

บทที่ ๔

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมวิธีด้วยการวิจัยเชิงปริมาณเพื่อขยายผลวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์ ๑) เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาตนตามแนวพุทธธรรมและจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ๒) เพื่อสร้างกระบวนการพัฒนาตนตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ๓) เพื่อตรวจสอบความตรงและนำเสนอกระบวนการพัฒนาตนตามแนวพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

๑ ศึกษาเอกสารทางวิชาการและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อนำข้อมูลที่ได้มาสร้างค่านิยามจำกัดความ

๒ สัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) จากผู้เชี่ยวชาญ ๑๕ ท่าน

๓ การหาความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม ด้วยการหาค่า IOC

๔ หาความเชื่อมั่นแบบสอบถามกับกลุ่มที่มีลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่าง จำนวน ๓๐ คน

๕ นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วไปทำกับกลุ่มที่มีลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่างจำนวน ๙๐ ชุด เพื่อหาค่า CFA (วิเคราะห์องค์ประกอบในท้ายบทที่ ๓) จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงดังต่อไปนี้

๔.๑ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

เพื่อที่จะตอบคำถามวัตถุประสงค์ ๑ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธธรรมและจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต ๗ จังหวัดสระแก้ว สามารถสรุปได้เป็นประเด็น ดังนี้

๔.๑ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ในการตอบคำถามวิจัยข้อ ๑ ผู้วิจัยได้ศึกษาจากเอกสารที่เกี่ยวข้องโดยสรุปเนื้อหาและ อธิบายรายละเอียดไว้ในบทที่ ๒ ส่วนการตอบคำถามวิจัยข้อที่ ๒ ผู้วิจัยได้ศึกษาจากการศึกษาภาคสนามโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา จิตวิทยา พระอภิธรรม ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ เก็บข้อมูลโดยได้แบ่งผลการวิเคราะห์ออกเป็น ๒ ตอนดังนี้ ตอนที่ ๑ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นจากการศึกษาเอกสาร ตอนที่ ๒ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตรวจสอบกรอบแนวคิดในการวิจัยที่แสดงอิทธิพล ของตัวแปรต่างๆ ดังแสดงรายละเอียดผลการวิเคราะห์ของแต่ละตอน ดังต่อไปนี้

ตอนที่ ๑ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นจากการศึกษาเอกสาร

ในการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นจากการศึกษาเอกสาร ได้ประเด็นจากการวิเคราะห์คือตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ทั้งตัวแปรทางพุทธจิตวิทยาและตัวแปรทางจิตวิทยาตะวันตก แบ่งเป็นตัว ๓ ตัวแปร คือภายนอกแฝง ๑ ตัวแปร คือ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา ตัวแปรภายในแฝง ๒ ตัวแปร คือ หลักการตื่นรู้ และตัวแปรส่งผ่าน คือกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ สามารถแสดงรายละเอียดของตัวแปรที่ได้จากการวิเคราะห์ดังนี้

โมเดลที่ ๑ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้โดยมีกัลยาณมิตรของครูในโรงเรียนวิถีพุทธ เป็นตัวแปรส่งผ่าน ประกอบด้วย ตัวแปรแฝง ๓ ตัวแปร แบ่งเป็นตัวแปรภายในแฝง ๒ ตัวแปร ตัวแปรภายนอกแฝง ๑ ตัวแปร และตัวแปรสังเกตได้ ๑๔ ตัวแปร ดังแสดงรายละเอียดของตัวแปรดังนี้

๑) ตัวแปรแฝงและตัวแปรสังเกตได้ภายใน (Endogenous Latent and Observed Variables) ในการวิจัยครั้งนี้มีตัวแปรแฝงภายใน คือ

(๑) ภาวะตื่นรู้ หมายถึง การที่บุคคลแสดงออกถึงการดำเนินชีวิตอย่างรู้ ตื่น และเบิกบาน โดยวัดจากตัวแปรสังเกตได้ ๓ ตัวแปร คือ (๑) รู้ คือ ความสามารถของบุคคลในการมีสติระลึกรู้การดำรงชีวิตด้วยหลักอริยสัจสี่ คือ รู้จักสภาพปัญหา รู้เหตุที่ทำให้เกิดปัญหา รู้การแก้ปัญหาอย่างมีจุดหมาย รู้กำหนดแนวทางและรู้ปฏิบัติเพื่อกำจัดปัญหามากกว่าใช้อารมณ์ (๒) ตื่น คือ ควบคุมตนเอง ด้านกาย วาจา ใจ โดยใช้หลักอริยสัจสี่ในการดำรงชีวิต (๓) เบิกบาน คือ ภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต สุขสงบทางใจ จากการจัดการปัญหาได้

(๒) ตัวแปรส่งผ่าน คือ กัลยาณมิตรของครูในโรงเรียนวิถีพุทธ คือ การเป็นผู้ส่งเสริมให้นักเรียนเกิดการตื่นรู้ โดยวัดจากตัวแปรสังเกตได้ ๗ ตัวแปร คือ (๑) น่ารัก (๒) น่าเคารพ (๓) น่ายกย่อง (๔) เป็นที่ปรึกษาที่ดี (๕) อุดหนุนฟังถ้อยคำ (๖) อธิบายเรื่องซับซ้อนได้ (๗) ไม่แนะนำทางเสื่อมเสีย

๒) ตัวแปรแฝงและตัวแปรสังเกตได้ภายนอก (Endogenous Latent and Observed Variables) คือ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา หมายถึง การพัฒนาตน โดยวัดจากตัวแปรที่สังเกตได้ ๗ ตัวแปรคือ (๑) ตระหนักรู้ (๒) พัฒนาให้รู้จักตนเอง (๓) รู้คุณค่าและศักยภาพที่แท้จริงของตน (๔) ปฏิบัติจริงในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพ (๕) ศีล (๖) สมาธิ (๗) ปัญญา

โมเดลที่ ๒ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ โดยมีการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา เป็นตัวแปรส่งผ่านประกอบด้วยตัวแปรแฝง ๓ ตัวแปร แบ่งเป็นตัวแปรภายในแฝง ๒ ตัวแปร ตัวแปรภายนอกแฝง ๑ ตัวแปร และตัวแปรสังเกตได้ ๑๐ ตัวแปร ดังแสดงรายละเอียดของตัวแปรดังนี้

๑) ตัวแปรแฝงและตัวแปรสังเกตได้ภายใน (Endogenous Latent and Observed Variables) ในการวิจัยครั้งนี้มีตัวแปรแฝงภายใน คือ

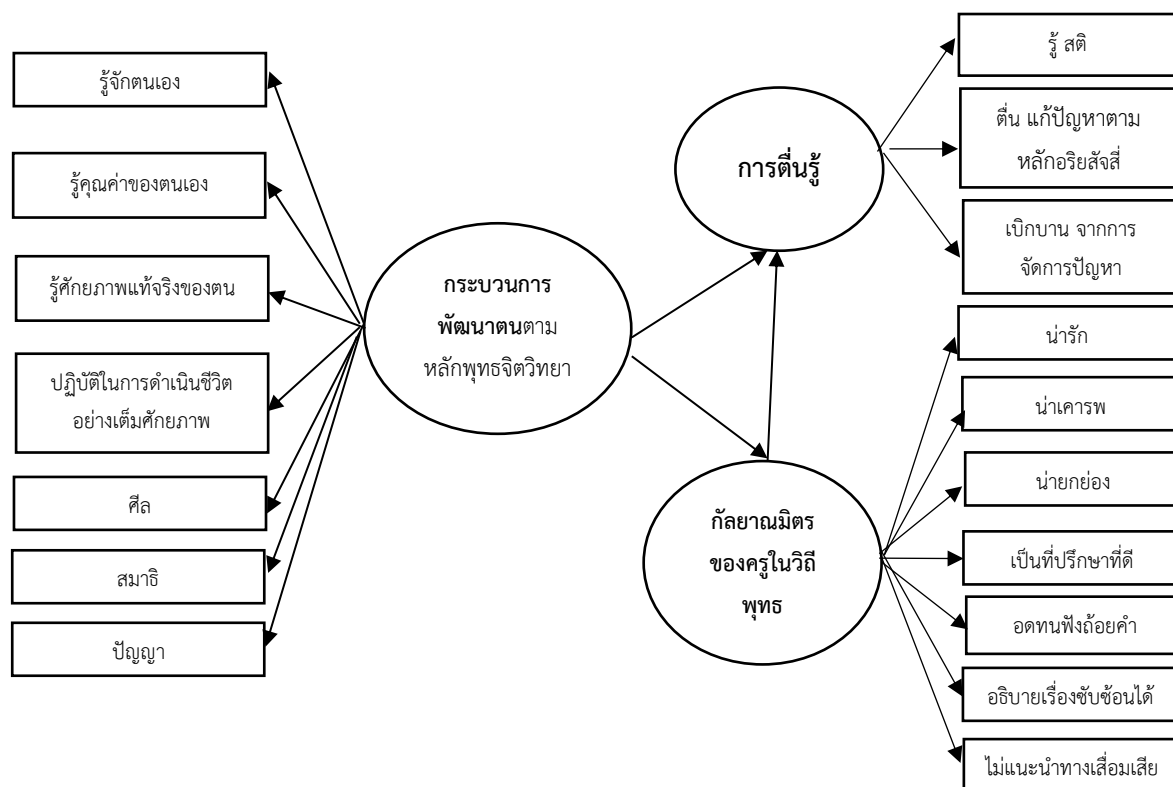
(๑) ภาวะตื่นรู้ หมายถึง การที่บุคคลแสดงออกถึงการดำเนินชีวิตอย่างรู้ ตื่น และเบิกบาน โดยวัดจากตัวแปรสังเกตได้ ๓ ตัวแปร คือ (๑) รู้ คือ ความสามารถของบุคคลในการมีสติระลึกถึงการดำรงชีวิตด้วยหลักอริยสัจสี่ คือ รู้จักสภาพปัญหา รู้เหตุที่ทำให้เกิดปัญหา รู้การแก้ปัญหาอย่างมีจุดหมาย รู้กำหนดแนวทางและรู้ปฏิบัติเพื่อกำจัดปัญหามากกว่าใช้อารมณ์ (๒) ตื่น คือ ควบคุมตนเองด้านกาย วาจา ใจ โดยใช้หลักอริยสัจสี่ในการดำรงชีวิต (๓) เบิกบาน คือ ภูมิใจในตนเอง พอใจในชีวิต สุขสงบทางใจ จากการจัดการปัญหาได้

(๒) ตัวแปรส่งผ่าน คือ การพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา หมายถึง การพัฒนาตนตามหลักพุทธธรรมโดยวัดจากตัวแปรที่สังเกตได้ ๓ ตัวแปรคือ (๑) ศีล (๒) สมาธิ (๓) ปัญญา

๒) ตัวแปรแฝงและตัวแปรสังเกตได้ภายนอก (Exogenous Latent and Observed Variables) ๑ ตัว ได้แก่

กระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยา หมายถึง การพัฒนาตนตามทฤษฎีของ Carl Roger โดยวัดจากตัวแปรที่สังเกตได้ ๔ ตัวแปรคือ (๑) พัฒนาให้รู้จักตน (๒) พัฒนารู้คุณค่าของตน (๓) ให้รู้ศักยภาพที่แท้จริงของตน และ (๔) นำไปปฏิบัติจริงในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพ

จากการศึกษาข้อมูลเบื้องต้นจากการศึกษาเอกสารต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยสามารถสรุปตัวแปรทั้งตัวแปรภายนอกแฝง ตัวแปรภายในแฝง และตัวแปรส่งผ่าน ดังที่ได้อธิบายมาข้างต้น ซึ่งสามารถ แสดงกรอบแนวคิดการวิจัยเป็นโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุได้ดังภาพที่ ๔.๑



ภาพที่ ๔.๑ แสดงกรอบแนวคิดการวิจัยเป็นโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุที่ได้จากการศึกษาเอกสาร

ตอนที่ ๒ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตรวจสอบกรอบแนวคิดในการวิจัยที่แสดงอิทธิพลของตัวแปรต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้

ในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตรวจสอบกรอบแนวคิดในการวิจัยนี้ เป็นการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาตน ที่ได้รับการศึกษาโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก และผลการวิเคราะห์ข้อมูลแสดงได้ดังต่อไปนี้ ๑) ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับภาพรวมของงานวิจัย (แบบสัมภาษณ์ตอนที่ ๑ จากการศึกษาภาพรวมของงานวิจัยเรื่องนี้ ผู้วิจัยได้สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญจำนวน ๑๕ รูป/คน เพื่อยืนยันความคิดของผู้วิจัยว่างานวิจัยนี้น่าสนใจและมีประโยชน์สมควรแก่การทำวิจัย และเพื่อให้ทราบมุมมองเกี่ยวกับกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ในภาพรวมของผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งทำให้ค้นพบมุมมองใหม่ๆ เกี่ยวกับ ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการพัฒนาตน ผลการสัมภาษณ์จากการศึกษาภาคสนาม สรุปได้ดังต่อไปนี้

๒.๑ ผลการวิเคราะห์ตัวแปรกระบวนการพัฒนาตน

การรู้จักตน

การรู้จักตน ก็คือฝึกฝนตนเองมนุษย์ต้องฝึกตนเอง เพื่อยกระดับจิตก้าวสู่ความดีเพื่อให้มี

ความประพฤติที่ดี จิตใจที่ดี^๑

การรู้จักตน คือรู้เท่าทันตนเอง เข้าใจตนเองมากกว่าการพึ่งพาอาศัยวัตถุ จึงเป็นแนวทางการพัฒนาชีวิตที่ยั่งยืน เป็นการศึกษาเพื่อให้รู้แจ้ง รู้จักประโยชน์ มองทุกอย่างเป็นการเรียนรู้เพื่อปรับปรุงและพัฒนาตัวเอง เป็นกระบวนการฝึกฝนตนเองในการดำเนินชีวิตเพื่อให้ชีวิตเป็นไปในวิถีที่ถูกต้องดีงาม^๒

การรู้จักตน เป็นภาวะที่เป็นกุศล เป็นความสุข เป็นความร่มเย็นของชีวิต มีความสัมพันธ์กับวิถีชีวิตของมนุษย์ในทุกขณะทุกความคิด รู้ว่าตนเองมีโอกาสมากกว่าสัตว์อื่นๆ อีกหลายชนิด ให้รับสร้างประโยชน์^๓

การรู้จักตน เป็นการสอนด้วยการฝึกฝนอบรม การฝึกหัด ต้องรู้จักวิเคราะห์และประเมินตนเองอย่างสม่ำเสมอ กระบวนการจะหมุนเป็นเกลียวแห่งการพัฒนาไม่หยุดนิ่ง มนุษย์จึงมีการตื่นรู้ในตนเองตลอดเวลา^๔

การรู้จักตน หมั่นกำกับตนเองอยู่เสมอเรียนต้องเรียบร้อย ไม่เกเล่โลเล ตั้งใจเรียนช่วยชุมชน ช่วยรุ่นน้อง ช่วยสังคม ปฏิบัติตามกฎระเบียบให้ถูกต้อง^๕

การรู้จักตน คือการดูแลตนเองพัฒนาตนเอง ก็เพื่อให้ตนเองมีการดำเนินชีวิตไปในวิถีที่ถูกต้องดีงามให้เกิดความเจริญงอกงามในชีวิต^๖

การรู้จักตน คือมีสติ รู้ตัว ถ้าเปรียบเทียบของพุทธก็คือการรู้ตัว พอมีสติ หิริโอตตปปะก็เกิดขึ้นได้ง่าย ละอายต่อสิ่งที่ทำ เกรงกลัวทั้งต่อหน้า หรือลับหลัง พอไม่มีสติรู้ว่าไม่ดีก็ทำ^๗

การรู้จักตน เป็นการเตรียมความพร้อมของผู้เรียน เราจะทำอะไรต้องมีการเตรียมตัวก่อน ต้องมีความพร้อม กำหนดกติกา เพราะแต่ละบุคคลมีการเรียนรู้ที่แตกต่างกัน บางคนเรียนรู้ด้วยตนเอง บางคนต้องเข้าโรงเรียน ต้องฟังจากผู้รู้ ต้องหาว่าตนเองเหมาะแก่การเรียนรู้แบบไหน กำหนดวิธีการว่าต้องเรียนอย่างไรถึงมีผลการเรียนที่ดีต้องมีความพร้อม กำหนดกติกา เพราะแต่ละบุคคลมีการเรียนรู้ที่แตกต่างกัน บางคนเรียนรู้ด้วยตนเอง บางคนต้องเข้าโรงเรียน ต้องฟังจากผู้รู้ ต้องหาว่าตนเองเหมาะแก่การเรียนรู้แบบไหน กำหนดวิธีการว่าต้องเรียนอย่างไรถึงมีผลการเรียนที่ดี^๘

^๑ สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๑๖ กันยายน ๒๕๖๐.

^๒ สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^๓ สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๖๐.

^๔ สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^๕ สัมภาษณ์ด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^๖ สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถีพุทธ คนที่ ๑, วันที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^๗ สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถีพุทธ, วันที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^๘ สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถีพุทธ, วันที่ ๓๐ กรกฎาคม ๒๕๖๐.

การรู้จักตนเอง คือการดำเนินชีวิตของบุคคล กับสภาพแวดล้อมและมุ่งการกระทำตนให้มีความสุขด้วยตนเอง รู้เท่าทันตนเอง เข้าใจตนเองมากกว่าการพึ่งพาอาศัยวัตถุจึงเป็นแนวทางการพัฒนาชีวิตที่ยั่งยืน^๙

รู้คุณค่าของตน

การรู้คุณค่าของตน ต้องฟังจากผู้รู้ ต้องค้นหว่าตนเองเหมาะแก่การเรียนรู้แบบไหน หมายถึง เราจะเรียนรู้อะไรได้เราต้องมีความมุ่งมั่น ตั้งใจ มีสมาธิ อุสาหะ ความพยายาม ความอดทนที่จะเรียนรู้ ตั้งมั่น เป็นขั้นของสมาธิ ถ้าเรามีศีลและสมาธิเราก็จะเห็นความสำคัญของสิ่งที่เราเรียนรู้ เห็นค่าสิ่งที่เรียนรู้หรือจุดมุ่งหมายที่เราตั้งไว้ว่าเรียนรู้อะไรเห็นคุณค่า ก็คือเกิดการเรียนรู้ไตรสิกขา มีความสำคัญต่อการเรียนรู้^{๑๐}

การรู้คุณค่าของตน คิดทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่กัน มองกันในแง่ดี มีหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใสต่อกัน ให้ทราบถึงจุดมุ่งหมายของชีวิต ทำให้เกิดคุณประโยชน์ต่างๆ จนส่งผลให้ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน เมื่อเรามีความตั้งใจในงานที่ได้รับมอบหมาย มีความพยายามในหน้าที่การงานที่รับผิดชอบ รู้จักใช้ปัญญาในการแก้ไขปัญหา สามารถไตร่ตรองตรวจสอบเหตุผลที่เป็นจริงได้ มีการพัฒนาหน้าที่การงานของตนเองไปในทางที่ดีที่เจริญ จากนั้นก็ร่วมมือพัฒนาสังคม มีการพัฒนาให้เจริญงอกงาม สังคมมีการพัฒนาต้องการเน้นทางด้านการปรับปรุงพฤติกรรมพัฒนาพฤติกรรมให้เหมาะสม และยังเสริมไปสู่จุดมุ่งหมายสร้างในสิ่งที่ดีมีคุณค่าให้กับสังคม^{๑๑}

การรู้คุณค่าของตน ผู้เรียนจะฝึกฝนตนเองได้ควรมีองค์ความรู้ในเรื่องชีวิตต้องเรียนรู้จากประสบการณ์ การทำความเข้าใจในงานที่ทำ ปฏิสัมพันธ์กับบุคคล สิ่งแวดล้อม และเข้าถึงความจริงว่าเราล้วนได้รับการเกื้อกูลจากผู้อื่น สิ่งอื่นตลอดเวลา เมื่อมีความเข้าใจถ่องแท้ภาวะความกตัญญูจะบังเกิดทางใจโดยไม่ต้องอาศัยการฝึก พฤติกรรมการแสดงออกล้วนมีสัมมาคารวะ และอ่อนโยน ล้วนมาจากใจที่มีความเข้าใจถึงซึ่งเป็นปัญญา ยิ่งเรียนรู้มากเท่าใดพฤติกรรมทาง กาย วาจา และใจ ก็เกิดขึ้นบ่อยครั้งจนเป็นนิสัยทำให้ตนเองมีคุณค่าในความรู้สึกของผู้อื่น^{๑๒}

การรู้คุณค่าของตน คือเด็กได้ทำในสิ่งที่ตนเองสมปรารถนาสูงสุด ครูให้อิสระในการเรียนรู้ การสร้างสรรค์ผลงานในระบบกลุ่มร่วมมือทุกคนเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ทุกคนมีความสำคัญ ได้รับการยอมรับจากกลุ่ม สิ่งทั้งหลายเหล่านี้จะเป็นการส่งเสริมหล่อหลอม พัฒนาผู้เรียนก้าวเข้าสู่ประตู

^๙ สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๑๐} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๓๐ กรกฎาคม ๒๕๖๐.

^{๑๑} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๑๒} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๖๐

ของไตรสิกขา เพื่อพัฒนาสู่ขั้นสูงสุดคือปัญญา เห็นสรรพสิ่งตามความเป็นจริง แล้วจะเกิดการรู้ตื่นได้อย่างแท้จริง”^{๑๓}

การรู้คุณค่าของตน ๑) ครูสามารถสร้างบรรยากาศในการเรียนให้มีความสุข ให้เด็กมีความสุขกับการเรียน สะดวกสบายในการศึกษาเล่าเรียน ๒) ครูสร้างให้เด็กมีความมั่นใจ เอาใจใส่ดูแลให้ความรักความเมตตา เด็กรู้สึกปลอดภัย และอบอุ่น ๓) ครูให้อิสระในการเรียนรู้ การสร้างสรรค์ผลงานในระบบกลุ่มร่วมมือทุกคนเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม ให้ความสำคัญกับทุกคน ให้การยอมรับในตัวเด็กได้ทำในสิ่งที่ตนเองปรารถนาสูงสุด^{๑๔}

รู้ศักยภาพที่แท้จริงของตน

รู้ศักยภาพที่แท้จริงของตน การที่นักเรียนนำความรู้ที่ครูสอนไปพัฒนาความสามารถในการทำงานเป็นทักษะการปฏิบัติงาน เป็นกระบวนการเรียนรู้ กระบวนการฝึกฝนให้นักเรียนมีทักษะ มีพฤติกรรมที่ดีเป็นผลสะท้อนถึงลักษณะประจำตน กระบวนการสังเกตของครูจะช่วยในการกล่อมเกล่าให้เขาเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์เป็นคนดี คนเก่งและมีความสุข รู้ว่าตนเองมีขีดความสามารถมีศักยภาพในตนเองในการงานหลายด้าน^{๑๕}

ครูสามารถจัดการเรียนรู้ตามศักยภาพเปิดโอกาสให้ผู้เรียนทุกคนได้พบกับความสำเร็จตามความสามารถของตนเอง หาวิธีการนำส่วนที่ดีของแต่ละคนมาใช้ประโยชน์ ในการทำงานกลุ่ม เด็กได้รับความภาคภูมิใจ ชื่นชมในตนเอง^{๑๖}

ผู้ที่มีการพัฒนาตนเองแล้วย่อมเป็นที่น่าเคารพ น่านับถือ ถูกกาลถูกเวลา ด้านวาจา ผู้ที่มีการพัฒนาด้านนี้ จะสังเกตเห็นได้จากการพูดหรือการสนทนาด้วยกันมีสาระมีเหตุผล การใช้วาจาและคำพูดที่น่าฟังไพเราะ ด้านจิตใจ ผู้ที่มีการพัฒนาแล้ว โดยเฉพาะด้านอารมณ์ จะมีความหนักแน่นและมีศักยภาพมีความสามารถควบคุมตนเองได้^{๑๗}

การรู้ศักยภาพที่แท้จริงของตน ด้านกายคือต้องเตรียมความพร้อม ไม่ว่าจะทำอะไร ต้องเตรียมร่างกายให้พร้อม ฝึกฝนพัฒนาทางกาย ด้านวาจา ต้องฝึกการถาม ฝึกการตอบคำถาม เช่นเวลาครูถามเราต้องพยายามตอบเพื่อให้รู้ว่าเราเข้าใจในสิ่งที่สอน ด้านใจ คือ เรายอมรับสิ่งที่เราจะเรียนรู้ฝึกใจให้ยอมรับสิ่งต่างๆ ที่เราเรียนรู้ตามศักยภาพของตน^{๑๘}

^{๑๓} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๑๔} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๑๕} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๑๖} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๑๗} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๑๘} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๓๐ กรกฎาคม ๒๕๖๐.

