

การพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรสำหรับนักศึกษาชีฟคูร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏ

ปริญญาอนิพนธ์

ของ

ฤก้าดี ปณะราชา

เสนอต่อบันทิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพัฒนาระบบทราบสัตว์ประยุกต์

กุมภาพันธ์ 2551

การพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรสำหรับนักศึกษาชีฟคูร์

มหาวิทยาลัยราชภัฏ

บทคัดย่อ

ของ

ฤก้าดี ปณะราชา

เสนอต่อบันทิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพัฒนาระบบฯ

กุมภาพันธ์ 2551

นางสาวอุภาดี ปณะราษฎร์ (2551). การพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครูมหาวิทยาลัยราชภัฏปฐมธานี พ.ศ. ๒๕๕๑ (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม: อาจารย์ ดร. พรวนี บุญประกอบ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วิลาสลักษณ์ ชัวรัลี, รองศาสตราจารย์ ดร. พงจิต อินทสุวรรณ.

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาผลของการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครู และ 2) ศึกษาปัจฉิมพันธ์ระหว่างการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรกับการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา ที่ส่งผลต่อลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครู

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักศึกษาวิชาชีพครูชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร จำนวน 48 คน สุ่มแบบมิระบบเพื่อจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากับกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 24 คน ในแต่ละกลุ่ม มีนักศึกษาที่มีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดามากและน้อย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ 1) ชุดฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร แบ่งเป็น 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นสร้างศรัทธา ขึ้นฝึกลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร และขั้นบูรณาการ 2) แบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร และ 3) แบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา ดำเนินการฝึกอบรมใช้เวลา 28 ชั่วโมง มีการวัดก่อนการฝึกอบรม วัดหลังการฝึกอบรม และวัดหลังการฝึกอบรม 1 เดือน การวิเคราะห์ ข้อมูลใช้วิธีการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมแบบวัดซ้ำ (ANCOVA Repeated Measure)

ผลการวิจัยพบว่า

- ไม่มีปัจฉิมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม การมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา และครั้งของการวัด
- ไม่มีปัจฉิมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม กับการมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา
- มีปัจฉิมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม กับครั้งของการวัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยที่
  - กลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร หลังการฝึกอบรม 1 เดือน มีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรไม่แตกต่างจากการวัดหลังการฝึกอบรม

3.2. กลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร หลังการฝึกอบรม 1 เดือน มีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรลดลงจากการวัดหลังการฝึกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.3. หลังการฝึกอบรม และหลังการฝึกอบรม 1 เดือน กลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร มีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

THE DEVELOPMENT OF KALYANAMITT FOR STUDENTS  
OF THE TEACHING PROFESSION IN A RAJABHAT UNIVERSITY

AN ABSTRACT

BY

YUPADEE PANARACH

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Doctor of Philosophy Degree in Applied Behavioral Science Research  
at Srinakharinwirot University  
February 2008

Yupadee Panarach. (2008). *The Development of Kalyanamitt for Students of the Teaching Profession in a Rajabhat University*. Dissertation, Ph.D. (Applied Behavioral Science Research). Bangkok: Graduate School. Srinakharinwirot University. Advisor Committees: Dr. Pannee Boonprakop, Assist. Prof Dr. Wiladlak Chuawanlee, Assoc. Prof. Dr. Pachongchit Intasuwan.

The purposes of this study were: 1) to examine results of Kalyanamitt Training Program, and 2) to investigate an interaction between Kalyanamitt Training and Parents' Buddhist Modeling that affect the Kalyanamitt characteristics of the students in teaching profession.

The participants consisted of 48 third year students of the teaching profession at Rajabhat Kamphaengphet University. Systematic random sampling was employed to equally separate the samples into experimental and control groups. Both groups were divided into two group by the high and low scores on Parents' Buddhist Modeling. The instruments were composed of 1) Kalyanamitt Training Program involving 3 steps: building an inspiration in Teacher Professional, practicing characteristics of Kalyanamitt, and the integration of all the characteristics of Kalyanamitt. 2) Kalyanamitt Questionnaires, and 3) Parents' Buddhist Modeling. The participant' Kalyanamitt were evaluated before and after training, and one month after training. The training was used 28 hours. The data were analyzed by using Two-way ANCOVA repeated measure design.

The results of the study were as follows:

1. There were no interactions among training method, Parents' Buddhist Modeling, and time of measures.
2. There were no interaction between training method and Parents' Buddhist Modeling.
3. There was an interaction between training method and time of measures at .05 by:
  - 3.1 Kalyanamitt scores for after training of the experimental group were not different from the scores after one-month training.

3.2 Kalyanamitt score for after training of the control group were lower significance at .05 than the score after one-month training.

3.3 The experimental group had higher significance at .05 on Kalyanamitt score than the control group in after training and after one-month training.

การพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรสำหรับนักศึกษาชีฟคู

มหาวิทยาลัยราชภัฏ

ปริญญาบัณฑิต

ของ

ฤกادี ปณะราชา

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพุทธิกรรมศาสตร์ประยุกต์

กุมภาพันธ์ 2551

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

## ประกาศคุณปการ

บริษัทฯ ขอเป็นส่วนหนึ่ง สำหรับ ได้ด้วยความกรุณาเป็นอย่างสูงจากอาจารย์ ดร. พรวนี บุญประกอบ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วิลาสลักษณ์ ชัววัลลี และรองศาสตราจารย์ ดร. ผ่องจิต อินทสุวรรณ ซึ่งเป็นตัวแบบของกัญญาณมิตรที่ดีเยี่ยม ทำให้ผู้วิจัยมีความมุ่งมั่นที่จะทำงานให้สำเร็จ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร. อรพินทร์ ชูชุม ที่ให้ความอนุเคราะห์เป็นประธานในการสอบ ปากเปลา รองศาสตราจารย์ ดร. พฤทธิ์ ศิริบรรณพิทักษ์ ที่ให้ความอนุเคราะห์เป็นกรรมการสอบปากเปลา

ขอขอบพระคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ฉันทนา ภาคบงกช รองศาสตราจารย์ ดร. อรพินทร์ ชูชุม อาจารย์ ดร. มนัส บุญประกอบ อาจารย์ ดร. จินดารัตน์ ปีมณี อาจารย์ ดร. นารศรี กลางประพันธ์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วัลนิกา ฉลากบง ที่ให้ความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือ วิจัย ซึ่งให้คำแนะนำที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งในการปรับปรุงชุดฝึกอบรม และแบบสอบถาม ให้มีความ สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบคุณคณาจารย์และนักศึกษาคณะครุศาสตร์ชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร ที่ให้ ความร่วมมือในการเป็นกลุ่มตัวอย่างเข้ารับการฝึกอบรม และนักศึกษาคณะครุศาสตร์ชั้นปีที่ 3 มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ที่ให้ความร่วมมือในการทำแบบสอบถาม เพื่อหาคุณภาพเครื่องมือวิจัย

ขอขอบคุณเพื่อนนิสิตดุษฎีบัณฑิตทุกคนที่เป็นกัญญาณมิตรที่ดีตลอดการดำเนินการวิจัย

ขอขอบคุณอาจารย์อัศวิน มงคลินทร์ ที่เคยให้กำลังใจ ดูแลเอาใจใส่เป็นอย่างดียิ่งตลอดมา

ท้ายสุด ผู้วิจัยขอบคุณครอบครัวปณิธานทุกคนที่เคยให้กำลังใจ ห่วงใย เสมอมา คุณค่าที่ได้จาก การทำวิจัยนี้ ผู้วิจัยขอขอบคุณและบิดา แม่ ฯ และครูอาจารย์ทุกท่านที่อบรมสั่งสอนให้ผู้วิจัยมีความรู้ครบจบ กันทุกวันนี้

Lydia Pannarach

## สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย	5
ขอบเขตการวิจัย	5
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	5
ตัวแปรที่ศึกษา	6
นิยามศัพท์ปฏิบัติการ	6
นิยามศัพท์เฉพาะ	8
กรอบแนวคิดในการวิจัย	10
สมมติฐานการวิจัย	12
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	13
กällyänenmítro	14
ความหมายของกällyänenmítro	14
ความสำคัญของกällyänenmítro	15
ลักษณะของกällyänenmítro	16
กระบวนการกällyänenmítro	19
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกällyänenmítro	20
แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาลักษณะความเป็นกällyänenmítro	23
แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์	23
แนวคิดเกี่ยวกับการเอาใจเขม่าใส่ใจเรา	24
ความหมายของการเอาใจเขม่าใส่ใจเรา	25
องค์ประกอบของการเอาใจเขม่าใส่ใจเรา	26

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
2 (ต่อ) การพัฒนาการเอาใจเขามาใส่ใจเรา.....	27
ความสัมพันธ์ระหว่างการเอาใจเขามาใส่ใจเรา กับ	
ลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร .....	31
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเอาใจเขามาใส่ใจเรา .....	31
แนวคิดเกี่ยวกับการวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร .....	33
องค์ประกอบของการวิเคราะห์การสื่อสารระหว่างบุคคล .....	34
การสื่อสารด้านการพูด .....	38
การสื่อสารด้านการฟัง .....	40
ความสัมพันธ์ระหว่างการวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร กับ	
ลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร .....	43
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร .....	44
แนวคิดเกี่ยวกับการคิดแบบโยนิโสมนสิกการ .....	44
การพัฒนาการคิดโดยใช้หลักโยนิโสมนสิกการ .....	47
ความสัมพันธ์ระหว่างการคิดแบบโยนิโสมนสิกการ กับลักษณะ	
ความเป็นกัญญาณมิตร .....	48
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการคิดแบบโยนิโสมนสิกการ .....	49
แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการให้คำปรึกษา .....	50
แนวคิดอัตติกรรมนิยม .....	50
แนวคิดพฤติกรรมนิยม .....	52
ความสัมพันธ์ระหว่างกระบวนการให้คำปรึกษา กับลักษณะ	
ความเป็นกัญญาณมิตร .....	55
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษา .....	57

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
2 (ต่อ)	
แนวคิดเกี่ยวกับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยาณมิตร .....	58
แนวคิดเกี่ยวกับการสร้างและพัฒนาชุดฝึกอบรม.....	58
วัตถุประสงค์ของการฝึกอบรม.....	58
ส่วนประกอบของชุดฝึกอบรม .....	59
เทคนิคการฝึกอบรม.....	59
การหาคุณภาพชุดฝึกอบรม .....	61
ระยะเวลาที่ใช้ในการฝึกอบรม.....	61
แนวคิดเกี่ยวกับการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา .....	62
ครอบครัวกับการถ่ายทอดทางศาสนา.....	65
ความสัมพันธ์ระหว่างการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธ	
ของบิดามารดา กับลักษณะความเป็นกัลยาณมิตร .....	65
งานวิจัยที่เกี่ยวกับการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธศาสนา	
ของบิดามารดา.....	66
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	68
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	68
ประชากร .....	68
กลุ่มตัวอย่าง .....	68
แบบแผนการทดลอง .....	69
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	69
เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง .....	69
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล .....	75
การดำเนินการทดลอง .....	79
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	79

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	80
ตอนที่ 1 ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง .....	81
ตอนที่ 2 การทดสอบสมมติฐาน .....	83
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	91
วัตถุประสงค์ของการวิจัย .....	91
สมมติฐานการวิจัย .....	91
วิธีดำเนินการวิจัย .....	92
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	92
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	92
การดำเนินการทดลอง .....	93
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	93
สรุปผลการวิจัย .....	94
อภิปรายผลการวิจัย .....	94
ข้อเสนอแนะ .....	99
บรรณานุกรม .....	102
ภาคผนวก .....	113
ก รายชื่อผู้เขียนรายงานที่ตรวจสอบนิยามปฏิบัติการลักษณะความเป็นกällyamมิตร .....	114
ข รายชื่อผู้เขียนรายงานที่ตรวจสอบเครื่องมือวิจัย .....	115
ค แบบวัดลักษณะความเป็นกällyamมิตร .....	117
ง แบบวัดการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา .....	125
จ ตารางการฝึกอบรม .....	129

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
๙ ตัวอย่างชุดฝึกอบรม	133
ขั้นการสร้างศรัทธา	133
ขั้นการเข้าใจเขามาใส่ใจเรา	139
ขั้นการวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร	143
ขั้นการคิดแบบโนนิโสมนลิกการ	147
ขั้นบูรณาการลักษณะความเป็นก้าลยาณมิตร	153
เอกสารสรุปกิจกรรม	157
๑๐ การหาคุณภาพเครื่องมือวิจัยด้านความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง	
ของแบบวัดลักษณะความเป็นก้าลยาณมิตร	168
๑๑ การหาคุณภาพเครื่องมือวิจัยด้านความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง	
แบบวัดการปฏิบัติทางพุทธของบิตามารดา	175
๑๒ การวิเคราะห์ความเชื่อมั่นของแบบวัดลักษณะความเป็นก้าลยาณมิตรและ	
แบบวัดการปฏิบัติทางพุทธของบิตามารดา	178
๑๓ ผลการวิเคราะห์หาคุณภาพของชุดฝึกอบรม	179
๑๔ การหาค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของความคิดเห็นรวม	
ของผู้เข้าอบรมต่อการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าลยาณมิตร	
สำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู (ในการหาคุณภาพชุดฝึกอบรม)	180
๑๕ ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) คะแนนจากแบบวัด	
ลักษณะความเป็นก้าลยาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครูที่เป็นกลุ่มประชากร	
และคะแนนจากการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิตามารดา	
ของนักศึกษาวิชาชีพครูที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง	181
๑๖ การตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์ความแปรปรวน	182
ประวัติย่อผู้วิจัย	189

## บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในขั้นสร้างสรรค์ฯ .....	73
2 การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในขั้นการฝึก ลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร โดยใช้การเจาะจงมาใส่ใจเรา .....	74
3 การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในขั้นการฝึก ลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร โดยใช้การวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร .....	75
4 การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในขั้นการฝึก ลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร โดยใช้การคิดแบบใบโน้ตสมุดลิการ .....	76
5 การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในขั้นการบูรณาการ .....	77
6 แสดงจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนรวมจากแบบวัดการเป็นแบบอย่าง การปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดามากและน้อย ในกลุ่มที่ได้รับและ ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นความเป็นกัญญาณมิตร .....	84
7 แสดงค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนรวม จากแบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของกลุ่มที่ได้รับและ ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร ก่อนการฝึกอบรม หลังการฝึกอบรม และหลังการฝึกอบรม 1 เดือน .....	85
8 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนลักษณะความเป็น กัญญาณมิตรก่อนการได้รับการฝึกอบรม จำแนกตามการเป็นแบบอย่าง การปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาและวิธีการฝึกอบรม .....	86
9 แสดงค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนหลัง การปรับแก้ (Adjusted) ของคะแนนลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในกลุ่ม ที่มีการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาต่างกัน ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม .....	87
10 ผลการวิเคราะห์มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม การมีแบบอย่าง การปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาและครั้งของการวัด .....	90

## บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
11 แสดงค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนน หลังการปรับแก้ (Adjusted) ในกลุ่มที่ได้รับและไม่ได้รับการฝึกอบรม เพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าดยาณมิตร จำแนกตามครั้งของการวัด .....	91
12 แสดงค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนน หลังการปรับแก้ (Adjusted) เมื่อวัดหลังการฝึกอบรม และวัดหลัง การฝึกอบรม 1 เดือน จำแนกตามวิธีการฝึกอบรม .....	92

## บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1  กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	14
2  ค่าเฉลี่ยของคะแนนลักษณะความเป็นกัลยาณมิตร ของกลุ่มตัวอย่างหลังการฝึกอบรมและหลังการฝึกอบรม 1 เดือน.....	86
3  ค่าเฉลี่ยของคะแนนลักษณะความเป็นกัลยาณมิตร ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการฝึกอบรม.....	88
4  ค่าเฉลี่ยของคะแนนลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรระหว่างกลุ่มที่ได้รับและ ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒналักษณะความเป็นกัลยาณมิตร.....	93

## บทที่ 1

### บทนำ

#### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในสภาพสังคมปัจจุบันมีความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี การแข่งขันทางเศรษฐกิจที่นับวันจะทวีความรุนแรงมากขึ้น ส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตของเด็กและเยาวชนทั้งด้านดีและด้านเสีย จนทำให้เกิดความ สับสนในการเลือกรับค่านิยม ลิ่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ อย่างขาดดูดายพินิจ ประกอบกับสภาพความเสื่อมโทรมของสังคมในหลาย ๆ ด้าน ที่ปรากฏในสื่อมวลชนเสมอมา ไม่ว่าจะเป็นปัญหายาเสพติด ปัญหาการล่วงละเมิดทางเพศ รวมถึงการใช้ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหา สภาพการณ์เหล่านี้ไม่ว่าจะเป็นปัญหาเล็กหรือปัญหาใหญ่ล้วนเป็นอุปสรรคต่อพัฒนาการด้านต่าง ๆ ทั้งสิ้น โดยเฉพาะนักเรียนหากไม่สามารถแก้ไขปัญหาได้ ก็จะทำให้พัฒนาการด้านการเรียนรู้ด้อยลง มีปัญหาทางอารมณ์ เกิดความวิตกกังวล ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง และหากปัญหายังไม่ได้รับการแก้ไขให้ทันเวลา ก็อาจจะสั่งสมและทวีความรุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ (กรมวิชาการ. 2540: 1) บุคคลที่มีความสำคัญยิ่งที่จะช่วยนักเรียนในการคลี่คลายปัญหา ได้แก่ ครู ซึ่งนักจากจะต้องทำหน้าที่สอนความรู้ตามหลักสูตรแล้วยังต้องเป็นผู้ที่มีวิสัยทัศน์และโลก관ที่ทันต่อเหตุการณ์ เพื่อที่จะสามารถชี้แนะแหล่งวิทยาการต่าง ๆ ให้กับนักเรียน (อมรวิชช์ นาครทรรพ. 2540 : 121) พร้อมกับให้คำแนะนำ ให้ความช่วยเหลือด้วยความรัก ห่วงดีต่อนักเรียน เพื่อให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ให้มากที่สุดตามความถนัด ความสนใจและความต้องการของแต่ละคน (สำนักงานเลขานุการครุสภ. 2539 : 3-6)

ลักษณะของครูที่เพียบพร้อมด้วยคุณสมบัติที่จะอบรมสั่งสอน แนะนำ ชักจูง พร้อมทั้งให้ความช่วยเหลือนักเรียนให้ได้รับการพัฒนาที่ถูกต้องเหมาะสม สอดคล้องกับลักษณะที่เรียกว่า ความเป็นกัญญาณมิตร (สุมน ออมรวิฒน์. 2530 : 74) ประกอบด้วย ความน่ารัก ความน่าเคารพ ความน่ายกย่อง การรู้จักพูด ความอดทนต่อถ้อยคำ การถ่ายทอด และการไม่ซักนำไปในทางที่เสื่อมเสีย (พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญาณทภิกขุ). ม.ป.ป. : 51-65; พระธรรมปีฎก (ป.อ. ปยุตโต). 2542 : 632-633; พระมหาอุเทน ปัญญาปิริทัตต์. 2546 : 34-36) ความเป็นกัญญาณมิตร จึงเป็นลักษณะสำคัญยิ่งของครู ซึ่งนักเรียน ผู้ปกครอง หรือในกลุ่มครูเองก็เข่นกันมีความคาดหวังและต้องการครูที่มีลักษณะสอดคล้อง ความเป็นกัญญาณมิตรสูง มีหลักฐานยืนยันจากการศึกษาพฤติกรรมของครูในคุณคติของนักเรียน พぶว่า ลักษณะของครูที่นักเรียนประทับใจและต้องการให้ครูปฏิบัติ ได้แก่ อารมณ์ดี ร่าเริง ยิ้ม แย้มแจ่มใส ไม่ดุด่า เข้าใจความรู้สึก เค้าใจใส่ทั้งเรื่องการเรียนและสุขภาพ ให้ความรักความจริงใจกับนักเรียนอย่างเท่าเทียมกัน พูดจาไฟเราะอ่อนหวาน รับฟังความคิดเห็นอย่างมีเหตุผล และไม่ลงโทษด้วยการตี แต่ให้ใช้วิธีการตักเตือนแทน การสอนต้องอธิบายให้ชัดเจนเพื่อให้เข้าใจง่าย มีเกม เพลง

หรือนิทานประกอบเพื่อให้เกิดความสนุกสนาน มีการให้รางวัลป้าง ทั้งยังไม่ได้มีสุรา ไม่สูบบุหรี่ ไม่เล่นการพนัน และไม่เสพสารเสพติด เป็นต้น (กองวิจัยการศึกษา. 2535 : 22-24) ผลในทำนองเดียวกันนี้ยังพบในงานวิจัยของ พชรวรรณ คุณนาค (2542 : 44-48) และงานวิจัยของ พรตทนกุ พชรวิวรรณ (2546 : 141) ซึ่งพบว่า นักเรียน ผู้ปกครอง และครู ล้วนมีความคาดหวังว่า ครูควรจะเป็นผู้ที่มีความเมตตากรุณา เอาใจใส่นักเรียน เป็นที่ปรึกษาที่ดี เสียสละ รู้จักให้อภัย วางแผนได้เหมาะสม มีความยุติธรรม มีใจเป็นกลาง เป็นแบบอย่างที่ดี พูดจาสุภาพ ควบคุมอารมณ์ได้ พยายามสอนนักเรียนให้เข้าใจ และไม่มีสุนชอบอย่างมุข

การศึกษาเกี่ยวกับคุณลักษณะของครูในด้านประเทศก์พบผล ในทำนองเดียวกัน การแสดงออกของครูในด้านอารมณ์ ความรู้สึก การพูด และการกระทำจะมีผลต่อความรู้สึกและพฤติกรรมของนักเรียนเป็นอย่างมาก เช่น การที่ครูต่อว่า ตะโกน หรือตะคงนักเรียน จะทำให้นักเรียนรู้สึกไม่ดี กับครู เสียใจ อายาเพื่อน อีดอัดใจ และในทางตรงข้าม ถ้าครูแสดงออกถึงความห่วงใย จะทำให้นักเรียนเห็นคุณค่าและความสำคัญของครู มีความสุขในการเรียน มีความสนใจและต้องการที่อยากจะเรียน (Sutton & Wheatley. 2003 : 343-344)

จากข้อมูลข้างต้นแสดงให้เห็นว่า สังคมต้องการครูที่มีความเป็นกällyanมิตร กล่าวคือ ครูที่มีความรัก ความเมตตา เอาใจใส่นักเรียนทุกคน อยู่ให้คำแนะนำ ชี้แนะแนวทาง พร้อมทั้งให้ความช่วยเหลือนักเรียนเมื่อมีปัญหา รวมถึงการเป็นแบบอย่างที่ดีในการพัฒนาตนเองควบคู่ไปกับการสอน ตามหลักสูตร แต่จากการสำรวจของศูนย์วิจัยกสิกรไทยในเดือนธันวาคม 2544 ได้สำรวจความคิดเห็นของนักเรียนที่มีอายุระหว่าง 9-19 ปี เกี่ยวกับบุคคลที่นักเรียนจะไปขอคำแนะนำหรือปรึกษาเมื่อประสบกับปัญหาในด้านครอบครัว เพื่อน การเรียน ความรัก การเงิน และเรื่องยาเสพติด นักเรียนรายงานว่าถ้ามีปัญหาเหล่านี้จะไปขอคำแนะนำจากครู ร้อยละ 2.3 1.1 23.6 0.5 0.0 และ 3.9 ตามลำดับ ขอคำแนะนำจากเพื่อนหรือคนรัก ร้อยละ 35.8 47.5 32.3 56.4 17.1 และ 23.3 ตามลำดับ และแก้ปัญหาด้วยตนเอง ร้อยละ 26.1 29.4 24.6 31.1 13.8 และ 28.3 ตามลำดับ (บทความเศรษฐกิจ. 2545 : 54-57) จะเห็นว่าผลการสำรวจดังกล่าวน่าเป็นห่วงมาก เพราะไม่ใช่ นักเรียนจะมีปัญหาอะไรก็ตาม จะไปปรึกษาหรือขอคำแนะนำจากครูน้อยมากจนแทบจะไม่มีเลย แม้กระทั้งปัญหาในการเรียน ก็ยังต้องการคำแนะนำน้อยกว่าเมื่อเทียบกับบุคคลอื่น ๆ ภาวะเช่นนี้ สหท้อนให้เห็นว่าความใกล้ชิดสนิทสนม ความไว้วางใจ ความเชื่อใจระหว่างครูกับนักเรียนมีน้อย การที่นักเรียนมีปัญหาแล้วไปปรึกษาเพื่อนหรือคนรัก หรือแก้ปัญหาด้วยตนเองเป็นส่วนใหญ่ เป็นเรื่องที่ค่อนข้างอันตรายมาก ถ้าหากเลือกวิธีการแก้ปัญหาไม่ถูกต้องหรือไม่เหมาะสม อาจจะเป็นการเพิ่มปัญหามากกว่าการแก้ปัญหาได้

นักศึกษาที่มีหลักฐานจากการวิจัยของ วิรัตน์ เลาห์วน์ (2526 : ข้างต้น) ทิศนา แรมมนี.

2547. ราชบันฑิตยสถาน. 29(1). หน้า 43-44) ซึ่งพบว่า พฤติกรรมที่นักเรียนไม่ประทับใจ ได้แก่ การด่าด้วยถ้อยคำหยาบคาย พูดตะโกนเสียงดัง ประธานว่าเป็นเด็กเกเร ไม่น่าคบ รวมถึงการทำโทษโดยไม่มีเหตุผล เช่น หยอดเข็มหรือหู ตี 1 หลอก หรือ 20 ที ตีด้วยไม้กวาด เอาเปลงลงกระดานเคาะหัว ตีประธานให้ครูคนอื่นดู ต่อย เตะ ตอบ หรือให้ยืนตากแดด ให้ยืนขาเดียว และการซังไว้ในห้องน้ำไม่ให้รับประทานอาหารกลางวัน เป็นต้น แม้แต่หลังการปฏิรูปการศึกษาซึ่งมีการปรับเปลี่ยนกระบวนการเรียนการสอนที่มุ่งเน้นให้นักเรียนเป็นคนเก่ง คนดี และมีความสุข ภาพของเหตุการณ์ดังกล่าวก็ยังไม่ได้เปลี่ยนแปลงไปจากเดิมมากนัก เพราะจากการรายงานการวิจัยของ พรรตวนัน พะริวรรธน์ (2546 : 141) พบว่า ลักษณะของครูที่นักเรียนไม่ประทับใจ ได้แก่ การทำโทษโดยไม่พึงเหตุผล เช่น ไล่ออกนอกห้องเรียน ให้ยืนทางเข็นเป็นเวลานาน นักเรียนทำผิดคนเดียวแต่ทำให้โทษทั้งห้อง รวมถึงการใช้คำพูดที่หยาบคาย พูดจาดูถูกนักเรียน ชู่ว่าจะหักคะแนน เป็นต้น ข้อมูลดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าครูมีลักษณะที่สอดคล้องกับความเป็นกัญญาณมิตรน้อย การกระทำของครูเหล่านี้จะส่งผลโดยตรงต่อนักเรียนทั้งในด้านจิตใจและพฤติกรรม และนอกจากนี้ความรุนแรงที่นักเรียนได้รับอาจซึมซับเข้าไปในจิตใจโดยไม่รู้ตัว อาจจะส่งผลกระทบให้นักเรียนทำงานหรือเลียนแบบ ซึ่งอาจเป็นสาเหตุสำคัญของการหนึ่งของพฤติกรรมก้าวร้าวและรุนแรงของนักเรียนและนักศึกษาในปัจจุบัน (ทิศนา แรมมนี. 2547 : 45)

หลักฐานที่กล่าวมาข้างต้นยังสอดคล้องกับผลการประเมินแผนการศึกษาแห่งชาติฉบับที่ 8 ในระยะที่ 2 (2540-2541) พบว่า การผลิตและพัฒนาครู รวมถึงการฝึกอบรมอยู่ในระดับไม่น่าพอใจ เพราะว่าครูที่ผลิตออกมามีคุณภาพต่ำ มีความสนใจเรียนรู้และพัฒนาตนเองน้อย (วิทยากรเชียงกฎ. 2544: 87) มีแนวโน้มด้านความรู้ความสามารถทางวิชาการต่ำ ความสามารถในการถ่ายทอดความรู้ เจตคติ และครุยังขาดความตระหนักรู้ที่ความเป็นครู ไม่อุทิศเวลาในการอบรมสั่งสอนนักเรียนอย่างเต็มที่ แสวงหาผลประโยชน์จากนักเรียน (กระทรวงศึกษาธิการ. 2546 : 2) รวมถึงมีข่าวความเสื่อมเสียด้านความประพฤติของครูที่ปรากฏในสื่อมวลชนบ่อยครั้ง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเกี่ยวกับยาเสพติด กรณีซื้อขาย หรือปัญหาทางเพศต่าง ๆ ล้วนทำให้ครูได้รับความเด彰นับถือน้อยลง (ชุด จิตพิทักษ์. 2541-2542 : 16-18; พระมหาอุเทน ปัญญาบริทัต. 2546 : 20) แสดงให้เห็นว่าครูได้รับการพัฒนาให้มีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรไม่เพียงพอ

จากหลักฐานต่าง ๆ ดังกล่าวแล้วล้วนแสดงถึงความต้องการครูที่มีความเป็นกัญญาณมิตรอย่างแท้จริง และยังพบข้อมูลที่แสดงให้เห็นว่าครุยังขาดความเป็นกัญญาณมิตรหรือยังได้รับการพัฒนาให้ตระหนักรู้ที่ความเป็นครูไม่เพียงพอ และกระทรวงศึกษาธิการได้จัดทำโครงการผลิตครูการศึกษาขั้นพื้นฐานระดับปริญญาตรี (หลักสูตร 5 ปี) ซึ่งเป็นโครงการผลิตครูใหม่ตามแนวปฏิรูปการศึกษา โดยมีเป้าหมายที่จะได้ครูที่มีความเชี่ยวชาญทางวิชาการและวิชาชีพ มีความเป็น

กัลยานมิติ มีความรักและศรัทธาในวิชาชีพครู (กระทรวงศึกษาธิการ. 2546 : 18-19) โดยมหาวิทยาลัยราชภัฏชื่นเป็นสถาบันอุดมศึกษาที่ทำหน้าที่หลักในการผลิตครู ได้พัฒนาหลักสูตรที่สอดคล้องกับเป้าหมายของโครงการผลิตครูตามแนวปฏิรูปการศึกษา เริ่มใช้ในปีการศึกษา 2547 มีความมุ่งหวังว่าจะผลิตบัณฑิตให้เป็นคนดี เป็นครูดี และเป็นครูเก่ง ในหลักสูตรได้ระบุคุณลักษณะของบัณฑิตที่จะไปเป็นครูดีไว้ว่า จะต้องเข้าใจธรรมชาติของนักเรียน มีคุณสมบัติของความเป็นกัลยานมิติรักษ์บัน្តอกเรียนและบุคคลที่เกี่ยวข้อง (สถาบันราชภัฏ. 2546 : 2-3) อย่างไรก็ได้หลักสูตรดังกล่าวได้กำหนดโดยสร้างการจัดการเรียนการสอนที่จะนำไปสู่ความเขี่ยวชาญทางวิชาการไว้อย่างชัดเจน แต่ในรายละเอียดการศึกษาวิเคราะห์ความเป็นกัลยานมิติรักษ์ของครูนั้นเป็นเพียงหัวข้อหนึ่งของหัวข้อการจัดการเรียนรู้ในรายวิชาการพัฒนาความเป็นวิชาชีพของครู (Teacher Professional Development) (สถาบันราชภัฏ. 2546 : 43) หากนักศึกษาได้รับความรู้ความเข้าใจพร้อมทั้งการฝึกปฏิบัติอย่างจริงจังยิ่งขึ้น จะส่งผลให้นักศึกษาวิชาชีพครูมีความเป็นครูดียิ่งขึ้น ทั้งยังสอดคล้องกับเป้าหมายของหลักสูตรที่ต้องการครูที่มีความเป็นกัลยานมิติรควบคู่ไปกับความเขี่ยวชาญด้านวิชาการอีกด้วย

จากรายงานสรุปผลการติดตามและประเมินความก้าวหน้าของการปฏิรูปการศึกษา ในระหว่างรอบ 6 ปี ของการประการใช้พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 (สำนักงานเลขานุการสภาพการศึกษา. 2547ก : 25-29) พบว่า การผลิตครูแนวใหม่หลักสูตร 5 ปี ยังไม่ได้รับการสนับสนุนอย่างจริงจังในด้านนโยบายและงบประมาณ ส่งผลให้การดำเนินงานไม่เป็นไปตามแผน และวิชาชีพครูยังไม่ได้รับการพัฒนาให้เป็นที่ยอมรับ ปัญหาสำคัญที่พบ ได้แก่ ระบบผลิตครูมีความอ่อนแอกลุ่มใหม่ขาดทักษะในการแก้ปัญหาของนักเรียน มีปัญหาในการปรับตัวและอยู่ร่วมกับผู้อื่น ขาดจิตวิญญาณในความเป็นครู และได้มีข้อเสนอแนะต่อสถาบันผลิตครูไว้ว่า ควรมีหลักสูตร แนวการจัดการเรียนการสอนที่หลักหลาຍเพื่อสร้างครูเก่ง ครูดี และมีจิตวิญญาณความเป็นครูอย่างแท้จริง

นอกจากนี้ นักศึกษาวิชาชีพครูจะมีลักษณะความเป็นกัลยานมิติมากน้อยเพียงใดนั้น การได้เห็นแบบอย่างจากบิดามารดาหาก จะเป็นผู้ที่มีเจตคติที่ดีต่อพุทธิกรรมการเป็นกัลยานมิติมาก และมีพุทธิกรรมที่แสดงถึงลักษณะความเป็นกัลยานมิติมาก (กล่าวรวม สรุวรรณโซติ. 2548 : 164) ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะนำตัวแปรการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา มาเป็นตัวแปรจัดประเภทในการพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยานมิติสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู โดยการพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยานมิติใช้การฝึกอบรมแบบบูรณาการด้วยการฝึกทักษะการเข้าใจเชิงماสไอ เรากาวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร และการคิดแบบบูรณาการ รวมทั้งได้ประยุกต์กระบวนการให้คำปรึกษามาเป็นแนวทางในการฝึกแสดงลักษณะความเป็นกัลยานมิติ โดยมีความหวังว่า นักศึกษาวิชาชีพครู จะมีลักษณะความเป็นกัลยานมิติเพิ่มขึ้นทั้งด้านความรู้ ความเข้าใจในเนื้อหา และการฝึก

ปฏิบัติ อันจะส่งผลให้นักศึกษาวิชาชีพครูมีลักษณะของความเป็นครูที่พึงประสงค์มากยิ่งขึ้น รวมทั้งตอบสนองต่อเป้าหมายของโครงการผลิตครูใหม่ตามแนวปฏิรูปการศึกษาอีกด้วย

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ

1. ศึกษาผลของการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครู
2. ศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรกับการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา ที่ส่งผลต่อลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครู

## ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. ได้ทราบผลของการพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครู ซึ่งจะทำให้มีความเชื่อมั่นว่าวิธีการฝึกอบรมดังกล่าวสามารถนำไปใช้ในการพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครูได้จริง
2. ได้ชุดฝึกอบรมที่สามารถนำไปใช้ในการพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู
3. เป็นแนวทางสำหรับสถาบันการศึกษา หรือหน่วยงานอื่น ๆ ที่ต้องการพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรให้กับนักศึกษาและบุคลากร
4. ผลของการฝึกอบรมจะกระตุ้นให้นักศึกษาพัฒนาความเป็นกัลยาณมิตร ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของความเป็นครูให้มีมากขึ้นในอนาคต

## ขอบเขตของการวิจัย

### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการวิจัยนี้เป็นนักศึกษาวิชาชีพครู ชั้นปีที่ 3 ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 จำนวน 90 คน จากสาขาวิชาคณิตศาสตร์ ภาษาอังกฤษ การศึกษาปฐมวัย ศิลปกรรมศาสตร์ (กลุ่มดนตรี) และการศึกษาพิเศษ ที่เข้าศึกษาตามโครงการผลิตครูการศึกษาขั้นพื้นฐาน ระดับปริญญาตรี หลักสูตร 5 ปี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 48 คน ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีคะแนนรวมจากแบบวัดลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรน้อยกว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมของกลุ่มประชากร จากนั้นพิจารณาค่าคะแนนรวมจากแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาจากกลุ่มตัวอย่าง และใช้ค่าเฉลี่ยของทั้งกลุ่ม

เป็นเกณฑ์ในการแบ่งกลุ่ม ได้แก่ กลุ่มที่มีคะแนนจากแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา จำนวน 29 คน และน้อย จำนวน 19 คน ใช้วิธีสูงแบบมีระบบ เพื่อจัดกลุ่มด้วยอัตราของเข้า กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 24 คน ในแต่ละกลุ่มจะมีทั้งนักศึกษาวิชาชีพครูที่มีคะแนนจากแบบวัดการเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาและน้อย

### **ตัวแปรที่ศึกษา**

ตัวแปรอิสระ ได้แก่ การได้รับและไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยาณมิตร

ตัวแปรตาม ได้แก่ ลักษณะความเป็นกัลยาณมิตร

ตัวแปรจัดประเภท ได้แก่ การเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา

### **นิยามศัพท์ปฏิบัติการ**

ลักษณะความเป็นกัลยาณมิตร หมายถึง ความรู้สึกและพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความรัก ความปราณາดี มั่นใจ เสมอต้นเสมอปลายกับทุกคน พร้อมที่จะรับฟังปัญหา ให้คำปรึกษา ให้กำลังใจ แนะนำในสิ่งที่เป็นประโยชน์ ประกอบด้วยคุณลักษณะและพฤติกรรมดังต่อไปนี้

1. ความน่ารัก หมายถึง การแสดงออกถึงความเป็นมิตร มั่นใจ ปราณາดีต่อผู้อื่น และพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือ ส่งเสริม สนับสนุน

2. ความน่าเคารพ หมายถึง การกระทำที่ยึดมั่นในหลักการ มีความหนักแน่น ยุติธรรม และปฏิบัติต่อทุกคนเท่าเทียมกัน

3. ความน่ายกย่อง หมายถึง การกระทำที่แสดงออกถึงความกระตือรือร้นในการแสดงให้เห็นถึงความสามารถของด้านการเรียน การประพฤติรวมถึงการแต่งกาย

4. การรู้จักพูด หมายถึง การใช้คำพูดที่ไพเราะ ไม่นินทา ไม่พูดคำเท็จ คำหยาบ คำส่อเสียด และคำเพ้อเจ้อ เป็นการพูดที่มุ่งให้เกิดประโยชน์และเป็นผลดี สดคดล้องกับสถานการณ์ มีความซัดเจน และตรงประเด็น

5. ความอดทนต่อถ้อยคำ หมายถึง การแสดงออกถึงความตั้งใจในการรับฟังข้อมูลต่างๆ โดยไม่แสดงอาการหงุดหงิด รำคาญ หรือไม่ต้องรับฟังด้วยอารมณ์ และมีความอดทนต่อคำพูดหรือการกระทำที่ยั่วยุให้เกิดความโกรธ

6. การถ่ายทอด หมายถึง การแสดงออกในการอธิบาย ลำดับเรื่องราว หรือเหตุการณ์ต่างๆ อย่างเป็นเหตุเป็นผล เป็นขั้นตอน พร้อมทั้งเชื่อมโยงความสัมพันธ์ให้เข้าใจได้ง่ายขึ้น

7. การไม่ซักนำไปในทางที่เสื่อมเสีย หมายถึง การให้คำแนะนำในเรื่องที่เป็นประโยชน์ ตรงกับจุดมุ่งหมาย พร้อมทั้งชี้ให้เห็นให้แก่เด็กและดีแล้วเดียวของการกระทำต่าง ๆ

การวัดลักษณะความเป็นกิจยานมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครู ใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นสอดคล้องกับหลักธรรมาภิบาลตามแนวทางพุทธศาสนา แบบสอบถามเป็นแบบมาตราประมินค่า 6 ระดับ จาก “จริงที่สุด” “จริง” “ค่อนข้างจริง” “ค่อนข้างไม่จริง” “ไม่จริง” และ “ไม่จริงที่สุด” ให้นักศึกษาวิชาชีพครูประเมินตนเองเกี่ยวกับความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงออกถึงลักษณะความเป็นกิจยานมิตรในแต่ละด้าน ข้อคำถามมีทั้งข้อความความทางบวกและทางลบ การให้คำแนะนำข้อคำถามที่เป็นข้อความทางบวก ให้ 6 คะแนน สำหรับคำตอบจริงสุด ถึง 1 คะแนน สำหรับคำตอบไม่จริงที่สุด ส่วนข้อคำถามที่เป็นข้อความทางลบให้คำแนะนำในทิศทางตรงข้าม นักศึกษาวิชาชีพครูที่ได้คะแนนรวมสูงแสดงถึงการมีลักษณะความเป็นกิจยานมิตรสูงกว่านักศึกษาวิชาชีพครูที่ได้คะแนนต่ำกว่า

การเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา หมายถึง การรับรู้ของนักศึกษาวิชาชีพครูต่อการปฏิบัติให้เห็นเป็นแบบอย่างของบิดามารดาในการดำเนินชีวิตประจำวัน ด้วยการกระทำและซักชวนให้กระทำการพุทธิกรรมที่สอดคล้องกับหลักธรรมบูณฑิริยาตถุ 3 ชี้นเป็นหลักของการทำความดี หรือเป็นทางแห่งการทำความดีของพุทธศาสนา ประกอบด้วย การให้ทาน การรักษาศีล และการปฏิบัติสมารถภาพนา รายละเอียดดังนี้

การให้ทาน หมายถึง การช่วยเหลือผู้อื่นด้วยการให้สิ่งของ การช่วยเหลือด้วยแรงกาย การให้กำลังใจ การรู้จักให้อภัย รวมถึงการช่วยให้คำแนะนำแนวทางต่าง ๆ ทั้งที่เป็นความรู้ การแก้ปัญหา และการให้คำปรึกษา

การรักษาศีล หมายถึง การประพฤติปฏิบัติตามหลักศีล 5 ได้แก่ การไม่เบียดเบี้ยนผู้อื่น ไม่ละเมิดทรัพย์สินของผู้อื่น ไม่ละเมิดสิ่งของอันเป็นที่รักของผู้อื่น ไม่พูดจาที่ทำให้ผู้อื่นเสียหาย และไม่เข้าไปปุ่งเกี่ยวกับสิ่งเดสติดและอบายมุขต่าง ๆ

การปฏิบัติสมารถภาพนา หมายถึง การฝึกอบรมจิตใจให้มีสติ มีสมาธิ มีความมั่นคงแน่วแน่ ด้วยการทำสมาธิ การฟังธรรมะ การศึกษาหาความรู้ รวมถึงการคิดพิจารณาสิ่งต่าง ๆ อยู่บนความมีเหตุผล

การวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา ใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นแบบมาตราประมินค่า 6 ระดับ จาก “จริงที่สุด” “จริง” “ค่อนข้างจริง” “ค่อนข้างไม่จริง” และ “ไม่จริงที่สุด” โดยให้นักศึกษาวิชาชีพครูประเมินการปฏิบัติของบิดามารดาที่ผ่านมาในแต่ละด้าน ข้อคำถามมีทั้งข้อความความทางบวกและทางลบ การให้คำแนะนำข้อคำถามที่เป็นข้อความทางบวก ให้ 6 คะแนน สำหรับคำตอบจริงสุด ถึง 1 คะแนน สำหรับคำตอบไม่จริงที่สุด ส่วนข้อคำถามที่เป็นข้อความทางลบให้คำแนะนำในทิศทางตรงข้าม นักศึกษาวิชาชีพครูที่ได้คะแนนรวมสูงแสดงว่าเป็นผู้

ที่มีบิดามารดาเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติตามแนวพุทธศาสนามากกว่านักศึกษาวิชาชีพครูที่ได้คะแนนต่ำกว่า

### **นิยามศัพท์เฉพาะ**

การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยาณมิตร หมายถึง การจัดกิจกรรมให้นักศึกษาวิชาชีพครูได้รับความรู้ ความเข้าใจ จนเกิดความตระหนักรู้ คุณค่าและความสำคัญของ การที่จะไปทำหน้าที่ครูที่ดีในอนาคตโดยใช้หลักธรรมกัลยาณมิตร พร้อมทั้งสามารถแสดงลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม การฝึกอบรมจะแบ่งเป็น 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นสร้างศรัทธา เป็นการพัฒนาให้นักศึกษาวิชาชีพครูได้ตระหนักรู้ถึงคุณค่าและ ความสำคัญของความเป็นกัลยาณมิตร และเกิดความเชื่อมั่นว่าลักษณะกัลยาณมิตรเป็นสิ่งที่สามารถ ฝึกฝนและพัฒนาได้ ด้วยการใช้ตัวแบบที่เป็นบุคคลที่เป็นที่ยอมรับมาถ่ายทอดความรู้และ ประสบการณ์

2. ขั้นฝึกลักษณะกัลยาณมิตร เป็นการให้นักศึกษาวิชาชีพครูได้ตระหนักรู้และเห็น ความสำคัญพร้อมทั้งได้ทดลองฝึกปฏิบัติกัลยาณมิตรทั้ง 7 ลักษณะ โดยได้ประยุกต์แนวคิดเกี่ยวกับ การเข้าใจเขามาใส่ใจเรา การวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร และการคิดแบบโยนิโสมนสิการ มาเป็น แนวทางในการพัฒนา โดยใช้เทคนิคการบรรยาย การอภิปราย กรณีตัวอย่าง การแสดงบทบาทสมมติ และสถานการณ์จำลอง เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมและฝึกปฏิบัติ แต่ละแนวคิดมีขั้นตอนดังนี้

แนวคิดการเข้าใจเขามาใส่ใจเรา เป็นการพัฒนาเพื่อให้นักศึกษาเป็นผู้มี ความสามารถในการเข้าใจ รับรู้ความรู้สึก อารมณ์ ความต้องการของผู้อื่น มีความสามารถที่จะคาด เดากำลังรู้สึกของคนอื่น และตอบสนองได้เหมาะสม มีขั้นตอนในการฝึก ดังนี้

ขั้นที่ 1 การสังเกตอารมณ์หรือความรู้สึก เป็นการฝึกสังเกตการแสดงออก ทางสีหน้า ท่าทาง ของบุคคลในหลายอารมณ์

ขั้นที่ 2 การอ่านความรู้สึก เป็นการทำความเข้าใจอารมณ์หรือความรู้สึกของ บุคคลในสถานการณ์ต่าง ๆ ด้วยการสมมติว่า ถ้าหากเป็นตนเองที่อยู่ในสถานการณ์นั้น จะรู้สึกอย่างไร

ขั้นที่ 3 การตอบสนองอารมณ์หรือการสะท้อนความรู้สึก เป็นการฝึกการแสดงออก แสดงออกถึงความเข้าใจ การปลอบใจ และการให้กำลังใจ

แนวคิดการวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร เป็นการพัฒนาเพื่อให้นักศึกษามี ความสามารถในการเข้าใจธรรมชาติและภาวะทางจิตของบุคคล สามารถใช้การสื่อสารที่สอดคล้องกัน และเป็นผู้พูดผู้ฟังที่ดี มีขั้นตอนในการฝึกดังนี้

ขั้นที่ 1 การวิเคราะห์ฐานะทางชีวิตของบุคคล ด้วยการฝึกพิจารณาทัศนะ ความมีคุณค่าของตนเอง เมื่อเทียบกับบุคคลอื่น ใน 4 ลักษณะ ได้แก่ ตนเองมีคุณค่า-คนอื่นมีคุณค่า

ตนเองมีคุณค่า-คนอื่นไม่มีคุณค่า ตนเองไม่มีคุณค่า-คนอื่นมีคุณค่า และตนเองไม่มีคุณค่า-คนอื่นไม่มีคุณค่า

**ขั้นที่ 2 วิเคราะห์ภาวะทางจิตของบุคคล ด้วยการฝึกวิเคราะห์ภาวะทางจิตของบุคคล ได้แก่ ความเป็นเด็ก ความเป็นพ่อแม่ และความเป็นผู้ใหญ่**

**ขั้นที่ 3 การสื่อสารที่สอดคล้องกัน ด้วยการฝึกใช้การติดต่อสื่อสารที่สอดคล้องกันทั้งในภาวะจิตเหมือนกันและภาวะจิตที่ต่างกัน**

**ขั้นที่ 4 การใส่ใจ ด้วยการฝึกการใส่ใจที่ส่งผลให้เกิดการสื่อสารที่สอดคล้องกัน ทั้งการใส่ใจทางบวก และการใส่ใจทางลบ**

การคิดแบบยืนยันสิ่งที่ช่วยให้บุคคลสามารถคิดอย่างมีระบบ ระเบียบ มีเหตุผล มีความมั่นใจในตนเอง เห็นคุณค่าในตนเอง โดยใช้แนวคิดยืนยันสิ่งที่ 2 แบบ คือ วิธีคิดแบบสืบสานเหตุปัจจัย และวิธีคิดแบบเห็นคุณประโยชน์และทางออก มีขั้นตอน คือ

**ขั้นที่ 1 การพิจารณาสาเหตุและปัจจัยที่ทำให้เกิดปัญหา ด้วยการฝึกคิด หาความสัมพันธ์ระหว่างสาเหตุและปัญหา หรือการตั้งคำถาม**

**ขั้นที่ 2 การพิจารณาด้านดี -ด้านเสีย หรือประโยชน์-โทษของปัญหา ด้วยการฝึกคิดในแต่ละองค์ประกอบของปัญหาว่าดี ไม่ดี หรือมีประโยชน์ มีโทษอย่างไร**

**ขั้นที่ 3 การพิจารณาแนวทางแก้ปัญหา พร้อมทั้งเลือกทางออกของปัญหา ด้วยการฝึกคิดหาแนวทางที่เป็นไปได้ทั้งหมดของปัญหา และแต่ละแนวทางมีเป้าหมาย ผลที่ตามมาอย่างไร และวิเลือกทางเลือกที่ดีที่สุด เหมาะสมที่สุด**

**3.ขั้นบูรณาการ เป็นการนำความเป็นกällyamมิตรมาประยุกต์ใช้ในกิจกรรมหรือสถานการณ์ ที่กำหนด ด้วยการประยุกต์แนวคิดกระบวนการให้คำปรึกษามาเป็นแนวทางในการฝึกปฏิบัติ ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่**

**ขั้นที่ 1 การสร้างความไว้วางใจ เป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกัน เพื่อให้เกิดความดีนิยม ด้วยการทักทายหรือพูดคุยด้วยท่าทีที่เป็นมิตร ให้ความเป็นกันเอง แสดงถึงการรับรู้เข้าใจในความรู้สึก ความต้องการของคู่สนทนากับความพึงพอใจที่จะให้การสนับสนุน สอดคล้องกับลักษณะความเป็นกällyamมิตรในด้านความน่ารัก และความน่าเคารพ**

**ขั้นที่ 2 ความตั้งใจในการรับฟัง เป็นการรับฟังข้อมูลต่าง ๆ ของคู่สนทนาไปพร้อม ๆ กับการวิเคราะห์ธรรมชาติ วิเคราะห์ภาวะทางจิตของคู่สนทนากับความต้องการเพื่อให้ความสอดคล้องกันในลักษณะตรงไปตรงมา มีความเหมาะสมและเข้ากับสถานการณ์ สอดคล้องกับลักษณะความเป็นกällyamมิตรในด้านการรู้จักพูด และความอดทนต่อถ้อยคำ**

**ขั้นที่ 3 การจัดลำดับและอธิบายความสัมพันธ์** เป็นการลำดับเรื่องราวเหตุการณ์ที่ได้รับพึงมา แล้วพิจารณาถึงสาเหตุร่วมกัน และค้นหาความสัมพันธ์ของเหตุการณ์หรือปัญหาต่าง ๆ โดยอยู่บนหลักการเหตุและผล สอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในด้านความน่ายกย่อง และการถ่ายทอด

**ขั้นที่ 4 การให้คำแนะนำ** เป็นการอธิบายถึงด้านดีด้านเสีย ประโยชน์ โทษ หรือคุณค่าที่ได้รับจากเหตุการณ์นั้น ๆ พร้อมทั้งแนะนำคู่สนทนาให้เสนอทางเลือกที่หลากหลายในการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่การแก้ปัญหาหรือหาทางออกของปัญหา สอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในด้านความน่ายกย่อง การถ่ายทอด และการไม่ซักนำไปในทางที่เสื่อมเสีย

**ขั้นที่ 5 การสนับสนุนให้กำลังใจ** เป็นการให้กำลังใจด้วยการพูด การแนะนำแหล่งข้อมูล หรือแนะนำให้ไปพบผู้ที่มีความรู้ในเรื่องนั้น สอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในด้านการรู้จักพูด

## กรอบแนวคิดในการวิจัย

จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยมีความเชื่อว่า ความเป็นกัญญาณมิตรเป็นลักษณะที่สามารถพัฒนาให้เกิดขึ้นได้ และมีแนวคิดในการพัฒนาดังนี้

1. แนวคิดการเอาใจเขามาใส่ใจเรา เป็นการพัฒนาเพื่อให้นักศึกษาวิชาชีพครูเป็นผู้มีความสามารถในการเข้าใจ รับรู้ความรู้สึกความรู้สึกความรู้สึกความต้องการของผู้อื่น มีความสามารถที่จะคาดเดาความรู้สึกของคนอื่น และตอบสนองได้เหมาะสม ลักษณะของผู้ที่รู้จักการเอาใจเขามาใส่ใจเราดังกล่าว หากพิจารณาแล้วจะเห็นว่าเป็นลักษณะที่สอดคล้องกับลักษณะของกัญญาณมิตรในด้านความน่ารักและความน่าเคารพ กล่าวคือ เป็นผู้ที่มีความเป็นมิตร มีน้ำใจ ประณานดีต่อผู้อื่น และพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือ สร้างเสริม และสนับสนุนให้ได้รับการพัฒนาอย่างเต็มความสามารถแต่ละบุคคล

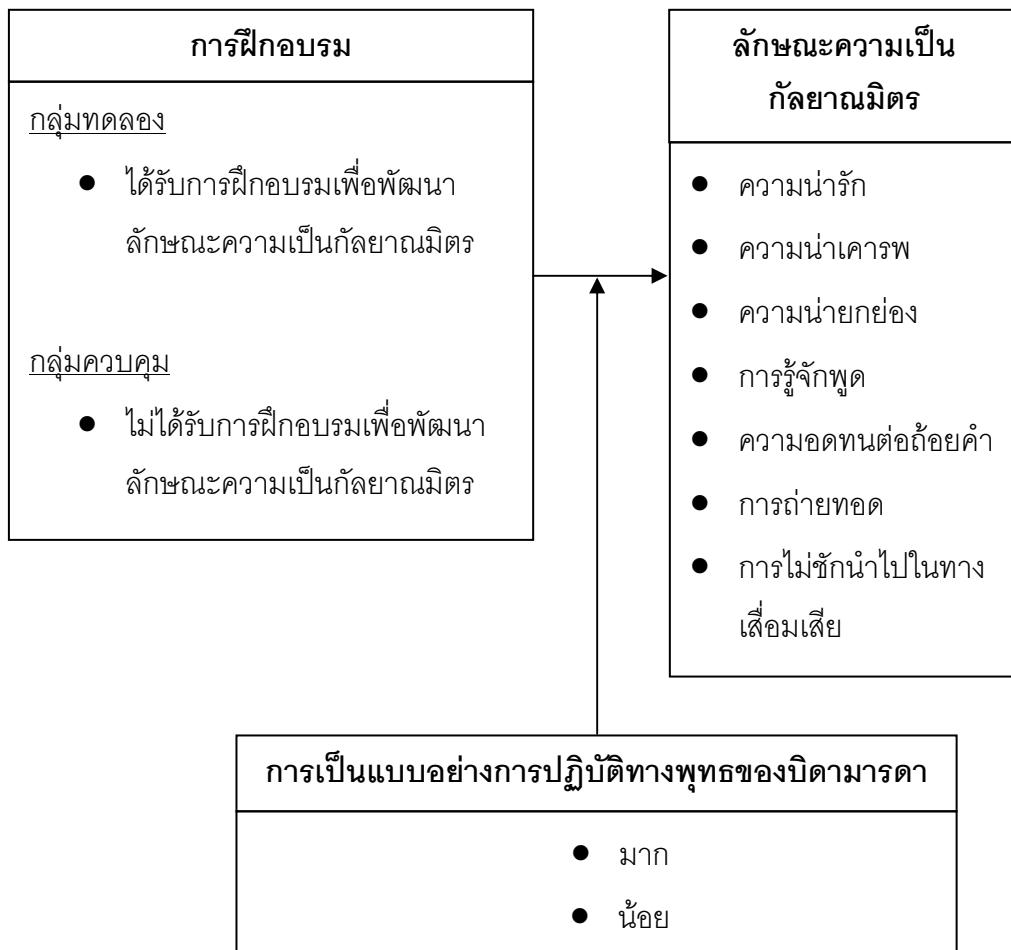
2. แนวคิดการวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร เป็นการพัฒนาเพื่อให้นักศึกษาวิชาชีพครูมีความสามารถในการเข้าใจธรรมชาติของบุคคล ด้วยการวิเคราะห์ทัศนะความมีคุณค่าและภาระทางจิตของบุคคล พร้อมทั้งฝึกใช้การสื่อสารเพื่อให้เกิดความสอดคล้องกัน ด้วยการเป็นผู้พูดและผู้ฟังที่ดี โดยที่การรู้จักพูดจะช่วยให้เกิดความเข้าใจที่ดีต่อกัน ช่วยให้ตนเองสบายใจและผู้อื่นเป็นสุข รวมทั้งยังช่วยให้คนที่มีความทุกข์ได้คลายความทุกข์ และเกิดมุมมองที่จะฝ่าฟันปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ ให้ได้ส่วนการรู้จักฟังนอกจากจะช่วยให้บุคคลเกิดการเรียนรู้แล้วง่ายช่วยให้ได้รับความสนุกสนาน เพลิดเพลิน หากพิจารณาแล้วจะเห็นว่า การสื่อสาร โดยเฉพาะการพูดและการฟังเป็นสิ่งจำเป็นที่จะช่วยพัฒนาลักษณะกัญญาณมิตร เห็นเด่นชัดได้ในลักษณะการรู้จักพูด และความอดทนต่อถ้อยคำ

3. แนวคิดการคิดแบบよいนิสัยนักการ เป็นการคิดพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ด้วยการค้นหาสาเหตุ และปัจจัยต่าง ๆ ที่ส่งผลให้เกิดเช่นนั้น แล้วพิจารณาถึงด้านดีและด้านเสีย หรือซึ่งให้เห็นทั้งคุณและโทษ ของสิ่งนั้น ๆ เมื่อจะแก้ปัญหาหรือดำเนินการอย่างใดอย่างหนึ่งจะต้องมีทางออกและจุดหมายด้วย และรู้ว่าจุดหมายนั้นคืออะไร สอดคล้องกับวิธีการคิดแบบสืบสานเหตุปัจจัยและวิธีการคิดแบบเห็นคุณ โทษและทางออก ซึ่งหากพิจารณาแล้วจะเห็นได้ว่าสอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในด้าน ความฝ่ายก่อน การถ่ายทอด และการไม่ซักนำไปในทางที่เลื่อมเลี้ยง

4. แนวคิดกระบวนการให้คำปรึกษาแบบอัตลักษณิยมที่มีความเชื่อว่า บุคคลมี ความสามารถในการที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง มีความสามารถในการเลือก การตัดสินใจ และ รับผิดชอบต่อผลที่เกิดจากการคิด การตัดสินใจและการกระทำการของตน และแนวคิดแบบพฤติกรรมนิยม ที่มีความเชื่อว่า พฤติกรรมของบุคคลสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงได้หากได้มีการเรียนรู้สิ่งใหม่ ด้วยการ จัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม โดยที่กระบวนการดังกล่าวนำมาใช้เป็นแนวทางในการบูรณาการ ลักษณะกัญญาณมิตรแต่ละด้านสู่การฝึกปฏิบัติ

นอกจากนี้ จากการศึกษายังพบว่า ลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร เป็นพุติกรรมอย่างหนึ่ง ของบุคคลที่เป็นผลมาจากการถ่ายทอดทางสังคมจากครอบครัว เช่นกัน หากนักศึกษาได้เห็นแบบอย่าง พร้อมทั้งได้รับคำแนะนำสั่งสอนจากบิดามารดาหรือผู้ปกครองให้ฝึกปฏิบัติลักษณะที่สอดคล้องกับ กัญญาณมิตรเป็นประจำ จะเป็นผู้ที่มีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรสูงด้วย

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้นำแนวคิดข้างต้น มาเป็นกรอบในการพัฒนาลักษณะความเป็น กัญญาณมิตรสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู โดยที่ตัวแปรอิสระ ประกอบด้วย การได้รับและไม่ได้รับการ ฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร และตัวแปรจัดประเภท ได้แก่ การเป็นแบบอย่าง การปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดามากและน้อย ส่วนตัวประมาณที่ผู้วิจัยหวังจะให้เกิดหลังการ ฝึกอบรม ได้แก่ ลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร ดังภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

### สมมติฐานการวิจัย

การพัฒนาลักษณะความเป็นกällyammitrสำหรับนักศึกษาชีพครู ผู้วิจัยตั้งสมมติฐานดังนี้

1. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม การมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา และครั้งของการวัด
2. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม กับการมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา
3. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม กับครั้งของการวัด
4. นักศึกษาชีพครูที่ได้รับการฝึกอบรมต่างกัน จะมีลักษณะความเป็นกällyammitrต่างกัน

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่

1. แนวคิดเกี่ยวกับกัญญาณมิตร ประกอบด้วย
  - ความหมายของกัญญาณมิตร
  - ความสำคัญของกัญญาณมิตร
  - ลักษณะของกัญญาณมิตร
  - กระบวนการกัญญาณมิตร
  - งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกัญญาณมิตร
2. แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร ประกอบด้วย
  - แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์
  - แนวคิดเกี่ยวกับการเอาใจเขามาใส่ใจเรา
  - แนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสาร
  - แนวคิดเกี่ยวกับการคิดแบบโynosini สมนสิการ
  - แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการให้คำปรึกษา
3. แนวคิดในการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร ประกอบด้วย
  - แนวคิดเกี่ยวกับการสร้างและพัฒนาชุดฝึกอบรม
4. แนวคิดเกี่ยวกับการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธศาสนาของบิดามารดา

## กัญญาณมิตร

### ความหมายของกัญญาณมิตร

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง มีผู้ให้ความหมายของกัญญาณมิตรในลักษณะของบุคคลผู้มีความเป็นกัญญาณมิตร และในความหมายของหลักธรรมที่แสดงถึงความเป็นผู้มีกัญญาณมิตร ดังนี้

ในพระไตรปิฎก ได้กล่าวถึงความหมายของกัญญาณมิตร ดังนี้ (พระมหาเกรียงไกร บัวจันอัด. 2546 : 27-29)

ท.ปा. 11/345/359, อุ.ทสก. 24/17/32 ให้ความหมายว่า กัญญาณมิตร หมายถึงผู้เป็นมิตรดี สายดี เพื่อนดี ประกอบด้วยคุณ เป็นผู้ควรร่วมกล่าวสั่งสอนได้ เป็นผู้ที่มีความเจริญ

อภ.ป. 36/76/164 ให้ความหมายว่า กัญญาณมิตร หมายถึง บุคคลผู้มีคุณธรรมทั้งหลาย มีศรัทธา มีศีล สถาบามาก มีความเตียสละ มีปัญญา

อุ.ติก. 20/27/177 ให้ความหมายว่า กัญญาณมิตร หมายถึง บุคคลผู้มีศีล มีธรรมงามที่พุทธบริษัท 4 คราวเข้าไปคบหา เข้าไปปั่นไกแล้ว

ม.ม. 12/83/73/74, 12/87/80 ให้ความหมายว่า กัญญาณมิตร หมายถึง ความเป็นผู้มีมิตรดี เป็นทางเพื่อความดับสนิทสำหรับบุคคลผู้มีมิตรชั่ว

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2542 : 623) กล่าวว่า กัญญาณมิตร หมายถึง บุคคลผู้เพียบพร้อมด้วยคุณสมบัติที่จะสั่งสอน แนะนำ ชี้แจง ชักจูง ช่วยบอกซ่องทาง หรือเป็นตัวอย่างให้บุคคลอื่นดำเนินไปในมรรคาแห่งการฝึกฝนอบรมที่ถูกต้อง

มนัสภรณ์ วิชุรย์เมฆา (2543 : 15) กล่าวว่า กัญญาณมิตร หมายถึง คนดี มีปัญญา มีคุณธรรม ทำหน้าที่ช่วยเหลือ สั่งสอน แนะนำให้ผู้อื่นปฏิบัติตดี เมื่อบุคคลได้ไปหา ปรึกษา ขอคำแนะนำ เข้าไกแล้ว ตลอดจนศึกษาแนวทาง มีการยอมรับต่อ กันแล้ว เรียกว่า นี่ว่า กัญญาณมิตรตา หรือความมีกัญญาณมิตร

พระมหาอุทูเทน ปัญญาบริหัตน์ (2546 : 33) กล่าวว่า กัญญาณมิตรเป็นคุณสมบัติของความเป็นครู ที่ผู้ที่จะไปปฏิบัติการวิชาชีพครูต้องพัฒนาให้เกิดขึ้นก่อน

พระมหาเกรียง บัวจันอัด (2546) ได้สรุปความหมายของกัญญาณมิตรตามหลักธรรมในพุทธศาสนาเดរภาพและพุทธศาสนาหมาย โดยสรุปว่า กัญญาณมิตร หมายถึง บุคคลหรือสิ่งที่จะเกื้อกูลสนับสนุน ส่งเสริม เป็นแบบอย่างที่ดีในการพัฒนาชีวิต ในกระบวนการเรียนรู้เชิงจุดหมาย

สมน ออมรวิวัฒน์ (2546 : 17) กล่าวว่า กัญญาณมิตร เป็นหลักธรรมที่มุ่งเน้นความปลดปล่อย ไม่บีบคั้น เน้นความมีน้ำใจ ช่วยเหลือเกื้อกูล สร้างความกระจ่างแจ้งแจ้งในแนวทางที่ถูกต้องด้วยการยอมรับนับถือซึ่งกันและกัน

วัลนิกา ฉลากบาง (2548 : 70) กล่าวว่า กัญญาณมิตร หมายถึง เพื่อนและบุคคลแวดล้อมที่ดีให้ความช่วยเหลือ สนับสนุน ซึ่งกันและกัน เป็นแบบอย่างในการคิดและการแสดงพฤติกรรมที่ดีงาม ถูกต้องด้วยความบริสุทธิ์ใจ โดยไม่หวังผลตอบแทน

