

กรรมศรัทธา: การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนในจังหวัดพัทลุง
Kammasshrattha: The Behavioral Change of People
in Phatthalung Province

Received 15 September 2022

พระสมุห์อุทัย สันติสุขโข (สุขนาม)¹

Revised 18 November 2022

Phrasamuh Uthai Santisukho (Suknuam)²

Accepted 21 November 2022

กัณตภณ นูทองแก้ว³

Kantaphon Nuthongkaew⁴

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงคุณภาพนี้มีวัตถุประสงค์ คือ 1. เพื่อศึกษาแนวคิดทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม 2. เพื่อศึกษากรรมศรัทธาต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม 3. เพื่อบูรณาการกรรมศรัทธาต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และ 4. เพื่อนำเสนอองค์ความรู้เกี่ยวกับกรรมศรัทธา: การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนในจังหวัดพัทลุง ผู้ให้ข้อมูลเป็นผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 15 รูป/คน ใช้การเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้เป็นการสัมภาษณ์เชิงลึกและการทำเสวนากลุ่ม นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ สังเคราะห์ นำเสนอองค์ความรู้ในรูปแบบของโมเดล

¹ นักศึกษาปริญญาเอก, คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช ประเทศไทย
E-mail: uthaisu123@gmail.com

² Ph.D. candidate, Faculty of Social Sciences, Mahamakut Buddhist University, Nakhon Si Thammarat, Thailand.

³ รองศาสตราจารย์ ดร., อาจารย์ประจำคณะสังคมศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย นครศรีธรรมราช ประเทศไทย E-mail: kantaphon_27@hotmail.com

⁴ Associate Professor Dr., Lecturer of Faculty of Social Sciences, Mahamakut Buddhist University, Nakhon Si Thammarat, Thailand.

ผลการวิจัยพบว่า: แนวคิดทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เป็นความพยายามที่จะเปลี่ยนแปลงความนึกคิดและพฤติกรรมเพื่อจัดการต่อสิ่งเร้า โดยใช้กลวิธีที่มีจุดมุ่งหมาย เพื่อตอบสนองปัจจัยด้านร่างกาย วาจา จิตใจ และสังคม ด้วยการใช้สติปัญญาในการประเมิน การควบคุมอารมณ์ มุ่งแก้ไข ปัญหาและมุ่งแก้ไขอารมณ์ ด้วยการใช้ทักษะการรับรู้ การตรวจสอบและการจัดการอย่างเป็นระบบที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยอาศัย หลักธรรมเกี่ยวกับกรรมศรัทธา ที่สอนให้ประชาชนเชื่อในเรื่องกฎแห่ง การกระทำดำเนินชีวิตด้วยสติ ให้เกิดการพัฒนาปัญญา มีสติคิดรอบด้านที่สามารถแก้ไขปัญหามาตามเหตุและผล ซึ่งหลักธรรมที่นำมาบูรณาการ คือ หลัก ของกรรม 12 (หลักการกระทำตามเหตุปัจจัย การรับรู้สู่การปฏิบัติ) หลักสติ ปัญฐาน (คิดอย่างมีระบบ) หลักไตรสิกขา (การรับรู้สู่พัฒนา) หลักภavana (การปรับตัว) เพื่อให้ประชาชน เห็นชอบ ยอมรับ ตระหนักรู้ นำสู่การเรียนรู้ การปรับตัวและการปฏิบัติด้วยสติ รู้เท่าทันสถานการณ์ ส่งผลให้ประชาชน ดำรงชีวิตได้อย่างสมดุล องค์ความรู้ที่ได้ คือ “SATTHA Model” ประกอบด้วย S = Surrounding, A = Adapt, T = Thinking, T= Training, H = Head to hand, A = Attitude

คำสำคัญ: กรรมศรัทธา, การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม, พฤติกรรม

Abstract

The objectives of this qualitative research are as follows: 1) To study the concept of behavioral change theory 2) To study Kammashrattha for behavioral change theory 3) To integrate Kammashrattha concept in behavioral change 4) To introduce knowledge of Kammashrattha: Changing the Behavior of People in Phatthalung Province. The key informants were 15 experts. The researcher used purposive sampling, in-depth interviews and focus

group discussion as methods to analyze and synthesize data to present the knowledge body in the form of a model.

The results showed that the concept of behavioral change theory attempts to change the mindset and behaviors to deal with stimuli, including physical, verbal, mental and social factors through purposeful strategies. It is necessary to use intelligence in assessment, and emotional control, and to apply cognitive skills and systematic inspection and management in solving problems and fixing emotions for behavioral change. In addition, the integration of the Kammashrattha concept into behavioral change theory is crucial because the former is able to develop wisdom, mindfulness and well-rounded people who are able to successfully solve problems according to cause and effect. Specifically, the Kammashrattha concept consists of the 12 principles of karma (the principle of action according to the factors of awareness in practice). For example, the principle of systematic thinking; the principle of Tri-Sikkha (self-development); the principle of Pawana (adaptation). These principles allow people to agree, accept, realize, learn, adapt and practice with mindfulness and awareness in each given situation. As a result, people can live a balanced life. The knowledge is, therefore, represented in the "SATTHA Model" composed of the six essential components of S = Surrounding, A- Adapt, T = Thinking, T- Training, H = Head to hand, and A = Attitude.

Keywords: Kammasshrattha, Behavior change, Behavior

บทนำ

ความเชื่อเป็นเรื่องพื้นฐานที่เกี่ยวข้องกับมนุษย์มาตั้งแต่สมัยอดีต ซึ่งมนุษย์ทุกคนไม่ว่าจะอยู่ในยุคใดสมัยใด ความเชื่อเป็นสิ่งที่แยกออกจากการดำเนินชีวิตประจำวันไม่ได้ โดยเฉพาะเรื่องของกฎแห่งกรรม เชื่อเรื่องผลของกรรมหรือการกระทำที่แต่ละคนได้ปฏิบัติลงไป เชื่อว่าสัตว์มีกรรม และเชื่อการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าเป็นที่ตั้งอยู่บนรากฐานแห่งปัญญา ผู้ที่มีความเชื่อตามคำสอนในพระพุทธศาสนา สามารถนำไปปฏิบัติในการดำเนินชีวิตได้ ดังนั้น คำสอนทางพระพุทธศาสนาจึงเป็นแนวทางของวิถีแห่งชีวิต อันเป็นระบบแห่งการดำเนินชีวิตที่เหมาะสมและสร้างสมดุลให้แก่ชีวิต หลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนามีหลักคำสอนที่ทุกคนมักได้ยินกันมาตั้งแต่สมัยเด็กๆ ที่ว่า “ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว” ทุกอย่างเกิดขึ้นตามผลของการกระทำของตนเอง ใครทำอะไรก็จะได้แบบนั้น” สิ่งเหล่านี้จึงถูกปลูกฝังเข้ามาในสมองจนมาถึงทุกวันนี้ ในสภาวะการดำรงชีวิตของประชาชนมักจะมีความเชื่อในหลากหลายรูปแบบ เช่น มีความเชื่อในพิธีกรรม มีความเชื่อในเรื่องกฎแห่งกรรม หรือมีความเชื่อในสิ่งสูงสุดของศาสนานั้นๆ ว่าสามารถปกป้องคุ้มครอง จากทุกข์โศกโรคภัยได้ และจะส่งเสริมให้ตนเองได้รับสิ่งที่ปรารถนา ความเชื่อเรื่องของการกระทำเป็นทั้งวิถีทาง และเป็นปัจจัยเสริมของชีวิต จะบอกชัดเจนว่า ต้องทำอะไรบ้าง อะไรถูก อะไรผิด ซึ่งถือเป็นต้นทางหนึ่งของพฤติกรรมของประชาชนที่จะดำเนินชีวิต โดยสิ่งที่ก่อให้เกิดการกระทำที่ดี หรือไม่ดีก็เป็นผลมาจากการกระทำ ถ้าทำดีก็มีผลเป็นความสุข ในทางตรงกันข้ามถ้าทำชั่วก็มีผลเป็นความทุกข์ ซึ่งผลของความเชื่อต่างๆ จะส่งผลให้เกิดพฤติกรรมที่แตกต่างกันเสมอ (พระสุพิทักษ์ โตเพ็ง, 2561)

การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของมนุษย์จะมีการผันแปรไปตามเหตุและปัจจัยที่เข้ามามีส่วนเกี่ยวข้อง ซึ่งในสภาพของสังคมไทยในยุคปัจจุบัน ประชาชนส่วนใหญ่จะมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองให้เหมาะสมกับสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละบุคคล เรื่องของความเชื่อเรื่องกรรมก็ส่งผลกับประชาชน

อย่างเห็นได้ชัดเจน จากเหตุผลที่ทำให้พฤติกรรมของประชาชนมีการเปลี่ยนแปลงไปมาก ทั้งด้านวัตถุ และด้านจิตใจ ก็คือเหตุอันเป็นผลสืบเนื่องมาจากการรับความเจริญ ความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ และเทคโนโลยีรวมทั้งการนำวัฒนธรรมของชาวตะวันตกเข้ามาอย่างขาดการกลั่นกรอง และไม่มีขีดจำกัด จึงทำให้วัตถุเจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว และเข้ามามีบทบาทต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ทั้งในด้านที่ดี และในด้านที่ไม่เหมาะสม (ชำนาญ วงศ์มีเดือน, 2562) ก่อให้เกิดผลเสียต่อสังคมมนุษย์ และส่งผลกระทบให้เกิดความเสื่อมถอย ขาดคุณธรรม ขาดจริยธรรม ไม่มีความเกรงกลัวต่อการทำชั่วมากยิ่งขึ้น โดยสิ่งที่เป็นจุดเริ่มต้นของการกระทำเหล่านั้นก็คือ ความเชื่อ ที่มีต่อสิ่งต่างๆ ที่เข้ามาจากการกระทำของแต่ละบุคคล ซึ่งความเชื่อนั้นก็คือ สภาพที่ทุกคนยึดเหนี่ยวกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างเหนียวแน่นด้วยความมั่นใจว่า เมื่อมีสิ่งนั้นอยู่ในชีวิตแล้วความสำเร็จ หรือความสุขก็จะเกิดขึ้นในชีวิต ความเชื่อจึงเป็นพลังสำคัญที่จะขับเคลื่อนชีวิตไปสู่ความสำเร็จ ในหน้าที่การงานหรือสิ่งที่ตั้งเป้าหมายไว้

จากเหตุการณ์ที่ได้รับจากการรายงานข่าวสาร บ้านเมือง ที่พบในสถานการณ์ปัจจุบันในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อของประชาชนในจังหวัดพัทลุง พบว่ามีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากมาย ซึ่งจะพบได้จากข่าวสารที่อยู่ในหน้าหนังสือพิมพ์ หรือโลกโซเซียล (se-ed ข่าวออนไลน์, 2564) ที่พบว่า การกระทำของประชาชนล้วนมาจากความเชื่อเรื่องกรรม ซึ่งมีทั้งในแง่บวกและแง่ลบ มีทั้งที่เป็นทั้งผลดีและผลลบ จากพฤติกรรมที่แสดงออกมา โดยเหตุการณ์ด้านพฤติกรรมที่มาจากผลของการกระทำของประชาชนในจังหวัดพัทลุงที่พบปัญหา นั้นก็คือ ปัญหาด้านอาชญากรรม บ่อนการพนัน การลักขโมย การค้ายาเสพติด การขาดกตัญญูตเวที ที่เกิดจากความไม่เชื่อกฎแห่งกรรม สิ่งเหล่านี้เป็นปัญหาที่พบได้อยู่เป็นประจำจากเหตุผลที่ว่า ชาวพัทลุงมีวิถีชีวิตที่เรียบง่าย และขาดการอบรมสั่งสอนที่เป็นเชิงประจักษ์ ทำมาหากินแบบหาเช้ากินค่ำ ไม่มีการมานั่งฟังการอบรมสั่งสอนที่สอนถึงเรื่องของการประพฤติปฏิบัติตนในการสร้างคุณธรรมให้แก่ตนเองมากกว่าการหารายได้เลี้ยงชีพในแต่ละวัน และที่

สำคัญคือการขาดความรู้ความเข้าใจในเรื่องของกฎแห่งกรรม ซึ่งเป็นความเชื่อที่ประกอบด้วยแนวคิดของเรื่องกรรมที่นับว่ามีความสำคัญที่สุดในเรื่องหนึ่งของการประพฤติปฏิบัติตัวให้เป็นคนดีของสังคม ซึ่งที่กล่าวมาสอดคล้องกับข้อมูลงานวิจัยเรื่อง “ความเชื่อเรื่องกรรมและการให้ผลของกรรม ตามหลักคำสอนในพระพุทธศาสนาเถรวาท” (จำเรียง กำเหนิดโทน, 2560) ที่กล่าวว่า หากมนุษย์เราเข้าใจในเรื่องของกฎแห่งกรรมหรือกฎแห่งการกระทำ การสร้างคน สร้างตน สร้างงาน สร้างสังคมก็จะเกิดผลในทางบวก

การสร้างสังคมที่สงบสุข คนในสังคมมีสุขภาวะที่ดี มีสมดุลของชีวิต สิ่งให้เห็นฐานรากให้เกิตต้นน้ำของการสร้างสรรค์ นั่นก็คือ การที่ประชาชนมีพฤติกรรมด้าน กาย วาจา ใจ ที่ดี ซึ่งกล่าวได้ว่าการกระทำของมนุษย์นั้นเป็นสิ่งสำคัญ หากมนุษย์มีการกระทำที่ดีเหมาะสมกับภาวะการณ์ของโลกที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีก็จะส่งผลให้ตนเอง ครอบครัว ชุมชนสังคมเกิดความสงบสุข ดังนั้น การกระทำที่ดีที่เหมาะสมจึงเป็นจุดเริ่มต้นที่สำคัญของการจะดำเนินชีวิตของมนุษย์ ซึ่งการกระทำที่จะให้เกิดพฤติกรรมที่เหมาะสมที่ว่านั่นก็คือ ความเชื่อกรรม เชื่อเรื่องกฎแห่งกรรม เชื่อว่ากรรมมีอยู่จริง เชื่อว่าผลที่แต่ละบุคคลต้องการที่จะก้าวไปสู่เป้าหมาย จะตอบสนองได้ด้วยการกระทำของแต่ละบุคคลนั่นเอง ด้วยเหตุผลดังกล่าว พฤติกรรมที่แสดงออกของคนในสังคมจึงเป็นผลสะท้อนถึงการปรับพฤติกรรม การนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนามาใช้สำหรับการเรียนรู้เพื่อเปลี่ยนแปลงแก้ไขพฤติกรรม โดยมีกระบวนการพัฒนาพฤติกรรมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และด้านปัญญา ผนวกหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้าไปบริหารจัดการ ก็จะส่งผลให้ประชาชนเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตนเองได้ และยังส่งผลสู่ปลายน้ำที่มุ่งเป้าเพื่อสังคมสันติสุข จากข้อมูลที่กล่าวมาข้างต้นทำให้เห็นความสำคัญในเรื่องของความเชื่อ ความศรัทธาในเรื่องของการกระทำ เพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชน ที่มีผลต่อวิถีการดำเนินชีวิตและปัจจัยแวดล้อมรอบด้าน ผู้วิจัย

จึงได้จัดทำงานวิจัยเรื่อง “กรรมศรัทธา: การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนในจังหวัดพัทลุง” ขึ้น

