



ใบรับรองวิทยานิพนธ์
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว)

ปริญญา

จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว

จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว

สาขา

ภาควิชา

เรื่อง ผลของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

The Effects of the Buddhist Psychoeducation Group on Developing Moral
Decision for Secondary School Students

นามผู้วิจัย นางสาวอัจฉรา อินโต

ได้พิจารณาเห็นชอบโดย

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

(รองศาสตราจารย์อาภา จันทรสกุล, Ed.D.)

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

(รองศาสตราจารย์จิตตินันท์ บุญศิริกุล, Ed.D.)

หัวหน้าภาควิชา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์วรพิมพ์ ธีระวัฒน์, ศศ.ม.)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์รับรองแล้ว

(รองศาสตราจารย์กัญญา ธีระกุล, D.Agr.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

วันที่ เดือน พ.ศ.

วิทยานิพนธ์

เรื่อง

ผลของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

The Effects of the Buddhist Psychoeducation Group on Developing Moral Decision
for Secondary School Students

โดย

นางสาวอัจฉรา อินโต

เสนอ

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
เพื่อความสมบูรณ์แห่งปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว)
พ.ศ. 2551

อัจฉรา อินโต 2551: ผลของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ปรินญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและ
การแนะแนว) สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะ
แนว อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รองศาสตราจารย์อาภา จันทรสกุล, Ed.D. 231 หน้า

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1. เพื่อศึกษาผลของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการ
ตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย 2. เพื่อเปรียบเทียบการตัดสินใจเชิงจริยธรรม
ของนักเรียนกลุ่มที่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์กับนักเรียนกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา
ตามแนวพุทธศาสตร์ 3. เพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์
เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบทดลอง กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนดอนคาวิทยา จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 28 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 14 คน และกลุ่ม
ควบคุม 14 คน กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิง
จริยธรรม จำนวน 15 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที รวมทั้งสิ้น 22 ชั่วโมง 30 นาที เครื่องมือที่ใช้การวิจัย คือ
โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม แบบวัดการตัดสินใจเชิง
จริยธรรมสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษา แบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาฯ แบบสอบถามความ
คิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาและผู้นำกลุ่ม การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติ The Wilcoxon
Matched Pairs Signed - Rank Test และ The Mann - Whitney U Test

ผลการวิจัยพบว่า 1) หลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสูงกว่า
ก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 2) นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรม
ก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 3) หลังการทดลองนักเรียนกลุ่ม
ทดลองมีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 4)
นักเรียนกลุ่มทดลองมีความเห็นว่าการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาช่วยให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการพัฒนา
ตนเองตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสนามากขึ้น อีกทั้งการเข้าร่วมกลุ่มช่วยให้พวกเขามีโอกาสได้
ฝึกพัฒนาตนเองในหลายด้าน ทั้งด้านพฤติกรรม ด้านการฝึกสติ และการฝึกด้านปัญญาโดยฝึกวิธีคิด
แบบโยนิโสมนสิการ การเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาทำให้มีประสบการณ์ได้สำรวจความรู้สึกและแลกเปลี่ยนพูดคุย
ปัญหาเกี่ยวกับจริยธรรม นอกจากนี้กลุ่มยังจัดประสบการณ์ให้ฝึกการเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆที่เกี่ยวกับ
ปัญหาทางจริยธรรม

Autchara Into 2008: The Effects of the Buddhist Psychoeducation Group on Developing Moral Decision for Secondary School Students. Master of Arts (Educational Psychology and Guidance), Major Field: Educational Psychology and Guidance, Department of Educational Psychology and Guidance. Thesis Advisor: Associate Professor Apa Chantharasakul, Ed.D. 231 pages.

The purposes of this research were: 1) to study the effects of the Buddhist psychoeducation group to increase moral decision of secondary school students 2) to compare the moral decision level of the experimental group who participated in the Buddhist Psychoeducation Group and the control group 3) to study students' opinions who participated in a Buddhist Psychoeducation Group program. This research was the experimental design. The sample were 28 Mathayomsuksa five students at Donkawittaya School in Suphanburi Province. The sample were divided into an experimental group and a control group, 14 students in each a group. The experimental group participated in the Buddhist Psychoeducation Group program for 15 sessions, one and a half hour per each session, totally 22 hours 30 minutes. The instruments used in this research were the Buddhist Psychoeducation Group program, a Student Self-Report towards the Buddhist Psychoeducation Group, the Moral Decision Test for Secondary School Students, the Questionnaire about the student's opinion towards the Buddhist Psychoeducation Group program and the Group Leader. The Wilcoxon Matched Pairs Signed - Rank Test and the Mann - Whitney U Test were used for data analysis.

The research results indicated that: 1) The posttest score on moral decision of the experimental group were higher than its pretest scores at .05 level of significance. 2) The pretest and posttest score on moral decision of the control group were not significant difference at .05 level. 3) The posttest score on of the experimental group are higher than posttest scores of the control group at .05 level of significance. 4) The experimental group reported that participating in the Buddhist Psychoeducation Group helped them to increase their understanding of moral decision according to Buddhist principles. They also had a chance to improve themselves in these aspects; behaviors, mind consciousness training and wisdom training by Yonisomanasikara thinking method. In group they had the experience of exploring their feelings and exchanging items concerning moral problems. Group also provided the experience for them to practice confronting with the different cases concerning moral problems .

Student's signature

Thesis Advisor's signature

____ / ____ / ____

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี โดยได้รับความกรุณาเป็นอย่างดีจากคณาจารย์หลายท่าน ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.อาภา จันทรสกุล อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก รองศาสตราจารย์ ดร.จิตตินันท์ บุญสิทธิกุล อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเอาใจใส่เป็นอย่างดี และขอกราบขอบพระคุณ รศ.ดร. รุ่งแสง อรุณไพโรจน์ ประธานการสอบ รศ. สิริวรรณ สารแนก ผู้ทรงคุณวุฒิภายนอกที่ได้ให้คำแนะนำเพิ่มเติม

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ผู้เชี่ยวชาญในการตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะที่มีประโยชน์ในการปรับปรุงแก้ไข โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาเพื่อนำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ และขอขอบพระคุณบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ที่ให้ทุนสนับสนุนคุณภาพงานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา ประจำปี 2550

ผู้วิจัยได้รับความอนุเคราะห์จากผู้อำนวยการโรงเรียนคอนคาวิทยา จังหวัดสุพรรณบุรี ในการเข้าไปทดลองโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา และขอขอบคุณอาจารย์ฝ่ายแนะแนว ซึ่งเป็นผู้ประสานงานที่อำนวยความสะดวกให้ผู้วิจัยอย่างยิ่ง ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในพระคุณของท่านยิ่ง ขอขอบคุณคณะครู นักเรียนกลุ่มตัวอย่างทุกคนที่ได้ให้ความช่วยเหลือและให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีจนทำให้งานวิจัยนี้สำเร็จได้

ขอขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชา รวมถึงผู้เขียนตำรา เอกสาร บทความต่าง ๆ ที่ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าและนำมาอ้างอิงในงานวิจัยครั้งนี้

สุดท้ายขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อสำรวม คุณแม่มณี อินโตและครอบครัวของผู้วิจัยที่เป็นแรงสนับสนุนที่สำคัญและเป็นกำลังใจให้ผู้วิจัยตลอดมา อีกทั้งขอขอบคุณเพื่อนๆรุ่นที่ 29 พี่ๆ และน้องๆนิสิตสาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนวทุกคนที่ได้ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัยด้วยดีเสมอมาจนทำให้วิทยานิพนธ์เรื่องนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

อัจฉรา อินโต

ตุลาคม 2551

สารบัญ

หน้า

สารบัญตาราง	(3)
สารบัญภาพ	(5)
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	6
ขอบเขตการวิจัย	7
ข้อตกลงเบื้องต้น	7
นิยามศัพท์	7
บทที่ 2 การตรวจเอกสาร	9
แนวคิดเกี่ยวกับกลุ่มจิตศึกษา	10
การปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์	31
แนวคิดเกี่ยวกับจริยธรรม	44
การตัดสินใจเชิงจริยธรรมและการพัฒนาจริยธรรม	45
ตามหลักการของพุทธศาสตร์	
ทฤษฎีพัฒนาการจริยธรรมและการให้เหตุผลเชิงจริยธรรม	51
ตามแนวคิดของโกลเบอร์ก	
ข้อสังเกตเกี่ยวกับทฤษฎีพัฒนาการจริยธรรม	54
และการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมตามแนวคิดของโกลเบอร์ก	
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	59
สมมติฐานการวิจัย	69

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 3 วิธีการวิจัย	70
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	70
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	71
การดำเนินการทดลอง	75
การวิเคราะห์ข้อมูล	77
บทที่ 4 ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์	78
ผลการวิจัย	78
ข้อวิจารณ์	107
บทที่ 5 สรุปผลและข้อเสนอแนะ	112
สรุปผลการวิจัย	112
ข้อเสนอแนะ	121
เอกสารและสิ่งอ้างอิง	123
ภาคผนวก	129
ภาคผนวก ก ตัวอย่างหนังสือที่ใช้ในการวิจัย	130
ภาคผนวก ข ข้อมูลผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือในการวิจัย	134
ภาคผนวก ค โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา	139
ประวัติการศึกษาและการทำงาน	231

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม	79
2	ข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับปัญหาที่นักเรียนกลุ่มทดลองมี หรือเคยปฏิบัติผิดกฎของโรงเรียน	80
3	ข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับปัญหาที่นักเรียนกลุ่มควบคุมมี หรือเคยปฏิบัติผิดกฎของโรงเรียน	81
4	คะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา	82
5	การทดสอบสมมติฐานทางสถิติของคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของ นักเรียนกลุ่มทดลองด้วยสถิติทดสอบนอนพารามेटริก (Nonparametric Statistics) The Wilcoxon Matched Pairs Signed - Rank Test	84
6	คะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา	86
7	การทดสอบสมมติฐานทางสถิติของคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของ นักเรียนกลุ่มควบคุม ด้วยสถิติทดสอบนอนพารามेटริก (Nonparametric Statistics) The Wilcoxon Matched Pairs Signed - Rank Test	88
8	การทดสอบสมมติฐานทางสถิติของคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของ นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองด้วยสถิติทดสอบนอน พารามेटริก (Nonparametric Statistics) The Mann - Whitney U Test	90

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
9	การทดสอบสมมติฐานทางสถิติของคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของ นักเรียนกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยสถิติทดสอบนอนพารามตริก (Nonparametric Statistics) The Mann - Whitney U Test	92
10	ค่ามัธยฐานและค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ของคะแนนความคิดเห็นของนักเรียน กลุ่มทดลองที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาและต่อผู้นำกลุ่ม	104

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 แผนภูมิแท่งเปรียบเทียบคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา	83
2 แผนภูมิแท่งเปรียบเทียบคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา	87

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญของปัญหา

ประเทศไทยมีการพัฒนาอย่างเร่งรัดโดยเน้นด้านเศรษฐกิจเป็นหลัก เห็นได้จากแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 1 ตั้งแต่ปี พ.ศ.2504-2509 จนถึง ฉบับที่ 4 (พ.ศ.2520-2524) ที่เน้นเฉพาะการพัฒนาทางด้านเศรษฐกิจ ซึ่งส่งผลให้การพัฒนาด้านนี้เจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว เกิดการขยายตัวของเขตเมือง มีโรงงานอุตสาหกรรมเกิดขึ้นมากมาย ประชาชนจากชนบทหลั่งไหลมาทำงานตามโรงงานต่างๆ ในเขตเมืองอย่างแน่นขนัด ทำให้เกิดปัญหาที่สำคัญ อันเป็นผลเนื่องมาจากการเจริญเติบโตทางด้านเศรษฐกิจและละเลยทางด้านพัฒนามนุษย์ นั่นคือ ปัญหาทางด้านจริยธรรมและสละสลวยทางด้านการพัฒนามนุษย์ ดังที่ พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต, 2535 : 11-15) ได้เคยแสดงทรรศนะไว้ สรุปได้ดังนี้

...สังคมไทยเราปัจจุบันมีปัญหามากมายเหลือเกิน เช่น ยกตัวอย่างว่ามีอาชญากรรมมาก อาชญากรรมอย่างง่ายที่สุดก็คือ ฆาตกรรมหรือการฆ่ากันตาย เมืองไทยนี้มีชื่อเสียงมากในเรื่องการฆ่ากันตาย มากขนาดเข้าสถิติโลก...อีกตัวอย่างหนึ่ง สังคมไทยปัจจุบันนี้เป็นสังคมที่มีความฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือยมาก มีลักษณะนิสัยหรือค่านิยมอย่างหนึ่งที่สำคัญมาก ซึ่งพูดกันบ่อยๆ เหมือนกันว่า ค่านิยมชอบบริโภคไม่ชอบผลิต การที่ชอบบริโภคไม่ชอบผลิตก็เป็นการไปสนับสนุนนิสัยฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือย...ปัญหาของเราอีกอย่างหนึ่งก็คือว่า คนของเราไม่ค่อยจะสนใจประโยชน์ส่วนรวม ไม่ค่อยรักประเทศชาติ ความรักประเทศชาตินั้น แสดงออกอย่างหนึ่งก็คือ การเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม แต่คนของเรายังมีความเห็นแก่ตัวมาก...ปัญหาอีกอย่างหนึ่งที่ปรากฏออกมาชัด ก็คือ เรื่องการขาดระเบียบวินัย ซึ่งก็พูดกันมาก ขาดระเบียบวินัยตั้งแต่ในท้องถนนไปเลย ชีวิตประจำวันของเราไม่ค่อยจะมีระเบียบวินัย นอกจากนั้น การรักษาความสะอาด ก็มาสัมพันธ์กับเรื่องระเบียบวินัย เพราะเมื่อไม่มีระเบียบวินัย ชอบทิ้งๆ ขว้างๆ สิ่งของ เศษขยะอะไรกันอย่างไม่เป็นที่เป็นทาง ก็ทำให้เกิดความสกปรก ลักษณะที่ขาดระเบียบวินัยก็มีอยู่แพร่หลายกว้างขวาง...ต่อไปก็คือ การขาดความรับผิดชอบ เรื่องนี้ก็เป็นเรื่องที่เราพูดกันมากเหมือนกันว่าเด็กของเราไม่ค่อยมีความรับผิดชอบในชีวิต การงาน และต่อสังคม...ต่อไปอีกก็คือปัญหาการคอร์รัปชัน

ซึ่งก็อาจไปสัมพันธ์กับเรื่องชอบบริโภคไม่ชอบผลิตด้วย เพราะว่าเมื่อชอบบริโภคมาก ฟุ่มเฟือยมาก ฟุ่มเฟือยมากก็ต้องหาทรัพย์สินเงินทองมาก เมื่อไม่ได้โดยทางที่ถูกก็ต้องก็ต้องได้มาโดยทางที่ไม่สุจริต...สุดท้ายก็คือ ประเทศไทยปัจจุบันนี้มีอบายมุขมาก อบายมุขมาก ก็ไปสัมพันธ์กับเรื่องฟุ้งเฟ้อฟุ่มเฟือย ประเทศไทยเป็นประเทศที่มีอบายมุขแพร่หลายในด้านต่าง ๆ มากเหลือเกิน การติดยาเสพติดก็ระบาดทั่วไป โดยเฉพาะการที่เด็กวัยรุ่นมีปัญหาในเรื่องเหล่านี้ จะทำให้สังคมทรุดโทรมมาก..

แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับปัจจุบัน เป็นฉบับที่ 10 (พ.ศ.2550-2554) ซึ่งหันมาให้ความสำคัญ กับการพัฒนาให้คนมีคุณธรรมนำความรู้ แต่ปัญหาทางจริยธรรมดังกล่าวไม่ได้ลดน้อยถอยลงไปเลย ยังคงทวีความรุนแรงมากยิ่งขึ้น ซึ่งเห็นได้จาก ปัญหาทางอาชญากรรมที่ถูกนำเสนอทาง สื่อสิ่งพิมพ์ โทรทัศน์ วิทยุ ให้เห็นเป็นประจำทุกวัน ปัญหาค่านิยมในกลุ่มวัยรุ่นที่ยึดติดในคุณค่าของวัตถุนิยมและมีนิสัยใช้จ่ายเงินเกินกว่าสถานภาพของตน ปัญหาอบายมุข และแหล่งท่องเที่ยวยามราตรีที่นับวันจะมีจำนวนวนมากขึ้น ซึ่งจะนำไปสู่ปัญหาการมีเพศสัมพันธ์ก่อนวันอันควรและจะมีปัญหาอื่น ๆ ตามมาอีกมากมาย ซึ่งปัญหาต่างๆเหล่านี้ เป็นผลมาจากการที่สังคมของเราไม่ได้แก้ปัญหาดังกล่าวอย่างจริงจัง มุ่งเน้นแต่การพัฒนาและเจริญเติบโตทางด้านเศรษฐกิจ ปัญหาทางด้านจริยธรรมที่สังคมของเราควรตระหนักและให้ความสำคัญมีมากมาย และทุกฝ่ายที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ควรจะเร่งหาแนวทางการแก้ไข ดังจะเห็นได้จากการที่ สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (สกศ.) กระทรวงศึกษาธิการ ร่วมกับ “สวนดุสิตโพล” มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต ได้สำรวจความคิดเห็นของนักเรียน/นักศึกษา ผู้บริหารสถานศึกษา ครู อาจารย์ และผู้ปกครองทั่วประเทศ โดยสุ่มตัวอย่างจากจังหวัดต่างๆทั่วประเทศ ที่เป็นตัวแทนของภูมิภาค จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 2,788 คน ทำการสำรวจ เรื่อง วิฤตคุณธรรมเยาวชนไทย พบว่า พฤติกรรมของเยาวชนไทยที่สังคมพึงตระหนัก 5 อันดับ ได้แก่ 1) การใช้สินค้าฟุ่มเฟือยยึดติดกับวัตถุนิยม 25.21 % 2) การแต่งตัวที่โป๊เปลือย ไม่ถูกกาลเทศะ/ ตามแฟชั่นต่างชาติ 24.83 % 3) การมั่วสุมอบายมุข เช่น สูบบุหรี่ ดื่มเหล้า ติดยา เที่ยวกลางคืน ติดเกม 20.05% 4) มีอิสระทางความคิด กล้าคิดกล้าแสดงออกมากเกินไปจนเกินงาม 15.49 % 5) ก้าวร้าว ไม่เชื่อฟังพ่อแม่ ไม่มีความกตัญญู ขาดสัมมาคารวะ 14.43% (สวนดุสิตโพล, 2550) ซึ่งจากการสำรวจดังกล่าว แสดงให้เห็นว่า เยาวชนซึ่งกำลังจะเป็นอนาคตของชาติมีความลุ่มหลงมัวเมา ในวัตถุนิยม อบายมุขต่างๆ การดำเนินชีวิต ไม่ก่อให้เกิดแง่บวกแก่การพัฒนาตนเองดังที่ พระธรรมปิฎก(ป.อ. ปยุตฺโต) (2545: 34) ได้แสดงทัศนะที่สอดคล้องกับเรื่องดังกล่าว ไว้ สรุปได้ดังนี้

...ศักยภาพของมนุษย์ ด้านที่จะไปแสวงหาความสุขจากการเสพ กำลังได้รับการกระตุ้นมาก ในสังคมปัจจุบัน ถ้าคนมุ่งไปหาความสุขจากการเสพ บริโภค มีเท่าไรก็ไม่พอ พร้อมกันนั้น ศักยภาพด้านที่จะสร้างสรรค์ก็ไม่ได้พัฒนา ศักยภาพของชีวิตต้องสูญไปเปล่า น่าเสียดาย ชีวิตคนจำนวนมากในสังคมปัจจุบัน เกิดมาแล้วไม่ได้พัฒนาศักยภาพในการสร้างสรรค์ อยู่ไปเปล่าๆได้แต่บริโภคไปจนหมดชีวิต ไม่มีการพัฒนาที่จะให้ไปเจอสิ่งที่ประเสริฐ ทางด้านจิตใจ และทางปัญญาที่สูงขึ้นไป ความสุขก็อยู่แค่การเสพรสความรู้สึทางอินทรีย์เท่านั้น เมื่อแย่งชิงกันเสพ ความสุขก็ยังเสื่อมหาย ความสุขในทางสังคมกลายเป็นความทุกข์จากการเบียดเบียนกัน ความสุขทางร่างกายกลายเป็นเสียสุขภาพ ความสุขทางจิตใจก็ไม่พัฒนา ความสุขทางปัญญาก็ไม่รู้จัก ความสุขที่จะพัฒนาไปข้างหน้ามีอีกมาก ไม่ไปเลย คนที่เกิดกันมาในสังคมแบบนี้แย เป็นสังคมบริโภคที่เกิดจากความสุขขั้นต้น จากการบริโภคอย่างเดียว ความสุขที่ควรจะพัฒนาอีกมากก็ไม่ได้เลย จึงต้องมาพัฒนาเด็กกันให้ถูก...

จากพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 มาตรา 6 (กรมสามัญศึกษา, 2542 : 7) ระบุว่า การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข แสดงให้เห็นถึงเป้าหมายของการจัดการศึกษา ที่ต้องการเน้นให้ผู้เรียนได้พัฒนาชีวิตอย่างเป็นองค์รวม ทั้ง 3 ด้าน คือ พุทธิกรรม จิตใจ และปัญญา พร้อมทั้ง มีความรู้คู่กับ คุณธรรมและจริยธรรม

การตัดสินใจเชิงจริยธรรม คือ การตัดสินใจของบุคคลที่จะเลือกทำหรือเลือกไม่ทำเมื่อเผชิญกับสถานการณ์ทางจริยธรรม โดยการตัดสินใจเลือกนั้น เป็นผลจากองค์ประกอบด้าน ความคิด(ปัญญา) อธิบายจากผลดีที่เกิดขึ้นต่อตนเอง ครอบครัวและสังคมส่วนรวมในระยะสั้นและระยะยาว องค์ประกอบด้านจิตใจ (คุณภาพจิตและสุขภาพจิต) อธิบายจากคุณธรรมที่ใช้และความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายหลังการตัดสินใจ ซึ่งองค์ประกอบต่างๆของการตัดสินใจเชิงจริยธรรมจะเกิดมีขึ้นได้ บุคคลจะต้องได้รับการพัฒนาและดำเนินชีวิตตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสตร์ ซึ่งจริยธรรมเป็นระบบของการดำเนินชีวิตที่สัมพันธ์กัน ทั้งในด้าน พุทธิกรรม จิตใจ และปัญญา มนุษย์จึงต้องพัฒนาทั้ง 3 ด้านไปพร้อมๆกันแยกจากกันไม่ได้ เนื่องจากแต่ละองค์ประกอบเป็นปัจจัยที่ส่งผล ซึ่งกันและกัน เช่น เมื่อชีวิตเข้าไปสัมพันธ์ กับสิ่งแวดล้อม ทั้งทางด้านวัตถุ หรือ กับบุคคล สภาพจิตใจของเราก็ทำงาน ก็มีความรู้สึกกับสิ่งนั้นไปด้วย และในขณะเดียวกัน ปัญญา ก็มี ความรู้ ความเข้าใจ ความนึกคิดต่อสิ่งนั้นด้วย ทุกด้าน สัมพันธ์เชื่อมโยงกัน แม้เราจะรู้ตัวหรือไม่ก็

ตาม ดังนั้น ในการพัฒนาจริยธรรมนั้นจะทำให้มนุษย์สามารถ อยู่ในสังคมโดยมีความสัมพันธ์กับสิ่งต่างๆ ที่เป็นไปอย่างเกื้อกูล ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน รู้จักเลือกเสพบริโภคใช้สอย วัตถุต่างๆ อย่างไม่ยึดติดในค่านิยม แต่เป็นไปเพื่อประโยชน์ในการดำรงชีวิต และการพัฒนาตนเอง ทำให้บุคคลมีจิตใจที่คั่งงาม มีความความสุข ความเข้มแข็งมั่นคงทางอารมณ์ ในด้านปัญญา ทำให้มนุษย์รู้จักคิดเป็นแก้ปัญหาเป็น สามารถดับทุกข์ได้ คือ การดำเนินชีวิตเป็น สามารถปฏิบัติต่อทุกสิ่งได้อย่างถูกต้อง ใช้ชีวิตเพื่อการเรียนรู้ จะทำให้พบสภาวะ ปลอดปัญหา พ้นทุกข์

เยาวชนไทย คือ บุคคลอายุเกินสิบสี่ปีบริบูรณ์ แต่ยังไม่ถึงสิบแปดปีบริบูรณ์ ซึ่งในวัยนี้อยู่ในช่วงวัยรุ่น มีความเจริญเติบโตของสมองอย่างเต็มที่ มีพัฒนาการทางเซาว์ปัญญา วัยรุ่นยังเป็นระยะที่เด็กกำลังสร้างรูปแบบของค่านิยม ศีลธรรมจรรยาเฉพาะตนและเฉพาะสังคมอีกด้วย(ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2549) การจัดการศึกษาที่เน้นประสบการณ์ให้นักเรียนได้พัฒนาจริยธรรมจึงมีความจำเป็นอย่างมากในช่วงวัยนี้ สอดคล้องกับที่ สุรางค์ โค้วตระกูล (2545: 371) ได้กล่าวไว้ว่า “พัฒนาการทางจริยธรรมจะเกิดควบคู่กับพัฒนาการทางเซาว์ปัญญา” สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย มีอายุระหว่าง 15-18 ปี จัดอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนกลาง ซึ่งการเรียนในระดับชั้นนี้ นักเรียนกำลังเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงหลายอย่าง เช่น เป็นช่วงเปลี่ยนวัยของชีวิต จากวัยรุ่นตอนต้น เข้าสู่วัยรุ่นตอนกลาง อีกทั้งนักเรียนต้องเลือกแผนการเรียน เพื่อวางแผนสำหรับการศึกษาต่อและการประกอบอาชีพในอนาคตที่มีการแข่งขันค่อนข้างสูง การปรับตัวทางสังคมกับเพื่อนเพราะนักเรียนบางคนมีการย้ายสถานศึกษา นอกจากนั้น สภาพเศรษฐกิจและสังคมในปัจจุบันที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทำให้เด็กปรับตัวตามไม่ทัน อาจทำให้เกิดปัญหาและความกดดันตามมา จากการที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ มากมาย ทั้งที่เป็นปัญหาประจำวัย เช่น การมีต้นอันสับสน การมีอารมณ์ไม่มั่นคง ประเดี๋ยวดีประเดี๋ยวร้าย เปลี่ยนใจง่าย ปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ ปัญหาการเลือกอาชีพ และปัญหาช่องว่างระหว่างวัย (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2549) และปัญหาทางสภาพสังคม อันได้แก่ การเปลี่ยนแปลงทางด้าน สังคม เศรษฐกิจ การเมืองการปกครอง นอกจากนี้ พัฒนาการของวัยรุ่นในช่วงวัยนี้กำลังมีความเหมาะสมที่จะพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมให้กับนักเรียน โดยที่นักเรียนได้พัฒนาตนเอง ทั้งในด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา เพื่อจะนำไปสู่การตัดสินใจในการเผชิญสถานการณ์ทางจริยธรรม ที่การตัดสินใจ ประกอบไปด้วย คุณลักษณะทางด้านปัญญา คำนึงถึงผลดีผลเสียทั้งต่อตนเองและสังคม มีคุณธรรมประจำใจ องค์กรประกอบทางด้านความรู้สึก ที่มีคุณสมบัติทางด้านคุณภาพจิต สมรรถภาพจิต และสุขภาพจิต

กลุ่มจิตศึกษามีความเหมาะสมกับการนำมาใช้ในการพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมเป็นอย่างยิ่ง เพราะกลุ่มจิตศึกษามีกระบวนการกลุ่มที่เน้นการพัฒนาทางด้านกระบวนการคิด การแก้ปัญหา มากกว่าการให้ความสำคัญทางด้านอารมณ์ความรู้สึกซึ่งผู้นำกลุ่มจิตศึกษาสามารถสอดแทรกกิจกรรมและสื่อต่างๆ เข้าไปในกระบวนการเรียนรู้ของกลุ่ม (Brow, 2004: 5) เพื่อปลูกฝังและพัฒนาทักษะการตัดสินใจเชิงจริยธรรม นอกจากนี้กลุ่มจิตศึกษา ยังมีความเหมาะสมกับการพัฒนานักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งอยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนกลางที่มีพัฒนาการทางด้านสังคมดีกว่าวัยที่ผ่านมา เด็กสามารถที่จะเข้าร่วมกลุ่มได้ดี เพราะกลุ่มจะสามารถตอบสนองความต้องการทางด้านสังคมของเด็กในด้านต่างๆ ได้ เช่น การได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน การสร้างสัมพันธภาพที่ดีซึ่งกันและกัน และการสำรวจและเรียนรู้ตนเองจากการเข้ากลุ่ม การใช้กลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ในการพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม จึงมีความเหมาะสม เพราะเป็นกลุ่มที่เน้นการพัฒนามนุษย์ ครอบคลุมทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา ให้นักเรียนได้สำรวจตนเอง อภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เพื่อนำไปสู่การรู้จักตนเองตามความเป็นจริง เป็นผลให้นักเรียนสามารถพัฒนาตนเองให้เต็มศักยภาพ และได้รับประโยชน์สูงสุดในชีวิต ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำการศึกษาผลของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
2. เพื่อเปรียบเทียบการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มที่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์กับนักเรียนกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์
2. เพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เพื่อเป็นแนวทางให้ครูแนะแนว นักจิตวิทยา ได้นำไปประยุกต์เป็นแนวทางในการพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายต่อไป
2. นักเรียนที่เข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม มีโอกาสได้พัฒนาตนเองทั้งในด้านพฤติกรรม จิตใจ ปัญญาอันจะนำไปสู่การตัดสินใจเชิงจริยธรรมที่ดีงาม
3. เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนางานวิจัยที่เกี่ยวกับการการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับผู้สนใจจะศึกษาต่อไป

ขอบเขตการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนคอนคาวิทยา จังหวัดสุพรรณบุรี ปีการศึกษา 2551

ตัวแปรที่ศึกษาประกอบด้วย

ตัวแปรต้น คือ โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

ตัวแปรตาม คือ คะแนนจากแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรม

ข้อตกลงเบื้องต้น

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยที่ศึกษาเฉพาะนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนคอนคาวิทยา ที่เต็มใจมาเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม

นิยามศัพท์

กลุ่มจิตศึกษา หมายถึง กระบวนการปรึกษาทางจิตวิทยาที่เน้นการพัฒนาการเรียนรู้ของบุคคลในด้านต่างๆ ซึ่งเน้นการเปลี่ยนแปลงที่กระบวนการคิดมากกว่าให้ความสำคัญที่อารมณ์ความรู้สึก เพื่อให้สมาชิกสามารถจัดการกับปัญหาและนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ เป็นกลุ่มที่มีโครงสร้างการดำเนินการ และพัฒนาทักษะเฉพาะตามวัตถุประสงค์ของกลุ่ม ซึ่งจำนวนสมาชิกที่เข้าร่วมกลุ่มและระยะเวลาในการดำเนินงานกลุ่มสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามวัตถุประสงค์ของการจัดตั้งกลุ่ม

กลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ หมายถึง กลุ่มจิตศึกษาที่นำหลักการปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ ที่ให้ความสำคัญในการพัฒนาผู้มารับคำปรึกษาทั้งในด้าน พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา มาบูรณาการร่วมกับขั้นตอน วิธีการ และทักษะของกลุ่มจิตศึกษา เพื่อให้ให้นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่เข้าร่วมโปรแกรมหัดได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ ความคิดเห็น และเรียนรู้วิธีการและแนวทางในการพัฒนาตนเองตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสตร์ เพื่อนำไปสู่การตัดสินใจเชิงจริยธรรมที่ดียิ่งต่อไป โดยขั้นตอนและวิธีการดำเนินกลุ่มจิตศึกษาจะเป็นไปตาม

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 15 ครั้ง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมให้กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

การตัดสินใจเชิงจริยธรรม หมายถึง การตัดสินใจของบุคคลที่จะเลือกทำหรือเลือกไม่ทำ เมื่อเผชิญกับสถานการณ์ทางจริยธรรม โดยการตัดสินใจเลือกนั้น เป็นผลจากองค์ประกอบด้านความคิด(ปัญญา) อธิบายจากผลดีที่เกิดขึ้นต่อตนเอง ครอบครัวและสังคมส่วนรวมในระยะสั้นและระยะยาว องค์ประกอบด้านจิตใจ (คุณภาพจิตและสุขภาพจิต) อธิบายจากคุณธรรมที่ใช้และความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายหลังการตัดสินใจ ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ การตัดสินใจเชิงจริยธรรม วัดจากคะแนนที่ได้ของแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรม

นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย หมายถึง นักเรียนโรงเรียนคอนคาวิทยาที่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 ภาคต้น ปีการศึกษา 2551

บทที่ 2

การตรวจเอกสาร

ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จำแนกประเด็นการศึกษาดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับกลุ่มจิตศึกษา
2. การปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์
3. แนวคิดเกี่ยวกับจริยธรรม
4. การตัดสินใจเชิงจริยธรรมและการพัฒนาจริยธรรมตามหลักการของพุทธศาสตร์
5. ทฤษฎีพัฒนาการจริยธรรมและการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมตามแนวคิดของโกเลเบอร์ก
6. ข้อสังเกตเกี่ยวกับทฤษฎีพัฒนาการจริยธรรมและการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมตามแนวคิดของโกเลเบอร์ก
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดเกี่ยวกับกลุ่มจิตศึกษา

ความหมายของกลุ่มจิตศึกษา

Corey (2000: 11-13) ได้ให้ความหมายของกลุ่มจิตศึกษาว่า กลุ่มจิตศึกษาเป็นกลุ่มที่มีโครงสร้าง ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ข้อมูลเฉพาะ แลกเปลี่ยนประสบการณ์พื้นฐาน สอนให้สมาชิกรู้จักจัดการกับปัญหาและสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ โดยทั่วไปกลุ่มจิตศึกษาพบกันในช่วงเวลา 2 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ และแนวโน้มการพบกันของกลุ่มจะมีระยะเวลาอันสั้น ความยาวนาน ประมาณ 4 – 5 สัปดาห์ หรือมากที่สุดประมาณ 1 ภาคการศึกษา หรือประมาณ 16 สัปดาห์

Brown (2004: 5-6) ได้ให้ความหมายของกลุ่มจิตศึกษาว่า กลุ่มจิตศึกษามีลักษณะคล้ายคลึงกับกลุ่มการให้คำปรึกษา กลุ่มจิตศึกษาเป็นกลุ่มที่มีโครงสร้างสามารถวางแผนการดำเนินงาน และเน้นการพัฒนาการเรียนรู้บุคคลในด้านต่างๆที่เน้นการเปลี่ยนแปลงที่กระบวนการคิดมากกว่าการให้ความสำคัญที่อารมณ์ความรู้สึก กลุ่มจิตศึกษามีสมาชิกได้ตั้งแต่ 5 คน ขึ้นไปถึง 50 คน หรือ 100 คน ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ของผู้ให้การปรึกษาและวัตถุประสงค์ของกลุ่ม

Gladding (2008: 28) ได้ให้ความหมายของกลุ่มจิตศึกษาว่า กลุ่มจิตศึกษาถูกจัดตั้งขึ้นเพื่อใช้ในบริบทของการศึกษา โดยเฉพาะในโรงเรียน ลักษณะของกลุ่มจิตศึกษาจะใช้ได้ในหลายวัตถุประสงค์ เช่น ในการพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตนและทัศนคติที่ดี การเห็นคุณค่าในตนเองของผู้เข้าร่วม ระยะเวลาของการเข้าร่วมกลุ่มเริ่มตั้งแต่ 4 - 20 ครั้งหรือมากกว่านั้น ครั้งละ 50 นาที ถึง 2 ชั่วโมง

จากความหมายของกลุ่มจิตศึกษาดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า กลุ่มจิตศึกษาหมายถึง กลุ่มที่มีโครงสร้างของการดำเนินการ วัตถุประสงค์ของกลุ่มเป็นไปเพื่อการพัฒนาการเรียนรู้ของบุคคลและพัฒนาทักษะเฉพาะตามวัตถุประสงค์ของกลุ่ม ซึ่งจำนวนสมาชิกที่เข้าร่วมกลุ่ม และระยะเวลาในการดำเนินงานกลุ่มสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามวัตถุประสงค์ของการจัดตั้งกลุ่ม

วัตถุประสงค์ของกลุ่มจิตศึกษา

Corey (2000: 7) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์ทั่วไปของการให้บริการแบบกลุ่ม ซึ่งกลุ่มทุกประเภทควรมี สรุปได้ดังนี้

1. เพื่อเรียนรู้การไว้วางใจต่อตนเองและผู้อื่น
2. เพื่อรู้จักตนเองและค้นหาเอกลักษณ์แห่งตน
3. เพื่อรับรู้ว่าคนอื่น ๆ ก็มีความต้องการและมีปัญหา ซึ่งบางปัญหาล้ายคลึงกับเรา
4. เพื่อเพิ่มการยอมรับตนเอง การเคารพตนเอง ความมั่นใจในตนเอง อันจะนำไปสู่การมีทักษะใหม่ต่อตนเอง
5. เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการแสวงหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาและมองเห็นวิธีการลดความขัดแย้งภายในตนเอง
6. เพื่อเพิ่มความสามารถในการนำตนเอง การพึ่งพาตนเอง ความรับผิดชอบต่อตนเอง และสังคมที่มีอยู่
7. เพื่อรับรู้การตัดสินใจในการเลือกของตนเอง และรู้จักเลือกอย่างฉลาด
8. เพื่อกำหนดแผนสำหรับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ต้องการเปลี่ยนแปลงและรับผิดชอบที่จะปฏิบัติตามแผนที่วางไว้
9. เพื่อเรียนรู้ทักษะทางสังคมอย่างมีประสิทธิภาพ
10. เพื่อเพิ่มความไวในการรับรู้ความรู้สึกและความต้องการของผู้อื่น

11. เพื่อเรียนรู้วิธีการโต้แย้งหรือเผชิญหน้ากับผู้อื่นอย่างตรงไปตรงมา ด้วยท่าทีที่เอื้ออาทร ห่วงใย และจริงใจ
12. เพื่อเรียนรู้การดำเนินชีวิตที่เป็นไปตามความมุ่งหวังของตนเอง ไม่ขึ้นอยู่กับความคาดหวังของผู้อื่น
13. เพื่อช่วยให้ค่านิยมของตนเองที่มีอยู่ ชัดเจนขึ้นและเรียนรู้ที่จะปรับพฤติกรรมของตนเองไปตามครรลองของค่านิยมนั้น

นอกจากนี้ อาภา จันทรสกุล (2546: 5) ได้กล่าวถึงวัตถุประสงค์เฉพาะของการปรึกษาแบบกลุ่มว่า การบริการปรึกษาแบบกลุ่มสามารถจัดให้มีวัตถุประสงค์เฉพาะได้ ขึ้นอยู่กับประเภทของกลุ่มและเทคนิควิธีการเฉพาะตามทฤษฎีที่ผู้ให้คำปรึกษาใช้ ลักษณะปัญหาของผู้รับการปรึกษาแบบกลุ่มรวมทั้งเป้าหมายของการพัฒนาที่ผู้ให้การปรึกษากลุ่มต้องการให้ผู้รับการปรึกษาเกิดการเรียนรู้และเปลี่ยนแปลง การปรึกษากลุ่มแต่ละครั้งผู้ให้การปรึกษากลุ่มควรวางวัตถุประสงค์เฉพาะให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ทั่วไป

กล่าวโดยสรุป วัตถุประสงค์ทั่วไปและวัตถุประสงค์เฉพาะเป็นสิ่งที่มีความสำคัญที่ผู้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มควรจะมีใจและสามารถพิจารณาเลือกใช้ให้เหมาะสม กับประเภทของกลุ่ม ชนิดของกลุ่ม ขนาดของกลุ่ม ตลอดจนเทคนิคและวิธีการเฉพาะตามทฤษฎีที่ผู้ให้คำปรึกษาใช้ เพื่อให้การดำเนินการให้การปรึกษาแบบกลุ่มมีประสิทธิภาพ และเกิดประโยชน์สูงสุดแก่ผู้รับการปรึกษา

กระบวนการจัดเตรียมกลุ่ม

กระบวนการจัดเตรียมกลุ่มเป็นขั้นตอนที่มีความสำคัญ ซึ่งประกอบไปด้วยขั้นตอนต่างๆ ดังนี้

1. การประชาสัมพันธ์ให้ผู้สนใจสมัครเข้าร่วมกลุ่ม

ในการประชาสัมพันธ์ให้ผู้สนใจสมัครเข้าร่วมกลุ่มจำเป็นต้องให้รายละเอียดเกี่ยวกับกลุ่ม ดังที่ อาภา จันทรสกุล (2546: 7) ได้สรุปไว้ ดังนี้

ชื่อและประเภทของกลุ่ม

หลักการและเหตุผล

วัตถุประสงค์ทั่วไปของกลุ่ม

ช่วงเวลาที่พบบัน จำนวนครั้งที่พบบัน และสถานที่ที่พบบัน

วิธีการเข้าเป็นสมาชิก

จำนวนสมาชิกที่รับ

ระบุว่าอะไรบ้างที่ผู้รับบริการสามารถคาดหวังได้จากผู้ให้การศึกษา

ระบุคุณสมบัติทางวิชาชีพและประสบการณ์ที่ผู้ให้การศึกษา

ให้แนวคิดว่ใครบ้างที่เหมาะสมจะเข้ากลุ่ม

ค่าใช้จ่ายที่ผู้รับการปรึกษาคงเสีย ในกรณีที่เก็บค่าใช้จ่าย

นอกจากนั้น ในขั้นตอนของการให้ข้อมูล สมาคมผู้เชี่ยวชาญงานกลุ่ม (The Association for Specialist in Group Work : ASWG) และสมาคมผู้ให้คำปรึกษาแห่งอเมริกา (American Counseling Association : ACA;1995) (อ้างใน ดวงมณี จงรักย์,2548: 9-10) ได้กำหนดแนวทางจริยธรรมสำหรับผู้ให้การศึกษากลุ่มจิตวิทยา ในขั้นตอนของการปฐมนิเทศและให้ข้อมูลว่า ผู้ให้การศึกษาควรพึงเตรียมตัวในการให้ข้อมูลกับสมาชิกกลุ่ม ในเรื่องทีกลุ่มจะจัดให้มีขึ้น ข้อมูลที่พึงให้ แก่สมาชิกมีดังนี้

1. ขั้นตอนและระยะเวลาของการเข้ากลุ่ม ความคาดหวังของกลุ่มที่มีต่อสมาชิก และขั้นตอนการยุติกลุ่ม ผู้ให้การศึกษาควรอธิบายให้สมาชิกเข้าใจ

2. บทบาท สิทธิ และความรับผิดชอบของสมาชิกและผู้ให้คำปรึกษากลุ่ม
3. เป้าหมายของกลุ่มที่ระบุอย่างชัดเจนมากที่สุด ครอบคลุมว่าเป็นเป้าหมายของใครด้วย เช่น เป้าหมายของสถาบัน เป้าหมายของผู้ปกครอง เป้าหมายของผู้ให้การศึกษา
4. ผู้ให้การศึกษากลุ่มแจ้งแก่สมาชิกถึงความเสี่ยงของการเปลี่ยนแปลงชีวิตที่เป็นผลจากประสบการณ์กลุ่ม และช่วยสมาชิกสำรวจความพร้อมที่อาจจะเผชิญกับความเสี่ยง
5. แจ้งให้สมาชิกทราบถึงกิจกรรมการทดลอง ซึ่งอาจขอให้สมาชิกร่วมกิจกรรม
6. บอกบริการที่จะสามารถให้กับสมาชิกบนพื้นฐานของความเป็นจริงและบริการอะไรที่ไม่สามารถให้ได้
7. สมาชิกกลุ่มพึงรวมกลุ่มในสภาพที่มีสมรรถนะของสภาวะจิต ดังนั้นสมาชิกควรแจ้งให้ทราบหากมีการใช้ยาหรือสารเสพติดที่อาจส่งผลต่อการร่วมกลุ่ม และสมาชิกไม่ได้รับอนุญาตให้ใช้สารเสพติดระหว่างอยู่ในกลุ่ม และไม่ควรใช้ก่อนเข้ากลุ่ม
8. สมาชิกกลุ่มที่เคยเข้ารับการให้การศึกษาหรือทำจิตบำบัด เป็นรายบุคคล พึงแจ้งกับผู้ให้การศึกษากลุ่มทราบและหากกำลังใช้บริการให้การศึกษาอยู่ พึงแจ้งให้ผู้ให้การศึกษารายบุคคลทราบถึงการเข้ากลุ่ม
9. แจ้งให้สมาชิกทราบว่าผู้ให้การศึกษากลุ่มมีความเต็มใจที่จะให้การศึกษาในช่วงหลังจากการทำกลุ่มเรียบร้อยแล้ว
10. ค่าธรรมเนียมการเข้ากลุ่มเป็นการตกลงกันระหว่างสมาชิกกับผู้ให้การศึกษากลุ่มในระยะเวลาที่กำหนด

2. การเลือกสมาชิก

การคัดเลือกสมาชิกในการเข้าร่วมกลุ่มเป็นขั้นตอนที่มีความสำคัญขั้นตอนหนึ่ง ผู้ให้การปรึกษากลุ่ม ควรเลือกสมาชิกที่มีความต้องการและเป้าหมายที่สอดคล้องกับการจัดตั้งกลุ่ม เพื่อความก้าวหน้าและประโยชน์ในการดำเนินงานรวมทั้งประโยชน์ที่สมาชิกกลุ่มเองจะได้รับ ดังเช่น อาภา จันทรสกุล (2546 : 8) ได้กล่าวถึงการคัดเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มมีความจำเป็นอย่างยิ่งเพราะผู้รับคำปรึกษาแต่ละคนก็เหมาะที่จะเข้ากลุ่มบางประเภท บางรูปแบบ ดังนั้นในการเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มนั้นต้องคำนึงถึงความสมัครใจของสมาชิกที่จะเข้าโปรแกรมการปรึกษากลุ่ม ไม่ควรมีการบังคับ ซึ่ง ดวงมณี จงรักษ์ (2548:11) ได้กล่าวว่า แบบแผนของสมาชิกกลุ่มแบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ พวกที่สมัครใจเข้าร่วมกลุ่ม พวกสมัครใจถูกบังคับ และพวกที่ถูกบังคับให้เข้าร่วมกลุ่ม ซึ่งสมาชิกที่เข้าร่วมกลุ่มด้วยความสมัครใจจะทำให้กลุ่มประสบความสำเร็จมากกว่าสมาชิกที่ถูกบังคับให้เข้าร่วมกลุ่มนอกจากนี้ Corey (1995 อ้างใน อาภา จันทรสกุล ,2546) ยังกล่าวถึงการคัดเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มว่า ผู้ให้การปรึกษาควรคัดเลือกโดยพิจารณาว่าสมาชิกเหมาะสมกับกลุ่มหรือไม่ มีบุคลิกภาพเหมาะสมที่จะรับบริการปรึกษาหรือไม่ สมาชิกที่จะเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มมีความสามารถทางสติปัญญาและวุฒิภาวะ เช่น อายุไม่แตกต่างกันมากเพราะสมาชิกจะรู้สึกสบายใจเมื่ออยู่ในกลุ่มที่มีอายุใกล้เคียงกัน ซึ่ง Brown (2004: 90) ได้กล่าวเกี่ยวกับเรื่องนี้ว่า ผู้นำกลุ่มควรที่จะรู้ช่วงอายุและระดับการศึกษาของสมาชิกกลุ่ม ซึ่งจะช่วยให้การจัดตั้งเป้าหมาย และวัตถุประสงค์รวมถึงวิธีการที่จะใช้ภายในกลุ่ม เช่น คำศัพท์ที่ใช้ในการบรรยาย การนำสื่อมาใช้และความสลับซับซ้อนของสิ่งที่จะนำเสนอ รวมถึงเวลาในการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมกับช่วงอายุและระดับการศึกษาของผู้เข้าร่วม

ซึ่ง Jacobs (1998 อ้างใน อาภา จันทรสกุล ,2546) ได้กล่าวถึงการคัดเลือกสมาชิกการให้การปรึกษากลุ่มด้วยการสัมภาษณ์ว่าเป็นวิธีที่นิยมในการคัดเลือกสมาชิกเข้ากลุ่ม เพราะเป็นวิธีที่ทำให้ผู้ให้การปรึกษามีโอกาสได้พบและทำความรู้จักกับผู้สนใจเข้าร่วมเป็นสมาชิกกลุ่มก่อนการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม และยังเป็นโอกาสที่ดีที่ทำให้ผู้ให้การปรึกษากลุ่มได้บอกรายละเอียดเกี่ยวกับกลุ่ม รวมถึงการให้สมาชิกกลุ่มซักถามข้อสงสัยต่าง ๆ เกี่ยวกับ วัตถุประสงค์ของกระบวนการกลุ่ม ขั้นตอนการดำเนินการ ข้อตกลง สถานที่ ช่วงเวลา ระยะเวลา และจำนวนครั้งที่ต้องเข้าร่วมกลุ่ม ตลอดจนประโยชน์ที่จะได้รับจากการเข้าร่วมกลุ่มกับผู้ให้การปรึกษาก่อนที่จะเข้าร่วมการปรึกษา

ตัวอย่างคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์

- คุณคาดหวังอะไรจากการเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มครั้งนี้
- คุณเคยเข้าร่วมการปรึกษากลุ่มมาก่อนหรือไม่ ถ้าเคยกลุ่มที่คุณเข้าร่วมมีลักษณะเป็นอย่างไร
- ทำไมคุณจึงสนใจเข้าร่วมการปรึกษากลุ่ม
- อะไรเป็นปัญหาที่ทำให้คุณเกิดความวิตกกังวลแล้วต้องการให้กลุ่มช่วย
- คุณมีคำถามอะไรอยากถามเกี่ยวกับกลุ่ม หรือผู้ให้การปรึกษากลุ่มหรือไม่

3. ชนิดของกลุ่ม

ชนิดของกลุ่มแบ่งออกได้เป็น 2 ชนิด ดังนี้

ได้แก่ กลุ่มแบบเปิด และกลุ่มแบบปิด

กลุ่มแต่ละชนิดจะมีข้อดีและข้อเสียที่แตกต่างกันออกไปผู้ให้การปรึกษาดึงเลือกให้เหมาะสมกับวัตถุประสงค์และวิธีการดำเนินการของกลุ่มที่ผู้ให้คำปรึกษาเลือกใช้ ซึ่งทิววรรณ กิตติพร (2537: 190) ได้เสนอว่าในกลุ่มเปิดนั้นสามารถรับสมาชิกใหม่เข้ามาแทนที่สมาชิกเดิมที่ออกไปจากกลุ่ม ซึ่งจะมีผลดีคือทำให้เกิดสิ่งเร้าใหม่ ๆ ขึ้นภายในกลุ่ม ส่วนข้อเสียคือการเปิดโอกาสให้สมาชิกใหม่มาเข้ากลุ่ม ย่อมก่อให้เกิดความยุ่งยากที่จะปรับตัวให้เข้ากับกลุ่มและเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม เนื่องจากสมาชิกใหม่ไม่ทราบเรื่องราวหรือปัญหาที่ได้อภิปรายไปก่อนสมาชิกใหม่จะมาเข้ากลุ่ม นอกจากนี้ยังมีผลต่อการสร้างสัมพันธภาพ ความไว้วางใจภายในกลุ่ม ส่วนกลุ่มปิดนั้นจะเป็นกลุ่มที่ประกอบด้วยสมาชิกกลุ่มเดียวกันตั้งแต่เริ่มเข้ากลุ่มจนกระทั่งปิดกลุ่ม โดยไม่เปิดโอกาสให้สมาชิกใหม่เข้าร่วมกลุ่ม ซึ่งมีผลดีในแง่ของความไว้วางใจ เกิดความรู้สึกผูกพันและมีสัมพันธภาพที่ดีภายในกลุ่ม ส่วนข้อเสียที่อาจเกิดในกรณีที่หากมีสมาชิกขาดหายหรือออกจากกลุ่มกลางครันเป็นจำนวนหลาย ๆ คน ส่งผลกระทบต่อกระบวนการของกลุ่มได้ ซึ่งสอดคล้องกับ

Corey (1995, อ้างใน อาภา จันทรสกุล, 2546) และ Samuel (2000, อ้างใน อาภา จันทรสกุล, 2546) ที่กล่าวถึงชนิดของกลุ่มไว้สอดคล้องกัน คือ การให้การปรึกษากลุ่มที่ต้องการให้สมาชิกกลุ่มเปิดเผยตนเองกลุ่มควรจัดเป็นกลุ่มแบบปิด เพราะการที่ไม่มีการเปิดรับสมาชิกใหม่อีกในระหว่างการดำเนินการปรึกษากลุ่ม แม้จะมีสมาชิกลาออกจากกลุ่มไปก็ตาม จะทำให้สมาชิกมีความไว้วางใจและความสนิทสนมกันของสมาชิกในกลุ่ม ส่งผลให้สมาชิกกลุ่มกล้าเปิดเผยตนเองต่อกลุ่ม

4. ระยะเวลา จำนวนครั้งและการต่อเนื่อง

Brown (2004: 10-12) ได้อธิบายรูปแบบและโครงสร้างของกลุ่มจิตศึกษาเกี่ยวกับระยะเวลา จำนวนครั้งและความต่อเนื่องของกลุ่มจิตศึกษานั้น สามารถที่จะปรับเปลี่ยนได้ จากการประชุม 1 ครั้ง มีระยะเวลา 1-2 ชั่วโมง ถึงระยะเวลายาวนาน กลุ่มที่สามารถดำเนินกิจกรรมได้อย่างยาวนาน ตัวอย่างเช่น กลุ่มช่วยเหลือตัวเองหรือกลุ่มสนับสนุน โดยทั่วไปกลุ่มจิตศึกษาจะมีการประชุมกลุ่มในระยะสั้น อย่างไรก็ตามกลุ่มจิตศึกษาสามารถที่จะปรับเปลี่ยนระยะเวลาได้ตามวัตถุประสงค์ของการจัดตั้งกลุ่ม

5. ขนาด

Brown (2004: 10-12) ได้อธิบายขนาดของกลุ่มจิตศึกษาไว้ว่า กลุ่มจิตศึกษามีขนาดตั้งแต่สมาชิกจำนวน 5 คน ถึงจำนวน 50 คน หรือจำนวน 100 คน ซึ่งในบางครั้งการประชุมหรือการสัมมนาถูกจัดให้อยู่ในประเภทของกลุ่มจิตศึกษา ซึ่งสามารถที่จะมีสมาชิกจำนวน 50 คน หรือมากกว่าในการเข้าร่วม กลุ่มซึ่งมีขนาดใหญ่เหล่านี้เพราะลักษณะของกลุ่มจิตศึกษาสามารถประยุกต์ให้เข้ากับ เป้าหมาย วัตถุประสงค์ และผลลัพธ์ที่คาดหวังในการจัดตั้งกลุ่ม กลุ่มการให้คำปรึกษาและกลุ่มจิตบำบัด มีความเหมาะสมในการจัดสมาชิก ตั้งแต่ 5-10 คนและมีผู้ช่วยผู้นำกลุ่ม ดังนั้นจำนวนของสมาชิกที่เหมาะสมผู้นำกลุ่มจึงควรกำหนดให้สอดคล้อง กับชนิดของกลุ่ม วัตถุประสงค์และเป้าหมายของการจัดตั้งกลุ่ม

ขั้นตอนและเทคนิคที่ใช้ในการดำเนินงานกลุ่มจิตศึกษา

Brown (2004: 33-37) และ Ivey(et.al 2001 อ้างใน อาภา จันทรสกุล,2550: 18-24) ได้กล่าวถึงขั้นตอนและเทคนิคของผู้นำกลุ่มที่จะใช้ในการดำเนินงานกลุ่ม สรุปได้ดังนี้

1. พฤติกรรมการใส่ใจและการสังเกต (Attending and observationSkills)

อาภา จันทรสกุล (2544 :23-25) กล่าวถึงพฤติกรรมของผู้ให้การปรึกษาที่แสดงออกด้วยภาษาพูดหรือภาษาท่าทาง ที่บอถึงความกระตือรือร้นที่จะช่วยเหลือสมาชิกกลุ่ม สรุปได้ดังนี้

1.1 การใส่ใจโดยการแสดงออกด้วยภาษาพูด ด้วยโทนน้ำเสียงที่อ่อนโยน อ่อนนุ่ม สอดคล้องกับเรื่องราวที่พูดเป็นการพูดอย่างต่อเนื่องในเรื่องเดียวกันกับที่สมาชิกกลุ่มได้พูดให้ฟัง ในขณะนั้น มีจังหวะการพูดไม่ซ้ำหรือเร็วเกินไป คำพูดชัดเจนและไม่แย้งสมาชิกกลุ่มพูด สอดคล้องกับ

1.2 การใส่ใจการแสดงออกด้วยภาษาท่าทาง เป็นการแสดงพฤติกรรมต่างๆ ที่ไม่ใช่คำพูด แต่มีความหมายซึ่งสื่อถึงความคิดและความรู้สึกบางประการของผู้นำกลุ่มที่มีต่อสมาชิกกลุ่ม ผู้นำกลุ่มแสดงพฤติกรรมโดยการแสดงออกทางสายตาที่ อ่อนนุ่มอ่อนโยน แสดงความสนใจสมาชิกกลุ่ม มีการประสานสายตาอย่างเป็นธรรมชาติ แสดงสีหน้าปกติ ไม่แสดงอาการเบื่อหน่าย มีการเคลื่อนไหวที่เป็นธรรมชาติ สอดคล้องกับเรื่องราวที่สมาชิกกลุ่มพูด โดยการโน้มตัวเข้าหาสมาชิกกลุ่มเล็กน้อยเพื่อแสดงท่าที่สนใจ

1.3 การสังเกตผู้รับคำปรึกษา (Client Observation) เป็นการที่ผู้ให้การปรึกษาสังเกตลักษณะต่างๆของสมาชิกกลุ่ม เช่น บุคลิกภาพภายนอก ได้แก่ รูปร่าง หน้าตา ลักษณะการแต่งกายของสมาชิกกลุ่ม ท่านั่ง การสบตา การแสดงออกทางแววตา การแสดงออกทางใบหน้า การเคลื่อนไหวร่างกาย น้ำเสียงของสมาชิกขณะพูด ระดับน้ำเสียง จังหวะการพูด การเลือกประเด็นในการพูด ภาษาที่ใช้ ความต่อเนื่องของเรื่องราวและการใช้เหตุผล เพื่อทำความเข้าใจถึงบุคลิกภาพ ความรู้สึกนึกคิด และพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่มโดยผ่านการสังเกตกิริยาท่าทางและความขัดแย้งระหว่างคำพูดกับพฤติกรรมที่แสดงออก การสังเกตจะทำให้ผู้ให้การปรึกษาได้ข้อมูลของสมาชิกกลุ่มมากขึ้นและสามารถเลือกใช้ทักษะในการให้คำปรึกษาได้อย่างเหมาะสม

2. การเพ่งประเด็น (Focusing)

อาภา จันทรสกุล (2550: 83) ได้สรุปถึงการวิเคราะห์และการสังเกตเกี่ยวกับการเพ่งประเด็นใน 3 มิติ ดังนี้

2.1 การเพ่งประเด็นมิติด้านเนื้อหา

2.1.1 กลุ่ม (Group)

2.1.2 กลุ่มย่อย (Subgroup)

2.1.3 สมาชิกแต่ละคน (Individual)

2.1.4 ประเด็นหลัก ปัญหา ประเด็นหรือ สิ่งที่เกี่ยวข้อง (Main Theme, Problem, Concern, or Issue)

2.1.5 ผู้นำกลุ่ม (Group Leader)

2.1.6 วัฒนธรรม/ สภาพแวดล้อม/ บริบท (ประเด็นของบริบท) :

ก.จริยธรรม/ความเชื่อ/ บริบทของศาสนา(Cultural/ Environmental/ Contextual Issuer)

ข. เศรษฐกิจ/ บริบทสังคม (Economic/Social Context)

ค. บริบทครอบครัว (Family Context)

ง. บริบทชุมชน (Community Context)

จ. บริบทวัฒนธรรมที่หลากหลาย (Multicultural Context)

ฉ. บริบทอื่นๆ (Other Context Issuer) เช่น สุขภาพ สถานที่ทำงานโอกาสของเวลาว่าง เรื่องเกี่ยวกับผู้สูงอายุและเยาวชน หรือประสบการณ์ที่รุนแรง และอื่นๆ

2.2 การเพ่งประเด็นมิติด้านเวลา

2.2.1 ที่นี่และเดี๋ยวนี้ (Here-and-Now)

2.2.2 ที่อื่นๆ และต่อไป (There-and-Then)

2.3. การเพ่งประเด็นมิติด้านการเชื่อมโยง คือ การเชื่อมโยงของมิติเวลาโดยเชื่อมโยงระหว่างที่นี้เดี๋ยวนี้กับที่อื่นๆ และต่อไป และการเชื่อมโยงมิติด้านเนื้อหาโดยเชื่อมโยงระหว่างสมาชิกแต่ละคนกับกลุ่ม เชื่อมโยงระหว่างประเด็นหลัก (Theme) กับรูปแบบ (Patterns) หรือเชื่อมโยงระหว่างการเพ่งประเด็นของมิติอื่นๆ เข้าด้วยกัน

3. ลำดับการฟังขั้นพื้นฐาน (Basic Listening Skills Sequence)

การฟังเป็นการแสดงถึงความใส่ใจที่ผู้ให้การปรึกษาต้องให้กับสมาชิกกลุ่ม โดยต้องฟังทั้งภาษาพูดและภาษาท่าทางของผู้พูด การฟังอย่างตั้งใจทำให้ผู้ให้การปรึกษาเข้าใจความรู้สึกความคิดของสมาชิกกลุ่ม แม้สมาชิกกลุ่มจะไม่พูดก็ตาม

3.1 การตั้งคำถาม (Question) เป็นทักษะสำคัญในการเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มได้บอกถึงความรู้สึก และเรื่องราวต่างๆ ที่ต้องการปรึกษา เป็นการช่วยให้ผู้นำกลุ่มเข้าใจถึงปัญหาของสมาชิกกลุ่มมากยิ่งขึ้น คำถามที่ดีจะเป็นคำถามที่ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้เข้าใจถึงปัญหารวมทั้งอารมณ์และความรู้สึกของตนเอง ลักษณะของคำถามว่ามี 2 ลักษณะ คือ

3.1.1 คำถามปลายปิด (Closed Question) เป็นการถามเพื่อทราบข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับสมาชิกกลุ่มซึ่งจะมีลักษณะคล้ายการสอบสวนและการซักถาม การถามลักษณะนี้จะได้คำตอบเพียงสั้น ๆ ไม่ค่อยเอื้อให้เกิดการเปิดเผยตนเอง คำตอบที่ได้มีเพียงใช่หรือไม่ใช่เท่านั้น ซึ่งอาจเป็นคำถามที่ตัดบทสนทนา หรือการบอกเล่าเรื่องราวรายละเอียดจากสมาชิกกลุ่ม

3.1.2 คำถามปลายเปิด (Open Question) เป็นการถามที่ไม่ได้กำหนดขอบเขตของการตอบช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้มีโอกาสพูดถึงความคิด ความรู้สึก และสิ่งที่ปัญหาตามความต้องการของตนเอง การถามลักษณะนี้ผู้ตอบจะพูดอย่างเต็มที่และสะดวกใจ ลักษณะของคำถามมักจะใช้คำว่า “อะไร” “อย่างไร” “ทำไม” หรือช่วยเล่าหรือช่วยบอกรายละเอียดของเรื่อง...