การจะพัฒนาผู้เรียนให้เป็นทั้งคนดี มีปัญญา มีคุณภาพชีวิตที่ดี และมีขีดความสามารถในการแข่งขันในเวทีระดับโลก ต้องพัฒนาให้เด็กมีความสามารถในการสื่อสาร ส่งสาร รับสาร การใช้ภาษาในการถ่ายทอด ตลอดจนการเลือกใช้วิธีการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพมีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ คิดสังเคราะห์ คิดสร้างสรรค์ คิดอย่างมีวิจารณญาณ และคิดเป็นระบบ เพื่อสร้างองค์ความรู้ หรือเพื่อตัดสินใจได้อย่างเหมาะสม มีความสามารถในการแก้ปัญหา บนพื้นฐานของหลักเหตุผล คุณธรรม และข้อมูลสารสนเทศ มีความสามารถในการใช้ทักษะของชีวิต โดยนำเอากระบวนการต่างๆ ไปใช้ในชีวิตประจำวัน สามารถเรียนรู้ด้วยตนเอง เรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ทำงานและอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างเหมาะสม สามารถปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลง และรู้จักหลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ที่ส่งผลกระทบต่อตนเองและผู้อื่น นอกจากนี้ยังมีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี เพื่อพัฒนาตนเองและสังคม ในด้านการเรียนรู้ การสื่อสาร การทำงาน การแก้ปัญหา อย่างสร้างสรรค์ ถูกต้องเหมาะสม และมีคุณธรรม^{๑๙}

มนุษย์ทุกคนมีเอกลักษณ์ มีศักยภาพ มีคุณค่าสามารถฝึกหัดพัฒนาตนได้ในทุกเรื่อง ไม่มีใคร ที่มีความสมบูรณ์ไปหมดทุกด้าน แม้จะไม่มีใครรู้จักตัวเองได้ดีเท่ากับตนเอง แต่ในบางเรื่องตนเองก็ไม่สามารถจัดการเปลี่ยนแปลงได้ด้วยตนเอง การควบคุมสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ และทางสังคมกับการควบคุมความคิด ความรู้สึกและการกระทำของตนเอง มีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิต อุปสรรคที่สำคัญของการปรับปรุงและพัฒนาตนเอง คือ การที่บุคคลไม่ยอมปรับเปลี่ยนวิธีคิด วิธีการปฏิบัติ ไม่สร้างนิสัยในการฝึกทักษะใหม่ๆ ที่จำเป็นต่อการพัฒนาตนเอง^{๒๐}

เด็กได้รับความภาคภูมิใจในตนเอง จากการได้รับการชื่นชมจากครู ครูจัดการเรียนรู้ตามศักยภาพเปิดโอกาสให้ผู้เรียนทุกคนได้พบกับความสำเร็จตามความสามารถของตนเองหาวิธีการนำส่วนที่ดีของแต่ละคนมาใช้ให้เกิดประโยชน์^{๒๑}

การพัฒนาตนเองของผู้เรียน คือ พัฒนา กาย ศีล จิต ปัญญา ๔ ขั้นตอน กายพัฒนา กายภาพ บำรุงร่างกาย อาหาร การออกกำลังกาย อินทรีย์ ๕ ศีล คือ การมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง สังคม สิ่งแวดล้อม จิต คือ พัฒนาใจให้มีศักยภาพ ประสิทธิภาพ สมรรถภาพ คุณภาพ สุขภาพกายใจให้มีความสุข^{๒๒}

ปฏิบัติจริงในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพของตน

^{๑๙} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถีพุทธ, วันที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๒๐} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถีพุทธ, วันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๐.

^{๒๑} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๒๒} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๗ กรกฎาคม ๒๕๖๐.

การจะพัฒนาผู้เรียนให้เป็นทั้งคนดี มีปัญญา มีคุณภาพชีวิตที่ดี และมีขีดความสามารถ ต้องพัฒนาให้เด็กมีความสามารถ ตลอดจนการเลือกใช้วิธีการสร้างองค์ความรู้ มีทักษะในการใช้ชีวิต มีกระบวนการในการเรียนรู้ด้วยตนเอง เรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ทำงานและอยู่ร่วมกับคนในสังคมได้อย่างเหมาะสม สามารถปรับตัว ให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงของสังคม การแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ถูกต้องเหมาะสม ^{๒๓}

ทั้งหมดต้องพัฒนาโดยรวมไปด้วยกัน การพัฒนานั้นต้องทำอย่างต่อเนื่อง กาย วาจา ใจ คือ กายภาวนา จิตภาวนา ปัญญาภาวนา พัฒนาโดยรวมต้องพัฒนาจากพฤติกรรมในสิ่งที่อยู่ใกล้ตัว สิ่งที่ได้เรียนรู้ เพื่อพัฒนาให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและนำศักยภาพไปปรับใช้ให้เต็มกำลัง^{๒๔}

บุคคลที่จะพัฒนาตนเองได้ จะต้องเป็นผู้มุ่งมั่นที่จะเปลี่ยนแปลงหรือปรับปรุงตัวเอง โดยมีแนวคิดพื้นฐานในการพัฒนาตนที่ถูกต้อง ซึ่งจะเป็นสิ่งที่ช่วยส่งเสริมให้การพัฒนาตนเอง ประสบความสำเร็จ แนวคิดที่สำคัญมีดังนี้

๑) มนุษย์ทุกคนมีศักยภาพที่มีคุณค่าอยู่ในตัวเอง ทำให้สามารถฝึกหัดและพัฒนาตนได้เกือบทุกเรื่อง

๒) ไม่มีบุคคลใดที่มีความสมบูรณ์พร้อมทุกด้าน จนไม่จำเป็นต้องพัฒนาในเรื่องใดๆ อีก

๓) แม้บุคคลจะเป็นผู้ที่รู้จักตนเองได้ดีที่สุด แต่ก็ไม่สามารถปรับเปลี่ยนตนเองได้ในบางเรื่อง ยังต้องอาศัยความช่วยเหลือจากผู้อื่นในการพัฒนาตน การควบคุมความคิด ความรู้สึก และการกระทำของตนเอง มีความสำคัญเท่ากับการควบคุมสิ่งแวดล้อมภายนอก

๔) อุปสรรคสำคัญของการปรับปรุงและพัฒนาตนเอง คือ การที่บุคคลไม่ยอมปรับเปลี่ยนวิธีคิด และการกระทำ จึงไม่ยอมสร้างนิสัยใหม่ หรือฝึกทักษะใหม่ๆ ที่จำเป็นต่อตนเอง

๕) การปรับปรุงและพัฒนาตนเองสามารถดำเนินการได้ตลอดเวลาและต่อเนื่องอย่างเต็มศักยภาพ เมื่อพบปัญหาหรือข้อบกพร่องเกี่ยวกับตนเอง^{๒๕}

ผู้ที่ปฏิบัติจริงเต็มศักยภาพจะต้องมีจิตใจดี เป็นจิตที่ประกอบด้วยกุศล เพราะเมื่อจิตดี ความประพฤติด้านกาย วาจา ก็จะดีตาม เพราะเจตนาชื่อว่า กรรม การฝึกจิต การสวดมนต์นั่งสมาธิ เป็นการบ่มเพาะกัลยาณมิตรที่มีจิตใจดีงาม สร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่อิสระ ปลอดภัยและให้ความมั่นใจในตัวเด็ก เปิดโอกาสให้เด็กได้ค้นหาศักยภาพของตนเองอย่างเต็มความสามารถ^{๒๖}

^{๒๓} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถีพุทธ, วันที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๒๔} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถีพุทธ, วันที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๒๕} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถีพุทธ, วันที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๒๖} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๑๖ กันยายน ๒๕๖๐.

ความมุ่งมั่นพัฒนาตนให้เต็มศักยภาพ ผู้มีความเชื่อในตนว่าสามารถจะพัฒนาได้ จะมีความมุ่งมั่นถึงที่สุดแห่งความสามารถของตน เรียกว่าทำให้ตนให้ถึงพร้อม (อัตตสัมปทา)^{๒๗}

โดยสรุป จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญทั้ง ๑๕ ท่าน เพื่อตรวจสอบกรอบแนวคิด ด้านตัวแปรกระบวนการพัฒนาตนทางจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ทำให้ค้นพบกระบวนการอย่างมีลำดับขั้น ผู้เชี่ยวชาญส่วนมากเห็นด้วยกับกระบวนการที่เกิดจากตัวแปรนี้ และจะนำข้อมูลที่ได้รับไปตรวจสอบ ด้วยหลักการวิเคราะห์เชิงปริมาณด้วยวิธีทางสถิติต่อไปด้วย สามารถสรุปตัวแปรกระบวนการพัฒนาตนทางจิตวิทยา ดังภาพที่ ๔.๒

กระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยา

- รู้จักตนเอง
- รู้คุณค่าของตนเอง
- รู้ศักยภาพที่แท้จริงของตนเอง
- ปฏิบัติในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพ

ภาพที่ ๔.๒ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยา

๒.๒ ผลการวิเคราะห์การพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา

ศีล การแสดงออกทางกาย ทำที่ท่าทางและวาจา การแสดงคำพูดโดยมีกระบวนการศีล สมาธิ ปัญญาร้อยเรียงรวมตัวกันจากจุดเล็กๆ ขยายใหญ่เป็นกันหอยไปเรื่อยๆ^{๒๘}

ศีล การพัฒนาทางศีล มีความละเอียด ไม่ปล่อยตัวเองทำตามความต้องการ^{๒๙}

ศีล ด้านศีลธรรม (Moral Development) เป็นการฝึกให้ผู้เรียนตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหายแก่บุคคลอื่น มีความเอื้อเฟื้อเกื้อกูล และอยู่ร่วมกับผู้อื่น ได้อย่างมีความสุข^{๓๐}

(ศีล -> สมาธิ) เมื่อประพฤติดี มีความสัมพันธ์งดงาม ได้ทำประโยชน์อย่างน้อยดำเนินชีวิต โดยสุจริต มั่นใจในความบริสุทธิ์ของตน ไม่ต้องกลัวต่อการลงโทษ ไม่สะดุ้งระแวงต่อการประทุษร้าย ของคู่เวรกัน ไม่หวาดหวั่นเสียใจต่อเสียงตำหนิหรือความรู้สึก ไม่ยอมรับของสังคม และไม่มี ความ

^{๒๗} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๒๘} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๒๙} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๓๐} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๐.

พุ่งชนวุ่นวายใจ เพราะความรู้สึกเดือดร้อนรังเกียจในความผิดของตนเอง จิตใจก็เอิบอím ขึ้นบาน เป็นสุข ปลอดโปร่ง สงบ และแน่วแน่ มุ่งไปกับสิ่งที่คิด คำที่พูดและการกระทำ^{๓๑}

ศิลปินมีระเบียบวินัย มีความรับผิดชอบ มีความซื่อสัตย์ เราจะยกบุคคลที่สามารถเป็นแบบอย่างที่ดี เช่นผู้นำชุมชน คณะครู เพื่อน ที่อยู่ใกล้ตัวเขาเมื่อเขาทำด้วยความขยันหมั่นเพียร อยู่เสมอๆ เพื่อเป็นแบบอย่างให้เด็กได้ทำตาม สุดท้ายแล้วเขาจะประสบความสำเร็จในชีวิต ศิล คือ การที่เขาปฏิบัติตนเองให้เป็นคนดีอยู่ในปัจจุบัน^{๓๒}

ศิลปิน คือ การรักษากาย วาจา ใจ มีผลทำให้จิตนิ่งพอ มีความสุขในชีวิตประจำวัน ไม่เดือดร้อน คนมีศิลปินจะทำให้เป็นคนที่มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย มีความพร้อมในการศึกษาการทำงาน เมื่อเราพร้อมถ้ารักษาศิล ๕ ได้ระยะหนึ่งเราจะรู้สึกเองว่าอยากศึกษาในลำดับขั้นต่อไป ^{๓๓}

ลักษณะของคนมีศิลปิน คือ เป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพดี คือ รูปร่างท่าทางดี สุภาพเรียบร้อย พูดจาไพเราะ และมีลักษณะเป็นผู้นำที่สร้างสรรค์เชื่อมั่นในตนเอง กระตือรือร้นและสุขภาพแข็งแรงเป็นคนมีระเบียบวินัย ความประพฤติดี เว้นจากอบายมุขทุกอย่าง มีคุณธรรมและจริยธรรมสูง มีความซื่อสัตย์ เสียสละ มีเมตตากรุณา มีความยุติธรรม และมีความอดทน^{๓๔}

ศิลสิกขา หมายถึงการฝึกความประพฤติสุจริตทางกาย ทางวาจาและการประกอบอาชีพ ดำรงตนในสังคมแบบสาธุชน เป็นคนดีของสังคม เป็นคนมีระเบียบวินัย ปฏิบัติหน้าที่ตามปทัสถานของสังคมสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างดีงามโดยมีความรับผิดชอบเกื้อกูลต่อสังคม ศิลภาวนา หมายถึงการพัฒนาการกระทำ ได้แก่การสร้างความสัมพันธ์ทางกายและวาจากับบุคคลอื่นโดยไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน ไม่กล่าวร้ายทำลายผู้อื่น ไม่กระทำการใดๆ ที่จะก่อความเดือดร้อนให้แก่ผู้อื่น แต่จะใช้วาจาและการกระทำที่ดี ให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลและเสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีรู้จักจัดระเบียบชีวิต มีการวางแผนและจัดการงานต่างๆ อย่างมีระบบระเบียบ เรียกว่า ถึงพร้อมด้วยศิล(ศิลสัมปทา)^{๓๕}

สมาธิ หมายถึงการฝึกให้มีจิตจดจ่อเป็นหนึ่งเดียว ปฏิบัติหน้าที่ด้วยความตั้งใจ รับผิดชอบหน้าที่การงานให้บรรลุเป้าหมาย^{๓๖}

^{๓๑} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๓๒} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๓๓} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๓๔} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๓๕} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๓๖} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๖๐.

สมาธิ คือการพัฒนาทางจิต ควบคุมอารมณ์ได้ ไม่ฟุ้งซ่าน เยือกเย็นมีความสุขกับการเรียน มีความสุขกับหน้าที่ในส่วนที่ตนเองรับผิดชอบ^{๓๗}

สมาธิ การบริหารด้านอารมณ์ จิตใจ (Spiritual or Emotional Development) เป็นการฝึกอบรมจิตใจให้เข้มแข็ง ให้มีความมั่นคง และมีความเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีความเมตตากรุณา มีความขยันหมั่นเพียร มีความอดทน มีความสดชื่นเบิกบาน เป็นต้น^{๓๘}

(สมาธิ -> ปัญญา) ยิ่งจิตไม่ฟุ้งซ่าน สงบ อยู่กับตัว ไร้สิ่งขุ่นมัว สดใส มุ่งไปอย่างแน่วแน่ การรับรู้ การคิดพิจารณาองเห็นและเข้าใจสิ่งต่างๆ อย่างชัดเจน ตรงตามสภาพความเป็นจริง คล่องแคล่วว่องไว เป็นผลดีในทางปัญญามากขึ้นเท่านั้นอุปมาในเรื่องนี้ เหมือนว่าตั้งภาชนะน้ำไว้ ด้วยติริยบรื้อย ไม่ไปแก้งสั่นหรือเขย่ามัน (คีล) เปรียบเสมือนน้ำไม่ถูกกวน หรือเขย่า น้ำก็ขุ่น เมื่อสงบนิ่ง ตะกอนต่างๆ ก็นอนก้น น้ำก็หายขุ่น น้ำก็ใส (สมาธิ) เมื่อน้ำใส ก็มองเห็นสิ่งต่างๆ ได้ชัดเจน (ปัญญา)^{๓๙}

สมาธิไตรสิกขาเป็นฐานสำคัญของกระบวนการเรียนรู้ในเชิงพุทธ คีล สมาธิ ปัญญา จุดมุ่งหมายของการพัฒนาเด็กสิ่งที่สำคัญ คือ การเป็นคนดี คนเก่ง เป็นตัวชี้วัดคนดี คนเก่ง ทำอย่างไร เด็กถึงจะเป็นคนเก่ง ไตรสิกขาจะเป็นตัวตอบโจทย์ คีล สมาธิ ปัญญา สมาธิ เป็นการฝึกในด้านจิต ได้แก่การพัฒนาจิตทั้งในด้านคุณธรรม เช่น มีความเมตตากรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีจิตใจที่เข้มแข็งมั่นคง มีความเพียรพยายาม มีความรับผิดชอบ มีความอดทนอดกลั้น มีความข่มใจ เป็นต้น และมีสุขภาพจิตที่ดีมีความสุข เช่น มีความอึดเอนใจ มีความร่าเริงเบิกบานใจ มีความสดชื่นผ่องใส มีความรู้สึกพึงพอใจ^{๔๐}

สมาธิ ฝึกให้มีจิตจดจ่อเป็นหนึ่งเดียว จิตตสิกขา หมายถึงการฝึกจิต สร้างคุณภาพและสมรรถภาพทางจิตให้เข้มแข็งมั่นคง แน่วแน่ ควบคุมตนเองได้ดี มีสมาธิ มีจิตที่สงบ บริสุทธิ์ ปราศจากสิ่งที่ทำให้เศร้าหมอง อยู่ในสภาพพร้อมที่จะใช้ปัญญาอย่างลึกซึ้งและตรงตามสังฆธรรม ส่วนสุขภาพจิตดี เป็นสภาพจิตที่มีความสบายใจ อิ่มเอิบใจ เข้มชื่น เบิกบาน เกิดความสบายใจได้เสมอเมื่อดำรงชีวิตหรือทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น^{๔๑}

^{๓๗} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๓๘} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๐.

^{๓๙} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๔๐} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๔๑} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๖๐.

ปัญญา

ปัญญา คือการพัฒนางνώความรู้อย่างมีเหตุผล คติวิเคราะห์สังเคราะห์ แยกแยะหาเหตุผล และสรุปองค์ความรู้ใหม่ได้^{๔๒}

“ปัญญา คือ ตัวสัมปชัญญะ เมื่อมีปัญญาแล้วก็ทำให้ไม่หลงงมงาย เมื่อไม่หลงงมงาย ก็เป็นคนตื่นตัว คือ ตื่นรู้ รู้ในอริยสัจ ๔ รู้ว่าจะจัดการกับทุกข้ออย่างไร หาสาเหตุของทุกข์ให้พบหาวิธีการดับทุกข์ และเมื่อดับทุกข์ได้ก็เบิกบาน”^{๔๓}

“ปัญญา ในหลักไตรสิกขา เป็นปัญญาอันเกิดจากการปฏิบัติส่วนบุคคล แล้วถ่ายทอดสู่บุคคลอื่น อันเกิดจากการจัดองค์ความรู้ (ส่วนตน) รู้จักเลือกหาแหล่งความรู้และแบบอย่างที่ดี ได้แก่ การรู้จักใช้สติปัญญา ในการวิเคราะห์ พิจารณาในการเลือก เริ่มจากการเลือกคบคนดี เลือกตัวแบบที่ดี เลือกบริโภคสื่อและข่าวสารข้อมูลที่มีคุณค่า ด้วยการฝึกปัญญาให้เกิดความรู้ความเข้าใจสรรพสิ่ง รู้แจ้งตามความเป็นจริง มีจิตใจเป็นอิสระและมีปัญญาบริสุทธิ”^{๔๔}

“ปัญญาคือธรรมชาติที่รู้สภาพธรรม โดยทั่วๆ ไปตามความเป็นจริง คือ เราจะต้องรักษาศีลด้วยปัญญา เราจะต้องฝึกสมาธิด้วยปัญญา คือ สมาธิที่เป็นบาทฐานของวิปัสสนา เราจะต้องเจริญวิปัสสนาด้วยปัญญาอันยิ่งยวด มีการเชื่อมโยงกัน”^{๔๕}

“ปัญญาภาวนา หมายถึงการพัฒนาปัญญา ได้แก่การรู้เข้าใจสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริงรู้เท่าทันสภาวะของโลกและชีวิต ทำให้จิตใจเป็นอิสระได้จนถึงขั้นสูงสุด ส่งผลให้อยู่ในโลกได้โดยไม่ติดโลก มีอิสระที่จะเจริญเติบโตงอกงามต่อไปการจะพัฒนาผู้เรียนให้เป็นทั้งคนดี มีปัญญามีคุณภาพชีวิตที่ดี คิดอย่างมีวิจารณ์ญาณ เพื่อสร้างองค์ความรู้ มีความสามารถในการแก้ปัญหาบนพื้นฐานของหลักเหตุผล คุณธรรม”^{๔๖}

“ด้านสติปัญญา (Intellectual Development) เป็นกระบวนการในการฝึกอบรมให้รู้และเข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง ทำตนให้มีความสุข สามารถแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งสามารถปฏิบัติตนให้อยู่เหนือปัญหา เหนือความขัดแย้ง และพัฒนาส่วนรวมให้มีความสุข สงบ ความเสมอภาค และความเป็นประชาธิปไตยอย่างมีคุณภาพ”^{๔๗}

^{๔๒} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๔๓} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๑๖ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๔๔} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๔๕} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๐.

^{๔๖} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๔๗} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๐.

“ปัญญาคือตัวสัมปชัญญะ เมื่อมีปัญญาแล้วก็ทำให้ไม่หลงงมงาย ปัญญา ในหลักไตรสิกขา เป็นปัญญาอันเกิดจากการปฏิบัติส่วนบุคคล รู้จักใช้สติปัญญา ในการวิเคราะห์ พิจารณาในการเลือก เริ่มจากการเลือกคบคนดี ด้วยการฝึกปัญญาให้เกิดความรู้ความเข้าใจสรรพสิ่ง” ^{๔๘}

“ปัญญา คือ ภาวนามยปัญญา เป็นความรู้จากภายในใช้การไตร่ตรองสามารถจึงทำให้ตนเองตื่นรู้ได้” ^{๔๙}

“ปัญญาสิกขา หมายถึงการฝึกปัญญาให้เกิดความรู้ความเข้าใจสรรพสิ่ง รู้แจ้งสภาพธรรมตามความเป็นจริง มีจิตใจเป็นอิสระและมีปัญญาบริสุทธิ์ ปัญญาสิกขา หมายถึงการฝึกปัญญาให้เกิดความรู้ความเข้าใจสรรพสิ่ง รู้แจ้งตามความเป็นจริง มีจิตใจเป็นอิสระและมีปัญญาบริสุทธิ์ ปัญญาภาวนา หมายถึงการพัฒนาปัญญา ได้แก่การรู้เข้าใจสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง รู้เท่าทันสภาวะของโลกและชีวิต ทำให้จิตใจเป็นอิสระได้จนถึงขั้นสูงสุด ส่งผลให้อยู่ในโลกได้โดยไม่ติดโลก มีอิสระที่จะเจริญเติบโตงอกงามต่อไป” ^{๕๐}

โดยสรุป จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญทั้ง ๑๕ รูป/คน เพื่อตรวจสอบกรอบแนวคิดด้านตัวแปรการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา เพื่อการตื่นรู้ พบว่าผู้เชี่ยวชาญทุกท่านเห็นด้วยกับตัวแปรนี้ ผู้วิจัยจะนำข้อมูลที่ได้รับไปตรวจสอบด้วยหลักการวิเคราะห์เชิงปริมาณด้วยวิธีทางสถิติต่อไปสามารถสรุปตัวแปรการพัฒนาตนตามหลักพุทธศาสนา ดังภาพที่ ๔.๓

การพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา

- ศีล
- สมาธิ
- ปัญญา

ภาพที่ ๔.๓ การพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา

๒.๓ ผลการวิเคราะห์ตัวแปรการตื่นรู้

การตื่นรู้

“ตื่นรู้ หมายถึง การตื่นจากอวิชชาคือตื่นจากความไม่รู้ มาพบความรู้คือวิชา เหมือนคนที่

^{๔๘} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๔๙} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๕๐} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๖๐.