วิธีการศึกษา

งานวิจัยฉบับนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) ผู้วิจัยได้กำหนดระเบียบวิธีการวิจัยสำหรับการดำเนินงานเป็นลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. กลุ่มเป้าหมาย คือ กลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิที่เกี่ยวข้องกับกรรมศรัทธา: การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนในจังหวัดพัทลุง จำนวน 15 รูป/คน เป็นรูปแบบเจาะจงบุคคลที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยโดยเป็นพระภิกษุจำนวน 8 รูป เป็นฆราวาส จำนวน 7 คน ซึ่งประกอบด้วยผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านพระพุทธศาสนา ผู้ทรงคุณวุฒิด้านจิตวิทยาสังคมเกี่ยวกับพฤติกรรมของประชาชนกลุ่มผู้นำทางศาสนาและความเชื่อ และกลุ่มตัวแทนภาคประชาชนในพื้นที่ ใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) จำนวน 8 รูป/คน และมี

การดำเนินการจัดทำเสวนากลุ่ม (Focus group discussion) จำนวน 7 รูป/คน ซึ่งผู้ทรงคุณวุฒิที่คัดเลือกแบบเจาะจง เป็นผู้รอบรู้ ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีประสบการณ์ในประเด็นที่สัมภาษณ์ และเป็นบุคคลที่รู้รายละเอียดในประเด็นที่สัมภาษณ์ สามารถให้รายละเอียดข้อมูลที่เป็นข้อเท็จจริง คือ เป็น Key informants เพื่อรวบรวมข้อเท็จจริงให้ได้อย่างลึกซึ้ง เพื่อสนับสนุนข้อมูลให้มีความน่าเชื่อถือ

2. การสร้างเครื่องมือวิจัย ในงานวิจัยฉบับนี้ผู้วิจัยใช้เป็นแบบสัมภาษณ์ ซึ่งเป็นแบบมีโครงสร้าง (Structural In-dept interview) เป็นการสัมภาษณ์โดยใช้คำถามปลายเปิด เพื่อให้ผู้ถูกสัมภาษณ์ที่เป็นบุคคลกลุ่มเป้าหมายสามารถแสดงความคิดได้อย่างอิสระ ซึ่งประเด็นของคำถามที่สัมภาษณ์ มีลักษณะคำถามกว้างๆ และมีความยืดหยุ่นสูง โดยแบบสัมภาษณ์สร้างมาจากการวิเคราะห์ สังเคราะห์เนื้อหาจากเอกสารวิชาการ หนังสือ งานวิจัยต่างๆ รวมถึง

หลักธรรมจากพระไตรปิฎกและอรรถกถา ให้ตรงประเด็นกับเนื้อหาตามวัตถุประสงค์เพื่อที่จะนำมาบูรณาการองค์ความรู้สำหรับงานวิจัย

3. การทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ งานวิจัยฉบับนี้มีการควบคุมคุณภาพเครื่องมือด้วยการตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือสัมภาษณ์ โดยนำเครื่องมือสัมภาษณ์ไปให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 รูป/คน ตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) ของข้อคำถามภาคสนามตามระเบียบวิธีวิจัย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความแม่นยำและมีความน่าเชื่อถือได้มากที่สุด หลังจากนั้นส่งแบบสัมภาษณ์เพื่อขอรับการพิจารณารับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

4. กระบวนการเก็บข้อมูล งานวิจัยฉบับนี้มีขั้นตอนของการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ หลังจากได้รับใบรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ผู้วิจัยได้จัดทำหนังสือขออนุญาตในการสัมภาษณ์จากทางมหาวิทยาลัย เพื่อติดต่อขออนุญาตสัมภาษณ์ และไปสัมภาษณ์ตามวันและเวลาที่ผู้ทรงคุณวุฒิสะดวกให้การสัมภาษณ์ โดยลักษณะการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์เชิงลึกตามแบบสัมภาษณ์ที่ผ่านการตรวจสอบเครื่องมือจากผู้เชี่ยวชาญซึ่งตรงตามประเด็นของวัตถุประสงค์การวิจัย หลังจากนั้นผู้วิจัยนำบทสัมภาษณ์มาเขียนวิเคราะห์ข้อมูล เมื่อได้ผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้วิจัยได้สร้างแนวทางการจัดการความเครียดซึ่งได้มาจากผลการสัมภาษณ์เชิงลึกแล้วนำมาดำเนินการจัดทำเสวนากลุ่ม (Focus group discussion) เพื่อยืนยันข้อเท็จจริงให้ถูกต้องและสามารถใช้ข้อมูลหรือองค์ความรู้ที่ได้มาให้เกิดประโยชน์มากที่สุด

5. การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการสำรวจเอกสารข้อมูลปฐมภูมิและข้อมูลภาคสนามที่ได้มาจากการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) และการจัดทำเสวนากลุ่ม (Focus group discussion) มาวิเคราะห์สังเคราะห์ โดยนำเสนอผลงานการวิจัยตามลำดับขั้นตอนด้วยวิธีการบรรยายในรูปแบบเชิงคุณภาพตามความเหมาะสมแก่เนื้อหาและตอบโจทย์วัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ หลังจากนั้นก็ดำเนินการเรียบเรียงและนำเสนอการบูรณาการองค์ความรู้

เกี่ยวกับ “กรรมศรัทธา: การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนในจังหวัดพัทลุง (Model) ซึ่งวิธีการวิเคราะห์ข้อมูลใช้รูปแบบ Thematic analysis

ผลการวิจัย

ในการศึกษางานวิจัยฉบับนี้ ข้อมูลจากการทำวิจัยทุกขั้นตอนเป็นการดำเนินการตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย และดำเนินการให้สอดคล้องกับกรอบแนวคิดการวิจัยที่ได้กำหนดไว้ เพื่อให้ทราบข้อเท็จจริงในแต่ละประเด็น แล้วนำมาวิเคราะห์และสังเคราะห์เพื่อนำเสนอองค์ความรู้เกี่ยวกับ “กรรมศรัทธา: การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนในจังหวัดพัทลุง” ซึ่งผลการวิจัยมีรายละเอียดดังนี้

1. แนวคิดทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม พบว่า การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับความพยายามที่จะเปลี่ยนแปลงความนึกคิดและพฤติกรรมเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงสำหรับการจัดการต่อสิ่งเร้าที่เกิดขึ้น ซึ่งพฤติกรรมที่กล่าวมา คือการกระทำของมนุษย์ทั้งทางกาย (กายกรรม) ทางวาจา (วจีกรรม) และ ทางใจ (มโนกรรม) โดยเป็นเรื่องของความรู้สึกนึกคิด ทั้งที่สังเกตเห็นได้ และไม่อาจสังเกตเห็นได้ ไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมที่เป็นปัญหา พฤติกรรมที่ต้องการพัฒนา หรือต้องการเปลี่ยนแปลง ซึ่งพฤติกรรมที่กล่าวมาล้วนเกิดจากการเรียนรู้ ให้เกิดผลตามเป้าหมายที่มีปฏิสัมพันธ์กับปัจจัยพื้นฐานของพฤติกรรม คือ ปัจจัยพื้นฐานด้านชีวภาพ พันธุกรรม พฤติกรรมด้านความรู้ ความสามารถ และทักษะทางสติปัญญาการใช้ความคิด วิจารณญาณ ปัจจัยพื้นฐานด้านจิตวิทยา แรงจูงใจ และการเรียนรู้ จิตใจ อารมณ์ ความรู้สึก ความสนใจ เจตคติค่านิยม และปัจจัยพื้นฐานด้านสังคมวิทยา (บุรฉัตร จันทร์แดง, 2562) ซึ่งหมายถึงกระบวนการของกลุ่ม กระบวนการทางสังคม และสิ่งแวดล้อม หรือวัฒนธรรมที่เป็นพฤติกรรมด้านความรู้ ด้านเจตคติ โดยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นการใช้กลวิธีที่มีจุดมุ่งหมายและเป็นกระบวนการที่มีความต่อเนื่องด้วยการใช้สติปัญญาในการประเมิน การควบคุมอารมณ์ รวมถึงเรื่องของ

