ จึงอยากให้ลูกสาวไปเรียนต่อชั้น ม.3 ที่ ต่างจังหวัด โดยไปอยู่บ้านปู่กับย่า แต่ลูกสาวปฏิเสธ ตอนนั้นสังเกตเห็นลูกมีอาการหวาดกลัวผิดปกติ และ หวาดกลัวทุกครั้งที่ถูกให้ไปอยู่บ้านปู่ จึงพยายามสอบถามสาเหตุที่แท้จริง ลูกสาวจึงเล่าให้ฟังว่า ถูกปู่ ล่วงละเมิดทางเพศลงมือช่มชืดตั้งแต่อายุ 8 ขวบ ขณะเรียนอยู่ชั้น ป.3 เรื่อยมาจนถึงลูกเรียนชั้น ม.1 เป็น เวลา 5 ปีเต็ม โดยช่วงเวลาที่ก่อเหตุคือ วันเสาร์-อาทิตย์ เนื่องจากตนและสามีทำงานทุกวัน วันหยุดเสาร์- อาทิตย์ จึงให้ลูกไปอยู่กับปู่ที่แพลตตำรวจ ลูกจึงถูกกระทำเรื่อยมา นางสาวเอ บอกว่า หลังทราบเรื่อง ได้ ปรึกษา กับสามีว่าจะทำอย่างไรดี แต่ก็ต้องตกใจเมื่อสามีบ่นออกมาว่า "พ่อยังไม่หยุดพฤติกรรมแบบนี้อีก หรือ" พร้อมอธิบายว่า พ่อเคยมีพฤติกรรมแบบนี้มาก่อนกับคนอื่น พ่อแก่แล้วไม่คิดว่าพ่อจะทำกับหลาน แท้ ๆ และได้สอบถามไปที่ย่าของเด็กว่าทราบเรื่องนี้หรือเปล่า ย่าบอกว่าพอจะทราบบ้างแต่ไม่กล้าพูด เพราะกลัวพูดไปแล้วจะไม่มีใครเชื่อ นางสาวเอ บอกว่า หลังทราบเรื่องแล้ว ที่แรกตนกับสามีตั้งใจว่าจะไม่ เอาเรื่อง เพราะเห็นว่าปู่แก่แล้ว แต่ปู่กลับมีพฤติกรรมคุกคาม ใช้คำพูดตำท้อด้วยคำหยาบคาย ตนจึงต้อง นำเรื่องนี้มาขอความเป็นธรรม

ด้าน นายเอกภพ เหลืองประเสริฐ ที่ปรึกษารัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทย ผู้ก่อตั้งเพจสายไหมต้องรอด ได้ประสานไปยัง พ.ต.อ.วิโรจน์ ตัดโส ผู้กำกับการ สภ.บางพลี พาผู้เสียหายเข้าพบเพื่อแจ้งความดำเนินคดีให้ถึงที่สุดต่อไป โดยมีทีมสหวิชาชีพ จากกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ หรือ พม. เข้าร่วมสอบปากคำด้วย.

### รวบพ่อค้าออนไลน์ หลอกลูกค้าโอนเงิน แต่ไม่ส่งของ

ที่มา : <https://mgronline.com/crime/detail/9660000048893> เผยแพร่: 27 พ.ค. 2566 13:51

ตำรวจ ดส.จับนายสุพศิน พ่อค้าเสื้อผ้าย่านสะพานใหม่ โพสต์เฟซบุ๊กขายสินค้าออนไลน์ หลอกลูกค้าให้โอนเงิน แต่ไม่ส่งของ วันนี้ (27 พ.ค.) เมื่อเวลา 07.00 น. พ.ต.อ.ธีรศักดิ์ จันทราพิพัฒน์ ผกก.ดส.บช.น. พร้อมด้วย พ.ต.ต.หญิง ซาดา เสสะเวช สว.กก.ดส. นำกำลังชุดปฏิบัติการที่ 3 จับกุม นายสุพศิน ภัลยาณประดิษฐ์ อายุ 27 ปี ชาว จ.ภูเก็ต ตามหมายจับศาลแขวงนนทบุรี ที่ 53/2566 ลงวันที่ 3 ก.พ. 2566 ฐาน "ฉ้อโกง" และเป็นผู้ต้องหาตามหมายจับศาลจังหวัดปราจีนบุรี ที่ 227/2565 ลงวันที่ 11 พ.ย. 2565 ฐาน "โดยทุจริตหรือโดยหลอกลวง นำเข้าสู่ระบบคอมพิวเตอร์ซึ่งข้อมูลคอมพิวเตอร์ บิดเบือนหรือปลอมไม่ว่าทั้งหมดหรือบางส่วน หรือข้อมูลคอมพิวเตอร์อันเป็นเท็จ โดยประการที่น่าจะเกิดความเสียหายแก่บุคคลหนึ่งบุคคลใดและฉ้อโกงทรัพย์สินผู้อื่น" จับกุมได้บริเวณห้องสมุดในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งย่านบางเขน

สืบเนื่องมีผู้เสียหาย เข้าไปโพสต์รูปขายของตามเพจเฟซบุ๊ก กลุ่มอนุรักษ์ข้าวสุกไทยโบราณ กลุ่มประมุขพระ กลุ่มคนขายกล้องฟิล์ม กลุ่มซื้อขายและเปลี่ยนอุปกรณ์เครื่องดนตรี ตั้งแต่ปี 2564 มีผู้เสียหายโพสต์เตือนภัยถูกนายสุพศิน หลอกขายสินค้าแต่ไม่มีส่งสินค้าให้เป็นจำนวน 13 คน ชุดสืบสวน กก.ดส. จึงได้สืบสวนจับกุมนายสุพศินดังกล่าว นายสุพศินให้การรับสารภาพว่า ก่อเหตุจริงโดยให้ลูกค้าโอนเงินแต่ไม่มีสินค้าส่ง ปัจจุบันนายสุพศินอ้างว่ามีอาชีพขายเสื้อผ้าอยู่แถวสะพานใหม่ แต่จากการสืบสวนของเจ้าหน้าที่พบว่านายสุพศิน มักจะมาใช้พื้นที่ตามห้องสมุดมหาวิทยาลัย ทำการพูดคุยติดต่อกับลูกค้าทางออนไลน์หลอกขายสินค้า

เบื้องต้นนำตัวส่งนำตัวผู้ต้องหาส่งพนักงานสอบสวน สภ.บางศรีเมือง ดำเนินคดี ทั้งนี้ กก.ดส.ฝากแจ้งเตือนภัยประชาชนที่ซื้อของทางออนไลน์ อย่าหลงเชื่อจากรูปภาพที่โพสต์ขายตามเพจ ให้ตรวจสอบให้แน่ชัดว่าบุคคลดังกล่าวเคยหลอกขายสินค้าทางออนไลน์มาก่อนหรือไม่

### จับคดีด้าน 'ว่าที่สส.ก้าวไกล' เมาแล้วขับ เผยตอนแรกไม่ยอมเป่า

ที่มา : <https://www.dailynews.co.th/news/2338008/>

เมื่อวันที่ 16 พ.ค. ผู้สื่อข่าวรายงานว่า ขณะที่ชุดปฏิบัติการ 2 กองบังคับการตำรวจจราจร (บก.จร.) นำโดย ร.ต.อ.ปรีชา ปินตานา รอง สว.กก.5 บก.จร. ตั้งจุดตรวจวัดแอลกอฮอล์และกวดขันวินัยจราจร บริเวณหน้าปั้มน้ำมัน ปตท. ถนนประเสริฐมุนิกิจาเข้า แขวงจรเข้บัว เขตลาดพร้าว กทม. ได้พบรถยนต์ยี่ห้อบีเอ็มดับเบิลยู สีดำ ทะเบียน 5 กก 8833 กรุงเทพมหานคร ผ่านจุดตรวจจึงเรียกตรวจพบว่า มี น.ส.ณัฐภัทร์ กุลเศรษฐสิทธิ์ อายุ 46 ปี ว่าที่ ส.ส.บัญชีรายชื่อ พรรคก้าวไกล อันดับที่ 27 เป็นผู้ขับขี่...

