

19 ก.ย. 2537

ผลของการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา เพื่อพัฒนาหิริ-โอตตตัปปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนา
ของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิควังทอง

ปริญญาโท
ของ
ธานี กลิ่นเกษร

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต วิชาเอกการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์

มีนาคม 2537

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

189930

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบ ได้พิจารณาปริญญาโทฉบับนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
วิชาเอกการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

..... *อรุณ สุพรรณ* ประธาน
(รศ. อัจฉรา สุขารมณี)
..... *อัทธ์พร เวชกุล* กรรมการ
(อ. สุภาพร ธนะชานันท์)

คณะกรรมการสอบ

..... *อรุณ สุพรรณ* ประธาน
(รศ. อัจฉรา สุขารมณี)
..... *อัทธ์พร เวชกุล* กรรมการ
(อ. สุภาพร ธนะชานันท์)
..... *อ้อมเต็ม สดมณี* กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ดร. อ้อมเต็ม สดมณี)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญาโทฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต วิชาเอกการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ ของ
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... *ศรียุภา พูลสุวรรณ* คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ดร. ศรียุภา พูลสุวรรณ)

วันที่ 4 เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2537

ปริญญาโทชั้น
ปริญญาโทชั้น

ได้รับทุนสนับสนุนการวิจัยจาก

ทุน “หลวงปู่พระธรรมเสนาบดี (ด.เจียม กุลละวณิชย์)”

ประกาศคุณประการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้โดยได้รับความกรุณาอย่างสูงจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ดุษฎี โยเหลา ประธานกรรมการปริญญานิพนธ์ อาจารย์ทัศนาก ทองภักดี กรรมการปริญญานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำ และข้อคิดเห็นที่มีคุณค่า ตลอดจน ได้กรุณาช่วยแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ซึ่ง เป็นประโยชน์อย่างมากในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยรู้สึกทราบบ้างถึงความกรุณาที่ได้รับเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้ ขอกราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร. วิชัย วงษ์ใหญ่ ที่ได้กรุณาเป็นกรรมการสอบปากเปล่า ตลอดจนกรุณาให้คำแนะนำต่างๆ ที่มี ประโยชน์ทำให้การวิจัยครั้งนี้สมบูรณ์มากขึ้น

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ ดร. เพ็ญแข ประจวบจันทึก ที่ได้กรุณาให้แนวคิด และคำแนะนำต่างๆ ในการทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้

ขอกราบขอบพระคุณอาจารย์ อัญชลี สุตธรรม ที่ได้กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจแบบ สอบถามของปริญญานิพนธ์ฉบับนี้

และขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ ในสถาบันวิจัยพฤกษศาสตร์ที่กรุณาถ่ายทอดความรู้ ทางวิชาการต่างๆ และให้คำแนะนำช่วยเหลือที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งแก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์ พระมหาเสริม ชยมงคล อดิสร เกศราชมหาวิหาร ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำในหัวข้อธรรมะต่างๆ และการจัดทำโปรแกรมการฝึกอบรม ขอขอบพระคุณ เป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณท่านอาจารย์ พระมหาทรงศักดิ์ วิโนทโก สำนักวิปัสสนาวิงสันติบรรพต และท่านอาจารย์พระมหาอักษร ยติโก วัดคูหาสวรรค์ จังหวัดนันทบุรี ที่ได้กรุณาฝึกอบรมธรรมะ และฝึกสมาธิให้กับกลุ่มนักศึกษาที่เข้าฝึกอบรมตามโปรแกรมการฝึก ขอขอบพระคุณ เป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณคุณรุ่งทิพย์ สมานวิเศษ คุณวรรณะ บรรจง คุณชุตินา เทศศิริ คุณหรรษา เลหาเสวี กุล และเพื่อนนิสิตชาว มศว. วิชาเอกการวิจัยพฤกษศาสตร์ประยุกต์ทุกท่าน ซึ่งมีส่วนช่วยเหลือผู้วิจัยอย่างมาก

ขอขอบคุณคุณเสาวรย์ วรเดชะคงคา ที่ได้กรุณาแนะนำและช่วยเหลือในการวิเคราะห์ข้อมูล ขอขอบคุณคุณกมลพร กลิ่นเกษร คุณธนาพร กลิ่นเกษร และคุณธนพล กลิ่นเกษร ภรรยา และบุตรของผู้วิจัย ที่ได้สนับสนุน ให้กำลังใจ และช่วยเหลือผู้วิจัยเป็นอย่างดีตลอดการทำวิจัยนี้

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอโน้มระลึกถึงพระคุณของคุณพ่อ และคุณแม่ ที่ให้การอบรมเลี้ยงดู
ให้การศึกษา และให้กำลังใจเป็นอย่างดีมาโดยตลอด ไม่เช่นนั้นแล้วปริญญาบัตรฉบับนี้คงจะไม่
สำเร็จลุล่วงลงได้

ธานี กลิ่นเกษร

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ที่มาและความสำคัญของปัญหา	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย	6
ความสำคัญของการวิจัย	7
ขอบเขตของการวิจัย	7
ประชากร	7
กลุ่มตัวอย่าง	7
ตัวแปรที่ศึกษา	8
นิยามศัพท์เฉพาะ	8
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	12
การฝึกอบรมทางพุทธศาสนา	12
ความหมายและความสำคัญ	12
การฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	16
ขั้นตอนการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ.....	17
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสมาธิแบบอานาปานสติ	21
ธรรมชาติในขั้นที่ใช้ปรับพื้นฐานสภาพของจิตใจ	24
หิริ-โอตตปปะ	26
ความหมายและความสำคัญของหิริ-โอตตปปะ	26
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับหิริ-โอตตปปะ	28
ธรรมชาติก่อให้เกิดหิริ-โอตตปปะ	33
แบบวัดหิริ-โอตตปปะ	36

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทหริ-โอดตปปะและความสามารถ	
ในการควบคุมตนเอง	37
ทัศนคติที่ตต่อพุทธศาสนา	39
ธรรมะที่ก่อให้เกิดทัศนคติที่ตต่อพระพุทศาสนา	44
แบบวัดทัศนคติตต่อพุทธศาสนา	47
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติตต่อพุทธศาสนา	48
การอบรมเลี้ยงดู	50
ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู	51
การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย	53
แบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย	55
การอบรมเลี้ยงดูกับพัฒนาทหริ-โอดตปปะ	55
สรุปละการอนแนวคิดในการวิจัย	58
สมมติฐานในการวิจัย	60
3 วิธีดำเนินการวิจัย	61
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	61
ประชากร	61
กลุ่มตัวอย่างและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	61
แบบแผนการทดลอง	63
การดำเนินการทดลอง	63
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	64
การสร้างเครื่องมือ	64
แบบวัดทหริ-โอดตปปะ	65
แบบวัดทัศนคติตต่อพุทธศาสนา	66
แบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย	66

การเก็บรวบรวมข้อมูล	67
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้	68
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	69
5 บทย่อ สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	78
บทย่อ	78
จุดมุ่งหมายของการวิจัย	78
สมมติฐานในการวิจัย	78
วิธีดำเนินการวิจัย	79
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	79
การเก็บรวบรวมข้อมูล	79
การวิเคราะห์ข้อมูล	80
สรุปผล และอภิปรายผล	80
ข้อเสนอแนะ	87
ข้อเสนอแนะเพื่อการศึกษาปฏิบัติ	87
ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยต่อไป	88
บรรณานุกรม	89
ภาคผนวก	99
ภาคผนวก ก แบบสอบถาม	100
ภาคผนวก ข ตารางการวิเคราะห์	114
ภาคผนวก ค โปรแกรมการฝึกอบรมและรายละเอียด	123

บัญชีตาราง

ตาราง

หน้า

1	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรทรี-โอดต็ปะจำแนกตาม การฝึกอบรมทางพุทธศาสนา และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย	70
2	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทัศนคติต่อพุทธศาสนาจำแนกตาม การฝึกอบรมทางพุทธศาสนา และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย	72
3	วิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทรี-โอดต็ปะ พิจารณาตัวแปรอิสระคือการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและการอบรม เลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย	74
4	วิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อ พุทธศาสนาพิจารณาตัวแปรอิสระคือการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย	76
5	แสดงคะแนนทรี-โอดต็ปะก่อน และหลังการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา ของกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา	115
6	แสดงคะแนนทรี-โอดต็ปะก่อน และหลังการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา ของกลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา	116
7	แสดงคะแนนทัศนคติต่อพุทธศาสนา ก่อนและหลังการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา ของกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา	117
8	แสดงคะแนนทัศนคติต่อพุทธศาสนา ก่อนและหลังการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา ของกลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา	118
9	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการเปลี่ยนแปลง ทรี-โอดต็ปะจำแนกตามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย	119

10	ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อพุทธศาสนา จำแนกตามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย	119
11	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทิริ-โอตตปปะ พิจารณาตัวแปรอิสระคือ การฝึกอบรมทางพุทธศาสนา และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย	120
12	เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อพุทธศาสนา พิจารณาตัวแปรอิสระคือ การฝึกอบรมทางพุทธศาสนา และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย	121

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ

หน้า

1	แสดงสิ่งกีดขวางทัศนคติ	40
2	แผนภูมิแสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย	59
3	แสดงคะแนนสูงและต่ำกว่าค่าเฉลี่ย	62
4	รูปแบบการทดลอง	63

ที่มาและความสำคัญของปัญหา

จากการที่ประเทศไทยได้มีแนวทางในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมตั้งแต่ฉบับแรกจนถึงฉบับปัจจุบัน (ฉบับที่ 7) ประเทศไทยได้มุ่งพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมจากประเทศที่มีสังคมเป็นแบบเกษตรกรรม มาเป็นประเทศที่มีสังคมกึ่งอุตสาหกรรม ตามแนวทางของประเทศในโลกละวันตก (เพ็ญแข ประจันปัจฉนิก. 2528 : 8) โดยมุ่งทางด้าน การเพิ่มผลผลิตและรายได้ซึ่งหมายถึง การมุ่งพัฒนาทางด้านวัตถุมากกว่าพัฒนาทางด้านจิตใจของประชาชนการเปลี่ยนแปลงนี้ทำให้ส่วนต่าง ๆ ของสังคมเสียระบบ ซึ่งอธิบายตามทฤษฎีการเสียระบบทางสังคมของเดอว์ไคม์ (เพ็ญแข ประจันปัจฉนิก. 2528 : 83; อ้างอิงมาจาก Durkeim. 1985 : 209) ซึ่งได้อธิบายถึงการเปลี่ยนแปลงของสังคมจากสังคมเกษตรกรรมกลายเป็นสังคมอุตสาหกรรมในแง่ความสัมพันธ์ของสังคม โดยที่สังคมเกษตรกรรม บุคคลในสังคมจะยึดถือค่านิยม ความเชื่อ และทัศนคติ เกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ แบบเดียวกัน (Mechanical Solidarity) ค่านิยมและจารีตประเพณีจะมีอิทธิพลเหนือบุคคลมาก ส่วนสังคมในระบบอุตสาหกรรม บุคคลจะยึดปฏิบัติทางบทบาทหน้าที่ของตน (Organic Solidarity) โดยบุคคลอาจมีค่านิยมและความเชื่อแตกต่างกัน ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางสังคมมาเป็นรูปแบบใหม่นี้ก่อให้เกิดปัญหาการเสียสภาพของสังคม (Anomie) เนื่องจากบรรทัดฐานของสังคม อันได้แก่ ค่านิยม จารีตประเพณี และระเบียบต่าง ๆ ใช้บังคับบุคคลไม่ได้ และมีการขัดแย้งกันระหว่างค่านิยมเดิมกับค่านิยมใหม่ รวมทั้งอาจก่อให้เกิดปัญหาพฤติกรรมเบี่ยงเบนต่าง ๆ เช่น ปัญหายาเสพติด และปัญหาโสเภณี เป็นต้น และยังทำให้เกิดการเสื่อมเสียทางศีลธรรมอีกด้วย (พุทธทาสภิกขุ. 2512 : 186) ดังนั้นในการพัฒนาประเทศนอกจากจะมุ่งพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแล้ว จะต้องมุ่งพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ด้วย เพื่อให้มีความพร้อมเป็นเครื่องมือที่จะพัฒนาประเทศตามเป้าหมายที่ได้วางเอาไว้ และการพัฒนาคุณภาพชีวิตเพื่อให้บุคคลเป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพของประเทศ ตามหลักความคิดทางด้านจิตวิทยา มีหลักสำคัญ 3 ประการคือ ประการแรก จะต้องพัฒนาบุคคลให้มีสุขภาพกายสุขภาพจิตดี สามารถปรับตัวให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม ประการที่สองจะต้องเป็นผู้ที่มีสติปัญญาดีเฉลี่ยเวลาจนทำให้เป็นผู้ที่

ได้รับการศึกษาดี ประกอบอาชีพด้วยทักษะ ที่ได้รับการฝึกฝนมาอย่างมีประสิทธิภาพ และประการสุดท้ายจะต้องเป็นผู้มีศีลธรรม จริยธรรมสูง ยึดมั่นในหลักศาสนาของตน (ดวงเดือน พันธุนาวิน. 2531 : 3 - 48) ลักษณะสำคัญ ของผู้มีศีลธรรม จริยธรรม คือ จะต้องเป็นผู้มีความสามารถควบคุมการกระทำหรือพฤติกรรมของตนเองได้อย่างเหมาะสม ซึ่งรวมไปถึงความรับผิดชอบต่องานตัวเอง และสังคม มีเหตุผลสามารถช่วยเหลือ และเห็นใจซึ่งกันและกันภายในสังคม (เพ็ญแข ประจวบัจฉนิภ. 2527 : 15) คุณลักษณะดังกล่าวนี้ หมายถึง การที่บุคคลได้มีการพัฒนาทางด้านจิตใจอยู่ในขั้นที่มีคุณภาพมากแล้ว ถ้าปรากฏมีมากในประชากรของประเทศใด จะทำให้ประเทศนั้นมีความเจริญก้าวหน้าอย่างมั่นคง ประชากรของประเทศจะอยู่ร่วมกันด้วยความสงบสุข การที่บุคคลจะมีพฤติกรรมที่เป็นพลเมืองดี พฤติกรรมที่เอื้อต่อการพัฒนาประเทศ และพฤติกรรมรับผิดชอบต่อนานาชาติพฤติกรรมเหล่านี้ จะเกิดขึ้น หรือพัฒนาขึ้นจะต้องมีลักษณะของจิตใจที่เป็นแกนกลางของพฤติกรรมทั้ง 3 นี้ ร่วมกันอย่างน้อย 8 ประการ (ดวงเดือน พันธุนาวิน. 2531) คือ (1) เหตุผลเชิงจริยธรรม (2) ความเชื่ออำนาจภายในตน (3) การมุ่งอนาคตและการควบคุมตนเอง (4) ทักษะที่ดีต่อพฤติกรรมที่สังคมปรารถนา และค่านิยมต่าง ๆ ต่อการทำงานในหน้าที่อย่างมีประสิทธิภาพ (5) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (6) สติปัญญาดี (7) มีประสบการณ์ทางสังคมสูง และ (8) สุขภาพจิตดี ซึ่งลักษณะของจิตใจ 8 ประการนี้ สามารถปลูกฝังให้เกิดมี เพื่อการพัฒนาทางด้านจิตใจของบุคคลได้

✶ ในการพัฒนาทางด้านจิตใจนั้น กระทำได้หลายแบบ แต่งานวิจัยฉบับนี้ใช้การพัฒนาคุณภาพทางด้านจิตใจ ตามแนวทางของพระพุทธศาสนา ซึ่งมีหลายรูปแบบ หลายวิธีการตามโอกาสและความเหมาะสม สำหรับวิธีการที่พระสงฆ์มักจะใช้อยู่เสมอ ได้แก่ การเทศนา การบรรยายธรรม ในโอกาสต่าง ๆ การจัดการเรียนการสอนสำหรับเด็ก และเยาวชน เช่น โรงเรียนพุทธศาสนาวันอาทิตย์ การเข้ามีส่วนร่วมในการสอนศีลธรรมตามสถานศึกษาต่าง ๆ หรืออาจใช้วิธีการจัดให้มีการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา โดยยึดหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งหมายถึง การฝึกอบรมที่เริ่มจากการฝึกควบคุมความประพฤติทางกาย และวาจาก่อน (ศีล) แล้วจึงถึงการฝึกขั้นประณีตขั้น คือ การฝึกอบรมทางจิต (สมาธิ) ระดับสุดท้าย คือ การทำปัญญาให้แก่กล้า จนหลุดพ้นจาก อวิชชา ตัณหา อุปาทาน คือข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ (ปัญญา) สำหรับการฝึกอบรมทางจิต (การฝึกสมาธิ) มีวิธีฝึกและปฏิบัติได้หลายวิธี ในงานวิจัยฉบับนี้ ได้ใช้วิธีการฝึกสมาธิ

* แบบอานาปานสติ ซึ่งเป็นวิธีการฝึกสมาธิ วิธีการหนึ่งที่กำหนดสติอยู่ที่ธรรมะอย่างใดอย่างหนึ่งอยู่
 ทุกลมหายใจเข้าออก รวมกับการใช้คำสอนทางด้านหลักธรรม ของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า
 เป็นเครื่องมือในกาตรพัฒนาและเสริมสร้างคุณภาพด้านจิตใจ ซึ่ง ดวงเดือน พันธมนาวิน
 (2531 : 3 - 48) ได้กล่าวไว้ว่า เด็กและเยาวชนถือว่าเป็นบุคคลที่เหมาะสมและสามารถ
 พัฒนาได้ โดยใช้วิธีฝึกอบรมทางศาสนา และฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ ซึ่งเป็นวิธีฝึกอบรมทาง
 ศาสนาวิธีหนึ่ง ตามแนวพุทธศาสนาในประเทศไทย ที่นิยมกันมาก (ฉกาจ ช่วยโต และดวงเดือน
 พันธมนาวิน. 2533 : 1) จากการศึกษาค้นคว้างานวิจัยเกี่ยวกับประโยชน์ของผู้ฝึกสมาธิแบบ
 อานาปานสติ จะทำให้เป็นผู้มีจิตใจและบุคลิกภาพเข้มแข็ง หนักแน่น มั่นคง สงบ เยือกเย็น
 สุขภาพ นิ่มนวล สดชื่นผ่อนคลาย กระฉับกระเฉง กระปรี้กระเปร่า เบิกบาน งามสง่า มีเมตตากรุณา
 รู้จักตนเองและผู้อื่นตามความเป็นจริง จิตอยู่ในสภาพพร้อมต่อการรับปลูกฝังคุณธรรมต่าง ๆ และ
 ส่งเสริมให้มีนิสัยที่ดี รู้จักทำใจให้สงบ สามารถยับยั้งความทุกข์ที่เกิดขึ้นได้ มีความมั่นคงทาง
 อารมณ์ ช่วยให้มึสติรู้เท่าทันพฤติกรรมทางวาจา ความรู้สึกนึกคิด และภาวะจิตที่เกิดขึ้นด้วย
 (พระราชวรมุนี. 2529 : 834) และยังมีผลต่อการลดความวิตกกังวลต่อการเรียนและเรื่อง
 อื่น ๆ ของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย (ชมชื่น สมประเสริฐ. 2525) นอกจากนี้ยังมีผลทำ
 นักเรียนในระดับมัธยมปลาย มีสติปัญญาและความจำดีขึ้น (สุรียาพร พุตระกูล. 2531) *

สถาบันการศึกษาได้ทำหน้าที่สั่งสอนอบรมเด็กและเยาวชน ให้เติบโตเป็นทรัพยากรมนุษย์
 ที่มีสติปัญญา และมีคุณภาพของประเทศให้เป็นพลเมืองที่ดี พร้อมทั้งจะเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณค่าของ
 ประเทศชาติในอนาคตที่สืบทอดความเป็นเอกราชของชาติและนำพาชาติให้เจริญรุ่งเรือง (เทียนชัย
 สิริสัมพันธ์. 2531 : 13) ซึ่งกรมอาชีวศึกษาก็เป็นอีกหน่วยงานหนึ่งที่มีหน้าที่รับผิดชอบในการให้
 การศึกษาเป็น "การศึกษาด้านอาชีพ" เพื่อพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้เป็นไปตามความต้องการของ
 สังคมหรือตลาดแรงงาน ที่ต้องการคนชยัน มุ่งมั่นซื่อสัตย์ มีระเบียบวินัย มีความรู้ความเข้าใจใน
 อาชีพ (มานะ รัตนโกเศศ. 2530 : 17) อันหมายถึงสถานประกอบการต้องการรับผู้สำเร็จ
 การศึกษาเข้าทำงาน หรือสิ่งที่นายจ้างเน้นมากเป็นพิเศษคือ เรื่องจริยธรรม (อร่าม โกติกุล.
 2529 : 19) และตลาดแรงงานยังมีความต้องการให้สถานศึกษามุ่งเน้นการสอน และปลูกฝัง
 จริยธรรมให้กับการศึกษาเป็นอย่างมาก แต่กรมอาชีวศึกษาก็ประสบปัญหาในเรื่องของวินัยและ
 ความประพฤติของนักศึกษาในสังกัดมาก ทำให้เกิดทัศนคติและภาพพจน์ที่ไม่ดีกับประชาชนทั่วไป

และมีผลกระทบต่อสถานประกอบการและนายจ้างกล่าวคือ มีการเพิ่มกฎระเบียบและเงื่อนไขมากขึ้นในการประกาศรับนักศึกษาอาชีวะเหล่านี้เข้าทำงาน ปัญหาที่เห็นได้เด่นชัดปัญหาหนึ่งที่กรมอาชีวศึกษาต้องเผชิญอยู่เป็นประจำและอยู่ในความสนใจของประชาชน โดยทั่วไปคือการทะเลาะวิวาทที่เกิดขึ้นอย่างรุนแรง โดยมากจะเกิดขึ้นกับนักเรียนนักศึกษาที่สังกัดกรมอาชีวศึกษา และนักเรียนสาขาอาชีพอื่น ๆ พฤติกรรมการทะเลาะวิวาทของนักเรียนอาชีวะมีความรุนแรง ก่อให้เกิดความเสียหายทั้งชีวิตและทรัพย์สินเป็นจำนวนมาก สร้างความเสียหายและเกิดภาพพจน์ที่ไม่ดีต่อสังคมส่วนรวมและประเทศชาติ รวมทั้งสร้างความรู้สึกลงใจในด้านลบที่มีต่อนักศึกษาอาชีวะให้เกิดขึ้นกับประชาชนทั่ว ๆ ไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับสถานประกอบการต่าง ๆ และนายจ้าง และพฤติกรรมการขาดคุณธรรมพื้นฐานในการปฏิบัติตัว เพื่อเป็นช่างที่มีคุณสมบัติตามความต้องการของนายจ้าง นับว่าเป็นอุปสรรคที่สำคัญอย่างยิ่งของนักศึกษาอาชีวศึกษาที่จะออกไปประกอบอาชีพ โดยนายจ้างส่วนใหญ่จะเน้นถึงความสำคัญของสิ่งนี้มาก ซึ่งกองแผนงานกรมอาชีวศึกษา (2529 : 9 - 10) ได้กล่าวถึงคุณสมบัติของแรงงาน ที่นายจ้างต้องการพอสรุปได้คือ จะต้องมีความรู้ความสามารถในด้านวิชาชีพเป็นอย่างดี และจะต้องมีบุคลิกภาพดี มีมนุษยสัมพันธ์ มีวินัย ซื่อสัตย์ อดทน มีลักษณะความเป็นผู้นำ และสามารถควบคุมตนเองได้ และในแผนพัฒนากรมอาชีวศึกษา ฉบับที่ 6 (พ.ศ. 2530 : 2534) กรมอาชีวศึกษา ได้วางนโยบายไว้ 13 ข้อ เพื่อเป็นการปฏิบัติงานและ 1 ใน 13 ข้อนั้นคือ "ส่งเสริมการพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม เจตคติ นิสัยในการทำงาน และบุคลิกภาพอันพึงประสงค์ในการดำรงชีวิต และการประกอบสัมมาอาชีพให้แก่แก่นักเรียนนักศึกษา" โดยจัดทำโครงการอาชีวศึกษานัฒนา มีการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ในการส่งเสริมพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม ค่านิยมที่ดี ในการประกอบอาชีพ และปัจจัยสำคัญอีกประการหนึ่งที่ทำให้การส่งเสริมพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม ของนักศึกษาในวิทยาลัยเทคนิคได้ผลมากขึ้น คือการอบรมเลี้ยงดูที่นักเรียนนักศึกษาได้รับจากครอบครัว ซึ่งนับว่าเป็นสถาบันที่มีอิทธิพลต่อสิ่งแวดล้อมทางพฤติกรรมของเด็กและ เป็นสถาบันแรกที่ได้ให้การอบรมทางจิตใจแก่เด็กตลอดเวลา สุภัตรา สุภาพ (2518 : 26) ได้กล่าวไว้ว่า อุปนิสัยส่วนตัว อารมณ์ของ เด็กและเยาวชนเริ่มมีมาที่บ้าน เด็กและเยาวชนจะเป็นผู้ที่มีความคิด ความรู้สึก มีมารยาทหรือการวางตัวอย่างไรนั้น ขึ้นอยู่ที่การอบรมจากทางบ้านเป็นส่วนหนึ่ง สุชา จันทน์เอม (2518 : 128) ได้กล่าวสรุปไว้ว่า การที่เด็กและเยาวชนจะมีความสมบูรณ์ทั้งร่างกายและ

จิตใจนั้น ต้องขึ้นอยู่กับกรอบเลี้ยงดูที่ดี จากผลงานวิจัยในอดีตจนถึงปัจจุบัน ได้มีการแบ่งกรอบเลี้ยงดูเด็กออกเป็นหลายประเภท เช่น กรอบเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย กรอบเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน กรอบเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย ฯลฯ เป็นต้น แต่กรอบเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยจะเป็นลักษณะของกรอบเลี้ยงดูที่จะส่งเสริมให้เด็กมีคุณธรรมและจริยธรรมสูงขึ้น ดังเช่น การวิจัยของ ฮอฟแมน (Hoffman. 1970 : 291) ที่ได้วิจัยเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรักกับลักษณะที่เกี่ยวข้องกับจริยธรรม 4 ประการ คือ การยึดหลักภายในตน การมีความรู้สึกผิด การต้านทานสิ่งยั่วยวน และการยอมรับและสารภาพผิด ผลปรากฏว่าเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรักมาก ทั้งชายและหญิงที่มีอายุ 4-13 ปี เป็นเด็กที่มีลักษณะทางจริยธรรมทั้ง 4 ประเภทสูงกว่า เด็กที่ถูกเลี้ยงดูแบบรักน้อย

บอลด์วิน (Baldwin. 1948 : 127-136) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูก 3 แบบ คือประชาธิปไตย การให้การยอมรับและการตามใจโดยการสัมภาษณ์พ่อแม่ 220 ครอบครัว พบว่า ลูกที่พ่อแม่อบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย จะมีการพัฒนาการด้านความรู้สึกผิดชอบสูง ซึ่งตรงกับการศึกษาของ แรดเก (Radke. 1964 : 235) ที่พบว่าเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยจะมีลักษณะเชื่อมั่นในตนเอง เป็นที่ยอมรับของสังคม ให้ความร่วมมือกับเพื่อนฝูง ไว้วางใจตนเอง และมีความรับผิดชอบสูง และจากการศึกษาของเพค (Peck. 1958 : 374) ก็พบว่าเด็กที่มีความรู้สึกผิดชอบสูงขึ้นอยู่กับการฝึกวินัยจากการสังเกตพฤติกรรมของพ่อแม่พบว่า ความใส่ใจซึ่งกันและกันระหว่างพ่อแม่กับลูก การให้ความรักของพ่อแม่ การฝึกวินัยอย่างสม่ำเสมอ การให้เหตุผล และความคงเส้นคงวาเป็นปัจจัยสำคัญที่จะช่วยให้เด็กมีความรับผิดชอบสูง ซึ่งการศึกษาเหล่านี้ตรงกับข้อคิดทางจิตวิทยาที่ว่า การฝึกวินัยที่ได้ผล และทำให้เด็กมีการควบคุมจากภายในอย่างแท้จริง จะต้องใช้การฝึกโดยอาศัยความรัก จะทำให้เด็กมีพัฒนาการด้านความรู้สึกผิดชอบสูง (Secard . 1964: 557 - 559) ซึ่งจะนำไปสู่การมีพัฒนาการด้านจริยธรรมอย่างสูงด้วย

สำหรับการวิจัยเรื่องกรอบเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยในประเทศไทยนั้น ดวงเดือน พันธุมนาวิ และเพ็ญเช ประจวบจันทึก ได้ศึกษากับเยาวชนไทยระดับอายุ 11-25 ปี โดยแบ่งกรอบเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยออกเป็นประเภทย่อย 4 ประเภท คือ กรอบเลี้ยงดูแบบให้ความรัก แบบควบคุม แบบลงโทษทางกายหรือจิต และกรอบเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล ปรากฏ

ว่า การเลี้ยงดูแบบรักมาก และแบบใช้เหตุผลมากมีความสัมพันธ์กับการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมมากกว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบหลง โทษทางจิตและแบบควบคุม (ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจันปีจนิก. 2520 : 187) ซึ่งตรงกับการศึกษาของวารินทร์ ม่วงสุวรรณ ที่ได้ศึกษาการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรักและแบบควบคุมที่เกี่ยวข้องกับลักษณะทางจริยธรรมด้านอื่นๆ คือ ความเอื้อเฟื้อและวินัยทางสังคม โดยทำการศึกษากับนักเรียนชั้น ป.กศ. ปีที่ 1 จำนวน 450 คน และพบว่า เด็กที่ได้รับความรักมากจะมีวินัยทางสังคม มากกว่าเด็กที่ได้รับความรักน้อย (วารินทร์ ม่วงสุวรรณ. 2517 : 175)

จากเอกสารดังกล่าวมาแล้ว เราจะมองเห็นแนวโน้มได้ว่า พัฒนาการทางจริยธรรมนั้นขึ้นอยู่กับรูปแบบของการอบรมเลี้ยงดู โดยเฉพาะการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย มีส่วนช่วยให้เด็กมีพัฒนาการทางจริยธรรมมากที่สุด ในการวิจัยนี้ผู้วิจัยจึงใช้การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย แบ่งนักศึกษา ปวช. ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยเทคนิคพัทลุงออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่นักศึกษาได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากและน้อย ทั้งในกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม โดยคาดหวังว่ากลุ่มที่นักศึกษาได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากจะมีทิริ-โอตตีปเปและทัศนคติต่อพุทธศาสนาสูงขึ้น หลังจากที่ได้ผ่านการฝึกอบรม

ดังนั้น จากนโยบายของกรมอาชีวศึกษา รวมทั้งความต้องการของตลาดแรงงาน ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาแนวทางที่จะนำไปสู่การปรับพฤติกรรมทางจริยธรรม ของนักศึกษาอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อพัฒนาทิริ-โอตตีปเป และทัศนคติต่อพุทธศาสนาของนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช) ในวิทยาลัยเทคนิคพัทลุงให้สูงขึ้นโดยใช้วิธีการวิจัยเชิงทดลอง ซึ่งใช้การฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ และพระธรรมคำสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นเครื่องมือในการพัฒนาและเสริมสร้าง

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่มีต่อ ทิริโอตตีปเป และทัศนคติต่อพุทธศาสนา ของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิค
2. เพื่อศึกษาผลของการเข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่มีต่อ ทิริโอตตีปเป ทัศนคติต่อพุทธศาสนา ของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูต่างกัน

ความสำคัญของการวิจัย

1. ผลของการวิจัยนี้สามารถใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานสนับสนุนการดำเนินงาน ด้านการปลูกฝัง วัฒนธรรมนิยมประเพณีทางพุทธศาสนา จริยธรรมและการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา
2. ผลการวิจัยนี้ เป็นการเพิ่มพูนความรู้ทางวิชาการ ด้านพฤติกรรมศาสตร์ และ จริยธรรมศึกษาที่เกี่ยวกับการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรมและการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา
3. ผลการวิจัยนี้สามารถใช้เป็นพื้นฐานสำหรับการค้นคว้าวิจัยด้านการถ่ายทอดทางศาสนา (Religious Socialization) ในสังคมไทยต่อไป
4. นักศึกษาสามารถนำความรู้หลังจากการเข้ารับการฝึกอบรมไปใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัวและสังคมตลอดจนสามารถนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อหน้าการงานในอนาคตหลังจากสำเร็จการศึกษา

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาชายที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 คณะวิชาช่างอุตสาหกรรม (ปวช.) ของวิทยาลัยเทคนิคพัทลุง จังหวัดพัทลุง จำนวน 1,440 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาชายที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 (ปวช.1) ของสาขาวิชาช่างต่าง ๆ ในคณะวิชาช่างอุตสาหกรรม วิทยาลัยเทคนิคพัทลุง จังหวัดพัทลุง โดยแบ่งเป็นกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา จำนวน 50 คน และกลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา จำนวน 50 คน รวมกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 100 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ ได้แก่

1.1 วิธีฝึกอบรมทางพุทธศาสนา แบ่งเป็น

1.1.1 วิธีฝึกอบรมโดยใช้พระธรรมคำสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และวิธีฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ วิธีนี้ใช้กับกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

1.1.2 วิธีฝึกอบรมโดยใช้พระธรรมคำสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเพียงอย่างเดียว วิธีนี้ใช้กับกลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

1.2 การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย แบ่งเป็น

1.2.1 ให้ประชาธิปไตยมาก

1.2.2 ให้ประชาธิปไตยน้อย

2. ตัวแปรตาม ประกอบด้วย

2.1 ทริโอตตัปปะ

2.2 ทศนคติต่อพุทธศาสนา

นิยามศัพท์เฉพาะ

วิธีการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา สำหรับในงานวิจัยนี้มีความหมาย 2 ประการ คือ ประการแรก หมายถึง การใช้พระธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยวิธีการที่เป็นหลักเบื้องต้นของพุทธศาสนา เรียกว่า "ไตรสิกขา" คือ ศีล สมาธิ และปัญญา และใช้วิธีฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ เพื่อฝึกอบรมนักศึกษา ปวช. ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยเทคนิคพัทลุง (กลุ่มทดลอง) จำนวน 24 ครั้ง ครั้งละ 50 นาที สัปดาห์ละ 3 วัน เป็นเวลา 2 เดือน ประการที่สอง หมายถึง การใช้พระธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยวิธีการที่เป็นหลักเบื้องต้นของพุทธศาสนา เรียกว่า "ไตรสิกขา" คือ ศีล สมาธิ และปัญญา เพียงอย่างเดียว เพื่อฝึกอบรมนักศึกษา ปวช. ชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยเทคนิคพัทลุง (กลุ่มควบคุม)

ศีล หมายถึง การฝึกหัดควบคุมทางกายและวาจา ในที่นี้หมายถึง การปฏิบัติตนตามศีล 5 อันเป็นศีลสำหรับควบคุมตนเอง

สมาธิ หมายถึง การฝึกสมาธิ เป็นการกระทำที่ทำให้เกิดผลดีทางจิตใจ ฝึกจิตใจให้เข้มแข็ง ตั้งมั่นในทางที่ถูก มีความคิดเห็นในทางที่ถูกต้อง ในการวิจัยนี้ การฝึกสมาธิ หมายถึง การฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ ซึ่งเป็นการฝึกทำความสงบจากลมหายใจ เข้าออกให้มีสติ รับความรู้สึกเกี่ยวกับลมหายใจ ตลอดเวลา ให้ร่างกายสงบ นิ่งนิ่งในท่าตรง พร้อมทั้งกล่าวคำภาวนา "พุทโธ" "นะมะพะทะ" หรือ "สัมมาอะระหัง" ... เป็นต้น อย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อประกอบจิตใจให้สงบ ตลอดเวลาทำสมาธินั้น

ปัญญา หมายถึง การฝึกปัญญาให้เกิดความรู้ความเข้าใจในสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง จากการที่ ได้รับฟังการอบรมสั่งสอน ตามหลักธรรมที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงบัญญัติไว้

การพัฒนาทริ-โสตตปปะกับทัศนคติของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคพัทลุง หมายถึง ผลของการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา ทำให้นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคพัทลุง มีการพัฒนาทางด้านจิตใจสูงขึ้น โดยมีคุณธรรม จริยธรรมสูงขึ้น ซึ่งในที่นี้จะหมายถึง การที่นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคจะต้องมีสิ่งต่าง ๆ ต่อไปนี้ ในประมาณที่สูงขึ้นคือ

1. ทริ-โสตตปปะ
2. ทัศนคติต่อพุทธศาสนา

ทริ-โสตตปปะ หมายถึง หลักธรรมคำสอนที่สำคัญ ของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่ควบคุมและคุ้มครองชาวโลก มีอยู่ 2 อย่าง คือ 1) ทริ คือความละเอียดต่อการกระทำผิดที่เกิดขึ้นภายในใจของตนเอง ทริจึงเป็นภาวะการควบคุมตนเอง จากความสำนึกจากส่วนลึกของจิตใจ 2) โสตตปปะ คือการเกรงกลัวต่อผลแห่งการกระทำผิด ชั่วร้ายต่อการรู้เห็นของคนอื่น ซึ่งเป็นปัจจัยผลักดันจากภายนอก ทริ - โสตตปปะ จึงหมายถึง ความละเอียดและ เกรงกลัวต่อการกระทำผิดชั่วร้ายต่าง ๆ ซึ่งจะทำให้เกิดภาวะการควบคุมตนเองของบุคคล และรวมถึง หัวข้อธรรม "สัมมาสติ" หรือ "สติปัฏฐาน 4" อันหมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง ซึ่งแบบวัดสำหรับวัดการควบคุมตนเอง ผู้วิจัยได้นำมาจาก รายงานการวิจัยของ จรรจา สุวรรณทัตและคนอื่น ๆ (2533) แบ่งออกเป็น 6 มิติ

มีลักษณะผูกเป็นข้อความประกอบด้วยมาตราส่วนประเมินค่า 6 หน่วย ตั้งแต่ จริงที่สุด จริง
ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง ไม่จริง และไม่จริงเลย

ทัศนคติต่อพุทธศาสนา หมายถึง ความรู้ ความรู้สึก ที่มีต่อเรื่องทางพุทธศาสนาทางด้าน
บวกรหรือด้านลบ โดยใช้แบบวัดทัศนคติต่อพุทธศาสนาที่ผู้วิจัยได้นำมาจากงานวิจัยของ ส้ารวย
วระเตชะคงคา (2534) ลักษณะเนื้อหาแบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ ด้านความเชื่อทางพุทธศาสนา
ด้านหลักธรรมทางพุทธศาสนา ด้านบทบาทของวัดและพระสงฆ์ และด้านการปฏิบัติตามประเพณี
ทางพุทธศาสนา จำนวน 40 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่น 0.84 ลักษณะของแบบวัดในแต่ละข้อมีมาตร
ในการประเมิน 4 หน่วยให้เลือกตอบ ผู้วิจัยนำมาปรับปรุงเป็น 6 หน่วยประกอบด้วยเห็นด้วย
อย่างยิ่ง เห็นด้วย ค่อนข้างเห็นด้วย ค่อนข้างไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
มีเกณฑ์การให้คะแนน 2 กรณี คือ กรณีข้อความทางบวก ให้คะแนน 6,5, 4, 3, 2 และ 1
กรณีข้อความทางลบ ให้คะแนน 1, 2, 3, 4, 5 และ 6 ตามลำดับ

คณะวิชาช่างอุตสาหกรรมระดับ ปวช. ในวิทยาลัยเทคนิค หมายถึง สาขาวิชาช่าง
ต่าง ๆ 6 สาขาวิชา ระดับ ปวช. ของวิทยาลัยเทคนิคพัทลุง ได้แก่

1. สาขาวิชาช่างอิเล็กทรอนิกส์
2. สาขาวิชาช่างไฟฟ้า
3. สาขาวิชาช่างกล
4. สาขาวิชาช่างยนต์
5. แผนวิชาช่างประกอบผลิตภัณฑ์
6. สาขาวิชาช่างก่อสร้าง