ปฏิบัติการการตอบสนองด้านร่างกาย ด้านวาจา ด้านจิตใจ และด้านสังคม เพื่อลดความรุนแรงของปัจจัยที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชน ซึ่งการจัดการการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชน ที่พบส่วนมากจะเป็น การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมแบบมุ่งแก้ไขปัญหาและแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ ซึ่งทักษะที่ใช้สำหรับกระบวนการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม มี 3 ขั้นตอน คือ

- 1) การสร้างทักษะการรับรู้การตอบสนองต่อพฤติกรรมส่วนบุคคล
- 2) การตรวจสอบ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกับความเป็นจริง (การตั้งสติเพื่อการคิดใคร่ครวญ)
- 3) การหาวิธีจัดการการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือแก้ไขปัญหา (การคิด พิจารณาหาสาเหตุ) เพื่อการสร้างสุขและสมดุลชีวิตของประชาชน และสร้าง สังคมสันติสุข

2. กรรณศรัทธาต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม พบว่า พฤติกรรมของ มนุษย์ประกอบด้วยพฤติกรรมที่สามารถควบคุมและจัดระเบียบได้ และ พฤติกรรมที่ไม่สามารถควบคุมได้ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นทางจัดการ ทางด้านกาย วาจา ใจ เพื่อให้สอดคล้องกับปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ซึ่งการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเป็นเรื่องของการปรับเปลี่ยนการกระทำที่มี ต้นทางมาจากจิตใจ ที่ส่งผลให้เกิดการกระทำทางกายและวาจา ที่ส่งผลสู่สังคม ชุมชน ซึ่งหลักธรรมคำสอนตามแนวพระพุทธศาสนาเป็นต้นน้ำแห่งสติ-ปัญญา การนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการจัดการจึงเป็น สิ่งสำคัญ หลักธรรมที่นำมาใช้สำหรับการจัดการด้านพฤติกรรมมีอยู่มากหมาย หลากหลายหลักธรรม ซึ่งหลักสำคัญจะเป็นหลักคำสอนที่มุ่งเน้นในการสร้าง ปัญญา ให้ความตระหนัก รับรู้ เพื่อนำมาใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติ โดยใช้สติ รู้เท่าทันสถานการณ์ที่เกิดขึ้น หากมีการลงมือกระทำการใดๆ เหตุของ การกระทำก็มาจากเรื่องของสิ่งที่ได้กระทำลงไปในตัวเอง ซึ่งเรื่องของกฎแห่งกรรม คือ ต้นทางของพฤติกรรม ที่กล่าวว่า การกระทำสิ่งใด ก็จะได้รับผลของ การกระทำเช่นนั้น ฉะนั้นเรื่องของกรรมศรัทธา ก็คือเรื่องของความเชื่อเรื่อง กรรม ซึ่งกรรมหรือการกระทำมีต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทั้งภายนอก

(ร่างกาย) และภายใน (จิตใจ) (บัวบุษรา อัครศรุตพิงศ์, 2560) หลักของ กัมมสัทธาเป็นหลักธรรมคำสอนที่เป็นวิธีการแห่งปัญญา ซึ่งสามารถแก้ไขปัญหามาตามระบบแห่งเหตุผล โดยนำเอาหลักความจริงที่มีอยู่ตามธรรมชาติมาใช้ประโยชน์ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชน โดยหลักธรรมคำสอนที่สอดคล้องเพื่อเป็นแรงเสริม นั่นก็คือ หลักกรรม 12 หลักสติปัฏฐาน หลักไตรสิกขา หลักภาวนา ผ่านกระบวนการเรียนรู้ การฝึกอบรม ทักษะคิดในการคิดเชิงบวก หลักการคิดอย่างเป็นระบบ การสร้างการรับรู้ การปรับปรุงองค์ความรู้และกระบวนการต่างๆ ที่กล่าวมาจะหล่อหลอมให้เกิดพลวัตของการปรับเปลี่ยน ที่จักนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างเหมาะสม

3. บูรณาการกรรมสัทธาต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม พบว่า ปัจจัยที่ก่อให้เกิดปัญหาด้านพฤติกรรม มาจากปัจจัยในด้านของพฤติกรรมส่วนบุคคล ทักษะคิด บรรทัดฐานของสังคม ความนิยมของบุคคล และความเชื่อ ซึ่งการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนจะแบ่งออกเป็น 4 ด้าน ได้แก่ 1) พฤติกรรมทางด้านกาย 2) พฤติกรรมทางด้านวาจา 3) พฤติกรรมทางด้านใจ และ 4) พฤติกรรมทางด้านสังคม (พระศรีคัมภีรญาณ (สมจินต์ วันจันทร์, 2564) ซึ่งทั้ง 4 ด้านจะมีองค์ประกอบที่เกี่ยวข้อง คือ พฤติกรรมส่วนบุคคล ทักษะคิด บรรทัดฐานของสังคม ความนิยมของบุคคล ความเชื่อ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม มีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจะเกิดขึ้นได้เมื่อมีกระบวนการเข้ามาจัดการที่ก่อให้เกิดผลลัพธ์ ซึ่งต้นทางของพฤติกรรมก็คือ การแก้ไขในเรื่องของการกระทำ ซึ่งหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็นกลางน้ำที่นำไปสู่ปลายน้ำแห่งการเปลี่ยนแปลง โดยหลักของกรรมสัทธาจะตอบโจทย์ได้อย่างเหมาะสม เพราะเป็นการจัดการที่เหตุปัจจัยในเรื่องของความเชื่อ ทักษะคิด บรรทัดฐานของสังคม ความนิยมของบุคคล โดยหลักธรรมที่สอดคล้องกับกรรมสัทธา ได้แก่ หลักของหลักกรรม 12 หลักสติปัฏฐาน หลักไตรสิกขา หลักภาวนา ที่จะส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทั้งในด้านกาย ด้านวาจา ด้านใจและด้านสังคม (พระมหาสาคร วรธมโมภาโส, 2560) โดยอธิบายรายละเอียดไว้ดังนี้ คือ 1) หลัก

กรรม 12 นำมาใช้เป็นแนวทางให้เรียนรู้เกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ ผลของการกระทำ

2) หลักสติปัญญา นำมาใช้เป็นแนวทางในเรื่องของการปฏิบัติกิจกรรมอย่างมีสติ รู้เท่าทัน กับปัญหา หรือปัจจัยมูลเหตุที่เกิดขึ้น และดำเนินการเพื่อการจัดการอย่างมีขั้นตอนอย่างเหมาะสม 3) หลักไตรสิกขา นำมาใช้เป็นแนวทางในการฝึกสติ สำหรับการเรียนรู้เพื่อเป็นต้นทางของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เป็นหลักการจัดการสำหรับการฝึกฝนอบรมตน นำสู่การปฏิบัติที่มุ่งเป้าผลสัมฤทธิ์

