



ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ:

กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน

อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

**A STUDY OF SATISFACTION ON THE INSIGHT MEDITATION PRACTICE OF
SENIOR PRACTITIONERS; A CASE STUDY AT SCHOOL FOR ELDERLY,
NONGLAN, TAMAKA DISTRICT, KANCHANABURI PROVINCE**

พระครูกาญจนธรรมชัย (ชัยชนะ ชยธมฺโม)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๘



ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ:
กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน
อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

พระครูกาญจนธรรมชัย (ชัยชนะ ชยธมฺโม)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๘

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



**A Study of Satisfaction on the Insight Meditation Practice of Senior
Practitioners; a Case Study at School for Elderly, Nonglan,
Tamaka District, Kanchanaburi Province**

Phrakhru Karnchanadhammachai (Chaichana Jayadhammo)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for the Degree of
Master of Arts
(Vipassana Meditation)
Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Bangkok, Thailand
C.E. 2015

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์
เรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาโรงเรียน
ผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี” เป็นส่วนหนึ่งของ
การศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

(พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

ประธานกรรมการ

(พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร, ดร.)

กรรมการ

(พระมหาบุญศรี ญาณวฑฒโฒ, ผศ.ดร.)

กรรมการ

(พระศรีสุทธิเวที, ดร.)

กรรมการ

(ดร.บุญชญา วิวิธขจร)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระศรีสุทธิเวที, ดร.

ดร.บุญชญา วิวิธขจร

ประธานกรรมการ

กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(พระครูกาญจนธรรมชัย)

ชื่อวิทยานิพนธ์ : ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษา
โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยาคาร จังหวัดกาฬสินธุ์

ผู้วิจัย : พระครูกาญจนธรรมชัย (ชัยชนะ ชยธมฺโม)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระศรีสุทธีเวที (ขวัญ ถิรมโน), ป.ธ. ๙, พธ.บ., ศษ.ม., ประ.ด. (วัฒนธรรม
ศาสตร์)

: ดร.บุญญา วิจิตรจรรยา, บธ.บ., พธ.ม., Ph.D. (Buddhist Studies)

วันสำเร็จการศึกษา : ๑๐/มีนาคม/๒๕๕๙

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ (๑) เพื่อศึกษาความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยาคาร จังหวัดกาฬสินธุ์ และ (๒) เพื่อศึกษาปัญหา อุปสรรคและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยาคาร จังหวัดกาฬสินธุ์

ผู้ศึกษาคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจำนวน ๑๗๐ คน โดยใช้วิธีสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยาคาร จังหวัดกาฬสินธุ์ เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถามที่ผู้ศึกษาสร้างขึ้น มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นทั้งฉบับ (Coefficient of Reliability) ทั้งฉบับเท่ากับ ๐.๙๕๗ วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติพื้นฐาน (Descriptive Statistics) และสถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics)

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในด้านการจัดการสภาพแวดล้อมอยู่ในระดับมาก รองลงมา คือ ด้านเทคนิคการสอน ด้านการใช้สื่อการสอน และด้านการวัดและประเมินผลตามลำดับ

ปัญหา อุปสรรคและข้อเสนอแนะ ต่อการสร้าง ความพึงพอใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เสนอแนะให้มีเอกสารประกอบการสอน และมีการปรับปรุงหลักสูตรการสอนอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้มีแนวทางการปฏิบัติที่เหมาะสมแก่ผู้เรียน พร้อมทั้งจัดให้มีสื่อการสอนที่เหมาะสมต่อผู้เรียนและจัดการสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมเพื่อลดเสียงรบกวนในระหว่างมีการเรียนการสอน

Thesis Title : A Study of Satisfaction on the Insight Meditation Practice of Senior Practitioners; a Case Study at School for Elderly, Nonglan, Tamaka District, Kanchanaburi Province

Researcher : Phrakhru Karnchanadhammachai (Chaichana Jayadhammo)

Degree : Master of Arts (Vipassana Meditation)

Thesis Supervisory Committee

: Phra Sisuttiwethi (Khoun Thiramano), Pali IX, B.A., M.A., Ph.D. (Cultural Science)

: Dr. Bunchaya Wiwitkhajon, B.A., M.A., Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Graduation : 10 /March/2016

Abstract

This thesis has two objectives; 1) to study the attitude toward the insight meditation practice of Elderly practitioners of, Nonglan School, Tamaka district, Kanchanaburi province and 2) to study of problems, obstacles and suggestions on the attitude toward the insight meditation practice of senior practitioners at School of Elderly, Nonglan, Tamaka district, Kanchanaburi province.

The samples selection in this study were total sample 170 persons used by method of purposive sampling from the seniors at School for Elderly, Nonglan, Tamaka district, Kanchanaburi province. The collected data was a quantitative research using the questionnaire which had total co-efficient of reliability at 0.957. The statistical procedures used for analyzing data were Descriptive and Inferential statistics.

The results of study were found that the attitude towards insight meditation practice in aspect of environmental management was in high level, then the teaching technique, media usage for teaching and measurement and evaluation respectively.

The problem, obstacles and suggestions on the attitude toward the insight meditation practice were found that most of sample groups suggested that there should be the documents for teaching or handouts, the improvement of curriculum in scheduled time for the best benefit for practice of learners. There also should be proper medias for teaching, good environments for reducing noisy disturbance from outside of classroom.

กิตติกรรมประกาศ

เกล้าฯ ขอประทานโอกาสกราบขอบพระคุณ พระเดชพระคุณท่านเจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถร, ป.ธ. ๙, ศาสตราจารย์พิเศษ) กรรมการมหาเถรสมาคม, รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ที่ได้เมตตาเปิดหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา ทำให้ผู้ศึกษาได้มีโอกาสเข้ามาศึกษาและได้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นระยะเวลา ๗ เดือน โดยพระเดชพระคุณฯ ได้เมตตาในเรื่องค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ทั้งที่พักและอาหารตลอดระยะเวลา ๗ เดือน

ขอขอบคุณครูบาอาจารย์ทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทวิชาในสาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา และพระวิปัสสนาจารย์ที่ควบคุมการปฏิบัติตลอดระยะเวลา ๗ เดือน โดยเฉพาะท่าน ดร.พระภัททันตะ อัครมหากรรมฐานาจารย์ โอวาทาจริยะ สยาดอ อุ ชฎิละ ประธานสงฆ์สำนักวิปัสสนากรรมฐานมหาสิริสาสนะยกด้าที่ให้คำแนะนำด้านการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ถามทดสอบอารมณ์ในระยะเวลา ๒ เดือน สดุดีแห่งการปฏิบัติ

ขอกราบขอบคุณคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ คือ พระศรีสุทิวเทวี (ขวัญ ธิรมโน), ดร. และ ดร.บุญญา วิวิชจร ที่ให้คำปรึกษาในการทำวิทยานิพนธ์ อาจารย์วุฒิชัย อรรถาพงศ์ ผู้เชี่ยวชาญจากมหาวิทยาลัยมหิดล ที่ช่วยให้คำแนะนำด้านสถิติวิจัย ดร.ชัยชาญ ศรีหาม และอาจารย์ฉัตรนกร เขมาสารี ที่ช่วยตรวจสอบบทคัดย่อภาษาอังกฤษและให้คำแนะนำเกี่ยวกับเอกสารภาษาต่างประเทศ รวมไปถึงท่านผู้บริหาร คณาจารย์เจ้าหน้าที่ของวิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ทุกท่าน ที่ได้เมตตาแนะนำเคราะห์ให้คำแนะนำเพิ่มเติมทำให้วิทยานิพนธ์เล่มนี้มีความสมบูรณ์สำเร็จลุล่วงลงได้ด้วยดี

อานิสงส์ผลแห่งความดีที่เกิดจากวิทยานิพนธ์นี้ ผู้วิจัยขอน้อมอุทิศเป็นอาจริยะบูชาแด่ท่านสยาดอ อุ ชฎิละ ที่ละสังขารไปแล้ว และขอมอบให้แก่คุณพ่อ คุณแม่ ครูอุปัชฌาย์ อาจารย์ตลอดจนญาติโยมวัดหนองไม้แก่น และผู้สูงอายุโรงเรียนเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ที่สนับสนุนทุนการศึกษา ตลอดจนเพื่อนกัลยาณมิตรทุกท่าน ที่เป็นกำลังใจด้วยดีเสมอมา ขอคุณพระรัตนตรัยจงดลบันดาลอภิบาลคุ้มครองปกป้องรักษาทุกท่านด้วยเทอญ

พระครูกาญจนธรรมชัย [ชัยชนะ ชยธมโม (จันทร์ที)]

วันที่ ๓๑ เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๙

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	(๑)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	(๒)
กิตติกรรมประกาศ	(๓)
สารบัญ	(๔)
สารบัญตาราง	(๗)
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	(๑๐)

บทที่ ๑ บทนำ

๑.๑	ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒	วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๒
๑.๓	ปัญหาที่ต้องการทราบ	๒
๑.๔	ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๕	สมมติฐานการวิจัย	๓
๑.๖	นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๓
๑.๗	ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๔

บทที่ ๒ แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๒.๑	ความหมายแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับความพึงพอใจ	๕
๒.๑.๑	ความหมายของความพึงพอใจ	๕
๒.๑.๒	แนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจ	๙
๒.๑.๓	ทฤษฎีเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจ	๑๒
๒.๒	แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ	๑๖
๒.๒.๑	ความหมายของผู้สูงอายุ	๑๖
๒.๒.๒	ทฤษฎีที่เกี่ยวกับผู้สูงอายุ	๑๙
๒.๓	แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๒๓
๒.๓.๑	ความหมายของวิปัสสนาภาวนา	๒๓
๒.๓.๒	แนวคิดเกี่ยวกับวิปัสสนาภาวนา	๒๕
๒.๓.๓	ประเภทของวิปัสสนาภาวนา	๒๖
๒.๓.๔	ประโยชน์ของวิปัสสนาภาวนา	๒๖
๒.๓.๕	การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔	๒๗
๒.๓.๖	วิปัสสนา ๔	๒๙

เรื่อง

หน้า

๒.๔	รูปแบบการสอนและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ	๓๔
๒.๔.๑	ความเป็นมาและความสำคัญของรูปแบบการสอน	๓๔
๒.๔.๒	ด้านเทคนิคการสอน	๓๗
๒.๔.๓	ด้านการใช้สื่อการสอน	๓๙
๒.๔.๔	ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม	๔๒
๒.๔.๕	ด้านการวัดผลและประเมินผล	๔๗
๒.๕	สภาพพื้นที่ที่ศึกษา	๔๗
๒.๕.๑	สถานที่ตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ	๔๙
๒.๕.๒	วัตถุประสงค์การจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ	๔๙
๒.๕.๓	ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับในการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ	๔๙
๒.๕.๔	ยุทธศาสตร์การพัฒนาโรงเรียนผู้สูงอายุ	๕๐
๒.๖	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๕๒
๒.๖.๑	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจ	๕๒
๒.๖.๒	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจ	๕๔
๒.๖.๓	งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับวิปัสสนาภาวนา	๕๖
๒.๗	กรอบแนวคิดในการวิจัย	๕๙

บทที่ ๓ วิธีดำเนินการวิจัย

๓.๑	รูปแบบการวิจัย	๖๐
๓.๒	ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	๖๐
๓.๓	เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	๖๑
๓.๓.๑	ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ	๖๑
๓.๓.๒	ลักษณะของเครื่องมือ	๖๑
๓.๓.๓	การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ	๖๒
๓.๔	วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	๖๓
๓.๕	สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	๖๔

บทที่ ๔ ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

๔.๑	ข้อมูลทั่วไป	๖๗
๔.๒	ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์	๖๘
๔.๓	องค์ความรู้จากการวิจัย	๘๘

บทที่ ๕ สรุปอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

๕.๑	สรุปผลการวิจัย	๙๓
๕.๒	อภิปรายผลการวิจัย	๙๗

เรื่อง	หน้า
๕.๓ ข้อเสนอแนะ	๑๐๐
๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย	๑๐๐
๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการปฏิบัติการ	๑๐๑
๕.๓.๓ ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป	๑๐๑
บรรณานุกรม	๑๐๒
ภาคผนวก	๑๐๙
ภาคผนวก ก แบบสอบถามเพื่อการวิจัย	๑๑๐
ภาคผนวก ข รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ	๑๑๕
ภาคผนวก ค หนังสือออกถึงบุคคล/หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง	๑๑๗
ภาคผนวก ง ตารางสรุปค่าดัชนีความสอดคล้องของแบบสอบถาม (IOC)	๑๒๕
ภาคผนวก จ ค่าอำนาจจำแนกและค่าความเที่ยง	๑๒๘
ภาคผนวก ฉ ตารางกิจกรรมการเรียนการสอน	๑๓๑
ภาคผนวก ช ภาพกิจกรรมการเรียนการสอน	๑๓๘
ประวัติผู้วิจัย	๑๔๘

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
ตารางที่ ๔.๑	แสดงจำนวนและค่าร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม	๖๗
ตารางที่ ๔.๒	แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี โดยภาพรวม	๖๙
ตารางที่ ๔.๓	แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านเทคนิคการสอน	๗๐
ตารางที่ ๔.๔	แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการใช้สื่อการสอน	๗๑
ตารางที่ ๔.๕	แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม	๗๒
ตารางที่ ๔.๖	แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการวัดและประเมินผล	๗๓
ตารางที่ ๔.๗	แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี จำแนกตามอายุ	๗๔
ตารางที่ ๔.๘	แสดงการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี จำแนกตามอายุ	๗๖
ตารางที่ ๔.๙	แสดงการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี โดยภาพรวม จำแนกตามอายุเป็นรายคู่	๗๗

ตารางที่	หน้า
ตารางที่ ๔.๑๐	๗๗
ตารางที่ ๔.๑๑	๗๘
ตารางที่ ๔.๑๒	๗๘
ตารางที่ ๔.๑๓	๗๙
ตารางที่ ๔.๑๔	๘๐
ตารางที่ ๔.๑๕	๘๒
ตารางที่ ๔.๑๖	๘๓
ตารางที่ ๔.๑๗	๘๔
ตารางที่ ๔.๑๘	๘๕

ตารางที่		หน้า
ตารางที่ ๔.๑๙	แสดงปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการสร้างความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านเทคนิคการสอน	๘๖
ตารางที่ ๔.๒๐	แสดงปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการสร้างความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการใช้สื่อการสอน	๘๗
ตารางที่ ๔.๒๑	แสดงปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการสร้างความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม	๘๗
ตารางที่ ๔.๒๒	แสดงปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการสร้างความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการวัดและประเมินผล	๘๘

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ก. คำย่อชื่อคัมภีร์และการใช้

วิทยานิพนธ์เล่มนี้ใช้พระไตรปิฎก ภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๙ ชุด ๔๕ เล่ม ผู้ศึกษาได้กำหนดการใช้คำย่อชื่อพระไตรปิฎกตามคู่มือการทำวิทยานิพนธ์ โดยเริ่มจากอักษรย่อชื่อคัมภีร์ตามด้วยวงเล็บฉบับที่ใช้แล้วตามด้วย เล่ม/ข้อ/หน้า ตามลำดับ เช่น

ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๑/๑๓ หมายถึง มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์ พระไตรปิฎก ภาษาไทย เล่มที่ ๑๓ ข้อที่ ๑๑ หน้าที่ ๑๓

การอธิบายบอกอักษรย่อในวิทยานิพนธ์นี้ทำเฉพาะคัมภีร์ที่อ้างอิงเท่านั้น ดังนี้

พระสุตตันตปิฎก

ที.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฏิกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
ส.ข.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	ชั้นธวาวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ม.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฐีสัมภิตามวรรค	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

อภ.สง.	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)
อภ.วิ.	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	วิภังค์	(ภาษาไทย)

ข. คำย่อภาษาไทย

ม.ป.พ. = ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พระพุทธศาสนา มีหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ซึ่งเป็นหลักการปฏิบัติเพื่อความดับทุกข์ที่แท้จริง มีปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร ดังมีพุทธพจน์ว่า ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียวเพื่อความหมดจดแห่งสัตว์ทั้งหลาย เพื่อก้าวล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัสเพื่อบรรลุนิพพานให้แจ้ง คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการ^๑

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานับว่าเป็นกิจที่สำคัญในทางพระพุทธศาสนาอย่างหนึ่งที่มีส่วนให้ผู้สูงอายุมีความสุข และทำให้ผู้สูงอายุได้รับการพัฒนาทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ผู้สูงอายุโดยส่วนมากจะมีปัญหาทั้งสุขภาพร่างกายและสภาพปัญหาทางด้านจิตใจเพราะขาดการดูแลเอาใจใส่จากบุตรหลาน ดังนั้นหน่วยงานด้านสังคมและเทศบาลรวมถึงวัดหนองไม้แก่นจึงได้ริเริ่มจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุขึ้น เพื่อดูแลรักษาผู้สูงอายุให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข ผู้สูงอายุนับได้ว่าเป็นปวงชนเป็นบุพการี เป็นทรัพยากรมนุษย์ที่ควรเอาใจใส่ดูแลให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพกายแข็งแรง มีสุขภาพจิตที่ดี สังคมผู้สูงอายุ มีผู้สูงอายุคิดเป็น ๑ ใน ๔ ของประชากรทั้งหมดผลสำรวจประชากรผู้สูงอายุในประเทศไทย พ.ศ. ๒๕๕๐ ของสำนักงานสถิติแห่งชาติพบว่า ๑ ใน ๔ ของผู้สูงอายุ อยู่ในเกณฑ์ไม่ดีถึงร้อยละ ๒๑.๕ และอยู่ในเกณฑ์ดี ร้อยละ ๒.๘ ซึ่งบ่งบอกถึงความเปราะบางด้านสุขภาพ และพบว่าผู้สูงอายุไทยต้องประสบกับภาวะความพิการคิดเป็นร้อยละ ๑๕ ของผู้สูงอายุทั่วประเทศ นพ.ถาวร สกุลพานิชย์ รองผู้อำนวยการสำนักงานวิจัยเพื่อการพัฒนาหลักประกันสุขภาพไทย (สวปก.) ร่วมกับ รศ.ดร.วรเวศม์ สุวรรณระดา คณะเศรษฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และมูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย สนับสนุนโดยสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ที่ระบุถึงการเตรียมพร้อมกับการตั้งรับ สังคมผู้สูงอายุไว้ว่า ต้องมีการพัฒนาทั้งในส่วนของคุณภาพและระบบต่าง ๆ ให้พร้อมเพื่อเสริมสร้างหลักประกันทางสังคมขั้นพื้นฐานด้านสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ มี ๓ หน่วยงานหลัก คือ กระทรวงสาธารณสุข สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นซึ่งถือว่าใกล้ชิดกับชุมชนมาก ประการแรก คือ ต้องปรับระบบบริการโดยใช้มาตรการเชิงรุก และควรจัดให้มีระบบการจำแนกคัดกรองความเสี่ยงโดยจัดตามลำดับความสำคัญของปัญหาสุขภาพ

ปัจจุบันผู้สูงอายุที่ต้องพึ่งพาผู้อื่น มีต้นทุนในการดูแลคิดเป็นร้อยละ ๖๔.๓ ส่วนมากหมดไปกับเรื่องค่าใช้จ่ายด้านการดูแลสุขภาพ ผู้สูงอายุที่ต้องนอนโรงพยาบาลยาวนานถึง ๒ เดือน ซึ่งมีค่าใช้จ่ายสูงไม่น้อยกว่าร้อยละ ๔๐ ซึ่งไม่ใช่เรื่องที่ส่งผลดีต่อผู้สูงอายุ ประการต่อมา คือ ให้มี

^๑ ส.ม. (ไทย) ๑๘/๓๖๗/๒๑๐.

การเชื่อมโยงชุมชนและสนับสนุนการจัดการตนเองโดยใช้กลไกโครงสร้างเดิมที่มีอยู่ในพื้นที่ เช่น การตั้งกองทุนสุขภาพตำบล, กองทุนฟื้นฟูระดับจังหวัด ใช้กลไกของอาสาสมัครประจำหมู่บ้านเข้ามาพัฒนาและบริการดูแล โดยให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดบริการ สนับสนุนการฝึกอบรมให้ครอบครัว มีจิตอาสา เพื่อช่วยดูแลผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรี มีจำนวนประชากรผู้สูงอายุ ๕๒๓ คน (ข้อมูลจากทะเบียนราษฎรอำเภอดำรงวิทยะกา ณ วันที่ ๖ กันยายน ๒๕๕๕) จากประชากรทั้งหมด ๔,๓๒๕ คน (ข้อมูลจากแผนงานงบประมาณของเทศบาลตำบลหนองลาน เดือนกรกฎาคม ๒๕๕๕) คิดเป็นร้อยละ ๑๒.๐๙ และมีแนวโน้มจะเพิ่มสูงขึ้น ซึ่งองค์การสหประชาชาติได้ให้คำนิยามว่าประเทศใดมีประชากรอายุ ๖๐ ปี ในสัดส่วนเกินร้อยละ ๑๐ ถือว่าเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ นับได้ว่าตำบลหนองลาน มีจำนวนประชากรผู้สูงอายุ เกินร้อยละ ๑๐ ในภาวะปัจจุบันผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น อีกทั้งสุขภาพไม่แข็งแรงเพราะเจ็บป่วยได้ง่าย บางรายลูกหลานไม่มีเวลาดูแลนำไปฝากไว้ที่บ้านพักคนชรา บางรายลูกหลานก็แยกไปมีครอบครัวใหม่ ทำให้ผู้สูงอายุอยู่เพียงลำพัง ประกอบกับสังคมมีการเปลี่ยนแปลงจากระบบเครือญาติที่สามารถดูแลช่วยเหลือกันได้อย่างใกล้ชิดมาเป็นสังคมเมืองที่ต่างรีบเร่งออกจากบ้านเพื่อไปทำงานหรือทำกิจกรรมต่าง ๆ ไม่มีเวลาดูแลผู้สูงอายุ ส่งผลให้ผู้สูงอายุประสบปัญหาด้านสุขภาพไม่แข็งแรง บางรายอยู่ในภาวะทุพพลภาพ มีภาวะซึมเศร้า ผู้สูงอายุอยู่ติดบ้านไม่เข้าสังคม มีส่วนร่วมกับสังคมน้อย ไม่สามารถไปร่วมกิจกรรมได้

ดังนั้นผู้วิจัย ในฐานะเป็นผู้อำนวยการโรงเรียนผู้สูงอายุ ต้องการจะพัฒนาให้โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรี มีความก้าวหน้า เป็นการพัฒนายั่งยืนเพื่อชนรุ่นหลังจะได้เอาเป็นแบบอย่างในการเอาใจใส่ดูแลและให้ความสำคัญต่อผู้สูงอายุ เป็นแนวทางในการพัฒนายั่งยืนในการเรียนการสอนให้สอดคล้องต่อความต้องการของผู้เรียนและเป็นไปตามวัตถุประสงค์

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรี

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาปัญหา อุปสรรคและข้อเสนอแนะความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรี

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๓.๑ ความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรี เป็นอย่างไร

๑.๓.๒ ปัญหา อุปสรรคและข้อเสนอแนะความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรี เป็นอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรีในด้านเทคนิคการสอน ด้านการใช้สื่อการสอน ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม และด้านการวัดและประเมินผล

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านตัวแปร

๑. ตัวแปรต้น หรือตัวแปรอิสระ (Independent Variable) เป็นตัวแปรที่เป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดผล หรือก่อให้เกิดการแปรผันของปรากฏการณ์ ซึ่งในงานวิจัยนี้มีตัวแปรต้น คือ อายุ เพศ และการศึกษา

๒. ตัวแปรตาม (Dependent Variable) เป็นตัวแปรที่เป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงค่าของตัวแปรอิสระ ซึ่งในงานวิจัยนี้มีตัวแปรตาม คือ ด้านเทคนิคการสอน ด้านการใช้สื่อการสอน ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม และด้านการวัดและประเมินผล

๑.๔.๓ ขอบเขตด้านระยะเวลา

เริ่มเก็บข้อมูลแบบสอบถาม วันที่ ๑๓-๑๔ เดือน มกราคม ๒๕๕๙

๑.๔.๔ ขอบเขตด้านพื้นที่

โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน สถานที่ตั้ง คือ วัดหนองไม้แก่น เลขที่ ๑๓๙ หมู่ที่ ๖ ตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

๑.๔.๕ ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

๑. กลุ่มประชากร ได้แก่ ผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี จำนวน ๑๗๐ คน

๒. กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ การคัดเลือกโดยใช้ตารางเคชีและมอร์แกน ซึ่งเป็นผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน กลุ่มประชากรทั้งหมด ๑๗๐ คน เลือกสุ่มประชากรกลุ่มตัวอย่าง ๑๑๙ คน จากประชากรทั้งหมด ค่าความเชื่อมั่น ๐.๙๕๗

๑.๕ สมมติฐานการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่มีปัจจัยส่วนบุคคลต่างกัน มีความพึงพอใจที่แตกต่างกัน

๑.๖ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๖.๑ ความพึงพอใจ หมายถึง ความสุขและการมีทัศนคติทางบวกของนักเรียนผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

๑.๖.๒ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง การฝึกควบคุมจิตให้เกิดปัญญารอบรู้ตามความเป็นจริง ด้วยการฟังธรรม ไหว้พระสวดมนต์ และรักษาศีลของผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

๑.๖.๓ ผู้สูงอายุ หมายถึง ชาย-หญิงที่มีอายุตั้งแต่ ๕๕ ปีขึ้นไปและเป็นนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๗.๑ ทำให้ทราบความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

๑.๗.๒ ทำให้ทราบแนวทางในการสร้างความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

บทที่ ๒

แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ผู้วิจัยได้รวบรวมแนวคิดทฤษฎีต่าง ๆ รวมทั้งเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อนำมาสนับสนุนในการกำหนดกรอบแนวคิดมีสาระสำคัญตามประเด็น ดังนี้

- ๒.๑ ความหมายแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับความพึงพอใจ
- ๒.๒ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ
- ๒.๓ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๒.๔ รูปแบบการสอนและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ
- ๒.๕ สภาพพื้นที่ที่ศึกษา
- ๒.๖ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- ๒.๗ กรอบแนวคิดในการวิจัย

๒.๑ ความหมายแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับความพึงพอใจ

๒.๑.๑ ความหมายของความพึงพอใจ

ความพึงพอใจในงานนั้นมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดต่อการปฏิบัติงานและการจูงใจโดยงานหรือแรงจูงใจในการทำงานมีความหมายใกล้เคียงกัน ซึ่งคนมักจะมองกันเป็นสิ่งเดียวกัน แต่แท้ที่จริงแล้วความพึงพอใจเป็นเรื่องความรู้สึกต่องาน ส่วนแรงจูงใจเป็นผลที่เกิดจากความรู้สึก ซึ่งกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมในการทำงานของบุคคล ความแตกต่างที่เห็นได้ชัดเจน ความพึงพอใจ เป็นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งที่มีผลต่อความสำเร็จของงานให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้อย่างมีประสิทธิภาพ อันเป็นผลเนื่องมาจากการได้รับการตอบสนองจากแรงจูงใจ หรือความต้องการของแต่ละบุคคลในแนวทางที่พึงประสงค์ ของนักวิชาการได้ให้ความหมายของความพึงพอใจไว้ ดังนี้

กาญจนา อรุณสุขจิ ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง การแสดงออกของมนุษย์ เป็นการแสดงออกทางพฤติกรรมที่เป็นนามธรรม ไม่สามารถมองเห็นเป็นรูปร่างได้ การที่เราจะทราบได้ว่าบุคคลมีความพึงพอใจหรือไม่ สามารถสังเกตโดยการแสดงออกที่ค่อนข้างสลับซับซ้อน และต้องมีสิ่งเร้าที่ตรง^๑

ชัยยุทธ แสงแก่นเพชร ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกหรือทัศนคติในทางที่ดีต่อสิ่งที่ทำอยู่ ถ้าบุคคลมีความพึงพอใจในการทำงานมากก็จะมีผลเสียสละอุทิศร่างกาย

^๑ กาญจนา อรุณสุขจิ, จิตวิทยาทั่วไป, (กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตสาสน์, ๒๕๔๖), หน้า ๓๕.

ใจให้แก่งานมากส่วนผู้ที่มีความพึงพอใจในการทำงานน้อยก็มักทำงานเพียงตามหน้าที่ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับส่วนประกอบที่เป็นสิ่งจูงใจที่มีอยู่ในงานนั้น^๒

ซุตา จิตพิทักษ์ ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกหรือทัศนคติของบุคคลที่มีต่องานที่ทำอยู่เป็นความรู้สึกชอบหรือพอใจที่เกิดขึ้นจากการได้รับตอบสนองทั้งทางกาย จิตใจถ้าบุคคลใดมีความพึงพอใจในงานมากก็สะท้อนถึงกำลังใจและสติปัญญาให้แก่งานอย่างเต็มความสามารถ ความพึงพอใจในการทำงานจะมากหรือน้อยย่อมขึ้นอยู่กับความต้องการ^๓

วิมลสิทธิ์ หรยางกูร ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง การให้ค่าความรู้สึกของคนที่สัมพันธ์กับโลกทัศน์ที่เกี่ยวกับความหมายของสภาพแวดล้อม ค่าความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อสภาพแวดล้อมจะแตกต่างกัน เช่น ดี เลว พอใจ ไม่พอใจ สนใจ ไม่สนใจ เป็นต้น^๔

อัจฉรา โทบุญ ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง เรื่องของอารมณ์ ความรู้สึก และทัศนคติของบุคคลอันเนื่องมาจากสิ่งเร้าและสิ่งจูงใจซึ่งปรากฏออกมาทางพฤติกรรมและเป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ของบุคคล^๕

พวงเพชร วัชรอยู่ ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ คือ ทฤษฎีแห่งความคาดหวัง (Expectancy Theory) ทฤษฎีนี้มีข้อสมมุติฐานว่า ความต้องการที่มนุษย์คาดหวังเป็นแรงจูงใจให้เกิดพฤติกรรม แรงจูงใจจะเข้มมากน้อยปานใด ขึ้นอยู่กับความต้องการที่เขาคาดหวังไว้ ความคาดหวังนี้มีตัวที่เป็นปัจจัยมาเกี่ยวข้องอยู่ ๒ ตัว คือ ความเข้าใจ และกระบวนการ

๑. ความเข้าใจ (Cognition หรือ Understanding) หมายถึง ถ้าเรามีความเข้าใจในสิ่งใดสิ่งหนึ่งเราจะเกิดความเชื่อถือ เชื่อมั่น และเกิดศรัทธา ยิ่งเชื่อมั่น ศรัทธามากขึ้นเท่าใด ก็จะทำให้แรงจูงใจที่มีความเข้มสูงมากเท่ากัน

๒. กระบวนการ (Process) สิ่งที่เราไปคาดหวังนั้น ถ้าเป็นกระบวนการธรรมดาที่ไม่สลับซับซ้อนมากนัก แรงจูงใจที่มีต่อสิ่งคาดหวังนั้นก็จะเป็แรงจูงใจที่มีความเข้มกว่าแรงจูงใจที่มีต่อสิ่งคาดหวังสลับซับซ้อน^๖

^๒ ชัยยุทธ แสงแก่นเพชร, “ความพึงพอใจในการปฏิบัติงานของบุคคลสำนักงานศึกษาธิการจังหวัดสำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ”, วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ), ๒๕๔๗, หน้า ๒๓.

^๓ ซุตา จิตพิทักษ์, **พฤติกรรมศาสตร์เบื้องต้น**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท สารมวลชน จำกัด, ๒๕๔๗), หน้า ๑๕.

^๔ วิมลสิทธิ์ หรยางกูร, **พฤติกรรมมนุษย์กับสภาพแวดล้อม**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๖), หน้า ๔.

^๕ อัจฉรา โทบุญ, “ระดับความพึงพอใจของผู้มารับบริการงานทะเบียนราษฎรสำนักทะเบียนอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม), ๒๕๔๗, หน้า ๑๑-๑๒.

^๖ พวงเพชร วัชรอยู่, **จิตวิทยาทั่วไป**, (กรุงเทพมหานคร: จามจุรีโปรดักท์, ๒๕๔๗), หน้า ๑๘๘.

ประยงค์ มีใจซื่อ ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกส่วนบุคคลหรือทัศนคติต่องานซึ่งอาจเป็นทางบวก หรือทางลบแล้วแต่กรณี^๗

โกวิทย์ ว่องทรงเจริญ ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความรุนแรงของความต้องการของผู้ใช้บริการ เพื่อผลลัพธ์อย่างใดอย่างหนึ่ง ความพึงพอใจอาจเป็นได้ทั้งทางบวกและทางลบภายใต้สถานการณ์ก่อให้เกิดความพึงพอใจในทางบวก ส่วนความขัดแย้งการดำเนินหรือการลงโทษต่าง ๆ ย่อมก่อให้เกิดความพึงพอใจในทางลบ^๘

ประสาธ อิศรปริดา ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความต้องการที่บุคคลมุ่งที่จะแสดงพฤติกรรมออกมาเพื่อตอบสนองความต้องการตามสถานที่ ตามสถานการณ์สิ่งแวดล้อมหนึ่ง ที่เป็นเรื่องเฉพาะอาจเปลี่ยนแปลงไปได้ตามกาลต่าง ๆ โดยอาศัยปัจจัยภายนอกเป็นส่วนร่วมในการที่จะทำให้เกิดความพึงพอใจโดยมีสิ่งเข้ามาเกี่ยวข้องหรือตัวกำหนดที่สำคัญ ๆ ในทิศทางของการเกิดความพึงพอใจ เช่น สถานที่เวลาหรือสถานการณ์ ที่จะเป็นเครื่องอำนวยความสะดวกความพึงพอใจมีทิศทางเป็นไปในทางใด”^๙

ขริณี เดชจินดา ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกหรือทัศนคติของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ความรู้สึกพอใจจะเกิดขึ้นเมื่อความต้องการตอบสนองหรือบรรลุจุดมุ่งหมาย^{๑๐}

ไกรเวช ธรฤทธิ์ ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง การปฏิบัติงานที่เป็นเรื่องของความรู้สึกที่ดีที่มีความสุขของบุคคลที่มีต่องานที่ปฏิบัติอยู่และความพึงพอใจจะส่งผลต่อขวัญในการปฏิบัติงาน อย่างไรก็ดีความพึงพอใจของแต่ละบุคคลไม่มีวันสิ้นสุดอาจเปลี่ยนแปลงได้เสมอตามกาลเวลาและสภาพแวดล้อมบุคคลจึงมีโอกาสนี้จะไม่พึงพอใจในสิ่งที่เคยพึงพอใจมาแล้ว^{๑๑}

^๗ ประยงค์ ใจซื่อ, **พฤติกรรมองค์กร**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๔๘), หน้า ๑๒๒.

^๘ โกวิทย์ ว่องทรงเจริญ, “ความพึงพอใจของผู้ปกครองนักเรียนต่อการจัดการศึกษาในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองอรัญประเทศ จังหวัดสระแก้ว”, **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยบูรพา), ๒๕๔๘, หน้า ๒๑.

^๙ ประสาธ อิศรปริดา, **สารัตถจิตวิทยาการศึกษา**, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม, ๒๕๔๙), หน้า ๓๕.

^{๑๐} ขริณี เดชจินดา, “ความพึงพอใจของผู้ประกอบการต่อศูนย์บริการจำกัดกากอุตสาหกรรม แขวงแสมดำ เขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร”, **วิทยานิพนธ์สังคมศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล), ๒๕๓๐, หน้า ๖.

^{๑๑} ไกรเวช ธรฤทธิ์, “การศึกษาความพึงพอใจในการปฏิบัติงานของข้าราชการในสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอและกิ่งอำเภอสังกัดสำนักงานประถมศึกษาจังหวัดสงขลา”, **วิทยานิพนธ์รัฐศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยทักษิณ), ๒๕๔๒, หน้า ๑๓๒.

สมาน อัสวภูมิ ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกที่ชอบหรือพอใจที่มีต่อองค์ประกอบและสิ่งจูงใจในด้านต่าง ๆ ของงานและผู้ปฏิบัติงานนั้นได้รับการตอบสนองความต้องการ^{๑๒}

สุนิดา รัตนโกมล ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์เพื่อสนองความต้องการทางร่างกายและจิตใจที่จะทำให้ตนเองมีความสุขและเป็นที่ยอมรับของสังคม^{๑๓}

ภรณ์ กิริติบุตร ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกของมนุษย์สองชนิด คือ ความรู้สึกทางบวก และความรู้สึกทางลบ ความรู้สึกทางบวก เป็นความรู้สึกชนิดที่เมื่อเกิดขึ้นแล้วทำให้เกิดความสุข ส่วนความรู้สึกในด้านลบเป็นความรู้สึกชนิดที่เมื่อเกิดแล้วทำให้เกิดความไม่สบายใจ^{๑๔}

ศิริวรรณ เสรีรัตน์และคณะ ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความสุขความสบายที่ได้รับจากสภาพแวดล้อมทางกายภาพเป็นความสุขความสบายที่เกิดจากการเข้าร่วม ได้รู้ได้เป็นในกิจกรรมนั้น ๆ^{๑๕}

พรรณี ชูทัย ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง สภาวะจิตที่ปราศจากความเครียด ทั้งนี้เพราะธรรมชาติของมนุษย์ที่มีความต้องการ ถ้าความต้องการนั้นได้รับการตอบสนองทั้งหมดหรือบางส่วน ความเครียดจะน้อยลงความพึงพอใจจะเกิดขึ้น^{๑๖}

นิตา ทรงวิจารณ์ ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ทศนคติที่ดีซึ่งเป็นไปทางบวก คือ เป็นไปตามความคาดหวังหรือมากกว่าความคาดหวัง ซึ่งความพอใจเป็นแรงผลักดันให้เกิดความร่วมมือ และสร้างความกระตือรือร้นในการทำงานหรือการแสดงออก^{๑๗}

โยธิน ศันสนยุทธ ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความชอบหรือไม่ชอบของคนงานที่มีต่องานที่ทำ^{๑๘}

^{๑๒} สมาน อัสวภูมิ, **การบริหารการศึกษาสมัยใหม่**, (อุบลราชธานี: อุบลกิจออฟเซตการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๓๒๑.

^{๑๓} สุนิดา รัตนโกมล, “ความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการดำเนินงานของสหกรณ์ร้านค้า”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ), ๒๕๔๙, หน้า ๑๖.

^{๑๔} ภรณ์ กิริติบุตร, “การประเมินประสิทธิผลจากความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการให้บริการของรัฐ : ศึกษากรณีกล่องเข้าซื้อ”, **รายงานการวิจัย**, (กรุงเทพมหานคร: การเคหะแห่งชาติ), ๒๕๔๙, หน้า ๙๘.

^{๑๕} ศิริวรรณ เสรีรัตน์และคณะ, **พฤติกรรมองค์การ**, (กรุงเทพมหานคร: อีระฟิล์มและไซเท็กซ์, ๒๕๕๐), หน้า ๒๖๙.

^{๑๖} พรรณี ชูทัย, **จิตวิทยาการศึกษา**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, ๒๕๕๐), หน้า ๗๘.

^{๑๗} นิตา ทรงวิจารณ์, “ความพึงพอใจของผู้ปกครองต่อการจัดการศึกษาของโรงเรียนเทศบาล ๑ ศรีกิตติธรรมานุสรณ์ เทศบาลเมืองพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี”, **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยบูรพา), ๒๕๕๑, หน้า ๒๗.

^{๑๘} โยธิน ศันสนยุทธ, **มนุษย์สัมพันธ์**, (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๕๕.

กิตติธัช อัมวัฒนกุล ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ในเชิงการประมาณค่า (มากคือพอใจ น้อยหรือไม่พอใจ คือไม่พอใจ) ซึ่งจะเห็นว่าแนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจนี้เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับทัศนคติอย่างแยกกันไม่ออก^{๑๙}

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกร่วมของบุคคลที่มีต่อการทำงานในเชิงบวก เป็นความสุขที่เกิดจากการปฏิบัติงานและได้รับผลตอบแทนที่ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกกระตือรือร้น มีความมุ่งมั่นที่จะทำงานมีขวัญกำลังใจ^{๒๐}

จรรยา แก้วมณี ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง สิ่งใดก็ตามที่สามารถลดความตึงเครียดของมนุษย์ให้น้อยลง และความตึงเครียดนี้ เป็นผลมาจากความต้องการของมนุษย์ เมื่อมนุษย์มีความต้องการก็จะเกิดปฏิกิริยาเรียกร้อง เมื่อความต้องการได้รับการตอบสนอง ความตึงเครียดก็จะลดน้อยลงหรือหมดไปทำให้เกิดความพึงพอใจได้^{๒๑}

รัชวลี วรวุฒิ ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกหรือทัศนคติของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง อันเกิดจากพื้นฐานของการรับรู้ค่านิยมของแต่ละบุคคลคนที่ได้รับ และระดับความพึงพอใจของแต่ละบุคคลย่อมมีความแตกต่างกันไป^{๒๒}

สรุปความได้ว่า ความพึงพอใจ คือ ความรู้สึกหรือทัศนคติของบุคคลต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่เป็นด้านบวกซึ่งบุคคลจะมีความรู้สึก รัก ชอบ ยินดี และมีความสุขเมื่อได้รับผลจากกิจกรรมนั้น ๆ

๒.๑.๒ แนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจ

ศิริวรรณ เสรีรัตน์ และคณะ ได้กล่าวถึงแนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจของลูกค้า (Customer Satisfaction) ตามแนวคิดของ Philip Kotler ว่าความพึงพอใจเป็นระดับความรู้สึกหลังการซื้อของบุคคลหรือลูกค้า ซึ่งเป็นผลมาจากการเปรียบเทียบระหว่างการรับรู้ต่อการปฏิบัติงานของผู้ให้บริการหรือประสิทธิภาพของสินค้า (Perceived Performance) กับความคาดหวังของลูกค้า (Expectation) แบ่งเป็น ๒ คือ

^{๑๙} กิตติธัช อัมวัฒนกุล, “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการให้บริการด้านโครงสร้างพื้นฐานขององค์การบริหารส่วนตำบลในเขตอำเภอโนนไทย จังหวัดนครราชสีมา: ศึกษากรณีสำนักงานเขตราชบุรีบูรณะ”, วิทยานิพนธ์วิศวกรรมศาสตรมหาบัณฑิต, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์), ๒๕๕๓, หน้า ๔๐.

^{๒๐} ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, **จิตวิทยาการบริหารงานบุคคล**, (กรุงเทพมหานคร: ศูนย์ส่งเสริมกรุงเทพมหานคร, ๒๕๕๓), หน้า ๑๓๓.

^{๒๑} จรรยา แก้วมณี, “ความพึงพอใจในการปฏิบัติงานของพนักงานส่วนตำบลในจังหวัดเชียงใหม่”, **การค้นคว้าอิสระรัฐศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๔), หน้า ๑๗๖.

^{๒๒} รัชวลี วรวุฒิ, “ความพึงพอใจในการปฏิบัติงานของข้าราชการสำนักงานคณะกรรมการอุดมศึกษา”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์), ๒๕๔๘, หน้า ๗๐.

๑. ระดับความพึงพอใจของลูกค้าเกิดจากความแตกต่างระหว่างผลประโยชน์จากการผลิตและความคาดหวังของบุคคล (Expectation) โดยผลประโยชน์จากคุณสมบัติ หรือการทำงานของผลิตภัณฑ์เกิดจากนักการตลาดและฝ่ายอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องจะต้องพยายามสร้างความพึงพอใจให้กับลูกค้าโดยการสร้างคุณค่าเพิ่ม (Value Added) ซึ่งเกิดจากการผลิต (Manufacturing) และจากการตลาด (Marketing) รวมทั้งการทำงานร่วมกับฝ่ายต่าง ๆ

๒. ความคาดหวัง (Expectation) เกิดจากประสบการณ์และความรู้ในอดีตของผู้ซื้อจากกลุ่มเพื่อนและคนใกล้เคียง รวมทั้งข้อมูลและสัญญาณจากการตลาดและคู่แข่ง ถ้าหากนักการตลาดส่งเสริมผลิตภัณฑ์ไว้เกินจริง ผู้บริโภคมักจะผิดหวังเมื่อบริษัทไม่สามารถส่งมอบคุณค่าได้ตามที่ลูกค้าคาดหวังไว้ ฉะนั้นสิ่งสำคัญที่ทำให้บริษัทประสบความสำเร็จคือการเสนอผลิตภัณฑ์ที่มีผลประโยชน์จากผลิตภัณฑ์หรือการทำงานของผลิตภัณฑ์ที่สอดคล้องกับความคาดหวังของผู้ซื้อ^{๒๓}

พันธุ์ทิพย์ บุญพา ได้ให้แนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจว่า เป็นปัจจัยที่ทำให้บุคคลมีความพอใจในการปฏิบัติและปัจจัยที่เกี่ยวกับอนามัยหรือปัจจัยค้ำจุน^{๒๔}

วีระชัย ภูตระกูล ได้นำความหมายของความพึงพอใจของ Bullock มากล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ คือ ทัศนคติ ซึ่งเป็นผลของดุลยภาพรวมยอดความรู้สึก พอใจ และไม่พอใจที่ผ่านมาของผู้ปฏิบัติงาน ต่องานต่าง ๆ ทัศนคตินี้จะแสดงให้เห็นว่าเขามีความพอใจหรือไม่โดยการประเมินดูที่งานและผู้ที่ปฏิบัติงาน ซึ่งผลที่ได้กับความสำเร็จหรือความล้มเหลวในการทำงานตามที่ผู้มุ่งหวังไว้และยังขึ้นอยู่กับความช่วยเหลือกันในการทำงานให้บรรลุผล^{๒๕}

รุ่ง แก้วแดง ให้ทัศนะว่า การสำรวจความพึงพอใจของผู้รับบริการ นอกจากสามารถที่จะดูเรื่องคุณภาพการให้บริการขององค์กรได้แล้ว ยังเป็นการประเมินภาพขององค์กรในด้านอื่น ๆ จากมุมมองของลูกค้าได้ด้วย ผลการวัดความพึงพอใจของลูกค้าสามารถนำไปใช้ประโยชน์อย่างมากในการปรับปรุงองค์กรได้แก่ เรื่องการกำหนดวิสัยทัศน์ ภารกิจ ยุทธศาสตร์ วัฒนธรรม เป็นต้น ข้อมูลเรื่องความพึงพอใจของลูกค้าสามารถที่จะนำมาใช้ประโยชน์ได้มากมายจนกล่าวได้ว่าทั้งองค์กรจะต้องมีการปรับกระบวนการให้สอดคล้องกับความต้องการของลูกค้า การสำรวจความพึงพอใจของลูกค้าเป็นเรื่องจำเป็นและทุกองค์กรต้องทำ^{๒๖}

^{๒๓} ศิริวรรณ เสรีรัตน์ และคณะ, **การบริหารการตลาดยุคใหม่**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทธรรมสาร จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๘๙.

^{๒๔} พันธุ์ทิพย์ บุญพา, “ความพึงพอใจในการปฏิบัติงานของครูโรงเรียนนานาชาติเดอะรีเจนท์”, **วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต), ๒๕๔๘, หน้า ๒๕.

^{๒๕} วีระชัย ภูตระกูล, “ความพึงพอใจของประชาชนต่อการให้บริการของเจ้าหน้าที่ตำรวจสถานีตำรวจนครบาลยานนาวา”, **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์), ๒๕๔๖, หน้า ๑๘๗.

^{๒๖} รุ่ง แก้วแดง, **รีเอ็นจิเนียริงระบบราชการไทย**, (กรุงเทพมหานคร: มติชน, ๒๕๔๖), หน้า ๑๙๑.

ภิญโญ สาร ได้ให้ความเห็นว่าความพึงพอใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรขึ้นอยู่กับประโยชน์ที่บุคลากรได้รับโดยมีวิธีการให้ผลประโยชน์แก่บุคลากรเพื่อจูงใจให้ปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผลมี ๘ ประการ คือ

๑. สิ่งจูงใจที่เป็นวัตถุ
๒. โอกาสของบุคลากรที่ไม่เกี่ยวกับวัตถุ
๓. สภาพทางกายภาพอันเป็นที่พึงปรารถนา
๔. ผลประโยชน์ทางอุดมคติ
๕. แรงจูงใจในทางสังคม
๖. การบริการสภาพของการทำงานให้ตรงกับวิธีการที่บุคลากรเป็นนิสัย และตรงตามทัศนคติของบุคลากร
๗. โอกาสที่มีส่วนร่วมงานอย่างกว้างขวาง
๘. สภาพการทำงานหรือการอยู่ร่วมในองค์การ สิ่งจูงใจดังกล่าวเป็นปัจจัยที่ทำให้บุคลากรทำอย่างใดอย่างหนึ่งและเมื่อได้มาซึ่งสิ่งที่ต้องการตามความปรารถนาแล้วบุคลากรจะเกิดความพึงพอใจ^{๒๗}

นพพงษ์ บุญจิตรากุล ได้กล่าวไว้ว่าความพึงพอใจในการทำงานให้บรรลุผลสำเร็จและยังช่วยให้คนงานรู้สึกว่าคุณค่าของตนเองเป็นชีวิตที่มีคุณภาพการทำงานเป็นประจักษ์โครงสร้างที่หล่อหลอมให้ชีวิตมีคุณค่าเสมอความพึงพอใจในงาน อาจช่วยลดความเป็นปฏิปักษ์ต่องานของคนงานด้วยการเป็นปฏิปักษ์ต่องานจะเป็นผลเสียต่อองค์กร เพราะคนงานจะแสดงออกซึ่งความเป็นปฏิปักษ์ด้วยวิธีต่าง ๆ เช่นการขาดงาน การลาออกจากงาน เป็นต้น ซึ่งจะพึงให้ความสามารถในการปฏิบัติงานของคนงานลดลงการสร้างความพึงพอใจจึงเป็นสิ่งสำคัญ เพราะนอกจากจะช่วยให้คนงานปฏิบัติหน้าที่ด้วยความตั้งใจและรู้สึกว่าคุณค่าของตนเองมีคุณภาพและยังช่วยลดแนวโน้มปรากฏการณ์อันเกิดจากการเป็นปฏิปักษ์ต่องานด้วย^{๒๘}

ธนวรรณ แสงสุวรรณ และคณะ ได้กล่าวถึงความพึงพอใจโดยรวมของลูกค้ายตามแนวคิดของ Philip Kotler ว่าเป็นระดับความรู้สึกของบุคคลหรือลูกค้าซึ่งเป็นผลมาจากการเปรียบเทียบระหว่างการรับรู้ผลจากการทำงานของผลิตภัณฑ์ (Perceived Performance) และความคาดหวัง (Expectation) หากพิจารณาระดับความพึงพอใจมี ๓ ระดับ กล่าวคือ ผลที่ได้รับจากการทำงานของผลิตภัณฑ์ต่ำกว่าความคาดหวังทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ (Dissatisfaction) แต่ถ้าผลที่ได้รับจากการทำงานของผลิตภัณฑ์ตรงกับความคาดหวังทำให้เกิดความพึงพอใจ (Satisfaction) และถ้าหากผลที่ได้รับจากการทำงานของผลิตภัณฑ์สูงกว่าความคาดหวังทำให้เกิดความประทับใจ (Delighted) การสร้างความพึงพอใจสูงสุดเป็นตัวเชื่อมทางอารมณ์ต่อตรา และยี่ห้อของสินค้าบริษัทนั้น ๆ ซึ่งลูกค้าสร้างความคาดหวังจากประสบการณ์ซื้อที่ผ่านมาบ้าง จากคำแนะนำของเพื่อนบ้าง

^{๒๗} ภิญโญ สาร, **การบริหารงานบุคคล**, (กรุงเทพมหานคร: วัฒนาพานิช, ๒๕๔๗), หน้า ๒๗๓.

