

กระบวนการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาศีล ๕ ในรายวิชาความจริงของชีวิต  
Learning Process for Develop the Buddhist Five Precept  
in The Truth of Life Subjects

กัญยรัตน์ รินศรี  
Kanyarat Rinsri<sup>๑</sup>

บทคัดย่อ

บทความวิจัยเรื่อง “กระบวนการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาศีล ๕ ในรายวิชาความจริงของชีวิต” มีวัตถุประสงค์ของการวิจัยคือ ๑) เพื่อศึกษาปัจจัยที่เป็นสาเหตุทำให้นักศึกษามีพฤติกรรมไม่รักษาศีล ๕ ๒) เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาศีล ๕ และ ๓) เพื่อประเมินผลการใช้กระบวนการพัฒนาการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาศีล ๕ โดยมีระเบียบวิธีวิจัยคือการสัมภาษณ์และสังเกต เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ผลการวิจัยพบว่า ๑) ปัจจัยที่เป็นสาเหตุทำให้นักศึกษามีพฤติกรรมที่ไม่รักษาศีล ๕ การศึกษาครั้งนี้ คือ ตนเอง เพื่อน และครอบครัว ๒) กระบวนการพัฒนาการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาศีล ๕ คือ กระบวนการแก้ปัญหา ร่วมกับการใช้วิธีสอนแบบไตรสิกขา และวิธีสอนโดยการสร้างศรัทธาและโยนิโสมนสิการ ๓) ผลการใช้รูปแบบและกระบวนการพัฒนาการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาศีล ๕ ส่งผลให้นักศึกษามีพฤติกรรมรักษาศีล ๕ ดีขึ้นทุกข้อ สามารถละเว้นจากการฆ่าสัตว์ การลักทรัพย์ การประพฤตินิโคตติในกาม การพูดโกหก พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ และพูดเพ้อเจ้อและการดื่มสุราและเสพยาเสพติดได้มากขึ้น

**คำสำคัญ :** การรักษาศีล ๕, กระบวนการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาศีล ๕.

---

<sup>๑</sup> ภาควิชาสังคมและวัฒนธรรมศึกษา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่. Department of Social and Cultural Studies cultural. Faculty of Humanity and Social science. Chiang Mai Rajabhat University.

## Abstract

The article is three objectives as 1) to explore the factor of students' behavior do not observance the Five Precepts, 2) to explore the process for behavioral development in the observance the Five Precepts. and 3) to evaluate the process for behavioral development in the observance the Five Precepts. The strategy research is the interview and the observe. This is a Qualitative Research. The results revealed that the students' behavior do not observance the Five Precepts form themselves, friends and their Families, The process for behavioral development, it can be conducted by Problem-solving, the Threefold Training Teaching Method, the Teaching Method on Creating Faith and Analytical Thinking. The results of using the process for the behavioral, it showed that students can abstinence from taking the living beings, taking what is not given, sexual misconduct, false speech, tale-bearing, harsh speech, and intoxicants.

**Keywords:** Observance the Five Precepts, Process for Behavioral Development in the Observance the Five Precepts.

### ๑. บทนำ

การดำเนินชีวิตของคนในยุคปัจจุบันที่มีการแข่งขันต่อสู้ดิ้นรนเพื่อความอยู่รอดในกระแสโลกยุคโลกาภิวัตน์นั้น พบว่ามีชาวอาชญากรรมต่าง ๆ เพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ด้วยสาเหตุจากคนในสังคมปัจจุบันไม่รักษาศีล ๕ อาทิ การฆ่าและทำร้ายกัน การทารุณกรรมชีวิตมนุษย์และสัตว์การเบียดเบียนกันเป็นการผิดศีลข้อที่ ๑ ทำให้สังคมไม่ปลอดภัยหวาดระแวงว่าจะมีคนมาทำอันตรายอยู่ทุกเมื่อ การแย่งชิงทรัพย์สิน ทั้งขวการปล้น การจี้ชิงทรัพย์สินจากร้านค้าหรือร้านทอง การขโมยทรัพย์สินต่าง ๆ เมื่อเจ้าของพลั้งเผลอหรือไม่อยู่บ้าน เป็นต้น เป็นพฤติกรรมการผิดศีลข้อที่ ๒ อีกทั้งปัญหาผู้สาวที่ทำให้เกิดความ

แตกแยกในระบบครอบครัว การกระกอบอาชีพขายบริการทางเพศ ล้วนเป็นการผิดศีลข้อที่ ๓ ทำให้ก่อเหตุความรุนแรงทางเพศ เช่น การข่มขืน ตบตีแย่งชิง ทำร้ายร่างกาย หรือฆาตกรรมเพราะการหึงหวงคนรัก เป็นต้น ส่วนข่าวเกี่ยวกับการผิดศีลข้อที่ ๔ เช่น การต้มตุ๋นโกหกหลอกลวงในการทำธุรกิจ ซื้อขายสินค้า ขวการพุดยุงให้สังคมเกลียดชังกัน แบ่งพรรคพวกสร้างความแตกแยกให้เกิดขึ้นในสังคม การพุดคำหยาบคาย และการพุดเพ้อเจ้อไร้สาระเพื่ออวดอ้างสรรพคุณ หรืออำนาจวิเศษต่าง ๆ ให้คนหลงเชื่อมงาย เป็นต้น นอกจากนี้ ข่าวเกี่ยวกับปัญหาอันเนื่องมาจากการผิดศีลข้อที่ ๕ คือการดื่มสุราและการใช้สารเสพติด ทำให้ผู้เสพขาดสติและสร้าง



ความเดือดร้อนให้แก่บุคคลและทรัพย์สินได้อาทิ อุบัติเหตุจากการเมาแล้วขับซึยานพาหนะ หรือ การเสพสารเสพติดแล้วก่อให้เกิดปัญหาอาชญากรรมได้ทุกรูปแบบ

