



รูปแบบการส่งเสริมกิจกรรมเพื่อสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจ
ของครอบครัววิถีชีวิตใหม่ตามแนวพุทธจิตวิทยา*

DEVELOPING A MODEL FOR PROMOTING ACTIVITIES TO CULTIVATE
MENTAL RESILIENCE WITHIN NEW WAY OF FAMILY LIFE BASED
ON BUDDHIST PSYCHOLOGY

กมลาศ ภูวนาธิพงษ์, พระมหานันทวิทย์ แก้วบุตริ,
พระภิกษุชาวนาวชิรวิเทศ (มงคล มงคล), มนัสนันท์ ประภัสสรพิทยา,
หนึ่งธิดา สารศรี

Kamalas Phoowachanathipong, Phranmaha Nuntawit Kaewbooddee,
Phrabhavanawachirawidesa (Mongkol Mangkhalo), Manasanan Prapassornpitaya,
Nuengthida Sarisee

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Corresponding Author E-mail: niyanan.ka@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ 1. ศึกษารูปแบบการส่งเสริมกิจกรรมเพื่อสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจของครอบครัววิถีชีวิตใหม่ตามแนวพุทธจิตวิทยา และ 2. นำเสนอผลการประเมินจากการส่งเสริมกิจกรรมเพื่อสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจของครอบครัววิถีชีวิตใหม่ตามแนวพุทธจิตวิทยา เป็นการวิจัยแบบผสานวิธี กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ กลุ่มผู้นำชุมชน ผู้ใหญ่บ้าน องค์การบริหารส่วนตำบล ผู้อำนวยการและครู โรงเรียนในพื้นที่ จำนวน 10 คน กลุ่มผู้ปกครองจำนวน 14 ครอบครัว และนักเรียนเยาวชนในพื้นที่ 30 คน ในพื้นที่สามอำเภอ อำเภอเมืองพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เครื่องมือในการวิจัยประกอบด้วย การสัมภาษณ์เชิงลึก ชุดกิจกรรม แบบสำรวจ และแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยสถิติ t-test และการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัยพบว่า 1. รูปแบบการส่งเสริมกิจกรรมเป็นชุดกิจกรรม 4 ระยะ ได้แก่ 1. เสริมสร้างพลังใจครอบครัวเข้มแข็งทางใจ 2. เชื่อมสายใยครอบครัว 3. สื่อสารสร้างสรรค์ 4. สื่อสารเชิงบวก และกิจกรรมครอบครัว ได้แก่ การบรรยายความรู้และการทำจิตอาสา 2. ผลการประเมินจากการส่งเสริมกิจกรรมเพื่อสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจของ



ครอบครัววิถีชีวิตใหม่ตามแนวพุทธจิตวิทยา พบว่า เยาวชนและผู้ปกครองมีคะแนนเฉลี่ยตัวแปรพลั้งใจโดยรวมหลังอบรมแตกต่างกับก่อนอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคะแนนเฉลี่ยหลังอบรมสูงกว่าก่อนอบรมและ ผลเชิงคุณภาพ พบว่า พฤติกรรมของเยาวชนและครอบครัวหรือผู้ปกครองมีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น

คำสำคัญ: พุทธจิตวิทยา; ความเข้มแข็งทางจิตใจ; ครอบครัววิถีชีวิตใหม่

Abstract

Objectives of this research article were: 1. to study a model for promoting activities to cultivate mental resilience within new way of family life based on Buddhist psychology and 2. to present the evaluation results from promoting activities to cultivate mental resilience within new way of family life based on Buddhist psychology, conducted by the mixed methods research. The key informant groups included community leaders, village elders, sub-district officials, school directors, and teachers in the area, totaling 10 individuals. The parent group comprised 14 families, and there were 30 youth students in the Samphao Lom area, Mueang Phra Nakhon Si Ayutthaya District, Phra Nakhon Si Ayutthaya Province. Research tools encompassed in-depth interviews, activity sets, surveys, questionnaires, and data analysis using percentages, averages, standard deviations, and content analysis.

Research results were as follows: 1. A model for promoting activities comprised four phases of activities: 1. family mental strengthening, 2. fostering family bonds, 3 creative communication, and 4. Positive communication and family activities included knowledge-sharing sessions and volunteer activities. 2. The evaluation results from promoting activities to cultivate mental resilience within new way of family life based on Buddhist psychology showed that the average scores of both youth and parents on overall mental resilience after training significantly differ from those before training at the 0.05 level of statistical significance. Specifically, the average scores after training were higher than those before training. And qualitative results revealed that the behaviors of youth and families, or parents improved positively.

Keywords: Buddhist Psychology; Mental Resilience; New Way of Family Life



บทนำ

ปัจจุบันลักษณะโครงสร้างครอบครัวไทยเปลี่ยนแปลงไปมากอันเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม ด้วยเหตุปัจจัยหลายประการ ทั้งมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านการเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยี เกิดกระแสโลกาภิวัตน์ที่เน้นความเป็นตัวตนเฉพาะหรือปัจเจกบุคคลและการให้ความสำคัญต่อการบริโภคและค่านิยมทางวัตถุ สิ่งที่เกิดขึ้นเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อการสร้างเงื่อนไขต่าง ๆ ทางสังคม ทำให้ต้องเปลี่ยนไปจากเดิมส่งผลต่อเสถียรภาพความมั่นคงของครอบครัวไทยซึ่งในอดีตเคยมีความใกล้ชิดผูกพันกันมากต้องคลอนแคลนเปลี่ยนแปลงไปอย่างไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ โดยเฉพาะลักษณะของครอบครัวไทยที่มีการเปลี่ยนแปลงต่างจากอดีตอย่างเห็นชัด โดยในอดีตเด็ก เยาวชนในครอบครัวได้รับอิทธิพลสำคัญจากผู้ใหญ่ที่อาศัยอยู่ในครัวเรือนเดียวกันในการถ่ายทอดคุณธรรม ค่านิยม ขนบธรรมเนียมประเพณี ความเชื่อต่าง ๆ และภายในแต่ละครอบครัวสัมพันธ์ภาพระหว่างสมาชิกครอบครัวเป็นไปอย่างอบอุ่นเอื้ออาทรต่อกัน มีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกันมีความเข้มแข็งสามารถสนับสนุนและเป็นที่พึ่งพิงแก่ครอบครัวทั้งในยามสุขและยามทุกข์ได้ (สำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว, 2562)

