

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลของการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยนำเสนอข้อมูลเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่น

1.1 ข้อมูลทั่วไปของครอบครัว

1.2 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลหลัก

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์เหตุจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาคิดด้วยการปฏิบัติ
วิปัสสนากรรมฐานของครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่น

2.1 เหตุจูงใจของบิดาหรือมารดาในการเข้าร่วมกิจกรรม

2.2 เหตุจูงใจในการส่งบุตรวัยรุ่นเข้าร่วมกิจกรรม

2.3 เหตุจูงใจของบุตรวัยรุ่นในการเข้าร่วมกิจกรรม

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นภายหลัง
การเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาคิดด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

3.1 การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของบิดาหรือมารดา

3.2 การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของบุตรวัยรุ่น

3.3 การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพในครอบครัว

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์โดยภาพรวมของครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นในการเข้าร่วมกิจกรรม
การพัฒนาคิดด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่น

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นโดยใช้ค่าร้อยละ ได้ผลดังต่อไปนี้

1.1 ข้อมูลทั่วไปของครอบครัว

จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่าคุณลักษณะของครอบครัวที่ให้ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้

จำนวน 14 ครอบครัว (ดูตารางที่ 4.1) มีดังนี้

ขนาดของครอบครัว ครอบครัวที่ให้ข้อมูลหลัก ประกอบด้วยสมาชิกในครอบครัว
ตั้งแต่ 3-9 คน มีสมาชิกจำนวนระหว่าง 3- 4 คน จำนวน 6 ครอบครัว (ร้อยละ 42.9) มีสมาชิกระหว่าง
5-7 คน จำนวน 6 ครอบครัว(ร้อยละ 42.9) และมีสมาชิก 8 คนขึ้นไป จำนวน 2 ครอบครัว (ร้อยละ
14.2)

ลักษณะของครอบครัว ครอบครัวที่ให้ข้อมูลหลัก ส่วนใหญ่มีลักษณะเป็นครอบครัวเดี่ยวจำนวน 10 ครอบครัว (ร้อยละ 71.4) เป็นครอบครัวขยายจำนวน 4 ครอบครัว (ร้อยละ 28.6)

รายได้ของครอบครัว ครอบครัวที่ให้ข้อมูลหลัก ส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 10,000 - 50,000 บาท จำนวน 7 ครอบครัว (ร้อยละ 50.0) รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 80,000 - 100,000 บาท จำนวน 3 ครอบครัว (ร้อยละ 21.4) รายได้เฉลี่ยต่อเดือน 150,000 บาทขึ้นไป 4 ครอบครัว (ร้อยละ 28.6)

ภูมิลำเนา ครอบครัวที่ให้ข้อมูลหลัก ส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาอยู่ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 9 ครอบครัว (ร้อยละ 64.3) มีภูมิลำเนาอยู่จังหวัดใกล้เคียงกรุงเทพมหานครจำนวน 5 ครอบครัว (ร้อยละ 35.7)

1.2 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลหลัก

1.2.1 ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เป็นบิดาหรือมารดา จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า คุณลักษณะของผู้ให้ข้อมูลหลักที่เป็นบิดาหรือมารดาของเด็กวัยรุ่น (ดูตารางที่ 4.1) มีดังนี้ ตารางที่ 4.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลหลักที่เป็นบิดาหรือมารดา

ครอบครัวที่	อายุ (ปี)	การศึกษา	อาชีพ	สถานภาพ	สถานภาพ สมรส	สมาชิกใน ครอบครัว (คน)	รายได้ ครอบครัว (เดือน)	จำนวนครั้ง ที่เข้าร่วม กิจกรรม
1	50	ป.โท	ธุรกิจส่วนตัว	มารดา	อยู่ด้วยกัน	5	100,000	10
2	49	ปวช.	ค้าขาย	มารดา	อยู่ด้วยกัน	4	50,000	4
3	48	ม.6	แม่บ้าน	มารดา	อยู่ด้วยกัน	9	30,000	2
4	44	ป.5	ค้าขาย	มารดา	อยู่ด้วยกัน	5	15,000	6
5	46	ป.6	ค้าขาย	มารดา	หย่าร้าง	3	20,000	15
6	43	ป.ตรี	รับจ้าง	มารดา	อยู่ด้วยกัน	5	30,000	2
7	49	ป.ตรี	ธุรกิจส่วนตัว	มารดา	อยู่ด้วยกัน	5	250,000	2
8	49	ป.โท	รับจ้าง	บิดา	อยู่ด้วยกัน	4	100,000	2
9	47	ป.โท	รับราชการ	มารดา	อยู่ด้วยกัน	4	50,000	4
10	42	ป.ตรี	ค้าขาย	มารดา	อยู่ด้วยกัน	6	80,000	3
11	40	ป.ตรี	ธุรกิจส่วนตัว	มารดา	อยู่ด้วยกัน	3	300,000	2
12	42	ป.ตรี	ธุรกิจส่วนตัว	มารดา	อยู่ด้วยกัน	4	150,000	2
13	44	ปวส.	ค้าขาย	มารดา	อยู่ด้วยกัน	6	20,000	3
14	40	ป.ตรี	ธุรกิจส่วนตัว	มารดา	อยู่ด้วยกัน	8	200,000	10

อายุ ผู้ให้ข้อมูลหลักมีอายุระหว่าง 40-50 ปี ซึ่งถือว่าเป็นวัยกลางคน
 สถานภาพเป็นบิดาหรือมารดา ผู้ให้ข้อมูลหลักเกือบทั้งหมด คือ
 จำนวน 13 ราย (ร้อยละ 92.9) มีสถานภาพเป็นมารดาของเด็กวัยรุ่น มีเพียง 1 ราย ที่มีสถานภาพ
 เป็นบิดาของเด็กวัยรุ่น (ร้อยละ 7.1)

สถานภาพสมรส ผู้ให้ข้อมูลหลักเกือบทั้งหมด คือ 13 ราย (ร้อยละ
 92.9) มีสถานภาพสมรสอยู่ด้วยกัน มีเพียง 1 ราย (ร้อยละ 7.1) ที่มีสถานภาพหย่าร้าง

อาชีพ ผู้ให้ข้อมูลหลักส่วนใหญ่ คือ จำนวน 10 ราย (ร้อยละ 71.5) มี
 อาชีพทำธุรกิจส่วนตัวและค้าขาย อาชีพรับจ้าง 2 ราย (ร้อยละ 14.3) อาชีพรับราชการ 1 ราย
 (ร้อยละ 7.1) และเป็นแม่บ้าน 1 ราย (ร้อยละ 7.1)

ระดับการศึกษา ผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 6 ราย (ร้อยละ 42.9) จบ
 การศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 5 ราย (ร้อยละ 35.7) จบการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรี
 และจำนวน 3 ราย (ร้อยละ 21.4) จบการศึกษาระดับปริญญาโท

1.2.2 ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เป็นบุตรวัยรุ่น จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า
 คุณลักษณะของผู้ให้ข้อมูลหลักที่เป็นบุตรวัยรุ่น อายุ 14-17 ปี (ดูตารางที่ 4.2) มีดังนี้

เพศ ผู้ให้ข้อมูลหลักเป็นวัยรุ่นชายจำนวน 9 ราย (ร้อยละ 64.3) เป็น
 วัยรุ่นหญิง จำนวน 5 ราย (ร้อยละ 35.7)

จำนวนพี่น้อง ผู้ให้ข้อมูลหลักส่วนใหญ่ คือ จำนวน 9 ราย (ร้อยละ 64.3)
 มีพี่น้องรวมผู้ให้ข้อมูลหลัก 2 คน จำนวน 4 ราย (ร้อยละ 28.6) มีพี่น้องรวมผู้ให้ข้อมูลหลัก 3 คน
 เป็นบุตรคนเดียวในครอบครัวจำนวน 1 ราย (ร้อยละ 7.1)

การศึกษา ผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 7 ราย (ร้อยละ 50.0) ศึกษาอยู่ชั้น ม.3
 จำนวน 5 ราย (ร้อยละ 35.8) ศึกษาอยู่ชั้น ม.5 จำนวน 1 ราย (ร้อยละ 7.1) ศึกษาอยู่ชั้น ม.4
 และจำนวน 1 ราย (ร้อยละ 7.1) ศึกษาอยู่ชั้น ม.2

สถานศึกษา ผู้ให้ข้อมูลหลักส่วนใหญ่ คือ จำนวน 9 ราย (ร้อยละ 64.3)
 ศึกษาอยู่ในโรงเรียนเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 5 ราย (ร้อยละ 35.7) ศึกษาอยู่ในโรงเรียน
 เขตต่างจังหวัด

ตารางที่ 4.2 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลหลักที่เป็นบุตรวัยรุ่น

ครอบครัวที่	อายุ (ปี)	เพศ	การศึกษา	โรงเรียน	จังหวัด	จำนวน พี่น้อง	เป็นบุตร คนที่	จำนวนครั้ง ที่เข้าร่วม กิจกรรม
1	15	ชาย	ม.3	สารสาสน์วิเทศศึกษา	กทม.	3	3	2
2	17	ชาย	ม.5	วัดราชบพิธ	กทม.	2	2	2
3	16	หญิง	ม.5	อัสสัมชัญคอนแวนต์	กทม.	2	2	2
4	14	ชาย	ม.3	สวนกุหลาบนนทบุรี	นนทบุรี	3	3	3
5	17	ชาย	ม.5	สตรีวิทยา 2	กทม.	2	2	10
6	14	ชาย	ม.2	ระยองวิทยาคม	ระยอง	3	1	2
7	14	ชาย	ม.3	ปัญญার্থย์	กทม.	2	2	2
8	16	หญิง	ม.4	เตรียมอุดมศึกษา	กทม.	2	1	3
9	16	หญิง	ม.5	ชลราษฎรอำรุง	ชลบุรี	2	2	2
10	16	ชาย	ม.5	เอเชียนยูนิเวอร์ซิตี	กทม.	2	1	2
11	15	หญิง	ม.3	ชลบุรีสุขบท	ชลบุรี	1	1	2
12	14	ชาย	ม.3	สามเสนวิทยา	กทม.	2	1	2
13	15	หญิง	ม.3	วัดราชโอรส	กทม.	2	1	2
14	14	ชาย	ม.3	พญาภิชาเกษตรศาสตร์	ชลบุรี	3	1	8

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์เหตุจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาคิดด้วย การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่น

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์เหตุจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาคิดด้วยการปฏิบัติ

วิปัสสนากรรมฐานของครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่น โดยแบ่งผลการวิเคราะห์เป็น 3 กลุ่ม คือ เหตุจูงใจ
ของบิดาหรือมารดาในการเข้าร่วมกิจกรรม เหตุจูงใจในการส่งบุตรวัยรุ่นเข้าร่วมกิจกรรม และ
เหตุจูงใจของบุตรวัยรุ่นในการเข้าร่วมกิจกรรม

2.1 เหตุจูงใจของบิดาหรือมารดาในการเข้าร่วมกิจกรรม

การวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักซึ่งเป็นบิดาหรือมารดาของ
เด็กวัยรุ่นถึงเหตุจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาคิดด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของ
ผู้ให้ข้อมูลหลัก สามารถสรุปประเด็นเหตุจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมได้ 3 ประเด็น ได้แก่

2.1.1 ความต้องการแก้ไขปัญหของตนเอง

2.1.2 ความต้องการความรู้ในการพัฒนาตนเอง

2.1.3 ความประทับใจในหลักสูตร

แต่ละประเด็นดังกล่าว มีรายละเอียดดังนี้

2.1.1 ความต้องการแก้ไขปัญหของตนเอง ผู้ให้ข้อมูลหลักได้เล่าถึงเหตุผลที่ทำให้ตนเองตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตในหลักสูตรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุขเนื่องจากความต้องการแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นกับตนเอง ซึ่งปัญหาที่สำคัญแบ่งเป็น 3 ด้าน ประกอบด้วย

1) ปัญหาด้านสุขภาพกาย ผู้ให้ข้อมูลหลักบางท่านมีความทุกข์ใจเกี่ยวกับสุขภาพกายของตนเอง และต้องการหาวิธีบรรเทาหรือแก้ไขปัญหสุขภาพกายดังกล่าวด้วยการเข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ดังคำบอกเล่าของมารดาวัย 44 ปี

"....ที่สาวเขาออกไปแล้วดี เจ็บป่วยอะไร เวลาเราจะตาย จะได้มีที่จับไป ตอนนั้นเพิ่งรู้ว่า เป็นมะเร็งเต้านมระยะที่ 3 มะเร็งกระจายไปต่อมน้ำเหลืองหมดแล้ว เมื่อก่อนไม่เคยรู้เข้าวัด ทำบุญเสริมก็กลับ เขาไม่ได้สอนให้ปฏิบัติแบบนี้...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 4)

มารดาวัย 46 ปี อีกท่านหนึ่งที่ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมมีอาการตัวเหลือง และไอบ่อย แพทย์ตรวจไม่พบสาเหตุ ให้ยาที่ไม่หาย จึงได้เข้าร่วมกิจกรรม ทั้งๆ ที่ป่วย ดังคำบอกเล่าที่ว่า

"....ก่อนเข้าปฏิบัติ ป่วย ไปนอนรักษาตัวที่โรงพยาบาล ไอบ่อยมาก ตัวเหลือง เล็บก็เหลือง ตาอย่างเดียวที่ไม่เหลือง ตรวจเลือด ไม่พบสาเหตุ หมอให้ยาที่ไม่หาย เข้าไปปฏิบัติวันที่ 1-3 ไอบ่อยๆ เห็นคนอื่นมาปฏิบัติ ผิวพรรณดี ก็ตั้งใจปฏิบัติ เขาสั่งอะไรก็ทำตาม...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 5)

2) ปัญหาด้านอารมณ์ ผู้ให้ข้อมูลหลักส่วนหนึ่งมีความทุกข์ใจกับอารมณ์ของตนเองและมีความต้องการลดอารมณ์ดังกล่าวด้วยการพัฒนาจิต ดังกรณีของมารดาอายุ 50 ปี รู้ว่าตนเองเป็นคนโกรธง่ายตั้งแต่วัยรุ่นและพบว่าพฤติกรรมที่แสดงอารมณ์ออกไป มีผลกระทบถึงลูก ทำให้ลูกซึมซับเอาอารมณ์โกรธง่ายนี้ไป จึงมีปัญหาในการเลี้ยงดูลูกเป็นอย่างมาก ดังคำบอกเล่าที่ว่า

"....มีความรู้สึกรุนแรงกับลูกคนกลางมาก เหมือนเป็นโรคจิต คือเราไม่รักเขา เวลาโกรธ จะควบคุมอารมณ์ไม่ได้ เขาจะมากอดคอเราแน่นเวลาเราโกรธเขา ยิ่งโกรธ เรากยิ่งตีเขา ยิ่งตี ยิ่งแรง เป็นแม่ที่ใจร้ายมาก รุนแรงกับเขาตั้งแต่เขาอายุ 2 ขวบ เขาเคยเติบโตมาด้วยความมีปัญหามาโดยตลอด ครั้งหนึ่งเท่าที่จำได้ มีความรู้สึกขึ้นมา เมื่อเห็นปฏิกิริยาของลูกซึ่งเขา

เหมือนกับสะท้อนภาพของเรา ลูกเราโกรธและโมโหร้ายเหมือนเรา เราเลยมีความรู้สึกที่เรา
อยากจะแก้ไขตัวเราเอง สงสารลูก...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 1)

มารดาวัย 50 ปี ยังกล่าวถึงอารมณ์ของตนเองด้านอื่นที่ต้องการแก้ไขด้วยการ
พัฒนาจิต นอกจากความโกรธง่าย โดยเล่าว่า

"...เวลาที่มีความทุกข์ จะมีความทุกข์กับตัวเองมาก เลยต้องแก้ไขตัวเองเยอะ
เป็นคน คิดมาก ไม่กล้าแสดงออก ปิดตัวเอง ไม่กล้าในทุกสิ่งทุกอย่าง กลัวผี กลัวแมลง กลัวหมด
เลย ต้องสู้กับความกลัว คือกลัวมาก เราอยากจะเป็นอาจารย์ อยากสอนเกี่ยวกับพุทธศาสนา
แต่ไม่เคยพูดในสาธารณชนได้เลย ทำอย่างไรที่เราจะทำได้ ทำให้ความกลัวของเราลดน้อยลง
ไป...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 1)

มารดาวัย 44 ปี ได้เล่าถึงเหตุผลที่ตนเองเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาจิตเพราะมี
ปัญหาด้านอารมณ์โกรธ ไม่รู้จะอย่างไร เมื่อน้ำสะไ่มมาแนะนำ ก็ได้สมัครเข้าร่วมกิจกรรม และ
เมื่อเข้าร่วมกิจกรรมแล้ว รู้สึกว่าได้ผลดี ดังคำกล่าวที่ว่า

"...มีความรู้สึกเหมือนบางครั้ง เรามีปัญหา มีความทุกข์ไม่รู้จะอย่างไร คือ
จะมีอารมณ์โกรธมาก เวลาโกรธ เราไม่คิดนี้ ใครจะมาว่าเราไม่ได้ พาลด้วย แล้วไม่ยอมใครทั้งนั้น
คิดว่าคนอื่นเขาผิดไปหมดเลย เราทำถูกแล้ว เราถูกเสมอ เราไม่ผิด พอน้ำสะไ่มมาชวนบอกดีนะ
ไปแล้วเขาดีขึ้น เราก็ไปดูว่าเป็นอย่างไร อยากรู้ว่าทำไมเรามีอารมณ์โกรธ เพราะอะไร"
(สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 13)

มารดาวัย 42 ปี อีกท่านหนึ่ง ได้กล่าวถึงนิสัยของตนเองที่เป็นคนใจร้อน ทำให้
เกิดความหงุดหงิดบ่อย รู้สึกว่าตนเองเริ่มก้าวร้าว พฤติกรรมที่แสดงออกต่อคนใกล้ชิด คือ สามี ลูก
และเพื่อนสนิท เช่น การตวาด ใช้คำพูดรุนแรง เมื่อทำไปแล้วเกิดความเสียใจ จึงเริ่มหาวิธีแก้ไข
ด้วยการนั่งสมาธิเอง แต่ไม่เข้าใจวิธีและหลักการ เมื่อน้องมาชวน ก็ได้เข้าร่วมกิจกรรม ดังคำบอก
เล่าที่ว่า

