

24.3.1.13

ผลของการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา

ต่อการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม

THE EFFECT OF ANĀPĀNASATI SAMĀDHI IN BUDDHISM
ON DEVELOPMENT OF MORAL REASONING

โดย

อวยชัย ไรจนนิรันดร์กิจ



มณฑลวิทยาคณบดี
กองคลัง

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา

วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาคลินิก

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล

พ.ศ. ๒๕๒๖

๗๗
๘๔๓๖๘
๕๕๒๖

วิทยานิพนธ์

เรื่อง

ผลของการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนิกชนต่อการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม

ซึ่งนับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาคลินิก ได้เสนอต่อ
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล เมื่อวันที่ ๑๔ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๖

อวยชัย ไโรจน์รินทร์กิจ

อวยชัย ไโรจน์รินทร์กิจ

ผู้เสนอ

รองศาสตราจารย์แพทย์หญิง ศิริธรรม ธนะภูมิ

รองศาสตราจารย์แพทย์หญิง ศิริธรรม ธนะภูมิ

อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์โรจน์รุ่ง สุวรรณสุทธิ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์โรจน์รุ่ง สุวรรณสุทธิ

อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์

อาจารย์จำรอง เงินดี

อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ไพโรจน์ เปรมปรีดิ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ไพโรจน์ เปรมปรีดิ์

คณบดีคณะวิทยาศาสตร์

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. มันทรี จุลสมัย

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการได้ทำการสอบป้องกันวิทยานิพนธ์


เรื่อง

ผลของการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาต่อการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม

โดย

นายอวยชัย โรจนนิรันดร์กิจ

เมื่อวันที่ ๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๖ เห็นสมควรอนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยเป็น ส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา-
วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาคลินิก มหาวิทยาลัยมหิดล



รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงพิชิตธรรม ชนะภูมิ
ประธานกรรมการ

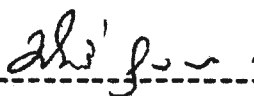
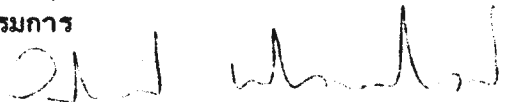


ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์โรจน์รุ่ง สุวรรณสุทธิ
กรรมการ



อาจารย์จำรอง เงินดี

กรรมการ



ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. มินตรี จุลสมัย
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ไพโรจน์ เปรมปรีดิ์
คณบดีคณะวิทยาศาสตร์

ชื่อ เรื่อง	ผลของการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาต่อการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม
ผู้วิจัย	นายอวยชัย โรจนนิรันดร์กิจ
ปรึกษา	วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (จิตวิทยาคลินิก)
ประธานกรรมการ	รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงศิริธรรม ณะภูมิ
กรรมการ	ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์โรจน์รุ่ง สุวรรณสุทธิ
กรรมการ	อาจารย์จำรอง เงินดี
ภาควิชา	โครงการจิตวิทยาคลินิก
คณะ	บัณฑิตวิทยาลัย
ปีการศึกษา	๒๕๒๖

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาต่อการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย

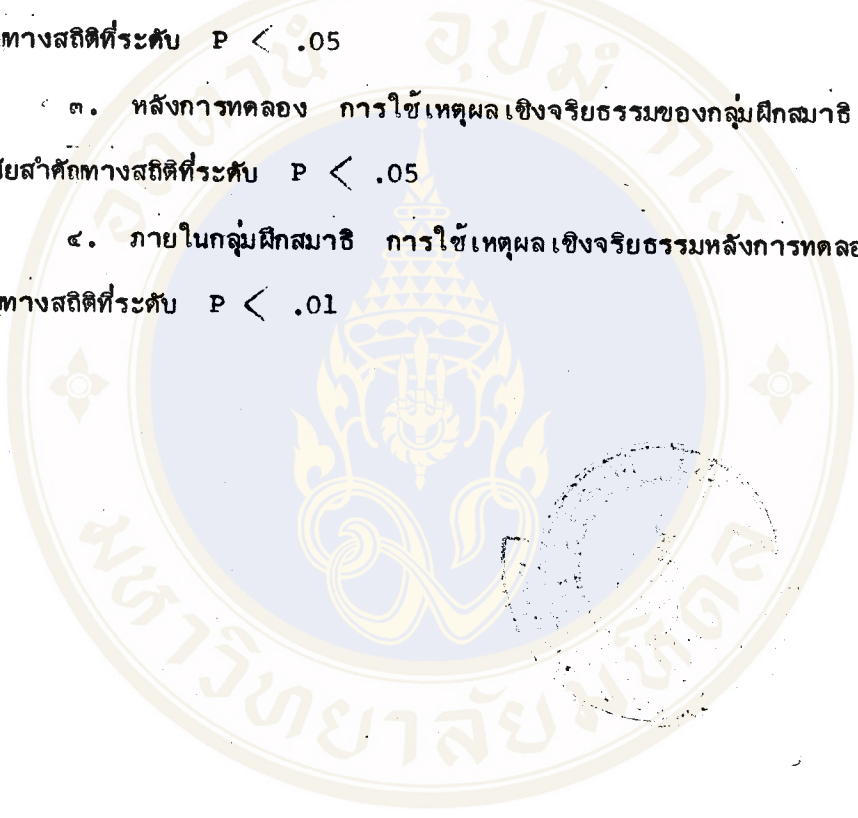
กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์ปีที่ ๑ มหาวิทยาลัยมหิดล ปีการศึกษา ๒๕๒๕-๒๕๒๖ อายุระหว่าง ๑๗-๒๐ ปี จำนวน ๗๑ คน แบ่งออกเป็น ๓ กลุ่ม คือ

๑. กลุ่มฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา จำนวน ๒๐ คน
๒. กลุ่มนั่งหลับตา จำนวน ๑๘ คน
๓. กลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ จำนวน ๓๓ คน

นักศึกษาทั้ง ๓ กลุ่ม ได้รับการทดสอบการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม โดยใช้แบบทดสอบ THE DEFINING ISSUES TEST (The D.I.T. ของ James Rest, 1974) ก่อนและหลังการทดลองห่างกันเป็นระยะเวลา ๘ สัปดาห์ การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ t-test

ผลการศึกษาพบว่า

๑. ก่อนการทดลอง การใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของกลุ่มตัวอย่างทั้ง ๓ กลุ่ม ไม่มีความแตกต่างกัน
๒. หลังการทดลอง การใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของกลุ่มฝึกสมาธิสูงกว่าของกลุ่มนั่งหลับตา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $P < .05$
๓. หลังการทดลอง การใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของกลุ่มฝึกสมาธิ สูงกว่าของกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $P < .05$
๔. ภายในกลุ่มฝึกสมาธิ การใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $P < .01$



Thesis title : THE EFFECT OF ĀNĀPĀNASATI SAMĀDHI IN BUDDHISM ON DEVELOPMENT
OF MORAL REASONING

Name : Mr. Ouaychai Rotjananirunkit

Degree : Master of Science (Clinical Psychology)

Major advisor : Associate Professor Sritham Thanaphum, M.D.

Advisor : Assistant Professor Rojrung Suvanasuthi, M.D.

Advisor : Jumrong Ngerndee, M.S.

Department : Clinical Psychology

Faculty : Graduate Studies

Academic year : 1983

ABSTRACT

The objective of this resarch is to study the effect of Buddhist meditation: Ānāpānasati samādhi, on the moral reasoning of under-graduate students.

The sample consisted of 71 first-year students of the Faculty of Science, Mahidol University. The ages are between 17 to 20 years. The sample were divided into three groups:

1. Ānāpānasati samādhi group, 20 cases
2. Sit-closed eyes group, 18 cases
3. Normal activity group, 33 cases

The three sample groups were administered the moral reasoning test : THE DEFINING ISSUES TEST (The D.I.T., Jame Rest, 1974) before and after eight weeks duration of experiment. And data was analysed by t-test.

The results suggest that:-

1. Before experiment, moral reasoning level of the three groups were non-significantly different
 2. After experiment, moral reasoning level of the Ānāpānasati samādhi group was significantly higher than moral reasoning of the Sit-closed eyes group. (P < .05)
 3. After experiment, moral reasoning level of the Ānāpānasati samādhi group was significantly higher than moral reasoning level of the Normal activity group. (P < .05)
 4. In Ānāpānasati samādhi group, moral reasoning level was significantly higher after experiment. (P < .01)
-

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ-นามสกุล อวยชัย โรจนนิรันดร์กิจ

วัน เดือน ปีเกิด ๗ พฤษภาคม ๒๕๔๔

สถานที่เกิด จังหวัดตาก

ประวัติการศึกษา

- ประกาศนียบัตรประถมศึกษาตอนต้น โรงเรียนอนุบาลตาก จังหวัดตาก มีนาคม ๒๕๐๘
- ประกาศนียบัตรประถมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนตากสินราชานุสรณ์ จังหวัดตาก มีนาคม ๒๕๑๑
- ประกาศนียบัตรประโยคมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนตากพิทยาคม จังหวัดตาก มีนาคม ๒๕๑๔
- ประกาศนียบัตรประโยคมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนตากพิทยาคม จังหวัดตาก มีนาคม ๒๕๑๖
- วิทยาศาสตร์บัณฑิต (จิตวิทยาคลินิก) คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มิถุนายน ๒๕๒๒

ประวัติการทำงาน

- ตุลาคม ๒๕๒๒ ลูกจ้างชั่วคราว แผนกจิตเวชศาสตร์ ภาควิชาอายุรกรรมศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี

ประกาศคุณูปการ

ในการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้รับความช่วยเหลือจากหลายฝ่าย ที่ช่วยให้งานวิจัยนี้ดำเนินไปได้ด้วยดีจนสำเร็จ ซึ่งถ้าปราศจากความช่วยเหลือจากท่านเหล่านี้แล้ว งานวิจัยนี้จะไม่สำเร็จออกมาได้เลย ผู้วิจัยระลึกถึงพระคุณของท่านได้ช่วยเหลือ และในโอกาสนี้ขอแสดงความขอบพระคุณอย่างสูง

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์โรจน์รุ่ง สุวรรณสุทธิ ที่ได้เมตตา ช่วยแนะนำสั่งสอน และแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ทั้งงานวิจัยและการปฏิบัติธรรม ถึงแม้จะมีอุปสรรคมากมาย อาจารย์ยังได้กรุณาเป็นแบบอย่างของการปฏิบัติธรรมอันสมควรแก่ธรรม ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อผู้วิจัยอย่างยิ่ง

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์แพทย์หญิงศรีธรรม ธนะภูมิ ที่ได้เมตตาให้คำปรึกษาและสนับสนุนงานวิจัยมาโดยตลอด

ขอขอบพระคุณ อาจารย์จำรอง เงินดี ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษาด้านรูปแบบการวิจัย สถิติและการวิเคราะห์ข้อมูล

ขอขอบพระคุณ ต่อท่านผู้บรรยายแก่นักศึกษา เจ้าหน้าที่วิทยาเขตศาลายา และท่านทั้งหลายที่ช่วยเหลือให้งานวิจัยในครั้งนี้จนสำเร็จลงได้

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. มั่นตรี จุลสมัย คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ไพโรจน์ เปรมปรีดิ์ คณบดีคณะวิทยาศาสตร์ รองศาสตราจารย์ ดร. นัยพินิจ คชภักดี หัวหน้าโครงการบัณฑิตศึกษา สาขาจิตวิทยาคลินิก ที่ได้อนุมัติให้ทำการวิจัยในครั้งนี้

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร. สิรินทร์ พิบูลนิยม ผู้อำนวยการโครงการศูนย์ศาลายา อาจารย์สำราญ ฉ่ำเย็นอุรา รองผู้อำนวยการโครงการศูนย์ศาลายา ที่ได้อนุมัติให้ใช้สถานที่ในการทำวิจัยในครั้งนี้

นอกจากนี้ผู้วิจัยขอขอบคุณ นักศึกษาปีที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๒๕-๒๕๒๖ คณะวิทยาศาสตร์ วิทยาเขตศาลายา มหาวิทยาลัยมหิดล ที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการวิจัยนี้

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอขอบคุณนักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาจิตวิทยาคลินิก ปีการศึกษา ๒๕๒๕-๒๕๒๖ เพื่อนร่วมรุ่นของผู้วิจัยทุกคน ที่ได้ช่วยเหลือสนับสนุนและให้กำลังใจตลอดมา และขอขอบคุณ คุณชมชื่น สมประเสริฐ ที่ได้ช่วยเหลือและให้คำแนะนำในการวิจัยนี้

อวยชัย โรจนนิรันดร์กิจ

บทคัดย่อภาษาไทย

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ

ประวัติผู้วิจัย

ประกาศขอบคุณ

สารบัญ

บทที่ ๑ บทนำ

- ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา ๑
- วัตถุประสงค์และประโยชน์ของการวิจัย ๓
- สมมติฐานในการวิจัย ๔
- นิยามศัพท์เฉพาะ ๔

บทที่ ๒ เอกสารที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย

- พุทธศาสนา ๕
- สรุประธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตามโอวาทปาฏิโมกข์ ๖
 - การไม่ทำบาปทั้งปวง ๗
 - การทำกุศลให้ถึงพร้อม ๑๐
 - การทำจิตของตนให้ผ่องใส ๑๒
 - การทำจิตให้บริสุทธิ์ชั่วขณะ ๑๒
 - การทำจิตให้บริสุทธิ์ตลอดไป ๑๓
- การฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา ๑๔
- ความหมายของจริยธรรม ๒๐
- ทฤษฎีทางด้านจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับจริยธรรม ๒๐
 - ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ๒๐
 - ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม ๒๔
 - ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญา ๓๔
- งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับอานาปานสติสมาธิ ๔๑

บทที่ ๓	วิธีดำเนินการศึกษา	๔๔
	- กลุ่มตัวอย่าง	๔๔
	- ตัวแปรที่ใช้ศึกษา	๔๕
	- เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	๔๕
	- รูปแบบของการศึกษา	๔๗
	- ดำเนินการ	๔๘
	- การตรวจนับคะแนน	๔๘
	- สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	๕๐
บทที่ ๔	ผลของการศึกษา	๕๒
	- การวิเคราะห์ข้อมูล	๕๒
	- ตารางการวิเคราะห์ข้อมูล	๕๒
	- การวิเคราะห์ข้อมูลตามขั้นตอนของสมมติฐาน	๕๘
	- กราฟแท่งรูปที่ ๑	๖๓
	- กราฟแท่งรูปที่ ๒	๖๔
	- แผนภูมิ แสดงผลของการทดสอบทั้ง ๓ ครั้งใน ๓ กลุ่ม	๖๕
บทที่ ๕	บทย่อ สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ	๖๖
	เอกสารอ้างอิง	๗๒
	ภาคผนวก	๗๘

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
๑. คะแนนการทดสอบครั้งที่ ๑ (T_1) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{y}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ก่อนการทดลองครั้งที่ ๑ ระหว่างกลุ่มที่จะฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม A) และกลุ่มที่นั่งหลับตา (กลุ่ม B)	๔๒
๒. คะแนนการทดสอบครั้งที่ ๒ (T_2) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม หลังการทดลองครั้งที่ ๑ ระหว่างกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม A) และกลุ่มที่นั่งหลับตา (กลุ่ม B)	๔๒
๓. คะแนนการทดสอบครั้งที่ ๑ (T_1) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ก่อนการทดลองครั้งที่ ๑ ระหว่างกลุ่มที่จะฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม A) และกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C)	๔๓
๔. คะแนนการทดสอบครั้งที่ ๒ (T_2) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม หลังการทดลองครั้งที่ ๑ ระหว่างกลุ่มผู้ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม A) และกลุ่มผู้ที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C)	๔๓
๕. คะแนนการทดสอบครั้งที่ ๒ (T_2) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ก่อนการทดลองครั้งที่ ๒ ระหว่างกลุ่มที่จะฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม B) และกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C)	๔๔
๖. คะแนนการทดสอบครั้งที่ ๓ (T_3) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม หลังการทดลองครั้งที่ ๒ ระหว่างกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม B) และกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C)	๔๔
๗. คะแนนภายในกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม A) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๑ (T_1) ก่อนการทดลองครั้งที่ ๑ และการทดสอบครั้งที่ ๒ หลังการทดลองครั้งที่ ๑	๔๔

ตารางที่

๘. คะแนนภายในกลุ่มที่นิ่งหลับตา (กลุ่ม B) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) ก่อนการทดลองครั้งที่ ๑ และการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) หลังการทดลองครั้งที่ ๑ ๕๕
๙. คะแนนภายในกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) ก่อนการทดลองครั้งที่ ๑ และการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) หลังการทดลองครั้งที่ ๑ ๕๕
๑๐. คะแนนภายในกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม B) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) ก่อนการทดลองครั้งที่ ๒ และการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3) หลังจากการทดลองครั้งที่ ๒ ๕๗
๑๑. คะแนนภายในกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) ก่อนการทดลองครั้งที่ ๒ และการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3) หลังการทดลองครั้งที่ ๒ ๕๗

บทที่ ๑

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบันนี้ประเทศไทยกำลังพัฒนาอย่างรวดเร็วในทางวัตถุและวิทยาการสมัยใหม่ ได้รับคำนิยม บางอย่างจากวัฒนธรรมตะวันตก การติดต่อสื่อสารทำได้หลายทางอย่างสะดวกสบาย ทำให้สามารถรับรู้วิทยาการ สมัยใหม่ได้อย่างกว้างขวาง โดยเฉพาะอย่างยิ่งความก้าวหน้าทางด้านวัตถุ มีการนำเอาเทคนิควิธีการใหม่ๆ เข้า มาใช้ในสังคมไทยมากมาย เช่น การใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ทั้งในวงการธุรกิจและราชการ อุปกรณ์อำนวยความสะดวก และ เครื่องทุนแรงต่างๆ ทำให้เห็นถึงความสำคัญทางด้านวัตถุและมีความต้องการทางด้านวัตถุมากขึ้น จึงเกิดการ เปลี่ยนแปลงความรู้สึกนึกคิดและจิตใจของคนไทย (สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ ๒๕๒๔ หน้า ๒-๓) จากดั้งเดิมที่มีลักษณะนิสัยพฤติกรรมและค่านิยมที่ให้ความสำคัญทางด้านจิตใจ ที่มีการเน้นความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (สุรางค์ จันทวานิช ๒๕๒๓ หน้า ๒๑-๔๔) ซึ่งแสดงออกทางพฤติกรรมได้แก่ ความสุภาพถ่อมตน ความเกรงใจ ความกตัญญูรู้คุณ การเคารพในความอาวุโส การยิ้มแย้มแจ่มใส และการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ซึ่งก่อให้เกิดการ เปลี่ยนแปลงทางจิตใจของชนในชาติซึ่งอยู่ในลักษณะทรุดโทรม และเป็นบ่อเกิดของปัญหาความยุ่งยาก ดังจะ เห็นได้จากสถิติคดีอาญา ว่าคนตาย ทั่วราชอาณาจักร (กองรายงานสถิติ ๒๕๑๗-๑๘ หน้า ๑๔๑ ๒๕๑๘-๒๓ หน้า ๑๘๑ ๒๕๒๔ หน้า ๒๖) ที่เพิ่มขึ้นจากจำนวน ๔,๐๒๓ ราย ในปี ๒๕๑๔ เป็น ๑๐,๐๐๒ ราย ในปี ๒๕๒๐ และเป็น ๑๓,๑๕๗ ราย ในปี ๒๕๒๔ และยังเห็นได้ทั่วไปในหน้าหนังสือพิมพ์แทบทุกวันได้แก่ การทำร้ายร่างกาย ปล้นทรัพย์ ลักทรัพย์ ชิงทรัพย์ ข่มขืนกระทำชำเรา การทุจริตคอร์รัปชันเกิดขึ้นทั่วไปในวงการราชการและหน่วยงานเอกชน นับว่าเป็นความเสื่อมของจริยธรรมอย่างมาก

ในการแก้ไขปัญหาดังกล่าวทางจริยธรรมนี้ รัฐบาลไทย โดยคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ได้ตระหนักถึงความสำคัญนี้ จึงได้กำหนดลงในแผนพัฒนา เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ห้า (๒๕๒๔ หน้า ๒๐๗-๒๓๒) ซึ่งใช้ระหว่างปี พ.ศ. ๒๕๒๔-๒๕๒๘ ให้มีการปรับปรุงการพัฒนาคุณภาพของประชากรให้มีทักษะ เพื่อยกระดับคุณค่า และความเป็นอยู่ของชีวิตที่ดีขึ้น รวมทั้งการพัฒนาด้านจิตใจ โดยเน้นทางค่านิยมและจริยธรรมควบคู่กันไป เพราะว่า การมุ่งพัฒนาคุณภาพของประชากรนั้นเป็นการสร้างเสริมศักยภาพให้มากขึ้นเท่านั้น จึงควรจะมีการพัฒนาจริยธรรมเพื่อ กำหนดทิศทางของศักยภาพไปในทางที่ดีด้วย จึงได้กำหนด เป้าหมาย แนวนโยบาย และมาตรการกำหนดพัฒนา ดังนี้

เป้าหมาย ให้เด็ก เยาวชน และประชาชน มีธรรมทางศาสนาเป็นแนวทางในการประกอบอาชีพในการ ดำเนินชีวิต และเป็นที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจมากขึ้นกว่าสภาพที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน

แนวนโยบาย เร่งทำนุบำรุงส่งเสริมศาสนาให้เป็นที่ยึดมั่นทางจิตใจและพัฒนาจริยธรรม คุณธรรม
ของประชาชน ให้มีระเบียบวินัยทั้งส่วนตัว และส่วนรวม

มาตรการการพัฒนา ทำนุบำรุงพุทธศาสนาในประเทศให้มั่นคง เจริญก้าวหน้า เป็นเครื่องโน้มน้าวจิตใจ
ของเด็กเยาวชนและประชาชน ให้มาศึกษาสิ่งที่เป็นแก่นแท้ของศาสนา คือ ธรรมะเพื่อการดำรงชีวิตที่ดียิ่งงาม
การประกอบอาชีพสุจริตและ เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ

ในการแก้ไขบิดาทางจริยธรรม เป็นสิ่งที่ทำได้ยากและมีหลายปัจจัยที่มาเกี่ยวข้อง ในทฤษฎีทางจิตวิทยา
ก็มีความเห็นที่แตกต่างกันไปในแต่ละสำนัก และการแก้ไขบิดาทางจริยธรรม ควรจะหาวิธีการที่เหมาะสมกับสังคม
ไทย ซึ่งจากลักษณะของสังคมไทยมีพุทธศาสนาดั้งเดิม และมีประชาชนชาวไทยนับถือศาสนาพุทธประมาณร้อยละ
๕๕.๒๔ ลักษณะพื้นฐานความเชื่อถือในการดำเนินชีวิตของคนในชาติจึงได้รับอิทธิพลจากคำสั่งสอนทางพุทธศาสนา
เป็นส่วนใหญ่ ฉะนั้นการแก้ไขบิดาทางจริยธรรมนี้จึงสมควรจะใช้หลักการทางพุทธศาสนา

พระธรรมในพุทธศาสนา องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ความจริงของธรรมชาติ ทรงสั่งสอนด้วยเหตุ
และผลว่า "ธรรมเหล่าใด เกิดแต่เหตุ พระตถาคตทรงแสดงเหตุแห่งธรรมเหล่านั้น และความดับของธรรม
เหล่านั้น พระมหาสมณะทรงสั่งสอนอย่างนี้" (กรรมศาสนา ๒๕๒๑ เล่มที่ ๔ หน้า ๖๔) นั่นก็คือการสร้าง
เหตุดีผลดีก็ตามมา การสร้างเหตุชั่วผลชั่วก็ตามมา

ในการปฏิบัติให้เป็นขั้นตอน ตามคำสรุปคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกพระองค์
ซึ่งเรียกว่า โอวาทปาฎิโมกข์ (คบธรรม ๒๕๑๘ หน้า ๕๓๓-๕๓๔) ดังต่อไปนี้

๑. การไม่ทำบาปทั้งปวง (การละความชั่ว)
๒. การทำกุศลให้ถึงพร้อม (การทำความดี)
๓. การทำจิตของตนให้ผ่องใส (การทำจิตให้บริสุทธิ์) ซึ่งแบ่ง เป็น
 - ๓.๑ การทำจิตให้บริสุทธิ์ชั่วขณะ (สมถกัมมัฏฐาน)
 - ๓.๒ การทำจิตให้บริสุทธิ์ตลอดไป (วิปัสสนากัมมัฏฐาน)

ในการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนานั้น เป็นวิธีการหนึ่งใน ๔๐ วิธีของการทำจิตให้บริสุทธิ์
ชั่วขณะ ซึ่งสามารถพิสูจน์ ทดลองได้ หาความจริงด้วยเหตุ-ผลได้ เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติพึงเห็นได้ด้วย
ตนเอง ไม่จำกัดกาลเวลา (สวตมณฑลบัลลังก์ ชัมมาภิกขุ) และการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนานั้นเป็น
ครูกุศลกรรม คือ กรรมฝ่ายกุศลที่หนัก กรรมที่มีกำลังมาก ส่งผลก่อนกรรมอื่นๆ (คบธรรม ๒๕๑๘ หน้า ๘)

เมื่อสร้างเหตุที่ติดกันถูกต้องโดยครบองค์ประกอบ(อยู่ในบทที่ ๒ ของรายงานนี้)ให้เกิดขึ้นผลดีก็จะตามมาในทันที ซึ่งเป็นการพิสูจน์ทดลองว่า ทำเหตุ ได้ผลดีมีจริง ดังนั้นในทางตรงกันข้าม ถ้าทำเหตุที่ชั่ว ผลที่ชั่วย่อมจะ ตามมาอย่างแน่นอน ทำให้ผู้ปฏิบัติมีความมั่นใจ ในเรื่องของเหตุและผลยิ่งขึ้น จึงมีความเชื่ออย่างมีเหตุ-ผลว่า กรรมมีจริง-ผลของกรรมมีจริง ผู้ใดทำกรรมใดไว้ย่อมจะได้รับผลของกรรมนั้น ซึ่งคือ ศรัทธา ในพุทธศาสนา จึงมีความกลัวและละอายที่จะทำกรรมชั่ว และขณะเดียวกันก็มุ่งทำความดีให้เกิดขึ้น

ฉะนั้นผู้วิจัยนี้ เห็นความสำคัญอย่างยิ่งในการฝึกอานาปานสติสมาธิอันถูกต้องในพุทธศาสนาซึ่งมีผลต่อการพัฒนาทางจริยธรรม และในทางด้านจริยธรรมนี้ การใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม-เชิงจริยธรรม และสามารถทำนายพฤติกรรมเชิงจริยธรรมได้ ตามที่ดวงเดือน พันธุมนาวิน และ เพ็ญแข ประจวบจิติก ๒๕๑๙ และ ๒๕๒๐ ได้ทำการศึกษาไว้ นอกจากนี้ยังพบอีกว่าคนที่มีความรู้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูง จะมีพฤติกรรมอันแสดงถึงความมีจริยธรรมสูง คือ การไม่โกงและไม่ประทุษร้ายผู้อื่น มากกว่าผู้มีความรู้เหตุผลเชิงจริยธรรมต่ำอย่างเชื่อมั่นได้

ดังนั้นกล่าวโดยสรุปแล้ว ผู้วิจัยนี้จึง เห็นความสำคัญในการที่จะหาความสัมพันธ์ของผลของการฝึก-อานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาต่อการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม

วัตถุประสงค์และประโยชน์ของการวิจัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑) เพื่อศึกษาผลการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา ต่อการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม โดยเปรียบเทียบผลระหว่างกลุ่มต่างๆ คือ
 - ๑.๑) กลุ่มผู้ที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาและกลุ่มผู้ไม่หัดดา
 - ๑.๒) กลุ่มผู้ที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาและกลุ่มผู้มีกิจกรรมปกติ
- ๒) เพื่อศึกษาถึงผลการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาที่มีต่อการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมภายในกลุ่มผู้ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาในระยะ เวลาที่กำหนด

ประโยชน์ของการวิจัย

- ๑) ทำให้ทราบผลของการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาต่อการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มผู้ที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา และกลุ่มผู้ที่นั่งหลับตา
- ๒) ทำให้ทราบผลของการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาต่อการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มผู้ที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา และกลุ่มผู้มีกิจกรรมปกติ
- ๓) ทำให้ทราบผลของความสัมพันธ์ระหว่าง ผลการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา ที่มีต่อการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ในกลุ่มผู้ที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา

สมมติฐานในการวิจัย

- ๑) กลุ่มผู้ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา จะมีคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม สูงกว่า กลุ่มผู้ที่นั่งหลับตา
- ๒) กลุ่มผู้ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา จะมีคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงกว่า กลุ่มผู้มีกิจกรรมปกติ
- ๓) กลุ่มผู้ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา จะมีคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงกว่าคะแนนก่อนการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา

นิยามศัพท์เฉพาะ

"อานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา" หมายถึง วิธีฝึกเพื่อสร้างความตั้งมั่นของจิตใจ โดยการใช้สติในการระลึกรู้ความเป็นจริงตามธรรมชาติของลมหายใจทั้งเข้าและออก ซึ่งเป็นวิธีหนึ่งในอนุสติ ๑๐ ของสมถกรรมฐาน ๔๐ วิธี

"เหตุผลเชิงจริยธรรม" หมายถึง การที่บุคคลใช้เหตุผลในการเลือกที่จะกระทำหรือไม่กระทำพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง เหตุผลที่กล่าวนี้จะแสดงให้เห็นถึงเหตุจริงใจ หรือแรงจูงใจที่อยู่เบื้องหลังการกระทำต่างๆ ของบุคคล

บทที่ ๒

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย (Related Literature)

ในงานวิจัยนี้ ได้นำเอกสารที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยเสนอตามลำดับดังต่อไปนี้ คือ พุทธศาสนา
สรุปพระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตามพระโอวาทปาฏิโมกข์ การฝึกอานาปานสติสมาธิ
ในพุทธศาสนา ความหมายของจริยธรรม ทฤษฎีทางด้านจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับจริยธรรม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พุทธศาสนา

