

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาข้อมูลพื้นฐานในการสร้างหลักสูตรฝึกอบรม เรื่อง การลดความทุกข์ เพิ่มความสุข สำหรับอุบาสก อุบาสิกา 2) เพื่อสร้างหลักสูตรฝึกอบรม เรื่อง การลดความทุกข์ เพิ่มความสุข สำหรับอุบาสก อุบาสิกา 3) เพื่อทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรม เรื่อง การลดความทุกข์ เพิ่มความสุข สำหรับอุบาสก อุบาสิกา และ 4) เพื่อประเมินผลและปรับปรุงหลักสูตรฝึกอบรม เรื่อง การลดความทุกข์ เพิ่มความสุข สำหรับอุบาสก อุบาสิกา

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ อุบาสก อุบาสิกา ที่สมัครใจเข้าร่วมปฏิบัติธรรมที่วัดเขาติน ตำบลเขาติน อำเภอเดิมบางนางบวช จังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 30 คน โดยกลุ่มตัวอย่างนี้ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบสมัครใจ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วยแบบสอบถามข้อมูลพื้นฐาน แบบสอบถามพฤติกรรมลดความทุกข์ เพิ่มความสุข แบบทดสอบความรู้เกี่ยวกับวิธีการลดความทุกข์ เพิ่มความสุข และแบบวัดเจตคติที่มีต่อหลักสูตรฝึกอบรม วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) การทดสอบค่าสำหรับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่เป็นอิสระต่อกัน (t-test for dependent)

ผลการวิจัย

1. การศึกษาความต้องการพื้นฐานในการสร้างหลักสูตรฝึกอบรม พบว่า

อุบาสก อุบาสิกาที่มีทั้งเพศหญิงและชายเท่ากัน ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 20 – 29 ปี ระดับการศึกษาส่วนมากอยู่ในระดับมัธยมศึกษา มีอาชีพเป็นเกษตรกร รายได้ภายในครอบครัวส่วนใหญ่ไม่พอใช้ ส่วนใหญ่เคยเข้าร่วมการฝึกอบรม เรื่องที่ต้องการฝึกอบรมครั้งนี้คือ การลดความทุกข์ เพิ่มความสุข สำหรับจำนวนวันที่ต้องการให้จัดฝึกอบรมครั้งนี้อยู่ระหว่าง 3 วัน 2 คืน และอุบาสก อุบาสิกาทั้งหมดมีความต้องการเข้าร่วมหลักสูตรครั้งนี้

2. การสร้างหลักสูตรฝึกอบรม พบว่า

หลักสูตรฝึกอบรมการลดความทุกข์ เพิ่มความสุข ประกอบด้วยโครงสร้าง ดังนี้

- 1) หลักการและเหตุผล 2) วัตถุประสงค์ 3) แนวการจัดกิจกรรมการฝึกอบรม 4) สื่อการฝึกอบรม
- 5) การวัดและการประเมินผล 6) เกณฑ์การผ่านหลักสูตรฝึกอบรม

3. การทดลองใช้หลักสูตรฝึกอบรม พบว่า

การทดลองใช้หลักสูตรครั้งนี้ทดลองใช้จำนวน 3 วัน 2 คืน มีกิจกรรม 3 ขั้นตอน คือ ก่อนการฝึกอบรม ระหว่างดำเนินการฝึกอบรม และหลังการฝึกอบรม

4. การประเมินและปรับปรุงหลักสูตรฝึกอบรม พบว่า

4.1 ความรู้เกี่ยวกับการลดความทุกข์ เพิ่มความสุข ของอาสาสมัคร อุบาสิกาลังการฝึกอบรม เรื่อง ลดความทุกข์ เพิ่มความสุข สูงกว่าก่อนฝึกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

4.2 เจตคติโดยภาพรวมของอาสาสมัคร อุบาสิกา ที่มีต่อหลักสูตรฝึกอบรม อยู่ในระดับมากที่สุด

4.3 พฤติกรรมเกี่ยวกับการลดความทุกข์ เพิ่มความสุข ของอาสาสมัคร อุบาสิกา หลังการฝึกอบรม เรื่อง ลดความทุกข์ เพิ่มความสุข สูงกว่าก่อนฝึกอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

4.4 หลังการประเมินหลักสูตรฝึกอบรม เรื่อง การลดความทุกข์ เพิ่มความสุข สำหรับอาสาสมัคร อุบาสิกา ครั้งนี้ ได้ปรับปรุงในส่วนของคุณลักษณะในเอกสารประกอบการฝึกอบรม เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ให้มีขนาดใหญ่ขึ้น และ ปรับแผนการจัดการฝึกอบรมให้มีเวลาที่เหมาะสมกับความสนใจของผู้เข้ารับการฝึกอบรม

The objectives of this research aimed to 1) study basic data for creating a training curriculum entitled "Decreasing Suffering, Increasing Happiness" for ubahsouk, and ubahsika, 2) create this training curriculum, 3) experiment with the training curriculum, and 4) evaluate and revise the training curriculum mentioned above.

The 30 samples obtained at random were ubahsouk and ubahsika who were willing to practice the dharma at Wat Khaodin, Khaodin Subdistrict, Doem Bang Nang Buat District, Suphan Buri Province. The instruments used were a questionnaire on basic data the behavior shown in decreasing suffering and increasing happiness, a test on knowledge of the method used in decreasing suffering and increasing happiness, and a test on attitudes toward the training curriculum. Data was analyzed to calculate mean (\bar{X}), standard deviation (S.D.), t-test for dependent.

The findings were as follows:

1. as to basic needs in creating a training curriculum: ubahsouk and ubahsika were equal in numbers, mostly aged 20-29 years, secondary level of education, agriculturalists, income in their families, most participated in training. The topic with insufficient for training was decreasing suffering and increasing happiness, the number of days needed for training was 3 days and 2 nights and all ubahsouk and ubahsika needed to participate in this curriculum.

2. regarding creating a training curriculum: this training curriculum consisted of 6 structures: 2.1) rationale, 2.2) objectives, 2.3) method of setting activities for training, 2.4) training media, 2.5) measurement and evaluation, and 2.6) criteria for passing the training curriculum.

3. 3 day and 2 night experimenting with the training curriculum: the 3 stages of research and development were: pre-training, during-training, and post-training.

4. measurement and revision of the training curriculum:

- 4.1 knowledge of decreasing suffering and increasing happiness of ubahsouk and ubahsika after training was higher than before training at .05 level of statistical significance.

- 4.2 attitudes of ubahsouk and ubahsika overall toward the training curriculum was at the highest level.

- 4.3 the behavior shown in decreasing suffering and increasing happiness of ubahsouk and ubahsika after training was higher than before training at .05 level of statistical significance.

- 4.4 after the training curriculum evaluation on decreasing suffering and increasing happiness for ubahsouk and ubahsika, the print-size in the documents accompanying training and the questionnaire used in this research was enlarged and the appropriate time used for the training plan was adjusted to suit the interest of the trainees.