

# การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการให้การปรึกษา แก่นักเรียนเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน

## The Integration of Buddhist Principles in Student Counseling for Sustainable Development

นางสมใจ ตันติวัฒน์  
Mrs. Somjai Tantiwat  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

### บทคัดย่อ

บทความนี้เป็นงานบูรณาการหลักพุทธธรรมในการให้การปรึกษาแก่นักเรียน โดยศึกษาแนวคิดตามหลักจิตวิทยาและหลักพุทธธรรม นำมาบูรณาการเพื่อให้ได้รูปแบบในการให้การปรึกษาแบบใหม่ เพื่อพัฒนานักเรียนอย่างรอบด้าน ทั้งด้านพฤติกรรม ด้านจิตใจ และด้านปัญญา ซึ่งเป็นการพัฒนาที่ทำให้เกิดดุลยภาพ และความยั่งยืนโดยมีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ ๑) ศึกษาแนวคิดทฤษฎีตามหลักจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องในการให้การปรึกษาแก่นักเรียน ๒) ศึกษาหลักธรรมและพุทธวิธีที่นำมาประยุกต์ใช้ในการให้การปรึกษาแก่นักเรียน ๓) เสนอรูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการให้การปรึกษาแก่นักเรียนเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน ใช้วิธีการศึกษาข้อมูล ๓ ส่วนคือ ๑) จากคัมภีร์พระพุทธศาสนาและจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องในการให้การปรึกษาแก่นักเรียน, ๒) จากการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ทรงคุณวุฒิ ๑๒ ท่าน เพื่อวิเคราะห์สาเหตุหาแนวทางแก้ปัญหา และร่างรูปแบบ, และ ๓) จากการสนทนากลุ่มเฉพาะ

ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบการให้การปรึกษาแก่นักเรียนแบบใหม่มี องค์ประกอบที่สำคัญในการให้การปรึกษา ๔ ส่วน คือ ๑) ผู้รับการปรึกษา (นักเรียน) ควรมีหลักอิทธิบาท ๔ และโยนิโสมนสิการ ๒) ผู้ให้การปรึกษา (ครู) ควรมีคุณธรรมสำคัญ คือ พรหมวิหาร ๔ และกัลยาณมิตร รวมทั้งมีความสามารถในการใช้เทคนิคกระบวนการปรึกษา ๙ ขั้น แก่นักเรียน, ๓) เทคนิคกระบวนการปรึกษา จากการบูรณาการเทคนิคการให้การปรึกษาของ คาร์ล แรนซัม โรเจอร์ส ๗ ขั้น ร่วมกับพุทธลีลาการสอน ๔ และหลักไตรสิกขา ได้เป็นเทคนิคกระบวนการให้การปรึกษาแก่นักเรียน ๙ ขั้น คือ สะกิดใจ, ให้ความรู้, ให้ความรู้, ปล่อยให้คิด, ลองเอาทุกข์เข้ามาใส่ใจเรา, บอกเล่าให้ความรู้สึก, ฝึกจิตให้แก้แล้วกล้า, แสวงหาแนวทาง, ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ และพึ่งตนได้อย่างยั่งยืน, และ ๔) การประเมินผลการให้การปรึกษาด้วยหลักภวนา ๔ ได้แก่ สังเกตด้านพฤติกรรม, วินัย (ศีล), ด้านจิตใจ (สมาธิ), และด้านปัญญา มีความสามารถในการคิด สู่การพัฒนาแก่นักเรียนรอบด้าน คือ เข้าใจตนเอง สังคมและสิ่งแวดล้อมตามความเป็นจริง และสามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง ปรับตัวอยู่ร่วมกับสังคมและสิ่งแวดล้อมได้อย่างมีความสุข

**คำสำคัญ** : การบูรณาการหลักพุทธธรรม, การให้การศึกษา, ครูที่ปรึกษา, นักเรียน, การพัฒนาที่ยั่งยืน

## Abstract

This article is the integration of Buddhist principles in student counseling by studying the concept of psychological and Buddhist principles. The integration is aimed to obtain a new model of counseling for developing student perfectly in terms of behavior, mind, and wisdom. This would be the development resulting to equilibrium and sustainability. Three objectives are namely 1) to study the theory of student counseling in psychology, 2) to study how to apply Buddhist principles and methods for student counseling, and 3) to present the guideline of student counseling based on Buddhist principles for sustainable development. Three types of data have been studied: 1) collecting knowledge from Buddhist scriptures and psychology textbooks relating to student counseling, 2) from in-depth interview with 12 experts to analyze the causes of problem and the solutions for constructing the model, and 3) from focus-group discussion.

The research findings show that this new model consists of four sections: Firstly, a consultant (student) should realize the path of accomplishment (Iddhipāda) and the analytical thinking (Yonisomanasikāra). Secondly, a counselor (teacher) should realize qualities of a good friend (Kalyānamitta) and sublime states of mind (Brahmavihāra) and capable of using 9 steps of student counseling process. Thirdly, the counseling technique is an integration of Carl Ransom Rogers's theory comprising 7 steps together with Buddha's manner of teaching and Sikkhā 3 (Threefold Training). This integration obtains 9 steps of student counseling process namely remind, acquaint, ignore defects, sympathize, alert to conscience, strengthen mind, find out solutions, practice faithfully, and self-relying sustainably. Lastly, the cultivation (Bhāvanā 4) can be applied from the student counseling evaluation such as physical, moral, emotional and wisdom development. Students would achieve quality thinking to a perfect self-development and self-understanding, including society and environment realistically. In addition,

students would be able to solve their problems themselves and find self-adjustment for their living in the society and environment happily.

**Keywords :** Integration of Buddhist principle, counseling, counselor, student, sustainable development

## บทนำ

คุณภาพทางจิตของผู้ที่มีสุขภาพจิตดีเชิงจิตวิทยา คือความสามารถในการปรับตัว ให้สอดคล้องกับความต้องการ หรือ ความเป็นจริงของตนเองและผู้อื่น<sup>๑</sup> สามารถปรับตัวเข้ากับความเป็นจริงอย่างมีเหตุผล โดยเฉพาะในวัยรุ่น จะต้องสามารถยอมรับและปรับเปลี่ยนตนเองให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่ปรากฏในขณะนั้น ให้เข้ากับตนเองได้ ไม่ว่าจะเป็สภาพแวดล้อมทางกายภาพ สังคม จิตวิทยา ความเชื่อ และทัศนคติ<sup>๒</sup> กระบวนการพัฒนาคุณภาพจิตเพื่อให้ดำรงอยู่อย่างยั่งยืน จำเป็นต้องพัฒนาบุคคลให้สามารถดำรงอยู่อย่างสมดุลโดยมีพุทธิปัญญา เพื่อการพัฒนาความรู้และปรับเปลี่ยนโครงสร้างความเชื่อ ให้เกิดความมีดุลยภาพ (Equilibration)