นักศึกษานับว่าเป็นทรัพยากรบุคคลที่ต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงของโลกที่มีรุนแรงมากยิ่งขึ้น อีกทั้งนักศึกษาซึ่งเป็นช่วงของวัยรุ่นที่มีการเปลี่ยนแปลงสำคัญมากที่สุดในช่วงของชีวิต เพราะช่วงอายุระหว่าง ๑๘-๒๕ ปี ซึ่งคาบเกี่ยวระหว่างวัยรุ่นตอนปลายกับวัยผู้ใหญ่ตอนต้น เป็นช่วงวัยสำคัญของชีวิตที่คนเราจะประสบความสำเร็จหรือวิฤตการณ์ ในการปรับตัวได้มากที่สุด<sup>๒</sup> และวัยรุ่นเป็นวัยที่มีชีวิตประสบความสำเร็จอย่างมากในทุกด้านทั้งด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคม เปรียบเสมือนอยู่ท่ามกลางกระแสคลื่นที่รุนแรงที่สุด วัยรุ่นเป็นวัยที่ยากรู้ ยากเห็น ยากลอง ยากเรียนรู้ ในสิ่งที่แปลกใหม่ เพื่อเสริมสร้างประสบการณ์ชีวิต มีความต้องการค้นหาเอกลักษณ์ต่าง ๆ ด้วยตนเอง และคิดว่าโตเป็นผู้ใหญ่แล้ว การเรียนรู้พฤติกรรมสังคมทางสังคมของวัยรุ่นจะส่งผลต่อความคิด ทศนคติ ค่านิยมและบุคลิกภาพของบุคคลสืบเนื่องต่อไปจนถึงวัยผู้ใหญ่ และการเรียนรู้ของวัยรุ่นนั้น ได้รับจากบุคคลองค์กร และสถาบันทางสังคมที่มีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ได้แก่ ครอบครัว โรงเรียน สถาบัน

ศาสนา วัฒนธรรม สังคมวัยรุ่น กลุ่มเพื่อน สื่อมวลชน และองค์กรของรัฐบาล<sup>๓</sup>

เนื่องจากนักศึกษาต้องเข้าไปอยู่ไปอยู่ในสภาพแวดล้อมใหม่ สังคมใหม่ ระบบการศึกษาใหม่พบคนแปลกหน้าและแปลกสถานที่ ย่อมทำให้เกิดความไม่สบายใจและไม่เป็นสุขนักศึกษาจึงต้องมีการปรับตัว และจะมีการปรับตัวในด้านต่าง ๆ อยู่ตลอดเวลา ได้แก่ การศึกษาที่อยู่อาศัย การเงิน การใช้เวลา การสนทนาการ บุคลิกภาพ สุขภาพอนามัย ศิลปวัฒนธรรมความสัมพันธ์กับเพื่อน รุ่นพี่ รุ่นน้อง อาจารย์ และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องซึ่งกระบวนการปรับตัวจะเกิดขึ้น โดยนักศึกษาจะต้องเรียนรู้ในสิ่งต่าง ๆ ทั้งจากการถ่ายทอดต่อ ๆ กันมา หรืออาจจะชวนขวยแสดงหาเรียนรู้ด้วยตนเอง เพื่อจะสามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสังคมทั้งภายในและภายนอกมหาวิทยาลัยได้ โดยมีกระบวนการวิธีการ และกลไกการปรับตัว ซึ่งหากนักศึกษาสามารถปรับตัวได้ ก็จะสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมมหาวิทยาลัยได้อย่างมีความสุข แต่ถ้าเขาไม่สามารถจะปรับตัวได้ ก็จะมีผลกระทบต้อจิตใจ ทำให้รู้สึกท้อแท้ หหมดหวัง เปื่อหน่ายวิตกกังวล เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ บางคนถึงกับประสบความสำเร็จล้มเหลวในชีวิตของการเป็นนักศึกษา โดยการลาออกจากการเป็นนักศึกษา ซึ่งส่งผลกระทบต่อให้เกิดความ

<sup>๒</sup> นิภา นิธยานน, การปรับตัวและบุคลิกภาพจิตวิทยาเพื่อการศึกษาและชีวิต, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : สารศึกษาการพิมพ์, ๒๕๕๐), หน้า ๒๑.

<sup>๓</sup> ก่อ สวัสดิ์พาณิชย์, วัยรุ่นและการปรับปรุงบุคลิกภาพ, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : วัฒนาพานิช, ๒๕๔๙), หน้า ๙๕-๙๗.



เสียหายต่อการพัฒนาทรัพยากรบุคคล และ  
เกิดการสูญเปล่าทางการศึกษาเป็นอย่างมาก<sup>๔</sup>

ปัจจุบันนักศึกษามีพฤติกรรมที่ไม่  
รักษาศีล ๕ อาทิ ศีลข้อที่ ๑ มีพฤติกรรม  
ก้าวร้าวการก่ออาชญากรรม การทะเลาะ  
วิวาท มีข่าวการยกพวกตีกัน ใช้อาวุธทำร้าย  
คู่อริต่างสถาบัน ศีลข้อที่ ๒ การลักขโมย เช่น  
การทุจริตในการสอบ การใช้จ่ายฟุ่มเฟือย  
การติดการพนัน การยกยอกทรัพย์ ขโมยเงิน  
ผู้ปกครองและเพื่อน ๆ ศีลข้อที่ ๓ การ  
ประพฤติดัดในกาม เช่น มีเพศสัมพันธ์ในวัย  
เรียน การค้าประเวณี ปัญหาชู้สาว อาจ  
ก่อให้เกิดปัญหาการตั้งครรภ์ที่ไม่พึง  
ประสงค์ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ศีล  
ข้อที่ ๔ การพูดเท็จ เช่น การโกหกผู้ปกครอง  
และครูอาจารย์ การพูดคำหยาบ โดยใช้ภาษา  
ไม่สุภาพ ด่าทอกัน เพื่อความสนุกสนาน และ  
ความคึกคะนองอันเป็นค่านิยมที่เคยชินกับ  
การพูดคำหยาบในกลุ่มเพื่อนสนิท คำส่อเสียด  
เช่น พูดให้คนอื่นเจ็บช้ำน้ำใจ พูดยุยงให้คน  
แตกความสามัคคี พูดเพื่อเจ้า ไร้สาระ ไม่มี  
เหตุผล หรือพูดเพื่อให้คนงมง่าย ศีลข้อที่ ๕  
การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์และการใช้  
สารเสพติด โดยเฉพาะการดื่มเครื่องดื่มที่มี  
แอลกอฮอล์ของนักศึกษาเป็นการปฏิบัติที่สืบ  
ต่อกันมาจากรุ่นหนึ่งสู่รุ่นหนึ่งจนกลายเป็น  
วัฒนธรรม เช่น วัฒนธรรมการรับน้องใหม่ที่  
การเลี้ยงฉลองเนื่องในโอกาสต่าง ๆ แม้กระทั่ง