3.2 การสนับสนุน (Encouraging) เป็นการแสดงความสนใจ ความเข้าใจสิ่งที่สมาชิกกลุ่มได้พูดมาแล้วเป็นการสนับสนุนให้เขาได้พูดต่อไป สามารถแสดงออกด้วยการมีกิริยาท่าทางที่แสดงให้สมาชิกกลุ่มเห็นว่าผู้นำกลุ่มรับรู้และได้สนใจในสิ่งที่เขาพูดออกมา เช่น การพยักหน้า การแสดงออกทางสายตาโดยมองอย่างสนใจไปยังสมาชิกกลุ่มที่กำลังพูด ส่วนการแสดงออกทางวาจาถือการตอบรับ เช่น ครับ ค่ะ ในจังหวะที่เหมาะสม หรือมีการทวนซ้ำคำสำคัญหรือข้อความสำคัญซึ่งเป็นคำหรือข้อความท้ายประโยคที่สมาชิกกลุ่มได้พูดออกมา (อาภา จันทรสกุล, 2544:58)

3.3 การทวนสาระ (Paraphrasing) เป็นการพูดในสิ่งที่สมาชิกกลุ่มได้บอกเล่าอีกครั้ง โดยการใช้คำพูดใหม่ที่กระชับและกระชับ แต่ได้สาระหรือประเด็นสำคัญๆ เท่ากับคำพูดที่สมาชิกกลุ่มสื่อมาเพื่อช่วยให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจ ทำความเข้าใจกับความคิด พฤติกรรมของตนเองและสถานการณ์แวดล้อมต่างๆ ให้กระชับชัดเจนยิ่งขึ้น (อาภา จันทรสกุล, 2544: 60)

3.4 การสะท้อนความรู้สึก (Reflection of Feeling) เป็นการรับความรู้สึกและอารมณ์ต่าง ๆ ที่สมาชิกกลุ่มได้แสดงออกมาไม่ว่าจะด้วยวาจาหรือกิริยาท่าทางแล้ว ให้ข้อมูลย้อนกลับอย่างชัดเจนด้วยภาษาพูดให้สมาชิกกลุ่มรับฟัง อันจะทำให้สมาชิกกลุ่มทราบว่า ผู้นำกลุ่มรับรู้และเข้าใจความรู้สึกของสมาชิกกลุ่ม และทำให้สมาชิกกลุ่มเกิดการสำรวจและรับรู้ความรู้สึกที่ตนเองมีทำให้มีความเข้าใจในสิ่งที่ปัญหาอย่างแท้จริงของตนเอง ในการสะท้อนความรู้สึกนั้น ผู้นำกลุ่มควรหาคำศัพท์ที่เกี่ยวกับความรู้สึกของสมาชิกกลุ่มให้มากที่สุด เพื่อสามารถสื่อความรู้สึกได้อย่างชัดเจนโดยใช้ภาษาง่าย ๆ ทั้งนี้ไม่ควรใช้คำว่า “รู้สึก” บ่อยครั้ง และไม่ควรใช้คำศัพท์เกี่ยวกับความรู้สึกซ้ำๆ และสิ่งสำคัญที่สุดคือการใช้ทักษะนี้จะต้องทำทันทีที่สมาชิกกลุ่มแสดงความรู้สึกของเขาออกมา เพื่อให้เขาได้รับรู้ตนเองอย่างชัดเจนและเป็นจริง อันจะทำให้สมาชิกกลุ่มมองสภาพการณ์ต่างๆ อย่างเป็นจริงมากขึ้น กล้าเปิดเผยตนเอง สามารถรับผิดชอบตนเอง มีอิสระในการเลือกสิ่งที่พอใจได้ด้วยตนเอง (ทิพย์วรรณ กิตติพร, 2537:128)

3.5 การสรุปความ (Summarization) Jacobs (1998: 116-117) ได้กล่าวถึงการสรุปความ สรุปได้ดังนี้ การสรุปความ เป็นทักษะที่ต้องใช้สำหรับผู้นำการปรึกษากลุ่ม เพราะในกระบวนการกลุ่มสมาชิกกลุ่มมักจะฟัง หรือพูดแสดงความคิดเห็นภายในกลุ่มเป็นช่วงระยะเวลานาน ทำให้มีรายละเอียดในการพูดคุยนาน ยากแก่การทำความเข้าใจ ดังนั้นการสรุปความจึงเป็นทักษะสำคัญในการรวบรวมประเด็นสำคัญๆ จากการพูดคุยของสมาชิกกลุ่ม แล้วสื่อกลับไปให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจด้วยภาษาที่กระชับได้ใจความ การสรุปความจะช่วยจัดระบบความคิดของสมาชิกกลุ่มหากการพูดคุยภายในกลุ่มออกนอกประเด็น

4. การดำเนินงานตามขั้นตอนของกลุ่ม (Theme Center)

Ivey et.al (2001 อ้างในอาภา จันทรสกุล, 2548: 16-18) ได้กล่าวถึง กระบวนการในการปรึกษาแบบกลุ่มแบ่งเป็น 5 ขั้นตอน สามารถสรุปดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ขั้นแนะนำ ในขั้นนี้มีจุดเน้นที่การสร้างสัมพันธภาพและการอธิบายเป้าหมายวัตถุประสงค์ของการเข้ากลุ่ม โดยหลังจากคัดเลือกสมาชิกเข้ากลุ่มแล้ว ในครั้งแรกของการเข้าร่วมการปรึกษาแบบกลุ่ม ผู้ให้การปรึกษามุ่งชี้แจงให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจในข้อตกลง และวัตถุประสงค์ของกลุ่มโดยเปิดโอกาสให้สมาชิกกลุ่มซักถาม หากมีสงสัยเกี่ยวกับการเข้าร่วมการปรึกษาแบบกลุ่ม จากนั้นผู้ให้การปรึกษาให้สมาชิกกลุ่มแนะนำตนเองกับกลุ่ม รวมทั้งให้สมาชิกกลุ่มบอกถึงความคาดหวังที่เขาต้องการจากการเข้าร่วมการปรึกษาแบบกลุ่ม ขั้นนี้สมาชิกกลุ่มจะยังมีความวิตกกังวลและไม่มั่นใจเกี่ยวกับสัมพันธภาพภายในกลุ่ม ทำให้สมาชิกยังไม่กล้าเปิดเผยตนเองมากนัก โดยจะเปิดเผยเฉพาะในส่วนที่คิดว่าสังคมหรือกลุ่มจะยอมรับ ดังนั้นผู้ให้การปรึกษาแบบกลุ่มควรเปิดเผยตนเองอย่างชัดเจนเพื่อเป็นแบบอย่างแก่สมาชิกกลุ่มในขั้นแนะนำ และสร้างบรรยากาศของความไว้วางใจขึ้นในกลุ่ม และเป็นตัวแบบที่แสดงให้เห็นถึงกลุ่มรับรู้ได้ถึงความอบอุ่น การให้ความยอมรับและความนับถือต่อสมาชิกทุกคน แต่สิ่งหนึ่งที่ผู้ให้การปรึกษาจะต้องตระหนักให้มาก คือสมาชิกกลุ่มจะมีความรู้สึกพึงพาและต้องการข้อชี้แนะ จากผู้ให้การปรึกษาในขั้นแนะนำมาก โดยมักจะทิ้งความต้องการที่ตนเองมีและอยากแสดง ฉะนั้น ผู้ให้การปรึกษามุ่งระมัดระวังที่จะไม่ทำตัวมีอิทธิพลเหนือกลุ่ม ต้องช่วยให้สมาชิกทุกคนกล้าเป็นตัวของตัวเอง

ขั้นตอนที่ 2 ขั้นสำรวจ/รวบรวมข้อมูล ภายหลังจากที่สมาชิกกลุ่มได้แนะนำตนเองในระดับข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับตนเองแล้วผู้ให้การปรึกษาจะให้สมาชิกพูดเปิดเผยเรื่องราวของตนเองในระดับที่ลึกลงไป ซึ่งในขั้นนี้สมาชิกกลุ่มอาจเกิดความลังเลใจที่จะไม่เปิดเผยเรื่องราวของตนเองกับกลุ่ม ผู้ให้การปรึกษามุ่งใช้คำถามปลายเปิดเพื่อกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มเปิดเผยเรื่องราวของตนเอง ในขั้นนี้พฤติกรรมการใส่ใจ และทักษะการฟังขั้นพื้นฐาน ถือเป็นทักษะสำคัญที่จะช่วยให้สมาชิกกลุ่มเปิดเผยตนเองกับกลุ่ม ดังนั้นผู้ให้การปรึกษามุ่งช่วยให้สมาชิกเผชิญกับความรู้สึกขัดแย้งหรือความรู้สึกทางลบที่ตนเองมีอยู่อย่างตรงไปตรงมา ยอมรับความรู้สึกเหล่านั้นที่มีอยู่ในตนเอง โดยไม่เลี่ยงหนีหรือกล่าวโทษผู้อื่นและบอกความรู้สึกนั้นต่อกลุ่ม รับฟังความรู้สึกของสมาชิกอื่นในกลุ่มที่อาจเหมือนหรือแตกต่างจากตน ผู้ให้การปรึกษาช่วยให้สมาชิกกลุ่มพัฒนาจากสภาวะการทดสอบความไว้วางใจ และการยอมรับในกลุ่มไปสู่ขั้นความไว้วางใจที่เปิดเผยตนเองเพิ่มขึ้น และวางแผนปฏิบัติการเพื่อแก้ไขพฤติกรรมของตนเองในขั้นต่อไป

ขั้นตอนที่ 3 ขั้นการค้นหาประโยชน์ด้านดี ภายหลังจากที่สมาชิกกลุ่มได้พูดเปิดเผยตนเองหรือพูดคุยในประเด็นที่สมาชิกกลุ่มหยิบยกมาพูดคุยภายในกลุ่มแล้ว ผู้ให้การปรึกษาควรให้ข้อมูลย้อนกลับ รวมไปถึงการให้กำลังใจ และที่สำคัญคือการให้สมาชิกกลุ่มค้นประโยชน์ในด้านดีจาก

เรื่องราวที่พูดคุย ซึ่งในขั้นตอนนี้ผู้ให้การศึกษาสามารถประยุกต์ใช้ได้ตลอดกระบวนการของการให้การศึกษา กลุ่ม ดังจะเห็นได้จากแผนภาพแสดงกระบวนการในการศึกษาแบบกลุ่มที่เสนอในข้างต้น แสดงให้เห็นถึงกระบวนการการให้การศึกษาที่มีขั้นการค้นประโยชน์ในด้านดีเป็นแกนกลางในการให้การศึกษา

ขั้นตอนที่ 4 ขั้นปฏิบัติการ ในขั้นปฏิบัติการสมาชิกกลุ่มมีความพร้อมที่จะเปิดเผยตนเอง และต้องการสำรวจ เกี่ยวกับปัญหาที่ตนเองมี ต้องการหาแนวทางในการพัฒนาหรือเปลี่ยนแปลงตนเองเพื่อแก้ไขปัญหานั้น และมีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มในลักษณะขณะปัจจุบันมากขึ้น เรียนรู้ที่จะพูดถึงความรู้สึกหรือประสบการณ์โดยสัมพันธ์กับความเป็นปัจจุบัน สมาชิกเต็มใจที่จะมีปฏิสัมพันธ์แบบตรงไปตรงมาต่อกัน สามารถเผชิญหน้าแลกเปลี่ยนความรู้สึกและความคิดเห็นต่อกันอย่างจริงใจ ไม่เลียงหนีต่อความรู้สึกขัดแย้งอีกต่อไป และมีทำที่เอื้ออาทรต่อกัน ในขั้นปฏิบัติการนี้ผู้ให้การศึกษาควรลดบทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่มลงเพราะในขั้นนี้สมาชิกเรียนรู้วิธีการปฏิสัมพันธ์ในแนวทางที่เอื้อต่อการช่วยเหลือกันและกันแล้ว และเพื่อเปิดโอกาสให้สมาชิกพึ่งตนเองและกลุ่มให้มากขึ้น ดังนั้นในขั้นนี้ผู้ให้การศึกษาควรทำตนเองให้ผ่อนคลาย และให้อิสระแก่กลุ่มที่จะเลือกทิศทางของกลุ่มให้มากขึ้น

ขั้นตอนที่ 5 ขั้นปิดกลุ่ม ขั้นปิดกลุ่มนี้เป็นขั้นสำคัญเพราะเป็นขั้นที่ช่วยให้สมาชิกประมวลประสบการณ์ว่าเขาเรียนรู้อะไรบ้างจากกลุ่ม และเขาจะนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์ได้อย่างไรในสภาพแวดล้อมที่เป็นจริงของเขา โดยผู้ให้การศึกษาต้องช่วยให้สมาชิกกลุ่มกล้าที่จะเปิดเผยความรู้สึกของตนเองและรับรู้วิธีการที่ตนเองเลือกใช้เมื่อถึงเวลาที่ต้องจากกัน รวมไปถึงรู้จักเผชิญหน้ากับการพึ่งตนเองโดยไม่มีกลุ่มคอยช่วยให้กำลังใจและเตรียมตัวที่น่าประสบการณ์ที่เรียนรู้จากกลุ่มไปปรับใช้ในสภาพจริง

5. ทักษะที่เกี่ยวข้องและยุทธวิธี (Influencing skills and Strategies)

5.1 การเปลี่ยนกรอบความคิด อาภา จันทรสกุล (2550 :11) ได้ให้ความหมายของการเปลี่ยนกรอบความคิดว่า คือ การมองประสบการณ์ หรือเรื่องราวที่เกิดขึ้นด้วยมุมมองใหม่ โดยทั่วไปผู้นำกลุ่มหรือเพื่อนสมาชิกกลุ่มช่วยให้สมาชิกมองประสบการณ์เก่าในแง่บวกหรือด้วยความสบายใจ (positive fashion) แต่ถ้าให้ได้ผลที่เกิดการเปลี่ยนแปลงในบางกรณีควรใช้การทำทลายให้คิดอย่างลึกซึ้ง เพราะการเปลี่ยนมุมมองหรือความคิดใหม่ไม่จำเป็นต้องให้ความสำคัญที่สุดอยู่ที่

ความสบายใจ การช่วยให้สมาชิกเปลี่ยนมุมมองหรือวิธีคิดใหม่บางครั้งจำเป็นต้องผ่านความรู้สึกไม่สบายใจ เสียใจ เจ็บปวด แต่เป็นการช่วยให้เขาเรียนรู้ความจริงตามที่เป็น เพื่อนำไปสู่การพัฒนาตนเองให้มีสุขภาพจิตดี

5.2 การแปลความ (Interpretation) อาภา จันทรสกุล(2544: 10) ได้ให้ความหมายของการแปลความว่า เป็นการอธิบายถึงพฤติกรรม ความรู้สึก ความคิดที่สมาชิกกลุ่มมีต่อประสบการณ์ต่าง ๆ โดยเชื่อมโยงกับข้อมูลที่เพิ่มเติมเข้าไป โดยข้อมูลที่เพิ่มเติมเข้าป็นั้น คือหลักการตามทฤษฎีการปรึกษาที่ผู้ให้คำปรึกษาใช้ในการแปลความหมายหรือนำมาเป็นเกณฑ์ในการวิเคราะห์เพื่อช่วยให้สมาชิกกลุ่มรับรู้ต่อพฤติกรรม ความรู้สึก ความคิด และประสบการณ์ของตนเองในแง่มุมใหม่ ๆ ทำให้เข้าใจตนเองได้มากขึ้น ซึ่งพงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2544:16) ได้กล่าวถึงการแปลความ สามารถสรุปได้ดังนี้ ในระหว่างการให้คำปรึกษา สมาชิกกลุ่มอาจกล่าวถึงเรื่องราวบางสิ่งที่มีความหมายสืบเนื่องมาจากเรื่องราวที่ได้เคยกล่าวมาแล้วและในขณะนั้นผู้ให้คำปรึกษาอาจมองเห็นความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเดิม จึงใช้วิธีการแปลความเพื่อให้สมาชิกกลุ่มเห็นความเกี่ยวข้องของปัญหาและยอมรับในปัญหานั้น หรืออาจกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า การแปลความ เป็นกระบวนการที่ผู้ให้คำปรึกษาอธิบายความหมายของเหตุการณ์ให้สมาชิกกลุ่มได้เข้าใจปัญหาของตนเองในด้านอื่นที่อาจยังไม่ได้มองมาก่อน ซึ่งต่างกับการทวนสาระในแง่ที่ว่า การแปลความนั้น ผู้ให้คำปรึกษาได้เสนอกรอบแนวคิดใหม่ให้สมาชิกกลุ่มได้พิจารณาปัญหาของตนเอง การแปลความจะช่วยให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจถึงปัญหาของตนเองได้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น

5.3 การเปิดเผยตนเอง (Self-Disclosure) เป็นการที่ผู้นำกลุ่มเล่าถึงข้อมูล เกี่ยวกับตนเองให้สมาชิกกลุ่มรู้ อาจเป็นข้อมูลที่เป็นข้อสังเกต ความคิด ความรู้สึกประสบการณ์เปิดเผยตนเองอาจเป็นไปในทางลบหรือบวก ทั้งนี้จึงหวัะในการเปิดเผยตนเองควรจะสอดคล้องกับความรู้สึกที่เกิดขึ้น พูดถึงความคิดและความรู้สึกที่เกิดขึ้นในขณะนั้น และที่สำคัญควรเปิดเผยตนเองเฉพาะในกรณีที่มีความจำเป็นและเห็นว่าเป็นประโยชน์ต่อสมาชิกกลุ่ม อันจะทำให้สมาชิกกลุ่มรู้สึกอบอุ่น มีความใกล้ชิดมากขึ้น และเป็นสิ่งที่ช่วยให้สมาชิกกลุ่มแก้ไขปัญหาของตนเอง เป็นการเพิ่มประสิทธิภาพของการปรึกษาด้วย อย่างไรก็ตามถ้าผู้นำกลุ่มเปิดเผยตนเองมากเกินไป จะทำให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้สึกอึดอัดและลำบากใจ และลดความเชื่อถือในตัวผู้นำกลุ่มได้ แต่ถ้าเปิดเผยตนเองน้อยเกินไป ก็จะทำให้สัมพันธภาพของผู้นำกลุ่มกับสมาชิกห่างเหิน และเป็นผลเสียต่อบรรยากาศภายในกลุ่ม (ทิพย์วรรณ กิตติพร, 2537:130)

5.4 การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) Jacobs (1998:120) กล่าวถึงการให้ข้อมูลย้อนกลับว่า เป็นการบอกข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่มที่ผู้นำกลุ่มสังเกตเห็น โดยไม่ประเมิน ทั้งนี้เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจและรับรู้พฤติกรรมของตนเองที่แสดงออกมา ซึ่งในการให้ข้อมูลย้อนกลับนั้น ผู้ให้การปรึกษาจะต้องเตรียมรับสำหรับปฏิกิริยาตอบสนองของสมาชิกกลุ่มที่ได้รับข้อมูลย้อนกลับว่า ผู้ให้การปรึกษาไม่ควรพูดให้ข้อมูลแต่เฉพาะในด้านบวก การสรรเสริญ หรือการยกย่องจนเกินไป จะทำให้สมาชิกกลุ่มรู้สึกว่าเป็นการเสแสร้ง หรือการพูดคำหยาบจะทำให้สมาชิกกลุ่มไม่ยอมรับการให้ข้อมูลนั้น ดังนั้นการให้ข้อมูลย้อนกลับต้องกระทำในลักษณะเป็นกลาง ไม่ประเมินสมาชิกกลุ่ม การให้ข้อมูลย้อนกลับสามารถได้ระหว่างสมาชิกกลุ่ม โดยสมาชิกกลุ่มให้ข้อมูลย้อนกลับกันเอง

5.5 การระบุผลที่ตามมา (Logical Consequence) เป็นการชี้ให้เห็นสมาชิกกลุ่มได้เห็นผลที่ตามมาจากการวางแผนและการปฏิบัติของสมาชิกกลุ่มเอง ทั้งในทางบวกและทางลบ เป็นการบอกถึงความเชื่อมโยงระหว่างเหตุและผลของการกระทำ หรือความเชื่อมโยงของความคิด ความรู้สึกและการกระทำ ผู้ให้การปรึกษาใช้ทักษะการระบุผลที่ตามมาเมื่อต้องการย้ำให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจถึงหลักเหตุและผลว่าผลต่างๆ ไม่ได้เกิดขึ้นลอยๆ แต่เป็นไปตามเหตุ และเมื่อต้องการให้สมาชิกกลุ่มรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง ถ้าอยากได้ผลใหม่ก็ต้องทำเหตุให้สอดคล้องกัน (อาภา จันทรสกุล, 2544:103)

5.6 การสกัดและการสะท้อนความหมาย (Eliciting and Reflecting of Meaning) อาภา จันทรสกุล (2550 : 13) ได้ให้ความหมายของการสกัดและการสะท้อนความหมายว่า คือ การสกัดเอาข้อมูล(ที่ไม่สำคัญออก) เพื่อเข้าถึงความหมายที่ซ่อนอยู่ในความคิด ความรู้สึกที่เชื่อมโยงไปสู่การกระทำของคนนั้น การสกัดและการสะท้อนความหมาย ช่วยให้นักผู้สำรวจลงลึกเกี่ยวกับความหมายที่ซ่อนอยู่ในเรื่องราวที่สมาชิกคนนั้นๆเล่า โดยพิจารณาสำรวจในแง่ดังต่อไปนี้ เช่น อะไรเป็นเหตุผลเบื้องหลังการกระทำนั้นๆ โดยวิธีการสกัดและการสะท้อนความหมาย ต้องใช้การฟังอย่างเข้าใจเพื่อสกัดข้อมูลที่ไม่สำคัญออก จะได้ความหมายที่ซ่อนอยู่ในความคิด ความรู้สึกที่เชื่อมโยงไปสู่การกระทำของผู้รับการปรึกษา

5.7 การแนะนำ/การให้ข้อมูล/การอธิบาย (Advice/Instruction Information /Explanation) เป็นการบอกเชิงแนะนำ หรือการให้ข้อมูล หรือการอธิบายรายละเอียดต่างๆของเรื่องที่จำเป็นแก่สมาชิกกลุ่มทราบอย่างตรงไปตรงมา ซึ่งแนะแนวทางปฏิบัติอันจะเป็นประโยชน์ในการ

เข้าใจถึงปัญหาของตนเองและใช้ประกอบการตัดสินใจ ซึ่งจะทำให้สมาชิกกลุ่มมีทางเลือกในการปฏิบัติยิ่งขึ้น (อาภา จันทรสกุล, 2544)

5.8 การวนรอบ (Rounds) Jacobs *et al.* (1998 อ้างใน วันรพ กุศล, 2541: 72-73) สรุปว่า การวนรอบเป็นกิจกรรมซึ่งสมาชิกทุกคนจะถูกกระตุ้นด้วยคำถามจากผู้นำกลุ่ม เพื่อให้เกิดการตอบสนองโดยเน้นและให้ความสนใจอยู่ที่กลุ่ม กระตุ้นให้สมาชิกที่เงียบได้แสดงความคิดเห็นมากขึ้นเพื่อให้ทุกคนมีส่วนร่วม เกิดความเชื่อมโยงต่อกัน ทำให้ทุกคนทราบความคิด ความรู้สึก และประสบการณ์ของสมาชิก ข้อควรระวังของการใช้เทคนิคการวนรอบคือ อย่าใช้เพื่อฆ่าเวลาให้หมดไปโดยไม่มีจุดมุ่งหมาย เพราะจะเหมือนการโยนความรับผิดชอบไปที่สมาชิก ก่อให้เกิดความเบื่อหน่าย ทำให้กลุ่มดำเนินไปอย่างไม่มีประสิทธิภาพ

5.9 การให้กำลังใจ (Support) Posthuma (1996: 115) กล่าวถึงการให้กำลังใจสรุปได้ดังนี้ การให้กำลังใจคือ การแสดงให้สมาชิกกลุ่มทราบว่าผู้ให้การศึกษากำลังฟังในสิ่งที่สมาชิกกลุ่มพูด สิ่งที่คุณนั้นสำคัญ ผู้ให้การศึกษาเข้าใจถึงความรู้สึกของสมาชิกกลุ่ม การให้กำลังใจแสดงออกได้ทั้งเวลาที่รู้สึกดีมีความสุข หรือช่วงเวลาที่เกิดความทุกข์ก็ได้ ผู้ให้การศึกษาสามารถแสดงออกด้วยกิริยาท่าทาง เช่น การสัมผัส การโอบ หรือด้วยคำพูด เช่น ในกรณีที่มีสมาชิกร้องไห้ ผู้ให้การศึกษาอาจแสดงเป็นตัวแทนให้สมาชิกคนอื่นเห็นการให้กำลังใจก่อน จากนั้นจึงให้สมาชิกคนอื่นๆ แสดงการให้กำลังใจต่อเพื่อนสมาชิกคนนั้น เพื่อเป็นการให้การให้กำลังใจซึ่งกันและกัน สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีได้

6. การจัดการกับความขัดแย้ง : ทักษะการเผชิญหน้า (Confrontation)

ในการให้คำปรึกษา อาจมีบางครั้งที่เราพบว่าสมาชิกกลุ่มเกิดความขัดแย้ง ในพฤติกรรม ความคิด ความรู้สึก ของตนเอง ผู้ให้การศึกษาสามารถใช้ทักษะการเผชิญหน้าในการช่วยให้สมาชิกกลุ่ม ได้ตรวจสอบตนเอง ซึ่ง อาภา จันทรสกุล (2550 : 15 – 17) ได้กล่าวถึงทักษะการเผชิญหน้า สรุปได้ดังนี้ ทักษะการเผชิญหน้าไม่ใช่ทักษะที่ทำความเสียหาย ทำทลายให้ผู้รับการปรึกษาเผชิญกับสิ่งที่ไม่พึงประสงค์ แต่ผู้ให้การศึกษาควรมีทัศนคติต่อทักษะการเผชิญหน้าว่าเป็นวิธีการที่ทำให้ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาเป็นผู้ชนะ “Win – Win” กันทั้งสองฝ่าย การใช้ทักษะการเผชิญหน้าที่ถูกต้องไม่ใช่การทำทลายผู้รับการปรึกษาแต่ต้องเริ่มด้วยการฟังอย่างใส่ใจ และความต้องการที่จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษา สำรวจ ตรวจสอบ แะประเมินตนเองและสภาพแวดล้อม

ของตนเองอย่างรอบคอบ ทักษะการเผชิญหน้าไม่ใช่เป็นการต่อต้านผู้รับการปรึกษา แต่ตรงกันข้าม เป็นการร่วมมือกันระหว่างผู้ให้การศึกษาและผู้รับการปรึกษาที่จะหาหนทางทำให้การรับรู้เรื่องต่างๆของผู้รับการปรึกษาเกิดความกระจ่าง และมองเห็นแนวทางใหม่ในเรื่องที่เป็นปัญหา หรือ เรื่องที่ยุ่งยาก ผู้ให้การศึกษาต้องมีทัศนคติว่าการเผชิญหน้าเป็นการให้ความเอาใจใส่ สนับสนุน อย่างท้าทาย(supportive challenge) ให้ผู้รับการปรึกษารู้เรื่องที่ยุ่งยากในแนวทางใหม่ ซึ่งการเผชิญหน้าต้องการความมั่นคง การแสดงออกอย่างเหมาะสม (assertiveness) ของผู้ให้การศึกษา

7. การบรรยาย

เทคนิคการบรรยายที่ใช้ในการดำเนินงานกลุ่มจะต้องเป็นการนำเสนอที่รวบรวมความรู้ อย่างเป็นระบบ และสามารถทำให้สมาชิกกลุ่มเกิดความรู้ความเข้าใจในเรื่องที่กลุ่มนำเสนอได้ มากขึ้น และสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ และเกิดความเข้าใจ การบรรยายที่มี ประสิทธิภาพจะต้องสามารถทำให้ข้อมูลที่มีจำนวนมากให้สมาชิกเกิดความเข้าใจได้ในระยะเวลา สั้นๆ ถ้าผู้นำกลุ่มจิตศึกษาวางแผนที่จะใช้การบรรยายเป็นกิจกรรมส่วนหนึ่งของกลุ่มจิตศึกษา ควร ใช้การบรรยายในระยะเวลาสั้นๆ ไม่ควรเกิน 20 นาที การบรรยายที่ดีและมีประสิทธิภาพมากที่สุด ประมาณ 10-15 นาที เพราะสมาชิกส่วนใหญ่จะฟังอย่างตั้งใจในช่วงระยะเวลาหนึ่ง หากมีการใช้ การบรรยายแทรกอยู่ในหลายกิจกรรม สิ่งที่สำคัญควรทำให้ผู้ฟังเกิดการเรียนรู้และดำรงการเรียนรู้ นั้นเอาไว้ ผู้นำกลุ่มควรจำกัดจำนวนของการบรรยายไม่ควรมากเกินไป และสมาชิกควรนำไปใช้ ประโยชน์ได้

8. การอภิปราย

เทคนิคการอภิปรายสามารถใช้ในการกระตุ้นความคิดของสมาชิกกลุ่ม การอภิปรายจะช่วย ทำให้เกิดความสนใจในการประชุมกลุ่มแต่ละครั้งและทำให้เกิดการมีส่วนร่วมของสมาชิก การ อภิปรายเป็นเทคนิคที่แตกต่างจากกลุ่มการอภิปราย ซึ่งมีวัตถุประสงค์ในการเข้าร่วมกลุ่มเพื่อการ อภิปราย เทคนิคการอภิปรายนี้ไม่ใช่เป้าหมายหลักของกลุ่ม แต่เป็นรูปแบบที่สมาชิกสามารถใช้ใน การร่วมพูดคุยกับผู้นำกลุ่มและสมาชิกคนอื่นๆในกลุ่ม ผู้นำกลุ่มสามารถที่จะริเริ่มใช้เทคนิคการ อภิปรายโดยเริ่มต้นด้วยการถามคำถาม และต้องการข้อวิจารณ์ หรือคำถามอื่นๆ ที่ได้เกิดการสำรวจ ถึงสถานการณ์ปัญหาในแต่ละจุด หรือ ความคิดต่อสิ่งนั้นๆ การแลกเปลี่ยนแนวความคิด ความ

คิดเห็น และประสบการณ์แก่กลุ่ม สมาชิกจะรู้สึกได้รับคุณค่าที่พวกเขาสามารถสร้างบางสิ่งบางอย่างให้เกิดขึ้นภายในกลุ่มได้

9. การใช้เกม

การใช้เกม/การฝึกสติสมาธิ เป็นกิจกรรมที่ให้ประสบการณ์และทำให้เกิดการเรียนรู้ในรูปแบบที่แตกต่าง ซึ่งเป็นจุดเน้นที่ให้ความสำคัญกับการนำกิจกรรมมาทำให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ ซึ่งประสบการณ์การเรียนรู้เป็นจุดสำคัญของกลุ่มจิตศึกษา และมีส่วนที่คล้ายคลึงกับกลุ่มฝึกรบ เมื่อใช้เกมหรือกิจกรรมในรูปแบบอื่นๆ สมาชิกกลุ่มจะสามารถเกิดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพและเกิดกระบวนการคิด ซึ่งกิจกรรมจะช่วยให้สิ่งที่ได้เรียนรู้มีความเข้มข้นและคงทน การวางแผนต่างๆที่จะใช้กิจกรรมต่างๆในกลุ่มควรจะต้องมีความปลอดภัยในการมีส่วนร่วมในกลุ่ม และประสบการณ์การเรียนรู้ที่ได้รับสามารถความสนใจของสมาชิกกลุ่มได้ ผู้นำกลุ่มควรมีความรู้ความชำนาญที่จะช่วยสมาชิกให้สามารถจัดการกับอารมณ์เหล่านั้นได้ ซึ่งผู้นำกลุ่มสามารถที่จะวางแผนที่จัดการกับการที่สมาชิกได้รับการกระตุ้นอารมณ์ความรู้สึกได้ การใช้เกม เป็นการเรียนรู้ที่สามารถที่จะทำให้เกิดความสนุกสนาน เมื่อการเรียนรู้เป็นความสนุกสนาน ก็จะทำให้ช่วยเพิ่มแรงจูงใจ เพิ่มความเข้าใจ และเกิดการเรียนรู้เพิ่มมากขึ้น

10. การใช้สื่อประกอบกิจกรรม

เทคนิคการใช้สื่อเพื่อประกอบกิจกรรมต่างๆ เช่น ภาพยนตร์ แถบบันทึกเสียง และวีดิทัศน์ การนำเสนอด้วยคอมพิวเตอร์ และสไลด์ เป็นตัวอย่างของสื่อ สื่อต่างๆมีแนวโน้มที่จะสามารถสร้างความสนใจจากสมาชิก และสามารถเป็นอุปกรณ์ในการอธิบายและยกตัวอย่าง ทำให้เกิดกระบวนการเรียนรู้แก่สมาชิกกลุ่มได้เป็นอย่างดี แต่มีข้อจำกัด คือ การที่อุปกรณ์ต่างๆไม่สามารถมีปฏิริยาโต้ตอบกับผู้เรียนได้ อย่างไรก็ตามผู้นำกลุ่มจิตศึกษาควรเลือกใช้สื่อต่างๆอย่างสมเหตุสมผล เวลาและการวางแผนในการใช้สื่อจะทำให้เกิดประโยชน์และคุณค่า

11. การแสดงบทบาทสมมติ

การใช้เทคนิคการแสดงบทบาทสมมติเป็นความพยายามที่จะสร้างสรรค์สถานการณ์ที่มีความสลับซับซ้อนเพื่อการแนะนำในสรุปเนื้อหาที่สำคัญในกลุ่ม การแสดงบทบาทสมมติเป็นการ

รวบรวมสถานการณ์ของแต่ละบุคคลภายในกลุ่มและนำประสบการณ์เหล่านั้นมาทำให้สมาชิกได้รับความเข้าใจในพฤติกรรมต่างๆมากขึ้น รวมถึงปัจจัยอื่นๆ เช่น การฝึกทักษะใหม่ๆ การเน้นจุดที่สำคัญของความรู้สึกเกี่ยวกับสถานการณ์ที่สมาชิกเผชิญ การแสดงบทบาทสมมติสมาชิกจะต้องมีส่วนร่วมในการแสดงและสถานการณ์จะต้องได้รับการวิเคราะห์ทั้งผู้แสดงและผู้สังเกตการณ์เกี่ยวกับประสบการณ์และความรู้สึกที่ได้รับ ผู้นำกลุ่มต้องให้ความสนใจในการมีส่วนร่วมและอนุญาตให้สมาชิกได้แสดงความคิดเห็นและความรู้สึกภายหลังการแสดงสิ้นสุด การแสดงบทบาทสมมติเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพในกลุ่มจิตศึกษาแต่ผู้นำกลุ่มต้องตระหนักถึงเหมาะสมในการที่จะเพิ่มความเข้มข้นในเรื่องของประสบการณ์และความรู้สึกของสมาชิก

บทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่ม

ผู้นำกลุ่มจิตศึกษา มีหน้าที่รับผิดชอบต่อเป้าหมายของกลุ่ม การจัดตั้งกลุ่ม และเลือกกิจกรรมที่จะนำมาใช้ในกลุ่ม อีกทั้งมีหน้าที่ในการควบคุมกลุ่ม ซึ่งจากภาระหน้าที่ความรับผิดชอบที่สำคัญของผู้นำกลุ่ม Brown (2004: 10-12) จึงสรุปความสามารถของผู้นำกลุ่มจิตศึกษาไว้ สรุปได้ดังนี้

- มีความรู้เกี่ยวกับพลวัตกลุ่ม
- มีพื้นฐานของทักษะการให้คำปรึกษา และมีทักษะของผู้นำกลุ่ม
- มีความรู้เกี่ยวกับการพัฒนามนุษย์
- มีความรู้และทักษะ เฉพาะทาง ตัวอย่างเช่น ในเรื่องการระงับอารมณ์ การพัฒนาทางด้านอาชีพ พฤติกรรมที่ผิดปกติ
- ได้ผ่านการฝึกอบรมเกี่ยวกับการดำเนินงานกลุ่ม
- มีประสบการณ์ในสาขาวิชา

นอกจากนี้ Corey (1981 อ้างใน อาภา จันทรสกุล, 2548) ได้กล่าวถึงบทบาทหน้าที่ทั่วไปของผู้ให้คำปรึกษาแบบกลุ่มต้องปฏิบัติ ได้สรุปไว้ดังนี้

1. ผู้ให้การปรึกษาแบบกลุ่มมีหน้าที่พัฒนาปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่มให้เกิดขึ้นและปฏิสัมพันธ์ดังกล่าวต้องเอื้อต่อประโยชน์ของกลุ่มและเอื้อต่อบรรยากาศที่ดีในการให้คำปรึกษา

ผู้ให้การศึกษาแบบกลุ่มช่วยให้สมาชิกกลุ่มเรียนรู้วิธีการรับฟังแลกเปลี่ยนความรู้สึกนึกคิดต่อกัน รู้จักเปิดเผยความรู้สึกอย่างจริงใจและไว้วางใจต่อกัน

2. ผู้ให้การศึกษาปฐมนิเทศให้สมาชิกกลุ่มทราบว่า เขาจะปฏิบัติตนเพื่อการมีส่วนร่วม กับกลุ่มและเพื่อตัวเขาจะได้รับประโยชน์ให้มากที่สุดได้อย่างไร และสมาชิกแต่ละคนมีส่วนที่ ช่วยเหลือสมาชิกอื่นๆได้อย่างไรเพื่อกลุ่มจะดำเนินไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3. ผู้ให้การศึกษาแบบกลุ่มต้องสนใจสมาชิกในกลุ่มและต้องเอาใจใส่ต่อสิ่งที่สมาชิก สื่อสารมาโดยผู้ให้การศึกษากลุ่มฟังความสนใจหรือให้สมาชิกทั้งหมดจดจ่ออยู่ที่คำพูดและกิริยา ท่าทีที่สมาชิกแต่ละคนแสดงออกมา เพราะการสังเกตท่าที และการฟังอย่างมีประสิทธิภาพ เป็น ช่องทางให้ผู้ให้การศึกษาเข้าใจสมาชิกแต่ละคนได้อย่างลึกซึ้ง และทำให้ผู้ให้การศึกษาสามารถ ให้ข้อมูลย้อนกลับไปยังสมาชิกได้ถูกต้อง ช่วยให้สมาชิกเกิดศรัทธาในตัวผู้ให้การศึกษา

4. ผู้ให้การศึกษามีหน้าที่รับผิดชอบให้กลุ่มดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพในทุกขั้น และ มีบทบาทหน้าที่ที่จะต้องสร้าง บรรยากาศของความไว้วางใจซึ่งกันและกันระหว่างสมาชิกให้ เกิดขึ้นให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้

5. ผู้ให้การศึกษามีหน้าที่กำหนดกฎเกณฑ์ต่างๆไปบางประการที่สมาชิกกลุ่มต้องปฏิบัติ และชี้แจงให้สมาชิกทราบทั่วกัน เกี่ยวกับสิทธิที่เขามีและหน้าที่ที่เขาต้องปฏิบัติ กฎเกณฑ์บาง ประการทั่วไป เช่น การรักษาความลับของกลุ่ม การไม่นำกิจกรรมอื่นมาทำขณะเข้ากลุ่ม ฯลฯ ส่วน สิทธิที่สมาชิกทุกคนพึงมีก็คือ สิทธิในฐานะปัจเจกบุคคลทั่วไป ที่สามารถเลือกที่จะยุติกิจกรรม บางอย่างที่กลุ่มดำเนินอยู่ ซึ่งเกี่ยวข้องกับตนเองโดยกิจกรรมนั้นอาจไม่สอดคล้องกับภาวะจิตใจ ของตนเองที่จะเผชิญ โดยทั่วไปผู้ให้การศึกษาแบบกลุ่มไม่ควรกำหนดกฎเกณฑ์หรือมีข้อห้าม มากจนเกินไป เพราะไม่เหมาะสมกับลักษณะธรรมชาติการให้การศึกษาแบบกลุ่ม กฎเกณฑ์ควรมีเท่าที่ จำเป็นเพื่อความปลอดภัยทางด้านกายภาพและจิตใจของสมาชิกกลุ่ม และเพื่อเป็นพื้นฐานให้กลุ่ม สร้างสัมพันธภาพเพื่อการปรึกษาได้เท่านั้น

6. ผู้ให้การศึกษามีหน้าที่ปรับความสนใจของกลุ่มไปยังจุดหรือประเด็นที่สมาชิกจะ ได้รับประโยชน์มากที่สุด และช่วยสมาชิกวางแผนนำประสบการณ์เรียนรู้จากกลุ่มไปใช้ใน สถานการณ์ที่เป็นจริงของเขา

บทบาทหน้าที่ของสมาชิกกลุ่ม

อาภา จันทรสกุล (2548: 13) ได้กล่าวถึงบทบาทหน้าที่ของสมาชิกกลุ่ม สามารถสรุปได้ดังนี้

1. สมาชิกกลุ่มต้องรับผิดชอบต่อตนเองและต่อกลุ่มในฐานะสมาชิก โดยปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ที่กลุ่มตกลงกัน เช่น การรักษาความลับของกลุ่ม การมาตามเวลาที่นัดหมาย หรือไม่ละเมิดสิทธิของสมาชิกอื่นในกลุ่ม

2. สมาชิกกลุ่มต้องตระหนักถึงบทบาทหน้าที่ที่สมาชิกกลุ่มจะช่วยให้กลุ่มดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ ก่อให้เกิดสัมพันธภาพภายในกลุ่มที่พัฒนาขึ้น โดยความร่วมมือของสมาชิกแต่ละคน เป็นพลังที่ทำให้กลุ่มมีสภาพเป็นที่ช่วยพัฒนาภาวะจิตใจของสมาชิกแต่ละคน นั่นคือ การพูดคุยแลกเปลี่ยนความรู้สึกร่วมกันของตนเอง และมีหน้าที่รับฟังและให้ความสนใจสมาชิกอื่น โดยปราศจากการประเมินการกระทำของสมาชิกอื่นด้วยการใช้เหตุผลหรือค่านิยมของตนเอง

3. ในกรณีที่สมาชิกมีปัญหาคล้ายคลึงกัน สมาชิกแต่ละคนอาจทำหน้าที่เป็นผู้คอยให้กำลังใจและช่วยประเมินความก้าวหน้าของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของกันและกัน เรียนรู้ที่จะให้ความเกื้อกูลกันในฐานะปัจเจกบุคคลที่รู้ปัญหาและเข้าใจกัน รู้จักให้กำลังใจต่อสมาชิกอื่นอย่างจริงจัง

4. สมาชิกในกลุ่มและผู้ให้การปรึกษาจะต้องสร้างสัมพันธภาพที่ดีให้เกิดขึ้นภายในกลุ่ม โดยเรียนรู้บทบาทหน้าที่ทั้งในฐานะสมาชิกผู้รับความช่วยเหลือและผู้ให้ความช่วยเหลือแก่กลุ่ม ซึ่งสอดคล้องกับความเป็นจริงของสภาพสังคมที่ดีที่เกื้อกูลกันเพื่อให้แต่ละคนสามารถพัฒนาไปตามเป้าหมายของตนเองในขณะเดียวกันได้เกื้อกูลต่อสังคมด้วย

การปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์

การพิจารณาธรรมชาติมนุษย์

พุทธศาสตร์มองว่า มนุษย์มีความเปลี่ยนแปลงไปตามธรรมชาติ และมนุษย์สามารถพัฒนาตนเองให้เต็มตามศักยภาพได้ ดังที่อาภา จันทรสกุล (2545: 11) กล่าวถึงการพิจารณาธรรมชาติของ

มนุษย์ตามแนวพุทธศาสตร์ ซึ่งสรุปได้ดังนี้ พุทธศาสตร์มองธรรมชาติของมนุษย์ว่าเกี่ยวข้องกับธรรมชาติทั่วไปของโลกชีวิตทั้งหมด โดยพุทธศาสตร์มองเรื่องความจริงเกี่ยวกับโลกและชีวิตว่ามีความเป็นไปตามธรรมชาติของธรรมชาติ คือ มีความเป็นไปตามกระบวนการแห่งเหตุปัจจัยมีความเป็นไปอย่างมีกฎเกณฑ์ คือ

1. เป็นไปตามกฎธรรมชาติที่เรียกว่ากฎแห่งไตรลักษณ์ (The Three Characteristics of Existence)

อาภา จันทรสกุล (2545: 11) กล่าวถึงธรรมชาติของมนุษย์ซึ่งเป็นไปตามธรรมชาติ หรือกฎไตรลักษณ์ สรุปได้ว่า กฎแห่งไตรลักษณ์ ประกอบด้วย อนิจจตา คือสิ่งทั้งหลายที่เกิดจากเหตุปัจจัยไม่สามารถคงอยู่ได้ตลอดไป เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็เสื่อมสลายไป ทุกขตา คือ สิ่งทั้งหลายที่เกิดจากเหตุปัจจัย ถูกปรุงแต่งไปด้วยปัจจัยต่าง ๆ ทำให้ไม่สามารถดำรงอยู่ได้ด้วยตนเองต้องมีความสัมพันธ์กับสิ่งอื่น ไม่เป็นตัวของตัวเอง ความไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ความไม่มีตัวตนที่แท้จริง เรียกว่า อนัตตา

นอกจากกฎไตรลักษณ์แล้ว บางครั้งพระพุทธเจ้าได้ตรัสแสดงกฎธรรมชาติด้วยกฎปฏิจจสมุปบาท ซึ่งเป็นกระบวนการเกิด-ดับของทุกข์ และทุกข์ในความหมายของพุทธศาสตร์ที่ครอบคลุมความหมายทั้งหมดในไตรลักษณ์ คือ ทุกขตา 3 ดังที่พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต, 2542 : 7-13) ได้ให้รายละเอียดไว้ สรุปได้ดังนี้

- 1) ทุกขทุกขตา ทุกข์ที่เป็นความรู้สึกทุกข์ ได้แก่ ความทุกข์ทางกายและความทุกข์ทางใจ
- 2) วิปริณามทุกขตา ทุกข์เนื่องด้วยความผันแปร หรือทุกข์ที่แฝงอยู่ในความแปรปรวน
- 3) สังขารทุกขตา ทุกข์ตามสภาพสังขาร คือ สภาพะของตัวสังขารเอง หรือสิ่งทั้งหลายทั้งปวงที่เกิดจากเหตุปัจจัย ได้แก่ จันท์ 5 ทั้งหมด เมื่อสังขารเปลี่ยนแปลงไปจึงก่อให้เกิดความทุกข์

ส่วนชีวิตของมนุษย์นั้นพุทธศาสตร์มองเห็นชีวิตและสิ่งทั้งหลายในรูปของส่วนประกอบต่าง ๆ ที่มาประชุมกันเข้า ตัวตนแท้ ๆ ของสิ่งทั้งหลายไม่มี เมื่อแยกส่วนต่าง ๆ ที่มาประกอบกัน

เข้าออกไปให้หมดก็จะไม่พบตัวตนของสิ่งนั้นเหลืออยู่ ส่วนประกอบต่าง ๆ ของชีวิต พุทธศาสตร์อธิบายไว้หลายแบบ ซึ่งแบบที่นิยมแสดงกันในพระสูตรแบ่งแบบขั้น 5 (The Five Aggregates) พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) (2542 : 16) ได้อธิบายส่วนประกอบ 5 อย่างของชีวิต ซึ่งเรียกว่าเบญจขันธ์ ไว้ดังนี้

1) รูป (Corporeality) ได้แก่ ส่วนประกอบฝ่ายรูปธรรมทั้งหมด ร่างกายและพฤติกรรมทั้งหมดของร่างกาย หรือสสารและพลังงานฝ่ายวัตถุ พร้อมทั้งคุณสมบัติ และพฤติกรรมต่าง ๆ ของสสารและพลังงานเหล่านั้น

2) เวทนา (Feeling หรือ Sensation) ได้แก่ ความรู้สึกสุข ทุกข์ หรือเฉย ๆ ซึ่งเกิดจากผัสสะทางประสาททั้ง 5 และทางใจ

3) สัญญา (Perception) ได้แก่ ความกำหนดได้ หรือหมายรู้ คือ กำหนดรู้อาการเครื่องหมายลักษณะต่าง ๆ อันเป็นเหตุให้จำอารมณ์ (object) นั้น ๆ ได้

4) สังขาร (Mental Formations หรือ Volitional Activities) ได้แก่ องค์ประกอบหรือคุณสมบัติต่าง ๆ ของจิต มีเจตนาเป็นตัวนำ ซึ่งแต่งจิตให้ดีหรือชั่วหรือเป็นกลาง ๆ ประดุจแต่งนิกคิดในใจและการแสดงออกทางกายวาจาให้เป็นต่าง ๆ เป็นที่มาของกรรม เช่น ศรัทธาสติ หิริโอตตปเป เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ปัญญา โมหะ โทสะ โลภะ มานะ ทิฐิ อิสสา มัจฉริยะ เป็นต้น

5) วิญญาณ (Consciousness) ได้แก่ ความรู้แจ้งอารมณ์ทางประสาททั้ง 5 และทางใจ คือ การเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การรู้รส การรู้สัมผัสทางกาย และการรู้อารมณ์ทางใจ

มนุษย์ทุกคนจึงต้องทำความเข้าใจกับความจริงที่เป็นกฎเกณฑ์ของธรรมชาตินี้ รวมทั้งผู้ให้การศึกษาและผู้รับการศึกษาร่วมกัน เพื่อเข้าใจความเป็นจริงของชีวิต และนำมาเป็นประโยชน์ในการแก้ไขปัญหาและพัฒนาตน โดยหากต้องการสิ่งใด ก็ต้องทำเหตุให้เกิดขึ้นจึงจะส่งผลตามที่ต้องการ แต่หากต้องการสิ่งใดแต่ไม่ทำเหตุปัจจัยให้เกิดขึ้น ผลก็จะไม่เกิด และไม่สามารถแก้ปัญหาได้

2) พุทธศาสตร์เชื่อว่ามนุษย์เป็นสัตว์ที่ฝึกได้ พัฒนาได้

อาภา จันทรสกุล (2545 : 14) ได้กล่าวถึงความเชื่อของพุทธศาสตร์ว่า พุทธศาสตร์เชื่อว่ามนุษย์มีศักยภาพที่สามารถฝึกฝนพัฒนาปัญญาจนถึงขั้นเป็นผู้รู้แจ้งสมบุรณ์ มีปัญญาที่เรียกว่าโพธิญาณ ทำให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายถูกต้องตาม ความจริงแท้ แก้ปัญหาได้หมดสิ้น ปลอดภัยจากความทุกข์ได้ จุดเริ่มต้นของการฝึกฝนพัฒนาตนตามแนวทางของพุทธศาสตร์จึงให้ความสำคัญกับศรัทธาคือ ความเชื่อในปัญญาของมนุษย์ที่สามารถตรัสรู้เป็นพุทธได้ ซึ่งมีพระพุทธเจ้าเป็นแบบอย่าง หลักโพธิศรัทธานี้แสดงให้เห็นว่ามนุษย์ไม่ควรไปฝากความหวังพึ่งความเชื่อไว้กับผู้อื่นหรือสิ่งอื่น แต่ต้องมีจิตสำนึกที่จะฝึกฝนพัฒนาตนเองขึ้นไปตามลำดับจนตรัสรู้เป็นพุทธ สำหรับหลักโพธิศรัทธานี้ เชื่อว่าเราซึ่งเป็นมนุษย์มีศักยภาพที่จะพัฒนาได้ โดยจะต้องฝึกฝนตัวเองอยู่เสมอ ซึ่งการฝึกฝนตนเองจะทำให้กลายเป็นผู้อ่อนน้อมถ่อมตน เพราะฉะนั้นความเชื่อและสำนึกที่ถูกต้องนี้ต้องไม่ทำให้คนลำพองตน แต่จะทำให้คนอ่อนน้อมถ่อมตนตลอดเวลา เพราะมีความสำนึกในการที่จะฝึกฝนพัฒนาตนอยู่เรื่อยไป เมื่อพิจารณาโดยใช้หลักโพธิศรัทธา พุทธศาสตร์นั้นเริ่มต้นจากตัวมนุษย์ ถือนมนุษย์เป็นหลัก ลักษณะนี้ทำให้นักปราชญ์ทางตะวันตกมักจะจัดพุทธศาสนาว่าเป็นพวกมนุษยนิยม

การพัฒนามนุษย์ตามแนวคิดในพุทธศาสตร์

การพัฒนามนุษย์จึงต้องพัฒนาควบคู่กันไปทั้ง 3 ด้าน ดังที่พระธรรมปิฎก(ป.อ. ปยุตฺโต)(2546 : 351-352) ได้กล่าวถึง การพัฒนามนุษย์ไว้ดังนี้

การพัฒนามนุษย์ทั้ง 3 ด้าน สามารถทำได้โดยใช้หลักไตรสิกขาประกอบด้วย 3 องค์ประกอบดังนี้

1. อธิศีลสิกขา คือ การศึกษาที่ฝึกในด้านการสัมพันธติดต่อปฏิบัติจัดการกับสิ่งแวดล้อมทั้งทางวัตถุและทางสังคม ทั้งด้วยอินทรีย์ต่าง ๆ และพฤติกรรมทางกาย-วาจา พูดอีกอย่างหนึ่งว่าการมีวิถีชีวิตที่ปลอดภัย ไร้การเบียดเบียน หรือการดำเนินชีวิตที่เกื้อกูลแก่สังคม และแก่โลก

2. อธิจิตตสิกขา คือ การศึกษาที่ฝึกในด้านจิต หรือระดับจิตใจ ได้แก่ การพัฒนาคุณสมบัติของจิต ทั้งในด้านคุณธรรม เช่น เมตตา กรุณา ความสุภาพอ่อนโยน ความเคารพ

ความซื่อสัตย์ ความกตัญญู ในด้านความสามารถของจิต เช่น ความเข้มแข็ง มั่นคง ความกล้าหาญ ความขยันอดทน ความรับผิดชอบ ความมุ่งมั่นแน่วแน่ ความมีสติ สมาธิ และในด้านความสุข เช่น ความมีปีติอิ่มใจ ความมีปรีชาโมทย์ร่าเริงเบิกบานใจ ความสดชื่นผ่องใส ความรู้สึกพอใจ พุดสัน ๆ ว่าพัฒนาคุณภาพจิต สมรรถภาพจิต และสุขภาพจิต

3. อธิปัญญาศึกษา คือ การศึกษาที่ฝึกหรือพัฒนาในด้านการเรียนรู้ ความจริงเริ่มตั้งแต่ความเชื่อที่มีเหตุผล ความเห็นที่เข้าสู่แนวทางของความเป็นจริง การรู้จักหาความรู้ การรู้จักคิดพิจารณา การรู้จักวินิจนัย ไตร่ตรอง ทดลอง ตรวจสอบ ความรู้ ความเข้าใจ ความหยั่งรู้เหตุผล การเข้าถึงความจริง การนำความรู้มาใช้แก้ไขปัญญาและคิดการต่าง ๆ ในทางที่เกื้อกูลสร้างสรรค์

เฉพาะอย่างยิ่ง เน้นการรู้ตรงตามความเป็นจริง หรือรู้เห็นตามที่มันเป็น ตลอดจนรู้แจ้งความจริงที่เป็นสากลของสิ่งทั้งปวง จึงถึงขั้นรู้เท่าทันธรรมดาของโลกและชีวิตที่ทำให้มีจิตใจเป็นอิสระ ปลอดปัญหา ไร้ทุกข์เข้าถึงอิสรภาพโดยสมบูรณ์

เป้าหมายของการให้การศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์

พุทธศาสตร์ให้ความสำคัญกับการพัฒนาปัญญา เป้าหมายของการให้การศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ จึงเน้นให้ผู้รับการศึกษาค้นคว้าพัฒนาปัญญาของตนเอง อาภา จันทรสกุล (2545 :118) กล่าวถึงการศึกษาที่ผู้รับการศึกษาค้นคว้าได้ จะต้องประกอบด้วยสิ่งสำคัญ 2 ประการ สรุปได้ดังนี้

1. ผู้รับการศึกษาค้นคว้าได้สำรวจตรวจสอบตนเอง เพื่อจะได้มีความมั่นใจในศักยภาพของมนุษย์ แล้วสำรวจตรวจสอบไปถึงปัญหาและสาเหตุของปัญหาที่ทำให้ตนเองยังติดขัดไม่พัฒนา จะได้หาวิธีการแก้ไขตามแนวทางของอริยสัจ เพื่อพัฒนาตนเองให้เป็นที่พึ่งที่ดีของตนให้รู้จักคิดเป็นตามแนวปัญญาให้มีคุณลักษณะของคนดีที่เป็นคนเต็มคน

2. ผู้รับการศึกษามีแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องอิงตามแนวทางแห่งปัญญา จนถึงขั้นการมีจิตใจเป็นอิสระจากกิเลสและความทุกข์ ตามหลักการของพุทธศาสตร์ การดำเนินชีวิตที่ถือว่าถูกต้องอิงตาม ต้องดำเนินชีวิตให้บรรลุจุดหมายทั้ง 3 ระดับ และ 3 ประเภท

พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) (2543: 8-9) ได้อธิบายจุดหมาย 3 ระดับ และ 3 ประเภท ดังกล่าวไว้ สรุปได้ดังนี้

การดำเนินชีวิตให้บรรลุประโยชน์ที่เป็นจุดหมายของชีวิตมี 3 ขั้น ดังนี้

1. ประโยชน์ปัจจุบัน (ทิฏฐธัมมิกัตถะ) หรือจุดหมายชั้นตาเห็น ประกอบด้วย

- มีสุขภาพดี ร่างกายแข็งแรง ไร้โรค งามสง่า อายุยืน
- มีเงิน มีงาน มีอาชีพสุจริต พึ่งตนเองได้ทางเศรษฐกิจ
- มีสถานภาพดี เป็นที่ยอมรับนับถือในสังคม
- มีครอบครัวผาสุก ทำวงศ์ตระกูลให้เป็นที่น่าพอใจ

ทั้งหมดนี้พึงให้เกิดมีโดยธรรมและใช้หรือปฏิบัติให้เกิดประโยชน์สุขโดยชอบทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น

2. ประโยชน์เบื้องหน้า (สัมปรายิกัตถะ) หรือจุดหมายเลยตาเห็น ประกอบด้วย

- ความอบอุ่นสบายซึ่งสุขใจ ด้วยศรัทธา มีหลักใจ
- ความภูมิใจในชีวิตสะอาดที่ได้ประพฤติแต่การสุจริต
- ความภูมิใจในชีวิตมีคุณค่าที่ได้เสียสละทำประโยชน์
- ความแจ่มใสมั่นใจที่มีปัญญาแก้ปัญหา นำชีวิตได้
- ความโล่งจิตมั่นใจว่าได้ทำกรรมดี มีทุนประกันภพใหม่

3. ประโยชน์สูงสุด (ปรมาตถะ) หรือจุดหมายสูงสุด ประกอบด้วย

- ไม่หวั่นไหวไปตามความผันผวนแปรปรวนไปต่างๆ
- ไม่ผัดหวังเศร้าบีบคั้นจิต เพราะความยึดติดถือมั่น
- ปลอดโปร่ง สงบ ผ่องใส สดชื่น เบิกบานใจตลอดเวลา
- เป็นอยู่และทำการด้วยปัญญา ซึ่งมองที่เหตุปัจจัย

ถ้าบรรลุจุดหมายชีวิตถึงขั้นที่ 2 ขึ้นไป เรียกได้ว่าเป็น บัณฑิต ซึ่งจุดหมายหรือประโยชน์ 3 ขั้นนี้ แยกออกได้เป็น 3 ด้าน

ด้านที่ 1 อัตตัตถะ จุดหมายเพื่อตน หรือประโยชน์ตน คือ การพึงทำประโยชน์ 3 ขั้น ข้างต้น ให้เกิดขึ้นแก่ตนเอง หรือพัฒนาชีวิตของตนให้ลุถึง

ด้านที่ 2 ปัตตัตถะ จุดหมายเพื่อผู้อื่น หรือประโยชน์ผู้อื่น คือ การพึงช่วยเหลือผู้อื่นหรือเพื่อนมนุษย์ได้บรรลุถึงประโยชน์ 3 ขั้นต้น ด้วยการชักนำสนับสนุนให้เขาพัฒนาชีวิตของเขาเอง ขึ้นไปจนเข้าถึงตามลำดับ

ด้านที่ 3 อุภยัตถะ จุดหมายร่วมกัน หรือประโยชน์ทั้งสองฝ่าย คือ ประโยชน์สุขและความดีงามร่วมกันของชุมชนหรือสังคม รวมทั้งภาวะและปัจจัยแวดล้อมต่าง ๆ ซึ่งพึงช่วยกันสร้างสรรค์ บำรุงรักษา เพื่อเกื้อหนุนให้ทั้งตนและผู้อื่นก้าวไปสู่จุดหมาย 3 ขั้นข้างต้น

เทคนิคและวิธีการให้การปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์

เทคนิคและวิธีการปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ แบ่งออกเป็น 4 ขั้นตอน ดังที่ อาภา จันทรสกุล (2545 : 32-33) ได้อธิบายเทคนิคและวิธีการให้การปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ โดยเชื่อมโยงกับลำดับขั้นของการให้คำปรึกษาแบบอริยสัจ 4 ไว้ดังนี้

ขั้นที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพ การเป็นกัลยาณมิตรและการกำหนดรู้ปัญหา ผู้ให้การปรึกษาซึ่งมีบุคลิกลักษณะของกัลยาณมิตร และมีคุณสมบัติภายในของพรหมวิหาร แสดงความใส่ใจสนใจผู้รับการปรึกษาด้วย การเป็นผู้ฟังที่ดี รับฟังปัญหา ฟังความรู้สึก นึกคิดที่ผู้รับการปรึกษา ลือมาทั้งทางวาจาและน้ำเสียง รวมทั้งสังเกตภาษาท่าทางของผู้รับการปรึกษาด้วยความใส่ใจ มีเมตตา กรุณา เพื่อสร้างสัมพันธภาพที่ดีและก่อให้เกิดความรู้สึกอบอุ่น น่าไว้วางใจแก่ผู้รับการปรึกษา เมื่อถึงจังหวะที่ควรพูดสื่อสารให้ผู้รับการปรึกษารับรู้ว่าผู้ให้การปรึกษาเข้าใจเรื่องราวที่เขาเล่ามารวมทั้งเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของเขาก็ใช้ทักษะการทำให้กระจ่าง พูดให้ชัดเจนเข้าใจง่ายในการช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจปัญหา กำหนดรู้ปัญหา ผู้ให้การปรึกษาพิจารณาใช้เทคนิคต่าง ๆ ดังต่อไปนี้ ได้แก่ การถามด้วยคำถามปลายเปิด ปลายปิด การสนับสนุน การทวนสาระ การสรุป การสะท้อนความรู้สึก การเผชิญหน้า การสะท้อนความหมาย การนำการระบุนุผลที่ตามมา การแปลความ การเปิดเผยตนเอง การแนะนำ การให้ข้อมูล การอธิบายทั้งแบบทั่ว ๆ ไปและการอธิบายเปรียบเทียบด้วยอุปมาอุปไมย การสอนให้ข้อมูลย้อนกลับการสรุปสิ่งที่เกี่ยวข้องตามจังหวะที่เหมาะสม

ขั้นที่ 2 การสืบสาวเหตุแห่งปัญหา ผู้ให้การปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ที่กล่าวมาแล้วในขั้นที่ 1 ตามจังหวะที่เหมาะสม เช่น ใช้วิธีการถามนำในประเด็นที่ผู้ให้การปรึกษาเห็นว่ามีความสำคัญ จะช่วยให้ผู้รับการปรึกษาคิดพิจารณาถึงเหตุแห่งปัญหาที่เขาเผชิญอยู่ รวมทั้งผู้ให้การปรึกษาฟังอย่างใส่ใจ และสังเกตเพื่อการเก็บรายละเอียดของข้อมูลต่าง ๆ เพื่อช่วยพิจารณาตรวจสอบว่าผู้รับการปรึกษาขาดหรือด้อยในองค์ประกอบ 6 ประการของการพัฒนาตนในข้อใดบ้าง เขาจึงไม่สามารถแก้ปัญหาได้ รวมทั้งอะไรบ้างที่เป็นสาเหตุแห่งปัญหาของเขา และช่วยให้ผู้รับการปรึกษาพิจารณาตรวจสอบทำความเข้าใจถึงประเด็นที่เขาติดขัดด้วยตัวเองไปด้วย รวมทั้งสาเหตุที่เป็นปัญหาของเขา ซึ่งจะต้องแก้ไข กำจัดหรือทำให้หมดไป

ขั้นที่ 3 การระบุเป้าหมายให้ชัด ผู้ให้การปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ดังกล่าวมาแล้วในขั้นที่ 1 ตามจังหวะที่เหมาะสม ช่วยให้ผู้รับการปรึกษากำหนดเป้าหมายให้ชัดเจนทั้งเป้าหมายในการแก้ไข ปัญหาที่มีอยู่และเป้าหมายของการพัฒนาตนเพื่อให้ได้ประโยชน์อย่างน้อย 2 ระดับรวมทั้งการวางเป้าหมายในการปฏิบัติเพื่อพัฒนาตนยิ่ง ๆ ขึ้นไป จนได้ประโยชน์ในระดับที่ 3 คือ ประโยชน์สูงสุด

ขั้นที่ 4 การจัดวางวิธีการแก้ปัญหาและปฏิบัติเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย ผู้ให้การปรึกษาใช้เทคนิคต่างๆ ดังกล่าวมาแล้วข้างต้นในข้อ 1 ตามจังหวะที่เหมาะสม โดยเฉพาะใช้เทคนิคที่สำคัญสำหรับขั้นนี้คือ การสอน การอธิบายทั้งแบบทั่ว ๆ ไปและ การอธิบายเปรียบเทียบกับอุปมาอุปไมย การแนะนำ การให้ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการแก้ปัญหาและวิธีการพัฒนาตนเองตามแบบไตรสิกขา คือ พัฒนาตนตามแนวทางของทางสายกลางที่ประกอบด้วย ด้านพฤติกรรม (ศีล) จิต (สมาธิ) และปัญญา (โยนิโสมนสิการ) หรือวิธีการปฏิบัติพัฒนาตนตามองค์ธรรมทั้ง 8 ของมรรค

สำหรับวิธีการพัฒนาตนด้านพฤติกรรม ผู้ให้การปรึกษาช่วยให้ผู้รับการปรึกษาฝึกความประพฤติ ทางกาย วาจา และอาชีพ โดยเริ่มฝึกตนด้วยศีล 5 ก่อนเป็นอย่างน้อยแล้วฝึกตนให้ประกอบอาชีพสุจริต

วิธีการพัฒนาตนด้านจิตใจ ผู้ให้การปรึกษาช่วยให้ผู้รับการปรึกษาฝึกจิตใจให้เป็นสมาธิ โดยกำหนดจิตใจให้แน่วแน่อยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งอาภา จันทรสกุล (2545 : 37) กล่าวว่า

สมาธินั้นสามารถแบ่งออกได้เป็น 3 ระดับ คือ

1. ขณิกสมาธิ (Momentary Concentration) คือ สมาธิชั่วขณะ ซึ่งคนสามัญทั่วไปสามารถนำมาใช้ประโยชน์ในการปฏิบัติหน้าที่การงาน ในชีวิตชีวิตประจำวันให้ได้ผลดี

2. อุปจารสมาธิ (Neighbourhood Concentration) คือ สมาธิเฉียด ๆ หรือจวนจะแน่วแน่

3. อัปปนาสมาธิ (Attainment Concentration) คือสมาธิที่แน่วแน่สนิทเป็นสมาธิระดับสูงสุดภาวะนี้มีในฌานชั้นต่าง ๆ ซึ่งถือว่าเป็นผลสำเร็จที่ต้องการของการเจริญสมาธิ แต่ยังไม่ใช่เป้าหมายสูงสุดของพุทธศาสตร์

ในการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงจุดหมายของพุทธธรรมนั้น องค์ธรรมหรือตัวการสำคัญที่สุดที่เป็นตัวตัดสินในขั้นสุดท้ายจะต้องเป็นปัญญา และปัญญาที่ใช้ปฏิบัติการในขั้นนี้ เรียกชื่อเฉพาะได้ว่า วิปัสสนา ดังนั้นการปฏิบัติจึงต้องก้าวไปสู่ขั้นวิปัสสนาด้วยเสมอ ส่วนสมาธินั้นแม้จะจำเป็นแต่อาจยืดหยุ่นเลือกใช้ชั้นใดชั้นหนึ่งก็ได้ เริ่มแต่ขั้นต้น ๆ ที่เรียกว่าวิปัสสนาสมาธิ ซึ่งอยู่ในระดับเดียวกับขณิกสมาธิและอุปจารสมาธิ เป็นต้นไป วิธีแห่งการเข้าถึงจุดหมายแห่งปัญญานั้นเป็น วิธีปฏิบัติที่สติมีบทบาทสำคัญ คือ ใช้สมาธิแต่เพียงขั้นต้น ๆ เท่าที่จำเป็นสำหรับการปฏิบัติหรือใช้สมาธิเป็นเพียงตัวช่วย แต่ใช้สติเป็นหลักสำคัญสำหรับยึดจับหรือมัดสิ่งที่ต้องการกำหนดไว้ให้ ปัญญาพิจารณาตรวจสอบนี้ คือวิธีปฏิบัติที่เรียกว่า วิปัสสนา

วิธีการพัฒนาตนเองด้านปัญญาซึ่งเป็นจุดหมายสำคัญที่สุดของพุทธศาสตร์ ปัญญาเป็นเรื่องของการคิด การคิดที่ถูกวิธีเพื่อการพัฒนาปัญญา เรียกว่า โยนิโสมนสิการ

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต)(2543: 21) ได้อธิบายว่า โยนิโสมนสิการ แบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. โยนิโสมนสิการประเภทพัฒนาปัญญาโดยตรง มุ่งให้เกิดความรู้ความเข้าใจตามเป็นจริงตามสภาวะแท้ๆ เรียกว่า โยนิโสมนสิการระดับสังขธรรม

2. โยนิโสมนสิการประเภทสร้างเสริมคุณภาพจิต มุ่งปลูกเร้าให้เกิดคุณธรรม หรือกุศลธรรมต่างๆ เน้นที่การสกัด ข่มปัญหา เรียกว่า โยนิโสมนสิการระดับจริยธรรม

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต)(2543: 20-51) อธิบายถึงวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการสรุปได้ดังนี้

1. วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย คือ การคิดพิจารณาปรากฏการณ์ต่างๆตามสถานะที่เป็นจริง เป็นการคิดโดยสืบสาวหาสาเหตุและปัจจัยต่างๆที่สัมพันธ์ส่งผลสืบทอดต่อกันมา ในทางปฏิบัติสามารถแยกวิธีคิดแบบสืบสาวหาสาเหตุได้ 2 อย่าง คือ

1.1 คิดแบบปัจจัยสัมพันธ์ คือ การคิดพิจารณาโดยการมองย้อนและสืบสาว ชักโยงปัจจัยต่างๆ ที่ก่อให้เกิดผลหรือปรากฏการณ์นั้น

1.2 คิดแบบสอบสวน หรือตั้งคำถาม คือ การคิดพิจารณาด้วยการตั้งคำถามแก่ตนเอง ว่า ทำไม เพราะอะไร เมื่อพบเห็นเหตุการณ์ หรือปัญหา

2. วิธีคิดแบบแยกแยะองค์ประกอบ หรือการคิดแบบกระจายเนื้อหา เป็นการคิดที่มุ่งจะเข้าใจสิ่งต่างๆตามสถานะที่แท้จริงของมัน โดยการคิดพิจารณาว่า สิ่งทั้งหลายเกิดจากองค์ประกอบย่อยๆมารวมกัน ไม่มีตัวตนที่แท้จริง เพื่อให้มองหรือจับจุดที่เป็นปัญหาได้ ทำให้สามารถแก้ไขปัญหานั้นได้สำเร็จ

3. วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา คือ การคิดเข้าใจเกี่ยวกับความเป็นไปดีมีกฎธรรมชาติ สิ่งต่างๆเป็นไปตามกฎไตรลักษณ์ มีเกิดขึ้น มีดับไป ไม่เที่ยง ไม่คงที่ ไม่คงอยู่ ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไปตามเหตุปัจจัย วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา มีการดำเนินการ 2 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นที่ 1 รู้เท่า คือ รู้เท่าทันต่อสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ตามแนวทางปัญญา

ขั้นที่ 2 เร่งทำ คือ การแก้ไข หรือการปฏิบัติสิ่งทั้งหลายตามเหตุปัจจัยเป็นการปฏิบัติด้วยปัญญา คือ รู้ว่าสิ่งทั้งหลายย่อมเป็นไปตามเหตุปัจจัย เมื่อเราต้องการให้เป็นอย่างไร ก็ต้องทำให้เหตุปัจจัยให้เป็นเช่นนั้น ถ้าสามารถปฏิบัติได้ บุคคลจะอยู่อย่าง เป็นอิสระไม่มีทุกข์

เมื่อสิ่งทั้งหลายไม่เที่ยงแท้แน่นอน เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา บุคคลจึงต้องมีความรู้เท่าทันสิ่งทั้งหลายด้วยความไม่ประมาท เป็นการป้องกันและแก้ไขเหตุปัจจัยแห่งความเสื่อม

4. วิธีคิดแบบแก้ปัญห หรือวิธีคิดแบบอริยสัจ คือ การคิดแก้ปัญห โดยการเริ่มต้นจากการทำความเข้าใจปัญหา แล้วทำการสืบค้นหาสาเหตุเพื่อเตรียมแก้ไขพร้อมกำหนดเป้าหมายให้แน่ชัดและคิดวิธีกำจัดสาเหตุของปัญหา ให้สอดคล้องกับเป้าหมายที่วางไว้

5. วิธีคิดแบบบรรทัดธรรมสัมพันธ์ หรือคิดตามหลักการและความมุ่งหมาย คือ วิธีคิดในระดับปฏิบัติการ หรือลงมือทำ เป็นการคิดทำความเข้าใจถึงความสัมพันธ์ระหว่างหลักการกับจุดมุ่งหมายว่า หลักการนั้นๆจะดำเนินไปเพื่อจุดหมายอะไร เพื่อให้การปฏิบัติ หรือลงมือทำได้ผลตรงตามความมุ่งหมายนั้น ไม่เป็นการปฏิบัติที่คลาดเคลื่อนเลื่อนลอย

6. วิธีคิดแบบคุณโทษและทางออก คือ การคิดพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามความเห็นจริงด้วยการมองให้ครบทุกแง่ทุกด้าน ทั้งข้อดี-ข้อเสีย จุดอ่อน-จุดแข็ง ส่วนบริบูรณ์ ส่วนบกพร่อง พร้อมหาทางแก้ไขด้วยการใช้สติระหนักและยอมรับ ถึงสิ่งเหล่านั้นเพื่อหาทางป้องกันหรือทดแทนเพื่อประโยชน์ที่สมบูรณ์ต่อไป

7. วิธีคิดแบบรู้คุณค่าแท้-คุณค่าเทียม คือ การพิจารณาเพื่อสกัดหรือบรรเทาค้นหาด้วยวิธีของปัญญา สามารถจำแนกได้ 2 ประเภท ดังนี้

7.1 คุณค่าแท้ หมายถึง คุณค่าหรือประโยชน์ของสิ่งทั้งหลายที่สนองความต้องการของชีวิตอย่างแท้จริง เป็นคุณค่าที่สนองปัญญา