ตามหลักพระพุทธศาสนา ก้าวหน้าไปตามกระบวนการพัฒนาหรือการดำเนินชีวิตตามอัฐฐังคิกรมรรค ล้วนประเมินจากความยั่งยืนของความสุข หรือ คุณภาพชีวิตที่พัฒนาขึ้นตามลำดับจากความมั่นคงอันเกิดจากระบบศีลสิกขา จิตสิกขา ปัญญาสิกขา ซึ่งเป็นหลักสำหรับศึกษาปฏิบัติ คือ ฝึกหัดอบรมกาย วาจา จิตใจ และปัญญาให้ยิ่งขึ้นจนบรรลุจุดหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน ซึ่งเป็นสภาพจิตที่มีความมั่นคงยั่งยืนไม่หวั่นไหวไปตามสิ่งเร้าและสภาพแวดล้อม ด้านคุณภาพจิตได้บรรลุการปรับตัวในระดับสูงสุด โดยสภาพความเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อม ไม่อาจกระทบกระทั่งจิตใจได้ สภาวะ ดุลยภาพ (Equilibration) มีความยั่งยืนและมั่นคง พร้อมทั้งจะใช้ศักยภาพในการปรับสภาพแวดล้อมทั้งด้านกายภาพ สังคม อารมณ์ ทัศนคติและการรู้จัก ในสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการดำรงอยู่อย่าง สันติสุขต่อผู้อื่น ดังนั้น เมื่อใดที่ได้พัฒนาให้มีความสุขสมบูรณ์ในบุคคล ความสุขสูงสุดสันติสูงสุด และอิสรภาพสูงสุด ก็จะมาบรรจบกัน<sup>๓</sup> ปัญญา คุณธรรม และความหลุดพ้นก็มาบรรจบกัน เมื่อการปรับตัวเข้ากับตนเองบุคคล ความสุขสูงสุด สันติสูงสุด และอิสรภาพสูงสุด ความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทั้งต่อบุคคล สังคม และธรรมชาติก็จะดำเนินไปอย่างมีปัญญาและเหตุผล มีคุณธรรม เช่นความเมตตาและเป็นอิสระ

<sup>๑</sup> C.T. Morgan, et.al, **Introduction to Psychology**, (New York: McGraw- Hill International, 1994), p. 23.

<sup>๒</sup> Howard, G.S. Culture Tales, "A Narrative Approach to Thinking, Cross Cultural Psychology, and Psychotherapy", **American Psychologist**, 46(3), 1991 : 187-197.

<sup>๓</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), **พัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยจิตวิทยาแบบยั่งยืน**, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๓), หน้า ๙๖.

งานวิจัยนี้ เป็นการสำรวจสภาพปัญหาของนักเรียนกลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับการให้การปรึกษา และศึกษาหลักธรรมและพุทธวิธีรวมทั้งแนวคิดทฤษฎีตามหลักจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องในการให้การปรึกษแก่นักเรียนปัจจุบัน โดยการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการให้การปรึกษแก่นักเรียน เพื่อให้สามารถแก้ปัญหาของนักเรียนได้ด้วยการปรึกษา และเกิดการพัฒนาที่ยั่งยืน

## วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการให้การปรึกษแก่นักเรียนเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน” เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพที่ผสมผสาน ระเบียบวิธีวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) โดยใช้การสัมภาษณ์ (Interview Research) และการจัดสนทนากลุ่มเฉพาะ (Focus Group Discussion) อภิปรายผลโดยใช้วิธีการเชิงพรรณนา (Descriptive Method) ทั้งสถิติพรรณนาและการพรรณนาเนื้อหาเชิงคุณภาพ โดยกำหนดขอบเขตการศึกษา ไว้ดังนี้

## กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มที่ผู้วิจัยเลือกทำการศึกษา ประกอบด้วย

๑. นักเรียนโรงเรียนบรรพตพิสัยพิทยาคม อำเภอบรรพตพิสัย จังหวัดนครสวรรค์ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) กระทรวงศึกษาธิการ ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๓ จำนวน ๑๓๓ คน

๒. ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญด้านพระพุทธศาสนา และด้านจิตวิทยาการปรึกษา จำนวน ๑๒ ท่าน

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

๑. ชุดแบบสำรวจข้อมูลนักเรียน
๒. รายงานการพัฒนาคุณภาพการศึกษา (Self-Assessment Report) ประจำปีการศึกษา ๒๕๕๙ ของโรงเรียนบรรพตพิสัยพิทยาคม
๓. แบบสัมภาษณ์เชิงลึกถึงโครงสร้างเกี่ยวกับรูปแบบการบูรณาพุทธธรรมในการให้การปรึกษแก่นักเรียน
๔. จัดสนทนากลุ่มเฉพาะ (Focus Group Discussion)

## การรวบรวม/วิเคราะห์ข้อมูล

### ขั้นเตรียม

- ๑) รวบรวมข้อมูลในการสำรวจสภาพปัญหาความต้องการของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้แบบสอบถามและการประมวลผลเพื่อหาค่าสถิติที่มีนัยสำคัญบ่งบอกถึงปัญหาของกลุ่มตัวอย่าง
- ๒) วิเคราะห์ผลการพัฒนาคุณภาพการศึกษาของนักเรียนโรงเรียนบรรพตพิสัยพิทยาคมจากรายงานการพัฒนาคุณภาพการศึกษา (Self-Assessment Report) ประจำปีการศึกษา ๒๕๕๙ ของโรงเรียน

### ขั้นดำเนินการ

- ๓) ศึกษาหลักธรรมและพุทธวิธี ในพระพุทธรูปจากเอกสารข้อมูลแหล่งปฐมภูมิ (Primary Sources) ได้แก่ พระไตรปิฎก (ภาษาไทย) ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- ๔) ศึกษาหลักจิตวิทยาจากเอกสาร จากข้อมูลแหล่งทุติยภูมิ (Secondary Sources) ได้แก่ เอกสารวิชาการ หนังสือ บทความ และงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีเทคนิคและกระบวนการในการให้การปรึกษาแก่นักเรียนในระดับมัธยมศึกษา
- ๕) การสัมภาษณ์เชิงลึกจากผู้ทรงคุณวุฒิ ๑๒ ท่าน รวบรวมศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลทั้งจากการศึกษาเอกสารและการสัมภาษณ์ร่วมกัน
- ๖) สังเคราะห์ข้อมูลและร่างรูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการให้การปรึกษา แก่นักเรียนเพื่อพัฒนาที่ยั่งยืน
- ๗) ตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูลโดยผู้ทรงคุณวุฒิด้านพระพุทธรูปและด้านจิตวิทยา
- ๘) นำเสนอรูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการให้การปรึกษาแก่นักเรียนเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน

## ผลการวิจัย

ตามขั้นตอนวิธีการดำเนินการวิจัย

๑. สรุปรูปข้อมูลจากการสำรวจข้อมูลนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง ได้ดังนี้

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๓ ของโรงเรียนบรรพตพิสัยพิทยาคม จำนวน ๑๓๓ คน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (๕๔.๙ %) อายุ ๑๔-๑๕ ปี (๖๒.๔ %) ไม่เคยบวชเรียน ๗๘.๒ % ฝึกสมาธิ ๑-๑๐ ครั้ง (๔๖.๖ %) ปฏิบัติธรรม ๑-๑๐ ครั้ง (๕๙.๙ %) รักษาศีล ๕ (๑๔.๔ %)

ข้อมูลด้านทัศนคติของกลุ่มตัวอย่าง นักเรียนส่วนใหญ่ต้องการให้มีการปรึกษาต่อเดือน ๑-๒ ครั้ง (๗๐ %) ช่วงเวลาที่เหมาะสมในการให้การปรึกษาเป็นก่อนเข้าเรียน (๕๔.๙ %) เวลาในการแนะนำประมาณ ๑ ชั่วโมง (๕๗ %) ปัญหาที่ควรแนะนำ คือ เรื่องการเรียน (๒๕ %) รูปแบบการแนะนำ ต้องการ

ให้มีการพูดคุยกันอย่างเป็นกันเอง (๓๐ %) กิจกรรมที่ช่วยแก้ปัญหา คือ กิจกรรมนอกห้องเรียน (๓๐ %) ประโยชน์ของกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรม ทำให้ช่วยพักผ่อนสมอง (๖๗ %) แรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรม เพราะโรงเรียนจูงใจ (๕๒.๖ %) รูปแบบกิจกรรมควรเป็นกิจกรรมกลุ่มย่อย (๕๐ %) ความต้องการแหล่งความรู้เกี่ยวกับหลักธรรมที่ได้มากที่สุด คือ จากโรงเรียนและครู (๔๓.๖ %) รูปแบบกิจกรรมทางศาสนา คือ รูปแบบกิจกรรมทางศาสนาที่จัดร่วมกับกิจกรรมการศึกษา

๒. จากผลการวิเคราะห์การพัฒนาคุณภาพการศึกษาของนักเรียน และการดำเนินงานระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนของโรงเรียนบรรพตพิสัยพิทยาคม อำเภอบรรพตพิสัย จังหวัดนครสวรรค์ โดยการสัมภาษณ์ครูที่ปรึกษา ๓ ท่าน และผู้เกี่ยวข้อง ๒ ท่าน คือ ผู้บริหารโรงเรียน และนักจิตวิทยาการศึกษา ประจำโรงพยาบาลบรรพตพิสัย พบว่า ๑) ครูขาดความรู้และทักษะในการให้การศึกษแก่นักเรียน ควรให้ความรู้และอบรมพัฒนาครูก่อน ๒) ครูส่วนใหญ่มีอคติต่อนักเรียน โดยเฉพาะนักเรียนกลุ่มเสี่ยง ๓) ควรมีการฝึกปฏิบัติธรรมให้ครูมีจิตเมตตาแก่นักเรียน ไม่มีอคติต่อนักเรียน

๓. ผลของการศึกษา หลักธรรมและพุทธวิธีที่นำมาประยุกต์ใช้ในการให้การศึกษแก่นักเรียน

จากการศึกษาเอกสาร พบว่า หลักธรรม และพุทธวิธีในการให้การศึกษโดยศึกษาหลักธรรมที่เกี่ยวข้องในการให้การศึกษแก่นักเรียน สามารถสรุปได้ดังนี้

หลักธรรมและพุทธวิธีที่นำมาประยุกต์ใช้ในการให้การศึกษแก่นักเรียน แบ่งออกเป็น ๒ องค์ประกอบคือ หลักธรรม และพุทธลีลาการสอนหรือเทคนิคการศึกษิตตามพุทธวิธี

หลักธรรม แบ่งออกเป็น ๕ ส่วน คือ

- ๑) หลักธรรมสำคัญ สำหรับครูผู้ให้การศึกษ คือ กัลยาณมิตร ๗<sup>๕</sup> และพรหมวิหาร ๔<sup>๕</sup>
- ๒) หลักธรรมที่เป็นคุณสมบัติของผู้รับการศึกษ คือ อธิปไตย ๔<sup>๖</sup>, โยนิโสมนสิการ ๑๐<sup>๗</sup>
- ๓) หลักธรรมที่ใช้เป็นเทคนิคในการให้การศึกษแก่นักเรียน คือ พุทธลีลาในการสอน ๔<sup>๘</sup> ได้แก่ สันตัสสนา (ซึ้งซัด), สมาทปนา (ชวนฟัง), สมุทเตชนา (แก้ลวกล้ำ), และสัมปหังสนา (ร่าเริง)

<sup>๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พุทธธรรม (ฉบับปรับขยาย), พิมพ์ครั้งที่ ๓๘, (กรุงเทพมหานคร : ผลิตัฒม์, ๒๕๓๘), หน้า ๕๗๓.

<sup>๕</sup> สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฒโน), พรหมวิหาร ๔, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ห้องภาพสุวรรณ, ๒๕๒๗), หน้า ๔.

<sup>๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), ธรรมนุญชีวิต พุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่ดีงาม, พิมพ์ครั้งที่ ๘๐, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทพิมพ์สวย, ๒๕๔๐), หน้า ๔๐.

<sup>๗</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พุทธธรรม (ฉบับปรับขยาย), พิมพ์ครั้งที่ ๓๘, หน้า ๖๒๖-๖๒๗.

<sup>๘</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๓, กรุงเทพมหานคร: เอส.อาร์.พริ้นติ้งแมสโปรดักส์, ๒๕๔๘, หน้า ๑๓๔.

