

## การพัฒนาจินตมยปัญญาของเยาวชน ด้วยการตั้งคำถามจากกิจกรรมชีวิต

Development of Youth Reflective Thinking Wisdom Daily from Life Activities Self - Questioning

อรุณรัตน์ เทพนิม<sup>1</sup> ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมสุดา ผู้พัฒน์<sup>2</sup>  
และ ดร.ปิยะพงษ์ ไสยโสภณ<sup>2</sup>

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ เพื่อหาแนวทางพัฒนาจินตมยปัญญา ปัญญาที่เกิดจากการรู้คิดพิจารณาไตร่ตรองโดยสร้างชุดคำถามกิจกรรมชีวิต และศึกษาผลการใช้ชุดคำถามกิจกรรมชีวิต กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเป็นเยาวชนที่สมัครใจจากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และมหาวิทยาลัยรังสิต จำนวน 28 คน ใช้การทดลองเบื้องต้น (Pre-Experimental Design) แบบ One-Group Pretest-Posttest Design โดยสร้างสิ่งทดลอง (Treatment) คือ ชุดคำถามกิจกรรมชีวิต ซึ่งเป็นคำถามที่ฝึกตนเองให้คิดพิจารณา ไตร่ตรอง โดยให้เยาวชนเป็นผู้ตั้งและตอบคำถามจากกิจกรรมชีวิตจริงของเยาวชนเอง เยาวชนทำชุดคำถามกิจกรรมชีวิตนี้ ในเวลาที่สะดวกของแต่ละวันต่อเนื่องเป็นเวลา 14 วัน เพื่อให้เยาวชนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ตัวแปรตาม คือ ระดับจินตมยปัญญาของเยาวชน วัดแบบให้เยาวชนประเมินปัญญาที่เกิดจากการคิดด้วยตนเอง (Self -Assessment) โดยใช้แบบสอบถามความคิดเห็นจินตมยปัญญามีค่าความเชื่อมั่น .78 วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยสถิติร้อยละ วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพโดยใช้เทคนิคของ Jame H.Millan and Sally Schumacher

ผลการวิจัยพบว่าชุดคำถามกิจกรรมชีวิตส่งผลให้เห็นความแตกต่างของระดับจินตมยปัญญาของเยาวชน ดังข้อมูลที่พบว่าจากกิจกรรมชีวิต 26 กิจกรรม มีถึง 21 กิจกรรมที่ความคิดของเยาวชนมีการเปลี่ยนแปลงไปในทางถูกต้องตามทำนองคลองธรรม และผลวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพก็สนับสนุนข้อค้นพบดังกล่าว โดยพบว่าเยาวชนคิดพิจารณาไตร่ตรองในการตั้งคำถาม – คำตอบในกิจกรรมชีวิตตามเนื้อหาการคิดที่กำหนดไว้ตามหลักสัมมาสังกัปปะด้วยตนเอง รู้จักคิดจำแนกถูก – ผิด ดี – ชั่ว คุณ – โทษ ประโยชน์ – มิใช่ประโยชน์ ต่อการดำเนินกิจกรรมชีวิต จึงสรุปได้ว่าชุดคำถามกิจกรรมชีวิตสามารถใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาจินตมยปัญญาให้แก่เยาวชน

<sup>1</sup> นิสิตระดับปริญญาโท สาขาการศึกษาอกระบบเพื่อพัฒนาสังคม คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์  
โทร.0-2942-8200 E-mail : ar.thep26@gmail.com

<sup>2</sup> อาจารย์ประจำหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิตและปรัชญาดุษฎีบัณฑิต (การศึกษานอกระบบเพื่อพัฒนาสังคม)  
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

คำสำคัญ : จินตมยปัญญา การคิดถูกและคิดเป็น การตั้งและตอบคำถามกับตัวเอง ชุดคำถามกิจกรรมชีวิต

### Abstract

This research aimed 1) to discover a way of developing Jintamayapanya - the reflective thinking wisdom - from daily life activities self-questioning and 2) to study its effects.

The target group was the 28 youth volunteers selected by the technique of purposive sampling from Thammasart University and Rangsit University. The One-Group Pretest-Posttest design was employed for data collection. The research instrument was a set of exploratory daily life activities self-questions which engaged the youth in reflective thinking through considering, questioning, and answering themselves about what was right or wrong, good or bad, moral or immoral, and useful or not useful. Volunteers were expected to do life activities self-questioning at their convenient time during a period of 14 days continually. Dependent variable was the level of reflective thinking wisdom of the youth measured by self-assessment and by using the Jintamayapanya questionnaire with a reliability coefficient equal to 0.78. Quantitative data was analyzed by the method of frequency and percentage, while the qualitative data was analyzed by using the technique of Jame H. Millan and Sally Schumacher.

The research findings revealed that the treatment had an effect on the change of Jintamayapanya of the youth. From 21 out of 26 self-questions, improvement of the reflective thinking of the youth were found in the tendency toward self-righteousness and were supported by qualitative analysis. Based on the Buddhist Samma Sankappa, they expressed their profound consideration on the content during practicing the self-questions. They were able to judge about right and wrong, good or bad, moral or immoral, and useful or not useful in their life. Thus, we concluded that daily life activities self-questions could be used as a way to develop reflective thinking wisdom in youth.

Keywords : Reflective Thinking Wisdom, Right Thinking and Reflective Thinking , Self-Questioning, Set of Daily Life Activities Self-Questions

## บทนำ

สถานการณ์แนวโน้มการพัฒนาเยาวชนในปัจจุบันพบว่า เยาวชนยังต้องเผชิญกับความไม่มั่นคงในการดำรงชีวิตที่เสี่ยงต่อการเกิดปัญหาต่อตนเองและสังคม ทั้งจากการเลี้ยงดูไม่ถูกวิธีของพ่อแม่ และกระแสการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมที่ขาดความสมดุลกัน ขาดการกลั่นกรองในการเลือกรับรู้ข้อมูลข่าวสารและนำมาปฏิบัติ สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2551) ได้รายงานข้อมูลว่าเยาวชนยังเป็นคนกลุ่มเสี่ยงที่มีโอกาสก่อให้เกิดปัญหาทางสังคม วัยรุ่นอายุต่ำกว่า 20 ปี ร้อยละ 8.9 นิยมเที่ยวผับสถานที่เร่ร่อน แม้ว่าจะมีกฎหมายห้ามก็ตาม จากสถานการณ์การจับกุมยาเสพติดในปัจจุบัน สะท้อนให้เห็นว่ายาเสพติดประเภทต่างๆได้เข้าไปเกี่ยวข้องกับเยาวชนมากยิ่งขึ้น โดยพบการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และยาสูบของกลุ่มเยาวชนหญิงมีจำนวนเพิ่มขึ้น อีกทั้งเยาวชนยังใช้เวลาในการอ่านหนังสือน้อยกว่าการดูโทรทัศน์และการเล่นเกมส์ออนไลน์ โดยเยาวชนสามารถเข้าถึงสื่อลามกและสื่อรุนแรงได้ง่ายขึ้น (สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส และผู้สูงอายุ, 2552)

