

บทที่ 5

สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาเหตุจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในครอบครัว ซึ่งผู้วิจัยขอเสนอสรุปการวิจัย การอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ ดังต่อไปนี้

1. สรุปการวิจัย

1.1 วัตถุประสงค์การวิจัย เพื่อศึกษาเหตุจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นและการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในครอบครัวภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

1.2 วิธีการดำเนินการวิจัย เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) โดยการเก็บข้อมูลใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) ผู้ให้ข้อมูลหลักซึ่งเป็นบิดาหรือมารดา และบุตรวัยรุ่น จากครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่น จำนวน 14 ครอบครัว ที่ได้ส่งบุตรวัยรุ่นเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตด้วยการวิปัสสนากรรมฐานสำหรับเยาวชน หลักสูตรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข ณ ศูนย์พัฒนาจิตเฉลิมพระเกียรติ วัดผาณิตาราม จังหวัดฉะเชิงเทรา ระหว่างวันที่ 6 -10 ตุลาคม 2548 โดยเครื่องมือที่ใช้เป็นแนวคำถามปลายเปิด (open-ended question) และเทปบันทึกเสียงคำสัมภาษณ์ของผู้ให้ข้อมูลหลัก เมื่อเก็บข้อมูลครบทุกครอบครัวแล้ว นำข้อมูลที่ได้จากการจดบันทึกและการถอดเทปคำตอบคำเป็นรายบุคคล มาแยกประเภทจัดหมวดหมู่ วิเคราะห์กลุ่มคำจากเนื้อหาที่มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงเข้ากับคำหลัก ประมวลเป็นประเด็นหลักและประเด็นย่อย

1.3 ผลการวิจัย จากการศึกษาเหตุจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นและการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในครอบครัว ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน สรุปผลการวิจัยได้ดังต่อไปนี้

1.3.1 เหตุจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของครอบครัว การเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตของครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่น พบว่า มีเหตุจูงใจต่าง ๆ ซึ่งสรุปได้ 3 ประเด็น ดังนี้

1) เหตุจูงใจของบิดาหรือมารดาในการเข้าร่วมกิจกรรม บิดาหรือมารดาตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมโดยมีเหตุจูงใจดังนี้

(1) ความต้องการแก้ไขปัญหของตนเอง การเข้าร่วมกิจกรรมเนื่องจากความต้องการแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นกับตนเอง ได้แก่ ความทุกข์ใจเกี่ยวกับความเจ็บป่วยด้านสุขภาพกาย ความทุกข์ใจเกี่ยวกับอารมณ์ของตนเอง เช่น อารมณ์โกรธ หงุดหงิด ใจร้อน และความทุกข์ใจเกี่ยวกับความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในครอบครัว

(2) ความต้องการความรู้ในการพัฒนาตนเอง การเข้าร่วมกิจกรรมเนื่องจากต้องการได้รับคำแนะนำและแบบอย่างในการปฏิบัติที่ถูกต้องด้วยการเรียนรู้จากวิทยากรจะได้นำความรู้ไปใช้เป็นประโยชน์ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

(3) ความประทับใจในหลักสูตร การเข้าร่วมกิจกรรมในครั้งต่อ ๆ ไปเนื่องจากมีความประทับใจในวิธีการและหลักการสอนในหลักสูตรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุขของคุณแม่สิริ กรินชัย

2) เหตุจูงใจในการส่งบุตรวัยรุ่นเข้าร่วมกิจกรรม บิดาหรือมารดามีเหตุจูงใจในการส่งบุตรวัยรุ่นเข้าร่วมกิจกรรม ดังนี้

(1) ความต้องการแก้ไขปัญหของบุตรที่เป็นอยู่ บิดาหรือมารดามีความทุกข์ใจเกี่ยวกับปัญหของบุตรและต้องการแก้ไขบุตร ได้แก่ ปัญหาด้านอารมณ์ของบุตร เช่น อารมณ์หงุดหงิดง่าย ใจร้อน ก้าวร้าว และปัญหาในการใช้สื่อที่ไม่เหมาะสมของบุตร

(2) ความต้องการป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้นแก่บุตร การส่งบุตรวัยรุ่นเข้าร่วมกิจกรรมเนื่องจากบิดาหรือมารดามีความห่วงใยบุตรเกี่ยวกับภัยต่าง ๆ จากสภาวะแวดล้อมในสังคม เช่น การคบเพื่อน ยาเสพติด จึงต้องการให้บุตรได้มีสิ่งยึดเหนี่ยวทางศาสนาเพื่อสามารถควบคุมตนเองและมีแนวทางที่ถูกต้องในการแก้ไขปัญหที่อาจเกิดขึ้นแก่บุตรในอนาคต

(3) ความต้องการพัฒนามุตร บิดาหรือมารดาต้องการพัฒนามุตรในด้านต่าง ๆ เช่น ให้มีสมาธิในการเรียน ให้มีพฤติกรรมจริยธรรมที่ดี ให้มีความรู้ในพระพุทธศาสนา

3) เหตุจูงใจของบุตรวัยรุ่นในการเข้าร่วมกิจกรรม บุตรวัยรุ่นมีเหตุจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรม ดังนี้

(1) การให้รางวัลของบิดาหรือมารดา บิดาหรือมารดาให้รางวัลเพื่อจูงใจบุตรให้เข้าร่วมกิจกรรมโดยให้เป็นเงินหรือสิ่งของ

(2) ความต้องการเข้ากลุ่มกับเพื่อน เด็กวัยรุ่นเข้าร่วมกิจกรรมเนื่องจากมีญาติหรือเพื่อนไปเข้าร่วมกิจกรรมด้วยกัน และต้องการพบเพื่อนที่เคยเข้าร่วมกิจกรรมด้วยกัน

1.3.2 การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในครอบครัว ครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในครอบครัวภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งสรุปได้ 3 ประเด็น ประกอบด้วย

1) การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของบิดาหรือมารดา บิดาหรือมารดามีการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ ที่ดีขึ้นภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ดังนี้

(1) การเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพกาย อาการป่วยที่เป็นอยู่ดีขึ้นหรือหายไป
(2) การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์และจิตใจ การเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น ได้แก่ การควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น ใจเย็นมากขึ้น อารมณ์โกรธลดลง อารมณ์เครียดลดลง และการควบคุมความคิดให้มีสติ มีความคิดที่ดีและถูกต้องได้มากขึ้น

(3) การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา สติปัญญาดีขึ้น ทำให้อ่านและฟังธรรมะได้มากขึ้น เกิดความเข้าใจง่ายขึ้น

(4) การเปลี่ยนแปลงด้านจริยธรรม ทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่นมากขึ้น เช่น ช่วยสอนธรรมะแก่ผู้อื่น ให้คำปรึกษาผู้ที่มีความทุกข์

