การสื่อสารด้วยหลักโยนิโสมนสิการในการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง ต่อความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหาของผู้พิการทางกาย ในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการ

COMMUNICATION USING THE PRINCIPLE OF YONISO MANASIKARA IN COUNSELING GROUPS OF THE REALITY THEORY ON THE PROBLEM – SOLVING ABILITY OF PHYSICALLY DISABLED IN THE REHABILITATION CENTER FOR THE DISABLED

พุทธประวีณ์ บุณยะวันตัง
Puthabarwee Boonyawantung
Corresponding Author E-mail: puthabarwee39@gmail.com

Received: ***May 13, 2026,*** *Revised:* ***July 3, 2026,*** *Accepted:* ***October 16, 2026***

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการประยุกต์ใช้การสื่อสารตามหลักโยนิโสมนสิการในการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงแก่ผู้พิการทางกาย 2) พัฒนากิจกรรมกลุ่มตามหลักดังกล่าว และ 3) ศึกษาผลของกิจกรรมต่อความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหา ใช้การวิจัยกึ่งทดลองแบบกลุ่มเดียววัดก่อนและหลังทดลองและติดตามผล กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้พิการทางกายที่เข้ารับการฟื้นฟู ณ ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการและผู้สูงอายุเทศบาลตำบลบางสีทอง 10 คน เป็นชาย 4 คน และหญิง 6 คน เครื่องมือประกอบด้วยกิจกรรมกลุ่ม 10 กิจกรรม และแบบวัดความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหา เก็บข้อมูลก่อนและหลังทดลองและติดตามผลเดือนละครั้งเป็นเวลา 3 เดือน วิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนาและการทดสอบทีสำหรับกลุ่มตัวอย่างสัมพันธ์กัน

ผลการวิจัยพบว่า 1) การบูรณาการหลักโยนิโสมนสิการกับทฤษฎีเผชิญความจริงทำให้ได้นิยามเชิงปฏิบัติการสำหรับสร้างกิจกรรมกลุ่ม โดยประยุกต์การสื่อสารตามแนวพุทธร่วมกับสัญลักษณ์และภาพประกอบ 2) กิจกรรมกลุ่ม 10 กิจกรรมใช้ภาพ ชาดก และนิทานชาดกเป็นสื่อให้ผู้เข้าร่วมสำรวจความต้องการและการกระทำของตนเอง ประเมินพฤติกรรม และวางแผนปรับเปลี่ยนการกระทำ และ 3) คะแนนเฉลี่ยความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหาหลังทดลอง (96.20) สูงกว่าก่อนทดลอง (84.00) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($t(9) = 6.578$, $p < .001$) การติดตามผล 3 ครั้งมีคะแนนเฉลี่ย 95.10, 94.70 และ 94.30 ตามลำดับ โดยไม่พบความแตกต่างจากคะแนนหลังทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลที่พบแสดงว่าคะแนนความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหาสูงขึ้นหลังเข้าร่วมกิจกรรม และยังสูงกว่าก่อนทดลองตลอดช่วงติดตามผล

คำสำคัญ: การสื่อสารหลักโยนิโสมนสิการ; การให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง; ความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหา

ABSTRACT

This research article aimed to 1) study the application of communication based on Yoniso Manasikara in Reality Therapy group counseling for persons with physical disabilities; 2) develop group activities based on these principles; and 3) examine the results of the activities on problem-solving thinking ability. A quasi-experimental one-group pretest–posttest design with follow-up assessments was used. The sample consisted of 10 persons with physical disabilities undergoing rehabilitation at the Rehabilitation Center for Persons with Disabilities and Older Persons of Bang Si Thong Subdistrict Municipality, including 4 men and 6 women. The instruments comprised 10 group activities and a problem-solving thinking ability assessment. Data were collected before and after the experiment, with monthly follow-up assessments for 3 months. The data were analyzed using descriptive statistics and a paired-samples t-test.

The findings showed that 1) integrating Yoniso Manasikara with Reality Therapy yielded an operational definition for developing group activities, applying Buddhist approaches to communication together with symbols and illustrations; 2) the 10 group activities used illustrations, Jataka accounts, and Jataka stories as media for participants to explore their own needs and actions, evaluate their behavior, and plan changes to their actions; and 3) the mean problem-solving thinking ability score after the experiment (96.20) was statistically significantly higher than before the experiment (84.00; $t(9) = 6.578$, $p < .001$). The three follow-up assessments yielded mean scores of 95.10, 94.70, and 94.30, respectively, with no statistically significant differences from the posttest score at the .05 level. These results show that problem-solving thinking ability scores increased after participation in the activities and remained higher than the pretest scores throughout the follow-up period.

Keywords: Communication using the principle of Yoniso Manasikara; Reality Theory; the problem-solving ability

บทนำ

สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2565) รายงานว่า ในปี 2565 คนพิการที่มีอายุระหว่าง 15 – 59 ปี และคนพิการวัยสูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) มีความพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกายมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 43.95 และร้อยละ 56.95 ของจำนวนคนพิการ อายุ 15 – 59 ปี และ 60 ปีขึ้นไป สภาพสังคมในปัจจุบันเป็นสังคมที่มีปัญหาทางด้านการศึกษา ด้านการเมืองด้านการประกอบอาชีพ ด้านเศรษฐกิจ และการเปลี่ยนแปลงของสภาพดินฟ้าอากาศ ทำให้ประชาชนในสังคมรวมถึงผู้พิการที่เพิ่มขึ้นในแต่ละปี เนื่องจากการทำความเข้าใจและการยอมรับกับผลกระทบที่เกิดขึ้นไม่สามารถยอมรับได้

โดยสาเหตุสำคัญเกิดจากการทำความเข้าใจต่อสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองไปในทางที่ไม่ถูกต้องและส่งผลเสียต่อตนเอง ครอบครัว สังคม ซึ่งปัญหาด้านความคิด การทำความเข้าใจในแก้ไขปัญหาต่อสถานการณ์ที่เกิดขึ้น อาจกลายเป็นปัญหาสังคมที่ใหญ่ขึ้นได้ การพัฒนาความเข้าใจในตนเองจึงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญในการแก้ไขปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมหาสุรศักดิ์ มุ่งซ้อนกลาง (2557) ผลการวิจัยพบว่าความสามารถในการคิดแบบคุณโทษและทางออกของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ด้วยวิธีคิดแบบ

โยนิโสมนสิการหลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีการศึกษาทางด้านการพัฒนาความเข้าใจความสามารถในการคิดแบบคุณโทษและทางออกด้วยการใช้หลักโยนิโสมนสิการการใช้โปรแกรมฝึกการคิดแบบโยนิโสมนสิการเพื่อพัฒนาจิตสาธารณะ พัทธพีร์ มะลิสุวรรณ (2550) กล่าวว่า การสื่อสารก่อให้เกิดผลในการเปลี่ยนแปลง 3 ด้าน ได้แก่ การเปลี่ยนแปลงทางด้านพุทธิพิสัย ที่เกี่ยวกับความรู้และความจำในสมอง การเปลี่ยนแปลงทางด้านเจตพิสัย ที่เกี่ยวกับคุณธรรม ค่านิยม และนิสัยในจิตใจ แต่ยังไม่มีการศึกษาการพัฒนากระบวนการคิดในการแก้ไขปัญหา ด้วยการเข้าใจความต้องการซึ่งเป็นการบูรณาการหรือการประยุกต์ใช้โดยนำความรู้ทั้งสองส่วนมาประสานเข้าด้วยกันคือ การนำหลักธรรมโยนิโสมนสิการและทฤษฎีเผชิญความจริง มาสร้างเป็นหลักการความรู้ใหม่เรียกกว่า (นิยามเชิงปฏิบัติโยนิโสมนสิการฯ) ที่ช่วยพัฒนากระบวนการคิดจากการเข้าใจความต้องการของตนเอง