^{๒๘} นพพงษ์ บุญจิตรากุล, **หลักการบริหารทั่วไป**, (กรุงเทพมหานคร: เนติกุลการพิมพ์, ๒๕๔๘), หน้า

จากนักการตลาด จากข่าวสารคู่แข่ง และจากคำมั่นสัญญาที่ให้ไว้ ถ้านักการตลาดให้ความสำคัญคาดหวังลูกค้าไว้สูงลูกค้าอาจผิดหวัง แต่ถ้ากำหนดไว้ต่ำก็ทำให้ไม่เป็นที่ดึงดูดใจ ในปัจจุบันบริษัทที่ประสบความสำเร็จ สร้างความคาดหวังให้เหมาะสมกับการนำเสนอเพื่อหวังให้บรรลุความพึงพอใจ ซึ่งในการสร้างความพึงพอใจเพื่อให้ตรงกับความต้องการของลูกค้าประชาชน

อเดย์ และแอนดิสัน นักวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์ ได้ศึกษาถึงความสำคัญของประชาชนต่อการรักษาพยาบาลในสหรัฐอเมริกา ได้ชี้ถึงปัจจัยพื้นฐาน ๖ ประการ ที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจของผู้บริภกรมีดังนี้

๑. ความพึงพอใจต่อความสะดวกที่ได้รับจากบริการ แบ่งออกเป็น

- การใช้เวลารอคอยในสถานบริการ
- การได้รับการดูแลเมื่อมีความต้องการ
- ความสะดวกที่ได้รับในสถานบริการ

๒. ความพึงพอใจต่อการประสานบริการ

๓. ความพึงพอใจต่ออธยาศัยความสนใจของผู้ให้บริการ ได้แก่ การแสดงอธยาศัยท่าทางที่ดีเป็นกันเองของผู้ให้บริการ และแสดงความห่วงใยต่อผู้รับบริการ

๔. ความพึงพอใจต่อข้อมูลที่ได้รับจากบริการ

๕. ความพึงพอใจต่อคุณภาพบริการ ได้แก่ คุณภาพของการดูแลทั้งหมดที่ผู้รับบริการได้รับในทัศนะของผู้รับบริการที่มีต่อบริการ

๖. ความพึงพอใจต่อค่าใช้จ่ายเมื่อใช้บริการ^{๒๙}

สรุปความได้ว่า จากแนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจที่ได้กล่าวมาแล้ว จะเห็นได้ว่าความพึงพอใจเป็นความรู้สึกที่เกิดจากความต้องการที่มนุษย์คาดหวัง และถ้าความต้องการหรือความคาดหวังได้รับการตอบสนองตามที่คาดหวังไว้หรือมากกว่า ความพึงพอใจก็จะเกิดขึ้นแต่ในทางตรงกันข้ามถ้าความต้องการไม่ได้รับการตอบสนองตามที่คาดหวัง ความไม่พึงพอใจก็จะเกิดขึ้น

๒.๑.๓ ทฤษฎีเกี่ยวข้องกับความพึงพอใจ

ลิตธิโชค วารนุสันติกุล ได้ศึกษาเกี่ยวกับแรงจูงใจในการทำงาน เรื่องจิตวิทยาสังคม : ทฤษฎีและการประยุกต์ พบว่า บุคคลต้องการอะไรจากงาน คำตอบคือ บุคคลต้องการความสุขจากการทำงาน ซึ่งความสุขจากการทำงานนั้น เกิดมาจากการพึงพอใจหรือไม่พึงพอใจในงานที่ทำ โดยความพึงพอใจหรือความไม่พึงพอใจในงานที่ทำนั้น ไม่ได้มาจากกลุ่มเดียวกัน แต่มีสาเหตุมาจากปัจจัยสองกลุ่มนี้ คือ ปัจจัยจูงใจ ปัจจัยค้ำจุน หรือปัจจัยสุขศาสตร์^{๓๐}

^{๒๙} ธนวรรณ แสงสุวรรณ, **การจัดการการตลาด**, (กรุงเทพมหานคร: เพียร์สันเอดดูเคชั่นอินโคโรไรนา, ๒๕๕๗), หน้า ๗๕.

^{๓๐} ลิตธิโชค วารนุสันติกุล, **จิตวิทยาสังคม : ทฤษฎีและการประยุกต์**, (กรุงเทพมหานคร: ซีเอ็ดดูเคชั่นจำกัด (มหาชน), ๒๕๕๖), หน้า ๑๖๒.

๑. ปัจจัยจูงใจ (Motivational Factors) เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับงานโดยตรง เพื่อจูงใจให้คนชอบและรักงานที่ปฏิบัติ เป็นตัวกระตุ้น ทำให้เกิดความพึงพอใจแก่บุคคลในองค์การให้ปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เพราะเป็นปัจจัยที่สามารถตอบสนองความต้องการภายในของบุคคลได้ด้วย ดังนี้

๑) ความสำเร็จในงานที่ทำของบุคคล (Achievement) หมายถึงบุคคลสามารถทำงานได้เสร็จสิ้น และประสบความสำเร็จอย่างดี เป็นความสามารถในการแก้ปัญหาต่าง ๆ การรู้จักป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้น เมื่อผลงานสำเร็จจึงเกิดความรู้สึกพอใจและปลาบปลื้มในผลสำเร็จของงานนั้น ๆ

๒) การได้รับการยอมรับนับถือ (Recognition) หมายถึง การได้รับการยอมรับไม่ว่าจากผู้บังคับบัญชา จากเพื่อน จากผู้มาขอรับคำปรึกษาหรือจากบุคคลในหน่วยงานการยอมรับนี้อาจจะอยู่ในรูปของการยกย่องชมเชย แสดงความยินดี การให้กำลังใจ หรือการแสดงออกอื่นใดที่ก่อให้เกิดถึงการยอมรับในความสามารถ เมื่อได้ทำงานอย่างหนึ่งอย่างใดบรรลุผลสำเร็จการยอมรับนับถือจะแฝงอยู่กับความสำเร็จในงานด้วย

๓) ลักษณะของงานที่ปฏิบัติ (The Work Itself) หมายถึง งานที่น่าสนใจ งานที่ต้องอาศัยความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ทำลายให้ลงมือทำ หรือเป็นงานที่มีลักษณะสามารถกระทำได้ตั้งแต่ต้นจนจบโดยลำพังแต่ผู้เดียว

๔) ความรับผิดชอบ (Responsibility) หมายถึง ความพึงพอใจที่เกิดขึ้นจากการได้รับมอบหมายให้รับผิดชอบงานใหม่ ๆ และมีอำนาจในการรับผิดชอบได้อย่างเต็มที่ที่ไม่มีการตรวจหรือควบคุมอย่างใกล้ชิด

๕) ความก้าวหน้า (Advancement) หมายถึง ได้รับเลื่อนขั้นเลื่อนตำแหน่งให้สูงขึ้นของบุคคลในองค์การ การมีโอกาสได้ศึกษาเพื่อหาความรู้เพิ่ม หรือได้รับการฝึกอบรม

๒. ปัจจัยค้ำจุนหรือปัจจัยสุขศาสตร์ (Maintenance or Hygiene Factors) หมายถึง ปัจจัยที่จะค้ำจุนให้แรงจูงใจในการทำงานของบุคคลมีอยู่ตลอดเวลา ถ้าไม่มีหรือมีในลักษณะที่ไม่สอดคล้องกับบุคคลในองค์การ บุคคลในองค์การจะเกิดความไม่ชอบงานขึ้น และเป็นปัจจัยที่มาจากภายนอกตัวบุคคล ปัจจัยเหล่านี้ได้แก่

๑) เงินเดือน (Salary) หมายถึง เงินเดือนและการเลื่อนขั้นในหน่วยงานนั้น ๆ เป็นที่พอใจของบุคลากรที่ทำงาน

๒) โอกาสได้รับความก้าวหน้าในอนาคต (Possibility of Growth) หมายถึง การที่บุคคลได้รับการแต่งตั้งเลื่อนตำแหน่งภายในหน่วยงาน ยังรวมถึงสถานการณ์ที่บุคคลสามารถได้รับความก้าวหน้าในทักษะวิชาชีพ

๓) ความสัมพันธ์กับผู้บังคับบัญชา ผู้ใต้บังคับบัญชา และเพื่อนร่วมงาน หมายถึง การติดต่อไม่ว่าจะเป็นกิริยาหรือวาจา ที่แสดงถึงความสัมพันธ์อันดีต่อกัน สามารถทำงานร่วมกันมีความเข้าใจซึ่งกันและกันอย่างดี

๔) สถานะทางอาชีพ (Status) หมายถึง อาชีพนั้นเป็นที่ยอมรับนับถือของสังคมที่มีเกียรติและศักดิ์ศรี

๕) นโยบายและการบริการ (Company Policy and Administration) หมายถึง การจัดการและการบริหารขององค์การ การติดต่อสื่อสารภายในองค์การ

๖) สภาพการทำงาน (Working Conditions) หมายถึง สภาพทางกายภาพของงาน เช่น แสง เสียง อากาศ ชั่วโมงการทำงาน รวมทั้งลักษณะของสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ เช่น อุปกรณ์เครื่องมือ เครื่องใช้

๗) ความเป็นอยู่ส่วนตัว (Personal life) ความรู้สึกที่ดีหรือไม่ดี อันเป็นผลที่ได้รับจากงานในหน้าที่ เช่น การที่บุคคลถูกย้ายไปทำงานในที่แห่งใหม่ ซึ่งห่างไกลจากครอบครัว ทำให้ไม่มีความสุข และไม่พอใจกับการทำงานในที่แห่งใหม่

๘) ความมั่นคงในการทำงาน (Security) หมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อความมั่นคงในการทำงาน ความยั่งยืนของอาชีพหรือความมั่นคงขององค์การ

๙) วิธีการปกครองบังคับบัญชา (Supervision Technical) หมายถึง ความสามารถของผู้บังคับบัญชาในการทำงาน หรือความยุติธรรมในการบริหาร^{๓๑}

นิรมล กิตติกุล ได้กล่าวถึง ทฤษฎีความพึงพอใจว่า ความต้องการของมนุษย์ที่แตกต่างกันทั้งในระดับชุมชนสังคม และระดับประเทศ ซึ่งมีนักจิตวิทยาหลายท่านได้กำหนดทฤษฎีความต้องการของมนุษย์ไว้ดังนี้

๑. มนุษย์มีความต้องการ ซึ่งความต้องการมีอยู่เสมอและไม่สิ้นสุด แต่สิ่งที่มนุษย์ต้องการนั้นขึ้นอยู่กับว่าเขามีสิ่งนั้นอยู่แล้วหรือยัง ขณะที่ความต้องการใดได้รับการตอบสนองแล้ว ความต้องการอย่างอื่นจะเข้ามาแทนที่ กระบวนการนี้ไม่มีที่สิ้นสุด

๒. ความต้องการที่ได้รับการตอบสนองแล้ว จะไม่เป็นสิ่งจูงใจของพฤติกรรมอีกต่อไป ความต้องการที่ได้รับการตอบสนองเท่านั้นที่เป็นสิ่งจูงใจของพฤติกรรม

๓. ความต้องการของมนุษย์มีเป็นลำดับขั้นตามความสำคัญจากระดับต่ำไปสู่ความต้องการระดับสูงซึ่งแบ่งเป็น ๕ ระดับ

๑) ความต้องการทางกายภาพ (Physiological Needs) เป็นความต้องการในระดับขั้นพื้นฐานของมนุษย์ เพื่อดำรงชีวิตได้อย่างปกติ เช่น อาหาร น้ำ อากาศ เสื้อผ้า เป็นต้น

^{๓๑} สิทธิโชค วารุณสันติกุล, จิตวิทยาสังคม : ทฤษฎีและการประยุกต์, หน้า ๑๖๒.

๒) ความต้องการความมั่นคงและความปลอดภัย (Safety Security Needs) มนุษย์ต้องการความมั่นคง ความปลอดภัยในชีวิต ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม อารมณ์

๓) ความต้องการมีส่วนร่วมในสังคม (Social Belonging Needs) มนุษย์เรานับได้ว่าเป็นสัตว์สังคมที่ต้องมีการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ตลอดจนการยอมรับเป็นส่วนหนึ่งของสังคมหรือกลุ่มจากการทำงานร่วมกัน

๔) ความต้องการยอมรับนับถือ (Esteem Needs) เป็นความต้องการที่เกิดความภาคภูมิใจตนเองจากการที่ได้รับการยกย่องจากบุคคลอื่น โดยความภาคภูมิใจในตำแหน่งชื่อเสียงเกียรติยศ และชื่นชมจากสังคม

๕) ความต้องการบรรลุในสิ่งที่ตั้งใจ (Self-Actualization Needs) เป็นความต้องการบรรลุสิ่งที่ตั้งใจไว้เป็นที่ปรารถนาของตน ซึ่งเป็นความต้องการสุดท้ายหรือสูงสุด^{๓๒}

คณะกรรมการการวิจัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง ได้อ้างถึงทฤษฎีความต้องการของมาสโลว์ เป็นทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการไว้ ๕ ประการ คือ

๑. ความต้องการด้านร่างกาย เป็นความต้องการเบื้องต้นเพื่อ ความอยู่รอด เช่น ความต้องการในเรื่องอาหาร น้ำ ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค ความต้องการพักผ่อน เป็นต้น ความต้องการทางด้านร่างกาย จะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของคนที่ต่อเมื่อ ความต้องการนั้นยังไม่ได้รับการตอบสนอง

๒. ความต้องการความปลอดภัย ถ้าหากความต้องการทางด้านร่างกายได้รับการตอบสนองตามสมควร และมนุษย์ยังมีความต้องการสูงในขั้นต่อไป คือ ความต้องการทางด้านความปลอดภัยหรือความมั่นคงต่าง ๆ ความต้องการทางด้านความปลอดภัยจะเป็นเรื่องเกี่ยวกับการป้องกันเพื่อให้เกิดความปลอดภัยจากอันตรายต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

๓. ความต้องการด้านสังคม ความรัก และความพอใจภายหลังจากที่ตนได้รับการตอบสนองในสองขั้นดังกล่าวแล้วก็จะมีความต้องการที่สูงขึ้น คือ ความต้องการทางด้านสังคมจะเป็นสิ่งจูงใจที่สำคัญต่อพฤติกรรมของคน ความต้องการทางด้านนี้เป็นความต้องการเกี่ยวกับการอยู่รวมกันและการได้รับการยอมรับ จากบุคคลอื่น และมีความรู้สึกว่ามันเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มทางสังคมนั้นอยู่เสมอ

๔. ความต้องการชื่อเสียงได้รับการยกย่อง ความต้องการขั้นนี้เป็นความต้องการที่ประกอบไปด้วยสิ่งต่าง ๆ คือ ความมั่นใจในตนเองในเรื่องความรู้ ความสามารถ และความสำคัญในตัวเอง รวมทั้งความต้องการที่จะมีฐานเด่นเป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่นหรืออยากให้บุคคลอื่นยกย่องสรรเสริญในความรับผิดชอบในหน้าที่ การงาน การดำรงตำแหน่งที่สำคัญในองค์กรนั้น ๆ

^{๓๒} นิรมล กิตติกุล, องค์การและการจัดการ, (กาญจนบุรี: คณะวิทยาการจัดการสถาบันราชภัฏกาญจนบุรี, ๒๕๕๔), หน้า ๒๒๓.

๕. ความต้องการความสมหวังในชีวิต เป็นความต้องการสูงสุดของมนุษย์ คือความสำเร็จในชีวิตตามความนึกคิดหรือความคาดหวัง ความทะเยอทะยาน ความใฝ่ฝันภายหลังจากที่มนุษย์ได้รับการตอบสนองความต้องการทั้ง ๔ ขั้นอย่างครบถ้วนแล้ว ความต้องการในขั้นนี้จะเกิดขึ้นและมักจะเป็นความต้องการที่เป็นอิสระเฉพาะแต่ละคน ซึ่งต่างก็มีความนึกคิดใฝ่ฝันต้องการที่จะประสบผลสำเร็จในสิ่งที่ตน คาดฝันไว้อย่างสูงส่งในทัศนะของตน

ทฤษฎีของแอลเดอร์เฟอร์ (Alderfer) หรือทฤษฎี ERG ได้กำหนดทฤษฎีขึ้นซึ่งมีพื้นฐานจากทฤษฎี ความต้องการของ Maslow โดย Alderfer ว่าความต้องการของมนุษย์แบ่งเป็น ๓ กลุ่ม^{๓๓}

๑. ความต้องการให้กลุ่มอยู่รอด (Existence Needs) เป็นความต้องการในระดับต่ำซึ่งประกอบด้วยความต้องการขั้นพื้นฐานทางกายภาพและการดำรงอยู่อย่างปลอดภัย ซึ่งตรงกับความต้องการขั้นที่ ๑ และ ๒ ในทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์

๒. ความต้องการความสัมพันธ์ (Relatedness Needs) เป็นความต้องการทางสังคมที่ต้องการติดต่อสัมพันธ์สื่อสารกับบุคคลอื่นซึ่งเป็นความต้องการที่ปลอดภัยเพิ่มขึ้น ต้องการความรัก การยอมรับในสังคมตลอดจนได้รับการยกย่อง มีเกียรติ เป็นที่ยอมรับตรงกับความต้องการขั้นที่ ๓ และ ๔ ในทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์

๓. ความต้องการความเจริญก้าวหน้า (Growth Needs) เป็นความต้องการที่หวังประสบความสำเร็จในสิ่งที่มุ่งหวังตามที่ตั้งไว้ ซึ่งตรงกับความต้องการขั้นที่ ๕ ในทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์

สรุปความได้ว่า จากการศึกษาความหมายและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจ พบว่า มีทัศนะที่แตกต่างกันไป แต่ทั้งหมดนั้นหมายถึงทัศนคติในทางบวก ในทางที่ดีต่อสิ่งที่ทำอยู่ ถ้าบุคคลมีความพึงพอใจในการทำงาน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับส่วนประกอบที่เป็นสิ่งจูงใจที่มีอยู่ในงานนั้น ๆ ที่ส่งผลทำให้ชอบใจแล้วเกิดความกระตือรือร้นมีความมุ่งมั่นที่จะทำงาน มีขวัญกำลังใจ สิ่งเหล่านี้มีผลต่อการทำงานร่วมกันเป็นอย่างมาก ดังนั้นเมื่อบุคคลมีความสุขจากการทำงาน เกิดความพึงพอใจในงานที่ทำ โดยความพอใจหรือความต้องการที่สำคัญที่สุดคือเกิดความภาคภูมิใจตนเอง จากการได้รับการยกย่องจากบุคคลอื่น

๒.๒ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

๒.๒.๑ ความหมายของผู้สูงอายุ

คำว่า ผู้สูงอายุ ตรงกับภาษาอังกฤษว่า Elderly person เป็นสภาวะของบุคคลที่มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป มีความอ่อนแอทางร่างกายและจิตใจ มีเจ็บป่วยหรือความพิการเกิดร่วมด้วยเป็นวัยที่เกิดการเปลี่ยนแปลงสู่ความเสื่อมทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งจะมีความแตกต่างกันในแต่ละ

^{๓๓} คณะกรรมการการวิจัย, “การเปรียบเทียบความคิดเห็นและความพึงพอใจในการรับทราบข้อมูลข่าวสารการรับสมัคร และการตัดสินใจเข้าศึกษาต่อระดับบัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง จังหวัดกาญจนบุรี”, รายงานการวิจัย, (กาญจนบุรี: มหาวิทยาลัยรามคำแหง), ๒๕๕๐, หน้า ๕.

บุคคลวัยสูงอายุเป็นระยะสุดท้ายของชีวิตอาจยาวนาน ๑๐-๒๐ ปี หรือมากกว่านั้น ถ้ามีการเตรียมตัวเตรียมใจก่อนเข้าสู่วัยนี้มาตั้งแต่วัยกลางคน จะสามารถปรับตัวรับบทบาทวัยสูงอายุได้พอสมควรแก่ฐานะ ซึ่งเกณฑ์การตัดสินความชรา (cut - off point) อยู่ที่ ๖๐ ปี ที่ใช้กำหนดผู้ที่มีอายุ ๖๐ ปีขึ้นไปเป็นคนชรา หรือสำหรับประเทศไทยได้กำหนดว่าผู้สูงอายุ คือผู้ที่มีอายุ ๖๐ ปีขึ้นไปตามเกณฑ์ปกติเคยชินตรงกับที่ประชุมโลกว่าด้วยเรื่องผู้สูงอายุ ประเทศออสเตรเลีย ปี พ.ศ. ๒๕๒๕ ได้ตกลงกันให้ใช้อายุ ๖๐ ปี เป็นเกณฑ์มาตรฐานโลกในการที่จะกำหนดผู้ที่จะถูกเรียกว่าเป็นผู้สูงอายุ

ราชบัณฑิตยสถาน คำที่ใช้เรียกบุคคลว่า คนชราหรือผู้สูงอายุนั้น โดยทั่วไปเป็นคำที่ใช้เรียกบุคคลที่มีอายุมาก ผมหงอก หน้าตาเหี่ยวเฉา การเคลื่อนไหวเชื่องช้า^{๓๔} ให้ความหมายคำว่าชราว่าแก่ด้วยอายุ ชำรุดทรุดโทรม แต่คำนี้ไม่เป็นที่นิยมเพราะ ก่อให้เกิดความหดหู่ใจ และความถดถอยสิ้นหวัง ทั้งนี้จากผลการประชุมของคณะผู้อาวุโส โดย พล.ต.ต. หลวงอรรถสิทธิสุนทร เป็นประธาน ได้กำหนดคำให้เรียกว่า ผู้สูงอายุ แทน ตั้งแต่วันที่ ๑ ธันวาคม ๒๕๑๒ เป็นต้นมา ซึ่งคำนี้ให้ความหมายที่เกยโยงให้เกียรติแก่ผู้ที่ชราภาพว่าเป็นผู้ที่สูงทั้งวัยวุฒิ คุณวุฒิ และประสบการณ์

สุรกุล เจนอบรม^{๓๕} ได้กำหนดการเป็นบุคคลสูงอายุว่า บุคคลผู้จะเข้าข่ายเป็นผู้สูงอายุ มีเกณฑ์ในการพิจารณาแตกต่างกัน โดยกำหนดเกณฑ์ในการพิจารณาความเป็นผู้สูงอายุไว้ ๔ ลักษณะดังนี้

๑. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากอายุจริงที่ปรากฏ (Chronological Aging) จากจำนวนปีหรืออายุที่ปรากฏจริงตามปฏิทินโดยไม่นำเอาปัจจัยอื่นมาร่วมพิจารณาด้วย

๒. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย (Physiological Aging หรือ Biological Aging) กระบวนการเปลี่ยนแปลงนี้จะเพิ่มขึ้นตามอายุขัยในแต่ละปี

๓. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ (Psychological Aging) จากกระบวนการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ สถิติปัญญา การรับรู้และเรียนรู้ที่ถดถอยลง

๔. พิจารณาความเป็นผู้สูงอายุจากบทบาททางสังคม (Sociological Aging) จากบทบาทหน้าที่ทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป การมีปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มบุคคล ตลอดจนความรับผิดชอบในการทำงานลดลง

การกำหนดอายุที่เรียกว่าเป็น “คนแก่” ส่วนใหญ่ระบุว่าเมื่ออายุ ๖๐ ปีขึ้นไป แต่บางพื้นที่มีข้อพิจารณาอื่น ๆ ประกอบ เช่น ภาวะสุขภาพ บางคนอายุประมาณ ๕๐-๕๕ ปีแต่มีสุขภาพไม่แข็งแรง มีโรคภัยและทำงานไม่ไหว ผมหงอก หลังโก่ง ก็เรียกว่า “แก่” บางคนมีหลานก็รู้สึกว่ามีวัยแก่ และเริ่มลดกิจกรรมเชิงเศรษฐกิจลง กลุ่มผู้สูงอายุไม่ใส่ใจต่อตัวเลขอายุแต่พิจารณาตัดสินจากองค์ประกอบเช่น

^{๓๔} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมศัพท์ศาสนาสาทุก อังกฤษ-ไทย, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: ราชบัณฑิตยสถาน, ๒๕๕๒), หน้า ๓๔๗.

^{๓๕} สุรกุล เจนอบรม, วิทยาการผู้สูงอายุ, (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย), ๒๕๔๑, หน้า ๖.

สภาพร่างกาย ปวดเอว ปวดตามข้อ เดินไปไกล ๆ ไม่ไหว ทำงานหนักไม่ค่อยได้ เหนื่อยง่าย ไม่มีแรง เป็นต้น^{๓๖}

คำจำกัดความหรือข้อตกลงเกี่ยวกับคำว่า ผู้สูงอายุ (elderly) นั้น องค์การสหประชาชาติ (United Nations: UN) ไม่ได้มีการกำหนดเกณฑ์อายุเริ่มต้นที่เป็นมาตรฐาน เพียงยอมรับโดยทั่วไปว่า หมายถึง บุคคล หรือกลุ่มประชากรที่มีอายุตามปีปฏิทินตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป ซึ่งเป็น เกณฑ์อายุ เริ่มต้นเดียวกับขององค์การอนามัยโลกที่ใช้ในการกำหนดช่วงอายุของผู้สูงอายุ ในกลุ่มประเทศ พัฒนาแล้ว แม้ในบางกรณีอาจไม่ได้กำหนดอย่างเป็นทางการหรือระบุชัดเจนทางกฎหมาย แต่มัก ถูกอ้างอิงหรือตกลงไว้ที่เกณฑ์อายุตั้งแต่ ๖๕ ปีขึ้นไป ในขณะที่ประเทศกำลังพัฒนาหลายประเทศ รวมถึง ประเทศไทย กำหนดไว้หรือตกลงไว้ที่อายุตั้งแต่ ๖๐ ปีขึ้นไป การมีอายุ ๖๐ ปี ยังเป็นการ ครบรอบปีนักษัตร รอบที่ ๕ และเริ่มต้นปีนักษัตรรอบที่ ๖ จากรอบปีนักษัตร ๑๒ ปี ซึ่งเป็นที่นิยม ในการนับในหลาย ๆ ประเทศทางเอเชีย สำหรับบางประเทศ เช่น กลุ่มประเทศในภูมิภาคแอฟริกา ถูกเสนอให้ใช้ที่เกณฑ์ อายุของบุคคล ตั้งแต่ ๕๐ ปี หรือ ๕๕ ปีขึ้นไป เนื่องจากยังมีอายุไม่ยืนยาว เท่ากับภูมิภาคอื่น ๆ ที่ผ่านมานานเกษียณจำนวนหนึ่งได้พยายามอธิบายถึง “ลักษณะของความ สูงอายุ” เกี่ยวกับความหมาย และลักษณะฟังก์ชันของการสูงอายุในมุมมองต่าง ๆ ไว้พอสมควร หากพิจารณาการเปลี่ยนแปลงทางด้าน ร่างกายและสุขภาพ ความสูงอายุมักถูกอธิบายในเชิงลบว่า เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในช่วงวัยที่เป็นระยะ สุดท้ายของชีวิตมนุษย์ ซึ่งมีลักษณะและพัฒนาการ ที่ตรงข้ามกับวัยเด็ก มีแต่ความเสื่อมโทรมและสีกหระ ซึ่งดำเนินไปอย่างค่อยเป็นค่อยไป มีสภาพ ร่างกายที่ผิวน้ำแห้งเหี่ยวลง ผมหงอกขาว ฟันสั่นคลอน ด้านสุขภาพ ที่ค่อย ๆ เสื่อมสภาพเร็วแรง น้อยลง เหนื่อยง่าย ตาฝ้าฟาง หูตึง รับกลิ่นรสได้แย่กว่าแต่ก่อน ความจำเริ่มเสื่อม เจ็บป่วยง่ายแต่ หายได้ช้า และด้านจิตใจที่ขาดความมั่นใจในตนเอง กังวลง่าย เหนง เศร้าและขี้บ่นใจบางคนโมโห ร้ายและชอบแยกตัว

จากลักษณะดังกล่าวนี้ทำให้นัยที่มีต่อคำว่า ผู้สูงอายุ (หรือผู้ที่มีลักษณะของความ สูงอายุ) มักถูกตีความในลักษณะ ความไม่มีประโยชน์ และความเสื่อมถอยด้านศักยภาพในการ ทำงานและการพึ่งพาตนเอง หรือมองว่าผู้สูงอายุมีลักษณะ ที่เหมือนกัน หรือที่เรียกว่ามีการให้ stereotype ผู้สูงอายุในด้านลบ จากความไม่ชัดเจนในหลักนิยามของความสูงอายุในหลายครั้งคำว่า “ผู้สูงอายุ” จึงมักถูกนำไปอ้างอิง เป็นกลุ่มคนในช่วงวัยที่ไม่สามารถทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ อีกต่อไป ควรหยุดหรือเกษียณจากการทำงาน ซึ่งท้ายที่สุดทำให้ความเข้าใจของคนในสังคม เกี่ยวกับอายุเริ่มต้นของการเป็นผู้สูงอายุถูกนำไปผูกติดกับการกำหนดเกษียณอายุจากการทำงาน ว่าเป็นที่เกณฑ์อายุเดียวกัน ซึ่งอาจไม่จำเป็นต้องเป็นเช่นนั้นเสมอไป โดยเฉพาะในปัจจุบันที่คนมี

^{๓๖} ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, การบริหารจัดการของชมรมผู้สูงอายุในกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ โครงการประเมินการพัฒนาผู้สูงอายุในหมู่บ้านห่างไกลและหมู่บ้านสร้างเสริมสุขภาพ, โดยผู้สูงอายุเป็น แกนนำปีที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: มิสเตอร์ก๊อปปี้ ประเทศไทยจำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๑๕.

อายุยืนยาวขึ้น มีสุขภาพและประสิทธิภาพ ในการทำงานที่ดี แต่อายุที่หยุดทำงานหรืออายุเกษียณ ในทางปฏิบัติกลับมีแนวโน้มอยู่ในช่วงอายุที่เร็วขึ้น^{๓๓๗}

สรุปว่า ผู้สูงอายุ คือ ผู้มีอายุตั้งแต่ ๖๐ ปี ขึ้นไป เป็นผู้มีความชราภาพของร่างกายมีความเปลี่ยนแปลงทางกายภาพ

๒.๒.๒ ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผู้สูงอายุ

นักทฤษฎีการสูงอายุได้พิจารณากระบวนการแก่ของบุคคลว่าเป็นกระบวนการที่เชื่อมโยงสัมพันธ์กันทั้งแนวตั้งและแนวนอน ในแนวตั้งให้พิจารณาว่าร่างกายของบุคคลมีหลายระดับนับตั้งแต่โมเลกุล เซลล์ บุคคล กลุ่มคน และสังคม ส่วนแนวนอนให้พิจารณาว่าบุคคลมีคุณลักษณะ ๓ ประการ คือ เป็นอยู่ (Being) พฤติกรรม (Behaving) และการกลายมาเป็น (Becoming) ปรากฏการณ์ของความสูงอายุหรือกระบวนการแก่เกิดจากปัจจัยหลายประการ ไม่สามารถอธิบายได้ด้วยทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่งทฤษฎีที่อธิบายถึงการสูงอายุอาจแบ่งได้เป็น ๓ ทฤษฎีดังต่อไปนี้^{๓๓๘}

๑. ทฤษฎีทางชีววิทยา ได้อธิบายถึงกระบวนการทางสรีรวิทยาและการเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างของอวัยวะต่าง ๆ ของทั้งการสูญเสียความสามารถในการต้านทานโรค พบว่า ในทุกระดับของชีววิทยาตั้งแต่เซลล์ เนื้อเยื่อ อวัยวะ ระบบอวัยวะจะต้องมีการเสื่อมและการตายเกิดขึ้น

๒. ทฤษฎีทางจิตวิทยา เป็นทฤษฎีที่เชื่อว่าการเปลี่ยนแปลงบุคลิกภาพและพฤติกรรมของผู้สูงอายุนั้น เป็นการพัฒนาและปรับตัวเกี่ยวกับสติปัญญา ความนึกคิด ความจำและการรับรู้แรงจูงใจ รวมทั้งสังคมที่อยู่อาศัย และประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคลจะผลักดันให้มีบุคลิกแตกต่างกันไป และมนุษย์จะมีช่วงการเปลี่ยนแปลง คือ ช่วงต่อของชีวิต ซึ่งล้วนแต่เป็นภาวะวิกฤตการที่บุคคลสามารถผ่านช่วงวิกฤตในชีวิตแต่ละระยะได้ดีเพียงใด ก็จะส่งผลถึงการพัฒนาบุคลิกภาพในอนาคต คือ การเป็นผู้สูงอายุด้วย

๓. ทฤษฎีทางสังคมวิทยา เป็นทฤษฎีที่พยายามอธิบายสาเหตุที่ทำให้ผู้สูงอายุมีสถานะทางสังคมที่เปลี่ยนไป เพราะมนุษย์จะต้องมีการพัฒนาในแต่ละบุคคล และสิ่งแวดล้อมจะมีผลต่อการปรับตัว ทฤษฎีนี้เชื่อว่าถ้าสังคมเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วจะทำให้สถานะของผู้สูงอายุเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทฤษฎีทางสังคมแบ่งออกได้ดังต่อไปนี้

^{๓๓๗} เฉลิมพล แจ่มจันทร์, “มโนทัศน์ใหม่ของ “นิยามผู้สูงอายุ” และ “อายุเกษียณ” : ทำไมต้อง ๖๐ ปี เปลี่ยนได้หรือไม่, (แผนงานพัฒนาองค์ความรู้เพื่อพัฒนามโนทัศน์ใหม่ของนิยามผู้สูงอายุและอายุเกษียณที่เหมาะสมสำหรับคนไทย: มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, ๒๕๕๕), หน้า ๑๘.

^{๓๓๘} พระครูปลัดจรรพล อาจารย์สุโก (เทพา), “การดำเนินชีวิตตามแนวสังคหวัตถุ ๔ สูงอายุขมรมผู้สูงอายุ อำเภอลำสนธิ จังหวัดลพบุรี, วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), หน้า ๑๗.

๑) ทฤษฎีไร้ภาระผูกพัน อธิบายว่าการละบทบาททางสังคม ซึ่งจะเป็นผลดีต่อทั้งสองฝ่าย คือ ได้ให้คนในวัยหนุ่มสาวที่มีความรู้ความสามารถเข้ามาทำหน้าที่ สำหรับผู้สูงอายุเองก็ได้เตรียมตัวรับกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น เป็นกระบวนการต่อเนื่องและหลีกเลี่ยงไม่ได้ และความแตกต่างในบุคลิกภาพไม่ใช่สิ่งที่สำคัญ

๒) ทฤษฎีกิจกรรม กล่าวถึง การมีความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างบุคคล การมีปฏิสัมพันธ์ การมีส่วนร่วมกิจกรรมในสังคม และความพึงพอใจในชีวิต เมื่อบุคคลมีอายุมากขึ้นสถานะทางสังคมจะลดลง บทบาทเก่าจะถูกทอดถอนตัวออกไป ดังนั้นผู้สูงอายุควรมีกิจกรรมต่อเนื่องจากวัยที่ผ่านมา ควรพอใจในการร่วมกิจกรรม สนใจและร่วมเป็นสมาชิกในกิจกรรมต่าง ๆ กิจกรรมเป็นสิ่งสำคัญสำหรับผู้สูงอายุทำให้มีสุขภาพดีทั้งใจและกาย กิจกรรมจึงมีความสำคัญต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

๓) ทฤษฎีความต่อเนื่อง ได้มาจากการนำทฤษฎีไร้ภาระผูกพันและทฤษฎีกิจกรรมมาวิเคราะห์ร่วมกันเพื่อหาข้อสรุปใหม่เป็นทฤษฎีความต่อเนื่องที่สามารถอธิบายชีวิตที่แท้จริงของผู้สูงอายุได้ คือการที่ผู้สูงอายุจะมีความสุขในบั้นปลายชีวิตได้นั้นขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพ และรูปแบบการดำเนินชีวิตเดิมของผู้สูงอายุ เช่นผู้สูงอายุที่เคยมีบทบาทในสังคมจะมีความสุขเมื่อได้ร่วมกิจกรรมเหมือนในวัยหนุ่มสาว และผู้สูงอายุที่ไม่ชอบการเข้าร่วมสังคมมาก่อนก็มีความสุขในการแยกตัวเองในวัยสูงอายุ การเปลี่ยนแปลงในวัยสูงอายุ

จากทฤษฎีที่กล่าวมาแล้วในเบื้องต้นนั้น ได้อธิบายถึงสาเหตุที่ทำให้ผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงดังต่อไปนี้

๑. การเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย เป็นการเปลี่ยนแปลงในโครงสร้างและหน้าที่ของทุกระบบในร่างกายตามธรรมชาติ จากวัยมีใช้จากการเป็นโรค การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของผู้สูงอายุนั้นขึ้นอยู่กับอิทธิพลทางด้านพันธุกรรม โภชนาการ การพักผ่อน การออกกำลังกาย และสิ่งแวดล้อมเป็นการเปลี่ยนแปลงในช่วงสุดท้ายของชีวิตที่มีลักษณะการพัฒนากลับไปในทางตรงกันข้ามกับวัยเด็ก ผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายไปในทางเสื่อมมากกว่าในด้านการเสริมสร้าง การเปลี่ยนแปลงเหล่านั้นได้แก่ การเปลี่ยนแปลงระบบผิวหนัง ระบบประสาท ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ ระบบการไหลเวียนของโลหิต ระบบการหายใจและระบบทางเดินอาหาร

๒. การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ มักจะมีผลมาจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและสังคมด้วย เพราะการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวจะก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพ ปัญหาการออกจากงาน ต้องสูญเสียอำนาจ บทบาทหน้าที่ ซึ่งอาจจะก่อให้เกิดความเครียด ถ้าไม่สามารถปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้ เมื่อมีวัยสูงขึ้น พฤติกรรมของผู้สูงอายุจะเปลี่ยนแปลงไป เป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงของระบบประสาทส่วนกลาง ทำให้หลงลืม สับสนได้ง่าย ในวัยนี้จะต้องพบกับการสูญเสียที่ยิ่งใหญ่ในช่วงชีวิต คือ การขาดคู่ชีวิต ซึ่งเป็นผลทำให้ภาวะจิตใจของผู้สูงอายุได้รับการกระทบกระเทือน การอยู่โดยขาดคู่คิดจะทำให้จิตใจหดหู่ และเพื่อนฝูงวัยเดียวกันก็มักจะล้มหายตายจากไป ที่เหลือก็

ขาดการติดต่อ เนื่องจากสุขภาพไม่อำนวย จึงต้องอยู่แบบเหงา ๆ ซึ่งภาวะแบบนี้ผู้สูงอายุจะท้อแท้ มักมีอาการฉุนเฉียว โกรธง่าย และอาจจะเป็นเหตุให้การทำงานของระบบต่าง ๆ อ่อนล้าลงอีกได้

๓. การเปลี่ยนแปลงทางสังคมจากการเปลี่ยนแปลงทั้งหลายที่เกิดขึ้นนี้ ทำให้ผู้สูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงอุปนิสัยและอารมณ์ออกมาคล้ายคลึงกัน ได้แก่

- ๑) สนใจตนเองมากเป็นพิเศษ
- ๒) แสวงนอน ใจน้อย ทัศนคติ มีความรู้สึกไวต่อคำพูด และเหตุการณ์ต่าง ๆ แต่แสดงออกโดยการไม่พูด เงียบเฉย
- ๓) สนใจกับบุคคลในทางที่จะต้องเอาใจตน
- ๔) รำลึกถึงเหตุการณ์ในอดีตและชอบเปรียบเทียบเสมอ
- ๕) มีความวิตกกังวล ทุกข์ร้อน ห่วงใยบุตรหลานและครอบครัวมาก
- ๖) กลัวถูกทอดทิ้ง ว้าเหว่

บังอร ธรรมศิริ^{๓๔} กล่าวว่า ผู้สูงอายุจะมีการเปลี่ยนแปลง ๓ ด้านด้วยกันคือการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ และการเปลี่ยนแปลงทางสังคม โดยการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายจะมีลักษณะไปในทางเสื่อมมากกว่าการเสริมสร้าง ในขณะที่การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจจะเกี่ยวข้องกับอารมณ์และการปรับตัว และมักจะมีผลมาจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายและสังคมด้วย ส่วนการเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมจะเป็นลักษณะที่ผู้สูงอายุไม่สามารถแสดงบทบาทต่าง ๆ ได้ มีผลทำให้รู้สึกขาดคุณค่า ขาดความภาคภูมิใจในตัวเอง และความต้องการของผู้สูงอายุแต่ละคนอาจแตกต่างกันไปบ้าง ดังนั้นควรที่จะทำความเข้าใจพื้นฐานชีวิตของผู้สูงอายุที่อยู่ในความดูแล ซึ่งครอบครัวจะมีบทบาทสำคัญยิ่งในเรื่องดังกล่าวนี้ โดยทั่วไปความต้องการของผู้สูงอายุ พอสรุปได้ดังนี้

๑. ความต้องการทางด้านร่างกาย เป็นความต้องการขั้นพื้นฐาน ได้แก่ ความต้องการอาหาร การขับถ่าย การพักผ่อนนอนหลับ การมีที่อยู่อาศัยที่ปลอดภัย การมีเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มที่เหมาะสมตามฤดูกาล และต้องการการรักษาพยาบาลเมื่อเจ็บป่วย

๒. ความต้องการทางด้านจิตใจ ผู้สูงอายุต้องการความรัก การดูแลเอาใจใส่ การยอมรับนับถือ การเข้าใจ การเห็นอกเห็นใจและการให้อภัย

๓. ความต้องการทางด้านสังคม ผู้สูงอายุยังต้องการมีกิจกรรมทางสังคม เช่น การพบปะเพื่อน การร่วมกิจกรรมทางศาสนา เป็นต้น

๔. ความต้องการทางด้านเศรษฐกิจ ผู้สูงอายุจำเป็นต้องใช้เงินเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายสำหรับตนเอง ช่วยเหลือกิจกรรมทางสังคมและทำบุญ รวมทั้งเป็นค่ารักษาพยาบาลเมื่อยามเจ็บป่วยในทำนองเดียวกัน การตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ ครอบครัวควรให้การตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ ดังนี้

^{๓๔} บังอร ธรรมศิริ, **ครอบครัวกับการดูแลผู้สูงอายุ**, (วิชาการคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี: มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์, ๒๕๔๙), หน้า ๔๗-๔๘.

๑) ตอบสนองความต้องการทางด้านร่างกาย โดยดูแลเอาใจใส่เรื่องการรับประทานอาหาร การพักผ่อนนอนหลับ จัดที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมปลอดภัย จัดหาเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มให้เหมาะสมตามฤดูกาล แบ่งเบาภาระเรื่องงานในบ้าน พาผู้สูงอายุไปรับการตรวจสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ จัดหาอุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวกให้ผู้สูงอายุ เช่น แวนตา ไม้เท้า เครื่องช่วยฟัง เป็นต้น

๒) ตอบสนองความต้องการทางด้านจิตใจ โดยเอาใจใส่พูดคุยอย่างสม่ำเสมอ ให้ความรัก ความเคารพ ยกย่อง ยอมรับนับถือ ฟังผู้สูงอายุเล่าประสบการณ์ชีวิต ให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ เช่น การจัดงานวันเกิด การพาผู้สูงอายุไปท่องเที่ยวตามโอกาสและสถานที่ที่เหมาะสม การแสดงให้เห็นความสำคัญของวันสงกรานต์ ซึ่งเป็นวันผู้สูงอายุแห่งชาติ

๓) ตอบสนองความต้องการทางด้านสังคม โดยแสดงความยินดีที่จะพาผู้สูงอายุไปร่วมกิจกรรมทางสังคมที่เหมาะสมตามที่ต้องการและพยายามสนับสนุนส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมของครอบครัวและสังคมที่เหมาะสมตามกำลังความสามารถที่จะทำได้ เช่น เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ

๔) ตอบสนองความต้องการทางด้านเศรษฐกิจ โดยรับภาระค่าใช้จ่าย การดูแลเอาใจใส่ช่วยเหลือในด้านการเงินอย่างเพียงพอและสม่ำเสมอ ไม่ควรให้ผู้สูงอายุประสบปัญหาในการหาเงินเพื่อเลี้ยงชีพตนเอง รวมทั้งบุตรหลานหรือครอบครัวไม่ควรเบียดเบียนด้านการเงินกับผู้สูงอายุ เมื่อผู้สูงอายุมีความจำกัดด้านการเงิน

ความสัมพันธ์ระหว่างความต้องการและการตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ

๑. ทางด้านร่างกาย

- ความต้องการอาหาร การพักผ่อนนอนหลับ การขับถ่าย
- การมีที่อยู่ปลอดภัย
- การมีเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม
- การรักษาพยาบาลเมื่อเจ็บป่วย
- ดูแลเอาใจใส่เรื่องการรับประทานอาหารการพักผ่อน และการขับถ่าย
- จัดที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมปลอดภัย
- จัดหาเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มให้เหมาะสมตามฤดูกาล
- พาผู้สูงอายุไปรับการตรวจสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ

๒. ทางด้านจิตใจ

- การดูแลเอาใจใส่
- การยอมรับนับถือ
- การเห็นอกเห็นใจและการให้อภัย
- การพูดคุยอย่างสม่ำเสมอ ให้ความรัก
- ให้ความเคารพ ยกย่อง การให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ

- การแสดงออกถึงความเข้าใจ และเอื้ออาทรกับผู้สูงอายุ ทางด้านสังคมการมีกิจกรรมทางสังคม

๓. ทางด้านสังคม การพาผู้สูงอายุไปร่วมกิจกรรมทางสังคมให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมร่วมในครอบครัว ตามกำลังความสามารถที่จะทำได้ทางด้านเศรษฐกิจค่าใช้จ่ายในการดำรงชีพ

๔. ทางด้านเศรษฐกิจ การดูแลเรื่องค่าใช้จ่ายเท่าที่จะช่วยได้

สรุปได้ว่า ความต้องการและการตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุนับเป็นการดูแลผู้สูงอายุขั้นพื้นฐาน เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุมีความสุขและมีกำลังใจ ไม่ท้อแท้ต่อการดำเนินชีวิตที่สำคัญคือการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นแนวทางหนึ่งที่จะช่วยส่งเสริมให้ผู้สูงอายุรู้สึกไม่โดดเดี่ยวกับการใช้ชีวิตที่เป็นอยู่ต่อไป

๒.๓ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

๒.๓.๑ ความหมายของวิปัสสนาภาวนา

ที่ปรากฏในพระไตรปิฎก คือ ปัญญา กริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความวิจยธรรมความที่กำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้แจ้ง ความค้นคิด ความใคร่ครวญ ปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลสปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ชัด ปัญญาเหมือนปฏัก อินทรีย์ คือ ปัญญา ปัญญาพละปัญญาเหมือนศัตรายเป็นเหมือนปราสาท ความสว่าง คือ ปัญญา แสงสว่าง คือ ปัญญา ปัญญาเหมือนประทีป ปัญญาเหมือนดวงแก้ว ความไม่หลง ชื่อว่าสัมมาทิฐิ เรียกว่า ปัญญินทรีย์ หรือ วิปัสสนา^{๔๐}

วิปัสสนา หมายถึง ธรรมเครื่องรู้เห็นรูปนามตามสภาวะแห่งไตรลักษณ์หมายถึงปัญญา^{๔๑} ที่หยั่งรู้สภาวะ (ปรากฏการณ์) ของสภาวะธรรม อารมณ์ภายในกายใจหรือรูปกับนาม^{๔๒} ตามความเป็นจริงว่าสภาวะธรรมทั้งหลายไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลตัวตน เราเรามี ๙ ประการได้แก่

อุทัยพพานุปัสสนาญาณ ญาณตามเห็นความเกิดดับของสภาวะ รูป นาม
ภังคานุปัสสนาญาณ ญาณอันตามความเสื่อมสลายไปของสภาวะ รูป นาม
ภยานุปัสสนาญาณ ญาณหยั่งรู้สภาวะธรรมรูป สภาวะธรรม นามปรากฏเป็นของน่ากลัว
อาทีนวานุปัสสนาญาณ ญาณหยั่งรู้ทุกขโทษของสภาวะธรรมรูป สภาวะธรรมนาม
นิพพิทานุปัสสนาญาณ ญาณอันหยั่งรู้ความเบื่อหน่ายของสภาวะธรรมรูป นาม
มูญจิตุกัมยตานุปัสสนาญาณ ญาณอันคำนึงใคร่จะพ้นไปเสียจากสภาวะรูป นาม
ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ ญาณหยั่งรู้การพิจารณาหาทางออกจากสภาวะ รูป นาม
สังขารุเปกขานุปัสสนาญาณ ญาณอันเป็นไปโดยความวางเฉยต่อสภาวะรูป นาม

^{๔๐} ดุราลัยเถียรใน อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๓๑/๓๐.

^{๔๑} ดุราลัยเถียรใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๕๓/๑๒๑.

^{๔๒} ดุราลัยเถียรใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๖๘/๒๑๒.