สาเหตุของปัญหาเยาวชนดังกล่าวเกิดจากเยาวชนยังคิดผิด ๆ และคิดไม่เป็น จึงทำผิดและแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ขาดทักษะการคิดแบบมีปัญญา เพราะการกระทำต่างๆที่แสดงออกมาล้วนเป็นผลมาจากกระบวนการคิด จึงควรอย่างยิ่งที่จะต้องพัฒนาและเสริมสร้างความสามารถในการคิดให้มีปัญญาหรือจินตมยปัญญาให้แก่เยาวชน เพื่อให้เยาวชนมีสติปัญญาในการดำเนินชีวิต คือ รู้จักคิดถูกคิดเป็น พิจารณาถูก - ผิด ดี - ชั่ว ดังที่ พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ปยุตโต, 2544) ได้อธิบายว่าการฝึกเยาวชนที่สำคัญ คือ การฝึกให้คิดเป็น คิดถูกวิธี เมื่อรู้จักคิดจะสามารถพลิกสถานการณ์ที่กำลังเผชิญอยู่ ให้ร้ายกลายเป็นดี มองเป็นทั้งคุณและโทษ ซึ่งการฝึกให้คิดถูกและคิดเป็นตรงกับเรื่องจินตมยปัญญาเป็นปัญญาจากการคิด เป็นความรอบรู้ที่เกิดจากการรู้คิดพิจารณา ไตร่ตรอง เพื่อให้การดำเนินชีวิตถูกต้องดีงาม

การพัฒนาจินตมยปัญญาให้แก่เยาวชนนั้น ต้องเริ่มจากการตั้งคำถาม - คำตอบกับตนเอง จากการดำเนินกิจกรรมชีวิตประจำวัน ดังที่ พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ปยุตโต, 2546: 7) กล่าวว่า การให้คิดตาม - คิดตอบกับตนเองในเรื่องที่ว่าสิ่งนี้คืออะไร เป็นอย่างไร เพราะอะไร เพื่ออะไร มีข้อดีข้อเสียอย่างไร เป็นประโยชน์อย่างไร เป็นการกระตุ้นทางปัญญา กระตุ้นความคิดเชิงหาความจริงและเหตุผล ตัดสินใจแก้ปัญหาชีวิตได้ถูกต้องในเรื่องต่าง ๆ เช่น การใช้สอยปัจจัยสี่ การงานการเรียน และการใช้ชีวิตในสังคมทำให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างมีความสุข ด้วยเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยจึงหาวิธีการฝึกให้เยาวชนคิดอย่างมีปัญญา ด้วยการตั้งคำถามจากกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ซึ่งจะช่วยให้เยาวชนมีหลักการคิดโดยใช้ปัญญาในการดำเนินชีวิต รู้จักคิดแก่ทุกข์และป้องกันทุกข์ใหม่ให้แก่ตนเอง

## วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อสร้างชุดคำถามกิจกรรมชีวิตเพื่อพัฒนาจิตตมยปัญญาของเยาวชน
2. เพื่อศึกษาผลการใช้ชุดคำถามกิจกรรมชีวิตในการพัฒนาจิตตมยปัญญาของเยาวชน

## ทฤษฎี แนวคิดที่ใช้ในการวิจัย

จิตตมยปัญญาจะเกิดขึ้นได้อย่างไรนั้นจำเป็นต้องรู้ว่าจิตตมยปัญญาคืออะไร จะคิดเนื้อหาเรื่องอะไร และจะมีวิธีการคิดอย่างไรกับเนื้อหาการคิดนั้น จิตตมยปัญญาจึงจะเจริญงอกงาม การวิจัยครั้งนี้จึงศึกษาทฤษฎี และแนวคิดตามหัวข้อต่อไปนี้ 1) ความหมายของจิตตมยปัญญา 2) ลักษณะเนื้อหาการคิดที่ทำให้เกิดจิตตมยปัญญา และ 3) เทคนิคการคิดด้วยการตั้งคำถามจากกิจกรรมชีวิต

### 1. ความหมายของจิตตมยปัญญา

คำว่าจิตตมยปัญญาหรือจิตตามยปัญญาเป็นคำศัพท์ทางพระพุทธศาสนา มีคำที่สำคัญ คือ คำว่า “ปัญญา” ซึ่งปรากฏในพระไตรปิฎกว่า ปัญญา (มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2525 : ชุ.ม. 65/100/434) คือ ความรู้ที่ถูกต้องดี เครื่องคิดจำแนก เครื่องทำลายกิเลส สมเด็จพระสังฆราช 2 พระองค์ คือ สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส (พระองค์เจ้ามนุษยนาคมานพมุนสูสนาโค)(2539: 296-298) และ สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน)(2536: 147) ทรงอธิบายขยายความว่า ปัญญา หมายถึง ความรู้ที่แท้ในเหตุและผล เป็นความรู้ที่ถูกต้อง มองเห็นตามความเป็นจริง ฉลาดรู้เหตุแห่งความเสื่อม ความเจริญ มุ่งถึงความดี รู้จักดี-ชั่ว บุญ – บาป สามารถสอดส่องเห็นคุณ-โทษ ประโยชน์ - มิใช่ประโยชน์

พระมหาเถรานุเถระได้อธิบายความหมายของปัญญาไว้คล้ายกันว่า ปัญญา หมายถึง ความรอบรู้ ความเข้าใจสภาวะของสิ่งทั้งหลายตรงตามความเป็นจริง เป็นผู้ฉลาดในชีวิต มุ่งไปในทางที่ดี รู้จักดี – ชั่ว คุณ – โทษ บุญ – บาป แก้ปัญหาดับทุกข์ กำจัดกิเลสให้หมดสิ้นไป แตกต่างจากปัญญาทางโลกหรือที่เรียกว่ามีความฉลาดในการหาเลี้ยงชีวิต มีความรู้ความสามารถในศาสตร์สาขาและเทคโนโลยีต่างๆ แต่ไม่รู้จักพิจารณาถึงดี – ชั่ว บุญ – บาป ประโยชน์ – มิใช่ประโยชน์ของสิ่งต่างๆ ไม่คิดแก้ทุกข์ เป็นเพียงมีความรู้แต่ยังขาดปัญญา (พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), 2551: 231; พระราชภาวนาวิสุทธิ (ไชยบุญญ์ธมฺมชโย), 2553; และพระพุทธทาสภิกขุ (พระพุทธทาส อินทปญฺโญ), 2537: 74-75)