จากความหมายข้างต้นสรุปได้ว่า กัญญาณมิตร หมายถึง มิตรที่ดี ซึ่งเป็นลักษณะของบุคคลที่มีความเชื่อที่ดี มีการปฏิบัติตนที่ดี มีจิตใจที่ดี มีความคิดที่ดี พร้อมจะให้คำแนะนำ หรือชี้แนะแนวทางให้ความช่วยเหลือ สนับสนุน ให้บุคคลที่อยู่ใกล้หรือบุคคลที่เข้าไปทาง สามารถพัฒนาตนเองไปในทางที่ถูกต้อง ด้วยความรัก ความเสียสละ ความประณดาดี โดยไม่หวังผลตอบแทน ซึ่งลักษณะดังกล่าวนี้ เป็นคุณสมบัติที่สำคัญอย่างยิ่งของความเป็นครู

### **ความสำคัญของการมีกัญญาณมิตร**

กัญญาณมิตร เป็นเสมือนผู้รู้ ทำให้สามารถชี้แนะ ชักนำบุคคลอื่นให้สามารถพัฒนาตนเองในทิศทางที่เหมาะสมในทุกด้าน เนื่องจากเคยมีประสบการณ์โดยตรงหรืออาจจะเป็นประสบการณ์ในลักษณะที่ใกล้เคียงกัน ทำให้สามารถที่จะให้คำแนะนำได้อย่างถูกต้อง และเป็นไปด้วยความรัก ความเมตตา ประณดาดี เมื่อบุคคลมีกัญญาณมิตรที่ดีแล้ว ก็ทำให้เริ่มมีความเข้าใจหรือเห็นทางการฝึกปฏิบัติเพื่อนำไปสู่แนวทางที่ถูกต้อง ถ้าไม่มีกัญญาณมิตรก็จะไม่มีผู้ที่เคยแนะนำแนวทางที่ถูกต้อง ทำให้มีโอกาสดำเนินชีวิตผิดพลาด ไปในทางที่ไม่เหมาะสม (พระธรรมปีฎก (ป.อ. ปยุตุโต). 2542 : 631-632; 2545x : 2-5) ดังนั้น การมีกัญญาณมิตร จึงเสมือนมิตรที่ดีที่จะคอยแนะนำ ซึ่งกันและกันให้ได้รับการพัฒนาไปในทางที่ดี ที่ถูกต้องและเหมาะสม ด้วยความรัก ความจริงใจ โดยไม่หวังผลตอบแทน (วัลนิกา ฉลากบาง. 2548 : 70) ทำให้ผู้ที่เกี่ยวข้องได้รู้ถึงวิธีการดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง สามารถที่จะพัฒนาตนเองไปได้เต็มตามศักยภาพ

นอกจากนี้ กัญญาณมิตรมีปัจจัยมีความสำคัญต่อการฝึกฝนอบรมที่ถูกต้อง และเป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต การได้คบหาคนที่เป็นกัญญาณมิตรจะนำชีวิตไปสู่ความเจริญรุ่งเรือง เกิดการพัฒนาปัญญา พัฒนาตนเอง และช่วยให้คนสามารถพึ่งตนเองได้ ดังนั้น การมีกัญญาณมิตรเป็นคุณสมบัติที่เอื้อต่อการพัฒนาในทุกด้าน (พระธรรมปีฎก. 2538 : 625)

ในทำนองเดียวกันครูก็ทำหน้าที่เป็นกัญญาณมิตรที่ดีต่อนักเรียน เพราะครู เป็นผู้ที่เคยให้คำแนะนำเพื่อให้นักเรียนเป็นคนดี ให้ความรู้ ให้ได้เรียนรู้และพัฒนาไปในทางที่เหมาะสมและเต็มตามศักยภาพ ให้การยกย่องเชื่อมโยงศิษย์ทำในสิ่งที่ดี รวมทั้งให้การปักป้อง และป้องกันไม่ให้ศิษย์หลงผิดคิดในทางไม่ดีทั้งหลายทั้งปวง (ท.ป.า. 11/267-268/212-213 อ้างอิงจาก พระมหาเกรียงไกร บัวจันอัด. 2546. การศึกษาเปรียบเทียบหลักคำสอนเรื่องกัญญาณมิตรกับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา เกรา วาทและพระพุทธศาสนา สารานามหมาย. หน้า 64) ดังนั้น ถ้าหากครูหรือผู้ที่จะไปทำหน้าที่ครูได้รับการ

พัฒนาให้เป็นผู้ที่มีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรสูงแล้ว ก็มันใจได้ว่านักเรียนจะมีผู้แนะนำทำที่ดี และหากนักเรียนมีปัญหา ไม่ว่าจะเป็นปัญหาเล็กหรือปัญหาใหญ่ก็กล้าที่จะเข้าไปปรึกษาหรือขอคำแนะนำจากครู ซึ่งจะส่งผลให้การแก้ปัญหาเป็นไปในทางที่เหมาะสม

### **ลักษณะของกัญญาณมิตร**

ลักษณะของกัญญาณมิตร หรือคุณสมบัติของกัญญาณมิตร ที่เป็นมิตรดีหรือมิตรแท้ ที่ทำหน้าที่ต่อบุคคลอื่น ทำให้ผู้ที่พบ คบหา หรือเข้าหาแล้ว จะเกิดความดึงดีและความเจริญในชีวิต หรือหากเป็นครูที่เป็นกัญญาณมิตรกับนักเรียน จะพยายามอบรมสั่งสอน แนะนำนักเรียนด้วยความรัก ความเมตตา ปราณາดี มุ่งหวังให้นักเรียนทุกคนได้เรียนรู้และพัฒนาอย่างเต็มตามศักยภาพ ทั้งยังค่อยเป็นที่ปรึกษา ให้ความช่วยเหลือเมื่อนักเรียนพบอุปสรรคหรือปัญหาต่าง ๆ มีความยินดีพร้อมที่จะสนับสนุนให้นักเรียนประสบความสำเร็จยิ่งขึ้น การทำหน้าที่ของครูต่อนักเรียนด้วยความเป็นกัญญาณมิตร สอดคล้องกับหลักธรรมาภิบาลกัญญาณมิตร (พระธรรมปีฎก (ป.อ. ปยุตุโต). 2542 : 632; วีรศักดิ์ อัครबรา. 2544 : 64-65; พล แสงสว่าง. 2544 : 28-29; พระมหาอุเทน ปัญญาบริทัตต์. 2546 : 34-36; พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญา นันทภิกขุ). มปป. : 51-65) ประกอบด้วย

1. ปิโย แปลว่า น่ารัก หรือเป็นที่รัก เป็น ลักษณะของผู้ที่มีความเป็นมิตร มีน้ำใจประณานดี ต้องการให้ผู้อื่นมีความสุข รู้สึกเห็นใจเมื่อเห็นผู้อื่นได้รับความทุกข์ ความเดือดร้อน ต้องการช่วยเหลือให้พ้นจากความทุกข์ความเดือดร้อนนั้น และพลองชื่นชมยินดีเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จ เจริญก้าวหน้าทั้งยังค่อยส่งเสริม สนับสนุนและให้กำลังใจ ถ้าปฎิบัติได้อย่างนี้ จะทำให้ผู้ที่อยู่ใกล้เกิดความไว้วางใจ รักใคร่ สนใจสนับสนุน และอยากรเข้าไปหา ไปปรึกษา

2. ครุ แปลว่า น่าเคารพ ในฐานะพุทธิสมควรแก้ฐานะ เป็นลักษณะของผู้ที่มีความยึดมั่นในหลักการ ยึดถือกฎระเบียบเป็นสำคัญ และค่อยตักเตือนไม่ให้ผู้อื่นประพฤติไม่ถูกต้อง ฝ่าฝืนกฎระเบียบโดยปราศจากอคติ หรือความลำเอียง ให้ความเป็นธรรมกับทุกคน ทำให้ผู้ที่อยู่ใกล้เกิดความรู้สึกอบคุ่นใจ เป็นที่พึงได้และปลดภัย

3. ภานีโย แปลว่า น่าเจริญใจ หรือน่ายกย่องในฐานะทรงคุณ เป็นลักษณะของผู้ที่ทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดีในด้านการพัฒนาตนเอง โดยเป็นผู้ที่มีความกระตือรือร้นในการศึกษาดันกว้างแสวงหาความรู้อยู่เสมอ มีความประพฤติเหมาะสม แต่งกายสุภาพเรียบร้อย ทำให้ผู้ที่อยู่ใกล้เกิดความเชื่อถือ ความสร้างสรรค์ พร้อมที่จะรับฟัง ให้ความร่วมมือ และกล่าวถึงด้วยความซาบซึ้ง นั่นใจ และภูมิใจ

4. วัตตา แปลว่า รู้จักพูดให้ได้ผล รู้จักชี้แจงให้เข้าใจ รู้ว่าเมื่อไรควรพูดอะไร อย่างไร ค่อยให้คำแนะนำมากกว่าตักเตือน เป็นที่ปรึกษาที่ดีด้วยการพูดให้เข้าใจ มองเห็นเหตุผลชัดเจน ทำให้หมดความเคลือบแคลงสงสัย พร้อมทั้งเห็นคุณค่าและความสำคัญจนเกิดความซาบซึ้งยอมรับ อย่าง

ลงมือกระทำหรือนำไปปฏิบัติ ทั้งยังเป็นคำพูดที่ทำให้ผู้ฟังเกิดความกระตือรือร้นที่จะทำให้สำเร็จ โดยไม่นหันกลัวต่อความยากลำบาก และเป็นไปด้วยบรรยายกาศแห่งความเป็นมิตร

5. วจนักขโนด แปลว่า อุดหนต่อถ้อยคำ คือ พร้อมที่จะรับฟังคำปรึกษา ปัญหา ข้อเสนอแนะ หรือข้อวิพากษารณ์ต่าง ๆ ด้วยความอุดหน ไม่แสดงความเปื่อนหน่าย ไม่แสดงอารมณ์ ฉุนเฉีย หรือโต้ะเย้งด้วยอารมณ์รุนแรง

6. คัมภีรัญจะ กตถง กตถา แปลว่า แหล่งเรื่องล้ำกีกได้ คือ สามารถอธิบายเรื่องต่าง ๆ อย่างเป็นลำดับ เป็นขั้นเป็นตอน พร้อมทั้งการเชื่อมโยงความสัมพันธ์ให้เข้าใจได้ง่ายขึ้น

7. โน จั๊วฐานะ นิโยจะye แปลว่า ไม่ซักนำในอฐาน คือ เป็นลักษณะของผู้ที่ไม่แนะนำ ชักชวนให้เข้าไปเกี่ยวข้องกับอย่างมุขต่าง ๆ หรือไม่ชักชวนหรือชี้นำให้ทำในเรื่องที่ไม่เป็นประโยชน์ พร้อมทั้งแนะนำในทางที่ดี ซึ่งให้เห็นคุณค่า เห็นประโยชน์ หรือโทษของสิ่งนั้น ๆ ได้

นอกจากนี้ลักษณะของกัลยาณมิตรยังสอดคล้องกับลักษณะของครูที่ทำหน้าที่ในการให้คำปรึกษา (กรมวิชาการ. 2545 : 13) ดังนี้

1. มีบุคลิกภาพที่อบอุ่นและเป็นมิตร
2. มีลักษณะน่าไว้วางใจ น่าเคารพ น่าเชื่อถือและรักษาความลับได้
3. มีความสนใจในการช่วยเหลือผู้อื่น มีคุณธรรม เมตตาธรรม และเสียสละ
4. รู้จักพูด เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษารับปัญหาที่แท้จริง
5. รู้จักฟัง และฟังเป็นจับประเด็นได้กระจ่างชัด มีความอุดหนต่อการรับฟัง
6. สามารถอธิบายคลายปมประเด็นต่าง ๆ ให้ชัดเจนและเข้าใจได้ง่าย
7. สามารถที่จะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษารับผิดชอบต่อการตัดสินใจของตนเอง โดยผู้ให้คำปรึกษาจะไม่ตัดสินใจแทน

#### 8. มีสุภาพจิตดี มีอารมณ์มั่นคง

ลักษณะกัลยาณมิตรที่กล่าวมาข้างต้นนั้น จะเป็นลักษณะของผู้ใหญ่แสดงต่อผู้ที่มีอายุน้อยกว่า ในกรณีที่ไปผู้ที่เป็นกัลยาณมิตรอาจเป็นบุคคลที่อยู่ในวัยเดียวกัน หรือน้อยกว่าก็เป็นได้ แต่ถ้าจะพิจารณาผู้ที่อยู่ในวัยเดียวกันซึ่งคบหากันเป็นเพื่อน กัลยาณมิตรก็หมายถึง เพื่อนที่ดี หรือเป็นมิตรที่ดีซึ่งได้กล่าวถึงในหลักธรรมของมิตรแท้ ประกอบด้วยลักษณะดังต่อไปนี้ (พระราชนูนี (ประยุทธ์ ปญฺญาโต). 2529 : 156; สุวรรณฯ วชิรประการสกุล. 2533 : 4 ; พล แสงสว่าง. 2544 : 29)

1. มิตรอุปการะ หมายถึง บุคคลที่ประพฤติปฏิบัติต่อเพื่อนด้วยการช่วยเหลือ ดูแล ไม่ให้ใคร มาทำร้ายร่างกายและทรัพย์สินของเพื่อนตลอดจนเสียสละทรัพย์สินเพื่อช่วยเหลือเพื่อนอย่างเต็มที่ เช่น ถ้ารู้ว่าเพื่อนวางแผนทรัพย์สินโดยประมาณก็ช่วยดูแลหรือเก็บไว้ให้ หรือถ้าเพื่อนมีเรื่องเดือดร้อนก็ให้คำแนะนำปรึกษา เป็นต้น

2. มิตรร่วมทุกชีวิตร่วมสุข หมายถึง บุคคลที่ประพฤติปฏิบัติต่อเพื่อนด้วยการไม่ปิดบังคำพราง สิงต่าง ๆ ไม่มีลับล้มคมใน รักษาความลับของเพื่อน แม้ถึงควรวิบัติก์พยายามหาทางแก้ไขให้ลุล่วงด้วยดี เช่น ไม่แพร่งรายความลับของเพื่อนให้ผู้อื่นฟัง หรือถ้าเพื่อนตกทุกข์ได้ยากก็ไม่ละทิ้งเป็นต้น

3. มิตรแนะนำประโยชน์ หมายถึง บุคคลที่ประพฤติปฏิบัติต่อเพื่อนโดยแนะนำให้ประพฤติในสิ่งที่ดีงาม ชี้แจงให้เข้าใจถูกต้อง การทำงาน ตลอดจนแนะนำความรู้ใหม่ ๆ เช่น แนะนำเพื่อนให้ทำในสิ่งที่ดีหรือถ้ารู้ว่าเพื่อนจะทำในสิ่งที่ผิดก็อย่าห้ามป่วยไว้เป็นต้น

4. มิตรมิจฉาชีวิตร หมายถึง บุคคลที่ประพฤติปฏิบัติต่อเพื่อนด้วยความจริงใจ มีความห่วงใยอยู่เสมอไม่ว่าเพื่อนหรือญาติพี่น้องเพื่อนจะสุขหรือทุกข์ และช่วยเหลือส่งเสริมเพื่อนในทางที่ดี เช่น ถ้าเพื่อนมีความสุขก็ปล่อยยินดี มีความสุขกับเพื่อนไปด้วย หรือถ้าเพื่อนมีความทุกข์ก็ปล่อยไม่สบายใจไปด้วย

นอกจากนี้ วัฒนิกา ฉลากบาง (2548 : 70) ได้กล่าวว่า ผู้ที่เป็นกัลยาณมิตรจะแสดงพฤติกรรมใน 3 ด้าน ได้แก่ การให้คำแนะนำ ชี้แจง ชักจูง สั่งสอนสิ่งที่ดีงามที่ถูกต้อง การสนับสนุนและการให้กำลังใจ และการเป็นแบบอย่างที่ดีในการคิดและการแก้ปัญหา

ในทำนองเดียวกัน กมลวรรณ สุวรรณโชค (2548 : 6-10) ได้กล่าวว่า ผู้ที่เป็นกัลยาณมิตร คือ มิตรที่ดี หรือเพื่อนที่ดีนั้น จะแสดงพฤติกรรมใน 3 ลักษณะ ได้แก่

1. การทำงานให้น่าคบหา เป็นการปฏิบัติตนของนักศึกษาที่ชวนให้เพื่อนอยากรเข้าใกล้อยากเข้าไปติดต่อขอคำปรึกษา หรือคบหาสมาคมด้วย มีลักษณะที่น่าไว้วางใจ น่าเชื่อถือ และเป็นที่พึงของเพื่อนได้ รวมทั้งการแสดงออกที่เพื่อนเห็นว่าถูกต้อง น่าพอใจย่าง ชวนให้อยากปฏิบัติตาม เช่น ยิ้มแย้มแจ่มใส พูดจาไพเราะ ชื่อตรงต่อเพื่อนฝูง เป็นต้น

2. การเสริมสร้างเพื่อน เป็นการกระทำการหรือการปฏิบัติตนของนักศึกษาที่เป็นการส่งเสริม หรือสนับสนุนให้เพื่อนทำงานด้วยความตั้งใจ ให้เพื่อนทำความดี ช่วยเหลือ แสดงความชื่นชมกับความสำเร็จของเพื่อน อารมณ์ ไม่เบื่อเพื่อนเมื่อเพื่อนมากขอคำปรึกษา และสนับสนุนทางด้านข้อมูลข่าวสาร เช่น การซักถาม การตักเตือน แนะนำให้เพื่อนทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ อธิบายบทเรียนที่ยากให้เพื่อนเข้าใจ

3. การป้องกันเพื่อนจากสิ่งที่ไม่ดี คือ การไม่ชักจูงเพื่อนไปในทางเลื่อมเสีย ผิด หรืออกเรื่อง คือ จะต้องมีทิศทางที่ชัดเจนในการให้คำปรึกษา โดยมีเป้าหมายและนำไปสู่จุดหมายซึ่งจะแก้ปัญหาได้ด้วยวิธีที่ถูกต้อง เช่น ตักเตือนเพื่อนเมื่อเพื่อนจะเสพสิ่งเสพติด ปกป้องเพื่อนจากการถูกนินทา

จากการศึกษาลักษณะของกัญชาณมิตรจากหลักคำสอนทางพุทธศาสนา และจากการนำหลักคำสอนมาประยุกต์ใช้ พบว่า ลักษณะของกัญชาณมิตรที่สำคัญล้วนสอดคล้องกับหลักธรรมกัญชาณมิตรเช่นเดียวกัน

### กระบวนการกัญชาณมิตร

สมน ออมวิวัฒน์ (2546 : 18-20) กล่าวว่า กระบวนการกัญชาณมิตร เป็นกระบวนการสานสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โดยมีจุดหมายเพื่อชี้ทางบรรเทาทุกข์ และชี้สุขเบญมานต์ ดังนี้  
การชี้ทางบรรเทาทุกข์ มี 4 ขั้นตอน ได้แก่

1. การสร้างความไว้วางใจ
2. การกำหนดปัญหาและแนวทางแก้ไข
3. การศึกษาค้นคว้า คิดวิเคราะห์ร่วมกันถึงสาเหตุของปัญหา
4. การจัดลำดับความเข้มหรือระดับความซับซ้อนของปัญหา

การชี้สุขเบญมานต์ มี 4 ขั้นตอน ได้แก่

1. การกำหนดจุดหมายของการแก้ปัญหา
2. การวิเคราะห์ความเป็นไปได้ หรือทางเลือก
3. การจัดลำดับถูกตุ้นประสบการณ์และวิธีการ
4. การกำหนดวิธีการที่ถูกต้องเหมาะสมในหลาย ๆ วิธี

มนัสภรณ์ วิชารามนษา (2543 : 105) ได้พัฒนากระบวนการกัญชาณมิตรในการให้คำปรึกษาด้วยความเป็นกัญชาณมิตร โดยมี 8 ขั้นตอน ได้แก่

1. การสร้างความไว้วางใจ
2. การกำหนดประเด็นและจัดประเด็นปัญหา
3. การร่วมกันคิดวิเคราะห์สาเหตุของปัญหา
4. การจัดลำดับความเข้มของปัญหา
5. การกำหนดจุดหมายหรือสภาพะพื้นที่ปัญหา
6. การร่วมคิดวิเคราะห์ความเป็นไปได้ของการแก้ปัญหา
7. การจัดจุดหมายของสภาพะพื้นที่ปัญหา
8. การปฏิบัติเพื่อแก้ไขปัญหาตามแนวทางที่ถูกต้อง

ชุติกาณูจน์ เปญจพรวัฒนา (2547 : 75) ได้นำลักษณะกัญญาณมิตรมาใช้ในการนิเทศการจัดการเรียนการสอนของครู โดยกล่าวว่าการนิเทศแบบกัญญาณมิตรเป็นกระบวนการการแนะนำซึ่งเหลือเพื่อนครูด้วยความมีน้ำใจ นอบน้อมถ่อมตน และสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามต่อ กัน ด้วยการนำเข้าหลักความเป็นกัญญาณมิตรของพระพุทธศาสนามาเป็นแนวทางในการปฏิบัติการนิเทศภายใน ระหว่างผู้นิเทศกับผู้รับการนิเทศ ซึ่งมี 5 ขั้นตอน ได้แก่ การสร้างความเป็นมิตร คิดวางแผนร่วมกัน หมั่นติดตามเยี่ยมชม นำผลลัพธ์มาวิเคราะห์ และการพัฒนาคุณภาพ

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกัญญาณมิตร

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกัญญาณมิตร พบงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกัญญาณมิตรทั้งในเรื่องของการศึกษาเกี่ยวกับหลักคำสอนเรื่องกัญญาณมิตร การสร้างเครื่องมือวัดคุณธรรมเกี่ยวกับกัญญาณมิตร รวมถึงการนำหลักธรรมกัญญาณมิตรไปใช้ในการพัฒนาบุคคล และพัฒนาการทำงาน ดังนี้

สุวรรณा วชิรปราการสกุล (2533 : 88-91) ได้สร้างและหาคุณภาพแบบทดสอบบัดคุณธรรมด้านกัญญาณมิตร สำหรับนักเรียนชั้นปีที่ 6 ของโรงเรียนในสังกัดกรุงเทพมหานคร จำนวน 1,085 คน โดยแบบทดสอบที่สร้างขึ้นเป็นแบบสถานการณ์ ทั้ง ๆ ไปในชีวิตประจำวันเกี่ยวกับการปฏิบัติตามคุณธรรมด้านกัญญาณมิตร ประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ มิตรอุปการะ มิตรร่วมทุกชีวิตร่วมสุข มิตรแนะนำประโยชน์ และมิตรมีใจรัก แต่ละด้านจะมีข้อคำถาม 20 สถานการณ์ แต่ละสถานการณ์จะมี 3 ตัวเลือก หาคุณภาพทั้งฉบับในด้านความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญ ความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง ความเที่ยงตรงตามสภาพมีค่าเท่ากับ 0.723 ความเชื่อมั่นโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลfa ( $\alpha$  coefficient) ในรายด้านมีค่าระหว่าง 0.767 ถึง 0.845 และรวมทั้งฉบับมีค่าเท่ากับ 0.930 และหาคุณภาพรายข้อด้วยการหาค่าอำนาจจำแนกและความเชื่อมั่นรายข้อ หลังจากนั้นทำการสร้างเกณฑ์ปกติ และจัดทำคู่มือการนำไปใช้

มนสภรณ์ วิฐุรเมธ (2543 : 184-192) ได้พัฒนาระบบกัญญาณมิตรเพื่อส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนของนักศึกษาพยาบาล กระบวนการของระบบกัญญาณมิตร ได้แก่ กำหนดเป้าหมาย วางแผนเตรียมผู้เป็นกัญญาณมิตรโดยจัดโปรแกรมการพัฒนานักศึกษาผู้เป็นกัญญาณมิตร จัดกิจกรรมในกระบวนการกัญญาณมิตร ได้แก่ การเป็นตัวแบบ การให้คำปรึกษาด้วยความเป็นกัญญาณมิตร และการสร้างสัมพันธภาพ เปรียบเทียบผลการทดลองใช้ระบบกัญญาณมิตรในด้านความเป็นกัญญาณมิตร ความตั้งใจแสดงพฤติกรรมกัญญาณมิตร ทักษะการฟัง การเห็นคุณค่าในตนของ และผลลัพธ์ทางการเรียน ผลการวิจัย พบว่า นักศึกษาผู้เป็นกัญญาณมิตรมีความรู้ความเข้าใจในการฝึกอบรมหลังเข้าโปรแกรม สูงกว่าก่อนเข้าโปรแกรม ในส่วนของผลการใช้ระบบกัญญาณมิตร พบว่า นักศึกษาผู้เป็น

กัลยานมิตรมีความเป็นกัลยานมิตร ความตั้งใจแสดงพฤติกรรมกัลยานมิตร ทักษะการฟัง การเห็นคุณค่าในตนของ หลังการทดลองสูงกว่านักศึกษากลุ่มปกติ นักศึกษากลุ่มทดลอง มีการเห็นคุณค่าในตนของสูงกว่ากลุ่มควบคุม แต่ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่แตกต่างกัน และผลการศึกษาเชิงคุณภาพพบว่า ระบบกัลยานมิตรทำให้นักศึกษาผู้เป็นกัลยานมิตรมีความรัก ความเอื้ออาทร เป็นมิตรกับผู้อื่น พัฒนาบุคลิกภาพให้ยิ่มเย้ม ใจเย็น หนักแน่น อดทน รับฟัง พูดดี คิดดี เห็นคุณค่าในตนของ ผลการทดลอง ด้านความเป็นกัลยานมิตร พบว่า นักศึกษาผู้เป็นกัลยานมิตร ได้พัฒนาคุณลักษณะของ กัลยานมิตรอย่างเด่นชัด เน้นได้จากการสัมภาษณ์นักศึกษาผู้เป็นกัลยานมิตร พบว่า นักศึกษา ผู้เป็นกัลยานมิตรมีความหนักแน่น อดทน ขยัน คิดดี พูดดี ทำดี ประพฤติดี เป็นผู้มีคุณธรรม มีวินัย ใจเย็น สุขุม เข้าใจตนของ มั่นใจในตนของมากขึ้น กล้าแสดงออกอย่างเหมาะสม มองโลกในแง่ดี รับฟังผู้อื่น รู้จักการให้โดยไม่หวังผลตอบแทน เป็นที่พึงยามยาก เป็นมิตรกับทุกคน มีความเมตตากรุณา อุ่นร่วมกับทุกคนได้

พระมหาสุภิชญ์ วิราราม (2545) ได้ศึกษาเปรียบเทียบแนวคิดเรื่องกัลยานมิตรตามหลัก พุทธธรรมศาสตร์ ในทศนะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนวัดปากน้ำและโรงเรียนสุวรรณพลับพลาพิทยาคม แห่งละ 180 คน เป็นการศึกษาลักษณะความเป็นกัลยานมิตรในทศนะของ มิตรที่เป็นเพื่อน เกี่ยวกับเพื่อนที่ดีที่ต้องการคบมากที่สุด เพื่อนที่ไม่ดีที่ไม่ต้องการคบมากที่สุด เพื่อนที่ดีที่พอบบ่อยที่สุด และเพื่อนที่ไม่ดีที่พอบบ่อยที่สุด พบว่า นักเรียนทั้งสองโรงเรียนมีทศนะคติที่แตกต่างกัน ต่อเพื่อนที่ดีที่ต้องการคบมากที่สุด เพื่อนที่ไม่ดีที่ไม่ต้องการคบมากที่สุด เพื่อนที่ดีที่พอบบ่อยที่สุด และเพื่อนที่ไม่ดีที่พอบบ่อยที่สุด ในหัวอันดับแรก

พระมหาเกรียง บัวจันอัด (2546) ได้ศึกษาเปรียบเทียบหลักคำสอนของเรื่องกัลยานมิตรกับ การบรรลุธรรมในพุทธศาสนาเจริญและพุทธศาสนาหมาย ในด้านความเมื่อionและความแตกต่าง พบว่า ด้านความเมื่อion พบในเรื่องความหมาย ประเภทและหน้าที่ของ กัลยานมิตร กล่าวคือ ด้าน ความหมาย กัลยานมิตร หมายถึง บุคคลหรือสิ่งที่จะเกื้อกูล สนับสนุน ส่งเสริม เป็นแบบอย่างที่ดีในการ พัฒนาชีวิต ในกระบวนการลุյดจุดหมาย ในด้านประเภทและหน้าที่ แบ่งเป็น 2 ระดับเข่นเดียวกัน ได้แก่ ระดับโลกียะและระดับโลกุตระ โดยที่ระดับโลกียะ ประกอบด้วย บิดา แมรดา ครู อุปัชฌาย์ ซึ่งจะเป็นผู้สนับสนุนส่งเสริม สำหรับ เป็นแบบอย่างที่ดี และส่วนระดับโลกุตระ ประกอบด้วย ได้แก่ พราพุทธเจ้า พระอรหันต์สาวก ซึ่งเป็นแบบอย่างที่ดีในการพัฒนาภายใน ศีล จิต และปัญญา เพื่อการเป็นคนดีของสังคม เป็นพุทธศาสนาที่ดี กระทั้งเข้าถึงเป้าหมายสูงสุดของศาสนา แต่ละนิกาย ในด้านความต่าง นั้น พบในเรื่องความคิดและแนวการปฏิบัติธรรม การบรรลุธรรม และในความสำคัญของกัลยานมิตร ในเจริญ มีเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน และเป้าหมายในปัจจุบัน คือ การเป็นกัลยานชน ให้ความสำคัญกับการพัฒนาศักยภาพของมนุษย์เองเท่านั้นที่จะทำให้ถึงการหลุดพ้นหรือบรรลุธรรมได้

แต่ในหมายเหตุ มีเป้าหมายสูงสุด คือ พุทธภูมิ เพื่อเข้าสู่แดนสุขาวดี โดยมีแนวคิดว่า ทุกสรรพสัตว์มี โพธิจิตที่จะบรรลุถึงพุทธภูมิได้เสมอ กันหมด และมีแนวปฏิบัติโดยผ่านพิธีกรรมต่าง ๆ เช่น การสาด อ่อนวอน การฟังคำสอนการเมืองเช่นกัน เนื่องจากความต้องการอนุชัญญะ

ชุติกาณจน์ เปญจพรวัฒนา (2547 : 75-76) ซึ่งได้ศึกษาผลของการใช้กระบวนการนิเทศฯ ในแบบกัลยานมิตรที่มีต่อคุณภาพการจัดการเรียนการสอนของครูปฐมวัย ซึ่งเป็นครูที่สอนในระดับชั้นอนุบาลปีที่ 1-3 โดยกระบวนการนิเทศฯ ในแบบกัลยานมิตร เป็นกระบวนการแนะนำ ช่วยเหลือเพื่อนด้วยความมั่นใจ นอบน้อมถ่อมตน และสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามต่อ กัน ด้วยการนำเอา หลักความเป็นกัลยานมิตรของพระพุทธศาสนา มาเป็นแนวทางในการปฏิบัติการนิเทศฯ ในระหว่าง ผู้นิเทศกับผู้รับการนิเทศ ซึ่งมี 5 ขั้นตอน ได้แก่ การสร้างความเป็นมิตร คิดวางแผนร่วมกัน หมั่น ติดตามเยี่ยมชม นำผลลัพธ์มาวิเคราะห์ และพัฒนาคุณภาพ พ布ว่า คุณภาพการจัดกิจกรรมการเรียน การสอนหลังจากที่ได้รับการนิเทศฯ ในแบบกัลยานมิตรมีคุณภาพสูงขึ้น

กมลวรรณ สรวนโชติ (2548) ได้ศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุแบบบูรณาการของบ้าน สถานศึกษา และจิตลักษณะที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเป็นกัลยานมิตรของนักศึกษาบริณญาติ ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยได้แบ่งพฤติกรรมการเป็นกัลยานมิตร ออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่ พฤติกรรมการทำ ตนให้น่าคบหา พฤติกรรมเสริมสร้างเพื่อน และพฤติกรรมป้องกันเพื่อนจากสิ่งไม่ดี และปัจจัยที่ศึกษา ได้แก่ กลุ่มตัวแปรด้านสถานการณ์ ประกอบด้วย การสนับสนุนจากคนรอบข้าง การเป็นแบบอย่างจาก บิดามารดา การรับรู้ปัทสถานทางสังคม และการยอมรับจากเพื่อน กลุ่มตัวแปรด้านจิตลักษณะเดิม ประกอบด้วย สุขภาพจิตดี ลักษณะมุ่งอนาคตควบคุมตน การปฏิบัติทางพุทธ และลักษณะเพื่อนที่ เลือกคบ และกลุ่มตัวแปรด้านจิตลักษณะตามสถานการณ์ ประกอบด้วย ทัศนคติต่อพฤติกรรมการเป็น กัลยานมิตร และความเชื่ออำนาจในตนเองในการเป็นกัลยานมิตร พ布ว่า 1) กลุ่มตัวแปรทางสถานการณ์ สามารถทำนายพฤติกรรมการทำตนให้น่าคบหา พฤติกรรมเสริมสร้างเพื่อน และพฤติกรรมป้องกัน เพื่อนจากสิ่งไม่ดี ในกลุ่มรวมได้ ร้อยละ 31.2% 46.8% และ 36.8% ตามลำดับ 2) ตัวแปรทาง จิตลักษณะเดิม สามารถทำนายพฤติกรรมการทำตนให้น่าคบหา พฤติกรรมเสริมสร้างเพื่อน และ พฤติกรรมป้องกันเพื่อนจากสิ่งไม่ดี ในกลุ่มรวมได้ 13.3% 33.4% และ 25.5% ตามลำดับ 3) ตัวแปร ทางสถานการณ์และจิตลักษณะเดิม สามารถทำนายพฤติกรรมการทำตนให้น่าคบหา พฤติกรรมเสริมสร้างเพื่อน และ พฤติกรรมป้องกันเพื่อนจากสิ่งไม่ดี ในกลุ่มรวมได้ 31.9% 49.6% และ 39.1% ตามลำดับ 4) ตัวแปรทางสถานการณ์และจิตลักษณะ สามารถทำนายพฤติกรรมการทำตนให้น่าคบหา พฤติกรรมเสริมสร้างเพื่อน และ พฤติกรรมป้องกันเพื่อนจากสิ่งไม่ดี ในกลุ่มรวมได้ 43.4% 55.7% และ 43.3% ตามลำดับ และ 5) ผลการวิจัยชี้ให้เห็นว่า กลุ่มนักศึกษาที่ควรได้รับการพัฒนาเป็นอันดับแรก ได้แก่ นักศึกษาหญิงผู้ที่มีพฤติกรรมการทำตนให้น่าคบหาในบริมาณ้อย นักศึกษาชายที่เป็นบุตรคน

แรกและเรียนสายวิทยาศาสตร์ผู้มีพฤติกรรมเสริมสร้างเพื่อนในปริมาณน้อย และนักศึกษาชายผู้มีพฤติกรรมป้องกันเพื่อนจากสิ่งที่ไม่ดีในปริมาณน้อย

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบร้า มีการนำหลักธรรมกัญญาณมิตรไปใช้ในการพัฒนามีค่อนข้างน้อย และยังไม่พบว่ามีการศึกษาวิจัยเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร ดังนั้น ในงานวิจัยนี้จึงสนใจที่จะศึกษาและพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร ซึ่งเป็นลักษณะของกัญญาณมิตรที่สอดคล้องกับหลักธรรมกัญญาณมิตร

## **แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร**

### **แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์**

กัญญาณมิตรเป็นลักษณะของบุคคลที่แสดงออกทางพฤติกรรม และจิตใจที่ทำให้คนที่อยู่รอบข้างเกิดความรู้สึกวัก ไว้วางใจ เชื่อถือ อบอุ่น สบายใจ รวมทั้งรู้สึกถึงความปลอดภัย เป็นต้น ซึ่งการแสดงออกถึงลักษณะภายนอก ได้แก่ กิริยาท่าทาง หรือคำพูด และลักษณะภายใน ได้แก่ นิสัยใจคอ ความคิด ความเชื่อ ทัศนคติ อารมณ์ ซึ่งเป็นลักษณะโดยรวมของบุคคล เรียกว่า บุคลิกภาพ (เติมศักดิ์ คหะณิช. 2546 : 233) ดังนั้น ลักษณะของกัญญาณมิตร หากมองตามแนวคิดของนักจิตวิทยาก็จะเป็นบุคลิกภาพแบบหนึ่งเช่นกัน การที่บุคคลจะมีบุคลิกภาพหรือพฤติกรรมแตกต่างกันนั้น เนื่องมาจากการปัจจัยที่สำคัญ ได้แก่ พันธุกรรมและสิ่งแวดล้อม

นักจิตวิทยาถือว่าสิ่งแวดล้อมเป็นปัจจัยสำคัญในการกำหนดพฤติกรรม โดยเฉพาะสิ่งแวดล้อมทางสังคม ซึ่งประกอบไปด้วยครอบครัว สถานศึกษา ศาสนา สื่อมวลชน รวมถึงสังคมในทุกระดับที่บุคคลมีโอกาสเข้าไปมีปฏิสัมพันธ์ด้วย (สงวน สุทธิเลศอรุณ. 2545 : 38) โดยสิ่งแวดล้อมเหล่านี้จะทำให้บุคคลได้เรียนรู้เป็นประสบการณ์แล้วสั่งสมขึ้นจนเกิดเป็นบุคลิกภาพเฉพาะของแต่ละบุคคล ตามแนวคิดของอลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura) อธิบายเกี่ยวกับบุคลิกภาพของแต่ละบุคคลว่า เป็นผลมาจากการเรียนรู้จากตัวแบบทั้งหลายในสังคมโดยใช้การสังเกต (Observational Learning) แล้วจะเก็บตัวแบบในรูปของรหัสลับไว้ในสมองซึ่งพร้อมจะประมวลเป็นแบบอย่างของบุคลิกภาพให้ผู้เลียนแบบได้อยู่ตลอดเวลา ตัวแบบสามารถที่จะถ่ายทอดทั้งความคิด และการแสดงออกพร้อม ๆ กัน และยังทำหน้าที่ในการสร้างพฤติกรรมใหม่ที่ผู้สังเกตไม่เคยเรียนรู้ และเสริมพฤติกรรมที่มีอยู่แล้วให้ดีขึ้น รวมทั้งยังทำหน้าที่ในการยับยั้งการเกิดของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชนิช. 2541 : 50-51)

วิธีการใช้ตัวแบบให้ได้ประสิทธิภาพจะต้องคำนึงถึงองค์ประกอบที่สำคัญ ได้แก่ 1) การคัดเลือกตัวแบบ ซึ่งจะต้องเป็นตัวแบบที่ได้รับการยอมรับว่าเป็นตัวอย่างที่ดีในด้านนั้น เพราะจะทำให้ผู้เลียนแบบมีความมั่นใจที่จะเลียนแบบนั้นมากยิ่งขึ้น ตัวแบบและผู้เลียนแบบจะต้องมีลักษณะ

คล้ายคลึงกันหรือมีคุณสมบัติร่วมกัน ซึ่งจะช่วยดึงดูดความสนใจของผู้สังเกต และจะช่วยให้ประสิทธิภาพการเลียนแบบสูงขึ้น และลักษณะของพฤติกรรมที่เลียนแบบ ไม่ควรซับซ้อน เพราจะทำให้การเลียนแบบเกิดขึ้นได้ง่าย 2) วิธีการให้ตัวแบบ ควรเสนอตัวแบบควบคู่กับการเสริมแรงอย่างเหมาะสม และอาจจะเสนอตัวแบบควบคู่กับสิ่งเร้าที่จำแนกความแตกต่าง โดยสิ่งเร้าจะเป็นสัญญาณให้ผู้สังเกตทราบว่าถ้าแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์จะได้รับการเสริมแรง รวมถึงมีการให้ข้อมูลย้อนกลับที่เหมาะสมด้วย (่องพรพรรณ เกิดพิทักษ์. 2536 : 53)

หลักการใช้ตัวแบบในการเสริมสร้างพฤติกรรมให้มีประสิทธิภาพนั้น ควรคำนึงถึงพฤติกรรมที่ต้องการให้ตัวแบบแสดงเพื่อให้บุคคลสังเกตและเลียนแบบความมีความชัดเจน กล่าวคือ สามารถสังเกตเห็น เช้าใจ และวัดได้ตรงกัน และพฤติกรรมนั้นต้องอยู่ในระดับความสามารถที่จะกระทำได้ และควรเลือกตัวแบบที่มีลักษณะคล้ายคลึงกับผู้สังเกต และควรใช้การเสริมแรงทันทีเมื่อผู้สังเกตเลียนแบบพฤติกรรมนั้นได้ถูกต้อง (Striefel. 1981 อ้างอิงจาก สมโภชน์ เคี่ยมสุภาชิต. 2541. ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม. หน้า 260-261)

นอกจากนี้ การมีตัวแบบที่ดี จะทำให้ผู้เลียนแบบเกิดความเชื่อ ซึ่งเป็นความเชื่อที่ถูกต้องอยู่บนความเป็นเหตุเป็นผล ส่งผลให้เกิดความมั่นใจว่าสิ่งที่ตนสังเกตเห็นเป็นไปได้จริง เป็นสิ่งที่ดี มีคุณค่า และสามารถพิสูจน์ให้เห็นจริงได้ ซึ่งในทางพุทธศาสนาเรียกว่า การใช้องค์ประกอบภายในในการพัฒนาให้บุคคลเกิดศรัทธา และเป็นศรัทธาที่นำไปสู่ปัญญา (สุมน ออมรวิฒน์. 2530 : 64-65)

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรไม่พบหลักฐานที่นำเสนอถึงการพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรโดยตรง ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาและนำเสนอแนวคิดที่มีหลักฐานแสดงให้เห็นถึงลักษณะที่สอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร ได้แก่ แนวคิดเกี่ยวกับการเข้าใจเข้ามาใส่ใจเรา แนวคิดเกี่ยวกับการวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร แนวคิดเกี่ยวกับการคิดแบบโยนิโสมนสิการ และแนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการให้คำปรึกษา ดังรายละเอียดต่อไปนี้

### แนวคิดเกี่ยวกับการเข้าใจเข้ามาใส่ใจเรา

การเข้าใจเข้ามาใส่ใจเรา (empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจ เข้าถึงอารมณ์ของผู้อื่น รวมทั้งสามารถแสดงพฤติกรรมเพื่อตอบสนองความรู้สึก และความต้องการของผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม ซึ่งนับเป็นพื้นฐานที่จำเป็นในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น มีนักการศึกษาได้ให้ความสำคัญและกล่าวถึงการเข้าใจเข้ามาใส่ใจเราดังนี้

## ความหมายของการเอาใจเขามาใส่ใจเรา

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับความหมายของการเอาใจเขามาใส่ใจเรา (empathy) พบว่า มีความหมายในทำนองเดียวกับความเห็นอกเห็นใจ (sympathy) ซึ่งเป็นพฤติกรรมทางสังคมที่มีความสำคัญ และเกี่ยวข้องกับการส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมจริยธรรมของบุคคลไปพร้อมกับการลดอคติและความก้าวร้าว (Eisenberg. 1986; Weiner. 1981; Wispe. 1986 , 1991 citting Lishner. 2000. *The components of empathy: Distinguishing between tenderness and sympathy*) และเป็นความสามารถในการที่จะเข้าถึงอารมณ์และความรู้สึกของคนอื่น มีความเมตตาสงสาร เมื่อเห็นผู้อื่นได้รับความลำบาก ความทรมาน และเกิดความรู้สึกเข้าใจ เห็นใจ (Nakajima. 2002) รวมทั้งการเข้าถึงความรู้สึกของบุคคล ทั้งที่เป็นความรู้สึกในทางลบ เช่น โศกเศร้า เสียใจ ผิดหวัง ไม่พอใจ เกลียด และในทางบวก เช่น รัก ยกย่อง สรรเสริญ กล้าหาญ ร่าเริง ยินดี กับผู้อื่น (Sezov. 2002) และนอกจากนี้ยังมีการให้ความหมายเฉพาะของการเอาใจเขามาใส่ใจเรา ดังนี้

โบ hairy แดร์ และ กรีนเบริก (Bohart and Greenberg. 1997 : 419) กล่าวว่า การเอาใจเขามาใส่ใจเรา หมายถึง การรับรู้ เข้าใจ ถึงความต้องการของบุคคลอื่น และการใช้การสื่อสารที่ดี จะนำไปสู่การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคล

โกลแมน (Goleman. 1998 : 27) กล่าวว่า การเอาใจเขามาใส่ใจเรา เป็นความสามารถในการตระหนักรู้ความรู้สึก ความต้องการของผู้อื่น มีความห่วงใยต้องการที่จะส่งเสริมให้ผู้อื่นได้รับการพัฒนาอย่างเต็มความสามารถ

วิลาสลักษณ์ ชัววัลลี (2542 : 40) กล่าวว่า การเอาใจเขามาใส่ใจเรา เป็นการเข้าใจ ความรู้สึกของคนอื่น คือ รู้ว่าคนอื่นรู้สึกอย่างไร สามารถเข้าใจมุมมองของคนอื่น และสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลหลายแบบได้

กรมสุขภาพจิต (2544 : 33) กล่าวว่า การเอาใจเขามาใส่ใจเรา เป็นการรู้และเข้าใจ อารมณ์ของผู้อื่น และสามารถแสดงอารมณ์ตนของต่อสัมผัสนองได้อย่างเหมาะสม โดยเฉพาะคนที่เรา เกี่ยวข้องสัมพันธ์ด้วย จะช่วยให้เราสามารถอยู่ร่วมหรือทำงานได้กันได้อย่างดีและมีความสุขมากขึ้น

ชัยเสนาฐ พรมศรี (2548 : 75) กล่าวว่า การเอาใจเขามาใส่ใจเรา คือ ความสามารถในการฟังที่มีประสิทธิภาพ และเข้าใจในความต้องการและความรู้สึกของบุคคลอื่น ซึ่งอาจไม่จำเป็นต้องเห็นด้วยทั้งหมดกับความคิดของคู่สนทนა แต่พยายามที่เข้าใจสถานการณ์จากมุมมองของผู้สนทนา เพื่อที่จะหาแนวทางในการให้ความช่วยเหลือและบรรลุความประภัตนาของคู่สนทนารูปแบบที่ดี

จากความหมายข้างต้น สรุปได้ว่า การเอาใจเขามาใส่ใจเรา หมายถึง การแสดงออกถึงความเข้าใจในความรู้สึก ความต้องการของผู้อื่น มีความประภัตนาดีต้องการที่จะช่วยเหลือ ส่งเสริม และสนับสนุนให้ได้รับการพัฒนาตามความต้องการและความสามารถของแต่ละบุคคล

## องค์ประกอบของการเอาใจเขามาใส่ใจเรา

โกลแมน (Goleman. 1998 : 27) แบ่งองค์ประกอบของการเอาใจเขามาใส่ใจเรา เป็น 5 องค์ประกอบย่อย ได้แก่

1. ความเข้าใจผู้อื่น (understanding others) เป็นการรับรู้ความรู้สึก ให้การยอมรับ และปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยความห่วงใย
2. การพัฒนาผู้อื่น (developing others) เป็นการพัฒนาผู้อื่นตามความต้องการของแต่ละคน และให้การสนับสนุนอย่างเต็มความสามารถ
3. การมุ่งเน้นบริการ (service orientation) เป็นการคาดคะเน รับรู้ และตอบสนองความต้องการของผู้อื่นได้ถูกทาง
4. ยอมรับความแตกต่าง (leveraging diversity) เป็นการที่จะให้โอกาสกับทุกคนที่มีความแตกต่างกัน
5. การตระหนักรู้ถึงความคิดเห็นของกลุ่ม (political awareness) เป็นการอ่านสถานการณ์ของกลุ่ม และความสัมพันธ์ของกลุ่มได้

พีโลควิน (Peloquin. 2003 citing Jamieson and others. 2006. *Developing empathy as a foundation of client-centred practice: Evaluation of a university curriculum initiative*) กล่าวว่า องค์ประกอบของการเอาใจเขามาใส่ใจเรา ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบย่อย ได้แก่

1. การเข้าใจในความหมายที่ลึกซึ้งในพฤติกรรมที่ผู้อื่นแสดงออก (understanding of the deeper meaning of the client's behavior)
2. คิดว่าถ้าเราเป็นคนคนนั้นจะเป็นอย่างไร (a recognition of likeness and uniqueness in others)
3. เข้าใจในสิ่งที่คนอื่นได้รับมา (an entry, into the others experience and understanding what it must be like)
4. รับฟังอย่างตั้งใจ (a connection with the other's feeling through listening)
5. สามารถจะช่วยคนอื่นให้รู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (a power to recover from that connection and feel a personal enrichment)

คาร์ และ ลัศจีเมียร์ (Carr and Lutjemeier. 2005) กล่าวว่า องค์ประกอบของการเอาใจเขามาใส่ใจเราประกอบด้วย 2 ส่วน ได้แก่

1. ด้านความรู้ (cognitive component) เป็นการเข้าใจความรู้สึกของคนอื่นด้วยการพูดตอบสนองได้เหมาะสม

2. ด้านจิตใจ (affective component) เป็นการแสดงออกทางอารมณ์ที่แสดงให้เห็นถึงการเข้าใจอารมณ์ของคนอื่น

นอกจากนี้กรมสุขภาพจิต (2544 : 2) ได้แบ่งการเอาใจเขามาใส่ใจเราหรือความสามารถในการเห็นใจผู้อื่น เป็น 3 องค์ประกอบโดย ได้แก่

1. การใส่ใจผู้อื่น
2. การเข้าใจและยอมรับผู้อื่น
3. การแสดงความเห็นในอย่างเหมาะสม

### การพัฒนาการเอาใจเขามาใส่ใจเรา

โบยาร์ท และ กรีนเบริก (Bohart and Greenberg. 1997 : 420-437) กล่าวถึงวิธีพัฒนาการเอาใจเขามาใส่ใจเรา ดังนี้

1. ความเข้าใจ (understanding) ด้วยการฟีกใน 2 ลักษณะ คือ
  - 1.1. การรับรู้ความรู้สึกผู้อื่นโดยตรง
  - 1.2. ฝึกทำความเข้าใจผู้อื่นด้วยการสัมบทบาท ทำให้สามารถรับรู้ถึงการกระทำ กิริยาท่าทาง และการพูด
2. การมีประสบการณ์ (experiencing) เป็นการฝึกทำความเข้าใจในอารมณ์ที่แสดงออกถึงความเสียใจของผู้อื่น (mood congruence) ด้วยการฟีกด้านการฟังและการตอบสนองที่แสดงถึงความเข้าอกเข้าใจผู้อื่น
3. การปฏิบัติและการสื่อสาร (action and communication) โดยเฉพาะด้านการพูด ซึ่งจะส่งผลต่อทัศนคติที่ดี ทำให้การปฏิบัติอย่างอื่นเป็นไปด้วยความราบรื่น
4. การสร้างความสัมพันธ์ (the way of being together) ซึ่งนับเป็นหลักเบื้องต้นทางจิตวิทยาในการติดต่อกันของบุคคล
5. ความมีเหตุผล (validation) ซึ่งเป็นการติดต่อกันระหว่างบุคคล ซึ่งจะช่วยให้เกิดความชัดเจน และการเอาใจใส่ เห็นคุณค่าซึ่งกันและกัน

คาร์ และ ลัจเมyer (Carr and Lutjemeier. 2005) กล่าวถึงการฝึกการเอาใจเขามาใส่ใจเรา ด้วยการให้กลุ่มตัวอย่างอ่านและสังเกตสีหน้าจากภาพ ซึ่งเป็นภาพเด็ก ผู้ใหญ่ และภาพการ์ตูน ที่แสดงออกถึงมีความสุข ความเสียใจ ความโกรธ และความกลัว จากนั้นให้วาดภาพที่แสดงอารมณ์ของบุคคลในภาพดังกล่าว

เจเมียสัน และคณะ (Jamieson and others. 2006) ได้พัฒนาโปรแกรมเพื่อเพิ่มความสามารถในการเอาใจเขามาใส่ใจเรา ดังนี้

1. การจัดประสบการณ์เพื่อที่จะส่งเสริมให้เกิดความรู้ที่ในหลายลักษณะที่ ส่งผลต่อการเรียนรู้ของบุคคล
2. การเรียนรู้เป็นรายบุคคลเพื่อให้เกิดการเรียนรู้มากที่สุด
3. การเรียนรู้จริงเกี่ยวกับสุขภาพ ความสามารถ ทั้งในทางที่ดีและไม่ดี และให้ฝึกการแสดงบทบาทสมมติ
4. การได้เรียนรู้ด้วยตนเองเกี่ยวกับกลุ่มผู้ไม่ปกติ แต่มีการดำเนินชีวิตที่ดี
5. การได้เห็นแบบอย่างของผู้มีประสบการณ์
6. การได้ฝึกการสะท้อนความรู้สึกจนเกิดความชำนาญ
7. จัดเตรียม และแนะนำวิธีการแสดงความสัมพันธ์ที่ระหว่างบุคคลที่นำเสนอถึงการสะท้อนความรู้สึก ทั้งสถานการณ์ที่เป็นบุคคลปกติและไม่ปกติ
8. กรณีศึกษาเกี่ยวกับบุคคลที่ไม่ปกติ โดยให้ฝึกการรู้จักเป็นผู้แนะนำ และรู้จักหน้าที่

กรมสุขภาพจิต (2544 : 33) กล่าวถึงวิธีการฝึกการเอาใจเขามาใส่ใจเรา ดังนี้

1. การให้ความสนใจในการแสดงออกของผู้อื่น โดยการสังเกตสีหน้า เวลาตาท่าทาง การพูด น้ำเสียง ตลอดจนการแสดงออกอื่น ๆ
2. การอ่านอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นจากสิ่งที่สังเกตเห็นว่าเขากำลังมีความรู้สึกใด โดยอาจตรวจสอบว่าเขารู้สึกอย่างนั้นจริงหรือไม่ โดยการถาม ซึ่งควรทำในสถานการณ์ที่เหมาะสม เพื่อไม่ให้เป็นการวุ่นวายหรือก้ากว่าเรื่องของผู้อื่นได้
3. การทำความเข้าใจอารมณ์และความรู้สึกของบุคคล กล่าวคือ ในสถานการณ์นั้น ๆ ถ้าเราเป็นเขา เราจะรู้สึกอย่างไร จากสภาพที่เขาเผชิญอยู่
4. การแสดงความเห็นอกเห็นใจ ให้กำลังใจ เมื่อผู้อื่นกำลังมีปัญหา

เทอดศักดิ์ เดชคง (2546 : 27-29) กล่าวว่า การเรียนรู้ทำให้มุชยรู้จักการเอาใจเขามาใส่ใจเรา ซึ่งมี 2 ลักษณะคือ รู้ว่าการเอาใจเขามาใส่ใจเราเป็นสิ่งที่สังคมยอมรับ เช่น พ่อแม่สอนว่าให้คิดถึงใจเขามาใส่ใจเรา และเป็นความรู้สึกคาดหมายในใจว่า ถ้าตนประสบเหตุการณ์จะเป็นอย่างไร ดังนั้น การเอาใจเขามาใส่ใจเราจึงเป็นสิ่งที่สามารถฝึกฝนได้ โดยมีขั้นตอนการฝึกดังนี้

1. การอ่านความรู้สึก เป็นการพยายามที่จะแปลความหมายทั้งสิ้นมาและท่าทางของคนรอบข้าง

2. ความเห็นอกเห็นใจ คือ การคาดเดาความรู้สึกของผู้อื่น โดยสมมติว่า เรายุ่งในสถานการณ์นั้น ๆ ด้วย

3. ฝึกการตอบสนองที่สอดคล้องกัน เป็นพฤติกรรมหรือการกระทำที่เป็นไปในทิศทางเดียวกัน แสดงออกถึงความเข้าใจ เห็นใจ

นอกจากนี้งานวิจัยที่ได้นำเสนอแนวทางในการพัฒนาการเอาใจเขามาใส่ใจเรา ดังนี้  
นางสินี ศิลาวัชรพล (2539 : 4) ได้ใช้สถานการณ์จำลองในการพัฒนาการเอาใจเขามาใส่ใจเรา โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ขั้นเตรียมการ เป็นขั้นของการบอกรู้ที่ต้องการให้ผู้อื่นได้รับ ตามที่ต้องการ แล้วเล่าเรื่องเกี่ยวกับสถานการณ์จำลอง กำหนดบทบาท และจากนั้นให้ผู้ฝึกอบรมได้ศึกษา บทบาทที่ได้รับอย่างละเอียด

2. ขั้นดำเนินกิจกรรม ให้ผู้ฝึกอบรมแสดงบทบาทตามลำดับเหตุการณ์ที่กำหนด

3. ขั้นวิเคราะห์และอภิปรายผล เป็นการร่วมกันแสดงความคิด ความรู้สึก วิเคราะห์ และอภิปรายเกี่ยวกับบทบาทตามสถานการณ์ที่กำหนด ตลอดทั้งแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับการเอาใจเขามาใส่ใจเรา

4. ขั้นสรุป เป็นการร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับการเอาใจเขามาใส่ใจเรา คำพัน จากรุทัสนางกูร (2541 : 6-8) ได้ใช้แนวทางการฝึกทักษะทางสังคมในการพัฒนาการเอาใจเขามาใส่ใจเรา โดยการฝึกแบบกลุ่มและแบบรายบุคคล โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ขั้นนำ เป็นการสนทนเพื่อสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้วิจัยกับกลุ่มตัวอย่าง เป็นการให้ความรู้เกี่ยวกับรายละเอียดโปรแกรมการฝึก และให้เข้าใจบทบาทของแต่ละฝ่าย

2. ขั้นดำเนินการ เป็นการฝึกปฏิบัติการเอาใจเขามาใส่ใจเรา โดยใช้เทคนิคแม่แบบ การใช้บทบาทสมมติ และการให้ข้อมูลย้อนกลับ โดยมีขั้นตอนย่อยดังนี้

2.1. การฝึกทักษะการสังเกต โดยใช้ตัวแบบที่เป็นวีดีทัศน์ โดยการเก็บรวบรวม ข้อมูลเกี่ยวกับสถานการณ์นั้น สังเกตการสื่อความหมายทั้งภาษาพูดและภาษาท่าทางที่แสดงถึงการเป็นผู้รู้จักการเอาใจเขามาใส่ใจเรา

2.2. การฝึกทักษะด้านภาษาท่าทาง เป็นการฝึกแสดงออกด้านสีหน้า การสบสายตา การแสดงทางประจักษ์ การแสดงทางประจักษ์ ที่แสดงออกถึงการเอาใจเขามาใส่ใจเรา

2.3. การฝึกทักษะการฟัง เพื่อให้สามารถรับรู้เรื่องราว ความรู้สึก อารมณ์ และเข้าใจที่ผู้อื่นพูดด้วยการฟังอย่างตั้งใจ ฟังอย่างเข้าใจ และสามารถสื่อสารได้เข้าใจ

2.4. การฝึกทักษะการพูด เป็นการฝึกพูดที่สื่อถึงความเห็นอกเห็นใจ โดยการใช้คำตามปลายเปิด คำตามปลายปิด การทวนซ้ำ การสะท้อนความรู้สึก รวมถึงการแสดงความเห็นอกเห็นใจ และการให้กำลังใจ

2.5. การฝึกรวมทุกทักษะ โดยการแสดงบทบาทตามสถานการณ์ที่กำหนด

3. ขั้นสรุป เป็นการร่วมกันสรุปสิ่งที่ได้ฝึกปฏิบัติตามทั้งหมด

เศรษฐีกร มงคลจารุวงศ์ (2546 : 7) ได้ใช้แนวทางการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมมาใช้ในการพัฒนาการเอาใจเขามาใส่ใจเรา ดังนี้

1. การให้คำแนะนำ (coaching) เพื่อส่งเสริมให้เกิดความเข้าใจในการฝึกทักษะในการแสดงออก และการฝึกปฏิบัติเพื่อปรับปรุงพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก

2. การให้ตัวแบบ (modeling) เป็นการให้สังเกตตัวแบบจากบุคคลอื่น หรือจากรูปภาพ จากเทพบันทึก เพื่อให้ผู้ฝึกเกิดการเรียนรู้และเลียนแบบพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก ถึงการเอาใจเขามาใส่ใจเราได้อย่างเหมาะสม

3. การแสดงบทบาทสมมติ (role playing) เป็นการกำหนดสถานการณ์ให้ผู้ฝึกได้แสดงออกตามที่กำหนด แล้ววิเคราะห์บทบาทด้วยการอภิปรายกลุ่ม

4. การฝึกซ้อมพฤติกรรม (behavioral rehearsals) เป็นการฝึกซ้อมบทบาทที่ตนเองแสดงออกต่อบุคคลอื่นก่อนที่จะไปแสดงพฤติกรรมนั้นจริง ซึ่งจะช่วยให้ผู้อื่นเกิดการรับรู้ในการแสดงออกถึงความเข้าใจ ความต้องการ และความเห็นอกเห็นใจมากขึ้น

5. การให้ข้อมูลย้อนกลับ (feedback) เพื่อเป็นการทำให้เกิดความเข้าใจในตนเอง และผู้อื่นมากขึ้น

6. การให้แรงเสริม (reinforcement) ด้วยการให้สมาชิกในกลุ่มให้คำชม ให้กำลังใจ และให้การสนับสนุนในการแสดงออกที่เหมาะสมของผู้ปฏิบัติ ซึ่งจะช่วยให้เกิดความกล้าใน การแสดงออกถึงความรู้สึกและความต้องการของตนเอง ทำให้ผู้อื่นเข้าใจความรู้สึก ความต้องการ และอารมณ์ที่แสดงออกมาได้

7. การทำการบ้าน (assigning homework) เป็นการให้ผู้ฝึกนำสิ่งที่ได้ฝึกในการอบรมไปฝึกต่อที่บ้าน เช่น การฝึกการแสดงออกทางอารมณ์และความรู้สึกอย่างเหมาะสม ฝึกสังเกต อารมณ์ผู้อื่น ฝึกอ่านความสัมพันธ์ในครอบครัว ฝึกการมองโลกในแง่ดี รู้จักการอ่านสถานการณ์ในทางบวก

## ความสัมพันธ์ระหว่างการเอาใจเขามาใส่ใจเรากับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเอาใจเขามาใส่ใจเรา พบว่า การเอาใจเขามาใส่ใจเราเป็นความสามารถในการเข้าใจ รับรู้ความรู้สึก ความต้องการของผู้อื่น และมีความห่วงใย ต้องการที่จะช่วยเหลือ ส่งเสริม และสนับสนุนให้ได้รับการพัฒนาที่สอดคล้องกับความสามารถ และความต้องการของแต่ละบุคคล ซึ่งหากพิจารณาถึงลักษณะของผู้ที่รู้จักการเอาใจเขามาใส่ใจเรา พบว่า เป็นลักษณะที่สอดคล้องกับลักษณะของกัญญาณมิตรในด้านความน่ารักและความน่าเคารพ กล่าวคือ ความน่ารัก เป็นลักษณะของบุคคลที่ปฏิบัติต่อผู้อื่นด้วยความเป็นมิตร มีน้ำใจ ปราณາดี พร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือ ส่งเสริม และสนับสนุนให้ได้รับการพัฒนาอย่างเต็มความสามารถ และความน่าเคารพ เป็นลักษณะของบุคคลที่ปฏิบัติต่อผู้อื่น โดยปราศจากอคติ ความลำเอียง ให้ความเป็นธรรมและให้ความเสมอภาคกับทุกคน

ในการพัฒนาการเอาใจเขามาใส่ใจเราในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้ประยุกต์แนวคิดที่ได้นำเสนอข้างต้น มาเป็นแนวทางในการฝึก ได้แก่

1. การสังเกตอารมณ์หรือความรู้สึก เป็นการสังเกตการแสดงออกทางสีหน้าของบุคคลในหลายวัย และหลายลักษณะ
2. การอ่านความรู้สึก เป็นการทำความเข้าใจอารมณ์หรือความรู้สึกของบุคคลในสถานการณ์ต่าง ๆ ด้วยการสมมติว่า ถ้าหากเป็นตนเองที่อยู่ในสถานการณ์นั้น จะรู้สึกอย่างไร
3. การตอบสนองอารมณ์หรือการสะท้อนความรู้สึก เป็นการฝึกแสดงการกระทำที่แสดงออกถึงความเข้าใจ การปลอบใจ และการให้กำลังใจ

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเอาใจเขามาใส่ใจเรา

นาถสินี ศิลาวัชรพล (2539 : 42) ได้ศึกษาถึงผลของการใช้สถานการณ์จำลองที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ด้านการเอาใจเขามาใส่ใจเราของนักศึกษาพยาบาล ชั้นที่ 2 พบว่า การใช้สถานการณ์จำลองสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ด้านการเอาใจเขามาใส่ใจเราของนักศึกษาพยาบาลได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำพัน จากรุ้งสนางกฎ (2541 : 76) ได้ทำการศึกษาเพื่อเปรียบเทียบผลของการฝึกทักษะทางสังคมแบบกลุ่มและแบบรายบุคคลที่มีต่อการแสดงออกถึงการเอาใจเขามาใส่ใจเราของพยาบาล เทคนิคต่อผู้ป่วยจิตเวช พบว่า พยาบาลเทคนิค่มีการแสดงออกถึงการเป็นผู้รู้จักการเอาใจเขามาใส่ใจเราเพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 หลังจากได้รับการฝึกทักษะทางสังคมแบบกลุ่มและแบบรายบุคคล

ประภาพร มั่นเจริญ (2544 : 60-63) ได้ศึกษาผลของการใช้กิจกรรมพัฒนาความร่วมมือสีก และการใช้ตัวแบบสัญลักษณ์ที่มีต่อพฤติกรรมเชื้อเพื่อของนักเรียนชั้นปีที่ 5 โดยพฤติกรรมเชื้อเพื่อจะประเมินใน 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการประเมินพฤติกรรมของนักเรียนโดยครูประจำชั้น ด้านการอาสาสมัครพัฒนาโรงเรียน และด้านการอาสาทำของเล่นในห้อง พบว่า หลังการทดลองกลุ่มที่ได้รับการพัฒนาความร่วมมือสีก มีพฤติกรรมเชื้อเพื่อไม่ต่างจากกลุ่มที่ใช้ตัวแบบสัญลักษณ์ และคะแนนเฉลี่ยด้านการประเมินพฤติกรรมของนักเรียนโดยครูประจำชั้นของกลุ่มที่ได้รับกิจกรรมพัฒนาความร่วมมือสีกสูงกว่ากลุ่มที่ได้รับตัวแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และทั้งสองกลุ่มมีพฤติกรรมความเชื้อเพื่อสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และกลุ่มที่ได้รับกิจกรรมพัฒนาความร่วมมือสีก และการใช้ตัวแบบสัญลักษณ์มีพฤติกรรมความเชื้อเพื่อหลังการทำกิจกรรมสูงกว่าก่อนทำกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เศรษฐีกร มงคลชาตุรงค์ (2546 : 68) ได้ศึกษาถึงผลของการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาความเหลี่ยวนิดาดทางอารมณ์ด้านการเอาใจเขามาใส่ใจเรา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 พบว่า นักเรียนที่เป็นกลุ่มทดลองมีความเหลี่ยวนิดาดทางอารมณ์ด้านการเอาใจเขามาใส่ใจเราสูงขึ้นหลังการเข้าร่วมการฝึก และสูงกว่านักเรียนที่เป็นกลุ่มทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ในทุกองค์ประกอบอยู่ ได้แก่ ด้านการเข้าใจผู้อื่น การมีจิตใจไฟบวิกิริชช่วยเหลือ การรู้จักส่งเสริมผู้อื่น การรู้จักให้โอกาสผู้อื่น และการตอบหนักรู้สึกความคิดเห็นของกลุ่ม