เจ้าหน้าที่ได้ขอตรวจวัดปริมาณแอลกอฮอล์เบื้องต้นแต่ได้ปฏิเสธ จึงให้รถยนต์คันดังกล่าวจอดในพื้นที่ตรวจวัดแล้วเชิญตัวผู้ขับขี่มาทำการตรวจวัดด้วยเครื่องตรวจวัดแอลกอฮอล์แบบยืนยันผล แต่ผู้ถูกจับกุมได้พยายามโทรศัพท์ประสานขอคำแนะนำจากบุคคลอื่น และไม่ยินยอมทดสอบเครื่องทดสอบวัดค่าแอลกอฮอล์ในเลือดด้วยลมหายใจ เจ้าหน้าที่พยายามแนะนำขั้นตอนการปฏิบัติแล้ว แต่ไม่ได้รับความร่วมมือ

ต่อมาเวลาประมาณ 03.00 น. ได้มีเพื่อนผู้หญิงของผู้ถูกจับกุมเดินทางมายังจุดตรวจ และช่วยเจ้าหน้าที่ตำรวจเจรจาให้ผู้ขับขี่ให้ความร่วมมือ ปฏิบัติตามขั้นตอนการทดสอบในเวลา 03.20 น. ผลการดำเนินการ จากการทดสอบลมหายใจลงในเครื่องทดสอบ วัดค่าได้ 66 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์ ซึ่งสูงกว่าที่กฎหมายกำหนด (50 มิลลิกรัมเปอร์เซ็นต์) จึงทำบันทึกจับกุม แล้วนำตัวผู้ต้องหาส่งพนักงานสอบสวนสน.โคกคราม เพื่อดำเนินคดีต่อไป

## แบบประเมิน (Pre - Post Test)

## สำหรับนักเรียนในโรงเรียน

คำชี้แจง :ให้อ่านข้อความแล้วกาเครื่องหมาย ✓ หรือ ✗ ตามความเข้าใจของท่านในช่อง .....

## หน้าข้อความ

- ..... 1. เพราะขาดความเมตตาทำให้ผิดศีลข้อ1
- ..... 2. อทินนาทานา เวรมณี คือ ห้ามลักทรัพย์
- ..... 3. ศีลข้อ3 ประกันความสุขในครอบครัว
- ..... 4. เด็กเลี้ยงแกะ เกี่ยวข้องกับศีลข้อ4
- ..... 5. ศีลข้อ 5 เป็นหลักประกันด้านสุขภาพ
- ..... 6. เห็นเขาทุกข์แล้วหาทางช่วยคือความกรุณา
- ..... 7. เมตตา คือ ปราบปรามต้อยากให้เขามีความสุข
- ..... 8. ดีใจเมื่อเห็นผู้อื่นได้ดีคือมูทิตา
- ..... 9. อุเบกขา คือ การวางตนเป็นกลางเพื่อรักษาความถูกต้อง
- ..... 10. พรหมวิหาร 4 ข้ออุเบกขาคำคัญที่สุด

## บทที่ 5

### สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่อง การค้นหาตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน : กรณีศึกษาการออกแบบความคิดเชิงวิเคราะห์ของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐม วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาความคิดเห็นของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐมต่อการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิตประจำวัน
- 2) เพื่อศึกษาวิธีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาของกลุ่มเยาวชนในจังหวัดนครปฐมไปใช้ในชีวิตประจำวัน
- 3) เพื่อได้ตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ออกแบบจากกลุ่มเยาวชนเพื่อเยาวชน

#### 5.1 สรุปผลการ

จากการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับการค้นหาตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน : กรณีศึกษาการออกแบบความคิดเชิงวิเคราะห์ของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐม สรุปได้ว่า

##### 5.1.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ประชากรส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 56.8 ส่วนประชากรเพศชายมีเพียงร้อยละ 43.2 มีอายุ 15 ปีร้อยละ 50.4 เป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 4 ร้อยละ 38.4 มีกิจกรรมที่เกี่ยวกับการปฏิบัติเกี่ยวกับพระพุทธศาสนา เข้าวัด ทำบุญ ในวันพระถึงร้อยละ 44.7 การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันในทุกด้านอยู่ในระดับมาก โดยพบว่าประชากรปฏิบัติตามหลักเบญจศีลมากที่สุดร้อยละ 3.93 หลักพรหมวิหาร 4 ร้อยละ 3.90 อิทธิบาท 4 ร้อยละ 3.79 หลักสติร้อยละ 3.77 หลักฆราวาสธรรม ร้อยละ 3.72 หลักสังคหวัตถุ 4 ร้อยละ 3.71 หลักอริยสัจ 4 ร้อยละ 3.54

##### 5.1.2 การประพฤติปฏิบัติตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

กลุ่มตัวอย่างมีการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิต ซึ่งมีค่าเฉลี่ยในระดับมากที่สุดทุกด้าน โดยเฉพาะหลักเบญจศีล ค่าเฉลี่ย 3.93 และน้อยที่สุดแต่ยังอยู่ในระดับมากที่สุดคือหลักอริยสัจ 4

**5.1.2.1 หลักเบญจศีล 5** การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักเบญจศีล 5 ภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อศึกษาในรายละเอียดพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ พยายามหลีกเลี่ยงไม่อยู่ในสิ่งแวดล้อมของสิ่งเสพติด ไม่เคยคิดที่จะขโมยของคนอื่นถึงแม้จะมีโอกาสก็ตาม ไม่เคยคิดที่จะประทุพถิผิด

ในกาม ไม่เคยคิดที่จะทำร้ายสิ่งมีชีวิตไม่ว่าเป็นมนุษย์หรือสัตว์ และ ไม่มีนิสัยที่จะพุดจากประชดประชัน พุดส่อเสียดหรือกล่าวคำเท็จอยู่ในระดับมาก

**5.1.2.2 หลักพรหมวิหาร 4** การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักพรหมวิหาร 4 ภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อศึกษาในรายละเอียดพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ให้ความสงสารแก่ผู้ที่มีความทุกข์ยากเดือดร้อน มีความยินดีเมื่อผู้อื่นมีความสุข มีความรักให้กับผู้อื่น ส่วนการมีจิตใจที่เป็นกลางรู้ว่าสิ่งใดควรทำหรือไม่ควรทำอยู่ในระดับมาก

**5.1.2.3 หลักอิทธิบาท 4** การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักอิทธิบาท 4 ภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อศึกษาในรายละเอียดพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่พอใจในสิ่งที่มีอยู่ทุกวันนี้ มีความขยันหมั่นเพียรในหน้าที่ของตนเอง คิดก่อนทำเสมอ มีจิตใจที่ไม่ฟุ้งซ่านเลื่อนลอยอยู่ในระดับมาก

**5.1.2.4 หลักสติ** การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักสติ ภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อศึกษาในรายละเอียดพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ รู้ตัวเสมอไม่ว่าทำกิจกรรมใด ๆ ก็ตาม ไม่เคยประพฤติดนให้อยู่ในความประมาท และมีความรอบคอบเสมอก่อนตัดสินใจทำอะไรสิ่งใด

**5.1.2.5 หลักขรวาจาธรรม 4** การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักขรวาจาธรรม 4 ภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อศึกษาในรายละเอียดพบว่านักเรียนส่วนใหญ่ มีความซื่อสัตย์สุจริตทั้งต่อหน้าและลับหลัง มีความเสียยอมเสียสละ เช่น เวลา/สิ่งของ ให้ผู้ที่มีความจำเป็น สามารถแก้ไขข้อบกพร่องได้ด้วยตนเอง ส่วนมีความอดทนต่อสิ่งยั่วยู่ได้ในระดับมาก

**5.1.2.6 หลักสังคหวัตถุ 4** นักเรียนแสดงการประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักสังคหวัตถุ 4 ภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อศึกษาในรายละเอียดพบว่านักเรียนส่วนใหญ่แสดงความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เมื่อมีโอกาส เลือกว่าจะประพฤติดนให้เป็นคนดี มีความเสมอต้นเสมอปลายในกิจกรรมของชีวิตประจำวัน ส่วนการพุดจาสุภาพไพเราะกับทุกคนภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง

**5.1.2.7 หลักอริยสัจ 4** การประพฤติปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันตามหลักอริยสัจ 4 ภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อศึกษาในรายละเอียดพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่สามารถหาทางออกหรือแก้ไขได้อย่างถูกวิธี ลงมือปฏิบัติทันทีเมื่อหาทางออกได้ ไตรตรองหาสาเหตุของปัญหา ส่วนเป็นคนหนึ่งที่มีความทุกข์เกิดขึ้นในชีวิตอยู่ในระดับปานกลาง



### 5.1.3 การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา

5.1.3.1 การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจากตนเอง นักเรียนส่วนใหญ่เรียนรู้หลักธรรมจากสื่อออนไลน์มากที่สุด รองลงมาดูจากโทรทัศน์ ดูละคร ภาพยนตร์ และ อื่น ๆ เช่น บวชนคร พังพระเทศน์เมื่อมีโอกาส

5.1.3.2 การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจากครอบครัว นักเรียนส่วนใหญ่เรียนรู้จากพ่อแม่ รองลงมาเรียนรู้จากญาติ จากพี่น้อง

5.1.3.3 การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจากโรงเรียน นักเรียนส่วนใหญ่เรียนรู้จากครูอาจารย์ กิจกรรมทางศาสนาของโรงเรียน เนื้อหาในหนังสือเรียน และเรียนรู้จากเพื่อน

5.1.3.4 การเรียนรู้เกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาจากชุมชน นักเรียนส่วนใหญ่เรียนรู้จากวัด (เจ้าอาวาส พระสงฆ์) องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เช่น เทศบาล อบต.