พระพุทธศาสนา คือ ศาสนาประจำชาติไทย ประกอบด้วยพระรัตนตรัย ได้แก่ (หนังสือสวดมนต์แปล,
พระศาสนโสภณ, ๒๕๑๗, หน้า ๑-๕)

พระพุทธ คือ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผู้ได้ตรัสรู้หรือค้นพบพระธรรมคือ ความเป็นจริงตาม
ธรรมชาติได้ด้วยพระองค์เอง เป็นผู้รู้โลกอย่างแจ่มแจ้ง เป็นพระอรหันต์ ได้ทรงดับความเศร้าหมองของจิตใจ
(กิเลส) ด้วยพระปัญญาอันยิ่งของพระองค์ ทรงจำแนกธรรมสั่งสอนทั้ง พรหม เทวดา มนุษย์ และหมู่สัตว์ให้รู้ตาม
ทรงสามารถอบรมสั่งสอนแนะนำผู้ที่สมควรฝึก ทรงประกาศแบบแห่งการปฏิบัติอันประเสริฐ บริสุทธิ บริบูรณ์

พระธรรมคือความจริงตามธรรมชาติที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสรู้หรือค้นพบและทรง
ประกาศสั่งสอน เป็นสิ่งที่ผู้ศึกษาและปฏิบัติพึงเห็นได้ด้วยตนเอง ให้ผลไม่จำกัดกาลเวลา พระธรรมที่ทรงแสดง
มีทั้งสิ้น ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้นตรี ซึ่งสามารถสรุปได้ตามพระโอวาทปาฏิโมกข์ คือ การไม่ทำบาปทั้งปวง การทำ
กุศลให้ถึงพร้อม และการทำจิตของตนให้ผ่องใส เป็นธรรมที่สมควรน้อมนำมาให้บังเกิดแก่ตน และทำให้แจ้ง
แก่ตน

พระสงฆ์ คือ สาวกขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่ปฏิบัติ ปฏิบัติตาม ปฏิบัติเพื่อธรรม
เป็นเครื่องออกจากความเศร้าของจิตใจ (กิเลส) ซึ่งเป็นพระอริยบุคคล ได้แก่ โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล
สกิทาคามีมรรค สกิทาคามีผล อานาคามีมรรค อานาคามีผล อรหัตตมรรค อรหัตตผล นอกจากนั้นยัง
เป็นผู้สืบต่อและเผยแผ่พระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

เมื่อพิจารณาจากพระรัตนตรัย จะเห็นว่าพุทธศาสนา คือ พระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมา-
สัมพุทธเจ้า

คำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้นสอนให้เชื่อเรื่องของ "เหตุ" และ "ผล" เหตุดี ผลดีก็ตามมา เหตุชั่ว ผลชั่วก็ตามมา ตามพุทธประวัติ (กรรมการศาสนา เล่มที่ ๔ ๒๕๒๑ หน้า ๖๗-๖๘) พระสารีบุตรและพระโมคคัลลานะ เมื่อครั้งยังประพฤติพรหมจรรย์อยู่ในสำนักสทชัยปริพาชก ท่านทั้งสองได้ทำศึกากันไว้ว่า ผู้ใดบรรลุอมตธรรมก่อน ผู้นั้นจงบอกแก่อีกคนหนึ่ง พระสารีบุตรได้เห็น พระอัสสชิ เข้าไปสู่พระนครราชคฤห์เพื่อบิดาบิดา มีความเสื่อมใสในความสงบเสงี่ยมเรียบร้อยของท่าน จึงรอจนได้โอกาสก็เข้าไปถามถึงหลักธรรมในศาสนาที่ท่านบวช พระอัสสชิ ท่านกล่าวหลักธรรมเพียงย่อๆ ให้ฟังว่า "ธรรมเหล่าใด เกิดแต่เหตุ พระตถาคตทรงแสดงเหตุแห่งธรรมเหล่านั้น และความดีของธรรมเหล่านั้น พระมหาสมณะทรงสั่งสอนอย่างนี้" ซึ่งพระธรรมที่พระอัสสชิกล่าวนี้ เป็นการยืนยันคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า "ทุกสิ่งทุกอย่างย่อมมาแต่เหตุและปัจจัย คือ เมื่อมีเหตุและปัจจัยเกิดขึ้นย่อมมีผลตามมา"

สรุปพระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตามโอวาทปาฏิโมกข์

ในจาตุรงคสันนิบาต (พระศาสนา โศภน ๒๕๑๖) คือ เป็นวันพระจันทร์เสวยมาฆะบูชา ซึ่งเป็นวันที่ พระสงฆ์สาวกที่เป็นพระอรหันต์จบพรหมจรรย์ทั้งสิ้น และเป็นเอหิภิกขุอุปสมบท คือ พระสงฆ์ที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าบวชให้ทั้งสิ้น มาประชุมรวมกันโดยมิได้นัดหมายเป็นจำนวน ๑๒๕๐ พระองค์ในวันนั้น องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงแสดง "โอวาทปาฏิโมกข์" อันเป็นสรุปพระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกพระองค์ เพื่อให้พระสงฆ์สาวกเหล่านั้น เผยแผ่พระธรรมไปในแนวเดียวกันทั้งสิ้น (กรมศาสนา เล่มที่ ๑๐ ๒๕๒๑ หน้า ๑๐) (คบธรรม ๒๕๑๘ หน้า ๔๓๓-๔๓๔) ความว่า

"ชนิด" คือ ความอดทนเป็นตบะอย่างเยี่ยม

พระพุทธเจ้าทั้งหลายกล่าวว่านิพพานเป็นของเยี่ยม

ผู้ฆ่าผู้อื่นไม่ชื่อว่าบรรพชิต

ผู้เบียดเบียนผู้อื่นไม่ชื่อว่าสมณะ

การไม่ทำบาปทั้งปวง

การทำกุศลให้ถึงพร้อม

การทำจิตของตนให้ผ่องใส

นี่เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย

การไม่ตีเตียนผู้อื่น การไม่ฆ่าผู้อื่น

การสำรวมในปาฏิโมกข์

การรู้จักประมาณในการบริโภค

การนั่งนอนในที่อันสงัด

การประกอบอธิจิตนี้เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย"

๑. การไม่ทำบาปทั้งปวง คือ การไม่กระทำความชั่ว ไม่ให้สร้าง "เหตุ" ที่ช่วยให้เกิดขึ้น เป็นการป้องกันไม่ให้ต้องรับ "ผล" หรือ "วิบากกรรมชั่ว" หรือ "อกุศลวิบากกรรม" คือ ความทุกข์ความเดือดร้อน ทั้งในปัจจุบัน และอนาคตได้แก่ ทุกคติภูมิ ๔

๒. การทำกุศลให้ถึงพร้อม คือ การทำกรรมดี เป็นการสร้าง "เหตุ" ที่ดี เพราะเมื่อ "ผลวิบากกรรมดี" หรือ "กุศลวิบากกรรม" ส่งผล ความสุขในชีวิตทั้งปัจจุบันและอนาคตจะเกิดขึ้น อันหมายถึง จะทำให้ผู้กระทำความดีนั้นจะได้รับผลตอบแทนทางกายคุณ ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น และกายได้รับสัมผัสที่ดียิ่ง

๓. การทำจิตของตนให้ผ่องใส คือ การทำจิตให้บริสุทธิ์ เป็นการสร้าง "เหตุ" ที่ดีให้เกิดขึ้น ทางใจ แบ่งออกเป็น ๒ ประการ คือ

๓.๑ การทำจิตให้บริสุทธิ์ชั่วขณะ หรือ สมถกัมมัฏฐาน หรือ สมาธิ

๓.๒ การทำจิตให้บริสุทธิ์ตลอดไป หรือ วิปัสสนากัมมัฏฐาน หรือ ปัญญา

ตามพระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้น จะเห็นได้ว่าทรงสอนให้สนใจที่ "เหตุ" คือ กรรมที่จะกระทำลงไปทั้งทางกาย วาจา และใจ สรุปลแล้ว คำสอนในพุทธศาสนานั้นทรงสอนให้เชื่อกันในเรื่องของกรรม และวิบากกรรม แล้วนำมาประพฤติปฏิบัติกันในชีวิตประจำวัน

เพื่อความเข้าใจขอขยายคำว่า "กรรม" (ขุนสรรพกิจโกศล ปริจเฉทที่ ๔ หน้า ๗๓) มีความหมายว่า "เจตยานั้นแหละเป็นกรรม เมื่อมีเจตนาแล้ว บุคคลย่อมทำกรรมโดยทางกาย ทางวาจา และทางใจ"

(๑) การไม่ทำบาปทั้งปวง (การไม่กระทำความชั่ว) คือ การไม่ล่วงอกุศลกรรมบถ ๑๐ ได้แก่

กายกรรม ๓

๑. เว้นจากการฆ่าสัตว์

๒. เว้นจากการลักทรัพย์

๓. เว้นจากการประพฤตินิन्दในกาม

- วจิกรรรม ๔
๑. เว้นจากการพูดปด
 ๒. เว้นจากการพูดส่อเสียดยุยงให้แตกแยกกัน
 ๓. เว้นจากการพูดคำหยาบ
 ๔. เว้นจากการพูดเพื่อเจ้อ
- มโนกรรม ๓
๑. เว้นจากการอยากได้ของผู้อื่น
 ๒. เว้นจากการผูกพยาบาท
 ๓. เว้นจากการเห็นผิด (มัจฉาทิฎฐิ) (กรมการศาสนา เล่มที่ ๒๔ ๒๕๒๑ หน้า ๒๘๓-๒๘๖)

องค์ประกอบของอกุศลกรรมบถ ๑๐ ดังนี้ (ขุนสรรพกิจโกศล ปริจเฉทที่ ๕ ๒๕๑๒ หน้า ๙๒-๙๗)

๑. ปาณาติบาต มiongค้ ๕
 ๑. สัตว์นั้นมีชีวิต
 ๒. รู้ว่าสัตว์นั้นมีชีวิต
 ๓. จิตคิดจะฆ่า
 ๔. ทำความเพียรเพื่อฆ่า
 ๕. สัตว์ตายเพราะความเพียรนั้น
๒. อหินนาทาน มiongค้ ๕
 ๑. ทรัพย์สินของผู้อื่น
 ๒. รู้ว่า เป็นของผู้อื่น
 ๓. จิตคิดจะลัก
 ๔. เพียรเพื่อลัก
 ๕. ได้ทรัพย์สินมาสำเร็จเพราะความเพียรนั้น
๓. กาเมสุมิฉฉาจาร มiongค้ ๔
 ๑. วัตถุที่ไม่ควร เสพ
 ๒. จิตคิดจะ เสพ
 ๓. เพียรจะ เสพ
 ๔. พอใจทำมคคให้ลวงมคค

๔. มุสาวาท มืองค์ ๔

๑. เรื่องไม่จริง (วัตถุเทียม)
๒. จิตคิดจะมุสา
๓. ประกอบความเพียร
๔. ผู้ฟัง เชื่อตามที่กล่าวนั้น

๕. ปิสฺฐาวาท มืองค์ ๔

๑. มีหมู่คณะที่ฟังแตกต่างกัน
๒. प्रารณนาจะให้แตกต่างกัน
๓. เพียรพยายามให้แตกต่างกัน
๔. หมู่คณะนั้นปักใจ เชื่อ

๖. ผรุสวาท มืองค์ ๓

๑. มีผู้อื่นที่จะฟังคำ
๒. มีจิตโกรธเคือง
๓. กล่าวคำหยาบ คำบริภาษ

๗. ฉิมฺตัปปคท มืองค์ ๒

๑. มุ่งกล่าวคำที่ไร้แก่นสาร ไม่มีประโยชน์
๒. กล่าวคำที่ไม่มีประโยชน์

๘. อภิขญา มืองค์ ๒

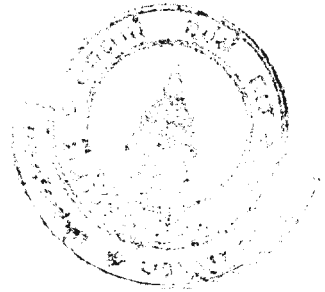
๑. ทรัพย์ของผู้อื่น
๒. มีความเพ็ง เล็งให้ได้มา เป็นของตน

๙. พยาบาท มืองค์ ๒

๑. มีสัตว์อื่น เพื่อทำลาย
๒. มีจิตคิดทำลาย เพื่อสัตว์นั้นประสพความพินาศ

๑๐. มิจฉาทิกฺขิ มืองค์ ๒

๑. ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ที่ผิด
๒. เชื่อและยินดีพอใจในอารมณ์นั้น



อนึ่ง การเสพสุราเมรัย สงเคราะห์เข้าในกาเมสุมิจณาจารย์ เพราะเป็นความประพฤติดิคน
กามคุณ คือ รสารมณ์เหมือนกัน องค์ของสุรามิ ๔

๑. เป็นน้ำเมา
๒. มีเจตนาจะดื่ม
๓. กระทำการดื่ม
๔. น้ำเมานั้นล่องล่ำคองลงไป

(๒) การทำกุศลให้ถึงพร้อม (การกระทำความดี) เป็นกามาจารย์กุศล (ขุนสรรพกิจโกศล ปริจเฉทที่ ๔
๒๕๒๑ หน้า ๑๐๔-๑๐๘) ต้องพยายามสร้างความดี เป็นกิจประจำด้วยปัญญา เพื่อจะยังความสุขและความ
เจริญอันคงทนที่ชีวิตจะได้รับสมำเสมอไม่ลุ่มๆ ดอนๆ

"บุญกิริยาวัตถุ ๑๐" ได้แก่

๑. ทาน การให้สิ่งที่เป็นประโยชน์สุขแก่ผู้ที่ได้รับ
๒. ศีล การรักษากายวาจาให้เป็นปกติ ไม่เป็นการเบียดเบียนผู้อื่น
๓. ภาวนา การอบรมจิตใจให้กุศลอันประเสริฐเกิดขึ้น และให้เจริญยิ่งขึ้นด้วย
๔. อปายณะ การแสดงคารวะและอ่อนน้อมแก่ผู้ที่เจริญ ด้วยชาติวุฒิ วิทยุติ และคุณวุฒิ
๕. เวทย์วิจิตร การสงเคราะห์ช่วยเหลือกิจการที่เกี่ยวข้องแก่ ปรีชาปฏิบัติ และปฏิบัติ
๖. ปัตติทานะ การอุทิศส่วนกุศลให้ บิดา มารดา ครู อาจารย์ ญาติพี่น้อง
ตลอดจนสรรพสัตว์ทั้งหลาย
๗. ปัตตานุโมทนา การที่มีจิตพลอยยินดี เมื่อได้รู้เห็นผู้อื่นได้กระทำคุณงามความดี ตัวอย่าง เช่น
การอนุโมทนารับส่วนบุญที่มีผู้อุทิศให้
๘. ชัมมสวนะ การตั้งใจสดับตรับฟังพระธรรม เทศนา แม้ฟังการสั่งสอนวิชาทางโลกที่ไม่มี
โทษก็สงเคราะห์เป็นชัมมสวนะ
๙. ชัมมเทศนา การแสดงธรรมแก่ผู้ประสงค์ฟังธรรม อันสมควรแก่ฐานะ แม้การสั่งสอนวิชา
ทางโลก ที่ไม่มีโทษ ก็สงเคราะห์เป็นชัมมเทศนาเช่นเดียวกัน
๑๐. ทิวฐชุกกรรม การมีความเห็นถูกต้องตามความเป็นจริงอย่างน้อยก็ต้องถึงกัมมัสมกตาปัญญา
คือ รู้ว่า สัตว์มีกรรมเป็นของตน ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว จนสามารถ
สร้างกุศลผลบุญได้ถูกต้องและครอบงำประกอบ

องค์ประกอบของการสร้างกามาวจรฤศล

การสร้างกามาวจรฤศลด้วย "บุถกิริยาวัตถุ ๑๐" จะต้องประกอบด้วยองค์ธรรม ไม่ควรทำด้วยความมงมวาย หรือทำตามประเพณีอันไม่ถูกต้องตามหลักพุทธศาสนา (ขุนสรรพกิจโกศล ปริจเฉทที่ ๕ ๒๔๑๒ หน้า ๘๕-๘๖) คือ

๑. เจตนาสัมปทา การทำความดีต้องประกอบด้วยความตั้งใจ อันประกอบด้วยมหากุศลจิตใน ๘ ดวง ครบองค์เจตนา (มหามกุฏราชวิทยาลัย อภิธัมมัตถสังคบาสิ ๒๔๒๐ หน้า ๒๓๔-๒๔๑)

- ๑.๑ มีความตั้งใจด้วยจิต เป็นมหากุศลก่อนที่จะทำ
- ๑.๒ มีความตั้งใจด้วยจิต เป็นมหากุศลเมื่อกำลังทำ
- ๑.๓ มีความตั้งใจด้วยจิต เป็นมหากุศล เมื่อทำเสร็จ
- ๑.๔ มีความตั้งใจด้วยจิต เป็นมหากุศล เมื่อทำเสร็จแล้ว เป็นเวลานาน

มหากุศลจิตมี ๘ ดวง ได้แก่ (ขุนสรรพกิจโกศล ปริจเฉทที่ ๑ ๒๔๑๗ หน้า ๖๓-๖๔)

- (๑) มหากุศลจิตดวงที่ ๑ เกิดพร้อมด้วยความยินดี ประกอบด้วยปัญญา เกิดขึ้นเอง โดยไม่มีสิ่งชักจูง
 - (๒) มหากุศลจิตดวงที่ ๒ เกิดพร้อมด้วยความยินดี ประกอบด้วยปัญญา เกิดขึ้นโดยมีสิ่งชักจูง
 - (๓) มหากุศลจิตดวงที่ ๓ เกิดพร้อมด้วยความยินดี ไม่ประกอบด้วยปัญญา เกิดขึ้นเองโดยไม่มีสิ่งชักจูง
 - (๔) มหากุศลจิตดวงที่ ๔ เกิดพร้อมด้วยความยินดี ไม่ประกอบด้วยปัญญา เกิดขึ้นโดยมีสิ่งชักจูง
 - (๕) มหากุศลจิตดวงที่ ๕ เกิดพร้อมด้วยความเฉยๆ ประกอบด้วยปัญญา เกิดขึ้นเองโดยไม่มีสิ่งชักจูง
 - (๖) มหากุศลจิตดวงที่ ๖ เกิดพร้อมด้วยความเฉยๆ ประกอบด้วยปัญญา เกิดขึ้นโดยมีสิ่งชักจูง
 - (๗) มหากุศลจิตดวงที่ ๘ เกิดพร้อมด้วยความเฉยๆ ไม่ประกอบด้วยปัญญา เกิดขึ้นเองโดยไม่มีสิ่งชักจูง
 - (๘) มหากุศลจิตดวงที่ ๘ เกิดพร้อมด้วยความเฉยๆ ไม่ประกอบด้วยปัญญา เกิดขึ้นโดยมีสิ่งชักจูง
๒. ปัจจัยสัมปทา สิ่งที่น่ามาทำความดีนั้น เป็นการได้มาด้วยความบริสุทธิ์
๓. วัตถุสัมปทา ผู้มีความสัมพันธ์กับความดีที่ทำงานนั้นต้องเป็นผู้ที่สมควรอันมีการปฏิบัติธรรม อันสมควร

แก่ธรรม

๔. คุณติเรกสัมปทา ความดีที่ทำนัยยอมก่อประโยชน์และจำเป็นในพุทธศาสนา

(๓) การทำจิตของคนให้ม่งใส (การทำจิตให้บริสุทธิ์) แบ่งออกเป็น ๒ ประการ คือ

๑. การทำจิตให้บริสุทธิ์ชั่วขณะ (สมถกัมมัฏฐาน)
๒. การทำจิตให้บริสุทธิ์ตลอดไป (วิปัสสนากัมมัฏฐาน)

(๓.๑) การทำจิตให้บริสุทธิ์ชั่วขณะ (สมถกัมมัฏฐาน) คือ การปฏิบัติงานทางจิตใจพุทธศาสนา

มีจุดมุ่งหมายที่จะให้จิตมี "ความสงบ" มากน้อยตามความต้องการ มีวิธีทำ ๔๐ วิธี (พระพุทธโฆษา
พระวิสุทธิมคค์ ๒๕๒๑ หน้า ๒๐๒-๓๒๓) คือ กลิน ๑๐ ^{อนุสสติ ๑๐} อนุสสติ ๑๐ อาทาเรปฏิกุลสัมมทา ๑ จตุธาตุวักถานา ๑
พรหมวิหาร ๔ อรูปฌาน ๔ ส่วนอานาปานสติ เป็น ๑ ในอนุสสติ ๑๐

สัมมาสมาธิ เป็นการสร้างกุศลผลบุญชนิดหนึ่ง ซึ่งสามารถจะเป็นกุศลได้ทั้ง ๓ ระดับ คือ

กามาวจรกุศล รูปาวจรกุศล อรูปาวจรกุศล ทั้งนี้เพราะเหตุว่า

สมาธิ ที่ยังไม่ถึงฉานจิตก็เป็นกุศลในชั้น "กามาวจรกุศล" ที่เรียกว่า "ภวานามัย"

สมาธิ ที่ได้ฉานจิตแห่งปฐมฉานจนถึงปัจฉิมฉานก็เป็นกุศลในชั้น "รูปาวจรกุศล"

สมาธิ ที่สูงกว่าปัจฉิมฉานในรูปฌาน ได้แก่อรูปฌาน ๔ เป็น กุศล ชั้น "อรูปาวจรกุศล"

"สัมมาสมาธิ" ตามพุทธศาสนาต้องสร้างขึ้นด้วยองค์ประกอบดังนี้ คือ

๑. มีศีล อย่างน้อย เบญจศีล เป็นพื้นฐานหรือรากฐานของสมาธิ
๒. ผู้ทำสมาธิ ต้องประกอบด้วย "ศรัทธาเจตสิก" "สติเจตสิก" "ปัญญาเจตสิก"
เกิดขึ้นในจิตของผู้ทำสมาธิ
๓. ผู้ทำสมาธิต้องประกอบด้วยความเพียร ๔ ประการ (สัมมัปปธาน ๔)

(๑) สังวรปธาน คือ ปรารภความเพียรประคองจิตตั้งไว้เพื่อความไม่เกิดขึ้น
แห่งธรรมที่เป็นอกุศลที่ยังไม่เกิด

(๒) ปหานปธาน คือ ปรารภความเพียรประคอง จิตตั้งไว้ เพื่อละธรรมที่เป็น
อกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว

(๓) ภวานापธาน คือ ปรารภความเพียรประคองจิตตั้งไว้ เพื่อความบังเกิดขึ้น
แห่งธรรมที่เป็นกุศลที่ยังไม่เกิด

(๔) อนุรักษนาปธาน คือ ปรารภความเพียรประคองจิตตั้งไว้ เพื่อความตั้งมั่นไม่
ไม่เลื่อนกลางแห่งธรรมที่เป็นกุศล ที่เกิดขึ้นแล้ว (คปธรรม ทริช เปล่งวิทยา

๔. เจตนาในการทำสมาธิ คือ การสร้างความสงบแห่งจิต ด้วยศรัทธาอันถูกต้องในพุทธศาสนา สมาธิที่สร้างขึ้นด้วยวัตถุประสงค์อย่างอื่นมิใช่ความสงบทางจิตอันผิดไปจากหลักการในพระพุทธศาสนา เรียกว่า "มิจฉาสมาธิ" เนื่องจากเหตุ "มิจฉาสมาธิ" เป็นสมาธินอกหลักพุทธศาสนา ไม่บังเกิดผลในความสงบแห่งจิต ไม่มีผลเป็นกุศลทั้ง ๓ ระดับ แต่เป็นการทำอกุศลประเภท "โลภะมูลจิต" "โมหะมูลจิต" โดยที่ผู้ปฏิบัติไม่รู้เท่าทันในเรื่อง "กรรม"

เนื่องจากเหตุดังกล่าว "สมาธิ" จึงเปรียบดุจดาบ ๒ คม คือถ้าเป็น "สัมมาสมาธิ" ก็จัดอยู่ในชั้น "กุศลกรรม" ถ้าเป็นมิจฉาสมาธิก็เป็นอกุศลกรรม สร้างกรรมชั่วให้เกิดขึ้น

(๓.๒) การทำจิตให้บริสุทธิ์ตลอดไป (วิปัสสนากัมมัฏฐาน) (มหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยุมรรคแปด ภาค ๓ ตอน ๑ ๒๔๒๒ หน้า ๒) คนเราเกิดมาแล้วก็ต้องตายเช่นนี้ไม่รู้จักหมดจักสิ้น พุทธศาสนาสอนให้ประพฤติปฏิบัติในขั้นสูงเพื่อให้พ้นจากการเกิด ด้วยการทำจิตให้บริสุทธิ์ คือ

๑. ผิกสติให้มีการระลึกไว้ในเบื้องต้นด้วยการพิจารณาดูความผิด ความบกพร่องที่เกิดขึ้นในตัวของเราในวันหนึ่งๆ มีอะไร แล้วคอยเตือนใจตัวเองอย่าให้เป็นเช่นนั้นอีก

๒. เมื่อสามารถเตือนตนเองไม่ให้มีความบกพร่องในชีวิตประจำวันแล้ว ต่อไปจึงผิกสติให้ระลึกถึงทางยาวทั้ง ๖ จนกว่าสติจะสามารถระลึกถึงความจริงที่ปรากฏ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้เป็นปัจจุบันธรรม

๓. เมื่อสติได้รับการฝึกจนสามารถระลึกได้เป็นปัจจุบันธรรมแล้วก็ให้สติเข้าใจถึงการระลึกไว้เช่นนั้น เป็นสภาวะธรรม คือ อะไรเป็น "รูปธรรม" อะไรเป็น "นามธรรม" ต่อไป

๔. เมื่อสติสามารถระลึกได้จนเป็นปัจจุบันธรรมว่าอะไรเป็นรูปธรรม นามธรรมแล้วในขั้นต่อไปก็ฝึกพิจารณาให้เห็นถึงความเกิดขึ้น ความตั้งอยู่ และควาเมดับไปของ รูปธรรม และนามธรรมนั้นๆ เป็นประการใด

๕. เมื่อสติรู้ถึงการเกิดขึ้น การตั้งอยู่ และการดับไปของรูปธรรมและนามธรรมได้ดีแล้วในขั้นต่อไปทำการฝึกพิจารณา รูปธรรม-นามธรรม ที่เกิดขึ้นตามหลักการสามัญลักษณะ คือ

๕.๑ ความเป็นอนิจจัง คือ ความไม่เที่ยงของรูป-นาม

๕.๒ ความเป็นทุกขัง คือ ความเป็นทุกข์ของรูป-นาม

๕.๓ ความเป็นอนัตตา คือ ความไม่ใช่ตัวตนของรูป-นาม

โดยทำที่ละชั้นละตอน บ่อยๆ เสมอๆ ความบริสุทธิ์ย่อมจะเกิดขึ้น คือ (มหามกุฏราชวิทยาลัย
วิสุทธิมรรคแปลภาค ๓ ตอนจบ ๒๕๒๑ หน้า ๑, ๒๔, ๔๒, ๑๒๕, ๒๐๗)

ทวิวิสุทธิ	หมายถึง	โสฬสญาณที่ ๑
กัณหาวิตรณวิสุทธิ	หมายถึง	โสฬสญาณที่ ๒
มัคคามัคคญาณทัสนวิสุทธิ	หมายถึง	โสฬสญาณที่ ๓ ถึงที่ ๔ (อ่อน)
ปฎิปทาญาณทัสนวิสุทธิ	หมายถึง	โสฬสญาณที่ ๔ (แก่กล้า) ถึง โสฬสญาณที่ ๑๒
ญาณทัสนวิสุทธิ	หมายถึง	โสฬสญาณที่ ๑๓-๑๖

การฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา

การฝึกอานาปานสติสมาธิ มีความจำเป็นที่ต้องทำความเข้าใจ และสร้างองค์ประกอบของการ
ทำสมาธิในพุทธศาสนาอันถูกต้องให้เกิดขึ้น ดังต่อไปนี้

๑. การกระทำความดีให้เกิดผลดีทางใจชั่วขณะ ก็คือการทำจิตให้ตั้งมั่น ในทางที่ถูกคือ "สมาธิ"
ทั้งนี้เพราะเหตุว่า สมาธิได้แก่ "เอกัคคตาเจตสิก" (พระพุทธโฆสะ พระวิสุทธิมัคค์ ๒๕๒๑ หน้า ๑๔๐)
ซึ่งเป็นตัวกลางๆ เมื่อบังเกิดพร้อมกุศลจิต ก็เรียกว่า "สมาธิ" หรือ เมื่อบังเกิดพร้อมอกุศลจิตก็เรียกว่า
"มิจฉาสมาธิ" สมาธิในพุทธศาสนาก็ือการทำสมาธิเพราะเป็นกุศลชนิด "ครุกุศลกรรม" แต่ถ้าเป็น
มิจฉาสมาธิ เป็นตัว "อกุศลกรรม"

การสร้าง สมาธิอันอยู่ในประเภท "ครุกุศลกรรม" นั้น จึงจำเป็นต้องมีองค์ประกอบเป็น
พื้นฐาน ดังต่อไปนี้ คือ

๑.๑ ความเป็นสมาธิกุสิ หมายถึง เป็นผู้ที่มีความเห็นถูกอันได้แก่ (ทวิช เปล่งวิทยา
คบธรรม ๒๕๑๔ หน้า ๖๔๐-๖๔๒)

๑.๑.๑ เห็นว่ากรรมดีและกรรมชั่วที่ตนได้ทำไว้จะเป็นสมบัติตามสนองตอบคนเปรียบเสมือน
ตุจเงาตามตัว

๑.๑.๒ เห็นว่าสัตว์ทั้งหลาย แม้ตัวของเราเองมี "กรรม" เป็นมูลฐานในการทำให้เกิด

๑.๑.๓ เห็นว่า กรรมดีและกรรมชั่วที่สัตว์ทั้งหลายแม้ตัวเราเองได้ทำไว้ กรรมนั้นจะเป็น
มิตรที่ซื่อสัตย์ และจงรักภักดีตามสนองตอบในชาตินี้หรือชาติหน้า