กินเลี้ยงกันในโอกาสที่พบปะสังสรรค์กันทั่วไป  
เพื่อคลายเครียดและดับทุกข์จากความผิดหวัง  
หรือเสียใจต่าง ๆ เป็นต้น ส่งผลให้เกิดปัญหา  
จากการดื่มสุราและการใช้สารเสพติดตามมา  
ทำให้เกิดอุบัติเหตุต่าง ๆ เพราะขาดสติ เป็น  
อันตรายต่อทั้งร้ายการและทรัพย์สินของ  
ตนเองและผู้อื่น เป็นต้น

ทางด้านสถานศึกษาก็มีบทบาท  
หน้าที่ในการพัฒนาเด็กและเยาวชน ซึ่งเป็น  
กำลังสำคัญของประเทศในอนาคต ผู้วิจัยจึง  
ศึกษากระบวนการพัฒนาพฤติกรรมการรักษา  
ศีล ๕ ในรายวิชาความจริงของชีวิตซึ่งเป็นวิชา  
ศึกษาทั่วไปที่สอนคุณธรรมและจริยธรรมให้  
นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ทั้งนี้  
วิชาศึกษาทั่วไปของนักศึกษาใน  
สถาบันอุดมศึกษาต่างมีวิชาที่เกี่ยวข้องกับ  
การเรียนการสอนจริยธรรม โดยเฉพาะ  
สังคมไทยที่เน้นการนับถือพระพุทธศาสนา ให้  
เป็นศาสนาประจำชาติ สำหรับมหาวิทยาลัย  
ราชภัฏเชียงใหม่เป็นมหาวิทยาลัยที่มีการ  
จัดการเรียนการสอนในรายวิชาศึกษาทั่วไป  
ชื่อวิชา “ความจริงของชีวิต” รหัสวิชา GHUM  
๑๑๐๒ เป็นวิชาที่มีแนวคิดรายวิชาเพื่อให้  
ผู้เรียนเรียนรู้ เข้าใจ และเข้าถึงความจริงของ  
ชีวิตที่มีหลักการดำเนินชีวิตที่ดีตามหลักศาสน  
ธรรม สามารถปรับตัว ปรับใจให้เข้ากับสังคม  
ยุคปัจจุบันที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วและ  
เป็นสาเหตุของปัญหาต่างๆ ไม่ว่าจะเป็น  
ปัญหาส่วนบุคคล ปัญหาครอบครัว และ  
ปัญหาสังคมการทำให้ชีวิตมีความสุขอย่าง  
ยั่งยืนได้ จำเป็นต้องพัฒนาหลัก ศาสนธรรม  
ซึ่งมีมรรควิธีที่ทำให้ชีวิตมีสันติสุขและสังคมมี  
สันติภาพอย่างถาวร และมีแนวทางการดำเนิน  
ชีวิตตามแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

<sup>๔</sup> ศุภกานต์ ชื่อเกียรติขจร, กลไก  
การปรับตัวทางสังคมของนักศึกษา  
ระดับอุดมศึกษา, วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร  
มหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษานอกระบบ,  
(เชียงใหม่ : บัณฑิตวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๔.



ปัญหาพฤติกรรมการละเมิดศีล ๕ ดังกล่าวข้างต้น ได้ชี้ให้เห็นว่าเป็นพฤติกรรมที่สังคมไม่พึงปรารถนาและต้องการขจัดให้หมดสิ้นไป แต่ในสภาพความเป็นจริงพฤติกรรมดังกล่าวยังคงมีอยู่ในสังคมไทยและได้ทวีความรุนแรงมากยิ่งขึ้น เพื่อแก้ไขปัญหามาตรการการละเมิดศีล ๕ ของนักศึกษาได้นั้น จึงจำเป็นต้องทราบสาเหตุที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมเหล่านี้และนำไปสู่แนวทางในการแก้ไขจึงจำเป็นต้องศึกษารูปแบบการจัดกิจกรรมที่เหมาะสมแก่นักศึกษา เพื่อให้ นักศึกษาเกิดความตระหนักรู้และเกิดการพัฒนาด้านพฤติกรรมมีศีล ๕ ซึ่ง การที่จะพัฒนานักศึกษาให้มีศีล ๕ นั้นจะต้องร่วมมือกันทั้งอาจารย์ผู้สอนและนักศึกษาด้วย ด้านอาจารย์ผู้สอนควรหารูปแบบการเรียนการสอนเพื่อส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมอันนำไปสู่การมีพฤติกรรมที่เหมาะสม โดยไม่เป็นการบังคับผู้เรียน และให้ผู้เรียนได้เข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาพฤติกรรมของตนเองและเพื่อน อาทิ กิจกรรมชมรมต่าง ๆ ของนักศึกษา ที่มีเพื่อนคอยช่วยตักเตือนสติซึ่งกันและกัน และต้องช่วยกันคิดรูปแบบที่จะช่วยพัฒนาพฤติกรรมให้เกิดความตระหนักและประพฤตินมีศีล ๕ เพื่อเป็นการช่วยทำให้นักศึกษาซึ่งจะเป็นกำลังสำคัญของชาติในอนาคตมีพฤติกรรมที่ถูกต้องเหมาะสมเป็นคนที่ของสังคมต่อไป