### 5.1.4 ปัญหาของเยาวชนและแนวทางแก้ไขปัญหา

ปัญหาในชีวิตประจำวันที่นักเรียน ได้แก่ เช่น ปัญหาด้านการเรียน การคบเพื่อน การบูลลี่ การทะเลาะวิวาท และยาเสพติด

“ถูกบูลลี่แล้วหนูก็โดนบูลลี่เอง ซึ่งมันเกิดขึ้นกับชีวิตหนูมาตั้งแต่เด็กจนโต ส่วนมากโดนเรื่องการไม่ค่อยมีเพื่อน เรื่องรูปร่างหน้าตาในบางจุด หนูรู้สึกว่าการถูกบูลลี่เป็นปัญหาสังคมที่ใหญ่ ที่ตอนนี้เจอแล้วก็หนูไม่คิดว่ามันจะหมดไปบนโลกด้วยแต่หนูคิดว่าสิ่งที่ควรทำคือควรจัดการกับตัวเอง จัดการกับความรู้สึกของตนเอง จัดการกับสารที่ได้รับ และก็อย่าส่งต่อให้กับคนอื่น”

(นักเรียนคนที่10, สนทนากลุ่ม, 2566)

“ผมก็เคยโดนแล้วก็เพื่อนๆผมรวมถึงน้องผมด้วยก็เคยโดน ส่วนใหญ่ก็คือในปัญหาของผู้ชายเรื่องทำต้อยเป็นเรื่องปกติ ไม่ถูกใจกันผลอมองหน้ากันผลอบแบบเหยียบเท้าหรือว่าเดินผ่านไปแบบโดนอะไรแบบนี้ไม่ได้ทำให้ดีขึ้นต่อยกกันไม่ได้แก้ปัญห การที่มานั่งด่ากันต่อยกันมันไม่ได้แก้ปัญหามันก็เลยเลือกที่จะเดินหนีครับไม่กล้าฟ้องครู”

(นักเรียน6, สนทนากลุ่ม, 2566)

“เวลามีปัญหาจะเลือกปรึกษาครอบครัวเพราะว่าครอบครัวเป็นเซฟโซนของหนูเวลาปรึกษากับครอบครัวจะมีความสบายใจอย่างเช่น ตอนสอบเข้าเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายต้องเลือกสายการเรียนว่าจะเข้าสายการเรียนไหนมีเรื่องเครียดก็จะปรึกษากับพ่อแม่”

(นักเรียนคนที่4,สนทนากลุ่ม,2566)

“หนูเลือกที่จะปรึกษาคนที่ไว้วางใจขึ้นอยู่กับว่าเรื่องที่เรามีปัญหาเข้ามามันเกี่ยวกับใครหรือว่าเกิดขึ้นอย่างไร เช่นถ้าปัญหานี้เกิดขึ้นกับตัวเราเองหนูก็เลือกที่จะไปปรึกษาคอบครัวหรือว่าเพื่อนกับคนที่ไว้ใจ เพราะเค้าจะพยายามช่วยหาสาเหตุและหาทางแก้ไขปัญหาให้ได้ เพราะครอบครัวและเพื่อนสนิท เป็นคนที่หนูสามารถไว้ใจและสบายใจที่ได้คุยและได้ปรึกษาปัญหาและมั่นใจได้ว่าเรื่องที่หนูเล่าจะไม่ถูกเปิดเผยแน่นอน”

(นักเรียนคนที่1, สนนากลุ่ม, 2566)

“ผมเลือกที่จะปรึกษาเพื่อนสนิท เพื่อนที่แบบว่ารู้ใจอยู่กับเรตลอดเวลา เพราะว่าเค้าจะเป็นคนที่รู้นิสัยเราดีเขาจะให้คำแนะนำที่เหมาะสมกับเราได้ดีที่สุด โดยเฉพาะในเวลาที่จะทะเลาะกับเพื่อนคนอื่น เพื่อนสนิทก็จะรู้ว่าเรื่องนี้ผมผิดหรือว่าเรื่องนี้เขามาทำเราก่อนหรือว่าเราไปทำเขาก่อนเขาก็จะบอกเราได้ถูกต้องให้เราปรับปรุงแก้ไขหรือบางครั้งทำให้เราใจเย็นลง เพราะเค้ารู้ใจเราเขาพูดให้เราใจเย็นได้อยู่แล้ว”

(นักเรียนคนที่3, สนนากลุ่ม, 2566)

“ปรึกษากับคุณครูเรื่องการเข้าเรียนในมหาวิทยาลัย คือหนูสนใจการเข้าครุศาสตร์วิชาเอกพลศึกษาก็ไปปรึกษาครูว่าต้องทำยังไงถึงจะเข้าได้ เพราะหนูก็เครียดมากเลยว่าจะเข้าได้ไหมเพราะว่าพลศึกษาต้องใช้ความสามารถพิเศษในด้านกีฬา เขาก็ให้คำปรึกษาแนะนำว่าต้องเตรียมตัวอย่างไรและให้กำลังใจว่าต้องทำได้อยู่แล้วถ้าใจเรารู้”

(นักเรียนคนที่8, สนนากลุ่ม, 2566)

“ปัญหาใหญ่ที่เยาวชนประสบคือยาเสพติด เพราะวัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่ทุกคนอยากรู้อยากลองอยากรู้ว่า ยาเสพติดนั้นคืออะไร เยาวชนส่วนใหญ่ก็อยากรู้อยากลองหรืออยากเข้าไปอยู่ในจุด ๆ นั้น แล้วเวลาเราเข้าไปอยู่ในจุดจุดนั้นแล้วจะหาทางออกไม่ได้แต่คนส่วนใหญ่ที่เคยล้มล้มล้มเพราะว่าหนูเป็น to be number one เป็นแกนนำก็คือพวกเขาจะได้รับตัวไปสถานพินิจ โดยพวกเขาจะใช้การสวดมนต์เพื่อภาวนาจิตตนเองให้จิตตนเองนิ่ง อันต่อไปคือเรื่องของการนั่งสมาธิ ซึ่งคนที่ติดยาจะมีสารที่ไปกระตุ้นให้สมองเกิดความผิดปกติอยู่แล้ว เพราะฉะนั้นนำหลักธรรมในเรื่องของการนั่งสมาธิเข้ามาเกี่ยวข้องเพื่อภาวนาจิตให้ตนเองอยู่เนิ่งอยู่กับที่แล้วก็ สามารถนำตัวเองให้หลุดพ้นจากยาเสพติดได้”

(นักเรียนคนที่3, สนนากลุ่ม, 2566)

โดยสรุปแนวทางการแก้ไขปัญหาที่ปรากฏในการสนทนากลุ่ม คือการปรึกษาครอบครัว ครู เพื่อน ซึ่งเป็นกลุ่มบุคคลที่นักเรียนมีความไว้วางใจ

### 5.1.5 ข้อเสนอแนะต่อการนำหลักธรรมมาใช้ในชีวิตประจำวัน

นักเรียนมีความคิดเห็นว่าการนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ดังนี้

“เยาวชนรุ่นใหม่ก็จะเสพสื่อเป็นส่วนมาก หนูเองก็สนใจหลักธรรมเพราะว่าคุณไพรวลัยเหมือนกัน เป็นต้นแบบเป็นไอดอลที่ทำให้หนูหันมาสนใจหลักพุทธศาสนามากขึ้น หนูก็จะขอเชิญชวนให้ทุกคนเสพสื่ออย่างถูกต้อง โดยเฉพาะสื่อทางสังคมออนไลน์ เช่น ข่าวหรือว่าออนไลน์หรือเป็นการไลฟ์สด อย่างของ หนูดูไลฟ์สดของคุณแพร์รี่ ก็ทำให้หนูเข้าถึงมากขึ้นแล้วก็รู้สึกสนุกสนานไม่น่าเบื่อเหมือนกับการที่เราไปวัด”(นักเรียนคนที่10, สนทนากลุ่ม, 2566)

“หลักธรรมในชีวิตประจำวันจนประสบความสำเร็จ คือการได้มีโอกาสไปกล่าวสุนทรพจน์ได้ไปแข่งขันต่อระดับประเทศ ระดับภาคกลาง ได้รองอันดับสามซึ่งหนูก็ใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการกล่าวสุนทรพจน์ด้วย”

(นักเรียน10, สนทนากลุ่ม, 2566)