4) หลักภาวนา นำมาใช้สำหรับการฝึกจิตให้เกิดความสงบ มีสติรับรู้เท่าทัน สถานการณ์และสร้างเสริมปัญญาให้เกิดมีในทางบวก เป็นกระบวนการฝึกฝนอบรมจิตให้ปรับเปลี่ยนไปตามจริตของแต่ละบุคคลเพื่อจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างมีระบบและต่อเนื่อง โดยผลการบูรณาการ พบว่า กรรมศรัทธาต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชน คือ การตระหนัก รับรู้ เข้าใจ เรียนรู้พฤติกรรมทางด้านกาย วาจา ใจ เพื่อให้สอดคล้องกับปัจจัยด้านสังคม และสิ่งแวดล้อมรวมถึงความเชื่อ ทศนคติส่วนบุคคล เป็นกระบวนการจัดการที่มาจากการกระทำให้เกิดการยอมรับความจริง (เห็นชอบในสภาพปัจจุบันที่ดำเนินชีวิต) การรับรู้สิ่งเร้าที่เกิดขึ้นด้วยความคิดที่สมเหตุสมผล (การตระหนักรับรู้) กระบวนการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างมีระบบ แก้ปัญหาให้ตรง เหตุการตรวจสอบเพื่อจัดการเหตุและมุ่งสู่ผลลัพธ์ที่พึงประสงค์ และการปฏิบัติด้วยสติรู้เท่าทัน (การจัดการหรือนำมาใช้ให้เกิดผลลัพธ์ตามจุดมุ่งหมาย) สิ่งทีกล่าวมานำสู่กระบวนการเรียนรู้สู่การปฏิบัติอย่างสมเหตุสมผล โดยมีแนวทางในการดำเนินการดังต่อไปนี้ คือ (Adapt) การปรับตัว (Training) การเรียนรู้ การฝึกอบรม (Attitude) การปรับทัศนคติ (Attitude) การจัดการองค์ประกอบด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมตามเหตุปัจจัย (Surrounding) และการลงมือปฏิบัติตามหลักการเหตุและผล ด้วยการคิดวิเคราะห์สู่การปฏิบัติเพื่อบรรลุเป้าหมาย (Head to hand) สิ่งทีกล่าวมาจะนำสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนในจังหวัดพัทลุง และมีวิธีการดำรงชีวิตตามความเหมาะสม สร้างสังคมสันติสุข

จากที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนต้องอาศัยพลวัตสำหรับการเชื่อมต่อกันอย่างต่อเนื่องเพื่อให้เกิดผลลัพธ์ที่พึงประสงค์ โดยการบูรณาการหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาตามหลักของกรรมศรัทธา ที่นำมาใช้เป็นแนวทางในเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนในจังหวัดพัทลุง ตามเหตุปัจจัยที่เข้ามาเกี่ยวข้อง คือ พฤติกรรมส่วนบุคคล ทักษะจิต บรรทัดฐานของสังคม ความนิยมของบุคคล ความเชื่อ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ผนวกหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาตามหลักของหลักกรรม 12 หลักสติปัฏฐาน หลักไตรสิกขา หลักภาวนา เพื่อการพัฒนาพฤติกรรมทั้ง 4 ด้าน คือ พฤติกรรมทางด้านกาย พฤติกรรมทางด้านวาจา พฤติกรรมทางด้านใจ และพฤติกรรมทางด้านสังคม โดยการบูรณาการเพื่อการจัดการโดยผ่านทักษะด้านการเรียนรู้ เพื่อนำสู่การปฏิบัติ โดยมุ่งเป้าเพื่อการพัฒนาให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

4. องค์ความรู้เกี่ยวกับ “กรรมศรัทธา: การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนในจังหวัดพัทลุง” ผลจากการบูรณาการทำให้เกิดองค์ความรู้เกี่ยวกับ “กรรมศรัทธา: การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนในจังหวัดพัทลุง” คือ “การปรับเปลี่ยน (Change) เพื่อการเปลี่ยนแปลง เรียนรู้วิธีคิด (Head) ยอมรับความจริงภายใน (Heart) ลงมือกระทำตามเป้าหมาย (Hand)” ที่เรียกว่า ศรัทธาโมเดล (SATTHA model) ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้ S = Surrounding (สังคม สิ่งแวดล้อม) A = Adapt (การปรับตัว) T= Thinking (การคิดอย่างมีระบบ) T = Training (การเรียนรู้ การฝึกอบรม) H = Head to hand (การรับรู้สู่การปฏิบัติ) A = Attitude (ทัศนคติ) ซึ่งสามารถสรุปเป็น Model ได้ดังภาพที่แสดงไว้ดังนี้

ภาพที่ 1

แสดง ศรัทธาโมเดล (SATTHA Model) องค์ความรู้เกี่ยวกับ “กรรมศรัทธา: การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนในจังหวัดพัทลุง”



การอภิปรายผลการวิจัย

จากการสรุปผลการวิจัย ขออภิปรายผล ดังนี้

1. แนวคิดทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการจัดการต่อสิ่งเร้าที่เกิดขึ้นโดยสิ่งเร้าเหล่านั้นจะต้อง มีผลกระทบกับบุคคล เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่เหมาะสมกับเหตุปัจจัยแวดล้อมที่เป็นองค์ประกอบสำคัญในการดำเนินชีวิต ซึ่งแนวคิดทฤษฎีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม จะเป็นการใช้กลวิธีที่มีจุดมุ่งหมายและเป็นกระบวนการที่มีความต่อเนื่องด้วยการใช้สติปัญญาในการประเมิน การควบคุมอารมณ์ รวมถึงเรื่องของปฏิกิริยาการตอบสนองทางด้านร่างกาย ด้านวาจา ด้านจิตใจ และด้าน

สังคม เพื่อลดความรุนแรงของปัจจัยที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชน ซึ่งการจัดการการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชน ที่พบส่วนมากจะเป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมแบบมุ่งแก้ไขปัญหาและแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ ซึ่งทักษะที่ใช้สำหรับกระบวนการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรม มี 3 ขั้นตอน คือ 1) การสร้างทักษะการรับรู้การตอบสนองต่อพฤติกรรมส่วนบุคคล 2) การตรวจสอบการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมกับความเป็นจริง (การตั้งสติเพื่อการคิดใคร่ครวญ) 3) การหาวิธีจัดการการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมหรือแก้ไข ปัญหา (การคิดพิจารณาหาสาเหตุ) เพื่อการสร้างสุขและสมดุลชีวิตของประชาชน และสร้างสังคมสันติสุข ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ผู้ทรงคุณวุฒิที่ผู้วิจัยได้ดำเนินการสัมภาษณ์ และนำข้อมูลมาวิเคราะห์ สังเคราะห์ รวมถึงแนวคิดของ Lazarus and Folkman (1984) ที่กล่าวว่า การจัดการเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมีหลักสำคัญ คือ การจัดการที่มุ่งแก้ไขปัญหาและมุ่งแก้ไขอารมณ์ โดยผ่านกลไกการจัดการที่เหมาะสม และสอดคล้องกับแนวคิดของ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต) (2561) ที่ได้กล่าวว่า ธรรมะสร้างปัญญา ให้เห็นสภาพความเป็นจริง ยอมรับ ปลอ่ยวาง คิดหาเหตุและแก้ไขที่เหตุ นั้นเอง และสอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมของ Maslow และทฤษฎีเชิงจิตสังคม (อุทิศ บุญช่วย, 2560) ที่กล่าวว่าพฤติกรรมจะมีการเปลี่ยนแปลงตามวัยและปัจจัยแวดล้อมที่เข้ามากระทบรวมถึงเรื่องความเชื่อ ทศนคติ กล่าวคือ ความสามารถทางสติปัญญา การเรียนรู้และความจำ ความคิดเชิงบวก จะก่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนด้านพฤติกรรมและปัจจัยแวดล้อม โดยการปรับเปลี่ยนดังกล่าวจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่สามารถจัดการในการแก้ไข ปัญหาและแก้ไขอารมณ์ได้

2. กรรณศรัทธาต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม พบว่า พฤติกรรมมีจุดเริ่มต้นมาจากการกระทำ โดยพฤติกรรมจะมีจุดเริ่มต้นมาจากปัจจัยที่หลากหลายที่เป็นองค์ประกอบให้เกิดพฤติกรรมในด้านต่างๆ รวมถึงเรื่องของความเชื่อ ความศรัทธา ทศนคติ ซึ่ง กรรณศรัทธา คือความเชื่อเรื่องกรรม หากจะ