7.2 คุณค่าเทียม หมายถึง คุณค่าหรือประโยชน์ของสิ่งทั้งหลายที่มนุษย์พอก เสริมปรนเปรอตนเอง เป็นคุณค่าที่สนองคณา

8. วิธีคิดแบบปลูกเร้าคุณธรรม คือ การคิดพิจารณาสิ่งทั้งหลายไปในทางที่ดีงาม เป็นกุศลและสอดคล้องตามความเป็นจริง เป็นไปตามเหตุปัจจัย สามารถมองหาส่วนดีในสถานการณ์ต่างๆแม้ในสถานการณ์ที่เลวร้ายหรือไม่พึงพอใจ มาใช้ให้เป็นประโยชน์ได้เพื่อส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาตนและก่อประโยชน์ต่อส่วนรวมได้

9. วิธีคิดแบบเป็นอยู่ในขณะปัจจุบัน คือ การคิดที่มีสติระลึกกำหนดอยู่ในปัจจุบัน โดยไม่เพื่อฝัน เลื่อนลอยไปกับอดีตหรืออนาคต พิจารณาวางแผนและดำเนินการเพื่อให้บรรลุเป้าหมายเพื่อส่งผลให้เกิดประโยชน์ต่อการปฏิบัติในปัจจุบัน

10. วิธีคิดแบบวิภาษวาท หรือ การคิดแบบแจกแจงหลายแง่มุม เป็นการคิดพิจารณาความจริงโดยแยกแยะให้เห็นครบถ้วนในทุกแง่และทุกด้านอย่างตรงไปตรงมาตามความเป็นจริงสามารถจำแนกออกเป็นหลายลักษณะ ดังนี้

10.1 จำแนกโดยแง่ด้านของความจริง แบ่งได้ 2 ประเภท คือ

10.1.1 จำแนกตามแง่ด้านต่างๆตามที่เป็นอยู่จริงที่ละแง่ ทีละประเด็น

10.1.2 จำแนกโดยมองหรือแสดงความจริงของสิ่งนั้นให้ครบทุกแง่ทุกด้านครบประเด็น

10.2 จำแนกโดยส่วนประกอบ คือ การคิดวิเคราะห์โดยให้รู้เท่าทันสภาวะนั้นๆว่าเกิดจากองค์ประกอบย่อยๆที่มาประชุมกันเข้า ไม่ยึดติดกับภาพรวมของสิ่งนั้นๆ เป็นการมองอย่างรู้เท่าทันความเป็นจริงของสภาวะทั้งหลาย

10.3 จำแนกโดยลำดับขณะ คือ การคิดวิเคราะห์แยกแยะปรากฏการณ์ตามลำดับสืบทอดแห่งเหตุปัจจัย โดยการมองให้เห็นตัวเหตุปัจจัยที่แท้จริง

10.4 จำแนกโดยความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย คือ การคิดพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง เป็นไปตามเหตุปัจจัยต่างๆที่สัมพันธ์สืบทอดกันมา สิ่งทั้งหลายเกิดขึ้นด้วยการอาศัยเหตุปัจจัย และสามารถดับได้ด้วยการดับที่เหตุปัจจัยนั้นๆ

10.5 จำแนกโดยเงื่อนไข คือ การมองหรือแสดงความจริงโดยการพิจารณาเงื่อนไขต่างๆ

10.6 จำแนกโดยทางเลือกหรือความเป็นไปได้อย่างอื่น ในการปฏิบัติเพื่อบรรลุผลสำเร็จอาจพิจารณาโดยตระหนักว่า

10.6.1 หนทาง วิธีการ หรือความเป็นไปได้อาจมีได้หลายอย่าง

10.6.2 ในบรรดาหนทาง วิธีการ หรือความเป็นไปได้หลายอย่างนั้น บางอย่างอาจดีกว่าได้ผลกว่า หรือตรงแท้มากกว่า

10.6.3 ในบรรดาทางเลือกหลายอย่างนั้น บางอย่างอาจเหมาะสมหรือได้ผลดีสำหรับตน หรือสำหรับกรณีอื่นๆ

10.6.4 ทางเลือกหรือความเป็นไปได้ อาจมีเพียงอย่างเดียวหรือหลายอย่าง แต่อาจไม่ใช่สิ่งที่กำลังปฏิบัติหรือกำลังเข้าใจอยู่ในขณะนั้น

การตระหนักเช่นนี้ช่วยให้ไม่ยึดติดกับวิธีปฏิบัติ หรือความคิดที่ไม่สำเร็จผล ไม่ถูกต้อง ทำให้มีกำลังใจและเพียรพยายามในการคิดหาวิธีการหรือความเป็นไปได้ที่ถูกต้อง เหมาะสมตรงกับความจริง และได้ผลดีที่สุด

10.7 วิชาชาวทในฐานะวิธีการตอบปัญหาอย่างหนึ่ง คือ รูปแบบของการตอบปัญหา โดยใช้หลักวิชาท มี 4 รูปแบบ คือ

10.7.1 เอ็กซัสพยากรณ์ คือ การตอบแง่เดียว อย่างเดียว อย่างเด็ดขาด

10.7.2 วิภาษพยากรณ์ คือ การแยกแยะตอบ

10.7.3 ปฏิปจฉาพยากรณ์ คือ การตอบโดยย้อนถาม

10.7.4 ฐปนะ คือ การหยุดยั้ง การไม่ตอบปัญหานั้น

แนวคิดเกี่ยวกับจริยธรรม

ความหมายของจริยธรรม

พยุ่ง จันทรสุรินทร์(2541: 2-3) ได้ให้ความหมายไว้ว่า จริยธรรม มีความสัมพันธ์กับ สภาพการณ์และองค์ประกอบอื่นๆ พัฒนาการทางจริยธรรมจึงเน้นถึงสติปัญญาและการเรียนรู้ของ มนุษย์ในการปรับตัว และสร้างความสมดุลระหว่างสติปัญญาและสภาวะแวดล้อมที่จะทำให้ชีวิต มนุษย์ดำรงอยู่และจะต้องมีความต่อเนื่องและพัฒนารุ่งขึ้นตามวุฒิภาวะของแต่ละบุคคลนั้นๆ

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน(2542: 291) ได้ให้ความหมายของจริยธรรม ว่า หมายถึง ธรรมที่เป็นข้อประพฤติปฏิบัติ ศีลธรรม กฎศีลธรรม

พระธรรมปิฎก(ป.อ. ปยุตฺโต) (2542: 593) กล่าวว่า จริยธรรมหมายถึง ระบบการดำเนิน ชีวิตที่ดีงามหรือระบบการปฏิบัติธรรมทั้งหมดในพระพุทธศาสนา ครอบคลุมศีลธรรม การ ฝึกอบรมจิต การปลูกฝังวางรากฐานคุณธรรมในจิตใจ และการสร้างญาณทัศนะต่างๆที่เป็นเรื่อง ของปัญญาภาวนาในขั้นสูง มองในแง่ไตรสิกขา คือ มีทั้งศีล สมาธิ ปัญญา ครอบคลุม

พระเมธีธรรมาภรณ์ (2542: 89) กล่าวว่า จริยธรรม คือ แนวทางของการประพฤติปฏิบัติตน ให้เป็นคนดี เพื่อประโยชน์สุขของตนเองและส่วนรวม

สุขุมล เกษมสุข (2548: 1) ได้ให้ความหมายของจริยธรรม หมายถึง หลักปฏิบัติอันดีงามที่ บุคคลควรกระทำในฐานะที่เป็นสมาชิกที่ดีของสังคม เพื่อความสงบสุขในสังคมนั้นๆ จริยธรรมมัก สอดคล้องกับหลักศาสนา กฎหมาย และขนบธรรมเนียมประเพณี

จากความหมายข้างต้น สรุปได้ว่า จริยธรรม หมายถึง ระบบการดำเนินชีวิตที่ดีงามทั้งหมด เป็นองค์รวมของชีวิตมนุษย์ ทั้งในด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา ซึ่งทุกสิ่งสัมพันธ์เชื่อมโยงกัน โดยที่มนุษย์ต้องได้รับการพัฒนาทั้ง 3 ด้านเพื่อให้เกิดการดำเนินชีวิตที่ประเสริฐ

การตัดสินใจเชิงจริยธรรมและการพัฒนาจริยธรรมตามหลักการของพุทธศาสตร์

หลักศีลธรรมหรือหลักความประพฤติที่ดีงาม ในพระพุทธศาสนา เริ่มต้นจากความเข้าใจเรื่อง “กรรม” และ “มรรค” พระพุทธศาสนาถือว่ากรรม หรือการกระทำ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากเจตนาไม่ว่าจะเป็นกรรมดี หรือกรรมชั่ว ดังที่ พระมหากันต์ วัฒนวิโส (2535: 14 - 18) ได้ให้รายละเอียดว่า เจตนาเป็นพื้นฐานของการกระทำและเป็นเครื่องชี้หรือตัดสินว่า การกระทำนั้นดีหรือไม่ ในทางพระพุทธศาสนา กรรมสามารถเกิดได้ 3 ทาง คือ กายกรรม วจีกรรม และ มโนกรรม กรรมที่สำคัญคือ มโนกรรม หรือ การกระทำทางใจ ซึ่งหมายถึงเจตนาอันเป็นพื้นฐานสำคัญที่เป็นเครื่องชี้ตัดสินการกระทำด้วยการกระทำ ดิจึงหมายถึงเจตนาที่ประกอบด้วยกุศลมูลหรือต้นตอของความดี การกระทำที่ไม่ดีจะประกอบด้วยเจตนาที่เป็นอกุศลมูล ซึ่งตรงกันข้ามกัน ได้แก่ ความอยาก(โลภะ) ความโกรธ (โทสะ) ความหลง(โมหะ) เป็นต้น ปัญหาที่เกิดขึ้นตามมาก็คือ ปัญหาเรื่องความหมายของค่าทางจริยธรรมว่า ดีคืออะไร ถูกคืออะไร ชั่วคืออะไร และผิดคืออะไร หลักศีลธรรมที่ดีได้ว่าเป็นหลักจริยธรรมที่ครอบคลุมคุณค่าทางจริยธรรมในทางพระพุทธศาสนา นอกจากจะถือเอาเจตนาเป็นการพิจารณาขั้นพื้นฐานแล้ว ยังอาจพิจารณาโดยแยกอธิบายออกเป็นระดับ จากพื้นฐานไปสู่ขั้นสูงได้ดังนี้

1. ขั้นพื้นฐาน จะพิจารณาหลักศีลธรรมอันเป็นแม่แบบของจริยธรรมระดับต้น

แนวทางการพัฒนาตนเองในระดับนี้ ได้แก่ หลักเบญจศีล เบญจธรรม ที่ต้องปฏิบัติคู่กัน เมื่อปฏิบัติได้ตามนี้ ก็เชื่อว่าเป็นผู้มีศีลหรือมีคุณธรรม บางทีก็เรียกว่า นิจศีล คือศีลที่คลุหัตถ์ควรรักษาเป็นประจำ บางทีก็เรียกว่ามณุษยธรรม ซึ่งหมายถึงคุณธรรมของมนุษย์หรือธรรมที่ทำให้เป็นมนุษย์ 5 ประการ คือ

- เว้นจากการทำลายชีวิต (ปาณาติปาตา เวรมณี)
- เว้นจากการถือเอาของที่เขาไม่ได้ให้ (อทินนาทานา เวรมณี)
- เว้นจากการประพฤติดิในกาม (กามสุมิจุจจารา เวรมณี)
- เว้นจากการพูดเท็จ (มุสาวาทา เวรมณี)
- เว้นจากน้ำเมา คือ สุราเมรัย อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท (สุราเมรัยมาทภูฐานา เวรมณี)

ส่วนเบญจธรรมหรือธรรม 5 คือ ธรรมอันดีงาม 5 อย่างหรือคุณธรรม 5 ประการ อันคู่กับเบญจศีล เป็นธรรมเกื้อกูลแก่การรักษเบญจศีล ผู้รักษเบญจศีลควรมีไว้ประจำใจเป็นนิมิต 5 ประการ คือ

- เมตตากรุณา ความรักใคร่ปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข ความเจริญและความสงสาร คิดช่วยให้พ้นทุกข์ คู่กับศีลข้อที่ 1
- สัมมาอาชีวะ การหาเลี้ยงชีพในทางสุจริต คู่กับศีลข้อที่ 2
- กามสังวร ความสำรวมระวังรู้จักยับยั้ง ควบคุมตนในกาม ไม่หลงไหลในรูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส คู่กับศีลข้อที่ 3
- สัจจะ ความซื่อสัตย์ หรือความซื่อตรงคู่กับศีลข้อที่ 4
- สัมปชัญญะ ระลึกได้และรู้ตัวเสมอ คือฝึกฝนให้เป็นรู้จักยังคิด รู้สึกตัวเสมอว่าสิ่งใดควรทำและไม่ควรทำ ระวังมิให้เป็นคนประมาทมัวเมา คู่กับศีลข้อ 5

2. **ชั้นกลาง** พิจารณาจากหลักศีลธรรมที่สูงขึ้นมา ได้แก่ กุศลกรรมบถ 10 หรือทางแห่งกรรมดี ซึ่งมี 10 ประการ แบ่งออกตามวิธีแสดงกรรม ดังนี้

ทางกายกรรม การกระทำทางกาย ได้แก่ ศีลข้อที่ 1 – 3 คือ เว้นจากการทำลายชีวิต เว้นจากการถือเอาของที่เขาไม่ได้ให้, เว้นจากการประพฤติดิฉินในกาม

ทางวจีกรรม การกระทำทางวาจา ได้แก่ ศีลข้อที่ 4 และขยายเพิ่มอีก คือ เว้นจากการพูดเท็จ เว้นจากการพูดส่อเสียดยุยง เว้นจากการพูดหยาบคาย เว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

ทางมโนกรรม การกระทำทางใจ ได้แก่ ไม่โลภคอยจ้องอยากได้ของเขา ไม่คิดร้ายเบียดเบียนเขา และมีความเห็นชอบตามทำนองคลองธรรม

3. **ชั้นสูง** ได้แก่ มรรค 8 ซึ่งถือได้ว่าเป็นหลักศีลธรรมอันเป็นแม่แบบจริยธรรมระดับสูงได้แก่

- สัมมาทิฐิ	ความเห็นชอบ
- สัมมาสังกัปปะ	การดำริชอบ
- สัมมาวาจา	เจรจาชอบ
- สัมมากัมมันตะ	ทำกรงานชอบ
- สัมมาอาชีวะ	เลี้ยงชีพชอบ
- สัมมาวายามะ	เพียรชอบ
- สัมมาสติ	ระลึกชอบ
- สัมมาสมาธิ	ตั้งจิตมั่นชอบ

...ซึ่งผลของการปฏิบัติหลักธรรมขั้นสูงนี้ จะเป็นปัจจัยให้ผู้ปฏิบัติได้บรรลุถึงความดีสูงสุดโดยการประพฤติให้ครบถ้วนทั้ง 8 ข้อ...

...หลักศีลธรรมอันเป็นแม่แบบของจริยธรรมทั้งสามระดับดังกล่าว คือระดับของการพัฒนาตน พัฒนาความคิดของมนุษย์ที่เป็นลำดับ และต่อเนื่อง เริ่มจากการได้รับคำแนะนำอบรมสั่งสอน การรู้จักพิจารณาใคร่ครวญด้วยตนเองอย่างมีหลักเกณฑ์ นำไปสู่ความเป็นผู้มีปัญญาที่ตั้งตนไว้ชอบ ตามแนวทางแห่งมรรคมีองค์ 8...

มรรค

คือ ทางแห่งการดำเนินชีวิตที่ประเสริฐ เป็นทางดำเนินสู่ความดับทุกข์ ประกอบด้วยองค์ประกอบทั้งแปดประการรวมเป็นหลักปฏิบัติเดียว การปฏิบัติตามแนวมรรคให้สำเร็จนั้นต้องอาศัยให้ทำหน้าที่ส่งเสริมสัมพันธ์กันขององค์ประกอบทั้งแปดประการพอเหมาะพอดีโดยการอาศัยปัญญาเป็นสิ่งที่ชี้นำ ได้แก่ สัมมาทิฐิ องค์ประกอบของ มรรค นั้น พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) (2543ก : 5-7) ได้อธิบายไว้ดังนี้

...1) สัมมาทิฐิ (เห็นชอบ) คือ ทศณะ ความคิดเห็น ความเชื่อถือ ค่านิยมต่าง ๆ ที่ดีงามถูกต้อง มองเห็นสิ่งทั้งหลายตามเหตุปัจจัย สอดคล้องกับความเป็นจริง ตรงตามสภาวะ 2) สัมมาสังกัปปะ (ดำริชอบ) คือ ความคิด ความดำริไตร่ตรอง หรือคิดการต่างๆที่ไม่เป็นไปเพื่อเบียดเบียนตนเองและผู้อื่นไม่เศร้าหมองขุ่นมัว คิดไปในทางสร้างสรรค์เป็นประโยชน์สุข เช่น คิดในทางเสียสละ หวังดี มีไมตรี ช่วยเหลือเกื้อกูล รวมถึงความคิดที่บริสุทธิ์ อิงสัจจะ

อิงธรรม ไม่เอนเอียงด้วยความเห็นแก่ตัว คิดจะได้จะเอา หรือคิดเคียดแค้น จึงชัง มุ่งร้ายคิดทำลาย 3) สัมมาวาจา (วาจาชอบ) คือ การแสดงออกทางวาจา ที่สุจริต ไม่ทำร้ายผู้อื่น ตรงตามความจริง ไม่โกหกหลอกลวง ไม่ส่อเสียด ไม่ให้ร้ายป้ายสี ไม่หยาบคาย ไม่เหลวไหล ไม่เพื่อเจือเลี่ยนลอย เป็นวาจาที่สุภาพนมนวลชวนให้เกิดไมตรีสามัคคีกัน ถ้อยคำที่มีเหตุผล เป็นไปในทางสร้างสรรค์ ก่อประโยชน์ 4) สัมมากัมมันตะ (กระทำชอบ) คือ การกระทำที่ดีงาม สุจริต เป็นไปในทางสร้างสรรค์ ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ไม่เบียดเบียน ไม่ทำร้ายกัน มุ่งสร้างสัมพันธที่ดีซึ่งกันและกัน เป็นการกระทำที่ไม่เป็นการทำลายชีวิต ทรัพย์สินผู้อื่น ไม่ทำการล่วงละเมิดสิทธิในคุ้มครอง หรือของรักของหวงแหนของผู้อื่น 5) สัมมาอาชีวะ (อาชีพชอบ) คือ การประกอบอาชีพที่สุจริต ไม่ก่อความเดือดร้อนเสียหายแก่ผู้อื่น 6) สัมมาวายามะ (พยายามชอบ) คือ การเพียรพยายามในทางที่ถึงามชอบธรรม เพียรหลีกเลี่ยง ป้องกันสิ่งชั่วร้ายอกุศลที่ยังไม่เกิดขึ้น เพียรระเลิกล้างจัดสิ่งชั่วร้ายอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรสร้างสรรค์สิ่งดีงามหรือกุศลธรรมที่ยังไม่เกิด เพียรส่งเสริมพัฒนาสิ่งดีงามหรือกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้เพิ่มพูนเจริญงอกงามยิ่งขึ้นไป 7) สัมมาสติ (ระลึกชอบ) คือ การมีสติกำกับตัว คุมใจไว้ให้อยู่กับสิ่งที่เกี่ยวข้องต้องทำในเวลานั้น ๆ ไม่หลงไหลเลื่อนลอย ไม่ละเลยหรือปล่อยตัวเผอเรอ มีสติอยู่กับปัจจุบัน โดยเฉพาะสติที่กำกับทันต่อพฤติกรรมของร่างกาย ความรู้สึกสภาพจิตใจ และความนึกคิดของตน ไม่ปล่อยให้อารมณ์ที่เข้าวนหรือชั่วมาจุล กระทบทำให้หลุดหลงเลื่อนลอยไป 8) สัมมาสมาธิ (จิตมั่นชอบ) คือ ความมีจิตตั้งมั่น จิตใจดำเนินอยู่ในกิจในงานหรือในสิ่งที่กำหนดได้สมาธิ มีความสงบ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่วอกแวก หวั่นไหว บริสุทธ์ ผ่องใส ผ่อนคลาย ไม่เครียดกระด้าง ไม่หดหู่ท้อแท้ พร้อมทั้งจะใช้งานทางปัญญาอย่างได้ผลดี...

จะเห็นได้ว่า มรรคนั้น มีสัมมาทิฐิเป็นองค์ประกอบแรก ซึ่งเป็นองค์ประกอบด้านปัญญาที่เป็นแกนนำ ความเกี่ยวข้องของมรรคต่อระบบจริยธรรมนั้น พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) (2542: 914) ได้อธิบายไว้ดังนี้

...มรรคมีความหมายครอบคลุมธรรมภาคปฏิบัติทั้งหมดในพระพุทธศาสนา ครอบคลุมคำว่า จริยธรรมทั้งหมดหรือเป็นระบบจริยธรรมทั้งหมด ครอบคลุมการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงามทั้งหมด อย่างชื่อที่ใช้เรียกมรรคอย่างหนึ่งว่า พรหมจริยะ หรือ พรหมจรรย์ ซึ่งแปลได้ว่า การครองชีวิตประเสริฐ หรือชีวิตประเสริฐนั่นเอง องค์ประกอบทั้ง 8 ของมรรค

สามารถนำไปแยกแยะกระจายเนื้อหาออกและจัดรูปร่างระบบใหม่โดยมีจุดเน้นจุดย้าต่างแห่งต่างที่กัน ให้สอดคล้องเหมาะสมกับการดำเนินชีวิตและการปฏิบัติธรรมระดับนั้นๆ

จะเห็นได้ว่า มรรค เป็นเนื้อหาทั้งหมดของระบบจริยธรรมตามหลักพุทธธรรม ในระดับของการปฏิบัติได้จัดรูปมรรคออกเป็นหมวดตามระดับของการดำเนินชีวิต คือ หลักของไตรสิกขา เพื่อให้เกิดระบบการดำเนินชีวิตที่ดีงาม เมื่อเกิดการดำเนินชีวิตที่ดี มรรคก็เกิดขึ้นด้วย พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) (2542 : 601-602) ได้อธิบาย หลักไตรสิกขา ไว้ดังนี้

...ไตรสิกขานั้นถือกันว่าเป็นระบบการปฏิบัติธรรมที่ครบถ้วนสมบูรณ์ มีขอบเขตกอบคลุมมรรคทั้งหมด และเป็นการนำเอาเนื้อหาของมรรคไปใช้อย่างหมดสิ้นสมบูรณ์ จึงเป็นหมวดธรรมมาตรฐานสำหรับแสดงหลักการปฏิบัติธรรม และมักใช้เป็นแม่บทในการบรรยายวิธีปฏิบัติธรรม ในที่นี้ขอกล่าวสรุปว่า มรรคเป็นระบบการปฏิบัติธรรมทั้งหมดในแง่เนื้อหา ไตรสิกขาเป็นระบบการปฏิบัติธรรมทั้งหมดในแง่การใช้งาน...

โดยสรุป มรรคเป็นระบบจริยธรรมในภาคของเนื้อหาทั้งหมด และหลักการปฏิบัติที่เป็นหลักกลางหรือเป็นพื้นฐาน เป็นหลักของการฝึกฝนอบรมตนตามแนวของมรรค คือ ไตรสิกขา หมายถึงหลักการฝึกฝนอบรมตน 3 ด้านที่เป็นองค์รวม ทั้งด้านศีล สมาธิ ปัญญา รายละเอียดของหลักการฝึกฝนอบรมตน 3 ด้าน พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) (2542 : 914-915) ได้อธิบายไว้ดังนี้

...1) อธิศีลสิกขา คือ การฝึกความประพฤติสุจริตทางกาย วาจา และอาชีวะ คือการรวมเอาองค์มรรคข้อ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ เข้ามา ว่าโดยสาระ ก็คือ การดำรงตนด้วยดีในสังคม รักษาระเบียบวินัย ปฏิบัติหน้าที่และความรับผิดชอบทางสังคมให้ถูกต้อง มีความสัมพันธ์ทางสังคมที่ดีงามเกื้อกูลเป็นประโยชน์ ช่วยรักษาและส่งเสริมสภาพแวดล้อม โดยเฉพาะในทางสังคม ให้อยู่ในภาวะเอื้ออำนวยแก่การที่ทุกๆ คนจะสามารถดำเนินชีวิตที่ดีงามหรือปฏิบัติตามมรรคกันได้ด้วยดี 2) อธิจิตตสิกขา คือ การฝึกปรือในด้านคุณภาพจิต สุขภาพจิตและสมรรถภาพของจิต ซึ่งก็คือการรวมเอาองค์มรรคข้อ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ เข้ามา โดยสาระก็คือ การฝึกให้มีจิตใจเข้มแข็ง มั่นคง แน่วแน่ ควบคุมตนได้ดี มีสมาธิ มีกำลังใจสูง ให้เป็นจิตที่สงบ ผ่องใส เป็นสุข บริสุทธิ์ ปราศจากสิ่งรบกวนหรือทำให้เศร้าหมอง อยู่ในสภาพเหมาะแก่การใช้งานมากที่สุด โดยเฉพาะการใช้ปัญญาอย่างลึกซึ้งและตรงตามความเป็นจริง 3) อธิปัญญาสิกขา คือ การฝึกปรือปัญญาให้เกิด

ความรู้ความเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงจนถึงความหลุดพ้น มีจิตใจเป็นอิสระ ผ่องใส เบิกบานโดยสมบูรณ์ ได้แก่การรวมเอาองค์มรรคข้อสัมมาทิฐิ และสัมมาสังกัปปะ ว่าโดยสาระก็คือ การฝึกอบรมให้เกิดปัญญาบริสุทธิ์ที่รู้แจ้งชัดตรงตามสภาพความเป็นจริง ไม่เป็นความรู้ความคิดความเข้าใจที่ถูกบิดเบือนเคลือบคลุม พร่ำมัว...

นอกจากนี้ ในการปฏิบัติตามมรรคด้วยไตรสิกขา จะเริ่มต้นได้ และดำเนินไปด้วยดี เกิดผลสำเร็จนั้นจะต้องอาศัยปัจจัย 2 อย่าง ช่วยเกื้อหนุน เป็นแกนนำของกระบวนการศึกษาอบรมพัฒนาตน ซึ่งพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) (2542 : 913) ได้อธิบายถึงปัจจัยทั้งสองไว้ว่า

...ปัจจัยแรกคือปัจจัยภายนอก ที่เรียกว่า ปรโตโมสะทีติ คือเสียงหรือการชักนำ แรงเร้าและอิทธิพลจากผู้อื่น โดยเฉพาะที่เรียกว่า กัลยาณมิตร เช่น พ่อแม่ ครู อาจารย์ พระภิกษุสงฆ์ คนที่มีชื่อเสียงที่ประสบความสำเร็จด้วยความดี และบุคคลอื่นๆ ผู้มีคุณสมบัติเหมาะสมเป็นแบบอย่างที่ดีงาม น่าเลื่อมใส ทั้งที่ใกล้และไกล ซึ่งจะช่วยอบรมสั่งสอนแนะนำให้คำปรึกษาหารือหรือเร้าจิตใจจงใจให้ใฝ่ฝันในสิ่งที่ดีงาม และให้มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง ด้วยอาศัยศรัทธาคือความเชื่อความเชิดชูนิยมนับถือเป็นสื่อชักนำ ตลอดจนช่วยกระตุ้นชี้แนะให้รู้จักคิด รู้จักพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงด้วยตนเอง ปัจจัยที่สองเป็นปัจจัยภายใน หรือองค์ประกอบภายในตัวบุคคล ได้แก่ โยนิโสมนสิการ คือการทำในใจโดยแยบคาย หรือความฉลาดคิด คิดเป็น คิดถูกวิธี รู้จักคิดรู้จักพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้ตรงตามสถานะและตามเหตุปัจจัยของมัน เมื่อมีปัจจัยทั้งสองอย่างนี้ช่วยปลุกเร้าและส่งเสริมสัมมาทิฐิ ก็มั่นใจได้มากกว่า การปฏิบัติธรรมหรือการดำเนินชีวิตจะอยู่ในแนวทางที่ถูกต้อง กุศลธรรมทั้งหลายที่เป็นองค์มรรคข้ออื่น ๆ ก็จะเจริญงอกงามไปกับปัญญาด้วยเป็นไปเพื่อประโยชน์สุขทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น พร้อมทั้งเดินทางไปสู่จุดหมายของพุทธศาสนา...

จะเห็นได้ว่า ระบบจริยธรรมตามหลักพุทธธรรมนั้น มุ่งพัฒนาจริยธรรมอย่างเป็นองค์รวมทุกแง่ ทุกด้านของชีวิต ซึ่งได้แก่ การพัฒนาพฤติกรรม (อธิศีลสิกขา) การพัฒนาจิตใจ (อธิจิตตสิกขา) และการพัฒนาปัญญา (อธิปัญญาสิกขา) ที่ทุกองค์ประกอบต้องพัฒนาอย่างสอดคล้องสัมพันธ์กันเกิดเป็นการดำเนินชีวิตที่ดีงาม ชีวิตที่ประเสริฐ

ทฤษฎีพัฒนาการจริยธรรมและการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมตามแนวคิดของโกลเบอร์ก

ประสาธ อิศรปรีดา (2538: 95 - 100) ได้อธิบายถึงทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรมและการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมตามแนวคิดของโกลเบอร์ก สรุปได้ดังนี้

Kohlberg พบว่าพัฒนาการทางจริยธรรมของบุคคลจะพัฒนาขึ้นสอดคล้องกับพัฒนาการทางปัญญา ตามทฤษฎีของ Piaget เพราะการที่เด็กจะตัดสินใจจริยธรรม (Moral Judgment) ว่าสิ่งใดดีหรือไม่ดี สิ่งใดควรหรือไม่ควรนั้นต้องอาศัยเหตุผลทางตรรกวิทยาและความคิดเชิงนามธรรมฉะนั้นคนที่มีพัฒนาการทางปัญญาในขั้นก่อนการคิดอย่างมีเหตุผล (Preoperation Stage) ก็จะมีพัฒนาการด้านจริยธรรมในระดับต้น ๆ ส่วนผู้ที่มีพัฒนาการทางปัญญาถึงขั้นคิดแบบเหตุผลเชิงนามธรรม (Formal Operational Stage) ก็มีโอกาสจะพัฒนาการด้านจริยธรรมในระดับสูงสุดได้

ซึ่ง Kohlberg ได้สรุปผลการศึกษาว่า จริยธรรมมีอยู่ 3 ระดับใหญ่ ๆ แต่ละระดับจะแยกย่อยไปอีกระดับละ 2 ขั้น รวมทั้งหมดมี 6 ขั้น โดยเริ่มจากระดับและขั้นต่ำสุดไปสูงสุดดังนี้

ระดับ 1 : ระดับก่อนจริยธรรมของตนเอง (Preconventional level)

ขั้นที่ 1 จริยธรรมจากภายนอก (Heteronomous Morality) คือการไม่ฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ที่จะก่อให้เกิดการลงโทษ เชื่อฟังผู้มีอำนาจเพื่อจะได้ไม่กระทำความผิดกฎเกณฑ์ และหลีกเลี่ยงการกระทำที่จะส่งผลให้เกิดความเสียหายแก่บุคคลและทรัพย์สิน เหตุผลในการทำสิ่งที่ถูก เพื่อหลีกเลี่ยงการถูกลงโทษ และจากการใช้อำนาจของผู้มีอำนาจ

ขั้นที่ 2 ปัจเจบุคคลนิยม การสนองความต้องการ และการแลกเปลี่ยน (Individualism, Instrumental Purpose and Exchange) คือการทำตามกฎเกณฑ์ เมื่อผู้อื่นต้องการให้ทำ และการทำสิ่งใดแล้วสนองความต้องการและความสนใจของตน โดยยอมให้ผู้อื่นทำเช่นนั้นได้เช่นกัน และการแลกเปลี่ยนที่เท่าเทียมกันตามที่ได้เจรจาตกลงร่วมกัน เหตุผลในการทำสิ่งที่ถูก เพื่อสนองความต้องการและความสนใจของตนเอง โดยตระหนักว่าคนอื่น ๆ ก็มีความต้องการและความสนใจของเขาด้วยเช่นกัน

ระดับที่ 2 ระดับมีจริยธรรมตามกฎเกณฑ์สังคม (Conventional Level)

ขั้นที่ 3 การคาดหวังทางสังคม ความสัมพันธ์และการคล้อยตาม (Mutual Interpersonal Expectations, Relationships, and Interpersonal Conformity) คือ การดำเนินชีวิตตามบทบาทตามความคาดหวังของผู้ที่ใกล้ชิดตนเอง หรือตามที่ผู้คนทั่วไปคาดหวังในบทบาทของปัจเจกบุคคล เช่น การเป็นลูก พี่น้อง เพื่อน ฯลฯ และการเป็นคนดี หมายถึง การเป็นคนที่มีความมุ่งหวังที่ดี มีการแสดงความห่วงใยผู้อื่น และหมายถึงการรักษาความสัมพันธ์ที่ดีซึ่งกันและกัน เช่น มีความไว้วางใจ ความจงรักภักดี การเคารพนับถือ ความกตัญญู เหตุผลในการทำสิ่งที่ถูก เพราะต้องการเป็นคนดีในทรรศนะของตนเองและผู้อื่น เพื่อรักษาน้ำใจคนอื่น เพื่อปฏิบัติต่อผู้อื่นเหมือนกับที่ต้องการให้ผู้อื่นปฏิบัติกับตน (The Golden Rule) และเพื่อรักษากฎเกณฑ์และผู้มีอำนาจไว้ช่วยสนับสนุนพฤติกรรมที่ดีในสังคม

ขั้นที่ 4 ระบบสังคม และมโนธรรม (Social System and Conscience) คือ การปฏิบัติตามหน้าที่ที่ได้ตกลงไว้กับผู้อื่น กฎเกณฑ์เป็นสิ่งที่ต้องปฏิบัติตามเว้นแต่กรณีที่มีการปฏิบัติงานนั้นมีความขัดแย้งอย่างมากกับหน้าที่ที่ทางสังคมอื่นๆ ได้กำหนดไว้ตายตัวแล้ว สิ่งที่ถูกอีกประการก็คือ การได้ทำประโยชน์แก่สังคม กลุ่มคนหรือสถาบัน เหตุผลในการทำสิ่งที่ถูก เพื่อพวยรักษาสถาบันโดยส่วนรวมให้ดำเนินไปได้ เพื่อหลีกเลี่ยงการแตกแยกของระบบ เพื่อปฏิบัติตามพันธะที่ตนเองเป็นผู้กำหนด ด้วยจิตสำนึกแห่งมโนธรรม

ระดับ 3 ระดับมีจริยธรรมเหนือกฎเกณฑ์สังคม หรือระดับที่ยึดหลักการ (Postconventional level or Principled level)

ขั้นที่ 5 สัญญาหรือประโยชน์ทางสังคมและสิทธิส่วนบุคคล (Social Contract or Utility and individual Rights) คือการตระหนักว่า ผู้คนทั้งหลายมีค่านิยมและความคิดหลากหลายแตกต่างกัน ค่านิยมและแนวคิดเหล่านี้ส่วนใหญ่จะเกี่ยวข้องกับกฎระเบียบของสังคมที่ตนอาศัยอยู่ซึ่งควรส่งเสริมให้คงอยู่เพราะเป็นสัญญาทางสังคม สำหรับค่านิยมและแนวคิดบางอย่างก็ไม่เกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับสังคมของตน เช่น ประเด็นเกี่ยวกับชีวิตและเสรีภาพก็ควรได้รับการสนับสนุน

เชิดชูให้คงอยู่เช่นกันไม่ว่าความคิดของคนส่วนใหญ่ในสังคมนั้นจะมีความเห็นเป็นเช่นไรก็ตาม เหตุผลในการทำสิ่งที่ถูก เพราะเกิดความสำนึกในพันธะผูกพันกับกฎระเบียบสังคมเนื่องจากคนมีสัญญาทางสังคมในการสร้างกฎระเบียบและปฏิบัติตามกฎระเบียบดังกล่าว เพื่อความผาสุกของสังคมและเพื่อปกป้องสิทธิของปวงชน และเพราะเกิดความรู้สึกว่ามีสัญญาผูกพันกับครอบครัว กลุ่มมิตรและงาน และตระหนักว่า กฎระเบียบและหน้าที่ เกิดขึ้นจากพื้นฐานความคิดที่ว่า เพื่อก่อให้เกิดประโยชน์หรือความดีสูงสุดต่อคนจำนวนมากที่สุด (The Greatest Good for the Greatest Number)

ขั้นที่ 6 หลักจริยธรรมสากล (Universal Ethical Principles) คือการปฏิบัติตามหลักจริยธรรม (Ethical Principles) ที่ตนเป็นผู้เลือกด้วยตนเอง กฎระเบียบหรือข้อตกลงทางสังคมบางประการ เป็นสิ่งที่ถูกต้องอย่างมีเหตุผล เนื่องจากเป็นสิ่งที่ตั้งอยู่บนหลักการ เมื่อไรก็ตามที่กฎระเบียบ (Law) ขัดแย้งกับหลักการ บุคคลจะปฏิบัติตามหลักการ หลักการเหล่านี้เป็นหลักการสากลที่ว่าด้วยความยุติธรรม ซึ่งได้แก่ ความเสมอภาคในสิทธิมนุษยชน และการเคารพในศักดิ์ศรีแห่งความเป็นมนุษย์ของปัจเจกบุคคล เหตุผลในการทำสิ่งที่ถูก เพราะมีความเชื่ออย่างมีเหตุผลว่า หลักจริยธรรมสากลเป็นสิ่งที่ถูกต้อง และเกิดความสำนึกในส่วนตนว่ามีพันธะที่จะตั้งปฏิบัติตามหลักการดังกล่าว

Kohlberg เชื่อว่าพัฒนาการทางจริยธรรมของมนุษย์เป็นไปตามขั้นและจะพัฒนาอย่างต่อเนื่อง จากขั้นที่หนึ่งผ่านไปแต่ละขั้นจนถึงขั้นที่หก การพัฒนาของบุคคลจะไม่ข้ามขั้น เพราะการใช้เหตุผลในขั้นที่สูงขึ้นไปจะเกิดขึ้นได้ ด้วยการมีความสามารถในการใช้เหตุผลในขั้นที่ต่ำกว่าอยู่ก่อนแล้ว และต่อมาบุคคลได้รับประสบการณ์ทางความคิดและเหตุผล ทำให้การใช้เหตุผลในขั้นที่สูงต่อไปมีมากขึ้น ส่งผลให้เหตุผลในขั้นที่ต่ำกว่าก็จะถูกใช้น้อยลงและถูกละทิ้งไปในที่สุด นอกจากนี้มนุษย์ทุกคนไม่จำเป็นจะต้องมีพัฒนาการทางจริยธรรมไปถึงขั้นสุดท้ายคือขั้นที่หก แต่อาจหยุดชะงักอยู่ในขั้นใดขั้นหนึ่งที่ต่ำกว่า ทั้งนี้ Kohlberg อธิบายว่า การพัฒนาทางจริยธรรมนี้ขึ้นอยู่กับพัฒนาการทางสติปัญญาอย่างเหมาะสม เพราะเป็นสิ่งที่มีความจำเป็นมากในการที่บุคคลจะบรรลุถึงพัฒนาการทางจริยธรรมในขั้นที่สูงขึ้น

ข้อสังเกตเกี่ยวกับทฤษฎีพัฒนาการจริยธรรม และการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมตามแนวคิดของโกลเบอร์ก

พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต)(2534: 111) ได้แสดงทรรศนะที่สำคัญเกี่ยวกับทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรมของโกลเบอร์กไว้ว่า

...ทฤษฎีของโกลเบอร์กนี้ ช่วยขยายความคิดเกี่ยวกับจริยธรรมสากลของตะวันตกออกไป โดยมีแง่ที่จะช่วยให้เกิดความก้าวหน้า ซึ่งเป็นข้อสำคัญ 2 อย่างคือ 1. มีการแยกได้ระหว่างกฎเกณฑ์ความประพฤติที่เป็นบัญญัติของสังคม กับตัวจริยธรรมแท้ที่เป็นนามธรรมซึ่งจะต้องเข้าใจด้วยปัญญา หรือพูดง่าย ๆ ว่าระหว่างบัญญัติธรรมกับจริยธรรมที่เขาเรียกว่าจริยธรรมสากล 2. มองพัฒนาการและปฏิบัติการทางจริยธรรม เป็นระบบและกระบวนการ ซึ่งมีความสัมพันธ์เชิงเหตุปัจจัยระหว่างพฤติกรรมภายนอกกับองค์ประกอบภายใน (ซึ่งในที่นี้ได้แก่ปัญญา) ไม่ใช่เป็นสักแต่ว่าการมีพฤติกรรมตามมาตรฐานของสังคมด้วยการยึดถือเคร่งครัดตามบัญญัติของสังคมนั้น ๆ อีกอย่างหนึ่ง มีท่าทีคล้ายกับว่าโกลเบอร์กได้ช่วยให้จริยธรรมสากล มิใช่เป็นสากลเพียงในความหมายว่าเป็นหลักความประพฤติที่เป็นกลาง ๆ เท่านั้น แต่ช่วยให้ความเป็นสากลนั้นโน้มเข้ามาสู่ความหมายในแง่ที่เป็นความจริงมากขึ้น... .

แต่อย่างไรก็ตาม พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) (2534 : 112-113) ได้ให้ความคิดเห็นว่าทฤษฎีพัฒนาการจริยธรรม และการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมตามแนวคิดของโกลเบอร์ก ยังไม่มีความชัดเจนเพียงพอในการที่จะเป็นจริยธรรมสากล โดยท่านกล่าวว่ายังเป็น “ก้าวใหม่ที่ไม่ไปไม่พบนื่องเก่า” พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) (2534 : 112) โดยได้แสดงข้อคิดเห็นดังกล่าวไว้ ดังนี้

...พัฒนาการทางจริยธรรมขั้นที่ 6 คือขั้นถือหลักจริยธรรมสากล ซึ่งเป็นขั้นสำคัญที่โกลเบอร์กเองก็ถือว่าสูงสุด เมื่อจัดวางเป็นหลักลงไว้แล้ว ก็ควรจะได้รับการเน้นย้ำ ควรจะถือเป็นเป้าหมายสำคัญในการจัดจริยศึกษาเพื่อพัฒนาการของเด็ก แต่แทนที่จะเป็นอย่างนั้น กลับถูกตัดออกไปเสียโดยที่เจ้าตัวโกลเบอร์กเองเป็นผู้ลดยกไป กลายเป็นเหลือพัฒนาการ 5 ขั้น ทำให้จริยธรรมยังมีความหมายจำกัดอยู่แค่บัญญัติธรรม หรือกฎเกณฑ์ที่สังคมกำหนดกันขึ้นมา เหมือนอย่างเดิม แม้จะมีขั้นที่ 5 ที่แสดงให้เห็นจุดแยก แต่ก็ยังไม่ชัดมากพอที่จะแสดงความหมายในแง่ของจริยธรรมแท้ที่เป็นความจริง เหตุที่

เป็นอย่างนั้น น่าจะเป็นเพราะโกลเบอร์เองก็ไม่มีคำตอบที่ชัดเจนเกี่ยวกับพัฒนาการในขั้นที่ 6 เฉพาะอย่างยิ่งไม่ชัดเจนว่าจริยธรรมสากลคืออะไรกันแน่ ที่ว่าสากลในแง่ที่เป็นความจริง ก็ไม่มีอะไรบ่งชี้ออกมา เพียงแต่มีที่ท่าว่าจะก้าวออกมาจากความหมายในแง่ที่เป็นกลางๆ เท่านั้น เมื่อออกมาแล้วก็กว้างขวางลืออยู่ จริยธรรมสากลที่วินิจฉัยด้วยปัญญานั้นถ้ายึดหลักความจริงเป็นหลัก ความจริงนั้นมีลักษณะอย่างไร เป็นความจริงตามระบบความสัมพันธ์เชิงเหตุผล ตามกฎธรรมชาติหรือไม่ ดังนี้ เป็นต้น ความไม่ชัดเจนนี้เปิดช่องให้บางคนตีความว่าขั้นที่ 6 นั้นเป็นการวินิจฉัยเลือกตัดสินใจตามความเห็นของตนเอง อนึ่งนักวิจารณ์บางท่านให้เหตุผลว่า โกลเบอร์มองปัญหาจริยธรรมโดยเฉพาะเจาะจงลงไปเรื่องสิทธิมนุษยชนและความยุติธรรม ซึ่งเป็นปัญหาที่เด่นในสังคมอุตสาหกรรมของตะวันตกเท่านั้น แนวคิดของโกลเบอร์จึงมีลักษณะแคบเกินไปไม่เพียงพอที่จะเป็นความหมายของจริยธรรม...

จากข้อความดังกล่าวข้างต้น แสดงให้เห็นถึง จุดอ่อนของทฤษฎีพัฒนาการจริยธรรมและการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมตามแนวคิดของโกลเบอร์ ซึ่งไม่สามารถแยกความเป็นจริงออกจากบัญญัติของสังคมได้ ยังต้องอิงอยู่กับบัญญัติทางสังคม จะเห็นได้จากการที่ต้องลดขั้นที่ 6 ออกไป ก็เพราะโดยความไม่เข้าใจถึงจริยธรรมที่แท้จริงว่าเป็นอย่างไร ถ้าพิจารณาจากคำตอบปัญหาจริยธรรมที่โกลเบอร์จัดว่าเป็นคำตอบที่จัดอยู่ในขั้นที่ 6 จะเห็นความคลาดเคลื่อนของหลักจริยธรรมที่แท้ ดังที่ พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) (2534 : 113-115) ชี้ประเด็นดังกล่าวไว้ ดังนี้

... ยิ่งถ้าพิจารณาตัวอย่างคำตอบปัญหาจริยธรรมจากสถานการณ์สมมติที่โกลเบอร์ถือว่าเป็นคำตอบของผู้มีพัฒนาการทางจริยธรรมขั้นที่ 6 ด้วยแล้ว ความหวังที่จะได้เห็นจริยธรรมสากลของปราชญ์ตะวันตกในความหมายที่เป็นความจริงโดยสอดคล้องกับกฎธรรมชาติ ก็ดูจะยิ่งเลือนลางห่างไกลออกไป ตัวอย่างปัญหาจริยธรรมจากสถานการณ์สมมตินั้นมีว่า หญิงหนึ่งป่วยหนักด้วยโรคมะเร็ง แพทย์ที่รักษายกกับสามีของหญิงนั้นว่ามียาซึ่งค้นพบใหม่ที่จะรักษาโรคนั้นได้ แต่แพงมาก และยิ่งแพงขึ้นไปอีกในเมื่อผู้ชายเอากำไรมากถึง 10 เท่า จากราคาต้นทุน 200 ดอลลาร์ เป็น 2,000 ดอลลาร์ สามีของคนเจ็บพยายามหาเงินอย่างสุดความสามารถก็ได้เพียง 1,000 ดอลลาร์ จึงขอร้องให้ผู้ชายยาลดราคาให้ ผู้ชายไม่ยอม ในที่สุดสามีของหญิงนั้นตัดสินใจพยายามรักษารายา จากคำตอบต่างๆของผู้รับการทดสอบ พร้อมทั้งเหตุผลที่ประกอบกับคำตอบเหล่านั้น โกลเบอร์ก็ได้จัดบุคคลที่ให้คำตอบต่อไปนี้ว่าเป็นผู้มีพัฒนาการทางจริยธรรมในขั้นที่ 6 คือ :

การขโมยในกรณีนี้เป็นการกระทำที่ถูกต้อง เพราะเป็นการรักษาชีวิตมนุษย์ ซึ่งเป็นสิ่งที่มีค่ามากกว่าทรัพย์สินเงินทอง การที่โกลเบอร์จัดคำตอบนี้เป็นพัฒนาการขั้นที่ 6 แสดงว่าโกลเบอร์ยังมองจริยธรรมว่าเป็นเพียงคุณค่าที่มนุษย์กำหนดขึ้นเอง มิใช่เป็นสิ่งที่มียุติธรรมอยู่ตามสภาพของมัน คือ ไม่มีฐานแห่งความจริงหรือจุดกำหนดความจริงอยู่ต่างหากจากความคิดของมนุษย์ พูดอีกอย่างหนึ่งว่า ไม่มีส่วนร่วมในฐานะเป็นปัจจัยอย่างหนึ่งอยู่ในระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยตามกฎแห่งธรรมชาติ แต่เป็นเรื่องของความคิดมนุษย์ที่จะดีค่า และประเมินเปรียบเทียบเอาเอง คำตอบที่โกลเบอร์จัดเป็นขั้นที่ 6 นี้ มีความพิเศษที่ก้าวหน้าออกไป(ที่จริงไม่ใช่ความพิเศษ หรือก้าวหน้าเลย แต่เป็นความแตกต่าง) จากคำตอบของคนอื่นในวัฒนธรรมตะวันตกนั้น เพียงแค่ว่า ได้ย้ายเกณฑ์ตัดสินจริยธรรมจากบัญญัติของสังคม มาสู่วิจารณ์ญาณของบุคคล หรือจากการถือกฎเกณฑ์ของสังคมมาเป็นถือความคิดเห็นอิสระของตนเอง ซึ่งเป็นความก้าวหน้าครั้งๆกลางๆที่คลุมเครือและเสี่ยงอันตราย เพราะไม่มีหลักที่อ้างอิงสำหรับวิจารณ์ญาณหรือความคิดเห็นส่วนตัวของบุคคล นอกจากการเปรียบเทียบระหว่างคุณค่ากับคุณค่า หลักการที่โกลเบอร์วางไว้ดูเหมือนจะเป็นหลักฐานดีแต่ตัวอย่างที่เขายกมา(ถ้าเป็นของเขาจริงดังตำราว่า)ทำให้หลักการนั้นสูญเสียความถูกต้องและกลายเป็นสิ่งที่ไม่น่าไว้วางใจ...

นอกจากนี้ พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) (2534: 115) ได้ชี้ประเด็นให้เห็นถึง จริยธรรมสากลที่แท้นั้นเป็นอย่างไร สรุปได้ดังนี้

...ความก้าวหน้าที่ต้องในการที่จะเป็นจริยธรรมสากลคือ การก้าวข้ามจากบัญญัติของสังคมไปสู่ตัวความถูกต้องดั้งเดิมแท้จริงที่พิจารณาเห็นด้วยวิจารณ์ญาณ หมายความว่า เป็นการเดินหน้าต่อการถือเคร่งตามบัญญัติของสังคม แล้วก้าวเลยเข้าไปให้ถึงตัวจริยธรรมแห่งความถูกต้องดั้งเดิมที่แท้จริง ซึ่งเป็นเป้าหมายแห่งบัญญัติของสังคมนั้น และซึ่งบัญญัติของสังคมนั้นช่วยให้เข้าถึงได้บ้าง ไม่ได้บ้าง จึงจะต้องเข้าถึงด้วยวิจารณ์ญาณ (ในที่นี้หมายถึงปัญญาที่ถ่องแท้บริสุทธิ์ใจและเป็นอิสระ) ซึ่งเป็นที่รองรับยืนยันและวินิจฉัยความถูกต้องของบัญญัติของสังคมนั้นอีกทีหนึ่งโดยที่วิจารณ์ญาณนั้นเป็นตัวการที่ให้กำเนิดแก่บัญญัติที่ดีที่สุดของสังคมและคอยตรวจตราดูแลแก้ไขปรับปรุงบัญญัติของสังคมที่ยังบกพร่องให้ถูกต้องสมบูรณ์ ตลอดจนสอดส่องควบคุมให้มีการใช้บัญญัติของสังคมนั้นอย่างสัมฤทธิ์ผลตามวัตถุประสงค์แห่งจริยธรรมที่แท้จริง...

ทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรมของโคลเบอร์ก แสดงให้เห็นถึงว่ายังไม่มีความเข้าใจถึงระบบความเป็นจริงของธรรมชาติ ที่ทุกอย่างสัมพันธ์กันและเป็นเหตุปัจจัยซึ่งกันและกัน ซึ่งพระเทพเวที (ประยูร ปยุตโต) (2534 : 115-117) ได้อธิบายไว้ดังนี้

...บุคคลผู้ให้คำตอบที่โคลเบอร์กจัดเป็นพัฒนาการขั้นที่ 6 นี้ ไม่มีวิจาร์ณญาณเพียงพอที่จะแยกแยะองค์ประกอบและปัจจัยต่างๆ ในระบบความสัมพันธ์เชิงเหตุผลตามกฎธรรมชาติที่เกี่ยวกับกรณีแล้ววินิจฉัยให้ถูกต้องสอดคล้องกับความจริงนั้นได้ เช่นว่า ในสถานการณ์ที่เป็นปัญหาทางจริยธรรมนั้น มีองค์ประกอบและปัจจัยมากหลายสัมพันธ์ปะปนกันอยู่ เขาแยกไม่ออกว่า ส่วนใดเป็นสภาวะ คือความจริงตามสภาพ ส่วนใดเป็นคุณค่า อะไรเป็นความจริงที่อยู่เบื้องหลังคุณค่า และสภาพความจริงกับคุณค่านั้นสัมพันธ์กันอย่างไร และในจำพวกที่เป็นคุณค่านั้น คุณค่าใดเป็นคุณภาพของสภาวะนั้น ๆ คุณค่าใดเป็นคุณค่าที่ขึ้นต่อตัวของเขาเอง ซึ่งแล้วแต่จิตใจของเขาจะกำหนดเลือก และคุณค่าใดที่จะเกิดจากการตัดสินใจเลือกและการกระทำของเขา อันจะเป็นปัจจัยส่งผลโยงต่อ ๆ ออกไปยังองค์ประกอบต่าง ส่วนต่างประเภทที่เกี่ยวข้องในระบบความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัยทั้งหมด เขาแยกไม่ออกว่าในบรรดาองค์ประกอบและปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องในสถานการณ์นั้น ส่วนใดเป็นองค์ประกอบในระดับจิตใจ ส่วนใดเป็นองค์ประกอบในระดับพฤติกรรม ส่วนใดเป็นองค์ประกอบในระดับสังคม และไม่รู้ว่าจะองค์ประกอบเหล่านั้นสัมพันธ์เป็นเหตุปัจจัยต่อกันอย่างไร มีผลเชื่อมโยงต่อทอดกันออกไปอย่างไร เขาแยกไม่ออกว่า ส่วนใดแค่ไหนเป็นสภาพความจริงตามกฎธรรมชาติที่เขาไม่ควรเข้าไปแทรกแซงบิดเบือน ส่วนใดแค่ไหนเป็นหลักการกลางทางสังคมที่เหตุผลส่วนตัวของบุคคลไม่อาจหักล้าง ส่วนใดแค่ไหนเป็นสิทธิส่วนบุคคลของเขาที่จะเลือกตัดสินใจ และไม่รู้แม้กระทั่งว่า จริยธรรมในความหมายแบบตะวันตกนั้น จะทำหน้าที่ ณ ตำแหน่งไหนหรือจุดใด พุคสัน ๆ ว่า เขาไม่เข้าใจถึงสัจธรรมในจริยธรรม และจริยธรรมที่วางอยู่บนฐานของสัจธรรม เขายังไม่สามารถโยงจริยธรรมไปถึงสัจธรรมให้เห็นว่าพฤติกรรมทางจริยธรรมมีความสอดคล้องเชิงเหตุปัจจัยอย่างไร...

ซึ่งลักษณะคำตอบที่ถูกต้อง จากสถานการณ์คำถามเดียวกันกับที่โคลเบอร์กยกขึ้นมาถามพระเทพเวที (ประยูร ปยุตโต)(2534: 117-118) ได้ให้ตัวอย่างคำตอบไว้ดังนี้

...คำตอบข้างต้นที่ว่า “การขโมยในกรณีนี้เป็นการกระทำที่ถูกต้อง เพราะเป็นการรักษาชีวิตของมนุษย์ ซึ่งเป็นสิ่งที่มีค่ามากกว่าทรัพย์สินเงินทอง” ดังนี้ แสดงถึงการมีความสับสนในทางความคิด ซึ่งแทนที่จะเป็นตัวอย่างที่ดี กลับจะทำให้เกิดความพวามัวในการปฏิบัติต่อปัญหาจริยธรรมมากขึ้น จึงไม่น่าจะจัดเป็นพัฒนาการทางจริยธรรมขั้นที่ 6 ซึ่งเป็นขั้นที่สูงสุดได้เลย คำตอบที่ใกล้เคียงกับคำตอบข้างต้นนั้นมากที่สุด แต่เป็นคำตอบที่แสดงถึงภูมิธรรมภูมิปัญญา ที่สูงกว่า จะเป็นไปในทำนองนี้ว่า “การขโมยในกรณีนี้ เป็นการกระทำที่ตัวเขาควรกระทำ เพราะเป็นการรักษาชีวิตของมนุษย์ ซึ่งเป็นสิ่งที่มีค่ามากกว่าที่เขาจะยอมสละตัวลงยอมรับโทษ” เหตุผลในการให้คำตอบนี้ แม้จะมองอย่างพื้น ๆ ที่สุดก็มีหลายอย่าง เช่น เป็นการให้ความยุติธรรมแก่คนอื่น ๆ ที่ต่างก็ยอมหาเหตุผลเข้าข้างตัวมาอ้างให้เห็นว่าการกระทำของตนเป็นสิ่งที่ถูกต้อง และเป็นการใช้สิทธิแห่งการตัดสินใจทางจริยธรรมในขอบเขตความรับผิดชอบของตน พร้อมทั้งเป็นการแสดงความกล้าหาญทางจริยธรรมด้วยที่สำคัญยิ่งก็คือ เป็นการยอมรับขีดจำกัดความสามารถของบุคคลนั้นในการที่ไม่สามารถทำการให้ได้ผลดีโดยสมบูรณ์ครบทุกด้านหรือมากด้านที่สุดยิ่งไปกว่านั้น เป็นการแสดงความซื่อตรงเปิดเผยและไม่ปิดกั้นโอกาสในการพัฒนาตน แต่กลับเป็นการกระตุ้นเตือนตัวบุคคลนั้นเองก็ตาม บุคคลอื่น ๆ ก็ตามให้เพียรพยายามพัฒนาศักยภาพของตนให้สามารถทำความดีอย่างได้ผลดีทั่วทุกด้าน โดยสมบูรณ์ยิ่งกว่านั้นในโอกาสอื่นต่อไป เช่น พัฒนาความสามารถในการพูดจาให้เหตุผลชักจูงให้คนขายยาเห็นชอบด้วยที่จะลดราคาขาย พร้อมทั้งช่วยให้คนขายยานั้นมีคุณธรรม คือเมตตากรุณามากขึ้นด้วย อย่างไรก็ตาม ที่ว่ามานั้นยังเป็นเหตุผลเพียงในระดับของจริยธรรมเชิงคุณค่าเท่านั้น เหตุผลที่สำคัญจะต้องลงไปถึงระดับของสภาพความเป็นจริงหรือสังขธรรมด้วย...

จากการพิจารณาข้อสังเกตทฤษฎีของโกลเบอร์ก์ หลายประการ ทำให้เข้าใจถึงหลักการพัฒนาจริยธรรมนั้น ต้องพัฒนามนุษย์อย่างเป็นองค์รวม โดยพัฒนาให้ครบทั้ง 3 ด้านของชีวิต ได้แก่ พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา โดยไม่แยกแต่ละส่วนออกจากกัน การพัฒนาจริยธรรมก็ไม่นับการพัฒนาปัญญาอย่างเดียวเช่นทฤษฎีของโกลเบอร์ก์ แต่ต้องพัฒนาทุกด้านไปพร้อมๆกัน โดยมองเห็นจริยธรรมเป็นองค์รวมของระบบที่ทุกสิ่งเป็นปัจจัยแก่กันหลายด้าน เมื่อจริยธรรม คือการดำเนินชีวิตที่ดีงามทั้งหมด การพัฒนามนุษย์ก็ต้องเน้นการพัฒนาทั้ง 3 ด้าน คือ พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา เพื่อให้มนุษย์เข้าถึงจริยธรรมที่แท้ที่เป็นสังขธรรม ซึ่งแยกได้ชัดเจนจากบัญญัติธรรมที่กำหนดโดยสังคม

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การตรวจสอบงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อศึกษาผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องที่กำลังศึกษา ผู้วิจัยขอนำเสนอเป็น 2 ส่วน คือ งานวิจัยที่ใช้วิธีการศึกษาด้วยวิธีการกลุ่มจิตศึกษา และงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาจริยธรรม

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกลุ่มจิตศึกษา

ครุณี คชพรหม (2543) ได้ทำการศึกษาเรื่องผลของกลุ่มประทับประคองและจิตศึกษาต่อภาระของผู้ดูแลผู้ป่วยโรคจิตเภท ซึ่งการวิจัยกึ่งทดลองนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของกลุ่มประทับประคองและจิตศึกษาต่อภาระของผู้ดูแลผู้ป่วยโรคจิตเภทกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ดูแลที่พาผู้ป่วยมารับการตรวจรักษาและมารับยาแทนผู้ป่วยที่แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์ อุดรราชธานี ในช่วงเดือนสิงหาคม ถึงกันยายน พ.ศ. 2542 จำนวน 24 คน แบ่งเป็น 2 กลุ่มๆละ 12 คน กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ กลุ่มทดลองได้รับกลุ่มประทับประคองและจิตศึกษา เครื่องมือวิจัยประกอบด้วย 3 ส่วน คือ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ดูแล แบบวัดภาระของผู้ดูแลของ เฟื่องลดา เคนไชยวงศ์ (2539) ความเชื่อมั่นของแบบวัดภาระเชิงปรนัย และเชิงอัตนัย มีค่าสัมประสิทธิ์อัลฟ่าของครอนบาคเท่ากับ 0.81 และ 0.88 ตามลำดับ แผนการทำกลุ่มประทับประคองและจิตศึกษาผ่านการตรวจสอบความตรงของเนื้อหา โดยผู้ทรงคุณวุฒิ เก็บรวบรวมข้อมูลก่อนและหลังการทดลองทันที คะแนนภาระของผู้ดูแลระหว่างก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มเดียวกันวิเคราะห์ความแตกต่างด้วยสถิติการทดสอบทีที่มีเครื่องหมายกำกับวิคออกชันและระหว่างกลุ่มด้วยสถิติแมนวิทนิยู ผลการศึกษาพบว่า ภาระเชิงปรนัยและเชิงอัตนัยของผู้ดูแลผู้ป่วยโรคจิตเภททดลองภายหลังได้รับกลุ่มประทับประคองและจิตศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) และพบว่าภาระเชิงปรนัยและเชิงอัตนัยของผู้ดูแลผู้ป่วยโรคจิตเภทหลังได้รับการพยาบาลตามปกติไม่มีความแตกต่างกัน และผู้ดูแลผู้ป่วยโรคจิตเภทกลุ่มที่ได้รับกลุ่มประทับประคองและจิตศึกษามีภาระเชิงปรนัยและเชิงอัตนัยน้อยกว่ากลุ่มที่ได้รับการพยาบาลตามปกติอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) ผลการวิจัยครั้งนี้มีข้อเสนอแนะว่า กลุ่มประทับประคองและจิตศึกษา เป็นวิธีปฏิบัติการพยาบาลวิธีหนึ่งในการลดภาระของผู้ดูแลผู้ป่วยจิตเภทได้ พยาบาลที่ปฏิบัติงานในจิตเวชชุมชน จึงควรได้รับการฝึกอบรมวิธีการนี้ เพื่อใช้ในการปฏิบัติการพยาบาล

อัจฉราวรรณ ตรีขวง (2547) ได้ทำการศึกษาเรื่องผลของกลุ่มจิตศึกษาต่อความเครียดในผู้ดูแลผู้ที่เป็นโรคจิตเภท การวิจัยกึ่งทดลองครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ผลของกลุ่มจิตศึกษาต่อความเครียดในผู้ดูแลผู้ที่เป็นโรคจิตเภท คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างตามคุณสมบัติที่กำหนดจำนวน 20 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 10 คน กลุ่มควบคุม 10 คน ทั้ง 2 กลุ่มมีความคล้ายคลึงในเรื่อง เพศ การศึกษา และระดับคะแนนความเครียด กลุ่มทดลองได้รับกลุ่มจิตศึกษา กลุ่มควบคุมได้รับการพยาบาลตามปกติ เครื่องมือวิจัยประกอบด้วย 1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป 2) แบบวัดความเครียดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามกรอบแนวคิดของลาซารัสและ โฟล์คแมน (Lazarus&Folkman,1984) โดยนำมาหาความตรงตามเนื้อหาได้ค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหาเท่ากับ .91 และนำมาหาค่าความเชื่อมั่นได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาคเท่ากับ .94 และ 3) โปรแกรมจิตศึกษาผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรม ทดสอบความตรงตามเนื้อหาโดยผู้ทรงคุณวุฒิ 5 ท่าน วิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติเชิงพรรณนา และสถิติทดสอบค่าทีชนิด 2 กลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน และสถิติค่าทีชนิด 2 กลุ่มไม่เป็นอิสระต่อกัน ผลการวิจัยพบว่า 1) ผู้ดูแลผู้ที่เป็นโรคจิตเภท ภายหลังได้รับกลุ่มจิตศึกษามีคะแนนความเครียดต่ำกว่าก่อนได้รับกลุ่มจิตศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 2) ผู้ดูแลผู้ที่เป็นโรคจิตเภทกลุ่มทดลอง ที่ได้รับกลุ่มจิตศึกษามีคะแนนความเครียดต่ำกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับจิตศึกษา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า กลุ่มจิตศึกษาสามารถลดความเครียดของผู้ดูแลผู้ที่เป็นโรคจิตเภท ดังนั้นจึงควรนำไปใช้ลดความเครียดในผู้ป่วยที่เป็นโรคจิตเภทให้ครอบคลุมในผู้ดูแลทุกราย เพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตของผู้ดูแลให้ดียิ่งขึ้นและสามารถให้การดูแลอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาจริยธรรม

กรกฏา นักรัก (2538) ศึกษาเรื่อง การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพัฒนาการทางจริยธรรมเชิงพุทธรกับการปรับตัวทางสังคม สุขภาพจิต และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ การวิจัยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพัฒนาการทางจริยธรรมเชิงพุทธรกับการปรับตัวทางสังคม สุขภาพจิต และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 2) เพื่อเปรียบเทียบพัฒนาการทางจริยธรรมเชิงพุทธร จากตัวแปรเพศ ระดับการศึกษาบิดา-มารดา อาชีพบิดา-มารดา ลักษณะครอบครัว และสถานภาพทางเศรษฐกิจ 3) เพื่อสร้างสมการทำนายพัฒนาการทางจริยธรรมเชิงพุทธร จาก 3 ตัวแปร คือ การปรับตัวทางสังคม สุขภาพจิต และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 และ 6 ของโรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ปีการศึกษา 2537 -

38 ได้จากการสุ่มห้องเรียนระดับละ 2 ห้องเรียนรวม 4 ห้องเรียนเป็นนักเรียน 119 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย แบบวัดจริยธรรมเชิงพุทธ แบบประเมินการปรับตัวทางสังคม แบบวัดสุขภาพจิตและแบบสอบถามภูมิหลังทางครอบครัว ค่าความเชื่อมั่นของแบบวัดจริยธรรมเชิงพุทธ แบบประเมินการปรับตัวทางสังคม แบบวัดสุขภาพจิต มีค่าเท่ากับ 0.66 0.85 และ 0.84 ตามลำดับ ผลการวิจัยพบว่า 1) พัฒนาการทางจริยธรรมเชิงพุทธมีความสำคัญทางบวกอย่างมีนัยสำคัญกับ การปรับตัวทางสังคม สุขภาพจิต และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 2) นักเรียนที่มีเพศระดับการศึกษาบิดา- มารดา อาชีพบิดา- มารดา ลักษณะครอบครัวและสถานภาพทางเศรษฐกิจแตกต่างกัน มีพัฒนาการทางจริยธรรมเชิงพุทธไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 3) สมการทำนายพัฒนาการทางจริยธรรมเชิงพุทธในรูปสมการมาตรฐาน คือ จริยธรรมเชิงพุทธ = 0.05 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน + 0.36 การปรับตัวทางสังคม + 0.18 สุขภาพจิต

จาริรัตน์ ปรกแก้ว (2538) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ผลของการให้การศึกษาด้วยวิธีการแสวงหาค่านิยมที่มีต่อกระบวนการตัดสินใจทางจริยธรรม การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการทดลองให้การศึกษาด้วยวิธีการกระบวนการแสวงหาค่านิยมที่มีต่อการเกิดกระบวนการตัดสินใจทางจริยธรรม โดยมุ่งให้ผลทางการวิจัยเกิดประโยชน์ต่อการจัดการเรียนการสอนสำหรับเยาวชนอายุตั้งแต่ 16 ปีขึ้นไป ทั้งนี้เนื่องจากเป็นผู้มีความสามารถตัดสินใจทางจริยธรรมโดยยึดหลักการเคารพความคิดของตนเองได้แล้วกลุ่มตัวอย่างคือ นิสิตระดับปริญญาตรีของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ที่อาสาสมัครเข้าร่วมโครงการวิจัยและได้รับการคัดเลือกพร้อมกับถูกแบ่งออกเป็น 4 กลุ่มๆละ 8 คนโดยกลุ่มที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกันด้านเพศ ระดับผลการเรียน ระดับปีการศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจและครอบครัวและลักษณะการอบรมเลี้ยงดู กลุ่มตัวอย่างทั้ง 4 กลุ่มถูกสุ่มเข้าแผนวิจัยแบบประยุกต์จากวิธีของโซโลมอนสี่กลุ่มทดสอบก่อนหลัง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบสอบถามความเรียงวัดการเกิดกระบวนการตัดสินใจทางจริยธรรม แบบสังเกตการใช้คำถามหรือประโยคสนทนตามแนววิธีการเจาะค่านิยม และการครอบงำ ความคิดผู้อื่นและ/หรือก้าวร้าว และแบบวัดการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัว แผนการวิเคราะห์ทางสถิติเพื่อศึกษาผลของการให้การศึกษาด้วยวิธีการกระบวนการแสวงหาค่านิยม ที่มีต่อการเกิดกระบวนการตัดสินใจทางจริยธรรม อาศัยวิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบฟรายด์แมน และการพรรณนาวิเคราะห์การให้การศึกษาด้วยวิธีการกระบวนการแสวงหาค่านิยม และกระบวนการตัดสินใจทางจริยธรรมที่จะเกิดขึ้นในตัวผู้เรียนภายหลังการให้การศึกษาด้วยวิธีดังกล่าว สร้างขึ้นตามแนวทฤษฎีค่านิยม และเทคนิควิธีการเจาะค่านิยมของ รัสส์และคนอื่นๆ (Raths and others, 1972) ผสมผสานกับทฤษฎีจริยศึกษาที่เน้นกระบวนการแสวงหาค่านิยมของวิลสัน (Wilson, 1972) ผลการทดลองพบว่า การให้