ด้วยเหตุนี้การศึกษาในผู้พิการที่เข้ารับการฟื้นฟูในศูนย์ฟื้นฟูศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการและผู้สูงอายุเทศบาลตำบลบางสีทอง อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี ผู้วิจัยจึงเล็งเห็นประโยชน์ของหลักทางพระพุทธศาสนา เรื่องกระบวนการคิดแบบโยนิโสมนสิการ สามารถช่วยพัฒนา และปรับเปลี่ยนการคิดเดิมเป็นความคิดใหม่ในสิ่งที่ไม่เข้าใจ และเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญในการตัดสินใจ และการแก้ไขปัญหาต่างๆ เพราะการตัดสินใจกระทำของตนเองจะต้องเข้าใจความต้องการของตนเองก่อนจึงจะนำไปสู่การพัฒนาในตนได้ ถ้าขาดความเข้าใจในส่วนนี้ก็จะไม่สามารถทำให้เกิดความเข้าใจในตนเองได้และนำไปสู่การปรับเปลี่ยนการกระทำที่มีปัญหาเป็นการแก้ไขปัญหาที่ตรงจุด ด้วยหลักการคิดใหม่ที่นำหลักโยนิโสมนสิการมาผสานรวมกันกับทฤษฎีเผชิญความจริงเรียกกว่า(นิยามเชิงปฏิบัติโยนิโสมนสิการฯ) กับผู้พิการที่อยู่ในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการเพื่อพัฒนาตนพัฒนาคน พัฒนางานและพัฒนาสังคมให้ผู้พิการสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสม

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการประยุกต์ใช้การสื่อสารด้วยหลักโยนิโสมนสิการในการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงของผู้พิการทางกายที่เข้ารับการฟื้นฟูในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการและผู้สูงอายุเทศบาลตำบลบางสีทอง อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี
2. เพื่อพัฒนากิจกรรมกลุ่มตามหลักโยนิโสมนสิการและทฤษฎีเผชิญความจริง
3. เพื่อนำเสนอผลการจัดกิจกรรมกลุ่มด้วยการสื่อสารตามหลักโยนิโสมนสิการทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหาของผู้พิการทางกายที่เข้ารับการฟื้นฟูในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการและผู้สูงอายุเทศบาลตำบลบางสีทอง อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี

วิธีดำเนินการวิจัย

1. วิธีการวิจัย

การวิจัย เรื่อง การสื่อสารด้วยหลักโยนิโสมนสิการในการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหาของผู้พิการทางกายในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการ เป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Research) โดยใช้วิธีการทดลองในกลุ่มตัวอย่างเดียว มีขั้นตอนดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การคัดเลือกศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการที่อยู่ในเขตกรุงเทพฯ และปริมณฑล ที่เข้ารับการฝึกที่ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการทั้งเพศชายและเพศหญิง โดยการคัดเลือกศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการจะเป็นการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) ตามคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่าง คือ (1) เป็นผู้พิการทางกายไม่มีภาวะพิการซ้ำซ้อน (2) เป็นผู้พิการที่เข้ารับการฟื้นฟูในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพ (3) ผู้พิการที่ทำ

แบบคัดกรองแล้วมีระดับการแก้ไขปัญหาอยู่ในระดับปานกลางและต่ำ (4) เป็นผู้พิการที่ยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัยฯ

ขั้นตอนที่ 2 กลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้พิการทางกายทั้งหมดที่เข้ารับการฟื้นฟูในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพมีจำนวนทั้งหมด 30 คน เป็นผู้พิการทางกายทั้งหมด 13 คน ได้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยการสุ่มอย่างง่ายและทำแบบคัดกรองเพื่อเลือกผู้พิการทางกายที่มีระดับการแก้ไขปัญหาอยู่ในระดับปานกลางและต่ำจำนวน 10 คน แบ่งเป็นเพศชาย 4 คน และเพศหญิง 6 คน

ขั้นตอนที่ 3 การสร้างเครื่องมือ ผู้วิจัยศึกษาการสร้างกิจกรรมด้านจิตวิทยาการให้คำปรึกษาที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้า ตีความหมายของหลักคิดโยนิโสมนสิการ ทั้ง 10 ข้อ จนตกผลึก และนำมาประยุกต์ใช้ร่วมกับทฤษฎีการให้คำปรึกษาเผชิญความจริง เพื่อใช้ในการสร้างเครื่องมือวิจัย ได้แก่

1) แบบวัดความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหาจากนิยามเชิงปฏิบัติการโยนิโสมนสิการ ผู้วิจัยพัฒนามาจากกิจกรรมกลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงโดยใช้นิยามเชิงปฏิบัติการโยนิโสมนสิการ จำนวน 20 ข้อ โดยข้อคำถามแต่ละข้อเป็นองค์ประกอบในการวัดความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหาจากความเข้าใจตนเอง เข้าใจการกระทำที่เกิดขึ้น เพื่อนำไปสู่การพัฒนาความคิด และการกระทำตามวัตถุประสงค์ของแต่ละกิจกรรม

2) กิจกรรมกลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงโดยใช้นิยามเชิงปฏิบัติการโยนิโสมนสิการ เป็นการประยุกต์ใช้หลักธรรมผสานรวมกับทฤษฎีเผชิญความจริง โดยผู้วิจัยนำชาดก 500 ชาติ นิทานชาดกและสัญญาลักษณ์ภาพมาใช้ในการสื่อสารของแต่ละกิจกรรมกลุ่ม ทั้งหมด 10 กิจกรรม โดยกิจกรรมที่สร้างขึ้นจะประกอบไปด้วย 1. พุทธวิถีทางพระพุทธศาสนา คือ -สันทัสสนา อธิบายให้เห็นชัดเจนแจ่มแจ้ง เหมือนจูงมือไปดูเห็นกับตา - สมาทปนา ชวนให้คล้อยตาม จนต้องยอมรับและนำไปปฏิบัติ - สมุตเตชนา บังเกิดกำลังใจ ให้มีอุตสาหะ มั่นใจว่าจะทำให้สำเร็จได้ไม่หวั่นระย่อต่อความเหนื่อยยาก -สัมปหังสนา เปี่ยมด้วยความหวัง เพราะมองเห็นคุณประโยชน์ที่จะได้รับจากการปฏิบัติ 2.การสื่อสารทางตะวันตก คือทฤษฎีปฏิสัมพันธ์เชิงสัญลักษณ์ โดยทั้งสองส่วน คือสาร นำมาสร้างกิจกรรมกลุ่ม และกิจกรรมกลุ่ม คือสื่อ ไปยังผู้รับสารคือ กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

2. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

ผู้วิจัยจะคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการและผู้สูงอายุเทศบาลตำบลบางสีทอง อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี ที่เข้ารับการฝึกที่ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการทั้งเพศชายและเพศหญิง การคัดเลือกศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการจะเป็นการคัดเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) โดยกำหนดคุณสมบัติของกลุ่มตัวอย่างต้องเป็นผู้พิการทางกายที่ไม่มีความพิการซ้ำซ้อน ทั้งเพศชาย และเพศหญิง จำนวน 10 คน เพื่อเข้าร่วมโครงการวิจัย

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยสร้างเป็นนิยามเชิงปฏิบัติการโยนิโสมนสิการ การให้คำปรึกษาเผชิญความจริง เพื่อพัฒนากระบวนการคิดการแก้ไขปัญหาของผู้พิการทางกายที่เข้ารับการฟื้นฟูในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการและผู้สูงอายุเทศบาลตำบลบางสีทอง เพื่อใช้ในการสร้างเครื่องมือวิจัย คือ แบบวัดความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหา และกิจกรรมการกลุ่มตามหลักโยนิโสมนสิการและทฤษฎีเผชิญความจริง การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือแบบวัดความสามารถในการแก้ปัญหาโดยใช้หลักโยนิโสมนสิการ จากผู้ทรงคุณวุฒิทั้งหมด 5 ท่าน เป็นผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความเชี่ยวชาญทางด้านจิตวิทยาการให้คำปรึกษา 2 ท่าน และผู้เชี่ยวชาญที่ทำงานด้านการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับคนพิการ 1 ท่าน และอีก 2 ท่านคือพระภิกษุสงฆ์เป็นเจ้าอาวาสที่ท่านเผยแพร่ความรู้ทางธรรมและทำงานเกี่ยวข้องกับฆราวาส ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา IOC มีค่า = 0.79 (โดยค่าความตรงของเนื้อหาควรมีค่ามากกว่า 0.6 ขึ้นไป) ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม Cronbach

มีค่า = 0.914 หาจากผู้พิการทางกายที่มีคุณสมบัติเหมือนกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน และกิจกรรมกลุ่มฯ ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา IOC มีค่า = 0.74

