



ผลของการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์ต่อการพัฒนาแรงจูงใจ
ใฝ่ความเป็นเลิศของนักศึกษาระดับปริญญาตรี

The Effect of Buddhist Group Counseling to Develop the Excellent
Achievement Motivation for Undergraduate Students

วารางคณา โสมะนันทน¹ และ ไพศาล แยม่วงษ์²

Varangkana Somanandana and Phaisarn Yamwong

บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้านี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศของนักศึกษาด้วยการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์ และเพื่อศึกษาประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์ กลุ่มทดลอง คือ นักศึกษาปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏแห่งหนึ่งจำนวน 8 คน ซึ่งได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ (1) แผนการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์ (2) แบบวัดแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศตามแนวพุทธศาสตร์ และ (3) คำถามแบบมีโครงสร้างในการศึกษาประสบการณ์การปรึกษาแบบกลุ่ม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติทดสอบ Wilcoxon signed rank test และการวิเคราะห์จำแนกชนิดข้อมูล ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีค่าเฉลี่ยคะแนนสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 กลุ่มทดลองสะท้อนความคิดว่า สามารถแยกความแตกต่างระหว่างแรงจูงใจเทียม (มานะ) และแรงจูงใจแท้ (ฉันทะ) ได้ นอกจากนี้ กลุ่มทดลองเกิดความตระหนักและเล็งเห็นความสำคัญของการมีแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศอย่างแท้จริง

คำสำคัญ: การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์ / แรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศ / นักศึกษาระดับปริญญาตรี

Article Info: Received 13 April, 2019; Received in revised form 5 August, 2019; Accepted 15 August, 2019

¹ อาจารย์ประจำภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ อีเมล: varangchan@hotmail.com

Ph.D., Lecturer in Department of Educational Psychology and Guidance, Faculty of Education, Kasetsart University Email: varangchan@hotmail.com

² อาจารย์ประจำสาขาวิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ จังหวัดปทุมธานี อีเมล: phaisarn.yam@vru.ac.th

Lecturer in Program of Psychology, Faculty of Humanities and Social Sciences, Valaya Alongkorn Rajabhat University Email: phaisarn.yam@vru.ac.th

Abstract.

This study aimed to develop excellent achievement in motivation for undergraduate students by using Buddhist group counseling and to study participants' experiences that occurred during participation in Buddhist group counseling. The sample consisted of 8 undergraduate students from the Faculty of Humanities and Social Sciences, Rajabhat University, selected by purposive sampling. The instruments in this study were (1) Buddhist Group Counseling Plan, (2) the Excellent Achievement Motivation Test Based on Buddhism, and (3) the structured-interview questions for participants' experience in the group counseling. Data were analyzed by using Average, Standard Deviation, Wilcoxon signed rank test, and Typological Analysis. The results indicated that the participants had higher post-test scores of the Excellent Motivation Test Based on Buddhism literacy than the pre-test by 05. Moreover, the participants reflected that the Buddhist group counseling process can push them to understand the differences between artificial achievement motivation (Mana), and excellent achievement motivation (Chanta). And they became aware and understood the importance of excellent achievement motivation.

KEYWORDS: BUDDHIST GROUP COUNSELING / EXCELLENT ACHIEVEMENT MOTIVATION / UNDERGRADUATE STUDENTS

บทนำ

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ คือ พลังผลักดันที่ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมที่มุ่งเน้นให้เกิดสัมฤทธิ์ผล อันดีเลิศต่อการกระทำของบุคคลนั้น โดยแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลรู้ตัวว่า ผลลัพธ์ของงานที่ตนต้องทำนั้น จะถูกประเมินโดยตัวเองหรือบุคคลอื่น โดยการประเมินผลนั้นจะถูกเปรียบเทียบกับมาตรฐานอันดียอดเยี่ยม เช่น มาตรฐานอันดียอดเยี่ยมในการเรียนรู้ตามหลักสูตรอุดมศึกษา คือ การได้รับผลการเรียนเกียรตินิยม หรือ การให้ประสบผลสำเร็จด้วยมาตรฐานอันดีเลิศเหนือกว่าบุคคลอื่น เช่น ได้ระดับผลการเรียนเกียรตินิยมด้วยระดับคะแนน 4.00 ซึ่งผลจากการประเมินอาจเป็นสิ่งที่บุคคลพึงพอใจเมื่อกระทำสิ่งนั้นจนประสบผลสำเร็จหรือไม่น่าพอใจเมื่อบุคคลกระทำสิ่งนั้นไม่ประสบผลสำเร็จ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์นั้นครอบคลุมการกระทำทุกประเภทรวมไปถึงการเรียนรู้ด้วย กล่าวคือ ผู้เรียน

ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงมักเห็นได้ชัดว่ามีพฤติกรรมที่ชอบแข่งขัน มีความอดุสาหะมุ่งมั่นในการเรียน และกล้าเสี่ยง โดยมีความสบายใจหรือพึงพอใจเมื่อประสบความสำเร็จ และมีความวิตกกังวลเมื่อพบกับความล้มเหลว (Atkinson, 1964; McClelland, 1987)

ผลดีของการพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ส่งผลต่อตัวบุคคลในทางที่ก่อให้เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลในการทำงานอย่างเต็มที่ ผลลัพธ์ของงานที่ออกมาจะเป็นผลลัพธ์ที่ดีเลิศ อย่างไรก็ตาม ผลสืบเนื่องจากการพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์นั้น หากมุ่งแต่ผลสัมฤทธิ์เพียงอย่างเดียวโดยไม่คำนึงถึงบริบทด้านอื่น ๆ เช่น สภาพร่างกาย ความพร้อมทางจิตใจ การอุทิศหรือเสียสละบางอย่าง แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์นั้นจะกลายเป็นกับดักที่ก่อให้เกิดผลกระทบด้านลบแก่บุคคล เช่น สภาพร่างกายที่เสื่อมถอย สภาพจิตใจที่ย่ำแย่ อีกทั้งยังกลายเป็นการใช้แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เพื่อสนับสนุนระบบแข่งขันโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเอาชนะกัน และมุ่งหาเพียงผลสัมฤทธิ์ที่บุคคลจะได้ประโยชน์แต่เพียงผู้เดียว โดยไม่ยั้งคิดถึงผลกระทบหลายอย่างที่ตามมา และการแข่งขันแบบไม่ยั้งคตินั้นทำให้พฤติกรรมการอุทิศเพื่อสังคมแสดงออกอย่างน้อยลง ทั้ง ๆ ที่สังคมในปัจจุบันมีความต้องการ คุณธรรม และจริยธรรมอย่างสูง ข้ำร้ายการใฝ่สัมฤทธิ์โดยไม่สนใจบริบทในด้านอื่น ๆ อาจก่อให้เกิดการสนับสนุนการกระทำในทางที่มิชอบ เช่น การทุจริตเพื่อให้งานของตนนั้นสัมฤทธิ์ผลหรือการทุจริตเพื่อทำให้ตนเองได้รับผลลัพธ์ที่ดีเลิศ

เมื่อพิจารณาในประเด็นเรื่องผลลัพธ์ของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์แท้และเทียม จะพบว่าแรงจูงใจทั้งสองมีลักษณะที่เด่นชัดร่วมกัน คือ มีความต้องการที่ผลลัพธ์ ผลสัมฤทธิ์ของงานที่มีความเป็นเลิศ แต่ในความเหมือนกันของผลลัพธ์นั้น ปรากฏความแตกต่างห้วงระหว่างการดำเนินการเพื่อให้ได้มาซึ่งผลลัพธ์ที่เป็นเลิศ ผ่านการขับเคลื่อนแรงจูงใจที่แตกต่างกันโดย พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต) (2559) ได้อธิบายความแตกต่างของแรงจูงใจทั้งสองลักษณะไว้ ดังนี้

1. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เทียม คือ การใฝ่ความเป็นเลิศหรือดีที่สุดในที่สนับสนุนระบบแข่งขัน ความปรารถนาเพื่อการแสดงความสามารถหรือพฤติกรรมมุ่งเพื่อแข่งขันกับผู้อื่น ดีกว่าผู้อื่น เปรียบเทียบกับผู้อื่น

2. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์แท้ คือ การใฝ่ความเป็นเลิศที่ไม่ขึ้นอยู่กับระบบการแข่งขัน โดยมีองค์ประกอบ คือ ดีที่สุดของเป้าหมายในงาน ดีที่สุดในความสามารถของบุคคล และเกื้อกูลต่อชีวิตและสังคม

เมื่อพิจารณาปรากฏการณ์ทางสังคมที่เกิดขึ้นในปัจจุบันพบว่า สังคมไทยยังเป็นสังคมที่อยู่บนฐานของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เทียม ดังจะเห็นได้จากความเหลื่อมล้ำที่มีอยู่มากมายในสังคมไทย ดังเช่นเหตุการณ์การฆ่าตัวตายของนักศึกษาระดับอุดมศึกษา 6 ราย ในช่วงวันที่ 28 กุมภาพันธ์-6 มีนาคม 2562 อาจเป็นผลสืบเนื่องมาจากภาวะเสียศูนย์อันนำมาซึ่งอาการของโรคซึมเศร้าและการฆ่าตัวตาย จากการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อภาวะเสียศูนย์อันดับแรก คือ การถูกประเมิน เช่น ผลการสอบ ผิดไปจากความคาดหวังโดยเชื่อว่า ผลการเรียน คือ ความสำเร็จ การตีความสถานการณ์ที่คลาดเคลื่อน รูปแบบการคิด และการโทษผู้อื่น (เผยนิสิตนักศึกษา 6.4% พยายามฆ่าตัวตาย, 2562) จะเห็นได้ว่า ปัจจัยภายในบุคคลอย่างแรงจูงใจมีความสำคัญ ดังนั้น วิธีคิดพิจารณาปัญหาของบุคคลที่ถูกต้องตรงตามความเป็นจริงจึงเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมของบุคคล ซึ่งแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ที่แท้เป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องสร้างให้เกิดขึ้นในสังคมปัจจุบันโดยเร็วที่สุด

โดยปกติแล้ว บุคคลจะมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ซึ่งมักเป็นแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เทียมผ่านพฤติกรรมที่แสดงออกมาว่า ต้องการงานให้เพียงเสร็จสิ้น หรือทำการงานนั้นเพียงเพื่ออยากเอาชนะมาตรฐานอันดีหรือยอดเยี่ยมที่คนรอบข้างหรือสังคมตั้งไว้ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เทียมมีความหมายสอดคล้องกับคำว่า “มานะ” ซึ่งมีความหมายว่า ความถึ้อว่าตนสูงหรือต่ำ ยิ่งใหญ่เท่าเทียม หรือด้อยกว่าผู้อื่น ความอยากเด่นอยากยกชูตนให้ยิ่งใหญ่ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2559) ต่างจากแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ที่แท้ ซึ่งบุคคลจะแสดงพฤติกรรมการทำงานนั้น ๆ ด้วยความรัก ความหลงใหล หรือเป็นเป้าหมายที่บุคคลได้ตั้งขึ้นมาเองโดยไม่สนใจมาตรฐานของสังคม เปรียบเสมือนสัญญาณทางใจกับตนเองในการทำงานนั้น ๆ ดังนั้น แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เทียมจึงไม่ได้เกื้อหนุนแก่ระบบการศึกษา ระบบการทำงาน และการอยู่ร่วมกันในสังคม หากเป็นแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์แท้ ที่ต้องเร่งสร้างให้เกิดขึ้นกับสังคมไทย (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2555)

ในทางพุทธศาสนา ปรากฏคำที่มีความหมายเทียบเคียงกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์แท้ และมีความหมายลึกซึ้งยิ่งกว่า คือ “แรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศ” คำนี้เน้นในเรื่องของการกระทำในด้านที่เป็นกุศล ที่เน้นการกระทำที่เกี่ยวข้องกับการยกระดับจิตใจให้ดีขึ้น นั่นคือ นอกจากความพยายามของบุคคลที่จะกระทำการต่าง ๆ ในงานที่ทำนั้นให้ประสบผลสำเร็จตามมาตรฐานที่บุคคลมุ่งหวังเอาไว้และตั้งเป้าหมาย แรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศจะปรากฏขึ้นในบุคคลที่กระทำ

การทำงานของตนโดยไม่สนใจการแข่งขันหรือเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์งานของตนในลักษณะที่จะเอาชนะผู้อื่น ทั้งนี้ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) (2541) ได้อธิบายลักษณะและองค์ประกอบของแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศ ซึ่งประกอบด้วยลักษณะ 3 ประการ ดังนี้

ลักษณะที่ 1 คือ ถ้าทำอะไร ก็ทำให้ดีเลิศให้ดีที่สุดเต็มที่แห่งงานนั้น ๆ หรือเรื่องนั้น ๆ ที่จะทำได้ ว่างานนั้น ๆ จะดีเลิศได้อย่างไร เรื่องนั้น ๆ มันจะดีที่สุดในที่ของมันได้อย่างไร ซึ่งมีความหมายอีกนัยหนึ่งว่า ทำให้งานนั้นออกมาดีที่สุดในที่งานชิ้นนั้นจะดีได้

ลักษณะที่ 2 คือ ดีที่สุดในที่แห่งความสามารถของเรา หมายความว่า เราจะทำอะไรก็ทำให้ดีที่สุดของเราเท่าที่ตัวเราจะทำได้เต็มขีดความสามารถของเรานั้น แล้วก็ให้ดีกว่าครั้งก่อน ๆ เป็นการแข่งกับตัวเองทำให้มีการปรับปรุงตัวอยู่เสมอให้ดียิ่งขึ้น

ลักษณะที่ 3 คือ สิ่งนั้นมีความเป็นเลิศโดยเป็นสิ่งที่ดีที่สุด เกือบที่สุด เป็นประโยชน์ที่สุดแก่ชีวิตและสังคม โดยบุคคลเป็นผู้พิจารณาคุณภาพของมันว่า สิ่งนี้ดีที่สุด เลิศที่สุดสำหรับชีวิต สำหรับสังคม แล้วบุคคลก็ทำให้ได้ให้เป็นอย่างนั้น