การศึกษาด้วยกระบวนการแสวงหาคำนิยาม ส่งผลให้ผู้เรียนเกิดกระบวนการตัดสินใจทางจริยธรรม สูงกว่า ผู้ที่ไม่ได้ผ่านการให้การศึกษาด้วยวิธีดังกล่าวอย่างมีนัยสำคัญ อย่างไรก็ตามมีข้อควรสังเกต คือ แม้สิ้นสุดระยะเวลาของการทดลองแล้ว กลุ่มตัวอย่างยังคงมีพฤติกรรมแบบตัดสินใจถูกผิดเร็วโดยอาศัยข้อมูลที่มีอยู่อย่างจำกัดและมักมุ่งหาคำตอบให้ผู้อื่นมุ่งสู่คำตอบในใจตนมากกว่า เพื่อสืบค้นข้อเท็จจริงเพิ่มเติมเพื่อความเข้าใจที่กระจ่างแจ้งชัดเจน การให้การศึกษาด้วยวิธีกระบวนการแสวงหาคำนิยามจึงควรมีกิจกรรมมุ่งละลายพฤติกรรมดังกล่าวด้วย

นิตยา ศรีจันทน์ (2538) ได้ทำการศึกษาเรื่องผลของการปรึกษากลุ่มต่อการพัฒนาจริยธรรมเชิงพุทธของนักศึกษาวิทยาลัยพยาบาลทหารอากาศ วัตถุประสงค์ของการวิจัยคือ 1) เพื่อศึกษาผลของการปรึกษากลุ่มต่อการพัฒนาจริยธรรมเชิงพุทธของนักศึกษาวิทยาลัยพยาบาลทหารอากาศ โดยเปรียบเทียบพัฒนาการทางจริยธรรมเชิงพุทธของนักศึกษาชั้นปีที่ 3 วิทยาลัยพยาบาลทหารอากาศ ก่อนการปรึกษากลุ่มและภายหลังการปรึกษากลุ่ม 2) เพื่อศึกษาความคิดเห็นต่อการเข้ารับการปรึกษากลุ่มของนักศึกษาชั้นปีที่ 3 โดยเปรียบเทียบพัฒนาการทางจริยธรรมเชิงพุทธของนักศึกษาชั้นปีที่ 3 วิทยาลัยพยาบาลทหารอากาศ ก่อนการปรึกษากลุ่มและภายหลังการปรึกษากลุ่ม การศึกษานี้ใช้การทดลองโดยมีกลุ่มทดลอง 1 กลุ่มเป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 วิทยาลัยพยาบาลทหารอากาศ ปีการศึกษา 2537 ที่มีคะแนนจริยธรรมเชิงพุทธต่ำกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 25 ลงมา จำนวน 12 คน กลุ่มทดลองได้เข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษากลุ่มเป็นเวลา 10 สัปดาห์ทุกครั้ง แต่ละครั้งใช้เวลา 2 ชั่วโมง และเครื่องมือที่ใช้วัดพัฒนาการจริยธรรม คือ แบบวัดจริยธรรมเชิงพุทธ ผลการวิจัยพบว่า 1) กลุ่มทดลองมีคะแนนจริยธรรมเชิงพุทธ ภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) สมาชิกของกลุ่มทดลองมีความเห็นว่าโปรแกรมการปรึกษากลุ่มมีความเหมาะสมที่จะนำไปใช้พัฒนาตนเองในการดำเนินชีวิตประจำวัน สมาชิกกลุ่มมีโอกาสนำปัญหาจริงที่เกิดขึ้นมาปรึกษาภายในกลุ่ม กลุ่มช่วยให้สมาชิกเข้าใจและรู้จักตนเองมากขึ้น สมาชิกกลุ่มสามารถพิจารณาปัญหาที่เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิตได้ถูกต้อง โดยหาสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหตามเหตุปัจจัยที่เกิดขึ้น และสมาชิกสามารถเลือกแนวทางในการแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้อย่างสร้างสรรค์ การปรึกษากลุ่มช่วยพัฒนาทั้งด้านพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ความรู้สึกที่ดีและความคิดที่ถูกต้องมีประสิทธิภาพ

สุนันท์ ปรีชาชัยสุรัตน์ (2542) ศึกษาเรื่องการใช้เทคนิคแม่แบบในการพัฒนาจริยธรรมเชิงสังคมของนักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตแตกต่างกัน การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมาย 3 ประการ คือ 1) เพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างการได้รับเทคนิคแม่แบบและลักษณะมุ่งอนาคตที่มีต่อการพัฒนาพฤติกรรมเชิง

จริยธรรมทางสังคมของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 2) ศึกษาผลของเทคนิคแม่แบบในการพัฒนาพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคม และ 3) ศึกษาลักษณะพัฒนาการของพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมของเด็กที่มีลักษณะมุ่งอนาคตแตกต่างกัน กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดโพธิ์แจ้ง จังหวัดสมุทรสาคร จำนวน 64 คน แบ่งเป็นกลุ่มที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงกับมุ่งอนาคตต่ำ แล้วสุ่มนักเรียนแต่ละกลุ่มเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละเท่าๆกัน ได้กลุ่มทดลอง 32 คน กลุ่มควบคุม 32 คน ใช้เวลาในการทดลอง 12 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที โดยกลุ่มทดลองได้รับเทคนิคแม่แบบ ส่วนกลุ่มควบคุมไม่ได้รับเทคนิคแม่แบบ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบวัดพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคม แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคตและเทคนิคแม่แบบ การวัดพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมภายหลังการทดลองกระทำทันที ผลการวิจัยพบว่า 1) มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างการได้รับเทคนิคแม่แบบและลักษณะมุ่งอนาคตต่อพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยลักษณะปฏิสัมพันธ์เป็นแบบตามลำดับ (Ordinal interaction) และผลของตัวแปรการได้รับแม่แบบและลักษณะมุ่งอนาคตต่อพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมอย่างมีนัยสำคัญ ดังนั้นจึงส่งผลให้ได้อธิสรุปผลการศึกษาในข้อ 2 และ ข้อ 3 ดังนี้ 2) หลังจากได้รับเทคนิคแม่แบบนักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) นักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงมีพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมสูงกว่านักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4) นักเรียนกลุ่มที่มีลักษณะมุ่งอนาคตสูงเมื่อได้รับเทคนิคแม่แบบแล้ว มีคะแนนพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมสูงสุด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ณัฐพล ไคขุนทด (2544) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมและอัตมโนทัศน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ภาคปลายปีการศึกษา 2543 โรงเรียนเพชรวิทยาการ อำเภอภูเขียว จังหวัดชัยภูมิ การวิจัยมีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมกับอัตมโนทัศน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2544 โรงเรียนเพชรวิทยาการ อำเภอภูเขียว จังหวัดชัยภูมิ 2) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบอัตมโนทัศน์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นจำแนกตามระดับชั้นและเพศ ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนเพชรวิทยาการ อำเภอภูเขียว สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดชัยภูมิ 3) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบเหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จำแนกตามระดับชั้นและเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนเพชรวิทยาการ อำเภอภูเขียว สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดชัยภูมิ โดยทำการศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนจำนวน 244 คนที่ได้จากการสุ่มแบบแบ่งชั้น เครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูลมีดังนี้ 1) แบบวัดระดับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม

ซึ่งผู้วิจัยพัฒนามาจาก แบบวัดของกิติพร โขประการ(2537) 2) แบบวัดอ้อมโนทัศน์ซึ่งผู้วิจัยพัฒนามาจากแบบทดสอบของวรพงษ์ นันทลักษณ์ (2537) ที่มีค่าสัมประสิทธิ์ของครอนบาคเท่ากับ .68 และ 0.72 ตามลำดับ และทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการคำนวณค่าเฉลี่ยเลขคณิต ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบที และการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ซึ่งผลการวิจัยพบว่า 1) ระดับอ้อมโนทัศน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นเพศชายและเพศหญิงไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) ระดับอ้อมโนทัศน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นที่อยู่ระดับชั้นมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) ระดับของการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นเพศชายและเพศหญิง ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4) ระดับของการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ที่อยู่ระดับชั้นต่างกันมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 5) ระดับอ้อมโนทัศน์และระดับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียน มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ข้อเสนอแนะคือ ในการพัฒนาจริยธรรม ควรมีการสอดแทรกกิจกรรมที่เกี่ยวกับอ้อมโนทัศน์ในการเรียนการสอน เพื่อพัฒนาระดับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียน และในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำการวิจัยเชิงทดลองเพื่อสร้างรูปแบบกิจกรรมที่พัฒนาอ้อมโนทัศน์และส่งเสริมพฤติกรรมจริยธรรม

วัลลภา จันทรเพ็ญ (2544) ศึกษาเรื่องการพัฒนา รูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจริยธรรมของนักศึกษาช่างอุตสาหกรรม ตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจริยธรรมของนักศึกษาช่างอุตสาหกรรมตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญาและเพื่อนำรูปแบบการจัดกิจกรรมที่พัฒนาขึ้นไปทดลองใช้กับนักศึกษาช่างอุตสาหกรรมโดยเปรียบเทียบพฤติกรรมจริยธรรมของนักศึกษาช่างอุตสาหกรรมในกลุ่มทดลองที่ได้รับการพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญากับกลุ่มควบคุมที่ได้รับการพัฒนาจากการจัดกิจกรรมตามปกติ ผลการวิจัยพบว่า 1) รูปแบบที่พัฒนาขึ้น ได้แก่ รูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจริยธรรมตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาจริยธรรมของนักศึกษาช่างอุตสาหกรรม ระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.) การดำเนินกิจกรรมของรูปแบบมี 3 ระยะ ได้แก่ ระยะเส้นฐาน ระยะทดลองและระยะติดตามผล การดำเนินกิจกรรมในระยะทดลอง มีการให้ความรู้และฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับเรื่องการจัดการความคิดความเข้าใจ ทักษะการคิดเพื่อควบคุมตนเอง ด้วยเทคนิคการปรับพฤติกรรมทางปัญญา การเขียนโครงการช่วยเพื่อน การซักซ้อมซ้ำ การให้ข้อมูลป้อนกลับและเสริมแรงทางบวก 2) ผลการใช้รูปแบบการจัดกิจกรรมตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา

2.1) นักศึกษากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมจริยธรรมในระยะพื้นฐาน ระยะทดลอง และระยะติดตามผล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 2.2) นักศึกษากลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยของคะแนนพฤติกรรมจริยธรรม แตกต่างจากนักศึกษากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

นรยส ไชยศรีพรหม (2545) ได้ศึกษาเรื่อง ลักษณะบุคลิกภาพและตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กลุ่มตัวอย่างคือนิสิตระดับปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จำนวน 381 คน โดยได้มาจากการสุ่มแบบแบ่งชั้นภูมิ ตามเพศ ระดับชั้นปี เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยประกอบด้วย 1) แบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรม มาจากแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมที่ ผศ.ดร. อาภา จันทรสกุล และ นิตยา ศรีจันทร์ (2538) สร้างขึ้น และพัฒนาต่อมาโดย ผศ.ดร. อาภา จันทรสกุล และกรกฏา นักกิม (2538) โดยมีพระธรรมปลูก (ป.อ.ปยตุ โศ) เป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพด้านความตรงตามโครงสร้าง (Construct Validity) และเกณฑ์การตรวจ แบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมมีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.70 และ 2) แบบวัดบุคลิกภาพ Myer -Briggs Type indicator (MBTI) Form G สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่า t (t-test) การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One- way ANOVA) วิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise Multiple Regression) ผลการวิจัยพบว่า 1) นิสิตปริญญาตรีที่มีความแตกต่างกันของตัวแปร คือ เพศ อายุ ระดับชั้นปี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับการศึกษาของบิดามารดา มีการตัดสินใจเชิงจริยธรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2) นิสิตปริญญาตรีที่มีลักษณะบุคลิกภาพอาชีพของบิดามารดา และรายได้ของบิดามารดาแตกต่างกัน มีการตัดสินใจเชิงจริยธรรมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 3) ตัวพยากรณ์ที่มีอำนาจในการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนิสิตปริญญาตรี คณะศึกษาศาสตร์ คือ ระดับชั้นปีที่ 4 เพศหญิง ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง และระดับการศึกษาบิดามารดาต่ำ คือ ระดับประถมศึกษาหรือไม่ได้รับการศึกษา) โดยตัวพยากรณ์ต่างๆดังกล่าวร่วมกันพยากรณ์การตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนิสิตได้ ร้อยละ 13 สำหรับสมการในการพยากรณ์ เป็นดังนี้ การตัดสินใจเชิงจริยธรรม = .297 ชั้นปีที่ 4 + .129 เพศหญิง + .124 ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง + .105 ระดับการศึกษาของบิดามารดาต่ำ

พระมหาคารม เกิดมี (2546) ศึกษาเรื่อง การเปรียบเทียบผลของการเรียนรู้แบบสตอรี่ไลน์ และกรณีตัวอย่างที่มีต่อการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความสามัคคีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบผลของการเรียนรู้แบบสตอรี่ไลน์และกรณีตัวอย่างที่มีต่อการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความสามัคคีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัดสุทิว

ราราม เขตสาทร กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ปีการศึกษา 2546 ที่มีการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมในระดับต่ำจำนวน 30 คน ซึ่งได้รับการสุ่มอย่างง่ายเป็นกลุ่มทดลอง 2 กลุ่ม กลุ่มละ 15 คน กลุ่มทดลองที่ 1 ได้รับการเรียนรู้แบบสตอรีไลน์และกลุ่มที่ 2 ได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ แบบสอบถามการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความสามัคคี ผลการวิจัยพบว่า 1) นักเรียนมีการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความสามัคคีในระดับสูงขึ้น หลังจากได้รับการเรียนรู้แบบสตอรีไลน์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 2) นักเรียนที่มีการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความสามัคคีในระดับสูงขึ้น หลังจากได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 3) นักเรียนที่ได้รับการเรียนรู้แบบสตอรีไลน์มีการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความสามัคคีในระดับที่สูงขึ้นมากกว่านักเรียนที่ได้รับการใช้กรณีตัวอย่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ใจศรี พานิกุล(2546) ศึกษาเรื่องการเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่เรียนเรื่องหลักธรรมในพระพุทธศาสนา โดยการสอนแบบไตรสิกขาโดยการสอนแบบธรรมสากัจฉา การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่เรียนเรื่องหลักธรรมในพระพุทธศาสนา โดยการสอนแบบไตรสิกขาโดยการสอนแบบธรรมสากัจฉา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนนนทบุรีพิทยาคม อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2546 จำนวน 50 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งกลุ่ม (Cluster Random Sampling) กลุ่มทดลองที่ 1 เรียนการสอนแบบไตรสิกขา จำนวน 25 คน กลุ่มที่ 2 เรียนการสอนแบบธรรมสากัจฉา จำนวน 25 คน ระยะเวลาที่ใช้ในการทดลองสอนกลุ่มละ 18 คาบ คาบละ 50 นาที ผลการวิจัยพบว่า 1) นักเรียนที่เรียนเรื่องหลักธรรมในพระพุทธศาสนาโดยการสอนแบบไตรสิกขา และการสอนแบบธรรมสากัจฉามีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ 2) นักเรียนที่เรียนเรื่องหลักธรรมในพระพุทธศาสนา โดยการสอนแบบไตรสิกขาและการสอนแบบธรรมสากัจฉามีการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

กฤษดา สาตร์พันธ์ (2546) ได้ศึกษา ผลของโปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ พัฒนาการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพระหฤทัยคอนแวนต์ กรุงเทพมหานคร การวิจัยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาผลการใช้โปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ พัฒนาการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพระ

หุทัยคอนแวนต์ ปีการศึกษา 2545 กลุ่มตัวอย่างได้แก่ นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพระหุทัยคอนแวนต์ กรุงเทพมหานคร ที่มีคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมตามแนวทฤษฎีของโกลเบอร์กต่ำกว่าจริยธรรมตามกฎเกณฑ์ ในระดับที่ 2 ชั้นที่ 4 ลงมาจำนวน 16 คน และใช้วิธีการสุ่มอย่างง่ายโดยสอบถามความสมัครใจในการเข้ารับการทดลอง แล้วแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 8 คน และกลุ่มควบคุม 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลองประกอบด้วยแบบสอบถามการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม และโปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์ โดยทำการทดลองโปรแกรม 12 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ติดต่อกัน 4 สัปดาห์ การทดลองแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผลการทดลอง ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการกับระยะเวลาการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมฝึกความฉลาดทางอารมณ์ มีการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

सानนท์ อนันตานนท์ (2550) ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการพัฒนาพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กลุ่มตัวอย่างได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนเมืองพัทยา 3 จังหวัดชลบุรี ที่มีคะแนนพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคม จำนวน 16 คน สุ่มอย่างง่ายเข้ากลุ่ม 2 กลุ่มคือ กลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผลและอารมณ์และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ แบบวัดพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคม และโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยดำเนินการทดลองทั้งหมด 13 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที สัปดาห์ละ 2 ครั้ง การทดลองแบ่งเป็น 3 ระยะ คือ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง และระยะติดตามผล สถิติที่ใช้คือ การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบวัดซ้ำประเภทหนึ่งตัวแปรระหว่างกลุ่มและหนึ่งตัวแปรภายในกลุ่ม (Repeated-Measures Analysis of Variance: One Between-Subjects Variable and One Within-Subject Variable) และทดสอบความแตกต่างด้วยวิธีทดสอบรายคู่แบบนิวแมนคูลส์ (Newman-Keuls Procedure) ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

งานวิจัยต่างประเทศ

Belman (2003) ได้ทำการศึกษาเรื่อง บทบาทของกระบวนการกลุ่มจิตศึกษาในการปฏิเสธปัจจัยที่ใช้ในการทำผิด การศึกษามีวัตถุประสงค์เพื่อ วัดการเปลี่ยนแปลงของการปฏิเสธในปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการทำผิดที่เกิดขึ้นก่อนเข้าร่วมกระบวนการกลุ่มจิตศึกษา ซึ่งทำนายการเข้าร่วมกลุ่มซึ่งประสบการณ์ทางบวกที่ได้รับจากกลุ่ม คือ การได้รับการรักษาจากกลุ่ม จะสามารถปฏิเสธ สารเสพติด ภายหลังออกจากกลุ่ม ซึ่งสมมติฐาน ว่าระดับของการปฏิเสธจากการเข้าร่วมกลุ่มจากการที่สมาชิกได้รับประสบการณ์ของการได้รับปัจจัยต่างๆจากกลุ่ม ได้แก่ การได้รับการยอมรับจากกลุ่ม การยอมรับตนเอง และการเปิดเผยตนเอง การวัดผลของการเปลี่ยนแปลงการปฏิเสธ ใช้มาตราวัดการปฏิเสธ ซึ่งได้พื้นฐานมาจากการสัมภาษณ์และจากการรายงานตนเอง ผลของการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เป็นคนไข้ เพศชายและเพศหญิงจำนวน 58 คน เข้ารับการรักษาจำนวน 12 ครั้ง ซึ่งใช้วิธีการกลุ่มจิตศึกษาลักษณะเป็นกลุ่มปิด วัดตัวแปรตามก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม พบว่า การได้รับการยอมรับจากกลุ่ม การได้รับการเปลี่ยนแปลงอารมณ์ การบำบัดด้านความสัมพันธ์ และการเปลี่ยนแปลงการปฏิเสธ โดยได้รับประสบการณ์การประเมินจากกลุ่ม พบว่า ความสามารถในการปฏิเสธมีความสัมพันธ์ระหว่างกันกับปัจจัยภายในกลุ่ม

Laturner (2005) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ผลของโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาเพื่อการให้อภัยในการแก้แค้น และความโกรธ ของนักเรียนในโรงเรียนมัธยม งานวิจัยนี้ให้ความสำคัญกับความรุนแรงและความก้าวร้าวของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในประเทศอเมริกาที่มีเหตุการณ์ที่น่าเศร้าสลด โปรแกรมการให้อภัยจะช่วยทำให้ความโกรธบรรเทาและช่วยลดความรู้สึกลอยจากแก้แค้นบุคคลที่ทำให้โกรธ ซึ่งโปรแกรมนี้สามารถนำไปใช้ในการศึกษาในห้องเรียนเพื่อช่วยป้องกันปัญหา โดยโปรแกรมที่สร้างขึ้นจำนวน 3 ครั้งเพื่อเพิ่มทัศนคติในทางบวกและลดความรู้สึกลอยจากแก้แค้น กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียน ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จากโอไฮโอ 54 คน จัดแบ่งเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองวัดตัวแปรตามก่อนและหลัง ผลการวิจัยพบว่า คะแนนจากการวัดตัวแปรตามและการวัดซ้ำ มีการลดลงของความรู้สึกลอยจากแก้แค้นและเพิ่มความรู้สึกให้อภัยแก่คนที่ทำให้โกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติจากการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยแยกประเด็นการศึกษาออกเป็น การศึกษางานที่วิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มจิตศึกษา และงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับการพัฒนาจริยธรรม สามารถสรุปได้ว่าการพัฒนาจริยธรรมมีความสำคัญและจำเป็นสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย อีกทั้งกลุ่ม

จิตศึกษามีแนวโน้มที่จะพัฒนาคุณลักษณะต่างๆที่ต้องการพัฒนาได้เป็นอย่างดี ผู้วิจัยจึงนำวิธีการกลุ่มจิตศึกษามานำมาบูรณาการร่วมกับหลักการปฎิบัติตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ซึ่งจะสามารถพัฒนาคุณลักษณะทางด้านปัญญา เนื่องจากการพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ต้องอาศัยกระบวนการคิดตามแนวทางแห่งปัญญาเป็นจุดเริ่มต้น ในการฝึกฝน อบรมพัฒนาตน ให้ครบทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ พุทธิกรรม จิตใจ และ ปัญญา เพื่อให้เป็นผู้ที่มีจริยธรรม คือ การดำเนินชีวิตตามแนวทางแห่งมรรค และเมื่อบุคคลต้องเผชิญกับสถานการณ์ทางจริยธรรม จะส่งผลให้บุคคลสามารถที่จะตัดสินใจโดยใช้องค์ประกอบในด้านปัญญาสามารถอธิบายจากผลดีที่เกิดขึ้นต่อตนเอง ครอบครัวและสังคมส่วนรวมในระยะสั้นและระยะยาว องค์ประกอบด้านจิตใจ (คุณภาพจิตและสุขภาพจิต)

สมมติฐานการวิจัย

1. ภายหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมนักเรียนกลุ่มทดลองจะมีคะแนนจากแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมจะมีคะแนนจากแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ก่อนและหลังไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม นักเรียนที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมจะมีคะแนนจากแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บทที่ 3

วิธีการวิจัย

การวิจัยเรื่องผลของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เป็นการวิจัยแบบทดลอง (Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากร คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนคอนคาวิทยา จังหวัดสุพรรณบุรี ปีการศึกษา 2551 มีจำนวน 196 คน ซึ่งแต่ละระดับชั้นแบ่งเป็น 3 ห้องเรียน รวมเป็น 9 ห้องเรียน ได้แก่ มัธยมศึกษาปีที่ 4/1 จำนวน 43 คน มัธยมศึกษาปีที่ 4/2 จำนวน 28 คน มัธยมศึกษาปีที่ 4/3 จำนวน 24 คน มัธยมศึกษาปีที่ 5/1 จำนวน 37 คน มัธยมศึกษาปีที่ 5/2 จำนวน 17 คน มัธยมศึกษาปีที่ 5/3 จำนวน 13 คน มัธยมศึกษาปีที่ 6/1 จำนวน 14 คน มัธยมศึกษาปีที่ 6/2 จำนวน 12 คน มัธยมศึกษาปีที่ 6/3 จำนวน 8 คน ประกอบด้วยแผนการเรียนวิทยาศาสตร์-คณิตศาสตร์ คณิตศาสตร์-ภาษาอังกฤษ และช่างอุตสาหกรรม

กลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้มีกลุ่มตัวอย่างจำนวน 28 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 14 คน และกลุ่มควบคุม 14 คน วิธีการได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยใช้วิธีสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เลือกนักเรียนมา 1 ห้องเรียน คือ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5/1 เพราะผู้วิจัยต้องการนักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมประมาณ 14-15 คน เพื่อให้มีสมาชิกในกลุ่มทดลองเพียงพอที่จะทำกิจกรรมและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันได้อย่างหลากหลาย แล้วผู้วิจัยขอความอนุเคราะห์จากอาจารย์ประจำชั้น ให้ผู้วิจัยเข้าไปพบปะชี้แจง เพื่อประชาสัมพันธ์กับนักเรียนถึงโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษากับการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ซึ่งกลุ่มจิตศึกษาจะใช้เวลาช่วงเย็นตอนเลิกเรียน ครั้งละประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที ส่วนวันและเวลาจะ

พิจารณาจากที่นักเรียนส่วนใหญ่ว่างตรงกัน ผลปรากฏว่ามีนักเรียนที่สมัครใจเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา จำนวน 28 คน

2. ผู้วิจัยนำรายชื่อของนักเรียนมาสุ่มนักเรียนไว้ในกลุ่มทดลอง 14 คน และกลุ่มควบคุม 14 คน (randomly assigned) แล้วจึงให้นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรม

3. ผู้วิจัยได้ทำข้อตกลงกับนักเรียนกลุ่มทดลอง 14 คน เกี่ยวกับข้อตกลงในการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา โดยสมาชิกกลุ่มทุกคนต้องเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาทุกครั้งตาม วัน – เวลาที่ตกลงกันไว้ และถ้านักเรียนคนใดไม่สามารถมาเข้าร่วมกลุ่มได้ต้องแจ้งให้ผู้นำกลุ่มทราบก่อนล่วงหน้า ซึ่งผู้วิจัยเริ่มโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาครั้งแรก ในวันพฤหัสบดีที่ 5 มิถุนายน พ.ศ. 2551

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เป็นโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีจำนวนทั้งหมด 15 ครั้ง โดยใช้หลักการปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ มาบูรณาการร่วมกับเทคนิควิธีการของกลุ่มจิตศึกษาโดยมีคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเหมาะสมของโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา ซึ่งอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลักและอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์รองจบการศึกษาด้านจิตวิทยาการปรึกษาและมีประสบการณ์การสอนทางด้านจิตวิทยาการปรึกษาในระดับบัณฑิตศึกษานอกจากนี้ผู้วิจัยได้ให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน (ดังรายละเอียดในภาคผนวก ข) เป็นผู้ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา

1. ขั้นตอนการสร้างโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม เป็นโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยมีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

1) ศึกษารายละเอียด วิธีการ ขั้นตอน และเทคนิค ของกลุ่มจิตศึกษา จากหนังสือ Psychoeducational Group Process and Practice แต่งโดย Nina W. Brown (2004) และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มจิตศึกษา และศึกษาเทคนิคการปรึกษากลุ่มและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา จากตำรา เอกสารทางด้านการให้คำปรึกษากลุ่ม อาทิ Intentional Group Counseling a Microskills Approach แต่งโดย Ivey et al. (2001), Theory and Practice of Group Counseling แต่งโดย Corey, G. (1995), เอกสารประกอบการสอนการปรึกษากลุ่ม แต่งโดย อาภา จันทรสกุล (2548) และหนังสือการปรึกษากลุ่มอื่นๆ

2) ศึกษาองค์ความรู้เกี่ยวกับทักษะการปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ จากพุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ) (2549) แต่งโดย พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) , หนังสือเรื่องเทคนิคและทฤษฎีการปรึกษาในสถาบันการศึกษาของ อาภา จันทรสกุล (2545)

3) ศึกษาแนวคิดการพัฒนาจริยธรรมและการตัดสินใจเชิงจริยธรรมตามหลักพุทธธรรม จากงานพระนิพนธ์ของ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้แก่ พุทธธรรม (2549), รุ่งอรุณของการศึกษาเบิกฟ้าแห่งการพัฒนาที่ยั่งยืน (2545), การพัฒนาจริยธรรม (2535), ทางสายอิสรภาพของการศึกษาไทย (2534), จริยธรรมสำหรับเด็กและเยาวชนรุ่นใหม่ (2543) , ความคิดแหล่งสำคัญของการศึกษา (2543) , วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม (2533) และศึกษาเอกสารและงานวิจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาจริยธรรม

4) นำความรู้ความเข้าใจจากการศึกษาในข้อ 1, 2 และ 3 มาสร้างโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมจำนวน 15 ครั้ง โดยโปรแกรมแต่ละครั้งจะประกอบด้วยรายละเอียดคือ 1) วัตถุประสงค์ของโปรแกรม 2) กระบวนการและวิธีการดำเนินการ รวมทั้งกิจกรรมที่จะใช้ในแต่ละครั้ง 3) วิธีการประเมินผล

5) นำโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เสนอต่อคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อตรวจสอบความตรงของเนื้อหา และความเหมาะสมของโปรแกรมในรายละเอียดต่างๆ ได้แก่ วัตถุประสงค์ของโปรแกรม กระบวนการและวิธีการดำเนินการของกลุ่มจิตศึกษา รวมทั้งกิจกรรมที่จะใช้ในแต่ละครั้ง และวิธีการประเมินผล

6) นำโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมมาแก้ไขตามข้อเสนอแนะของคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์แล้วนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบ

7) นำโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ที่ผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน มาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ แล้วนำมาเสนอให้คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบอีกครั้ง ก่อนนำโปรแกรมไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่าง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลมี 3 ชุดดังนี้

2.1 แบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา

(1) แบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรม สร้างขึ้นโดย รศ.ดร. อาภา จันทรสกุล (2550) โดยมี พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) เป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพด้านความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) ของแบบวัดและเกณฑ์การตรวจให้คะแนน มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .804 ซึ่งผู้วิจัยนำมาหาค่าความเที่ยงอีกครั้งกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนดอนลาวิทยาสังฆะบุรี จำนวน 45 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ .82

2.2 แบบบันทึกประสบการณ์ และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา

แบบบันทึกประสบการณ์และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อ โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา เมื่อเสร็จสิ้นกลุ่มแต่ละครั้ง แบบบันทึกประสบการณ์และความคิดเห็นของนักเรียน เป็นแบบบันทึก ลักษณะการรายงานด้วยตนเอง (Self - Report) โดยให้นักเรียนเขียนรายงานเกี่ยวกับประสบการณ์ที่ นักเรียนได้เรียนรู้ในการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาแต่ละครั้ง สามารถนำประสบการณ์ที่ได้รับ จากการเข้าร่วมโปรแกรม ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไรบ้าง มีความคิดเห็นอย่างไรที่ต่อการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา และผู้นำกลุ่มแต่ละครั้ง

2.3 แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาและผู้นำกลุ่ม

แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อ โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาและผู้นำกลุ่ม ทั้งหมดในภาพรวม ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการ ตัดสินใจเชิงจริยธรรม ที่ให้นักเรียนประเมินประสบการณ์การเรียนรู้ที่ได้รับจากการเข้าร่วม โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาทั้ง 15 ครั้ง รวมทั้งให้ นักเรียนประเมินการทำหน้าที่ของผู้นำกลุ่มด้วย แบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีข้อคำถามจำนวน 22 ข้อ วัด 2 องค์ประกอบคือ 1.การปฏิบัติหน้าที่ของผู้นำกลุ่ม และภาพรวมของโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา ได้แก่ ข้อ 1,2,13-22 และ 2.ความคิดเห็นเกี่ยวกับความรู้ ความเข้าใจในการพัฒนาตนตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสตร์ได้แก่ ข้อ 3-12 และคำถาม ปลายเปิดจำนวน 1 ข้อคำถาม

วิธีการตอบแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนว พุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ผู้ตอบต้องพิจารณาข้อคำถามในแต่ละข้อว่าจาก การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ ผู้ตอบได้รับประสบการณ์ต่างๆ มากน้อย เพียงใด ซึ่งจัดไว้ 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด

เกณฑ์การให้คะแนนแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อ โปรแกรมกลุ่มจิต ศึกษาและผู้นำกลุ่ม แบ่งเป็น 5 มาตรวัด โดยมีรายละเอียดของระดับคะแนนและความหมายของแต่ละ มาตรวัดดังนี้

ความคิดเห็นในระดับ “มากที่สุด”	ให้	5	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “มาก”	ให้	4	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “ปานกลาง”	ให้	3	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “น้อย”	ให้	2	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “น้อยที่สุด”	ให้	1	คะแนน

การดำเนินการทดลอง

การศึกษาวิจัยเรื่องผลของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมเป็นการวิจัยแบบทดลองโดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีวิธีการดำเนินการทดลอง ดังนี้

1. ผู้วิจัยทำหนังสือจากภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ส่งไปถึงโรงเรียนโรงเรียนคอนคาวิทยา จังหวัดสุพรรณบุรี เพื่อขอความอนุเคราะห์เข้าไปทำการทดลองโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

2. ผู้วิจัยใช้วิธีสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เลือกนักเรียนมา 1 ห้องเรียน คือ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5/1 เพราะผู้วิจัยต้องการนักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมประมาณ 14-15 คน เพื่อให้มีสมาชิกในกลุ่มทดลองเพียงพอที่จะทำกิจกรรมและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันได้อย่างหลากหลาย แล้วผู้วิจัยขอความอนุเคราะห์จากอาจารย์ประจำชั้น ให้ผู้วิจัยเข้าไปพบปะชี้แจง เพื่อประชาสัมพันธ์กับนักเรียนถึงโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษากับการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ซึ่งกลุ่มจิตศึกษาจะใช้เวลาช่วงเย็นตอนเลิกเรียน ครั้งละประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที ส่วนวันและเวลาจะพิจารณาจากที่นักเรียนส่วนใหญ่ว่างตรงกัน ผลปรากฏว่ามีนักเรียนที่สมัครใจเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาจำนวน 28 คน ส่วนนักเรียนที่ไม่สมัครใจเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาจำนวน 9 คน เพราะไม่สามารถเข้าร่วมกลุ่มได้เนื่องจากความจำเป็นต่างๆ เช่น นักเรียนที่บ้านอยู่ไกลจากโรงเรียนมากต้องรีบเดินทางกลับ นักเรียนที่ต้องกลับไปช่วยงานขายของที่บ้านเนื่องจากความจำเป็นทางเศรษฐกิจ นักเรียนที่เป็นนักกีฬาต้องฝึกซ้อมกีฬาตอนเย็น และนักเรียนที่เป็นผู้มีสุขภาพไม่ดีต้องไปพบแพทย์เป็นประจำ เป็นต้น

3. ผู้วิจัยนำรายชื่อของนักเรียนมาสุ่มนักเรียนไว้ในกลุ่มทดลอง 14 คน และกลุ่มควบคุม 14 คน (randomly assigned) แล้วจึงให้นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรม

4. ผู้วิจัยได้ทำข้อตกลงกับนักเรียนกลุ่มทดลอง 14 คน เกี่ยวกับข้อตกลงในการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา โดยสมาชิกกลุ่มทุกคนต้องเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาทุกครั้งตาม วัน-เวลาที่ตกลงกันไว้ และถ้านักเรียนคนใดไม่สามารถมาเข้าร่วมกลุ่มได้ต้องแจ้งให้ผู้นำกลุ่มทราบก่อนล่วงหน้า ซึ่งผู้วิจัยเริ่มกลุ่มจิตศึกษาครั้งแรก ในวันพฤหัสบดีที่ 5 มิถุนายน พ.ศ. 2551

5. ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา ณ ห้องแนะแนวโรงเรียนดอนคาวิทยา จังหวัดสุพรรณบุรี โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษามีทั้งหมด 15 ครั้ง ครั้งละประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที รวมเวลาการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาทั้งหมดประมาณ 22 ชั่วโมง 30 นาที โดยเริ่มกลุ่มจิตศึกษาครั้งแรกในวันพฤหัสบดีที่ 5 มิถุนายน พ.ศ. 2551 และสิ้นสุดกลุ่มจิตศึกษาในวันพฤหัสบดีที่ 28 สิงหาคม พ.ศ. 2551 หลังจากสิ้นสุดกลุ่มจิตศึกษาครั้งที่ 14 ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองตอบแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาและต่อผู้นำกลุ่ม

6. ภายหลังจากเสร็จสิ้นการทดลองโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาครั้งที่ 14 แล้ว เป็นเวลา 1 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ในวันพฤหัสบดีที่ 4 กันยายน พ.ศ. 2551

7. ผู้วิจัยนำคะแนนจากแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มาทดสอบคะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาและหาค่าความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 และวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา รวมทั้งนำข้อมูลจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อกลุ่มจิตศึกษาและต่อผู้นำกลุ่มภายหลังการปิดกลุ่มมาวิเคราะห์เนื้อหา

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง
2. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลองด้วยสถิตินอนพาราเมตริก(Nonparametric Statistics) The Wilcoxon Matched Pairs Signed - Rank Test
3. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลองด้วยสถิตินอนพาราเมตริก (Nonparametric Statistics) The Mann - Whitney U Test
4. ใช้การวิเคราะห์คำตอบและวิเคราะห์ความคิดเห็นของนักเรียนจากแบบบันทึกการเรียนรู้และแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาและต่อผู้นำกลุ่มโดยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ค่ามัธยฐาน (Mdn.) ค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ (Q.D.)

บทที่ 4

ผลการวิจัยและข้อวิจารณ์

ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาผลของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เป็นการวิจัยแบบทดลอง (Experimental Research) โดยมีนักเรียนในกลุ่มทดลอง 14 คน และกลุ่มควบคุม 14 คน วัดตัวแปรตาม คือ คะแนนจากแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษา ของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา นักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาทั้งหมด 15 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที รวมทั้งสิ้น 22 ชั่วโมง 30 นาที ผลการวิจัยจะนำเสนอในรูปของตาราง แผนภูมิ และการวิเคราะห์เนื้อหา แบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ลักษณะของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตอนที่ 2 ผลการทดสอบสมมติฐานและการเปรียบเทียบคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา และเปรียบเทียบคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมหลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลองต่อการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาและผู้นำกลุ่ม

ตอนที่ 1 ลักษณะของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

ข้อมูลทั่วไป	จำนวนนักเรียน (คน)	
	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม
เพศ		
ชาย	4	8
หญิง	10	6
อายุ		
15 ปี	1	0
16 ปี	12	12
17 ปี	1	2
ศาสนา		
พุทธ	14	14
คะแนนสะสม		
ตั้งแต่ 3.01	6	0
อยู่ในช่วงระหว่าง 2.01-3.00	8	12
ตั้งแต่ 2.00 ลงมา	0	2

จากตารางที่ 1 พบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองประกอบด้วยเพศชายจำนวน 4 คน เพศหญิงจำนวน 10 คน นักเรียนกลุ่มควบคุม เพศชายจำนวน 8 คน เพศหญิงจำนวน 6 คน นักเรียนกลุ่มทดลองมีอายุ 15 ปีจำนวน 1 คน 16 ปีจำนวน 12 คน และ 17 ปีจำนวน 1 คน นักเรียนกลุ่มควบคุมมีอายุ 16 ปี จำนวน 12 คน และ 17 ปีจำนวน 2 คน นักเรียนกลุ่มทดลองนับถือศาสนาพุทธจำนวน 14 คน และนักเรียนกลุ่มควบคุมนับถือศาสนาพุทธจำนวน 14 คน นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 3.01 ขึ้นไปจำนวน 6 คน และมีคะแนนเฉลี่ยสะสมในช่วงระหว่าง 2.01-3.00 จำนวน 8 คน นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยสะสมในช่วงระหว่าง 2.01-3.00 จำนวน 12 คน และมีคะแนนเฉลี่ยสะสมตั้งแต่ 2.00 ลงมา จำนวน 2 คน

ตารางที่ 2 ข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับปัญหาที่นักเรียนกลุ่มทดลองมีหรือเคยปฏิบัติผิดกฎของโรงเรียน

นักเรียนกลุ่มทดลอง ลำดับที่	ปัญหา
1	ปัญหาการเรียน เบื่อหน่ายขาดแรงจูงใจในการเรียน
2	มีพฤติกรรมไม่สนใจการเรียน คือ นอนหลับในห้องเรียน ไม่ส่งงาน ที่ยว กลางคืน และทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกาย
3	มีปัญหาความสัมพันธ์ภายในครอบครัวเนื่องจากพ่อแม่หย่าร้าง ดิเคมส์ ออนไลน์ และทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกาย
4	ทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกายไม่เรียบร้อยอยู่เป็นประจำ
5	ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ปัญหาการเรียน ทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการ แต่งกาย
6	ปัญหาการคบเพื่อนต่างเพศ และทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกาย
7	ปัญหาความสัมพันธ์ภายในครอบครัวและทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกาย
8	ปัญหาการเรียน เบื่อหน่ายขาดแรงจูงใจในการเรียน
9	ปัญหาการเรียน เบื่อหน่ายขาดแรงจูงใจในการเรียน
10	ดิเคมส์ออนไลน์ และทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องมาโรงเรียนสายเป็น ประจำ
11	ทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกาย
12	ทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกาย
13	ทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกาย
14	ทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องนำโทรศัพท์มาโรงเรียน

จากตารางที่ 2 พบว่าปัญหาที่นักเรียนกลุ่มทดลองมีหรือเคยปฏิบัติผิดกฎของโรงเรียน เช่น ปัญหาทางด้านการเรียนเบื่อหน่ายขาดแรงจูงใจในการเรียนและมีพฤติกรรมไม่สนใจการเรียน คือ นอนหลับในห้องเรียน ไม่ส่งงาน การทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกาย การมาโรงเรียนสาย การนำโทรศัพท์มาโรงเรียน ปัญหาการใช้เงิน ปัญหาความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ปัญหาการคบเพื่อนต่างเพศ ดิเคมส์ออนไลน์ และเที่ยวกลางคืน เป็นต้น

ตารางที่ 3 ข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับปัญหาที่นักเรียนกลุ่มควบคุมมีหรือเคยปฏิบัติผิดกฎของโรงเรียน

นักเรียนกลุ่มควบคุม ลำดับที่	ปัญหา
1	เล่นการพนัน ไม่สนใจการเรียนขาดความรับผิดชอบในการส่งงาน และทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกาย
2	ปัญหาการเรียน เบื่อหน่ายขาดแรงจูงใจในการเรียน
3	เล่นการพนันทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกาย
4	ปัญหาการเรียน คือ ไม่สนใจเรียนเบื่อหน่ายขาดแรงจูงใจในการเรียน
5	ทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกาย และเล่นการพนัน
6	ทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกาย และปัญหาการใช้เงิน
7	ปัญหาการเรียน เบื่อหน่ายขาดแรงจูงใจในการเรียน
8	ปัญหาการเรียน เบื่อหน่ายขาดแรงจูงใจในการเรียน ผลการเรียนตกต่ำ
9	ทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกายและปัญหาการเรียน
10	ทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกายเป็นประจำและปัญหาการเรียน
11	ทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกายเป็นประจำและปัญหาการเรียน
12	ทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องนำโทรศัพท์มาโรงเรียนและเรื่องการแต่งกาย
13	ทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกาย
14	ทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องทรงผม ใส่เครื่องประดับมาโรงเรียน

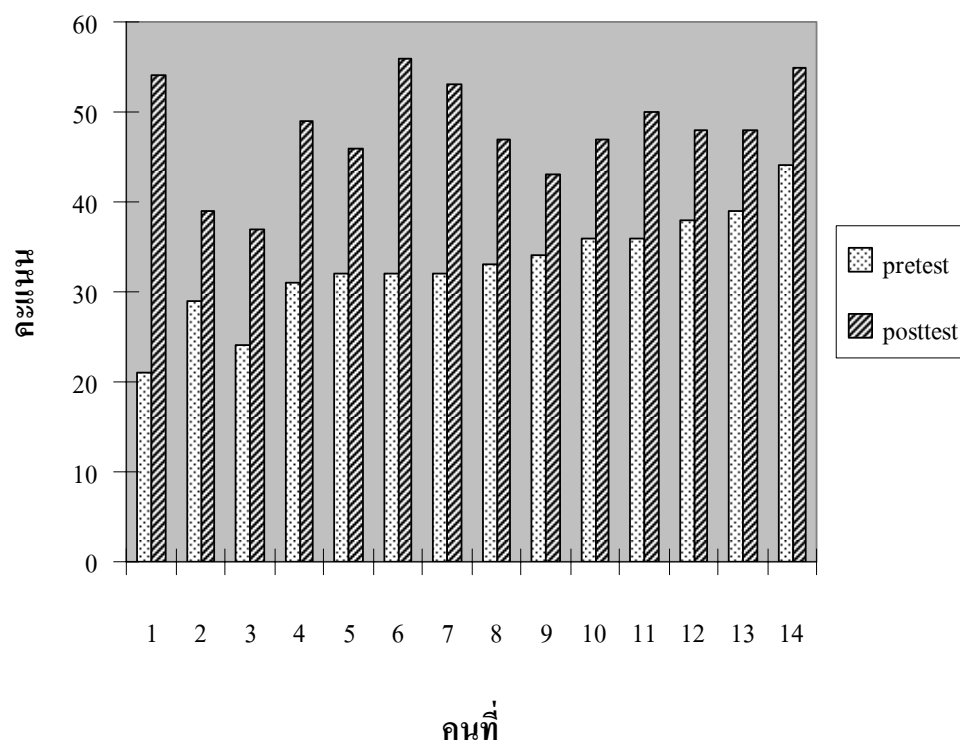
จากตารางที่ 3 พบว่าปัญหาที่นักเรียนกลุ่มควบคุมมีหรือเคยปฏิบัติผิดกฎของโรงเรียน เช่น ปัญหาทางด้านการเรียนเบื่อหน่ายขาดแรงจูงใจในการเรียนไม่สนใจการเรียนขาดความรับผิดชอบในการส่งงาน ปัญหาการทำผิดกฎของโรงเรียนเรื่องการแต่งกาย การนำโทรศัพท์มาโรงเรียน ปัญหาการใช้เงิน และปัญหาการพนัน เป็นต้น

ตอนที่ 2 ผลการทดสอบสมมติฐานและการเปรียบเทียบคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มทดลองและนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา และผลการทดสอบสมมติฐานและการเปรียบเทียบคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม หลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา

ตารางที่ 4 คะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา

คนที่	คะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรม	
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1	21	54
2	29	39
3	24	37
4	31	49
5	32	46
6	32	56
7	32	53
8	33	47
9	34	43
10	36	47
11	36	50
12	38	48
13	39	48
14	44	55
ค่าเฉลี่ย	32.93	48.00
ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	5.88	5.63

จากตารางที่ 4 พบว่า ก่อนการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการตัดสินใจเชิงจริยธรรมเท่ากับ 32.93 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 5.88 หลังการทดลองกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการตัดสินใจเชิงจริยธรรมเท่ากับ 48.00 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 5.63



ภาพที่ 1 แผนภูมิแท่งเปรียบเทียบคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา

จากแผนภูมิแสดงให้เห็นว่า ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสูงกว่าก่อนการทดลอง

ตารางที่ 5 การทดสอบสมมติฐานทางสถิติของคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มทดลอง ด้วยสถิติทดสอบนอนพารามตริก (Nonparametric Statistics) The Wilcoxon Matched Pairs Signed - Rank Test

สมมติฐาน

H_0 : ภายหลังจากเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษานักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมต่ำกว่าหรือเท่ากับก่อนการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา

H_1 : ภายหลังจากเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษานักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนตัดสินใจเชิงจริยธรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมการกลุ่มจิตศึกษา

ระดับนัยสำคัญ = .05

คนที่	คะแนนการตัดสินใจ		ผลต่างของคะแนน	อันดับที่ของ ความแตกต่าง	อันดับตามเครื่องหมาย	
	ก่อน (Xi)	หลัง (Yi)			บวก	ลบ
1	21	54	-33	14		14
2	29	39	-10	3		3.5
3	24	37	-13	7		7
4	31	49	-18	11		11
5	32	46	-14	8		9
6	32	56	-24	13		13
7	32	53	-21	12		12
8	33	47	-14	9		9
9	34	43	-9	1		1.5
10	36	47	-11	5		5.5
11	36	50	-14	10		9
12	38	48	-10	4		3.5
13	39	48	-9	2		1.5
14	44	55	-11	6		5.5
					T = 0	T = 105

ให้ T เป็นผลรวมของอันดับที่มีค่าน้อย ดังนั้น $T = 0$
 อันดับที่มีอยู่ทั้งหมด $(N) = 14$

การทดสอบนัยสำคัญ

นำค่า $N = 14$ ไปเปิดตารางเพื่อหาค่าวิกฤตของ T ปรากฏว่ามีค่า $= 25$
 เปรียบเทียบค่า T ที่ได้จากกลุ่มทดลอง $= 0$

การตัดสินใจ

ค่า T ที่ได้จากกลุ่มทดลอง $= 0$ มีค่าน้อยกว่าค่าวิกฤตของ $T = 25$ จึงยอมรับ H_1

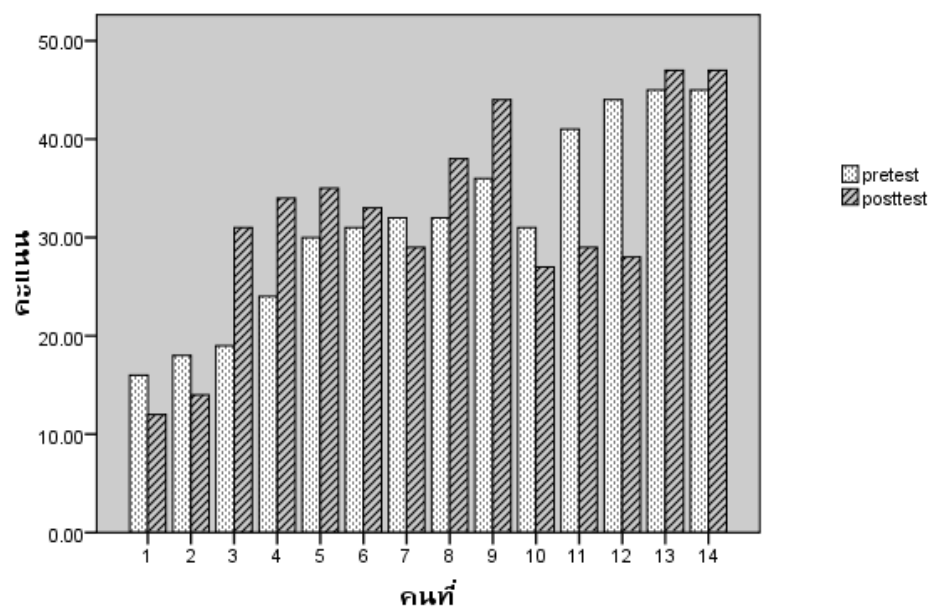
การแปลผล

ภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 6 คะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง

คนที่	คะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรม	
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1	16	12
2	18	14
3	19	31
4	24	34
5	30	35
6	31	33
7	32	29
8	32	38
9	36	44
10	31	27
11	41	29
12	44	28
13	45	47
14	45	47
ค่าเฉลี่ย	31.71	32.00
ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	9.88	10.48

จากตารางที่ 6 พบว่า ก่อนการทดลองกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยการตัดสินใจเชิงจริยธรรมเท่ากับ 31.71 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 9.88 หลังการทดลองกลุ่มควบคุมมีคะแนนเฉลี่ยการตัดสินใจเชิงจริยธรรมเท่ากับ 32.00 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 10.48



ภาพที่ 2 แผนภูมิแท่งเปรียบเทียบคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มควบคุม ก่อน
และหลังการทดลอง

จากแผนภูมิแสดงให้เห็นว่าภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มควบคุมจำนวน 8 คน มีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมเพิ่มมากขึ้น และมีนักเรียนจำนวน 6 คน มีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมลดลง

ตารางที่ 7 การทดสอบสมมติฐานทางสถิติของคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มควบคุม ด้วยสถิติทดสอบนอนพาราเมตริก (Nonparametric Statistics) The Wilcoxon Matched Pairs Signed - Rank Test

สมมติฐาน

H_0 : นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน

H_1 : นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมก่อนและหลังการทดลองแตกต่างกัน

ระดับนัยสำคัญ = .05

คนที่	คะแนนการตัดสินใจ		ผลต่างของคะแนน	อันดับของ ความแตกต่าง	อันดับตามเครื่องหมาย	
	ก่อน (Xi)	หลัง (Yi)			บวก	ลบ
1	16	12	+4	5	6	
2	18	14	+4	6	6	
3	19	31	-12	12		12.5
4	24	34	-10	11		11
5	30	35	-5	8		8
6	31	33	-2	1		2
7	32	29	+3	4	4	
8	32	38	-6	9		9
9	36	44	-8	10		10
10	31	27	+4	7	6	
11	41	29	+12	13	12.5	
12	44	28	+16	14	14	
13	45	47	-2	2		2
14	45	47	-2	3		2
					T = 48.5	T = 56.5

ให้ T เป็นผลรวมของอันดับที่มีค่าน้อย ดังนั้น $T = 48.5$

อันดับที่มีอยู่ทั้งหมด $(n) = 14$

จำนวนคู่ที่ต่างกัน $= N = 14$

การทดสอบนัยสำคัญ

นำค่า $N = 14$ ไปเปิดตารางเพื่อหาค่าวิกฤตของ T ปรากฏว่ามีค่า $= 21$

เปรียบเทียบกับค่า T ที่ได้จากกลุ่มควบคุม $= 48.5$

การตัดสินใจ

ค่า T ที่ได้จากกลุ่มควบคุม $= 48.5$ มีค่ามากกว่าค่าวิกฤตของ $T = 21$

จึง ยอมรับ H_0

การแปลผล

นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 8 การทดสอบสมมติฐานทางสถิติของคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่ม
ทดลองและกลุ่มควบคุม ก่อนการทดลองด้วยสถิติทดสอบนอนพารามตริก
(Nonparametric Statistics) The Mann - Whitney U Test

สมมติฐาน

H_0 : ก่อนการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนการตัดสินใจเชิง
จริยธรรมแตกต่างกัน

H_1 : ก่อนการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนการตัดสินใจเชิง
จริยธรรมไม่แตกต่างกัน

ระดับนัยสำคัญ = .05

คนที่	นักเรียนกลุ่มทดลอง		นักเรียนกลุ่มควบคุม	
	คะแนน	อันดับ	คะแนน	อันดับ
1	21	4	16	1
2	29	7	18	2
3	24	5.5	19	3
4	31	10	24	5.5
5	32	14	30	8
6	32	14	31	10
7	32	14	32	14
8	33	17	32	14
9	34	18	36	20
10	36	20	31	10
11	36	20	41	24
12	38	22	44	25.5
13	39	23	45	27.5
14	44	25.5	45	27.5
		$\sum R_1 = 214$	$\sum R_2 = 192$	

หาค่า U ตามสูตร

$$U_1 = n_1 n_2 + \frac{n_1(n_1+1)}{2} - \sum R_1$$

$$U_2 = n_1 n_2 + \frac{n_2(n_2+1)}{2} - \sum R_2$$

$$U_1 = 14 \times 14 + \frac{14(14+1)}{2} - 214 = 87$$

$$U_2 = 14 \times 14 + \frac{14(14+1)}{2} - 192 = 109$$

ใช้ค่า U ที่น้อยกว่า ดังนั้น U ที่ได้จากการคำนวณ = 87

การทดสอบนัยสำคัญ

นำค่า $N_1 = 14$ และ $N_2 = 14$ ไปเปิดตารางเพื่อหาค่าวิกฤตของ U

ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

มีค่าเท่ากับ 166 เปรียบเทียบค่า U ที่ได้จากการคำนวณ = 87

การตัดสินใจ

ค่าวิกฤต U ที่ได้จากรายมีค่ามากกว่าค่า U ที่ได้จากการคำนวณ

จึงปฏิเสธ H_0

การแปลผล

ก่อนการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมมีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรม

ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 9 การทดสอบสมมติฐานทางสถิติของคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่ม
ทดลองและกลุ่มควบคุม ด้วยสถิติทดสอบนอนพารามेटริก (Nonparametric Statistics)
The Mann - Whitney U Test

สมมติฐาน

H_0 : ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมต่ำกว่า
หรือเท่ากับนักเรียนกลุ่มควบคุม

H_1 : ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสูงกว่า
นักเรียนกลุ่มควบคุม

ระดับนัยสำคัญ = .05

คนที่	นักเรียนกลุ่มทดลอง		นักเรียนกลุ่มควบคุม	
	คะแนน	อันดับ	คะแนน	อันดับ
1	54	26	12	1
2	39	13	14	2
3	37	11	31	7
4	49	23	34	9
5	46	16	35	10
6	56	28	33	8
7	53	25	29	5.5
8	47	18.5	38	12
9	43	14	44	15
10	47	18.5	27	3
11	50	24	29	5.5
12	48	21.5	28	4
13	48	21.5	47	18.5
14	55	27	47	18.5
$\sum R_1 = 287$			$\sum R_2 = 119$	

หาค่า U ตามสูตร

$$U_1 = n_1 n_2 + \frac{n_1(n_1+1)}{2} - \sum R_1$$

$$U_2 = n_1 n_2 + \frac{n_2(n_2+1)}{2} - \sum R_2$$

$$U_1 = 14 \times 14 + \frac{14(14+1)}{2} - 287 = 14$$

$$U_2 = 14 \times 14 + \frac{14(14+1)}{2} - 119 = 182$$

ใช้ค่า U ที่น้อยกว่า ดังนั้น U ที่ได้จากการคำนวณ = 14

การทดสอบนัยสำคัญ

นำค่า $N_1 = 14$ และ $N_2 = 14$ ไปเปิดตารางเพื่อหาค่าวิกฤตของ U

ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

มีค่าเท่ากับ 166 เปรียบเทียบค่า U ที่ได้จากการคำนวณ = 14

การตัดสินใจ

ค่าวิกฤต U ที่ได้จากรายมีค่ามากกว่าค่า U ที่ได้จากการคำนวณ

จึงปฏิเสธ H_0

การแปลผล

ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสูงกว่า

นักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา

นักเรียนกลุ่มทดลองได้ทำแบบบันทึกประสบการณ์และความคิดเห็นที่มีต่อการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา และได้ตอบแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา ภายหลังจากเสร็จสิ้นโปรแกรมการกลุ่มจิตศึกษา ผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นจะนำเสนอโดยการบรรยายและในรูปแบบของตาราง ตามรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. การบันทึกประสบการณ์และความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาในแต่ละครั้ง
2. เปรียบเทียบความคิดเห็นจากแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาด้วยคำมัญฐาน และค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ และการเขียนบรรยายความคิดเห็น ความรู้สึก และข้อเสนอแนะของนักเรียนเกี่ยวกับประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา

1. การบันทึกประสบการณ์และความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาในแต่ละครั้ง

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายจำนวน 15 ครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง 30 นาที โดยครั้งที่ 1 และครั้งที่ 15 ซึ่งเป็นครั้งสุดท้ายเป็นการทดสอบก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาด้วยแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษา สำหรับกิจกรรมกลุ่มจะเริ่มตั้งแต่ครั้งที่ 2

การวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกประสบการณ์และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาครั้งที่ 2

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับประสบการณ์ที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่า การเข้าร่วมกลุ่มทำให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ในการดำเนินงานกลุ่ม ได้เรียนรู้ถึงการทำงานที่สมาชิกแต่ละคนมีบทบาทหน้าที่ ข้อตกลงร่วมกันในการเข้าร่วมกลุ่มที่ต้องปฏิบัติเพื่อให้การดำเนินงานกลุ่มดำเนินไปด้วยดี และมีเป้าหมายร่วมกันคือการพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม และได้รับประโยชน์ในกิจกรรมฝึกสติเพื่อรับรู้ตนเองในสภาวะ

ปัจจุบันพร้อมทั้งการผ่อนคลาย และจากกิจกรรม“ใครคือที่สุด”นักเรียนได้รู้ความคิดของเพื่อนที่มีต่อตนเองและได้รู้ความคิดของเพื่อนคนอื่น ๆ ว่าแต่ละคนมีความคิด ความรู้สึกต่อกันและกันอย่างไร ในกิจกรรมใครคือที่สุดนี้การได้รับหัวใจจากเพื่อนทำให้นักเรียนมีแรงจูงใจที่จะรักษาพฤติกรรมดีไว้และต้องการปรับปรุงตนเองในด้านอื่นๆ ข้อคิดจากกิจกรรม “ใครคือที่สุด” ทำให้เรียนรู้วิธีการคบเพื่อนการอยู่ร่วมกับผู้อื่นมากยิ่งขึ้น กิจกรรมทำให้มีความสนิทสนมกันมากยิ่งขึ้นได้แสดงออกถึงความคิดเห็นของตนเองและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อนสมาชิกกลุ่ม

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับการนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มจิตศึกษาไปใช้ในชีวิตประจำวัน พบว่า นักเรียนได้รู้ถึงการเข้าร่วมเป็นสมาชิกกลุ่มว่าต้องอาศัยความร่วมมือของสมาชิกแต่ละคน การแสดงความคิดเห็นที่ได้ใช้ความคิดสร้างสรรค์ สามารถนำไปปรับใช้ในการกิจกรรมอื่นๆ เช่น การเรียน การร่วมกิจกรรมกับเพื่อน ได้รู้จักนิสัยของเพื่อนมากขึ้นทำให้น่าไปปรับในการคบเพื่อน อีกทั้งการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาทำให้เรียนรู้การอยู่ร่วมกันเพราะกลุ่มเปรียบเสมือนการจำลองการอยู่ร่วมกันในสังคม

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับความคิดเห็น ความรู้สึกของนักเรียน พบว่า นักเรียนรู้สึกดีที่ได้เข้าร่วมกลุ่ม ทำกิจกรรมกับเพื่อนๆ การฝึกสติทำให้นักเรียนรู้สึกผ่อนคลายและมีสมาธิในการร่วมกิจกรรมของกลุ่ม กิจกรรม“ใครคือที่สุด”มีความสนุกสนานที่ได้รู้ความคิดและความรู้สึกของเพื่อนแต่ละคน นักเรียนมีความคิดเห็นว่าอยากให้สมาชิกกลุ่มแสดงความคิดเห็นมากกว่านี้ ต้องการให้มีเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆมากกว่านี้ และชอบกิจกรรมที่ทำให้รู้สึกสนุกสนานเพลิดเพลิน

การวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกลุ่มจิตศึกษา ครั้งที่ 3

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับประสบการณ์ที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความคิดว่าได้เรียนรู้หลักการพัฒนาตนตามหลักจริยธรรมโดยศึกษาเปรียบเทียบจากจากกรณีของ ดร.กฤษณา ไกรสินธุ์ ทำให้นักเรียนเห็นตัวอย่างของบุคคลที่พัฒนาตนเองครบทั้งสามด้าน ได้แก่ พฤติกรรม จิตใจและปัญญาจนทำให้ดร.กฤษณา ไกรสินธุ์สามารถช่วยเหลือผู้อื่นด้วยเจตนาที่เป็นกุศล คือมีความเมตตาและการให้โดยไม่หวังสิ่งตอบแทน เพราะเห็นว่าชีวิตของทุกคนมีค่าเท่าเทียมกัน อีกทั้งยังใช้วิธีการที่ถูกต้องไม่ผิดศีล ไม่ผิดธรรม และ

เกิดประโยชน์ทั้งต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และสังคมส่วนรวม นักเรียนได้เรียนรู้ว่าในสังคมยังมีคนคืออยู่ ทำให้อยากที่จะทำความดีดังเช่นที่กรณีตัวอย่างได้ประพฤติ ปฏิบัติบ้าง

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับการนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มจิตศึกษาไปใช้ในชีวิตประจำวัน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่า สามารถนำหลักคุณธรรมจริยธรรมที่ได้เรียนรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น การประพฤติตนตามหลักเบญจศีล เบญจธรรม ความมีเมตตาโดยการช่วยเหลือผู้อื่นโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน และปรับวิถีชีวิตในเรื่องการอดทนต่อความยากลำบาก การฟันฝ่าอุปสรรคเพื่อรักษาความดีงามไว้ รวมถึงการมีกำลังใจที่เข้มแข็งไม่ท้อถอยในการทำมาดี มาปรับใช้ในการดำเนินชีวิตของตนเองทั้งในทุกๆด้าน

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับความคิดเห็น ความรู้สึกของนักเรียน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่รู้สึกสนุกในการมาเข้าร่วมกลุ่ม เพราะได้ร่วมทำกิจกรรมกับเพื่อนๆ ได้ประสบการณ์ใหม่ที่นักเรียนไม่เคยได้เรียนรู้ทำให้มีแรงจูงใจที่จะทำความดี อย่างเช่นกรณีตัวอย่างคือ ดร.กฤษณา ไกรสินธุ์ บ้างรวมทั้งการได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นในแง่มุมต่างๆกับเพื่อน ได้รู้ว่าเพื่อนมีความคิดเห็นที่เหมือนหรือแตกต่างกับตนเอง ข้อเสนอแนะคือนักเรียนต้องการให้มีเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆมากกว่านี้ และต้องการให้สมาชิกกลุ่มรักษาเวลาในการมาเข้าร่วมกลุ่มและร่วมกันแสดงความคิดเห็นให้มากขึ้น

การวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกลุ่มจิตศึกษาครั้งที่ 4

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับประสบการณ์ที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา พบว่า ได้เรียนรู้สถานการณ์ปัญหากรณีเมธีและสามารถนำหลักธรรมต่างๆมาปรับใช้กับตนเองได้ คือ ความถูกต้องในหลักประชาธิปไตย ความซื่อสัตย์ต่อตนเองและสังคม ได้เรียนรู้เรื่องปัญหาการ โกงผลแอคมิซัน ความรุนแรงของปัญหาที่เกิดขึ้น

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับการนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มจิตศึกษาไปใช้ในชีวิตประจำวัน พบว่า นักเรียนได้เรียนรู้จากปัญหาทางจริยธรรมและตระหนักถึงความรุนแรงของปัญหา เกี่ยวกับการทุจริตการเลือกตั้งและการทุจริตการสอบซึ่งสามารถทำลายอนาคตของตนเองเป็นการปิดโอกาสที่จะก้าวไปข้างหน้าได้ และเป็นพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง ส่งผลกระทบต่อหลักประชาธิปไตยในระยะยาว

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับความคิดเห็น ความรู้สึกของนักเรียน พบว่า นักเรียนรู้สึกดีมีความสุขที่ได้เข้าร่วมกลุ่ม ได้เรียนรู้ปัญหาทางจริยธรรมที่ใกล้ตัว ทำให้รู้ว่าต้องปฏิบัติตนให้มีคุณธรรมจริยธรรม ไม่เห็นแก่ตัวไม่เอาเปรียบผู้อื่น นักเรียนรู้สึกว่าสมาชิกในกลุ่มมีความสามัคคีกันสนิทสนมกันมากขึ้น แม้จะมีความแตกต่างทางความคิด นักเรียนเสนอแนะให้เพิ่มเวลาในการทำกิจกรรมมากขึ้น รวมทั้งมีกิจกรรมที่สนุกสนานมากขึ้น และอยากให้สมาชิกมีความรับผิดชอบต่องานที่ได้รับมอบหมายและตรงเวลามากขึ้น

การวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกลุ่มจิตศึกษา ครั้งที่ 5

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับประสบการณ์ที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา พบว่า นักเรียนได้เรียนรู้ความหมายของวิถีคิดแบบโยนิโสมนสิการทั้ง 6 วิธี ทำให้ได้รู้ถึงการใช่วิถีคิดที่หลากหลาย และได้ทำแบบวัดวิถีคิดแบบโยนิโสมนสิการอันจะทำให้ได้รู้ถึงระดับความคิดของตนเองว่าที่ผ่านมานักเรียนใช่วิถีคิดได้ถูกต้องเพียงใด

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับการนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มจิตศึกษาไปใช้ในชีวิตประจำวัน พบว่า นักเรียนนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้ความหมายของวิถีคิดทั้ง 6 วิธีไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันให้คิดถูกวิธีมากขึ้น