รีส (Rees. 2003) ได้ทำการศึกษาถึงความสำคัญของการเอาใจเขามาใส่ใจเรา โดยการวิจัยเอกสาร โดยศึกษาในเบื้องต้นทฤษฎีทางจริยธรรมและการให้เหตุผล โดยสรุปเป็น 4 ส่วน ได้แก่ ส่วนแรก เป็นกรอบแนวคิดที่อธิบายถึงการเอาใจเขามาใส่ใจเรา สรุปได้ว่า การเอาใจเขามาใส่ใจเรา สามารถอธิบายจริยธรรมของบุคคล และการสรุปถึงความแตกต่างระหว่างเหตุผลกับอารมณ์ ส่วนที่สอง เป็นการอธิบายถึงวิธีการเอาใจเขามาใส่ใจเรา ซึ่งมีวิธีการที่หลากหลาย ซึ่งเน้นที่ความห่วงใย (care) และความสามารถทางอารมณ์

คาร์ และ ลัตซ์จีเมียร์ (Carr and Lutjemeier. 2005) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างผลการกระตุ้นการจำได้กับการเอาใจเขามาใส่ใจเราที่มีต่อการพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเยาวชน โดยศึกษาภัณฑ์ตัวอย่างที่มีอายุอยู่ระหว่าง 11-17 ปี จำนวน 29 คน ด้วยการให้พิจารณาภาพที่แสดงออกทางอารมณ์ทางใบหน้า ของผู้ใหญ่ เด็ก และภาพการ์ตูน ใน 4 ด้าน ได้แก่ ความสุข ความเสียใจ ความโกรธ และความกลัว จากนั้นให้กลุ่มตัวอย่างแสดงการตอบสนองด้วยการรู้จักเอาใจเขามาใส่ใจเรา พร้อมทั้งระบุพฤติกรรมของบุคคลในภาพ พบว่า 1) มีความสัมพันธ์ในทางบวกระหว่างความสามารถในการรับรู้ถึงการแสดงอารมณ์โกรธของผู้ใหญ่ และแสดงพฤติกรรมที่รุนแรงด้วยการทำลายสิ่งของ 2) มีความสัมพันธ์ในทางตรงข้ามระหว่างการแสดงอารมณ์ก้าวของเด็ก และการแสดง

พฤติกรรมไม่เหมาะสม 3) มีความสัมพันธ์ในทางบวกระหว่างการแสดงอารมณ์กล้าของเด็ก และการรับรู้อารมณ์ผู้อื่น 4) มีความสัมพันธ์ทางบวกสูงและแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมระหว่างความกล้า กับความเสียใจ และความกลัวกับความกรดร และ 5) มีความสัมพันธ์ในทางตรงข้ามสูงระหว่าง ความสามารถในการเอาใจเขามาใส่ใจเรากับการรู้จักอารมณ์ผู้อื่น

### **แนวคิดเกี่ยวกับการวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร**

การสื่อสาร (communication) เป็นกระบวนการถ่ายทอดข้อมูล ข่าวสาร ข้อเท็จจริง รวมถึงความคิด และความรู้สึก จากบุคคลฝ่ายหนึ่งเรียกว่า ผู้ส่งสาร ไปยังบุคคลอีกฝ่ายหนึ่ง เรียกว่า ผู้รับสาร โดยการพูด การเขียน กริยาท่าทาง หรือสัญลักษณ์ต่าง ๆ (Gibson and Hanna. 1992 : 11; Michener and De Lamater. 1999 : 159; ปราณี รามสูตร. 2545 : 154) เพื่อให้เกิดความเข้าใจ ความหมายที่ตรงกัน (Pearson and Nelson. 1997 : 5)

เสนาง ติยะร (2541 : 130-131) ได้กล่าวถึงการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพควรจะ ประกอบด้วยลักษณะสำคัญ 5 ประการ ดังนี้

1. การเปิดเผย (openness) เป็นความเต็มใจของบุคคลทั้งสองฝ่ายที่สื่อสารกัน จะมี ความเต็มใจในเรื่อง เปิดเผยเรื่องทั้งหมดที่จะสื่อสารกับอีกฝ่ายหนึ่ง ฝ่ายที่รับรู้จะต้องมีความเต็มใจที่ จะแสดงปฏิกิริยาต่อข้อมูลที่เปิดเผยนั้น รวมถึงการยอมรับความคิดและความรู้สึกที่แต่ละฝ่ายเปิดเผย ออกมา

2. มีความรู้สึกร่วมด้วย (empathy) เป็นความรู้สึกที่เป็นไปในทางเดียวกันระหว่าง คู่สื่อสาร มีความยินดีเมื่ออีกฝ่ายหนึ่งประสบความสำเร็จ และรู้สึกเสียใจด้วยเมื่อเขาทุกข์ยาก

3. ความรู้สึกสนับสนุน (supportiveness) การแสดงความรู้สึกเห็นด้วยหรือมี แนวคิดในทางเดียวกันย่อมจะส่งเสริมความรู้สึกที่ดีต่อกัน

4. ความรู้สึกในด้านดี (positiveness) การรู้สึกในด้านดีจะก่อให้เกิดผลดีแก่ตนเอง ทำให้บุคคลที่สื่อสารด้วยรู้สึกดีอันจะส่งเสริมให้เขาเปิดเผยข้อมูลทั้งหมด ทั้งยังเกิดผลดีโดยรวมต่อผู้ สื่อสารทั้งสองฝ่าย ช่วยให้ต่างฝ่ายต่างรู้สึกว่าการสื่อสารนั้นเป็นสิ่งที่สร้างความสุขและความสบายนิ

5. ความเท่าเทียมกัน (equality) เป็นความเท่าเทียมกันระหว่างการพูดกับการฟัง หรือผู้ที่ทำหน้าที่รับสารและส่งสารในลักษณะเท่าเทียมกัน ทั้งนี้ยังขึ้นอยู่กับหน้าที่ที่กระทำการ สื่อสารระหว่างผู้พูดกับผู้ฟัง

นอกจากนี้ การเข้าใจรูปแบบการสื่อสาร เข้าใจในความหมายของการสื่อสารที่ถูกต้อง หรือการเข้าใจพฤติกรรมของคู่สื่อสารในขณะที่ทำการสื่อสาร จะส่งผลให้การสื่อสารนั้นมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น โดยที่ อริค เบอร์น (Eric Berne) ผู้ก่อตั้งทฤษฎีการวิเคราะห์การสื่อสารระหว่างบุคคล (Transactional Analysis: T.A.) เชื่อว่า พฤติกรรมต่าง ๆ ที่มนุษย์กระทำหรือไม่กระทำมีสาเหตุมาจากการประสบการณ์หรือการเรียนรู้ที่ผ่านมาทั้งสิ้น (Eric Berne. 1964 ถ่ายทอดจาก เสนะ ติยาภรณ์. 2541. การสื่อสารในองค์กร. หน้า 229; มัลลิกา คณาธุรกิจ. 2547 : 126; พรพรรณ ทรัพย์ประภา. 2548 : 327) ดังนั้น การสื่อสารจะมีเกิดประสิทธิภาพ ถ้าผู้สื่อสารเข้าใจ และสามารถปรับตัวให้เข้ากับคู่สื่อสาร ได้เหมาะสม

### **องค์ประกอบของการวิเคราะห์การสื่อสารระหว่างบุคคล**

ในการสื่อสารกันระหว่างบุคคลตามแนวคิดของอริค เบอร์น มีองค์ประกอบ ดังนี้

1. ภาวะทางจิต (Ego state) หรือบุคลิกภาพของบุคคล ซึ่งแสดงให้เห็นถึงลักษณะของทัศนคติ ความรู้สึก พฤติกรรม ในขณะที่ทำการติดต่อสื่อสารกับคนอื่น ซึ่งเกิดจากปัจจัยหลายอย่าง เช่น ประสบการณ์ในวัยเด็ก สภาพแวดล้อม พ่อแม่ วัฒนธรรม เป็นต้น ภาวะทางจิตของบุคคลจะแสดงออกมาใน 3 ลักษณะ (เสนะ ติยาภรณ์. 2541 : 240-250; คมเพชร ฉัตรศุภกุล. 2547 : 70-71; Wikipedia. 2006) คือ

1.1) ภาวะความเป็นเด็ก (Child Ego State) จะเป็นลักษณะของบุคคลที่แสดงออกทางด้านความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมที่มีลักษณะของเด็กหรือผู้ใหญ่ที่เป็นตัวของ ตนเอง และการตัดสินใจจะใช้ความรู้สึกเป็นส่วนใหญ่ พฤติกรรมภาวะความเป็นเด็ก คือ ส่วนของบุคลิกภาพที่ได้รับประสบการณ์ต่าง ๆ มาตั้งแต่เด็ก เช่น รักความสนุกสนาน มีความแข็งขัน ขี้บ่น สรุปเรียบร้อยชوبประดิษฐ์ และดื้อดึง พฤติกรรมที่แสดงออกจะเป็นท่าทางที่ร่าเริงหรือห้อหอย แสดงการสิ้นหวัง ขณะพูด ไม่เก็บอารมณ์เมื่อมีความรู้สึกชุนเนิ่ยว ส่วนคำพูดมักจะใช้คำว่า ฉันอยากได้ ฉันไม่เอา ไม่ใช่ความผิดของฉัน มันไม่ยุติธรรม หรือ ฉันไม่ทราบ เป็นต้น

1.2) ภาวะความเป็นพ่อแม่ (Parent Ego State) เกิดจากการรับเอาทัศนคติและแบบอย่างพฤติกรรมจากพ่อแม่ พฤติกรรมที่แสดงออก ได้แก่ ระเบียบวินัย ข้อกำหนด การตัดสินใจ การให้คำแนะนำ ฟังสอน การติเตียน เป็นต้น คำพูดที่แสดงภาวะความเป็นพ่อแม่ คือ ควร ไม่ควร ต้องอย่างนั้น ต้องอย่างนี้ อย่าทำอีก ดี ไม่ดี ผิด ถูก ฉันจะจัดการเอง เป็นต้น ส่วนพฤติกรรมการสื่อสารที่ไม่ใช่คำพูดจะสังเกตได้จากการมองแบบดูถูกหรือน่าเบื่อหน่าย ตอบหลัง ตอบไหล หรือสั่นศีรษะเมื่อแสดงอาการไม่เห็นด้วย เป็นต้น

1.3) ภาวะความเป็นผู้ใหญ่ (Adult Ego State) เป็นส่วนของบุคลิกภาพที่ไม่ใช่ความรู้สึก เกิดขึ้นโดยไม่มีความสัมพันธ์กับอายุ แต่สัมพันธ์กับความสามารถในการคิดอย่างมีเหตุผล โดยใช้ข้อมูลต่าง ๆ ที่มีอยู่ และนำมารวิเคราะห์เพื่อหาความเป็นไปได้ก่อนที่จะเลือกวิธีการที่จะนำไปปฏิบัติ เมื่อบุคคลเกิดอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นมา บุคลิกภาพส่วนนี้จะทำหน้าที่รับรองความโน้มถ่วง การวิเคราะห์เหตุผลและสถานการณ์ เมื่อต้องตัดสินใจและแก้ปัญหาด้วยเหตุผลอยู่บ่อย ๆ คนก็สามารถรับรองความโน้มถ่วงในภาวะที่เป็นผู้ใหญ่ ภาวะความเป็นผู้ใหญ่จะทำให้คนดำรงชีวิตได้อย่างอิสระและอยู่รอดได้ในทุกสถานการณ์

2. รูปแบบของการสื่อความหมาย (Transactional Analysis Proper) เป็นการติดต่อสื่อสารกันของผู้ที่อยู่ในภาวะทางจิตอย่างหนึ่ง ไปยังบุคคลอีกฝ่ายหนึ่ง แบ่งเป็น 3 รูปแบบ (เสนำติเยาร์. 2541 : 260-275; James and Jongeward. 1976 : 24-31 ข้างอิงจาก พรรดา ทรัพย์ ประภา. 2548. จิตวิทยาประยุกต์ในชีวิตและการทำงาน. หน้า 346-352) ได้แก่

2.1) การสื่อสารที่สอดคล้องกัน (Complementary Transactions) เป็นการสื่อสารที่คู่สื่อสารสามารถคาดคะเนพฤติกรรมของอีกฝ่ายหนึ่งได้ หรือเป็นการสื่อสารที่เส้นทางการส่งสารและรับสารขนานกัน จะเกิดขึ้นใน 3 ลักษณะ คือ

2.1.1) การสื่อสารระหว่างบุคคลที่บุคคลทั้งสองฝ่ายต่างก็อยู่ในภาวะจิตอย่างเดียวกัน ซึ่งจะพูดด้วยความรู้สึกอย่างเดียวกันหรือพูดด้วยภาษาเดียวกัน จะทำให้เข้าใจกันง่าย แบ่งเป็น 3 ลักษณะ ได้แก่ การสื่อสารระหว่างบุคคลที่อยู่ในภาวะทางจิตของความเป็นพ่อแม่ (Parent-Parent Transactional) การสื่อสารระหว่างบุคคลที่อยู่ในภาวะทางจิตของความเป็นผู้ใหญ่ (Adult-Adult Transactional) และการสื่อสารระหว่างบุคคลที่อยู่ในภาวะทางจิตของความเป็นเด็ก (Child-Child Transactional)

2.1.2) การสื่อสารระหว่างบุคคลที่มีภาวะทางจิตต่างกันแต่สามารถคาดคะเน คำตอบจากอีกฝ่ายหนึ่งได้ ในการสื่อสารลักษณะนี้ผู้ส่งสารคาดหมายที่จะได้รับการตอบสนองจากอีกฝ่ายหนึ่ง จึงทำให้การสื่อสารราบรื่นและสามารถเข้ากันได้ ซึ่งประเภทของการสื่อสารอาจจะเป็น ระหว่างบุคคลที่อยู่ในภาวะทางจิตของความเป็นเด็กกับความเป็นพ่อแม่ (Child-Parent Transactional) ความเป็นเด็กกับความเป็นผู้ใหญ่ (Child-Adult Transactional) หรือความเป็นพ่อแม่ กับความเป็นผู้ใหญ่ (Parent-Adult Transactional) หรือในลักษณะตรงข้าม

2.1.3) การสื่อสารที่สอดคล้องกันอีกแบบหนึ่งซึ่งเส้นทางของการสื่อสาร สอดคล้องกัน แต่เนื้อหาหรือข้อความในการสื่อสารไม่สอดคล้องกัน เช่น บุคคลหนึ่งใช้การสื่อสารในภาวะทางจิตของความเป็นผู้ใหญ่ แต่อีกฝ่ายหนึ่งใช้การสื่อสารในภาวะทางจิตของความเป็นเด็ก แต่ การสื่อสารจะลงอย่างมีเหตุผล การประสบความสำเร็จในการสื่อสารลักษณะนี้จะมีความสัมพันธ์ใน

เรื่องของความร่วมมือกันหรือความเข้าใจซึ่งกันและกัน โดยไม่จำเป็นว่าบุคคลทั้งสองฝ่ายจะแสดงออกด้วยภาษาทางจิตอย่างไร แต่เป็นการสะท้อนให้เห็นถึงข้อมูลที่ถูกต้องและสมบูรณ์ ที่เป็นการสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างกันทั้งสองฝ่าย

2.2) การสื่อสารที่ขัดแย้งกัน (Crossed Transactional) เป็นการสื่อสารที่คู่สื่อสารได้รับคำตอบจากอีกฝ่ายหนึ่งไม่ตรงกับที่คาดหวังไว้ หรือเป็นการสื่อสารที่เสนอทางการส่งสารและรับสารตัดกัน ผลให้เกิดความไม่เข้าใจกัน การสื่อสารหยุดชะงักหรืออยู่ติดลบ การสื่อสารที่ขัดแย้งกันจึงเป็นสิ่งที่ควรหลีกเลี่ยง แต่ก็มีประโยชน์ในกรณีคู่สื่อสารต้องการให้การสื่อสารจบลงโดยเร็ว

2.3) การสื่อความหมายที่ซ่อนเร้น (Ulterior Transactional) เป็นการสื่อสารที่ไม่ตรงกับคำพูด กล่าวคือ ขณะที่ส่งข่าวกับรับข่าวจะมีความหมายของข่าวสารซ่อนอยู่ ซึ่งทั้งผู้ส่งข่าวและผู้รับข่าวจะรับรู้ด้วยภาษาทางจิตอย่างหนึ่ง ซึ่งแตกต่างไปจากภาษาทางจิตที่พูด

3. การใส่ใจ (Stroke) หรือการให้ความสำคัญ เป็นความต้องการให้ผู้อื่นเห็นคุณค่าและยอมรับตนเอง ด้วยการปฏิบัติอย่างอ่อนโยนและสุภาพ ไม่ว่าจะเป็นด้วยการพูดหรือการกระทำ แบ่งเป็น 3 ลักษณะ (เสนาง ติyeaw. 2541 : 313-318; มัลลิกา คณานุรักษ์. 2547 : 126; พรรณราย ทรัพย์ประภา. 2548 : 352-353; Wikipedia. 2006) ได้แก่

3.1) การใส่ใจทางบวก (Positive Stroke) ในแง่ของการสื่อสาร ความเอาใจใส่ทางบวก เป็นการสื่อสารที่สอดคล้องกันในลักษณะตรงไปตรงมา มีความเหมาะสมและเข้ากับสถานการณ์ เมื่อคนได้รับความเอาใจใส่ในทางบวกจะเกิดความรู้สึกภูมิใจ อบอุ่น มีชีวิตชีว่า และกระตือรือร้น ซึ่งจะนำไปสู่ทรวดหนูชีวิตที่เห็นว่าตนเองและคนอื่นมีคุณค่า ความเอาใจใส่ในทางบวกแสดงออกได้โดยการยิ้ม การทักทาย การขอบคุณ การชุมเชย หรือการสวมกอด การแต่ไฟล์ และการสัมผัสอย่างอ่อนโยน เป็นต้น

3.2) การใส่ใจทางลบ (Negative Stroke) เป็นการแสดงออกของคู่สื่อสารเมื่อต้องการให้อีกฝ่ายหนึ่งรู้ตัวว่ากำลังแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ด้วยการแสดงว่าอีกฝ่ายหนึ่งกระทำการผิด เกิดความรู้สึกไม่ดีและเกิดความรู้สึกผิดหวัง แต่ก็แสดงให้เห็นว่ามีผู้อื่นกำลังสนใจการกระทำของตนอยู่ อาจจะแสดงออกด้วยการตักเตือน การทำหน้าที่คิวข่าว การดูด่า การตำหนิ การลงโทษ เป็นต้น

3.3) การไม่ใส่ใจ (Discount Stroke) เป็นการไม่ให้ความสำคัญเลย ไม่ว่าจะทางใด ก็ตาม การไม่เอาใจใส่จะเป็นการลดคุณค่าและความสำคัญของความเป็นคน เป็นการสร้างความรู้สึกขาดความเชื่อมั่นในตนเอง และแสดงออกด้วยการไม่สนใจพฤติกรรมต่าง ๆ เฉยเมย หอดทิ้ง หรือเป็นการซ่อนเร้นความหมายที่แท้จริงขณะสื่อสารด้วยความรู้สึกที่ไม่จริงใจและไม่สนใจ สามารถเข้าใจได้โดยไม่ต้องแสดงออกด้วยคำพูด

4. ทัศนะชีวิต (Life Position) เป็นทัศนะของบุคคลที่มีต่อตนเองเมื่อเทียบกับบุคคลอื่น เริ่มเกิดขึ้นตั้งแต่ในวัยเด็ก สามารถเปลี่ยนแปลงได้เมื่อได้รับประสบการณ์ใหม่ ๆ และมีความเข้าใจในสิ่งนั้น ในการวิเคราะห์การติดต่อสื่อสารจะแบ่งทัศนะชีวิตออกเป็น 4 ประเภท (เสนาง. ติyeaw. 2541 : 309-313; Harris. 1973 : 66 ข้างต้นจาก พรพรรณราย ทรัพย์ประภา. 2548. จิตวิทยาประยุกต์ ในชีวิตและการทำงาน. หน้า 357-358) ได้แก่

4.1) ตนเองมีคุณค่าและคนอื่นมีคุณค่า (I am O.K. - You are O.K.) เป็นทัศนะของผู้มีสุขภาพจิตดี ปรับตัวได้ดี รับรู้ตนเองและผู้อื่นในแบบที่เป็นจริง เป็นความรู้สึกที่เกิดอย่างรู้ตัว ด้วยความเชื่อมั่น และสามารถคิดได้ว่าทำไม่เจ็บเป็นอย่างนั้น ทำไม่เจ็บเป็นอย่างนี้

4.2) ตนเองมีคุณค่าและคนอื่นไม่มีคุณค่า (I am O.K. - You are not O.K.) เป็นทัศนะที่มีความรู้สึกว่าตนเองเหนือกว่าผู้อื่น เห็นว่าคนอื่นไม่มีความสำคัญ เกิดจากประสบการณ์ในวัยเด็กที่บุคคลต้องการเอาตัวรอด ต้องการพ้นจากความทุกข์ทรมาน และคิดว่าจะต้องไม่ยอมแพ้ เมื่อโตขึ้นและคิดถึงความหลังครั้งใดก็จะมองเห็นความโหดร้าย และรู้ว่าความโหดร้ายเป็นอย่างไร ในกรณีที่รุนแรงมากลงโดยด้วยการทำลายชีวิตผู้อื่น

4.3) ตนเองไม่มีคุณค่าและคนอื่นมีคุณค่า (I am not O.K. - You are O.K.) เป็นทัศนะที่คิดว่าตนเองต่ำต้อย มีความขาดหลัก ไม่กล้าแสดงออก ชอบเก็บกดความรู้สึก เมื่อมีปัญหาจะหักด้อยและหนีปัญหา ในกรณีรุนแรงมากลงโดยด้วยการประดับชีวิตหรือทำลายชีวิตตนเอง เกิดจากประสบการณ์ในวัยเด็กที่ได้รับความอบอุ่นหรือการเอาใจใส่จากพ่อแม่ในลักษณะที่ไม่สม่ำเสมอ เช่น เมื่อแสดงความรักก็ตามใจทุกอย่าง แต่เมื่อกรหกจะไม่สนใจในความรู้สึกของเด็กเลย ทำให้รู้สึกผิดหวังซึ่งจะกระตุ้นให้เกิดความรู้สึกต่ำต้อยมากขึ้น

4.4) ตนเองไม่มีคุณค่าและคนอื่นไม่มีคุณค่า (I am not O.K. - You are not O.K.) เป็นทัศนะที่ไม่เห็นคุณค่าอะไรในชีวิตทั้งสิ้น เกิดจากการที่บุคคลมีประสบการณ์ในวัยเด็กด้วยสภาพที่ถูกทอดทิ้งและยากลำบาก ไม่ได้รับการเอาใจใส่จากพ่อแม่ ทำให้เกิดความรู้สึกหักด้อย สิ้นหวัง ไม่มีจุดหมายในชีวิต หากปล่อยไว้นานจะกลายเป็นคนขาดสติ เสพสรุรา ติดยาเสพติด ในที่สุดอาจจะทำร้ายชีวิตผู้อื่นและตนเองได้

จากการศึกษาพางานวิจัยที่ฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร ดังนี้

นิสาชล พงศ์พาชนาณเวช (2537 : 6-10) และกันธิมา มนันท์ (2547 : 5-6) ได้ฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล มีขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การวิเคราะห์ทัศนะของชีวิต (Life Position Analysis) เป็นวิธีการช่วยให้บุคคลได้รู้จักตนเอง เช้าใจตนเอง และบุคคลอื่น ๆ โดยการวิเคราะห์ทัศนะของชีวิตตนเอง และบุคคลอื่นว่า มีความคิด ความรู้สึกอย่างไร

ขั้นตอนที่ 2 การวิเคราะห์โครงสร้างบุคลิกภาพ (Structural Analysis) เป็นการวิเคราะห์เกี่ยวกับความคิด ความรู้สึก และการกระทำของบุคคลในภาวะต่าง ๆ ได้แก่ ความเป็นพ่อแม่ เป็นผู้ใหญ่ และเป็นเด็ก

ขั้นตอนที่ 3 การวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Transactional Analysis) เป็นวิธีการช่วยให้รู้จัก และเข้าใจรูปแบบของการติดต่อสื่อสาร

ขั้นตอนที่ 4 การวิเคราะห์เกมทางจิตวิทยา (Games Analysis) เป็นการวิเคราะห์ว่าการติดต่อสื่อสารกันนั้นมีสิ่งใดซ่อนเร้นบ้าง ซึ่งจะช่วยให้เข้าใจความคิด ความรู้สึกที่แท้จริงของตน

ขั้นตอนที่ 5 การใส่ใจ (Stroke) เป็นการฝึกแสดงความสนใจ เอกใจใส่ และให้กำลังใจบุคคลอื่นอย่างเหมาะสม

นอกจากนี้การมีทักษะที่ดีในการพูดและการฟัง จะช่วยให้การสื่อสารมีประสิทธิภาพ ดังนี้

### การสื่อสารด้านการพูด

การพูด เป็นการสื่อความหมายที่สำคัญที่คนเราต้องใช้ในชีวิตประจำวัน มีความสำคัญยิ่งกับทั้งตนเองและผู้อื่น โดยเป็นการสื่อสารที่เข้าใจง่ายกว่าการสื่อสารอย่างอื่น ซึ่งจะช่วยส่งเสริมให้เกิดความสำเร็จทั้งในการดำเนินชีวิต และการประกอบอาชีพ เนื่องจากการพูดจะช่วยให้เกิดความเข้าใจที่ดีต่อกัน ช่วยให้ตนเองสบายใจ และผู้อื่นเป็นสุข รวมทั้งยังช่วยให้คนที่มีความทุกข์ได้คลายความทุกข์ และเกิดมุมมองที่จะฝ่าฟันปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ ให้ได้ (วิมล เหมือนคิด. 2543 : 197-198; ปราณี รามสูตร. 2545 : 164) มีนักการศึกษาได้กล่าวถึงการพูดที่ทำให้ประสบความสำเร็จ ดังนี้

การพูดที่ดี มีแนวปฏิบัติดังนี้ (วิมล เหมือนคิด. 2543 : 199-200; ปราณี รามสูตร. 2545 : 164-165; สงวน สุทธิเลิศอรุณ. 2545 : 232-233)

1. ฝึกใช้คำพูดที่สุภาพ ไพเราะ พูดเป็นจังหวะ และใช้น้ำเสียงให้เหมาะสม
2. พยายามใช้ภาษาง่ายแก่การเข้าใจ หมายความง่าย ไม่ซับซ้อน โอกาส และสถานที่
3. พูดให้ชัดเจน ได้เนื้อหาสาระ อย่าใช้คำพูดแบบลังเล แสดงความไม่แน่ใจ จะทำให้ผู้ฟังเกิดความรู้สึกขาดความเชื่อถือในตัวผู้พูด

4. ฝึกพูดให้คนอื่นฟัง เป็นการพูดที่สามารถตอบสนองความต้องการของผู้ฟัง ให้ฟังใจ และสนับสนุน โดยมีจุดหลักง่าย ๆ ได้แก่ อย่าพูดจับผิดคนอื่น และเมื่อイヤมที่เขามีความทุกข์ มีความเครียด ก็พยายามพูดให้กำลังใจ ปลอบใจ

5. เมื่อจะกล่าวคำชม ให้เจาะจงการทำที่ดี ไม่กล่าวลอย ๆ หากจะต้องวิจารณ์ให้วิจารณ์การกระทำ ไม่เจาะจงตัวบุคคล และไม่วิจารณ์รุนแรง

6. หลีกเลี่ยงการพูดที่แสดงให้เห็นถึงความขัดแย้ง โดยเฉพาะเรื่องเกี่ยวกับความเชื่อ หรือความคิดเห็น ซึ่งจะทำให้เกิดความบาดหมางกันได้ง่าย

7. พูดในเรื่องที่คิดว่ารู้จัก และถูกใจให้เกิดความอยากรู้ พยายามพูดให้รู้กุมถ้าไม่รู้แล้วพยายามพูดจะทำให้เกิดความเบื่อหน่าย

8. มีอารมณ์ขันในการพูด หรือมีการพูดเล่นบ้าง แต่อย่าให้ฟุ่มเฟือยมากนัก และไม่ใช้คำพูดสองแง่มุม ต้องระวังอย่าใช้คำพูดลดลงขั้นในปมด้อยของผู้ฟัง

9. คิดก่อนพูด เนื่องจากคำพูดที่พูดออกไปอาจจะส่งผลเสียหายต่อผู้อื่น อาจจะเป็นคำพูดที่บันทอนจิตใจ หรือไปกระทุ่นอารมณ์ใคร่ หรือเป็นคำพูดที่ทำให้เกิดความแตกแยก

10. พยายามควบคุมอารมณ์ให้ได้ ไม่พูดขณะที่โกรธหรือไม่พอใจ นอกจากนี้ เทอดศักดิ์ เดชคง (2546 : 49) กล่าวว่า หากต้องพูดเพื่อวิพากษ์วิจารณ์ คนอื่น การวิจารณ์นั้นควรจะแสดงออกในทางบวก เช่น การชมเชย แต่ถ้าหากต้องการจะวิจารณ์ เพื่อที่จะให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิดหรือพฤติกรรม มีหลักในการวิจารณ์อยู่ 3 ข้อ คือ

1. ต้องเป็นสิ่งที่ยอมรับได้ การยอมรับเป็นสิ่งที่สำคัญ และเป็นข้อแรกของการสนทนาก็ ซึ่งจะทำให้เกิดความรู้สึกถึงความเป็นพวกรเดียวกัน การพูดควรใช้คำพูดที่สุภาพ ให้เกียรติผู้อื่น
2. เป็นสิ่งที่เข้าใจกันได้ ตรงไปตรงมา ไม่ vagueness
3. นำไปปฏิบัติได้ การวิจารณ์ที่กระทำอยู่นี้ สามารถซึ้งและแนวทางแก้ไข และหาทางออกได้

ชิตาภา สุขพลา (2548 : 77) กล่าวถึงการใช้น้ำเสียงที่ถูกต้อง เหมาะสมในการพูด จะมีผลต่อการสื่อสารในด้านอื่น ๆ ด้วย ได้แก่

1. น้ำเสียงและลีลาเสียงที่ดี ช่วยให้เกิดการเรียนรู้ที่ดีเด่นขึ้น
2. น้ำเสียงที่ดี ช่วยให้เกิดผลในการโน้มน้าวใจผู้ฟัง
3. น้ำเสียงที่ดี ช่วยสร้างความดึงดูดใจผู้ฟัง
4. น้ำเสียงที่อ่อนเป็นมิตร ช่วยให้เกิดความไว้วางใจ
5. จังหวะลีลาที่ดี ช่วยให้การพูดประับความสำเร็จได้

วิมล เหเมื่อนคิด (2543 : 200-201) กล่าวถึง บุคลิกภาพด้านการพูดมีส่วนสำคัญที่ทำให้การพูดมีความน่าสนใจ ได้นำเสนอว่าควรจะพัฒนาบุคลิกภาพด้านการพูด ดังนี้

1. การใช้ภาษา ผู้พูดควรใช้ศัพท์ที่เข้าใจง่าย ไม่ซับซ้อน และหมายความเดียวกัน
2. น้ำเสียง ใช้น้ำเสียงที่แสดงถึงความสุภาพ นุ่มนวล มีความดังและเร็วพอเหมาะสม และควรเพิ่มคำว่า “ครับ” หรือ “ค่ะ” หลังประโยคจะช่วยเพิ่มเสน่ห์ให้ผู้พูดด้วย
3. การใช้สายตา ขณะที่พูดต้องสบตา กับผู้ฟัง เพื่อแสดงถึงความจริงใจ และสนใจผู้ฟัง ทั้งยังช่วยสร้างบรรยากาศและความรู้สึกที่ดีต่อกัน
4. การแสดงออกทางใบหน้า ผู้ฟังจะอ่านความรู้สึกของผู้พูดได้จากลีฟหน้า ซึ่งต้องแสดงให้สอดคล้องกับเรื่องที่พูด
5. การแสดงท่าทางประกอบ ซึ่งเป็นสิ่งที่จะช่วยให้ผู้ฟังสนใจ และทำให้การพูดมีประสิทธิภาพมากขึ้น การใช้มือควรอยู่ในระดับสายตาและเอวของผู้พูด
6. การแต่งกาย เป็นสิ่งที่บ่งบอกถึงนิสัยและรสนิยมของผู้พูด ซึ่งควรจะมีความสุภาพเรียบร้อย หมายความว่า หมายความว่า การแต่งกายที่ดีต้องสะอาดและเรียบร้อย ไม่ประมาท ไม่ขาดหลุดร่วง

### การสื่อสารด้านการฟัง

การฟัง เป็นการใส่ใจในสิ่งที่ได้ยิน รวมทั้งใช้ความคิด ความรู้สึกหรือวิจารณญาณประกอบไปด้วย นับเป็นองค์ประกอบหนึ่งของการสื่อสารที่ช่วยให้มนุษย์เกิดการเรียนรู้ และยังช่วยให้ได้รับความสนุกสนาน เพลิดเพลิน ช่วยสร้างมนุษย์สัมพันธ์ระหว่างบุคคล และยังเอื้อประโยชน์ต่อตนเองและสังคม อีกด้วย (วิมล เหเมื่อนคิด. 2543 : 204; พรพรรณ ทรัพย์ประภา. 2548 : 129) นักการศึกษากล่าวถึง การฟังที่มีประสิทธิภาพดังนี้

แพทตัน (Patton. 1998 : 153-154) กล่าวถึงพฤติกรรมการฟังซึ่งบุคลจะแสดงออกมาก ในขณะที่ฟังบุคคลอื่นพูด ดังนี้

1. ความรู้สึกร่วม (Empathetic) เป็นลักษณะของการฟังแล้วเกิดอารมณ์ ความรู้สึกเหมือนว่าตนเองอยู่ในสถานการณ์เดียวกัน
2. ความเห็นอกเห็นใจ (Sympathetic) เป็นลักษณะของการเข้าใจสถานการณ์ และคาดคะเนเช่น “ฉันเข้าใจคุณ”
3. การตั้งใจ (Blaming) เป็นการฟังเพื่อจับผิด หรือหาทางพิสูจน์ว่าประเด็นของตนถูกแต่ประเด็นของผู้อื่นผิด
4. การได้ยินแต่ไม่ได้ฟัง (Hearing but not listening) เป็นลักษณะของการฟังที่ไม่เข้าใจว่าผู้พูดต้องการสื่ออะไร

5. การยกตนข่มท่าน (Patronizing) พึงด้วยความรู้สึกว่าตนมีอำนาจเหนือกว่า บางครั้งพยายามเหมือนว่าไม่สนใจหรือไม่เข้าใจ

6. ความเชี่ยวชาญ (Authority) พึงด้วยท่าทีที่แสดงว่ารู้อยู่แล้ว และรู้เป็นอย่างดี ด้วย และสรุปก่อนที่ผู้พูดจะพูดจบ พร้อมกับชี้แนะนำและให้คำแนะนำ

7. แสดงท่าทางเอาใจใส่ (Mechanical) จะแสดงลักษณะที่ถึงความสนใจ เช่น พยักหน้า ยิ้ม หรือออกเสียงตอบรับสั้น ๆ ซึ่งเป็นการแสดงไปอย่างนั้นเอง จริง ๆ แล้วไม่ได้ฟัง

8. ใจลอย (Balloon) ขณะที่ฟังคิดเรื่องอื่นซึ่งไม่เกี่ยวกับเรื่องที่ฟัง

9. การตัดสิน (Judge) ถ้าฟังในเรื่องที่ไม่ต้องการจะฟัง หรือเรื่องที่ไม่อยู่ในความสนใจจะหากิจกรรมอย่างอื่นทำ หรือออกไปบริเวณอื่น

10. แสดงอารมณ์ฉุนเฉียว (Boiling Pot) พึงแล้วรู้สึกว่าไม่ได้ขึ้นหรือไม่ได้ช่วยแก้ปัญหาอะไร จะออกไปจากการสนทนาร้ายกาจ ไม่พอใจ

การฟังที่ดี มีแนวปฏิบัติตั้งนี้ (ปราณี รามสูตร. 2545 : 163; สงวน สุทธิเลิศอรุณ. 2545 : 232-233)

1. เตรียมเป็นผู้ฟังที่ดี คือ ทำตัวให้พร้อมที่จะฟัง และตั้งใจฟัง

2. เงียบ คือ ทำตัวให้เงียบแล้วจะฟังได้ชัดเจน

3. สร้างบรรยากาศที่ดีเพื่อให้ผู้พูดรู้สึกสบายใจที่จะพูด ผู้ฟังที่ดีจะพยายามพยายามพยักหน้า หรือส่งเสียง “ครับ - ค่ะ” ขณะสนทนา

4. ออดทบทวนต่อการได้ยิน หรือได้เห็นการแสดงออกของผู้พูดที่ไม่สบอารมณ์ และหลีกเลี่ยงการขัดแย้งหรือแสดงความไม่พึงพอใจออกมาให้เห็น

5. ออดทบทวนให้จบก่อน แล้วจึงถามหรือโต้ตอบ หรือมีปฏิสัมพันธ์อย่างอื่น หากจำเป็นจริง ๆ ควรกล่าวคำขอโทษก่อน

6. การทวนประโยชน์ที่ได้รับฟังมา ก่อนจะถามหรือโต้ตอบ เป็นการแสดงว่าฟังด้วยความเข้าใจ

7. พึงโดยใช้เหตุผล ใช้ความคิดไตร่ตรอง เลือกวับและฟังในสิ่งที่ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ตน

8. การแสดงการขอบคุณผู้พูดที่ได้ให้ความรู้แก่ผู้ฟัง

วิมล เนเมือนคิด (2543 : 206-207) กล่าวว่า ประสิทธิภาพของการฟังอยู่ที่ผู้ฟัง ซึ่งพิจารณาได้จากสิ่งที่ผู้ฟังได้รับ คือ

1. ฟังแล้วจับประเด็นได้ ในการฟังต้องใช้สมารธิเพื่อที่จะได้เข้าใจเรื่องราวติดต่อกัน โดยตลอดจนสามารถจับประเด็นได้ถูกต้อง

2. ฟังแล้ววิเคราะห์ได้ ผู้ฟังควรแยกระหว่างข้อเท็จจริงกับความคิดเห็น หรือสิ่งใดเป็นเหตุสิ่งใดเป็นผลของเรื่อง และต้องสังเกตภิรยาท่าทางของผู้พูดรวมถึง

3. ฟังแล้วตีความได้ การฟังบางประเภทผู้พูดอาจสื่อความหมายไม่ตรงตามตัวอักษร ซึ่งอาจจะเป็นการอุปมาอุป\_metaphor หรือกล่าวโวหาร สุภาษิต คำพังเพย ซึ่งผู้ฟังจะต้องทำความเข้าใจกับความหมายแท้จริงที่ผู้พูดແงะไว้ จึงจะเข้าใจเรื่องราวตามที่ผู้พูดต้องการได้

4. ฟังแล้วประเมินคุณค่าได้ เป็นการบอกว่าสิ่งนั้นดีหรือไม่ดี โดยใช้ความคิดเหตุผลประเมินค่าในสิ่งที่ฟัง

นอกจากนี้ ชนัดดา เนเมือนแก้ว (2538 : 269) กล่าวว่า ประสิทธิภาพการฟังจะเกิดขึ้นได้ จะต้องอาศัยการศึกษาและการฝึกฝน โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ฝึกฟังเพื่อจับใจความ อาจจะเป็นการฟังนิทาน บทกวาน ความคิดเห็น หรือการบรรยาย โดยฟังอย่างตั้งใจ มีสมารธิและความอดทนที่จะฟังอย่างต่อเนื่อง การฝึกจับใจความอาจจะทำได้ดังนี้

ขั้นแรก ฟังเรื่องราวทั้งหมดให้เข้าใจก่อน

ขั้นที่สอง จับใจความสำคัญของเรื่องเป็นตอน ๆ แล้วพยายามตอบคำถามว่า เรื่องอะไร ใคร ทำอะไร เมื่อไร อย่างไร และทำไม

ขั้นที่สาม ทดสอบด้วยการเล่าเรื่องที่ได้ฟัง เพื่อดูว่าสามารถจับใจความสำคัญได้เพียงใด

2. ฝึกฟังโดยใช้วิจารณญาณ รับฟังด้วยใจที่เป็นกลาง การฝึกขั้นนี้ต้องพิจารณา “ตรรตรอง สามารถวิเคราะห์ วิจารณ์” แยกแยะได้ว่าเรื่องที่ฟังนั้นมีเหตุผลน่าเชื่อถือหรือไม่ โดยสังเกตลักษณะของผู้พูดประกอบการตัดสินใจ การฝึกฟังเพื่อส่งเสริมการเป็นผู้มีวิจารณญาณอาจจะเริ่มจากการฟังปาฐกถา หรือการโต้ถาม

3. ฝึกฟังเพื่อนำคุณค่าของสิ่งที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ ไม่ว่าจะฟังเรื่องใด ควรสังเกตว่า มีสาระที่จะนำไปประยุกต์ให้เกิดประโยชน์ได้หรือไม่ การฟังจึงจะเกิดประโยชน์

## ความสัมพันธ์ระหว่างการวิเคราะห์การติดต่อสื่อสารกับลักษณะความเป็นกällayamมิตร

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการสื่อสาร พบว่า การสื่อสารมีความสำคัญในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคล ทำให้เกิดความเข้าใจที่ดีต่อกัน เกิดความไว้วางใจ สนับらい และยังช่วยให้ผู้ที่มีความทุกข์ได้คลายทุกข์ มีกำลังใจที่จะฝ่าฟันปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ การฝึกการวิเคราะห์การสื่อสาร เพื่อให้เกิดการสื่อสารที่สอดคล้องกัน ไม่ว่าผู้สื่อสารจะมีพุทธิกรรมหรือภาระทางจิตเช่นใด มีทัศนะต่อตนเองและผู้อื่นอย่างไร หลังจากที่สามารถวิเคราะห์ลักษณะของคู่สื่อสาร แล้ว นำเทคนิคการใส่ใจ (Stroke) ด้วยการเป็นผู้ที่รู้จักพูด รู้จักใช้คำพูดที่สุภาพ ง่ายแก่การเข้าใจ ชัดเจน และใช้น้ำเสียงที่เหมาะสม มีอารมณ์ขันในการพูด หลีกเลี่ยงการพูดที่ก่อให้เกิดความขัดแย้ง รู้จักการพูดชุมชนขยายบ้างตามความเหมาะสม และการเป็นผู้ที่รู้จักฟัง ด้วยการรับฟังอย่างตั้งใจ สร้างบรรยากาศที่ดีในการฟัง มีความอดทนที่จะฟังให้จบ หรืออดทนต่อการได้ฟังหรือได้เห็นการแสดงออกที่ไม่สบอารมณ์ของผู้พูด ซึ่งหากพิจารณาแล้วจะเห็นว่า การเป็นผู้พูดที่ดี และการเป็นผู้ฟังที่ดี เป็นลักษณะที่สอดคล้องกับความเป็นกällayamมิตรในด้านการรู้จักพูด และความอดทนต่อถ้อยคำ กล่าวคือ การรู้จักพูด เป็นลักษณะของบุคคลที่พูดด้วยการใช้ภาษาที่สุภาพ ไปเรื่อง มีความชัดเจน ตรงประเด็น และความอดทนต่อถ้อยคำ เป็นลักษณะของบุคคลที่มีความตั้งใจในการรับฟังข้อมูล โดยไม่แสดงอาการหงุดหงิด รำคาญ หรือโต้แย้งด้วยอารมณ์

การนำเทคนิคการวิเคราะห์การติดต่อสื่อสารมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาลักษณะความเป็นกällayamมิตรในด้านการรู้จักพูด และความอดทนต่อถ้อยคำ คำนึง มีขั้นตอนในดังนี้

1. การวิเคราะห์ที่ตรวจสอบบุคคล ด้วยการฝึกพิจารณาทัศนะความมีคุณค่า ของบุคคลเมื่อเทียบกับบุคคลอื่น ใน 4 ลักษณะ ได้แก่ ตนเองมีคุณค่า-คนอื่นมีคุณค่า ตนเองมีคุณค่า-คนอื่นไม่มีคุณค่า ตนเองไม่มีคุณค่า-คนอื่นมีคุณค่า และตนเองไม่มีคุณค่า-คนอื่นไม่มีคุณค่า

2. วิเคราะห์ภาระทางจิตของบุคคล ด้วยการฝึกวิเคราะห์ภาระทางจิตของบุคคล ได้แก่ ความเป็นเด็ก ความเป็นพ่อแม่ และความเป็นผู้ใหญ่

3. การสื่อสารที่สอดคล้องกัน ด้วยการฝึกวิเคราะห์การติดต่อสื่อสารที่ สอดคล้องกันทั้งในภาระจิตเหมือนกันและภาระจิตที่ต่างกัน

4. การใส่ใจ ด้วยการฝึกการใส่ใจที่ส่งผลให้เกิดการสื่อสารที่สอดคล้องกัน ทั้งการใส่ใจทางบวก และการใส่ใจทางลบ

## งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการนำเทคโนโลยีในการวิเคราะห์การสื่อสารมาพัฒนาพฤติกรรมการสื่อสาร ดังนี้

นิสัยชุด พงศ์พาชนาณเวช (2537 : 82-83) ได้ศึกษาผลของการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อการติดต่อสื่อสารกับเพื่อนต่างเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีคะแนนการสื่อสารกับเพื่อนต่างเพศต่ำ โดยเป็นนักเรียนชาย 10 คน และหญิง 10 คน ใช้ระยะเวลาในการฝึก 6 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง พบร่วมจากการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล นักเรียนมีการสื่อสารกับเพื่อนต่างเพศดีขึ้น และดีกว่ากลุ่มนักเรียนกลุ่มที่ได้รับการสอนปกติ

รณิกานต์ ลิพิเชียร (2543 : 93) ได้ศึกษาผลการอบรมบทบาทสมมติ เทคนิคแม่แบบ และกรณีตัวอย่าง เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการสื่อสารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โดยในการฝึกผู้วิจัยใช้กลุ่มทดลอง 3 กลุ่ม แต่ละกลุ่มใช้เวลาในการฝึก 6 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 50 นาที พบร่วม นักเรียนมีพฤติกรรมการสื่อสารดีขึ้นหลังจากการได้รับการฝึกโดยใช้บทบาทสมมติ เทคนิคแม่แบบ และกรณีตัวอย่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

กันธิมา มนันท์ (2547 : 67) ได้ศึกษาผลการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ที่มีต่อพฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษย์สัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ ซึ่งเป็นกลุ่มนิสิตที่มีบุคลิกภาพแบบเก็บตัวและแบบแสดงตัว พบร่วม นิสิตที่ได้รับการฝึกการวิเคราะห์ติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลมีพฤติกรรมการสื่อสารสูงกว่านิสิตที่ไม่ได้รับการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากการวิจัยเกี่ยวกับการใช้วิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ พบร่วม กลุ่มตัวอย่างมีความสามารถในการสื่อสารดีขึ้นหลังจากได้รับการฝึก

### แนวคิดเกี่ยวกับการคิดแบบโยนิโสมนสิการ

โยนิโสมนสิการเป็นตัวนำให้การศึกษาเริ่มต้น หรือเป็นแกนนำของการพัฒนาในการศึกษา มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องนำมาพัฒนาในวิธีการเรียนรู้สื่อสารและในกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อที่จะส่งเสริมให้ผู้เรียนได้ฝึกฝนและใช้โยนิโสมนสิการอยู่เสมอ (พระธรรมปีภูก (ป.อ. ปยุตุโต). 2546 : 127)

โยนิโสมนสิการ เป็นการใช้ความคิดอย่างถูกวิธี มีความเป็นอิสระ พระธรรมปีภูก (ป.อ. ปยุตุโต) (2546 : 29-30) ได้ให้ความหมายของ โยนิโสมนสิการ ว่าประกอบด้วย โยนิโส หมายถึง เหตุ แหล่งเกิดปัญหา อุบัติ วิธี ทาง และมนสิการ หมายถึง การคิด การพิจารณา เมื่อรวมกันแล้ว โยนิโสมนสิการ จึงหมายถึง การทำในใจโดยแยกယาย ซึ่งมีความหมาย 4 ลักษณะ ดังนี้

1. คุบایมั่นสิการ แปลว่า คิดพิจารณาโดยคุบาย คือ คิดอย่างมีวิธี หรือคิดถูกวิธี หมายถึง คิดถูกวิธีที่จะเข้าถึงความจริง ลดความลับของเข้ากับแนวสังคม ทำให้หยั่งรู้ถึงสภาพลักษณะและ สามัญลักษณะของสิ่งทั้งหลาย

2. ปัจมันสิการ แปลว่า คิดเป็นทาง หรือคิดถูกทาง คือ คิดได้ต่อเนื่องเป็นลำดับ จัดลำดับได้ หรือมีลำดับ มีขั้นตอน เป็นความคิดที่เป็นระเบียบตามแนวทาง ไม่ยุ่งเหยิงสับสน

3. การณ์มนสิการ แปลว่า คิดตามเหตุ คิดคันเหตุ คิดตามเหตุผลหรือคิดอย่างมีเหตุผล  
หมายถึง การสืบค้นตามแนวความสัมพันธ์สืบทอดกันแห่งเหตุปัจจัย พิจารณาสืบสาเหตุให้เข้าใจ  
ถึงต้นเค้า หรือแหล่งที่มาซึ่งส่งผลต่อเนื่องเป็นลำดับ

4. อุป-pathognic แปลว่า คิดให้เกิดผล คือ ใช้ความคิดให้เกิดผลที่พึงประสงค์ เล็งถึงการคิดอย่างมีเป้าหมาย หมายถึง การคิดพิจารณาที่ทำให้เกิดกุศลกรุณ

วิธีคิดแบบโยนิสมนสิการ เป็นการนำเอาโยนิสมนสิการมาใช้ในทางปฏิบัติ โดยหลักการแล้วมี 2 แบบ คือ โยนิสมนสิการที่มุ่งสกัดหรือกำจัดอวิชชาโดยตรง และ โยนิสมนสิการที่มุ่งสกัดหรือบรรเทาต้นเหา และหากพิจารณาแล้วแบ่งเป็น 10 แบบใหญ่ ๆ ดังนี้ (พระธรรมปีก (ป.อ. ปยุตต).)

2546 : 41-122; สุมน ออมรุวิษณุ. 2545 : 15-42)

1.วิธีคิดแบบสืบสานเหตุปัจจัย คือ การพิจารณาปรากฏการณ์ที่เป็นผล ให้รู้จักสภาวะที่ เป็นจริง หรือพิจารณาปัญหา และหาหนทางแก้ไขด้วยการค้นหาสาเหตุและปัจจัยต่าง ๆ ที่สัมพันธ์ ส่งผลให้เกิดเช่นนั้น

2.วิธีคิดแบบแยกแยะส่วนประกอบ เป็นการคิดที่มุ่งให้มอง และให้รู้จักสิ่งทั้งหลายตาม สภาวะของมัน โดยการจำแนกของรวมของสิ่งต่าง ๆ ออกเป็นองค์ประกอบย่อย วิเคราะห์และจัด ประเภทหมวดหมู่ขององค์ประกอบย่อยนั้น ๆ

3. วิธีคิดแบบสามัญลักษณะหรือคิดแบบหยังรู้เท่าทันธรรมชาติ คือ มองอย่างรู้เท่าทัน ความเป็นไปของสิ่งทั้งหลาย ซึ่งแบ่งเป็น 2 ขั้นตอน คือ ขั้นรู้เท่าทันและยอมรับความจริง เป็นขั้นวางใจ ต่อสิ่งทั้งหลายโดยสอดคล้องกับความจริงของธรรมชาติ และขั้นแก้ไขและทำการปฏิตามเหตุปัจจัย เป็นขั้นปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลาย โดยสอดคล้องกับความจริงของธรรมชาติ

4. วิธีคิดแบบอริยสัจจ์หรือคิดแบบแก้ปัญหา หรืออาจจะเรียกว่าเป็นวิธีแห่งความดับทุกข์ เป็นการคิดเริ่มต้นจากปัญหาหรือความทุกข์ที่ประสบ และทำความเข้าใจกับปัญหาให้ชัดเจน จากนั้นสืบค้นหาสาเหตุต่าง ๆ เพื่อเตรียมแก้ไข พร้อมกับกำหนดเป้าหมายที่แน่นชัด แล้วคิดว่าด้วยวิธีปฏิบัติที่จะกำจัดสาเหตุของปัญหา โดยสอดคล้องกับการที่จะบรรลุจุดหมายที่กำหนดไว้

5. วิธีคิดแบบรวมสัมพันธ์ หรือคิดตามหลักการและความมุ่งหมาย โดยที่หลักการคือ หลักความจริง หลักความดึงดูม หลักการปฏิบัติ รวมทั้งหลักคำสอนที่จะให้ประพฤติปฏิบัติ และกระทำการให้ถูกต้อง ส่วนความมุ่งหมาย คือ จุดหมาย ประโยชน์ที่ต้องการ หรือ สาระที่พึงประสงค์

6. วิธีคิดแบบเห็นคุณ โทษ และทางออก เป็นการมองสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ซึ่งเป็นการยอมรับความเป็นจริงตามที่สิ่งนั้นเป็นอยู่ทุกแห่งทุกด้าน ทั้งด้านดีและด้านเสีย โดยวิธีการนี้เน้นย้ำ 2 ประการ คือ การที่จะมองเห็นความเป็นจริงนี้ จะต้องมองเห็นทั้งด้านดีและด้านเสียหรือเห็นทั้งคุณและโทษของสิ่งนั้น ๆ เมื่อจะแก้ปัญหาหรือดำเนินการอย่างใดอย่างหนึ่งจะต้องเห็นทางออกและจุดหมายด้วย และรู้ว่าจุดหมายนั้นคืออะไร

7. วิธีคิดแบบคุณค่าแท้ คุณค่าเทียม ใช้พิจารณาในการเข้าไปเกี่ยวข้องต่อสิ่งทั้งหลายโดยทั่ว ๆ ไป ไม่ว่าจะเป็นการบริโภค การใช้สอย การซื้อขายหรือการครอบครอง โดยมุ่งให้เข้าใจหรือเลือกเศษคุณค่าแท้ที่เป็นประโยชน์กับชีวิตตนเองอย่างแท้จริง เป็นไปเพื่อประโยชน์แต่ตนเอง ผู้อื่นรวมทั้งยังเกือบถูกแก่ความเจริญของกุศลธรรม

8. วิธีคิดแบบร้าคุณธรรม เป็นวิธีคิดในแนวสักดิ้นหรือบรรเทาและขัดเกลาต้นหา โดยมีหลักว่า ประสบการณ์คือสิ่งที่บุคคลได้ประสบหรือได้รับรู้อย่างเดียวกัน อาจจะมองเห็นและคิดนึกปุ่งแต่งไปคนละอย่าง ขึ้นอยู่กับโครงสร้างของจิตใจ หรือแนวทางความเชื่อต่าง ๆ

9. วิธีคิดแบบอยู่กับปัจจุบัน เป็นการคิดในแนวทางของความรู้ หรือคิดด้วยคำนາจปัญญา ซึ่งจะเป็นทั้งเรื่องที่เป็นปัจจุบัน เรื่องที่ตนผ่านมาในอดีต และเรื่องที่จะก้าวไปอนาคต

10. วิธีคิดแบบวิภัชชาوات เป็นการมองและแสดงความจริง โดยแยกแยะออกให้เห็นแต่ละแง่แต่ละด้านคลอบคลุมทุกแห่งทุกมุม ทำให้ความคิดและการวินิจฉัยเรื่องราวต่าง ๆ ชัดเจน ตรงไปตรงมา ตามความเป็นจริง และเท่าความจริง จะไม่เกิดความสับสนในเรื่องต่าง ๆ

วิธีการคิดทั้ง 10 วิธีข้างต้นมีลักษณะเป็นเอกเทศ และสามารถที่จะเชื่อมโยงหดใหญ่ ๆ วิธีเพื่อนำไปสู่การตัดสินใจและปฏิบัติได้ถูกต้อง (สมน ออมริวัฒน์. 2545 : 41) การทำงานของยونيสัมนิสิการจะเป็น 2 ขั้น คือ ขั้นการรับรู้ความโน้มหรือประสบการณ์จากภายนอก และขั้นการคิดด้านพิจารณาความโน้มหรือประสบการณ์ที่เก็บเข้ามาแล้วในภายในตน และในขั้นของการรับรู้จะเป็นการรับรู้ที่ถูกต้องตามความเป็นจริง เพื่อเป็นข้อมูลสำหรับสติจะเอาไปใช้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิต หรือเป็นการรับรู้เพื่อที่จะนำไปใช้ประโยชน์ในทางสติปัจจุบัน ซึ่งจะช่วยแบ่งเบา แก้ทุกข์ แก้ปัญหาให้บรรเทาลง สำหรับผู้ที่ใช้ยونيสัมนิสิการประสบความสำเร็จจนพ้นความเป็นปุ่มชนได้ จะมีคุณภาพทางอารมณ์ใหม่อย่างบริสุทธิ์ เกิดความสดชื่น ผ่องใส ปลดปล่อย เบิกบานใจ ความสุข ความสงบ และความเป็นอิสระ เสรี (พระธรรมปีภูก (ป.อ. บปสุตโต). 2546 : 123-124)

## การพัฒนาการคิดโดยใช้หลักโยนิโสมนสิการ

การนำหลักโยนิโสมนสิการมาใช้ในการพัฒนากระบวนการคิดนั้น สามารถเชื่อมโยงหลายวิธี ซึ่งเริ่มด้วยโยนิโสมนสิการแบบพื้นฐาน คือ วิธีคิดแบบสืบสานเหตุปัจจัย และแบบแยกแยะ ส่วนประกอบ และหลังจากนั้นเมื่อมีเรื่องราวหรือเหตุการณ์ต่าง ๆ ให้พิจารณา ก็ยังคงแบบนี้เข้าไป เช่นเดียวกับวิธีคิดแบบอื่น ๆ (พระธรรมปีกุก (ป.อ. ปยุตติ). 2546 : 127) เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติที่ ถูกต้อง

ในการวิจัยนี้ผู้วิจัยได้ประยุกต์วิธีคิดแบบสืบสานเหตุปัจจัย และแบบเห็นคุณโทษและ ทางออก ซึ่งจัดเป็นโยนิโสมนสิการขั้นพื้นฐานในทศนะของพระธรรมปีกุก (วัฒนิกา ฉลากบาง. 2548 : 19) มาเป็นแนวทางในการพัฒนาลักษณะนักศึกษาวิชาชีวศึกษาให้เป็นผู้ที่มีความกระตือรือร้นในการคิด การแสดงหาความรู้ การพิจารณาสิ่งต่าง ๆ ด้วยเหตุผล ซึ่งให้เห็นทั้งประโยชน์และโทษ พร้อมกับ สามารถเลือกแนวทางปฏิบัติในการแก้ปัญหาได้เหมาะสม ดังนี้

วิธีคิดแบบสืบสานเหตุปัจจัย เป็นการพิจารณาปัญหา หาแนวทางแก้ไขด้วยการค้นหาสาเหตุและปัจจัยต่าง ๆ ที่ส่งผลสืบพอกันมา มีแนวปฏิบัติ (พระธรรมปีกุก (ป.อ. ปยุตติ). 2546 : 41-42; สมน ออมริวัฒน์. 2545 : 15) คือ

- คิดแบบปัจจัยสัมพันธ์ ก่อว่าคือ ฝึกพิจารณาว่า เมื่อสิ่งนั้นมี สิ่งนี้จึงมี เพราะนี่เกิดขึ้น สิ่งนั้นจึงเกิดขึ้น เมื่อสิ่งนั้นไม่มี สิ่งนี้จึงไม่มี เพราะสิ่งนี้ดับ สิ่งนี้จึงดับ เป็นต้น

- คิดแบบสอบถาม หรือตั้งคำถาม เช่น เมื่ออะไรมีอยู่หนอ อุปทานจึงมี อุปทานมี เพราะอะไรเป็นปัจจัย เป็นต้น

วิธีคิดแบบเห็นคุณ โทษ และทางออก เป็นการพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง โดยการยอมรับสิ่งนั้นในทุกด้านทั้งด้านดี และด้านเสีย เช่น บอกว่าก่อนจะแก้ปัญหา ต้องเข้าใจปัญหา ให้ชัดเจน และรู้ที่ไปให้ได้ก่อน หรือก่อนจะลาสิ่งหนึ่งไปหาอีกสิ่งหนึ่ง ต้องรู้จักทั้งสองฝ่ายให้ดีพอ ซึ่งเป็นการพิจารณาว่าการทิ้งสิ่งหนึ่งไปหาอีกสิ่งหนึ่ง เป็นการกระทำที่สมควรและดีจริง มีแนวปฏิบัติ (พระธรรมปีกุก (ป.อ. ปยุตติ). 2546 : 65-71; สมน ออมริวัฒน์. 2545 : 27) คือ

- อัลสาทะ แปลว่า ส่วนดี เป็นการพิจารณาถึงส่วนดี คุณค่า ข้อที่น่าพึงพอใจ
- อาทินะ หรือ อาทินพ แปลว่า ส่วนเสีย เป็นการพิจารณาถึง โทษ ข้อบกพร่อง
- นิสสรณะ แปลว่า ทางออก ทางหลุดพ้น หรือปราศจากปัญหา

ในการคิดแบบเห็นคุณ โทษ และทางออกนี้ ควรคำนึงถึงลักษณะสำคัญ 2 ประการ คือ 1) การที่จะชี้อ่วมของเห็นตามเป็นจริงนั้น จะต้องมองทั้งด้านดีและด้านเสีย หรือทั้งคุณและโทษ ของสิ่งนั้น และ 2) เมื่อจะแก้ปัญหา ปฏิบัติ หรือหาแนวทางที่จะออกไปจากภาวะที่ไม่พึงประสงค์อย่าง

โดยย่างหนึ่งนั้น เพียงรู้คุณ-ไทย ข้อดี-ข้อเสีย ของสิ่งที่เป็นปัญหานั้นยังไม่เพียงพอ จะต้องมองเห็น ทางออก มองเห็นจุดหมาย และรู้ว่าจุดหมายนั้นคืออะไร ดีกว่าย่างไว และเป็นไปได้อย่างไร

นอกจากนี้ สุมน ออมริวัฒน์ (2545 : 27-28) กล่าวถึงวิธีคิดแบบเห็นคุณไทยและ ทางออกว่าจะต้องใช้วิธีคิดแบบอื่น ๆ ร่วมด้วย ไม่ว่าจะเป็น การคิดหาสาเหตุของปัญหา การคิดจำแนก แยกแยะด้านดี ด้านร้าย คิดเชื่อมโยงสัมพันธ์ คิดหาเหตุและผล ฯลฯ ทั้งนี้เพื่อให้การตัดสินใจและหา ทางออกเกิดผลใน การแก้ปัญหาอย่างแท้จริง คนที่สามารถคิดแบบนี้ได้ จะเป็นคนที่คิดได้ คิดเป็น และ คิดดี

### **ความสัมพันธ์ระหว่างการคิดแบบโญนิโสมนสิการกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร**

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า การฝึกคิดแบบโญนิโสมนสิการ ทำให้บุคคลสามารถ คิดอย่างมีระบบ ระเบียบ มีเหตุผล มีความมั่นใจในตนเอง เห็นคุณค่าในตนเอง เชื่อมั่นในศักยภาพของ ตนเอง สามารถที่จะปรับตัวได้ในสถานการณ์ต่าง ๆ และสร้างสัมพันธภาพที่ดีในการอยู่ร่วมกับบุคคล อื่น โดยในการวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้นำแนวคิดแบบโญนิโสมนสิการ 2 แบบ คือ วิธีคิดแบบสืบสาเหตุปัจจัย และวิธีคิดแบบเห็นคุณ ไทย และทางออก ซึ่งเป็นโญนิโสมนสิการแบบพื้นฐาน ที่ช่วยให้บุคคลคิดหา สาเหตุปัจจัยต่าง ๆ โดยใช้เหตุผล และมีสติปัจจัยคิด ไม่ประมาท ไม่มีความหลง ถ้าเกิดความเชื่อในสิ่งใด ก็จะรู้จักวิเคราะห์รอบด้านไม่คลั่งไคลั่นหลงในสิ่งใด โดยที่ผู้วิจัยมีความหวังว่าหากนักศึกษาวิชาชีพครูได้รับ การฝึกให้เป็นผู้ที่สามารถคิดพิจารณาปัญหาและหาหนทางแก้ไขด้วยการค้นหาสาเหตุและปัจจัยต่าง ๆ ที่ส่งผลให้เกิดเช่นนั้น แล้วพิจารณาอย่างรอบด้าน ทั้งด้านดีและด้านเสีย หรือเห็นทั้งประกายชั้นและไฟชั้น ของสิ่งนั้น ๆ เมื่อจะแก้ปัญหาหรือดำเนินการอย่างใดอย่างหนึ่งจะต้องเห็นทางออกและจุดหมายด้วย และรู้ว่าจุดหมายนั้นคืออะไร จะนำไปสู่การเป็นผู้ที่มีลักษณะของความเป็นกัญญาณมิตรเด่นชัดขึ้น โดยเฉพาะในด้านความน่ายกย่อง การถ่ายทอด และการไม่ซักน้ำไปในทางที่เสื่อมเสีย

เนื่องจากวิธีคิดแบบโญนิโสมนสิการแต่ละแบบมีความเป็นเอกเทศ และสามารถเชื่อมโยงกัน เพื่อนำไปสู่การแก้ปัญหาที่ถูกต้องและเหมาะสมสมนั้น และวิธีคิดแบบสืบสาเหตุปัจจัยก็เป็นวิธีเริ่มต้นใน การคิดพิจารณาปัญหาหรือสถานการณ์ต่าง ๆ แล้วจึงเชื่อมโยงไปสู่วิธีคิดแบบเห็นคุณไทยและ ทางออก หรือวิธีอื่น ๆ ขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายของกรณีไปใช้ (สุมน ออมริวัฒน์. 2545 : 28, 41) ดังนั้น ใน การพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรนี้ ผู้วิจัยได้ประยุกต์วิธีคิดดังกล่าว ซึ่งสอดคล้องกับ แนวคิดของ พราหมรุ่งปีรุก (ป.อ. ปยุตุโトイ) (2546 : 41-42, 65-71) โดยมีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 การพิจารณาหาสาเหตุและปัจจัยที่ทำให้เกิดปัญหา ด้วยการฝึกคิดหรือตั้ง คำถามเพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างสาเหตุและปัญหา

