

การสร้างทักษะการดำเนินชีวิตในยุคดิจิทัลของชาวจังหวัดร้อยเอ็ด ตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท*

The Creation of Life Skills in the Digital Era of People in Roi Et Province Based on Theravada Buddhists Philosophy

กุลนันท์ สิงห์ยะบุศย์, พระพนวชิรวิมล และโสวิทย์ บำรุงภักดิ์
Kullanun Singyabudh, Phrathep Vachiravimom and Sowit Bumrungpak
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด
Mahamakut Buddhist University, Roi Et Campus, Thailand
Corresponding Author, E-mail: kulanunsingyabudh@gmail.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาปัญหาทักษะการดำเนินชีวิตในยุคดิจิทัลของชาวจังหวัดร้อยเอ็ด 2) ศึกษาหลักพุทธปรัชญาเถรวาทที่สร้างทักษะการดำเนินชีวิต 3) วิเคราะห์การสร้างทักษะการดำเนินชีวิตในยุคดิจิทัลของชาวจังหวัดร้อยเอ็ดตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ใช้แบบสัมภาษณ์เชิงลึก โดยมีประชากรกลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนา ผู้บริหาร และผู้นำองค์กรท้องถิ่น จำนวน 25 รูป/คน ทั้งพระสงฆ์และคฤหัสถ์ นำเสนอผลการวิจัยด้วยวิธีการวิเคราะห์เชิงพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า ประชากรกลุ่มเป้าหมายประสบปัญหาทักษะในการดำเนินชีวิตใน 4 ประการ ได้แก่ 1) ขาดความตระหนักรู้ในตน ไม่เข้าใจคุณค่าของการมีชีวิตทั้งบทบาทและหน้าที่ต่อตนและบุคคลอื่น มีความเห็นผิดเป็นชอบจากสิ่งชั่วร้าย 2) ขาดการควบคุมอารมณ์ ส่งผลให้จิตใจแปรปรวน เปรี้ยวร้อน มักโกรธ วู่วาม รักง่าย หน่ายเร็ว 3) ขาดการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหาที่ถูกต้องเหมาะสม 4) ขาดการปรับตัว เพื่ออยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างปลอดภัยและสงบสุข และประชากรกลุ่มเป้าหมายได้นำหลักพุทธปรัชญาเถรวาทมาสร้างให้เกิดทักษะการดำเนินชีวิตในยุคดิจิทัลได้อย่างเหมาะสม นำสัมมาทิฐิ คือ ความเห็นถูก สร้างทักษะการตระหนักรู้ในตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ สติสัมปชัญญะ คือ ความรู้ตัว สร้างทักษะการควบคุมอารมณ์ได้อย่างชาญฉลาด สมาธิ คือ ความตั้งใจมั่น สร้างทักษะการตัดสินใจและการแก้ไข

*ได้รับบทความ: 27 พฤศจิกายน 2566; แก้ไขบทความ: 29 มีนาคม 2567; ตอรับตีพิมพ์: 30 มีนาคม 2567



ปัญหาได้อย่างเรียบง่าย และปัญญา คือ ความรอบรู้ สร้างทักษะการเข้าสังคมได้อย่างปกติสุข

คำสำคัญ: การสร้างทักษะ; ทักษะการดำเนินชีวิต; ชีวิตในยุคดิจิทัล; พุทธปรัชญาเถรวาท

Abstract

The purpose of this research is; 1) to study the problems of life skills in the digital era of people in Roi Et province, 2) to study the principles of Theravada Buddhist philosophy in order to create appropriate life skills, and 3) to analyze the creation of life skills in the digital era of people in Roi Et Province based on Theravada Buddhist philosophy. This is qualitative research, using in-depth interview of target population including Buddhist scholars, local administrators and organization leaders totaling 25 people, as well as monks and households. The results are presented using descriptive analysis methods.

The research result finds that: The target population experience difficulties with their living skills in four ways: 1) Lack of self-awareness, lack understanding the worth of life, both in terms of one's roles and obligations towards oneself and others. Having the wrong understanding of those temptations. 2) Lack of emotional control many result in becoming mentally fragile, passionate, angry, rash, easily prone to love, and quick to love. 3) Lack of proper decision-making and problem-solving. 4) Lack of adjustment to live safely and peacefully with people in society. The target population have implemented Theravada Buddhist philosophy to create appropriate life skills. Sammaditthi is the right view has been proven to create effective self-awareness skill. Satisampajañña is a mindfulness practice capable of assisting in wisely managing emotions skill. Samadhi is a skill that concentrates and creates a focus for decision-making and problem-solving. And Pañña is a way to create wisdom and skills for social interaction in a way that is both normal and happy.