ปัญญาเกิดได้ 3 ทางดังนี้ 1) สุตมยปัญญา คือ ปัญญาเกิดจากการฟัง 2) จิตตามยปัญญา คือ ปัญญาเกิดจากการคิด 3) ภวานามยปัญญา คือ ปัญญาเกิดจากการบำเพ็ญสมาธิ (พระธรรมมหาวิธานูวัตร (พระวิริยธรรมมุนี), 2510 : 6; พระอุปติสฺสเถระ (จณนา), 2538 : 212; มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : ที่.ป. (ไทย) 11/305/271) ดังนั้นจิตตมยปัญญาเป็นทางเกิดของปัญญาประเภทหนึ่ง มีความหมายปรากฏในพระไตรปิฎกว่าจิตตามยปัญญา (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539 : อภ.ว. (ไทย) 35/768/503-504) หมายถึง ปัญญาที่บุคคลมิได้ฟังจากผู้อื่น ได้ความสามารถ ความคิดอ่าน ความกระจ่าง ความเพ่งพินิจ และได้ปัญญาที่สามารถไตร่ตรองสภาวะธรรมอันเหมาะสมนี้เรียกว่าจิตตามยปัญญา

พระเทพวราเวที (ประยูร ปรยุตโต, 2531) และพระภิกษุญาณวชิโรดม (เผด็จ ทตฺตชีโว, 2551: 97) ได้ให้แนวคิดอธิบายความหมายของจิตตมยปัญญาไว้ว่าจิตตมยปัญญา หมายถึง ความรอบรู้ที่เกิดจากการรู้คิดพิจารณา ไตร่ตรองหาเหตุผลด้วยตนเองเกี่ยวกับชีวิตที่ถูกต้องดีงาม สามารถคิดจำแนกถูก – ผิด ดี – ชั่ว คุณ – โทษ ประโยชน์ – มิใช่ประโยชน์ คิดครอบคลุมไปถึงความดีในชีวิต คิดกำจัดทุกข์และกิเลส มิใช่แค่คิดตัดสินใจในเรื่องความรู้ หรือจัดการการงานต่างๆ แก่ปัญหาในการทำงานได้เพียงอย่างเดียว

## 2. ลักษณะเนื้อหาการคิดที่ทำให้เกิดจิตตมยปัญญา

เนื้อหาการคิดที่ทำให้เกิดจิตตมยปัญญานำมาจากหลักสัมมาสังกัปปะคือ การคิดถูก ซึ่งเป็นหนึ่งในหลักอริยมรรคมีองค์ 8 เป็นเนื้อหาที่ว่าด้วยการคิดถูกและคิดเป็น ซึ่งสัมมาสังกัปปะเป็นเรื่องของปัญญา ดังที่แสง จันทรงาม (2544 : 247) กล่าวว่า มรรคมีองค์ 8 ที่นำสัมมาทิฐิและสัมมาสังกัปปะขึ้นมาก่อนนั้น เป็นการเริ่มต้นชีวิตด้วยปัญญา และพระภิกษุญาณวชิโรดม (เผด็จ ทตฺตชีโว, 2555: 70-74) ได้ขยายความไว้ว่าถ้าฝึกสัมมาสังกัปปะ คือ การคิดถูกและคิดเป็นให้แก่ผู้เรียนจะส่งผลให้เกิดปัญญา เพราะเป็นการฝึกหักห้ามใจไม่ยอมคิดเรื่องไม่ดี แต่เลือกคิดพิจารณา ไตร่ตรอง ว่าสิ่งใดถูก – ผิด ดี – ชั่ว บุญ – บาป ควร – ไม่ควร ประโยชน์ – ไม่ใช่ประโยชน์ รายละเอียดของเนื้อหาการคิดถูกและคิดเป็นมีดังนี้

**การคิดถูก** คือ การคิดหักห้ามไม่ให้ทำชั่ว คิดละเอียดทั่วถ้วน ไตร่ตรองถึงผลเสียหายของโทษและความทุกข์ที่เกิดจากการทำความชั่ว เรื่องที่คิดแล้วทำให้เกิดการคิดถูกมีอยู่ 4 ประการ คือ

1. คิดถึงโทษอบายมุข เป็นการคิดพิจารณา ไตร่ตรองถึงโทษภัยต่างๆของอบายมุข ทั้งต่อตนเอง ทรัพย์สิน เงินทอง ความเดือดร้อนในสังคม
2. คิดไม่อยากได้ของผู้อื่นในทางมิชอบ เป็นการคิดพิจารณา ไตร่ตรองถึงโทษของการคิดโลภอยากได้ของผู้อื่นมาเป็นของตนเองด้วยวิธีการอันไม่ชอบธรรม
3. คิดไม่อาฆาตพยาบาทใคร เป็นการคิดพิจารณาไตร่ตรองไม่ผูกใจเจ็บ ไม่อาฆาตมาดร้ายทั้งทางกาย วาจา ใจ กับผู้ที่มาทำร้ายแต่เป็นการรู้จักคิดให้อภัย เพราะการอาฆาตมีแต่ทำให้ใจเร่าร้อน
4. คิดไม่เบียดเบียนเป็นการคิดพิจารณาไตร่ตรองไม่คิดฉ้อฉลทำร้ายใคร ไม่ไปก่อทุกข์ปัญหา เห็นแก่ตัวเอาเปรียบ คดโกง ทั้งทางกาย วาจา ใจ เพื่อหวังแต่ผลประโยชน์ของตนเองฝ่ายเดียว

**การคิดเป็น** คือ การคิดพิจารณา ไตร่ตรองถึงคุณประโยชน์ในการดำเนินชีวิตให้ประสบความสำเร็จ เป็นการคิดริเริ่มสร้างสรรคถึงประโยชน์ที่เกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่น เป็นเรื่องที่ควรปฏิบัติ เรื่องที่คิดแล้วก่อให้เกิดการคิดเป็นมี 5 ประการดังนี้

1. คิดพึ่งตนเองเป็นการคิดพิจารณา ไตร่ตรองถึงประโยชน์ของการทำตนเองให้เป็นที่พึ่งแก่ตนเอง รู้จักรับผิดชอบต่อชีวิตตนเอง
2. คิดตอบแทนคุณพ่อแม่ ครูอาจารย์ ผู้มีพระคุณเป็นการคิดพิจารณา ไตร่ตรองถึงประโยชน์ของการคิดตอบแทนผู้มีพระคุณ คิดถึงพระคุณของท่าน และคิดหาทางตอบแทนพระคุณ