ในช่วง 12 ปีหลัง หรือ พ.ศ. 2541-2552 ยังแสดงให้เห็นถึงการขยายตัวของประเด็นเรื่องความสัมพันธ์ในชีวิตครอบครัวที่มีความเปราะบางมากขึ้น สัมพันธภาพในครอบครัวของครอบครัวลดความเข้มแข็งลง เมื่อพลังของครอบครัวในด้านความร่วมมือร่วมใจกันทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ความคิดเพื่อจะหาทางเอาชนะอุปสรรคต่าง ๆ ลดทอนลงหรือขาดหายไป จึงส่งผลกระทบต่อประเด็นทางสังคมอื่น ๆ หลายประการ ทั้งปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดกับครอบครัว เช่น ความรุนแรงในครอบครัว การหย่าร้าง การทอดทิ้งบุตรหรือผู้สูงอายุ ปัญหาพฤติกรรมของสมาชิกในครอบครัวและพฤติกรรมเสี่ยงในวัยรุ่น เช่น การเสพยาเสพติดแอลกอฮอล์ เพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร อาชญากรรม การฆ่าตัวตาย ความมั่นคงทางอารมณ์ (กุลภา วจนสาระ, 2554) นอกจากนี้สถานการณ์ความเข้มแข็งของครอบครัวปี พ.ศ. 2563 จากกลุ่มตัวอย่าง 56,972 ครอบครัว แบ่งเป็น ครอบครัวเดี่ยว ร้อยละ 82.24 ครอบครัวขยาย ร้อยละ 15.43 และครอบครัวลักษณะพิเศษ ร้อยละ 2.26 ภาพรวมพบว่า ครอบครัวไทยมีระดับความเข้มแข็ง ร้อยละ 85.60 ซึ่งสูงกว่าเกณฑ์มาตรฐาน ร้อยละ 68.40 โดยมีดัชนีความเข้มแข็ง คือ พังพาดตนเองมากที่สุดถึงร้อยละ 97.67 รองลงมา คือทุนทางสังคม ร้อยละ 94.97 ทำบทบาทหน้าที่ครอบครัว ร้อยละ 91.08 ขณะเดียวกันก็ยังมีปัจจัยที่จะทำให้ครอบครัวไทยอ่อนแอลง ระบุว่า การระบาดของโรคโควิด-19 ทำให้สถานการณ์ของครอบครัวซับซ้อน ส่งผลให้สถาบันครอบครัวไทยมีความอ่อนแอลง (กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว, 2563) โดยจากสถานการณ์



การแพร่ระบาดของโควิด-19 ที่ส่งผลกระทบกับการดำรงชีวิตอย่างมาก โดยเฉพาะการเกิดปัญหาครอบครัวในยุค โควิด-19 นั้นนอกจากจะเป็นตัวเร่งทำให้คนในสังคมต้องปรับตัวในหลากหลายเรื่องไม่ว่าจะเป็นเทคโนโลยี การทำงาน การเรียน หรือการดูแลสุขภาพของตนเองแล้ว โควิด-19 ยังเป็นปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อครอบครัว ทำให้ปัญหาครอบครัวก็ยิ่งขยายออกและเห็นภาพของปัญหาที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้น เช่น ครอบครัวแตกแยก เด็กหญิงต้องรับกรรม พ่อแม่แยกทางกัน สามีภรรยาทะเลาะกัน ปมเราชนะ-จำนำม้อถือ ลูกไม่มีสมาธิเรียนออนไลน์เพราะแม่เรียกทำงานบ้าน ฯลฯ จึงสะท้อนให้เห็นว่าผลกระทบจากโควิด-19 ที่นอกจากจะทำให้เศรษฐกิจพังแล้ว ยังทำให้ความเข้มแข็งและสัมพันธ์ภาพที่ดีในครอบครัวลดลง เพราะเรื่องเศรษฐกิจคือเรื่องปากท้องของประชาชน เมื่อเศรษฐกิจไม่ดีคนก็ไม่มีรายได้ ความเครียดความกดดันภายในครอบครัวจึงเกิดขึ้นตามมา (สุชุมเฉลยทรัพย์, 2565)

ด้านยุทธศาสตร์ชาติได้ให้ความสำคัญกับปัญหาด้านครอบครัวเช่นเดียวกัน โดยได้เน้นให้พัฒนาสังคมไทยให้เป็นสังคมคุณภาพที่มีความมั่นคงและยั่งยืน (ยุทธศาสตร์ชาติ พ.ศ. 2561-2580) เป็นโจทย์ท้าทายทางสังคมที่ต้องอาศัยองค์ความรู้จากการวิจัยและนวัตกรรมเพื่อตอบโจทย์ โดยมุ่งยกระดับความมั่นคงของมนุษย์ ความเสมอภาคทางสังคม การยอมรับเป็นสมาชิกในสังคมที่มีสิทธิเสมอภาค และการเสริมพลังทางสังคม เพิ่มการมีส่วนร่วมของประชาชนและชุมชนในทางการเมืองอย่างสร้างสรรค์ จึงมีความจำเป็นเร่งด่วนที่ทุกภาคส่วน จะต้องร่วมกันสร้างสถาบันครอบครัวให้มีความอบอุ่นเข้มแข็ง

ดังนั้น จากความสำคัญและปัญหาดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจการศึกษาและให้ความสำคัญในการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีในครอบครัว โดยเฉพาะส่งเสริมการสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจของครอบครัวไทย ผ่านการพัฒนาจากการส่งเสริมกิจกรรมเพื่อสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจของครอบครัววิถีชีวิตใหม่ โดยอยู่บนฐานของการนำหลักพุทธจิตวิทยามาสร้างกลไกกระบวนการจัดกิจกรรมที่เน้นการส่งเสริมการสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจ ตลอดจนการสร้างความร่วมมือกับภาคีเครือข่ายทางสังคมต่าง ๆ ทั้งหน่วยงานภาครัฐ เอกชน หรือสถาบันการศึกษา เมื่อสถาบันครอบครัวอันเป็นหน่วยแรกของสังคมมีเข้มแข็งก็จะนำไปสู่การอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุขในชุมชน เกิดชุมชนเข้มแข็ง สมาชิกในชุมชนมีดำรงชีวิตอย่างมีความสุขในสังคมต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษารูปแบบการส่งเสริมกิจกรรมเพื่อสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจของครอบครัววิถีชีวิตใหม่ตามแนวพุทธจิตวิทยา