สัจจานุโลมิกญาณ ญาณอันเป็นไปโดยอนุโลม ได้แก่การหยั่งรู้ร้อยสัจ ๔^{๔๓}

ดังนั้น วิปัสสนา จึงหมายถึง ความเห็นแจ้ง คือเห็นตรงต่อความเป็นจริงของสภาวธรรม เป็นปัญญาที่พิจารณาเห็นรูปรูปนาม เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา โดยอาการต่าง ๆ ความเห็นแจ้งนี้ คือเห็นตรงต่อความเป็นจริงของสภาวธรรม ปัญญาที่เห็นไตรลักษณ์อันให้ถอนความหลงผิดรู้ผิดในสังขารเสียได้, การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความเห็นต่างรู้ชัดภาวะของสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็นของมันเอง^{๔๔}

วิปัสสนาวิเคราะห์ตามรูปศัพท์ คำว่า “วิปัสสนา” มาจากคำว่า วิ+ปัสสนา ซึ่ง วิ แปลว่า วิเศษ (ญาณข้ามโคตร ได้มรรค ได้ผล) แจ้ง (นาม-รูป) ต่าง (นาม-รูป ปรากฏเป็นไตรลักษณ์)^{๔๕} ปัสสนา แปลว่า เห็น (ปัญญา) คำว่า วิปัสสนา จึงวิเคราะห์ได้ว่า วิวิธี อนิจจาทิกลังขารสสุ ปสสตีติ วิปัสสนา (วิ. ปสส ธ.ยุ ป.) สภาวธรรมใด ย่อมเห็นวิเศษ แจ้ง ต่าง ซึ่งสภาพมีความไม่เที่ยงเป็นต้น ในสังขารทั้งหลาย

คำว่า “วิปัสสนา” วิเคราะห์ศัพท์คำว่า “วิปัสสนา” “วิ” แปลว่า โดยประการต่าง ๆ “ปัสสนา” แปลว่า หยั่งรู้ หยั่งเห็น เห็นแจ้ง ดังนั้น “วิปัสสนา” แปลว่า ปัญญาหยั่งรู้ หยั่งเห็น เห็นแจ้งโดยประการต่าง ๆ ในสภาวะลักษณะของสภาวธรรมรูป สภาวธรรมนาม ตามความเป็นจริงว่า สภาวธรรมทั้งหลายไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลตัวตนเราเขา

“วิปัสสนา” จึงมีความหมายว่า ปัญญาเห็นแจ้ง หรือ ความรู้เห็นแจ้ง เห็นวิเศษ เห็นแปลก เห็นประหลาด ๆ คือ เห็นสภาวะและปรากฏการณ์ โดยความไม่เที่ยง มิใช่เห็นโดยความเที่ยง เห็นโดยความเป็นทุกข์ มิใช่เห็นโดยความเป็นสุข เห็นโดยความเป็นอนัตตา มิใช่เห็นโดยมีอัตตา เห็นโดยความไม่งาม มิใช่เห็นโดยความงาม เห็นในอรรถภาพร่างกาย ซึ่งได้แก่ นาม-รูปสังขาร^{๔๖} ปัญญาที่เห็นแจ้งนั้นยังประกอบด้วยปัญญาเจตสิก ซึ่งมีลักษณะที่จตุกะ ๔ ประการ คือ (๑) มีการรู้แจ้งซึ่งสภาวธรรมเป็นลักษณะ (๒) มีการกำจัดความมืดเป็นกิจ (๓) มีความไม่หลงเป็นผล (๔) มีสมาธิเป็นเหตุใกล้ หรืออีกนัยหนึ่ง (๑) มีการรู้แจ้งตามความเป็นจริงเป็นลักษณะ (๒) มีการกระทำอารมณ์ให้แจ่มแจ้งเป็นกิจ (๓) มีความไม่หลงในอารมณ์ เป็นอาการปรากฏ (๔) มีความใส่ใจเป็นอันดีในอารมณ์นั้นเป็นเหตุใกล้ หรือมีความห่างจากกิเลสทั้งหลายเป็นเหตุใกล้ หรือมีปฏิสนธิจิตเป็นไตรเหตุเป็นเหตุใกล้^{๔๗}

^{๔๓} อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๖.

^{๔๔} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๒๓๖.

^{๔๕} พระอรรถกถาจารย์ (ชวินทร์ สระคำ), **พจนานุกรม บาลี-ไทย**, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธรรมสาร จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๔๑๖.

^{๔๖} ธนิต อยู่โพธิ์, **วิธีปฏิบัติวิปัสสนาทดสอบรู้ผลด้วยตนเอง**, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๓.

^{๔๗} เกิด ธนชาติ, **คู่มือคลังปริยัติธรรม**, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิอิทธิธรรมมหาธาตุวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๓๐๓-๓๐๔.

๒.๓.๒ แนวคิดเกี่ยวกับวิปัสสนาภาวนา

คำว่า ภาวนา มีความหมายว่า การอบรม (กาย) ใจ ๒ วิธี คือ สมถภาวนา (การสงบใจ) และ วิปัสสนาภาวนา (การใช้ปัญญา)^{๔๘} ตัวอย่างคือคำว่า ภาวนามยปัญญา

ในคัมภีร์สูตรตันตปิฎกขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรคอธิบายว่า การเจริญเนกขัมมะ เจริญอุปปายาท^{๔๙} หรือการเจริญธรรมที่เป็นรูปาวจรกุศล อรูปาวจรกุศล โลกุตตรกุศล หรือการอบรมกายอบรมจิตและการอบรมปัญญา^{๕๐} หรือการเจริญอริยสัจ ๔ การเจริญอินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ และมรรคมรรค^{๕๑} หรือการเจริญวิปัสสนา^{๕๒} เมื่อเห็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เห็นชราमरणะ เห็นนิพพาน ชื่อว่า เจริญอยู่ ธรรมใดที่ได้เจริญแล้ว ธรรมนั้น ๆ มีรสเป็นอย่างเดียวกันชื่อว่า ภาวนา^{๕๓}

จากตัวอย่างที่ยกมาแสดงข้างต้นทำให้ทราบว่า ภาวนา เป็นชื่อของวิธีการในการปฏิบัติ กัมมัฏฐานในทางพระพุทธศาสนาที่เป็นเครื่องมือนำออกจากความทุกข์โดยมีศีลเป็นต้น มีปัญญาเป็นที่สุด และที่สุดของธรรมทั้งหลายที่กล่าวมา คือ ความดับทุกข์ ภาวนา ๓ ในอภิธัมมัตถสังคหะ ได้แก่ บริกรรมภาวนา อุปจารภาวนา และอัปปนาภาวนา^{๕๔} หมายถึง ภาวนาที่เกิดด้วยการเจริญบ่อย ๆ ภาวนาที่ใกล้จะแน่วแน่ และ ภาวนาที่แน่วแน่ในปรมาตถที่ปณี ภาวนา หมายถึง ธรรมที่บุคคลควรอบรม หรือธรรมที่เป็นเครื่องอบรมจิต เมื่อกล่าวโดยหลักแห่งลักษณะกิจตักกะคำว่า ภาวนา ได้แก่

๑. การทำให้กุศลเจริญขึ้นเป็นลักษณะ
๒. การประหารอกุศลเป็นกิจ
๓. การเข้าสู่ทางปฏิบัติที่เกี่ยวข้องแก่สติของนามกายรูปกายเป็นอาการปรากฏ
๔. การตั้งใจอยู่ในอารมณ์ด้วยอำนาจแห่งเหตุที่ถูกที่ควรเป็นเหตุใกล้

ดังนั้น “ภาวนา” จึงมีลักษณะหลากหลาย แต่มีหน้าที่เดียวคือ ประทานกิเลสอกุศลธรรมที่ภาวนากุศลทำให้เกิดขึ้นได้แก่ อรหัตมรรค^{๕๕} ไวยากรณ์บาลีคำว่า ภาวนาเป็นอิตถิลิงค์มีรูปวิเคราะห์ศัพท์ว่า ภาเวตติ ภาวนา แปลว่า คุณชาติที่ยังกุศลให้มีขึ้น ภู ธาตุในความหมายว่ามี เป็น ลง ยุ ปัจจัย ในนามกิตก์ และลง อา ปัจจัยในอิตถิลิงค์พหุวิธานะ อุ เป็นสระโอ, แปลงสระโอเป็น อว ลง ยุ ปัจจัย

^{๔๘} พ.อ. ปิ่น มุกขนันต์, **ประมวลศัพท์ศาสนา**, (กรุงเทพมหานคร: อมรการพิมพ์, ๒๕๒๗), หน้า ๔๖๕.

^{๔๙} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๒/๖๐๘-๖๐๙.

^{๕๐} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๔/๒๗๒.

^{๕๑} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๗/๓๖-๔๐.

^{๕๒} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๘/๔๑-๔๔.

^{๕๓} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๘/๔๕.

^{๕๔} พระอนรุทธะ, **อภิธัมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๙ กัมมัฏฐานสังคหวิภาค**, พระคันธสาราภิวังศ์ แปล, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลท, ๒๕๔๖), หน้า ๙๕-๙๖.

^{๕๕} ขุนสรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), **ลักษณะกิจตักกะ**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท คัลเลอร์ โฟร์ จำกัด, ๒๕๓๗), หน้า ๕๗.

แปลง ยุ ปัจจัยเป็น อน ลง สี ปฐมาวิภัตติ ฝ่ายเอวจนะ สำเร็จรูปเป็น ภาวนา แปลว่า ภาวนา การเจริญ การทำให้มีให้เพิ่มขึ้น

สรุปความได้ว่า ภาวนา คือ การอบรมกาย อบรมจิตให้มีให้เพิ่มขึ้น หรือเจริญมากขึ้น เป็นการอบรมกาย อบรมจิต และการอบรมปัญญา โดยการทำให้มีขึ้นในจิตใจ สำรวมใจให้แน่วแน่มีสติ เป็นสมาธิ เพื่อทำลายโมหะ และทำกุศลให้เจริญขึ้นจนมีปัญญาเห็นแจ้งสภาวะธรรม นาม-รูป ในชั้น ๕ ตามความเป็นจริงว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน รู้ทางออกจากกามทั้งหลาย เห็นแจ่มแจ้งชัดเจน ด้วยปัญญา ทำให้กิเลสลดน้อยลงไปตามลำดับแห่งปัญญานำเข้าสู่ อรหัตมรรค อรหัตผล

๒.๓.๓ ประเภทของวิปัสสนาภาวนา

ผู้บรรลุ มรรค ผล นิพพาน นั้นมีอยู่ ๒ ประเภท คือ สุขวิปัสสก (วิปัสสนายานิกะ) และฉานลาภีบุคคล (สมถยานิกะ)

๑. สุขวิปัสสกบุคคล (วิปัสสนายานิกะ) ผู้มีวิปัสสนาญาณอันแห่งแล้งจากโลกียฌาน คือ พระอริยบุคคลจำพวกนี้ไม่ได้เจริญสมถภาวนาจนเกิดฉานจิตมาแต่ก่อนเลย เริ่มเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานอย่างเดียว จนเป็นพระอริยบุคคลที่เรียกว่า ปัญญาวิมุตติ

๒. ฉานลาภีบุคคล (สมถยานิกะ) คือผู้ที่ได้เจริญสมถกัมมัฏฐานจนเกิดฉานจิตมีปฐมฌานเป็นต้นมาก่อนแล้ว เป็นฉานลาภีบุคคลมาแล้ว จึงได้ใช้ฉานเป็นบาทเพื่อมาเจริญตามแนวสติปัฏฐาน ๔ หรือวิปัสสนากัมมัฏฐาน ต่อจนได้สำเร็จเป็นพระอริยบุคคลเรียกว่า เจโตวิมุตติ^{๕๖}

๒.๓.๔ ประโยชน์ของวิปัสสนาภาวนา

ประโยชน์ของการปฏิบัติวิปัสสนา มี ๑๐ อย่าง คือ

๑. สามารถกำจัดกิเลสต่าง ๆ อันเป็นเหตุของ ความทุกข์ ความเดือดร้อนต่าง ๆ ลงได้
๒. มีความทุกข์น้อยลง และมีความสุขมากขึ้น
๓. คลายความยึดมั่น ในสิ่งทั้งปวงลงได้ ไม่รุ่มรวยเดือดร้อน ไปตามกระแสของโลก
๔. มีจิตใจมั่นคง รู้เท่าทันความเป็นจริง ของสิ่งทั้งหลาย ไม่พุ้งขึ้นหรือ ยุบลงด้วยอำนาจ โลกธรรม
๕. มีความเห็นแก่ตัวน้อยลง แต่บำเพ็ญประโยชน์เพื่อผู้อื่นมากขึ้น
๖. จิตใจมีคุณธรรมหรือมีคุณภาพสูงขึ้นตามขั้นของการปฏิบัติ
๗. สามารถเข้านิโรธสมาบัติ อันเป็นความสุขขั้นสูงในปัจจุบันภพได้
๘. สามารถบรรลุความเป็นอริยบุคคล อันเป็นบุญเขตของโลก
๙. ย่อมได้เต็มรสแห่งอริยผล อันเกิดจากการพ้นจากอำนาจของกิเลสได้

^{๕๖} ขุนสรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ผู้รวบรวม, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรม ปริเฉทที่ ๙ ปกิณณกสังคหิภาค, หน้า ๑๓๐.

๑๐. การปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ หรือ วิปัสสนากัมมัฏฐาน จะเป็นเหตุให้ได้บรรลุผลอย่างใดอย่างหนึ่ง คือ บรรลุ อรหัตผลในปัจจุบัน แต่ถ้ายังมีเชื้อเหลือก็จะได้บรรลุความเป็นอนาคามี (ผู้ไม่กลับมาเกิดในโลกนี้อีก) ภายใน ๗ ปีหรือลดลงมาโดยลำดับถึงภายใน ๗ วัน^{๕๗}

สรุปความว่า การปฏิบัติวิปัสสนาจะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ผู้ปฏิบัติตั้งแต่ขั้นต้นจนถึงขั้นสูงสุด คือการหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงได้

๒.๓.๕ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔

สติปัฏฐานเป็นทางสายเอก และเป็นทางสายเดียวที่ทำให้ผู้ดำเนินตามทางนี้ ถึงความบริสุทธิ์หมดจดจนบรรลุพระนิพพาน ดังนั้น ผู้ที่ปรารถนาจะบรรลุ มรรค ผล นิพพาน ต้องเริ่มต้นด้วยสติปัฏฐานนี้ ในมหาสติปัฏฐานสูตร พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสแก่พระภิกษุทั้งหลายว่า “หนทางนี้เป็นหนทางเอก เพื่อความบริสุทธิ์หมดจดแห่งสัตว์ทั้งหลาย เพื่อความก้าวล่วงเสียได้ด้วยดีซึ่งความโศกและความรำไร เพื่อดับไปแห่งทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอุบายธรรม เพื่อกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน สิ่งนี้ คือ สติปัฏฐาน ๔”^{๕๘}

ก. ความหมายของสติปัฏฐาน

คำว่า สติปัฏฐาน^{๕๙} เป็นศัพท์สมาสที่มาจากศัพท์ ๒ ศัพท์ คือ สติ+ปัฏฐาน สติแปลว่าการระลึกรู้เป็นปัจจุบันเฉพาะหน้า “ปัฏฐาน” แปลว่าเข้าไปตั้ง ดังนั้น สติปัฏฐาน แปลว่า ธรรมเครื่องระลึกที่เป็นไปอย่างต่อเนื่อง หมายถึง สติที่ตั้งมั่น ได้แก่ สติเจตสิก สัมปยุตตธรรม สติปัฏฐาน แปลว่า ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ หมายถึง อารมณ์ของสติ ได้แก่ กาย เวทนา จิต ธรรม วิปัสสนา สติปัฏฐาน คือ หลักการใช้สติ และปัญญา กำหนดรู้ สภาวะธรรมทางกาย เวทนา จิต ธรรมตามความเป็นจริงจนหยั่งรู้ถึงความเปลี่ยนแปลง แปรปรวนไปของสภาวะธรรมทั้งหลายว่า ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลตัวตนเราเขา จนเกิดปัญญา ตั้งแต่วิปัสสนาญาณที่ ๑ นามรูปปริจเฉทญาณ ไปจนถึงญาณที่ ๑๖ ปัจจเวกขณญาณ หมายถึง ปัญญารู้ รูปรนาม เป็นไตรลักษณ์จนเกิดปัญญาเป็นขั้น ๆ ๑๖ อย่าง

สติปัฏฐาน เป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้หลายครั้ง ซึ่งถือว่าการเจริญสตินี้เป็นส่วนหนึ่งของแก่นหรือหัวใจศาสนาพุทธ ในแง่ของมรรควิธีคือหนทางแห่งความพ้นทุกข์ โดยสติปัฏฐานได้ถูกกล่าวถึงทั้งในส่วนพระวินัย พระสูตร และพระอภิธรรม ทั้งนี้สติปัฏฐาน เป็นองค์ธรรมที่มีความสำคัญสูงสุดที่พระพุทธองค์ทรงเน้นย้ำให้ชาวพุทธเจริญให้มาก เพื่อการบรรลุถึง

^{๕๗} จิตตวนโณ ภิกขุ, วิปัสสนาภาวนา, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๒, ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๔/๓๓๘-๓๔๐.

^{๕๘} ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

^{๕๙} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า๒๔.

จุดมุ่งหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาอันได้แก่ มรรคผล นิพพาน โดยอาจกล่าวได้ว่าสติปัฏฐานเป็น “ทางสายเอกสายเดียว” ที่นำผู้ปฏิบัติไปสู่निพพานได้^{๖๐}

พระอภิธรรมปิฎก ได้ให้ความหมายของคำว่า “สติ” ไว้ว่า “สติเป็นไฉน สติ ความตามระลึก ความหวนระลึก สติ กิริยาที่ระลึก ความระลึก ความทรงจำ ความไม่เลือนลอย หลงลืมสติ สตินทรีย์ สติพละ สัมมาสติ นี้เรียกว่า สติ”^{๖๑} สติปัฏฐานแยกออกเป็น ๒ คำ คือ (๑) คำว่า สติ คือ ความระลึกได้ นึกได้ ความไม่ปล่อยการคุมใจไว้กับกิจ หรือกุ่มจิตไว้กับสิ่งที่เกี่ยวข้อง จำการที่ทำ คำที่พูดได้แม่นานแล้ว (๒) คำว่า ปฏฐาน ซึ่งแปลว่าเข้าไปตั้งไว้ จึงแปลรวมกันว่าสติปัฏฐานคือ ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ การปรากฏของสติ ข้อปฏิบัติที่มีสติเป็นประธานการตั้งสติกำหนดพิจารณา เห็นสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง การมีสติกำกับดูสิ่งต่าง ๆ และความเป็นไปทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามสภาวะของมัน ไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย ทำให้เห็นพียงตามอำนาจกิเลส ๔ อย่าง กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

สติปัฏฐาน มี ๔ ประเภท คือ

๑. พิจารณาเห็นกายในกายภายในเนื่อง ๆ อยู่ พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกเนื่อง ๆ อยู่ พิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในและภายนอกเนื่อง ๆ อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้ในโลก

๒. พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาภายในเนื่อง ๆ อยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาภายนอกเนื่อง ๆ อยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งภายในและภายนอกเนื่อง ๆ อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้ในโลก

๓. พิจารณาเห็นจิตในจิตภายในเนื่อง ๆ อยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกเนื่อง ๆ อยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในและภายนอกเนื่อง ๆ อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสเสียได้ในโลก

๔. พิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายในเนื่อง ๆ อยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายนอกเนื่อง ๆ อยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งภายในและภายนอกเนื่อง ๆ อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสเสียได้ในโลก^{๖๒}

ข. จุดประสงค์ของการเจริญสติปัฏฐาน

สติตั้งมั่นพิจารณากาย เวทนา จิต ธรรมนี้มีจุดประสงค์จำแนกได้เป็น ๒ ทาง คือ^{๖๓}

^{๖๐} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

^{๖๑} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๒๔/๓๙๓.

^{๖๒} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๓๑/๒๑๑.

^{๖๓} ขุนสรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ผู้รวบรวม, **คู่มือการศึกษาพระอภิธรรม ปริเฉทที่ ๗ สมุจยสังคหวิภาค**, หน้า ๔๑.

๑. สติตั้งมั่นในการพิจารณา บัญญัติ เพื่อให้จิตสงบ ซึ่งเรียกว่า สมถกัมมัฏฐาน มีอานิสงส์ให้บรรลุฌานสมาบัติ

๒. สติตั้งมั่นในการพิจารณารูปนามให้เกิดปัญญาเห็นไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ซึ่งเรียกว่า วิปัสสนากัมมัฏฐาน มีอานิสงส์ให้บรรลุถึง มรรค ผล นิพพาน การกำหนดพิจารณาไตรลักษณ์เพื่อให้รู้เห็นสภาพตามความเป็นจริงว่า สิ่งทั้งหลายล้วนแต่เป็นรูปนามเท่านั้น และรูปนามทั้งหลายเหล่านั้น ก็มีลักษณะเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาหาได้เป็นแก่นสารยั่งยืนไม่ จะได้ก้าวล่วงเสียซึ่งความเห็นผิด ไม่ให้ติดอยู่ในความยินดีในร้ายอันเป็นการเริ่มต้นที่จะให้ถึงหนทางดับทุกข์ทั้งปวง

นิยามของคำว่าสตินั้น หากจะกล่าวให้ครอบคลุมทั่วถึง อาจต้องกล่าวถึงธรรมอันเป็นฝ่ายตรงข้ามกับสติ ซึ่งมีความหมายในแง่ปฏิเสธ ซึ่งจะประกอบด้วย ความไม่เพเลอ ไม่เลินเล่อ ไม่พินเพื่อนเลือนลอย ความไม่ประมาท (หรืออปมาทธรรม) สติจึงเป็นเครื่องป้องกัน

สรุปความได้ว่า ลักษณะการทำงานโดยทั่วไปของสติ คือการไม่ปล่อยใจให้เลือนลอย ไม่ปล่อยอารมณ์ให้ผ่านไปเรื่อยเปื่อย หรือไม่ปล่อยให้เกิดความคิดฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่าง ๆ สติจะทำงานในทางตรงข้าม คือ เฝ้าระวังจับตาอารมณ์ที่ผ่านเข้ามา คอยระลึกรู้อยู่เนื่อง ๆ โดยมักเปรียบเทียบกับนายประตูที่เฝ้าระวังอายตนะ คอยตรวจดูอารมณ์ต่าง ๆ ที่ผ่านเข้ามา ปฏิจจสันตติกะ หรือ เหตุไฉนที่จะทำให้เกิดสตินี้คือ สัญญาที่ถนัดมั่น (ธัมมัสัญญา) ส่วนคำพ้องกับคำว่าสตินั้นมีหลายคำ เช่น สัมมาสติ สติปัฏฐาน ความไม่ประมาทหรืออปมาทธรรม

๒.๓.๖ วิปัสสนา ๔

๑. สมถปุพพังคมวิปัสสนาภาวนา เป็นการเจริญวิปัสสนาโดยมีสมณานำหน้าก่อน เมื่อเจริญวิปัสสนาโดยมีสมณานำหน้า ปัญญาในมรรคย่อมเกิด เมื่อปฏิบัติและเจริญให้มากซึ่งมรรคนี้ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยกิเลสย่อมหมดสิ้นไป^{๖๔}

การเจริญวิปัสสนาโดยมีสมณานำหน้า ซึ่งหลักการปฏิบัติโดยทำจิตให้มีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว ด้วยอำนาจการเพ่งกสิณ ๑๐ ก็ดี อนุสติ ๑๐ อสุภะ ๑๐^{๖๕} หรือวิธีปฏิบัติต่าง ๆ ไม่ว่าอย่างหนึ่งอย่างใดก็ตาม ในวิธีการปฏิบัติ ๔๐ อย่าง จนจิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง ตั้งมั่นเป็นสมาธิจิตเกิดความปล่อยวาง หมดความโลภ ไม่พัวพันในกาม มีแต่จิตที่คิดเมตตา ทำใจนึกถึงแสงสว่างเพื่อจะได้ไม่เกิดความง่วง ความฟุ้งซ่านหมดความลึกลับสงสัย เมื่อจิตเกิดสมาธิเป็นอุปปจารสมาธิ อัปนาสมาธิ จนบรรลุปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน บรรลุอากาศาสนัญญายตนสมาบัติ วิญญานัญญายตนสมาบัติ อากิญจัญญายตนสมาบัติ เนวสัญญานาสัญญายตน ครั้นแล้วจึงออกจากอรูปฌานก็ดีรูปฌานก็ดีกลับมาพิจารณาเห็นธรรมที่เกิดในสมาธินั้น มีจิตที่เป็นเอกัคคตารมณ์ เป็นต้น พิจารณาให้เห็น

^{๖๔} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑/๔๑๓.

^{๖๕} พระมหาอานวย อานนโท (จันทร์เปล่ง), “การศึกษาเรื่องการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๒๓.

ความเป็นจริงจน เกิดปัญญาเห็นแจ้งซึ่งธรรมทั้งหลาย ว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา อย่างนี้ เรียกว่า สมณะมาก่อน วิปัสสนาเกิดทีหลัง คือเป็นสมณุปพัมภกวิปัสสนา^{๖๖}

ตามวิธีการเจริญอย่างนี้ ผู้ปฏิบัติต้องทำสมณะจนเกิดสมาธิ ไม่ว่าจะป็นอุปจารสมาธิ หรืออัปปนาสมาธิก็ได้ จากนั้นจึงพิจารณาธรรมที่เกิดขึ้นในสมณะหรือสมาธินั้น ไม่ว่าจะป็นอุปจารสมาธิหรือฌานสมาบัติขั้นใดก็ตาม รวมทั้งธรรมอื่น ๆ ทั้งหลายที่ประกอบร่วมกับสมาธินั้น ให้เห็นเป็นสภาวะที่เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา จนอริยมรรคเกิดขึ้น

๒. วิปัสสนาปุพพังคมสมณภวณา เป็นการเจริญสมณะโดยมีวิปัสสนานำหน้า เมื่อเจริญสมณะมีวิปัสสนานำหน้า มรรคย่อมเกิด ปฏิบัติและเจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยย่อมหมดสิ้นไป^{๖๗} หลักการเจริญโดยมีวิปัสสนานำหน้า หมายความว่า เบื้องต้นในการปฏิบัติ วิปัสสนาใช้ปัญญาพิจารณาเห็นรูปนาม โดยสภาวะความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา^{๖๘}

เมื่อจิตเห็นดังนั้นแล้ว จิตก็จะเกิดความปล่อยวางธรรมทั้งหลายอันปรากฏในวิปัสสนานั้นแล้วจิตจะยึดเอาภาวะความปล่อยวางนั้นเองมาเป็นอารมณ์^{๖๙} เมื่อจิตมีสภาวะอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว ปราศจากจิตที่มีความซัดส่ายมีนิวรณ์ธรรม เป็นต้น จนเกิดอุปจารสมาธิอัปปนาสมาธิอย่างนี้ เรียกว่า วิปัสสนามาก่อน สมณะมาทีหลัง

การเจริญปุพพังคมสมณะ^{๗๐} วิธีนี้ผู้ปฏิบัติยังมิได้ทำสมณะให้เกิดขึ้นเลย แต่มาพิจารณาเห็นแจ้งอุปาทานชั้น ๕ ตามสามัญลักษณะที่เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา อันนับว่าเป็นวิปัสสนา พอวิปัสสนาเต็มเปี่ยมดี จิตก็จะเกิดภาวะมีอารมณ์หนึ่งขึ้น โดยมีความปล่อยวางธรรมทั้งหลายที่เกิดในวิปัสสนานั้นเองเป็นอารมณ์ อันนับว่าเป็นสมณะ เมื่อปฏิบัติโดยวิธีนี้ อริยมรรค^{๗๑} ก็เกิดขึ้นได้เช่นกัน

การเจริญสมณะมีวิปัสสนานำหน้าเป็นการพิจารณาเห็นโดยความไม่เที่ยงเห็นโดยความเป็นทุกข์และเห็นโดยความเป็นอนัตตา สภาวะที่จิตปล่อยวางธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นในวิปัสสนานั้นเป็นอารมณ์ และสภาวะที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ ไม่ฟุ้งซ่านเป็นสมาธิจึงเกิดขึ้น วิปัสสนาจึงมีก่อนสมณะมีภายหลัง จึงกล่าวว่าเจริญสมณะมีวิปัสสนานำหน้า

^{๖๖} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๒/๔๑๔.

^{๖๗} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๑/๔๑๓.

^{๖๘} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๔/๕๑๙.

^{๖๙} ศิริวรรณ จำเนียรบุญ, “ศึกษารูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวของพระอริการสนอง กตปุญโญ”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสนมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐), หน้า ๕๖.

^{๗๐} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๔/๔๑๘.

^{๗๑} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๐๔/๓๘๐.

๓. สมถวิปัสสนาญาณคันทระภาวา คือ การเจริญสมถะและวิปัสสนาคู้กันไปเมื่อเจริญสมถะและวิปัสสนาคู้กันไป มรรคย่อมเกิด เมื่อปฏิบัติและเจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยย่อมหมดสิ้นไป^{๗๒}

การเจริญสมถะและวิปัสสนาคู้กันไป คือ การเจริญสมถะและวิปัสสนาคู้กันไปด้วยอาการ ๑๖ อย่าง^{๗๓} คือ (๑) ความเป็นอารมณ์ (๒) ด้วยความเป็นโคจร (๓) ด้วยความละ (๔) ด้วยความสละ (๕) ด้วยความออก (๖) ด้วยความหลีกไป (๗) ด้วยความเป็นธรรมสงบ (๘) ด้วยความเป็นธรรมประณีต (๙) ด้วยความหลุดพ้น (๑๐) ด้วยความไม่มีอาสวะ (๑๑) ด้วยความเป็นเครื่องข้าม (๑๒) ด้วยความไม่มีนิमित (๑๓) ด้วยความไม่มีที่ตั้ง (๑๔) ด้วยความว่างเปล่า (๑๕) ด้วยความเป็นธรรมมีกิจเป็นอันเดียวกัน (๑๖) ด้วยความเป็นคู่กัน^{๗๔}

อารมณ์ เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของจิต^{๗๕} เมื่อผู้ปฏิบัติยังไม่ละอุทัจจะหรือความฟุ้งซ่าน จิตย่อมยึดเป็นอารมณ์ เมื่อละอุทัจจะหรือความฟุ้งซ่านได้แล้ว จิตย่อมยึดสมาธิเป็นอารมณ์ เมื่อจิตหมดความฟุ้งซ่านมีสมาธิเป็นอารมณ์ นิโรธหรือความดับย่อมเกิดขึ้น ซึ่งความดับคือดับจากนิวรณ์ ด้วยเหตุผลดังนี้ สมถะและวิปัสสนาจึงมีอารมณ์อันเดียวกัน เห็นความเกิดดับจิตที่ยึดเป็นอารมณ์ เมื่อจิตละความฟุ้งซ่าน ย่อมเกิดสมาธิ ซึ่งเป็นของคู่กันโดยความเป็นอารมณ์เห็นความเกิดดับในสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น ด้วยความเป็นอารมณ์เดียวกัน เพราะเหตุนี้จึงกล่าวได้ว่าเจริญสมถะและวิปัสสนาคู้กันไปด้วยความเป็นอารมณ์

โคจร คือ การเที่ยวไปของจิต เมื่อจิตละความฟุ้งซ่าน ความสงบของจิตย่อมโคจรมาความที่จิตมีอารมณ์เดียวไม่ฟุ้งซ่าน สมาธิย่อมโคจรเกิดขึ้น เมื่อเกิดความดับจากกิเลส นิโรธย่อมโคจรมา เมื่อพิจารณาด้วยวิปัสสนาญาณ วิชชาได้โคจรเกิดขึ้น ด้วยความเห็นอย่างนี้ ในการพิจารณาเห็นสภาวะธรรมขององค์ธรรมที่โคจรมา จึงเกิดวิปัสสนาญาณ สมถะและวิปัสสนาจึงมีกิจเป็นอันเดียวกันเป็นคู่กัน ไม่ล่วงเกินกันและกัน ด้วยความเป็นโคจร เพราะเหตุนี้จึงกล่าวได้ว่าเจริญสมถะและวิปัสสนาคู้กันไปด้วยความเป็นโคจร^{๗๖}

การเจริญวิปัสสนาด้วยการละ เมื่อผู้ปฏิบัติละนิวรณ์อันประกอบด้วยอุทัจจะหรือความฟุ้งซ่านได้แล้ว สมาธิย่อมเกิดขึ้น ความที่จิตมีอารมณ์เดียวละความฟุ้งซ่าน ย่อมยังนิโรธเป็นอารมณ์ เมื่อละกิเลสอันประกอบด้วยอวิชชาและธาตุขันธ์ นิโรธหรือความดับได้เกิดขึ้น ในการพิจารณาเห็นสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นด้วยการละมีการเกิดดับ ย่อมเกิดวิปัสสนาญาณ ด้วยเหตุผลดังกล่าวมานี้ สมถะและวิปัสสนาจึงมีกิจเป็นอันเดียวกัน เป็นคู่กัน ไม่ล่วงเกินกันและกัน ด้วยความละ เพราะเหตุนี้จึงกล่าวได้ว่าเจริญสมถะและวิปัสสนาเป็นคู่กันด้วยความละ

^{๗๒} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑/๔๑๓-๔๑๔.

^{๗๓} ศิริวรรณ จำเริญบุญ, “ศึกษารูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวของพระอริการสนอง กตปุณโย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, หน้า ๕๖.

^{๗๔} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๒๐.

^{๗๕} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๔๗/๖๖.

^{๗๖} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๒๐.

เมื่อผู้ปฏิบัติสละกิเลสคือ นิรวณอันประกอบด้วยอุทธัจจะหรือความฟุ้งซ่าน และความยึดมั่นในขันธ สมาย่อมเกิดขึ้น ความที่จิตมีอารมณ์เดียวไม่ฟุ้งซ่าน นิโรทย่อมเกิดขึ้น เมื่อผู้ปฏิบัติสละกิเลสอันประกอบด้วยอวิชชา และขันธ พิจารณาเห็นสภาวะการสละมีการเกิดดับ เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ด้วยประการดังนี้ สมถะและวิปัสสนาจึงมีกิจเป็นอันเดียวกัน เป็นคู่กัน ไม่ล่วงเกินกันและกันด้วยความสละเพราะเหตุนี้จึงกล่าวได้ว่า เจริญสมถะและวิปัสสนาเป็นคู่กันด้วยความสละ

เมื่อปฏิบัติออกจากกิเลสอันประกอบด้วยความฟุ้งซ่านและธาตุขันธ์สมาธิ คือความที่จิตมีอารมณ์เดียวไม่ฟุ้งซ่าน มินิโรธเป็นโคจรเมื่อออกจากกิเลสอันประกอบด้วยอวิชชา จากธาตุขันธ์ เจริญวิปัสสนาด้วยว่าพิจารณาเห็นสภาวะการออกจากกิเลสว่า เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ด้วยประการอย่างนี้ สมถะและวิปัสสนาจึงมีกิจเป็นอันเดียวกันเป็นคู่กัน ไม่ล่วงเกินกันและกัน ด้วยความออก เพราะเหตุนี้จึงกล่าวได้ว่า เจริญสมถะและวิปัสสนาเป็นคู่กันด้วยความออก^{๗๗}

เมื่อผู้ปฏิบัติหลักไปจากกิเลสอันประกอบด้วยความฟุ้งซ่านและธาตุขันธ์ สมาธิ คือ ความที่จิตมีอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่าน มินิโรธเป็นโคจร เมื่อหลักไปจากกิเลสอันประกอบด้วยอวิชชาและธาตุขันธ์แล้ว เจริญวิปัสสนาด้วยว่าพิจารณาเห็นสภาวะการหลักจากกิเลสว่าเป็นอนิจจัง ทุกขังอนัตตา ด้วยประการดังนี้ สมถะและวิปัสสนาจึงมีกิจเป็นอันเดียวกัน เป็นของคู่กันไม่ล่วงเกินกันและกัน ด้วยความหลักไป ด้วยเหตุนี้จึงกล่าวได้ว่า เจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กันด้วยความหลักไป^{๗๘}

เมื่อผู้ปฏิบัติละอุทธัจจะจนจิตมีอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่านเป็นธรรมละเอียดมินิโรธเป็นโคจร เมื่อละอวิชชา แล้วพิจารณาเห็นเป็นธรรมละเอียด มินิโรธเป็นโคจร เห็นสภาวะความละเอียดเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ด้วยประการดังนี้ สมถะและวิปัสสนาจึงมีกิจเป็นอันเดียวกัน เป็นคู่กัน ไม่ล่วงเกินกันและกัน ด้วยความเป็นธรรมละเอียด เพราะเหตุนี้จึงกล่าวได้ว่า การเจริญสมถะและวิปัสสนาเป็นคู่กันด้วยความเป็นธรรมที่ละเอียด

เมื่อผู้ปฏิบัติละอุทธัจจะคือ ความที่จิตมีอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่านเป็นธรรมหลุดพ้นมีนิโรธเป็นโคจร เมื่อละอวิชชา เกิดวิปัสสนาด้วยว่าพิจารณาเห็น ความหลุดพ้น มินิโรธเป็นโคจรด้วยประการนี้ ชื่อว่าเจโตวิมุตติเพราะสํารอกราคะ ชื่อว่าปัญญาวิมุตติ เพราะสํารอกอวิชชา ด้วยประการดังนี้ สมถะและวิปัสสนาจึงมีกิจเป็นอันเดียวกันเป็นคู่กัน ไม่ล่วงเกินกันและกันด้วยความหลุดพ้นเพราะเหตุนี้จึงกล่าวได้ว่า เจริญสมถะและวิปัสสนาเป็นคู่กันด้วยความหลุดพ้น^{๗๙}

เมื่อปฏิบัติจนละอุทธัจจะ เกิดสมาธิคือ ความที่จิตมีอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่านเป็นธรรมไม่มีอาสวะด้วยกามาสวะ มินิโรธเป็นโคจร เมื่อละอวิชชาวิปัสสนาด้วยว่าพิจารณาเห็นเป็นธรรมไม่มีอาสวะ ด้วยอวิชชาสวะ มินิโรธเป็นโคจร พิจารณาความไม่มีอาสวะเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ด้วย

^{๗๗} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๒๑.

^{๗๘} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๒๑.

^{๗๙} พ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๒๒.

ประการนี้ สมถะและวิปัสสนาจึงมีกิจเป็นอันเดียวกัน เป็นของคู่กันไม่ล่วงเกินกันและกัน ด้วยความไม่มีอาสวะเพราะเหตุนี้จึงกล่าวว่าเจริญสมถะและวิปัสสนาเป็นของคู่กันด้วยความไม่มีอาสวะ^{๘๐}

เมื่อผู้ปฏิบัติข้ามจากกิเลสอันประกอบด้วยอุทธัจจะและจากธาตุขันธ์ สมာธิตือ ความที่จิตมีอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่านมีนิโรธเป็นโคจร เมื่อข้ามจากกิเลสอันประกอบด้วยอวิชชาและขันธ์ วิปัสสนาเห็นสภาวะการข้ามจากกิเลสเป็นอารมณ์เห็นด้วยความเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ด้วยประการนี้ สมถะและวิปัสสนาจึงมีกิจเป็นอันเดียวกันเป็นคู่กัน ไม่ล่วงเกินกันและกันด้วยความเป็นเครื่องข้าม เพราะเหตุนี้จึงกล่าวว่า เจริญสมถะและวิปัสสนาเป็นคู่กันด้วยความเป็นเครื่องข้าม

เมื่อละอุทธัจจะได้แล้วก็จะเกิดสมาธิตือ ความที่จิตมีอารมณ์เดียวไม่ฟุ้งซ่านเป็นธรรมไม่มีนิमितด้วยนิमितทั้งปวง มีนิโรธเป็นโคจร เมื่อละอวิชชาวิปัสสนาด้วยว่าพิจารณาเห็นเป็นธรรมไม่มีนิमितทั้งปวง มีนิโรธเป็นโคจร พิจารณาสภาวะธรรมที่ไม่มีนิमितเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาด้วยประการอย่างนี้ สมถะและวิปัสสนาจึงมีกิจเป็นอันเดียวกัน เป็นคู่กัน ไม่ล่วงเกินกันและกันด้วยความไม่มีนิमित เพราะเหตุนี้จึงกล่าวว่าเจริญสมถะและวิปัสสนาเป็นของคู่กันด้วยความไม่มีนิमित

เมื่อผู้ปฏิบัติละอุทธัจจะเกิดสมาธิตือ ความที่จิตมีอารมณ์เดียวไม่ฟุ้งซ่านเป็นธรรมไม่มีที่ตั้งด้วยที่ตั้งทั้งปวง มีนิโรธเป็นโคจร เมื่อละอวิชชาวิปัสสนาด้วยว่าพิจารณาเห็นเป็นธรรมไม่มีที่ตั้งทั้งปวงเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ด้วยประการดังนี้ สมถะและวิปัสสนาจึงมีกิจเป็นอันเดียวกันเป็นคู่กันไม่ล่วงเกินกันและกัน ด้วยความไม่มีที่ตั้ง เพราะเหตุนี้จึงกล่าวว่า เจริญสมถะและวิปัสสนาเป็นคู่กันด้วยความไม่มีที่ตั้ง^{๘๑}

การละอุทธัจจะเกิดสมาธิตือ ความที่จิตมีอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่านเป็นธรรมว่างเปล่าจากความยึดมั่นทั้งปวง มีนิโรธเป็นโคจร เมื่อละอวิชชาวิปัสสนาด้วยว่าพิจารณาเห็นเป็นธรรมว่างเปล่าจากความยึดมั่นทั้งปวงเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ด้วยประการนี้ สมถะและวิปัสสนาจึงมีกิจเป็นอันเดียวกันเป็นคู่กัน ไม่ล่วงเกินกันและกัน ด้วยความว่างเปล่า เพราะเหตุดังนี้จึงกล่าวว่า เจริญสมถะและวิปัสสนาเป็นคู่กันด้วยความว่างเปล่า^{๘๒}

ในการเจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กันไปด้วยสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น โดยการนำสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นนั้นมาพิจารณาให้เห็นการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป จนปัญญาเห็นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ปลอคลายความยึดมั่นอันเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์

๔. ธัมมูทัจจวิคคหิตมานัส คือ การที่มีใจถูกอุทธัจจะในธรรมกั้นไว้ ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบอยู่ภายในมีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ มรรคก็เกิดแก่เธอ ปฏิบัติเจริญและทำให้มากซึ่งมรรคนั้น เมื่อปฏิบัติและเจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยย่อมสิ้นไป^{๘๓}

^{๘๐} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๒๓.

^{๘๑} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๒๓.

^{๘๒} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๒๔.

^{๘๓} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑/๔๑๔.

หลักการปฏิบัติธัมมัทธจจวิคคิตมานัสซึ่งเป็นการปฏิบัติวิธีที่ ๔ นี้คือ การที่ผู้ปฏิบัติ
 น้อมใจนึกโดยเห็นความเป็นสภาพไม่เที่ยงของสภาวะธรรม โอภาสย่อมเกิดขึ้น โดยนึกถึงแสงสว่าง
 ว่า แสงสว่างเป็นธรรม เพราะนึกถึงแสงสว่างนั้น จึงเกิดความฟุ้งซ่าน ผู้ปฏิบัติมีใจอันฟุ้งซ่านนั้นกัน
 ไว้ย่อมไม่ทราบชัดตามความเป็นจริง ซึ่งความปรากฏโดยความเป็นสภาพไม่เที่ยง โดยความเป็น
 ทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา

ใจที่นึกถึงโอภาสอันเป็นธัมมัทธจจะกั้นไว้ จิตที่ตั้งมั่นสงบอยู่ภายใน เป็นธรรมเอกผุด
 ขึ้นตั้งมั่นอยู่ องค์กรย่อมเกิดแก่ผู้ปฏิบัติที่นั่นซึ่งการเกิดขึ้นของมรรคนั้น ย่อมละสังโยชน์ได้อนุสัย
 ย่อมสิ้นไปอย่างนี้ เมื่อผู้ปฏิบัติพิจารณาโดยเห็นสภาพความไม่เที่ยงแล้ว ปัญญาก็เกิด ความดีใจ
 ความสุข ความน้อมใจเชื่อในพระนิพพาน จะเกิดความเพียรจนจิตมีความตั้งมั่น มีความพอใจ
 เกิดขึ้น ผู้ปฏิบัตินึกถึงความพอใจว่าความพอใจเป็นธรรม เพราะนึกถึงความพอใจนั้น จึงมีความ
 ฟุ้งซ่านเกิดขึ้น ในการปฏิบัติเมื่อผู้ปฏิบัติถูกใจฟุ้งซ่านนั้นกันไว้ ย่อมไม่ทราบชัดตามความเป็นจริง
 จึงเห็นความปรากฏ โดยความเป็นสภาพไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา^{๘๔}

เมื่อใจนึกถึงความพอใจอันเป็นธรรมถูกอุทธัจจะกั้นไว้ จิตที่ตั้งมั่นสงบอยู่ภายใน เป็น
 ธรรมเอกผุดขึ้นตั้งมั่นอยู่ มรรคย่อมเกิดแก่ผู้ปฏิบัติที่นั่น ผู้ปฏิบัติย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยย่อมสิ้นไป
 อย่างนี้ เมื่อผู้ปฏิบัติ น้อมใจเห็นโดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา โอภาส ญาณ ปีติ ปัสสทธิ
 สุข อธิโมกษ์ ปัคคาหะ อุပ္ปฐานะ อุเบกขา นิกันติ ย่อมเกิดขึ้น ผู้ปฏิบัตินึกถึงความพอใจว่า ความ
 พอดีเป็นธรรม เพราะนึกถึงความพอใจนั้น จึงมีความฟุ้งซ่านเป็นอุทธัจจะ ผู้ปฏิบัติมีใจอันอุทธัจจะ
 นั้นกันไว้ ย่อมไม่ทราบชัดตามความเป็นจริง ความปรากฏโดยความเป็นอนัตตาโดยความเป็นสภาพ
 ไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์^{๘๕}

สรุปความได้ว่า การเจริญวิปัสสนา มีวิธีการปฏิบัติที่หลากหลายวิธีด้วยกันที่จะ
 เหมาะสมกับบุคคลจะเลือกวิธีการปฏิบัติวิธีใดวิธีหนึ่งนั้นก็เป็นการปฏิบัติไปสู่ความพ้นทุกข์ได้
 เช่นกัน แต่กล่าวโดยสรุปจากวิธีทั้ง ๔ นั้น ย่อให้สั้นเหลือเพียง ๒ คือ วิปัสสนามีสมณานาหน้า และ
 สมณามีวิปัสสนานาหน้า การปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวหลักธรรมตามที่ปรากฏในอนุปทสูตร โดย
 พระสารีบุตรได้กำหนดไปตามลำดับบท เป็นวิธีหนึ่งในการปฏิบัติวิปัสสนาโดยใช้สมณะเป็นบาทฐาน
 หรือสมณานาหน้า แต่ไม่ว่าจะใช้วิธีใดวิธีหนึ่งก็ตาม ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาก็จำเป็นต้องมีอารมณ์ของ
 วิปัสสนาหรือภูมิของวิปัสสนา ในการกำหนดพิจารณาให้เกิดปัญญาซึ่งภูมิของวิปัสสนาจะประกอบ
 ไปด้วยอารมณ์ต่าง ๆ แต่เมื่อสรุปแล้วก็เหลือเพียงรูปกับนามเท่านั้น

๒.๔ รูปแบบการสอนและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ

๒.๔.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของรูปแบบการสอน

^{๘๔} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๐๕/๒๔๒.

^{๘๕} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖/๔๒๕.

รูปแบบการสอน หมายถึง แผนการทำงานเกี่ยวกับการสอนที่จัดทำขึ้นอย่างเป็นระบบระเบียบ โดยวางแผนการจัดองค์ประกอบและงานเกี่ยวกับการสอน อย่างมีจุดหมายที่เฉพาะเจาะจงที่จะให้ผู้เรียนบรรลุผลสำเร็จอย่างใดอย่างหนึ่ง^{๔๖}

๑. ความหมายของรูปแบบ

รูปแบบ Model หมายถึง ชุดของความสัมพันธ์จะเป็นเชิงปริมาณหรือคุณภาพก็ได้ ซึ่งจะแสดงให้เห็นความหมายเกี่ยวพันของลักษณะที่แท้จริงของสิ่งที่เราเกี่ยวข้องคำว่า รูปแบบโดยมโนทัศน์ของคำจะมีความหมายอย่างน้อย ๓ อย่าง

- ๑) ในทางสถาปัตยกรรมหรือทางศิลปะ จะ หมายถึง หุ่นจำลอง
- ๒) ในทางคณิตศาสตร์และเศรษฐศาสตร์ จะหมายถึง สมการ
- ๓) ในทางศึกษาศาสตร์ จะหมายถึง ความสัมพันธ์ของตัวแปร กรอบของความคิด หรือ การแทนความคิดออกเป็นรูปธรรม

รูปแบบเป็นเครื่องมือที่จะช่วยให้ นักทฤษฎีมองเห็นเหตุการณ์และแสดงความสัมพันธ์ตลอดจนการควบคุม อ้างอิง หรือแปลความหมาย การสร้างรูปแบบจึงเป็นที่นิยมของนักทฤษฎีโดยทั่วไป รูปแบบเป็นการแสดงองค์ประกอบและความสัมพันธ์ขององค์ประกอบเท่านั้น ไม่ใช่ปรากฏการณ์หรือสถานการณ์จริง ตัวอย่าง เช่น เราเขียนแผนผังบริเวณโรงเรียนแผนผังนั้น จึงเป็นเพียงข้อมูลที่แสดงความสัมพันธ์ของอาคารต่าง ๆ ไม่ใช่บริเวณโรงเรียนจริง ๆ สรุปได้ว่า รูปแบบแผนภูมิ หรือ แผนผัง ช่วยให้เห็นทฤษฎีได้ง่ายขึ้น แต่ไม่ใช่ตัวทฤษฎีโดยตรง

๒. ความหมายของรูปแบบการสอน

ในทางศึกษาศาสตร์ มีคำที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบ คือ รูปแบบการสอน Model of Teaching หรือ Teaching Model และรูปแบบการเรียนการสอนหรือรูปแบบการจัดการเรียนการสอน Instructional Model หรือ Teaching-Learning Model คำว่า รูปแบบการสอน มีผู้อธิบายไว้ดังนี้

- ๑) รูปแบบการสอน หมายถึง แบบหรือแผนของการสอน รูปแบบการสอนแบบหนึ่งจะมีจุดเน้นที่เฉพาะเจาะจงอย่างใดอย่างหนึ่ง รูปแบบการสอนแต่ละรูปแบบจึงอาจมีจุดหมายที่แตกต่างกัน
- ๒) รูปแบบการสอน หมายถึง แผนหรือแบบซึ่งสามารถใช้การสอนในห้องเรียนหรือสอนพิเศษเป็นกลุ่มย่อย หรือ เพื่อจัดสื่อการสอน ซึ่งรวมถึง หนังสือ ภาพยนตร์ เทป บันทึกเสียง โปรแกรมคอมพิวเตอร์และหลักสูตรรายวิชา รูปแบบการสอนแต่ละรูปแบบจะเป็นแนวในการออกแบบการสอนที่ช่วยให้ผู้เรียนบรรลุวัตถุประสงค์ตามที่รูปแบบนั้น ๆ กำหนด
- ๓) รูปแบบการสอน หมายถึง แผนแสดงการเรียนการสอน สำหรับนำไปใช้สอนในห้องเรียน เพื่อให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ให้มากที่สุด แผนดังกล่าวจะ

^{๔๖} ตารางการเรียนการสอนและภาพกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอนาทม จังหวัดกาฬสินธุ์ ตราโดยละเอียดใน ภาคผนวก ฉ,ช.