"....พยายามหาวิธีเพื่อผ่อนคลายตัวเองจากการที่เป็นคนใจร้อน จนมาถึงจุดหนึ่ง
ความใจร้อนส่งมาถึงความหงุดหงิด อารมณ์เสียบ่อย กลายเป็นคนเริ่มบ่น นั่งรถบีบ ลูกนั่ง เราก็จะ
เริ่มพูด ขับรถไป คันนี้ทำไมแล่นช้า ทำไมไม่อยู่เลนซ้าย มาอยู่เลนขวาทำไม หรือไปเดินจตุจักร
คนมุงดูอะไรเต็มไปหมด ทำไมไม่เดินไป ทำไมต้องหยุด ทำไมคนนี่เดินช้า ดูซิ ตัวเหนียวมาโดนเรา
เราเริ่มรู้สึกว่า เราทำอะไรเล็ก ๆ น้อย ๆ ไม่ได้..." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 12)

3) ปัญหาในครอบครัว ปัญหาความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในครอบครัวและส่งผล
กระทบต่อจิตใจของสมาชิกในครอบครัวก็เป็นอีกเหตุผลหนึ่งที่ทำให้เกิดความสนใจเข้าร่วม

กิจกรรมการพัฒนาคิดของผู้ให้ข้อมูลหลัก ดังเช่น มารดาวัย 42 ปี ได้กล่าวถึงความขัดแย้งระหว่างสามีและภรรยาในการดำเนินชีวิตคู่ ทำให้เกิดความทุกข์ใจและมีผลทำให้สัมพันธ์ภาพในครอบครัวไม่ราบรื่น โดยเล่าว่า

“...ที่อยากไปเพราะระยะนั้น อยู่ในช่วงจิตใจสับสน ครอบครัวมีปัญหาหลาย ๆ อย่าง ทะเลาะกับสามี ต่างคนต่างกลับมา เหนื่อยทั้งคู่ ทะเลาะกันเรื่องทำไมไม่มาช่วยดูแลลูกบ้าง จะทำแต่งงาน ทะเลาะกันเรื่องแบบนี้...” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 10)

ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นระหว่างแม่สามีและลูกสะใภ้ในครอบครัวขยาย ทำให้ลูกสะใภ้เกิดความทุกข์ใจ อยากจะแยกตัวออกไปจากครอบครัว แต่ทำไม่ได้ จึงต้องหาทางออกด้วยการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาคิด ดังที่มารดาวัย 40 ปีเล่าว่า

“...เราเติบโตมากับครอบครัวที่พ่อแม่ตามใจ แล้วอยู่ ๆ ต้องมาเป็นลูกสะใภ้ ซึ่งเราก็ไม่รู้จักเขา อุปนิสัยจะเข้ากับเขาได้ไหม ก็มีปัญหาระหว่างแม่ผัวกับลูกสะใภ้ เราผิดอีกแล้ว ผู้ใหญ่ว่าเด็กต้องผิด แล้วเขารว่าเรา เราจะพูดติดต่อบเขาได้อย่างไร สีน้าต้องให้ตีด้วยนะ ทำเป็นแกล้งพูดอย่างนี้ไม่ได้ สามีตอนแรกก็ตี ตอนหลังก็มาทานเหล้า คนกลางลำบาก นี่ก็แม่ นี่ก็เมีย เราก็มองเห็นความทุกข์ทุกวัน ทุกข์ใจ เลยหาที่พึ่ง หาทางออกด้วยการปฏิบัติธรรม...” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 14)

2.1.2 ความต้องการความรู้ในการพัฒนาตนเอง การพัฒนาตนเองให้ดีขึ้นตามแนวพุทธศาสนาด้วยการพัฒนาคิดเพื่อการดำรงชีวิตที่ดีในครอบครัวและสังคมเป็นประโยชน์สุขในระดับหนึ่งของชีวิตมนุษย์ (พระธรรมปิฎก 2537: 7) ผู้ให้ข้อมูลหลักส่วนหนึ่งที่เข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาคิดเนื่องจากมีความต้องการความรู้ในการพัฒนาตนเองด้วยวิธีขอคำแนะนำและการหาตัวแบบให้พบคือ การเรียนรู้จากบุคคลอื่นที่มีทักษะดังกล่าว (Potter 1987: 50 อ้างในไพศาล ไกรสิทธิ์ 2541: 49)

มารดาวัย 48 ปี ได้กล่าวถึงการเข้าร่วมกิจกรรมเพราะต้องการได้รับคำแนะนำและแบบอย่างในการปฏิบัติที่ถูกต้องจากผู้รู้ ซึ่งตนเองเคยลองปฏิบัติเองโดยอาศัยความรู้จากหนังสือธรรมะแล้วสับสน ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“...เคยปฏิบัติด้วยตนเอง พอปฏิบัติแล้วรู้สึกว้าขาดคนแนะนำ เลยอยากได้คำแนะนำจากคนอื่นว่าที่ปฏิบัติมาด้วยตนเองถูกต้องไหม สิ่งที่เราทำ สิ่งที่เราคิดถูกต้องไหม เคยนั่งสมาธิแล้วสับสน กังวลลังเล นั่งจนสงบที่สุดแล้วจะไปไหนต่อ การไปปฏิบัติ ทำให้ได้สัมผัสเลยได้เห็นอาจารย์วิทยากร เขาปฏิบัติแบบไหน อย่างไร เราจะได้เดินตาม...” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 3)

เช่นเดียวกับมารดาวัย 43 ปี กล่าวในทำนองเดียวกัน โดยกล่าวว่า

"....เป็นประเภทชอบลอง จะมีแผนที่เขาใกล้พระ สวดมนต์ ปกติ ตัวเองจะไม่ได้ปฏิบัติ น่าจะลองไปดู อยากรู้ว่า 7 วันจะอยู่ได้ไหม เป็นอย่างไร น่าจะได้แนวทางอะไรดี ๆ ไปมาแล้วก็ดี...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 6)

การเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อพัฒนาตนเองให้มีความรู้และนำความรู้มาใช้ให้เป็นประโยชน์นอกจากต่อตนเองแล้ว ยังเป็นประโยชน์ต่อผู้อื่นในหน้าที่การงานอีกด้วย ดังคำบอกเล่าของมารดาวัย 47 ปีท่านหนึ่งที่มีอาชีพเป็นพยาบาลในโรงพยาบาลของรัฐที่มีนโยบายส่งเจ้าหน้าที่ทุกคนในโรงพยาบาลเข้าร่วมกิจกรรมที่เล่าว่า

"....ตัวเองมีความสนใจในเรื่องธรรมะพวกนี้อยู่แล้ว เลยเสนอตัวว่าอยากไปฝึกจิตในหลักสูตรนี้ ถ้าเราพูดอย่างนี้ ให้คนใช้ฝึกสติ แล้วเราไม่ต้องใช้ยา แล้วคนใช้นาย ดีไหม คือให้เข้าปฏิบัติธรรม แล้วจะได้รู้วิธีการพูดกับคนไข้ โดยให้เขาจัดการกับความทุกข์ได้...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 9)

2.1.3 ความประทับใจในหลักสูตร ผู้ให้ข้อมูลหลักได้เล่าถึงเหตุผลที่ทำให้เข้าร่วมกิจกรรมในหลักสูตรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุขอีก หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมครั้งแรก เนื่องจากมีความประทับใจและมีความคิดเห็นว่าหลักสูตรนี้เป็นหลักสูตรที่มีวิธีการและหลักการสอนที่ดี ดังคำบอกเล่าต่อไปนี้

"....หลักสูตรคุณแม่ดี ชอบหมด ชอบที่เขาสอนละเอียด สอนวิธีเดินจงกรม การนั่งสมาธิที่ถูกต้องเป็นอย่างไร อธิบายหลักธรรมง่าย ๆ ฟังแล้วเข้าใจ ท่านสอนไม่เหมือนกับพระที่เอาคำบาลีมาพูด ฟังแล้ว น่าปวดหัว ท่านใช้คำพูดแบบธรรมดา พูดแล้วเราเข้าใจ ไม่ต้องมานั่งแปลเหมือนที่พระเทศน์...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 2)

"....ชอบหลักสูตรที่เขา มีวิทยากรสอน คนที่เขาเข้าไปปฏิบัติต้องการ ชอบแนวทางปฏิบัติ คือ ไม่พูดกับใครเลย จะถามอะไรให้ถามกับผู้รู้...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 3)

"....เป็นหลักสูตรที่ดีมาก ไปแล้วประทับใจ เป็นพื้นฐานการปฏิบัติที่ถูกต้อง ไม่ให้คุยกัน ให้กำหนดอิริยาบถตลอด เวลาปฏิบัติแล้วเกิดสภาวะธรรม จะมีวิทยากรเข้ามาให้คำแนะนำเลย ตามดูตลอด ให้ความเข้าใจถูกกับเรา ใส่ใจเรา ทำให้เกิดความโล่งใจว่ามีคนคอยดูแลอยู่ เป็นแนวทางที่ถูกและละเอียดทุกเรื่อง นำมาใช้ในชีวิตประจำวันได้...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 5)

"....ชอบมาก มีระเบียบวินัย ส้ารวม ให้ตัดโลกภายนอกเลย สอนให้อดทน พากเพียร...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 7)

"....วิธีการสอนดี มีวิทยากรเยอะ วิทยากรชำนาญ มีอายุทั้งนั้นเลย เป็นหลักสูตรที่ให้ความรู้พื้นฐานดี คนที่เพิ่งเริ่ม เริ่มแบบนี้ดี เพราะคุณแม่สิริ จะสอนตั้งแต่เดินจงกรม

ระยะแรก ให้ทำซ้ำ ๆ จนจำได้ เราก็จะจำทำได้ เอาทำที่ถนัดที่สุดมาปฏิบัติต่อเอง....” (สัมภาษณ์ บิดา, ครอบครัวที่ 8)

“....เป็นหลักสูตรที่ดี มีวิธีการดีไม่ให้เราคุยกัน ทำให้เราปฏิบัติได้ก้าวหน้า เป็นระเบียบเรียบร้อยดี....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 9)

“....ขอให้หลักสูตรคุณแม่อสิริ ดีทุกอย่าง ดีมาก ๆ ชอบมาก ๆ เลย คุณแม่อสิริ ได้ให้อะไรเยอะมากเลย สอนให้เรามีสติในการทำอะไรแต่ละครั้ง มีสอนเรื่องบุญคุณพ่อแม่ด้วย เลยยิ่งชอบใหญ่” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 10)

“....เป็นหลักสูตรที่ดีมาก ส่งเสริมสถาบันครอบครัว ความรักในครอบครัว ความใกล้ชิดในครอบครัว เขาให้เราทำอะไรซ้ำ ๆ เพื่อเราจะได้ว่าเราทำอะไรอยู่ เหมือนทุกวันนี้ เราไม่รู้ว่าเราทำอะไรอยู่....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 12)

“....ดีหมด คุณแม่อสิริสอนให้รู้ตัวตนของเราเอง ดีไม่ได้อยู่ที่ตัวเราเอง วิทยากร สอนให้ทำอะไรก็ตามได้หมด เป็นหลักสูตรที่สอนเรื่องของชีวิตในครอบครัว มีพิธีพระในบ้าน ถ้าได้เข้าทั้งครอบครัว จะดี....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 13)

“....เป็นหลักสูตรที่ดีมาก ได้อะไรมาก ๆ วันที่ 3-4 ของหลักสูตร วิทยากรดูแล ผู้ปฏิบัติดีมาก วิทยากรแต่ละท่าน แต่ละวันที่สอน มีการบรรยายธรรม ทำให้เรารู้สึกว่าเข้าใจการปฏิบัติธรรมมากขึ้น การสอนเดินจงกรม นั่งสมาธิ จะค่อย ๆ ขยับเป็นขั้น ๆ ทำให้เข้าใจพื้นฐาน การปฏิบัติ....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 14)

2.2 เหตุุงใจในการส่งบุตรวัยรุ่นเข้าร่วมกิจกรรม

การวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักซึ่งเป็นบิดาหรือมารดาของเด็กวัยรุ่นถึงเหตุุงใจในการส่งบุตรวัยรุ่นเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน สามารถสรุปประเด็นเหตุุงใจได้ 3 ประเด็น ได้แก่

2.2.1 ความต้องการแก้ไขปัญหาของบุตรที่เป็นอยู่

2.2.2 ความต้องการป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้นแก่บุตร

2.2.3 ความต้องการพัฒนาบุตร

แต่ละประเด็นดังกล่าว มีรายละเอียดดังนี้

2.2.1 ความต้องการแก้ไขปัญหาของบุตรที่เป็นอยู่ ผู้ให้ข้อมูลหลักได้เล่าถึงเหตุุงใจที่ได้ส่งบุตรวัยรุ่นเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตในหลักสูตรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุขสำหรับเยาวชน เนื่องจากความต้องการแก้ไขปัญหาของบุตรที่เป็นอยู่ ปัญหาที่สำคัญแบ่งเป็น 2 ด้าน ประกอบด้วย

1) ปัญหาด้านอารมณ์ของบุตร อารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนาของบุตร ซึ่งอาจจะเกิดจากการได้แบบอย่างจากผู้ใหญ่ หรืออาจเกิดจากปัญหาความไม่เข้าใจกันในครอบครัว ทำให้เกิดความทุกข์ใจแก่บิดามารดา ดังกรณีของมารดาวัย 42 ปี ที่ต้องการแก้ไขปัญหาด้านอารมณ์ของบุตรชายวัยรุ่นที่มีนิสัยใจร้อนเหมือนแม่ โดยกล่าวว่า

“....ลูกชายเป็นคนสมาธิสั้น เป็นคนค่อนข้างก้าวร้าว อารมณ์เสีย น่าจะมาจากแม่ด้วย ใจร้อนเหมือนแม่ เราก็รู้ว่าถ้าสิ่งนี้ติดตัวลูกไป ลูกจะไม่มีความสุข และยิ่งลูกเป็นตั้งแต่เด็ก ลูกจะไม่มีความสุขในชีวิตที่เหลือ จึงคิดว่าทำอย่างไรให้ลูกใจเย็นลง ทำอย่างไรให้ลูกมีสิ่งยึดเหนี่ยวด้านจิตใจ ให้เขาได้รู้จักความสุขทางใจซึ่งไม่ใช่ความสุขที่เกิดจากวัตถุอย่างเดียว....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 12)

มารดาวัย 40 ปี อีกท่านหนึ่งที่มีบุตรคนเดียว ต้องการแก้ไขลูก เมื่อรู้ว่าลูกมีปัญหาไม่ส่งการบ้านหลายครั้ง จนคุณครูต้องโทรศัพท์มาแจ้งคุณแม่ จึงเกิดการทะเลาะกันรุนแรงระหว่างแม่ลูก เนื่องจากแม่คาดหวังในตัวลูกสาวมาก ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“....ลูกสาวเป็นเด็กที่ค่อนข้างใจร้อน ค่อนข้างเอี้ยว ๆ หน่อย เอาแต่ใจตัวเอง ไม่พอใจก็กระพริบกระพือด ไม่เรียบร้อย ไม่ละเอียดย แม่ก็จะเจ้ากี้เจ้าการ จ้าจี้จ้ำไชกับเขา หนูต้องเรียบร้อย หนูต้องเรียนเก่ง จนมีครั้งหนึ่ง ทะเลาะกับลูก แรงมาก ก็เลยมีความคิดที่จะหาสถานที่ฝึกสติ ฝึกความรอบคอบให้ลูก....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 11)

2) ปัญหาการใช้สื่อของบุตร การใช้สื่อในทางที่ไม่เหมาะสมของบุตรวัยรุ่น ในเวลารว่าง ก็เป็นปัญหาหนึ่งที่เกิดขึ้นกับวัยรุ่น ที่เป็นเหตุจูงใจของการส่งบุตรเข้าร่วมกิจกรรม ดังที่มารดาวัย 44 ปี เล่าถึงการใช้อินเตอร์เน็ตของบุตรชายวัยรุ่นว่า

“....ลูกชายคนเล็ก ครั้งแรกตอนอยู่มัธยมศึกษาปีที่ 2 ก็ไม่ค่อยยอมไป เขาติดเกม แม่ก็บอก ไปเถอะลูก จะได้มีอะไรดี ๆ ในชีวิต ไปอันนี้ดีกว่าเล่นเกม เล่นเกม เมื่อไรก็เล่นได้ ไปอันนี้ได้บุญเยอะ มีสติดีกว่า อยู่กับเกมไม่ดี เล่นเกมไม่มีอะไรดี....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 4)

ในทำนองเดียวกัน มารดาวัย 44 ปี กล่าวถึงผลของการดูโทรทัศน์มากเกินไปของบุตรสาววัยรุ่นว่า

“....เด็กวัยรุ่นสมัยนี้ ดูโทรทัศน์มาก อารมณ์ก็มีเยอะ ไม่เข้าใจเวลาพ่อแม่ดักเตือน น้อยอกน้อยใจ และที่ไปปฏิบัติ จะได้เข้าใจที่คุณยายสอน เวลาทำอะไร เหมือนพูดภาษาเดียวกัน ในครอบครัว เด็กเขาไม่เข้าใจ จะได้เข้าใจตรงกัน เขาก็ยังติดโทรทัศน์ ไปเข้ามา ลูกบอกรู้สึกอึดอัดมาก เขาจะติดสุข ก็บอกว่าลูกต้องอดทน เป็นการสร้างระเบียบวินัยของลูกเองด้วย....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 13)

2.2.2 ความต้องการป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้นแก่บุตร ความกังวลและเป็นห่วงเกี่ยวกับภัยต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นจากสภาวะแวดล้อมในสังคม ซึ่งจะมีผลกระทบต่อบุตรวัยรุ่น เช่น การคบเพื่อน ยาเสพติด ทำให้บิดาหรือมารดาจำนวนหนึ่งต้องการจัดประสบการณ์ทางกิจกรรมพุทธศาสนาแก่บุตรเพื่อป้องกันปัญหาที่อาจเกิดแก่จิตใจและพฤติกรรมของบุตรในอนาคต หรือหากมีปัญหากเกิดขึ้น บุตรก็จะมีแนวทางที่ถูกต้องในการแก้ไขปัญหานั้นได้ด้วยตนเอง ดังเช่น บิดาวัย 49 ปี ได้กล่าวถึงเหตุจูงใจในการส่งบุตรสาวเข้าร่วมกิจกรรม เพื่อเตรียมตัวบุตรให้สามารถแก้ไขปัญหากที่อาจเกิดขึ้นได้ ดังคำกล่าวที่ว่า

“...อยากให้ลูกได้สัมผัสตรงนี้ ให้เตรียมตัวไว้ เตรียมด้านจิตของเขา คือ ถ้าเขามีปัญหาในอนาคต วันหลังเขาจะได้รู้ว่า สิ่งที่จะแก้ปัญหากได้ยังมีทางนี้ ถ้าเขาไม่เคยผ่านทางนี้มาเลย วันหนึ่ง หากเขาประสบความล้มเหลว เขาจะคิดไม่ออกว่าเขามีทางออกทางใดบ้าง จึงอยากให้ลูกเข้าตั้งแต่วัยนี้ ให้เขาได้มีจุดยึดไว้ จะได้มีที่ยึด ผูกไว้จะดี จะแก้ปัญหากเขาได้...” (สัมภาษณ์บิดา, ครอบครัวที่ 8)