2. เพื่อเสนอผลประเมินจากการส่งเสริมกิจกรรมเพื่อสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจของครอบครัววิถีชีวิตใหม่ตามแนวพุทธจิตวิทยา

วิธีดำเนินการวิจัย

1. รูปแบบการวิจัย

เป็นการวิจัยแบบผสมผสานวิธี (Mixed Methods Research) โดยใช้วิธีวิจัยเชิงปริมาณ และวิธีเชิงคุณภาพขยายเชิงปริมาณ ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมหลักการ แนวคิด ทฤษฎี จากเอกสาร วารสาร สื่อสิ่งพิมพ์ ข้อมูลจากอินเทอร์เน็ตและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งทางจิตวิทยาและทางพระพุทธศาสนา

2. ประชากร กลุ่มตัวอย่าง และผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

2.1 ประชากร ได้แก่ ครอบครัวในพื้นที่ตำบลสำเภาล่ม จำนวนประชากรรวมทั้งสิ้น 6,824 คน (องค์การบริหารส่วนตำบลสำเภาล่ม, 2565) กำหนดกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ โดยคัดเลือกกลุ่มประชาชนในพื้นที่แบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากชุมชนต้นแบบที่พร้อมในการเป็นต้นแบบการพัฒนาตามโครงการ เป็นพื้นที่ทดลองกิจกรรมและทดลองนาร่อง (Try Out) และเป็นพื้นที่ที่ให้ความร่วมมือเกี่ยวกับการส่งเสริมจากโครงการวิจัยเป็นอย่างดี จึงควรจะมีการพัฒนาและส่งเสริมความเข้มแข็งทางด้านจิตใจตั้งแต่ระดับปัจเจกบุคคลจนนำไปสู่ระดับครอบครัวและระดับสังคมเพื่อความสันติสุข

2.2 กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ครอบครัวและเยาวชน คัดเลือกแบบกลุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เพื่อเข้าร่วมกิจกรรมทดลองในโครงการวิจัย โดยใช้เกณฑ์คุณสมบัติ ดังนี้ 1. การสมัครใจเข้าร่วมโครงการตลอดระยะเวลาการวิจัย 2. ยินดีเข้าร่วมกิจกรรมอบรม 3. ผู้ปกครอง ได้แก่ พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย หรือญาติที่ใกล้ชิดกับเยาวชน ยินดีเข้าร่วมกิจกรรมพร้อมกับเยาวชน

กลุ่มที่ 1 กลุ่มตัวอย่าง เยาวชนในพื้นที่นาร่อง ได้แก่ นักเรียน ชุมชนตำบลบ้านใหม่ องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านใหม่ โรงเรียนชุมชนวัดสุเมธ วัดพุทธอุทยาน มหาราชหลวงปู่ทวด อำเภอมหาราช จังหวัดพระนครศรีอยุธยา 30 คน

กลุ่มที่ 2 กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ในพื้นที่ตำบลสำเภาล่ม อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา โดยได้กำหนดกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ กลุ่มผู้นำชุมชน ผู้ใหญ่บ้าน องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านใหม่ ผู้อำนวยการและครูโรงเรียนในพื้นที่ 10 คน

กลุ่มที่ 3 กลุ่มตัวอย่าง ในการทดลองกิจกรรม กลุ่มผู้ปกครอง 14 ครอบครัว



กลุ่มที่ 4 กลุ่มตัวอย่าง ในการทดลองกิจกรรม นักเรียนเยาวชนในพื้นที่ ตำบลสำเภาล่ม อำเภอพระนครศรีอยุธยา 30 คน

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 เครื่องมือเชิงปริมาณ ได้แก่ 1. เครื่องมือที่ใช้ทดลองกิจกรรม ได้แก่ ชุดกิจกรรมสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจและ 2. เครื่องมือที่ใช้รวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ ได้แก่ แบบประเมินความเข้มแข็งทางจิตใจของครอบครัว

3.2 เครื่องมือเชิงคุณภาพ ได้แก่ 1. แนวทางข้อคำถามในการสัมภาษณ์ และ 2. การสังเกตแบบมีส่วนร่วมการตรวจคุณภาพเครื่องมือ โดยการนำประเมินตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) อยู่ระหว่าง .80-1.00 และหาค่าความเที่ยง (Reliability) ของแบบประเมินด้วยสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคทั้งฉบับ (Cronbach's Alpha) เท่ากับ .89

4. การรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในเชิงปริมาณ เก็บข้อมูลจากแบบสอบถาม สำหรับการวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยได้ทำใช้แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

5. การวิเคราะห์ข้อมูล และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และวิเคราะห์เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยและความแตกต่างของคะแนนก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม โดยใช้สถิติ Paired-Sample T-Test และการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา และการสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย (Analytic Induction)

ผลการวิจัย

1. รูปแบบการส่งเสริมกิจกรรมเพื่อสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจของครอบครัววิถีชีวิตใหม่ตามแนวพุทธจิตวิทยา จากการศึกษาพบว่า การพัฒนากระบวนการสร้างความเข้มแข็งทางใจจากการหลักพุทธจิตวิทยามุ่งเน้นการกับวัฒนธรรมไทย และนำมาสร้างเป็นชุดกิจกรรมเพื่อทำการทดลองใช้รูปแบบในการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจของครอบครัว ซึ่งการทำกิจกรรมนั้นประกอบด้วยการดำเนินกิจกรรม 4 ระยะ ได้แก่