## ๒. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของงานวิจัยเรื่อง “รูปแบบและกระบวนการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาศีล ๕ ของนักศึกษาในรายวิชาศึกษาทั่วไป (ความจริงของชีวิต)

มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่” สำหรับวัตถุประสงค์ที่ต้องการนำเสนอในบทความนี้มี ๓ ข้อ คือ

๑. เพื่อศึกษาปัจจัยที่เป็นสาเหตุทำให้ นักศึกษามีพฤติกรรมไม่รักษาศีล ๕

๒. เพื่อศึกษากระบวนการพัฒนาการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาศีล ๕

๓. เพื่อประเมินผลการใช้กระบวนการพัฒนาการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาศีล ๕

## ๓. วิธีการดำเนินการวิจัย/รูปแบบการวิจัย

งานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้ใช้วิธีวิจัยเชิงคุณภาพขอบเขตด้านเนื้อหาในครั้งนี้ จะศึกษาแหล่งข้อมูลทุติยภูมิ เป็นการศึกษา ค้นคว้า ข้อมูล โดยทบทวนเอกสารจากหนังสือ ตำรา รายงานการวิจัย และเอกสารอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดและทฤษฎีดังนี้ ๑) พฤติกรรมการรักษาศีล ๕ ๒) การขัดเกลาทางสังคม ๓) พฤติกรรมวัยรุ่น โดยศึกษาจากเอกสาร ตำราและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ในการวิจัยครั้งนี้ จะศึกษาเฉพาะกระบวนการพัฒนาพฤติกรรมการรักษาศีล ๕ ของนักศึกษาเฉพาะ ๒ รูปแบบเท่านั้น คือ

๑) กระบวนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนของอาจารย์ในวิชาศึกษาทั่วไป และ ๒) กิจกรรมต่าง ๆ ของนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาที่จัดกันขึ้นมาเอง เช่น ชมรมพุทธศิลป์ กิจกรรมออกค่ายต่าง ๆ เป็นต้น ซึ่งจะนำพฤติกรรมการรักษาศีลทั้ง ๕ ข้อ มาแยกรูปแบบการจัดการเรียนการสอนและ กิจกรรมที่สามารถพัฒนาพฤติกรรมการรักษาศีล ๕ โดยให้แสดงรายละเอียดแยกออกเป็น ศีลในแต่ละข้อ ๆ ๑-๕ โดยร่วมกันศึกษา



วิเคราะห์เพื่อหารูปแบบการจัดการเรียนการสอนของอาจารย์ในรายวิชาศึกษาทั่วไป (ความจริงของชีวิต) ที่เอื้อต่อการพัฒนาพฤติกรรมมารักาศิล ๕ ของนักศึกษา และให้นักศึกษามีส่วนร่วมคิดกิจกรรมเพื่อให้เป็นรูปแบบสำหรับการพัฒนาพฤติกรรมมารักาศิล ๕ ของนักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาได้ ทั้งนี้จะมีการติดตามผลการใช้รูปแบบเพื่อพัฒนาพฤติกรรมมารักาศิล ๕ อย่างต่อเนื่องเป็นเวลา ๓ เดือนด้วยขอบเขตด้านประชากร การศึกษาครั้งนี้จะเป็นการศึกษา รูปแบบและพฤติกรรมมารักาศิล ๕ ของนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ซึ่งคัดเลือกกลุ่มเป้าหมายที่เป็นนักศึกษาเฉพาะ นักศึกษาในระดับปริญญาตรี ภาคปกติ ทำการศึกษาภาคสนามในพื้นที่จังหวัดเชียงใหม่โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างที่หน่วยประชากรมีโอกาสถูกเลือกเท่าๆ กัน (probability sampling) ซึ่งเป็นกลุ่มประชากรที่มีพฤติกรรมและเจตคติใกล้เคียงกับประชากรทั้งหมดมากที่สุด โดยวิธีการสุ่มตัวอย่าง ใช้ การ สุ่ม แบบ เป็น ระบบ (systematic sampling) โดยเริ่มต้นด้วยการให้หมายเลขกับสมาชิกประชากรทุกคนตั้งแต่ ๑ ถึง N วิธีการสุ่มแบบนี้มี ขั้นตอน ดังนี้ ขั้นตอนที่ ๑ หาขนาดช่วงการสุ่มตัวอย่าง (sampling Interval) เป็นการคำนวณหาอัตราส่วนของจำนวนประชากรทั้งหมดกับจำนวนตัวอย่างที่ต้องการจะเลือก (sampling ratio) เช่น จำนวนนักศึกษาในมหาวิทยาลัย มี ๑,๐๐๐ คน ต้องเลือกเพียง ๑๐๐ คน มาเป็นตัวแทนเพื่อศึกษา อัตราส่วนที่คำนวณได้คือ  $1000 = 10$  ซึ่งหมายความว่า ทุก ๆ ๑๐ คน จะเลือกนักศึกษา ๑ คนขั้นตอนที่ ๒ สุ่ม

หาจุดเริ่มของการเลือก กล่าวคือ ในช่วงแรก ของ ๑๐ คน (คนที่ ๑-๑๐) จะมีการสุ่มเพื่อหาจุดเริ่มของการเลือก โดยใช้วิธีการสุ่มเลือกอย่างง่าย เช่น นักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาสุ่มเลือกคนที่ ๓ จะใช้เลข ๓, ๑๓, ๒๓, ๓๓ ... ตามลำดับจนถึงหมายถึง ๙๙๓ ก็ จะครบ ๑๐๐ คนพอดี จึงได้จำนวนประชากรตัวอย่างดั่งนี้ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่มีจำนวนนักศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนวิชาความจริงของชีวิต ในภาคการศึกษาที่ ๑/๒๕๕๘ และ ๒/๒๕๕๘ ทั้งหมด ๒,๕๐๐ คน จะได้ประชากรตัวอย่าง ๒๕๐ คน