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการทดลอง โดยให้กลุ่มตัวอย่างทำแบบวัดความสามารถการคิดแก้ไขปัญหาฯ จากนิยามเชิงปฏิบัติการโยนิโสมนสิการฯ ก่อนการทำกิจกรรมกลุ่ม และดำเนินการทำกิจกรรมกลุ่ม โดยผู้วิจัยจะเป็นผู้ดำเนินการในการทำกิจกรรมกลุ่มร่วมกับผู้พิการทางกายจนครบ 10 กิจกรรมแล้ว ก็จะทำแบบวัดความสามารถการคิดแก้ไขปัญหาฯ อีกครั้งหลังการทดลอง ทั้งนี้ในกลุ่มตัวอย่างจะมีการติดตามผลภายหลังการทดลอง โดยทิ้งระยะเวลาออกไป 1 เดือนจะทำการประเมินซ้ำโดย จะประเมินทั้งหมด 3 เดือนติดต่อกัน 3 ครั้ง โดยใช้แบบวัดความสามารถการคิดแก้ไขปัญหาฯ ชุดเดิม ในการติดตามผล และนำข้อมูลที่ได้จากการทดลองทั้งหมดมาตรวจสอบความถูกต้องความสมบูรณ์ของข้อมูล

5. การวิเคราะห์ข้อมูล และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยประยุกต์ใช้หลักโยนิโสมนสิการมาผสานกับทฤษฎีเผชิญความจริง เพื่อนำมาสร้างแบบประเมินแบบวัดความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหา และกิจกรรมการกลุ่มตามหลักโยนิโสมนสิการและทฤษฎีเผชิญความจริง ศึกษาตามวัตถุประสงค์ โดยใช้การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา และสถิติ t-test dependent

6. จริยธรรมการวิจัย (Research Ethics)

งานวิจัยนี้ปฏิบัติตามหลักจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ โดยได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยจาก มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกณราชวิทยาลัย รหัสอนุมัติ/หมายเลขการรับรอง ว.349/2567 และได้ขอความยินยอมจากผู้เข้าร่วมทุกท่านก่อนการเก็บข้อมูล พร้อมทั้งคงไว้ซึ่งความเป็นส่วนตัวและไม่เปิดเผยตัวตนของผู้ให้ข้อมูล

ผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 ผลการประยุกต์ใช้การสื่อสารด้วยหลักโยนิโสมนสิการในการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง ด้วยการใช้กิจกรรมกลุ่มที่สร้างขึ้นทั้งหมด 10 กิจกรรม จากการประยุกต์ใช้การสื่อสารด้วยหลักโยนิโสมนสิการเชื่อมโยงกับทฤษฎีเผชิญความจริงได้ความรู้ใหม่ คือ นิยามเชิงปฏิบัติการโยนิโสมนสิการการให้คำปรึกษาเผชิญความจริง มาสร้างกิจกรรมกลุ่ม ผลการวิจัย พบว่า กิจกรรมกลุ่มที่สร้างขึ้นโดยใช้รูปภาพประกอบ และการใช้เนื้อเรื่องจากชาดกและนิทานชาดก เข้ามาเป็นสื่อประกอบในการสื่อสารของกิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้เนื้อหาและวิธีการทำกิจกรรมในแต่ละกิจกรรมเป็นไปตามวัตถุประสงค์ ทั้งนี้เป็นเพราะว่าการสื่อสารที่นำมาใช้ในการทำกิจกรรมกลุ่มจะใช้วิธีการสื่อสารทางพุทธศาสนาที่กล่าวไว้ในพระสุตตันตปิฎก (ภาษาไทย) มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (2539) คือ 1) สันทัสสนา การอธิบายให้เห็นชัดเจนแจ่มแจ้งเหมือนจูงมือไปดูเห็นกับตา 2)สมาทปนา การสื่อสารจูงใจให้เห็นจริงด้วย ชวนให้คล้อยตาม จนต้องยอมรับและนำไปปฏิบัติ 3) สมุตเตชนา การสื่อสารให้บังเกิดกำลังใจ ปลุกให้มีอุตสาหะแข็งขันมั่นใจว่าจะทำให้สำเร็จได้ไม่หวั่นระย่อต่อความเหนื่อยยาก 4) สัมปหังสนา การสื่อสารที่ทำให้แช่มชื่น เบิกบาน ฟังไม่เบื่อ และเปี่ยมด้วยความหวัง เพราะมองเห็นคุณประโยชน์ที่จะได้รับจากการปฏิบัติธรรม ร่วมกับการสื่อสารทางตะวันตก คือทฤษฎีปฏิสัมพันธ์เชิงสัญลักษณ์ โดยทั้งสองส่วนนี้ คือ สาร ส่วนกิจกรรมกลุ่ม คือ สื่อ และผู้รับสารคือ กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย ผู้ส่งสารคือ ผู้วิจัย หลังการทำกิจกรรมกลุ่ม แสดงให้เห็นว่าวิธีการที่ใช้ในการสร้างกิจกรรมแต่ละกิจกรรมที่นำมาใช้ในการวิจัยเป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยในข้อที่ 1 ดังตัวอย่างการประยุกต์ใช้การสื่อสารด้วยหลักโยนิโสมนสิการในการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง

ตารางที่ 1 การประยุกต์ใช้หลักโยนิโสมนสิการร่วมกับทฤษฎีเผชิญความจริงเพื่อพัฒนานิยามเชิงปฏิบัติการและกิจกรรมกลุ่ม

วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ ผสานกับ ทฤษฎีเผชิญความจริง	นิยามเชิงปฏิบัติการโยนิโสมนสิการ การให้คำปรึกษาเผชิญความจริง (ความรู้ใหม่)	ผลการประยุกต์ใช้การสื่อสารด้วยหลักโยนิโสมนสิการ การให้คำปรึกษาเผชิญความจริง (กิจกรรมกลุ่ม)
1. วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย การพิจารณาตามความเป็นจริงของความต้องการ ความรู้สึก การกระทำที่แสดงออก และผลของการกระทำนั้น (W = ให้สำรวจความต้องการของตนเองให้ใกล้เคียงความจริง การรับรู้ความรู้สึก สิ่งที่ต้องการจะเป็น)	การสำรวจความต้องการในสิ่งต่าง ๆ ของการใช้ชีวิตของตนเอง คนรอบข้าง และครอบครัวที่เป็นอยู่ทั้งหมด ตามความคิด ความรู้สึกที่ต้องการจะเป็น ค้นหาภาพจินตนาการที่ตนเองต้องการ ที่ใกล้เคียงกับความจริง	การค้นหาความต้องการในสิ่งต่างๆ ของการใช้ชีวิตของตนเอง คนรอบข้าง และครอบครัวที่เป็นอยู่ทั้งหมด ตามความคิด ความรู้สึกที่ต้องการจะเป็น ค้นหาภาพจินตนาการที่ตนเองต้องการ ที่ใกล้เคียงกับความจริง ใช้สัญลักษณ์ภาพ
2.วิธีคิดแบบแยกแยะองค์ประกอบหรือกระจายเนื้อหาการพิจารณาในสิ่งที่เกี่ยวข้องกันโดยแยกแยะองค์ประกอบของสิ่งนั้นตามความจริง (W = ให้สำรวจความต้องการของตนเองให้ใกล้เคียงความจริง การรับรู้ความรู้สึก สิ่งที่ต้องการจะเป็น)	การสำรวจความต้องการอีกแบบหนึ่งที่มุ่งเพื่อเข้าใจสิ่งต่างๆตามสภาวะของความต้องการที่แต่ละบุคลมีความต้องการในสิ่งต่างๆ ตามความคิด ความเข้าใจ และความรู้สึกในเรื่องราวต่างๆที่เกิดขึ้นจากส่วนประกอบย่อย ๆ มารวมกันเข้า เมื่อแยกแยะกระจายออกให้เห็นองค์ประกอบย่อย ๆ ต่างๆได้แล้วจึงจะรู้จักสิ่งนั้นเรื่องราวนั้นๆได้ถูกต้องแท้จริง	การสำรวจความต้องการอีกแบบหนึ่งที่มุ่งเพื่อเข้าใจสิ่งต่างๆตามสภาวะของความต้องการที่แต่ละบุคลมีความต้องการในสิ่งต่างๆ ตามความคิด ความเข้าใจ และความรู้สึกในเรื่องราวต่างๆที่เกิดขึ้นจากส่วนประกอบย่อย ๆ มารวมกันเข้า เมื่อแยกแยะกระจายออกให้เห็นองค์ประกอบย่อย ๆ ต่างๆได้แล้วจึงจะรู้จักสิ่งนั้นเรื่องราวนั้นๆได้ถูกต้องแท้จริง ใช้ชาดก 500 ชาติ
3.วิธีคิดแบบสามัญลักษณ์หรือวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดาการพิจารณาในสิ่งที่เกิดขึ้นของความต้องการ ความรู้สึก และการกระทำของตนเองโดยยอมรับผลของสิ่งที่เกิดขึ้นตามความจริง (D=ดูพฤติกรรมปัจจุบันว่าเป็นพฤติกรรมที่เป็นไปตามที่ต้องการหรือไม่ เพื่อนำไปสู่ความสำเร็จ)	การดูพฤติกรรมที่แสดงออกตามเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้น โดยรู้เท่าทันกับการกระทำนั้น และยอมรับความจริง สามารถอธิบายถึงพฤติกรรมทั้งหมดที่กระทำตามความคิดความรู้สึกที่เกิดขึ้นได้ เพื่อให้เกิดความตระหนักถึงพฤติกรรมที่ทำได้ ใช้ชาดก 500 ชาติ	การดูพฤติกรรมที่แสดงออกตามเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้น โดยรู้เท่าทันกับการกระทำนั้น และยอมรับความจริง สามารถอธิบายถึงพฤติกรรมทั้งหมดที่กระทำตามความคิดความรู้สึกที่เกิดขึ้นได้ เพื่อให้เกิดความตระหนักถึงพฤติกรรมที่ทำได้ ใช้ชาดก 500 ชาติ