ในแต่ละสาขาวิชามีนักศึกษาสาขาวิชาละ 240 คน

การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย หมายถึง ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่ให้ความรัก
ความอบอุ่น ปฏิบัติต่อเด็กด้วยความยุติธรรม ไม่ตามใจหรือเข้มงวดมากเกินไป ส่งเสริมให้เด็กมี
อิสระในการคิด ตัดสินใจ และแก้ปัญหาต่าง ๆ ด้วยตนเอง มีเหตุผล ให้ความร่วมมือกับเด็กตาม

โอกาสที่เหมาะสม ทำให้เด็กมีความเป็นตัวของตัวเอง การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยจึงเป็นลักษณะรวมของการที่พ่อแม่เลี้ยงดูบุตรด้วยความรักสับสนุน มีเหตุผล และลงโทษทางจิตมากกว่าทางกาย โดยใช้แบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาจากรายงานการวิจัยของ นงนุช โรจนเลิศ (2533) ลักษณะของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ชนิด 5 อันดับ ข้อคำถาม แสดงลักษณะพฤติกรรมของพ่อแม่ที่ให้การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย จำนวน 20 ข้อ เนื่องจากเป็นข้อความทางบวก ทั้งหมดจึงมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้ ถ้าตอบในช่อง "มากที่สุด" ให้ 5 คะแนน "มาก" ให้ 4 คะแนน "ปานกลาง" ให้ 3 คะแนน "น้อย" ให้ 2 คะแนน "น้อยที่สุด" ให้ 1 คะแนน แบบวัดนี้มีความเชื่อมั่น 0.88

ในงานวิจัยนี้ใช้ การอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตย เพื่อแบ่งนักศึกษาแต่ละสาขาวิชาข้างออกเป็นสองกลุ่ม คือ กลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยมากและน้อย โดยดูจากคะแนนเฉลี่ย นักศึกษาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยมากจะมีคะแนนสูงตั้งแต่ค่าเฉลี่ย +1 SD และนักศึกษาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยน้อยจะมีคะแนนต่ำกว่าค่าเฉลี่ย -1 SD

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการประมวลเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยนี้ ได้แบ่ง เป็นหัวข้อตามลำดับคือ

1. การฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

1.1 ความหมายและความสำคัญ

1.2 การฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ

1.3 ธรรมะที่ใช้ในการฝึกอบรม

1.3.1 ธรรมะที่ใช้ในการปูพื้น

1.3.2 ทิริ-โอดตปปะ ธรรมะที่ก่อให้เกิดทิริ-โอดตปปะ และแบบวัด

ทิริ-โอดตปปะ

1.3.3 ทศนคติต่อพุทธศาสนา ธรรมะที่ก่อให้เกิดทศนคติที่ต่อพุทธศาสนา

และแบบวัดทศนคติต่อพุทธศาสนา

2. การอบรมเลี้ยงดูกับการพัฒนาจิตใจ

2.1 การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย และแบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบ

ประชาธิปไตย

2.2 การอบรมเลี้ยงดูกับการพัฒนาทางจริยธรรม

โดยในแต่ละหัวข้อมียุทธศาสตร์ดังนี้

การฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

ความหมายและความสำคัญ

การฝึกอบรมทางพุทธศาสนา คือกระบวนการที่จัดขึ้นเพื่อให้บุคคลเรียนรู้และเกิดทักษะครอบคลุมตั้งแต่ปรีชาญาณถึงปฏิบัติในทางพุทธศาสนา ปรีชาญาณคือ การเรียนรู้ธรรมะ โดยเฉพาะสิ่งที่พระพุทธเจ้าสอนไว้สืบต่อกันมาในพระไตรปิฎก การปฏิบัติสำหรับคฤหัสถ์คือ ทาน ศีล ภavana หรือ

บุคลิกภาพ ซึ่งก็คือการฝึกฝน ปฏิบัติอบรมในเรื่องความดี การทำให้คนเจริญงอกงามขึ้นในความดีต่าง ๆ และการฝึกอบรมนี้ทำได้ทั้งแบบให้ความรู้ด้านปริยัติอย่างเดียว การฝึกปฏิบัติอย่างเดียว และแบบให้ร่วมกันทั้งด้านปริยัติและปฏิบัติ ซึ่งในงานวิจัยฉบับนี้จะให้การฝึกอบรมทั้งด้านปริยัติและปฏิบัติ

ครอบครัว โรงเรียน สื่อมวลชน และสถาบันทางศาสนา เป็นสถาบันทางสังคมที่มีหน้าที่ฝึกอบรม กล่อมเกลาเพื่อพัฒนาคุณภาพของเด็กและเยาวชนไทย ให้มีลักษณะของการเป็นพลเมืองดีในสังคม โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถาบันทางศาสนาซึ่งมีบทบาทโดยตรงในการปลูกฝัง พัฒนาจริยธรรม คุณธรรม และศีลธรรมอันดีงามให้แก่คนในชาติ เพราะพุทธศาสนาได้เข้ามามีบทบาทในสังคมไทยตั้งแต่ก่อนสมัยกรุงสุโขทัย เรื่องมาจนถึงปัจจุบันศาสนาพุทธจึงมีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตของคนไทยเป็นอย่างมาก ดังนั้นในการปลูกฝังและพัฒนาเด็กและเยาวชน จึงมักสอดแทรกความเชื่อในด้านพุทธศาสนาเข้าไว้ด้วยเสมอ ซึ่งรูปแบบและวิธีการที่ใช้ในการปลูกฝังและพัฒนาจริยธรรมของพระสงฆ์นั้นมักจะขึ้นอยู่กับโอกาสและความเหมาะสมเป็นสำคัญ เช่นการเทศนา การบรรยายธรรมในโอกาสต่างๆ การจัดการเรียนการสอนสำหรับเด็กและเยาวชน โรงเรียนพุทธศาสนาวันอาทิตย์ หรือมีส่วนร่วมในการสอนศีลธรรมตามสถานศึกษาต่าง ๆ การฝึกสมาธิและอบรมธรรมตามวัดและสถาบันทางพุทธศาสนาต่าง ๆ เป็นต้น

ในงานวิจัยฉบับนี้ ได้ใช้การฝึกอบรมสมาธิแบบอานาปานสติในการอบรมพัฒนาจิตใจของนักศึกษาวิทยาเทคนิค ในด้านหิริ-โอตตปละ กับทัศนคติต่อพุทธศาสนาสูงขึ้น ซึ่งการฝึกสมาธิตามแนวพุทธศาสนาในประเทศไทยนั้นที่นิยมกันมาก คือ การฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ มักจะประกอบด้วยการอบรมจิต เป็นเวลา 15 - 20 นาที โดยการฟังเรื่องราว หรือธรรมทางพุทธศาสนา นั่งหลับตาในท่าที่สบาย และนั่งได้ทน จากนั้นก็สังเกตลมหายใจเข้าออกของตนและอาจใช้บทปริกรรมต่าง ๆ เช่น พุทโธ จนจิตสงบแล้ว จึงพิจารณาธรรมชาติ คือ รูปนาม ให้เข้าใจว่าเป็นของไม่เที่ยงบังคับควบคุมไม่ได้และไม่มีตัวตนที่แท้จริง ในช่วงนั่งสมาธินี้จะใช้เวลาอีกประมาณ 20 - 30 นาที หรือกว่านั้น เมื่อออกจากสมาธิแล้วจะมีการแผ่ส่วนกุศลที่เกิดจากการนั่งสมาธินี้ด้วย ได้มีผู้ศึกษาพบว่า การฝึกสมาธิแบบอานาปานสตินี้จะช่วยพัฒนาเหตุผลเชิงจริยธรรมของบุคคลจากที่เคยเห็นแก่ตัวมาก เอาแต่ได้ไปเป็นเห็นแก่พวกพ้อง พี่น้องเพื่อนฝูง จนถึงระดับการทำตามกฎระเบียบรักษาศีล เพราะเห็นความสำคัญของ

ระเบียบและศีล การควบคุมตนเองได้ ภูมิใจเมื่อตนทำความดีและละอายใจตนเอง เมื่อทำชั่ว (ทิริ) การยึดหลักอุดมคติที่เป็นสากล เช่น การเกลียดกลัวความชั่ว เพราะความชั่วเพียงน้อยนิด จะทำให้ผู้กระทำจำเป็นต้องทำความชั่วยิ่งใหญ่ขึ้นทุกที (โอดตปปะ) เช่น การเที่ยวเตร่มาก จึงต้องขโมยเงิน เมื่อขโมยแล้วเจ้าทรัพย์เห็นจึงต้องฆ่าปิดปาก เป็นต้น (ฉกาจ ช่วยโตและดวงเดือน พันธุมนาวัน. 2533 : 11 - 12) ผลของการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีนักวิจัยสนใจศึกษากันมาก เช่น โรจน์ สุวรรณสุทธิ และคนอื่น ๆ (2516) ได้ศึกษาผลของสมาธิที่มีต่อการเรียนของนักศึกษาแพทย์ที่คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ผลวิจัยพบว่า นักศึกษาแพทย์ที่ได้รับการฝึกอบรมตั้งใจเรียนมากขึ้น มีความรู้สึกรักการเรียนมากขึ้น เห็นประโยชน์ของการเรียนมากขึ้นกว่านักศึกษาแพทย์ผู้ที่ไม่ได้รับการอบรมสมาธิ ในด้านจิตใจ พบว่าผู้ที่ได้รับการฝึกอบรมมีความหุดหงิด ฉุนเฉียว โกรธง่ายน้อยลง นอกจากนี้มีงานวิจัยเกี่ยวกับผลของสมาธิกับการเรียนพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ของกลุ่มที่ฝึกสมาธิสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกสมาธิ (ชาลี หวานฉ่ำ. 2530)

จากที่กล่าวมาพอจะเห็นแนวโน้มว่า ถ้าได้รับการฝึกสมาธิแล้ว ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจะดีขึ้น นอกจากนี้การฝึกสมาธิยังมีผลต่อจิตลักษณะต่าง ๆ เช่น ผลของการฝึกสมาธิกับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม มีผู้ศึกษาไว้หลายคนคือ อวยชัย โรจนนรินทร์กิจ (2526) ทวีรัตน์ นาคเนียม (2530) และ ชาลี หวานฉ่ำ (2530) โดยที่กลุ่มตัวอย่างที่แตกต่างกันคือ อวยชัย โรจนนรินทร์กิจ ทำวิจัยเรื่องผลของการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาต่อการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์ อายุ 17 - 20 ปี ได้รับการทดสอบการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ใช้แบบทดสอบ The Defining Issues Test. The D.I.T. ของ เรสท์ (Rest. 1974) ก่อนและหลังการทดลอง ผลการทดลองพบว่าการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของกลุ่มฝึกสมาธิสูงกว่ากลุ่มอื่น และภายในกลุ่มฝึกสมาธิเอง การใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง แสดงว่าฝึกสมาธิแบบอานาปานสติช่วยพัฒนาเหตุผลเชิงจริยธรรมได้ ส่วน ชาลี หวานฉ่ำ ทำการทดลองกับเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 60 คน ผลการทดลองพบว่าระดับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของกลุ่มทดลองฝึกสมาธิสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้ฝึกสมาธิ ทวีรัตน์ นาคเนียม (2530) ศึกษาผู้ต้องขังชายที่คดีถึงที่สุดแล้ว จำนวน 39 คน ใช้เวลาทดลอง 16 สัปดาห์ ผลการศึกษาปรากฏว่า ผู้ต้องขังทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมให้เหตุผลเชิงจริยธรรมไม่แตกต่างกัน เป็นที่น่าสังเกตว่า ในขั้นตอนการฝึกนั้นผู้เข้าฝึกไม่ได้รับการอบรมจิตก่อนฝึก ข้อความที่สำคัญคือ การให้ความรู้เกี่ยวกับการ

กระทำความดีความชั่ว ซึ่งส่วนนี้จำเป็นต่อการพัฒนาเหตุผลเชิงจริยธรรมของบุคคล มากกว่า การทำจิตใจสงบ หรือการกำหนดลมหายใจอย่างเดียว จึงสรุปว่าการให้ความรู้ความเข้าใจ เกี่ยวกับเหตุผลในการทำดีละเว้นความชั่ว ควบคู่ไปกับการฝึกจิต (สมาธิ) จะช่วยพัฒนาเหตุผลเชิงจริยธรรมของบุคคลได้

ส่วน โครงการฝึกอบรมให้ประสบการณ์ทางพุทธศาสนา เพื่อศึกษาอิทธิพลทางศาสนาต่อ บุคคลนั้น ฉกาจ ช่วยโต (2521) ได้ทำการวิจัยเชิงทดลองกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชายหญิงอายุ 16 ถึง 23 ปี จำนวน 169 คน ในวิทยาลัยครุภาคใต้ ผลการวิจัยพบว่า ผู้เข้ารับการฝึกอบรม ตามโครงการจริยธรรมสำหรับนักศึกษาวิทยาลัยครูสงขลามีทัศนคติเชิงจริยธรรมดีกว่าผู้ที่ไม่เข้ารับการอบรม ในกลุ่มผู้เข้ารับการฝึกอบรมที่ใกล้ชิดศาสนาน้อยนั้น พวกที่มีทัศนคติดีต่อโครงการฯ มีการพัฒนาด้านเหตุผลเชิงจริยธรรมมากกว่า และมีแนวโน้มว่าจะมีการพัฒนาด้านทัศนคติไม่ดีต่อ โครงการในกลุ่มผู้เข้ารับการฝึกอบรมที่มีทัศนคติไม่ดีต่อโครงการนั้น พวกที่ใกล้ชิดศาสนา มาก มีการพัฒนาด้านเหตุผลเชิงจริยธรรมมากกว่า และมีแนวโน้มว่าจะมีการพัฒนาด้านทัศนคติเชิง จริยธรรมมากกว่าพวกที่ใกล้ชิดศาสนาน้อย แสดงให้เห็นว่าผู้ที่มีทัศนคติที่ดีต่อโครงการ มีความ ใกล้ชิดศาสนาน้อย คงคาดหวังถึงประโยชน์จากการเข้าร่วมโครงการมาก และต่อมาก็ได้รับ ประโยชน์มากตามที่คาดไว้

โครงการประเมินผลโครงการประชุมเชิงปฏิบัติการเรื่อง การวิจัยและประเมินผล ประสิทธิภาพทางการศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดลของบุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์ และคนอื่น ๆ (2530) เป็นโครงการหนึ่งที่ประเมินการฝึกอบรมเกี่ยวกับการฝึกอบรมจิตทางพุทธศาสนา ใช้พุทธศาสนา เป็นหลักปฏิบัติ และใช้กระบวนการทางแพทยศาสตร์ช่วยในการอบรมวัตถุประสงค์ของ โครงการ ต้องการติดตามประเมินผลความสำเร็จของ โครงการตามความเห็นของผู้ผ่านการประชุมตั้งแต่วันที่ 1 - 8 โดยมีมุ่งประเมินประโยชน์ที่ได้รับและการนำความรู้และประสบการณ์ไปใช้ กลุ่มตัวอย่าง เป็นข้าราชการและอาจารย์จากมหาวิทยาลัยมหิดล ที่ผ่านโครงการประชุมตั้งแต่วันที่ 1 - 8 ผล การประเมินพบว่า หลังเข้าร่วมประชุมแล้ว ยังมีการฝึกทำสมาธิอีกต่อไปร้อยละ 86 และเห็นว่า การทำสมาธิหรือการพัฒนาจิต ทำให้จิตใจสงบ เยือกเย็น เกิดปัญญา เข้าใจชีวิตความเป็นจริง อันจะเป็นประโยชน์ทั้งแก่ตนและมหาวิทยาลัยโดยส่วนรวม

และจากผลงานวิจัยของ ส้ารววย วรเตชะคงคา (2534) ซึ่งมีจุดมุ่งหมายสำคัญต้องการจะศึกษาว่า การฝึกอบรมทางพุทธศาสนาสามารถเปลี่ยนจิตลักษณะ วินัยในตนเอง ทักษะคิดต่อพุทธศาสนา ทักษะคิดเชิงจริยธรรมและการรับรู้ต่อการละเมิดศีลทำให้สูงขึ้นได้หรือไม่ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4, 5 และ 6 แบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมกลุ่มละ 50 คน โดยเข้าโครงการบรรพชา สามเณร ภาคฤดูร้อน ที่วัดม่วง เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา มีการเปลี่ยนแปลงวินัยในตนเอง ทักษะคิดต่อพุทธศาสนา และการรับรู้ต่อการละเมิดศีลทำสูงขึ้นมากกว่ากลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางศาสนา

จากการประมวลผลงานวิจัยเกี่ยวกับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา ทำให้คาดได้ว่า นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา โดยการศึกษาธรรมะ โดยเฉพาะด้านทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว และการฝึกสมาธิ จะเป็นผู้ที่มีหิริ-โอตตปละและทักษะคิดที่ดีต่อพุทธศาสนาสูงขึ้น

การฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ

การฝึกสมาธิตามแบบของพระพุทธศาสนา มี 40 วิธี แต่ละวิธีเป็นเพียงอุปกรณ์สำหรับบุคคลซึ่งจะมีลักษณะจิตที่แตกต่างกัน บุคคลที่ประสงค์จะฝึกสมาธิจะต้องเลือกวิธีที่พิจารณาแล้วเห็นว่าเหมาะสม ก็จะได้เกิดผลดี จิตเป็นสมาธิได้โดยง่าย (วิทย์ วิศย์เวทย์ และ เสฐียรพงษ์ วรณปก. 2527 : 148 - 151) "อานาปานสติ" เป็นวิธีฝึกสติวิธีหนึ่งที่สามารถปฏิบัติให้สะดวก เพราะลมหายใจมีอยู่กับบุคคลทุกคน สามารถใช้ได้ทุกเวลาทุกสถานที่ ไม่ต้องเตรียมอุปกรณ์ ขณะเดียวกันอารมณ์ก็เป็นรูปธรรม สามารถกำหนดให้ชัดเจน เมื่อเริ่มปฏิบัติจะได้รับประโยชน์ทันทีที่ไม่ต้องรอจนเกิดสมาธิที่เป็นขั้นตอนในระดับสูง ประการสำคัญเมื่อปฏิบัติสมาธิแบบอานาปานสติแล้วจะไม่กระทบกระเทือนสุขภาพ ซึ่งพุทธองค์ตรัสไว้ถึงประสบการณ์ของพระองค์ดังนี้ เมื่อเราอยู่ด้วยวิหารธรรมอันมีอานาปานสติ แม้ทำมากตาก็ไม่เมื่อย ภายก็ไม่เมื่อย ตรงกันข้าม กลับจะเกื้อกูลแก่สุขภาพให้ดีขึ้น การใช้พลังงานจะน้อยลง (พระราชวรมุนี. 2529 : 589) คำว่า "อานาปานะ" หมายถึง การหายใจเข้าออก คำว่า "สติ" หมายถึง การระลึกถึง ดังนั้น "อานาปานสติ" จึงหมายถึง การระลึกรู้ถึงการหายใจเข้าออก (ชิน โอสถ ทัสสนาเรอ, 2525 : 60)

ส่วนท่านพุทธทาสภิกขุ ให้ความหมายว่า อานาปานสติ แปลว่า สติกำหนดที่ธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งอยู่ทุกลมหายใจเข้าออก กล่าวให้เข้าใจง่ายขึ้นก็คือ การกำหนดอยู่ที่สิ่งใดสิ่งหนึ่งทุกลมหายใจเข้าออก เรียกว่าอานาปานสติได้ทั้งนั้น เพราะฉะนั้นเราอาจจะทำความเข้าใจกันอย่างกว้างขวางที่สุดได้ โดยหลักอันที่ว่า เมื่อนึกถึงอะไรอยู่ คิดถึงอะไรอยู่ พิจารณาอะไรอยู่ รู้สึกอะไรอยู่ ทุกครั้งที่ลมหายใจเข้าออกแล้วก็เรียกว่า อานาปานสติทั้งนั้น แต่หมายความว่า ต้องควบคุมเป็นด้วย ให้การนึกหรือการระลึก หรือการรู้สึกนั้นเป็นอย่างสม่ำเสมอทุกครั้งที่ลมหายใจเข้าออก (พุทธทาสภิกขุ. 2525 : 572 - 573)

ฉะนั้นถ้าเราบังคับความสั้น ความยาว ความหยาบ ความละเอียด ของลมหายใจได้ก็บังคับจิตได้ คือบังคับอารมณ์หรือเปลี่ยนแปลงอารมณ์ได้ ความมุ่งหมายสุดท้ายของเราก็คือ เพื่อที่จะบังคับจิต หรือเปลี่ยนลักษณะธรรมชาติของจิต ให้มาอยู่ในภาวะที่เราต้องการ เราจะบังคับอารมณ์ร้ายต่าง ๆ ในกาลข้างหน้าได้ด้วยการบังคับลมหายใจ (พุทธทาสภิกขุ. 2525 : 643 - 646)

ขั้นตอนการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ

ขำนาญ นิสารัตน์ (2526 : 83 - 96) กล่าวไว้ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 จุติรูปเทียนบูชาพระรัตนตรัย

ขั้นตอนที่ 2 ชายนั่งคุกเข่า หึงนั่งทำเทพพนม กราบ 3 ครั้ง โดยมีวิธีการ คือ กล่าวเปล่งวาจาว่า อระหัง สัมมาสัมพุทธโธภะคะวา พุทธัง ภะคะวันตัง อะระหะวาเทมิ (กราบ) สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม ธัมมัง นะมัสสามิ (กราบ) สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ สังฆัง นะมามิ (กราบ)

ขั้นตอนที่ 3 รับศีลโดยเปล่งวาจา "ข้าพเจ้าขอสมาทานศีล 5 เพื่อรักษาตั้งแต่บัดนี้ โดยที่จะรักษาให้บริสุทธิ์บริบูรณ์" พุทธัง สาระณัง คัจฉามิ ธัมมัง สาระณัง คัจฉามิ สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ พุติยัมปิ พุทธัง สาระณัง คัจฉามิ พุติยัมปิ ธัมมัง สาระณัง คัจฉามิ พุติยัมปิ สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ ตะติยัมปิ พุทธัง สาระณัง คัจฉามิ ตะติยัมปิ ธัมมัง สาระณัง คัจฉามิ ตะติยัมปิ สังฆัง สาระณัง คัจฉามิ ปาณาติปาตา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทियามิ อทินนาทานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทियามิ กาเมสุมิจจาจารา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทियามิ มุสาวาทา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทियามิ สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทियามิ

ขั้นตอนที่ 4 กล่าวคำถวายตัวแด่พระพุทธเจ้าและครู อาจารย์ เพื่อให้เกิดความเชื่อมั่น ป้องกันนิมิตที่อาจจะปรากฏให้เห็นขณะฝึกสมาธิ โดยเปล่งวาจาพร้อมกันว่า "อิมาทัง ภะคะวา อิตตะภาวัง ตุมหากัง ประริจจะชามิ อิมาทัง ภันเต อิตตะภาวัง ตุมหากัง ประริจจะชามิ"

ขั้นตอนที่ 5 สำหรับทำนั่งฝึกสมาธิ ควรนั่งทำขัดสมาธิ เท้าขวาทับบนเท้าซ้าย เอามือซ้ายวางบนหน้าตักบนเท้าขวา แล้วเอามือข้างขวาทับบนมือซ้าย นั่งตัวตรง ปล่อยวางความรู้สึก นึกคิดให้ว่าง

ขั้นตอนที่ 6 ตั้งใจและกำหนดระยะเวลาของการฝึกแต่ละครั้ง โดยจะใช้เวลาครั้งละ น้อย ๆ ไปหามากจะได้ผลเร็ว สำหรับการวิจัยครั้งนี้จะใช้เวลาในการฝึกอบรมสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 1 คาบ คาบละ 50 นาที คือ วันจันทร์ พุธ ศุกร์ เป็นระยะเวลาาน 8 สัปดาห์ จำนวน 24 คาบ โดยแต่ละคาบจะแบ่งการฝึกอบรมออกเป็น 2 ช่วง คือช่วงแรกจะเป็นการฝึกอบรมธรรมชาติของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรตาม (ทัศนคติต่อพุทธศาสนา ระดับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม และการควบคุมตนเอง) ส่วนช่วงหลังจะเป็นการฝึกสมาธิดังนี้

สัปดาห์ที่ 1 และ 2	อบรมธรรมชาติแนะนำวิธีนั่งสมาธิ	40 นาที	นั่งสมาธิ	10 นาที
สัปดาห์ที่ 3 และ 4	อบรมธรรมชาติ	35 นาที	นั่งสมาธิ	15 นาที
สัปดาห์ที่ 5 และ 6	อบรมธรรมชาติ	30 นาที	นั่งสมาธิ	20 นาที
สัปดาห์ที่ 7 และ 8	อบรมธรรมชาติ	25 นาที	นั่งสมาธิ	25 นาที

ขั้นตอนที่ 7 ทำจิตใจให้ว่างปลอดโปร่งจากความวิตกกังวลต่าง ๆ

ขั้นตอนที่ 8 กล่าวแผ่เมตตาในใจว่า "สันเนสัตตะ (สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง) อะเวรา โหนตุ (จงอย่าได้มีเวรแก่กันและกันเลย) อัญญาปัชชา โหนตุ (จงอย่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย) สุขี อิตตานัง ปะระหะรันตุ (จงมีความสุขกายสุขใจ รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด)

ขั้นตอนที่ 9 เริ่มวิธีการฝึกสมาธิโดยกำหนดลมหายใจเข้าออกอย่างต่อเนื่องเป็นขั้นตอน 4 ขั้น ดังนี้

ขั้นที่ 1 เมื่อหายใจออกยาวก็รู้ว่ายาว และเมื่อหายใจเข้ายาวก็รู้ว่ายาว

ขั้นที่ 2 เมื่อหายใจสั้นก็รู้ว่าสั้น และเมื่อหายใจเข้าสั้นก็รู้ว่าสั้น

ขั้นที่ 3 เมื่อหายใจออกยาวก็จะรู้ระบบลมหายใจทั้งหมด และเมื่อหายใจเข้ายาวก็รู้ว่าระบบลมหายใจทั้งหมด

ขั้นที่ 4 เมื่อหายใจออกก็จะรู้จักบังคับลมหายใจให้ละเอียด และรู้จักบังคับลมหายใจให้ละเอียดเมื่อหายใจเข้า

การฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ จะมีการนับ 2 ลักษณะ คือ นับอย่างช้า ๆ (นับเป็นคู่) และนับอย่างเร็ว (นับเรียงลำดับ) ซึ่งเริ่มแรกในการหายใจออกเข้ายาวสั้นนั้น ควรนับอย่างช้า ตั้งแต่ 5 ถึง 10 โดยให้เลขเรียงลำดับ นับลมหายใจเข้าออกเป็นคู่ ๆ โดยลมเข้าว่า 1 ลมออกว่า 1 ลมเข้าว่า 2 ลมออกว่า 2 นับอย่างนี้เรื่อยไปจนถึง 5, 5 แล้วตั้งต้นใหม่จาก 1, 1 จนถึง 6, 6 แล้วตั้งต้นใหม่เพิ่มทีละคู่ไปจนครบ 10 คู่ แล้วกลับย้อนมาที่ 5 คู่ใหม่ จนถึง 10 อย่างนั้นเรื่อยไป ดังนี้

1,1 2,2 3,3 4,4 5,5

1,1 2,2 3,3 4,4 5,5 6,6

1,1 2,2 3,3 4,4 5,5 6,6 7,7

1,1 2,2 3,3 4,4 5,5 6,6 7,7 8,8

1,1 2,2 3,3 4,4 5,5 6,6 7,7 8,8 9,9

1,1 2,2 3,3 4,4 5,5 6,6 7,7 8,8 9,9 10,10

1,1 2,2 3,3 4,4 5,5 ...

ฯลฯ

การนับอย่างเร็ว (นับเรียงลำดับ) เริ่มเมื่อลมหายใจเข้าออกปรากฏแก่ใจชัดเจนดีแล้วกล่าวคือ การนับเร็วจะไม่คำนึงถึงลมหายใจเข้าออกสั้นหรือยาว แต่จะกำหนดลมที่มากกระทบช่องจมูกเพียงอย่างเดียว โดยนับเรียงตามที่มีลมมากกระทบช่องจมูก ดังนี้

1 2 3 4 5

1 2 3 4 5 6

1 2 3 4 5 6 7

1 2 3 4 5 6 7 8

1 2 3 4 5 6 7 8 9

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

ฯลฯ

กำหนดเรื่อยไปจนกว่าเมื่อใดถึงแม้ว่าจะไม่นับแล้วความรู้สึกตัวที่ลมมากกระทบช่องจมูกยังปรากฏอยู่อย่างต่อเนื่องตลอดระยะเวลาของการฝึกแต่ละครั้ง (พระราชวรมุนี, 2529 : 864 - 866)

จึงอาจกล่าวได้ว่า การทำสมาธิ เป็นการฝึกจิตให้สงบตามปกติสามารถเพิ่มความสามารถทางการคิด และสติปัญญา ของบุคคลด้วยจิตใจที่สงบ และคิดมุ่งไปในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง อาจทำให้เกิดปัญหาแตกฉานในเรื่องนั้นๆ ได้แต่เรื่องที่นำมาคิดนั้นมิใช่ส่วนหนึ่งของสมาธิ แต่เป็นองค์ประกอบที่เพิ่มเข้ามาระหว่างทำสมาธิ ถ้าเป็นเรื่องที่ดี เช่น การพิจารณาข้อธรรมะจิตใจของบุคคลก็จะพัฒนาสูงขึ้นได้ แต่ถ้าเรื่องที่เอามาคิดเป็นเรื่องที่จะเบียดเบียนผู้อื่น จิตใจและพฤติกรรมของบุคคลก็จะตกต่ำได้ในภายหลัง อีกประการหนึ่ง การฝึกสมาธินั้นทำให้บุคคลมีจิตใจที่สงบ ไม่ฟุ้งซ่าน ได้ฟังทั้งสายตาและสมอง อาจทำให้คนส่วนใหญ่มีความเครียดน้อยลง จึงมีความดันโลหิตต่ำลงกว่าเดิมได้ และอาจเกิดการรวมพลังจิต และพลังปัญญา ที่จะนำไปใช้ในทางที่เหมาะสมหรือไม่เหมาะสมก็ได้ ฉะนั้นการอบรมจิตก่อนฝึกสมาธิ และการรับศีลห้า ก่อนฝึกสมาธิในแนวพุทธศาสนา จะช่วยให้ผู้ทำสมาธิมีเนื้อหาทางธรรมะที่จะทำไปพิจารณาขณะทำสมาธิ ซึ่งจะทำให้บุคคลนั้นมีจิตใจและพฤติกรรมที่พัฒนาสูงขึ้นได้มาก (พระราชวรมุนี, 2529) ก่อให้เกิดทัศนคติที่ดี ต่อแนวทางประพฤติปฏิบัติของพุทธศาสนายินดีและเต็มใจพร้อมที่จะปฏิบัติตาม เพราะเห็นความสำคัญของระเบียบและศีล ตลอดจนถึงการควบคุมตนเองได้ ภูมิใจเมื่อตนทำดีและละอายใจตนเองเมื่อทำชั่ว (หิริ) เกลียดกลัวการทำความชั่ว (โอตตปปะ)

(ฉกาจ ช่วยโต และดวงเดือน พันธมนาวิน, 2533)

ดังนั้นในการวิจัยนี้ผู้วิจัยจึงคาดว่า การฝึกอบรมนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคพัทลุง โดยการให้หัวข้อธรรมะทางพุทธศาสนาและการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ จะมีผลให้นักศึกษาที่ได้เข้ารับการฝึกอบรม เกิดการพัฒนาหิริ-โอตตปปะ และมีทัศนคติที่ดีต่อพระพุทธศาสนาสูงขึ้น เพื่อประโยชน์สุขต่อตนเอง และสังคมต่อไปในอนาคตได้

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสมาธิแบบอานาปานสติ

โรจน์ สุวรรณสุทธิ และคนอื่น ๆ (2526 : 1 - 44) ได้ศึกษาวิจัยถึงผลของการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติว่า สามารถช่วยในด้านการศึกษได้มากน้อยเพียงใด โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 ในปีการศึกษา 2513 - 2514 จำนวน 32 คน เป็นชาย 20 คน หญิง 12 คน มีอายุระหว่าง 19 - 23 ปี ให้มาทำการฝึกสมาธิเป็นเวลา 20 สัปดาห์ ๆ ละ 5 วัน ๆ ละ 50 นาที พบว่า นักศึกษาแพทย์มีความตั้งใจเรียนสูงขึ้นกว่าเดิม คิดเป็นร้อยละ 62 รักการเรียนมากขึ้น คิดเป็นร้อยละ 31 ตอบว่ามีประโยชน์ต่อการเรียน คิดเป็นร้อยละ 65 มีส่วนน้อยที่ตอบว่าเบื่อการเรียน คิดเป็นร้อยละ 6 และเมื่อดูแลคะแนนการสอบเป็นรายบุคคลในวิชากายวิภาคศาสตร์ พบว่า กลุ่มที่ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติมีผลการเรียนดีขึ้นกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึก คิดเป็นร้อยละ 15.62 ส่วนในวิชาสรีรวิทยามีคะแนนดีขึ้นกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกเล็กน้อย แต่เมื่อใช้ Digit Symbol ทำการทดสอบพบว่านักเรียนที่ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติมีความจำ และความคล่องแคล่วในการทำงานดีกว่ากลุ่มที่ไม่ได้ฝึกอย่างชัดเจน ส่วนด้านจิตใจ พบว่าความหงุดหงิด ฉุนเฉียว โกรธง่ายลดลง คิดเป็นร้อยละ 85 ที่ตอบว่าจิตเบาสบาย คิดเป็นร้อยละ 50 ในด้านสุขภาพ พบว่านักศึกษาที่ได้รับการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ มีการเจ็บป่วยน้อยกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึก เพราะการเจ็บป่วยมีความสัมพันธ์กับความสงบของจิต นอกจากนี้ผลจากการตรวจคลื่นสมอง ยังพบว่ามีความราบเรียบต่างกับคลื่นสมองในช่วงขณะตื่นและหลับ ซึ่งผลจากการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติยังทำให้จิตสงบ รู้สึกเบาสบายเป็นสุข คิดเป็นร้อยละ 40.6

อวยชัย โรจน์นรินทร์กิจ (2526 : 68 - 70) ได้ศึกษาวิจัยผลการศึกษ้อานาปานสติต่อการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษา คณะวิทยาศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหิดล ปีการศึกษา 2525 - 2526 ที่มีอายุระหว่าง 17 - 20 ปี จำนวน 71 คน แบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ได้รับการฝึกอานาปานสติ จำนวน 20 คน กลุ่มที่นั่งหลับตา จำนวน 18 คน และกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ จำนวน 33 คน โดยนักศึกษาทั้ง 3 กลุ่ม ได้รับการทดสอบการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมด้วยแบบทดสอบ THE DEFINING ISSUES TEST (D.I.T.) ระยะเวลา ก่อนและหลังการทดลองห่างกัน 8 สัปดาห์ ๆ หนึ่งจะทำการทดลอง 5 วัน ๆ ละ 60 นาที เมื่อสิ้นสุดการทดลองทั้ง 3 กลุ่ม พบว่า กลุ่มที่ได้รับการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติมีการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงกว่ากลุ่มที่นั่งหลับตาและกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ และพบอีกว่ากลุ่มที่ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ มีการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงกว่าก่อนทำการทดลอง

ชมชื่น สมประเสริฐ (2526 : 82) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องผลของการฝึกสมาธิต่อระดับความวิตกกังวล โดยใช้วิธีการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ มีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยมหิดล ปีการศึกษา 2523 - 2524 ที่มีอายุ 17 - 21 ปี จำนวน 64 คน โดยการทดสอบความวิตกกังวลก่อนและหลังการทดลองทำการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ ด้วยแบบทดสอบ STATE - TRAIT ANXIETY โดยจดจำจำนวนครั้งของผู้ที่มาฝึกสมาธิเอาไว้ ภายหลังจากช่วง 3 เดือน ได้กลุ่มตัวอย่าง 3 กลุ่ม ดังนี้ กลุ่มนักศึกษาที่มีระยะเวลาฝึกมากกว่าร้อยละ 75 (M_1) กลุ่มนักศึกษาที่มีระยะเวลาฝึกระหว่างร้อยละ 50 - 75 (M_2) และกลุ่มที่ได้รับการฝึกสมาธิ (SDL) ผลการศึกษานพบว่า ทั้ง 3 กลุ่ม มีระดับความวิตกกังวลแตกต่างกันคือ กลุ่ม M_1 มีความวิตกกังวลน้อยกว่ากลุ่ม M_2 แต่ไม่แตกต่างกันกับกลุ่ม SDL และนักศึกษากลุ่ม M_1 มีระดับความวิตกกังวลลดลงมากกว่าก่อนเริ่มทำการฝึกแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

รัตนา ตั้งชลทิพย์ (2530 : 93-97) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องผลของการฝึกสมาธิแบบชาวพุทธต่อสุขภาพจิตของเด็กนักเรียน โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ปีการศึกษา 2529 โรงเรียนวัดบวรเมณฑล จำนวน 37 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 20 คน กลุ่มควบคุม 17 คน โดยใช้ระยะเวลาฝึกสมาธิ 8 สัปดาห์ ๆ ละ 4 วัน ๆ ละ 1 ครั้ง ยกเว้นวันศุกร์ ทำการฝึกสมาธิระหว่าง 12.00 - 12.40 นาฬิกา โดยกลุ่มทดลองมีการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติมากกว่าร้อยละ 50 (14 ครั้งขึ้นไป) กลุ่มควบคุมที่ไม่ได้รับการฝึกตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ เมื่อมีการทดสอบด้วยแบบทดสอบวัดสุขภาพจิต SCL - 90 ก่อนและหลังการทดลองพบว่า กลุ่มทดลอง ไม่มีสภาวะสุขภาพจิตดีกว่ากลุ่มควบคุม แต่เมื่อเปรียบเทียบภายในกลุ่มทดลองพบว่า ภายหลังจากการทดลอง นักเรียนมีสภาวะสุขภาพจิตดีกว่าก่อนทำการทดลองฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ จำนวน 3 ด้าน คือ ด้านความรู้สึกผิดปกติของร่างกาย ด้านความซึมเศร้า และด้านวิตกกังวล แต่ในกลุ่มควบคุมมีสภาวะสุขภาพจิตดีกว่าก่อนทำการทดลองคือ ด้านความรู้สึกผิดปกติของร่างกาย

ศรีธรรม ธนะภูมิ และคนอื่น ๆ (2526 : 352 - 364) ได้ศึกษาวิจัยผลของการทำสมาธิที่มีต่อความจำและบุคลิกภาพ โดยใช้ นักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์ ชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2524-2525 ของมหาวิทยาลัยมหิดล จำนวน 167 คน เป็นชาย 13 คน หญิง 54 คน อายุระหว่าง 18 - 21 ปี โดยให้ทำการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติเป็นเวลา 3 เดือน พบว่าผลของการทดสอบความจำเฉพาะหน้า และความไวในการเขียนสัญลักษณ์ด้วยแบบทดสอบ Digit Symbol นักศึกษามีคะแนนสูงขึ้นแตกต่างกัน และกลุ่มที่ทำการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติระหว่างร้อยละ

50 - 74 เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ไม่ทำสมาธิ เมื่อทดสอบด้วยแบบทดสอบบุคลิกภาพ Maudsley Personality Inventory พบว่า ไม่มีการเปลี่ยนแปลงในลักษณะความคงตัวอาการทางประสาท โดยคะแนนอาการทางประสาททดลองแตกต่างจากกลุ่มที่ทำสมาธิแบบอานาปานสติระหว่าง 75 - 100 และเมื่อเปรียบเทียบการลดลงของลักษณะอาการทางประสาทระหว่างกลุ่ม พบว่า มีการลดลงต่างจากกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการนำเอาการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติมาใช้ในการฝึกอบรม เพื่อพัฒนาพฤติกรรมในด้านต่าง ๆ ของมนุษย์ในทางที่ดีขึ้น สรุปได้ว่า ทางด้านการศึกษา นักเรียนนักศึกษาที่ได้เข้ารับการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ มีความตั้งใจเรียนสูงขึ้นกว่าเดิม และนักเรียนนักศึกษามีความเห็นว่า มีประโยชน์ต่อการเรียนทำให้ผลการเรียนสูงขึ้นกว่าเดิม มีความจำดีขึ้น โกรธง่ายลดน้อยลง มีการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงขึ้นกว่าเดิม มีความวิตกกังวลน้อยลง มีสุขภาพจิตดีขึ้น ทางด้านสุขภาพนักเรียนนักศึกษาที่ได้รับการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติจะมีการเจ็บป่วยน้อยกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึก เพราะความเจ็บป่วยมีความสัมพันธ์กับความสงบของจิตเมื่อจิตสงบจะทำให้รู้สึกมีความสุข