มารดาวัย 42 ปี ต้องการให้บุตรชายได้ใกล้ชิดศาสนา จะได้มีสิ่งยึดเหนี่ยวทางจิตใจ เป็นการป้องกันปัญหากของวัยรุ่น ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“...เด็กวัยรุ่นทุกวันนี้ ห่างไกลเรื่องจริยธรรม เรื่องศาสนา ถ้าให้เข้าวัดบิณฑนาสมาธิทำให้เกิดปัญญา เด็กจะมีความคิด จะได้แยกแยะออกว่าอะไรควร อะไรไม่ควร เรามีเครื่องยึดเหนี่ยวให้ลูกในเรื่องแบบนี้ เขาจะได้มีจิตใจอ่อนโยน เป็นการป้องกันปัญหากอื่น ๆ ของวัยรุ่น และเมื่อเขาโตเป็นผู้ใหญ่...” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 12)

มารดาวัย 50 ปี ที่ต้องการให้บุตรสามารถควบคุมตนเองได้หากต้องเผชิญปัญหากจากสภาวะแวดล้อมภายนอก ได้เล่าว่า

“...การส่งลูกเข้าร่วมกิจกรรม เนื่องจากต้องการสร้างสภาวะแวดล้อมภายในคือให้ภูมิคุ้มกันต้านแก่ลูก เพราะพ่อแม่ไม่สามารถที่จะติดตามเขาไปตลอดเวลา เขาจะต้องควบคุมตัวเขาเอง ควบคุมอารมณ์ของตัวเองได้ เขาจะต้องอดทนต่อสภาวะแวดล้อมที่เป็นสิ่งเร้าต่าง ๆ ได้ จึงอยากให้เขาได้เรียนรู้จากกิจกรรมนี้...” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 1)

ด้วยความเป็นห่วงเกี่ยวกับการคบเพื่อนของบุตรชาย มารดาวัย 49 ปี จึงป้องกันปัญหากด้วยการส่งบุตรเข้าร่วมกิจกรรม ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“...อยากให้ลูกได้ไปเข้าวัดบิณฑนา เขาจะได้ไม่หลงผิด ไม่ติดยาเสพติด จะไม่คิดอะไรที่ไม่ดี เขาจะได้มีสติ รู้ผิดชอบชั่วดี จะรู้จักคบเพื่อนที่ดี เราก็มเริ่มปล่อยเขา วางใจเขา ให้เขาช่วยตัวเอง แม้มักให้ในสิ่งที่ติดกับเขาแล้ว วัยรุ่นสมัยนี้มีปัญหากในการคบเพื่อนมาก เช่น ในหมู่บ้านนี้มี 3-4 คู่ ที่เด็กวัยรุ่นชายพาเด็กวัยรุ่นหญิงมาเป็นสะใภ้ให้พ่อแม่เลี้ยงดูและส่งเรียนหนังสือ พร้อมกับ

เลี้ยงหลาน ไม่เช่นนั้น เด็กวัยรุ่นชาย จะถูกข่มขืนพรากผู้เยาว์....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 2)
เช่นเดียวกับมารดาวัย 44 ปีที่เป็นห่วงเกี่ยวกับการคบเพื่อนของบุตรสาว กล่าวใน
ทำนองเดียวกันว่า

“....ในสังคมทุกวันนี้ ถ้าเขามีปัญหา เขาอาจจะใช้ส่วนนี้เป็นประโยชน์ โดยที่เขาอาจ
ไม่ยอมบอกเรา เพราะเดี๋ยวนี้เขาเริ่มโตแล้ว เด็กรุ่นนี้ เราอยากให้เขามีเกราะคุ้มกันในตัวของเขาเอง
เพราะเราไม่ได้อยู่กับเขาตลอด ไม่ได้คุ้มครองเขาตลอด ให้มีความคิดของตัวเอง จะได้รู้จักการ
คบเพื่อน การคบเพื่อนสำคัญมาก เพื่อนคนไหนน่าคบไม่น่าคบต้องพิจารณาเอาเอง ต่อไปหากเขา
ไปเจอเพื่อนที่ไม่ดี เขาจะได้สอนเพื่อน....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 13)

มารดาวัย 47 ปี อีกท่านหนึ่งที่ต้องการให้บุตรสาวสามารถจัดการกับความทุกข์
ได้เอง หากเกิดปัญหาขึ้นกับชีวิตของบุตรในอนาคต โดยเล่าว่า

“....ให้เด็กรู้จักแก้ปัญหาได้เอง ไม่ไปหลงตามกิเลส ไม่ใช่อกหัก ผูกคอตาย สอบไม่ได้
ไปโดดตึก เขาจะรู้วิธีจัดการกับความทุกข์ว่า จะแก้ไขอย่างไร เขาจะไม่มีความเป็นไร อยู่ด้วยกันไม่ได้ก็
เลิก ก็ไม่ต้องอยู่ ให้เห็นว่ามันเป็นธรรมดา ไม่ต้องยึดติดอะไรมาก ไม่ใช่ไปเอาชีวิตคนอื่นมาผูกกับเรา
เกิดแม่ตาย ลูกก็ต้องอยู่ให้ได้ ช่วยเหลือตัวเองให้ได้มากที่สุด....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 9)

2.2.3 ความต้องการพัฒนามิตร ครอบครัวหรือบิดามารดามีบทบาทสำคัญ

อย่างยิ่งในการพัฒนามิตรวัยรุ่นให้มีพัฒนาการและพฤติกรรมที่พึงประสงค์ การชักชวนบุตรให้เข้า
ร่วมกิจกรรมทางพุทธศาสนาเป็นการส่งเสริมให้บุตรวัยรุ่นได้รับการเรียนรู้และใช้เวลาว่างให้เป็น
ประโยชน์ บิดามารดาส่วนหนึ่งที่ส่งบุตรวัยรุ่นเข้าร่วมกิจกรรมเนื่องจากมีความต้องการพัฒนามิตร
ในด้านต่าง ๆ ดังเช่น

มารดาวัย 43 ปีได้เล่าถึงเหตุผลในการส่งบุตรชายวัยรุ่นเข้าร่วมกิจกรรม เพราะ
อยากให้บุตรมีสมาธิมากขึ้นในชีวิตประจำวันและการเรียน ดังคำกล่าวที่ว่า

“....อยากให้ลูกเข้า เพราะจะทำให้มีสมาธิ อยากให้ลูกมีสมาธิในการเรียน และ
ให้เขาอยู่เงียบ ๆ ได้ อยู่เงียบ ๆ เป็น จะได้อยู่คนเดียวเป็น ทำอะไรคนเดียวได้และมีความสุข ไม่ใช่
อยู่คนเดียวแล้วเหงา....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 6)

ความต้องการพัฒนาให้บุตรมีพฤติกรรมจริยธรรมที่ดี ก็เป็นอีกเหตุผลหนึ่งที่ทำให้
มารดาวัย 49 ปีส่งบุตรชายเข้าร่วมกิจกรรม ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“....ให้ลูกไปตรงนี้ จะได้รับบุญคุณโทษว่าเป็นอย่างไร ให้เขามีศีลมีธรรมบ้าง
จะได้กลัวต่อบาป....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 7)

มารดาวัย 42 ปีอีกท่านหนึ่ง อยากให้บุตรชายวัยรุ่นเข้าร่วมกิจกรรม เพราะ
ต้องการปลูกฝังจิตใจให้บุตรเป็นเด็กดี มีความกตัญญู และให้มีสติในการคิด การกระทำ โดย

เล่าว่า

“....ที่ตั้งใจให้ลูกไป คือ ให้เขารู้จักคุณแม่ เพราะสิ่งที่เราไปมาแล้ว เรานึกถึงพ่อแม่คนแรกเลย ให้เขารักพ่อแม่ เด็กจะเป็นเด็กดีได้ ถ้ารู้จัก รักพ่อแม่ เขาจะทำอะไรแต่ละครั้ง เขาจะได้ปรึกษาพ่อแม่ ช่วงนี้เป็นวัยที่เขากำลังเจริญเติบโต ลูกจะได้มีสติในการคิด มีสติในการตัดสินใจทำอะไรแต่ละครั้ง ผิดถูกก็แล้วแต่ อยากให้สติกับลูกตรงนั้น ปลุกฝังธรรมะให้กับเขา เอาธรรมะยึดเขาดีที่สุด....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 10)

ความต้องการพัฒนาให้บุตรมีความรู้เกี่ยวกับธรรมะในพระพุทธศาสนาตั้งแต่ยังเล็ก ทำให้มารดาวัย 40 ปี ส่งบุตรเข้าร่วมกิจกรรมตั้งแต่อยู่ชั้น ป.4 ดังคำกล่าวที่ว่า

“....เด็ก ๆ ยังสะอาดใส ไม่มีอะไรสกปรกมอม จะต้องได้มากกว่าเรา เขาจะฟังธรรมจะจดจำได้มากกว่าผู้ใหญ่ ก็เลยสมัครให้ลูกเข้าตั้งแต่เด็ก บอกลูกต้องไปทุกครั้งนะ ไปฟังธรรมจำมาให้แม่ ไม่ได้อะไรก็แล้วแต่ จำที่วิทยากรเขาสอนมาเล่าให้แม่ฟัง....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 14)

2.3 เหตุจูงใจของบุตรวัยรุ่นในการเข้าร่วมกิจกรรม

การวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักถึงเหตุจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัยรุ่น สามารถสรุปประเด็นเหตุจูงใจของบุตรวัยรุ่นในการเข้าร่วมกิจกรรมได้ 2 ประเด็น ได้แก่

2.3.1 การให้รางวัลของบิดาหรือมารดา

2.3.2 ความต้องการเข้ากลุ่มกับเพื่อน

แต่ละประเด็นดังกล่าว มีรายละเอียดดังนี้

2.3.1 การให้รางวัลของบิดาหรือมารดา พบว่าในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งแรก

ของเด็กวัยรุ่นทุกครอบครัวเป็นการทำตามที่บิดามารดาประสงค์ บิดามารดานอกจากจะเป็นแบบอย่างที่ดีของบุตรในการเข้าร่วมกิจกรรมทางพุทธศาสนาแล้ว ยังเป็นผู้จัดประสบการณ์ทางกิจกรรมพุทธศาสนาแก่บุตรด้วยการสมัครให้บุตรวัยรุ่นได้เข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตโดยชี้แนะให้วัยรุ่นได้ทราบถึงประโยชน์ของการเข้าร่วมกิจกรรม ในการสมัครให้บุตรเข้าร่วมกิจกรรมครั้งแรกพบว่า บิดามารดาหลายท่านได้ให้การจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมแก่บุตรด้วยการให้รางวัลแก่บุตรเป็นเงินหรือสิ่งของ ซึ่งเป็นการจูงใจอย่างหนึ่งในการปลุกฝังพฤติกรรมจริยธรรมแก่เด็กวัยรุ่น (ทวิ ศันสนียพันธุ์ 2539) ดังกรณีของมารดาวัย 50 ปีที่ให้รางวัลแก่บุตรชายวัยรุ่นในการไปเข้าร่วมกิจกรรม โดยเล่าว่า

“....การไปเข้าวัดบิณฑบาตของลูกกระยะแรก ๆ เหมือนการให้รางวัล ถ้าเขาไปก็จะให้รางวัลเขาไป สำหรับลูกชายคนเล็ก ครั้งแรกให้เกมเพราะเขาอยากได้เกม ครั้งหลังให้เงินไป 1,000 บาท ลูกจะทำบุญเท่าไรก็ได้ ที่เหลือ แม่ให้เก็บไว้เป็นรางวัล....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 1)

มารดาวัย 43 ปี ให้รางวัลแก่บุตรโดยการฝากเงินเข้าบัญชีบุตรวัยรุ่นในการที่บุตรเข้าร่วมกิจกรรมครั้งแรก ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“....กลับจากปฏิบัติ ก็สมัครให้ลูกเลย ให้เขาเข้า ครั้งแรกเขาก็ไม่ยอมไปต้องบังคับ จ้างด้วย เอาเงินเข้าบัญชี 10,000 บาท เขาก็แข็ง ๆ แม่เหมือนกัน แต่เขาก็ร่วมมือดี เขาก็เข้า ครั้งที่ 2 เขาก็อยากไปนะ....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 6)

มารดาวัย 49 ปี กล่าวถึงการให้รางวัลบุตรในการไปเข้าร่วมกิจกรรมในทำนองเดียวกันว่า

“....ครั้งแรก เขาไม่ยอมไป ต้องบังคับ และแลกเปลี่ยนกัน อยากได้อะไร ให้ไปตรงนี้ก่อน จึงจะให้ ให้รางวัลเขา ชื้อของให้ ชื้อกระเป่าให้ ชื้อนาฬิกาให้ ครั้งที่ 2 บอกเขาว่า ต้องไปทุกปีนะ คุยกันไว้แบบนี้ เขาเลยมีความรู้สึกว่าเขาต้องไปทุกปี ปีละ 1 ครั้ง กลับจากวัดบิณฑบาตก็ให้เงินไปซื้อเสื้อ....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 7)

2.3.2 ความต้องการเข้ากลุ่มกับเพื่อน วัยรุ่นจะเป็นวัยที่มีความต้องการรวมกลุ่มกับเพื่อนหรือพวกพ้อง บิดามารดาบางท่านจึงได้จัดให้บุตรมีเพื่อนร่วมกิจกรรมโดยชักชวนบุตรของญาติพี่น้องหรือบุตรของเพื่อนไปด้วยในการสมัครให้บุตรเข้าร่วมกิจกรรมครั้งแรก ดังคำบอกเล่าของบิดาวัย 49 ปี

“....สมัครให้ลูกเอง เพราะส่วนใหญ่ญาติไป คือ หลาน ๆ ผมเข้ากันหมด เวลาไปก็จะเจอพี่น้องกันทั้งนั้น เพราะพี่น้องจะอยู่ทางจังหวัดอื่น ๆ เช่น ชลบุรี จะมาเจอกันที่วัดพอตีพอมีหลักสูตรจัด ก็จะไปกัน มีพี่น้องเป็นรุ่น ๆ เข้ากันไปไม่ได้ไปคนเดียว ก็ไปด้วยกัน...” (สัมภาษณ์บิดา, ครอบครัวที่ 8)

มารดาวัย 40 ปี ที่จัดให้บุตรเข้าร่วมกิจกรรมตั้งแต่เล็ก ได้เล่าว่า

“....สมัครให้ลูกเข้าตั้งแต่เด็ก เอาลูกของเสมียนไปด้วย ลูกเสมียนก็ไปกับลูกเรา ทุกรอบเพราะอายุไล่เลี่ยกัน นอกจากนี้ ยังชวนลูกหลานของพี่น้องมาเข้าหมดเลยคือเริ่มจากลูกเราก่อน....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 14)

วัยรุ่นชายวัย 16 ปี ได้เล่าว่า เข้าร่วมกิจกรรมเพราะมีแรงจูงใจคือ มีญาติไปเข้าร่วมกิจกรรมด้วยกัน ดังคำกล่าวที่ว่า

“....ตอนคุณแม่บังคับให้เข้า คิดว่าคงน่าเบื่อ แต่เผอิญมีญาติไปด้วย เลยมีเพื่อนไม่ยอมไปคนเดียว ก็เลยลองไปก็ได้....” (สัมภาษณ์วัยรุ่นชาย, ครอบครัวที่ 10)

ความต้องการพบเพื่อนใหม่ต่างโรงเรียนที่เคยเข้าร่วมกิจกรรมด้วยกันในครั้งแรก ก็เป็นเหตุจูงใจทำให้วัยรุ่นหลายท่านอยากเข้าร่วมกิจกรรมอีกในครั้งต่อไป ดังคำบอกเล่าของ วัยรุ่นหญิงวัย 15 ปีที่เล่าว่า

“....ครั้งที่ 2 หนูเป็นคนบอกให้คุณแม่สมัครให้หนูเอง เพราะนัดกับเพื่อนที่ไปครั้งแรก 5 คน ไว้ว่าจะไปเจอกัน....” (สัมภาษณ์วัยรุ่นหญิง, ครอบครัวที่ 11)

วัยรุ่นชายวัย 14 ปี อยากเข้าร่วมกิจกรรมอีกเพราะต้องการพบเพื่อนที่ได้พบในการ เข้าร่วมกิจกรรมครั้งแรก ดังคำกล่าวที่ว่า

“....เข้าครั้งที่ 2 เพราะอยากเจอเพื่อนอีก ครั้งแรกไปมาได้เพื่อนใหม่ 7 คน....” (สัมภาษณ์วัยรุ่นชาย, ครอบครัวที่ 7)

วัยรุ่นชายวัย 14 ปี ก็เช่นกันที่เข้าร่วมกิจกรรมในครั้งต่อไปเพราะอยากพบเพื่อนที่ ติดต่อกันทางอินเทอร์เน็ตหลังจากเข้าร่วมกิจกรรมครั้งแรก ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“....ครั้งแรกไม่ออกไป ไม่มีเพื่อน แต่ครั้งหลัง ก็ออกไป มีเพื่อน ที่รู้จัก ก็เข้าอีก อยากไปเจอเพื่อน....” (สัมภาษณ์วัยรุ่นชาย, ครอบครัวที่ 6)

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่น ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดยแบ่งผลการวิเคราะห์เป็น 3 กลุ่ม คือ การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของบิดาหรือมารดา การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของบุตรวัยรุ่น และการเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพในครอบครัว

3.1 การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของบิดาหรือมารดา ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เป็นบิดามารดา ของเด็กวัยรุ่น ได้เล่าถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นต่อตนเองหลังจากการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งสามารถสรุปประเด็นการเปลี่ยนแปลงได้ 5 ประเด็น ได้แก่

- 3.1.1 การเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพกาย
- 3.1.2 การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์-จิตใจ
- 3.1.3 การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา
- 3.1.4 การเปลี่ยนแปลงด้านจริยธรรม
- 3.1.5 การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม

แต่ละประเด็นดังกล่าว มีรายละเอียดดังนี้

3.1.1 การเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพกาย ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ผู้ให้ข้อมูลหลัก 2 ท่าน ได้เล่าให้ฟังเกี่ยวกับสุขภาพกายของตนเองที่มีอาการดีขึ้นอย่างน่าแปลกใจ ทำให้เกิดความศรัทธาในวิปัสสนากรรมฐานเป็นอย่างมาก ได้นำความรู้ไปปฏิบัติด้วยตนเองต่อบ้านหลังจากกลับจากกิจกรรมครั้งแรก และได้เข้าร่วมกิจกรรมในหลักสูตรนี้อีกหลายครั้ง ดังกรณีของมารดาวัย 44 ปี ที่ป่วยเป็นโรคมะเร็ง และสุขภาพดีขึ้นเป็นปกติภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ดังคำกล่าวที่ว่า