หลับไหลแล้วตื่นรู้ตัวขึ้นมา”^{๕๑}

“การตื่น คือการมีสติ กระตือรือร้น ตื่นตัวตลอดเวลา หมายถึง การมีจิตสำนึกแห่งความไม่ประมาท เข้าใจการเปลี่ยนแปลงของชีวิตและสภาพแวดล้อม เห็นคุณค่าของเวลาและใช้เวลาอย่างคุ้มค่า เรียกว่า ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท (อัปมาทสัมปทา)”^{๕๒}

“ตื่น Awake คือ การตื่นจากการหลับไหลในอวิชชา เหมือนคนนอนหลับใหลสติ เกิดอะไรขึ้นรอบตัวก็ไม่รู้ แต่พอตื่นขึ้นมาเห็นก็รู้ตัวและตื่นตัว ไม่ให้สิ่งต่างๆ เข้ามาครอบงำไปในทางที่ไม่ดี”^{๕๓}

“การตื่นรู้” คือ การมีสติและสัมปชัญญะ สมบูรณ์ ดังที่กล่าวกันว่า รู้ตัวทั่วพร้อมเพื่อรับมือกับสถานการณ์ต่างๆ ที่มากระทบอันก่อให้เกิดการรู้สึก การรับรู้ การเรียนรู้ เพื่อการปรับตัวและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข^{๕๔}

“การตื่นรู้” คือการไวต่อความรู้สึก ความละเอียดอ่อน ความสงบเป็นสมาธิ และมีสติเป็นตัวกำกับ เช่นในตอนที่ตอบคำถาม มีการตื่นรู้ จิตเป็นสมาธิ มีสติในการกดแป้นพิมพ์ มีความละเอียดอ่อนและใคร่ครวญในการตอบคำถาม เห็นตนเองว่ามีความเพียรที่จะตอบเพื่อจะเป็นประโยชน์กับผู้ถามให้มากที่สุด^{๕๕}

“การตื่นรู้ก็คือพุทธโธ” คือ “ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน” “ผู้รู้” คือ รู้จริง รู้แจ้ง เห็นจริงตามความเป็นจริงของสรรพสิ่ง รู้ในไตรลักษณ์ “ผู้ตื่น” คือ ตื่นจากความหลงมกมาย จากการหลอกลวงของกิเลสตัณหา ตื่นจากความมืดบอดของอวิชชา “ผู้เบิกบาน” คือ เมื่อรู้แจ้งเห็นจริง ไม่หลง ไม่มกมาย ไม่มีมืดบอดจากอวิชชาข่มเป็นผู้เบิกบาน จิตไม่เศร้าหมอง ไม่เศร้าโศกอีกตลอดกาล^{๕๖}

“การตื่นรู้ จิตใจที่ตื่นที่มีสติกำกับอยู่ ภาวะของการรู้ตัวทั่วพร้อมทุกขณะ มีสติสัมปชัญญะตามรู้ในทุกๆ ขณะว่ากำลังทำอะไรอยู่ เป็นความปกติของจิตใจที่มีความเป็นระเบียบเรียบร้อยเป็นจิตใจที่มีศีลกำกับ”^{๕๗}

การตื่นรู้คือการรู้จักตนเอง รู้จักการใช้ชีวิต รู้จักหน้าที่ของตนเองตอนนี้มีหน้าที่อะไรบริหารเวลาให้เป็น เช่น เด็กได้รู้ใจตนเอง ได้มีโอกาสไปปฏิบัติธรรม ไปสวดมนต์ไหว้พระ ไปฝึกฝนตนเอง นั่นคือการมอบของขวัญให้ตนเอง ให้ตนเองได้รู้เกี่ยวกับปัญหาที่เข้ามาในชีวิต ตื่นจากกิเลส

^{๕๑} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๑๖ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๕๒} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๕๓} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๑๖ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๕๔} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๕๕} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๕๖} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๕๗} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

การพัฒนาจิต การปฏิบัติธรรม การภาวนา คือ การทำให้เด็กเยาวชน ได้รู้ตื่นมีความใส่ใจใน พระพุทธศาสนา การรู้ตื่นก็คือ ตื่นรู้ ดูใจตนเอง^{๕๘}

“ปัจจุบันครูให้แต่ข้อมูลเด็กแต่เด็กไม่ได้แสดงความสามารถแสดงศักยภาพอะไรออกมา ทำให้เด็กไม่รู้ว่าจะเรียนไปเพื่ออะไร กระบวนการเรียนรู้ควรให้เด็กรู้วิธีการเรียนรู้ที่หลากหลาย เพราะเด็กต่างกัน ๑) ระบบการศึกษาที่ทำให้เด็กไม่ชอบเรียน ๒) ตัวครูที่ไม่อำนวยให้เกิดการเรียนรู้ ที่น่าสนใจ ๓) และตัวเด็กที่มีความชอบที่แตกต่างกันอาจจะไม่ชอบวิธีนี้ เช่นวิชานี้ใครสอนเด็กอาจจะ ไม่เรียน การที่ทำให้เด็กรู้ตื่นได้เราต้องสร้างกระบวนการที่เด็กเกิดสมาธิ สร้างแรงจูงใจ มองให้เห็นถึงอนาคตของเขา เช่นเปิดการเรียนรู้ในสิ่งที่เขาอยากเรียน

กระบวนการพัฒนาตนต้องไปสร้างการเรียนรู้ที่เขาอยากเรียน เช่นบางคนเรียนพยาบาล ไม่ได้เรียนเพราะใจรัก แต่เรียนเพราะพ่อแม่บังคับ พอทำงานก็ทำไม่เต็มที่ไม่มีใจรักที่จะทำหรือบริการ ทำอย่างไรที่สามารถเชื่อมโยงเด็กได้ หลักธรรมที่ใช้ก็คืออริยสัจ ๔ ทุกข์ก็คือปัญหามันคืออะไร ทำไมจึงไม่รู้ตื่น สาเหตุมันมาจากอะไร ให้แก้ที่ต้นเหตุ อย่าแก้ที่ปัญหา”^{๕๙}

การตื่นรู้คือสติ ตื่นจากมายาภาพ มีสติเท่าทันปัจจุบัน มีสติอยู่ในปัจจุบัน อดีตและ อนาคตคือมายาภาพ อย่าอยู่แต่ในโลกแห่งความคิด จงอยู่แต่ในโลกแห่งความจริงที่สัมผัสกระทั่งรู้^{๖๐}

ตื่นรู้ก็ต้องดูหน้าที่ มีหน้าที่อะไร นักเรียนมีการจัดอุปกรณ์การเรียนมาอย่างสม่ำเสมอ และจัดหนังสือมาตรงกับวิชาที่เรียนในวันนั้นไหม เช่น วันนี้มีวิชาเรียนพระพุทธศาสนาถ้านักเรียน ไม่ได้เอาหนังสือวิชาพระพุทธศาสนา มา แต่เอาวิชาอื่นมาแสดงว่าเขาไม่มีความตื่นรู้ เมื่อไม่มีความตื่นรู้ เขาก็ไม่ชอบเรียนแล้ว เราต้องสร้างแรงจูงใจให้เขาแม้ว่าเขาจะไม่มีสื่อ โดยสร้างแรงจูงใจโดยให้เขา ดูกับเพื่อนบ้าง แทนที่เราจะทำโทษว่าเด็กไม่มีหนังสือ ครูเป็นต้องเป็นผู้ให้ ถ้าเด็กไม่มีหนังสือ ครูจะปฏิบัติต่อเด็กอย่างไรให้เขาตื่นรู้ในหน้าที่ ตื่นรู้ในการแก้ไขปัญห^{๖๑}

การตื่นรู้ คือรู้เท่าทันในอารมณ์ของตนเอง ตื่นรู้ในทุกขณะ ไม่เป็นผู้หลักอยู่ในความ มัวเมา (โมหะ) ฉะนั้นคำว่า ตื่นรู้ จะตรงกับคำว่า พุทโธ หมายถึง ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ผู้รู้ คือตัวเรา ผู้ตื่น คือตัวเรา ผู้เบิกบาน คือตัวเรา นั่นเอง^{๖๒}

การตื่นรู้ (Awakening) หมายถึง ตื่นรู้เพราะเข้าถึงความจริง โดยวิธีใดๆ ก็ได้ ซึ่งอาจ เกี่ยวหรือไม่เกี่ยวกับศาสนาใดๆ ก็ได้ มีความเป็นสากล ที่ทุกคนไปเจอกันได้หมด เป็นอนาคตที่กำลัง

^{๕๘} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๑๖ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๕๙} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๖๐} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๗ กรกฎาคม ๒๕๖๐.

^{๖๑} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๖๒} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๖๐.

ผุดบังเกิดของมนุษยชาติ ฉะนั้น คำว่า การเข้าถึงความจริงหรือธรรมชาติที่ใหญ่ที่สุด จึงเป็นคำกลางๆ ซึ่งอาจมีทางเข้าถึงอันหลากหลาย ซึ่งอาจจะเกี่ยวกับศาสนาหรือไม่เกี่ยวกับศาสนาใดๆ ก็ได้^{๖๓}

คำว่าตื่นรู้คือมีความรู้ตัว รู้จักตนเอง เข้าใจสิ่งที่มากระทบ ไม่หลงไม่ไหลไปกับโลกธรรม รู้ตัวเอง พอรู้และเข้าใจก็จะรู้ว่าจะมีทำที่ยังไง ต่อสิ่งที่มากระทบทั้งโลกธรรมทั้งแปด คือเขาได้รับการฝึกในเรื่องกระบวนการคิด เข้าใจเหตุผล เข้าใจตนเอง มีสติสัมปชัญญะ กระบวนการนี้ต้องฝึกเมื่อฝึกใจแล้ว ทำอยู่เสมอ จิตใจจะเข้มแข็ง เข้าใจโลกธรรม เข้าใจสิ่งที่มากระทบนั้นคือ การตื่นรู้^{๖๔}

ความเตรียมตัวให้พร้อมที่จะพัฒนา พร้อมที่จะเรียนรู้ พร้อมที่จะทำพร้อมที่จะดำเนินชีวิต ให้เป็นผู้ตื่นพอตื่นก็เป็นผู้รู้ การตื่นคือความพร้อม ทางด้าน กาย วาจา ใจ พร้อมเพื่อรองรับทุกสถานการณ์ไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้น มีสติ สติ คือความพร้อม^{๖๕}

การตื่นรู้เป็นสภาพจิตที่หลุดพ้นจากการถูกกิเลสครอบงำทั้งปวง ตามอุปนิสัยของบุคคล แต่ละกลุ่มมีทักษะวิธีการสะกดข่มระงับอุปนิสัยนั้นๆ ได้ แต่ยุคสมัยนี้ที่บุคคลใส่ใจกับการครองชีพมากขึ้น จึงมีการแสวงหาปัจจัยที่เอื้อต่อการดำรงชีพเพียงอย่างเดียว ไม่ได้สนใจหรือใส่ใจต่อการตื่นรู้ที่สามารถนำพาวิถีชีวิตของบุคคลนั้น ให้ดำรงอยู่อย่างเป็นปกติสุขปราศจากพันธนาการ การครอบงำที่ทำให้บุคคลเดินหลงทางโดยดำรงชีวิตอย่างหลงมกมาย^{๖๖}

การตื่นรู้ คือ การรู้ตัว รู้ตน รู้คิด และไม่ยึดติด ปล่องวางในความถือตัว ความยึดมั่นถือมั่น ความเกลียด ความกลัว การยึดติดกับชีวิต อันจะทำให้เราระลึกรู้อยู่เสมอว่าจิตเราอยู่ในสภาวะใด รู้เห็น และเข้าใจตามสภาพความเป็นจริง เรียกว่าตื่นรู้^{๖๗}

การตื่นรู้ “การตื่นรู้เกิดขึ้นได้ ๒ แบบ แบบเกิดเอง และแบบเกิดจากการถ่ายทอด ฝึกอบรม

แบบที่ ๑ เกิดเองโดยไม่อาศัยครูบาอาจารย์ เรียกว่า เกิดเองตามธรรมชาติ เช่นพบกับความสูญเสีย เป็นต้น

แบบที่ ๒ เกิดจากการถ่ายทอด ฝึกอบรม มีครูบาอาจารย์สอน ถ่ายทอด อบรม เรียนรู้ ครูมีหน้าที่สอนให้เกิดการตื่นรู้

รู้ด้วยอินทรีย์ ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ สุขทุกข์เกิดจากใจ ตื่นจากอดีตและอนาคต เราไม่สามารถมีอดีตและอนาคต ความกังวล ความยินดี ความเสียใจ เราต้องตื่นจากมายา

^{๖๓} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๖๔} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๖๕} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๓๐ กรกฎาคม ๒๕๖๐.

^{๖๖} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๖๗} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๐.

ตื่นจากอดีตและอนาคต ถ้าเด็กตื่นรู้จะไม่พุ่มพวยกับอดีตและอนาคต ปัจจุบันคำเดียว คือตื่นรู้ ปัญาคือเข้าใจว่าปัจจุบันคืออะไร และทิ้งอดีตกับอนาคตได้ ถ้ามีสติ ก็คือตื่นตัว ตื่นรู้”^{๖๘}

วิธีการพัฒนาตนของผู้เรียนเพื่อให้เกิดการตื่นรู้ ควรมีลักษณะ เป็นพลังหรืออำนาจ แห่งการจัดการความเป็นไปได้ในวิธีการอันเกิดจากองค์ความรู้ใหม่ ของชีวิตทั้งในด้านความสัมพันธ์ ระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ มนุษย์กับธรรมชาติ และมนุษย์กับสภาพแวดล้อม คือพลังอิสระ สงบและ สันติสุข ภาวะตื่นรู้จะเป็นเครื่องมือสำคัญที่ทำให้รู้เท่าทันกับความเปลี่ยนแปลง และเกิดปัญญา สามารถมุ่งสู่ความเป็นเลิศ ได้อย่างมีความสุข ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น

ภาวะการตื่นรู้อันเกิดจากการเรียนรู้ร่วมกัน ในการปฏิบัติ ในสถานการณ์จริง (Interactive Learning through Action) ต้องเรียนรู้ร่วมกัน ใครจะไปเก่งคนเดียวก็ไม่ได้ ซึ่งในที่สุดจะนำไปสู่ การเปลี่ยนแปลงขั้นพื้นฐาน (Transformation) ๑) เคารพศักดิ์ศรีคุณค่า ความเป็นคนของทุกคน ๒) เคารพความรู้ในตัวคน (ถ้าเราเคารพความรู้ในตำรา คนส่วนน้อยเท่านั้น จึงจะมีเกียรติแม้เป็นครูที่ดีที่สุด เพราะมีความรู้ในตัว แม้ไม่ได้เรียนมหาวิทยาลัยก็สามารถตื่นรู้ กระตือรือร้นได้) ๓) เอื้ออาทรและจริงใจต่อกัน ๔) เกิดความเชื่อถือว่าไว้วางใจกัน ๕) เกิดสามัคคีธรรม เกิดพลังทางสังคม ๖) เกิดปัญญาร่วม และจะเกิดนวัตกรรมขึ้นเสมอ เรียกว่าเกิด Group Genius คนต่างกันเจอกัน จะเกิดของใหม่ขึ้น เช่น Hydrogen เจอ Oxygen เกิดเป็น H₂O ๗) ฝ่าความยาก ไปสู่ความสำเร็จ ๘) เกิดความสุข ประดุจบรรลุนิพพาน^{๖๙}

ผู้เรียนควรปฏิบัติเพื่อพัฒนาตนเองไปตาม อริยมรรคมีองค์ ๘ หรือย่อลงมาเหลือ สี่ล สมภาธิ ปัญญา หรือย่อลงมา เป็น สติ สัมปชัญญะ หรือสั้นสุดก็คือ มีสติ รู้ทันตามความเป็นจริง ในขณะนั้นว่า ทุกสรรพสิ่งเป็นไตรลักษณ์ คือเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา^{๗๐}

การพัฒนาตนเพื่อให้เกิดการตื่นรู้เป็นกระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงภายใน ตนเองเริ่มด้วยการพิจารณาและสำรวจตนเองจากประสบการณ์ตรง การรับฟังผู้คนด้วยใจที่เปิดกว้าง การหยุดเพื่อการรับฟังด้วยตนเองด้วยสติและปัญญา ภาวะดังกล่าวจะนำไปสู่การลดตนเอง การให้เกียรติผู้อื่น การเคารพและการยอมรับในความแตกต่างหลากหลาย ด้วยกระบวนการ ฝึกฝนตนเองให้คิดดี เป็นมโนสุจริต ฝึกฝนตนเองให้พูดดีเป็นวจีสุจริต และฝึกฝนตนเองให้ทำดี ให้เป็นนิสัย^{๗๑}

^{๖๘} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๗ กรกฎาคม ๒๕๖๐.

^{๖๙} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๗๐} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๗๑} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

ถ้าเรารู้จักตนเองเราจะรู้จักคนทั้งโลก ทำอย่างไรเราถึงจะพัฒนาให้เรารู้จักตนเองว่าชอบอะไรชาดอะไรอยากเป็นอะไรอยากใช้ชีวิตอย่างไร ถ้าเรารู้จักตนเองเราจะรู้จักคนทั้งโลก ฉะนั้นเป้าหมายของวิธีการที่จะพัฒนาเด็ก คือให้เป้าหมายเต็มร้อย วิธีการสามารถปรับเปลี่ยนได้ ฉะนั้นวิธีการที่จะพัฒนาเขาให้รู้ตื่นได้ก็คือ ภาวนาให้เขาดูใจตัวเองได้ให้เขากลับมานิ่งๆ เขาต้องการเรียนรู้อะไร อยากเป็นอะไร ให้เดินตามความฝัน บางครั้งเขาโดนบังคับโดยคนรอบข้าง เช่นการบังคับจากพ่อแม่จากสังคมรอบข้าง

ตัวอย่างบุคคล เช่นสตีฟ จ๊อบส์ บิล เกตส์ อัลเบิร์ต ไอน์สไตน์ มาร์ค ซัคเคอร์เบิร์ก บุคคลเหล่านี้ก็ไม่ได้เรียนสูง เพราะเขามีอะไรบางอย่างที่รู้ตื่นและคนทั้งโลกยอมรับเขาได้พวกเขารู้ว่ารู้ตื่นรู้ว่าชอบอะไร และทำให้โลกยอมรับเขาได้เขาลงมือทำด้วยความตื่นตัวที่ออกมาจากแรงบันดาลใจ แรงบันดาลใจต้องออกมาจากข้างในตนเอง ครอบครัว ชุมชน เป็นลำดับ^{๗๒} การพัฒนาเพื่อให้เกิดการตื่นรู้ต้องพัฒนาตนตามหลักสติปัญญา ๔ คือมีสติฝึกอยู่กับปัจจุบัน^{๗๓}

การที่จะทำให้เกิดการตื่นรู้ได้ครูต้องมีจิตวิญญาณหาวิธีพัฒนาผู้เรียนให้เกิดการตื่นรู้ ก็คือสร้างสื่อใหม่ๆ ให้เขา เช่นเด็ก ๒๐ คน เรียนวิชาพระพุทธศาสนาไม่มีหนังสือ ๕ คน ฉะนั้นผู้สอนเองอาจต้องบูรณาการณ เปลี่ยนสาระวิชาหรือเปลี่ยนกิจกรรมในการสอน อาจสอนหน้าที่พลเมือง เป็นการสร้างแรงบันดาลใจ ครูผู้สอนต้องเป็นผู้สร้างแรงบันดาลใจให้เด็ก ลักษณะสภาพบริบทชุมชน วิถีชีวิตแห่งความเป็นจริงของเขา เขาอาจไม่ใช่คนขี้เกียจเขาอาจเป็นคนขยัน

อาจจะขยันช่วยพ่อแม่ไปทำสวน ถ้าเราจะสอนให้เขาตื่นรู้แนวพระพุทธศาสนา เราก็จะสอนโยงไป การช่วยพ่อแม่กรีดยาง นักเรียนนั้นมีหลักธรรมอะไรบ้าง โยงเข้าศีล สมาธิ ปัญญา ศีลก็คือหน้าที่ สมาธิก็คือจดจ่ออยู่กับหน้าที่ ปัญญาคือผลที่เกิดขึ้น สถานะครอบครัวเขาดีขึ้น^{๗๔}

การพัฒนาตนของผู้เรียนเพื่อให้เกิดการตื่นรู้ ควรมีลักษณะดังนี้

- ๑) มีความตื่นตัวใฝ่รู้ในสิ่งที่รู้ได้ยาก ไม่ท้อ
- ๒) มีความมุ่งมั่น ตื่นตัวในสิ่งที่ทำอยู่ตลอดเวลา
- ๓) ไม่ละเลยในเรื่องที่ศึกษาอยู่หรือสนใจ หรือเรียนอยู่
- ๔) เอาใจใส่ในเรื่องที่สนใจ และพยายามทำความเข้าใจ ทบทวนอยู่เสมอ
- ๕) มีความรับผิดชอบในสิ่งที่ได้รับมอบหน้าที่^{๗๕}

^{๗๒} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๗๓} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๗ กรกฎาคม ๒๕๖๐.

^{๗๔} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๗๕} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๖๐.

การพัฒนาตนของผู้เรียนเพื่อให้เกิดการตื่นรู้ มีลักษณะคล้ายกับธรรมชาติของชีวิตทั่วไป คือเมื่อมีการกำเนิดขึ้นจะต้องมีการเติบโต มีการพัฒนา การพัฒนานั้นจะต้องเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ และมีการพัฒนาที่ยั่งยืนจึงจะทำให้องค์การอยู่รอดได้อย่างมั่นคง ซึ่งการอยู่รอดได้อย่างมั่นคงนั้น หมายถึงผู้เรียนต้องสามารถปรับตัวสอดคล้องกับกระแสการเปลี่ยนแปลงของสังคม และสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีคุณภาพ มีลักษณะของการเรียนรู้อย่างไม่หยุดนิ่ง มีการตื่นตัวที่จะเรียนรู้ อยู่ตลอดเวลา เพื่อให้เกิดการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง^{๗๖}

การตื่นรู้คือการ “ฝึกให้มีสติโดยการกำหนดกาย เวทนา จิต ธรรม มีความสัมพันธ์กัน เมื่อมีสติ ก็เกิดสัมปชัญญะ ตัวสัมปชัญญะก็คือปัญญา ตัวปัญญาก็คือตัวตื่นรู้”^{๗๗}

การตื่นรู้ “การที่เราตื่นรู้เท่าทันเรื่องใดเรื่องหนึ่งนั่นคือตัวปัญญา ทำให้เราได้วิเคราะห์ว่า อะไรควรทำหรือไม่ควรทำ จนถึงโยนิโสมนสิการ การไตร่ตรอง ตัวภาวนาทำให้เกิดการตื่นรู้ทำให้เรา ไตร่ตรองใช้ปัญญาพิจารณา ว่าเราควรใช้ชีวิตอย่างไร ความรู้กับปัญญามันต่างกัน สุตะมยปัญญา จินตามยปัญญา รู้ตื่นคือตัวภาวนามยปัญญา เป็นความรู้จากภายใน ว่าเราจะใช้ปัญญาไตร่ตรอง เหมือนศรัทธากับปัญญา เราต้องมีทั้งปัญญาและศรัทธา การตื่นรู้กับตัวปัญญา มันต้องเชื่อมโยงกัน มีปัญญาแต่เอาไวคนเดียวไม่ยอมแบ่งปันคนอื่น อาจจะรู้แต่ไม่ตื่น ไม่สามารถแบ่งปันให้คนอื่นได้ ปัญญาที่ตื่นรู้ การแบ่งปันคนอื่นได้เรียกว่าสาธารณะปัญญา ของการตื่นรู้”^{๗๘}

ปัญญาในหลักไตรสิกขา มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกับการตื่นรู้ได้

ปัญญา คือ ความรอบรู้ในสิ่งต่างๆ ที่ทำอยู่ ศึกษาอยู่ หรือเข้าใจได้ถูกต้อง มีเหตุผล วิเคราะห์ได้

การตื่นรู้ คือ ความกระตือรือร้น ดิ้นรนฝึกฝน รู้ในสิ่งที่ได้ใช้ปัญญาและเข้าใจในสิ่งนั้น เช่น การคิดคำนวณคณิตศาสตร์เพื่อให้ได้คำตอบภายในเวลาที่กำหนด เมื่อเราทำได้ตามเวลาที่กำหนดจึงเป็นการตื่นตัว ตื่นรู้”^{๗๙}

ที่พูดเรื่องการตื่นรู้ เป็นการพูดถึงมิติพิเศษที่ยกระดับความเป็นมนุษย์โดยการเข้าถึงความจริง การตื่นรู้ก็คือรู้ความจริง ความดี ความงาม ทำให้เกิด อิสระภาพ สุขอันล้นเหลือ ความงาม และมิตรภาพอันไพศาล การศึกษากับการตื่นรู้จึงควรไปด้วยกันหรืออยู่ในกันและกัน การตื่นรู้ทำให้เกิดจิตสำนึกใหม่”^{๘๐}

^{๗๖} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๗๗} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๗๘} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๗๙} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๘๐} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๖๐.