ซีแมน และคนอื่น ๆ (Seeman and others. 1972 : 417 - 419) ได้ศึกษาถึงอิทธิพลของการฝึกสมาธิกับการรู้จักตน (Self - Actualization) ศึกษาในกลุ่มบุคคล 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง 15 คน เป็นเพศชาย 8 คน เพศหญิง 7 คน กลุ่มควบคุม 20 คน เป็นเพศชาย 10 คน เพศหญิง 10 คน โดยทั้งหมดเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยซินซินเนติ โดยใช้แบบทดสอบวัดบุคลิกภาพช่วงก่อนและหลังฝึกสมาธิ ในช่วงระยะเวลาห่างกัน 2 เดือน โดยกลุ่มทดลองจะมีการเรียนการฝึกสมาธิเป็นรายบุคคลประมาณ 30 - 60 นาที ในช่วงเริ่มต้นและอีก 3 วันต่อมาเรียนเกี่ยวกับเทคนิคการฝึกเป็นกลุ่ม จากนั้นมีการฝึกสมาธิทุกวันๆ ละ 2 ครั้ง ในช่วงเวลาเช้าและเย็น ครั้งละ 15 - 20 นาที พบว่า นักศึกษาที่ฝึกสมาธิในกลุ่มทดลองมีความสามารถควบคุมความโกรธสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ทำให้ผู้วิจัยคาดว่า การฝึกอบรมทางพุทธศาสนา โดยใช้ธรรมคำสั่งสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ จะมีผลดีต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิค โดยจะทำให้ นักศึกษามีสิ่งต่อไปนี้อย่างยิ่งยวดคือ การมีหิริ-โอตตปละ ซึ่งหมายถึงมีความละอายต่อบาป เกรงกลัวต่อการกระทำความชั่ว รวมไปถึงความ

สามารถในการควบคุมตนเองให้กระทำในสิ่งที่ดีงาม และมีทัศนคติที่ดีต่อพุทธศาสนา จนสามารถนำไปใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตส่วนตัว การประกอบอาชีพ และส่งผลดีถึงสังคมส่วนรวมและประเทศชาติด้วย

ธรรมะในชั้นที่ใช้ปรับพื้นฐานสภาพของจิตใจ

หัวข้อธรรมะของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่นำมาใช้ในการฝึกอบรมครั้งนี้ จะเป็นหัวข้อธรรมะที่มีผลให้นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคที่เข้ารับการฝึกอบรมมีการพัฒนาทัศนคติต่อพุทธศาสนา ระดับเหตุผลเชิงจริยธรรม และการควบคุมตนเองดีขึ้น (พระมหาเสริมชัย ชยมงคล โฉ. 2535) แบ่งเป็น 3 กลุ่ม คือ

1. ธรรมะที่จะให้นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมมีจิตใจเข้มแข็งละเอียดอ่อน รู้จักความดี ความชั่ว รูปร่าง นุญ คุณ โทษ คือ คีล สมภาสิ ปัญญา เป็นกัลยาณชนประพฤติดแต่ความดี

1.1 คีล เป็นสิ่งที่จะทำให้ศึกษาระดับกิลศหยาบ อันประกอบด้วย เบญจคีล และ อกุศลกรรมบท 10 คือ ละเว้นจากการฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ประพฤติผิดในกาม พุดเท็จ พุดส่อเสียด พุดหยาบ พุดเพ้อเจ้อ อวดได้ของคนอื่น คิดร้ายต่อผู้อื่น และเห็นผิดจากคลองธรรม อีกประการหนึ่งคือ เบญจธรรม คือการเจริญกุศลกรรมบท 10

1.2 สมภาสิ เป็นสิ่งที่ทำให้ศึกษาระดับกิลศจากนิวรรณ์ 5 คือ ละเว้นจากความต้องการกามคุณ ความคิดร้าย ความหดหู่ และเชื่องซึม ความฟุ้งซ่านร้อนใจ และความลังเลสงสัยในพระธรรมคำสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

1.3 ปัญญา เป็นสิ่งที่ทำให้ศึกษาระดับกิลศเกิดจากการได้ปฏิบัติสมาธิภาวนา มีสองประการ คือ วิปัสณาปัญญา หมายถึง การตระหนักถึงไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ความไม่เที่ยง ทุกขัง ความตั้งอยู่ไม่ได้ อนัตตา ไม่ใช่ของเรา อีกประการหนึ่งคือ โลกตรปัญญา หมายถึง เห็นแจ้งในอริยสัจจ 4 คือ ความทุกข์ เหตุเกิดแห่งทุกข์ ความดับทุกข์ และการปฏิบัติตามทางสายกลาง

2. ธรรมที่เป็นเครื่องกำจัดความชั่ว เมื่อนักศึกษาได้เข้ารับการฝึกอบรมจะทำให้มีการงดเว้นการกระทำในทางที่เสื่อมธรรมกลุ่มนี้คือ

2.1 อบายมุข 4 คือทางที่จะนำไปสู่ความพินาศอันได้แก่ เป็นนักเที่ยวผู้หญิง เป็นนักเลงสุรา เป็นนักการพนัน และการคบคนชั่ว

2.2 อกุศลกรรมบท 10 คือกรรมชั่วอันเป็นทางนำไปสู่ความเสื่อมอันได้แก่ การปลงชีวิต ลักทรัพย์ ความประพฤตินิโคตม การพูดเท็จ การพูดส่อเสียด พุดหยาบ พุดเพ้อเจ้อ ออยากได้ของผู้อื่น คิดร้ายผู้อื่น และเห็นผิดจากคลองธรรม

2.3 หิริ - โอตตัปปะ คือความละอายใจต่อการทำความชั่ว และความเกรงกลัวต่อความชั่ว

2.4 สติ - สัมปชัญญะ คือความสำนึกอยู่ไม่เผลอ เข้าใจชัดตามความเป็นจริง โดยรู้อย่างในอริยสัจจ 4

3. ธรรมที่เป็นเครื่องส่งเสริมความดี เมื่อนักศึกษาได้เข้ารับการฝึกอบรม จะทำให้มีการดำเนินชีวิตไปในทางที่เจริญขึ้นธรรมกลุ่มนี้คือ

3.1 ธรรม อันจะทำให้ยึดเอาประโยชน์ไว้ได้ทั้ง 2 อย่าง คือ ทิวฐัมมิกัตตะ หมายถึง ประโยชน์ปัจจุบัน เช่น ทรัพย์ ยศ ความสุข เป็นต้น และสัมปรายิกัตตะ คือประโยชน์เบื้องหน้าหรือประโยชน์ชั้นสูงขึ้น ไปทางจิตใจหรือคุณธรรม คือความไม่ประมาทนั่นเอง

3.2 อิทธิบาท 4 คือ ความพอใจ ความเพียร ความคิด และความไตร่ตรอง

3.3 สาราณียธรรม 6 คือ 1) ช่วยเหลือกิจธุระของผู้ร่วมหมู่คณะด้วยความเต็มใจ 2) ช่วยบอกแจ้งสิ่งที่เป็นประโยชน์ สั่งสอน แนะนำ ตักเตือนด้วยความหวังดี 3) ตั้งจิตปรารถนาดี 4) ทำสิ่งที่ได้มาโดยชอบธรรมมาเฉลี่ยแบ่งปัน 5) มีความประพฤติสุจริตดีงาม 6) มีความเห็นชอบร่วมกัน ในอันที่จะหลุดพ้นสิ้นทุกข์หรือจัดปัญหา สารานียธรรมนี้มีคุณทำให้เป็นที่ระลึกถึงเป็นที่รัก เป็นที่เคารพ มีความกลมกลืนเข้าหากันไม่ทะเลาะวิวาท มีความสามัคคีเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

3.4 เบญจศีล - เบญจธรรม เบญจศีลคือ ความประพฤติชอบทางกายและวาจา ข้อปฏิบัติในการเว้นจากความชั่ว ควบคุมตนให้ตั้งอยู่ในความไม่เบียดเบียนคือ เว้นจากการปลงชีวิต เว้นจากการลักทรัพย์ เว้นจากการประพฤตินิโคตม เว้นจากการพูดเท็จ เว้นจากน้ำเมา ส่วนเบญจธรรม หมายถึง คุณธรรม 5 ประการ เป็นธรรมที่เกื้อกูลแก่การรักษาเบญจศีล คือ 1) เมตตาและกรุณา มีความรักความสงสาร 2) การหาเลี้ยงชีพในทางสุจริต 3) ความสังวรในกามไม่หลงไหลในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส 4) มีความสัตย์ความซื่อตรง 5) มีสติสัมปชัญญะ ระลึกได้และรู้ตัวอยู่เสมอ ระวังตนมิให้เป็นคนมัวเมาประมาท

3.5 ความกตัญญู - กตเวทิตี คือเป็นผู้รู้จักคุณค่าแห่งการกระทำดีของผู้อื่น และแสดงออกเพื่อบูชาความดีนั้น

3.6 พรหมวิหาร 4 คือธรรมที่ต้องมีไว้เป็นหลักประจำใจและกำกับความประพฤติ จึงจะชื่อว่าดำรงชีวิตหมดจด และปฏิบัติตนต่อมนุษย์สัตว์ทั้งหลายโดยชอบ อันหมายถึง การมีความรักใคร่ ความสงสาร ความยินดี ความวางใจเป็นกลาง

หัวข้อธรรมทั้ง 3 กลุ่ม ที่กล่าวมานี้จะใช้ฝึกอบรมนักศึกษาก่อนทำการฝึกสมาธิ ในแต่ละคาบ จะมีรายละเอียดแสดงไว้ในภาคผนวก คือ หิริ-โอตตปปะ รวมทั้งสติ-สัมปชัญญะ ซึ่งเป็นธรรมะที่จะทำให้เกิดการรู้จักควบคุมตนเอง และหัวข้ออริยสัจสี่ ที่จะก่อให้เกิดทัศนคติที่ตีต่อพุทธศาสนาด้วย

หิริ-โอตตปปะ

* สมเด็จพระวันรัต (2483 : 2-3) อธิบายว่า หิริโอตตปปะเป็นสมุฏฐานให้เกิดกุศลกรรม หิริ เป็นชื่อของเจตนาที่ละอายต่อความประพฤติชั่ว โอตตปปะ เป็นชื่อเจตนาที่กลัวต่อความประพฤติเช่นนั้น ทั้งสองประการนี้ เป็นคุณรักษาใจให้คงที่ทั้งในที่แจ้งและในที่ลับ ธรรมคู่นี้เป็นปัจจัยให้ประกอบความดี ซึ่งเป็นทางให้เกิดความสุขสำราญ อัมธารสัตว์โลกไว้มิให้ตกต่ำ เพราะฉะนั้นสมเด็จพระศาสดาจึงตรัสว่า เป็นธรรมรักษาโลก ถ้าโลกจักไม่นับถือคุณธรรมคู่นี้เป็นวิหαρธรรม ต่างก็จะเบียดเบียนกันยิ่งขึ้นไปกว่านี้ คุณธรรมคู่นี้มีอยู่ในที่ใด ศีลก็มีอยู่ที่นั่น แม้ศีลมีอยู่ที่ใด หิริโอตตปปะก็มีอยู่ที่นั่น เป็นกัลยาณมิตรสนิทสนมกัน

ความหมายและความสำคัญของหิริ - โอตตปปะ

หิริ คือ ความละอายต่อบาป

โอตตปปะ คือ ความกลัวต่อบาป

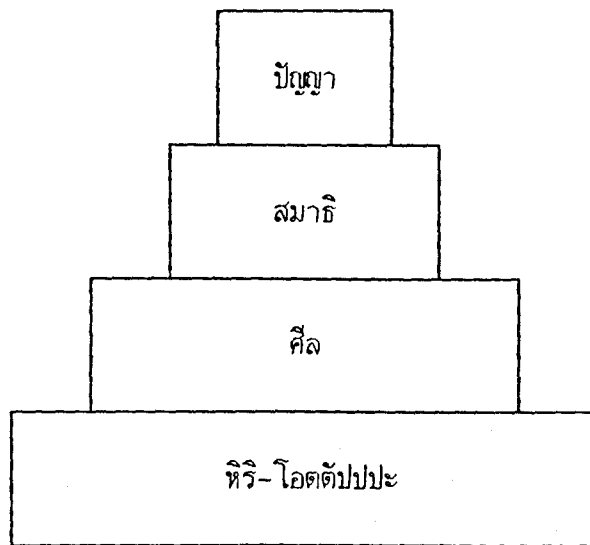
ธรรม 2 ข้อนี้ชื่อว่า โลกपालธรรม แปลว่าธรรมคุ้มครองโลก หมายความว่าปกป้องรักษาโลกไม่ให้โลกเดือดร้อนวุ่นวาย ทำให้โลกมีแต่ความสงบสันติ โลกในที่นี้คือสังคมนั่นเอง

การที่โลกหรือสังคมเดือดร้อนวุ่นวาย เหตุเกิดเพราะการกระทำของมนุษย์ หรือบุคคล หรือคน
 นั้นเอง จะคุ้มครองโลกให้สงบสุขก็ต้องคุ้มครองที่คน เพราะคนทำให้โลกยุ่ง สังคมยุ่ง
 เอาคนไว้ได้แล้ว โลกก็จะสงบ การจะคุ้มครองหรือรักษาคนนั้น จะรักษาที่ไหนเป็นที่รู้กันแล้ว
 ว่าคนนั้นสำคัญที่ใจ มีใจเป็นใหญ่เป็นหัวหน้า จะทำอะไรสำเร็จหรือไม่ก็อยู่ที่ใจ ชัยพร วิชชาวุธ
 (2518 : 4) กล่าวว่า มนุษย์จะตัดสินใจทำอะไร หรือไม่ทำอะไร การคิดและ
 การตัดสินใจจึงเป็นหัวใจในการบงการ ให้มีพฤติกรรมภายนอกต่าง ๆ กัน พฤติกรรมภายนอก
 (Overt Behavior) ที่เกิดจากการพูด การกระทำ หรือการแสดงกิริยาอาการต่าง ๆ ให้
 คนอื่นสังเกตเห็นได้นั้น ต้นเค้าเกิดจากพฤติกรรมภายใน (Covert Behavior) คือใจ เป็น
 ตัวบงการทั้งสิ้น การคุ้มครองรักษาคงก็ต้องรักษาที่ใจ ถ้าควบคุมใจไว้ได้แล้ว อวัยวะอื่นย่อม
 ควบคุมได้ด้วย คนจะคิดดี พูดดี ทำดี หรือที่เรียกว่า มโนสุจริต วจสุจริต กายสุจริต ก็เพราะ
 มีใจดี คือรักษาใจควบคุมไว้ได้ การคุ้มครองรักษาโดยวิธีออกกฎหมาย มีเจ้าหน้าที่คอยจับกุม
 มีการลงโทษนั้น ก็เป็นวิธีที่ทำให้มนุษย์กลัว เช็ดชยาด เลิกก่อความวุ่นวายได้เหมือนกัน แต่
 ได้ผลไม่แน่นอนทั่วถึง เพราะไม่มีเจ้าหน้าที่จะควบคุมทั่วทุกแห่งหนได้

พระพุทธเจ้าทรงแสดงการควบคุมจิตของคนว่า ต้องใช้วิธีปลุกธรรมขึ้นในจิตใจ
 ของเขาเอง เป็นวิธีที่ให้ตัวเองปกครองตัวเอง ธรรมที่ปลุกขึ้นในใจเพื่อผลดังกล่าว ได้แก่
 หิริ โอตตปปะ นั้นเอง หิริ ความอาย โอตตปปะ ความกลัว นั้นมีความหมายต่างกัน
 ความอายนั้นปรารถนาคงความดีของตนว่า ไม่น่าจะเป็นอย่างนั้น ไม่น่าจะเป็นดังนี้ สิ่งนั้น
 ไม่คู่ควรกับเรา เป็นต้น ส่วน โอตตปปะ ปรารถนาคงความดีอันจะเกิดแก่ตน กลัวจะเป็น
 อย่างนั้น กลัวจะเป็นอย่างนี้ กลัวจะเดือดร้อน กลัวจะได้รับความทุกข์ทรมาน เป็นต้น ความ
 อายกับความกลัวนั้น อาจมีต่อหลายสิ่งหลายอย่างด้วยกัน แต่ในโลกปาลธรรมนี้ อายและ
 กลัวต่อความชั่วเท่านั้น หมายความว่าอายต่อความชั่วที่เราทำ กลัวต่อความชั่วที่เราทำ
 คนที่จะขโมยทรัพย์คนอื่น นิกายคนที่รู้เห็น นิกกลัวจะต้องติดคุกเมื่อเขาจับได้ อย่างนี้ไม่จัดเป็น
 หิริ-โอตตปปะ เพราะอายคนอื่น กลัวคนอื่น คนมีหิริ ต้องอายความชั่วที่ตัวทำใครจะเห็น
 หรือไม่เห็นก็อาย คนมีโอตตปปะ ก็กลัวความชั่วที่ตัวทำนั้นเอง ไม่ว่าจะมีคนลงโทษหรือไม่
 ก็กลัว (เป็น มุทกกันต์. 2508 : 220) คนเราลงได้อายความชั่ว กลัวความผิดแล้ว ย่อม
 ละเว้นการกระทำชั่วได้เป็นอย่างดี โลกก็จะสงบ สังคมก็ไม่เดือดร้อนการพัฒนาประเทศก็จะ
 ได้รับผลสำเร็จมากขึ้น

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับหิริ - โอตตปปะ

ปิ่น มุกกันต์ (2514 : 235) กล่าวว่า การปฏิบัติพระพุทธศาสนา มีหลักการสำคัญ รวบรวมอยู่อย่างหนึ่ง เรียกว่าไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา ใน 3 หลักนี้ ศีลถือว่าเป็น พื้นฐานของข้อปฏิบัติทั้งปวง ถ้าขาดศีลเสียอย่างเดียว สมาธิและปัญญาก็เจริญขึ้นไม่ได้ ดังนั้น จึงอาจกล่าวได้ว่า หิริ-โอตตปปะเป็นคุณธรรมที่สำคัญที่สุด ที่ป้องกันไม่ให้คนประพฤตชั่วหิริเป็น ด้านแรกที่ทำให้คนเกิดความละอาย แต่หากละอายไม่ตลอดเพราะมีสิ่งยั่วยุมาก จึงกระทำชั่ว ลงไป เรียกว่า ละอายแต่ไม่กลัว เช่น ถูกข่มขืนน้ำหน้าให้ได้อาย แต่กลับตามไปฆ่าเขาที่หลัง เหตุนี้จึงต้องมีโอตตปปะ คือความกลัวมากำกับไว้อีกชั้นหนึ่ง เพื่อจะได้ไม่กระทำในทางกลับกัน บางคนกลัวแต่ไม่ละอาย เช่น ถูกเขาทวงหนี้ทุกวันแต่ไม่ยอมให้ พอเขาฟ้องก็รีบให้ทันที ดังนั้น ถ้าบุคคลประกอบด้วยธรรม 2 ข้อนี้ จึงเท่ากับมีพื้นฐานทางจิตใจดีแล้วเป็นผู้สามารถจะรักษาศีล ไว้ได้ คือ เป็นข้อธรรมสอนให้เกิดการละเว้น เมื่อรักษาศีลไว้ได้จะ ได้เกิดสมาธิ มีความหนักแน่น มั่นคงและเกิดปัญญา รู้แจ้งเห็นจริง มีความสุขุมรอบคอบเป็นขั้นสุดท้าย (ภัทรา นิคมานนท์. 2517 : 3 อ้างอิงมาจากพระศรีวิสุทธิโมลี) กล่าวว่า การปฏิบัติธรรมหรือการอบรมตนตาม หลักพระพุทธศาสนาจะต้องเริ่มด้วยการละเว้น หรือกำจัดความชั่วก่อน แล้วจึงเสริมสร้าง ความดีให้บริบูรณ์ จนถึงความบริสุทธิ์หลุดพ้นในที่สุด อาจเขียนในรูปภาพได้ดังนี้



หิริ-โอตตปปะ ยังเป็นเครื่องแยกบุคคลให้แตกต่างออกไปจากสัตว์อีกด้วย จะเห็นได้จากที่พระพุทธองค์ทรงแสดงธรรมฝ่ายขาว ที่คัมภีร์ครองโลก คือ ความละเอียดและความเกรงกลัวต่อบาป ถ้าธรรมทั้ง 2 นี้ไม่คัมภีร์ครองโลก ก็ไม่รู้ว่าใครเป็นมารดา น้ำ ป่า ภริยา ของอาจารย์ ของครู โลกจะปนเปกันเหมือนไก่ สุกร สุนัขบ้าน สุนัขป่า เป็นต้น (สุชีพ ปุญญานุภาพ. 2502 : 74) การที่มนุษย์เว้นสิ่งที่ควรเว้น เพราะมีหิริ-โอตตปปะประจำใจ ทำให้สูงกว่าสัตว์ (เป็น มุกุกันต์. 2514 : 170)

ปิ่น มุกุกันต์ (2514 : 173) ได้อธิบายถึงวิธีฝึกให้มีคุณธรรมด้าน หิริ-โอตตปปะ ไว้ดังนี้

1. ให้พิจารณาถึงชาติตระกูลของตน เช่น คำนึงว่า เราเป็นลูกคนมีตระกูล เราเป็นมนุษย์ชาติ นิตามารดาอบรมมาในทางดี หากควรเกลือกกลั้วด้วยความชั่วไม่
2. ให้พิจารณาถึงวัยของตน เช่น ตัวเรามีอายุมากแล้ว ตัวเราเป็นพ่อแม่คนแล้ว หากควรทำชั่วอย่างเด็ก ๆ ไม่
3. ให้พิจารณาถึงกำลังของตน เช่น มีกำลังความรู้ความสามารถ มีกำลังกายแข็งแรง ไม่ควรทำกรรมเลวเช่น คนทพลงาน

4. ให้พิจารณาถึงความรู้ของตน เช่น เป็นคนมีวิชาความรู้โดยบวชเรียนมาแล้ว
คนรู้น้อยเขายังทำมาหากินสุจริตได้ การทำบาปเป็นเรื่องของคนไร้การศึกษา เป็นต้น

สมเด็จพระมหาสมณเจ้าพระวชิรญาณวโรรส (2520) ได้อธิบายความหมายของ
หิริ-โอตตปปะไว้ดังนี้คือ

หิริ คือ ความละอายต่อการกระทำผิดที่เกิดขึ้นภายในใจของคน เมื่อคนเราได้รับการ
อบรมมโนนิสัยให้เข้าใจและรู้ซึ่งถึงสิ่งที่ควรทำไม่ควรทำ สิ่งใดที่ทางศาสนาถือว่าเป็นบาป อุกุศล
หรือนอกกรอบหลักสถานของสังคัม เช่น การด่าว่าผู้อื่น ทำร้ายผู้อื่นหรือฆ่าผู้อื่น หากจะเกิดความรู้สึกลึก
หรืออยากทำในสิ่งดังกล่าว คนเราก็จะเกิดความรู้สึกละอายแก่ใจที่จะกระทำ ถึงจะไม่มีใครรู้เห็นก็
ควบคุมตนเองและไม่ทำในสิ่งที่ เป็นบาปอกุศล หรือล่วงละเมิดหลักสถานของสังคัม

คนที่ขาดหิรินี้สามารถจะกระทำความผิดชั่วร้ายแรงได้ทุกอย่าง หิริจึงเป็นความรู้สึกที่
แยกแยะความเหมาะสมออกจากความไม่เหมาะสม ความชั่วออกจากความดี และความถูกต้อง
ตามระเบียบกฎเกณฑ์ของสังคัม จากความผิด (ละเมิดระเบียบกฎเกณฑ์ของสังคัม) ดังนั้นในการ
ฝึกฝนจิตใจให้ใฝ่คุณธรรม คนเราจะต้องสร้างพลังหิริให้เกิดมีขึ้นภายในจิตใจอย่างมาก มิฉะนั้น
จะไม่สามารถต้านทานอารมณ์ฝ่ายต่ำที่ชักนำให้คนเรากระทำบาปและความผิดได้ ปกติจิตใจของ
มนุษย์มักจะถูกแรงกระตุ้นจากสิ่งไม่ดีไม่งามคอยล่อลวงให้กระทำในสิ่งที่ผิดชั่วร้ายเสมอ การดำรง
ชีวิตของคนเราก็เปรียบเหมือนพายเรือทวนกระแสน้ำ ถ้าเราไม่ออกแรงพาย คือการสร้างพลัง
ให้เกิดหิริภายในจิตใจแล้ว เราก็ไม่มีอะไรที่ควบคุมตนเองได้

ดังนั้นหิริไม่เพียงแต่เป็นพลังที่สามารถควบคุมยับยั้งไม่ให้คนเรากระทำการละเมิด
ศีลธรรมเท่านั้น แต่หิริยังสามารถแยกแยะจำแนกประเภทของพฤติกรรมออกจากกันว่าอะไรเป็น
สิ่งดีหรือไม่ดีด้วย

โอตตปปะ คือ ความเกรงกลัวต่อผลแห่งการกระทำผิดชั่วร้ายต่อการรู้เห็นของคนอื่น
ซึ่งเป็นปัจจัยผลักดันจากภายนอก เป็นการควบคุมตนเองที่มีลักษณะเป็นความสะดุ้งกลัวต่อสิ่งที่
ตนเองจะกระทำลงไป เมื่อได้ใคร่ครวญถึงผลแห่งการกระทำที่จะตามมาหรือเกรงคนอื่นจะเห็น
ว่าตนเป็นคนบาปหรือตัวมารร้ายของสังคัม

หิริและโอตตัปปะมักจะถูกนำไปกล่าวควบคู่กัน คือหิริเป็นภาวะการควบคุมตนเองจากความสำนึกจากส่วนลึกของจิตใจ ส่วนโอตตัปปะเป็นการควบคุมตนเองในช่วงต่อไป ถ้าคนเราขาดหิริแต่ไม่ขาดโอตตัปปะก็ยังสามารถยับยั้งการกระทำของตนเองได้ ถึงแม้ว่าจะได้พยายามกระทำไปบางส่วนแล้วทั้ง ในแง่ของความคิดวางแผนและการลงมือกระทำ แต่ถ้าคนที่หิริมันคงแล้ว การกระทำความผิดละเมิดปทัสสถานของสังคมก็จะไม่เกิดขึ้น

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับหิริ

พระกรวีรญาณ (2502 : 407) อธิบายว่า หิริ แปลว่า ความละอายแก่ใจ ละอายต่อการที่จะกระทำชั่ว หมายความว่า การที่เราไม่ทำความชั่วนั้น ไม่ใช่เพราะอายคนนั้นคนนี้ เพราะคนที่ไม่ทำความชั่วเพราะอายคนนั้นคนนี้ ถ้าหากไม่มีใครเห็น ไม่มีใครได้ยิน ก็อาจทำความชั่วได้ แต่ถ้าหากเขาเกิดละอายใจตนเองขึ้นมา เขาย่อมไม่ทำความชั่วทั้งในลับและที่แจ้ง แม้จะให้เงินทองมากมาย ให้ยศฐาบรรดาศักดิ์ เขาก็ไม่ยอมทำ ถ้าคนที่มีอำนาจวาสนา มีเงิน มีอิทธิพล มีธรรมชื่อนี้อยู่ในใจแล้ว แม้เขามีโอกาสที่จะโกง เขาก็ไม่โกง เพราะละอายใจตนเอง เพราะถ้าความสบายใจของตนจะต้องตั้งอยู่บนรากฐานแห่งความทุกข์ของผู้อื่นแล้ว คนดี ๆ เขาก็จะไม่ยอมทำเป็นอันขาด ฉะนั้น ธรรมะคือ หิริ นี้ จึงได้ชื่อว่าเป็นผู้มีส่วนคุ้มครองโลกให้อยู่ร่วมกันโดยสันติสุขประการหนึ่ง

ปิ่น มุกกันต์ (2514 : 170) ให้ความหมายว่า หิริ ปรารภเหตุภายในเป็นสมุฏฐาน ได้แก่ ความอายบาป ไม่ใช่อายตน พระพุทธเจ้าสอนว่า สุเจ้าอย่าทำบาปทั้งในที่ลับและที่แจ้ง เพราะการกระทำอันใดที่คนอื่นไม่รู้ไม่เห็นนั้น ไม่มี ความลับไม่มีในโลก คนดีจึงมีการสำรวมใจมิให้บาปเข้าจับ มีความละอายทั้งในที่ลับและที่เปิดเผย ไม่ยอมให้ใจของตนคิดในทางที่ต่ำทรามเป็นอันขาด

เอกสารที่เกี่ยวข้องคำว่า โอดตปปะ

พระกวีวรรณ (2502 : 408) อธิบายว่า โอดตปปะ แปลว่าความเกรงกลัว ต่อบาป หมายความว่า การที่เราไม่ทำชั่วนั้น มิใช่เพราะคนโน้นจะเห็นคนนี้จะเห็น หรือกลัว ตำรวจจะจับ กลัวจะไปติดคุก โอดตปปะอันได้แก่ความเกรงกลัวต่อบาป ยิ่งทำชั่วบ่อย ๆ จิตใจของเราก็จะต่ำลงไปตามลำดับ บาป คือความชั่วนั้นหมายความว่า สภาพที่ทำให้จิตใจของเราต่ำทรามลงไป เปรียบเสมือนความมืด มีแต่จะทำให้วิถีชีวิตมีมมลงไปตามลำดับ ซึ่งตรงข้ามกับบุญหรือความดีนั้น หมายความว่าสภาพที่ช่วยยกระดับจิตใจให้สูงขึ้น เปรียบเสมือนความสว่างที่จะช่วยให้ชีวิตสดใสรุ่งเรืองขึ้นตามลำดับ ถ้าคนเราไม่ทำชั่วเพราะกลัวจิตใจของเขาจะต่ำทรามลงไปตามลำดับแล้ว แม้เขาจะมีโอกาสโกงก็ไม่โกง แต่มิใช่เกรงกลัวจะถูกจับ แต่เพราะเกรงว่าจิตใจของเขาจะต่ำลงไปต่างหาก

วคิน อินทสระ (2515 : 99) ให้ความหมายของความกลัวในโอดตปปะว่า กลัวต่อบาปทุกจริต หวาดเสียวต่อผลของบาปทุกจริต กลัวภัยในนรก หวั่นเกรงต่อคำตำหนิติเตียน

ในพระคัมภีร์ชาดก แปล เล่ม 1 ในเรื่องเทวธรรมชาดก ให้อธิบายว่า โอดตปปะ นั้นเป็นชื่อของเจตนาที่หวาดต่อทุกจริต มีเหตุภายนอกเป็นสมมุฏฐาน มีโลกเป็นใหญ่ตั้งอยู่ในสภาพ คือความกลัว มีความเกรงเป็นผิด และมีปกติเห็นร้ายเป็นลักษณะ สุชีพ ปุญญานุภาพ (2513 : 27) กล่าวว่า ในทางพุทธศาสนา สอนเรื่องความกลัวเอาไว้ทั้งที่ดีและไม่ดี คือว่าความกลัวใช้ได้ก็มี ที่ไม่ควรก็มี ความกลัวที่ดีนั้น คือกลัวบาป หิริ-โอดตปปะ หมายความว่า คนที่ดีควรกลัวบาป กลัวความชั่วช้า ทุกจริต ส่วนความกลัวชนิดที่ไม่ดีก็คือ กลัวชนิดที่เป็นเหตุให้ล่าเอียง ที่เรียกว่า ภยากติ

คำว่า โอดตปปะ (Ottapa) ทวิช แปลงวิทยา ใช้ศัพท์ว่า Moral Fear แปลว่า ความเกรงกลัว ความกลัวนี้ คือไม่กระทำชั่วแล้วจิตใจจะเบิกบานเป็นสุข ต่างกับคำว่า หวาดกลัว ที่ ลัดดา แพทย์จรัส (2518 : 16) ให้ลักษณะของพฤติกรรมว่า มีอารมณ์เศร้าหมองกังวลใจในอุปสรรคต่าง ๆ ตกใจง่าย หวาดหวั่น (Apprehensive) ขาดความรู้ลึกปลอดภัยและมี ความวิตกกังวลสูง และต่างกับคำว่า ขลาด กลัว หรือประหม่า ซึ่งสรุปได้ว่า หิริ-โอดตปปะ คือ ธรรมะที่ใช้คุ้มครองชาวโลกที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้ทรงบัญญัติไว้ ที่ให้บุคคลละอายที่

จะประพฤติผิดไปจากธรรมของคลองธรรม (hiri) กลัวที่จะถูกตมึนเหยียดหยามได้รับความรังเกียจจากบุคคลอื่นภายในสังคมที่ตนเองอาศัยอยู่ (โอดตปปะ) จึงทำให้บุคคลสามารถควบคุมตนเองให้อยู่ในกรอบของสังคมอยู่ร่วมกับสังคมอย่างมีความสุข หิริ-โอดตปปะจึงมีความหมายเช่นเดียวกับ การควบคุมตนเอง (Self-Control) ซึ่งหมายถึง การควบคุมภายในตนเอง (hiri) และการควบคุมภายนอกตน (โอดตปปะ) ซึ่งจะรวมไปถึงทำให้บุคคลมีลักษณะมุ่งอนาคต ตามไปด้วย ซึ่ง นิคม ตั้งคะนิพน (2516 : 10) ได้กล่าวไว้ว่า หิริ-โอดตปปะ มีความสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองของบุคคล เพราะการควบคุมตนเองบ่งถึงระดับความพอดีเป็นบุคคลไม่ทำอะไรตามอารมณ์ หรือถือตนเป็นที่ตั้ง คนที่มีความควบคุมตนเองสูง แสดงว่าเป็นคนเยือกเย็นมีหิริ-โอดตปปะเข้มงวดในงานของตนเองและในการคาดหวังเกี่ยวกับงานของคนอื่น คนที่มีการควบคุมตนเองต่ำแสดงว่าเป็นคนทำอะไรตามอารมณ์ ตื่นเต้นง่าย ถือตนเองเป็นที่ตั้ง ก้าวร้าวและเห็นแก่ตัว จากคำจำกัดความนี้แสดงให้เห็นว่า หิริ-โอดตปปะมีความสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองมากที่สุด

ธรรมะที่ก่อให้เกิดหิริ-โอดตปปะ

หิริ-โอดตปปะถือว่าเป็นพระธรรมคำสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่สำคัญ หลักคำสั่งสอนทางศาสนาพุทธที่มีความสำคัญยิ่งนี้ แม้จะมีผู้วิจารณ์ว่าชาติประชากรกลุ่มทดลองแต่ที่จริงแล้วที่บุคคลเข้าบวชอยู่ในสมณเพศหรือเป็นฆราวาสปฏิบัติธรรมก็ถือว่าเป็นประชากรกลุ่มทดลองแล้วทั้งนั้น เพราะไม่ว่าจะเป็นพระพุทธรเจ้า พระปัญจวัคคีย์ พระอัครสาวก 80 รูป หรือ 500 รูป กัถิ หรืออุบาสกอุบาสิกาผู้ปฏิบัติธรรมอันมากมายกัถิ ล้วนแต่ใช้หิริ-โอดตปปะเป็นหลักธรรมในการควบคุมพฤติกรรม และเป็นการคุ้มครองตนให้พ้นจากการกระทำพฤติกรรมล่วงละเมิดปทัสสถานมานานกว่า 2,500 ปี การทดสอบในช่วงเวลาอันยาวนานนี้น่าจะได้เป็นเครื่องพิสูจน์ในความเที่ยงตรงของหลักการควบคุมตนเองนี้ได้ยอดดีที่สุด (จรรยา สุวรรณทัต. 2533 : 22) และพระมหาเสริมชัย ชยมงคโล (2535) ได้อธิบายถึงหัวข้อธรรมที่จะก่อให้เกิดหิริ-โอดตปปะและการควบคุมตนเอง ได้ดีขึ้นหลังจากได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาแล้วหัวข้อธรรมะเหล่านั้นคือ "สติสัมปชัญญะ" และ "สัมมาสติหรือสติปฏิฐาน 4" ซึ่งพระเทพเวที (2532) ได้อธิบายรายละเอียดดังนี้

ธรรมมีอุปการะมาก หมายถึง ธรรมที่เกื้อกูลในการทำความดีทุกอย่าง ซึ่งก็คือ "สติ - สัมปชัญญะ" "สติ" คือความรู้สึกรู้ได้ นึกได้สำนึกอยู่ไม่เผลอ "สัมปชัญญะ" คือ ความรู้ชัดในสิ่งที่ นึกได้ตระหนักได้ เข้าใจชัดตามความเป็นจริง

ธรรมที่เป็นที่ตั้งของสติ "สติปัญญา 4" คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้ เห็นตามความเป็นจริง คือ ตามที่สิ่งนั้น ๆ มันเป็นของมันเอง

จากธรรมทั้ง 3 หัวข้อที่ได้กล่าวมานี้ หัวใจสำคัญคือ การที่บุคคลจะต้องมีสติ ควบคุม ภาย ใจ และอารมณ์ ไม่มีความประมาท "อัปปรมาทะ" คือความไม่ประมาท มีความเป็นอยู่อย่าง ไม่ขาดสติ หรือความเพียรที่มีสติเป็นเครื่องเร่งเร้าและควบคุม ได้แก่ การดำเนินชีวิตโดยมีสันติ เป็นเครื่องกำกับความประพฤติปฏิบัติและการกระทำทุกอย่างระมัดระวัง ไม่ยอมมถล่มลงไปทาง เสื่อม แต่ไม่ยอมพลาดโอกาสสำหรับความดีงามและความเจริญก้าวหน้า ตระหนักในสิ่งที่พึงทำ และพึงละเว้น ใส่ใจสำนึกอยู่เสมอในหน้าที่อื่นจะต้องรับผิดชอบ ไม่ยอมปล่อยให้พลละเลย กระทำ การด้วยความจริงจัง รอบคอบและรุดหน้าเรื่อยไป ข้อนี้ เป็นองค์ประกอบภายใน และเป็นฝ่าย สมานธิ สิ่งเหล่านี้เมื่อเกิดมีขึ้น หรือได้รับการปลุกฝังให้เกิดมีขึ้นในบุคคล ก็จะทำให้บุคคลเหล่านั้น สามารถควบคุมตัวเองได้ดีขึ้นมากขึ้น "สติปัญญา 4" ได้กล่าวถึง การมีสติ หรือ สติสัมปชัญญะ ไว้ว่า (พระเทพเวที. 2532)

การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเห็นจริงมี 4 ประการ คือ

1. การตั้งสติกำหนดพิจารณาภายในให้รู้เห็นตามความเป็นจริง จำแนกวิธีปฏิบัติไว้ หลายอย่าง เช่น กำหนดลมหายใจ กำหนดรู้ทันอิริยาบถ สร้างสัมปชัญญะในการทำความ เคลื่อนไหวทุกอย่าง พิจารณาส่วนประกอบอันไม่สะอาดทั้งหลายที่ประชุมเข้าเป็นร่างกายนี้ พิจารณาเห็นร่างกายของตนโดยเป็นที่รวมของธาตุอันมี ดิน น้ำ ลม ไฟ พิจารณาซากศพในสภาพ ต่าง ๆ ให้เห็นคติธรรมตาของร่างกาย

2. การตั้งสติพิจารณาเวทนาอันเป็นสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี เจย ๆ ก็ดี ว่าไม่ใช่เป็นตัวตน ของเรา

3. การตั้งสติกำหนดพิจารณาสติ ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงจิต มีสติ รู้ชัดในจิตของตน ที่มีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ เศร้าหมอง หรือ ผ่องแผ้ว พุ่งชาน หรือเป็นสมานธิ ฯลฯ ต่าง ๆ ตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้น ๆ

4. การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่า เป็นเพียงธรรม โดยมีสติรู้ชัดธรรมทั้งหลาย อันได้แก่ นิเวศน์ 5 ชั้น 5 आयตนะ 12 โพชฌงค์ 7 อริยสัจ 4 ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีในตนหรือไม่ เกิดขึ้น เจริญสมบูรณ์ และดับไปได้อย่างไร เป็นต้น ตามที่เป็นจริงของมันอย่างนั้น ๆ "นิเวศน์ 5" คือ อุกุศลธรรมที่ทำให้จิตเศร้าหมอง และทำปัญญาให้อ่อนกำลัง มี 5 ประการ คือ ความพอใจในกามต้องการกามคุณ ความคิดร้ายชัดเคืองแค้นใจ ความหดหู่เข็ญ ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ และความลึกลับสงสัย "ชั้น 5" คือส่วนประกอบทำอย่างที่ย่อมเข้าเป็นชีวิต มี 5 ชนิด ได้แก่ รูป คือสิ่งที่ตามองเห็น มือจับต้องได้ เวทนา คือความรู้สึกเป็นทุกข์ สุข หรือ เจ็บ ๆ สัญญา คือ ความจำเป็นการรับรู้ของจิต สังขาร คือ การปรุงแต่งวิญญาณ คือ การรับรู้ โดยตาเห็นรูปแล้ว จิตก็รับรู้ "อายตนะ 12" คือ แตนต่อความรู้ฝ่ายภายในและฝ่ายภายนอก คือ ตา - สิ่งที่เห็น หู - เสียง จมูก - กลิ่น ลิ้น - รส กาย - สัมผัสทางกาย ใจ - อารมณ์ที่เกิดกับใจ "โพชฌงค์ 7" คือ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ 7 ประการ อันมีสติ และ สมาธิรวมอยู่ด้วยดังนี้ สติ คือ ความระลึกได้ ธรรมวิจยะ คือ ความสอดคล้องสืบค้นธรรม วิริยะ คือ ความเพียร 毗ติ คือ ความอิมใจ ปัสสัทธิ คือ ความสงบกายสงบใจ สมาธิ คือ ความมีใจตั้งมั่น จิตแน่วในอารมณ์ อุเบกขา คือ ความมีใจเป็นกลาง เพราะเห็นตามเป็นจริง "อริยสัจ 4" คือ ความจริงอันประเสริฐ 4 ประการ อันได้แก่ "ทุกข์" คือ ความทุกข์ มีความปรารถนาไม่สมหวัง มีอุปทานชั้น 5 เป็นทุกข์ สมุทัย เหตุเกิดแห่งทุกข์ นิโรธ ความดับทุกข์ และมรรค ซึ่งหมายถึง ไตรสิกขา คือ สมาธิ ปัญญา

อีกประการหนึ่ง ธรรม ในหัวข้อ "หิริ - โอตตปปะ" จะเป็นธรรมที่ทำให้เกิดมีการควบคุมตนเองได้ดีขึ้น ในนักศึกษา วิทยาลัยเทคนิค ตามจุดประสงค์ที่ตั้งไว้ได้ เพราะ "หิริ - โอตตปปะ" เป็นธรรมที่คุ้มครองโลก เพราะ "หิริ" คือ ความอายบาป ละอายใจต่อ การทำความชั่ว เป็นการควบคุมตนเองภายใน ส่วนโอตตปปะ คือ ความกลัวบาป เกรงกลัวต่อการทำความชั่ว ซึ่งปรากฏต่อสายตาของบุคคลภายนอกซึ่งก็คือ ควบคุมตนเองภายนอก และมีธรรมอีกบางข้อที่สนับสนุน "หิริ - โอตตปปะ" อีก เช่น "อริยทรัพย์ 7" หมายถึง ทรัพย์อันประเสริฐ 7 ทรัพย์ คือ คุณธรรมประจำใจอย่างประเสริฐอันมี ศรัทธาความเชื่อที่มีเหตุผล คือการรักษาากาย วาจาให้เรียบร้อย หิริความละอายใจต่อการทำความชั่ว โอตตปปะความเกรงกลัวต่อความชั้ว ภายหลังจะ ความเป็นผู้ได้ศึกษาเล่าเรียนมาก จาคะ ความเสียสละ ปัญญา ความรู้ความเข้าใจ

ถ่องแท้ในเหตุผล อริยทรัพย์ เป็นทรัพย์อันประเสริฐอยู่ในจิตใจ ดีกว่าทรัพย์ภายนอก เพราะไม่มีผู้ใดแย่งชิง ไม่สูญหายไปด้วยภัยอันตรายต่าง ๆ ทำให้ใจไม่อังว้าง ยากจน และเป็นทุนสร้างทรัพย์ภายนอกได้ด้วย และยังเป็นกำลังหนุนช่วยส่งเสริมในการบำเพ็ญคุณธรรมต่าง ๆ ยังประโยชน์ตน และประโยชน์ผู้อื่น ให้สำเร็จได้อย่างกว้างขวางไพศาลย์ เปรียบเหมือนคนมีทรัพย์มาก ย่อมสามารถใช้จ่ายทรัพย์เลี้ยงตน เลี้ยงผู้อื่นให้มีความสุข และบำเพ็ญประโยชน์ต่าง ๆ ได้เป็นอันมาก "สัทธัมมสมันนาโคโต" เป็นธรรมข้อที่ 1 ในหัวข้อธรรม "สัพปุริสธรรม" ซึ่งเป็นธรรมของสัตบุรุษ คุณสมบัติของคนดี ประกอบด้วย สัทธรรม 7 ประการ คือ มีศรัทธา มีhiri มีโอตตปปะ เป็นพหูสูต มีความเพียรอันปรารถนาแล้ว มีสติมั่นคง และมีปัญญา

สรุปได้ว่า ถ้าบุคคลมีสติ คือ ความระลึกได้ นึกได้สำนึกอยู่ไม่เผลอ มีสติควบคุมกายใจ และอารมณ์ มีความไม่ประมาทขาดสติ มีความประพฤติ ปฏิบัติและการกระทำทุกอย่างระมัดระวังตัว จนเป็นผู้ไม่ยึดมั่นในความทุกข์ ได้แก่ อนิจจัง ทุกขัง อนตตา เพราะความยึดมั่นเป็นชั้น 5 เป็นหัวใจของทุกข์เลยที่เดียว เมื่อหนีพ้นหรือหลุดพ้นความทุกข์ ก็จะทำให้บุคคลนั้น ๆ มีความละเอียดใจต่อการทำบาป สามารถควบคุมตนเอง ซึ่งเป็นการควบคุมภายในได้ และเกรงกลัวต่อความชั่ว ไม่กระทำความชั่ว ซึ่งเป็นการควบคุมตนเองแบบการควบคุมภายนอก จึงเห็นได้ว่าข้อธรรมที่กล่าวมาแล้วทั้งหมด จะสามารถทำให้บุคคลนั้น สามารถควบคุมตนเองได้ดีขึ้น และโดยเฉพาะอย่างยิ่งกับนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคที่ผู้วิจัยได้ตั้งจุดประสงค์ไว้

แบบวัดหิริ-โอตตปปะ

เป็นแบบวัดที่ใช้วัดความละเอียดต่อการทำชั่ว (หิริ) และเกรงกลัวต่อการกระทำ ความผิดต่าง ๆ (โอตตปปะ) และรวมไปถึงการวัด ความเชื่ออำนาจภายในตน และความเชื่ออำนาจภายนอกตน รวมไปถึงวัดการมีลักษณะมุ่งอนาคต จนสามารถควบคุมตนเองได้เป็นแบบวัด ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาจากรายงานการวิจัยของจรจรจา สุวรรณทัต และคณะ (2533) มีมาตราส่วนประเมินค่า 6 หน่วย ตั้งแต่จริงที่สุด จริง ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง ไม่จริง และไม่จริงเลย แบบสอบถามชุดนี้มีค่าความเชื่อมั่น 0.89 ในการวิจัยนี้ผู้วิจัยได้ปรับปรุงข้อคำถาม และคำตอบ ให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างที่จะศึกษา

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทิริ-โอดตูปะและความสามารถในการควบคุมตนเอง

จากศึกษาและรวบรวมเอกสารงานวิจัยส่วนมากจะเป็นรายงานการวิจัยที่กล่าวถึงความเชื่ออำนาจภายในตนเอง และภายนอกตนเอง และรวมไปถึงความสามารถในการควบคุมตนเอง ซึ่งจากผลการวิจัยต่างๆ เหล่านั้นชี้ให้เห็นได้ว่าถ้าบุคคลมีความเชื่ออำนาจภายในตนมากกว่า เชื่ออำนาจภายนอกตนจะเป็นบุคคลที่มีลักษณะมุ่งอนาคต สามารถควบคุมตนเองได้เป็นอย่างดี ความละเอียดต่อการทำชั่ว (ทิริ) และเกรงกลัวต่อการกระทำชั่ว ละอาย และเกรงกลัวต่อสายตาของบุคคลภายนอก (โอดตูปะ) ดังเช่น การศึกษาวิจัยของ

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจวบจันท์ (2520) ได้ศึกษา "จริยธรรมของเยาวชนไทย" โดยใช้การวิจัยเชิงทดลองและการศึกษาภาคสนาม เพื่อศึกษาบ่อเกิดและพัฒนาการทางจริยธรรมของเยาวชนไทย การศึกษาสาเหตุและผลของพฤติกรรมซื่อสัตย์กับเยาวชนไทย รวมทั้งการศึกษาสาเหตุและผลของพฤติกรรมซื่อสัตย์กับเยาวชนไทยในกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุตั้งแต่ 11 ถึง 25 ปี เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบวัดการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม แบบวัดลักษณะมุ่งอนาคต และแบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย รวมทั้งเครื่องเล่นเกมไฟฟ้าอัตโนมัติ ซึ่งใช้วัดพฤติกรรมซื่อสัตย์หรือพฤติกรรม โกงผลของการวิจัยปรากฏว่า ลักษณะการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม และลักษณะมุ่งอนาคต ควรปลูกฝังก่อนที่บุคคลจะมีอายุ 10 ปี เพราะเมื่อเริ่มวัยรุ่นลักษณะจริยธรรมทั้ง 2 ประการจะเริ่มคงที่ กลุ่มวัยรุ่นตอนต้นมีลักษณะมุ่งอนาคตสูง และจะเริ่มลดลงอย่างรวดเร็วเมื่ออายุมากขึ้น แสดงว่าวัยรุ่นตอนปลายมีการบังคับใจตนเอง และความสามารถในการอดได้รอได้ต่ำกว่าผู้ที่มีอายุน้อยกว่า ส่วนการอบรมเลี้ยงดูแบบรักมากและใช้เหตุผลมากงานวิจัยนี้พบว่า มีความสัมพันธ์กับการมีเหตุผลเชิงจริยธรรมสูงของกลุ่มตัวอย่างทุกระดับอายุ ส่วนการอบรมเลี้ยงดูแบบรักมากที่ใช้เหตุผลมาก และลงโทษทางจิตมากกว่าทางกาย มีความสัมพันธ์กับลักษณะมุ่งอนาคตสูงอย่างเห็นได้ชัด

ส่วนการวิจัยของ สุรินทร์ โคมิน และสนธิ สมัครการ (2522) ได้สร้างเครื่องมือวัดค่านิยมและระบบค่านิยมของไทย กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 2,312 คน ซึ่งเป็นทั้งชาวเมืองและชาวชนบทที่มีอาชีพหลากหลาย นับตั้งแต่มีอาชีพชาวนากรรมกร จนถึงอาชีพรับราชการ มีระดับการศึกษาตั้งแต่ระดับประถมศึกษาถึงปริญญาเอก มีอายุกระจายตั้งแต่ 15 ปี ถึงสูงกว่า 60 ปี มีทั้งเพศชายและหญิง และนับถือศาสนาพุทธ อิสลาม คริสต์ ผลการวิจัยที่น่าสนใจพบว่า

ผู้ที่มีระดับเศรษฐกิจต่ำหรือมีรายได้ต่ำ มี ความเชื่ออำนาจภายนอกตนมากกว่าผู้ที่มีระดับเศรษฐกิจสูงหรือมีรายได้สูง ทั้งนี้สามารถอธิบายโดยอาศัยเหตุผลของ ฮอฟฟ์แมน (Hoffman, 1971) ได้ว่า ผู้ที่มีฐานะต่ำได้รับการปลูกฝังจริยธรรมโดยมุ่งให้รู้จักยึดอำนาจภายนอกตนมากกว่ามุ่งให้รู้จักยึดอำนาจภายในตน ทั้งนี้เพราะ โดยลักษณะอาชีพของกลุ่มที่มีฐานะต่ำต้องปฏิบัติตามภายใต้กฎระเบียบ ข้อบังคับ ของกฎหมาย ซึ่งแตกต่างจากกลุ่มที่มีฐานะปานกลาง ซึ่งโดยลักษณะอาชีพของคนกลุ่มนี้สอดคล้องกับการที่จะปลูกฝังจริยธรรม เพื่อมุ่งให้บุคคลรู้จักการยึดอำนาจภายในตน เพราะหลักจริยธรรมในด้านนี้ เปิดโอกาสให้บุคคลมีจุดหมายปลายทางของตนเอง โดยมุ่งกระทำการใดให้สำเร็จด้วยตนเอง มากกว่าจะอาศัยผู้อื่นเป็นหลัก

บุญรบ ศักดิ์มณี (2532) ซึ่งได้ศึกษาเรื่อง "การเสริมสร้างจิตลักษณะเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการทำงานราชการ" โดยมุ่งเสริมสร้างจิตลักษณะสำคัญ 2 ประการ คือ การมุ่งอนาคต และการควบคุมตนเอง ด้วยการฝึกกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นข้าราชการบรรจุใหม่สังกัดกระทรวงต่าง ๆ และทำงานไม่เกิน 1 ปี จำนวน 120 คน เป็นชาย 51 คน หญิง 69 คน ที่เข้ารับการอบรมหลักสูตรพื้นฐานการปฏิบัติราชการ ที่สถาบันพัฒนาข้าราชการพลเรือน สำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน ก่อนดำเนินการฝึก ผู้วิจัยได้ทำการวัดจิตลักษณะเดิมของกลุ่มตัวอย่างซึ่งมี 5 ประการคือ ความเชื่ออำนาจในตนทัศนคติต่อการทำงานราชการ สุขภาพจิต เหตุผลเชิงจริยธรรม และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ต่อจากนั้นจึงแบ่งกลุ่มตัวอย่างเป็น 4 กลุ่ม คือ กลุ่มที่หนึ่งได้รับการฝึกมุ่งอนาคตกับการควบคุมตนเอง กลุ่มที่สองได้รับการฝึกมุ่งอนาคตอย่างเดียว กลุ่มที่สามได้รับการฝึกการควบคุมตนเองอย่างเดียว และกลุ่มที่สี่เป็นกลุ่มควบคุม ซึ่งไม่ได้รับการฝึก แต่ได้ทำกิจกรรมอื่นแทน ผลของการวิจัยปรากฏว่า ผู้ที่ได้รับการฝึกมีลักษณะมุ่งอนาคต และมีการควบคุมตนเองสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึก (กลุ่มควบคุม) อย่างเด่นชัด

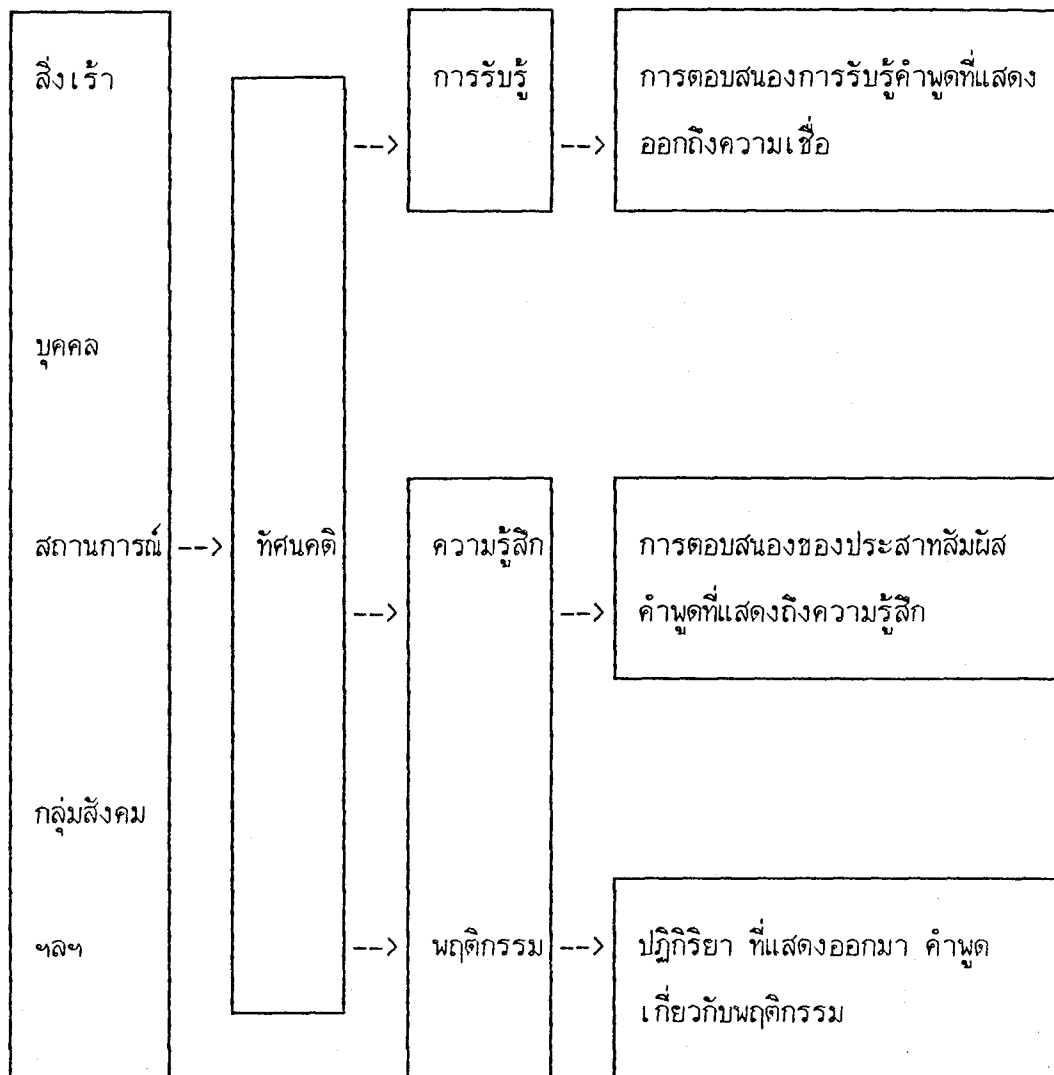
จากการประมวลผลงานวิจัยที่ได้กล่าวมานี้จะเห็นว่างานวิจัยเหล่านี้เน้นการวัดจิตลักษณะ ได้แก่ ความเชื่ออำนาจในตน ความเชื่ออำนาจนอกตน และจิตลักษณะทั้งสองนี้ยังเป็นตัวแปรที่สำคัญที่นำไปสู่การพัฒนา และเสริมสร้างให้บุคคลประพฤติปฏิบัติแต่สิ่งที่ดีงาม กระทำความดี ละเว้นความชั่ว สามารถควบคุมตนเองให้กระทำแต่สิ่งที่ควร และถูกต้องถ้าเป็นนักเรียนนักศึกษา ก็จะตั้งใจศึกษาเล่าเรียน ประพฤติปฏิบัติตามกฎระเบียบของสถาบันของตน ผู้ที่ทำงานก็จะตั้งใจทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงาน มีสติตั้งมั่น มีสมาธิมั่นคง ในการประพฤติปฏิบัติสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จลุล่วงได้เป็นอย่างดี ซึ่งท่านพุทธทาสภิกขุ (2514) ได้กล่าวว่า

การได้ฝึกสมาธิจะช่วยให้นักบุคคลสามารถบังคับจิตใจให้อยู่ในขอบเขตให้เป็นปกติได้ง่าย และมากขึ้น ฉกาจ ช่วยโตและดวงเดือน พันธมนาวิน (2533) ได้กล่าวว่า การที่บุคคลได้เข้ารับการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติพร้อมทั้งรักษาศีลไปจนถึงระดับหนึ่ง จะทำให้นักบุคคลนั้นสามารถควบคุมตนเองได้ภูมิใจเมื่อตนทำดี และละอายใจตนเองเมื่อทำชั่ว (หิริ) และจะเกิดการเกลียดกลัวการทำชั่ว (โอตตปปะ) ตามมาด้วย

ทัศนคติที่ต่อพุทธศาสนา

ทัศนคติ (Attitude) ทัศนคติมี 3 องค์ประกอบคือ (1) การมีความรู้เชิงประเมินว่าสิ่งที่มีประโยชน์ หรือเลวมีโทษมากน้อยเพียงใด (2) การมีความรู้สึกพอใจ ไม่ชอบ ไม่พอใจสิ่งนั้น ซึ่งสอดคล้องกับองค์ประกอบที่หนึ่ง และ (3) ความพร้อมที่จะกระทำต่อสิ่งนั้นไปในทางที่จะให้ยอมรับ สนับสนุน เสริมสร้าง หรือในทางตรงข้าม มีความต้องการที่จะหลีกเลี่ยงให้ห่างไกลหรือทำลายล้างสิ่งนั้น (ดวงเดือน พันธมนาวิน. 2523 ; อ้างอิงมาจาก Kreteh and others. 1964) องค์ประกอบทั้งสามของทัศนคติต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งของบุคคล มักจะมีทิศทางและปริมาณที่สอดคล้องกัน โดยอัตโนมัติในคนที่มีจิตใจปกติ เช่น การมีความรู้ที่ความกตัญญูเป็นสิ่งที่ดีงาม มีประโยชน์ต่อตนเองและต่อผู้อื่น อีกทั้งเป็นคุณธรรมที่สำคัญเบื้องต้นของผู้ที่ปฏิบัติธรรมขั้นสูงต่อไป เมื่อเห็นว่าความกตัญญูเป็นสิ่งที่ดีงามแล้วบุคคลนั้นก็ชอบ และพอใจความกตัญญูและมีความพร้อมที่จะแสดงความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ พร้อมที่จะปลุกฝังคุณธรรมนี้ให้แก่ลูกหลานต่อไป เป็นต้น (ฉกาจ ช่วยโต และ ดวงเดือน พันธมนาวิน. 2533 : 19)

ดังนั้น การที่บุคคลจะมีทัศนคติต่อสิ่งใดนั้น บุคคลจำเป็นที่จะต้องได้รับการกระตุ้นจากสิ่งเร้าภายนอกก่อน สิ่งเร้าเหล่านี้จะเกิดการเรียนรู้และประสบการณ์ที่บุคคลได้รับการตอบสนองที่เกิดจากการรับรู้จากการกระตุ้นนี้จะแสดงออกมาในรูปของความเชื่อตามการรับรู้ หลังจากนั้นก็จะเกิดอารมณ์หรือความรู้สึกซึ่งจะตอบสนองออกมาในรูปของคำพูดที่แสดงถึงความรู้สึกและหลังจากนั้นก็เกิดความพร้อมที่จะกระทำตามการรับรู้และความรู้สึกที่ได้รับโดยอาจจะออกมาในรูปของพฤติกรรมหรือคำพูดที่เกี่ยวกับพฤติกรรมนั้นๆ ซึ่งจากองค์ประกอบของทัศนคติและกระบวนการเกิดทัศนคตินี้สามารถแสดงเป็นภาพประกอบได้ดังนี้ (สำรววย วร เตชะคงคา. 2534 ; อ้างอิงมาจาก Rosenberg and others. 1960 : 3)



ภาพประกอบ 1 แสดงสิ่งกีดขวางของทัศนคติ

จากภาพประกอบ 1 แสดงสิ่งกีดขวางของทัศนคติ โดยสามารถอธิบายได้ว่าการที่บุคคลเกิดทัศนคติได้นั้น บุคคลนั้นจำเป็นต้องได้รับการกระตุ้นจากสิ่งเร้าภายนอกเสมอ ซึ่งสิ่งเร้าภายนอกนี้อาจเป็นบุคคล สถานการณ์ สิ่งของหรือสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ ก็ได้ สิ่งเร้าเหล่านี้จะไปกระตุ้นให้บุคคลเกิดการรับรู้ เกิดความรู้สึก และความพร้อมที่จะแสดงออกเป็นพฤติกรรมที่ตอบสนองสิ่งเร้า นั้น ๆ และการตอบสนองต่อสิ่งเร้านี้อาจจะออกมาในรูปของคำพูด หรือลักษณะท่าทางต่าง ๆ ดังนั้นการที่บุคคลจะเกิดทัศนคติต่อสิ่งใดนั้นขึ้นอยู่กับ การเรียนรู้และประสบการณ์ที่บุคคลนั้นได้รับจากสิ่งเร้าภายนอกเป็นสำคัญ

จากกระบวนการของการเกิดทัศนคติที่ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบตั้งที่ได้กล่าวมาแล้วนั้น หากบุคคลได้รับข้อมูลจากสิ่งเร้าบิดเบือนไป หรือได้รับไม่ครบถ้วนในสิ่งเร้านั้นก็จะมีผลทำให้บุคคลนั้นเกิดมีทัศนคติที่ไม่เหมาะสมต่อสิ่งเร้า นั้น ซึ่งการเกิดทัศนคติที่ไม่เหมาะสมนั้นก็ส่งผลต่อการมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมตามไปด้วย ดังนั้นในบางครั้งจึงจำเป็นต้องทำการเปลี่ยนทัศนคติของบุคคลให้มีทัศนคติที่เหมาะสมมากขึ้น และในการที่จะทำให้บุคคลมีทัศนคติที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งเปลี่ยนไปจากเดิมนั้น จำเป็นต้องให้บุคคลนั้นได้รับข้อมูลใหม่ที่เหมาะสมกับเรื่องนั้น ๆ ซึ่งวิธีที่จะให้บุคคลได้รับข้อมูลใหม่เพื่อเปลี่ยนทัศนคติให้เหมาะสมยิ่งขึ้น (สำรวจ วรเทศะคงคา. 2534 อ้างอิงมาจาก McGuir. 1969 : 175 - 177)

ได้เสนอวิธีการชักจูงให้บุคคลรับข้อมูลใหม่เพื่อเปลี่ยนทัศนคติไว้ 4 วิธี คือ

1. การให้คำแนะนำ (Suggestion Situation) เป็นวิธีที่ให้บุคคลอื่น เช่น กลุ่มเพื่อน หรือบุคคลที่น่าเชื่อถือ มาเป็นผู้แนะนำสิ่งต่าง ๆ
2. การให้ทำตาม (Conformity Situation) วิธีนี้อาจจะออกมาในรูปของการให้เลียนแบบบุคคลที่มีอำนาจเหนือกว่าหรือที่ตนเองเลื่อมใส เช่น พ่อแม่ ครู เป็นต้น
3. การอภิปรายกลุ่ม (Group Discussion Situation) เป็นวิธีการที่ให้สมาชิกในกลุ่มได้เสนอความคิดเห็นในเรื่องนั้น ๆ แล้วหาข้อสรุปที่ถูกต้องเหมาะสม ก็จะทำให้สมาชิกในกลุ่มรับรู้และคล้อยตามได้
4. การใช้สารชักจูง (Persuasive Messages) เป็นวิธีการที่กระทำโดยการส่งสารหรือสื่อประเภทต่าง ๆ ซึ่งสารเหล่านั้นจำเป็นต้องมีเหตุมีผลที่น่าเชื่อถือ จึงจะสามารถโน้มน้าวให้บุคคลที่ได้รับสารชักจูงนั้นเปลี่ยนทัศนคติไปจากเดิมได้

สำหรับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา เพื่อพัฒนาจิตใจของนักศึกษา วิทยาลัยเทคนิคในการวิจัยนี้ก็ได้ใช้วิธีการต่าง ๆ ทั้ง 4 วิธีนี้ ใช้ในการฝึกอบรมเช่นกัน จึงคาดว่าจะสามารถเปลี่ยนทัศนคติของนักศึกษาได้

ดังนั้น ทัศนคติที่ติดต่อกับพุทธศาสนา จึงหมายถึง การที่บุคคลมีความรู้เรื่องคุณประโยชน์ของพุทธศาสนา มีความรู้สึกชอบและพอใจต่อการปฏิบัติตนตามคำสั่งสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ยินดีและพร้อมที่จะประพฤติปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอน รวมถึงการเคารพนับถือและปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระสงฆ์อันเป็นสาวกซึ่งเป็นตัวแทนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตลอดจนปฏิบัติตามประเพณีของพุทธศาสนาโดยเคร่งครัด รวมความว่า ทัศนคติต่อพุทธศาสนาของบุคคลคือ ความรู้

ความรู้สึก ความเชื่อหรือความคิดเห็น ตลอดจนแนวโน้มของการกระทำพฤติกรรมของบุคคลที่มีต่อ
 เรื่องทางพุทธศาสนา ทั้งในด้านหลักความเชื่อทางพุทธศาสนา หลักธรรมทางพุทธศาสนา บทบาท
 ของวัดและพระสงฆ์ และประเพณีทางพุทธศาสนา ในแต่ละด้านมีรายละเอียดดังนี้ (1) หลักความ
 เชื่อทางพุทธศาสนา หมายถึง ความเชื่อที่พุทธศาสนิกชน โดยทั่วไปยึดถือเป็นหลักในการดำเนินชีวิต
 สืบต่อกันมาอย่างมั่นคง เช่น ความเชื่อในเรื่องการเวียนว่ายตายเกิด กฎแห่งกรรม นรก สวรรค์
 บาปบุญ นิพพาน เป็นต้น (2) หลักธรรมทางพุทธศาสนาที่พุทธศาสนิกชนจะนำไปยึดถือปฏิบัติแล้ว
 สามารถอยู่ร่วมในสังคมกับผู้อื่นได้อย่างเป็นสุข เช่น หลักโอวาทปาฏิโมกข์ เป็นหลักธรรมที่ถือว่า
 เป็นหัวใจสำคัญของพุทธศาสนา มีหลักสามประการคือ ประการแรก คือ การเว้นจากการประพฤติก
 ษ์ด้วยกายวาจาและใจ ประการที่สอง คือ การประพฤติกุศลด้วยกาย วาจา และใจ ประการที่
 สาม คือ การทำใจของตนให้หมดจากเครื่องเศร้าหมอง หลักไตรสิกขาเป็นข้อปฏิบัติตามแนวทาง
 ของพุทธศาสนา เพื่อเป็นการฝึกอบรมทางด้าน กาย วาจา ใจ และปัญญา เพื่อให้บุคคลอยู่ใน
 สังคมได้อย่างเป็นสุข หลักไตรสิกขานี้ประกอบด้วย สីล คือการฝึกควบคุมประพฤติกุศลทางกายและ
 วาจาสมาธิ คือการฝึกควบคุมจิตใจทั้งทางด้านคุณภาพ และสมรรถภาพ เพื่อให้จิตเข้มแข็งแน่น
 สามารถควบคุมตนเองได้ดี ปัญญา คือ การฝึกปัญญาให้เกิดความรู้ลึกความเข้าใจในสิ่งทั้งหลาย
 ตามสภาพความเป็นจริง หลักอริยสัจสี่ เป็นหลักธรรมที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้ทรงตรัสรู้
 และนำมาเผยแพร่เป็นอันดับแรกก่อนหลักธรรมอื่น ๆ ซึ่งประกอบด้วย ทุขะ คือความไม่สบายกาย
 ไม่สบายใจ สมุทัย คือสาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ อันได้แก่ตัณหา 3 ประการคือ กามตัณหา ภวตัณหา
 และวิภวตัณหา นิโรธ คือความดับทุกข์ ได้แก่ การดับตัณหาสามประการดังกล่าวแล้ว มรรค คือ
 ทางที่จะนำไปสู่ความดับทุกข์ หลักพรหมวิหารสี่ เป็นหลักธรรมที่ช่วยให้บุคคลอยู่ในสังคมได้โดย
 สงบสันติสุข แบ่งออกเป็นสี่ประเภทด้วยกัน เมตตา คือ การแผ่ไมตรีไปยังบุคคลอื่น เพื่อกำจัด
 ความโกรธความพยาบาท (ความรักใคร่ปรารถนาจะให้ผู้อื่นเป็นสุข) กรุณา คือความปรารถนาที่
 จะให้บุคคลหรือสัตว์ทั้งหลายพ้นจากความทุกข์ ความเดือดร้อน (ความสงสารคิดชอบให้ผู้อื่นพ้น
 ทุกข์) มุทิตา คือการทำจิตใจให้พลอยยินดีต่อความสุขความเจริญของบุคคลอื่น เพื่อกำจัดความ
 อิจฉาริษยา (ยินดีเมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข) อุเบกขา คือ การทำจิตใจเป็นกลาง (3) บทบาทของวัด
 และพระสงฆ์ หมายถึง การประพฤติปฏิบัติของพระสงฆ์ในด้านการปฏิบัติตามพระธรรมวินัย การ
 เป็นพระนักพัฒนา ทั้งในด้านการพัฒนาจิตใจ การพัฒนาวัตถุประสงค์ของการเป็นศูนย์รวมของชาวบ้าน

(4) ประเพณีทางพุทธศาสนา หมายถึง การประพฤติปฏิบัติโดยทั่วไปของพุทธศาสนิกชนที่ประพฤติปฏิบัติ หรือกระทำสืบต่อ ๆ กันมา ในด้านพุทธศาสนา เช่น การทำบุญใส่บาตร การไหว้พระก่อนนอน การฟังเทศน์ เป็นต้น

จุดกำเนิดและการพัฒนาทัศนคติที่ติดต่อพุทธศาสนา ทัศนคติคือ ลักษณะทางจิตใจประเภทหนึ่งของมนุษย์ ทัศนคตินี้อยู่ในขอบเขตของอารมณ์ ทางด้านความชอบความพอใจ หรือความไม่ชอบไม่พอใจในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ดังนั้นทัศนคติของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งจึงเกิดจากการเรียนรู้ คือ การได้ยิน ได้ฟัง หรือได้สัมผัส มีประสบการณ์เกี่ยวกับสิ่งนั้นโดยตรงก็ได้ (สำราญ วรเตชะคงคา. 2534; อ้างอิงมาจาก McGire. 1985 : 253) เมื่อบุคคลรับรู้ว่าสิ่งนั้นทำให้ตนเองเกิดความสุข หรือความทุกข์ หรือทำให้คนอื่นเกิดความสุขหรือความทุกข์ได้ ก็จะเป็นสาเหตุเบื้องต้นของการเกิดทัศนคติต่อสิ่งนั้น ตัวอย่างเช่น เด็กคนหนึ่งชื่อแดง โดยผู้ใหญ่คนหนึ่งเขียนตีทำให้เจ็บปวด เป็นทุกข์แดงจะไม่ชอบไม่พอใจผู้ใหญ่คนนั้น นั่นคือทัศนคติที่ไม่ดีต่อผู้ใหญ่คนนั้นจะเกิดขึ้นในเด็กชายแดงได้มากเมื่อเด็กชายแดงมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อผู้ใหญ่คนนั้น เด็กชายแดงก็จะอยากหลีกเลี่ยง ไม่เข้าไปใกล้ผู้ใหญ่คนนั้น หรืออาจถึงขั้นอยากทำลายข้าวของผู้ใหญ่คนนั้น เมื่อเข้าใจหลักการเกิดทัศนคติ ความหมายของทัศนคติในด้านอารมณ์ ชอบ - ไม่ชอบ พอใจ - ไม่พอใจ แล้วไปถึงความพร้อมกระทำดังกล่าว จึงเห็นว่าสาเหตุของการเกิดทัศนคติและองค์ประกอบทั้งสามของทัศนคติในวิชาการทางจิตวิทยานั้น อาจเทียบได้กับหลักธรรมของพระพุทธเจ้า 3 ข้อ คือ ผัสสะ คือ การรับรู้การสัมผัสกับโลกภายนอกผ่านทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ซึ่งจะทำให้เกิดเวทนา คือความรู้สึกสุข หรือทุกข์ หรือเฉย ๆ ซึ่งจะทำให้เกิดตัณหา คือความชอบใจ จิตใจอยากได้ หรือที่ตรงข้ามคือ ความขี้ใจ ความทุกข์ใจ ซึ่งทำให้เกิดความอยากทำลายหรือการหลีกเลี่ยงไปให้พ้นสิ่งนั้นหรือเหตุการณ์นั้น ผัสสะ เวทนา และตัณหา เป็นขั้นตอนสามใน 12 ขั้นตอนของปฏิจลสมุปบาท ซึ่งเป็นหลักธรรมหมวดหนึ่งที่เกี่ยวข้อกับกฎธรรมชาติหรือหลักความจริงใจโดยทั่วไปที่อาจเกิดได้ในมนุษย์ในขณะจิตเดียว (พระราชวรมนี. 2529 : 79 - 140)

ส่วนการเปลี่ยนทัศนคติของบุคคลนั้น ส่วนใหญ่จะเปลี่ยนที่องค์ประกอบแรก คือการรับรู้ของบุคคลต่อสิ่งนั้น เช่น รับรู้ว่าสิ่งนั้นมีประโยชน์ในหลายด้านมากขึ้น และเป็นประโยชน์ที่มีความสำคัญต่าง ๆ หรือในทางตรงข้าม ให้บุคคลรับรู้โทษของสิ่งนั้นมากขึ้น บุคคลก็จะเปลี่ยนองค์ประกอบที่สองและสามของทัศนคติต่อสิ่งนั้น ไปตามองค์ประกอบที่หนึ่ง โดยอัตโนมัติ วิธีการ

เปลี่ยนองค์ประกอบที่หนึ่งของทัศนคติต่อคุณธรรม ให้บุคคลมีทัศนคติที่ดีต่อคุณธรรมต่าง ๆ ให้มากขึ้นกว่าเดิม วิธีการชักจูงใจให้บุคคลเปลี่ยนทัศนคตินี้อาจทำได้หลายวิธี (McGuire. 1985 : 256-257) ในที่นี้กำหนดให้ได้รับฟัง การอธิบาย การบรรยายของพระสงฆ์ผู้เคร่งทั้งทางด้านปริยัติและปฏิบัติ

ธรรมที่ก่อให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อพระพุทธศาสนา

พระมหาเสริมชัย ชยมงคล (2535) ได้อธิบายไว้ใน "ธรรมปฏิบัติ" ว่า หัวข้อธรรมที่นำไปใช้ฝึกอบรมเยาวชนแล้วก่อให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อพระพุทธศาสนานั้นคือ "อริยสัจ 4" ซึ่งหมายถึงความจริงอันประเสริฐ อันได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค ซึ่งอธิบายในรายละเอียดได้ดังนี้ (พระเทพเวที. 2532)

ทุกข์ คือความทุกข์เป็นสภาพที่ทนได้ยาก มีสภาวะที่บีบคั้น ชัดแย้ง ยกด่วง ขาดแก่นสาร และความเที่ยงแท้ไม่ก่อให้เกิดความพึงพอใจอย่างแท้จริง ได้แก่ การเกิด แก่ เจ็บ ตาย การได้พบสิ่งที่ไม่เป็นที่รัก การพลัดพลากจากสิ่งทีรัก ความปรารถนาไม่สมหวัง หรือสรุปได้ว่าเป็น "อุปทานชั้น 5" เป็นทุกข์ อุปทานชั้น 5 หมายถึง กองแห่งรูปธรรม และนามธรรม 5 หมวดที่ประชุมกันเข้าเป็นหน่วยรวมซึ่งเป็นบัญญัติเรียกว่า สัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา เป็นต้น หรือคือส่วนประกอบ 5 อย่าง ที่รวมกันเข้าเป็นชีวิต คือ (1) รูปชั้น หมายถึงส่วนที่เป็น รูปร่างกาย พฤติกรรม และคุณสมบัติต่าง ๆ ของส่วนที่เป็นร่างกาย (2) เวทนาชั้น หมายถึงส่วนที่เป็น การเสวยอารมณ์คือ ความรู้สึก สุข ทุกข์ หรือเฉย ๆ (3) สัญญาชั้น หมายถึงส่วนที่เป็นความกำหนดหมายรู้ใน "อารมณ์ 6" เช่น ขาว เขียว ดำแดง เป็นต้น อารมณ์ 6 หรืออายตนะภายนอก 6 คือ แตนต่อความรู้ภายนอก (3.1) รูป คือสิ่งที่เห็นหรือวณะคือ สี (3.2) เสียง คือสิ่งที่ประสาทรับรู้สัมผัส (3.3) กลิ่น คือสิ่งที่จมูกรับรู้สัมผัส (3.4) รส คือสิ่งที่ประสาทลิ้นรับรู้สัมผัส (3.5) สัมผัส หมายถึงสัมผัสทางกายสิ่งที่ถูกต้องกาย (3.6) ธรรมารมณ์ คือ อารมณ์ที่เกิดกับใจ ซึ่งที่ใจนึกคิด ดังนั้น "อารมณ์ 6" จึงเป็นสิ่งสำหรับให้จิตยึดหน่วง (4) สังขารชั้น หมายถึง กองสังขาร ส่วนที่เป็นความปรุงแต่ง ปรุงแต่งจิตให้ดี ชั่ว หรือเป็นกลาง ๆ หรือคุณสมบัติต่าง ๆ ของจิต มีเจตนาเป็นตัวนำที่ปรุงแต่งคุณภาพของจิตให้เป็นกุศล หรืออกุศล (5) วิญญาณชั้น หมายถึงกองวิญญาณ คือ ส่วนที่เป็นความรู้แจ้ง อารมณ์ทางอายตนะทั้ง 6 มีการเห็น การได้ยิน เป็นต้น ซึ่งได้แก่ "วิญญาณ 6" คือ เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น รู้รส รู้สัมผัส รู้ความนึกคิด