แผนภาพที่ 1 ผลการประยุกต์ใช้การสื่อสารด้วยหลักโยนิโสมนสิการ
ในการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง
ที่มา: ผู้วิจัยสังเคราะห์จากผลการวิจัย โดยใช้ ChatGPT (OpenAI, 2026)
เป็นเครื่องมือช่วยออกแบบภาพประกอบ

2) พัฒนากิจกรรมกลุ่มตามหลักโยนิโสมนสิการและทฤษฎีเผชิญความจริง กิจกรรมกลุ่มทั้งหมด 10 กิจกรรม เป็นกิจกรรมที่สร้างขึ้นจากการประยุกต์ใช้หลักโยนิโสมนสิการเชื่อโยงกับทฤษฎีเผชิญความจริง โดยกิจกรรมกลุ่มที่สร้างขึ้นจะใช้ภาพประกอบ ยกตัวอย่างประกอบ นำชาดก 500 ชาติ และนิทานชาดก (อ้างใน พระภาวนาวิริยคุณ, 2560) มาใช้เป็นสื่อในการเรียนรู้เพื่อค้นหา สำรวจความต้องการ การกระทำของตนเอง พบว่า กิจกรรมกลุ่มสามารถประเมินการกระทำ วางแผนการปรับเปลี่ยนการทำนั้นได้ ซึ่งกระบวนการเหล่านี้ต้องอาศัยกระบวนการคิดของโยนิโสมนสิการมาช่วยในการทำความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองตามหลักทฤษฎีเผชิญความจริง ทั้งนี้เป็นเพราะในกิจกรรมกลุ่มแต่ละกิจกรรมจะมีหลักธรรมที่ส่งเสริมการทำความเข้าใจตนเอง การกระทำของตนเอง จนนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงคือ หลักสาราณียธรรม 6 และมัชฌิมาปฏิปทา ทั้ง 8 ข้อ ทำให้ผลการเรียนรู้จากกิจกรรมกลุ่มยังให้ผลในการทำความเข้าใจตนเองตามความต้องการและรู้การกระทำของตนเอง นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางความคิด ความเข้าใจใหม่ได้ ซึ่งจะส่งผลต่อการมีคุณภาพชีวิตที่ดีดังตัวอย่างในตารางกิจกรรมกลุ่มตามหลักโยนิโสมนสิการและทฤษฎีเผชิญความจริง

ตารางที่ 2 กิจกรรมกลุ่มตามหลักโยนิโสมนสิการและทฤษฎีเผชิญความจริงและผลการจัดกิจกรรม

วิธีคิดแบบโยนิโสมนสิการ	กิจกรรมกลุ่มตามหลักโยนิโสมนสิการ	ผลการทำกิจกรรม
1. วิธีคิดแบบสืบสาวเหตุปัจจัย	**กิจกรรมที่ 1** การสำรวจความต้องการ **วัตถุประสงค์** 1. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่าง ค้นหาความต้องการ(Want) ของตนเอง 2. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเรียนรู้วิธีการค้นหาความต้องการของตนเอง	กลุ่มตัวอย่างสามารถเรียนรู้จากสัญลักษณ์ภาพมาสำรวจและบอกความต้องการ รู้ความรู้สึกของตนเอง มีความเชื่อ และความหวังภายในตนเองโดยมีหลักธรรมที่ช่วยส่งเสริมคือสัมมาทิฏฐิ
2.วิธีคิดแบบแยกแยะองค์ประกอบหรือกระจายเนื้อหา	**กิจกรรมที่ 2** สำรวจความต้องการอีกแบบหนึ่งที่มุ่งเพื่อเข้าใจสิ่งต่างๆตามสภาวะของความต้องการ **วัตถุประสงค์** 1. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างสำรวจความต้องการ(Want) ของตนเอง 2. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างเรียนรู้วิธีการสำรวจความต้องการของตนเอง	กลุ่มตัวอย่างสามารถเรียนรู้จากกิจกรรมที่นำชาดก 500 ชาติมาเป็นสื่อในการสร้างความเข้าใจในการสำรวจความต้องการของตนเองได้ โดยมีหลักธรรมที่ช่วยส่งเสริม คือ สาราณียธรรม 6
3.วิธีคิดแบบสามัญลักษณ์หรือวิธีคิดแบบรู้เท่าทันธรรมดา	**กิจกรรมที่ 3** การค้นหากระทำ **วัตถุประสงค์** 1. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างค้นหาการกระทำ (Doing) ของตนเอง 2. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่าง ได้เรียนรู้วิธีการค้นหาการกระทำ (Doing) ของตนเอง	กลุ่มตัวอย่างสามารถเรียนรู้จากกิจกรรมที่นำชาดก 500 ชาติมาเป็นสื่อในการค้นหาการกระทำของตนเอง โดยใช้การเรียนรู้จากกิจกรรมนำมาใช้ในการช่วยค้นหาได้ โดยมีหลักะรรมที่ช่วยส่งเสริม คือ มัชฌิมาปฏิปทาและสัมมาทิฏฐิ
4.วิธีคิดแบบอริยสัจหรือวิธีคิดแบบแก้ปัญหา	**กิจกรรมที่ 4** สำรวจการกระทำ **วัตถุประสงค์** 1. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่าง ได้สำรวจการกระทำ (Doing) ของตนเอง 2. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่าง ได้เรียนรู้วิธีการสำรวจกระทำ (Doing) ของตนเอง	กลุ่มตัวอย่างสามารถเรียนรู้จากกิจกรรมที่นำชาดก 500 ชาติมาเป็นสื่อในการค้นหาการสำรวจกระทำของตนเอง โดยใช้การเรียนรู้จากกิจกรรมนำมาใช้ในการช่วยสำรวจการกระทำได้ โดยมีหลักธรรมที่ช่วยส่งเสริมคือ มัชฌิมาปฏิปทา
5.วิธีคิดแบบอรรถธรรมสัมพันธ์หรือคิดตามหลักการและความมุ่งหมาย	**กิจกรรมที่ 5** ประเมินพฤติกรรมหรือการกระทำ **วัตถุประสงค์** 1. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างประเมินพฤติกรรมหรือการกระทำ (Evaluation) ของตนเอง 2. เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างได้เรียนรู้วิธีการประเมินพฤติกรรมหรือการกระทำ (Evaluation) ของตนเอง	กลุ่มตัวอย่างสามารถเรียนรู้จากกิจกรรมที่ยกตัวอย่างมาประกอบเป็นสื่อในการประเมินการกระทำของตนเอง โดยใช้การเรียนรู้จากกิจกรรมนำมาใช้ในการช่วยค้นหาได้ โดยมีหลักธรรมที่ช่วยส่งเสริมคือสัมมาทิฏฐิ