3. คิดค้นหาความรู้เพิ่มเติมจากแหล่งการเรียนรู้ต่างๆ เป็นการคิดพิจารณา ไตร่ตรองถึงประโยชน์ของการค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติม รู้จักคิดแสวงหาความรู้ให้แก่ตนเอง

4. คิดฝึกตนให้พันทุกข์เป็นการคิดพิจารณา ไตร่ตรองถึงประโยชน์ของการออกจากทุกข์ คิดสู้กับปัญหาชีวิตอย่างถูกต้อง ไม่ทอดทิ้งหรือปล่อยปัญหาให้ลุกลามใหญ่โต รู้จักแก้ปัญหาอย่างทัน่วงที

5. คิดนำความรู้มาพัฒนาตนเอง – สังคม เป็นการคิดพิจารณา ไตร่ตรองถึงประโยชน์การพัฒนาตนเองให้มีความสามารถยิ่งขึ้นไป และคิดนำความรู้มาใช้ทำความดี บำเพ็ญประโยชน์ต่อสังคม

### 3. การคิดด้วยการตั้งคำถามจากกิจกรรมชีวิต

การคิดด้วยเทคนิคการตั้งคำถาม – คำตอบกับตนเองเป็นวิธีคิดพิจารณาไตร่ตรองด้วยตนเอง ซึ่งผู้ที่มีจิตตมยปัญญาต้องรู้จักคิดจากประสบการณ์ชีวิต คิดไตร่ตรองในการดำเนินกิจกรรมชีวิตให้ถูกต้องดังที่ พระอุปัชฌาย์ (รจนา) (2538 : 212) ได้รจนาความหมายจิตตมยปัญญาไว้ว่า เป็นปัญญาที่บุคคลได้มาโดยไม่ได้เรียนจากผู้อื่น เป็นปัญญาที่เกิดจากการทำกรรมของแต่ละบุคคลให้ตรงกับความจริง โดยพระภิกษุวิริยคุณ (เผด็จ ทตฺตชีโว, 2550: 17-21) และ Peter (2008: 20) ได้ให้แนวคิดการตั้งคำถามจากกิจกรรมชีวิตไว้ดังนี้

- ตั้งคำถามประเภท “อะไร (What)” เป็นการถามเพื่อให้รู้คำอธิบายว่าสิ่งนั้นคืออะไร เพื่อหาความหมาย คำนิยาม ของสิ่งนั้นๆ

- ตั้งคำถามประเภท “ทำไม (Why)” เป็นการถามเพื่อให้รู้เหตุและผล ให้เกิดการคิดพิจารณาถึงวัตถุประสงค์แท้จริงของสิ่งนั้นๆ

- ตั้งคำถามประเภท “อย่างไร (How)” เป็นการถามเพื่อให้รู้ถึงวิธีการ แนวทาง ขั้นตอนการทำงาน เพื่อให้ได้คิดไตร่ตรองหาวิธีการที่ดีที่สุดก่อนลงมือทำ

ถ้าเยาวชนได้ฝึกฝนการตั้งคำถาม – คำตอบกับตนเอง จากเนื้อหาการคิดถูกและคิดเป็นทั้ง 9 ประการ รู้จักคิดพิจารณาไตร่ตรองในเรื่องชีวิต จะทำให้เยาวชนดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้อง มีปัญญาในการแก้ทุกข์ ป้องกันทุกข์ใหม่ ก็จะนำมาซึ่งความสุขความสำเร็จในชีวิต

### นิยามศัพท์

ในงานวิจัยครั้งนี้มีการให้คำนิยามศัพท์ที่ใช้เฉพาะในการวิจัย เพื่อความเข้าใจที่ตรงกันดังนี้

**ปัญญา** หมายถึง ความรอบรู้ ความเข้าใจ ในสภาพของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง สามารถจำแนกถูก – ผิด ดี – ชั่ว คุณ – โทษ ประโยชน์ – มิใช่ประโยชน์ ได้อย่างถูกต้อง รู้จักแก้ทุกข์และป้องกันทุกข์ให้แก่ตนเองได้

**จิตตมยปัญญา** หมายถึง ความรอบรู้ที่เกิดจากการรู้คิดพิจารณา ไตร่ตรองหาเหตุผลเกี่ยวกับชีวิตที่ถูกต้องซึ่งคิดจากเนื้อหาการคิดถูกและคิดเป็น 9 ประการ ดังนี้ 1) คิดถึงโทษอบายมุข ได้แก่ เหล้า บุหรี่ การพนัน 2) คิดไม่ยอมอยากได้ของใคร 3) คิดไม่อาฆาตพยาบาทใคร 4) คิดไม่เบียดเบียนใคร 5) คิดพึ่งตนเอง 6) คิดตอบแทนพระคุณพ่อแม่ ครูอาจารย์ ผู้มีพระคุณ 7) คิดค้นหาหาความรู้เพิ่มเติมจากแหล่งการเรียนรู้ต่างๆ

8) คิดฝึกตนให้พ้นทุกข์ 9) คิดนำความรู้มาพัฒนาตน – สังคม

**ชุดคำถามกิจกรรมชีวิต** หมายถึง คำถามที่จัดไว้เป็นหมวดหมู่ตามเนื้อหาการคิดถูกและคิดเป็น 9 ประการ เพื่อฝึกให้เยาวชนที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ ได้คิดด้วยการตั้งคำถามประเภท อะไร (What) ทำไม (Why) และอย่างไร (How) ฝึกคิดหาคำตอบด้วยตนเองจากกิจกรรมชีวิตจริงของเยาวชน คำถามที่เป็นหมวดหมู่นี้ประกอบด้วย 14 ชุดคำถาม มี 26 สถานการณ์ชีวิต

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้รูปแบบการวิจัยประเภทการทดลองเบื้องต้น (Pre - Experimental Design) แบบ One - Group Pretest - Posttest Design โดยมีรายละเอียดสรุปได้ดังนี้

1.กลุ่มที่ศึกษา คือ เยาวชนที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการทดลอง โดยเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีจากมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์และมหาวิทยาลัยรังสิต จำนวน 28 คน คัดเลือกกลุ่มที่ศึกษาแบบไม่อาศัยทฤษฎีความน่าจะเป็น (Nonprobability Sampling) ใช้วิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling)

2.ตัวแปรในงานวิจัยครั้งนี้มี 2 ประเภท ได้แก่ 1) ตัวแปรที่เป็นสิ่งทดลอง (Treatment Variable) คือ ชุดคำถามกิจกรรมชีวิตและ 2) ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือ ระดับจิตตมยปัญญาของเยาวชน