"...เข้าไปครั้งแรก กลับมาก็ดี กลับมาแล้วไปตรวจที่โรงพยาบาลรามาธิบดี ก่อนมะเร็งเล็กลง ปฏิบัติแล้ว สุขภาพดี อะไร ๆ ก็ดี ทำให้อยู่ได้จนถึงทุกวันนี้ ตอนนี้ สุขภาพปกติ ไม่ต้องตรวจแล้ว ไม่มีอะไร ถ้าไม่ได้ปฏิบัติ ป่านีคงไม่อยู่แล้ว..." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 4)

กรณีของมารดาวัย 46 ปี ก็เช่นกัน ที่มีสุขภาพดีขึ้นหลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมครั้งแรก อาการป่วยที่เป็นอยู่ได้หายไปก่อนวันสิ้นสุดการปฏิบัติธรรม ดังคำบอกเล่าที่ว่า

"...วันที่ 1-3 ใสมาก ใสมากกว่าเดิม กระดูกก็ปวดมาก อยากหนีกลับบ้าน เหมือนกัน พอวันที่ 5 คุณแม่สิริ บอกว่า ลูก ๆ สงสารคนที่เขาไอนะ ได้ยินแล้วอย่าเบื่อ ให้กำหนดว่า ยินยอม แล้วแม่เมตตาให้เขานะ วันนั้น ไอบบสสุด ๆ แรง ๆ พอถึงตอนเย็นแล้วหายไอละ พอวันที่ 6-7 อาการตัวเหลือง เล็บเหลือง หายไปเลย ไม่รู้ว่าไปปฏิบัติแล้วจะรักษาโรคได้ ถ้าไม่เจอกับตัวเองก็คงไม่เชื่อ..." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 5)

3.1.2 การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์-จิตใจ ผู้ให้ข้อมูลหลักทุกท่าน พบว่าตนเองเกิดการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์และจิตใจที่ดีขึ้นภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ทำให้พฤติกรรมที่แสดงออกต่อคนใกล้ชิดดีขึ้น การเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นแบ่งเป็น 2 ด้าน ประกอบด้วย

1) การควบคุมอารมณ์ ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เข้าร่วมกิจกรรมด้วยเหตุจริงใจเพื่อต้องการแก้ไขอารมณ์ของตนเอง ได้พบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ตนเองสามารถที่จะควบคุมอารมณ์ดังกล่าวได้ ดังกรณีของมารดาวัย 50 ปี ที่เข้าร่วมกิจกรรมเนื่องจากมีความต้องการลดอารมณ์โกรธที่รุนแรงลง ได้เล่าว่า

"...จากการเป็นคนที่มีอารมณ์มาก เราเริ่มควบคุม EQ ควบคุมอารมณ์ของเราได้ โกรธน้อยลง มีสติทัน ทำให้ไม่โมโหหรือโกรธเหมือนสมัยก่อน..." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 1)

มารดาวัย 50 ปี ท่านเดิม ยังกล่าวถึงอารมณ์อื่นที่เกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นเช่นกัน ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ดังคำบอกเล่าที่ว่า

"....การเปลี่ยนแปลงตัวเองจากการพัฒนาจิตอีกอย่างหนึ่ง คือ แก้ไขเรื่องความกลัว จากการเป็นคนทีกลัวมาก ได้ใช้วิปัสสนาแก้ไข สู้กับความกลัว เริ่มทำสติ วิธีที่จะจัดการกับตัวเองทำให้ความกลัวลดน้อยลงไป ประมาณ 2 ปี จนสามารถที่จะยืนต่อหน้าเวที สามารถที่จะพูดหรือบรรยายให้ใครฟังได้...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 1)

มารดาวัย 44 ปี ที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมเพราะมีปัญหาด้านอารมณ์โกรธ เมื่อได้เข้าไป ก็รู้ว่าอารมณ์โกรธเป็นสิ่งที่ไม่ดี ต้องลดให้มากที่สุด ได้เล็งถึงการเปลี่ยนแปลงของตนเองว่า

"....มีสติเพิ่มขึ้น จะหายโกรธเร็วขึ้น เมื่อก่อน จะยาวนานกว่าจะหายโกรธ แต่นี้แป๊บหนึ่ง เราได้แล้ว เราก็จะหายเร็ว...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 13)

ผู้ให้ข้อมูลหลักหลายท่านที่มีจิตใจเยือกเย็นลง ภายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรม จากเดิมที่เป็นคนใจร้อนและแสดงพฤติกรรมที่ผู้ให้ข้อมูลหลักรู้สึกว่าจะไม่สมควรก่อนเข้าร่วมกิจกรรม ดังเช่น มารดาวัย 48 ปี เล่าถึงอารมณ์และพฤติกรรมการพูดของตนเองที่เปลี่ยนแปลงไป โดยเล่าว่า

"....ควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น จิตใจจะหงุดหงิดน้อยลง ใครทำให้โกรธจะเงียบนิ่ง เมื่อก่อนเป็นคนว่าคนแรง ใครทำอะไรผิด ทำพลาดมา จะพูดจาแรง เดียวนี้ก็น้อยลง จะไม่กล้าพูดแรง เหมือนได้คิดว่าเดี๋ยวเขาเสียใจเหมือนเรา ถ้าใครมาพูดแรง เราจะเสียใจใหม่...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 3)

กรณีของมารดาวัย 47 ปี ก็เช่นกัน ที่กล่าวถึงพฤติกรรมที่แสดงออกต่อสามี เนื่องจากอารมณ์ของตนเอง ดังคำบอกเล่าที่ว่า

"....เรื่องจิตใจ ใจเย็นลงมาก ตามดูใจตัวเองได้มากขึ้น ดีขึ้น เมื่อก่อนใจร้อน ออกทางวาจา เผลอ ๆ ทางกาย กระแทก กระชก จับไฉนนั้น โครม ๆ ปิดประตูโครมคราม ก็ลดลง จากออกไปกายกรรม ก็มาเหลือวจีกรรม เดียวนี้คงจะเหลือแค่มนกรรม เหลือแค่คิด แต่ไม่ออกเป็นวาจาแล้ว กับแฟนนะนี้ ที่พูดนี้กับแฟนคนเดียวเลยนะ...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 9)

การควบคุมอารมณ์ไม่ได้ อารมณ์หงุดหงิดใส่คนใกล้ชิด ทำให้มารดาวัย 42 ปี ท่านหนึ่ง เกิดความเสียใจเมื่อรู้ตัวถึงพฤติกรรมที่ได้ทำลงไป และภายหลังจากเข้าร่วมกิจกรรม เกิดการเปลี่ยนแปลงในอารมณ์ดังกล่าว โดยเล่าว่า

"....รู้สึกดีมาก มีความสุข จิตจะนิ่ง เยือกเย็นขึ้น เมื่อก่อนจะอารมณ์เสียใส่คนใกล้ชิด เช่น ลูก สามี และเพื่อนที่เราสนิท อารมณ์แรง ทำไม่ดีกับเขา พอโมโหบิบ พูดเลย ใช้คำรุนแรงว่าเลย ตวาดด่าเลย พอรู้ตัวว่าแรง ก็ารู้สึกผิดและเสียใจทุกครั้ง ก็จะไปบอกเขาว่า เสียใจ บางครั้งร้องไห้เราขอโทษนะ เดียวนี้ไม่ค่อยมีอาการหงุดหงิดหรืออารมณ์เสีย สามีบอกว่า เราดีขึ้น นิ่ง ๆ ไม่ไว้วายเหมือนเมื่อก่อน ใจเย็นลง...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 12)

บิดาวัย 49 ปี ได้เล่าถึงสภาพจิตใจที่เปลี่ยนแปลงไป ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยเล่าว่า

"....ใจเย็นลง เมื่อก่อนใจร้อน เช่น หากต้องรอคอยอะไรนาน ๆ จะหงุดหงิด จะเดินตลอดเลย เดียวนี้ รอที่ไหนก็รอได้ ผมรู้ว่าผมจะทำอะไรช่วงรอคอย จะนานแค่ไหน ผมจะไม่มีอาการเลยนะ เพราะผมจะกำหนดไปเรื่อย ๆ ผมถือว่าเวลาตรงนี้ เป็นเวลาที่ไม่ใช่เวลาเบื่อ เป็นเวลาที่ผมจะได้อะไรจากการกำหนด และผมจะไม่เบื่อ กำหนดชำนาญแล้ว...." (สัมภาษณ์บิดา, ครอบครัวที่ 8)

บิดาวัย 49 ปี ท่านเดิมยังกล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงในอารมณ์เครียดของตนเอง จากการแข่งขันในตำแหน่งหน้าที่การงานซึ่งลดลงภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ดังคำบอกเล่าที่ว่า

"...เมื่อก่อนเครียด บีบรัดมากเรื่องงาน เป้าปล่อยสินเชื่อไม่เข้า เดียวนี้ไม่ค่อยเครียดแล้ว ผมมีนิสัยเป็นคนจริงจังกับงาน ต้องให้ได้ ต้องทำ เดียวนี้ เบาลง หลังจากปฏิบัติ ไม่งั้นเราอยากได้ เป็นความโลภ หากเราไม่ฝึก เราจะรู้สึกเมื่อเพื่อนแซงหน้าเรา เมื่อเราปฏิบัติ เราจะรู้ว่าเป็นเรื่องทางโลก หากเราทำงานเต็มที่แล้ว เป้าไม่ได้ เราก็ไม่ไปกระพือเกี่ยวกับการเลื่อนตำแหน่ง...." (สัมภาษณ์บิดา, ครอบครัวที่ 8)

มารดาวัย 47 ปี อีกท่านหนึ่ง ได้เล่าถึงอารมณ์เครียดซึ่งลดลงภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยเล่าว่า

"....ช่วยเรื่องเครียดได้มาก เมื่อก่อน จะคิดย้ำ ๆ อยู่เรื่องนั้น ยิ่งเครียดใหญ่ ใครทำเรา เราทำใคร ก็ไม่จบ เดียวนี้ รู้ว่าความเครียดเป็นอกุศล ก็แผ่เมตตาให้เขา ความเครียดจะดับไปในที่สุด เมื่อก่อนจะเครียดเรื่องงานว่า วันหนึ่งต้องได้เท่านั้น เท่านั้น ต้องสำเร็จเท่านั้น เดียวนี้ เรามีหน้าที่ทำของเราให้ดีที่สุด เป้าหมายไม่ถึงก็ไม่เป็นไร ไม่ใช่ไม่ทำอะไร ก็ไม่เครียด ทำให้ดีที่สุด...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 5)

มารดาวัย 47 ปี ได้เล่าถึงการที่ตนเองเป็นคนเครียดง่าย ทำให้เป็นลมพิษบ่อย ต้องทานยาประจำ วันละ 1 เม็ด ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม อารมณ์เครียดลดลง ทำให้อาการของลมพิษน้อยลง ดังคำกล่าวที่ว่า

"....เมื่อก่อน ชอบเป็นลมพิษ เครียดง่าย เนื่องจากคนอื่นทำไม่ได้ดังใจเราเลย เราอยากทำอะไรตั้งหลาย ๆ อย่าง มาถึงบ้านรก ใช้น้ำ ใช้น้ำมัน อย่างเงิ่น อย่างจี้ บางทีปัญหาเรื่องการเงินบ้าง เดียวนี้ปล่อยวางได้ทุกอย่าง ไม่เครียด พอนั่งสมาธิ ก็ไม่ต้องกินยาแล้ว เป็นน้อยลง ถ้าเป็นก็ไม่ได้กินยา เมื่อก่อนขึ้นคันทั้งตัว ตอนนี้แทบไม่เป็นแล้วละ...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 9)

2) การควบคุมความคิด ความคิด คือ การปรุงแต่งทางจิต การปรุงแต่งทางใจ (พระมหาภูติชัย วชิรเมธี 2549: 70) ความคิดเป็นพื้นฐานของการพูด การกระทำ หากคิดดี การพูดก็จะดี การกระทำก็จะดี การคิดดี คิดชอบ คิดถูกต้องและแยบคายเกิดจากกุศลจิตที่ได้ฝึกหัดอบรมดีแล้ว ผู้ให้ข้อมูลหลักหลายท่านที่ได้เล่าถึงการสามารถควบคุมความคิดที่ดีขึ้นภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ดังกรณีของมารดาวัย 44 ปี ที่เล่าว่า ตนเองมีสติมากขึ้น เมื่อเกิดความคิดขึ้น จะรู้ตัวได้เร็วขึ้นว่าเป็นความคิดที่ดีหรือไม่ดี ทำให้จิตใจไม่ฟุ้งซ่าน ดังคำกล่าว

“....ได้มีสติมากขึ้น อะไรมากระทบ ก็กำหนดได้ทัน เมื่อก่อน ไม่เคยทัน อะไรเห็น ก็ผ่านเลยไป เดียวนี้กำหนดได้หลายอย่างขึ้น คิดกุศล หรือคิดอกุศล เมื่อก่อนจะคิดเลยไป ไม่รู้เรื่องเลย ไม่รู้คิดอะไร เดียวนี้ พอคิดแล้ว รู้จักบอกตัวเองว่า ให้หยุดคิด ก็จะไม่คิดเรื่องโน้น เรื่องนี้ ทำให้ไม่ฟุ้งซ่าน เราก็อยู่แต่ในธรรมะของเรา....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 4)

การมีความคิดที่ถูกต้อง ทำให้ลดความทุกข์ใจจากความคิดผิดที่เคยเป็นก่อน การเข้าร่วมกิจกรรม ดังคำบอกเล่าของมารดาวัย 49 ปี

“...การมีสติ นำมาใช้ลดความทุกข์ พอเราทุกข์ เราก็รู้ว่าอันนี้ทุกข์ กำหนดสติ ให้มากขึ้น จะได้ไม่ต้องคิดถึงเรื่องความทุกข์ มีเรื่องร้าย ๆ เข้ามา เมื่อก่อนฟุ้งฟาย เสียใจเยอะ เดียวนี้มีสติคิดออก เป็นอย่างนี้นะ บางทีคิดเป็นกรรมของเขา เขาจึงเป็นอย่างนั้น เสียใจไปกับเขาก็ไม่มีประโยชน์....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 2)

การควบคุมความคิดได้ ไม่คิดถึงอดีต อนาคต อยู่กับปัจจุบัน ทำให้เกิดความคลายกังวลและมีผลต่อการนอนหลับของมารดาวัย 40 ปี ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“....ทำกิจวัตรประจำวันก็กำหนดไป อันไหนหลุด ก็เผลอหนอ ที่คุณแม่วิธีสอน พยายามทำให้อยู่กับปัจจุบันตลอดเวลา มีคนมาซื้อของ เราก็เห็นหนอ หยิบเงิน รู้ตัวอยู่ ทานข้าว ก็กำหนด อยู่กับปัจจุบัน อนาคต อดีต ไม่เอามาคิด ทำให้ปล่อยวางได้เยอะ ทำให้จิตใจพัฒนามาก นอนหลับสบาย ไม่มีกังวล ตัดกังวลได้....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 14)

การเข้าร่วมกิจกรรมทำให้แยกแยะว่าความคิดนี้กุศลหรือ อกุศล ทำให้เกิดการพูดและทำอย่างมีสติ ดังที่มารดาวัย 46 ปี เล่าว่า

“....การปฏิบัติ ทำให้เราคิด พูด ทำ อย่างมีเหตุผล แยกแยะว่า นี่คือ กุศล อกุศล อันนี้ดี ควรทำ อันนี้ไม่ดี ไม่ควรทำ ทั้งคิด พูด ทำ อย่างมีสติ สติกับปัญญาจะเร็วมาก เมื่อเราฝึกมาก ๆ แค่ว่าบ๊วยเดียว ขณะปัจจุบัน เราก็แยกได้ถูกแล้วว่ากุศลหรืออกุศล ควรทำ ไม่ควรทำ....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 5)

3.1.3 การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา ผู้ให้ข้อมูลหลักเกิดการเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญาภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ทำให้มีสติปัญญาดีขึ้นในด้านการศึกษาเล่าเรียน การอ่านและการฟังธรรมะ ดังกรณีมารดาวัย 50 ปี ที่เล่าว่า

“....เมื่อก่อนเป็นคนที่ไม่ชอบอ่านหนังสือ ก็เปลี่ยนไป ทำให้สามารถเรียนปริญาโทได้ เมื่อ 7 ปีที่แล้ว และด้วยความตั้งใจว่าต่อไปเราจะไปสอนด้านพุทธศาสนา ก็ทำให้สามารถสอบเรียนต่อปริญาเอกที่มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ได้....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 1)

มารดาวัย 43 ปี อ่านหนังสือธรรมะได้มากขึ้นและเข้าใจในเรื่องพระพุทธศาสนา มากขึ้น ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“....หลัง ๆ มา อ่านหนังสือเกี่ยวกับธรรมะได้มากขึ้น เมื่อก่อน ไม่ค่อยได้อ่าน เดี๋ยวนี้แบ่งหนังสือธรรมะให้ลูกน้องอ่านด้วย หา CD ธรรมะ มาดู มาฟัง ทำให้เข้าใจในเรื่อง พุทธศาสนามากขึ้น....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 6)

มารดาวัย 47 ปี อีกท่านหนึ่ง ได้เล่าถึงการที่ตนเองฟังธรรมะที่ยากแล้วเข้าใจ จากที่เคยฟังแล้วหลับหรือไม่เข้าใจ โดยเล่าว่า

“....เมื่อก่อนไม่ชอบฟังธรรมะ ฟังแล้วหลับ ฟังแล้วไม่เข้าใจ พอปฏิบัติเรื่อย ๆ กลายเป็นคนที่ชอบฟังธรรมะ รับธรรมะได้มากขึ้น ฟังธรรมะของคุณแม่สิริ ฟังธรรมะทั่วไปของพระอาจารย์ต่าง ๆ ที่แรกเหมือนฟังแล้วให้สภาพจิตของตัวเองมีความสุขเท่านั้น แต่ต่อมาฟังแล้วเข้าใจ ชอบฟังเรื่องจิต เจตสิก รูป นิพพาน อยากฟัง ฟังแล้วเข้าใจด้วย....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 5)

3.1.4 การเปลี่ยนแปลงด้านจริยธรรม ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ผู้ให้ข้อมูลหลักได้เล่าถึงการเปลี่ยนแปลงด้านจริยธรรมของตนเอง คือ การทำตนเป็นประโยชน์ต่อผู้อื่นมากขึ้น ดังกรณีของมารดาวัย 50 ปี ที่เล่าว่า