๔) หลักธรรมที่ใช้เป็นกระบวนการพัฒนาที่ยั่งยืนได้แก่ การปฏิบัติไตรสิกขา<sup>๙</sup>

๕) หลักธรรมที่ใช้เป็นเครื่องมือวัดผลการให้การศึกษแก่นักเรียนคือภาวนา ๔ ได้แก่ กายภาวนา, ศีลภาวนา, จิตภาวนา และปัญญาภาวนา<sup>๑๐</sup>

๔. ผลการศึกษาแนวคิดทฤษฎีการให้การศึกษแก่นักเรียน โดยเน้นทฤษฎีและเทคนิคการศึกษารูปแบบผู้รับการศึกษาศูนย์กลางของ คาร์ล แรมซัม โรเจอร์ (Carl Ransom Roger)<sup>๑๑</sup> ผลที่ได้คือ ทักษะและกระบวนการศึกษาของ โรเจอร์ที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้กับนักเรียนได้ ดังนี้

เป้าหมายการให้การศึกษ ได้แก่ การช่วยให้ผู้รับการศึกษสามารถค้นหาตนเอง เข้าใจและยอมรับตนเอง

กระบวนการการศึกษ ประกอบด้วย ขั้นตอนการศึกษ (ขั้นเริ่มต้นการศึกษ, ขั้นดำเนินการศึกษ และขั้นยุติการศึกษ) เทคนิคที่ใช้ในการให้การศึกษได้แก่ เทคนิคการฟังอย่างใส่ใจ, เทคนิคการถาม, เทคนิคการสะท้อนความรู้สึก, เทคนิคการทำให้กระจ่าง, เทคนิคการสนับสนุน, เทคนิคการเงียบ, เทคนิคการให้กำลังใจ

คุณลักษณะของผู้ให้การศึกษ (ครู) ประกอบด้วย

- คุณธรรมความเชื่อ ได้แก่ มนุษย์มีเหตุผลนำตนเองได้, มีแนวโน้มจะพัฒนาตนเอง, เป็นคนดีมีคุณค่ารับรู้ เรื่องของตนเองและสิ่งแวดล้อม ตามประสบการณ์ของตน, และต้องการการยอมรับ ความรัก เอื้ออาทรจากผู้ใกล้ชิด

- บุคลิกภาพ เป็นผู้มีสัมพันธภาพที่อบอุ่น, มีความจริงใจ ไม่เสแสร้งในการแสดงออก, ร่วมรับความรู้สึกเป็นทุกข์ของผู้รับการศึกษ อย่างเห็นอกเห็นใจและเข้าใจ ยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข

- ความสามารถ ได้แก่ เป็นผู้มีความรู้กว้างขวาง, มีเทคนิคความชำนาญในการให้การศึกษ

ผลสำเร็จในการให้การศึกษมีดังนี้ คือ ลดอารมณ์เสียจากความเครียด, ลดการปิดกั้นในการเปิดรับประสบการณ์ใหม่, รับรู้ความนึกคิดเกี่ยวกับตนเองตามความเป็นจริงมากขึ้น, เข้าใจยอมรับและเห็นคุณค่าของตนเองทางบวกมากขึ้น, ค้นพบตนเองมีความเชื่อมั่นและพึ่งตนเองได้มากขึ้น, มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้เหมาะสมและปรับตัวได้ดีขึ้น, เป็นผู้มีสุขภาพจิตดีและมีประสิทธิภาพในการปฏิบัติภารกิจในชีวิตประจำวัน

<sup>๙</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), “หัวใจพระพุทธศาสนา”, พุทธจักร, ปีที่ ๖๑ ฉบับที่ ๕ (พฤษภาคม ๒๕๕๐) : ๗.

<sup>๑๐</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), ผู้การศึกษาแนวพุทธ, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม. ๒๕๔๘), หน้า ๑๓๘.

<sup>๑๑</sup> มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, เอกสารการสอนชุดวิชา เทคนิคการศึกษเบื้องต้น, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๔๑), หน้า ๑.

## ๕. การบูรณาการพุทธธรรมในการให้การปรึกษาแก่นักเรียนเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน

จากการศึกษาเอกสารและ คำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิด้านการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ผู้วิจัยจึงบูรณาการพุทธธรรมในการให้การปรึกษาแก่นักเรียนเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนได้ดังนี้

การบูรณาการพุทธธรรมในการให้การปรึกษาแก่นักเรียนเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน เกิดจากองค์ประกอบของการปรึกษาที่สำคัญ ๓ ส่วน คือ นักเรียน (ผู้รับการปรึกษา) ครูที่ปรึกษา (ผู้ปรึกษา) และเทคนิคกระบวนการในการให้การปรึกษา ดังนั้น จึงต้องพัฒนาทั้ง ๓ องค์ประกอบของการปรึกษาด้วยการบูรณาการดังนี้

ตารางที่ ๑ การเปรียบเทียบแนวคิดตามหลักพุทธธรรมกับแนวคิดทฤษฎีแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง

แนวคิดแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง	แนวคิดตามหลักพุทธธรรม
นักเรียน (ผู้รับการปรึกษา) ได้สำรวจตนเอง เข้าใจตัวเอง มีความนึกคิดตรงตามความเป็นจริงมากขึ้นเชื่อมั่นในตัวเอง สามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเองและสามารถปรับตัวได้ดี	นักเรียน (ผู้รับการปรึกษา) นักเรียนมีคุณธรรม อิทธิบาท ๔ โยนิโสมนสิการ ๑๐
ครูที่ปรึกษา (ผู้ปรึกษา) มีทัศนคติที่ดีต่อนักเรียน มีความเชื่อว่า นักเรียนทุกคนมีคุณค่า มีความดี มีความสามารถ มีเหตุผล สามารถพึ่งพาตนเองได้ ต้องการความก้าวหน้า	ครูที่ปรึกษา (ผู้ปรึกษา) ครูที่ปรึกษามีคุณธรรม กัลยาณมิตร ๗ และพรหมวิหาร ๔
เทคนิคกระบวนการในการให้การปรึกษา เทคนิคการฟังอย่างใส่ใจ, เทคนิคการถาม, เทคนิคการสะท้อนความรู้สึก เทคนิคการทำให้กระจ่าง, เทคนิคการสนับสนุน, เทคนิคการเจียบ เทคนิคการให้กำลังใจ	เทคนิคกระบวนการในการให้การปรึกษา พุทธลีลาการสอน ๔ ได้แก่ สันทัสสนา (ชี้ชัด), สมาทปนา (ชวนฟัง), สมุทเตชนา (แก้วักล้า) และสัมปหังสนา (รำเริง)

## สรุปการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการให้การปรึกษาแก่นักเรียนได้ดังนี้คือ

๑) นักเรียนเป็นผู้มีคุณธรรม เข้าใจตนเองตรงตามความเป็นจริง สามารถแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเองและปรับตัวได้ดี

๒) ครูที่ปรึกษาเป็นผู้มีเมตตากรุณา มีความเป็นกัลยาณมิตร มีทัศนคติที่ดีต่อนักเรียน เห็นคุณค่าเชื่อว่านักเรียนรักความก้าวหน้าและพึ่งพาตนเองได้