เบิกบาน

เบิกบาน หมายถึงรู้จักแก้ปัญหาและพึ่งตนเอง จัดการแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ มีความคิดวิจารณ์ตามเหตุปัจจัยด้วยตนเอง เรียกการคิดแบบนี้ว่า โยนิโสมนสิการ (โยนิโสมนสิการสัมปทา) การพัฒนาตนเองตามแนวพุทธศาสตร์ เน้นที่การพัฒนาจิตใจ ทำให้สงบ บริสุทธิ์ โดยการทำสมาธิ หรือวิปัสสนา^{๔๑}

เบิกบาน “ต้องมีความพร้อม ต้องมีการกำหนดกติกา มีวินัยในตัวเองก่อน ต้องมีความมุ่งมั่น ตั้งใจ อุตสาหะ ความพยายาม แล้วจะเกิดปัญญา รู้คุณค่าของสิ่งต่างๆสิ่งที่เราเรียนรู้ใช้หลัก ไตรสิกขา วิธีการที่ทำให้เกิดการจัดการกับปัญหาต้องกระตุ้น ทำให้เกิดแรงบันดาลใจให้เขาอยาก เรียนรู้อะไรนั้น ให้เขาพร้อมที่จะเรียนรู้ในการแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์เมื่อการแก้ปัญหาแล้วจิตใจไม่ เศร้าหมอง ต้องไม่กลัวไม่เครียด ต้องสดใสรุ่งเรืองเหมือนเดิม^{๔๒}

เบิกบาน คือการพัฒนาตนของผู้เรียนเพื่อให้เกิดการสร้างสรรคมีทางออกของความคิด หลากๆ ด้านชีวิตจะสดใสเบิกบานได้ มีส่วนประกอบที่สำคัญ ๒ ส่วน คือ กายและจิต แต่ให้ความสำคัญกับจิตเพราะเป็นตัวควบคุมพฤติกรรมที่กายแสดงออกมา และมีหลักการว่าจิต สามารถฝึกฝนได้ตามแนวทางสติปัฏฐานจนบรรลุเป้าหมายสูงสุดคือภาวะตื่นรู้ ซึ่งเป็นการพัฒนาจิตที่ สมบูรณ์ด้วยสติ และสัมปชัญญะก่อให้เกิดประโยชน์ในระดับปัจเจกบุคคลในด้านการพัฒนาพฤติกรรม จิตใจและสติปัญญา บุคคลที่เข้าถึงภาวะตื่นรู้ย่อมเข้าใจชีวิตและมีความสุข ท่ามกลางปัญหาต่างๆ ได้ สำหรับประโยชน์ระดับสังคมคือการสร้างวัฒนธรรมแห่งการจัดการกับปัญหาได้เพื่อเป็นประโยชน์ต่อ การดำรงชีวิตของทุกชีวิต”^{๔๓}

การเบิกบาน เป็นภาวะที่มีความปลดปล่อยความทุกข์ออกจากใจจะเป็นเครื่องมือที่สำคัญ ทำให้รู้เท่าทันกับความเปลี่ยนแปลง เพราะเกิดจากการจัดการหน้าที่การงานอุปสรรคปัญหาในชีวิตได้ และเกิดปัญญา สามารถมุ่งสู่ความเป็นเลิศ ได้อย่างมีความสุข ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น^{๔๔}

เบิกบาน ในการปฏิบัติธรรมสูงขึ้น ไป ที่ถึงขั้นจะทำให้เกิดญาณ อันรู้แจ้งเห็นจริงจนกำจัด อาสวกิเลสได้ ก็ยังต้องการจิตที่สงบนิ่ง ผ่องใส มีสมาธิแน่วแน่ยิ่งขึ้นไปอีก ถึงขนาดระงับการรับรู้ ทางอายตนะต่างๆ ได้หมด เหลืออารมณ์หรือสิ่งที่กำหนดไว้ใช้งาน แต่เพียงอย่างเดียว เพื่อทำการ อย่างได้ผล จนสามารถกำจัดกวาดล้างตะกอนในใจได้หมดสิ้น ไม่ให้มีโอกาสซุกซ่อนใจได้อีกต่อไป การแทงตลอดด้วยความเห็น หมายถึงการเข้าถึงความรู้อย่างถูกต้อง เป็นความรู้ที่แท้จริง ไม่ใช่ติด

^{๔๑} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๔๒} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๓๐ กรกฎาคม ๒๕๖๐.

^{๔๓} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๔๔} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๓ กันยายน ๒๕๖๐.

อยู่แต่เพียงความจำเท่านั้น แต่เป็นความรู้ความจำที่สามารถนำมาประพฤติปฏิบัติได้จะเห็นได้ว่า สीलสิกขา จิตตสิกขา และปัญญาสิกขา การศึกษาทั้ง ๓ ขั้นนี้ ต่างก็เป็นพื้นฐานกันและกัน อันจะนำไปสู่ผู้เรียนเกิดการพัฒนาสู่การเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานได้อย่างแท้จริง กล่าวคือมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกัน ทั้งศีล สมาธิ ปัญญา ต่างก็มีส่วนสำคัญ เพื่อที่จะบาทฐานเข้าสู่ พุทธภาวะ”^{๘๕}

เบิกบาน “ไตรสิกขาเป็นหลักในการประพฤติปฏิบัติที่เป็นการอบรมกาย วาจา ใจ โดยตรง หมายความว่า การอบรมตนเองให้เปลี่ยนไปในทางที่ดีขึ้นเจริญขึ้นเป็นการปรับเปลี่ยนลักษณะของตนเองจากลักษณะหนึ่งไปสู่อีกลักษณะหนึ่งที่ตระหนักชัดแล้วว่าเป็นประโยชน์ต่อตนเองมากยิ่งขึ้น ไตรสิกขาจึงมีความสัมพันธ์กับการตื่นรู้ในทุกมิติด้วยจิตที่ตื่นรู้เป็นจิตที่มีภาวะของการรู้ตัว เป็นจิตปกติที่มีศีลกำกับจึงนับได้ว่าหลักไตรสิกขาสัมพันธ์เชื่อมโยงกับการตื่นรู้ ที่เป็นการเกื้อกูลให้เกิดลักษณะของการนำไปสู่กระบวนการพัฒนาผู้เรียน สามารถจัดการกับปัญหาทุกปัญหาได้โดยไม่เพิ่มปัญหาใหม่ขึ้นอีก”^{๘๖}

เบิกบาน คือตัวปัญญา การตื่นรู้ในพระพุทธศาสนา เมื่อไรตื่นรู้คือการมีสติ เมื่อไรมีสติ ก็คือการตื่นรู้ เบิกบานเช่นเราไม่เข้าใจอะไรเราก็นึกตรึกตรองนั่นคือทำให้เรามีสติ ตื่นรู้ใช้กับจิตใจ ภายใน อาศัยสติคือการตื่นรู้ เบิกบานจากการจัดการปัญหาอุปสรรค (Transformation) การตรัสรู้ น้อยๆ ปัญญาแยกแยะทำให้เกิดการแก้ไขปัญหาอุปสรรคคล่องไปด้วยดี”^{๘๗}

เบิกบาน ปัญญาในหลักไตรสิกขามีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกับการแก้ไขปัญหาในการศึกษาธรรมะของพระพุทธเจ้า ประกอบด้วยศีลสิกขา จิตตสิกขา และ ปัญญาสิกขา บุคคลที่มาเรียนรู้ธรรมะนั้นเริ่มจาก เราอาศัยศีลให้ศีลรักษาเราไว้ ไม่ให้ตกเป็นทาสกิเลสหยาบๆ ที่เป็นต้นเหตุของการสร้างปัญหาเช่น ไม่ให้เราประทุษร้ายผู้อื่นอันเป็นการเบียดเบียน ศีลรักษากาย วาจา ใจ มีผลให้ จิตนิ่งพอ และพร้อมมาศึกษาการทำงานของจิต เมื่อเราพร้อม ถ้ารักษาศีล ๕ ได้ระยะหนึ่งเราจะรู้สึกเองว่าอยากศึกษาขั้นต่อไป จิตตสิกขาคือ จิตที่ข่มนิวรณ์ได้ คือ จิตที่สามารถต่อสู้กิเลสระดับกลางๆ ได้

นิวรณ์ก็หมายถึง สิ่งที่ยกกันจิตไม่ให้เจริญในทางธรรม ๕ ประการ ได้แก่ ความติดใจในพอใจในความสุขสบาย ความไม่พอใจต่างๆ ความฟุ้งซ่านทางความคิด ความหดหู่ซึ่งขม็งวงเหงาม และความสงสัยในสิ่งที่กำลังปฏิบัติอยู่ ในขั้นจิตตสิกขานี้คือการศึกษอบรมจิตในระดับสมณะ คือ เข้าถึงความสงบในระดับชั่วแวบเดียวจนถึงสงบนานๆ ถ้าจิตเจริญในทางธรรมต่อไป จะเข้าสู่การรู้สภาวะตามความเป็นจริง รู้ไตรลักษณ์ทุกสิ่งมีเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป เจอกิเลสอย่างละเอียด

^{๘๕} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๘๖} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๘๗} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๗ กรกฎาคม ๒๕๖๐.

รู้ทันการทำงานที่ลึกซึ้งของจิตแล้ว จนเมื่อเกิดปัญญา ธรรมะก็ปรากฏในจิตเอง เรียกว่าจิตเกิดปัญญา ได้ปัญญาสิกขา คือ เรียนจบหลักสูตรธรรมของพระพุทธเจ้า

อนึ่ง ในทุกศาสนา สอนให้คนทำดีมีศีล รู้จักทำทาน และบางศาสนาสอนการทำสมาธิ ในระดับสมณะคือมุ่งสู่ความสงบ ความว่าง (ที่ต้องระวังมากในการตีความ) แต่ยังไม่ใช่ว่าสิ่งที่น่ายึดถือว่าเป็นความรู้สูงสุด จิตที่เรียนเป็นพุทธ หรือ ตื่นจากความไม่รู้ นั้น อยู่ในการเรียนขั้น ปัญญาสิกขา คือ การศึกษาด้วยปัญญา เป็นผลจากที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบหลังจากผ่านการทดลองปฏิบัติตามสมาธิ ทุกแนวทางในสมัยพุทธกาล จนท่านตรัสรู้ธรรมอันประเสริฐคือเข้าสู่ปัญญาสิกขานี้เอง “สัมผัสแห่งการตื่นรู้ เบิกบานในการขจัดปัญหาทั้งภายในใจของตนและภายนอก”^{๘๘}

เบิกบาน ปัญญาที่อยู่ในการไตรสิกขาหรืออยู่ในอริยมรรคมีองค์ ๘ เริ่มด้วยสัมมาทิฐิ บุคคลใดที่มีสัมมาทิฐิดี ความคิด ความเห็น จากสิ่งต่างๆ จากโลกธรรม ตีใจเสียใจ ก็จะได้คิด คิดถูกต้อง เข้าใจถูกต้องว่าสิ่งที่เกิดเป็นธรรมชาติของความผิดหวังก็เป็นเรื่องชั่วคราว สิ่งที่เกิดมาและดับไป มีสัมมาทิฐิก็จะดำรงชีวิตไปในทิศทางที่ถูก เป็นคนที่ตื่นรู้ก็จะเริ่มต้นที่สัมมาทิฐิ คือ ความเข้าใจถูกต้องแล้วก็จะไปต่อสัมมาสังกัปปะ ปัญญาสิกขา พอสัมมาทิฐิก็จะไปยังสัมมาสมาธิ มีจิตใจที่ดี และแสดงออกมาเป็นการกระทำที่ถูกต้องมั่นคง แก้ปัญหาถูกต้อง ก็ทำให้เกิดการรู้และเข้าใจโลก และชีวิตอยู่กับปัญหาอย่างมีความสุข และแก้ปัญหาอย่างมีความสุข^{๘๙}

เบิกบาน เป็นเรื่องของจิตที่รู้เห็นการเปลี่ยนแปลงภายในตัวเราและส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงภายนอกตัวเรา ซึ่งถ้าตัวเรานั้นมีจิตกับสติ หรือสมาธิ เป็นอันเดียวกัน เมื่อจิตตั้งมั่นดีแล้ว จะเชื่อมโยงให้ตัวเราเกิดปัญญาคือความรู้ทั่ว รู้ทั่วถึงเหตุถึงผล รู้อย่างชัดเจน รู้เรื่องบาปบุญคุณโทษ รู้สิ่งที่ควรทำควรเว้น มีวิธีจัดการกับปัญหาหลากหลายวิธี^{๙๐}

เบิกบาน เป็นการฝึกฝนอบรมให้เกิดความรู้ความเข้าใจอันถูกต้องและสมบูรณ์ถึงที่สุดในสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตามความเป็นจริง โดยตัดอำนาจเหตุผลออกไปบ้าง แล้วใช้ประสบการณ์ที่ผ่านมา การซึมซับจากการผ่านประสบการณ์นั้นๆ มาแล้วด้วยตนเอง พิจารณาจนเกิดเป็นความรู้ลึกในใจจริงๆ เรียกว่า ความเห็นแจ้ง ซึ่งสัมพันธ์เชื่อมโยงกับการเข้าใจปัญหาอย่างแยกไม่ออก เนื่องจากปัญญาสิกขาทำให้การนำไปสู่การแก้ที่สาเหตุของปัญหาอย่างถ่องแท้ หลุดพ้นจากความทุกข์ ความเบื่อหน่าย สภาพจิตใจมีความสุขที่เกิดจากการเห็นแจ้งในตนเอง”^{๙๑}

เบิกบาน กัลยาณมิตร คือ เพื่อนที่ดีเป็นหลักธรรมที่ต้องการให้มนุษย์ได้รู้และปฏิบัติ ในการเป็นเพื่อนที่ดี เป็นคุณสมบัติของมิตรแท้ เมื่อคบกันแล้วย่อมก่อให้เกิดความดีงาม

^{๘๘} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๘๙} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๙๐} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๖๐.

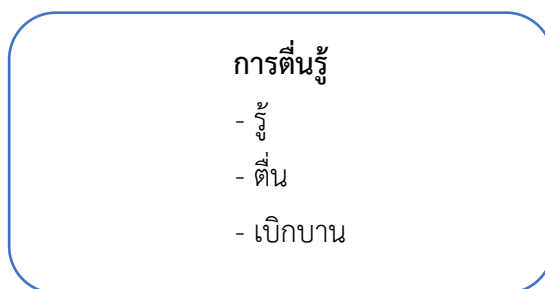
^{๙๑} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๐.

และความเจริญ กัลยาณมิตรเป็นฐานที่ทำให้เกิดมิตรแท้ เบิกบานจากการรักษา หลักการ กฎเกณฑ์ ทฤษฎี หรือข้อตกลงที่เป็นกฎระเบียบ กติกาทางสังคมกำหนด หรือสั่งคมยอมรับ ซึ่งเป็นฐานในการ โยงความสัมพันธ์ของเงื่อนไขสามารถส่งเสริมผู้เรียนให้เกิดการเรียนรู้ตื่นเบิกบานในการรักษาระเบียบ กฎกติกา ชื่นชมผลงานร่วมกัน คนสำราญ งานสำเร็จ องค์กรเติบโต^{๙๒}

เบิกบาน เป็นความสุขของผู้สอนอย่างเดียวไม่พอ ครูต้องมีความสุขทั้งกาย วาจา และใจ ครูต้องมีความสุขที่เป็นผู้สอน เป็นผู้ให้ สุขที่ได้เห็นเด็กมีความเข้มแข็ง ครูที่เป็นกัลยาณมิตรสามารถ ส่งเสริมผู้เรียนให้เกิดการแก้ไขปัญหาอย่างตื่นรู้เบิกบาน ครูต้องปฏิบัติให้เป็นตัวอย่างที่ดี ครูต้อง ทำให้เห็น ครูต้องอยู่ให้เป็น ครูที่ดีจะไม่แบ่งฝักแบ่งฝ่าย ครูต้องรักลูกศิษย์ เท่าเทียมเสมอกัน”^{๙๓}

เบิกบาน ลักษณะของครูที่ส่งเสริมลูกศิษย์ที่ดีต้องเป็นครูที่มีลักษณะที่สร้างโอกาส และสร้างโอกาส ในการออกแบบกิจกรรม เพื่อให้นักเรียนได้ทดลองแบบฝึกหัด และให้เด็กค้นหา คำตอบว่าเขาจะแก้ปัญหาในชีวิตแบบนี้อย่างไร จนเด็กสามารถแก้ปัญหานั้นได้อย่างรอบด้าน^{๙๔}

โดยสรุป จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญทั้ง ๑๕ รูป/คน เพื่อตรวจสอบกรอบแนวคิดด้านตัว แปรการตื่นรู้ ผู้เชี่ยวชาญส่วนมากเห็นด้วยกับการตื่นรู้ ที่ผู้วิจัยได้วิเคราะห์จากเอกสาร งานวิจัย ที่เกี่ยวข้องเกิดจากตัวแปรนี้ และผู้วิจัยจะนำข้อมูลที่ได้รับไปตรวจสอบด้วยหลักการวิเคราะห์ เชิงปริมาณด้วยวิธีทางสถิติต่อไปด้วย สามารถสรุปการตื่นรู้ ดังภาพที่ ๔.๔



ภาพที่ ๔.๔ ตัวแปรการตื่นรู้

๒.๔ ผลการวิเคราะห์ตัวแปรกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ

กัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ

นารัก คือ การทำตัวเป็นที่รักต่อศิษย์และบุคคลทั่วไป การที่ครูจะเป็นที่รักแก่ศิษย์ได้ ก็ควรตั้งตนอยู่ในพรหมวิหาร ๔ คือ

^{๙๒} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๕ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๙๓} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๙๔} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถีพุทธ, วันที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๖๐.

๑) มีเมตตา ปราณนาดีต่อศิษย์ หาทางให้ศิษย์เป็นสุขและเจริญก้าวหน้าทั้งทางด้านวิชาการและการดำเนินชีวิต คอยระวังมิให้ศิษย์ตกอยู่ในความประมาท

๒) มีกรุณา สงสาร เอ็นดูศิษย์ อยากช่วยเหลือให้พ้นจากความทุกข์ ความไม่รู้

๓) มีมุทิตา คือ ชื่นชมยินดีเมื่อศิษย์ได้ดี และยกย่องเชิดชูให้ปรากฏเป็นการให้กำลังใจ และช่วยให้เกิดความภูมิใจในตนเอง

๑) มีอุเบกขา คือ วางตัวเป็นกลาง จิตใจที่ตั้งอยู่ในความยุติธรรม ไม่ลำเอียง ไม่มีอคติ^{๙๕}

นารัก ครูเป็นกัลยาณมิตร เป็นปรโมโตสะที่สำคญมาก ครูต้องสร้างแรงบันดาลใจให้เด็กให้ความรักก่อนให้ความรู้ ต้องเข้าใจและพัฒนาเด็ก ครูต้องเข้าใจหลักจิตวิทยาในการพัฒนาเด็ก ครูต้องไม่ใช่แค่เพียงให้ความรู้ แต่ต้องให้เด็กเกิดแรงบันดาลใจ ให้เด็กประสบความสำเร็จ ^{๙๖}

น้าคารพ “ถ้าเรายอมรับเขา เขาจะเกิดความมั่นใจ จะเกิดความคิดสร้างสรรค์เด็กก็กล้าตอบคำถาม ถ้าคำตอบผิดก็ไม่ใช่ไรครูก็อธิบายวิธีทำจนเด็กสามารถเข้าใจในวิธีการทำได้ เด็กจะไม่มีบมด้อยในการเรียนรู้ เขาจะค่อยๆ เรียนรู้ไปกับเพื่อน เมื่อรู้วิธีการเรียนรู้เขาก็จะเรียนรู้ได้เร็ว เพียงแต่ค้นพบตนเองไม่ได้ ช่วยให้ได้ค้นพบตนเอง ถ้าเรายอมรับในส่วนดีของเขาได้เขาก็จะไปลบบมด้อยบางอย่างของเขา เช่น ความยากจน ปัญหาส่วนตัว การเรียนได้ช้า ทำให้เขาสามารถพัฒนาการได้ดี ต้องเข้าใจเด็กวัยรุ่นว่าเขาต้องการอะไร ในเรื่องของกรยอมรับเป็นสิ่งสำคัญ พอเรายอมรับเขาได้เขาก็จะศรัทธาตัวเราและเชื่อมั่น ให้คิดว่าเป็นครอบครัวเดียวกัน นั่นคือความเป็นกัลยาณมิตร ครูที่เป็นกัลยาณมิตรต้องดูแลเด็กทุกเรื่อง มีปัญหาอะไร ครูต้องถ่ายทอดเพื่อให้เด็กเกิดการเรียนรู้”^{๙๗}

นารักคารพ เพราะครูที่สามารถสอนให้ผู้เรียนเกิดการพัฒนาตนเองได้นั้นแสดงว่าผู้เรียนเกิดการตื่นรู้แล้ว ครูก็ต้องมีตามหลักกัลยาณมิตร ๗ ประการ ครูต้องพัฒนาตนเองให้ตื่นรู้อยู่เสมอ ครูควรเป็นเพื่อนเรียนรู้และพัฒนาตนเองไปพร้อมกับผู้เรียน”^{๙๘}

น้าคารพ ครูจะต้องเข้าใจเด็ก สร้างแรงบันดาลใจ ครูจะต้องไม่ถูกเหี้ยมหยามเด็ก ต้องเข้าใจพื้นฐานของเด็กแต่ละคนว่า เด็กแต่ละคนอาจจะอ่อนเรื่องนี้ อาจจะเก่งเรื่องอื่นครูต้องชื่นชมเด็ก ครูต้องดักศัภพของเขาออกมาให้ได้ ต้องเข้าใจวิถีชีวิตและวิถีปฏิบัติด้วย”^{๙๙}

การเป็นที่ปรึกษาที่ดี ครูเป็นกัลยาณมิตรและส่งเสริมการพัฒนาตนของผู้เรียนให้ดี ครูต้องแสดงบทบาทหลายๆ อย่าง ครูต้องเป็นครูที่ดีในห้องเรียน ครูต้องเป็นเพื่อนที่ดีในขณะที่เด็ก

^{๙๕} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๒๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๙๖} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๙๗} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๖๐.

^{๙๘} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๑๖ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๙๙} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๖๐.