3.เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย

1) ชุดคำถามกิจกรรมชีวิตมี 14 ชุด แต่ละชุดประกอบด้วย 1) ประเด็นการคิด 2) ตัวอย่างกิจกรรมชีวิตจริงของเยาวชน 3) คำถามประเภททำไม (Why) ที่ผู้วิจัยกำหนด 4) คำถามที่ให้เยาวชนตั้ง - ตอบคำถามกับตนเอง เป็นคำถามประเภทอะไร (What) และคำถามประเภทอย่างไร (How)

2) แบบสอบถามความคิดเห็นจิตตมยปัญญา เป็นคำถามปลายปิด 26 ข้อจาก 26 สถานการณ์ชีวิต ครอบคลุมเนื้อหาการคิดถูกและคิดเป็น 9 ประการ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .78

4. การเก็บข้อมูล ชุดคำถามกิจกรรมชีวิตมี 14 ชุด เยาวชนทำชุดคำถามกิจกรรมชีวิตวันละ 1 ชุด ตามเวลาที่สะดวก เป็นระยะเวลา 14 วันตลอดการทดลอง ผู้วิจัยประสานงานกับเยาวชนไปเก็บข้อมูล 4 ครั้ง แต่ละครั้งห่างกัน 3 วัน ในครั้งที่ 1 วัดระดับจิตตมยปัญญาก่อนการทดลองแล้วมอบชุดคำถามกิจกรรมชีวิตชุดที่ 1 ในครั้งสุดท้ายหลังจากครบ 14 วัน วัดระดับจิตตมยปัญญาหลังการทดลอง

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยสถิติร้อยละ

2. วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยเทคนิคตามทฤษฎีของ James H. Millan and Sally Schumacher (1997:510-513)

3.เกณฑ์การให้คะแนนความคิดเห็นจิตตมยปัญญา ใช้หลักตอบถูกให้ 1 คะแนน ตอบผิดให้ 0 คะแนน โดยข้อคำถามเชิงบวก ตอบเห็นด้วยมากเป็นข้อถูก ผู้ตอบจะได้ 1 คะแนน ส่วนข้อคำถามเชิงลบจะต้องตอบไม่เห็นด้วย จึงจะถือว่าตอบถูกได้ 1 คะแนนเพราะปัญญาเป็นเรื่องของความสามารถแยกแยะถูก - ผิด

ดี – ชั่ว คุณ – โทษ ประโยชน์ – ไม่ใช่ประโยชน์ จึงใช้ความถูกต้องเป็นหลักในการตัดสินใจไม่ใช้ค่าเฉลี่ย

4.เกณฑ์การตัดสินใจในภาพรวมว่าชุดคำถามกิจกรรมชีวิต ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงจิตตมยปัญญาของเยาวชน มีหลักเกณฑ์ดังนี้

4.1) จำนวนคนที่ตอบถูกหลังทดลองมากกว่าก่อนทดลอง แสดงว่าระดับจิตตมยปัญญามีการเปลี่ยนแปลงในทางเพิ่มขึ้น

4.2) จำนวนคนที่ตอบถูกหลังทดลองเท่ากับก่อนทดลอง แสดงว่าระดับจิตตมยปัญญาไม่มีการเปลี่ยนแปลง

4.3) จำนวนคนที่ตอบถูกหลังทดลองน้อยกว่าก่อนทดลอง แสดงว่าระดับจิตตมยปัญญามีการเปลี่ยนแปลงในทางลดลง

### ผลการวิจัย

หลังจากเยาวชนผ่านการทำชุดคำถามกิจกรรมชีวิต โดยพิจารณาจากกิจกรรมชีวิต 26 สถานการณ์ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพพบว่าเยาวชนมีการเปลี่ยนแปลงจิตตมยปัญญาแบ่งเป็น 3 กลุ่ม มีรายละเอียดดังนี้

กลุ่มที่ 1 เป็นกลุ่มเยาวชนที่มีการเปลี่ยนแปลงจิตตมยปัญญาในทางเพิ่มขึ้น จาก 21 ใน 26 สถานการณ์ชีวิต ในเนื้อหาการคิด 8 ประการ ได้แก่ 1) คิดถึงโทษของอบายมุข เช่น สุรา บุหรี่ เทียวผับบาร์ 2) คิดไม่อยากได้ของใครในทางมิชอบ 3) คิดไม่อาฆาตพยาบาทใคร 4) คิดไม่เบียดเบียนใคร 5) คิดพึ่งตนเอง 6) คิดตอบแทนพระคุณพ่อแม่ ครูอาจารย์ ผู้มีพระคุณ 7) คิดฝึกตนให้พ้นทุกข์ 8) คตินำความรู้มาพัฒนาตนและสังคม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพพบว่าเยาวชนสนใจคิดถึงโทษของอบายมุขมากขึ้น เช่น คิดถึงโทษภัยของสุรา บุหรี่ เทียวกลางคืนมากยิ่งขึ้นว่าเป็นสิ่งทำลายสุขภาพ เสียทรัพย์ ไม่มีประโยชน์ เป็นต้น เยาวชนรู้จักคิดตั้งและตอบคำถามกับตนเองให้คิดถึงคุณและโทษของผลกระททำของตนเอง มองถึงประโยชน์ที่เกิดกับตนเองและสังคม ผลการศึกษามีรายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การเปลี่ยนแปลงจิตตมยปัญญาในทางเพิ่มขึ้นของเยาวชน

เนื้อหาการคิด	เชิงปริมาณ			เชิงคุณภาพ
	ก่อน	หลัง	เปลี่ยน	
<b>คิดถึงโทษอบายมุข</b>				
<b>1.คิดถึงโทษสุรา</b>				
สถานการณ์ที่ 1	8	19	+11	สุราทำให้เสียทรัพย์
สถานการณ์ที่ 2	10	20	+10	ทำลายสุขภาพ

ตารางที่ 1 (ต่อ)