๓) การบูรณาการเทคนิคกระบวนการในการให้การปรึกษาแก่นักเรียนจากแนวคิดแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลางและแนวคิดตามหลักพุทธธรรมได้เป็น ๙ ชั้น สรุปมาใช้เป็นแนวทางการปฏิบัติ

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิ

ผู้วิจัยได้ประมวลความคิดเห็นจาก การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) และการสนทนากลุ่มเฉพาะ (Focus Group Discussion) เกี่ยวกับหลักธรรมที่นำไปประยุกต์ใช้ในการให้การปรึกษาเป็น ๕ ลักษณะ และความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิในการบูรณาการหลักพุทธธรรมกับทฤษฎีตามหลักจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องในการให้การปรึกษาแก่นักเรียน ดังแสดงตามตารางที่ ๒

ตารางที่ ๒ ประมวลความคิดเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิจากการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) และสนทนากลุ่มเฉพาะ (Focus Group Discussion)

หลักธรรมที่นำไปประยุกต์ใช้	ลักษณะการประยุกต์ใช้	ผลการบูรณาการหลักธรรม
กัลยาณมิตร ๗, พรหมวิหาร ๔, สังคหวัตถุ ๔, อิทธิบาท ๔, ทิศ ๖	เป็นคุณสมบัติของครู	มีทัศนคติที่ดีต่อผู้รับการปรึกษา เมตตา ให้อภัย อยากร่วมใจ ให้คิดแก้ปัญหาได้เอง
สติ สมาธิ โยนิโสมนสิการ อิทธิบาท ๔	เป็นคุณสมบัติของนักเรียน	มีสติ คิดเป็นเหตุเป็นผล
พุทธลีลาการสอน ๔	กระบวนการให้การปรึกษา	การปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง การปรึกษาในลักษณะการเป็นโค้ช
หลักภavana ๔	การประเมินผลการปรึกษา	วัดผลการเรียน พฤติกรรม และความสุข
หลักไตรสิกขา หลักไตรลักษณ์	หลักธรรมสำคัญที่ทำให้เกิดการพัฒนายั่งยืน	พัฒนาผู้เรียนอย่างต่อเนื่อง ยั่งยืน

จากผลตามตารางทั้ง ๒ ข้างต้นนั้น ได้นำข้อมูลทั้งหมด ร่วมกับเทคนิคการให้การปรึกษาแบบผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลางของ Carl Ransom Rogers ทั้งหมด ๗ ขั้นตอน และพุทธลีลาการสอน ๔ มาสังเคราะห์เป็นเทคนิคการให้การปรึกษาแก่นักเรียนได้ ๙ ชั้นคือ ๑) สะกิดใจ ๒) ให้ความคุ้นเคย ๓) ละเลยจุดบกพร่อง ๔) ลองเอาทุกข์เขามาใส่ใจเรา ๕) บอกเล่าให้ความรู้สึก ๖) ผูกใจให้แก่อีก ๗) แสวงหาแนวทาง ๘) ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ ๙) พึ่งตนได้อย่างยั่งยืน เพื่อสู่การพัฒนาให้นักเรียนรอบด้าน

คือเข้าใจตนเอง สังคมและสิ่งแวดล้อมตามความเป็นจริง แก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง และปรับตัวอยู่ในสังคม สิ่งแวดล้อมได้อย่างมีความสุข โดยสรุปเป็นขั้นตอนการให้การศึกษ สร้างเป็นรูปแบบ การบูรณาการหลักพุทธธรรมในการให้การศึกษแก่นักเรียนเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน ซึ่งประกอบด้วยรายละเอียดดังนี้

รูปแบบการบูรณาการหลักพุทธธรรมในการให้การศึกษแก่นักเรียนเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน

### ขั้นตอนที่ ๑ การเตรียมการก่อนให้การศึกษ ประกอบด้วย

๑) การให้ความรู้และการฝึกอบรมครูผู้ให้การศึกษทราบ และสามารถนำเทคนิคในการให้การศึกษที่ได้จากการบูรณาการ ๙ ขั้นไปใช้ในการให้การศึกษแก่นักเรียน

๒) การฝึกอบรมธรรมปฏิบัติ ไตรสิกขา ให้แก่ครูที่ปรึกษา และนักเรียน เพื่อเตรียมความพร้อมของผู้รับการศึกษ ให้มีคุณสมบัติที่เป็นกัลยาณมิตร และ พรหมวิหาร ๔ และนักเรียนให้มีระเบียบ วินัย มีจิตใจอ่อนโยนในการรับฟังคำแนะนำ และฝึกให้รู้จักคิดที่ถูกต้อง ตามหลักโยนิโสมนสิการ

### ขั้นตอนที่ ๒ การดำเนินการให้การศึกษ

การดำเนินการให้การศึกษแก่นักเรียน โดยมีหลักการคือ ใช้ให้สอดคล้องกับหลักไตรสิกขา คือ เน้นให้นักเรียนมี ระเบียบ วินัยในตนเอง (หลักของศีล) มีสุขภาวะทางจิต (หลักของสมาธิ) และสุขภาวะทางปัญญา มีความฉลาดในการคิด คิดถูกหลักและคิดเป็น

วิธีการให้การศึกษ ครูที่ปรึกษาใช้เทคนิคการศึกษ ๙ ขั้นกับนักเรียน ตามที่ได้รับความรู้การอบรม มาตามความเหมาะสมของปัญหาและความพร้อมของนักเรียน ซึ่งมีหลักการปฏิบัติ เพื่อความสะดวกในการจำและเข้าใจ ได้ดังนี้

- ๑) สะกิดใจ หมายถึง วิธีการพูด การถาม เพื่อกระตุ้นให้เกิดสติ ความคิด และความสนใจ
- ๒) ให้ความคุ้นเคย หมายถึง การสร้างสัมพันธ์ภาพ และมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกับนักเรียน
- ๓) ละเลยจุดบกพร่อง หมายถึง การยอมรับนักเรียนอย่างไม่มีเงื่อนไข การสร้างความรู้สึกรับรอง ปลอดภัย และยอมรับนักเรียนอย่างแท้จริง
- ๔) ลองเอาทุกข์เข้ามาใส่ใจเรา หมายถึง ให้ความเห็นอกเห็นใจ ในความทุกข์ของนักเรียน
- ๕) บอกเล่าให้รู้สึก หมายถึง การสะท้อนความรู้สึกนึกคิด ให้นักเรียนเห็นตนเอง หรือพูดซ้ำโดยสรุปประโยคที่นักเรียนพูด เพื่อให้นักเรียนเข้าใจตนเอง
- ๖) ฝึกจิตให้แก้กลัวกลัว หมายถึง สร้างกำลังใจให้เข้มแข็ง ปลุกจิตใจให้เกิดความกระตือรือร้น อดสาหัสกล้าสู้งาน สู้ปัญหา มั่นใจว่าจะแก้ปัญหาได้สำเร็จ
- ๗) แสวงหาแนวทาง หมายถึง การร่วมกันคิด วิธีปฏิบัติในการแก้ปัญหา แก้ทุกข์ที่เกิดขึ้นอย่างเป็นรูปธรรม