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับความคิดเห็น ความรู้สึกของนักเรียน พบว่า นักเรียนรู้สึกสนุกที่ได้เข้าร่วมกลุ่มได้เรียนรู้ความคิดที่หลากหลายทำให้รู้จักวิธีแก้ไขปัญหาแบบต่างๆ รู้สึกถึงความสามัคคีและร่วมกันแสดงความคิดเห็น ทำให้ได้รับรู้ความคิดเห็นที่หลากหลายของเพื่อนๆ นักเรียนรู้สึกว่าผู้นำกลุ่มใจดีและเป็นมิตรมากๆ

การวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกลุ่มจิตศึกษา ครั้งที่ 6

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับประสบการณ์ที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา พบว่านักเรียนได้ฝึกสติรูปแบบใหม่ที่ได้ออกกำลังกาย ทำให้นักเรียนรู้สึกไม่ง่วงและมีสติจดจ่อกับการฝึกตลอดเวลาและรู้สึกสงบ ในการเข้าร่วมกลุ่มครั้งนี้ นักเรียนได้เรียนรู้วิถีคิดแบบเร้ากุศลทำให้และวิถีคิดแบบคุณโทษทางออก ซึ่งวิถีคิดแบบเร้ากุศลทำให้นักเรียนสามารถมองเห็น

ส่วนดีของสถานการณ์ที่นักเรียนได้เผชิญ คิดในแง่ที่เป็นกุศลและสามารถนำมาสร้างสรรค์ประโยชน์ให้กับตนเองได้ ส่วนวิธีคิดแบบคุณโทษและทางออก ทำให้นักเรียนสามารถแยกแยะสิ่งที่เป็นคุณและโทษได้

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับการนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มจิตศึกษาไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน พบว่า นักเรียนจะนำวิธีคิดแบบเร้ากุศลไปปรับใช้ในปลูกเร้าความคิดในด้านดี การสร้างแรงจูงใจ มองเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในส่วนที่ดี เช่น ในการเรียนการอ่านบทวนการบ้าน อ่านหนังสือ ว่าเป็นสิ่งที่มีประโยชน์ นักเรียนจะไม่เกียจคร้าน การมีปัญหากับเพื่อน เป็นต้น ส่วนวิธีคิดแบบคุณโทษทางออก นักเรียนจะนำไปแยกแยะสิ่งที่เป็นคุณและโทษ เช่น การจีรรถจักรยานร้ออาจทำให้นักเรียนถึงจุดหมายปลายทางเร็ว แต่ก็มีโทษ คือ อาจเกิดอุบัติเหตุทำให้ได้รับอันตรายถึงชีวิต วิธีคิดแบบเห็นคุณโทษและทางออกสามารถทำให้นักเรียนตัดสินใจเลือกในสิ่งที่ดีงามถูกต้องตามหลักกฎหมายและหลักจริยธรรม นอกจากนักเรียนจะนำไปปรับใช้กับตนเอง พบว่านักเรียนจะนำแนวทางที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มไปแนะนำให้กับบุคคลอื่นที่ประสบปัญหาอีกด้วย

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับความคิดเห็น ความรู้สึกของนักเรียน พบว่า กิจกรรมครั้งนี้สาระของกิจกรรมสามารถพัฒนาความคิดนักเรียนได้ดี นักเรียนไม่รู้สึกรีบเร่ง และรู้สึกทึ่งว่าเพื่อนช่วยเหลือและร่วมมือในการทำกิจกรรมภายในกลุ่มอย่างดี ทุกคนมีความสามัคคีกัน

การวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกลุ่มจิตศึกษา ครั้งที่ 7

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับประสบการณ์ที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่คิดว่า การเริ่มต้นกลุ่มด้วยการให้นักเรียนฝึกสติทำให้จิตใจนักเรียนมีความสงบตั้งมั่น พร้อมทั้งจะร่วมกิจกรรมภายในกลุ่มได้อย่างเต็มที่ นักเรียนได้เรียนรู้วิธีคิดแบบคุณค่าแท้คุณค่าเทียม และวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมชาติ ทำให้นักเรียนเข้าใจว่าการคิดแบบใดจะนำไปสู่ทางออกของปัญหาและการคิดแบบใดที่เหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับการนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มจิตศึกษาไปใช้ใน ชีวิตประจำวัน พบว่า นักเรียนจะนำวิธีคิดที่ได้เรียนรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น วิธีคิดแบบคุณค่าแท้คุณค่าเทียม จะนำไปใช้ในการพิจารณาในการเลือกสิ่งต่างๆ ในการดำรงชีวิต เช่น การ

เลือกซื้ออาหารในการบริโภค การเลือกซื้อเครื่องใช้อุปโภค และวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดาที่จะนำไปคิดพิจารณาถึงการเปลี่ยนแปลงที่เป็นไปตามกฎธรรมชาติ และการรู้ใจทำใจยอมรับพร้อมทั้งเร่งทำหน้าที่ที่สำคัญของตนเอง คือ การเรียน

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับความคิดเห็น ความรู้สึกของนักเรียน พบว่า นักเรียนคิดว่าในครั้งนี้นักเรียนมีการแสดงความคิดเห็นของตนเอง ทำให้มีความหลากหลายมากขึ้นทำให้ได้รับรู้เหตุผลจากเพื่อน

การวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการกลุ่มจิตศึกษาครั้งที่ 8

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับประสบการณ์ที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา พบว่า นักเรียนได้เรียนรู้และเข้าใจความหมายของวิธีคิดแบบแก้ปัญหา ทำให้นักเรียนสามารถวิเคราะห์ถึงปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างเป็นลำดับขั้น การกำหนดรู้ปัญหา สืบค้นหาสาเหตุของปัญหา กำหนดเป้าหมายและวางวิธีปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับการนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มจิตศึกษาไปใช้ในชีวิตประจำวัน พบว่า นักเรียนสามารถนำวิธีคิดแบบแก้ปัญหาไปปรับใช้กับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้ เช่น ผลคะแนนสอบออกมาไม่ดีไม่เป็นที่พอใจ นักเรียนจึงนำวิธีคิดแบบแก้ปัญหาไปสืบสาวหาสาเหตุของปัญหาซึ่งเกิดจากการอ่านหนังสือน้อยจึงทำให้คะแนนของนักเรียนไม่ดี หลังจากนั้นจึงกำหนดจุดมุ่งหมายโดยการตั้งใจเรียนและเตรียมตัวให้มากขึ้น เมื่อวางแนวทางการแก้ไขแล้วจึงเริ่มลงมือปฏิบัติ เพื่อให้คะแนนดีขึ้นในการสอบครั้งต่อไป และสามารถนำไปปรับใช้กับปัญหาอื่นๆ ได้อีก เช่น ปัญหาการใช้จ่ายเงิน ปัญหาการเปลี่ยนสภาพแวดล้อมเป็นต้น

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับความคิดเห็น ความรู้สึกของนักเรียน พบว่า นักเรียนรู้สึกสนุกที่ได้เข้าร่วมกลุ่มในครั้งนี้ เพราะรู้สึกว่ามีประโยชน์มากและการเรียนรู้วิธีคิดแบบแก้ปัญหาทำให้ได้ปรึกษากับเพื่อนถึงสาเหตุและแนวทางการแก้ปัญหา และรู้สึกว่าคุณทุกคนแสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่ทำให้ได้รับความคิดของเพื่อนๆ ที่มีความหลากหลาย

การวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกลุ่มจิตศึกษา ครั้งที่ 9

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับประสบการณ์ที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่คิดว่าการฝึกสติแบบเคลื่อนไหวก่อนเริ่มต้นกลุ่ม ทำให้นักเรียนมีสมาธิในการเข้าร่วมกลุ่มและทำกิจกรรมต่างๆ วิธีคิดแบบแจ่มแจ้งหลายแง่มุม นักเรียนส่วนใหญ่คิดว่ามีประโยชน์ในแง่ของการมองปัญหาที่เกิดขึ้นหลายๆแง่มุมหลายๆด้านว่าประกอบไปด้วยปัจจัยอะไรบ้าง ก่อนที่จะตัดสินใจในการแก้ปัญหา

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับการนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มจิตศึกษาไปใช้ในชีวิตประจำวัน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่จะนำประสบการณ์การเรียนรู้จากกลุ่มในเรื่องวิธีคิดแบบจำแนกแจงแจงไปใช้ในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้ เช่น จำแนกด้านผลดีผลเสียของการลดน้ำหนักโดยวิธีการอดอาหาร ด้านปัญหาความสัมพันธ์กับเพื่อน ผลดีผลเสียของการคิดเกมส์อินเตอร์เน็ต ประโยชน์ของโทรศัพท์มือถือ เป็นต้น

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับความคิดเห็นความรู้สึกของนักเรียน พบว่านักเรียนส่วนใหญ่คิดว่าเพื่อนสมาชิกกลุ่มให้ความร่วมมือดี ผู้นำกลุ่มมีความเป็นกันเอง ใจเย็นและเก็บอารมณ์ได้ดีมาก

การวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกลุ่มจิตศึกษา ครั้งที่ 10

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับประสบการณ์ที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่คิดว่าการบริหารร่างกายตามแนวพุทธศาสน์มีความเหมาะสมได้บริหารร่างกายส่วนต่างๆ และมีสติไปพร้อมๆกันและการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ได้รับรู้เรื่องราวปัญหาของเพื่อนๆที่บางเรื่องมีความคล้ายคลึงกับตนเอง ส่วนใหญ่เป็นเรื่องเกี่ยวกับ ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน ปัญหาภายในครอบครัว ปัญหาการเรียน นักเรียนสามารถนำแนวทางของเพื่อนไปปรับใช้กับตนเองได้

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับการนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากการปรึกษาแบบกลุ่มไปใช้ในชีวิตประจำวัน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่สามารถนำแนวทางการแก้ปัญหาของเพื่อนมาปรับใช้กับตนเอง

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับความคิดเห็น ความรู้สึกของนักเรียน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้สึกที่ สมาชิกกลุ่มกล้าที่จะเปิดเผยเรื่องราวของตนเองมากขึ้น ทำให้นักเรียนรู้สึกผ่อนคลายต่อบรรยากาศภายในกลุ่มมากกว่าทุกครั้ง

การวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกลุ่มจิตศึกษาครั้งที่ 11

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับประสบการณ์ที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่คิดว่าการบริหารร่างกายตามแนวพุทธศาสตร์มีความเหมาะสมได้บริหารร่างกายส่วนต่างๆ และมีสติไปพร้อมๆกันและการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ได้รับรู้เรื่องราวปัญหาของเพื่อนๆที่บางเรื่องมีความคล้ายคลึงกับตนเอง ส่วนใหญ่เป็นเรื่องเกี่ยวกับ ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อน ปัญหาภายในครอบครัว ปัญหาการเรียน นักเรียนสามารถนำแนวทางของเพื่อนไปปรับใช้กับตนเองได้

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับการนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากการปรึกษาแบบกลุ่มไปใช้ในชีวิตประจำวัน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่สามารถนำแนวทางการแก้ปัญหาของเพื่อนมาปรับใช้กับตนเอง

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับความคิดเห็น ความรู้สึกของนักเรียน พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้สึกที่ สมาชิกกลุ่มกล้าที่จะเปิดเผยเรื่องราวของตนเองมากขึ้น ทำให้นักเรียนรู้สึกผ่อนคลายต่อบรรยากาศภายในกลุ่มมากกว่าทุกครั้ง

การวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกลุ่มจิตศึกษาครั้งที่ 12

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับประสบการณ์ที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่า การแสดงบทบาทสมมติเป็นประสบการณ์ใหม่ที่

นักเรียนได้เรียนรู้ตั้งแต่เริ่มต้นการเขียนบท ซึ่งนอกจากนักเรียนต้องใช้ทักษะในการเขียนและการฝึกซ้อมบทบาทแล้ว นักเรียนได้สำรวจตนเองทั้งในด้านพฤติกรรม ความคิด ความรู้สึก ต่อสถานการณ์ดังกล่าวยังได้นำหลักจริยธรรมมาประยุกต์ให้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่ต้องการจะแสดงให้เพื่อนดูอีกด้วย

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับการนำเสนอประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มจิตศึกษาไปใช้ในชีวิตประจำวัน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าการได้เขียนบทสนทนาเพื่อเตรียมพร้อมในการนำไปแสดงบทบาทสมมติ ทำให้ได้สำรวจตนเองทั้งในด้านพฤติกรรม ความคิด ความรู้สึก ทำให้ได้แสดงความคิดเห็นของตนเองต่อกลุ่มย่อย และสรุปหาแนวทางที่ถูกต้อง จึงทำให้นักเรียนสามารถนำประสบการณ์นี้ไปใช้ในด้านอื่นๆของชีวิต เช่น การเรียน เพราะทำให้นักเรียนเรียนรู้การทำงานเป็นทีม การยอมรับความคิดเห็นของคนส่วนใหญ่ อีกทั้ง การเน้น ไปทั้ง 3 ด้านคือ พฤติกรรม ความคิด ความรู้สึก ไม่ให้ความสำคัญเพียงด้านใดด้านหนึ่ง ทำให้นักเรียนเห็นความเชื่อมโยงสัมพันธ์ขององค์รวมมากขึ้น

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับความคิดเห็น ความรู้สึกของนักเรียน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่รู้สึกสนุก ที่มีกิจกรรมที่แปลกใหม่ ทำให้ไม่เบื่อ

การวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกลุ่มจิตศึกษา ครั้งที่ 13

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับประสบการณ์ที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่คิดว่าจากการแสดงบทบาทสมมติ และการเป็นผู้สังเกตการณ์กลุ่มของเพื่อน นักเรียนได้เรียนรู้ เรื่องของความสัจใจ ความรับผิดชอบต่อน้ำที่ของตนเองและส่วนรวม การเคารพสิทธิประชาธิปไตย และคิดว่าจะนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ในการเข้ากลุ่มครั้งนี้ไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิต

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับการนำเสนอประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มจิตศึกษาไปใช้ในชีวิตประจำวัน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่คิดว่า จากเรื่องราวของการแสดงบทบาทสมมติ สามารถนำเรื่องราวการพัฒนาตนเอง คือ การอยู่ร่วมกันในสังคมตามบทบาทหน้าที่ของตนเอง มีความรับผิดชอบ มีความสามัคคี

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับความคิดเห็น ความรู้สึกของนักเรียน พบว่า กิจกรรมสนุกทำให้ไม่เบื่อและเพื่อนสมาชิกให้ความร่วมมือกันดีมาก

การวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อกลุ่มจิตศึกษาครั้งที่ 14

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับประสบการณ์ที่นักเรียนได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่คิดว่า การเข้าร่วมกลุ่มทำให้ได้ฝึกสติหลายรูปแบบ ทำให้นักเรียนมีสมาธิในการเรียน การทำกิจกรรมต่างๆมากขึ้น

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับการนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มจิตศึกษาไปใช้ในชีวิตประจำวัน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่สามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ เช่น นำการฝึกสติไปใช้ในการเรียนการทำงานการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง โดยใช้วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการทำให้สามารถตัดสินใจได้ถูกต้องตามหลักคุณธรรม จริยธรรม

การวิเคราะห์เนื้อหาเกี่ยวกับความคิดเห็น ความรู้สึกของนักเรียน พบว่า นักเรียนรู้สึกสนุกที่ได้เข้าร่วมกลุ่ม ได้ทำกิจกรรมกับเพื่อน ได้ร่วมกันแสดงความคิดเห็นและการที่ได้พูดเปิดเผยความรู้สึกของตนเองภายในกลุ่มในขณะที่เดียวกันก็ได้รับรู้ความรู้สึกของเพื่อนๆ ทำให้มีความสนิทสนมกันมากขึ้น ข้อเสนอแนะอื่นๆ ที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาในครั้งนี้ พบว่านักเรียนต้องการให้มีระยะเวลาและกิจกรรมในการเข้าร่วมกลุ่มมากกว่านี้ และหากมีการจัดตั้งกลุ่มลักษณะนี้อีกนักเรียนสนใจที่จะเข้าร่วมเพราะคิดว่ามีประโยชน์กับตนเองมากๆ

**ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์เนื้อหาจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรม
กลุ่มจิตศึกษาและต่อผู้นำกลุ่ม**

ตารางที่ 10 ค่ามัธยฐานและค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ของคะแนนความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลอง
ที่มีต่อ โปรแกรมจิตกลุ่มศึกษาและต่อผู้นำกลุ่ม

ข้อที่	ข้อความ	ค่ามัธยฐาน	ค่าเบี่ยงเบน ควอไทล์
1	ฉันรู้สึกไว้วางใจเพื่อนสมาชิกกลุ่ม	4.00	0.62
2	ฉันรู้สึกไว้วางใจผู้นำกลุ่ม	4.00	0.50
3	ฉันสามารถนำวิธีการฝึกสติแบบอาณานิพนธ์ มาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อการมีสติรู้ เท่าทันตนเองได้	4.00	0.50
4	ฉันสามารถนำวิธีการฝึกสติแบบเคลื่อนไหว มาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อการมีสติรู้ เท่าทันตนเองได้	4.00	0.50
5	ฉันสามารถนำวิธีการฝึกสติด้วยวิธีการ บริหารร่างกายตามแนวพุทธศาสด์มา ประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อการมีสติรู้ เท่าทันตนเองได้	4.00	0.50
6	การฝึกเผชิญสถานการณ์ทางจริยธรรม โดยกิจกรรมการแสดงบทบาทสมมติ ทำให้ฉันเข้าใจการเผชิญปัญหาทางจริยธรรม	4.00	0.25
7	ฉันมีความรู้ความเข้าใจวิธีคิดแบบเร้ากุศล และสามารถนำวิธีคิดแบบเร้ากุศลไปแก้ปัญหา ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้	4.00	0.50
8	ฉันมีความรู้ความเข้าใจวิธีคิดแบบเห็นคุณค่า และสามารถนำวิธีคิดแบบเห็นคุณค่า ไปแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้	4.00	0.50

ตารางที่ 10 (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความ	ค่ามาตรฐาน	ค่าเบี่ยงเบน ควอไทล์
9	ฉันมีความรู้ความเข้าใจวิธีคิดแบบเห็นคุณค่าและทางออก และสามารถนำวิธีคิดแบบเห็นคุณค่าและทางออกไปแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้	4.00	0.50
10	ฉันมีความรู้ความเข้าใจวิธีคิดแบบคุณค่าแท้คุณค่าเทียม และสามารถนำวิธีคิดแบบคุณค่าแท้คุณค่าเทียมไปแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้	4.00	0.00
11	ฉันมีความรู้ความเข้าใจวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา และสามารถนำวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดาไปแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้	4.00	0.50
12	ฉันมีความรู้ความเข้าใจวิธีคิดแบบแก้ปัญหา และสามารถนำไปแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้	4.00	0.125
13	ฉันมีความรู้ความเข้าใจวิธีคิดแบบแจกแจงหลายแง่มุม และสามารถนำวิธีคิดแบบแจกแจงหลายแง่มุมไปแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้	4.00	0.00
14	ฉันพอใจในระยะเวลาที่ใช้ในการเข้ากลุ่มแต่ละครั้ง	4.00	0.50
15	ฉันได้เปิดเผยความรู้สึกร่วมกันในกลุ่ม	4.00	0.12
16	ฉันรับฟังความคิดเห็น ความรู้สึกรวมทั้งสังเกตภาษาท่าทางและพฤติกรรมแสดงออกของผู้อื่นด้วยความใส่ใจ	4.00	0.50
17	ผู้นำกลุ่มเอาใจใส่สมาชิกกลุ่ม รวมทั้งเรื่องราวที่สมาชิกสื่อสารออกมาไม่ว่าจะเป็นคำพูดหรือภาษาท่าทาง	4.00	0.50
18	ผู้นำกลุ่มพูดอธิบายสิ่งต่างๆ ได้ชัดเจนตรงประเด็น	4.00	0.50
19	ผู้นำกลุ่มจัดกิจกรรมต่างๆ ได้เหมาะสมกับเวลาของการเข้ากลุ่มแต่ละครั้ง	4.00	0.00

ตารางที่ 10 (ต่อ)

ข้อที่	ข้อความ	ค่ามัธยฐาน	ค่าเบี่ยงเบน ควอไทล์
20	ผู้นำกลุ่มสามารถสรุปและเชื่อมโยงประเด็นต่างๆ ที่สมาชิกพูดได้อย่างชัดเจน	4.00	0.50
21	ผู้นำกลุ่มให้โอกาสสมาชิกกลุ่มพูดแสดงความคิด ความรู้สึกต่อประเด็นต่างๆในกลุ่มอย่างทั่วถึงกัน	4.50	0.50
22	โดยรวมฉันพึงพอใจในการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ	5.00	0.50

จากตารางที่ 8 ค่ามัธยฐานและค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ของแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาและต่อผู้นำกลุ่มภายหลังเสร็จสิ้น อยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด (ระหว่าง 4.00 ถึง 5.00) และมีการกระจายของคะแนนในระดับน้อย (ระหว่าง 0.00 ถึง 0.62) แสดงว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาได้รับประสบการณ์และได้เรียนรู้ตามเป้าหมายและวัตถุประสงค์ของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม คือ นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาตนตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสตร์ ได้แก่ การพัฒนาด้านปัญญา มีความรู้ความเข้าใจวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการสามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาวิธีคิดที่ถูกต้องจึงนำไปสู่การตัดสินใจที่ถูกต้องจึงตามหลักจริยธรรม การพัฒนาด้านจิตใจโดยการฝึกสติ นักเรียนสามารถประยุกต์วิธีการฝึกสติเพื่อมารู้เท่าทันความคิด ความรู้สึกของตนเองในสภาวะปัจจุบัน เป็นพื้นฐานในการพัฒนาทางปัญญาได้ดี และด้านพฤติกรรม สมาชิกได้มีโอกาสฝึกการเผชิญสถานการณ์ทางจริยธรรมด้วยการบูรณาการสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่ม คือการฝึกสติและวิธีคิดที่ถูกต้องตามแนวทางของปัญญานำไปสู่การเลือกตัดสินใจกระทำหรือไม่ทำพฤติกรรมได้อย่างถูกต้องจึงตามหลักจริยธรรม ส่วนความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อผู้นำกลุ่มนั้น นักเรียนมีความคิดเห็นว่าผู้นำกลุ่มเอาใจใส่สมาชิกกลุ่ม รวมทั้งเรื่องราวที่สมาชิก สื่อสารออกมาไม่ว่าจะเป็นคำพูดหรือภาษาท่าทาง ผู้นำกลุ่มให้ความยอมรับต่อความคิดเห็นที่หลากหลาย และทนต่อความคิดเห็นที่ขัดแย้งของสมาชิกกลุ่มได้ ทำให้นักเรียนรู้สึกไว้วางใจผู้นำกลุ่ม ผู้นำกลุ่มจัดกิจกรรมต่างๆ ได้เหมาะสมกับเวลาของการเข้ากลุ่มแต่ละครั้ง ผู้นำกลุ่มพูดอธิบายสิ่งต่างๆ ได้ชัดเจนตรงประเด็น และสามารถสรุปและเชื่อมโยงประเด็นต่างๆที่สมาชิกพูดได้อย่างชัดเจน อีกทั้งยังผู้นำกลุ่มให้โอกาสสมาชิกกลุ่มพูดแสดงความคิดความรู้สึก

ต่อประเด็นต่างๆในกลุ่มอย่างทั่วถึงกัน โดยรวมนักเรียนพึงพอใจในการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา
ฯ

**ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะของนักเรียนกลุ่มทดลองเกี่ยวกับประสบการณ์การเข้าร่วม
โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม**

ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะ	จำนวน (คน)
ควรหาวิธีการฝึกสติด้วยวิธีอื่นๆมาฝึกสติอีก	2
อยากให้มีความเวลาในการฝึกสติมากกว่านี้	3
อยากให้จัดกิจกรรมนี้กับรุ่นน้องในโรงเรียน	3
อยากให้มีความเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆมากกว่านี้	5
การฝึกวิธีคิดโดยผ่านสถานการณ์ตัวอย่างทำให้รู้สึกสนุก	2
รู้สึกว่าผู้นำกลุ่มเป็นคนที่ใจเย็นมากๆ	1
มีความประทับใจในการเข้าร่วมกลุ่มมาก เพราะได้เรียนรู้อะไรหลายอย่าง	1
เป็นการเข้าร่วมกลุ่มที่ดี ทำให้รู้จักวิธีการแก้ปัญหาที่ถูกต้อง	2

ข้อวิจารณ์

การวิจารณ์ครั้งนี้ แบ่งออกเป็น 2 ประเด็น คือ 1) ผลของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธ
ศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม 2) ความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อ
โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาและต่อผู้นำกลุ่ม ซึ่งจะแสดงรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ผลของของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิง จริยธรรม

ผลของของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่า ภายหลังจากการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธ
ศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนการตัดสินใจเชิง
จริยธรรมสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่

ระดับ.05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 และเมื่อเปรียบเทียบคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับมัธยมศึกษาตอนปลาย ภายหลังการทดลอง พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม มีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมก่อนและหลังไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 และภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่เข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมมีคะแนนพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม สูงกว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 3 จากผลการวิจัย แสดงให้เห็นว่า โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์มีผลต่อการพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ซึ่งในกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ให้ความสำคัญในการพัฒนานักเรียนอย่างเป็นองค์รวมทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา โดยในเบื้องต้นผู้วิจัยได้ให้นักเรียนฝึกสติเพื่อการรับรู้ตนเองในสภาวะปัจจุบัน ให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงามตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสตร์ เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง ฝึกวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการซึ่งเป็นการคิดถูกวิธีนำไปสู่ปัญญา อันเป็นปัจจัยสำคัญของการพัฒนาจริยธรรม นอกจากนั้นสมาชิกได้มีโอกาสสำรวจตนเองเกี่ยวกับการเผชิญสถานการณ์ทางจริยธรรมและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ทั้งในด้านพฤติกรรม ความคิด ความรู้สึก รวมทั้งได้ฝึกการเผชิญสถานการณ์ทางจริยธรรมด้วยการบูรณาการสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ากลุ่ม นำไปสู่การเลือกตัดสินใจเลือกกระทำหรือเลือกไม่กระทำพฤติกรรมได้อย่างถูกต้อง ดีงามตามหลักจริยธรรม ดังนั้น ภายหลังการทดลองจึงพบว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม มีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมและพบว่านักเรียนกลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการจัดกิจกรรมใดๆ จากผู้วิจัย มีคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมก่อนและหลังการทดลองไม่แตกต่างกัน

ผลการวิจัยสอดคล้องกับงานวิจัยของกฤษฎา สารพันธ์ (2546) ได้ศึกษา ผลของโปรแกรมการฝึกความฉลาดทางอารมณ์พัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพระหฤทัยคอนแวนต์ กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมฝึก

ความฉลาดทางอารมณ์ มีการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ซานนท์ อนันตานนท์ (2550) ที่ได้ศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการพัฒนาพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ผลการวิจัยพบว่านักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมทางสังคมสูงกว่ากลุ่มควบคุม ในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากผลการวิจัยดังกล่าว แสดงให้เห็นว่ากลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์มีผลต่อการพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาซึ่งทำให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการพัฒนาตนตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสตร์ ส่งผลให้คะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนสูงขึ้นภายหลังการทดลอง ทั้งนี้เพราะเป็นกลุ่มที่เน้นการพัฒนา มนุษย์ ครบทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา ให้นักเรียนได้สำรวจตนเอง อภิปราย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น เพื่อนำไปสู่การรู้จักตนเองตามความเป็นจริง เป็นผลให้นักเรียนสามารถพัฒนาตนเองให้เต็มศักยภาพ ภายใต้บรรยากาศของการยอมรับ และไว้วางใจ ช่วยเหลือกันภายในกลุ่ม ดังจะเห็นได้จากแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลอง อาทิ “...ฝึกให้รู้จักคิดก่อนพูดหรือทำ...” (แบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 1) “...สามารถนำหลักจริยธรรมมาปรับใช้กับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน...” (แบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 3) “...ได้เรียนรู้วิธีการดำเนินชีวิตและวิธีการแก้ปัญหาผ่านกรณีศึกษา...” (แบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 3) “...ได้ประสบการณ์มากมายเก็บเอาไปคิดเป็นคติ...” (แบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 4) “...ได้นำการฝึกสติไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน ทำให้มีสติตั้งมั่นกับการเรียนมากขึ้น...” (แบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 5) “...เมื่อมีปัญหาต้องแก้ไขสามารถใช้วิธีคิดแบบต่างๆ ให้เหมาะสมกับปัญหานั้นๆ...” (แบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 5)

นอกจากนี้กระบวนการกลุ่มจิตศึกษาสามารถตอบสนองความต้องการของวัยรุ่นได้แก่ การได้รับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน การสร้างสัมพันธภาพที่ดีซึ่งกันและกัน และการสำรวจและเรียนรู้ตนเองจากการเข้ากลุ่ม เห็นได้จากแบบบันทึกประสบการณ์ของนักเรียนกลุ่มทดลอง อาทิ “...ได้รู้ว่าตนเองเป็นคนอย่างไรจากความคิดเห็นของเพื่อน...” (แบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 1) “...มีความสุขที่ได้ร่วมกิจกรรมกับเพื่อนๆ ร่วมมือและรับฟังกันในการแสดงความคิดเห็น มีน้ำใจต่อกัน

ในการทำกิจกรรม...” (แบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 1) “...ได้เรียนรู้ความคิดหลายอย่างจากเพื่อน ทำให้รู้จัก เข้าใจเพื่อนมากขึ้น และรู้ว่าแต่ละคนก็มีความคิดที่ต่างกันไป...” (แบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 7) “...สามารถนำประสบการณ์ของเพื่อนไปปรับใช้กับตนเองได้ เพราะมีความคล้ายคลึงกัน...” (แบบบันทึกประสบการณ์ครั้งที่ 8)

2. ความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาและต่อผู้นำกลุ่ม

จากการวิเคราะห์แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลองต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาและต่อผู้นำกลุ่ม ได้คำมธฐานของความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลองต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาและต่อผู้นำกลุ่ม ภายหลังเสร็จสิ้นโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาอยู่ในระดับ มาก ถึง มากที่สุด และมีการกระจายของคะแนนในระดับน้อย ซึ่งหมายความว่า นักเรียนแสดงความคิดเห็นในแต่ละข้อคำถามอยู่ในระดับใกล้เคียงกัน แสดงว่านักเรียนกลุ่มทดลองที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาได้รับประสบการณ์และได้เรียนรู้ตรงตามเป้าหมายและวัตถุประสงค์ของโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยนักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาตนตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสนามากขึ้น ได้แก่ การพัฒนาด้านปัญญา มีความรู้ความเข้าใจวิถีคิดแบบโยนิโสมนสิการ สามารถนำมาใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาวิถีคิดที่ถูกต้องดึงามนำไปสู่การตัดสินใจที่ถูกต้องดึงามตามหลักจริยธรรม การพัฒนาด้านจิตใจโดยการฝึกสติ นักเรียนสามารถประยุกต์วิธีการฝึกสติเพื่อรู้เท่าทันความคิด ความรู้สึกของตนเองในสภาวะปัจจุบัน เป็นพื้นฐานในการพัฒนาทางปัญญาได้ดี และด้านพฤติกรรม สมาชิกได้มีโอกาสฝึกการเผชิญสถานการณ์ทางจริยธรรมด้วยการบูรณาการสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่ม โดยการฝึกสติและวิถีคิดที่ถูกต้องตามแนวทางของปัญญา นำไปสู่การเลือกตัดสินใจกระทำหรือเลือกไม่ทำพฤติกรรมได้อย่างถูกต้องดึงามตามหลักจริยธรรม ซึ่งสอดคล้องกับ Corey *et al.* (2000) ที่กล่าวถึงวัตถุประสงค์ของการปรึกษาแบบกลุ่มไว้ว่า เพื่อเพิ่มความสามารถในการนำตนเอง การพึ่งพาตนเอง ความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคมที่มีอยู่ รวมถึงการรับรู้การตัดสินใจในการเลือกของตนเองและรู้จักเลือกอย่างฉลาด

ความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อผู้นำกลุ่มนั้น นักเรียนมีความคิดเห็นว่าผู้นำกลุ่มเอาใจใส่ สมาชิกกลุ่ม รวมทั้งเรื่องราวที่สมาชิก สื่อสารออกมาไม่ว่าจะเป็นคำพูดหรือภาษาท่าทาง ผู้นำกลุ่มให้ความยอมรับต่อความคิดเห็นที่หลากหลาย และทนต่อความคิดเห็นที่ขัดแย้งของสมาชิกกลุ่มได้

ทำให้นักเรียนรู้สึกไว้วางใจผู้นำกลุ่ม ผู้นำกลุ่มจัดกิจกรรมต่างๆ ได้เหมาะสมกับเวลาของการเข้ากลุ่มแต่ละครั้ง ผู้นำกลุ่มพูดอธิบายสิ่งต่างๆ ได้ชัดเจนตรงประเด็นและสามารถสรุปและเชื่อมโยงประเด็นต่างๆ ที่สมาชิกพูดได้อย่างชัดเจน อีกทั้งผู้นำกลุ่มให้โอกาสสมาชิกกลุ่มพูดแสดงความคิดเห็นรู้สึกต่อประเด็นต่างๆ ในกลุ่มอย่างทั่วถึงกัน โดยรวมนักเรียนพึงพอใจในการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องผลของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เป็นการวิจัยแบบทดลอง (Experimental Research) โดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
2. เพื่อเปรียบเทียบการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มที่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์กับนักเรียนกลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์
3. เพื่อศึกษาความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม

สมมติฐานการวิจัย

1. ภายหลังจากการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมนักเรียนกลุ่มทดลองจะมีคะแนนจากแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมจะมีคะแนนจากแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ก่อนและหลังไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม นักเรียนที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมจะมีคะแนนจากแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากร คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนคอนคาวิทยา จังหวัดสุพรรณบุรี ปีการศึกษา 2551 ซึ่งมีจำนวน 196 คน ซึ่งแต่ละระดับชั้นแบ่งเป็น 3 ห้องเรียน รวมเป็น 9 ห้องเรียน ได้แก่ มัธยมศึกษาปีที่ 4/1 จำนวน 43 คน มัธยมศึกษาปีที่ 4/2 จำนวน 28 คน มัธยมศึกษาปีที่ 4/3 จำนวน 24 คน มัธยมศึกษาปีที่ 5/1 จำนวน 37 คน มัธยมศึกษาปีที่ 5/2 จำนวน 17 คน มัธยมศึกษาปีที่ 5/3 จำนวน 13 คน มัธยมศึกษาปีที่ 6/1 จำนวน 14 คน มัธยมศึกษาปีที่ 6/2 จำนวน 13 คน มัธยมศึกษาปีที่ 6/3 จำนวน 11 คน ประกอบด้วยแผนการเรียนวิทยาศาสตร์-คณิตศาสตร์ คณิตศาสตร์-ภาษาอังกฤษ และช่างอุตสาหกรรม

กลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้มีกลุ่มตัวอย่างจำนวน 28 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 14 คน และกลุ่มควบคุม 14 คน วิธีการได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยใช้วิธีสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เลือกนักเรียนมา 1 ห้องเรียน คือ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5/1 เพราะผู้วิจัยต้องการนักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมประมาณ 14-15 คน เพื่อให้มีสมาชิกในกลุ่มทดลองเพียงพอที่จะทำกิจกรรมและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันได้อย่างหลากหลาย แล้วผู้วิจัยขอความอนุเคราะห์จากอาจารย์ประจำชั้น ให้ผู้วิจัยเข้าไปพบปะชี้แจง เพื่อประชาสัมพันธ์กับนักเรียนถึงโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษากับการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ซึ่งโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาจะใช้เวลาช่วงเย็นตอนเลิกเรียน ครั้งละประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที ส่วนวันและเวลา

จะพิจารณาจากที่นักเรียนส่วนใหญ่ว่างตรงกัน ผลปรากฏว่ามีนักเรียนที่สมัครใจเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาจำนวน 28 คน

2. ผู้วิจัยนำรายชื่อของนักเรียนมาสุ่มนักเรียนไว้ในกลุ่มทดลอง 14 คน และกลุ่มควบคุม 14 คน (randomly assigned) แล้วจึงให้นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรม

3. ผู้วิจัยได้ทำข้อตกลงกับนักเรียนกลุ่มทดลอง 14 คน เกี่ยวกับข้อตกลงในการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา โดยสมาชิกกลุ่มทุกคนต้องเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาทุกครั้งตาม วัน – เวลาที่ตกลงกันไว้และถ้านักเรียนคนใดไม่สามารถมาเข้าร่วมกลุ่มได้ต้องแจ้งให้ผู้นำกลุ่มทราบก่อนล่วงหน้า ซึ่งผู้วิจัยเริ่มโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาครั้งแรก ในวันพฤหัสบดีที่ 5 มิถุนายน พ.ศ. 2551

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย เป็นโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีจำนวนทั้งหมด 15 ครั้ง โดยใช้หลักการปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ มาบูรณาการร่วมกับเทคนิควิธีการของกลุ่มจิตศึกษาโดยมีคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความเหมาะสมของโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา ซึ่งอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลักและอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์รองจบการศึกษาด้านจิตวิทยาการศึกษาและมีประสบการณ์การสอนทางด้านจิตวิทยาการศึกษาในระดับบัณฑิตศึกษานอกจากนี้ผู้วิจัยได้ให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน (ดังรายละเอียดในภาคผนวก ข) เป็นผู้ตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา

1. ขั้นตอนการสร้างโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม เป็นโปรแกรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น โดยมีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

1) ศึกษารายละเอียด วิธีการ ขั้นตอน และเทคนิค ของกลุ่มจิตศึกษา จากหนังสือ Psychoeducational Group Process and Practice แต่งโดย Nina W. Brown (2004) และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มจิตศึกษา และศึกษาเทคนิคการปรึกษากลุ่มและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาโปรแกรมการปรึกษากลุ่ม จากตำรา เอกสารทางด้านการให้คำปรึกษากลุ่ม อาทิ Intentional Group Counseling a Microskills Approach แต่งโดย Ivey et al. (2001), Theory and Practice of Group Counseling แต่งโดย Corey, G. (1995), เอกสารประกอบการสอนการปรึกษากลุ่ม แต่งโดย อาภา จันทรสกุล (2548) และหนังสือการปรึกษากลุ่มอื่นๆ

2) ศึกษาองค์ความรู้เกี่ยวกับทักษะการปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ จากพุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ) (2549) แต่งโดย พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) , หนังสือเรื่องเทคนิคและทฤษฎีการปรึกษาในสถาบันการศึกษาของ อาภา จันทรสกุล (2545)

3) ศึกษาแนวคิดการพัฒนาจริยธรรมและการตัดสินใจเชิงจริยธรรมตามหลักพุทธธรรม จากงานพระนิพนธ์ของ พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยูร ปยุตฺโต) ได้แก่ พุทธธรรม (2549), รุ่งอรุณของการศึกษาเบิกฟ้าแห่งการพัฒนาที่ยั่งยืน (2545), การพัฒนาจริยธรรม (2535), ทางสายอิสรภาพของการศึกษาไทย (2534), จริยธรรมสำหรับเด็กและเยาวชนรุ่นใหม่ (2543) , ความคิดแหล่งสำคัญของการศึกษา (2543), วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม (2533) และศึกษาเอกสาร งานวิจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาจริยธรรม

4) นำความรู้ความเข้าใจจากการศึกษาในข้อ 1, 2 และ 3 มาสร้างโปรแกรมการกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมจำนวน 13 ครั้ง โดยโปรแกรมแต่ละครั้งจะประกอบด้วยรายละเอียดคือ 1) วัตถุประสงค์ของโปรแกรม 2) กระบวนการและวิธีการดำเนินการ รวมทั้งกิจกรรมที่จะใช้ในแต่ละครั้ง 3) วิธีการประเมินผล

5) นำโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เสนอต่อคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อตรวจสอบความตรงของเนื้อหา และความเหมาะสมของโปรแกรมในรายละเอียดต่างๆ ได้แก่ วัตถุประสงค์ของโปรแกรม กระบวนการและวิธีการดำเนินการของกลุ่มจิตศึกษา รวมทั้งกิจกรรมที่จะใช้ในแต่ละครั้ง และวิธีการประเมินผล

6) นำโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมมาแก้ไขตามข้อเสนอแนะของคณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์แล้วนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่านตรวจสอบ

7) นำโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์ เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ที่ผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน มาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ แล้วนำมาเสนอให้คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบอีกครั้ง ก่อนนำโปรแกรมไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่าง

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลมี 3 ชุดดังนี้

2.1 แบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา

(1) แบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรม สร้างขึ้นโดย รศ.ดร. อาภา จันทรสกุล (2550) โดยมี พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) เป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบคุณภาพด้านความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct Validity) ของแบบวัดและเกณฑ์การตรวจให้คะแนน มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .804 ซึ่งผู้วิจัยนำมาหาค่าความเที่ยงอีกครั้งกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนคอนคาวิทยา จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 45 คน ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ .82

2.3 แบบบันทึกประสบการณ์ และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา

แบบบันทึกประสบการณ์และความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อ โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา เมื่อเสร็จสิ้นกลุ่มแต่ละครั้ง แบบบันทึกการเรียนรู้และความคิดเห็นของนักเรียน เป็นแบบบันทึก ลักษณะการรายงานด้วยตนเอง (Self - Report) โดยให้นักเรียนเขียนรายงานเกี่ยวกับประสบการณ์ที่ นักเรียนได้เรียนรู้ในการเข้าร่วม โปรแกรมกลุ่มแต่ละครั้ง สามารถนำประสบการณ์ที่ได้รับจากการ เข้าร่วม โปรแกรม ไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างไรบ้าง มีความคิดเห็นอย่างไรต่อการเข้าร่วม โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา และผู้นำกลุ่มแต่ละครั้ง

2.3 แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาและผู้นำกลุ่ม

แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อ โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาและผู้นำกลุ่ม ทั้งหมดในภาพรวม ภายหลังการเข้าร่วม โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการ ตัดสินใจเชิงจริยธรรม ที่ให้นักเรียนประเมินประสบการณ์การเรียนรู้ที่ได้รับจากการเข้าร่วม โปรแกรมกลุ่มภายหลังจากการเข้าร่วม โปรแกรมกลุ่มทั้ง 15 ครั้ง รวมทั้งให้นักเรียนประเมินการทำ หน้าที่ของผู้นำกลุ่มด้วย แบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีข้อคำถาม จำนวน 22 ข้อ วัด 2 องค์ประกอบคือ 1.การปฏิบัติหน้าที่ของผู้นำกลุ่มและภาพรวมของ โปรแกรม กลุ่มจิตศึกษา ได้แก่ ข้อ 1,2,13-22 และ 2.ความคิดเห็นเกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจในการพัฒนาตน ตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสตร์ได้แก่ ข้อ 3-12 และคำถามปลายเปิดจำนวน 1 ข้อคำถาม

วิธีการตอบแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการเข้าร่วม โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนว พุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ผู้ตอบต้องพิจารณาข้อคำถามในแต่ละข้อว่าจาก การเข้าร่วม โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ ผู้ตอบได้รับประสบการณ์ต่างๆ มากน้อย เพียงใด ซึ่งจัดไว้ 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด

เกณฑ์การให้คะแนนแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อ โปรแกรมกลุ่มจิต ศึกษาและผู้นำกลุ่ม แบ่งเป็น 5 มาตรวัด โดยมีรายละเอียดของระดับคะแนนและความหมายของแต่ละ มาตรวัดดังนี้

ความคิดเห็นในระดับ “มากที่สุด”	ให้	5	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “มาก”	ให้	4	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “ปานกลาง”	ให้	3	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “น้อย”	ให้	2	คะแนน
ความคิดเห็นในระดับ “น้อยที่สุด”	ให้	1	คะแนน

การดำเนินการทดลอง

การศึกษาวิจัยเรื่องผลของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมเป็นการวิจัยแบบทดลองโดยใช้รูปแบบการทดลองที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีวิธีการดำเนินการทดลอง ดังนี้

1. ผู้วิจัยทำหนังสือจากภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ส่งไปถึงโรงเรียนโรงเรียนคอนคาวิทยา จังหวัดสุพรรณบุรี เพื่อขอความอนุเคราะห์เข้าไปทำการทดลองโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

2. ผู้วิจัยใช้วิธีสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เลือกนักเรียนมา 1 ห้องเรียน คือ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5/1 เพราะผู้วิจัยต้องการนักเรียนในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมประมาณ 14-15 คน เพื่อให้มีสมาชิกในกลุ่มทดลองเพียงพอที่จะทำกิจกรรมและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันได้อย่างหลากหลาย แล้วผู้วิจัยขอความอนุเคราะห์จากอาจารย์ประจำชั้น ให้ผู้วิจัยเข้าไปพบปะชี้แจง เพื่อประชาสัมพันธ์กับนักเรียนถึงโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษากับการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ซึ่งกลุ่มจิตศึกษาจะใช้เวลาช่วงเย็นตอนเลิกเรียน ครั้งละประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที ส่วนวันและเวลาจะพิจารณาจากที่นักเรียนส่วนใหญ่ว่างตรงกัน ผลปรากฏว่ามีนักเรียนที่สมัครใจเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาจำนวน 28 คน ส่วนนักเรียนที่ไม่สมัครใจเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาจำนวน 9 คน เพราะไม่สามารถเข้าร่วมกลุ่มได้เนื่องจากความจำเป็นต่างๆ เช่น นักเรียนที่บ้านอยู่ไกลจากโรงเรียนมากต้องรีบเดินทางกลับ นักเรียนที่ต้องกลับไปช่วยงานขายของที่บ้านเนื่องจากความจำเป็นทางเศรษฐกิจ นักเรียนที่เป็นนักกีฬาต้องฝึกซ้อมกีฬาตอนเย็น และนักเรียนที่เป็นผู้มีสุขภาพไม่ดีต้องไปพบแพทย์เป็นประจำ เป็นต้น

3. ผู้วิจัยนำรายชื่อของนักเรียนมาสุ่มนักเรียนไว้ในกลุ่มทดลอง 14 คน และกลุ่มควบคุม 14 คน (randomly assigned) แล้วจึงให้นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรม

4. ผู้วิจัยได้ทำข้อตกลงกับนักเรียนกลุ่มทดลอง 14 คน เกี่ยวกับข้อตกลงในการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา โดยสมาชิกกลุ่มทุกคนต้องเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาทุกครั้งตาม วัน-เวลาที่ตกลงกันไว้ และถ้านักเรียนคนใดไม่สามารถมาเข้าร่วมกลุ่มได้ต้องแจ้งให้ผู้นำกลุ่มทราบก่อนล่วงหน้า ซึ่งผู้วิจัยเริ่มกลุ่มจิตศึกษาครั้งแรก ในวันพฤหัสบดีที่ 5 มิถุนายน พ.ศ. 2551

5. ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา ณ ห้องแนะแนวโรงเรียนดอนคาวิทยา จังหวัดสุพรรณบุรี โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษามีทั้งหมด 15 ครั้ง ครั้งละประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที รวมเวลาการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาทั้งหมดประมาณ 22 ชั่วโมง 30 นาที โดยเริ่มกลุ่มจิตศึกษาครั้งแรกในวันพฤหัสบดีที่ 5 มิถุนายน พ.ศ. 2551 และสิ้นสุดกลุ่มจิตศึกษาในวันพฤหัสบดีที่ 28 สิงหาคม พ.ศ. 2551 หลังจากสิ้นสุดกลุ่มจิตศึกษาครั้งที่ 14 ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองตอบแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาและต่อผู้นำกลุ่ม

6. ภายหลังจากเสร็จสิ้นการทดลองโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาครั้งที่ 14 แล้ว เป็นเวลา 1 สัปดาห์ ผู้วิจัยให้นักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมทำแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ในวันพฤหัสบดีที่ 4 กันยายน พ.ศ. 2551

7. ผู้วิจัยนำคะแนนจากแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มาทดสอบคะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาและหาค่าความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 และวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา รวมทั้งนำข้อมูลจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนกลุ่มทดลองที่มีต่อกลุ่มจิตศึกษาและต่อผู้นำกลุ่มภายหลังการปิดกลุ่มมาวิเคราะห์เนื้อหา

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลอง
2. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนและหลังการทดลองด้วยสถิติอนพารามेटริก (Nonparametric Statistics) The Wilcoxon Matched Pairs Signed - Rank Test
3. ทดสอบความแตกต่างของคะแนนการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลองด้วยสถิติอนพารามेटริก (Nonparametric Statistics) The Mann - Whitney U Test
4. ใช้การวิเคราะห์คำตอบและวิเคราะห์ความคิดเห็นของนักเรียนจากแบบบันทึกการเรียนรู้และแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาและต่อผู้นำกลุ่มโดยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) ค่ามัธยฐาน (Mdn.) ค่าเบี่ยงเบนควอไทล์ (Q.D.)

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาเรื่องผลของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนจากแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมภายหลังการทดลองสูงกว่านักเรียนกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. นักเรียนกลุ่มทดลองมีความเห็นว่าการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาช่วยให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาตนเองตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสนามากขึ้น โดยสมาชิกมีโอกาสพัฒนาตนเองในด้านพฤติกรรม จิตใจและปัญญา ได้แก่ การฝึกสติเพื่อรู้เท่าทันตนเองในสภาวะปัจจุบัน การฝึกวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการซึ่งเป็นการคิดถูกวิธีนำไปสู่การพัฒนาปัญญา ได้มีโอกาสสำรวจตนเองและแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับการเผชิญปัญหาทางจริยธรรม และฝึกการเผชิญสถานการณ์ทางจริยธรรมด้วยการบูรณาการสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ากลุ่ม นำไปสู่การตัดสินใจเลือกทำหรือไม่กระทำพฤติกรรมได้อย่างถูกต้อง ดำเนินตามหลักจริยธรรม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้

1. โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสามารถพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมได้ ดังนั้นโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาดังกล่าวจึงเป็นเครื่องมือที่จะสามารถช่วยให้ครู อาจารย์แนะแนว นักจิตวิทยา ตลอดจนบุคคลที่ทำงานเกี่ยวข้องกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ควรนำไปประยุกต์ใช้ในการจัดกลุ่มจิตศึกษาหรือเพื่อจัดกิจกรรมในการช่วยเหลือนักเรียนให้สามารถพัฒนาตนเองตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสดาได้อย่างถูกต้องเหมาะสมเพื่อนำไปสู่การตัดสินใจเชิงจริยธรรมที่ถูกต้องดีงามต่อไป

2. กิจกรรมที่นำมาใช้ในการฝึกสติให้กับนักเรียนนั้น ผู้วิจัยอาจปรับเปลี่ยนกิจกรรมได้ตามความเหมาะสมโดยควรคำนึงถึงอายุ ความสนใจของสมาชิกกลุ่ม ความถนัดหรือความชำนาญของผู้วิจัย ตลอดจนข้อจำกัดต่างๆ เช่น สถานที่ในการฝึก ระยะเวลาที่ใช้ในการฝึก ทั้งนี้เพื่อให้การฝึกเป็นไปตามวัตถุประสงค์ คือ นักเรียนได้มีโอกาสฝึกสติ เพื่อการรู้เท่าทันตนเองในสภาวะปัจจุบัน

3. ผู้ที่สนใจนำโปรแกรมการกลุ่มจิตศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ไปใช้ ควรมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องการพัฒนาตนเองตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสดาหรือเป็นผู้ที่ดำเนินชีวิตตามหลักจริยธรรม และการให้นักเรียนเรียนรู้หลักการพัฒนาตนเองตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสดาโดยใช้กรณีตัวอย่างในกิจกรรมกลุ่มครั้งที่ 2 ควรคัดเลือกตัวอย่างที่มีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อให้มีความน่าสนใจ โดยมีวัยและวิถีชีวิตที่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง รวมทั้งคำนึงถึงความสนใจของกลุ่มตัวอย่าง

4. ผู้ที่สนใจนำโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ไปใช้ควรมีการเก็บข้อมูลเกี่ยวกับสถานการณ์ทางจริยธรรมของกลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษา ก่อนนำมาสร้างเป็นสถานการณ์วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสามารถนำแนวทางการแก้ปัญหาที่ได้รับจากการเข้าร่วมการปริกษาแบบกลุ่มไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้จริง ซึ่งจะก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดแก่สมาชิกกลุ่ม

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับกลุ่มตัวอย่างในระดับอื่น เช่น ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นหรือระดับอุดมศึกษา โดยผู้วิจัยควรสร้างโปรแกรมและจัดกิจกรรมให้เหมาะสมกับการพัฒนาของกลุ่มตัวอย่างที่ต้องการจะศึกษาเพื่อส่งผลให้งานวิจัยมีประสิทธิภาพและเกิดประโยชน์สูงสุดกับกลุ่มที่จะศึกษา

2. ควรมีการติดตามผลการวิจัยทั้งในระยะสั้นและระยะยาว ด้วยวิธีการต่างๆ เช่น การสัมภาษณ์อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์แนะแนว เพื่อจะได้ทราบถึงความคงทนของนักเรียนภายหลังเสร็จสิ้นการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม เพื่อนำผลการศึกษาที่ได้ไปพัฒนาและปรับปรุง เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมของนักเรียนให้มีประสิทธิภาพต่อไป

เอกสารและสิ่งอ้างอิง

- กรรณ นกคุ้ม. 2538. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพัฒนาการทางจริยธรรมเชิงพุทธกับการปรับตัวทางสังคม สุขภาพจิต และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- กฤษฎา ศาสตร์พันธ์. 2546. ผลการใช้โปรแกรมฝึกความฉลาดทางอารมณ์พัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพระหฤทัยคอนแวนต์ กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. 2541. คำบรรยายเกี่ยวกับแนวคิดและทฤษฎีในการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมที่เน้นความมีวินัยและความเป็นประชาธิปไตย. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร
- กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ. 2542. พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2542 และ การวิเคราะห์สาระสำคัญ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภา.
- ไชศรี พานิกุล. 2546. เรื่อง การเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่เรียนเรื่องหลักธรรมในพระพุทธศาสนา โดยการสอนแบบไตรสิกขาโดยการสอนแบบธรรมสภาจฉา. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาการมัธยมศึกษา, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- จารีรัตน์ ประแก้ว. 2538. ผลของการให้การศึกษาค้นคว้าด้วยวิธีกระบวนการแสวงหาค่านิยมที่มีต่อกระบวนการตัดสินใจทางจริยธรรม. วิทยานิพนธ์การศึกษาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิจัยและพัฒนาหลักสูตร, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

ดวงมณี จงรักษ์. 2548. เอกสารคำสอน การปรึกษาแบบกลุ่ม. ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการ
แนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์วิทยาเขตปัตตานี.

ครูณี คชพรหม. 2543. ผลของกลุ่มประคับประคองและจิตศึกษาต่อการของผู้ดูแลผู้ป่วยโรคจิตเภท.
วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช,
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ณัฐพล ไกลุนทด. 2544. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม และอัตมโน
ทัศน์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ภาคปลาย ปีการศึกษา 2543 โรงเรียนเพชร
วิทยาคาร อำเภอภูเขียว จังหวัดชัยภูมิ. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยา
การศึกษา, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ทิพย์วรรณ กิตติพร. 2537. การให้คำปรึกษากลุ่ม.พิษณุโลก: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย
นเรศวร.

นิตยา ศรีจ้านง. 2538. ผลของการปรึกษากลุ่มต่อการพัฒนาจริยธรรมเชิงพุทธของนักศึกษา
วิทยาลัยพยาบาลทหารอากาศ. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยา
การศึกษาและการแนะแนว, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

นรยศไชยศรีพรหม. 2545. ลักษณะบุคลิกภาพและตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจเชิงจริยธรรม
ของนิสิตคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหา
บัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ประสาธ อิศรปริดา. 2538. สารัตถะจิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ: นำอักษรการพิมพ์.

พระมหากันต์ วัฒนนำโส. 2535. การศึกษาเปรียบเทียบแนวความคิดเรื่องเกณฑ์ตัดสินทางจริยธรรม
ในจริยศาสตร์ของค่านที่กับพุทธจริยศาสตร์ตามทรรศนะของพระเทพเวที
(ประยูรค์ ปยุตฺโต). วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาปรัชญา, มหาจุฬาลงกรณ์
ราชวิทยาลัย.

พระมหาคกรม เกิดมี. 2546. การเปรียบเทียบผลการเรียนรู้แบบสตอรี่ไลน์และกรณีตัวอย่างที่มีต่อ
 การให้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านความสามัคคีของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนวัด
 สุทธิวราราม เขตสาทร กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขา
 จิตวิทยาการศึกษา, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

พระเทพเวที(ประยูร ญาคูโต). 2534. ทางสายอิสรภาพของการศึกษาไทย. กรุงเทพมหานคร:
 โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

_____. 2535. การพัฒนาจริยธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร:
 โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

_____. 2537. วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์
 ปัญญา.

พระธรรมปิฎก(ป.อ. ปยุตโต). 2542. พุทธธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 8. กรุงเทพมหานคร:
 มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

_____. 2543ก. ความคิด: แหล่งสำคัญของการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มูลนิธิ
 พุทธธรรม.

_____. 2543ข. ธรรมบุญชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ 29. กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมมิก จำกัด.

_____. 2543. จริยธรรมสำหรับเด็กและเยาวชนรุ่นใหม่. กรุงเทพมหานคร: บริษัท
 สหธรรมมิก จำกัด.

_____. 2545. รุ่งอรุณของการศึกษาเบิกฟ้าแห่งการพัฒนาที่ยั่งยืน. กรุงเทพมหานคร: บริษัท
 สหธรรมมิก จำกัด.

_____. 2545. พัฒนาการแบบองค์รวมของเด็กไทย. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร:
 มูลนิธิพุทธธรรม.

_____. 2546. **สมาธิ : ฐานสู่สุขภาพจิตและปัญญาหยั่งรู้**. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สยาม.

พระเมธีธรรมาภรณ์. 2542. “ความสัมพันธ์ระหว่างจริยธรรม จริยศาสตร์ จริยศึกษา” **ความรู้คู่คุณธรรม** รวมบทความเกี่ยวกับ คุณธรรม จริยธรรม และการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วัลภา จันทรเพ็ญ. 2544. **การพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาจริยธรรมของนักศึกษาข้างอุตสาหกรรมตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมทางปัญญา**. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วันรพ กุศล. 2541. **การใช้กรณีศึกษาในการให้คำปรึกษาเพื่อพัฒนาวิธีคิดตามแนว โยนิโสมนสิการสำหรับนักเรียนมัธยมศึกษาในโครงการเพื่อนช่วยเพื่อน**. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ศรีเรือน แก้วกังวาล. 2549. **จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย**. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

सानนท์ อนันตทานนท์. 2550. **ผลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อการพัฒนาพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2**. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, มหาวิทยาลัยบูรพา.

สุชุมาล เกษมสุข. 2548. **การปลูกฝังจริยธรรมแก่เด็ก**. กรุงเทพฯ: โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร(ฝ่ายประถม)คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สุนันท์ ปรีชาชัยสุรัตน์. 2542. **การใช้เทคนิคแม่แบบในการพัฒนาพฤติกรรมเชิงจริยธรรมทางสังคมของนักเรียนที่มีลักษณะมุ่งอนาคตแตกต่างกัน**. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

สวนดุสิตโพล. 2550. **วิกฤตคุณธรรมเยาวชนไทย** (online) : <http://dusitpoll.dusit.ac.th> (30 พฤษภาคม พ.ศ. 2550)

สุรางค์ ไคว้ตระกูล. 2544. **จิตวิทยาการศึกษา**. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สำนักงานพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2550. **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 1-10** (online) : <http://www.nesdb.go.th> (15 พฤษภาคม พ.ศ. 2550)

อัจฉราวรรณ ศรีขวง. 2547. **ผลของกลุ่มจิตศึกษาต่อความเครียดในการดูแลผู้ที่เป็นโรคจิตเภท**. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต. สาขาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

อาภา จันทรสกุล. 2544. **การปรึกษาแบบจุดภาค**. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

_____. 2545. **ทฤษฎีและเทคนิคการปรึกษาในสถาบันการศึกษา**. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

_____. 2546. **เอกสารประกอบการสอน การปรึกษากลุ่ม**. กรุงเทพมหานคร: ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

_____. 2548. **เอกสารประกอบการสอน การปรึกษากลุ่ม**. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

_____. 2550. **เอกสารประกอบการสอน การปรึกษากลุ่ม**. กรุงเทพมหานคร : ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

Brown, N.W. 2004. **Psychoeducational group : process and practice**. (2nd ed). New York : Brunner-Routledge

- Belman, S. L. 2003. **The role of denial and group process in substance abuse psycho-education group.** George mason University. (online). <http://proquest.umi.com> (10 กรกฎาคม 2550)
- Laturner,A. J. 2005. **The effects of psychoeducation program on forgiveness, revenge, and aggression in middle school adolescent.** Ball State University.(online). <http://proquest.umi.com> (12 กรกฎาคม 2550)
- Corey,G . 2000. **Theory and Practice of Group Counseling.** CA: Brooks/Cole Publishing Company.
- Gladding, T. Samuel. 2008. **Group: counseling specialty.** (5th ed). Pearson Education, Inc : New Jersey.
- Ivey,A.E.,B.P. Pauland and M.B.Ivey. 2001. **Intentional Group Counseling a Microskills Approach.** CA: Brooks/Cole Publishing Company.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
ตัวอย่างหนังสือที่ใช้ในการวิจัย

ท ศธ 0513.109/๒๕



คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
50 พหลโยธิน เขตจตุจักร กทม 10900

14 มกราคม 2551

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ทำการหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนคอนคาวิทยา

ด้วย น.ส.อัจฉรา อินโต นิสิตปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ภาควิชา
จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้รับอนุมัติให้ทำ
วิทยานิพนธ์เรื่อง “ผลของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย” โดยจะทำการศึกษาดูผลกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา
ตอนปลายในจังหวัดสุพรรณบุรี

ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอทำการหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษา กับนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนดอนฉิววิทยุ อำเภออุ้มผาง จังหวัดสุพรรณบุรี ทั้งนี้ น.ส.จจรรยา อินโต จะมาดำเนินการใช้แบบวัดดังกล่าวด้วยตนเอง โดยมี อาจารย์จันทนวิทย์ สุวรรณคุณ อาจารย์ฝ่ายแนะแนว เป็นที่ประสานงานกับนักเรียน

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์แกนนิตด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

การ ฝึก ขบวนการเรียนรู้

(W0)N577:

ผู้วิจารณ์ดำเนินกรร

17 มี.ค. 2551

22

11/2/2000 10:20

(ผศ.ดร.แม่นมาศ ตีลิตยกุล)

รักษาราชการแทนคณบดีคณะศึกษาศาสตร์

สำนักงานเลขานุการคณะฯ

โทร.โทรสาร 02 - 5614889

- ၇၇၇
- ၁၀၀၀၀၀၀၀၀၀ (၆)

for
1800.51

ผู้อำนวยการ
เพื่อโปรดทราบ

มอบ

แจ้ง

เขี้ยวที่ประชิด

พิจารณาสั่งการ

182051

ที่ ศธ 0513.109/81



126

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
50 พหลโยธิน เขตจตุจักร กทม 10900

๗ เมษายน 2551

เรื่อง ขอเรียนเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือในการวิจัย

เรียน รศ.ดร. ช่อศักดิ์ ขวัญเมือง

- สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. โครงการวิทยานิพนธ์ เรื่อง ผลของกลุ่มจิตศึกษตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อ
พัฒนา การตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
2. โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม
สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ด้วยนางสาว อังฉรา อินโด นิสิตปริญญาโทชั้นปีที่ 3 สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว
ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้รับอนุมัติให้
ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง ผลของกลุ่มจิตศึกษตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ในการนี้ ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย
เกษตรศาสตร์ ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เพื่อผู้วิจัยจะได้นำ
ข้อเสนอแนะของท่านไปปรับปรุงแก้ไข โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์แก่นิสิตด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

นักพดล วัฒนพงษ์

(รศ.ดร.ปัทมาวดี เล่ห์มงคล)

รักษาราชการแทนอธิการบดีคณะศึกษาศาสตร์

สำนักงานเลขานุการคณะศึกษาศาสตร์

โทร./โทรสาร. 0 2561 4889

ที่ ศธ 0513.109/ ๒๒๔



คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
50 พหลโยธิน เขตจตุจักร กทม 10900

๗ เมษายน 2551

เรื่อง ขออนุญาตระงับการทดลองโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา

เรียน ผู้อำนวยการ โรงเรียนคอนคาวิทยา

- สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. โครงการวิทยานิพนธ์ เรื่อง ผลของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อ
พัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย
2. โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

ด้วย นางสาว อัจฉรา อินโต นิสิตปริญญาโทชั้นปีที่ 3 สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว
ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้รับอนุมัติให้
ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง ผลของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยมี รศ.ดร. อาภา จันทรสกุล เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
ในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ นิสิตมีความประสงค์ที่จะดำเนินการทดลองโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา
(เอกสารคั้งแนบ) กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนคอนคาวิทยา ในภาคต้น ปีการศึกษา 2551
ตั้งแต่วันที่ 14 พฤษภาคม 2551 ถึงวันที่ 30 กันยายน 2551 ทั้งนี้ นางสาว อัจฉรา อินโต จะเป็นผู้รับผิดชอบ
ดำเนินการวิจัยด้วยตนเอง และจะขออนุญาตติดต่อประสานงานกับงานแนะแนวของโรงเรียน เพื่อดำเนินการ
ดังกล่าว

ในการนี้ ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ขอขออนุญาตระงับจากท่านอนุญาต
ให้ นางสาว อัจฉรา อินโต ดำเนินการทดลองโปรแกรมดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์แก่นิสิตด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ผู้ว่า มหิธรานันธเศรษฐ

เพื่อทราบ

พิจารณาดำเนินการ
1 2 พค. 2551

สำนักงานเลขาธิการคณะศึกษาศาสตร์

โทร./โทรสาร. 0 2561 4889

ขอแสดงความนับถือ

พักพดล เสงี่ยมอง

(รศ.ดร.ปัทมาวดี เล่ห์มงคล)

รักษาราชการแทนภคบดีคณะศึกษาศาสตร์

- ทน
- อ.พูน
- มอ.ค.ค. (ก)

ผู้อำนวยการ

เพื่อโปรดทราบ

มอบ

แจ้ง

เท่าที่ประชุม

พ.ค. ๒๕๕๑

13 พค. 51

ภาคผนวก ข

ข้อมูลผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือในการวิจัย

**ข้อมูลผู้เชี่ยวชาญตรวจโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์
เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม**

1. รศ.ดร.ช่อลัดดา ขวัญเมือง

ประวัติการศึกษา

ปริญญาตรี การศึกษามัธยมศึกษา (กศ.บ.) สาขาวิชาฟิสิกส์ วิทยาลัยวิชาการศึกษาพิษณุโลก

ปริญญาโท ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (ศส.ม.) สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ปริญญาเอก การศึกษามัธยมศึกษา (กศ.ด.) สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสบการณ์ทำงานเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาในสถาบันอุดมศึกษา 35 ปี

2. รศ.ดร.ทิพย์วรรณ กิตติพร

ประวัติการศึกษา

ปริญญาตรี ศึกษาศาสตรบัณฑิต (ศส.บ.) สาขาการสอนภาษาไทย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ปริญญาโท

- M.S. (School Counseling) La Verne University, California, U.S.A.

- M.Ed (School Management) La Verne University, California, U.S.A.

ปริญญาเอก Ed.D Psychology, Counseling and Guidance Counselor
Education) University of Northern Colorado, Colorado, U.S.A.