แสดงถึงลำดับความสอดคล้องกัน ภายใต้หลักการของแนวคิดพื้นฐานเดียวกัน องค์ประกอบทั้งหลายได้แก่ หลักการ จุดมุ่งหมาย เนื้อหา ทักษะที่ต้องการสอน ยุทธศาสตร์ วิธีการสอน กระบวนการสอน ขั้นตอนกิจกรรมการสอน การวัดและประเมินผล

คำว่ารูปแบบการเรียนการสอน หรือรูปแบบการจัดการเรียนการสอน มีผู้อธิบายไว้ดังนี้

๑) รูปแบบการเรียนการสอน หมายถึง โครงสร้างที่แสดงความสัมพันธ์และส่งเสริมซึ่งกันและกันระหว่างองค์ประกอบต่างๆ ในการเรียนการสอน ได้แก่ หลักการ วัตถุประสงค์ เนื้อหา ขั้นตอนการสอน การประเมินผล รวมทั้งกิจกรรมสนับสนุนอื่น ๆ โดยผ่านขั้นตอนตามเป้าหมายอย่างมีประสิทธิภาพ

๒) รูปแบบการเรียนการสอน เป็นโครงสร้างที่ใช้เป็นแนวในการสร้างกิจกรรมการเรียนการสอน และจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนการสอน

จากการศึกษาเอกสารต่าง ๆ พบว่านักการศึกษาไทยส่วนใหญ่ใช้คำว่า รูปแบบการสอน มากกว่ารูปแบบการเรียนการสอนและรูปแบบการจัดการเรียนการสอน

๓. ลักษณะของรูปแบบการสอน

รูปแบบการสอน ประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญที่สัมพันธ์สอดคล้องกัน แม้รูปแบบการสอนแบบต่าง ๆ ส่วนใหญ่มี้องค์ประกอบสำคัญคล้ายคลึงกันแต่บางรูปแบบอาจมีองค์ประกอบบางส่วนแตกต่างกันบ้าง และรูปแบบการสอน ควบการสอนเพื่อพัฒนาสติปัญญา

ในการจัดการเรียนการสอน เพื่อพัฒนาสติปัญญา ในทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า วิปัสสนาภาวนา สิ่งสำคัญคือต้องเป็นไปตามหลักสัปปายะ ๗ เช่น การจัดการสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ เป็นต้น เพื่อให้สอดคล้องและส่งเสริมพัฒนาการทางสติปัญญา สิ่งแวดล้อมทางปัญญามีหลายลักษณะ เช่น ข้อมูล สิ่งของ รวมทั้งเหตุการณ์หรือสถานการณ์ต่าง ๆ รูปแบบการสอนที่มุ่งเน้นพัฒนาสติปัญญา จึงควรประกอบด้วยขั้นตอนการสอนที่ฝึกการกระทำหรือฝึกการคิดในลักษณะต่าง ๆ โดยมีการจัดข้อมูลหรือสถานการณ์ เพื่อให้ผู้เรียนได้รับรู้ ได้มีปฏิสัมพันธ์อย่างเป็นระบบแบบแผน

ความสำคัญของการสอนเพื่อพัฒนาสติปัญญานั้น ในทางพระพุทธศาสนาถือว่า สติปัญญาของมนุษย์เป็นความสามารถด้านการคิดในลักษณะต่าง ๆ สติปัญญาของมนุษย์ทำให้มนุษย์แตกต่างจากสัตว์อื่น ในการจำแนกสัตว์ออกเป็นสี่ชีสต่าง ๆ นั้น ลักษณะสำคัญทำให้มนุษย์ต่างจากสัตว์สี่ชีสอื่น คือ มนุษย์มี สัดส่วนของน้ำหนักร่างกายส่วนหัวสูงกว่าสัตว์สี่ชีสอื่น นอกจากนี้มนุษย์ยังมีความสัมพันธ์กับความสามารถในการสร้างสิ่งต่าง ๆ ขึ้นมาใช้เองได้ กระบวนการทางสมองที่สัมพันธ์กับความสามารถในการสร้างสิ่งต่าง ๆ ขึ้นมาใช้เองได้ คือ การคิด จึงอาจกล่าวได้ว่า การพัฒนาสติปัญญาของคน คือ การพัฒนาความสามารถในการคิดนั่นเอง จากทฤษฎีเกี่ยวกับสติปัญญา สติปัญญาที่นักการศึกษาต่าง ๆ เสนอไว้เป็นที่ยอมรับว่าในสภาพปกติคนเราพัฒนาสติปัญญาได้โดยสามารถคิดในลักษณะต่าง ๆ ความสามารถในการคิดของคนเราสามารถพัฒนาขึ้นได้อย่างเป็นลำดับการพัฒนา ซึ่งเทศบาลตำบลหนองลานได้จัดการเรียนการสอน

วิปัสสนาภาวนาสำหรับผู้สูงอายุโดยใช้หลักสติปัฏฐาน ๔ มาเป็นแนวทางในการพัฒนาด้านสภาพจิตใจให้กับผู้สูงอายุ ดังนั้นงานวิจัยนี้ จึงต้องการทราบถึงความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะ จ.สงขลา จังหวัดกาญจนบุรี โดยผู้วิจัยได้แจกแบบสอบถามเป็นรายด้านดังนี้

๒.๔.๒ ด้านเทคนิคการสอน

โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลานได้มีการเสริมหลักการปฏิบัติวิปัสสนาเข้ามาในหลักสูตรการเรียนการสอน ซึ่งในการปฏิบัตินั้นจะมีการสับเปลี่ยนหัวข้อธรรมและการบรรยายเสริมโดยการสับเปลี่ยนกันไปแล้วแต่วันและวาระที่เหมาะสม ที่เป็นไปตามหลักสติปัฏฐาน หลังจากการไหว้พระรับศีลเสร็จแล้วนั้นทางโรงเรียนจะจัดลำดับการปฏิบัติโดยเริ่มจากพื้นฐานไปจนถึงระดับสูง จะสังเกตอารมณ์ของผู้ปฏิบัติอย่างใกล้ชิดให้คำแนะนำ ข้อเสนอแนะ และนำหลักสติปัฏฐาน ๔ มาเป็นเครื่องมือที่สำคัญ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาสามารถทำได้ตลอดเวลาโดยการนำเอา กาย เวทนา จิต และ ธรรม มาเป็นปัจจัยต่อการเพ่งพิจารณา ซึ่งผู้ปฏิบัติสามารถนำมาใช้ได้ในการหว่างการปฏิบัติหน้าที่แม้ในช่วงเวลาสั้น ๆ ที่ยังไม่พร้อมเป็นอิสระจากการทำงานจึงอาจกล่าวได้ว่าการปฏิบัติวิปัสสนาด้วยวิธีนี้สามารถทำได้ในทุกเวลา ทุกสถานที่ และทุกเหตุการณ์

ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔^{๘๗} เป็นตัวสำคัญในการนำมาใช้เพ่งพิจารณาตามความเหมาะสมกับสถานการณ์และกับจริต ของแต่ละบุคคลที่จะเลือกใช้หัวข้อต่อไปนี้ ในขณะภาวนา คือ การพิจารณาร่างกาย (กายานุปัสสนา) การพิจารณาอารมณ์ (เวทนานุปัสสนา) การพิจารณาจิตใจ (จิตตานุปัสสนา) และการพิจารณาในองค์ธรรม (ธรรมานุปัสสนา)

โดยผู้สูงอายุที่เริ่มต้นฝึกวิปัสสนาส่วนใหญ่ จะให้เริ่มจากการพิจารณากายในกาย เช่น การเฝ้าสังเกตลมหายใจเข้าออกเสียก่อนจนเกิดความชำนาญในการปฏิบัติแล้ว จึงอาจเปลี่ยนไปพิจารณาเกี่ยวกับอริยาบถ อื่นของร่างกาย เช่น การเฝ้าพิจารณาติดตามดูการเปลี่ยนแปลงในอารมณ์ต่าง ๆ ติดตามพิจารณาการทำงานของจิตและพิจารณาในองค์ธรรมตามลำดับความเหมาะสมควรแก่งานและกิจวัตรประจำวันของ แต่ละบุคคล

๑. กายานุปัสสนา เป็นการเพ่งพิจารณาติดตามดูรู้ทันในกาย เช่นการฝึกอานาปานสติ ด้วยการเฝ้าสังเกตลมหายใจเข้าออกว่า สั้น ยาว ตื้น ลึก ประณีต หยิบ สม่่าเสมอ ต่อไป เป็นการเฝ้าสังเกตอริยาบถในขณะ นั่ง นอน ยืน เดิน กิน ดื่ม โดยวิปัสสนาจารย์ที่สอนนั้นจะให้ผู้สูงอายุใช้สัมผัสญาณเฝ้าสังเกตการเคลื่อนไหวขณะปฏิบัติงาน พิจารณาปฏิภูลภายในร่างกาย การพิจารณาในร่างกายโดยแยกให้เห็นว่าเป็นเพียงสิ่งที่ประกอบด้วยธาตุ ๔ หรือ การพิจารณาสภาพที่อยู่ในสภาพต่าง ๆ อันเป็นสังขารที่เราทุกคนจะต้องพบ

๒. เวทนานุปัสสนา เป็นการติดตามเพ่งพิจารณาในอารมณ์ที่เกิดขึ้นขณะปฏิบัติว่า อยู่ ในภาวะที่สุข น่ารื่นรมย์พอใจ ทุกข์ ไม่น่ารื่นรมย์ไม่พอใจ หรืออยู่ในอารมณ์กลาง ๆ โดย วิปัสสนาจารย์

^{๘๗} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๒๔/๓๙๓.

ที่สอน จะให้ผู้สูงอายุนำสติและสัมปชัญญะมาพิจารณาขณะเกิดขึ้น ทำความเข้าใจในปรากฏการณ์ทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นและดับไปนั้นว่า เป็นเพียงสังขตธรรมที่เกิดขึ้นจากการปรุงแต่งตามกฎแห่งเหตุปัจจัย ไม่ใช่เกิดจากการยึดถือเอาว่า นั่นเป็นตัวเรา เป็นวิญญาณของเรา หรือเป็นอารมณ์ของเรา วิปัสสนาจารย์ที่สอนจะให้ผู้สูงอายุผู้หมั่นฝึกพิจารณาด้วยการติดตามเฝ้าสังเกตถึงความเป็นจริงในสังขธรรมข้อนี้ให้ได้ว่า มันเป็นเพียงปรากฏการณ์ทางจิตอย่างหนึ่งที่มีการเกิดดับอยู่ตลอดเวลาอันเนื่องมาจากเหตุปัจจัย นอกจากนี้การพิจารณาในอารมณ์ต่าง ๆ จะต้องระมัดระวังในขณะที่พิจารณา ไตร่ตรองธรรมชาติของการเกิดดับ ด้วยการไม่เข้าไปยึดมั่นถือมั่นเมื่อทำได้เช่นนั้นก็เท่ากับสามารถควบคุมอารมณ์ต่าง ๆ ได้

๓. จิตตานุปัสสนา เป็นการเฝ้าติดตามดูรู้ทันในปฏิกิริยาของจิต เพื่อที่จะทำให้เข้าใจรับรู้โดยการติดตามเฝ้าสังเกตการทำงานของจิตในลักษณะต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นขณะนั้น (ไม่ใช่ในอดีตอนาคต) เช่น มีราคะ ไม่มีราคะ มีหรือไม่มีโมหะ โทสะ พุณฺณ เป็นสมมติ หลุดพ้น หรือไม่ว่าอย่างไร โดยไม่นำเอาวิญญาณการรับรู้หรืออารมณ์ความรู้สึกของเราเข้าไปควบคุมส่งเสริมหรือตัดสินให้กับสภาวะของจิตในขณะนั้น ด้วยการฝึกเช่นนี้ จะทำให้เข้าถึงและยอมรับความจริงแท้ อันจะทำให้จิตหลุดพ้นจากการยึดมั่นถือมั่นได้อีกวิธีหนึ่ง

การหมั่นฝึกภาวนาโดยวิธีนี้อยู่เป็นประจำ นอกจากจะทำให้ผู้สูงอายุเข้าใจและรู้จักตัวเองได้ดีขึ้นแล้ว ยังทำให้เราสามารถที่จะเจาะลึกลงไปในจิตวิญญาณ เพื่อนำมาใช้ปฏิบัติให้ชีวิตมีแต่ความสงบ สันติ และอยู่อย่างกลมกลืนทั้งกับตนเองและต่อสังคม

๔. เป็นวิธีสุดท้ายในการนำมาปฏิบัติ ได้แก่การติดตามทำความเข้าใจรู้ทันในองค์ธรรมเรียกว่า ธรรมานุปัสสนา โดยวิปัสสนาจารย์ที่สอนนั้นจะให้ผู้สูงอายุนำเอาองค์ธรรมอันเป็นคำสอนของพระพุทธองค์มาใคร่ครวญพิจารณาให้เกิดความกระจ่าง เช่นองค์ธรรมที่เกี่ยวกับ นิรวณฺ ๔ ขันธ ๕ आयตนะ ๖ โพชฌงค์ ๗ และอริยสัจ ๔ ว่า เกิด ดับ อย่างไร และจะละเสียได้อย่างไร จะเจริญเต็มสมบูรณ์ได้อย่างไร เป็นต้น ซึ่งรายละเอียดเกี่ยวกับเรื่ององค์ธรรมเหล่านี้ได้กล่าวไว้แล้วในตอนต้น

สรุปได้ว่า โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน ได้ประยุกต์แนวการสอนหรือเทคนิคการสอนตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งวิปัสสนาจะช่วยพัฒนาจิตใจของผู้สูงอายุให้พ้นจากความโลภ ความโกรธ ความหลง โดยไม่จำเป็นต้องหนีโลกที่ตนเองรับผิดชอบ และสามารถเลือกที่จะปฏิบัติให้ตรงกับจริตของตนและการทำงานของตน ที่ตรงกับความมุ่งหมายที่แท้จริงในการปฏิบัติวิปัสสนาก็เพื่อการเพาะบ่มจิตใจให้เกิดความปิติ ถึงพร้อมด้วยพรหมวิหารธรรม เป็นความปิติที่เกิดขึ้นและหลั่งออกมาจากจิตใจที่ได้รับการฝึกเป็นนิรามิสสุขที่เกิดจากจิตที่สงบระงับอยู่เหนือความทะยานอยาก ความใคร่อยากหลุดพ้นจากโลกียวิสัยและอยู่เหนือโลกธรรมทั้งหลาย

ด้านเทคนิคการสอนนี้ผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้แนวคิดแบบสอบถาม โดยการประยุกต์คำถามมาจากพุทธวิธีการสอน และพุทธลีลาในการสอนของพระพุทธเจ้าที่ปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา^{๘๘} ดังนี้

๑. เนื้อหาการสอนเข้าใจง่ายหรือในสิ่งที่รู้อยู่แล้ว
๒. สอนเรียงไปตามลำดับ
๓. สอนชี้แจงยกเหตุผลมาแสดงให้เห็นเข้าใจ
๔. สอนด้วยอาศัยความมีเมตตาไม่เห็นแก่อาภิส
๕. สอนโดยไม่กระทบตนและผู้อื่น
๖. แนวทางการปฏิบัติเหมาะแก่ผู้เรียน
๗. เสมอภาคในการให้สาระการเรียนรู้
๘. เปิดโอกาสให้ซักถามแสดงความคิดเห็น
๙. มีเอกสารประกอบการสอนที่เหมาะสม
๑๐. มีการประชุมปรับปรุงหลักสูตรอย่างสม่ำเสมอ

๒.๔.๓ ด้านการใช้สื่อการสอน

ในการจัดการเรียนการสอนของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลานได้นำเอาหลักการจัดการเรียนการสอนของ พระพรหมบัณฑิต อธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เรื่อง พุทธบูรณาการ^{๘๙} เพื่อการพัฒนาจิตใจและสังคมมาเป็นแนวทางในการจัดการศึกษาพระพุทธศาสนา บูรณาการกับศาสตร์สมัยใหม่ เพื่อพัฒนาจิตใจและสังคมเป็นเจตนารมณ์ของมหาวิทยาลัย และภาระงานของการจัดการศึกษาของคณะสงฆ์ ที่จะเข้าไปส่งเสริมและสนับสนุนให้เกิดผลในทางปฏิบัติต่อสังคมส่วนรวม จนได้ชื่อว่าเป็นการพัฒนาสังคมโดยพระพุทธศาสนา ซึ่งจะส่งผลเป็นการสร้างองค์ความรู้ ความเข้าใจ และแสดงออกต่อการดำเนินชีวิตตามกรอบพระพุทธศาสนาอย่างเข้มแข็ง มั่นคง จนเป็นสันติสุข เสรีภาพในการอยู่ร่วมกันของมนุษย์ในสังคมนี้

บูรณาการ คือ ทำให้สมบูรณ์ การทำให้สมบูรณ์ บูรณาการแบบเติมเต็มทำให้สมบูรณ์ นั้นเป็นลักษณะที่ผสมผสานองค์ประกอบ เข้าด้วยกัน เพื่อให้เกิดภาพที่สมบูรณ์นึกถึงจิ๊กซอว์มันจะมืองค์ประกอบหลายชิ้น ฉะนั้นบูรณาการแบบนี้แบบเติมเต็มก็คือเอาจิ๊กซอว์มาคนละชิ้นสองชิ้นถ้ายังไม่ประสานกันมันก็ยังเป็นกองอยู่แต่ละชิ้นซึ่งยังไม่รู้ว่ามันคือรูปอะไร แต่ถ้าเอามาต่อ ๆ กันมันก็จะออกมาเป็นรูปคน รูปสัตว์ รูปโบสถ์ รูปวิหาร ฉะนั้นแบบเติมเต็มนี้อาจจะได้ความคิดที่เป็นหลัก แล้วเอาความคิดมาเติมอีกชิ้นหนึ่งก็สมบูรณ์แล้ว เพราะยังขาดบางอย่าง เช่น เราวาดภาพโมนาลิซ่าวาดอย่างไรมันก็ไม่เหมือนเพราะขาดรอยยิ้มที่ลึกลับ ต้องเป็นฝีมือระดับต้นฉบับ ลีโอนาโด ดา วินชี

^{๘๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), *พุทธวิธีการสอน*, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา), ๒๕๔๗, หน้า ๕๔.

^{๘๙} พระพรหมบัณฑิต, ศ.ดร., อธิการบดี, *ปาฐกถาพิเศษเนื่องในการประชุมวิชาการระดับชาติ มจร, ณ อาคารหอประชุม มวก ๔๘ พรรษามหาวิจิตราลงกรณ, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๓ กรกฎาคม ๒๕๕๗.*

ภาพที่เราวาดสวยงามทุกอย่างแต่ขาดความรู้สึก เพราะยังไม่ได้วาดตา เอาตาใส่เข้าไปภาพก็มีชีวิตจิตใจสื่อสารกับผู้ชม

ศาสตร์หลาย ๆ ศาสตร์มีความสมบูรณ์ในตัวเองแต่ไร้จริยธรรม ไร้เสียซึ่งศีลธรรมนำความเดือดร้อนมาสู่โลกนี้เพราะไม่มีคุณธรรมจริยธรรมกำกับ ศาสตร์เหล่านั้นทำให้คนเป็นคนเก่งขาดลูกตาแห่งปัญญา ขาดปัญญาจักขุ เต็มตาไปเท่านั้นเองก็สมบูรณ์ เรียกว่าเต็มเต็ม พุทธจริยศาสตร์ไปผสมผสานกับเศรษฐศาสตร์ เราก็ได้เศรษฐศาสตร์แนวพุทธ เชิงพุทธเศรษฐศาสตร์ก็กลายเป็นเศรษฐศาสตร์ที่สมบูรณ์ แต่เมื่อขาดคุณธรรม จริยธรรมมันเป็นปลาใหญ่กินปลาเล็ก ไม่ใช่เศรษฐกิจพอเพียง พอเอาจริยธรรมใส่เข้าไปในเศรษฐศาสตร์หรือเศรษฐกิจ มันก็กลายเป็นเศรษฐกิจพอเพียง อันนี้จึงเป็นบูรณาการแบบเต็มเต็ม วิชาต่าง ๆ ที่เราสอนขาดจริยธรรมก็สอดแทรกจริยธรรมเข้าไปในวิชาต่าง ๆ เรียนประวัติศาสตร์ในตัวเองก็แค่เป็นเรื่องราวแต่เรียนประวัติศาสตร์แล้วทศัญญาใหม่ จงรักภักดีใหม่ ต่อให้เรียนประวัติศาสตร์เต็มที่แต่ไม่มีการสรุปว่าเรื่องนี้สอนว่าอย่างไร ให้สอนเหมือนเล่านิทานอีสป โดยไม่สรุปว่าสอนธรรมะอะไร ประวัติศาสตร์ก็เป็นแต่เพียงประวัติศาสตร์ เป็นศาสตร์สมัยใหม่ไร้ซึ่งจิตวิญญาณ

ดังนั้นโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลานจึงนำเอาหลักการเรียนแบบบูรณาการมาประกอบการเรียนการสอน ยกตัวอย่างในสิ่งใกล้ตัวมาเป็นสื่อและองค์ประกอบในการเรียนการสอนโดยการบูรณาการเข้ากับศาสตร์สมัยใหม่ เพื่อให้เป็นไปตามปรัชญามหาวิทยาลัยสงฆ์ คือ “ศูนย์กลางการศึกษาพระพุทธศาสนา บูรณาการกับศาสตร์สมัยใหม่ พัฒนาจิตใจและสังคม” สถาบันผู้สูงอายุแห่งชาติ (National Institute of Aging) สหรัฐอเมริกาทำวิจัยไว้เมื่อปี ๒๕๑๖ คนอเมริกันประมาณ ๕,๐๐๐ คน ที่ตอบว่ามีความสุขมาก เก็บข้อมูลไว้แล้วติดตามทุกปีว่า ยังสุขไหม จนถึงปี ๒๕๒๖ คน ๕,๐๐๐ คนที่มีความสุข ปรากฏว่าหลังจาก ๑๐ ปี คนไม่ใช่ทุกคนที่มีความสุข มันลดลงบ้าง สุขอย่างเดิมบ้าง สุขไม่ยั่งยืนบ้าง สุขยั่งยืนบ้าง แล้วก็ไปดูว่าทำไมคนที่สุขยั่งยืน สุขไม่ยั่งยืนเพราะอะไร สถานการณ์มันเปลี่ยน ปีนี้คุณมีความสุข แต่ปีหน้าลูกตาย ทุกข์แล้วทุกข์อีก ปีนี้กำลังมีความสุข ไฟไหม้บ้าน ปีหน้ากำลังมีความสุข ปีหน้าภรรยาฟ้องหย่ามันมีโลกธรรมเข้ามากระทบ ลาก เลื่อมลาก ยศ เลื่อมยศ นิทา สรรเสริญ พอเจอโลกธรรมแล้วมันสุขไม่ได้ เพราะฉะนั้นคนเรา เราก็รู้ว่าเมื่อไหร่จะสุขจะทุกข์ คนส่วนใหญ่สุข ทุกข์ขึ้นลงไปตามสถานการณ์ภายนอก แต่มันมีคนอีกกลุ่มหนึ่ง กลุ่มใหญ่เลยที่สุขได้ทุกเมื่อ ไม่ว่าโลกมันจะกลมทลาย โลกมันจะเปลี่ยนแปลงอย่างไรก็ตาม ฉันมีความสุข แล้วเราก็ศึกษาว่าคนประเภทนี้มีธรรมะอะไรในใจ เอามาสอนคน ธรรมะในใจนี้แหละที่ทำให้คนพอเพียง ทำให้คนมีความสุขอยู่ได้

สรุปความได้ว่า สื่อการสอนที่โรงเรียนผู้สูงอายุได้นำมาบูรณาการกับศาสตร์สมัยใหม่ เพื่อให้เป็นไปตามวิสัยทัศน์และพันธกิจของโรงเรียนผู้สูงอายุ ที่ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขเป็นการพัฒนาที่ยั่งยืน ๔ ประการ คือ

๑. สอนอย่างไร ให้ผู้สูงอายุมีความสุขตลอดเวลา ให้มองโลกในแง่ดี ปีนี้น้ำท่วม แต่มันไม่ได้โดดตายไปกับน้ำ ท่วมได้มันก็ลตได้ หลังน้ำท่วมมันจะต้องดีกว่าเก่า มีความหวัง เรียนจบแล้วเราจะต้องดีกว่าเก่า มีวิกฤตแล้ว เปลี่ยนวิกฤตให้เป็นโอกาส เปลี่ยนพินาศให้เป็นพัฒนา เปลี่ยนปัญหาให้

เป็นบทเรียน มีความศรัทธา ความเชื่อมั่น ถ้ามว่าประเทศไทยนับแต่นี้มันจะดีขึ้นไหม ต้องบอกว่าดีขึ้นแล้วมันจะมีความสุข อีก ๒ ปีข้างหน้าจะทะเลาะกันไหม ถ้าบอกว่าทะเลาะกันเหมือนเดิมท่านก็ทุกข์ มองโลกแง่ดี มีผล เห็นคนอื่นดีมีค่า ปลูกใจให้เกิดศรัทธา ตั้งหน้าทำดีมีคุณ มองโลกด้านร้าย กลายกลับ ใจรับแต่เรื่องเคืองชุ่น เหนื่อยหน่ายเลิกล้างทางบุญ วุ่นวายแน่นอน

๒. จะใช้สื่ออะไรมาสอนให้ผู้สูงอายุ มีความภูมิใจในตนเอง จนมันก็ภูมิใจ ไม่โกงใคร ไม่ทุจริต คอรัปชั่น ตรงข้ามกับพวกขี้โกง ไม่มีความภาคภูมิใจ

๓. ใช้สื่ออะไรมาสอนให้ผู้สูงอายุมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี เป็นคนที่เปิดเผยมีมนุษยสัมพันธ์ มีเพื่อน คนไหนที่มีทุกข์แล้วอยู่คนเดียว ทุกข์อยู่คนเดียว มันยิ่งเครียด ฆ่าตัวตาย

๔. ใช้สื่ออะไรที่จะนำมาสอนให้ผู้สูงอายุ รู้เท่าทันสถานการณ์ ไม่ว่าจะอะไรก็ตามขอเป็นนายเหนือสถานการณ์ แก้ปัญหาได้ น้ำท่วมก็ต้องเชื่อว่าเอาอยู่ ถ้าเอาไม่อยู่ทุกข์ คนที่เอาไม่อยู่คือคนที่ มีหนี้สินพันตัว ล้มละลาย นักโทษที่อยู่ในคุกไม่เป็นนายตัวเอง มันเป็นทุกข์ แต่ถ้าแม่เราจน แต่สุดลมหายใจแล้วอิสระมันก็มีความสุข กระทั่งน้อย ๆ กระทั่งน้อย ๆ เป็นนายตัวเองไม่ต้องกลัวใคร มีอาชีพของตนเอง หารายได้พออยู่พอกิน เศรษฐกิจพอเพียงก็จะสามารถสร้างความสุขได้

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาสำหรับผู้สูงอายุ ในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการใช้สื่อการสอนนี้ผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้แนวคิดแบบสอบถาม ปรับเปลี่ยนประเด็นการถามให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ และกรอบแนวคิดของงานวิจัยโดยการประยุกต์คำถามมาจากพุทธวิธีการสอน^{๙๐} และพุทธลีลาในการสอนของพระพุทธเจ้าที่ปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา ดังนี้

๑. ผู้สอนมีจริยวัตรที่งดงามเป็นตัวอย่างที่ดีในการสอน
๒. ผู้สอนใช้ภาษาที่เข้าใจง่ายและสอนด้วยเมตตา
๓. มีการประยุกต์ใช้อุปกรณ์ที่มีอยู่ตามธรรมชาติ
๔. อุปกรณ์ประกอบการเรียนการสอนเพียงพอต่อผู้เรียน
๕. ดูแลปรับปรุงเครื่องใช้ให้สะอาดน่าใช้ตลอดเวลา
๖. มีเครื่องมือเครื่องใช้ที่ทันสมัย
๗. อุปกรณ์ประกอบการเรียนการสอนที่ปลอดภัย
๘. สื่อการสอนเหมาะสมต่อผู้เรียน
๙. แสงสว่างเพียงพอต่อการสัจจร และการทำกิจกรรม
๑๐. มีการดูแล ซ่อมแซมทันที่เมื่อมีการเสียหาย

^{๙๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พุทธวิธีการสอน, หน้า ๕๔.

๒.๔.๔ ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม

ในด้านการจัดการสภาพแวดล้อมโรงเรียนผู้สูงอายุได้เล็งเห็นความสำคัญยิ่งเพราะเป็นปัจจัยที่จำเป็นมากต่อการเรียนการสอนและในทางปฏิบัติ ดังนั้นในการปฏิบัติธรรมที่ได้ผลดีนั้น^{๙๑} สถานที่ก็เป็นปัจจัยหลักเช่นเดียวกันด้วยเหตุนี้จึงได้นำเอาหลักสัปปายะ ๗ ประการ มาเป็นแนวทางในการจัดการด้านสถานที่ ได้แก่ (๑) ที่อยู่อาศัยเป็นที่สัปปายะ (๒) หมู่บ้านที่ไปบิณฑบาตเป็นที่สัปปายะ (๓) การพูดคุยเป็นที่สบาย (๔) บุคคลเป็นที่สัปปายะ (๕) อาหารเป็นที่สัปปายะ (๖) ฤดูเป็นที่สัปปายะ และ (๗) อริยาบถเป็นที่สัปปายะ มีอธิบายดังนี้

๑. ด้านที่พักอาศัยเป็นที่สัปปายะ (อवासสัปปายะ หรือวิหารสัปปายะ)

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค อธิบายไว้ว่า เมื่อโยคาวจรนั้นอยู่ในอवासใด นิमितที่ยังไม่เกิดก็ไม่เกิดขึ้น ที่เกิดแล้วก็เสื่อมหายไป สติที่ยังไม่ตั้งมั่นก็ไม่ตั้งมั่นและจิตที่ยังไม่เป็นสมาธิไม่เป็นสมาธิ อवासนี้นับเป็น อสัปปายะ ส่วนเมื่อเธออยู่ในอवासใด นิमितเกิดและถาวรด้วย สติที่ตั้งมั่น จิตก็เป็นสมาธิ ดุจพระปธานยติสสเถระผู้อยู่ ณ นาคบรรพต อवासนี้นับเป็นสัปปายะ เพราะเหตุนั้นในวิหารใด อवास ที่อยู่ มีหลายแห่งโยคาวจรพึงล่องอยู่ในอवासเหล่านั้นแห่งละ ๓ วัน จิตของเธอเป็นเอกัคคะ ตั้งมั่นในอารมณ์เดียวในอवासแห่งใด ก็อยู่ในอวาสแห่งนั้นเพราะความที่มีอवासเป็นสัปปายะแท้ ๆ ภิคุ ๕๐๐ รูปผู้อยู่ในถ้ำจุฬพนาคในตัมพปณณิทวีป ถือเอาแก้วมัญฐานบำเพ็ญอยู่ในถ้ำจุฬพนาคนั้นได้บรรลุพระอรหัตต์ทั้งหมด ส่วนพระอริยบุคคลเบื้องต้นมีพระโสดาบัน เป็นต้น และท่านผู้ได้อริยภูมิในที่อื่นแล้ว มาบรรลุพระอรหัตต์ในถ้ำจุฬพนาคนั้นมีประมาณมิได้ แม้ในอवासสัปปายะแห่งอื่น ๆ เช่นจิตตลบรรพตวิหาร ที่อยู่อาศัย อันพระโยคาวจรเมื่อเข้าไปอยู่แล้วทำนิमितที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น และที่เกิดขึ้นแล้วก็สามารถรักษาไว้ได้ ทำให้สติมั่นคง ทำให้จิตเป็นสมาธิได้ง่าย สถานที่ที่เกื้อหนุนการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานได้ผลดีเกี่ยวกับที่พักอาศัยของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เมื่อเข้าไปพักแล้วทำให้มีสติมั่นคง จิตเป็นสมาธิได้ง่าย มีสุขลักษณะดี อากาศถ่ายเทสะดวก ไม่มีเสียงรบกวน สงบเงียบ ร่มรื่นและมีบริเวณกว้างขวาง

ลักษณะที่อยู่อาศัยเป็นที่สบาย สถานที่อยู่อาศัยเป็นที่สบายเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนั้น พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงลักษณะอवासสัปปายะ ไว้ประกอบด้วยองค์ ๕ คือ

- ๑) เป็นสถานที่ตั้งอยู่ไม่ใกล้และไม่ไกลจากหมู่บ้านเกินไป มีทางไปมาสะดวก
- ๒) กลางวันไม่พลุกพล่านด้วยคนและสัตว์ กลางคืนก็เงียบสงัดไม่มีเสียงอีกที่ก
- ๓) ปราศจากการรบกวนของเหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลายมี

งู เป็นต้น

๔) เป็นสถานที่สามารถแสวงหาปัจจัย ๔ ได้แก่ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ และยารักษาโรค ได้โดยง่าย

^{๙๑} สุเนตร แก้วขวาน้อย, “การศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยวิทยาเขตนครราชสีมา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา, ๒๕๔๗).

๕) เป็นสถานที่ที่มีพระภิกษุผู้เป็นเถระ เป็นพหูสูตร มีอาคมแตกฉาน (คือ ท่องจำปริยัติได้คล่องปากเข้าใจความหมายชัดเจน) เป็นผู้ทรงธรรม ทรงวินยทรงไว้ซึ่งมัตติกา พำนักอยู่ซึ่งจะสามารถเข้าไปสอบถามข้อธรรมข้อธรรม ให้ท่านช่วยอธิบายแก้ความสงสัยได้

ลักษณะที่อยู่อาศัยเป็นที่สบาย จะเป็นการอยู่อาศัยชั่วคราวหรือถาวร เป็นสถานที่อยู่ไม่ไกลหรือไกลจากหมู่บ้านเกินไป กลางวันไม่มีคนพลุกพล่าน กลางคืนเงียบสงบ ไม่มีสัตว์และแมลงรบกวนมาก มีปัจจัยสี่พออาศัยดำรงชีวิตอยู่ได้ มีครูอาจารย์ผู้ทรงธรรมทรงธรรมอยู่ด้วย

๒. โคจรคาม (โคจรสัปปายะ)

ทั้งนี้ได้หมายเอาหมู่บ้านหรือท้องถิ่นที่หาอาหาร ที่เที่ยวไปเพื่อเข้า ไปบิณฑบาต การขบฉันของพระและโยคีผู้ปฏิบัติ มี ๒ อย่าง ได้แก่ โคจรสัปปายะ คือ หมู่บ้านหรือท้องถิ่นที่เหมาะสมเพื่อเข้าไปบิณฑบาต และโคจรสัปปายะ คือ หมู่บ้านหรือท้องถิ่นที่เหมาะสมเพื่อเข้าไปบิณฑบาต โยคาวจรพึงเลือกโคจรคามสัปปายะ

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค อธิบายไว้ว่า หมู่บ้าน หรือท้องถิ่นสำหรับไปบิณฑบาตแห่งใดมีอยู่ในที่ไม่ไกลนัก ไม่ไกลนักในระยะประมาณโกสะกิง ประมาณ ๑,๐๐๐ ชั่วคันธนูหรือ ๒ กิโลเมตร เป็นเสนาสนะอยู่ทางทิศเหนือหรือทางทิศใต้ เป็นที่มีภิกษาสมบูรณ์ หมู่บ้านนั้นนับว่าเป็นสัปปายะ น่าจะถือเอาด้วยสาเหตุ คือ (๑) ไกลและการคมนาคมไปมาไม่สะดวก (๒) เวลาบิณฑบาตไปหรือกลับโดนแสง อาทิตยขึ้นส่องหน้า และ (๓) บิณฑบาตไม่พองแกำการฉัน

๓. ภัตสละ (ภัตสละสัปปายะ)

ภัตสละ หมายถึง การพูดคุย หรือถ้อยคำ มี ๒ อย่าง ได้แก่ ภัตสละสัปปายะ คือ การพูดคุยหรือถ้อยคำที่ไม่เหมาะสมในระหว่างปฏิบัติและภัตสละสัปปายะ คือ การพูดคุย หรือถ้อยคำที่เหมาะสมในระหว่างปฏิบัติ โยคาวจรพึงปฏิบัติตนเพื่อสำรวมอินทรีย์พูดน้อยในระหว่างปฏิบัติธรรมเพื่อสำรวมสมาธิและปฏิภาคนิมิต ในวิปัสสนานัย เล่ม ๑ แสดงอธิบายการสำรวมสติไว้ว่า ในระหว่างปฏิบัติธรรมศีลต้องบริสุทธิ์ บุคคลพึงยังกุศลจิตให้เกิดทางทวาร ๖ แล้วรักษาอินทรีย์สังวรศีล ด้วยการปิดกั้นมิให้เกิดอกุศล มีสติก่อให้เกิดกุศลจิตอยู่เสมอในขณะที่ประจวบกับอารมณ์

การใช้สติสำรวมอินทรีย์เพื่อไม่ให้เกิดกิเลสในขณะที่วิญญูณ ๖ รับรู้อารมณ์ ๖ เพื่อความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม การสำรวมวาจาพูดน้อย ไม่กล่าวติรัจฉานกถา อันเป็นเรื่องขัฒมรรคผลเป็นไปเพื่ออันตรายเสียแห่งนิมิตของผู้ปฏิบัติ หรือวิคคาหิกกถา ที่เป็นถ้อยคำที่แก่งแย่งกันทำลายความดีงามและความเจริญของตน พร้อมทั้งทำลายความสามัคคีของหมู่คณะอีกชื่อว่า อสัปปายะ แม้กถาวัถฏ ๑๐ เป็นถ้อยคำที่ไม่ขัดกันกับมรรค ผล นิพพาน ชื่อว่า ภัตสละสัปปายะ ก็ควรกล่าวพอประมาณ เพื่อสำรวมสมาธิและปฏิภาคนิมิต ทั้งติรัจฉานกถา วิคคาหิกกถา และกถาวัถฏ ๑๐ มีปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

๔. ด้านบุคคลเป็นที่สบาย (บุคคลสัปปายะ)

บุคคลเป็นที่สบายมีเนื้อหาที่สำคัญประกอบไปด้วย ความหมายของบุคคลเป็นที่สบาย และลักษณะของบุคคลเป็นที่สบาย มีรายละเอียดดังนี้

๑. ความหมายของบุคคลเป็นที่สบาย (บุคคลสัปปายะ) ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค อธิบายไว้ว่า บุคคลสัปปายะ คือบุคคลที่ไม่สมควร เข้าไปสนทนาปราศรัยในขณะที่กำลังปฏิบัติอยู่นั้น ได้แก่ บุคคลผู้มากไปด้วยการทำกายให้มันคงชอบบำรุงประคบประหงมตกแต่งร่างกาย (กายทพหิพหุโล) มีปกติพูดติรจฉานกถา (ติรจฉานกถิโก) เป็นอัสปายะ เพราะว่าเขามีแต่จะทำให้เธอเศร้าหมอง ดุจน้ำโคลนทำน้ำใสให้ขุ่นไป ฉะนั้น และเพราะอาศัยบุคคลเช่นนั้น สมาบัติย่อมเสื่อม ดุจสมบัติของภิกษุหนุ่มผู้อยู่ ณ โกฏิบรรพตวิหาร เสื่อมเพราะอาศัยบุคคลเช่นนั้น ส่วนบุคคลสัปปายะ บุคคลที่สมควรเข้าไปสนทนาปราศรัยในขณะที่กำลังปฏิบัติอยู่นั้น ได้แก่ บุคคลที่เป็นผู้ไม่พูดติรจฉานกถา (อติรจฉานกถิโก) ถึงพร้อมด้วยศีลคุณ สมาธิคุณ ปัญญาคุณ (สีลาทิคุณสมปนโน) ซึ่งโยคาวจรได้อาศัยแล้ว เป็นเหตุทำให้จิตที่ยังไม่เป็นสมาธิย่อมจะเป็นสมาธิหรือจิตที่เป็นสมาธิแล้ว จะตั้งมั่นยิ่งขึ้น เกิดความสงบเยือกเย็นผ่องใสได้โดยแท้ ซึ่งผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานได้อาศัยแล้ว เป็นเหตุให้จิตที่ยังไม่เป็นสมาธิย่อมจะเป็นสมาธิ จิตที่เป็นสมาธิอยู่แล้วย่อมตั้งมั่นเป็นสมาธิสูงขึ้น

ดังนั้นจึงสามารถสรุปความหมายของบุคคลเป็นที่สบายได้ว่า หมายถึง สิ่งที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานได้ผลดีเกี่ยวกับบุคคลรอบข้างผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เป็นผู้ที่มีศีลบริสุทธิ์ นำเคารพนับถือ มีความยุติธรรม ไม่ลำเอียง มีความสามารถในการแนะนำ มีปัญญาแสดงธรรมได้อย่างลึกซึ้ง สามารถชักนำไปในทางที่ดีได้

๒. ลักษณะของบุคคลเป็นที่สบาย บุคคลเป็นที่สบายนั้น พระพุทธโฆสจารย์ หมายถึง ผู้ที่มีลักษณะเป็น กัลยาณมิตร คือ ผู้ที่เป็นมิตรที่ดี ตั้งตนอยู่ในฝ่ายเจริญ แสวงหาประโยชน์เกื้อกูลผู้อื่นไปฝ่ายเดียวกัลยาณมิตรนั้นมีลักษณะ ดังนี้

- ๑) เป็นผู้ที่น่ารัก น่าเลื่อมใส เพราะมีศีลบริสุทธิ์ (ปิ โย)
- ๒) เป็นผู้ที่น่าเคารพ เพราะประกอบด้วยคุณธรรมมีศีลสมาธิ และการถืออุตุคค์ (ธรรมเป็นเครื่องขัดเกลาภิเลส) เป็นต้น (ครุ)
- ๓) เป็นผู้ที่น่าสรรเสริญ เพราะมีใจเที่ยงธรรมไม่ลำเอียง (อคติ) ในบรรดา สหธรรมิกทั้งหลาย (ภาวนีโย)
- ๔) เป็นผู้ว่ากล่าว ตักเตือน แนะนำผู้อื่น ไม่เฉยเมย (วตฺตา)
- ๕) เป็นผู้ยอมให้คนอื่นว่ากล่าวตักเตือน ไม่หัวดีถือตัว (วจนฺทโม)
- ๖) เป็นผู้สามารถแสดงธรรมหรือแต่งธรรมกถาอันลึกซึ้ง คือ ความเป็นไปของรูปนามชั้น ๕ อริยสัจ ๔ ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ ไตรลักษณ์ ๓ เป็นต้น ได้อย่างแจ่มแจ้งชัดเจน (คมภีรญจ กถิ กตฺตา)
- ๗) เป็นผู้เว้นจากการชักชวนผู้อื่นให้ทำในสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ มีแต่คอยชักนำให้ทำในสิ่งที่เป็นประโยชน์ตนและประโยชน์ผู้อื่น (โน จฏฺฐาเนนิโยชเย)

สรุปได้ว่า ลักษณะของบุคคลเป็นที่สบาย คือ บุคคลที่อยู่รอบข้างเป็นผู้นำรักเพราะมี ศีลบริสุทธิ์ นำเคารพเพราะมีความหนักแน่นมั่นคงปราศจากความลำเอียง นำสรรเสริญ มีความอดทนสูง มีปัญญาสามารถในการแนะนำผู้อื่น ไม่โอ้อวดถือตัวสามารถแสดงธรรมได้อย่างลึกซึ้ง และชักนำผู้อื่นในทางที่เป็นประโยชน์

๕. อาหารเป็นที่สบาย (โภชนสัปปายะ)

ลักษณะอาหารเป็นที่สบายแก่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนั้น ควรเป็นอาหารที่รับประทานแล้วไม่ส่งเสริมหรือกระตุ้นให้กิเลส (ความเศร้าหมองจิตใจ) มีความกำหนัดในเพศตรงกันข้าม (ราคะ) เป็นต้น ฟุ้งขึ้นมาหรือมีกำลังมาก แต่เป็นการลดหรือสกัดกั้นความรุนแรงของกิเลสเหล่านั้นลง มนุษย์แต่ละคนจะมีกิเลสประเภทใดมากหรือน้อยแตกต่างกันย่อมขึ้นอยู่กับ “จริต” คือกุศลกรรมและอกุศลกรรมที่สั่งสมมาในอดีตชาติและปัจจุบันชาติจนเคยชินและมีปริมาณมาก ฝังลึกอยู่ภายในจิตกลายเป็นคุณลักษณะฝ่ายดีและชั่วของแต่ละคน ลักษณะของอาหารเป็นที่สบายคือเหมาะสมสำหรับคนจริตต่าง ๆ มีดังนี้

๑. คนราคะจริต คือผู้มีปกติหนักไปในทางรักสวรั้งามและคนวิตกจริต คือผู้ที่มีปกติหนักไปทางคิดจับจดฟุ้งซ่าน เมื่อเวลาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานอาหารที่รับประทานและของขบฉันต่าง ๆ ควรปรุงแต่งด้วยของเหลว ๆ ปอน ๆ ไม่ประณีต สีส้มไม่สวย กลิ่นไม่หอม กับข้าวก็ปรุงจากของหยาบ ๆ เช่น ผักแก่ ๆ อย่างใดอย่างหนึ่งให้เป็นอาหารพออิ่มท้องเท่านั้น

๒. คนโทสจริต คือ ผู้ที่มีปกติหนักไปทางใจร้อน หงุดหงิด คนโมหจริต คือผู้ที่มีปกติหนักไปทางง่วงเหงาเซื่องซึม งมแงย และคนศรัทธาจริต คือผู้ที่มีปกติหนักไปทางมีจิตซาบซึ้ง นุ่มใจเชื่อเลื่อมใสโดยง่าย เมื่อเวลาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานอาหารที่รับประทานไม่ว่าจะเป็นข้าวต้ม ข้าวสวย หรือของควรเคี้ยวควรฉันต้องมีสีสวย มีกลิ่นดีมีรสโอชะและมีปริมาณมากเพียงพอตามที่ต้องการอีกด้วย

สรุปได้ว่า ลักษณะอาหารเป็นที่สบาย คือ อาหารที่รับประทานแล้วไม่ทำให้จิตใจเศร้าหมองเกียจคร้าน ถูกกับจริตของผู้บริโภค มีปริมาณเพียงพอต่อความต้องการ สามารถจัดหาได้โดยง่าย

๖. ฤดู (อุตุสัปปายะ)

ฤดู (อุตุสัปปายะ) หมายถึง ดินฟ้าอากาศ ธรรมชาติแวดล้อม ได้แก่ อุตุสัปปายะ คือ สภาวะดินฟ้าอากาศธรรมชาติแวดล้อมที่ไม่เหมาะสม เช่น หนาวเกินไป ร้อนเกินไป เป็นต้น และอุตุสัปปายะ คือ สภาวะดินฟ้าอากาศธรรมชาติแวดล้อมที่เหมาะสม เช่น ไม่หนาวเกินไปไม่ร้อนเกินไป เป็นต้น โยคาวจรพึงเลือกอยู่ในธรรมชาติดินฟ้าอากาศที่ทำให้จิตใจของตนแจ่มใสมั่นคง

เอื้ออำนวยแก่การปฏิบัติธรรมของตน ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค อธิบายไว้ว่า อากาศที่ไม่สบายและสบายในขณะปฏิบัติธรรมอยู่นั้น โยคาวจรบางท่านเมื่อได้รับอากาศร้อนแล้ว ก็รู้สึกไม่ค่อยจะสบาย จิตใจที่ยังไม่แจ่มใส ไม่มั่นคง ก็กลับกระสับกระส่ายซุ่มหนอยิ่งขึ้น จิตใจที่สงบระงับ

แจ่มใสตั้งมั่นแล้วก็กลับหงุดหงิดฟุ้งซ่านขึ้นมา แต่ถ้าได้รับอากาศเย็นก็รู้สึกสบาย จิตใจที่ยังไม่แจ่มใสไม่ตั้งมั่นก็กลับแจ่มใสตั้งมั่นขึ้น จิตใจที่สงบระงับแจ่มใสตั้งมั่นแล้วก็ถาวรยิ่ง ๆ ขึ้นไป ฉะนั้น อากาศร้อนจึงเป็นอุปสรรค ส่วนอากาศเย็นเป็นสปปายะแกโยคาวจรบุคคลนั้น โยคาวจรบางท่านได้รับอากาศเย็นแล้ว ก็รู้สึกไม่ค่อยจะสบาย จิตใจที่ยังไม่แจ่มใส ไม่นั่นคง ก็กลับกระสับกระส่ายขุ่นหมองยิ่งขึ้น จิตใจที่สงบระงับแจ่มใสตั้งมั่นแล้วก็กลับหงุดหงิดฟุ้งซ่านขึ้นมา แต่ถ้าได้รับอากาศร้อนก็รู้สึกสบาย จิตใจที่ยังไม่แจ่มใส ไม่ตั้งมั่นก็กลับแจ่มใสตั้งมั่นขึ้น จิตใจที่สงบระงับแจ่มใสตั้งมั่นแล้วก็ถาวรยิ่ง ๆ ขึ้นไป ฉะนั้น อากาศเย็นจึงเป็นอุปสรรค ส่วนอากาศร้อนเป็นสปปายะแกโยคาวจรบุคคลนั้น

๗. ด้านธรรมสบาย (ธรรมสปปายะ)

ในเรื่องธรรมสบายมีเนื้อหาที่สำคัญประกอบไปด้วย ความหมายของธรรมสบาย และลักษณะของธรรมสบาย มีรายละเอียดดังนี้

ธรรมสปปายะ หมายถึง ธรรมสบาย หมายความว่า เราปฏิบัติกรรมฐานและได้กรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตของเรา เช่น คนขี้โกงเป็นประจำถ้าได้เจริญเมตตาแล้วรู้สึกสบายขึ้นบานบางคนเป็นเจ้าของราคะชอบรัก ชอบสวย ๆ งาม ๆ ถ้าได้เจริญอุสุภกรรมฐานแล้วรู้สึกลำบากบางคนชอบคิดฟุ้งซ่านมากจิตไม่ค่อยสบาย ถ้าได้เจริญอานาปานสติกำหนดลมหายใจเข้าออกจะรู้สึกสบาย บางคนไม่ชอบเจริญสมถกรรมฐาน แต่ถ้าได้เจริญวิปัสสนาพิจารณาความเกิดดับแล้วรู้สึกสบาย ถ้ากรรมฐานใดทำให้เรารู้สึกสบายทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตก็เลือกกรรมฐานชนิดนั้น ท่านเรียกว่า ได้ธรรมสบาย^{๙๒}

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาสำหรับผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้แนวคิดแบบสอบถาม โดยปรับเปลี่ยนประเด็นคำถามให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของงานวิจัย ซึ่งได้ประเด็นสำหรับการสอบถามให้สอดคล้องกับหลักสปปายะในทางพระพุทธศาสนา^{๙๓} ดังนี้

๑. สถานที่ตั้งเหมาะสม
๒. สะดวกในการเดินทาง
๓. ความสะอาดของสถานที่
๔. มีป้ายประกาศทำความเข้าใจกฎระเบียบชัดเจน
๕. ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมเอื้ออำนวย
๖. ขนาดห้องเรียนเพียงพอและเหมาะสม

^{๙๒} พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตวันโณ), “เหตุที่ทำให้อายุยืน”, นิตยสารพันโลก, ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๔๗, (กุมภาพันธ์, ๒๕๓๘), ๙๘-๙๙.