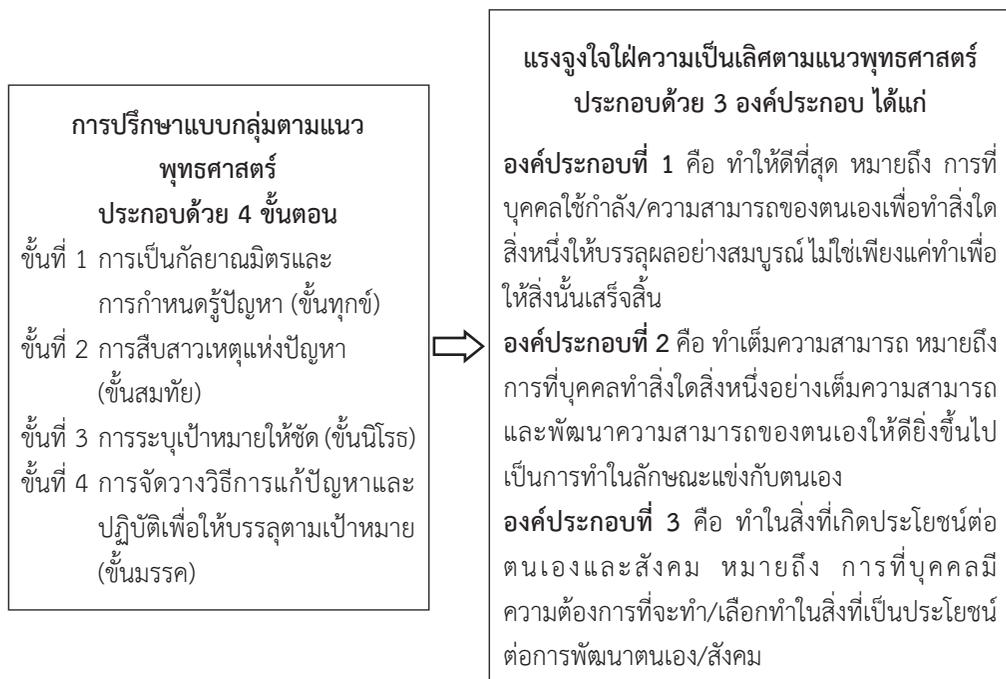
การพัฒนาให้นักศึกษาเกิดแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศ จึงเป็นสิ่งสำคัญและเป็นคุณลักษณะที่สำคัญของคนยุคใหม่ที่จะเป็นผู้แสวงหาความรู้ด้วยตนเอง เป็นบุคคลที่ใฝ่รู้ เรียนด้วยความปรารถนาแห่งตน มีความพึงพอใจที่อยากจะเรียนรู้ คุณลักษณะดังกล่าวมาจากแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์แท้ สอดคล้องกับความหมายของคำว่า “ฉันทะ” มีความหมายว่า ความต้องการที่จะทำ ใฝ่ใจรักจะทำสิ่งนั้นอยู่เสมอ และปรารถนาจะทำให้ได้ผลดี ยิ่ง ๆ ขึ้นไป (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2559) อีกทั้งยังเกี่ยวข้องกับคุณลักษณะด้านการเรียนรู้ตามเป้าหมายของการเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 อีกด้วย ทั้งนี้ แนวทางในการพัฒนานักศึกษาให้เกิดแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศมีหลากหลายแนวทาง อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยมีความสนใจพัฒนาแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศด้วยวิธีการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม เนื่องจากการปรึกษาแบบกลุ่มเป็นกระบวนการที่ทำให้บุคคลซึ่งเป็นสมาชิกในกลุ่มได้มีโอกาสในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน ภายใต้บรรยากาศที่อบอุ่นเป็นกันเอง โดยผู้ให้การปรึกษาเป็นผู้นำกลุ่มที่คอยช่วยเหลือให้สมาชิกภายในกลุ่มเกิดความสัมพันธ์ที่ดี เกิดความไว้วางใจ และกล้าที่จะเปิดเผยตนเอง อันส่งผลให้สมาชิกเกิดการขยายมุมมองของตนเองแล้วนำมาประยุกต์ใช้กับการพัฒนาหรือแก้ปัญหาของตนได้ (Corey, 2013; Jacobs, Mason, & Harvill, 2009)

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศของนักศึกษาด้วยการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์
2. เพื่อศึกษาประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์ ซึ่งพัฒนาทฤษฎีขึ้นโดยอาภา จันทรสกุล (2550) ตามรากฐานของพุทธธรรมที่เน้นพัฒนาให้บุคคลมองโลกตามความจริง ซึ่งจะสามารถช่วยพัฒนาและส่งเสริมแรงจูงใจของบุคคลให้เจริญเติบโตต่อไปได้ด้วยการใช้ปัญญานำทาง มาพัฒนาแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศ ซึ่งประกอบด้วย 3 องค์ประกอบ ได้แก่ 1) ทำให้ดีที่สุด 2) ทำเต็มความสามารถ และ 3) ทำในสิ่งที่เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2541) โดยมีกรอบแนวคิดการวิจัย ดังนี้



ภาพ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์ เป็นกระบวนการที่ทำให้สมาชิกได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนในเรื่องของการมีแรงจูงใจต่อการเรียนของตน และตรวจสอบไปถึงพฤติกรรมที่แสดงออกมาจากการมีแรงจูงใจไม่ว่าจะเป็นในลักษณะมานะ หรือฉันทะก็ตาม รวมทั้งสมาชิกยังได้ร่วมแรงร่วมใจที่จะหาแนวทางในการพัฒนาแรงจูงใจของตนเองให้เป็นไปในทิศทางที่สนับสนุนการเรียนรู้เพื่อพัฒนาตนมากขึ้น ทำให้สมาชิกเกิดกำลังใจว่า ตนสามารถที่จะพัฒนาให้เป็นบุคคลที่เกิดความงอกงามได้ เพราะมีเพื่อนสมาชิกที่พร้อมจะพัฒนาตนเองไปด้วยกัน รวมทั้งการศึกษานี้จะเป็นการสร้างปัญญาให้บุคคลสามารถเข้าใจความต้องการที่แท้จริงของตนเอง เข้าใจความเป็นจริงที่เกี่ยวกับความผิดพลาด และความล้มเหลวว่าเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้เสมอและเรียนรู้ได้ด้วยปัญญา ไม่ใช่ด้วยการมุ่งแข่งขัน หรือมุ่งสัมฤทธิ์ผลที่เหนือผู้อื่น ซึ่งนอกจากทำให้เกิดความเครียดแล้ว ยังไม่ก่อให้เกิดความเกื้อกูลต่อการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมอีกด้วย

งานวิจัยชิ้นนี้ ผู้วิจัยดำเนินการศึกษากับกลุ่มเป้าหมายในระดับอุดมศึกษา เนื่องจากผู้วิจัยได้ปฏิบัติหน้าที่เป็นผู้สอน โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมให้นักศึกษาได้สำเร็จการศึกษาอย่างมีแรงจูงใจที่เหมาะสม และมีการปรับตัวได้ดีในสังคมปัจจุบันโดยไม่ประสบกับภาวะเสียศูนย์จนอาจทำให้ไม่สามารถสำเร็จการศึกษาตามระยะเวลาปกติได้ การพัฒนาให้นักศึกษาเกิดแรงจูงใจที่ถูกต้องต่อการศึกษารับรู้ จะทำให้นักศึกษาเข้าใจถึงความต้องการที่แท้จริงของตนเอง ซึ่งไม่ได้สร้างความเดือดร้อนให้กับตนเองและรวมไปถึงผู้อื่น สามารถมีความเป็นเลิศได้อย่างแท้จริง หากสถาบันอุดมศึกษาสามารถผลิตนักศึกษาที่เข้าใจตนเองอย่างแท้จริง อันมีฉันทะเป็นตัวนำ จะก่อให้เกิดแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศตามแนวพุทธ ซึ่งนอกจากจะเกิดผลดีต่อตัวนักศึกษาแล้ว ยังส่งผลดีต่อสังคมอีกด้วย กล่าวคือ การแข่งขันเพื่อทำร้ายซึ่งกันและกันจะลดลง วัฒนธรรม และค่านิยมในสังคมจะเปลี่ยนแปลงไป ทุกคนจะทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยความรัก และความต้องการพัฒนาตนเอง (ฉันทะ) และแข่งขันกับตนเองเพื่อเสริมสร้างศักยภาพ พร้อมกับพัฒนาปัญญา และสร้างเสริมสังคมให้เจริญ มีการแบ่งปัน ช่วยเหลือ และเอื้อเฟื้อแก่กัน

วิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมผสานวิธี (Mixed method) โดยผู้วิจัยได้ใช้แบบแผนการวิจัยแบบรองรับภายใน (Embedded design) ผู้วิจัยจึงแบ่งการวิจัยออกเป็น 2 ระยะ ดังต่อไปนี้

ระยะที่ 1 การพัฒนาแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศของนักศึกษาด้วยการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์