มีทุกข์หรือสุข ครูต้องเป็นพ่อแม่ที่ดีเมื่อนักเรียนคนนั้นไม่มีพ่อหรือแม่ ครูต้องเป็นผู้นำชุมชนที่ดีให้กับเด็กนักเรียนเมื่อเขาเดินทางผิด ต้องเป็นเกราะป้องกัน ครูจะมีหน้าที่สอนอย่างเดียวไม่ได้ ครูต้องมีหน้าที่สอดส่องดูแลเด็ก ครูต้องเป็นผู้มีโอปออ่อนอารีย์ ครูต้องใช้หลักธรรมเหมือนพ่อแม่ ปัจจยภายนอก คือกัลยาณมิตร ส่งเสียงออกมาเป็น ปรีโธสะ ปัจจยภายใน คือจิตใจของตนเอง โยนิโสมนสิการ แสดงผลออกมาเป็น สัมมาทิฐิ คือกัลยาณมิตร และสัมมาทิฐิ หรือโยนิโสมนสิการ และปรีโธสะ^{๑๐๐}

การเป็นที่ปรึกษาที่ดี “ลักษณะของครูที่เป็นกัลยาณมิตรต่อนักเรียนนั้น มีการพูดและการแสดงไว้มากเพราะครู คือผู้ที่ยิ่งใหญ่ในการพัฒนาคนหรือผู้เรียนให้ได้รับความรู้นั้น เพื่อเป็นการพัฒนาศักยภาพของครูด้วย และศักยภาพของผู้เรียนด้วย สิ่งที่ได้นั่นคือปัญญา ได้ทั้งผู้ให้และผู้รับ แต่ปัญหายู่ว่าครูจะเป็นที่รักของนักเรียนได้อย่างไร แม้แต่ผู้เรียนก็ยังรักและเคารพครูแตกต่างกันออกไป จะสังเกตเห็นได้ว่าครูบางท่านนั้นนักเรียนมีความเคารพและรักมาก เชื่อฟัง แต่บางท่านนักเรียนก็ไม่ชอบ ทั้งหมดนี้ต้องมามองดูที่พฤติกรรมของครูด้วยว่าเป็นอย่างไร ถ้าครูเป็นกัลยาณมิตรกับผู้เรียนแล้ว นักเรียนจะสนิทกับครูเหมือนครูเป็นพ่อแม่

ครูที่ผู้เรียนรักและเคารพ ครูต้องมีเหตุผล วางตนถูกต้องเหมาะสม ไม่ใช่อารมณ์ในการตัดสินหรือแก้ไข้ปัญหา

ครูที่ผู้เรียนไม่ชอบ เพราะครูไม่มีเหตุผล วางตนไม่ถูกต้อง ปฏิบัติตนเองไม่เหมาะสม ใช้อารมณ์ตัดสินหรือแก้ไข้ปัญหา”^{๑๐๑}

การเป็นที่ปรึกษาที่ดี ๑) ต้องสอนด้วยความเมตตาต่อผู้เรียน ๒) ต้องสอนด้วยวาจาที่อ่อนหวาน ๓) ต้องสอนด้วยวิธีการที่ทำให้นักเรียนอยากเรียนด้วย”^{๑๐๒}

การเป็นที่ปรึกษาที่ดีหลักการเรียนรู้มีอยู่ ๗ ประการ คือ มีมิตรที่ดี ตรงข้ามกับคิดชั่ว ต้องเข้าใจบทบาทของความเป็นครู ครูมีหน้าที่พัฒนานักเรียน ต้องเป็นผู้พัฒนาความคิดความเข้าใจ ไม่ใช่เป็นแค่กัลยาณมิตรเพียงแค่อุ้มแอ้มแถมใส่แต่ต้องทำหน้าที่ ต้องสอนให้เขาเข้าใจโลกรู้เท่าทันโลก โดยผ่านกระบวนการคิด คิดเป็น ครูจึงทำหน้าที่เป็นกัลยาณมิตรแบบอาชีพครู ต้องสอนให้เขามีกระบวนการคิด และท้าทาย สร้างโอกาส ฝึกฝน ไม่ย่อท้อ เปิดโอกาสให้เขาได้เติบโตทางด้านความคิด ต้องให้เขาได้เรียนรู้”^{๑๐๓}

^{๑๐๐} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๗ กรกฎาคม ๒๕๖๐.

^{๑๐๑} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๑๐๒} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๐.

^{๑๐๓} สัมภาษณ์ในโรงเรียนวิสุทธิพุทธ, วันที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๖๐.

เป็นที่ปรึกษาที่ดี“ต้องมีความรักให้กับศิษย์ ต้องปรับวิธีสอนให้เหมาะสมกับศิษย์แต่ละคน เพราะเด็กมีความแตกต่างกัน ต้องให้โอกาสเด็ก ต้องใช้เวลาทุกการเรียนรู้ของเด็ก ครูที่เป็น กัลยาณมิตร ต้องมีความพยายาม มีความรัก ให้โอกาส ใช้วิธีการสอนให้หลากหลายเพื่อให้เด็ก แต่ละคนเรียนรู้ได้ เช่น เด็กทำผิดพลาดต้องให้กำลังใจค่อยๆ เปลี่ยนแปลงเขา ต้องให้อภัยเด็ก ต้องอุทิศเวลาให้กับเด็ก ต้องใจเย็น ความเชื่อมั่น ให้การยอมรับศักยภาพ เป็นเหมือนพ่อแม่เขาได้^{๑๐๔}

เป็นที่ปรึกษาที่ดี “ลักษณะของครูที่เป็นกัลยาณมิตรและส่งเสริมพัฒนาตนของผู้เรียน ต้องมีความรักและความเมตตาต่อศิษย์ มีความเสียสละ หมั่นเพียรศึกษา ปรับปรุงวิธีการสอน เพื่อพัฒนาตนเองอยู่เสมอ ต้องมีความเข้าใจและเอาใจใส่ตัวศิษย์ทุกคน เป็นกำลังใจและช่วยสร้าง แรงบัลดาลใจให้กับศิษย์เพื่อให้เขาเป็นคนใฝ่เรียนรู้ เป็นแบบอย่างที่ดี มีจรรยาบรรณในวิชาชีพครู มีจิตวิญญาณของความเป็นครูสามารถถ่ายทอดความรู้ได้เป็นอย่างดี มีวิธีการสอนที่หลากหลาย มีวิสัยทัศน์กว้างไกล มีความยุติธรรม ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น รวมถึงยอมรับและเข้าใจความ แตกต่างของเด็กแต่ละคน”^{๑๐๕}

การเป็นที่ปรึกษาที่ดี" คือ ๑) เป็นผู้ปลุกกระแสแห่งการตื่นรู้ ด้วยจิตวิญญาณ แห่งความเป็นครูจากคุณลักษณะความเป็นครู ๗ ประการ (๑) สร้างความรัก (๒) สร้างความเคารพ (๓) สร้างที่พึ่งที่ระลึก (๔) ไม่ก่อความแตกแยก (๕) ไม่เกิดการทะเลาะโต้เถียง (๖) สร้างความ เสมอภาคสมัคสมาน (๗) รวมกันเป็นหนึ่งเดียว

๒) เป็นผู้ทำหน้าที่ (๑) เปิดของที่ปิด (๒) หายของที่คว่ำ (๓) เป็นเข็มทิศบอกทาง แก่ผู้หลงทาง (๔) ผู้จุดประทีปที่ให้แสงสว่างในที่มืด”^{๑๐๖}

การเป็นที่ปรึกษาที่ดี ผู้เรียนจะรู้สึกถึงความปรารถนาดี ความเมตตา เอื้ออาทร ด้วยความจริงใจ ที่ครูมอบให้แก่ผู้เรียน ทำให้ผู้เรียนรู้สึกไว้วางใจ เรียนรู้อย่างมีความสุข กล้าที่จะแสดงความคิดเห็นอย่างอ่อนน้อม แสดงความรู้สึกอย่างอิสระ และเปิดเผย พร้อมทั้งจะรับการ พัฒนาค้นหาตนเองโดยไม่ปิดกั้น เปิดใจยอมรับทุกความรู้สึก ความคิดเห็น และข้อเสนอแนะต่างๆ ที่ผ่านเข้ามา ทำให้เกิดการตื่นรู้โดยแท้จริง”^{๑๐๗}

อดทนฟังถ้อยคำ ควรรับฟังความคิดเห็นจากผู้เรียนเป็นสำคัญ เปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้ เรียนรู้ ค้นคว้าในสิ่งที่ตนสนใจอย่างอิสระ ลึกซึ้ง จัดบรรยากาศ สร้างสถานการณ์ สภาพแวดล้อม

^{๑๐๔} สัมภาษณ์ในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๓๐ กรกฎาคม ๒๕๖๐.

^{๑๐๕} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๑๐๖} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๓ กันยายน ๒๕๖๐.

^{๑๐๗} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๐.

ที่เอื้อต่อการพัฒนาตนเองของผู้เรียนพร้อมที่จะเผชิญปัญหา และแก้ไขปัญหาไปพร้อมกับผู้เรียน มีบุคลิกภาพที่สุ่มเยือกเย็น ยิ้มแย้มแจ่มใส เป็นมิตร เพื่อให้ผู้เรียนรู้สึกไว้วางใจ อบอุ่นใจ และเสริมสร้างพลังใจให้ศิษย์พร้อมที่จะพัฒนาตนเองต่อไปอย่างต่อเนื่อง และมีความสุข”^{๑๐๘}

อดทนฟังถ้อยคำ ลักษณะครูที่ดีต้องมีความอดทน ไม่ย่อท้อ ต้องเป็นครูตลอดเวลา ตลอดคืน เป็นแบบอย่างที่ดี ทั้งคำพูด และการกระทำ^{๑๐๙}

อธิบายเรื่องซับซ้อนได้ คือสามารถอธิบายขยายความให้ลูกศิษย์เข้าใจได้ง่าย ลักษณะของครูที่เป็นกัลยาณมิตร สามารถส่งเสริมผู้เรียนให้เกิดการตื่นรู้ได้นั้น สามารถอธิบายเรื่องที่ยากให้เข้าใจง่ายต้องรู้และเข้าใจผู้เรียนได้เป็นอย่างดี เพราะผู้เรียนสำคัญมาก ผู้ที่เป็นครูจำต้องคิดอยู่เสมอว่าจะปฏิบัติอย่างไรให้ผู้เรียนมีความตื่นตัวอยู่เสมอสนุกสนานในการเรียนและมีความสุขในการเรียน เมื่อผู้เรียนมีความสุขหรือการมีส่วนร่วมด้วยแล้ว ผู้เรียนจะมีการพัฒนาตนเองได้ดีขึ้นโดยเฉพาะเรื่องของการเรียน ซึ่งวัดกันที่ผลการเรียนนั่นเอง”^{๑๑๐}

อธิบายเรื่องซับซ้อนได้ ๑) เราต้องสอนในวิชานั้นๆ ให้นักเรียนเข้าใจง่ายได้มากที่สุดแล้ว นักเรียนก็อยากจะรู้ไปเอง ๒) สอนให้รู้ถึงความสำคัญของวิชานั้นๆ สำคัญอย่างมีความจำเป็นอย่างจะต้องเรียนรู้ แล้วนักเรียนก็จะเกิดการตื่นรู้คือมีความสนใจอยากเรียนเอง”^{๑๑๑}

ไม่แนะนำทางเสื่อมเสีย สังคมคาดหวังว่าครู คือ แบบอย่างที่ดีของศิษย์เป็นผู้สร้างสมาชิกใหม่ของสังคมให้เป็นทรัพยากรที่มีคุณภาพต่อสังคม ธรรมชาติของครูต้องเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นอยู่เสมอ ฉะนั้นผู้เป็นครูจึงต้องเป็นผู้พัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง ลักษณะของครูที่เป็นกัลยาณมิตรและส่งเสริมการพัฒนาตนของผู้เรียนการรู้จักและแนะนำศิษย์ไปในทางถูกที่ควรหมายถึง ไม่นำศิษย์ไปในทางที่เสื่อมเสีย หรือชักชวนไปสู่อบายมุข เช่น ดื่มเหล้า สูบบุหรี่ เล่นการพนันเที่ยวสถานเริงรมย์ต่างๆ มีวิธีการแนะนำศิษย์ไปในทางที่ถูกที่ควร^{๑๑๒}

ไม่แนะนำทางเสื่อมเสีย คือ “ทำให้ผู้เรียนมีศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และ ปัญญา เป็นองค์ธรรมของพละ ๕ ทำให้เกิดพลัง เกิดการเท่าทัน การตระหนักรู้ การตื่นรู้ ส่งผลต่อการเข้าใจตนเองเข้าใจผู้อื่น มีสัมพันธภาพที่ดีต่อชุมชน สังคมและมีวิถีทางแห่งการนำสิ่งที่ติดตามให้ลูกศิษย์”^{๑๑๓}

^{๑๐๘} สัมภาษณ์ในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๐.

^{๑๐๙} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๑๑๐} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๑๑๑} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพระอภิธรรม, วันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๐.

^{๑๑๒} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถิพุทธ, วันที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๑๑๓} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๖๐.

ไม่แนะนำทางเสื่อมเสีย ครูที่เป็นกัลยาณมิตรสามารถส่งเสริมผู้เรียนให้เกิดการตื่นรู้ ครอบงำมนุษย์ไปสู่อิสรภาพ ความสุข ความงาม สัมฤทธิ์ผล และมิตรภาพ อันไพศาล แต่ในโรงเรียน และมหาวิทยาลัยกลับเต็มไปด้วยความบีบคั้น และทุกข์สัมพันธ์อย่างน่าสงสารและน่าเสียดาย สมควรทบทวนว่าการศึกษาที่แท้จริงหรือการเรียนรู้ที่ดีที่จะนำคนทั้งมวลไปสู่ความเป็นอิสรภาพ ความสุข ความงาม สัมฤทธิ์ผล และมิตรภาพอันไพศาล นั่นคืออย่างไร การศึกษาเป็นระบบที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของคนทั้งสังคม ถ้าค้นพบว่า การเรียนรู้ที่ดีนั้นเป็นอย่างไร การปฏิรูปคือการเรียนรู้ จะเป็นประจักษ์ความสุข และความดีงามของคนทั้งมวลอย่างแท้จริง คือมีความรู้ความสามารถ และไม่กระทำเรื่องที่เสื่อมเสีย ^{๑๑๔}

โดยสรุป จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญทั้ง ๑๕ รูป/คน เพื่อตรวจสอบกรอบแนวคิดด้าน ตัวแปรตัวแปรกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ ผู้เชี่ยวชาญส่วนมากเห็นด้วยตัวแปรกัลยาณมิตรของครู ในวิถีพุทธสามารถเป็นตัวแปรส่งผ่านไปสู่การตื่นรู้ได้ และผู้วิจัยจะนำข้อมูลที่ได้รับไปตรวจสอบด้วย หลักการวิเคราะห์เชิงปริมาณด้วยวิธีทางสถิติต่อไปด้วย สามารถสรุปตัวแปรกระบวนการพัฒนาตน ทางจิตวิทยา ดังภาพที่ ๔.๕

กัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ

- น่ารัก - อดทนฟังถ้อยคำ
- นำเคารพ - อธิบายเรื่องซับซ้อนได้
- น่ายกย่อง - ไม่แนะนำทางเสื่อมเสีย
- เป็นที่ปรึกษาที่ดี

ภาพที่ ๔.๕ ตัวแปรกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ

๒.๕ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพในภาพรวม

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพที่ได้รับจากการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้เชี่ยวชาญทั้ง ๑๕ รูป/คน ดังที่ได้นำเสนอผลมาแล้วนั้น ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ประเด็นที่ได้รับจากการสัมภาษณ์ ตามตัวแปรที่สนใจศึกษาและมีความสอดคล้องกับกรอบแนวคิดในการวิจัยที่ได้รับจากการศึกษา เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สามารถสรุปผลที่ได้รับจากการศึกษาเป็นภาพรวม โดยแสดงตัวแปร ทั้งหมด และผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ดังภาพที่ ๔.๖

^{๑๑๔} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถีพุทธ, วันที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๖๐.

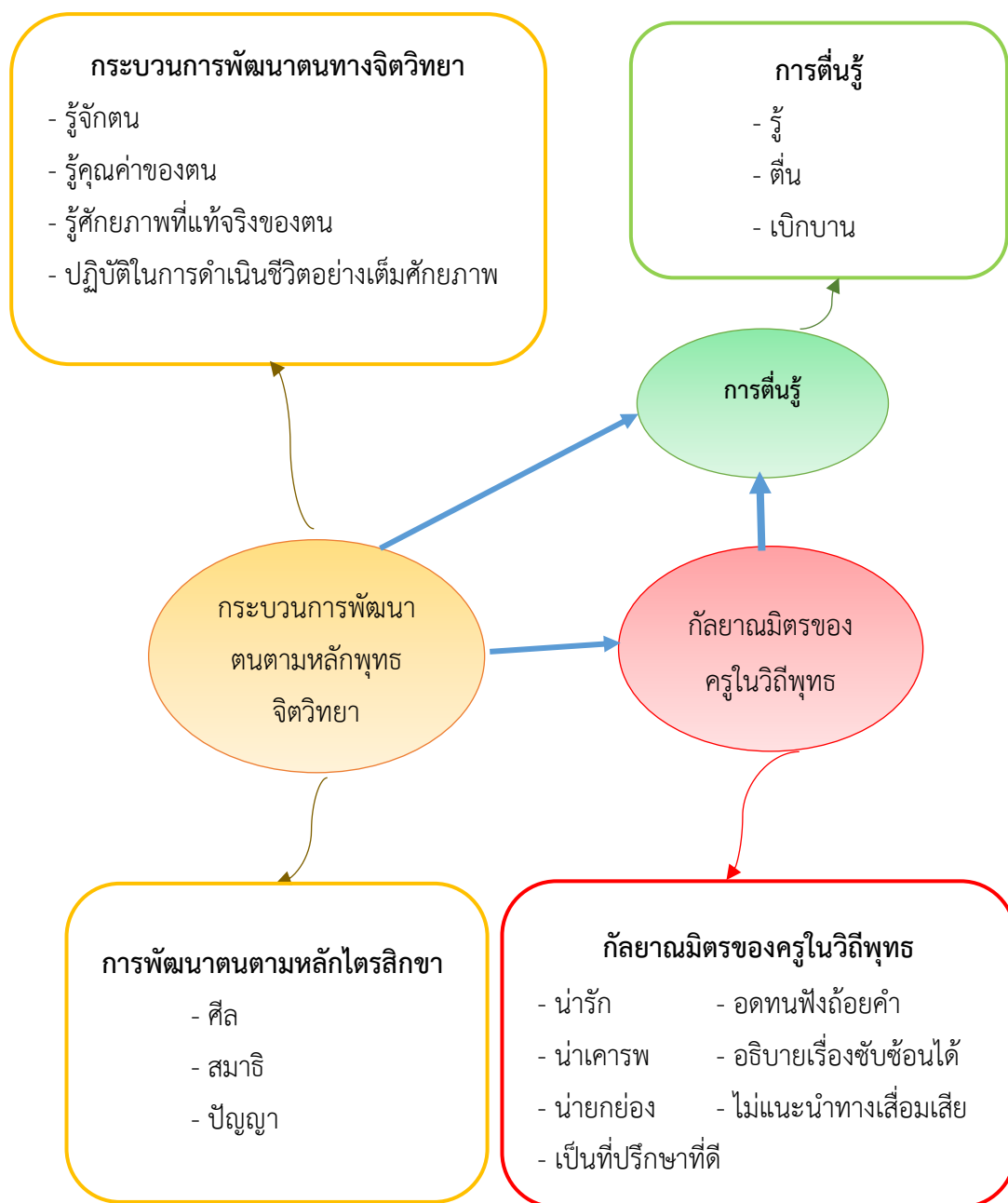
ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการวิจัยเชิงคุณภาพ จะถูกนำไปขยายผลด้วยวิธีเชิงปริมาณต่อไป ทำให้ผู้วิจัยต้องคำนึงถึงข้อจำกัดต่างๆ ในการวิจัยเชิงปริมาณ จึงนำข้อมูลที่ได้รับจากคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญเข้าปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาต่อไป ได้ข้อสรุปในการปรับเปลี่ยนแก้ไขตัวแปรต่างๆ ดังต่อไปนี้

๒.๕.๑ ตัวแปรภายนอกแฝง จำนวน ๑ ตัวแปร ได้แก่ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ ๗ ตัวแปร ดังนี้ ๑) รู้จักตน ๒) รู้คุณค่าของตน ๓) รู้ศักยภาพที่แท้จริงของตน ๔) ปฏิบัติจริงในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพของตน ๕) ศิล ๖) สมาธิ ๗) ปัญญา

๒.๕.๒ ตัวแปรภายในแฝง จำนวน ๑ ตัวแปร คือ การตื่นรู้ ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ ๓ ตัวแปร ดังนี้ ๑) รู้ ๒) ตื่น ๓) เปิกบาน

๒.๕.๓ ตัวแปรส่งผ่าน จำนวน ๑ ตัวแปร คือ กัลยาณมิตรของครูวิถีพุทธ ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ ๗ ตัวแปร ดังนี้ ๑) น่ารัก ๒) น่าเคารพ ๓) น่ายกย่อง ๔) เป็นที่ปรึกษาที่ดี ๕) อดทนฟังถ้อยคำของลูกศิษย์ ๖) อธิบายเรื่องซับซ้อนให้เข้าใจง่าย ๗) ไม่แนะนำทางเสื่อมเสีย

นอกจากนั้น ผลจากการวิเคราะห์เชิงคุณภาพยังสามารถนำมาใช้ในการกำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปรแต่ละตัวได้ ซึ่งเป็นประโยชน์อย่างมากในการนำไปพัฒนาเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยต่อไป นิยามเชิงปฏิบัติการแสดงอยู่ในตอนที่ ๑ ของการวิเคราะห์เชิงปริมาณ เพื่อให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจจึงสรุปไว้เป็นโมเดล ดังในภาพที่ ๔.๖ ดังนี้



ภาพที่ ๔.๖ โมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ที่ได้จากการศึกษาภาคสนามโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก

๔.๒ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

ในการตอบคำถามวิจัยข้อ ๓ ผู้วิจัยได้นำผลที่ได้รับจากการศึกษาเชิงคุณภาพมาใช้ในการพัฒนาโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา และดำเนินการตรวจสอบความตรงของโมเดลด้วยวิธีเชิงปริมาณผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งเป็น ๒ ตอน ดังนี้

ตอนที่ ๑ ผลการพัฒนาโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา

ตอนที่ ๒ ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาที่พัฒนาขึ้น และผลการวิเคราะห์หัตถิพลทางตรงและทางอ้อมระหว่างตัวแปรในโมเดล แสดงรายละเอียดของผลการวิเคราะห์ในแต่ละตอนได้ดังต่อไปนี้

ตอนที่ ๑ ผลการพัฒนาโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา

จากการศึกษาด้วยวิธีวิจัยเชิงคุณภาพทั้งการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและการศึกษาภาคสนามด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก สามารถนำมาสร้างเป็นนิยามเชิงปฏิบัติการของตัวแปรแฝงและตัวแปรสังเกตได้ ดังต่อไปนี้

๑. ตัวแปรภายนอกแฝงและตัวแปรสังเกตได้

๑. กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา หมายถึง การพัฒนาให้รู้จักตน รู้คุณค่าของตน รู้ศักยภาพที่แท้จริงของตน และปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างเต็มศักยภาพ ด้วยการปฏิบัติตามหลัก ศีล สมาธิ ปัญญา

๒. ตัวแปรภายในแฝงและตัวแปรส่งผ่าน

๒.๑ การตื่นรู้ หมายถึง การตื่นจากการครอบงำของกิเลส บุคคลจึงดำรงชีวิตอย่างมีสติตระหนักรู้ถึงสภาวะปัจจุบัน รู้จักคิดพิจารณาและแก้ปัญหาด้วยการคิดแยกแยะ ไตร่ตรองตามเหตุผลอย่างรอบด้านมากกว่าใช้อารมณ์ รู้จักมองแง่ดี มีความเชื่อในความพยายามของตน กระทำอะไรด้วยความตั้งมั่น ตั้งใจของตนเอง ไม่ทำอะไรตามการชักจูงของความอยากที่ไม่ดี (ตัณหา) และสามารถควบคุมอารมณ์ได้ และสามารถแสวงหาความรู้ด้วยวิธีการที่ถูกต้อง เหมาะสม อย่างต่อเนื่อง

รู้ หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการมีสติระลึกการดำรงชีวิตด้วยหลัก อริยสัจสี่ คือ รู้จักสภาพปัญหา รู้เหตุที่ทำให้เกิดปัญหา รู้การแก้ปัญหาอย่างมีจุดหมาย รู้กำหนดแนวทางและรู้การปฏิบัติเพื่อกำจัดปัญหามากกว่าใช้อารมณ์

ตื่น หมายถึง ควบคุมตนเอง ด้านกาย วาจา ใจ โดยใช้หลักอริยสัจสี่ในการดำรงชีวิต

อริยสัจ ๔ หมายถึง ทุกข์ รู้จักสภาพปัญหา สมุทัย เหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ นิโรธ การดับทุกข์อย่างมีเป้าหมาย มรรค คือการกำหนดวิธีการในรายละเอียดและปฏิบัติเพื่อกำจัดปัญหา

เบิกบาน หมายถึง ภูมิใจในตนเอง พอใจชีวิต สุขสงบทางใจจากการจัดการปัญหาได้

๒.๒ กัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ หมายถึง คุณสมบัติของครูที่เมื่อคบหรือเข้าหาแล้วจะเป็นเหตุให้เกิดความดีงามและความเจริญ ประกอบด้วย

ผู้เป็นที่รัก หมายความว่า เป็นผู้รู้จักเอาใจใส่ในตัวบุคคล และสุขทุกข์ของเขา เข้าถึงจิตใจให้ความรู้สึกสนิทสนมเป็นกันเอง ชวนให้อยากเข้าไปปรึกษาได้ถาม

เป็นผู้ที่น่าเคารพ คือ ทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นปลอดภัย เป็นที่พึ่งได้

เป็นผู้ที่น่ายกย่อง ผู้ที่มีเป็นผู้มีสติปัญญา มีความสามารถ รู้จริง เก่งจริง และมีคุณธรรม ความดีงามอย่างแท้จริง นำเอาเป็นแบบอย่าง