“....เคยไปช่วยสอนเพื่อนที่เป็นคนเจ้าอารมณ์มาก โดยนำความรู้จากที่คุณแม่สิริสอนมาแนะนำพื้นฐานให้เขา แล้วให้เขาไปเรียนรู้ต่อที่วัด และเคยจัดหลักสูตร 1 วัน สอนเพื่อนประมาณ 10 คน ให้เดินจงกรม นั่งสมาธิช่วงเช้า บรรยายธรรมช่วงบ่าย ทำให้อยากสอนวิปัสสนาแก่เด็กมาก จึงเรียนต่อด้านพระพุทธศาสนา” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 1)

มารดาวัย 47 ปี ได้เล่าถึงการมีความสุขจากการที่ได้ช่วยเหลือเพื่อนในยามที่เพื่อนมีความทุกข์หนักคิดฆ่าตัวตายโดยการให้ธรรมะ ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“....เคยมีเพื่อนมาปรึกษาอยากฆ่าตัวตาย ขาดเงินเพราะเศรษฐกิจล่ม ไม่มีใช้จ่าย กลุ้มใจ เราก็มีสติ หาอุบายให้เขาอดทนเพราะให้เขา เพราะเครื่องวิทยุเทปเขาดี จนเขาได้ฟังและสนใจธรรมะเอง เขาเลยเปลี่ยนความคิดเลิกฆ่าตัวตาย มาแก้ปัญหาโดยการให้ธรรมะในที่สุด....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 5)

มารดาวัย 47 ปี ท่านเดิมยังกล่าวถึงการได้ทำตัวเป็นประโยชน์ด้วยการช่วยสอน
ผู้สูงอายุที่มาปฏิบัติธรรมที่วัดใกล้บ้าน ดังคำกล่าวที่ว่า

“....เดี๋ยวนี้ ทุกวันพระ เจ้าอาวาสที่วัด ใกล้บ้าน เห็นว่า ที่ไปมามีประโยชน์
ให้ช่วยท่าน อธิบายให้ผู้มาถือศีลฟัง นานั่งสมาธิ เดินจงกรม สนทนาธรรมกับผู้ที่มาวัด ที่แรก
ก็ไม่กล้าทำ ท่านให้กำลังใจ อย่าคิดอะไรมาก ความรู้หรือปัญญาวัดกันตามอายุไม่ได้....”
(สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 5)

มารดาวัย 47 ปี ท่านหนึ่งซึ่งมีอาชีพเป็นพยาบาล หัวหน้าตึกคนไข้ ได้นำความรู้
จากการเข้าร่วมกิจกรรมไปใช้ในหน้าที่การงานช่วยเหลือด้านจิตใจแก่คนไข้ ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“....พุทธธรรมะตอนเช้ามี morning talk ก่อนทำงานทุกวัน นื่อง ๆ อยากรู้จะฟัง
ก็เอาหนังสือธรรมะมาอ่านเป็นเรื่อง ๆ เมื่อเราอ่านพุทธธรรมะกับคนรอบข้าง รู้สึกคนอื่นก็อยากมา
คุยกับเรา มาฟังเราคุย เหมือนเราส่งพลังดี ๆ ไป morning talk เสร็จ ก็จะเยี่ยมคนไข้ทุกห้องในตึก
เดินไปคุยกับคนไข้ ไปจับ ไปแตะ กับยาย กับป้า เขาก็ว่าเราคุยสนุก คุยธรรมะกับยายเลยคราวนี้
เราก็รู้สึกว่า เราได้ปฏิบัติ ได้กุศล อย่างคนไข้ที่ใกล้ตาย ก็เอาเทพธรรมะไปให้เขาฟัง ผู้ป่วยระยะสุดท้าย
เช่น เป็นมะเร็ง เอาไปใช้กับคนไข้แบบนี้ ทำให้คนไข้ยอมรับความตายได้ดีขึ้น จากไปอย่างสงบ
ทั้งนั้น ไม่ต้องบิ๊ม ไม่ต้องไปไอซียู คนไข้ไปแบบสมศักดิ์ศรี....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 9)

3.1.5 การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม ผู้ให้ข้อมูลหลักเกิดการเปลี่ยนแปลงด้าน
สังคมภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ทำให้มีการปรับตัวเข้ากับผู้อื่นและการปรับตัวทางอาชีพดีขึ้น
ดังกรณีบิดาวัย 49 ปี ที่เล่าว่า

“....เมื่อเราปฏิบัติ เราไม่ถึงขนาดที่ว่าจะต้องได้มาซึ่งความเดือดร้อนของผู้อื่น ต้อง
ไปบิ๊บลูกน้องให้ไปเดินตลาด ไปติดตาม ไปจี้เขาให้ทำงานหนักเกินกว่าที่ควรจะเป็น แทนที่ลูกน้อง
จะได้หยุดวันเสาร์ ให้ได้เข้าสินเชื่อมาเพื่อเราจะได้มีผลงานและได้เลื่อนตำแหน่ง เราตั้งใจทำเต็มที่
หากไม่ได้ ก็รู้ว่าไม่ได้ เราก็จะอยู่ในองค์กรได้โดยที่เขาไม่ไล่เราออก โดยไม่ต้องไปเบียดเบียน
หรือสร้างความเครียดให้ลูกน้อง...” (สัมภาษณ์บิดา, ครอบครัวที่ 5)

มารดาวัย 49 ปี ได้เล่าถึงการปล่อยวางและให้อภัยกับผู้อื่นได้ภายหลังการเข้าร่วม
กิจกรรมทำให้ความสัมพันธ์กับลูกค้า ลูกน้อง เพื่อน เป็นไปด้วยดีมากขึ้น ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“....กับลูกน้อง ปล่อยวางและอดทนมากขึ้น เช่น เรียกมาตักเตือน เวลาลูกน้อง
มาทำงานสายแต่กลับเร็ว ไม่ตัดเงิน ลูกน้องที่ด่าเรา เขาออกไปแล้ว ก็ยังรับกลับมาทำงานใหม่
พยายามให้อภัย ไม่โกรธเพื่อนฝูงที่ยืมเงินแล้วไม่คืน ไม่โกรธลูกค้าที่โกงเรา พุดดีกับเขา จนกว่า
จะได้เงิน ต้องยอมเขา ไม่อยากมีเรื่องมีราวกับใครยอมได้อะไรก็ยอม ยอมเพื่อไม่ให้มีเรื่อง....”

(สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 7)

การให้ลูกน้องมีส่วนร่วมในกิจกรรม เช่น ให้ร่วมทำบุญ ชวนบุตรของลูกน้องไปเข้าร่วมกิจกรรมด้วยกันบุตรของตนเอง ทำให้ลูกน้องเป็นที่ไว้วางใจได้และธุรกิจก็ดำเนินไปด้วยดี ดังคำบอกเล่าของมารดาวัย 40 ปี

"...เอาลูกเสมียนไปกับลูกเราทุกรอบเพราะอายุไล่เลี่ยกัน เราพยายามให้ลูกน้องได้ไปวัดกับเรา เอาเขาไปฟังธรรม ให้เขามีโอกาสทำบุญด้วย เขามีเงินน้อย ก็ให้เขาออกแรงทำอาหาร ก่อนเข้าแก๊สบาตร คุณจบก่อนนะ คุณก็ได้บุญ เขาดีกับเรามาก ไม่มีลักเล็กขโมยน้อย ไม่มีเลว ดีกันเหมือนญาติพี่น้อง ช่วยเหลือกันมากเลย คนหนึ่งอยู่มา 30 ปี อีกคนหนึ่ง 14 ปี การงานก็ไปได้ด้วยดี เพราะเรามีความบริสุทธิ์ใจกับลูกค้า ชื่อสัตย์สุจริต เรื่องการเงินไม่เคยขัดสนเลย เศรษฐกิจตอนนี้ น้ำมันขึ้น ทุกอย่างขึ้นหมด แต่เราไม่เดือดร้อน คนอื่นเขาผิด เราไม่ผิด ไปได้...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 14)

มารดาวัย 42 ปี มีความเข้าใจลูกน้องและลูกค้ามากขึ้นภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ดังคำบอกเล่าที่ว่า

"...เข้าใจลูกน้องมากขึ้น เมื่อก่อนทำงานจะรีบ ถ้าช้าไม่ได้ตั้งใจ หรือถ้าเด็กลืมนิดหน่อย ช่วยหาคำตอบให้ดีกว่านี้นะ เดียวนี้ คิดว่า เขาบอกเราตรง ๆ ไม่โกหกเราก็ดีแล้ว เราเองยังลืมได้ตั้งหลายเรื่อง และเข้าใจคนอื่นมากขึ้น เวลาลูกค้าแค้นงาน เปลี่ยนอยู่นั่นแหละ รู้สึกขัดข้องใจ ตกลงจะเปลี่ยนกี่ครั้ง เปลี่ยนไปเปลี่ยนมา เดียวนี้ใจเย็นลง เขาจ่ายเงิน เขาก็ควรจะเปลี่ยนได้จนกว่าเขาจะพอใจ เราอดทนแค่ขั้นตอนที่เขาเปลี่ยน พอสรุปได้ ผลก็ตามนั้น เพราะเขาเป็นคนเปลี่ยน...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 12)

กรณีของมารดาวัย 42 ปี ก็เช่นกัน ที่เล็งถึงการเปลี่ยนแปลงในการปรับตัวกับญาติพี่น้องและลูกน้อง ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างกันดีขึ้นภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ดังคำบอกเล่าที่ว่า

"...กับพี่น้อง ก็ได้คุยกับเขามากขึ้น เมื่อก่อนไม่เคยคุย ไม่เคยถามเลย เดียวนี้ โทรศัพท์ถาม เป็นอย่างไบบ้าง สบายดีไหม เริ่มชวนเขามากินข้าวที่บ้านบ้าง พี่ชายก็มา มาทำอะไรกินกัน ในเรื่องงาน ที่ผ่านมามีสนใจใครเลย ทำงานก็ทำไป ตอนนี้ เริ่มเอาใจเขามาใส่ใจเรา มองคนรอบข้างมากขึ้น ห่วงคนอื่นมากขึ้น ตอนนี้ ลูกน้องรัก มีแต่ให้กับลูกน้อง กินก็กินด้วยกัน เราก็จ่ายเงินไม่ยัดตีดว่านี่ทรัพย์สินของเรา ธุรกิจเราก็ดีขึ้น ตอนนี้สร้างโรงงานเพิ่ม ขยับขยายขึ้นเรื่อย ๆ ขายของก็ดีขึ้นเรื่อย ๆ...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 10)

การปรับตัวในเรื่องการพูดกับเพื่อนร่วมงานโดยระมัดระวังในการใช้คำพูดมากขึ้น ทำให้บรรยากาศในการทำงานกับเพื่อนร่วมงานดีขึ้น ดังที่มารดาวัย 47 ปี เล่าว่า

"...ได้เป็นตัวอย่างเป็นคนที่ทำงาน พอมีคนรู้ว่าเราเป็นแบบนี้ ถ้าน้องเขากำลังจะนิินทา เขาก็จะรู้ว่า เราไม่ค่อยชอบเรื่องอย่างนี้ เขาก็จะแอบ ๆ พูด เดียวพี่เขาได้ยิน เขาจะมอง ๆ เรา

แล้วก็ยิ้ม ๆ อย่างน้อยก็เตือนสติเขา มันไม่ดี เรื่องแบบนี้ ไม่ควรพูด....”(สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 9)

3.2 การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของบุตรวัยรุ่น จากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักคือ บิดามารดาถึงการเปลี่ยนแปลงของบุตรวัยรุ่น และสัมภาษณ์เด็กวัยรุ่นถึงการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเอง หลังจากการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน สามารถสรุปประเด็นการเปลี่ยนแปลงได้ 4 ประเด็น ได้แก่

3.2.1 การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์-จิตใจ

3.2.2 การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา

3.2.3 การเปลี่ยนแปลงด้านจริยธรรม

3.2.4 การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม

แต่ละประเด็นดังกล่าว มีรายละเอียดดังนี้

3.2.1 การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์-จิตใจ ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมผู้ให้ข้อมูลหลักวัยรุ่น ได้เล่าถึงการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์และจิตใจที่ดีขึ้น การเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นแบ่งเป็น 2 ด้าน ประกอบด้วย

1) การควบคุมอารมณ์ การพัฒนาเด็กวัยรุ่นให้มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสมเป็นสิ่งสำคัญมากเพื่อป้องกันปัญหาที่เกิดจากพฤติกรรมไม่เหมาะสมของวัยรุ่น พบว่า เด็กวัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมส่วนใหญ่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีขึ้นในด้านต่าง ๆ ดังกรณีของวัยรุ่นหญิงวัย 15 ปี ที่ควบคุมอารมณ์โกรธและฉุนเฉียวได้ดีขึ้น ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยเล่าว่า

“....มีสติมากขึ้น และรู้จักควบคุมตัวเองได้มากกว่าเดิมเยอะ เดิมนั้น ไม่ค่อยอารมณ์ฉุนเฉียว กับเพื่อน พยายามไม่โกรธเขา ไม่พอใจก็เก็บไว้ข้างใน เมื่อก่อน เดินเตะโต๊ะ เตะประตูไปเลย เดิมนั้นไม่เป็นไร เล็ก ๆ น้อย ๆ ก็คิดว่าไม่เป็นไรนะ ลดลงเยอะเลย เมื่อก่อนมีเรื่องกับเพื่อนทุกวัน....” (สัมภาษณ์วัยรุ่นหญิง, ครอบครัวที่ 11)

วัยรุ่นหญิงวัย 15 ปี มีความอดทนต่ออารมณ์โกรธของตนเองมากขึ้น ดังคำบอกเล่าที่ว่า “....ใจเย็นลง ไม่น้อยหน้อย อารมณ์ดีขึ้น เมื่อก่อน ถ้าเพื่อนพูดเสียงดังในเวลาเรียน หรือชอบมาเล่นใกล้ ๆ จะบอกเขา ถ้าเวลาเงียบ ก็คือเงียบ อย่างมาสะกิดแม้แต่นิดเดียวเลยนะ พูดว่าไปเลย ระวังตัวเองไม่ได้แล้ว รำคาญ พอไปปฏิบัติมา ก็เงียบ ๆ ไว้ก่อน เฉย ๆ อดทน ๆ บอกเพื่อนข้าง ๆ บอกเขาสิ เงียบ ๆ หน่อย ให้เพื่อนบอกแทน ตัวเองห้ามบอก เดี่ยวปล่อยอารมณ์....” (สัมภาษณ์วัยรุ่นหญิง, ครอบครัวที่ 13)

วัยรุ่นหญิงวัย 16 ปี เล่าว่าภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ทำให้มีสติ จิตใจเยือกเย็นมากขึ้น และสามารถควบคุมอารมณ์โมโหได้ดีขึ้น ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“....ได้ควบคุมจิตใจ เวลาจะทำอะไร ทำให้มีสติ ใจเย็นลง พยายามควบคุมอารมณ์ตัวเองให้ได้ ปกติเป็นคนใจร้อน โมโหแรง เดี่ยวนี้ เวลาโมโห ก็พยายามถามตัวเอง ว่าทำไมเราต้องโมโห ถ้าโมโห ผลจะเป็นอะไร ถ้าไม่โมโห ผลจะเป็นอะไร ถ้าเพื่อนทำอะไรไม่ดีกับเราก็อโหสิกรรมเขา เราจะได้ไม่ต้องคิดมากด้วย....” (สัมภาษณ์วัยรุ่นหญิง, ครอบครัวยุติ 3)

วัยรุ่นชายวัย 15 ปีที่มีอารมณ์โกรธน้อยลง ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ได้เล่าว่า

“....ทำให้อารมณ์ดี ไม่ค่อยโกรธ เขาสอนว่าอย่าโกรธ โกรธแล้วจะไปนรก ก่อนไปอารมณ์ร้อน ใครทำอะไรนิดหน่อย ก็โกรธ โกรธเพื่อน เวลาเพื่อนแกล้ง หรือเพื่อนล้อ โกรธแล้วไม่ค่อยคุยกับเขา เดี่ยวนี้ ช่างมันไม่คิดอะไร ใจเย็นขึ้น โกรธน้อยลง....” (สัมภาษณ์วัยรุ่นชาย, ครอบครัวยุติ 1)

นอกจากควบคุมอารมณ์โกรธแล้ว วัยรุ่นชายวัย 15 ปีท่านเดิมยังเล่าถึงการควบคุมอารมณ์น้อยใจได้ดีขึ้นด้วย ดังคำกล่าวที่ว่า

“....เมื่อก่อน ชอบคิดโน่น คิดนี่ น้อยใจ เวลาเพื่อนทำให้คนอื่น แต่ไม่ทำให้เรา เช่น ฝากชื่อของ ปากกา ขนมห ขนเขา ไม่ยอมซื้อให้ แต่ซื้อให้เพื่อนอีกคนหนึ่ง ก็น้อยใจ เดี่ยวนี้ ใครทำอะไร เราก็ไม่คิดอะไร....” (สัมภาษณ์วัยรุ่นชาย, ครอบครัวยุติ 1)

ในทำนองเดียวกัน วัยรุ่นหญิงวัย 16 ปี อีกท่านหนึ่ง ได้เล่าถึงการควบคุมอารมณ์น้อยใจที่ดีขึ้น โดยเล่าว่า

“....ปกติ ใครพูดกระทบไม่ได้ อยู่ที่บ้านจะน้อยใจมาก ๆ เวลาคุณแม่ว่า ไปปฏิบัติมาแล้ว เรื่องนี้ ก็เปลี่ยนบ้าง น้อยใจก็รู้ว่าน้อยใจ ลดลงบ้าง....” (สัมภาษณ์วัยรุ่นหญิง, ครอบครัวยุติ 9)

การเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตของเด็กวัยรุ่น ในความคิดเห็นของบิดามารดา ยังทำให้การเลี้ยงดูบุตรวัยรุ่นมีปัญหาน้อยลง เนื่องจากเด็กวัยรุ่นจะสามารถควบคุมอารมณ์ความอยากได้หรือความต้องการได้ดีขึ้น ดังกรณีของมารดาวัย 46 ปี ให้ความคิดเห็นว่า บุตรชายวัยรุ่นเป็นเด็กที่เลี้ยงดูง่าย เชื่อฟัง ไม่แสดงอาการอะไรเมื่อไม่ได้สิ่งของที่อยากได้ ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“....เขาจะไม่ติดเพื่อนเหมือนทั่วไป ไม่เกเร ดูแลง่าย ไม่ใช้จ่ายฟุ่มเฟือย ปกติเด็กวัยรุ่นจะมีความสุข ความทุกข์ ความอยากได้รุนแรง แต่ถูกกลับเป็นคนเรียบ ๆ ไม่ทำอะไรนอกกรอบ ไม่อยากได้อะไรรุนแรง เวลาเขาขออะไร ถ้าไม่พร้อมที่จะให้เขา ไม่ให้เขา ก็ไม่เป็นไร บางครั้ง เขาอยากได้สัก 2-3 อย่าง เราสามารถซื้อให้เขาได้อย่างเดียว หรือมัลดีไปก่อน เขาก็ไม่ว่าอะไร เพราะเขาถูกอบรมจิตมาจากวิปัสสนา....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวยุติ 5)