ระยะที่ 1 เสริมสร้างพลังใจครอบครัวเข้มแข็งทางใจ กิจกรรมในระยะนี้เป็นการอบรมทำกิจกรรมที่เน้นการทำกิจกรรมครอบครัว ประกอบด้วยการทำกิจกรรม 2 วัน ได้แก่ 1. สานพลังใจ ให้ครอบครัวเข้มแข็งมีแนวคิดในการสร้างกิจกรรมที่เน้นการสร้างสัมพันธ์ภาพสานพลังความสัมพันธ์พลังครอบครัวพลังใจสำคัญอย่างไร และมีการเรียนรู้ผ่านการกระบวนการระดมความคิด และผ่านการลงมือทำ โดยใช้หลักพุทธจิตวิทยา ได้แก่



โยนิโสมนสิการและอิทธิบาท 4 และหลักจิตวิทยาวัยรุ่น เป็นต้น 2. ฟังพูดด้วยหัวใจ เชื่อมสายใยครอบครัวเข้มแข็งมีแนวคิดในการสร้างกิจกรรมที่เน้นเยาวชนให้เป็นผู้ที่มีลักษณะการสื่อสารเชิงบวกการกล้าแสดงความคิดเห็นต่อคนในครอบครัว 3. สื่อสารสร้างสรรค์ สร้างความเข้มแข็งทางใจในครอบครัว โดยมีแนวคิดในการทำกิจกรรม คือ เน้นการสร้าง ความเข้มแข็งทางใจในครอบครัวผ่านการเรียนรู้ผ่านการปฏิบัติการ (Workshop) ที่เน้นให้เกิดการคิด วิเคราะห์ว่าทั้งตัวเราและสิ่งรอบตัวล้วนมีความสัมพันธ์กันและการสื่อสารเชิงบวก เสริมสัมพันธ์ภาพในครอบครัว

ระยะที่ 2 เชื่อมสายใยครอบครัว เป็นระยะที่มีการติดตามผลงานจากการสะท้อนความคิดจากการเข้าร่วมกิจกรรมในระยะแรกเพื่อเป็นการติดตามกำกับกับการดำเนินของกิจกรรม และนำไปปรับปรุงและตรวจสอบความสำเร็จว่าเป็นไปตามวัตถุประสงค์ เป้าหมาย หรือตัวชี้วัดที่ตั้งไว้ตามรูปแบบที่ต้องการหรือไม่ โดยการจัดอบรมกิจกรรมนั้น ใช้ระยะเวลา 1 วัน ได้แก่ 1. สื่อสารด้วยหัวใจ เชื่อมสายใยครอบครัวจะเน้นการติดตามสะท้อนผลจากความคิดเห็นระหว่างผู้ปกครองกับเด็ก และทำให้ผู้ปกครองทราบถึงสาเหตุ และปัญหาของเด็ก หากเด็กมีปัญหา หรือมีการคับข้องใจไม่กล้าที่จะบอกกับผู้ปกครอง ในกิจกรรมครั้งนี้ ก็เป็นการส่งเสริมพลังผู้ปกครองและเด็กได้หันหน้าคุยกัน

ระยะที่ 3 สื่อสารสร้างสรรค์ เน้นการการสะท้อนคิดเห็น เพราะการสะท้อนความคิดเห็นมีความสำคัญต่อการคิด ตัดสินใจ แก้ปัญหาในสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งจะช่วยให้เกิดทักษะในการแก้ปัญหา ซึ่งการฝึกสะท้อนคิดเป็นกระบวนการที่นำไปสู่การคิดอย่างมีวิจารณญาณ และเป็นการพัฒนาศักยภาพทางปัญญาที่ส่งผลให้มีการปฏิบัติและการแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ประกอบด้วยการทำกิจกรรม 1 วัน ได้แก่ 1. สื่อสารสร้างสรรค์ สร้างความเข้มแข็งทางใจวัยใส Set Gold ด้วยพลังใจเข้มแข็ง แนวคิดในการสร้างกิจกรรมที่เน้นการวิเคราะห์ การกำหนดเป้าหมาย และหาแนวทางเพื่อแก้ไข คือ การวิเคราะห์ตนเพื่อพัฒนาด้านอัตตัญญูตา คือ การรู้จักตน การกำหนดเป้าหมายชีวิต เพื่อให้เห็นคุณค่าของการศึกษาและการฝึกฝนตนเอง และทบทวนแนวทางเพื่อใช้ในการดำเนินชีวิตหรือนำไปสู่เส้นทางที่จะประสบความสำเร็จ

ระยะที่ 4 สื่อสารเชิงบวก เสริมพลังใจดี ครอบครัวเป็นสุข ปลุกจิตอาสาสู่ชุมชน เป็นการสรุปกิจกรรมจากการปฏิบัติกิจกรรมทั้งหมด โดยเป็นสรุปกิจกรรมที่ดำเนินการที่ผ่านมาเพื่อให้ทราบถึงจุดแข็งจุดอ่อน และพร้อมนำไปปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้นต่อไป โดยการจัดอบรมกิจกรรมนั้น ใช้ระยะเวลา 1 วัน ได้แก่ 1. U ME DEE ปลดปล่อยพลังภายในเป้าหมายก็แค่ปากซอย โดยกิจกรรมเน้นการให้ความรู้ และการทำจิตอาสา และกิจกรรมครอบครัว โดยมีพ่อแม่มาเข้าร่วมกิจกรรมด้วย ซึ่งประกอบด้วย 2 กิจกรรม ได้แก่ 1. การจัดกิจกรรมมีในลักษณะเป็นการบรรยายความรู้เกี่ยวกับเรื่องปลดปล่อยพลังภายใน



สร้าง Growth Mindset ได้ด้วยตัวเอง และ 2. การทำจิตอาสา โดยมีแนวคิดเน้นการคิดแบบเติบโต คือ การคิดแบบเชิงบวก นำไปสู่การมีวิธีคิดเพื่อสังคม

2. ผลประเมินจากการส่งเสริมกิจกรรมเพื่อสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจของครอบครัววิถีชีวิตใหม่ตามแนวพุทธจิตวิทยาผู้วิจัยเสนอผลวิเคราะห์เชิงปริมาณและเชิงคุณภาพดังนี้

2.1 ผลวิเคราะห์เชิงปริมาณ พบว่า ผลวิเคราะห์ของกลุ่มเยาวชนดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความหมายและเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรพลังใจก่อนและหลังรับการอบรมของกลุ่มเยาวชนในภาพรวมและจำแนกเป็นรายด้าน