เนื้อหาการคิด	เชิงปริมาณ			เชิงคุณภาพ
	ก่อน	หลัง	เปลี่ยน	
<b>2. คิดถึงโทษบุรี</b>				
สถานการณ์ที่ 3	25	27	+2	เสียทรัพย์สิน เสียบุคลิก
สถานการณ์ที่ 4	16	18	+2	ไม่ได้ดูเท่ มลพิษสังคม
<b>3. คิดถึงโทษเที่ยวกลางคืน</b>				
สถานการณ์ที่ 5	4	10	+6	ไม่ปลอดภัย เสียเวลา
สถานการณ์ที่ 6	15	18	+3	เสียการเรียน เสียทรัพย์สิน
<b>คิดไม่อยากได้ของใคร</b>				
สถานการณ์ที่ 7	17	25	+8	พอใจในสิ่งที่ตนมี
สถานการณ์ที่ 8	13	16	+3	ปลูกฝังความซื่อสัตย์
<b>คิดไม่อาฆาตพยาบาทใคร</b>				
สถานการณ์ที่ 9	8	10	+2	ปล่อยวาง มองสิ่งดี
<b>คิดไม่เบียดเบียนใคร</b>				
สถานการณ์ที่ 11	11	14	+3	คิดด้วยความเมตตา
สถานการณ์ที่ 12	8	13	+5	ทำของเราให้ดีที่สุด
<b>คิดพึ่งตนเอง</b>				
สถานการณ์ที่ 13	20	23	+3	ประโยชน์เกิดกับตนเอง
<b>คิดตอบแทนพระคุณพ่อแม่ครูอาจารย์ ผู้มีพระคุณ</b>				
<b>1. คิดตอบแทนพระคุณพ่อแม่</b>				
สถานการณ์ที่ 15	20	28	+8	ดูแลท่านช่วยงานท่าน
สถานการณ์ที่ 16	23	26	+3	พระคุณท่านมากล้น
<b>2. คิดตอบแทนพระคุณครูอาจารย์</b>				
สถานการณ์ที่ 17	24	27	+3	เป็นคนดี ให้ความเคารพ
สถานการณ์ที่ 18	4	11	+7	ปรนนิบัติ ตั้งใจเรียน
<b>3. คิดตอบแทนผู้มีพระคุณ</b>				
สถานการณ์ที่ 19	13	17	+4	หาโอกาสช่วยเหลือ
สถานการณ์ที่ 20	15	17	+2	สำนึกในบุญคุณ

ตารางที่ 1 (ต่อ)

เนื้อหาการคิด	เชิงปริมาณ			เชิงคุณภาพ
	ก่อน	หลัง	เปลี่ยน	
<b>คิดฝึกฝนตนเองให้พันทุกซ์</b>				
สถานการณ์ที่ 23	13	18	+5	รู้จักดูแลพึ่งตนเอง
<b>คิดนำความรู้มาพัฒนาตนเอง – สังคม</b>				
สถานการณ์ที่ 25	15	18	+3	พัฒนาความสามารถ
สถานการณ์ที่ 26	8	15	+2	ไปช่วยสังคม

กลุ่มที่ 2 เป็นกลุ่มเยาวชนที่ไม่มีการเปลี่ยนแปลงจิตตมยปัญญา มี 2 สถานการณ์ชีวิต ในเนื้อหาการคิด 2 ประการ ได้แก่ 1) คิดไม่อาฆาตพยาบาทใคร 2) คิดฝึกตนให้พันทุกซ์ และผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพพบว่า เยาวชนยังมองเรื่องความทุกซ์เป็นสิ่งไกลตัว ยังไม่คิดตระหนักที่จะหาวิธีการแก้ทุกซ์ของชีวิต

ผลการศึกษามีรายละเอียดดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 จิตตมยปัญญาของเยาวชนไม่มีการเปลี่ยนแปลง

เนื้อหาการคิด	เชิงปริมาณ			เชิงคุณภาพ
	ก่อน	หลัง	เปลี่ยน	
<b>คิดไม่อาฆาตพยาบาทใคร</b>				
สถานการณ์ที่ 10	12	12	0	ไม่สนใจคนรอบข้าง
<b>คิดฝึกตนให้พันทุกซ์</b>				
สถานการณ์ที่ 23	24	24	0	คิดว่ามีความทุกซ์ แต่ไม่คิดแก้ทุกซ์

กลุ่มที่ 3 เป็นกลุ่มเยาวชนที่มีการเปลี่ยนแปลงจิตตมยปัญญาในทางลดลง มี 3 สถานการณ์ชีวิตในเนื้อหาการคิด 2 ประการ ได้แก่ 1) คิดพึ่งตนเอง 2) คิดค้นคว้าหาความรู้จากแหล่งการเรียนรู้ต่างๆ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพพบว่าเยาวชนไม่ค่อยสนใจคิดเกี่ยวกับเรื่องการพัฒนาตนเอง ไม่ค่อยรู้จักตนเอง ผลจากการตั้งคำถาม – คำตอบกับตนเองก็ไม่ใส่ใจตั้งและตอบคำถาม ที่จะชวนขยายพัฒนาตนเองให้มากยิ่งขึ้น

ผลการศึกษามีรายละเอียดดังตารางที่ 3

**ตารางที่ 3** การเปลี่ยนแปลงจินตมยปัญญาในทางลดลงของเยาวชน

เนื้อหาการคิด	เชิงปริมาณ			เชิงคุณภาพ
	ก่อน	หลัง	เปลี่ยน	
<b>คิดพึ่งตนเอง</b>				
สถานการณ์ที่ 14	25	20	-5	มีความเกียจคร้าน
<b>คิดค้นคว้าหาความรู้จากแหล่ง</b>				
<b>การเรียนรู้ต่างๆ</b>				
สถานการณ์ที่ 21	22	20	-2	ไม่พยายามสนทนากับ
สถานการณ์ที่ 22	25	19	-6	ผู้อื่น ใช้เวลากับตนเอง

**การอภิปรายผลการวิจัย**

ผลการวิจัยพบว่าชุดคำถามกิจกรรมชีวิต มีส่วนทำให้เยาวชนมีจินตมยปัญญาเปลี่ยนแปลง ด้วยเหตุผลดังต่อไปนี้

1.ชุดคำถามกิจกรรมชีวิต ถ้ามตามกรอบเนื้อหาการคิดถูกและคิดเป็น 9 ประการซึ่งนำมาจากสัมมาสังกัปปะในหลักอริยมรรคมีองค์ 8 เพราะโดยทั่วไปคนเรามีเรื่องให้คิดได้ทุกเรื่องขึ้นกับว่าจะคิดเรื่องอะไรในชีวิต แต่เนื้อหาการคิดถูกและคิดเป็นถ้าใครนำมาคิดก็เกิดปัญญา เมื่อเยาวชนฝึกคิดตามกรอบเนื้อหาการคิดถูกและคิดเป็นจึงคิดแบบมีปัญญา ดังผลการวิจัยพบว่าเยาวชนมีจินตมยปัญญาเปลี่ยนแปลงในทางเพิ่มขึ้น 21 จาก 26 สถานการณ์ชีวิต และผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพพบว่าเยาวชนรู้จักตั้งและตอบคำถามกับตนเอง โดยรู้จักคิดจำแนกว่าถูก - ผิด อะไรดี - ชั่ว คุณ - โทษ สิ่งใดเป็นประโยชน์ - มิใช่ประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต ฉะนั้นการที่รู้จักตั้งและตอบคำถามเช่นนี้แสดงว่าเยาวชนรู้จักคิดแก่ทุกข์ ปองกันทุกข์ใหม่ สอดคล้องกับท่านพุทธทาสภิกขุ (พุทธทาส อินทปัญโญ, 2537: 74-75) ได้ให้แนวคิดที่ว่าปัญญาเป็นการพิจารณาอยากออกจากกองทุกข์ โดยใช้สิ่งต่างๆที่ผ่านเข้ามาในชีวิตเป็นเครื่องพิจารณา