^{๙๓} พระมหาชัยนันต์ โชติปัญโญ (สุตะวงษ์), “ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา : กรณีศึกษาอุบาสก อุบาสิกา วัดป่าหมากหน่อ จังหวัดเชียงราย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ๗๐.

๗. ไม่มีเสียงรบกวนในการเรียนการสอน
๘. สถานที่ที่ร่มรื่นเหมาะแก่การปฏิบัติ
๙. สถานที่เดินจงกรมควรแก่การปฏิบัติ
๑๐. คบหาบุคคลที่เหมาะสมเป็นกัลยาณมิตร

๒.๔.๕ ด้านการวัดผลและประเมินผล

ด้านการวัดและประเมินผลนี้ โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลานได้ใช้แนวทางในการวัดและประเมินผลเพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ในการจัดตั้งโรงเรียน เพื่อส่งเสริมพัฒนาผู้สูงอายุตลอดชีวิตแบ่งเป็น ๔ ด้าน คือ เพื่อเสริมสร้างสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุทั้งด้านร่างกายและจิตใจ เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสร้างสรรค์ประโยชน์แก่ชุมชนและสังคม เพื่อเสริมสร้างคุณค่าทางภูมิปัญญาของผู้สูงอายุให้เป็นที่ประจักษ์และยอมรับ และเพื่อส่งเสริมภูมิปัญญา ทักษะในการส่งเสริมอาชีพ และวัฒนธรรมท้องถิ่นให้ดำรงสืบต่อไป และเพื่อส่งเสริมขบวนการในการทำงานร่วมกันของทุกภาคส่วนในลักษณะของการบูรณาการ (บวร) วัด บ้าน โรงเรียน และราชการในการทำงานร่วมกันอย่างแท้จริง ดังนั้น ในแต่ละหน่วยการเรียนรู้ ก็จะมีรูปแบบการวัดและประเมินผลที่แตกต่างกันไปตามวัตถุประสงค์ที่ต้องการรับรู้

ส่วนการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ใช้การสอบถาม และการเฝ้าสังเกต พฤติกรรม ในการศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาสำหรับผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการวัดและประเมินผล ผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้แนวคิดแบบสอบถาม โดยปรับเปลี่ยนประเด็นการถามให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของงานวิจัย ซึ่งได้ประเด็นสำหรับการสอบถามให้สอดคล้องกับวิสัยทัศน์ และพันธกิจของโรงเรียนผู้สูงอายุสืบไป ซึ่งเมื่อผู้ปฏิบัติทดลองปฏิบัติกรรมฐานด้วยตนเองไปได้ระยะหนึ่งแล้ว ครูผู้สอนกรรมฐานจะเรียกผู้ปฏิบัติใหม่ทุกคนมาประชุมและซักถามถึงวิธีกำหนดอารมณ์ และวิधिพิจารณากรรมฐานของผู้ปฏิบัติแต่ละคน ผู้ปฏิบัติต้องเล่าประสบการณ์ความรู้สึกลงในการสังเกตพฤติกรรมของตน และการใช้เหตุผลของตนเองขณะแสดงพฤติกรรมหรืออิริยาบถต่าง ๆ ตามที่สังเกตได้จริงเป็นการสอบถามและแก้ไขความเข้าใจในขณะนั้น ระหว่างครูผู้สอนและผู้ปฏิบัติ เรียกว่า การสอบอารมณ์ ความมุ่งหมายของการสอบอารมณ์ เพื่อครูผู้สอนใช้ตรวจสอบว่าผู้ปฏิบัติมีความเข้าใจในการเจริญวิปัสสนาได้ถูกต้องตามที่สอนหรือไม่ ถ้าผู้ปฏิบัติยังไม่เข้าใจหรือปฏิบัติยังไม่ถูกต้อง จะได้แนะนำวิธีการที่ถูกต้อง พร้อมทั้งย้ำถึงสิ่งที่ควรทำและไม่ควรทำ ดังนั้น ความสำคัญขั้นต้นของการสอบอารมณ์ คือ การตรวจสอบผู้ปฏิบัติใหม่หรือผู้ที่เริ่มปฏิบัติว่ามีความเข้าใจถึงความแตกต่างของรูปกับนาม ซึ่งเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาถูกต้องแล้วหรือยัง

๒.๕ สภาพพื้นที่ที่ศึกษา

โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลานเดิมเป็นชมรมผู้สูงอายุ โดยก่อตั้งมาเพื่อดูแลคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ทำกิจกรรมพัฒนาตนเอง และเยี่ยมบ้าน มีโรงเรียนสัจจร ๒-๓ ครั้ง หลังจากไปศึกษาดูงานโรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลห้วยม้ง จังหวัดเชียงรายแล้ว จึงกลับมาพัฒนาเป็น

โรงเรียนผู้สูงอายุ ช่วงแรกคนให้ความสนใจน้อย ตั้งเป้าไว้ ๕๐ คน มีผู้มาสมัครจริง ๑๘ คน ซึ่งไม่เป็นไปตามเป้าหมาย จึงเปลี่ยนเป็นการประชาสัมพันธ์ผ่านประชาคมทุกหมู่บ้าน ทำประชาคม ๓ ครั้ง โดยสอบถามความต้องการของผู้สูงอายุและผู้เกี่ยวข้อง จนมีคนมาสมัครประมาณ ๑๐๐ คน จึงได้ยกสถานะมาเป็นโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน และเพื่อให้สอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๑ (พ.ศ. ๒๕๕๕-๒๕๕๙) ได้กำหนดยุทธศาสตร์การพัฒนาคน สู้สังคมแห่งการเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างยั่งยืน รวมถึง การพัฒนาผู้สูงอายุให้มีความมั่นคงทางเศรษฐกิจและสังคม มีคุณภาพ มีคุณค่า สามารถปรับตัวเท่าทันการเปลี่ยนแปลง และเป็นพลังในการพัฒนาสังคม

โดยส่งเสริมการสร้างรายได้และการมีงานทำในผู้สูงอายุ ควบคู่กับการเพิ่มพูนความรู้ให้แก่ผู้สูงอายุ เพื่อการประกอบอาชีพและการพัฒนาตัวเองอย่างต่อเนื่อง โดยส่งเสริม สนับสนุนให้มีการนำความรู้และประสบการณ์ของผู้สูงอายุที่เป็นคลังสมอง ผู้มีความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น มาใช้ประโยชน์ในการพัฒนาท้องถิ่น พร้อมทั้ง ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถพึ่งตนเอง โดยการปรับปรุงสภาพแวดล้อม และความจำเป็นทางกายภาพให้เหมาะกับวัยในรูปแบบที่หลากหลาย ทั้งในด้านการจัดบริการสุขภาพและสวัสดิการสังคม โดยการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนอย่างต่อเนื่องโดยโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน ได้มีการบรรจุหลักสูตรการเรียนการสอนอย่างครอบคลุม ประกอบด้วย กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพ การสนับสนุนการศึกษาและการเรียนรู้สำหรับผู้สูงอายุ การส่งเสริมกิจกรรมด้านอาชีพ การส่งเสริมการผลิตและการจำหน่ายผลิตภัณฑ์ การถ่ายทอดวัฒนธรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่น กิจกรรมนันทนาการ ศาสนา ประเพณี การจัดระบบฐานข้อมูลผู้สูงอายุในพื้นที่ รวมทั้งเป็นศูนย์ส่งเสริมสนับสนุนการปฏิบัติงานของอาสาสมัครจิตอาสา นับเป็นประโยชน์ ต่อทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง การปฏิบัติต่อผู้สูงอายุถือเป็นภารกิจหนึ่งที่จะต้องดำเนินการอย่างต่อเนื่องและควบคู่ไปกับกลุ่มอื่น ๆ ในสังคม เช่น กลุ่มเด็ก/เยาวชน กลุ่มคนพิการและกลุ่มสตรี ซึ่งต้องบูรณาการร่วมกันตามบริบทของชุมชน เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีของทุกคนในพื้นที่เทศบาลตำบลหนองลาน

โรงเรียนผู้สูงอายุ เป็นรูปแบบหนึ่งของการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต การพัฒนาทักษะ และการศึกษาตามอัธยาศัยของผู้สูงอายุ กิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุจะเป็นเรื่องที่ผู้สูงอายุสนใจและมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิต ช่วยเพิ่มพูนความรู้ ทักษะชีวิตที่จำเป็น โดยวิทยากรจิตอาสาหรือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ขณะเดียวกันก็เป็นพื้นที่ที่ผู้สูงอายุจะได้แสดงศักยภาพ โดยการถ่ายทอดภูมิความรู้ประสบการณ์ที่สั่งสมแก่บุคคลอื่นเพื่อสืบสานภูมิปัญญาให้คงคุณค่าคู่กับชุมชน

การดำเนินงานโรงเรียนผู้สูงอายุ โดยทั่วไปใช้อาคารเรียนเก่าที่เลิกกิจการหรือตั้งอยู่ในชมรมผู้สูงอายุ ภายในวัดบางแห่งใช้บ้านของผู้ริเริ่มก่อตั้งเป็นสถานที่ดำเนินการ ซึ่งการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุในระยะแรก อาจเป็นเพียงการรวมกลุ่มพบปะพูดคุยกัน แล้วจึงค่อย ๆ มีรูปแบบชัดเจนขึ้น มีกิจกรรมที่หลากหลายตามความต้องการของผู้สูงอายุ หรืออาจเป็นการขยายกิจกรรมจากที่มีการดำเนินการอยู่แล้ว เช่น ศูนย์บริการทางสังคมแบบมีส่วนร่วม(ศาลาสว่างสุข) ศูนย์สามวัย

ธนาการความดี เป็นต้น โรงเรียนผู้สูงอายุไม่มีรูปแบบและกิจกรรมตายตัว ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับบริบทของพื้นที่ ความต้องการของผู้สูงอายุ การจัดกิจกรรมของโรงเรียนผู้สูงอายุ จะกำหนดตารางกิจกรรมในแต่ละสัปดาห์ไว้ชัดเจน ระยะเวลาเปิดเรียนอาจเป็นตลอดปีหรือเปิดเป็นช่วงเวลาตามหลักสูตรที่จัดอบรม ซึ่งโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี จัดกิจกรรมทุกวันพุธ ณ ศาลาพุทธชยันตี วัดหนองไม้แก่น ตั้งแต่ ๑๕ ต.ค. ๒๕๕๗ จนถึงปัจจุบัน

๒.๕.๑ สถานที่ตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ

โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน ตั้งอยู่เลขที่ ๑๓๙ หมู่ ๖ ตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ๗๑๑๓๐

๒.๕.๒ วัตถุประสงค์การจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ

โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน มีวิสัยทัศน์ และพันธกิจที่แน่วแน่ว่า “สูงวัยอย่างมีศักดิ์ศรีสร้างความดีเพิ่มคุณค่า ร่วมพัฒนาสังคม” โดยตั้งอยู่บนวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ

๑. เพื่อส่งเสริมพัฒนาผู้สูงอายุตลอดชีวิตแบ่งเป็น ๔ ด้าน คือ
 - เพื่อเสริมสร้างสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุทั้งด้านร่างกายและจิตใจ
 - เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสร้างสรรค์ประโยชน์แก่ชุมชนและสังคม
 - เพื่อเสริมสร้างคุณค่าทางภูมิปัญญาของผู้สูงอายุให้เป็นที่ประจักษ์และยอมรับ
 - เพื่อส่งเสริมภูมิปัญญา ทักษะในการส่งเสริมอาชีพ และวัฒนธรรมท้องถิ่นให้ดำรงสืบต่อไป

๒. เพื่อส่งเสริมขบวนการการทำงานร่วมกันของทุกภาคส่วนลักษณะของการบูรณาการ (บวร) วัด บ้าน โรงเรียน และราชการในการทำงานร่วมกันอย่างแท้จริง

๒.๕.๓ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับในการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุ

ด้วยเทศบาลตำบลหนองลาน เห็นว่าวัดเป็นศูนย์รวมของชุมชน รวมทั้งคนในชุมชนรอบ ๆ วัดยังใช้วัดเป็นสถานที่พบปะสังสรรค์ และทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน เช่น การประชุมหมู่บ้าน การประชุมราชการ หรือให้วัดเป็นศูนย์การเรียนรู้ แต่ในปัจจุบันท่ามกลางกระแสการเปลี่ยนแปลงของสังคม วัฒนธรรมตะวันตกที่ไหลบ่าเข้ามาสู่สังคมไทย ทำให้เด็ก เยาวชน และประชาชน หันไปยึดติดในวัตถุนิยมมากเกินไป เป็นผลให้คนห่างไกลจากวัดโดยไม่รู้ตัว วัดจึงได้ลดบทบาทจากในอดีตลงไปมาก วัดเป็นศูนย์รวมจิตใจของประชาชน ส่วนพระสงฆ์เป็นตัวแทนของวัดในการแสดงบทบาทต่าง ๆ เป็นผู้นำทางจิตใจของประชาชน เป็นศูนย์รวมแห่งความเคารพ เชื่อถือ และการร่วมมือกันให้เกิดความสามัคคีความเป็นระเบียบเรียบร้อยด้วยเหตุนี้ เหตุผลหลักที่ทำให้เกิดโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลานขึ้นที่วัดหนองไม้แก่นด้วยเหตุผล ๓ ประการคือ (๑) วัดเป็นสถานสงบรณ์เหมาะสมแก่การพัฒนาทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุทุกช่วงวัยส่วนใหญ่ต้องการแสวงหาธรรมในช่วงปลายของชีวิต (๒) วัดมีบุคลากร วัสดุเครื่องใช้ในการปฏิบัติได้อย่าง

ครบถ้วน และ (๓) เป็นศูนย์กลางในการร่วมมือทุกภาคส่วน ที่เรียกกันว่า วัด บ้าน โรงเรียนในการร่วมมือของรัฐ

๒.๕.๔ ยุทธศาสตร์การพัฒนาโรงเรียนผู้สูงอายุ

ด้านการเสริมสร้างสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุทั้งด้านร่างกายและจิตใจให้สามารถพึ่งพาตนเองได้ ด้านการพบปะสังสรรค์ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสสร้างสรรค์ประโยชน์แก่ชุมชนและสังคม ด้านการเสริมสร้างคุณค่าทางภูมิปัญญาท้องถิ่นของผู้สูงอายุ ด้านการส่งเสริมภูมิปัญญาทักษะในการส่งเสริมอาชีพ และวัฒนธรรมท้องถิ่นให้

แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ ๒ (พ.ศ. ๒๕๔๕-๒๕๖๔) จัดแบ่งเป็น ๕ ยุทธศาสตร์ดังนี้^{๙๔}

๑. ยุทธศาสตร์ด้านการเตรียมความพร้อมของประชากรเพื่อวัยสูงอายุที่มีคุณภาพ ประกอบด้วย ๓ มาตรการหลัก

- ๑) มาตรการหลักประกันด้านรายได้เพื่อวัยสูงอายุ
- ๒) มาตรการการให้การศึกษาและการเรียนรู้ตลอดชีวิต
- ๓) มาตรการการปลูกจิตสำนึกให้คนในสังคมตระหนักถึงคุณค่าและศักดิ์ศรีของ

ผู้สูงอายุ

๒. ยุทธศาสตร์ด้านการส่งเสริมและพัฒนาผู้สูงอายุประกอบด้วย ๖ มาตรการหลัก

- ๑) มาตรการส่งเสริมความรู้ด้านการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกัน ดูแลตนเองเบื้องต้น
- ๒) มาตรการส่งเสริมการอยู่ร่วมกันและสร้างความเข้มแข็งขององค์กรผู้สูงอายุ
- ๓) มาตรการส่งเสริมด้านการทำงานและการหารายได้ของผู้สูงอายุ
- ๔) มาตรการสนับสนุนผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ
- ๕) มาตรการส่งเสริม สนับสนุนสื่อทุกประเภทให้มีรายการเพื่อผู้สูงอายุและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้ และสามารถเข้าถึงข่าวสารและสื่อ
- ๖) มาตรการส่งเสริมและสนับสนุนให้ผู้สูงอายุมีที่อยู่อาศัยและสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมและปลอดภัย

๓. ยุทธศาสตร์ด้านระบบคุ้มครองทางสังคมสำหรับผู้สูงอายุประกอบด้วย ๔ มาตรการหลัก

- ๑) มาตรการคุ้มครองด้านรายได้
- ๒) มาตรการหลักประกันด้านคุณภาพ
- ๓) มาตรการด้านครอบครัว ผู้ดูแล และการคุ้มครอง
- ๔) มาตรการระบบบริการและเครือข่ายการเกื้อหนุน

๔. ยุทธศาสตร์ด้านการบริหารจัดการเพื่อการพัฒนาทางด้านผู้สูงอายุระดับชาติและการพัฒนาบุคลากรด้านผู้สูงอายุประกอบด้วย ๒ มาตรการหลัก

^{๙๔} ศูนย์ศตวรรษิกชน สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, [ออนไลน์], เข้าถึงเมื่อ ๒ กันยายน ๒๕๕๘. <http://www.thaicentenarian.mahidol.ac.th/TECIC/index.php/for-elderly/policy/49--2-2545-2564>.

๑) มาตรการการบริหารจัดการเพื่อพัฒนางานด้านผู้สูงอายุระดับชาติ

๒) มาตรการส่งเสริมและสนับสนุนการพัฒนาบุคลากรด้านผู้สูงอายุ

๕. ยุทธศาสตร์ด้านการประมวล พัฒนาและเผยแพร่องค์ความรู้ด้านผู้สูงอายุและการติดตามประเมินผลการดำเนินการตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติประกอบด้วย ๔ มาตรการหลัก

๑) มาตรการสนับสนุนและส่งเสริมให้หน่วยงานวิจัยดำเนินการประมวล และพัฒนาองค์ความรู้ด้านผู้สูงอายุที่จำเป็นสำหรับการกำหนดนโยบาย และการพัฒนาการบริการหรือการดำเนินการที่เป็นประโยชน์แก่ผู้สูงอายุ

๒) มาตรการสนับสนุนและส่งเสริมการศึกษาวิจัยด้านผู้สูงอายุโดยเฉพาะที่เป็นประโยชน์ต่อการกำหนดนโยบาย การพัฒนาการบริการและการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถดำรงชีวิตอยู่ใน สังคมอย่างเหมาะสม

๓) มาตรการดำเนินการให้มีการติดตามประเมินผลการดำเนินการตามแผนผู้สูงอายุแห่งชาติที่มีมาตรฐานอย่างต่อเนื่อง

๔) มาตรการพัฒนาระบบข้อมูลทางด้านผู้สูงอายุให้เป็นระบบและทันสมัย องค์การสหประชาชาติได้กำหนดรายละเอียดเกี่ยวกับแผนพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในแต่ละด้านดังต่อไปนี้

๑. ด้านความมีอิสรภาพของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย

๑) ผู้สูงอายุควรได้รับการสนับสนุนจากการได้รายได้ ครอบครัวยุติการช่วยเหลือสนับสนุนทางสังคม และการช่วยเหลือตนเองเพื่อสามารถเข้าถึงปัจจัย ๔ (อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค) รวมถึงการดูแลรักษาสุขภาพ

๒) ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสในการทำงานหาเลี้ยงชีพ หรือเบี้ยเลี้ยงต่าง ๆ

๓) ผู้สูงอายุควรสามารถตัดสินใจในการเลือกที่จะเกษียณอายุงานได้ด้วยตนเอง

๔) ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสในการเข้าร่วมการให้การศึกษาเพิ่มเติม และการฝึกอบรมเพื่อพัฒนาตนเอง

๕) ผู้สูงอายุควรอยู่ในสถานที่ที่ปลอดภัย และเหมาะสมต่อสภาวะทางร่างกายของตนเอง

๖) ผู้สูงอายุควรได้รับสิทธิเสรีภาพในการเลือกพำนักรักษาในที่อยู่อาศัยได้ตามความต้องการของตนเอง

๒. ด้านการมีส่วนร่วม ประกอบด้วย

๑) ผู้สูงอายุที่มีส่วนร่วมในสังคม รวมถึงมีส่วนร่วมในการพัฒนา และดำเนินการทางนโยบายซึ่งมีผลโดยตรงต่อความเป็นอยู่ที่ดีของผู้สูงอายุ รวมถึงนโยบายเกี่ยวกับการแบ่งปันและถ่ายทอดทักษะ และประสบการณ์กับเยาวชนรุ่นใหม่

๒) ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสในการเข้าร่วมการให้บริการแก่สังคมส่วนรวม หรือการเข้าร่วมเป็นอาสาสมัคร ที่เหมาะสมกับความสามารถ และความสนใจของตนเอง

๓) ผู้สูงอายุควรมีโอกาสในการสร้างเครือข่าย หรือสมาคมสำหรับผู้สูงอายุด้วยกัน

๔) ผู้สูงอายุควรได้รับการช่วยเหลือจากครอบครัว และชุมชนของตนเองตามคุณค่าทางวัฒนธรรมในสังคม

๕) ผู้สูงอายุควรได้รับการช่วยเหลือส่งเสริมทางด้านการดูแลรักษาสุขภาพทั้งทางร่างกาย และจิตใจ รวมถึงความเป็นอยู่ที่ดีทางอารมณ์ ตลอดจน การช่วยเหลือเพื่อหลีกเลี่ยงการเจ็บป่วยต่าง ๆ ที่เหมาะสม และครบถ้วน

๖) ผู้สูงอายุควรได้รับการช่วยเหลือทางด้านการบริการทางสังคม และกฎหมายที่เกี่ยวข้องเพื่อยกระดับความมีอิสระภาพ การคุ้มครอง และการดูแลเอาใจใส่

๗) ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสในการได้รับประโยชน์จากสถาบันที่ให้การดูแลและคุ้มครองทางทรัพย์สิน และทางสังคม รวมถึงสภาพจิตใจของผู้สูงอายุ

๘) ผู้สูงอายุควรได้รับการช่วยเหลือทางด้านสิทธิมนุษยชน และสิทธิเบื้องต้นในการพำนักอาศัย การเข้าร่วมการดูแลรักษาต่างๆ รวมถึงผู้สูงอายุควรได้รับการเคารพที่สมเกียรติ และได้รับการยอมรับในเรื่องความเชื่อ ความต้องการ และความเป็นส่วนตัว และผู้สูงอายุควรมีสติเสรีภาพในการตัดสินใจเกี่ยวกับการดูแลเอาใจใส่ และคุณภาพชีวิตของตนเอง

๓. ด้านการบรรลุในสิ่งที่ต้องการ ประกอบด้วย

๑) ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสในการพัฒนาศักยภาพของตนเอง

๒) ผู้สูงอายุควรได้รับโอกาสในการเข้าถึงแหล่งทางการศึกษา วัฒนธรรม ศาสนา และการพักผ่อนหย่อนใจ

๓) ผู้สูงอายุควรที่จะสามารถดำรงชีวิตได้อย่างสมเกียรติ และปลอดภัยจากการคุกคามต่างๆทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ

๔) ผู้สูงอายุควรได้รับความยุติธรรมไม่ว่าจะเป็นความยุติธรรมทางด้าน เพศ เชื้อชาติชนชาติ สภาพทางร่างกาย เช่น ความพิการ และสถานภาพต่าง ๆ

๒.๖ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยเรื่อง “ความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ วิทยาลัยโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอนาทม จันทบุรี” ผู้วิจัยได้แบ่งเป็น ๒ ส่วนเพื่อสะดวกแก่การศึกษา คือ เอกสารที่เกี่ยวข้อง และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจ ดังนี้

๒.๖.๑ เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจ

๑. นพพงษ์ บุญจิตรกุล ได้กล่าวถึงหลักการบริหารทั่วไปเกี่ยวกับความพึงพอใจว่าในการทำงานให้บรรลุผลสำเร็จช่วยให้คนงานรู้สึกชีวิตของตนเป็นชีวิตที่มีคุณค่า การทำงานเป็นประจักษ์โครงสร้างที่หล่อหลอมให้ชีวิตมีคุณค่าเสมอ ความพึงพอใจในงานอาจช่วยลดความเป็นปฏิกิริยาต่อต้านของคนงาน ด้วยการเป็นปฏิกิริยาต่อต้านจะเป็นผลเสียต่อองค์กร เพราะคนงานจะแสดงออกซึ่งความเป็นปฏิกิริยาด้วยวิธีต่าง ๆ เช่นการขาดงาน การลาออกจากงาน เป็นต้นซึ่งจะพึงให้ความสามารถในการปฏิบัติงานของคนงานลดลงการสร้าง ความพึงพอใจจึงเป็นสิ่งสำคัญ เพราะ

นอกจากจะช่วยให้คนงานปฏิบัติหน้าที่ด้วยความตั้งใจและรู้สึกว่าชีวิตของตนมีคุณภาพแล้ว ยังช่วยลดแนวโน้มอันเกิดจากการเป็นปฏิกิริยาต่อต้านด้วย^{๔๕}

๒. รุ่ง แก้วแดง ได้ให้ทัศนะเกี่ยวกับระบบราชการไทยว่า การสำรวจความพึงพอใจของผู้รับบริการ นอกจากสามารถที่จะดูเรื่องคุณภาพการให้บริการขององค์กรได้แล้ว ยังเป็นการประเมินภาพขององค์กรในด้านอื่น ๆ จากมุมมองของลูกค้าได้ด้วย ผลการวัดความพึงพอใจของลูกค้าสามารถนำไปใช้ประโยชน์อย่างมากในการปรับปรุงองค์กรได้แก่ เรื่องการกำหนดวิสัยทัศน์ภารกิจ ยุทธศาสตร์ วัฒนธรรม เป็นต้น ข้อมูลเรื่องความพึงพอใจของลูกค้าสามารถที่จะนำมาใช้ประโยชน์ได้มากมายจนกล่าวได้ว่า ทั้งองค์กรจะต้องมีการปรับกระบวนการให้สอดคล้องกับความต้องการของลูกค้า การสำรวจความพึงพอใจของลูกค้าเป็นเรื่องจำเป็นและทุกองค์กรต้องทำ^{๔๖}

๓. นิรมล กิตติกุล ได้กล่าวถึง ทฤษฎีความพึงพอใจว่า ความต้องการของมนุษย์ที่แตกต่างกันทั้งในระดับชุมชนสังคม และระดับประเทศ ซึ่งมีนักจิตวิทยาหลายท่านได้กำหนดทฤษฎีความต้องการของมนุษย์ คือ (๑) มนุษย์มีความต้องการ ความต้องการมีอยู่เสมอและไม่สิ้นสุดแต่สิ่งที่มนุษย์ต้องการนั้นขึ้นอยู่กับว่าเขามีสิ่งนั้นอยู่แล้วหรือยัง ขณะที่ความต้องการใดได้รับการตอบสนองแล้วความต้องการอย่างอื่นจะเข้ามาแทนที่ กระบวนการนี้ไม่มีที่สิ้นสุด (๒) ความต้องการที่ได้รับการตอบสนองแล้ว จะไม่เป็นสิ่งจูงใจของพฤติกรรมอีกต่อไปความต้องการที่ได้รับการตอบสนองเท่านั้นที่เป็นสิ่งจูงใจของพฤติกรรม และ (๓) ความต้องการของมนุษย์มีเป็นลำดับขั้นตามความสำคัญจากระดับต่ำไปสู่ความต้องการระดับสูง^{๔๗}

๔. สิทธิโชค วารุณสันติกุล ได้กล่าวถึง จิตวิทยาสังคมทฤษฎีและการประยุกต์สรุปความได้ว่า ความสุขจากการทำงาน มีสาเหตุมาจากปัจจัยสองกลุ่ม คือ ปัจจัยจูงใจ (Motivational Factors) และปัจจัยค้ำจุนหรือปัจจัยสุขศาสตร์ (Maintenance or Hygiene Factors) (๑) ปัจจัยจูงใจ (Motivational Factors) เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับงานโดยตรง เพื่อจูงใจให้คนชอบและรักงานที่ปฏิบัติเป็นตัวกระตุ้น และ (๒) ปัจจัยค้ำจุนหรือปัจจัยสุขศาสตร์ (Maintenance or Hygiene Factors) หมายถึง ปัจจัยที่จะค้ำจุนให้แรงจูงใจ ในการทำงานของคุณคนมีอยู่ตลอดเวลา ถ้าไม่มีหรือมีในลักษณะที่ไม่สอดคล้องกับบุคคลในองค์กร บุคคลในองค์กรจะเกิดความไม่ชอบงานขึ้น และเป็นปัจจัยที่มาจากภายนอกตัวบุคคล^{๔๘}

๕. ประสาท อิศรปริดา ได้กล่าวไว้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึงความต้องการที่บุคคลมุ่งที่จะแสดงพฤติกรรมออกมาเพื่อตอบสนองความต้องการตามสถานที่ ตามสถานการณ์สิ่งแวดล้อมหนึ่ง

^{๔๕} นพพงษ์ บุญจิตรากุล, **หลักการบริหารทั่วไป**, (กรุงเทพมหานคร: เนติกุลการพิมพ์, ๒๕๔๘), หน้า ๑๘.

^{๔๖} รุ่ง แก้วแดง, **ริเอ็นจิเนียริงระบบราชการไทย**, (กรุงเทพมหานคร: มติชน, ๒๕๔๖), หน้า ๑๙๑.

^{๔๗} นิรมล กิตติกุล, **องค์การและการจัดการ**, (กาญจนบุรี: คณะวิทยาการจัดการสถาบันราชภัฏกาญจนบุรี, ๒๕๕๔), หน้า ๒๒๓.

^{๔๘} สิทธิโชค วารุณสันติกุล, **จิตวิทยาสังคม : ทฤษฎีและการประยุกต์**, (กรุงเทพมหานคร: ซีเอ็ดยูเคชั่น จำกัด (มหาชน), ๒๕๔๖), หน้า ๑๖๒.

ที่เป็นเรื่องเฉพาะอาจเปลี่ยนแปลงไปได้ตามกาลต่าง ๆ โดยอาศัยปัจจัยภายนอกเป็นส่วนร่วมในการที่จะทำให้เกิดความพึงพอใจไปในทิศทางใดโดยมีสิ่งๆที่เข้ามาเกี่ยวข้องหรือตัวกำหนดที่สำคัญ ในทิศทางของการเกิดความพึงพอใจ เช่นสถานที่เวลาหรือสถานการณ์ที่จะเป็นเครื่องอำนวยความสะดวกให้ความพึงพอใจมีทิศทางเป็นไปในทางใด”^{๙๙}

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจ สรุปได้ว่า ความพึงพอใจเกิดจากความสุขจากการทำงาน ความพอใจ หรือไม่พอใจนั้น เกิดจากความต้องการในเรื่องอาหาร น้ำ ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค ความต้องการพักผ่อน และความต้องการทางเพศ เป็นต้น ความต้องการทางด้านร่างกาย จะมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของคนก็ต่อเมื่อความต้องการทางด้านร่างกายต้องการความรัก การยอมรับในสังคม

๒.๖.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจ

๑. **คณะกรรมการวิจัย** ได้จัดทำรายงานการวิจัยเรื่อง “การเปรียบเทียบความคิดเห็นและความพึงพอใจในการรับทราบ ข้อมูลข่าวสาร การรับสมัคร และการตัดสินใจเข้าศึกษาต่อระดับบัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง จังหวัดกาญจนบุรี” พบว่า ทฤษฎีของแอลเดอร์เฟอร์ (Alderfer) หรือทฤษฎี ERG ได้กำหนดทฤษฎีขึ้นซึ่งมีพื้นฐานจากทฤษฎี ความต้องการของ Maslow โดย Alderfer ความต้องการของมนุษย์แบ่งได้เป็น ๓ กลุ่ม (๑) ความต้องการในกลุ่มอยู่รอด (Existence Needs) เป็นความต้องการในระดับต่ำซึ่งประกอบด้วยความต้องการขั้นพื้นฐานทางกายภาพและการดำรงอยู่อย่างปลอดภัย ซึ่งตรงกับความต้องการขั้นที่ ๑ และ ๒ ในทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ (๒) ความต้องการความสัมพันธ์ (Relatedness Needs) เป็นความต้องการทางสังคมที่ต้องการติดต่อสัมพันธ์สื่อสารกับบุคคลอื่นซึ่งเป็นความต้องการที่ปลอดภัยเพิ่มขึ้น ต้องการความรัก การยอมรับในสังคมตลอดจนได้รับการยกย่อง มีเกียรติ เป็นที่ยอมรับตรงกับความต้องการขั้นที่ ๓ และ ๔ ในทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ (๓) ความต้องการความเจริญก้าวหน้า (Growth Needs) เป็นความต้องการที่เจริญก้าวหน้า ประสบความสำเร็จในสิ่งที่มุ่งหวังตามที่ตั้งไว้ ซึ่งตรงกับความต้องการขั้นที่ ๕ ในทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์^{๑๐๐}

๒. **วีระชัย ภูตระกูล** ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ความพึงพอใจของประชาชนต่อการให้บริการของเจ้าหน้าที่ตำรวจสถานีตำรวจนครบาลยานนาวา” ผลการวิจัยพบว่า ความพึงพอใจคือ ทศนคติ ซึ่งเป็นผลของดุลยภาพ รวบรวมความรู้สึกพอใจและไม่พอใจที่ผ่านมาของผู้ปฏิบัติงาน ต่องาน ต่างที่ทศนคตินี้จะแสดงให้เห็นได้ว่าเขามีความพอใจหรือไม่ โดยการประเมินดูที่งานและ

^{๙๙} ประสาท อิศรปริดา, สารัตถกิจติวิทยาการศึกษา, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม, ๒๕๔๙), หน้า ๓๕.

^{๑๐๐} คณะกรรมการวิจัย, “การเปรียบเทียบความคิดเห็นและความพึงพอใจในการรับทราบข้อมูล ข่าวสารการรับสมัคร และการตัดสินใจเข้าศึกษาต่อระดับบัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง จังหวัดกาญจนบุรี”, รายงานการวิจัย, (กาญจนบุรี: มหาวิทยาลัยรามคำแหง), ๒๕๕๐, หน้า ๕.

ผู้ที่ปฏิบัติงาน ซึ่งผลที่ได้ย่อมขึ้นอยู่กับความสำเร็จหรือความล้มเหลวในการทำงานตามที่ผู้มุ่งหวังไว้และยังขึ้นอยู่กับความช่วยเหลือกันในการทำงาน^{๑๐๑}

๓. ชัยยุทธ แสงแก่นเพชร ได้ทำงานวิจัยเรื่อง “ความพึงพอใจในการปฏิบัติงานของบุคคลสำนักงานศึกษาธิการจังหวัด สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ” ผลการวิจัยพบว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกหรือทัศนคติในทางที่ดีต่อสิ่งที่ทำอยู่ ถ้าบุคคลใดมีความพึงพอใจในการทำงานมากก็จะมีแรงกายใจให้แก่งานมาก ส่วนผู้ที่มีความพึงพอใจในการทำงานน้อยก็มักทำงานเพียงตามหน้าที่ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับส่วนประกอบที่เป็นสิ่งจูงใจที่มีอยู่ในงานนั้น^{๑๐๒}

๔. สมรภูมิ ขวัญคุ้ม ได้ทำงานวิจัยเรื่อง “ความพึงพอใจของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่มีต่อการจัดสวัสดิการภายในมหาวิทยาลัย” ผลการวิจัยพบว่า ความพึงพอใจ หมายถึง แรงจูงใจของมนุษย์ที่ตั้งอยู่บนความต้องการพื้นฐาน มีความเกี่ยวข้องกันอย่างใกล้ชิดกับผลสัมฤทธิ์ แรงจูงใจ และพยายามหลีกเลี่ยงสิ่งที่ไม่ต้องการ^{๑๐๓}

๕. พระมหาอุมกิมเชียง อธิบุญโณ ได้ทำงานวิจัยเรื่อง “ความพึงพอใจของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ที่มีต่อการเรียนวิชาพระพุทธศาสนาโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนโรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบ มหามงคล” ผลการวิจัยพบว่า ความพึงพอใจในงานนั้นมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดต่อการปฏิบัติงานและการจูงใจ โดยงานหรือแรงจูงใจในการทำงานมีความหมายใกล้เคียงซึ่งกันและกันมองเป็นสิ่งเดียวกัน แต่แท้ที่จริงแล้วความพึงพอใจเป็นเรื่องความรู้สึกต่องาน ส่วนแรงจูงใจเป็นผลที่เกิดจากความรู้สึก ซึ่งกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมในการทำงานของบุคคล ความแตกต่างที่เห็นได้ชัดเจน ความพึงพอใจ เป็นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งที่มีต่อความสำเร็จของงานให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้อย่างมีประสิทธิภาพ อันเป็นผลเนื่องมาจากการได้รับการตอบสนองจากแรงจูงใจ หรือความต้องการของแต่ละบุคคลในแนวทางที่พึงประสงค์^{๑๐๔}

๖. พระมหาศิweiseณ ญาณเมธี ได้วิจัยเรื่อง “ศึกษาการใช้อิทธิบาท ๔ ของ ผู้บริหารสถานศึกษาและครูที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการบริหารโรงเรียน สำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษา

^{๑๐๑} วีระชัย ภูตระกูล, “ความพึงพอใจของประชาชนต่อการให้บริการของเจ้าหน้าที่ตำรวจสถานีตำรวจนครบาลยานนาวา”, *วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์), ๒๕๔๖, หน้า ๑๘๗.

^{๑๐๒} ชัยยุทธ แสงแก่นเพชร, “ความพึงพอใจในการปฏิบัติงานของบุคคลสำนักงานศึกษาธิการจังหวัด สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ”, *วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ), ๒๕๔๗, หน้า ๒๓.

^{๑๐๓} สมรภูมิ ขวัญคุ้ม, “ความพึงพอใจของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่มีต่อการจัดสวัสดิการภายในมหาวิทยาลัย”, *วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๖), หน้า ๕๙.

^{๑๐๔} พระมหาอุมกิมเชียง อธิบุญโณ, “ความพึงพอใจของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ที่มีต่อการเรียนวิชาพระพุทธศาสนาโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนโรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบมหามงคล”, *วิทยานิพนธ์ศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย), ๒๕๕๖ บทคัดย่อ.

กรุงเทพมหานคร เขต ๑” ผลการวิจัยพบว่า (๑) การใช้อิทธิบาท ๔ ของผู้บริหารสถานศึกษาและครูที่ส่งผลต่อความสำเร็จของการบริหารโรงเรียน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากทม. เขต ๑ นั้น โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ย ๔.๐๐^{๑๐๕}

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจ สรุปได้ว่า ความพึงพอใจหมายถึงความรู้สึกหรือทัศนคติในทางที่ดีต่อสิ่งที่ทำอยู่ ถ้าบุคคลใดมีความพึงพอใจในการทำงานมากก็จะมี การเสียสละอุทิศแรงกายใจให้แก่งานมากส่วนผู้ที่มีความพึงพอใจในการทำงานน้อยก็มักทำงานเพียงตามหน้าที่ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับส่วนประกอบที่เป็นสิ่งจูงใจที่มีอยู่ในงานนั้นคือผลที่เป็นความพึงพอใจที่ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกกระตือรือร้นมีความมุ่งมั่นที่จะทำงานมีขวัญกำลังใจสูงเหล่านี้มีผลต่อการทำงานรวมกันเป็นสิ่งสำคัญมากต่อหน่วยงานและองค์กรนั้น ๆ

๒.๖.๓ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับวิปัสสนาภาวนา

๑. พระสุวรรณ สุวณฺโณ (เรื่องเดช) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาผลการเจริญสติตามแนวปฏิบัติของหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ : กรณีศึกษาผู้ปฏิบัติธรรมสำนักปฏิบัติธรรมมหาสติปัฏฐาน ๔ บ้านเหล่าโพหนอง” ผลการวิจัยพบว่า หลวงปู่เทียน จิตตสุโภ เน้นสอนการเจริญสติในหมวดกาย ด้วยการพิจารณาอิริยาบถย่อยหมวดจิต ด้วยการตามรู้ทันความคิด เพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริง ผลการเจริญสติตามการสอนของหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ พบว่าผู้ปฏิบัติสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดีกว่าเดิม มีสมาธิในการทำงานมากขึ้น และมีจิตเมตตามากขึ้น^{๑๐๖}

๒. อณิวัชร เพชรนรรัตน์ ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย” ผลการวิจัยพบว่า การปฏิบัติธรรมในหลักสูตรของมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย คือ หลักการของสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งใช้วิธีการปฏิบัติในมหาสติปัฏฐานสูตร ๒๑ วิธี ซึ่งอ้างอิงจากคัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นหลัก นิสิตมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยที่ได้เข้ารับการอบรมการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานมีความรู้ความเข้าใจในวิธีการปฏิบัติมากขึ้น^{๑๐๗}

๓. บัชรอง ชัยปราบ ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาลักษณะการฝึกปฏิบัติสมาธิตามหลักอานาปานสติสอนโดยยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางแบบโมเดลชิปปา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑-๓ โรงเรียนชุมชนหนองเม็ก” ผลการวิจัยพบว่า การฝึกสมาธิมีผลในการพัฒนา

^{๑๐๕} พระมหาศีวะเสน ญาณเมธี, “ศึกษาการใช้อิทธิบาท ๔ ของผู้บริหารสถานศึกษาและครูที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการบริหารโรงเรียน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษากทม. เขต ๑”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒).

^{๑๐๖} พระสุวรรณ สุวณฺโณ (เรื่องเดช), “ศึกษาผลการเจริญสติตามแนวปฏิบัติของหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ : กรณีศึกษาผู้ปฏิบัติธรรมในสำนักปฏิบัติธรรมมหาสติปัฏฐาน ๔ บ้านเหล่าโพหนอง”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓).

^{๑๐๗} อณิวัชร เพชรนรรัตน์, “การศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔).

จิตใจของนักเรียน ทำให้มีสติตั้งมั่นในการดำรงชีวิตมากขึ้น มีพัฒนาการด้านจริยธรรมและคุณธรรม และมีความเชื่อในเรื่องกฎแห่งกรรมมากขึ้น^{๑๐๘}

๔. แม่ชีระวีวรรณ ธมฺมจารินี (งานวิสุทธิพันธ์) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร” ผลการวิจัยพบว่า หลักการปฏิบัติของสำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหารจะต้องพิจารณาทั้งสภาวะธรรมภายในและภายนอก พร้อมทั้งการพินิจถึงเหตุปัจจัยจากอดีตที่ผ่านมา ซึ่งสภาวะธรรมและเหตุดังกล่าวมีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาของแต่ละบุคคล คำแนะนำของพระวิปัสสนาจารย์ที่มีความเข้าใจและมีประสบการณ์ในการชักถามสภาวะธรรมต่าง ๆ มีผลในการช่วยปรับอินทรีย์ของผู้ปฏิบัติให้เสมอกัน^{๑๐๙}

๕. พรรณราย รัตนไพฑูรย์ ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาวិธีการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชฆาณิก (โชดก ญาณสิทธิ)” ผลการวิจัยพบว่า พระธรรมธีรราชฆาณิก ได้ดำเนินการสอนให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ มีการสอนประยุกต์ให้เข้ากับสถานการณ์ โดยอาศัยแนวพระไตรปิฎก และแนวพระวิปัสสนาจารย์แห่งพม่าเป็นแนวทางในการประยุกต์ จึงเกิดระบบหนอ (พองหนอ-ยุบหนอ) สรุปความว่า สติปัฏฐาน ๔ เป็นทางเอกที่จะนำไปสู่การบรรลุธรรม^{๑๑๐}

๖. พระปลัดสมควร อธิบุญโญ (วงศ์วรรณ)^{๑๑๑} ได้วิจัยเรื่อง “การบริหารจัดการโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลี ของโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลี จังหวัดสมุทรสาคร” ผลการวิจัยพบว่า ๑) ผลการวิเคราะห์การบริหารจัดการโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลีของโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลี จังหวัดสมุทรสาคร โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ๒) ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการบริหารจัดการโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลีของโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลี จังหวัดสมุทรสาครนั้น พบว่าพระสงฆ์ที่มีตำแหน่ง/หน้าที่อายุ พรรษา วุฒิการศึกษาทางโลก และวุฒิการศึกษาทางธรรม มีความสัมพันธ์กัน ซึ่งยอมรับสมมติฐานการวิจัยทุกข้อที่ตั้งไว้ และต้องอาศัยหลักสปปายะเป็นปัจจัยสำคัญด้วย

^{๑๐๘} บัวครอง ชัยปราบ, “การศึกษาผลสัมฤทธิ์การฝึกปฏิบัติสมาธิตามหลักอานาปานสติสอนโดยยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางแบบโมเดลชิปปา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑-๓ โรงเรียนชุมชนหนองเม็ก”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓).

^{๑๐๙} แม่ชีระวีวรรณ ธมฺมจารินี (งานวิสุทธิพันธ์), “การศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑).

^{๑๑๐} พรรณราย รัตนไพฑูรย์ “การศึกษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชฆาณิก (โชดก ญาณสิทธิ)”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔).

^{๑๑๑} พระปลัดสมควร อธิบุญโญ (วงศ์วรรณ), “การบริหารจัดการโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลีของโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลี จังหวัดสมุทรสาคร”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖).

๗. แม่ชีชนัญชิตา อินเลศ^{๑๑๒} ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์วิถีชีวิตตามหลักสัปปายะของภิกษุณีตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท” ผลการวิจัยพบว่า สัปปายะ หมายถึง สิ่งที่สบาย สบายและสถานที่อันเหมาะสม บุคคลที่เกื้อกูล เอื้ออำนวยแก่การบำเพ็ญและประคับประคองรักษาสมาธิ ช่วยให้สมาธิตั้งมั่นไม่เสื่อมถอยเพื่อการบรรลุสมรรถผล อาวาสสัปปายะ ภัตตสัปปายะ บุคคลสัปปายะ โภชนสัปปายะ อุตุสัปปายะ และอิริยาบถสัปปายะ การปฏิบัติตนและการดำเนินชีวิตของภิกษุณี ๕ องค์ ได้แก่ พระมหาปชาบดีโคตมีเถรี พระเขมาเถรี พระอุบลวันณาเถรี พระปฐาจาราเถรี พระภัททาภุณณเถรี อาศัยสัปปายะจึงทำให้บรรลุพระอรหันต์ซึ่งสัปปายะเป็นกระบวนการ เป็นเครื่องมือ และเป็นกลยาณมิตรส่งเสริมให้ผู้ประพฤติปฏิบัติตามสามารถบรรลุธรรมได้เร็ว มีผลต่อความสงบจิต ทำให้จิตตั้งมั่นได้ง่าย ระงับปัญหาที่เกิดขึ้นกับชีวิตได้ และยังสามารถเป็นที่ตั้งแห่งความเลื่อมใส

๘. พระมนัส ธมมโรโต (มีมณี) ได้วิจัยเรื่อง “ศึกษาวิถีสร้างแรงจูงใจจากพุทธวิธีการสอน” ผลการวิจัยพบว่า ผลการศึกษาทฤษฎีและแนวคิด สภาพที่กระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมออกมาโดยอาศัยแรงขับทั้งภายในภายนอกและปัจจัยต่าง ๆ โดยผู้สร้างแรงจูงใจต้องมีความสามารถในการนำทฤษฎีมาปรับใช้อ่านบุคคลและสถานการณ์ให้ออกพร้อมทั้งสร้างสภาพแวดล้อมให้เหมาะสม ก่อนแสดงธรรมทุกครั้ง พระพุทธเจ้าทรงเตรียมความพร้อมของบุคคลทุกชั้นวรรณะที่ทรงโปรดแสดงธรรมโดยสร้างความพึงพอใจให้เกิดความพร้อมทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ได้แก่ การสร้างความศรัทธาให้บุคคลนั้น ๆ หรือคณะนั้น ๆ มีต่อพระองค์ คำพูดที่โน้มน้าวใจ การแสดงปาฏิหาริย์ สื่อการสอน การอุปมาเปรียบเทียบ นิทานชาดกต่าง ๆ และการแสดงอนุพัทพิกถา หลักการประยุกต์ใช้แรงจูงใจจากพุทธวิธีสอน คือ สร้างแรงจูงใจเพื่อให้ทุกคนพึ่งตนเอง กระตุ้นให้ลงมือกระทำอย่างต่อเนื่องจนเกิดผลเปลี่ยนแปลงในชีวิต มีความเพียรอดทนที่จะฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ ด้วยตัวของตัวเองจนเกิดผลประโยชน์กับตนเองและสังคมรอบข้าง^{๑๑๓}

๙. พระมหาชัยนันต์ โชติปัญโญ (สุตะวงษ์) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา: กรณีศึกษาอุบาสก อุบาสิกา วัดป่าหมากหน่อ จังหวัดเชียงราย” ผลการวิจัยพบว่า หัวใจสำคัญอยู่ที่คุณภาพของบุคลากรและกระบวนการทำงานที่ชัดเจนและสอดคล้องกันเป็นหลัก เพราะเมื่อบุคลากรของโครงการมีความรู้ ความสามารถดี มีกระบวนการทำงานที่ประสานสอดคล้องกันดี ก็สามารถดำเนินงานได้อย่างมีประสิทธิภาพในทุก ๆ ด้าน พบว่าสัปปายะ มีผลต่อการปฏิบัติธรรมโดยเฉพาะอย่างยิ่ง เป็นสิ่งอำนวยความสะดวกแก่ผู้ปฏิบัติ จะเป็น

^{๑๑๒} แม่ชีชนัญชิตา อินเลศ “การศึกษาเชิงวิเคราะห์วิถีชีวิตตามหลักสัปปายะของภิกษุณีตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐). บทคัดย่อ.