รายการ	ก่อนอบรม(Pretest)			หลังอบรม(Posttest)			t-test	Sig.
	$\bar{X}$	S.D.	ความหมาย	$\bar{X}$	S.D.	ความหมาย		
1. การมองโลกในแง่ดี	3.15	0.44	จริง	3.20	0.45	จริง	-0.421	.677
2. มีความเชื่อมั่นในตัวเอง	2.77	0.41	จริง	2.99	0.40	จริง	-2.616	.014
3. มีความเพียรพยายาม	3.12	0.46	จริง	3.26	0.39	จริง	-1.788	.024
4. สามารถจัดการกับปัญหา	2.97	0.53	จริง	3.10	0.40	จริง	-1.258	.219
5. สามารถควบคุมอารมณ์	2.90	0.53	จริง	2.96	0.42	จริง	-0.548	.588
รวม	2.98	0.33	จริง	3.10	0.26	จริง	-2.496	.018

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 1 พบว่า คะแนนเฉลี่ยตัวแปรพลังใจของเยาวชนโดยรวม หลังอบรมแตกต่างกับก่อนอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (Sig.=.018) โดยคะแนนเฉลี่ยตัวแปรด้านพลังใจ หลังอบรมสูงกว่าก่อนอบรม ($\bar{X}$ =3.10, S.D.=0.26 และ 2.98, S.D.=0.33 ตามลำดับ) เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบผลว่า 1. คะแนนตัวแปรด้านพลังใจ 4 หลังอบรมสูงกว่าก่อนอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 1 ด้าน ได้แก่ ด้านมีความเชื่อมั่นในตัวเอง 2. เมื่อพิจารณารายด้านก่อนอบรม พบว่า ด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงที่สุด คือ ด้านการมองโลกในแง่ดี ($\bar{X}$ =3.15, S.D.=0.44) รองลงมา คือ ด้านมีความเพียรพยายาม ($\bar{X}$ =3.12, S.D.=0.46) และด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ ด้านมีความเชื่อมั่นในตัวเอง ($\bar{X}$ =2.77, S.D.=0.41)

3. เมื่อพิจารณารายด้านหลังอบรม พบว่า ด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงที่สุด คือ ด้านมีความเพียรพยายาม ($\bar{X}$ =3.26, S.D.=0.39) รองลงมา คือ ด้านการมองโลกในแง่ดี



($\bar{X}$ =3.20, S.D.=0.45) และด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ ด้านสามารถควบคุมอารมณ์ ($\bar{X}$ =2.96, S.D.=0.42)

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ความหมายและเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรพลังใจ ก่อนและหลังรับการอบรมของกลุ่มผู้ปกครองในภาพรวมและจำแนกเป็นรายด้าน

รายการ	ก่อนอบรม (Pretest)			หลังอบรม (Posttest)			t-test	Sig.
	$\bar{X}$	S.D.	ความหมาย	$\bar{X}$	S.D.	ความหมาย		
1. ด้านสติ-สัทธา	3.04	0.36	จริง	3.35	0.52	จริง	-2.217	.045
2. ด้านความมั่นคงทางจิตใจ-สมาธิและความเพียร	3.41	0.48	จริง	3.50	0.48	จริง	-.597	.561
3. ด้านความศรัทธาและเห็นคุณค่าในตนเอง-สติและปัญญา	3.11	0.53	จริง	3.48	0.46	จริง	-2.135	.050
4. ด้านสัมพันธ์ภาพต่อตนเองและผู้อื่น	3.16	0.53	จริง	3.41	0.50	จริง	-1.462	.167
รวม	3.17	0.36	จริง	3.43	0.47	จริง	-1.913	.048

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตารางที่ 2 พบว่า คะแนนเฉลี่ยตัวแปรพลังใจของผู้ปกครองโดยรวม หลังอบรมแตกต่างกันกับก่อนอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (Sig.=.048) โดยคะแนนเฉลี่ยตัวแปรพลังใจหลังอบรมสูงกว่าก่อนอบรม ($\bar{X}$ =3.43, S.D.=0.47 และ 3.17, S.D.=0.36 ตามลำดับ) เมื่อจำแนกเป็นรายข้อ พบผลว่า 1. คะแนนตัวแปรพลังใจ หลังอบรมสูงกว่าก่อนอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 2 ด้าน ได้แก่ ด้านสติ-สัทธา และด้านความศรัทธาและเห็นคุณค่าในตนเองสติและปัญญา 2. เมื่อพิจารณารายด้านก่อนอบรม พบว่า ด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงที่สุด คือ ด้านความมั่นคงทางจิตใจ สมาธิและความเพียร ($\bar{X}$ =3.41, S.D.=0.48) รองลงมา คือ ด้านสัมพันธ์ภาพต่อตนเองและผู้อื่น ($\bar{X}$ =3.16, S.D.=0.53) และด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ ด้านสติ สัทธา ($\bar{X}$ =3.04, S.D.=0.36)

3. เมื่อพิจารณารายด้านหลังอบรม พบว่า ด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยสูงที่สุด คือ ด้านความมั่นคงทางจิตใจ-สมาธิและความเพียร ($\bar{X}$ =3.50, S.D.=0.48) รองลงมา คือ ด้านความศรัทธาและเห็นคุณค่าในตนเอง สติและปัญญา ($\bar{X}$ =3.48, S.D.=0.46) และด้านที่มีคะแนนเฉลี่ยต่ำที่สุด คือ ด้านสติ สัทธา ($\bar{X}$ =3.35, S.D.=0.52) ผลวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ พบว่า ผลลัพธ์การพัฒนารูปแบบการส่งเสริมกิจกรรมเพื่อสร้างความเข้มแข็ง