ในระยหานี้ ผู้วิจัยใช้วิธีการเชิงปริมาณ โดยเริ่มจากการออกแบบแผนการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์ 8 ครั้ง โดยมีผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านจิตวิทยาการปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ 3 ท่าน และผู้ทรงคุณวุฒิทางด้านพุทธศาสนา 2 ท่าน ตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา จากนั้นผู้วิจัยนำความเห็นของผู้ทรงคุณวุฒิมาปรับปรุงแก้ไขแผนการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์ ซึ่งแผนการปรึกษาดังกล่าวมีโครงสร้าง ดังนี้

ตาราง 1 โครงสร้างของแผนการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์

ครั้งที่	ฐานแนวคิด	วัตถุประสงค์ย่อย
1	การสร้างความสัมพันธ์ที่ดีให้เกิดขึ้นในกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกเกิดความไว้วางใจและยอมรับซึ่งกันและกัน อันจะนำไปสู่การเปิดเผยเรื่องราวและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างสมาชิก	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อสร้างบรรยากาศอบอุ่น และไว้วางใจให้เกิดขึ้นภายในกลุ่ม ทำให้สมาชิกกลุ่มเกิดความคุ้นเคยกันทำให้สมาชิกเกิดการยอมรับและไว้วางใจซึ่งกันและกัน - เพื่อให้สมาชิกได้เรียนรู้ว่า ทุกคนเป็นส่วนหนึ่งของสังคม จึงต้องมีการพึ่งพาซึ่งกันและกัน
2	แรงจูงใจต่อการทำกิจกรรมแบ่งออกเป็นหลายแบบ ทั้งแรงจูงใจที่อยากทำงานนั้น เพราะเกิดจากความกลัวการถูกลงโทษบางอย่าง หรือความต้องการอยากได้รับผลตอบแทนบางอย่าง ในขณะที่เดียวกันมีแรงจูงใจอีกประเภท เป็นแรงจูงใจที่อยากทำสิ่งนั้นด้วยความใฝ่รู้หรือเพราะเห็นว่าเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อให้สมาชิกเข้าใจความแตกต่างระหว่างแรงจูงใจฝ่ายดีและแรงจูงใจฝ่ายปัญหา - เพื่อให้สมาชิกเกิดการตรวจสอบแรงจูงใจในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตของตนเอง

ตาราง 1 (ต่อ) โครงสร้างของแผนการศึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์

ครั้งที่	ฐานแนวคิด	วัตถุประสงค์ย่อย
3	แรงจูงใจของบุคคลแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะ ได้แก่ แรงจูงใจที่มีต้นหนำทาง ซึ่งแรงจูงใจลักษณะนี้ จะเป็นการทำกิจกรรมโดยมีความคาดหวังผลบางอย่าง หรือมีความต้องการที่จะหลีกเลี่ยงความไม่พึงประสงค์บางอย่าง (แรงจูงใจฝ่ายต้นหนำ) ส่วนแรงจูงใจอีกลักษณะหนึ่ง คือ แรงจูงใจที่มีปัญญานำ จะเป็นแรงจูงใจที่อยากทำกิจกรรมบางอย่าง ด้วยมองเห็นถึงประโยชน์ที่แท้จริงต่อสิ่งนั้น (แรงจูงใจฝ่ายปัญญา)	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อให้สมาชิกเข้าใจความแตกต่างระหว่างแรงจูงใจฝ่ายต้นหนำ และแรงจูงใจฝ่ายปัญญา - เพื่อให้สมาชิกเกิดการตรวจสอบแรงจูงใจในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตของตน
4	องค์ประกอบหนึ่งของของแรงจูงใจคือ ความเป็นเลิศ คือ การลงมือทำให้ดีที่สุด หมายถึง การที่บุคคลใช้กำลัง/ความสามารถของตนเอง เพื่อทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้บรรลุผลอย่างสมบูรณ์ ไม่ใช่เพียงแค่ทำเพื่อให้สิ่งนั้นเสร็จสิ้น	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อให้สมาชิกเห็นความสำคัญของการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งจะต้องทำให้ดีที่สุด - เพื่อให้สมาชิกมีแนวทางในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตให้ดีที่สุด
5	องค์ประกอบที่สองของของแรงจูงใจคือ ความเป็นเลิศ คือ ทำเต็มความสามารถ หมายถึง การที่บุคคลทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างเต็มความสามารถ และพัฒนาความสามารถของตนเองให้ดียิ่งขึ้นไป เป็นการทำในลักษณะแข่งกับตนเอง	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อให้สมาชิกเห็นความสำคัญของการทำกิจกรรมต่าง ๆ อย่างเต็มความสามารถ - เพื่อให้สมาชิกมีแนวทางในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตอย่างเต็มความสามารถ
6	องค์ประกอบสุดท้ายของของแรงจูงใจคือ ความเป็นเลิศ คือ การทำในสิ่งที่เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม หมายถึง การที่บุคคลมีความต้องการที่จะทำ/เลือกทำในสิ่งที่เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาตนเอง/สังคม	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อให้สมาชิกเห็นความสำคัญของการทำกิจกรรมที่เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม - เพื่อให้สมาชิกมีแนวทางในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม
7-8	ก่อนการยุติกลุ่ม ผู้นำกลุ่มต้องมีการเตรียมความพร้อมให้แก่สมาชิกในกลุ่มที่จะนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ในกลุ่มไปประยุกต์ใช้จริงในการดำเนินชีวิตประจำวัน	<ul style="list-style-type: none"> - เพื่อให้สมาชิกวางแผนทางในการนำสิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมกลุ่มไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันในการทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยแรงจูงใจ ใฝ่ความเป็นเลิศ - เพื่อเตรียมตัวสมาชิกก่อนการยุติกลุ่ม

จากนั้นผู้วิจัยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากประชากรที่เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีที่กำลังศึกษาอยู่ในหลักสูตรสาขาวิชาจิตวิทยา ของมหาวิทยาลัยราชภัฏแห่งหนึ่ง 316 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง เป็นนักศึกษาชั้นปีที่ 3 เนื่องจากเป็นชั้นปีที่ลงทะเบียนเรียนในรายวิชาการปรึกษาแบบกลุ่ม ทำให้ได้เรียนรู้กระบวนการปรึกษาแบบกลุ่มขณะที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จากนั้นผู้วิจัยสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมเป็นกลุ่มทดลอง ได้นักศึกษา 8 คน ทั้งนี้ก่อนการวิจัยได้มีการลงชื่อในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยเรียบร้อยแล้ว

ผู้วิจัยให้นักศึกษากลุ่มทดลอง ทำแบบวัดแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศตามแนวพุทธศาสตร์ ก่อนการเข้าร่วมการปรึกษาแบบกลุ่มฯ ซึ่งแบบวัดแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศตามแนวพุทธศาสตร์ พัฒนาขึ้นโดย จิตตินันท์ บุญสิทธิกุล และ วราภรณ์ โสมะนันท์ (2561) มีจำนวน 40 ข้อ เป็นแบบมาตรวัดแบบลิเคิร์ต (Likert scale) มี 5 ระดับ ได้แก่ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย และน้อยที่สุด โดยมีค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ทั้งฉบับ เท่ากับ .88 และค่าอำนาจจำแนกของแบบวัดฯ (Item discrimination) อยู่ระหว่าง .22-.75 ผู้วิจัยให้การปรึกษาแบบกลุ่มตามแผนการปรึกษาฯ ที่วางไว้ กับนักศึกษากลุ่มทดลอง จำนวน 8 ครั้ง ใช้แบบแผนการทดลองแบบกลุ่มเดียว (One group pre-posttest) ที่มีการวัดซ้ำ (Repeated measures design) เมื่อนักศึกษากลุ่มทดลองเข้าร่วมการปรึกษาแบบกลุ่มครบทั้ง 8 ครั้ง ตามแผนการปรึกษาฯ ผู้วิจัยดำเนินการวัดผลอีกครั้ง ภายหลังจากเสร็จสิ้นการปรึกษาแบบกลุ่มฯ รวมทั้งให้นักศึกษากลุ่มทดลองบันทึกประสบการณ์ที่ได้รับจากการปรึกษาแบบกลุ่มฯ ภายหลังจากเข้าร่วมกลุ่มทุกครั้งตลอดระยะเวลาที่เข้าร่วมเป็นสมาชิกกลุ่ม หลังจากนั้น ผู้วิจัยได้นำคะแนนจากแบบวัดในระยะก่อนและหลังทดลองมาเปรียบเทียบกัน โดยใช้สถิติทดสอบ Wilcoxon signed rank test