ประสบการณ์ทำงานเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาในสถาบันอุดมศึกษา 21 ปี

3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชัชวาลย์ กุลโกวิท

ประวัติการศึกษา

ปริญญาตรี

- ครุศาสตรบัณฑิต (ค.บ.) สาขาประถมศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- รัฐประศาสนศาสตรบัณฑิต (รป.บ.) สาขาบริหารรัฐกิจ

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

ปริญญาโท ครุศาสตรมหาบัณฑิต (ค.ม.) สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ประสบการณ์ทำงานด้านแนะแนวหลังจากสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท 27 ปี

หน้าที่และงานรับผิดชอบปัจจุบัน

- ผู้ช่วยศาสตราจารย์ระดับ 8 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- คณะกรรมการวิจัยและพัฒนาหลักสูตรระดับมัธยมศึกษา ของโรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- กรรมการหลักสูตร (ปกติ) ของโรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- อาจารย์สอนวิชาแนะแนวระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2, 5 และ 6 โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- อาจารย์สอนวิชา Group Process in Education ระดับปริญญาตรี
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- คู่มือวิชาชีพปฏิบัติงานแนะแนวของนิสิตบัณฑิตวิทยาลัย สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

- อาจารย์แนะแนวประจำระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 และ
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
- คู่มือทางด้านการบริการข้อมูลข่าวสารทางด้านการศึกษาต่อ ระดับมัธยมศึกษา
ตอนปลาย
- ตัวแทนกรรมการสภาข้าราชการ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์กรรณา นกคิม

ประวัติการศึกษา

ปริญญาตรี วิทยาศาสตร์บัณฑิต (วทบ.) สาขาพลศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ปริญญาโท ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (ศสม.) สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ประกาศนียบัตรชั้นสูง สาขาการศึกษาพิเศษ จากมหาวิทยาลัยโกเบ ประเทศญี่ปุ่น

ประสบการณ์ทำงานด้านแนะแนวหลังจากสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท 13 ปี

หน้าที่และงานรับผิดชอบปัจจุบัน

- ผู้ช่วยศาสตราจารย์ระดับ 8
- อาจารย์ ประจำภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

5. อาจารย์จันทร์เพ็ญ สุวรรณกร

ประวัติการศึกษา

ปริญญาตรี การศึกษามัธยมศึกษา สาขาภาษาอังกฤษ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร

ปริญญาโท ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (ศสม.) สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ประสบการณ์ทำงานด้านแนะแนวหลังจากสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท 10 ปี

หน้าที่และงานรับผิดชอบปัจจุบัน

- หัวหน้างานแนะแนวโรงเรียนคอนคาวิทยา อำเภอดู่ทอง จังหวัดสุพรรณบุรี
- หัวหน้างานระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน
- เลขานุการฝ่ายกิจการนักเรียน
- อาจารย์ที่ปรึกษานักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5/1
- หัวหน้างานกลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ
- อาจารย์ผู้สอนรายวิชาภาษาอังกฤษระดับชั้น ม.3 ม.5 และ ม. 6
- อาจารย์ผู้สอนรายวิชาชุมนุมแนะแนว ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
- รองผู้กำกับลูกเสือ-เนตรนารี กองมัธยมศึกษาปีที่ 3
- คณะกรรมการดำเนินงานสัมพันธ์ชุมชน
- วิทยากร/ประชาสัมพันธ์ฝ่ายพิธีการของโรงเรียนคอนคาวิทยา

ภาคผนวก ก

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์
เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม

**วัน-เวลาและสถานที่ในการทดลองโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์
เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย**

ครั้งที่	วัน เดือน ปี	เวลา	สถานที่
1.	นักเรียนกลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ก่อนเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา ในวันพฤหัสบดีที่ 29 พฤษภาคม 2551	เวลา 15.00 -16.30น.	ห้องแนะแนวและห้องเรียน ม.5/1
2.	วันพฤหัสบดีที่ 5 มิถุนายน 2551	เวลา 15.00 -16.30น.	ห้องแนะแนว
3.	วันศุกร์ที่ 13 มิถุนายน 2551	เวลา 15.00 -16.30น.	ห้องแนะแนว
4.	วันพฤหัสบดีที่ 19 มิถุนายน 2551	เวลา 15.00 -16.30น.	ห้องสื่อการเรียนกลุ่มสาระภาษาต่างประเทศ
5.	วันพฤหัสบดีที่ 26 มิถุนายน 2551	เวลา 15.00 -16.30น.	ห้องสื่อการเรียนกลุ่มสาระภาษาต่างประเทศ
6.	วันพฤหัสบดีที่ 3 กรกฎาคม 2551	เวลา 15.00 -16.30น.	ห้องแนะแนว
7.	วันพฤหัสบดีที่ 10 กรกฎาคม 2551	เวลา 15.00 -16.30น.	ห้องแนะแนว
8.	วันอังคารที่ 15 กรกฎาคม 2551	เวลา 15.00 -16.30น.	ห้องแนะแนว
9.	วันอังคารที่ 22 กรกฎาคม 2551	เวลา 15.00 -16.30น.	ห้องแนะแนว
10.	วันศุกร์ที่ 1 สิงหาคม 2551	เวลา 15.00 -16.30น.	ห้องแนะแนว
11.	วันพฤหัสบดีที่ 7 สิงหาคม 2551	เวลา 15.00 -16.30น.	ห้องแนะแนว
12.	วันพฤหัสบดีที่ 14 สิงหาคม 2551	เวลา 15.00 -16.30น.	ห้องแนะแนว
13.	วันพฤหัสบดีที่ 21 สิงหาคม 2551	เวลา 15.00 -16.30น.	ห้องแนะแนว
14.	วันพฤหัสบดีที่ 28 สิงหาคม 2551	เวลา 15.00 -16.30น.	ห้องแนะแนว
15.	ทำแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาหลังเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษา (Posttest) ในวันพฤหัสบดีที่ 4 กันยายน 2551	เวลา 15.00 -16.30น.	ห้องแนะแนวและห้องเรียน ม.5/1

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ครั้งที่ 1

เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
1. เพื่อสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้นำกลุ่มกับสมาชิกกลุ่ม และให้สมาชิกกลุ่มแต่ละคนได้รู้จักกันมากยิ่งขึ้น 2. เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนได้ระบุเป้าหมายของการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ของตนเอง 3. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มทราบถึงเป้าหมายของโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ข้อตกลงร่วมกันของกลุ่ม รวมถึงบทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่มและสมาชิกกลุ่ม 4. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มฝึกการรับรู้ตนเองในสภาวะปัจจุบัน นำไปสู่การเชื่อมโยงการรับรู้ปัจจุบันขณะของการเป็นสมาชิก	1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายและต้อนรับสมาชิกกลุ่มแล้วเริ่มสร้างสัมพันธภาพโดยการแนะนำตนเองให้สมาชิกกลุ่มได้รู้จัก 2. หลังจากนั้นผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มทำกิจกรรม “ใครคือที่สุด” ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม 1. ผู้นำกลุ่มแจกกระดาษรูปหัวใจจำนวน 12 ชิ้นให้แก่สมาชิก โดยให้สมาชิกเขียนชื่อของตนเองไว้มุมบนด้านขวาของกระดาษ จากนั้นให้สมาชิกเขียนชื่อของเพื่อนที่มีคุณลักษณะเด่นชัดที่สุด ซึ่งตรงกับข้อคำถามในรูปหัวใจ ดังนี้(ห้ามเขียนชื่อซ้ำ) - ใครเื่อยตรงเวลาที่สุด - ใครเื่อยมีความรับผิดชอบที่สุด - ใครเื่อยซื่อสัตย์ที่สุด - ใครเื่อยมีน้ำใจที่สุด - ใครเื่อยมีความเป็นผู้นำที่สุด - ใครเื่อยมีอารมณ์ขันที่สุด - ใครเื่อยขยันหมั่นเพียรที่สุด - ใครเื่อยรักสัตว์มากที่สุด - ใครเื่อยยิ้มแย้มแจ่มใสมากที่สุด - ใครเื่อยสุขภาพเรียบร้อยที่สุด - ใครเื่อยสุขุมรอบคอบที่สุด - ใครเื่อยที่เพื่อนอยากร่วมงานด้วยมากที่สุด โดยใช้เวลาตอบคำถามประมาณ 10 นาที	- พฤติกรรมการใส่ใจและการสังเกตสมาชิกในกลุ่ม - คำถามปลายเปิด - คำถามปลายปิด - การสนับสนุน - การทวนสาระ - การนำ - การระบุผลที่ตามมา - การเปิดเผยตนเอง - การแนะนำ/การอธิบาย/การสอน - การให้ข้อมูลย้อนกลับ - การสรุป - การให้กำลังใจ - การวนรอบ - การใช้เกม/การฝึกสติสมาธิ

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
กลุ่มและฝึกการผ่อนคลาย	2. หลังจากนั้นให้สมาชิกนำกระดาษรูปหัวใจไปมอบให้เพื่อนคนที่มีคุณลักษณะตรงกับข้อความถามต่างๆ 3. สมาชิกแต่ละคนนับจำนวนหัวใจที่ตนเองได้รับจากสมาชิกกลุ่ม ผู้นำกลุ่มเชิญชวนให้สมาชิกปรบมือให้กับตนเองที่ได้รับหัวใจจากเพื่อน ซึ่งไม่ว่าจะได้รับมากหรือน้อยก็แสดงถึงการมีพฤติกรรมที่ดีที่เพื่อนรับรู้ ผู้นำกลุ่มให้กำลังใจสมาชิกทุกคนให้นักเรียนพัฒนาพฤติกรรมที่ดีของตนเองต่อไป และรักษาพฤติกรรมที่อยู่แล้วให้คงอยู่ ซึ่งในการมาเข้าร่วมกลุ่มครั้งนี้เป็นวิธีการที่จะช่วยให้ นักเรียนสามารถตนเองได้ทุกๆด้านของชีวิตคือ พฤติกรรม ความคิด ความรู้สึก 4. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแต่ละคนได้บอกความคิด ความรู้สึกของตนเอง ที่มอบหัวใจแต่ละชิ้นให้แก่กันและกัน (ยกตัวอย่าง 2 – 5 คน) จากนั้นผู้นำกลุ่ม สรุปว่า “ข้อความถามต่างๆในกิจกรรม เป็นตัวอย่างของคุณลักษณะต่างๆที่แสดงถึงพฤติกรรมที่ดีงาม ซึ่งทำให้เราอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข เห็นได้จากการที่เพื่อนๆได้รับรู้ และมอบหัวใจให้กับนักเรียน ซึ่งนักเรียนแต่ละคนก็มีคุณลักษณะที่เป็นจุดเด่นแตกต่างกันไป นอกจากการมีพฤติกรรมเคยชินที่ดีแล้ว ชีวิตของเรายังประกอบไปด้วย ความคิดและความรู้สึก	

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	ที่เรา จะต้องพัฒนาไปพร้อมๆกัน แยก จากกัน ไม่ได้ต้องกรวม 3 ด้าน คือ พฤติกรรม ความคิด ความรู้สึก และการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา ในครั้งนี้ จะเน้นการพัฒนาทั้ง 3 ด้านเพื่อให้ นักเรียนมีวิธีคิดที่ถูกต้อง ตามแนวทางแห่งปัญญา การฝึกสติเพื่อให้รู้เท่าทันสิ่งๆต่างๆ นำไปสู่การมี พฤติกรรมที่ดีงาม 5. ผู้นำกลุ่มอธิบายให้สมาชิกเข้าใจว่าการ ดำเนินงานกลุ่มนั้นมีหลายลักษณะ และหลาย รูปแบบ สำหรับโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนว พุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม นี้ มีลักษณะเฉพาะ คือ เน้นการฝึกสติ พัฒนา วิธีการคิดแบบโยนิโสมนสิการ เพื่อนำไปสู่การ ตัดสินใจเชิงจริยธรรมที่ดีงาม หลังจากนั้นผู้นำกลุ่ม ให้สมาชิกบอกถึงเป้าหมายของตนเองในการมาเข้า ร่วมกลุ่มในครั้งนี้ ให้กับเพื่อนสมาชิกกลุ่มได้รับรู้ที่ ละคน ซึ่งผู้นำกลุ่มกล่าวกับสมาชิกภายในกลุ่มว่า “ต่อไปครูอยากจะให้นักเรียนทุกคนบอกถึง เป้าหมายของตนเองกับกลุ่ม ในการมาเข้าร่วม โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ใครพร้อมเริ่มได้เลยนะ คะ” 6. หลังจากที่นักเรียนบอกถึงเป้าหมายของตนเอง จนครบทุกคน ผู้นำสรุปประเด็นที่สำคัญถึงความ เหมือนและความแตกต่างของเป้าหมายที่สมาชิกแต่	

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	ละคนในกลุ่มมี พร้อมทั้งให้สมาชิกแต่ละคนจดจำเป้าหมายของตนเองเอาไว้ เพื่อประโยชน์ในการประเมินผลว่า ตนเองได้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ในการมาเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาหรือไม่ ภายหลังการปิดกลุ่ม 5. ผู้นำกลุ่มชี้แจงให้สมาชิกรับทราบเป้าหมายของกลุ่มจิตศึกษาฯ วิธีดำเนินกลุ่ม สถานที่ ช่วงเวลา ระยะเวลา ข้อตกลงร่วมกันของกลุ่ม รวมถึงบทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่มและสมาชิกภายในกลุ่ม พร้อมทั้งแจกเอกสารประกอบการอธิบาย “ครูอยากให้นักเรียนร่วมรับรู้ถึงรายละเอียดในการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มในครั้งนี้หากใครมีข้อสงสัยหรือ ข้อจำกัดอะไรจะได้ซักถามเพื่อให้ครูและสมาชิกทุกคนมีความเข้าใจตรงกัน รับรู้ตรงกัน และใครมีอะไรที่จะเพิ่มเติมนอกจากนี้ สามารถบอกได้นะคะ รายละเอียด คือ 6. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มฝึกสติ ด้วยการรับรู้ตนเองในสภาวะปัจจุบันด้วยวิธีอาณานสติ เพื่อเรียนรู้ถึงวิธีการหายใจที่ช่วยให้เกิดการผ่อนคลายว่าแตกต่างกับการหายใจเมื่อร่างกายและจิตใจมีความเครียดและมีความเครียดอย่างไร เริ่มด้วยการให้สมาชิกรู้ในท่าที่สบาย แล้วค่อยๆหลับตา จากนั้นผู้นำกลุ่มให้สมาชิกรับรู้ไปตามส่วนต่างๆของร่างกายทีละส่วน เช่น เท้า น่อง ต้นขา ท้อง แขน	

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	มือ คอ ปาก คิ้ว หน้าผาก ว่าร่างกายส่วนนั้น มีความเครียดหรือความตึงหรือไม่ ถ้ามีก็ให้กำหนดรู้ แล้วผ่อนคลายความเครียด โดยเรียนรู้วิธีการจัดร่างกายส่วนนั้นๆให้อยู่ในสถานะที่มีความสมดุล รวมทั้งใช้การหายใจช่วยผ่อนคลายลดความตึงเครียดของร่างกาย เมื่อทำกิจกรรมดังกล่าวเสร็จแล้ว ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแต่ละคนลืมหูล้อมไปรอบๆกลุ่ม รับรู้ถึงสภาวะปัจจุบันที่ตนเองอยู่ร่วมกับผู้อื่นในกลุ่มอีก 13 คน กำหนดรู้ว่าตัวเราเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม แล้วกำหนดความรู้สึกที่ดีที่ต้องแผ่ความรู้สึกดังกล่าวให้กับสมาชิกทุกคนในกลุ่ม พร้อมกับหายใจในจังหวะที่ผ่อนคลายแล้วส่งความรู้สึกที่ดีนั้นออกไปให้สมาชิกทุกคนในกลุ่ม (ใช้เวลาประมาณ 15 นาที) 7. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกภายในกลุ่มสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการมาเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาในครั้งนี้ และให้สมาชิกทำแบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาและนำมาส่งในครั้งต่อไป โดยผู้นำกลุ่มชี้ให้สมาชิกเห็นประโยชน์ของการบันทึกว่าจะทำให้สมาชิกได้สรุปสิ่งที่ตนเองได้เรียนรู้ และเป็นข้อมูลต่อผู้นำกลุ่มในการพัฒนาการดำเนินการกลุ่มในครั้งต่อไป 8. ผู้นำกลุ่มกล่าวยุติกลุ่มครั้งที่ 1 พร้อมทั้งกล่าวขอบคุณสมาชิกในกลุ่มทุกคนพร้อมทั้งนัดหมายการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาครั้งต่อไป	

สื่อและอุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำกิจกรรม “ใครคือที่สุด”
 - กระดาษรูปหัวใจ 168 ชิ้น
 - ปากกาจำนวน 14 แท่ง
3. เอกสารเป้าหมายของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม
เอกสารบทบาทหน้าที่ของสมาชิกกลุ่มและผู้นำกลุ่ม และเอกสารวัน เวลา สถานที่ในการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ

การประเมินผล

1. จากการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกที่แสดงถึงความใส่ใจต่อสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆ เช่น การสบสายตา การฟังสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆอย่างตั้งใจ รวมทั้งจากการสังเกตการให้ความร่วมมือ ความสนใจในการร่วมกิจกรรม “ใครคือที่สุด” ตลอดจนการแสดงความคิดเห็นความรู้สึกของตนเองในกลุ่ม การให้ความร่วมมือในการสรุปประเด็นต่างๆและสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่ม
2. แบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ครั้งที่ 1

เป้าหมายของของกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้เรียนรู้การพัฒนาดนตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสตร์ ทำให้สมาชิกมีแนวทางในการพัฒนาตนเองตามหลักการของพุทธศาสตร์ ได้แก่ การพัฒนาด้านปัญญา คือเรียนรู้วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ เพื่อนำมาใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาวิธีคิดที่ถูกต้องดีงาม นำไปสู่การตัดสินใจที่ถูกต้องดีงามตามหลักจริยธรรม และ การพัฒนาด้านจิตใจโดยการฝึกสติ รู้เท่าทัน ความคิด ความรู้สึกของตนเองในสภาวะปัจจุบัน เป็นพื้นฐานในการพัฒนาทางปัญญาได้ดี และด้านพฤติกรรม สมาชิกได้ฝึกการเผชิญสถานการณ์ทางจริยธรรมด้วยการบูรณาการสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่ม โดยการฝึกสติและวิธีคิดที่ถูกต้องตามแนวทางของปัญญา นำไปสู่การเลือกตัดสินใจกระทำหรือไม่ทำพฤติกรรมได้อย่างถูกต้องดีงามตามหลักจริยธรรม

ข้อตกลงเบื้องต้นของสมาชิกกลุ่ม

1. สมาชิกทุกคนต้องรักษาความลับของกลุ่ม
2. ขอให้สมาชิกเข้ากลุ่มให้ตรงเวลา ในกรณีที่สมาชิกคนใดไม่สามารถเข้าร่วมกลุ่มได้ต้องแจ้งให้ผู้นำกลุ่มทราบล่วงหน้า
3. ในขณะที่สมาชิกคนใดคนหนึ่งพูด ขอให้สมาชิกกลุ่มที่เหลือตั้งใจฟังและเป็นกำลังใจให้แก่ผู้พูด
4. ให้สมาชิกพูดในประเด็นที่กลุ่มกำลังพูดคุยปรึกษากันอยู่ โดยสมาชิกสามารถเปิดเผยความรู้สึกและแสดงความคิดเห็นได้อย่างจริงใจ
5. สมาชิกกลุ่มเต็มใจที่จะเปิดเผยเรื่องราวของตนให้กลุ่มรับรู้ และพร้อมที่จะเรียนรู้วิธีการพัฒนาตนเองทั้งด้านพฤติกรรม ความคิด ความรู้สึก
6. ช่วงเวลาที่เข้าร่วมกลุ่มไม่ควรกระทำการใดๆที่เป็นอุปสรรคต่อการดำเนินงานกลุ่ม เช่น รับโทรศัพท์ ลุกออกไปนอกกลุ่มโดยไม่จำเป็น

บทบาทหน้าที่ของสมาชิกกลุ่มและผู้นำกลุ่ม

บทบาทหน้าที่ของสมาชิกกลุ่ม

1. สมาชิกกลุ่มต้องรับผิดชอบตนเองและต่อกลุ่มในฐานะสมาชิกกลุ่ม โดยการปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ที่กลุ่มได้ตกลงกันไว้ เช่น การรักษาความลับของกลุ่ม การปฏิบัติตามกฎของกลุ่ม
2. สมาชิกกลุ่มควรมีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม เช่น การพูดคุยแลกเปลี่ยนความรู้สึกร่วมกัน การรับฟังและให้ความสนใจต่อสมาชิกคนอื่น เพื่อช่วยให้กลุ่มดำเนินไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ
3. สมาชิกกลุ่มร่วมสร้างสัมพันธภาพที่ดีภายในกลุ่ม เรียนรู้บทบาทหน้าที่ของการเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือและผู้รับความช่วยเหลือแก่กลุ่ม เช่น ในกรณีที่สมาชิกมีปัญหาคล้ายคลึงกัน สมาชิกกลุ่มอาจทำหน้าที่เป็นผู้ให้กำลังใจและช่วยเหลือเกื้อกูลกันในฐานะสมาชิกกลุ่มที่รับรู้ปัญหาและเข้าใจกัน

บทบาทหน้าที่ของผู้นำกลุ่ม

1. ผู้นำกลุ่มมีหน้าที่สร้างและพัฒนาความสัมพันธภาพที่ดีภายในกลุ่มให้เกิดขึ้นซึ่งเอื้อต่อประโยชน์ของกลุ่มและเอื้อต่อบรรยากาศที่ดีในกลุ่มจิตศึกษา
2. ผู้นำกลุ่มต้องให้ความสนใจและเอาใจใส่สมาชิกในกลุ่ม และมีหน้าที่ปรับความสนใจของกลุ่มไปยังจุดที่หรือประเด็นที่สมาชิกจะได้รับประโยชน์มากที่สุด และช่วยให้สมาชิกได้วางแผนและนำประสบการณ์จากกลุ่มไปใช้ในสถานการณ์จริง
3. ผู้นำกลุ่มมีหน้าที่กำหนดกฎเกณฑ์ต่างๆ ไปบางประการที่สมาชิกกลุ่มต้องปฏิบัติและชี้แจงให้สมาชิกทราบทั่วกัน เกี่ยวกับสิทธิที่สมาชิกกลุ่มพึงมีและหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติตนในการมีส่วนร่วมร่วมกับกลุ่ม การได้รับประโยชน์จากกลุ่มจิตศึกษาฯ ตลอดจนการมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือเพื่อนสมาชิกอื่นๆ เพื่อช่วยให้กลุ่มดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา ครั้งที่ 2
เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
1. เพื่อให้สมาชิกฝึกการรับรู้ตนเองในสภาวะปัจจุบันและฝึกการผ่อนคลาย 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงามตามหลักจริยธรรมเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเองตามหลักการของพุทธศาสตร์	1. ผู้นำกลุ่มกล่าวทักทายสมาชิกกลุ่ม แล้วให้สมาชิกฝึกสติ ด้วยการรับรู้ตนเองในสภาวะปัจจุบันด้วยวิธีอาณานสติ เพื่อเรียนรู้ถึงวิธีการหายใจที่ช่วยให้เกิดการผ่อนคลายว่าแตกต่างกับการหายใจเมื่อร่างกายและจิตใจมีความเกร็งและมีความเครียดอย่างไร เริ่มด้วยการให้สมาชิกนั่งในท่าที่สบาย แล้วค่อยๆหลับตา จากนั้นผู้นำกลุ่มให้สมาชิกรับรู้ไปตามส่วนต่างๆของร่างกายทีละส่วน เช่น เท้า น่อง ต้นขา ท้อง แขน มือ คอ ปาก คิ้ว หน้าผาก ว่าร่างกายส่วนนั้น มีความเครียดหรือความตึงหรือไม่ ถ้ามีก็ให้กำหนดรู้แล้วผ่อนคลายความเครียด โดยเรียนรู้วิธีการจัดร่างกายส่วนนั้นๆให้อยู่ในสภาวะที่มีความสมดุล รวมทั้งใช้การหายใจช่วยผ่อนคลายลดความตึงเครียดของร่างกาย เมื่อทำกิจกรรมดังกล่าวเสร็จแล้ว ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแต่ละคนลืมตาแล้วมองไปรอบๆกลุ่ม รับรู้ถึงสภาวะปัจจุบันที่ตนเองอยู่ร่วมกับผู้อื่นในกลุ่มอีก 13 คน กำหนดรู้ว่าตัวเราเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม แล้วกำหนดความคิด ความรู้สึกที่ดีที่ต้องแผ่แผ่ความรู้สึกดังกล่าวให้กับสมาชิกทุกคนในกลุ่ม พร้อมกับหายใจในจังหวะที่ผ่อนคลายแล้วส่งความรู้สึกที่ดีนั้นออกไปให้สมาชิกทุกคนในกลุ่ม (ใช้เวลาประมาณ 15 นาที)	- พฤติกรรมการใส่ใจและการสังเกตสมาชิกในกลุ่ม - คำถามปลายเปิด - คำถามปลายปิด - การสนับสนุน - การทวนสาระ - การสะท้อน - ความรู้สึก - การสะท้อน - ความหมาย - การนำ - การระบุผลที่ตามมา - การเปิดเผยตนเอง - การแนะนำ/การอธิบาย/การบรรยาย/การสอน - การให้ข้อมูล - ย้อนกลับ - การสรุป - การให้กำลังใจ - การวนรอบ - การฝึกสติสมาธิ

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	ผู้นำกลุ่มกล่าวถึงการพัฒนาจริยธรรมตามแนวทางของพุทธศาสตร์ “การพัฒนาตนตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสตร์” ซึ่งเกณฑ์ตัดสินทางจริยธรรมตามแนวพุทธศาสตร์มุ่งเน้นการพิจารณาทั้งในแง่ของพฤติกรรม คุณธรรมในจิตใจ และปัญญา ซึ่งทั้ง 3 ด้าน เชื่อมโยงสัมพันธ์กัน ไม่ใช่ดูเพียงแค่พฤติกรรมเพียงอย่างเดียว ดังจะให้นักเรียนได้ศึกษากรณีตัวอย่างของคนไทยร่วมสมัยที่น่ายกย่องอย่างยิ่ง คือ ดร.กฤษณา ไกรสินธุ์ 2. ผู้นำกลุ่มแจกเอกสาร ชีวิตประวัติของ ดร.กฤษณา ไกรสินธุ์ ให้สมาชิกกลุ่ม อ่าน (ใช้เวลาประมาณ 15 นาที) ผู้นำกลุ่มตั้งคำถาม ให้นักเรียนได้อภิปรายดังต่อไปนี้ - จากการศึกษาชีวิตประวัติของ ดร.กฤษณา ไกรสินธุ์ นักเรียนคิดว่าถ้าหากเป็นนักเรียน นักเรียนจะตัดสินใจไปทวีปแอฟริกาหรือไม่ เพราะเหตุใด - จากการศึกษาชีวิตประวัติของ ดร.กฤษณา ไกรสินธุ์ นักเรียนคิดว่าดร.กฤษณา ไกรสินธุ์ มีความคิด ความเชื่อ อะไรต่อการไปผลิตยาต้านไวรัสเอดส์ที่ทวีปแอฟริกา - จากการศึกษาชีวิตประวัติของ ดร.กฤษณา ไกรสินธุ์ นักเรียนคิดว่าดร.กฤษณา ไกรสินธุ์ ความรู้สึกอย่างไร	

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	ต่อการไปผลิตยาด้านไวรัสเอดส์ที่ทวีปแอฟริกา - จากการศึกษาชีวประวัติของ ดร.กฤษณา ไกรสินธุ์ นักเรียนคิดว่า ดร.กฤษณา มีการฝึกฝนตนเองอย่างไร จึงสามารถที่จะเสียสละตนเองเพื่อผู้อื่นได้โดยไม่กลัวอันตราย เมื่อสมาชิกกลุ่มร่วมกันแสดงความคิดเห็นผู้นำกลุ่มสรุปว่า “จากชีวประวัติของดร.กฤษณา ไกรสินธุ์ ที่สมาชิกกลุ่มได้ศึกษา มีคุณสมบัติที่สำคัญคือ มีเจตนาที่ดี (เจตนาที่เป็นกุศล) ในการช่วยเหลือผู้อื่นโดยไม่คำนึงถึงความยากลำบากของตนเอง มีความเมตตาเห็นความสำคัญของชีวิตมนุษย์ มากกว่าการให้ความสำคัญที่วัตถุ และต้องการช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์โดยให้เขาสามารถพึ่งตนเองได้ ซึ่งนักเรียนสามารถพัฒนาดตนเองได้ด้วยการพัฒนาทางด้านปัญญาให้มีวิธีคิดที่ถูกต้องดีงาม พิจารณาไตร่ตรองและเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง พัฒนาจิตใจให้มีคุณธรรมจริยธรรม เมื่อมีจิตใจที่ดี มีความคิดที่ดี พฤติกรรมที่แสดงออกก็จะเป็นพฤติกรรมดี จะเห็นได้ว่า พฤติกรรม จิตใจ และปัญญา มีความสัมพันธ์ส่งผลซึ่งกันและกัน จะเป็นปัจจัยเกี่ยวพันซึ่งกันและกันก่อให้เกิดการดำเนินชีวิตที่ดีงามตามหลักจริยธรรม ดังนั้นการพัฒนาจริยธรรมตามหลักการของพุทธศาสน์นั้น ต้องพัฒนาให้ครบทั้งสามด้านของชีวิต”	

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	3. ผู้นำกลุ่มแจกเอกสารแนวทางการพัฒนาจริยธรรมตามของพุทธศาสตร์ให้กับสมาชิก ผู้นำกลุ่มให้เวลาสมาชิกในการอ่านเอกสาร (ใช้เวลาประมาณ 20 นาที) 4. ผู้นำกลุ่มอธิบายแนวทางการพัฒนาจริยธรรมตามแนวพุทธศาสตร์ เชื่อมโยงกับชีวประวัติของ ดร.กฤษณา ไกรสินธุ์ คือ เป็นผู้มีเบญจศีลและเบญจธรรม ใช้วิชาชีพของตนเอง(สัมมาอาชีพะ)ในการช่วยเหลือผู้อื่นด้วยเจตนาที่ดี เกิดผลที่ดีทั้งต่อตนเองและสังคมโลก พร้อมเปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามในกรณีที่ยังมีข้อสงสัยและอธิบายให้สมาชิกเข้าใจ 5. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มครั้งนี้และให้สมาชิกเขียนแบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา ครั้งที่ 2 และให้สมาชิกลำมาส่งในครั้งต่อไป 6. ผู้นำกลุ่มแจกเอกสารชีวประวัติของนายภานุพงศ์ ลาภเสถียร ให้นักเรียนศึกษา และบันทึกสิ่งที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับจริยธรรมจาก ชีวประวัติดังกล่าว แล้วนำมาส่งในครั้งต่อไป 7. ผู้นำกลุ่มกล่าวยุติกลุ่มครั้งที่ 2 โดยกล่าวขอบคุณสมาชิกในกลุ่มทุกคน พร้อมทั้งนัดหมายวันเวลาในการเข้าร่วมกลุ่มในครั้งต่อไป	

สื่อและอุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. เอกสาร ชีวประวัติของ ดร.กฤษณา ไกรสินธุ์ และชีวประวัติของ นายภานุพงศ์ ลากเสถียร และเอกสารการพัฒนาตนตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสตร์
3. บันทึกการเรียนรู้ กรณีศึกษานายภานุพงศ์ ลากเสถียร
4. แบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ครั้งที่ 2

การประเมินผล

1. จากการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกที่แสดงถึงความใส่ใจต่อสมาชิกในกลุ่มคนอื่นๆ เช่น การสบสายตา การฟังสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆอย่างตั้งใจ การให้กำลังใจเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม รวมทั้งจากการสังเกตการให้ความร่วมมือ ความสนใจ การแสดงความคิดเห็น การตั้งคำถาม ในการศึกษาชีวประวัติและเมื่อผู้นำกลุ่มอธิบายให้เข้าใจถึงแนวทางการพัฒนาจริยธรรมตามหลักการของพุทธศาสตร์
2. จากแบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ ครั้งที่ 2

เอกสารประกอบโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ครั้งที่ 2

การพัฒนาตนตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสตร์

หลักศีลธรรมหรือหลักความประพฤติที่ดีงาม ในพระพุทธศาสนา เริ่มต้นจากความเข้าใจเรื่อง “กรรม” พระพุทธศาสนาถือว่ากรรม หรือการกระทำ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากเจตนา ไม่ว่าจะเป็นกรรมดี หรือกรรมชั่วก็ตาม ซึ่งหมายความว่า เจตนาเป็นพื้นฐานของการกระทำและเป็นเรื่องชี้หรือตัดสินว่า การกระทำนั้นดีหรือไม่ ในทางพระพุทธศาสนา กรรมสามารถเกิดได้ 3 ทาง คือ กายกรรม วาจากรรม และมโนกรรม กรรมที่สำคัญคือ มโนกรรม หรือ การกระทำทางใจ ซึ่งหมายถึงเจตนาอันเป็นพื้นฐานสำคัญที่เป็นเครื่องชี้ตัดสินการกระทำด้วยการกระทำ ดีจึงหมายถึงเจตนาที่ประกอบด้วยกุศลมูลหรือต้นตอของความดี การกระทำที่ไม่ดีจะประกอบด้วยเจตนาที่เป็นอกุศลมูล ซึ่งตรงกันข้ามกันได้แก่ ความอยาก (โลภะ) ความโกรธ (โทสะ) ความหลง (โมหะ) เป็นต้น ปัญหาที่เกิดขึ้นตามมาก็คือ ปัญหาเรื่องความหมายของคำทางจริยธรรมว่า ดีคืออะไร ถูกคืออะไร ชั่วคืออะไร และผิดคืออะไร

หลักศีลธรรมที่ถือได้ว่าเป็นหลักจริยธรรมที่ครอบคลุมคุณค่าทางจริยธรรมในทางพระพุทธศานานอกจากจะถือเอาเจตนาเป็นการพิจารณาขั้นพื้นฐานแล้ว ยังอาจพิจารณาโดยแยกอธิบายออกเป็นระดับ จากพื้นฐานไปสู่ขั้นสูงได้ดังนี้

1.ขั้นพื้นฐาน จะพิจารณาหลักศีลธรรมอันเป็นแม่แบบของจริยธรรมระดับต้นแนวทางการพัฒนาตนเองในระดับนี้ ได้แก่ หลักเบญจศีล เบญจธรรม ที่ต้องปฏิบัติคู่กัน เมื่อปฏิบัติได้ตามนี้ ก็ถือว่าเป็นผู้มีศีลหรือมีคุณธรรม บางทีก็เรียกว่า นิจศีล คือศีลที่ควรหัดควรรักษาเป็นประจำ บางทีก็เรียกว่ามนุษยธรรม ซึ่งหมายถึงคุณธรรมของมนุษย์หรือธรรมที่ทำให้เป็นมนุษย์ 5 ประการ คือ

- เว้นจากการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต (ปาณาติปาตา เวรมณี)
- เว้นจากการถือเอาของที่เขาไม่ได้ให้ (อทินนาทานา เวรมณี)
- เว้นจากการประพฤติดิฉินกาม (กามสุมิชฺฌาจารา เวรมณี)
- เว้นจากการพูดเท็จ (มุสาวาทา เวรมณี)
- เว้นจากน้ำเมา คือ สุราเมรัย อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท (สุราเมรัยมชฺฌมาทญฺฐานา เวรมณี)

ส่วนเบญจธรรมหรือธรรม 5 คือ ธรรมอันดีงาม 5 อย่างหรือคุณธรรม 5 ประการ อันคู่กับเบญจศีล เป็นธรรมเกื้อกูลแก่การรักษาเบญจศีล ผู้รักษาเบญจศีลควรมีไว้ประจำใจเป็นนิมิต 5 ประการ คือ

- เมตตา กรุณา ความรักใคร่ปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข ความเจริญและความสงสาร คิดช่วยให้พ้นทุกข์ คู่กับศีลข้อที่ 1
- สัมมาอาชีวะ การหาเลี้ยงชีพในทางสุจริต คู่กับศีลข้อที่ 2
- ความสำรวมระวังรู้จักยับยั้ง ควบคุมตนในกาม ไม่หลงไหลในรูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส คู่กับศีลข้อที่ 3
- สัจจะ ความซื่อสัตย์ หรือความซื่อตรงคู่กับศีลข้อที่ 4
- สัมปชัญญะ ระลึกได้และรู้ตัวเสมอ คือฝึกฝนให้เป็นรู้จักยังคิด รู้สึกตัวเสมอว่าสิ่งใดควรทำและไม่ควรทำ ระวังมิให้เป็นคนประมาทมัวเมา คู่กับศีลข้อ 5

2. ชั้นกลาง พิจารณาจากหลักศีลธรรมที่สูงขึ้นมาอีก ไล่แก่ กุศลกรรมบถ 10 หรือทางแห่งกรรมดี ซึ่งมี 10 ประการ แบ่งออกตามวิธีแสดงกรรม ดังนี้

ทางกายกรรม การกระทำทางกาย ได้แก่ ศีลข้อที่ 1 – 3 คือ เว้นจากการทำลายชีวิต เว้นจากการถือเอาของที่เขาไม่ได้ให้, เว้นจากการประพฤติดิฉันในกาม

ทางวจีกรรม การกระทำทางวาจา ได้แก่ ศีลข้อที่ 4 และขยายเพิ่มอีก คือ เว้นจากการพูดเท็จ เว้นจากการพูดต่อเสียดชัง เว้นจากการพูดหยาบคาย เว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

ทางมโนกรรม การกระทำทางใจ ได้แก่ ไม่โลภคอยจ้องอยากได้ของเขา ไม่คิดร้ายเบียดเบียนเขา และมีความเห็นชอบตามทำนองคลองธรรม

3. ชั้นสูง ได้แก่ มรรค 8 ซึ่งถือได้ว่าเป็นหลักศีลธรรมอันเป็นแม่แบบจริยธรรมระดับสูงได้แก่

- | | |
|-----------------|--------------|
| - สัมมาทิฎฐิ | ความเห็นชอบ |
| - สัมมาสังกัปปะ | การดำริชอบ |
| - สัมมาวาจา | เจรจาชอบ |
| - สัมมากัมมันตะ | ทำางานชอบ |
| - สัมมาอาชีวะ | เลี้ยงชีพชอบ |
| - สัมมาวายามะ | เพียรชอบ |

- สัมมาสติ ระลึกชอบ
- สัมมาสมาธิ ตั้งจิตมั่นชอบ

ซึ่งผลของการปฏิบัติหลักธรรมขั้นสูงนี้ จะเป็นปัจจัยให้ผู้ปฏิบัติได้บรรลุถึงความดีสูงสุด โดยการประพฤติให้ครบถ้วนทั้ง 8 ข้อ

หลักศีลธรรมอันเป็นแม่แบบของจริยธรรมทั้งสามระดับดังกล่าว คือระดับของการพัฒนาตน พัฒนาการคิดของมนุษย์ที่เป็นลำดับ และต่อเนื่อง เริ่มจากการได้รับคำแนะนำอบรมสั่งสอน การรู้จักพิจารณาใคร่ครวญด้วยตนเองอย่างมีหลักเกณฑ์ นำไปสู่การเป็นผู้มีปัญญาที่ตั้งตนไว้ชอบ ตามแนวทางแห่งมรรคมีองค์ 8

นอกจากนั้น สัปปริสธรรม 7 คือ หลักของคนที่จะช่วยเป็นเครื่องวินิจฉัยถึงลักษณะของดีชั่ว ถูก ผิด ได้แก่

1. ธัมมัญญ ความรู้จักธรรม คือ รู้หลักความจริง รู้หลักการ รู้หลักเกณฑ์ รู้กฎธรรมดแห่งสิ่งทั้งหลาย รู้เหตุรู้ผล เช่นรู้ว่าอะไรเป็นเหตุของความดี อะไรเป็นเหตุของความชั่ว อะไรคือหลักความจริงของชีวิต อะไรคือเหตุของความทุกข์ ฯลฯ เมื่อรู้แล้วพึงปฏิบัติตามหลักการนั้น
2. อัตตัญญ ความรู้จักอรรถ รู้จักความหมาย รู้ความมุ่งหมาย หรือรู้จักผล คือรู้สิ่งที่จะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้นๆ เช่น รู้หลักธรรมหรือภายิตนั้นๆ มีความหมายอย่างไร เมื่อปฏิบัติตามหลักการนั้นๆจะเกิดผลดีผลเสียอย่างไร เมื่อรู้เช่นนี้ พึงละเว้นการปฏิบัติที่จะนำไปสู่ความเสื่อมเสีย
3. อุตตัญญตา ความรู้จักตน คือความรู้ว่าตนเองนั้นโดยฐานะ ภาวะ เพศ กำลัง ความรู้ความสามารถและคุณธรรมอื่นๆแล้ว ปฏิบัติตนให้เหมาะสมแก่ภาวะของตนพิจารณาว่าตนมีความบกพร่องในเรื่องใดอย่างไร แล้วปรับปรุงตนให้ดีขึ้น
4. มัตตัญญตา ความรู้จักประมาณหรือความรู้จักความพอดี ความพอเหมาะ เช่นรู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร รู้จักประมาณในการใช้จ่าย รู้จักประมาณในการทำงาน เป็นต้น
5. กาลัญญตา ความรู้จักกาล คือรู้จักเวลา ได้แก่รู้ว่าเวลาไหนควรทำอะไร การใดจะต้องใช้เวลาเท่าไร แล้วทำให้ตรงเวลา ให้เป็นเวลา ให้ทันเวลา ให้พอกับเวลาที่กำหนดให้เหมาะกับเวลา เป็นต้น
6. ปริสัจญตา ความรู้จักบริษัท คือรู้จักชุมชน รู้จักสังคม รู้จักที่ประชุม รู้กิจที่พึงปฏิบัติต่อชุมชน ต่อที่ประชุม ต่อสังคมนั้นๆ ว่าชุมชนนี้ ที่ประชุมนี้ จะต้องพูดอย่างนี้ ดังนี้ เป็นต้น

7. บุคคลโปรปัญญา ความรู้จักบุคคลที่ยิ่งหย่อนกว่ากัน คือ รู้ความแตกต่างแห่งบุคคล นั้นว่า ใคร ผู้ใดมีอริยาศยอย่างไร มีความรู้หรือไม่อย่างไร มีความฉลาดหรือโง่งอย่างไร ควรคบหรือไม่เพียงไร ควรยกย่องนับถือหรือไม่ ควรแนะนำตักเตือนหรือไม่อย่างไร ควรปฏิบัติด้วย อย่างไม่เป็นต้น แล้วปฏิบัติตนให้เหมาะสม เช่น ให้ความเคารพแก่บุคคลที่ควรเคารพ เป็นต้น

หลักธรรมของคนดี และจากหลักศีลธรรมทั้ง 3 ระดับ มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติและ สิ่งแวดล้อม ดี เป็นค่าที่พบได้ในสังคมมนุษย์ เป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมของชีวิตมนุษย์ เราจึงต้องรู้จักโลก รู้จักธรรมชาติ รู้จักสังคม รู้จักธรรมชาติของตน ตลอดจนหลักศีลธรรมเพื่อช่วย ให้การดำรงชีวิตของมนุษย์ในสังคม และเพื่อบรรลุจุดหมายในชีวิตมนุษย์

สำหรับเรื่องจุดหมายของชีวิต 3 ระดับ อธิบายได้จากพื้นฐานไปสู่จุดสูงสุด ตามวิถีทาง ดำเนินชีวิตให้บรรลุประโยชน์ที่เป็นจุดหมายของการมีชีวิตที่เรียกว่า “อรรถ” หรือ “อรรถะ” คือ

1. ทัศนคติมีกัตตะ จุดมุ่งหมายที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ในปัจจุบันซึ่งเป็นขั้นต้น คือเป็น สิ่ง ธรรมดาที่คนมุ่งหมายกันในโลกนี้ มี ทรัพย์ ยศ เกียรติ ชีวิตคู่ครอง เป็นต้น การบรรลุจุดหมาย ของชีวิตในระดับนี้ พึงเกิดด้วยความพยายาม ด้วยสติปัญญาในทางที่ชอบธรรมและรู้จักปฏิบัติต่อ สิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่น

2. สัมปราคัตตะ จุดมุ่งหมายที่เป็นไปเพื่อประโยชน์เบื้องหน้าหรือประโยชน์ในด้านคุณค่า ของชีวิต ซึ่งเป็นขั้นล้าลึกสำหรับชีวิตด้านใน เป็นหลักประกันชีวิตในอนาคตและภพหน้า

3. ปรหมัตตะ ประโยชน์สูงสุดหรือประโยชน์ที่เป็นสาระแท้ๆของชีวิต ซึ่งเป็นจุดหมาย ของชีวิต ในระดับสุดท้ายสูงสุดที่มนุษย์ควรจะเข้าถึง คือการรู้แจ้งสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความ เป็นจริง รู้แจ้งสังขารทั้งหลาย ไม่มีความยึดมั่นถือมั่น ปราศจากความทุกข์หมองใจ ที่เรียกว่า นิพพาน

คำสอนของพระพุทธศาสนามีสาระสำคัญมุ่งเน้นที่ตัวมนุษย์และการดำเนินของมนุษย์เป็น สำคัญ หลักศีลธรรมอันเป็นแม่แบบของจริยธรรมในพระพุทธศาสนาจึงสรุปได้จากคำสอนที่เป็น แก่นของพระพุทธศาสนาซึ่งประกอบด้วยธรรม 3 ประการ คือ

- การละเว้นความชั่ว (สพฺพปาปสฺส อกรณ)
- การกระทำความดี (กุสลสุสฺสพทา)
- การทำจิตให้บริสุทธิ์ (สจิตฺตปริโยทปน)

ดังนั้น หลักศีลธรรมและเกณฑ์ตัดสินทางจริยธรรมทางพระพุทธศาสนา จึงอาจสรุปได้เป็นเกณฑ์ตัดสินว่าการกระทำที่ดีทางพระพุทธศาสนามีลักษณะดังนี้ คือ

1. มีเจตนาดี (กุศลมูลเกิดขึ้นในจิตใจ)
2. มีวิธีการที่ถูกต้อง ไม่ผิดศีล ไม่ผิดธรรม
3. ดำเนินถึงผลที่ตามมา อันจะเกิดแก่ตนเองและผู้อื่น

ที่มา: พระมหากันต์ วัฒนวิไล (2535)

ดร.กฤษฎา ไกรสินธุ์ คนไทยที่หนึ่งในโลก



ดร.กฤษฎา เกษตรกรธิปชัฏไทย ผู้ผลิตยาต้านไวรัสเอดส์ ที่เร่ร่อนไปทั่วแอฟริกาจนเป็นที่รู้จักของคนทั่วโลก ได้รับรางวัลยกย่องมากมายจากนานาชาติ ได้รับปริญญาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์จากหลายมหาวิทยาลัยทั่วโลก นอกจากนี้ประเทศอเมริกานำชีวิตมาสร้างเป็นละครบรอดเวย์ เรื่อง cocktail และยังถูกนำไปสร้างเป็นภาพยนตร์สารคดีเรื่อง A Right to live Aids medication ซึ่งได้รับรางวัลจากเทศกาลภาพยนตร์นานาชาติ เมืองคานส์ ในปีค.ศ. 2006 ดร.กฤษฎา เป็นชาวเกาะสมุย จังหวัดสุราษฎร์ธานี จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาจากโรงเรียนราชินี ปริญญาตรีคณะเภสัชศาสตร์ ม.เชียงใหม่ จบการศึกษาระดับปริญญาโท สาขาเภสัชวิเคราะห์ จาก University of Strathclyde จบการศึกษาระดับปริญญาเอก ด้านเภสัชเคมี จาก University of Bath สหราชอาณาจักร เคยอยากเปลี่ยนสายเรียนไปเป็นไบโอเคมี (ชีวเคมี) แต่เห็นว่า คณะที่เรียนอยู่ในเมืองไทยมีคนเรียนเพียง 5 คน จึงก้มหน้าก้มตาเรียนต่อไป ปีพ.ศ. 2535 เริ่มมี ผู้ป่วยเอดส์ ในประเทศไทย เพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ หลังจาก พบเอดส์ในไทยครั้งแรก ปีพ.ศ. 2526 ทำให้ตัดสินใจศึกษาวิจัย ยาต้านไวรัสเอดส์ คิดค้นอยู่ 3 ปี ระยะแรก ๆ ทำงานคนเดียวจนประสบผลสำเร็จ ประเทศไทยจึงเป็นประเทศแรกของโลก ที่ผลิตยาชื่อสามัญว่า ยาเอดส์ ในปีพ.ศ. 2538 ขณะที่ความสำเร็จในการผลิตยาต้านเอดส์เป็นความหวังของผู้ป่วยเอดส์ แต่ก็ขัดผลประโยชน์ของบริษัทผลิตยา ดร.กฤษฎา ได้โดนคดีขึ้นศาลกับบริษัทฯ จากเรื่องของการผลประโยชน์ เพราะถ้า ผลิตยาได้สำเร็จ ยอดขายของผู้ผลิตรายอื่น ๆ ต้องตกแน่นอน เพราะว่าราคาต่างกันค่อนข้างมาก แต่ดร.กฤษฎา คิดว่าตัวเองได้ทำหน้าที่ที่ได้ร่ำเรียนมาอย่างดีที่สุดแล้ว คำนึงถึงชีวิตของคนที่ไม่ได้มีเงินซื้อยาแพง ๆ กิน ก็ต้องช่วยกัน ตัวอย่าง คือ ยาสามัญ AZT ยาที่ลดการติดเชื้อจากแม่สู่ลูก จากแคปซูลละ 40 บาท เหลือ 7-8 บาท อีกตัวคือ ยาที่มีชื่อเสียงมาก คือ GPO-VIR สามารถทำให้ยา 3 เม็ดรวมอยู่ในเม็ดเดียว จากต้องทาน วันละ 6 เม็ด เหลือเพียง 2 เม็ดเท่านั้น รัฐบาลไทย สามารถช่วยเหลือผู้ป่วยโรคเอดส์ จาก 1,000 คน เพิ่มขึ้น 10,000 คน ค่ายาจาก คนละ 20,000 เหลือ 1,200 บาท ปีพ.ศ. 2545 ดร.กฤษฎา ลาออกจากตำแหน่ง ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยและพัฒนา เพื่อจะไปช่วยเหลือทางแอฟริกาได้อย่างเต็มตัว (เห็นว่า เมืองไทยเริ่มช่วยเหลือตัวเองได้แล้ว) ต้องการให้ประเทศแอฟริกาผลิตยาต้านเอดส์เองได้ ให้พึ่งตนเองได้ ใช้วิชาความรู้ที่ร่ำเรียนมาช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์โดยไม่คำนึงถึงเชื้อชาติ เผ่าพันธุ์ และชนชั้น





ชีวิตนักปั่น 2 ล้อกู้ชีพ จาก "คนบ้า"สู่เยาวชนดีเด่น

...พลิกชีวิตหนุ่มราชภัฏสวนดุสิต เจ้าของรางวัลเยาวชนดีเด่นปี พ.ศ. 2549 ใช้ชีวิตทุ่มเท ภายใจช่วยเหลือสังคมร่วม 4 ปี คัดแปลงรถจักรยานเป็นหน่วยกู้ชีพเคลื่อนที่ หลังเลิกเรียนปั่น ช่วยชีวิตเหยื่อบนท้องถนนทั่วกรุง ได้รับคัดเลือกให้ได้รับโลรางวัลเยาวชนดีเด่นแห่งชาติ ประจำปี พ.ศ. 2549 จากกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

...น้องปาว นายภาณุพงศ์ ลาภเสถียร นักศึกษาสาขารัฐประศาสนศาสตร์ ชั้นปีที่ 4 มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต วัย 22 ปี ผู้ที่ได้รับรางวัลนี้ เป็นผู้ที่ใช้ชีวิตบนถนน สองขาปั่น รถจักรยานคู่ใจไปทั่วกรุงเทพฯ เพื่อช่วยเหลือผู้ได้รับบาดเจ็บบนท้องถนนมานานกว่า 4 ปี เกิดที่ กาฬสินธุ์ เป็นบุตรคนเดียวของนายอภิสิทธิ์ และนางฉวีวรรณ ลาภเสถียร ประกอบอาชีพรับ ราชการครูทั้งคู่ เมื่ออายุ 5 ขวบ เข้าเรียนที่โรงเรียนจิตรลดา กระทั่งจบชั้นมัธยมศึกษา จากนั้นเข้า เรียนต่อชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต ช่วงนั้นมาอาศัยอยู่หอพักเพียงลำพัง และพอได้ชื่อ "จักรยาน" ให้เป็นของขวัญวันเกิด กระทั่งจุดประกายความคิดอยากจะช่วยเหลือผู้ที่เดือดร้อนและ ประสบภัยจากอุบัติเหตุ ผู้ป่วยอนาถาที่ไม่มีใครเหลียวแล จึงเข้าฝึกอบรมการปฐมพยาบาลทั่วชิร พยาบาล และอ่านหนังสือเพิ่มเติมเอง ก่อนคัดแปลงรถจักรยานให้เป็น "จักรยานกู้ชีวิตคันแรกของ ประเทศไทย"

ปาวเล่าว่า "ครั้งแรกตามรุ่นพี่ซึ่งเป็นอาสาสมัครมาก่อน ตอนนั้นมีผู้ประสบเหตุมีแต่คน มุงดูเยอะ แต่ก็ไม่สามารถช่วยเหลืออะไรได้ ผมก็เป็นหนึ่งในจำนวนนั้น ทำให้ได้คิด จึงเป็น จุดเริ่มต้นของงานอาสาสมัคร และสนามหลวงเป็นพื้นที่แหล่งท่องเที่ยว มีคนเร่ร่อนอาศัยอยู่มาก มักเกิดอุบัติเหตุบ่อยครั้ง คินละ 7-8 รายแต่ไม่มีใครสนใจ ทั้งเหตุรถชน ทะเลาะวิวาท รวมไปถึงมี ผู้ป่วย หรือบาดเจ็บเล็กๆ น้อยๆ ซึ่งไม่มีเงินชื้อยา"

...“เริ่มแรกไม่มีทุนรอนอะไร ใช้เงินที่แม่ส่งมาให้เดือนละ 8,000 บาท หักค่าหอพัก 3,000 บาท ที่เหลือ 5,000 บาทใช้กินอยู่ ค่าขนม อีกครั้งหนึ่งเก็บไปซื้อกล่องยาปฐมพยาบาลอุปกรณ์ การแพทย์ที่จำเป็น จนกลายเป็นถังใบใหญ่ ด้านในมีอุปกรณ์ทำแผล ที่วัดระดับน้ำตาลและ ออกซิเจนในเลือด ที่วัดความดันแบบพกพา ชุดตามกระดูก เครื่องช่วยหายใจ หูฟัง ทุกอย่างย่อส่วน จนดูเหมือนรถพยาบาลคันเล็ก ขาดแต่เปลเท่านั้น รวมถึงค่าสมาชิกอาสาสมัครหน่วยแพทย์กู้ชีวิต วชิรพยาบาล สังกัดสำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร 200 บาท ค่าเครื่องแบบ 700 บาท พร้อมกันนี้

น้องปาว ยังยอมรับว่า มีปัญหาเรื่องค่าใช้จ่าย แต่ก็ไม่ใช่ปัญหาใหญ่ เพราะขณะนี้ได้รับสนับสนุนหลายที่ ” ปาว บอก

...ปาวบอกว่า ด้านการเรียนยังเน้นเรียนเป็นหลัก เกรดเฉลี่ยอยู่ที่ 2.9 – 3.00 ส่วนภารกิจเพื่อสังคมประจำวัน ทุกๆ วันหลังเลิกเรียน จะรีบปั่นจักรยานไปทำงานในพื้นที่ สน.ชนะสงคราม ย่านตรอกข้าวสาร สนามหลวง เพราะเป็นพื้นที่ท่องเที่ยว มีอุบัติเหตุบ่อยครั้งละ 7 - 8 ราย ไม่ว่าจะเป็นคนเจ็บป่วย รถชน ทะเลาะวิวาท เมื่อได้รับแจ้งเหตุก็จะถึงที่เกิดเหตุก่อนรถพยาบาลทุกครั้ง โดยเบื้องต้นจะปฐมพยาบาล เมื่อเจ้าหน้าที่มาถึงไม่ต้องทำอะไร เพียงแค่ห้ามผู้ป่วยไปส่งโรงพยาบาลเท่านั้น เวลาว่างมากๆ แอบฟุบหลับบ้าง ทำงานไปจนถึงเช้าแล้วกลับหออาบน้ำแต่งตัวไปเรียนต่อนักศึกษารายนี้บอกด้วยว่า ในช่วงแรกๆ ยอมรับว่า โดนกระแสความไม่เข้าใจแรงมาก โดยเฉพาะช่วงปั่นรถจักรยานเข้ามหาวิทยาลัย ก็จะถูกมองเหมือนรถประหลาด เพราะไม่มีเงินติดสติกเกอร์ บอกให้เขารู้ว่ารถอะไร เขาไม่เข้าใจว่าเราทำอะไร หว่าเราบ้า ไปช่วยทำไมญาติก็ไม่ใช่ เหนื่อยก็เหนื่อย เพื่อนๆ ก็ไม่มีใครคบ เขาอาจไม่รู้จักคำว่า *การให้คืออะไร* พอเราทำขึ้นมา กลับมองว่า บ้า ยิ่งเขามองอย่างนี้ เรายิ่งต้องทำให้หนัก เพื่อให้เห็นว่ามันเป็นอย่างไร ทำงานมา 4 ปี ไม่มีเหนื่อยเลย แต่มีเรื่องกระทบใจบ้างหนักใจจนรอบข้าง ประชาชนทั่วไปไม่ให้ความร่วมมือ ยิ่งเมื่อเห็นปั่นจักรยานมาก็ยังไม่หลบให้ แล้วยังโทรไปร้องเรียนว่าเปิดเสียงไซเรนเสียงดัง ตี 2 ตี 3 นอนไม่หลับ เขาไม่เข้าใจว่าเราต้องปั่นด้วยความเร็วสูงถึง 40 กิโลเมตรต่อชั่วโมง ต้องเปิดไซเรนขอทาง ชีวิตคนสำคัญ เจ็บน้อยไม่ว่าแต่เจ็บหนักเรื่องใหญ่ กินข้าวอยู่ต้องรีบวางทุกอย่างต้องเร็วเวลา 5 นาทีสำหรับคนอาการสาหัสมีค่ามากถ้าไปที่เกิดเหตุเข้าผู้ป่วยอาจตายได้ ” บางครั้งปั่นเร็วจนเกิดอุบัติเหตุรถจักรยานล้มจนขาหักมาแล้ว

ในทางกลับกัน การทำงานเพื่อสังคมดังกล่าว ปาวบอกว่า จะมีความสุขทุกครั้งเมื่อได้ช่วยเหลือผู้ป่วยหนักให้รอดชีวิต ช่วยเหลือคนเร่ร่อนแถวสนามหลวงจนนับเป็นญาติกันหมดแล้ว คนที่เคยได้รับความช่วยเหลือยังจำเราได้ เมื่อพบหน้าก็ทักทาย นำขนม น้ำมาให้ ปาวยืนยันว่า ได้อะไรจากการทำงานดังกล่าวอย่างมาก ทั้งประสบการณ์ในการปฐมพยาบาล ได้รู้ปัญหาที่เกิดขึ้นในสังคม เช่น อาชญากรรมผิดกฎหมาย ช่างสูม สุดท้ายได้ความสุข อนาคตอยากเรียนต่อปริญญาโท เรียนด้วยทำงานไปด้วย หากเป็นไปได้อยากรับราชการ เพื่อจะได้มีบทบาทร่วมพัฒนาสิ่งที่ยังบกพร่องและเหลื่อมล้ำในสังคมไทย เพราะคิดเสมอว่าทุกคนเป็นหนี้แผ่นดิน ดังนั้น จะทำทุกวิถีทางที่จะทำให้สังคมนี้น่าอยู่ขึ้นกว่าที่เป็นอยู่ แม้ว่าจะเป็นเพียงส่วนเล็กๆ ของสังคมก็ตาม ก็ขอทำหน้าที่ของพลเมืองที่ดีให้สมบูรณ์ที่สุดโดยที่หน้าที่ส่วนอื่นไม่บกพร่องแม้งานราชการจะเงินน้อยก็ไม่เป็นไร หากแค่ออยู่ได้”

...“อยากจะฝากถึงเพื่อนๆ ในฐานะเด็กและเยาวชนของชาติว่า ต้องทำหน้าที่ของเราให้ดี ที่สุด 3 ประการหน้าที่ของนักศึกษาที่ดีพึงจะมีต่อมหาวิทยาลัย ทั้งเรียนและทำกิจกรรม หน้าที่ของลูกที่ดีที่พึงมีต่อครอบครัว ตอบแทนบุญคุณพ่อแม่ ให้ท่านภาคภูมิใจ สุดท้ายหน้าที่พลเมืองที่ดีที่พึงมีต่อสังคม ไม่ทำให้ใครเดือดร้อนทั้งในแง่การดำเนินชีวิต ศาสนา ประชาธิปไตย โดยเฉพาะอย่างยิ่งต้องห่างไกลยาเสพติด อบายมุข อีกอย่างเราต้องรู้จักให้ซึ่งเป็นจุดเริ่มแรกทำให้สังคมเราดีขึ้น”

ปาว กล่าว

มีคำกล่าวว่า...ความดีมันทำยาก...ปาวเคยเกิดอุบัติเหตุรถจักรยานล้มจนขาหัก และเข้าเดิมเข้าไปอีกเมื่อโดนทุบรถและลอบทำร้ายจากผู้ไม่หวังดี แต่เขาพร้อมที่จะแลกกับความสุขเมื่อได้ช่วยเหลือผู้ป่วยหนักให้รอดชีวิต สิ่งที่เขาเชื่ออย่างหนึ่งคือหากเรารู้จักการให้ และเสียสละ กาลเวลาจะพิสูจน์ตัวเราเอง

"คนเก่งมีมาก แต่ที่หายากคือคนดี การมีชีวิตอยู่เพื่อผู้อื่นเป็นความสุขที่แท้จริง" คติของ "ปาว" นายภานุพงศ์ ลากเสถียร วัย 22 ปี

"เพราะทุกวันนี้สังคมแย่ลง อยากให้ดีกว่านี้ คนเราเห็นแก่ตัวมากขึ้น ไม่เข้มแข็ง กระแสมาถึงไหลตามไป หลายหน่วยงานเริ่มหันมาสนใจเรื่องของเยาวชนมากขึ้น ซึ่งเป็นงานหนักและเป็นเรื่องท้าทายที่น่าติดตามว่าจะแก้ไขกันอย่างไรต่อไป"

ปาวทั้งท้ายพร้อมกับออกทำงานช่วยเหลือผู้คนต่อไป แม้ในวันที่ซื้อแทมมินोटฟังเพิ่มเข้ามาอีก 8 ตัว

ที่มาจาก : <http://www.whitemedia.org/wma/content/view/>



บันทึกการเรียนรู้

กรณีศึกษา “นายภาณุพงศ์ ลาภเสถียร”(ปาว)

เมื่อนักเรียนอ่านกรณีศึกษาจบ ให้นักเรียนตอบคำถามดังต่อไปนี้

1.จากการศึกษากรณีของ “ปาว” นักเรียนคิดว่าถ้าหากเป็นนักเรียน นักเรียนจะตัดสินใจเป็นสมาชิกอาสาสมัครหน่วยแพทย์กู้ชีวิต วชิรพยาบาลหรือไม่ เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

2.จากการศึกษากรณีของ “ปาว” นักเรียนคิดว่า “ปาว” มีความคิด ความเชื่อ อย่างไรต่อการเป็นสมาชิกอาสาสมัครหน่วยแพทย์กู้ชีวิต วชิรพยาบาล

.....

.....

.....

3.จากการศึกษากรณีของ “ปาว” นักเรียนคิดว่า “ปาว” มีคุณธรรมหรือหลักการอะไร ในการเป็นสมาชิกอาสาสมัครหน่วยแพทย์กู้ชีวิต วชิรพยาบาล

.....

.....

.....