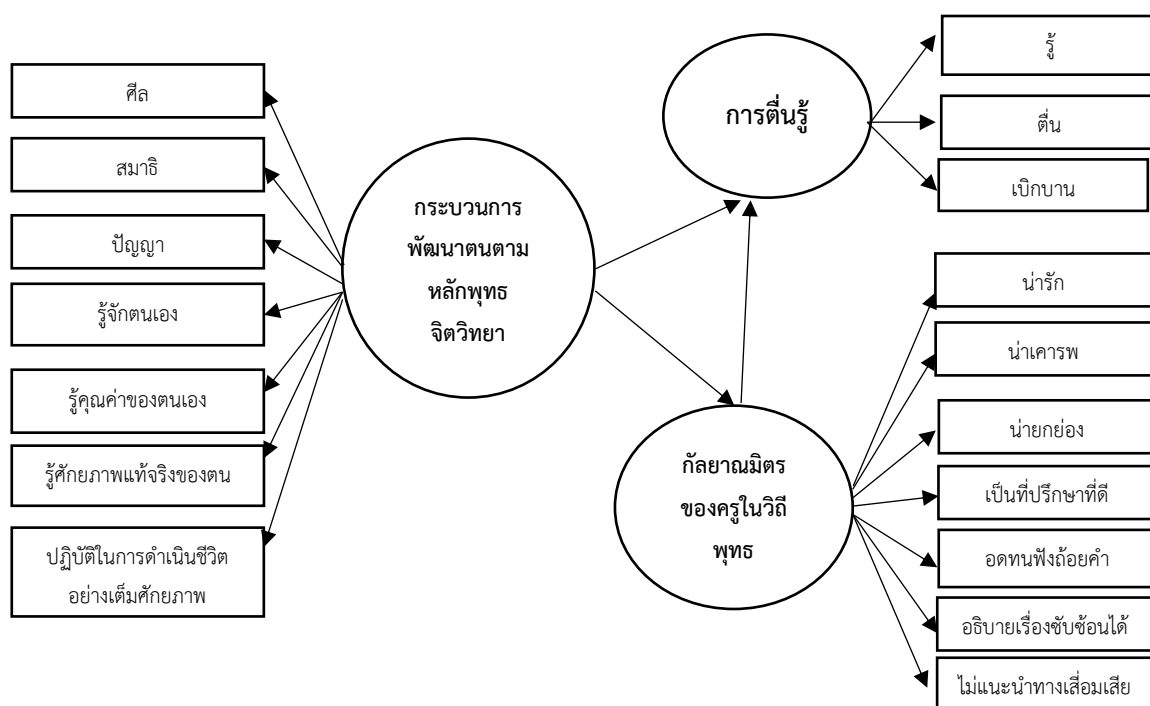
เป็นที่ปรึกษาที่ดี หมายความว่า พุดให้เขาเข้าใจ พุดให้เขาได้รับประโยชน์ และพุดให้เขา ช่วยกันสร้างสรรค์ประโยชน์

เป็นผู้อดทนฟังถ้อยคำ หมายความว่า ไม่ใช่เอาแต่พูดอย่างเดียวโดยไม่ยอมรับฟังใคร เพราะการรู้จักรับฟังเป็นส่วนหนึ่งของการที่จะสื่อสารให้ได้ได้ผล แม้ว่าเขาพูดมาจะไม่ถูกใจอะไรก็ตาม ทนได้ ทั้งนี้ก็เพื่อให้งานการและประโยชน์ที่จะทำนั้นสำเร็จ

เป็นผู้สามารถอธิบายเรื่องซับซ้อน ให้เข้าใจได้ง่าย และให้เรียนรู้เรื่องราวที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้นไป

เป็นผู้ที่ไม่แนะนำทางเสื่อมเสีย หมายความว่า ไม่แนะนำไปในทางผิดศีลธรรม ผิดต่อจารีต ประเพณี ระเบียบวินัย กฎหมาย กติกาของสังคม

จากการให้สัมภาษณ์เชิงลึกของผู้เชี่ยวชาญ (In-dept Interview) ซึ่งสามารถเขียนสรุป เป็นโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ โดยมีกัลยาณมิตรของครู ในวิถีพุทธเป็นตัวแปรส่งผ่าน ดังภาพที่ ๔.๗



ภาพที่ ๔.๗ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้โดยมีกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ตอนที่ ๒ ผลการตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุที่พัฒนาขึ้น และผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงและทางอ้อมระหว่างตัวแปรในโมเดล

ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลของตอนที่ ๒ นี้ เป็นการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ดังนั้น เพื่อให้การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลมีความชัดเจนมากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์และอักษรย่อที่ใช้แทนตัวแปรต่างๆ ดังต่อไปนี้

๒.๑ สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิจัย

๒.๑.๑ สัญลักษณ์ที่ใช้แทนค่าสถิติ

$\bar{X}$	หมายถึง ค่าเฉลี่ยเลขคณิต (Mean)
S.D.	หมายถึง ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Coefficient of Variation)
Max	หมายถึง ค่าสูงสุด (Maximum)
Min	หมายถึง ค่าต่ำสุด (Minimum)
Sk	หมายถึง ค่าความเบ้ (Skewness)
Ku	หมายถึง ค่าความโด่ง (Kurtosis)
X^2	หมายถึง ดัชนีตรวจสอบความกลมกลืนประเภทค่าสถิติไค-สแควร์
df	หมายถึง องศาอิสระ (Degree of freedom)
p	หมายถึง ระดับนัยสำคัญ (Significant)
TE	หมายถึง ขนาดอิทธิพลรวม (Total effect)
ID	หมายถึง ขนาดอิทธิพลทางอ้อม (Indirect effect)
DE	หมายถึง ขนาดอิทธิพลทางตรง (Direct effect)
R	หมายถึง ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
R^2	หมายถึง สัมประสิทธิ์การกำหนด (Coefficient of determination)
GFI	หมายถึง ดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (Goodness of fit index)
AGFI	หมายถึง ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (Adjusted goodness of fit index)
RMR	หมายถึง ค่าดัชนีรากของกำลังสองเฉลี่ยของส่วนที่เหลือ (Root mean square residual)
RMSEA	หมายถึง ค่าดัชนีความคลาดเคลื่อนในการประมาณค่าพารามิเตอร์ (Root Mean Square Error of Approximation)

๒.๑.๒ สัญลักษณ์ที่ใช้แทนตัวแปรแฝง

DEV	หมายถึง กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา
DEV_ROGER	หมายถึง กระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยา
TRI	หมายถึง กระบวนการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา
FRI	หมายถึง กัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ
AWAKE	หมายถึง การตื่นรู้

๒.๑.๓ สัญลักษณ์ที่ใช้แทนตัวแปรสังเกตได้

AB	หมายถึง ศील
CDE	หมายถึง สมาธิ
FGH	หมายถึง ปัญญา
I	หมายถึง รู้จักตนเอง
J	หมายถึง รู้คุณค่าของตนเอง
K	หมายถึง รู้ศักยภาพของตนเอง
L	หมายถึง สามารถใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่
M	หมายถึง น่ารัก
N	หมายถึง น่าเคารพ
O	หมายถึง น่ายกย่อง
P	หมายถึง เป็นที่ปรึกษาที่ดี
Q	หมายถึง อุดหนุนฟังถ้อยคำ
R	หมายถึง อธิบายเรื่องซับซ้อนได้
S	หมายถึง ไม่แนะนำทางเสื่อมเสีย
T	หมายถึง รู้
U	หมายถึง ตื่น
V	หมายถึง เบิกบาน

๒.๑.๔ การนำเสนอผลการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณที่ได้จากการใช้โปรแกรม LISREL ซึ่งจะใช้ตัวเลขอารบิกประกอบการนำเสนอผลการวิเคราะห์ในตารางและ

แผนภาพเพื่อความชัดเจนและสอดคล้องกับข้อมูลที่นำมาจากแผนภาพและ print out ของผลการวิเคราะห์ข้อมูล

๒.๒ ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ตารางที่ ๔.๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
๑. เพศ		
ชาย	๑๙๕	๓๕.๓
หญิง	๓๕๘	๖๔.๗
รวม	๕๕๓	๑๐๐.๐
๒. ขนาดโรงเรียน		
ขนาดเล็ก	๕๖	๑๐.๑
ขนาดกลาง	๑๑๗	๒๑.๒
ขนาดใหญ่	๓๘๐	๖๘.๗
รวม	๕๕๓	๑๐๐.๐๐
๓. ที่อยู่อาศัย		
อาศัยอยู่กับพ่อและแม่	๓๒๗	๕๙.๑
อาศัยอยู่กับพ่อ หรือ แม่	๒๒๒	๔๐.๑
อยู่หอพัก	๔	๐.๘
รวม	๕๕๓	๑๐๐.๐๐

จากตารางที่ ๔.๑ พบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิงจำนวน ๓๕๘ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๔.๗ รองลงมาเป็นเพศชาย จำนวน ๑๙๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๓๕.๓ กลุ่มตัวอย่างมาจากขนาดโรงเรียนขนาดใหญ่ ๓๘๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๘.๗ โรงเรียนขนาดกลาง ๑๑๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๑.๒ โรงเรียนขนาดเล็ก ๕๖ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐.๑ อาศัยอยู่กับพ่อและแม่ ๓๒๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๕๙.๑ อาศัยอยู่กับพ่อ หรือ แม่ ๒๒๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๐.๑ อยู่หอพัก ๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๐.๘

๒.๓ ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเบื้องต้นของตัวแปรสังเกตได้ในโมเดลกระบวนการพัฒนาตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้

ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในแต่ละโมเดล มีตัวบ่งชี้ทั้งหมด ๑๗ ตัวที่ใช้วัดตัวแปรแฝง ๓ ตัวแปร คือ กระบวนการพัฒนาตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV) การตื่นรู้ (AWAKE) โดยมีกัลยาณมิตรครูวิถีพุทธ (FRI) เป็นตัวแปรส่งผ่าน มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาลักษณะ

การกระจายและการแจกแจงของตัวแปรสังเกตได้แต่ละตัว ค่าสถิติที่ใช้ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) คะแนนต่ำสุด (Min) คะแนนสูงสุด (Max) สัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) ค่าความเบ้ (Sk) และค่าความโด่ง (Ku) โดยแยกวิเคราะห์ผล แต่ละตัวแปรดังต่อไปนี้

เมื่อพิจารณากระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV) พบว่า โดยภาพรวมกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV) อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.782$) ซึ่งเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า รู้ศักยภาพของตนเอง (K) มีค่าเฉลี่ยในระดับมาก ($\bar{X} = 3.864$) รองลงมาคือ รู้จักตน (I) มีค่าเฉลี่ยในระดับมาก ($\bar{X} = 3.840$) และ รู้คุณค่าของตน (J) ($\bar{X} = 3.832$) ตามลำดับ เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) ของตัวแปรพบว่า ตัวแปรมีการกระจายอยู่ระหว่างร้อยละ ๑๐.๘๒๖ – ๑๕.๘๒๗ เมื่อพิจารณาค่าความเบ้ (Sk) ของตัวแปร พบว่า ตัวแปร ศีล (AB) ปัญญา (FGH) รู้จักตนเอง (I) และสามารถใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่ (L) มีการแจกแจงในลักษณะเบ้ขวา (ค่าความเบ้เป็นบวก) แสดงว่า ข้อมูลของตัวแปรต่ำกว่าค่าเฉลี่ย ตัวแปร สมาธิ (CDE) รู้คุณค่าของตน (J) รู้ศักยภาพของตน (K) มีการแจกแจงในลักษณะเบ้ซ้าย (ค่าความเบ้เป็นลบ) แสดงว่า ข้อมูลของตัวแปรสูงกว่าค่าเฉลี่ย เมื่อพิจารณาค่าความโด่ง (Ku) พบว่า ตัวแปรสมาธิ (CDE) รู้คุณค่าของตน (J) มีการแจกแจงของข้อมูลในลักษณะสูงโด่งกว่าโค้งปกติ (ค่าความโด่งมากกว่า ๐) แสดงว่า มีการกระจายของข้อมูลน้อย ตัวแปร ศีล (AB) ปัญญา (FGH) รู้จักตนเอง (I) รู้ศักยภาพของตน (K) และสามารถใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่ (L) มีการแจกแจงของข้อมูลในลักษณะเตี้ยแบนกว่าโค้งปกติ (ค่าความโด่งน้อยกว่า ๐) แสดงว่ามีการกระจายของข้อมูลมาก

เมื่อพิจารณาปัจจัยด้านกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) พบว่า โดยภาพรวมกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 4.115$) ซึ่งเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ไม่แนะนำทางเสื่อมเสีย (S) ($\bar{X} = 4.38$) รองลงมาคือ น่ายกย่อง (O) ($\bar{X} = 4.186$) และน่ารัก (M) ($\bar{X} = 3.961$) ตามลำดับ เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) ของตัวแปรพบว่า ตัวแปรมีการกระจายอยู่ระหว่างร้อยละ ๑๔.๐๔๑ – ๑๙.๐๔๕ เมื่อพิจารณาค่าความเบ้ (Sk) ของตัวแปร พบว่า ตัวแปรทุกตัวมีการแจกแจงในลักษณะเบ้ซ้าย (ค่าความเบ้เป็นลบ) แสดงว่า ข้อมูลของตัวแปรทุกตัว สูงกว่าค่าเฉลี่ย เมื่อพิจารณาค่าความโด่ง (Ku) พบว่า ตัวแปร น่ารัก (M) น่ายกย่อง (O) อธิบายเรื่องซับซ้อนได้ (R) ไม่แนะนำทางเสื่อมเสีย (S) มีการแจกแจงของข้อมูลในลักษณะสูงโด่งกว่าโค้งปกติ (ค่าความโด่งมากกว่า ๐) แสดงว่ามีการกระจายของข้อมูลน้อย ตัวแปร เป็นที่ปรึกษาที่ดี (P) อดทนฟังถ้อยคำ (Q) มีการแจกแจงของข้อมูลในลักษณะเตี้ยแบนกว่าโค้งปกติ (ค่าความโด่งน้อยกว่า ๐) แสดงว่ามีการกระจายของข้อมูลมาก

เมื่อพิจารณาปัจจัยด้านการตื่นรู้ (AWAKE) พบว่า โดยภาพรวมการตื่นรู้ (AWAKE) อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.961$) ซึ่งเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า เบิกบาน (V) สูงที่สุด $\bar{X} = 4.148$ รองลงมาคือ ด้านรู้ (T) ($\bar{X} = 3.885$) และ ตื่น (U) ($\bar{X} = 3.851$) ตามลำดับ เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) ของตัวแปร พบว่า ตัวแปรมีการกระจายไม่ต่างกันมาก โดยมีค่า อยู่ระหว่างร้อยละ ๑๔.๕๗๕ – ๑๖.๐๔๕ เมื่อพิจารณาค่าความเบ้ (Sk) ของตัวแปร พบว่า ตัวแปรทุกตัว มีการแจกแจงในลักษณะเบ้ซ้าย (ค่าความเบ้เป็นลบ) แสดงว่า ข้อมูลของตัวแปรทุกตัวสูงกว่าค่าเฉลี่ย เมื่อพิจารณาค่าความโด่ง (Ku) พบว่า ตัวแปรทุกตัวมีไค้การแจกแจงของข้อมูลในลักษณะเตี้ยแบนกว่าไค้ปกติ (ค่าความโด่งน้อยกว่า ๐) แสดงว่ามีการกระจายของข้อมูลมาก แสดงรายละเอียดของผลการวิเคราะห์ข้อมูลได้ ดังตารางที่ ๔.๒

ตารางที่ ๔.๒ ค่าสถิติเบื้องต้นของตัวแปรสังเกตได้ในโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ (N = 553)

ตัวแปร	$\bar{X}$	ระดับ	S.D.	Min	Max	C.V.	Sk	Ku
กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา	3.782	มาก	0.409	2.65	4.90	10.826	0.082	-0.050
ศีล (AB)	3.782	มาก	0.542	2.50	5.00	14.336	0.062	-0.432
สมาธิ (CDE)	3.664	มาก	0.580	1.44	5.00	15.827	-0.151	0.173
ปัญญา (FGH)	3.721	มาก	0.453	2.33	5.00	12.170	0.101	-0.100
รู้จักตน (I)	3.840	มาก	0.590	2.33	5.00	15.366	0.074	-0.536
รู้คุณค่าของตน (J)	3.832	มาก	0.576	1.67	5.00	15.030	-0.136	0.043
รู้ศักยภาพของตน (K)	3.864	มาก	0.558	2.33	5.00	14.436	-0.027	-0.324
สามารถใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่ (L)	3.769	มาก	0.589	2.00	5.00	15.638	0.140	-0.396
กัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ	4.115	มาก	0.578	1.00	5.00	14.041	-0.641	0.767
น่ารัก (M)	3.961	มาก	0.654	1.00	5.00	16.506	-0.405	0.220
น่าเคารพ (N)	4.241	มาก	0.725	1.00	5.00	17.086	-0.794	0.164
น่ายกย่อง (O)	4.186	มาก	0.674	1.00	5.00	16.108	-0.627	0.236

ตัวแปร	$\bar{X}$	ระดับ	S.D.	Min	Max	C.V.	Sk	Ku
เป็นที่ปรึกษาที่ดี (P)	4.018	มาก	0.722	1.00	5.00	17.977	-0.403	-.100
อดทนฟังถ้อยคำ (Q)	4.007	มาก	0.763	1.00	5.00	19.045	-0.499	-0.159
อธิบายเรื่องซับซ้อน ได้ (R)	4.013	มาก	0.740	1.00	5.00	18.427	-0.534	0.021
ไม่แนะนำทางเสื่อม เสีย (S)	4.380	มาก	0.674	1.00	5.00	15.394	-1.015	0.689
การตื่นรู้	3.961	มาก	0.517	2.47	5.00	13.045	-0.110	-0.435
รู้ (T)	3.885	มาก	0.591	2.00	5.00	15.222	-0.070	-0.368
ตื่น (U)	3.851	มาก	0.618	1.80	5.00	16.045	-0.098	-0.436
เบิกบาน (V)	4.148	มาก	0.605	2.20	5.00	14.575	-0.400	-0.394

๒.๔ ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้เพื่อใช้สร้างเมทริกซ์สหสัมพันธ์ในการวิเคราะห์โมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ที่มีกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ เป็นตัวส่งผ่าน

ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ของกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาที่มีกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) และ การตื่นรู้ (TUV) มีรายละเอียดผลการวิเคราะห์ ดังนี้

ผลการวิเคราะห์ พบว่า ค่าสถิติ Bartlett's Test of Sphericity ซึ่งเป็นสถิติทดสอบสมมติฐานว่า เมทริกซ์สหสัมพันธ์เป็นเมทริกซ์เอกลักษณ์ (Identity matrix) หรือไม่ มีค่าสถิติทดสอบเท่ากับ ๕๔๐.๘๘๔๗ ($p = 0.000$) แสดงว่า เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างจากเมทริกซ์เอกลักษณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ และค่าดัชนี ไกเซอร์ - ไมเยอร์ - ออลคิน (Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy: KMO) มีค่าเท่ากับ ๐.๙๔๐ โดยมีค่าเข้าใกล้ ๑ แสดงว่า ตัวแปรในข้อมูลชุดนี้มีความสัมพันธ์กันเหมาะสมที่จะนำไปวิเคราะห์โมเดลลิสรต่อไป

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้จำนวน ๑๗ ตัวแปร พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่มีค่าแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) มีจำนวน ๑๓๖ คู่ มีค่าพิสัยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ในช่วง ๐.๒๓๑ – ๐.๗๓๙

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้ พบว่า ทุกตัวมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) และเป็นความสัมพันธ์ทางบวก แสดงว่า ความสัมพันธ์ของตัวแปรมีทั้งเป็นไปในทิศทางเดียวกัน โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกสูงสุด คือ ความน่าเคารพ (N)

และ ความน่ายกย่อง (O) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ เท่ากับ ๐.๗๓๙ แสดงว่า เมื่อครูในวิถีพุทธมีความน่าเคารพมากขึ้น ความน่ายกย่องจะเพิ่มขึ้นด้วย และ ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกรองลงมาคือ ครูวิถีพุทธที่มีการอดทนฟังถ้อยคำ (P) และการเป็นที่ปรึกษาที่ดี (Q) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ เท่ากับ ๐.๗๒๗ แสดงว่า ครูวิถีพุทธมีการอดทนฟังถ้อยคำ สูงขึ้นการเป็นที่ปรึกษาที่ดี (Q) ก็สูงขึ้นด้วย

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้ระหว่างกลุ่มตัวแปรด้านเดียวกัน มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ตัวแปรกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV) พบว่า มีค่าพิสัยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ในช่วง ๐.๓๖๒ ถึง ๐.๖๐๒ โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ การรู้คุณค่าของตนเอง (J) และปฏิบัติจริงในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพ (L) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ เท่ากับ ๐.๙๔๑ แสดงว่า เมื่อมีการรู้คุณค่าของตนเอง มากขึ้น ความสามารถปฏิบัติจริงในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพจะมากขึ้นด้วย ส่วนตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันรองลงมา คือ การมีสมาธิ (CDE) และ และปฏิบัติจริงในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพ (L) โดยมีขนาดความสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ เท่ากับ ๐.๕๖๒ แสดงว่า เมื่อมีสมาธิมากขึ้นจะมีความสามารถปฏิบัติจริงในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพมากขึ้น

ตัวแปรกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) พบว่า มีค่าพิสัยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ในช่วง ๐.๓๙๗ ถึง ๐.๗๓๙ โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกสูงสุด คือ ความน่าเคารพ (N) และ ความน่ายกย่อง (O) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ เท่ากับ ๐.๗๓๙ แสดงว่า เมื่อครูในวิถีพุทธมีความน่าเคารพมากขึ้น ความน่ายกย่องจะเพิ่มขึ้นด้วย และตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกรองลงมาคือ ครูวิถีพุทธที่มีการอดทนฟังถ้อยคำ (P) และการเป็นที่ปรึกษาที่ดี (Q) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ เท่ากับ ๐.๗๒๗ แสดงว่า ครูวิถีพุทธมีการอดทนฟังถ้อยคำ สูงขึ้นการเป็นที่ปรึกษาที่ดี ก็สูงขึ้นด้วย

การตื่นรู้ (TUV) พบว่า มีค่าพิสัยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ในช่วง ๐.๕๒๕ ถึง ๐.๗๑๕ โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุด คือ คือ รู้ด้วยสติ (T) และ ตื่นด้วยการแก้ปัญหา ตามหลักอริยสัจสี่ (U) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ เท่ากับ ๐.๗๑๕ แสดงว่า เมื่อรู้ด้วยสติมากขึ้น ตื่นด้วยการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ ก็จะมากขึ้นด้วย ส่วนตัวแปรที่มีความสัมพันธ์รองลงมาที่สุดคือ การตื่นโดยการแก้ปัญหาตามหลัก อริยสัจสี่ (U) และความเบิกบานจากการจัดการปัญหา (V) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ เท่ากับ ๐.๕๔๗ แสดงว่า เมื่อการตื่นโดยการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่มากขึ้นความเบิกบานจากการจัดการปัญหาจะเพิ่มมากขึ้นด้วย

ตารางที่ ๔.๓ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันของตัวแปรสังเกตได้ในโมเดลกระบวนการพัฒนาดน

ตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ที่มีตัวแปรกลายอนมิตรของครูในวิถีพุทธเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ตัวแปร	AB	CDE	FGH	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S	T	U	V
AB	1.000																
CDE	.398**	1.000															
FGH	.508**	.513**	1.000														
I	.392**	.489**	.402**	1.000													
J	.384**	.470**	.536**	.480**	1.000												
K	.362**	.409**	.488**	.510**	.472**	1.000											
L	.385**	.562**	.531**	.451**	.602**	.465**	1.000										
M	.288**	.378**	.289**	.326**	.273**	.326**	.296**	1.000									
N	.381**	.320**	.333**	.253**	.260**	.321**	.284**	.639**	1.000								
O	.429**	.353**	.366**	.296**	.308**	.313**	.310**	.525**	.739**	1.000							
P	.376**	.400**	.364**	.311**	.328**	.329**	.317**	.590**	.665**	.696**	1.000						
Q	.325**	.345**	.263**	.254**	.275**	.284**	.260**	.544**	.649**	.661**	.727**	1.000					
R	.392**	.404**	.375**	.313**	.322**	.352**	.311**	.486**	.616**	.670**	.626**	.644**	1.000				
S	.450**	.241**	.348**	.244**	.257**	.294**	.231**	.397**	.585**	.628**	.538**	.557**	.602**	1.000			
T	.386**	.532**	.441**	.524**	.429**	.443**	.458**	.362**	.337**	.396**	.383**	.386**	.396**	.346**	1.000		
U	.417**	.532**	.473**	.573**	.504**	.468**	.505**	.369**	.370**	.413**	.404**	.390**	.443**	.375**	.715**	1.000	
V	.486**	.386**	.43**	.432**	.340**	.398**	.360**	.352**	.484**	.512**	.460**	.447**	.486**	.529**	.525**	.547**	1.000