ระยะที่ 2 การศึกษาประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในระหว่างและหลังจากการพัฒนาแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศของนักศึกษาด้วยการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์

ในระยะนี้ผู้วิจัยดำเนินการสนทนากลุ่มและจดบันทึกขณะสนทนาเพื่อตรวจสอบและยืนยันความสอดคล้องของข้อมูลที่ได้รับจากการบันทึกประสบการณ์ของนักศึกษากลุ่มทดลองหลังจากการเข้าร่วมการปรึกษาแบบกลุ่มฯ ทุกครั้ง โดยชุดคำถามแบบมีโครงสร้าง ซึ่งผ่านการตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน และคณะกรรมการวิจัยจริยธรรมในมนุษย์ และ

ได้ปรับปรุงตามคำแนะนำ โดยก่อนการดำเนินการสนทนากลุ่ม ผู้วิจัยได้ดำเนินถอดบันทึกประสบการณ์จากบทสนทนาของนักศึกษากลุ่มทดลอง แบบใช้การปกปิดชื่อผู้ให้ข้อมูล เป็นตัวอักษรภาษาอังกฤษ จากนั้นจึงใช้ขั้นตอนในการวิเคราะห์ข้อมูลแบบจำแนกชนิดข้อมูล (Typological analysis) 4 ขั้นตอน (Ayres & Knaf, 2008) โดยในขั้นแรกได้กำหนดกรอบของข้อมูลหรือคำหลัก (Domain) ในการจำแนกสิ่งที่เกิดขึ้นจากกระบวนการปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ไว้ 2 คำ คือ ประสบการณ์ และการเปลี่ยนแปลงซึ่งสอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัย หลังจากนั้นที่ 2 ผู้วิจัยพิจารณาข้อมูลจากบันทึกบทสนทนาและดำเนินการจัดกลุ่ม และพบว่ากลุ่มคำมีความสัมพันธ์กันอย่างไรทั้งในส่วนที่เหมือนและแตกต่างโดยพิจารณาจากกลุ่มคำ คำหลัก และความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้น และตรวจสอบซ้ำกับข้อมูลที่ได้จากการถอดบันทึกการสนทนากลุ่ม แล้วจึงดำเนินการขั้นที่ 3 ซึ่งเป็นตรวจสอบรูปแบบของกลุ่มคำที่สัมพันธ์กับคำหลัก และขั้นสุดท้ายจึงได้นำรูปแบบที่เหมือนและแตกต่างกันมาจัดประเภทและเปรียบเทียบกับการจำแนกข้อมูลในขั้นแรก โดยแนวคิดของ Ayres and Knafle (2008) เสนอว่าการวิเคราะห์ข้อมูลแบบจำแนกไม่ควรจะอยู่ในรูปของลำดับขั้นแต่ควรเป็นการสะท้อนให้เห็นความสัมพันธ์ของข้อมูลซึ่งคือกลุ่มคำว่าสัมพันธ์กันอย่างไร ข้อมูลทั้งหมดถูกนำไปเปรียบเทียบกับแนวคิดทางจิตวิทยาการปรึกษาและนำมาใช้อธิบายผลร่วมกับข้อมูลในการวิจัย ในระยะที่ 1 ในเชิงคุณภาพ

ผลการวิจัย

การนำเสนอผลการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ตามระยะของการวิจัย ซึ่งแต่ละระยะ ประกอบด้วย

ระยะที่ 1 การพัฒนาแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศของนักศึกษาด้วยการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์

ภายหลังจากเสร็จสิ้นการทดลองแล้ว พบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองมีคะแนนจากแบบวัดแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศตามแนวพุทธศาสตร์สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง รายละเอียดดังตาราง 2

ตาราง 2 คะแนนของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการทดลอง

กลุ่มทดลอง	อันดับที่ของ ผลต่างคะแนน	จำนวน	ค่าเฉลี่ย อันดับที่	ผลรวม อันดับที่	Z	p
ก่อน	อันดับของผลต่างที่มี เครื่องหมายลบ		0	0		
หลัง	อันดับของผลต่างที่มี เครื่องหมายบวก	8	4.50	36	-2.521	.012
	รวม	8				

หมายเหตุ: * $p < .05$

ตาราง 2 แสดงให้เห็นว่า คะแนนจากแบบวัดแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศตามแนวพุทธศาสตร์ของนักศึกษาในกลุ่มทดลอง ภายหลังจากทดลองสูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งแสดงให้เห็นว่า การศึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์สามารถพัฒนาให้นักศึกษาเกิดแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศตามแนวพุทธศาสตร์ได้มากขึ้น

ระยะที่ 2 การศึกษาประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในระหว่างและหลังจากการพัฒนาแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศของนักศึกษาด้วยการศึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์

ผลจากการศึกษาประสบการณ์ของนักศึกษาในกลุ่มทดลอง พบว่า ปรากฏคำหลัก 2 คำ คือ ประสบการณ์ที่ได้รับจากกลุ่ม และการเปลี่ยนแปลงแรงจูงใจ โดยประสบการณ์แบ่งได้เป็นด้านประสบการณ์จากการเข้าร่วม และประสบการณ์จากปฏิสัมพันธ์ ดังนี้

1. ประสบการณ์ที่ได้รับจากกลุ่ม พบว่ามีกลุ่มคำที่ กลุ่มทดลองได้รายงานประสบการณ์ในอนุทิน 2 กลุ่ม กลุ่มคำที่ 1 คือกลุ่มคำ เช่น การที่จะได้เข้าร่วมกลุ่ม การจดจำ กระบวนการขั้นตอน การดำเนินกลุ่ม วิธีการ เทคนิค กิจกรรมในการดำเนินกลุ่มของผู้นำกลุ่ม เป็นต้น กลุ่มคำที่ 2 ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับการรับรู้ปฏิสัมพันธ์ของบุคคล เช่น เพื่อน การช่วยเหลือ กำลังใจ โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ก. ประสบการณ์จากการได้เข้าร่วมการศึกษาแบบกลุ่ม

กลุ่มทดลองได้เล่าประสบการณ์ของการที่ตนเองจะได้เข้าร่วมกลุ่ม ขั้นตอนที่ตนเองรับรู้และจดจำได้ว่าผู้นำกลุ่มได้ดำเนินการกลุ่มอย่างไรในอนุทิน เช่น อาจจะมีจดจำ

กิจกรรม หรือขั้นตอนที่เชิญชวนให้กลุ่มทดลองทำ ตัวอย่างเช่น

“การเข้ากลุ่มวันนี้เป็นการสำรวจตนเอง เกี่ยวกับสติ สมาธิ คิดก่อนลงมือทำ”
(นักศึกษาหญิง D, สัปดาห์ที่ 4)

“วันนี้ได้เรียนรู้เทคนิคในการกำหนดลมหายใจในการผ่อนคลาย”
(นักศึกษาชาย A, สัปดาห์ที่ 4)

“ตอนที่หนูไม่ได้รับคัดเลือกเข้ากลุ่มหนูค่อนข้างเสียใจ เพราะหนูเชื่อว่าการเข้ากลุ่มการฝึกสมาธิน่าจะดีมาก แต่เมื่ออาจารย์ได้ให้โอกาสในการเข้าร่วมกลุ่มเนื่องจากเพื่อนบางคนไม่สะดวกที่จะเข้ากลุ่มหนูรู้สึกมีความหวัง หนูดีใจที่จะได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ทำให้หนูได้พัฒนาจริง ๆ ค่ะ” (นักศึกษาหญิง B, สัปดาห์ที่ 1)