4. จากการศึกษาคำกรณียของ “ปาว” นักเรียนคิดว่านายปาวมีความรู้สึกอย่างไร จากการทำงานอาสาสมัครหน่วยแพทย์กู้ชีวิต วชิรพยาบาล เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

5. จากการที่นักเรียนได้ศึกษาคำกรณียของ “ปาว” นักเรียนได้เรียนรู้อะไรจากกรณีดังกล่าว และสามารถนำมาปรับใช้ในการพัฒนาตนเองได้ อย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ครั้งที่ 3
เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
1. เพื่อให้สมาชิกฝึกการรับรู้ตนเองในสภาวะปัจจุบันและฝึกการผ่อนคลาย 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องอิงตามหลักจริยธรรม เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาตนเอง ตามหลักการของพุทธศาสตร์	1. ผู้นำกลุ่มทักทายสมาชิกกลุ่ม และให้สมาชิกฝึกสติ ด้วยการรับรู้ตนเองในสภาวะปัจจุบันด้วยวิธีอาณานปานสติ เพื่อเรียนรู้ถึงวิธีการหายใจที่ช่วยให้เกิดการผ่อนคลายว่าแตกต่างกับการหายใจเมื่อร่างกายและจิตใจมีความเกร็งและมีความเครียดอย่างไร เริ่มด้วยการให้สมาชิกนั่งในท่าที่สบายแล้วค่อยๆหลับตา จากนั้นผู้นำกลุ่มให้สมาชิกรับรู้ไปตามส่วนต่างๆของร่างกายทีละส่วน เช่น เท้า น่อง ต้นขา ท้อง แขน มือ คอ ปาก คิ้ว หน้าผาก ว่าร่างกายส่วนนั้น มีความเครียดหรือความตึงหรือไม่ ถ้ามีก็ให้กำหนดรู้แล้วผ่อนคลายความเครียด โดยเรียนรู้วิธีการจัดร่างกายส่วนนั้นๆให้อยู่ในสภาวะที่มีความสมดุล รวมทั้งใช้การหายใจช่วยผ่อนคลายเพื่อลดความตึงเครียดของร่างกาย เมื่อทำกิจกรรมดังกล่าวเสร็จแล้ว ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแต่ละคนลืมตาแล้วมองไปรอบๆกลุ่ม รับรู้ถึงสภาวะปัจจุบันที่ตนเองอยู่ร่วมกับผู้อื่นในกลุ่มอีก 13 คน กำหนดรู้ว่าตัวเราเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม แล้วกำหนดความคิด ความรู้สึกที่ดีที่ต้องการแผ่แผ่ความรู้สึกดังกล่าวให้กับสมาชิกทุกคนในกลุ่ม พร้อมกับหายใจในจังหวะที่ผ่อนคลายแล้วส่งความรู้สึกที่ดีนั้นออกไปให้สมาชิกทุกคนในกลุ่ม (ใช้เวลาประมาณ 15 นาที)	- พฤติกรรมการใส่ใจและการสังเกตสมาชิกในกลุ่ม - คำถามปลายเปิด - คำถามปลายปิด - การสนับสนุน - การทวนสาระ - การสะท้อน - ความรู้สึก - การสะท้อน - ความหมาย - การนำ - การระบุผลที่ตามมา - การเปิดเผยตนเอง - การแนะนำ/การอธิบาย/การสอน - การให้ข้อมูล - ย้อนกลับ - การสรุป - การให้กำลังใจ - การวนรอบ - การฝึกสติสมาธิ

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	2. ผู้นำกลุ่มเชิญชวนให้สมาชิกกลุ่มทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการพัฒนาตนเองตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสตร์ จากการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมารวมถึงทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้และนำมาปรับใช้กับตนเอง จากกรณีของ นายภาณุพงศ์ ลาภเสถียร 3. ผู้นำกลุ่มแจกเอกสารกรณีตัวอย่างปัญหาทางจริยธรรมเกี่ยวกับ “สารพัดกลโกง...ปัญหาใหม่แอดมิชชั่น” (ให้นักเรียนอ่าน ใช้เวลาประมาณ 10 นาที) และร่วมกันแสดงความคิดเห็นถึงปัญหาที่เกิดขึ้น ผู้นำกลุ่มตั้งคำถามให้สมาชิกกลุ่มได้อภิปราย ดังนี้ - หลังจากอ่านกรณีตัวอย่างแล้วนักเรียนมีความคิดความรู้สึกร้อยอย่างไบบ้าง ใครพร้อมที่จะพูด เริ่มได้เลยนะคะ - หากเป็นนักเรียน นักเรียนจะทำทุกวิถีทางเพื่อให้ตนเองได้รับการคัดเลือกเข้าเรียนในมหาวิทยาลัยของรัฐ เหมือนกรณีตัวอย่างหรือไม่ เพราะเหตุใด - บุคคลที่ตัดสินใจไม่ทำ นักเรียนคิดว่าเขามีความคิดและความเชื่ออย่างไร - บุคคลที่ตัดสินใจทำการทุจริตในการสอบ นักเรียนคิดว่าเขามีความคิดและความเชื่ออย่างไร	

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	- แล้วถ้าตัดสินใจทำ/ไม่ทำ จะส่งผลให้เกิดความรู้สึกละอย่างไร - นักเรียนคิดว่าปัญหาที่เกิดขึ้นสามารถส่งผลกระทบต่อใครหรือนักเรียนบ้าง - ในฐานะที่นักเรียนเป็นสมาชิกของสังคม นักเรียนคิดว่าตนเองมีส่วนช่วยแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นอย่างไรบ้าง ผู้นำกลุ่มสรุปความคิดเห็นของสมาชิก พร้อมทั้งชี้ให้สมาชิกกลุ่มเห็นว่า ปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นในสังคมนั้นมีมากมายที่ยกตัวอย่างนั้นเป็นเพียงส่วนหนึ่ง ดังนั้น ในฐานะที่นักเรียนเป็นสมาชิกของสังคมและต้องการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขไม่เบียดเบียน เอาัดเอาเปรียบซึ่งกันและกันและไม่สร้างปัญหาซึ่งเป็นการซ้ำเติมสังคม นักเรียนควรที่จะพัฒนาตนเองให้มีชีวิตที่ดีงามตามหลักจริยธรรม เมื่อเผชิญกับสถานการณ์ปัญหา จะทำให้สามารถคิดพิจารณาได้รอบคอบอย่างรอบคอบ แก้ปัญหาด้วยเจตนาที่ดี(เจตนาที่เป็นกุศล)และเลือกใช้วิธีการที่ถูกต้องรวมทั้งการกระทำนั้นไม่ส่งผลเสียทั้งต่อตนเอง ผู้อื่น และสังคมส่วนรวม 4. ผู้นำกลุ่มแจกเอกสาร สถานการณ์ตัวอย่าง : กรณีเมธี ให้สมาชิกอ่านพร้อมทั้งตอบคำถามท้ายสถานการณ์ (ใช้เวลาอ่านประมาณ 10 นาที) และให้	

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	สมาชิกกลุ่ม ได้อภิปราย ดังต่อไปนี้ คือ - นักเรียนเคยมีประสบการณ์ หรือได้พบเห็น เหตุการณ์ที่ใกล้เคียงกับสถานการณ์ตัวอย่างหรือไม่ - หากนักเรียนเป็นเมธี จะไปเป็นพยานให้กับระวีหรือไม่ - นักเรียนคิดอย่างไรจึงตัดสินใจไปหรือไม่ไปเป็นพยานให้กับระวี หลังจากนั้นผู้นำกลุ่มแบ่งนักเรียนออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ตัดสินใจ ไป และไม่ไป และให้นักเรียน ทั้งสองกลุ่ม ได้ให้รายละเอียดประกอบการตัดสินใจของตนเองร่วมกัน และนำเสนอให้สมาชิก ภายในกลุ่มได้รับรู้ คือ - นักเรียนคิดว่า การตัดสินใจ ไปหรือไม่ไปเป็นพยานให้กับระวี ส่งผลดีต่อตนเอง ครอบครัว และสังคมส่วนรวมในระยะสั้นและระยะยาวอย่างไรบ้าง - จากการตัดสินใจของนักเรียน ส่งผลให้นักเรียนมีความรู้สึกเช่นไรภายหลังจากการตัดสินใจกระทำพฤติกรรมดังกล่าว (ถามรายบุคคล) ผู้นำกลุ่มสรุปประเด็นต่างๆที่สำคัญที่สมาชิก ร่วมกันอภิปราย และอธิบายให้สมาชิกเข้าใจถึงผลดี	

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	ของการตัดสินใจไม่ไป คือ นักเรียนจะเกิดความรู้สึกภูมิใจในตนเองที่สามารถตั้งมั่นอยู่ในการกระทำที่สุจริต โดยนักเรียนสามารถเคารพกฎเกณฑ์ของสังคม และมีส่วนในการรักษาสังคมประชาธิปไตยต่อไป ผลเสียของการตัดสินใจไปเป็นพยานให้กับระวี คือ นักเรียนเองไม่สามารถตั้งมั่นอยู่กับการกระทำที่ถูกต้องได้ รวมทั้งเป็นการส่งเสริมให้ระวีมีพฤติกรรมที่ชอบคดโกงและในอนาคต ระวีอาจทำเรื่องที่เป็นพิษภัยต่อสังคมมากกว่าการโกงการเลือกตั้งในโรงเรียนพร้อมทั้งเปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามกรณีที่มีข้อสงสัย 5.ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มครั้งนี้และให้สมาชิกเขียนแบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาครั้งที่ 3 และให้สมาชิกลำมาส่งในครั้งต่อไป 6. ผู้นำกลุ่มกล่าวยุติกลุ่มครั้งที่ 3 โดยกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่มทุกคน พร้อมทั้งนัดหมาย วันเวลาในการเข้าร่วมกลุ่มครั้งต่อไป	

สื่อและอุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. เอกสารปัญหาทางจริยธรรมเรื่อง : สารพัดกลโกง...ปัญหาใหม่แอดมิชชัน และสถานการณ์ตัวอย่าง : กรณีเมธี
3. แบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ครั้งที่ 3

การประเมินผล

1. จากการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกที่แสดงถึงความใส่ใจต่อสมาชิกในกลุ่มคนอื่นๆ เช่น การสบสายตา การฟังสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆอย่างตั้งใจ การให้กำลังใจเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม รวมทั้งจากการสังเกตการให้ความร่วมมือ ความสนใจ การแสดงความคิดเห็นและการตั้งคำถามในการเรียนรู้เกี่ยวกับปัญหาทางจริยธรรมเรื่อง : สารพัดกลโกง...ปัญหาใหม่แอดมิชชั่น และกรณีเมธิ
2. แบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ครั้งที่ 3

สารพัดกลโกง...ปัญหาใหม่แอดมิชชัน



โดย : วาสนา แสงสุข

....ปัญหาที่น่าตกใจ และเป็นปัญหาที่ต้องหยิบยกมาถกกันอย่างจริงจัง คือ **"ปัญหาการทุจริต กลโกงของนักเรียน"** แม้ปัญหาลักษณะนี้จะมีให้เห็นกันเป็นประจำทุกปี มากบ้างน้อยบ้าง ไม่ใช่ปัญหาใหม่ที่เกิดขึ้น แต่หากปล่อยให้เรื่องเหล่านี้เป็นปัญหาธรรมดาๆ ทั่วไป ดีไม่ดีอาจจะกลายเป็นปัญหาใหญ่ และแก้กันได้ยากยิ่งในอนาคตด้วยรูปแบบการทุจริต หรือ "โกง" ที่แตกต่างกันและจะเนบเนียนขึ้นเรื่อยๆ โดยรายแรกของปีนี้ที่กลายเป็นข่าวฮือฮา คือ นักเรียนที่นำนาฬิกามือถือเข้าไปเพื่อเป็นเครื่องมือในการส่งสัญญาณคำตอบในการสอบโอเน็ต ซึ่งกว่าเจ้าหน้าที่จะจับได้ปรากฏว่า "โกง" สอบไปแล้ว 5 วิชา นอกจากนั้นก็ยังมี "กลโกง" ด้วยวิธีอื่นๆ อีก ทั้งส่งข้อความทางมือถือ จดคำตอบไว้ในยางลบนำเข้าห้องสอบ ฯลฯ สารพัดวิธีที่จะจัดมาใช้ ทั้งในการสอบโอเน็ต และเอเน็ต แม้จะมีข่าวให้เห็นเป็นตัวอย่างกรณีกโรม พร้อมทั้งโทษที่นักเรียนเหล่านี้ได้รับแตกต่างกันไปตามความหนัก-เบาของการกระทำ อาทิ ไม่คิดคะแนนให้ในวิชานั้นๆ ที่พบทุจริตหรือในรายนาฬิกามือถือที่โดนโทษหนักสุด ถูกปรับตกทุกวิชา หักคะแนนที่จะเข้าเรียนต่อในมหาวิทยาลัยชั้นนำของรัฐบาลไปโดยปริยายแต่ปรากฏว่า "กลโกง" เหล่านี้ยังไม่หมดไป แม้ประกาศผลแอดมิชชันเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ก็ยังคงมีนักเรียนที่อาศัยเทคโนโลยี ก๊อปปี้เอกสาร-ตัดต่อผลคะแนนเอื้อประโยชน์ให้ตัวเอง โดยอ้างว่า คะแนนที่ตัวเองได้ สูงกว่าคะแนนที่ สกอ.ประกาศ รวมถึงกรณีของนักเรียนที่โกงสอบวิชาภาษาอังกฤษ โดยอ้างว่าทำให้เพื่อนขาด เลขเลือกใช้วิธีการโกงข้อสอบเพื่อช่วยเพื่อน แต่ปรากฏว่าถูกจับได้ กรณีนี้ได้ "0" เฉพาะในวิชาโอเน็ต ภาษาอังกฤษ ซึ่งทำให้ไม่ได้รับการประมวลผล เพราะเงื่อนไขของคณะที่กำหนดให้วิชาภาษาอังกฤษเป็นหนึ่งในองค์ประกอบที่จะต้องนำมาคิดคะแนน เมื่อคะแนนเป็น "0" จึงถือว่าถูกตัดสิทธิ์ไปโดยอัตโนมัติ แม้ว่าจะทำคะแนนรวมได้ ถึง 7,000 กว่าคะแนน ซึ่งมีโอกาสลุ้นสบายๆ แต่ก็ต้องมาถูกตัด "0" ในวิชาภาษาอังกฤษ จนถูกตัดสิทธิ์ไปโดยปริยาย กระแสที่ออกมา หลายความเห็นวิจารณ์ไปในเชิงที่ว่า นักศึกษาที่จะต้องถูกตัดสิทธิ์ หักคะแนนที่เข้าสู่มหาวิทยาลัยที่มีชื่อเสียง สร้างความภูมิใจให้กับครอบครัว เพียงเพราะการกระทำความผิดเพียงครั้งเดียว เหมาะสมหรือไม่ ควรจะทบทวนการลงโทษของหน่วยงานที่เกี่ยวข้องหรือไม่ สิ่งเหล่านี้แสดงให้เห็นถึงมาตรฐานความผิด-ถูกของสังคม ที่อยู่ในภวามน่าเป็นห่วงอยู่ไม่น้อย การกระทำความผิด โดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ สมควรได้รับการให้อภัย และโอกาสในการปรับตัว แต่ในกรณีที่กำลังเรกของการเป็นผู้ใหญ่เต็มตัว เริ่มต้นด้วยการโกง ทุจริต ใช้สารพัดวิธีการที่ไม่ถูกต้อง เพียงเพื่อให้ตนเองได้ไปถึงจุดหมาย โดยเฉพาะยิ่งเก่งมาก

ก็ยังโง่ได้เนิ่นนานมาก ทางแก้ไขปัญหานี้ ควรอยู่ที่การรื้อมาตรฐานการลงโทษผู้ทำผิดไม่ให้รุนแรง จนกลายเป็นการตัดอนาคตที่จะเข้าสู่มหาวิทยาลัยต่างๆ หรือการสร้างจิตสำนึก ปลูกใจใฝ่ดีของเด็กให้เกิดขึ้น พื้นบรรทัดฐานทางศีลธรรม จริยธรรม ที่ถูกต้องและดีงามกลับมาสู่สังคมไทยกันแน่ เป็นโจทย์ที่ต้องช่วยกันหาคำตอบเพื่อสร้างบรรทัดฐานในสังคม...

ที่มา : www.khaosod.co.th (หนังสือพิมพ์ข่าวสดรายวัน วันที่ 9 พฤษภาคม พ.ศ.2551)



กรณีเมธี

เมธีเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่งในจังหวัดสุพรรณบุรี เขาอาศัยอยู่กับพ่อซึ่งทำอาชีพค้าขายวัสดุก่อสร้างเพียงสองคน เพราะแม่ของเมธีเสียชีวิตตั้งแต่เมธียังเด็ก เมธีเป็นนักเรียนที่มีความประพฤติดีและเป็นที่รักใคร่ของอาจารย์ในโรงเรียน เพราะเมธีร่วมทำกิจกรรมกับรุ่นน้องและช่วยเหลืองานของโรงเรียนอยู่เป็นประจำ ทุกปีการศึกษาในภาคปลายทางโรงเรียนจะต้องจัดการเลือกตั้งประธานและคณะกรรมการนักเรียนนักเรียนชุดใหม่ เพื่อทำหน้าที่ในปีการศึกษาต่อไป ระเบียบที่เมธีสนิทสนมด้วยตั้งแต่เด็ก ลงสมัครในการเลือกตั้งคณะกรรมการนักเรียนครั้งนี้ด้วย ครอบครัวของระเบียบเป็นผู้มีพระคุณกับครอบครัวของเขา เนื่องจากเคยช่วยเหลือครอบครัวของเขาหลายครั้งเมื่อต้องประสบกับภาวะขาดทุนในช่วงเศรษฐกิจฝืดเคือง ระเบียบได้ขอร้องให้เมธี ช่วยหาเสียงกับน้องๆ เพราะเมธีรู้จักสนิทสนมกับรุ่นน้องทุกระดับชั้น โดยในการหาเสียงระเบียบ ได้ใช้วิธีการติดสินบนกับรุ่นน้อง โดยบอกกับรุ่นน้องว่าถ้าใครเลือกเขา หลังจากการเลือกตั้งจบลงและเขาได้ดำรงตำแหน่งประธานนักเรียนในสมัยหน้า ให้มารับของรางวัลสมนาคุณ เมธีไม่เห็นด้วยกับวิธีการของระเบียบ เพราะมันคือการซื้อสิทธิ์ขายเสียง แต่ระเบียบไม่ยอมฟังคำคัดค้านของเขา หลังการเลือกตั้งประธานนักเรียนเสร็จสิ้น ระเบียบชนะด้วยคะแนนเสียงที่ขาดลอย กลุ่มนักเรียนที่เป็นผู้สมัครฝ่ายตรงข้ามไม่ยินยอมและได้ร้องเรียนกับอาจารย์ว่า ระเบียบติดสินบนรุ่นน้องให้เลือกตน และต้องการให้อาจารย์ตรวจสอบผลการเลือกตั้งใหม่ ระเบียบได้มาขอร้องให้เมธีไปเป็นพยานเพื่อยืนยันกับอาจารย์ว่า เขาไม่ได้ติดสินบนรุ่นน้องอย่างที่ถูกลกล่าวหา ระเบียบคิดว่าถ้าเมธียอมไปเป็นพยาน อาจารย์จะต้องเชื่ออย่างแน่นอน หากเมธีไม่ไปเป็นพยาน และอาจารย์จับได้ว่าเขากระทำความผิด เขาจะถูกพักการเรียนเป็นระยะเวลาหนึ่งเดือน ซึ่งระเบียบไม่อยากให้เป็นเช่นนั้น เพราะมันคงทำให้เขารู้สึกอับอายอีกทั้งยังต้องเสียหน้าในฐานะลูกนักการเมืองท้องถิ่นเช่นเขา ตอนนั้นก็ใกล้สอบปลายภาคแล้ว ถ้าเขาเรียนไม่ทันเพื่อนก็อาจทำให้เทอมนี้เขาทำคะแนนเฉลี่ยสะสมได้ไม่ดี มีผลต่อการสมัครโควตาเพื่อเข้ามหาวิทยาลัยอย่างแน่นอน เมธีไม่รู้จะตัดสินใจอย่างไร เขาสำนึกในบุญคุณครอบครัวของระเบียบและความเป็นเพื่อนที่มีต่อกัน แต่เขาก็ไม่อยากสนับสนุนพฤติกรรมที่ทุจริต และต้องโกหกอาจารย์อีกด้วย

หากนักเรียนเป็นเมธี จะไปเป็นพยานให้กับระเบียบหรือไม่ ?



หลังจากอ่านกรณีเมธี ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มตอบคำถาม และนำเสนอต่อสมาชิกกลุ่ม

นักเรียนคิดว่าผลจากการตัดสินใจ ไป หรือไม่ไป เป็นพยานให้กับระวี ส่งผลดีต่อตนเอง
ครอบครัว และสังคมส่วนรวมอย่างไรบ้าง ?

1.ผลดีต่อตนเองในระยะสั้นและระยะยาว

ผลดีต่อตนเองระยะสั้น

.....
.....

ผลดีต่อตนเองระยะยาว

2. ผลดีต่อครอบครัวในระยะสั้นและระยะยาว

ผลดีต่อครอบครัวระยะสั้น

.....
.....

ผลดีต่อครอบครัวระยะยาว

.....
.....

3.ผลดีต่อสังคมส่วนรวมในระยะสั้นและระยะยาว

ผลดีต่อสังคมส่วนรวมระยะสั้น

.....
.....

ผลดีต่อสังคมส่วนรวมระยะยาว

.....
.....



โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ครั้งที่ 4

เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
1. เพื่อให้สมาชิกฝึกการรับรู้ตนเองในสภาวะปัจจุบันและฝึกการผ่อนคลาย 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ฝึกวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการซึ่งเป็นการคิดถูกวิธีนำไปสู่ปัญญา อันเป็นปัจจัยสำคัญของการพัฒนาจริยธรรม	1. ผู้นำกลุ่มทักทายสมาชิกกลุ่มและให้สมาชิกกลุ่มฝึกสติ ด้วยการรับรู้ตนเองในสภาวะปัจจุบันด้วยวิธีอาณานปานสติ เพื่อเรียนรู้ถึงวิธีการหายใจที่ช่วยให้เกิดการผ่อนคลายว่าแตกต่างกับการหายใจเมื่อร่างกายและจิตใจมีความเกร็งและมีความเครียดอย่างไร เริ่มด้วยการให้สมาชิกรู้ถึงท่าที่สบายถอดรองเท้าออก แล้วค่อยๆหลับตา จากนั้นผู้นำกลุ่มให้สมาชิกรับรู้ไปตามส่วนต่างๆของร่างกายทีละส่วน เช่น เท้า น่อง ต้นขา ท้อง แขน มือ คอ ปาก คิ้ว หน้าผาก ว่าร่างกายส่วนนั้น มีความเครียดหรือความตึงหรือไม่ ถ้ามีก็ให้กำหนดรู้แล้วผ่อนคลายความเครียด โดยเรียนรู้วิธีการจัดร่างกายส่วนนั้นๆให้อยู่ในสภาวะที่มีความสมดุล รวมทั้งใช้การหายใจช่วยผ่อนคลายลดความตึงเครียดของร่างกาย เมื่อทำกิจกรรมดังกล่าวเสร็จแล้ว ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแต่ละคนลืมหัดแล้วมองไปรอบๆกลุ่ม รับรู้ถึงสภาวะปัจจุบันที่ตนเองอยู่ร่วมกับผู้อื่นในกลุ่มอีก 13 คน กำหนดรู้ว่าตัวเราเองเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม แล้วกำหนดความคิด ความรู้สึกที่ดีที่ต้องแผ่แผ่ความรู้สึกดังกล่าวให้กับสมาชิกทุกคนในกลุ่มพร้อมกับหายใจในจังหวะที่ผ่อนคลายแล้วส่งความรู้สึกที่ดีนั้นออกไปให้สมาชิกทุกคนในกลุ่ม (ใช้เวลาประมาณ 15 นาที)	- พฤติกรรมการใส่ใจและการสังเกตสมาชิกในกลุ่ม - คำถามปลายเปิด - คำถามปลายปิด - การสนับสนุน - การทวนสาระ - การสะท้อน - ความรู้สึก - การสะท้อน - ความหมาย - การนำ - การระบุผลที่ตามมา - การเปิดเผยตนเอง - การแนะนำ/การอธิบาย/การบรรยาย/การสอน - การให้ข้อมูล - ย้อนกลับ - การสรุป - การให้กำลังใจ - การวนรอบ - การฝึกสติสมาธิ

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	2. ผู้นำกลุ่มเชิญชวนให้สมาชิกได้ทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมาเกี่ยวกับการพัฒนาตนเองตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสตร์ ที่เน้นการพัฒนาตนเองทั้ง 3 ด้าน คือ พฤติกรรม ความคิด ความรู้สึก ซึ่งด้านหนึ่งที่สำคัญก็คือความคิด ซึ่งมนุษย์ทุกคนต่างมีความคิดและคิดเป็น แต่การคิดถูกวิธีตามแนวทางของปัญญาจะส่งผลให้เกิดของเจตนาที่เป็นกุศล ที่ส่งผลให้เราแสดงพฤติกรรมหรือการกระทำต่างๆ ในทางสร้างสรรค์ มีชีวิตที่อิงตามหลักจริยธรรม ดังนั้นในการเข้ากลุ่มครั้งที่ 4-8 นักเรียนจะมีโอกาสได้เรียนรู้เรื่องวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ ซึ่งเป็นวิธีคิดที่ถูกต้อง ดึงตามแนวทางของปัญญา อันจะทำให้ให้นักเรียน ดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้อง แต่ก่อนอื่น ครูจะให้นักเรียนทำแบบวัดวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ เพื่อจะได้ทราบว่า พวกเรามีวิธีการคิดเป็นอย่างไรกันบ้าง 3. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทำแบบวัดวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา (ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง) จากการทำแบบวัดวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการผู้นำกลุ่มเน้นย้ำให้สมาชิกกลุ่มเข้าใจถึง แนวทางการพัฒนาตนเองตามหลักจริยธรรมของพุทธศาสตร์ซึ่งครอบคลุมองค์ประกอบของชีวิตทั้ง 3 ด้าน คือ พฤติกรรม ความคิด ความรู้สึกโดยผู้นำกลุ่มอธิบายให้สมาชิกเข้าใจว่า ทั้ง 3 ด้านมีความสัมพันธ์เชื่อมโยง และส่งผลซึ่งกันและกัน เช่น เมื่อนักเรียน	

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	เผชิญกับเหตุการณ์ต่างๆ นักเรียนจะมีความคิดและความรู้สึกต่อเหตุการณ์นั้นๆ และแสดงพฤติกรรมตอบสนองต่อเหตุการณ์นั้น ตามความคิดความรู้สึกเคยชินเดิมที่เคยเป็น ซึ่งอาจจะเป็นในทางที่ถูกต้องหรือในทางที่ผิด แต่เมื่อนักเรียนพัฒนาวิธีการคิดให้ถูกต้อง คือคิดเป็นตามแนวทางของปัญญา เมื่อเผชิญกับปัญหา นักเรียนจะสามารถคิดพิจารณาไตร่ตรองหาแนวทางการแก้ปัญหาด้วยวิธีการที่ถูกต้อง คำนึงถึงผลดี ผลเสียที่จะเกิดขึ้น จากการตัดสินใจกระทำพฤติกรรมของตนเอง อันจะนำไปสู่การแก้ปัญหาที่ถูกต้อง ทำให้การดำเนินชีวิตของนักเรียนเป็นชีวิตที่ถูกต้องดีงาม 4. ผู้นำกลุ่มแจกเอกสารคำอธิบายวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ ให้สมาชิกกลุ่มได้ศึกษาและนำมาประกอบการเข้ากลุ่มครั้งที่ 4-8 ซึ่งสมาชิกกลุ่มจะได้เรียนรู้วิธีคิด 6 วิธี คือ - วิธีคิดแบบเร้ากุศล - วิธีคิดแบบคุณโทษทางออก - วิธีคิดแบบคุณค่าแท้ คุณค่าเทียม - วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมชาติ - วิธีคิดแบบแก้ปัญหา - วิธีคิดแบบแจกแจงหลายแง่มุม ผู้นำกลุ่มให้เวลาสมาชิกศึกษาเอกสารคำอธิบายวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการทั้ง 6 วิธี (ใช้เวลาประมาณ 20 นาที)	

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามในกรณีที่มีข้อสงสัย ผู้นำกลุ่มอธิบายพร้อมยกตัวอย่างประกอบจนสมาชิกเข้าใจ 5. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสำรวจตนเองว่า เมื่อนักเรียนเผชิญกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหา นักเรียนมีวิธีคิดอย่างไร และมีความเหมือนหรือแตกต่างกับวิธีการคิดแบบโยนิโสมนสิการหรือไม่ โดยใช้คำถาม ดังนี้ - เมื่อนักเรียนต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหา นักเรียนใช้วิธีคิดอย่างไรในการแก้ปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้น - นักเรียนคิดว่าวิธีคิดที่ตนเองใช้ มีความเหมือนหรือแตกต่าง กับวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการหรือไม่ อย่างไร - นักเรียนคิดว่าระหว่างวิธีคิดแบบเดิมที่นักเรียนเคยใช้กับวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ วิธีคิดแบบใดที่สามารถใช้แก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นได้ดี “ใครพร้อมที่จะบอกกับกลุ่มก่อน เริ่มได้เลยนะคะ” ผู้นำกลุ่มสรุปประเด็นที่สำคัญ ถึงวิธีคิดที่นักเรียนเคยใช้ ว่านักเรียนส่วนใหญ่มีวิธีคิดแบบใด เหมือนหรือแตกต่างกับวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการอย่างไร พร้อมทั้งเสนอแนะให้นักเรียนนำวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการที่ได้เรียนรู้ในวันนี้ ไปปรับประยุกต์ใช้ใน	

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	ชีวิตประจำวัน เพื่อเป็นการฝึกคิด พิจารณาส่งต่างๆ ตามความเป็นจริง เมื่อนักเรียน มีวิธีคิดที่ถูกต้อง จะ ทำให้แก้ปัญหา และดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้อง 6. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มเขียน บันทึก ประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ในครั้งที่ 4 ในเอกสารที่เตรียมไว้ให้และนำมาส่งใน ครั้งต่อไป 7. ผู้นำกลุ่มกล่าวยุติกลุ่มพร้อมทั้งกล่าวขอบคุณ สมาชิกกลุ่มทุกคน พร้อมทั้งนัดหมาย วันเวลา ในการเข้าร่วมกลุ่มครั้งต่อไป	

สื่อและอุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. แบบวัดวิธีคิดแบบ โยนิโสมนสิการสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา เอกสารคำอธิบายวิธีคิดแบบ โยนิโสมนสิการ 6 วิธี
3. แบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วม โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ครั้งที่ 4

การประเมินผล

1. จากการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกที่แสดงถึงความใส่ใจต่อสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆ เช่น การสบสายตา การฟังสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆอย่างตั้งใจ รวมทั้งจากการสังเกตการให้ความร่วมมือ ความสนใจในการร่วมแสดงความคิดเห็นและการตั้งคำถามในกิจกรรมการทำแบบวัดวิธีคิดแบบ โยนิโสมนสิการและการศึกษาเอกสารคำอธิบายวิธีคิดแบบ โยนิโสมนสิการ 6 วิธี
2. จากแบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วม โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ครั้งที่ 4

เอกสารประกอบโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ครั้งที่ 4

คำอธิบายวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ 6 วิธี

1. **วิธีคิดแบบไร้กุศล** หมายถึง การคิดหรือพิจารณาองหาส่วนดีจากสถานการณ์หรือประสบการณ์มาใช้ให้เป็นประโยชน์ หรือเป็นกำลังใจในการพัฒนาตนและสร้างสรรค์สิ่งต่างๆ ถึงแม้ว่าสถานการณ์และประสบการณ์ที่ได้รับจะไม่น่าพึงพอใจก็ตาม แต่สามารถคิดและมองเห็นส่วนดีของประสบการณ์และสถานการณ์นั้นได้ วิธีคิดแบบนี้ช่วยให้บุคคลปรุงแต่งความคิดความรู้สึก และการกระทำไปทิศทางที่ดีงาม เป็นประโยชน์เป็นกุศล

2. **วิธีคิดแบบคุณโทษและทางออก** หมายถึง การคิดให้ครบทุกด้าน ทั้งด้านดี ด้านเสีย จุดอ่อน จุดแข็ง ส่วนบริบูรณ์ ส่วนบกพร่อง เพื่อจะได้เข้าใจสิ่งนั้นๆ ตามที่เป็นจริงจะได้ปฏิบัติต่อสิ่งนั้นๆ หรือเรื่องนั้นๆ ได้พอเหมาะไม่ผิดพลาด รวมทั้งจะต้องคิดเพื่อเตรียมทางออกให้หลุดพ้นจากด้านเสีย หรือข้อบกพร่องนั้นๆ

3. **วิธีคิดแบบรู้คุณค่าแท้ – คุณค่าเทียม** หมายถึง การคิดพิจารณาเมื่อเข้าไปเกี่ยวข้องกับปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายโดยทั่วไป เช่น การบริโภคใช้สอยสิ่งต่างๆ โดยพิจารณารู้ถึงคุณค่าแท้และคุณค่าเทียมของสิ่งนั้นๆ

คุณค่าแท้ หมายถึง คุณค่าหรือประโยชน์ของสิ่งนั้น ในแง่ที่ใช้สนองความต้องการของชีวิตของตน หรือเพื่อให้ดำรงชีวิตได้ดี เพื่อประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น คุณค่านี้อาศัยปัญญาเป็นเครื่องตีค่าหรือวัดราคา

คุณค่าเทียม หมายถึง คุณค่าที่มนุษย์พอกให้สิ่งนั้นๆ เพื่อเสริมราคาหรือเสริมความยิ่งใหญ่ของตัวตน คุณค่าเทียมนี้ใช้ค้นหาเป็นเครื่องตีค่าหรือวัดราคา

4. **วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา** หมายถึง การคิดให้เข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงที่เป็นไปตามกฎธรรมชาติ โดยรู้เท่าทันว่าสิ่งต่างๆ เปลี่ยนแปลงไปตามเหตุและปัจจัย มิได้เปลี่ยนแปลงไปตามความพึงพอใจของผู้ใด เมื่อรู้เท่าทันแล้วก็วางใจเป็นอิสระและเป็นกลาง เร่งปฏิบัติจัดการแก้ไขไปตามเหตุปัจจัย วิธีคิดแบบนี้ต้องดำเนินการให้ครบทั้งสองขั้นตอน คือ

(1) **ขั้นรู้เท่า** คือ รู้เท่าทันและยอมรับความจริง เป็นขั้นวางใจ วางท่าที่ต่อสิ่งทั้งหลายโดยสอดคล้องกับความเป็นจริง เป็นท่าที่แห่งปัญญา

(2) **ขั้นเร่งทำ** คือ แก้ไขและทำการไปตามเหตุและปัจจัย เป็นขั้นปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายโดยสอดคล้องกับความเป็นจริง เป็นการปฏิบัติด้วยปัญญา

5. วิธีคิดแบบแก้ปัญหา หมายถึง การคิดแก้ปัญหาโดยมีขั้นตอนดังนี้

(ก) **กำหนดรู้ปัญหา** คือ การทำความเข้าใจปัญหาให้ชัดเจน กำหนดสภาพและกำหนดขอบเขตของปัญหา

(ข) **สืบค้นหาเหตุของปัญหา** คือ วิเคราะห์ตรวจสอบหาสาเหตุของปัญหาที่จะต้องแก้ไขให้หมดไป โดยพิจารณาให้รอบคอบทั้งสาเหตุหลักและสาเหตุรอง

(ค) **กำหนดเป้าหมายในการแก้ปัญหาให้แน่ชัด** คือ การกำหนดความต้องการในการแก้ปัญหาว່ว่า จุดมุ่งหมายในการแก้ปัญหาคืออะไร

(ง) **วางวิธีปฏิบัติที่จะจำกัดเหตุของปัญหาให้สอดคล้องตามเป้าหมายที่กำหนดไว้** คือ การวางวิธีการปฏิบัติ และสิ่งที่ต้องทำในการแก้ปัญหให้สำเร็จโดยให้สอดคล้องกับเป้าหมายที่วางไว้

6. **วิธีคิดแบบจำแนกแจกแจง** หมายถึง การคิดวิเคราะห์จำแนกแยกแยะออกให้เห็นแต่ละแง่แต่ละด้านของเรื่องนั้นๆ ตามความเป็นจริงให้ครบทุกแง่ทุกด้าน ไม่ใช่จับเอาเพียงแง่ใดแง่หนึ่งขึ้นมาคิดพิจารณาแล้วตีคลุมลงไปว่าเป็นอย่างนั้นทั้งหมด การคิดแบบจำแนกแจกแจงทำให้เข้าใจสิ่งต่างๆหรือเรื่องราวต่างๆอย่างชัดเจน ตรงไปตรงมาตามความเป็นจริง เท่าความจริง พอดีกับความจริง การคิดแบบจำแนกแจกแจงมีวิธีการจำแนกแจงได้หลายลักษณะ เช่น จำแนกโดยแง่ด้านของความจริง จำแนกโดยส่วนประกอบ จำแนกโดยลำดับขณะ จำแนกโดยความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย จำแนกโดยเงื่อนไข จำแนกโดยทางเลือกหรือความเป็นไปได้

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ครั้งที่ 5

เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
1. เพื่อให้สมาชิกฝึกสติเพื่อการรับรู้ตนเองในสภาวะปัจจุบัน 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ฝึกวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการซึ่งเป็นการคิดถูกวิธีนำไปสู่ปัญญา อันเป็นปัจจัยสำคัญของการพัฒนาจริยธรรม	1. ผู้นำกลุ่มทักทายสมาชิกภายในกลุ่มและกล่าวกับสมาชิกว่า “วันนี้ทุกคนมีโอกาสดูแลเรียนรู้วิธีการฝึกสติแบบเคลื่อนไหว เป็นการฝึกสติ ที่มุ่งเน้นให้มีสติอยู่ในอิริยาบถที่เคลื่อนไหว รู้เท่าทันความคิดและความรู้สึกของตนเองในสภาวะปัจจุบัน ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกรู้ในท่าที่สบาย แล้วทำตามทีมนำกลุ่มบอก โดยมีวิธีการแบ่งเป็น 15 ขั้นตอน ดังนี้ 1)เอามือวางไว้ที่ขา ทั้งสองข้าง คว้าไว้ 2)พลิกมือขวาตะแคงขึ้นทำซ้ำๆ ให้รู้สึก 3)ยกมือขวาขึ้นครึ่งตัว ให้รู้สึกหยุดก็ให้รู้สึก 4) เอามือขวามาที่สะดือ ให้รู้สึกตัว 5)ยกมือซ้ายตะแคงขึ้นให้รู้สึกตัว 6)ยกมือซ้ายขึ้นครึ่งตัวให้มีความรู้สึก 7)เอามือซ้ายมาที่สะดือ ให้มีความรู้สึก 8)เลื่อนมือขวาขึ้นที่หน้าอกให้รู้สึก 9) เอามือขวาออกตรงข้างให้รู้สึก 10)ลดมือขวาลงที่ขาขวา ตะแคงไว้ให้รู้สึก 11)คว้ามือขวาที่ขาขวา ให้รู้สึก 12)เลื่อนมือซ้ายขึ้นที่หน้าอกให้มีความรู้สึก 13)เอามือซ้ายออกมาตรงข้างให้มีความรู้สึก 14) ลดมือซ้ายลงที่ขาซ้าย ตะแคงไว้ให้มีความรู้สึก 15) คว้ามือซ้ายลงที่ขาซ้ายให้รู้สึก ทำต่อไปเรื่อยๆ ให้รู้สึก (ใช้เวลาประมาณ 20 นาที) 2.ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกรับทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับความหมายและความสำคัญของวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ	-พฤติกรรมภาวนาใส่ใจ และ การ ตั้ง เก ต สมาธิในกลุ่ม - คำถามปลายเปิด - คำถามปลายปิด - การสนับสนุน - การทวนสาระ - การสะท้อน ความรู้สึก - การสะท้อน ความหมาย - การนำ - การระบุผลที่ตามมา - การเปิดเผยตนเอง - การแนะนำ/การอธิบาย/การสอน - การให้ข้อมูล ย้อนกลับ - การสรุป - การให้กำลังใจ - การวนรอบ - การฝึกสติสมาธิ

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	และบอกผลคะแนนของสมาชิกแต่ละคนที่ได้จาก การทำแบบวัดวิธีคิดแบบ โยนิโสมนสิการ ในครั้งที่ 4 แล้วให้สมาชิกซักถามกรณีที่สมาชิกมีข้อสงสัย (ใช้เวลาประมาณ 15 นาที) 3. ผู้นำกลุ่มกล่าวกับสมาชิกว่า สำหรับการเข้ากลุ่ม ในครั้งที่ 5 สมาชิกจะได้เรียนรู้วิธีคิด 2 วิธี โดยผู้นำกลุ่มดำเนินการ ฝึกวิธีคิดแบบที่ 1 ดังนี้ 1. แจกแบบฝึกวิธีคิด : กรณีศึกษาเพื่อให้นักเรียนฝึก วิธีคิดแบบที่ 1 2. ผู้นำกลุ่มให้นักเรียนอ่านกรณีศึกษาแล้วตอบ คำถามว่า ผู้พูดใช้วิธีคิดแบบใด พร้อมทั้งอธิบายว่า เนื้อหาในคำตอบประโยคใดที่แสดงว่าผู้พูดใน กรณีศึกษา ใช้วิธีคิดแบบที่นักเรียนเลือกตอบ (นักเรียนอาจใช้ตัวเลขที่กำกับบรรทัดระบุคำตอบ ได้ เพื่อความสะดวก) *ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามในกรณีที่มี ข้อสงสัย ผู้นำกลุ่มอธิบายพร้อมยกตัวอย่าง ประกอบจนสมาชิกเข้าใจ 4. หลังจากนั้นผู้นำกลุ่มดำเนินการ ฝึกวิธีคิดแบบที่ 2 ดังนี้ 1. แจกแบบฝึกวิธีคิด : กรณีศึกษาเพื่อให้นักเรียนฝึก วิธีคิดแบบที่ 2 2. ผู้นำกลุ่มให้นักเรียนอ่านกรณีศึกษาแล้วตอบ คำถามว่า ผู้พูดใช้วิธีคิดแบบใด พร้อมทั้งอธิบายว่า	

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	ใดที่เนื้อหาในคำตอบประโยคแสดงว่าผู้พูดใน) ทัศนศึกษา ใช้วิธีคิดแบบที่นักเรียนเลือกตอบ (นักเรียนอาจใช้ตัวเลขที่กำกับบรรทัดระบุคำตอบ ได้ เพื่อความสะดวก *ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามในกรณีที่มี ข้อสงสัย ผู้นำกลุ่มอธิบายพร้อมยกตัวอย่าง ประกอบจนสมาชิกเข้าใจ 5. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้า กลุ่มในครั้งนี้และเขียนบันทึกประสบการณ์การเข้า ร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาในครั้งนี้ 5 ในเอกสาร ที่เตรียมไว้ให้และนำกลับมาส่งในครั้งต่อไป 6. ผู้นำกลุ่มกล่าวยุติกลุ่มพร้อมทั้งกล่าวขอบคุณ สมาชิกกลุ่มทุกคน พร้อมทั้งนัดหมาย วันเวลา ใน การเข้าร่วมกลุ่มครั้งต่อไป	

สื่อและอุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. เอกสาร คำอธิบายวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ 6 วิธี และแบบฝึกวิธีคิดแบบเร้ากุศลและแบบฝึกวิธีคิดแบบคุณโทษทางออก
3. แบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ ครั้งที่

การประเมินผล

1. จากการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกที่แสดงถึงความใส่ใจต่อสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆ เช่น การสบสายตา การฟังสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆอย่างตั้งใจ รวมทั้งจากการสังเกตการให้ความร่วมมือ ความสนใจในการร่วมแสดงความคิดเห็น และการตั้งคำถามในการเรียนรู้วิธีคิดแบบเร้ากุศลและวิธีคิดแบบคุณโทษทางออก
2. แบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ ครั้งที่ 5

สถานการณ์แบบฝึกวิธีคิด : กรณีกวีตา

คำชี้แจง จงศึกษาสถานการณ์ข้างล่างนี้แล้วตอบคำถาม

กวีตาเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่ย้ายเข้าศึกษาโรงเรียนประจำอำเภอแห่งหนึ่งในจังหวัดสุพรรณบุรีกลางคัน เนื่องจากต้องย้ายตามพ่อมารับราชการที่นี่ กวีตาเป็นเด็กที่มีนิสัยเงียบขรึมและค่อนข้างเก็บตัว การปรับตัวกับเพื่อนและสภาพแวดล้อมที่โรงเรียนแห่งใหม่นี้จึงเป็นสิ่งที่ยากมากสำหรับเธอ จึงทำให้กวีตายังไม่มีเพื่อนใหม่มากนัก กวีตาได้รู้ว่า กลุ่มของเจนสุดาซึ่งอยู่ ม.5 เหมือนกับเธอ เป็นกลุ่มนักเรียนหญิงที่โดดเด่นในโรงเรียน เพราะเจนสุดามักจะเลือกคบกับเพื่อนนักเรียนที่สวย โก้ และใช้แต่ข้าวของราคาแพง นักเรียนหญิงในโรงเรียนต่างก็รู้จัก และต้องการเป็นเพื่อนกับกลุ่มของเจนสุดา เพราะนั่นหมายถึง การได้รับการยอมรับจากเพื่อนและรุ่นน้องไปด้วย กวีตาจึงคิดว่านี่น่าจะเป็นหนทางที่เธอจะได้รับการยอมรับจากคนอื่น ๆ แต่กลุ่มของเจนสุดามักมีเรื่องทะเลาะวิวาทกับโรงเรียนใกล้เคียงอยู่เป็นประจำ จากหลายสาเหตุ เช่น แย่งแฟนกัน ไม่ชอบหน้ากัน หรือแม้แต่เพียงเดินชนกันเท่านั้น วันหนึ่งเจนสุดามีเรื่องทะเลาะวิวาทกับนักเรียนโรงเรียนใกล้เคียง เธอจึงมาชวนกวีตาให้ไปด้วยกัน เพื่อพิสูจน์ให้เห็นว่า กวีตามีความจริงใจที่จะเป็นเพื่อนกับพวกเธอ ถ้ากวีตาไม่ยอมเป็นคนลงมือ ก็เป็นคนถ่ายคลิปวิดีโอเอาไว้ และเผยแพร่ไปให้เพื่อนคนอื่น ๆ ในโรงเรียน ถ้ากวีตาไม่ทำอย่างที่เจนสุดาบอก เจนสุดาจะบอกให้ทุกคนไม่ยอมรับกวีตา กวีตาไม่ต้องการทำตามที่เจนสุดาบอกเพราะการทะเลาะวิวาทเป็นสิ่งที่ไม่มีดี กวีตารู้สึกไม่สบายใจเธอคิดว่าต่อไปนี่คงจะไม่มีใครยอมรับเธอเป็นเพื่อน จึงนำเรื่องนี้ไประบายให้พี่สาวของเธอฟัง

พี่สาวต้องการให้กวีตาใช้วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการเพื่อหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้ จึงพูดกับกวีตาว่า

จากเรื่องราวที่วิเล่ามาพี่เข้าใจว่าวิรู้สึกไม่สบายใจและใช้ความพยายามอย่างมากที่จะได้(1) การยอมรับจากเพื่อนและได้เข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มที่ได้รับความสนใจแต่หากคิด(2) พิจารณาให้ดี การที่วิตัดสินใจไม่ไปทำตามที่เจนสุดาบอกนั้น แสดงให้เห็นว่า วิรู้ว่าพฤติกรรม(3) การทะเลาะวิวาทและสร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็น ทางโรงเรียน อาจารย์ นักเรียน(4) ที่เป็นคู่กรณีอีกทั้งหากพ่อกับแม่ของเรารับเรื่องท่านก็ต้องไม่สบายใจกับพฤติกรรมของเรา (5) และในปัจจุบันนี้ปัญหานักเรียน ดบตีกันทะเลาะวิวาทและใช้วิธีการถ่ายคลิปวิดีโอเพื่อให้อีกฝ่าย(6)

ได้รับความอับอายกลายมาเป็นค่านิยมในทางที่ผิดในกลุ่มของวัยรุ่น การที่เธอรู้ว่า สิ่งเหล่านี้เป็น(7)
 สิ่งที่ไม่ดี และไม่ต้องการไป ร่วมกระทำพฤติกรรมนั้น เป็นสิ่งที่ถูกต้องแล้ว ถ้าหาก การที่เธอไม่(8)
 ไป ร่วมทะเลาะวิวาทในครั้งนี้จะส่งผลให้ กลุ่มของเจนสุดาจะไม่ยอมรับและคบเธอเป็นเพื่อน(9)
 นั่นก็เป็นสิ่งที่ดีแล้วเพราะถ้าเธอได้รับการยอมรับและเข้าร่วมกับกลุ่มของเจนสุดา เธอคงต้องมี(10)
 เรื่องเดือดร้อนและไม่สบายใจอยู่ตลอดที่ต้องทำในสิ่งที่ไม่ถูกต้อง เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นมีแง่ดีที่(11)
 ทำให้เธอได้รู้ว่า กลุ่มของเจนสุดาไม่น่าคบหาเป็นเพื่อน ส่วนการที่เธอจะมีเพื่อนในโรงเรียน(12)
 ใหม่ และต้องการการยอมรับจากผู้อื่น พิจารณามีวิธีอื่นที่ต้องอีกหลายวิธี เช่น การมีน้ำใจและ(13)
 จริงใจกับผู้อื่น การตั้งใจเรียนและทำหน้าที่ของตนเองให้ดีที่สุด การเข้าร่วมกิจกรรมกับทาง(14)
 โรงเรียนในการแสดงความสามารถเพื่อให้คนอื่นรับรู้โดยไม่ต้องใช้วิธีการทะเลาะวิวาท ได้แก่(15)
 การพัฒนาความสามารถทางด้านกีฬา ดนตรี การทำกิจกรรมช่วยเหลือ สังคม และอื่นๆอีก(16)
 มากมาย พี่หวังว่าเหตุการณ์ครั้งนี้จะมีแง่คิดที่ดีและเป็น บทเรียนในการ เลือกคบเพื่อนและการ(17)
 ตัดสินใจทำสิ่งต่างๆของเธอได้อย่างดีขึ้นนะ(18)

คำถาม

1. คำพูดของพี่สาวทั้งหมดที่กล่าวมาข้างต้น แสดงว่าพี่สาวแนะนำให้กวีดาใช้วิธีคิดแบบใด
 ให้นักเรียนวงกลมล้อมรอบตัวเลขที่แสดงถึงวิธีคิดนั้น โดยเลือกเพียง 1 ข้อ (คำตอบ : วิธีคิดแบบเรา
 กุศล)

- | | |
|---------------------------------|------------------------------------|
| 1. วิธีคิดแบบแก้ปัญหา | 2. วิธีคิดแบบเรากุศล |
| 3. วิธีคิดแบบเห็นคุณค่าทางออก | 4. วิธีคิดแบบคุณค่าแท้-คุณค่าเทียม |
| 5. วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมชาติ | 6. วิธีคิดแบบแจกแจงหลายแง่มุม |

2. คำพูดของพี่สาวในบรรทัดใดบ้างที่แสดงให้นักเรียนรู้ว่าพี่สาวใช้วิธีคิดแบบที่นักเรียนเลือก
 ตอบในข้อที่ 1

.....

.....

.....

.....

.....



แบบบันทึกการใช้วิธีคิด

1. ให้นักเรียนเล่าประสบการณ์ของ นักเรียนที่ได้ใช้วิธีคิดแบบเร้ากุศลในการแก้ปัญหา(อธิบายรายละเอียดของเหตุการณ์ดังกล่าว)

.....

.....

.....

.....

.....

2. เพราะเหตุใด นักเรียนจึงคิดว่าวิธีคิดที่นักเรียนใช้แก้ปัญหา เป็นวิธีคิดแบบเร้ากุศล

.....

.....

.....

.....

.....

3. หลังจากนักเรียนได้เรียนรู้วิธีคิดแบบเร้ากุศล นักเรียนสามารถนำวิธีคิดแบบเร้ากุศลไปปรับประยุกต์ใช้ได้อย่างไรบ้าง อธิบายให้ชัดเจน

.....

.....

.....

.....

.....

4. หลังจากนักเรียนได้เรียนรู้วิธีคิดแบบเร้ากุศล นักเรียนคิดว่า วิธีแบบเร้ากุศลมีความเหมือน และความแตกต่างจากวิธีคิดแบบอื่นๆอย่างไร อธิบายให้ชัดเจน

.....

.....

.....

.....

.....

สถานการณ์แบบฝึกวิธีคิด : กรณีวิณา

คำชี้แจง จงศึกษาสถานการณ์ข้างล่างนี้แล้วตอบคำถาม

วิณาเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดสุพรรณบุรี เธอมีผลการเรียนดีและความประพฤติเรียบร้อย จึงทำให้เป็นที่รักใคร่ของอาจารย์ในโรงเรียน ตอนนี้จะแนน G.P.A. ของวิณายู่ที่ 3.40 เธอมีความหวังที่จะสมัครโควตาเพื่อเข้ามหาวิทยาลัยของรัฐบาล วิณาอาศัยอยู่กับแม่สองคน แม่มีอาชีพทำสวนและเก็บผลผลิตจากในสวนไปขายที่ตลาดนัดในหมู่บ้านและอำเภอใกล้ๆ ด้วยเหตุนี้วิณาจึงพยายามตั้งใจเรียนและเป็นเด็กดีมาตลอด เพราะเธออยากเรียนจบและมีงานดีๆ ทำเพื่อที่จะได้เลี้ยงดูแม่ให้สบาย ตอนนี่วิณายู่ ม. 5 เหลือเวลาเตรียมตัวอีกไม่นาน เธอต้องแบ่งเวลาให้ดีทั้งช่วยแม่ทำงาน และเวลาสำหรับทบทวนการบ้านอ่านหนังสือ ทุกวันหลังเลิกเรียนวิณาต้องรีบกลับบ้าน เพื่อไปช่วยแม่เอาของไปขายที่ตลาด เธอจึงตั้งใจมากขึ้น ในห้องเรียนของวิณา เพื่อนผู้หญิงหลายคนมีแฟนแล้ว เพื่อนๆ มักถามวิณา ว่าทำไมเธอถึงไม่มีแฟนสักทีในเมื่อวิณาสวยและเก่ง ในช่วงเทศกาลงานอนุรักษ์คอนเจียซึ่งเป็นงานประจำจังหวัด วิณาและเพื่อนในห้องต้องไปช่วยงานโรงเรียนซึ่งออกร้านขายอาหาร วิณามีโอกาสได้รู้จักกับชัยศ จากการแนะนำของเพื่อน ชัยศดูสุขภาพเรียบร้อยเป็นมิตร และยังมีชีวิตที่คล้ายคลึงกับเธอ คือ ฐานะยากจนต้องดิ้นรนเพื่อความอยู่รอดทำให้เธอเห็นใจรับเขาเป็นเพื่อนและให้ความสนิทสนมกับชัยศอย่างรวดเร็ว หลังจากนั้นชัยศจะขี่มอเตอร์ไซด์มารับวิณาที่หลังโรงเรียนและไปส่งที่บ้านทุกวัน ด้วยความสนิทสนมและความไว้วางใจที่มีมากขึ้น ทำให้เธอยอมไปเที่ยวที่ต่างๆ กับชัยศ และยอมมีเพศสัมพันธ์กับชัยศ หลังจากนั้นวิณาก็ตั้งท้องขึ้นมาโดยที่เธอไม่ได้ตั้งใจ วิณาจึงนำเรื่องนี้ไปปรึกษากับชัยศ เพื่อที่จะหวังให้ชัยศช่วยแก้ปัญหา แต่ชัยศกลับตอบว่าเธอด้วยถ้อยคำที่รุนแรง ว่าทำไมไม่รู้จักป้องกันและบอกให้เธอไปทำแท้ง เพราะว่าเขาไม่มีปัญญาที่จะเลี้ยงดูเธอกับลูก ลำพังตัวเขาเองก็แทบจะเอาตัวไม่รอด แคร่รับจ้างทำงานเล็กๆ น้อยๆ มีรายได้แค่วันละไม่กี่ร้อยบาทเท่านั้น วิณาเสียใจที่ชัยศมีท่าทีเปลี่ยนไป เมื่อรู้ว่าเธอท้อง อีกทั้งรู้สึกกลัวและสับสนกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ไม่กล้านำเรื่องไปปรึกษาแม่เพราะกลัวว่าแม่จะเสียใจและผิดหวัง วิณารู้สึกเสียใจกับอนาคตที่เธออดสาหัส คาดหวังเอาไว้คงจะต้องพังทลายลง แต่ถ้ามัดสินใจทำแท้งอย่างที่ชัยศแนะนำ เธอก็ไม่รู้อะไรจะเกิดผลเสียอะไรขึ้นมาบ้าง ทำให้วิณาไม่รู้จะตัดสินใจกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างไรดี จึงไปปรึกษามาลิเพื่อนสนิทของเธอ

มาลีต้องการให้วิณาใช้วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการเพื่อหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้ จึงพูดกับวิณาว่า

วิชาเราเข้าใจดีว่าเธอกำลังเสียใจและสับสนกับปัญหาที่เกิดขึ้นแต่การที่เธอจะตัดสินใจ(1)
 ทำอะไรลงไป เธอจะต้องคิดพิจารณาถึง คุณและโทษที่เกิดขึ้นจากการตัดสินใจของเธอให้ดีๆ(2)
 และถ้าตัดสินใจอย่างไร เธอต้องเตรียมหาทางออกหรือวิธีการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นให้ดี หากเธอ(3)
 ตัดสินใจที่จะ ไปทำแท้งผลดีที่จะเกิดขึ้นก็คือ ไม่มีใครรู้เรื่องราวที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นแม่ของเธอ(4)
 เพื่อนๆอาจารย์ ทำให้เธอสามารถกลับไปใช้ชีวิตได้ตามปกติ ได้ทำสิ่งที่เธอคาดหวังเอาไว้ผลเสีย(5)
 ของการ ทำแท้ง คือ อย่างแรก การทำแท้งเป็นการฆ่าคนซึ่งเป็นสิ่งที่ผิดศีลธรรมและกฎหมาย(6)
 ที่สำคัญ คนๆนั้นก็คือลูกของเธอเองมันอาจจะทำให้เธอต้องรู้สึกผิดไปตลอดชีวิต อีก(7)
 ทั้งการทำแท้งเป็นสิ่งที่อันตรายมาก เธออาจจะเสียเลือดและมีอันตรายถึงชีวิตในทางตรงกันข้าม(8)
 ถ้าเธอตัดสินใจไม่ไปทำแท้ง เธออาจจะต้องอับอายที่ไม่สามารถที่จะปกปิดความผิด กับแม่หรือ(9)
 คนอื่นๆได้อีกต่อไป แม่ของเธออาจจะต้องเสียใจและผิดหวังเมื่อ ทราบเรื่องที่เกิดขึ้นแต่ผลดีที่(10)
 เกิดขึ้นก็คือเธอไม่ได้ฆ่าลูกของตนเองโดยการทำแท้งไม่ต้องทำผิดศีลธรรมไม่ได้ละเมิด(11)
 กฎหมายที่เป็นกติกาสำหรัการรักษาสังคมไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งที่ไปร่วมสร้างปัญหาการทำแท้งที่มี(12)
 มากในสังคม ของเราให้มากขึ้นไปอีกซึ่งเป็นการซ้ำเติมสังคมเพราะสังคม ในตอนนี้มีปัญหา(13)
 นักเรียนนักศึกษาทำแท้งเดือนกันยายนมากขึ้น และจากการตัดสินใจไม่ไปทำแท้ง มันจะส่งผลให้(14)
 เธอเกิดความภาคภูมิใจในตนเองที่เธอมีความเข้มแข็ง เพียงพอที่จะแก้ปัญหาที่ เกิดขึ้นด้วย(15)
 วิธีการที่ถูกต้อง เมื่อทำผิดไปแล้วก็กล้าที่จะยอมรับผิด ส่วนทางออกสำหรับปัญหานี้เธอจะต้อง(16)
 บอกแม่ให้ทราบถึงปัญหาที่เกิดขึ้น และปรึกษากับอาจารย์ที่ปรึกษาเรื่องขอพักการเรียนเอาไว้(17)
 ก่อน เมื่อเธอคลอดลูกแล้วก็สามารถกลับมาเรียนต่อ เธอจะต้องหางานพิเศษทำเพิ่มมากขึ้น(18)
 เพราะตอนนี้เธอมีอีกหนึ่งชีวิตที่จะต้องรับผิดชอบและพยายามเลี้ยงดูให้เป็นคนดีที่สุดเท่าที่จะทำ(19)
 ได้ เราหวังว่าเธอจะสามารถตัดสินใจเลือกแก้ปัญหาได้อย่างถูกต้องนะ(20)

คำถาม

1. คำพูดของมาลีทั้งหมดที่กล่าวมาข้างต้น แสดงว่ามาลีแนะนำให้วิชาใช้วิธีคิดแบบใดให้
 นักเรียนวงกลมล้อมรอบตัวเลขที่แสดงถึงวิธีคิดนั้น โดยเลือกเพียง 1 ข้อ (คำตอบ : วิธีคิดแบบเห็น
 คุณโทษและทางออก)

- | | |
|---------------------------------|------------------------------------|
| 1. วิธีคิดแบบแก้ปัญหา | 2. วิธีคิดแบบเร้ากุศล |
| 3. วิธีคิดแบบเห็นคุณโทษทางออก | 4. วิธีคิดแบบคุณค่าแท้-คุณค่าเทียม |
| 5. วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมชาติ | 6. วิธีคิดแบบแจกแจงหลายแง่มุม |

2.คำพูดของมาลีในบรรทัดใดบ้างที่แสดงให้นักเรียนรู้ว่ามาลีใช้วิธีคิดแบบที่นักเรียนเลือกตอบ
ในข้อที่ 1

.....

.....

.....

.....

.....



แบบบันทึกการใช้วิธีคิด

1. ให้นักเรียนเล่าประสบการณ์ของ นักเรียนที่ได้ใช้วิธีคิดแบบเห็นคุณโทษและทางออกในการ
แก้ปัญหา (อธิบายรายละเอียดของเหตุการณ์ดังกล่าว)

.....

2. เพราะเหตุใด นักเรียนจึงคิดว่าวิธีคิดที่นักเรียนใช้แก้ปัญหา เป็นวิธีคิดแบบเห็นคุณโทษและ
ทางออก

.....

3. หลังจากนักเรียนได้เรียนรู้วิธีคิดแบบเห็นคุณโทษและทางออก นักเรียนสามารถนำวิธีคิดแบบเห็นคุณโทษ
และทางออกไปปรับประยุกต์ใช้ได้อย่างไรบ้าง อธิบายให้ชัดเจน

.....

4. หลังจากนักเรียนได้เรียนรู้วิธีคิดแบบเห็นคุณโทษและทางออก นักเรียนคิดว่า วิธีแบบคุณโทษและ
ทางออกมีความเหมือนและความแตกต่างจากวิธีคิดแบบอื่นๆอย่างไร อธิบายให้ชัดเจน

.....

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ครั้งที่ 6

เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
1. เพื่อให้สมาชิกฝึกสติเพื่อการรับรู้ตนเองในสภาวะปัจจุบัน 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ฝึกวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการซึ่งเป็นการคิดถูกวิธีนำไปสู่ปัญญา อันเป็นปัจจัยสำคัญของการพัฒนาจริยธรรม	1. ผู้นำกลุ่มทักทายสมาชิกภายในกลุ่มและให้สมาชิกร่วมกันทำท่าที่สบาย และกล่าวกับสมาชิกว่า “วันนี้ นักเรียนมีโอกาสได้ฝึกสติแบบเคลื่อนไหวเป็นครั้งที่ 2 ซึ่งเป็นการฝึกสติ ที่มุ่งเน้นให้มีสติอยู่ในอิริยาบถที่เคลื่อนไหว และรู้เท่าทันความคิดและความรู้สึกของตนเองในสภาวะปัจจุบัน ให้สมาชิกร่วมกันทำท่าที่สบาย แล้วทำตามที่คุณำกลุ่มบอก โดยมีวิธีการแบ่งเป็น 15 ขั้นตอน ดังนี้ 1)เอามือวางไว้ที่ขา ทั้งสองข้าง คว่าไว้ 2)พลิกมือขวาตะแคงขึ้นทำซ้ำๆให้รู้สึก 3)ยกมือขวาขึ้นครึ่งตัว ให้รู้สึกหยุดก็ให้รู้สึก 4) เอามือขวามาที่สะดือ ให้รู้สึกตัว 5)ยกมือซ้ายตะแคงขึ้นให้รู้สึกตัว 6)ยกมือซ้ายขึ้นครึ่งตัวให้มีความรู้สึก 7)เอามือซ้ายมาที่สะดือ ให้มีความรู้สึก 8)เลื่อนมือขวาขึ้นที่หน้าอกให้รู้สึก 9) เอามือขวาออกตรงข้างให้รู้สึก 10)ลดมือขวาลงที่ขาขวา ตะแคงไว้ให้รู้สึก 11)คว่ำมือขวาที่ขาขวา ให้รู้สึก 12)เลื่อนมือซ้ายขึ้นที่หน้าอกให้มีความรู้สึก 13)เอามือซ้ายออกมาตรงข้างให้มีความรู้สึก 14) ลดมือซ้ายลงที่ขาซ้าย ตะแคงไว้ให้มีความรู้สึก 15) คว่ำมือซ้ายลงที่ขาซ้ายให้รู้สึก ทำต่อไปเรื่อยๆ ให้รู้สึก (ใช้เวลาประมาณ 20 นาที)	- พฤติกรรมการใส่ใจและการสังเกตสมาธิในกลุ่ม - คำถามปลายเปิด - คำถามปลายปิด - การสนับสนุน - การทวนสาระ - การสะท้อน - ความรู้สึกล - การสะท้อน - ความหมาย - การนำ - การระบุผลที่ตามมา - การเปิดเผยตนเอง - การแนะนำ/การอธิบาย/การสอน - การให้ข้อมูล - ย้อนกลับ - การสรุป - การให้กำลังใจ - การวนรอบ - การฝึกสติสมาธิ

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	2. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับวิธีคิดเร้ากุศลและวิธีคิดแบบเห็นคุณค่าและทางออกที่ได้เรียนรู้ในครั้งที่แล้ว 3. ผู้นำกลุ่มกล่าวกับสมาชิกว่า สำหรับการเข้ากลุ่มในครั้งที่ 5 สมาชิกจะได้เรียนรู้วิธีคิดแบบที่ 3 และแบบที่ 4 โดยผู้นำกลุ่มดำเนินการ ฝึกวิธีคิดแบบที่ 3 ดังนี้ * ผู้นำกลุ่มแจกสถานการณ์ปัญหาที่ใช้เป็นแบบฝึกวิธีคิด แล้วให้นักเรียนแล้วตอบคำถามว่า ผู้พูดใช้วิธีคิดแบบใด พร้อมทั้งอธิบายว่า เนื้อหาในคำตอบประโยคใดที่แสดงว่าผู้พูดในกรณีศึกษาใช้วิธีคิดแบบที่นักเรียนเลือกตอบ(นักเรียนอาจใช้ตัวเลขที่กำกับบรรทัดระบุคำตอบได้ เพื่อความสะดวก) * ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามข้อสงสัย ผู้นำกลุ่มอธิบายพร้อมยกตัวอย่างประกอบจนสมาชิกเข้าใจ 4. หลังจากนั้นผู้นำกลุ่มดำเนินการ ฝึกวิธีคิดแบบที่ 4 ดังนี้ * ผู้นำกลุ่มแจกสถานการณ์ปัญหาที่ใช้เป็นแบบฝึกวิธีคิด แล้วให้นักเรียนแล้วตอบคำถามว่า ผู้พูดใช้วิธีคิดแบบใด พร้อมทั้งอธิบายว่า เนื้อหาในคำตอบประโยคใดที่แสดงว่าผู้พูดในกรณีศึกษาใช้วิธีคิดแบบที่นักเรียนเลือกตอบ(นักเรียนอาจใช้ตัวเลขที่กำกับบรรทัดระบุคำตอบได้ เพื่อความสะดวก)	

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	*ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามข้อสงสัย ผู้นำกลุ่มอธิบายพร้อมยกตัวอย่างประกอบจนสมาชิกเข้าใจ 5. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ากลุ่มในครั้งนี้และเขียนบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ในครั้งที่ 6 ในเอกสารที่เตรียมไว้ให้และนำกลับมาส่งในครั้งต่อไป 6. ผู้นำกลุ่มกล่าวยุติกลุ่มพร้อมทั้งกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่มทุกคน พร้อมทั้งนัดหมาย วันเวลา ในการเข้าร่วมกลุ่มครั้งต่อไป	

สื่อและอุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. เอกสาร คำอธิบายวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ 6 วิธีและแบบฝึกวิธีคิดแบบคุณค่าแท้คุณค่าเทียม และแบบฝึกวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมชาติ
3. แบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ครั้งที่ 6

การประเมินผล

1. จากการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกที่แสดงถึงความใส่ใจต่อสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆ เช่น การสบสายตา การฟังสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆ อย่างตั้งใจ รวมทั้งจากการสังเกตการให้ความร่วมมือ ความสนใจในการร่วมแสดงความคิดเห็นและการตั้งคำถามในการเรียนรู้วิธีคิดแบบคุณค่าแท้คุณค่าเทียม และวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมชาติ
2. จากแบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ครั้งที่ 6

สถานการณ์แบบฝึกวิธีคิด : กรณีโมก

คำชี้แจง จงศึกษาสถานการณ์ข้างล่างนี้แล้วตอบคำถาม

โมกเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ครอบครัวมีความอบอุ่น ฐานะทางบ้านปานกลาง พ่อของโมกรับราชการทหาร แม่มีอาชีพค้าขายอยู่ที่บ้าน โมกเป็นน้องคนเล็กมีพี่สาวอยู่หนึ่งคนที่สาวของโมกเพิ่งเข้าเรียนในระดับมหาวิทยาลัยในกรุงเทพฯ พ่อกับแม่จึงต้องประหยัดมากขึ้นเนื่องจากภาระค่าใช้จ่ายทางบ้านเพิ่มมากขึ้น ที่บ้านของโมกมีข้าวของทุกอย่างที่ครอบครัวสมัยใหม่ควรมี เช่น คอมพิวเตอร์ โทรศัพท์มือถือ หรือรถจักรยานยนต์สำหรับเขาที่ไว้ใช้ส่วนตัว แม้จะไม่ใช่รุ่นใหม่ล่าสุดเหมือนคนอื่น แต่โมกก็มีสิ่งของเหล่านั้น เพราะพ่อพยายามหามาให้

เช้าวันจันทร์ขณะที่โมกกำลังนั่งคุยกับ เอ็ม เด้ และนนท์ พอดีแม่ก็โทรศัพท์เข้ามา เขาจึงรับสาย เมื่อคุยกับแม่เสร็จ เอ็มก็พูดขึ้นว่า

เอ็ม : โมก! เมื่อกี้ นายใช้อะไรคุยกับแม่นะ

โมก : ก็โทรศัพท์นั่นละสิ ตามอะไรไม่รู้เรื่อง

เอ็ม : อย่างนั้นไม่เรียกมือถือแล้ว ตกรุ่นไปจนนับเดือนไม่ได้แล้ว

เด้ : ขอดูหน่อยสิโมก (ยื่นมือมาหยิบมือถือในกระเป๋า) โห! เซย ไม่มีใครใช้แล้วเดี๋ยวนี้มือถือไม่ใช่แค่โทรเข้า โทรออกก็พอนะ รุ่นนี้เด็กประถมยังไม่ใช้เลย ทำอะไรก็ได้

นน : เออ ใช่ นี่นี่ เอาของเราไปดู (ยื่นมือถือของตนเองออกมาให้โมก) ลองเล่นดูฟังเพลงได้ โหลด MP ก็ได้ ถ่ายรูป ถ่ายวิดีโอ มีบลูทูธด้วยนะ

เด้ : ใช้อย่างน้อยๆ ก็ต้องมีพวกนี้ละ ถ้าอยากออกใหม่เราพาไปดูมัยละ

โมก : เราไม่ตั้งค้มากอย่างนั้นหรอก ก็อยากได้อยู่แต่เงินไม่มี

เอ็ม : ผ่อนก็ได้ละ ทางร้านเขาก็ให้ผ่อน ดินะโว้ย! มือถือ option เพียบดูหนัง ถ่ายรูป บางรุ่นเล่นเน็ตได้ด้วยนะ

เมื่อเห็นโมกลังเล เพื่อนๆก็ช่วยกันพูด และให้โมกทดลองเล่นโทรศัพท์ของตัวเองซึ่งมี option มากมาย

นน : เอาจ้ะ เอาเครื่องนี้ของเราไปเล่น ไปใช้ดูกินหนึ่งก่อน เราให้ยืมแลกกันกินหนึ่งถ้านายชอบ อย่าลืมนะของอย่างนี้ผ่อนได้

เอ็ม : เออ เราพาไปเอง

โมกได้มือถือของนนไปใช้ เขาทดลองฟังกัซันต่างๆที่มีในเครื่อง แทบทั้งคืน โมกรู้สึกชอบมาก คิดถึงมือถือของตัวเองแล้วก็อายเพื่อน แต่คงไม่มีเงินซื้อแน่นอน และถ้าใช้วิธีการผ่อน เขาจะผ่อนไหวมั๊ยเพราะเงินที่ได้ในแต่ละเดือนไม่มากมายอะไร เขาไม่กล้าขอเงินพ่อกับแม่ เพราะรู้ว่า พ่อกับแม่มีค่าใช้จ่ายเยอะอยู่แล้วในแต่ละเดือน แต่เขาอยากได้มือถือใหม่มาก จะทำอะไรก็ได้ จะหยิบยืมใครก็ได้ แล้วโมกก็คิดถึงพี่เจียบซึ่งเป็นญาติกัน ถ้าเขาไปคุยกับพี่เจียบแล้วเล่าเรื่องทั้งหมดให้ฟัง พี่เจียบคงมีเงินมากพอที่จะให้เขาืมได้

เจียบต้องการให้โมกใช้ชีวิตแบบโยนิโสมนสิการเพื่อหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้ จึงพูดกับโมกว่า

โมกพี่เข้าใจดีว่า โมกอยากได้โทรศัพท์ รุ่นใหม่เหมือนเพื่อนๆที่มีใช้ แต่พี่อยากโมกคิด (1) ทบทวนดูให้ดีว่า มือถือ หรือข้าวของราคาแพงพวกนั้นมีความสำคัญและจำเป็นสำหรับ(2) นักเรียนอย่างโมกจริงหรือ การที่โทรศัพท์มือถือในสมัยนี้มีฟังก์ชันที่สามารถทำอะไรได้หลาย(3) อย่าง แต่ อุปกรณ์ต่างๆเหล่านั้น ที่บ้านของโมกมีหมดแล้ว ไม่ว่าจะเป็น ทีวี เครื่องเสียง(4) อินเทอร์เน็ต โทรศัพท์มือถือ จึงเกินความจำเป็น จริงๆแล้ว คุณค่าแท้ของโทรศัพท์มือถือ ก็คือ(5) การเอาไว้ติดต่อสื่อสารเมื่อมีธุระจำเป็น กรณีฉุกเฉิน อยู่ห่างไกลไม่มีความสะดวก ส่วนคุณค่า(6) เทียมที่เพิ่มหรือ เสริมเข้าไปที่เพื่อนๆของโมกให้ค่า นั้น คือคุณค่าที่เอาไว้เสริมตัวตนของตนเอง(7) ว่ามีของแพงโก้หรูไว้ใช้ แต่ในความเป็นจริง พวกเขายังเป็นนักเรียนยังไม่สามารถหาเงินใช้ได้(8) ด้วยตนเอง ต้องอาศัยน้ำพักน้ำแรงของพ่อแม่ที่หาเงินมาด้วยความยากลำบาก ถึงแม้ว่าโมกยืมเงิน(9) พี่แล้วคืนด้วยวิธีการผ่อนใช้ มันก็เป็นเงินของพ่อกับแม่ ที่สำคัญ การที่เราต้องมีโทรศัพท์มือถือ(10) ติดตัวตลอดเวลา ทำให้เรากลายเป็นคนที่อยู่คนเดียวไม่ได้ ต้องพึ่งพิงสิ่งภายนอก ต้องมีเพื่อน(11) คุยตลอด ส่งผลให้กลายเป็นคนที่อดทนต่อเรื่องบางอย่างไม่ได้ เพราะเทคโนโลยีสมัยนี้ทำให้(12) ทุกอย่างรวดเร็วทันใจ ในปัจจุบันก็ เริ่มมีการนำมือถือไปใช้ประโยชน์ในทางที่ผิด และเป็น(13) อันตรายกับสังคมมากยิ่งขึ้น เช่น นักเรียนใช้ในการทุจริตการสอบ โจรผู้ร้ายใช้มือถือในการก่อ(14) วนากรรมเพราะฉะนั้นพี่อยากให้โมก คิดพิจารณาและตัดสินใจกับเรื่องนี้ให้ดี ว่าตนเองมี(15) ความจำเป็นแค่ไหนที่ต้องใช้มือถือราคาแพงขนาดนั้น และสิ่งเหล่านี้มันให้คุณค่าที่แท้จริงอะไรกับ(16) ชีวิตของเราบ้าง(17)

คำถาม

1.คำพูดของเจี๊ยะทั้งหมดที่กล่าวมาข้างต้น แสดงว่าเจี๊ยะแนะนำให้โมกใช้วิธีคิดแบบใดให้นักเรียนวงกลมล้อมรอบตัวเลขที่แสดงถึงวิธีคิดนั้น โดยเลือกเพียง 1 ข้อ (คำตอบ :วิธีคิดแบบคุณค่าแท้-คุณค่าเทียม)

- | | |
|----------------------------------|------------------------------------|
| 1. วิธีคิดแบบแก้ปัญหา | 2. วิธีคิดแบบเร้ากุศล |
| 3. วิธีคิดแบบเห็นคุณค่าโทษทางออก | 4. วิธีคิดแบบคุณค่าแท้-คุณค่าเทียม |
| 5. วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมชาติ | 6. วิธีคิดแบบแจกแจงหลายแง่มุม |

2.คำพูดของเจี๊ยะในบรรทัดใดบ้างที่แสดงให้เห็นนักเรียนรู้ว่าเจี๊ยะใช้วิธีคิดแบบที่นักเรียนเลือกตอบในข้อที่ 1

.....