ทุกข์สมุทัย หมายถึง สาเหตุให้เกิดทุกข์ ได้แก่ ตัณหา 3 คือ กามตัณหา ภวตัณหา และ วิภวตัณหา "ตัณหา" หมายถึงความทะยานอยาก (1) กามตัณหา คือ ความทะยานอยากในกามอยากได้กามคุณ คือ สิ่งที่น่าองความต้องการของประสาททั้ง 5 (2) ภวตัณหา คือ ความทะยานอยากได้ในภพ อยากในภาวะของตัวตนที่จะได้เป็นอย่างใดอย่างหนึ่ง อยากคงอยู่ตลอดไป เป็น สัสสตินิรุติ คือ ความเห็นว่า เทียง ความเห็นว่าอัตตาและโลกเที่ยงแท้ยั่งยืนคงอยู่ตลอดไป (3) วิภวตัณหา คือ ความอยากในความพรากผันไปแห่งตัวตน จากความเป็นอย่างใดอย่างหนึ่ง อันไม่ปรารถนา อยากทำลาย อยากให้ดับสูญ หรือคือ อุกเจตนิรุติ ซึ่งหมายถึง ความเห็นว่า ชาติสูญ อัตตาและโลกจะนิพาศชาติสูญหมดไป

ทุกข์นิโรธ หมายถึง ความดับทุกข์ ได้แก่ ภาวะที่ตัณหาดับสิ้นไป ภาวะที่เข้าถึงเมื่อกำจัด อวิชา สำรอกตัณหาสิ้นแล้ว ไม่ถูกข้อม หลุดพ้น สงบ ปลอดภัย เป็นอิสระ หรือคือนิพพานนั่นเอง

ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา คือ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ได้แก่ มัชฌิมาปฏิปทา แปลว่า ทางสายกลาง หมายถึง มรรคมี องค์ 8 ทาง มีองค์แปดประการอันประเสริฐ

มรรคมืดองค์ 8 หรือ อัญญาติกมรรค มีองค์แปดประการอันประเสริฐ ดังนี้

1. สัมมาทิรุติ หมายถึง การเห็นชอบ ได้แก่ ความรู้ อริยสัจจ 4 (ทุกข์, สมุทัย, นิโรธ, มรรค) หรือคือ เห็นไตรลักษณ์ (ลักษณะ 3 ประการ แห่งสังขาร ธรรมทั้งหลายมี (1) อนิจจตา คือ ความเป็นของไม่เที่ยง (2) ทุกขตา คือ ความเป็นทุกข์ (3) อนันตตา คือ ความเป็นของไม่ใช้ตน ไตรลักษณ์ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สามัญญลักษณะ คือ เป็นลักษณะที่ เสมอกันแก่สังขารธรรมทั้งปวง)

2. สัมมาสังกัปปะ หมายถึง ดำริชอบ เป็น "กุศลวิตก 3 ชนิด" (ความนึกคิดที่ตั้งงาม) ชนิดแรกคือ "เนกขัมมวิตก" คือ ความนึกคิดในทางเสียสละ ไม่ติดในการปรนเปรอสนองความอยากของตน ชนิดที่สอง คือ "อนพยาบาทวิตก" คือ ความนึกคิดที่ประกอบด้วยเมตตา ไม่ขัดเคือง หรือเพ่งมองในแง่ร้าย และชนิดที่สาม คือ "อวิหิงสาวิตก" คือ ความนึกคิดที่ปลอดจากการเบียดเบียน มีความกรุณาไม่คิดร้ายหรือมุ่งทำลาย

3. สัมมาวาจา หมายถึง การเจรจาชอบ ได้แก่ "วจีสัจจวิต 4" (วจีสัจจวิต 4 คือ ไม่พูดเท็จ ไม่พูดคำส่อเสียด พูดแต่คำที่สร้างสามัคคี ไม่พูดคำหยาบคายพูดแต่คำสุภาพอ่อนหวาน และไม่พูดเพ้อเจ้อ พูดแต่คำจริงมีประโยชน์)

4. สัมมากัมมันตะ หมายถึง การกระทำชอบ ได้แก่ กายสุจริต 3 (กายสุจริต 3 คือ ละการฆ่า การเบียดเบียน มีเมตตากรุณาช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ละเว้นการลักขโมย เคารพกรรมสิทธิ์ในทรัพย์สินของผู้อื่น และละการประพฤติผิดในกาม ไม่ล่วงละเมิดประเพณีทางเพศ)

5. สัมมาอาชีวะ หมายถึง การเลี้ยงชีพชอบ คือการเว้นมิฉ้อฉล ประกอบสัมมาชีพ

6. สัมมาอายามะ หมายถึง ความพยายามชอบ หรือคือ สัมมัปปचार 4 (สัมมัปปचार 4 คือ ความเพียรชอบ 4 ประการ เพียรระวังยับยั้งบาปอกุศลธรรม ที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น ความเพียรที่สอง คือ เพียรละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรที่สามคือ เพียรทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น เพียรที่สี่คือ เพียรรักษา กุศลธรรม ที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่น และให้เจริญยิ่งขึ้นไปจนไพบูลย์

7. สัมมาสติ หมายถึง ความระลึกชอบ ได้แก่ สติปิฎฐาน 4 (สติปิฎฐาน 4 คือ การตั้งสติ กำหนด พิจารณาสິงทั้งหลาย ให้รู้เห็นตามความเป็นจริง มีสี่อย่างคือ การตั้งสติกำหนด พิจารณา กาย การตั้งสติกำหนดพิจารณา เวทนา ให้รู้เห็นที่ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา การตั้งสติกำหนดพิจารณา จิต และประการที่สี่คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณา ธรรม อันมี นีวรณ 5 ชั้น 5 อายตน 12 โภชนงค์ 7 อริยสัจ 4 ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีในตนหรือไม่ เกิดขึ้นและดับได้อย่างไร

8. สัมมาสมาธิ หมายถึง การตั้งจิตมั่นชอบ ได้แก่ ฌาน 4 คือ "ปฐมฌาน" มีองค์ 5 คือ วิตก วิจาร ปีติ สุข เอกัคคตา วิตก คือ การยกจิตให้รู้อารมณ์การคิดการดำริ หรือความเป็นห่วง วิจาร คือ การพิจารณาอารมณ์ ปีติ คือ ความอิ่ม ความเต็มต่าในใจ สุข คือ ความสบาย ความสำราญ เอกัคคตา ความมีจิตแห่งแน่วแน่อยู่ในอารมณ์เดียว ได้แก่ สมาธิ ตติยฌาน คือ ฌานที่ 2 มีองค์ 3 คือ ปีติ สุข เอกัคคตา ตติยฌาน คือ ฌานที่ 3 มีองค์ 2 คือ สุข เอกัคคตา และ จตุตถฌาน ฌานที่ 4 มีองค์ 2 คือ อุเบกขา คือ ความวางใจเป็นกลาง รู้สึกเฉย ๆ ไม่สุข ไม่ทุกข์ และ เอกัคคตา คือ ความมีจิตแน่วแน่

องค์ 8 ของมรรค จัดเข้าในธรรมชั้น 3 ข้อต้น คือ ข้อ 3 - 4 - 5 เป็นศีลข้อ 6 - 7 - 8 เป็นสมาธิ ข้อ 1 - 2 เป็นปัญญา มรรคมีองค์ 8 ได้ชื่อว่า มัชฌิมาปฏิปทาแปลว่าทางสายกลาง เพราะเป็นข้อบัญญัติ อันพอดีที่จะนำไปสู่จุดหมายแห่งความหลุดพ้นเป็นอิสระดับทุกข์ตลอดปัญหา

จึงสรุปได้ว่า ธรรมที่จะก่อให้เกิด "ทัศนคติที่ดีต่อพระพุทธ ศาสนา ในนักศึกษา วิทยาลัยเทคนิค คือ อริยสังข์ 4 อันได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค ซึ่งจะทำให้บุคคลรู้ความเป็นจริงที่เกิดขึ้นในธรรมชาติ เป็นความจริงอันประเสริฐ

ได้กล่าวไว้ในตอนต้นแล้วว่า ผู้ที่เข้ารับการฝึกอบรมธรรมะในวัด มีทัศนคติที่ดีต่อคุณธรรมต่าง ๆ สูงขึ้นกว่าก่อนฝึก โดยเฉพาะผู้ที่ห่างเหินศาสนามาแต่เดิม (ฉกาจ ช่วยโต. 2521)

ดังนั้นจึงอาจคาดได้ว่านักศึกษาวินิจฉัยเทคนิคที่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา โดยใช้วิธีฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ และได้ศึกษาหลักธรรมของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจากพระสงฆ์ หรือครูอาจารย์ที่ได้กำหนดให้เป็นผู้อบรมสั่งสอนมาก ได้พยายามฝึกฝนจิตใจและสำรวมตนมากเท่าใด ก็จะเป็นผู้ที่มีทัศนคติที่ดีต่อพุทธศาสนามากขึ้น และจะมีมากกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรม

แบบวัดทัศนคติต่อพุทธศาสนา

เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยได้นำมาจากงานวิจัยของ สำรววย วรเดชะคงคา (2534) ลักษณะเนื้อหาของแบบวัดทัศนคติต่อพุทธศาสนานี้แบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ ด้านความเชื่อทางพุทธศาสนา ด้านหลักธรรมทางพุทธศาสนา ด้านบทบาทของวัดและพระสงฆ์ และด้านการปฏิบัติตามประเพณีทางพุทธศาสนา โดยได้ทำการสร้างด้านละ 12 ข้อ รวม 48 ข้อ แล้วนำไปทดลองใช้กับกลุ่มที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจริง แล้วนำมาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนก แล้วคัดเลือกเฉพาะข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกสูงด้านละ 10 ข้อ ดังนั้นแบบวัดทัศนคติต่อพุทธศาสนาที่นำมาใช้จริง รวมทั้งฉบับจำนวน 40 ข้อ โดยพบว่า มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.84 ลักษณะของแบบวัดในแต่ละข้อมีมาตรฐานในการประเมิน 4 หน่วย ให้เลือกตอบประกอบด้วย เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยนำแบบวัดดังกล่าวมาปรับมาตรฐานประเมินค่า โดยปรับเป็น 6 หน่วยคือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ค่อนข้างเห็นด้วย ค่อนข้างไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง (ดูรายละเอียดของแบบวัดในภาคผนวก) ในการคิดคะแนนมีเกณฑ์การให้คะแนนเป็น 2 กรณี คือ

กรณีข้อความทางบวก การให้คะแนนจะให้ 6, 5, 4, 3, 2, 1 ตามลำดับจาก เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ค่อนข้างเห็นด้วย ค่อนข้างไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ส่วนกรณีข้อความทางลบ การให้คะแนนจะให้ 1, 2, 3, 4, 5 และ 6 ตามลำดับ จากเห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ค่อนข้างเห็นด้วย ค่อนข้างไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทัศนคติต่อพุทธศาสนา

สำหรับในการศึกษาทัศนคติต่อพุทธศาสนาที่ได้ทำการศึกษาไว้แล้วที่ผ่านมา งานวิจัยส่วนใหญ่เป็นการวิจัยเชิงสำรวจที่เกี่ยวกับพุทธศาสนากับภูมิหลังของกลุ่มตัวอย่าง และการถ่ายทอดทางพุทธศาสนา ดังเช่น

วัฒนา ดิศพงษ์ (2523) ได้ทำการศึกษาความคิดเห็นของเยาวชนที่มีต่อพุทธศาสนา โดยทำการวิจัยกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ถึงปีที่ 3 สายสามัญ พบว่า เยาวชนมีความเข้าใจในหลักธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าน้อย ส่วนใหญ่รู้จักแต่เปลือกนอกของพระพุทธศาสนา แต่อย่างไรก็ตาม เยาวชนก็ยังมีความศรัทธาต่อพุทธศาสนา นอกจากนี้ยังพบว่า เยาวชนสนใจและเข้าร่วมพิธีในวันสำคัญทางพุทธศาสนาบ่อย และสนใจที่จะปฏิบัติธรรมส่งเสริมพุทธศาสนาบ่อย

นงเล็ก สุขถิ่น ไทย (2527) ได้ทำการศึกษาทัศนคติของนิสิตต่อพุทธศาสนา กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน ทั้งชาย และหญิงชั้นปีที่ 1 และปีที่ 4 ทุกคณะ จำนวน 400 คน จากการวิจัยพบว่า นิสิตเกษตรส่วนใหญ่มีความเข้าใจความหมายของคำว่าพระพุทธศาสนาและพระสงฆ์ และมีทัศนคติที่ดีต่อพุทธศาสนา และยังพบว่านิสิตมีความคิดเห็นเกี่ยวกับพุทธศาสนาในปัจจุบันว่าพุทธศาสนาในปัจจุบันว่าพุทธศาสนากำลังเสื่อมลง สาเหตุอาจเป็นเพราะพระสงฆ์บางรูปประพฤติตนไม่เหมาะสม ทำให้ประชาชนขาดความศรัทธาและไม่สนใจในศาสนา

นิพนธ์ เทียมทิพาบุญกร (2527) ศึกษาทัศนะของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒต่อพุทธศาสนาและพระสงฆ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตที่ชั้นปีที่ 1 ถึงปีที่ 4 ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ทั้ง 8 วิทยาเขต จำนวน 850 คน พบว่า นิสิตส่วนใหญ่มีทัศนคติที่ดีต่อพุทธศาสนาและต่อพระสงฆ์

วันชัย มีกลาง (2530) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติ ความรู้ความเข้าใจ การปฏิบัติตาม และการได้รับการถ่ายทอดทางพุทธศาสนาของนิสิตระดับอุดมศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นนิสิตระดับอุดมศึกษา จำนวน 510 คน จากมหาวิทยาลัย 9 แห่ง พบว่าเจตคติ ความรู้ความเข้าใจ การปฏิบัติตาม และการได้รับการถ่ายทอดทางพุทธศาสนามีความสัมพันธ์ทางบวกกันเกือบทุกคู่ ยกเว้นความรู้ความเข้าใจกับการได้รับการถ่ายทอดทางพุทธศาสนาจากบิดา

มารดาซึ่งไม่มีความสัมพันธ์กัน นอกจากนี้ยังพบว่า ในรอบปีหนึ่ง นิสิตส่วนใหญ่เข้าร่วมกิจกรรมทางพุทธศาสนาน้อย กล่าวคือนิสิตที่รายงานว่าจะไม่เคยเข้าร่วมกิจกรรมทางพุทธศาสนามีร้อยละ 13.21 นิสิตที่เข้าร่วมกิจกรรมทางพุทธศาสนา 2 - 3 ครั้ง มีจำนวนมากที่สุดคือ ร้อยละ 3.75

ส่วนงานวิจัยที่มีลักษณะที่คล้ายกับการวิจัยที่ทำการศึกษาคั้งนี้คือ งานวิจัยของ พัฒนา ชูเชื้อ (2508) ได้ทำการศึกษาการอบรมทางพุทธศาสนาและความเห็นของเด็กวัยรุ่นที่มีต่อพุทธศาสนาในโรงเรียนพุทธศาสนาวันอาทิตย์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา โดยการให้เยาวชนได้รับการอบรมเกี่ยวกับพุทธศาสนา จะทำให้เยาวชนมีทัศนคติที่ดีต่อพุทธศาสนามากขึ้น และมีพัฒนาการทางจิตใจดีขึ้น พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีทัศนคติที่ดีต่อโรงเรียนพุทธศาสนาวันอาทิตย์ มีความคิดรวบยอดที่ถูกต้องต่อพุทธศาสนา เมื่อมาศึกษาแล้วมีการพัฒนาการทางอารมณ์ ความประพฤติและจิตใจดีขึ้น นอกจากนี้ยังพบว่านักเรียนมีทัศนคติที่ถูกต้องต่อพระสงฆ์ เช่น เห็นว่าพระสงฆ์เป็นผู้ที่พยายามสละกิเลสทั้งปวง เป็นผู้ที่มีประโยชน์ต่อพุทธศาสนาและพุทธศาสนิกชน เพราะเป็นผู้ที่นำเอาคำสอนมาเผยแผ่ให้คนปฏิบัติ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ศุภกาญจน์ ภักดิ์ศรี (2523) ที่ได้ศึกษาการเปรียบเทียบความรู้ในทางพุทธศาสนาของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4 ถึงปีที่ 5 ที่ศึกษาพระพุทธรูปในโรงเรียนพุทธศาสนาวันอาทิตย์ กับนักเรียนโรงเรียนสามัญ พบว่า นักเรียนโรงเรียนพุทธศาสนาวันอาทิตย์มีความรู้เกี่ยวกับพุทธประวัติและพุทธสาวก ความรู้เกี่ยวกับหลักธรรมและความคิดเกี่ยวกับการดำรงชีวิตประจำวันตามหลักธรรมสูงกว่านักเรียนในโรงเรียนสามัญ และนักเรียนโรงเรียนพุทธศาสนาวันอาทิตย์มีระดับความคิดเห็นดีกว่านักเรียนโรงเรียนสามัญ และสำราญ วรเตชะคงคา (2534) ได้ทำการศึกษาโดยใช้การฝึกอบรมทางพุทธศาสนาเพื่อเปลี่ยนจิตลักษณะ วินัยในตนเอง ทัศนคติต่อพุทธศาสนา ทัศนคติเชิงจริยธรรม และการรับรู้ต่อการละเมิดศีลห้า ของนักเรียนชายชั้นประถมศึกษาปีที่ 4, 5 และ 6 จากโรงเรียนในกรุงเทพมหานคร ผลพบว่า นักเรียนกลุ่มที่เข้ารับการอบรมทางพุทธศาสนา มีการเปลี่ยนแปลงวินัยในตนเองทัศนคติต่อพุทธศาสนา และการรับรู้ต่อการละเมิดศีลห้าสูงขึ้นมากกว่ากลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางศาสนา

ดังนั้นในการศึกษาวิจัยนี้ จึงเป็นการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่ให้นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคเข้ารับการศึกษานอกระบบ และศึกษาการปฏิบัติธรรมอย่างถูกวิธีจากพระภิกษุ และครูอาจารย์ซึ่งปฏิบัติดีชอบ จึงคาดว่าจะทำให้นักศึกษากลุ่มนี้มีทัศนคติที่ดีต่อพุทธศาสนาสูงมากขึ้นด้วย

นอกจาก การฝึกอบรมทางพุทธศาสนา โดยใช้การฝึกสมาธิแบบอานาปานสติเข้าช่วย แล้วตัวแปรที่มีความสำคัญเกี่ยวเนื่อง และมีผลต่อการพัฒนาจริยธรรมของนักเรียนนักศึกษา คือ การอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดาหรือผู้ปกครอง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

การอบรมเลี้ยงดู

การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง กระบวนการถ่ายทอดทางสังคม (Socialization) เป็นกระบวนการถ่ายทอดทัศนคติค่านิยม และมาตรฐานของสังคม เพื่อให้บุคคลปรับตัวอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข กระบวนการดังกล่าวกระทำได้ 2 ทาง คือ ทางตรง ได้แก่ การถ่ายทอดทัศนคติและค่านิยม โดยการแนะนำสั่งสอน การให้กฎระเบียบอย่างชัดเจน และทางอ้อม ได้แก่ การแสดงแบบ หรือให้เด็กเรียนรู้จากแบบ (McCall and Simon. 1982 : 90 - 95) กระบวนการดังกล่าวกระทำผ่านการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล สำหรับครอบครัวนั้นกระทำผ่านการติดต่อสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ - ลูก ซึ่งเป็นกลไกที่สำคัญของกระบวนการถ่ายทอดทางสังคม

เซียร์ และคนอื่น ๆ (Sear and others. 1957) ได้สรุปการศึกษาวิจัยเป็นจำนวนมากเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูว่า เป็นกระบวนการต่อเนื่องตลอดชีวิตของเด็ก และการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่จะมีผลบางประการต่อพฤติกรรมของเด็กในปัจจุบันและศักยภาพของการกระทำในอนาคตของเขา ดังนั้นพฤติกรรมที่แสดงออกของบุคคลโดยบุคคลหนึ่งนั้น ส่วนหนึ่งเป็นผลสืบเนื่องมาจากการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ในสถาบันครอบครัว อันเป็นสถาบันทางสังคมอันดับแรกที่สุดที่เด็กเป็นสมาชิก อย่างไรก็ตาม การที่จะอบรมเลี้ยงดูบุตรได้เหมาะสมเพียงใดนั้น พ่อแม่จำเป็นต้องประพฤติกปฏิบัติให้สอดคล้องกับพัฒนาการของเด็กในแต่ละวัยและในแต่ละสถานการณ์แวดล้อม ซึ่งจากการศึกษาค้นคว้าของเซียร์ (Sears and others. 1969 : 178) พบว่า การอบรมเลี้ยงดูจะแปรผันไปตามเพศ และอายุของเด็ก สภาพเศรษฐกิจและสังคม ตลอดจนการศึกษาของพ่อแม่ เช่น พ่อแม่ที่มีระดับการศึกษาต่ำมักจะขาดความรู้ในการอบรมเลี้ยงดู ขาดการควบคุมพฤติกรรมอย่างเหมาะสม ขาดเหตุผลในการรักและตามใจ อันเป็นเหตุให้เด็กมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาได้ การอบรมเลี้ยงดูจึงหมายความรวมถึงการฝึกระเบียบวินัย ตลอดจนการสนองความต้องการขั้นสองของเด็ก (Symonds. 1939 : 166) ดังนั้นผู้ที่มีอิทธิพลในการถ่ายทอดค่านิยมทัศนคติ และมาตรฐานของสังคม คือ พ่อแม่ เพราะพ่อแม่สามารถสนองความต้องการดังกล่าวได้ดีกว่าผู้อื่น พ่อแม่มักจะใช้วิธีการอบรมเลี้ยงดูให้เป็นไปตามเป้าหมายของสังคม คือ การควบคุม

พฤติกรรมของเด็ก เช่น ให้อาหารหรือแรงเสริมเมื่อเด็กไม่ตื้อตึง ไม่ก้าวร้าว แต่จะตื้อตึง เขียนตี หรือลงโทษด้วยวิธีการอื่น ๆ เมื่อเด็กมีพฤติกรรมไม่พึงปรารถนา วิธีการควบคุมพฤติกรรมเหล่านี้ หากใช้ไม่เหมาะสมก็อาจจะทำให้เด็กเป็นคนมีปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับความคิดของ เวอร์เนอร์ (Werner, 1961) ที่ว่าบิดามารดาที่มีความสำคัญต่อการหล่อหลอม ค่านิยมและมาตรฐานในการดำเนินชีวิตของบุตร ไม่ว่าแนวความคิด ทศนคติ นิสัยใจคอ และแบบแผนพฤติกรรมที่ยึดถือปฏิบัติในครอบครัว ล้วนแต่หล่อหลอมพฤติกรรมด้านต่าง ๆ ทั้งด้านส่วนตัวและทางสังคมให้เด็กทั้งสิ้น ความมีประสิทธิภาพในการถ่ายทอดทัศนคติ ค่านิยม และกฎเกณฑ์มาตรฐานของสังคม ขึ้นอยู่กับความมากน้อยที่ระบบค่านิยมและเกณฑ์มาตรฐานที่ใช้ในการดำเนินชีวิตในครอบครัว จะสอดคล้องกับระบบการดำเนินชีวิตในสังคมนั้น ๆ หรือไม่ ถ้าในกรณีที่ระบบทั้ง 2 นั้น ไม่สอดคล้องกัน จะเกิดแนวโน้มในการแยกตัวไปอยู่ตามลำพัง เกิดการรู้สึกยุ่งเหยิงและการรู้สึกขัดแย้งในใจของเด็กเหล่านั้น

ลักษณะการอบรมเลี้ยงดู

ครอบครัว เป็นสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลครอบคลุมชีวิตยิ่งกว่าอิทธิพลอื่น แต่ละครอบครัวจะมีวัฒนธรรมและวิธีการดำเนินชีวิตที่เป็นแบบเฉพาะของตนเอง การอบรมเลี้ยงดูของแต่ละครอบครัว แต่ละสังคม จึงแตกต่างกัน

การศึกษาเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูในสภาพแวดล้อมของสังคมไทย พบว่าลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวไทยแตกต่างกันตามสภาพเศรษฐกิจและองค์ประกอบอื่น ๆ ดังที่ อานนท์ อากาภิรม (2517 : 25) ได้กล่าวถึงการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวในสังคมไทยไว้ 3 ลักษณะ คือ

1. การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวที่ยากจน มักจะเป็นการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย เพราะพ่อแม่หาเงินตัวเป็นเกลียว พ่อแม่เชื่อว่าลูกจะดีหรือไม่ขึ้นสุดแต่บุญแต่กรรมของเด็ก เด็กมักจะเผชิญอุปสรรคขัดข้องบางประการ เช่น สภาพแวดล้อมในละแวกบ้านถูกเพื่อนชักนำในทางที่ผิดได้ง่าย
2. การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวชนชั้นกลาง ครอบครัวประเภทนี้จะมีโอกาส หรือมีเวลาดีกว่าครอบครัวที่ยากจน พ่อแม่สามารถสนองบำบัดความต้องการของเด็กได้และมักจะฝึกความมีระเบียบวินัย เช่น การรับประทานอาหาร การมีมารยาทในสังคม ทำให้ไม่ค่อยจะเกิดปัญหาสังคมมากนัก

3. การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวชนชั้นสูง ครอบครัวนี้จะให้ความเอาใจใส่ดูแลเด็กอย่างดียิ่ง ทั้งการกินอยู่หลับนอน การอบรมสั่งสอน ทำให้เด็กไม่มีความเป็นตัวของตัวเองขาดความมั่นใจ และไม่สามารถแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นภายนอกบ้านได้

นักจิตวิทยาได้ให้ความสนใจศึกษาถึงลักษณะของการอบรมเลี้ยงดู และได้แบ่งการอบรมเลี้ยงดูเป็นประเภทต่าง ๆ ตามวิธีการ และจุดประสงค์ของแต่ละงานวิจัย ดังที่ โรเจอร์ส (Rogers. 1972 : 117) ได้แบ่งประเภทการอบรมเลี้ยงดูที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพและพฤติกรรมของบุคคลออกเป็น 3 แบบ คือ

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (Democracy) หมายถึง วิธีการปฏิบัติของพ่อแม่หรือผู้ปกครองที่ทำให้เด็กมีความรู้สึกที่ตนเองได้รับการปฏิบัติด้วยความยุติธรรม ไม่ตามใจหรือเข้มงวดจนเกินไป พ่อแม่ให้ความรักความอบอุ่น มีเหตุผลยอมรับความสามารถและความคิดเห็นของเด็ก เปิดโอกาสให้เด็กมีส่วนร่วมรับรู้ในกิจกรรมบางอย่าง ส่งเสริมให้เด็กมีอิสระในการตัดสินใจและแก้ปัญหาด้วยตนเอง มีความเป็นตัวของตัวเอง และให้ความร่วมมือกับเด็กตามโอกาสเหมาะสม

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความคุ้มครองมากเกินไป (Overprotection) หมายถึง วิธีการปฏิบัติของพ่อแม่หรือผู้ปกครองที่ทำให้เด็กมีความรู้สึกที่ตนเองไม่ได้รับอิสระเท่าที่ควร ไม่ได้ทำในสิ่งที่ตนเองต้องการหรือทำอะไรด้วยตนเอง ต้องปฏิบัติตามระเบียบวินัยที่พ่อแม่กำหนดไว้ ถูกควบคุมและอยู่ในสายตาหรือคุ้มครองป้องกันให้ความช่วยเหลืออยู่ตลอดเวลา ไม่มีความเป็นตัวของตัวเอง และมีความรู้สึกที่ตนเองเป็นเด็กอยู่เสมอ

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (Rejection) หรือทอดทิ้ง หมายถึง วิธีการปฏิบัติของพ่อแม่หรือผู้ปกครองที่ทำให้เด็กรู้สึกที่ตนเองถูกเกลียดชัง ไม่ได้รับการเอาใจใส่สนับสนุน หรือให้คำแนะนำช่วยเหลือเท่าที่ควร มักใช้วิธีวิจารณ์ตำหนิโทษที่รุนแรงและปราศจากเหตุผล ไม่ให้ความสนิทสนมเป็นกันเอง และปล่อยปละละเลยความเป็นอยู่

เชฟเฟอร์ (Schaefer. 1959 : 226 - 235) ได้ทำการวิเคราะห์หองค์ประกอบจากการอบรมเลี้ยงดู 14 แบบ ออกเป็นมิติอิสระ 2 มิติ มิติแรก คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบรักและมิติที่สอง คือการอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม ทำให้สามารถพิจารณาปริมาณการอบรมเลี้ยงดูจากน้อยไปหามากในแต่ละมิติได้ ตามแนวความคิดนี้ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยจึงเป็นลักษณะ

การอบรมเลี้ยงดูแบบรักมากและควบคุมมาก และการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย เป็นลักษณะของการอบรมเลี้ยงดูแบบรักน้อยควบคุมน้อย

การศึกษาในครั้งนี้ผู้วิจัยเลือกศึกษาการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ตามแนวความคิดของโรเจอร์ส และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยนี้ เป็นลักษณะการอบรมเลี้ยงดูที่พบมากในสภาพของสังคมไทย (คณะอนุกรรมการ เฉพาะกิจ เรื่องการเลี้ยงดู และอบรม. 2526 : 24)

การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย เป็นลักษณะการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่ให้ความรักความอบอุ่น ปฏิบัติต่อเด็กด้วยความยุติธรรม ไม่ตามใจ หรือเข้มงวดเกินไป ส่งเสริมให้เด็กมีอิสระในการคิด ตัดสินใจ และแก้ปัญหาต่าง ๆ ด้วยตนเอง มีเหตุผล ให้ความร่วมมือกับเด็กตามโอกาสที่เหมาะสม ทำให้เด็กมีความเป็นตัวของตัวเอง การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย จึงเป็นลักษณะรวมของการที่พ่อแม่เลี้ยงดูบุตรด้วยความรักสนับสนุน มีเหตุผลและลงโทษทางจิตมากกว่าทางกาย (ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจันปัจจนิก. 2524 : 27)

บัลดวิน (Baldwin. 1948 : 127 - 136) ได้ทำการสำรวจผลของการใช้วิธีการประชาธิปไตยภายในบ้าน ที่มีผลต่อการพัฒนาบุคลิกภาพของเด็ก 67 คน โดยใช้วิธีสังเกตจากการสังเกตปรากฏว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบมีเหตุผล และบรรยากาศของบ้านที่เป็นประชาธิปไตย ทำให้เด็กเป็นคนกระฉับกระเฉง ไม่มีความหวาดกลัว ทำอะไรมีการวางแผน มีความอยากรู้อยากเห็น ส่วนเด็กที่มาจากครอบครัวที่มีการอบรมเลี้ยงดูแบบไม่มีเหตุผล และบรรยากาศของบ้านเป็นลักษณะที่พ่อแม่ใช้อารมณ์ของตนเองเป็นใหญ่ เด็กจะขาดความเป็นตัวของตัวเอง ไม่มีเหตุ ไม่มีผล อยากรู้อยากเห็น ขาดทักษะในการแก้ปัญหา ขาดความรับผิดชอบ และความคิดฝันต่าง ๆ อยู่ในวงจำกัด

โครว์และโครว์ (Crow and Crow. 1956 : 106) ได้กล่าวไว้ว่า การมุ่งพัฒนาให้เด็กมีการควบคุมตนเองนั้น พ่อแม่ต้องฝึกเด็กให้มีความรับผิดชอบตั้งแต่ระยะวัยต้น ๆ แนะนำให้เด็กได้ใช้อำนาจและเสรีภาพอย่างฉลาด จะช่วยให้เด็กพัฒนาการควบคุมตนเอง ได้ดีกว่าการบังคับจากภายนอก

ฮอฟแมน (Hoffman. 1970 : 261 - 360) ศึกษาพบว่า การที่พ่อแม่ฝึกวินัยโดยให้เหตุผล ทำให้เด็กมีวินัยสูงกว่าการฝึกอบรมโดยใช้อำนาจและการยับยั้งความรัก นอกจากนี้ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย เป็นการอบรมเลี้ยงดูที่พ่อแม่ให้เสรีภาพแก่เด็ก ให้เด็กทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง ให้เด็กมีส่วนร่วมในการรับผิดชอบกิจการต่าง ๆ ภายในบ้าน สามารถแสดงความคิดเห็นเรื่องต่าง ๆ ร่วมกับคนในบ้าน แสดงให้เห็นถึงการยอมรับเด็ก ซึ่งทำให้เด็กมีความมั่นใจในตนเอง มีความรับผิดชอบ มีระเบียบวินัย มีความร่วมมือ ได้รับการยอมรับจากเพื่อน และมีพฤติกรรมทางบวก

สตรีทเธอร์ แจ็ค และเพจ (Breckenridge. 1955 : 80 - 249; citing Strother, Jack and Page. n.d.) ศึกษาพบว่า การได้รับการยอมรับจากครอบครัวจะเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เด็กพัฒนาความคิดเรื่องการนับถือตนเอง และเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งจะทำให้เด็กมีการควบคุมตนเอง และมีความสามารถในการแสดงความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจักษ์จันติก (2520 : 28 - 34) กล่าวถึง การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยว่า เป็นลักษณะรวมของการอบรมเลี้ยงดูแบบรักมากควบคุมค่อนข้างน้อย ให้เหตุผลในการฝึกลักษณะนิสัย ให้การชมเชยมากกว่าการลงโทษ ซึ่งต่างจากการอบรมเลี้ยงดูแบบตามใจเกินไป การอบรมเลี้ยงดูแบบนี้จะทำให้เด็กมีความเป็นตัวของตัวเอง มีความร่วมมือกับผู้ใหญ่ รู้จักอดทนในการทำงาน มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีลักษณะมุ่งมั่นอดทนและมีเหตุผลเชิงจริยธรรมในระดับสูง

วราภรณ์ รักรวิชัย (2528 : 14 -17) ได้สรุปผลของการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยว่า จะส่งผลให้เด็กมีลักษณะดังนี้ เป็นคนเปิดเผย เป็นตัวของตัวเอง มีเหตุผล มีความรับผิดชอบ มองโลกในแง่ดี สามารถปรับตัวและแสดงออกอย่างมั่นใจ ช่วยเหลือตัวเองและแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความมั่นคงทางอารมณ์ รู้จักใช้เหตุผล เคารพสิทธิของตนเองและผู้อื่น

จึงสรุปได้ว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย บิดามารดาจะเป็นผู้รับผิดชอบ การอบรมบุตรร่วมกัน การตัดสินใจกิจกรรมใด ๆ ขึ้นกับความเห็นของสมาชิกทุกคน โดยถือความสุขส่วนรวมเป็นใหญ่ บิดามารดาจะแสดง ความรัก ความชื่นชม ความสนับสนุน ความใกล้ชิด ความเอาใจใส่ และให้ความเป็นกันเองกับบุตรธิดา รวมทั้งอธิบายเหตุผลในการสนับสนุน หรือห้ามปรามการกระทำต่าง ๆ รวมถึงความสม่ำเสมอในการให้รางวัลหรือลงโทษ

แบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

เป็นแบบวัดซึ่งผู้วิจัยได้นำมาจากรายงานการวิจัยของ นงนุช โรจนเลิศ (2533) ซึ่งได้แก้ไขปรับปรุงมาจากแบบวัดของ สุกัญญา กุลอึ้ง (2523) ตามแนวคิดของ โรเจอร์ส (Rogers. 1972 : 117) โดยใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนวัยรุ่น ลักษณะของแบบสอบถามเป็นมาตราส่วน ประเมินค่า (Rating Scale) ชนิด 5 อันดับ ข้อคำถามแสดงลักษณะพฤติกรรมของพ่อแม่ที่ให้การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย จำนวน 20 ข้อ นงนุช โรจนเลิศ ได้หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยนี้ เป็น .88

เกณฑ์การให้คะแนนของแบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยนี้ เนื่องจากเป็นข้อความทางบวกทั้งหมด จึงมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้ ถ้าตอบในช่อง "มากที่สุด" ให้ 5 คะแนน "มาก" ให้ 4 คะแนน "ปานกลาง" ให้ 3 คะแนน "น้อย" ให้ 2 คะแนน "น้อยที่สุด" ให้ 1 คะแนน

การอบรมเลี้ยงดูกับการพัฒนาหิริ-โอตตปปะ

หิริโอตตปปะของมนุษย์นั้น มีการเจริญเติบโตขึ้นเป็นลำดับอย่างเห็นได้ชัด จากวัยทารก ไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ ในช่วงแรกของชีวิตเด็กจะได้รับการปลูกฝังทางจริยธรรมมากกว่าในช่วงอื่น ๆ ของชีวิตครอบครัวจึงเป็นแหล่งที่สำคัญที่สุดในการปลูกฝังจริยธรรมให้กับเด็ก ปราณีต ไชวันท์ (2525) ได้ศึกษาวิจัยถึงความสัมพันธ์ระหว่างจริยธรรมกับวิธีการอบรมเลี้ยงดูเด็กในครอบครัว ปกติ กำลังศึกษาอยู่ในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 150 คน พบว่า จริยธรรมกับวิธีการอบรมเลี้ยงดูเด็กในครอบครัวปกติมีความสัมพันธ์กัน และยังได้ผลอีกว่าเมื่อนำกลุ่มตัวอย่างนี้ไปเปรียบเทียบกับจริยธรรมกับนักเรียนกลุ่มตัวอย่างที่ถูกเลี้ยงดูในสถานสงเคราะห์เด็ก ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านราชวิถี พบว่า เด็กที่ถูกเลี้ยงดูในครอบครัวปกติมีจริยธรรมสูงกว่าเด็กที่ถูกเลี้ยงดูในสถานสงเคราะห์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งผู้วิจัยได้อภิปรายความคิดเห็นว่าเด็กนักเรียนที่มีพ่อแม่คอยอบรมสั่งสอนอย่างใกล้ชิดอยู่ในครอบครัวของตนเองจะได้รับความอบอุ่นทั้งทางกายและทางจิตใจ ทำให้เด็กพร้อมที่จะปฏิบัติตามคำสั่งสอน ซึ่งเป็นทางนำไปสู่การรับการปลูกฝังจริยธรรม ส่วนเด็กในสถานเลี้ยงเด็กกำพร้าไม่ได้รับความใกล้ชิดขาดความอบอุ่นทั้งทางกายและจิตใจ จึงทำให้เด็กเหล่านั้นมีพฤติกรรมผิดแปลกไปจากเด็กที่เลี้ยงดูในครอบครัวปกติ