ข. ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับการรับรู้ปฏิสัมพันธ์ของบุคคลในระหว่างกระบวนการ ปรึกษาแบบกลุ่ม

กลุ่มทดลองได้เล่าประสบการณ์ของการที่สมาชิกในการดำเนินกลุ่มได้มีการแลกเปลี่ยน เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน การร่วมรับรู้อารมณ์ ความคิด ของสมาชิก ดังตัวอย่างที่ปรากฏด้านล่างนี้

“หนูได้เห็นถึงการที่เพื่อนช่วยเพื่อน การแลกเปลี่ยนกับเพื่อน ความคิด ความรู้สึก เป็นประสบการณ์ใหม่ที่ดีมาก ได้คำแนะนำ กำลังใจ จากเพื่อน ผู้นำกลุ่ม”
(นักศึกษาหญิง B, สัปดาห์ที่ 6)

“หนูได้รับการช่วยเหลือ การให้กำลังใจ ได้แรงบันดาลใจจากเรื่องราวของเพื่อน ๆ ในกลุ่ม”
(นักศึกษาหญิง D, สัปดาห์ที่ 6)

“ย้อนความคิดในตอนที่ผ่านมาถึงว่าทำไมเราถึงต้องมาเรียนต่อปริญญาตรีมันทำให้รู้แนวคิดของเพื่อนและทบทวนความคิดของเราได้เรียนรู้เกี่ยวกับมานะ ฉันทะ ว่าถ้าเราเกิดมานะในตัวเรา เราควรกำจัดมันอย่างไร ได้ความรู้แนวคิด ข้อคิดของอาจารย์อย่างมาก และสิ่งสุดท้ายคือได้ทบทวนในตัวเราด้วยว่าจริง ๆ แล้วเรามีมานะหรือฉันทะ ในตัวเองมากน้อยขนาดไหน ถ้าเรามีมานะเยอะเราควรจะอยู่ร่วมกับมันอย่างไรให้ดีขึ้น แล้วถ้าเรามีฉันทะเราควรที่จะเสริมในเรื่องนี้ให้ดียิ่งขึ้นมากอย่างไร”
(นักศึกษาหญิง C, สัปดาห์ที่ 2)

“ในการเข้ากลุ่มในครั้งนี้รู้สึกได้ปลดปล่อยตัวเองไปบ้าง เพราะได้ลองเล่าประสบการณ์ของตัวเองให้เพื่อน ๆ ฟัง เป็นสิ่งที่เราไม่เคยทำเลย แล้วยังได้แง่คิดดีจากเพื่อนในกลุ่มอีกด้วย”

(นักศึกษาชาย C, สัปดาห์ที่ 4)

2. การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมการปรึกษาแบบกลุ่ม เมื่อพิจารณากลุ่มคำที่ได้จากการสัมภาษณ์จะพบว่า กลุ่มทดลองนอกจากจะได้รับประสบการณ์ของกระบวนการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์แล้ว กลุ่มทดลองยังได้รับประสบการณ์ของการได้มีปฏิสัมพันธ์กับสมาชิกคนอื่น ๆ ในกลุ่ม ซึ่งส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในความคิดและแรงจูงใจของตน ซึ่งประเด็นที่ 2 นี้ เป็นประเด็นที่สามารถนำมาอธิบายผลการศึกษาร่วมที่ 1 ได้ว่า กระบวนการให้การปรึกษากลุ่มนั้น ส่งผลให้กลุ่มทดลองเกิดการเปลี่ยนแปลงได้อย่างไรบ้าง โดยเหตุกลุ่มคำที่แสดงความเปลี่ยนแปลงที่ค้นพบในกลุ่มทดลอง มักเป็นกลุ่มคำที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจ นับตั้งแต่การตั้งเป้าหมาย (Goal) การเปลี่ยนไปที่การคิด (Cognitive) รวมถึงไปกระตุ้นในด้านความเชื่อ (Belief) ดังตัวอย่างที่ปรากฏด้านล่างนี้

“การเข้ากลุ่มทำให้ทำให้ความคิดเกี่ยวกับเกรดหนูเปลี่ยนไป จากที่มองว่าสำคัญกว่าความรู้ ตอนนี้คิดได้ว่ามันสำคัญเท่ากัน”

(นักศึกษาหญิง B, สัปดาห์ที่ 6)

“ผมได้ทบทวนแผนอนาคต ความฝันความต้องการของตนเอง และ ความอยากอาจเพิ่มขึ้นเมื่อทบทวนอีกครั้ง และสิ่งที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงก็คือความละเอียดใจและตั้งคำถามว่าทำไมเราไม่กระตือรือร้น จึงทำให้ดำเนินชีวิตอย่างมีเป้าหมายมากขึ้น”

(นักศึกษาชาย B, สัปดาห์ที่ 6)

“การที่ได้พูดถึงเป้าหมายของชีวิต ทำให้ตั้งเป้าหมายชัดเจนและมีแรงจูงใจที่จะทำสิ่งนั้น และปัจจัยที่ทำให้เกิดแรงจูงใจ โดยเปลี่ยนแปลงไป 3 ด้าน คือ ด้านการเรียนเปลี่ยนจากหาความรู้เพิ่มขึ้นจากเดิมที่ไม่สนใจด้านสุขภาพ ดูแลตัวเองด้านการนอนเป็นเวลา อาหารที่มีประโยชน์ การดื่มน้ำมาก ๆ ด้านการทำงาน คือการจัดสรรเวลาแบ่งเวลาในการทำงาน

ให้มากขึ้นให้ออกมาดีและทันเวลา คือ การเห็นคุณค่าในตนเอง การเข้าใจรับรู้ตนเองมากขึ้น การได้เห็นความแตกต่างของบุคคล เกิดความอยากที่จะพัฒนาศักยภาพตนเองให้ดีขึ้น และการตั้งเป้าหมายให้ตนเอง นอกจากนี้ การจัดลำดับความสำคัญและการใช้เวลาไปกับกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิต”

(นักศึกษาหญิง D, สัปดาห์ที่ 6)

“สำหรับผมการเรียนนั้นเป็นมานานะ ถึงแม้จะเป็นมานานะผมก็จะพยายามเพื่อให้ผ่านไปได้” (นักศึกษาชาย B, สัปดาห์ที่ 2) และนักศึกษาชาย B ได้ปรับเปลี่ยนเป็น สัปดาห์ที่ 5 ว่า “หากมีวัตถุประสงค์ในการเล่นที่ต่างจากเดิมหรือหากเราเปลี่ยนไปเล่นกับบุคคลอื่นที่ไม่ใช่เพื่อนจะมีความรู้สึกในการเล่นที่เหมือนเดิมไหมผมก็อาจจะชอบมันก็ได้”

ผลจากข้อมูลเชิงคุณภาพในงานวิจัยชิ้นนี้จึงเป็นส่วนสำคัญที่นำมาช่วยในการวิเคราะห์และทำให้ทราบถึงปรากฏการณ์ของผลลัพธ์เชิงปริมาณในเชิงลึก กล่าวคือ นักศึกษากลุ่มทดลองที่ได้เข้ามามีส่วนร่วมในการศึกษาแบบกลุ่มครั้งนี้ ไม่เพียงแต่จะมีคะแนนจากแบบวัดแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศตามแนวพุทธศาสตร์เพิ่มสูงขึ้นเท่านั้น แต่จากการวิเคราะห์ข้อมูลจากอนุทินและการสนทนากลุ่ม ข้อมูลของนักศึกษากลุ่มทดลองยังสะท้อนออกมาว่า การเข้าร่วมการศึกษารูปแบบกลุ่ม ทำให้เกิดประสบการณ์ของการเข้าร่วมกลุ่ม การเปลี่ยนแปลงด้านแรงจูงใจ ดังข้อมูลที่นักศึกษากลุ่มทดลองได้สะท้อนออกผ่านอนุทินและการสนทนากลุ่มดังที่นำเสนอข้างต้น