๘) ปฏิบัติอย่างเลื่อมใส หมายถึง การนำข้อปฏิบัติหรือข้อตกลงที่ช่วยกันคิดแล้ว ไปปฏิบัติด้วยความเต็มใจ เต็มกำลังเพื่อแก้ไขปัญหา หรือแก้ทุกซ์ได้

๙) ฟังตนได้อย่างยั่งยืน หมายถึง การนำวิธีการแก้ปัญหา แก้ทุกซ์ที่เกิดขึ้น ไปปฏิบัติอย่างต่อเนื่องจนเป็นนิสัย ทำให้สามารถแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง ไม่ต้องมาขอรับการปรึกษาในปัญหาเดิมอีก

### ขั้นตอนที่ ๓ การวัดผลการให้การปรึกษา ใช้หลักภาวะ ๔ ดังนี้

๑) ภาวะกาย คือ มีพัฒนาการทางกายที่ดีขึ้น มีพฤติกรรมทางกาย วาจาเรียบร้อยและรู้จักใช้ปัจจัย ๔ อย่างคุ้มค่า รู้คุณค่าแท้

๒) ภาวะศีล คือ มีพัฒนาการทางสังคมที่ดีขึ้น ปรับตัวอยู่ร่วมกับเพื่อน ครู ผู้ปกครอง สังคม และสิ่งแวดล้อมได้อย่างเกื้อกูล เป็นประโยชน์ และมีสัมมาอาชีพ

๓) ภาวะจิต คือ มีพัฒนาการทางจิตใจที่ดีขึ้น ทั้ง ๓ ด้าน คือ ด้านคุณธรรม (คุณภาพจิต), ด้านความสามารถของจิต (สมรรถภาพจิต) และด้านสุขภาพที่ดีของจิต (สุขภาพจิต)

๔) ภาวะปัญญา คือ มีพัฒนาการทางปัญญาที่ดีขึ้น มีปัญญา หรือ ความรู้ ความเข้าใจทางวิชาการ มีการรับรู้ตามความเป็นจริง มีการคิดความเชื่อที่ถูกต้อง เหมาะสม รู้จักเข้าใจโลกและชีวิตตามเป็นจริง รู้วิธีแก้ไขปัญหา และสร้างสรรค์ พัฒนาตน และมีปัญญาที่รู้เท่าทัน ธรรมชาติของสังขารและถึงขั้นที่ทำให้จิตใจเป็นอิสระหลุดพ้นจากความทุกข์โดยสมบูรณ์

เมื่อมีการนำรูปแบบที่นำเสนอไปใช้ในการให้การปรึกษา จะช่วยทำให้ครูผู้ให้การปรึกษา มีความสามารถ ช่วยเหลือ แนะนำแก้ไขปัญหานักเรียนผู้รับการปรึกษาได้ ซึ่งจะเป็นการแก้ปัญหาได้อย่างยั่งยืน

๑) หลักการให้การปรึกษาที่เน้นผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง เป็นหลักปฏิบัตินิยม คือ ให้ผู้รับการปรึกษา ได้รับประโยชน์สูงสุด มีเป้าหมายเพื่อผู้รับการปรึกษาที่มีความเข้าใจ ยอมรับ ตนเอง และสามารถคิดแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง

๒) แนวทางการให้การปรึกษาเพื่อการแก้ปัญหของผู้เข้ารับการศึกษา กล่าวคือ สามารถมองเห็น เข้าใจ และยอมรับปัญหาที่เกิดขึ้นของตนเอง สามารถสืบสาว มองเห็น สาเหตุของปัญหา ไม่ว่าจะด้วยการชี้แนะจากผู้ให้การปรึกษา หรือจากผู้รับการปรึกษาค้นพบได้เอง มองเห็นภาพของตนเองได้ว่า เมื่อแก้ปัญหาแล้วจะมีความรู้สึก หรือมีความสุขอย่างไร และ ทราบหรือค้นหาแนวทางในการปฏิบัติตนเพื่อการแก้ปัญหของตนเอง

๓) กระบวนการให้การปรึกษา โดยใช้หลักไตรสิกขา คือ ในการให้การปรึกษานั้น จะเน้นให้ผู้รับการปรึกษา มีระเบียบวินัย (หลักการของศีล) มีสุขภาพทางจิตใจ (หลักการของสมาธิ) และมี สุขภาวะปัญญา มีความฉลาดและคิดเป็น

## อภิปรายผล

จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีตามหลักจิตวิทยาในการให้การศึกษแก่นักเรียน ควรใช้ การศึกษาแบบผู้รับการศึกษาเป็นศูนย์กลาง ซึ่งเป็นทฤษฎีที่สามารถแก้ปัญหาด้านการเรียนการสอน ที่ยังไม่ประสบผลสำเร็จของโรงเรียนบรรพตพิสัยพิทยาคม และสอดคล้องกับ ปัญหาที่พบว่า ครูขาดความรู้และทักษะในการให้การปรึกษา และครูส่วนใหญ่มีอคติต่อนักเรียนกลุ่มที่มีปัญหา<sup>๑๒, ๑๓</sup> ข้อมูลเชิงทฤษฎีจากการศึกษาแนะแนวทางจิตวิทยาทางการปรึกษา และข้อมูลทางพระพุทธศาสนา จะมีกระบวนการและรายละเอียด ทั้งหลักการเหตุผล วัตถุประสงค์ และวิธีการในกระบวนการให้การปรึกษา ซึ่งรวมถึงคุณสมบัติของผู้ให้การปรึกษา ทศนคติของผู้รับการศึกษา เป็นไปในทิศทางเดียวกัน สามารถ บูรณาการเข้ากันได้ ส่วนข้อมูลจากสภาพความเป็นจริง ทั้งจากผู้รับการศึกษา คือ นักเรียน และจากผู้รับผิดชอบในการให้การปรึกษาโดยตรง ก็สะท้อนถึง หลักการเหตุผล เป้าหมาย และวิธีการนำไปใช้ในทิศทางเดียวกัน ทั้งสภาพปัญหา อุปสรรค และแนวทางแก้ไข สามารถนำหลักพุทธธรรมไปบูรณาการได้ดี แนวทางการ บูรณาการหลักพุทธธรรมในการให้การศึกษแก่นักเรียนเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน ทั้งส่วนหลักการ เหตุผล เป้าหมาย และวิธีการปรึกษา มีดังต่อไปนี้