“หลายคนมองว่าหลักธรรมเป็นสิ่งล้าหลังมากมักตั้งคำถามว่าทำไมถึงต้องต้องมาสนใจเป็นสิ่งที่น่าเบื่อมาก แต่ว่าในปัจจุบันก็ด้วยเทคโนโลยี ก็มีเช่นละครคุณธรรมบางเรื่องอาจจะมีความน่าสนใจ ไม่เข้าใจ ไร้สาระไปบ้าง แต่ว่าจริง ๆ แล้วอยากให้โฟกัสที่แก่นเรื่องมากกว่าว่าเขาต้องการนำเสนออะไร”

(นักเรียนคนที่7, สนทนากลุ่ม, 2566)

“เรื่องของการอยู่ร่วมกันหลายคนอาจจะมองว่าในเรื่องนี้เป็นปัญหาเล็ก ๆ แก้ได้ง่ายแต่จริง ๆ แล้วไม่ใช่เลยเพราะว่าการที่เกิดปัญหาขึ้นบ่อย ๆ มันไม่ใช่เรื่องดีเลย แล้วก็อาจทำให้กลายเป็นความขัดแย้งอย่างมากที่แก้ไขได้ยาก หนูก็เลยอยากเชิญชวนให้มาใช้หลักธรรมสังคหวัตถุ 4 เป็นที่ยึดเหนี่ยวในใจกัน แล้วก็มีการใช้วาจาที่แบบใช้วาจาที่ดีจะทำให้คุยกันได้ง่ายขึ้นสบายใจขึ้นจะได้ไม่เกิดความขัดแย้ง”

(นักเรียน2, สนทนากลุ่ม, 2566)

โดยสรุป นักเรียนมีความคิดเห็นไปในทิศทางเดียวกันว่าการนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันโดยหลักธรรมที่นำมาใช้ คือ สังคหวัตถุ 4 ขณะเดียวกันเพื่อให้เยาวชนสามารถเข้าถึงหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ควรนำสื่อต่าง ๆ มาใช้ให้เป็นประโยชน์โดยเฉพาะสื่อทางสังคมออนไลน์ หรือละครคุณธรรม เพราะสามารถนำมาใช้ได้จริงทั้งกับตนเองและการอยู่ร่วมกับผู้อื่น

## 5.2 อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการศึกษา เรื่อง ค้นหาตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน : กรณีศึกษาการออกแบบความคิดเชิงวิเคราะห์ของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐม สามารถอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ได้ ดังนี้

**วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 เพื่อศึกษาความคิดเห็นของกลุ่มเยาวชนจังหวัดนครปฐมต่อการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิตประจำวัน ผลการวิจัยพบว่า**

จากการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน โดยหลักธรรมที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวันมากที่สุดคือหลักเบญจศีล โดยเฉพาะศีลข้อ 5 เว้นจากการดื่มสุรา เมรัย และเสพของมีนเมา โดยมีค่าเฉลี่ยเป็นลำดับแรก ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาเรื่องพฤติกรรมการรักษาศีล 5 เพื่อพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมของนักเรียนโรงเรียนบ้านสวนหลวง จังหวัดสมุทรสาคร ของ (พระสมุห์ชัยรัตน์ สีลวฑฒโน (ภูมาลี), 2565, น.3) ที่พบว่า ภาพรวมของการนำหลักศีลห้าไปปฏิบัติอยู่ในระดับมากแต่เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ศีลข้อ 5 เว้นจากการดื่มสุราเมรัย และเสพของมีนเมาจากที่สุดและสอดคล้องกับการศึกษาเรื่องการศึกษาความรู้และพฤติกรรมการรักษาศีล 5 ของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดมหาสารคาม ของ (พระมหามั่นส ทับประโหมง, 2554, น.1-2) ที่พบว่า ระดับความรู้และพฤติกรรมการรักษาศีล 5 ของนักศึกษาระดับอุดมศึกษาในจังหวัดมหาสารคาม โดยรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายข้ออยู่ในระดับมากที่สุด 1 ข้อ คือ ศีลข้อ 5 ห้ามเสพของมีนเมา และสอดคล้องกับการศึกษาการใช้หลักศีล 5 ในการดำเนินชีวิตประจำวันของนักเรียนโรงเรียนหนองหุ้มสงเคราะห์ ตำบลบึงวิชัย อำเภอมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์ ของ (พระครูพุทธระกูล และคณะ ,2563,น.97 - 98) พบว่าการใช้หลักศีล 5 ในการดำเนินชีวิตประจำวัน ของนักเรียนโรงเรียนหนองหุ้มสงเคราะห์ ตำบลบึงวิชัย อำเภอมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์ โดยรวมอยู่ในระดับมาก โดยค่าความถี่มากที่สุดคือ ศีลข้อ 5 สุราเมรัยมีขขปะมาทัญฐานา เวมณี คือ ครูควรบอกนักเรียนห้ามดื่มสุราหรือสิ่งเสพติด และพบว่านักเรียนที่มีเพศ อายุ และระดับชั้นต่างกัน มีการใช้หลักศีล 5 ในการดำเนินชีวิตประจำวันไม่แตกต่างกัน

จากการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน โดยหลักธรรมที่นำมาใช้ในชีวิตประจำวันมากที่สุดคือพรหมวิหาร 4 โดยเฉพาะด้านกรุณา โดยมีค่าเฉลี่ยเป็นลำดับแรก ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาความคิดเห็นของประชาชนต่อการบริหารงานตามหลักธรรมพรหมวิหาร 4 ของเจ้าอาวาสในเขตปกครองคณะสงฆ์ อำเภอรัญประเทศ จังหวัดสระแก้ว ของ (พระมหาศราวุธ น้อยนารี, 2558,น.79 - 81) ที่พบว่าประชาชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมี

ความคิดเห็นต่อการบริหารงานตามหลักพรหมวิหาร 4 ของเจ้าอาวาส โดยภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก โดยมีด้านกรุณาอยู่ในระดับมากที่สุด ทั้งนี้การศึกษาพบว่าความคิดเห็นของประชาชนจะขึ้นอยู่กับ เพศ ระดับการศึกษา และประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับวัด แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ 0.05 และสอดคล้องกับการศึกษาการนำหลักพรหมวิหารธรรมไปใช้ในการบริหารงานการปกครองคณะสงฆ์ ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเลย ของ(กันตพงษ์ จุลราช, 2564, น.27) ที่พบว่า ระดับการการนำหลักพรหมวิหารธรรมไปใช้ในการบริหารงานการปกครองคณะสงฆ์ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเลย โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด และเมื่อจำแนกเป็นรายด้านมีการนำไปใช้ในระดับมากที่สุดด้วย โดยด้านที่มีผลทางสถิติสูงสุดคือ ด้านกรุณา แลการศึกษายังพบว่าพระสงฆ์ที่มีอายุ พรรษา ที่แตกต่างกัน จะมีความคิดเห็นต่อการนำหลักพรหมวิหารธรรมไปใช้ไม่แตกต่างกัน ส่วนพระสงฆ์ที่มีตำแหน่งต่างกันจะมีความคิดเห็นต่อการนำหลักพรหมวิหารไปใช้แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

นอกจากนี้จากการสัมภาษณ์และสนทนากลุ่มของนักเรียนพบสาระสำคัญที่สามารถนำมาอภิปราย ได้ดังนี้

1. หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในชีวิตประจำวัน ที่พบว่า มีการใช้หลักธรรมต่าง ๆ ในแต่ละบริบท โดยหลักธรรมที่นำมาใช้ประกอบด้วย พรหมวิหาร 4

“หลักธรรมพรหมวิหาร 4 สามารถเห็นได้ในชีวิตประจำวันของเราทุกคน เช่น ถ้าขับรถไปแล้วแบบชนหมาชนแมวจะเกิดความเวทนาอยู่แล้ว ซึ่งมันเห็นได้ในชีวิตประจำวันของทุกคนครับ หรือถ้าเห็นคนเร่ร่อนข้างถนนส่วนตัวก็จะรู้สึกสงสาร และก็จะให้ทานซึ่งถ้าให้เป็นสิ่งที่มีความปรารถนาให้ผู้อื่นได้ทั้งสุขกายแล้วก็สุขใจ” (นักเรียน3, สนทนากลุ่ม, 2566) ซึ่งสอดคล้องกับหลักพรหมวิหาร 4 พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) (2551, น.124 - 127) ได้อธิบายไว้ว่า ธรรมเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ, ธรรมประจำใจอันประเสริฐ หลักความประพฤติที่ประเสริฐบริสุทธิ์ ทำที่ต้องมีไว้เป็นหลักใจ และกำกับความประพฤติ

วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 เพื่อศึกษาวิธีการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาของกลุ่มเยาวชนในจังหวัดนครปฐมไปใช้ในชีวิตประจำวัน ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นส่วนใหญ่ในทิศทางเดียวกันว่าในชีวิตประจำวันมีการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาโดยหลักธรรมที่นำมาใช้มีทั้งเหมือนกันและแตกต่างกันไป แล้วแต่เหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่ได้พบในการดำเนินชีวิตประจำวัน