อภิปรายผล

การอภิปรายผลการวิจัย ผู้วิจัยแบ่งประเด็นการอภิปรายผลออกเป็น 2 ประเด็นตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ผลการพัฒนาแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศของนักศึกษาด้วยการศึกษารูปแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์

ผลจากการศึกษารูปแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์ในช่วงแรก พบว่า นักศึกษายังไม่สามารถแยกความแตกต่างระหว่างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เทียมอันมีมานะเป็นตัวนำ กับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ที่แท้ อันมีฉันทะเป็นตัวนำได้ โดยผ่านการที่นักศึกษาส่วนใหญ่สะท้อน

ออกมาว่า ตนมาศึกษาเล่าเรียนด้วยความอยาก อันเป็นแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เทียม อันมีมานะเป็นตัวนำ เช่น อยากมีงานที่ดี หรือเรียนตามกระแสนิยมของสังคมที่ให้คุณค่าต่อการเรียนต่อในระดับปริญญาตรี ซึ่งกลุ่มทดลองรู้ถึงจุดมุ่งหมายของการศึกษาต่อในระดับปริญญาตรี เพียงเพราะว่าเห็นเป็นหน้าที่ที่ต้องทำ ผลที่เกิดขึ้นคือ เมื่อพบปัญหา หรือประสบกับความยากลำบากในการเรียน ก็เกิดความเครียด ย่อท้อ หมุดกำลังใจ เช่น การทำรายงานส่งอาจารย์ ก็จะทำเพียงเพื่อให้เสร็จ ไม่ได้ทำอย่างเต็มความสามารถ แต่เมื่อกลุ่มทดลองได้เข้าใจถึงแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ที่แท้ อันมีฉันทะเป็นตัวนำ จึงเกิดความเข้าใจในลักษณะใหม่ว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ที่แท้ เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความตั้งใจทำการงานด้วยความยั่งยืนมากกว่าแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เทียม โดยกลุ่มทดลองได้สะท้อนออกมาว่า เพิ่งรู้ว่าตนเองเป็นคนที่มีฉันทะนำในการศึกษาเล่าเรียนอยู่แล้ว สะท้อนจากตนให้ความสำคัญกับทุกวิชา ไม่ว่าจะ เป็นวิชาที่ไม่ชอบไม่ถนัด ก็อยากรู้ อยากเข้าใจ บางครั้งอาจารย์สอนไม่เข้าใจ ก็ไปค้นหาความรู้เพิ่มเติมจากแหล่งข้อมูลที่เกี่ยวข้องบ้าง เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างแท้จริง ซึ่งผลที่ตามมาจะเห็นได้ว่า สมาชิกกลุ่มทดลองคนนี้ไม่เพียงแต่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนในระดับที่ดีแล้ว ยังมีความเข้าใจในเนื้อหาและสามารถนำมาถ่ายทอดให้กับเพื่อนคนอื่น ๆ ได้

สิ่งที่นักศึกษากลุ่มทดลองได้สะท้อนสอดคล้องกับพระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต, 2555) ที่ได้อธิบายว่า ผู้ใดที่做事情ใดด้วยฉันทะ ย่อมได้รับผลประจักษ์ที่ต่อเนื่องจากการกระทำ เมื่อทำสำเร็จ ก็จะก่อให้เกิดความสุข ถึงแม้ในกรณีที่ไม่สำเร็จก็ไม่ก่อให้เกิดทุกข์ เพราะทำสิ่งนั้นด้วยความพอใจ แรงจูงใจที่มีฉันทะนำจึงเป็นแรงจูงใจที่ช่วยให้บุคคลตั้งใจทำงานนำไปสู่ความประณีต ความดีเลิศของงาน เพาะนิสัยใฝ่สัมฤทธิ์ ทำจริงจังและสู้งานสอดคล้องกับงานวิจัยของ ภัทรพร ยุทธาภรณ์พินิจ ทฤษฎี ชวนไชยสิทธิ์ และ ภีรวัฒน์ นนทะโชติ (2553) ที่ได้พัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ตามแนวคิดของ ป.อ. ปยุตโต โดยใช้หลักไตรสิกขา (ศีล สมาธิ ปัญญา) พบว่า นักศึกษากลุ่มทดลองรายงานว่ามีเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น มีความขยันหมั่นเพียร เอาใจใส่ในการเรียนมากขึ้น มีความพึงพอใจต่อการเรียน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Zuleica and Jaime (2017) ที่ได้ศึกษาเรื่องความหลงใหลในวิชาคณิตศาสตร์ (Passion): ความสัมพันธ์ระหว่างการเน้นประโยชน์ที่ได้รับจากเนื้อหาในชั้นเรียน การสร้างแรงจูงใจ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พบว่า ความหลงใหลในการเรียนรู้มีความสัมพันธ์กับแรงจูงใจที่จะเรียนรู้ โดยเป็นแรงจูงใจภายในโดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าครูสามารถเชื่อมโยงให้

ผู้เรียนเห็นถึงประโยชน์ที่จะได้รับจากการเรียนในเนื้อหานั้นก็ยิ่งทำให้เกิดความรักที่จะเรียนรู้ ดังนั้นความหลงใหลที่จะเรียนรู้ จึงเทียบเคียงได้กับคำว่า ฉันทะ ในบริบททางพุทธศาสตร์

2. ผลจากการศึกษาประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในระหว่างและหลังจากการพัฒนาแรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศของนักศึกษาด้วยการปรึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์

ผลจากการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์จะพบว่า ปัจจัยที่ส่งเสริมให้ผู้รับการปรึกษาหรือกลุ่มทดลองพัฒนาแรงจูงใจเพิ่มขึ้นมาจากปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์ที่ได้รับ ซึ่งเมื่อพิจารณาจากการสัมภาษณ์ของกลุ่มทดลองจะพบว่าการให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์นั้นก่อให้เกิด ปัจจัยในการบำบัด (Yalom, 1995) ยกตัวอย่างเช่น การสร้างให้เกิดความหวัง (Instillation of hope) ซึ่งเมื่อกลุ่มทดลองรู้ตัวว่าได้รับการคัดเลือกเข้าร่วมกลุ่มก็เกิดปัจจัยการบำบัดซึ่งเหนี่ยวนำให้เกิดผลที่ดีต่อสภาพจิตใจของผู้รับการปรึกษาดังเช่นจากที่นักศึกษากลุ่มทดลองสะท้อนว่า “รู้สึกดีใจที่ได้เข้าเป็นสมาชิกกลุ่มในครั้งนี้ เพราะคิดว่า จะทำให้ได้พัฒนาตนเอง โดยเฉพาะด้านบุคลิกภาพ ซึ่งปกติเป็นคนพูดไม่เก่ง แต่มาเข้ากลุ่มจะต้องพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับเพื่อน” หรือ “รู้สึกดีที่ได้เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของสมาชิกกลุ่ม ทำให้ได้ทบทวนข้อดี ข้อเสียของตนเอง และผู้อื่น ทำให้มองเห็นถึงความแตกต่างระหว่างเรา และเพื่อน ทำให้เข้าใจผู้อื่น และเห็นอกเห็นใจผู้อื่นมากยิ่งขึ้น” อีกทั้งการปรึกษาแบบกลุ่มฯ ครั้งนี้ยังสามารถสร้างความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน (Cohesiveness) ให้เกิดขึ้นกับกลุ่มทดลอง ซึ่งจากโปรแกรมกลุ่มที่เอื้อให้สมาชิกได้มีกิจกรรมย่อย (Task) ร่วมกัน ก็ส่งเสริมให้เกิดปัจจัยเหล่านี้ หรือแม้แต่การที่สมาชิกได้ระบายความรู้สึกทั้งจากในอดีตหรือในปัจจุบัน (Catharsis) ก็ส่งผลให้เกิดปัจจัยการบำบัด ได้เช่นเดียวกัน ดังเช่นจากที่นักศึกษากลุ่มทดลองสะท้อนว่า “การเข้ากลุ่มในครั้งนี้ ทำให้ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับเพื่อน และมองเห็นถึงความตั้งใจที่จะช่วยเหลือจากเพื่อนในกลุ่มอย่างจริงจัง” จะเห็นได้ว่าการดำเนินกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์นั้นได้เอื้อให้เกิดปัจจัยของบำบัด ได้เป็นอย่างดีซึ่งพิจารณาได้จากประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับกลุ่มทดลอง

นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นสะท้อนให้เห็นว่ากระบวนการสังคมปะกิตภายในกลุ่ม หรือเทคนิควิธีการของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาตามแนวพุทธศาสตร์นั้นส่งเสริมให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในต่อกลุ่มทดลอง จากคำตอบที่เปลี่ยนแปลงไปทำให้ทราบว่าคุณ

ทดลองอาจเปลี่ยนแปลงแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ที่จะเรียนหรือดำเนินชีวิตจากเดิมที่เพียงการคิดว่า จะทำให้เสร็จไป แต่กลับปรับเปลี่ยนวิถีคิด ทบทวนความคาดหวัง (Expectancy) ต่อ การดำเนินชีวิต การเรียน และทบทวนค่านิยม (Value) (Eccles, 1993) ของตนเองหากทำงาน นั้นสำเร็จ โดยอาศัยการปรึกษาตามแนวพุทธศาสตร์ดังกล่าว ดังเช่นจากที่นักศึกษากลุ่มทดลอง สะท้อนว่า “ได้มีโอกาสในการวิเคราะห์ตนเอง และพบว่าแต่ก่อนมีแรงจูงใจแบบมานะ ในการเรียน เรียนแค่พอผ่านก็พอ แต่พอได้เข้ามาพูดคุยกับเพื่อนก็พบว่าเพื่อนมีแรงจูงใจ แบบฉันทะ และเห็นแง่ดีของการเรียนด้วยความรักและความตั้งใจ ก็ทำให้เกิดความรู้สึกว่า เราก็สามารถเรียนแบบฉันทะได้”

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. การวิจัยครั้งนี้เป็นการนำหลักการทางศาสนาพุทธมาประยุกต์ใช้กับหลักการทาง จิตวิทยา ผลการวิจัยจึงไม่มีข้อจำกัดในเรื่องการนับถือศาสนาของกลุ่มทดลอง ผู้สอนสามารถ นำแผนการศึกษาแบบกลุ่มไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาผู้เรียนให้เกิดแรงจูงใจใฝ่ความเป็น เลิศได้ โดยต้องปรับเนื้อหาหรือสถานการณ์ตัวอย่างให้สอดคล้องกับช่วงวัยของผู้เรียน

2. ปัจจัยแห่งความสำเร็จของการศึกษาแบบกลุ่ม คือ ความสมัครใจที่จะเปิดเผย เรื่องราวของตนเองให้แก่เพื่อนสมาชิกในกลุ่มทราบ ผู้วิจัยจึงต้องมีความเป็นกัลยาณมิตร และ ตั้งกติกากลุ่มในเรื่องของการรักษาความลับ จึงทำให้นักศึกษากลุ่มทดลองที่เป็นสมาชิกเกิด ความไว้วางใจ และพร้อมที่จะนำเรื่องราวของตนมาแลกเปลี่ยนในกลุ่ม

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. แรงจูงใจใฝ่ความเป็นเลิศ มีความสัมพันธ์กับการประสบความสำเร็จในการเรียนและ การทำงานต่าง ๆ จึงควรมีการทำวิจัยกับผู้เรียนในระดับอื่น ๆ ซึ่งในการทำวิจัยกับผู้เรียน ในระดับอื่น ๆ ควรมีการปรับตัวแปรจัดกระทำให้มีความสอดคล้องกับช่วงวัย เช่น เป็นกิจกรรม กลุ่มสัมพันธ์ หรือการเรียนการสอนในลักษณะอื่น ๆ

2. การศึกษาแบบกลุ่มตามแนวพุทธศาสตร์ มุ่งเน้นให้สมาชิกได้ตรวจสอบตนเองทั้ง ด้านความคิด ความรู้สึก ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของตนเอง จึงสามารถที่จะทำให้สมาชิกในกลุ่ม

เกิดการตรวจสอบตนเองในเชิงลึก และนำไปสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้ จึงมีความน่าสนใจที่จะนำไปเป็นตัวแปรจัดกระทำที่พัฒนาคุณลักษณะเชิงบวกให้แก่ผู้เรียน ในเรื่องอื่น ๆ

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

จิตตินันท์ บุญสิทธิกุล และ วารางคณา โสมะนันท์. (2561). *การพัฒนาแบบวัดแรงจูงใจใฝ่
ความเป็นเลิศตามแนวพุทธศาสตร์ สำหรับนักศึกษาในระดับอุดมศึกษา* (รายงานวิจัย).
กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

แผนิสิตนักศึกษ 6.4% พยายามฆ่าตัวตาย. (2562, 14 มีนาคม). *กรุงเทพธุรกิจ*. สืบค้นจาก
<http://www.bangkokbiznews.com/news/detail/829634>

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). (2541). การศึกษา: *เครื่องมือพัฒนาที่ยังต้องพัฒนา* (พิมพ์ครั้งที่ 2).
กรุงเทพฯ: สหธรรมมิก.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2559). *การศึกษา: มองเมื่อ 30 ปีก่อน*. กรุงเทพฯ:
สหธรรมมิก.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2555). *พุทธธรรม (ฉบับปรับปรุงและขยายความ)*
(พิมพ์ครั้งที่ 32). กรุงเทพฯ: สหธรรมมิก.

ภทรพ ยุทธาภรณ์พินิจ, ทยณัฐ ชวนไชยสิทธิ์, และ ภีรวัฒน์ นนทะโชติ. (2553). การพัฒนา
แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ตามแนวคิดของ ป.อ.ปยุตโต. *วารสารสุโขทัยธรรมมาธิราช*,
23(1), 19-32.

อาภา จันทรสกุล. (2550). *ทฤษฎีและเทคนิคการปรึกษาในสถาบันการศึกษา* (พิมพ์ครั้งที่ 10).
กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

ภาษาอังกฤษ

Atkinson, J. W. (1964). *An introduction to motivation*. New York: D.V. and
Nostrand.

- Ayres, L., & Knafle, K. A. 2008. Typological Analysis. In L. M. Given (Ed.), *Sage encyclopedia of qualitative research methods* (pp. 900-901). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (9th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Eccles, J. S. (1993). School and family effects on the ontogeny of children's interests, self-perceptions, and activity choice. In J. Jacobs (Ed.), *Nebraska symposium on motivation, 1992: Developmental perspectives on motivation* (pp. 145–208). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Jacobs, E. E., Masson, R. L., & Harvill, R. L. (2009). *Group counseling: Strategies and skills*. Australia: Thomson/Brooks/Cole.
- McClelland, D. C. (1987). Characteristics of successful entrepreneurs. *Journal of Creative Behavior*, 21(3), 219–233.
- Yalom, I. D. (1995). *The theory and practice of group psychotherapy* (4th ed.). New York: Basic Books.
- Zuleica, R. A., & Jaime, L. (2017). Passion for math: Relationships between teachers' emphasis on class contents usefulness, motivation and grades. *Contemporary Educational Psychology*, 51(1), 284-292.