#### ๔. ผลการวิจัย

ผลการวิจัยนี้ได้ค้นพบประเด็นที่ตอบวัตถุประสงค์ดังนี้

ส่วนที่ ๑ ปัจจัยที่เป็นสาเหตุทำให้นักศึกษามีพฤติกรรมไม่รักาศิล ๕ มีปัจจัยสำคัญคือ ตนเอง เพื่อน ครอบครัว ตามลำดับ ดั้งนี้การละเว้นจากการฆ่าสัตว์ เนื่องจากตนเองมีจิตเมตตา ตระหนักด้วยจิตสำนึกของตนเอง ที่มีต่อสัตว์ไม่คิดร้ายหรือเบียดเบียนกัน ซึ่งได้รับการปลูกฝังจากครอบครัว เพื่อน ครูอาจารย์ จึงทำให้มีผลต่อพฤติกรรมที่ดีสามารถรักาศิลข้อที่ ๑ ละเว้นจากการฆ่าสัตว์ได้ ทำให้รู้สึกภาคภูมิใจที่ได้ทำดีได้ช่วยเหลือคนหรือสัตว์ที่ลำบาก แต่ก็มีบางคนที่ยังต้องฆ่าสัตว์เพื่อประกอบอาหารหรือไม่มีเจตนาฆ่าสัตว์เพราะอุบัติเหตุทำให้สัตว์นั้นตาย ความรู้สึกที่ตรงกันคือไม่สบายใจ และสงสารสัตว์นั้นมากการละเว้นจากการลักทรัพย์ มีความซื่อสัตย์สุจริตไม่ลักทรัพย์ ไม่ทุจริตใด ๆ เนื่องจากนึกถึงคำสั่งสอนของพ่อแม่ ครูอาจารย์จึงมีความละเอียดรอบอบ แต่



บางคนก็ยังมีความเคยชินต่อการลักทรัพย์ เพราะความยากได้ทรัพย์ของผู้อื่นมาเป็นของคน ประกอบกับฐานะทางครอบครัวยากจน ความรู้สึกของผู้ผิดศีลข้อนี้คือไม่สบายใจและกลัวถูกจับได้ การละเว้นจากการประพฤติผิดในกาม มีความรักเดียวใจเดียวไม่นอกใจคู่ของตน ไม่ดูสื่อลามกอนาจาร ไม่มั่วสุมในสิ่งอันเป็นอบายมุข และไม่ประพฤติล่วงเกินต่อเพศตรงข้ามเนื่องจากเห็นโทษของการผิดศีลข้อที่ ๓ จึงมีความเพียรระวังมิให้ใจใฝ่อกุศล ประพฤติผิดอันจะผิดศีลเป็นบาปได้ บางคนก็ยังคงรักษาศีลข้อนี้ไม่ได้เนื่องจากเห็นตัวอย่างเพื่อนและคนในครอบครัวผิดศีลข้อที่ ๓ จึงเคยชินทำให้เป็นคนเจ้าชู้ ความรู้สึกคือไม่สบายใจ และกลัวการไม่สมหวังในความรัก การละเว้นจากการพูดเท็จ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดคำหยาบและไม่พูดเพื่อเจ้า โดยได้รับแบบอย่างมาจากครอบครัวอบอุ่น และครูอาจารย์อบรมสั่งสอนให้พูดแต่ในสิ่งที่ดี และเห็นโทษจากการพูดไม่ดีซึ่งจะส่งผลต่อบุคลิกภาพที่ไม่ดีของตน และผู้อื่นก็ได้รับความเดือดร้อนไปด้วย แต่ก็มีบางคนก็โกหกเพื่อให้ผู้อื่นสบายใจ พูดเพราะล้อเล่นกับเพื่อน และโกหกเพราะอยากได้เงินจากพ่อแม่ไปเที่ยวเตร่ ซึ่งผู้โกหกต่างรู้สึกไม่สบายใจ เป็นทุกข์ และกลัวบาป การละเว้นจากการดื่มสุราและยาเสพติด นักศึกษาได้บันทึกความดีว่า รักษาศีลได้และไม่ได้ ที่มีพฤติกรรมรักษาได้ เพราะตระหนักด้วยตนเอง มีจิตสำนึกรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม แต่ที่รักษาไม่ได้ส่วนมากเพราะการเข้าสังคม ในงานเลี้ยงฉลองด้วยสุรา เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ด้วยความสนุกสนาน ความเกรงใจเพื่อน รุ่นพี่ จึงทำให้ผิดศีล แต่ความรู้สึกที่ตามมา คือ มา

สบายใจกลัวประสบอุบัติเหตุในการขับรถ และสุขภาพเสื่อมโทรมลง ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์นักศึกษา และได้ถอดบทเรียนพบว่า นักศึกษากลุ่มตัวอย่างมากกว่าครึ่งหนึ่งมีจิตสำนึกที่ดี รับผิดชอบต่อตนเองและสังคมไม่ทำผิดศีล ๕ แต่พบว่า ยังมีพฤติกรรมไม่รักษาศีล ๕ เป็นส่วนน้อย

ส่วนที่ ๒ กระบวนการพัฒนาการเรียนการสอน เพื่อพัฒนาศีล ๕ ในรายวิชาจริงของชีวิต จากการศึกษาเบื้องต้น ผู้วิจัยได้ใช้กระบวนการการเรียนการสอน เพื่อพัฒนาศีล ๕ ตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ โดยให้นักศึกษานับถือความดี ทำกิจกรรมทางศาสนาอย่างหลากหลายตลอดภาคการศึกษา และต่อยอดกิจกรรมการเรียนการสอนลงสู่บทเรียน ในด้านกระบวนการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจ ๔ ได้นำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในกระบวนการเรียนการสอน

ตามหลักอริยสัจ ๔ ผลคือ มีพัฒนาการเรียนการสอนอย่างเป็นขั้นเป็นตอน เริ่มจากกำหนดปัญหาคือ ให้ผู้เรียนระบุปัญหาที่ต้องการแก้ไข การรักษาศีล ต้องมีพฤติกรรมแห่งการไม่ละเมิดศีล มีกาย วาจา ใจ ที่สงบระงับ เป็นต้นการทดลองและเก็บข้อมูล หรือขั้นนิโรธ นักศึกษาได้กระทำหรือทำการทดลอง ด้วยการประพฤติปฏิบัติด้วยตนเอง โดยการสอบถาม สัมภาษณ์ สนทนา อภิปราย และเก็บบันทึกข้อมูล ตามหลักอริยสัจ ๔ ทำให้สามารถวิเคราะห์ และสรุปผลได้เป็นอย่างดี



ในด้านกระบวนการวิธีสอนแบบ ไตรสิกขา<sup>๕</sup> ผู้วิจัยได้ศึกษาพบว่า

๑) กระบวนการสอนแบบไตรสิกขามีสื่อประกอบการสอน ทำให้นักศึกษามีความกระตือรือร้นมากขึ้น

๒) กิจกรรมที่สอดแทรก ล้วนลงลึกด้วยศีล ถึงพฤติกรรมแห่งการรักษาศีล ๕ และการล่วงละเมิดศีล ๕ ข้อไหนมากที่สุด ส่วนน้อยบอกว่า ข้อ ๔ และข้อ ๕

๓) นักศึกษาอยู่ในระเบียบวินัยทั้งทางกาย และวาจา ให้อยู่ในสภาพเรียบร้อย พร้อมทั้งจะเรียน ใฝ่รู้ ใฝ่คิด ได้ทุกขณะ

๔) นักศึกษาสามารถมีองค์ความรู้ในไตรสิกขา ๓ ได้ทั้งศีล สมาธิ และปัญญาจากการศึกษาพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่มากกว่าครึ่งหนึ่งสามารถควบคุมสติ มีความคิดแน่วแน่ ไม่สนใจสิ่งอื่น แม้จะมีเสียงรบกวนก็ตาม

๕) นักศึกษาเกิดการเรียนรู้ด้วยประสบการณ์ตรง มีความรู้ ความเข้าใจในกระบวนการ มีการพัฒนาทุกขั้นตอน ตามหลักอริยสัจ พัฒนาไตรสิกขา เกิดการเรียนรู้ มีมีโนทัศน์ได้ถูกต้องตามความเป็นจริง

ในด้านกระบวนการสอนแบบโยนิโสมนสิการ เป็นการสอนโดยการสร้างศรัทธา สร้างเจตคติที่ดีแก่นักศึกษา มีบรรยากาศแห่งการเรียนรู้ มีบุคลิกภาพ และการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันและกัน สามารถปฏิบัติ

กิจกรรมเพื่อพิสูจน์ผลการเลือก และการตัดสินใจให้ประจักษ์จริง

กิจกรรมกระบวนการเรียนการสอนของศีลข้อที่ ๑ ผู้วิจัย ได้นำกระบวนการเรียนการสอน เพื่อพัฒนาศีล ๕ โดยผ่านกิจกรรมเหล่านี้ เพื่อให้นักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่สำคัญ คือ

๑. กิจกรรม ปล่อยนก ปล่อยปลา โดยชมรมพุทธศิลป์

๒. กิจกรรม การเรียนด้วยสื่อการสอนที่หลากหลาย เพื่อให้นักศึกษาได้ตระหนักถึงโทษการเบียดเบียนกัน

๓. กิจกรรม เล่นเกม เพื่อให้นักศึกษา ละความโกรธ ให้อภัย มีจิตเมตตา กรุณาสร้างความรัก ความสามัคคีต่อกันและกัน

๔. กิจกรรม จัดฝึกอบรมธรรมะ / ค่ายคุณธรรม / สนทนาธรรม บรรยายธรรมะ พบพระชำระจิตใจ เป็นต้น

๕. กิจกรรม บันทึกรักความดี ของตน และเพื่อน ในการช่วยเหลือคนและสัตว์

๖. กิจกรรม ให้นำปัญหาสังคม มาเป็นกรณีศึกษา โดยให้นักศึกษาทำงานกลุ่ม รายงานกลุ่ม จากผลกระทบของปัญหาสังคม การเบียดเบียนกันสาเหตุของปัญหา แนวทางการแก้ไขปัญหา โดยคิดวิเคราะห์ อ่านเขียน เพื่อนำมาประยุกต์ใช้กับหลักธรรมคำสอน ในทางพระพุทธศาสนา

๗. กิจกรรม การสอบ กลางภาค ปลายภาค

๘. กิจกรรมการวัดผล และประเมินผล

<sup>๕</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), พุทธวิธีสอนของพระพุทธเจ้า, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๔๖), หน้า ๗๘.



๙. กิจกรรมมอบเกียรติบัตร ของการบันทึก ความดี และมีส่วนร่วมของนักศึกษาที่ได้เข้าร่วมทุกกิจกรรม

กิจกรรมกระบวนการเรียนการสอน และวิธีสอน เพื่อพัฒนาศีล ๕ ในศีลข้อที่ ๒ ศีลข้อที่ ๒ นี้ ผู้วิจัย ได้นำ กระบวนการเรียนการสอน และพุทธวิธีสอนของพระพุทธเจ้า มาเป็นหลักในการพัฒนา เพื่อพัฒนาศีล ๕ ตามแนวทางหลักธรรม คำสอนทางพระพุทธศาสนา โดยผ่านกิจกรรม ดังต่อไปนี้

๑. กิจกรรมมอบประกาศเกียรติคุณ โดยคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

เพื่อมอบให้แก่แก่นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ ที่เก็บของได้แล้วนำส่งคืน

๒. กิจกรรมการสอนให้ดูสารคดี หรือสื่อ เรื่อง โทษของการลักทรัพย์ โดยนักศึกษาที่ลงทะเบียนเรียนวิชา ความจริงของชีวิต

๓. กิจกรรมรณรงค์ส่งเสริมคุณธรรม และจริยธรรม จัดอบรมธรรมะ นิมนต์พระมาบรรยายธรรมให้นักศึกษา