ทางจิตใจของครอบครัววิถีชีวิตใหม่ จากการทำกิจกรรมทั้ง 4 ระยะ แบ่งเป็นประเด็น ได้แก่ ผลลัพธ์ระดับบุคคล จากการเข้าร่วมกิจกรรมของเยาวชน พฤติกรรมของเยาวชน มีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น จะเห็นได้จากความแตกต่างระหว่างก่อนเข้ารับการอบรม ทำกิจกรรม ได้แก่ การมีความกล้าแสดงออก และกล้าสะท้อนคิดสิ่งที่รู้สึกมากขึ้น การพัฒนาความคิด ผูกการคิดจากการใช้หลักธรรมทำให้สามารถทบทวนปัญหา และสะท้อนความคิดออกมาอย่างมั่นใจ มีเครือข่ายเพิ่มมากขึ้น เช่น ได้เพื่อนใหม่ ได้ทำกิจกรรมเป็นทีม สร้างเข้าใจความรู้สึกความต้องการของผู้ปกครองมากขึ้น ด้านผลลัพธ์ระดับครอบครัว จากการเข้าร่วมกิจกรรม ครอบครัว หรือ ผู้ปกครองมีการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีขึ้น จะเห็นได้จากความแตกต่างระหว่างก่อนและหลังจากการเข้ารับการอบรมทำกิจกรรม ได้แก่ ผู้ปกครองที่เข้าร่วมการอบรมและทำกิจกรรมในครั้งนี้ มีความหลากหลายและค่อนข้างเปิดใจ ทำให้ภาพที่ออกมาช่วงบ่ายค่อนข้างให้ความร่วมมือดีขึ้น มีความกล้าแสดงความรักต่อลูกมากกว่าเดิม ได้รู้จักคนในครอบครัวมากขึ้น เช่น รู้จักความชอบของลูกหลาน รู้ว่าชอบอะไร ซึ่งต่างจากเดิม ไม่เคยได้สนใจในจุดเล็ก ๆ ของกันและกัน และการมีคุณค่าทางด้านจิตใจมาก

อภิปรายผลการวิจัย

จากการส่งเสริมกิจกรรมเพื่อสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจของครอบครัววิถีชีวิตใหม่ ตามแนวพุทธจิตวิทยาที่ทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรมของครอบครัวและเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรม พบว่ากิจกรรมที่ส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจ ประกอบด้วย การทำกระบวนการกิจกรรมทั้ง 4 ระยะ ประกอบด้วย ระยะที่ 1 เสริมสร้างพลังใจ ครอบครัวเข้มแข็งทางใจ ประกอบด้วย 1. กิจกรรมสานพลังใจ ให้ครอบครัวเข้มแข็ง 2. กิจกรรมฟังพูดด้วยหัวใจ เชื่อมสายใยครอบครัวเข้มแข็ง 3. กิจกรรมสื่อสารสร้างสรรค์ สร้างความเข้มแข็งทางใจในครอบครัว ระยะที่ 2 เชื่อมสายใยครอบครัว ประกอบด้วย กิจกรรมสื่อสารด้วยหัวใจ เชื่อมสายใยครอบครัว ระยะที่ 3 สื่อสารสร้างสรรค์ เสริมพลังเยาวชน ประกอบด้วย กิจกรรมสื่อสารสร้างสรรค์ สร้างความเข้มแข็งทางใจ วัยใส Set Gold ด้วยพลังใจเข้มแข็ง ระยะที่ 4 สื่อสารเชิงบวก เสริมพลังใจดี ครอบครัวเป็นสุข ปลุกจิตอาสาสู่ชุมชน ประกอบด้วย กิจกรรม U ME DEE ปลดปล่อยพลังภายในเป้าหมาย ก็แค่ปากขอย ผลการศึกษามีความสอดคล้องกับการดำเนินงานโครงการกับงานวิจัยของ มั่นสนันท์ ประภัสสรพิทยา และคณะ (2564) ได้ศึกษาโปรแกรมพัฒนาชีวิตสำหรับ ครอบครัวตามหลักพุทธจิตวิทยา ผลการศึกษามีวิจัยพบว่า 1. โปรแกรมพัฒนาชีวิตสำหรับ ครอบครัวตามหลักพุทธจิตวิทยา ประกอบด้วยหลักธรรม คือ 1. พรหมวิหาร 4 2. ไตรสิกขา โดยออกแบบกิจกรรมภายใต้กรอบภาวนา 4 ได้แก่ การพัฒนาทางกาย