^{๑๑๓} พระมนัส ธมมโรโต (มีมณี), “ศึกษาวิถีสร้างแรงจูงใจจากพุทธวิธีการสอน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔),

เหตุเกื้อกูลให้การปฏิบัตินั้นมีความก้าวหน้าส่งเสริมให้การปฏิบัติดำเนินไปด้วยดี สบายะ จึงเป็นเหตุเกื้อกูลทำให้พระสาวก และพระสาวิกาทั้งหลาย ได้บรรลุอรหัตผล^{๑๑๔}

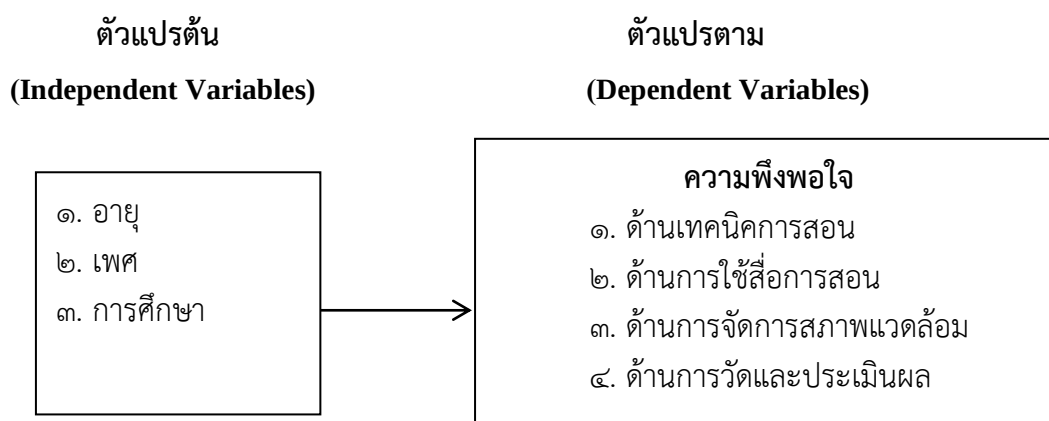
จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาดังที่กล่าวมาแล้ว พบว่า ทั้งตำราวิชาการทางพระพุทธศาสนาที่เป็นในส่วนของพระไตรปิฎกเป็นคำสอนที่ปราชญ์ทางพระพุทธศาสนากล่าวไว้ก็ดี ล้วนเป็นคำสอนที่มุ่งเพื่อการหลุดพ้น เพื่อความทำให้สิ้นไปแห่งตัณหา คือความดับ แต่ยังไม่ปรากฏพบเอกสารและรายงานวิจัยไหนที่กล่าวถึงความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโดยตรงแต่อย่างใด พบเพียงการศึกษาวิจัยที่พอมีความสอดคล้องอยู่บ้าง อีกทั้งยังพบว่าไม่มีข้อมูลที่เกี่ยวข้องอย่างเพียงพอต่องานวิจัยนี้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษา ความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี เพื่อให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้สืบไป

๒.๗ กรอบแนวคิดในการวิจัย

งานวิจัย เรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี” ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยนำมากำหนดเป็นกรอบแนวความคิดการวิจัยประกอบด้วย

๑. ตัวแปรต้น หรือตัวแปรอิสระ (Independent Variables) เป็นตัวแปรที่เป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดผล หรือก่อให้เกิดการแปรผันของปรากฏการณ์ ซึ่งในงานวิจัยนี้มีตัวแปรต้น คือ อายุ เพศ การศึกษา และ

๒. ตัวแปรตาม (Dependent Variables) เป็นตัวแปรที่เป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงค่าของตัวแปรอิสระ เป็นตัวแปรที่ผู้วิจัยมุ่งวัดเพื่อเป็นข้อมูลสำหรับนำมาวิเคราะห์



^{๑๑๔} พระมหาชัยนันต์ โชติปัญโญ, (สุตะวงษ์), “ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา : กรณีศึกษาอุบาสก อุบาสิกา วัดป่าหมากหน่อ จังหวัดเชียงราย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ๘๐.

บทที่ ๓

วิธีดำเนินการวิจัย

วิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี” นี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) มีรายละเอียดสำหรับวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

๓.๑ รูปแบบการวิจัย

๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

๓.๔ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

๓.๕ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์

๓.๑ รูปแบบการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี” เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ซึ่งใช้วิธีการสำรวจข้อมูลเชิงแบบสอบถามตามที่ผู้วิจัยได้จัดทำขึ้น

๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

๑. ประชากร ได้แก่ ผู้สูงอายุที่เข้ารับการอบรมวิปัสสนาภาวนา โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี จำนวน ๑๗๐ คน

๒. กลุ่มตัวอย่าง คัดเลือกโดยวิธีสุ่มแบบเจาะจง (Purposive sampling) จากประชากรกลุ่มเป้าหมายที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้น มีขนาดกลุ่มตัวอย่างตามจำนวนที่ได้รับตามสัดส่วนของประชากรที่ศึกษา โดยใช้สูตรคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างของเครซีและมอร์แกน (Krejcie and Morgan)^๑ จำนวน ๑๑๙ คน จากประชากรทั้งหมด

^๑ เครซีและมอร์แกน Krejcie and Morgan อ้างในสุวรรีย์ ศิริโกศาภิรมย์, การวิจัยทางการศึกษา, (ลพบุรี: ฝ่ายเอกสารพิมพ์สถาบันราชภัฏเทพสตรี, ๒๕๔๖), หน้า ๑๓๐.

๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม โดยมีขั้นตอนการสร้างและการตรวจสอบเครื่องมือ ดังนี้

๓.๓.๑ ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

๑. ศึกษาหลักการ แนวคิด และทฤษฎีเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ที่มีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จากเอกสารและงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องที่เคยมีผู้ดำเนินการวิจัยเอาไว้

๒. กำหนดกรอบแนวคิด ในการสร้างเครื่องมือการวิจัย

๓. กำหนดวัตถุประสงค์ในการสร้างเครื่องมือการศึกษาวิจัยโดยขอคำปรึกษาจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

๔. สร้างเครื่องมือ

๕. นำเสนอร่างเครื่องมือการวิจัยต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไข

๖. นำเครื่องมือการศึกษาวิจัยไปทดลองใช้กับประชากรกลุ่มตัวอย่างที่จะดำเนินการวิจัยเพื่อหาสัมประสิทธิ์ความเที่ยงตรงของเครื่องมือ

๗. ปรับปรุงแก้ไขเครื่องมือการวิจัยและนำไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง

๓.๓.๒ ลักษณะของเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถาม มี ๓ ตอน ดังนี้

ตอนที่ ๑ เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม คือ ความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี อายุ เพศ และการศึกษา

ตอนที่ ๒ แบบสอบถามเกี่ยวกับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ดังนี้ (๑) ด้านเทคนิคการสอน (๒) ด้านการใช้สื่อการสอน (๓) ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม และ (๔) ด้านการวัดและประเมินผล แบ่งเป็น ๕ ระดับ

๕	หมายถึง	มีระดับความพึงพอใจ	มากที่สุด
๔	หมายถึง	มีระดับความพึงพอใจ	มาก
๓	หมายถึง	มีระดับความพึงพอใจ	ปานกลาง
๒	หมายถึง	มีระดับความพึงพอใจ	น้อย
๑	หมายถึง	มีระดับความพึงพอใจ	น้อยที่สุด

การแปลความหมายของค่าเฉลี่ยโดยยึดเกณฑ์^๒ ดังนี้

๔.๕๐ - ๕.๐๐	หมายถึง	มีระดับความพึงพอใจ	มากที่สุด
๓.๕๐ - ๔.๔๙	หมายถึง	มีระดับความพึงพอใจ	มาก
๒.๕๐ - ๓.๔๙	หมายถึง	มีระดับความพึงพอใจ	ปานกลาง
๑.๕๐ - ๒.๔๙	หมายถึง	มีระดับความพึงพอใจ	น้อย
๑.๐๐ - ๑.๔๙	หมายถึง	มีระดับความพึงพอใจ	น้อยที่สุด

ตอนที่ ๓ เป็นแบบสอบถามปลายเปิด เพื่อให้ผู้ตอบแบบสอบถามได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะเพิ่มเติมได้อย่างอิสระ

๓.๓.๓ การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

๑. ขอคำแนะนำจากอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญ เพื่อตรวจสอบเครื่องมือที่สร้างไว้

๒. หาความเที่ยงตรง โดยการนำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จเสนอประธานและกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อขอความเห็นชอบและนำเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสม เพื่อพิจารณาทั้งในด้านเนื้อหาสาระ และโครงสร้างของคำถามตลอดจนภาษาที่ใช้และตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ โดยหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามและวัตถุประสงค์ (Item – Objective Congruence Index : IOC) มีสูตรในการหาค่า IOC ดังนี้

สูตร	IOC =	$\frac{\sum R}{N}$
เมื่อ	IOC	แทนค่าดัชนีความสอดคล้อง
	$\sum R$	แทนผลรวมของคะแนนความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญ
	N	แทนจำนวนผู้เชี่ยวชาญ
โดยที่	+๑	แน่ใจว่าสอดคล้อง
	๐	ไม่แน่ใจว่าสอดคล้อง
	-๑	แน่ใจว่าไม่สอดคล้อง

โดยเลือกข้อคำถามที่มีค่าตั้งแต่ ๐.๖๗ ขึ้นไปจากข้อคำถามทั้งหมดจำนวน ๔๐ ข้อ ใช้ได้ (จำนวน ๔๐ ข้อ ซึ่งข้อคำถามที่ใช้ได้มีค่า IOC อยู่ในช่วง ๐.๘๐-๑.๐๐)

๓. หาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) นำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try out) ผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัด

^๒ ประกอบ กรรณสูตร, สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: ด่านสุทธาการพิมพ์, ๒๕๔๒), หน้า ๑๐๘.

กาญจนบุรี จำนวน ๓๐ คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นด้วยวิธีการหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach)^๓

$$\alpha = \alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2} \right)$$

เมื่อ α หมายถึง ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ

k หมายถึง จำนวนข้อของเครื่องมือ

s_i^2 หมายถึง ผลรวมของความแปรปรวนของแต่ละข้อ

s_t^2 หมายถึง ความแปรปรวนของคะแนนรวม

ผลการวิเคราะห์พบว่าค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นเท่ากับ .๙๕๗

การสร้างและตรวจคุณภาพเครื่องมือ ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างเครื่องมือโดยการนำแบบสอบถามไปทดสอบกับนักเรียนโรงเรียนผู้สูงอายุที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจริง จำนวน ๓๐ ตัวอย่าง เพื่อตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ ผลการคำนวณโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์ พบค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่นอยู่ในระดับ .๙๕๗ ซึ่งเป็นค่าที่มีความน่าเชื่อถืออยู่ในระดับที่ยอมรับได้ แสดงถึงความน่าเชื่อถือของแบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

๔. นำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขแล้วเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อขอความเห็นชอบและจัดพิมพ์แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ เพื่อใช้แจกกลุ่มตัวอย่างจริงในการเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัยต่อไป

๓.๔ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

๑. ผู้วิจัยได้ประสานงานกับผู้อำนวยการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา วิชาสันสกฤต มหวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เพื่อขอหนังสือขอความร่วมมือในการทำวิจัยไป ๒ แห่ง คือ (๑) ผู้อำนวยการโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรี และ (๒) เทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรี

๒. นำแบบสอบถามไปยังกลุ่มเป้าหมาย คือ ผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรี ซึ่งมีจำนวน ๑๑๙ ชุด

๓. เมื่อเก็บรวบรวมข้อมูลเสร็จแล้ว ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ข้อมูล จากนั้นจึงตรวจสอบความสมบูรณ์แล้วนำไปประมวลผลด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์ต่อไป

^๓ สีน พันธุ์พิณิจ, เทคนิคการวิจัยทางสังคมศาสตร์, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทจูนพับลิชชิ่ง จำกัด, ๒๕๕๗), หน้า ๑๙๑.

๓.๕ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถาม โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป ดังนี้

๑. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) เพื่อการบรรยายข้อมูล ผู้วิจัยใช้สถิติแจกแจงความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) มีกรอบสำหรับการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

ขั้นตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ด้วยสถิติการแจกแจงความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) และสรุปลงในตารางประกอบการบรรยายข้อมูล

ขั้นตอนที่ ๒ ความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ด้วยสถิติการหาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และสรุปผลพร้อมการแปลระดับความพึงพอใจตามเกณฑ์ที่กำหนดลงในตารางประกอบการบรรยายข้อมูล

๒. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) เพื่อการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างสถานภาพกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ใช้สถิติทดสอบนัยสำคัญแบบชนิดที่เป็นอิสระจากกัน (t-independent) ส่วนการศึกษาเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างตัวแปร อายุ เพศ และการศึกษาของกลุ่มตัวอย่างใช้สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance : ANOVA) เมื่อพบความแตกต่างกันของค่าเฉลี่ยจึงทำการศึกษาความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ้ (Sheffé s post hoc comparison) สูตรการหาค่าสถิติที่ใช้ในการวิจัย มีดังนี้

๑) ร้อยละ (Percentage)^๔

$$P = \frac{X}{N} \times$$

เมื่อ

P = ค่าร้อยละ

X = จำนวนผู้ตอบแบบสอบถาม

N = จำนวนประชากร

๒) สูตรหาค่าเฉลี่ย (Mean)^๕

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

เมื่อ

$\bar{X}$ = ค่าเฉลี่ย

$\sum X$ = ผลรวมของผู้ตอบแบบสอบถาม

^๔ นิภา เมธาวีชัย, *วิทยาการวิจัย*, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันราชภัฏธนบุรี, ๒๕๔๓), หน้า ๑๒๘.

^๕ สงศ์รี ชมพวงค์, *การวิจัย*, (นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช, ๒๕๔๗),

N = จำนวนประชากร

๓) สูตรหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

$$S.D. = \sqrt{\frac{N \sum X^2 - (\sum X)^2}{N(N-1)}}$$

เมื่อ $S.D.$ แทน ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
 N แทน จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
 $\sum X^2$ แทน ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง
 $(\sum X)^2$ แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมดยกกำลังสอง
 $\sum X$ แทน ผลรวมของคะแนนรวมทั้งหมด

๔) สูตรหาค่าสถิติการแจกแจงแบบทีชนิดที่เป็นอิสระจากกัน (t-dependent)

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{N \sum D^2 - (\sum D)^2}{N-1}}}$$

เมื่อ D = เป็นความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่
 D = เป็นจำนวนคู่

๕) สูตรสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance: ANOVA)

$$F = \frac{MS_b}{MS_w}$$

เมื่อ F = ค่าการแจกแจงของ F
 MS_b = ความแปรปรวน (Mean Square) ระหว่างกลุ่ม
 ๑) MS_b = ความแปรปรวนภายในกลุ่ม
 $MS_b = \frac{SS_b}{df_w}$

เมื่อ MS_b = ความแปรปรวนระหว่างกลุ่ม (Mean Square)
 SS_b = ผลบวกกำลังสองระหว่างกลุ่ม ซึ่งคำนวณได้จากสูตร
 $SS_b = \sum_{j=1}^p \frac{T_j^2}{n_j} - \frac{T^2}{N}$
 T_j = คะแนนรวมของแต่ละกลุ่ม
 N_j = จำนวนคนของแต่ละกลุ่ม
 T = คะแนนรวมทั้งหมด
 N = จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

เมื่อ df_b = ตัวแปรอิสระหาได้จากสูตร $df_b = p-1$

เมื่อ p = จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

$$๑) MS_b = \frac{SS_b}{df_w}$$

เมื่อ MS_w = ความแปรปรวนภายในกลุ่ม
 SS_w = ผลบวกกำลังสองภายในกลุ่มซึ่งคำนวณได้จากสูตร

$$\begin{aligned}
 SS_w &= SS_T - SS_b \\
 \text{เมื่อ } SS_T &= \text{ผลรวมกำลังสองของทั้งหมดโดยคำนวณ ดังนี้} \\
 SS_T &= \sum_{j=1}^p \sum_{i=1}^n X_{ij}^2 - \frac{T^2}{N} \\
 \text{เมื่อ } \sum_{j=1}^p \sum_{i=1}^n X_{ij}^2 &= \text{คะแนนรวมทั้งหมดของแต่ละคนยกกำลังสองของทุกกลุ่ม} \\
 T &= \text{คะแนนรวมทั้งหมด} \\
 N &= \text{จำนวนคนทั้งหมด}
 \end{aligned}$$

บทที่ ๔

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา : กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี” ฉบับนี้ เป็นงานวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม โดยการเก็บข้อมูลจากประชากรกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้โดยหาค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation : S.D.) แจกแจงความถี่ แบบที่ชนิดที่เป็นอิสระจากกัน (t-dependent) สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance : ANOVA) เพื่ออธิบายค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้น (Independent Variables) และตัวแปรตาม (Dependent Variables) โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

๔.๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

๔.๒ ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์

๔.๓ องค์ความรู้จากการวิจัย

๔.๑ ข้อมูลทั่วไป

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตาม สถานภาพ อายุ เพศ และการศึกษา รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ ๔.๑

ตารางที่ ๔.๑ แสดงจำนวนและค่าร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม

(n = ๑๗๐)

อายุของผู้ตอบแบบสอบถาม	จำนวน	ร้อยละ
อายุต่ำกว่า ๕๕ ปี	๑๕	๘.๘
อายุ ๖๐-๖๔ ปี	๗๓	๔๒.๙
อายุ ๖๕-๖๙ ปี	๓๕	๒๐.๖
อายุ ๗๐ ปีขึ้นไป	๔๗	๒๗.๖
รวม	๑๗๐	๑๐๐.๐
เพศ	จำนวน	ร้อยละ
เพศหญิง	๑๐๗	๖๒.๙
เพศชาย	๖๓	๓๗.๑
รวม	๑๗๐	๑๐๐

การศึกษา	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น	๑๔๗	๘๖.๕
มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย	๑๖	๙.๔
อนุปริญญา/ปวส/ปวช	๔	๒.๔
ปริญญาตรี	๓	๑.๘
รวม	๑๗๐	๑๐๐

จากตารางที่ ๔.๑ พบว่า ผู้สูงอายุที่ตอบแบบสอบถามส่วนมากมีอายุระหว่าง ๖๐-๖๔ ปี จำนวน ๗๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๒.๙ รองลงมาคือ อายุระหว่าง ๗๐ ปีขึ้นไป จำนวน ๔๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๗.๖ รองลงมาคือมีอายุระหว่าง ๖๕-๖๙ ปี จำนวน ๓๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๐.๖ และน้อยสุดคือมีอายุน้อยกว่า ๕๙ ปี จำนวน ๑๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๘.๘ เมื่อพิจารณาเพศของผู้สูงอายุที่ตอบแบบสอบถามส่วนมากเป็นเพศหญิง จำนวน ๑๐๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๒.๙ และเป็นเพศชายจำนวน ๖๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๓๗.๑ และเมื่อพิจารณาการศึกษาของผู้สูงอายุที่ตอบแบบสอบถามส่วนมาก ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน ๑๔๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๘๖.๕ รองลงมาคือมัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย จำนวน ๑๖ คน คิดเป็นร้อยละ ๙.๔ รองลงมาคือ อนุปริญญา/ปวส/ปวช จำนวน ๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๒.๔ และน้อยสุดคือปริญญาตรี จำนวน ๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๑.๘ ตามลำดับ

๔.๒ ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามวัตถุประสงค์การวิจัยเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ซึ่งสรุปผลการวิจัยดังนี้

๔.๒.๑ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ใช้การวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) โดยภาพรวมและรายด้าน ได้แก่ (๑) ด้านเทคนิคการสอน (๒) ด้านการใช้สื่อการสอน (๓) ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม และ (๔) ด้านการวัดและประเมินผล แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบการบรรยาย ปรากฏดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ ๔.๒ แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี โดยภาพรวม

(n = ๑๗๐)

ข้อที่	ความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่า มะกา จังหวัดกาญจนบุรี	ระดับความพึงพอใจ		
		$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
๑	ด้านเทคนิคการสอน	๔.๔๐	๐.๖๐	มาก
๒	ด้านการใช้สื่อการสอน	๔.๓๑	๐.๖๐	มาก
๓	ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม	๔.๔๔	๐.๕๙	มากที่สุด
๔	ด้านการวัดและประเมินผล	๔.๒๕	๐.๕๖	มาก
ภาพรวม		๔.๓๕	๐.๕๒	มาก

จากตารางที่ ๔.๒ พบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=๔.๓๕$, S.D.=๐.๕๒)

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด ๑ ด้าน คือ มีด้านการจัดการสภาพแวดล้อมอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=๔.๔๔$, S.D.=๐.๕๙) อยู่ในระดับมากที่สุดทุกด้าน เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ (๑) ด้านเทคนิคการสอน ($\bar{X}=๔.๔๐$, S.D.=๐.๖๐) (๒) ด้านการใช้สื่อการสอนอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=๔.๓๑$, S.D.=๐.๖๐) และ (๓) ด้านการวัดและประเมินผลอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=๔.๒๕$, S.D.=๐.๕๖) ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๓ แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านเทคนิคการสอน

(n = ๑๗๐)

ข้อที่	ด้านเทคนิคการสอน	ระดับความพึงพอใจ		
		$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
๑	เนื้อหาการสอนเข้าใจง่ายหรือในสิ่งที่รู้อยู่แล้ว	๔.๔๐	๐.๗๑	มาก
๒	สอนเรียงไปตามลำดับ	๔.๔๐	๐.๖๗	มาก
๓	สอนชี้แจงยกเหตุผลมาแสดงให้เข้าใจ	๔.๔๕	๐.๖๗	มาก
๔	สอนด้วยอาศัยความมีเมตตาไม่เห็นแก่อาภิส	๔.๔๒	๐.๗๓	มาก
๕	สอนโดยไม่กระทบตนและผู้อื่น	๔.๓๔	๐.๗๔	มาก
๖	แนวทางการปฏิบัติเหมาะสมแก่ผู้เรียน	๔.๓๙	๐.๖๕	มาก
๗	เสมอภาคในการให้สาระการเรียนรู้	๔.๓๘	๐.๘๐	มาก
๘	เปิดโอกาสให้ซักถามแสดงความคิดเห็น	๔.๔๘	๐.๖๘	มากที่สุด
๙	มีเอกสารประกอบการสอนที่เหมาะสม	๔.๓๗	๐.๗๑	มาก
๑๐	มีการประชุมปรับปรุงหลักสูตรอย่างสม่ำเสมอ	๔.๓๔	๐.๗๐	มาก
ภาพรวม		๔.๔๐	๐.๖๐	มาก

จากตารางที่ ๔.๓ พบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านเทคนิคการสอน โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=๔.๔๐$, S.D.=๐.๖๐)

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด ๑ ข้อ คือ เปิดโอกาสให้ซักถามแสดงความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=๔.๔๘$, S.D.=๐.๖๘) เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ๓ ข้อ ดังนี้ สอนชี้แจงยกเหตุผลมาแสดงให้เข้าใจ ($\bar{X}=๔.๔๕$, S.D.=๐.๖๗) รองลงมา คือ สอนด้วยอาศัยความมีเมตตาไม่เห็นแก่อาภิส ($\bar{X}=๔.๔๒$, S.D.=๐.๗๓) รองลงมา คือ สอนเรียงไปตามลำดับ ($\bar{X}=๔.๔๐$, S.D.=๐.๖๗) และข้อที่มีความพึงพอใจน้อยที่สุด คือ สอนโดยไม่กระทบตนและผู้อื่น ($\bar{X}=๔.๓๔$, S.D.=๐.๗๔) ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๔ แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอกำแพงแสน จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการใช้สื่อการสอน

(n = ๑๗๐)

ข้อที่	ด้านการใช้สื่อการสอน	ระดับความพึงพอใจ		
		$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
๑	ผู้สอนมีจรรยาวัตรที่งดงามเป็นตัวอย่างที่ดีในการสอน	๔.๔๑	๐.๖๗	มากที่สุด
๒	ผู้สอนใช้ภาษาที่เข้าใจง่ายและสอนด้วยเมตตา	๔.๓๘	๐.๗๐	มาก
๓	มีการประยุกต์ใช้อุปกรณ์ที่มีอยู่ตามธรรมชาติ	๔.๓๔	๐.๗๓	มาก
๔	อุปกรณ์ประกอบการเรียนการสอนเพียงพอต่อผู้เรียน	๔.๒๙	๐.๗๕	มาก
๕	ดูแลปรับปรุงเครื่องใช้ให้สะอาดน่าใช้ตลอดเวลา	๔.๒๓	๐.๗๕	มาก
๖	มีเครื่องมือเครื่องใช้ที่ทันสมัย	๔.๒๖	๐.๗๗	มาก
๗	อุปกรณ์ประกอบการเรียนการสอนที่ปลอดภัย	๔.๒๙	๐.๖๙	มาก
๘	สื่อการสอนเหมาะสมต่อผู้เรียน	๔.๒๙	๐.๗๓	มาก
๙	แสงสว่างเพียงพอต่อการสัจจกร และการทำกิจกรรม	๔.๓๔	๐.๗๖	มาก
๑๐	มีการดูแล ซ่อมแซมทันที่เมื่อมีการเสียหาย	๔.๒๖	๐.๗๗	มาก
ภาพรวม		๔.๓๑	๐.๖๐	มาก

จากตารางที่ ๔.๔ พบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอกำแพงแสน จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการใช้สื่อการสอน โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = ๔.๓๑, S.D. = ๐.๖๐)

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด ๑ ข้อ คือ ผู้สอนมีจรรยาวัตรที่งดงามเป็นตัวอย่างที่ดีในการสอนอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}$ = ๔.๔๑, S.D. = ๐.๖๗) นอกนั้นอยู่ในระดับมากทุกข้อ เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ๓ ข้อ ดังนี้ ผู้สอนใช้ภาษาที่เข้าใจง่ายและสอนด้วยเมตตา ($\bar{X}$ = ๔.๓๘, S.D. = ๐.๗๐) รองลงมา คือ มีการประยุกต์ใช้อุปกรณ์ที่มีอยู่ตามธรรมชาติ ($\bar{X}$ = ๔.๓๔, S.D. = ๐.๗๓) รองลงมา คือ แสงสว่างเพียงพอต่อการสัจจกร การทำกิจกรรม ($\bar{X}$ = ๔.๓๔, S.D. = ๐.๗๖) และข้อที่มีความพึงพอใจน้อยที่สุด คือ ดูแลปรับปรุงเครื่องใช้ให้สะอาดน่าใช้ตลอดเวลา ($\bar{X}$ = ๔.๒๓, S.D. = ๐.๗๕) ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๕ แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม

(n = ๑๗๐)

ข้อที่	ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม	ระดับความคิดเห็น		
		$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
๑	สถานที่ตั้งเหมาะสม	๔.๕๒	๐.๖๔	มากที่สุด
๒	สะดวกในการเดินทาง	๔.๓๖	๐.๗๖	มาก
๓	ความสะอาดของสถานที่	๔.๓๗	๐.๗๐	มาก
๔	มีป้ายประกาศทำความเข้าใจกฎระเบียบชัดเจน	๔.๓๖	๐.๗๑	มาก
๕	ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมเอื้ออำนวย	๔.๔๕	๐.๗๐	มาก
๖	ขนาดห้องเรียนเพียงพอและเหมาะสม	๔.๔๑	๐.๖๙	มาก
๗	ไม่มีเสียงรบกวนในการเรียนการสอน	๔.๔๖	๐.๖๔	มาก
๘	สถานที่รื่นรมย์เหมาะแก่การปฏิบัติ	๔.๔๙	๐.๖๙	มาก
๙	สถานที่เดินจงกรมควรแก่การปฏิบัติ	๔.๕๑	๐.๖๔	มาก
๑๐	คบบุคคลที่เหมาะสมเป็นกัลยาณมิตร	๔.๔๒	๐.๖๙	มาก
ภาพรวม		๔.๔๔	๐.๕๙	มาก

จากตารางที่ ๔.๕ พบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=๔.๔๔$, S.D.=๐.๕๙)

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด ๑ ข้อ คือ สถานที่ตั้งเหมาะสม ($\bar{X}=๔.๕๒$, S.D.=๐.๖๔) และข้อที่เหลือน้อยอยู่ในระดับมาก เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ๓ ข้อ ดังนี้ สถานที่เดินจงกรมควรแก่การปฏิบัติ ($\bar{X}=๔.๕๑$, S.D.=๐.๖๔) รองลงมา คือ สถานที่รื่นรมย์เหมาะแก่การปฏิบัติ ($\bar{X}=๔.๔๙$, S.D.=๐.๖๙) รองลงมา คือ ไม่มีเสียงรบกวนในการเรียนการสอน ($\bar{X}=๔.๔๖$, S.D.=๐.๖๔) และข้อที่มีความพึงพอใจน้อยที่สุด คือ มีป้ายประกาศทำความเข้าใจกฎระเบียบชัดเจน ($\bar{X}=๔.๓๖$, S.D.=๐.๗๑) ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๖ แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการวัดและประเมินผล

(n = ๑๗๐)

ข้อที่	ด้านการวัดและประเมินผล	ระดับความพึงพอใจ		
		$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
๑	ผู้ปฏิบัติมีการกำหนดรู้เท่าทันอารมณ์ที่เกิดขึ้น	๔.๒๙	๐.๗๓	มาก
๒	กำหนดรู้เท่าทันในอารมณ์ปัจจุบันที่เกิดขึ้น	๔.๑๖	๐.๗๙	มาก
๓	กำหนดรู้เท่าทันในการเคลื่อนไหว	๔.๑๙	๐.๗๕	มาก
๔	กำหนดเห็นชัดเจนในรูปของเวทนา	๔.๑๑	๐.๗๘	มาก
๕	รู้เท่าทันในการเกิดดับของเวทนา	๔.๑๘	๐.๗๕	มาก
๖	กำหนดเท่าทันในอาการพองยุบได้อย่างชัดเจน	๔.๒๒	๐.๖๙	มาก
๗	รู้เท่าทันในขณะจิตที่เกิดขึ้น	๔.๒๗	๐.๗๐	มาก
๘	รู้เท่าทันในปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแล้วดับไป	๔.๒๖	๐.๗๐	มาก
๙	สามารถอธิบายลักษณะที่เกิดขึ้นและดับไปได้	๔.๓๑	๐.๖๔	มาก
๑๐	มีความสุขในการปฏิบัติ	๔.๕๑	๐.๕๙	มากที่สุด
ภาพรวม		๔.๒๕	๐.๕๖	มาก

จากตารางที่ ๔.๖ พบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการวัดและประเมินผล โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = ๔.๒๕, S.D. = ๐.๕๖)

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด ๑ ข้อ คือ มีความสุขในการปฏิบัติอยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}$ = ๔.๕๑, S.D. = ๐.๕๙) และข้อที่เหลืออยู่ในระดับมาก เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ๓ ข้อ ดังนี้ สามารถอธิบายลักษณะที่เกิดขึ้นและดับไปได้ ($\bar{X}$ = ๔.๓๑, S.D. = ๐.๖๔) รองลงมา คือ ผู้ปฏิบัติมีการกำหนดรู้เท่าทันอารมณ์ที่เกิดขึ้น ($\bar{X}$ = ๔.๒๙, S.D. = ๐.๗๓) รองลงมา คือ รู้เท่าทันในขณะจิตที่เกิดขึ้น ($\bar{X}$ = ๔.๒๗, S.D. = ๐.๗๐) และข้อที่มีความพึงพอใจน้อยสุดคือ กำหนดเห็นชัดเจนในรูปของเวทนา ($\bar{X}$ = ๔.๑๑, S.D. = ๐.๗๘) ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๗ แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี จำแนกตามอายุ

(n = ๑๗๐)

ด้าน	อายุ	n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
ด้านเทคนิคการสอน	ต่ำกว่า ๕๕ ปี	๑๕	๔.๒๑	๐.๓๙	มาก
	๖๐-๖๔ ปี	๗๓	๔.๓๕	๐.๖๖	มาก
	๖๕-๖๙ ปี	๓๕	๔.๔๒	๐.๖๐	มาก
	๗๐ ปีขึ้นไป	๔๗	๔.๕๑	๐.๕๕	มากที่สุด
	รวม	๑๗๐	๔.๔๐	๐.๖๐	มาก
ด้านการใช้สื่อการสอน	ต่ำกว่า ๕๕ ปี	๑๕	๔.๑๙	๐.๒๘	มาก
	๖๐-๖๔ ปี	๗๓	๔.๒๑	๐.๖๗	มาก
	๖๕-๖๙ ปี	๓๕	๔.๒๔	๐.๖๑	มาก
	๗๐ ปีขึ้นไป	๔๗	๔.๕๕	๐.๔๙	มากที่สุด
	รวม	๑๗๐	๔.๓๑	๐.๖๐	มาก
ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม	ต่ำกว่า ๕๕ ปี	๑๕	๔.๘๔	๐.๓๒	มากที่สุด
	๖๐-๖๔ ปี	๗๓	๔.๒๖	๐.๖๓	มาก
	๖๕-๖๙ ปี	๓๕	๔.๔๓	๐.๕๙	มาก
	๗๐ ปีขึ้นไป	๔๗	๔.๕๘	๐.๕๐	มากที่สุด
	รวม	๑๗๐	๔.๔๔	๐.๕๙	มาก
ด้านการวัดและประเมินผล	ต่ำกว่า ๕๕ ปี	๑๕	๔.๐๙	๐.๒๘	มาก
	๖๐- ๖๔ ปี	๗๓	๔.๑๖	๐.๖๑	มาก
	๖๕-๖๙ ปี	๓๕	๔.๒๐	๐.๕๕	มาก
	๗๐ ปีขึ้นไป	๔๗	๔.๔๘	๐.๔๘	มาก
	รวม	๑๗๐	๔.๒๕	๐.๕๖	มาก
โดยรวม	ต่ำกว่า ๕๕ ปี	๑๕	๔.๓๓	๐.๑๖	มาก
	๖๐-๖๔ ปี	๗๓	๔.๒๕	๐.๕๙	มาก
	๖๕-๖๙ ปี	๓๕	๔.๓๒	๐.๕๐	มาก
	๗๐ ปีขึ้นไป	๔๗	๔.๕๓	๐.๔๕	มากที่สุด
	รวม	๑๗๐	๔.๓๕	๐.๕๒	มาก

จากตารางที่ ๔.๗ พบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี จำแนกตามอายุ โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.35$, $S.D.=0.52$)

โดยภาพรวม เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ อายุที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ อายุ ๗๐ ปีขึ้นไป ($\bar{X}=4.53$, $S.D.=0.45$) รองลงมา คือ อายุต่ำกว่า ๕๙ ปี ($\bar{X}=4.33$, $S.D.=0.66$) รองลงมา คือ อายุ ๖๕-๖๙ ปี ($\bar{X}=4.32$, $S.D.=0.50$) และน้อยสุด คือ อายุ ๖๐-๖๔ ปี ($\bar{X}=4.25$, $S.D.=0.55$) ตามลำดับ และเมื่อแยกเป็นรายด้านดังนี้

ด้านเทคนิคการสอน จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.40$, $S.D.=0.60$) เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ อายุที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ อายุ ๗๐ ปีขึ้นไป ($\bar{X}=4.47$, $S.D.=0.55$) รองลงมา คือ อายุ ๖๕-๖๙ ปี ($\bar{X}=4.42$, $S.D.=0.60$) รองลงมา คือ อายุ ๖๐-๖๔ ปี ($\bar{X}=4.35$, $S.D.=0.66$) และน้อยสุด คือ อายุต่ำกว่า ๕๙ ปี ($\bar{X}=4.21$, $S.D.=0.39$) ตามลำดับ

ด้านการใช้สื่อการสอน จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.31$, $S.D.=0.60$) เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ อายุที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ อายุ ๗๐ ปีขึ้นไป ($\bar{X}=4.55$, $S.D.=0.49$) รองลงมา คือ อายุ ๖๕-๖๙ ปี ($\bar{X}=4.24$, $S.D.=0.61$) รองลงมา คือ อายุ ๖๐-๖๔ ปี ($\bar{X}=4.21$, $S.D.=0.67$) และน้อยสุด คือ อายุต่ำกว่า ๕๙ ปี ($\bar{X}=4.15$, $S.D.=0.28$) ตามลำดับ

ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.44$, $S.D.=0.55$) เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ อายุที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ อายุต่ำกว่า ๕๙ ปี ($\bar{X}=4.85$, $S.D.=0.32$) รองลงมา คือ อายุ ๗๐ ปีขึ้นไป ($\bar{X}=4.58$, $S.D.=0.50$) รองลงมา คือ อายุ ๖๕-๖๙ ปี ($\bar{X}=4.43$, $S.D.=0.55$) น้อยสุด คือ อายุ ๖๐-๖๔ ปี ($\bar{X}=4.26$, $S.D.=0.68$) ตามลำดับ

ด้านการวัดและประเมินผล จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.25$, $S.D.=0.56$) เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ อายุที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ อายุ ๗๐ ปีขึ้นไป อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.48$, $S.D.=0.48$) รองลงมา คือ อายุ ๖๕-๖๙ ปี ($\bar{X}=4.20$, $S.D.=0.55$) และน้อยสุด คือ อายุต่ำกว่า ๕๙ ปี ($\bar{X}=4.09$, $S.D.=0.28$) ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๘ แสดงการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี จำแนกตามอายุ

(n = ๑๗๐)

ความพึงพอใจ	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig
ด้านเทคนิคการสอน	ระหว่างกลุ่ม	๑.๒๘	๓	๐.๔๓	๑.๑๙	๐.๓๒
	ภายในกลุ่ม	๕๙.๗๑	๑๖๖	๐.๓๖		
	รวม	๖๑.๐๐	๑๖๙			
ด้านการใช้สื่อการสอน	ระหว่างกลุ่ม	๓.๘๑	๓	๑.๒๗	๓.๗๒	๐.๐๑*
	ภายในกลุ่ม	๕๖.๗๐	๑๖๖	๐.๓๔		
	รวม	๖๐.๕๑	๑๖๙			
ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม	ระหว่างกลุ่ม	๕.๖๙	๓	๑.๙๐	๕.๘๗	๐.๐๐*
	ภายในกลุ่ม	๕๓.๖๔	๑๖๖	๐.๓๒		
	รวม	๕๙.๓๓	๑๖๙			
ด้านการวัดและประเมินผล	ระหว่างกลุ่ม	๓.๕๗	๓	๑.๑๙	๔.๐๕	๐.๐๑*
	ภายในกลุ่ม	๔๘.๘๓	๑๖๖	๐.๒๙		
	รวม	๕๒.๔๐	๑๖๙			
โดยรวม	ระหว่างกลุ่ม	๒.๓๖	๓	๐.๗๙	๓.๐๒	๐.๐๓*
	ภายในกลุ่ม	๔๓.๓๐	๑๖๖	๐.๒๖		
	รวม	๔๕.๖๖	๑๖๙			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๘ ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงยอมรับสมมติฐานการวิจัย เมื่อพิจารณาในรายด้านพบว่า ด้านเทคนิคการสอนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย ส่วนด้านอื่น ๆ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงยอมรับสมมติฐานการวิจัย

ดังนั้น จึงทำการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ตามวิธีของ (Scheffe) รายละเอียดตามตารางที่ ๔.๙

ตารางที่ ๔.๙ แสดงการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี โดยภาพรวม จำแนกตามอายุเป็นรายคู่

อายุ	$\bar{X}$	ต่ำกว่า ๕๙ ปี	๖๐-๖๔ ปี	๖๕-๖๙ ปี	๗๐ ปีขึ้นไป
		๔.๓๓	๔.๒๕	๔.๓๒	๔.๕๓
ต่ำกว่า ๕๙ ปี	๔.๓๓	-			
๖๐-๖๔ ปี	๔.๒๕	-๐.๐๙	-		
๖๕-๖๙ ปี	๔.๓๒	-๐.๐๑	๐.๐๘	-	
๗๐ ปีขึ้นไป	๔.๕๓	๐.๒๐	๐.๒๙*	๐.๒๑	-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๙ ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี โดยภาพรวม จำแนกตามอายุเป็นรายคู่ มีจำนวน ๑ คู่ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๗๐ ปีขึ้นไป มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๖๐-๖๔ ปี ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ตารางที่ ๔.๑๐ แสดงการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการใช้สื่อการสอน จำแนกตามอายุเป็นรายคู่

อายุ	$\bar{X}$	ต่ำกว่า ๕๙ ปี	๖๐-๖๔ ปี	๖๕-๖๙ ปี	๗๐ ปีขึ้นไป
		๔.๑๙	๔.๒๑	๔.๒๔	๔.๕๕
ต่ำกว่า ๕๙ ปี	๔.๑๙	-			
๖๐-๖๔ ปี	๔.๒๑	๐.๐๓	-		
๖๕-๖๙ ปี	๔.๒๔	๐.๐๖	๐.๐๓	-	
๗๐ ปีขึ้นไป	๔.๕๕	๐.๓๖	๐.๓๔*	๐.๓๖	-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๐ ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการใช้สื่อการสอน จำแนกตามอายุเป็นรายคู่ มีจำนวน ๑ คู่ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๗๐ ปีขึ้นไป มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๖๐-๖๔ ปี ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ตารางที่ ๔.๑๑ แสดงการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม จำแนกตามอายุเป็นรายคู่

อายุ	$\bar{X}$	ต่ำกว่า ๕๙ ปี	๖๐-๖๔ ปี	๖๕-๖๙ ปี	๗๐ ปีขึ้นไป
		๔.๘๔	๔.๒๖	๔.๔๓	๔.๕๘
ต่ำกว่า ๕๙ ปี	๔.๘๔	-			
๖๐-๖๔ ปี	๔.๒๖	-๐.๕๘*	-		
๖๕-๖๙ ปี	๔.๔๓	-๐.๔๑	๐.๑๖	-	
๗๐ ปีขึ้นไป	๔.๕๘	-๐.๒๖	๐.๓๒*	๐.๑๖	-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๑ ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม จำแนกตามอายุเป็นรายคู่ มีจำนวน ๒ คู่ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๖๐-๖๔ ปี มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุ ที่มีอายุต่ำกว่า ๕๙ ปี และผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๗๐ ปีขึ้นไป มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๖๐-๖๔ ปี ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ตารางที่ ๔.๑๒ แสดงการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการวัดและประเมินผล จำแนกตามอายุเป็นรายคู่

อายุ	$\bar{X}$	ต่ำกว่า ๕๙ ปี	๖๐-๖๔ ปี	๖๕-๖๙ ปี	๗๐ ปีขึ้นไป
		๔.๐๙	๔.๑๖	๔.๒๐	๔.๔๘
ต่ำกว่า ๕๙ ปี	๔.๐๙	-			
๖๐-๖๔ ปี	๔.๑๖	๐.๐๗	-		
๖๕-๖๙ ปี	๔.๒๐	๐.๑๒	๐.๐๔	-	
๗๐ ปีขึ้นไป	๔.๔๘	๐.๓๙	๐.๓๒*	๐.๒๘	-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๒ ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการวัดและประเมินผล จำแนกตามอายุเป็นรายคู่ มีจำนวน ๑ คู่ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๗๐ ปีขึ้นไป มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๖๐-๖๔ ปี ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ตารางที่ ๔.๑๓ แสดงการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภót่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี จำแนกตามเพศ

(n = ๑๗๐)

ความพึงพอใจ	เพศ				t	sig
	ชาย (๖๓)		หญิง (๑๐๗)			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
๑. ด้านเทคนิคการสอน	๔.๔๒	๐.๕๖	๔.๓๘	๐.๖๓	-๐.๔๓	๐.๖๗
๒. ด้านการใช้สื่อการสอน	๔.๓๓	๐.๕๗	๔.๓๐	๐.๖๒	-๐.๓๒	๐.๗๕
๓. ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม	๔.๖๐	๐.๕๓	๔.๓๔	๐.๖๑	-๒.๘๖	๐.๐๐*
๔. ด้านการวัดและประเมินผล	๔.๓๒	๐.๕๑	๔.๒๑	๐.๕๘	-๑.๒๒	๐.๒๒
โดยรวม	๔.๔๒	๐.๔๖	๔.๓๑	๐.๕๕	๑.๓๗	๐.๑๗

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๓ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลหนองลาน อำเภót่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี จำแนกตามเพศ พบว่า โดยภาพรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย เมื่อพิจารณาในรายด้าน พบว่า ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงยอมรับสมมติฐานการวิจัย โดยที่ผู้สูงอายุเพศชายมีความคิดเห็นมากกว่าเพศหญิง

ตารางที่ ๔.๑๔ แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี จำแนกตามการศึกษา

(n = ๑๗๐)

		n	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
ด้านเทคนิคการสอน	ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น	๑๔๗	๔.๔๒	๐.๖๒	มาก
	มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย	๑๖	๔.๒๔	๐.๒๓	มาก
	อนุปริญญา/ปวส/ปวช	๔	๔.๔๓	๐.๙๖	มาก
	ปริญญาตรี	๓	๓.๙๗	๐.๔๕	มาก
	รวม	๑๗๐	๔.๔๐	๐.๖๐	มาก
ด้านการใช้สื่อการสอน	ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น	๑๔๗	๔.๓๔	๐.๖๑	มาก
	มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย	๑๖	๔.๑๘	๐.๒๓	มาก
	อนุปริญญา/ปวส/ปวช	๔	๔.๑๐	๑.๑๙	มาก
	ปริญญาตรี	๓	๓.๘๐	๐.๓๕	มาก
	รวม	๑๗๐	๔.๓๑	๐.๖๐	มาก
ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม	ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น	๑๔๗	๔.๔๘	๐.๕๙	มาก
	มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย	๑๖	๔.๐๖	๐.๓๙	มาก
	อนุปริญญา/ปวส/ปวช	๔	๔.๔๕	๐.๘๕	มาก
	ปริญญาตรี	๓	๔.๒๗	๐.๗๑	มาก
	รวม	๑๗๐	๔.๔๔	๐.๕๙	มาก
ด้านการวัดและประเมินผล	ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น	๑๔๗	๔.๓๐	๐.๕๗	มาก
	มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย	๑๖	๓.๙๑	๐.๑๔	มาก
	อนุปริญญา/ปวส/ปวช	๔	๔.๓๕	๐.๗๕	มาก
	ปริญญาตรี	๓	๓.๗๗	๐.๕๙	มาก
	รวม	๑๗๐	๔.๒๕	๐.๕๖	มาก
โดยรวม	ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น	๑๔๗	๔.๓๘	๐.๕๓	มาก
	มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย	๑๖	๔.๑๐	๐.๑๕	มาก
	อนุปริญญา/ปวส/ปวช	๔	๔.๓๓	๐.๙๐	มาก
	ปริญญาตรี	๓	๓.๙๕	๐.๕๐	มาก
	รวม	๑๗๐	๔.๓๕	๐.๕๒	มาก

จากตารางที่ ๔.๑๔ พบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี จำแนกตามการศึกษา โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.34, S.D.=0.52$)

โดยรวม เมื่อจำแนกตามการศึกษาอยู่ในระดับมากทุกข้อ เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่าผู้สูงอายุที่มีการศึกษต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น ($\bar{X}=4.38, S.D.=0.53$) รองลงมา คือ อนุปริญญา/ปวส/ปวช ($\bar{X}=4.33, S.D.=0.50$) รองลงมา คือ มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย ($\bar{X}=4.10, S.D.=0.15$) และน้อยสุดคือปริญญาตรี ($\bar{X}=3.95, S.D.=0.50$) ตามลำดับ และเมื่อแยกเป็นรายด้าน ดังนี้

ด้านเทคนิคการสอน จำแนกตามการศึกษา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.40, S.D.=0.60$) เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ ผู้สูงอายุที่มีการศึกษา ที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ อนุปริญญา/ปวส/ปวช ($\bar{X}=4.43, S.D.=0.56$) รองลงมา คือ ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น ($\bar{X}=4.42, S.D.=0.62$) รองลงมา คือ มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย ($\bar{X}=4.24, S.D.=0.63$) และน้อยสุด คือ ปริญญาตรี ($\bar{X}=3.97, S.D.=0.45$) ตามลำดับ

ด้านการใช้สื่อการสอน จำแนกตามการศึกษา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.31, S.D.=0.60$) เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ ผู้สูงอายุที่มีการศึกษา ที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น ($\bar{X}=4.34, S.D.=0.61$) รองลงมา คือ มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย ($\bar{X}=4.18, S.D.=0.63$) รองลงมา คือ อนุปริญญา/ปวส/ปวช ($\bar{X}=4.10, S.D.=0.19$) และน้อยสุด คือ ปริญญาตรี ($\bar{X}=4.80, S.D.=0.35$) ตามลำดับ

ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม จำแนกตามการศึกษา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.44, S.D.=0.59$) เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ ผู้สูงอายุที่มีการศึกษา ที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น ($\bar{X}=4.48, S.D.=0.59$) รองลงมา คือ อนุปริญญา/ปวส/ปวช ($\bar{X}=4.45, S.D.=0.85$) รองลงมา คือ ปริญญาตรี ($\bar{X}=4.27, S.D.=0.71$) และน้อยสุด คือ มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย ($\bar{X}=4.06, S.D.=0.39$) ตามลำดับ

ด้านการวัดและประเมินผล จำแนกตามการศึกษา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.25, S.D.=0.56$) เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ดังนี้ ผู้สูงอายุที่มีการศึกษา ที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ อนุปริญญา/ปวส/ปวช ($\bar{X}=4.35, S.D.=0.75$) รองลงมา คือ ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น ($\bar{X}=4.30, S.D.=0.57$) รองลงมา คือ มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย ($\bar{X}=3.91, S.D.=0.14$) และน้อยสุด คือ ปริญญาตรี ($\bar{X}=3.77, S.D.=0.59$) ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๑๕ แสดงการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี จำแนกตามการศึกษา

(n = ๑๗๐)

ความพึงพอใจ	แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F	Sig
๑. ด้านเทคนิคการสอน	ระหว่างกลุ่ม	๑.๐๖	๓	๐.๓๕	๐.๙๗	๐.๔๑
	ภายในกลุ่ม	๕๙.๙๔	๑๖๖	๐.๓๖		
	รวม	๖๑.๐๐	๑๖๙			
๒. ด้านการใช้สื่อการสอน	ระหว่างกลุ่ม	๑.๓๖	๓	๐.๔๕	๑.๒๗	๐.๒๙
	ภายในกลุ่ม	๕๙.๑๖	๑๖๖	๐.๓๖		
	รวม	๖๐.๕๑	๑๖๙			
๓. ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม	ระหว่างกลุ่ม	๒.๖๗	๓	๐.๘๙	๒.๖๑	๐.๐๕*
	ภายในกลุ่ม	๕๖.๖๕	๑๖๖	๐.๓๔		
	รวม	๕๙.๓๓	๑๖๙			
๔. ด้านการวัดและประเมินผล	ระหว่างกลุ่ม	๒.๘๖	๓	๐.๙๕	๓.๒๐	๐.๐๒*
	ภายในกลุ่ม	๕๙.๕๔	๑๖๖	๐.๓๐		
	รวม	๕๒.๔๐	๑๖๙			
โดยรวม	ระหว่างกลุ่ม	๑.๖๘	๓	๐.๕๖	๒.๑๑	๐.๑๐
	ภายในกลุ่ม	๕๓.๙๘	๑๖๖	๐.๒๖		
	รวม	๕๕.๖๖	๑๖๙			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๕ ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี จำแนกตามการศึกษา โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย เมื่อพิจารณาในรายด้านพบว่า ด้านเทคนิคการสอน และด้านการใช้สื่อการสอน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย ส่วนด้านอื่นๆ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงยอมรับสมมติฐานการวิจัย

ดังนั้น จึงทำการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ตามวิธีของ (Scheffe) รายละเอียดตามตารางที่ ๔.๑๖ และ ๔.๑๗

ตารางที่ ๔.๑๖ แสดงการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม จำแนกตามอายุเป็นรายคู่

การศึกษา	$\bar{X}$	ต่ำกว่า มัธยมศึกษา ตอนต้น	มัธยมศึกษา ตอนต้น/ตอนปลาย	อนุปริญญา/ ปวส/ปวช	ปริญญา ตรี
		๔.๔๘	๔.๐๖	๔.๔๕	๔.๒๗
ต่ำกว่ามัธยมศึกษา ตอนต้น	๔.๔๘	-			
มัธยมศึกษาตอนต้น/ ตอนปลาย	๔.๐๖	-๐.๔๒*	-		
อนุปริญญา/ปวส/ ปวช	๔.๔๕	-๐.๐๓	๐.๓๙	-	
ปริญญาตรี	๔.๒๗	-๐.๒๑	๐.๒๑	-๐.๑๘	-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๖ ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม จำแนกตามการศึกษาเป็นรายคู่ มีจำนวน ๑ คู่ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ที่มีการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุ ที่มีการศึกษาต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ตารางที่ ๔.๑๗ แสดงการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการวัดและประเมินผล จำแนกตามอายุเป็นรายคู่