### 1. วิธีการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาของเยาวชน

กลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นว่าเมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์หรือสถานการณ์ในชีวิตประจำวันจะใช้หลักธรรมมาประยุกต์ใช้ ซึ่งสอดคล้องกับหลักอริยสัจจ 4 ที่พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) (2551, น. 124-127) ได้อธิบายว่าใช้พิจารณาในการดำเนินชีวิต โดยการทำสมาธิในความสุขและความทุกข์ที่เกิดขึ้นในชีวิต ทุกข์คือความไม่สบายกายความไม่สบายใจเป็นสภาพของความลำบากทั้งทางกายและทางใจ ทั้งรัก โลภ โกรธ หลง ความเศร้าโศกเสียใจ สมุทัย คือ สาเหตุแห่งทุกข์นั้น ซึ่งความทุกข์ทั้งปวงมักเกิดจากความไม่รู้ ความไม่เข้าใจในโลก ความอ่อนประสพการณ์ในชีวิตซึ่งความไม่รู้เหล่านี้เป็นสาเหตุแห่งทุกข์ทั้งสิ้น

“อริยสัจจ 4 ก็เป็นเรื่องของการอยู่ร่วมกันเช่นการใช้ชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะกับเพื่อนหรือกับครอบครัว ปัญหาที่เกิดขึ้นบ่อยมากคือก็มีความขัดแย้งเกิดขึ้น ทำให้บางทีก็มีการทะเลาะกันบ้าง ก็เลยต้องใช้หลักธรรมอริยสัจจ 4 การใช้หลักธรรมก็จะนำมาสู่การควบคุมอารมณ์ได้ใช้เหตุผลมากกว่าความโกรธอะไรปล่อยได้ก็ปล่อยไปทำให้คุยกันได้สบายใจขึ้นแล้วก็ลดความขัดแย้งได้”

(นักเรียนคนที่ 5, สนนากลุ่ม, 2566)

“การที่ตัวเองนั้นทุกข์ ซึ่งถ้าความทุกข์เกิดจากภาวะที่รู้ตัวว่าทุกข์เกิดจากอะไรในเรื่องของความเครียด ซึ่งความเครียดในที่นี้อาจจะเป็นการที่ทำให้จิตยั้งคิดไตร่ตรองเยอะไปทำให้รู้สึกว่ามันเครียดจนเกินไปแล้วทำให้ไม่ไหวแล้วเรารู้สาเหตุของตนเองแล้วอาจจะหยุดพักไปหาสิ่งที่ชอบนั่นเอง”

(นักเรียนคนที่ 6, สนนากลุ่ม, 2566)

“อริยสัจจ 4 เมื่อรู้แล้วว่าทุกข์ของเราเกิดจากอะไรเราแค่เปลี่ยนความคิด ณ ตอนนั้นให้มีความสบายใจมากขึ้น แล้วก็ขจัดความเครียดโดยการหาสิ่งที่ชอบหรือว่ารีล็กซ์อย่างอื่น”

(นักเรียนคนที่ 7, สนนากลุ่ม, 2566)

ขณะเดียวกันเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาหรือเกิดความตึงเครียด ก็ได้นำหลักสติมาใช้ซึ่งสอดคล้องกับหลักสติ ที่ภันเต เสนเน โพลา คุณารัตน มหาเถระ(2543, น.67) อธิบายว่า สติมีลักษณะคอยดูอาการที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ ไม่ว่าจะสิ่งนั้นจะเกิดขึ้นในด้านใดก็ตาม สติก็จะมีอาการคอยเฝ้าดูอยู่เสมอ เช่น เมื่อมีความคิดหรืออาการเกิดขึ้นมากระทบทางกาย ทางวาจาและทางจิตใจ จะดีหรือชั่วก็ตาม สติก็จะกำหนดรู้เป็นตัวกลาง ไม่ได้ลำเอียงไปในทางใดทางหนึ่ง ดังนั้น สติจึงมีส่วนร่วมในการพิจารณาและทั้งเป็นผู้ที่ร่วมสังเกตการณ์อารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นคือมีลักษณะเป็นผู้คอยเฝ้าดู

“หนูโดนรุ่นพี่หาเรื่องตอกกินข้าวที่โรงอาหารแล้วเขาเดินมาเข้ามาทำร้ายร่างกายหนูก็เลยต้องตั้งสติเพราะว่าเมื่อก่อนก็เป็นคนอารมณ์ร้อนมาก ดังนั้นจะชวนกลับโดยทันทีก็เลยนั่งคิดว่าเราโตแล้วนะเราต้องคิดให้มากกว่านี้ เรากำลังเรียนอยู่แล้วก็จะก้าวสู่มหาวิทยาลัยแล้ว ก็เลยนั่งตั้งสติแล้วก็ไปบอกครูดีกว่า ไม่ใช่กำลังตอบโต้”

(นักเรียนคนที่9, สนนากลุ่ม, 2566)

เมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์หรือสถานการณ์ในชีวิตประจำวันหรือเมื่อต้องเผชิญกับปัญหาหรือเกิดความตึงเครียด นักเรียนได้เลือกนำหลักธรรมคำสอนมาประยุกต์ใช้เพราะหลักธรรมเป็นสิ่งที่เปรียบเสมือน แนวทางในการดำเนินชีวิตรวมไปถึงคำแนะนำที่จะช่วยให้เราเมื่อตกอยู่ในสถานการณ์ต่างๆ ให้เราสามารถผ่านพ้นไปได้เอาทีเวลาเราเจอปัญหาเราก็จะใช้หลักธรรมในการมาช่วยหาทางออกของปัญหา อีกทั้งหลักธรรมยังเป็นเหมือนสิ่งที่ยึดเหนี่ยวจิตใจของเราให้เราประพฤติตนอยู่ในกรอบศีลธรรมอันดีของสังคม

## 2. การทำให้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้าถึงเยาวชน

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าวิธีการที่จะทำให้เยาวชนมีความรู้ความเข้าใจทางพระพุทธศาสนา คือ การสอนให้เข้าใจง่าย เน้นหลักการปฏิบัติต่างๆที่เหมาะสมแก่การนำไปปฏิบัติในชีวิตจริง ได้แก่ การสอนในห้องเรียนมีการยกตัวอย่างสถานการณ์ที่เกิดขึ้นจริงของคนในสังคม การผลิตใช้สื่อการสอนในรูปแบบการ์ตูนที่เกี่ยวกับพระพุทธศาสนาที่นำมาประยุกต์ใช้ได้ตามชีวิตประจำวันเพื่อดำรงชีวิตอันดีมีทางออกที่ดีได้ ประยุกต์กับยุคสมัยใหม่ได้ดีไม่น่าเบื่อ การสอนที่พร้อมยกตัวอย่างแนวทางในการใช้ชีวิตประจำวัน

### วัตถุประสงค์ข้อที่ 3 เพื่อได้ตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ออกแบบจากกลุ่มเยาวชนเพื่อเยาวชน

การคิดเชิงวิเคราะห์ (Design Thinking) ตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่ออกแบบจากกลุ่มเยาวชนเพื่อเยาวชน เพราะเยาวชนซึ่งเป็นเจ้าของปัญหาร่วมคิดวิเคราะห์การเลือกหลักธรรมด้วยตนเอง ซึ่งเมื่อได้หลักธรรมที่นำมาใช้แล้ว ผู้วิจัยเป็นผู้ร่วมออกแบบ จากการทดลองใช้ในโรงเรียนสามารถนำมาปรับใช้ได้จริง การคิดเชิงวิเคราะห์ (Design Thinking) มี 5 ขั้นตอน ดังนี้

#### 1) การทำความเข้าใจ (Empathize)

หลักธรรมมีหลายหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่นักเรียน นำมาใช้ปฏิบัติและมีความคิดเห็นว่าเป็นแต่หลักธรรมที่นักเรียนเห็นว่าอยู่ในชีวิตประจำวันและใช้ได้เป็นอย่างดีคือ ศีล 5 ในการนำมาประยุกต์ใช้กับตนเอง ส่วนหลักธรรมที่สามารถปฏิบัติกับผู้อื่นคือ พรหมวิหาร 4

## 2) การนิยาม (Define)

หลักธรรมคำสอนเป็นสิ่งที่ควรยึดถือปฏิบัติ เพราะหลักธรรมมุ่งเน้นให้ผู้คนปฏิบัติดี ทั้งต่อตนเอง และต่อบุคคลอื่นสำหรับการอยู่ร่วมกันให้ได้อย่างที่ความสุขควรนำมาปฏิบัติแต่อยากให้เห็นภาพการประยุกต์ใช้ได้จริง