มารดาวัย 47 ปี มีความคิดเห็นทำนองเดียวกันว่า บุตรสาววัยรุ่นสามารถควบคุมอารมณ์ความอยากได้และรู้จักการใช้เงิน ดังคำบอกเล่าที่ว่า

"....ลูกจะไม่ฟุ่มเฟือย รู้จักการใช้เงิน ไม่ใช่ว่า อยากได้ไอ้โน้ ไอ้โน้น บางทีเราเดินไปเอาไอ้โน้ ไอ้โน้น โหม ลูกบอก ไม่เอา แพง ๆ ไปเดินตลาด แม่ค้าชม จะให้ซื้อ 2 ตัว ลูกบอกไม่เอา เอาตัวเดียว...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 9)

2) การควบคุมความคิด การคิดเป็นหน้าที่หลักอย่างหนึ่งของจิต การคิดที่ถูกต้อง แยกคาย เกิดประโยชน์ จะเป็นการคิดในแนวทางของศีลธรรม จึงจะเกิดการกระทำที่ถูกต้อง (สุมน อมรวิวัฒน์ 2542: 91) พบว่า เด็กวัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมส่วนใหญ่สามารถควบคุมความคิดของตนเองได้ดีขึ้นในด้านต่าง ๆ ดังกรณีของวัยรุ่นหญิงวัย 16 ปี ที่ปรับความคิดเกี่ยวกับการกระทำของผู้อื่นได้ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยเล่าว่า

"....เป็นคนคิดมากเรื่องเพื่อน เวลาเพื่อนมาพูดไม่ดีกับเรา หรือนินทาเรา เดียวนี้จะรู้สึกเฉย ๆ ไม่คิดมาก รู้แล้วว่า เป็นธรรมดาของโลก เพื่อนก็วัยรุ่นเหมือนเรา ก็ไม่ใส่ใจมาก จึงทุกข์ใจน้อยลงมาก...." (สัมภาษณ์วัยรุ่นหญิง, ครอบครัวที่ 3)

วัยรุ่นหญิงวัย 16 ปี สามารถควบคุมความคิดให้คิดเฉพาะเรื่องที่มีประโยชน์ ไม่คิดฟุ้งซ่านในเรื่องไร้สาระ ดังคำกล่าวที่ว่า

"....พยายามไม่คิดในสิ่งไม่ดี เรื่องที่ไร้สาระไม่มีประโยชน์ ก็ตัดทิ้งไป รู้จักคิดได้มากขึ้น อะไรที่เป็นประโยชน์กับตัวเรา เราก็ทำ อะไรไม่มีประโยชน์ ก็เลิก ปกติ หนูจะเป็นพวกคิดมาก ใครพูดกระทบไม่ได้ จะน้อยใจ เดียวนี้คิดได้ ปล่อยวาง ไม่เป็นไรหรอก ใช้กรรม...." (สัมภาษณ์วัยรุ่นหญิง, ครอบครัวที่ 9)

วัยรุ่นชายวัย 16 ปี เล่าว่า ก่อนจะทำอะไรลงไป จะมีความคิดก่อนว่าสิ่งที่อยากลองกระทำ หากเป็นพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้องตามศีลธรรม ก็จะไม่อยากลอง ดังคำกล่าวที่ว่า

"....ทำให้เป็นคนคิดหน้าคิดหลังก่อนทำ เมื่อก่อนคิดบ้างแต่ไม่ค่อยละเอียด เดียวนี้คิดก่อนทำ จะตัดสินใจอะไรสักอย่าง ทำอันนี้จะดีกว่าอีกอันไหม คิดว่าทำแล้วจะเป็นอย่างไร ทำแล้วจะเกิดอะไรขึ้น พอกลับมา รู้ว่าเหล่า หนูไม่ผิด ไม่ควรลอง เชื่อที่พระอาจารย์บอก ไม่ลองดีกว่า...." (สัมภาษณ์วัยรุ่นชาย, ครอบครัวที่ 10)

3.2.2 การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา ผู้ให้ข้อมูลหลักวัยรุ่นเกิดการเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญาภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ทำให้ผลการเรียนดีขึ้น ดังกรณีวัยรุ่นหญิงวัย 16 ปี ที่เล่าว่าตนเองมีสมาธิในการฟังครูมากขึ้น ทำให้เรียนแล้วเข้าใจง่าย และอ่านหนังสือก็จดจำได้เร็ว ดังคำบอกเล่า

"....นั่งเรียน มีสมาธิฟังครู เรียนแล้วเข้าใจที่ครูสอน รู้เรื่องจำได้ อ่านหนังสือ 1-2 รอบ ก็รู้เรื่องแล้ว ปกติ ต้องอ่าน 3-4 รอบ จึงจะจำ อ่านแล้วใจไปเรื่อย วอกแวก ไม่มีสมาธิ ช่วงที่ฟังกลับ

จากปฏิบัติใหม่ ๆ จำได้เร็วมาก” (สัมภาษณ์วัยรุ่นหญิง, ครอบครัวที่ 8)

คำบอกเล่านี้สอดคล้องกับคำบอกเล่าของบิดาวัย 49 ปีของวัยรุ่นหญิงที่ได้เล่าถึง
ความเปลี่ยนแปลงของบุตรสาวภายหลังที่บุตรสาวได้เข้าร่วมกิจกรรมว่า

“...เขาเชื่อว่าการที่เขาปฏิบัติ เป็นบุญกุศล ทำแล้วดี ทำให้เขาประสบความสำเร็จ
สอบเข้าเรียน ม.4 โรงเรียนเตรียมอุดมได้...” (สัมภาษณ์บิดา, ครอบครัวที่ 8)

วัยรุ่นชายวัย 17 ปี มีสมาธิมากขึ้นในการอ่านหนังสือ จึงได้เกรดเฉลี่ยในการเรียน
ดีขึ้นอย่างน่าแปลกใจ ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมทุกปี โดยเล่าว่า

“...เอาสมาธิมาใช้เวลาอ่านหนังสือ ทำการบ้าน อ่านหนังสือก็จะจำได้ ไม่ใช่อ่าน
เฉย ๆ แต่เอามาคิด ทำให้เข้าใจเนื้อหาที่เรียน มีสมาธิในการเรียนดีขึ้น เกรดดีขึ้น น่าแปลกใจ ช่วง
ม.1 ถึง ม.3 เกรดขึ้นอย่างเดียว ม.1 เกรด 2 กว่า ม.2 เกรด 3 กว่า ขึ้นมาเรื่อยๆ 3 กว่า ตอนนี้
3 ปลาย ๆ เกือบ 4...” (สัมภาษณ์วัยรุ่นชาย, ครอบครัวที่ 5)

วัยรุ่นชายวัย 16 ปี มีความตั้งใจเรียนมากขึ้น ซึ่งส่งผลให้เกรดเฉลี่ยสูงขึ้นจากที่ก่อน
เข้าร่วมกิจกรรม เคยเหม่อลอยหรือคุยกับเพื่อนขณะครูสอน ทำให้ขาดสมาธิในการเรียน ดังคำกล่าว

“...ตั้งใจเรียนขึ้น ครูสอน เมื่อก่อน เพื่อนมาชวนคุย ครูสอนก็สอนไป เพื่อนคุยก็
คุยด้วย หรือมีอะไรอยู่นอกหน้าต่าง ก็มอง เหม่อลอย ไม่สนใจฟัง เดียวนี้ พอมีสติ นึกขึ้นได้
ก็ตั้งใจเรียนทันที บางครั้งกำลังเรียนอยู่ ไปสนใจอย่างอื่นแทน หรือกำลังคุยกับเพื่อน นึกขึ้นได้
ไม่คุยแล้วนะ ต้องสนใจเรียน ทำให้เกรดดีขึ้น เมื่อก่อนประมาณ 2.1 เดียวนี้ประมาณ 2.9....”
(สัมภาษณ์วัยรุ่นชาย, ครอบครัวที่ 10)

วัยรุ่นหญิงวัย 15 ปี ก็เช่นกัน ที่มีสติและสมาธิในการเรียนมากขึ้น ทำให้เกรดดีขึ้น
จากเดิมที่ชอบคุย ชอบหลับในห้องเรียน ตลอดจนขาดสมาธิในการอ่านหนังสือและทำการบ้าน
ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“...เมื่อก่อน หนูเกเร ไม่ตั้งใจเรียน ชอบหลับในห้องเรียน เดียวนี้ ไม่ค่อยหลับ
ตั้งใจเรียนมากขึ้น มีสมาธิมากขึ้น มีผลเยอะมากเลย เกรดสูงขึ้น เมื่อก่อน 3.5 เดียวนี้ ได้ 3.8
เมื่อก่อน อาจารย์สอนอยู่ หนูก็พูด ชวนเพื่อนคุยนอกเรื่อง โดนอาจารย์ทำโทษเป็นประจำ เดียวนี้
หนูไม่พูดในเวลาเรียน และหนูมีสมาธิสั้นมาก กลับมาบ้าน ดูหนังสือสักหน่อย เปิด 2-3 หน้า ทำ
อะไรไม่ค่อยได้ เดียวนี้ สมาธิดีขึ้น พยายามจดจำเนื้อเรื่องมากขึ้น เริ่มอ่านที่เป็นทฤษฎีมากขึ้น
เมื่อก่อนคิดเลขมั่ว ชอบลืม 0 เดียวนี้ ที่ลืม ก็ไม่ค่อยลืม กลับมาตรวจสอบใหม่ มีสติกับการบ้าน
มากขึ้น มีสติเพิ่มขึ้นมาก จากที่ชอบวอกแวก พอทำ ๆ ก็หยิบการ์ตูนมาอ่านสักหน่อย อ่านนาน
เลย เดียวนี้ ไม่หยิบแล้วการ์ตูน นั่งทำการบ้านอย่างเดียว...” (สัมภาษณ์วัยรุ่นหญิง, ครอบครัว
ที่ 11)

3.2.3 การเปลี่ยนแปลงด้านจริยธรรม พบว่าผู้ให้ข้อมูลหลักวัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจริยธรรมศีลธรรมภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม คือ รับประทานอาหารไม่เบียดเบียนผู้อื่นและไม่พูดปดต่อผู้ใหญ่ ทำให้สามารถารู้สึกปกครองและเลี้ยงดูบุตรง่ายขึ้น ดังกรณีวัยรุ่นชายวัย 17 ปี ที่เล่าว่า

“....เดี๋ยวนี้ เวลาจะแก๊งเพื่อน ก็มีสติ รู้ว่าไม่ดี จะไม่ทำ เมื่อก่อนไม่ทราบ ก็แก๊งเพื่อนไปตามประสา กับคุณแม่ เมื่อก่อน แอบไปเที่ยว โกหกแม่ เดี่ยวนี้ ไม่โกหก บอกแม่เลยว่าไปเที่ยว กับคุณครู เมื่อก่อน การบ้านไม่เสร็จ ก็บอกครูว่า ไม่ได้เอามา หรือลืม เดี่ยวนี้ ก็บอกไปตามตรงเลย ไม่กลัวครูจะดุ” (สัมภาษณ์วัยรุ่นชาย, ครอบครัวที่ 2)

วัยรุ่นชายวัย 17 ปี ก็เปลี่ยนพฤติกรรมจริยธรรมภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม คือ ไม่พูดปดกับมารดาและครู ดังคำกล่าวที่ว่า

“....เมื่อก่อน โกหก ก็มีบ้าง เช่น กลับบ้านเย็น บางทีไปเที่ยวกับเพื่อน บอกแม่ว่า ซ้อมกีฬาอยู่ เดี่ยวนี้บอกแม่ไปตามตรงว่าไปเที่ยว โทรศัพท์มาบอกแม่ก่อน กับครู เมื่อก่อน ยังทำการบ้านไม่เสร็จ บอกครูว่า ลืมเอามา เดี่ยวนี้ พยายามทำให้เสร็จ จะได้ไม่ต้องโกหก....” (สัมภาษณ์วัยรุ่นชาย, ครอบครัวที่ 5)

กรณีของวัยรุ่นหญิงวัย 15 ปี ก็เช่นกันที่มีพฤติกรรมด้านจริยธรรมศีลธรรมเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น โดยไม่พูดปดกับมารดาและไม่ก่อวุ่นเพื่อนในห้องเรียนดังที่เคยทำ ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“....เมื่อก่อน มีโกหกแม่บ้าง ซ้อการตูนตั้งนานแล้ว บอกแม่เพิ่งซ้อเมื่อกี้ จะเป็นบ่อย เดี่ยวนี้ไม่เป็นแล้ว ไปดูหนังกับเพื่อน บอกไปทำรายงานที่โรงเรียน เพราะแม่จะดูเรื่องดูหนังไม่ค่อยให้ไป กลัวว่าจะไปทำอะไรไม่ดี ให้ไปแค่ 3 เดือนครึ่ง แต่หนังออกมาทุกเดือน นำดูทุกเรื่อง เดี่ยวนี้ ก็พูดกับแม่ไปตรง ๆ แม่จำ เดี่ยวไปดูหนังนะ แต่ก่อน ใครมีเรื่อง ไม่ชอบใคร มาบอกหนูเลย หนูรับมีเรื่องทั่วราชอาณาจักร ไปหาเรื่องให้ได้ เดี่ยวนี้ ก็บอกช่างมันเถอะ ปล่อยมันไปเถอะ สักวันมันก็รู้ของมันเองแหละ....” (สัมภาษณ์วัยรุ่นหญิง, ครอบครัวที่ 11)

การที่เด็กวัยรุ่นไม่พูดปดกับผู้ปกครองภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ในความคิดเห็นของบิดามารดา ทำให้ลดความกังวลและมีความไว้วางใจในบุตรวัยรุ่นมากขึ้น ดังกรณีของมารดาวัย 48 ปี ให้ความคิดเห็นว่า บุตรสาววัยรุ่นจะไปเที่ยวหรือไปดูหนังกับเพื่อน ก็จะบอกคุณแม่ตามตรง ไม่พูดปดเหมือนที่เคยทำสมัยอยู่มัธยมต้น ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“....จะไปเที่ยวกับเพื่อน ไปดูหนัง บอกเขาว่า แม่เป็นห่วงนะ เพราะแม่ไปด้วยไม่ได้ ลูกมั่นใจได้แค่ว่าจะปลอดภัย เพราะมีเพื่อนต่างเพศไปด้วย เขาก็จะไม่โกหก จะอธิบาย

ให้แม่ฟังว่า ไปกับเพื่อนผู้หญิงด้วย ที่ลูกได้คือ ไมโกหก เมื่อก่อนอยู่มัธยมต้น ยังไม่ปฏิบัติ บางทีก็มีโกหกบ้าง เด็กวัยรุ่นได้แค่นี้ก็ดีแล้ว การที่ลูกไม่โกหก ถือว่าพ่อแม่ได้ใจลูกแล้ว วางใจได้ส่วนหนึ่ง...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 3)

มารดาวัย 44 ปี มีความคิดเห็นในทำนองเดียวกันว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม บุตรสาววัยรุ่นไม่พูดปดทำให้มารดามีความสบายใจมากขึ้นในการดูแลบุตรสาว ดังคำกล่าวที่ว่า

"....เรื่องหนึ่งที่เขาได้ คือ เขาจะไม่โกหก เหมือนเราได้ควบคุมเขา จะไปไหนก็บอก จะกลับเข้าเขาจะบอก ก็สอนเขาว่าดีแล้ว โกหกเป็นบาป อย่าทำ...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 13)

3.2.4 การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม ผู้ให้ข้อมูลหลักเกิดการเปลี่ยนแปลงด้านสังคมภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ทำให้สามารถปรับตัวกับเพื่อนได้ดีขึ้นจากความคิดและพฤติกรรมที่เปลี่ยนไป ดังที่วัยรุ่นชายวัย 17 ปี ได้เล่าว่า

"....กับเพื่อน ถ้าเรื่องที่ทำให้เขาเสียหาย เราก็ไม่พูด เช่น เพื่อนทะเลาะกัน คนนี้เขาว่าคนนี้ เราก็ไม่เอาไปบอกเขา ถ้าเกิดเขามาถามเรา เราก็บอกไม่รู้ จะได้ไม่เสียหายทั้งคู่...." (สัมภาษณ์วัยรุ่นชาย, ครอบครัวที่ 5)

วัยรุ่นหญิงวัย 15 ปี เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการพูดและการกระทำที่เคยแสดงออกต่อเพื่อนก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม ดังคำบอกเล่าที่ว่า

"....เมื่อก่อนมีเรื่องกับเพื่อนทุกวัน เพราะหนูจะชอบมองคนและจะมองหางตา เขาก็ว่าเราหยิ่ง หนูก็บอกไม่หยิ่ง แต่ไม่ชอบ ก็พูดไปกระทบกระเทือนจิตใจเพื่อน เดียวนี้ไม่มองคนด้วยหางตา หนูมีเพื่อนคนหนึ่ง เขาอ้วนมาก เมื่อก่อนจะกวนเขา ไปว่าเขา ไปถากถางเขา เอ้อ! อ้วนแล้ว ไม่ยอมดูตัวเอง เพื่อน ๆ คนอื่นเขาจะสะใจ หนูไปว่าแทนเขา ทั้ง ๆ ที่ตัวเองไม่ได้มีเรื่องอะไรเลย เดียวนี้ ก็จะปล่อยๆ เพื่อนบอก ไปด่าไอนั้นหน่อย ก็บอกช่างมันเถอะ...." (สัมภาษณ์วัยรุ่นหญิง, ครอบครัวที่ 11)

วัยรุ่นหญิงวัย 17 ปี ปรับตัวโดยการปล่อยวางในพฤติกรรมของเพื่อนที่ตนเองไม่ชอบใจ ดังคำกล่าวที่ว่า

"....กับเพื่อน เมื่อก่อน ชี้งุดหงิด ชี้งำคาญ เขาไม่ได้ตั้งใจเรา เราขัดจิตใจเรา เราก็จะไม่ชอบ เดียวนี้เข้าใจ ปล่อยๆ เขาไป ปล่อยวาง เช่น เขาไม่ยอมทำงานกลุ่ม เราก็โกรธเขาทำไมไม่ช่วย เดียวนี้ ไม่เป็นไร ชาติที่แล้ว เขาคงทำงานแทนเรา มา คิดเป็นกรรมไปเสีย เราคงไปทำกรรมอย่างนี้มา ก็เลยรับผลอย่างนี้...." (สัมภาษณ์วัยรุ่นหญิง, ครอบครัวที่ 9)