(5) การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม ความสัมพันธ์กับผู้อื่นดีขึ้น เข้าใจผู้อื่นมากขึ้น เช่น ญาติพี่น้อง เพื่อนร่วมงาน ลูกน้อง

2) การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของบุตรวัยรุ่น บุตรวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงในด้านต่าง ๆ ที่ดีขึ้นภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ดังนี้

(1) การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์และจิตใจ การเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น ได้แก่ การควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น ใจเย็นมากขึ้น อารมณ์โกรธลดลง อารมณ์น้อยใจลดลง และการควบคุมความคิดให้มีความคิดที่มีประโยชน์และถูกต้องตามศีลธรรมได้มากขึ้น ความคิดฟุ้งซ่านลดลง

(2) การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา สติปัญญาในการเรียนดีขึ้น มีสติและสมาธิในการเรียน การอ่านมากขึ้น ทำให้เข้าใจและจดจำบทเรียนได้ดีขึ้น

(3) การเปลี่ยนแปลงด้านจริยธรรม รู้บาปบุญคุณโทษ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น และไม่พูดปดต่อผู้ใหญ่ดังที่เคยทำ

(4) การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม ความสัมพันธ์กับเพื่อนดีขึ้น พฤติกรรมที่แสดงออกต่อเพื่อนดีขึ้น ความก้าวร้าวลดลง

3) การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกในครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้นภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ดังนี้

(1) การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส สัมพันธภาพระหว่างคู่สมรสดีขึ้น เนื่องจากการมีความเข้าใจคู่สมรสมากขึ้น และพฤติกรรมการพูดต่อคู่สมรสดีขึ้น

(2) การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างบิดามารดากับบุตรวัยรุ่น สัมพันธภาพระหว่างบิดาหรือมารดากับบุตรวัยรุ่นดีขึ้น เนื่องจากการมีความรักความเข้าใจต่อกันมากขึ้นและบุตรมีความกตัญญูต่องานที่ต่อบิดามารดา ด้วยการเชื่อฟังและช่วยเหลืองานมากขึ้น

(3) การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างบุตรวัยรุ่นกับพี่น้อง สัมพันธภาพระหว่างบุตรวัยรุ่นกับพี่น้องในครอบครัวดีขึ้น เนื่องจากการพูดจาต่อกันดีขึ้น ความอดทนสูงขึ้น ทะเลาะกันน้อยลง

(4) การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างบิดามารดาของวัยรุ่นกับผู้สูงอายุในครอบครัว สัมพันธภาพระหว่างบิดามารดาของวัยรุ่นกับผู้สูงอายุในครอบครัวขยายดีขึ้น เนื่องจากคนวัยกลางคนซึ่งเป็นบิดามารดาของวัยรุ่นมีความกตัญญูต่องานที่ เอาใจใส่พ่อแม่ผู้สูงอายุมากขึ้น พฤติกรรมการพูดต่อผู้สูงอายุดีขึ้นและมีความเข้าใจผู้สูงอายุในครอบครัวมากขึ้น

2. การอภิปรายผล

ผลการวิจัยครั้งนี้ สามารถนำเสนอการอภิปรายผลในประเด็นสำคัญได้ ดังนี้

2.1 เหตุจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของครอบครัว

2.1.1 เหตุจูงใจของบิดาหรือมารดาในการเข้าร่วมกิจกรรม ผลจากการวิจัย

พบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมของบิดาหรือมารดา มีเหตุจูงใจที่สรุปได้ 3 ประเด็น ประกอบด้วย

1) ความต้องการแก้ไขปัญหาของตนเอง 2) ความต้องการความรู้ในการพัฒนาตนเอง 3) ความประทับใจในหลักสูตร

1) ความต้องการแก้ไขปัญหาของตนเอง ผู้ให้ข้อมูลหลักบางท่านมีความทุกข์ใจกับสุขภาพกาย คือ มีอาการป่วยที่เป็นอยู่ และต้องการบรรเทาอาการป่วยดังกล่าวด้วยการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาคิดซึ่งสอดคล้องกับประโยชน์อย่างหนึ่งของการฝึกจิต คือ ทำให้โรคภัยไข้เจ็บบางอย่างหายไป (พระเทพวิสุทธิกวี 2543: 27) และสอดคล้องกับผลการศึกษาของ เสาวนิต ผลงกระโทก (2544: 111) ที่พบว่า ผู้เข้าปฏิบัติในหลักสูตรพัฒนาคิดให้เกิดปัญญาและสันติสุข มีอาการทางร่างกายลดลง มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดีขึ้น นอกจากนี้ปัญหาด้านอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับบิดาหรือมารดาของเด็กวัยรุ่น เช่น อารมณ์โกรธ อารมณ์หงุดหงิด ใจร้อน และปัญหาความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในครอบครัว ก็เป็นเหตุผลที่ทำให้ผู้ให้ข้อมูลหลักหลายท่านเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาคิดเพื่อหาวิธีแก้ไขปัญหาดังกล่าว เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลหลัก มีความทุกข์ใจกับพฤติกรรมที่ตนเองแสดงอารมณ์ออกไป และมีผลกระทบต่องิตใจของบุคคลใกล้ชิด คือ คู่สมรส

และบุตร ซึ่งทำให้ความสัมพันธ์ในครอบครัวไม่ราบรื่น ผู้ให้ข้อมูลหลักจึงมีความต้องการที่จะแก้ไข อารมณ์และพฤติกรรมของตนเองที่เป็นปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดวุฒิภาวะความเป็นผู้ใหญ่ ในช่วงวัยกลางคนของศรีเรือน แก้วกังวาล (2534: 58-69) ที่กล่าวว่า ความเป็นผู้ใหญ่ทางอารมณ์ มีความสำคัญมากในช่วงวัยกลางคนซึ่งเป็นช่วงชีวิตที่สับสนและมีความแปรเปลี่ยนทางอารมณ์ มาก การสามารถที่จะเอาชนะข้อบกพร่องของตนและลงมือแก้ไขตนเองด้วยแนวคิดในศาสนา พุทธเป็นวิธีที่เหมาะสมในการสร้างสุขภาพจิตของคนวัยกลางคน และสอดคล้องกับผลการวิจัย ของณัฐนันท์ ประกายสันติสุข (2547: 80) ที่พบว่า เหตุจูงใจสำคัญของผู้เข้าอบรมส่วนใหญ่ที่ ตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมในหลักสูตรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุขของคุณแม่สิริ กรินชัย คือ อยากทำให้จิตใจสงบและอยากเปลี่ยนพฤติกรรมตนเอง