## 3) การสร้างสรรค์ (Ideate)

จากการระดมสมองของนักเรียนซึ่งเป็นเยาวชนทำให้ได้ข้อมูลเชิงปริมาณพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาในการดำเนินชีวิต ซึ่งมีค่าเฉลี่ยในระดับมากที่สุดทุกด้าน โดยเฉพาะหลักเบญจศีล ค่าเฉลี่ย 3.93 รองลงมาคือหลักพรหมวิหาร 4 ค่าเฉลี่ย 3.90 ขณะเดียวกันข้อมูลเชิงคุณภาพจากการสัมภาษณ์และการสนทนากลุ่ม ทำให้ได้ข้อมูลเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างตัวแบบจำลอง

## 4) การจำลอง (Prototype)

ได้ตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน

## 5) การทดสอบ (Test)

นำได้ตัวแบบการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในชีวิตประจำวัน ไปทดสอบ จำนวน 2 โรงเรียน มีสิ่งที่ชอบ และสิ่งที่ต้องปรับปรุง

### สิ่งที่ชอบ

1. “สนุกได้ดูคลิปเกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนากับเพื่อนๆได้ทำกิจกรรมเกี่ยวกับพระพุทธศาสนาด้วยกันกับเพื่อนและศีล 5 สามารถปรับใช้ในชีวิตประจำวัน”

2. “สนุก เพราะได้รวมกลุ่มพูดคุยกับเพื่อน ๆ และได้ดูคลิปต่าง ๆ ที่น่าสนใจ”

### สิ่งที่ต้องปรับปรุง

1. ระยะเวลาที่ได้กำหนดไว้ในการทดสอบตัวแบบฯของผู้วิจัย อาจใช้เวลามากเกินไปซึ่งคุณครูมีความคิดเห็นว่าควรปรับตัวแบบให้มีความกระชับมากยิ่งขึ้นในการเรียนการสอน

2. คุณครูมีความคิดเห็นว่าข่าวหรือเหตุการณ์ที่ยกตัวอย่างควรมีความทันสมัย

โดยในขั้นตอนนี้เมื่อได้ทำการทดสอบควรนำตัวแบบฯมาปรับปรุง และต้องมีการติดตามผลเพื่อพัฒนาตัวแบบฯให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้นเนื่องจากระยะเวลาของงานวิจัยมีจำกัดจึงไม่สามารถทดสอบซ้ำหลายครั้งได้



### 5.3 ข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาที่ได้มา ผู้ศึกษามีข้อเสนอแนะ ดังนี้

#### 5.3.1 ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้

5.3.1.1 ควรปลูกฝังหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา โดยเริ่มจากสถาบันครอบครัว โรงเรียน ศาสนา

5.3.1.2 ควรปรับเปลี่ยนวิธีการเรียนการสอนแบบท่องจำ เป็นการยกตัวอย่างประกอบ เพื่อให้หลักธรรมเข้าใจง่ายและสามารถปฏิบัติตามได้

5.3.1.3 ควรส่งเสริมผู้เกี่ยวข้องในการมีส่วนร่วมในการนำหลักธรรมไปใช้ ประกอบด้วย ครู นักเรียน พระสงฆ์ หรือ บุคคลที่มีชื่อเสียง เป็นต้น

5.3.1.4 ควรส่งเสริมให้เยาวชนเป็นคนคิด โดยใช้ Design Thinking เป็นฐานความคิด เรื่องอื่น ๆ เพราะเยาวชนเป็นกลุ่มที่ความคิดสร้างสรรค์และมีพลังในการใช้ชีวิต

5.3.1.5 การนำตัวแบบฯไปใช้ ผู้ใช้สามารถยืดหยุ่นได้ตามสถานการณ์และบริบทของโรงเรียน

#### 5.3.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

5.3.2.1 ควรมีการศึกษาการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในการดำเนินชีวิตกับกลุ่มเยาวชนในจังหวัดต่าง ๆ ทั่วประเทศ

5.3.3.2 ควรมีการศึกษาสื่อต่าง ๆ ที่เหมาะสมกับกลุ่มเยาวชน

## บรรณานุกรม

- กรมกิจการเด็กและเยาวชน. (2565) *อำนาจหน้าที่ (ภารกิจ)*. สืบค้นเมื่อ 27 กันยายน 2565, จาก [https://www.dcy.go.th/public/mainWeb/file\\_download/1661757211140-198696539.pdf](https://www.dcy.go.th/public/mainWeb/file_download/1661757211140-198696539.pdf)
- กรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน. 2564. *วิสัยทัศน์และพันธกิจ*. สืบค้นเมื่อวันที่ 29 กันยายน 2565, จาก <https://www.djop.go.th/navigations/>
- กิตติชัย พินโน. (2561). “วัยแสบสาแหรกขาด”: ภาพสะท้อนปัญหาเด็กและเยาวชนในสังคมร่วมสมัย. *สาขามนุษยศาสตร์ สังคมศาสตร์ และศิลปะ*, 11(2), 255-270.
- กัตพงษ์ จุฬราชม (2564). *วิทยานิพนธ์ศึกษา การนำหลักพรหมวิหารธรรมไปใช้ในการบริหารงานการปกครองคณะสงฆ์ ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเลย*. มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย
- กรุณา มธูลาภรังสรรค์และคณะ (2563) *การนำหลักสังคหวัตถุธรรมมาใช้สร้างความมั่นคงในการดำเนินชีวิตของสตรี จังหวัดสมุทรสาคร*. วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี ปีที่ 10 (ฉบับที่ 2) พฤษภาคม – สิงหาคม พ.ศ. 2563.
- เครือข่ายสิทธิเด็กประเทศไทย. (ม.ป.ป.). (2565) *เกี่ยวกับเครือข่ายเครือข่ายสิทธิเด็กประเทศไทย*. สืบค้นเมื่อวันที่ 29 กันยายน 2565, จาก <https://crccoalitionthailand.wordpress.com/about/>
- จิราภรณ์ ตั้งกิตติภรณ์ (2556) *จิตวิทยาทั่วไป* กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ณัฐศรีณย์ ชุมวรฐายี, (2560) *สารนิพนธ์ศึกษาหลักธรรมขรวาธธรรม 4 ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติ วิปัสสนาภานา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี*. หลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภานา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ณัฐกร อินทุยศ (2556) *จิตวิทยาทั่วไป*. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ดารารัตน์ สาธพันธ์. (2562). *รายงานการตรวจราชการระดับจังหวัด ปีงบประมาณ พ.ศ. 2562 คณะที่ 2 การพัฒนาระบบบริการ (Service Plan) (2565) หัวข้อ ยาเสพติด*. สืบค้นเมื่อ 12 กันยายน 2565. จาก [bie.moph.go.th](http://bie.moph.go.th/e-insreport) >e-insreport > filereport

- ดาบตำรวจวัฒนา กังคสังข์ (2555). วิทยานิพนธ์ศึกษา *ความพึงพอใจของประชาชนต่อการให้บริหารตามหลักสังคหวัดฤ 4 ของสถานีตำรวจภูธรหนองกรด จังหวัดนครสวรรค์*. หลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ชนกฤต ผลโกศล. (2563) *การสร้างเยาวชนรุ่นใหม่ตามหลักการบำเพ็ญวิริยบารมี*. บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, หน้า 124-127.
- นันท์ชนก วงษ์สมุทร. (2560). *ย่าเสพติด: อีกร้อยร่ำของคนปลายด้ามขวาน*. ปีซีไทย.สืบค้น 11 กันยายน 2565 , จาก <http://www.bbc.com/thai/thailand-40075113>.
- นพมาศ อึ้งพระ.(2555).*วิกฤตทางเพศสัมพันธ์ของวัยรุ่นไทย*.กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นุชนาถ ปลอดภัยดี ทิพมาศ เศรษฐโรชิตี และสันติ อุณจะนำ (2566) *การใช้หลักอริยสัจ 4 เพื่อจัดการความเครียดของครูและผู้บริหารสถานศึกษา สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา นครศรีธรรมราช เขต 3*. วารสารศึกษาศาสตร์ มมร. ปีที่ 11 ฉบับที่ 2(2023) กรกฎาคม - ธันวาคม 2566
- บุษบา ชมที (2566). วิทยานิพนธ์ศึกษาและการวิเคราะห์ *หลักอิทธิบาท 4 กับการบริหารงานวิชาการของสถานศึกษาในศตวรรษที่ 21 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาระยอง เขต 1*. ปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี.
- ปวรรัตน์ แดงไฟ. (2559). *หลักธรรมและกลวิธีการใช้ภาษาในคอลัมน์ “จุดไฟในใจคน” ของหลวงพ่ น้ำฝน*. บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่, หน้า 6-12.
- ปรีดี นุกูลสมปรารถนา.(2565) *.ขั้นตอนการทำ Design Thinking สำหรับการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ*.สืบค้นเมื่อ 28 กันยายน 2565, จาก <https://www.popticles.com/business/steps-to-do-design-thinking/>
- สุโรยา หนีรัมย์, สุรัชย์ ไวยวรรณจิตร, อีรวัช จาปริง และรุ่งโรจน์ ชอบหวาน. (2564). “*การบูรณาการบ้านโรงเรียน มัสยิด-บรม*”:แรงสนับสนุนทางสังคมกลไกในการแก้ไขปัญหาการพนันออนไลน์ของเด็กและเยาวชนในพื้นที่ 5 จังหวัดชายแดนภาคใต้. ศูนย์ศึกษาปัญหาการเสพติด. ปริญญา มหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระนครศรีอยุธยา
- พระครูสังฆรักษ์อภิชาติ สนติกโร (เดชชัย), (2555). วิทยานิพนธ์ศึกษา *การบริหารบุคคลตามหลักฆราวาสธรรม 4 ของผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษา เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร*. หลักสูตร

ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระครูสุนทรธรรมนาถ. (2565). การบริหารงานบุคคลตามหลักธรรมาภิบาลของผู้บริหารโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา จังหวัดเลย. วารสารสังคมศาสตร์บูรณาการ, 2(5), 33-41.