3.3 การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว เป็นความสัมพันธ์ที่ปรองดองรักใคร่กลมเกลียวกันในครอบครัว ทำให้เกิดความผูกพัน การยอมรับ ฟังความคิดเห็น การช่วยเหลือซึ่งกันและกันในครอบครัว จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ภายหลัง การเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นมี การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกในครอบครัวที่ดีขึ้น โดยสามารถสรุปประเด็นการ เปลี่ยนแปลงได้ 4 ประเด็น ได้แก่

3.3.1 การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส

3.3.2 การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างบิดามารดากับบุตรวัยรุ่น

3.3.3 การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างบุตรวัยรุ่นกับพี่น้อง

3.3.4 การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างบิดามารดาของวัยรุ่นกับผู้สูงอายุใน

ครอบครัว

แต่ละประเด็นดังกล่าว มีรายละเอียดดังนี้

3.3.1 การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส ภายหลังการเข้าร่วม กิจกรรม ผู้ให้ข้อมูลหลักวัยกลางคนได้เล่าถึงการเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพที่ดีขึ้นระหว่างคู่สมรส การเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นแบ่งเป็น 2 ด้าน ประกอบด้วย

1) ความเข้าใจเห็นใจคู่สมรส พบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ผู้ให้ ข้อมูลหลักมีความเข้าใจและเห็นใจคู่สมรสมากขึ้น ซึ่งก่อนเข้าร่วมกิจกรรมจะไม่เข้าใจกัน ทำให้ เกิดความขัดแย้งขึ้นในครอบครัว ดังกรณีของผู้ให้ข้อมูลหลักหญิงวัย 42 ปี ที่ทะเลาะกับสามีบ่อยๆ ทำให้เกิดความทุกข์ใจ จิตใจสับสน จึงตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อต้องการหาแนวทางแก้ปัญหา สัมพันธภาพที่เกิดขึ้นในครอบครัว โดยเล่าว่า

“...เราก็จ้องเขา ทำไม่ไม่ช่วยดูแลลูก เขาทำงาน การเข้าใจไม่เหมือนกัน เราจะ เครียดและยังโมโห ทะเลาะกันตลอด เราจะเอาชนะอย่างเดียว พอไปตรงนี้มา สิ่งที่เราคิดผิดมาก เลย ตอนนี้รู้แล้วว่า สิ่งที่เขาทำนี่เหนื่อยนะ เข้าใจเขาแล้ว ให้เขาอโหสิ ให้เขายกโทษให้ เขาก็บอก ให้อภัยหมดที่ผ่านมา....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 10)

ผู้ให้ข้อมูลหลักหญิงวัย 47 ปี มีความเข้าใจสามีมากขึ้นทำให้ความสัมพันธ์ ระหว่างกันดีขึ้นและเริ่มชวนสามีให้ไปเข้าร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับธรรมะด้วยกัน ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“...เมื่อก่อนอารมณ์ร้อนมาก เขาทำอะไรก็ไม่ถูกใจ พยาบาท ประเภทรู้เยอะ

รู้มาก สิ่ง ๆ จนเขาทำไม่ถูก พอเขาจะช่วยให้เราทำอะไร ก็ไม่ถูกใจอีกแล้ว ไม่ค่อยลงรอยกัน เดียวนี้ เข้าใจเขามากขึ้น เพราะใจเย็นลง ไม่หงุดหงิด จะให้เขาทำตามใจเราไม่ได้ทุกเรื่องหรอก จะไปฟัง ธรรมะสัปดาห์หน้าก็ชวนเขาให้ไปด้วย...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 9)

การมีความอดทนและปล่อยวางในจิตใจมากขึ้นโดยให้หลักธรรมะ มีผลให้จิตใจ เย็นลง ไม่บังคับสามีให้ทำตามใจตนเอง ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างสามีและภรรยาดีขึ้น ดังคำ บอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลหลักหญิงวัย 49 ปีที่เล่าว่า

"....เมื่อก่อนซีโมโห เป็นคนใจร้อน เอาแต่ใจตนเองมาก อุนเดียว ร้ายกับแฟน ชอบ ด่าแฟน บังคับแฟน ต้องอย่างนั้น อย่างนี้ ตามเรา บังคับเขาทุกเรื่อง เรื่องเงินทอง เรื่องกลับบ้าน เรื่อง ทำงาน เจอเขาคุยกับเพื่อน กระซอกเขากลับบ้าน เดียวนี้ไม่เลย ไปปฏิบัติกลับมา อารมณ์เย็นขึ้น ฝึกให้เรา มีสมาธิมากขึ้นและ มีความอดทน อดกลั้น เวลาจะโมโห ทำให้คิดได้ ปล่อยวางไปเยอะ แฟนไปชมกับเพื่อน เดียวนี้ เมียใจดี มีเมตตา อารมณ์ดีขึ้นเยอะ...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 7)

2) การสื่อสาร การสื่อสารที่ดีเป็นองค์ประกอบของการสร้างสัมพันธ์ภาพใน ครอบครัว เพราะจะทำให้เกิดความเข้าใจและยอมรับความคิดเห็นของกันและกันได้ ดังกรณีของ ผู้ให้ข้อมูลหลักหญิงวัย 44 ปี ที่ปรับเปลี่ยนการพูดกับสามี มีความเกรงใจในการพูดมากขึ้น จาก เมื่อก่อนที่มักโต้เถียงกัน ดังคำบอกเล่าที่ว่า

"....ครอบครัวเหมือนลิ้นกับฟัน เมื่อก่อนใจร้อนมาก จะโต้ว่าทีเลย ไม่ยอมเขา เวลาคุยกับแฟน ถ้าเราคิดว่าเราไม่ผิด จะเถียงเขาทันทีเลย ไม่ใช่อย่างนี้ ๆ เดียวนี้ มีสติเพิ่มขึ้น ระวังอารมณ์ตัวเองได้ บางครั้ง เขาพูดอะไร ก็จะไม่เถียงผ่าน กำหนดยินยอม อะไรที่อะลุ่มอล่วยได้ เราก็จะไม่พูด หรือพอรู้ว่าเขาอารมณ์ไม่ดี เราก็จะพูด ที่เป็นใจ สบายดีไหม เราต้องเปลี่ยน ปรับตัว เอง เขาเป็นผู้นำครอบครัว เขาก็อยากให้เราฟังบ้าง เราก็ต้องให้เกียรติเขา...." (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 13)

ผู้ให้ข้อมูลหลักหญิงวัย 42 ปี เล่าถึงการเปลี่ยนแปลงในการพูดและน้ำเสียงที่เคย ใช้กับสามี เวลาขัดแย้งกันก็โต้เถียงกันรุนแรง จนไม่พูดกัน 2-3 วัน ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม พูดจากับสามีเพราะขึ้น และไม่เกิดการทะเลาะกันอีก ดังคำบอกเล่าที่ว่า

"....กับสามี พูดเพราะขึ้นมาก เมื่อก่อนใจร้อน จะพูดอะไรก็พูดออกมา ตอนนี้ จะพูดแต่ละครั้ง จะมีสติอยู่ทุกครั้งว่า ต้องพูดเพราะ ๆ กับสามี สิ่งที่ได้กับตัวเองตั้งแต่เข้าปฏิบัติ ธรรมมา เราเปลี่ยนไปเยอะ การพูดจากับสามี ไม่เคยทะเลาะกับสามีอีก เขาก็ภูมิใจว่าเราดีขึ้น ใช้ คำพูดไม่ห้วน ๆ กับเขา เมื่อก่อน พูดกับสามีห้วน พูดแบบไม่มีน้ำเสียง ไม่หวาน เวลาทะเลาะกัน เถียงกันแรง เขาเถียงมา เราเถียงไป นั่งเถียงกันอยู่อย่างนั้น เถียงกันจนเราเสียดัง เราจะเงียบ

เขาเจียบเมื่อไร เราถึงจะเจียบ แล้วจะไม่พูดกันเลย 2-3 วัน นอนหันหลังกัน ไม่พูดกัน ...”
(สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 10)

3.3.2 การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างบิดามารดากับบุตรวัยรุ่น

สัมพันธภาพระหว่างบิดามารดากับบุตรในครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นจะค่อนข้างเปราะบาง เนื่องจาก
ระยะบุตรวัยรุ่น บิดามารดากับบุตรมักจะมีข้อขัดแย้งในเรื่องต่างๆ มากขึ้น และเป็นช่วงที่บิดา
มารดารู้สึกว่าบุตรวัยรุ่นเป็นวัยที่เลี้ยงดูยาก (ประกายรัตน์ ภัทรธิตี 2545: 234) จากการวิเคราะห์
ข้อมูล พบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม บิดามารดาและบุตรวัยรุ่นมีความสัมพันธ์ที่ดีขึ้นใน
2 ด้าน ประกอบด้วย

1) ความรักและความเข้าใจต่อกัน การแสดงออกถึงความรักความอบอุ่น
ด้วยการใกล้ชิดทางสัมผัสและการยอมรับซึ่งกันและกัน เป็นส่วนหนึ่งของการสร้างความสัมพันธ์
ที่ดีต่อกัน ดังกรณีของมารดาวัย 42 ปี ที่กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงความใกล้ชิดกับบุตรด้วยการ
สัมผัส กอด หอมแก้มบุตร จากที่ไม่เคยแสดงต่อบุตรก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม ดังคำบอกเล่าที่ว่า
“...ที่ผ่านมา ไม่เคยกอดลูกเลย ไม่เคยหอมลูก สั่งสอนอย่างเดียว อย่างนั้นจะลูก
นะ ทำอย่างโน้นสิ ทำอย่างนี้สิ ใช้แต่คำพูดกับลูก กวดขันอย่างเดียว อ่านหนังสือหรือยัง อ่านนะ
ตอนนี้ก็ใส่ใจเขามากขึ้น เริ่มกอดเขา หอมแก้มเขา เมื่อก่อนไม่เคยจับมือเดินกันนะ เดี่ยวนี้ จับมือ
กัน เดินไปด้วยกัน ไปดูหนัง กินอะไรด้วยกัน ผูกพันกันมากขึ้น....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัว
ที่ 10)

กรณีของมารดาวัย 50 ปี ก็เช่นกันที่เปลี่ยนแปลงสภาพจิต มีความเมตตา
รักบุตรมากขึ้น และไม่บังคับบุตรเช่นที่เคยกระทำ ทำให้ความสัมพันธ์กับบุตรดีขึ้น ดังคำบอกเล่า
“...สู้กับจิตตัวเองมาก ที่เหมือนเป็นแม่ใจร้าย จากความรู้สึกไม่รักลูกคนกลาง
ไม่เคยกอดเขา ก็เริ่มเปลี่ยน กลับมารักเขา กอดเขา ใช้พรหมวิหาร 4 คือ เมตตา เขาก็เริ่มกลับมา
สนใจเรียน จากเดิมไม่สนใจเรียน และสอบเข้ามหาวิทยาลัยได้ เดี่ยวนี้ จะไม่เคร่งครัดลูก จึงไม่ทุกข์
เคยเคร่งมาแล้ว รู้ว่าไม่มีประโยชน์และมีความสุข สร้างความเครียดให้เขา ก็ไม่ทำ ความรู้สึก
ไม่เคร่งนี้ ทำให้เราไม่มีปัญหาอีกต่อไป....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 1)

ความเข้าใจต่อกันที่มากขึ้น ทำให้บุตรชายวัยรุ่นวางใจขึ้น มีความอดทน ไม่ทุกข์ใจ
หรือแสดงสีหน้าไม่พอใจเมื่อต้องไปธุระกับมารดา ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“...เนื่องจากเข้าวิปัสสนาเหมือนกัน จะเข้าใจกัน ลูกจะดื้อกับแม่น้อยลง อดทน
ได้มากขึ้น โดยปกติ ลูกจะไม่ค่อยยอมไปไหนกับแม่ เวลาไป ก็หน้าบึ้ง หน้าอ เดี่ยวนี้ เขาจะเริ่มเข้าใจ
ขึ้นไม่ทนทุกข์เหมือนสมัยก่อน เวลาไปไหนกับแม่” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 1)

มารดาวัย 46 ปี มีความเข้าใจความรู้สึกบุตรชายวัยรุ่นมากขึ้นและรับฟังเหตุผลของบุตร ทำให้เกิดความเห็นอกเห็นใจต่อกันมากขึ้น ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“...ทำให้เรามีเหตุผลในการเลี้ยงลูก จากคนที่เอาแต่ใจตัวเอง เราเป็นแม่ เราเป็นใหญ่ เราสอน ลูกต้องฟังเรา ก็เปลี่ยนเป็นคนรับฟัง ฟังลูกมากขึ้น ยอมรับ และเข้าใจความรู้สึกของลูก ลูกก็มีเหตุผลของเขา ทั้งครอบครัวไปปฏิบัติกันแบบนี้ จะเข้าใจกัน อยู่กันแบบช่วยกัน ลูกก็เข้าใจเรา ถ้าฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเข้าใจ ก็จะไม่เข้าใจอีกคนหนึ่ง แม่เข้าใจ ลูกเข้าใจ จะดี มีเหตุผลมากขึ้น มองว่ามีอะไรเกิดขึ้นกับตัวเองบ้าง ถูกหรือผิด ใช้ความรู้สึกนี้กับเขา เราก็เข้าใจเวลา เขาเศร้า ทุกข์ ไม่ใช่เขาบังคับได้....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 5)

2) ความกตัญญูต่เวที ความกตัญญูต่เวทีต่อบิดามารดา เป็นหลักธรรมพื้นฐานในการสร้างสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว (สงวน สุทธิเลิศอรุณ 2545: 209) พบว่าภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม บุตรวัยรุ่นมีความกตัญญูรู้พระคุณบิดามารดา ไม่อยากทำให้บิดามารดาเสียใจ ตอบแทนพระคุณบิดามารดาด้วยการเชื่อฟังและการช่วยเหลืองาน

การเชื่อฟัง การเชื่อฟังคำแนะนำของบิดามารดา เป็นการตอบแทนพระคุณอย่างหนึ่งเมื่อบิดามารดาให้คำตักเตือนหรือสั่งสอนบุตร ดังกรณีของมารดาวัย 49 ปี ที่เล่าว่าบุตรชายวัยรุ่นไม่ได้เถียงบิดามารดาดังที่เคยกระทำเพราะรู้ว่าเป็นสิ่งไม่ดี โดยเล่าว่า

“...พูดอะไร เขาดังใจฟังมากขึ้น เขาจะเชื่อฟัง เมื่อก่อนเขาจะมีเถียงบ้าง ช่วงหลังเขาไม่เถียง เด็กที่เข้าปฏิบัติมาแล้ว เขารู้ว่าสิ่งไหนดี สิ่งไหนไม่ดี เช่น เถียงพ่อแม่ไม่ดี เขาจะไม่ทำ...” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 2)

เช่นเดียวกับมารดาวัย 42 ปี กล่าวถึงบุตรชายในทำนองเดียวกัน โดยกล่าวว่า

“...ลูกนิ่งขึ้น ไม่ค่อยพูด เขาออกไปปฏิบัติแล้วดี เดียวนี้ไม่ค่อยเถียง ไม่ค่อยชักสีหน้า ตอนมีพิธีเทิดทูนพระคุณพ่อแม่ ลูกร้องไห้ เขาก็บอกรักพ่อแม่ การจัดแบบนี้รู้สึกดีมาก เป็นการลดข้อขัดแย้งในบ้าน....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 12)

คำบอกเล่านี้สอดคล้องกับคำบอกเล่าของวัยรุ่นชายวัย 14 ปี ที่ได้เล่าถึงความเปลี่ยนแปลงของตนเองภายหลังที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมว่า

“...ไปมาแล้วดี รู้พระคุณพ่อแม่ รู้ว่าต้องทดแทนพระคุณพ่อแม่ รู้สึกซึ้ง กลับมาเอาน้ำมาให้แม่ดื่ม มากราบพ่อ กราบแม่ รู้ว่าเขาเลี้ยงเรามา กว่าที่จะโตมาทุกวันนี้ พูดจากับพ่อแม่ดีขึ้น ไม่ใช้อารมณ์กับพ่อแม่ เมื่อก่อน พ่อว่าเรื่องเล่นเกม เรื่องกลับบ้านเย็น ผิดถูกไม่รู้เถียงไว้ก่อน เดียวนี้ เงียบ ฟังเขาก่อนว่า เราผิดจริงไหม....” (สัมภาษณ์วัยรุ่นชาย, ครอบครัวที่ 12)

อารมณ์ที่อ่อนไหวและไม่มั่นคงของวัยรุ่น ทำให้วัยรุ่นขาดการควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์ ดังเช่น วัยรุ่นหญิงวัย 16 ปี ที่มีปัญหาสัมพันธภาพกับมารดา เนื่องจากถูกดูเกี่ยวกับวินัย

ในบ้าน แต่ความสัมพันธ์ระหว่างกันดีขึ้นภายหลังที่บุตรสาววัยรุ่นได้เข้าร่วมกิจกรรมเพราะระลึกถึงในพระคุณของบิดามารดาและมีความรู้สึกรักบิดามารดามากขึ้น ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“...ชอบพิธีไหว้พ่อไหว้แม่ ไปมาแล้ว 3 ครั้ง ก็ร้องไห้ทุกครั้ง กลับจากปฏิบัติรักพ่อรักแม่มากขึ้น คิดได้ เคยรู้สึกผิดที่โกรธแม่ เดียวนี้พยายามไม่มีปัญหากับแม่ เมื่อก่อนกับแม่ทะเลาะกันบ่อย เพราะแม่บ่น หนูเก็บของไม่เป็นที่ ใช้แล้วก็วาง หนูถูกแม่ดุ เคยไม่พูดกับแม่ 2-3 วัน เดียวนี้ เวลาแม่ว่า ก็ไม่อยากมีเรื่อง พยายามทำตาม เช่น เล่นคอมพิวเตอร์เสร็จ ให้เอาผ้าคลุม ให้นัดบิกให้เก็บใส่กระเป๋ารียบร้อยแม่พ่วงนี้จะเล่นใหม่ หนูก็พยายามไม่ตอบ แม่ก็อึ้ง...” (สัมภาษณ์วัยรุ่นหญิง, ครอบครัวที่ 8)

การช่วยเหลืองาน การช่วยเหลืองานในครอบครัวตามความเหมาะสมของบุตรวัยรุ่นในครอบครัวเป็นการแบ่งเบาภาระของบิดามารดา ดังที่วัยรุ่นชายวัย 17 ปี กล่าวว่า