2) ความต้องการความรู้ในการพัฒนาตนเอง ผู้ให้ข้อมูลหลักส่วนหนึ่งได้ เข้าร่วมกิจกรรมเนื่องจากมีความต้องการพัฒนาตนเองให้มีความรู้ความเข้าใจธรรมะใน พระพุทธศาสนามากขึ้นทั้งทฤษฎีและการปฏิบัติด้วยการเรียนรู้จากกิจกรรม จะได้เป็นประโยชน์ ทั้งต่อตนเองและผู้อื่นในสังคม ซึ่งสอดคล้องกับพระราชวรณีย์ (2530: 9) ที่อธิบายว่า พุทธศาสนา เป็นศาสนาแห่งการพัฒนาตน เป็นศาสนาแห่งการพึ่งตนเองในการประกอบคุณงามความดีและ ยกกระดับชีวิตของตนให้สูงขึ้น ด้วยการฝึกฝนอบรมตนเองให้เป็นคนมีคุณภาพจากการภาวนา (พัฒนา) ให้บรรลุเป้าหมายตามที่ได้กำหนดไว้ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของ พระมหาสิงห์ สวัสดิ์ผล (2542: 72) ที่พบว่า ผู้เข้าอบรมในหลักสูตรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและ สันติสุข 8 วัน 7 คืน มีสาเหตุสำคัญส่วนใหญ่ที่ทำให้เข้าอบรมคือ อยากทำจิตใจให้สงบและอยาก ศึกษาธรรมะเพิ่มเติม โดยผู้เข้าอบรมส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าได้รับประโยชน์ต่อตนเอง คือเป็น การพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น

3) ความประทับใจในหลักสูตร ผู้ให้ข้อมูลหลักเกือบทุกท่านที่ให้ความ คิดเห็นว่ามี ความประทับใจในเนื้อหาและวิธีการสอนในหลักสูตร ทำให้เกิดความต้องการที่จะเข้า ร่วมกิจกรรมอีกในครั้งต่อไป ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของณัฐนันท์ ประกายสันติสุข (2547: 80-83) ที่พบว่า ผู้เข้าอบรมในหลักสูตรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข มีความศรัทธาและ เชื่อถือคุณแม่สิริ กรินชัย รวมทั้งวิทยากรเพิ่มขึ้นมากภายหลังการอบรม เนื่องจากมีความชำนาญ ในการเผยแผ่ธรรมะ และมีเทคนิค/วิธีการสอนธรรมะที่น่าสนใจในระดับมาก สามารถนำเสนอ เนื้อหาธรรมะซึ่งสอนสิ่งที่มีประโยชน์นำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้มาก

2.1.2 เหตุจูงใจในการส่งบุตรวัยรุ่นเข้าร่วมกิจกรรม ผลจากการวิจัยพบว่า การส่งบุตรวัยรุ่นเข้าร่วมกิจกรรม บิดาหรือมารดามีเหตุจูงใจที่สรุปได้ 3 ประเด็น ประกอบด้วย

1) ความต้องการแก้ไขปัญหของบุตรที่เป็นอยู่ 2) ความต้องการป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้นแก่บุตร 3) ความต้องการพัฒนาบุตร

1) ความต้องการแก้ไขปัญหของบุตรที่เป็นอยู่ บิดาหรือมารดาบางส่วนส่งบุตรวัยร่นเข้าร่วมกิจกรรมเนื่องจากต้องการแก้ไขปัญหของบุตรที่เป็นอยู่ในด้านอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ เช่น บุตรเป็นเด็กก้าวร้าว ใจร้อน เอาแต่ใจตนเอง ซึ่งทำให้บิดามารดาเกิดความทุกข์ใจและส่งผลถึงสัมพันธภาพในครอบครัวระหว่างพ่อแม่กับลูก จึงต้องการหาสถานที่ฝึกสติให้บุตรเพื่อบุตรได้แก้ไขปัญหของตนเอง สอดคล้องกับงามตา วนิทานนท์ (2537: 61) กล่าวว่า บิดามารดาที่ให้การส่งเสริมความเป็นพุทธมามกะแก่บุตรมากด้วยการนำบุตรเข้าไปใกล้ชิดพุทธศาสนา บุตรจะมีลักษณะทางจิตใจและพฤติกรรมที่น่าปรารถนามาก คือมีความฉลาดทางจิตใจมากและมีพฤติกรรมก้าวร้าวน้อยลง

สำหรับปัญหาการใช้สื่อกมากเกินไปในเวลารว่างของบุตร เช่น การติดเกม อินเทอร์เน็ต การติดโทรทัศน์ ซึ่งเป็นการใช้เวลาว่างที่เกินความเหมาะสมของวัยร่น เป็นเหตุจูงใจที่บิดามารดาส่วนหนึ่งได้จัดประสบการณ์ทางพุทธศาสนาให้บุตรในช่วงปิดเทอมการศึกษา โดยส่งวัยร่นเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อเป็นการส่งเสริมการใช้เวลาว่างที่เป็นประโยชน์แก่เด็กวัยร่น สอดคล้องกับพรรณพิมล หล่อตระกูล (2546) กล่าวว่า การหากิจกรรมเสริมทักษะในด้านต่าง ๆ ให้เด็กทำในวันหยุดจะเป็นวิธีหนึ่งช่วยคลี่คลายสถานการณ์การใช้สื่อกที่ไม่เหมาะสมของเด็ก

2) ความต้องการป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้นแก่บุตร การส่งบุตรวัยร่นเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อเตรียมจิตใจของบุตรให้สามารถต้านทานต่อสภาวะแวดล้อมที่เป็นภัยในสังคม เช่น ยาเสพติด การคบเพื่อนที่ชักชวนไปในทางที่ผิด การคบเพื่อนต่างเพศ ทำให้เด็กวัยร่นมีสติ มีความคิดที่ถูกต้อง และสามารถจัดการกับชีวิตในอนาคตของตนเองได้ ซึ่งสอดคล้องกับงามตา วนิทานนท์ (2537: 61-66) กล่าวว่า การสนับสนุนบุตรให้เข้าร่วมกิจกรรมทางพุทธศาสนา เป็นหนทางหนึ่งของผู้ปกครองที่จะป้องกันปัญหาที่อาจเกิดขึ้นแก่จิตใจและพฤติกรรมของบุตรได้ และส่งผลให้เด็กวัยร่นสามารถปรับตัวให้ดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ตลอดจนรู้จักเลือกคบเพื่อนได้อย่างเหมาะสม และสอดคล้องกับการศึกษาของเรสนิค (Resnick, 1997 อ้างถึงในวันเพ็ญ บุญประกอบ 2544: 61) พบว่า เด็กวัยร่นที่ไปวัดและได้ปฏิบัติจะไม่ไปเกี่ยวข้องกับความประพฤติที่ต่อต้านสังคม เช่น ลักขโมย หนีเรียน โดยเฉพาะในระยะวิกฤตของวัยร่น เด็กจะปฏิเสธต่อการใช้ยาเสพติด บุหรี่ เหล้า เป็นต้น ศาสนาเป็นปัจจัยสำคัญมากในการป้องกันอันตรายและภัยคุกคามจากภายนอกเมื่อเด็กเติบโตขึ้น พ่อแม่จึงต้องให้เด็กคุ้นเคยกับคำสั่งสอนทางศาสนาตั้งแต่อายุน้อย ๆ