พรพิศ ศิริวิสูตร. (2545). สติและวิธีการพัฒนาเพื่อการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิตสาขาปรัชญา. บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, หน้า 43.

พระศักดิ์ดา ขนดีโสภโณ (แก้วสีดา), พระครูโกศลวิหิตคุณ และทิพย์ภวิชัย ไสชาติ. (2565). การวิเคราะห์หลักธรรมในอังคุตตรนิกายเพื่อเสนอแนวทางการแก้ปัญหาวัยรุ่นใน ตำบลจิกคู่ อำเภอดงหลวง จังหวัดอำนาจเจริญ. วารสาร มจร อุบลปริทรรศน์, 7(1), 260-269.

พุทธทาสภิกขุ. (2537). เยาวชนกับศีลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 2. สุราษฎร์ธานี : มูลนิธิธรรมทาน.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต). (2554) พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ 16. กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิก จำกัด, หน้า 395.

\_\_\_\_\_. (2549). พุทธธรรมฉบับปรับปรุงขยายความ. พิมพ์ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัทสหธรรมิก จำกัด, หน้า 804.

\_\_\_\_\_. (2554). พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 21. กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิก จำกัด, หน้า 65, 205.

\_\_\_\_\_. (2551) พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

\_\_\_\_\_. (2559) ธรรมบุญชีวิต : พุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่ดีงาม. ครั้งที่ 217. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เจริญดีมั่นคงการพิมพ์.

พระสมุห์ชัยรัตน์ สีลวฑฒโน (ภูมาลี) (2565) วิทยานิพนธ์ศึกษา พฤติกรรมการรักษาศีล ๕ ของนักเรียนโรงเรียนบ้านสวนหลวง(รัตนวิจิตรพิทยาคาร) จังหวัดสมุทรสาคร. บัณฑิตวิทยาลัยตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิตสาขาวิชาพระพุทธศาสนา.

พระมหามนัส ทับประโม่ง, (2554). วิทยานิพนธ์การศึกษา ความรู้และพฤติกรรมการรักษาศีล 5 ของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา ในจังหวัดมหาสารคาม. ปริญญา ศศ.ม. (สังคมศาสตร์เพื่อการพัฒนา).

พระครูพุทธระกูล หลินภู พระมหาวิฑวัส กตเมธี สุภาพร บัวช่วย พรชัย วันทุม และ ทนชัย พุทธิไทย, (2563) การใช้หลักศีล 5 ในการดำเนินชีวิตประจำวันของนักเรียนโรงเรียนหนองทุ่มสงเคราะห์

ตำบลบึงวิชัย อำเภอเมืองกาฬสินธุ์ จังหวัดกาฬสินธุ์. วารสารศึกษาศาสตร์ มจร ปีที่ 8 ฉบับที่ 1 (มกราคม - มิถุนายน 2563).

พระมหาศราวุธ น้อยนารี, (2558) วิทยานิพนธ์ ศึกษาความคิดเห็นของประชาชนต่อการบริหารงานตาม หลักธรรมพรหมวิหาร 4 ของเจ้าอาวาส ในเขตปกครองคณะสงฆ์ อำเภออรัญประเทศ จังหวัด สระแก้ว. รัฐศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการเมืองการปกครอง คณะรัฐศาสตร์และนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.

พระวรวรรษ ธมฺมทินโน. (2561). วิธีการแก้ปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวตามหลักพุทธธรรม. วิทยานิพนธ์

พระดร. เจริญ บุญทศ และ ดร.ละดดาวัลย์ คงทอง, (2563). การประยุกต์ใช้หลักอิทธิบาท 4 ในการศึกษา รายวิชาพระพุทธศาสนาของนักเรียนโรงเรียนนวมวิชราลงกรณราชวิทยาลัย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา สังกัดงานกลุ่มโรงเรียนพระปริยัติธรรม แผนกสามัญศึกษา เขตกลุ่ม 3. โรงเรียนนวมวิชราลงกรณราชวิทยาลัย.

พระสุภกิจ สุปญฺโญ (ธำรงค์ ธนกิจ), (2563). ดุษฎีนิพนธ์ศึกษาผล การเจริญสติและกระบวนการแก้ปัญหา ที่มีต่อความเครียดและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขต อำเภอเมืองกาญจนบุรี จังหวัดกาญจนบุรี. หลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชา พุทธจิตวิทยา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระธรรมโกศาจารย์. 2547 *ธรรมะกับชีวิตประจำวัน*. กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา.

พระธรรมปิฎก ประยุทธ์ ปยุตฺโต. (2543). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*. กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, หน้า 2

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542. (2542, 14 สิงหาคม). *ราชกิจจานุเบกษา*. เล่มที่ 116 ตอนที่ 74 ก, หน้า 1-24

พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ.2545. *ราชกิจจานุเบกษา*. เล่มที่ 116 ตอนที่ 74 ก, หน้า 1-46

พระไทยรัฐ ผันอากาศ และรัฐบุรุษ คุ่มทรัพย์, (2559). การศึกษาการให้บริการตามหลักพุทธธรรมสังคหวัตถุ 4 ขององค์การบริหารส่วนตำบลตะขบ อำเภอปักธงชัย จังหวัดนครราชสีมา. วารสาร วิทยาลัยนครราชสีมา ฉบับพิเศษ 1 “ก้าวเข้าสู่ศตวรรษที่ 2 ของวิทยาลัยนครราชสีมา.

พระไตรปิฎก. (2557). *วินัยปิฎก มหาวิภังค์ (เล่ม 1 ภาค 1) ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

- กันเต เฮนเน โพลา คุณารัตน มหาเถระ. (2543). *สติกับภาซาง่าย ๆ*. ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: คุรุสภา.  
หน้า 67.
- ภัทรภรณ์ วงษภรณ์ (2560). *วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์ผลการโปรแกรมการฝึกสติต่อความเครียดในผู้ต้องขัง*.  
หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต คณะพยาบาล  
ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- มูลนิธิเด็ก. (2564). *วัตถุประสงค์การจัดตั้งมูลนิธิเด็ก*. สืบค้นเมื่อวันที่ 27 กันยายน 2565,  
จาก [https:// www.ffc.or.th/](https://www.ffc.or.th/)
- มูลนิธิปวีณาหงสกุลเพื่อเด็กและสตรี. (ม.ป.ป.). (2566). *ประวัติความเป็นมาของมูลนิธิปวีณาหงสกุลเพื่อ  
เด็กและสตรี (องค์กรสาธารณประโยชน์)*. สืบค้นเมื่อวันที่ 29 กันยายน 2565, จาก [https://  
www.pavenafoundation.or.th/about-me](https://www.pavenafoundation.or.th/about-me)
- มูลนิธิเพื่อการพัฒนาเด็ก. (ม.ป.ป.). *กิจกรรมหลัก*. สืบค้นเมื่อวันที่ 29 กันยายน 2565, จาก [https://  
www.iamchild.org/history/](https://www.iamchild.org/history/)
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542*. กรุงเทพฯ : นานมี บุคส์  
พับลิเคชั่นส์,
- วิมุตตาพร บริบูรณ์ลาภผลินและ สุวิญ รักสัตย์. (2562). *การแก้ไขปัญหาอคติในสังคมไทยด้วยพุทธบูรณา  
การ*. วารสารวิชาการ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์,มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์6(2),  
210-221.
- ศรีเรื่อน แก้วก้วาล.(2549).*จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่ม 2 วัยรุ่น-วัยสูงอายุ*.กรุงเทพฯ :  
สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก. (2564). *ความเป็นมาและวัตถุประสงค์*. สืบค้นเมื่อวันที่ 27 กันยายน 2565,  
จาก <https://www.thaichildrights.org/about/>
- สุวัฒน์ จันทร์จำนง. (2540). *ความเชื่อของมนุษย์เกี่ยวกับปรัชญาและศาสนา*. กรุงเทพมหานคร:  
สุภาพใจ.
- สุชาติ วราพันธ์. (2556). *หน้าที่พลเมืองและศีลธรรม*. กรุงเทพมหานคร : เอมพันธ์.
- สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนครปฐม. *โครงสร้างบริหารงานสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา  
มัธยมศึกษา นครปฐม*, สืบค้นเมื่อวันที่ 27 กันยายน 2565 จาก [https://www.mathayom-  
npt.go.th/](https://www.mathayom-npt.go.th/)
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์(ป.อ. ปยุตฺโต) (2562) ครั้งที่46. *คู่มือชีวิต*. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์  
พระพุทธศาสนาของธรรมสภา.