มยุรี จินตรักษ์ (2524) ได้เสนอผลงานวิจัยซึ่งแสดงให้เห็นว่า การให้ความรักของพ่อแม่จะทำให้เด็กมีการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงขึ้น โดยใช้แบบสอบถามวัดปริมาณการอบรมเลี้ยงดู 4 แบบ คือ รัก ความคุม ลงโทษ และใช้เหตุผล กับแบบทดสอบการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ผลการวิจัยพบว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบรักมาก ซึ่งหมายถึง การปฏิบัติต่อเด็กในลักษณะต่าง ๆ ที่ทำให้เด็กรู้สึกว่าคุณเลี้ยงดูแสดงความสนิทสนม รักใคร่ ชื่นชม สนใจทุกข์สุขและช่วยแก้ปัญหาให้ จะทำให้เด็กมีการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงกว่าเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบรักน้อยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และผู้วิจัยยังได้เสนอว่า เมื่อใช้การอบรมเลี้ยงดูแบบรักมากแล้วควรใช้การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลควบคู่ไปด้วย จะช่วยทำให้เด็กมีการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงกว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบรักมากแต่ใช้เหตุผลน้อย การอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลหมายถึง การปฏิบัติต่อเด็กในลักษณะที่ไม่ใช้อำนาจเข้ามามีส่วน ไม่ออกคำสั่งบังคับ และไม่ได้ให้ทำตามอารมณ์ของผู้เลี้ยงดู ใช้การอธิบายให้เหตุผลแก่เด็ก เพื่อความเข้าใจเมื่อต้องการสนับสนุนหรือห้ามปราม การกระทำอย่างใดของเด็ก ซึ่งต่อมา สายสมร ชาตียนนท์ (2526) ได้เสนอผลงานวิจัยซึ่งได้ผลสอดคล้องกับงานวิจัยที่ได้กล่าวมาแล้ว คือ หลังจากศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างจริยธรรมกับการอบรมเลี้ยงดูของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 627 คน ในกรุงเทพมหานคร ได้ผลอย่างแจ่มชัดว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย และแบบให้ความรักความอบอุ่นเพียง 2 ตัวแปรนี้เท่านั้น ที่ส่งผลต่อคะแนนจริยธรรมระดับ 3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ ยาใจ จุลพงษ์ (2524) ที่ศึกษาเด็กในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดอุดรธานี พบว่า นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย และเข้มงวดกวดขันทั้งสองประเภท มีระดับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย ต่อมา อโนชา จังจริง (2529) ได้ศึกษาโดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่แตกต่างกันออกไป คือกลุ่มเยาวชนชนตอนปลาย และผู้ใหญ่ตอนต้น ก็ได้ผลสอดคล้องกัน โดยได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ผลของการบวชชีพรามณ์ต่อระดับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษาในจังหวัดภาคกลาง โดยแบ่งเป็นกลุ่มที่ตั้งใจบวชชีพรามณ์จำนวน 40 คน เป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มผู้ไม่สมัครใจบวช จำนวน 40 คน เป็นกลุ่มควบคุม โดยใช้เครื่องมือ 3 ชนิด คือแบบสอบถามส่วนตัว แบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดู และแบบสอบถามวัดระดับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม โดยทำการทดสอบก่อน และหลังทำการทดลอง พบว่า นักศึกษาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

และเข้มงวดกวาดขึ้น มีระดับการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงกว่านักศึกษาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01 ตามลำดับ แต่นักศึกษาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมีระดับการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมก่อนและหลังการบวชไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยทำให้เด็กมีการพัฒนาเหตุผลเชิงจริยธรรมน้อยมากหรือไม่มีการพัฒนาเลย

ดวงเดือน พันธุนาวิน และเพ็ญแข ประจวบจิณิก ได้ศึกษาเยาวชนไทยในระดับ อายุ 11 - 25 ปี โดยแบ่งการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยออกเป็นประเภทย่อย ๆ 3 ประเภท คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรัก แบบควบคุม แบบหลงโทษทางกายหรือจิต และการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล ปรากฏว่า การเลี้ยงดูแบบรักมาก และแบบใช้เหตุผลมากมีความสัมพันธ์กับการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมมากกว่าการอบรมเลี้ยงดูแบบหลงโทษทางจิตและแบบควบคุม (ดวงเดือน พันธุนาวิน และเพ็ญแข ประจวบจิณิก. 2520 : 187) ซึ่งตรงกับการศึกษาของ วารินทร์ ม่วงสุวรรณ ที่ได้ศึกษาการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรักและแบบควบคุมที่เกี่ยวข้องกับลักษณะทางจริยธรรมด้านอื่น ๆ คือ ความเอื้อเฟื้อและวินัยทางสังคม โดยทำการศึกษากับนักเรียนชั้น ป.ศ.ปีที่ 1 จำนวน 450 คน และพบว่าเด็กที่ได้รับความรักมากจะมีวินัยทางสังคมมากกว่าเด็กที่ได้รับความรักน้อย (วารินทร์ ม่วงสุวรรณ. 2517 : 175) ชูศรี หลักเพชร ได้ศึกษากับเด็ก จำนวน 350 คน พบว่า เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมีความคิดเห็นเกี่ยวกับคุณธรรมแห่งพลเมืองดี มีความรับผิดชอบ รู้จักเหตุผลในการกระทำต่าง ๆ มีการไตร่ตรองและปฏิบัติตนไปในทางที่สังคมยอมรับ มีอารมณ์คงที่ และมีลักษณะเป็นมิตรกับคนทั่วไป (ชูศรี หลักเพชร. 2517 : 95)

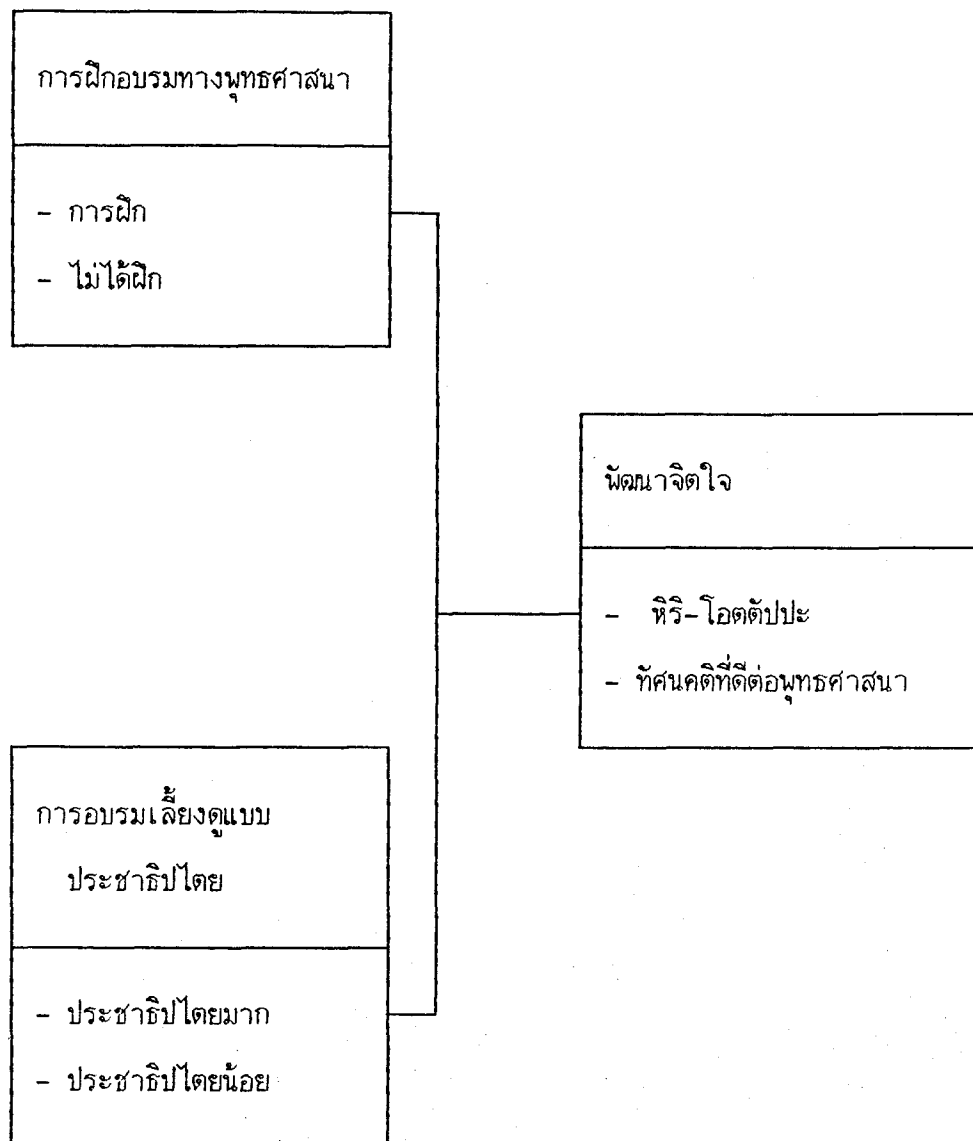
จากการศึกษาและแนวคิดที่รวบรวมได้ สรุปได้ว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยคือการให้ความรับสนับสนุน และการใช้เหตุผล มีแนวโน้มที่จะส่งเสริมให้ นักศึกษา สามารถพัฒนา หิริ โอตตัปปะและการควบคุมตนเอง ตลอดจนมีทัศนคติที่ดีต่อพุทธศาสนาได้เป็นอย่างดี ในการวิจัยฉบับนี้ผู้วิจัยมีความเห็นว่า การอบรมเลี้ยงดูซึ่งเป็นตัวแปรรองจากการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา จะมีส่วนช่วยชี้ให้เห็นถึงการพัฒนาทางด้านจิตใจของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิค (พัทลุง) ว่ามีมากน้อยแตกต่างกันเท่าใด หลังจากได้รับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาแล้ว

สรุปและกรอบแนวคิดในการวิจัย

จากทฤษฎีและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องที่ได้ประมวลมาทั้งหมดนี้ ผู้วิจัยเชื่อว่าถ้า นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา ด้วยพระธรรมคำสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า รวมถึงการได้เข้ารับการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติแล้ว จะมีผลทำให้นักศึกษาเหล่านี้ซาบซึ้งในพระธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ในเรื่องของหิริ-โอตตปละ ตามหลักพระธรรม สติสัมปชัญญะ และสัมมาสติ (สติปฏิฐาน 4) จะเกิดมีความเชื่อภายในตนมากกว่าความเชื่อนอกตน มีลักษณะมุ่งอนาคต สามารถควบคุมตนเองได้ เป็นบุตรที่ดีของบิดามารดา เป็นนักศึกษาที่ซื่อสัตย์สุจริต มีระเบียบวินัย เป็นสมาชิกที่ดีมีคุณภาพของสังคม ประพฤติปฏิบัติตนตามหลักของ ศีล สมาธิ และปัญญา ยึดมั่นในหลักอริยสัจ 4 คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ซึ่งหมายถึงการมีทัศนคติที่ดีต่อพุทธศาสนา ผู้วิจัยได้นำมาสร้างเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังแสดงไว้ในแผนภูมิต่อไปนี้

สรุปและกรอบแนวคิดในการวิจัย

จากทฤษฎีและ เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องที่ได้ประมวลมาทั้งหมดนี้ ผู้วิจัยเชื่อว่าถ้า นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา ด้วยพระธรรมคำสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า รวมถึงการได้เข้ารับการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติแล้ว จะมีผลทำให้นักศึกษาเหล่านี้ซึ่งในพระธรรมคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ในเรื่องของhiri-โอตตัปปะ ตามหลักพระธรรม สติสัมปชัญญะ และสัมมาสติ (สติปฏิฐาน 4) จะเกิดมีความเชื่อภายในตนมากกว่าความเชื่อนอกตน มีลักษณะมุ่งอนาคต สามารถควบคุมตนเองได้ เป็นบุตรที่ดีของบิดามารดา เป็นนักศึกษาที่ขยันหมั่นเพียร มีระเบียบวินัย เป็นสมาชิกที่ดีมีคุณภาพของสังคม ประพฤติปฏิบัติตนตามหลักของ ศีล สมาธิ และปัญญา ยึดมั่นในหลักอริยสัจจ 4 คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ทั้งหมดถึงการมีทัศนคติที่ดีต่อพุทธศาสนา ผู้วิจัยได้นำมาสร้างเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังแสดงไว้ในแผนภูมิต่อไปนี้



ภาพประกอบ 2 แผนภูมิแสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย

จากภาพประกอบ แสดงกรอบความคิดในการวิจัยข้างต้นนี้ ผู้วิจัยแยกตัวแปรอิสระออกเป็น

1. ตัวแปรจัดกระทำ คือการฝึกอบรมในทางพุทธศาสนาประกอบด้วย
 - 1.1 กลุ่มที่ได้เข้ารับการฝึก
 - 1.2 กลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึก

2. ตัวแปรจัดกลุ่ม คือการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย แยกเป็นสองประการคือ
 - 2.1 การอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยมาก
 - 2.2 การอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยน้อย

ตัวแปรอิสระทั้งสองชนิดนี้ ผู้วิจัยคาดว่าจะส่งผลต่อตัวแปรตาม อันได้แก่ จะทำให้นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคพัทลุง เกิดมีการพัฒนา ทิริ-โอตตปปะ และทัศนคติต่อพระพุทธศาสนาเพิ่มมากขึ้นอันจะก่อให้เกิดประโยชน์กับตนเอง และสังคมส่วนรวมได้เป็นอย่างดี

สมมุติฐานในการวิจัย

1. นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคที่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา จะมีทิริ-โอตตปปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนา สูงขึ้นกว่านักศึกษาที่ไม่ได้รับการฝึกอบรม
2. นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยมาก และได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา จะมีทิริ-โอตตปปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนา สูงกว่านักศึกษากลุ่มอื่นอีก 3 กลุ่ม

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง เพื่อศึกษาถึงผลของการฝึกอบรมในทางพุทธศาสนาที่จะมีผลต่อตัวแปรหิริ-โอตตปเปและทัศนคติต่อพุทธศาสนา จากกลุ่มนักศึกษาของวิทยาลัยเทคนิคพัทลุงเพศชาย ในระดับชั้น ปวช. ปีที่ 1 ในบทนี้จะกล่าวถึงกระบวนการในการดำเนินการวิจัย ทั้งลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือวัดตัวแปร วิธีดำเนินการเก็บข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูล ในแต่ละขั้นตอนมีรายละเอียดดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

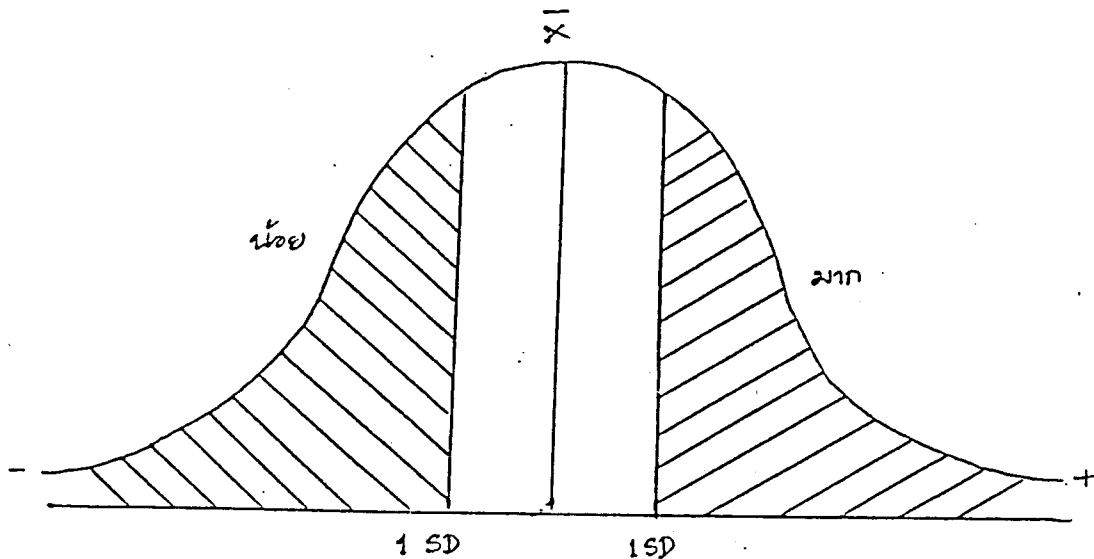
ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักศึกษาระดับชั้น ปวช. ปีที่ 1 คณะวิชาช่างอุตสาหกรรม ซึ่งแบ่งเป็น 6 สาขาวิชาช่าง คือ สาขาวิชาช่างอิเล็กทรอนิกส์ สาขาวิชาช่างไฟฟ้า สาขาวิชาช่างกล สาขาวิชาช่างยนต์ สาขาวิชาช่างประกอบผลิตภัณฑ์ และสาขาวิชาช่างก่อสร้าง ปีการศึกษา 2536 ของมหาวิทยาลัยเทคนิคพัทลุง จังหวัดพัทลุง จำนวน 1,440 คน

กลุ่มตัวอย่างและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาชายระดับชั้น ปวช. ปีที่ 1 โดยสุ่มจากแต่ละสาขาวิชาช่าง ทั้ง 6 สาขาวิชา ของคณะวิชาช่างอุตสาหกรรม จำนวน 100 คน มีขั้นตอนการสุ่มดังนี้

1. สุ่มนักศึกษาจำนวน 50 % จากแต่ละสาขาวิชาช่าง ได้ นักศึกษาวิชาช่างละ 100 คน รวม 6 สาขาวิชาช่าง จำนวน 600 คน
2. ใช้แบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย เพื่อแบ่งนักศึกษา แต่ละสาขาวิชาช่าง ออกเป็นสองกลุ่ม คือ กลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดู แบบให้ประชาธิปไตยมากและน้อย โดยดูจากคะแนนเฉลี่ย นักศึกษาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยมากจะมีคะแนนสูงตั้งแต่ค่าเฉลี่ย +1SD และนักศึกษาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยน้อย จะมีคะแนนต่ำกว่าค่าเฉลี่ย -1SD



ภาพประกอบ 3 แสดงคะแนนสูงและต่ำกว่าค่าเฉลี่ย

3. สุ่มนักศึกษาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยมาก 50 คน และกลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยน้อย 50 คน โดยคำนึงถึงการกระจายของนักศึกษาในแต่ละสาขาวิชาต่าง ๆ ให้มีความเท่าเทียมกัน

4. สุ่มนักศึกษาแต่ละกลุ่มในข้อ 3 เข้ารับการทดลอง ได้กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการทดลอง 4 กลุ่ม คือ กลุ่มที่เข้ารับการฝึกที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยมาก จำนวน 25 คน กลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยน้อย จำนวน 25 คน กลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางศาสนาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยมาก จำนวน 25 คน และกลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยน้อย จำนวน 25 คน

จากการสุ่มจะได้นักศึกษาเข้ากลุ่มตามรูปแบบการทดลองดังนี้คือ

การฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

		ฝึก	ไม่ฝึก	รวม
การอบรม เลี้ยงดูแบบ ประชาธิปไตย	มาก	25	25	50
	น้อย	25	25	50
	รวม	50	50	100

ภาพประกอบ 4 แสดงรูปแบบการทดลอง

แบบแผนการทดลอง (Research Design)

แบบแผนการวิจัยที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ Generalized Randomized Block Design (คุชฎี โยเหลา. 2535 : 37) โดยมีการสุ่มตัวแปรจัดกระทำ หลังจากสุ่มจัดหน่วยทดลอง ออกเป็นสองกลุ่มตามการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากและน้อย และมีการวัดตัวแปรตามก่อนการฝึกอบรม และหลังการฝึกอบรม

การดำเนินการทดลอง

ในการวิจัยนี้ได้ใช้วิธีการทดลอง โดยมีวิธีดำเนินการทดลองตามลำดับนี้

1. นำกลุ่มตัวอย่างที่ทำการแบ่งไว้แล้วในขั้นตอนการเลือกกลุ่มตัวอย่าง จำนวน - 4 กลุ่ม แล้วทำการทดสอบกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดก่อนทำการทดลองด้วยแบบวัดหิริ-โศตตปปะและทัศนคติต่อพุทธศาสนา

2. กลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาตามโปรแกรมการฝึกอบรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ประกอบด้วยเนื้อหาทางหลักธรรมพุทธศาสนา การฝึกสมาธิ โดยมีพระสงฆ์ 2 รูปคือ พระมหาทรงศักดิ์ วิโนทโก แห่งสำนักวิปัสสนาวิงสันติบรรพต และพระมหาอักษร ยติโก แห่งวัดกุหาสวรรค์ จังหวัดพัทลุง เป็นผู้ดำเนินการฝึกอบรมใช้เวลาในการฝึกอบรมเป็นเวลา 8 สัปดาห์ ๆ ละ 3 คาบ ๆ ละ 50 นาที (ทำการฝึกอบรมในวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ เวลา 12.00 น ในแต่ละสัปดาห์)
3. กลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา จะได้รับการสอนตามหัวข้อธรรมะที่จะก่อให้เกิด หิริ-โอตตปเป และทัศนคติที่ดีต่อพุทธศาสนา โดยมีพระสงฆ์ทั้ง 2 รูปดังกล่าวแล้ว เป็นผู้สอนผู้ทรงคุณวุฒิเป็นผู้สอน ใช้เวลาในการสอนเป็นเวลา 8 สัปดาห์ วัน เวลา และจำนวนคาบ เหมือนกับกลุ่มทดลอง
4. เริ่มทำการทดลองวันจันทร์ที่ 30 สิงหาคม 2536 และสิ้นสุดการทดลองวันศุกร์ที่ 24 ตุลาคม 2536 รวมทั้งสิ้น 24 คาบ
5. หลังจากสิ้นสุดการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาทั้ง 2 กลุ่ม ทำการทดสอบด้วยแบบวัดหิริ-โอตตปเปและทัศนคติต่อพุทธศาสนา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือวัดตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยนี้ เป็นแบบวัดเกี่ยวกับ หิริ-โอตตปเป ทัศนคติต่อพุทธศาสนา และการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (ดูรายละเอียดในภาคผนวก ก.)

โปรแกรมการฝึกอบรม

โปรแกรมการฝึกอบรมของการวิจัยนี้พระสงฆ์ผู้ทรงคุณวุฒิ คือ พระมหาเสริมชัย ชยมงคล แห่งวัดสระเกศราชวรมหาวิหาร กรุงเทพมหานคร โดยพระคุณเจ้าได้กรุณาชี้แนะและแนะนำ โดยแบ่งหัวข้อธรรมะ ที่จะก่อให้เกิด หิริ-โอตตปเป และทัศนคติต่อพุทธศาสนาตามลำดับก่อนหลังตามจำนวนคาบ และก่อนที่จะเริ่มทำการทดลอง ผู้วิจัยได้นำโปรแกรมการฝึกอบรมไปให้พระมหาทรงศักดิ์ วิโนทโก กับพระมหาอักษร ยติโก ซึ่งพระคุณเจ้าทั้ง 2 รูปนี้จะเป็นผู้ดำเนินการฝึกอบรมตามโปรแกรมนี้ ได้ตรวจและแก้ไขให้เหมาะสมอีกครั้งหนึ่ง (รายละเอียดในภาคผนวก ค.)

การสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้นำแบบวัดที่ได้มีผู้สร้างไว้แล้ว โดยนำมาปรับปรุงข้อคำถาม เพื่อให้ได้คำตอบตรงตามเนื้อหา ที่ต้องการจะศึกษา และให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง ได้ดำเนินการสร้างตามลำดับขั้นตอนต่อไปนี้

1. ศึกษาทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับตัวแปรนั้น ๆ เพื่อกำหนดนิยามปฏิบัติการ เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างข้อคำถาม
2. ศึกษาเครื่องมือแบบต่าง ๆ ที่ใช้วัดตัวแปรแต่ละตัวที่มีมาแล้วจากเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อกำหนดรูปแบบที่เหมาะสมสำหรับงานวิจัยนี้
3. นำเครื่องมือ ไปให้ผู้เชี่ยวชาญในด้านเนื้อหาวิชา และผู้เชี่ยวชาญในด้านการสร้างเครื่องมือ เพื่อพิจารณาให้ข้อเสนอแนะและตรวจสอบความถูกต้องตามหลักวิชาการแล้วนำมาปรับปรุงข้อคำถาม
4. นำแบบวัดที่ได้ปรับปรุงข้อคำถามต่าง ๆ ไปทดลองใช้ (try out) กับเยาวชนอายุ 15 - 18 ปี ที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง เพื่อหาค่าอำนาจจำแนกร้อยละและปรับปรุงข้อความ
5. หาคคุณภาพเครื่องมือในด้านความเชื่อมั่น (Reliability)

รายละเอียดของแบบวัดแต่ละชุดมีดังนี้

แบบวัดหิริ-โอดตปปะ เป็นแบบวัดซึ่งผู้วิจัยได้นำมาจากรายงานการวิจัยของจรรยา สุวรรณทัต และคณะ ใช้วัดหิริ-โอดตปปะ และการควบคุมตนเอง ของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิค มีมาตราประมาณค่า 6 หน่วยตั้งแต่ จริงที่สุด จริง ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง ไม่จริง และไม่จริงเลย เกณฑ์ให้คะแนน กรณีข้อความทางบวกให้คะแนน 6, 5, 4, 3, 2, และ 1 ส่วนกรณีข้อความทางลบให้คะแนน 1, 2, 3, 4, 5 และ 6 ตามลำดับ มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.89

ตัวอย่างแบบวัดทิริ-โอดตบปะ

ข้อ (0) ก่อนทำอะไรข้าพเจ้าจะต้องหยุดคิดเสียก่อน

.....

จริงที่สุด จริง ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง ไม่จริง ไม่จริงเลย

ข้อ (00) เวลาทำงานเป็นกลุ่ม ข้าพเจ้าไม่สนใจว่าใครจะทำอย่างไร

.....

จริงที่สุด จริง ค่อนข้างจริง ค่อนข้างไม่จริง ไม่จริง ไม่จริงเลย

แบบวัดทัศนคติต่อพุทธศาสนา เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยได้นำมาจากงานวิจัยของสำรว

วร เตชะคงคา ลักษณะเนื้อหาของแบบวัดทัศนคติต่อพุทธศาสนา แบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือด้าน
ความเชื่อทางพุทธศาสนา ด้านหลักธรรมทางพุทธศาสนา ด้านบทบาทของวัดและพระสงฆ์ และ
ด้านปฏิบัติตามประเพณีทางพุทธศาสนา จำนวน 40 ข้อ ในแต่ละข้อมีมาตรในการประเมิน 6
หน่วย คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ค่อนข้างเห็นด้วย ค่อนข้างไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย และ
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง เกณฑ์การให้คะแนน กรณีข้อความทางบวกจะให้คะแนน 6, 5, 4, 3, 2
และ 1 ส่วนกรณีข้อความทางลบจะให้คะแนน 1, 2, 3, 4, 5 และ 6 ตามลำดับ จาก
เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ค่อนข้างเห็นด้วย ค่อนข้างไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วย
อย่างยิ่ง มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.84

ตัวอย่างแบบวัดทัศนคติที่ดีต่อพุทธศาสนา

ข้อ (0) หลักธรรมในพุทธศาสนาช่วยทำให้คนนั้นทุกข์ได้

.....

เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ค่อนข้างเห็นด้วย ค่อนข้างไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ข้อ (00) ความเชื่อว่าชาติหน้ามีจริงเป็นเรื่องมงาย

.....
 เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ค่อนข้างเห็นด้วย ค่อนข้างไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

แบบวัดการยอมรับเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย เป็นแบบวัดซึ่งผู้วิจัยได้นำมาจากรายงาน
 การวิจัยของนางนุช โรจนเลิศ มีลักษณะเป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประเมินค่า ชนิด 5 อันดับ คือ
 มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด จำนวน 20 ข้อ เกณฑ์การให้คะแนน กรณีข้อความทางบวก
 ให้คะแนน 5, 4, 3, 2, 1 และกรณีข้อความทางลบ ให้คะแนน 1, 2, 3, 4, 5 ตามลำดับ
 มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.88

ตัวอย่างแบบวัดการยอมรับเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

ข้อ (0) เมื่อนักเรียนทำผิด พ่อแม่จะชี้แจงความผิดให้ทราบแล้วจึงลงโทษ

.....
 มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

ข้อ (00) เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นในครอบครัว พ่อแม่ยินดีที่จะให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ

.....
 มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามลำดับดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัย เพื่อติดต่อขอความร่วมมือในการดำเนินการวิจัยจากกองวิทยาลัยเทคนิค กรมอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ

2. ผู้วิจัยขอหนังสือ แนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัย เพื่อติดต่อขอความร่วมมือในการดำเนินการวิจัยจากผู้อำนวยการวิทยาลัยเทคนิคพัทลุง
3. ทำการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยการนำแบบวัด ที่ผู้วิจัยได้เตรียมไว้ไปให้กลุ่มตัวอย่างตอบก่อนเข้ารับการศึกษาทางพุทธศาสนา
4. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามชุดเดิม ให้กลุ่มตัวอย่างตอบหลังจากสิ้นสุดการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย

วิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง (Two - way Analysis of Variance) (Myers. 1971 : 114) เพื่อทดสอบสมมติฐานที่ 1 และการทดสอบค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ของ Bonferroni เพื่อทดสอบสมมติฐานที่ 2

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาผลของการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา เพื่อพัฒนาทิริ-โอตตปปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนาของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคพหลุณนี้ มีจุดประสงค์ที่สำคัญคือต้องการศึกษาว่าการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีผลทำให้พัฒนาทิริ-โอตตปปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนา ของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคพหลุณ นอกจากนี้ได้ทำการศึกษาปฏิสัมพันธ์ของการฝึกอบรมทางพุทธศาสนากับตัวแปรการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยที่เป็นคุณลักษณะของบุคคล ต่อการเปลี่ยนแปลงทิริ-โอตตปปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนา กลุ่มทดลองแบ่งเป็น 4 กลุ่ม คือ กลุ่มเข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก กลุ่มเข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย กลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก และกลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย โดยในแต่ละกลุ่มมีกลุ่มตัวอย่างจำนวน 25 คน ซึ่งในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แบ่งออกเป็น 2 ตอนคือ

ตอนที่ 1 ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปร

ตอนที่ 2 การทดสอบตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

โดยมีรายละเอียดของการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

ตอนที่ 1 ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปร

แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรทรี-โอดัปปะ และทัศนคติต่อ
พุทธศาสนาทั้งก่อนและหลังการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา ดังแสดงในตาราง 1 และ 2

ตาราง 1 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรทรี-โอดัปปะ จำแนกตามการ
ฝึกอบรมทางพุทธศาสนา และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

กลุ่ม	จำนวน	ก่อนเข้าโครงการ		สิ้นสุดโครงการ		การเปลี่ยนแปลง	
		\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD
กลุ่มเข้ารับการฝึกอบรมฯ	50	229.06	22.4894	237.52	20.7042	8.46	8.6925
-ได้รับการอบรมเลี้ยงดู							
แบบประชาธิปไตยมาก	25	237.08	20.3898	244.12	19.1340	7.04	8.0337
-ได้รับการอบรมเลี้ยงดู							
แบบประชาธิปไตยน้อย	25	221.04	21.9744	230.92	20.4530	9.88	9.2481
กลุ่มไม่เข้ารับการฝึกอบรมฯ	50	233.38	25.0484	226.76	20.9670	-6.62	14.1131
-ได้รับการอบรมเลี้ยงดู							
แบบประชาธิปไตยมาก	25	241.76	22.8825	231.60	20.6256	-10.06	13.7838
-ได้รับการอบรมเลี้ยงดู							
แบบประชาธิปไตยน้อย	25	225.00	24.7201	221.92	20.5749	-3.08	13.8042
รวม	100	231.22	23.7821	232.14	21.4241	0.92	13.9031

ตาราง 1 กลุ่มเข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา มีคะแนนเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลงทริ-โอดดัดปะที่เพิ่มสูงขึ้น ส่วนกลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีคะแนนเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลงทริ-โอดดัดปะที่ลดลง และเมื่อพิจารณาทั้ง 4 กลุ่ม พบว่ากลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อยมีคะแนนเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลงทริ-โอดดัดปะเพิ่มขึ้นสูงที่สุด (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 9.88) ส่วนกลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก ที่มีคะแนนเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลงทริ-โอดดัดปะลดลงมากที่สุด (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ -10.06)

ตาราง 2 ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทัศนคติต่อพุทธศาสนา จำแนกตามการ
ฝึกอบรมทางพุทธศาสนา และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

กลุ่ม	จำนวน	ก่อนเข้าโครงการ		สิ้นสุดโครงการ		การเปลี่ยนแปลง	
		\bar{X}	SD	\bar{X}	SD	\bar{X}	SD
กลุ่มเข้ารับการฝึกอบรมฯ	50	177.34	14.3536	183.66	14.8250	6.32	7.0752
-ได้รับการอบรมเลี้ยงดู							
แบบประชาธิปไตยมาก	25	180.68	15.7737	185.80	15.7507	5.12	6.2271
-ได้รับการอบรมเลี้ยงดู							
แบบประชาธิปไตยน้อย	25	174.00	12.1895	181.52	13.8237	7.52	7.7735
กลุ่มไม่เข้ารับการฝึกอบรมฯ	50	181.02	12.1915	184.06	10.9589	3.04	7.0969
-ได้รับการอบรมเลี้ยงดู							
แบบประชาธิปไตยมาก	25	180.64	15.7737	184.88	11.8825	3.64	7.5602
-ได้รับการอบรมเลี้ยงดู							
แบบประชาธิปไตยน้อย	25	174.00	12.1895	183.24	10.1295	2.44	6.7025
รวม	100	179.18	13.3775	183.86	12.9716	4.68	7.2403

ตาราง 2 กลุ่มเข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา และกลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา มีคะแนนเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อพุทธศาสนาที่เพิ่มสูงขึ้นทั้งสองกลุ่ม แต่กลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีคะแนนเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อพุทธศาสนาสูงกว่ากลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา และเมื่อพิจารณาทั้ง 4 กลุ่ม

พบว่ากลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อยมีคะแนนเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อพุทธศาสนาสูงที่สุด ($\bar{X} = 7.52$ มี $SD. = 7.7735$) ส่วนกลุ่มที่มีคะแนนเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อพุทธศาสนาต่ำสุดคือกลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ($\bar{X} = 2.44$ และ $SD. = 6.7025$)

ตอนที่ 2 การทดสอบตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

จากสมมติฐานที่ 1 ที่กล่าวว่า " นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคที่ได้รับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา จะมีหิริโอตตปปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนาได้สูงขึ้นมากกว่านักศึกษาที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา " และสมมติฐานที่ 2 กล่าวว่า " นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากและได้รับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา จะมีหิริโอตตปปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนาได้สูงขึ้นกว่านักศึกษากลุ่มอื่นอีก 3 กลุ่ม " ซึ่งสมมติฐาน ข้อ 1 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทาง (two- way ANOVA) สมมติฐานข้อ 2 วิเคราะห์โดยเปรียบเทียบรายคู่โดยวิธีการบอนเฟอโรนี (Bonferroni)

ตาราง 3 วิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทริ-โอดัตปะนิจารณาตัวแปรอิสระ คือ การฝึกอบรมทางพุทธศาสนา และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

Source of Variance	df	SS	MS	F
การฝึกอบรม ^๓ (ก)	1	5685.16	5685.16	42.857 ***
การอบรมเลี้ยงดู ^๕ (ข)	1	615.04	615.04	4.636 *
ก X ข	1	112.36	112.36	<1
ส่วนที่เหลือ	96	12734.80	132.654	
รวม	99	19147.36	193.408	

*** , * มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .001 และ .05

จากตาราง 3 เป็นการศึกษาถึงผลของการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยที่มีต่อคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทริ-โอดัตปะนิ ผลดังนี้

1) ไม่พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

2) ผลของการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่าผลการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาส่งผลต่อคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทริ-โอดัตปะนิ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .001 ($F = 42.857$) กลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทริ-โอดัตปะนิ ($\bar{X} = 8.46$) สูงกว่ากลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา ($\bar{X} = -6.62$)

3) พบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทริ-โอดัตปะนิ ระหว่างกลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากกับกลุ่มที่การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย อย่าง

มีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ($F = 4.636$) โดยกลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย
 น้อยมีคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทริ-โอดต็ปปะ ($\bar{X} = 3.40$) สูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการอบรม
 เลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก ($\bar{X} = -1.56$) (ภาคผนวก ข ตาราง 9)

การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทริ-โอดต็ปปะ เป็นรายคู่ด้วยวิธีการของ
 บอนเฟอโรนี (Bonferroni) 3 คู่ คือ

คู่ที่ 1 ระหว่างกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ
 ประชาธิปไตยมากกับกลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ
 ประชาธิปไตยมาก

คู่ที่ 2 ระหว่างกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ
 ประชาธิปไตยมากกับกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ
 ประชาธิปไตยน้อย

คู่ที่ 3 ระหว่างกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ
 ประชาธิปไตยมากกับกลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ
 ประชาธิปไตยน้อย

ผลพบว่า คะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทริ-โอดต็ปปะ ของกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทาง
 พุทธศาสนาและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยมากแตกต่างจากกลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับ
 การฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก ($t = 5.84^*$)
 คะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทริ-โอดต็ปปะ ของกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและได้รับ
 การอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยมาก ไม่แตกต่างจากกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา
 และได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย ($t = 0.97$) และคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยน-
 แปลงทริ-โอดต็ปปะ ของกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ
 ให้ประชาธิปไตยมาก แตกต่างจากกลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและได้รับการ
 อบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย ($t = 3.45^*$) (ภาคผนวก ข ตาราง 11)

ตาราง 4 วิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อพุทธศาสนา

พิจารณาตัวแปรอิสระ คือการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

Source of Variance	df	SS	MS	F
การฝึกอบรมฯ (ก)	1	268.96	268.960	5.345 *
การอบรมเลี้ยงดู (ข)	1	9.00	9.000	<1
ก X ข	1	81.00	81.000	1.610
ส่วนที่เหลือ	96	4830.80	50.321	
รวม	99	5189.76	52.422	

* มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จากตาราง 4 เป็นการศึกษาถึงผลของการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยที่มีต่อคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อพุทธศาสนา พบผลดังนี้

1) ไม่พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

2) ผลของการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา จากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่าผลการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาส่งผลต่อคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อพุทธศาสนา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ($F = 5.345$) โดยกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีคะแนนการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อพุทธศาสนา ($\bar{X} = 6.32$) สูงกว่ากลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา ($\bar{X} = 3.04$) (ภาคผนวก ข ตาราง 10)

3) ไม่พบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อพุทธศาสนา ระหว่างกลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากกับกลุ่มที่การอบรมเลี้ยงดูแบบ

ประชาธิปไตยน้อย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

การเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยทัศนคติต่อพุทธศาสนาเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของบอนเฟอโรนนี่ (Bonferroni) 3 คู่ คือ

คู่ที่ 1 ระหว่างกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก กับ กลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก

คู่ที่ 2 ระหว่างกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก กับ กลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย

คู่ที่ 3 ระหว่างกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก กับ กลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย

ผลไม่พบความแตกต่างทั้ง 3 คู่ (ภาคผนวก ข ตาราง 12)

จากการวิเคราะห์ข้อมูลจะเห็นได้ว่าเป็นไปตามสมมติฐานที่ 1 ทั้งในตัวแปรทรี-โอดตปปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนา ล้วนสมมติฐานที่ 2 ตัวแปรทรี-โอดตปปะ เป็นไปตามสมมติฐานบางส่วน แต่ตัวแปรทัศนคติต่อพุทธศาสนาไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

บทที่ 5

สรุป อภิปราย และข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ในการพัฒนาคุณภาพด้านจิตใจ ของเด็กและเยาวชน การฝึกอบรมทางพุทธศาสนา เป็นรูปแบบหนึ่งที่สามารถควบคุม และฝึกฝนความประพฤติทั้งทางด้านกาย วาจา และใจ โดยยึดหลักไตรสิกขา คือศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งหมายถึงการฝึกอบรมที่เริ่มจากการควบคุมความประพฤติทางกายและวาจาก่อน (ศีล) แล้วจึงถึงการฝึกขั้นประณีต คือ การฝึกอบรมทางจิต (สมาธิ) ระดับสุดท้ายคือการทำปัญญาให้แก่กล้า จนหลุดพ้นจากอวิชชา ตัณหา อุปาทาน คือข้อปฏิบัติ ให้ถึงความดับทุกข์ (ปัญญา) สำหรับการฝึกอบรมทางจิต (การฝึกสมาธิ) มีวิธีฝึกและปฏิบัติได้หลายวิธี ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการฝึกสมาธิแบบอานาปานะสติ ซึ่งเป็นวิธีการฝึกสมาธิ วิธีการหนึ่งที่กำหนดสติอยู่ที่ธรรมะอย่างใดอย่างหนึ่งอยู่ทุกลมหายใจเข้าออกรวมกับใช้คำสอนทางด้านหลักธรรมของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ฝึกอบรมนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคพัทลุง ว่าจะมีผลต่อการพัฒนาหิริ-โอตตปเปะ และทัศนคติของนักศึกษาได้มากน้อยเพียงใด