การศึกษา	$\bar{X}$	ต่ำกว่า มัธยมศึกษา ตอนต้น	มัธยมศึกษา ตอนต้น/ตอนปลาย	อนุปริญญา/ ปวส/ปวช	ปริญญา ตรี
		๔.๓๐	๓.๙๑	๔.๓๕	๓.๗๗
ต่ำกว่ามัธยมศึกษา ตอนต้น	๔.๓๐	-			
มัธยมศึกษาตอนต้น/ ตอนปลาย	๓.๙๑	-๐.๓๘*	-		
อนุปริญญา/ปวส/ ปวช	๔.๓๕	๐.๐๕	๐.๔๔	-	
ปริญญาตรี	๓.๗๗	-๐.๕๓	-๐.๑๕	-๐.๕๘	-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๗ ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการวัดและประเมินผล จำแนกตามการศึกษาเป็นรายคู่ มีจำนวน ๑ คู่ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ที่มีการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุ ที่มีการศึกษาต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ตารางที่ ๔.๑๘ แสดงผลสรุปโดยรวมการเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ของผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

ปัจจัยส่วนบุคคล	ด้านเทคนิคการสอน		ด้านการใช้สื่อการสอน		ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม		ด้านการวัดและประเมินผล		โดยรวม	
	ยอมรับ สมมติฐาน	ปฏิเสธ สมมติฐาน	ยอมรับ สมมติฐาน	ปฏิเสธ สมมติฐาน	ยอมรับ สมมติฐาน	ปฏิเสธ สมมติฐาน	ยอมรับ สมมติฐาน	ปฏิเสธ สมมติฐาน	ยอมรับ สมมติฐาน	ปฏิเสธ สมมติฐาน
อายุ		✓	✓		✓		✓		✓	
เพศ		✓		✓	✓			✓		✓
การศึกษา		✓		✓	✓		✓			✓

จากตารางที่ ๔.๑๘ ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ของผู้สูงอายุ โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ที่ยอมรับสมมติฐานที่ตั้งไว้ คือ อายุ ด้านการใช้สื่อการสอน ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม ด้านการวัดและประเมินผล และโดยรวม, เพศ ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม, การศึกษา ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม และด้านการวัดและประเมินผล, ที่เหลือส่วนใหญ่ปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้ ดังที่แสดงไว้ในตาราง

๔.๒.๒ ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการสร้างความพึงพอใจต่อการปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

ผู้วิจัยได้ตั้งประเด็นคำถามปลายเปิด (Open Ends Questionnaire) เกี่ยวกับปัญหาหรืออุปสรรคและข้อเสนอแนะในการสร้างความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี โดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) และประมวลข้อมูลสรุปได้ดังตารางที่ ๔.๑๘

ตารางที่ ๔.๑๙ แสดงปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการสร้างความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี **ด้านเทคนิคการสอน**

(n=๑๗๐)

ข้อเสนอแนะ	ระดับความคิดเห็น	
	จำนวน	ร้อยละ
๑. แนวทางการปฏิบัติเหมาะแก่ผู้เรียน	๔๕	๒๘.๑๒
๒. มีเอกสารประกอบการสอนที่เหมาะสม	๖๕	๔๐.๖๒
๓. มีการประชุมปรับปรุงหลักสูตรอย่างสม่ำเสมอ	๕๐	๓๒.๒๕
รวม	๑๖๐	๑๐๐

จากตารางที่ ๔.๑๙ พบว่า มีปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการสร้างความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านเทคนิคการสอน ผู้สูงอายุได้มีข้อเสนอแนะจำนวนทั้งสิ้น ๑๖๐ คน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าส่วนมากเสนอแนะในข้อ เอกสารประกอบการสอน มีผู้สูงอายุเสนอแนะจำนวน ๖๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๐.๖๒ มีความเห็นว่าบางทีวิชาการเยอะไป รองลงมาคือ มีการประชุมปรับปรุงหลักสูตรอย่างสม่ำเสมอ จำนวน ๕๐ คน ค่าเฉลี่ย ๓๒.๒๕ ส่วนด้านแนวทางการปฏิบัติเหมาะแก่ผู้เรียน จำนวน ๔๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๘.๑๒ ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๒๐ แสดงปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการสร้างความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการใช้สื่อการสอน

(n=๑๗๐)

ข้อเสนอแนะ	ระดับความคิดเห็น	
	จำนวน	ร้อยละ
๑. สื่อการสอนเหมาะสมต่อผู้เรียน	๑๕	๑๒.๕
๒. มีการดูแลซ่อมแซมทันที่เมื่อมีการเสียหาย	๒๕	๒๐.๘๓
๓. มีการประยุกต์ใช้อุปกรณ์ที่มีอยู่ตามธรรมชาติ	๘๐	๖๖.๖๖
รวม	๑๒๐	๑๐๐

จากตารางที่ ๔.๒๐ พบว่า มีปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการสร้างความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการใช้สื่อการสอน ผู้สูงอายุได้มีข้อเสนอแนะจำนวนทั้งสิ้น ๑๒๐ คน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าส่วนมากเสนอแนะในข้อ มีการประยุกต์ใช้อุปกรณ์ที่มีอยู่ตามธรรมชาติ จำนวน ๘๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๖.๖๖ รองลงมาคือ มีการดูแลซ่อมแซมทันที่เมื่อมีการเสียหาย จำนวน ๒๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๐.๘๓ ซึ่งข้อเสนอแนะของผู้สูงอายุต้องการให้มีการจัดซื้อจัดจ้างบุคคลากรที่มีความชำนาญเฉพาะทางมาดูแลรักษา ส่วนสื่อการสอนเหมาะสมต่อผู้เรียน มีผู้สูงอายุเสนอแนะจำนวน ๑๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๒.๕ ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๒๑ แสดงปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการสร้างความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม

(n=๑๗๐)

ข้อเสนอแนะ	ระดับความคิดเห็น	
	จำนวน	ร้อยละ
๑. ขนาดห้องเรียนเพียงพอและเหมาะสม	๑๕	๒๑.๔๒
๒. สถานที่เดินจงกรมควรแก่การปฏิบัติ	๓๕	๕๐.๐๐
๓. ไม่มีเสียงรบกวนในการเรียนการสอน	๒๐	๒๘.๕๗
รวม	๗๐	๑๐๐

จากตารางที่ ๔.๒๑ พบว่า มีปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการสร้างความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม ผู้สูงอายุได้มีข้อเสนอแนะจำนวนทั้งสิ้น ๖๘ คน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าส่วนมากเสนอแนะในข้อ สถานที่เดินจงกรมควรแก่การปฏิบัติ จำนวน ๓๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๕๐.๐๐ รองลงมา คือ ไม่มีเสียงรบกวนในการเรียนการสอน จำนวน ๒๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๘.๕๗ รองลงมา คือ ขนาดห้องเรียนเพียงพอและเหมาะสม มีผู้สูงอายุเสนอแนะจำนวน ๑๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๑.๔๒ ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๒๒ แสดงปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการสร้างความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการวัดและประเมินผล

ข้อเสนอแนะ	(n=๑๗๐)	
	จำนวน	ร้อยละ
๑. กำหนดเห็นชัดเจนในรูปของเวทนา	๔๕	๒๘.๔๘
๒. รู้เท่าทันในการเกิดดับของเวทนา	๓๕	๒๐.๑๕
๓. รู้เท่าทันในขณะจิตที่เกิดขึ้น	๗๘	๔๕.๓๖
รวม	๑๕๘	๑๐๐

จากตารางที่ ๔.๒๒ พบว่า มีปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการสร้างความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้านการวัดและประเมินผล ผู้สูงอายุได้มีข้อเสนอแนะจำนวนทั้งสิ้น ๑๕๘ คน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าส่วนมากเสนอแนะในข้อ รู้เท่าทันในขณะจิตที่เกิดขึ้น จำนวน ๗๘ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๙.๓๖ รองลงมาคือ กำหนดเห็นชัดเจนในรูปของเวทนา จำนวน ๔๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๘.๔๘ รองลงมา คือ รู้เท่าทันในการเกิดดับของเวทนา จำนวน ๓๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๐.๑๕ ตามลำดับ

๔.๓ องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

๔.๓.๑ องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

จากการศึกษาและวิเคราะห์แบบสอบถาม พบว่า ผู้สูงอายุที่ตอบแบบสอบถามส่วนมากมีอายุระหว่าง ๖๐-๖๕ ปี จำนวน ๗๓ คน และน้อยสุดคือมีอายุน้อยกว่า ๕๕ ปี จำนวน ๑๕ คน เมื่อพิจารณาเพศของผู้สูงอายุที่ตอบแบบสอบถามส่วนมากเป็นเพศหญิง จำนวน ๑๐๗ คน และ

เป็นเพศชายจำนวน ๖๓ คน เมื่อพิจารณาจากการศึกษาของผู้สูงอายุที่ตอบแบบสอบถามส่วนมากต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน ๑๔๗ คน และน้อยสุดคือปริญญาตรีมีจำนวน ๓ คน

๔.๓.๒ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับมากทุกด้าน คือ (๑) ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม (๒) ด้านเทคนิคการสอน (๓) ด้านการใช้สื่อการสอน และ (๔) ด้านการวัดและประเมินผล เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ ดังมีรายละเอียดดังนี้

๑. ด้านเทคนิคการสอน โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากทุกข้อ เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ (๑) เปิดโอกาสให้ซักถามแสดงความคิดเห็น (๒) สอนชี้แจงยกเหตุผลมาแสดงให้เข้าใจ (๓) สอนด้วยอาศัยความมีเมตตาไม่เห็นแก่อาภิส (๔) สอนเรียงไปตามลำดับ (๕) เนื้อหาการสอนเข้าใจง่ายหรือในสิ่งที่รู้อยู่แล้ว (๖) แนวทางการปฏิบัติเหมาะแก่ผู้เรียน (๗) เสมอภาคในการให้สาระการเรียนรู้ (๘) มีเอกสารประกอบการสอนที่เหมาะสม (๙) มีการประชุมปรับปรุงหลักสูตรอย่างสม่ำเสมอ และ (๑๐) สอนโดยไม่กระทบตนและผู้อื่น ตามลำดับ

๒. ด้านการใช้สื่อการสอน โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากทุกข้อ เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ (๑) ผู้สอนมีจิตวิญญูธรรมที่งดงามเป็นตัวอย่างที่ดีในการสอน (๒) ผู้สอนใช้ภาษาที่เข้าใจง่ายและสอนด้วยเมตตา (๓) มีการประยุกต์ใช้อุปกรณ์ที่มีอยู่ตามธรรมชาติ (๔) แสงสว่างเพียงพอต่อการสังวร และการทำกิจกรรม (๕) อุปกรณ์ประกอบการเรียนการสอนที่ปลอดภัย (๖) สื่อการสอนเหมาะสมต่อผู้เรียน (๗) อุปกรณ์ประกอบการเรียนการสอนเพียงพอต่อผู้เรียน (๘) มีการดูแลซ่อมแซมทันทั่วทั้งที่เมื่อมีการเสียหาย (๙) มีเครื่องมือเครื่องใช้ที่ทันสมัยซึ่งสองข้อนี้มีและ (๑๐) ปรับปรุงเครื่องใช้ให้สะอาดน่าใช้ตลอดเวลา ตามลำดับ

๓. ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด ๒ ข้อ คือ (๑) สถานที่ตั้งเหมาะสม และ (๒) สถานที่เดินจงกรมควรแก่การปฏิบัติ และข้อที่เหลืออยู่ในระดับมาก เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ (๑) สถานที่ร่มรื่นเหมาะแก่การปฏิบัติ (๒) ไม่มีเสียงรบกวนในการเรียนการสอน (๓) ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมเอื้ออำนวย (๔) คบหาบุคคลที่เหมาะสมเป็นกัลยาณมิตร (๕) ขนาดห้องเรียนเพียงพอและเหมาะสม (๖) ความสะอาดของสถานที่ (๗) สะดวกในการเดินทาง และ (๘) มีป้ายประกาศทำความเข้าใจกฎระเบียบชัดเจน ตามลำดับ

๔. ด้านการวัดและประเมินผล โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด ๑ ข้อ คือ มีความสุขในการปฏิบัติ อยู่ในระดับมากที่สุด และข้อที่เหลืออยู่ในระดับมาก เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ (๑) สามารถอธิบายลักษณะที่เกิดขึ้นและดับไป (๒) ผู้ปฏิบัติมีการกำหนดรู้เท่าทันอารมณ์ที่เกิดขึ้น (๓) รู้เท่าทันในขณะจิตที่เกิดขึ้น (๔) รู้เท่าทันในปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแล้วดับไป (๕) กำหนดเท่าทันในอาการพองยุบได้อย่างชัดเจน (๖) กำหนดรู้เท่าทันในการเคลื่อนไหว (๗) รู้เท่าทันในการเกิดดับของเวทนา (๘) กำหนดรู้เท่าทันในอารมณ์ปัจจุบันที่เกิดขึ้น (๙) กำหนดเห็นชัดเจนในรูปของเวทนา ตามลำดับ

จำแนกตามอายุ โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ อายุที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุดคือ อายุ ๗๐ ปีขึ้นไป รองลงมา คือ อายุต่ำกว่า ๕๕ ปี รองลงมา คือ อายุ ๖๕-๖๙ ปี และน้อยสุด คือ อายุ ๖๐-๖๔ ปี ตามลำดับ และเมื่อแยกเป็นรายด้านดังนี้

๑. ด้านเทคนิคการสอน จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย (๑) อายุที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ อายุ ๗๐ ปีขึ้นไป (๒) อายุ ๖๕-๖๙ ปี (๓) อายุ ๖๐-๖๔ ปี และ (๔) อายุต่ำกว่า ๕๕ ปี ตามลำดับ

๒. ด้านการใช้สื่อการสอน จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ (๑) อายุที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ อายุ ๗๐ ปีขึ้นไป (๒) อายุ ๖๕-๖๙ ปี (๓) อายุ ๖๐-๖๔ ปี และ (๔) อายุต่ำกว่า ๕๕ ปี ตามลำดับ

๓. ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ (๑) อายุต่ำกว่า ๕๕ ปี (๒) อายุ ๗๐ ปีขึ้นไป (๓) อายุ ๖๕-๖๙ ปี และ (๔) อายุ ๖๐-๖๔ ปี ตามลำดับ

๔. ด้านการวัดและประเมินผล จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ (๑) อายุ ๗๐ ปีขึ้นไป (๒) อายุ ๖๕-๖๙ ปี (๓) อายุต่ำกว่า ๕๕ ปี และ (๔) อายุ ๖๐ ปีขึ้นไป ตามลำดับ

๔.๓.๓ ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอกำแพงแสน จังหวัดกาญจนบุรี

จากผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอกำแพงแสน จังหวัดกาญจนบุรี จำแนกตามอายุ พบว่า โดยภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงยอมรับสมมติฐานการวิจัย เมื่อพิจารณาในรายด้านพบว่า ด้านเทคนิคการสอน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย ส่วนด้านอื่น ๆ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงยอมรับสมมติฐานการวิจัย

เมื่อทำการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ตามวิธีของ (Scheffe) พบว่า โดยภาพรวม จำแนกตามอายุเป็นรายคู่ มีจำนวน ๑ คู่ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๗๐ ปีขึ้นไป มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๖๐-๖๔ ปี ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ เมื่อจำแนกเป็นรายด้านที่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติทั้ง ๓ ด้าน ดังนี้

๑. ด้านการใช้สื่อการสอน จำแนกตามอายุเป็นรายคู่ มีจำนวน ๑ คู่ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๗๐ ปีขึ้นไป มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๖๐-๖๔ ปี ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

๒. ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม จำแนกตามอายุเป็นรายคู่ มีจำนวน ๒ คู่ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๖๐-๖๔ ปี มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุ ที่มีอายุต่ำกว่า ๕๙ ปี และผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๗๐ ปีขึ้นไป มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๖๐-๖๔ ปี ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

๓. ด้านการวัดและประเมินผล จำแนกตามอายุเป็นรายคู่ มีจำนวน ๑ คู่ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๗๐ ปีขึ้นไป มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๖๐-๖๔ ปี ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ซึ่งทั้ง ๓ ด้านที่กล่าวมาแล้วนั้น เมื่อจำแนกตามเพศ พบว่า โดยภาพรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย เมื่อพิจารณาในรายด้าน พบว่า ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงยอมรับสมมติฐานการวิจัย โดยที่ผู้สูงอายุเพศชายมีความคิดเห็นมากกว่าเพศหญิง

เมื่อจำแนกตามการศึกษา โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อจำแนกตามการศึกษาอยู่ในระดับมากทุกข้อ เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ (๑) ผู้สูงอายุที่มีการศึกษามากกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น (๒) อนุปริญญา/ปวส/ปวช (๓) อนุปริญญา/ปวส/ปวช และ (๔) มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย ตามลำดับ และเมื่อแยกเป็นรายด้าน ดังนี้

๑. ด้านเทคนิคการสอน จำแนกตามการศึกษา โดยภาพรวมอยู่ในระดับ เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ (๑) อนุปริญญา/ปวส/ปวช (๒) ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น (๓) มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย และ (๔) ปริญญาตรี ตามลำดับ

๒. ด้านการใช้สื่อการสอน จำแนกตามการศึกษา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ (๑) ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น (๒) มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย (๓) อนุปริญญา/ปวส/ปวช และ (๔) ปริญญาตรี ตามลำดับ

๓. ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม จำแนกตามการศึกษา โดยภาพรวมอยู่ในระดับ เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ (๑) ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น (๒) อนุปริญญา/ปวส/ปวช (๓) ปริญญาตรี และ (๔) มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย ตามลำดับ

๔. ด้านการวัดและประเมินผล จำแนกตามการศึกษา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ (๑) อนุปริญา/ปวส/ปวช (๒) ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น (๓) มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย และ (๔) ปริญาตรี ตามลำดับ

จำแนกตามการศึกษา โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย เมื่อพิจารณาในรายด้านพบว่า ด้านเทคนิคการสอน และด้านการใช้สื่อการสอน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย ส่วนด้านอื่นๆ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงยอมรับสมมติฐานการวิจัย

๔.๓.๔ ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการสร้างความพึงพอใจต่อการปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

จากการศึกษาปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการสร้างความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี พบว่า ด้านเทคนิคการสอน จำนวนทั้งสิ้น ๑๖๐ คน รองลงมา คือ ด้านการวัดและประเมินผล จำนวนทั้งสิ้น ๑๕๘ คน รองลงมา คือ ด้านการใช้สื่อการสอน จำนวนทั้งสิ้น ๑๒๐ คน และ น้อยสุดคือ ด้านการจัดการสภาพแวดล้อมจำนวนทั้งสิ้น ๖๘ คน เมื่อจำแนกเป็นรายด้านดังนี้

๑. ด้านเทคนิคการสอน ผู้สูงอายุได้มีข้อเสนอแนะจำนวนทั้งสิ้น ๑๖๐ คน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าส่วนมากเสนอแนะในข้อ เอกสารประกอบการสอน มีผู้สูงอายุเสนอแนะจำนวน ๖๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๐.๖๒ รองลงมาคือ มีการประชุมปรับปรุงหลักสูตรอย่างสม่ำเสมอ จำนวน ๕๐ คน ค่าเฉลี่ย ๓๒.๒๕ และ แนวทางการปฏิบัติเหมาะสมแก่ผู้เรียน จำนวน ๔๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๘.๑๒ ตามลำดับ

๒. ด้านการใช้สื่อการสอน ผู้สูงอายุได้มีข้อเสนอแนะจำนวนทั้งสิ้น ๑๒๐ คน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าส่วนมากเสนอแนะในข้อ มีการประยุกต์ใช้อุปกรณ์ที่มีอยู่ตามธรรมชาติ จำนวน ๘๐ คน มีการดูแลซ่อมแซมพื้นที่เมื่อมีการเสียหาย จำนวน ๒๕ คน และสื่อการสอนเหมาะสมต่อผู้เรียน มีผู้สูงอายุเสนอแนะจำนวน ๑๕ คน ตามลำดับ

๓. ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม ผู้สูงอายุได้มีข้อเสนอแนะจำนวนทั้งสิ้น ๖๘ คน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าส่วนมากเสนอแนะในข้อ สถานที่เดินจงกรมควรแก่การปฏิบัติ จำนวน ๓๕ คน ไม่มีเสียงรบกวนในการเรียนการสอน จำนวน ๒๐ คน และ ขนาดห้องเรียนเพียงพอและเหมาะสม มีผู้สูงอายุเสนอแนะจำนวน ๑๕ คน ตามลำดับ

๔. ด้านการวัดและประเมินผล ผู้สูงอายุได้มีข้อเสนอแนะจำนวนทั้งสิ้น ๑๕๘ คน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าส่วนมากเสนอแนะในข้อ รู้เท่าทันในขณะจิตที่เกิดขึ้น จำนวน ๗๘ คน กำหนดเห็นชัดเจนในรูปของเวทนา จำนวน ๔๕ คน และ รู้เท่าทันในการเกิดดับของเวทนา จำนวน ๓๕ คน ตามลำดับ

บทที่ ๕

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี” มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี และเพื่อศึกษาปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี” การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ศึกษาวิจัยในครั้งนี้คัดเลือกโดยใช้วิธีสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ผู้สูงอายุในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ในระหว่างวันที่ ๑๓-๑๔ มกราคม ๒๕๕๙ จำนวน ๑๗๐ คน

การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) เพื่อการบรรยายข้อมูล ผู้วิจัยใช้สถิติแจกแจงความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) มีกรอบสำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลคือวิเคราะห์ด้วยสถิติการแจกแจงความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) และสรุปลงในตารางประกอบการบรรยายข้อมูลวิเคราะห์ข้อมูลเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) เพื่อการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างสถานภาพกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ใช้สถิติทดสอบนัยสำคัญแบบชนิดที่ ที่เป็นอิสระจากกัน (t-independent) ส่วนการศึกษาเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างตัวแปร อายุ เพศ และการศึกษาของกลุ่มตัวอย่างใช้สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance : ANOVA) เมื่อพบความแตกต่างกันของค่าเฉลี่ย จึงทำการศึกษาความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของเซฟเฟ (Sheffé s post hoc comparison) สามารถสรุปผลการศึกษาวิจัย ได้ดังนี้

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า ผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง ๖๐-๖๔ ปี จำนวน ๗๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๒.๙ รองลงมาคือผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง ๗๐ ปีขึ้นไป จำนวน ๔๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๗.๖ รองลงมาคือผู้สูงอายุที่มีอายุระหว่าง ๖๕-๖๙ ปี จำนวน ๓๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๐.๖ และน้อยสุดคือผู้สูงอายุที่มีอายุน้อยกว่า ๕๙ ปี จำนวน ๑๕ คน คิดเป็น

ร้อยละ ๘.๘ ส่วนมากเป็นผู้สูงอายุเพศหญิง จำนวน ๑๐๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๒.๙ และเป็นเพศชายจำนวน ๖๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๓๗.๑ ตามลำดับ

ส่วนด้านการศึกษาของผู้สูงอายุที่ตอบแบบสอบถามมากที่สุดคือต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้นจำนวน ๑๔๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๘๖.๕ รองลงมาคือมัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลายจำนวน ๑๖ คน คิดเป็นร้อยละ ๙.๔ รองลงมาคือ อนุปริญญา/ปวส/ปวช จำนวน ๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๒.๔ น้อยสุดคือ ปริญญาตรีมีจำนวน ๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๑.๘ ตามลำดับ และผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ไว้ดังนี้

๕.๑.๑ ผลการวิเคราะห์ความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

จากการศึกษาพบว่า ผู้สูงอายุ มีความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าอยู่ในระดับมากทุกด้าน เรียงจากมากไปหาน้อย คือ ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม ด้านเทคนิคการสอน ด้านการใช้สื่อการสอน และด้านการวัดและประเมินผล เมื่อจำแนกเป็นรายด้าน ดังนี้

๑. ด้านเทคนิคการสอน จากการศึกษาพบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี มีความคิดเห็น ต่อเทคนิคการสอน อยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๔๐ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อเรียงลำดับจากมากไปหาน้อย ๓ ข้อ ได้แก่ เปิดโอกาสให้ซักถามแสดงความคิดเห็น สอนชี้แจงยกเหตุผลมาแสดงให้เข้าใจ และสอนด้วยอาศัยความมีเมตตาไม่เห็นแก่อาภิสตามลำดับ ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดอยู่ในระดับมาก คือ สอนโดยไม่กระทบตนและผู้อื่น

๒. ด้านการใช้สื่อการสอน จากการศึกษาพบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี มีความพึงพอใจต่อการสอนวิปัสสนาภาวนา ในด้านเทคนิคการสอนอยู่ในระดับมาก โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๓๑ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากทุกข้อ เรียงจากมากไปหาน้อย ๓ ข้อ ได้แก่ ผู้สอนมีจริยวัตรทั้งงดงามเป็นตัวอย่างที่ดีในการสอน ผู้สอนใช้ภาษาที่เข้าใจง่ายและสอนด้วยเมตตา และข้อแสงสว่างเพียงพอต่อการสัจจร และการทำกิจกรรมตามลำดับ ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดอยู่ในระดับมาก คือ ดูแลปรับปรุงเครื่องใช้ให้สะอาดน่าใช้ตลอดเวลา อยู่ในระดับมาก

๓. ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม จากการศึกษาพบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี มีความพึงพอใจต่อการจัดการสภาพแวดล้อมอยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๔๔ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด ๒ ข้อ คือ สถานที่ตั้งเหมาะสม และ สถานที่เดินจงกรมควรแก่การปฏิบัติ และที่เหลืออยู่ในระดับมากทุกข้อ เรียงจากมากไปหาน้อย ๓ ข้อ ได้แก่ ไม่มีเสียงรบกวนในการเรียนการสอน ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมเอื้ออำนวย และคบหาบุคคลที่

เหมาะสมเป็นกัลยาณมิตร ตามลำดับ ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดอยู่ในระดับมาก คือ มีป้ายประกาศทำความเข้าใจกฎระเบียบชัดเจน อยู่ในระดับมาก

๔. ด้านการวัดและประเมินผล จากการศึกษาพบว่า ความพึงพอใจของผู้สูงอายุที่มีต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี มีความพึงพอใจต่อการวัดและประเมินผลของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๒๕ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด ๑ ข้อ คือ มีความสุขในการปฏิบัติ และข้อที่เหลืออยู่ในระดับมากทุกข้อ เรียงจากมากไปหาน้อย ๓ ข้อได้แก่ สามารถอธิบายลักษณะที่เกิดขึ้นและดับไปได้ ผู้ปฏิบัติมีการกำหนดรู้เท่าทันอารมณ์ที่เกิดขึ้น และรู้เท่าทันในขณะจิตที่เกิดขึ้น ตามลำดับ ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุดอยู่ในระดับมาก คือ กำหนดเห็นชัดเจนในรูปของเวทนา

ผลการวิเคราะห์ความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี จำแนกตามอายุ

จากการศึกษา พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากค่าเฉลี่ย ๔.๓๕ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านดังนี้

๑. ด้านเทคนิคการสอน จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๔๐ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากทุกข้อเรียงจากมากไปหาน้อย ๓ ข้อ คือ อายุที่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด คือ อายุ ๗๐ ปีขึ้นไป อายุ ๖๕-๖๙ ปี และ อายุ ๖๐-๖๔ ปี ตามลำดับ

๒. ด้านการใช้สื่อการสอน จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๓๑ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากทุกข้อเรียงจากมากไปหาน้อย ๓ ข้อ อายุ ๗๐ ปีขึ้นไป อายุ ๖๕-๖๙ ปี และ อายุ ๖๐-๖๔ ปี ตามลำดับ

๓. ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๔๔ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากทุกข้อเรียงจากมากไปหาน้อย ๓ ข้อ คือ อายุต่ำกว่า ๕๕ ปี อายุ ๗๐ ปีขึ้นไป และอายุ ๖๕-๖๙ ปี ตามลำดับ

๔. ด้านการวัดและประเมินผล จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๔๕ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากทุกข้อเรียงจากมากไปหาน้อย คือ อายุ ๗๐ ปีขึ้นไป อายุ ๖๕-๖๙ ปี และอายุต่ำกว่า ๕๕ ปี ตามลำดับ

**ผลการวิเคราะห์ความความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ
โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดกาญจนบุรี จำแนกตาม
การศึกษา**

จากการศึกษา พบว่า โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากค่าเฉลี่ย ๔.๓๔ เมื่อพิจารณาเป็นราย
ด้านดังนี้

๑. ด้านเทคนิคการสอน จำแนกตามการศึกษา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ย
เท่ากับ ๔.๔๐ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากทุกข้อเรียงจากมากไปหาน้อย คือ
อนุปริยญา/ปวส/ปวช รองลงมาคือต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย
ตามลำดับ

๒. ด้านการใช้สื่อการสอน จำแนกตามการศึกษา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากค่าเฉลี่ย
เท่ากับ ๔.๓๑ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากทุกข้อเรียงจากมากไปหาน้อย คือ
ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย และอนุปริยญา/ปวส/ปวช ตามลำดับ

๓. ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก
ค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๔๔ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากทุกข้อเรียงจากมากไปหา
น้อย คือ ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น อนุปริยญา/ปวส/ปวส และปริญญาตรี ตามลำดับ

๔. ด้านการวัดและประเมินผล จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากค่าเฉลี่ย
เท่ากับ ๔.๒๕ เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมากทุกข้อเรียงจากมากไปหาน้อย คือ
อนุปริยญา/ปวส/ปวช ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น มัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย และปริญญาตรี
ตามลำดับ

**๕.๑.๒ ศึกษาปัญหา อุปสรรคและข้อเสนอแนะความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนา
ภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัด
กาญจนบุรี**

จากการศึกษา พบว่า โดยภาพรวมผู้สูงอายุที่มีปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะโดย
ภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านดังนี้

๑. ด้านเทคนิคการสอน ผู้สูงอายุได้มีข้อเสนอแนะจำนวนทั้งสิ้น ๑๖๐ คน เมื่อ
พิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ส่วนมากเสนอแนะในข้อ เอกสารประกอบการสอน มีความเห็นว่าบางที่
วิชาการเยอะไป รองลงมาคือ มีการประชุมปรับปรุงหลักสูตรอย่างสม่ำเสมอ และด้านแนวทางการ
ปฏิบัติเหมาะสมแก่ผู้เรียน

๒. ด้านการใช้สื่อการสอน ผู้สูงอายุได้มีข้อเสนอแนะจำนวนทั้งสิ้น ๑๒๐ คน เมื่อ
พิจารณาเป็นรายข้อพบว่าส่วนมากเสนอแนะในข้อ มีการประยุกต์ใช้อุปกรณ์ที่มีอยู่ตามธรรมชาติ
รองลงมา คือ มีการดูแลซ่อมแซมพื้นที่ที่มีการเสียหาย ซึ่งข้อเสนอแนะของผู้สูงอายุต้องการ

ให้มีการจัดซื้อจัดจ้างบุคลากรที่มีความชำนาญเฉพาะทางมาดูแลรักษา รองลงมา คือ สื่อการสอน เหมาะสมต่อผู้เรียน ตามลำดับ

๓. ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม ผู้สูงอายุได้มีข้อเสนอแนะจำนวนทั้งสิ้น ๖๘ คน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าส่วนมากเสนอแนะในข้อ สถานที่เดินจงกรมควรแก่การปฏิบัติ รองลงมา คือ ไม่มีเสียงรบกวนในการเรียนการสอน และขนาดห้องเรียนเพียงพอและเหมาะสม

๔. ด้านการวัดและประเมินผล ผู้สูงอายุได้มีข้อเสนอแนะจำนวนทั้งสิ้น ๑๕๘ คน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่าส่วนมากเสนอแนะในข้อ รู้เท่าทันในขณะจิตที่เกิดขึ้น รองลงมาคือ กำหนดเห็นชัดเจนในรูปของเวทนา และรู้เท่าทันในการเกิดดับของเวทนา

๕.๒ อภิปรายผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี” ผู้วิจัยได้นำประเด็นที่สำคัญและน่าสนใจ นำมาอภิปรายผล ดังนี้

๕.๒.๑ ความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

จากการศึกษา พบว่าผู้สูงอายุ มีความพึงพอใจโดยภาพรวมอยู่ในระดับมากทุกด้านและระดับค่าเฉลี่ยเรียงจากมากไปหาน้อย คือ ด้านการใช้สื่อการสอน ด้านเทคนิคการสอน ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม และด้านการวัดและประเมินผล ซึ่งตามที่ปรากฏในแบบสอบถามที่เป็นคำถามปลายเปิด เป็นความต้องการที่ผู้สูงอายุต้องการคืออยากให้สอดแทรกหลักธรรมเข้ามาบ้าง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน จะเห็นได้ว่าผู้สูงอายุมีความพึงพอใจโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเปรียบเทียบความคิดเห็นเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้สูงอายุจำแนกตามอายุเป็นรายคู่ มีจำนวน ๑ คู่ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๗๐ ปีขึ้นไป มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๖๐-๖๔ ปี ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

เมื่อแยกพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านเทคนิคการสอน ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๕ ส่วนด้านที่มีความแตกต่างกันจะเห็นได้ว่ามี ๓ ด้านที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ๐.๐๕ ดังนี้

๑. ด้านการใช้สื่อการสอน จำแนกตามอายุเป็นรายคู่ มีจำนวน ๑ คู่ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๗๐ ปีขึ้นไป มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๖๐-๖๔ ปี ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมนัส ธมมโรโต (มีมณี) ได้วิจัยเรื่อง “ศึกษาวิธีสร้างแรงจูงใจจากพุทธวิธีการสอน” ผลการวิจัยพบว่า ผลการศึกษาทฤษฎีและแนวคิดสถานะที่กระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมออกมา โดยอาศัยแรงขับทั้งภายในภายนอกและปัจจัยต่าง ๆ โดยผู้สร้างแรงจูงใจต้องมีความสามารถในการนำทฤษฎีมาปรับใช้อ่านบุคคลและสถานการณ์ให้ออก พร้อมทั้งสร้างสภาพแวดล้อมให้เหมาะสม ก่อนแสดงธรรมทุกครั้ง พระพุทธเจ้าทรงเตรียมความพร้อม

ของบุคคลทุกชั้นวรรณะที่ทรงโปรดแสดงธรรม โดยสร้างความพึงพอใจให้เกิดความพร้อมทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ได้แก่ การสร้างความศรัทธาให้บุคคลนั้น ๆ หรือคณะนั้น ๆ มีต่อพระองค์ คำพูดที่โน้มน้าวใจ การแสดงปาฏิหาริย์ สื่อการสอน การอุปมาเปรียบเทียบ นิทานชาดกต่าง ๆ และการแสดงอนุပ္พพิกขา หลักการประยุกต์ใช้แรงจูงใจจากพุทธวิธีสอน คือ สร้างแรงจูงใจเพื่อให้ทุกคนพึ่งตนเอง กระตุ้นให้ลงมือกระทำอย่างต่อเนื่องจนเกิดผลเปลี่ยนแปลงในชีวิต มีความเพียรอดทนที่จะฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ ด้วยตัวของตัวเองจนเกิดผลประโยชน์กับตนเองและสังคมรอบข้าง^๑ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมหาอุมกิมเชียง อธิปญฺโญ (โพธิ์แก้ว) ได้ทำงานวิจัยเรื่อง “ความพึงพอใจของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ที่มีต่อการเรียนวิชาพระพุทธศาสนาโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนโรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบ มหามงคล” ผลการวิจัยพบว่า ความพึงพอใจในงานนั้นมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดต่อการปฏิบัติงาน ซึ่งคนมักจะมองว่าเป็นสิ่งเดียวกัน แต่แท้ที่จริงแล้วความพึงพอใจเป็นเรื่องความรู้สึกต่องาน ส่วนแรงจูงใจเป็นผลที่เกิดจากความรู้สึกซึ่งกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมในการทำงานของบุคคล ความแตกต่างที่เห็นได้ชัดเจน ความพึงพอใจ เป็นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งที่มีต่อความสำเร็จของงานให้บรรลุเป้าหมายที่วางไว้อย่างมีประสิทธิภาพ อันเป็นผลเนื่องมาจากการได้รับการตอบสนองจากแรงจูงใจ หรือความต้องการของแต่ละบุคคลในแนวทางที่พึงประสงค์^๒

๒. ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม จำแนกตามอายุเป็นรายคู่ มีจำนวน ๒ คู่ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๖๐-๖๔ ปี มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุ ที่มีอายุต่ำกว่า ๕๙ ปี และผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๗๐ ปีขึ้นไป มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๖๐-๖๔ ปี ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ พระปลัดสมควร อธิปญฺโญ (วงศ์วรรณ)^๓ ได้วิจัยเรื่อง “การบริหารจัดการโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลีของโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลี จังหวัดสมุทรสาคร” ผลการวิจัยพบว่า ๑) ผลการวิเคราะห์การบริหารจัดการโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลีของโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลี จังหวัดสมุทรสาคร โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ๒) ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับการบริหารจัดการโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลีของโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลี จังหวัดสมุทรสาครนั้น พบว่าพระสงฆ์ที่มีตำแหน่ง/หน้าที่ อายุ พรรษา วุฒิการศึกษาทางโลก และวุฒิการศึกษาทางธรรม มีความสัมพันธ์กันซึ่งยอมรับสมมติฐานการวิจัยทุกข้อที่ต้องอาศัยหลักสัปปายะ

^๑ พระมนัส ธรรมโร (มีมณี), “ศึกษาวิธีสร้างแรงจูงใจจากพุทธวิธีการสอน”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔),

^๒ พระมหาอุมกิมเชียง อธิปญฺโญ (โพธิ์แก้ว), “ความพึงพอใจของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ที่มีต่อการเรียนวิชาพระพุทธศาสนาโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนโรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบมหามงคล”, **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖).

^๓ พระปลัดสมควร อธิปญฺโญ (วงศ์วรรณ), “การบริหารจัดการโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลีของโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลี จังหวัดสมุทรสาคร”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖),

เป็นปัจจัยสำคัญด้วย และสอดคล้องกับงานวิจัยของ แม่ชีชัญญชิตา อินเล็ค^๔ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์วิถีชีวิตตามหลักสัปายะของภิกษุณีตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท” ผลการวิจัยพบว่า สัปายะ หมายถึง สิ่งที่น่ากลัว สภาพและสถานที่อันเหมาะสม บุคคลที่เกื้อกูล เอื้ออำนวยแก่การบำเพ็ญและประคับประคองรักษาสมาธิ ช่วยให้สมาธิตั้งมั่นไม่เสื่อมถอยเพื่อการ บรรลุธรรมผล ได้แก่ อาวาสสัปายะ ภัตตสัปายะ บุคคลสัปายะ โภชนสัปายะ อุตสัปายะ และอิริยาบถสัปายะ และการดำเนินชีวิตของภิกษุณี ๕ องค์ ได้แก่ พระมหาปชาบดีโคตมีเถรี พระเขมาเถรี พระอุบลวันณาเถรี พระปฐาจาราเถรี พระภัททาภุณทลเถรี อาศัยสัปายะจึงทำให้บรรลุพระอรหันต์ซึ่งสัปายะเป็นทั้งกระบวนการ เป็นเครื่องมือ และเป็นกัลยาณมิตรส่งเสริมให้ผู้ประพฤติปฏิบัติตามสามารถบรรลุธรรมได้เร็ว มีผลต่อความสงบจิต ทำให้จิตตั้งมั่นได้ง่าย ระวัง ปัญหาที่เกิดขึ้นกับชีวิตได้ และยังสามารถเป็นที่ตั้งแห่งความเลื่อมใส

๓. ด้านการวัดและประเมินผล จำแนกตามอายุเป็นรายคู่ มีจำนวน ๑ คู่ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๗๐ ปีขึ้นไป มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุ ที่มีอายุ ๖๐-๖๔ ปี ซึ่งแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมหาชัยนันต์ โชติปัญโญ (สุตะวงษ์) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา: กรณีศึกษา อุบาสก อุบาสิกา วัดป่าหมากหน่อ จังหวัดเชียงราย” ผลการวิจัยพบว่า หัวใจสำคัญอยู่ที่คุณภาพ ของบุคลากรและกระบวนการทำงานที่ชัดเจนและสอดคล้องกันเป็นหลัก เพราะเมื่อบุคลากรของ โครงการมีความรู้ ความสามารถดี มีกระบวนการทำงานที่ประสานสอดคล้องกันดี ก็สามารถ ดำเนินงานได้อย่างมีประสิทธิภาพในทุก ๆ ด้าน พบว่า สัปายะ มีผลต่อการปฏิบัติธรรมโดยเฉพาะ อย่างยิ่ง เป็นสิ่งอำนวยความสะดวกแก่ผู้ปฏิบัติ จะเป็นเหตุเกื้อกูลให้การปฏิบัตินั้นมีความก้าวหน้า ส่งเสริมให้การปฏิบัติดำเนินไปด้วยดี สัปายะ จึงเป็นเหตุเกื้อกูลทำให้พระสาวก และพระสาวิกา ทั้งหลาย ได้บรรลุอรหัตผล^๕

๕.๒.๒ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเปรียบเทียบความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนา ภาวนาของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัด กาญจนบุรี

จำแนกตามเพศพบว่า โดยภาพรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย เมื่อพิจารณาในรายด้าน พบว่าด้านการจัดการสภาพแวดล้อม

^๔ แม่ชีชัญญชิตา อินเล็ค “การศึกษาเชิงวิเคราะห์วิถีชีวิตตามหลักสัปายะของภิกษุณีตามแนว พุทธปรัชญาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ ราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐). บทคัดย่อ.

^๕ พระมหาชัยนันต์ โชติปัญโญ, (สุตะวงษ์), “ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา: กรณีศึกษาอุบาสก อุบาสิกา วัดป่าหมากหน่อ จังหวัดเชียงราย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิต วิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ๘๐.

แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงยอมรับสมมติฐานการวิจัย โดยที่ผู้สูงอายุเพศชายมีความคิดเห็นมากกว่าเพศหญิง

จำแนกตามการศึกษา โดยภาพรวมไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย เมื่อพิจารณาในรายด้านพบว่า ด้านเทคนิคการสอน และด้านการใช้สื่อการสอนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย ส่วนด้านอื่นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงยอมรับสมมติฐานการวิจัย

จำแนกตามอายุ โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย เมื่อพิจารณาในรายด้านพบว่า ด้านเทคนิคการสอน และด้านการใช้สื่อการสอน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงปฏิเสธสมมติฐานการวิจัย ส่วนด้านอื่นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงยอมรับสมมติฐานการวิจัย เมื่อแยกพิจารณาเป็นรายด้านได้ดังนี้

๑. ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม จำแนกตามการศึกษาเป็นรายคู่ มีจำนวน ๑ คู่ ได้แก่ ผู้สูงอายุ ที่มีการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุที่มีการศึกษต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

๒. ด้านการวัดและประเมินผล จำแนกตามการศึกษาเป็นรายคู่ มีจำนวน ๑ คู่ ได้แก่ ผู้สูงอายุที่มีการศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น/ตอนปลาย มีความคิดเห็นต่างจากผู้สูงอายุที่มีการศึกษต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนต้น ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

๕.๓ ข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี” ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

๑. ผู้บริหารโรงเรียนต้องประยุกต์ใช้หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในกระบวนการจัดการศึกษาของโรงเรียนผู้สูงอายุ เพื่อให้การจัดการเรียนการสอนเป็นไปด้วยความก้าวหน้าและมีประสิทธิภาพ

๒. นโยบายด้านการบริหารงานวิชาการควรเป็นไปเพื่อสร้างสรรค์งานให้เป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติงานโดยมีการนำหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ประกอบด้วยทุกครั้งที่จะทำให้การปฏิบัติงานเกิดผลสำเร็จได้

๓. ควรมีนโยบายสร้างขวัญกำลังใจให้แก่ผู้สูงอายุ เช่น รางวัล ค่าตอบแทน การท่องเที่ยวเชิงวิชาการ หรือการชมเชยเมื่อเรียนดี เพื่อเป็นการให้กำลังใจแก่ผู้เรียนและเป็นแบบอย่างที่ดีให้นักเรียนคนอื่นและเป็นการสร้างความพึงพอใจให้ผู้สูงอายุรักที่จะทุ่มเทในการเรียนอย่างเต็มความสามารถ

๔. ผู้บริหารโรงเรียนควรสร้างเป้าหมายและความความสำเร็จของงานให้จิตใจของนักเรียนจดจ่อในการเรียน โดยการส่งเสริมการอบรมจิตใจของนักเรียนให้มากขึ้น

๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการปฏิบัติการ

ควรนำผลการศึกษานี้ไปเป็นฐานข้อมูลในการวางแผนการจัดการเรียนการสอนของโรงเรียนผู้สูงอายุให้มีคุณภาพและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เพื่อเป็นการพัฒนาที่ยั่งยืน และควรนำปัญหาที่ได้จากการศึกษามาปรับปรุงแก้ไขในส่วนที่เป็นปัญหาให้มีความชัดเจนมากขึ้น

ในการจัดการเรียนการสอนควรมุ่งเน้นและพัฒนาการเรียนรู้แบบบูรณาการตามกระบวนการของการเรียนการสอนที่มีการปฏิบัติ ที่ควบคุม ทั้งด้าน กาย และจิตใจ รวมไปถึงสติปัญญา แล้วนำหลักการเหล่านั้นไปใช้ในชีวิตประจำวัน ที่จะเกิดประโยชน์แก่ตนเองและสังคม และผู้สอนควรให้ความสำคัญนำหลักการปฏิบัติ และนำหลักธรรมอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ใช้ในการจัดการเรียนการสอน

๕.๓.๓ ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

๑. ควรเปลี่ยนกลุ่มประชากรในการทำวิจัยเป็นกลุ่มประชากรในพื้นที่เขต และจังหวัดอื่น เพื่อให้เกิดความหลากหลายของข้อมูล

๒. ในการวิจัยครั้งต่อไป ควรเปลี่ยนกลุ่มประชากรในการทำวิจัยเป็นคณะครูอาจารย์ที่รับผิดชอบ และผู้บริหารสถานศึกษา เพื่อให้ทราบถึงความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการสอนวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุ

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์. พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาวิทยาลัย.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์, ๒๕๓๙.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ

กาญจนา อรุณสุขขุจิ. จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพมหานคร: บำรุงศาสตร์, ๒๕๔๖.

เกิด ธนชาติ. คู่มือคลังปริยัติธรรม. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิอิทธิธรรมมหาธาตุวิทยาลัย, ๒๕๔๕.

ขุนสรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร). ลักษณะทิจตุกะ. กรุงเทพมหานคร: บริษัท คัลเลอร์ โฟร์
จำกัด, ๒๕๓๗.

เครซีและมอร์แกน Krejcie and Morgan อ้างในสุวรรีย์ ศิริโกคาภิรมย์. การวิจัยทางการศึกษา.
ลพบุรี: ฝ่ายเอกสารพิมพ์สถาบันราชภัฏเทพสตรี, ๒๕๔๖.

ชูดา จิตพิทักษ์. พฤติกรรมศาสตร์เบื้องต้น. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สารมวลชน จำกัด, ๒๕๔๗.

เจนอบรม. วิทยาการผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๑.

นิภา เมธาวิชัย. วิทยาการวิจัย. กรุงเทพมหานคร: สถาบันราชภัฏธนบุรี, ๒๕๔๓.

นิรมล กิตติกุล. องค์การและการจัดการ. กาญจนบุรี: คณะวิทยาการจัดการสถาบันราชภัฏกาญจนบุรี,
๒๕๕๔.

นพพงษ์ บุญจิตราภ. หลักการบริหารทั่วไป. กรุงเทพมหานคร: เนติกุลการพิมพ์, ๒๕๔๘.

บังอร ธรรมศิริ. ครอบครัวกับการดูแลผู้สูงอายุ. วิชาการคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี: มหาวิทยาลัย
ราชภัฏวไลยอลงกรณ์, ๒๕๔๙.

ประยงค์ ใจซื่อ. พฤติกรรมองค์กร. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๔๘.

ประสาธ อิศรปริดา. สารัตถจิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
มหาสารคาม, ๒๕๔๙.

ประกอบ กรรณสูตร. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร:
ด้านสุทธาการพิมพ์, ๒๕๔๒.

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์. จิตวิทยาการบริหารงานบุคคล. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์สื่อเสริมกรุงเทพ,
๒๕๕๓.

จิตวณโณ ภิกขุ. **วิปัสสนาภาวนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

เฉลิมพล แจ่มจันทร์. **“มโนทัศน์ใหม่ของนิยามผู้สูงอายุ และอายุเกษียณ” : ทำไมต้อง ๖๐ ปี เปลี่ยนได้หรือไม่**. แผนงานพัฒนาองค์ความรู้เพื่อพัฒนามโนทัศน์ใหม่ของนิยามผู้สูงอายุและอายุเกษียณที่เหมาะสมสำหรับคนไทย: มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, ๒๕๕๕.

พ.อ. ปิ่น มุทุกันต์. **ประมวลศัพท์ศาสนา**. กรุงเทพมหานคร: อมรการพิมพ์, ๒๕๒๗.

พวงเพชร วัชรอยู่. **จิตวิทยาทั่วไป**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จามจุรีโปรดักท์, ๒๕๔๗.

พร รัตนสุวรรณ. **คู่มือการฝึกอาณานาปานสติ**. กรุงเทพมหานคร: วิญญาน, ๒๕๒๙.

พรรณี ชูทัย. **จิตวิทยาการศึกษา**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, ๒๕๕๐.

พระพุทธโฆสจารย์. **วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๑ ตอน ๒ ฉบับมหาจุฬาราชวิทยาลัย**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๒๒.

พระพรหมบัณฑิต.ศ.ดร.. **ปาฐกถาพิเศษเนื่องในการประชุมวิชาการระดับชาติ มจร**. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ตำบลลำไทร อำเภอน้อย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. ๒๓ ก.ค. ๒๕๕๗.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

_____. **พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอสอาร์พรินติ้งแมสโปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๓.

_____. **พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอสอาร์พรินติ้งแมสโปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๖.

_____. **พุทธธรรม (ฉบับเดิม)**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๙. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมสภา. ๒๕๔๕.

_____. **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**. พิมพ์ครั้งที่ ๒๔. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ชุดศัพท์วิเคราะห์**, เล่ม ๒. (ม.ป.ท.).

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). **สมาธิและวิปัสสนาตามธรรมชาติ**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๙.

พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตวณโณ). **“เหตุที่ทำให้อายุยืน”**. นิตยสารพันโลก. ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๔๗. (กุมภาพันธ์, ๒๕๓๘): ๙๘-๙๙.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). **มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่นิพพาน**. แปลโดยพระคันธสาราภังค์. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙.

พระอนุรุธะ. **อภิธัมมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ ๙ กัมมัฏฐานสังคหวิภาค**. พระคันธसारากวีวงศ์ แปล.

กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลท, ๒๕๔๖.

พระอุตรคณาธิการ (ชวินทร์ สระคำ). **พจนานุกรม บาลี-ไทย**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธรรมสาร จำกัด, ๒๕๔๘.

ภิญโญ สารธ. **การบริหารงานบุคคล**. กรุงเทพมหานคร: วัฒนาพานิช, ๒๕๔๗.

ธนวรรณ แสงสุวรรณ และ คณะ. **การจัดการการตลาด**. กรุงเทพมหานคร: เพียร์สันเอดดูเคชั่น อินโคโรไรนา, ๒๕๔๗.

ธนิต อยู่โพธิ์. **วิธีปฏิบัติวิปัสสนาทดสอบรู้ผลด้วยตนเอง**. พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

รุ่ง แก้วแดง. **รีเอ็นจิเนียริงระบบราชการไทย**. กรุงเทพมหานคร: มติชน, ๒๕๔๖.

ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรมศัพท์ศาสนาสากล อังกฤษ-ไทย**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: ราชบัณฑิตยสถาน, ๒๕๕๒.

สมาน อัสวภูมิ. **การบริหารการศึกษสมัยใหม่**. อุบลราชธานี: อุบลกิจออฟเซตการพิมพ์, ๒๕๔๙.

สงศรี ชมพวงค์. **การวิจัย**. นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช, ๒๕๔๗.

สิน พันธุ์พินิจ. **เทคนิคการวิจัยทางสังคมศาสตร์**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทจูนพับลิชชิง จำกัด, ๒๕๔๗.

สิทธิโชค วารุณสันติกุล. **จิตวิทยาสังคม : ทฤษฎีและการประยุกต์**. กรุงเทพมหานคร: ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด (มหาชน), ๒๕๔๖.

สุวรรีย์ ศิริโกคาภิรมย์. **การวิจัยทางการศึกษา**. ลพบุรี: ฝ่ายเอกสารพิมพ์สถาบันราชภัฏเทพสตรี, ๒๕๔๖.

ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. **การบริหารจัดการของชมรมผู้สูงอายุในกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพโครงการ ประเมินการพัฒนาผู้สูงอายุในหมู่บ้านท่าไกลและหมู่บ้านสร้างเสริมสุขภาพ โดย ผู้สูงอายุเป็นแกนนำปีที่ ๓**. กรุงเทพมหานคร : มิสเตอร์ก๊อปปี ประเทศไทยจำกัด, ๒๕๔๙.

ศิริวรรณ เสรีรัตน์และคณะ. **พฤติกรรมองค์การ**. กรุงเทพมหานคร: ชีระฟิล์มและไซเท็กซ์, ๒๕๕๐.

_____. **การบริหารการตลาดยุคใหม่**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธรรมสารจำกัด, ๒๕๔๖.

วิมลสิทธิ์ หรยางกูร. **พฤติกรรมมนุษย์กับสภาพแวดล้อม**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๖.

โยธิน ศันสนยุท. **มนุษย์สัมพันธ์**. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

(๒) วิทยานิพนธ์

กิตติธัช อิมวัฒน์กุล. “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการให้บริการด้านโครงสร้างพื้นฐานของ องค์การบริหารส่วนตำบลในเขตอำเภอโนนไทย จังหวัดนครราชสีมา : ศึกษากรณี

- สำนักงานเขตราชภัฏวชิรฯ”. **วิทยานิพนธ์วิศวกรรมศาสตรมหาบัณฑิต**. กรุงเทพมหานคร: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, ๒๕๕๓.
- โกวิท ว่องทรงเจริญ. “ความพึงพอใจของผู้ปกครองนักเรียนต่อการจัดการศึกษาในโรงเรียนสังกัดเทศบาลเมืองอรัญประเทศ จังหวัดสระแก้ว”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยบูรพา, ๒๕๔๘.
- ไกรเวช ธรฤทธิ. “การศึกษาความพึงพอใจในการปฏิบัติงานของข้าราชการในสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอและกิ่งอำเภอสังกัดสำนักงานประถมศึกษาจังหวัดสงขลา”. **วิทยานิพนธ์รัฐศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยทักษิณ, ๒๕๔๒.
- คณะกรรมการวิจัย. “การเปรียบเทียบความคิดเห็นและความพึงพอใจในการรับทราบข้อมูลข่าวสารการรับสมัคร และการตัดสินใจเข้าศึกษาต่อระดับบัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง จังหวัดกาญจนบุรี”. **รายงานการวิจัย**. กาญจนบุรี: มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๕๐.
- จรรยา แก้วมณี. “ความพึงพอใจในการปฏิบัติงานของพนักงานส่วนตำบลในจังหวัดเชียงใหม่”. **วิทยานิพนธ์รัฐศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๔.
- ชัยยุทธ แสงแก่นเพชร. “ความพึงพอใจในการปฏิบัติงานของบุคคลสำนักงานศึกษาธิการจังหวัดสำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๔๗.
- นภาพร สุขสมิตรี. “การบริหารจัดการบริหารส่วนตำบลในจังหวัดพระนครศรีอยุธยาที่ส่งผลต่อความพึงพอใจของประชาชน”. **วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา, ๒๕๔๘.
- นิตา ทองวิจารณ์. “ความพึงพอใจของผู้ปกครองต่อการจัดการศึกษาของโรงเรียนเทศบาล ๑ ศรีกิตติวรรณานุสรณ์ เทศบาลเมืองพนัสนิคม จังหวัดชลบุรี”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยบูรพา, ๒๕๕๑.
- บัวครอง ชัยปราบ. “การศึกษาผลสัมฤทธิ์การฝึกปฏิบัติสมาธิตามหลักอานาปานสติสอนโดยยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลางแบบโมเดลชิปปา ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑-๓ โรงเรียนชุมชนหนองเม็ก”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.
- พรรณราย รัตนไพฑูรย์. “การศึกษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.
- พันธุ์ทิพย์ บุญพา. “ความพึงพอใจในการปฏิบัติงานของครูโรงเรียนนานาชาติเดอะรีเจนท์”. **วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต, ๒๕๔๘.

พระครูปลัดจจักรพล อาจารย์สุโภ (เทพา). “การดำเนินชีวิตตามแนวสังคหวัตถุ ๔ ผู้สูงอายุชมรมผู้สูงอายุ อำเภอหลังสวน จังหวัดชุมพร”. **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พระปลัดสมควร อธิปัญโญ (วงศ์วรรณ). “การบริหารจัดการโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลีของโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกบาลี จังหวัดสมุทรสาคร”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระมนัส ธมมโรโต (มีมณี). “ศึกษาวิธีสร้างแรงจูงใจจากพุทธวิธีการสอน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

พระสุวรรณ สุวณโณ (เรืองเดช). “ศึกษาผลการเจริญสติตามแนวปฏิบัติของหลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ : กรณีศึกษาผู้ปฏิบัติธรรมในสำนักปฏิบัติธรรมมหาสติปัฏฐาน ๔ บ้านเหล่าโพหนอง”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

พระมหาชัยนันต์ โชติปัญโญ. (สุตะวงษ์). “ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา: กรณีศึกษาอุบาสก อุบาสิกา วัดป่าหมากหน่อ จังหวัดเชียงราย”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระมหาศิวนะเสน ญาณเมธี. “ศึกษาการใช้อิทธิบาท ๔ ของผู้บริหารสถานศึกษาและครูที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการบริหารโรงเรียน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษารุงเทพมหานครเขต ๑”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

พระมหาอุมกิมเชียง อธิปัญโญ (โพธิ์แก้ว). “ความพึงพอใจของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ ๔-๖ ที่มีต่อการเรียนวิชาพระพุทธศาสนาโดยใช้บทเรียนคอมพิวเตอร์ช่วยสอนโรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบมอญ”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์เปล่ง). “การศึกษาเรื่องการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

ภรณ์ กิรติบุตร. “การประเมินประสิทธิผลจากความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการให้บริการของรัฐ : ศึกษากรณีกล่องเช่าซื้อ”. **รายงานการวิจัย**. กรุงเทพมหานคร: การเคหะแห่งชาติ, ๒๕๔๙.

แม่ชีระวีวรรณ ธมมจารินี (งานวิสุทธิพันธ์). “การศึกษาสภาวญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทอง

รวริหาร”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

แมชีชนัญชิดา อินเลศ. “การศึกษาเชิงวิเคราะห์วิถีชีวิตตามหลักสัปปายะของภิกษุณีตามแนวพุทธปรัชญาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

รัชวลี วรภูมิ. “ความพึงพอใจในการปฏิบัติงานของข้าราชการสำนักงานคณะกรรมการอุดมศึกษา”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๔๘.

วีระชัย ภูตระกูล. “ความพึงพอใจของประชาชนต่อการให้บริการของเจ้าหน้าที่ตำรวจสถานีตำรวจนครบาลยานนาวา”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๔๖.

สมรภูมิ ขวัญคุ้ม. “ความพึงพอใจของบุคลากรมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่มีต่อการจัดสวัสดิการภายในมหาวิทยาลัย”. **วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๕๖.

สุนิดา รัตนโกมล. “ความพึงพอใจของนักเรียนที่มีต่อการดำเนินงานของสหกรณ์ร้านค้า”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๔๙.

สุนทร แก้วขวาน้อย. “การศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา, ๒๕๔๗.

ศิริวรรณ จำเนียรบุญ. “ศึกษารูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวของพระอธิการสนอง กตปุญโญ”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

อณิวัชร เพชรนรรัตน์. “การศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.

(๓) สื่ออิเล็กทรอนิกส์

เทศบาลตำบลหนองลาน [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <<http://www.nonglan.go.th/index.php>>.

[๕ ม.ค. ๒๕๕๘].

ศูนย์ศตวรรษิกชน สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:
<http://www.thaicentenarian.mahidol.ac.th/TECIC/index.php/for-lderly/policy/>
[๒ ก.ย. ๕๘].

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง

ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา
โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรี

คำชี้แจง

๑. แบบสอบถามฉบับนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความพึงพอใจของผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน ที่มีต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรี โดยการแบ่งออกเป็น ๓ ส่วน มีรายละเอียดดังนี้

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลสถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ ๒ แบบสอบถามความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรี

ส่วนที่ ๓ คำถามปลายเปิดเกี่ยวกับสภาพปัญหาอุปสรรค และข้อเสนอแนะแนวทางในการสร้างความพึงพอใจต่อผู้สูงอายุที่มีต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรี

๒. โปรดตอบคำถามทุกข้อตามความเป็นจริง เพราะคำตอบที่เป็นจริงและสมบูรณ์จะช่วยให้งานวิจัยนี้เกิดประโยชน์และประสิทธิภาพในการนำไปปรับปรุงแก้ไขของผู้บริหาร

๓. คำตอบของท่านผู้วิจัยจะเก็บเป็นความลับ และจะประมวลในภาพรวมเพื่อเกิดประโยชน์สูงสุดในการพัฒนาคุณภาพของโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรีสืบต่อไปและหวังเป็นอย่างยิ่งว่า จะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านในการตอบแบบสอบถามครั้งนี้เป็นอย่างดีและขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

พระครูกาญจนธรรมชัย (ชัยชนะ ชยธมฺโม)

นิสิตปริญญาโทหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๒.๑ ด้านเทคนิคการสอน	ระดับความพึงพอใจ				
	๕	๔	๓	๒	๑
๑) เนื้อหาการสอนเข้าใจง่ายหรือในสิ่งที่รู้อยู่แล้ว					
๒) สอนเรียงไปตามลำดับ					
๓) สอนชี้แจงยกเหตุผลมาแสดงให้เห็นเข้าใจ					
๔) สอนด้วยอาศัยความมีเมตตาไม่เห็นแก่อาภิส					
๕) สอนโดยไม่กระทบตนและผู้อื่น					
๖) แนวทางการปฏิบัติเหมาะแก่ผู้เรียน					
๗) เสมอภาคในการให้สาระการเรียนรู้					
๘) เปิดโอกาสให้ซักถามแสดงความคิดเห็น					
๙) มีเอกสารประกอบการสอนที่เหมาะสม					
๑๐) มีการประชุมปรับปรุงหลักสูตรอย่างสม่ำเสมอ					

๒.๒ ด้านการใช้สื่อการสอน	ระดับความพึงพอใจ				
	๕	๔	๓	๒	๑
๑) ผู้สอนมีจรรยาวัตรที่ตรงตามเป็นตัวอย่างที่ดีในการสอน					
๒) ผู้สอนใช้ภาษาที่เข้าใจง่ายและสอนด้วยเมตตา					
๓) มีการประยุกต์ใช้อุปกรณ์ที่มีอยู่ตามธรรมชาติ					
๔) อุปกรณ์ประกอบการเรียนการสอนเพียงพอต่อผู้เรียน					
๕) ดูแลปรับปรุงเครื่องใช้ให้สะอาดน่าใช้ตลอดเวลา					
๖) มีเครื่องมือเครื่องใช้ที่ทันสมัย					
๗) อุปกรณ์ประกอบการเรียนการสอนที่ปลอดภัย					
๘) สื่อการสอนเหมาะสมต่อผู้เรียน					
๙) แสงสว่างเพียงพอต่อการสัณจร และการทำกิจกรรม					
๑๐) มีการดูแล ซ่อมแซมทันทั่วทั้งที่เมื่อมีการเสียหาย					
๒.๓ ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม					
๑) สถานที่ตั้งเหมาะสม					
๒) สะดวกในการเดินทาง					
๓) ความสะอาดของสถานที่					
๔) มีป้ายประกาศทำความเข้าใจกฎระเบียบชัดเจน					
๕) ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมเอื้ออำนวย					
๖) ขนาดห้องเรียนเพียงพอและเหมาะสม					
๗) ไม่มีเสียงรบกวนในการเรียนการสอน					
๘) สถานที่ร่มรื่นเหมาะแก่การปฏิบัติ					
๙) สถานที่เดินจงกรมควรแก่การปฏิบัติ					
๑๐) คบหาบุคคลที่เหมาะสมเป็นกัลยาณมิตร					
๒.๔ ด้านการวัดและประเมินผล					
๑) ผู้ปฏิบัติมีการกำหนดรู้เท่าทันอารมณ์ที่เกิดขึ้น					
๒) กำหนดรู้เท่าทันในการในอารมณ์ปัจจุบันที่เกิดขึ้น					
๓) กำหนดรู้เท่าทันในการเคลื่อนไหว					
๔) กำหนดเห็นชัดเจนในรูปของเวทนา					
๕) รู้เท่าทันในการเกิดดับของเวทนา					
๖) กำหนดเท่าทันในอาการพองยุบได้อย่างชัดเจน					
๗) รู้เท่าทันในขณะจิตที่เกิดขึ้น					
๘) รู้เท่าทันในปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแล้วดับไป					
๙) อธิบายลักษณะที่เกิดขึ้นและดับไปได้					
๑๐) มีความสุขในการปฏิบัติ					

ส่วนที่ ๓ คำถามปลายเปิด เกี่ยวกับปัญหา อุปสรรคและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

๓.๑ ด้านเทคนิคการสอน

ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

๓.๒ ด้านการใช้สื่อการสอน

ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

๓.๓ ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม

ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

๓.๔ ด้านการวัดและประเมินผล

ปัญหา/อุปสรรค

.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะ

.....

.....

.....

ขอขอบพระคุณที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

ภาคผนวก ข
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ

รายนามผู้เชี่ยวชาญที่ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย

๑. พระมหาสุรชัย วราสโม, ดร.

การศึกษา ป.ธ. ๗, พธ.บ., M.A., Ph.D. (Vedic Studies)
 ตำแหน่ง ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
 ความชำนาญ ภาษาบาลี, พระพุทธศาสนา, วิปัสสนาภาวนา

๒. พระศรีสุทธิเวที (ขวัญ ธิธมโม), ดร.

การศึกษา ป.ธ. ๘, พธ.บ., ศษ.ม., ประ.ด. (วัฒนธรรมศาสตร์)
 ตำแหน่ง อาจารย์คณะพุทธศาสตร์ ประจำบัณฑิตวิทยาลัย
 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 ความชำนาญ ภาษาบาลี, พระพุทธศาสนา, วิปัสสนาภาวนา

๓. พระศรีวินยาภรณ์ (สายรุ้ง อินทาวุโธ), ดร.

การศึกษา ป.ธ. ๗, ศน.บ., อ.ม., Ph.D. (Buddhist Studies)
 ตำแหน่ง ประธานหลักสูตรระดับปริญญาโท
 หลักสูตรศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา
 ความชำนาญ ภาษาบาลี, พระพุทธศาสนา, วิปัสสนาภาวนา

๔. ดร.บุญขญา วิวิธขจร

การศึกษา บธ.บ., พธ.ม., Ph.D. (Buddhist Studies)
 ตำแหน่ง อาจารย์ประจำมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
 ความชำนาญ พระพุทธศาสนา, วิปัสสนาภาวนา, สถิติและการวิจัย

๕. นายวุฒิชัย อรรถาพงศ์

การศึกษา ศศ.บ. (โสตทัศนศึกษา) คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง
 คอ.ม. (เทคโนโลยีเทคนิคศึกษา) คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม
 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ
 ตำแหน่ง นักวิชาการโสตทัศนศึกษาชำนาญการ
 ความชำนาญ สถิติและการวิจัย การวัดผลและประเมินผลทางการศึกษา ที่ทำงาน
 โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิ
 มหาวิทยาลัยมหิดล

ภาคผนวก ค
หนังสือออกถึงบุคคล/หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน.....ศูนย์บัณฑิตศึกษา วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม โทร. ๐๓๔-๒๙๙-๓๕๑
 ที่ ศธ. ๖๑๕๖/ว. ๒๙๙.....วันที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๕๘
 เรื่อง.....ขอความอนุเคราะห์ตรวจสอบแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
 เรียน พระมหาสุรชัย วราสโภ, ดร.

ด้วย พระครูกาญจนธรรมชัย [ชัยชนะ ขยธมฺโม (จันทร์ที)] รหัสประจำตัวนิสิต ๕๖๑๑๔๐๕๙๑๙ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยาคาร จังหวัดกาญจนบุรี” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง จึงขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจสอบแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมกับหนังสือฉบับนี้แล้ว โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(พระมหาสุรชัย วราสโภ, ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาหลีศึกษาพุทธโฆส
 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน ศูนย์บัณฑิตศึกษา วิทยาเขตบึงสีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม โทร. ๐๓๔-๒๙๙-๓๕๑
 ที่ ศธ ๖๑๕๖/ว ๒๓๖๓ วันที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๕๘
 เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
 เรียน พระศรีสุทธีเวที, ดร.

ด้วย พระครูกาญจนธรรมชัย [ชัยชนะ ชยธมฺโม (จันทร์ที)] รหัสประจำตัวนิสิต ๕๖๑๑๔๐๕๙๑๙ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอด่านมะกอก จังหวัดกาญจนบุรี” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบึงสีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม พิจารณาแล้ว เห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง จึงขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมกับหนังสือฉบับนี้แล้ว โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบึงสีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ตรวจแล้ว
 พระศรีสุทธีเวที
 ๒๘ ธันวาคม ๕๘

พระมหาสุรชัย วราสโม, ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บึงสีศึกษาพุทธโฆส
 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 วิทยาเขตบึงสีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ว ๒๔ ก



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ต.มหาสวัสดิ์ อ.พุทธมณฑล
จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐๓๔-๒๙๙-๓๕๑

๔ ธันวาคม ๒๕๕๘

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เรียน พระมหาสายรุ้ง อินทาวุธ, ดร.

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงร่างวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

๒. เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูกาญจนธรรมชัย [ชัยชนะ ชยธมโม (จันทร์ที)] รหัสประจำตัวนิสิต ๕๖๑๑๔๐๕๙๑๙ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอด่านมะขาม จ.พิจิตร” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม พิจารณาแล้ว เห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง จึงขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมกับหนังสือฉบับนี้แล้ว โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

พระครูแก้ว
พระมหาสายรุ้ง
๒๙ ธ. ๕๘

พระมหาสุชัย วราสโม, ดร.

(พระมหาสุชัย วราสโม, ดร.)
ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บวรศึกษาพุทธโฆส
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ว ๒๕๕๘



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ต.มหาสวัสดิ์ อ.พุทธมณฑล
จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐๓๔-๒๙๙-๓๕๐

๔ ธันวาคม ๒๕๕๘

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เจริญพร นายวุฒิชัย อัดถาพงศ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงร่างวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

๒. เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูกาญจนธรรมชัย [ชัยชนะ ชยธมฺโม (จันทร์ที)] รหัสประจำตัวนิสิต ๕๖๑๑๔๐๕๙๑๙ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอด่านมะกอก จังหวัดกาญจนบุรี” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม พิจารณาแล้ว เห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง จึงขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมกับหนังสือฉบับนี้แล้ว โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรามาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

๗๖๐๐/๑๕
๑๖ ๐๓๕
๒๗ ธันวาคม ๕๘

พระมหาสุรชัย วราสโภ, ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาลีศึกษาพุทธโฆส
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน ศูนย์บัณฑิตศึกษา วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม โทร. ๐๓๔-๒๙๙-๓๕๑

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ว ๒๙๙ วันที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๕๘

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เจริญพร ดร.บุญญา วิวิชจร

ด้วย พระครูกาญจนธรรมชัย [ชัยชนะ ชยธมโม (จันทร์ที)] รหัสประจำตัวนิสิต ๕๖๑๑๔๐๕๙๑๙ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอด่านมะกอก จังหวัดกาญจนบุรี” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างดี จึงขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมกับหนังสือฉบับนี้แล้ว โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

(พระมหาสุรชัย วราสโภ, ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาหลีศึกษาพุทธโฆส
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ตรวจแล้ว
มหาพร วิจิตร
๒๙ ธันวาคม ๒๕๕๘

ที่ ศธ ๖๑๕๖/พิเศษ



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ต.มหาสวัสดิ์ อ.พุทธมณฑล
จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐

๕ มกราคม ๒๕๕๙

เรื่อง ขออนุญาตขอทราบข้อมูลตัวอย่างเพื่อหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม (try out)
เจริญพร นายยศ มาไพศาลสิน นายกองค์การบริหารส่วนตำบลดอนชะเอม จังหวัดกาญจนบุรี
สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระครูกาญจนธรรมชัย [ชัยชนะ ขยธมโม (จันทร์ที)] รหัสประจำตัวนิสิต
๕๖๑๑๔๐๕๙๑๙ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติ
วิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะ
จังหวัดกาญจนบุรี” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากผู้สูงอายุ ในโรงเรียนผู้สูงอายุดอน
ชะเอม ซึ่งอยู่ในความดูแลของท่าน จึงขอความอนุเคราะห์ให้สนับสนุนดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อ
ตรวจสอบความเที่ยงตรงของแบบสอบถามในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัย
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความ
อนุเคราะห์จากท่าน ด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมหาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระมหาสุรชัย วราสโภ, ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บวรศึกษาพุทธโฆส
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ผู้ประสานงาน

นายภานุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcpali001@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๕๖/๐๔



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ต.มหาสวัสดิ์ อ.พุทธมณฑล
จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐

๑๕ มกราคม ๒๕๕๙

เรื่อง ขออนุญาตขอทราบข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน พระครูกาญจนธรรมชัย ผู้อำนวยการโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลหนองลาน

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระครูกาญจนธรรมชัย [ชัยชนะ ขยธมโม (จันทร์ที)] รหัสประจำตัวนิสิต ๕๖๑๑๔๐๕๙๑๙ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาโรงเรียนผู้สูงอายุ เทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากอุบาสก-อุบาสิกา ผู้ปฏิบัติธรรมในวัดของท่าน จึงขออนุญาตเพื่อโปรดพิจารณาอนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

เรียนมาด้วยความนับถือ

(พระมหาสุรชัย วราสโก, ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาหลีศึกษาพุทธโฆส
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ผู้ประสานงาน

นายภานุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcpali001@gmail.com

ภาคผนวก ง
ตารางสรุปค่าดัชนีความสอดคล้องของแบบสอบถาม (IOC)

ผลการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถาม (IOC)

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง : ศึกษาความพึงพอใจต่อการสอนวิปัสสนาภาวนาสำหรับผู้สูงอายุ : กรณีศึกษา

โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอกำแพงเพชร จังหวัดกำแพงเพชร

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการสอนวิปัสสนาภาวนา	ผู้เชี่ยวชาญ					สรุปและแปลผล		
	๑	๒	๓	๔	๕	รวม	ค่า (IOC)	แปลผล
๑. ด้านเทคนิคการสอน								
๑. เนื้อหาการสอนเข้าใจง่ายหรือในสิ่งที่รู้แล้ว	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๒. สอนเรียงไปตามลำดับ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๓. สอนชี้แจงยกเหตุผลมาแสดงให้เข้าใจ	+๑	+๑	+๑	+๑	๐	๔	๐.๘๐	ใช้ได้
๔. สอนด้วยอาศัยความมีเมตตาไม่เห็นแก่อาภิส	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๕. สอนโดยไม่กระทบตนและผู้อื่น	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๖. แนวทางการปฏิบัติเหมาะแก่ผู้เรียน	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๔	๐.๘๐	ใช้ได้
๗. เสมอภาคในการให้สาระการเรียนรู้	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๘. เปิดโอกาสให้ซักถามแสดงความคิดเห็น	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๙. มีเอกสารประกอบการสอนที่เหมาะสม	+๑	+๑	๐	+๑	+๑	๔	๐.๘๐	ใช้ได้
๑๐. มีการประชุมปรับปรุงหลักสูตรอย่างสม่ำเสมอ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๒. ด้านการใช้สื่อการสอน								
๑. ผู้สอนมีจริยวัตรที่งดงามเป็นตัวอย่างที่ดีในการสอน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๒. ผู้สอนใช้ภาษาที่เข้าใจง่ายและสอนด้วยเมตตา	+๑	๐	+๑	+๑	+๑	๔	๐.๘๐	ใช้ได้
๓. มีการประยุกต์ใช้อุปกรณ์ที่มีอยู่ตามธรรมชาติ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๔. อุปกรณ์ประกอบการเรียนการสอนเพียงพอต่อผู้เรียน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๕. ดูแลปรับปรุงเครื่องใช้ให้สะอาดน่าใช้ตลอดเวลา	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๖. มีเครื่องมือเครื่องใช้ที่ทันสมัย	+๑	+๑	๐	+๑	+๑	๔	๐.๘๐	ใช้ได้
๗. อุปกรณ์ประกอบการเรียนการสอนที่ปลอดภัย	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๘. สื่อการสอนเหมาะสมต่อผู้เรียน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๙. แสงสว่างเพียงพอต่อการสัจจร และการทำกิจกรรม	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๑๐. มีการดูแล ซ่อมแซมทันทั่วทั้งที่เมื่อมีการเสียหาย	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้

ความพึงพอใจของผู้สูงอายุต่อการสอน วิธีสันทนาภาวนา	ผู้เชี่ยวชาญ					สรุปและแปลผล		
	๑	๒	๓	๔	๕	รวม	ค่า (IOC)	แปล ผล
๓. ด้านการจัดการสภาพแวดล้อม								
๑. สถานที่ตั้งเหมาะสม	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๒. สะดวกในการเดินทาง	๐	+๑	+๑	+๑	+๑	๔	๐.๘๐	ใช้ได้
๓. ความสะอาดของสถานที่	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๔. มีป้ายประกาศทำความเข้าใจกฎระเบียบ ชัดเจน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๕. ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมเอื้ออำนวย	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๖. ขนาดห้องเรียนเพียงพอและเหมาะสม	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๗. ไม่มีเสียงรบกวนในการเรียนการสอน	+๑	+๑	+๑	๐	+๑	๔	๐.๘๐	ใช้ได้
๘. สถานที่ร่มรื่นเหมาะแก่การปฏิบัติ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๙. สถานที่เดินจงกรมควรแก่การปฏิบัติ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๑๐. คบหาบุคคลที่เหมาะสมเป็นกัลยาณมิตร	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๔. ด้านการวัดและประเมินผล								
๑. ผู้ปฏิบัติมีการกำหนดรู้เท่าทันอารมณ์ที่เกิดขึ้น	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๒. กำหนดรู้เท่าทันในการในอารมณ์ปัจจุบันที่ เกิดขึ้น	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๓. กำหนดรู้เท่าทันในการเคลื่อนไหว	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๔. กำหนดเห็นชัดเจนในรูปของเวทนา	+๑	๐	+๑	+๑	+๑	๔	๐.๘๐	ใช้ได้
๕. รู้เท่าทันในการเกิดดับของเวทนา	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๖. กำหนดเท่าทันในอาการพองยุบได้อย่าง ชัดเจน	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๗. รู้เท่าทันในขณะจิตที่เกิดขึ้น	+๑	๐	+๑	+๑	+๑	๔	๐.๘๐	ใช้ได้
๘. รู้เท่าทันในปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นแล้ว ดับไป	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๙. อธิบายลักษณะที่เกิดขึ้นและดับไปได้	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้
๑๐. มีความสุขในการปฏิบัติ	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	ใช้ได้

ภาคผนวก จ
คำอำนาจจำแนกและค่าความเที่ยง

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามศึกษาความพึงพอใจต่อการสอนวิปัสสนาภาวนาสำหรับผู้สูงอายุ
ในโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	0.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.957	30

Item-Total Statistics

N	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
ด้านที่ 1 ข้อที่ 1	166.73	232.823	.628	.955
ด้านที่ 1 ข้อที่ 2	166.70	230.493	.738	.955
ด้านที่ 1 ข้อที่ 3	166.60	232.938	.602	.955
ด้านที่ 1 ข้อที่ 4	166.60	232.869	.606	.955
ด้านที่ 1 ข้อที่ 5	166.73	230.754	.734	.955
ด้านที่ 1 ข้อที่ 6	166.73	229.306	.809	.954
ด้านที่ 1 ข้อที่ 7	166.80	227.890	.694	.955
ด้านที่ 1 ข้อที่ 8	166.50	231.983	.652	.955
ด้านที่ 1 ข้อที่ 9	166.73	231.789	.681	.955
ด้านที่ 1 ข้อที่ 10	166.73	230.823	.730	.955
ด้านที่ 2 ข้อที่ 1	166.73	235.582	.536	.956
ด้านที่ 2 ข้อที่ 2	166.73	237.582	.427	.956
ด้านที่ 2 ข้อที่ 3	166.83	233.661	.620	.955
ด้านที่ 2 ข้อที่ 4	166.73	233.720	.638	.955
ด้านที่ 2 ข้อที่ 5	166.80	233.545	.675	.955
ด้านที่ 2 ข้อที่ 6	166.87	237.085	.352	.957
ด้านที่ 2 ข้อที่ 7	166.80	236.510	.506	.956
ด้านที่ 2 ข้อที่ 8	166.83	235.592	.574	.956
ด้านที่ 2 ข้อที่ 9	166.83	236.557	.466	.956
ด้านที่ 2 ข้อที่ 10	166.80	235.476	.565	.956
ด้านที่ 3 ข้อที่ 1	166.73	232.064	.730	.955

ด้านที่ 3 ข้อที่ 2	167.00	227.793	.698	.955
ด้านที่ 3 ข้อที่ 3	166.87	231.223	.706	.955
ด้านที่ 3 ข้อที่ 4	166.93	236.478	.468	.956
ด้านที่ 3 ข้อที่ 5	166.77	234.392	.514	.956
ด้านที่ 3 ข้อที่ 6	166.73	233.306	.661	.955
ด้านที่ 3 ข้อที่ 7	166.77	237.289	.507	.956
ด้านที่ 3 ข้อที่ 8	166.77	236.530	.448	.956
ด้านที่ 3 ข้อที่ 9	166.70	235.114	.505	.956
ด้านที่ 3 ข้อที่ 10	166.67	233.609	.628	.955
ด้านที่ 4 ข้อที่ 1	166.73	235.099	.562	.956
ด้านที่ 4 ข้อที่ 2	166.90	232.162	.676	.955
ด้านที่ 4 ข้อที่ 3	166.90	234.093	.634	.955
ด้านที่ 4 ข้อที่ 4	166.97	233.689	.503	.956
ด้านที่ 4 ข้อที่ 5	166.87	236.395	.545	.956
ด้านที่ 4 ข้อที่ 6	166.97	236.585	.537	.956
ด้านที่ 4 ข้อที่ 7	166.87	236.602	.435	.956
ด้านที่ 4 ข้อที่ 8	167.00	237.310	.461	.956
ด้านที่ 4 ข้อที่ 9	166.93	235.651	.643	.955
ด้านที่ 4 ข้อที่ 10	166.70	239.390	.324	.957

ภาคผนวก จ
ตารางกิจกรรมการเรียนการสอน

ตารางกิจกรรมโครงการศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลหนองลาน (ภายใต้
โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน) ณ ศาลาปฏิบัติธรรมพุทธชัยนที วัดหนองไม้แก่น หมู่ที่
๖ ตำบลหนองลานระหว่างเดือน ตุลาคม ๒๕๕๗ - ธันวาคม ๒๕๕๘

วัน/เวลา	๐๘.๐๐-๐๘.๑๐		๑๐.๑๐- ๑๒.๑๐		๑๓.๐๐- ๑๔.๐๐		๑๔.๑๐- ๑๕.๒๐
๑๕ ต.ค. ๕๗	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำ โรงเรียน	๑๐.๐๐-๑๐.๑๐ พักรับประทานอาหารว่าง	- กิจกรรมเสริม อาชีพเสริมการ จักสานตะกร้า ด้ ว ย เ ล้ น พลาสติก	๑๒.๑๐-๑๓.๐๐ พักรับประทานอาหาร	- กิจกรร ม สนั ท น า ก า ร , การฝึกทักษะ การพูด	๑๔.๐๐-๑๔.๑๐ พักรับประทานอาหารว่าง	- กิจกรร ม นั น ท น า ก า ร - กิจกรรมร้อง เพลงประจำ โรงเรียน
๒๙ ต.ค. ๕๗	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำ โรงเรียน		- กิจกรร ม ถ่ า ย ท อ ด ฎ ม ปัญหาท้องถิ่น		- กิจกรร ม ถ่ า ย ท อ ด ฎ ม ปัญหาท้องถิ่น, กา ร ร ำ ว ง มาตรฐาน - ฝึกทักษะการ พูด		- กิจกรร ม นั น ท น า ก า ร - แจ้งกิจกรรม คราวหน้า
๑๒ พ.ย. ๕๗	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - ออกกำลังกายไม้ พลอง - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำ โรงเรียน		- กิจกรรมอบรม ความรู้โรคที่เกิด กับผู้สูงอายุและ ข้อปฏิบัติ		- กิจกรร ม อบรมความรู้ โรคที่เกิดกับ ผู้สูงอายุและ ข้อปฏิบัติ		- การพัฒนา บุ ค ล ภา พ ผู้สูงอายุ - แจ้งกิจกรรม คราวหน้า
๑๘ พ.ย. ๕๗	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - ออกกำลังกายไม้ พลอง - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำ โรงเรียน		- การบริหาร ร่างกายให้ เหมาะสมวัย ผู้สูงอายุ		- การออกกำลังกาย ที่เหมาะสม กับวัยผู้สูงอายุ		- ออกกำลัง ก า ย ที่ เหมาะสมกับ วัยผู้สูงอายุ - แจ้งกิจกรรม คราวหน้า
๑๑ ธ.ค. ๕๗	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - ออกกำลังกายไม้ พลอง - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำ โรงเรียน - การปฏิบัติวิปัสสนา ภาวนา		- ฝึกเล่นิทานที่ เป็นประโยชน์ และให้แง่คิด		- ห ลั ก ธิ ร ร ม สำหรั บ ใช้ใน การดำเนินชีวิต		- ฝึกเล่านิทาน ให้แง่คิด และ แจ้งกิจกรรม คราวหน้า - ต้อนรับคณะ ศึกษาดูงาน

๑๗ ธ.ค. ๕๗	- เคารพธงชาติ - ให้อำมาตย์ - ออกกำลังกายไม่ - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำโรงเรียน - การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา		- กิจกรรมสร้างความสัมพันธ์เป็นทีม		- หลักธรรมสำหรับใช้ในการดำเนินชีวิต		- กิจกรรมสร้างสัมพันธ์เป็นทีม - แจกกิจกรรมครัวหน้า
วัน/เวลา	๐๘.๐๐-๐๘.๑๐		๑๐.๑๐-๑๒.๑๐		๑๓.๐๐-๑๔.๐๐		๑๔.๑๐-๑๕.๒๐
๑๔ ม.ค. ๕๘	- เคารพธงชาติ - ให้อำมาตย์ - ออกกำลังกายไม่ - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำโรงเรียน - การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา		- กิจกรรมสร้างความสัมพันธ์		- การจัดระเบียบบ้านและบริเวณบ้าน		- การจัดระเบียบบ้านและบริเวณบ้าน - แจกกิจกรรมครัวหน้า
๒๑ ม.ค. ๕๘	- เคารพธงชาติ - ให้อำมาตย์ - ออกกำลังกายไม่ - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำโรงเรียน - การทำยาด้วยสมุนไพร	๑๐.๐๐-๑๐.๑๐ พักรับประทานอาหารว่าง	- การทำยาด้วยสมุนไพร	๑๒.๑๐-๑๓.๐๐ พักรับประทานอาหาร	- สันทนาการการแข่งขันกีฬาพื้นบ้านในร่ม	๑๔.๐๐-๑๔.๑๐ พักรับประทานอาหารว่าง	- สันทนาการการแข่งขันกีฬาพื้นบ้านในร่ม - แจกกิจกรรมครัวหน้า
๔ ก.พ. ๕๘	- เคารพธงชาติ - ให้อำมาตย์ - ออกกำลังกายไม่ - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำโรงเรียน - รอบรู้เรื่องผู้สูงอายุ สภาวะการณผู้สูงอายุ นโยบายรัฐบาลด้านผู้สูงอายุ		- รอบรู้เรื่องผู้สูงอายุ สภาวะการณผู้สูงอายุ นโยบายรัฐบาลด้านผู้สูงอายุ		- การจัดระเบียบบ้านและบริเวณบ้าน “หน้าบ้านหน้ามอง”		- การจัดระเบียบบ้านและบริเวณบ้าน “หน้าบ้านหน้ามอง” - แจกกิจกรรมครัวหน้า

๒๕ ก.พ. ๕๘	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - ออกกำลังกายไม้พลอง - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำโรงเรียน - โรคที่กับผู้สูงอายุ		- โรคที่เกิดกับผู้สูงอายุและข้อควรระวัง		- การทำกายยัด		- การออกกำลังกายกำลังกายยืดเหยียด - แจ้งกิจกรรมครวหน้า
๑๓ มี.ค. ๕๘	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - ออกกำลังกายไม้พลอง - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำโรงเรียน - การป้องกันไข้เลือดออก		- การทำโมบาย		- การทำโมบาย		- การเล่นนิทานสอนใจ - แจ้งกิจกรรมครวหน้า
๑๗ มี.ค. ๕๗	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - ออกกำลังกายไม้พลอง - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำโรงเรียน - การส่งเสริมอาชีพ การเลี้ยงไก่พื้นเมืองและการป้องกันโรคไก่พื้นเมือง		- การส่งเสริมอาชีพ การเลี้ยงไก่พื้นเมืองและการป้องกันโรคไก่พื้นเมือง		- การพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ		- การพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ - แจ้งกิจกรรมครวหน้า
วัน/เวลา	๐๘.๐๐-๐๘.๑๐		๑๐.๑๐-๑๒.๑๐		๑๓.๐๐-๑๔.๐๐		๑๔.๑๐-๑๕.๒๐
๗ เม.ย. ๕๘	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - ออกกำลังกายไม้พลอง - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำโรงเรียน - ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๑๐.๐๐-๑๐.๑๐ พักรับประทานอาหารว่าง	- หลักธรรมสำหรับใช้ในการดำเนินชีวิต - ถ่ายทอดความระลึกถึงสงครานต์	๑๒.๑๐-๑๓.๐๐ พักรับประทานอาหาร	- ถ่ายทอดความระลึกถึงสงครานต์	๑๔.๐๐-๑๔.๑๐ พักรับประทานอาหารว่าง	- การทอผ้าสุภาษิต คำพังเพย - การแจ้งกิจกรรมกำหนดการเรียนของนักเรียนผู้สูงอายุครวหน้า

๒๒ เม.ย. ๕๘	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - ออกกำลังกายไม้พลอง - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำโรงเรียน - ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา - การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุทางการแพทย์แผนไทย		- การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุทางการแพทย์แผนไทย		- การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	- กิจกรรมสันทนากการเข้า ๆ มือ ๆ - การแจ้งกิจกรรมกำหนดการเรียนรู้ของนักเรียนผู้สูงอายุคราวหน้า
๖ พ.ค. ๕๘	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - ออกกำลังกายไม้พลอง - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำโรงเรียน - การส่งเสริมอาชีพ - ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา		- กิจกรรมสันทนากการฝึกการพูด เรื่องเล่าการเมือง		- หลักธรรมสำหรับใช้ในการดำเนินชีวิต	- กิจกรรมสันทนากการฝึกการพูด เรื่องการเมือง - การแจ้งกิจกรรมกำหนดการเรียนรู้ของนักเรียนผู้สูงอายุคราวหน้า
๒๒ พ.ค. ๕๘	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - ออกกำลังกายไม้พลอง - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำโรงเรียน - กิจกรรมเชื่อมความสัมพันธ์		- กิจกรรมสันทนากการแข่งขันกีฬาพื้นบ้านกลางแจ้ง		- กิจกรรมสันทนากการแข่งขันกีฬาพื้นบ้านกลางแจ้ง	- กิจกรรมสันทนากการแข่งขันกีฬาพื้นบ้านกลางแจ้ง - การแจ้งกิจกรรมกำหนดการเรียนรู้ของนักเรียนผู้สูงอายุคราวหน้า
๑๐ มิ.ย. ๕๘	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - ออกกำลังกายไม้พลอง - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำโรงเรียน		- กิจกรรมการรู้เรื่องสมุนไพร		- กิจกรรมอยู่อย่างไรให้สุขในวัยผู้สูงอายุ “ธรรมสำราญผู้สูงอายุ”	- กิจกรรมความสุขในวิถีพอเพียง - การแจ้งกิจกรรมกำหนดการ

	โรงเรียน - การปฏิบัติวิปัสสนา ภาวนา					เรียน ของ นี้ ก เรีย น ผู้สูงอายุคราว หน้า
๒๔ มิ.ย. ๕๘	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - ออกกำลังกายไม้ พลอง - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำ โรงเรียน - การสานผลิตภัณฑ์		- ก า ร ส า น ผลิตภัณฑ์เยื่อ กระดาษ		- ยี่ ด ชี วิ ต ผู้สูงอายุด้วย การออกกำลังกาย	- ยี่ ด ชี วิ ต ผู้สูงอายุด้วย การออกกำลังกาย - ก า ร แ จ้ ง กิ จ ก ร ร ม กำหนดการ เรียนคราวหน้า
๘ ก.ค. ๕๘	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - ออกกำลังกายไม้ พลอง - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำ โรงเรียน - การปฏิบัติวิปัสสนา ภาวนา		- กิจกรรมเกม ฝึกสติ ตา หู		- วันสำคัญทาง พระพุทธศาสนา ธรรมในวัน เข้าพรรษา	- กิจกรรมเกม ฝึกสติ จมูก ปาก - ก า ร แ จ้ ง กิ จ ก ร ร ม กำหนดการ เรียนคราวหน้า
๒๘ ก.ค. ๕๘	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - ออกกำลังกายไม้ พลอง - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำ โรงเรียน - การดูแลสุขภาพ ปลอดภัยจากเชื้อไวรัส	๑๐:๐๐-๑๐:๑๐ พักรับประทานอาหารว่าง	- ก า ร ดู แล สุ ข ภ า พ ปลอดภัยจาก เชื้อไวรัส	๑๒:๑๐-๑๓:๐๐ พักรับประทานอาหาร	- กิจกรรมการ พูดในที่ชุมชน	- กิจกรรมการ พูดในที่ชุมชน - ก า ร แ จ้ ง กิ จ ก ร ร ม กำหนดการ เรียนคราวหน้า
๘ ส.ค. ๕๘	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - ออกกำลังกายไม้ พลอง - พุดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำ โรงเรียน - การปฏิบัติวิปัสสนา ภาวนา		- ขั อ คิ ด หลักธรรมในวัน แม่ “ค ว ม กตัญญูกตเวที” - ท่าประกอบ บริหารร่างกาย		- เตรียมตัวให้ พร้อม เข้าสู่ ระบบอาเซียน	- เตรียมตัวให้ พร้อม เข้าสู่ ระบบอาเซียน - ก า ร แ จ้ ง กิ จ ก ร ร ม กำหนดการ เรียนคราวหน้า

๒๐ ส.ค. ๕๘	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - ออกกำลังกายไม่พลอง - พูดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำโรงเรียน - การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา		- ชี้อัตชีวประวัติ - เตรียมความพร้อมร่างกายก่อนออกกำลังกาย		- การออกกำลังกายที่เหมาะสมและปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ	- การออกกำลังกายที่เหมาะสมและปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ - การแจ้งกิจกรรมกำหนดการเรียนรู้ครวหน้า
๒ ก.ย. ๕๘	- เคารพธงชาติ - ไหว้พระสวดมนต์ - ออกกำลังกายไม่พลอง - พูดคุยหน้าเสาธง - ร้องเพลงประจำโรงเรียน - การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา		- ชี้อัตชีวประวัติ		- กิจกรรมแปลความภาษาไทย	- กิจกรรม “คำกำวม” - แจ้งกิจกรรมกำหนดการเรียนรู้ครวหน้า

ภาคผนวก ช
ภาพกิจกรรมการเรียนการสอน



ท่านประธานและคณะกรรมการโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน
อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรีไหว้พระรับศีลก่อนการเข้าร่วมประชุมเพื่อพัฒนา
แผนการเรียนการสอนประจำปี



ท่านประธานและคณะกรรมการโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน
อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรีรับฟังโอวาทในการเข้าร่วมประชุมเพื่อพัฒนาแผนการ
เรียนการสอนประจำปี



ภาพแสดงการเข้าร่วมประชุมเพื่อพัฒนาแผนการเรียนการสอนประจำปี



แสดงการปฐมนิเทศเปิดการเรียนการสอนประจำปีโดยท่านผู้อำนวยการ
โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอดำรงวิทยะกา จังหวัดกาญจนบุรี



แสดงภาพการเรียนรู้รวมของผู้สูงอายุก่อนการแยกพบกลุ่มในการทำกิจกรรม
ของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัด
กาญจนบุรี



แสดงภาพการเรียนรู้การสอนของท่านผู้อำนวยการโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาล
ตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี



แสดงการบรรยายพิเศษของอาจารย์พิเศษที่เชิญมาให้ความรู้เฉพาะด้าน
เพิ่มเติมในบางรายวิชาและบางกิจกรรมที่จำเป็นจะต้องใช้ผู้เชี่ยวชาญพิเศษ



การบรรยายชี้แจงเกี่ยวกับการตอบแบบสอบถาม ในการเก็บข้อมูลแบบสอบถามของผู้สูงอายุโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี ด้วยตัวเอง เพื่อให้ได้ข้อมูลจริงในการตอบแบบสอบถาม



การชี้แจงและบรรยายในรายชื่อของแบบสอบถามเพื่อชี้แจงในส่วนที่ผู้สูงอายุยังไม่เข้าใจและเข้าใจแล้วแต่ยังไม่ชัดเจน



ภาพแสดงการแยกกลุ่มปฏิบัติและทำกิจกรรมการเข้าฐานในแต่ละบทเรียน



แสดงการฝากตัวเป็นศิษย์ และสมาทานกรรมฐานก่อนการปฏิบัติ



แสดงการกราบแบบสติปัฏฐาน



แสดงถึงการปฏิบัติของผู้สูงอายุ ดูลมหายใจเข้าออก พองหนอ ยุบหนอ

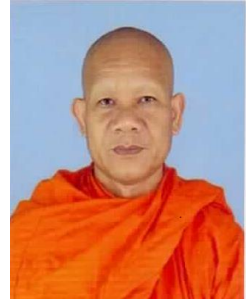


แสดงการบรรยายธรรมและให้อารมณ์ในการปฏิบัติ



แสดงการเดินจงกรม ๖ จังหวะ ก่อนการนั่งสลับกันไป

ประวัติผู้วิจัย



ชื่อ-ฉายา/นามสกุล : พระครูกาญจนธรรมชัย (ชัยชนะ ชยธมโม จันทร์ที)

วัน/เดือน/ปี เกิด : วันที่ ๑๒ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๐๖

ภูมิลำเนา : ๓ หมู่ ๙ ตำบลพังตรุ อำเภอนมทวน จังหวัดกาญจนบุรี

การศึกษาทางโลก

พ.ศ. ๒๕๕๒ : ปริญญาตรี พุทธศาสตรบัณฑิต (พธ.บ.) สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

การศึกษาทางธรรม

พ.ศ. ๒๕๒๘ : นักระรมชั้นเอก วัดเบญพาต ตำบลพังตรุ อำเภอนมทวน
จังหวัดกาญจนบุรี

ประสบการณ์การทำงาน

พ.ศ. ๒๕๓๕ : พระวิทยากรประจำวัดหนองไม้แก่น

พ.ศ. ๒๕๓๑ : เจ้าอาวาส วัดหนองไม้แก่น ตำบลหนองลาน อำเภอบ้านท่ามะกา
จังหวัดกาญจนบุรี

พ.ศ. ๒๕๔๒ : พระวิปัสสนาจารย์ ประจำหน่วยอบรมประชาชนประจำตำบลหนองลาน
อำเภอบ้านท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

พ.ศ. ๒๕๕๗ : ผู้อำนวยการโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลหนองลาน อำเภอบ้านท่ามะกา
จังหวัดกาญจนบุรี

บรรพชา/อุปสมบท : ๒๐ เมษายน พ.ศ. ๒๕๒๖

สังกัดวัด : วัดหนองไม้แก่น ตำบลหนองลาน อำเภอบ้านท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี

ตำแหน่งหน้าที่ : เจ้าอาวาส วัดหนองไม้แก่น ตำบลหนองลาน อำเภอบ้านท่ามะกา
จังหวัดกาญจนบุรี

ปีที่เข้าศึกษา : ๒๕๕๖

ปีที่สำเร็จการศึกษา : ๒๕๕๙

ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดหนองไม้แก่น ตำบลหนองลาน อำเภอบ้านท่ามะกา จังหวัดกาญจนบุรี
๗๑๑๓๐

โทรศัพท์ : ๐๙๒-๙๑๘-๔๕๘๕

E-mail : Winthem007@gmail.com