Bartlett's Test of Sphericity = 5408.847 df = 136 p = .000 Kaiser-Meyer - Olkin Measure of Sampling Adequacy = .940 ** p<.01

๒.๕ ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ของโมเดลกระบวนการพัฒนาตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ที่มีตัวแปรกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ในโมเดลนี้มีตัวแปรแฝง ๓ ตัวแปร คือ กระบวนการพัฒนาตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ (DEV) กัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) และ การตื่นรู้ (AWAKE) โดยตัวแปรสังเกตได้ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลทั้งหมด ๑๗ ตัวแปร

การทดสอบความสอดคล้องของโมเดลกระบวนการพัฒนาตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ที่มีตัวแปรกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธเป็นตัวแปรส่งผ่านนี้ ในครั้งแรก พบว่า โมเดลไม่สอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจากค่าไค-สแควร์ มีค่าเท่ากับ ๗๖๒.๕๒ ที่ค่าองศาอิสระเท่ากับ ๑๑๖ และค่าความน่าจะเป็น (p) เท่ากับ .๐๐๐ ดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI) มีค่าเท่ากับ ๐.๘๒๐ ค่าดัชนีความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) มีค่าเท่ากับ ๐.๖๕๐ ค่าดัชนีรากของกำลังสองเฉลี่ยของส่วนที่เหลือ (RMR) มีค่าเท่ากับ ๐.๐๗๓๐ ค่าดัชนีรากกำลังสองเฉลี่ยของค่าความแตกต่างโดยประมาณ (RMSEA) มีค่าเท่ากับ ๐.๑๐๐

จากผลการวิเคราะห์ดังกล่าว ผู้วิจัยจึงปรับโมเดลโดยยอมให้ความคลาดเคลื่อนสัมพันธ์กันได้ ซึ่งเป็นการผ่อนคลายนัยข้อตกลงเบื้องต้นจากข้อตกลงเบื้องต้นในสถิติวิเคราะห์ดั้งเดิมที่กำหนดว่าเทอมความคลาดเคลื่อนต้องไม่สัมพันธ์กัน เป็นข้อตกลงเบื้องต้นในสถิติวิเคราะห์ด้วย SEM ซึ่งกำหนดให้มีการนำเทอมความคลาดเคลื่อนมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล และเทอมความคลาดเคลื่อนมีความสัมพันธ์กันตามสภาพความเป็นจริงของปรากฏการณ์ธรรมชาติ ผลการปรับโมเดล จะได้ค่าขนาดอิทธิพล และค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในโมเดลที่ถูกต้องตรงกับความเป็นจริงมากขึ้น ผู้วิจัยพิจารณาปรับโมเดลจากดัชนีดัดแปลงโมเดล (Modification Indices) และได้ปรับโมเดลจำนวน ๖๕ เส้นทาง โดยได้ปรับ ๑) เส้นทาง Theta-Delta (TD) และ ๒) เส้นทาง Theta-Epsilon (TE) และผลการปรับโมเดล ทำให้ได้โมเดลกระบวนการพัฒนาตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ โดยมีกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธเป็นตัวแปรส่งผ่าน (FRI) ที่สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีรายละเอียดผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังแสดงในตารางที่ ๔.๔ ภาพที่ ๔.๘

เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์โมเดลกระบวนการพัฒนาตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ที่มีตัวแปรกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ เป็นตัวแปรส่งผ่าน พบว่า โมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ พิจารณาจากค่าสถิติที่ใช้ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ได้แก่ ค่าไค-สแควร์ มีค่าเท่ากับ ๓๘.๗๕ องศาอิสระเท่ากับ ๕๑ ความน่าจะเป็น (p) เท่ากับ ๐.๙๐ นั่นคือ ค่าไค-สแควร์ แตกต่างจากศูนย์อย่างไม่มีนัยสำคัญ แสดงว่า ยอมรับสมมติฐานหลักที่ว่า โมเดลกระบวนการพัฒนาตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ โดยมีกัลยาณมิตรของครู

ในวิถีพุทธเป็นตัวแปรส่งผ่าน (FRI) ที่พัฒนาขึ้นสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ค่าดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI) มีค่าเท่ากับ ๐.๙๙๐ ค่าดัชนีวัดความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) มีค่าเท่ากับ ๐.๙๘๐ ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ ๑ และ ค่าดัชนีรากกำลังสองเฉลี่ยของค่าความแตกต่างโดยประมาณ (RMSEA) มีค่าเท่ากับ ๐.๐๐๐ ซึ่งเข้าใกล้ศูนย์ สนับสนุนว่าโมเดลการวิจัยมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

เมื่อพิจารณาค่าความเที่ยงของตัวแปรสังเกตได้ พบว่า ตัวแปรสังเกตได้มีค่าความเที่ยงอยู่ระหว่าง ๐.๒๘ ถึง ๐.๘๕ โดยตัวแปรที่มีค่าความเที่ยงสูงสุดคือ การรู้จักตน (I) มีค่าความเที่ยงเท่ากับ ๐.๘๕ รองลงมาคือ การรู้จักคุณค่าของตน (J) และความน่าเคารพ (N) มีค่าความเที่ยงเท่ากับ ๐.๗๑, ๐.๗๐ ตามลำดับ และตัวแปรที่มีค่าความเที่ยงต่ำสุดคือ สมาธิ (CDE) มีค่าความเที่ยงเท่ากับ ๐.๒๘ ในภาพรวมค่าความเที่ยงของตัวแปรสังเกตได้มีค่าอยู่ในระดับปานกลางถึงระดับสูง

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์พยากรณ์ (R-SQUARE) ของสมการโครงสร้างตัวแปรภายในแฝง พบว่า กลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) มีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์เท่ากับ ๐.๑๘ แสดงว่า ตัวแปรภายในโมเดลประกอบด้วย กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV) สามารถอธิบายความแปรปรวนกลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) ได้ร้อยละ ๑๘.๐๐ ส่วนการตื่นรู้ (TUV) มีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์เท่ากับ ๐.๕๐ แสดงว่า ตัวแปรภายในโมเดลคือ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV) และกลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) สามารถอธิบายความแปรปรวนของการตื่นรู้ (TUV) ได้ร้อยละ ๕๐.๐๐

เมื่อพิจารณาเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง พบว่า ค่าพิสัยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงมีค่าอยู่ในช่วง ๐.๕๒๙ ถึง ๐.๗๒๑ โดยตัวแปรมีความสัมพันธ์เป็นบวกตัวแปรที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มากที่สุดคือ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV) และการตื่นรู้ (TUV) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .๗๒๑ ซึ่งเป็นความสัมพันธ์ที่อยู่ในระดับสูง แสดงว่า เมื่อเกิดกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV) มากขึ้น การตื่นรู้ (TUV) เพิ่มมากขึ้นด้วย และตัวแปรที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์รองลงมาคือ กลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) และการตื่นรู้ (TUV) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .๕๙๐ ซึ่งเป็นความสัมพันธ์ที่อยู่ในระดับปานกลาง แสดงว่าเมื่อกลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธ (FRI) มากขึ้น การตื่นรู้ (TUV) จะเพิ่มมากขึ้นด้วย

เมื่อพิจารณาอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมที่ส่งผลต่อการตื่นรู้ (TUV) พบว่า ตัวแปรดังกล่าว ได้รับอิทธิพลทางตรงจากกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา (DEV)

โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ ๐.๗๐ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ ตามลำดับ แต่ไม่ได้รับอิทธิพลทางอ้อมจากกลายณมิติของครูในวิถีพุทธ (FRI)

ตารางที่ ๔.๔ ค่าสถิติผลการวิเคราะห์แยกค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงและการวิเคราะห์อิทธิพลของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ที่มีกลายณมิติของครูในวิถีพุทธเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ตัวแปร เหตุ	dev			FRI		
ตัวแปรผล	TE	IE	DE	TE	IE	DE
FRI	0.43** (.06) 7.08		0.43** (.06) 7.08			
AWAKE	.71** (.007) 10.70	.001 (.002) 0.44	0.70** (.0.08) 8.62	0.02 (0.05) 0.43		0.02 (0.05) 0.43
ค่าสถิติ	ไค-สแควร์ = 38.75 df = 515 p = .090 GFI = .99 AGFI = .98 RMSEA = .000					

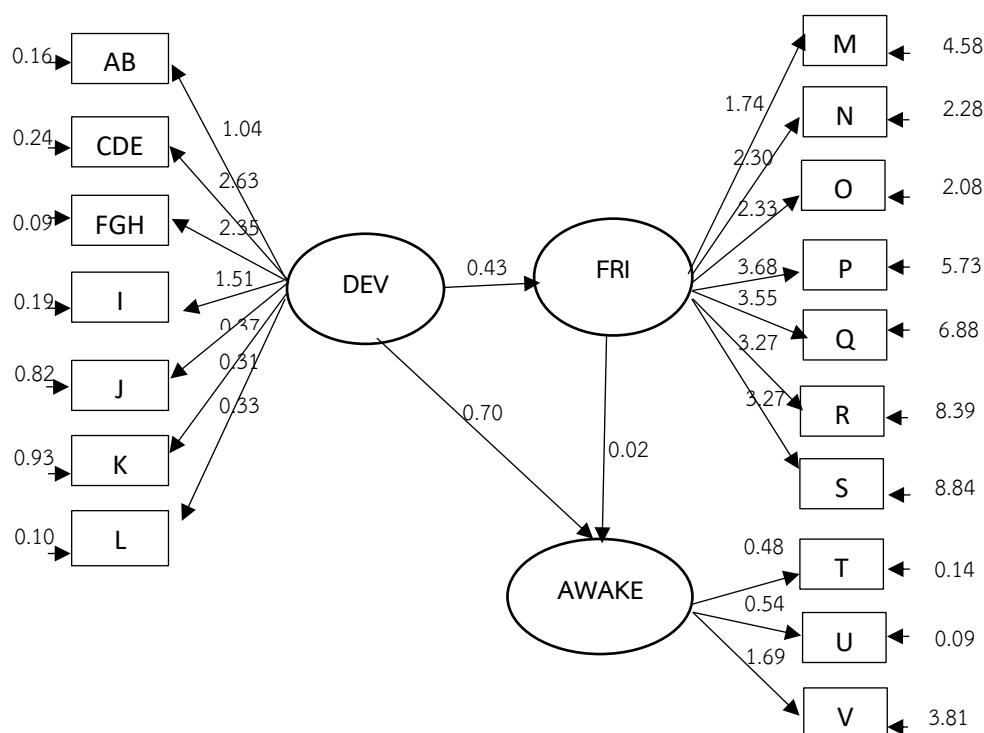
ตัวแปร ความเที่ยง	AB	CDE	FGH	I	J	K	L
	0.46	0.28	0.55	0.85	0.71	0.65	0.67
ตัวแปร ความเที่ยง	M	N	O	P	Q	R	S
	0.40	0.70	0.73	0.70	0.65	0.56	0.55
ตัวแปร ความเที่ยง	T		U		V		
	0.66		0.77		0.43		
สมการโครงสร้างของตัวแปร R SQUARE			FRI 0.18		AWAKE 0.50		

เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง

ตัวแปรแฝง	DEV	FRI	AWAKE
DEV	1.000		
FRI	0.529**	1.000	
AWAKE	0.721**	0.590**	1.000

หมายเหตุ: ตัวเลขในวงเล็บคือค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน, **p < .01,

TE = ผลรวมอิทธิพล, IE = อิทธิพลทางอ้อม, DE = อิทธิพลทางตรง



Chi-Square = 38.75, df = 12, P-value = 0.896 RMSEA = 0.000

ภาพที่ ๔.๘ โมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาที่มีกลายณมิตรของครูในวิถีพุทธเป็นตัวแปรส่งผ่าน

การรู้จักตน การดำเนินชีวิตของบุคคล กับสภาพแวดล้อมและมุ่งการกระทำตนให้มีความสุขด้วยตนเอง รู้เท่าทันตนเอง เข้าใจตนเองมากกว่าการพึ่งพาอาศัยวัตถุ จึงเป็นแนวทางการพัฒนาชีวิต ที่ยั่งยืน^{๑๑๕}

รู้คุณค่าของตน ต้องฟังจากผู้รู้ ต้องค้นหาว่าตนเองเหมาะแก่การเรียนรู้แบบไหน ก็คือถ้าเราจะเรียนรู้อะไรได้เราต้องมีความมุ่งมั่น ตั้งใจ มีสมาธิ อุสาหะ ความพยายาม ความอดทนที่จะเรียนรู้ ตั้งมั่น เป็นขั้นของสมาธิ ถ้าเรามีศีลและสมาธิเราก็จะเห็นความสำคัญของสิ่งที่เราเรียนรู้ เห็นค่าสิ่งที่เรียนรู้หรือจุดมุ่งหมายที่เราตั้งไว้ว่าเรียนรู้อะไรเห็นคุณค่า ก็คือเกิดการเรียนรู้ไตรสิกขา มีความสำคัญต่อการเรียนรู้^{๑๑๖}

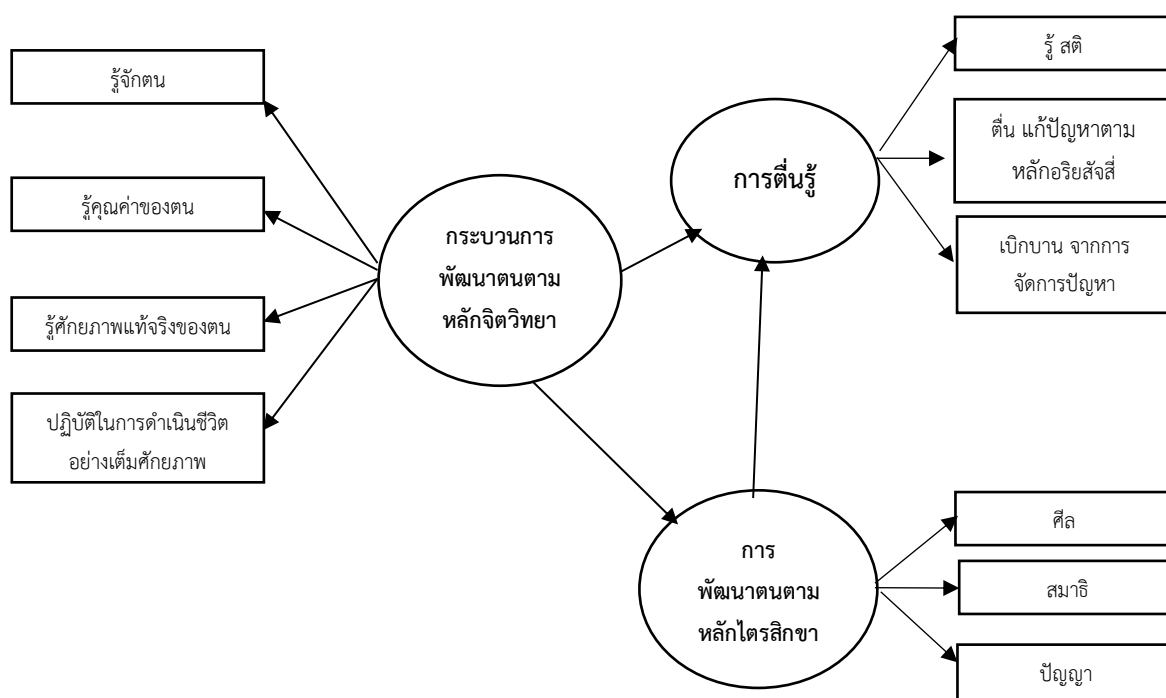
ความประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน เมื่อเรามีความตั้งใจในงานที่ได้รับ มีความพยายามในสิ่งที่ต้องรับผิดชอบ รู้จักใช้ปัญญาในการแก้ไขปัญหาเมื่อเกิดปัญหาสามารถไตร่ตรอง ตรวจสอบเหตุผลที่เป็นจริงได้ มีการพัฒนาหน้าที่การงานของตนเองไปในทางที่ดี

^{๑๑๕} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถีพุทธ, วันที่ ๒๐ สิงหาคม ๒๕๖๐.

^{๑๑๖} สัมภาษณ์ครูในโรงเรียนวิถีพุทธ, วันที่ ๓๐ กรกฎาคม ๒๕๖๐.

ที่เจริญรุ่งเรือง จากนั้นก็ร่วมมือกันพัฒนาสังคมต่อไป ให้มีการพัฒนาเจริญงอกงาม เมื่อสังคมมีการพัฒนา ด้านการพัฒนาพฤติกรรมก็ต้องควบคู่กันอย่างเหมาะสม และยังเสริมไปสู่จุดมุ่งหมายสร้างในสิ่งมีคุณค่าให้กับตนเองคือความภาคภูมิใจในผลงาน^{๑๑๗}

จากการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญสรุปได้ว่าการพัฒนามนุษย์ให้เกิดการตื่นรู้ได้นั้น ต้องใช้กระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยา โดยเริ่มจากรู้จักตน รู้คุณค่าของตน รู้ศักยภาพของตน และใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่ นอกจากนี้ยังต้องใช้หลักการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา ซึ่งประกอบด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา พร้อมกันด้วยเพื่อให้เกิดการพัฒนาอย่างยั่งยืน ได้สรุปเป็นโมเดลไว้ดังภาพที่ ๔.๙



ภาพที่ ๔.๙ โมเดลกระบวนการพัฒนาตนเพื่อการตื่นรู้โดยมีการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขาเป็นตัวแปรส่งผ่าน

๒.๖ ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเบื้องต้นของตัวแปรสังเกตได้ในโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ที่มีกระบวนการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขาเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในแต่ละโมเดลมีตัวบ่งชี้ ทั้งหมด ๑๐ ตัวที่ใช้วัดตัวแปรแฝง ๓ ตัวแปร คือ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยา (DEV_ROGER) การพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา (TRI) การตื่นรู้ (AWAKE) โดยมีการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา

^{๑๑๗} สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านพุทธจิตวิทยา, วันที่ ๓ กันยายน ๒๕๖๐.

(TRI) เป็นตัวแปรส่งผ่าน มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาลักษณะการกระจายและการแจกแจงของตัวแปรสังเกตได้แต่ละตัว ค่าสถิติที่ใช้ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) คะแนนต่ำสุด (Min) คะแนนสูงสุด (Max) สัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) ค่าความเบ้ (Sk) และค่าความโด่ง (Ku) โดยแยกวิเคราะห์ผล แต่ละตัวแปรดังต่อไปนี้

เมื่อพิจารณากระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยา (DEV_ROGER) พบว่า โดยภาพรวมกระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยา (DEV_ROGER) อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.83$) ซึ่งเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า การรู้จักกายภาพของตนเอง (K) มีค่าเฉลี่ยในระดับมาก ($\bar{X} = 3.86$) รองลงมาคือ การรู้จักตนเอง (I) ($\bar{X} = 3.84$) ตามลำดับ เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) ของตัวแปรพบว่า ตัวแปรที่มีการกระจายอยู่ระหว่างร้อยละ ๑๔.๔๔- ๑๕.๖๔ เมื่อพิจารณาค่าความเบ้ (Sk) ของตัวแปร พบว่า ตัวแปร รู้จักตน (I) สามารถใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่ (L) มีการแจกแจงในลักษณะเบ้ขวา (ค่าความเบ้เป็นบวก) แสดงว่า ข้อมูลของตัวแปรต่ำกว่าค่าเฉลี่ย ตัวแปร รู้คุณค่าของตน (J) รู้ศักยภาพของตน (K) มีการแจกแจงในลักษณะเบ้ซ้าย (ค่าความเบ้เป็นลบ) แสดงว่า ข้อมูลของตัวแปรสูงกว่าค่าเฉลี่ย เมื่อพิจารณาค่าความโด่ง (Ku) พบว่า ตัวแปรทุกตัว มีการแจกแจงของข้อมูลในลักษณะเตี้ยแบนกว่าโค้งปกติ (ค่าความโด่งน้อยกว่า ๐) แสดงว่ามีการกระจายของข้อมูลมาก

เมื่อพิจารณาปัจจัยกระบวนการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา (TRI) พบว่า โดยภาพรวมกระบวนการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา (TRI) อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.72$) ซึ่งเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ศีล (AB) ($\bar{X} = 3.78$) รองลงมาคือ ปัญญา (FGH) ($\bar{X} = 3.72$) ตามลำดับ เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) ของตัวแปรพบว่า ตัวแปรที่มีการกระจายอยู่ระหว่างร้อยละ ๑๑.๓๔ - ๑๕.๘๓ เมื่อพิจารณาค่าความเบ้ (Sk) ของตัวแปร พบว่า ตัวแปร ศีล (AB) และ ปัญญา (FGH) มีการแจกแจงในลักษณะเบ้ขวา (ค่าความเบ้เป็นบวก) แสดงว่า ข้อมูลของตัวแปรต่ำกว่าค่าเฉลี่ย ตัวแปรสมาธิ (CDE) มีการแจกแจงในลักษณะเบ้ซ้าย (ค่าความเบ้เป็นลบ) แสดงว่า ข้อมูลของตัวแปรสูงกว่าค่าเฉลี่ย เมื่อพิจารณาค่าความโด่ง (Ku) พบว่า ตัวแปร สมาธิ (CDE) มีการแจกแจงของข้อมูลในลักษณะสูงโด่งกว่าโค้งปกติ (ค่าความโด่งมากกว่า ๐) แสดงว่ามีการกระจายของข้อมูลน้อย ตัวแปร ศีล (AB) และ ปัญญา (FGH) มีการแจกแจงของข้อมูลในลักษณะเตี้ยแบนกว่า โค้งปกติ (ค่าความโด่งน้อยกว่า ๐) แสดงว่ามีการกระจายของข้อมูลมาก

เมื่อพิจารณาปัจจัยด้านการตื่นรู้ (AWAKE) พบว่า โดยภาพรวมการตื่นรู้ (AWAKE) อยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = 3.96$) ซึ่งเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ความเบิกบาน (V) สูงที่สุด $\bar{X} = 4.15$ รองลงมาคือ ด้านรู้ (T) ($\bar{X} = 3.88$) และ ตื่น (U) ($\bar{X} = 3.85$) ตามลำดับ เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย (C.V.) ของตัวแปร พบว่า ตัวแปรมีการกระจายไม่ต่างกันมาก โดยมีค่าอยู่ระหว่างร้อยละ ๑๓.๐๔ - ๑๖.๐๔ เมื่อพิจารณาค่าความเบ้ (Sk) ของตัวแปร พบว่า ตัวแปรทุกตัวมีการแจกแจง

ในลักษณะเบ้ซ้าย (ค่าความเบ้เป็นลบ) แสดงว่า ข้อมูลของตัวแปรทุกตัวสูงกว่าค่าเฉลี่ย เมื่อพิจารณา ค่าความโด่ง (Ku) พบว่า ตัวแปรทุกตัวมีค่าการแจกแจงของข้อมูลในลักษณะเตี้ยแบนกว่า โค้งปกติ (ค่าความโด่งน้อยกว่า ๐) แสดงว่ามีการกระจายของข้อมูลมาก

ตารางที่ ๔.๕ ค่าสถิติเบื้องต้นของตัวแปรสังเกตได้ในโมเดลกระบวนการพัฒนาดนตามหลักจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ (N = 553)