๑) หลักการและเหตุผล การให้การปรึกษา คือ การช่วยเหลือให้ผู้รับการปรึกษาคิดเป็น และตัดสินใจ แก้ไขปัญหาของตนเองได้ โครงสร้างของตัวตน ได้รับการผ่อนคลาย จากสัมพันธภาพที่เหมาะสมในการให้การปรึกษา ถูกนำมารับรู้ ผสมผสานกับการรู้จักตนเองในแนวทางใหม่ที่ถูกต้อง หลักการในทางพระพุทธศาสนาก็เช่นเดียวกัน คือ เน้นการพึ่งตนเอง โดยเริ่มต้นจากความต้องการที่จะแก้ไขปัญหา และพัฒนาตนเองเพื่อความสำเร็จ ตามหลักอิทธิบาท ๔ ด้วยความช่วยเหลือจากผู้ให้การปรึกษาที่เหมาะสม มีคุณสมบัติ และมีคุณธรรมที่เหมาะสม ทั้งในส่วนความเข้าใจในหลักการให้การปรึกษา เข้าใจกระบวนการตามหลักไตรสิกขา และเข้าใจสภาพความเป็นจริง ปฏิบัติได้อย่างสอดคล้องกับความจริง ตามหลักธรรม โดยใช้หลักสัมพันธภาพอันดี เพื่อช่วยให้ผู้มีปัญหาพึ่งตนเองได้

การบูรณาการตามหลักการและเหตุผลในการในการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา คือ การช่วยเหลือให้คิดเป็นและตัดสินใจแก้ปัญหาได้ด้วย วิธีแห่งปัญญา ตามหลักการของพระพุทธศาสนา ที่ไม่เป็นศาสนาแห่งการบวงสรวงอ้อนวอน โดยพระพุทธองค์ทรงยืนยันว่า “พระองค์เป็นเพื่อนผู้บอก หรือผู้ชี้ทางพันทุกซ์”<sup>๑๔</sup> การพันทุกซ์ต้องกระทำด้วยตนเอง แต่ต้องการการช่วยเหลือในเบื้องต้น คือ ในฐานะกัลยาณมิตร ที่ช่วยเหลือเป็นที่พึ่งอย่างมีกัลยาณมิตร และพรหมวิหาร ๔

<sup>๑๒</sup> สัมภาษณ์ ปรานอม พิกุลทอง, อาจารย์ โรงเรียนบรรพตพิสัยพิทยาคม, ๒๑ ตุลาคม ๒๕๕๙

<sup>๑๓</sup> สัมภาษณ์ อัญชลี บุญยังอนันต์, อาจารย์ โรงเรียนบรรพตพิสัยพิทยาคม, ๒๑ ตุลาคม ๒๕๕๙

<sup>๑๔</sup> พระพุทธองค์ทรงชี้ทางผิด คือ มิจฉามรรค มืองค์ ๘ ว่าเป็นทางไม่สะดวก และทรงชี้ทางถูก คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ ว่าเป็นทางที่ปลอดภัย มีความสวัสดิ : ม.มู. (ไทย) ๑๒/๒๑๕/๒๒๔.

๒) เป้าหมายของการให้การปรึกษา จะแตกต่างกันไปตามความจำเป็น และปัญหาของนักเรียน ซึ่งสอดคล้องกับขั้นของพัฒนาการ และวุฒิภาวะของผู้รับการปรึกษา ตามลำดับแห่งขั้นพัฒนาการ หรือที่เรียกว่า ตามอุปนิสัย สอดคล้องตามลำดับธรรม คือ ภาวนา ๔ เมื่อพัฒนาการของผู้รับการปรึกษาก้าวหน้าไป ทั้งเป้าหมายและวิธีการในการให้การปรึกษาก็สอดคล้องการพัฒนาตามไปด้วย จนบรรลุถึงเป้าหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา คือ ผู้รับการปรึกษาเข้าถึงปัญญาที่สมบูรณ์ ในแง่ของจิตวิทยาการให้การปรึกษา คือ ผู้รับการปรึกษามีศักยภาพในการคิดแก้ปัญหาและตัดสินใจ และลงมือแก้ไขปัญหาได้ด้วยตนเอง ผู้การเริ่มเปิดเผยเรื่องราวและปัญหาต่างๆ มากขึ้น กล่าวพูด กล่าวเปิดเผยเรื่องราว รวมถึงปัญหาของตนได้อย่างวางใจ ซึ่งจะนำไปสู่การที่ผู้รับการปรึกษาได้รู้จัก ยอมรับกับปัญหาความรู้สึกรู้สึกของตนและร่วมมือกับผู้ให้การปรึกษาได้อย่างเป็นกัลยาณมิตร ร่วมมือกับผู้ให้การปรึกษาได้อย่างเป็นกัลยาณมิตร

๓) วิธีการให้การปรึกษา หัวใจสำคัญในจิตวิทยาการให้การปรึกษา คือการที่ผู้ให้การปรึกษาเข้าใจความแตกต่างระหว่างบุคคล (Individual Differences) และวิธีการที่แตกต่างกัน แม้ในบุคคลคนเดียวก็ตาม สภาพปัญหาที่มีความแตกต่าง สาเหตุแห่งปัญหาเดียวกันก็อาจมีเหตุปัจจัยที่แตกต่างกัน ในทางพระพุทธศาสนา ชุดหลักธรรมทั้งส่วนที่เป็นคุณสมบัติของผู้รับการปรึกษา ก็แสดงถึงความเปลี่ยนแปลงและแตกต่าง เช่น มีพัฒนาการ หรือ มีความก้าวหน้าทางกาย สังคม อารมณ์ และการรู้คิด ตามหลักภาวนา ๔ เป็นความก้าวหน้าไปตามมรรคมีองค์ ๘ ตั้งแต่กัลยาณมิตร การรู้จักคิดหรือทำในใจให้แยกกาย อันเป็นรุ่งอรุณแห่งมรรค หรือชีวิตอันประเสริฐ จนถึงสัมมาสมาธิ และสัมมาปัญญา หรือแม้แต่พัฒนาการไปตามวินัย ศีล สมาธิ และปัญญา ล้วนแต่ต้องการหลักธรรม และวิธีที่นำสู่ความก้าวหน้าไปตามลำดับ ที่เรียกว่าอนุปุปพิกกถา