Keywords: The Creation Skills; Life Skills; Life in the Digital Era; Theravada Buddhist Philosophy

1. บทนำ

เมื่อ 2,500 ปี ล่วงมาแล้วกล่าวได้ว่าเป็นยุคที่พระพุทธศาสนาเจริญรุ่งเรืองจนถึงขีดสุดวิถีชีวิตของประชาชนทุกชนชั้นมีความเป็นอยู่ที่สมบูรณ์ เรียบง่าย สงบและสันติ ครั้งนั้น

พระพุทธเจ้าทรงออกแสดงพระสัทธรรมให้แก่บรรดาภิกษุและคฤหัสถ์ ทั้งกษัตริย์ เศรษฐี คหบดี และชาวบ้านทั้งหลาย ให้ประพฤติปฏิบัติตามด้วยแนวทางการดำเนินชีวิตด้วยความเห็นถูกต้องตามธรรมนองคลองธรรม ไม่ประมาท ไม่มัวเมาหลุ่มหลง



ไปตามกระแสของกิเลส เห็นคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ มีความตั้งใจมั่นเพื่อจุดมุ่งหมายสูงสุดคือการหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงด้วยปัญญาอย่างชาญฉลาด (พระธรรมปิฎก, 2546) ขณะที่ทรงแสดงพระสัทธรรมเรื่องการดำเนินชีวิต ก็เกิดปรากฏการณ์พระวักกิลี ปลิตชีพของตน บรรดาภิกษุทั้งหลาย แม้แต่ปุถุชนต่างพากันปลิตชีพตนเองไปอย่างมากมายเพราะเข้าใจผิดว่า การฆ่าตัวตายทำให้ไปนิพพานได้ บรรดาภิกษุบางส่วนเมื่อรู้เป็นเช่นนั้นจึงรีบเดินทางเข้าเฝ้าแล้วนำความกราบทูล เมื่อสดับแล้วทรงเสด็จไปยังวิหารกาฬาสีลาข้างภูเขาสีลิตีพร้อมภิกษุจำนวนมาก ได้ทอดพระเนตรเห็นพระวักกิลีนอนคอบิดอยู่บนเตียง

เมื่อเสด็จกลับทรงตรัสสั่งสอนบรรพชิตและคฤหัสถ์ทั้งหลายในเรื่องการตายของพระวักกิลี “ภิกษุทั้งหลาย เราจักแสดงให้เห็นว่า หากเป็นพระอรหันต์แล้วลงมือกระทำการปลิตชีพไม่ถือว่าเป็นบาปกรรมและไม่ได้รับการตำหนิ เพราะจิตของพระอรหันต์กระทำแต่กิริยาหากแต่ปราศจากการปรุงแต่งของจิตด้วยความรัก โลภ โกรธ หลง แต่หากเป็นปุถุชนคนธรรมดาแม้เป็นสมมุติสงฆ์ นับว่าเป็นการกระทำอันชั่วช้า เป็นบาปกรรมอันหนัก เพราะบุคคลใดแลปลิตชีวิตนี้ แม้ของตนและของบุคคลอื่น เป็นผลมาจากภาวะทางจิตใจมโนกรรมที่สัมพันธ์กับโทสะ แสดงออกทางวาจาและกายเป็นบาปย่อมนำไปสู่ทุกข์หรือไปอบาย (ส.ช. (ไทย) 17/157-163) เหตุที่เป็นเช่นนั้นเนื่องจากการเห็นผิด คือ มิจฉาทิณฺฐิ มีความเห็นอันคลาดเคลื่อน วิปริตผิดจากความเป็นจริงเห็นว่าการปลิตชีวิตเป็นสิ่งที่พ้นทุกข์ได้จริง เป็นโทษร้ายแรงยิ่งนัก (อง.เอก.