๑.๑.๔ เห็นว่า กรรมดีหรือกรรมชั่วที่ได้ทำไว้ ย่อมจะเป็นที่พึงทั้งในชาตินี้และชาติหน้า
ถ้าทำกรรมดีย่อมมีที่พึงดี ถ้าทำกรรมชั่วย่อมมีที่พึงชั่ว

๑.๒ ศรัทธา หมายถึง ความเชื่อด้วยเหตุและผลตามความเป็นจริง เช่น

๑.๒.๑ มีความเชื่อว่ากรรม และวิบากกรรมเป็นของจริง

๑.๒.๒ มีความเชื่อว่าบุญ และบาปเป็นของจริง

๑.๒.๓ มีความเชื่อว่า นรกและสวรรค์เป็นของจริง

๑.๒.๔ มีความเชื่อว่าใครทำดีก็ได้รับผลดี ใครทำชั่วก็ได้รับผลชั่ว

๑.๓ หิริโอตตัปปะ หมายถึง เป็นผู้ที่มีความละเอียดต่อความชั่ว และมีความเกรงกลัวต่อความชั่ว (ขุนสรรพกิจโกศล ปริเฉทที่ ๒ ๒๕๑๓ หน้า ๒๘-๓๐)

๑.๔ ศีล หมายถึง นิจศีล อุโบสถศีล หรือวิสุทธิศีล

๑.๕ ขันติ หมายถึง จะต้องมีความอดทนพร้อมกันทั้ง ๓ ประการ คือ

๑.๕.๑ อดทนต่อความยากลำบาก

๑.๕.๒ อดทนต่อทุกข์เวทนา

๑.๕.๓ อดทนต่อความเย้ายวนของกิเลสตัณหา

๑.๖ อิทธิบาท ๔ หมายถึง คุณสมบัติเครื่องทำความสำเร็จให้เกิดขึ้น

๑.๖.๑ ฉันทะ คือ ความพอใจในการที่จะทำสมาธิตัวนั้น

๑.๖.๒ วิริยะ คือ ความพากเพียรพยายามที่จะต้องประพฤติปฏิบัติให้ถูกต้องสม่ำเสมอ

๑.๖.๓ จิตตะ คือ เอาใจฝึกใฝ่อยู่ในสมาธิตัวที่สร้างขึ้นอันถูกต้องไม่ให้ซัดส่ายไปทีอื่นใด

๑.๖.๔ วิมังสา คือ ก่อนที่จะประพฤติปฏิบัติจะต้องใช้ปัญญาพิจารณากลั่นกรองด้วยเหตุผลอันถูกต้อง

๑.๗ พยายามละอุปสรรคในขณะที่จะทำสมาธิทั้ง ๗ ประการทิ้งให้ได้ คือ

๑.๗.๑ กมมารามตา หมายถึง ประกอบกิจอื่นเสียตลอดไปโดยไม่มีเวลาประพฤติปฏิบัติ

๑.๗.๒ ภสฺสรามตา หมายถึง มัวแต่คุยกันเสีย ไม่ตั้งใจประพฤติปฏิบัติธรรมและไม่ตั้งใจกำหนดตามลักษณะของสมาธิตัวนั้น

๑.๗.๓ นิทรรามตา หมายถึง มัวแต่เห็นแก่นอน เมื่อนอนมากๆ เข้าความเพียรก็ลดลง

๑.๗.๔ สงฺคาณิการามตา หมายถึง พอใจคลุกคลีอยู่กับหมู่คณะหรือสังคม ไม่ชอบอยู่ตามลำพังโดยเฉพาะ

๑.๗.๕ อคคตทวารตา หมายถึง ไม่สนใจในการสำรวม ทวาร ๖ ด้วยดีแต่ประการใด

- ๑.๗.๖ โภชเน อมตตณฺณตา หมายถึง ไม่รู้จักประมาณในการบริโภค คือ กินจนเกินกิน
- ๑.๗.๗ ยถาริมุตฺตํ จิตฺตํ ปจฺจเวกฺขติ หมายถึง จิตจับอารมณ์ใดแต่มิได้กำหนดอารมณ์นั้น หรือจิตตกไปโดยอาการใด ไม่กำหนดรู้โดยอาการนั้น

๑.๘ จริต ๖ หมายถึง ความประพฤติเคยชินเป็นนิสัย สำหรับผู้ที่มีจริตเข้มแข็งแก่กล้าจำเป็น ต้องเลือกทำให้เหมาะสมกับจริต เพื่อเป็นพื้นฐานเบื้องต้นในการสร้างกุศลให้เกิดขึ้นดังนี้ คือ

- ๑.๘.๑ รากจริต ที่แก่กล้าจะต้องใช้ "อสุภะ ๑๐ กายคตาสติ" เป็นพื้นฐานในการสร้าง
- ๑.๘.๒ โทสจริต ที่แก่กล้าจะต้องใช้ "วิมลกสิณ ๔ พรหมวิหาร ๔" เป็นพื้นฐานในการสร้าง
- ๑.๘.๓ โมหจริต ที่แก่กล้าจะต้องใช้ "อานาปานสติ" เป็นพื้นฐานในการสร้าง
- ๑.๘.๔ วิตกจริต ที่แก่กล้าจะต้องใช้ "อานาปานสติ" เป็นพื้นฐานในการสร้าง
- ๑.๘.๕ สัทธาจริต ที่แก่กล้าจะต้องใช้ "อนุสสติ ๖" เป็นพื้นฐานในการสร้าง
- ๑.๘.๖ พุทธจริต ที่แก่กล้าจะต้องใช้ "มรณานุสสติ อุปลมานุสสติ อาทาเรปฏิกุลสังญญา จตุธาววตถานะ" เป็นพื้นฐานในการสร้าง
(อภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๔)

๒. ฝึกหายใจเพื่อเตรียมปฏิบัติ

ก่อนที่จะทำการฝึกทำความสงบจากลมหายใจเข้าออก จะต้องฝึกสติให้มีความระลึกรู้ เกี่ยวกับลมหายใจให้ดีเสียก่อนดังนี้ คือ

- ๒.๑ ฝึกหายใจยาวๆ หนักๆ จนเป็นปกติวิสัย
- ๒.๒ ฝึกหายใจให้สั้นกว่าปกติจนรู้และเคยชินว่า ลมหายใจอย่างนั้นเป็นลมหายใจสั้น
- ๒.๓ ฝึกสติให้ระลึกรู้สภาวะของลมหายใจยาว หายใจสั้น หนักหรือเบา สม่าเสมอหรือไม่
- ๒.๔ ทำการฝึกสติให้ระลึกรู้ลักษณะของลมหายใจดังกล่าวจนมีความเคยชิน และสามารถระลึกรู้ได้แล้ว
- ๒.๕ ฝึกสังเกตลมหายใจเข้าออกกว่า เวลาหายใจลมกระทบตรงไหนที่สามารถสังเกตได้ง่ายที่สุด
- ๒.๖ ส่วนใหญ่ลมหายใจเข้าออก จะมีความรู้สึกได้ง่ายตรงปลายช่องจมูกนั่นเอง
- ๒.๗ ฝึกใช้สติจับอยู่ตรงปลายจมูก ตรงลมหายใจเข้าออกจนเป็นปกติ และสามารถจับได้ทุกเวลา

๓. สิ่งที่ต้องทำความเข้าใจให้ดี

๓.๑ เรื่องที่เกี่ยวกับการทำความเข้าใจสงบ

๓.๑.๑ ลักษณะของท่านั่ง ต้องนั่งในท่าที่สบาย สามารถจะนั่งได้ทน

๓.๑.๒ กำหนดลักษณะของลมหายใจ ที่จะนำมาใช้ในการสร้างความสงบ

๓.๑.๓ ลักษณะของลมหายใจที่จะนำมาใช้ในการสร้างความสงบก็คือ ลมหายใจปกติที่ใช้
หายใจสม่ำเสมอ คือ

- ลมหายใจสั้น ก็ต้องสั้นอย่างสม่ำเสมอ

- ลมหายใจยาว ก็ต้องยาวอย่างสม่ำเสมอ

- ลมหายใจหนัก ก็ต้องหนักอย่างสม่ำเสมอ

- ลมหายใจเบา ก็เบาอย่างสม่ำเสมอ

๓.๑.๔ เรื่องเกี่ยวกับบริกรรมภาวนา จะใช้บทบริกรรมอย่างหนึ่งอย่างใดก็ได้ แต่ต้องเป็น
บทบริกรรมเพื่อให้สติระลึกรู้ เมื่อหายใจเข้าออก เพื่อกันการเผลอสติ

๓.๒ เรื่องเกี่ยวกับการรักษาความสงบ

๓.๒.๑ ผิกเดินให้มีสติระลึกรู้ในการเดิน โดยใช้สติจับอยู่ที่เท้า เวลาก้าวจะต้องระลึกรู้ว่า
ก้าวเท้าข้างไหน

๓.๒.๒ ผิกทำความชำนาญเกี่ยวกับสิ่งเหล่านี้เสมอๆ (วลี ๕) (พระพุทธโฆสะ ๒๕๒๑
หน้า ๒๒๓) คือ

๑. ผิกการเข้าสมาธิ

๒. ผิกในการออกจากสมาธิ

๓. ผิกในการพิจารณาองค์ประกอบ

๔. ผิกดำรงอยู่ในสมาธิตาม เวลาที่กำหนด

๕. ผิกเรียกองค์ประกอบให้ได้โดยรวดเร็ว เพื่อเข้าอยู่ในความสงบ
ได้ตามต้องการ

๔. วิธีการสร้างความสงบให้เกิดขึ้น

๔.๑ นั่งในท่าที่สบายตามที่เคยฝึก

๔.๒ หลับตา

๔.๓ ละทิ้งความกังวลใดๆ ให้หมด

๔.๔ ใช้พบกรรมภาวนาอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือจะใช้พบกรรมว่า "พุทธ" เมื่อหายใจเข้า "โธ" เมื่อหายใจออก

๔.๔ ใช้สติจับอยู่ตรงจุดที่ลมหายใจกระทบ

๔.๖ การทำความสงบต้องทำให้เป็นการสม่ำเสมอๆ เพื่อความสงบจะได้เกิดขึ้น

๔.๗ การทำความสงบแต่ละครั้ง ไม่ควรจะใช้เวลาน้อยกว่าครึ่งละ ๑ ชั่วโมง

๔.๘ เมื่อรู้สึกว่ามี ความสงบเกิดขึ้นแล้ว จะต้องปฏิบัติดังต่อไปนี้ คือ

๔.๘.๑ ระวังอย่าเผลอสติ พยายามให้สติจับอยู่ตรงจุดลมกระทบให้มีความมั่นคงยิ่งขึ้น

๔.๘.๒ การหายใจค่อยๆ ทำลมหายใจให้ละเอียดยิ่งขึ้น

๔.๘.๓ ปรับอินทรีย์ ๕ ให้มีความสม่ำเสมอกันยิ่งขึ้น

๔.๘ เมื่อมีความสงบอันมั่นคง เลิกกรรมภาวนา แต่ต้องใช้สติจับไว้ตรงจุดลมหายใจเข้าออก
กระทบต่อไป

๔.๑๐ พิจารณาองค์ประกอบแห่งความสงบที่เกิดขึ้น (ขุนสรรพกิจโกศล ปริจเฉทที่ ๒ ๒๔๑๓
หน้า ๕-๑๔)

๔.๑๐.๑ วิตกเจตสิก

๔.๑๐.๒ วิจารณ์เจตสิก

๔.๑๐.๓ ปีติเจตสิก

๔.๑๐.๔ สุขเวทนาเจตสิก

๔.๑๐.๕ เอกัคคตาเจตสิก

๔.๑๑ อินทรีย์ ๕ ที่ปรับให้สม่ำเสมอกัน

๑. สัทอินทรีย์ (สัทธาเจตสิก)

๒. วิริยอินทรีย์ (วิริยเจตสิก)

๓. สตินอินทรีย์ (สติเจตสิก)

๔. สมาธิอินทรีย์ (เอกัคคตาเจตสิก)

๕. ปัญญาอินทรีย์ (ปัญญาเจตสิก)

(อุททกนิทาย พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๓ ๒๔๒๑ หน้า ๒๑๓)

๔. การทำกรรมให้เป็นอโหสิกรรม

กรรม คือ การกระทำทั้งทางกาย วาจา และใจ เมื่อกระทำความใดให้เกิดขึ้นเป็น "เหตุ" "ผล" ของการกระทำนั้นจะตามมาไม่ช้าก็เร็ว เมื่อสร้างเหตุ (กรรม) ให้เกิดขึ้นแล้ว กรรมนั้นจะยุติลงได้ด้วยเหตุ ๓ ประการ คือ

- ก. ขดใช้กรรมนั้นครบถ้วนแล้ว
- ข. ไม่มีตัวผู้ที่จะรับกรรมนั้น (นิพพาน)
- ค. ทำกรรมให้เป็นอโหสิกรรม คือ การกระทำที่ให้เกิดการอโหสิ (ยกโทษ) ให้กันและกัน ไม่ต้องผูกเวรจองกรรมกันอีกต่อไป

การทำกรรมให้เป็นอโหสิกรรม จะต้องพึงองค์ประกอบ คือ

๑. ต้องมีความเชื่อในเรื่องของกรรมโดยสุจริตใจ
๒. มีศรัทธาอันถูกต้องในพุทธศาสนา
๓. มีความสำนึกผิดด้วยความสุจริตใจในกรรมชั่วที่ตนเองได้สร้างให้เกิดขึ้น
๔. ขออโหสิกรรมต่อผู้ที่เราได้ล่วงเกินไป
๕. มีกรุณากรรมที่จะขดใช้ให้แก่ผู้ที่เราได้ล่วงเกินไว้
๖. อุทิศส่วนกุศลด้วยองค์ประกอบอันถูกต้องคือ
 - ๖.๑ มีศรัทธาอันถูกต้องที่จะให้ความเชื่อเพื่อความสุขความสบายให้ผู้อื่น
 - ๖.๒ มีเจตนา ๔ คือ การที่จะแผ่กุศลผลบุญนั้น คือ
 - เจตนาก่อนที่จะแผ่กุศลผลบุญนั้น
 - เจตนาขณะที่กำลังแผ่กุศลผลบุญนั้น
 - เจตนาที่แผ่กุศลผลบุญนั้น เสร็จแล้วใหม่ๆ
 - เจตนาที่ได้แผ่กุศลผลบุญนั้น เสร็จนานแล้ว
 - ๖.๓ มีจิตเป็นมหากุศลดวงใดดวงหนึ่งใน ๔ ดวงด้วยเจตนา ๔
 - ๖.๔ ตนได้สร้างกุศลผลบุญอันถูกต้องให้เกิดขึ้นแล้ว อันได้แก่ กามาวจรกุศล รูปาวจรกุศล อรูปาวจรกุศล โลกุตตรกุศลอันถูกต้องในพระพุทธศาสนา
 - ๖.๕ การแผ่กุศลเสร็จแล้ว ควรจะได้ขออโหสิกรรมซึ่งกันและกันทั้งนี้เพราะผู้นั้นอาจเคยเป็น

เจ้าเวรนายกรรมมาแต่ก่อนก็ได้

๖.๖ ระบุผู้ที่ควรแก่กุศลนั้นด้วยเจตนาอันมั่นคง และสมควรแก่ฐานะที่เราจะแก่กุศลผลบุญให้เขา หรือสมควรแก่ฐานะของผู้รับจะได้รับหรือไม่

ความหมายของจริยธรรม

ในการประชุมสัมมนาาระหว่างนักวิชาการหลายฝ่ายเกี่ยวกับจริยธรรมในสังคมไทยปัจจุบัน ณ ศูนย์สารนิเทศ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (คณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ ๒๕๒๒ หน้า ๖) มีข้อสรุปว่า "จริยธรรมเป็นแนวทางความประพฤติและการปฏิบัติ เพื่อบรรลุถึงสภาพชีวิตอันทรงคุณค่าและพึงประสงค์"

จริยธรรม ตามความคิดเห็นของดวงเดือน พันธุมนาวิน (๒๕๒๔ หน้า ๒) ได้ให้ความหมายไปในเชิงจิตวิทยาสังคมว่า

"จริยธรรม (Morality) หมายถึงลักษณะทางสังคมหลายลักษณะของมนุษย์ และมีขอบเขตรวมถึงพฤติกรรมทางสังคมประเภทต่างๆ ด้วย ลักษณะและพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับจริยธรรมจะมีคุณสมบัติประเภทใดประเภทหนึ่งในสองประเภทคือ เป็นลักษณะที่สังคมต้องการให้มืออยู่ในสมาชิกในสังคมนั้น ได้แก่ พฤติกรรมที่สังคมนิยมชมชอบ ให้การสนับสนุน และผู้กระทำส่วนมากเกิดความพอใจว่าการกระทำนั้น เป็นสิ่งที่ถูกต้องเหมาะสม ส่วนอีกประเภทหนึ่ง คือ ลักษณะที่สังคมไม่ต้องการให้มืออยู่ในสมาชิกในสังคม เป็นการกระทำที่สังคมลงโทษหรือพยายามกำจัด และผู้กระทำพฤติกรรมนั้นส่วนมากรู้สึกว่าเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้องและไม่สมควร ฉะนั้นผู้ที่มีจริยธรรมสูง คือ ผู้ที่มีลักษณะและพฤติกรรมประเภทแรกมาก และประเภทหลังน้อย"

ส่วน ก่อ สวัสดิพาณิชย์ (อ้างถึงในกร่าง ไพรวรรณ ๒๕๒๓ หน้า ๑๔๒) ได้ให้ความเห็นรวมถึงความคิดด้วย คือ "จริยธรรม หมายถึง ประมวลความประพฤติและความคิดในสิ่งที่ดีงาม เหมาะสม"

ทฤษฎีทางด้านจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับจริยธรรม

ทฤษฎีทางด้านจิตวิทยาที่สำคัญ ในการอธิบายเกี่ยวกับการกำเนิดของจริยธรรมและพัฒนาการของจริยธรรมมีอยู่ ๓ ทฤษฎี คือ ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม และทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญา

ทฤษฎีจิตวิเคราะห์ (Psychoanalysis Theory)

จิตวิเคราะห์ (Psychoanalysis) จาก Encyclopedia Americana (1981, P720) ได้ให้ความหมายที่กระชับและครอบคลุมไว้ว่า "เป็นทฤษฎีบุคลิกภาพและพัฒนาการของมนุษย์ (Theory of Personality and human development) เป็นแบบแผน (method) ในการประเมินแรงผลักดันของจิตไร้สำนึกและจิตสำนึก (The unconscious and conscious forces) ซึ่งเป็นแรงผลักดันที่ควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์ เป็นวิธีการ

(technique) ในการรักษาผู้ป่วยโรคประสาท ซึ่งค้นพบโดยจิตแพทย์ชาวออสเตรีย ชื่อ ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud)

ซิกมันด์ ฟรอยด์ (Sigmund Freud ค.ศ. ๑๘๕๖-๑๙๓๙) ได้รับการศึกษาขั้นต้นและเรียนแพทย์ ในกรุงเวียนนา (ปราโมทย์ ๒๕๒๖ หน้า ๑-๓) ในขณะนั้นได้รับอิทธิพลจากผลงานทฤษฎีวิวัฒนาการของ ชาลส์ ดาร์วิน (Charles Darwin) ขณะที่เป็นนักเรียนแพทย์อยู่ฟรอยด์ ได้ทำงานพิเศษในห้องปฏิบัติการของ เออร์เนสต์ บริก (Ernest Brucke) ซึ่งได้รับอิทธิพลจาก เฮอร์มาน เฮล์มโฮลซ์ (Herman Helmholtz) "ผลงานของสิ่งที่มีชีวิตทั้งหมดนั้น สามารถอธิบายตามหลักเกณฑ์ของพลังงานทางฟิสิกส์และเคมี" นอกจากนี้ยังได้รับอิทธิพลของผลงานของ ทีโอดอร์ เมย์เนอร์ท (Theodore Meynert) ซึ่งเชื่อว่า "การทำงานของระบบประสาทนั้นเป็นไปตามกฎเกณฑ์ของชีวเคมีและฟิสิกส์ซึ่งเป็นแบบ รีเฟลค อาร์ค (reflex arc)" ต่อมาได้ศึกษาริธีการักษาผู้ป่วย ฮิสทีเรีย (Hysteria) ตามแบบของ ชาร์โค (Charcot) โดยวิธีสะกดจิต จากนั้นฟรอยด์ได้ศึกษาร่วมกับโจเซฟ บรูเออร์ (Joseph Breur) ในการรักษาผู้ป่วย ฮิสทีเรีย (Hysteria) โดยวิธีสะกดจิต แต่ต่อมาบรูเออร์ได้ถอนตัวไปในที่สุด ฟรอยด์ก็ได้ค้นพบขบวนการทางจิตใจที่ลึกกลับขึ้น ฟรอยด์เรียกริธีการนี้ว่า "Psychoanalysis" หรือ "จิตวิเคราะห์"

ฟรอยด์ได้อุทิศตนให้กับวิชาจิตวิเคราะห์ ทั้งในฐานะเป็นเครื่องมือในการรักษาและศึกษาพร้อมกัน ไป รวมทั้งพัฒนาปรับปรุงแก้ไขเพิ่มเติมหลายครั้ง เมื่อเห็นว่าข้อมูลที่ได้จากคนไข้ไม่ตรงกับทฤษฎีที่เคยตั้งไว้

การพัฒนาปรับปรุงแก้ไขเพิ่มเติมในทฤษฎีจิตวิเคราะห์ได้กระทำต่อมาโดยผู้สนับสนุนหลายท่าน (Mora, 1980, P78-85) เช่น อัลเฟรด เอดเลอร์ (Alfred Adler ค.ศ. 1870-1937) คาร์ล กุสตาฟ จุง (Carl Gustav Jung ค.ศ. 1875-1961) อ็อตโต แรงค์ (Otto Rank ค.ศ. 1884) แฮนส์ แซซส์ (Hanns Sachs ค.ศ. 1881-1947) เออร์เนสต์ โจนส์ (Ernest Jones ค.ศ. 1879-1958) แครเรน ฮอร์นีย์ (Karen Horney ค.ศ. 1885-1952) แอนนา ฟรอยด์ (Anna Freud ค.ศ. 1895) เป็นต้น

ธรรมชาติของจิตใจตามหลักทฤษฎีจิตวิเคราะห์

๑. การแบ่งส่วนของจิตออกตามการระลึกรู้ (Topographic of mind) (สมพร ๒๕๒๕ หน้า ๓)

๑.๑ จิตสำนึก (conscious) คือ ส่วนของจิตใจที่รู้อยู่ในขณะปัจจุบัน ซึ่งรวมถึงความคิด ความรู้สึก และอารมณ์

๑.๒ จิตก่อนสำนึก (Preconscious) คือ ส่วนของจิตใจที่ไม่อยู่ในความรู้สึก แต่สามารถนำเข้าไปในความรู้สึก คือ ระลึกรู้ได้ทันทีที่ตั้งใจ

๑.๓ จิตไร้สำนึก (Unconscious) คือ ส่วนของจิตใจที่ไม่อยู่ในความรู้สึก และไม่สามารถระลึกรู้ได้ตั้งใจ

พฤติกรรมส่วนใหญ่ของคนเราทั้งปกติ และที่ผิดปกติ เกิดขึ้นจากการกระทำของจิตไร้สำนึก

๒. การแบ่งส่วนของจิตตามโครงสร้างตามหน้าที่ (Structure of mind) จิตใจเป็นนามธรรม ซึ่งพอที่จะจำแนกออกเป็นส่วนต่างๆ ตามหน้าที่ได้ดังนี้ (Hall; 1954) (MACK, 1967)

๒.๑ อิด (Id) จิตส่วนนี้มีหน้าที่สำคัญประการเดียวคือ เป็นระบบที่คอยจัดหาพลังที่จะใช้ไปตามความพยายามจากสัญชาติญาณ (Instinctual drives) ซึ่งแบ่งออกเป็น ๒ ชนิด คือ ความพยายามอยากรู้อยากเห็น (Sexual drives) และความพยายามอยากรู้อยากทำลาย (Aggressive drives) ความพยายามอยากรู้อยากเห็น มิได้หมายความว่ามีความต้องการในทางเพศเพียงอย่างเดียว ความสุขอันเกิดจากการสัมผัสในทวารอื่นๆ เช่น รูป กลิ่น เสียง สัมผัส ก็รวมอยู่ด้วย จิตใจส่วนนี้อยู่ในจิตไร้สำนึกเท่านั้น ดังนั้นเราจึงไม่รู้สึกตัวว่ามีจิตส่วนนี้อยู่

อิด (Id) เป็นต้นกำเนิดของ อีโก้ (Ego) และซูเปอร์อีโก้ (Superego) เป็นที่สะสมพลังงานทางจิต (psychic energy) ทั้งหมด และจะแบ่งพลังงานนี้ให้สำหรับการทำงานของจิตอีกสองส่วน พลังงานของจิตนี้ได้มาจากขบวนการทางสรีรวิทยา (physiological processes) ต่างๆ ในร่างกาย

ขบวนการของ อิด (Id) เป็นไปตามหลักการแสวงหาความพอใจ (Pleasure principle) คือ เป็นความพยายามที่จะแสวงหาความพอใจให้มากที่สุด และหลีกเลี่ยงความทุกข์และความไม่พอใจ โดยไม่คำนึงถึงสถานการณ์ตามความเป็นจริง ลักษณะของการทำงานเป็นแบบ ขบวนการปฐมภูมิ (Primary process) คือ เป็นการตอบสนองความพยายามจากสัญชาติญาณโดยตรงและทันที โดยไม่สามารถจะเห็นความแตกต่างระหว่างความจริง (Reality) และความคิดฝัน (Fantasy) เป็นลักษณะของความคิดในระยะแรกเริ่มพัฒนา เช่นความคิดของเด็กทารก นั่นคือ ไม่คำนึงถึงเหตุผล ความเป็นจริง ไม่มีความผูกพันกับเวลา

ประสบการณ์และการเรียนรู้ไม่มีผลต่อความคิดประเภทนี้ เพราะความคิดประเภทนี้ไม่อยู่ในจิตสำนึก ตัวอย่างเช่น การสร้างมโนภาพขึ้นแทนสิ่งที่ต้องการ (fantasy) Freud ว่า อิดหรือความหยานอยากจากสัญชาตญาณที่แสวงหาความสุขนี้มีตั้งแต่เกิด ซึ่งเห็นได้จากเด็กทารกไม่สามารถจะร้องรอ ควบคุม หรือเปลี่ยนแปลง ความหยานอยากอันนี้ได้ ฉะนั้นการช่วยเหลือต่างๆ จึงมาจากภายนอก

๒.๒ อีโก้ (Ego) จิตส่วนนี้เป็นส่วนที่สองในโครงสร้างของจิต ซึ่งทำหน้าที่ในการสำรวจและบริหารพลังต่างๆ ที่มากระทบจิตใจ ทั้งจากอิด (Id) ซุปเปอร์อีโก้ (Superego) และจากโลกภายนอก อีโก้เสมือนหนึ่งผู้จัดการที่คอยทำให้จิตใจอยู่ในภาวะสมดุล ขบวนการของจิตส่วนนี้รวมถึง การรับรู้ (perception) ความจำ (memory) ความคิด (thought) เซอาน์ปัญญา (intellect) การทำงานของกล้ามเนื้อ (motor-functions) การตัดสินใจ (Judgment) การรู้จักโลกตามที่เป็นจริง และการพยายามปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม (adaptation)

อีโก้ทำงานตามหลักแห่งความเป็นจริง (Reality principle) จุดมุ่งหมายของหลักนี้คือการประเมินสิ่งต่างๆ ตามสถานการณ์ที่เป็นจริง และการทดสอบความจริง (Reality testing) ถ้าจำเป็นก็มีการเลื่อนหรือยับยั้งการตอบสนองความพอใจทางสัญชาตญาณจนกว่าพร้อมที่จะทำเช่นนั้นได้ ทั้งนี้โดยการคำนึงถึงเหตุการณ์ทุกด้าน แล้วเลือกทางออกที่เป็นผลดีที่ยั่งยืนและทางที่ได้รับอันตรายหรือเจ็บปวดน้อยที่สุด ลักษณะการทำงานเป็นแบบ ขบวนการทุติยภูมิ (Secondary process) คือ เป็นความพยายามที่จะตอบสนองความหยานอยากจากสัญชาตญาณ (อิด) ให้เหมาะสมตามคำเรียกร้องจากโลกภายนอกอย่างเป็นไปตามเหตุผลและถูกจำกัดด้วยกาลเวลา เป็นความคิดของคนที่มีบรรลุนิติภาวะ อีโก้จึงมีความสามารถที่จะอดกลั้นต่อความเครียด และรู้จักรองจนกว่าจะได้จังหวะระบายความหยานอยากออกไปในพฤติกรรมที่เหมาะสม

อีโก้ มีอยู่ในจิตใจทั้ง ๓ ระดับ คือ จิตสำนึก จิตก่อนสำนึก และจิตไร้สำนึก การรับรู้ ความคิด เซอาน์ปัญญา การทำงานของกล้ามเนื้อ เป็นการงานของจิตใจในระดับจิตสำนึก ความจำ เป็นตัวอย่างของอีโก้ที่อยู่ในส่วนของจิตก่อนสำนึก สำหรับส่วนที่เป็นจิตไร้สำนึกที่สำคัญคือกลไกของการป้องกันตนเอง (defense mechanism)

การกำเนิดของอีโก้ ถ้าพิจารณาว่าอีโก้มีหน้าที่สำรวจและบริหารพลังต่างๆ ระหว่างโลกภายนอกและภายใน ฉะนั้นเมื่อทารกเกิดใหม่ จึงไม่มีอีโก้ ขบวนการเปลี่ยนแปลงของอิดทำให้เกิดอีโก้ การเปลี่ยนแปลงของอิด เกิดจากการกระทบของโลกภายนอกกับความหยานอยากของสัญชาตญาณ จากแรงกระทบของโลกภายนอกนี้เองทำให้อีโก้ได้พลังงานที่มาจากอิด ทำให้การกระทำต่างๆ เหมาะสมยิ่งขึ้น และอีโก้ได้แสวงหา