ขั้นที่ 2 การพิจารณาด้านดี-ด้านเสีย หรือประโยชน์-โทษของปัญหา ด้วยการฝึกคิดในแต่ละองค์ประกอบของปัญหาว่าดี ไม่ดี หรือมีประโยชน์ มีโทษอย่างไร

ขั้นที่ 3 การพิจารณาทางแนวทางแก้ปัญหา พร้อมทั้งเลือกทางออกของปัญหา ด้วยการฝึกคิดทางแนวทางที่เป็นไปได้ทั้งหมดของปัญหา และแต่ละแนวทางนี้เป้าหมาย ผลที่ตามมาอย่างไร แล้วเลือกทางเลือกที่ดีที่สุด เหมาะสมที่สุด

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการคิดแบบใบอนุสัมณสิการ

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการคิดแบบใบอนุสัมณสิการ เป็นดังนี้

จินดาวัตน์ ปีมณี (2545 : 112-113) ได้ศึกษาและพัฒนาชั้นgradeในการเรียนของนักศึกษา ระดับปริญญาตรี โดยใช้วิธีคิดแบบใบอนุสัมณสิการมาประยุกต์ในกิจกรรมการฝึกอบรม 5 แบบ ได้แก่ แบบสืบสานเหตุปัจจัย แบบคุณค่าแท้-คุณค่าเทียม แบบคุณ-โทษและทางออก แบบอวิยสัจ และแบบปลูกເรັ້າคุณธรรม ประกอบกับกระบวนการกลุ่มและกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยใช้เวลาในการฝึกอบรม 3 วัน 2 คืน และฝึกฝนพัฒนาตนในสถานการณ์จริง ครั้ง ๆ ละ 1 ถึง 1 ชั่วโมงครึ่ง โดยการวัดชั้นgradeในการเรียนของกลุ่มตัวอย่างก่อนการฝึกอบรม หลังการฝึกอบรม และสิ้นสุดการฝึกปฏิบัติในสถานการณ์จริง ผลการวิจัยพบปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม เพศ และครั้งของการฝึกอบรม ในกลุ่มนักศึกษาหญิง และกลุ่มรวม

สมัย พรมประดิษฐ์ (2546 : 83-88) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม ด้วยการประยุกต์แนวคิดใบอนุสัมณสิการต่อความหวาเหว่ของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา โดยที่แนวคิดแบบใบอนุสัมณสิการที่ใช้มี 3 วิธี ได้แก่ วิธีคิดแบบสามัญลักษณ์ วิธีคิดแบบเร้าคุณธรรม และวิธีคิดแบบเป็นอยู่กับปัจจุบัน ใช้ระยะเวลาในการฝึก 8 ครั้ง ๆ ละ 90-120 นาที ทุกวันจนทร-ศุกร์ ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุมีการปรับเปลี่ยนวิธีการคิดแบบใหม่ ที่เข้าถึงความจริง มีความเป็นเหตุเป็นผล มีเป้าหมาย มองโลกในแง่ดี ได้รู้จักตนของและมองตนของในมุมใหม่ เข้าใจและยอมรับความเป็นจริง ทำให้มีความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมเปลี่ยนไปในทางที่ดี มีสัมพันธภาพที่ดีกับสิ่งต่าง ๆ เรียนรู้ที่จะใช้ศักยภาพของตนเองเพื่อให้มีชีวิตอยู่อย่างมีความสุข และมีการนำไปฝึกปฏิบัติต่อหลังจากการฝึกอบรมในชีวิตประจำวัน ทำให้มีความมั่นใจในศักยภาพของตน และสามารถรักษาสัมพันธภาพที่ดีในการเข้าอกกลุ่ม

บัดลังก์ ตาลทอง (2548 : 60-66) ได้ศึกษาผลของการคิดตามหลักใบอนุสัมณสิการที่มีต่อการเห็นคุณค่าของตนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์ โดยการให้นักเรียนฝึกการคิดตามหลักใบอนุสัมณสิการทั้ง 10 แบบ จำนวน 12 ครั้ง ๆ ละ 45-60 นาที ฝึกสปดาห์ ละ 3 ครั้ง และมีการติดตามผลหลังการฝึก 2 สัปดาห์ ผลการวิจัยพบว่า หลังการฝึกนักเรียนได้มีการ

ปรับเปลี่ยนวิธีการคิดแบบใหม่ คือ มีวิธีการคิดที่จะเข้าถึงความจริง มีเหตุมีผล มีเป้าหมาย และมีพฤติกรรมเปลี่ยนไปในทางที่เหมาะสม เห็นคุณค่าในตนของเพิ่มขึ้น มีความตระหนักรู้ ได้รู้จักตนเอง รวมถึงสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับคนใกล้ชิด และมีความมั่นใจในศักยภาพของตนเอง

วัลนิกา ฉลาดบาง (2548 : 131) ได้พัฒนาความสามารถในการรู้จักคิดแบบยืนยันโดยใช้การตัดสินใจที่มีความเชื่อมโยงกัน โดยใช้วิธีคิดแบบอธิบายสิ่งที่ต้องการให้ชัดเจน ไม่ใช้วิธีคิดแบบแก้ปัญหาที่มุ่งเน้นผลลัพธ์ แต่จะเน้นกระบวนการคิดที่สำคัญ เช่น การตั้งเป้าหมาย วางแผน และประเมินผล ซึ่งช่วยให้เด็กสามารถนำความรู้ที่ได้มาใช้ในการแก้ไขปัญหาในสถานการณ์ต่างๆ ได้ดีขึ้น ทำให้เด็กสามารถเรียนรู้และประยุกต์ใช้ความรู้ในชีวิตประจำวันได้มากยิ่งขึ้น

## แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการให้คำปรึกษา

การให้คำปรึกษา เป็นสัมพันธภาพระหว่างบุคคลที่มีจุดหมาย มีกระบวนการซึ่งเป็นการให้ความช่วยเหลือเป็นรายบุคคลทั้งปัญหาส่วนตัว การศึกษา และอาชีพ ระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา ด้วยการวิเคราะห์สภาพปัญหาและทางทางแก้ปัญหา ซึ่งจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถที่จะตัดสินใจด้วยตนเองได้ (Good. 1945 ข้างต้นจาก พงษ์พันธ์ พงษ์สิงหา. 2543. ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา. หน้า 3-4)

แนวคิดการให้คำปรึกษาที่นำมาใช้ในงานวิจัยนี้ที่สำคัญมี 2 แนวคิด ได้แก่ แนวคิดอัตถิภาพนิยม และแนวคิดพฤติกรรมนิยม โดยมีรายละเอียดดังนี้

### แนวคิดอัตถิภาวนิยม (Existentialism)

เนื่องจากแนวคิดในการให้คำปรึกษาแบบอัตลักษณ์นิยมเป็นแนวคิดที่พัฒนามาจากแนวคิดของนักปรัชญาและนักการศาสนาหลายท่าน ทำให้มีสามารถที่จะระบุได้อย่างเด่นชัดว่าเป็นแนวคิดของนักจิตวิทยาคนใดคนหนึ่งเฉพาะลงไป โดยที่นักจิตวิทยาคนสำคัญที่มีแนวคิดดังกล่าว ได้แก่ Ludeying Binswenger (1881-1996) Vitor E. Frankl (1906) และ Rollo May (1909)

แนวคิดอัตลักษณ์นิยมให้ความนับถือในศักดิ์ศรีของมนุษย์มาก มีความเชื่อว่า มนุษย์จะเป็นอย่างไร เป็นคนชนิดใด เป็นผลมาจากการเลือกตัดสินใจของตนเอง มีเสรีภาพที่จะเลือกและรับผิดชอบต่อผลที่ตามมาจากการเลือกของตน มนุษย์มีความสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองได้ แต่อาจจะ

เปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมได้ไม่นานนัก แต่สามารถที่จะเลือกการตอบสนองได้ และทำให้ชีวิตมีความสุขได้โดยการยอมรับความจริง นอกจากรู้สึกความเชื่อว่าการกระทำของมนุษย์ขึ้นอยู่กับคิด ความรู้สึกและมนุษย์รู้จักตนเองได้จากการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลทั่วไป ดังนั้น มนุษย์จึงต้องพึงพา กันให้ความช่วยเหลือกันในการที่จะพยายามให้เกิดความเข้าใจถึงความรู้สึกซึ้งกันและกัน เพราะมนุษย์ไม่สามารถเชื่อมปัญหาได้ตามลำพัง จำเป็นต้องปรึกษาหารือร่วมกับผู้อื่น (Coray. 1996 : 171-172; พงษ์พันธ์ พงษ์ไสว. 2543 : 105-106; ลักษณา สริวัฒน์. 2543 : 123)

นอกจากนี้ หน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาพนิยม ที่สำคัญ คือ ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาค้นหาความหมายในการมีอยู่ของตน กล้าที่จะเชื่อมปัญหา สามารถตัดสินใจเลือกได้ และยังเป็นการช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถปรับตัวและสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Coray. 1996 : 172; Nugent. 1994 : 87; ผ่องพรวน เกิดพิทักษ์. 2529 : 134; อาภา จันทร์สกุล. 2535 : 70) และยังมองว่า ผู้รับคำปรึกษาไม่ใช่ผู้ป่วย เพียงแต่มีความบกพร่องในการดำเนินตามบทบาทของตน หรือรู้สึกว่าชีวิตขาดความกระตือรือร้น (Coray. 1996 : 237)

### กระบวนการของการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาพนิยม

ลักษณา สริวัฒน์ (2543 : 127) กล่าวว่า กระบวนการของการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาพนิยมเริ่มจากการสัมภาษณ์ประวัติส่วนตัว การสร้างสัมพันธภาพ การให้อิสระแก่ผู้รับคำปรึกษาในการระบายนความคิดและความกังวลต่าง ๆ โดยการสะท้อนความรู้สึกที่ทำให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกกระจ่าง การแลกเปลี่ยนประสบการณ์และทัศนคติ เพื่อการแสดงให้เห็นความหมายและเป้าหมายต่าง ๆ ในชีวิต

คอเรย์ (Coray. 1996 : 182-190) กล่าวว่า กระบวนการของการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาพนิยม ผู้ให้คำปรึกษาจะต้องเชื่อในความสามารถและศักยภาพของผู้รับคำปรึกษาในการที่จะเชื่อมกับปัญหา และหาทางออกที่เหมาะสมให้กับตนเอง อันจะนำไปสู่การยอมรับว่าตนเองสามารถที่จะเลือกและรับผิดชอบต่อตนเองได้ มีขั้นตอนดังนี้

ขั้นที่ 1 การสำรวจความคิด ความรู้สึกและทำความเข้าใจระหว่างผู้รับคำปรึกษา กับผู้ให้คำปรึกษาในด้านค่านิยม ความคิด ความเชื่อในอดีตที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตเขาในปัจจุบัน ทั้งยังให้ผู้รับคำปรึกษาได้มองเห็นปัจจัยที่เป็นตัวทำให้เข้าพบว่าตนเองมีปัญหานะในปัจจุบัน

ขั้นที่ 2 การกระตุน เป็นการค้นหาสิ่งที่มีค่าสำหรับผู้รับคำปรึกษาในปัจจุบัน ซึ่งผู้รับคำปรึกษาจะต้องติดสินว่า ตนเป็นอย่างไรในปัจจุบัน จะดำเนินชีวิตอย่างไรในอนาคต ซึ่งจะนำไปสู่การปรับเปลี่ยนค่านิยมและทัศนคติใหม่ของผู้รับคำปรึกษา ในที่สุดเขาก็จะรู้ว่าเขาสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ด้วยตนเอง

ขั้นที่ 3 การค้นพบเป้าหมาย เป็นขั้นที่ผู้ให้คำปรึกษาช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีความชัดเจนในเป้าหมายของตนเอง ได้ค้นพบว่า ตนของมีศักยภาพและความเข้มแข็งเพียงพอในการดำเนินชีวิตอย่างมีจุดหมาย

#### แนวคิดพฤติกรรมนิยม (Behavioral Counseling)

แนวคิดการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม พัฒนามาจากพื้นฐานแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้ที่เน้นความสำคัญของการจัดสภาพการณ์เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ที่เหมาะสม นักจิตวิทยาที่สำคัญได้แก่ John D. Krumboltz และ Carl E. Thoresen ดังนั้น การให้คำปรึกษาตามแนวคิดนี้จึงเน้นที่ผู้ให้คำปรึกษาพยายามให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดการเรียนรู้ หรือปรับเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อนำไปสู่การแก้ปัญหาของตน (วารชี ทรัพย์มี. 2533 : 155) โดยมีความเชื่อว่า มนุษย์มีทั้งดีและเลว และอยู่ภายใต้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์เป็นผลมาจากการเรียนรู้ซึ่งการเรียนรู้สามารถทำให้เกิดขึ้นได้โดยการจัดสภาพแวดล้อมภายใต้เงื่อนไขต่าง ๆ และการเรียนรู้เก่าก็สามารถทำให้หมดไปได้ (พงษ์พันธ์ พงษ์โภสกา. 2543 : 119; ลักษณา สริวัฒน์. 2543 : 159-160) การเรียนรู้จึงมีส่วนสำคัญยิ่งในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม (Coray. 1996 : 288)

#### กระบวนการของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม

ลักษณา สริวัฒน์ (2543 : 169-170) กล่าวถึงขั้นตอนของการให้คำปรึกษา ดังนี้

ขั้นที่ 1 การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้ให้คำปรึกษาใช้วิธีการสังเกตผู้รับคำปรึกษาว่ามีการตอบสนองอย่างไร มีความรู้เดิมอย่างไร เพื่อช่วยให้มองเห็นแนวทางการแก้ปัญหา และเลือกเทคนิคที่เหมาะสมมากขึ้นเหลือผู้รับการปรึกษา

ขั้นที่ 2 การวางแผนเป้าหมาย ผู้รับคำปรึกษาและผู้ให้คำปรึกษาร่วมกันวางแผนเป้าหมายในการแก้ไขพฤติกรรม โดยจะระบุพฤติกรรมที่ต้องการแก้ไขอย่างชัดเจน เช่นฯฯ

ขั้นที่ 3 ผู้ให้คำปรึกษาชี้แจงให้ผู้รับคำปรึกษาทราบถึงเทคนิควิธีการที่เหมาะสมและขั้นตอนในการปฏิบัติ และผู้รับคำปรึกษาต้องให้ความร่วมมือในการนำประสบการณ์การเรียนรู้ใหม่ไปปฏิบัติจริงด้วย

ขั้นที่ 4 การประเมินผลการให้คำปรึกษา ผู้รับคำปรึกษาจะต้องรายงานความคืบหน้าของพฤติกรรมที่ตนต้องการจะแก้ไข เพื่อที่ผู้ให้คำปรึกษาจะประเมินว่าเทคนิคที่เลือกใช้มีความเหมาะสมหรือไม่ ถ้าไม่เหมาะสมควรจะได้ปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้

กมลวัตน์ กรีทอง (2545 : 288-290) กล่าวถึงขั้นตอนของการให้คำปรึกษา ดังนี้

ขั้นที่ 1 การสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษา กับผู้รับคำปรึกษา เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความรู้สึกอบอุ่น สนับยใจ ปลอดภัย ไว้วางใจ พร้อมที่จะให้ความร่วมมือในการแก้ไข พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของตน

ขั้นที่ 2 การดำเนินการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคต่าง ๆ ในการให้คำปรึกษา ได้แก่ การฟัง การอธิบาย การสะท้อนความรู้สึก การให้ข้อมูลย้อนกลับ การตีความ และการเสริมแรงทางสังคม เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ระบุพฤติกรรมที่เป็นปัญหาตามลำดับขั้นตอนดังนี้

1. ให้ผู้รับคำปรึกษาเรียงลำดับพฤติกรรมที่ตนเองต้องการแก้ไขมากที่สุด ไปหา น้อยสุด

2. ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาร่วมกันพิจารณาว่าพฤติกรรมที่มีปัญหานั้น สามารถแก้ไขได้มากน้อยเพียงใด และต้องไม่ยกเกินกว่าที่ผู้รับคำปรึกษาจะปฏิบัติได้

3. ผู้รับคำปรึกษาสำรวจพฤติกรรมของตนเองว่ามีเหตุการณ์ใดบ้างที่เกิดขึ้นก่อน เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหานั้น และพิจารณาว่าจะสามารถควบคุมได้อย่างไร

4. เมื่อผู้รับคำปรึกษาเข้าใจถึงข้อดี ข้อเสียของพฤติกรรมที่เป็นปัญหา และควร แก้ไขพฤติกรรมนั้น ๆ แล้วทำข้อสัญญาหรือข้อตกลงกับผู้ให้คำปรึกษาเพื่อดำเนินการแก้ไข

5. ผู้ให้คำปรึกษาใช้เทคนิคการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม ได้แก่ การให้ดูตัว แบบ การให้ข้อมูลย้อนกลับ และการให้การเสริมแรงทางสังคมแก่ผู้รับคำปรึกษาที่สามารถเลียนแบบ พฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้

ขั้นที่ 3 การยุติการให้คำปรึกษา เมื่อผู้ให้คำปรึกษาสรุปผลของการให้คำปรึกษาเกี่ยวกับ พฤติกรรมที่เป็นปัญหา พร้อมแนวทางแก้ไขพฤติกรรมให้ผู้รับคำปรึกษาได้เข้าใจตรงกัน

### **เทคนิคที่ใช้ในกระบวนการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม**

เทคนิคที่นิยมสำคัญที่นำมาใช้ในการให้คำปรึกษาตามแนวคิดพฤติกรรมนิยม (ลักษณา ศรีวัฒน์. 2543 : 170-174) ได้แก่

1. การใช้เทคนิคการเสริมแรง (Reinforcement Techniques) เป็นการเพิ่มความถี่ของการ เสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcer) หรือขจัดการเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcer) เมื่อ บุคคลแสดงพฤติกรรมที่ส่งผลให้เขาได้รับความพึงพอใจก็มีแนวโน้มจะแสดงพฤติกรรมนั้นอีก (เติมศักดิ์ คงวนิช. 2546 : 254)

ตัวเสริมแรงทางบวกที่ใช้ในการเสริมแรง (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชิต. 2543 : 173-174; Kazdin. 1975 : 99-111) ได้แก่

1. ตัวเสริมแรงที่เป็นสิ่งของ (Material Reinforcers) เป็นตัวเสริมแรงที่หมายความว่าเด็กมากที่สุด เมื่องจากเป็นสิ่งของที่ประกอบด้วยอาหาร หรือของเล่น ในกรณีวัยรุ่นหรือผู้ใหญ่ก็อาจใช้ได้เช่นกัน เช่น การให้รางวัลแก่พนักงานที่มีผลการทำงานดี เป็นต้น

2. ตัวเสริมแรงทางสังคม (Social Reinforcers) มี 2 ลักษณะ คือ เป็นคำพูดและเป็นลักษณะท่าทาง ได้แก่ การยิ้ม การยอมรับ การยกย่องชมเชย การสัมผัส เป็นต้น ซึ่งเป็นตัวเสริมแรงที่มีอยู่แล้วตามธรรมชาติ และค่อนข้างจะมีประสิทธิภาพในการปรับพฤติกรรมของบุคคล

3. ตัวเสริมแรงที่เป็นกิจกรรม (Activity Reinforcers) หรือเรียกอีกชื่อหนึ่งว่าหลักการพรีเมค (Premake Principle) เป็นการใช้กิจกรรมหรือพฤติกรรมที่บุคคลชอบมากที่สุดมาเสริมแรงพฤติกรรมที่บุคคลชอบน้อยที่สุด

4. การเสริมแรงด้วยการใช้เบี้ยครอตกร (Token Reinforcers) เป็นตัวเสริมแรงที่จะมีคุณค่าได้ก็ต่อเมื่อนำไปแลกเป็นตัวเสริมแรงอื่น ๆ เช่น คะแนน เด้ม หรือดาว ที่สามารถนำไปแลกเป็นตัวเสริมแรงอื่นได้ เป็นต้น

5. ตัวเสริมแรงภายใน (Covert Reinforcers) ครอบคลุมถึงเรื่องความรู้สึกต่าง ๆ เช่น ความพึงพอใจ ความสุข หรือความภาคภูมิใจ ซึ่งเป็นตัวที่อธิบายได้ว่าทำไม่บุคคลจึงแสดงพฤติกรรมบางอย่างทั้งที่ไม่ได้รับผลกระทบแทนอย่างที่เห็น เช่น การทำงาน การให้ความช่วยเหลือคนอื่น

วิธีการเสริมแรงจะทำให้เกิดผลดี คือ ควรเสริมแรงทันทีหลังจากการปฏิกรรม โดยใช้ตัวเสริมแรงที่บุคคลต้องการ และใช้ในปริมาณที่เหมาะสม (Kazdin. 1975 : 93-35) และต้องแน่ใจว่าบุคคลทราบว่าพฤติกรรมใดจะได้รับการเสริมแรง (ผ่องพรวณ เกิดพิทักษ์. 2536 : 83) และควรใช้การเสริมแรงทางสังคมควบคู่กับการเสริมแรงที่เป็นสิ่งของแล้วค่อย ๆ เปลี่ยนไปเป็นการเสริมแรงทางสังคมโดยใช้การเสริมแรงทางสังคมอย่างเดียว (Wilson and O'Leary. 1980 : 113)

2. การใช้เทคนิคตัวแบบทางสังคม (Social Modeling Techniques) เป็นทฤษฎีของอลเบิร์ต แบนดูรา (Albert Bandura) อธิบายเกี่ยวกับพฤติกรรมของบุคคลว่า เป็นผลมาจากการเรียนรู้จากตัวแบบหั้งห้อยในสังคมโดยใช้การสังเกต แล้วจะเก็บตัวแบบในรูปของรหัสลับไว้ในสมองซึ่งพร้อมจะประยุกต์เป็นแบบอย่างของบุคลิกภาพให้ผู้เลียนแบบได้อยู่ตลอดเวลา ตัวแบบสามารถที่จะถ่ายทอดทั้งความคิด และการแสดงออกพร้อม ๆ กัน และยังทำหน้าที่ในการสร้างพฤติกรรมใหม่ที่ผู้สังเกตไม่เคยเรียนรู้ และเสริมพูดิกรรมที่มีอยู่แล้วให้ดีขึ้น รวมทั้งยังทำหน้าที่ในการยับยั้งการเกิดขึ้นพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภากษิต. 2543 : 50-51)

วิธีการใช้ตัวแบบให้ได้ประสิทธิภาพจะต้องคำนึงถึงองค์ประกอบที่สำคัญ ได้แก่

1. การคัดเลือกตัวแบบ จะต้องเป็นตัวแบบที่ได้รับการยอมรับว่าเป็นตัวอย่างที่ดีในด้านนั้น เพราะจะทำให้ผู้เลียนแบบมีความมั่นใจที่จะเลียนแบบนั้นมากยิ่งขึ้น (Lefrancois. 2000 : 154)

ตัวแบบและผู้เลียนแบบจะต้องมีลักษณะคล้ายคลึงกันหรือมีคุณสมบัติร่วมกัน ซึ่งจะช่วยดึงดูดความสนใจของผู้เลียนแบบ และจะช่วยให้ประสิทธิภาพการเลียนแบบสูงขึ้น (Decker and Nathan. 1985 : 42) นอกจากนี้หากตัวแบบเป็นบุคคล ควรมีสถานะทางสังคมเป็นที่เชื่อถือ มีลักษณะอบอุ่น จริงใจ เป็นมิตร หรืออาจจะเป็นตัวแบบที่มีอำนาจหรืออิทธิพลต่อผู้เลียนแบบ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. 2543 : 256; Lieberman. 1993 : 301-302)

2.วิธีการให้ตัวแบบ ควรมีลักษณะที่ชัดเจน และมีการนำเสนอตัวแบบไปตามลำดับจากพฤติกรรมที่ง่ายไปสู่พฤติกรรมที่ยากขึ้น และอาจนำเสนอนหายนรังเพื่อให้แน่ใจว่าผู้เลียนแบบได้เรียนรู้ และจดจำพฤติกรรมนั้นแล้ว (Decker and Nathan. 1985 : 44) และนอกจากนี้ยังอาจจะเสนอตัวแบบควบคู่กับการเสริมแรงที่เหมาะสม และอาจจะเสนอตัวแบบควบคู่กับกับสิ่งเร้าที่จำแนกความแตกต่าง โดยสิ่งเร้าจะเป็นสัญญาณให้ผู้สังเกตทราบว่าถ้าแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์จะได้รับการเสริมแรง รวมถึงมีการให้ข้อมูลย้อนกลับที่เหมาะสมด้วย (่องพรพรรณ เกิดพิทักษ์. 2536 : 53)

3. การฝึกพฤติกรรมที่เหมาะสมในการแสดงออก (Assertive Training Techniques) เป็นการแสดงออกทางความรู้สึกของมาตามสิทธิที่เราจะแสดงได้อย่างเหมาะสมและเป็นที่ยอมรับของสังคม โดยจะเน้นในเรื่องของการไม่ก้าว远离สิทธิของผู้อื่น การขอร้องให้ผู้อื่นปฏิบัติตามอย่างมีเหตุผล และการแสดงความรู้สึกทั้งทางด้านบวกและด้านลบของมาอย่างเหมาะสม และเป็นไปอย่างเปิดเผย จริงใจให้ผู้ที่เราสัมพันธ์ด้วยได้รับรู้

4. การจัดความรู้สึกวิตกกังวลอย่างเป็นระบบ (Systematic Desensitization) เป็นการช่วยขัดอาการกลัว หรือปัญหาทางด้านความโน่นวันวิกฤตต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยมีขั้นตอน ได้แก่ การจัดลำดับสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลจากน้อยถึงมาก การฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อเพื่อเป็นการลดความตึงเครียด แล้วจึงนำเสนอสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลนั้น

**ความสัมพันธ์ระหว่างกระบวนการให้คำปรึกษากับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร**  
ความเป็นกัญญาณมิตร เป็นลักษณะของบุคคลที่ปฏิบัติต่อบุคคลอื่นด้วยความรัก ความปราณາดี ต้องการที่จะช่วยเหลือ ให้คำแนะนำบุคคลอื่นได้คลี่คลายกับปัญหาที่ประสบอยู่ รวมทั้งยังสนับสนุนทั้งด้านกำลังกาย กำลังใจเพื่อที่จะให้บุคคลได้รับการพัฒนาอย่างเต็มความสามารถ และจาก การพัฒนาลักษณะต่าง ๆ ได้แก่ การเข้าใจเข้ามาใส่ใจเรา การสื่อสาร และการคิดแบบยินยอมสิ่งที่มีความต้องการ ซึ่งแต่ละลักษณะล้วนมีความสอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น

การพัฒนาลักษณะดังกล่าว หากพิจารณาแล้วจะเห็นว่าขั้นตอนการเชื่อมโยงกันเพื่อนำไปสู่ การประยุกต์ใช้อย่างชัดเจน จากการศึกษาเกี่ยวกับการให้คำปรึกษา พ布ว่า คุณลักษณะของผู้ให้คำปรึกษามีลักษณะที่สอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร (กรมวิชาการ. 2540 : 14-21) และ

กระบวนการหรือขั้นตอนในการให้คำปรึกษาในแต่ละขั้นตอนลักษณะของผู้ให้คำปรึกษาสอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรอีกด้วย ดังนั้น ในงานวิจัยนี้จึงได้ประยุกต์แนวคิดการให้คำปรึกษาแบบอัตติกาณิยมที่มีความเชื่อว่า บุคคลมีความสามารถในการที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง มีความสามารถในการเลือก การตัดสินใจ และรับผิดชอบต่อผลที่เกิดจากการคิด การตัดสินใจ และการกระทำ ของตน และแนวคิดแบบพฤติกรรมนิยมที่มีความเชื่อว่า พฤติกรรมของบุคคลสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงได้หากได้มีการเรียนรู้สิ่งใหม่ ด้วยการจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม ประกอบกับกระบวนการกัญญาณมิตร ซึ่งเป็นกระบวนการสานสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น มาเป็นแนวทางในการบูรณาการลักษณะกัญญาณมิตรสู่การฝึกปฏิบัติ โดยมีขั้นตอน ดังนี้

**ขั้นที่ 1 การสร้างความไว้วางใจ เป็นการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างกัน เพื่อให้เกิดความคุ้นเคย ด้วยการทักทายหรือพูดคุยด้วยท่าทีที่เป็นมิตร ให้ความเป็นกันเอง แสดงถึงการรับรู้เข้าใจในความรู้สึก ความต้องการของคู่สนทนা และแสดงออกถึงความพร้อมที่จะให้การสนับสนุน สอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในด้านความน่ารัก และความน่าเคารพ**

**ขั้นที่ 2 ความตั้งใจในการรับฟัง เป็นการรับฟังข้อมูลต่าง ๆ ของคู่สนทนากับความใส่ใจ วิเคราะห์และรวมชาติ วิเคราะห์ภาวะทางจิตของคู่สนทนा และใช้วิธีการสื่อสารเพื่อให้ความสอดคล้องกับลักษณะตรงไปตรงมา มีความเหมาะสมและเข้ากับสถานการณ์ สอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในด้านการรู้จักพูด และความอดทนต่อถ้อยคำ**

**ขั้นที่ 3 การจัดลำดับและอธิบายความสัมพันธ์ เป็นการลำดับเรื่องราวเหตุการณ์ที่ได้รับฟังมา แล้วพิจารณาถึงสาเหตุร่วมกัน และค้นหาความสัมพันธ์ของเหตุการณ์หรือปัญหาต่าง ๆ โดยอยู่บนหลักการเหตุและผล สอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในด้านความน่ายกย่อง และการถ่ายทอด**

**ขั้นที่ 4 การให้คำแนะนำ เป็นการอธิบายถึงด้านเดียวกัน ประโยชน์ ไทย หรือคุณค่าที่ได้รับจากเหตุการณ์นั้น ๆ พร้อมทั้งแนะนำคู่สนทนาระบุทางเลือกที่หลากหลายในการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่การแก้ปัญหาหรือทางออกของปัญหา สอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในด้านความน่ายกย่อง และการไม่ซักนำไปในทางที่เสื่อมเสีย**

**ขั้นที่ 5 การสนับสนุนให้กำลังใจ เป็นการให้กำลังใจด้วยการพูด การแนะนำแหล่งช้อมูล หรือแนะนำให้ไปพบผู้ที่มีความรู้ในเรื่องนั้น สอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในด้านการรู้จักพูด**

### **งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการให้คำปรึกษา**

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาพนิยม และแบบพฤติกรรมนิยม พบงานวิจัยดังนี้

#### **งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาพนิยม**

นันทิยา เอกอธิคมกิจ (2542 : 121) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาตามทฤษฎี อัตถิภาพนิยมแบบเป็นรายบุคคลและแบบกลุ่ม ใน การพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกของเยาวชน หญิงบ้าน平原 ที่มีอายุระหว่าง 13-18 ปี พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบ อัตถิภาพนิยม มีความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับคำปรึกษา และยังพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ได้รับ การให้คำปรึกษาแบบรายบุคคลกับแบบกลุ่ม มีความเข้มแข็งในการมองโลกไม่แตกต่างกัน

ก.สินา บุญแสง (2544 : 80) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตาม ทฤษฎีอัตถิภาพนิยม และกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความมุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น ศูนย์เมอร์ซี่ จำนวน 16 คน เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความมุ่งหวังในชีวิตดีขึ้น หลังจากได้รับการให้คำปรึกษา และหลังทำกิจกรรมกลุ่ม และยังพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการให้ คำปรึกษากลุ่ม และกิจกรรมกลุ่ม มีความมุ่งหวังในชีวิตไม่แตกต่างกัน

ปณิชรา ภาสภาการ (2546 : 79-80) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎี อัตถิภาพนิยมที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของเด็กที่ถูกทางการฯ กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กหญิง อายุ 12-18 ปี จำนวน 22 คน ที่ถูกทางการฯ กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กหญิง วัย 12-18 ปี จำนวน 22 คน ที่ถูกทางการฯ กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กหญิง โดยแบ่งกลุ่มในครอบครัว ซึ่งได้รับความคุ้มครอง และพักอยู่ในมูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก โดยดำเนินการให้คำปรึกษา 11 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง เป็นเวลา 6 สัปดาห์ ๆ ละ 2 ครั้ง พบว่า หลังการได้รับการปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีภาพนิยม กลุ่มตัวอย่างมี การเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้นทั้งในด้านรวมและด้านทั่วไป ครอบครัว โรงเรียน และด้านสังคม

#### **งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม**

ชุลีพร รามนฤ (2540 : 55) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมที่มีต่อ พฤติกรรมการใช้เวลาในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 พบว่า นักเรียนมีการใช้เวลาในการ เรียนเหมาะสมขึ้นหลังจากการได้รับการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยม

กรรณภรณ์ ดวงแจ่มกาญจน์ (2541 : 55) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบ กลุ่มกับแบบรายบุคคลตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมที่มีต่อความรับผิดชอบต่อตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 พบว่า หลังการได้รับคำปรึกษาเป็นรายบุคคลนักเรียนมีความรับผิดชอบต่อ ตนเองมากขึ้น

พิไอลักษณ์ อ่อนละมูล (2546 : 64) ได้ศึกษาและพัฒนาอยุทธวิธีในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โดยการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม พบว่า หลังการให้คำปรึกษา กลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยมช่วยให้นักเรียนมีอยุทธวิธีในการเรียนสูงกว่าก่อนให้ปรึกษา

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จะพบว่า การให้คำปรึกษาแบบอัตลักษณ์นิยมและแบบพฤติกรรมนิยมจะช่วยให้บุคคลมีการเปลี่ยนแปลงไปสู่พฤติกรรมที่พึงประสงค์อย่างเห็นได้ชัด ทำให้ผู้วิจัยมีความเชื่อว่า การนำแนวคิดดังกล่าวมาประยุกต์ในการบูรณาการลักษณะกัญญาณมิตรสู่การปฏิบัติ สามารถที่จะช่วยให้นักศึกษาวิชาชีพครุภูปฎิบัติลักษณะที่แสดงถึงความเป็นกัญญาณมิตรได้

## แนวคิดเกี่ยวกับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร

### แนวคิดเกี่ยวกับการสร้างและพัฒนาชุดฝึกอบรม

การฝึกอบรมเป็นกระบวนการพัฒนาความรู้ ประสบการณ์ ทัศนคติ ค่านิยม และคุณธรรม รวมถึงเป็นการเสริมสร้างทักษะความชำนาญเฉพาะด้านของบุคคล (Goldstein. 1993 : 3; ชัยยงค์ พรมวงศ์. 2537 : 7; นิรันดร์ จุลทรัพย์. 2546 : 161) อันจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตามความมุ่งหวังที่กำหนดไว้ (สมชาติ กิจวรรณ. 2538 : 10) ทั้งยังเป็นการจูงใจให้บุคคลปฏิบัติงานในหน้าที่ให้ดีขึ้น (ทวีป อภิสิทธิ์. 2536 : 24-26) ใน การฝึกอบรมต้องคำนึงถึงความแตกต่างกันในด้านต่าง ๆ ของผู้เข้ารับการอบรม มีการนำเสนอประสบการณ์ในการเรียนรู้ เพื่อให้ ผู้เข้ารับการอบรมได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมด้วยตนเอง มีการเสริมแรงการเรียนรู้ไปทีละขั้นตอนตามความสามารถ เนื้อหาในที่นำมาใช้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมและวัยของผู้เข้ารับการฝึกอบรม มีการทดลอง ปรับปรุงจนมีประสิทธิภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน

### วัตถุประสงค์ของการฝึกอบรม

โกลเดิลส์เชียน (Goldstien. 1993 : 3; Wexley & Latham. 1981 : 4-5) กล่าวว่า การฝึกอบรมโดยทั่วไป มีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เพื่อเพิ่มพูนความรู้ (Knowledge) เป็นการส่งเสริมความรู้เกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ ที่เป็นพื้นฐานสามารถนำไปสู่ความเข้าใจ นำไปปรับใช้ในสถานการณ์จริง เพื่อให้สามารถปฏิบัติงานอย่างโดยย่างหนักโดยเฉพาะได้ดี

2. เพื่อเพิ่มพูนทักษะ (Skill) เป็นการพัฒนาความชำนาญหรือทักษะในการทำงาน เพื่อให้เกิดความคล่องแคล่วในการปฏิบัติงาน สามารถแก้ไขสถานการณ์เฉพาะหน้า เพิ่มความมั่นใจในการตัดสินใจ ทำให้สามารถทำงานได้อย่างถูกต้องและมีประสิทธิภาพโดยใช้เวลาอย่าง

3. เพื่อเปลี่ยนแปลงทัศนคติ (Attitude) การฝึกอบรมสามารถเปลี่ยนแปลงทัศนคติไปในทางที่ดี ที่พึงประกาศนา ทำให้มีขรัญกำลังใจในการทำงาน สามารถทำงานของตนด้วยความยินดีและพอใจ สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข เป็นการสร้างแรงจูงใจในการทำงาน ซึ่งเป็นพื้นฐานที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล

### **ส่วนประกอบของชุดฝึกอบรม**

ชุดฝึกอบรมโดยทั่วไป มีส่วนประกอบดังนี้ (นิพนธ์ ศุขปรีดี. 2537 : 169-186; สุเทพ หุ่นสวัสดิ์. 2540 : 14-15)

1. วัตถุประสงค์การฝึกอบรม เป็นการระบุว่า เมื่อผู้เข้าอบรมผ่านการฝึกอบรมแล้ว ควรจะมีพฤติกรรมอย่างไร ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวจะเป็นผลมาจากการเรียนรู้ วัตถุประสงค์ควรระบุเป็นวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม คือ สามารถสังเกตและวัดได้

2. เนื้อหาของการฝึกอบรม เป็นส่วนของกิจกรรมที่ผู้เข้าอบรมจะต้องฝึกปฏิบัติ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ มีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรม

3. วิธีการฝึกอบรม เป็นวิธีการที่ใช้ในการฝึกอบรม เพื่อให้ผู้เข้าอบรมเกิดการเรียนรู้ ตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ โดยคำนึงถึงหลักปรัชญา จิตวิทยา และสังคมวิทยาทางการศึกษาเข้ามาร่วมในการฝึกอบรมด้วย

4. สื่อและอุปกรณ์ที่ใช้ในการฝึกอบรม เช่น ไสลด์ วีดีทัศน์ แผนภาพ แผ่นโปรดักชัน คู่มือ แบบฝึกหัด หรือเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง

5. การประเมินผลการฝึกอบรม หมายถึง การวัดผลสัมฤทธิ์ในการฝึกอบรมว่า เป็นไปตามวัตถุประสงค์เพียงใด ซึ่งสามารถทำได้หลายวิธี เช่น การสังเกต การสัมภาษณ์ หรือการใช้แบบทดสอบ เป็นต้น

### **เทคนิคในการฝึกอบรม**

ในการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครู ลักษณะของการฝึกอบรม จะเน้นการให้ความรู้ความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง ด้วยการนำตัวแบบที่เป็นบุคคล มาให้เสนอความรู้ อภิปราย และเปลี่ยนประสบการณ์ และตัวแบบจากกรณีศึกษา จากสถานการณ์ จำลอง พร้อมทั้งได้ทดลองฝึกปฏิบัติด้วยการแสดงบทบาทสมมติ เพื่อให้มีความเข้าใจเพิ่มมากขึ้น และสามารถปฏิบัติได้ถูกต้องและเหมาะสม ดังนั้ntechnic ที่ใช้ในการฝึกอบรมที่มีความจำเป็นอย่างยิ่ง ที่จะช่วยให้การฝึกอบรมประสบความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ ดังต่อไปนี้ (ฉุ๊กัด พร梭อทท. 2537 : 188-209; วาสนา ทวีกุลทรัพย์. 2537 : 55-66; กองวิจัยทางการศึกษา. 2542 : 31)

1. การบรรยาย (Lecture) เป็นวิธีการฝึกอบรมที่ใช้วิทยากรเป็นหลักในการถ่ายทอดเนื้อหาและประสบการณ์ด้วยการบรรยาย โดยมีวิธีการและใช้สื่อที่เหมาะสมมีหลากหลาย จัดทำให้ผู้เข้าอบรมได้รับความรู้ ความเข้าใจ ในเนื้อหานั้น ๆ ให้ตรงกัน

2. การอภิปราย (Discussion) เป็นวิธีการฝึกอบรมที่วิทยากรให้ความรู้และประสบการณ์ และผู้เข้ารับการอบรมได้มีส่วนร่วมในการอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ซึ่งจะช่วยให้ผู้รับการอบรมมีความเข้าใจมากขึ้น

3. การแสดงบทบาทสมมติ (Role play) เป็นเทคนิคบริการที่ส่งเสริมให้ผู้เข้าอบรมได้มีโอกาสแสดงออก เกิดความรู้สึก ความนึกคิดในการแสดงบทบาทของคนอื่น และยังเป็นการฝึกประสบการณ์ในการคิดวิเคราะห์ ตัดสินใจในเหตุการณ์ที่สมมติขึ้นจากความเป็นจริง การแสดงบทบาทสมมติจะทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจ เจตคติที่yananและลึกซึ้ง ซึ่งมีผลโดยตรงต่อพฤติกรรมของผู้เข้าอบรม ในการที่จะปรับและแก้ไขปัญหาต่าง ๆ เมื่อต้องเผชิญกับเหตุการณ์เหล่านั้นที่อาจจะเกิดขึ้นจริงในชีวิตประจำวัน

4. กรณีตัวอย่าง (Case) เป็นการเทคนิคบริการเชื่อมโยงสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันที่น่าสนใจ ซึ่งอาจมาจากการคิดวิเคราะห์ แยกแยะปัจจัย รู้จักประเมินคุณค่าของสิ่งต่าง ๆ ตัดสินใจอย่างมีหลักเกณฑ์และเหตุผล และนอกจากนี้ยังเป็นการส่งเสริมให้มีการแลกเปลี่ยนความคิด ประสบการณ์ความรู้สึก เจตคติของตนกับผู้อื่นด้วย

5. สถานการณ์จำลอง (Simulation) เป็นเทคนิคกระบวนการในการสร้างรูปแบบของสถานการณ์จำลองแทนสถานการณ์จริง โดยจะมุ่งที่การฝึกและพัฒนาเฉพาะบางประการ ซึ่งจะช่วยส่งเสริมให้เป็นผู้มีลักษณะของการฝึกวิเคราะห์ที่นิจฉัยและตัดสินใจด้วยตนเองอย่างเหมาะสม

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า การบรรยาย การอภิปราย การใช้สถานการณ์จำลอง การใช้บทบาทสมมติ การใช้ตัวแบบ และกรณีตัวอย่าง สามารถพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียนได้ดี (นิตยสาร นิตยสาร 2539; คำพัน จาฤทธิ์สนางภูร. 2541; เศรษฐกร มงคลชาตุวงศ์. 2546; Bohart & Greenberg. 1997; Carr & Lutjemeire. 2005) พัฒนาพฤติกรรมการตัดสินใจด้วยตนเองอย่างเหมาะสม (นิตยสาร พัฒนา 2537; นิตยสาร ศิริพิเชียร. 2543; กันธิมา มนนท์. 2547) พัฒนากระบวนการคิด (สมัย พรมประดิษฐ์. 2546; บัลลังก์ ตาลทอง. 2548; วัลนิกา ฉลาดบาง. 2548) และพัฒนากระบวนการให้คำปรึกษา (เพชรสุดา เพชรส. 2547; ธีรพัฒน์ วงศ์คุ้มสิน. 2548) จึงทำให้ผู้วิจัยมีความเชื่อมั่นว่า การนำเทคนิคบริการฝึกอบรมดังกล่าวสามารถพัฒนาลักษณะความเป็นก้าลยาณมิตร สำหรับนักศึกษาวิชาชีพครุให้เป็นอย่างดี

## การหาคุณภาพชุดฝึกอบรม

การหาคุณภาพชุดฝึกอบรมเป็นการพิจารณาหาข้อบกพร่องและประเมินผลชุดฝึกอบรม เพื่อที่จะนำมาปรับปรุงแก้ไขก่อนที่จะทำไปใช้จริง โดยการให้ผู้ที่มีความรู้ความชำนาญด้านการสร้างชุดฝึกอบรม และด้านเนื้อหาที่ใช้ในการฝึกอบรมพิจารณาความสอดคล้องและความเหมาะสม จากนั้นนำไปกราฟทดลองใช้กับผู้ที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นลักษณะการนำร่องเพื่อศึกษาข้อบกพร่องของหลักสูตร ความเหมาะสมเมื่อใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง โดยประเมินในด้านความเหมาะสมของเนื้อหา วิธีการอบรม และการประเมินผลผู้เข้ารับการฝึกอบรม รวมทั้งปัญหาและอุปสรรคในการใช้หลักสูตรและปัจจัยที่ส่งเสริมการใช้หลักสูตร (สุชาติ ลัตตะภูด. 2532 : 86-87)

นอกจากนี้วิธีการหาคุณภาพชุดฝึกอบรม ที่นิยมใช้ในงานวิจัยต่าง ๆ ซึ่งเป็นการนำชุดฝึกอบรมไปทดลองใช้ (Try out) กับกลุ่มนบุคคลที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มเป้าหมาย ด้วยการใช้แบบแผนการทดลอง Before and After Control Group Design (Kerlinger. 1986 : 309) กล่าวคือ มีการทดสอบก่อนการฝึกอบรม (Pretest) และทดสอบหลังฝึกอบรม (Posttest) ด้วยแบบทดสอบที่ต้องการวัดทั้งความรู้ ทัศนคติ และทักษะที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการฝึกอบรม จากนั้นนำมาวิเคราะห์เปรียบเทียบด้วยวิธีการทางสถิติ

ในการวิจัยนี้ วิธีการหาคุณภาพของชุดฝึกอบรมด้วยการให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความสอดคล้องเหมาะสมของเนื้อหา กิจกรรม ระยะเวลาในการฝึกอบรม ปรับปรุงแก้ไขแล้วนำไปทดลองใช้กับกลุ่มที่มีลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่าง ด้วยการใช้แบบแผนการทดลอง Before and After Control Group Design มีการวัดตัวแปรตามก่อนและหลังการฝึกอบรม นำผลมาวิเคราะห์ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปใช้ฝึกอบรมจริงต่อไป

## ระยะเวลาที่ใช้ในการฝึกอบรม

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการฝึกอบรม พบว่าระยะเวลาที่ใช้ในการพัฒนาการเรียนรู้ของนักเรียน อยู่ระหว่าง 6 ชั่วโมง 20 นาที ถึง 11 ชั่วโมง 40 นาที (นาถสินี ศิลาวรรณ. 2539 : 41; จำพัน จาเร็ว ศิริพันธุ์ . 2541 : 76; เศรษฐกร มงคลชาตุรงค์. 2546 : 67) ระยะเวลาที่ใช้ในการพัฒนาทักษะการสื่อสาร อยู่ระหว่าง 6 ชั่วโมง ถึง 10 ชั่วโมง (นิษายชล พงศ์พาชานาณเวช. 2537 : 81; ธนากร ศิริพิเชียร. 2543 : 92; กันธิมา มนันท์. 2547 : 67) และระยะเวลาที่ใช้ในการพัฒนาทักษะการคิดแบบโยนิโสมนสิกา อยู่ระหว่าง 9 ชั่วโมง ถึง 20 ชั่วโมง แต่หากพิจารณาเฉพาะระยะเวลาที่ฝึกวิธีคิดแบบสืบสานเหตุปัจจัยและแบบเห็นคุณโทษและทางออก อยู่ระหว่าง 5 ชั่วโมงถึง 8 ชั่วโมง (จันดาวัตน์ ปีมณี. 2542 : 111; สมัย พรมประเสริฐ. 2546 : 68; บัลลังก์ ตาลทอง. 2548 :

46; วัลนิกา ฉลาดบาง. 2548 : 95) ซึ่งระยะเวลาดังกล่าวเพียงพอที่จะทำให้ผลจากการฝึกอบรมบรรลุตามวัตถุประสงค์ตามที่ผู้จัดคาดหวังไว้

ดังนั้น ในการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรสำหรับนักศึกษา วิชาชีพครูในครั้งนี้ ผู้จัดใช้ระยะเวลาข้างต้นเป็นแนวทางในการกำหนดระยะเวลาในการฝึกอบรม โดยในขั้นสร้างศรัทธาจะใช้เวลาในการฝึกอบรม 3 ชั่วโมง ในขั้นการเข้ามาใส่ใจเรา ใช้เวลาในการฝึกอบรม 6 ชั่วโมง ในขั้นการสื่อสาร ใช้เวลาในการฝึกอบรม 8 ชั่วโมง ในขั้นการคิดแบบใบอนิสเมนสิการใช้เวลาในการฝึกอบรม 6 ชั่วโมง และในขั้นบูรณาการ ใช้เวลาในการฝึกอบรม 5 ชั่วโมง รวมทั้งสิ้น 28 ชั่วโมง โดยคาดหวังว่าสามารถที่จะพัฒนานักศึกษาวิชาชีพครูให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรอย่างลึกซึ้ง และสามารถปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม

### **แนวคิดเกี่ยวกับการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิตามารดา**

การปฏิบัติตามหลักพุทธศาสนา เป็นการนำหลักพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน หลักคำสอนที่พุทธศาสนาชนิดน้ำมน้ำปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ได้แก่ บุญกิริยา วัตถุ 3 หรือ บุญสิกขา ประกอบด้วย ทาน ศีล ภาวนา โดยที่ทาน เป็นเรื่องเกี่ยวกับการช่วยเหลือ สงเคราะห์กัน ศีล เป็นเรื่องเกี่ยวกับการไม่เบียดเบี้ยนตนเองและผู้อื่น และภาวนา เป็นเรื่องเกี่ยวกับการอบรมจิตและพัฒนาปัญญา (พระธรรมปีฎก (ป.อ. ปยุตโต). 2545 : 56-60)

### **การปฏิบัติทางพุทธศาสนาในหลักบุญกิริยา วัตถุ 3 มีรายละเอียดดังนี้**

**การให้ทาน** หมายถึง การเสียสละ แบ่งปัน ให้ความช่วยเหลือ เป็นการให้เพื่ออนุเคราะห์ สงเคราะห์ สมานไม่ตรี ทั้งยังเป็นการสร้างน้ำใจไม่ตรี เพื่อยกย่อง ส่งเสริม สนับสนุนคนดี การให้ทาน ด้วยวัตถุสิ่งของต่าง ๆ เป็นการให้ทางกาย การให้ทานด้วยการให้คำแนะนำ ให้ความรู้ เป็นการให้ทางวาจา และการให้อภัย ไม่ติดใจเจ้าผิดให้แก่ผู้ที่ทำให้เราเดื่องร้อน เป็นการให้ทานทางใจ (พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต). 2532 : 597)

การให้ทาน แบ่งเป็น 2 อย่าง คือ ทานชนิดที่ต้องมีผู้มารับทาน และทานชนิดที่ไม่ต้องมีใครมารับทาน ในที่นี้จะกล่าวถึงการให้ทานที่มีผู้มารับทาน ได้แก่ วัตถุทาน อภัยทาน และธรรมทาน (พระธรรมโกศากาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). 2533 : 17-40) ดังนี้

**วัตถุทาน** หรือเรียกว่า อาภิสทาน เป็นการให้ทานที่เป็นวัตถุสิ่งของ อันได้แก่ อาหาร เครื่องผุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค เรียกว่า ปัจจัย 4 การให้ความช่วยเหลือ ได้แก่ ทานแรงกาย ทานเงิน ทอง ทานสติปัญญา และทานบารี รวมทั้งการเสียสละอวัยวะร่างกาย เช่น การบริจาคดวงตา แขนขา

เป็นต้น หลักปฏิบัติเกี่ยวกับการให้วัตถุทาง คือ มีผู้รับที่ดี มีวัตถุทางที่ดี และมีการให้ที่ดี โดยการให้จะเปลี่ยนแปลงไปตามผู้รับทานเป็นหลัก ได้แก่ 1) การให้เพาะสูตรกับผู้ที่ช่วยตนเองไม่ได้ 2) การให้เพาะความเลื่อมใสกับผู้ที่ปฏิบัติปฏิบัติชอบซึ่งเรามีความเลื่อมใส 3) การให้เพื่อบุชาคุณกับผู้มีพระคุณทุกคน ตั้งแต่พ่อแม่ ครูอาจารย์ รวมถึงพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทั้งหลาย 4) การให้เพื่อชั้นนี้ เป็นการให้ที่เราแสดงถึงความรู้สึกในความรับผิดชอบ รู้สึกในความจำเป็นที่เราต้องใช้หนี้ และ 5) การให้ทานแก่คนไม่ดี เช่น คนอันดับadal ซึ่งให้ใน 2 ลักษณะ คือ ให้เพื่อให้เขากลับตัว และให้เพื่อให้เขามาเป็นภัยแก่สังคมหรือเป็นภัยแก่สังคมน้อยลง จะเห็นว่าการให้ใน 4 ข้อแรกเป็นการให้ที่มีผู้รับที่ดี ส่วนในข้อสุดท้ายเป็นการให้ที่มีผู้รับที่ไม่ดี แต่ก็ต้องให้ทานเพื่อให้เขากลับตัว ถ้าเขามาย่องกลับตัว เรายังให้ทานเพื่อให้เข้าเป็นภัยต่อสังคมน้อยลง

อภัยทาน เป็นการให้ทานที่เป็นด้านจิตใจ คำว่า “อภัย” แปลว่า ไม่ต้องกลัว การให้อภัย คือ การให้ความไม่ต้องกลัวแก่บุคคลนั้น อภัยทานเป็นสิ่งที่ให้ได้ทั้งทางกาย ทางวาจา และทางจิตใจ เช่น ทางกาย เมื่อเขามาขอมา เรากรับ ทางวาจาเราก็บอกขอให้ และทางใจเรากลัดความโกรธ อาฆาต ของเรอ นอกจากนี้การอยู่อย่างไม่เบียดเบี้ยน ไม่ประทุร้ายใครก็เรียกว่าเป็นอภัยทาน และ การแผ่เมตตาจิตอยู่เป็นปกติก็เป็นอภัยทานเช่นกัน

ธรรมทาน เป็นการให้ทานที่เป็นด้านความรู้ ทั้งโดยทางตรง และโดยทางอ้อม แบ่งเป็น 3 ประเภท ได้แก่ 1) การให้ความรู้พื้นฐานทั่ว ๆ ไป ในทางตรงเป็นการสอนในเรื่องการดำเนินชีวิตประจำวัน เช่น ครูสอนหนังสือ พ่อแม่สอนให้รู้นักความดี หรือทางอ้อม เช่น การให้การสนับสนุน ต่าง ๆ เช่น คุปกรณ์การเรียน เป็นต้น 2) การให้แสงสว่างในวิญญาณ เป็นการชี้ทางในการดำเนินชีวิต เพื่อให้ชีวิตดำเนินไปในทางที่ถูกต้อง ให้สูงขึ้นไป เช่น หลักคำสอนในศาสนาต่าง ๆ หรือคำชี้แนะ ของพ่อแม่ ครูอาจารย์ และ 3) การให้นิพพานเป็นทาน นิพพานในที่นี้คือ ความเย็นใจ คือ การไม่มีตัวกฎ ของกฎ จิตว่าง สงบเย็นลง เช่น การจัดบริเวณ จัดสถานที่พักผ่อน รวมถึงการสร้างบุญนี้ยสถาน บุญนี้วัตถุ คนที่มาเยี่ยมชม รู้สึกสบายใจ เย็นใจ มีจิตใจสงบ ก็จัดว่าเป็นการให้นิพพานเป็นทานเช่นกัน

**การรักษาศีล** หมายถึง การงดเว้นการกระทำที่เป็นการเบียดเบี้ยนตนเองและผู้อื่น ด้วย การไม่ทำร้ายร่างกาย ไม่ละเมิดทรัพย์สิน ไม่ละเมิดในของรักของหวงของผู้อื่น ไม่กล่าวร้ายผู้อื่นเพื่อประโยชน์ของตน และการเว้นจากการเสพสิ่งเสพติด ที่จะทำให้ขาดสติสมบัปญญา ที่จะนำไปสู่การกระทำพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ได้โดยง่าย (พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปัญโต). 2532 : 597)

ศีล หมายถึง ความปกติ หรือข้อปฏิบัติเพื่อให้เกิดความปกติ โดยเน้นในทางกาย วาจาเป็นหลัก ส่วนทางใจจะเป็นไปโดยทางอ้อม เพราะถ้ากายวาจาเป็นไปปกติย่อมแสดงให้เห็นว่าใจ ก็ปกติด้วย ต้นเหตุของการเกิดศีลมี 2 อย่างคือ (พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). 2533 : 56-89) ศีลโดยธรรมชาติบัญญัติ เป็นศีลที่แท้จริงที่สุด คือ เป็นไปตามกฎหมายของธรรมชาติ ไม่แปรเปลี่ยนไป

ตามความณ์หรือความต้องการอย่างมนุษย์ เป็นการอยู่ร่วมกันอย่างเป็นปกติ ถ้าทำให้ผิดปกติก็ต้องเดือดร้อน ต้องระส่ำระสาย นี่คือธรรมชาติ มีความสม่ำเสมอ มนุษย์จะรู้หรือปฏิบัติอย่างไร ผลก็เกิดขึ้นตามสมควรแก่การรู้และการปฏิบัติของมนุษย์คนนั้น ๆ และศีลโดยมนุษย์บัญญัติ เนื่องจากมนุษย์มีความต้องการที่แตกต่างกันตามการเปลี่ยนแปลงของสภาพแวดล้อม จึงต้องมีข้อกำหนดเพื่อที่จะให้สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างปกติที่เรียกว่า ศีล 5 ได้แก่ 1) ไม่ประทุษร้ายชีวิต ร่างกายของผู้อื่น 2) ไม่ประทุษร้ายทรัพย์สินของผู้อื่น 3) ไม่ประทุษร้ายของรากของผู้อื่น 4) ไม่ละเมิดหรือทำให้ผู้อื่นเสียสิทธิขึ้นชوبธรรมโดยใช้ขา ฯ และ 5) ไม่ประทุษร้ายสติสัมปชัญญะของตนเอง และตั้งอยู่บนความไม่ประมาท

การปฏิบัติศีล มี 4 แบบ ได้แก่ 1) ศีลที่ปฏิบัติอย่างรับจำจัง เป็นการปฏิบัติศีลที่เป็นทางของกิเลสตัณหา จะเป็นลักษณะของผู้ที่เรียกว่า หน้าให้หัวลงหลอก หรือมือถือสากรากถือศีล เป็นต้น 2) ศีลที่ปฏิบัติอย่างเป็นนาย เป็นการปฏิบัติตัวยความตั้งใจที่จะดงเด่นสิ่งเดาวร้ายทั้งหลาย รู้สึกสบายเมื่อไม่มีศีล 3) ศีลที่ปฏิบัติโดยยึดถือความบริสุทธิ์ใจเป็นหลักหรือใช้ปัญญาเป็นพื้นฐาน และ 4) ศีลที่ปฏิบัติโดยใช้ความว่า เป็นพื้นฐาน คือการเอกสารความไม่มีตัวภู ของกฎเป็นฐาน พยายามทำความไม่มีดมั่นในสิ่งใด โดยในการปฏิบัติศีลนั้นจะต้องมีองค์ประกอบหรือมีปัจจัยในการรักษาศีล ได้แก่ ความละอายเกรงกลัวบาป (หรือตัวปะ) ความรู้ตัวอยู่เสมอ (สติสัมปชัญญะ) และความอดทน สงบเสงี่ยม เจียมตัว (ขัดโสรักจะ) หลักธรรมเหล่านี้จะช่วยให้การปฏิบัติศีลทำได้ง่ายขึ้น

การเจริญภวนา หมายถึง การฝึกจิตและปัญญาให้หนักแน่นเข้มแข็ง การภวนานเป็นการทำสมาธิซึ่งจะเป็นทางให้เกิดปัญญา ด้วยการควบคุมจิตใจของตนเองให้อยู่ในสภาพที่มั่นคง สงบ เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจในสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ในการทำสมาธิของบุคคลนั้น อาจทำได้ทั้งในขณะทำกิจประจำวัน และในช่วงปฏิบัติเฉพาะ เช่น ก่อนนอน ที่วัด หรือสถานที่สำหรับปฏิบัติธรรมต่าง ๆ (พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปัญโต). 2532 : 598)

การเจริญภวนาหรือการปฏิบัติสมາธิ ผู้ปฏิบัติมีความมุ่งหวังเพื่อที่จะตั้งจิตให้แน่วแน่ ในการทำสิ่งต่าง ๆ ทั้งที่เป็นการทำงาน การใช้ชีวิตประจำวัน ปรับเปลี่ยนความณ์ร้ายต่าง ๆ เช่น ความไม่ให้ร้าย ความอพยပายาท ความอยากได้อยากมีสิ่งต่าง ๆ ที่เกินความจำเป็น และเกลี้ยกล่อมจิตใจให้มีความสงบสุข ร่วมเย็น ประกอบด้วยเมตตา ใน การปฏิบัติสมາธิ แบ่งเป็น 3 ประเภท ได้แก่ 1) การปฏิบัติโดยใช้namธรรมเป็นความณ์ เช่น พระพุทธเจ้ามีคุณอย่างไรก็นำมาท่องภาวนารามาอยู่ในใจ หรือการเจริญเมตตาด้วยการเอกสารความหวังดี ความรักสัตว์ทั้งปวงมาเป็นความณ์ 2) การปฏิบัติโดยใช้รูปธรรมเป็นความณ์ เช่น การกำหนดลมหายใจที่มีอยู่ในตัวเรา การใช้เวทนาสุขทุกข์เป็นความร์ หรืออาจจะใช้วัตถุภายนอกเป็นความณ์ เช่น วัตถุต่าง ๆ หรือสี เป็นต้น การปฏิบัติสมາธิ 2 ประเภทแรก เป็นสมາธิในขั้นอัปปนาสมາธิ และ 3) การปฏิบัติสมາธิโดยใช้สิ่งที่ไม่มีรูปเป็นความณ์ มีความมุ่งหมาย

เพื่อความหลุดพ้นซึ่งไกลเกินกว่าที่คุณธรรมด้าจะปฏิบัติได้ถึง แต่ก็จัดเป็นการปฏิบัติสมานิ เช่นกัน (พระธรรมโกศลาการย์ (พุทธาสภิกุ). 2539 : 114-128)

### ครอบครัวกับการถ่ายทอดทางศาสนา

ครอบครัว เป็นสถาบันทางสังคมแรกที่ทำหน้าที่ในการหล่อหลอมให้บุคคลมีจิตใจและพฤติกรรมที่สอดคล้องกับลักษณะที่พึงประนีตนาของสังคมในด้านต่าง ๆ เพราะครอบครัวจะทำหน้าที่ในการเลี้ยงดูบุคคลตั้งแต่เป็นทารก จะดูแลความเจริญเติบโตทางร่างกาย และในขณะเดียวกันก็จะค่อย ๆ สอนให้เรียนรู้สิ่งต่าง ๆ ตามวัยที่สามารถจะเรียนรู้ได้ การถ่ายทอดทางสังคมในวัยเด็กมีความสำคัญต่อการพัฒนาทางอารมณ์และบุคลิกภาพมาก บุคคลที่ได้รับการกดดันทางอารมณ์มากจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่มีอารมณ์รุนแรง ส่วนผู้ที่ถูกตามใจมากก็จะเป็นเช่นเดียวกัน (จำรงค์ อดิวัฒนสิทธิ์ และคณะ. 2540 : 47) ในด้านศาสนา ก็เช่นเดียวกัน บุคคลในครอบครัว ได้แก่ บิดามารดาเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการถ่ายทอดความรู้ ความเข้าใจ และการปฏิบัติเกี่ยวกับหลักคำสอนของศาสนา กล่าวคือ ครอบครัวที่บิดามารดา มีความเชื่อในหลักคำสอนของศาสนาและมีการนำมายปฏิบัติในชีวิตประจำวันสูงจะกระตุ้นให้บุตรเกิดความสนใจที่จะรับรู้เกี่ยวกับพุทธศาสนาด้วยการอธิบายเรื่องราวทางพุทธศาสนา หลักธรรมต่าง ๆ และส่งเสริมให้บุตรยอมรับและปฏิบัติตามหลักพุทธศาสนาสูงด้วย (งามตา วนินทานนท์. 2536 : 204) และหากบุตรได้รับสิ่งเหล่านี้ในปริมาณที่มากก็จะมีเจตคติที่ดีต่อพุทธศาสนา และมีการปฏิบัติตามหลักคำสอนทางพุทธศาสนาสูงด้วย (ลัดดาวัลย์ พรศรีสมุทร และวิลาส ลักษณ์ ขัววัลลี. 2524 : 145; วันชัย มีกลาง 2530 : 119)

### ความสัมพันธ์ระหว่างการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา กับลักษณะความเป็นกัลยาณมิตร

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติตามหลักคำสอนทางพุทธศาสนาของชาวพุทธเกี่ยวกับการเสียสละ แบ่งปัน ให้ความช่วยเหลือผู้อื่นทั้งที่เป็นสิ่งของมิใช่สิ่งของ การไม่เบียดเบียนไม่ว่าจะด้วยการพูดหรือการกระทำ การไม่เสพสิ่งเสพติดทั้งหลายรวมถึงเป็นผู้ที่มีความสงบ มีจิตใจหนักแน่น มั่นคง ซึ่งสอดคล้องกับหลักบุญกิริยาواتถ 3 หรือบุญสิกขา ประกอบด้วย ทาน ศีล ภาวนา นอกจากจะนำหลักธรรมดังกล่าวมาปฏิบัติในชีวิตประจำวันแล้ว ยังแนะนำซักชวนให้บุตรหลานปฏิบัติตามอีกด้วย จากการศึกษาพบว่า ครอบครัวที่บิดามารดานำหลักคำสอนของศาสนามาปฏิบัติในชีวิตประจำวันอยู่เสมอ ก็จะส่งผลให้บุตรหลานเกิดความสนใจ ให้การยอมรับและปฏิบัติตามในปริมาณที่มากด้วย

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความเชื่อว่า นักศึกษาวิชาชีพครูที่บิดามารดาคำนึงถึงหลักธรรมาภิบาลมาปฏิบัติในชีวิตประจำวันอยู่เสมอ จะเป็นผู้ที่มีลักษณะความเป็นก้ายามมิตรมากกว่า