(ไทย) 20/193/41) ทำให้ชาตสติ ลืมตัว (ขุ.ธ. (ไทย) 25/21) จิตใจล่องลอยกระสับกระส่ายไม่มั่นคงไม่ตั้งมั่น เมื่อตั้งจิตไว้ผิดจึงเป็นเหตุให้กระทำความชั่ว (ขุ.ธ. (ไทย) 25/82) เพราะไม่มีใครควรด้วยปัญญา กระวนกระวายเดือดร้อน มีการดำเนินชีวิตติดขัด คับแค้น ร้อนร้อนในปัจจุบัน ย่อมกระทำในสิ่งที่ เป็นโทษอย่างร้ายแรง” (ขุ.อิติ. (ไทย) 25/219/226) จึงเป็นที่มาที่พระพุทธเจ้าให้ความสำคัญและตระหนักถึงโทษของการปลิตชีวิตทั้งของตนและบุคคลอื่น ซึ่งส่งผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิตที่ถูกต้อง ปลอดภัย สงบสุขและประสบความสำเร็จทั้งในยุคของพระองค์และในอนาคตกาล

เมื่อกาลเวลาผันเปลี่ยนจากยุคแรกแห่งวิถีพุทธสู่ยุคเทคโนโลยีดิจิทัลที่ล้ำสมัยในสังคมไทย ปัจจุบันกระแสไฮเทคโนโลยีได้เข้ามามีบทบาทในการจัดการศึกษา สังคม ศาสนา เศรษฐกิจและวัฒนธรรมที่ดีอยู่แล้วให้เปลี่ยนแปลงไปเพื่อให้ทันกับความล้ำสมัยของโลก แต่ในความล้ำหน้านี้กลับเป็นดาบสองคมที่คอยบ่อนทำลายให้เกิดปัญหาและภัยคุกคามต่างๆมากมายเกิดปัญหาด้านจริยธรรมในวงกว้าง สูญเสียซึ่งชีวิตและทรัพย์สิน ขาดความสงบสุขตั้งแต่ระดับเล็กที่สุดคือ ต่อตนเอง ครอบครัว องค์กร ชุมชน สังคมและภายในประเทศ ประชาชนบางส่วนไม่สามารถปรับตัวหรือสร้างความมั่นคง ความปลอดภัย หรือแม้แต่ความสำเร็จจากการดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นปกติสุข ทำให้คนไทยรุ่นหลังๆส่วนใหญ่ดูถูกกราบทูลคุณงามความดีของตนว่าเป็นสิ่งล้าสมัย ไม่พัฒนา ถูกดูค่านิยมอันบริสุทธ์ วนเวียนในวัฏฏะของความสุข ความทุกข์ กามตัณหา (โสวิทย์ บำรุงภักดิ์, 2560) มองข้าม



คุณค่าชีวิตที่ประกอบด้วยธรรมอันเป็นพื้นฐาน ภูมิปัญญาดั้งเดิมที่มีมาตั้งแต่สมัยพุทธกาล (ธรรมรักษ์, 2559) ทำให้สังคมไทยเป็นสังคมนิยม วัตถุโดยสมบูรณ์ นั่นคือ การเห็นคุณค่าของวัตถุ มากกว่าจิตใจ (กาญจนา หาญศรีวรพงศ์, 2561) จึงนำไปสู่ปัญหาและภัยเกิดขึ้น ทั้งมีพฤติกรรม การแสดงออกที่รุนแรง ก้าวร้าว โหดร้ายทารุณ ผิด มนุษย์ ขาดความเมตตาปราณี เสพสิ่งสิ่งชั่วร้ายก่อให้เกิดอารมณ์รุนแรง สดุดีอย่างไร้สติ ประกอบกับ ประชาชนจำนวนมากขาดทักษะการดำเนินชีวิต และธรรมะในการประคับประคองจิตใจ จึงประสบ ปัญหา เกิดผลกระทบและภัยอันตรายต่างๆ มากมายต่อชีวิตและทรัพย์สิน เหมือนที่เคยเกิดขึ้น ในสมัยที่พระพุทธเจ้ายังทรงพระชนม์ชีพอยู่ เพียง แตกต่างกรรม ต่างวาระ ต่างยุคสมัย ซึ่งภัยยุค ปัจจุบันทวีความรุนแรง น่ากลัวและโหดร้าย หาก ไม่ได้รับการควบคุมแก้ไข ย่อมเป็นภัยต่อความ มั่นคงภายในชาติและภัยต่อการพัฒนาทรัพยากร มนุษย์ ดังกรณีพ่อเลี้ยงฆ่าลูกสาววัย 12 ยึดศพใส่ ถังน้ำแข็ง กรณีแก๊งคอลเซ็นเตอร์ดูดเงินออนไลน์ กรณีแก๊งต้มตุ๋นล่อลวงทางเพศผ่านสมาร์ทโฟน (ไทยรัฐออนไลน์, 2566)