2.ใช้เทคนิคการคิดด้วยการตั้งและตอบคำถามกับตนเองในชุดคำถามกิจกรรมชีวิต ใช้วิธีคิดจากการตั้งคำถามแล้วให้เยาวชนคิดพิจารณา ไตร่ตรอง นึกคิดด้วยตนเอง สนใจตั้งคำถามพร้อมหาคำตอบกับตนเอง ด้วยการตั้งคำถามประเภทอะไร (What) ทำไม (Why) อย่างไร (How) ดังที่ Peter (2008: 20) ให้แนวคิดว่าการตั้งคำถามเป็นการกระตุ้นให้เกิดการคิด ให้ได้คิดพิจารณาในสิ่งนั้นๆ เพื่อให้เกิดการสะท้อนคิด (Reflective Thinking) และประพันธ์ศิริ สุเสารัจ (2553: 244) กล่าวว่า การถาม คือ ยุทธศาสตร์ที่สำคัญในการก่อให้เกิดการเรียนรู้ ช่วยพัฒนากระบวนการคิด การตีความ การไตร่ตรอง การถ่ายทอดความคิดความเข้าใจ ช่วยให้ผู้เรียนสร้างความรู้ความเข้าใจและพัฒนาความคิดใหม่ๆ กระบวนการถามจะช่วยขยายทักษะการคิดทำความเข้าใจให้กระจ่างขึ้น

## ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะสำหรับกลุ่มบุคคลและสถาบันการศึกษา

1. สำหรับผู้สอนในสถาบันการศึกษาทั้งการศึกษาในระบบและการศึกษานอกระบบ ผู้สอนสามารถนำไปใช้พัฒนาจิตตมยปัญญาให้แก่ผู้เรียน โดยนำไปใช้ประกอบการเรียนการสอน นำไปเป็นส่วนหนึ่งของการวัดผล การเรียน และจัดเป็นกิจกรรมเสริมหลักสูตรสำหรับสถาบันการศึกษาสามารถนำชุดคำถามกิจกรรมชีวิต จัดเป็น กิจกรรมเสริมทั้งในและนอกหลักสูตร เพื่อพัฒนาจิตตมยปัญญาให้กับผู้เรียน เช่น ฝ่ายพัฒนานักศึกษาจัดเป็น กิจกรรมอบรม จัดฐานกิจกรรมเรียนรู้เป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมรับน้องใหม่ จัดเป็นกิจกรรมพัฒนาทักษะการคิด ซึ่งควรมีการจัดอบรมผู้สอนให้เข้าใจเรื่องจิตตมยปัญญา และวิธีการใช้ชุดคำถามกิจกรรมชีวิต

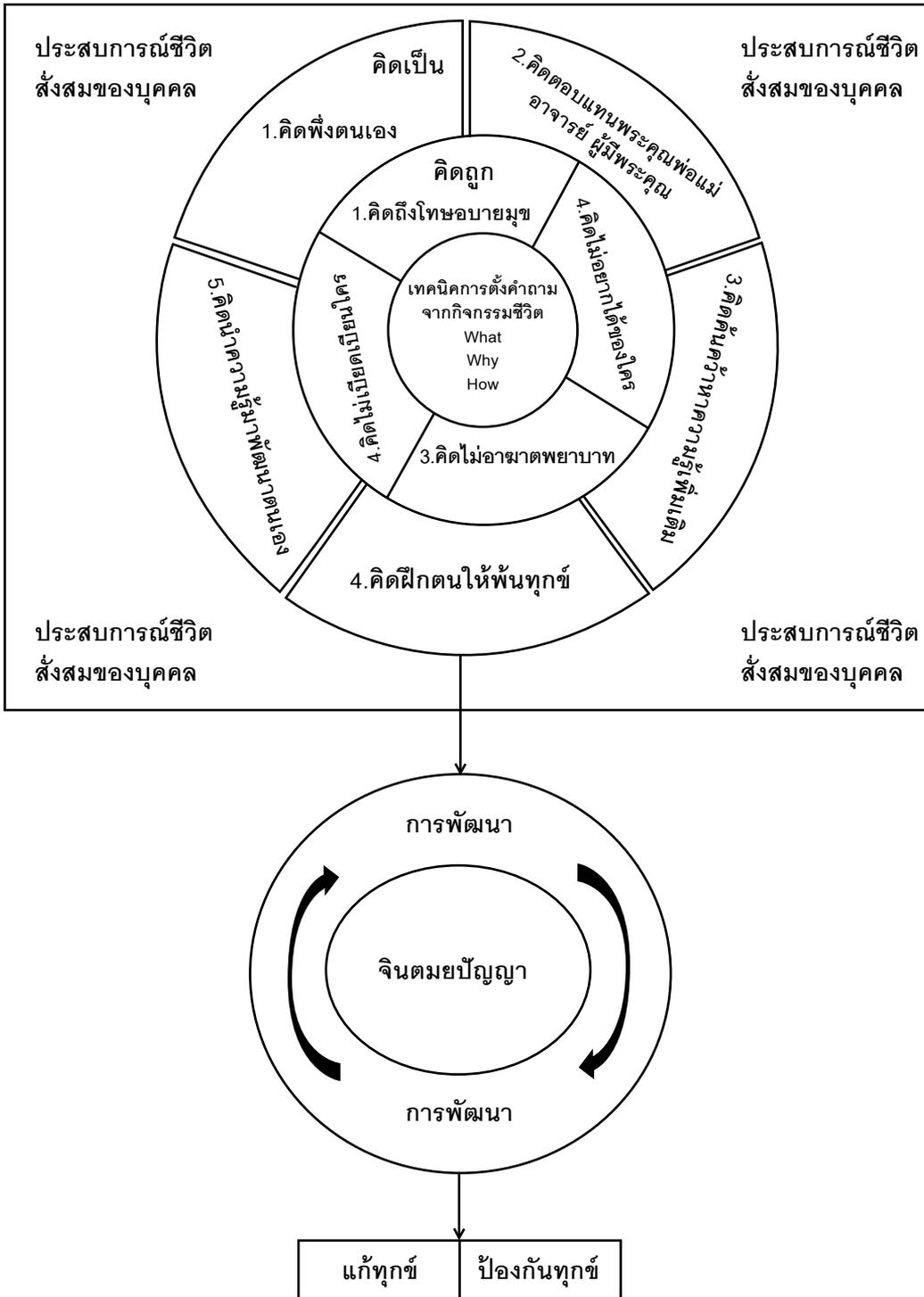
2. สำหรับเยาวชนทั่วไปสามารถนำชุดคำถามไปพัฒนาจิตตมยปัญญาด้วยตนเอง เช่น นำชุดคำถาม กิจกรรมชีวิตไปเผยแพร่ทางเว็บไซต์ ส่งคอมออนไลน์ เป็นต้น