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธศาสตร์ของบิดามารดา พบงานวิจัยของ ลัคดาวัลย์ พรศรีสมุทร และวิลาสลักษณ์ ชัวรัลลี (2524 : 145) ได้ศึกษาเกี่ยวกับครอบครัวกับการอนุรักษ์วัฒนธรรมทางจิตใจของคนไทย โดยศึกษา กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ซึ่งวัดน้อยรวมทางจิตใจ เป็นการปฏิบัติตามคำสั่งสอนหรือปฏิบัติตามแบบอย่างจากบิดามารดาในคุณธรรม 5 ประการ ได้แก่ ความกตัญญูต่อท่าน ความซื่อสัตย์ ความเอื้อเฟื้อ การยึดบ้าปุณ্ড และการเคารพต่อผู้อ่อนแอ พบว่า นักเรียนที่ได้รับการอบรมสั่งสอน และบิดามารดาเป็นแบบอย่างให้เห็นเกี่ยวกับคุณธรรม 5 ประการดังกล่าวในปริมาณมากกว่าเป็นผู้ที่มีการอนุรักษ์วัฒนธรรมทางจิตใจสูงกว่า นักเรียนที่ได้รับการอบรมสั่งสอน และบิดามารดาเป็นอย่างในปริมาณน้อยกว่า ต่อมาร้านชัย มีกลาง (2530 : 115-119) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติ ความรู้ ความเข้าใจ การปฏิบัติตามและการได้รับการถ่ายทอดทางพุทธศาสนาของนิสิตระดับอุดมศึกษาในมหาวิทยาลัยในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า นิสิตมีเจตคติ ความรู้ ความเข้าใจ และการถ่ายทอดทางพุทธศาสนาจากบิดามารดา มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติตามคำสอนในพุทธศาสนา นั่นคือ นิสิตที่ได้รับการอบรมสั่งสอน การเห็นแบบอย่าง และได้ร่วงริดเมื่อปฏิบัติตามที่บิดามารดาคาดหวังเกี่ยวกับความเชื่อ หลักธรรม และประเพณีบางอย่างของพุทธศาสนาในปริมาณมาก มีเจตคติที่ดีต่อพุทธศาสนา และมีการปฏิบัติตามหลักคำสอนของพุทธศาสนาสูงกว่านิสิตที่ได้รับในเรื่องดังกล่าวน้อยกว่า และ งามตา วนินทานท์ (2536 : 204) ได้ศึกษาลักษณะทางพุทธศาสนาและพฤติกรรมศาสตร์ของบิดามารดาที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเด็กนุ่งตัวอย่างเป็นบิดามารดาที่มีบุตรอายุอยู่ระหว่าง 8 - 15 ปี โดยลักษณะทางพุทธประกอบด้วย ความเชื่อ การปฏิบัติ และวิถีชีวิตแบบพุทธ และการอบรมเด็กนุ่งตัวตามแนวพุทธศาสนาประกอบด้วย ด้านการสร้างความสนใจให้รับทราบ ด้านการสร้างความเข้าใจเนื้อความ และด้านสร้างการยอมรับและเปลี่ยนตาม พบว่า บิดามารดาที่มีลักษณะทางพุทธสูงพร้อมกัน 3 ด้านจะเป็นผู้ที่ให้การอบรมเด็กนุ่งตัวตามแนวพุทธแต่ละด้านมากกว่าบิดามารดาที่มีลักษณะตรงข้าม ซึ่งสอดคล้องกับ ดวงเดือน พันธุ์มนawiin (2540 : 201-205) ได้ศึกษาความเชื่อและการปฏิบัติทางพุทธศาสนาของคนไทย ในประเทิน การปลูกฝังอบรมและคุณภาพชีวิต โดยทำเป็นการวิจัยมหาภาคจากงานวิจัย 9 เรื่อง ในส่วนของการอบรมเด็กนุ่งตัวกับการปฏิบัติทางพุทธศาสนาของเยาวชน โดยที่การอบรมเด็กนุ่งตัวแบบพุทธเป็นการรายงานของนักเรียนว่าบิดามารดาทำให้ตนสนใจ เข้าใจและยอมรับพุทธศาสนามากน้อยเพียงใด พบว่า นักเรียนที่ได้รับการอบรมเด็กนุ่งตัวแบบพุทธมากจะมีปริมาณการปฏิบัติ

ทางพุทธศาสนา ได้แก่ การให้ทาน การวักษาศีล และการปฏิบัติสมាជิภาระนาสูงกว่านักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบพุทธน้อย และในส่วนของลักษณะทางพุทธศาสนาของบิดามารดา กับลักษณะทางพุทธศาสนาของเยาวชน พบว่า นักเรียนที่รายงานว่าบิดามารดา มีความเลื่อมใสครั้งท่าในพุทธศาสนา โดยการทำบุญ ทำทาน รักษาศีล ไปวัด พังครรมา และสนทนากธรรมในปริมาณมาก บุตรก็จะรายงานตนเองว่ามีการปฏิบัติทางพุทธศาสนามาก เช่นกัน

จากการสำรวจที่พบเกี่ยวกับการเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติทางพุทธศาสนาของบิดามารดา จะเห็นว่าผู้ที่มีบิดามารดาเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติทางพุทธศาสนามากกว่า จะนำแบบอย่างเหล่านั้นมาปฏิบัติในชีวิตประจำวันสูงกว่า

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครู มหาวิทยาลัยราชภัฏ เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental design) มีวิธีในการดำเนินการวิจัยดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. แบบแผนการทดลอง
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. การดำเนินการทดลอง
5. การวิเคราะห์ข้อมูล

#### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

##### ประชากร

ประชากรในการวิจัยนี้เป็นนักศึกษาวิชาชีพครู ชั้นปีที่ 3 ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 จากสาขาวิชาคณิตศาสตร์ ภาษาอังกฤษ การศึกษาปฐมวัย ศิลปกรรมศาสตร์ (กลุ่มดนตรี) และการศึกษาพิเศษ ที่เข้าศึกษาตามโครงการผลิตครุภารตีศึกษาขั้นพื้นฐาน ระดับปริญญาตรี หลักสูตร 5 ปี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร จำนวน 90 คน

#### กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาวิชาชีพครู ชั้นปีที่ 3 (หลักสูตร 5 ปี) จำนวน 48 คน ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีคะแนนรวมจากแบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรน้อย โดยใช้ค่าเฉลี่ยจากการทำแบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของประชากรเป็นเกณฑ์ในการแบ่ง จากนั้นพิจารณาคะแนนรวมจากแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาจากกลุ่มตัวอย่าง และใช้ค่าเฉลี่ยของทั้งกลุ่มเป็นเกณฑ์ในการแบ่งกลุ่ม ได้แก่กลุ่มที่มีคะแนนจากแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดามาก จำนวน 29 คน และน้อย จำนวน 19 คน ใช้วิธีสุ่มแบบมีระบบ (Systematic random sampling) เพื่อจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากับกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 24 คน ในแต่ละกลุ่ม จะมีทั้งนักศึกษาวิชาชีพครูที่มีคะแนนจากแบบวัดการเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดามากและน้อย จำนวนใกล้เคียงกัน

## แบบแผนการทดลอง

การเป็นแบบอย่าง	ฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร		
การปฏิบัติทางพุทธ	กลุ่มทดลอง	กลุ่มควบคุม	รวม
ของบิดามารดา	(ฝึกอบรม)	(ไม่ฝึกอบรม)	
มาก	14	15	29
น้อย	10	9	19
รวม	24	24	48

แบบแผนการทดลองที่ใช้ในการวิจัยนี้ คือ Generalized Randomized Block Design (ผจงจิต อินทสุวรรณ. 2539: 164) การจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ใช้การสุ่มอย่างง่าย โดยมีตัวแปรการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาเป็นตัวแปรจัดประเภท และการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรเป็นตัวแปรจัดกระทำ ส่วนตัวแปรตามที่ผู้วิจัยมุ่งหวังจะให้เกิดในตัวนักศึกษา คือ ลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครู การวัดตัวแปรตาม วัดหลังการฝึกอบรม และวัดหลังการฝึกอบรม 1 เดือน

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครู เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล มีรายละเอียดการสร้างและรายการคุณภาพ ดังนี้

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง “ได้แก่ ชุดฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร สำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู มีวิธีการสร้างและหาคุณภาพ ดังนี้

1. ศึกษาเอกสารงานวิจัย แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับกัญญาณมิตร การพัฒนาทักษะการเข้าใจเชิงมาใส่ใจเรา การวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร การพัฒนาการคิดแบบยินยอมสิ่งแวดล้อม กระบวนการให้คำปรึกษา การเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา และแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาพฤติกรรมมนุษย์

2. ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามปลายเปิดเกี่ยวกับลักษณะครูที่เป็นกัญญาณมิตรไปสอบถามจากครูที่มีประสบการณ์ในการทำงานตั้งแต่ 10 ปีขึ้นไป จำนวน 6 คน นักศึกษาที่กำลังฝึกประสบการณ์วิชาชีพครูจำนวน 8 คน นักศึกษาชั้นปีที่ 3 ที่เรียนวิชาชีพครู จำนวน 38 คน และนักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 2 – 5 จำนวน 6 คน โดยใช้วิธีเลือกแบบเจาะจง (purposive sample) บุคคลที่เกี่ยวข้องกับอาชีพครู เพื่อนำข้อมูลที่ได้มาประกอบการกำหนดรายละเอียดเบื้องต้นของลักษณะกัญญาณมิตรที่ครูควรจะมีหรือที่ควรพัฒนาให้เกิดขึ้นกับผู้ที่จะไปทำงานที่ครูต่อไป

3. ผู้วิจัยนำข้อมูลจากการศึกษาข้างต้นมาสร้างนิยามปฏิบัติการเกี่ยวกับลักษณะกัญญาณมิตร ประกอบด้วย 7 ด้าน ได้แก่ ความน่ารัก ความน่าเคารพ น่ายกย่อง การรู้จักพูด ความอดทนต่อถ้อยคำ การถ่ายทอด และการไม่ซักนำไปในทางเสื่อมเสีย จากนั้นนำไปให้ผู้เชี่ยวชาญทางศาสนาได้พิจารณาความครอบคลุมและสอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร โดยผู้เชี่ยวชาญที่ให้ความอนุเคราะห์ในครั้งนี้ ประกอบด้วย พระสุธีธรรมานุวัตร (เทียบ สิริญาโน) วัดโพธิ์ พระราษฎร์พุฒี (บุญชิด ญาณสั่งไว) วัดมหาธาตุ พระสุธีวราภรณ์ (ณรงค์ จิตต์สิงหโน) วัดมหาธาตุ พระราษฎร์ นมคง(มนต์รี อภิมนุติโก) วัดบวรนิเวศวิหาร และพระราษฎร์ (สิงหโน ไสวณกิจโต) วัดเทวราชกุญชร วรวิหาร ผู้วิจัยได้ปรับปรุงแก้ไขนิยามข้างต้นตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

4. สร้างஆดີຝອບຮມເພື່ອພັດນາລັກຊະນະຄວາມເປັນກັບຍານມິຕຣຂອງນັກສຶກຊາວີຫຼັກຄຽງ ໃນແຕ່ລະດ້ານສອດຄລໍອງກັບນິຍາມປົງປັນດີ ໂດຍໃຫ້ແນວຄິດກາຮາເຂົາໃຈເຂົາໄສໃຈເຮົາ ກາວີເຄຣະທີ່ກາຮິດຕ່ອສື່ອສາຮ ແລກກາຮິດແບບໂຍນີໂສມນສີກາຮ ແລ້ວບູຮນາກາຮດ້າຍກາຮໃຫ້ຄຳປົກຊາ ມາເປັນແນວທາງໃນກາຮິຝອບຮມແລກກາຮິຝປົງປັນດີ ໃນກາຮິຝອບຮມ ແປ່ງເປັນ 3 ຂັ້ນຕອນ ໄດ້ແກ່ ຂັ້ນກາຮສ້າງຄວັດທ້າ ຂັ້ນກາຮິຝລັກຊະນະກັບຍານມິຕຣ ແລກກາຮບູຮນາກາຮ ໃ້ເວລາໃນກາຮິຝອບຮມ 4 ວັນ ຮວມທັງສິ້ນ 28 ຊົ່ວໂມງ ແຕ່ລະ ຂັ້ນຕອນມີຮາຍລະເອີດດັ່ງນີ້

1. ກາຮສ້າງຄວັດທ້າ ເປັນກາຮພັດນາໃຫ້ເກີດຄວາມຮູ້ຄວາມເຂົ້າໃຈ ເກີດຄວາມມັນໃຈເກີດຄວາມຕະຫຼາກ ແລກເຫັນຄຸນຄ່າໃນກາຮທີ່ຈະໄປທຳນັ້ນທີ່ຄຽງທີ່ໃນອານາຄຕໂດຍໃຫ້ໜັກກັບຍານມິຕຣ ແລກເຊື່ອມັນວ່າລັກຊະນະຄວາມເປັນກັບຍານມິຕຣເປັນສິ່ງທີ່ສາມາດຝຶກຝັນແລກພັດນາໄດ້ ໂດຍກາຮເຫຼຸ່ມບຸກຄລທີ່ເປັນທີ່ຍອມຮັບໃນທາງກາຮສຶກຊາແລກເປັນຜູ້ທີ່ມີລັກຊະນະຄວາມເປັນກັບຍານມິຕຣສູງມາຄ່າຍທອດຄວາມຮູ້ ປະສບກາຮນ ແລກແນວທາງກາຮິຝຶກຝັນພັດນາຕານເອງໃຫ້ເປັນຄຽງທີ່ມີລັກຊະນະຄວາມເປັນກັບຍານມິຕຣ ໂດຍໃຫ້ເວລາໃນກາຮິຝອບຮມ 3 ຊົ່ວໂມງ ດັ່ງຕາງໆ 1

#### ຕາງໆ 1 ກາຮິຝອບຮມເພື່ອພັດນາລັກຊະນະຄວາມເປັນກັບຍານມິຕຣໃນຂັ້ນສ້າງຄວັດທ້າ

ວັດຖຸປະສົງສົງ	ວິທີກາຮ	ກິຈກາຮ	ກາຮປະເມີນຜລ
- ເຫັນຄວາມສຳຄັງຄອງຄຽງ ທີ່ມີຄວາມເປັນກັບຍານມິຕຣ	- ກາຮໃໝ່ຕັ້ງແບບທີ່ເປັນ ບຸກຄລທີ່ມີຄວາມເປັນ	- ຕັ້ງແບບທີ່ເປັນບຸກຄລຄ່າຍທອດ ແນວຄິດແລກປະສບກາຮນ ພ້ອມ ທັ້ງຍັກຕ້ວອຢ່າງເຫດຖາກນົ່ວ່າແສດງ ດື່ງລັກຊະນະຂອງຜູ້ທີ່ເປັນ	ສັງເກົດຈາກ - ກາຮຕອບຄໍາດາມ
- ເຊື່ອມັນວ່າລັກຊະນະ ກັບຍານມິຕຣສາມາດຝຶກຝັນໄດ້ ແນວທາງໃນກາຮິຝ	- ກັບຍານມິຕຣສູງມາ ຄ່າຍທອດແນວຄິດແລກ ປະສບກາຮນ ແລກໃຫ້ເວລາ	- ດື່ງລັກຊະນະຂອງຜູ້ທີ່ເປັນ ກັບຍານມິຕຣ - ກາຮແລກປະເປົ້າຢ່າງປະສບກາຮນ	- ກາຮແສດງຄວາມຮູ້ສຶກເກີດກັບ ຄຽງທີ່ເປັນກັບຍານມິຕຣ - ກາຮສຸງບັນທຶກ

2. การฝึกลักษณะกัญญาณมิตร เป็นการพัฒนาให้เกิดความตระหนัก และเห็นคุณค่า พร้อมทั้งได้ทดลองฝึกปฏิบัติลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในด้านความน่ารัก ความน่าเคารพ ความน่ายกย่อง การรู้จักพูด ความอดทนต่อถ้อยคำ การถ่ายทอด และการไม่ซักนำไปในทางเสื่อมเสีย ด้วย การฝึกการเอาใจเขามาใส่ใจเรา การวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร และการคิดแบบโยนิโสมนสิกา โดยใช้ การบรรยาย การอภิปราชย การวิเคราะห์ตนเอง กรณีตัวอย่าง การแสดงบทบาทสมมติ สถานการณ์ จำลอง และการทำผังมโนทัศน์ เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมและฝึกปฏิบัติ โดยใช้เวลาในการฝึกอบรมทั้งสิ้น 20 ชั่วโมง รายละเอียดดังตาราง 2-4

#### ตาราง 2 การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในขั้นการฝึกลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร โดยใช้การเอาใจเขามาใส่ใจเรา

วัตถุประสงค์	วิธีการ	กิจกรรม	การประเมินผล
เพื่อให้นักศึกษา	- ใช้แนวคิดการเอาใจเขามาใส่ใจเรา (Empathy)	- การบรรยาย	สังเกตจาก
วิชาชีพครู	ด้วยการ	- การอภิปราชย	- การมีส่วนร่วมและการทำ
1. มีความรู้ความเข้าใจ	1. การอ่านความรู้สึก	- การวิเคราะห์ตนเอง	กิจกรรม
เกี่ยวกับการเอาใจเขามาใส่ใจเรา	2. การทำความเข้าใจความรู้สึก	- กรณีตัวอย่าง	- การร่วมอภิปราชย
มาใส่ใจเรา	3. การตอบสนองความรู้สึก	- การใช้บทบาทสมมติ	- ภาระนำเสนอ
2. สามารถอ่านอารมณ์		- สถานการณ์จำลอง	- การเขียนสรุปบันทึก
ความรู้สึกของบุคคลได้		- การสรุป	
3. เข้าใจในอารมณ์และ			ประเมินลักษณะกัญญาณมิตร
ความรู้สึกของบุคคลได้			- ความน่ารัก
4. ตอบสนองความรู้สึกได้			- ความน่าเคารพ
(ใช้เวลา 6 ชั่วโมง)			

แนวคิดการเอาใจเขามาใส่ใจเรา เป็นการพัฒนาเพื่อให้นักศึกษาวิชาชีพครูเป็นผู้มีความสามารถในการเข้าใจ รับรู้ความรู้สึกอารมณ์ ความต้องการของผู้อื่น มีความสามารถที่จะคาดเดาความรู้สึกของคนอื่น และตอบสนองได้เหมาะสม ด้วยการฝึกการสังเกตอารมณ์หรือความรู้สึก ฝึกการอ่านความรู้สึก และฝึกการตอบสนองอารมณ์หรือการสะท้อนความรู้สึก ลักษณะของผู้ที่รู้จักการเอาใจเขามาใส่ใจเรา สอดคล้องกับลักษณะของกัญญาณมิตรในด้านความน่ารักและความน่าเคารพ กล่าวคือ เป็นผู้ที่มีความเป็นมิตร มีน้ำใจ ประ蹲ณาดีต่อผู้อื่น และพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือ ส่งเสริม และสนับสนุนให้ได้รับการพัฒนาอย่างเต็มความสามารถของแต่ละบุคคล

**ตาราง 3 การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าวตามมิตรในขั้นการฝึกอบรมสื่อสาร  
ก้าวตามมิตร โดยใช้การวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร**

วัตถุประสงค์	วิธีการ	กิจกรรม	การประเมินผล
เพื่อให้นักศึกษา วิชาชีพครู	- ใช้แนวคิดการวิเคราะห์ การติดต่อสื่อสาร	- การบรรยาย - การอภิปราย	สังเกตจาก - การมีส่วนร่วมและการทำ กิจกรรม
1. มีความรู้ความเข้าใจ ในธรรมชาติของมนุษย์	(Transactional Analysis) ด้วยการ	- กรณีตัวอย่าง - การใช้บทบาทสมมติ	- การร่วมอภิปราย
2. สามารถวิเคราะห์ ภาวะทางจิตของ บุคคลได้	1. วิเคราะห์ฐานะทางชีวิต 2. วิเคราะห์ภาวะทางจิต ของบุคคล ได้แก่ ความ	- สถานการณ์จำลอง - การวิเคราะห์บุคคลจากเพลง	- การนำเสนอ กิจกรรม - การสรุปบันทึก
3. สามารถใช้การ สื่อสารที่สอดคล้องกัน ได้ (ใช้เวลา 8 ชั่วโมง)	เป็นเด็ก ความเป็นผู้แม่ และความเป็นผู้ใหญ่ 3. ใช้การสื่อสารที่ สอดคล้องกันทั้งภาวะของ บุคคลที่เหมือนกันและ แตกต่างกัน 4. การเอาใจใส่ทางบวก	- การทำแผนผังมโนทัศน์ - การค้นคว้าจากเอกสาร/ หนังสือ - การสรุป	<u>ประเมินลักษณะก้าวตามมิตร</u> - ภาวะรู้จักพูด - ความอดทนต่อถ้อยคำ

แนวคิดการวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร เป็นการพัฒนาเพื่อให้นักศึกษาวิชาชีพครูมี  
ความสามารถในการเข้าใจธรรมชาติของบุคคล ด้วยการฝึกวิเคราะห์ทัศนะความมีคุณค่า ภาวะทางจิต  
ของบุคคล ใช้การสื่อสารเพื่อให้เกิดความสอดคล้องกัน และการใส่ใจทางบวก การที่มีความสามารถใน  
การวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร สอดคล้องกับลักษณะความเป็นก้าวตามมิตรในด้านการรู้จักพูด และ  
ความอดทนต่อถ้อยคำ

**ตาราง 4 การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าလယານມິຕຣໃນ<sup>ช້ານ</sup>การฝึกລັກຊະນະຄວາມເປັນກັດຍານມິຕຣ ໂດຍໃຫ້ກາວຄິດແບບໂຢນີໂສມນສຶກາຮ**

ວັດຖຸປະສົງ	ວິທີກາຮ	ກິຈກຽມ	ກາຮປະເມີນຜລ
ເພື່ອໃຫ້ນັກສຶກຊາ	- ໃຫ້ແນວຄິດກາຮຄິດແບບ ໂຢນີໂສມນສຶກາຮ ດ້ວຍກາຮ	- ກາຮບຽນຍາຍ - ກາຮອກປິປາຍ	ສັງເກດຈາກ
ວິຊາຊື່ພຄງ	1. ມີຄວາມຮູ້ຄວາມເຂົ້າໃຈ ເກີ່ມກັບກາຮຄິດແບບ ໂຢນີໂສມນສຶກາຮ	1. ກາຮຝຶກພິຈາຮນາຫາ ສາເຫຼຸດແລະປ່ຈັຍທີ່ທຳໄໝ ເກີດປ່ງໝາ	- ກຽມຕົວອ່າງ - ກາຮໃຫ້ບໍາຫາສົມມຕີ
1. ມີຄວາມຮູ້ຄວາມເຂົ້າໃຈ	2. ສາມາດພິຈາຮນາຫາ ສາເຫຼຸດແລະປ່ຈັຍທີ່ທຳໄໝ	2. ກາຮຝຶກພິຈາຮນາດ້ານ ດີ-ດ້ານເສີຍ ອົງ ປະໂຍ້ນ-ໂທໜຂອງ ປ່ງໝາ	- ສະຖານກາຮນີຈຳລອງ - ວິເຄາະທີ່ປ່ງໝາຂອງຕົນເອງ ແລະຜູ້ອື່ນ
ເກີ່ມກັບກາຮຄິດແບບ ໂຢນີໂສມນສຶກາຮ	3. ສາມາດພິຈາຮນາ ປະໂຍ້ນ-ໂທໜຂອງ ປ່ງໝາໄດ້	3. ກາຮຝຶກພິຈາຮນາຫາ ແນວທາງແກ້ປ່ງໝາ ອົງ ທາງອອກຂອງປ່ງໝາ	<u>ປະເມີນລັກຊະນະກັດຍານມິຕຣ</u> - ຄວາມນ່າຍກຍ່ອງ - ກາຮຄ່າຍທອດ - ກາຮໄໝ້ກຳນຳໄປໃນທາງທີ່ ເສື່ອມເສີຍ
4. ສາມາດຫາແນວທາງກາຮ ແກ້ປ່ງໝາທີ່ເໝາະສົມ (ເຫຼື່ອເລາ 6 ຂ້າໂນງ)			

ແນວຄິດກາຮຄິດແບບໂຢນີໂສມນສຶກາຮ ເປັນກາຮຄິດພິຈາຮນາປ່ງໝາຕ່າງໆ ດ້ວຍກາຮຄົນຫາສາເຫຼຸດ  
ທີ່ສົ່ງຜລໃຫ້ເກີດເຫັນນັ້ນ ແລ້ວພິຈາຮນາຄື່ນດ້ານດີແລະດ້ານເສີຍ ອົງ ອົງໃຫ້ເຫັນທັງຄຸນແລະໂທໜຂອງສິ່ງນັ້ນ ແລ້ວ  
ຈະແກ້ປ່ງໝາທີ່ມີຄວາມຍ່າງ ໂດຍຍ່າງໜຶ່ງຈະຕ້ອງມີທາງອອກແລະຈຸດໝາຍດ້ວຍ ແລະຮູ້ວ່າຈຸດໝາຍນັ້ນ  
ຄືອຂະໄວ ສອດຄລ້ອງກັບວິທີກາຮຄິດແບບສືບສາວເຫຼຸດປ່ຈັຍແລະວິທີກາຮຄິດແບບເຫັນຄຸນ ໂທ່ງແລະທາງອອກ  
ສອດຄລ້ອງກັບລັກຊະນະຄວາມເປັນກັດຍານມິຕຣໃນດ້ານຄວາມນ່າຍກຍ່ອງ ກາຮຄ່າຍທອດ ແລະກາຮໄໝ້ກຳນຳໄປ  
ໃນທາງທີ່ເສື່ອມເສີຍ

3. **ໜັ້ນນູ້ຮານາກາຮ** ເປັນກາຮນ່າລັກຊະນະຄວາມເປັນກັດຍານມິຕຣທີ່ໄດ້ຝຶກປົງປົນຕົມາແລ້ວ ມາ  
ປະຢຸກຕົ້ນໃໝ່ໃນ 5 ຜັ້ນຕອນ ຕື່ອ ສ້າງຄວາມໄວ້ວາງໃຈ ຕັ້ງໃຈໃນກາຮຮັບພັ້ງ ຈັດລຳດັບອົບປາຍຄວາມສົ່ມພັນຮີ ໃຫ້  
ຄຳແນະນຳ ແລະສັນບສູນໃຫ້ກຳລັງໃຈ ໂດຍກາຮແສດງບໍາຫາສົມມຕິຕາມກິຈກຽມທີ່ກຳນັດ ໃນແຕ່ລະກິຈກຽມ  
ນັກສຶກຊາຈະຕ້ອງແສດງລັກຊະນະກັດຍານມິຕຣໃນທຸກດ້ານ ໃຫ້ຮະເວລາ 5 ຂ້າໂນງ ຮາຍລະເອີຍດັ່ງນີ້

## ตาราง 5 การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรในขั้นการบูรณาการ

วัตถุประสงค์	วิธีการ	กิจกรรม	การประเมินผล
สามารถนำลักษณะ กัลยาณมิตรมาประยุกต์ใช้ในการให้คำปรึกษาได้	<ul style="list-style-type: none"> <li>-ใช้แนวคิดกระบวนการ กัลยาณมิตรและการให้คำปรึกษาโดยมีขั้นตอน คือ           <ol style="list-style-type: none"> <li>1. การสร้างความไว้วางใจ</li> <li>2. การตั้งใจในการรับฟัง</li> <li>3. การจัดลำดับอธิบาย ความสัมพันธ์</li> <li>4. การให้คำแนะนำ</li> <li>5. การสนับสนุนให้กำลังใจ</li> </ol> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- การบรรยาย</li> <li>- การอภิปราย</li> <li>- การแลกเปลี่ยนประสบการณ์</li> <li>- การกำหนดสถานการณ์</li> <li>- การแสดงบทบาทสมมติ</li> </ul>	<p>สังเกตจาก :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การร่วมอภิปราย</li> <li>- การแสดงบทบาทสมมติ</li> <li>- การสรุปปัญหานัก</li> </ul> <p><u>แต่ละขั้นตอนที่ฝึกปฏิบัติ สอดคล้องกับลักษณะ กัลยาณมิตรดังนี้</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- การสร้างความไว้วางใจ สอดคล้องกับความน่าไว้วางใจ เคราะห์</li> <li>- ความตั้งใจในการรับฟัง สอดคล้องกับการรู้จักพูด ความอดทนต่อถ้อยคำ</li> <li>- การจัดลำดับความสัมพันธ์ สอดคล้องกับความน่ายก ย่อง และการถ่ายทอด</li> <li>- การให้คำแนะนำ สอดคล้องกับความน่ายก ย่อง และการไม่ซักนำไปในทางที่เสื่อมเสีย</li> <li>- การสนับสนุนให้กำลังใจ สอดคล้องกับการรู้จักพูด</li> </ul>

การนำลักษณะกัลยาณมิตรมาฝึกปฏิบัติ ด้วยการประยุกต์แนวคิดการให้คำปรึกษาแบบอัตติ ภานิยม (Existential Counseling) ร่วมกับแนวคิดแบบพฤติกรรมนิยม (Behavioral Counseling) ใน 5 ขั้นตอน ได้แก่ การสร้างความไว้วางใจ การตั้งใจในการรับฟัง การจัดลำดับอธิบายความสัมพันธ์ การให้คำแนะนำ การสนับสนุนให้กำลังใจ โดยในแต่ละขั้นตอนจะสอดคล้องกับลักษณะความเป็น กัลยาณมิตรในแต่ละด้าน และถ้าฝึกปฏิบัติครบ 5 ขั้นตอน จะแสดงลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรครบ ทุกด้าน

4. นำชุดฝึกอบรมที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน (ภาคผนวก ข) พิจารณาความสอดคล้องและความเหมาะสมของเนื้อหาและกิจกรรม โดยผู้เชี่ยวชาญแนะนำให้ปรับกิจกรรมให้มีความหลากหลาย เช่น ใช้สื่อประสมที่มีทั้งภาพและเสียง เพื่อให้กับความประทับใจ ซาบซึ้ง เห็นดีเห็นงาม และอย่างปฏิบัติตาม การตั้งคำถามควรให้ชัดเจน ตัวอย่างหรือสถานการณ์ที่ให้ฝึกมีความใกล้เคียงกับความเป็นจริงและสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ พร้อมเทคนิคต่าง ๆ ที่สามารถนำไปสอดแทรกในการฝึกอบรม แต่ละกิจกรรมควรสรุปแนวคิดที่ต้องการให้เกิด และเน้นให้เห็นว่ามีความสัมพันธ์เข้มข้นกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรอย่างไร ที่สำคัญวิทยากรต้องปฏิบัตินให้มีความเป็นกัญญาณมิตรกับผู้เข้าอบรมด้วย เป็นต้น ผู้วิจัยนำข้อเสนอแนะดังกล่าวมาปรับปรุงแก้ไข

5. นำชุดฝึกอบรมที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้กับนักศึกษาวิชาชีพครูชั้นปีที่ 3 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 20 คน โดยใช้แบบแผนการทดลอง Before and After Control Group Design คือ มีการทดสอบก่อนและหลังการฝึกอบรม โดยใช้แบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรที่ผ่านการหาคุณภาพแล้ว (ภาคผนวก ภ) รวมทั้งประเมินชุดฝึกอบรมเกี่ยวกับความเหมาะสมของ เนื้อหา กิจกรรม วิธีการฝึกอบรม ระยะเวลา สถานที่ พร้อมทั้งข้อเสนอแนะที่ควรปรับปรุง พบว่า ในทุกด้านผู้เข้าอบรมมีความเห็นว่าเหมาะสมในระดับมากถึงมากที่สุด และผู้เข้าอบรมยังให้ข้อเสนอแนะที่เป็นข้อดี คือ การจัดกิจกรรมได้ความรู้และสนุกสนาน ได้เข้าใจตนเองและผู้อื่นมากขึ้น สามารถนำไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน วิทยากรมีความรู้และให้ความเป็นกันเอง ควรนำกิจกรรมเผยแพร่ต่อไป และข้อควรปรับปรุง คือ ควรเพิ่มกิจกรรมนันทนาการ เพราะจะช่วยให้หายง่วง (ภาคผนวก ภ) ผู้วิจัยนำข้อเสนอแนะดังกล่าวมาเป็นแนวทางในการปรับปรุงแก้ไขชุดฝึกอบรมให้มีความเหมาะสมพร้อมที่จะใช้จริงต่อไป

6. นำชุดฝึกอบรมที่ปรับปรุงแก้ไขสมบูรณ์แล้วไปฝึกอบรมนักศึกษาวิชาชีพครูที่เป็นกลุ่มทดลองต่อไป

7. สำรวจกิจกรรมในกลุ่มควบคุม เป็นการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาทักษะสู่การสร้างงาน ซึ่งนักศึกษาวิชาชีพครูจะได้ฝึกการวางแผนการทำงาน การเขียนโครงการ การทำกิจกรรม Lonely Walk-Rally และการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นด้วยโปรแกรม SPSS (ภาคผนวก จ)

**เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล มี 2 ฉบับ ได้แก่ แบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร และแบบวัดการเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา ดำเนินการสร้างและหาคุณภาพ ดังนี้**

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะกัญญาณมิตรตามหลักพุทธศาสนา และข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามปลายเปิดของครู นักศึกษาที่เรียนวิชาชีพครู และนักเรียน เกี่ยวกับ

ลักษณะกัญญาณมิตร รวมทั้งข้อเสนอแนะจากผู้เชี่ยวชาญด้านศาสตร์ที่กล่าวมาแล้วในขั้นสร้างเครื่องมือวิจัย

2. ศึกษาเอกสารเกี่ยวกับการสร้างแบบวัด และดำเนินการสร้างแบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร ประกอบด้วย ด้านความน่ารัก ความน่าเคารพ ความน่ายกย่อง การรู้จักพูด ความอดทนต่อถ้อยคำ การถ่ายทอด และการไม่ซักจุ่งไปในทางที่เสื่อมเสีย และแบบวัดการเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา ประกอบด้วย การให้ทาน การวักษาศีล และการปฏิบัติสนาอิภาระ

3. นำเครื่องมือวัดทั้ง 2 ฉบับ ไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน พิจารณาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity) ผู้เชี่ยวชาญแนะนำให้ปรับภาษาที่ใช้ในข้อคำถามให้มีความกะทัดรัด ชัดเจนยิ่งขึ้น ควรเพิ่มข้อความทางลบ ผลการวิเคราะห์ค่าความสอดคล้องของข้อคำถาม แต่ละข้อกับวัตถุประสงค์ (Index of Consistency: IC) พบร่วมกับแบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร มีค่า IC อยู่ระหว่าง 0.71 – 1.00 (ภาคผนวก ๗) และแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา มีค่า IC อยู่ระหว่าง 0.71 – 1.00 (ภาคผนวก ๘)

4. นำแบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร และแบบวัดการเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา ไปทดลองใช้กับนักศึกษาวิชาชีพครูชั้นปีที่ ๓ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์ จำนวน 100 คน (Walf. 1988: 480) เพื่อนำมาหาค่าความเชื่อมั่น (reliability) โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟ่า ( $\alpha$ -coefficient) ผลการวิเคราะห์พบว่า แบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ 0.921 ส่วนแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ 0.853 (ภาคผนวก ๘)

#### รายละเอียดและตัวอย่างของเครื่องมือวัดแต่ละฉบับเป็นดังนี้

1. **แบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร** เป็นแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับลักษณะกัญญาณมิตร ประกอบด้วย 7 ด้าน ได้แก่ ความน่ารัก ความน่าเคารพ ความน่ายกย่อง การรู้จักพูด ความอดทนต่อถ้อยคำ การถ่ายทอด และการไม่ซักจุ่งไปในทางที่เสื่อมเสีย แบบสอบถามเป็นแบบมาตราประมิณค่า 6 ระดับ จาก “จริงที่สุด” “จริง” “ค่อนข้างจริง” “ค่อนข้างไม่จริง” “ไม่จริง” และ “ไม่จริงที่สุด” ข้อคำถามมีทั้งข้อความความทางบวกและทางลบ การให้คะแนน ข้อคำถามที่เป็นข้อความทางบวก ให้ 6 คะแนน สำหรับคำตอบ “จริงสุด” ถึง 1 คะแนน สำหรับคำตอบ “ไม่จริงที่สุด” ส่วนข้อคำถามที่เป็นข้อความทางลบให้คะแนนในทิศทางตรงข้าม นักศึกษาวิชาชีพครูที่ได้คะแนนรวมสูงแสดงถึงการมีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรสูงกว่านักศึกษาวิชาชีพครูที่ได้คะแนนต่ำกว่า ใช้เก็บข้อมูลจาก นักศึกษาวิชาชีพครูกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการฝึกอบรม หลังการฝึกอบรม และหลังการฝึกอบรม 1 เดือน

## ตัวอย่าง แบบวัดลักษณะความเป็นกัลยาณมิตร

**คำศัพด์** ให้นักศึกษาพิจารณาข้อความที่ตรงกับความรู้สึกหรือการกระทำของนักศึกษา ที่ผ่านมาว่าได้ปฏิบัติสอดคล้องกับข้อคำเตือนมากน้อยเพียงใด แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง “จริง ที่สุด” “จริง” “ค่อนข้างจริง” “ค่อนข้างไม่จริง” “ไม่จริง” และ “ไม่จริงที่สุด” เพียงช่องเดียว ขอความร่วมมือนักศึกษาตอบให้ครบถูกข้อ

คำเตือน	ระดับความคิดเห็น					
	มากที่สุด	ดี	ค่อนข้างดี	ค่อนข้าง糟	糟	มากที่糟
<b>ความน่ารัก</b>						
(0) ข้าพเจ้าช่วยเหลือทุกคนด้วยความจริงใจ						
(00) ข้าพเจ้าช่วยเหลือทุกคนอย่างเต็มความสามารถ						
<b>ความน่าเคารพ</b>						
(0) ข้าพเจ้าแต่งกายตามระเบียบของมหาวิทยาลัย						
(00) ข้าพเจ้าตัดสินปัญหา โดยไม่ฟังความข้างเดียว						
<b>ความน่ายกย่อง</b>						
(0) ข้าพเจ้าตั้งใจเรียนทุกวิชา						
(00) ข้าพเจ้าค้นคว้าเพิ่มเติมหลังจากเรียนในห้องเรียน						
<b>การรู้จักพูด</b>						
(0) ข้าพเจ้าใช้คำพูดที่สุภาพกับทุกคน						
(00) ข้าพเจ้าไม่นำเรื่องที่ทำให้คนอื่นเสียหายไปเล่าต่อ						
<b>ความอดทนต่อถ้อยคำ</b>						
(0) ข้าพเจ้ารับฟังเพื่อนเล่าเรื่องไม่สบายใจอย่างตั้งใจ						
(00) ข้าพเจ้าสามารถรับฟังเรื่องที่ถูกตำหนิ						
<b>การถ่ายทอด</b>						
(0) ข้าพเจ้าอธิบายเรื่องต่าง ๆ อย่างเป็นขั้นเป็นตอน						
(00) ข้าพเจ้าอธิบายข้าเมื่อเห็นว่าผู้ฟังไม่เข้าใจ						
<b>การไม่ซักนำไปในทางที่เสื่อมเสีย</b>						
(0) ข้าพเจ้าแนะนำเพื่อนว่าไม่ควรดื่มเหล้าหรือสูบบุหรี่						
(00) ข้าพเจ้าชวนเพื่อนไปห้องสมุด						

2. แบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา เป็นข้อคำถามถึง พฤติกรรมของบิดามารดาเกี่ยวกับการทำทาน การรักษาศีล และการปฏิบัติสมាជิภารนาในชีวิตประจำวัน ที่นักศึกษาได้สังเกตเห็น ลักษณะแบบวัดเป็นแบบมาตราประมินค่า 6 ระดับ จาก “จริงที่สุด” “จริง” “ค่อนข้างจริง” “ค่อนข้างไม่จริง” “ไม่จริง” และ “ไม่จริงที่สุด” การให้คะแนน ข้อคำถามที่เป็นข้อความ ทางบวก ให้ 6 คะแนน สำหรับคำตอบ “จริงสุด” ถึง 1 คะแนน สำหรับคำตอบ “ไม่จริงที่สุด” ส่วนข้อ คำถามที่เป็นข้อความทางลบให้คะแนนในทิศทางตรงข้าม นักศึกษาวิชาชีพครูที่ได้คะแนนรวมสูงแสดงถึง การเป็นผู้ที่มีบิดามารดาเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติทางพุทธศาสนามากกว่านักศึกษาวิชาชีพครูที่ได้คะแนนรวมต่ำกว่า ใช้เก็บข้อมูลจากนักศึกษาวิชาชีพครูที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อจัดเข้าเป็นกลุ่ม ทดลองและกลุ่มควบคุม

#### ตัวอย่างแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา

**คำชี้แจง** ให้นักศึกษานำถึงการดำเนินชีวิตของนักศึกษาที่ผ่านมาว่าได้เห็นบิดา/มารดา ปฏิบัติให้เห็นเป็นแบบอย่างสอดคล้องกับข้อคำถามมากน้อยเพียงใด แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง “จริงที่สุด” “จริง” “ค่อนข้างจริง” “ค่อนข้างไม่จริง” “ไม่จริง” และ “ไม่จริงที่สุด” เพียงข้อความเดียว และขอความร่วงเรื่องนักศึกษาตอบให้ครบถ้วนทุกข้อ

คำถาม	ระดับความคิดเห็น					
	มากที่สุด ๖	๕	ค่อนข้างมาก ๔	๓ ค่อนข้างน้อย	๒ น้อย	น้อยที่สุด ๑
<b>การทำทาน</b>						
(0) บิดา/มารดาซักชวนข้าพเจ้าให้ไปทำบุญในวันพระ						
(00) บิดา/มารดาของข้าพเจ้าแบ่งขันมหรืออาหาร ให้แก่ญาติหรือเพื่อนบ้าน						
<b>การรักษาศีล</b>						
(0) บิดา/มารดาของข้าพเจ้าไม่เล่นการพนัน						
(00) บิดา/มารดาสอนข้าพเจ้าไม่ให้ขโมยของคนอื่น						
<b>การปฏิบัติสมាជิภารนา</b>						
(0) บิดา/มารดาของข้าพเจ้าสาدمนต์ก่อนนอน						
(00) บิดา/มารดาอ่านหนังสือเกี่ยวกับหลักธรรม						

## การดำเนินการทดลอง

การพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู มีกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ใน การศึกษา 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง ซึ่งได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร และกลุ่มควบคุม ได้รับการพัฒนาทักษะในการทำงาน โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. นักศึกษาวิชาชีพครูชั้นปีที่ 3 ห้องหมวด จำนวน 90 คน ทำแบบวัดลักษณะความเป็น กัญญาณมิตร (วัดก่อนฝึกอบรม) แล้วนำคะแนนรวมมาหาค่าเฉลี่ย พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทั้งกลุ่ม เป็น 308.90 (ภาคผนวก ภ) และมีนักศึกษาที่มีคะแนนรวมน้อยกว่าค่าเฉลี่ยจำนวน 48 คน หมายความว่า มีกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นกลุ่มที่มีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรน้อย จำนวน 48 คน

2. ให้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 48 คน ทำแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดา มารดา เพื่อนำคะแนนมาจัดเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยการนำคะแนนรวมมาหาค่าเฉลี่ย ได้เท่ากับ 159.98 (ภาคผนวก ภ) และพบว่ามีนักศึกษา จำนวน 19 คน มีคะแนนรวมต่ำกว่าคะแนน เฉลี่ย และ 29 คน ที่คะแนนรวมสูงกว่าคะแนนเฉลี่ย การจัดนักศึกษาเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย ได้นักศึกษาที่เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 24 คน เป็นผู้ที่มีคะแนนรวมจากแบบวัดการ เป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดามากและน้อยจำนวน 14 คน และ 10 คน ตามลำดับ และกลุ่มควบคุม จำนวน 24 คน เป็นผู้ที่มีคะแนนรวมจากแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทาง พุทธของบิดามารดาและน้อยจำนวน 15 คน และ 9 คน ตามลำดับ

3. ดำเนินการฝึกอบรม โดยกลุ่มทดลองได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็น กัญญาณมิตร ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาทักษะในการสร้างงาน ใช้เวลาในการฝึกอบรม กลุ่มละ 28 ชั่วโมง (ภาคผนวก จ)

4. หลังจากฝึกอบรม 1 สัปดาห์ กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ทำแบบวัดลักษณะความเป็น กัญญาณมิตร (วัดหลังฝึกอบรม)

5. หลังจากการฝึกอบรม 1 เดือน กลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร (วัดหลังการฝึกอบรม 1 เดือน)

6. ในระหว่าง 1 เดือนหลังการฝึกอบรม กลุ่มทดลองฝึกปฏิบัติลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร แบบอิสระ กล่าวคือ สามารถที่จะแสดงลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรได้กับคนทุกคน และในทุก สถานการณ์ และเขียนรายงานการฝึกปฏิบัติ และนำมาเล่าให้สมาชิกในกลุ่มฟัง

## การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลจากแบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของกลุ่มตัวอย่าง หลังการฝึกอบรม และ หลังการฝึกอบรมเป็นเวลา 1 เดือน ใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมสองทางแบบวัดทั้ง

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การนำเสนอผลการวิเคราะห์การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าลยาณมิตรของนักศึกษาชีพคุณ ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์เป็น 2 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง และตอนที่ 2 การทดสอบสมมติฐาน โดยมีสัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

M	แทน ค่าเฉลี่ย
SD	แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
N	แทน จำนวนข้อมูล
df	ระดับความเป็นอิสระ (degree of freedom)
SS	แทน ผลรวมของกำลังสอง (Sum of Square)
MS	แทน ค่าเฉลี่ยของกำลังสอง (Mean of Square)
F	แทน ค่าสถิติ F ที่ได้จากการคำนวณ
Pretest	แทน การวัดลักษณะความเป็นก้าลยาณมิตรก่อนการฝึกอบรม
Posttest	แทน การวัดลักษณะความเป็นก้าลยาณมิตรหลังการฝึกอบรม
Repeated	แทน การวัดลักษณะความเป็นก้าลยาณมิตรหลังการฝึกอบรม 1 เดือน
Group_L	กลุ่มที่รายงานว่ามีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาตน้อย
Group_H	กลุ่มที่รายงานว่ามีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดามาก
Group_E	กลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าลยาณมิตร
Group_C	กลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าลยาณมิตร
Group_E_L	กลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าลยาณมิตร และมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาตน้อย
Group_E_H	กลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าลยาณมิตร และมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดามาก
Group_C_L	กลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าลยาณมิตร และมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาตน้อย
Group_C_H	กลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าลยาณมิตร และมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดามาก

## ตอนที่ 1 ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง

ในส่วนนี้จะเป็นการนำเสนอลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามโปรแกรมวิชาที่เข้าศึกษา จำนวนนักศึกษาที่มีคะแนนรวมจากแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาในกลุ่มนากและกลุ่มน้อย ทั้งกลุ่มที่ได้รับและไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร โดยจะนำเสนอด้วยค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนรวมจากแบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรก่อนฝึกอบรม หลังฝึกอบรม และหลังฝึกอบรม 1 เดือน ดังตาราง 6 และ 7

**ตาราง 6** แสดงจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนรวมจากแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธ ของบิดามารดามากและน้อย ในกลุ่มที่ได้รับและไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นความเป็นกัญญาณมิตร

โปรแกรมวิชา	จำนวน	กลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร		กลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร	
		กลุ่มมาก	กลุ่มน้อย	กลุ่มมาก	กลุ่มน้อย
คณิตศาสตร์	12	5	2	4	1
ภาษาอังกฤษ	12	5	1	3	3
การศึกษาปฐมวัย	13	2	5	5	1
ศิลปกรรม (ดนตรี)	9	0	2	3	4
การศึกษาพิเศษ	2	2	0	0	0
รวม	48	14	10	15	9

จากตาราง 6 พบร่วมกันว่า กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย มีทั้งหมด 48 คน เป็นนักศึกษาคณิตศาสตร์ ชั้นปีที่ 3 ที่เลือกเรียนโปรแกรมวิชาคณิตศาสตร์ ภาษาอังกฤษ การศึกษาปฐมวัย ศิลปกรรม (กลุ่มดนตรี) และการศึกษาพิเศษ โดยจัดแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ได้รับและไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร แต่ละกลุ่มจะแบ่งเป็น 2 กลุ่มย่อย คือ กลุ่มมาก หมายถึง กลุ่มที่รายงานว่าบิดามารดาเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธมาก และกลุ่มน้อย หมายถึง กลุ่มที่รายงานว่าบิดามารดาเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธน้อย โดยใช้ค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมจากแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาเป็นเกณฑ์ในการแบ่ง ได้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มมาก

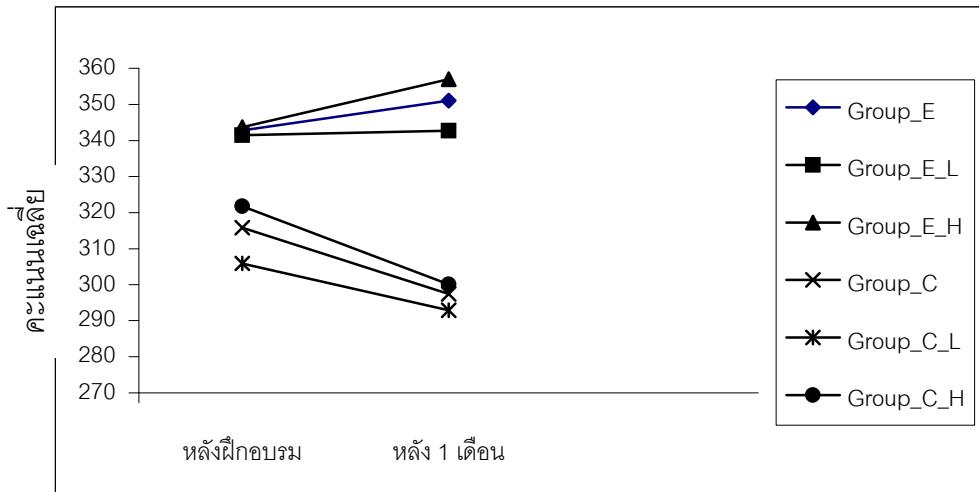
จำนวน 29 คน และกลุ่มน้อย จำนวน 19 คน ใช้ชีวิชีสูมอย่างง่ายจัดเป็นกลุ่มที่ได้รับและไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร กลุ่มละ 24 คน โดยในกลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรม เพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร มีกลุ่มตัวอย่างที่รายงานว่าบิดามารดาเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธน้อย จำนวน 14 คน และกลุ่มที่รายงานว่าบิดามารดาเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธมาก จำนวน 10 คน ส่วนในกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร มีกลุ่มตัวอย่างที่รายงานว่าบิดามารดาเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธมาก จำนวน 15 คน และกลุ่มที่รายงานว่าบิดามารดาเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธน้อย จำนวน 9 คน ตามลำดับ

**ตาราง 7** แสดงค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนรวมจากแบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของกลุ่มที่ได้รับและไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร หลังการฝึกอบรม และหลังการฝึกอบรม 1 เดือน

กลุ่มตัวอย่าง	N	M <sub>หลังฝึก</sub>	SD <sub>หลังฝึก</sub>	M <sub>หลัง 1 เดือน</sub>	SD <sub>หลัง 1 เดือน</sub>
<b>กลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อ</b>					
พัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร	24	342.79	13.85	351.04	26.33
กลุ่มมาก	14	343.71	14.47	357.00	31.90
กลุ่มน้อย	10	341.50	13.59	342.70	13.01
<b>กลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอบรม</b>					
เพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร	24	315.83	19.55	297.39	30.17
กลุ่มมาก	15	321.80	18.327	300.09	29.21
กลุ่มน้อย	9	305.89	18.258	292.89	32.97

จากตาราง 7 พบร้า หลังการฝึกอบรม 1 เดือน กลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรมีค่าเฉลี่ยของลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรสูงขึ้น 8.25 สำหรับกลุ่มที่มีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธมาก ค่าเฉลี่ยสูงขึ้น 13.29 และกลุ่มที่มีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธน้อย ค่าเฉลี่ยสูงขึ้น 1.20 ส่วนกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรมีค่าเฉลี่ยของลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรลดลง 18.44 สำหรับกลุ่มที่มีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธมาก ค่าเฉลี่ยลดลง 21.71 และกลุ่มที่มีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธน้อย ค่าเฉลี่ยลดลง 13.00

### ค่าเฉลี่ยของแต่ละกลุ่มสำหรับในรูปกราฟเส้น ได้ดังภาพประกอบ 2



ระยะเวลาของการวัด

ภาพประกอบ 2 ค่าเฉลี่ยของคะแนนลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร

ของกลุ่มตัวอย่างหลังการฝึกอบรมและหลังการฝึกอบรม 1เดือน

### ตอนที่ 2 การทดสอบสมมติฐาน

การทดสอบความเท่าเทียมกันของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม เพื่อตรวจสอบว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา กับวิธีการฝึกอบรมของลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรวัดก่อนการทดลอง (Pretest) หรือไม่ โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมสองทางแบบวัดซ้ำ (Two-way ANCOVA Repeated Measure) ดังนี้

ตาราง 8 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรก่อน

การได้รับการฝึกอบรม จำแนกตามการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา และวิธีการฝึกอบรม

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig
การเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธ (A)	1	1.840	1.840	.008	.928
วิธีการฝึกอบรม (B)	1	174.295	174.295	.793	.378
A×B	1	1201.953	1201.953	5.470	.024*
ความคลาดเคลื่อน	44	9668.437	219.737		

\* p < .05

จากตาราง 8 พบร่วมกับวิธีการฟีกอบรม นั่นคือ ลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครุภัณฑ์ในการทดลองมีความแตกต่างกันไปตามการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา และวิธีการฟีกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เนื่องจากพบความแตกต่างระหว่างการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา กับวิธีการฟีกอบรม จึงทำการทดสอบเพื่อเบริยบเทียบว่าคู่ใดมีแตกต่างกัน โดยใช้ช่วงความเชื่อมั่น Bonferroni แสดงผลในตาราง 9

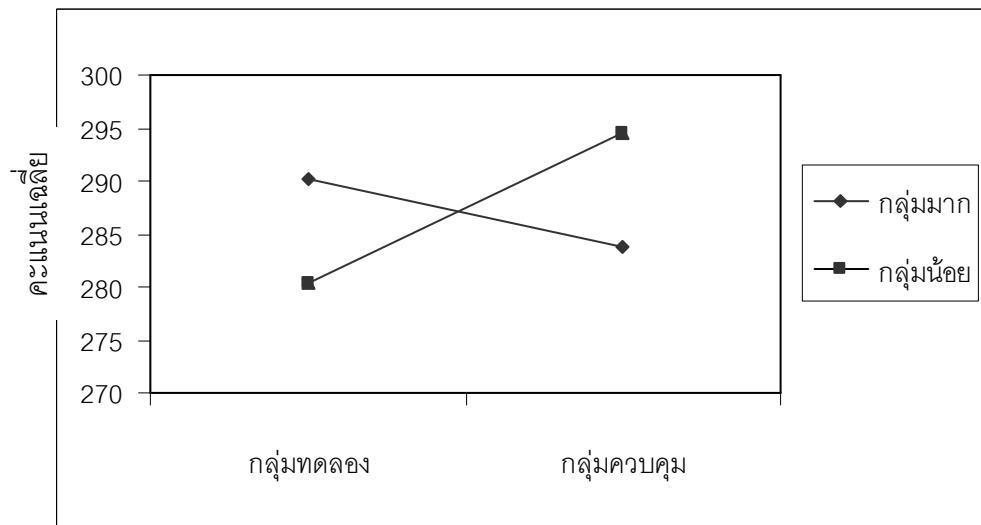
**ตาราง 9** แสดงค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนหลังการปรับแก้ (Adjusted) ของคะแนนลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในกลุ่มที่มีการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาต่างกัน ในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

มาตรา	คะแนนเฉลี่ยหลังการปรับแก้					
	กลุ่มทดลอง		กลุ่มควบคุม		ความแตกต่าง	
	M	SD	M	SD		
มาก	290.14	3.96	283.80	3.83	6.34	
น้อย	280.00	4.69	294.44	4.94	-14.14*	

\* p < .05

จากตาราง 9 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยหลังการปรับแก้ของคะแนนลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครุ พบร่วมกับว่า กลุ่มที่มีการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา มาก มาก ก่อนการฟีกอบรม กลุ่มทดลองมีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรไม่แตกต่างจากกลุ่มควบคุม ส่วนในกลุ่มที่มีการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา น้อย ก่อนการฟีกอบรม กลุ่มทดลองมีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรแตกต่างจากกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็น 14.14 หมายความว่า นักศึกษาวิชาชีพครุกลุ่มทดลอง มีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรน้อยกว่ากลุ่มควบคุมอย่างชัดเจน

### ค่าเฉลี่ยของแต่ละกลุ่มสำหรับค่าเฉลี่ยในรูปภาพเส้น ได้ดังภาพประกอบ 3



ภาพประกอบ 3 ค่าเฉลี่ยของคะแนนลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร  
ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนการฝึกอบรม

ดังนั้น การพบรความไม่เท่าเทียมกันของลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครุก่อนได้รับการฝึกอบรม ประกอบกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครุที่วัดก่อนการทดลองเป็นปริมาณที่มีก่อนที่นักศึกษาวิชาชีพครุจะเข้ารับการฝึกอบรม ผู้วิจัยจึงใช้ผลจากการวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรก่อนการทดลอง (Pretest) เป็นตัวแปรร่วม (covariate) ในการวิจัยและใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมสองทางแบบวัดซ้ำ (Two-way ANCOVA Repeated Measure (two between-subject factors and one within subject factor)) ในการทดสอบสมมติฐานต่อไป

การพิจารณาข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม ผลเป็นดังนี้

- ความเป็นอิสระ (Independence) เนื่องจากผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างเข้าเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยทุกหน่วยตัวอย่างมีโอกาสถูกเลือกเท่าเทียมกัน
- การทดสอบการแจกแจงเป็นแบบปกติของตัวแปรตาม ในแต่ละกลุ่มของตัวแปรอย่าง โดยใช้การทดสอบ Shapiro-Wilks พบร่วมกับค่าสถิติ ยกเว้นในกลุ่มที่ได้รับกับฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรและมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาอย่างวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรหลังการทดลอง 1 เดือน ( $Sig. = .029$ ) จึงถือได้ว่า การแจกแจงของตัวแปรตามในกลุ่มอย่างเป็นแบบปกติ (ภาคผนวก สู)

3. การทดสอบความเท่ากันของเมตริกซ์ความแปรปรวนร่วมระหว่างกลุ่ม (variance-covariance metrics) โดยใช้สถิติ Box's พบร่วมๆ Box's  $M = 11.523$ ,  $F = 1.168$  และ  $Sig. = .311$  นั่นคือ ความแปรปรวนระหว่างกลุ่มไม่แตกต่างกัน

4. การทดสอบความแปรปรวนของตัวแปรตามในแต่ละกลุ่มย่อยของตัวแปรอิสระ (Homogeneity of variance) โดยใช้สถิติ Levene's Test พบร่วมๆ ลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรหลังการทดลอง มีค่า  $F = 0.330$ ,  $Sig. = .804$  และลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรหลังการทดลอง 1 เดือน มีค่า  $F = 1.900$ ,  $Sig. = .144$  นั่นคือ ความแปรปรวนของตัวแปรตามในแต่ละกลุ่มย่อยของตัวแปรอิสระไม่แตกต่างกัน

5. การพิจารณาตัวแปรร่วม (covariate) เนื่องจากลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครุภัณฑ์ในการฝึกอบรม เป็นลักษณะที่มีอยู่ก่อนทำการฝึกอบรม ประกอบกับผลการทดสอบที่พบความไม่เท่าเทียมกันของลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของกลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม ดังนั้น ผู้วิจัยจึงเลือกลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรที่วัดก่อนการทดลอง เป็นตัวแปรร่วมในการวิเคราะห์นี้

ผลการทดสอบสมมติฐานเป็นดังนี้

**สมมติฐานข้อ 1** มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม การมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาและครั้งของการวัด

**ตาราง 10 ผลการวิเคราะห์มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม การมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธ ของบิดามารดาและครั้งของการรับ**

แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	Sig.
<b>ระหว่างกลุ่ม</b>					
วิธีการฝึกอบรม (A)	1	38944.024	38944.024	68.398	.000**
<b>การเป็นแบบอย่างการปฏิบัติ</b>					
ทางพุทธของบิดามารดา (B)	1	2272.666	2272.666	3.992	.052
A × B	1	190.913	190.913	0.335	.566
ความคลาดเคลื่อนระหว่างกลุ่ม	43	24483.185	569.376		
<b>ภายในกลุ่ม</b>					
ครั้งของการรับ (C)	1	210.154	210.154	0.409	.526
A × C	1	3613.928	3613.928	7.027	.011*
B × C	1	17.794	17.794	0.035	.853
A × B × C	1	362.983	362.983	0.706	.406
ความคลาดเคลื่อนภายในกลุ่ม	43	22115.610	514.317		

\*\* p < .01      \* p < .05

จากตาราง 10 พิจารณาที่แหล่งความแปรปรวนภายในกลุ่ม ไม่พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม การเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา และครั้งของการรับ หมายความว่า นักศึกษาวิชาชีพครูที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกällyanamित्रต่างกัน และมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาต่างกัน มีลักษณะความเป็นกällyanamित्रไม่แตกต่างกัน g เมื่อวัดหลังการฝึกอบรม และวัดหลังการฝึกอบรม 1 เดือน ผลตั้งกล่าวปฏิเสธสมมติฐานข้อ 1

**สมมติฐานข้อ 2 มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม กับการมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา**

จากตาราง 10 พิจารณาที่แหล่งความแปรปรวนระหว่างกลุ่ม ไม่พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม กับการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา หมายความว่า นักศึกษาวิชาชีพครูที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกällyanamित्रต่างกัน และรายงานว่า มี

แบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาต่างกัน มีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรไม่แตกต่างกัน ผลดังกล่าวปฎิเสธสมมติฐานข้อ 2

### **สมมติฐานข้อ 3 มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม กับครั้งของการวัด**

จากตาราง 10 พิจารณาที่แหล่งความแปรปรวนภายในกลุ่ม พบว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม กับครั้งของการวัด ที่ระดับนัยสำคัญ .05 หมายความว่า ผลจากการได้รับและไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร ทำให้นักศึกษาวิชาชีพครูมีความเป็นกัญญาณมิตรแตกต่างกัน เมื่อวัดหลังการฝึกอบรม และวัดหลังการฝึกอบรม 1 เดือน

เนื่องจากพบความแตกต่างระหว่างการได้รับและไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรกับครั้งของการวัด จึงทำการทดสอบเพื่อเบริยบเทียบว่าคู่ใดมีแตกต่างกัน โดยใช้ช่วงความเชื่อมั่น Bonferroni แสดงผลในตาราง 11 และตาราง 12

**ตาราง 11 แสดงค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนหลังการปรับแก้ (Adjusted) ในกลุ่มที่ได้รับและไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร จำแนกตามครั้งของการวัด**

ลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร	คะแนนเฉลี่ยหลังการปรับแก้					ความแตกต่าง	
	หลังการฝึกอบรม 1 เดือน		หลังการฝึกอบรม		M		
	M	SD	M	SD			
ได้รับการฝึกอบรม	350.25	5.92	342.68	3.43	7.57		
ไม่ได้รับการฝึกอบรม	295.97	6.04	313.75	3.50	-17.78*		

\*  $p < .05$

จากตาราง 11 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยหลังการปรับแก้ของคะแนนลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครู พบว่า กลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร (กลุ่มทดลอง) เมื่อวัดหลังการฝึกอบรม 1 เดือน มีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรไม่แตกต่างจากการวัดหลังการฝึกอบรม ส่วนในกลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร (กลุ่มควบคุม) เมื่อวัดหลังการฝึกอบรม 1 เดือน มีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรแตกต่างจากการวัดหลังการฝึกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็น 17.78 หมายความว่า นักศึกษาวิชาชีพครูกลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็น

กัลยานมิตร เมื่อวัดหลังการฝึกอบรม 1 เดือน ลักษณะความเป็นกัลยานมิตรยังคงอยู่ไม่แตกต่างจาก การวัดหลังการฝึกอบรม (ค่าเฉลี่ยสูงขึ้นเล็กน้อยอยู่ร่องไม่มีนัยสำคัญ) ส่วนนักศึกษาวิชาชีพครุภัณฑ์ที่ ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยานมิตร เมื่อวัดหลังการฝึกอบรม 1 เดือน มี ลักษณะความเป็นกัลยานมิตรลดลงอย่างเห็นได้ชัด

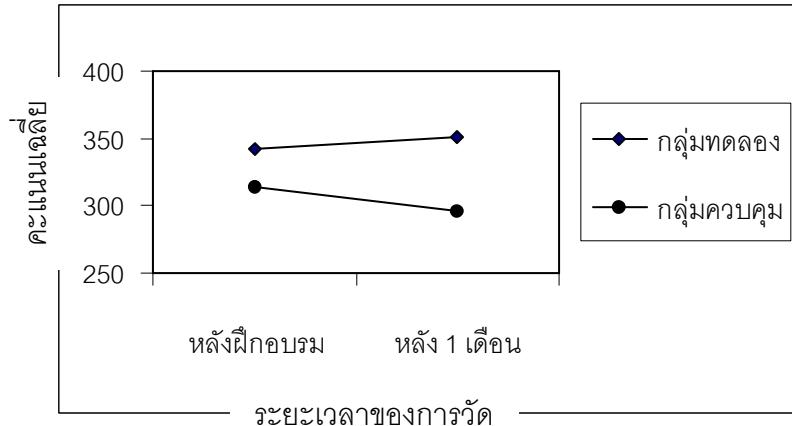
**ตาราง 12** แสดงค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนหลังการปรับแก้ (Adjusted) จากการวัดลักษณะความเป็นกัลยานมิตรหลังการฝึกอบรม และวัดหลังการฝึกอบรม 1 เดือน จำแนกตามวิธีการฝึกอบรม

ลักษณะความเป็น กัลยานมิตร	คะแนนเฉลี่ยหลังการปรับแก้				
	ได้รับการฝึกอบรม		ไม่ได้รับการฝึกอบรม		ความแตกต่าง
	M	SD	M	SD	
หลังการฝึกอบรม	342.68	3.42	313.75	3.50	28.93*
หลังการฝึกอบรม 1 เดือน	350.25	5.92	295.97	6.04	54.28*