3) ผลการจัดกิจกรรมกลุ่มตามหลักโยนิโสมนสิการทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหา จากผลการจัดกิจกรรมกลุ่มตามหลักโยนิโสมนสิการทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหา พบว่า คะแนนหลังการทดลอง มีค่ามากกว่าคะแนนก่อนการทดลอง เมื่อมีการติดตามผลหลังก่อนทดลองทั้ง 3 ครั้ง ค่าคะแนนที่ได้มีค่าไม่แตกต่างจากหลังการทดลอง ดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานก่อนการทดลอง หลังการทดลอง และการติดตามทั้งหมด

ระยะการวัด	Mean	Std. Deviation
ก่อนการทดลอง	84.00	7.348
หลังการทดลอง	96.20	2.821
ติดตามครั้งที่ 1	95.10	2.079
ติดตามครั้งที่ 2	94.70	3.401
ติดตามครั้งที่ 3	94.30	3.401

จากผลการจัดกิจกรรมกลุ่มตามหลักโยนิโสมนสิการทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหา พบว่า ค่าความแตกต่างของค่าเฉลี่ยกลุ่มตัวอย่างในการทำกิจกรรมกลุ่มก่อนและหลังการทดลอง มีค่าเฉลี่ยแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 แสดงค่าความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนก่อนการทดลองและหลังการทดลองด้วยสถิติ Paired Samples Test

การเปรียบเทียบ	Mean Difference	Std. Deviation	t	df	Sig. (2-tailed)
pre - post	12.200	5.865	6.578	9	.000

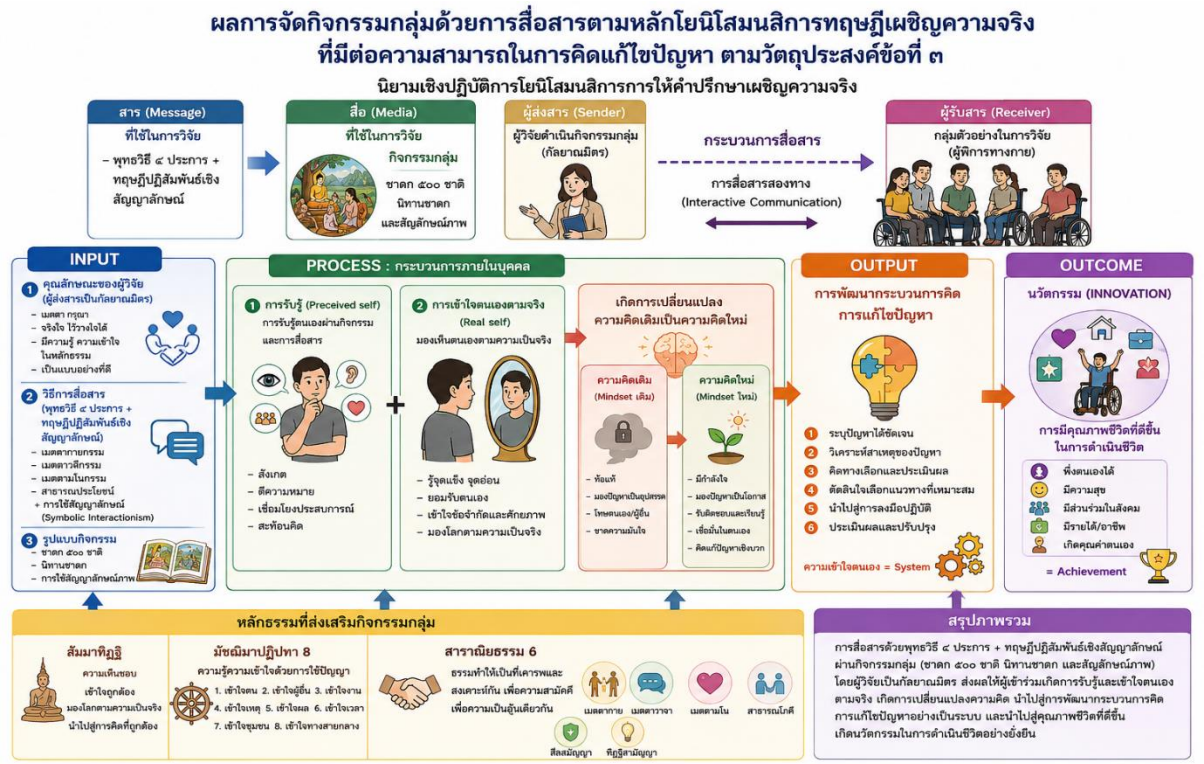
การติดตามผลหลังการทดลองครั้งที่ 1-3 ค่าความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหา หลังการทดลองและการติดตามครั้งที่ 1-3 พบว่า ค่าความแตกต่างของค่าเฉลี่ยกลุ่มตัวอย่างในการทำกิจกรรมกลุ่มหลังการทดลอง และการติดตามครั้งที่ 1-3 มีค่าเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังแสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5 แสดงค่าความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนหลังการทดลองและการติดตามครั้งที่ 1-3 ด้วยสถิติ Paired Samples Test

	Mean	Std. Deviation	t	df	Sig. (2-tailed)
post - follow up 1	1.100	2.767	1.257	9	.240
post - follow up 2	1.500	2.677	1.772	9	.110
post - follow up 3	1.900	3.446	1.743	9	.115

ผลของการเรียนรู้ค่าเฉลี่ยหลังการทดลองมากกว่าก่อนการทดลอง การติดตามผลหลังการทดลองทุกเดือน เป็นระยะเวลา 3 เดือน ผลของการเรียนรู้ค่าเฉลี่ยในการติดตามมากกว่าก่อนการทดลองและมี

ค่าเฉลี่ยไม่แตกต่างจากหลังการทดลอง ทั้งนี้เป็นเพราะว่ากลุ่มตัวอย่างสามารถเรียนรู้และพัฒนากระบวนการคิดในการทำความเข้าใจตนเองได้เป็นการพัฒนากระบวนใหม่จากความคิดเดิม จึงทำให้ผลการเรียนรู้จากกิจกรรมกลุ่มยังให้ผลในการทำความเข้าใจตนเองตามความต้องการและรู้การกระทำของตนเอง มีความเห็นที่ถูกต้องในหลักสัมมาทิฏฐิ หลักโยนิโสมนสิการในขั้นจริยธรรม สามารถค้นหาปัญหาที่เกิดขึ้น และมีการวางแผน ตามรูปแบบของกิจกรรมกลุ่มได้



แผนภาพที่ 2 ผลการจัดกิจกรรมกลุ่มด้วยการสื่อสารตามหลักโยนิโสมนสิการและทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหา
ที่มา: ผู้วิจัยสังเคราะห์จากผลการวิจัย โดยใช้ ChatGPT (OpenAI, 2026) เป็นเครื่องมือช่วยออกแบบภาพประกอบ

อภิปรายผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ข้อที่ 1 ผลการประยุกต์ใช้การสื่อสารด้วยหลักโยนิโสมนสิการในการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริง ด้วยการใช้กิจกรรมกลุ่มที่สร้างขึ้นทั้งหมด 10 กิจกรรม จากการประยุกต์ใช้หลักโยนิโสมนสิการเชื่อมโยงกับทฤษฎีเผชิญความจริง เป็นการผสานความรู้ของทั้งสองส่วนเข้าด้วยกันจึงได้ความรู้ใหม่ คือ นิยามเชิงปฏิบัติการโยนิโสมนสิการ การให้คำปรึกษาเผชิญความจริง นำมาใช้ในการสร้างกิจกรรมที่เป็นเครื่องมือในการวิจัย โดยใช้รูปภาพประกอบ และการใช้เนื้อเรื่องจากชาดกและนิทานชาดก เข้ามาเป็นสื่อประกอบในการสื่อสารของกิจกรรมกลุ่ม เพื่อให้เนื้อหาและวิธีการทำกิจกรรมในแต่ละกิจกรรมเป็นไปตามวัตถุประสงค์ ทั้งนี้เป็นเพราะว่า การสื่อสารที่นำมาใช้ในการทำกิจกรรมกลุ่มจะใช้วิธีการสื่อสารทางพุทธศาสนาที่กล่าวไว้ใน พระสุตตันตปิฎก (ภาษาไทย) มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (2539) คือ ใช้พุทธวิธี 4 ประการ และ ทฤษฎีปฏิสัมพันธ์เชิงสัญญาลักษณ์ ทำให้เข้าใจการติดต่อและการกระทำต่อกันของมนุษย์ โดยหลักการพื้นฐานของทฤษฎีนี้ คือ ความหมาย (Meaning) ซึ่งความหมายเกิดขึ้นจากปฏิสัมพันธ์ของคน