กรณีฆ่าพ่อ อนาคตแม่ ใช้มีดฟันเพื่อน บาดเจ็บสาหัส กรณีมีฉลากชีพ ขยายของออนไลน์ แจกเงินทำภารกิจ (เดลินิวส์ออนไลน์, 2566) กรณี พ่อกระทำอนาจารลูกวัย 14 กรณีพนันออนไลน์ กรณีวางยาฆ่าชิงทรัพย์ 20 ศพ กรณีขู่วิดีรภัย หลอกขายสินค้าผ่านเฟซบุ๊ก (เดลินิวส์ออนไลน์, 2566)

แม้ในเขตพื้นที่จังหวัดร้อยเอ็ด เทคโนโลยี ดิจิทัลและแพลตฟอร์มสื่อมัลติมีเดียที่นิยมใช้กัน

อย่างแพร่หลาย เช่น โซเชียลเน็ตเวิร์ค เฟซบุ๊ก อินสตาแกรม ทวิตเตอร์ สแนปแชท ดิกด็อก ยูทูบ เว็บไซต์ออนไลน์ เกมมิ่ง (สำนักงานราช บัณฑิตยสภา, 2566) เว็บไซต์ลามกอนาจาร สมาร์ทโฟนที่เชื่อมต่อธุรกรรมธนาคาร ได้ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของประชากรส่วนใหญ่ ทั้งด้านการปรับตัว ด้านจิตใจ อารมณ์ สังคม จนสูญเสียภูมิคุ้มกันต่อการต้านสิ่งชั่วร้ายจากสื่อ โซเชียล ทำให้ไม่สามารถจัดการกับตนเองในสิ่งที่ ต้องเผชิญได้ อีกทั้งจำนวนประชากรในจังหวัด ดังกล่าวมีความหลากหลายทางชาติพันธุ์และความ ต้องการที่แตกต่างกันเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ จึงก่อให้เกิด ปัญหาการแย่งชิงในการประกอบสัมมาอาชีพ เกิดภาวะตกงานจึงทำงานผิดกฎหมาย ปล้น โกง ข้ำ ช้อนจากแก๊งคอลเซ็นเตอร์ ภาวะติดเกมนำไปสู่การ แสวงหาทรัพย์สินในทางทุจริต ดัดพนัน ดัดห่วย จึงต้องกู้หนี้ยืมสินเพื่อหวังรวยในอนาคต ค่าและ เสพสิ่งเสพติด ซื้อขายบริการทางเพศ ความยากจน และการแข่งขันที่กระจายตัวอย่างรวดเร็วก่อให้เกิด ความเครียด แรงกดดัน ความตื่นตระหนกจากการไม่รู้จัก พอลิงหาทางแก้ปัญหาและตัดสินใจในทางที่ผิด จากการขโมย ฉ้อโกง ปล้นทรัพย์ รุนแรงจนถึงฆ่า ชิงทรัพย์ในที่สุด เป็นผลให้บางรายหาทางออกใน ชีวิตไม่ได้จึงฆ่าตัวตายหรือบุคคลในครอบครัว แม้แต่บุคคลอื่นเพื่อจบปัญหาบ้าง ดังกรณี เจ้าหน้าที่ฝ่ายปกครองเมืองร้อยเอ็ดเครียดจัดยิง ตัวตาย (ข่าวออนไลน์ 7HD, 2566) ฆ่าชิงทรัพย์ยาย วัย 78 อำเภอนมไพร กรณี บุกร้างเด็กนักเรียน วัย 14 ตายในโรงเรียน เขตอำเภอมือง กรณี พ่อ กระทำอนาจารลูกวัย 15 (สนามข่าว 7 สี ออนไลน์,