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาผลของการเข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่มีต่อหิริ-โอตตปเปะและทัศนคติต่อพุทธศาสนาของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิค
2. เพื่อศึกษาผลของการเข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่มีต่อหิริ-โอตตปเปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนาของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูต่างกัน

สมมติฐานในการวิจัย

1. นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคที่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาจะมีหิริ-โอตตปเปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนาสูงขึ้นกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรม
2. นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยมาก และได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา จะมีหิริ-โอตตปเปะและทัศนคติต่อพุทธศาสนาสูงกว่่านักศึกษากลุ่มอื่นอีก 3 กลุ่ม

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากร ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาชายที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 คณะวิชาช่างอุตสาหกรรม (ปวช.) ของวิทยาลัยเทคนิคพัทลุง จังหวัดพัทลุง จำนวน 1,440 คน

2. กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักศึกษาชายที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 (ปวช.) ของสาขาวิชาช่างต่าง ๆ ในคณะวิชาช่างอุตสาหกรรม วิทยาลัยเทคนิคพัทลุง จังหวัดพัทลุง โดยแบ่งเป็นกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา จำนวน 50 คน และกลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา จำนวน 50 คน รวมกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 100 คน

3. เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

3.1 โปรแกรมการฝึกอบรม

3.2 แบบวัด 3 ฉบับ คือ

ฉบับที่ 1 แบบวัดหิริ-โอตตปละ เป็นแบบวัดที่ใช้วัดความละเอียดต่อการทำชั่ว (หิริ) และเกรงกลัวต่อการกระทำผิดต่างๆ (โอตตปละ) จำนวน 64 ข้อ มีความเชื่อมั่นของแบบวัดเท่ากับ 0.89

ฉบับที่ 2 แบบวัดทัศนคติต่อพุทธศาสนา เป็นแบบวัดที่ถามเกี่ยวกับเรื่องทางศาสนา 4 ด้าน คือ ด้านความเชื่อทางพุทธศาสนา ด้านหลักธรรมทางพุทธศาสนา ด้านบทบาทของวัดและพระสงฆ์ และด้านการปฏิบัติตามประเพณีทางพุทธศาสนา จำนวน 40 ข้อ มีความเชื่อมั่นของแบบวัดเท่ากับ 0.84

ฉบับที่ 3 แบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย เป็นแบบวัดที่ถามถึงลักษณะพฤติกรรมของพ่อแม่ที่ให้การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย จำนวน 20 ข้อ มีความเชื่อมั่นของแบบวัดเท่ากับ 0.88

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการวิจัยนี้ ได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูล 2 ครั้ง ในครั้งแรกทำการเก็บรวบรวมข้อมูลช่วงก่อนที่นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคพัทลุงระดับ ปวช. 1 เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา และในครั้งที่สองทำการเก็บรวบรวมข้อมูลช่วงหลังการเข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา เพื่อศึกษา

ผลของการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาว่าสามารถเปลี่ยนแปลงการมีหิริ-โอตตปปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนาของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคพิจิตร ได้มากน้อยเพียงใด

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย การวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง (two - way ANOVA) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 และเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ของ Bonferroni เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2

สรุปผลและอภิปรายผลการวิจัย

ผู้วิจัยได้นำผลจากการเข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคที่ได้อภิปรายข้อมูลแล้วมาสรุปและอภิปรายผล เพื่อให้เห็นภาพโดยรวมของสิ่งที่ได้จากการวิจัยและเพื่อให้เห็นความเกี่ยวข้องระหว่างการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาว่าจะเป็นตัวส่งเสริมและพัฒนาการมีหิริ-โอตตปปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนาของผู้เข้ารับการฝึกอบรมตามความมุ่งหมายที่ได้ตั้งไว้หรือไม่ ซึ่งในการสรุปและอภิปรายผลการวิจัยนี้ได้พิจารณาตามความมุ่งหมายของการวิจัยเป็นสำคัญ โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. พิจารณาตามจุดมุ่งหมายของการวิจัยข้อที่ 1 และสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ต้องการศึกษาประสิทธิผลของการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาต่อการเปลี่ยนแปลง หิริ-โอตตปปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนา ในการวิจัยนี้พบว่า การฝึกอบรมทางพุทธศาสนาส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงหิริ-โอตตปปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนา อย่างเชื่อมั่นได้ โดยในแต่ละตัวแปรมีรายละเอียดดังนี้

1.1 หิริ-โอตตปปะ จากการทดลองพบว่า กลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีคะแนนเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลงหิริ-โอตตปปะ เพิ่มขึ้นมากกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา เนื่องจากตลอดระยะเวลาการฝึกอบรมนักศึกษาได้รับความรู้และเข้าใจเรื่องของสติสัมปชัญญะ และสติปัญญา 4 ซึ่งเป็นธรรมะที่เกื้อกูลในการทำกรรมดีมีความสำคัญอยู่ไม่แพ้ผล่อเข้าใจชัดในความ เป็นจริง มีสติควบคุมกาย ใจ และอารมณ์ ไม่มีความประมาท ดำเนินชีวิตอย่างสันติ ทำให้นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกอบรมประพฤติปฏิบัติทุกอย่าง อย่างระมัดระวังไม่กระทำการสิ่งต่าง ๆ ไปในทางที่เสื่อมเสีย และจะไม่ยอมพลาดโอกาสในการทำความดี และรักความจริงก้าวหน้า มีความล้าหนักในหน้าที่ที่จะต้องรับผิดชอบ ไม่ยอมปล่อยปละละเลย

(พระเทพเวที. 2532) ทำให้นักศึกษาสามารถควบคุมตนเองได้ทั้งภายในตนเอง (หิริ) และ ควบคุมภายนอกตน (โอตตปเป) ซึ่งตรงกับนิคม ดังคะนิพน (2516 : 10) ที่ได้กล่าวไว้ว่า หิริ-โอตตปเปมีความสัมพันธ์กับการควบคุมตนเองของบุคคล เพราะการควบคุมตนเองบ่งถึงระดับ ความพอดี เป็นบุคคลไม่ทำอะไรตามอารมณ์หรือถือตนเป็นที่ตั้ง คนที่มีการควบคุมตนเองสูงแสดงว่า เป็นคนเยือกเย็น มีหิริ-โอตตปเป เข้มงวดในงานของตนเองและในการคาดหวังเกี่ยวกับงานของ คนอื่น คนที่มีการควบคุมตนเองต่ำแสดงว่าเป็นคนทำอะไรตามอารมณ์ตื่นเต้นง่ายถือตนเป็นที่ตั้ง ก้าวร้าวและเห็นแก่ตัว และอีกประการหนึ่งนอกจากนักศึกษาจะได้รับการฝึกอบรมด้วยธรรมะของ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าดังกล่าวมาแล้ว นักศึกษากลุ่มนี้ยังได้รับการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติด้วย จึงทำให้นักศึกษามีจิตใจและบุคลิกภาพเข้มแข็ง หนักแน่น สงบเยือกเย็นมีเมตตากรุณา รู้จักตนเอง และผู้อื่นตามความเป็นจริง รู้จักทำใจให้สงบสามารถยับยั้งความทุกข์ที่เกิดขึ้นได้ มีความมั่นคงทาง อารมณ์มีจิตอยู่ในสภาพพร้อมต่อการรับการปลูกฝังคุณธรรมด้านต่าง ๆ (พระราชวรมนี. 2529 : 834) ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของอโนชา จังจรัส (2529) ที่ศึกษาผลของการบวชชีพรามณ์ โดยใช้วิธีการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ชั้น ป.ศ.สูง ปีที่ 1 ปีการศึกษา 2527 ของวิทยาลัยพลศึกษา ในจังหวัดภาคกลาง จำนวน 80 คน ระยะเวลาที่เข้ารับการฝึกอบรมเป็นเวลา 15 วัน พบว่า ผลของการบวชชีพรามณ์สามารถพัฒนา เหตุผลเชิงจริยธรรมด้านต่าง ๆ ทั้งด้านการปฏิบัติตามหลักธรรมของพุทธศาสนา ความเอื้อเฟื้อ เผื่อแผ่ ความยุติธรรม ความกตัญญูกตเวที ความมีระเบียบวินัย ความอ่อนน้อมถ่อมตน ความสันโดษ และความอดทน เป็นต้นให้สูงขึ้นได้

1.2 ทศนคติต่อพุทธศาสนา จากผลการทดลองพบว่ากลุ่มที่ได้เข้ารับการฝึกอบรม ทางพุทธศาสนา และกลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีคะแนนเฉลี่ยของการ เปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อพุทธศาสนาที่เพิ่มสูงขึ้นทั้งสองกลุ่ม แต่กลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมในทางพุทธ- ศาสนามีคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อพุทธศาสนาสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรม ทางพุทธศาสนา สาเหตุที่เป็นเช่นนี้เนื่องจากในการฝึกอบรมมีจุดประสงค์เพื่อชักนำเยาวชน โกลีชีพพระพุทธศาสนา มีการได้รับฟังการอบรมธรรมะของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตลอดจน ได้รับการฝึกสมาธิสำหรับกลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมเป็นเวลา 2 เดือน เมื่อนักศึกษาได้รับความรู้ ในสิ่งที่ถูกต้อง และรับรู้ว่าสิ่งที่ตนเองได้รับจากการเข้ารับการฝึกอบรมมีประโยชน์ จึงมีผลทำให้

ผู้ที่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีการเปลี่ยนแปลงทัศนคติที่ดีต่อพุทธศาสนาสูงขึ้นมากกว่าผู้ที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรม ซึ่งวิธีการนี้ใช้เทียบได้กับการชักจูงให้บุคคลเปลี่ยนทัศนคติ คือ (1) จัดให้อ่านเอกสารที่น่าเชื่อถือ ซึ่งในที่นี้เทียบได้กับการจัดให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาได้รับฟังการบรรยาย อธิบายพระธรรมคำสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และการฝึกสมาธิจากพระสงฆ์ (2) การให้บุคคลที่น่าเชื่อถือมากพูดอธิบายชักจูงให้เกิดการคล้อยตาม ในที่นี้ก็คือ การที่กำหนดให้พระสงฆ์ที่มีความรู้ความชำนาญในด้านการอบรมธรรมะและการฝึกสมาธิ มาเป็นผู้ฝึกอบรม (3) การเลียนแบบความเชื่อ ทัศนคติและการปฏิบัติจากผู้ที่ตนเลื่อมใสศรัทธา (4) การทำตามหมู่ชน หรือกลุ่มเพื่อน ซึ่งในที่นี้นักศึกษาได้เข้ามาอยู่ร่วมกัน เป็นกลุ่มได้ร่วมกันฟังธรรมะฝึกสมาธิรวมถึงการปฏิบัติที่ปฏิบัติชอบตามหลักทางพุทธศาสนา ซึ่งมีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อพุทธศาสนาในทางที่สูงขึ้น (สำรวย วรเตชะคงคา 22534 ; อ้างอิงมาจาก McGuire. 1985 : 256-257) ซึ่งงานวิจัยนี้จึงสอดคล้องกับผลงานวิจัยของฉกาจช่วยโต และดวงเดือน พันธมนาวิน (2533) ที่ได้ศึกษาถึงลักษณะทางพุทธและผลของการบวช ด้านความตระหนักถึงผลดีของการบวช ทัศนคติต่อคุณธรรม และเหตุผลเชิงจริยธรรมของพระสงฆ์ และฆราวาสที่เป็นเพื่อนกันพบว่า กลุ่มพระสงฆ์ (ผู้ผ่านการบวชเรียน) มีความเชื่อและค่านิยมทางพุทธสูงกว่ากลุ่มเพื่อนฆราวาส (ผู้ไม่ผ่านการบวชเรียน) ดังนั้นจึงแสดงให้เห็นว่าในการจัดประสบการณ์ทางศาสนาในที่นี้คือ การจัดฝึกอบรมทางพุทธศาสนานี้สามารถเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อพุทธศาสนาให้สูงขึ้นได้ และสอดคล้องกับผลงานวิจัยของสำรวย วรเตชะคงคา (2534) ที่ทำการศึกษาผลของการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา เพื่อเปลี่ยนแปลงจิตลักษณะ วินัยในตนเอง ทัศนคติต่อพุทธศาสนา ทัศนคติเชิงจริยธรรม และการรับรู้ต่อการละเมิดศีลห้าของนักเรียน จากโรงเรียนในกรุงเทพมหานคร พบว่านักเรียนในกลุ่มที่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีการเปลี่ยนแปลงวินัยในตนเอง ทัศนคติต่อพุทธศาสนา และการรับรู้ต่อการละเมิดศีลห้าสูงขึ้น มากกว่ากลุ่มไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา และจากการสังเกตของผู้วิจัยพบว่า นักศึกษาที่เข้าร่วมการฝึกอบรมตามโปรแกรมการฝึกทั้งกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีความเปลี่ยนแปลงทางด้านความประพฤติส่วนตัว ความรับผิดชอบในด้านการทำงาน เป็นกลุ่มและเอาใจใส่ตั้งใจเรียนดีขึ้น เมื่อนักศึกษาทั้งสองกลุ่มได้ผ่านโปรแกรมการฝึกไป 4 สัปดาห์ แสดงให้เห็นว่านักศึกษาทั้งสองกลุ่มมีการพัฒนาจริย-โศคดีปยะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนาสูงขึ้น ในระดับหนึ่งทั้งสองกลุ่ม ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ 1 ที่ต้องการศึกษาประสิทธิผลของการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา โดยวิธีการของ

หลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ และปัญญา โดยใช้พระธรรมคำสอน ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และการฝึกสมาธิแบบอานาปานสตินี้สามารถพัฒนาหิริ-โอตตปปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนา ให้สูงขึ้นได้เป็นอย่างดี

2. เมื่อพิจารณาตามจุดมุ่งหมายข้อที่ 2 และสมมติฐานข้อที่ 2 ที่กล่าวว่า "นักศึกษา วิทยาลัยเทคนิคที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยมาก และได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาจะมีหิริ-โอตตปปะและทัศนคติต่อพุทธศาสนาสูงขึ้นมากกว่านักศึกษากลุ่มอื่นอีก 3 กลุ่ม" โดยมีรายละเอียดดังนี้

2.1 หิริ-โอตตปปะ จากการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการเปรียบเทียบรายคู่ตามสมมติฐาน ใช้วิธีการของ บอนเฟอโรนี (Bonferroni) พบว่า กลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากและน้อย มีคะแนนเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลงหิริ-โอตตปปะสูงกว่ากลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากและน้อยอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของดวงเดือน พันธมนาวินและเพ็ญแข ประจวบัจฉนิก (2520 : 28-34) ที่กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย จะทำให้เด็กมีความเป็นตัวของตัวเอง ให้ความร่วมมือกับผู้ใหญ่รู้จักอดทนในการทำงาน มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีลักษณะมุ่งอนาคตและมีเหตุผลเชิงจริยธรรมในระดับสูง ถึงแม้ว่าทั้ง 4 กลุ่มจะมีพื้นฐานการอบรมเลี้ยงดูมากน้อยไม่เท่ากันก็ตาม แต่นักศึกษาก็มีพื้นฐานของคุณธรรม และจริยธรรมอยู่แล้ว ถึงแม้จะมากน้อยแตกต่างกันก็ตาม ดังนั้นเมื่อกลุ่มที่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาได้รับการอบรมสั่งสอนตามหลักธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า รวมทั้งการฝึกสมาธิ ซึ่งเป็นการได้รับเพิ่มเติมมากขึ้นจากที่มีอยู่จึงทำให้ เมื่อสิ้นสุดการฝึกอบรมมีคะแนนเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลงหิริ-โอตตปปะสูงเพิ่มมากขึ้นกว่ากลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาดังที่ได้กล่าวมาแล้ว

2.2 ทัศนคติต่อพุทธศาสนา จากผลของการวิเคราะห์โดยเมื่อทดสอบคะแนนเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีการบอนเฟอโรนี (Bonferroni) พบว่ากลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก - น้อย มีคะแนนเฉลี่ยของการ

เปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อพุทธศาสนาไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 กับกลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยมาก - น้อย ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษานี้ได้รับความรู้ทางพุทธศาสนาในเนื้อหาเดียวกันจะต่างกันเฉพาะการได้รับการฝึกและไม่ฝึกสมาธิ และมีระดับอายุใกล้เคียงกันจึงมีความเชื่อทางพุทธศาสนาที่ใกล้เคียงกัน และในการจัดฝึกอบรมโดยใช้ธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และการฝึกสมาธิแบบอานาปานสตินี้นักศึกษาได้ปฏิบัติร่วมกันอย่างต่อเนื่องเป็นเวลา 2 เดือน จึงมีผลทำให้นักศึกษากลุ่มที่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีทัศนคติต่อพุทธศาสนาสูงขึ้นทุกๆ กลุ่ม

สรุปได้ว่า ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการวิจัยในครั้งนี้พบว่า นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคที่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีหิริ-โอตตปปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนาสูงขึ้นมากกว่า นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา ซึ่งเป็นจริงตามสมมติฐานข้อที่ 1 และพบว่าไม่เป็นจริงตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่กล่าวว่า นักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ประชาธิปไตยมากและได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีหิริ-โอตตปปะและทัศนคติต่อพุทธศาสนาสูงกว่านักศึกษากลุ่มอื่นอีก 3 กลุ่ม เพราะจากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ปฏิสัมพันธ์ระหว่างการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยไม่พบความแปรปรวนต่อคะแนนการเปลี่ยนแปลงหิริ-โอตตปปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนาอย่างมีนัยสำคัญที่ .05

ข้อเสนอแนะ

ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะสองประการคือ การนำผลวิจัยไปใช้ปฏิบัติและข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในครั้งต่อ ๆ ไปดังนี้

ข้อเสนอแนะสำหรับการนำไปใช้ปฏิบัติ

จากผลการวิจัยมีพบทำให้สามารถเสนอแนะการปฏิบัติได้ดังนี้

1. จากการที่พบว่า การฝึกอบรมทางพุทธศาสนา โดยใช้พระธรรมคำสอนของ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติคือหลักของ ไตรสิกขา ประกอบด้วย ศีล สมาธิ และปัญญา สามารถพัฒนาและเปลี่ยนแปลงหิริ-โอตตปเปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนาของ นักศึกษาและเยาวชนได้ จึงถือได้ว่าการฝึกอบรมครั้งนี้เป็นแนวทางในการพัฒนาพื้นฐานทางจริยธรรม และคุณธรรมของเด็กและเยาวชน โดยทั่วไปได้ตั้งนั้นผู้เกี่ยวข้องกับผู้เกี่ยวข้องกับเด็กและเยาวชนเช่น ครอบครัว โรงเรียน และสถาบันทางการศึกษาและทางศาสนาต่าง ๆ ควรจะคำนึงถึงวิธีการจัด ประสบการณ์ ทางศาสนา เช่น การพาไปเข้าร่วมพิธีทางศาสนา การฟังเทศน์จากพระภิกษุผู้ทรงคุณวุฒิในวันสำคัญ ต่าง ๆ การเข้าอบรมธรรมะและการฝึกสมาธิ จัดการเรียนการสอนวิชาพุทธศาสตร์ในห้องเรียน โดยการนิมนต์พระผู้ทรงคุณวุฒิมาช่วยสอน ฯลฯ เป็นต้น จะทำให้เด็กและเยาวชนใกล้ชิดกับพุทธศาสนา มากยิ่งขึ้น ทำให้มีทัศนคติที่ดีต่อพุทธศาสนามีคุณธรรมจริยธรรม ประพฤติปฏิบัติตนอยู่ในกรอบของความดี และบรรทัดฐานของสังคม เป็นพลเมืองดีของสังคมและประเทศชาติต่อไป
2. จากการที่พบว่าครอบครัว และผู้ที่ใกล้ชิดมีส่วนสำคัญต่อการเปลี่ยนแปลงจิตลักษณะ ของเด็กและเยาวชน ดังนั้นถ้าครอบครัวและผู้ที่อยู่ใกล้ชิดจะให้การดูแลเอาใจใส่ ฝึกอบรมและเป็นแบบอย่างที่ดีงามต่อบุตร เด็กและเยาวชน ในความดูแลของตนเองอย่างสม่ำเสมอและใกล้ชิด ก็จะทำให้เด็กและเยาวชนในครอบครัวนั้นเป็นบุคคลที่พร้อมจะพัฒนาจริยธรรม และคุณธรรมตาม ลักษณะที่สังคมต้องการได้ เช่น การพูดจาอบรมสั่งสอนในสิ่งที่ดีงามถูกต้องเป็นนิมิต ให้รางวัลเมื่อเด็ก กระทำความดี นำหรือชักชวนให้เด็กเข้าร่วมฝึกสมาธิ เป็นต้น
3. วิทยาลัยเทคนิคควรจัดให้มีโครงการพัฒนาคุณธรรม และจริยธรรม ของนักศึกษาทุกระดับชั้น ไว้ในแผนงานประจำปีของวิทยาลัย โดยจัดให้มีการเข้าค่ายฝึกอบรมในระยะสั้นๆ เช่น ใช้เวลา 3 วัน เป็นต้น
4. กรมอาชีวศึกษาควรจัดทำโครงการเพื่อพัฒนาคุณธรรม และจริยธรรมให้ชัดเจนไว้ในแผนของกรม จะได้เป็นการตอบสนองความต้องการและสนับสนุนเยาวชน หนุ่มสาว ซึ่งปัจจุบัน ให้ความสนใจในพุทธศาสนามากล้น เกิดได้จากเข้าร่วมโครงการธรรมทายาทในภาคฤดูร้อนของ วัดธรรมกาย และการเข้าร่วมการปฏิบัติธรรม ฝึกสมาธิ ในวันเสาร์ อาทิตย์ ของนิสิตนักศึกษา

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรจะศึกษาวิจัยต่อไปว่า วิธีการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาที่ใช้พระธรรมคำสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและการฝึกสมาธิแบบอานาปานสตินี้จะมีผลมากน้อยเพียงใดหรือไม่ต่อการพัฒนา ทิริ-โอตตปปะและทัศนคติต่อพุทธศาสนากับกลุ่มประชากรอื่นที่มีลักษณะแตกต่างไปจากกลุ่มตัวอย่าง เช่น กลุ่มผู้ใหญ่ ผู้สูงอายุ ผู้ประกอบอาชีพต่าง ๆ เด็กที่จบชั้นภาคบังคับแล้วไม่ศึกษาต่อ เป็นต้น เพื่อให้แน่ใจได้ว่าวิธีการนี้เหมาะแก่การพัฒนาบุคคลไม่ว่าจะเป็นกลุ่มใดก็ตาม
2. ควรมีการวิจัยในลักษณะของการติดตามผล เพื่อศึกษาว่าผลที่เกิดขึ้นจากการฝึกอบรมนี้มีความคงทนมากน้อยเพียงใด
3. ควรศึกษาถึงผลของการฝึกอบรมที่มีต่อพฤติกรรมเชิงจริยธรรมในด้านต่าง ๆ ทั้งการทำทางและมารยาทที่แสดงออกว่ามีพฤติกรรมดีบ้างที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม
4. วิธีการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา ไม่ว่าจะวิธีใดก็ตาม ถ้าจะใช้กับการวิจัยเชิงทดลองที่มีกลุ่มทดลอง กลุ่มควบคุม กลุ่มตัวอย่างควรมุ่งเลือกจากกลุ่มประชากรที่อาสาสมัคร เพราะจะทำให้ได้รับการร่วมมือเป็นอย่างดีในขณะที่ทำการทดลอง
5. โครงการวิจัยและพัฒนาต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณธรรมและจริยธรรมในด้านต่าง ๆ นั้น กิจกรรมต่าง ๆ ที่จัดขึ้น ควรออกแบบให้สอดคล้องกับหลักของพระธรรมคำสอนของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย
6. แบบแผนการวิจัยและผลของการวิจัยที่เกี่ยวกับการพัฒนาคุณธรรมและจริยธรรม ควรจะเป็นแบบแผนและผลของการวิจัยที่โรงเรียน วิทยาลัย และสถาบันการศึกษาอื่น ๆ สามารถนำไปใช้และปฏิบัติได้

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- จรรยา สุวรรณทัต. ความสามารถในการควบคุมตนเองของเด็กไทยในแง่ของความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบทางการศึกษาการฝึกทักษะและการพัฒนาจิตลักษณะเพื่อสร้างพลเมืองที่มีประสิทธิภาพ. รายงานการวิจัย ฉบับที่ 44. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2533.
- ฉกาจ ช่วยโต. การศึกษาผลของการฝึกอบรมตามโครงการจริยธรรมสำหรับนักศึกษาวิทยาลัยครูสงขลา. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2521. อัดสำเนา.
- ฉกาจ ช่วยโต และดวงเดือน พันธมนาวิน. ลักษณะจิตสังคมที่เกี่ยวกับการบวชในพุทธศาสนาของชาวไทยในภาคใต้. รายงานการวิจัย ฉบับที่ 43. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2533.
- ชมชื่น สมประเสริฐ. ผลของการฝึกสมาธิ ต่อระดับความวิตกกังวล. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2526. อัดสำเนา.
- ชาลี หวานฉ่ำ. การทดลองฝึกสมาธิที่มีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาคณิตศาสตร์และระดับเหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530. อัดสำเนา.
- ชำนาญ นิคาร์ตัน. หนังสือเรียนสังคมศึกษารายวิชา ส.402 ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช, 2526.
- ชิน โอสภ หัสบำเรอ. ดับทุกข์ด้วยพุทธธรรมหนังสือที่ระลึกในงานฌาปนกิจ นางพูนสุข บุญประเสริฐ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์, 2525.
- ชูศรี หลีกเพชร. ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูกับความเชื่อมั่นในตนเอง และคุณธรรมแห่งพลเมืองดี. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2517. อัดสำเนา.

ดวงเดือน พันธุมนาวิน. "การวิจัยเกี่ยวกับค่านิยมที่ควรส่งเสริม ในเยาวชนและประชาชน
ไทย," วารสารการวิจัยทางการศึกษา. 10(2) : 29 - 47; 2523.

_____. ครูกับการปลูกฝังจริยธรรมแก่นักเรียน. หน้า 13 - 15. จุลสารฉบับที่ 4.
กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2526.

_____. ทฤษฎีต้นไม้วีจริยธรรมสำหรับคนไทย : การวิจัยและประยุกต์ ในเอกสาร
พิเศษในวันครบรอบปีที่ 33 ของสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทร
วิโรฒ ประสานมิตร, 2531

_____. พฤติกรรมศาสตร์ เล่ม 2 จิตวิทยาจริยธรรม และจิตวิทยาภาษา. กรุงเทพฯ :
โรงพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2524.

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และเพ็ญแข ประจวบจันทน์. ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวกับสุขภาพ
จิตและจริยธรรมของนักเรียนวัยรุ่น. รายงานการวิจัย ฉบับที่ 26. กรุงเทพฯ :
สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2524.

_____. "จริยธรรมของเยาวชนไทย," รายงานการวิจัยฉบับที่ 21. กรุงเทพฯ :
สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2520.

คุณหญิง โยเหลา. สถิติสำหรับแบบแผนการทดลอง. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530. อัดสำเนา.

ทวีรัตน์ นาคเนียม. ผลของการฝึกสมาธิที่มีต่อการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของผู้ต้องขัง.
ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2530. อัดสำเนา.

ทัศนาก ทองภักดี. ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผลกับความเชื่ออำนาจ
ภายในตนของเด็กวัยรุ่นไทย. ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2528. อัดสำเนา.

ทิพวรรณ กิตติวิบูลย์. การอบรมเลี้ยงดูและการพัฒนาทางจริยธรรมของเด็กก่อนวัยเรียน.
ปริญญาานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2522. อัดสำเนา.

- เทียนชัย สิริสัมพันธ์. "รองนายกเดือนเยาวชานปรับตนเองให้เข้ากับสังคม," ข่าวสด.
หน้า 13 : ลงวันที่ 27 กันยายน 2531.
- นงเล็ก สุขถิ่นไทย. ทัศนคติของนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์วิทยาเขตบางเขน ต่อ
พุทธศาสนา. ปรินญาณินทร์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์,
2527. อัดสำเนา.
- นงนุช โรจนเลิศ. การศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมตนเองของนักเรียนวัยรุ่น.
ปรินญาณินทร์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2533. อัดสำเนา.
- นิพนธ์ เทียมกพิพานุญชร. ทัศนะของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒต่อพุทธศาสนาและ
พระสงฆ์. ปรินญาณินทร์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร, 2527. อัดสำเนา.
- บุญรับ ศักดิ์มณี. การเสริมสร้างจิตลักษณะเพื่อพัฒนาพฤติกรรมการทำงานราชการ. ปรินญา
ณินทร์ ศศ.ด. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2525.
อัดสำเนา.
- ปิ่น มุกกัณฑ์. คำบรรยายพุทธศาสตร์. กรุงเทพฯ : คลังวิทยา, 2508.
_____. แนวสอนธรรมะ. กรุงเทพฯ : หน่วยพิมพ์และจำหน่ายศาสนภัณฑ์, 2514.
- แผนงาน, กอง กรมอาชีวศึกษา. คุณสมบัติของแรงงานที่นายจ้างต้องการ. กรุงเทพฯ :
กองแผนงาน กรมอาชีวศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2529.
- พระกรวีรญาณ. วิชาศาสนา. กรุงเทพฯ : มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, 2502.
- พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม. กรุงเทพฯ :
มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, 2532.
_____. พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์. กรุงเทพฯ : มหาจุฬาลงกรณ์
ราชวิทยาลัย, 2533.
- พระมหาเสริมชัย ชยมงคลโล. ธรรมะเพื่อคุณภาพชีวิต. กรุงเทพฯ : มูลนิธิพุทธภาวนาวิชา
กายธรรม วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร, 2535.

พระราชวรมณี (ประยูรต์ ปยุตโต). พุทธธรรม. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา, 2526.

_____. พุทธธรรม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2529.

พลศึกษา, กรม กองสารวัตรนักเรียน. รายงานเหตุการณ์นักเรียนนักศึกษาก่อเหตุทะเลาะวิวาท

ในเขตกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพฯ : กองสารวัตรนักเรียน กรมพลศึกษา,

2521 - 2526.

พัฒนา ชูเชื้อ. การศึกษาเรื่องการอบรมพุทธศาสนาและความคิดเห็นของเขาที่มีต่อพุทธศาสนา

ในโรงเรียนพุทธศาสนาวันอาทิตย์. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ จุฬาลงกรณ์

มหาวิทยาลัย, 2508. อัดสำเนา.

พุทธทาสภิกขุ. "การทำบุญทำกุศลที่สูงสุด," สารประชาชน. กุมภาพันธ์ 2518.

_____. บรมธรรมภาคปลาย. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : หจก.การพิมพ์พระนคร,

2525.

_____. อานาปานสติกฤดาไสความลับชีวิตฉบับคู่มือปฏิบัติ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์

เลี้ยงเซียง, 2531.

_____. โอวาทลาลึกษา. ในหนังสือธรรมโฆษณ์ ในชุดเกจธรรม เป็นธรรมบรรยายแก่

นักศึกษา แพทย์ที่บวชในภาคฤดูร้อน เมื่อปี พ.ศ. 2514 ที่สวนโมกข์ พลาราม 2514.

_____. บรมธรรม. สุราษฎร์ธานี : ธรรมมูลนิธิ, 2512.

เพ็ญแข ประจวบจันก. "การพัฒนากับการถ่ายทอดทางศาสนา : ความสำคัญและการสนับสนุน

ซึ่งกันและกัน," พฤติกรรมศาสตร์เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต. ประมวลบทความและ

ผลงานทางพฤติกรรมศาสตร์ ครบรอบ 36 ปี สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัย

ศรีนครินทร์วิโรฒ ประสานมิตร, 2534. อัดสำเนา.

_____. พื้นฐานทางสังคมวิทยาของการศึกษา. กรุงเทพฯ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์

มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ ประสานมิตร, 2528. อัดสำเนา.

_____. "ลักษณะนิสัยมุ่งอนาคต," เอกสารการสอนชุดวิชา พัฒนาการวัยรุ่น และการอบรม.

นนทบุรี : สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2527.

อัดสำเนา.

- ภัทรา นิคมานนท์. ความสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติต่อการถือศีลห้า ความรู้สึกผิดชอบวินัยในตนเอง ความเกรงใจ และสัมฤทธิ์ทางการเรียน. กรุงเทพฯ : ปรินทิเนียนินท์ ก.ศ.ม. วิทยาลัยวิชาการศึกษาประสานมิตร, 2517.
- มยุรี จินตรักษ์. อิทธิพลของลักษณะของการอบรมเลี้ยงดูเด็กไทยที่มีต่อการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2524. อัดสำเนา.
- มทามกฎราชวิทยาลัย. วิสุทธิมรรคแปล. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มทามกฎราชวิทยาลัย, 2522.
- มานะ รัตนโกเศศ. นานาพรรณณะเกี่ยวกับการอาชีวศึกษาไทย. กรุงเทพฯ : การศึกษาเพื่ออาชีพงานศิลปะหัตถกรรม และอาชีวศึกษา, 2530.
- ยาใจ จุลพงษ์. ประเภทของการอบรมเลี้ยงดูตามการรับรู้กับระดับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่สาม ในจังหวัดอุตรธานี. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524. อัดสำเนา.
- ระพี สาคริก. "ความอดทนอยู่ไหน," ใกล้หมอ. 7(5) : 60 - 61; พฤษภาคม 2526.
- รัตนา ตั้งชลทิพย์. ผลของการฝึกสมาธิแบบชาวพุทธต่อสุขภาพจิตของเด็กวัยเรียน. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2530. อัดสำเนา.
- โรจน์ สุวรรณสุทธิ และคนอื่น ๆ. สมาธิช่วยในการศึกษาเพียงใด. หน้า 1 - 44. การประชุมสัมมนาวิทยาการของพุทธศาสนาแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์ราชทัณฑ์, 2526.
- วชิรญาณวโรรส. "ธรรมวิภาค," ใน ส่วโกวาท. กรุงเทพฯ : บริษัทวัชรินทร์การพิมพ์, 2520.
- วรศักดิ์ วรธรรมโม, พระ. ครูกับศีลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ : สมชายการพิมพ์, 2521.
- วราภรณ์ รักรวิชัย. การอบรมเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย. กรุงเทพฯ : ภาคหลักสูตรและการสอน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2528.

- วศีน อินทสระ. ธรรมและชีวิต. กรุงเทพฯ : บรรณาการ, 2515.
- วัฒนา ดิศพงษ์. ความคิดเห็นของเยาวชนที่มีต่อพุทธศาสนา พ.ศ. 2521. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2523. อัดสำเนา.
- วันชัย มีกลาง. ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติ ความรู้ ความเข้าใจ การปฏิบัติตาม และการได้รับการถ่ายทอด ทางพุทธศาสนาของนิสิตระดับอุดมศึกษาในมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530. อัดสำเนา.
- วารินทร์ ม่วงสุวรรณ. ความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรักและควบคุมความเอื้อเฟื้อ และวินัยทางสังคม. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2517. อัดสำเนา.
- วิทย์ วิศัยเวย์ และเสฐียรพงศ์ วรรณปก. หนังสือเรียนสังคมศึกษารายวิชา ส.402 สังคมศึกษาสำหรับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ตามหลักสูตรมัธยมศึกษาตอนปลาย พ.ศ. 2524. กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์, 2527.
- ศรีธรรม ธนะภูมิ และคนอื่น ๆ. "ผลของการทำสมาธิต่อความจำและบุคลิกภาพ," ใน คำบรรยายและบทความต่อการประชุมฟื้นฟูทางวิชาการ. ครั้งที่ 25. คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล, วันจันทร์ที่ 21 - ศุกร์ที่ 25 มีนาคม 2526. หน้า 353 - 356. 2526.
- ศุภกาญจน์ ภักดีศรี. เปรียบเทียบความรู้ในพุทธศาสนา ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4, 5 ที่ศึกษาพุทธศาสนาวันอาทิตย์กับนักเรียนโรงเรียนสามัญ. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2522. อัดสำเนา.
- สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส. นวกวาท. มหามกุฏราชวิทยาลัย ทรงแต่งขึ้นตั้งแต่ พ.ศ. 2442 พิมพ์ครั้งล่าสุดคือ ครั้งที่ 76, 2533.
- สายสมร ชำดียานนท์. ความสัมพันธ์ระหว่างจริยธรรมกับความสามารถด้านเหตุผลและการอบรมเลี้ยงดูของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2526. อัดสำเนา.

- สำรวย วรเตชะคงคา. ผลของการฝึกอบรมทางศาสนาที่มีต่อการพัฒนาจิตลักษณะของนักเรียนที่เข้าโครงการบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อนที่วัดม่วง เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2534. อัดสำเนา.
- สุกัญญา กุลอึ้ง. ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออกและการอบรมเลี้ยงดูตามคำรายงานของตนเอง. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2523. อัดสำเนา.
- สุชา จันทร์เอม. จิตวิทยาวัยรุ่น . กรุงเทพฯ : แพรวพิทยา, 2518.
- สุชีพ ปุณฺณานุกาภ. พระไตรปิฎกสำหรับประชาชนเล่ม 4 . กรุงเทพฯ : บรรณาการ , 2502.
- สุเชษฐ์ มาห์หมัด. อิทธิพลของการเป็นแบบอย่างต่อการพัฒนาจริยธรรมของเยาวชน. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2519. อัดสำเนา.
- สุนทรี ไคฉิม และสนธิ สัมครการ. ค่านิยมและระบบค่านิยมไทย : เครื่องมือในการสำรวจวัด. รายงานการวิจัย. กรุงเทพฯ : สำนักวิจัย สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2522.
- สุรียาพร นุ้ระกุล. ผลการฝึกการเจริญสติตามวิธีการของหลวงปู่เทียมน จิตตสุโข ต่อความจำปัจจุบัน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนสิรินธรวิทยาลัย. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2531. อัดสำเนา.
- อโนชา จังจิง. ผลของการบวชชีพรามณ์ต่อระดับการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักศึกษาของวิทยาลัยนศึกษาในจังหวัดภาคกลาง. ปรินญาณินพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2529. อัดสำเนา.
- อร่าม โกฏีกุล. "นักศึกษาอาชีวศึกษาที่นายจ้างต้องการ," วารสารอาชีวศึกษา 2. 37 ; กรกฎาคม 2529.
- อวยชัย โรจนนรินทร์กิจ. ผลของการฝึกอาภาปานสติสมาธิ ในพุทธศาสนาต่อการพัฒนาการให้เหตุผลเชิงจริยธรรม. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2526. อัดสำเนา.
- อานนท์ อารามิรม. ลักษณะสังคมและปัญหาสังคมของไทย. กรุงเทพฯ : วัฒนาพานิช, 2517.

- Balwin, Alfred L. "Socialization and Parent Child Relationship," Child Development. 19 : 127-130; September, 1948.
- Breckenridge, M.E. Child Development. London : W.B. Saunders Company, 1955.
- Crow, Lester D. and Alice Crow. Child Development and Adjustment. New York : The Macmillan, 1962.
- Harbison, F. and C.A. Mayers. Education Manpower and Economic Growth. New York : McGraw-Hill, 1964.
- Hoffman, M.L. "Moral Development," in P.H. Mussen (ed). Carmichael's Manual of Child Development. 3rd ed. Vol. 2. p. 261 - 360. New York : John Wiley & Son, 1970.
- _____. Carmichael's Manual of Child Psychology. 3rd ed. Vol. 2. p. 261 - 360. New York : John Wiley & Sons, 1970.
- James, Rest R. New Approach in Assessing Moral Judgement in Moral Development and Behavior. New York : Thomas Lickons, 1975.
- Mccall, George J. and J.L. Simon. Social Psychology : a Sociological. New York : The Free Press, 1982.
- McGuire, W.J. "The Nature of Attitude and Attitude Change," The Handbook of Social Psychology. v.3,. G. Lindzey, G & E. Aronson. Addison Wesley, 1969.
- _____. "Attitudes and Attitude Change," in Lindzey, G & Aronson, E(eds.) Handbook of Social Psychology. vol.2 Special Fields and Applications. Chapter 19 New York : Random House, , 1985.
- Myers. T.L. Fundamental of Experimental Design. Boston : Allyn and Bocon, 1971.
- Peck, R.F. "Family Patterns Correlate with Adolescent Personality Structure," Journal of Abnormal and Social Phychology. 62 :374, 1958.
- Redke, Marian J. The Relation of Parental Authority to Children Behavior and Attitude. Mineapolis : University of Minnessota Press, 1964.
- Roger, Dorothey. Issue in Adolescent Psychology. New York : Meridith Corporation, 1972.
- Schefer, Earl S. "A Circumplex Model for Maternal Behaviors," Journal of Abnormal and Social Psychology. 59(2) : 226-235; September, 1959.