3) *ความต้องการพัฒนาบุตร* บิดามารดาหลายท่านมีความต้องการพัฒนาบุตรวัยรุ่นในด้านต่าง ๆ ได้แก่ ให้บุตรมีสมาธิมากขึ้นในการเรียน ให้บุตรมีพฤติกรรมจริยธรรมที่ดี ให้มีความกตัญญู ให้มีสติในการคิดและการกระทำ ตลอดจนให้บุตรมีความรู้ในพระพุทธศาสนา ตั้งแต่เล็ก เป็นอีกเหตุผลหนึ่งที่ส่งบุตรเข้าร่วมกิจกรรม สอดคล้องกับพระธรรมปิฎก (2540: 13-19) อธิบายว่า การพัฒนาบุตรโดยครอบครัวเพื่อเตรียมเด็กให้พร้อมที่จะไปอยู่กับความเป็นจริงแห่งโลกและชีวิตเป็นเรื่องสำคัญยิ่ง พ่อแม่ต้องเปิดโอกาสให้บุตรรู้จักการพัฒนาตนเองให้มีชีวิตที่ดียิ่งขึ้นไปตลอดเวลาเพื่อทำตนให้เป็นที่พึ่งตนเองได้ด้วยการสร้างเสริมคุณสมบัติความดีงาม ความสามารถขึ้นในตนเองพร้อมไปกับการสร้างเสริมความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่นด้วย

2.1.3 *เหตุจูงใจของบุตรวัยรุ่นในการเข้าร่วมกิจกรรม* ผลจากการวิจัยพบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมของเด็กวัยรุ่น มีเหตุจูงใจที่สรุปได้ 2 ประเด็น ประกอบด้วย 1) การให้รางวัลของบิดาหรือมารดา 2) ความต้องการเข้ากลุ่มกับเพื่อน

1) *การให้รางวัลของบิดาหรือมารดา* ในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งแรกของเด็กวัยรุ่น พบว่าบิดามารดาเป็นผู้สมัครให้บุตรวัยรุ่น เนื่องจากบิดามารดาซึ่งเคยเข้าร่วมกิจกรรมแล้วได้เห็นถึงประโยชน์ที่ตนเองได้รับจากกิจกรรม จึงอยากให้บุคคลที่ใกล้ชิดโดยเฉพาะบุตรได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาคิดและได้รับประโยชน์จากกิจกรรมเช่นเดียวกับตนเอง ในการจูงใจบุตรวัยรุ่นเข้าร่วมกิจกรรม บิดามารดาหลายท่านได้ให้รางวัลแก่บุตรเป็นเงินหรือสิ่งของ สอดคล้องกับผลการวิจัยของสำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (บ้านเมือง 26 ธันวาคม 2549: 13) ที่พบว่า การให้รางวัลเป็นวิธีหนึ่งในการเสริมสร้างคุณธรรม จริยธรรมแก่เยาวชนของสถาบันครอบครัว สถาบันศาสนา สถาบันการศึกษาและชุมชน

2) *ความต้องการเข้ากลุ่มกับเพื่อน* ในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งแรกของเด็กวัยรุ่น บิดามารดาบางท่านได้ชักชวนบุตรของญาติพี่น้องหรือบุตรของเพื่อนด้วย เพื่อเป็นการจูงใจบุตรให้เข้าร่วมกิจกรรม นอกจากนี้ พบว่า การเข้าร่วมกิจกรรมครั้งต่อไปของเด็กวัยรุ่นส่วนหนึ่งมีเหตุจูงใจจากความต้องการไปพบเพื่อนที่ได้รู้จักในการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งแรก ซึ่งสอดคล้องกับศรีเรือน แก้วกังวาล (2545: 338) กล่าวว่า การคบเพื่อนร่วมวัยเป็นพฤติกรรมสังคมที่มีความสำคัญต่อจิตใจของเด็กวัยรุ่น การชักนำของผู้ใหญ่ให้เด็กวัยรุ่นรวมกลุ่มกันปฏิบัติกิจกรรมที่เป็นอุดมคติจึงทำได้ง่ายกว่าวัยอื่น ๆ ทั้งหมด

นอกจากนี้ การที่วัยรุ่นรู้จักคบเพื่อนที่ดี ที่จะชักจูงกันไปในทางที่ดี ทำให้บิดามารดาให้การสนับสนุนในด้านต่าง ๆ แก่กิจกรรมพัฒนาคิด เช่น การบริจาคเงินและสิ่งของ

เครื่องใช้ การเป็นวิทยากรหรือพี่เลี้ยงในกิจกรรม ตลอดจนเต็มใจให้วัยรุ่นมีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมทางพุทธศาสนาอย่างเต็มที่

2.2 การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในครอบครัว

2.2.1 การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของบิดามารดา ผลจากการวิจัยพบว่า

ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน บิดาหรือมารดาของเด็กวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นซึ่งสามารถสรุปได้ 5 ประเด็น ประกอบด้วย 1) การเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพกาย 2) การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์-จิตใจ 3) การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา 4) การเปลี่ยนแปลงด้านจริยธรรม 5) การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม

1) การเปลี่ยนแปลงด้านสุขภาพกาย ผู้ให้ข้อมูลหลักบางท่านที่มีปัญหาสุขภาพกาย เช่น มะเร็ง ไส้และตัวเหลืองโดยไม่พบสาเหตุ พบว่า มีการเปลี่ยนแปลงสุขภาพกายอย่างชัดเจนภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมโดยมีอาการความเจ็บป่วยที่ดีขึ้นอย่างน่าแปลกใจ สอดคล้องกับผลที่คุณแม่อสิริ กรินชัย (สิริ กรินชัย 2544: 66) ได้รวบรวมจากผู้ปฏิบัติและกล่าวว่า ผู้ที่ตั้งใจปฏิบัติอย่างเคร่งครัดครบ 7 วัน จะมีผลพลอยได้ช่วยให้บรรเทาอาการป่วยหรือหายป่วยจากโรคต่าง ๆ ทำให้ผู้เข้าปฏิบัติมีสุขภาพกายดีขึ้นมาก สามารถประกอบกิจการงานในหน้าที่เพื่อพัฒนาตนเอง ครอบครัวและสังคมต่อไปได้ นอกจากนี้ ยังสอดคล้องกับผลการวิจัยของเกษะวัน นาคดี (2544: 44) ที่พบว่า ผู้ติดเชื้อและผู้ป่วยเอดส์มีสุขภาพแข็งแรงขึ้นภายหลังการปฏิบัติธรรม 7 วัน บางรายอาการไข้ที่เป็นอยู่ประจำหายไป อาการคันตามผิวหนังลดลง

2) การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์-จิตใจ พบว่าผู้ให้ข้อมูลหลักทั้งหมดได้มีการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์และจิตใจภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยสามารถควบคุมอารมณ์ต่าง ๆ ได้ดีขึ้น ได้แก่ อารมณ์โกรธ ใจร้อน หงุดหงิด เครียด กังวล ผู้เข้าปฏิบัติรู้สึกมีอารมณ์ต่าง ๆ เหล่านี้ลดลง มีจิตใจสงบและใจเย็นมากขึ้น มีสติมากขึ้น ทำให้รู้สึกตัวได้เร็วเมื่อมีอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์เข้ามากระทบจิตใจ พฤติกรรมที่ผู้เข้าปฏิบัติแสดงออกต่อคนใกล้ชิดภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมจึงเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น อารมณ์เครียดของผู้ปฏิบัติลดลงโดยเฉพาะความเครียดเกี่ยวกับงานซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสุจิตรา จรัสศิลป์ (2545: 151) และอารี นุ้ยบ้านด่าน และคณะ (2549: 68) ที่พบว่าผู้เข้าปฏิบัติสมาธิวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน 4 ในหลักสูตรคุณแม่อสิริ กรินชัย มีความเครียดลดลง นอกจากนี้ อาการเครียดที่ลดลงยังมีผลต่อสุขภาพกายที่ดีขึ้นของผู้ให้ข้อมูลหลักบางท่านด้วย การควบคุมอารมณ์ได้นั้นเนื่องจากเมื่อมีอารมณ์มากระทบ สติที่ได้ฝึกไว้จะทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถกำหนดอารมณ์ได้เร็วขึ้นโดยจะมีสติกำหนดรู้อารมณ์ได้ตรงกับสภาวะปัจจุบัน เช่น โกรธหนอ หงุดหงิดหนอ รำคาญหนอ เป็นต้น (สิริ กรินชัย 2548: 33)

สอดคล้องกับผลการศึกษาของสุพัตรา ต้นประเสริฐ (2547: 57) ที่พบว่านักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในหลักสูตรคุณแม่อิสริ กรินชัย 7 คืน 8 วัน มีความฉลาดทางอารมณ์ด้านการตระหนักรู้ตนเองสูงกว่านักศึกษาที่ไม่ได้รับการฝึก และพระมหาสิงห์ สวัสดิ์ผล (2542: 74) ศึกษาพบว่า ผู้เข้าอบรมในหลักสูตรคุณแม่อิสริ กรินชัย ส่วนใหญ่ได้รับประโยชน์ คือ มีจิตใจสงบเยือกเย็นขึ้น ทำให้รู้จักควบคุมอารมณ์และมีสติ นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับเพทาย เย็นจิตโสมนัส (2544: 82) ที่กล่าวว่า ผู้ปฏิบัติจะเกิดการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจและพฤติกรรม มีอารมณ์สงบเยือกเย็น มีสุขภาพจิตดี ทำให้ลดความเครียด ความทุกข์ ความหงุดหงิด ความซึมเศร้า ความก้าวร้าว เป็นต้น

นอกจากการควบคุมอารมณ์แล้ว ผู้ให้ข้อมูลหลักยังสามารถควบคุมความคิดได้ดีขึ้นภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม คือ ความฟุ้งซ่านลดลง และรู้ตัวเร็วขึ้นเมื่อเกิดความคิดที่ไม่ดี ความคิดที่ไม่ถูกต้อง ซึ่งเป็นอกุศล ทำให้จิตใจเป็นทุกข์ เนื่องจากการมีสติกำหนดรู้เมื่อจิตของผู้ปฏิบัติเกิดความคิดฟุ้งซ่านไป โดยกำหนด เช่น คิดหนอ กุศลหนอ อกุศลหนอ เป็นต้น และจากการวิเคราะห์พบว่า ผู้ให้ข้อมูลหลักที่มีสติกำหนดความคิดได้ทันและเป็นปัจจุบันได้จะเป็นผู้ที่เคยผ่านการเข้าร่วมกิจกรรมมาหลายครั้งซึ่งการกำหนดความคิดได้ดีขึ้น ทำให้เกิดการคิดดี คิดชอบยอมส่งผลให้การพูดและการกระทำดีไปด้วย

3) การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา พบว่า ผู้ให้ข้อมูลหลักมีสติปัญญาดีขึ้น โดยเฉพาะการอ่านและเข้าใจธรรมะในพระพุทธศาสนา คือ ทำให้อ่านหนังสือและฟังธรรมะได้ดีขึ้น มีผู้ให้ข้อมูลหลักบางท่านที่เปลี่ยนแปลงชอบการอ่านหนังสือมากขึ้นจนสามารถศึกษาต่อปริญญาเอกด้านพุทธศาสนาได้ ทั้งนี้สอดคล้องกับเพทาย เย็นจิตโสมนัส (2544: 82) กล่าวว่า ผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในหลักสูตรคุณแม่อิสริ กรินชัยแล้ว จะมีสมาธิดี ความจำดี สติปัญญาดี ทำให้ศึกษาเล่าเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4) การเปลี่ยนแปลงด้านจริยธรรม ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม ผู้ให้ข้อมูลหลักหลายท่านได้ทำตนให้เป็นประโยชน์ต่อส่วนรวมในสังคมโดยได้นำความรู้ที่ได้จากกิจกรรมมาช่วยเหลือผู้อื่น เช่น ให้คำปรึกษาเพื่อนที่มีความทุกข์ ช่วยสอนธรรมะแก่ผู้อื่นที่วัดใกล้บ้านหรือในที่ทำงานซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของณัฐนันท์ ประกายสันติสุข (2547: 89) ที่พบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมในหลักสูตรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข ผู้ปฏิบัติมีระดับคุณธรรมในจิตใจสูงขึ้นมาก คือ มีเมตตากรุณามากขึ้นโดยจะชักชวนให้บุคคลอื่นได้เข้ามาปฏิบัติด้วย และสอดคล้องกับเพทาย เย็นจิตโสมนัส (2544: 83) ที่กล่าวว่า ผู้ที่เข้าปฏิบัติแล้วจะเกิดความเสียสละ อยากทำความดี อยากทำตนให้เป็นประโยชน์และอยากอุทิศตนเพื่อทำงานให้กับส่วนรวมและสังคม

5) การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม พบว่า ผู้ให้ข้อมูลหลักมีการปรับตัวกับผู้อื่น ได้ดีขึ้นทั้งด้านส่วนตัวและในงานอาชีพ เช่น ญาติพี่น้อง เพื่อนร่วมงาน ลูกค้า ทั้งนี้เนื่องจากการรู้จักให้อภัย ตลอดจนมีความเข้าใจและความเอาใจใส่บุคคลรอบข้างที่ดีขึ้น สอดคล้องกับจำลอง ดิษยวณิช (2543: 139) กล่าวว่า ผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจะมีทักษะในการเข้าสังคม สามารถปรับตัวเองในการเข้าสังคมกับผู้อื่น ได้เป็นอย่างดี และสอดคล้องกับการศึกษาของพระมหาสิงห์ สวัสดิ์ผล (2542: 74) ที่พบว่าผู้เข้าปฏิบัติในหลักสูตรคุณแม่สิริ กรินชัย ส่วนใหญ่ได้รับประโยชน์ในการทำให้อาสาสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี มีความรักความเข้าใจต่อเพื่อนมนุษย์ ให้อภัยผู้อื่น และไม่เอาเปรียบหรือทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน

2.2.2 การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นของบุตรวัยรุ่น ผลจากการวิจัยพบว่า

ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ผู้ให้ข้อมูลหลักวัยรุ่น มีการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นซึ่งสามารถสรุปได้ 4 ประเด็น ประกอบด้วย 1) การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์-จิตใจ 2) การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา 3) การเปลี่ยนแปลงด้านจริยธรรม 4) การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม

1) การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์-จิตใจ พบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม เด็กวัยรุ่นส่วนใหญ่จะมีจิตใจสงบ นิ่งขึ้น ใจเย็นขึ้น สามารถควบคุมอารมณ์โกรธ ใจร้อน โมโห หงุดหงิด น้อยใจ ที่เคยเป็นก่อนเข้าร่วมกิจกรรมได้มากขึ้น ซึ่งมีผลทำให้พฤติกรรมที่วัยรุ่น แสดงออกต่อคนรอบข้างโดยเฉพาะในกลุ่มเพื่อนดีขึ้น เช่น อุดหนุนมากขึ้น รอได้ ใจเย็น น้อยลง ปล่อยวาง นอกจากนี้ ในความคิดเห็นของบิดามารดา พบว่า บุตรวัยรุ่นจะมีอารมณ์ความอยากได้ ความต้องการสิ่งของลดลง ทำให้การเลี้ยงดูบุตรวัยรุ่นง่ายขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของอารี นุ้ยบ้านด่าน ไข่มพิกตร์ มณีวัต และทิพวรรณ รมณารักษ์ (2547: 193) ที่พบว่า นักศึกษาพยาบาล ที่ผ่านการปฏิบัติในหลักสูตรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข 1 ครั้ง สามารถควบคุมอารมณ์ โดยการกำหนดการโกรธ กำหนดการคิดและผ่อนคลาย ระวังตัวเองได้ สอดคล้องกับการศึกษาของสุปราณี การพึ่งตน และวัฒนา บันเทิงสุข (2546) ที่พบว่า นักศึกษาพยาบาลที่ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในหลักสูตรคุณแม่สิริ กรินชัย 8 วัน 7 คืน มีคะแนนเขาวรรณอารมณ์ด้านดีอยู่ในระดับสูง มีคะแนนเขาวรรณอารมณ์โดยรวมสูงกว่าก่อนการปฏิบัติและสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้ปฏิบัติ และสอดคล้องกับการศึกษาของวรินทร์ทิพย์ หมี่แสน (2543) ที่พบว่านักเรียนมัธยมศึกษาที่ได้รับการฝึกสมาธิตามแนวสติปัฏฐาน 4 มีคะแนนเขาวรรณสูงกว่าก่อนได้รับการฝึกและสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการฝึก

นอกจากเด็กวัยรุ่นจะควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้นแล้ว ยังพบว่าเด็กวัยรุ่นสามารถควบคุมความคิดได้ดีขึ้นด้วย โดยไม่คิดมากเหมือนเมื่อก่อน ไม่คิดเรื่องไม่ดี ซึ่งจัดเป็นความคิดอกุศล เด็กวัยรุ่นหลายท่านจะมีความคิดก่อนการพูด คิดก่อนทำ ว่าสิ่งที่จะพูด สิ่งที่จะกระทำเป็นสิ่งที่ดีหรือไม่ ซึ่งจะทำให้เกิดการยับยั้งชั่งใจขึ้นในเด็กวัยรุ่น ซึ่งสอดคล้องกับพนม เกตุมาน (2548: 90-95) กล่าวว่า การฝึกสติและสมาธิ เป็นกิจกรรมที่ทำให้เด็กวัยรุ่นได้เรียนรู้การควบคุมตนเอง (self control) โดยการควบคุมสติและความคิดตนเองให้คิดดี คิดเป็น รู้จักยังคิด คิดหลายด้าน คิดรอบคอบ ทำให้วัยรุ่นสามารถตัดสินใจได้อย่างมีประสิทธิภาพและอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ดี

2) การเปลี่ยนแปลงด้านสติปัญญา พบว่าภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมวัยรุ่นหลายท่านมีผลการเรียนที่ดีขึ้น บางท่านสามารถสอบเข้าเรียนต่อในโรงเรียนที่ตั้งใจไว้ได้ ทั้งนี้ การเข้าร่วมกิจกรรมมีผลให้เด็กวัยรุ่นมีสติปัญญาดีขึ้นเนื่องจากการมีสติและสมาธิในการเรียนและการอ่านมากขึ้น ทำให้ตั้งใจฟังครู อ่านหนังสือแล้วจำได้เร็วขึ้น เข้าใจเนื้อหาที่เรียนมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับผลของหลักสูตรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุขที่คุณแม่สิริ กรินชัย (2544: 66) ได้รวบรวมพบว่า นักเรียน นิสิต นักศึกษา ที่ปฏิบัติแล้ว จะขยันมากขึ้น เรียนเก่ง ความจำดี มีสติปัญญาเฉลียวฉลาด สอบได้ และเรียนจบสมความมุ่งหมาย สอดคล้องกับผลการศึกษาของวินเตร มาตี (2533) ที่พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาที่นั่งสมาธิก่อนเรียนคาบละ 10 นาที มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้นั่งสมาธิก่อนเรียน นอกจากนี้ มกพรพันธุ์ จุฑะรสก และคณะ (2547: 45) ได้ศึกษาพบว่า นักศึกษาที่เข้าร่วมโครงการฝึกสมาธิวิปัสสนากรรมฐานมีความคิดเห็นว่าการปฏิบัติธรรมช่วยทำให้เกิดสมาธิที่ดีในการเรียนหนังสือมากขึ้นกว่าก่อนเข้าปฏิบัติธรรม