ในสิ่งแวดล้อมทางสังคม การสื่อสารเป็นการแลกเปลี่ยนความหมายผ่านภาษา และสัญลักษณ์ที่ทำให้คนเกิดความเข้าใจ และการเรียนรู้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ พระมหาบัวพันธ์ ฉนฺทโสภโณ (ประสังคะโท) และ พระครูวรธรรมธัช (2565) เพื่อศึกษาการสื่อสารเชิงพุทธเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต ผลการศึกษาพบว่า การสื่อสารเชิงพุทธ คือ การนำหลักธรรมเป็นเครื่องควบคุมกำกับ เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้รับสาร หลักธรรมประกอบผู้รับสาร ได้แก่ โยนิโสมนสิการ (กระบวนการทางความคิด) และสติสัมปชัญญะ (รู้เท่า ทันการสื่อสาร) ที่สอดคล้องกับหลักไตรสิกขา และก่อเกิดประโยชน์ต่อสังคมโดยรวมด้วย นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ ธันยนันท์ ตั้งสายัณห์ (2564) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง ผลการใช้โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อลดความวิตกกังวลในการเตรียมตัว เข้าศึกษาต่อระดับอุดมศึกษาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนดัดดรุณี จังหวัดฉะเชิงเทรา ผลการวิจัยพบว่า (1) โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่ม นักเรียนกลุ่มทดลองมีความวิตกกังวลต่ำกว่าก่อนได้รับโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 และ (2) หลังการทดลอง นักเรียนที่ได้รับโปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มมีความวิตกกังวลต่ำกว่านักเรียนที่ได้รับการให้คำแนะนำแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

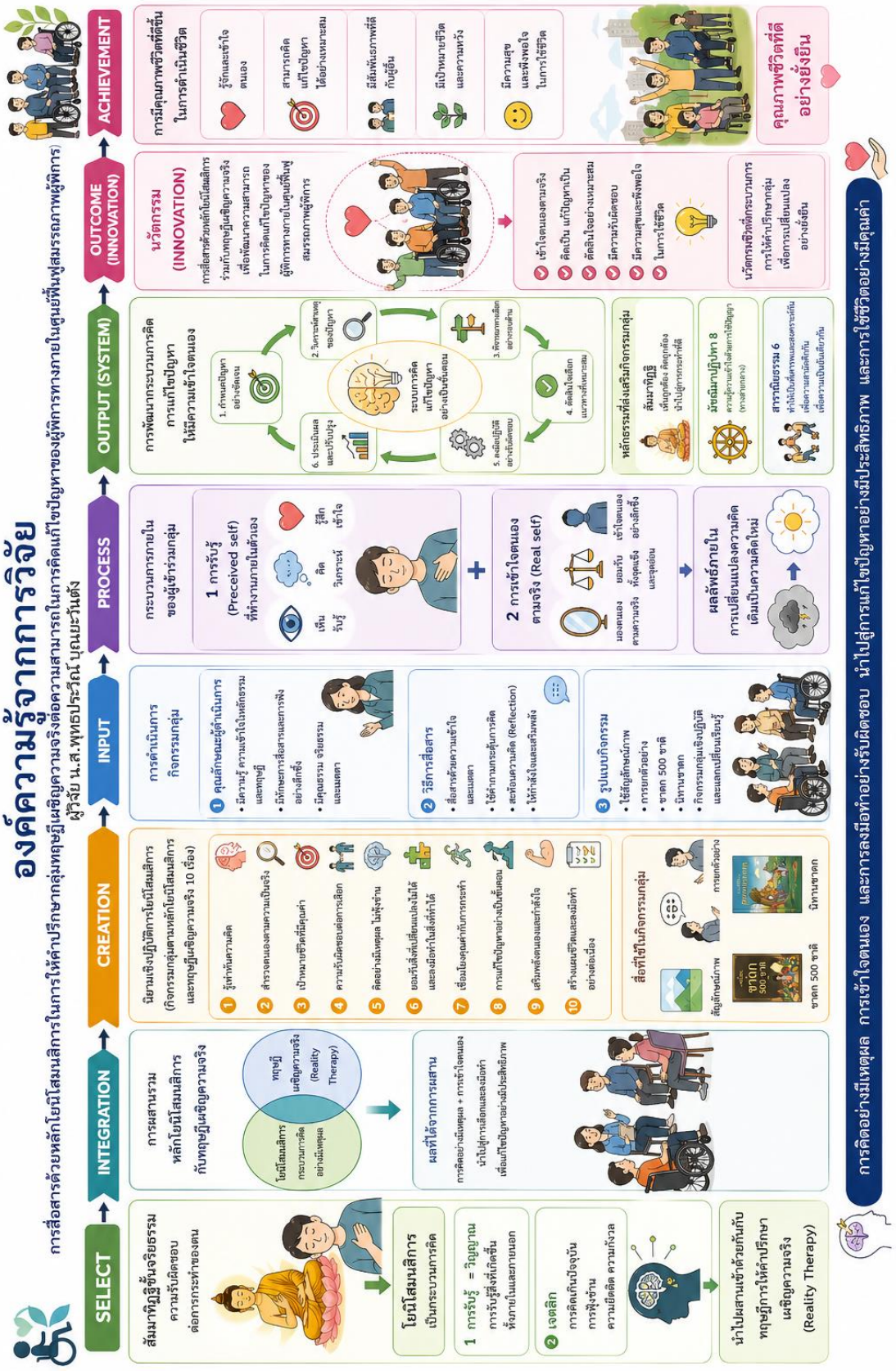
วัตถุประสงค์ข้อที่ 2 พัฒนากิจกรรมกลุ่มตามหลักโยนิโสมนสิการและทฤษฎีเผชิญความจริง พัฒนากิจกรรมกลุ่มตามหลักโยนิโสมนสิการและทฤษฎีเผชิญความจริง กิจกรรมกลุ่มทั้งหมด 10 กิจกรรม เป็นกิจกรรมที่สร้างขึ้นจากการประยุกต์ใช้หลักโยนิโสมนสิการเชื่อโยงกับทฤษฎีเผชิญความจริง โดยกิจกรรมกลุ่มที่สร้างขึ้นจะใช้ภาพประกอบ ยกตัวอย่างประกอบ นำชาดก 500 ชาติ และนิทานชาดก มาใช้เป็นสื่อในการเรียนรู้เพื่อค้นหา สำรวจความต้องการ การกระทำของตนเอง ทั้งนี้เป็นเพราะในกิจกรรมกลุ่มแต่ละกิจกรรมจะมีหลักธรรมที่ส่งเสริมการทำความเข้าใจตนเอง การกระทำของตนเอง จนนำมาสู่การเปลี่ยนแปลง คือ หลักสาราณียธรรม 6 และมัชฌิมาปฏิปทาทั้ง 8 ข้อ ทำให้ผลการเรียนรู้จากกิจกรรมกลุ่มยังให้ผลในการทำความเข้าใจตนเองตามความต้องการและรู้การกระทำของตนเอง นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางความคิด ความเข้าใจใหม่ได้ ซึ่งกระบวนการเหล่านี้ต้องอาศัยกระบวนการคิดของโยนิโสมนสิการมาช่วยในการทำความเข้าใจตนเองตามหลักทฤษฎีเผชิญความจริง จากใบความรู้ และใบงานทั้งหมด รวมทั้งสามารถนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในการดำเนินชีวิตของตนเองได้ เช่น เมื่อมีการกระทบจากคนในครอบครัว ก็จะหงุดหงิดและแสดงอารมณ์กระทบกัน การเรียนรู้ที่ได้จากกิจกรรมทำให้กลุ่มตัวอย่างบางคนสามารถทำความเข้าใจตนเอง รู้การกระทำของตนเอง รู้ว่าอะไรเป็นคุณ และโทษในการกระทำนั้น ทำให้กลุ่มตัวอย่างได้เรียนรู้ และสามารถปรับเปลี่ยนการกระทำของตนเอง รู้จักการวางแผน มีเหตุผลในการกระทำสิ่งต่าง ๆ มากขึ้น และสามารถแก้ไขปัญหาที่เกี่ยวข้องกับตนเองได้ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ วิรัล ธัญวิรัล และคณะ (2555) ได้ศึกษาผลการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพของพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ผลการวิจัยพบว่า มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการทดลองกับระยะเวลาของการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 พยาบาลวิชาชีพที่ได้รับการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญ ความจริงมีการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามสูงกว่า 38 กลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 พยาบาลวิชาชีพที่ได้รับการปรึกษากลุ่ม ตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริง มีการกำกับตนเองในการดูแลสุขภาพในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผลสูงกว่าระยะก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วัตถุประสงค์ข้อที่ 3 ผลการจัดกิจกรรมกลุ่มด้วยการสื่อสารตามหลักโยนิโสมนสิการทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหา ผลของการเรียนรู้หลังการทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยที่ได้ในระยะการติดตามมากกว่าก่อนการทดลองและมีค่าเฉลี่ยไม่แตกต่างกัน จากหลังการทดลอง ทั้งนี้เป็นเพราะว่ากลุ่มตัวอย่างสามารถเรียนรู้และพัฒนากระบวนการคิดในการทำความเข้าใจตนเองได้เป็นการพัฒนา