๔. กิจกรรมบันทึกความดี ของนักศึกษา ที่เก็บส่งของได้ แล้วนำส่งคืนเจ้าของ

๕. กิจกรรมเพื่อนช่วยเพื่อน เมื่อสิ่งของหลังเลิกเรียน แล้วนำส่งคืนเจ้าของ

๖. กิจกรรมการเรียนรู้ ในความรู้ ด้านการประยุกต์ใช้ ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง กับการดำเนินชีวิต

๗. กิจกรรมการลดค่าใช้จ่ายของนักศึกษาซึ่งจะช่วยส่งเสริมการรักษาศีลข้อที่ ๒ ด้วย

กิจกรรมการเรียนการสอน เพื่อพัฒนาศีล ๕ ของศีลข้อที่ ๓ ในศีลข้อนี้ ผู้วิจัย

ได้นำกระบวนการเรียนการสอน เพื่อพัฒนาศีล ๕ โดยผ่านกิจกรรมต่าง ๆ อย่างหลากหลาย ที่สำคัญ คือ

๑. กิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิต การมีครอบครัวที่รักเดียวใจเดียว และโทษของการประพฤตินอกใจ โดยผ่านกระบวนการเรียนรู้ต่าง ๆ

๒. กิจกรรมกรณีศึกษา ชีวิตคู่ของดารา และคนใกล้ชิดในครอบครัว เพื่อน โดยบันทึกลงในสมุด บันทึกความดี

๓. กิจกรรมสำรวจพฤติกรรมของตนเอง และคนใกล้ชิด ในครอบครัว เพื่อบันทึกความดี

๔. กิจกรรมที่มีประโยชน์ต่อสังคม เช่น กิจกรรมจิตอาสา กิจกรรมการแข่งขันกีฬาเพื่อลดปัญหาเรื่องเพศ

๕. กิจกรรมการเรียนการสอน เพื่อให้ให้นักศึกษาตระหนักถึงโทษของศีลข้อ ๓ ผ่านกระบวนการเรียนรู้ ผ่านการทำงานพิเศษที่ล่อแหลม สามารถป้องกันตนเองได้

กิจกรรมการเรียนการสอน เพื่อพัฒนาศีล ๕ ของศีลข้อที่ ๔ ศีลข้อที่ ๔ นี้ ผู้วิจัย ได้นำกระบวนการเรียนการสอน และวิธีสอน เพื่อพัฒนาศีล ๕ ตามหลักพุทธวิธีทางพระพุทธศาสนา โดยผ่านกิจกรรมเหล่านี้ คือ

๑. กิจกรรมรักษาศีลไม่พูดเท็จ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดเพ้อเจ้อ โดยชมรมพุทธศิลป์

๒. กิจกรรมศึกษาใบงาน ประเภทของการพูดไม่ดี และโทษของการพูดไม่ดี ยกตัวอย่างของคนที่ได้ดีเพราะคำพูด

๓. กิจกรรมฝึกพูด ปุจฉา วิสัชนา ถาม-ตอบ ที่ออกมาจากใจ เป็นการสนทนา



ธรรม เพื่อให้ได้องค์ความรู้ ตามที่อาจารย์กำหนด

๔. กิจกรรมคิดบวก มองโลกในแง่ดี คิดก่อนพูด โดยใช้หลักการสอน แบบโยนิโสมนสิการ

๕. กิจกรรมบันทึกความดีของตนเอง และเพื่อน มีการตั้งเตือน เวลานั้นศึกษาพูดไม่เหมาะสม ชื่นชมเมื่อนักศึกษาพูดดี

๖. กิจกรรมสื่อการสอน เรื่องการพูด โดยใช้กระบวนการแบบอริยสัจ ๔ มาเป็นหลักในการพัฒนาศีล ๕ เพื่อให้ให้นักศึกษา คิดเป็น ทำเป็น และแก้ไขปัญหาเป็นกิจกรรมการเรียนการสอน เพื่อพัฒนาศีล ๕ ของศีลข้อที่ ๕

ศีล ข้อที่ ๕ นี้ ผู้วิจัย ได้นำกระบวนการเรียนการสอน และวิธีสอน เพื่อพัฒนาศีล ๕ ตามหลักพุทธวิธีทางพระพุทธศาสนา โดยผ่านกิจกรรมดังต่อไปนี้คือ

๑. กิจกรรม สื่อประกอบการศึกษา โทษของสุรยาเสพติด โดยใช้กระบวนการเรียนการสอน แบบอริยสัจ ๔ และพุทธวิธีการสอนของพระพุทธเจ้า

๒. กิจกรรมทำรายงานกลุ่ม โดยยกผลกระทบจากปัญหาเสพติด สาเหตุของปัญหา และการนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ในการแก้ไขปัญหา ตามหลักอริยสัจ ๔

๓. กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ โดยชมรมนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ เล่นกีฬา เลือกกบคนดี ไม่ยุ่งเกี่ยวยาเสพติด

๔. กิจกรรมเพื่อนเตือนเพื่อน เมื่อติดสุรยาเสพติดด้วยการบันทึกความดี

๕. กิจกรรมจัดอบรมธรรมะ พบพระชำระใจ นิมนต์พระมาเป็นวิทยากรอบรม ในมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่

๖. กิจกรรมมอบเกียรติบัตร ให้คะแนนจิตพิสัย ในการทำความดี ลดละ เลิกอบายมุข

๗. กิจกรรมส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการรักษาศีล ๕ ของนักศึกษา โดยผ่านชมรมพุทธศิลป์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่

๘. กิจกรรมเล่นเกม เพื่อพัฒนาศีล ๕ บันทึกความดี เพื่อนเตือนเพื่อน ให้ศึกษาปัญหาสังคมจากการผิดศีลข้อที่ ๕