สิ่งต่างๆ จากโลกภายนอกมาให้ยึด จึงเป็นการนำหลักแห่งความเป็นจริง (Reality principle) มาแทนที่หลักของการแสวงหาความพอใจ (Pleasure principle) ด้วยเหตุนี้ อีโก้จึงพัฒนาขึ้น

พัฒนาการของอีโก้เกิดขึ้นจากปัจจัยสองประการ การเจริญเติบโตทางกายเป็นปัจจัยแรก เด็กเมื่อเกิดมาพูดไม่ได้ ไม่รู้จักคิด การควบคุมกล้ามเนื้อยังไม่สมบูรณ์ต่อเมื่อเด็กเจริญเติบโตขึ้น ร่างกายก็ทำหน้าที่เหล่านี้ได้ดีขึ้น ความจำ ความคิด การรับรู้ก็ดีขึ้นเช่นกัน ปัจจัยประการที่สองคือ ประสบการณ์ที่เกิดจากสิ่งแวดล้อม การมีสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสมทำให้การพัฒนาของอีโก้ราบรื่น หากสิ่งแวดล้อมไม่เหมาะสม เช่น การขาดความรักความอบอุ่น ผู้เลี้ยงดูไม่ดูแลรักใคร่อย่างเสมอต้นเสมอปลาย อีโก้ย่อมจะมีความบกพร่อง ไม่สมบูรณ์ในการพัฒนาการ

ช่วงของชีวิตที่สำคัญที่สุดคือตั้งแต่เกิดจนถึง ๖ ขวบ เป็นระยะของการพัฒนาค่านิยมจิตใจที่สำคัญ หลังจากนั้นการพัฒนายังดำเนินต่อไป แต่ไม่มากและสำคัญ เท่า ๖ ขวบแรกของชีวิต

๒.๓ ซูเปอร์อีโก้ (Superego) เป็นส่วนของจิตใจที่ทำหน้าที่วางระเบียบกฎเกณฑ์ต่อความทะยานอยากของสัญชาตญาณ แสดงออกในลักษณะของการตัดสินส่วนของจิตใจส่วนอื่นว่า ถูกหรือผิด ต่ำหรือสูง ขมเขย จึงเป็นส่วนของคุณธรรม ความรับผิดชอบชีวิต ศิลธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี วัฒนธรรม และ ศาสนา

ซูเปอร์อีโก้ มีอยู่ทั้งในจิตสำนึก จิตก่อนสำนึก และจิตไร้สำนึก ในส่วนที่จิตสำนึกและจิตก่อนสำนึก คือความรู้สึกรับผิดชอบชีวิต ซูเปอร์อีโก้ที่เป็นส่วนจิตไร้สำนึกนั้น เป็นส่วนที่สำคัญที่สุดที่จะควบคุมพฤติกรรมในด้านคุณธรรม

การกำเนิดของซูเปอร์อีโก้ (Mack 1967 P.299) ในทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ซูเปอร์อีโก้เกิดจากความพยายามแก้ ปัญหา เปมบิดูฆาต (Oedipus complex) เมื่อเด็กอายุประมาณ ๔-๖ ขวบ ในระหว่างช่วงนี้ เด็กชายต้องการเป็นเจ้าของมารดา เด็กหญิงต้องการเป็นเจ้าของบิดา เด็กแต่ละคนก็พยายามต่อสู้กับบิดาและมารดาที่เป็นเพศเดียวกันกับเด็ก ความต้องการของเด็กถูกขัดขวางจากบิดามารดา ทำให้มีความเกลียดชัง (Hostility) ซึ่งแสดงออกโดยมีพฤติกรรมที่ต่อต้าน และยังคิดที่จะฆ่าบิดาและมารดาที่เพศเดียวกันกับเด็กที่มาขัดขวางด้วยหรือบางกรณีอาจจะต่อต้านและคิดทำลายพี่สาวหรือพี่ชายที่แข่งขันแย่งความรักจากบิดาและมารดา

ความเกลียดชัง (Hostility) นี้เป็นส่วนที่ทำให้บิดาและมารดาไม่ยอมรับเด็ก และกลักรายเป็นความไม่ยอมรับของเด็กเอง ในช่วงนี้เด็กชายได้สำรวจอวัยวะเพศของตนและสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง บิดาและมารดาอาจพบและไม่ชอบ จึงเป็นการเน้นความจริงว่าเป็นศัตรูกันกับบิดา และอาจถูกขู่ที่จะตัดอวัยวะเพศ (Castration) จากคำขู่นี้เด็กชายได้สังเกตเห็นเด็กหญิงและผู้หญิงไม่มีสิ่ง (Penis) จึงทำให้เชื่อว่าการตัดอวัยวะเพศมีจริง^{มี}เกิดความกลัว เด็กชายจึงล้มเลิกการแย่งชิงมารดา และหันมาเลียนแบบบิดาแทน

ในเด็กหญิงเมื่อรับรู้ว่ามีสิ่ง (penis) จึงแสวงหาสิ่ง (penis) ที่หายไปคืนจากพ่อ และได้ทิ้งความพยายามแย่งบิดามารดาไปเพราะว่า กลัวที่จะเสียความรักจากมารดา และความต้องการไม่สมหวังคือบิดาให้สิ่ง (penis) ไม่ได้ และหันมาเลียนแบบมารดาแทน

เด็กจะเริ่มสร้างการเลียนแบบ ซึ่งทำให้ไม่ปฏิเสธค้อยหายไป เด็กอาจจะเลียนแบบบิดาและมารดาที่มีเพศตรงข้ามกับเด็กเมื่อถูกบังคับให้เลิกผูกพันในแบบปฏิเสธ ซึ่งอาจจะเกิดขึ้นได้ในบางระยะ แต่ตามปกติแล้วความพยายามในเรื่องความเป็นเพศชาย (Masculinity) ในเด็กชาย และความเป็นเพศหญิง (Femininity) ในเด็กหญิงทำให้การเลียนแบบต่อบิดาและมารดาที่มีเพศเดียวกันกับเด็กมีมากขึ้น

ในระยะนี้ของการพัฒนาการก็มีการสร้างซูเปอร์อีโก้ โดยการเลียนแบบทั้งจากบิดาและมารดา และจากสิ่งที่มีฐานะต้นอีโก้ ที่มีลักษณะไปตามแบบของซูเปอร์อีโก้ การเลียนแบบบิดาและมารดาขึ้นอยู่กับความพยายามของเด็กที่จะเก็บกด (Repression) ความพยายามอยากจากสัญชาติญาณไว้ จึงทำให้ซูเปอร์อีโก้มีลักษณะ "ห้าม" จากซูเปอร์อีโก้เป็นผลจากการเก็บกด (Repression) ความพยายามอยากจากสัญชาติญาณนี้ ซูเปอร์อีโก้จึงมีความใกล้ชิดกับอีโก้มากกว่าอีโก้ และซูเปอร์อีโก้มีจุดกำเนิดภายในจิตใจมากกว่าอีโก้ เพราะว่าอีโก้มีจุดกำเนิดเป็นการสืบต่อจากโลกภายนอก เป็นส่วนมาก

ซูเปอร์อีโก้ ประกอบขึ้นด้วยระบบย่อย ๒ อย่าง คือ อุดมคติแห่งตน (ego-ideal) และมโนธรรม (conscience) (Hall 1954)

อุดมคติแห่งตน (ego-ideal) คือ อุดมคติที่ฝังอยู่ในจิตก่อนสำนึกและจิตไร้สำนึกของเด็ก เป็นความปรารถนาที่จะเป็นอย่างที่เขาคิดว่าบิดาและมารดาของเขาเป็น ซึ่งเกิดขึ้นโดยบิดามารดาจะเป็นผู้กำหนดมาตรฐานอันสูงส่งสำหรับเด็กไว้โดยให้รางวัลต่างๆ แก่เด็ก เพื่อให้เด็กได้ปฏิบัติตามมาตรฐานนั้น เช่นถ้าเด็กทำตัวเรียบร้อยจะได้รับรางวัล เด็กจะไม่พยายามเกเร ดังนั้นการทำตัวให้เรียบร้อยจึงเป็นอุดมคติแห่งตนเอง เมื่อเด็กเติบโตขึ้นถ้าทำตามอุดมคติแห่งตนก็จะก่อให้เกิดความรู้สึกพอใจและภาคภูมิใจ

มโนธรรม (conscience) เป็นข้อห้ามที่ฝังอยู่ในจิตใจ ซึ่งเป็นความคิดของเด็กที่ได้จากปิตามารดา เช่นกัน เป็นสิ่งที่มาจากปิตามารดาถือว่าไม่ดี ผิดศีลธรรม และถ้าเด็กทำจะถูกลงโทษ เช่นการพูดคำหยาบ เมื่อเด็กทำแล้วถูกลงโทษ เด็กจึงรู้ว่า เป็นของเลวทรามและไม่ทำต่อไปอีก เมื่อโตขึ้นถ้าทำอะไรที่ขัดกับมโนธรรม จะก่อให้เกิดความรู้สึกผิด (guilt feeling)

ค. ขั้นของการพัฒนาการ (Stages of Psychosexual Development)

๑. ขั้นปาก (Oral Stage) (0-1½ ปี โดยประมาณ) (Meissner, 1980, P661-663)

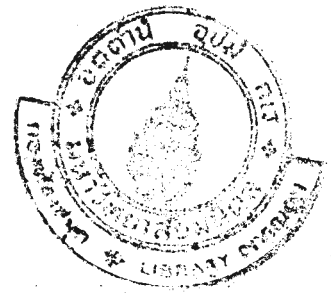
เป็นขั้นแรกของพัฒนาการ เด็กทารกในขั้นนี้มีความต้องการ (needs) การรับรู้(perceptions) และมีจุดศูนย์กลางของกิจกรรม (modes of expression) อยู่ที่ปาก ริมฝีปาก ลิ้น และอวัยวะอื่นๆ ที่สัมพันธ์กับส่วนของปากเช่น ความหิว ความกระหาย ความพอใจในการสัมผัสกับหัวนม (niple)

ความพยายามอยากทางปากแบ่งออกเป็น ๒ ส่วน คือ ความพยายามอยากในทางกาม (Sexual drive) และความพยายามอยากในทางทำลาย (Aggressive drive) จะเห็นได้ว่าเมื่อใดก็ตามที่ทารกไม่สบายหรือหิว มักจะใช้การร้องส่งเสียงมารดาที่จะรีบมาให้นมและในทันทีที่ปากทารกได้สัมผัสกับหัวนมมารดา เด็กจะเงยและจจจอยู่กับการดูดนมจนกระทั่งอิ่มจึงหลับไป เมื่อทารกอิ่มจะเป็นเครื่องแสดงว่าความต้องการภายในหรือความพยายามอยากทางกาม (Sexual drive) ได้รับการตอบสนอง ในขั้นนี้ความพยายามอยากในทางกาม (Sexual drive) จะเด่นชัดเมื่อแรกเริ่ม หลังจากนั้นก็จะมีความพยายามอยากในทางทำลาย (Aggressive drive) เข้ามาผสม โดยแสดงออกในลักษณะ การกัด (biting) การเคี้ยว (chewing) การคายน้ำลาย (spitting) หรือร้องไห้ (crying) และความก้าวร้าวทางปาก (Oral aggression) นี้มีส่วนสัมพันธ์กับความปรารถนาและความเพ้อฝัน (Fantasy) ของการกัด (biting) การกลืนกิน (devouring) และการทำลาย (destroying)

๒. ขั้นทวารหนัก (Anal Stage) (1-3 ปีโดยประมาณ)

ในขั้นทวารหนัก ทารกเจริญเติบโตและมีความพร้อม (maturation) ในการควบคุมอวัยวะขับถ่าย คือ กล้ามเนื้อหูรูดที่ทวารหนัก (anal sphincters) ของตนได้ ดังนั้นเด็กสามารถควบคุมการกั้นอุจจาระ (retention) หรือการขับถ่ายอุจจาระ (expulsion) ได้ ขณะเดียวกันความสามารถควบคุมอวัยวะขับถ่ายได้นี้สนับสนุนให้เด็กทารกได้เปลี่ยนแปลงจากลักษณะอยู่เฉย (passivity) ไปสู่ลักษณะแสดงออก (activity)

ในขั้นนี้เด็กมีความขัดแย้ง (conflict) ระหว่างการควบคุมการขับถ่ายของตน กับความพยายามของมารดาในการฝึกหัดการขับถ่าย (toilet training) ให้ จึงทำให้ความพยายามอยากในทางทำลาย (Aggressive drive) เพิ่มขึ้น จากความขัดแย้งนี้ ทำให้เกิดความลังเลใจ (ambivalence) ระหว่างการต่อสู้เพื่อแยกจากมารดา



(separation) และความเป็นอิสระ (independence)

ความพึงพอใจในชั้นทวารหนัก (Anal erotism) ซึ่งเป็นความทยานอยากในทางกาม (Sexual drive) มีทั้งกั้นอุจจาระ (retaining) ซึ่งเหมือนกับเก็บของมีค่าไว้ และการให้อุจจาระต่อมารดาซึ่งเหมือนกับให้ของมีค่าต่อมารดา

ความก้าวร้าวในชั้นทวารหนัก (Anal sadism) ซึ่งเป็นความทยานอยากในทางทำลาย (Aggressive drive) มีการขับถ่ายอุจจาระเหมือนกับแสดงออกของพลังหรืออาวุธในการทำลาย (destructive weapons) ซึ่งจากการเพ้อฝัน (fantasy) ออกมาในรูปของการทิ้งระเบิด

๓. ขั้นอวัยวะเพศ (Phallic Stage) (3-5 ปี โดยประมาณ)

ขั้นอวัยวะเพศนี้ ความสนใจของเด็กอยู่ที่อวัยวะเพศ จากการถูกกระตุ้นสัมผัสและความรู้สึกตื่นเต้นเมื่อสัมผัสบริเวณอวัยวะเพศ และเด็กในขั้นนี้จะเริ่มรู้ถึงความแตกต่างของอวัยวะเพศ เด็กชายมีลึงค์ (penis) เด็กหญิงไม่มีลึงค์ (penis) ทำให้เกิดความเชื่อว่าการตัดอวัยวะเพศ (castration) มีจริง นอกจากนั้นเด็กจะทวีความรู้สึกรักต่อบิดามารดา เพศตรงกันข้ามกับเขามากยิ่งขึ้น กล่าวคือ เด็กชายจะหลงรักมารดา เด็กหญิงจะหลงรักบิดา ในเด็กชายเกิดมีความรักทางเพศต่อมารดาและอิจฉาริษยาบิดา เห็นว่าบิดาเป็นศัตรู ซึ่งเรียกความรู้สึกอันนี้ว่า ปรปิตุฆาต (oedipus complex) แต่การที่ถูกข่มขู่โดยจะตัดอวัยวะเพศ (castration) ทำให้เกิดความรู้สึกกลัวที่จะถูกตัดอวัยวะเพศ เด็กชายจึงล้มเลิกการแย่งชิงมารดา และหันมาเลียนแบบบิดาแทน ทำให้พ้นจากปรปิตุฆาต

๔. ขั้นแฝง (Latency Stage) (5 หรือ 6 - 11 หรือ 13 ปี)

เด็กในขั้นแฝงนี้จะพ่วงความสนใจไปที่กับสิ่งของและบุคคลรอบตัว เป็นระยะที่เด็กได้เข้าโรงเรียน มีการพัฒนาทักษะต่างๆ การเคลื่อนไหว สติปัญญา และการปรับตัวเข้ากับสังคม เป็นวัยของการเรียนรู้เกี่ยวกับความคิดเห็นของผู้อื่น ในขั้นนี้เด็กจะหันไปมีความสัมพันธ์กับเพื่อนเพศเดียวกัน

๕. ขั้นวัยรุ่น (Genital Stage or Adolescent phase) (11 หรือ 13 ปี - ผู้ใหญ่)

ในขั้นนี้เด็กมีสรีระที่เติบโต มีความพร้อม (mature) ในทางเพศ และระบบฮอร์โมน (hormonal systems) ซึ่งนำไปสู่การเพิ่มความทยานอยากในทางกาม (sexual drive) ในขั้นนี้เด็กเปลี่ยนความคิดโดยเฉพาะด้านเพศต่อบิดามารดาที่เคยมีภัยไป ความสนใจทางเพศจะเปลี่ยนจากเพื่อนเพศเดียวกันมาสู่เพื่อนเพศตรงกันข้าม

วิวัฒนาการของซูเปอร์อีโก้ (Mack 1967 p.300)

ในระยะแฝง (Latency period) ซูเปอร์อีโก้ยังคงสร้างโดยต่อเนื่องจากขบวนการเลียนแบบ (Identification) การพบปะกับครู ภาพพจน์ของวีรบุรุษ และบุคคลที่พอใจ ซึ่งเป็นการสร้างมาตรฐานของจริยธรรมค่านิยม ความอยากเป็น และอุดมคติแห่งตน ในส่วนของความขัดแย้งของเด็กต่อบิดามารดาที่มีต่อเนื่อง แต่ในระยะนี้เด็กรับการเลียนแบบในส่วนของบิดามารดาเข้าไปมาก ทั้งมาตรฐาน ข้อห้าม คำสั่ง และการลงโทษ ซึ่งรับเข้าไปเป็นซูเปอร์อีโก้ของเด็ก จึงกลายเป็นการตัดสินใจ และแนวทางการปฏิบัติเมื่อไม่มีบิดามารดาอยู่ด้วย

การลงโทษของซูเปอร์อีโก้ ในระยะเริ่มแรก เครื่องครด จึงต้องการเปลี่ยนแปลงให้อ่อนลง ดังนั้นในที่สุด ซูเปอร์อีโก้ ก็จะทำให้ทางเลือกของความพยายามอยากในทางกายให้สมปรารถนา ในวัยรุ่น (Adolescence) ซึ่งมีพัฒนาการที่แตกต่างจากระยะอื่นๆ คือมีความพยายามอยากในทางกาม และความพยายามอยากในทางทำลายสูง จึงทำให้มีความพยายามทำลายความผูกพันต่อพ่อแม่ และทำลายความพยายามของซูเปอร์อีโก้ เช่น พฤติกรรมที่ต่อต้านและใช้กำลังต่อสู้ (Acting out) ซึ่งเป็นการปล่อยให้ความพยายามอยากในทางกามและความพยายามอยากในทางทำลายออกมา โดยซูเปอร์อีโก้ไม่สามารถจะเหนี่ยวรั้งได้ ในทางตรงข้ามซูเปอร์อีโก้ที่บีบบังคับตนเองมากก็จะมีลักษณะว่าอ่อนส่อนง่าย (over submissive) หรือ ใช้เขาวัวปัญญาแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่มาจากความพยายามอยาก โดยเผื่อระวัง และขจัดความพยายามอยากที่มีมาก สิ่งที่วัยรุ่นได้ทำคือ การปรับปรุงการเลียนแบบต่อพ่อแม่ โดยอุดมคติ (ideal) แล้วการปรับปรุงจะสามารถเลือกสิ่งที่รักได้โดยไม่ขึ้นอยู่กับความต้องการของพ่อแม่ และความต้องการต่อต้านบิดามารดา

โดยสรุปแล้ว อีโก้รับผิดชอบต่อการประพฤติเชิงคุณธรรม และการผิดศีลธรรมของคน ถ้าหากการกระทำต่างๆ สอดคล้องกับมาตรฐานของจริยธรรมของซูเปอร์อีโก้แล้วจะถือว่า อีโก้ได้รับรางวัลอีโก้จะปลอบปลัมเมื่อได้ประพฤติในทางดีงาม คิดแต่สิ่งที่ดี มีความภูมิใจในตัวเอง รู้สึกว่าตนเองมีค่า เท่ากับรักตนเอง (Self-love) ในทางตรงกันข้ามถ้าหากการกระทำต่างๆ ขัดแย้งกับซูเปอร์อีโก้แล้วจะถือว่าอีโก้ก็ถูกทำโทษ อีโก้จะรู้สึก

ละอาย รู้สึกผิดบาป ต้อยต่ำก็เท่ากับเกลียดตัวเอง (self-hate) อีโก้อาจถูกทำโทษหรือได้รับรางวัลเมื่อเพียงแต่คิดที่จะทำบางสิ่งบางอย่างเท่านั้น ความคิดก็เหมือนกับการกระทำที่อยู่ในสายตาของซูเปอร์อีโก้เสมอ

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory)

เป็นทฤษฎีที่นำเอาทฤษฎีการเรียนรู้มาอธิบายวิธีการและขบวนการที่บุคคลได้รับอิทธิพลจากสังคม ทำให้เกิดการยอมรับลักษณะและกฎเกณฑ์ทางสังคมมาเป็นลักษณะของตน

การเรียนรู้ มีผู้ให้คำจำกัดความว่า

การเรียนรู้ (Kimble, 1967, P82) คือการเปลี่ยนแปลงอย่างค่อนข้างถาวร (relatively permanent change) ในศักยภาพของพฤติกรรม (behavioral potentiality) ซึ่งเกิดขึ้นเป็นผลของการฝึกโดยให้แรงเสริม (reinforced practice)

การเรียนรู้ (Morgan, 1975, P97) คือการเปลี่ยนแปลงอย่างค่อนข้างถาวร (relatively permanent change) ในพฤติกรรม ซึ่งเกิดขึ้นเป็นผลของการฝึกหรือประสบการณ์

ทฤษฎีการเรียนรู้ (จำเนียร ๒๕๒๐ หน้า ๑๕) อธิบายถึงกระบวนการ วิธีการและเงื่อนไขที่จะทำให้เกิดการเรียนรู้ใดๆ ขึ้นมา หรือที่จะไม่ให้เกิดการเรียนรู้ นอกจากนี้ทฤษฎีการเรียนรู้จะช่วยอธิบายถึงสภาพของสิ่งแวดล้อมที่มีผลต่อการเรียนรู้เองคนเรา ทฤษฎีการเรียนรู้อาจแบ่งได้เป็น ๒ กลุ่มใหญ่ คือ

๑. กลุ่มทฤษฎีการสร้างความสัมพันธ์ต่อเนื่อง (Associative Theories)

กลุ่มทฤษฎีนี้รวมทฤษฎีการเรียนรู้ที่สำคัญๆ ไว้หลายทฤษฎี เช่น ทฤษฎีสัมพันธ์เชื่อมโยงของธอร์นไดค์ (Thorndike's Connectionism) ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบอาการกระทำของสกินเนอร์ (Skinner's Operant Conditioning) ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบคลาสสิกของพาฟลอฟ (Pavlov's Classical Conditioning) ทฤษฎีของกัททรี (Guthrie) ทฤษฎีของฮัล (Hull)

๒. กลุ่มทฤษฎีความรู้ความเข้าใจ หรือทฤษฎีสถาน (Cognitive or Field Theories)

กลุ่มทฤษฎีกลุ่มนี้ รวมทฤษฎีสำคัญๆ หลายทฤษฎี เช่น ทฤษฎีการเรียนรู้ของกลุ่มเกสตัลท์ (Gestalt) ทฤษฎีของทอร์แมน (Tolman) ทฤษฎีของเลวิน (Lawin)

ในกลุ่มทฤษฎีการสร้างความสัมพันธ์ต่อเนื่อง (Associative Theories) โดยสรุปแล้ว สนใจการตอบสนอง (Response) ของผู้เรียน สนใจการเปลี่ยนแปลงของผู้เรียน และความสัมพันธ์ระหว่างการตอบสนอง (Response) กับสิ่งเร้า (Stimulus) ตัวอย่างในทฤษฎีความเชื่อมโยงของธอร์นไดค์ (Thorndike's Connectionism)

ทฤษฎีความเชื่อมโยงของธอร์นไดค์ (Thorndike's Connectionism)

เอ็ดเวิร์ด แอล ธอร์นไดค์ (Edward L. Thorndike) (1874-1949) เป็นผู้ให้กำเนิดกล่าวโดยย่อว่า (จำเนียร ๒๕๒๐ หน้า ๕๕-๖๒) การเรียนรู้จะเกิดขึ้นได้เมื่อมีสภาพการณ์ที่เป็นปัญหาเกิดขึ้นมาให้แก่ อินทรีย์ (Organism) จะพยายามหาทางค้นคว้าด้วยวิธีการต่างๆ เพื่อแก้ปัญหานั้นให้หลุดพ้นไป โดยในขั้นแรกอินทรีย์จะแสดงอาการตอบสนอง (Response) ออกมาหลายๆ อย่าง อันนับว่าเป็นการค้นคว้าหาทางแก้ปัญหานั้นอย่างไม่มีหลักเกณฑ์ หรือเรียกว่าทำไปอย่างเปะๆ ปะๆ การตอบสนองแต่ละอย่างที่อินทรีย์แสดงออกมา เรียกว่า พฤติกรรมแบบเดาสุ่ม เมื่อการตอบสนองของร่างกายที่เป็นไปแบบเดาสุ่ม ช่างเถือไปแก้ปัญหานั้นที่เกิดขึ้นได้เป็นผลสำเร็จ ในครั้งต่อไปร่างกายก็จะลดพฤติกรรมหรือการตอบสนองที่ไม่จำเป็นออกทีละอย่างๆ จนเหลือแต่พฤติกรรมที่เป็นประโยชน์ และตรงต่อการแก้ปัญหานั้นโดยเฉพาะ และในที่สุดอินทรีย์ ก็จะรู้ทางแก้ปัญหานั้นได้อย่างอัตโนมัติและอาจทำการแก้ปัญหานั้นด้วยพฤติกรรมอย่างเดียวกันนั้น ในโอกาสต่อไป และเป็นไปอย่างว่องไวฉับพลัน หากว่าได้มีการฝึกฝนให้กระทำบ่อยครั้งขึ้น

การทดลองของธอร์นไดค์ (Thorndike's Experiment)

เนื่องด้วยธอร์นไดค์ (Thorndike) ถือว่าการเรียนรู้คือการแก้ปัญหานั้น และการจะศึกษาเรื่องการเรียนรู้นั้น ก็จะต้องให้ปัญหาแก่ผู้เรียน เพื่อให้ผู้เรียนได้แก้ปัญหานั้นออกมาด้วยเหตุนี้ธอร์นไดค์จึงได้ทำการทดลองแบบลองผิดลองถูก (Trial and Error) โดยเฉพาะกับสัตว์ และได้ทำการทดลองกับสัตว์เป็นจำนวนมาก ก่อนที่จะสรุปแนวทฤษฎีการเรียนรู้ของเขาขึ้นมา

จากการทดลองเกี่ยวกับการเรียนรู้ของแมว โดยเอาแมวหิวใส่กรงล่อด้วยอาหารข้างนอก ในกรงมีเชือกเส้นหนึ่งผูกปลายไว้ที่บ้านประตู อีกปลายหนึ่งถ้าถูกดึงจะทำให้ประตูเปิด เขาสังเกตเห็นว่าในระยะแรกๆ แมวจะวิ่งพล่าน เผลอไปถูกเชือกดึงให้ประตูเปิดออกไปกินได้ เมื่อจับเข้ากรงครั้งต่อไปจะดึงเชือกได้เร็วขึ้น จนในที่สุดสามารถดึงได้ทันที เขาสรุปว่าการลองผิดลองถูกนำไปสู่การเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนอง และการเรียนรู้ก็คือการที่มีการเชื่อมโยงระหว่างสิ่งเร้า (Stimulus) กับการตอบสนอง (Response)

กฎการเรียนรู้ของธอร์นไดค์

จากการทดลองของธอร์นไดค์ ได้ตั้งกฎแห่งการเรียนรู้ขึ้นอีก ๓ กฎ คือ

๑. กฎแห่งผล (Law of Effect) กล่าวว่าการเชื่อมโยงหรือข้อต่อระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนอง เกิดมีขึ้น และแล้วเกิดสภาพการณ์ที่ให้ความพึงพอใจ การเชื่อมโยงหรือข้อต่อจะแข็งแรง และเพิ่มความแน่น

แพ้นิ่งขึ้น ในทางตรงกันข้าม ถ้าการเชื่อมโยงหรือข้อต่อนั้นติดตามด้วยสภาพการณ์ ที่ให้ความรำคาญใจ การเชื่อมโยงหรือข้อต่อนั้นก็จะอ่อนลง หรือคลายความแน่นแพ้นิ่ง

๒. กฎแห่งการฝึก (Law of Exercise) กล่าวว่า การเชื่อมโยงหรือข้อต่อจะกระชับมั่นคงยิ่งขึ้น เมื่อมีการใช้และจะอ่อนลงเมื่อไม่ได้ใช้

๓. กฎแห่งความพร้อม (Law of Readiness) กฎนี้กล่าวถึงสภาพความพร้อมของร่างกาย ในอันที่จะแสดงพฤติกรรมใดๆ ออกมา เช่น ความพร้อมในรูปของความเจริญเติบโต และพัฒนาการทางร่างกายมากกว่าสิ่งอื่นใด ในการทดลองย่อมเห็นได้ว่า แมวมีความหิว แมวจึงตื่นรนหาทางออกไปกินอาหาร แสดงว่าแมวจะต้องมีประสาทสัมผัสที่จะรับรู้ความรู้สึกจากสิ่งที่จะนำความพึงพอใจมาให้มัน และในสถานการณ์ที่แมวยู่ในกรงนั้น แมวจะต้องสามารถทำอะไรที่จะต้องใช้ในสถานการณ์นั้นได้ กล่าวคือ แมวจะต้องมีความสามารถที่จะกระทำหรือแสดงพฤติกรรมที่ต้องการจะกระทำต่อสถานการณ์เช่นนั้นได้นั่นเอง