“...นำสติ สมารถมาใช้ในการทำงานบ้าน ให้มีสติ ภูบ้าน ล้างจาน จับอยู่ ก็รู้ว่าสัมผัสอยู่ ภูไป ตาก็มองเห็นจะได้ไม่ทำของในบ้านเสียหาย...” (สัมภาษณ์วัยรุ่นชาย, ครอบครัวที่ 5)

วัยรุ่นชายวัย 14 ปี ช่วยทำงานบ้านและรับผิดชอบงานบ้านมากขึ้น เนื่องจากเกรงว่าถ้าให้พ่อแม่ทำให้เป็นสิ่งที่ไม่สมควร ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“...รู้ว่าไม่ให้ทำบาปให้แม่และพ่อ มีอะไรก็ให้ทำเอง ไม่งั้นจะเป็นบาป สมมุติว่าตื่นนอนมา ไม่ได้พับผ้าห่ม เราให้แม่พับให้ ก็จะเป็นบาป เราก็ทำเอง เดียวนี้มีอะไร ก็ทำเองหมดเลย ภูบ้าน ชัดห้องน้ำ ล้างจาน กวาดบ้าน เมื่อก่อนก็ทำ แต่ไม่ค่อยเต็มใจทำ ถูกบังคับแล้วทำ เดียวนี้ เต็มใจทำ เพื่อบ้านของเราเองจะได้สะอาด...” (สัมภาษณ์วัยรุ่นชาย, ครอบครัวที่ 6)

การมีจิตใจที่เยือกเย็นลงและมีความอดทนสูงขึ้น ทำให้วัยรุ่นชายวัย 15 ปี มีความเต็มใจช่วยเหลือแนะนำมารดาในการใช้คอมพิวเตอร์ ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“...เมื่อก่อน แม่ทำอะไรให้ไม่พอใจ ก็หงุดหงิด เช่น แม่ให้ช่วยเรื่องคอมพิวเตอร์สอนทำโปรแกรม mind mapping แม่เข้าใจยากและช้า ก็รำคาญ ชี้แจงสอนแล้ว ทำไมไม่เข้าใจ เดียวนี้ พยายามสอนมากขึ้น ใจเย็นและอดทนสอนมากขึ้น...” (สัมภาษณ์วัยรุ่นชาย, ครอบครัวที่ 1)

มารดาวัย 40 ปี กล่าวถึงบุตรสาววัยรุ่นได้ช่วยเหลือแบ่งเบาภาระของบิดามารดาในงานบ้านและการประกอบอาชีพของครอบครัว โดยเล่าว่า

“...เขาจะพูดรู้เรื่องมากขึ้น บอกให้ลุงช้าวก็ทำให้ เมื่อก่อนไม่เคยมาช่วยที่ร้าน อยู่บ้าน ดูทีวี ปิดเทอมนี้ เขาอยากมาช่วยงานที่ร้าน วันเสาร์คนน้อย ลูกยังไม่คล่อง ให้มาวันเสาร์เย็น ช่วยจับเด็ก วัดไข้บ้าง เหมือนผู้ช่วยพ่อ เวลาต้องไปธุระในนิคม ลูกช่วยเก็บค่าคลินิกให้แม่หน่อย เขาก็ทำให้...” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 11)

มารดาวัย 42 ปี กล่าวถึงบุตรชายวัยรุ่นในทำนองเดียวกัน โดยเล่าว่า

"....บางทีพ่อใช้ไปทำอะไร เมื่อก่อน ทำไมพ่อไม่กินมาก่อน พ่อจะมาทำอะไร
ตอนนี้ ลูกจะดูหนัง เดียวนี้ ไม่เป็น จะทำให้ ใช้อะไรที่เคยยากเย็น ก็จะทำให้..." (สัมภาษณ์มารดา
ครอบครัวที่ 12)

3.3.3 การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างบุตรวัยรุ่นกับพี่น้อง ในครอบครัว
ที่มีบุตรมากกว่า 1 คน หากพี่น้องรักใคร่กลมเกลียวกัน จะเป็นการลดข้อขัดแย้งและปัญหาทะเลาะ
วิวาทในครอบครัว ทำให้เกิดความสมดุลหรือความเป็นปกติสุขภายในครอบครัว (สุจิตรา อุสาหะ
สุพิน พรพิพัฒน์กุล และจิตรพันธ์ โพธิ์ไพโรจน์ 2548: 14) พบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม
สัมพันธภาพระหว่างผู้ให้ข้อมูลหลักวัยรุ่นกับพี่น้องในครอบครัวดีขึ้น ดังกรณีวัยรุ่นชายวัย 14 ปี
มีจิตใจเยือกเย็นลง เมื่อมีความขัดแย้งเกิดขึ้นกับน้อง ก็มีความปล่อยวางมากขึ้น ไม่ทะเลาะกับน้อง
ดังคำบอกเล่าที่ว่า

"....ใจเย็นลง เมื่อก่อน ชอบจูนเฉียว ชอบทะเลาะกับน้อง ทุกอย่างจะขัดคอกัน
จะทะเลาะกัน ตอนนี้ น้องอยากได้อะไร ให้ไป ปล่อยให้ไป ตามใจเขามากขึ้น ความคิดคนเรา
แตกต่างกัน ปล่อยให้ไป ไม่อยากทะเลาะกับน้อง...." (สัมภาษณ์วัยรุ่นชาย, ครอบครัวที่ 14)

การสื่อสารต่อกันด้วยความรู้สึกที่ดี ทั้งน้ำเสียง คำพูด ไม่พูดด้วยอารมณ์ ระหว่าง
พี่น้อง ทำให้เกิดความเข้าใจอันดีต่อกันมากขึ้น ดังเช่น วัยรุ่นหญิงวัย 16 ปี กล่าวว่า

"...หนูใจเย็นกับพี่สาวมากขึ้น เมื่อก่อน พอเขามาหงุดหงิดใส่ หนูก็ไม่ยอม หนู
ไม่ได้ทำอะไรผิดเลย แต่ว่า พอไปกลับมา เข้าใจ ไม่เป็นไร เราก็ใจเย็น พูดกับเขาดี เขาจะชี้
หงุดหงิดใส่เรา เขาก็จะค่อย ๆ ดีขึ้น ไม่ร้อนไต่กัน เขารู้ว่ามา ก็พูดกับเขาดี ๆ ค่อย ๆ ดีขึ้น ไม่บ่น
อะไร เมื่อก่อน เราไม่ผิด ก็เถียงกลับเลย เดียวนี้ ก็ปล่อยเขาไป...." (สัมภาษณ์วัยรุ่นหญิง,
ครอบครัวที่ 9)

วัยรุ่นชายวัย 14 ปี ก็เปลี่ยนพฤติกรรมการพูดกับพี่สาว เนื่องจากจิตใจมีความ
อดทนสูงขึ้น ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ดังคำกล่าวที่ว่า

"....ทำให้ใจเย็นลง ปกติจะเอาแต่ใจ เมื่อก่อนคือ อยากได้อะไรก็ต้องได้เร็ว ๆ
พี่สาวเขาอะไรมาให้ช้านิดก็โมโห เวลาโมโห พูดโวยวาย เช่น ทำไมไม่เอามาซักที เดียวนี้ ไม่โวยวาย
รอ ก็ทำอย่างอื่นรอไป หรือ เดินไปหยิบเอง...." (สัมภาษณ์วัยรุ่นชาย, ครอบครัวที่ 4)

3.3.4 การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างบิดามารดาของวัยรุ่นกับ
ผู้สูงอายุในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างคนวัยกลางคนซึ่งเป็นบิดามารดาของเด็กวัยรุ่นกับ
ผู้สูงอายุซึ่งอยู่ร่วมกันในครอบครัวขยาย เช่น พ่อแม่ผู้สูงอายุ ซึ่งก็คือ ปู่ย่าตายายของของเด็กวัยรุ่น
จะเป็นไปด้วยดี ต้องอาศัยการปรับตัวและปรับพฤติกรรมร่วมกันของทุกฝ่าย ความกตัญญู

กตเวทิตาของลูกวัยกลางคนที่มีต่อพ่อแม่ผู้สูงอายุ จะนำมาซึ่งความสัมพันธ์อันใกล้ชิดระหว่างกัน และเป็นผลดีในการเตรียมตัวเป็นผู้สูงอายุของคนวัยกลางคน อีกทั้งยังเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับบุตรหลานได้เรียนรู้พฤติกรรมที่พึงปฏิบัติต่อไป (ศรีเรือน แก้วกังวาล 2534: 92) พบว่า ภายหลังจากการเข้าร่วมกิจกรรม สัมพันธภาพระหว่างผู้ให้ข้อมูลหลักวัยกลางคนกับผู้สูงอายุในครอบครัวดีขึ้น ดังกรณีผู้ให้ข้อมูลหลักหญิงวัย 42 ปี ที่แสดงความรักต่อพ่อแม่และขอโทษกรรมในสิ่งที่เคยทำไม่ดี ภายหลังจากการเข้าร่วมกิจกรรม โดยเล่าว่า

“...กลับมาจากปฏิบัติ มาถึงบ้าน กราบเท้าแม่ กอดแม่ กราบเท้าพ่อ ให้คุณพ่อคุณแม่ขอโทษ แม่ก็ดีใจ แม่บอกว่า ลูกไม่เคยทำแบบนี้กับเขา กอดยังไม่เคยกอดเลย เมื่อก่อน ไม่เคยคิดที่จะกอดแม่ กอดพ่อ คิดว่า เราอยู่กับเขา ก็ดูแลเขาเป็นปกติ กลับมาจากตรงนั้น เราได้กราบท่าน ร้องไห้ ให้เขาขอโทษให้กับเรา คุณแม่สิริบอกว่า คำขอโทษจากปากพ่อแม่ถือว่าสูงสุดแล้ว....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 10)

ผู้ให้ข้อมูลหลักหญิงวัย 42 ปี ท่านเดิมยังเล่าถึงการให้ความเอาใจใส่พ่อแม่มากขึ้น และการเปลี่ยนแปลงการพูดจากที่เคยพูดและแสดงกิริยาที่ไม่ดีกับคุณแม่ ทำให้คุณแม่เสียใจ ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“...ทำให้รักคุณพ่อคุณแม่มากขึ้น รู้คุณพ่อแม่ รู้ในสิ่งที่ว่า เราเคยเถียงเขา เคยปฏิบัติกับเขาไม่ดี บางครั้งคำพูดทำให้เขาเสียใจ ตวาดเขา เขาพูดกับเราดี เราก็ตวาด ไม่ค่อยฟังเขา เขาเตือนมา เราก็บอก แม่ไม่ต้องมายุ่ง เดี๋ยวนี้แม่เลย แล้วตวาดแรง เขาก็เสียใจร้องไห้ เมื่อก่อนวันเกิดคุณพ่อ คุณแม่ไม่เคยสนใจ เดียวนี้ใส่ใจมากขึ้น วันเกิดคุณพ่อคุณแม่เมื่อไร จัดงานเลี้ยงให้ทุกครั้ง พาไปทำบุญทุกครั้ง ชื่อของให้เขา แต่ก่อนไม่เคยทำเลย...” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 10)

ผู้ให้ข้อมูลหลักหญิงวัย 44 ปี ที่รู้ตัวเร็วขึ้น เมื่อมีการขัดแย้งในคำพูดกับกับคุณแม่ และสอนให้สมาชิกญาติพี่น้องในครอบครัวแสดงความกตัญญูกตเวทิตต่อพ่อแม่ในวันสำคัญ เพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีต่อลูกหลาน ดังคำกล่าวที่ว่า

“...ทำให้ระงับอารมณ์ได้ กับคุณแม่ ก็มีบ้างเพราะเราค้าขาย พอรู้ตัวรีบ ก็บอกคุณแม่ขอโทษนะคือ จะรู้ตัวเร็วขึ้น หลักสูตรคุณแม่สิริ มีทำพิธีพระในบ้าน สอนให้ลูกมีความกตัญญูกตเวทิตกับพ่อแม่ เราก็เอากลับมาทำในครอบครัว เดียวนี้ วันพ่อวันแม่ พี่น้องจะนัดกัน เอาพวงมาลัยมากกราบเท้าคุณพ่อคุณแม่ ขอพรจากพ่อแม่ ขอโทษกับพ่อแม่ ภาย วาจา ใจ บางครั้งพูดอะไรออกไป เราอาจไม่คิด อาจทำให้พ่อแม่สะเทือนใจ ครอบครัวของน้องบางคนที่ไม่ได้ปฏิบัติ เราทำให้เขาเห็นจะทำแบบนี้ อยากให้ลูกหลานสืบทอดอย่างนี้ เป็นสิ่งที่ดี....” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 13)

ผู้ให้ข้อมูลหลักหญิงวัย 49 ปี อีกท่านหนึ่งที่ไม่ได้เจอกับพี่สาวผู้สูงอายุ ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างกันดีขึ้น ดังคำกล่าวที่ว่า

“...ใจเย็นขึ้นกับพี่สาว ลดละความโมโหที่เคยทะเลาะ เมื่อก่อน เกี่ยงกันบ่อย พี่สาวส่งเราเรียน เลี้ยงเรามา อยู่ด้วยกันมาตลอด เขาเหมือนแม่เรา ดูแลบ้านช่อง ทำงานบ้านให้เรา ไม่ยอมให้เราเป็นคนใช้ เมื่อก่อนพี่สาวด่าอะไรมา ด่าตอบ เกี่ยงตลอด เดียวนี้ ไม่เกี่ยง พี่สาวก็อารมณ์ดีขึ้น ไม่มายุ่งเกี่ยวกับเรามากมาย ไม่งั้น แก่จุกจิกทุกเรื่อง...” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 7)

การอยู่อาศัยในครอบครัวขยาย ก็ทำให้ลูกสะใภ้มีความทุกข์ใจและอึดอัดใจ แต่ด้วยความเข้าใจและเห็นใจต่อคุณแม่สามีที่มีมากขึ้น ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างกันราบรื่นขึ้น ดังที่ผู้ให้ข้อมูลหลักหญิงวัย 40 ปี เล่าว่า

“...ผู้ใหญ่เขาว่าเด็กต้องผิด ทำอย่างไรเราจะอยู่กับตรงนี้ได้ ต้องเมตตา รักเขา คุณแม่สามีเป็นคนใจร้อนมาก เจ้าอารมณ์ ใครอยู่ด้วยได้เก่ง เราก็เข้าใจแล้วว่า คนมีภาระเยอะเป็น อย่างนี้เอง วางไม่ได้ กลัวเสียหาย กังวลไปหมด เขาสร้างขึ้นมากับมือ สงสารท่าน เพราะท่านภาระ เยอะ ต้องสวดมนต์ไหว้พระแล้วแม่เมตตาให้ท่าน ตอนนี้สบายมากเลย เป็นอย่างไรก็ไป ไม่เป็นไร เราได้บุญ เราก็ต้องอดทน ก็ดีขึ้น เราก็พูดดี ๆ ไปเยอะ...” (สัมภาษณ์มารดา, ครอบครัวที่ 14)

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์โดยภาพรวมของครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นในการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

การวิเคราะห์ข้อมูลโดยภาพรวมจากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักซึ่งเป็นบิดาหรือมารดาของเด็กวัยรุ่นและตัวเด็กวัยรุ่นเอง จะพบว่าครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นที่เข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานมีเหตุจูงใจที่แตกต่างกันไปในการเข้าร่วมกิจกรรมของสมาชิกในครอบครัว และภายหลังการได้เข้าร่วมกิจกรรมแล้ว พบว่าเกิดการเปลี่ยนแปลงขึ้นในครอบครัวที่สอดคล้องกับเหตุจูงใจก่อนการเข้าร่วมกิจกรรมหลายครอบครัวโดยเฉพาะความต้องการแก้ปัญหาและความต้องการพัฒนาสมาชิกในครอบครัว โดยพบว่า การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในทุกครอบครัวคือ การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์-จิตใจของบิดาหรือมารดาและบุตรวัยรุ่นในครอบครัวที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมทุกท่าน ส่วนการเปลี่ยนแปลงด้านอื่น ๆ ที่สำคัญของบิดาหรือมารดาของเด็กวัยรุ่น คือ การเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพร่างกาย และด้านสังคม สำหรับการเปลี่ยนแปลงด้านอื่น ๆ ที่สำคัญของเด็กวัยรุ่น คือ การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญาและด้านจริยธรรม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงในทุกด้านที่ดีขึ้นจากการพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนี้ มีผลทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างวัยของสมาชิกในทุกครอบครัวดีขึ้น

จากผลการศึกษาครั้งนี้ สามารถสรุปได้ว่า ครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นซึ่งได้เข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในหลักสูตรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุขของคุณแม่สิริ กรินชัย มีเหตุจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิต 3 ประเด็น ได้แก่

- 1) เหตุจูงใจของบิดาหรือมารดาจากการมีความต้องการแก้ไขปัญหของตนเอง ความต้องการความรู้ในการพัฒนาตนเองและมีความประทับใจในหลักสูตร
- 2) เหตุจูงใจในการส่งบุตรวัยรุ่นเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อต้องการแก้ไขปัญหของบุตรที่เป็นอยู่ ต้องการป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้นแก่บุตรและต้องการพัฒนาบุตร และ
- 3) เหตุจูงใจของบุตรวัยรุ่นในการเข้าร่วมกิจกรรมจากการให้รางวัลบิดาหรือมารดาและบุตรวัยรุ่นต้องการเข้ากลุ่มกับเพื่อน

นอกจากนี้ ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิต มีการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่น 3 ประเด็น ได้แก่

- 1) การเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพกาย ด้านอารมณ์-จิตใจ ด้านสติปัญญา ด้านจริยธรรม และด้านสังคมของบิดามารดา
- 2) การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์-จิตใจ ด้านสติปัญญา ด้านจริยธรรม และด้านสังคมของบุตรวัยรุ่น และ
- 3) การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพในครอบครัวระหว่างคู่สมรส ระหว่างบิดามารดากับบุตรวัยรุ่น ระหว่างบุตรวัยรุ่นกับพี่น้อง และระหว่างคนวัยกลางคนซึ่งเป็นบิดามารดาของวัยรุ่นกับผู้สูงอายุในครอบครัว ซึ่งการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในครอบครัวเป็นไปในทางที่เสริมสร้างพัฒนาการที่ดีขึ้นทั้งของบิดามารดาและบุตรวัยรุ่น เป็นการส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกทุกวัยในครอบครัวให้ราบรื่นและดีขึ้น ทำให้เกิดความสุขและความอบอุ่นของครอบครัว เป็นประโยชน์ในการวางแผนพัฒนาครอบครัวด้วยพระพุทธศาสนาของสังคมไทยต่อไป