ส่วน ที่ ๓ ประ เมิ น ผลกระบวนการพัฒนาการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาศีล ๕ ในรายวิชาความจริงของชีวิตจากการสร้างรูปแบบและกระบวนการพัฒนาการเรียนการสอนเพื่อพัฒนาศีล ๕ ในรายวิชาความจริงของชีวิต ด้วยหลักอริยสัจ ๔ ทำให้นักศึกษาเกิดกระบวนการเรียนรู้ ส่งผลให้นักศึกษามีพฤติกรรมรักษาศีล ๕ ดีขึ้นทุกข้อ ดังนี้

๑. สามารถละเว้นจากการฆ่าสัตว์ การเบียดเบียนสัตว์ รู้สึกสงสารสัตว์มากขึ้น มีจิตใจเมตตา สงสารเพื่อนมนุษย์ และยินดีจะช่วยเหลือผู้อื่นมากขึ้น

๒. สามารถละเว้นจากการลักทรัพย์ ได้มากขึ้น เมื่อเห็นทรัพย์สินของผู้อื่นลืมทิ้งไว้ ก็เก็บส่งคืนเจ้าของ ไม่คิดเป็นขโมย และไม่หยิบของของผู้อื่นโดยไม่ได้รับอนุญาตจากเจ้าของก่อนตลอดจนไม่ทุจริตในการสอบ

๓. สามารถละเว้นจากการประพฤติดินอกามได้มากขึ้น โดยรักเดียวใจเดียวกับคู่ครองของตน ไม่ละเมียดลวงเกินต่อเพศตรงข้าม ไม่ชิงสุกก่อนห่ามและตั้งใจเรียน ทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ ไม่หมกมุ่นในสื่อลามกอนาจารได้



๔. สามารถละเว้นจากการพูดโกหก พูดล้อเสียด พูดคำหยาบ และพูดเพื่อเจ้าได้มากขึ้น โดยมีสติคิดก่อนพูด ไม่พูดสิ่งที่จะส่งผลเสียต่อตนเองและผู้อื่น

๕. สามารถละเว้นจากการดื่มสุรา และเสพยาเสพติดได้มากขึ้น โดยตระหนักถึงโทษของสุราและยาเสพติด ไม่ไปยุ่งเกี่ยว และใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์แทน

## ๕. สรุป

ผู้วิจัยได้ทำการสัมภาษณ์นักศึกษา และได้ถอดบทเรียนพบว่า นักศึกษามากกว่าครึ่งหนึ่งมีจิตสำนึกที่ดี รับผิดชอบต่อตนเอง และสังคมไม่ทำผิดศีล ๕ แต่พบว่า ยังมีพฤติกรรมไม่รักษาศีล ๕ เป็นส่วนน้อย ซึ่งปัจจัยที่เป็นสาเหตุทำให้นักศึกษามีพฤติกรรมไม่รักษาศีล ๕ มีปัจจัยสำคัญคือ ตนเอง เพื่อน ครอบครัว ยังต้องฆ่าสัตว์เพื่อประกอบอาหาร หรือไม่มีเจตนาฆ่าสัตว์เพราะอุบัติเหตุทำให้สัตว์นั้นตาย บางคนก็ยังคงความเคยชินต่อการลักทรัพย์ ประกอบกับฐานะทางครอบครัวยากจน บางคนก็ยังคงรักษาศีลข้อ ๓ ไม่ได้ เนื่องจากเห็นตัวอย่างเพื่อนและคนในครอบครัวผิดศีลข้อที่ ๓ จึงเคยชิน บางคนโกหกเพื่อให้ผู้อื่นสบายใจ พูดเพราะล้อเล่นกับ

เพื่อนและโกหกเพราะอยากได้เงินจากพ่อแม่ไปเที่ยวเตร่ และรักษาศีลข้อที่ ๕ ไม่ได้ส่วนมากเพราะการเข้าสังคม ในงานเลี้ยงฉลองด้วยสุรา เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ด้วยความสนุกสนาน ความเกรงใจเพื่อนรุ่นพี่ จึงทำให้ผิดศีล แต่ความสำนึกความรู้สึที่ได้ประพาศิลาผิดศีล ๕ ข้อดังกล่าวนี้นักศึกษาต่างรู้สึกตรงกันคือไม่สบายใจ อยากปรับปรุงแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่รักษาศีล ๕ ให้กลับตัวเป็นคนดี ทั้งนี้เพราะตระหนักถึงโทษของการผิดศีล ๕

ส่วนกระบวนการพัฒนาศีล ๕ นั้น อาจารย์ได้นำ กระบวนการแก้ไขปัญหามาตามหลักอริยสัจ ๔ การใช้หลักไตรสิกขา หลักคิดแบบโยนิโสมนสิการ เป็นการสอนโดยการสร้างศรัทธา สร้างเจตคติที่ดีแก่นักศึกษา ส่งผลให้นักศึกษามีพฤติกรรมรักษาศีล ๕ ดีขึ้นทุกข้อ

บทความดังกล่าวนี้ได้ปรับปรุงเพิ่มเติมจากที่เคยนำเสนอไว้ในเวทีสัมมนาวิชาการระดับชาติครั้งที่ ๔ ในวันอาทิตย์ที่ ๒๕ มีนาคม ๒๕๖๑ ณ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ตำบลลำไทร อำเภอมัญจาคีรี จังหวัดขอนแก่น





### บรรณานุกรม

ก่อ สวัสดิ์พาณิชย์. **วัยรุ่นและการปรับปรุงบุคลิกภาพ**. พิมพ์ครั้งที่ ๑, กรุงเทพมหานคร : วัฒนาพานิช, ๒๕๔๙.

นิภา นิธยานน. **การปรับตัวและบุคลิกภาพจิตวิทยาเพื่อการศึกษาและชีวิต**. พิมพ์ครั้งที่ ๑, กรุงเทพมหานคร : สารศึกษาการพิมพ์, ๒๕๕๐.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). **พุทธวิธีสอนของพระพุทธเจ้า**. พิมพ์ครั้งที่ ๑, กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๔๖.

ศุภกานต์ ชื่อเกียรติขจร. **กลไกการปรับตัวทางสังคมของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา**.

วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษานอกระบบ. เชียงใหม่ :

บัณฑิตวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