ในกลุ่มทฤษฎีความรู้ความเข้าใจ หรือทฤษฎีสถาน (Cognitive or Field Theories) ถือว่า กระบวนการทางสติปัญญา (Intellectual Process) มีบทบาทสำคัญมากในการเรียนรู้ ซึ่งกล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงในด้านกรรับรู้ (Perception) ความรู้ (Knowledge) หรือจุดมุ่งหมาย (Purpose) ยิ่งกว่าการเปลี่ยนแปลงในพฤติกรรม หรือการเปลี่ยนแปลงของการตอบสนอง นอกจากนั้นนักทฤษฎียังได้พยายามใช้หลักเกณฑ์ต่างๆ จากแหล่งเพิ่มเติมอื่นๆ และจากหลักเกณฑ์ต่างๆ ที่ได้จากแนวคิดของนักจิตวิทยา เกสตัลท์ (Gestalt Psychology) เช่นตัวอย่างในทฤษฎีการเรียนรู้ของกลุ่มเกสตัลท์ (Gestalt)

ทฤษฎีการเรียนรู้ของกลุ่มเกสตัลท์ (Gestalt Psychology) (จำเนียร, ๒๕๒๐ หน้า ๗๗-๗๘)

"Gestalt" เป็นภาษาเยอรมัน ซึ่งหมายถึงการรับรู้ (Perception) ในรูปของ "รูปลักษณ์" หรือ "ลักษณะส่วนรวม" หรือ "ส่วนรวมเข้าด้วยกันทั้งหมด" เกสตัลท์ ได้พัฒนาการจากการศึกษาเรื่องการรับรู้ (Perception) ของนักจิตวิทยาชาวเยอรมันกลุ่มหนึ่ง ซึ่งประกอบด้วยบุคคลสำคัญ คือ แม็ค เวอร์เทอเมอร์ (Max Wertheimer) คูร์ โคฟส์ก้า (Kurt Koffka) วูฟแกง เคอเลอร์ (Wolfgang Kohler) และคูร์ เลวิน (Kurt Lewin) เป็นต้น

เกสตัลท์ (Gestalt) มีความเห็นว่า คนเรามีปฏิกริยาโต้ตอบต่อ "แบบ" (Pattern) ของการรับรู้ของตนเอง เมื่อคนเราประสบปัญหาใดๆ ก็ตามเขาจะเรียนการแก้ปัญหา "ด้วยการจัดแบบ" ขึ้นใหม่ในขณะที่เขา

กำลังหาแนวทางแก้ปัญหาที่นั้น เขาจะมองเห็นสถานการณ์ในแนววิธทางใหม่ เช่น เขาเกิดมีความรู้สึกว่าได้ค้นพบหรือเข้าใจเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น เขาก็ย่อมจะมองเห็นช่องทางแก้ปัญหาขึ้นมาในทันทีทันใด การเปลี่ยน "แบบ" ในตัวคนเราดังกล่าวอย่างรวดเร็วในลักษณะเช่นนี้เรียกว่าเกิด "การหยั่งรู้หยั่งเห็น" หรือ "การมองเห็นช่องทาง" ในสิ่งนั้นๆ ซึ่งตรงกับภาษาอังกฤษว่า "Insight"

จิตวิทยาเกสตัลท์เน้นถึงความสำคัญของส่วนรวม และถือว่าส่วนรวมมีความสำคัญมากกว่าผลบวกของส่วนย่อยๆ ของส่วนรวม เช่น

รูปสามเหลี่ยม ย่อมมีอะไรมากกว่าด้าน ๓ ด้าน

การเรียนรู้ในทัศนะของจิตวิทยาเกสตัลท์ จึงมิได้อยู่ที่การเอาส่วนเล็กน้อยมาบวกเข้าด้วยกัน

หากแต่เกิดเริ่มมาจากส่วนรวมทั้งหมด แล้วนำไปสู่การเห็นความแตกต่างของส่วนย่อยต่างๆ

ผู้เรียนเริ่มด้วยการรับรู้ "ส่วนรวมทั้งหมดเข้าด้วยกัน" (Configuration) ครั้งแรกอาจไม่ชัดเจน แต่ด้วยการอาศัยการแยกความแตกต่างที่ละน้อย เขาจะเห็นภาพของส่วนรวมทั้งหมดได้ชัดเจนนั้นคือ เกิดการเรียนรู้

เห็นได้ว่าทฤษฎีการเรียนรู้ที่กล่าวมาข้างต้นนั้น เป็นการอธิบายถึงขบวนการวิธีการและเงื่อนไขที่จะทำให้เกิดการเรียนรู้ขึ้น ซึ่งนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลทั้งสิ้น

ส่วนทฤษฎีการเรียนรู้ที่สามารถนำมาอธิบายวิธีการ และขบวนการที่บุคคลได้รับอิทธิพลจากสังคมทำให้เกิดการยอมรับลักษณะและกฎเกณฑ์ทางสังคมมาเป็นลักษณะของตนเองนั้น สกินเนอร์ (Skinner) ซึ่งเป็นผู้ให้กำเนิดทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบอาการกระทำของสกินเนอร์ (Skinner's Operant Conditioning) เป็นผู้นำเอาทฤษฎีของตนมาอธิบาย

ทฤษฎีการวางเงื่อนไขแบบอาการกระทำของสกินเนอร์ (Skinner's Operant Conditioning)

เป็นทฤษฎีที่อยู่ในกลุ่มทฤษฎีการสร้างความสัมพันธ์ต่อเนื่อง (Associative Theories) ซึ่งได้จากการทดลองกับสัตว์ในห้องทดลอง และได้้นำการทดลองนี้มาประยุกต์ใช้กับคน (Hilgard, 1962, P258-260) โดยเห็นถึงความสำคัญของพฤติกรรมสองอย่างที่แตกต่างกันคือ พฤติกรรมแบบแสดงการตอบสนอง (Respondant behavior) และพฤติกรรมแบบแสดงอาการกระทำ (Operant behavior)

พฤติกรรมแบบแสดงการตอบสนอง (Respondant behavior) คือ พฤติกรรมที่อยู่ภายใต้การควบคุมของสิ่งเร้าโดยตรง เช่น น้ำลายไหลเมื่อได้ลิ้มรสอาหาร ม่านตาหดลงเมื่อมีแสงสว่างเข้าตา

พฤติกรรมแบบแสดงอาการกระทำ (Operant behavior) คือ พฤติกรรมที่ต้องมีการกระทำอย่างใดอย่างหนึ่งเสียก่อน จึงจะเกิดพฤติกรรมที่ต้องการตามมา เช่น การพูดโทรศัพท์จะเกิดขึ้นได้ต้องมีการไปหยิบหูโทรศัพท์หมุนเลขโทรศัพท์ก่อน

สกินเนอร์ (Skinner) ได้ให้ความสนใจพฤติกรรมชนิดนี้เป็นพิเศษเพราะว่าเขามีความเชื่อว่า พฤติกรรมในชีวิตประจำวันของมนุษย์ส่วนมากเป็นไปในลักษณะพฤติกรรมแบบแสดงอาการกระทำ (Operant behavior) เช่น การไขกุญแจ การขับรถ การเขียนหนังสือ การเขียนจดหมาย การสนทนา ตลอดจนพฤติกรรมที่แสดงถึง ค่านิยมและทัศนคติต่างๆ

การทดลองของสกินเนอร์ (Skinner' Experiment) .

การทดลองเพื่ออธิบายการวางเงื่อนไขแบบอาการกระทำของสกินเนอร์ นั้น เป็นการทดลองกับหนูขาว สกินเนอร์เอาหนูขาวใส่ในกล่องทดลองของสกินเนอร์ (Skinner's box) ซึ่งเป็นกล่องเก็บเสียงขนาด ๑๒" X ๑๒" ฝากล่องด้านหนึ่งมีคานยื่นออกมา คานนี้มีกลไกต่อไปยังที่เก็บอาหารของหนู เมื่อหนูตีวามากจนถึงขั้นกระวนกระวายจนกระทั่งหนูไปกระทบคาน กลไกจะไปบังคับอาหารให้หล่นลงมาในกล่องการทดลอง หนูก็จะได้กินอาหาร ครั้งต่อไปเมื่อหนูต้องการอาหารก็เดินไปได้ที่มันจะไปกระทบคานนั้นอีก โดยใช้เวลาในการตอบสนองน้อยลงไปทุกทีๆ เรียกได้ว่าหนูได้เรียนรู้การให้เข้ามาซึ่งอาหาร อาหารอยู่ในสภาพของสิ่งเสริมแรง (Reinforcer) ที่ช่วยให้หนูแสดงพฤติกรรมการเรียนรู้เกิดขึ้น

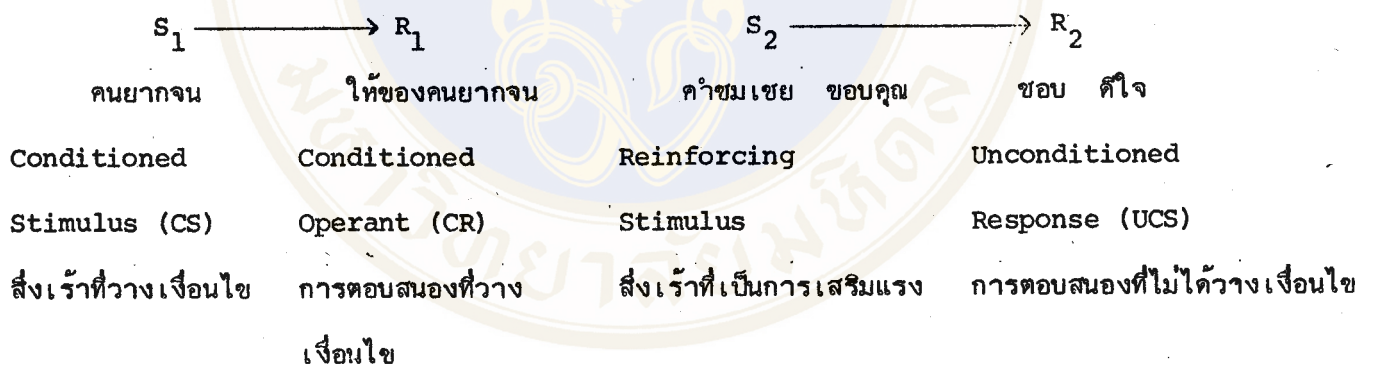
แผนผังรูปการวางเงื่อนไขแบบอาการกระทำ

$S_1 \longrightarrow R_1$	$S_2 \longrightarrow R_2$
คาน	อาหาร
Conditioned	Reinforcing
Stimulus (CS)	Stimulus
สิ่งเร้าที่วางเงื่อนไข	สิ่งเร้าที่เป็นการเสริมแรง
กดคาน	การกิน
Conditioned	Unconditioned
Operant (CR)	Response (UCS)
การตอบสนองที่วางเงื่อนไข	การตอบสนองที่ไม่ได้วางเงื่อนไข

เมื่อมี R_1 เกิดขึ้นจะมี S_2 ตามมา

จากการทดลองดังกล่าว สกินเนอร์ (Skinner, 1971, P101-128) ได้นำหลักการเสริมแรง (Principle of reinforcement) มาอธิบายวิธีการและขบวนการที่บุคคลได้รับอิทธิพลจากสังคม สิ่งแวดล้อมทางสังคม (social environment) หรือวัฒนธรรม (culture) ว่าเป็นตัวกำหนดเงื่อนไขทางสังคม (social contingencies) ให้กับเด็กนับแต่เกิด บิดามารดาจะเป็นผู้สอนให้เด็กทราบถึงแนวปฏิบัติตนในสังคม การแยกความแตกต่างระหว่างสิ่งที่ถูกหรือผิด ดีหรือเลวโดยใช้สิ่งเสริมแรงทางคำพูดและการกระทำเห็นได้ว่าพัฒนาการทางจริยธรรมเป็นความงอกงามของพฤติกรรมและอารมณ์จากการปรับตัวให้เข้ากับกฎเกณฑ์ของสังคม โดยมีแรงขับพื้นฐานมาจากความต้องการทางชีววิทยา การแสวงหารางวัล ตลอดจนการหลีกเลี่ยงการถูกสังคมลงโทษ ด้วยเหตุนี้แม้ว่ามนุษย์เรามีได้มีจริยธรรมหรือความต้องการมาตรฐานทางจริยธรรมมาตั้งแต่เกิดก็ตาม เมื่อโตขึ้นจะมีบรรทัดฐาน (norm) ของจริยธรรมและพฤติกรรมไปตามโครงสร้างทางวัฒนธรรมในสังคมซึ่งได้มาด้วยการเสริมแรงนั่นเอง

แผนผังตัวอย่างการวางเงื่อนไขทางจริยธรรม



ทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญา (Cognitive Development Theory)

เปียเจท์ (Piaget) (ค.ศ. ๑๙๖๕) และโคลเบอร์ก (Kohlberg) (ค.ศ. ๑๙๖๔-๑๙๗๖) เป็นผู้ศึกษาและพัฒนาความคิดเชิงจริยธรรมและการตัดสินใจในเด็ก เขาได้อธิบายถึงพัฒนาการในแต่ละขั้นของพัฒนาการของความคิดเชิงจริยธรรมของเด็ก เช่นเดียวกับการพัฒนาการทางจิตใจและพฤติกรรมด้านอื่นๆ เขาเชื่อว่าจริยธรรมไม่ได้พัฒนาครั้งเดียว แต่พัฒนาเป็นขั้นตอน และการที่การพัฒนาจะเลื่อนขึ้นไปในขั้นที่สูงกว่าต้องผ่านขั้นตอนขั้นแรกๆ ก่อน ไม่มีการกระโดดข้ามขั้น ขั้นของจริยธรรมที่พูดถึงนี้เป็นผลจากการศึกษาถึงโครงสร้างของพัฒนาการทางสติปัญญาของเด็ก ฉะนั้นจึงขอพูดเกี่ยวกับทฤษฎีพื้นฐานของเปียเจท์ (Piaget) และโคลเบอร์ก (Kohlberg)

เปียเจท์ (Piaget) เป็นผู้สร้างทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาขึ้นโดยมีสาระสำคัญ คือ ปัจจัยที่สำคัญในการพัฒนาทางสติปัญญา คือ การที่คนเรามีการปะทะสังสรร (interaction) กับสิ่งแวดล้อมตั้งแต่แรกเกิด ผลของการปะทะสังสรรอย่างต่อเนื่อง (continuous interaction) ทำให้เกิดการ พัฒนาทางสติปัญญา เปียเจท์ได้เปรียบเทียบกับขบวนการทางชีววิทยาว่า การย่อยอาหารได้เปลี่ยนอาหารเป็น รูปที่ร่างกายนำไปใช้ได้ ขบวนการทางสติปัญญา (intellectual processes) ก็ได้เปลี่ยนประสบการณ์เป็นรูปแบบที่เด็กนำไปใช้ในการเผชิญต่อสิ่งแวดล้อมเช่นกัน

การปะทะสังสรร (interaction) นี้ คือ ขบวนการปรับตัว (adaptation) ของอินทรีย์กับสิ่งแวดล้อมภายนอกและการจัดระบบจิตใจภายใน (inward mental organization) ขบวนการนี้เป็นขบวนการที่ต่อเนื่องและปรับตัวตลอดเวลาเพื่อจะให้ถึงภาวะสมดุลย์ (equilibration) กับสิ่งแวดล้อม

การปรับตัว (adaptation) ประกอบด้วยขบวนการที่สำคัญ ๒ ประการ คือ

๑. การปรับเข้า (Assimilation) (Wadsworth, 1971) เป็นขบวนการของสติปัญญา เกิดขึ้นโดยมนุษย์ผสมผสาน (integrate) เรื่องราวที่รับรู้เข้ามาหรือผสมผสานเหตุการณ์ซึ่งเป็นสิ่งเร้าต่างๆ ให้เข้ากับ สกีมاتا (Schemata) ที่มีอยู่ คำว่าสกีม่า (Schema) (เอกพจน์) หรือสกีมاتا (Schemata) (พหูพจน์) เปียเจท์ หมายถึง โครงสร้างของสติปัญญาซึ่งเป็นผลมาจากบุคคลปรับตัวและจัดระบบสติปัญญาให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม หรือสามารถเทียบได้กับคำว่า แนวความคิดรวบยอด (concept) เช่น เด็กเห็นสิ่งใหม่ (ข้าว) หรือสิ่งเก่าในวิถีทางแนวใหม่ และได้รับสิ่งต่างๆ เด็กพยายามจะทำอะไรที่จะปรับเหตุการณ์ใหม่หรือสิ่งแวดล้อมใหม่เหล่านี้ให้เข้ากับสกีมاتا (Schemata) ที่เขามีอยู่ในขณะนั้นจนกระทั่งเขาพบว่า มีอยู่อันหนึ่งดูเหมือนจะเหมาะสมและน่าจะรวม สิ่งใหม่ (ข้าว) เข้าไว้ได้ด้วย สำหรับเด็กแล้วเด็กเห็นสิ่งใหม่ (ข้าว) นั้นมีลักษณะทั้งหมดเหมือนกับสุนัข เขาจึงปรับ สิ่งใหม่ (ข้าว) นั้นเข้ากับสกีม่า (Schema) อันนั้น ด้วยเหตุนี้เด็กจึงสรุปว่า สิ่งใหม่ (ข้าว) นั่นก็คือ สุนัข สิ่งใหม่ (ข้าว) ถูกปรับเข้า (assimilate) ลงไปในสกีม่า (Schema) ของสุนัข เด็กจะเรียกข้าวว่า สุนัข ดังนั้นการปรับเข้า (assimilation) ก็คือ ขบวนการของสติปัญญาที่เกี่ยวข้องกับการวางเหตุการณ์ที่เป็นสิ่งเร้าใหม่เข้าสู่สกีมاتا (Schemata) ที่มีอยู่

๒. การปรับขยาย (Accomodation) เมื่อพบสิ่งเร้าใหม่ เด็กจะพยายามปรับเข้า (assimilate) สิ่งเร้านี้ให้เข้ากับสกีมาต้า (Schemata) ที่มีอยู่ บางครั้งวิธีการนี้ก็เกินไปไม่ได้ เพราะว่าไม่มีสกีมาต้า (Schemata) ที่เหมาะสมที่จะลงไปได้ เมื่อลักษณะของสิ่งเร้า นั้นไม่เหมาะสมกับสกีมาต้า (Schemata) เด็กจะทำได้ ๒ อย่าง คือ เขาอาจจะสร้างสกีมา (Schema) ใหม่ขึ้นมา ทั้งนี้เพื่อจะวางสิ่งเร้า นั้นลงไปหรือเขาอาจจะขยายสกีมา (Schema)เก่า ที่มีอยู่อันหนึ่งจนกระทั่งสิ่งเร้า นั้นสามารถจะปรับลงไปได้ ทั้ง ๒ วิธีการเป็นแบบของ การปรับขยาย (Accomodation) ดังนั้นการปรับขยาย (Accomodation) คือ การสร้าง (creation) สกีมา (Schema) ใหม่หรือการขยายสกีมา (Schema) การกระทำทั้ง ๒ อย่างนี้ เป็นผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงหรือพัฒนาในโครงสร้างทางสติปัญญา (Schemata)

ขั้นของการพัฒนาการทางด้านสติปัญญาของเพียเจท์ (Horrocks 1976 P.188) แบ่งเป็น ๔ ขั้น

ดังต่อไปนี้

๑. The period of sensory-motor intelligence (0-2 ปี) เด็กจะเริ่มค้นชีวิตจากประสบการณ์ทางระบบประสาทอัตโนมัติ และเมื่อสิ่งแวดล้อมมีมากขึ้นเด็กก็จะมี การตอบสนองทางกล้ามเนื้อจนเป็นนิสัย ในระยะนี้สติปัญญาก็เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์ที่เฉพาะเจาะจง แม้กระนั้นการกระทำก็จะต้องถูกก่อตัวให้เป็นตัวแทนของความคิด
๒. The period of preoperational thought (2-7 ปี) ในระยะนี้เริ่มเกิดสัญลักษณ์หรือการทำงานของความคิดขึ้นก่อนปฏิบัติกำมาบ้างแล้ว ได้เริ่มมีการรับรู้ชนิดต่างๆ ของวัตถุเด็กในระยะนี้ไม่มีความคิดแบบตรรกศาสตร์ จึงไม่อาจอธิบายเหตุการณ์ต่างๆ ได้ถูกต้อง
๓. The period of concrete operations (7-11 ปี) ในระยะนี้เด็กมีความคิดแบบตรรกศาสตร์ แต่จะต้องเห็นความสัมพันธ์ของวัตถุด้วยสายตา และขบวนการคิดแบบตรรกศาสตร์นั้นยังไม่มีระบบ ในระยะนี้เด็กจะรับรู้แต่สิ่งที่เขาได้เห็นจริง ไม่อาจคิดแบบนามธรรมได้
๔. The period of formal operation (11-15 ปี) ระยะนี้เด็กมีความคิดแบบตรรกศาสตร์ได้ โดยไม่ต้องเห็นของจริง ฉะนั้นในช่วงนี้เด็กๆ วัยรุ่นจะอยู่ในโลกของความคิดอย่างอิสระ และไม่ต้องพึ่งพาสถานการณ์ที่เป็นจริง ระยะนี้เป็นระยะที่เป็นการพัฒนาขั้นสูงสุดของระดับการรับรู้ คิดเป็นนามธรรมได้

Moral realism และ Moral relativism

เพียเจท์ (Piaget) (Biehler, 1976, P157-158) ได้วิเคราะห์ พัฒนาการทางจริยธรรม และการตัดสินใจเชิงจริยธรรมในเด็กช่วง The period of preoperational thought อายุระหว่าง ๒-๗ ขวบ ซึ่งเป็นเด็กที่มีลักษณะใช้ตัวเองเป็นจุดศูนย์กลาง (egocentric) ในความคิดและการพูด การตัดสินใจในเด็กวัยนี้ขึ้นอยู่กับสิ่งที่เด็กรับรู้ เด็กไม่สามารถใช้คำอธิบายถึงทัศนะของผู้อื่น เพียเจท์ (Piaget) เรียกว่า Moral realism โดยยกตัวอย่างที่แสดงถึงความรู้สึกผิด (guilt feeling) ของเด็กจากสถานการณ์ เด็กคนหนึ่งช่วยเติมหมึกในปากกา ขณะเปิดฝาขวดหมึกเขาทำให้หมึกหกเลอะผ้าปูโต๊ะ เป็นรอยใหญ่ กับเด็กอีกคนหนึ่งที่เล่นปากกาซึ่งเคยถูกห้ามไม่ให้เล่น แล้วทำหมึกเลอะผ้าปูโต๊ะ เป็นรอยเล็กๆ เด็กในวัยนี้จะสนใจที่ความเสียหายที่เกิดจากหมึกเลอะผ้าปูโต๊ะ และไม่สนใจเจตนาหรือแรงจูงใจที่อยู่เบื้องหลังการกระทำนั้น และเด็กยังเชื่อว่าเด็กที่ทำหมึกเลอะรอยใหญ่จะรู้สึกผิดมากกว่าเด็กที่ทำหมึกหกรอยเล็กๆ ที่เพียเจท์ (Piaget) เรียกว่า Moral realism เพราะว่า เน้นความจริงหรือสิ่งที่เสียหายจริงและการใช้ตัวเองเป็นจุดศูนย์กลาง (egocentrism) ทำให้ไม่เข้าใจความคิดของผู้อื่นที่มีความคิดเห็นแตกต่างไปจากความคิดของตนเอง เด็กอาจจะทำลายกฎนี้เพราะว่าเด็กไม่สามารถจะเข้าใจกฎที่สมบูรณ์ได้ นั่นคือ Moral realism ไม่อาจใช้โดยทั่วไปได้

เมื่อเด็กอายุ ๑๑-๑๒ ปีขึ้นไป เด็กจะเปลี่ยนแปลงเป็น Moral relativism เด็กสามารถลดการใช้ตัวเองเป็นจุดศูนย์กลางและคิดถึงความเป็นไปได้ของเหตุการณ์ต่างๆ ได้หลายอย่างและจากการที่เขาเปลี่ยนจากการใช้ตัวเองเป็นจุดศูนย์กลาง โดยเปลี่ยนไปสนใจต่อความคิดเห็นของผู้อื่นมากขึ้น ผลทำให้เด็กสามารถอธิบายแรงจูงใจที่อยู่เบื้องหลังพฤติกรรมและนำมาประกอบการตัดสินใจเชิงจริยธรรม นอกจากนั้นเขายังมีความยืดหยุ่นต่อกฎเกณฑ์ เมื่อรู้ว่ากฎเกณฑ์เกิดจากการตกลงกันของบุคคล เขายังมีพฤติกรรมที่เหมาะสมในแต่ละสถานการณ์ได้

เพียเจท์ ได้แบ่งระดับการพัฒนาทางจริยธรรมออกเป็น ๓ ชั้น (Santz and Butcher; 1975 : 141-142) คือ

๑. ขั้นก่อนจริยธรรม เริ่มตั้งแต่เกิดจนถึง ๒ ขวบ จริยธรรมเกิดจากผู้ใหญ่เป็นผู้สนองความต้องการทางกายของเด็ก เด็กยังไม่สามารถรับรู้ต่อสภาพแวดล้อมอย่างสมบูรณ์
๒. ขั้นยึดคำสั่งเป็นใหญ่ ระดับอายุตั้งแต่ ๒-๘ ปี เด็กเริ่มมีการรับรู้ต่อสภาพแวดล้อมอย่างละเอียดลึกซึ้งยิ่งขึ้น เด็กต้องกระทำหรือไม่กระทำตามที่พ่อแม่หรือผู้ใหญ่กำหนด ทั้งนี้เพราะเด็กต้องการความรัก ความเอาใจใส่ คำชมเชย และการยอมรับจากผู้ใหญ่

๓. ขั้นยึดหลักแห่งตน ระดับอายุตั้งแต่ ๘ ปีขึ้นไป เด็กมีพัฒนาการทางสติปัญญาสูงขึ้น รู้ว่าอะไรถูกอะไรควรหรือไม่ควร จากความสามารถของตนเองและการได้ปะทะสังสรร (Interaction) กับเพื่อนๆ ทำให้เด็กยอมรับกฎเกณฑ์สากล สิ่งเหล่านี้จะนำไปสู่พัฒนาการทางจริยธรรมเป็นของตนเอง ซึ่งระบบการใช้เหตุผลในขั้นนี้ เพียเจท์ (Piaget) ถือว่า ระยะนี้เด็กมีความคิดแบบตรรกศาสตร์ด้านการจัดกลุ่มของความสัมพันธ์ได้

โคลเบอร์ก (Kohlberg) ได้ศึกษาจริยธรรมตามแนวทฤษฎีของ Piaget และพบว่าพัฒนาการทางจริยธรรมของมนุษย์ส่วนมากมิได้บรรลุสมบูรณ์ในเด็กอายุ ๑๐ ปี แต่มนุษย์ในสภาพปกติจะมีพัฒนาการทางจริยธรรมอีกหลายขั้นตอน จากอายุ ๑๑ ปี ถึง ๒๔ ปี (Kohlberg 1969, P.391)

โคลเบอร์กเชื่อว่าการถึงวุฒิภาวะเชิงจริยธรรมของมนุษย์นั้นจะแสดงออกในทางการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมได้อย่างเด่นชัดที่สุด เหตุผลเชิงจริยธรรมนี้ไม่ขึ้นอยู่กับกฎเกณฑ์ของสังคมใดสังคมหนึ่ง (Kohlberg, 1964, P.405) โคลเบอร์กได้ศึกษาวิเคราะห์ลักษณะของคำตอบของเยาวชนอเมริกันอายุ ๑๐ ถึง ๑๖ ปี เกี่ยวกับการเลือกกระทำพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งในสถานการณ์ที่มีการขัดแย้งระหว่างความต้องการส่วนบุคคลและกฎเกณฑ์ของกลุ่มหรือสังคม โคลเบอร์กได้แบ่งประเภทเหตุผลเชิงจริยธรรมเหล่านี้ออกเป็น ๖ ประเภทแล้วเรียงเหตุผลเหล่านี้ ตามอายุของผู้ใช้เหตุผลนั้นๆ โดยเรียงเหตุผลบางประเภทที่ผู้ตอบอายุ ๑๐ ปีใช้ตอบมากที่สุดจนถึงประเภทที่ ๖ ที่ผู้ตอบอายุ ๑๖ ปี ใช้ตอบมากกว่าผู้ตอบอายุต่ำกว่าทั้งหมด ขั้นการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมทั้ง ๖ ขั้นได้ถูกแบ่งเป็น ๓ ระดับ

ในทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรมของโคลเบอร์ก (Kohlberg, 1977, P.168)

I. ระดับก่อนกฎเกณฑ์ (Preconventional Level)

ในระดับนี้ เด็กจะตอบสนองต่อกฎเกณฑ์ในด้านความดี-ความเลวและการถูก-ผิด โดยแปรผลจากการกระทบทางกาย และความพอใจเป็นหลัก เช่น การลงโทษ การชมเชย และการแลกเปลี่ยน หรือการยอมรับกฎเกณฑ์ คำสั่งของผู้ที่มีอำนาจทางกายเหนือตนในระดับนี้เป็น ๒ ขั้น

ขั้นที่ ๑ หลักการหลบหลีกการถูกลงโทษและคำตามคำสั่ง (The punishment and obedience orientation) ผลที่กระทบทางกายจะเป็นตัวกำหนดความดี ความเลว โดยไม่สนใจต่อผลของการกระทำที่จะเกิดขึ้นแก่ผู้อื่น มุ่งหลีกเลี่ยงต่อการลงโทษทางกาย และปฏิบัติตามคำสั่งของผู้ที่มีอำนาจทางกายเหนือตน

ขั้นที่ ๒ หลักการลือสัมพันธ์ (The instrumental - relativist orientation) การกระทำที่ถูกต้องนั้น เป็นลือที่ก่อให้เกิดความพอใจซึ่ง เป็นความต้องการของตนเอง และของผู้อื่นในบางโอกาส ความสัมพันธ์กับบุคคลถูกมองในแง่ของการแลกเปลี่ยน ความยุติธรรมของการแลกเปลี่ยน โดยแบ่งให้เท่าเทียมกัน แต่มักจะแปลผลทางกาย เช่น เขามาตีฉัน ฉันจะต้องตีเขา