กล่าวว่ามีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างไร พบว่า หลักธรรมคำสอนตามแนวพระพุทธศาสนาจะมีหลักของการจัดการด้านพฤติกรรมอยู่มากมายหลากหลายหลักธรรม ซึ่งหลักธรรมสำคัญจะเป็นหลักคำสอนที่มุ่งเน้นในการสร้างปัญญา ให้ความตระหนัก รับรู้ เพื่อนำมาใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติ โดยใช้สติรู้เท่าทันสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งการลงมือกระทำการใดๆ เหตุของการกระทำก็มาจากเรื่องของสิ่งที่ได้กระทำลงไปนั่นเอง ซึ่งเรื่องของกฎแห่งกรรม คือ ต้นทางของพฤติกรรม ที่กล่าวว่า การกระทำสิ่งใด ก็จะได้รับผลของการกระทำเช่นนั้น ฉะนั้นเรื่องของกรรมศรัทธา ก็คือเรื่องของความเชื่อเรื่องกรรม ซึ่งกรรมหรือการกระทำมีต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทั้งภายนอก (ร่างกาย) และภายใน (จิตใจ) หลักของกรรมศรัทธาเป็นหลักธรรมคำสอนที่เป็นวิธีการแห่งปัญญา ซึ่งสามารถแก้ไขปัญหตามระบบแห่งเหตุผล โดยนำเอาหลักความจริงที่มีอยู่ตามธรรมชาติมาใช้ประโยชน์ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชน โดยหลักธรรมคำสอนที่สอดคล้องเพื่อเป็นแรงเสริม นั่นก็คือหลักกรรม 12 หลักสติปัฏฐาน หลักไตรสิกขา หลักกาวนา จากที่กล่าวมา สอดคล้องกับ จำเริญ กำเหนิดโทน (2560) และ พระมหาสาคร วรธมโมภาโส (2560) ที่กล่าวว่า ความเชื่อเรื่องกรรม หรือการกระทำมีต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทั้งภายนอก (ร่างกาย) และภายใน (จิตใจ) โดยหลักของกรรมศรัทธาทำให้เกิดคำว่า “สติ” การสร้างสติและการสร้างสมาธิ ให้เกิดขึ้นในตนเอง ส่งผลให้เริ่มต้นกระบวนการคิดของสมอง เห็นความจริงตามหลักธรรม ตระหนัก รู้ทันต่อชีวิต ตามหลัก “สติสัมปชัญญะ และปัญญา” เกิดตัวรู้ใหม่ๆ สร้างการรู้จักตัวเอง เห็นคุณค่าในตัวเอง ที่ถูกต้องสมบูรณ์ จนถึงระดับมีภูมิคุ้มกันทางจิตใจที่จะไม่กระทำการในทางลบ แต่การกระทำต่างๆ ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต้องผ่านกระบวนการเรียนรู้หลากหลายรูปแบบ

3. บูรณาการกรรมศรัทธาต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม กล่าวได้ว่าการนำหลักของกรรมศรัทธามาใช้เป็นแนวทางการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจะเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม 4 ด้าน คือ ทางด้านกาย ด้านวาจา

ด้านใจ และด้านสังคม ซึ่งทั้ง 4 ด้านจะมีองค์ประกอบที่เกี่ยวข้อง คือ พฤติกรรมส่วนบุคคล ทักษะชีวิต บรรทัดฐานของสังคม ความนิยมของบุคคล ความเชื่อ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ที่ผนวกให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจะเกิดขึ้นได้เมื่อมีกระบวนการเข้ามาจัดการที่ก่อให้เกิดผลลัพธ์ ซึ่งต้นทางของพฤติกรรมก็คือ การกระทำของมนุษย์แต่ละบุคคลนั่นเอง หากจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ก็ต้องแก้ไขในเรื่องของการกระทำ โดยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาถือเป็นกลางน้ำที่นำสู่ปลายน้ำแห่งการเปลี่ยนแปลง ซึ่งหลักของกรรมศรัทธา จะตอบโจทย์ได้อย่างเหมาะสม เพราะความเชื่อและการจัดการเรื่องกรรมตามหลักของหลักกรรม 12 หลักสติ ปัญญา หลักไตรสิกขา หลักภาวนา จะส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งผลการบูรณาการพบว่าการกรรมศรัทธาต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชน คือการยอมรับความจริง (เห็นชอบในสภาพปัจจุบันที่ดำเนินชีวิต) การรับรู้สิ่งเร้าที่เกิดขึ้นด้วยความคิดที่สมเหตุสมผล (การตระหนัก รับรู้) กระบวนการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างมีระบบ แก้ปัญหาให้ตรงเหตุ การตรวจสอบเพื่อจัดการเหตุ และมุ่งสู่ผลลัพธ์ที่พึงประสงค์ และการปฏิบัติด้วยสติรู้เท่าทัน (การจัดการหรือนำมาใช้ให้เกิดผลลัพธ์ตามจุดมุ่งหมาย) สิ่งทีกล่าวนำไปสู่กระบวนการเรียนรู้ นำสู่การปฏิบัติอย่างสมเหตุสมผล เพื่อนำสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนในจังหวัดพัทลุง ที่ส่งผลต่อวิถีการดำรงชีวิตตามความเหมาะสม สร้างสรรค์สังคมสันติสุข ซึ่งสอดคล้องกับพระมหาสาคร วรธมโมภาโส (2560) และธีรวิทย์ นิลเพ็ชร (2562) ที่กล่าวว่า กรรม หมายถึง การกระทำทาง กาย วาจา ใจ ทั้งทางดีและไม่ดี ที่ประกอบด้วยเจตนาและกฎแห่งกรรม คือผลของการกระทำของมนุษย์ หรือผลของการกระทำที่ประกอบจากเจตนา และกฎแห่งกรรมจะทำให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ การกระทำด้วยสติ ไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต รับผิดชอบต่อหน้าที่ของตน และทำให้การดำเนินวิถีชีวิตระดับครอบครัว ระดับสังคมขนบธรรมเนียม ประเพณีต่างๆ รวมทั้งคุณค่าทางจริยศาสตร์ และทำให้เข้าใจเรื่องกรรมได้อย่าง

ถูกต้อง เกิดกลยุทธ์การปรับเปลี่ยนพฤติกรรม 5 กลยุทธ์ ได้แก่ 1) กลยุทธ์การสร้างเครือข่าย 2) กลยุทธ์การพัฒนาตนเอง 3) กลยุทธ์การเรียนรู้เพื่อพัฒนา 4) กลยุทธ์การส่งเสริมพัฒนาชุมชนและสังคม 5) กลยุทธ์การพัฒนาและการบังคับใช้กฎหมาย

4. องค์ความรู้เกี่ยวกับ “กรรมศรัทธา: การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนในจังหวัดพัทลุง” ซึ่งผลจากการบูรณาการทำให้เกิดองค์ความรู้เกี่ยวกับ “กรรมศรัทธา: การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนในจังหวัดพัทลุง” คือ “การปรับเปลี่ยน (Change) เพื่อการเปลี่ยนแปลง เรียนรู้วิธีคิด (Head) ยอมรับความจริงภายใน (Heart) ลงมือกระทำตามเป้าหมาย (Hand)” ที่เรียกว่า ศรัทธาโมเดล (SATTHA model) ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้ S = Surrounding (สังคม สิ่งแวดล้อม) A = Adapt (การปรับตัว) T = Thinking (การคิดอย่างมีระบบ) T = Training (การเรียนรู้ การฝึกอบรม) H = Head to hand (การรับรู้สู่การปฏิบัติ) A = Attitude (ทัศนคติ) เป็นการผสมผสานหลักวิชาการที่ได้มาจากการสกัดองค์ความรู้จากผู้ทรงคุณวุฒิ และเอกสารตำราต่างๆ มาผ่านกระบวนการเรียนรู้ การลงมือปฏิบัติ ด้วยการส่งเสริมการเรียนรู้ ความสามารถ มีการฝึกอบรมให้เกิดการเรียนรู้สู่การปฏิบัติงานให้เกิดผลสัมฤทธิ์ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม (Training and head to hand) ด้วยหลักการในการปรับทัศนคติ เสริมสร้างองค์ความรู้ให้เกิดความตระหนัก รับรู้ เห็นชอบในสภาพปัจจุบันที่ดำเนินชีวิตเพื่อการดำรงตนและการประพฤติปฏิบัติด้วยสติ รู้เท่าทันสถานการณ์ ตามปัจจัยแวดล้อมทั้งทางด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เข้ามามีอิทธิพลต่อการกระทำของแต่ละบุคคล การผนวกหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่อบรมสั่งสอนให้มีคุณธรรมจริยธรรมในเกิดกระบวนการของการกระทำที่มีผลต่อพฤติกรรมของมนุษย์ จะต้องผ่านการคิดอย่างมีระบบ การเรียนรู้ การฝึกอบรม เพื่อการรับรู้นำสู่การปฏิบัติที่ถูกต้องเหมาะสม หลักกรรมศรัทธาจะเป็นองค์ความรู้ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่มีผลทางด้านบวกหากมีการเสริมแรงทางบวก ปรับทัศนคติ ความเชื่อ ความศรัทธาในทางที่สร้างสรรค์ อยู่ในระบบ

