

170052

รณชัย ศิลากกร: ผลของโครงการปฏิบัติสมาธิเบื้องต้นต่อสัจการแห่งตนตามทฤษฎีของ
มาสโลว์ (THE EFFECTS OF THE INITIAL PRACTICE OF MEDITATION

PROGRAM TOWARD SELF-ACTUALIZATION BASED ON MASLOW'S THEORY)

อ.ที่ปรึกษา : ผู้ช่วยศาสตราจารย์แพทย์หญิงบุรณี กาญจนกุลวัลย์, อ.ที่ปรึกษา

วิทยานิพนธ์ร่วม : อาจารย์นายแพทย์ เอ็ม อินทกรณ์; 117 หน้า. ISBN 974-5312-43-6

งานวิจัยนี้เป็นการศึกษาเชิงพรรณนาโดยทำการศึกษาไปข้างหน้าในกลุ่มประชากรกลุ่มเดียวที่ได้เข้าร่วมโครงการปฏิบัติสมาธิเบื้องต้น ระยะเวลา 7 วัน เพื่อที่จะศึกษาผลของโครงการปฏิบัติสมาธิเบื้องต้นต่อสัจการแห่งตนตามทฤษฎีของ อับราฮัม มาสโลว์ กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษามีจำนวน 291 คนได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลและแบบวัดพีโอไอ ฉบับภาษาไทยหรือแบบวัดสัจการแห่งตน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลประกอบด้วย สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสถิติเชิงอนุมาน ได้แก่ T-test, One-way ANOVA, การวิเคราะห์ Post hoc แบบ LSD และการวิเคราะห์ Multiple linear regression โดยวิธี Stepwise

ผลการศึกษาพบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนสัจการแห่งตนภายหลังการเข้าร่วมโครงการปฏิบัติสมาธิในด้านภาพรวม ด้านความสามารถในการใช้ชีวิตปัจจุบัน ด้านความเป็นตัวของตัวเอง ด้านคุณค่าในการดำเนินชีวิต ด้านความเป็นธรรมชาติ ด้านการนับถือตนเอง ด้านการยอมรับตนเอง ด้านการยอมรับความก้าวร้าว และด้านความสามารถสร้างความสัมพันธ์ใกล้ชิด มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$ ส่วนค่าเฉลี่ยของคะแนนสัจการแห่งตนภายหลังการเข้าร่วมโครงการปฏิบัติสมาธิ ด้านความยืดหยุ่นต่อคำนิยาม ด้านความละเอียดอ่อนต่อความรู้สึก ด้านการมีทัศนคติต่อผู้อื่นในด้านบวก และด้านการรับรู้ความสัมพันธ์กันของธรรมชาติ ไม่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$ และพบว่า ปัจจัยด้าน เพศ สถานภาพสมรส และการเคยเข้าร่วมโครงการ มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของสัจการแห่งตนภายหลังเข้าร่วมโครงการปฏิบัติสมาธิอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p < 0.05$

170052

4674766030 : MAJOR MENTAL HEALTH

KEY WORD: THE INITIAL PRACTICE OF MEDITATION PROGRAM / SELF- ACTUALIZATION/
MASLOW'S THEORYRONACHAI SILAKORN : THE EFFECTS OF THE INITIAL PRACTICE OF
MEDITATION PROGRAM TOWARD SELF- ACTUALIZATION BASED ON
MASLOW'S THEORY. THESIS ADVISER : ASST.PROF.BURANEE
KANCHANATAWAN,MD, THESIS CO ADVISER : AIM INTAKORN,MD. ; 117 pp.
ISBN 974-53-1243-6.

This research was a prospective descriptive study in one group. The objective of the study was to determine the effects of the initial practice of meditation programme toward self-actualization based on Maslow's theory. 291 subjects were randomized by simple random sampling. The instrument was questionnaire consisted of two parts: the demographic questionnaire ,and the Personal Orientation Inventory (Thai version) . The data was analyzed by SPSS for Windows. Statistics utilized were mean,percentage, standard deviation,T-test,One-way ANOVA, Post hoc analysis and Multiple linear regression.

The results of this research indicated that there was the significant changes at $p < 0.05$ in the overall self-actualization ,including the self-actualization in the aspects of time competence,inner-directedness,self-actualizing value,spontaneity,self respect,self acceptance,acceptance of aggression and capacity for intimate contact but there was no statistically significant changes in the aspects of existentiality,feeling reactivity,nature of man-constructive and synergy . The related factors of the changes in self-actualization were gender, marital status and registration at significant level of $p < 0.05$.