2566) กรณีถูกแก๊งมิจฉาชีพหลอกลวงสารวัตรกำนัน กดลิ่งค์ สูญเสียทรัพย์สินไป 9 บัญชี เขตอำเภอ จตุรพักตรพิมาน (สำนักข่าวไทย, 2566)

ปัญหาดังกล่าวข้างต้น หากปล่อยปะละเลยไม่ได้รับการแก้ไขจะเป็นปัจจัยที่ส่งผลกระทบร้ายแรง เนื่องจากประชาชนทวิตความโหดร้ายมากขึ้น ส่งผลต่อความปลอดภัยในการดำเนินชีวิตและทรัพย์สินทั้งในปัจจุบันและอนาคต รวมถึงความสงบสุขในสังคม สามารถนำไปสู่การล่มสลายของสังคมวิถีพุทธที่ดงามและทรัพยากรมนุษย์ที่มีศักยภาพในอนาคต ตลอดจนสามารถบ่อนทำลายความมั่นคงและเสถียรภาพของชาติได้ จึงได้นำหลักพุทธปรัชญาเถรวาทซึ่งเป็นหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าเข้ามาแก้ไขปัญาา ซึ่งมุ่งเน้นให้บุคคลที่นำไปประพฤติปฏิบัติตามเกิดทักษะการดำเนินชีวิตในยุคดิจิทัลอย่างได้ผลยั่งยืน คือ นำสมาธิภาวนา มาเป็นเครื่องหนุนหลักตัดความเห็นผิด สำคัญตนผิดจนละเลยบทบาทหน้าที่ของตน นำสติสัมปชัญญะเข้ามาควบคุมและจัดการกับอารมณ์โกรธ ู่วาม นำสมาธิเพื่อฝึกจิตใจ ในด้านการตัดสินใจและแก้ไขปัญาาที่ตรงจุดและเหมาะสม นำปัญญาเพื่อทำลายความรุนแรง การทะเลาะวิวาทในสังคม ทั้งมีนัยสำคัญต่อการวิจัยในวงวิชาการด้านบูรณาการทางพระพุทธศาสนาเพื่อสร้างประโยชน์ต่อมวลมนุษยชาติและสังคมอุดมสุข เพื่อการดำรงชีวิตให้อยู่ร่วมกับโลกยุคดิจิทัลนี้ได้ อย่างรู้เท่าทัน เป็นบ่อเกิดของสันติภาพ ทั้งในระดับท้องถิ่น ระดับชาติ และระดับโลกได้

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัญหาทักษะการดำเนินชีวิตในยุคดิจิทัลของชาวจังหวัดร้อยเอ็ด
2. เพื่อศึกษาหลักพุทธปรัชญาเถรวาทที่สร้างทักษะการดำเนินชีวิต
3. เพื่อวิเคราะห์การสร้างทักษะการดำเนินชีวิตในยุคดิจิทัลของชาวจังหวัดร้อยเอ็ดตามหลักพุทธปรัชญาเถรวาท

3. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยผู้วิจัยได้แบ่งรูปแบบในการวิจัยออกเป็น 2 อย่าง คือ 1) การวิจัยเอกสาร โดยการรวบรวมข้อมูลจากตำราวิชาการ บทความ และงานแปลตลอดจนแหล่งข้อมูลเอกสารอื่นๆ ได้แก่ (1) ชั้นปฐมภูมิ ได้แก่ พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และคัมภีร์อรรถกถา (2) ชั้นทุติยภูมิ ได้แก่ ตำราทางวิชาการ ที่เกี่ยวข้องกับบุญข้าวสาก และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 2) การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) โดยการสัมภาษณ์บุคคลหน่วยงานและประชากรกลุ่มเป้าหมาย

พื้นที่การวิจัย ผู้วิจัยได้กำหนดพื้นที่วิจัย (Research Area) ในจังหวัดร้อยเอ็ด โดยมีเกณฑ์การเลือก (Criteria) ดังนี้ 1) มีความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลและประหยัดค่าใช้จ่าย 2) ง่ายต่อการเดินทางและปลอดภัยในการพักอาศัยเพราะเป็นพื้นที่คุ้นเคย 3) มีสื่อเทคโนโลยีและประชากร