3) การเปลี่ยนแปลงด้านจริยธรรม พบว่าเด็กวัยรุ่นหลายท่านมีการเปลี่ยนแปลงด้านจริยธรรม คือ ไม่แกล้งหรือก่อกวนเพื่อน ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่พูดปด ดังที่เคยทำก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม เนื่องจากการรู้บาปบุญคุณโทษจากการได้เรียนรู้เรื่องศีล 5 จากกิจกรรม มีผลให้บิดามารดามีความรู้สึกละอายใจและไว้วางใจบุตรของตนเองมากขึ้นภายหลังการจัดให้บุตรเข้าร่วมกิจกรรม สอดคล้องกับคุณแม่สิริ กรินชัย (2548: 3) กล่าวว่า ผู้ที่ศรัทธาเข้ามาปฏิบัติในหลักสูตรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุขจำนวนมากจะเปลี่ยนพฤติกรรมได้ภายใน 7 วัน และสอดคล้องกับเบญจา รุ่งประพันธ์ (2534) ที่พบว่า นักเรียนที่ฝึกสมาธิด้วยการเจริญสติและเพ่งพิจารณา มีพฤติกรรมเชิงจริยธรรมด้านความมีเมตตาดีขึ้นกว่าก่อนรับการฝึก นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับสำรวย วรตะชะคงคา (2534) ที่พบว่านักเรียนที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

มีการรับรู้ต่อการละเมิดศีล 5 สูงกว่านักเรียนที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

4) การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม พบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม เด็กวัยรุ่นมีความเข้าใจผู้อื่นมากขึ้นและปรับตัวในการแสดงออกทางคำพูดและการกระทำต่อเพื่อนซึ่งมีผลทำให้ความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อนน้อยลง สอดคล้องกับการศึกษาของเรณู นุ่มอาษา (2532: 82) ที่พบว่า นักเรียนที่ได้รับการฝึกเจริญสติภาวนามีพฤติกรรมด้านสังคมดีขึ้นกว่าก่อนการฝึกและสอดคล้องกับการศึกษาของเกษะตะวัน นากดี (2544: 46) ที่พบว่า ผู้ติดเชื้อมะเร็งและผู้ป่วยเอดส์ที่ปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน 4 มีความรู้สึกที่ดีกับชีวิตมากขึ้น คิดถึงคนอื่นมากขึ้น และมีความมั่นใจในการอยู่ร่วมกับสังคมมากขึ้น

2.2.3 การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพในครอบครัว ผลจากการวิจัยพบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกในครอบครัว ซึ่งสามารถสรุปได้ 4 ประเด็น ประกอบด้วย

1) การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส 2) การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างบิดามารดากับบุตรวัยรุ่น 3) การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างบุตรวัยรุ่นกับพี่น้อง 4) การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างบิดามารดาของวัยรุ่นกับผู้สูงอายุในครอบครัว

1) การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างคู่สมรส พบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม บิดาหรือมารดามีสัมพันธภาพกับคู่สมรสดีขึ้น ทั้งนี้ จากการมีสติมากขึ้น ทำให้สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น เกิดความเข้าใจคู่สมรสและยอมรับความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ปรับเปลี่ยนการพูดกับคู่สมรส ทำให้การสื่อสารระหว่างกันดีขึ้น ส่งผลให้ความขัดแย้งในครอบครัวที่เคยทะเลาะกันลดลง สอดคล้องกับผลของการฝึกอบรมที่คุณแม่อสิริ กรินชัย (2544: 65) กล่าวว่า ครอบครัวที่มีปัญหาด้านสัมพันธภาพ มีการทะเลาะเบาะแว้งกัน เมื่อสามี ภรรยาได้มารับการฝึกอบรมแล้ว จะสามารถแก้ไขปัญหาชีวิต ทำให้ปัญหาต่าง ๆ คลี่คลายลงได้ สอดคล้องกับการศึกษาของณัฐนันท์ ประกายสันติสุข (2547: 90) ที่พบว่า ผู้เข้าปฏิบัติธรรมในหลักสูตรพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุขจะมีสติ/พบทางออกในการแก้ปัญหาชีวิตและสถานการณ์เฉพาะหน้าได้มากขึ้น นอกจากนี้ จากการศึกษาของงามตา วนินทานนท์ และคณะ (2545: 83) ก็พบผลสอดคล้องกันว่า การปฏิบัติทางพุทธศาสนา การมีวิถีชีวิตแบบพุทธ และการรับรู้การปฏิบัติทางพุทธศาสนาของคู่สมรสเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตสมรสด้านความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสทั้งทางตรงและทางอ้อม

2) การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างบิดามารดากับบุตรวัยรุ่น พบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม บิดาหรือมารดาจะมีความรักความเข้าใจต่อบุตรวัยรุ่นมากขึ้นจากการใกล้ชิดสัมผัส ผัสสนุตร ไม่เคร่งหรือบังคับบุตรและยอมรับฟังเหตุผลของบุตรมากขึ้น การเปลี่ยนแปลง

ทางจิตใจและการปล่อยวางของบิดามารดาทำให้ความสัมพันธ์กับบุตรวัยรุ่นเป็นไปด้วยดีต่อกัน และเด็กวัยรุ่นจะมีความสำนึกในพระคุณของบิดามารดาจากการได้เรียนรู้จากพิธีพระในบ้านของ กิจกรรม และตอบแทนบุญคุณด้วยการเชื้อฟังบิดามารดามากขึ้น ไม่ได้เถียงดังที่เคยกระทำก่อน เข้าร่วมกิจกรรม รวมทั้งการช่วยเหลืองานในครอบครัวมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับมกราพันธุ์ จูฑะรสก และคณะ (2547: 44) ศึกษาพบว่า นักศึกษาที่เข้าร่วมโครงการฝึกสมาธิวิปัสสนากรรมฐานได้รับ ประโยชน์จากกิจกรรม คือ ทำให้เกิดความรู้สึกกตัญญูต่อบิดามารดาและผู้มีพระคุณ และสอดคล้อง กับการศึกษาของอารี นัยบ้านด่าน และคณะ (2547: 196) ที่พบว่า นักศึกษาพยาบาลที่ผ่านการ ฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ในหลักสูตรคุณแม่วิถี กรินชัย มีความกตัญญูมากขึ้น คือ รักพ่อแม่ มากขึ้นและช่วยทำงานมากขึ้น

3) การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างบุตรวัยรุ่นกับพี่น้อง พบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม สัมพันธภาพของเด็กวัยรุ่นกับพี่น้องดีขึ้น ทะเลาะกันน้อยลงเนื่องจาก การมีสติในการควบคุมอารมณ์ จิตใจมีความอดทนสูงขึ้น ทำให้การสื่อสารระหว่างพี่น้องดีขึ้น สอดคล้องกับกิตติพัฒน์ นนทปัทมะดุลย์ (2533) กล่าวว่า แนวทางหนึ่งของการพัฒนา ความสัมพันธ์ในครอบครัว คือ การที่คนในครอบครัวมีศรัทธาต่อศาสนา ซึ่งจะให้มีสติ มีความ อดทนและมีการให้อภัยต่อกัน