ดังนั้น วิธีการในการให้การปรึกษาจึงขึ้นอยู่กับอุปนิสัย หรือความพร้อมและพัฒนาการของบุคคล ซึ่งสอดคล้องกับพระจริยวัตรของพระพุทธองค์หลังตรัสรู้ และเสวยวิมุตติสุข ทรงเห็นถึงความพิเศษของพระสัทธรรม เมื่อจะตัดสินใจประกาศพระศาสนา พระองค์ทรงปรารถนาถึงความแตกต่างในอุปนิสัยของชาวโลก แบ่งเป็นบุคคล ๔ จำพวก ได้แก่ อุกกมัตถัญญู (ผู้เข้าใจได้ฉับพลัน) วิปจิตัญญู (ผู้เข้าใจต่อเมื่อขยายความ) เนยยยะ (ผู้ที่พอจะแนะนำได้) และปทปรมะ๕ (ผู้ที่สอนให้รู้ได้เพียงตัวบท คี พยัญชนะ) ซึ่งพระองค์จะทรงประทานการให้การปรึกษาเพื่อให้พ้นทุกข์<sup>๑๕</sup> และตลอดพระชนม์ชีพของพระองค์ พันธกิจแรกที่ทรงมีพระจริยวัตร คือ การตรวจดูอุปนิสัยของสัตว์โลกในรุ่งอรุณ เพื่อที่ใช้วิธีการและหลักธรรมที่เหมาะสมกับแต่ละบุคคล

<sup>๑๕</sup> อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๓๓/๒๐๒.

## สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาด้านเอกสาร การใช้แบบสอบถามศึกษาสภาพปัญหา การสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ และการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิกลุ่มเฉพาะ จึงได้นำหลักการในการให้การปรึกษาโดยมีผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลาง ตามหลักจิตวิทยานำมาบูรณาการกับหลักพุทธธรรม ซึ่งหลักธรรมสำคัญที่นำมาสร้างรูปแบบนี้สำหรับเป็นกระบวนการให้การปรึกษา คือ หลักไตรสิกขา และหลักธรรมที่เป็นคุณสมบัติของผู้ให้การปรึกษาคือ กัลยาณมิตร ได้แก่ ปิโย (น่ารัก), ครุ (น่าเคารพ), ภาวนีโย (น่าเทิดทูน), วัตตัจจะ (ฉลาดปราศอนให้ได้ผล), วจนักขโม (อดทนต่อถ้อยคำของคนรอบข้าง), คัมภีร์ญจะ กะถัง กัตตา (สามารถแลกเปลี่ยนที่ลึกล้ำ) และ โน จัญฐาเน นินโยชะเย (ไม่ชักนำไปในทางเสื่อม) และหลักพรหมวิหาร ๔ หมายถึง ธรรมเครื่องอยู่ของผู้ใหญ่ ผู้ไม่มัวหมองในศีล ในธรรมได้แก่ เมตตา (เป็นความปรารถนาให้ผู้อื่นได้รับสุข), กรุณา (เป็นความปรารถนาให้ผู้อื่นพ้นทุกข์), มุทิตา (เป็นความยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี), และอุเบกขา (เป็นการรู้จักวางเฉย)

รูปแบบการบูรณาการพุทธธรรมในการให้การศึกษแก่นักเรียนเพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน ได้แสดงไว้ในลักษณะของขั้นตอนของกระบวนการให้การปรึกษา ดังนี้

๑. ขั้นตอนเตรียมการก่อนให้การปรึกษา แบ่งเป็น ๑) อบรมเทคนิคการปรึกษา ๙ ขั้นแก่ครูที่ปรึกษา ให้มีความสามารถในการใช้เทคนิคการให้การปรึกษแก่นักเรียน และ ๒) ฝึกธรรมะปฏิบัติ ไตรสิกขา เพื่อให้ครูที่ปรึกษาและนักเรียนมีคุณธรรมมีความพร้อมในการให้การปรึกษา และรับการปรึกษา

๒. ขั้นตอนการดำเนินการ ให้การปรึกษา แบ่งเป็น ๒ ช่วง คือ ๑) หลักการ ใช้เทคนิคการให้การปรึกษา ๙ ขั้น ใช้ให้สอดคล้องกับหลักไตรสิกขา ๒) การใช้กระบวนการให้การปรึกษา ๙ ขั้นตอน คือ สะกิดใจ, ให้ความคุ้นเคย, ละเลยจุดบกพร่อง, ลองเอาทุกข์เขามาใส่ใจเรา, บอกเล่าให้ความรู้สึก, ฝึกจิตให้แก้กลัวกลัว, แสวงหาแนวทาง, ปฏิบัติอย่างเต็มที่ และฟังตนได้อย่างยั่งยืน ให้เหมาะสมกับปัญหา และความพร้อมของนักเรียน

๓. ขั้นตอนประเมินผล โดยใช้สังเกต พฤติกรรมของนักเรียน การเข้าสังคม สุขภาวะทางจิต และกระบวนการคิด ตามหลักภาวนา ๔ ได้แก่ กายภาวนา ศีลภาวนา จิตภาวนา และปัญญาภาวนา

## บรรณานุกรม

- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). **พัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยจิตวิทยาแบบยั่งยืน**. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๓.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). **พุทธธรรม (ฉบับปรับขยาย)**. พิมพ์ครั้งที่ ๓๘. กรุงเทพมหานคร : ผลิธัมม์, ๒๕๓๘.
- \_\_\_\_\_. **ธรรมบุญชีวิต พุทธจริยธรรมเพื่อชีวิตที่ดีงาม**. พิมพ์ครั้งที่ ๘๐. กรุงเทพมหานคร : บริษัทพิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๔๐.
- \_\_\_\_\_. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๓. กรุงเทพมหานคร: เอส.อาร์.พรินต์ติ้งแมสโปรดักส์, ๒๕๔๘.
- \_\_\_\_\_. **สู่การศึกษาแนวพุทธ**. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๘.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). “หัวใจพระพุทธศาสนา”, **พุทธจักร**, ปีที่ ๖๑ ฉบับที่ ๕ (พฤษภาคม ๒๕๕๐) : ๗.
- มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, ๒๕๓๙.
- มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราชา. **เอกสารการสอนชุดวิชา เทคนิคการปรึกษาเบื้องต้น**. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราชา, ๒๕๔๑.
- สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒโน). **พรหมวิหาร ๔**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ห้องภาพสุวรรณ, ๒๕๒๗.
- C.T. Morgan, et.al, **Introduction to Psychology**. New York: McGraw- Hill International, 1994.
- Howard, G.S. Culture Tales, “A Narrative Approach to Thinking, Cross Cultural Psychology, and Psychotherapy”, **American Psychologist**, 46(3), 1991: 187-197.