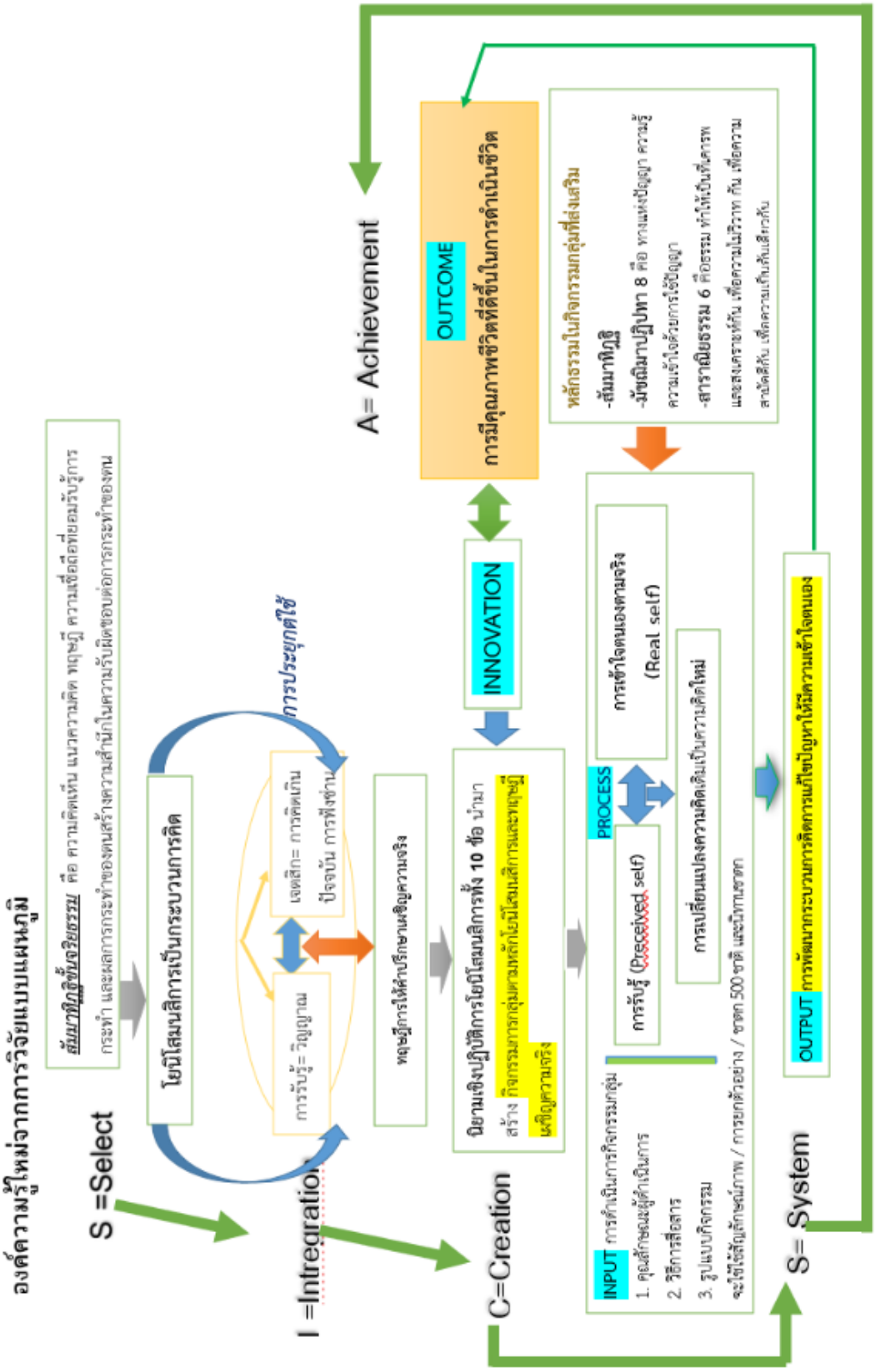
กระบวนใหม่จากความคิดเดิม จึงทำให้ผลการเรียนรู้จากกิจกรรมกลุ่มยังให้ผลในการทำความเข้าใจตนเองตามความต้องการและรู้การกระทำของตนเอง มีความเห็นที่ถูกต้องในหลักสัมมาทิฏฐิ หลักโยนิโสมนสิการในขั้นจริยธรรม สามารถค้นหาปัญหาที่เกิดขึ้น และมีการวางแผน ตามรูปแบบของกิจกรรมกลุ่มได้ ส่วนหลักธรรมที่ส่งเสริมการทำความเข้าใจตนเอง การกระทำของตนเอง จนนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงคือ หลักสาราณียธรรม 6 และมัชฌิมาปฏิปทาทั้ง 8 ข้อ ทำให้ผลการเรียนรู้จากกิจกรรมกลุ่มยังให้ผลในการทำความเข้าใจตนเองตามความต้องการและรู้การกระทำของตนเอง นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางความคิด ความเข้าใจใหม่ได้ ซึ่งจะส่งผลต่อการมีคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ คมสินธุ์ ต้นสีนนท์ (2561) ได้ศึกษาเรื่องการจัดการเรียนรู้ตามหลักโยนิโสมนสิการใน รายวิชาพระพุทธศาสนาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนหอวังปทุมธานี ตำบลสวน พริกไทยอำเภอเมืองปทุมธานี จังหวัดปทุมธานี ผลการวิจัยพบว่า (1) การจัดการเรียนรู้ตามหลัก โยนิโสมนสิการ ในรายวิชาพระพุทธศาสนาสามารถทำให้เกิดการเรียนรู้ของผู้เรียน ร่วมกันภายในกลุ่มและระหว่างกลุ่มอย่างมีเหตุผล ส่งผลให้เกิดการพัฒนาด้านการคิดวิเคราะห์ได้ อย่างเป็นระบบ คิดถูกวิธี คิดในแนวทางที่เป็นกุศล เป็นประโยชน์ต่อตนเองและส่วนรวม (2) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้วิชาพระพุทธศาสนาโดยใช้การจัดการเรียนรู้ตามหลักโยนิโสมนสิการมีผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนรู้ หลังเรียนสูงกว่าก่อนเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