II. ระดับตามกฎเกณฑ์ (Conventional Level)

ในระดับนี้ บุคคลยังอยู่ในความคาดหวังของบุคคลในครอบครัว กลุ่ม หรือเชื้อชาติ มีการรับรู้ว่า ค่านิยมของกลุ่มตนเองถูกต้อง โดยไม่คำนึงถึงผลที่จะตามมา ทัศนคติที่มีไม่เพียงแต่เป็นคนยอมตาม (conformity) ต่อดความคาดหวังของบุคคลและกฎของสังคมเท่านั้น แต่จะจงรักภักดีต่อกฎอันนี้โดยมีการกระทำและคิดให้เหตุผลสนับสนุนอยู่ และการเลียนแบบต่อบุคคลต่างๆ หรือกลุ่มทำให้เกิดกฎนี้ด้วย ในขั้นนี้แบ่งออกเป็น ๒ ขั้น

ขั้นที่ ๓ หลักการทำตามมิตรภาพระหว่างบุคคล (The interpersonal concordance or "good boy - nice girl" orientation) พฤติกรรมที่ดีคือการช่วยผู้อื่นและพฤติกรรมที่ได้รับการยอมรับจากผู้อื่นที่ใช้กันมากได้แก่ การยอมตาม (conformity) ต่อกาพจน์ของพฤติกรรมส่วนใหญ่ที่คนอื่นเขาทำกัน คือ พฤติกรรมที่ทำไปโดย "คนอื่นเขาว่าดี"

ขั้นที่ ๔ หลักการทำตามกฎหมายและกฎเกณฑ์ (The "Law and order" orientation) มีแนวทางพฤติกรรมไปตามผู้มีอำนาจ (authority) กำหนด กฎเกณฑ์ที่ตายตัว และคงไว้ซึ่งกฎของสังคมพฤติกรรมที่ถูกต้องคือการกระทำตามหน้าที่ การกระทำที่เคารพต่อผู้มีอำนาจ และคงไว้ซึ่งกฎเกณฑ์ของสังคมเพื่อผลประโยชน์ของตน

III. ระดับเหนือกฎเกณฑ์ (Postconventional; Autonomous, or Principle Level)

ในระดับนี้ มีความพยายามที่ชัดเจนที่จะกำหนดคุณค่าของจริยธรรมและหลักการ (principles) ให้มีความเที่ยงตรง และใช้สติปัญญาต่างจากผู้มีอำนาจในกลุ่ม และต่างจากการที่บุคคลเลียนแบบในกลุ่ม ในระดับนี้แบ่งออกเป็น ๒ ขั้นคือ

ขั้นที่ ๕ หลักการทำตามสัญญาสังคม (The social-contract, legalistic orientation) การเห็นความสำคัญของคนหมู่มาก การกระทำที่ถูกต้องมักถูกกำหนดในศัพท์ของ สิทธิของบุคคลและมาตรฐานทั่วไป ซึ่งได้รับการพิสูจน์และตกลงจากสังคมทั้งหมด มีความสนใจที่ชัดเจนต่อคุณค่าของบุคคลและความคิดเห็นของบุคคล

และเป็นส่วนที่อยู่เหนือกฎหมาย โดยส่วนที่อยู่เหนือกฎหมายที่มีความสอดคล้องกับกฎหมาย เช่น ในการตกลงตามรัฐธรรมนูญและประชาธิปไตย ก็คือการใช้ความถูกต้องตามคุณค่าของบุคคลและความคิดเห็นของบุคคล ผลก็คือมีความสำคัญเหนือทัศนะของกฎหมาย (legal point view) แต่ที่สำคัญยิ่งกว่านั้นคือการให้เหตุผลอธิบายในการเปลี่ยนแปลงกฎหมายเพื่อประโยชน์ของสังคม (เหนือกว่า กฎหมายและกฎหมายในชั้นที่ ๔) อยู่นอกเหนือขอบเขตของกฎหมาย มีการตกลงที่อิสระ (free agreement) และสัญญาเป็นข้อผูกมัดที่จำเป็นต้องปฏิบัติตาม

ขั้นที่ ๖ หลักการยึดอุดมคติสากล (The universal - ethical - principle orientation) ความถูกต้องถูกกำหนดโดยการตัดสินใจในค่านิยมโนธรรม (conscience) ที่สอดคล้องกับการกระทำตามหลักอุดมคติตามเหตุผลที่เป็นสากลและสม่ำเสมอ หลักการนี้เป็นนามธรรมและเป็นอุดมคติ เช่น บัญญัติ ๑๐ ประการ (Ten Commandments) นั้นเป็นหลักตัดสินใจที่เป็นสากลของการแลกเปลี่ยนและมีสิทธิมนุษยธรรมที่ยุติธรรมและเคารพต่อความเป็นมนุษย์

สรุปทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรมของโคลเบอร์ก

ระดับจริยธรรม	ขั้นการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม
๑. ระดับก่อนกฎหมาย (๒-๑๐ ปี)	ขั้น ๑ หลักการหลบหลีกการลงโทษและทำตามคำสั่ง (๒-๗ ปี)
	ขั้น ๒ หลักการสื่อสัมพันธ์ (๗-๑๐ ปี)
๒. ระดับตามกฎหมาย (๑๐-๑๖ ปี)	ขั้น ๓ หลักการทำตามมิตรภาพระหว่างบุคคล (๑๐-๑๓ ปี)
	ขั้น ๔ หลักการทำตามกฎหมายและกฎหมาย (๑๓-๑๖ ปี)
๓. ระดับเหนือกฎหมาย (๑๖ ปีขึ้นไป)	ขั้น ๕ หลักการทำตามสัญญาสังคม (๑๖ ปีขึ้นไป)
	ขั้น ๖ หลักการยึดอุดมคติสากล (ผู้ใหญ่ขึ้นไป)

ตามทฤษฎีพัฒนาการทางจริยธรรมของโคลเบอร์กมีลักษณะดังต่อไปนี้ (Kohlberg, 1977, P167)

๑. ขั้นพัฒนาการมีลักษณะ "โครงสร้างสากล" (structured wholes) หรือระบบการจัดระเบียบความคิด ในแต่ละคนจะมีความคงที่ (consistent) ในระดับของการตัดสินใจเชิงจริยธรรม
 ๒. รูปแบบของขั้นพัฒนาการเป็น ลำดับที่สม่ำเสมอ (invariant sequence) การใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมจะพัฒนาเป็นขั้นตอนตามลำดับก้าวหน้าทีละขั้น ไม่มีการถอยหลัง และไม่มีการกระโดดข้ามขั้น ยกเว้นเมื่อมีประสบการณ์ชอกช้ำที่รุนแรง (extreme trauma)
 ๓. ขั้นของพัฒนาการเป็น "ผลรวมในลำดับขั้น" (hierachical integration) ความคิดในขั้นที่สูงกว่ารวมความคิดในขั้นที่ต่ำกว่าเข้าไว้ทั้งหมด และมีแนวโน้มที่จะใช้หรือชอบที่จะให้ขั้นที่สูงที่สุดในแต่ละขั้นที่ทำได้
- โดยสรุปแล้ว พัฒนาการทางจริยธรรมในแนวความคิดนี้ขึ้นอยู่กับความสามารถในการคิดเชิงเหตุผล (Logical thinking capacity) และความสามารถในการรับรู้ทางสังคม (Social perception capacity) ของแต่ละคน กล่าวคือ การใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมในแต่ละขั้น เป็นผลจากการคิดไตร่ตรอง ซึ่งเป็นข้อมูลที่น่ามาใช้ในการคิด ส่วนหนึ่งเป็นความเข้าใจของตนเองเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ อีกส่วนหนึ่งเกิดจากประสบการณ์ทางสังคมที่ได้รับมา โดยเฉพาะข้อมูลที่ได้รับจากผู้ที่มีขั้นจริยธรรมสูงกว่าตนเอง หากข้อมูลที่มีความขัดแย้งกันทำให้เกิดความไม่สมดุลย์ ซึ่งส่งผลให้ต้องมีการปรับตนเองโดยการจัดระบบระเบียบทางความคิดใหม่ ทำให้บุคคลมีความเข้าใจใหม่เกิดขึ้นแทนที่ความเข้าใจเก่า หรือคือว่ามีการพัฒนาขึ้นเองของการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงอีกหนึ่งขั้น

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับอานาปานสติสมาธิ

นายแพทย์โรจน์ สุวรรณสุทธิและคณะ (๒๕๑๖ หน้า ๑-๔๔) ได้ศึกษาเรื่อง "สมาธิช่วยในการศึกษาเพียงใด" ได้ทำการวิจัยโดยใช้อานาปานสติสมาธิในการฝึกอบรมเป็นระยะเวลา ๒๐ สัปดาห์ๆ ละ ๔ วัน โดยฝึกอบรมให้กับนักศึกษาแพทย์ปีที่ ๑ ปีการศึกษา ๒๕๑๓-๒๕๑๔ จำนวน ๓๒ คน เป็นชาย ๒๐ คน หญิง ๑๒ คน อายุอยู่ในระหว่าง ๑๘-๒๓ ปี ผลการวิจัยในด้านการเรียนพบว่านักศึกษาที่มีความตั้งใจเรียนมากขึ้น (ร้อยละ ๖๒) รักการเรียนมากขึ้น (ร้อยละ ๓๑) มีประโยชน์ต่อการเรียน (ร้อยละ ๖๕) มีส่วนน้อย (ร้อยละ ๖) ที่เบื่อการเรียน และเมื่อดูผลการสอบคะแนนเป็นรายบุคคลในวิชากายวิภาคศาสตร์ พบว่านักศึกษาที่ฝึกสมาธิเรียนดีขึ้นมากกว่านักศึกษาที่ไม่ได้รับการอบรม (ร้อยละ ๑๕.๖๒) ส่วนในวิชาสรีรวิทยานักศึกษาที่ฝึกสมาธิก็มีคะแนนดีกว่าหมู่ที่ไม่ได้รับการอบรมเล็กน้อย จากการทดสอบโดยใช้ Digit Symbol พบว่านักศึกษาที่อบรมสมาธิ มีความจำและความ

คล่องแคล่วในการทำงานดีกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการอบรมชัดเจน ส่วนในด้านจิตใจโดยใช้แบบสอบถาม พบว่า ความหงุดหงิด ฉุนเฉียว โกรธง่าย น้อยลง (ร้อยละ ๔๔) จิตสงบ เบาสบาย (ร้อยละ ๕๐) ในด้าน สุขภาพ พบว่านักศึกษาที่ได้รับการอบรมสมาธิเจ็บป่วยน้อยกว่านักศึกษากลุ่มที่ไม่ได้อบรมสมาธิ ซึ่งความเจ็บป่วย นี้มีความสัมพันธ์กันกับความสงบสุขของจิตโดยการตรวจคลื่นสมอง ปรากฏว่าคลื่นสมองในขณะทำสมาธิมีความราบเรียบ แตกต่างกับคลื่นสมองในขณะตื่น หรือนอนหลับ ผลการปฏิบัติสมาธิ มีผู้ที่ปฏิบัติทำให้จิตสงบถึงขั้นรู้สึก เบาสบาย เป็นสุขร้อยละ ๕๐.๖

อำพล สงวนศิริธรรม (๒๕๑๗, บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง "อิทธิพลของการฝึกสมาธิที่มีต่อผลสัมฤทธิ์" โดยฝึกอานาปานสติสมาธิ ให้กับกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย โดยการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified random sampling) และนักเรียนสมัครใจ จำนวน ๕๖ คน อายุระหว่าง ๙-๑๒ ปี พบว่านักเรียนชายที่ฝึกสมาธิมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีกว่านักเรียนที่ไม่ได้ฝึกสมาธิในวิชา ภาษาอังกฤษ ภาษาไทย วิทยาศาสตร์ อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .๐๑, .๐๕ และ .๐๑ ตามลำดับ นักเรียนชาย มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาพลานามัยดีกว่านักเรียนหญิงอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .๐๕

นายแพทย์โรจน์รุ่ง สุวรรณสุทธิ (๒๕๒๖ หน้า ๓๑๔) ศึกษาในนักศึกษาชั้นปีที่ ๑ มหาวิทยาลัยมหิดล จำนวน ๑๒๔ คน ฝึกสร้างเหตุที่ดี คือ สัมมาสมาธิและการทำกรรมให้เป็นอโหสิกรรม ระยะเวลา ๒ เดือน พบว่าการทำสัมมาสมาธิจะมีผลทำให้ความสุขสงบของจิตใจเกิดขึ้น และสามารถทำลายความเศร้าหมอง (นิเวรณ ๕) ของจิตใจได้ แต่ไม่สามารถลดทุกข์ซึ่งเกิดจากผลวิบาก (ชั่ว) ลงไปได้ นอกจากจะมีการทำกรรมให้เป็นอโหสิกรรม ร่วมด้วย นั่นคือ กรรมมีจริง ผลของกรรมมีจริง

แพทย์หญิงศิริธรรม ธนะภูมิ และ คณะ (๒๕๒๖ หน้า ๓๕๒-๓๖๔) ศึกษาในนักศึกษาชั้นปีที่ ๑ คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดลปีการศึกษา ๒๕๒๔-๒๕๒๕ จำนวน ๖๗ คน ชาย ๑๓ คน และหญิง ๕๔ คน อายุระหว่าง ๑๘-๒๑ ปี แบ่งสรุปว่า ก) โดยการทดสอบ Digit Symbol ความจำเฉพาะหน้าและความไว ในการเขียนสัญลักษณ์มีคะแนนสูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญในผู้ที่ทำสมาธิทั้ง ๒ กลุ่ม คือกลุ่มมาทำสมาธิด้วยจำนวนครั้ง ๗๕-๑๐๐ % ของจำนวนครั้งทั้งหมด และกลุ่มมาทำสมาธิบ่อยเป็น ๕๐-๗๕ % ของจำนวนครั้งทั้งหมด โดยเปรียบเทียบกับกลุ่มไม่ฝึกสมาธิ และ ข) โดยการทดสอบบุคลิกภาพด้วยแบบทดสอบ Maudsley Personality Inventory (M.P.I.) พบว่าไม่มีการเปลี่ยนแปลงในลักษณะ Extraversion และ Intraversion ในทุกกลุ่ม

แต่มีการเปลี่ยนแปลงในลักษณะ Stability และ Neuroticism โดยมีคะแนนของลักษณะ Neuroticism ลดลงอย่างมีนัยสำคัญภายในกลุ่มมาทำสมาธิย่อย ๗๕-๑๐๐ % ของจำนวนครั้งทั้งหมดเท่านั้น และโดยการเปรียบเทียบการลดลงของลักษณะ Neuroticism ระหว่างกลุ่มมีการลดลงอย่างมีนัยสำคัญในกลุ่มทำสมาธิย่อย ๗๕-๑๐๐ % ของจำนวนครั้งทั้งหมด เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มไม่ทำสมาธิและในกลุ่มทำสมาธิย่อย ๕๐-๗๕ % ของจำนวนครั้งทั้งหมด เมื่อเทียบกับกลุ่มไม่ทำสมาธิ

ชมชื่น สมประเสริฐ (๒๕๒๖ หน้า บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่อง "ผลของการฝึกสมาธิต่อระดับความวิตกกังวล" ศึกษาในนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์ปีที่ ๑ มหาวิทยาลัยมหิดล ปีการศึกษา ๒๕๒๔-๒๕๒๕ อายุระหว่าง ๑๗-๒๑ ปี จำนวน ๖๔ คน แบ่ง ๓ กลุ่ม คือ กลุ่มฝึกสมาธิมากกว่าร้อยละ ๗๕ ของทั้งหมด กลุ่มฝึกสมาธิระหว่างร้อยละ ๕๐-๗๕ ของทั้งหมด และกลุ่มนักศึกษาที่ไม่ได้ฝึกสมาธิ โดยใช้เวลาการฝึกสมาธิ ๓ เดือน ผลการศึกษาพบว่า ๑) ระดับความวิตกกังวลแบบสเตทของทุกตัวอย่างทั้ง ๓ กลุ่ม หลังการฝึกอานาปานสติสมาธิ ไม่มีความแตกต่างกัน ๒) ระดับความวิตกกังวลแบบเทรทของทุกตัวอย่างทั้งสามกลุ่ม หลังจากฝึกอานาปานสติสมาธิ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < .05$) โดยที่กลุ่มฝึกสมาธิโดยมีระยะเวลาการฝึกมากกว่าร้อยละ ๗๕ มีความวิตกกังวลน้อยกว่ากลุ่มที่มาฝึกสมาธิโดยมีระยะเวลาฝึกระหว่างร้อยละ ๕๐-๗๕ แต่ไม่แตกต่างกับกลุ่มที่ไม่ได้ฝึกสมาธิ และกลุ่มที่ฝึกสมาธิโดยมีระยะเวลาฝึกระหว่างร้อยละ ๕๐-๗๕ มีระดับความวิตกกังวลมากกว่ากลุ่มที่มาฝึกสมาธิโดยมีระยะเวลาฝึกมากกว่าร้อยละ ๗๕ และกลุ่มที่ไม่ได้ฝึกสมาธิ ๓) หลังการฝึกอานาปานสติสมาธิ นักศึกษาที่ฝึกสมาธิโดยมีระยะเวลาการฝึกมากกว่าร้อยละ ๗๕ มีระดับความวิตกกังวลแบบเทรทลดลงกว่าก่อนการฝึกสมาธิอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($P < .05$) ๔) กลุ่มนักศึกษาที่ฝึกสมาธิโดยมีระยะเวลาฝึกระหว่างร้อยละ ๕๐-๗๕ และกลุ่มที่ได้ฝึกสมาธิ มีระดับความวิตกกังวลแบบเทรท ก่อนและหลังการฝึกอานาปานสติสมาธิไม่แตกต่างกัน

บทที่ ๓

วิธีดำเนินการศึกษา

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นนักศึกษาปีที่ ๑ คณะวิทยาศาสตร์ วิทยาเขตศาลายา มหาวิทยาลัยมหิดล ปีการศึกษา ๒๕๖๕ - ๒๕๖๖ อายุระหว่าง ๑๗-๒๐ ปี

ในการหากกลุ่มตัวอย่างได้ใช้วิธีการดังต่อไปนี้

๑. สุ่มแบบมีระบบ (Systematic random) โดยได้นำ เลขลำดับของรายชื่อนักศึกษา จากทุกกลุ่มทุกคณะ ที่เป็นเลขคู่ เป็นตัวแทนของประชากร

๒. เชิญนักศึกษาที่สุ่มได้ทั้งหมดมาประชุม ๒ ครั้ง เพื่อขออาสาสมัครและทำความเข้าใจในการร่วมงานวิจัย "สมาธิในพุทธศาสนา" ทั้งกลุ่ม A (ฝึกสมาธิใน ๘ สัปดาห์แรก ๘ สัปดาห์หลังให้กลับไปฝึกเอง) กลุ่ม B (นั่งหลับตาใน ๘ สัปดาห์แรก ๘ สัปดาห์หลังฝึกสมาธิ) และกลุ่ม C (มีกิจกรรมปกติทั้ง ๑๖ สัปดาห์)

กลุ่ม A เป็นกลุ่มที่ฝึกสมาธิ : ได้ทำการทดสอบครั้งที่ ๑ (T 1) ซึ่งเป็นการทดสอบก่อนการทดลองครั้งที่ ๑ จะเริ่มขึ้น มีนักศึกษอาสาสมัครทั้งหมด ๓๒ คน เป็นชาย ๑๔ คน หญิง ๑๘ คน เมื่อดำเนินการทดลองครั้งที่ ๑ คือ ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาเป็นเวลา ๘ สัปดาห์ จำนวน ๓๒ ครั้ง แล้วจึงทำการทดสอบครั้งที่ ๒ (T 2) มีจำนวนผู้ที่มาฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาเป็นจำนวนครั้งมากกว่า ๕๐% ของจำนวนครั้งทั้งหมด (๑๗ ครั้งขึ้นไป) จำนวน ๒๐ คน เป็นชาย ๗ คน หญิง ๑๓ คน และหลังจากการทดสอบครั้งที่ ๒ (T 2) แล้ว ให้นักศึกษาฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาด้วยตนเองเป็นเวลา ๘ สัปดาห์ จึงเชิญมาทำการทดสอบครั้งที่ ๓ (T 3)

กลุ่ม B เป็นกลุ่มนั่งหลับตา : ได้ทำการทดสอบครั้งที่ ๑ (T 1) ซึ่งเป็นการทดสอบก่อนการทดลองครั้งที่ ๑ มีนักศึกษที่อาสาสมัครทั้งหมด ๔๔ คน เป็นชาย ๖ คน หญิง ๓๘ คน เมื่อดำเนินการทดลองครั้งที่ ๑ คือนั่งหลับตาเป็นเวลา ๘ สัปดาห์ ๓๒ ครั้ง แล้วจึงทำการทดสอบครั้งที่ ๒ (T 2) มีจำนวนผู้มานั่งหลับตาเป็นจำนวนครั้งมากกว่า ๕๐% ของจำนวนครั้งทั้งหมด (๑๗ ครั้งขึ้นไป) มีจำนวน ๑๔ คน เป็นชาย ๓ คน หญิง ๑๑ คน และหลังจากการทดสอบครั้งที่ ๒ (T 2) ได้ทำการทดลองครั้งที่ ๒ คือ

ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาเป็นเวลา ๘ สัปดาห์ จำนวนทั้งหมด ๒๕ ครั้ง มีผู้มาฝึกเป็นจำนวนครั้งมากกว่า ๕๐% ของจำนวนครั้งทั้งหมด (๑๓ ครั้งขึ้นไป) มีจำนวน ๑๔ คน เป็นชาย ๒ คน หญิง ๑๒ คน จึงมาทำการทดสอบครั้งที่ ๓ (T 3)

กลุ่ม C เป็นกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ : มีนักศึกษาอาสาสมัครทั้งหมด ๔๔ คน เป็นชาย ๗ คน หญิง ๔๑ คน ในการทดสอบครั้งที่ ๑ (T 1) ต่อมาเชิญมาทำการทดสอบครั้งที่ ๒ (T 2) และครั้งที่ ๓ (T 3) พร้อมกับกลุ่ม A และกลุ่ม B มีนักศึกษาที่มาทำการทดสอบในครั้งที่ ๒ (T 2) และที่ ๓ (T 3) จำนวนทั้งหมด ๓๓ คน เป็นชาย ๒ คน หญิง ๓๑ คน

ตัวแปรที่ใช้ศึกษา

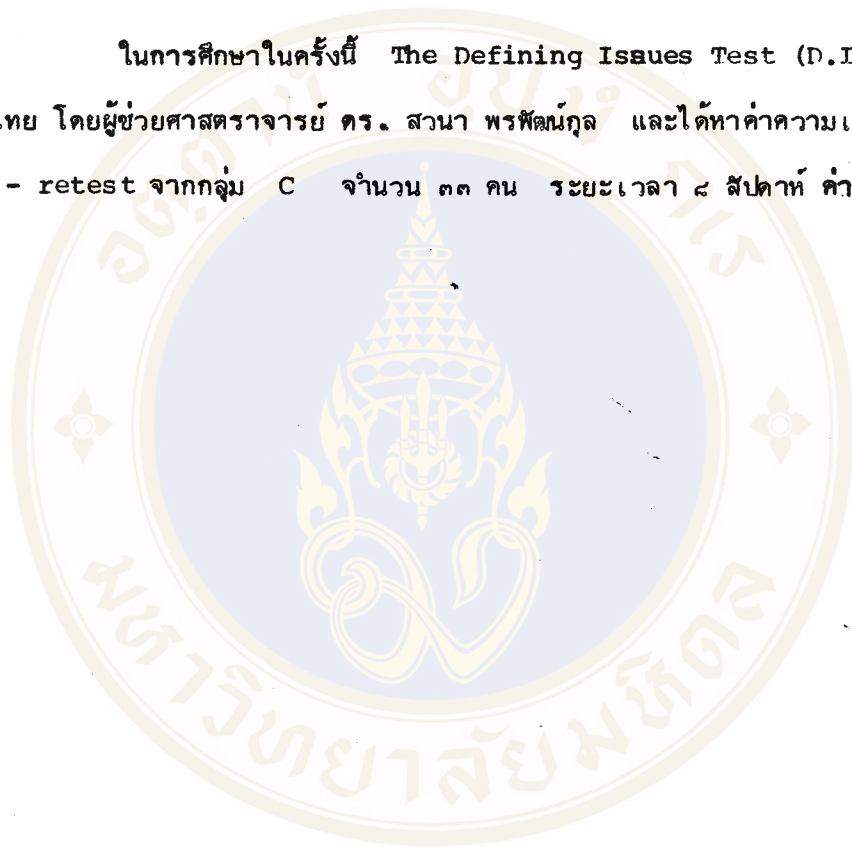
๑. ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) คือ การฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา
๒. ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือ การใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมซึ่งวัดโดยแบบทดสอบ The Defining Issues Test (D.I.T.)

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ใช้แบบทดสอบ The Defining Issues Test (D.I.T.) โดย James Rest (1974) ซึ่งวัดการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม โดยใช้เรื่องราวที่มีสถานการณ์ที่ขัดแย้งทางจริยธรรม แล้วให้ผู้ถูกทดสอบประเมินความสำคัญของตัวเลือกแต่ละตัวเลือกซึ่งมี ๑๒ ตัวเลือกในแต่ละเรื่องจากนั้น นำตัวเลือก ๔ ตัวแรกที่มีความสำคัญที่สุดมาเรียงลำดับตามความสำคัญที่สุด อันดับที่ ๑, ๒ ที่ ๓ และที่ ๔ ตามลำดับ

ความเที่ยงตรง (Validity) ของ The Defining Issues Test (D.I.T.) ได้สร้างจากการศึกษาหลายครั้ง พบว่ามีความเที่ยงตรงในโครงสร้าง (Construct Validity) โดยมีการทดลองใช้และมีผลที่สม่ำเสมอ ในระดับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมในแต่ละขั้นของทฤษฎีของโคลเบอร์ก (Kohlberg's Theory) โดยมีค่าสหสัมพันธ์ .๖๘ (Rest 1974 หน้า 5-1)

ความเชื่อมั่น (Reliability) ของ The Defining Issues Test (D.I.T.) Mc. George (1974) ศึกษาในนักศึกษาปีที่ ๑ ในวิทยาลัยใช้วิธี Test -retest โดยระยะเวลาห่าง ๑๔ วัน จาก ๔๗ คน ได้ค่าสหสัมพันธ์ .๖๔

ในการศึกษาในครั้งนี้ The Defining Issues Test (D.I.T.) ได้แปลเป็นภาษาไทย โดยผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สwana พรพัฒน์กุล และได้หาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้ Test - retest จากกลุ่ม C จำนวน ๓๓ คน ระยะเวลา ๘ สัปดาห์ ค่าสหสัมพันธ์ .๕๗



รูปแบบของการศึกษา

การศึกษาในครั้งนี้ มีรูปแบบการศึกษาเชิงทดลอง ใช้เวลาในการทดลอง ๑๖ สัปดาห์ โดยแบ่งกลุ่มทดลองเป็น ๓ กลุ่ม ดังรูป

		T 1 (๒ พ.ย. ๒๕)	T 2 (๒๔ ธ.ค ๒๕)	T 3 (๒๓ ก.พ ๒๖)
R	A	X1 (๓๒ ครั้ง)	X4	N=20
	B	X2	X1 (๒๕ ครั้ง)	N=18, N=14
	C	X3	X3	N=33
		การทดลองครั้งที่ ๑ ๘ สัปดาห์	การทดลองครั้งที่ ๒ ๘ สัปดาห์	

X1 = ผิกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา

X2 = นั่งหลับตา

X3 = มีกิจกรรมปกติ

X4 = ผิกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาด้วยตนเอง

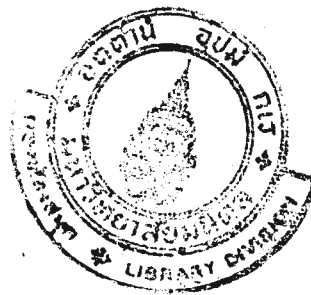
T1 = การทดสอบครั้งที่ ๑

T2 = การทดสอบครั้งที่ ๒

T3 = การทดสอบครั้งที่ ๓

R = Systematic Random การสุ่มแบบมีระบบ

N = จำนวน A = กลุ่ม A B = กลุ่ม B C = กลุ่ม C



ดำเนินการ ซึ่งแบ่งออกเป็น

- ก. สถานที่และเงื่อนไขในการศึกษาเชิงทดลอง
- ข. การดำเนินการทดสอบ

ก. สถานที่และเงื่อนไขในการศึกษาเชิงทดลอง

- ๑. ห้องที่นักศึกษาฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม A) และห้องที่นักศึกษานั่งหลับตา (กลุ่ม B) มีลักษณะห้องอย่างเดียวกัน
- ๒. ในขณะที่กลุ่ม A ฟังการบรรยายเรื่องเกี่ยวกับพุทธศาสนาเป็นเวลา ๑๕-๒๐ นาที กลุ่ม B ฟังการบรรยายเรื่องวิธีเรียนในมหาวิทยาลัย ในระยะเวลาเดียวกัน
- ๓. ในขณะที่กลุ่ม A ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาเป็นเวลา ๒๐-๓๐ นาที กลุ่ม B ก็นั่งหลับตา ในระยะเวลาเดียวกัน
- ๔. ในกลุ่ม A ในการทดลองครั้งที่ ๑ คือระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) และการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) มีการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา ๘ สัปดาห์ จำนวนทั้งหมด ๓๒ ครั้ง ในกลุ่ม B ในการทดลองครั้งที่ ๒ คือระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) และการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3) มีการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา ๘ สัปดาห์ จำนวนทั้งหมด ๒๕ ครั้ง
- ๕. การฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา ทำในเวลา ๑๖.๓๐-๑๗.๓๐ น. ทุกวัน จันทร์ถึงศุกร์ เว้นวันหยุดราชการ

ข. การดำเนินการทดสอบ โดยใช้ The Defining Issues Test (D.I.T.) ให้นักศึกษาผู้ร่วมงานวิจัยทำเป็นกลุ่มในอาคารบรรยายรวมห้อง ๒๐๑ และ ๒๐๒ วิทยาเขตศาลายา มหาวิทยาลัยมหิดล โดยอธิบายถึงวิธีการทำแบบทดสอบ แล้วจึงให้นักศึกษาลงมือทำแบบทดสอบ ซึ่งจำกัดเวลาให้ทำไม่เกิน ๑ ชั่วโมง