4) การเปลี่ยนแปลงสัมพันธภาพระหว่างบิดามารดาของวัยรุ่นกับผู้สูงอายุใน ครอบครัว พบว่า ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรม สัมพันธภาพระหว่างผู้ให้ข้อมูลหลักซึ่งเป็นบิดาหรือ มารดาของเด็กวัยรุ่นกับผู้สูงอายุในครอบครัวขยายดีขึ้น ทั้งนี้เนื่องจากความรู้สึกกตัญญูต่อบุคคลที่ คนวัยกลางคนมีต่อพ่อแม่ผู้สูงอายุจากการเข้าร่วมพิธีพระในบ้านของกิจกรรม สอดคล้องกับการ ศึกษาของสุมาลี อินทวณิช (2531) ที่พบว่า ผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวทางคุณแม่วิถี กรินชัย มีความ สำนึกถึงบุญคุณของบิดามารดา ผู้มีพระคุณ และคิดจะทดแทนพระคุณท่าน และสอดคล้องกับการ ศึกษาของอนุชา สมจิตร (2539) ที่พบว่า หลังการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในหลักสูตรคุณแม่วิถี กรินชัย ผู้เข้าปฏิบัติมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยมีความกตัญญูรู้คุณสูงขึ้นกว่าก่อนเข้าปฏิบัติ

3. ข้อเสนอแนะ

ผลจากการวิจัยครั้งนี้ ทำให้ได้ทราบถึงการเปลี่ยนแปลงของครอบครัวที่มีบุตรวัยรุ่น ภายหลังการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดยพบว่าการ เปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นในพัฒนาการของบิดาหรือมารดาวัยกลางคนและบุตรวัยรุ่นหลาย ๆ ด้าน

โดยเฉพาะด้านอารมณ์และจิตใจซึ่งส่งผลให้สัมพันธ์ภาพระหว่างสมาชิกในครอบครัวดีขึ้น ทำให้สมาชิกสามารถอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขในครอบครัวและสังคม ผู้วิจัยจึงมีข้อคิดเห็นที่จะเสนอแนะดังต่อไปนี้

3.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

3.1.1 สถาบันครอบครัวควรมีการส่งเสริมให้สมาชิกในครอบครัวทุกท่านเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาคิดด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเพื่อเป็นการพัฒนาสมาชิกในครอบครัวให้เป็นบุคคลที่มีคุณภาพ มีคุณธรรมจริยธรรม เป็นสมาชิกที่ดีของสังคมและประเทศชาติต่อไป

3.1.2 ผู้ปกครองควรส่งเสริมให้เด็กได้เข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาคิดตั้งแต่เป็นเด็กเล็กเพื่อเป็นการพัฒนาคิดของบุคคลอย่างต่อเนื่องระยะยาว ให้เด็กได้เติบโตเป็นวัยรุ่นที่ดี มีสภาพจิตใจมั่นคง สามารถรับมือกับชีวิตของตนเอง ครอบครัว จนกระทั่งเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดี มีคุณค่าของสังคมและประเทศชาติในอนาคต

3.1.3 สถาบันการศึกษา เช่น โรงเรียน มหาวิทยาลัย ควรมีการส่งเสริมอย่างกว้างขวางให้นักเรียน นักศึกษา ได้เข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาคิด โดยการจัดกิจกรรมขึ้นเองหรือจัดส่งนักเรียน นักศึกษาเป็นหมู่คณะให้เข้าร่วมกิจกรรมกับหน่วยงานทางพระพุทธศาสนาที่มีหลักสูตรพัฒนาคิด ทั้งนี้เพื่อเป็นประโยชน์ในการเสริมสร้างพัฒนาการของนักเรียน นักศึกษา ตลอดจนจะได้ขยายผลการพัฒนาจิตไปถึงครอบครัวของนักเรียน นักศึกษาต่อไป

3.1.4 หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนามนุษย์ เช่น สถาบันการศึกษา หน่วยงานรัฐบาล หน่วยงานเอกชน ควรสนับสนุนและส่งเสริมให้บุคลากรในหน่วยงานเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาคิดโดยไม่ถือเป็นวันลาในการทำงาน เพื่อพัฒนามนุษย์ในองค์กร และจะได้ขยายผลการพัฒนาจิตไปถึงครอบครัวของบุคลากรด้วย

3.1.5 รัฐบาลควรมีนโยบายในการส่งเสริมให้หน่วยงานทางพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะวัดต่างๆ ได้มีการจัดกิจกรรมการพัฒนาคิดด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแก่ประชาชน เพื่อประชาชนจะได้นำความรู้ทางการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาไปใช้ในการดำรงชีวิตประจำวันให้เกิดประโยชน์สุขทั้งต่อตนเองและผู้อื่นในสังคม

3.2 ข้อเสนอแนะสำหรับทำวิจัยต่อไป

3.2.1 ควรมีการศึกษาครอบครัวที่มีบุตรในช่วงวัยอื่นทั้งหญิงและชายโดยอาจจัดเป็นการสนทนากลุ่มร่วมกับการศึกษาเฉพาะกรณี เช่น เด็กวัยเรียนตอนปลายอายุ 9-13 ปี เด็กวัยรุ่นตอนปลายอายุ 18-25 ปี เพื่อศึกษาผลการวิจัยว่าผลที่ได้ยืนยันผลการวิจัยครั้งนี้ หรือได้ผลการวิจัยที่แตกต่างไป

3.2.2 ควรมีการศึกษาการพัฒนาจิตของครอบครัวที่ผ่านการศึกษาปฏิบัติในหลักสูตรอื่นที่คล้ายคลึงกันด้วยเพื่อเปรียบเทียบผลการวิจัยกับการวิจัยนี้

3.2.3 ควรมีการทำการวิจัยเชิงคุณภาพเป็นกรณีศึกษาเจาะลึกถึงการเปลี่ยนแปลงในครอบครัวที่ได้รับการพัฒนาจิตอย่างต่อเนื่องในระยะยาว เช่น ศึกษาถึงสัมพันธภาพระหว่างสามีและภรรยาที่ทั้งสามีและภรรยาเคยผ่านการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตในหลักสูตรคุณแม่สิริ กรินชัยมาคนละไม่น้อยกว่า 3 ครั้ง เป็นต้น

3.2.4 ควรมีการทำการวิจัยเชิงคุณภาพศึกษาถึงพฤติกรรมในการดำรงชีวิตประจำวันของเยาวชนที่เคยผ่านการเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาจิตเปรียบเทียบกับเยาวชนที่ไม่เคยผ่านการพัฒนาจิตว่าแตกต่างกันหรือไม่ อย่างไร เพื่อนำข้อมูลที่ได้เป็นแนวทางแก่ผู้ปกครอง ครู อาจารย์และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการส่งเสริมการพัฒนาจิตแก่เยาวชนได้ดียิ่งขึ้น