ตัวแปร	$\bar{X}$	ระดับ	S.D.	Min	Max	C.V.	Sk	Ku
กระบวนการพัฒนาดนตามหลักจิตวิทยา (DEV_ROGER)	3.83	มาก	0.46	2.50	5.00	11.93	0.02	-0.15
รู้จักตนเอง (I)	3.84	มาก	0.59	2.33	5.00	15.37	0.07	-0.54
รู้คุณค่าของตนเอง (J)	3.83	มาก	0.58	1.67	5.00	15.03	-0.14	0.04
รู้ศักยภาพของตนเอง (K)	3.86	มาก	0.56	2.33	5.00	14.44	-0.03	-0.32
สามารถใช้ศักยภาพอย่างเต็มที่ (L)	3.77	มาก	0.59	2.00	5.00	15.64	0.14	-0.40
การพัฒนาดนตามหลักไตรสิกขา (TRI)	3.72	มาก	0.42	2.61	4.89	11.34	0.09	-0.07
ศีล (AB)	3.78	มาก	0.54	2.50	5.00	14.34	0.06	-0.43
สมาธิ (CDE)	3.66	มาก	0.58	1.44	5.00	15.83	-0.15	0.17
ปัญญา (FGH)	3.72	มาก	0.45	2.33	5.00	12.17	0.10	-0.10
การตื่นรู้ (AWAKE)	3.96	มาก	0.52	2.47	5.00	13.04	-0.11	-0.44
รู้ (T)	3.88	มาก	0.59	2.00	5.00	15.22	-0.07	-0.37
ตื่น (U)	3.85	มาก	0.62	1.80	5.00	16.04	-0.10	-0.44
เบิกบาน (V)	4.15	มาก	0.60	2.20	5.00	14.57	-0.40	-0.39

๒.๗ ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้เพื่อใช้สร้างเมทริกซ์สหสัมพันธ์ในการวิเคราะห์โมเดลกระบวนการพัฒนาดนตามหลักจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ที่มีการพัฒนาดนตามหลักไตรสิกขาเป็นตัวส่งผ่าน

ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ของกระบวนการพัฒนาดนตามหลักจิตวิทยา (DEV_ROGER) กระบวนการพัฒนาดนตามหลักไตรสิกขา (TRI) และ การตื่นรู้ (TUV) มีรายละเอียดผลการวิเคราะห์ ดังนี้

ผลการวิเคราะห์ พบว่า ค่าสถิติ Bartlett's Test of Sphericity ซึ่งเป็นสถิติทดสอบสมมติฐานว่า เมทริกซ์สหสัมพันธ์เป็นเมทริกซ์เอกลักษณ์ (Identity matrix) หรือไม่มีค่าสถิติทดสอบเท่ากับ ๕๒๕๔๓.๓๒๓ ($p = 0.000$) แสดงว่า เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ทั้งหมดของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างจากเมทริกซ์เอกลักษณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ และค่าดัชนี ไกเซอร์ - ไมเยอร์ - ออลคิน (Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy: KMO) มีค่าเท่ากับ ๐.๙๑๗ โดยมีค่าเข้าใกล้ ๑ แสดงว่า ตัวแปรในข้อมูลชุดนี้ มีความสัมพันธ์กันเหมาะสมที่จะนำไปวิเคราะห์โมเดลลิสเรลต่อไป

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้จำนวน ๑๐ ตัวแปร พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่มีค่าแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) มีจำนวน ๔๕ คู่ มีค่าพิสัยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ในช่วง ๐.๓๘๔ – ๐.๗๑๕

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้ พบว่า ทุกตัวมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$) และเป็นความสัมพันธ์ทางบวก แสดงว่า ความสัมพันธ์ของตัวแปรมีทั้งเป็นไปในทิศทางเดียวกัน โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกสูงสุด คือ เมื่อรู้ด้วยสติ (T) และตื่นด้วยการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ (U) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ เท่ากับ ๐.๗๑๕ แสดงว่า เมื่อรู้ด้วยสติมากขึ้น ตื่นด้วยการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ก็จะมากขึ้นด้วย รองลงมาคือ โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ การรู้คุณค่าของตน (J) และปฏิบัติจริงในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพ (L) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ เท่ากับ ๐.๙๔๑ แสดงว่า เมื่อมีการรู้คุณค่าของตนมากขึ้น ความสามารถปฏิบัติจริงในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพจะมากขึ้นด้วย

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้ระหว่างกลุ่มตัวแปรด้านเดียวกันมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

กระบวนการพัฒนาตามหลักจิตวิทยา (DEV_ROGER) พบว่า มีค่าพิสัยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ในช่วง ๐.๔๕๑ ถึง ๐.๖๐๒ โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือ การรู้คุณค่าของตน (J) และปฏิบัติจริงในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพ (L) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ เท่ากับ ๐.๖๐๒ แสดงว่า เมื่อมีการรู้คุณค่าของตนมากขึ้นความสามารถในการปฏิบัติจริงในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มศักยภาพจะมากขึ้นด้วย ส่วนตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันรองลงมา คือ รู้จักตน (I) และรู้ศักยภาพของตน (K) โดยมีขนาดความสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญ

ทางสถิติที่ระดับ .๐๑ เท่ากับ ๐.๕๑๐ แสดงว่า เมื่อรู้จักตน (I) มากขึ้นจะรู้ศักยภาพของตน (K) มากขึ้นด้วย

ตัวแปรการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา (TRI) พบว่า มีค่าพิสัยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ในช่วง ๐.๓๘๖ ถึง ๐.๕๑๓ โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกสูงสุด คือ สมาธิ (CDE) และ ปัญญา (FGH) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ เท่ากับ ๐.๕๑๓ แสดงว่าเมื่อสมาธิ (CDE) มากขึ้น ปัญญา (FGH) จะเพิ่มขึ้นด้วย และตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกรองลงมาคือ ศีล (AB) และปัญญา (FGH) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ เท่ากับ ๐.๕๐๘ แสดงว่า เมื่อศีล (AB) มากขึ้นปัญญา (FGH) ก็มากขึ้นด้วย

ตัวแปรการตื่นรู้ (TUV) พบว่า มีค่าพิสัยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ในช่วง ๐.๕๒๕ ถึง ๐.๗๑๕ โดยตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุด คือ รู้ด้วยสติ (T) และ ตื่นด้วยการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ (U) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ เท่ากับ ๐.๗๑๕ แสดงว่า เมื่อรู้ด้วยสติมากขึ้น ตื่นด้วยการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ ก็จะมากขึ้นด้วย ส่วนตัวแปรที่มีความสัมพันธ์รองลงมาที่สุดคือ การตื่นโดยการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่ (U) และความเบิกบานจากการจัดการปัญหา (V) โดยมีขนาดความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ เท่ากับ ๐.๕๔๗ แสดงว่า เมื่อการตื่นโดยการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจสี่มากขึ้นความเบิกบานจากการจัดการปัญหาจะเพิ่มมากขึ้นด้วย

ตารางที่ ๔.๖ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันของตัวแปรสังเกตได้ในโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตาม

หลักจิตวิทยาเพื่อการเรียนรู้ที่มีการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขาเป็นตัวอย่างผ่าน

	I	J	K	L	AB	CDE	FGH	T	U	V
I	1									
J	.480**	1								
K	.510**	.472**	1							
L	.451**	.602**	.465**	1						
AB	.392**	.384**	.362**	.385**	1					
CDE	.489**	.470**	.409**	.562**	.398**	1				
FGH	.402**	.536**	.488**	.531**	.508**	.513**	1			
T	.524**	.429**	.443**	.458**	.386**	.532**	.441**	1		
U	.573**	.504**	.468**	.505**	.417**	.532**	.473**	.715**	1	
V	.432**	.340**	.398**	.360**	.486**	.386**	.434**	.525**	.547**	1

Bartlett's Test of Sphericity = 52543.323 df = 45 p = .000 Kaiser-Meyer - Olkin Measure of Sampling Adequacy = 0.917

**p < .01

๒.๘ ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ของโมเดลกระบวนการพัฒนาตามหลักจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ที่มีการพัฒนาตามหลักไตรสิกขาเป็นตัวส่งผ่าน

ในโมเดลนี้มีตัวแปรแฝง ๓ ตัวแปรคือกระบวนการพัฒนาตามหลักพุทธจิตวิทยา การพัฒนาตามหลักไตรสิกขา และ การตื่นรู้ (AWAKE) โดยตัวแปรสังเกตได้ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลทั้งหมด ๑๐ ตัวแปร

การทดสอบความสอดคล้องของโมเดลกระบวนการพัฒนาตามหลักจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ที่มีการพัฒนาตามหลักไตรสิกขา เป็นตัวส่งผ่านนี้ ในครั้งแรก พบว่า โมเดลไม่สอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยพิจารณาจากค่าไค-สแควร์ มีค่าเท่ากับ ๒๓๑.๒๓ ที่ค่าองศาอิสระเท่ากับ ๓๒ และค่าความน่าจะเป็น (p) เท่ากับ .๐๐๐ ดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI) มีค่าเท่ากับ ๐.๙๒ ค่าดัชนีความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) มีค่าเท่ากับ ๐.๘๗ ค่าดัชนีรากของกำลังสองเฉลี่ยของส่วนที่เหลือ (RMR) มีค่าเท่ากับ ๐.๑๑ ค่าดัชนีรากกำลังสองเฉลี่ยของค่าความแตกต่างโดยประมาณ (RMSEA) มีค่าเท่ากับ ๐.๑๑

จากผลการวิเคราะห์ดังกล่าว ผู้วิจัยจึงปรับโมเดลโดยยอมให้ความคลาดเคลื่อนสัมพันธ์กันได้ ซึ่งเป็นการผ่อนคลายน้อยลงเบื้องต้นจากข้อตกลงเบื้องต้นในสถิติวิเคราะห์ดั้งเดิมที่กำหนดว่าความคลาดเคลื่อนต้องไม่สัมพันธ์กัน เป็นข้อตกลงเบื้องต้นในสถิติวิเคราะห์ด้วย SEM ซึ่งกำหนดให้มีการนำความคลาดเคลื่อนมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล และยอมความคลาดเคลื่อนมีความสัมพันธ์กันตามสภาพความเป็นจริงของปรากฏการณ์ธรรมชาติ ผลการปรับโมเดล จะได้ค่าขนาดอิทธิพล และค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในโมเดลที่ถูกต้องตรงกับความเป็นจริงมากขึ้น ผู้วิจัยพิจารณาปรับโมเดลจากดัชนีดัดแปลงโมเดล (Modification Indices) และได้ปรับโมเดลจำนวน ๑๓ เส้นทาง โดยได้ปรับ ๑) เส้นทาง Theta-Delta (TD) และ ๒) เส้นทาง Theta-Epsilon (TE) และผลการปรับโมเดลกระบวนการพัฒนาตามหลักจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ที่มีการพัฒนาตามหลักไตรสิกขาเป็นตัวส่งผ่าน ที่สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ โดยมีรายละเอียดผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังแสดงในตารางที่ ๔.๖

เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์โมเดลกระบวนการพัฒนาตามหลักจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ ที่มีการพัฒนาตามหลักไตรสิกขาเป็นตัวส่งผ่านพบว่า โมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ พิจารณาจากค่าสถิติที่ใช้ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ได้แก่ ค่าไค-สแควร์ มีค่าเท่ากับ ๑๘.๙๗ องศาอิสระเท่ากับ ๒๐ ความน่าจะเป็น (p) เท่ากับ ๐.๕๒ นั่นคือค่าไค-สแควร์ แตกต่างจากศูนย์อย่างไม่มีนัยสำคัญ แสดงว่า ยอมรับสมมติฐานหลักที่ว่า โมเดลกระบวนการพัฒนาตามหลักจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ที่มีการพัฒนาตามหลักไตรสิกขา

เป็นตัวส่งผ่าน ที่พัฒนาขึ้นสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ ค่าดัชนีวัดความกลมกลืน (GFI) มีค่าเท่ากับ ๐.๙๙ ค่าดัชนีวัดความกลมกลืนที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) มีค่าเท่ากับ ๐.๙๘ ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ ๑ และ ค่าดัชนีรากกำลังสองเฉลี่ยของค่าความแตกต่างโดยประมาณ (RMSEA) มีค่าเท่ากับ ๐.๐๐๐ ซึ่งเข้าใกล้ศูนย์ สนับสนุนว่าโมเดลการวิจัยมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

เมื่อพิจารณาค่าความเที่ยงของตัวแปรสังเกตได้ พบว่า ตัวแปรสังเกตได้มีค่าความเที่ยงอยู่ระหว่าง ๐.๓๑ ถึง ๐.๗๘ โดยตัวแปรที่มีค่าความเที่ยงสูงสุดคือ การตื่นด้วยการแก้ปัญหาตามหลักจริยสี่สี (u) มีค่าความเที่ยงเท่ากับ ๐.๗๘ รองลงมาคือ การรู้ด้วยสติ (T) มีค่าความเที่ยงเท่ากับ ๐.๖๕ ในภาพรวมค่าความเที่ยงของตัวแปรสังเกตได้มีค่าอยู่ในระดับปานกลางถึงระดับสูง

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์พยากรณ์ (R-SQUARE) ของสมการโครงสร้างตัวแปรภายในแฝง พบว่า การพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา (TRI) มีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์เท่ากับ ๐.๙๔ แสดงว่า ตัวแปรภายในโมเดลประกอบด้วย กระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยา (DEV_ROGER) สามารถอธิบายความแปรปรวนของการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา (TRI) ได้ร้อยละ ๙๔.๐๐ ส่วนการตื่นรู้ (TUV) มีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์เท่ากับ ๐.๗๖ แสดงว่า ตัวแปรภายในโมเดลคือ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยา (DEV_ROGER) และการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา (TRI) สามารถอธิบายความแปรปรวนของการตื่นรู้ (TUV) ได้ร้อยละ ๗๖.๐๐

เมื่อพิจารณาเมตริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง พบว่า ค่าพิสัยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงมีค่าอยู่ในช่วง ๐.๖๖๒ ถึง ๐.๗๐๙ โดยตัวแปรมีความสัมพันธ์เป็นบวกตัวแปรที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มากที่สุดคือ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยา (DEV_ROGER) และการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา (TRI) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ ๐.๗๐๙ ซึ่งเป็นความสัมพันธ์ที่อยู่ในระดับสูง แสดงว่า เมื่อเกิดกระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยามากขึ้น การพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา (TRI) จะเพิ่มมากขึ้นด้วย และตัวแปรที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์รองลงมาคือ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยา (DEV_ROGER) และการตื่นรู้ (TUV) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ ๐.๖๗๓ ซึ่งเป็นความสัมพันธ์ที่อยู่ในระดับปานกลาง แสดงว่า เมื่อกระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยา (DEV_ROGER) มากขึ้น การตื่นรู้ (TUV) จะเพิ่มมากขึ้นด้วย

เมื่อพิจารณาอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมที่ส่งผลต่อการตื่นรู้ (TUV) พบว่า ตัวแปรดังกล่าว ได้รับอิทธิพลทางตรงจากกระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยา (DEV_ROGER)

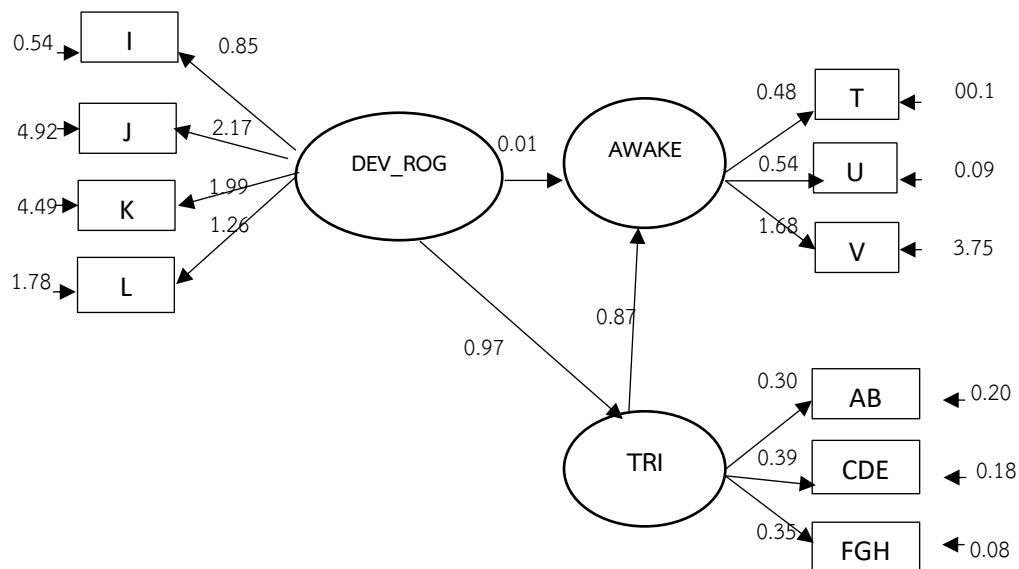
โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ ๐.๐๑ และได้รับอิทธิพลทางอ้อมจากการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา (TRI) โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ ๐.๙๗ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑ ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๗ ค่าสถิติผลการวิเคราะห์แยกค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง และการวิเคราะห์อิทธิพลของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของกระบวนการพัฒนาตนตามหลัก จิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ที่มีการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยาเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ตัวแปร เหตุ	Dev_ROGER			TRI		
ตัวแปรผล	TE	IE	DE	TE	IE	DE
TRI	0.97** (0.08) 12.75		0.97** (0.08) 12.75			
AWAKE	0.84** (0.05) 17.10	0.84 (0.72) 1.17	0.01 (0.72) 0.01	0.87 (0.74) 1.17		0.87 (0.74) 1.17
ค่าสถิติ	Chi-Square = 18.97 df = 20 p = 0.052 GFI = 0.99 AGFI = 0.98 RMSEA = .000					
ตัวแปร ความเที่ยง	I	J	K	L		
	0.57	0.49	0.47	0.47		
ตัวแปร ความเที่ยง	AB		CDE	FGH		
	0.31		0.46	0.59		
ตัวแปร ความเที่ยง	T		U	V		
	0.65		0.78	0.43		
สมการโครงสร้างของตัวแปร R SQUARE		TRI 0.94		AWAKE 0.76		
เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง						
ตัวแปรแฝง	DEV		FRI		AWAKE	
DEV	1					
FRI	0.709**		1			
AWAKE	0.673**		0.662**		1	

หมายเหตุ: ตัวเลขในวงเล็บคือค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน, **p< .01,

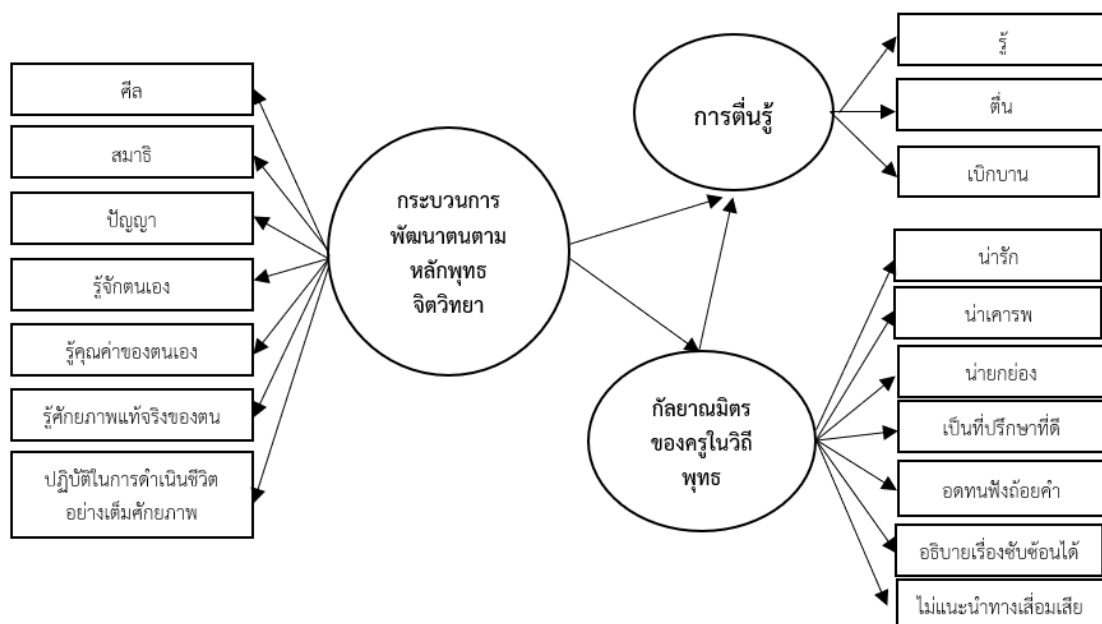
TE = ผลรวมอิทธิพล, IE = อิทธิพลทางอ้อม, DE = อิทธิพลทางตรง



Chi - Square = 18.970, df = 20, P - value = 0.523 RMSEA = 0.000

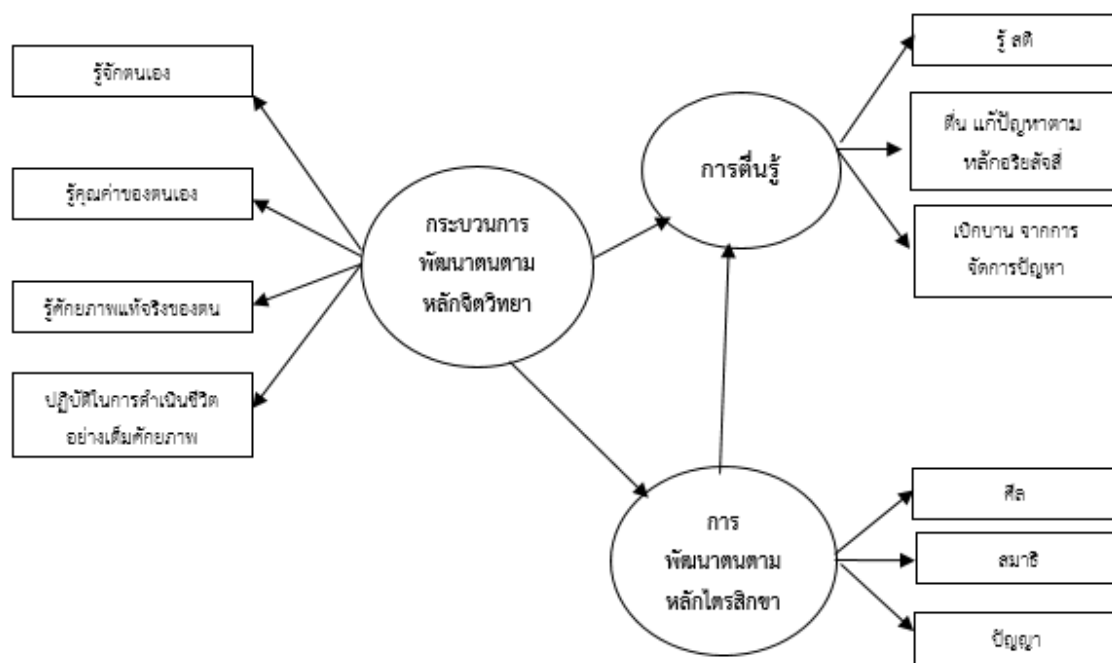
ภาพที่ ๔.๑๐ กระบวนการพัฒนาดนตามหลักจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ที่มีการพัฒนาดนตามหลักไตรสิกขาเป็นตัวแปรส่งผ่าน

๔.๓ องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย



ภาพที่ ๔.๑๑ กระบวนการพัฒนาดนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ที่มีกัลยาณมิตรของครูในวิถีพุทธเป็นตัวแปรส่งผ่าน

จากภาพที่ ๔.๑๑ จะเห็นได้ว่ากระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยา ที่ประกอบไปด้วยตัวแปรสังเกตได้ ๗ ตัว คือ ศิล สมาธิ ปัญญา การรู้จักตน การรู้ค่าของตน การรู้ศักยภาพของตน การดำรงชีวิตประจำวันอย่างเต็มศักยภาพ นั้นสามารถทำให้เกิดการตื่นรู้ได้โดยไม่ต้องมีตัวแปรส่งผ่าน



ภาพที่ ๔.๑๒ กระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ที่มีการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขาเป็นตัวแปรส่งผ่าน

จากภาพที่ ๔.๑๒ จะเห็นได้ว่ากระบวนการพัฒนาตนตามหลักจิตวิทยา ที่ประกอบไปด้วยตัวแปรสังเกตได้ ๔ ตัว คือ การรู้จักตนเอง การรู้ค่าของตนเอง การรู้ศักยภาพของตนเอง และ การดำเนินชีวิตประจำวันอย่างเต็มศักยภาพ นั้นสามารถทำให้เกิดการตื่นรู้ได้ต้องผ่านการพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขา ที่ประกอบไปด้วยตัวแปรสังเกตได้ ๓ ตัว คือ ศิล สมาธิ ปัญญา จะทำให้เกิดการตื่นรู้ได้มากกว่ากระบวนการพัฒนาตนอย่างเดียว ซึ่งโมเดลนี้สามารถยืนยันโมเดลกระบวนการพัฒนาตนตามหลักพุทธจิตวิทยาเพื่อการตื่นรู้ได้เป็นอย่างดี