\* p < .05

จากตาราง 12 เมื่อพิจารณาคะแนนเฉลี่ยลักษณะความเป็นกัลยานมิตรของนักศึกษา วิชาชีพครุ พบร่วม เมื่อวัดหลังการฝึกอบรม กลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็น กัลยานมิตร (กลุ่มทดลอง) มีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความ เป็นกัลยานมิตร (กลุ่มควบคุม) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีความแตกต่างของค่าเฉลี่ย เป็น 28.93 และวัดหลังการฝึกอบรม 1 เดือน กลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็น กัลยานมิตร (กลุ่มทดลอง) มีคะแนนเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความ เป็นกัลยานมิตร (กลุ่มควบคุม) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีความแตกต่างของค่าเฉลี่ย เป็น 54.28

ค่าเฉลี่ยของแต่ละกลุ่มสำหรับในรูปกราฟเส้น ดังภาพประกอบ 4



ภาพประกอบ 4 ค่าเฉลี่ยของคะแนนลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรระหว่างกลุ่มที่ได้รับและไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร

**สมมติฐานข้อ 4** นักศึกษาวิชาชีพครุที่ได้รับการฝึกอบรมต่างกัน จะมีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรต่างกัน  
เนื่องจากพบปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรมกับครั้งของการวัด ดังนั้น สมมติฐานในข้อ 4 จึงไม่ต้องทดสอบ

## บทที่ 5

### สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental design) โดยการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร เป็นกลุ่มทดลอง และฝึกอบรมเพื่อพัฒนาทักษะสู่การสร้างงาน เป็นกลุ่มควบคุม ในแต่ละกลุ่มมีนักศึกษาวิชาชีพครูที่รายงานว่ามีบิดามารดาเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติทางพุทธมากและน้อย สรุปการดำเนินการทดลองและผลการทดลองเป็นดังนี้

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ

- ศึกษาผลของการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครู
- ศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรกับการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา ที่ส่งผลต่อลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครู

#### สมมติฐานการวิจัย

การพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู ผู้จัดตั้งสมมติฐานดังนี้

- มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม การมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา และครัวของกรวัด
- มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม กับการมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา
- มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม กับครัวของกรวัด
- นักศึกษาวิชาชีพครูที่ได้รับการฝึกอบรมต่างกัน จะมีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรต่างกัน

## วิธีดำเนินการวิจัย

### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1. ประชากรเป็นนักศึกษาวิชาชีพครู ชั้นปีที่ 3 ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 จากสาขาวิชา คอมพิวเตอร์ ภาษาอังกฤษ การศึกษาปฐมวัย ศิลปกรรมศาสตร์ (กลุ่มดนตรี) และการศึกษาพิเศษ ที่เข้าศึกษาตามโครงการผลิตครุภารศึกษาขั้นพื้นฐาน ระดับปริญญาตรี หลักสูตร 5 ปี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร จำนวน 90 คน

1.2. กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 48 คน ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีคะแนนรวมจากคะแนนแบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรน้อยกว่าค่าเฉลี่ยของกลุ่มประชากร จากนั้นพิจารณาคะแนนรวมจากแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาจากกลุ่มตัวอย่าง และใช้ค่าเฉลี่ยของทั้งกลุ่มเป็นเกณฑ์ในการแบ่งเป็น พบว่า นักศึกษาที่มีคะแนนจากแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาสูงกว่าค่าเฉลี่ยของกลุ่ม จำนวน 29 คน และต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของกลุ่ม จำนวน 19 คน ใช้วิธีสุ่มแบบมีระบบ เพื่อจัดกลุ่มตัวอย่างเข้ากับกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม จำนวนกลุ่มละ 24 คน ในกลุ่มทดลองมีนักศึกษาที่รายงานว่ามีบิดามารดาเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธมากและน้อย จำนวน 14 คน และ 10 คน ตามลำดับ และในกลุ่มควบคุมมีนักศึกษาที่รายงานว่ามีบิดามารดาเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธมากและน้อย จำนวน 15 คน และ 9 คน ตามลำดับ

### 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

2.1. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ ชุดฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู

2.2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่

2.2.1. แบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร ประกอบด้วย 7 ด้าน ได้แก่ ด้านความน่ารัก ความน่าเคารพ ความน่ายกย่อง การรู้จักพูด ความอดทนต่อถ้อยคำ การถ่ายทอด และการไม่ซักจุ่งไปในทางที่เสื่อมเสีย เป็นแบบมาตราประมินค่า 6 ระดับ มีค่าความสอดคล้องของข้อคำถามแต่ละข้อกับตัวแปรคงที่ (IC) อยู่ระหว่าง 0.71 – 1.00 และมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ 0.921

2.2.2. แบบวัดการเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา ประกอบด้วย 3 ด้าน ได้แก่ การให้ทาน การรักษาศีล และการปฏิบัติสมារิภานา เป็นแบบมาตราประมินค่า 6 ระดับ มีค่าความสอดคล้องของข้อคำถามแต่ละข้อกับตัวแปรคงที่ (IC) อยู่ระหว่าง 0.71 – 1.00 และมีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ 0.853

### 3. การดำเนินการทดลอง

3.1. กลุ่มประชากรทำแบบวัดลักษณะความเป็นกัญชาณมิตร (วัดก่อนการฝึกอบรม) แล้วนำคะแนนรวมมาหาค่าเฉลี่ย พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทั้งกลุ่มเป็น 308.90 และมีนักศึกษาที่มีคะแนนรวมน้อยกว่าค่าเฉลี่ย จำนวน 48 คน ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง

3.2. กลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา แล้วนำคะแนนรวมมาหาค่าเฉลี่ย พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนทั้งกลุ่มเป็น 159.98 มีกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนรวมน้อยกว่าค่าเฉลี่ย จำนวน 19 คน และมีกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนรวมมากกว่าค่าเฉลี่ย 29 คน การจดบันทึกเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมใช้วิธีสุ่มอย่างง่าย ได้นักศึกษาที่เป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 24 คน เป็นผู้ที่มีคะแนนรวมจากแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดามากและน้อย จำนวน 14 คน และ 10 คน ตามลำดับ ส่วนกลุ่มควบคุม จำนวน 24 คน เป็นผู้ที่มีคะแนนรวมจากแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดามากและน้อยจำนวน 15 คน และ 9 คน ตามลำดับ

3.3. ดำเนินการฝึกอบรม โดยกลุ่มทดลองได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญชาณมิตร ส่วนกลุ่มควบคุมได้รับการฝึกอบรมพัฒนาทักษะสู่การสร้างงาน ใช้เวลาในการฝึกอบรมกลุ่มละ 2 ชั่วโมง

3.4. หลังจากฝึกอบรม กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ทำแบบวัดลักษณะความเป็นกัญชาณมิตร (วัดหลังการฝึกอบรม)

3.5. หลังจากการฝึกอบรม 1 เดือน กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม ทำแบบวัดลักษณะความเป็นกัญชาณมิตร (วัดหลังการฝึกอบรม 1 เดือน)

3.6. ในระหว่าง 1 เดือนหลังการฝึกอบรม กลุ่มทดลองฝึกปฏิบัติลักษณะความเป็นกัญชาณมิตรแบบอิสระ กล่าวคือ สามารถที่จะแสดงลักษณะความเป็นกัญชาณมิตรได้กับคนทุกคน และในทุกสถานการณ์ แล้วเขียนรายงานการฝึกปฏิบัติ และนำมาเล่าให้สมาชิกในกลุ่มฟัง

### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลจากแบบวัดลักษณะความเป็นกัญชาณมิตรของกลุ่มตัวอย่าง ที่เก็บรวบรวม 2 ครั้ง ได้แก่ หลังการฝึกอบรม และหลังการฝึกอบรม 1 เดือน ใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วมสองทางแบบวัดซ้ำ (Two-way ANCOVA Repeated Measure)

## สรุปผลการวิจัย

การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าလญาณมิตรสำหรับนักศึกษาชีพคุณ พบผลดังนี้

1. ไม่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม การมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาและครรภ์ของการวัด

2. ไม่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม กับการมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา

3. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม กับครรภ์ของการวัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หมายความว่า ผลจากการได้รับและไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าลญาณมิตร ทำให้นักศึกษาชีพคุณมีความเป็นก้าลญาณมิตรแตกต่างกัน เมื่อวัดหลังการฝึกอบรม และวัดหลังการฝึกอบรม 1 เดือน โดยที่

3.1. กลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าลญาณมิตร หลังการฝึกอบรม 1 เดือน มีลักษณะความเป็นก้าลญาณมิตรไม่แตกต่างจากการวัดหลังการฝึกอบรม นั่นคือ นักศึกษาชีพคุณที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าลญาณมิตร หลังการฝึกอบรม 1 เดือน ลักษณะความเป็นก้าลญาณมิตรยังคงอยู่ไม่แตกต่างจากการวัดหลังการฝึกอบรม

3.2. กลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าลญาณมิตร หลังการฝึกอบรม 1 เดือน มีลักษณะความเป็นก้าลญาณมิตรแตกต่างจากการวัดหลังการฝึกอบรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นั่นคือ นักศึกษาชีพคุณที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าลญาณมิตร เมื่อวัดหลังการฝึกอบรม 1 เดือน มีลักษณะความเป็นก้าลญาณมิตรลดลงอย่างเห็นได้ชัด

3.3. หลังการฝึกอบรม และหลังการฝึกอบรม 1 เดือน กลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าลญาณมิตรมีลักษณะความเป็นก้าลญาณมิตรสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นก้าลญาณมิตรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

## อภิปรายผลการวิจัย

การอภิปรายผลการวิจัยจะนำเสนอตามสมมติฐาน ดังนี้

1. การไม่พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม การมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาและครรภ์ของการวัด และไม่พบปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการฝึกอบรม กับการมีแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา ผลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า การเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาที่ต่างกันไม่มีผลต่อลักษณะความเป็นก้าลญาณมิตร ทั้งการวัดหลังการฝึกอบรมและวัดหลังการฝึกอบรม 1 เดือน อย่างไรก็ตาม จากการพิจารณาคะแนนเฉลี่ยจากแบบบัดลักษณะความเป็น

กัลยานมิตร จากตาราง 7 พบว่า นักศึกษากลุ่มที่รายงานว่ามีบิดามารดาเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธศาสนา ทั้งในกลุ่มที่ได้รับ (กลุ่มทดลอง) และไม่ได้รับ (กลุ่มควบคุม) การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยานมิตร มีคะแนนลักษณะความเป็นกัลยานมิตรสูงกว่ากลุ่มที่รายงานว่ามีบิดามารดาเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธน้อยในกลุ่มเดียวกัน เมื่อวัดหลังการฝึกอบรม และหลังการฝึกอบรม 1 เดือน ซึ่งจากการศึกษาค้นคว้าพบผลวิจัยที่สนับสนุนความสำคัญของการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา กล่าวคือ วันชัย มีกลาง (2530 : 115-119) พบว่า นักศึกษาที่ได้รับการอบรมสั่งสอน การเห็นแบบอย่าง และปฏิบัติตามที่บิดามารดาคาดหวังเกี่ยวกับความเชื่อ หลักธรรม และประเพณีบางอย่างของพุทธศาสนาในปัจจุบันมาก มีเจตคติที่ดีต่อพุทธศาสนา และมีการปฏิบัติตามหลักคำสอนของพุทธศาสนาสูงกว่านักศึกษาที่ได้รับในเรื่องดังกล่าวน้อยกว่า และ ดวงเดือน พันธุ์มนาวิน (2540 : 201) พบว่า นักเรียนที่รายงานว่าได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบพุทธมากจะมีปริมาณการปฏิบัติทางพุทธศาสนา ได้แก่ การให้ทาน การรักษาศีล และการปฏิบัติสมารถภาพนาสูงกว่า นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบพุทธน้อย และนักเรียนที่บิดามารดาไม่มีความเลื่อมใสครั้งชาในพุทธศาสนา โดยการทำบุญ ทำทาน รักษาศีล ไปวัด พิงธรรม และสนทนาระรรมในปัจจุบันมาก บุตรรักจะรายงานตนเองว่ามีการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดาไม่เด่นชัด พบแต่เพียงแนวโน้มที่เกิดขึ้นนั้น อาจเนื่องมาจากการเมื่อนักศึกษาเข้ามาเรียนในระดับมหาวิทยาลัย และพากอญ្តหอพักกับเพื่อน เวลาส่วนมากก็จะอยู่ที่มหาวิทยาลัยและหอพัก ซึ่งเป็นสภาพแวดล้อมที่มีลักษณะเดียวกัน และมีเวลาน้อยที่จะกลับไปอยู่กับครอบครัว ประกอบกับเครื่องมือที่ใช้วัดในการวิจัยนี้เน้นการให้รายงานเกี่ยวกับการรับรู้และปฏิบัติในสถานการณ์ปัจจุบัน และกิจกรรมที่ฝึกปฏิบัติเน้นสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับแต่ละบุคคล ส่งผลให้รับรู้และรายงานการปฏิบัติในลักษณะใกล้เคียงกัน

2. ผลจากการการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยานมิตร ทำให้นักศึกษาวิชาชีพครูมีลักษณะความเป็นกัลยานมิตรเพิ่มขึ้น และยังคงอยู่เมื่อเวลาผ่านไประยะหนึ่ง แสดงให้ว่า ชุดฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยานมิตรที่ผู้จัดสร้างขึ้นสามารถพัฒนาลักษณะความเป็นกัลยานมิตรให้กับนักศึกษาวิชาชีพครูอย่างเห็นได้ชัด ผลดังกล่าวสอดคล้องกับงานวิจัยของมนัสกรรณ์ วิชูราเมธ (2543 : 186-188) พบว่า การฝึกอบรมทำให้ผู้เข้าอบรมมีลักษณะความเป็นกัลยานมิตรสูงขึ้น ซึ่งมีกิจกรรมที่สำคัญในการฝึกอบรม คือ การเป็นตัวแบบ การให้คำปรึกษาด้วยความเป็นกัลยานมิตร การสร้างสัมพันธภาพด้วยความรัก การยอมรับและการให้ความร่วมมือ และผลจากการฝึกอบรมยังทำให้ผู้เข้าอบรมเกิดความมั่นใจในการที่จะปฏิบัติตัวด้วยความเป็นกัลยานมิตร ทำให้ผู้เข้าอบรมมีลักษณะความเป็นกัลยานมิตรสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมอย่างชัดเจน

นอกจากนี้ ในขั้นตอนของการฝึกอบรม ประกอบไปด้วย

ขั้นสร้างสรรค์ที่ ชี้เป็นการพัฒนาให้นักศึกษาวิชาชีพครูได้ตระหนักรึ่งคุณค่าและ  
ความสำคัญของความเป็นก้าวตามมิตร และเกิดความเชื่อมั่นว่าลักษณะก้าวตามมิตรเป็นสิ่งที่สามารถ  
ฝึกฝนและพัฒนาได้ โดยการใช้ตัวแบบที่เป็นครูที่ได้รับการยอมรับจากสังคมว่า เป็นครูที่มีความเป็น  
ก้าวตามมิตรกับลูกศิษย์และทุกคนที่เกี่ยวข้องมาถ่ายทอดประสบการณ์การทำงานและการวางแผน ชี้เป็น  
สอดคล้องกับแนวคิดของ แบนดูรา (Bandura) ที่อธิบายว่าบุคลิกภาพของคนเป็นผลมาจากการเรียนรู้  
ด้วยการสังเกตจากตัวแบบ ซึ่งตัวแบบจะถ่ายทอดทั้งความคิด การแสดงออก และเสริมสร้างพฤติกรรม  
ใหม่ไปพร้อม ๆ กัน (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาชน์. 2541 : 50) การให้ตัวแบบที่ดี จะทำให้ผู้เรียนแบบเกิด  
ความเชื่อที่ถูกต้อง อุปนิสัยความมีเหตุผล ส่งผลให้เกิดความมั่นใจว่าสิ่งที่ตนสังเกตเห็นเป็นสิ่งที่มีคุณค่า  
และเป็นไปได้จริง (สมน ออมรวิวรรณ. 2530 : 60)

1. การเข้าใจเขามาใส่ใจเรา ซึ่งเป็นการฝึกให้นักศึกษาวิชาชีพครูสามารถที่จะเข้าถึงอารมณ์ ความต้องการของผู้อื่น และแสดงการตอบสนองได้อย่างเหมาะสม (Goleman. 1998 : 27) ด้วยการฝึกสังเกตและทำความเข้าใจอารมณ์ ความต้องการ และความต้องการการตอบสนองของตนเองและผู้อื่น เมื่อมีอารมณ์แตกต่างกัน ได้แก่ ดีใจ เสียใจ โกรธ และกลัว ในวัยเด็ก วัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่ (Bohart and Greenberg. 1997; Carr and Lutjemeier. 2005; Jamieson and others. 2006) โดยใช้การฝึกเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่ม ด้วยการวิเคราะห์ตนเอง กรณีตัวอย่าง การแสดงบทบาท สมมติ และการจำลองสถานการณ์ ซึ่งจะส่งผลให้สามารถพัฒนาลักษณะการเข้าใจเขามาสาใจเรา ลงขึ้น (นาถสินี ศิลาวัชรพล. 2539; สำนักงานที่สูง. 2541; เศรษฐกร มงคลจารุวงศ์. 2546; Rees. 2003; Carr and Lutjemeier. 2005) ผลการฝึกดังกล่าวทำให้นักศึกษาวิชาชีพครูเกิดความเข้าใจ และสามารถปฏิบัติลักษณะความเป็นกällylearn มิตรในด้านความน่ารัก และความน่าเคารพ

2. การวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร โดยเน้นการสื่อสารด้านการพูดและการฟัง ซึ่งให้ความสำคัญกับการทำความเข้าใจพฤติกรรมของผู้สื่อสาร ในขณะที่ทำการสื่อสาร ตามแนวคิดของอีริคเบอร์น (Eric Berne) โดยให้ศึกษาถึงทัศนคติ แล้วภาระทางจิตของบุคคล ใช้วิธีการสื่อสารเพื่อให้เกิดความสอดคล้องกัน ด้วยการใช้เทคนิคการใส่ใจ ซึ่งการนำเทคนิคการวิเคราะห์การติดต่อสื่อสารมาใช้ในการฝึกอบรม สามารถพัฒนาพฤติกรรมการสื่อสารให้ดีขึ้นได้ (นิสาชล พงศ์พาจำนาณเวช. 2537; ชนิกานต์ สริพิเชียร. 2543; กันธิมา มนันท์. 2547) ผลการฝึกดังกล่าวทำให้เกิดศักยภาพเชิงบวก ความเข้าใจ และสามารถปฏิบัติลักษณะความเป็นก้า�权มิตรในด้านการรู้จักพูด และความอดทนต่อต้านคำ

3. การคิดแบบโยนิโสมนสิกา ซึ่งเป็นการใช้ความคิดอย่างถูกวิธี มีความต่อเนื่องเป็นลำดับอย่างมีเหตุมีผล และเล็งเห็นถึงเป้าหมาย (พระธรรมปีฎึก (ป.อ. ปยุตโต). 2546) โดยให้นักศึกษาวิชาชีพครูได้ฝึกพิจารณาถึงสาเหตุ พร้อมทั้งด้านดี-ด้านเสีย ประโยชน์-โทษ ของปัญหา พร้อมทั้งหาแนวทางแก้ไข สามารถเลือกทางออกที่ดีที่สุดของปัญหา และคำนึงถึงผลที่จะตามมา ซึ่งกิจกรรมที่นำมาประกอบการฝึก เน้นตัวอย่างที่มาราบท่านการณ์จริง เป็นปัญหาที่แต่ละคนประสบด้วยตนเองแล้วนำมารวิเคราะห์เพื่อหาทางแก้ไขให้เหมาะสมที่สุด ซึ่งมีผลการวิจัยในทำนองเดียวกันว่าการฝึกการคิดแบบโยนิโสมนสิกาจะช่วยให้นักศึกษาเป็นผู้มีจันทะในการเรียน (จินดารัตน์ ปีມณี. 2545) มีความมั่นใจในศักยภาพของตน (สมัย พรมปะดิษฐ์. 2546) มีวิธีการคิดที่จะเข้าถึงความจริง มีเหตุมีผล มีเป้าหมาย เห็นคุณค่าของตนเองเพิ่มขึ้น มีความตระหนักรู้ ได้รู้จักตนเอง (บัลลังก์ ตาลทอง. 2548) และการพัฒนาการคิดแบบโยนิโสมนสิกาจะช่วยให้บุคคลมีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรเพิ่มขึ้น (วัลนิกา ฉลากบาง. 2548) ผลการฝึกดังกล่าวทำให้นักศึกษาวิชาชีพครูเกิดความเข้าใจ และสามารถปฏิบัติลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในด้านความน่ายกย่อง การถ่ายทอด และการไม่ซักนำไปในทางที่เสื่อมเสีย

ขั้นบูรณากาраж เป็นขั้นการนำความเป็นกัญญาณมิตรมาประยุกต์ใช้โดยนำแนวคิดเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบแนวคิดอัตถิภานนิยม (Existentialism) ด้วยการทำความเข้าใจเกี่ยวกับบทบาทของผู้ให้คำปรึกษาที่มีความเชื่อว่า คนที่มารับคำปรึกษาไม่ใช่ผู้ป่วย เนื่องจากขาดความกระตือรือร้นในการดำเนินชีวิต และผู้ให้คำปรึกษาจะต้องมีความเชื่อในความสามารถและศักยภาพของผู้รับคำปรึกษาในการที่จะเลือกแนวทางแก้ปัญหาที่เหมาะสมกับตนเอง ประกอบกับแนวคิดพฤติกรรมนิยม (Behavioral Counseling) ซึ่งมีความเชื่อว่า การจัดสภาพแวดล้อมมีผลต่อการเรียนรู้ของบุคคล และการเรียนรู้มีส่วนสำคัญที่จะทำให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Coray. 1996) ซึ่งจะทำให้บุคคลมีความเข้มแข็งในกรอบของโลก (นันทิยา เอกอธิคมกิจ. 2542) มีความมุ่งหวังในชีวิต (กสินา บุญแสง. 2544) เห็นคุณค่าในตนเอง (ปณิชรา ภาสภาการ. 2546) มีพฤติกรรมการใช้เวลาเรียน เหมาะสม (ชุลีพร รามนฤ. 2540) มีความพร้อมต่อตนเอง (กรรณภารณ์ ดวงแจ่มกาญจน์. 2541) และมียุทธวิธีในการเรียนที่ดี (พิไลลักษณ์ อ่อนละมูล. 2546) ผลการฝึกดังกล่าว ทำให้นักศึกษาวิชาชีพครูสามารถแสดงลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรได้อย่างเหมาะสม

จากขั้นตอนของการฝึกอบรมข้างต้น ทำให้นักศึกษาวิชาชีพครูกลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร มีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกอบรมอย่างชัดเจนหลังการฝึกอบรม และหลังการฝึกอบรม 1 เดือน

การพบว่านักศึกษาวิชาชีพครูกลุ่มที่ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร เมื่อเวลาผ่านไป 1 เดือน ลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรยังคงอยู่ไม่แตกต่างจากหลังการ

ฝึกอบรม แสดงให้เห็นว่า นักศึกษา มีการนำลักษณะที่ได้จากการฝึกอบรมไปใช้ในชีวิตประจำวัน ซึ่ง เป็นผลมาจากการที่ได้ฝึกในระหว่างการฝึกอบรมเป็นกิจกรรมที่เป็นกรณีตัวอย่างหรือสถานการณ์จริงในชีวิตประจำวัน จึงเป็นการง่ายที่นักศึกษาจะนำลักษณะดังกล่าวไปใช้จริงต่อไป

นอกจากนี้จากการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ซึ่งให้นักศึกษาวิชาชีพครุภัณฑ์ได้รับการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรเขียนรายงานถึงประโยชน์ของกัญญาณมิตรที่ได้จากการฝึกอบรม และการนำลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรไปปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ผลเป็นดังนี้

### 1. ข้อสรุปจากการเขียนรายงานของนักศึกษาวิชาชีพครุภัณฑ์ฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร ในประเด็นดังนี้

การปฏิบัติต่อตนเอง จะตั้งใจเรียน ตั้งใจทำงานของตนเองให้ดี รับผิดชอบในงานของตน นำหลักการคิดแบบใบอนิสมนสิกาไปใช้ในการคิดแก้ปัญหาตนเอง ทำให้ได้ทราบว่า การที่เราจะเข้าไป พูดคุย ไปปรึกษากับใคร ควรที่จะสังเกตอารมณ์ของคนนั้นก่อน เพราะเขาอาจจะยังไม่พร้อมที่จะรับฟัง จนนำเสนอสิ่งที่ได้ฝึกอบรมไปใช้ในการทำงานต่อไป หลังจากสำเร็จการศึกษาแล้ว และทราบวิธีการที่จะ แนะนำบุคคลที่มีปัญหา แล้วมาปรึกษามาคุยกับ ตัวอย่าง เช่น

“กัญญาณมิตรมีอยู่ในตัวเราอยู่แล้ว อยู่ที่ว่าจะใช้อย่างไร ถ้าอยู่กับเพื่อน เราต้องคุยกับเพื่อน ต้องดูท่าทางเพื่อนว่าเป็นย่างไร และควรพูดในอารมณ์ไหน”

“ตั้งใจเรียนมากขึ้น สนใจฟังในสิ่งที่อาจารย์สอน แนะนำ รู้จักพูดจาให้ถูกต้อง รู้จักคิดว่า สิ่งไหนควรทำ ไม่ควรทำ”

“กัญญาณมิตรมีอยู่ในตัวเราอยู่แล้ว อยู่ที่ว่าจะใช้อย่างไร ถ้าอยู่กับเพื่อน เราต้องคุยกับเพื่อน ต้องดูท่าทางเพื่อนว่าเป็นย่างไร และควรพูดในอารมณ์ไหน”

การปฏิบัติต่อผู้อื่น จะให้ความช่วยเหลือให้กำลังใจ ให้คำแนะนำเพื่อน ๆ น้อง ๆ จะพูด กับเพื่อนโดยไม่เข้าอารมณ์ รับฟังปัญหา และช่วยทางแก้ไขและพิจารณาผลทั้งด้านดี ด้านเสีย จะใช้ คำพูดที่ทำให้เพื่อนสบายใจ ไม่ก่อ הרำเพื่อน ถ้าเพื่อนทำอะไรไม่ดี เขายากจะไม่พร้อมก็ได้ ถ้าเพื่อนมี ปัญหามาปรึกษาจะไม่เข้าข้างฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง แต่จะเป็นสื่อกลางที่ดีให้กับเพื่อนที่มีปัญหากัน ตัวอย่าง เช่น

“จะช่วยเหลือ แนะนำ และให้กำลังใจเพื่อน ๆ น้อง ๆ จนกว่าปัญหาที่เข้าประสบอยู่จะ ผ่อนคลายลง”

“จะรับฟังปัญหาของเพื่อน แนะนำข้อดีข้อเสีย จะพูดกับเพื่อนดี ๆ ไม่เข้าอารมณ์ ไม่มอง โลกในเมร้าย ถ้าเพื่อนมีปัญหาก็จะไม่เข้าข้างฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง”

### 2. ข้อสรุปจากการนำลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรไปใช้ในชีวิตประจำวัน โดยบันทึกในประเด็นดังนี้

เรื่องที่แสดงลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร ส่วนมากจะเป็นการให้ความช่วยเหลือ การให้คำปรึกษา การรับฟังปัญหา การปลอบใจ ให้กำลังใจ การให้อภัย การพูดจาไฟแรง โดยบุคคลที่แสดงลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร ได้แก่ นักศึกษารุ่นพี่ เพื่อน และนักศึกษารุ่นน้อง ในด้านการเรียน การทำกิจกรรม และปัญหาทั่วไปที่ไม่สบายใจ และช่วยเหลืออาจารย์ในการทำความสะอาดและจัดเก็บห้อง ผลที่เกิดขึ้น คือ บุคคลที่นักศึกษาเข้าไปแสดงลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรมีความสบายนิ่ง ใจ โล่งใจ มีกำลังใจกลับไปเก็บปัญหา และทุกคนก็แสดงความขอบคุณ และหลังจากการแสดงลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรแล้วนักศึกษารายงานว่า มีความภูมิใจ รู้สึกดีใจ สบายใจ ตัวอย่าง เช่น

“หลังจากเรียนเสร็จ เห็นรุ่นพี่กำลังจดบอร์ด จึงเข้าไปช่วยตัดกระดาษและทำอกรไม้ ทำให้บอร์ดเสร็จเร็วขึ้น และสนิทสนมกับรุ่นพี่มากขึ้น และรู้สึกสบายใจที่ได้ช่วยเหลือ”

“มีรุ่นน้อง ปี 1 มาปรึกษาว่าต้องการย้ายไปแกรมจากสาธารณสุข ไปเรียนไปแกรมอื่น ข้าพเจ้าก็ถามเหตุผลว่าทำไม เพราะอะไร น้องก็อธิบาย และข้าพเจ้าก็ให้คำแนะนำให้น้องคิดทบทวนดี ๆ หลาย ๆ อย่างถึงผลที่จะเกิดขึ้น รู้สึกว่ามีความสุข ถึงแม้จะแก้ปัญหาให้น้องไม่ได้ และภูมิใจที่ตนเอง ก็เป็นที่พึ่งให้น้องได้บ้าง”

“ตอนเข้าของวันเข้าพรหม ข้าพเจ้าตื่นขึ้นมาแต่เช้า แล้วชวนเพื่อนไปทำบุญตักบาตร ทำให้รู้สึกดี เพราะทั้งได้ไปทำบุญกับเพื่อน และยังได้ชวนเพื่อน ๆ ทำอะไรดี ๆ ให้กับชีวิต”

“รุ่นน้องมาปรึกษาเรื่อง การทำ case study ซึ่งดิฉันก็สอน และนำตัวอย่างที่ตนเองเคย ทำมาให้น้องดูเป็นตัวอย่าง ทำให้น้องเข้าใจเพิ่มขึ้น และสามารถทำงานส่งอาจารย์ได้ทันเวลา รู้สึกดีที่ น้องสามารถ และน้องให้ความสนใจในการเรียน และเห็นความสำคัญของรุ่นพี่”

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะในการปฏิบัติ

จากผลการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครุ ทำให้ ทราบผลอย่างเด่นชัดว่า ชุดฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรสามารถพัฒนา นักศึกษาวิชาชีพครุให้มีความเป็นกัญญาณมิตรมากขึ้น และลักษณะดังกล่าวอยู่ในช่วงต้นๆ ที่ได้รับ การฝึกอบรมไปแล้ว ทำให้มั่นใจได้ว่า ชุดฝึกอบรมดังกล่าวมีประโยชน์อย่างยิ่งที่จะนำไปใช้ต่อไป โดย ผู้ใช้ต้องคำนึงถึงในประเด็นดังต่อไปนี้

1. ชุดฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร สร้างอยู่บนแนวคิดการเอาใจใส่ มาใส่ใจเรา การวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร การคิดแบบใบอนุญาติและการ แลกเปลี่ยน ให้คำปรึกษา ซึ่งแต่ละ แนวคิดมีความสำคัญมากในการที่จะสะท้อนคุณลักษณะของความเป็นกัญญาณมิตรในแต่ละด้าน

ตลอดจนการบูรณาการเพื่อนำมาสู่การปฏิบัติจริง ดังนั้น ผู้ใช้ศึกษาให้เข้าใจอย่างชัดเจนก่อนที่จะนำไปใช้ เพื่อที่จะสามารถประยุกต์ได้อย่างเหมาะสม

2. กิจกรรมในชุดฝึกอบรม ประกอบด้วย 3 ขั้นตอน ได้แก่ ขั้นสร้างศรัทธา ขั้นฝึกลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร และขั้นบูรณาการ ควรจัดฝึกอบรมต่อเนื่องกัน เพราะจะทำให้ผู้เข้าอบรมเกิดความตระหนัก เห็นคุณค่า เข้าใจชัดเจน จนสามารถปฏิบัติได้จริง

3. เมื่อสิ้นสุดการฝึกอบรม ผู้จัดฝึกอบรมควรติดตามผล ด้วยการให้ผู้เข้าอบรมได้พูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่แต่ละคนได้แสดงลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร ซึ่งจะเป็นการเน้นให้เห็นความสำคัญของลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร และเป็นการตรวจสอบได้ว่าสามารถที่จะแสดงความเป็นกัญญาณมิตรได้อย่างเหมาะสม

4. สถาบันอุดมศึกษาที่ทำหน้าที่ในการผลิตครู สามารถนำกิจกรรมในชุดฝึกอบรมไปประยุกต์สอดแทรกในการจัดการเรียนการสอนในวิชาที่เกี่ยวกับการพัฒนาความเป็นครูวิชาชีพ ด้วยการนำตัวอย่างกิจกรรมบางกิจกรรม เช่น กิจกรรม “ครูที่ฉันรัก” ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ให้ผู้เรียนได้ระลึกถึงคุณครูที่ตนประทับใจในอดีต และนำมาเล่าให้เพื่อนฟังว่าคุณครูได้ทำอะไร หรือมีเหตุการณ์อะไรที่ทำให้ตนรู้สึกประทับใจ เพราะผลจากการจัดกิจกรรมดังกล่าวในงานวิจัยนี้ พบว่า นักศึกษาวิชาชีพครูทุกคนมีคุณครูที่ตนประทับใจและระลึกถึงตลอดเวลา ลักษณะของครูแต่ละคนที่นักศึกษาเล่าถึงจะสะท้อนความเป็นกัญญาณมิตรได้อย่างชัดเจนในทุกด้าน ซึ่งเป็นตัวอย่างที่ดีที่สุดที่จะทำให้ผู้เรียนได้เห็นคุณค่า เห็นความสำคัญของการที่จะไปเป็นครูที่มีความเป็นกัญญาณมิตรกับลูกศิษย์ และคนที่เกี่ยวข้องพร้อมทั้งได้เห็นแนวทางของการฝึกอบรมด้วย เป็นต้น

5. ในองค์กรหรือหน่วยงานก็สามารถนำไปชุดฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรไปใช้ได้เช่นเดียวกัน โดยสามารถปรับกิจกรรม หรือยกตัวอย่างสถานการณ์ให้สอดคล้องกับลักษณะของงานที่ปฏิบัติ เพราะกิจกรรมทุกกิจกรรมที่ใช้ในการวิจัยนี้ เน้นตัวอย่างสถานการณ์ หรือกรณีศึกษาที่มาจากเรื่องจริงที่สมาชิกผู้เข้าอบรมอยู่ในเหตุการณ์ซึ่งอาจจะเกิดขึ้นกับตนเอง หรือคนใกล้ตัว ทำให้ไม่ยากเกินไปที่จะนำมาฝึกปฏิบัติ

#### **ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป**

1. ควรจะมีการใช้สื่อประสมมาประกอบการจัดกิจกรรม ซึ่งจะเป็นการเพิ่มความน่าสนใจและช่วยให้เข้าใจในกิจกรรมเพิ่มมากขึ้น

2. ควรมีการขยายไปทำการศึกษาและพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในวัยต่าง ๆ เช่น กลุ่มนักเรียนในช่วงชั้นที่ 2 ช่วงชั้นที่ 3 และช่วงชั้นที่ 4 หรือในกลุ่มวัยผู้ใหญ่ เพราะแนวคิดที่ใช้ในการ

ฝึกอบรมสามารถที่จะปรับกิจกรรมให้เหมาะสมกับบริบทของกลุ่มคนได้ และลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร เป็นลักษณะที่คนทุกวัยสามารถที่จะปฏิบัติต่อ กันได้

3. ความมีการนำตัวแปรอื่น ๆ ศึกษาร่วมด้วย เช่น การอบรมเลี้ยงดู การให้เหตุผลเชิงจริยธรรม เป็นต้น เนื่องจากมีนักศึกษาวิชาชีพครูบาง คนได้เขียนแสดงความรู้สึกที่ได้แสดงลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรว่า การที่ตนช่วยเหลือเพื่อนทำสิ่งต่าง ๆ อาจจะเป็นการสร้างความเดียชินที่ไม่ดีให้กับเพื่อนได้ ซึ่งผลดังกล่าวอาจเป็นไปได้ว่า การที่นักศึกษาวิชาชีพครูคิดหรือรู้สึกต่อผลการกระทำต่าง ๆ ของตนในมุมมองที่แตกต่างไป อาจเนื่องมาจากการบูดคลอนั้นได้รับการอบรมเลี้ยงดูที่ต่างกันไปหรือไม่ หรือมีเหตุผลในการคิดที่จะทำหรือไม่ทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างไร

4. ความมีการนำแนวคิดทางพุทธศาสนา ซึ่งเป็นหลักธรรมอื่น ๆ มาเป็นแนวทางในการฝึกลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร เช่น พรมวิหาร 4 หรือสังคหัตถ 4 เนื่องจาก จากการศึกษาพบว่า หลักธรรมดังกล่าวมีลักษณะสอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร และเป็นหลักธรรมที่ครุยวามี เช่นเดียวกัน

5. ความมีการศึกษาถึงปัจจัยเชิงสาเหตุหรือตัวแปรต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลหรือส่งผลต่อลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของบุคคล

បរទនានុករម

## บรรณานุกรม

กนกนุช วงศารัตน์. (2548). การพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมด้านการเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ แห่งศูนย์ฯ สำหรับนักศึกษาพยาบาล. ปริญญาอิเล็กทรอนิกส์ ภาคบังคับ สาขาวิชาพัฒนาศักยภาพบุคคล. ภาควิชาพัฒนาศักยภาพบุคคล คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

กมลวรรณ สุวรรณโชค. (2548). ปัจจัยเชิงเหตุแบบบูรณาการของบ้าน สถานศึกษา และจิตลักษณะ ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเป็นกลไกสนับสนุนของนักศึกษาปริญญาตรี. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (พัฒนาสังคม). กรุงเทพฯ: สถาบันพัฒนาบริหารศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.

กสินา บุญแสง. (2544). การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษากลุ่มและกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความ มุ่งหวังในชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น ศูนย์เมอร์ซี กรุงเทพมหานคร. ปริญญาอิเล็กทรอนิกส์ ภาคบังคับ สาขาวิชาการแนะแนว. ภาควิชาพัฒนาศักยภาพบุคคล คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ถ่ายเอกสาร.

กระทรวงศึกษาธิการ. (2546). โครงการผลิตครุการศึกษาชั้นพื้นฐานระดับปริญญาตรี (หลักสูตร 5 ปี). กรุงเทพฯ: กลุ่มพัฒนาการผลิตครุ สำนักพัฒนาการฝึกหัดครุ สำนักงานสภาพัฒนาวิชาชีวศึกษา.

กรมวิชาการ, กระทรวงศึกษาธิการ. (2540). แผนพัฒนาการแนะแนว กระทรวงศึกษาธิการ ระยะที่ 2 (พ.ศ. 2540 - 2544). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์การศึกษา.

----- (2545). การให้คำปรึกษาเรียนรู้-ครุทำได้. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ครุสภากาดพระวิจัย.

กรมสุขภาพจิต, กระทรวงสาธารณสุข. (2544). คู่มือความฉลาดทางอารมณ์. พิมพ์ครั้งที่ 4.

กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.

กองวิจัยทางการศึกษา กรมวิชาการ. (2542). การสังเคราะห์ข้อมูลแบบการพัฒนาเด็กไทยด้านการ ช่วยเหลือผู้อื่น เสียสละ มุ่งมั่นพัฒนา. เอกสารรายงานวิจัยทางการศึกษาอันดับที่ 225/2542. กรุงเทพฯ: กระทรวงศึกษาธิการ.

กันธิมา มนันท์. (2547). ผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อ พฤติกรรมการสื่อสารอย่างมีมนุษยสัมพันธ์ของนิสิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ปริญญาอิเล็กทรอนิกส์ วท.ม. (การวิจัยพัฒนาความสามารถประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. (2541). การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษารายบุคคลและเป็น กลุ่มตามทฤษฎีพัฒนานิยมที่มีต่อความรับผิดชอบต่อตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปี ที่ 3 โรงเรียนเซนต์คาเมลล์มินิสต์ กรุงเทพมหานคร. ปริญญาอิเล็กทรอนิกส์ ศศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว).

กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ถ่ายเอกสาร.

- คุมเพชร นัตรศุภกุล. (2547). ทฤษฎีการให้คำปรึกษา. กรุงเทพฯ: บริษัทพัฒนาคุณภาพวิชาการ.
- งามตา วนินthanน์. (2536). ลักษณะทางพุทธศาสนาและพุทธิกรรมศาสตร์ของปิตามารดาที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเด็งดูบูตร. รายงานการวิจัยฉบับที่ 50 สถาบันวิจัยพุทธิกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ.
- จิราภา เต็งไตรรัตน์ และคณะ. (2547). จิตวิทยาทั่วไป. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- จินดารัตน์ ปีมณี. (2545). การพัฒนาชั้นทบทในการเรียนของนักศึกษาระดับปริญญาตรี. ปริญญาดิษณ์ วท.ด. (การวิจัยพุทธิกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ชัยเสนา พรหมศรี. (2548, มกราคม-มิถุนายน). ความสำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ของพนักงานบริการ: การบริการด้วยความเข้าอกเข้าใจในธุรกิจโรงแรม, มชก.วิชาการ. 8(16): 72-83.
- ชุดา จิตพิทักษ์. (2541, ตุลาคม – 2542, มีนาคม). คุณธรรมและจริยธรรมที่คุณควรจะต้องทำ, บริษัท. 11(2): 9-29.
- ชิตาภา สุขพลា. (2548). การสื่อสารระหว่างบุคคล. กรุงเทพฯ: ออดิเย้นส์โสต์.
- ชุติกาณจน์ เปญจพรวัฒนา. (2547). ผลของการใช้กระบวนการนิเทศภายในแบบกัลยาณมิตรที่มีต่อคุณภาพการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนของครูปฐมวัย. ปริญญาดิษณ์ กศ.ม. (การศึกษาปฐมวัย). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ชุลีพร ภานุณู. (2540). ผลของการให้คำปรึกษาแบบพุทธิกรรมนิยมที่มีต่อพุทธิกรรมการใช้เวลาในการเรียนของนักเรียนชั้นปฐมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านคลองตะเคียน อำเภอหนองใหญ่ จังหวัดชลบุรี. ปริญญาดิษณ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ชูศักดิ์ เพรสคอทท์. (2537). ประมวลสาระชุดวิชา เทคโนโลยีและสื่อสารการฝึกอบรม หน่วยที่ 3-7. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ดวงเดือน พันธุ์วนิ. (2540). ความเชื่อและการปฏิบัติทางพุทธศาสนาของคนไทย: การบูรุษผู้นำอบรมและคุณภาพชีวิต. คณะพัฒนาสังคม สถาบันพัฒนาบริหารศาสตร์.
- ทวีป อภิสิทธิ์. (2536). เทคนิคการเป็นวิทยากรและนักฝึกอบรม. กรุงเทพฯ: พับลิคิสเนสพรินท์.
- ทิศนา แคมมานี. (2547, มกราคม). ความก้าวหน้าของคุณและนักเรียน: ปัญหาที่ยังรอการแก้ไข. ราชบัณฑิตยสถาน. 29(1): 42-53.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. (2546). ความฉลาดทางอารมณ์. กรุงเทพฯ: พิมเสนศ พริ้นติ้ง เทคโนร์.

- ธนกิจานต์ สิริพิเชียร. (2543). การเปรียบเทียบผลของการใช้บทบาทสมมติ เทคนิคแบบ และกรณีตัวอย่าง เพื่อพัฒนาพฤติกรรมการสื่อสาร ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนเซนต์คาเบรียล กรุงเทพมหานคร. ปริญญาอิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์.
- ธีรพัฒน์ วงศ์คุ่มสิน. (2548). การพัฒนาการยอมรับตนเองของผู้ติดเชื้อเอชไอวีโดยการให้คำปรึกษา กลุ่ม. ปริญญาอิพนธ์ กศ.ด. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์.
- ธีรศักดิ์ อัครบวร. (2544). ความเป็นคุณไทย. กรุงเทพฯ: โอลิมป์แห่งชาติพัฒนารัตน์มหาวิทยาลัย.
- นันทิยา เอกอธิคมกิจ. (2542). การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบภานุยมเป็นรายบุคคล และเป็นรายกลุ่มเพื่อพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกของเยาวชนหญิง ในสถานฝึกอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปราณี. ปริญญาอิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์.
- นาถสินี ศิลารชรพล. (2539). ผลของการใช้สถานการณ์จำลองที่มีต่อความเห็นอกเห็นใจผู้ป่วยของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลเกื้อกรุณย์ กรุงเทพมหานคร. ปริญญาอิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์.
- นิรันดร์ จุลทรัพย์. (2546). จิตวิทยาการประชุม อบรม สำมนา. ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ พิชณุโลก: มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- นิสายชล พงศ์พาชนาณูเวช. (2537). ผลของการฝึกการวิเคราะห์การติดต่อสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่มีต่อการสื่อสารกับเพื่อนต่างเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสายธารธรรมจันทร์ อำเภอคำเนินสะเดว จังหวัดราชบุรี. ปริญญาอิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์.
- บทความเศรษฐกิจ. (2545, มีนาคม). เยาวชนไทยผดঞ্জসংকুম্ভে সেইমগ্রাম. বিদ্যাজার্য. 18(2): 54-57.
- บัลลังก์ ตาลทอง. (2548). ผลการใช้โปรแกรมการคิดตามหลักโยนโนমนสิการที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ที่มาจากครอบครัวที่ไม่สมบูรณ์ โรงเรียนสิงห์สมุทร อำเภอสัตหีบ จังหวัดชลบุรี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). ชลบุรี: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ปราณี รามสูตร และ จำรัส ด้วงสุวรรณ. (2545). พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: ธนาคารพิมพ์.

- ปณิศรา ภาสภาการ. (2546). ผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีภูวนิยมที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนของเด็กที่ถูกทางครอบครัวกระทำการทารุณทางเพศ ศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก กรุงเทพมหานคร.
- บริษัทวิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะนำแนะ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์.
- ผจงจิต อินทสุวรรณ. (2539). แบบแผนเชิงสถิติของการทดลอง. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์.
- ผ่องพรพรรณ เกิดพิทักษ์. (2529). การแนะนำแนะและการให้คำปรึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์บัณฑิตการพิมพ์.
- พงษ์พันธ์ พงษ์สีภา. (2543). ทฤษฎีและเทคนิคการให้คำปรึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: อนันต์ชัยการพิมพ์.
- พชรวรรณ ครุฑนาค. (2542). ความคาดหวังเกี่ยวกับคุณธรรมจริยธรรมสำหรับบุคคลสาธารณะ คู่ และผู้ใหญ่ทั่วไปในทัศนของครู ผู้ปกครอง และนักเรียนโรงเรียนราชวินิตมัธยม กรุงเทพมหานคร.
- บริษัทวิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การศึกษาผู้ใหญ่). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์.
- พรพรรณ ทรัพย์ประภา. (2548). จิตวิทยาประยุกต์ในชีวิตและการทำงาน. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พระธรรมโกศลจาภัย (ปัญญานันทภิกขุ). (2533). ทาน ศีล ภavana. กรุงเทพฯ: รุ่งแสงการพิมพ์.
- (2540). การเจริญสมานธิตัวยการใช้สติกำหนดด้วย. กรุงเทพฯ: ธรรมสภा.
- พระธรรมโกศลจาภัย (พุทธทาสภิกขุ). (2539). คุณธรรมของชีวิตที่ดีงาม. กรุงเทพฯ: ธรรมสภा.
- พระธรรมปีปฏิ (ป.อ. ปยุตตโน). (2542). พุทธธรรม. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย.
- (2546). วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ศยาม.
- พระมหาอุเทน ปัญญากปริทัตต์. (2546). คู่สร้างคน. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ธรรมด้า.
- พระมหาเกรียงไกร ปัวจันอัต. (2546). การศึกษาเปรียบเทียบหลักคำสอนเรื่องกัลยาณมิตรกับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเดิมและพระพุทธศาสนาใหม่หลายนayan. วิทยานิพนธ์ อ.ม. (ศาสนapeรียบเทียบ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- พระมหาสุกวิชญ์ วิราม. (2545). การศึกษาแนวคิดเรื่องกัลยาณมิตรตามหลักพุทธจริยศาสตร์ ทัศนะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายของโรงเรียนวัดปากน้ำและโรงเรียนสุวรรณพลับพลาพิทยาคม กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ อ.ม. (จริยศาสตร์ศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.

พรรตานัน เพชรวิวรรณ์. (2545). การศึกษาการปฏิบัติคุณธรรมให้แก่นักเรียนประถมศึกษาใน

กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (ประถมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

พีไอลักษณ์ อ่อนละมูล. (2546). การศึกษาและพัฒนาคุณธรรมวิธีในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา  
ปีที่ 3 โดยการให้คำปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีพฤติกรรมนิยม. ปริญญาดุษฎีบัณฑิต จิตวิทยา  
การแนะแนว. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

เพชรสุดา เพชรสุ. (2547). การศึกษาและพัฒนาสมรรถภาพในการให้คำปรึกษาสำหรับครูแนะแนว.  
ปริญญาดุษฎีบัณฑิต. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

มนสภารณ์ วิชูรเมธा. (2543). การพัฒนาระบบกัญญาณมิตรเพื่อส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของ  
นักศึกษาพยาบาล. วิทยานิพนธ์ ค.ด. (อุดมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

มัลลิกา คงนาญรักษ์. (2547). จิตวิทยาการสื้อสารของมนุษย์. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.  
ลักษณา สริวัฒน์. (2543). การแนะแนวเบื้องต้น. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.

ลัดดาวัลย์ พรศรีสมุทร และวิลาสลักษณ์ ขัววัลลี. (2524). ครอบครัวกับการอนุรักษ์วัฒนธรรมทาง  
จิตใจของคนไทย. รายงานการวิจัยฉบับที่ 25 สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัย  
ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

ลัดดาวัลย์ เพชรโจน. (2546). “แบบสัมภาษณ์”, ประมวลสาระชุดวิชา การพัฒนาเครื่องมือสำหรับ  
การประเมินการศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราษฎร.  
瓦สนา ทวีกุลทรัพย์. (2537). ประมวลสาระชุดวิชา เทคโนโลยีและสื่อสารการฝึกอบรม หน่วยที่ 3-7.  
กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราษฎร.

วันชัย มีกลาง. (2530). ความศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติ ความรู้ ความเข้าใจ การปฏิบัติตาม  
และการได้รับการถ่ายทอดทางพุทธศาสนาของนิสิตระดับบุคลิกศึกษาในมหาวิทยาลัยในเขต  
กรุงเทพมหานคร. ปริญญาดุษฎีบัณฑิต วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ:  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

วันชี ทรัพย์มี. (2547). ทฤษฎีการให้บริการปรึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬา  
ลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- วัลนิกา ฉลากบาง. (2548). การพัฒนาความสามารถในการรู้จักคิดแบบใบนิสัยการและ  
บริโภคด้วยปัญญาของนักศึกษาสถาบันราชภัฏสกลนคร. ปริญญาอิพนธ์ วท.ด. (การวิจัย  
พฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ.  
ถ่ายเอกสาร.
- วิทยากร เชียงฤทธิ์. (2544). รายงานสภาพการศึกษาไทย ปี 2543-2544 : ปฏิรูปการศึกษาอย่างไร  
เพื่อใคร เพื่ออะไร?. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ภาพพิมพ์.
- วิลาสลักษณ์ ข่าวลลี. (2542, สิงหาคม). การพัฒนาสติปัญญาทางอารมณ์เพื่อความสำเร็จในการ  
ทำงาน. วารสารวิจัยพฤติกรรมศาสตร์. 5(1): 37-50.
- วีระวัฒน์ ปันนิตามัย. (2545). เข้ารหัสอารมณ์ (EQ): ดัชนีชี้วัดความสุขและความสำเร็จของชีวิต.  
พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: เอ็กซ์เพอร์เน็ท.
- เศรษฐี มงคลชาตุวงศ์. (2546). ผลของการฝึกการแสดงออกที่เหมาะสมเพื่อพัฒนาความเฉลี่ยว  
คลาดทางอารมณ์ด้านความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียน  
สตวิทยา 2 กรุงเทพมหานคร. ปริญญาอิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ:  
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สงวน ศุทธิเดชอรุณ. (2545). พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: อักษ  
ราพิพัฒน์.
- สถาบันราชภัฏ. (2546). หลักสูตรครุศาสตรบัณฑิต. (หลักสูตรใหม่ พุทธศักราช 2546).
- สมเด็จพระญาณสัมวรา สมเด็จพระสังฆราช สมเด็จพระมหาสังฆมuni ปธน. (2545). ศีลและพระมหาวิหาร ๔.  
กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2541). ทฤษฎีและเทคนิคการปั้นพฤติกรรม. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ:  
โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สมัย พรมประดิษฐ์. (2546). ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มโดยประยุกต์การคิดตามหลักใบอนิสัยการ  
ของศาสนพุทธต่อความหวั่นไหวของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชรา. วิทยานิพนธ์ วท.ม.  
(จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). ชลบุรี: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา. ถ่ายเอกสาร.
- สำนักงานปฏิรูปการศึกษา. (2544). ปฏิรูปการศึกษาไทย..ในมุมประชาน. กรุงเทพฯ: พิมพ์ดี.
- สำนักงานเลขานุการคุรุสภा. (2539). เกณฑ์มาตรฐานวิชาชีพครุข่องคุรุสภा พ.ศ. 2537.  
พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์คุรุสภากาดพระวัว.
- สุชาติ ลีตระกูล. (2532). การพัฒนาหลักสูตรสำหรับลูกกรรมกรก่อสร้างก่อนวัยเรียนในเขต  
กรุงเทพมหานคร. ปริญญาอิพนธ์ กศ.ด. (การวิจัยและพัฒนาหลักสูตร). กรุงเทพฯ: บัณฑิต  
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- สุเทพ หุ่นสวัสดิ์. (2540). การพัฒนาชุดฝึกอบรมเกี่ยวกับการป้องกันและควบคุมโคงเดล์ สำหรับนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ในวิทยาลัยเทคนิค. ปริญญาอิพนธ์ กศ.ด. (เทคโนโลยีทางการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สมน ออมรวีวนน์. (2530). การสอนโดยสร้างสรรค์และประเมินสมรรถภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โอ.เอ.ส.พรินต์ เอ็กซ์.
- (2533). สมบัติพิพิธ์ของการศึกษาไทย. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- (2545). คิดเป็นตามนัยแห่งพุทธธรรม. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: เสริมสินพรีเพรส ชีสเท็ม. สุวรรณ อั้นสวน. (2539). การสังเคราะห์ผลการวิจัยที่เกี่ยวกับเหตุผลเชิงจริยธรรม โดยวิธีการวิเคราะห์เมตา. ปริญญาอิพนธ์ วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สุวรรณ วชิรปราการสกุล. (2533). การสร้างแบบทดสอบวัดคุณธรรมด้านกัญญาณมิตรสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. ปริญญาอิพนธ์ กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เสนาะ ติyeaw. (2541). การสื้อสารในองค์การ. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- อมรวิชช์ นาครทรรพ. (2540). ความผ่านของแผ่นดิน. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ตะวันออก.
- อรพินทร์ ชูชุม. (2545). เอกสารคำสอนวิชา วบ 502 การสร้างและพัฒนาเครื่องมือวัดทางพฤติกรรมศาสตร์. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อาภา จันทร์สกุล. (2535). ทฤษฎีและวิธีการให้คำปรึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: ภาควิชาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- คำพัน จาธุ์สنانงกูร. (2541). การเปรียบเทียบผลของการฝึกทักษะทางสังคมแบบกลุ่ม และแบบรายบุคคลที่มีต่อการแสดงความเห็นออกเสียงใจผู้ป่วยจิตเวชของพยาบาลเทคนิค โรงพยาบาลสมเด็จเจ้าพระยา กรุงเทพมหานคร. ปริญญาอิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว).
- กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- Bohart C. Arthur & Greenberg S. Leslie. (1997). *Empathy reconsidered: new directions in psychotherapy*. Baltimore: United Book Press.
- Carr B. Mary & Lutjemeier A. John. (2005). The relation of facial affect recognition and empathy to delinquency in youth offenders. *Adolescence*. 40(159): 601-602. Retireved July 6, 2006, from <http://www.proquest.umi.com/pqdweb?did=914814671>.
- Coray G. (1996). *Theory and practice of Counseling and Psychotherapy*. 5<sup>th</sup> ed. California: Book/Cole Publishing Company.
- Decker, Phillip J. & Nathan, Barry R. (1985). *Behavior modelling traning: Principles and applicationsI*. New York: Praeger.
- Goldstie, I. L. (1993). *Training in organizations: Need assessment, Development and evaluation*. 3<sup>rd</sup> ed. California: Brooks Cole.
- Goleman, D. (1998). *Working with Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Jackson, Tay Tanet-Marie. (2003). *Effective teacher traits that foster the development of social competence as a factor of resilience in elementary-school-age foster children*. MUI ProQuest Digital Dissertation Abstract 1961-2005. Retrieved January 20, 2006, from <http://www.lbi.umi.com/dissertation/fullcit/3117031>.
- Jamieson and others. (2006). *Developing empathy as a foundation of client-centred practice: Evaluation of a university curriculum initiative*. MUI ProQuest Digital Dissertation Abstract 1961-2006. Retrieved July 15, 2006, from [http://www.umi.com/pqdweb?did=1037989491&sid=1&Fmt=4&clientId=61839&RQ\\_T=309&Vname=PQD](http://www.umi.com/pqdweb?did=1037989491&sid=1&Fmt=4&clientId=61839&RQ_T=309&Vname=PQD).
- Joseph R. Rausch, Scott E. Maxwell, and Ken Kelley. (2003). *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, "Methodological article". 32(3) : 467–486.
- Kerlinger, Fred N. (1986). *Foundations of behavioral research*. 3<sup>rd</sup> ed. Japan: CBS College Publishing.
- Lefrancois, Guy R. (2000). *Psychology for teaching: A dear is not a choirboy*. 10<sup>th</sup> ed. Belmont Calif: Wadsworth/Thomson Learning.
- Lewin, Kurt. (1951). *Field Theory in Social science*. New York: Haper and Row.

- Lieberman, David A. (1993). *Learning: Behavior and cognitive*. 2<sup>nd</sup> ed. Pacific Grove California: Brooks.
- Lishner, David A. (2000). *The components of empathy: Distinguishing between tenderness and sympathy*. Retrieved July 14, 2006, from [http://www.proquest.umi.com/dissertations/preview\\_pickup/95/62/749562/1/00001.gif](http://www.proquest.umi.com/dissertations/preview_pickup/95/62/749562/1/00001.gif).
- Nakajima, Keiko. (2002). *The key to intercultural communication: A comparative study of speech act realization of sympathy/empathy*. MUI ProQuest Digital Dissertation Abstract 1961-2006. Retrieved July 14, 2006, from [http://www.proquest.umi.com/dissertations/preview\\_pickup/78/46/437846/1/00005.gif](http://www.proquest.umi.com/dissertations/preview_pickup/78/46/437846/1/00005.gif).
- Nugent, Frank A. (1994). *An introduction to the profession of counseling*. 2<sup>nd</sup> ed. America: Macmillan College Publishing.
- Paterson, C.H. (1973). *Theory of counseling and psychotherapy*. New York: Haper and Row.
- Patton, Patricia. (1998). *Emotional development from success to significance*. Singapore: SNP Publishing Pte. Ltd.
- Pearson, Judy C. & Nelson, Peal E. (1997). *An introduction to human communication understand & chiring*. America: Mc Graw Hill.
- Petritz, Janice E. (2004). *Perceptions of effective middleschool teacher-advisors*. UMI ProQuest Digital Dissertation Abstract 1961-2005. Retrieved January 20, 2006, from <http://wwwlibi.umi.com/dissertation/fullcit/3138419>.
- Rees, Clea F. (2003). *The importance of empathy*. Retrieved July 14, 2006, from [http://www.proquest.umi.com/dissertations/preview\\_pickup/61/78/596178/2/00001.gif](http://www.proquest.umi.com/dissertations/preview_pickup/61/78/596178/2/00001.gif).
- Roscoe, Tohn T. (1975). *Fundamental research statistics for behavioral sciences*. New York: Holt, Rinehart and Winston,Inc.
- Sezov, Deborah D. (2002). *The contribution of empathy to harmony in interpersonal relationships*. Retrieved July 14, 2006, from [http://www.proquest.umi.com/dissertations/preview\\_pickup/06/42/370642/1/00010.gif](http://www.proquest.umi.com/dissertations/preview_pickup/06/42/370642/1/00010.gif).
- Sutton, Rosemary E. & Wheatley, Karl F. (2003, December). Teachers' emotions and teaching: A review of the literature and directions for future research. *Educational Psychology Review*. 15(4):327-358.

- Walf, R.M. (1988). "Questionnaire" in Education Research Methodology and Measurement, *International Handbook*. Melbourne Australia Pergamon. pp. 478-782.
- Wexley, Kennett N. & Latham, Gray P. (1981). *Developing and training human resources in organizations* Illinois: Foresman.
- Wikipedia. (2006). *Transactional Analysis*. Retrieved July 17, 2006, from [http://en.wikipedia.org/wiki/Transactional\\_analysis](http://en.wikipedia.org/wiki/Transactional_analysis).

ภาคผนวก

## ภาคผนวก ก

### รายชื่อผู้เชี่ยวชาญที่ตรวจสอบนิยามปฏิบัติการลักษณะความเป็นกällyxanมิตร

ผู้เชี่ยวชาญที่ให้ความอนุเคราะห์ตรวจสอบนิยามลักษณะความเป็นกällyxanมิตร มีดังนี้

- |  |                     |
|--|---------------------|
| 1. พระสุธีธรรมานุวัตร (เทียบ ศรีญาโน)    | วัดโพธิ์            |
| 2. พระราษฎร์พิมุณี (บุญชิด ภูวนันทน์วโร) | วัดมหาธาตุ          |
| 3. พระสุธีราษฎร์ (ณรงค์ จิตต์โสภโณ)      | วัดมหาธาตุ          |
| 4. พระราษฎร์ตั้นมงคล (มนตรี อภิมนุตติโก) | วัดป่าวนิเวศวิหาร   |
| 5. พระราษฎร์ (โศภรณ์ โสภณกิจโต)          | วัดเทวราชกุญชรวิหาร |

## ภาคผนวก ข

### รายชื่อผู้เชี่ยวชาญที่ตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรของนักศึกษาวิชาชีพครู ประกอบด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ ชุดฝึกอบรมเพื่อพัฒนาลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร สำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบวัดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร และแบบวัดการเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา

ผู้เชี่ยวชาญที่ให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการทดลองมีดังนี้

- ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ฉันทนา ภาคบงกช  
สถาบันวิจัยพุตติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- อาจารย์ ดร. มนัส บุญประกอบ  
สถาบันวิจัยพุตติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- อาจารย์ ดร. จินดาวัตน์ ปีมณี  
มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
- ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วัฒนิกา ฉลากบาง  
มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
- อาจารย์ ดร. มากศรี กลางประพันธ์  
มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ผู้เขียนชاغูที่ให้ความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวม  
ข้อมูล มีดังนี้

1. รองศาสตราจารย์ ดร. อรพินทร์ ชูชุม
  - สถานบันวิจัยพุติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ฉันทนา ภาค邦กุ
  - สถานบันวิจัยพุติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. อาจารย์ ดร. มนัส บุญประกอบ
  - สถานบันวิจัยพุติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
4. อาจารย์ ดร. จินดาวัตน์ ปีมณี
  - คณะกรรมการจัดการ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม
5. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วัลนิกา ฉลากบาง
  - คณะกรรมการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
6. อาจารย์ ดร. มากศรี กลางประพันธ์
  - คณะกรรมการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
7. พระราชนมคงคล (มนตรี อภิมนติโก)
  - วัดบวรนิเวศวิหาร
8. พระมหาฉัตรชัย (สุนฤทธิ์)
- วัดบวรนิเวศวิหาร

## ภาคผนวก ค

### แบบวัดลักษณะความเป็นกัลยาณมิตร

#### คำชี้แจง

1. การตอบแบบสอบถามนี้จะไม่มีผลต่อคะแนนการเรียนของนักศึกษาแต่อย่างใด แต่จะนำผลไปใช้เป็นส่วนสำคัญในการสร้างองค์ความรู้เพื่อพัฒนานักศึกษาต่อไป และข้อมูลที่นำเสนอันจะนำเสนอเป็นภาพรวมจากการตอบแบบสอบถามของทุกคน ขอให้นักศึกษาตอบตามความเป็นจริงให้มาก ที่สุดด้วยการนึกถึงการดำเนินชีวิตของนักศึกษาที่ผ่านมาว่าได้ปฏิบัติสอดคล้องกับข้อคำถามมากน้อยเพียงใด แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง “จริงที่สุด” “จริง” “ค่อนข้างจริง” “ค่อนข้างไม่จริง” “ไม่จริง” และ “ไม่จริงที่สุด” เพียงช่องเดียว

2. แบบสอบถามมี 2 ตอน

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ตอนที่ 2 คุณลักษณะความเป็นกัลยาณมิตร ประกอบด้วย 7 องค์ประกอบ

ข้อความร่วมมือนักศึกษาตอบให้ครบถ้วนข้อ



#### ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

Ⓐ เพศ

○ ชาย

○ หญิง

Ⓑ โปรแกรมวิชา

○ วิทยาศาสตร์

○ คณิตศาสตร์

○ ภาษาอังกฤษ

○ การศึกษาปฐมวัย

○ ศิลปกรรมศาสตร์

○ อื่นๆ.....