สายกลาง มุ่งเพิ่มไปทางคุณธรรม สิ่งทีกล่าวนำจะนำสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ดี ที่เหมาะสม สร้างคน สร้างตน สร้างงาน และสร้างสังคมชุมชนที่สงบสุข จากทีกล่าวนำสอดคล้องกับแนวคิดและผลสรุปจากการสัมภาษณ์เชิงลึก และการทำ Focus group จากผู้ทรงคุณวุฒิ รวมถึงแนวคิดและองค์ความรู้ที่ได้ศึกษาวิเคราะห์มาจากนักวิชาการทีกล่าวนำข้างต้น ทีกล่าวนำว่า การรับรู้และความเชื่อในตนเอง รวมถึงอุปนิสัยและปัจจัยทางสังคมจากกลุ่ม Primary social factor ที่เป็นพ่อแม่ บุคคลในครอบครัว และเพื่อนสนิท ปัจจัยจากสถานการณ์และสิ่งกระตุ้น ทั้งจากการกระตุ้นจากสื่อ และปัจจัยแวดล้อมต่างๆ มีผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ซึ่งพฤติกรรมมนุษย์นั้นเป็นธรรมชาติที่สามารถปรับเปลี่ยนได้ โดยปรับด้วยการอบรม การพัฒนา หรือตามกระบวนการจิตวิทยา การวางเงื่อนไข การควบคุมตนเองและสิ่งแวดล้อม และการเรียนรู้ด้วยปัญญาสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เป็นไปตามที่มุ่งหมาย และหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาสามารถนำมาใช้ในการปรับจิตเพื่อประโยชน์ต่อการปรับพฤติกรรม โดยกระบวนการปรับเปลี่ยนจิตตามบุคลิกลักษณะของแต่ละบุคคล ซึ่งหลักการทำงานทีกล่าวนำข้างต้นต้องอาศัยกระบวนการเรียนรู้ การพัฒนาผลงานหลักคุณธรรม จริยธรรม มีการจัดการที่เป็นรูปธรรมตามรูปแบบของการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เพื่อนำสู่การกระทำที่เหมาะสมและสมดุลของการดำเนินวิถีชีวิตที่ดีต่อสังคม โดยแนวคิดหลักที่ต้องผ่านกระบวนการจัดการที่เหมาะสม นั่นก็คือ การปรับเปลี่ยนการเรียนรู้ วิธีคิด แนวทางการปฏิบัติ และลงมือกระทำตามเป้าหมาย เพื่อนำสู่การปรับเปลี่ยนที่ยั่งยืน

สรุป

งานวิจัยฉบับนี้ เป็นงานวิจัยเพื่อนำเสนอองค์ความรู้เกี่ยวกับ “กรรมศรัทธา: การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนในจังหวัดพัทลุง” ซึ่งผลการศึกษาวิจัย ทำให้ได้องค์ความรู้ใหม่ที่ชื่อว่า ศรัทธาโมเดล (SATTHA model) ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้ S = Surrounding (การจัดการด้านสังคม สิ่งแวดล้อมที่

เป็นพลวัตรของกระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม) A = Adapt (การปรับตัวให้เกิดการกระทำที่เหมาะสมทางกาย วาจา ใจ ด้วยหลักคุณธรรม จริยธรรมตามจิตของแต่ละบุคคล ตามพลวัตรของกรรมศาสตร์ที่ส่งผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม) T = Thinking (การคิดอย่างมีระบบ ใช้สติ ตระหนัก รับรู้ เรียนรู้ อย่างสร้างสรรค์) T = Training (การเรียนรู้ การฝึกอบรมเพื่อเป็นฐานรากของการกระทำที่ถูกต้อง เหมาะสมและเป็นพฤติกรรมเชิงบวก) H = Head to hand (การรับรู้สู่การปฏิบัติ) A = Attitude (การรับรู้และปรับเปลี่ยนเรื่องทัศนคติ ความเชื่อ ความศรัทธาตามหลักของกรรมศาสตร์เพื่อสร้างการกระทำเชิงบวกเพื่อการสร้างสรรค์การกระทำที่มีคุณประโยชน์ต่อตนเองและสังคม) สิ่งทีกล่าวนำตอบใจทฤษฎีวัตถุประสงค์การวิจัยที่ตั้งไว้กล่าวคือ การนำหลักของกรรมศาสตร์มาใช้เป็นแนวทางการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจะส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม 4 ด้าน คือ 1. ทางด้านกาย 2. ทางด้านวาจา 3. ทางด้านใจ และ 4. ทางด้านสังคม ซึ่งทั้ง 4 ด้านจะมียोगประกอบที่เกี่ยวข้องสำคัญ คือ พฤติกรรมส่วนบุคคล ทัศนคติ ความเชื่อ พื้นฐานตามบริบทของสังคม รวมถึงปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่แต่ละบุคคลเข้าไปมีส่วนเกี่ยวข้อง ซึ่งการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจะเกิดขึ้นได้เมื่อมีกระบวนการเข้ามาจัดการปัจจัยต่างๆ ที่ก่อให้เกิดผลลัพธ์ที่เป็นรูปธรรม ซึ่งนั่นก็คือการแก้ไขในเรื่องของการกระทำ ที่เป็นฐานรากของพฤติกรรมต่างๆ แสดงออกมา โดยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาถือเป็นหนทางการเดินทางของสายน้ำในช่วงของกลางน้ำที่นำไปสู่ปลายน้ำแห่งการเปลี่ยนแปลง ซึ่งหลักของกรรมศาสตร์ จะตอบใจทฤษฎีได้อย่างเหมาะสม เพราะความเชื่อและการจัดการเรื่องกรรมตามหลักของหลักกรรม 12 หลักสติ ปัญญา หลักไตรสิกขา หลักภาวนา จะส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมด้วยการบูรณาการกรรมศาสตร์ให้มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชน กล่าวคือ การยอมรับความจริง (เห็นชอบในสภาพปัจจุบันที่ดำเนินชีวิต) การรับรู้สิ่งเร้าที่เกิดขึ้นด้วยความคิดที่สมเหตุผล (การตระหนัก รับรู้) กระบวนการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างมีระบบ แก้ปัญหาให้ตรงเหตุการณ์