องค์ความรู้ใหม่

จากการศึกษาการพัฒนารูปแบบกิจกรรมกลุ่มตามหลักโยนิโสมนสิการทฤษฎีเผชิญความจริงที่มีต่อความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหาของผู้พิการทางกายที่เข้ารับการฟื้นฟูในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการและผู้สูงอายุเทศบาลตำบลบางสีทอง ซึ่งประกอบด้วย 5 องค์ประกอบสำคัญ ได้แก่ 1) การคัดเลือกสิ่งที่นำมาใช้ในการศึกษา 2)การผสานรวมกันขององค์ความรู้ทำให้ได้องค์ความรู้ใหม่ 3) การนำองค์ความรู้ใหม่มาสร้างรูปแบบกิจกรรมกลุ่ม 4) การศึกษาอย่างเป็นระบบ 5) ความสำเร็จที่เกิดขึ้นคือนวัตกรรมส่งผลให้เกิดประสิทธิภาพในการใช้ชีวิต โดยผลการทดลองของกลุ่มตัวอย่างที่เข้ารับการฟื้นฟูในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการและผู้สูงอายุเทศบาลตำบลบางสีทอง พบว่า ความใหม่ที่นำมาสร้างกิจกรรมกลุ่มสามารถพัฒนากระบวนการคิดในการทำความเข้าใจตนเองจากกิจกรรมกลุ่ม โดยการพัฒนากระบวนการคิดใหม่จากความคิดเดิม มีความเห็นที่ถูกต้องเกี่ยวกับตนเองมีความเข้าใจตนเองตามความต้องการและรู้การกระทำของตนเองนำไปสู่การแก้ไขปัญหาที่ถูกต้อง และการยอมรับตนเองตามจริงได้ พร้อมที่จะพัฒนาตนเอง เปลี่ยนแปลงตนเอง ดังแสดงไว้ในแผนภาพที่ 1 และ 2



แผนภาพที่ 3 องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย
ที่มา: ผู้วิจัยสังเคราะห์จากผลการวิจัย และใช้ ChatGPT โดย OpenAI (2026) เป็นเครื่องมือช่วยออกแบบภาพประกอบ



แผนภาพที่ 4 องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย แบบแผนภูมิ

สรุป

จากกการศึกษาวิจัยการสื่อสารด้วยหลักโยนิโสมนสิการในการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหาของผู้พิการทางกายในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการ ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างสามารถเรียนรู้และพัฒนากระบวนการคิดในการทำความเข้าใจตนเองจากกิจกรรมกลุ่มได้เป็นการพัฒนากระบวนการคิดใหม่จากความคิดเดิม มีความเห็นที่ถูกต้องเกี่ยวกับตนเองด้วยหลักสัมมาทิฏฐิ และหลักโยนิโสมนสิการในขั้นจริยธรรม ส่วนหลักธรรมที่ส่งเสริมการทำความเข้าใจตนเอง การกระทำของตนเอง จนนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงคือ หลักสาราณียธรรม 6 และมัชฌิมาปฏิปทาทั้ง 8 ข้อ ทำให้ผลการเรียนรู้จากกิจกรรมกลุ่มยังให้ผลในการทำความเข้าใจตนเองตามความต้องการและรู้การกระทำของตนเองนำไปสู่การแก้ไขปัญหาที่ถูกต้อง และการยอมรับตนเองตามจริงได้ เป็นการส่งเสริมการมีคุณภาพชีวิตที่ดี

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. หน่วยงานภาครัฐที่มีส่วนในการช่วยเหลือผู้พิการควรมีนโยบายและแผนยุทธศาสตร์ที่เกี่ยวกับการพัฒนากระบวนการคิดที่ส่งเสริมความเข้าใจความต้องการตนเอง โดยประยุกต์หลักพุทธธรรมเข้ากับแนวคิดทางจิตวิทยา เพื่อให้การดำเนินงานมีทิศทางที่ชัดเจนและสอดคล้องกับบริบทการเปลี่ยนแปลงของสังคม

2. งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยที่สามารถนำมาเป็นรูปแบบในการพัฒนากระบวนการคิดที่ทำให้เกิดความเข้าใจที่ถูกต้องตามหลักธรรมในสัมมาทิฏฐิ ที่จะช่วยลดความเข้าใจผิดของตนเองจนนำไปสู่การเกิดปัญหาที่มาจากความคิดที่มากเกินไปของตนเอง หรือความเข้าใจผิดจากการไม่เข้าใจความคิด และความต้องการของตนเองอย่างแท้จริง ก็จะส่งผลต่อการกระทำที่ทำให้เกิดปัญหาในครอบครัว และสังคมมากขึ้นได้

3. ควรส่งเสริมความร่วมมือระหว่างศูนย์ฟื้นฟูในพื้นที่ต่างๆกับหน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และประชาสังคมในการพัฒนางานด้านการฟื้นฟูอย่างบูรณาการ เพื่อระดมทรัพยากรและองค์ความรู้ในการยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนอย่างรอบด้าน

ข้อเสนอแนะในการนำการวิจัยไปใช้

1. งานวิจัยนี้เป็นการศึกษาแบบกึ่งทดลองที่คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงสามารถอธิบายผลการทดลองได้เฉพาะการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างนี้เท่านั้นไม่สามารถนำไปเป็นตัวแทนของผู้พิการทางกายทั้งหมดได้

2. ควรจัดทำฐานข้อมูลองค์ความรู้ด้านจิตวิทยาวิถีพุทธ รวมถึงการวิจัยและพัฒนานวัตกรรมที่เกี่ยวกับการพัฒนากระบวนการคิดด้วยหลักพุทธธรรม เพื่อให้สามารถนำไปประยุกต์ใช้แก้ไขปัญหาได้อย่างสร้างสรรค์

3. ควรมีการพัฒนากิจกรรมกลุ่มก่อนการนำไปใช้เพื่อให้เหมาะสมกับกลุ่มที่ต้องการศึกษา

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. การสื่อสารด้วยหลักโยนิโสมนสิการในการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีเผชิญความจริงต่อความสามารถในการคิดแก้ไขปัญหาของผู้พิการทางกายในศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพผู้พิการสามารถนำไปประยุกต์ใช้เพื่อให้เกิดการพัฒนาได้ในกลุ่มตัวอย่างอื่น

2. ควรวิจัยและพัฒนาจิตวิทยาวิถีพุทธที่ใช้หลักธรรมอื่นมาประยุกต์ใช้ในการศึกษาทั้งในเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ เป็นการขยายผลสู่การพัฒนาจิตวิทยาวิถีพุทธในระดับประเทศต่อไป

3. ควรมีการวิจัยแนวทางการประยุกต์หลักพุทธธรรม ผ่านการพัฒนาโมเดลองค์ความรู้ใหม่เพื่อสังคม (Social Enterprise) หรือกลไกที่เอื้อต่อการบริหารจัดการในการแก้ไขปัญหาในระดับที่ชุมชนที่มีประสิทธิภาพมากขึ้น

เอกสารอ้างอิง

คมสินธุ์ ต้นสีนนท์. (2561). *การจัดการเรียนรู้ตามหลักโยนิโสมนสิการในรายวิชาพระพุทธศาสนาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนหอวัง ปทุมธานี ตำบลสวนพริกไทย อำเภอเมืองปทุมธานี จังหวัดปทุมธานี*. (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

ธันยนันท์ ตั้งสายัณห์. (2564). *ผลการใช้โปรแกรมการปรึกษาแบบกลุ่มเพื่อลดความวิตกกังวลในการเตรียม ตัวเข้าศึกษาต่อระดับอุดมศึกษาของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนดัดดรุณี จังหวัดฉะเชิงเทรา*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

พระภาวนาวิริยคุณ. (2560). *นิทานชาดก*. สืบค้นเมื่อ 30 มิถุนายน 2567, จาก https://www.kalyanamitra.org/th/chadok500_list.php

พระมหาบัวพันธ์ ฉนฺทโสภโณ (ประสังคะโท) และ พระครูวรธรรมธัช. (2565). การสื่อสารเชิงพุทธเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต. *Journal of Buddhist Education and Research: JBER*. 8 (1), 336-347.

พระมหาสุรศักดิ์ มุ่งช้อนกลาง. (2557). *การศึกษาผลการเรียนรู้และการคิดแบบคุณโทษและทางออกเรื่องหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ด้วยวิธีคิดแบบโยนิโมนสิการ*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศิลปากร.

พัทธพีร์ มะลิสุวรรณ. (2550). *กระบวนการสื่อสารในการขัดเกลาทางสังคมของนักเรียนนายร้อยโรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า*. (วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต). จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*, โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

วิรัล ธัญวิรัล, เพ็ญนภา กุลนภาดล และ ประชา อินัง. (2555). ผลการปรึกษากลุ่มตามแนวทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการกากับตนเองในการดูแลสุขภาพ ของพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์. *เวชสารแพทย์ทหารบก*. 65(2), 119-126.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ.(2566). *การสำรวจความพิการ พ.ศ. 2565*. กองสถิติสังคม.

OpenAI. (2026). *ChatGPT* [Large language model]. https://chatgpt.com/