สมเด็จ จุลราช. (2563). *ศึกษาวิเคราะห์หลักพุทธปรัชญากับการแก้ไขปัญหาเสพติดให้โทษของเด็กและเยาวชนในจังหวัดหนองคาย*. คณะศาสนาและปรัชญา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย,

หน้า 129- 135

สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2553). *จิตวิทยาการศึกษา*. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

หลวงพ่อบราโมทย์ ปาโมชโช. (2553). *ลานธรรมจักร*. สืบค้นเมื่อ 9 ตุลาคม 2565, จาก [http://](http://www.dhammadjak.net)

[www.dhammadjak.net](http://www.dhammadjak.net).

เสริมศักดิ์ ขุนพล. (2564). *การสร้างสรรค์สื่อรณรงค์แบบมีส่วนร่วมเพื่อสร้างความเข้าใจและลดปัญหาการเสพน้ำกระท่อมในกลุ่มเยาวชนพื้นที่เสี่ยงของจังหวัดสงขลา*. แผนงานศูนย์ศึกษาปัญหาการเสพติด (ศศก.).

อนุชิต กิ่งนรา. (2563). *การนำพระพุทธศาสนาสู่เด็กและเยาวชนภายใต้โครงสร้างการศึกษา*. ปีที่ 25 ฉบับที่ 2 กรกฎาคม - ธันวาคม พ.ศ.2563, หน้า 61.

อนุรุธ ว่องวานิช. (2561). *แนวทางการพัฒนา และเสริมสร้างศักยภาพเยาวชนไทยด้วยหลักพุทธธรรม ในยุค Thailand 4.0*. วิทยาลัยป้องกันราชอาณาจักร หลักสูตรการป้องกันราชอาณาจักร รุ่นที่60, หน้า 81-84.

องค์การยูนิเซฟ ประเทศไทย. (2565). *เกี่ยวกับยูนิเซฟ*. สืบค้นเมื่อวันที่ 29 กันยายน 2565, จาก

<https://www.unicef.org/thailand/th>

อรพิมพ์ สุขคง. (2560). *การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อป้องกันปัญหาการตั้งครรภ์ไม่พร้อมของวัยรุ่นในโรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราช*. ปริญญาโทปริญญามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

### บรรณานุกรมภาษาต่างประเทศ

- Francesca Meloni, Karine Vanthuyne and Cecille Rousseau, (2015), *Towards a relational ethics: Rethinking ethics, agency and dependency in research with children and youth*, Sage Journals, Volume 15, Issue 1, p.106-123.
- Karin Sporre Heila Lotz-Sisitka and Christina Osbeck, (2022), *Taking the moral authorship of children and youth seriously in times of the Anthropocene*, the Umea School of Education, Umea University, Sweden. p.1-16
- Laura E Gultekin , Barbara L Brush , Emily Ginier , Alexandra Cordon , Elizabeth B Dowdell, (2019), *Health Risks and Outcomes of Homelessness in School-Age Children and Youth: A Scoping Review of the Literature*, The Journal of School Nursing, Volume 63, Issue 1, pp. 10-19.
- Sophia Siedlikowski, Shauna Van Praagh, Meaghan Shevell, Franco A. Carnevale (2021)," *Agency in everyday life: An ethnography of the moral experiences of children and youth*, *An ethnography of the moral experiences of children and youth. Children & Society* 36, 4 p661-676.
- Stewart Gabel and Richard Shindledecker, (2010), *Aggressive Behavior in Youth: Characteristics, Outcome and Psychiatric Diagnoses*, Adolescent Psychiatry, Volume 30, Issue 6, p.982- 988.



ภาคผนวก

**ภาคผนวก ก**  
**รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์**  
**ผู้บริหารสถานศึกษา**

นางสาวกานดา หงส์เวียงจันทร์	ตำแหน่งรองผู้อำนวยการโรงเรียนกาญจนาภิเษกวิทยาลัย นครปฐม
นางสาวธัญธรณ์ สิมมา	ตำแหน่งรองผู้อำนวยการโรงเรียนรัตนโกสินทร์สมโภชนิเวศศาลายา ในพระบรมราชูปถัมภ์
ว่าที่ร้อยตรีดอน หงส์ทอง	ตำแหน่งรองผู้อำนวยการโรงเรียนภ.ป.ร. ราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์
ดร.สุภัทรา สภาอดีต	ตำแหน่งผู้อำนวยการโรงเรียนวัดห้วยจรเข้

**รายชื่อบุคคลประสบความสำเร็จในอาชีพ**

รศ.ดร.เกศินี ประทุมสุวรรณ	ตำแหน่งอาจารย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
นางสาวบัณฑิตยา ร่มรื่น	ตำแหน่งนิติกร ชำนาญการพิเศษ รัฐสภา
นางอรทัย วงศ์วัชรมงคล	ตำแหน่งนายอำเภอหนองปรือ จังหวัดกาญจนบุรี
นายอนุชิต กริแสง	ตำแหน่งครูชำนาญการพิเศษ โรงเรียนจิวรายนบุญมีรังสฤษดิ์

**รายนามนักวิชาการด้านพระพุทธศาสนา**

รศ.ดร.โกนิษฐ์ ศรีทอง	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ดร.วสันต์ ลิ้มรัตนภัทรกุล	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
รศ.มานพ คำหวาน	มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
ผศ.ดร.สมบูรณ์ วัฒนนะ	มหาวิทยาลัยมหิดล

ภาคผนวก ข

รายชื่อโรงเรียนที่นำตัวแบบฯ ไปทดลองใช้

1. โรงเรียนภัทรญาณวิทยา
2. โรงเรียนจิวรานุสรณ์ศรีสะเกษ

## ประวัตินักวิจัย

### 1. ข้อมูลส่วนตัว

- |                      |  |
|----------------------|--|
| 1.1 ชื่อ สกุล        | นางสาวกฤติกา ชนะกุล  |
| 1.2 วัน/เดือน/ปีเกิด | 31 พฤษภาคม 2527  |
| 1.3 ที่อยู่ปัจจุบัน  | 1/129 ลุมพินีเพลส แขวงตลิ่งชัน เขตตลิ่งชัน กรุงเทพมหานคร 10170                 |
| 1.4 โทรศัพท์         | 083-4546624  |
| 1.5 E-Mail           | <a href="mailto:Kridtika31@gmail.com">Kridtika31@gmail.com</a>                 |
| 1.6 ที่ทำงาน         | มหาวิทยาลัย 248 ม.1 ถ.ศาลายา -นครชัยศรี ต.ศาลายา อ.พุทธ<br>มณฑล จ.นครปฐม 73170 |
| 1.7 โทรศัพท์         | 02-444-6000  |

### 2. ข้อมูลการศึกษา

#### 2.1 คุณวุฒิ

##### - ระดับปริญญาตรี

วิชาเอก สังคมวิทยาและมานุษยวิทยา  
สถานที่ศึกษา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์  
ประเทศ ไทย

##### - ระดับปริญญาโท

วิชาเอก สังคมสงเคราะห์ศาสตร์  
สถานที่ศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์  
ประเทศ ไทย

### 3. ผลงานวิจัย (ทั้งที่เป็นเจ้าของโครงการและร่วมโครงการ)

- 15 ปี การกระจายอำนาจของไทย ปี2558 (นักวิจัย)
- การประยุกต์สังคหวัตถุ4 ในการฝึกภาคปฏิบัติกรณีศึกษานักศึกษาสาขาสังคมสงเคราะห์  
ศาสตร์มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยประจำปีงบประมาณ2560 (หัวหน้านักวิจัย)

- แนวทางการพัฒนาตนเองของนักศึกษาสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ในการได้รับใบประกอบวิชาชีพสังคมสงเคราะห์ : มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ศาลายา ประจำปีงบประมาณ2561 (นักวิจัย)
- การจัดการศาสนสมบัติในประเทศไทยประจำปีงบประมาณ2563 (นักวิจัย)
- การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในช่วงสถานการณ์การระบาดเชื้อไวรัสโคโรนา covid-19 ของนักศึกษามหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยส่วนกลาง ประจำปีงบประมาณ2564(นักวิจัย)