.....

.....

.....

.....



แบบบันทึกการใช้วิธีคิด

1. ให้นักเรียนเล่าประสบการณ์ของ นักเรียนที่ได้ใช้วิธีคิดแบบคุณค่าแท้ คุณค่าเทียมในการแก้ปัญหา (อธิบายรายละเอียดของเหตุการณ์ดังกล่าว)

.....

.....

.....

.....

.....

2. เพราะเหตุใด นักเรียนจึงคิดว่าวิธีคิดที่นักเรียนใช้แก้ปัญหา เป็นวิธีคิดแบบคุณค่าแท้ คุณค่าเทียม

.....

.....

.....

.....

.....

3. หลังจากนักเรียนได้เรียนรู้วิธีคิดแบบคุณค่าแท้ คุณค่าเทียม นักเรียนสามารถนำวิธีคิดแบบคุณค่าแท้ คุณค่าเทียมไปปรับประยุกต์ใช้ได้อย่างไรบ้าง อธิบายให้ชัดเจน

.....

.....

.....

.....

.....

4. หลังจากนักเรียนได้เรียนรู้วิธีคิดแบบคุณค่าแท้ คุณค่าเทียม นักเรียนคิดว่า วิธีแบบคุณค่าแท้ คุณค่าเทียมมีความเหมือนและความแตกต่างจากวิธีคิดแบบอื่นๆอย่างไร อธิบายให้ชัดเจน

.....

.....

.....

.....

.....

สถานการณ์แบบฝึกวิธีคิด : กรณีศึกษา

คำชี้แจง จงศึกษาสถานการณ์ข้างล่างนี้แล้วตอบคำถาม

นิคเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 มีผลการเรียนอยู่ในเกณฑ์พอใช้ ฐานะทางบ้านดี แต่นิคเริ่มมีปัญหาทางด้านสุขภาพ เจ็บป่วยบ่อยๆ ทั้งๆที่ตอนมัธยมศึกษาตอนต้นเขาได้เป็นนักกรีฑาของโรงเรียน นิคมีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องข้อต่อต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นข้อเท้าหรือหัวเข่าเนื่องจากการฝึกซ้อมอย่างหนัก เขาต้องได้รับการรักษาอย่างต่อเนื่องและต้องหยุดวิ่งไปโดยปริยาย แรกๆนิกยังสนุกกับกิจกรรมอื่นที่เขาได้ห้ามาทดแทนการเล่นกรีฑาไม่ว่าจะเป็นการฟังเพลง อ่านหนังสือ เล่นคอมพิวเตอร์ แต่ทำได้ไม่นานเขาก็เบื่อเพราะเขารักการวิ่งมาก และจริงจังกกับการซ้อมตั้งแต่เรียนชั้นประถม เพราะเขาหวังว่าเขาจะเก่งพอที่จะเข้าร่วมทีมชาติได้ได้ในสักวัน เขาเริ่มท้อแท้เหนื่อยหน่ายกับชีวิตและไม่อยากทำอะไรทั้งนั้น หมอห้ามเขาออกกำลังกายหนักรวมถึงห้ามวิ่งเป็นเวลาถึง 6 เดือน ความจริงเขาทำได้ 4 เดือนเต็ม แต่เขากลับไปซ้อมก่อนที่จะได้รับอนุญาตจากหมอ เพราะรู้สึกว่าเขาหายดีแล้วทำให้บาดเจ็บซ้ำที่เดิม ไปตรวจที่โรงพยาบาลคราวนี้หมอสั่งห้ามไม่มีกำหนดและต้องเข้าฟิสิกส์ที่ข้อเท้าและเข่าทำให้ต้องหยุดเรียนด้วย นิครู้สึกหมดกำลังใจมาก เบนซ์ซึ่งเป็นเพื่อนสนิทมาหาเขาที่บ้านบ่อยๆ เพราะรู้สึกเป็นห่วงเพราะอยากให้นิกระบายอะไรออกมาให้ฟังบ้าง

นิค: อยู่เฉยๆ แบบนี้ เราเบื่อมาก ไม่รู้จะทำอะไร

เบนซ์: เล่นเกมสักวันไหม วันนี้เราอยู่ดึกได้ พรุ่งนี้วันอาทิตย์

นิค: เราเล่นตลอดเลยนะ เราไม่อยากจะทำอะไรแล้ว มันเหมือนตัวเองไม่มีค่าต่อไปเราคงทำอะไรไม่ได้อีก เราท้อหมดตลอด ทำไมเราจึงต้องเป็นแบบนี้ ถ้าเราไม่ได้วิ่งอีกเราจะเหลืออะไร เรียนใช่จะดี บางทีอยากตายๆไปซะ พ่อแม่เสียเงินค่ารักษาไปเท่าไรต่อเท่าไร มันก็ไม่หายขาดซะที เราน่าจะตายไปเลย ไม่ต้องอยู่สร้างความลำบากให้ใครอีก

เบนซ์อยากให้นิกเข้าใจถึงปัญหาที่เกิดขึ้นต้องการให้นิกใช้วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการเพื่อหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้ จึงพูดกับนิกว่า

นิคเราเข้าใจนะว่าตอนนี้กำลังกำลังกังวลใจกับอาการเจ็บป่วยของนายที่ทำให้สภาพ(1) ร่างกายของนายเปลี่ยนแปลงแปลงจนทำให้นายไม่สามารถทำสิ่งที่นายชอบได้เหมือนเดิม นั่นก็(2) คือ การวิ่ง แต่เราอยากให้นายรู้เท่าทันมองสิ่งที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริงว่าสภาพร่างกายที่(3) เปลี่ยนแปลงไปนั้นเป็นไปด้วยเหตุปัจจัยของการที่ต้องฝึกซ้อมการวิ่งอย่างหนักมาหลายปี ทำให้(4) ข้อเข่าและข้อเท้า เกิดเสื่อมขึ้นมา รวมทั้งการที่นายไม่ได้ดูแลอย่างถูกวิธีทำให้อาการของโรคข้อ(5)

เข้า และซื้อเท้าเสื่อม ทรุดหนักมากยิ่งขึ้น เมื่อนานรู้เท่าทันอย่างนี้แล้ว นายก็ควรที่จะเร่งทำ โดย(6)
การหันกลับมาดูแลรักษาสภาพร่างกายของนายให้กลับมาแข็งแรงเหมือนเดิม โดยการทำตาม(7)
คำสั่งที่หมอแนะนำอย่างเคร่งครัด ไม่ฝืนกลับไปวิ่งหาร่างกายของนายยังไม่พร้อม และนาย(8)
ต้องอย่าโทษตัวเอง อย่าคิดว่า ตนเองไม่มีคุณค่า เพราะร่างกายที่เจ็บป่วยเป็นกฎธรรมดาของ(9)
ธรรมชาติ ที่สังขารย่อมมีเสื่อมลงเป็นธรรมดา และการที่นายเจ็บป่วยไม่ได้ทำให้คุณค่าในตัว(10)
นายลดลงไป ของเพียงให้นายมีกำลังใจที่เข้มแข็ง อาการของโรคก็จะค่อยๆดีขึ้น และนายก็จะ(11)
สามารถกลับมาวิ่งได้เหมือนเดิม(12)

คำถาม

1. คำพูดของเบนซ์ทั้งหมดที่กล่าวมาข้างต้น แสดงว่าเบนซ์แนะนำให้ฉันใช้วิธีคิดแบบใดให้
 นักเรียนวงกลมล้อมรอบตัวเลขที่แสดงถึงวิธีคิดนั้น โดยเลือกเพียง 1 ข้อ(คำตอบ : วิธีคิดแบบรู้เท่า
 ทันธรรมดา)

- | | |
|----------------------------------|------------------------------------|
| 1. วิธีคิดแบบแก้ปัญหา | 2. วิธีคิดแบบเร้ากุศล |
| 3. วิธีคิดแบบเห็นคุณค่าโทษทางออก | 4. วิธีคิดแบบคุณค่าแท้-คุณค่าเทียม |
| 5. วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา | 6. วิธีคิดแบบแจกแจงหลายแง่มุม |

2. คำพูดของเบนซ์ในบรรทัดใดบ้างที่แสดงให้เห็นว่าเบนซ์ใช้วิธีคิดแบบที่นักเรียนเลือก
 ตอบในข้อที่ 1

.....

.....

.....

.....

.....



แบบบันทึกการใช้วิธีคิด

1. ให้นักเรียนเล่าประสบการณ์ของ นักเรียนที่ได้ใช้วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมชาติในการแก้ปัญหา
(อธิบายรายละเอียดของเหตุการณ์ดังกล่าว)

.....

2. เพราะเหตุใด นักเรียนจึงคิดว่าวิธีคิดที่นักเรียนใช้แก้ปัญหา เป็นวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมชาติ

.....

3. หลังจากนักเรียนได้เรียนรู้วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมชาติ นักเรียนสามารถนำวิธีคิดแบบรู้เท่าทัน
ธรรมชาติไปปรับประยุกต์ใช้ได้อย่างไรบ้าง อธิบายให้ชัดเจน

.....

4. หลังจากนักเรียนได้เรียนรู้วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมชาติ นักเรียนคิดว่า วิธีแบบรู้เท่าทันธรรมชาติมี
ความเหมือนและความแตกต่างจากวิธีคิดแบบอื่นๆอย่างไร อธิบายให้ชัดเจน

.....

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา ครั้งที่ 7

เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
1. เพื่อให้สมาชิกฝึกสติเพื่อการรับรู้ตนเองในสภาวะปัจจุบัน 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ฝึกวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการซึ่งเป็นการคิดถูกวิธีนำไปสู่ปัญญา อันเป็นปัจจัยสำคัญของการพัฒนาจริยธรรม	1. ผู้นำกลุ่มทักทายสมาชิกภายในกลุ่มและให้สมาชิกร่วมกันทำที่สบาย กล่าวกับสมาชิกว่า “วันนี้นักเรียนมีโอกาสได้เรียนรู้วิธีการฝึกสติแบบเคลื่อนไหวเป็นครั้งที่ 3 ซึ่งเป็นการฝึกสติ ที่มุ่งเน้นให้มีสติอยู่ในอิริยาบถที่เคลื่อนไหว และรู้เท่าทันความคิดและความรู้สึกของตนเองในสภาวะปัจจุบัน ให้สมาชิกร่วมกันทำที่สบาย แล้วทำตามที่ผู้นำกลุ่มบอก โดยมีวิธีการแบ่งเป็น 15 ขั้นตอน ดังนี้ 1)เอามือวางไว้ที่ขา ทั้งสองข้าง ค่ำว่าไว้ 2)พลิกมือขวาตะแคงขึ้นทำซ้ำๆให้รู้สึก 3)ยกมือขวาขึ้นครึ่งตัว ให้รู้สึกหยุดก็ให้รู้สึก 4) เอามือขวามาที่สะดือ ให้รู้สึกตัว 5)ยกมือซ้ายตะแคงขึ้นให้รู้สึกตัว 6)ยกมือซ้ายขึ้นครึ่งตัวให้มีความรู้สึก 7)เอามือซ้ายมาที่สะดือ ให้มีความรู้สึก 8)เลื่อนมือขวาขึ้นที่หน้าอกให้รู้สึก 9) เอามือขวาออกตรงข้างให้รู้สึก 10)ลดมือขวาลงที่ขาขวา ตะแคงไว้ให้รู้สึก 11)คว่ำมือขวาที่ขาขวา ให้รู้สึก 12)เลื่อนมือซ้ายขึ้นที่หน้าอกให้มีความรู้สึก 13)เอามือซ้ายออกมาตรงข้างให้มีความรู้สึก 14) ลดมือซ้ายลงที่ขาซ้าย ตะแคงไว้ให้มีความรู้สึก 15) คว่ำมือซ้ายลงที่ขาซ้ายให้รู้สึก ทำต่อไปเรื่อยๆ ให้รู้สึก (ใช้เวลาประมาณ 20 นาที)	- พฤติกรรมการใส่ใจและการสังเกตสมาธิในกลุ่ม - คำถามปลายเปิด - คำถามปลายปิด - การสนับสนุน - การทวนสาระ - การสะท้อน - ความรู้สึกล - การสะท้อน - ความหมาย - การนำ - การระบุผลที่ตามมา - การเปิดเผยตนเอง - การแนะนำ/การอธิบาย/การสอน - การให้ข้อมูล - ย้อนกลับ - การสรุป - การให้กำลังใจ - การวนรอบ - การฝึกสติสมาธิ

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	2. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับวิธีคิดแบบคุณค่าแท้คุณค่าเทียม และวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมชาติ 3. ผู้นำกลุ่มกล่าวกับสมาชิกว่า สำหรับการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ 7 สมาชิกจะได้เรียนรู้วิธีคิด 1 วิธี โดยผู้นำกลุ่มดำเนินการ ฝึกวิธีคิดแบบที่ 5 ดังนี้ * ผู้นำกลุ่มแจกสถานการณ์ปัญหาที่ใช้เป็นแบบฝึกวิธีคิด แล้วให้นักเรียนแล้วตอบคำถามว่า ผู้พูดใช้วิธีคิดแบบใด พร้อมทั้งอธิบายว่า เนื้อหาในคำตอบประโยคใดที่แสดงว่าผู้พูดในกรณีศึกษาใช้วิธีคิดแบบที่นักเรียนเลือกตอบ(นักเรียนอาจใช้ตัวเลขที่กำกับบรรทัดระบุคำตอบได้ เพื่อความสะดวก) * ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามข้อสงสัย ผู้นำกลุ่มอธิบายพร้อมยกตัวอย่างประกอบจนสมาชิกเข้าใจ 4. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มเขียนบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ในครั้งที่ 7 ในเอกสารที่เตรียมไว้ให้และนำกลับมาส่งในครั้งต่อไปพร้อมกับแบบฝึกวิธีคิดที่ให้นำกลับไปทำเป็นการบ้าน	

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	5. ผู้นำกลุ่มกล่าวยุติกลุ่มพร้อมทั้งกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่มทุกคน พร้อมทั้งนัดหมาย วันเวลา ในการเข้าร่วมกลุ่มครั้งต่อไป	

สื่อและอุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. เอกสาร คำอธิบายวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ 6 วิธี และแบบฝึกวิธีคิดแบบแก้ปัญหา
3. แบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ครั้งที่ 7

การประเมินผล

1. จากการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกที่แสดงถึงความใส่ใจต่อสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆ เช่น การสบสายตา การฟังสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆอย่างตั้งใจ รวมทั้งจากการสังเกตการให้ความร่วมมือ ความสนใจในการร่วมแสดงความคิดเห็นและการตั้งคำถามในกิจกรรมการเรียนรู้วิธีคิดแบบแก้ปัญหา
2. จากแบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ครั้งที่ 7

สถานการณ์แบบฝึกวิธีคิด : กรณีชาคริต

คำชี้แจง จงศึกษาสถานการณ์ข้างล่างนี้แล้วตอบคำถาม

ชาคริตเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่งในจังหวัดสุพรรณบุรี ชาคริตเป็นนักเรียนที่มีผลการเรียนปานกลาง นิศัยเจียบขริมและเก็บตัว ทำให้เขาไม่ค่อยมีเพื่อน พ่อและแม่ของชาคริตประกอบอาชีพรับราชการครู ฐานะทางการเงินที่ของครอบครัวเขาฝืดเคือง พ่อกับแม่มีรายจ่ายเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากพี่สาวและพี่ชายทั้งสองคนกำลังศึกษาที่มหาวิทยาลัยใน กรุงเทพฯ ทำให้พ่อกับแม่ของเขามักมีปากเสียงกันในเรื่องค่าใช้จ่ายอยู่เป็นประจำ ความดูแลเอาใจใส่ที่มีให้ชาคริตก็ลดน้อยลง ชาคริตรู้สึกเหงาและโดดเดี่ยว เมื่อก่อนเขาเคยมีพี่ชายและพี่สาวเป็นเพื่อนคอยพูดคุยปรึกษาเรื่องต่างๆ แต่ตอนนี้บางครั้งพี่ชายและพี่สาวจะกลับบ้าน ชาคริตรู้สึกกลุ่มใจจึงได้นำเรื่องนี้ไปปรึกษากับวิวัสซึ่งเป็นเพื่อนสนิท วิวัสแนะนำให้ชาคริตไปเล่นเกมสล็อตออนไลน์ หลังเลิกเรียนที่ร้านเกมสล็อตๆ โรงเรียน วิวัสบอกว่าใช้วิธีนี้เหมือนกัน เวลาที่รู้สึกเหงาเบื่อ หรือไม่มีอะไรทำ ชาคริตยอมรับคำแนะนำของวิวัส หลังจากที่ได้เล่นเกมสล็อตออนไลน์ทุกวัน หลังเลิกเรียน ชาคริตรู้สึกมีความสุขและชอบมันมาก มันทำให้เขาได้เข้าไปอยู่อีกโลกหนึ่ง ที่ไม่มีใครรู้จัก ทำให้ลืมเรื่องที่พ่อแม่ทะเลาะกัน และลืมความเหงาได้หมดสิ้น การเล่นเกมสล็อตออนไลน์ ชาคริตจะเป็นใครก็ได้ที่เขาอยากเป็นเพราะไม่มีใครรู้จักเขา เขาสามารถแสดงอารมณ์ที่มีออกมาได้ทั้งหมด เมื่อมีใครทำให้เขารู้สึกโกรธไม่พอใจ เขาก็จะมาระบายใส่กับเพื่อนในเกมสล็อตออนไลน์ เมื่อพ่อกับแม่ถามถึงสาเหตุของการกลับบ้านค่ำ ชาคริตก็จะอ้างว่าต้องอยู่ทำรายงานกับเพื่อนหรืออยู่ซ่อมกีฬา ชาคริตเล่นเกมสล็อตออนไลน์ทุกวันจนไม่มีเงินจ่ายค่าชั่วโมง ในช่วงแรกเจ้าของร้านก็ยอมให้เขาคิดเงินค่าชั่วโมงไว้ก่อน เพราะเห็นว่าเป็นลูกค้าประจำ แต่เมื่อเร็วนี้ เจ้าของร้านแจ้งว่าเขาค้างเงินค่าชั่วโมงทั้งหมด 2,000 บาทแล้ว และต้องจ่ายให้ทางร้านภายในสัปดาห์นี้ เพราะให้ค้างชำระมานานแล้ว ถ้าไม่นำเงินมาจ่าย เจ้าของร้านจะไปทวงเงินที่บ้าน ชาคริตรู้สึกกลุ่มใจ ไม่มีเงินไปใช้หนี้ทางร้าน และกลัวพ่อกับแม่จะรู้เรื่องที่เขาโกหก และผิดหวังในตัวเขา เขาจึงนำเรื่องนี้ไปปรึกษาปองพล

ปองพลต้องการให้ชาคริตใช้วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการเพื่อหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้ จึงพูดกับชาคริตว่า

ชาคริตเราเข้าใจว่านายกำลังไม่สบายใจเรื่องเงินที่ไม่มีจ่ายทางร้านเกมสล็อต แต่เราอยากให้(1) นาย ทบทวนถึงปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นให้ดีและทำความเข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้นให้ชัดเจน เพื่อที่จะ(2) ได้ทราบ สาเหตุที่แท้จริงของปัญหาและวางแผนแนวทางแก้ไขได้อย่างถูกต้อง ตอนนี้อย่างการ(3)

พิจารณาถึงปัญหาที่เกิดขึ้น เราพบว่า ปัญหาของนายก็คือ นายไม่มีเงินไปจ่ายทางร้านเกมส์ที่นาย(4)
 คิดค้างชำระค่าชั่วโมงจำนวน 2,000 บาท และนายไม่ต้องการให้แม่ของนายรู้เรื่องที่เกิดขึ้น(5)
 เพราะไม่ต้องการให้แม่ของนายผิดหวังในตัวนาย แต่สาเหตุที่แท้จริงของปัญหาที่ทำให้นายไป(6)
 เล่นเกมส์ออนไลน์ทุกวันนี้ เกิดจากการที่นายเหงา และรู้สึกโดดเดี่ยวจากการสภาพแวดล้อม(7)
 รอบตัวของนายเปลี่ยนไป คือ นายไม่มีพี่ชายและพี่สาวคอยเป็นเพื่อนปรึกษาเหมือนเดิม และพ่อ(8)
 กับแม่ของนายก็ขาดความดูแลเอาใจใส่ใน ตัวนาย ทำให้นายหาทางออกด้วยการไปเล่นเกมส์(9)
 ออนไลน์ ดังนั้นเป้าหมายในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นก็คือ นายต้องชำระหนี้ร้านเกมส์และ(10)
 พยายามจัดการกับความเหงาของนายโดยการหากิจกรรมที่สร้างสรรค์และเป็นประโยชน์(11)
 ทดแทนการเล่นเกมส์ ออนไลน์ แนวทางการปฏิบัติเพื่อ แก้ปัญหาก็คือ ในเมื่อนายไม่มีเงิน(12)
 จำนวนสองพันบาทในตอนนี้นายอาจไปเจรจากับทางร้านเกมส์ เพื่อขอผ่อนผันโดยการผ่อน(13)
 ชำระเป็นงวดๆแต่ถ้าทางร้านไม่ยอมนายควรที่จะบอกพ่อกับแม่ของนายให้รับทราบปัญหาที่(14)
 เกิดขึ้น และชำระแทนนายไปก่อน โดยนายสัญญาว่า นายจะรับผิดชอบหนี้ที่เกิดขึ้นด้วยตนเอง ซึ่ง(15)
 อาจกระทำได้โดยหางานพิเศษทำสักระยะหนึ่งและผ่อนชำระคืนให้พ่อกับแม่ของนายเป็น(16)
 งวดๆวิธีการนี้นอกจากจะทำให้นายสามารถรับผิดชอบในการชำระหนี้ด้วยตนเอง ยังทำให้นาย(17)
 ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ไม่ทำให้นายรู้สึกโดดเดี่ยวและเหงาอีกด้วยอีกทั้งยังทำให้นายมีเงิน(18)
 มาใช้จ่ายส่วนตัวโดยที่ขอเงินพ่อกับแม่น้อยลง เป็นการแบ่งเบาภาระให้พ่อกับแม่ของนาย อีก(19)
 ทางหนึ่ง และยังจะส่งผลให้นายเป็นคนที่มีคุณค่าของเงิน ใช้จ่ายเงินอย่างรู้คุณค่าไม่สุรุ่ยสุร่าย(20)
 เหมือนแต่ก่อน และพ่อกับแม่ของนายคงจะพร้อมที่จะให้อภัยนายที่ถึงแม้จะทำความผิด แต่ก็(21)
 พยายามรับผิดชอบต่อปัญหาที่เกิดขึ้นด้วยตนเอง และจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนายสามารถนำมา(22)
 เป็น บทเรียนเพื่อที่จะแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้อย่างถูกต้อง(23)

คำถาม

1. คำพูดของปองพลทั้งหมดที่กล่าวมาข้างต้น แสดงว่าปองพลแนะนำให้หาวิธีคิด
 แบบใดให้นักเรียนวงกลมล้อมรอบตัวเลขที่แสดงถึงวิธีคิดนั้น โดยเลือกเพียง 1 ข้อ (คำตอบ : วิธีคิด
 แบบแก้ปัญหา)

- | | |
|----------------------------------|------------------------------------|
| 1. วิธีคิดแบบแก้ปัญหา | 2. วิธีคิดแบบเร้ากุศล |
| 3. วิธีคิดแบบเห็นคุณค่าและทางออก | 4. วิธีคิดแบบคุณค่าแท้-คุณค่าเทียม |
| 5. วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมชาติ | 6. วิธีคิดแบบแจกแจงหลายแง่มุม |

2.คำพูดของปองพลในบรรทัดใดบ้างที่แสดงให้เห็นนักเรียนรู้ว่าปองพลใช้วิธีคิดแบบที่นักเรียน
เลือกตอบในข้อที่ 1

.....

.....

.....

.....

.....



แบบบันทึกการใช้วิธีคิด

1. ให้นักเรียนเล่าประสบการณ์ ที่นักเรียนได้ใช้วิธีคิดแบบแก้ปัญหา ในการจัดการปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้น (อธิบายรายละเอียดของเหตุการณ์ดังกล่าว)

.....

.....

.....

.....

2. เพราะเหตุใด นักเรียนจึงคิดว่าวิธีคิดที่นักเรียนใช้ในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น เป็นวิธีคิดแบบแก้ปัญหา

.....

.....

.....

.....

3. หลังจากนักเรียนได้เรียนรู้วิธีคิดแบบแก้ปัญหา นักเรียนสามารถนำวิธีคิดแบบแก้ปัญหาไปปรับประยุกต์ใช้ได้อย่างไรบ้าง อธิบายให้ชัดเจน

.....

.....

.....

.....

4. หลังจากนักเรียนได้เรียนรู้วิธีคิดแบบแก้ปัญหา นักเรียนคิดว่า วิธีแบบแก้ปัญหา มีความเหมือนและความแตกต่างจากวิธีคิดแบบอื่นๆที่นักเรียนได้ศึกษา อย่างไร อธิบายให้ชัดเจน

.....

.....

.....

.....

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา ครั้งที่ 8

เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
1. เพื่อให้สมาชิกฝึกสติเพื่อการรับรู้ตนเองในสภาวะปัจจุบัน 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ฝึกวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการซึ่งเป็นการคิดถูกวิธีนำไปสู่ปัญญา อันเป็นปัจจัยสำคัญของการพัฒนาจริยธรรม	1. ผู้นำกลุ่มทักทายสมาชิกภายในกลุ่มและให้สมาชิกร่วมกันทำที่สบาย กล่าวกับสมาชิกว่า “วันนี้นักเรียนมีโอกาสได้เรียนรู้วิธีการฝึกสติแบบเคลื่อนไหวเป็นครั้งที่ 4 ซึ่งเป็นการฝึกสติ ที่มุ่งเน้นให้มีสติอยู่ในอิริยาบถที่เคลื่อนไหว และรู้เท่าทันความคิดและความรู้สึกของตนเองในสภาวะปัจจุบัน ให้สมาชิกร่วมกันทำที่สบาย แล้วทำตามที่ผู้นำกลุ่มบอก โดยมีวิธีการแบ่งเป็น 15 ขั้นตอน ดังนี้ 1)เอามือวางไว้ที่ขา ทั้งสองข้าง ค่ำว่าไว้ 2)พลิกมือขวาตะแคงขึ้นทำซ้ำๆให้รู้สึก 3)ยกมือขวาขึ้นครึ่งตัว ให้รู้สึกหยุดก็ให้รู้สึก 4) เอามือขวามาที่สะดือ ให้รู้สึกตัว 5)ยกมือซ้ายตะแคงขึ้นให้รู้สึกตัว 6)ยกมือซ้ายขึ้นครึ่งตัวให้มีความรู้สึก 7)เอามือซ้ายมาที่สะดือ ให้มีความรู้สึก 8)เลื่อนมือขวาขึ้นที่หน้าอกให้รู้สึก 9) เอามือขวาออกตรงข้างให้รู้สึก 10)ลดมือขวาลงที่ขาขวา ตะแคงไว้ให้รู้สึก 11)คว่ำมือขวาที่ขาขวา ให้รู้สึก 12)เลื่อนมือซ้ายขึ้นที่หน้าอกให้มีความรู้สึก 13)เอามือซ้ายออกมาตรงข้างให้มีความรู้สึก 14) ลดมือซ้ายลงที่ขาซ้าย ตะแคงไว้ให้มีความรู้สึก 15) คว่ำมือซ้ายลงที่ขาซ้ายให้รู้สึก ทำต่อไปเรื่อยๆ ให้รู้สึก (ใช้เวลาประมาณ 20 นาที) 2.ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับวิธีคิดแบบแก้ปัญหา	- พฤติกรรมการใส่ใจและการสังเกตสมาชิกในกลุ่ม - คำถามปลายเปิด - คำถามปลายปิด - การสนับสนุน - การทวนสาระ - การสะท้อน ความรู้สึกร - การสะท้อน ความหมาย - การนำ - การระบุผลที่ตามมา - การเปิดเผยตนเอง - การแนะนำ/การอธิบาย/การสอน - การให้ข้อมูล ย้อนกลับ - การสรุป - การให้กำลังใจ - การวนรอบ - การฝึกสติสมาธิ

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	3. ผู้นำกลุ่มกล่าวกับสมาชิกว่า สำหรับการเข้ากลุ่มในครั้งนี้ 8 สมาชิกจะได้เรียนรู้วิธีคิด 1 วิธี โดยผู้นำกลุ่มดำเนินการ ฝึกวิธีคิดแบบที่ 6 ดังนี้ * ผู้นำกลุ่มแจกสถานการณ์ปัญหาที่ใช้เป็นแบบฝึกวิธีคิด แล้วให้นักเรียนแล้วตอบคำถามว่า ผู้พูดใช้วิธีคิดแบบใด พร้อมทั้งอธิบายว่า เนื้อหาในคำตอบประโยคใดที่แสดงว่าผู้พูดในกรณีศึกษาใช้วิธีคิดแบบที่นักเรียนเลือกตอบ(นักเรียนอาจใช้ตัวเลขที่กำกับบรรทัดระบุคำตอบได้ เพื่อความสะดวก) *ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามข้อสงสัย ผู้นำกลุ่มอธิบายพร้อมยกตัวอย่างประกอบจนสมาชิกเข้าใจ 4.ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มเขียนบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ในครั้งที่ 8 ในเอกสารที่เตรียมไว้ให้และนำกลับมาส่งในครั้งต่อไปพร้อมกับแบบฝึกวิธีคิดที่ให้นำกลับไปทำเป็นการบ้าน 5. ผู้นำกลุ่มกล่าวยุติกลุ่มพร้อมทั้งกล่าวขอบคุณสมาชิกกลุ่มทุกคน พร้อมทั้งนัดหมาย วันเวลา ในการเข้าร่วมกลุ่มครั้งต่อไป	

สื่อและอุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. เอกสาร คำอธิบายวิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ 6 วิธี และแบบฝึกวิธีคิดแบบแจกแจงหลายแง่มุม
3. แบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ครั้งที่ 8

การประเมินผล

1. จากการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกที่แสดงถึงความใส่ใจต่อสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆ เช่น การสบสายตา การฟังสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆ อย่างตั้งใจ รวมทั้งจากการสังเกตการให้ความร่วมมือ ความสนใจในการร่วมแสดงความคิดเห็นและการตั้งคำถามในกิจกรรมการเรียนรู้วิธีคิดแบบแจกแจงหลายแง่มุม
2. จากแบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ครั้งที่ 8

สถานการณ์แบบฝึกวิธีคิด : กรณีศึกษา

คำชี้แจง จงศึกษาสถานการณ์ข้างล่างนี้แล้วตอบคำถาม

วิภา กำลังศึกษาอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนมัธยมแห่งหนึ่งในจังหวัดสุพรรณบุรี เธอเป็นเด็กที่หน้าตาน่ารักแต่รูปร่างค่อนข้างเจ้าเนื้อ ตั้งแต่เปิดภาคเรียนเธอสังเกตถึงความเปลี่ยนแปลงของเพื่อนนักเรียนหญิงส่วนใหญ่ในห้องซึ่งทุกคนผอมลงไปมาก เมื่อเธอเข้าไปสอบถามกับจึงได้รับคำตอบว่ากระแสนอนนี้วันรุ่นผู้หญิงต้องผอมเพรียว ผอมยาว หน้าขาว เพื่อที่จะได้ดูเซ็กซี่ นอกจากนั้น เพื่อนผู้หญิงส่วนใหญ่ลงความเห็นว่า วิภา อ้วนเกินไปต้องรีบลดน้ำหนักอย่างเร่งด่วน วิภา คิดว่าสิ่งที่เพื่อนๆ อาจจะถูกต้อง เพราะทุกคนดูผอมและแตกต่างจากเธอ เธอจึงพยายามควบคุมอาหาร และออกกำลังกายอย่างหนักเพราะต้องการให้ผอมเหมือนกับเพื่อนๆ และเข้าร่วมกลุ่มกับเพื่อนๆ ได้ แต่น้ำหนักก็ไม่ลดลง เพื่อนแนะนำให้เธอไปซื้อยาลดน้ำหนักที่ร้านขายยาในตลาดที่จะช่วยให้ท้องเสียและขับถ่ายตลอดเวลาทำให้ผอมลงอย่างรวดเร็ว เมื่อวิภา รับประทานยาที่เพื่อนแนะนำ กลับรู้สึกว่าร่างกายไม่มีเรี่ยวแรง อ่อนเพลีย ทำให้เรียนหนังสือไม่รู้เรื่องทั้งๆ ที่ใกล้สอบปลายภาคเข้ามาทุกที วิภา กลุ้มใจมากทั้งในเรื่องการลดน้ำหนักและการสอบที่เธอเริ่มอ่านหนังสือไม่ทันและไม่มีเรี่ยวแรงที่จะทำอะไร จึงไปปรึกษาคุณครูเพื่อนสนิทของเธอ

คุณครูต้องการให้วิภาใช้วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการเพื่อหาแนวทางในการแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้ จึงพูดกับวิภาว่า

วิภา เราเข้าใจว่า เธออยากผอมและต้องการได้รับการยอมรับจากคนอื่น แต่การที่เธอลด(1) น้ำหนักอย่างหักโหม ทำให้เสียสุขภาพและการเรียนเช่นนี้ไม่เป็นผลดีต่อตัวเธอเลย เราอยากให้(2) เธอคิดพิจารณาปัญหาที่เกิดขึ้นให้ครบทุกแง่มุม การลดน้ำหนักมีแง่ดีตามที่เป็นอย่างจริงอย่างไรมีแง่(3) เสียตามที่เป็นอย่างจริงอย่างไร และเธอควรที่จะพิจารณาเงื่อนไขของตัวเองด้วยว่า ตอนนี้เธอเป็น(4) นักเรียนและ กำลังจะสอบปลายภาค สิ่งที่สำคัญสำหรับเธอตอนนี้คืออะไร ระหว่างสุขภาพที่ดี หรือ ความ(5) สวยงามเซ็กซี่อันดับแรก ขณะนี้เรายังเป็นนักเรียนอยู่ การที่เราพยายามที่จะทำตนเองให้สวยหรือ(7) เซ็กซี่นั้น ไม่เหมาะกับสถานภาพและบทบาทของเรา เราเป็นนักเรียนหน้าที่ที่สำคัญก็คือ การ(8) ตั้งใจเรียน และตอนนี้ก็ใกล้สอบปลายภาคแล้ว เราควรดูแลรักษาร่างกายให้แข็งแรง ไม่เป็นโรค(9) และสามารถปฏิบัติหน้าที่ของเราได้ดี อันดับสอง ค่านิยมของการคลั่งผอมในหมู่ดารานางแบบ(10) นั้น ก็เป็นกระแสที่สื่อๆ ต่างๆ โฆษณาผลิตภัณฑ์ ต้องการที่จะครอบงำให้วัยรุ่น มีความ เชื่อว่า(11) ทุกคนต้องขาว ต้องผอมต้องสวยเท่านั้นจึงจะได้รับการยอมรับและมีความสุข และซื้อ สินค้า(12) และผลิตภัณฑ์เหล่านั้นมาใช้แต่เราอยากให้เธอลองคิดว่า ก่อนหน้านี้ที่เธอใช้ชีวิต ตามปกติ(13)

กับช่วงเวลาที่เราพยายามลดน้ำหนัก ช่วงเวลาใดที่เธอมีความสุขมากกว่ากัน ที่สำคัญ เธอน่าจะ(14) สว่นารักอย่างเป็นตัวของเธอเองไม่จำเป็นต้องตามกระแสสังคม และควรที่จะมีความสุขใน(15) ความเป็นตัวของเราเองที่มีข้อดี อื่นๆอีกมากมาย เช่น เธอเป็นที่รักของเพื่อนๆ เพราะเธอเป็นคน(16) มีน้ำใจ มีความขยันหมั่นเพียรอันคับต่อมารที่เธอไปใช้ยาลดน้ำหนัก เพื่อทำให้น้ำหนักลด(17) และร่างกายระบายขับถ่ายของเสียออกมานั้น ทำให้สุขภาพร่างกายอ่อนแอเสื่อมโทรมในระยะ(18) ยาวนั้นอาจส่งผลต่อสุขภาพทำให้มีโรคต่างๆตามมามากมาย เราเห็นว่าทางที่ดีเธอควรรักษา(19) สุขภาพเพื่อให้ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง เตรียมพร้อมกับการสอบปลายภาค และใช้วิถีธรรมชาติ(20) ในการควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในระดับปกติ ดีกว่านะ(21)

คำถาม

1.คำพูดของคุณดาวทั้งหมดที่กล่าวมาข้างต้น แสดงว่าคุณดาวแนะนำให้วิภาใช้วิธีคิดแบบใด
ให้นักเรียนวงกลมล้อมรอบตัวเลขที่แสดงถึงวิธีคิดนั้น โดยเลือกเพียง 1 ข้อ (คำตอบ : วิธีคิดแบบ
แจกแจงหลายแง่มุม)

- | | |
|---------------------------------|------------------------------------|
| 1. วิธีคิดแบบแก้ปัญหา | 2. วิธีคิดแบบเร้ากุศล |
| 3. วิธีคิดแบบเห็นคุณค่าทางออก | 4. วิธีคิดแบบคุณค่าแท้-คุณค่าเทียม |
| 5. วิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมชาติ | 6. วิธีคิดแบบแจกแจงหลายแง่มุม |

2.คำพูดของคุณดาวในบรรทัดใดบ้างที่แสดงให้เห็นว่าคุณดาวใช้วิธีคิดแบบที่นักเรียน
เลือกตอบในข้อที่ 1

.....

.....

.....

.....

.....



แบบบันทึกการใช้วิธีคิด

1. ให้นักเรียนเล่าประสบการณ์ของ นักเรียนที่ได้ใช้วิธีคิดแบบแจกแจงหลายแง่มุมในการแก้ปัญหา
(อธิบายรายละเอียดของเหตุการณ์ดังกล่าว)

.....

2. เพราะเหตุใด นักเรียนจึงคิดว่าวิธีคิดที่นักเรียนใช้แก้ปัญหา เป็นวิธีคิดแบบแจกแจงหลายแง่มุม

.....

3. หลังจากนักเรียนได้เรียนรู้วิธีคิดแบบแจกแจงหลายแง่มุม นักเรียนสามารถนำวิธีคิดแบบแจกแจง
หลายแง่มุมไปปรับประยุกต์ใช้ได้อย่างไรบ้าง อธิบายให้ชัดเจน

.....

4. หลังจากนักเรียนได้เรียนรู้วิธีคิดแบบแจกแจงหลายแง่มุม นักเรียนคิดว่า วิธีแบบแจกแจงหลาย
แง่มุมมีความเหมือนและความแตกต่างจากวิธีคิดแบบอื่นๆอย่างไร อธิบายให้ชัดเจน

.....

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา ครั้งที่ 9-10

เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
1. เพื่อให้สมาชิกฝึกการรับรู้ตนเองในสถานะปัจจุบัน 2. เพื่อให้สมาชิกได้มีโอกาสสำรวจตนเองเกี่ยวกับการเผชิญสถานการณ์ทางจริยธรรม และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ทั้งในด้านพฤติกรรม ความคิด ความรู้สึก รวมทั้งได้ฝึกการเผชิญสถานการณ์ทางจริยธรรมด้วยการบูรณาการสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ากลุ่ม โดยการฝึกใช้สติและวิธีคิดที่ถูกต้องตามแนวทางของปัญญา นำไปสู่การเลือกตัดสินใจกระทำหรือไม่กระทำพฤติกรรมได้อย่างถูกต้อง ดังมาตามหลักจริยธรรม	1. ผู้นำกลุ่มทักทายสมาชิกและกล่าวกับสมาชิกว่า “ในวันนี้พวกเราจะได้ฝึกการบริหารร่างกายตามแนวพุทธศาสตร์ ซึ่งเป็นการรวมเอาการบริหารทั้งส่วนของกายและจิต คือ มีการออกกำลังกายโดยเน้นกล้ามเนื้อ แขน ขา กระดูก ปอด และการออกกำลังกายของจิตด้วยการฝึกสติตามความรู้ทันการเคลื่อนไหวของร่างกาย พร้อมกับการฝึกหายใจ เราเรียกการออกกำลังกายนี้ว่า การออกกำลังกายวิถีพุทธ หรือบริหารกายวิถีพุทธ เพื่อให้จิตมีสมาธิรู้เท่าทันการเคลื่อนไหวของร่างกาย การออกกำลังกายวิถีพุทธ เป็นการฝึกเพื่อพัฒนาจิตใจและร่างกายไปพร้อมๆกัน เพราะการสร้างความแข็งแรงทางจิตใจก็มีความสำคัญไม่น้อยกว่าความแข็งแรงของร่างกาย เพราะทั้งร่างกายและจิตใจต่างมีความสัมพันธ์กัน *ผู้นำกลุ่มเปิดวิถีทัศนการออกกำลังกายวิถีพุทธตามแนวทางของหลวงปู่พุทธอิสระให้สมาชิกกลุ่มดูเพื่อเตรียมพร้อมในการฝึกปฏิบัติ * ผู้นำกลุ่มนำสมาชิกฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายวิถีพุทธและให้ความช่วยเหลือสมาชิกกลุ่มขณะฝึก พร้อมกับเน้นย้ำให้สมาชิกกลุ่มใช้สติกำหนดอยู่กับการเคลื่อนไหวและสังเกตความเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจที่เกิดขึ้นขณะฝึก ในการออกกำลังกาย	- พฤติกรรมการใส่ใจและการสังเกตสมาชิกในกลุ่ม - คำถามปลายเปิด - คำถามปลายปิด - การสนับสนุน - การทวนสาระ - การสะท้อนความรู้ - การสะท้อนความหมาย - การนำ - การระบุผลที่ตามมา - การเปิดเผยตนเอง - การแนะนำ/การอธิบาย/การสอน - การให้ข้อมูลย้อนกลับ - การสรุป - การให้กำลังใจ - การวนรอบ - การฝึกสติสมาธิ - การใช้สื่อวิถีทัศน

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	กายวิधिพุทธใช้เวลาประมาณ 20 นาที 2.ผู้นำกลุ่มเชิญชวนให้สมาชิกภายในกลุ่มได้ ทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่าน มา หลังจากนั้นผู้นำกลุ่มกล่าวกับสมาชิกกลุ่มว่า “ ในการเข้าร่วมกลุ่มจิตศึกษาฯ นักเรียนได้เรียนรู้ จากตัวแบบในการทำความดี และเรียนรู้ สถานการณ์ปัญหาจริยธรรมจากกรณีตัวอย่าง มาแล้ว ในการเข้าร่วมกลุ่มครั้งที่ 9-10 ครูจะให้ นักเรียนได้มีโอกาสสำรวจตนเอง ในการเผชิญกับ สถานการณ์ที่นักเรียนรู้สึกกดดัน ขัดแย้ง ตัดสินใจ ไม่ได้ เพื่อนำมาร่วมพูดคุยในกลุ่ม และร่วมกันหา แนวทางสำหรับปัญหาต่างๆ” *ผู้นำกลุ่มให้สมาชิก แลกเปลี่ยนประสบการณ์ เกี่ยวกับการเผชิญสถานการณ์ทางจริยธรรมที่ เกิดขึ้น และร่วมกันหาแนวทางในการตัดสินใจเพื่อ เผชิญสถานการณ์ได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม โดยใช้ คำถาม ดังนี้ -นักเรียนเคยเผชิญกับสถานการณ์ปัญหาที่เกิด ความรู้สึกขัดแย้ง กดดัน และยากต่อการตัดสินใจ หรือไม่ -สถานการณ์ที่เกิดขึ้นมีใครเข้ามาเกี่ยวข้องบ้าง เหตุการณ์เป็นอย่างไร ให้นักเรียนอธิบายโดย ละเอียด	

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	- นักเรียนตัดสินใจอย่างไร ในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น -นักเรียนใช้คุณธรรมหรือหลักการอะไรในการประกอบการตัดสินใจ ระบุคุณธรรมพร้อมทั้งอธิบายเหตุผลประกอบ - นักเรียนคิดอย่างไร ต่อการตัดสินใจของตนเอง - ภายหลังที่นักเรียนตัดสินใจ นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร -นักเรียนคิดว่า การตัดสินใจของนักเรียน ส่งผลดีต่อตนเอง ครอบครัว และสังคมส่วนรวมอย่างไร -นักเรียนคิดว่าการตัดสินใจของนักเรียน ถูกต้องหรือไม่ เพราะเหตุใด - หากนักเรียนเผชิญสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกับเหตุการณ์ดังกล่าวอีก นักเรียนจะตัดสินใจกระทำพฤติกรรมเหมือนเดิม หรือไม่ เพราะเหตุใด *ผู้นำกลุ่มสรุปประเด็นที่สำคัญต่างๆ ที่สมาชิกได้พูดคุยกัน 6. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มครั้งนี้และให้สมาชิกเขียนแบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ครั้งที่ 9-10	

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	7. ผู้นำกลุ่มกล่าวขุดิกลุ่ม โดยกล่าวขอบคุณสมาชิกในกลุ่มทุกคน พร้อมทั้งนัดหมาย วันเวลาในการเข้าร่วมกลุ่มในครั้งต่อไป	

สื่อและอุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. แบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ครั้งที่ 9-10

การประเมินผล

1. จากการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกที่แสดงถึงความใส่ใจต่อสมาชิกในกลุ่มคนอื่นๆ เช่น การสบสายตา การฟังสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆอย่างตั้งใจ การให้กำลังใจเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม รวมทั้งจากการสังเกตการให้ความร่วมมือ ความสนใจ การแสดงความคิดเห็นในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของตนเองและสมาชิกกลุ่ม
2. จากแบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ ครั้งที่ 9-10

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา ครั้งที่ 11

เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
1. เพื่อให้สมาชิกฝึกการรับรู้ตนเองในสภาวะปัจจุบัน 2. เพื่อให้สมาชิกได้มีโอกาสสำรวจตนเองเกี่ยวกับการเผชิญสถานการณ์ทางจริยธรรมและแลกเปลี่ยนประสบการณ์ทั้งในด้านพฤติกรรม ความคิด ความรู้สึก รวมทั้งได้ฝึกการเผชิญสถานการณ์ทางจริยธรรมด้วยการบูรณาการสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ากลุ่ม โดยการใช้สติและวิธีคิดที่ถูกต้องตามแนวทางของปัญญานำไปสู่การเลือกตัดสินใจกระทำหรือไม่กระทำพฤติกรรมได้อย่าง	1. ผู้นำกลุ่มทักทายสมาชิกและให้สมาชิกฝึกการบริหารร่างกายตามแนวพุทธศาสตร์ ซึ่งเป็นการรวมเอาการบริหารทั้งส่วนของกายและจิต คือ มีการออกกำลังกายโดยเน้นกล้ามเนื้อ แขน ขา กระดูก ปอด และการออกกำลังกายของจิตด้วยการฝึกสติตามคู่มือการเคลื่อนไหวของร่างกาย พร้อมกับการฝึกหายใจ เราเรียกการออกกำลังกายนี้ว่า การออกกำลังกายวิถีพุทธ หรือบริหารกายวิถีพุทธ เพื่อให้จิตมีสมาธิ รู้เท่าทันการเคลื่อนไหวของร่างกาย การออกกำลังกายวิถีพุทธ เป็นการฝึกเพื่อพัฒนาจิตใจและร่างกาย ไปพร้อมๆ กัน เพราะการสร้าง ความแข็งแรงทางจิตใจก็มีความสำคัญไม่น้อยกว่าความแข็งแรงของร่างกาย เนื่องจากร่างกายและจิตใจต่างมีความสัมพันธ์กัน *ผู้นำกลุ่มเปิดวิธีทัศน์การออกกำลังกายวิถีพุทธตามแนวทางของหลวงปู่พุทธอิสระให้สมาชิกกลุ่มดู เพื่อเตรียมพร้อมในการฝึกปฏิบัติ * ผู้นำกลุ่มนำสมาชิกฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายวิถีพุทธและให้ความช่วยเหลือสมาชิกกลุ่มขณะฝึก พร้อมกับเน้นย้ำให้สมาชิกกลุ่มใช้สติกำหนดอยู่ ที่การเคลื่อนไหวและสังเกตความเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจที่เกิดขึ้นขณะฝึก ใช้เวลาประมาณ 20 นาที	- พฤติกรรมการใส่ใจและการสังเกตสมาชิกในกลุ่ม - คำถามปลายเปิด - คำถามปลายปิด - การสนับสนุน - การทวนสาระ - การสะท้อนความรู้สึก - การสะท้อนความหมาย - การนำ - การระบุผลที่ตามมา - การเปิดเผยตนเอง - การแนะนำ/การอธิบาย/การสอน - การให้ข้อมูลย้อนกลับ - การเชื่อมโยง - การสรุป - การให้กำลังใจ - การวนรอบ - การฝึกเขียนบทสนทนา

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
ถูกต้อง คีงาม ตามหลักจริยธรรม	2. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมา พร้อมทั้งกล่าวกับสมาชิกว่า “จากการพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ต่างๆในครั้งที่ผ่านมา เพื่อให้การเลือกตัดสินใจและแนวทางการแก้ปัญหาที่เราได้พูดคุยกันไปแล้ว เป็นรูปธรรมที่นักเรียนสามารถเห็นได้ชัดเจน ในครั้งนี้ครูจะให้นักเรียนแบ่งกลุ่ม เพื่อให้คัดเลือกประสบการณ์ของเพื่อนสมาชิกกลุ่มหรือสถานการณ์ปัญหาอื่นๆที่เกี่ยวข้องกับจริยธรรมที่นักเรียนมีความเห็นตรงกันว่าน่าสนใจ ให้นักเรียนนำสถานการณ์นั้นๆมาทำให้ชัดเจนเป็นรูปธรรมโดยการเขียนเป็นบทสนทนา โดยแสดงให้เห็นชัดเจนว่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นมีใครเข้ามาเกี่ยวข้องบ้าง และสถานการณ์เป็นอย่างไร ผู้ที่อยู่ในสถานการณ์นั้นคิดและรู้สึกอย่างไรจึงตัดสินใจทำหรือไม่ทำพฤติกรรมนั้นๆและเขาใช้คุณธรรมอะไรประกอบการตัดสินใจ แล้วให้นักเรียนนำบทสนทนาดังกล่าวมาแสดงโดยให้เพื่อนสมาชิกแต่ละคนแสดงบทบาทสมมติตามที่กำหนดในสถานการณ์นั้นๆ” * ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มแบ่งออกเป็น 2 กลุ่มตามความสมัครใจของสมาชิก เพื่อเขียนบทสนทนา กลุ่มละ 1 สถานการณ์ (โดยใช้เวลาประมาณ 30 นาที) *ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกลำบทสนทนาที่เขียนขึ้นไป	- การแสดงบทบาทสมมติ - การบูรณาการจากสิ่งที่ได้เรียนรู้ - การฝึกสติสมาธิ - การใช้สื่อวิทัศน์

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	ชักชวนบทบาทเวลาในการชักชวนไม่เพียงพอ ก็ให้สมาชิกนัดหมายเวลาเวลาเพื่อชักชวนกันนอกเวลากลุ่ม เพื่อกลุ่มจะได้นำเสนอสถานการณ์ปัญหานั้นมาแสดง ในครั้งต่อไป 3. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มและมอบหมายการบ้านให้สมาชิกแต่ละคนเขียนแบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาครั้งที่ 11 โดยให้สมาชิกนำมาส่งในครั้งต่อไป 4. ผู้นำกลุ่มกล่าวยุติกลุ่มครั้งที่ 11 โดยกล่าวขอบคุณสมาชิกในกลุ่มทุกคน พร้อมทั้งนัดหมายวันเวลาในการเข้าร่วมกลุ่มในครั้งต่อไป	

สื่อและอุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. แบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ครั้งที่ 11

การประเมินผล

1. จากการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกที่แสดงถึงความใส่ใจต่อสมาชิกในกลุ่มคนอื่นๆ เช่น การสบสายตา การฟังสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆอย่างตั้งใจ การให้กำลังใจเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม รวมทั้งจากการสังเกตการให้ความร่วมมือ ความสนใจ การแสดงความคิดเห็นและการตั้งคำถามในการร่วมกิจกรรมการเขียนบทสนทนาเพื่อนำมาแสดงบทบาทสมมติ
2. จากแบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ ครั้งที่ 11

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา ครั้งที่ 12

เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
1. เพื่อให้สมาชิกฝึกการรับรู้ตนเองในสภาวะปัจจุบัน 2. เพื่อให้สมาชิกได้มีโอกาสสำรวจตนเองเกี่ยวกับกาย ใจ และ อารมณ์ 3. เพื่อให้สมาชิกได้มีโอกาสสำรวจความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับความรู้สึกทางกาย ใจ และ อารมณ์ 4. เพื่อให้สมาชิกได้มีโอกาสสำรวจความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับความรู้สึกทางกาย ใจ และ อารมณ์ 5. เพื่อให้สมาชิกได้มีโอกาสสำรวจความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับความรู้สึกทางกาย ใจ และ อารมณ์ 6. เพื่อให้สมาชิกได้มีโอกาสสำรวจความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับความรู้สึกทางกาย ใจ และ อารมณ์ 7. เพื่อให้สมาชิกได้มีโอกาสสำรวจความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับความรู้สึกทางกาย ใจ และ อารมณ์ 8. เพื่อให้สมาชิกได้มีโอกาสสำรวจความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับความรู้สึกทางกาย ใจ และ อารมณ์ 9. เพื่อให้สมาชิกได้มีโอกาสสำรวจความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับความรู้สึกทางกาย ใจ และ อารมณ์ 10. เพื่อให้สมาชิกได้มีโอกาสสำรวจความรู้สึกของตนเองเกี่ยวกับความรู้สึกทางกาย ใจ และ อารมณ์	1. ผู้นำกลุ่มทักทายสมาชิกและให้สมาชิกฝึกการบริหารร่างกายตามแนวพุทธศาสตร์ ซึ่งเป็นการรวมเอาการบริหารทั้งส่วนของกายและจิต คือ มีการออกกำลังกายโดยเน้นกล้ามเนื้อ แขน ขา กระดูก ปอด และการออกกำลังกายของจิตด้วยการฝึกสติตามคู่มือการเคลื่อนไหวของร่างกาย พร้อมกับการฝึกหายใจ เราเรียกการออกกำลังกายนี้ว่า การออกกำลังกายวิถีพุทธ หรือบริหารกายวิถีพุทธ เพื่อให้จิตมีสมาธิ รู้เท่าทันการเคลื่อนไหวของร่างกาย การออกกำลังกายวิถีพุทธ เป็นการฝึกเพื่อพัฒนาจิตใจและร่างกาย ไปพร้อมๆ กัน เพราะการสร้างเสริมความแข็งแรงทางจิตใจก็มีความสำคัญไม่น้อยกว่าความแข็งแรงของร่างกาย เนื่องจากร่างกายและจิตใจต่างมีความสัมพันธ์กัน *ผู้นำกลุ่มเปิดวิดีโอทัศน์การออกกำลังกายวิถีพุทธตามแนวทางของหลวงปู่พุทธอิสระให้สมาชิกกลุ่มดู เพื่อเตรียมพร้อมในการฝึกปฏิบัติ * ผู้นำกลุ่มนำสมาชิกฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายวิถีพุทธและให้ความช่วยเหลือสมาชิกกลุ่มขณะฝึกพร้อมกับเน้นย้ำให้สมาชิกกลุ่มใช้สติกำหนดอยู่ที่	- พฤติกรรมการใส่ใจ และการ สังเกต - สมาธิในกลุ่ม - คำถามปลายเปิด - คำถามปลายปิด - การสนับสนุน - การทวนสาระ - การสะท้อน - ความรู้สึก - การสะท้อน - ความหมาย - การนำ - การระบุผลที่ตามมา - การเปิดเผยตนเอง - การแนะนำ/การอธิบาย/การสอน - การให้ข้อมูลย้อนกลับ - การเชื่อมโยง - การสรุป - การให้กำลังใจ

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
วิธีคิดที่ถูกต้องตามแนวทางของปัญญา นำไปสู่การเลือกตัดสินใจกระทำหรือไม่กระทำพฤติกรรมได้อย่างถูกต้อง ดีงาม ตามหลักจริยธรรม	การเคลื่อนไหวและสังเกตความเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจที่เกิดขึ้นขณะฝึก ใช้เวลาประมาณ 20 นาที 2.ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มทบทวนสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้ากลุ่มในครั้งที่ผ่านมา *ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกออกมาแสดงบทบาทสมมติตามสถานการณ์ที่เป็นปัญหาที่ละกลุ่ม ภายหลังที่แต่ละกลุ่มแสดงบทบาทสมมติแล้ว ผู้นำกลุ่มให้ข้อมูลย้อนกลับแก่สมาชิก พร้อมทั้งซักถามเพื่อให้สมาชิกเกิดการเรียนรู้จากสถานการณ์ที่นำมาแสดงบทบาทสมมติ โดยใช้คำถาม เช่น - จากสถานการณ์ที่เพื่อนแสดง นักเรียนได้เรียนรู้อะไรบ้าง - นักเรียนมีความคิดเห็นเพิ่มเติมอะไรบ้างจากเรื่องราวในสถานการณ์ดังกล่าว - หากเป็นนักเรียน นักเรียนจะตัดสินใจเหมือน หรือแตกต่างจากสถานการณ์ที่เพื่อนแสดง - นักเรียนคิดว่าคุณธรรมที่เพื่อนใช้ในการประกอบการตัดสินใจมีความเหมาะสมหรือไม่ - นักเรียนมีความรู้สึกอย่างไร ต่อสถานการณ์ดังกล่าว เพราะเหตุใด	- การวนรอบ - การฝึกเขียนบทสนทนา- การแสดงบทบาทสมมติ - การบูรณาการจากสิ่งที่ได้เรียนรู้ - การฝึกสติสมาธิ - การใช้สื่อวิทัศน์

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	*ผู้นำกลุ่มสรุปประเด็นที่สำคัญต่างๆ ที่สมาชิกได้พูดคุยกัน 3. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมกลุ่มครั้งนี้และให้สมาชิกเขียนแบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ครั้งที่ 12 และให้สมาชิกลำมาส่งในครั้งต่อไป 4. ผู้นำกลุ่มกล่าวยุติกลุ่มครั้งที่ 12 โดยกล่าวขอบคุณสมาชิกในกลุ่มทุกคน พร้อมทั้งนัดหมาย วันเวลาในการเข้าร่วมกลุ่มในครั้งต่อไป	

สื่อและอุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. แบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ครั้งที่ 12

การประเมินผล

1. จากการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกที่แสดงถึงความใส่ใจต่อสมาชิกในกลุ่มคนอื่นๆ เช่น การสบสายตา การฟังสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆ อย่างตั้งใจ การให้กำลังใจเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม รวมทั้งจากการสังเกตการให้ความร่วมมือ ความสนใจ การแสดงความคิดเห็นและการตั้งคำถามในการร่วมกิจกรรมการแสดงบทบาทสมมติ
2. จากแบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ ครั้งที่ 12

โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา ครั้งที่ 13

เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง 30 นาที

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
1. เพื่อให้สมาชิกฝึกการรับรู้ตนเองในสถานะปัจจุบัน 2. เพื่อให้สมาชิกกลุ่มสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ พร้อมทั้งนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมโปรแกรมดังกล่าวไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน 3. เพื่อให้สมาชิกในกลุ่มประเมินผลการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษากลุ่ม	1. ผู้นำกลุ่มทักทายสมาชิกและให้สมาชิกฝึกการบริหารร่างกายตามแนวพุทธศาสตร์ ซึ่งเป็นการรวมเอาการบริหารทั้งส่วนของกายและจิต คือ มีการออกกำลังกายโดยเน้นกล้ามเนื้อ แขน ขา กระดูก ปอด และการออกกำลังกายของจิตด้วยการฝึกสติตามคู่มือการเคลื่อนไหวของร่างกาย พร้อมกับการฝึกหายใจ เราเรียกการออกกำลังกายนี้ว่า การออกกำลังกายวิถีพุทธ หรือบริหารกายวิถีพุทธ เพื่อให้จิตมีสมาธิ รู้เท่าทันการเคลื่อนไหวของร่างกาย การออกกำลังกายวิถีพุทธ เป็นการฝึกเพื่อพัฒนาจิตใจและร่างกาย ไปพร้อมๆ กัน เพราะการสร้าง ความแข็งแรงทางจิตใจก็มีความสำคัญไม่น้อยกว่าความแข็งแรงของร่างกาย เนื่องจากร่างกายและจิตใจต่างมีความสัมพันธ์กัน * ผู้นำกลุ่มเปิดวิธีทัศน์การออกกำลังกายวิถีพุทธตามแนวทางของหลวงปู่พุทธอิสระให้สมาชิกกลุ่มดู เพื่อเตรียมพร้อมในการฝึกปฏิบัติ * ผู้นำกลุ่มนำสมาชิกฝึกปฏิบัติการออกกำลังกายวิถีพุทธและให้ความช่วยเหลือสมาชิกกลุ่มขณะฝึก พร้อมกับเน้นย้ำให้สมาชิกกลุ่มใช้สติกำหนดอยู่กับการเคลื่อนไหวและสังเกตความเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจที่เกิดขึ้นขณะฝึก ใช้เวลาประมาณ 20 นาที	- พฤติกรรมการใส่ใจและการสังเกตสมาชิกในกลุ่ม - คำถามปลายเปิด - คำถามปลายปิด - การสนับสนุน - การทวนสาระ - การสะท้อน - ความรู้สึก - การสะท้อน - ความหมาย - การนำ - การระบุผลที่ตามมา - การเปิดเผยตนเอง - การแนะนำ/การอธิบาย/การสอน - การให้ข้อมูลย้อนกลับ - การสรุป - การให้กำลังใจ - การวนรอบ - การฝึกสติสมาธิ - การใช้สื่อวิธีทัศน์

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	2. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกบอกถึงสิ่งที่ได้เรียนรู้ จากการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ให้สมาชิกคนอื่นๆ ได้รับรู้ และให้สมาชิกบอกถึงการเปลี่ยนแปลงของตนเองที่ได้รับรู้ได้ สืบเนื่องจากการเข้าร่วมกลุ่ม โดยกล่าวกับสมาชิกว่า “การเข้ากลุ่มในครั้งนี้เป็นการพบกันเป็นครั้งสุดท้ายแล้ว หลังจากที่เรามาพบกันมาทั้งหมด 12 ครั้ง ซึ่งก็เป็นระยะเวลาที่นานพอสมควร ในวันนี้ครูอยากให้นักเรียนทุกคนได้ทบทวนความคิด ความรู้สึกของตนเองตั้งแต่การเข้ากลุ่มในครั้งแรก จนถึงการเข้ากลุ่มในวันนี้ซึ่งเป็นครั้งสุดท้าย อยากให้ทุกคนบอกถึงความเปลี่ยนแปลงของตนเองทั้งในด้านพฤติกรรม ความคิดและความรู้สึก ใครพร้อมแล้วเชิญพูดได้เลยค่ะ” 4. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกในกลุ่มร่วมกันสรุปแนวคิดที่ได้เรียนรู้จากกลุ่ม รวมถึงการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มไปใช้ในชีวิตประจำวัน ภายหลังจากออกจากกลุ่มแล้ว 5. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกบอกถึงความรู้สึกที่มีต่อกลุ่ม สมาชิกกลุ่มและผู้นำกลุ่ม โดยผู้นำกลุ่มบอกให้สมาชิกกลุ่มเห็นว่า สัมพันธภาพที่เกิดขึ้นในกลุ่มนั้นไม่ได้เกิดขึ้นเองอย่างลอยๆ แต่เกิดจากการที่สมาชิกทุกคนในกลุ่มช่วยกันสร้างสัมพันธภาพในกลุ่มให้เกิดขึ้นด้วยความจริงใจ การยอมรับและไว้วางใจซึ่งกันและกัน และทุกคนสามารถสร้าง	

วัตถุประสงค์	ขั้นตอนดำเนินการ	ทักษะที่ใช้
	สัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่นภายนอกกลุ่มได้ หากสมาชิกกล้าที่จะเปิดเผยตนเองกับบุคคลอื่นในสถานการณ์ที่เหมาะสม 6. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกแต่ละคนสัญญาว่า จะนำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกลุ่มไปปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน 7. ผู้นำกลุ่มให้สมาชิกกลุ่มเขียนบันทึกการเรียนรู้และและประสบการณ์ที่มีต่อการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาในครั้งที่ 13 ในเอกสารที่เตรียมไว้ และให้สมาชิกกลุ่มได้ตอบแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษา 8. ผู้นำกลุ่มเปิดโอกาสให้สมาชิกซักถามในกรณีที่ยังมีข้อสงสัยและอธิบายให้สมาชิกเข้าใจ หลังจากนั้น ผู้นำกลุ่มกล่าวยุติกลุ่มครั้งที่ 13 และกล่าวขอบคุณสมาชิกในกลุ่มทุกคนที่ให้ความร่วมมือมาเข้าร่วมกลุ่มทุกครั้งตลอดจนถึงการปิดกลุ่มครั้งสุดท้าย พร้อมทั้งนัดหมาย วันเวลาในการทำแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมฯ (posttest)	

สื่อและอุปกรณ์

1. เครื่องบันทึกเสียง
2. แบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ครั้งที่ 13
3. แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม

การประเมินผล

1. จากการสังเกตพฤติกรรมการแสดงออกที่แสดงถึงความใส่ใจต่อสมาชิกในกลุ่มคนอื่นๆ เช่น การสบสายตา การฟังสมาชิกกลุ่มคนอื่นๆอย่างตั้งใจ การให้กำลังใจเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม รวมทั้งจากการสังเกตการให้ความร่วมมือ ความสนใจ การแสดงความคิดเห็น
2. แบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ ครั้งที่ 13

แบบบันทึกประสบการณ์การเข้าร่วม โปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์
เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ครั้งที่.....

วัน/เดือน/ปี.....

ชื่อ.....นามสกุล.....ชั้น.....

คำชี้แจง โปรดเขียนบันทึกประสบการณ์ที่นักเรียนได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ เพื่อพัฒนาการตัดสินใจเชิงจริยธรรม ดังต่อไปนี้

1. จากการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ในครั้งนี้ นักเรียนได้เรียนรู้และได้รับประสบการณ์อะไรบ้าง

.....
.....
.....

2. นักเรียนจะนำประสบการณ์ที่ได้เรียนรู้จากการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ในครั้งนี้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันของตนเองอย่างไรบ้าง

.....
.....
.....

3. นักเรียนมีความคิด และความรู้สึก ต่อเพื่อนสมาชิกในกลุ่ม ผู้นำกลุ่ม และโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ครั้งนี้อย่างไรบ้าง

.....
.....
.....

4. นักเรียนมีข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่อการเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตศึกษาฯ ครั้งนี้อย่างไรบ้าง

.....
.....
.....

ขอบคุณค่ะ



ประวัติการศึกษาและการทำงาน

ชื่อ –นามสกุล	นางสาวอัจฉรา อินโต
วัน เดือน ปี ที่เกิด	วันที่ 20 กันยายน 2525
สถานที่เกิด	จังหวัดสุพรรณบุรี
ประวัติการศึกษา	ศิลปศาสตรบัณฑิต (จิตวิทยา) มหาวิทยาลัยนเรศวรพ.ศ. 2548
ประวัติการทำงาน	เป็นนิสิตบัณฑิตศึกษาช่วยงานในโครงการวิจัยเรื่อง “การสร้างแบบวัดการตัดสินใจเชิงจริยธรรมสำหรับนักศึกษา ระดับอุดมศึกษา”พ.ศ. 2551
ทุนการศึกษาที่ได้รับ	พ.ศ. 2550 ทุนสนับสนุนคุณภาพงานวิจัยระดับ บัณฑิตศึกษา