ในการทดสอบครั้งที่ ๑ นักศึกษาผู้ร่วมงานวิจัย ให้ความร่วมมือดีมากมาครบจำนวนทั้งกลุ่ม A กลุ่ม B และกลุ่ม C มีผู้ที่ทำแบบทดสอบไม่ถูกต้องตามคำอธิบายจำนวน ๑๕ คน

ในการทดสอบครั้งที่ ๒ นักศึกษาผู้ร่วมงานวิจัย มาทำการทดสอบไม่ครบ จึงต้องติดตามเป็นรายบุคคล และนักศึกษาผู้ร่วมงานวิจัย ทำแบบทดสอบได้ถูกต้อง

ในการทดสอบครั้งที่ ๓ นักศึกษาผู้ร่วมงานวิจัย มาทำการทดสอบไม่ครบ จึงต้องติดตามเป็นรายบุคคล และทำแบบทดสอบถูกต้อง

การตรวจนับคะแนน (Scoring)

ใช้วิธีตรวจนับคะแนนตามคู่มือของ The Defining Issues Test (D.I.T.) ตามลำดับขั้นดังต่อไปนี้

๑. เตรียมตารางการให้คะแนนของแบบทดสอบแต่ละชุด ตามตารางข้างล่าง

ชั้นที่ / เรื่องที่	2	3	4	5A	5B	6	A	M	P
1									
2									
3									
4									
5									
6									
รวมทั้งหมด									

๒. ใช้ ๔ อันดับแรกที่ทำให้ความสำคัญไว้ ที่อยู่ส่วนล่างของแบบทดสอบในแต่ละเรื่อง
๓. นำตัวเลือกที่จัดความสำคัญตามลำดับ ๔ อันดับแรกในแต่ละเรื่องไปเทียบกับตารางเฉลี่ย ซึ่งจะบอกว่าแต่ละข้อที่เลือกนั้นจัดอยู่ในระดับขั้นของการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมขั้นใด

๔. หลังจากนั้น หาช่องในระดับขั้นที่ใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม โดย

ให้คะแนน ๔ ในตัวเลือกที่จัดลำดับความสำคัญเป็นอันดับที่ ๑

ให้คะแนน ๓ ในตัวเลือกที่จัดลำดับความสำคัญเป็นอันดับที่ ๒

ให้คะแนน ๒ ในตัวเลือกที่จัดลำดับความสำคัญเป็นอันดับที่ ๓

ให้คะแนน ๑ ในตัวเลือกที่จัดลำดับความสำคัญเป็นอันดับที่ ๔

๕. ใช้วิธีให้คะแนนดังในข้อ ๒ ถึงข้อ ๔ ทั้ง ๖ เรื่อง

๖. ในแต่ละเรื่องก็จะมีคะแนน ๔, ๓, ๒, ๑ ซึ่งอาจจะซ้ำกันในชั้นลำดับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมได้

๗. รวมคะแนนในแต่ละแถวเป็นค่ารวมทั้งหมดไว้ที่ช่องข้างล่าง

๘. ค่า "P" คือ ค่ารวมของช่องรวมของชั้นการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม 5A, 5B และ 6

๙. เมื่อได้ค่ารวมของค่า "P" แล้วนำมาเทียบเป็นเปอร์เซ็นต์ซึ่งจากคะแนนเต็มเท่ากับ ๖๐ ฉะนั้นเมื่อทำเป็นเปอร์เซ็นต์จึงใช้ $\frac{100}{60}$ คูณคะแนนค่า "P" ได้ ซึ่งก็จะได้คะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมที่คิดเป็นเปอร์เซ็นต์

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

๑. ใช้เปรียบเทียบค่าระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม (P) ภายในกลุ่มเดียวกัน pair t-test

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

d.f = n-1

d = ความแตกต่างระหว่างแต่ละคู่

N = จำนวนคู่ทั้งหมด

๒. ใช้เปรียบเทียบระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม (P) ในกลุ่มต่างกัน

$$\text{Unpair t-test } t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{Sp \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}} \quad \text{d.f.} = n_1 + n_2 - 2$$

$$\text{เมื่อ } Sp = \sqrt{\frac{(n_1 - 1) S_1^2 + (n_2 - 1) S_2^2}{(n_1 + n_2 - 2)}}$$

\bar{X}_1 = มัชฌิมเลขคณิต ใช้ตัวอย่างชุดที่ ๑

\bar{X}_2 = มัชฌิมเลขคณิต ใช้ตัวอย่างชุดที่ ๒

Sp = ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานผสมผสาน

n_1 = จำนวนตัวอย่างชุดที่ ๑

n_2 = จำนวนตัวอย่างชุดที่ ๒

S_1 = ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานในตัวอย่างชุดที่ ๑

S_2 = ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานในตัวอย่างชุดที่ ๒

๓. สถิติที่ใช้ในการหาความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ แบบ Test - retest โดยใช้สูตร

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - \sum X \sum Y}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

r_{xy} = ค่าสหสัมพันธ์ของข้อมูลชุด X และชุด Y

X = ข้อมูลชุด X

Y = ข้อมูลชุด Y

N = จำนวนข้อมูล X หรือ Y

บทที่ ๔
ผลของการศึกษา

การวิเคราะห์ข้อมูล

เพื่อสะดวกต่อความเข้าใจ จึงขอเสนอการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับดังต่อไปนี้
ตารางการวิเคราะห์ข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูลตามขั้นตอนตามสมมติฐาน กราฟแท่ง และแผนภูมิ
สรุปการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไปนี้

ตารางการวิเคราะห์ข้อมูล

ตารางที่ ๑ คะแนนการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้
เหตุผลเชิงจริยธรรมก่อนการทดลองครั้งที่ ๑ ระหว่างกลุ่มที่จะฝึกอานาปานสติสมาธิ ในพุทธศาสนา
(กลุ่ม A) และกลุ่มที่นิ่งหลับตา (กลุ่ม B)

กลุ่ม	\bar{X}	S.D.	n	t
ฝึกอานาปานสติสมาธิ (กลุ่ม A)	23.083	5.954	20	
นิ่งหลับตา (กลุ่ม B)	22.038	8.811	18	0.432

ตารางที่ ๒ คะแนนการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้
เหตุผลเชิงจริยธรรมหลังการทดลองครั้งที่ ๑ ระหว่างกลุ่มผู้ฝึกอานาปานสติสมาธิ ในพุทธศาสนา
(กลุ่ม A) และกลุ่มที่นิ่งหลับตา (กลุ่ม B)

กลุ่ม	\bar{X}	S.D.	n	t	P
ฝึกอานาปานสติสมาธิ (กลุ่ม A)	29.417	10.872	20		
นิ่งหลับตา (กลุ่ม B)	22.5	8.805	18	2.140*	$P < .05^*$

จากตารางที่ ๑ และ ๒ แสดงให้เห็นว่า ก่อนการทดลองได้ทำการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) ได้ค่าเฉลี่ย
(\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมระหว่างกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิ ในพุทธศาสนา (กลุ่ม A)
และกลุ่มที่นิ่งหลับตา (กลุ่ม B) ไม่พบความแตกต่างทางสถิติ และเมื่อทำการทดลองไป ๘ สัปดาห์ จึง
ทำการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) ปรากฏว่าค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของกลุ่มที่
ฝึกอานาปานสติสมาธิ (กลุ่ม A) สูงกว่ากลุ่มนิ่งหลับตา (กลุ่ม B) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $P < .05$

ซึ่งหมายถึง กลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนามีคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูง
กว่ากลุ่มที่นิ่งหลับตา

ตารางที่ ๓ คะแนนการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมก่อนการทดลองครั้งที่ ๑ ระหว่างกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิ ในพุทธศาสนา (กลุ่ม A) และกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C)

กลุ่ม	\bar{X}	S.D.	n	t
ฝึกอานาปานสติสมาธิ (กลุ่ม A)	23.083	5.954	20	
มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C)	22.07	7.756	23	0.501

ตารางที่ ๔ คะแนนการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมหลังการทดลองครั้งที่ ๑ ระหว่างกลุ่มผู้ฝึกอานาปานสติสมาธิ ในพุทธศาสนา (กลุ่ม A) และกลุ่มผู้ที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C)

กลุ่ม	\bar{X}	S.D.	n	t	P
ฝึกอานาปานสติสมาธิ (กลุ่ม A)	29.417	10.872	20		
มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C)	24.59	8.375	33	1.813*	$P < .05^*$

จากตารางที่ ๓ และ ๔ แสดงให้เห็นว่า ก่อนการทดลองได้ทำการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) ได้ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมระหว่างกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิ ในพุทธศาสนา (กลุ่ม A) และกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) ไม่พบความแตกต่างทางสถิติ และเมื่อทำการทดลองไป ๘ สัปดาห์ จึงทำการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) ปรากฏว่า ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิ (กลุ่ม A) สูงกว่า กลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $P < .05$

ซึ่งหมายถึง กลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิ ในพุทธศาสนามีคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงกว่ากลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ

ตารางที่ ๔ คะแนนการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนของการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมก่อนการทดลองครั้งที่ ๒ ระหว่างกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิ ในพุทธศาสนา (กลุ่ม B) และกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C)

กลุ่ม	\bar{X}	S.D.	n	t
กลุ่ม B ที่จะได้ฝึกอานาปานสติสมาธิ	21.309	9.364	14	
กลุ่ม C ที่มีกิจกรรมปกติ	24.59	8.375	33	1.186

ตารางที่ ๖ คะแนนการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมหลังการทดลองครั้งที่ ๒ ระหว่างกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม B) และกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C)

กลุ่ม	\bar{X}	S.D.	n	t
ที่ฝึกอานาปานสติสมาธิ (กลุ่ม B)	26.667	13.493	14	
มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C)	24.19	9.643	33	0.713

จากตารางที่ ๔ และ ๖ แสดงให้เห็นว่า ทั้งก่อนและการทดลองครั้งที่ ๒ ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา ระหว่างกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิ ในพุทธศาสนา (กลุ่ม B) และกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) ไม่พบความแตกต่างทางสถิติ ซึ่งในตารางที่ ๔ และ ๖ นี้จะอธิบายถึงสาเหตุที่ทำให้ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างกลุ่มฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม B) และกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) ในการทดสอบทั้งครั้งที่ ๒ และครั้งที่ ๓ ในบทที่ ๔ การอธิบายผลต่อไป

ตารางที่ ๓ คะแนนภายในกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม A) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) ก่อนการทดลองครั้งที่ ๑ และการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) หลังการทดลองครั้งที่ ๑

การทดสอบ	\bar{X}	S.D.	n	t	P
(T1) ก่อนการฝึกอานาปานสติสมาธิ	23.083	5.954	20		
(T2) หลังการฝึกอานาปานสติสมาธิ	29.417	10.872	20	2.956 **	P < .01 **

ตารางที่ ๔ คะแนนภายในกลุ่มที่นั่งหลับตา (กลุ่ม B) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) ก่อนการทดลองครั้งที่ ๑ และการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) หลังการทดลองครั้งที่ ๑

การทดสอบ	\bar{X}	S.D.	n	t
(T1) ก่อนการนั่งหลับตา	22.038	8.811	18	
(T2) หลังจากการนั่งหลับตา	22.5	8.805	18	.200

ตารางที่ ๕ คะแนนภายในกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) ก่อนการทดลองครั้งที่ ๑ และการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) หลังการทดลองครั้งที่ ๑

การทดสอบ	\bar{X}	S.D.	n	t
(T1) การทดสอบครั้งที่ ๑	22.07	7.756	33	
(T2) การทดสอบครั้งที่ ๒	24.596	8.375	33	1.589

จากตารางที่ ๗, ๘ และ ๙ แสดงให้เห็นว่าในการทดลองครั้งที่ ๑ ภายในกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิ ในพุทธศาสนา (กลุ่ม A) มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมในการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) หลังจากฝึกอานาปานสติสมาธิ ในพุทธศาสนา เป็นเวลา ๘ อาทิตย์ ๓๒ ครั้ง สูงกว่า การทดสอบครั้งที่ ๑ ก่อนการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $P < .01$ ส่วนในกลุ่มนั่งหลับตา (กลุ่ม B) และกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) เมื่อเปรียบเทียบ ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) และการ ทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) ไม่พบความแตกต่างทางสถิติ

ตารางที่ ๑๐ คะแนนภายในกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม B) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) ก่อนการทดลองครั้งที่ ๒ และการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3) หลังจากการทดลองครั้งที่ ๒

การทดสอบ	\bar{X}	S.D.	n	t	P
(T2) ก่อนการฝึกอานาปานสติสมาธิ	21.309	9.364	14		
(T3) หลังการฝึกอานาปานสติสมาธิ	26.667	13.493	14	2.168*	P < .05*

ตารางที่ ๑๑ คะแนนภายในกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) ก่อนการทดลองครั้งที่ ๒ และการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3) หลังจากการทดลองครั้งที่ ๒

การทดสอบ	\bar{X}	S.D.	n	t
ครั้งที่ ๒ (T2)	24.59	8.357	33	
ครั้งที่ ๓ (T3) หลังจากเว้นห่าง ๔ สัปดาห์	24.19	9.643	33	0.57

จากตารางที่ ๑๐ และ ๑๑ แสดงให้เห็นว่าในการทดลองครั้งที่ ๒ ภายในกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม B) มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมในการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3) หลังจากการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา ๘ สัปดาห์ จำนวนทั้งหมด ๒๔ ครั้ง สูงกว่าการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) ก่อนการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา อย่างมีนัยสำคัญที่สถิติที่ $P < .05$

ส่วนในกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมเปรียบเทียบระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) และการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3) หลังจากเว้นห่าง ๘ สัปดาห์ ไม่พบความแตกต่างทางสถิติ

ฉะนั้น จากตารางที่ ๗ และตารางที่ ๑๐ แสดงให้เห็นว่ากลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา มีคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม สูงกว่า ก่อนการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา

การวิเคราะห์ข้อมูลตามขั้นตอนของสมมติฐาน

๑. กลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา จะมีคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม สูงกว่ากลุ่มที่นั่งหลับตา จากรูปแบบการศึกษาเชิงทดลอง (ในบทที่ ๓) สามารถทดสอบสมมติฐานข้อนี้ ได้ที่การทดลองครั้งที่ ๑

๑.๑ ก่อนการทดลองครั้งที่ ๑ ได้ทำการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ระหว่างกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม A) และกลุ่มที่นั่งหลับตา (กลุ่ม B) ดังแสดงในตารางที่ ๑ ซึ่งไม่พบความแตกต่างทางสถิติ

๑.๒ หลังการทดลองครั้งที่ ๑ เมื่อกลุ่ม A ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาเป็นเวลา ๘ สัปดาห์ จำนวนของการฝึกทั้งหมด ๓๒ ครั้ง และกลุ่ม B นั่งหลับตาเป็นเวลา ๘ สัปดาห์ จำนวน ๓๒ ครั้งแล้ว จึงทำการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2)

ผลในการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) กลุ่มฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม A) มีค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงกว่ากลุ่มที่นั่งหลับตา (กลุ่ม B) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $P < .05$ ดังแสดงในตารางที่ ๒

๒. กลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา จะมีคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม สูงกว่ากลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ จากรูปแบบการศึกษาเชิงทดลอง (ในบทที่ ๓) สามารถทดสอบสมมติฐาน ในข้อ ๒ นี้ได้ ๒ ตำแหน่ง คือ

๒.๑ ในการทดลองครั้งที่ ๑

๒.๒ ในการทดลองครั้งที่ ๒

๒.๑ ในการทดลองครั้งที่ ๑ เปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม A ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา และกลุ่ม C ที่มีกิจกรรมปกติ ซึ่งอยู่ไม่ระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) และการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2)

๒.๑.๑ ก่อนการทดลองครั้งที่ ๑ ได้ทำการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมระหว่างกลุ่มฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม A) และกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) ดังแสดงในตารางที่ ๓ ซึ่งไม่พบความแตกต่างทางสถิติ

๒.๑.๒ หลังการทดลองครั้งที่ ๑ เมื่อกลุ่ม A ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา เป็นเวลา ๘ สัปดาห์ จำนวนของการฝึกทั้งหมด ๓๒ ครั้ง และกลุ่ม C ที่มีกิจกรรมปกติเป็น เวลา ๘ สัปดาห์แล้ว จึงทำการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2)

ผลการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) กลุ่มฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม A) มีคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงกว่ากลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ $P < .05$ ดังแสดงในตารางที่ ๔

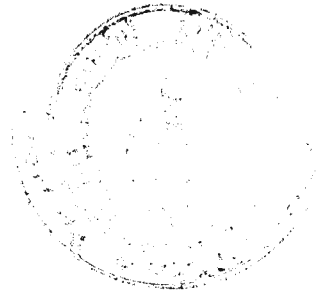
๒.๒ ในการทดลองครั้งที่ ๒ เปรียบเทียบระหว่าง กลุ่ม B ซึ่งได้เปลี่ยนจากนั่งหลับตาในการทดลองครั้งที่ ๑ มาเป็นฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาในการทดลองครั้งที่ ๒ และกลุ่ม C ที่มีกิจกรรมปกติ ซึ่งอยู่ในช่วงการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) และการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3)

๒.๒.๑ ก่อนการทดลองครั้งที่ ๒ ได้ทำการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) เพื่อเปรียบเทียบ ค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ระหว่างกลุ่มฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม B) และกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) ซึ่งไม่พบความแตกต่างทางสถิติ ดังแสดง ในตารางที่ ๔

๒.๒.๒ หลังการทดลองครั้งที่ ๒ เมื่อกลุ่ม B ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา เป็นเวลา ๘ สัปดาห์ เป็นจำนวนทั้งหมด ๒๕ ครั้ง (ซึ่งน้อยกว่ากลุ่ม A ในการทดลองครั้งที่ ๑ กลุ่ม A ฝึก ๓๒ ครั้ง) และกลุ่ม ที่มีกิจกรรมปกติเป็นเวลา ๘ สัปดาห์แล้ว จึงทำการทดสอบ ครั้งที่ ๓ (T3)

ผลของการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้ เหตุผลเชิงจริยธรรม ระหว่างกลุ่มฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม B) และกลุ่มที่มี กิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) ซึ่งไม่พบความแตกต่างทางสถิติ ดังแสดงในตารางที่ ๖

๓. กลุ่มที่มีการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา จะมีคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงกว่าก่อนการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา จากรูปแบบการศึกษาเชิงทดลอง (ใน บทที่ ๓) สามารถทดสอบสมมติฐานในข้อที่ ๓ ได้ ๒ ตำแหน่ง คือ



๓.๑ ในการทดลองครั้งที่ ๑ ในกลุ่ม A

๓.๒ ในการทดลองครั้งที่ ๒ ในกลุ่ม B

๓.๑ ในการทดลองครั้งที่ ๑ ในกลุ่ม A เป็นกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิ เป็นเวลา ๘ สัปดาห์ จำนวนทั้งหมด ๓๒ ครั้ง ซึ่งอยู่ในระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) ก่อนการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา และการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) หลังการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา

๓.๑.๑ ในกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม A) พบว่าค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ในการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) หลังการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา สูงกว่าในการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) ก่อนการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $P < .01$ ดังแสดงในตารางที่ ๗

๓.๑.๒ ในขณะที่กลุ่มที่นั่งหลับตา (กลุ่ม B) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) หลังการนั่งหลับตา และการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) ก่อนการนั่งหลับตา ไม่พบความแตกต่างทางสถิติ ดังแสดงในตารางที่ ๘

๓.๑.๓ ในขณะที่กลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) หลังจากการที่มีกิจกรรมปกติ ๘ สัปดาห์ และการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) ก่อนการที่มีกิจกรรมปกติ ไม่พบความแตกต่างทางสถิติ ดังแสดงในตารางที่ ๙

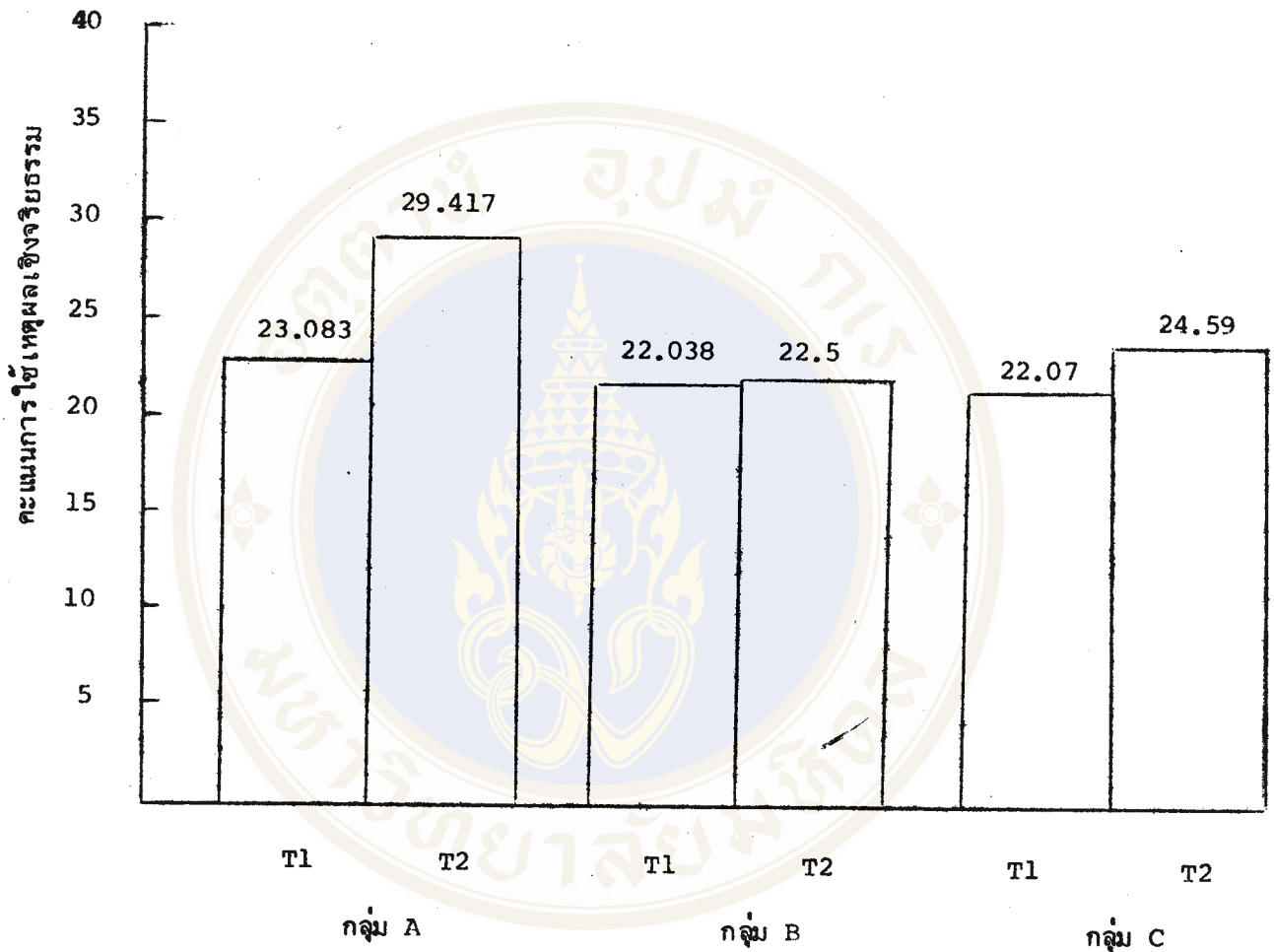
๓.๒ ในการทดลองครั้งที่ ๒ ในกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม B) เป็นเวลา ๘ สัปดาห์ จำนวนทั้งหมด ๒๔ ครั้ง ซึ่งอยู่ระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) ก่อนการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา และการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3) หลังการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา

๓.๒.๑ ในกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม B) พบว่าค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ในการทดลองครั้งที่ ๓ (T3) หลังจากการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา สูงกว่าในการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) ก่อนการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $P < .05$ ดังแสดงในตารางที่ ๑๐

๓.๒.๒ ในขณะที่กลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{x}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3) หลังจากที่มีกิจกรรมปกติ ๘ สัปดาห์ และการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) ก่อนที่มีการทดลองครั้งที่ ๒ ไม่พบความแตกต่างทางสถิติ ดังแสดงในตารางที่ ๑๑

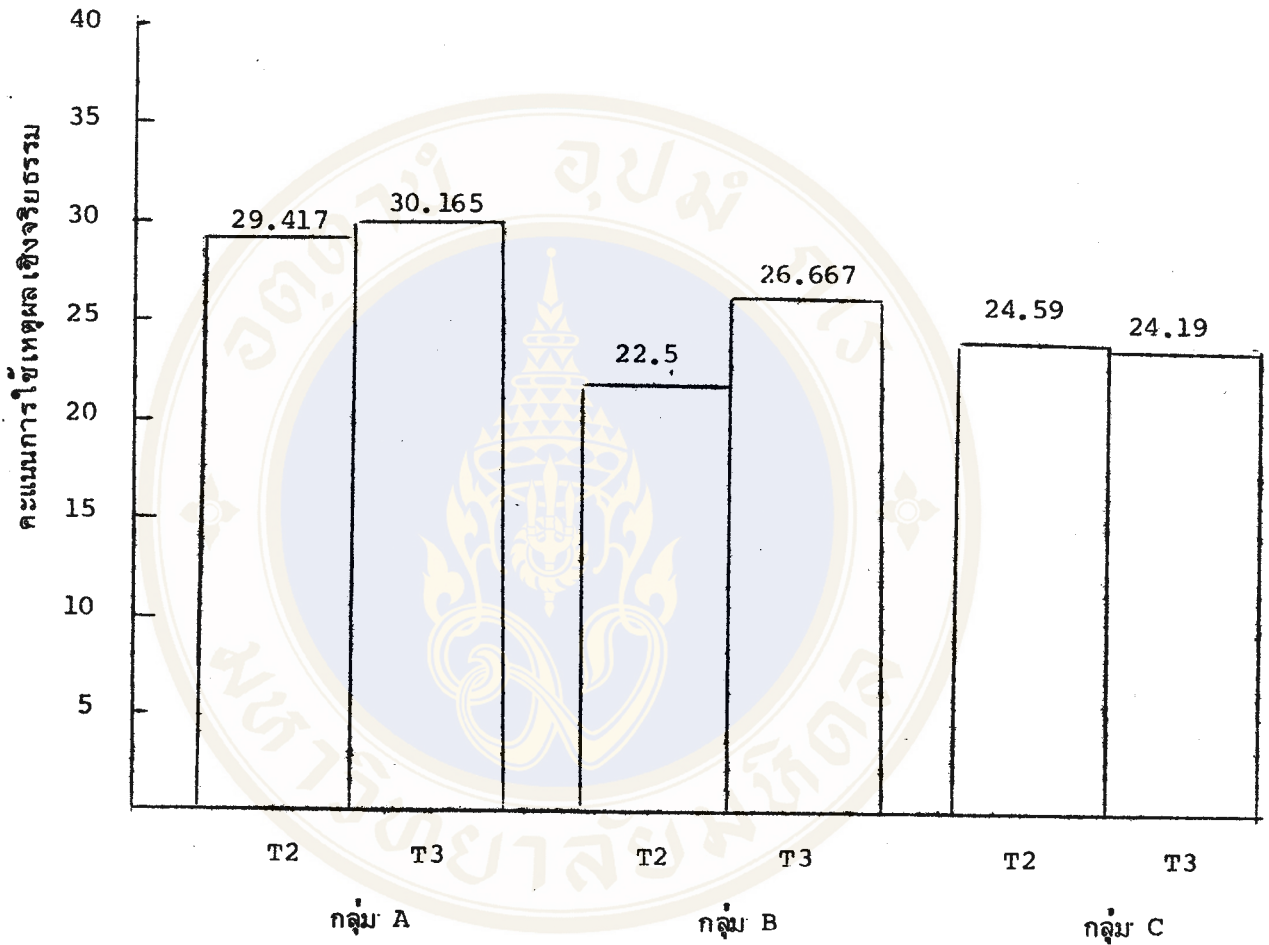


ผลการทดลองครั้งที่ ๑



กราฟแท่งรูปที่ ๑ แสดงถึงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ระหว่าง การทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) ก่อนการทดลอง และการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) หลังการทดลองโดยที่ในกลุ่ม A - ผักอานาปานลีสมาธิในพุทธศาสนา (จำนวนฝึก ๓๒ ครั้ง)
กลุ่ม B - นิ่งหลับตา
กลุ่ม C - มีกิจกรรมปกติ
ในช่วงระยะเวลาทดลอง ๘ สัปดาห์

ผลการทดลองครั้งที่ ๒



กราฟแท่งรูปที่ ๒ แสดงถึง การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) และการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3) โดยที่ระหว่างการทดสอบนั้น

- กลุ่ม A - ผูกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาด้วยตนเอง
- กลุ่ม B - ผูกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (จำนวนฝึก ๒๔ ครั้ง)
- กลุ่ม C - มีกิจกรรมปกติ

ในช่วงระยะเวลา ๘ สัปดาห์

การทดสอบครั้งที่ ๑ (T1)

การทดสอบครั้งที่ ๒ (T2)

การทดสอบครั้งที่ ๓ (T3)

A	$\bar{X}=23.083$ S.D.=5.954 N=20	$T=2.956$ $P < .01^*$ X1	$\bar{X}=29.417$ S.D.=10.872 N=20	$T=0.433$ X4	$\bar{X}=30.165$ S.D.=10.127 N=20	
B	$\bar{X}=22.038$ S.D.=8.811 N=18	$T=.200$ X2	$\bar{X}=22.5$ S.D.=8.805 N=18	$\bar{X}=21.309$ S.D.=9.364 N=14	$T=2.167$ $P < .05^*$ X1	$\bar{X}=26.667$ S.D.=13.493 N=14
C	$\bar{X}=22.07$ S.D.=7.756 N=33	$T=1.589$ X3	$\bar{X}=24.59$ S.D.=8.375 N=33	$T=0.57$ X3	$\bar{X}=24.19$ S.D.=9.643 N=33	