## ตอนที่ 2 คุณลักษณะความเป็นกัลยาณมิตร

### ด้านความน่ารัก

ข้อคำถาม	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	บ่อย	ค่อนข้างบ่อย	ค่อนข้างไม่รู้จัก	ไม่รู้จัก
1. ข้าพเจ้านำหนังสือเรียนที่เรียนผ่านไปแล้ว ไปให้ผู้อื่นที่สามารถนำไปใช้เรียนต่อได้ก็					
2. เมื่อเพื่อนหรือรุ่นน้องมาเล่าให้ข้าพเจ้าฟังว่า รู้สึกห้อแท้กับการเรียนหรือเรียนไม่รู้เรื่อง ข้าพเจ้าปลอบใจและให้กำลังใจ					
3. เมื่อเพื่อนไม่สบายใจแล้วมาเล่าให้ฟัง ข้าพเจ้าจะหลีกเลี่ยงการให้ความช่วยเหลือ					
4. เมื่อมีผู้ที่ข้าพเจ้ารู้จักได้รับรางวัลต่าง ๆ ข้าพเจ้าไม่แสดงความยินดีใด ๆ เพราะอาจทำให้เขาหลงตัวเอง					
5. ข้าพเจ้าให้ความช่วยเหลือทุกคนด้วยความจริงใจ					
6. เมื่อบิดามารดาไม่สบายใจหรือมีปัญหา ท่านนำมาบริการช้า ข้าพเจ้าพร้อมให้ความช่วยเหลือท่านเพื่อให้ท่านสบายใจหรือผ่อนคลายปัญหา					
7. เมื่อมีคนมากขอความร่วมมือในการทำงาน ข้าพเจ้ายินดีและทำเต็มความสามารถ					
8. ข้าพเจ้าเห็นว่าผู้ที่มีอายุมากกว่า ต้องมีประสบการณ์มากกว่า ถ้าเขามีปัญหาแล้วนำมาบริการข้าพเจ้า อาจเป็นเพียงการแก้ลังถนน					
9. หลายครั้งที่เพื่อนมาเล่าปัญหาให้ฟัง ข้าพเจ้าไม่แสดงความคิดเห็น เพราะไม่ชอบยุ่งเรื่องของคนอื่น					

## ด้านความน่าเคารพ

ข้อคำถาม	ระดับความคิดเห็น				
	จิตทัศน์	จรรยา	คุณธรรมจริย์	ค่าน้ำใจมนุษย์	ไม่จริง
1. เมื่อมีรุ่นน้องมากขอคำปรึกษาเรื่องการเรียน ข้าพเจ้าแนะนำทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน					
2. เมื่อเห็นเพื่อนหรือรุ่นน้องแต่งกายผิดระเบียบของสถานศึกษา ข้าพเจ้าจะตักเตือน					
3. ในการทำงานกลุ่มกับเพื่อน หากข้าพเจ้าเป็นผู้แบ่งงาน ข้าพเจ้าจะแบ่งให้ทุกคนได้รับผิดชอบเท่า ๆ กัน					
4. เมื่อเพื่อนสนใจของข้าพเจ้ามีปัญหา กับคนที่ข้าพเจ้าไม่ชอบ ข้าพเจ้าตัดสินบนความถูกต้อง โดยไม่นำเรื่องส่วนตัวเข้ามาเกี่ยวข้อง					
5. หากข้าพเจ้าต้องแก้ปัญหาระหว่างคนสองคน ข้าพเจ้าพิจารณาโดยไม่พึงความข้างเดียว					
6. ข้าพเจ้าไม่กล้าที่จะบอกผู้ที่มีอายุมากกว่าว่าสิ่งที่เขาทำไม่เหมาะสม					
7. ข้าพเจ้าไม่เข้าข้างคนผิดแน่นอน ไม่ว่าใครก็ตาม					
8. เมื่อคนที่ข้าพเจ้าไม่ชอบมีเรื่องดื้อร้อนมากขอความช่วยเหลือ ข้าพเจ้าพยายามหลีกเลี่ยง เพราะไม่อยากยุ่งเรื่องของคนอื่น					
9. หลายครั้งที่เพื่อนของข้าพเจ้าทะเลกัน ข้าพเจ้าเข้าข้างเพื่อนที่ข้าพเจ้าชอบหรือมีความสนิทสนมมากกว่า					
10. ข้าพเจ้าเคยโกรกผู้อื่น เพื่อช่วยเหลือเพื่อนที่ทำผิด เพราะรักเพื่อนมาก					
11. เมื่อบิดา/มารดาของข้าพเจ้ามีปัญหากับเพื่อนบ้าน ไม่ว่าถูกหรือผิด ข้าพเจ้าเข้าข้างบิดา/มารดาของข้าพเจ้าเสมอ					

## ด้านความน่ายกย่อง

ข้อคำถาม	ระดับความคิดเห็น					
	มากที่สุด ๔	๓	๒	ค่อนข้างมาก ๑	ค่อนข้างน้อย ๐	น้อยที่สุด ๖
1. ข้าพเจ้าไม่สนใจติดตามข่าวเหตุการณ์ต่าง ๆ ไม่ว่าในประเทศไทยหรือต่างประเทศ						
2. เมื่อข้าพเจ้าพบข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียน จะบันทึกเก็บไว้						
3. เมื่ออาจารย์หรือรุ่นพี่แนะนำให้อ่านหนังสือซึ่งบอกว่าเป็นประโยชน์ ข้าพเจ้ารีบไปค้นหาและนำมาอ่าน						
4. เมื่อข้าพเจ้าไม่เข้าใจบทเรียนในเรื่องใด จะไปศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมทันที						
5. ข้าพเจ้าตรวจสอบความเรียบราวยของการแต่งกายก่อนเข้าเรียน						
6. ข้าพเจ้าคำนึงถึงความเหมาะสมก่อนที่จะแต่งกายไปในสถานที่ต่าง ๆ						
7. ข้าพเจ้าตั้งใจเรียนทุกวิชา						
8. ข้าพเจ้าทำงานที่ได้รับมอบหมายจากอาจารย์หรืองานกลุ่มอย่างเต็มความสามารถ						
9. ข้าพเจ้าเข้าเรียนทันเวลาในทุกวิชา						
10. เมื่อข้าพเจ้าดูโทรศัพท์ อ่านหนังสือพิมพ์หรือใช้อินเตอร์เน็ต ข้าพเจ้าชอบดูหรืออ่านเกี่ยวกับวงการบันเทิง						
11. ข้าพเจ้าแต่งกายตามสมัยนิยมไม่ว่าจะเป็นชุดนักศึกษาหรือชุดทั่วไป โดยไม่คิดว่าเป็นเรื่องเสียหาย						
12. ข้าพเจ้าเข้าเรียนและตั้งใจเรียนเฉพาะวิชาที่ข้าพเจ้าชอบและถนัด						

## ด้านการรู้จักพูด

ข้อคำถาม	ระดับความคิดเห็น					
	๑ ใช่ทั้งหมด	๒ ใช่	๓ ตอบไม่ได้	๔ คิดว่าไม่จริง	๕ ไม่จริง	๖ ไม่จริงทั้งหมด
1. ข้าพเจ้าพูดกับทุกคนด้วยคำพูดที่สุภาพ ไฟเวลา						
2. ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงการพูดคำหยาบ ไม่ว่ากับใครก็ตาม						
3. ข้าพเจ้าไม่นำเรื่องที่ทำให้ผู้อื่นเสียหายไปเล่าต่อ						
4. ข้าพเจ้าพูดในเรื่องที่รู้ไม่จริงบ้าง เพราะสนุกดีและคนอื่นก็ไม่รู้						
5. ทุกครั้งที่ข้าพเจ้าพูดกับใคร ข้าพเจ้าคิดก่อนเสมอว่า ต้องไม่ใช่คำพูด ที่บันทอนความรู้สึกผู้อื่น						
6. ในขณะที่สนใจกับทุกคน ข้าพเจ้าจะมั่นใจว่าคำพูดที่จะทำให้คู่สนใจ เสียใจ อาบัติหรือเกิดความรู้สึกเป็นปมด้อย						
7. เมื่อมีคนรู้จักได้รับรางวัลต่าง ๆ ข้าพเจ้ากล่าวแสดงความยินดีด้วย ความจริงใจ						
8. หากต้องดูหรือตอว่าผู้อื่นที่ทำผิด ข้าพเจ้าไม่ใช่คำพูดที่หยาบคายหรือ ประชดประชัน						
9. ข้าพเจ้าเคยใช้คำพูดในลักษณะสอง截然不同的						
10. ข้าพเจ้าพูดคำหยาบเมื่อมีอารมณ์โมโห โดยถือว่าเป็นเรื่องปกติ						
11. ข้าพเจ้าใช้คำพูด “ กู-มึง ” กับเพื่อนที่สนิทกัน						
12. ข้าพเจ้าใช้คำพูดที่ไม่ค่อยสุภาพ หรือสอง截然不同的 เพื่อเปลี่ยน บรรยากาศที่ตึงเครียดให้เป็นบรรยากาศที่ดีขึ้นหรือสนุกสนาน						

### ด้านความอดทนต่อถ้อยคำ

ข้อคำถาม	ระดับความคิดเห็น				
	จิตพัฒนา	จิตวิญญาณ	ร่องรอยการเรียนรู้	ความเข้าใจที่ลึกซึ้ง	ไม่เข้าใจ
1. ข้าพเจ้ารับฟังอย่างตั้งใจ เมื่อมีคนมาเล่าเรื่องไม่สบายใจให้ฟัง					
2. ข้าพเจ้าอุดทัน เมื่อมีคนพูดจาส่อเลียดหรือเห็นบแนว					
3. ถ้ามีคนบอกว่าข้าพเจ้าปฏิบัติตนไม่เหมาะสมในบางเรื่อง ข้าพเจ้าจะนำกลับไปคิด แล้วพยายามปรับปรุง					
4. ในขณะที่รับฟังเรื่องต่าง ๆ หากเกิดความสงสัย ข้าพเจ้าจะฟังให้จบก่อนแล้วจึงถาม					
5. ในขณะที่รับฟังเรื่องต่าง ๆ ข้าพเจ้าแสดงความสนใจด้วยการส่งเสียงครับ-ค่ะ					
6. ข้าพเจ้าเต็มใจอุดทันฟังเรื่องที่ผู้พูดไม่สบายใจ และพูดด้วยความมั่นใจ					
7. ข้าพเจ้าสามารถฟังคนอื่นพูดเรื่องที่ข้าพเจ้ารู้อยู่แล้ว					
8. ข้าพเจ้ายินเดี๋ยวเมื่อเพื่อนเตือนหรือแนะนำให้ข้าพเจ้าปรับเปลี่ยนตนเอง					
9. ข้าพเจ้าจะไม่อดทนฟังคนที่มาเล่าปัญหาด้วยอารมณ์โมโห					
10. ข้าพเจ้าเบื่อมากที่ต้องคุยกับคนที่พูดสับสน หรือพูดอ้อมค้อม					
11. ข้าพเจ้ารู้สึกเบื่อมาก เมื่อเพื่อน หรือใคร ๆ ก็ตามมีเรื่องไม่สบายใจแล้ว มาเล่าให้ข้าพเจ้าฟังข้าฟังแล้วข้าอิก					
12. ข้าพเจ้ารู้สึกชำนาญ หากต้องรับฟังปัญหาของผู้อื่นอยู่เรื่อย ๆ					
13. ข้าพเจ้ารู้สึกหงุดหงิดเมื่อเพื่อนมาเล่าเรื่องส่วนตัวให้ฟัง					

### ด้านการถ่ายทอด

ข้อคำถาม	ระดับความคิดเห็น					
	จิตพัฒนา	จรรยาบรรณ	คุณธรรมจริย์	คุณธรรมจริย์สูง	ไม่จริง	ไม่จริงที่สุด
1. ข้าพเจ้าอธิบายเรื่องต่าง ๆ โดยแสดงความเป็นเหตุเป็นผล						
2. เมื่อข้าพเจ้าอธิบายเรื่องต่าง ๆ ข้าพเจ้าเข้มโง่ความสัมพันธ์ของเรื่องราวะเหล่านั้น						
3. เมื่อข้าพเจ้าอธิบายเรื่องต่าง ๆ ข้าพเจ้าอธิบายอย่างเป็นขั้นเป็นตอนเพื่อให้เข้าใจอย่างละเอียด						
4. ในขณะที่สนทนากับผู้อื่น หากข้าพเจ้าสังเกตเห็นว่าคู่สนทนาไม่เข้าใจหรือเกิดความสับสน ข้าพเจ้าจะลดดับเรื่องหรือเหตุการณ์อีกรัง						
5. ในขณะที่สนทนากับผู้อื่น หากข้าพเจ้าสังเกตเห็นว่าคู่สนทนาไม่เข้าใจหรือเกิดความสับสน ข้าพเจ้าจะยกตัวอย่างที่มีลักษณะใกล้เคียงกับเรื่องที่สนทนา เพื่อช่วยให้คู่สนทนาก็เกิดความเข้าใจง่ายขึ้น						
6. ในขณะที่สนทนากับคนอื่นในเรื่องวิชาการ ข้าพเจ้าถามคู่สนทนาเพื่อตรวจสอบความเข้าใจให้ตรงกัน						
7. หลังจากที่สนทนากับคนอื่นในเรื่องวิชาการ ข้าพเจ้าสรุปอีกรังเพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน						
8. ในขณะที่ข้าพเจ้าอธิบายเรื่องใด แม้จะสังเกตเห็นว่าผู้ฟังไม่เข้าใจหรือเกิดความสับสน ข้าพเจ้าก็ไม่อธิบายซ้ำอีก						

### ด้านการไม่ซักนำไปในทางที่เสื่อมเสีย

ข้อคำถาม	ระดับความคิดเห็น				
	จิตวิญญาณ	จรรยาบรรณ	คุณธรรมจริยธรรม	ค่านิยมจริยธรรม	มนุษย์ดี
1. เมื่อมีเพื่อนหรือรุ่นน้องขอคำแนะนำจากข้าพเจ้าเกี่ยวกับการซื้อโทรศัพท์ มือถือ ข้าพเจ้าแนะนำให้คำนึงถึงความคุ้มค่ากับการใช้งาน					
2. ถ้าเพื่อนมีปัญหาแล้วมาปรึกษา ข้าพเจ้าแนะนำเพื่อนให้คิดหาทางแก้ไข หลาย ๆ วิธี					
3. เมื่อมีเพื่อนมาชวนให้ข้าพเจ้าเล่นการพนัน ข้าพเจ้าปฏิเสธทันที และ บอกเหตุผลที่เป็นข้อเดียวกันของการเล่นการพนัน					
4. เมื่อเพื่อนมาชวนข้าพเจ้าไปเที่ยวกลางคืน ข้าพเจ้าปฏิเสธพร้อมกับ เตือนเพื่อนเรื่องค่าใช้จ่ายและความปลอดภัย					
5. เมื่อมีคนรู้จักมาขอคำปรึกษา และบอกว่าไม่สบายใจมาก ข้าพเจ้า หาทางหลีกเลี่ยง โดยให้เข้าแก้ปัญหาเอง					
6. เมื่อรุ่นน้องของข้าพเจ้าถูกผู้อื่นแกล้ง ข้าพเจ้าบอกให้แกล้งคืนเพื่อความ ยุติธรรม					
7. ข้าพเจ้าเคยชวนเพื่อนออกงานเรียนในช่วงที่มีช้าไม่งเรียน เนื่องจาก เป็นวิชาที่ทุกคนเห็นพ้องต้องกันว่าเรียนแล้วไม่เข้าใจ					
8. ข้าพเจ้าชวนเพื่อนไปดื่มเหล้าหรือสูบบุหรี่ในงานเลี้ยงสังสรรค์ โดยเห็น ว่าไม่ใช่เรื่องเสียหาย เพราะใคร ๆ เขาก็ทำเป็นเรื่องปกติ					

ภาคผนวก ๙

แบบสอบถามการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดา/มารดา

## คำชี้แจง

1. การตอบแบบสอบถามนี้จะไม่มีผลต่อคะแนนการเรียนของนักศึกษาแต่อย่างใด แต่จะนำผลไปใช้เป็นส่วนสำคัญในการสร้างองค์ความรู้เพื่อพัฒนานักศึกษาต่อไป และข้อมูลที่นำเสนอ นั้น จะนำเสนอเป็นภาพรวมจากการตอบแบบสอบถามของทุกคน ขอให้นักศึกษาตอบตามความ เป็นจริงให้มากที่สุดด้วยการนึกถึงการดำเนินชีวิตของนักศึกษาที่ผ่านมาว่าได้เห็นบิดา/มารดาปฏิบัติให้ เห็นเป็นแบบอย่างสอดคล้องกับข้อคำถามมากน้อยเพียงใด แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง “จริงที่สุด” “จริง” “ค่อนข้างจริง” “ค่อนข้างไม่จริง” “ไม่จริง” และ “ไม่จริงที่สุด” เพียงช่องเดียว

## 2. แนว思路ความมี 2 ตอน ดังนี้

## ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ตอนที่ 2 ลักษณะการเป็นแบบอย่างการปฏิทางพุทธของบิดามารดา

### ประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ

ขอความร่วมมือนักศึกษาตอบให้ครบถ้วนข้อ

## ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

۱۷

၁၂

หน้า ๑

● โปรแกรมวิชา

วิทยาศาสตร์

## ○ คณิตศาสตร์

## ○ ภาษาอังกฤษ

## ○ การศึกษาปฐมวัย

## ○ ศิลปกรรมศาสตร์

อื่นๆ .....

## ตอนที่ 2 การเป็นอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา

### ด้านการให้ทาน

ข้อคำถาม	ระดับความคิดเห็น					
	มากที่สุด	ดี	ค่อนข้างดี	ค่อนข้าง糟	糟	ไม่คิดเห็น
1.บิดา/มารดาของข้าพเจ้าบริจาคมสิ่งของช่วยเหลือผู้อื่น						
2.บิดา/มารดาของข้าพเจ้าสนับสนุนให้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนากับ โรงเรียน						
3.บิดา/มารดาแนะนำข้าพเจ้าไม่ให้บริจาคมหังสือเรียนในชั้นที่ผ่านมา ให้กับผู้อื่น เพราะส่วนมากเขาไม่ค่อยเห็นคุณค่า						
4.บิดา/มารดาซักชวนข้าพเจ้าให้ไปร่วมช่วยงานกฐินหรืองานผ้าป่าของ หมู่บ้าน						
5.บิดา/มารดาไม่เคยอนุญาตให้ข้าพเจ้าไปร่วมกิจกรรมพัฒนาหมู่บ้าน/ โรงเรียน/วัด						
6.บิดา/มารดาของข้าพเจ้าพาไปทำบุญในวันหยุดหรือวันพระหรือวัน สำคัญทางศาสนา						
7.เมื่อเพื่อนบ้านทำบุญหรือมีงานพิธีต่าง ๆ บิดา/มารดาจะบอกข้าพเจ้า ไม่ให้ไปยัง						
8.บิดา/มารดาสอนข้าพเจ้าให้จุ่งคุณแก่หรือเตือนใจเดินข้ามถนน						
9.ถ้าบิดา/มารดาของข้าพเจ้าอ่านหนังสือหรือได้รับความรู้เกี่ยวกับเรื่อง ต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น การดูแลสุขภาพ จะนำไปเล่าให้เพื่อนบ้านฟัง						
10.บิดา/มารดาสอนข้าพเจ้าให้แบ่งปันสิ่งของให้กับเพื่อน ๆ						
11.บิดา/มารดาสอนข้าพเจ้าว่า เมื่อทำผิดต้องรู้จักขอโทษ และเมื่อคนอื่น ขอโทษต้องรู้จักให้อภัย						
12.บิดา/มารดาของข้าพเจ้าไม่เคยบริจาคมสิ่งของช่วยเหลือผู้ประสบภัย เพราะไม่รู้เข้าใจรับจริงไม่						
13.บิดา/มารดาของข้าพเจ้าไม่ค่อยไปร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของหมู่บ้าน						
14.ข้าพเจ้าเคยเห็นบิดา/มารดาไม่รื่องเข้าใจผิดและทะเลาะกับคนข้างบ้าน						

## ด้านการรักษาศีล

ข้อคำถาມ	ระดับความคิดเห็น					
	ประทับ	อนุ	ค่อนข้างรีบ	รีบมาก	ไม่รีบ	ไม่ประทับ
1.บิดา/มารดาของข้าพเจ้าไม่เคยกระทำให้คนอื่นได้รับบาดเจ็บหรือเสียใจ						
2.ข้าพเจ้าเคยเห็นบิดา/มารดาทะเลาะกัน						
3.บิดา/มารดาของข้าพเจ้าไม่เคยหยิบสิ่งของของคนอื่นโดยไม่ขออนุญาต						
4.บิดา/มารดารู้ว่าข้าพเจ้าเคยหยิบสิ่งของคนอื่นมาโดยไม่ได้ขออนุญาต ท่านจะบอกข้าพเจ้าให้นำไปคืนเจ้าของทันที						
5.ข้าพเจ้าไม่เคยได้ยินบิดา/มารดากล่าวว่าคำที่แสดงถึงการให้ร้ายคนอื่น						
6.ข้าพเจ้าไม่เคยเห็นบิดา/มารดาแสดงพฤติกรรมเชิงชู้สาวกับคนอื่น						
7.ข้าพเจ้าเคยได้ยินบิดา/มารดาพูดจา กันด้วยคำพูดที่ไม่สุภาพ						
8.ข้าพเจ้าไม่เคยได้ยินบิดา/มารดาต่อว่าผู้อื่นด้วยคำพูดที่ไม่สุภาพ						
9.ข้าพเจ้าไม่เคยเห็นบิดา/มารดาเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับการพนัน						
10.ข้าพเจ้าเคยเห็นบิดา/มารดาซื้อหวยหรือสลากกินแบ่งรัฐบาล						
11.ข้าพเจ้าไม่เคยได้ยินบิดา/มารดาพูดจาให้ร้ายคนอื่น						
12.บิดา/มารดาของข้าพเจ้าดื่มเหล้าหรือเบียร์เมื่อมีงานเลี้ยงสังสรรค์						
13.ข้าพเจ้าเคยเห็นบิดา/มารดาทำร้ายสัตว์เลี้ยงที่บ้านค่อนข้างรุนแรง เมื่อมันมารบกวนให้รำคาญ						

## ด้านการปฏิบัติสมាជิ魍นา

ข้อคำถาม	ระดับความคิดเห็น					
	๑ ต่ำที่สุด	๒	๓	๔ ค่อนข้างมาก	๕ มากที่สุด	๖ สูงที่สุด
1.บิดา/มารดาของข้าพเจ้าให้ไว้พระก่อนนอน						
2.บิดา/มารดาของข้าพเจ้าไม่เคยพึงขอร่วมจากโทรทัศน์หรือวิทยุ						
3.บิดา/มารดาปฏิบัติธรรมที่วัดหรือที่บ้าน						
4.บิดา/มารดาของข้าพเจ้าจะไปสนทนาร่วมกับพระสงฆ์หรือผู้ที่มีความรู้เรื่องธรรมะ						
5.บิดา/มารดาของข้าพเจ้าอ่านหนังสือธรรมะเป็นประจำ						
6.บิดา/มารดาของข้าพเจ้าปฏิบัติตามหลักคำสอนทางศาสนา						
7.ข้าพเจ้าเห็นบิดา/มารดาอธิบายปัญหาต่าง ๆ อย่างมีเหตุผล						
8.บิดา/มารดาสอนข้าพเจ้าให้ปฏิบัติสิ่งใดก็ตาม ท่านบอกถึงประโยชน์และโทษของสิ่งนั้น						
9.ทุกครั้งที่ข้าพเจ้าทะเลาะกับเพื่อนแล้วมาบอกบิดา/มารดา ท่านไม่ถามสาเหตุ แต่จะทำโทษข้าพเจ้าก่อน						
10.เมื่อข้าพเจ้าทำผิด บิดา/มารดาจะชี้แจงให้เข้าใจอย่างมีเหตุผล และจะบอกไม่ให้ทำอีก						
11.เมื่อบิดา/มารดาของข้าพเจ้ามีเรื่องกลุ่มใจ ท่านจะโน้มนิ่งให้ร้ายกับคนที่อยู่ใกล้						
12.บิดา/มารดาของข้าพเจ้าชอบตัดสินสิ่งต่าง ๆ ตามใจตนเอง						
13.เมื่อบิดา/มารดาของข้าพเจ้าทะเลาะกัน ท่านจะโน้มนิ่งให้ร้ายกับข้าพเจ้า						
14.เมื่อข้าพเจ้าทำสิ่งใดที่ไม่เป็นที่พอใจของบิดา/มารดา ท่านจะดุทันที						
15.หลายครั้งที่ข้าพเจ้าทะเลากับเพื่อน ทั้ง ๆ ที่ข้าพเจ้าเป็นคนผิด แต่บิดา/มารดา ก็เข้าข้างข้าพเจ้า						

## ภาคผนวก ฯ

### ตารางการฝึกอบรม

#### การฝึกอบรมกลุ่มทดลอง

**เรื่อง การพัฒนาลักษณะกัญญาณมิตรสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู**

ระหว่างวันที่ 26 – 27 มิถุนายน 2550

และวันที่ 29 – 30 มิถุนายน 2550

**ณ ห้องประชุมคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร**

#### วันที่ 26 มิถุนายน 2550

08.30 – 09.00 น.	ลงทะเบียน
09.00 – 10.00 น.	สร้างความคุ้นเคย
10.00 – 11.00 น.	ครูดี...ดีอย่างไร
11.00 – 11.10 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
11.10 – 12.10 น.	ครู...ที่ฉันรัก
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 14.00 น.	วิจักร่วม
14.00 – 15.00 น.	รู้ว่าดีใจหรือเสียใจ
15.00 – 15.10 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
15.10 – 16.10 น.	รู้ว่าดีใจหรือเสียใจ (ต่อ)
16.10 – 17.10 น.	รู้ว่าโกรธหรือกลัว

#### วันที่ 27 มิถุนายน 2550

08.30 – 09.00 น.	ลงทะเบียน
09.00 – 10.00 น.	รู้ว่าโกรธหรือกลัว (ต่อ)
10.00 – 11.00 น.	เข้าใจ...เห็นใจ
11.00 – 11.10 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
11.10 – 12.10 น.	ผู้พูด - ผู้ฟัง
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 14.00 น.	การสื่อสารที่ดี

วันที่ 27 มิถุนายน 2550 (ต่อ)

14.00 – 15.00 น.	รู้เข้า...รู้เจ้า
15.00 – 15.10 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
15.10 – 16.10 น.	รู้จักบุคล
16.10 – 17.10 น.	ใจตรงกัน...ต่างกัน

วันที่ 29 มิถุนายน 2550

08.30 – 09.00 น.	ลงทะเบียน
09.00 – 10.00 น.	ใจตรงกัน...ต่างกัน(ต่อ)
10.00 – 11.00 น.	รู้หลักการคิด
11.00 – 11.10 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
11.10 – 12.10 น.	คิดดี...ดี
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 14.00 น.	คิดดี...ดี(ต่อ)
14.00 – 15.00 น.	คิดเป็น
15.00 – 15.10 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
15.10 – 16.10 น.	คิดเป็น (ต่อ)
16.10 – 17.10 น.	คิดดี...ดีอย่างไร

วันที่ 30 มิถุนายน 2550

08.30 – 09.00 น.	ลงทะเบียน
09.00 – 10.00 น.	กระบวนการสอนสัมพันธ์
10.00 – 11.00 น.	การเห็นใจกัน
11.00 – 11.10 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
11.10 – 12.10 น.	การเห็นใจกัน (ต่อ)
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 14.00 น.	การเป็นกัลยาณมิตรต่อกัน
14.00 – 15.00 น.	การเป็นกัลยาณมิตรต่อกัน (ต่อ)
15.00 – 15.10 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
15.10 – 16.10 น.	การเป็นกัลยาณมิตรต่อกัน (ต่อ)
16.10 – 17.10 น.	มิตรดีนั้นสำคัญใน
17.10 – 17.30 น.	ปิดการฝึกอบรม

\*\*\*\*\*  
การฝึกอบรมกลุ่มควบคุม  
\*\*\*\*\*

เรื่อง การพัฒนาทักษะในการทำงาน

ระหว่างวันที่ 26 – 27 มิถุนายน 2550

และวันที่ 29 – 30 มิถุนายน 2550

ณ ห้องประชุมสำนักวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

วันที่ 26 มิถุนายน 2550

08.30 – 09.00 น.	ลงทะเบียน
09.00 – 10.00 น.	ความจำเป็นที่ต้องมีการบริหาร
10.00 – 11.00 น.	การวางแผน / การจัดองค์กร
11.00 – 11.10 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
11.10 – 12.10 น.	การจัดทำรายงาน
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 14.00 น.	กระบวนการบริหารจัดการ แบบ Management Process
14.00 – 15.00 น.	การวางแผนการบริหารแบบ Management Process
15.00 – 15.10 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
15.10 – 16.10 น.	การเป็นผู้นำที่ดีในแต่ละสถานการณ์
16.10 – 17.10 น.	เครื่องมือที่ใช้ในการควบคุมการทำงานในองค์กร

วันที่ 27 มิถุนายน 2550

08.30 – 09.00 น.	ลงทะเบียน
09.00 – 10.00 น.	กิจกรรม Lonely Walk-Rally
10.00 – 11.00 น.	กิจกรรม Lonely Walk-Rally (ต่อ)
11.00 – 11.10 น.	พักรับประทานอาหารว่าง
11.10 – 12.10 น.	กิจกรรม Lonely Walk-Rally
12.00 – 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 – 14.00 น.	ความสำคัญของการเชื่อมโครงการ

วันที่ 27 มิถุนายน 2550 (ต่อ)

- |                  |                            |
|------------------|----------------------------|
| 14.00 – 15.00 น. | รูปแบบการเขียนโครงการ      |
| 15.00 – 15.10 น. | พักรับประทานอาหารว่าง      |
| 15.10 – 16.10 น. | การฝึกเขียนโครงการ         |
| 16.10 – 17.10 น. | การนำเสนอผลการเขียนโครงการ |

วันที่ 29 มิถุนายน 2550

- |                  |  |
|------------------|--|
| 08.30 – 09.00 น. | ลงทะเบียน  |
| 09.00 – 10.00 น. | รู้จักโปรแกรม SPSS                                       |
| 10.00 – 11.00 น. | ลักษณะของข้อมูลที่จำนำมาวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรม SPSS      |
| 11.00 – 11.10 น. | พักรับประทานอาหารว่าง                                    |
| 11.10 – 12.10 น. | การลงรหัสข้อมูล  |
| 12.00 – 13.00 น. | พักรับประทานอาหารกลางวัน                                 |
| 13.00 – 14.00 น. | การลงรหัสข้อมูล (ต่อ)                                    |
| 14.00 – 15.00 น. | การตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล                           |
| 15.00 – 15.10 น. | พักรับประทานอาหารว่าง                                    |
| 15.10 – 16.10 น. | การวิเคราะห์และแปลผลข้อมูลด้วยสถิติพรรณนาเบื้องต้น       |
| 16.10 – 17.10 น. | การวิเคราะห์และแปลผลข้อมูลด้วยสถิติพรรณนาเบื้องต้น (ต่อ) |

วันที่ 30 มิถุนายน 2550

- |                  |  |
|------------------|--|
| 08.30 – 09.00 น. | ลงทะเบียน  |
| 09.00 – 10.00 น. | การวิเคราะห์และแปลผลข้อมูลด้วยสถิติพรรณนาเบื้องต้น (ต่อ) |
| 10.00 – 11.00 น. | การวิเคราะห์และแปลผลข้อมูลด้วยสถิติพรรณนาเบื้องต้น (ต่อ) |
| 11.00 – 11.10 น. | พักรับประทานอาหารว่าง                                    |
| 11.10 – 12.10 น. | การวิเคราะห์และแปลผลข้อมูลด้วยสถิติพรรณนาเบื้องต้น (ต่อ) |
| 12.00 – 13.00 น. | พักรับประทานอาหารกลางวัน                                 |
| 13.00 – 14.00 น. | การวิเคราะห์และแปลผลข้อมูลด้วยสถิติพรรณนาเบื้องต้น (ต่อ) |
| 14.00 – 15.00 น. | การวิเคราะห์และแปลผลข้อมูลด้วยสถิติพรรณนาเบื้องต้น (ต่อ) |
| 15.00 – 15.10 น. | พักรับประทานอาหารว่าง                                    |
| 15.10 – 16.10 น. | การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล                            |
| 16.10 – 17.10 น. | การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล (ต่อ)                      |
| 17.10 – 17.30 น. | ปิดการฝึกอบรม  |

## ภาคผนวก ๗

### ตัวอย่างชุดฝึกอบรม

---



---

#### ขั้นสร้างสรรค์

---



---

#### กิจกรรมที่ ๑

#### สร้างความคุ้นเคย

##### **แนวคิด**

การที่คนมีความคิดเห็นแตกต่างกันต่อเรื่องใดเรื่องหนึ่งหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ขึ้นอยู่กับการรับรู้ ความคิด ความรู้สึก และประสบการณ์ต่อเรื่องนั้นหรือสิ่งนั้น และทุกความคิดเห็นมีความสำคัญ เราจึงควรรับฟังความคิดเห็นของทุกคน ซึ่งการเห็นคุณค่า ความสำคัญ หรือการเคารพความคิดเห็นของผู้อื่น เป็นพื้นฐานสำคัญของกัญญาณมิตร

##### **วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้เข้าอบรม**

1. บอกสาเหตุของความแตกต่างกันของความคิดเห็น
2. เห็นคุณค่าของความแตกต่างกันทางความคิดเห็น
3. ยอมรับในความคิดเห็นของผู้อื่น
4. รู้จักลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร

**ระยะเวลา** 60 นาที

**เนื้อหา** —

##### **วิธีดำเนินกิจกรรม**

- การตั้งคำถาม
- การนำเสนอ
- การอภิปราย
- การสรุป

## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ผู้เข้าอบรมแต่ละคนบอกชื่อเล่นและลักษณะเด่นของตน 1 อย่าง เพื่อที่จะให้เพื่อนจำได้ อาจจะให้บอกช้า 2-3 รอบ
  2. วิทยากรเกริ่นนำถึงเป้าหมายของการฝึกอบรมเพื่อที่จะให้ผู้เข้าอบรมเกิดลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร โดยถามผู้เข้าอบรมว่า
    - ◊ ตามแนวคิดของนักศึกษา ครูที่เป็นกัญญาณมิตรนีลักษณะอย่างไร  
(ให้ผู้เข้าอบรมแต่ละคนเขียนตอบในกระดาษ)
  3. แจกหมายเลขให้ผู้เข้าอบรมทุกคน เป็นหมายเลข 1 ถึง 7 และแบ่งกลุ่มตามหมายเลขที่ได้รับ ซึ่งจะมีทั้งหมด 7 กลุ่ม ให้แต่ละคนนำเสนอความคิดของตนเป็นของกลุ่ม โดยให้นำเสนอทั้งความคิดที่เหมือนกันและความคิดที่ต่างกัน
  4. นำเสนอความคิดของแต่ละกลุ่มโดยใช้แผ่นโปรดีไซ
  5. หลังจากผู้เข้าอบรมนำเสนอครบทุกกลุ่ม วิทยากรถามต่อไปว่า
    - ◊ ทำไมแต่ละคนจึงมีความคิดเห็นเหมือนกัน หรือต่างกัน
    - ◊ ความคิดเห็นใดดีที่สุด
    - ◊ ความคิดเห็นใดเชยที่สุด
  6. วิทยากรร่วมสรุปว่า “ไม่มีความคิดเห็นใดดีที่สุดหรือเชยที่สุด การที่คนเรามีความคิดเห็นต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งเหมือนหรือต่างกันขึ้นอยู่กับการรับรู้ ความคิด ความรู้สึก และประสบการณ์ต่อสิ่งนั้น ให้คิดเสมอว่าทุกความคิดเห็นมีคุณค่าและความสำคัญ”
  7. วิทยากรแจก ใบกิจกรรม 1.1 ให้ผู้เข้าอบรมแต่ละกลุ่มร่วมกันอธิบายและนำเสนอคุณลักษณะของครูที่สอดคล้องกับบัตรคำที่ได้รับ (กลุ่มละ 1 บัตร)
  8. แต่ละกลุ่มนำเสนอผลงาน โดยใช้แผ่นโปรดีไซ
  9. วิทยากรตั้งคำถามหลังจากที่แต่ละกลุ่มนำเสนองานว่า
    - ◊ มีใครที่มีความคิดเห็นเพิ่มเติมนอกเหนือจากที่กลุ่มน้ำเสอนอ
  10. วิทยากรร่วมสรุปความคิดเห็นของแต่ละกลุ่มจากบัตรคำ และเชื่อมโยงให้เห็นว่า คุณลักษณะดังกล่าว เป็นคุณลักษณะที่ครุภักดิ์ควรร่วม และยังสอดคล้องกับเป้าหมายของหลักสูตร โครงการผลิตครู 5 ปี ที่ผู้เข้าอบรมกำลังศึกษาอยู่ โดยใช้เอกสาร 1.1 ประกอบ
  11. ให้ผู้เข้าอบรมบันทึกความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมในเอกสารประกอบการฝึกอบรม

## สื่อและอุปกรณ์

- บัตรหมายเลข 1–7
- ใบกิจกรรม 1.1
- เอกสาร 1.1
- แผ่นโปรดักชัน
- เอกสารประกอบการฝึกอบรม

## การประเมินผล

- สังเกตการร่วมกิจกรรม
- การนำเสนอผลงาน
- การร่วมอภิปราย
- การตอบคุณภาพ

### ใบกิจกรรม 1.1

นักศึกษาอธิบายถึงคุณลักษณะของครูที่สอดคล้องกับคุณลักษณะต่อไปนี้

ครูน่ารัก

ครูน่าเคารพ

ครูน่ายกย่อง

ครูรู้จักพูด

ครูอดทนต่อถ้อยคำ

ครูถ่ายทอดดี

ครูไม่ซักนำไปในทางที่เสื่อมเสีย

เอกสาร 1.1

## ลักษณะความเป็นกällyanมิตร

ลักษณะความเป็นกällyanamित्र หมายถึง ความรู้สึกและพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความรักความปราณဏี มีน้ำใจ เสมอตั้นเสมอปลายกับทุกคน พร้อมที่จะรับฟังปัญหา ให้คำปรึกษา ให้กำลังใจ แนะนำในสิ่งที่เป็นประโยชน์ ประกอบด้วยคุณลักษณะและพฤติกรรมดังต่อไปนี้

1. ความน่ารัก หมายถึง การแสดงออกถึงความเป็นมิตร มีน้ำใจ ปราณานาดีต่อผู้อื่น และพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือ ส่งเสริม สนับสนุน

2. ความน่าเคารพ หมายถึง การกระทำที่ยึดมั่นในหลักการ มีความหนักแน่น ยุติธรรม และปฏิบัติต่อทุกคนเท่าเทียมกัน

3. ความน่ายกย่อง หมายถึง การกระทำที่แสดงออกถึงความกระตือรือร้นในการแสวงหาความรู้และพัฒนาตนในด้านการเรียน การประพฤติตนรวมถึงการแต่งกาย

4. การรัฐ์จักพูด หมายถึง การใช้คำพูดที่ไฟเราะ ไม่นินทา ไม่พูดคำเท็จ คำหยาบ คำส่อเสียด และคำเพ้อเจ้อ เป็นการพูดที่มุ่งให้เกิดประโยชน์และเป็นผลดี สอดคล้องกับสถานการณ์ มีความชัดเจน และตรงประเด็น

5. ความอดทนต่อถ้อยคำ หมายถึง การแสดงออกถึงความตั้งใจในการรับฟังข้อมูลต่าง ๆ โดยไม่แสดงอาการหงุดหงิด รำคาญ หรือไม่โต้แย้งด้วยอารมณ์ และมีความอดทนต่อคำพูดหรือการกระทำที่ยั่วยุให้เกิดความโกรธ

6.การถ่ายทอด หมายถึง การแสดงออก ในการอธิบาย ลำดับเรื่องราว หรือเหตุการณ์ต่าง ๆ อย่างเป็นเห็นเป็นผล เป็นขั้นตอน พว从容ทั้งเชื่อมโยงความสัมพันธ์ให้เข้าใจได้ง่ายขึ้น

7. การไม่ซักกันนำไปทางที่เสื่อมเสีย หมายถึง การให้คำแนะนำในเรื่องที่เป็นประโยชน์ ตรงกับ  
จุดมุ่งหมาย พร้อมทั้งชี้ให้เห็นโทษแผลดีเสียของการกระทำต่าง ๆ

## กิจกรรมที่ 2

### ครูดี...ดีอย่างไร

#### แนวคิด

การเรียนรู้โดยการสังเกตจากตัวแบบจะทำให้ผู้เรียนรู้ ได้เรียนรู้ทั้งแนวคิดและพฤติกรรมไปพร้อมกัน และตัวแบบยังทำหน้าที่ในการสร้างพฤติกรรมใหม่ที่ผู้เรียนไม่เคยเรียนรู้มาก่อน และเสริมพฤติกรรมที่มีอยู่แล้วให้ดีขึ้น รวมทั้งยังทำหน้าที่ในการยับยั้งการเกิดของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์

การมีตัวแบบที่ดี จะทำให้ผู้เรียนแบบเกิดความเชื่อ ซึ่งเป็นความเชื่อที่ถูกต้อง อยู่บนความเป็นเหตุเป็นผล ส่งผลให้เกิดความมั่นใจว่าสิ่งที่ตนสังเกตเห็นเป็นไปได้จริง เป็นสิ่งที่ดีมีคุณค่า และสามารถพิสูจน์ให้เห็นจริงได้

#### วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้เข้าอบรม

1. เห็นแบบอย่างที่ดีในการพัฒนาตนเอง ให้เป็นผู้ที่มีความเป็นก้าวคนมิตร
2. ได้แนวทางในการพัฒนาตนเองให้เป็นผู้มีความเป็นก้าวคนมิตร

ระยะเวลา 60 นาที

เนื้อหา —

#### วิธีดำเนินกิจกรรม

- การใช้ตัวแบบที่เป็นบุคคล
- การแลกเปลี่ยนประสบการณ์

#### ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. เชิญบุคคลซึ่งเป็นที่ยอมรับในทางการศึกษา ว่าเป็นผู้ที่มีลักษณะความเป็นก้าวคนมิตรสูงมาถ่ายทอดประสบการณ์
2. ผู้เข้าอบรมร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ พร้อมกับซักถามข้อสงสัย
3. ให้ผู้เข้าอบรมบันทึกความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมในเอกสารประกอบการฝึกอบรม

#### สื่อและอุปกรณ์

- เอกสารประกอบการฝึกอบรม

#### การประเมินผล

- การร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์

## ขั้นฝึกักษณ์ความเป็นกällyxamมิตร (การเอาใจเขามาใส่ใจเรา)

### กิจกรรมที่ 4

#### รู้จักอารมณ์

##### แนวคิด

การที่บุคคลรับรู้ความรู้สึกและความต้องการของตนเอง จะทำให้เข้าใจในความรู้สึกและรู้วิธีที่จะตอบสนองความต้องการต่ออารมณ์นั้น ๆ

##### วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้เข้าอบรม

1. สามารถรับรู้อารมณ์ ดีใจ เสียใจ โกรธ และกลัวของตนเองได้
2. สามารถสะท้อนความรู้สึกที่แสดงถึงความต้องการในการตอบสนองของตนเอง เมื่อมีอารมณ์ดีใจ เสียใจ โกรธ และกลัวได้

ระยะเวลา 60 นาที

##### เนื้อหา 1. อารมณ์ดีใจ เสียใจ โกรธ และกลัว

2. พฤติกรรมที่แสดงถึงอารมณ์ดีใจ เสียใจ โกรธ และกลัว
3. ความต้องการการตอบสนองเมื่อมีอารมณ์ดีใจ เสียใจ โกรธ และกลัว

##### วิธีดำเนินกิจกรรม

- การสำรวจอารมณ์ ความรู้สึก และความต้องการของตนเองในอดีตที่ผ่านมา
- การอภิปราย

##### ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ให้ผู้เข้าอบรมแต่ละคนนึกถึงเหตุการณ์ที่ตนเคยประสบในชีวิตที่ผ่านมา ซึ่งทำให้เกิดความรู้สึกดีใจ เสียใจ โกรธ หรือกลัวมากที่สุด พร้อมทั้งบอกพฤติกรรมของตนที่แสดงออกเมื่อมีอารมณ์เหล่านั้น
2. ให้นึกถึงว่า ในขณะที่มีอารมณ์ดีใจ เสียใจ โกรธ และกลัวนั้น มีคร่าวมรับรู้ความรู้สึกนั้นหรือไม่

- ◆ ถ้ามี..คนเหล่านั้นทำอย่างไร นักศึกษาพอใจหรือไม่
- ◆ หากนักศึกษาไม่พอใจ ถ้าย้อนเวลาได้ ต้องการให้คนนั้นทำอย่างไร
- ◆ ถ้าไม่มี..นักศึกษาต้องการใครสักคนหรือไม่ อย่างไร

3. ให้ผู้เข้าอบรมแบ่งเป็น 4 กลุ่ม โดยการจับสลาก
4. ให้แต่ละคนได้เล่าแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่สะท้อนถึงอารมณ์ พฤติกรรมที่แสดงออก และความต้องการที่จะได้รับการตอบสนองจากบุคคลที่อยู่ใกล้ ๆ ในขณะนี้กับผู้เข้าอบรมในกลุ่ม  
(ในขณะที่ผู้เข้าอบรมเล่าในแต่ละกลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มสรุปพฤติกรรม ความต้องการ การตอบสนอง ในแต่ละกลุ่ม)
5. แต่ละกลุ่มส่งตัวแทนนำเสนอผลสรุปโดยใช้แผนปerosis เพื่อสะท้อนให้เห็นว่า แต่ละอารมณ์ของบุคคลแสดงพฤติกรรมอย่างไรบ้าง และมีความต้องการให้คนที่อยู่ใกล้ ๆ ขณะนั้นปฏิบัติอย่างไร และให้ผู้เข้าอบรมร่วมอภิปราย
6. หลังจากที่ทุกกลุ่มนำเสนองานวิทยากรสรุปอีกรอบ ถึงลักษณะพฤติกรรมของบุคคล ที่มีอารมณ์ใด เสียใจ โกรธ หรือกลัว เพื่อที่จะนำไปสู่ข้อสรุปว่าในอารมณ์เดียวกันจะแสดงพฤติกรรมต่างกัน และต้องการการตอบสนองที่ต่างกัน
7. ให้ผู้เข้าอบรมบันทึกความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมในเอกสารประกอบการฝึกอบรม

### สื่อและอุปกรณ์

- แผ่นปerosis
- เอกสารประกอบการฝึกอบรม

### การประเมินผล

- การร่วมเล่าประสบการณ์
- การสะท้อนอารมณ์ ความรู้สึก และความต้องการ
- การร่วมอภิปราย

## กิจกรรมที่ 5

### รู้ว่า...ดีใจหรือเสียใจ

#### แนวคิด

การรับรู้ความรู้สึกและความต้องการของบุคคลที่มีอารมณ์ดีใจและเสียใจในแต่ละวัย ด้วยการสะท้อนคิดว่าหากเป็นตนเองอยู่ในวัยนั้นและเกิดความรู้สึกนั้น จะเป็นอย่างไร ต้องการอะไร แล้วตอบสนองต่อบุคคลนั้นอย่างเหมาะสมในลักษณะใกล้เคียงกับความต้องการของตนเอง

#### วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้เข้าอบรม

1. สามารถรับรู้ความดีใจและเสียใจของผู้อื่นได้
2. บรรยายและสะท้อนความรู้สึกของผู้อื่นที่มีอารมณ์ดีใจและเสียใจได้
3. แสดงการตอบสนองต่ออารมณ์ดีใจและเสียใจของผู้อื่นได้ในแต่ละวัยได้อย่างเหมาะสม

ระยะเวลา 120 นาที

#### เนื้อหา

1. การรับรู้ความดีใจและเสียใจของบุคคลในวัยเด็ก วัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่
2. การสะท้อนความต้องการที่ตอบสนองต่ออารมณ์ดีใจและเสียใจของบุคคลในวัยเด็ก วัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่

#### วิธีดำเนินกิจกรรม

- การเล่าประสบการณ์
- ภาระผูกพันติกิริยม
- ภาระภูมิปัญญา
- การแสดงบทบาทสมมติ

#### ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. วิทยากรเกริ่นนำถึงโอกาสที่ผู้เข้าอบรมจะได้พบเหตุการณ์ชีวิตบุคคลมีอารมณ์ดีใจ หรือเสียใจเป็นอย่างมาก และต้องการคนเข้าใจ แสดงออกต่อเขาอย่างเหมาะสม ชี้งบุคคลที่ผู้เข้าอบรมจะเข้าไปเกี่ยวข้องมากในปัจจุบันและอนาคต ได้แก่ วัยเด็กเป็นวัยที่เรียนในระดับประถมศึกษา วัยรุ่น เป็นวัยที่เรียนในระดับมัธยมศึกษา และวัยผู้ใหญ่เป็นวัยผู้ใหญ่ต่อนั้นที่เรียนในระดับอุดมศึกษา รวมถึงวัยทำงาน

2. ให้ผู้เข้าอบรมแบ่งเป็น 6 กลุ่ม และให้จับสลากรเพื่อเลือกอาการณ์และวัย (วัยเด็กดีใจ วัยเด็กเสียใจ วัยรุ่นดีใจ วัยรุ่นเสียใจ วัยผู้ใหญ่ดีใจ และวัยผู้ใหญ่เสียใจ)
3. แต่ละกลุ่มร่วมกันนิยถึงเหตุการณ์ที่เคยเจอบุคคลที่อยู่ในวัยเด็ก วัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่มีอาการณ์ดีใจ เสียใจ วิเคราะห์พฤติกรรมที่บุคคลเหล่านั้นแสดงออก และคิดหาวิธีที่จะแสดงการตอบสนองที่เหมาะสม
4. ผู้เข้าอบรมทั้ง 6 กลุ่มนำเสนอเหตุการณ์โดยใช้บทบาทสมมติในทุกวัย
5. ผู้เข้าอบรมที่เป็นผู้ชุมร่วมกันอภิปรายถึงความเหมาะสมของบทบาทสมมติ พร้อมทั้งหาแนวทางปรับปรุงให้ดีขึ้น
6. หลังจากที่แต่ละกลุ่มนำเสนอบทบาทสมมติ วิทยากรถามผู้เข้าอบรมว่า  
 ◇ ใครมีประสบการณ์ที่มีลักษณะคล้ายกับกลุ่มที่นำเสนอ สามารถร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์ได้
7. วิทยากรอธิบายเพื่อสรุปให้เห็นว่าการแสดงออกของบุคคลที่มีอาการณ์เหมือนกัน แต่ต้องการการตอบสนองที่แตกต่างกัน ดังนั้น หากเราไปเป็นครูในอนาคต เราควรจะมีการสังเกต นักเรียนหรือเพื่อนร่วมงานว่ามีอาการณ์เช่นใด เพื่อที่จะได้แสดงการตอบสนองได้อย่างเหมาะสม
8. ให้ผู้เข้าอบรมบันทึกความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมในเอกสารประกอบการฝึกอบรม

## สื่อและอุปกรณ์

– เอกสารประกอบการฝึกอบรม

## การประเมินผล

- การแสดงบทบาทสมมติ
- การร่วมอภิปราย

## ขั้นฝึกลักษณะความเป็นกัลยาณมิตร (การวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร)

### กิจกรรมที่ 8

#### ผู้พูด...ผู้ฟัง

##### แนวคิด

การสื่อสารจะเกิดประสิทธิภาพและมีประสิทธิผล ต้องมีหลักการพูดที่ดีและหลักการฟังที่ดี

##### วัตถุประสงค์

เพื่อให้ผู้เข้าอบรมเห็นความสำคัญของการสื่อสารด้านการพูดและการฟัง

ระยะเวลา 60 นาที

เนื้อหา –

##### วิธีดำเนินกิจกรรม

– การสร้างสถานการณ์

##### ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ให้ผู้เข้าอบรม 3 คน ซึ่งเป็นอาสาสมัครออกมารถทางเรือที่ต้นประทับใจให้เพื่อนฟัง (โดยให้ออกไปเตรียมตัวของผู้ฟัง)
2. แบ่งผู้เข้าอบรมออกเป็น 2 กลุ่ม โดยที่ กลุ่มที่ 1 ให้ตั้งใจฟังอาสาสมัครคนที่ 1 และ คนที่ 2 ส่วนคนที่ 3 ให้แกล้งไม่ตั้งใจฟัง กลุ่มที่ 2 ให้ตั้งใจฟังเฉพาะอาสาสมัครคนที่ 1 ส่วนคนที่ 2 และ คนที่ 3 ให้แกล้งไม่ตั้งใจฟัง
3. หลังจากอาสาสมัครเล่าจบทั้ง 3 คน วิทยากรจึงเคลียร์ว่า ที่มีการตั้งใจฟังแต่ไม่ตั้งใจฟัง เป็นการสร้างสถานการณ์
4. ให้อาสาสมัครทั้ง 3 คน เล่าถึงความรู้สึกว่า ขณะที่ตนเล่าแล้วเพื่อนตั้งใจฟัง หรือไม่ฟังเลย แล้วรู้สึกอย่างไร
5. ผู้เข้าอบรมร่วมกันสรุปถึงความสำคัญของการเป็นผู้พูดและผู้ฟังที่ดี
6. ให้ผู้เข้าอบรมบันทึกความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมในเอกสารประกอบการฝึกอบรม

สื่อและอุปกรณ์ – เอกสารประกอบการฝึกอบรม

การประเมินผล – การร่วมกิจกรรม

## กิจกรรมที่ 9

### การสื่อสารทีดี

#### แนวคิด

องค์ประกอบเบื้องต้นของการสื่อสาร ได้แก่ ผู้ส่งสาร สาร และผู้รับสาร การสื่อสารจะประสบผลสำเร็จ ในเบื้องต้นผู้ส่งสารอาจจะด้วยการพูด และผู้รับสาร คือ ผู้ฟังจะต้องให้ความสนใจ ตั้งใจที่จะสื่อสารกันทั้งสองฝ่าย ด้วยหลักการพูดที่ดี และหลักการฟังที่ดี

#### วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้เข้าอบรม

1. รู้และเข้าใจหลักการสื่อสารด้านการพูดที่ดีและการฟังที่ดี
2. เห็นคุณค่าของการสื่อสารที่ดี

ระยะเวลา 60 นาที

#### เนื้อหา

การสื่อสารมีความสำคัญในการสร้างความสัมพันธ์ดีระหว่างบุคคล ทำให้เกิดความเข้าใจที่ดี ต่อกัน เกิดความไว้วางใจ สนับยใจ และยังช่วยให้ผู้ที่มีความทุกข์ได้คลายทุกข์ มีกำลังใจที่จะฝ่าฟันปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ ด้วยการเป็นผู้ที่รู้จักพูด รู้จักใช้คำพูดที่สุภาพ ง่ายแก่การเข้าใจ ชัดเจน และใช้น้ำเสียงที่เหมาะสม มีอารมณ์ขันในการพูด หลีกเลี่ยงการพูดที่ก่อให้เกิดความขัดแย้ง รู้จักการพูดชมเชย บังตามความเหมาะสม และการเป็นผู้ที่รู้จักฟัง ด้วยการรับฟังอย่างตั้งใจ สร้างบรรยากาศ ที่ดีในการฟัง มีความอดทนที่จะฟังให้จบ หรืออดทนต่อการได้ฟังหรือได้เห็นการแสดงออกที่ไม่สบอารมณ์ของผู้พูด

#### การพูดที่ดี มีแนวปฏิบัติดังนี้

1. ฝึกใช้คำพูดที่สุภาพ ไพเราะ พูดเป็นจังหวะ และใช้น้ำเสียงให้เหมาะสม
2. พยายามใช้ภาษาง่ายแก่การเข้าใจ เหมาะกับบุคคล โอกาส และสถานที่
3. พูดให้ชัดเจน ได้เนื้อหาสาระ อย่าใช้คำพูดแบบลังเล แสดงความไม่แน่ใจ จะทำให้ผู้ฟังเกิดความรู้สึกขาดความเชื่อถือในตัวผู้พูด
4. ฝึกพูดให้คนอื่นฟัง เป็นการพูดที่สามารถตอบสนองความต้องการของผู้ฟังให้ครบใจ และสนับยใจ โดยยึดหลักง่าย ๆ ได้แก่ อย่าพูดจับผิดคนอื่น และเมื่อยามที่เขามีความทุกข์ มีความเครียด ก็พยายามพูดให้กำลังใจ ปลอบใจ

5. เมื่อจะกล่าวคำชี้แจง ให้เจาะจงการกระทำที่ดี ไม่กล่าวล้อเลย ๆ หากจะต้องวิจารณ์ให้วิจารณ์การกระทำ ไม่เจาะจงตัวบุคคล และไม่วิจารณ์รุนแรง

6. หลีกเลี่ยงก ารพูดที่แสดงให้เห็นถึงความขัดแย้ง โดยเฉพาะเรื่องเกี่ยวกับความเชื่อ หรือความคิดเห็น ซึ่งจะทำให้เกิดความบาดหมางกันได้ง่าย

7. พูดในเรื่องที่คิดว่ารู้จริง และสูงใจให้เกิดความอยากรู้ พยายามพูดให้รัดกุม ถ้าไม่รู้แล้วพยายามพูดจะทำให้เกิดความเบื่อหน่าย

8. มีอารมณ์ ขันในการพูด หรือมีการพูดเล่นบ้าง แต่อย่าให้ฟุ่มเฟือยมากนัก และไม่ใช่คำพูดสองแง่มุม ต้องระวังอย่าใช้คำพูดตกลงขั้นในปมด้อยของผู้ฟัง

9. คิดก่อนพูด เนื่องจากคำพูดที่พูดออกไปอาจจะส่งผลเสียหายต่อผู้อื่น อาจจะเป็นคำพูดที่บั่นทอนใจ หรือไปกระตุนอารมณ์โกรธ หรือเป็นคำพูดที่ทำให้เกิดความแตกแยก

10. พยายามควบคุมอารมณ์ให้ได้ไม่พูดขณะที่กรوحหรือไม่พอใจ

นอกจากนี้ หากต้องพูดเพื่อวิพากษ์วิจารณ์คนอื่น การวิจารณ์นั้นควรจะแสดงออกในทางบวก เช่น การชุมเชย แต่ถ้าหากต้องการจะวิจารณ์เพื่อที่จะให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิดหรือพฤติกรรม ต้องเป็นสิ่งที่ยอมรับได้ เช่น ใจกันได้ ตรงไปตรงมา ไม่ว่ากวน และสามารถนำไปปฏิบัติได้และหาทางออกได้

### **การฟังที่ดี มีแนวปฏิบัติดังนี้**

1. เตรียมเป็นผู้ฟังที่ดี คือ ทำตัวให้พร้อมที่จะฟัง และตั้งใจฟัง

2. เงียบ คือ ทำตัวให้เงียบแล้วจะฟังได้ชัดเจน

3. สร้างบรรยากาศที่ดีเพื่อให้ผู้พูดรู้สึกสบายใจที่จะพูด ผู้ฟังที่ดีจะพยายามพยายามพยักหน้า หรือส่งเสียง “ครับ - ค่ะ” ขณะสนทนาก

4. อดทนต่อการได้ยินหรือได้เห็นการแสดงออกของผู้พูดที่ไม่สบอารมณ์ และ

หลีกเลี่ยงการขัดแย้งหรือแสดงความไม่พึงพอใจอกรมาให้เห็น

5. อดทนฟังให้จบก่อน แล้วจึง ถามหรือโต้ตอบ หรือมีปฏิสัมพันธ์อย่างอื่น หากจำเป็นจริง ๆ ควรกล่าวคำขอโทษก่อน

6. การทวนประไยค์ที่ได้รับฟังมา ก่อนจะถามหรือโต้ตอบ เป็นการแสดงว่าฟังด้วยความเข้าใจ

7. ฟังโดยใช้เหตุผล ใช้ความคิดไตร่ตรอง เลือกรับและฟังในสิ่งที่ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ตน

8. การแสดงก ารขอบคุณผู้พูดที่ได้ให้ความรู้แก่ผู้ฟัง

ประสีทิวภาพของการฟังพิจารณาได้จากสิ่งที่ผู้ฟังได้รับ ดังต่อไปนี้

1. ฟังแล้วจับประเด็นได้ ในการฟังต้องใช้สมารถเพื่อที่จะได้เข้าใจเรื่องราวติดต่อกันโดยตลอดจนสามารถจับประเด็นได้ถูกต้อง

2. พังแล้ววิเคราะห์ได้ เป็นการแยกระหว่างข้อเท็จจริงกับความคิดเห็น หรือสิ่งใดเป็นเหตุ สิ่งใดเป็นผลของเรื่อง และต้องสังเกตกริยาท่าทางของผู้พูดร่วมด้วย

3. พังแล้วตีความได้ การฟังบางประการผู้พูดอาจสื่อความหมายไม่ตรงตามตัวอักษร ซึ่งอาจจะเป็นการอุบമาบุ่มอย หรือกล่าวโวหาร สุภาษิต คำพังเพย ซึ่งผู้ฟังจะต้องทำความเข้าใจกับความหมายแท้จริงที่ผู้พูดແง้ไว้ จึงจะเข้าใจเรื่องรากตามที่ผู้พูดต้องการได้

4. พังแล้วประเมินคุณค่าได้ เป็นการบอกว่าสิ่งนั้นดีหรือไม่ดี โดยใช้ความคิดเหตุผล ประเมินค่าในสิ่งที่ฟัง

### วิธีดำเนินกิจกรรม

- การสร้างสถานการณ์
- แผนผังโน้ตศูนย์
- การตั้งคำถาม
- การนำเสนอ

### ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. วิทยากรเงินนำให้เห็นความสำคัญของการสื่อสารว่ามีความสำคัญในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคล ทำให้เกิดความเข้าใจที่ดีต่อกัน เกิดความไว้วางใจ สนับสนุน และยังช่วยให้มีความทุกข์ได้คลายทุกข์ มีกำลังใจที่จะฝ่าฟันปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ ได้

2. แบ่งผู้เข้าอบรมออกเป็น 4 กลุ่ม ให้ 2 กลุ่มจัดทำแผนผังโน้ตศูนย์เรื่องการพูดที่ดี และการฟังที่ดี (วิทยากรอธิบายแนวคิดของการทำแผนผังโน้ตศูนย์ เป็นการจัดกลุ่มองค์ประกอบของการพูดหรือการฟังที่ดีว่ามีอะไรบ้าง และในแต่ละองค์ประกอบมีองค์ประกอบย่อยใดอีก) และอีก 2 กลุ่ม ให้ค้นหาสุภาษิตหรือคำพังเพยที่เปรียบเทียบถึงความสำคัญของการพูด และการฟัง

3. ให้แต่ละกลุ่มนำเสนอแผนผังโน้ตศูนย์ของตน โดยใช้แผ่นโปสเตอร์

4. วิทยากรสรุปจากการนำเสนอของแต่ละกลุ่ม และอธิบายเพิ่มเติมในส่วนที่ยังไม่ครอบคลุม เพื่อให้มีความชัดเจนยิ่งขึ้น

5. ให้ผู้เข้าอบรมบันทึกความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมในเอกสารประกอบการฝึกอบรม

### สื่อและอุปกรณ์

- แผ่นโปสเตอร์
- หนังสือสุภาษิต คำพังเพย
- เอกสารประกอบการฝึกอบรม

### การประเมินผล

- การร่วมกิจกรรม
- การนำเสนอ

## ขั้นฝึกลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร (การคิดแบบโอนิโสมนสิกา)

### กิจกรรมที่ 13

#### รู้หลักการคิด

##### แนวคิด

วิธีคิดแบบสืบสานเหตุปัจจัย เป็นการพิจารณาปัญหา หาแนวทางแก้ไขด้วยการค้นหาสาเหตุ และปัจจัยต่าง ๆ ที่ส่งผลสืบทอดกันมา

วิธีคิดแบบเห็นคุณโทษและทางออก เป็นการพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง คิดถึง คุณค่าหรือโทษของสิ่งนั้น พร้อมทั้งหาทางออกที่หลากหลาย ทั้งยังคิดถึงผลที่จะตามมา

#### วัตถุประสงค์ เพื่อให้ผู้เข้าอบรม

1. รู้หลักการคิดแบบสืบสานเหตุปัจจัย
2. รู้หลักการคิดแบบเห็นคุณ-โทษ และทางออก

ระยะเวลา 60 นาที

**เนื้อหา** วิธีคิดแบบสืบสานเหตุปัจจัย เป็นการพิจารณาปัญหา หาแนวทางแก้ไขด้วยการค้นหาสาเหตุและปัจจัยต่าง ๆ ที่ส่งผลสืบทอดกันมา มีแนวปฏิบัติ คือ

1. คิดแบบปัจจัยสัมพันธ์ กล่าวคือ ฝึกพิจารณาว่า เมื่อสิ่งนั้นมี สิ่งนี้จึงมี เพราะนี่เกิดขึ้น สิ่งนั้นจึงเกิดขึ้น เมื่อสิ่งนั้นไม่มี สิ่งนี้จึงไม่มี เพราะสิ่งนี้ดับ สิ่งนี้จึงดับ เป็นต้น
2. คิดแบบสอบถาม หรือตั้งคำถาม เช่น เมื่ออะไรมีอยู่บ้าง อุปทานจึงมี อุปทานมี เพราะอะไรเป็นปัจจัย เป็นต้น

วิธีคิดแบบเห็นคุณ โทษ และทางออก เป็นการพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง โดยการยอมรับสิ่งนั้นในทุกด้านทั้งด้านดี และด้านเสีย เช่น บอกว่าก่อนจะแก้ปัญหา ต้องเข้าใจปัญหา ให้ชัดเจน และรู้ที่ไปให้ดีก่อน หรือก่อนจะลาสิ่งหนึ่งไปหาอีกสิ่งหนึ่ง ต้องรู้จักทั้งสองฝ่ายให้ดีพอ ซึ่งเป็นการพิจารณาว่าการทิ้งสิ่งหนึ่งไปหาอีกสิ่งหนึ่งเป็นการกระทำที่สมควรและดีจริง มีแนวปฏิบัติ คือ

1. ส่วนดี (อัศวานะ) เป็นการพิจารณาถึงส่วนดี คุณค่า ข้อที่น่าพึงพอใจ
2. ส่วนเสีย (อาทินะ หรือ อาทินพ) เป็นการพิจารณาถึง โทษ ข้อบกพร่อง
3. ทางออก (นิสสรณะ) ทางหลุดพ้น หรือปราชจากปัญหา

## วิธีดำเนินกิจกรรม

- วิเคราะห์สถานการณ์
- การนำเสนอ

## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. วิทยากรถามผู้เข้าอบรมเกี่ยวกับหลักการคิดและตัดสินใจในชีวิตประจำวัน โดยให้ผู้เข้าอบรมยกตัวอย่างสถานการณ์ เช่น การเลือกซื้ออาหารหรือสิ่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ การให้ความช่วยเหลือผู้อื่น รวมทั้งการรับรู้ข้อมูลจากสาร
2. ผู้เข้าอบรมแต่ละคนศึกษาสถานการณ์จากเอกสาร 13.1 เป็นสถานการณ์ที่ให้ฝึกคิดแบบสีบลูส์เบิร์ป์จัย และแบบเห็นคุณ-โทษและทางออก
3. แบ่งผู้เข้าอบรมออกเป็น 6 กลุ่ม ให้แต่ละกลุ่มร่วมความแนวคิดของสมาชิกแต่ละคน ทั้งสองแนวคิด และนำเสนอผลการวิเคราะห์สถานการณ์โดยใช้วิธีคิดทั้งสองวิธี
4. ผู้เข้าอบรมร่วมกันสรุปขั้นตอนของการคิดโดยใช้วิธีคิดแบบสีบลูส์เบิร์ป์จัยและวิธีคิดแบบเห็นคุณ-โทษและทางออก
5. ให้ผู้เข้าอบรมบันทึกความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมในเอกสารประกอบการฝึกอบรม

## สื่อและอุปกรณ์

- เอกสาร 13.1
- เอกสารประกอบการฝึกอบรม

## การประเมินผล

- การตอบคำถาม
- การนำเสนอผลการวิเคราะห์

### เอกสาร 13.1

1. จงพิจารณาถึงสาเหตุของปัญหาในสถานการณ์ที่กำหนดให้ต่อไปนี้

#### สถานการณ์ที่ 1

สุนารีเป็นนักเรียนที่ตั้งใจเรียน ขยันศึกษาหาด้วยความคิดและทบทวนที่เรียนมาอยู่เสมอ ทำให้สุนารีสอบได้คะแนนสูงสุดในทุกวิชา แต่พอหันหน้าไปหาเพื่อน ปรากฏว่าไม่มีใครมีท่าทียินดีกับสุนารีเลย



ท่านลองสมมติหาสาเหตุที่เพื่อนไม่ยินดีกับสุนารี

.....  
.....  
.....  
.....