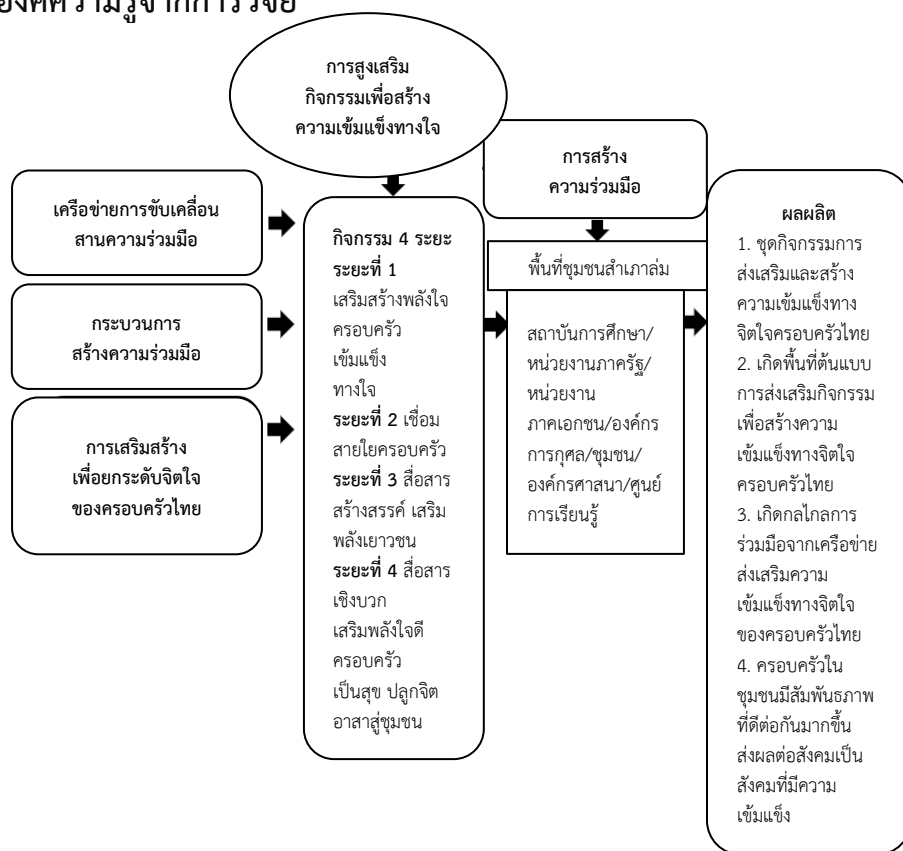
การพัฒนาทางสังคม การพัฒนาทางจิตใจและการพัฒนาทางปัญญา และหลักจิตวิทยา คือ 3. ทฤษฎีการเรียนรู้ของแบนดูรา 2. โปรแกรมพัฒนาชีวิตสำหรับครอบครัวตามหลักพุทธจิตวิทยา โดยนำแนวคิดทฤษฎีทางจิตวิทยาการเรียนรู้ของแบนดูรา บูรณาการกับแนวปฏิบัติตามหลักไตรสิกขาและโยนิโสมนสิการ โดยฝึกวิธีคิดแบบสามัญลักษณ์เข้าใจความเป็นจริงตามกฎธรรมชาติด้วยหลักการและรูปแบบการสอนมาใช้จัดกิจกรรมแบบผสมผสาน เลือกใช้เทคนิคการดำเนินการกระบวนกรกลุ่ม เพื่อให้พ่อแม่ได้การเรียนรู้ร่วมกับลูก เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้รับการอบรมมีการพัฒนาตนเองและเรียนรู้ร่วมกับผู้อื่นสามารถนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ดีขึ้น นอกจากนี้จากการจัดกิจกรรมที่สร้างความเข้มแข็งทางจิตใจของครอบครัวไทยนั้น มีข้อค้นพบว่าซึ่งทำให้เกิดความเข้มแข็งทางใจมากขึ้น ทั้งการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า การมีความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันมากขึ้นต่อครอบครัว การจัดการสภาพอารมณ์ได้ดีมากขึ้น มีความเข้าใจกันมากขึ้น เช่น แม่เข้าใจลูกมากขึ้น ลูกก็เข้าใจแม่มากขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของนฤติ ไสรรัตน์ และคณะ (2562) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ความเข้มแข็งของครอบครัวในบริบทสังคมไทย: ลักษณะความเข้มแข็งของครอบครัว ปัจจัยและวิธีการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว โดยมีประเด็นข้อค้นพบจากการวิจัย ดังนี้ 1. ครอบครัวที่มีความเข้มแข็งมีลักษณะความเข้มแข็งของครอบครัว 7 ประการ คือ มีสัมพันธภาพที่ดีในครอบครัว รับผิดชอบต่อหน้าที่ของตน ยึดมั่นคำสัญญา มีความเชื่อใจกัน มีการสื่อสารด้านบวกในครอบครัว มีทุนทางสังคมในครอบครัวมีความสามารถในการพึ่งตนเองได้ และมีความสามารถในการจัดการปัญหา หลีกเลี่ยงภาวะเสี่ยง และปรับตัวได้ในภาวะยากลำบาก 2. ครอบครัวที่มีความเข้มแข็งมีปัจจัยการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัวสนับสนุน 8 ปัจจัย คือ มีสภาพแวดล้อม ที่อยู่อาศัยและการใช้ชีวิตร่วมกันในสภาพที่เหมาะสม มีวิถีชีวิตที่ทำให้เกิดความใกล้ชิดกัน มีการจัดการด้านเศรษฐกิจครอบครัว มีการจัดการด้านสุขภาพครอบครัว ครอบครัวมีความอดทน ต่อสู้ปัญหาอุปสรรคได้ มีทัศนคติด้านบวก และมีความเสมอภาคระหว่างวัยในครอบครัว

2. ผลประเินจากการส่งเสริมกิจกรรมเพื่อสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจของครอบครัววิถีชีวิตใหม่ตามแนวพุทธจิตวิทยา จากกระบวนการทำกิจกรรมที่ส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจนั้น มีปัจจัยที่ส่งเสริมให้เกิดความสำเร็จ ประกอบด้วย 1. ปัจจัยเสริมสร้างพลังใจภายนอก ประกอบด้วย 1. ครอบครัว 2. โรงเรียน และ 3. เครือข่าย 2. ปัจจัยเสริมสร้างพลังใจภายใน ประกอบด้วย 1. ปัจจัยจิตวิทยา ได้แก่ หลักการสร้าง ความเข้มแข็งทางใจ ประกอบด้วยหลัก 3 ลักษณะ และ 5 องค์ประกอบของ Grothberg (1995) 2. ปัจจัยหลักพุทธธรรม มีการใช้หลักพุทธธรรมมาประยุกต์ในการสอนแก่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อฝึกวิธีคิด การแก้ไขปัญหาของตนเอง ได้แก่ พละ 5 ขรรวาสธรรม โยนิโสมนสิการ



และทิศ 6 3. ปัจจัยกระบวนการการจัดกิจกรรม ประกอบด้วย การจัดกิจกรรมทั้ง 4 ระยะ 18 หรือ 20 กิจกรรม สอดคล้องกับงานวิจัยของอายดา เจียพลอย (2563) ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จในการสร้างจิตอาสาเยาวชนไทย กรณีศึกษาโครงการ Hello Massage โรงเรียนถนนหักพิทยาคม จังหวัดบุรีรัมย์ ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยแห่งความสำเร็จของโครงการ Hello Massage จังหวัดบุรีรัมย์พบว่า 1. เครือข่ายมีความสำคัญในการดำเนิน โครงการในการส่งเสริมและสนับสนุนโครงการ 2. จิตอาสาการสร้างจิตสำนึกให้เด็กเยาวชนเกิดความตระหนักในเรื่องการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน มุ่งเน้นให้เกิดทัศนคติและพฤติกรรมของการเป็นผู้ให้ 3. ผลลัพธ์การดำเนินงานที่ส่งต่อเด็กและเยาวชนในการทำกิจกรรมจิตอาสา เกิดทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับการทำกิจกรรมจิตอาสาเพื่อสังคมเกิดสำนึกรักชุมชนท้องถิ่นของตนเอง