T = 0.432

T = 2.140
P < .05*

T = 1.813
P < 0.5*

T = 0.501

T = 1.186

T = 0.713

แผนภูมิ

แสดงผลของการทดสอบทั้ง ๓ ครั้ง ใน ๓ กลุ่ม โดย

กลุ่ม A ผูกอานาป่านสติสมาธิในพุทธศาสนา (X1) และต่อมาผูกอานาป่านสติสมาธิในพุทธศาสนาด้วยตนเอง (X4)

กลุ่ม B นั่งหลับตา (X2) และต่อมาผูกอานาป่านสติสมาธิในพุทธศาสนา (X1)

กลุ่ม C มีกิจกรรมปกติ (X3) และต่อมามีกิจกรรมปกติ (X3)

บทที่ ๔

บทย่อ สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในสังคมปัจจุบัน เช่น การฆ่าฟัน การข่มขืน ลักขโมย การข่มขืน ซึ่งมีอยู่ในหน้าหนังสือพิมพ์แทบทุกวัน เนื่องจากบุคคลในสังคมมีระดับจริยธรรมอยู่ในระดับต่ำ ฉะนั้นการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ นี้ คือ พยายามยกระดับจริยธรรมของบุคคลในสังคมให้สูงขึ้น การที่จะพัฒนาจริยธรรมนั้นทำได้ยากและมีหลายปัจจัย มีเหตุปัจจัยต่าง ๆ ทางด้านจิตวิทยาอยู่มาก แต่ในการที่จะพัฒนาจริยธรรมให้กับประชาชนไทย ซึ่งนับถือพุทธศาสนาประมาณ ๙๕ % ของประชากรทั่วประเทศนั้น จึงสมควรที่จะใช้แนวทางพุทธศาสนา ในการพัฒนาจริยธรรมของบุคคลในสังคมแนวทางที่ใช้คือการสร้างศรัทธาอันถูกต้องในพุทธศาสนา โดยวิธีการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา ซึ่งสามารถพิสูจน์ด้วยเหตุ-ผลได้ว่า เหตุดี-ผลดี ตามมา เหตุชั่ว-ผลชั่วตามมา จึงทำให้เกิดความศรัทธาที่มั่นคงว่า กรรมมีจริง ผลของกรรมมีจริง ผู้ใดทำกรรมดีไว้ย่อมได้รับผลของกรรมนั้น ซึ่งอาจจะปลูกฝังจริยธรรมได้

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อศึกษาผลการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา ต่อการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม เปรียบเทียบระหว่างกลุ่มต่าง ๆ
 - ๑.๑ กลุ่มผู้ที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา และกลุ่มผู้นั่งหลับตา
 - ๑.๒ กลุ่มผู้ที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา และกลุ่มผู้มีกิจกรรมปกติ
๒. เพื่อศึกษาถึงผลการฝึกอานาปานสติสมาธิ ในพุทธศาสนาที่มีต่อการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ภายในกลุ่มผู้ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา

กลุ่มตัวอย่าง คือนักศึกษาปีที่ ๑ คณะวิทยาศาสตร์ วิทยาเขตศาลายา มหาวิทยาลัยมหิดล ปีการศึกษา ๒๕๒๕-๒๕๒๖ ซึ่งได้จากการสุ่มแบบมีระบบ (Systematic Random) และอาสาสมัครอยู่ในกลุ่มต่าง ๆ คือ กลุ่ม A กลุ่ม B และกลุ่ม C

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ใช้แบบทดสอบ The Defining Issues Test (DIT) ซึ่งพัฒนาขึ้นมาโดย James Rest (1974) ซึ่งมีความเที่ยงตรงในโครงสร้าง (Construct Validity) ในระดับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ในระดับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ในแต่ละชั้นของทฤษฎีพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของโคลเบอร์ก โดยมีค่าสหสัมพันธ์ .๖๘ (Rest 1976 หน้า 5-1) แปลเป็นภาษาไทยโดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สวนา พรพัฒน์กุล โดยหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ในการศึกษาคั้งนี้ .๕๗

รูปแบบการศึกษา เป็นการศึกษาเชิงทดลอง ซึ่งแบ่งเป็น ๓ กลุ่ม คือ กลุ่ม A, กลุ่ม B, และกลุ่ม C ทุกกลุ่มทดสอบ ๓ ครั้ง ใช้เวลา ๑๖ สัปดาห์โดย

กลุ่ม A ทำการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) แล้ว ผึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา เป็นเวลา ๘ สัปดาห์ (๓๒ ครั้ง) หลังจากนั้น ทำการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) ต่อมาให้ผึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาด้วยตนเองอีก ๘ สัปดาห์ จึงทำการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3)

กลุ่ม B ทำการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) แล้วนั่งหลับตา เป็นเวลา ๘ สัปดาห์ (๓๒ ครั้ง) หลังจากนั้น ทำการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) ต่อมาให้ผึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาอีก ๘ สัปดาห์ (๒๕ ครั้ง) จึงทำการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3)

กลุ่ม C ทำการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1) แล้วมีกิจกรรมปกติ ๘ สัปดาห์ ทำการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) ต่อมา มีกิจกรรมปกติ อีก ๘ สัปดาห์ จึงทำการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3)

การตรวจนับคะแนน (Scoring) ใช้ตามคู่มือแบบทดสอบของ The Defining Issues Test (DIT) โดยนำเอาจริยธรรมขั้นที่ ๔ และ ๖ ตามทฤษฎีของโคลเบอร์กมารวมกัน และคิดเปรียบเทียบเป็นเปอร์เซ็นต์เป็นคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม

สถิติที่ใช้ ใช้ Pair t-test ในการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมภายในกลุ่มเดียวกัน

และใช้ Unpair t-test ในการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ของคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมระหว่างกลุ่ม

อภิปรายผล

การทดลองในครั้งนี้พบว่า

๑. การฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา ทำให้คะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม สูงกว่าการนั่งหลับตา ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ ๑ (จากการวิเคราะห์ข้อมูลในตารางที่ ๑,๒) ฉะนั้นจึงเห็นได้ชัดเจนว่า การฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาเพื่อสร้างสรรทออัน ถูกต้องในพุทธศาสนา โดยการพิสูจน์ด้วย เหตุ-ผลว่า สร้างเหตุที่ดี - ผลดีตามมา สร้างเหตุที่ชั่ว - ผลชั่วตามมา ดังที่ได้สร้างองค์ประกอบของเหตุที่ดีต่าง ๆ ขึ้นอย่างครบถ้วนในการทำจิตให้บริสุทธิ์ เป็นการช่วยเหลือ ผลที่ดีก็ตามมา อันได้แก่ความสงบ ความสุข ทางจิตใจ เป็นที่ประจักษ์ต่อผู้ฝึก อานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาด้วยตนเอง จึงเป็นแรงเสริมให้มีความเชื่อมั่นมั่นคงว่า กรรมมีจริง ผู้ใดทำกรรมใดไว้ย่อมจะได้รับผลของกรรมนั้น ดังนั้น เมื่อจะทำความชั่ว จึงมีความระอ้าย และเกรงกลัวต่อการทำชั่ว เนื่องจากต้องได้รับผลของกรรมชั่วที่ทำไว้ ในขณะที่บางคนก็มุ่งที่จะสร้างเหตุที่ดี ให้ครบองค์ประกอบ โดยการสร้างด้วยเหตุ - ผล ไม่สร้างด้วยความมกมาย ทำให้การใช้เหตุผลเชิง จริยธรรมสูงกว่าการนั่งหลับตา
 ๒. การฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา ทำให้คะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม สูงกว่าการที่มีกิจกรรมปกติ
- จากการวิเคราะห์ข้อมูลในตารางที่ ๓ และที่ ๔ เห็นได้ว่าในกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) คือ กิจกรรมทั่วไปของนักศึกษา เมื่อเวลาผ่านไป ๘ สัปดาห์ทำให้คะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม มีการเปลี่ยนแปลงเล็กน้อย (การทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) และการทดสอบครั้งที่ ๑ (T1)) ซึ่งไม่มีความแตกต่างทางสถิติ แต่เมื่อเทียบกับกลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา (กลุ่ม A) ปรากฏว่า กลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนามีคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม สูงกว่ากลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จากการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2)

ส่วนการวิเคราะห์ข้อมูลในตารางที่ ๔ และที่ ๖ เมื่อกลุ่ม B เปลี่ยนจากนั่งหลับตาเป็นฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาในการทดลองครั้งที่ ๒ ในระหว่างการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) และการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3) ปรากฏว่าจะแนะนำการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงขึ้น แต่เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติในช่วงการทดสอบครั้งที่ ๒ (T2) และการทดสอบครั้งที่ ๓ (T3) ปรากฏกลุ่มอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนามีคำแนะนำการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมไม่แตกต่างทางสถิติกับกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติในการทดสอบในครั้งที่ ๓ (T3) ที่เป็นเช่นนี้อาจมีสาเหตุมาจาก ในกลุ่ม A ที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาในครั้งแรกใช้เวลาฝึก ๘ สัปดาห์ จำนวนของการฝึกทั้งหมด ๓๒ ครั้ง ส่วนในกลุ่ม B ที่เปลี่ยนจากนั่งหลับตามาฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาในการทดลองครั้งที่ ๒ ใช้เวลาฝึก ๘ สัปดาห์ จำนวนของการฝึกทั้งหมด ๒๔ ครั้ง จะเห็นได้ว่าจำนวนของการฝึกสมาธินั้นแตกต่างกันอยู่ ๘ ครั้ง ซึ่งมีผลต่อการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมมาก นอกจากนั้นแล้ว ในกลุ่ม B ที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา ๒๔ ครั้งนั้น ต้องเว้นการฝึกในวันสุกรไปหนึ่งวันทุกสัปดาห์ เนื่องจากนักศึกษาที่มีกิจกรรมอื่น จึงทำให้ ๑ สัปดาห์ฝึกสมาธิได้เพียง ๔ วัน และในวันสุกร เสาร์ และอาทิตย์ เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ฝึกสมาธิในกลุ่ม A ที่มีความต่อเนื่องมากกว่ากลุ่ม B คือกลุ่ม ฝึกสมาธิสัปดาห์ละ ๔ วัน และวัน ๒ วัน ซึ่งเป็นผลต่อการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมเช่นกัน

๓. กลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนามีคำแนะนำการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม สูงกว่าก่อนการฝึกสมาธิอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p < .01$ (จากการวิเคราะห์ข้อมูลในตารางที่ ๗)

แสดงว่าการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา เพื่อสร้างศรัทธาอันถูกต้องในพุทธศาสนาให้เกิดขึ้น โดยการพิสูจน์ด้วยเหตุ - ผล ว่าสร้างเหตุที่ดี ผลดีย่อมตามมา เมื่อสร้างเหตุที่ชั่วผลชั่วย่อมตามมา ทำให้มีศรัทธาที่มั่นคงว่า กรรมมีจริง ผลของกรรมมีจริง ผู้ใดทำกรรมใดไว้อย่อมจะได้รับกรรมนั้น เป็นการทำให้การใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงขึ้น ชี้ให้เห็นว่าการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา มีความสัมพันธ์กันกับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม

เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่นั่งหลับตา (กลุ่ม B) (จากการวิเคราะห์ข้อมูลในตารางที่ ๘) คะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมระหว่าง ก่อนนั่งหลับตาและหลังนั่งหลับตา ๘ สัปดาห์ ไม่พบความแตกต่างทางสถิติ แสดงว่าการนั่งหลับตา ไม่มีความสัมพันธ์กับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมในระยะเวลา ๘ สัปดาห์

เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) (จากการวิเคราะห์ข้อมูลในตารางที่ ๘) คะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมระหว่างก่อนและหลังมีกิจกรรมปกติ ๘ สัปดาห์ มีการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงขึ้นบ้าง แต่ไม่พบความแตกต่างทางสถิติ

และเพื่อยืนยันว่า กลุ่มที่ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนามีคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงกว่าก่อนการฝึกสมาธิ (จากการวิเคราะห์ข้อมูลในตารางที่ ๑๐) แสดงให้เห็นว่า ในกลุ่มที่เปลี่ยนจากนั่งหลับตามา เป็นฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนานั้น มีคะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมสูงกว่าก่อนการฝึกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $P < .05$

เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่มีกิจกรรมปกติ (กลุ่ม C) ในช่วงเวลาเดียวกัน (T2-T3) คะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมระหว่างก่อนและหลังมีกิจกรรมปกติ ๘ สัปดาห์ ไม่พบความแตกต่างทางสถิติเช่นกัน (จากการวิเคราะห์ข้อมูลในตารางที่ ๑๑)

ข้อเสนอแนะ

แนวทางปรับปรุงและพัฒนาจริยธรรม

๑. เนื่องจากการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา ทำให้จริยธรรมสูงขึ้น จึงสมควรที่จะสนับสนุน ให้มีการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาอันถูกต้อง เพื่อเป็นการปลูกฝังจริยธรรมและสร้างศรัทธาในพุทธศาสนา
๒. การปลูกฝังจริยธรรมให้กับ เด็กและเยาวชนของชาติควรจะให้เรียนรู้ ในเรื่องของกรรมตามพระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือ "โอวาทปาฏิโมกข์"
๓. ผู้ที่มีหน้าที่เกี่ยวข้องกับการปลูกฝังจริยธรรม ควรจะต้อง เคารพและอดทนต่อในเรื่องของกรรมตามคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือ "โอวาทปาฏิโมกข์"

ทางด้านการวิจัย

๑. ควรจะทำการวิจัย เกี่ยวกับผลของการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนากับตัวแปรอื่น ๆ ต่อไป เช่น สุขภาพจิต ความวิตกกังวล
๒. ส่วนในงานวิจัยนี้ ก็ทำการติดตามผลต่อไปทั้ง ๓ กลุ่ม โดยจะทำการทดสอบครั้งที่ ๔ (T4) ในโอกาสที่เหมาะสมต่อไป เพื่อศึกษาถึงความคงอยู่ในระดับของจริยธรรม
๓. การวิจัยในทางพุทธศาสนา ควรจะมีการวิจัยในกลุ่มประชากร ในวัยและอาชีพที่ต่างกันในด้านจริยธรรม

เอกสารอ้างอิง

1. กรมการศาสนา พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวง เล่มที่ ๔ พิมพ์ครั้งที่ ๓
โรงพิมพ์การศาสนา พ.ศ. ๒๔๒๑ หน้า ๖๗ - ๖๘
2. กรมการศาสนา พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวง เล่มที่ ๑๐ พิมพ์ครั้งที่ ๓
โรงพิมพ์การศาสนา พ.ศ. ๒๔๒๑ หน้า ๑๐ , ๕๐
3. กรมการศาสนา พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวง เล่มที่ ๒๔ พิมพ์ครั้งที่ ๓
โรงพิมพ์การศาสนา พ.ศ. ๒๔๒๑ หน้า ๒๘๓ - ๒๘๖
4. กรมการศาสนา พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวง เล่มที่ ๓๑ พิมพ์ครั้งที่ ๓
โรงพิมพ์การศาสนา พ.ศ. ๒๔๒๑ หน้า ๒๑๓
5. กรมการศาสนา รายงานการศาสนา ประจำปี ๒๔๒๔ โรงพิมพ์การศาสนา หน้า ๑๕
6. กองรายงานสถิติ สำนักงานสถิติแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี สมุดสถิติรายปีประเทศไทย
บรรพ ๓๑ ๒๔๑๗ - ๑๘ หน้า ๑๕๑
7. กองรายงานสถิติ สำนักงานสถิติแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี สมุดสถิติรายปีประเทศไทย
บรรพ ๓๒ ๒๔๑๘ - ๒๓ หน้า ๑๘๑
8. กองรายงานสถิติ สำนักงานสถิติแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี วารสารสถิติราย-
ไตรมาสปีที่ ๒๔ ฉบับที่ ๑ - ๔ มกราคม - ธันวาคม ๒๔๒๔ หน้า ๒๖
9. ขุนสรรพกิจโกศล คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ เจตสิกปรมัตถ ปริจเจทที่ ๒
โรงพิมพ์อำนวยการศึกษา ๒๔๑๓ หน้า ๕ - ๑๔ , ๒๘ - ๓๐
10. ขุนสรรพกิจโกศล คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ วิมุตตสังคหวิภาค ปริจเจทที่ ๔
โรงพิมพ์อำนวยการศึกษา ๒๔๑๒ หน้า ๗๓ , ๘๔ - ๘๖

11. จำเนียร ช่างโชติ และคณะ จิตวิทยาการเรียนรู้ ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง ๒๕๒๐ หน้า ๑๔, ๔๔ - ๖๒ , ๗๗ - ๗๘
12. ชมชื่น สมประเสริฐ ผลของการฝึกสมาธิต่อระดับความวิตกกังวล วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์-มหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาคลินิก บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ. ๒๕๒๖ หน้า บทคัดย่อ
13. ดวงเดือน พันธุมนาวิณ จิตวิทยาจริยธรรมและจิตวิทยาภาษา พฤติกรรมศาสตร์ เล่มที่ ๒ พิมพ์ครั้งที่ ๑ ๒๕๒๔ ไทยวัฒนาพานิช หน้า ๒
14. ทวีช เปล่งวิทยา พ.อ. รวบรวม ขั้วมานุกรมคบธรรม ศ.ส. การพิมพ์ ๒๕๑๘ หน้า ๘, ๖๕๐ - ๖๕๒, ๘๓๓ - ๘๓๔
15. ปราโมทย์ เขาวศิลป์ คู่มือทฤษฎีจิตวิเคราะห์ พิมพ์ครั้งที่ ๑ พิมพ์ที่สหประชาพาณิชย์ ๒๕๒๖ หน้า ๑ - ๓
16. พระเจ้าบรมวงศ์เธอ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ พานุกรม บาลี ไทย อังกฤษ สันสกฤต ๒๕๑๓ ห้างหุ้นส่วนจำกัดคิวดพร หน้า ๑๑๗ , ๗๔๑
17. พระพุทธโฆษา พระวิสุทธิวงศ์ โดยสมาคมศูนย์ค้นคว้าทางพุทธศาสนา วัดสระเกศ โรงพิมพ์มูลนิธิภูมิพลโลกย์ ๒๕๒๑ หน้า ๑๔๐ , ๒๑๓ , ๒๒๓
18. พระศาสนาโศภน (แจ่ม จตตสลฺโล) หนังสือเทศน์จาตุรงคสันนิบาต คือ โอวาทปาติโมกข์-คาถา อมรการพิมพ์ ๒๕๑๖ หน้า คำปรารภ
19. มุณีชือภิธรรมมหาธาตุวิทยาลัย ปรมัตถธรรม ๔ พิมพ์ครั้งที่ ๔ พ.ศ. ๒๕๑๖ โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์ หน้า ๖๔

20. มหามกุฏราชวิทยาลัย วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๓ ตอน ๑ พิมพ์ครั้งที่ ๒ พ.ศ.
๒๕๒๒ โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย หน้า ๒
21. มหามกุฏราชวิทยาลัย วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๓ ตอนจบ พิมพ์ครั้งที่ ๒ พ.ศ.
๒๕๒๑ โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย หน้า ๑, ๒๔, ๔๒, ๑๒๕, ๒๐๗
22. มหามกุฏราชวิทยาลัย อภิธรรมัตถุสังคหบาลีและอภิธรรมัตถุวิภาวินีฎีกา (ฉบับแปลเป็นไทย)
พิมพ์ครั้งที่ ๓ โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย ๒๕๒๐ หน้า ๒๓๔ - ๒๔๑
23. โรจน์ สุวรรณสุทธิ ศจ. น.พ. และคณะ "สมาธิช่วยในการศึกษาเพียงใด "
การประชุมสัมมนาวิทยากรของพุทธสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์
พ.ศ. ๒๕๑๖ รวบรวม กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์ราชภัฏ ๒๕๑๖ หน้า ๑ - ๔๔
24. โรจน์รุ่ง สุวรรณสุทธิ น.พ. กรรมกับการทำสมาธิ คำบรรยายและบทคัดย่อการ
ประชุมฟื้นฟูวิชาการครั้งที่ ๒๕ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล
วันจันทร์ที่ ๒๑ - ศุกร์ที่ ๒๕ มีนาคม ๒๕๒๖ หน้า ๓๑๔ - ๓๕๑
25. ศรีธรรม ณะภูมิ รศ. พ.ญ. และคณะ ผลของการทำสมาธิต่อความจำและ-
บุคลิกภาพ คำบรรยายและบทคัดย่อการประชุมฟื้นฟูวิชาการครั้งที่ ๒๕ คณะแพทยศาสตร์
ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล วันจันทร์ที่ ๒๑ - ศุกร์ที่ ๒๕ มีนาคม ๒๕๒๖
หน้า ๓๕๒ - ๓๖๖
26. สำนักงานคณะกรรมการพัฒนา เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี
แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๕ พ.ศ. ๒๕๒๔ - ๒๕๒๘
พิมพ์ที่โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด ๒๕๒๔ หน้า ๒๐๗ - ๒๓๒

27. สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติ กระทรวงศึกษาธิการ รายงานผลการ
ศึกษาเพื่อการสร้างสรรค์วัฒนธรรม ๒๕๒๔ หน้า ๒ - ๓
28. สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ โครงการพัฒนาสังคมศาสตร์ที่เกี่ยวข้อง
กับการศึกษา จริยธรรมในสังคมไทยปัจจุบัน พ.ศ. ๒๕๒๒ หน้า ๖
29. สุภางค์ จันทวานิช "สรุปผลการศึกษารวบรวมเกี่ยวกับลักษณะนิสัยพฤติกรรมและค่านิยม
ของคนไทยที่ได้มีผู้วิจัยไว้แต่เดิม" เอกสารหมายเลข ๒ ในรายงานการสัมมนา
เรื่องระบบค่านิยมไทยของคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ ๒๕๒๓ หน้า ๒๑- ๔๔
30. สมพร บุขราติจ จิตบำบัด การบำบัดโดยอิงทฤษฎีจิตวิเคราะห์ ๒๕๒๔ หนังสือ
ประกอบการเรียนวิชาจิตบำบัด หน้า ๓
31. อัมพร สงวนศิริธรรม อิทธิพลของการฝึกสมาธิที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ วิทยานิพนธ์
บัณฑิตศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ๒๕๑๗



32. Biehler Robert F. Child Development : an introduction, U.S.A.,
Houghton Mifflin Company, 1976 P. 157 - 158
33. ENCYCLOPEDIA AMERICANA , International edition complete in thirty
volume, Grollier incorporated, 1981, P. 720
34. Hall Calvin S. A Primer of Freudian Psychology, New York,
The New American Library 1954, P. 127
35. Hilgard , Ernest R. Introduction to Psychology 3rd edition,
Harcourt, Brance & World, Inc. New York & Burlingame 1962
P. 258 - 260
36. Horrucks, John E. The Psychology of Adolescence, London
Houghton Mifflin Company, 1976, P. 118
37. Kimble Gregory A. Century psychology series, Fundations
of Conditioning and Learning , Meredith Publishing Company
1967, P. 82
38. Kohlberg Lawrence "Developmental of Moral Character and
Moral Ideology" in M. L. Hoffman and L. W. Hoffman (eds)
Review of child Development Research Vol. 1 , Hartford
Conneticut : Connecticut printers, Inc. 1964, P. 405
39. Kohlberg Lawrence "Stage and Sequence : The Cognitive
Developmental Approach to Socialization " in D.A. Goslin (ed)
Handbook of Socialization Theory and Research Chicago : Rand
McNally and Company 1969 P. 391

40. Kohlberg Lawrence "The Cognitive - Developmental Approach to Moral Education" ; in Rubinstein Joseph editor Reading in Psychology 77/78 Annual editions , Dushkin Publish Group 1977 , P. 167 - 168
41. Mack John E. and Semrad Elvin V. "Classical Psychoanalysis" in Freedman Alfred, M editor Comprehensive Textbook of Psychiatry, The William & Wilkins company Baltimore 1967 P. 299 - 301
42. Meissner , W. W. Comprehensive Textbook of Psychiatry/III Volume I Third edition , edited by Freedman, A. M ; Kaplan, H. I. and Sadock , B. J. The Williams & Wilkins , Baltimore, 1980 P. 661 - 663
43. Mora George Comprehensive Textbook of Psychiatry/III Volume I. Third edition, edited by Kaplan , H. I. , Freedman, A. M. and Sadock, B. J. , William & Wilkins, Baltimore / London , 1981, P. 78 - 85
44. Morgan , C. T. and King. R. A. , Introduction to Psychology McGraw - Hill , Inc. , 1975 P. 97
45. Sants J. and Buther , H. J. Developmental Psychology Marryland : Penquin Books, Inc 1975, P. 141 - 142
46. Skinner B. F. Beyond Freedom and Dignity a Pelican Book 1971 P. 101 - 125
47. Wadsworth Barry J. Piagets' Theory of Cognitive Development New York : David McKay Company , 1971



ข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างเพื่อการวิเคราะห์ข้อมูล

กลุ่ม A คะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม เรียงตามลำดับจำนวนการมาฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนา จากมากไปน้อย จากจำนวนการฝึกทั้งหมด ๓๒ ครั้ง (T1-T2) (จำนวนการมาฝึกมากกว่า ๕๐ % ขึ้นไป)

อันดับที่	จำนวนการมาฝึก	การทดสอบ ครั้งที่ ๑ (T1)	การทดสอบ ครั้งที่ ๒ (T2)	การทดสอบ ครั้งที่ ๓ (T3)
1	29	15	33.33	35
2	28	15	38.33	31.67
3	26	21.67	26.67	35
4	25	25	35	40
5	25	16.67	15	20
6	23	28.33	41.67	40
7	23	23.33	11.67	23.33
8	23	35	31.67	18.33
9	23	25	31.67	25
10	21	23.33	33.33	40
11	21	23.33	25	18.33
12	20	30	45	40
13	20	33.33	48.33	43.33
14	20	26.67	18.33	33.33
15	20	16.67	8.33	16.67
16	19	25	28.33	33.33
17	19	15	18.33	21.67
18	18	21.67	38.33	50
19	18	16.67	26.67	23.33
20	17	25	33.33	16.67
รวม	\bar{X}	23.083	29.417	30.165
	S.D	5.954	10.872	10.127
	N	20	20	20

กลุ่ม B คะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม เรียงตามลำดับจำนวนการมานั่งหลับตา จากมากไปน้อย จากจำนวนการมาทั้งหมด ๓๒ ครั้ง (T1 - T2) (จำนวนการมานั่งหลับตามากกว่า ๔๐ % ขึ้นไป)

อันดับที่	จำนวนการมาฝึก	การทดสอบ ครั้งที่ ๑ (T1)	การทดสอบ ครั้งที่ ๒ (T2)
1	26	10	16.67
2	26	16.67	15
3	25	20	15
4	25	16.67	21.67
5	25	10	13.33
6	23	18.33	15
7	23	23.33	21.67
8	22	11.67	30
9	22	15	15
10	22	25	16.67
11	22	25	18.33
12	22	30	28.33
13	21	21.67	28.33
14	20	16.67	41.67
15	19	28.33	16.67
16	18	41.67	31.67
17	18	31.67	20
18	17	35	40
รวม	\bar{X} S.D. N	22.038 8.811 18	22.5 8.805 18

กลุ่ม B คะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม เรียงตามลำดับจำนวนการมาฝึกอานาปานสติสมาธิใน พุทธศาสนา จากมากไปน้อย จากจำนวนการมาทั้งหมด ๒๕ ครั้ง (T2 -T3)(จำนวนการมาฝึกมากกว่า ๕๐ % ขึ้นไป)

อันดับที่	จำนวนการมาฝึก	การทดสอบ ครั้งที่ ๒ (T2)	การทดสอบ ครั้งที่ ๓ (T3)
1	24	21.67	40
2	23	21.67	18.33
3	23	31.67	45
4	22	16.67	25
5	22	18.33	18.33
6	22	5	10
7	20	16.67	11.67
8	20	15	30
9	20	13.33	11.67
10	20	15	25
11	20	28.33	13.33
12	11	31.67	40
13	17	41.67	50
14	14	21.67	35
รวม	\bar{X}	21.309	26.667
	S.D.	9.364	13.493
	N	14	14

กลุ่ม C คะแนนการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม

ในการทดสอบทั้ง ๓ ครั้ง

อันดับที่	การทดสอบ ครั้งที่ ๑ (T1)	การทดสอบ ครั้งที่ ๒ (T2)	การทดสอบ ครั้งที่ ๓ (T3)
1	15	11.67	6.67
2	31.67	31.67	35
3	23.33	23.33	11.67
4	16.67	23.33	18.33
5	28.33	23.33	26.67
6	26.67	36.67	35
7	18.33	11.67	18.33
8	6.67	10	20
9	20	26.67	10
10	30	26.67	20
11	26.67	30	36.67
12	30	11.67	10
13	31.67	30	33.33
14	40	35	33.33
15	13.33	35	23.33
16	21.67	33.33	40
17	25	15	23.33
18	13.33	16.67	23.33
19	31.67	23.33	26.67
20	21.67	21.67	35



อันดับที่	การทดสอบ ครั้งที่ ๑ (T1)	การทดสอบ ครั้งที่ ๒ (T2)	การทดสอบ ครั้งที่ ๓ (T3)
21	31.67	28.33	38.33
22	23.33	20	18.33
23	23.33	25	15
24	11.67	10	21.67
25	20	41.67	33.33
26	18.33	13.33	18.33
27	6.67	26.67	13.33
28	13.33	26.67	15
29	20	23.33	28.33
30	26.67	31.67	41.67
31	15	28.33	16.67
32	25	28.33	21.67
33	21.67	31.67	30
\bar{X}	21.526	24.596	24.192
S.D.	7.688	8.375	9.638
N	33	33	33