มีความสามารถในการเข้าถึงแพลตฟอร์มต่างๆ ได้ ผู้วิจัยได้กำหนดประชากรกลุ่มเป้าหมาย (Target Population) โดยเลือกแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ประกอบด้วย 1) ประชาชนทั่วไป จำนวน 17 คน 2) นักวิชาการทางด้านพระพุทธศาสนา (พระสงฆ์และคฤหัสถ์) จำนวน 6 รูป/คน 3) ผู้บริหาร ผู้นำองค์กรท้องถิ่น จำนวน 2 คน รวมทั้งสิ้นจำนวน 25 รูป/คน มีเหตุผล (Reasoning) ในการเลือกดังนี้ 1) ประชาชนทั่วไปที่มีอายุระหว่าง 22-75 ปี เพศ ชาย เพศหญิง และ เพศทางเลือก สามารถเข้าถึงแพลตฟอร์มแอปพลิเคชันต่างๆ ได้ 2) มีสติสัมปชัญญะสมบูรณ์ สนทนาเชิงวิชาการได้ มีความรู้และเข้าใจหลักธรรมในระดับหนึ่ง 3) เป็นผู้ที่สามารถปรับตัว ให้เข้ากับเทคโนโลยีต่างๆ และควบคุมตนเองจากสื่อโซเชียลได้

ผู้วิจัยได้กำหนดวิธีการในการเก็บรวบรวมข้อมูล 4 ประการ ได้แก่ 1) การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) 2) การจดบันทึก 3) การใช้สมาร์ตโฟนบันทึกเสียง และ 4) การบันทึกภาพนิ่ง

วิธีการสร้างเครื่องมือวิจัย ผู้วิจัยได้ศึกษาประเด็นและเนื้อหาของงานวิจัยในบทที่ 1-3 จนครบถ้วนแล้ว เพื่อแสวงหาคำตอบในบทที่ 4 จึงได้กำหนดประเด็นสำคัญเพื่อสร้างคำถามวิจัยและนำประเด็นสำคัญกับอาจารย์ที่ปรึกษา จนได้รับคำแนะนำทั้งประเด็นสำคัญและวิธีการสร้างเครื่องมือวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูลการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ มี 2 ส่วน ด้วยกันประกอบด้วย 1) การเก็บข้อมูลเชิงเอกสาร ทั้งข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Sources) ได้แก่ เอกสารงานวิจัยตำราวิชาด้านพุทธศาสนาและตำราอื่นๆ รวมทั้งบทความ

วิชาการที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย 2) การเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth interview) ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการวิจัยด้วยการวิเคราะห์ (Analysis) ซึ่งประกอบด้วย 1) การตีความ (Interpretation) 2) การใช้เหตุผล (Reasoning) 3) การให้เหตุผล (Arguing) ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลวิธีการเชิงคุณภาพโดยเป็นการวิเคราะห์ข้อมูลแบบบรรยายและพรรณนา (Descriptive Research) นำเสนอข้อมูลการวิจัยในลักษณะการพรรณนาความ (Descriptive presentation) และสังเคราะห์ข้อมูล (Synthesis) ตามระเบียบวิธีวิจัยอย่างครบถ้วนออกมาเป็นองค์ความรู้ใหม่

การนำเสนอข้อมูลด้วยการเขียนพรรณนาความ ดังนี้ 1) บทสรุปที่เป็นการวิเคราะห์ในลักษณะรวบยอด หรือเป็นประเด็นสำคัญ 2) อภิปรายความเห็นของผู้วิจัย 3) ข้อเสนอแนะซึ่งแบ่งออกเป็นข้อเสนอแนะในการแก้ไขปัญหาในเรื่องของวิจัยและ ข้อเสนอแนะของผู้ที่สนใจในการศึกษาวิจัยต่อไป

4. สรุปผลการวิจัย

ผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัยออกเป็น 3 ส่วนด้วยกัน มีรายละเอียดดังนี้

1. ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 พบว่า ปัญหาของชาวจังหวัดร้อยเอ็ดมีปัญหา 4 ด้าน ได้แก่ 1) ปัญหาด้านการตระหนักรู้ในตนเอง สาเหตุเกิดจากการขาดความเข้าใจในตนเอง ไม่เข้าใจบทบาทหน้าที่ของตน สร้างความเห็นด้านลบว่าการมีชีวิตอยู่เป็นสิ่งที่ไม่มีความหมาย ไม่มี