ตรวจสอบเพื่อจัดการเหตุ และมุ่งสู่ผลลัพธ์ที่พึงประสงค์ และการปฏิบัติด้วยสติรู้เท่าทัน (การจัดการหรือนำมาใช้ให้เกิดผลลัพธ์ตามจุดมุ่งหมาย) สิ่งทีกล่าวนำไปสู่กระบวนการเรียนรู้สู่การปฏิบัติอย่างสมเหตุสมผล เพื่อนำสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนในจังหวัดพัทลุง ที่ส่งผลต่อวิถีการดำรงชีวิตตามความเหมาะสม สร้างสรรค์สังคมสันติสุข ซึ่งสอดคล้องกับนักวิชาการที่กล่าวไว้ คือ แนวคิดของ Lazarus and Folkman (1984) ที่กล่าวว่า การจัดการเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมีหลักสำคัญ คือ การจัดการที่มุ่งแก้ไข ปัญหาและมุ่งแก้ไขอารมณ์ โดยผ่านกลไกการจัดการที่เหมาะสม และสอดคล้องกับแนวคิดของ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต) (2561) ที่ได้กล่าวว่า ธรรมะสร้างปัญญา ให้เห็นสภาพความเป็นจริง ยอมรับ ปลอ่ยกวาง คิดหาเหตุ และแก้ไขที่เหตุนั่นเอง และสอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมของ Maslow และทฤษฎีเชิงจิตสังคม (อุทิศ บุญช่วย, 2560) ที่กล่าวว่าพฤติกรรมจะมีการเปลี่ยนแปลงตามวัยและปัจจัยแวดล้อมที่เข้ามากระทบรวมถึงเรื่อง ความเชื่อ ทศนคติ กล่าวคือ ความสามารถทางสติปัญญา การเรียนรู้และความจำ ความคิดเชิงบวก จะก่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนด้านพฤติกรรมและปัจจัยแวดล้อม โดยการปรับเปลี่ยนดังกล่าวจะทำให้เกิดการเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่สามารถจัดการในการแก้ไขปัญหาและแก้ไขอารมณ์ได้ สอดคล้องกับ จำเริญ กำเหนิดโทน (2560) ที่กล่าวว่า ความเชื่อเรื่องกรรม หรือ การกระทำมีต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทั้งภายนอก (ร่างกาย) และภายใน (จิตใจ) โดยหลักของกรรมศรัทธาทำให้เกิดคำว่า “สติ” ทำให้เกิดการตระหนักรู้รู้ทันต่อชีวิต รู้จักตัวเอง เห็นคุณค่าในตัวเอง มีภูมิคุ้มกันทางจิตใจที่จะไม่กระทำการในทางลบ แต่การกระทำต่างๆ ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเชิงบวก และสอดคล้องกับซึ่งสอดคล้องกับ พระมหาสาคร วรธมโมภาโส (2560) และ อีรวุฒิ นิลเพ็ชร (2562) ที่กล่าวว่า กรรม คือ การกระทำทาง กาย วาจา ใจ ที่แสดงออกมาทั้งทางที่ดีและไม่ดี และกฎแห่งกรรม คือ ผลของการกระทำของมนุษย์ การเรียนรู้เรื่องกฎแห่งกรรมจะทำให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ การกระทำ

ด้วยสติ ไม่ประมาทในการดำเนินชีวิต รู้บทบาทหน้าที่ของตน ซึ่งการเรียนรู้เรื่องกรรมศาสตร์ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต้องอาศัยกลยุทธ์ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม 5 กลยุทธ์ ได้แก่ 1. กลยุทธ์การสร้างเครือข่าย 2. กลยุทธ์การพัฒนาตนเอง 3. กลยุทธ์การเรียนรู้เพื่อพัฒนา 4. กลยุทธ์การส่งเสริมพัฒนาชุมชนและสังคม 5. กลยุทธ์การพัฒนาและการบังคับใช้กฎหมาย

ข้อเสนอแนะการวิจัย

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย กล่าวคือ ภาครัฐโดยเฉพาะกระทรวงศึกษาควรกำหนดแผนนโยบายสำหรับบรรจุหลักสูตรที่เกี่ยวข้องกับหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนา เป็นวิชาหลักในชั้นเรียน เพราะองค์ความรู้ทางพระพุทธศาสนาเป็นพื้นฐานของการสร้างคุณธรรม จริยธรรมที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของประชาชนทุกกลุ่มวัย ที่สำคัญยังส่งผลให้เกิดสังคมสันติสุข และควรมีการสนับสนุนในเรื่องการพัฒนาด้านคุณธรรม ด้วยการนำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเข้ามาผนวกในกิจกรรมต่างๆ ของทุกภาคส่วน เพื่อสร้างพื้นฐานทางจิตใจที่ดี มีสติในการดำเนินชีวิตสู่ประชาชนทุกพื้นที่ โดยเฉพาะเรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพราะพฤติกรรมมีผลต่อการปฏิบัติทุกรูปแบบ

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย เพื่อการต่อยอดการวิจัย มีรายละเอียดดังนี้

2.1 การสร้างนวัตกรรมเกี่ยวกับการจัดการด้านการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนตามแนวพระพุทธศาสนา เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ ทำให้แก้ไขปัญหในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้ได้ผลลัพธ์ตรงกับเหตุปัจจัย

2.2 การสร้างสื่อการเรียนรู้สำหรับประชาชนเกี่ยวกับเรื่อง แลกรรมศาสตร์การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เพื่อให้ง่ายต่อการใช้งานและสามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.3 สร้าง Road map เกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของประชาชนตามแนวพระพุทธศาสนาที่สอดคล้องกับชีวิตวิถีใหม่และนโยบายของ

ภาครัฐที่ เพื่อนำสู่กิจกรรมโครงการต่างๆ ของกรมการปกครอง กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ และกองทุนหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เพื่อความยั่งยืนของเป้าหมายการดำเนินงานต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- จำเรียง กำเนิดโทน. (2560). ความเชื่อเรื่องกรรมและการให้ผลของกรรมตามหลักคำสอนในพระพุทธศาสนาเถรวาท. *วารสารปรัชญาปริทรรศน์*, 22(2), 86-97.
- ชำนาญ วงศ์มีเดือน. (2562). การจัดการพฤติกรรมมนุษย์ตามแนวจิตในพระพุทธศาสนา. *วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร*, 7(3), 766-778.
- ธีรภูมิ นิลเพชร. (2562). สภาพการณ์ความรุนแรงในครอบครัวและการพัฒนาบทบาทหน้าที่ของตำรวจในการรับมือปัญหาความรุนแรง: ศึกษาเฉพาะกรณีกองบังคับการตำรวจนครบาล 9. *วารสารพยาบาลตำรวจ*, 11(2), 326-338.
- บุรฉัตร จันทรแดง. (2562). ปัจจัยที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม. *วารสารวิชาการธรรมทรรคน์*, 19(4), 235-244.
- บัวบุษรา อัครศรดิพงษ์. (2560). บูรณาการความเชื่อเรื่องกรรมและผลของกรรมในพุทธปรัชญาเถรวาทด้วยมหากัมมวิงัสสูตร. *วารสารพุทธมคค์ศูนย์วิจัยธรรมศึกษา สำนักเรียนวัดอาวุธวิกสิตาราม*, 2(1), 43-51.
- พระสุพิทักษ์ โตเพ็ง. (2561). ศรัทธาในหลักธรรมคำสั่งสอนทางพระพุทธศาสนาของพุทธศาสนิกชนยุคโลกาภิวัตน์. รัฐประศาสนศาสตรดุษฎีบัณฑิต, มหาวิทยาลัยชินวัตร.
- พระศรีคัมภีร์ญาณ (สมจินต์ วันจันทร์). (2564). จริยศาสตร์ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา. *วารสารศิลปะการจัดการ*, 5(2), 540-543.
- พระมหาสาคร วรธมโมภาโส. (2560). การศึกษาเชิงวิเคราะห์กฎแห่งกรรมที่ปรากฏในอรรถกถาธรรมบท. *วารสารพุทธศาสตร์ศึกษา*, 8(2), 11-22.

- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2561). *วิธีคิดตามหลักพุทธธรรม*.
ซีเอ็ดบุ๊ค สำนักพิมพ์: ศยาม.
- อุทิศ บุญช่วย. (2560). *สาเหตุและแนวโน้มของการเข้ารับการสงเคราะห์ใน
สถานสงเคราะห์คนชราของรัฐ*. สังคมศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาวิจัย
ประชากรสังคม, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal And Coping*.
New york: Spriger Publishing company.
- se-ed *ข่าวออนไลน์*. (2564). สืบค้นจาก <https://m.se-ed.com/Product/Tags/10209>.