องค์ความรู้จากการวิจัย



ภาพที่ 1 องค์ความรู้จากงานวิจัย



จากภาพที่ 1 องค์ความรู้จากการวิจัย มีข้อค้นพบจากการส่งเสริมความเข้มแข็งทางใจของครอบครัวไทยบนฐานแนวคิดตามหลักพุทธจิตวิทยาและวิถีวัฒนธรรมไทย ซึ่งการทำกิจกรรมนั้นประกอบด้วยการทำกิจกรรม 4 ระยะ ได้แก่ ระยะที่ 1 กิจกรรมเสริมสร้างพลังใจครอบครัวเข้มแข็งทางใจ ระยะที่ 2 กิจกรรมเชื่อมสายใยครอบครัว ระยะที่ 3 กิจกรรมสื่อสารสร้างสรรค์ เสริมพลังเยาวชน และระยะที่ 4 กิจกรรมสื่อสารเชิงบวก เสริมพลังใจดี ครอบครัวเป็นสุข ปลุกจิตอาสาสู่ชุมชน โดยพบว่าการขับเคลื่อนกิจกรรมนั้นเกิดขึ้นมาจาก 3 องค์ประกอบ ได้แก่ เครือข่ายการขับเคลื่อนสานความร่วมมือ กระบวนการสร้างความร่วมมือ และการเสริมสร้างเพื่อยกระดับ ซึ่งองค์ประกอบทั้ง 3 ส่วนนี้ เป็นกลไกในการดำเนินการดำเนินกิจกรรมที่มีความสัมพันธ์กัน และนำไปสู่การได้ผลผลิต ได้แก่ 1. ชุดกิจกรรมการส่งเสริมและสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจครอบครัวไทย 2. เกิดพื้นที่ต้นแบบการส่งเสริมกิจกรรมเพื่อสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจครอบครัวไทย 3. เกิดกลไกการร่วมมือจากเครือข่ายหลาย ๆ ภาคส่วน ที่มีความสนใจในเรื่องการส่งเสริมความเข้มแข็งทางจิตใจของครอบครัวไทยบนฐานแนวคิดของหลักพุทธจิตวิทยาและวัฒนธรรมไทย 4. การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมในทิศทางที่ดีขึ้น โดยเฉพาะครอบครัวในชุมชนมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันมากขึ้น ส่งผลต่อสังคมเป็นสังคมที่มีความเข้มแข็งตามมา

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

การสร้างความร่วมมือภาคเอกชน และสถาบันการศึกษามีส่วนร่วมเข้าไปพัฒนาระดับชุมชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งองค์การบริหารส่วนตำบล ผู้บริหาร ผู้นำชุมชน มีแผนพัฒนาตำบลมีกลไกขับเคลื่อนการส่งเสริมความเข้มแข็งแก่ครอบครัว โดยเฉพาะการส่งเสริมในขั้นพื้นฐานคือ เยาวชน และเปิดโอกาสให้ประชาชนในพื้นที่มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมและออกแบบกิจกรรมการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

จากผลการวิจัยพบว่า การนำผลการวิจัยกลไกการสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจของครอบครัวไทยไปเผยแพร่และนำไปปฏิบัติในพื้นที่ นำไปสู่การสร้างความเข้มแข็งทางด้านจิตใจของครอบครัว นำไปสู่การสร้างชุมชนให้มีความเข้มแข็ง ปราศจากปัญหาสังคมในอนาคตได้ ตลอดจนการสร้างเครือข่ายพลังเยาวชนเข้มแข็งทางใจ ในรูปแบบกิจกรรมปลุกจิตสำนึกอย่างต่อเนื่อง เพื่อเชื่อมโยงเครือข่ายในชุมชนและเครือข่ายภายนอกชุมชน

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

วิจัยเชิงปฏิบัติการเชิงพื้นที่ประเด็นการติดตามหรือประเมินผลครอบครัวเข้มแข็งทางใจ และปลุกจิตสำนึกสานพลังชุมชนเพื่อสร้างจิตอาสาเยาวชนในพื้นที่ ตลอดจนปลูกฝัง



คุณธรรมจริยธรรมในการดำเนินชีวิตนำไปสู่เปลี่ยนแปลงชุมชนเข้มแข็งทางใจสามารถเผชิญปัญหาและฝ่าฟันอุปสรรคอย่างมีความสุข

เอกสารอ้างอิง

- กุลภา วจนสาระ. (2554). *ภาพและชีวิตครอบครัวในสังคมไทย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์เดือนตุลา.
- กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว. (2564). *ผลการสำรวจสถานการณ์ความเข้มแข็งของครอบครัว ประจำปี 2563*. สืบค้น 15 ตุลาคม 2565, จาก <https://shorturl.asia/aW8FG>
- นฤติ โสรรัตน์ และคณะ. (2562). ความเข้มแข็งของครอบครัวในบริบทสังคมไทย: ลักษณะความเข้มแข็งของครอบครัว ปัจจัยและวิธีการเรียนรู้ตลอดชีวิตเพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งของครอบครัว. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยการจัดการและเทคโนโลยีอีสเทิร์น*, 16(2), 427-437.
- มนัสนันท์ ประภัสสรพิทยา และคณะ. (2564). โปรแกรมพัฒนาชีวิตสำหรับครอบครัวตามหลักพุทธจิตวิทยา. *วารสาร มจร อุบลปริทรรศน์*, 6(3), 405-420.
- สุขุม เฉลยทรัพย์. (2565). *ครอบครัวไทยในยุคโควิด-19*. สืบค้น 15 ตุลาคม 2565, จาก <https://kuza.me/TblfK>
- สำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว. (2562). *ชุดความรู้ครอบครัวเข้มแข็งตามมาตรฐานครอบครัวเข้มแข็งห้าด้าน*. กรุงเทพฯ: กระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.
- อายดา เจียพลอย. (2563) ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จในการสร้างจิตอาสาเยาวชนไทย กรณีศึกษาโครงการ Hello massage โรงเรียนถนนหักพิทยาคม จังหวัดบุรีรัมย์. *วารสารศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี*, 8(3), 40-51.
- องค์การบริหารส่วนตำบลสำเภาล่ม. (2565). *ข้อมูลหมู่บ้าน*. สืบค้น 20 มีนาคม 2565, จาก <https://www.samphaolom.go.th/?page=main&id=3>
- Grothberg, E. (1995). *A Guide to Promoting Resilience in Children: Strengthening the Human Spirit. Early Childhood Development: Practice and Reflections*, v. 8. The Hague-NO: Bernard Van Leer Foundation.