

วัตถุประสงค์ของการวิจัยนี้ คือ การศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธแบบกลุ่ม ต่อการเพิ่มพูนสันติภาวะผ่านตัวแปรสื่อเมตตาในพนักงาน การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลองที่มีกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมโดยมีการทดสอบก่อน-หลังทดลอง กลุ่มตัวอย่างในการทดลอง คือ พนักงานจำนวน 28 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม กลุ่มควบคุม 3 กลุ่ม แต่ละกลุ่มมีสมาชิก 7 คน โดยกลุ่มทดลองเข้ากลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธแบบกลุ่ม กลุ่มควบคุมกลุ่มหนึ่งได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธรายบุคคล กลุ่มควบคุมอีกกลุ่มหนึ่งได้รับการสอนมรรคมีองค์แปดรายกลุ่ม และกลุ่มควบคุมที่เหลืออีกกลุ่มหนึ่งได้รับการสอนมรรคมีองค์แปดเป็นรายบุคคล แต่ละกลุ่มมีระยะเวลาในการดำเนินการรวม 21 ชั่วโมง แบ่งออกเป็น 7 ช่วง ช่วงละประมาณ 3 ชั่วโมง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบวัดเมตตาและแบบวัดสันติภาวะ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยอาศัยเจตสิกในพุทธศาสนาเป็นฐาน การวิเคราะห์ข้อมูลทำได้ด้วยการทดสอบค่าเฉลี่ยสองกลุ่มที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว การวิเคราะห์ถดถอยอย่างง่าย และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัยพบว่า

1. แบบวัดเมตตา ( $\alpha=.93$ ) และแบบวัดสันติภาวะ ( $\alpha=.91$ ) มีคุณภาพและมาตรฐานระดับดี
2. การปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธแบบกลุ่ม และแบบรายบุคคลช่วยเพิ่มสันติภาวะและเมตตา และเมตตาเป็นตัวแปรสื่อบางส่วนของความสัมพันธ์ระหว่างการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธกับสันติภาวะในพนักงาน

งานวิจัยนี้สามารถสรุปได้ว่า มีคุณค่าต่อวงการวิชาการโดยแสดงว่าการผสมผสานความรู้ทางพุทธศาสนาเข้ากับกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สามารถส่งผลให้เกิดเมตตาที่ส่งผลต่อการเพิ่มสันติภาวะได้

The purpose of this research was to study the effect of group Buddhist counseling on the enhancement of peace through the mediating effect of Metta on employees. The research design was quasi-experimental pretest and posttest control group. The sample was 28 employees assigned to one experimental group and three control groups. Each group consisted of 7 participants. The experimental group participated in Buddhist group counseling. One control group was treated by individual Buddhist counseling. Another control group received the group teaching of the Buddhist eightfold path. The other control group was taught individually the Buddhist eightfold path. Each group attended 21 hours of 7 sessions – each session for approximately 3 hours. The instruments used were the Metta Scale and the Peace Scale based on the Buddhist concepts of cetasika (psychological elements) developed by the researcher. The data were analyzed by the related sample *t*-test, one way ANOVA, regression analysis, and multiple regressions analysis.

The results were as follows :

1. the Metta Scale ( $\alpha=.93$ ) and the Peace Scale ( $\alpha=.91$ ) had good quality and standard.
2. the employees who received Buddhist group counseling and Buddhist individual counseling gained higher Metta and Peace. In addition, it was found Metta had partial mediating effect on the process of Buddhist counseling on peace.

It could be concluded that this research was beneficial to academic setting in that it showed that integrating Buddhist thoughts with counseling process could produce Metta that affected the increase of Peace.