#### สถานการณ์ที่ 2

อานันท์เป็นเด็กที่เรียนดี แต่สูบบุหรี่จากจน และมีอารมณ์ร่าเริงแจ่มใส หลังจากจบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ก็ผ่านการสอบคัดเลือกเข้าเรียนต่อในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่โรงเรียนประจำจังหวัด หลังจากเรียนไปได้ไม่นาน อานันท์กล้ายเป็นเด็กที่เสียหาย เครียด และไม่ค่อยจะคุยกับใคร



ท่านลองสมมติหาสาเหตุที่อานันท์กล้ายเป็นคนเสียหาย

.....  
.....  
.....  
.....

2. จงพิจารณาถึงข้อดี-ข้อเสีย หรือประโยชน์-โทษ พร้อมทั้งหาแนวทางของปัญหาในสถานการณ์ที่กำหนดให้ต่อไปนี้

สถานการณ์ที่ 1

- สมชาติกำลังเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 เป็นนักกีฬาฟุตบอลตัวแทนเยาวชนระดับเขต
- จึงต้องเข้าค่ายเก็บตัวเพื่อฝึกซ้อมเป็นประจำจนแทบไม่มีเวลาเข้าเรียนหรือทำกิจกรรมของโรงเรียนร่วมกับเพื่อน ทำให้ผลการเรียนของสมชาติไม่ค่อยจะดีนัก



ท่านคิดว่าการที่สมชาติเล่นกีฬา ดีหรือไม่ดีอย่างไร

สถานการณ์ที่ 2

- ปานทิพย์เป็นเด็กที่พ่อแม่ตั้งความหวังไว้ค่อนข้างสูงในการเรียน แต่ในภาคเรียนนี้ผลการสอบ
- กลางภาคของปานทิพย์หลายวิชาไม่ผ่าน ทำให้พ่อแม่โกรธและดูปานทิพย์ ทั้งยังนำไปเปรียบเทียบกับ
- เพื่อนบ้านที่เรียนในระดับใกล้เคียงกัน ทำให้ปานทิพย์ไม่อยากเรียนหนังสือ ไม่อยากไปโรงเรียน และ
- เริ่มที่จะไม่เข้าเรียน



ท่านคิดว่าการที่พ่อแม่คาดหวังต่อลูกเป็นสิ่งที่ดีหรือไม่ อย่างไร

## กิจกรรมที่ 14

### คิดดี...ดี

#### แนวคิด

การคิดแบบโยนโน้มนลิกการด้วยวิธีสืบสานเหตุปัจจัย และแบบเห็นคุณโทษและทางออก เป็นวิธีที่ใช้มายาวนาน เริ่มจากพิจารณาหาสาเหตุของปัญหา ผลดี ผลเสียของปัญหา แนวทางแก้ไข และผลที่ตามมา โดยในการฝึกการคิดดังกล่าวเริ่มฝึกคิดจากประเด็นปัญหาของตนเอง

**วัตถุประสงค์** เพื่อให้นักศึกษาสามารถใช้วิธีคิดแบบสืบสานเหตุปัจจัย และแบบเห็นคุณ-โทษและทางออกในการแก้ปัญหาของตนเองได้

ระยะเวลา 120 นาที

**เนื้อหา** วิธีคิดแบบสืบสานเหตุปัจจัยเป็นวิธีเริ่มต้นในการคิดพิจารณาปัญหาหรือสถานการณ์ต่าง ๆ และวิธีนี้ช่วยให้เราสามารถหาสาเหตุและปัจจัยที่ทำให้เกิดปัญหา ด้วยการฝึกคิดหรือตั้งข้อสังเกตต่อไป

ขั้นที่ 1 การพิจารณาสาเหตุและปัจจัยที่ทำให้เกิดปัญหา ด้วยการฝึกคิดหรือตั้งคำถามเพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างสาเหตุและปัญหา

ขั้นที่ 2 การพิจารณาด้านดี - ด้านเสีย หรือประโยชน์-โทษของปัญหา ด้วยการฝึกคิดในแต่ละองค์ประกอบของปัญหาว่าดี ไม่ดี หรือมีประโยชน์-โทษอย่างไร

ขั้นที่ 3 การพิจารณาแนวทางแก้ปัญหา พร้อมทั้งเลือกทางออก ของปัญหา ด้วยการฝึกคิดหาแนวทางที่เป็นไปได้ทั้งหมดของปัญหา และแต่ละแนวทางมีเป้าหมาย ผลที่ตามมาอย่างไร แล้วเลือกทางเลือกที่ดีที่สุด เหมาะสมที่สุด

#### วิธีดำเนินกิจกรรม

- การใช้วิธีคิดแบบสืบสานเหตุปัจจัย และแบบเห็นคุณ-โทษและทางออกกับปัญหา ที่กำลังเผชิญอยู่

## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

### 1. วิทยากรถามผู้เข้าอบรมว่า

◇ นักศึกษาสามารถที่จะใช้วิธีคิดทั้งสองแบบในสถานการณ์ใดยกันได้

หรือไม่ อよ่างไร (วิทยากรบันทึกคำตอบของผู้เข้าอบรมในแผ่นโปรดักส์)

2. วิทยากรสรุปจากแผ่นโปรดักส์เป็นขั้นตอนของการคิด 3 ขั้น ได้แก่ การพิจารณา สาเหตุของปัญหา การพิจารณาด้านดีด้านเสีย และการพิจารณาแนวทางในการแก้ปัญหาพร้อมผล ที่ตามมา

3. ให้ผู้เข้าอบรมแต่ละคนคิดถึงเรื่องที่ทำให้ไม่สบายใจหรือเป็นปัญหามากที่สุดที่ กำลังเผชิญอยู่ในช่วงนี้ แล้วนำมาฝึกคิดแบบสืบสานเหตุปัจจัย และแบบเห็นคุณ-โทษและทางออก ใน 3 ขั้นตอน และเขียนบันทึกไว้

4. แบ่งผู้เข้าอบรมออกเป็น 6 กลุ่ม ให้ผู้เข้าอบรมแต่ละคนเล่าปัญหาของตนให้ สมาชิกในกลุ่มฟัง และสมาชิกในกลุ่มร่วมกันคิดถึงสาเหตุของปัญหา ผลดีผลเสีย และหาแนวทางใน การแก้ปัญหาพร้อมผลที่ตามมา

5. ให้ผู้เข้าอบรมที่เป็นผู้เล่า นำเสนอความคิดของตนต่อกลุ่ม และเปรียบเทียบว่า เหมือนหรือต่างกันอย่างไร และปรับให้เป็นแนวคิดที่ดีที่สุด คือ เกิดความพอใจและยอมรับได้ของทั้ง สองฝ่าย

6. แต่ละคนนำเสนอวิธีการคิดของตน และของกลุ่มต่อผู้เข้าอบรมทั้งหมด

7. หลังจากที่ผู้เข้าอบรมทุกคนได้เล่าปัญหาของตนพร้อมทั้งหาแนวทางแก้ปัญหาแล้ว วิทยากรให้ผู้เข้าอบรมตอบคำถามว่า วิธีคิดดังกล่าวสามารถที่จะนำไปใช้แก้ปัญหาจริงได้มากน้อยเพียงใด

8. ให้ผู้เข้าอบรมบันทึกความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมในเอกสารประกอบการฝึกอบรม

## สื่อและอุปกรณ์

- แผ่นโปรดักส์
- เอกสารประกอบการฝึกอบรม

## การประเมินผล

- การพิจารณาปัญหาโดยการค้นหาสาเหตุ คิดด้านดีด้านเสีย และหาทางออก พร้อมผลที่ตามมา
- การเปิดใจที่จะเล่าและรับฟังปัญหาด้วยความจริงใจ

---

## ขั้นบูรณาการลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร

---

### กิจกรรมที่ 17

#### กระบวนการสานสัมพันธ์

##### แนวคิด

ผู้เข้าอบรมเห็นความสำคัญของการเป็นกัญญาณมิตร และเข้าใจขั้นตอนของการแสดงความเป็นกัญญาณมิตร เพื่อนำไปใช้ในการฝึกปฏิบัติต่อไป

**วัตถุประสงค์** เพื่อให้ผู้เข้าอบรมมีความรู้ ความเข้าใจ ขั้นตอนของการบูรณาการลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร

ระยะเวลา 60 นาที

**เนื้อหา** การบูรณาการ เป็นการนำความเป็นกัญญาณมิตรมาประยุกต์ใช้ในกิจกรรมหรือสถานการณ์ที่กำหนด ด้วยการประยุกต์แนวคิดกระบวนการให้คำปรึกษามาเป็นแนวทางในการฝึกปฏิบัติ ในการฝึกปฏิบัติจะแสดงความเป็นกัญญาณมิตรทั้ง 7 ลักษณะ ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่

ขั้นที่ 1 การสร้างความไว้วางใจ เป็นการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างกัน เพื่อให้เกิดความคุ้นเคย ด้วยการทักทายหรือพูดคุยด้วยท่าทีที่เป็นมิตร ให้ความเป็นกันเอง แสดงถึงการรับรู้ เข้าใจในความรู้สึก ความต้องการของคู่สนทนা และแสดงออกถึงความพร้อมที่จะให้การสนับสนุน สอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในด้านความน่ารัก และความน่าเคารพ

ขั้นที่ 2 ความตั้งใจในการรับฟัง เป็นการรับฟังข้อมูลต่าง ๆ ของคู่สนทนากับความใส่ใจ วิเคราะห์รวมชาติ วิเคราะห์ภาระทางจิตของคู่สนทนากับความเห็นอกเห็นใจ ให้ความสอดคล้องกันในลักษณะตรงไปตรงมา มีความเหมาะสมและเข้ากับสถานการณ์ สอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในด้านการรู้จักพูด และความอดทนต่อถ้อยคำ

ขั้นที่ 3 การจัดลำดับและอธิบายความสัมพันธ์ เป็นการลำดับเรื่องราวเหตุการณ์ที่ได้รับฟังมา แล้วพิจารณาถึงสาเหตุร่วมกัน และค้นหาความสัมพันธ์ของเหตุการณ์หรือปัญหาต่าง ๆ โดยอยู่บนหลักการเหตุและผล สอดคล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรในด้านความน่ายกย่อง และการถ่ายทอด

ขั้นที่ 4 การให้คำแนะนำ เป็นการอธิบายถึงด้านดีด้านเสีย ประโยชน์ โทษ หรือคุณค่าที่ได้รับจากเหตุการณ์นั้น ๆ พร้อมทั้งแนะนำคู่สนทนาระบุส่วนตัว เลือกที่หลากหลายในการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่การแก้ปัญหาหรือหาทางออกของปัญหา สดคล่องกับลักษณะความเป็นกัลยาณมิตรในด้านความน่ายกย่อง และการไม่ซักนำไปในทางที่เสื่อมเสีย

ข้อที่ 5 การสนับสนุนให้กำลังใจ เป็นการให้กำลังใจด้วยการพูด การแนะนำ  
แหล่งข้อมูลหรือแนะนำให้ไปพบผู้ที่มีความรู้ในเรื่องนั้น สมควรล้องกับลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรใน  
ด้านการรู้จักพูด

## วิธีดำเนินกิจกรรม

- การตั้งค่าตาม
  - การอภิปราย

## ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. วิทยากรสนทนเพื่อทบทวนเกี่ยวกับองค์ประกอบของกัญญาณมิตร
  2. ผู้เข้าอบรมร่วมกันทบทวนว่า ในกิจกรรมที่ผ่านมาทั้งหมด ได้ฝึกอะไรไปบ้าง แต่ละอย่างมีข้อตอนอย่างไร และมีลักษณะสอดคล้องกับความเป็นกัญญาณมิตรในด้านใดบ้าง
  - (วิทยากรนำเสนอบรรยายในแผ่นโปรดักชัน)
  3. วิทยากรและผู้เข้าอบรมร่วมกันวิเคราะห์ว่า เราจะนำลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรกับการรู้จักເคนใจเขามาใช้ใน การวิเคราะห์การติดต่อสื่อสาร และการคิดแบบโynosis มนสิกิริมาสัมพันธ์กันเพื่อนำไปใช้อย่างไร
  4. วิทยากรนำเสนอข้อตอนของการบูรณาการลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร 5 ข้อตอน โดยใช้แผ่นโปรดักชัน แล้วให้ผู้เข้าอบรมร่วมมองภิปรายถึงความเหมาะสมที่จะนำไปใช้
  5. วิทยากรสรุปจากการตอบคำถามแล้วขอใบ้ยังให้เห็นความสำคัญของการให้คำปรึกษาระหว่างครุภารนักเรียน
  6. ให้ผู้เข้าอบรมบันทึกความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมในเอกสารประกอบการฝึกอบรม

ສື່ອແລະອຸປະກອນ

- แผ่นปูร่องใส
  - เอกสารประกอบการฝึกอบรม

การประเมินผล

- ### - การตอบคำถาม

## กิจกรรมที่ 18

### การเห็นใจกัน

#### แนวคิด

การได้ฝึกลักษณะความเป็นกัลยานมิตรโดยการฝึกปฏิบัติจริง จะทำให้ผู้ฝึกปฏิบัติเกิดความเข้าใจที่ถูกต้อง

**วัตถุประสงค์** เพื่อให้ผู้เข้าอบรมสามารถแสดงลักษณะความเป็นกัลยานมิตรได้อย่างเหมาะสม

ระยะเวลา 120 นาที

เนื้อหา ขั้นตอนของการแสดงลักษณะความเป็นกัลยานมิตร 5 ขั้นตอน ได้แก่ การสร้างความไว้วางใจ ความตั้งใจในการรับฟัง การจัดลำดับและอธิบายความสัมพันธ์ การให้คำแนะนำ และการสนับสนุนให้กำลังใจ

#### วิธีดำเนินกิจกรรม

- การแลกเปลี่ยนประสบการณ์
- การตั้งคำถาม

#### ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม

1. ให้ผู้เข้าอบรมจับคู่กันตามความสมัครใจ
2. ผู้เข้าอบรมแต่ละคนคิดถึงเรื่องราวที่ทำให้รู้สึกกังวลใจมากที่สุดในขณะนี้ แล้วนำมาเล่าให้เพื่อนฟัง โดยผลักกันเล่า
3. ขณะที่เล่า ผู้ที่เป็นฝ่ายรับฟังจะต้องพยายามสะท้อนขั้นตอนของลักษณะความเป็นกัลยานมิตรในทุกขั้นตอน
4. เมื่อผู้เข้าอบรมฝึกปฏิบัติครบถ้วนแล้ว วิทยากรถามว่า
  - ◇ การที่นักศึกษาเลือกจับคู่ที่จะเล่าเรื่องที่ตนไม่สบายใจ ได้คำนึงถึงบุคคลที่จะเป็นคู่เราหรือไม่ อよ่างไร
  - ◇ หลังจากที่ได้เล่าเรื่องที่ตนไม่สบายใจให้เพื่อนฟังแล้ว รู้สึกอย่างไร

5. ให้ผู้เข้าอบรมแต่ละคู่อุกมาดำเนินการฝึกซ้อมความเป็นกลยุทธ์ในทุกขั้นตอน โดยประเมินตนเองและประเมินคู่สนทนา
6. ให้ผู้เข้าอบรมบันทึกความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมในเอกสารประกอบการฝึกอบรม

### **สื่อและอุปกรณ์**

- เอกสารประกอบการฝึกอบรม

### **การประเมินผล**

- การฝึกปฏิบัติ
- การตอบค้ำถาม
- การแสดงความคิดเห็นต่อเพื่อนในการฝึกปฏิบัติ

ตัวอย่าง

เอกสารสรุปกิจกรรม

การพัฒนาลักษณะความเป็นก้าวขานมิตร

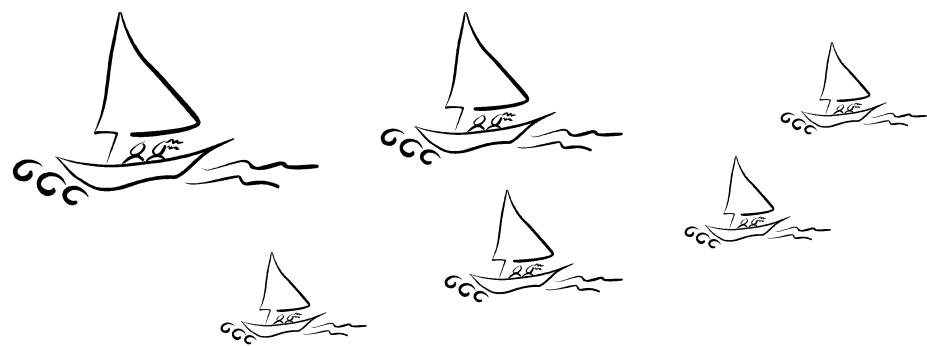
ชื่อ-สกุล \_\_\_\_\_  
ชั้นปีที่ \_\_\_\_\_

ใบรวมวิชา \_\_\_\_\_

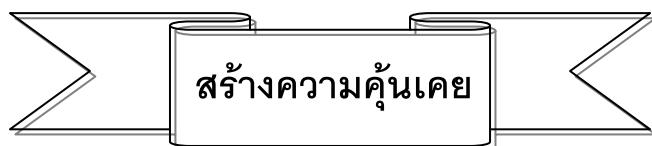
คณะ \_\_\_\_\_

มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

2550



กิจกรรมที่ 1



## ข้อสรุปความรู้ที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะ

---

---

---

---

---

## กิจกรรมที่ 2



## ข้อสรุปความรู้ที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะ

---

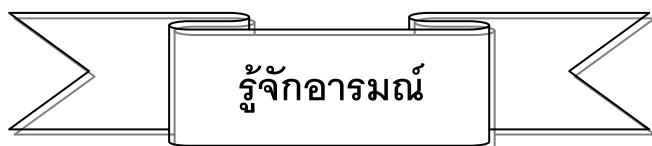
---

---

---

---

กิจกรรมที่ 4



## ข้อสรุปความรู้ที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะ

---

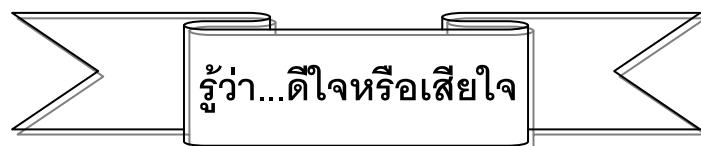
---

---

---

---

## กิจกรรมที่ 5



## ข้อสรุปความรู้ที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะ

---

---

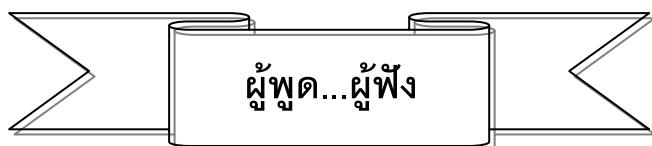
---

---

---

---

กิจกรรมที่ 8



## ข้อสรุปความรู้ที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะ

---

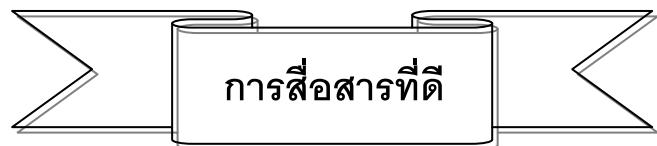
---

---

---

---

กิจกรรมที่ 9



## ข้อสรุปความรู้ที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะ

---

---

---

---

กิจกรรมที่ 13



## ข้อสรุปความรู้ที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะ

---

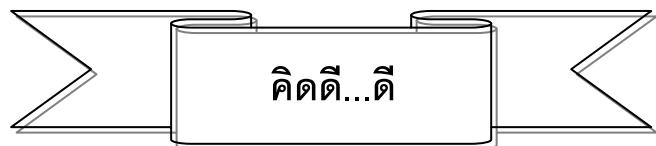
---

---

---

---

กิจกรรมที่ 14



## ข้อสรุปความรู้ที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะ

---

---

---

---

---

กิจกรรมที่ 17

## กระบวนการสารสนับสนุน

## ข้อสรุปความรู้ที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

ข้อเสนอแนะ

กิจกรรมที่ 18

## การเห็นใจกัน

## ข้อสรุปความรู้ที่ได้รับจากการทำกิจกรรม

ข้อเสนอแนะ

## ภาคผนวก ช

### การหาคุณภาพเครื่องมือวิจัยด้านความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง ของแบบวัดลักษณะความเป็นกัลยาณมิตร

#### 1. ด้านความน่ารัก

ข้อคำถาม	IC
+ 1. ข้าพเจ้านำหนังสือเรียนที่เรียนผ่านไปแล้ว ไปให้ผู้อื่นที่สามารถนำไปใช้เรียนต่อได้อีก	0.86
+ 2. เมื่อเพื่อนหรือวุ่นน้องมาเล่าให้ข้าพเจ้าฟังว่า วู้ดี้ต้องทำให้กับการเรียนหรือเรียนไม่วู้ดี้เอง ข้าพเจ้าปลอบใจและให้กำลังใจ	0.71
- 3. เมื่อเพื่อนไม่สบายใจแล้วมาเล่าให้ฟัง ข้าพเจ้าจะหลีกเลี่ยงการให้ความช่วยเหลือ	0.86
- 4. เมื่อมีผู้ที่ข้าพเจ้ารู้จักได้รับรางวัลต่าง ๆ ข้าพเจ้าไม่แสดงความยินดีใด ๆ เพราะอาจทำให้เขาหลงตัวเอง	1
+ 5. ข้าพเจ้าให้ความช่วยเหลือทุกคนด้วยความจริงใจ	1
+ 6. เมื่อบิดามารดาไม่สบายใจหรือมีปัญหา ท่านนำมาปรึกษาข้าพเจ้าพร้อมให้ความช่วยเหลือท่านเพื่อให้ท่านสบายใจหรือผ่อนคลายปัญหา	0.71
+ 7. เมื่อมีคนมากขอความร่วมมือในการทำงาน ข้าพเจ้ายินดีและทำเต็มความสามารถ	1
- 8. ข้าพเจ้าเห็นว่าผู้ที่มีอายุมากกว่า ต้องมีประสบการณ์มากกว่า ถ้าเขามีปัญหาแล้วนำมาปรึกษาข้าพเจ้า อาจเป็นเพียงการแก้ลังถาม	1
- 9. หลายครั้งที่เพื่อนมาเล่าปัญหาให้ฟัง ข้าพเจ้าไม่แสดงความคิดเห็นเพราะไม่ชอบยุ่งเรื่อง ของคนอื่น	1

## 2. ความน่าเคารพ

ข้อคำถาม	IC
+ 1. เมื่อมีรุ่นนองมากขอคำปรึกษาเรื่องการเรียน ข้าพเจ้าแนะนำทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน	1
+ 2. เมื่อเห็นเพื่อนหรือรุ่นนองแต่งกายผิดระเบียบของสถานศึกษา ข้าพเจ้าจะตักเตือน	1
+ 3. ในการทำงานกลุ่มกับเพื่อน หากข้าพเจ้าเป็นผู้แบ่งงาน ข้าพเจ้าจะแบ่งให้ทุกคนได้รับผิดชอบเท่า ๆ กัน	1
+ 4. เมื่อเพื่อนสนใจของข้าพเจ้ามีปัญหา กับคนที่ข้าพเจ้าไม่ชอบ ข้าพเจ้าตัดสินบนความถูกต้อง โดยไม่นำเรื่องส่วนตัวเข้ามาเกี่ยวข้อง	1
+ 5. หากข้าพเจ้าต้องแก้ปัญหาระหว่างคนสองคน ข้าพเจ้าพิจารณาโดยไม่ฟังความข้างเดียว	1
- 6. ข้าพเจ้าไม่กล้าที่จะบอกผู้ที่มีอายุมากกว่าว่าสิ่งที่เขาทำไม่เหมาะสม	0.86
+ 7. ข้าพเจ้าไม่เข้าข้างคนผิดແனอน ไม่ว่าใครก็ตาม	1
- 8. เมื่อคนที่ข้าพเจ้าไม่ชอบมีเรื่องเดือดร้อนมากขอความช่วยเหลือ ข้าพเจ้าพยายามหลีกเลี่ยง เพราะไม่อยากยุ่งเรื่องของคนอื่น	0.86
- 9. หลายครั้งที่เพื่อนของข้าพเจ้าทะเลาะกัน ข้าพเจ้าเข้าช้างเพื่อนที่ข้าพเจ้าชอบหรือมีความสนิทสนมมากกว่า	1
-10. ข้าพเจ้าเคยโกรหกผู้อื่น เพื่อช่วยเหลือเพื่อนที่ทำผิด เพราะรักเพื่อนมาก	1
-11. เมื่อบิดา/มารดาของข้าพเจ้ามีปัญหา กับเพื่อนบ้าน ไม่ว่าถูกหรือผิด ข้าพเจ้าเข้าช้างบิดา/มารดาของข้าพเจ้าเสมอ	1

### 3. ความน่ายกย่อง

ข้อคำถาม	IC
- 1. ข้าพเจ้าไม่สนใจติดตามข่าวเหตุการณ์ต่าง ๆ ไม่ว่าในประเทศหรือต่างประเทศ	1
+ 2. เมื่อข้าพเจ้าพบข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการเรียน จะบันทึกเก็บไว้	1
+ 3. เมื่ออาจารย์หรือรุ่นพี่แนะนำให้อ่านหนังสือซึ่งบอกว่าเป็นประโยชน์ ข้าพเจ้ารีบไปค้นหาและนำมาอ่าน	1
+ 4. เมื่อข้าพเจ้าไม่เข้าใจบทเรียนในเรื่องใด จะไปศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมทันที	1
+ 5. ข้าพเจ้าตรวจสอบความเรียบ理性ของการแต่งกายก่อนเข้าเรียน	0.86
+ 6. ข้าพเจ้าคำนึงถึงความเหมาะสมสมก่อนที่จะแต่งกายไปในสถานที่ต่าง ๆ	1
+ 7. ข้าพเจ้าตั้งใจเรียนทุกวิชา	0.86
+ 8. ข้าพเจ้าทำงานที่ได้รับมอบหมายจากอาจารย์หรืองานกลุ่มอย่างเต็มความสามารถ	0.86
+ 9. ข้าพเจ้าเข้าเรียนทันเวลาในทุกวิชา	0.86
- 10. เมื่อข้าพเจ้าดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือพิมพ์หรือใช้อินเทอร์เน็ต ข้าพเจ้าชอบดูหรืออ่านเกี่ยวกับวงการบันเทิง	0.86
- 11. ข้าพเจ้าแต่งกายตามสมัยนิยม ไม่ว่าจะเป็นชุดนักศึกษาหรือชุดทัวไปโดยไม่คิดว่าเป็นเรื่องเสียหาย	0.86
- 12. ข้าพเจ้าเข้าเรียนและตั้งใจเรียนเฉพาะวิชาที่ข้าพเจ้าชอบและถนัด	0.71

#### 4. การรู้จักพูด

ข้อคำถาม	IC
+ 1. ข้าพเจ้าพูดกับทุกคนด้วยคำพูดที่สุภาพ ไพเราะ	1
+ 2. ข้าพเจ้าหลีกเลี่ยงการพูดคำหยาบ ไม่ว่ากับใครก็ตาม	1
+ 3. ข้าพเจ้าไม่นำเรื่องที่ทำให้ผู้อื่นเสียหายไปเล่าต่อ	1
+ 4. ข้าพเจ้าพูดในเรื่องที่รู้เมจริงบ้าง เพราะสนุกดีและคนอื่นก็ไม่รู้	0.86
+ 5. ทุกครั้งที่ข้าพเจ้าพูดกับใคร ข้าพเจ้าคิดก่อนเสมอว่า ต้องไม่ใช่คำพูดที่บันทอน ความรู้สึกผู้อื่น	1
+ 6. ในขณะที่สนทนากับทุกคน ข้าพเจ้าจะมั่นใจว่าคำพูดที่จะทำให้คู่สนทนา เสียใจ อาย หรือเกิดความรู้สึกเป็นปมด้อย	1
+ 7. เมื่อมีคนรู้จักได้รับรางวัลต่าง ๆ ข้าพเจ้ากล่าวแสดงความยินดีด้วยความจริงใจ	1
+ 8. หากต้องดูหรือต่อว่าผู้อื่นที่ทำผิด ข้าพเจ้าไม่ใช่คำพูดที่หยาบคายหรือประชดประชัน	1
- 9. ข้าพเจ้าเคยใช้คำพูดในลักษณะสองแง่สามแง่	0.86
- 10. ข้าพเจ้าพูดคำหยาบเมื่อมีอารมณ์โมโห โดยถือว่าเป็นเรื่องปกติ	1
- 11. ข้าพเจ้าใช้คำพูด ”ภู-มึง“ กับเพื่อนที่สนิทกัน	0.86
- 12. ข้าพเจ้าใช้คำพูดที่ไม่ค่อยสุภาพ หรือสองแง่สามแง่ เพื่อเปลี่ยนบรรยากาศที่ตึง เครียดให้เป็นบรรยากาศที่ดีขึ้นหรือสนุกสนาน	1

## 5. ความอดทนต่อถ้อยคำ

ข้อคำถาม	IC
+ 1. ข้าพเจ้ารับฟังอย่างตั้งใจ เมื่อมีคนมาเล่าเรื่องไม่สบายใจให้ฟัง	1
+ 2. ข้าพเจ้าอดทน เมื่อมีคนพูดจาสาส์อเสียดหรือเห็นบแนม	1
+ 3. ถ้ามีคนบอกว่าข้าพเจ้าปฏิบัตินไม่เหมาะสมในบางเรื่อง ข้าพเจ้าจะน้ำกลับไปคิด แล้วพยายามปรับปรุง	1
+ 4. ในขณะที่รับฟังเรื่องต่าง ๆ หากเกิดความสงสัย ข้าพเจ้าจะฟังให้จบก่อนแล้วจึงถาม	1
+ 5. ในขณะที่รับฟังเรื่องต่าง ๆ ข้าพเจ้าแสดงความสนใจด้วยการส่งเสียง ครับ-ค่ะ	1
+ 6. ข้าพเจ้าเต็มใจอดทนฟังเรื่องที่ผู้พูดไม่สบายใจ และพูดด้วยอารมณ์กวน	0.86
+ 7. ข้าพเจ้าสามารถฟังคนอื่นพูดเรื่องที่ข้าพเจ้าชื่อยุ่งแล้ว	1
+ 8. ข้าพเจ้ายินดีมากเมื่อเพื่อนเตือนหรือแนะนำให้ข้าพเจ้าปรับปรุงตนเอง	1
- 9. ข้าพเจ้าจะไม่อดทนฟังคนที่มาเล่าปัญหาด้วยอารมณ์โมโหร	1
-10. ข้าพเจ้าเบื่อมากที่ต้องคุยกับคนที่พูดสับสน หรือพูดอ้อมค้อม	1
-11. ข้าพเจ้ารู้สึกเบื่อมาก เมื่อเพื่อน หรือใคร ๆ ก็ตามมีเรื่องไม่สบายใจแล้วมาเล่าให้ ข้าพเจ้าฟังซ้ำแล้วซ้ำอีก	1
-12. ข้าพเจ้ารู้สึกชำนาญ หากต้องรับฟังปัญหาของผู้อื่นอยู่เรื่อย ๆ	1
-13. ข้าพเจ้ารู้สึกหงุดหงิดเมื่อเพื่อนมาเล่าเรื่องส่วนตัวให้ฟัง	1

## 6. การถ่ายทอด

ข้อคำถาม	IC
+ 1. เมื่อข้าพเจ้าอธิบายเรื่องต่าง ๆ จะแสดงความเป็นเหตุเป็นผล	0.86
+ 2. เมื่อข้าพเจ้าอธิบายเรื่องต่าง ๆ ข้าพเจ้าจะพูดเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของเรื่องราว	0.71
+ 3. เมื่อข้าพเจ้าอธิบายเรื่องต่าง ๆ ข้าพเจ้าจะอธิบายอย่างเป็นขั้นเป็นตอน เพื่อให้เข้าใจอย่างละเอียด	1
+ 4. ในขณะที่สนทนากับผู้อื่น หากข้าพเจ้าสังเกตเห็นว่าคู่สนทนาไม่เข้าใจ หรือเกิดความสับสน ข้าพเจ้าจะพูดช้า อีกครั้ง	1
+ 5. ในขณะที่สนทนากับผู้อื่น หากข้าพเจ้าสังเกตเห็นว่าคู่สนทนาไม่เข้าใจ หรือเกิดความสับสน ข้าพเจ้าจะยกตัวอย่างที่มีลักษณะใกล้เคียงกับเรื่องที่สนทนา เพื่อที่จะช่วยให้คู่สนทนาเกิดความเข้าใจง่ายขึ้น	1
+ 6. ในขณะที่สนทนากับคนอื่นในเรื่องวิชาการ ข้าพเจ้าจะถามคู่สนทนาบ่อยครั้ง เพื่อตรวจสอบความเข้าใจที่ตรงกัน	1
+ 7. หลังจากที่สนทนากับคนอื่นในเรื่องวิชาการ ข้าพเจ้าจะสรุปอีกครั้งเพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน	1
- 8. ในขณะที่ข้าพเจ้าอธิบายเรื่องใด หากสังเกตเห็นผู้ฟังไม่เข้าใจหรือเกิดความสับสน ข้าพเจ้าจะไม่อธิบายซ้ำอีก และง่าว่าเข้าไม่ตั้งใจฟัง	1

## 7. การไม่ซักนำไปในทางที่เสื่อมเสีย

ข้อคำถาม	IC
+ 1. เมื่อมีเพื่อนหรือรุ่นน้องขอคำแนะนำจากข้าพเจ้าเกี่ยวกับการซื้อโทรศัพท์มือถือ ข้าพเจ้าแนะนำให้คำนึงถึงความคุ้มค่ากับการใช้งาน	1
+ 2. ถ้าเพื่อนมีปัญหาแล้วมาปรึกษา ข้าพเจ้าแนะนำเพื่อนให้คิดหาทางแก้ไขหลาย ๆ วิธี	1
+ 3. เมื่อมีเพื่อนมาชวนให้ข้าพเจ้าเล่นการพนัน ข้าพเจ้าปฏิเสธทันที และบอกเหตุผลที่เป็นข้อเสียของการเล่นการพนัน	1
+ 4. เมื่อเพื่อนมาชวนข้าพเจ้าไปเที่ยวกลางคืน ข้าพเจ้าปฏิเสธพร้อมกับเตือนเพื่อนเรื่องค่าใช้จ่ายและความปลอดภัย	1
- 5. เมื่อมีคนรู้จักมากขอคำปรึกษา และบอกว่าไม่สบายใจมาก ข้าพเจ้าหาทางหลีกเลี่ยงโดยให้เข้าเก็บปัญหาเอง	1
- 6. เมื่อรุ่นน้องของข้าพเจ้าถูกผู้อื่นแกล้ง ข้าพเจ้าบอกให้แกล้งคืนเพื่อความยุติธรรม	1
- 7. ข้าพเจ้าเคยชวนเพื่อนออกนอกโรงเรียนในช่วงที่มีช้าโมงเรียน เนื่องจากเป็นวิชาที่ทุกคนเห็นพ้องต้องกันว่าเรียนแล้วไม่เข้าใจ	1
- 8. ข้าพเจ้าชวนเพื่อนไปดื่มเหล้าหรือสูบบุหรี่ในงานเลี้ยงสังสรรค์ โดยเห็นว่าไม่ใช่เรื่องเสียหาย เพราะใคร ๆ เขาก็ทำเป็นเรื่องปกติ	1

## ภาคผนวก ๗

### การหาคุณภาพเครื่องมือวิจัยด้านความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง แบบวัดการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา

#### 1. การให้หาน

ข้อคำถาม	IC
+ 1. บิดา/มารดาของข้าพเจ้าบริจากสิงของช่วยเหลือผู้อื่น	1
+ 2. บิดา/มารดาของข้าพเจ้าสนับสนุนให้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา กับ โรงเรียน	0.71
- 3. บิดา/มารดาแนะนำข้าพเจ้าไม่ให้บริจากหนังสือเรียนในชั้นที่ผ่านมาให้กับผู้อื่น เพราะ ส่วนมากเขาไม่ค่อยเห็นคุณค่า	1
+ 4. บิดา/มารดาซักชวนข้าพเจ้าให้ไปร่วมช่วยงานกฐินหรืองานผ้าป่าของหมู่บ้าน	0.86
- 5. บิดา/มารดาไม่เคยอนุญาตให้ข้าพเจ้าไปร่วมกิจกรรมพัฒนาหมู่บ้าน/ โรงเรียน/วัด	0.86
+ 6. บิดา/มารดาของข้าพเจ้าพาไปทำบุญในวันหยุดหรือวันพระหรือวันสำคัญทางศาสนา	0.86
- 7. เมื่อเพื่อนบ้านทำบุญหรือมีงานพิธีต่าง ๆ บิดา/มารดาจะบอกข้าพเจ้าไม่ให้ไปยุ่ง	1
+ 8. บิดา/มารดาสอนข้าพเจ้าให้ชูงคนแก่หรือเด็กเดินข้ามถนน	0.86
+ 9. ถ้าบิดา/มารดาของข้าพเจ้าอ่านหนังสือหรือได้รับความรู้เกี่ยวกับเรื่องต่าง ๆ ใน ชีวิตประจำวัน เช่น การดูแลสุขภาพ จะนำไปเล่าให้เพื่อนบ้านฟัง	0.71
+10. บิดา/มารดาสอนข้าพเจ้าให้แบ่งปันสิ่งของให้กับเพื่อน ๆ	1
+11. บิดา/มารดาสอนข้าพเจ้าว่า เมื่อทำผิดต้องรู้จักขอโทษ และเมื่อคนอื่นขอโทษต้อง รู้จักให้อภัย	1
-12. บิดา/มารดาของข้าพเจ้าไม่เคยบริจากสิงของช่วยเหลือผู้ประสบภัย เพราะไม่รู้เข้า ใจรับจริงใหม่	1
-13. บิดา/มารดาของข้าพเจ้าไม่ค่อยไปร่วมกิจกรรมต่าง ๆ ของหมู่บ้าน	0.86
-14. ข้าพเจ้าเคยเห็นบิดา/มารดาเมื่อเรื่องเข้าใจผิดและทะเลาะกับคนข้างบ้าน	0.71

## 2. การรักษาศีล

ข้อคำถาม	IC
+ 1. บิดา/มารดาของข้าพเจ้าไม่เคยกระทำให้คนอื่นได้รับบาดเจ็บหรือเสียใจ	1
- 2. ข้าพเจ้าเคยเห็นบิดา/มารดาทะเลาะกัน	0.86
+ 3. บิดา/มารดาของข้าพเจ้าไม่เคยหยิบสิ่งของคนอื่นโดยไม่ขออนุญาต	1
+ 4. บิดา/มารดาชี้ว่าข้าพเจ้าหยิบสิ่งของคนอื่นมาโดยไม่ได้ขออนุญาต ท่านจะบอก ข้าพเจ้าให้นำไปคืนเจ้าของทันที	0.71
+ 5. ข้าพเจ้าไม่เคยได้ยินบิดา/มารดากล่าวคำว่า “เสดงถึงการให้ร้ายคนอื่น”	0.86
+ 6. ข้าพเจ้าไม่เคยเห็นบิดา/มารดาแสดงพฤติกรรมเชิงรุกรานกับคนอื่น	1
- 7. ข้าพเจ้าเคยได้ยินบิดา/มารดาพูดจา กันด้วยคำพูดที่ไม่สุภาพ	1
+ 8. ข้าพเจ้าไม่เคยได้ยินบิดา/มารดาต่อว่าผู้อื่นด้วยคำพูดที่ไม่สุภาพ	1
+ 9. ข้าพเจ้าไม่เคยเห็นบิดา/มารดาเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับการพนัน	0.71
-10. ข้าพเจ้าเคยเห็นบิดา/มารดาชี้ชี้ห่วยหรือສลากกินแบ่งรัฐบาล	0.71
+11. ข้าพเจ้าไม่เคยได้ยินบิดา/มารดาพูดจาให้ร้ายคนอื่น	1
-12. บิดา/มารดาของข้าพเจ้าดื่มเหล้าหรือเบียร์เมื่อมีงานเลี้ยงสังสรรค์	1
-13. ข้าพเจ้าเคยเห็นบิดา/มารดาทำร้ายสัตว์เลี้ยงที่บ้านค่อนข้างรุนแรง เมื่อมันมาบกวน ให้รำคาญ	1

### 3. การปฏิบัติสมารธภานา

ข้อคำถาม	IC
+ 1. บิดา/มารดาของข้าพเจ้าไว้พระก่อนนอน	0.86
- 2. บิดา/มารดาของข้าพเจ้าไม่เคยฟังธรรมจากโทรศัพท์หรือวิทยุ	1
+ 3. บิดา/มารดาปฏิบัติธรรมที่วัดหรือที่บ้าน	1
+ 4. บิดา/มารดาของข้าพเจ้าจะไปสนทนาร่วมกับพระสงฆ์หรือผู้ที่มีความรู้เรื่องธรรมะ	1
+ 5. บิดา/มารดาของข้าพเจ้าอ่านหนังสือธรรมะเป็นประจำ	1
+ 6. บิดา/มารดาของข้าพเจ้าปฏิบัติตามหลักคำสอนทางศาสนา	0.86
+ 7. ข้าพเจ้าเห็นบิดา/มารดาอธิบายปัญหาต่าง ๆ อายุร่วมกัน มีเหตุผล	0.86
- 8. บิดา/มารดาสอนข้าพเจ้าให้ปฏิบัติสิ่งใดก็ตาม ท่านบอกถึงประโยชน์ และโทษของสิ่งนั้น	0.86
+ 9. ทุกครั้งที่ข้าพเจ้าทะเลาะกับเพื่อนแล้วมาบอกบิดา/มารดา ท่านไม่ถกามสาเหตุ แต่จะทำโทษข้าพเจ้าก่อน	1
- 10. เมื่อข้าพเจ้าทำผิด บิดา/มารดาจะชี้แจงให้เข้าใจอย่างมีเหตุผล และจะบอกไม่ให้ทำอีก	1
- 11. เมื่อบิดา/มารดาของข้าพเจ้ามีเรื่องกลุ้มใจ ท่านจะไม่ให้ร้ายกับคนที่อยู่ใกล้	0.86
- 12. บิดา/มารดาของข้าพเจ้าชอบตัดสินใจต่าง ๆ ตามใจตนเอง	1
- 13. เมื่อบิดา/มารดาของข้าพเจ้าทะเลาะกัน ท่านจะไม่ให้ร้ายกับข้าพเจ้า	0.86
- 14. เมื่อข้าพเจ้าทำสิ่งใดที่ไม่เป็นที่พอใจของบิดา/มารดา ท่านจะดูทันที	0.86

## ภาคผนวก ณ

### การวิเคราะห์ความเชื่อมั่นของแบบวัดลักษณะความเป็นกällyanมิตรและแบบวัดการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา

#### 1. แบบวัดลักษณะความเป็นกällyanมิตร

ลักษณะความเป็นกällyanมิตร	จำนวนข้อคำถาม	ค่าความเชื่อมั่น
ความน่ารัก	9	.762
ความน่าเคารพ	11	.756
ความน่ายกย่อง	12	.643
การรู้จักพูด	12	.730
ความอดทนต่อถ้อยคำ	13	.793
การถ่ายทอด	8	.784
การไม่ซักนำไปในทางที่เสื่อมเสีย	8	.715
<b>รวม</b>	<b>73</b>	<b>.921</b>

#### 2. แบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา

การเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา	จำนวนข้อคำถาม	ค่าความเชื่อมั่น
การให้ทาน	13	.770
การรักษาศีล	11	.709
การปฏิบัติสมាមิภานา	14	.798
<b>รวม</b>	<b>38</b>	<b>.853</b>

## ภาคผนวก ณ

### ผลการวิเคราะห์การหาคุณภาพชุดฝึกอบรม

การหาคุณภาพชุดฝึกอบรมด้วยการนำไปทดลองใช้กับนักศึกษาวิชาชีพครูชั้นปีที่ 3 จำนวน 3 ชั้น มีลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้แบบแผนการทดลอง One Group Pretest-Posttest Design พบผลดังนี้

	N	$\bar{X}$	SD	t	sig.
คะแนนลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร ก่อนการทดลอง		324.20	25.56		
คะแนนลักษณะความเป็นกัญญาณมิตร หลังการทดลอง	20	349.80	28.75	-3.410	.003

\* p < .05

จากผลการวิเคราะห์ พบร่วมกันว่า คะแนนลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรก่อนและหลังการทดลองมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของทั้งสองกลุ่มก่อนและหลังการฝึกอบรม พบร่วมกันว่า คะแนนเฉลี่ยหลังการฝึกอบรมสูงกว่าก่อนฝึกอบรม หมายความว่า หลังการฝึกอบรมนักศึกษาวิชาชีพครูมีลักษณะความเป็นกัญญาณมิตรสูงขึ้น

## ภาคผนวก ภู

การหาค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของความเห็นของผู้เข้าอบรมต่อ การฝึกอบรมเพื่อพัฒนาักษณ์ความเป็นก้าดယานมิตรสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครู (กลุ่มตัวทดลองที่ ไม่กลุ่มตัวอย่าง)

ข้อคำถาม	M	SD	ความหมาย
<b>ด้านวิทยากร</b>			
– มีความรู้ความสามารถ และประสบการณ์	4.41	0.53	มาก
– ตรงต่อเวลา	4.41	0.63	มาก
– การเตรียมตัวในการบรรยาย/ทำกิจกรรม	4.58	0.56	มากที่สุด
– เปิดโอกาสให้ผู้เข้าอบรมได้มีส่วนร่วม	4.71	0.49	มากที่สุด
<b>ด้านความรู้ที่ได้รับ</b>			
– ได้รับความรู้ความเข้าใจ	4.33	0.51	มาก
– ได้ฝึกปฏิบัติจริง	4.48	0.53	มาก
– สามารถนำไปใช้ได้จริง	4.44	0.50	มาก
<b>ด้านกิจกรรม</b>			
– ได้รับความรู้ และความเข้าใจ	4.35	0.59	มาก
– ได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลิน	4.32	0.71	มาก
– ได้ฝึกปฏิบัติ	4.44	0.59	มาก
<b>ด้านสื่อ/อุปกรณ์/สถานที่</b>			
– เหมาะสมกับกิจกรรม	4.32	0.56	มาก
– ง่ายต่อการทำความเข้าใจ	4.35	0.67	มาก
– สวยงาม	4.36	0.67	มาก
– ความเหมาะสมของสถานที่	4.41	0.61	มาก

### ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ข้อดี : การจัดกิจกรรมได้ความรู้และสนุกสนาน ได้เข้าใจตนเองและผู้อื่นมากขึ้น สามารถนำไปใช้ได้จริง ใช้วิธีประจําวัน วิทยากรมีความรู้และให้ความเป็นกันเอง ควรนำกิจกรรมเผยแพร่ต่อไป  
 ข้อควรปรับปรุง : ควรเพิ่มกิจกรรมนันทนาการ เพื่อจะช่วยให้หายง่วง

## ภาคผนวก ภู

ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนจากแบบวัดลักษณะความเป็นก้าดยาณมิตรสำหรับนักศึกษาวิชาชีพครุที่เป็นกลุ่มประชากร

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
SUM	90	240	404	308.90	30.572
Valid N (listwise)	90				

ค่าเฉลี่ย (M) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของคะแนนจากแบบวัดการเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธของบิดามารดา ของนักศึกษาวิชาชีพครุที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

**Descriptive Statistics**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
SUM	48	82	210	159.98	24.229
Valid N (listwise)	48				

## ภาคผนวก ๔

### การตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม

#### 1. การแจกแจงปกติ

- 1.1) กลุ่มที่มีปัจจัยมาตราเป็นแบบอย่างการปฏิบัติทางพุทธน้อย (L) และมาก (H) (G\_L\_H)
- ก่อนการฝึกอบรม (Pretest) หลังการฝึกอบรม (Posttest) และหลังการฝึกอบรม  
1 เดือน (Repearted)

**Case Processing Summary**

G_L_H	Cases						
	Valid		Missing		Total		
	N	Percent	N	Percent	N	Percent	
PRETEST	1	19	100.0%	0	.0%	19	100.0%
	2	29	100.0%	0	.0%	29	100.0%
POSTTEST	1	19	100.0%	0	.0%	19	100.0%
	2	29	100.0%	0	.0%	29	100.0%
REPEATED	1	19	100.0%	0	.0%	19	100.0%
	2	29	100.0%	0	.0%	29	100.0%

**Tests of Normality**

G_L_H	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRETEST	.222	19	.015	.891	19	.034
	.121	29	.200*	.947	29	.155
POSTTEST	.126	19	.200*	.981	19	.954
	.076	29	.200*	.973	29	.646
REPEATED	.201	19	.041	.887	19	.029
	.107	29	.200*	.979	29	.816

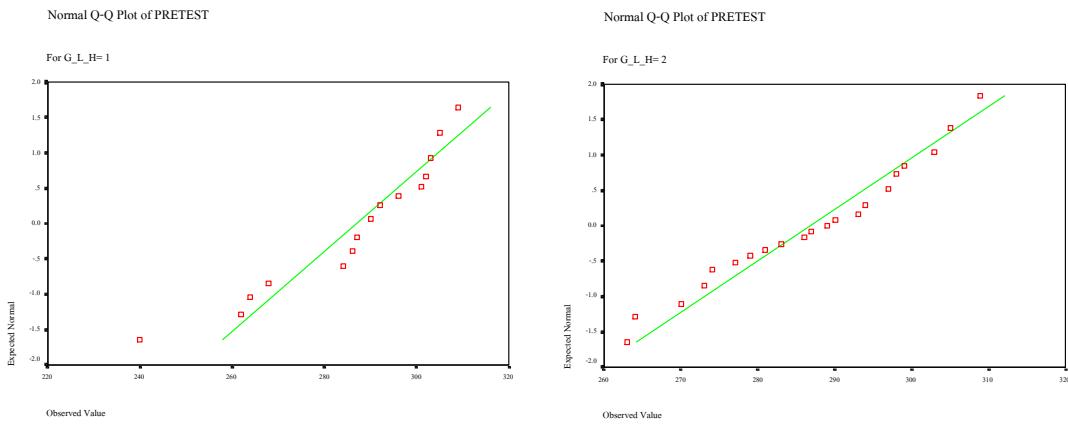
\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Descriptives				
			Statistic	Std. Error
	G_L_H			
PRETEST	1	Mean	287.00	4.049
		95% Confidence Interval	278.49	
		for Mean	Upper Bound	
			295.51	
		5% Trimmed Mean	288.39	
		Median	290.00	
		Variance	311.556	
		Std. Deviation	17.651	
		Minimum	240	
		Maximum	309	
		Range	69	
		Interquartile Range	18.00	
		Skewness	-1.206	.524
		Kurtosis	1.422	1.014
	2	Mean	286.86	2.555
		95% Confidence Interval	281.63	
		for Mean	Upper Bound	
			292.10	
		5% Trimmed Mean	287.03	
		Median	289.00	
		Variance	189.266	
		Std. Deviation	13.757	
		Minimum	263	
		Maximum	309	
		Range	46	
		Interquartile Range	24.00	
		Skewness	-.254	.434
		Kurtosis	-1.098	.845
POSTTEST	1	Mean	324.63	5.498
		95% Confidence Interval	313.08	
		for Mean	Upper Bound	
			336.18	
		5% Trimmed Mean	325.20	
		Median	325.00	
		Variance	574.246	
		Std. Deviation	23.963	
		Minimum	272	
		Maximum	367	
		Range	95	
		Interquartile Range	32.00	
		Skewness	-.351	.524
		Kurtosis	-1.110	1.014
	2	Mean	332.88	3.664
		95% Confidence Interval	324.87	
		for Mean	Upper Bound	
			339.88	
		5% Trimmed Mean	332.46	
		Median	333.00	
		Variance	389.315	
		Std. Deviation	19.731	
		Minimum	296	
		Maximum	366	
		Range	70	
		Interquartile Range	32.50	
		Skewness	.001	.434
		Kurtosis	-.946	.845
REPEATED	1	Mean	319.11	8.015
		95% Confidence Interval	302.27	
		for Mean	Upper Bound	
			335.94	
		5% Trimmed Mean	320.06	
		Median	331.00	
		Variance	1220.544	
		Std. Deviation	34.936	
		Minimum	261	
		Maximum	360	
		Range	99	
		Interquartile Range	67.00	
		Skewness	-.484	.524
		Kurtosis	-1.305	1.014
	2	Mean	327.56	7.739
		95% Confidence Interval	311.71	
		for Mean	Upper Bound	
			343.41	
		5% Trimmed Mean	326.11	
		Median	324.00	
		Variance	1736.755	
		Std. Deviation	41.674	
		Minimum	254	
		Maximum	438	
		Range	184	
		Interquartile Range	55.50	
		Skewness	-.517	.434
		Kurtosis	.441	.845

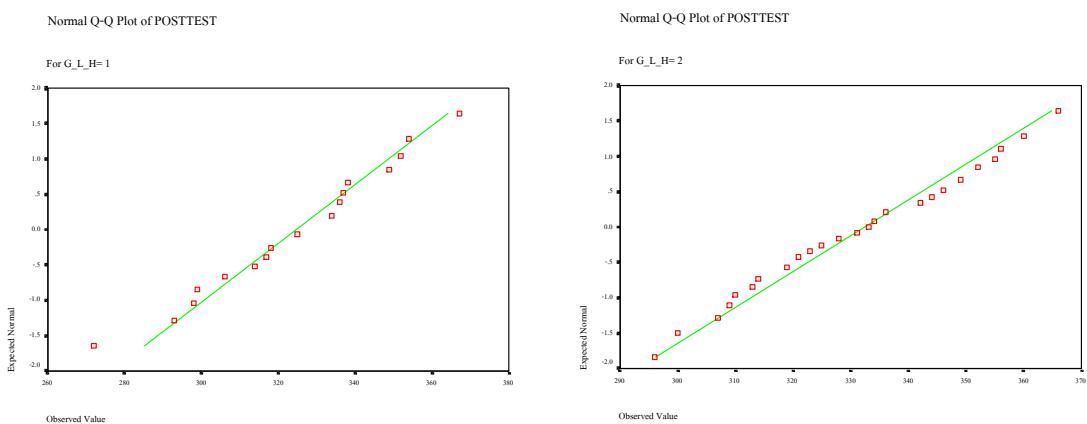
## PRETEST

### Normal Q-Q Plots



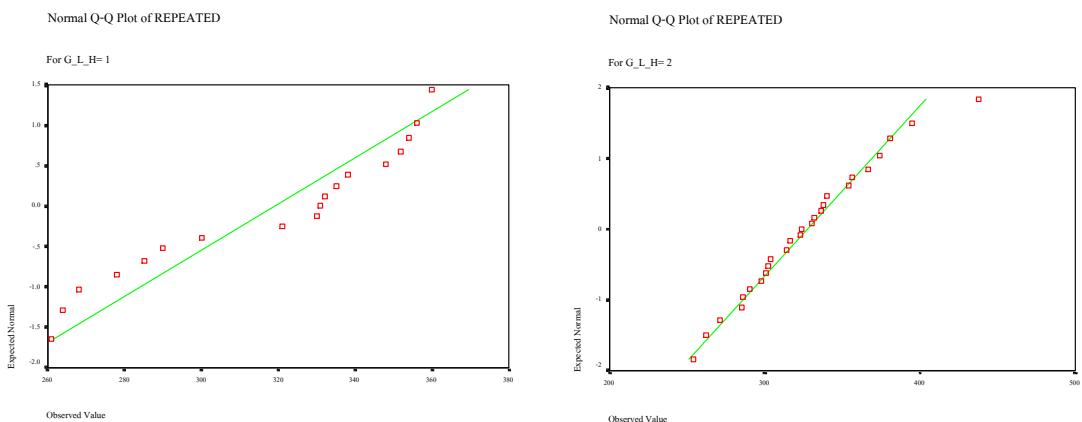
## POSTTEST

### Normal Q-Q Plots



## REPEATED

### Normal Q-Q Plots



1.2) กลุ่มทดลอง (E) และกลุ่มควบคุม (C) (G\_E\_C) ก่อนการฝึกอบรม (Pretest)

หลังการฝึกอบรม (Posttest) และหลังการฝึกอบรม 1 เดือน (Repearted)

**Case Processing Summary**

G_E_C	Cases						
	Valid		Missing		Total		
	N	Percent	N	Percent	N	Percent	
PRETEST	1	24	100.0%	0	.0%	24	100.0%
	2	24	100.0%	0	.0%	24	100.0%
POSTTEST	1	24	100.0%	0	.0%	24	100.0%
	2	24	100.0%	0	.0%	24	100.0%
REPEATED	1	24	100.0%	0	.0%	24	100.0%
	2	24	100.0%	0	.0%	24	100.0%

**Tests of Normality**

G_E_C	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRETEST	.132	24	.200*	.925	24	.076
	.112	24	.200*	.957	24	.375
POSTTEST	.131	24	.200*	.965	24	.552
	.102	24	.200*	.977	24	.824
REPEATED	.175	24	.055	.849	24	.002
	.122	24	.200*	.938	24	.146

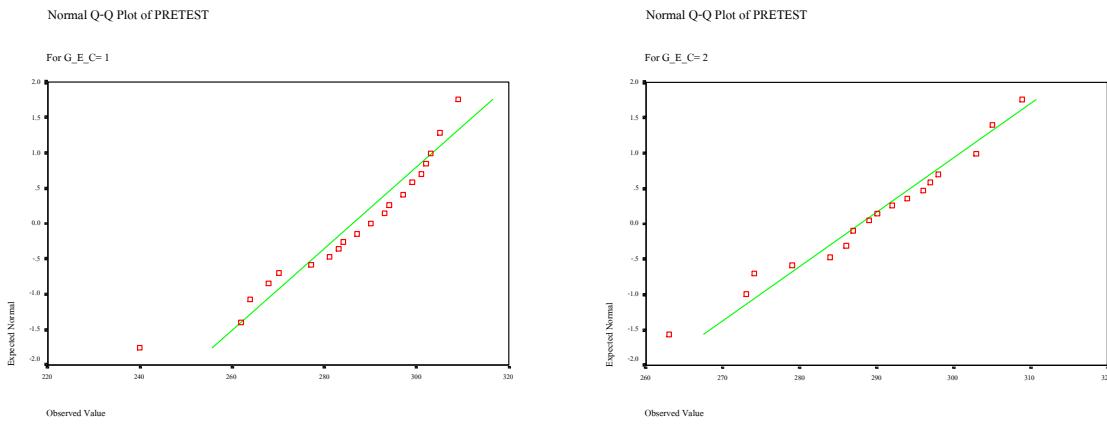
\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Descriptives			
	G_E_C	Statistic	Std. Error
PRETEST	1		
	Mean	286.04	3.545
	95% Confidence Interval		
	for Mean	Lower Bound	278.71
		Upper Bound	293.38
	5% Trimmed Mean	287.16	
	Median	290.00	
	Variance	301.607	
	Std. Deviation	17.367	
	Minimum	240	
	Maximum	309	
	Range	69	
	Interquartile Range	28.75	
	Skewness	-.906	.472
	Kurtosis	.461	.918
	2		
	Mean	287.79	2.670
	95% Confidence Interval		
	for Mean	Lower Bound	282.27
		Upper Bound	293.31
	5% Trimmed Mean	288.03	
	Median	288.00	
	Variance	171.042	
	Std. Deviation	13.078	
	Minimum	263	
	Maximum	309	
	Range	46	
	Interquartile Range	22.50	
	Skewness	-.332	.472
	Kurtosis	-.701	.918
POSTTEST	1		
	Mean	342.79	2.827
	95% Confidence Interval		
	for Mean	Lower Bound	336.94
		Upper Bound	348.64
	5% Trimmed Mean	342.76	
	Median	344.00	
	Variance	191.824	
	Std. Deviation	13.850	
	Minimum	319	
	Maximum	367	
	Range	48	
	Interquartile Range	20.25	
	Skewness	-.029	.472
	Kurtosis	-.937	.918
	2		
	Mean	315.83	1.991
	95% Confidence Interval		
	for Mean	Lower Bound	307.58
		Upper Bound	324.09
	5% Trimmed Mean	315.49	
	Median	314.00	
	Variance	382.319	
	Std. Deviation	19.553	
	Minimum	272	
	Maximum	366	
	Range	94	
	Interquartile Range	28.00	
	Skewness	-.350	.472
	Kurtosis	1.141	.918
REPEATED	1		
	Mean	351.04	5.375
	95% Confidence Interval		
	for Mean	Lower Bound	339.92
		Upper Bound	362.16
	5% Trimmed Mean	348.26	
	Median	344.00	
	Variance	691.259	
	Std. Deviation	26.330	
	Minimum	321	
	Maximum	438	
	Range	117	
	Interquartile Range	26.25	
	Skewness	1.770	.472
	Kurtosis	4.162	.918
	2		
	Mean	297.39	6.158
	95% Confidence Interval		
	for Mean	Lower Bound	284.65
		Upper Bound	310.13
	5% Trimmed Mean	295.59	
	Median	294.00	
	Variance	909.986	
	Std. Deviation	30.166	
	Minimum	254	
	Maximum	374	
	Range	120	
	Interquartile Range	41.25	
	Skewness	.888	.472
	Kurtosis	.780	.918

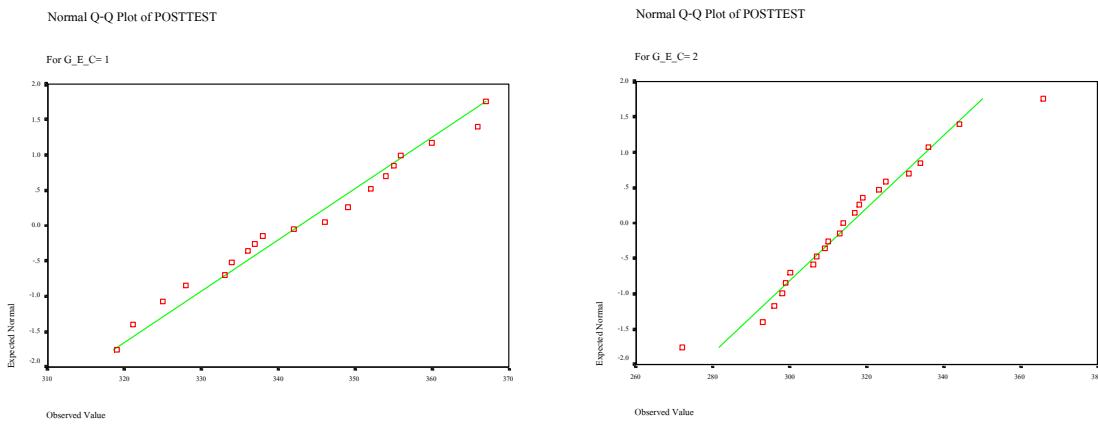
## PRETEST

### Normal Q-Q Plots



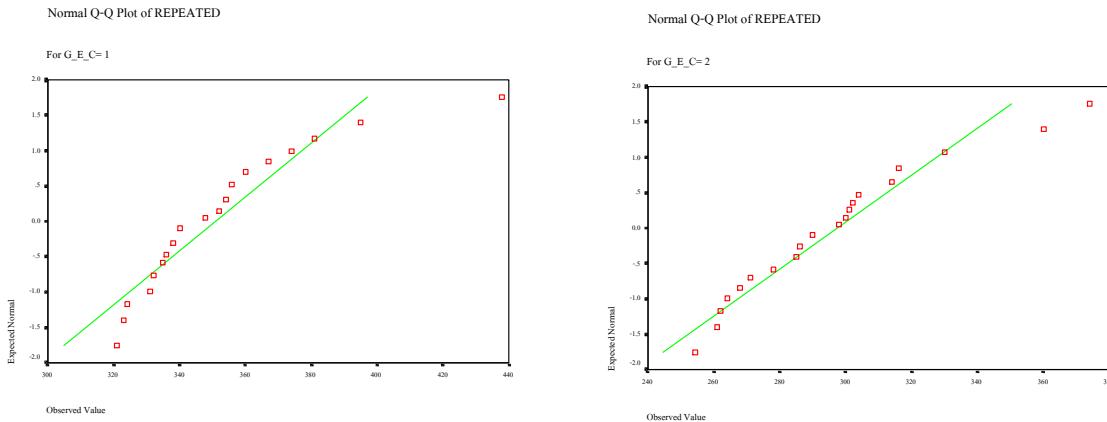
## POSTTEST

### Normal Q-Q Plots



## REPEATED

### Normal Q-Q Plots



## 2.การเท่ากันของเมตริกซ์ความแปรปรวน -แปรปรวนร่วม

**Box's Test of Equality of Covariance Matrices<sup>a</sup>**

Box's M	27.785
F	1.336
df1	18
df2	4639.566
Sig.	.154

Tests the null hypothesis that the observed covariance matrices of the dependent variables are equal across groups.

a. Design: Intercept+G\_L\_H+G\_E\_C+G\_L\_H \* G\_E\_C

ថ្លែងការណ៍  
និងសម្រាប់

## ประวัติส่วนตัว

ชื่อ	ยุภาดี ปานะราษฎร์
เกิดวันที่	26 มีนาคม 2516
สถานที่เกิด	อำเภอหนองวัวซอ จังหวัดอุดรธานี
ที่อยู่ปัจจุบัน	69/101 หมู่ที่ 1 ตำบลนครชุม อำเภอเมืองกำแพงเพชร จังหวัดกำแพงเพชร
สถานที่ทำงาน	ไปรษณีย์ไทย คณิตศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

## ประวัติการศึกษา

ระดับประถมศึกษา	โรงเรียนชุมชนบ้านกุดมากไฟ อำเภอหนองวัวซอ จังหวัดอุดรธานี
ระดับมัธยมต้น	โรงเรียนนิคมสงเคราะห์วิทยา อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี
ระดับมัธยมปลาย	โรงเรียนหนองวัวซอพิทยาคม อำเภอหนองวัวซอ จังหวัดอุดรธานี
ระดับปริญญาตรี	ครุศาสตรบัณฑิต (คณิตศาสตร์) สถาบันราชภัฏเลย จังหวัดเลย
ระดับปริญญาโท	ครุศาสตรบัณฑิต ค.ม. (การศึกษาคณิตศาสตร์) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จังหวัดกรุงเทพมหานคร
ระดับปริญญาโท	ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต ศษ.ม. (การบริหารการศึกษา) มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ จังหวัดนราธิวาส
ระดับปริญญาเอก	วิทยาศาสตรดุษฎีบัณฑิต วท.ด. (การวิจัยพัฒนาระบบคณิตศาสตร์ประยุกต์) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จังหวัดกรุงเทพมหานคร