Sear, Robert R., Leonor E. Maccoby and Haray Levin. Pattern of Child Rearing. Evenston, Illinois : Row, Peterson, and Company, 1957.

Secard, P.E. and C.W. Bachman. Social Psychology. New York : McGraw-Hill Company, 1964.

Seeman, W., S. Nidich and T. Banta. Influence of Transcendental Meditation on a Measure of Self-Actualization. Vol. 1. Scientific Research on The Transcendental Meditation Program Collected Papers, 1972.

Warner, H. Comparative Psychology of Mental Development. New York : Science Edition, 1961.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบวัดทัศนคติต่อพุทธศาสนา

แบบวัดหิริ-โอตตัปปะ

แบบวัดการอบรมเลี้ยงดู

แบบวัด ทศนคติต่อพุทธศาสนา

คำชี้แจง ข้อคำถามนี้ถามเกี่ยวกับเรื่องทางศาสนาให้นักเรียนอ่านข้อคำถามและพิจารณา
เลือกคำตอบให้ตรงกับความรู้สึกของตนเองให้มากที่สุด โดยกาเครื่องหมายถูก (/) ลงในช่อง
คำตอบเพียงคำตอบเดียว

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ค่อนข้าง เห็นด้วย	ค่อนข้าง ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1. หลักธรรมในพุทธศาสนาช่วยทำให้คน พ้นทุกข์ได้.....						
2. การทำความดีย่อมได้รับผลดี การทำชั่ว ย่อมได้รับผลชั่ว ท่านเห็นด้วยหรือไม่...						
3. การเวียนว่ายตายเกิดเป็นสิ่งมีจริง.....						
4. ความเชื่อว่าชาติหน้ามีจริงเป็นเรื่อง งมงาย.....						
5. คำสอนในเรื่องบุญ-บาป ในพุทธศาสนา ทำให้คนทำความดีมากขึ้น.....						
6. บุญ-บาป ให้ผลแก่ผู้ประพฤติดีและ ผู้ประพฤติชั่วจริง.....						
7. บุคคลสามารถพ้นทุกข์ได้ ถ้าสามารถ ปฏิบัติธรรมจนบรรลุนิพพาน.....						
8. นรกสวรรค์ จะมีจริงหรือไม่ก็ตาม แต่ เป็นการสอนให้คนทำแต่ความดี.....						
9. บุญ-บาป เป็นเพียง หลักการให้รางวัล และการลงโทษทางศาสนาเท่านั้น ไม่มี ผลต่อผู้กระทำ.....						

ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ค่อนข้าง เห็นด้วย	ค่อนข้าง ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
21. วัดเป็นเพียงสิ่งปลูกสร้าง ไม่มีความสำคัญ						
22. วัดเป็นเพียงวัตถุเท่านั้น.....						
23. คนเราเมื่อมีความทุกข์ทางใจก็มักจะไป วัดเสมอ.....						
24. วัดเป็นศูนย์รวมสถานที่คนไทยทุกคนควร กราบไหว้.....						
25. วัดเป็นศูนย์รวมทางจิตใจของชาวบ้าน..						
26. พระสงฆ์ควรเป็นผู้นำของการพัฒนาใน ด้านต่าง ๆ.....						
27. พระสงฆ์เป็นเพียงคนธรรมดาไม่จำเป็นต้อง กราบไหว้.....						
28. ชายไทยทุกคนหากมีโอกาสควรบวชเป็น พระ เพื่อรับใช้ศาสนา.....						
29. พระสงฆ์ส่วนมากมักใช้ศาสนาเป็น เครื่องมือในการหาเงิน.....						
30. พระสงฆ์ในปัจจุบันทำให้ศาสนาเสื่อมลง.						
31. ทุกคนควรไปวัดอย่างน้อยเดือนละ 2 ครั้ง.....						
32. การสวดมนต์ไหว้พระก่อนนอนจะทำให้ ไม่ฝันร้าย.....						
33. หากมีโอกาสควร ไปฟังเทศน์ที่วัดเสมอ..						

ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
19. ข้าพเจ้าน่าไม่ได้ที่จะให้ใครมาตักเตือนไม่ให้ทำอะไร.....						
20. ข้าพเจ้ามีความรู้สึกต่อต้านทุกครั้ง เมื่อผู้ใหญ่ออกคำสั่ง.....						
21. แม้จะตัดสินใจไปแล้ว แต่ถ้าใครให้เหตุผลที่ดีและเหมาะสมกว่าข้าพเจ้าก็สามารถพิจารณาอีกครั้งหนึ่งได้.....						
22. ความรู้สึกผิดชอบชั่วดี ช่วยให้ข้าพเจ้าระวังการทำผิดทางกาย วาจา ใจ.....						
23. ข้าพเจ้าสามารถควบคุมความนึกคิดของตนเองได้.....						
24. ข้าพเจ้าสามารถควบคุมชีวิตของตนเองได้มากกว่าให้คนอื่นมาควบคุม.....						
25. ข้าพเจ้าเชื่อว่าคนอื่นให้การยอมรับข้าพเจ้า.....						
26. ข้าพเจ้ารู้สึกพอใจในชีวิตที่เป็นอยู่.....						
27. ข้าพเจ้าไม่เคยรู้สึกตนเอง ทำอะไรสำเร็จในชีวิตเลย.....						
28. เมื่อข้าพเจ้าตัดสินใจทำอะไร ข้าพเจ้าพร้อมที่จะรับผลที่ตามมา.....						
29. ข้าพเจ้าไม่แน่ใจในการกระทำของตนเอง จนกว่าจะได้รับการสนับสนุนให้กำลังใจจากผู้อื่นทุกครั้ง.....						

6. สิ่งที่ทำให้เด็กเรียนยุ่งยากใจ มักจะไม่ค่อยได้รับความร่วมมือ

.....
มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

7. เมื่อนักเรียนขอร้องให้พ่อแม่ช่วยเหลือ มักจะไม่ค่อยได้รับความช่วยเหลือ

.....
มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

8. พ่อแม่แสดงความรักและให้ความอบอุ่นแก่นักเรียนอย่างเป็นกันเอง

.....
มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

9. พ่อแม่แนะนำการศึกษาต่อและเลือกอาชีพแก่นักเรียนตามที่พ่อแม่ชอบ

.....
มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

10. พ่อแม่ไม่ค่อยให้ความสนใจในการแต่งกายของนักเรียนเท่าที่ควร

.....
มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

11. พ่อแม่แบ่งงานให้นักเรียนทำพอเหมาะกับความสามารถ

.....
มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

12. พ่อแม่มักแสดงให้นักเรียนเห็นว่านักเรียนยังเป็นเด็ก ไม่สามารถจะตัดสินใจปัญหาด้วยตนเองได้

.....
มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

13. นักเรียนมักจะถูกพ่อแม่ว่ากล่าวตำหนิในการเลือกคบเพื่อนอยู่บ่อย ๆ

.....
มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

14. พ่อแม่ชมเชยและให้กำลังใจในขณะที่นักเรียนทำงาน

.....
มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

ภาคผนวก ข

ตารางวิเคราะห์ข้อมูล

ตาราง 5 แสดงคะแนนทรี-โอตดัดปีก่อนและหลังการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาของกลุ่มที่
เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1	219	242	26	227	244
2	231	240	27	158	188
3	253	260	28	244	246
4	249	259	29	248	247
5	214	235	30	215	234
6	294	298	31	227	234
7	267	265	32	244	242
8	229	243	33	245	255
9	236	240	34	179	182
10	254	258	35	227	233
11	215	229	36	202	211
12	240	245	37	248	253
13	206	225	38	246	271
14	206	198	39	228	238
15	249	253	40	212	243
19	253	268	41	214	223
17	219	220	42	202	222
18	232	240	43	204	214
19	243	239	44	223	228
20	241	234	45	200	203
21	218	227	46	225	228
22	248	252	47	231	248
23	255	256	48	215	218
24	227	239	49	229	230
25	229	238	50	233	238

ตาราง 6 แสดงคะแนนทรี-โอตตีป๊ะก่อนและหลังการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาของกลุ่มที่
ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1	236	243	26	242	217
2	192	198	27	218	216
3	211	210	28	225	211
4	239	218	29	256	203
5	209	222	30	263	260
6	259	248	31	297	290
7	239	225	32	264	245
8	234	223	33	256	231
9	215	214	34	273	265
10	225	229	35	234	222
11	267	249	36	232	240
12	228	239	37	226	216
13	254	246	38	233	238
14	249	197	39	251	221
15	178	180	40	238	240
16	228	218	41	232	235
17	235	239	42	229	227
18	244	245	43	217	215
19	231	227	44	212	210
20	255	254	45	275	252
21	213	218	46	267	251
22	196	209	47	249	235
23	177	183	48	222	219
24	220	216	49	200	208
25	191	198	50	233	223

ตาราง 7 แสดงคะแนนทัศนคติต่อพุทธศาสนาก่อนและหลังการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาของกลุ่มที่
เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1	168	182	26	191	205
2	165	168	27	161	170
3	208	210	28	164	168
4	195	208	29	182	193
5	185	195	30	180	185
6	176	180	31	178	198
7	194	200	32	150	157
8	198	199	33	156	176
9	176	180	34	172	178
10	196	207	35	169	182
11	173	180	36	178	183
12	179	179	37	182	186
13	142	154	38	191	222
14	176	170	39	183	189
15	180	193	40	160	170
19	211	214	41	172	175
17	167	165	42	163	168
18	202	200	43	158	162
19	179	170	44	165	173
20	181	185	45	180	184
21	175	184	46	170	176
22	166	168	47	183	182
23	180	190	48	185	186
24	160	174	49	179	180
25	185	190	50	198	190

ตาราง 8 แสดงคะแนนทัศนคติต่อพุทธศาสนา ก่อนและหลังการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาของกลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	คนที่	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1	205	196	26	160	177
2	180	181	27	161	178
3	158	172	28	163	176
4	171	176	29	197	190
5	171	167	30	194	190
6	199	197	31	210	215
7	180	186	32	192	189
8	191	188	33	188	204
9	171	168	34	201	202
10	179	185	35	171	171
11	193	195	36	182	189
12	180	173	37	182	181
13	198	201	38	184	186
14	192	188	39	174	180
15	178	185	40	176	180
16	189	192	41	176	178
17	164	178	42	168	182
18	189	204	43	166	169
19	171	178	44	179	181
20	180	182	45	190	195
21	173	172	46	195	200
22	172	184	47	176	183
23	182	175	48	191	181
24	175	176	49	186	185
25	179	182	50	169	160

ตาราง 9 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการเปลี่ยนแปลงทิริ-โอดิตปเป
จำแนกตามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

กลุ่ม	จำนวน	คะแนนเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
กลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ			
ประชาธิปไตยมาก	50	-1.56	14.1568
กลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ			
ประชาธิปไตยน้อย	50	3.40	13.3340
รวม	100	0.92	13.9071

ตาราง 10 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการเปลี่ยนทัศนคติต่อพุทธศาสนา
จำแนกตามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

กลุ่ม	จำนวน	คะแนนเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
กลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ			
ประชาธิปไตยมาก	50	4.38	6.8954
กลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ			
ประชาธิปไตยน้อย	50	4.98	7.6278
รวม	100	4.68	7.2403

ตาราง 11 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทริ-โอดตัดปะพิจารณาตัวแปรอิสระ คือ การฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

คะแนนเฉลี่ย	\bar{X}_{12}	\bar{X}_{11}	\bar{X}_{22}	\bar{X}_{21}
	-10.06	-3.08	7.04	9.88
$\bar{X}_{12} = -10.06$	-	2.38	5.84*	6.81*
$\bar{X}_{11} = -3.08$		-	3.45*	4.42*
$\bar{X}_{22} = 7.04$			-	0.97

* มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

หมายเหตุ

\bar{X}_{ij} คือ คะแนนเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลงทริ-โอดตัดปะ พิจารณาตามการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

i คือ การฝึกอบรมทางพุทธศาสนา โดยที่ 1 = ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

2 = เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

j คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย โดยที่

1 = การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย

2 = การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก

ตาราง 12 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยการเปลี่ยนแปลงทัศนคติต่อทางพุทธศาสนาพิจารณาตัวแปรอิสระ คือ การฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

คะแนนเฉลี่ย	\bar{X}_{11}	\bar{X}_{12}	\bar{X}_{22}	\bar{X}_{21}
	2.44	3.64	5.12	7.52
$\bar{X}_{11} = 2.44$	-	0.62	1.39	2.63
$\bar{X}_{12} = 3.64$		-	0.77	2.01
$\bar{X}_{22} = 5.12$			-	1.24

* มีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

หมายเหตุ

\bar{X}_{ij} คือ คะแนนเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลงหิริ-โอตตปะปะ พิจารณาตามการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาและการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

i คือ การฝึกอบรมทางพุทธศาสนา โดยที่ 1 = ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

2 = เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

j คือ การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย โดยที่

1 = การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อย

2 = การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมาก

สูตรแสดงการทดสอบคะแนนเฉลี่ยเป็นรายคู่ของบอนเฟอโรนี (Bonferroni)

สูตร

$$B = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{MS_w \left(\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}}$$

- B คือค่าสถิติที่คำนวณได้จากข้อมูล ด้วยวิธีการ บอนเฟอโรนี
- X_1 คือคะแนนเฉลี่ยของตัวแปรกลุ่มที่ 1
- X_2 คือคะแนนเฉลี่ยของตัวแปรกลุ่มที่ 2
- MSw คือค่าเฉลี่ยของส่วนเบี่ยงเบนกำลังสองภายในกลุ่ม
- n_1 คือจำนวนสมาชิกกลุ่มที่ 1
- n_2 คือจำนวนสมาชิกกลุ่มที่ 2

ภาคผนวก ค

(โปรแกรมการฝึกอบรมและรายละเอียดของการฝึกอบรม)

โปรแกรมการฝึกอบรมในทางพุทธศาสนาของกลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

สัปดาห์ที่	ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	เวลา
สัปดาห์ที่ 1	ครั้งที่ 1	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ	40 นาที
		- ปฐมนิเทศ - คีล - สมာธิ - ปัญญา	
	ครั้งที่ 2	2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	10 นาที
		1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ	40 นาที
	ครั้งที่ 3	- อบายมุข 4 - อกุศลกรรมบท 10	
		2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	10 นาที
ครั้งที่ 3	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ	40 นาที	
	- หิริ - โอตตปปะ - สติ - สัมปชัญญะ		
		2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	10 นาที

สัปดาห์ที่	ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	เวลา
สัปดาห์ที่ 2	ครั้งที่ 4	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - ธรรมอันจะทำให้ยึดเอาประโยชน์ - อธิปไตย 4 2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	40 นาที 10 นาที
	ครั้งที่ 5	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - สาราณียธรรม 6 - เบญจศีล - เบญจธรรม 2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	40 นาที 10 นาที
	ครั้งที่ 6	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - ความกตัญญู - กตเวที - พรหมวิหาร 4 2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	40 นาที 10 นาที

สัปดาห์ที่	ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	เวลา
สัปดาห์ที่ 3	ครั้งที่ 7	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - อริยสัจจ 4 ในหัวข้อทุกข์ - สมุทัย 2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	35 นาที 15 นาที
	ครั้งที่ 8	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - อริยสัจจ 4 ในหัวข้อ นิโรธ, มรรค 2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	35 นาที 15 นาที
	ครั้งที่ 9	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - อริยสัจจ 4 ในหัวข้อ มรรค (ต่อ) 2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	35 นาที 15 นาที

สัปดาห์ที่	ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	เวลา
สัปดาห์ที่ 4	ครั้งที่ 10	1. ฝึกอบรบด้วยธรรมะ - สัมมาทิฏฐิ ในหัวข้อ โยนิโสมนสิการ และ ปรโตโมสะ	35 นาที
		2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	15 นาที
	ครั้งที่ 11	1. ฝึกอบรบด้วยธรรมะ - สัมมาทิฏฐิ ในหัวข้อ กุศลธรรมบท 10 และ สัมมัตตะ 10	35 นาที
		2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	15 นาที
	ครั้งที่ 12	1. ฝึกอบรบด้วยธรรมะ - อริยสัจจ 4 และสัมมาทิฏฐิ ซึ่งทั้งสองหัวข้อนี้มีความสัมพันธ์ เกี่ยวข้องกัน	35 นาที
		2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	15 นาที

ลำดับหัวข้อ	ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	เวลา
ลำดับหัวข้อ 5	ครั้งที่ 13	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - ทิริ - โอดัปะปะ 2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	30 นาที
	ครั้งที่ 14	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - สติ - สัมปชัญญะ 2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	20 นาที
	ครั้งที่ 15	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - สติปัญญา 4 2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	30 นาที
	ครั้งที่ 16	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - สติปัญญา 4 2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	30 นาที
	ครั้งที่ 17	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - สติปัญญา 4 2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	30 นาที
	ครั้งที่ 18	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - สติปัญญา 4 2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	20 นาที

สัปดาห์ที่	ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	เวลา
สัปดาห์ที่ 6	ครั้งที่ 16	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - นีวรณ 5	30 นาที
		2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	20 นาที
	ครั้งที่ 17	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - ชันธ 5	30 นาที
		2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	20 นาที
	ครั้งที่ 18	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - อายตนะ 12 และ โพชฌงค์ 7	30 นาที
		2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	20 นาที

สัปดาห์ที่	ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	เวลา
สัปดาห์ที่ 7	ครั้งที่ 19	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ	25 นาที
		- อิทธิบาท 4 (ทบทวน)	
	2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	25 นาที	
	ครั้งที่ 20	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ	25 นาที
		- เบญจศีล - เบญจธรรม (ทบทวน)	
	2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	25 นาที	
	ครั้งที่ 21	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ	25 นาที
		- พรหมวิหาร 4 (ทบทวน)	
	2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	25 นาที	

ลำดับที่	ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	เวลา
ลำดับที่ 8	ครั้งที่ 22	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - อริยสัจ 4 (ทบทวน)	25 นาที
		2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	25 นาที
	ครั้งที่ 23	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - หิริ - โอตตัปปะ (ทบทวน)	25 นาที
		2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	25 นาที
	ครั้งที่ 24	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - สติปัฏฐาน 4 (ทบทวน)	25 นาที
		2. ฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ	25 นาที

โปรแกรมการฝึกอบรมในทางพุทธศาสนาของกลุ่มที่ไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา

สัปดาห์ที่	ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	เวลา
สัปดาห์ที่ 1	ครั้งที่ 1	<ul style="list-style-type: none"> - ปฐมนิเทศ - ศีล - สมาธิ - ปัญญา 	50 นาที
	ครั้งที่ 2	<ul style="list-style-type: none"> - อบายมุข 4 - อภุศลกรรมบท 10 	50 นาที
	ครั้งที่ 3	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ <ul style="list-style-type: none"> - หิริ - โอตตปปะ - สติ - สัมปชัญญะ 	50 นาที

สัปดาห์ที่	ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	เวลา
สัปดาห์ที่ 2	ครั้งที่ 4	- ธรรมอันจะทำให้ยึดเอาประโยชน์ - อธิปไตย 4	50 นาที
	ครั้งที่ 5	- สาราณียธรรม 6 - เบน็จศีล - เบน็จธรรม	50 นาที
	ครั้งที่ 6	- ความกตัญญู - กตเวที - พรหมวิหาร 4	50 นาที
สัปดาห์ที่ 3	ครั้งที่ 7	- อริยสัจ 4 ในหัวข้อทุกข์ - สมุทัย	50 นาที
	ครั้งที่ 8	- อริยสัจ 4 ในหัวข้อ นิโรธ, มรรค	50 นาที
	ครั้งที่ 9	- อริยสัจ 4 ในหัวข้อ มรรค (ต่อ)	50 นาที

สัปดาห์ที่	ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	เวลา
สัปดาห์ที่ 4	ครั้งที่ 10	- สัมมนาปฏิวัติ ในหัวข้อ โยนิโสมนสิการ และ ปรโตโมสะ	50 นาที
	ครั้งที่ 11	- สัมมนาปฏิวัติ ในหัวข้อ กุศลธรรมบท 10 และ สัมมัตตะ 10	50 นาที
	ครั้งที่ 12	- อริยสัจ 4 และสัมมนาปฏิวัติ ซึ่งทั้งสองหัวข้อนี้มีความสัมพันธ์ เกี่ยวข้องกัน	50 นาที
สัปดาห์ที่ 5	ครั้งที่ 13	- ทิร - โอดิตปะ	50 นาที
	ครั้งที่ 14	- สติ - สัมปชัญญะ	50 นาที
	ครั้งที่ 15	- สติปัญญา 4	50 นาที

สัปดาห์ที่	ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	เวลา
สัปดาห์ที่ 6	ครั้งที่ 16	- นิเวศ 5	50 นาที
	ครั้งที่ 17	- ชันท์ 5	50 นาที
	ครั้งที่ 18	- อายุตะ 12 และ โฟสมงค์ 7	50 นาที
สัปดาห์ที่ 7	ครั้งที่ 19	- อิทธิบาท 4 (ทบทวน)	50 นาที
	ครั้งที่ 20	- เบญจศีล - เบญจธรรม (ทบทวน)	50 นาที
	ครั้งที่ 21	- พรหมวิหาร 4 (ทบทวน)	50 นาที

สัปดาห์ที่	ครั้งที่	หัวข้อเรื่อง	เวลา
สัปดาห์ที่ 8	ครั้งที่ 22	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - อริยสัจ 4 (ทบทวน)	50 นาที
	ครั้งที่ 23	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - ทิริ - โอตตปปะ (ทบทวน)	50 นาที
	ครั้งที่ 24	1. ฝึกอบรมด้วยธรรมะ - สติปัฏฐาน 4 (ทบทวน)	50 นาที

รายละเอียดของ โปรแกรมการฝึกอบรมในทางพุทธศาสนา
และการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ

รายละเอียดของ โปรแกรมแบ่ง เป็นสองหัวข้อ คือ ธรรมะที่ใช้ในการฝึกอบรม และวิธี
การฝึกอบรมสมาธิแบบอานาปานสติ มีรายละเอียดดังนี้

ธรรมะที่ใช้ในการฝึกอบรม

ก. ธรรมะในขั้นที่ ใช้ปรับพื้นฐานสภาพของจิตใจ

1. ธรรมะที่จะทำให้ผู้เข้าฝึกอบรมมีจิตใจเข้มแข็งละเอียดอ่อนรู้จักความดี ความชั่ว
บาป บุญ คุณ โทษ เป็นกัลยาณชนประพฤติดแต่ความดีคือ

1.1 ศีล เป็นสิ่งที่จะให้นักศึกษาระดับกิลศหยาบอันประกอบด้วย เบญจศีล และ
อกุศลกรรมบท 10

1.2 สมาธิ เป็นสิ่งที่จะทำให้นักศึกษาระดับกิลศจากนิวรณ์ 5

1.3 ปัญญา เป็นสิ่งที่จะทำให้นักศึกษาระดับกิลศเกิดจากการได้ปฏิบัติสมาธิ

2. ธรรมะที่เป็นเครื่องขจัดความชั่ว ได้แก่

2.1 อบายมุข 4 คือทางที่จะนำไปสู่ความพินาศ

2.2 อกุศลกรรมบท 10 คือ กรรมชั่วอันเป็นทางนำไปสู่ความเสื่อม

2.3 หิริ-โอตตปเปะ คือ ความละอายใจต่อการทำความชั่วและความเกรงกลัว
ต่อความชั่ว

2.4 สติ-สัมปชัญญะ คือความสำนึกอยู่ไม่พั้งเผลอ

3. ธรรมะที่เป็นเครื่องส่งเสริมความดี

3.1 ธรรมะอันจะทำให้เกิดประโยชน์ 2 อย่างคือ ประโยชน์ปัจจุบัน และ
ประโยชน์เบื้องหน้า (หมายถึงประโยชน์ทางจิตใจหรือคุณธรรม)

3.2 อิทธิบาท 4 คือ ความพอใจ ความเพียร ความคิด และความไตร่ตรอง

3.3 สาราณียธรรม 6 คือ (1) ช่วยเหลือธุรกิจของหมู่คณะ (2) แนะนำ

ตักเตือนสิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อบุคคลอื่นด้วยความหวังดี (3) ตั้งจิตปรารถนาดี (4) แบ่งปันสิ่งของที่

ได้มาด้วยความชอบให้กับหมู่คณะ (5) มีความประพฤติสุจริตตั้งงาม (6) มีการเห็นชอบร่วมกันในการ
จัดปัญหาต่าง ๆ

3.4 เบญจศีล-เบญจธรรม เบญจศีล คือ ความประพฤติชอบทางกายและ
วาจา ละเว้นจากความชั่ว ไม่เบียดเบียนผู้อื่น เบญจธรรมคือการมีความเมตตากรุณา มี
ความรัก ความสงสาร การหาเลี้ยงชีพในทางสุจริต ไม่หลงไหลในรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส
มีความซื่อสัตย์และมีสติรู้ตัวอยู่เสมอ

3.5 ความกตัญญู-กตเวที คือเป็นผู้รู้จักคุณค่าแห่งการกระทำดีของผู้อื่น
และแสดงเพื่อบูชาความดีนั้น

3.6 พรหมวิหาร 4 คือการมีความรัก ความสงสาร ความยินดี และการ
วางใจเป็นกลาง

ธรรมะที่ก่อให้เกิดหิริ-โอตตปเป

หัวข้อธรรมะที่ก่อให้เกิดหิริ-โอตตปเปคือ สติสัมปชัญญะ และสติปัญญา 4 คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามความเห็น คือ

1. การตั้งสติกำหนดพิจารณาภายใต้รู้เห็นตามความเป็นจริง เช่น กำหนดลมหายใจ กำหนดรู้ทันอิริยาบถ มีสติในการกระทำความเคลื่อนไหวต่าง ๆ พิจารณาร่างกายว่าเป็นที่รวมของธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ พิจารณาซากศพว่าเป็นคติธรรมตาของร่างกาย

2. การตั้งสติพิจารณาเวทนาอันเป็นสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี เฉย ๆ ก็ดีว่าไม่ใช่เป็นตัวตนของเรา

3. การตั้งสติกำหนดพิจารณาสติ รู้ชัดในจิตของตน มีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ เสร้าหมอง หรือผ่องแผ้ว ฟุ้งซ่าน หรือเป็นสมาธิ

4. การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรมต่าง ๆ คือ นิ वर्ณ 5 คือ อกุศลธรรมที่ทำให้จิตเศร้าหมอง ชันธ์ 5 คือ ส่วนประกอบ 5 อย่างที่รวมเข้าเป็นชีวิตคือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ

อายตนะ 12 คือ แผนต่อความรู้ฝ่ายภายในและฝ่ายภายนอก คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ โภชนงค์ 7 คือ สติความระลึกได้ธัมมวิจยะ คือความสอดคล้องสืบค้นธรรม วิริยะคือความเพียร ปิติคือ ความอิมใจ ปัสสัทธิคือความสงบกายสงบใจ สมาธิคือ ความมีใจตั้งมั่น อุเบกขา คือมีใจเป็นกลาง

ธรรมะที่ก่อให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อพระพุทธศาสนา

ธรรมะที่ก่อให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อพระพุทธศาสนา คือ อริยสัจ 4 ซึ่งหมายถึงความจริงอันประเสริฐอันได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค

ทุกข์ คือ ความทุกข์ 5 ประการที่รวมกันเข้าเป็นชีวิตคือ (1) รูปชั้น หมายถึงส่วนที่เป็นรูปร่าง ร่างกาย และพฤติกรรม (2) เวทนาชั้น คือ ความรู้สึก สุข ทุกข์หรือเฉย ๆ (3) สัญญาชั้น หมายถึง ส่วนที่กำหนดรู้อารมณ์ 6 หรืออายตนะภายนอก 6 คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์ (4) สังขารชั้น หมายถึง ส่วนที่เป็นความปรุงแต่ง ปรุงแต่งจิตให้ตีให้ชั่วหรือเป็นกลางๆ (5) วิญญาณชั้น หมายถึง ส่วนที่เป็นความรู้แจ้ง อารมณ์ทางอายตนะทั้ง 6 คือเห็น ได้ยิน ได้กลิ่น รู้รส รู้สัมผัส รู้ความนึกคิด

ทุกข์สมุทัย หมายถึง สาเหตุให้เกิดทุกข์ ได้แก่ ตัณหา 3 คือ กามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา

ทุกข์นิโรธ หมายถึง ความดับทุกข์ ได้แก่ ภาวะที่ตัณหาดับสิ้นไปหรือคือ นิพพานนั่นเอง

ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา คือ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ได้แก่ มัชฌิมาปฏิปทา

แปลว่าทางสายกลาง หมายถึงมรรคมืองค์แปดประการ

ขั้นตอนการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติ

ขั้นตอนที่ 1 จดรูปเทียนบุษชารัตนตรัย

ขั้นตอนที่ 2 ซ้ายนั่งคุกเข่า หูยั้งท่าเทพพนม กราบ 3 ครั้ง เปล่งวาจาบุษชารัตนตรัย

ขั้นตอนที่ 3 ขอสมาทานศีล 5

ขั้นตอนที่ 4 กล่าวคำถวายตัวแต่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและครูอาจารย์ เพื่อให้เกิดความเชื่อมั่นป้องกันนิมิตที่อาจจะปรากฏให้เห็นขณะฝึกสมาธิ

ขั้นตอนที่ 5 คือ การนั่งหรือทำนั่งสำหรับการฝึกสมาธิ คือ นั่งขัดสมาธิ โดยเท้าขวาทับบนเท้าซ้าย เอามือซ้ายวางบนหน้าตักบนเท้าขวา แล้วเอามือขวาทับบนมือซ้าย นั่งตัวตรง ปล่อยวางความรู้สึกนึกคิดให้ว่าง

ขั้นตอนที่ 6 ตั้งใจกำหนดระยะเวลาของการฝึกแต่ละครั้ง สำหรับการวิจัยครั้งนี้จะใช้เวลาในการฝึกอบรมสัปดาห์ละ 3 วัน วันละ 1 คาบ คาบละ 50 นาที คือ วันจันทร์ พุธ ศุกร์ เป็นระยะเวลา 8 สัปดาห์ จำนวน 24 คาบ

สัปดาห์ที่ 1 และ 2 อบรมธรรมะแนะนำวิธีนั่งสมาธิ 40 นาที นั่งสมาธิ 10 นาที

สัปดาห์ที่ 3 และ 4 อบรมธรรมะ 35 นาที นั่งสมาธิ 15 นาที

สัปดาห์ที่ 5 และ 6 อบรมธรรมะ 30 นาที นั่งสมาธิ 20 นาที

สัปดาห์ที่ 7 และ 8 อบรมธรรมะ 20 นาที นั่งสมาธิ 25 นาที

ขั้นตอนที่ 7 ทำจิตใจให้ว่างปลอดโปร่งจากความวิตกกังวลต่าง ๆ

ขั้นตอนที่ 8 กล่าวแผ่เมตตาในใจสรุปได้ว่า "สัตว์ทั้งหลายจงอย่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย จงมีความสุขกายสุขใจ รักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด"

ขั้นตอนที่ 9 วิธีกำหนดลมหายใจเข้า-ออก ในขณะที่นั่งทำสมาธิ ทำตามขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 เมื่อหายใจเข้า-ออก ยาวก็รู้ว่ายาว

ขั้นที่ 2 เมื่อหายใจเข้า-ออก สั้นก็รู้ว่าสั้น

ขั้นที่ 3 เมื่อหายใจเข้า-ออกยาว ก็จะรู้ระบบลมหายใจทั้งหมด

ขั้นที่ 4 เมื่อหายใจเข้า-ออก ก็จะรู้บังคับลมหายใจให้ละเอียดได้

และการฝึกสมาธิแบบอานาปานสตินี้ เมื่อรู้วิธีกำหนดลมหายใจแล้ว จะต้องใช้วิธีการนั้น ควบคู่ไปด้วย การนับจะมี 2 ลักษณะ คือ นับอย่างช้า ๆ (นับเป็นคู่) และนับอย่างเร็ว (นับ เรียงลำดับ) เช่น

นับเป็นคู่ 1,1 2,2 3,3 4,4 5,5

นับเรียงลำดับ 1 2 3 4 5

รายนามผู้เชี่ยวชาญในการตรวจแบบสอบถาม ที่ใช้ในการวิจัย

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศุภฎี โยเหลา ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประจำสถาบันวิจัย
พฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทร-
วิโรฒ ประสานมิตร
2. อาจารย์ทัศนาศา ทองภักดี อาจารย์ประจำสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
3. อาจารย์อัญชลี สุทธธรรม อาจารย์ประจำสำนักหอสมุดกลาง
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ	นายธานี กลิ่นเพชร
วันเดือน ปี เกิด	20 พฤษภาคม 2490
สถานที่เกิด	อำเภอท่าเรือ จังหวัดลพบุรี
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	6/5 ซอย 9 หมู่บ้านเสรี - ถิ่นหญ้า ประเวศ กรุงเทพฯ
ประวัติการศึกษา	
2505	จบมัธยมศึกษาปีที่ 6 จากโรงเรียนบ้านหมี่วิทยา จังหวัดลพบุรี
2510	จบประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง จากวิทยาลัยครูสวนสุนันทา
2514	จบการศึกษาระดับปริญญาตรี วิชาเอกคณิตศาสตร์ มัธยมศึกษา วิทยาลัย วิชาการศึกษา ประสานมิตร
2536	จบวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต วิชาเอกการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ ประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
ตำแหน่งหน้าที่การงาน	อาจารย์ประจำ วิทยาลัยเทคนิคพิบูลง จังหวัดพิบูลง

ผลของการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา เพื่อพัฒนาจริ-โอตตปเปและ
ทัศนคติของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคพัทลุง

บทคัดย่อ

ของ

ธานี กลิ่นเกษร

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต วิชา เอกการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์

มีนาคม 2537

ในการวิจัยนี้มีจุดมุ่งหมายสำคัญคือ ต้องการศึกษาว่า การฝึกอบรมทางพุทธศาสนาจะสามารถพัฒนา หิริ-โอตตปละ และทัศนคติต่อพุทธศาสนาของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคพัทลุง ให้สูงขึ้นได้หรือไม่

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา เป็นนักศึกษาชายระดับชั้น ปวช. 1 วิทยาลัยเทคนิคพัทลุง จังหวัดพัทลุง ปีการศึกษา 2536 จำนวน 100 คน แบ่งเป็นกลุ่มผู้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา จำนวน 50 คน และผู้ที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาจำนวน 50 คน โดยมีพระสงฆ์ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านการฝึกอบรม และการฝึกสมาธิ 2 รูป เป็นผู้ฝึกอบรมให้กลุ่มทดลอง จำนวน 24 ครั้งๆ ละ 50 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วยแบบวัดหิริ-โอตตปละ แบบวัดทัศนคติต่อพุทธศาสนา และแบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย สำหรับแบบวัด 2 ฉบับแรกใช้วัดตัวแปรตามของการวิจัยนี้ โดยทำการวัดทั้งก่อนและหลังการเข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา ส่วนแบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยใช้วัดตัวแปรอิสระ โดยทำการวัดก่อนเข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา เพื่อกำหนดกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม หลังจากนั้นได้นำข้อมูลจากการวัดมาวิเคราะห์หาค่าความเปลี่ยนแปลงของคะแนน โดยหาค่าเฉลี่ยและความแปรปรวน โดยวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางและใช้วิธีการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ด้วยวิธีการของบอนโฟโรนี ผลของการวิจัยพบว่า

1. กลุ่มที่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีการเปลี่ยนแปลง หิริ-โอตตปละ และทัศนคติต่อพุทธศาสนาสูงขึ้นมากกว่า กลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมในทางพุทธศาสนาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

2. กลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากเมื่อเข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีคะแนนเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลงหิริ-โอตตปละ สูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อยและมากซึ่งไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา อย่างมีนัยสำคัญที่ .05

3. กลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากซึ่งเข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีคะแนนเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลง ทัศนคติต่อพุทธศาสนา ไม่แตกต่างจากกลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อยและมาก ซึ่งไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา อย่างมีนัยสำคัญที่ .05

ผลของการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา เพื่อพัฒนาจริ-โอตตปปะและ
ทัศนคติของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคพัทลุง

บทคัดย่อ

ของ

ธานี กลิ่นเกษร

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต วิชาเอกการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์

มีนาคม 2537

ในการวิจัยนี้มีจุดมุ่งหมายสำคัญคือ ต้องการศึกษาว่า การฝึกอบรมทางพุทธศาสนาจะสามารถพัฒนา หิริ-โอตตปเปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนาของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคพัทลุง ให้สูงขึ้นได้หรือไม่

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา เป็นนักศึกษาชายระดับชั้น ปวช. 1 วิทยาลัยเทคนิคพัทลุง จังหวัดพัทลุง ปีการศึกษา 2536 จำนวน 100 คน แบ่งเป็นกลุ่มผู้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา จำนวน 50 คน และผู้ที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาจำนวน 50 คน โดยมีพระสงฆ์ผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านการศึกษาและการฝึกสมาธิ 2 รูป เป็นผู้ฝึกอบรมให้กลุ่มทดลอง จำนวน 24 ครั้งๆ ละ 50 นาที เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วยแบบวัดหิริ-โอตตปเปะ แบบวัดทัศนคติต่อพุทธศาสนา และแบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย สำหรับแบบวัด 2 ฉบับแรกใช้วัดตัวแปรตามของการวิจัยนี้ โดยทำการวัดทั้งก่อนและหลังการเข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา ส่วนแบบวัดการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยใช้วัดตัวแปรอิสระ โดยทำการวัดก่อนเข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา เพื่อกำหนดกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม หลังจากนั้นได้นำข้อมูลจากการวัดมาวิเคราะห์หาค่าความเปลี่ยนแปลงของคะแนน โดยหาค่าเฉลี่ยและความแปรปรวน โดยวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทางและใช้วิธีการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ด้วยวิธีการของนอนโพรเน ผลของการวิจัยพบว่า

1. กลุ่มที่ได้เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีการเปลี่ยนแปลง หิริ-โอตตปเปะ และทัศนคติต่อพุทธศาสนาสูงขึ้นมากกว่า กลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึกอบรมในทางพุทธศาสนาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05
2. กลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากเมื่อเข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีคะแนนเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลงหิริ-โอตตปเปะ สูงกว่ากลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อยและมากซึ่งไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา อย่างมีนัยสำคัญที่ .05
3. กลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมากซึ่งเข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนามีคะแนนเฉลี่ยของการเปลี่ยนแปลง ทัศนคติต่อพุทธศาสนา ไม่แตกต่างจากกลุ่มที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยน้อยและมาก ซึ่งไม่เข้ารับการฝึกอบรมทางพุทธศาสนา อย่างมีนัยสำคัญที่ .05

ณัฏฐ์ วัฒนพงษ์

THE EFFECTS OF BUDDHIST TRAINING ON HIRI-OTTAPA AND ATTITUDE
TOWARD BUDDHISM OF PHATTHALUNG TECHNICAL COLLEGE STUDENTS

AN ABSTRACT

BY

TANEE GLINGAYSORN

Presented in partial fulfillment of the requirements for the Master
of Science degree in Applied Behavioral Science Research
at Srinakharinwirot University

March 1994

This study aimed to study the effect of Buddhist training upon Hiri-Ottapa doctrine and attitude towards buddhism of Phatthalung Technical College students.

The subjects consisted of 100 male technical students of Phatthalung Technical College. They were 4 experimental groups each group consisted of 25 students reperated by two independent variables which were degree of democratic child rearing practices received by parents and types of buddhist training. The instruments used for collecting data were Hiri-Ottapa test, attitude toward Buddhism test and democratic child rearing test. Statistical analysis were two-way ANOVA and Bonferroni Comparison test. The results of the study were as follows:

1. Technical students who participated in the Buddhist training had significantly higher Hiri-Ottapa and attitude toward Buddhism than those who did not.

2. Technical students with high democratic child rearing score who attended buddhist training showed significantly higher scores in Hiri-Ottapa than technical students with high and low democratier child rearing score who did not attend buddhist training.

3. There was no significant difference of attitude score among students with high and low democratic child rearing who attended and did not attend buddhist training.