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป ควรออกแบบงานวิจัยแบบสมบูรณ (True – Experimental Design) มีการควบคุมตัวแปรทั้งภายในและภายนอก กำหนดขอบเขตประชากรให้แน่นอน เพื่อให้สรุปอ้างอิงผลการวิจัย ออกไปได้มากยิ่งขึ้น

## องค์ความรู้ใหม่จากงานวิจัย

การพัฒนาจิตตมยปัญญาให้แก่เยาวชน จะต้องมีการรอบเนื้อหาการคิดถูกและคิดเป็น 9 ประการ ที่ตรงกับกิจกรรมชีวิตจริงของเยาวชน และมีเทคนิคการคิดด้วยการตั้งและตอบคำถามกับตนเอง เมื่อเยาวชนได้ตั้งและตอบคำถามกับตนเอง ทำให้เกิดการฉุฉใจคิดพิจารณาไตร่ตรองจนเกิดความรู้ความเข้าใจด้วยตนเองว่าสิ่งนั้น ถูก – ผิด ดี – ชั่ว คุณ – โทษ ประโยชน์ – มิใช่ประโยชน์ ความรู้ความเข้าใจดังกล่าวนี้เป็นจิตตมยปัญญา ดังภาพที่ 1

จากภาพที่ 1 เยาวชนสังสมประสบการณ์ชีวิต ถ้านำประสบการณ์ชีวิตมาคิดตั้งและตอบคำถามกับตนเอง ด้วยคำถามประเภทอะไร (What) ประเภททำไม (Why) ประเภทอย่างไร (How) ตามกรอบเนื้อหาการคิด ถูก 4 ประการ โดยเริ่มต้นคิดพิจารณาจากการคิดถูกเพื่อให้รู้จักดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง จากนั้นคิดตั้งคำถามตามกรอบเนื้อหาการคิดเป็น 5 ประการจากประสบการณ์ชีวิตตนเอง เมื่อเยาวชนคิดพิจารณาประสบการณ์ชีวิตของตนเอง จนคิดถูกและคิดเป็นก็จะเกิดการฉุฉใจคิด เกิดการพัฒนาจิตตมยปัญญาอย่างต่อเนื่องจนรู้จักคิดแก้ทุกข์ และป้องกันทุกข์ให้กับตนเองได้



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ใหม่จากงานวิจัย

## บรรณานุกรม

- ประพันธ์ ศิริสุเสารัจ. (2553). *การพัฒนาการคิด*. กรุงเทพฯ : เทคนิคพรินติ้ง.
- พระเทพวรเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2531). *พัฒนาปัญญา*. กรุงเทพฯ : อมรินทร์พรินติ้ง.
- พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2544). *พัฒนาการแบบองค์รวมของเด็กไทย (พิมพ์ครั้งที่ 2)*. กรุงเทพฯ : พุทธธรรม.
- (2546). *การสร้างสรรค์ปัญญาเพื่ออนาคตของมนุษยชาติ*. กรุงเทพฯ : ธรรมสภา.
- พระธรรมมหาวีรานุวัตร (พระวีระธรรมมุนี). (2510). *พระวิสุทธิธรรมวงศ์เล่ม 3*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ลูกศร.ธรรมภักดี.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2551). *วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม (พิมพ์ครั้งที่ 10)*. กรุงเทพฯ : ศยาม.
- พระภควานาวิริยคุณ (เผด็จ ทตตชีโว). (2550). *ชีวิตนี้มีไว้ทุ่มเต็มพันเรื่องการสร้างที่มงานสืบทอดอายุพระพุทธศาสนา*. กรุงเทพฯ : รุ่งศิลป์การพิมพ์ (1977).
- (2551). *คัมภีร์สร้างวัดจากพระโอษฐ์*. กรุงเทพฯ : รุ่งศิลป์การพิมพ์ (1977).
- (2555). *แม่บทการพัฒนานิสัย*. กรุงเทพฯ : โอ.เอส.พรินติ้งแฮนด์.
- พระราชภาวนาวิสุทธิ (ไชยบูลย์ ธมฺมชโย). (2553). *มโหสถบัณฑิต*. สืบค้น 7 มีนาคม 2555, จาก [www.dmc.tv](http://www.dmc.tv)
- พระอุปติสสเถระ(จนา), และคณะ. (2538). *วิมุตติมรรค*. กรุงเทพฯ : ศยาม.
- พุทธทาสภิกขุ (พุทธทาสอินทปญโญ). (2537). *คู่มือมนุษย์ฉบับสมบูรณ์*. กรุงเทพฯ : ธรรมสภา.
- มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์พระบรมราชินีนาถพระสุตตันตปิฎกที่สมณิกายปาฎีกวรรคเล่มที่ 11*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์.
- (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์พระบรมราชินีนาถพระอภิธรรมปิฎกวิภังค์เล่มที่ 35*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์.
- มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์. (2525). *พระสูตรและอรรถกถาแปลขุททกนิกายมหานิทเทสเล่มที่ 65*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์.
- สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก (เจริญสุวฑฺฒโน). (2536). *ศีลสมาธิปัญญาในพระพุทธศาสนา*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชวนพิมพ์.
- สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส (พระองค์เจ้ามนุษยนาคมานพมุนีสุนาโค). (2539). *สารานุกรมพระพุทธศาสนาประมวลจากพระนิพนธ์*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2551). *รายงานสถิติประชากรและสังคม*. สืบค้น 10 มีนาคม 2555, จาก [www.ngo.go.th](http://www.ngo.go.th) สำนักงาน

สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็กเยาวชนผู้ด้อยโอกาสและผู้สูงอายุ. (2552). รายงานการพัฒนาเด็กและเยาวชน  
ประจำปี 2552. กรุงเทพฯ : ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.

แสง จันทร์งาม. (2544). *พุทธศาสนาวិทยา* (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ : ธีระการพิมพ์.

Millan, J. H. & S, Schumacher. (1997). *Research in Education : A Conceptual Introduction* (4th ed.)  
New York : Addison Wesley Longman.

Scales, P. (2008). *Teaching in the Lifelong Learning Sector*. Berkshire : Open University Press.