คุณค่า นำไปสู่ความผิดพลาดในการรับรู้และความเห็นในทางที่ถูกต้องเหมาะสม ไม่สามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ที่กดดันและเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว เมื่อความเห็นผิดเข้าครอบงำ ปัญหาความรุนแรงและมุมมองในการใช้ชีวิตจึงผิดเพี้ยนไปจากปกติ 2) ปัญหาด้านการควบคุมอารมณ์ สาเหตุจากการขาดสติในการควบคุมตนเองทำให้เกิดพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ ความผิดปกติด้านความคิด ความรู้สึก อารมณ์และจิตใจ จนขาดความยั้งคิด นำไปสู่อารมณ์ที่อ่อนไหวง่าย วิตกกังวลเกินเหตุ ยับยั้งซึ่งใจไม่ได้ ไม่สามารถควบคุมอารมณ์ควบคุมตนเอง เกิดพฤติกรรมเชิงลบ เช่น ติดเกม ติดพนันจนกลายเป็นบุคคลก้าวร้าว รุนแรง ทะเลาะวิวาท จนถึงขั้นทำร้ายร่างกาย ทั้งหมดเนื่องมาจากความโกรธ ซึ่งทำให้ไม่สามารถอดทนต่อสิ่งยั่วเย้าและแรงกระทบกระทั่งจากภายนอกได้ 3) ปัญหาด้านการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหาสาเหตุจากกระบวนการทางความคิดที่ผิดพลาด ขาดประสบการณ์ ขาดการฝึกฝนจากการศึกษาหาความรู้และสิ่งต่างๆ รอบตัว เนื่องจากความต้องการที่มีมากในแต่ละบุคคลจนเกินขีดจำกัด เพื่อฐานะทางสังคม ทำให้เกิดความคาดหวัง ไขว่คว้าฝืนกฎธรรมชาติทำให้เข้าสู่กระบวนการการดำเนินชีวิตที่ฟุ้งเฟ้อและไม่ยอมรับความเป็นจริง ทำให้ขาดกฎเกณฑ์ในการดำเนินชีวิต ไม่สามารถวิเคราะห์ถึงปัญหาที่เกิดขึ้นหรือแม้แต่ไม่สามารถตัดสินใจหาทางออกที่ดีและเหมาะสมให้กับชีวิตของตนเองได้ นำไปสู่ภัยร้ายแรงทั้งต่อชีวิตและทรัพย์สินเกิดขึ้นเพราะการตัดสินใจที่ผิดพลาด 4) ปัญหาด้านสังคม สาเหตุคือไม่สามารถดำรงตนอยู่

ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างปกติโดยเฉพาะการจัดการกับอารมณ์ในส่วนของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ขาดประสบการณ์การยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วภายในสังคมและสิ่งแวดล้อมรอบตัว เมื่อขาดการปรับตัวจึงขาดความอดทน ขาดความขยันในการทำงาน ขาดความรับผิดชอบในชีวิตตนเองและสังคม ภาวะการเห็นแก่ตัวและการเอาตัวรอดเปรียบมีมากขึ้น เมื่ออยู่ร่วมกันกับผู้อื่นในสังคมได้ยากจึงนำไปสู่การกระทบกระทั่ง ความไม่เข้าใจในการสื่อสาร ความแตกขาดความสามัคคีในหมู่คณะ นำไปสู่ผลร้ายแรงทำให้เกิดการแบ่งฝักฝ่ายมุ่งโจมตีทำลายในที่สุด

2. ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 พบว่า หลักพุทธปรัชญาเถรวาทซึ่งเป็นพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าที่สามารถนำมาปฏิบัติเพื่อสร้างให้เกิดทักษะการดำเนินชีวิตอย่างยั่งยืน หลักธรรมสำคัญทั้ง 4 ประการคือ 1) สัมมาทิฐิ คือ ฐานรากแรกของความเห็นถูกตามธรรมนองคลองธรรม ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว มารดาบิดามีคุณธรรมที่บุตรพึงทำความเคารพนับถือโดยไม่ทำลายชีวิตของท่าน ต้องประกอบด้วยปัญญา มีเหตุผลที่ถูกต้องตามความเป็นจริง ปราศจากอคติ 2) สติสัมปชัญญะ คือ ความตระหนักและความตื่นรู้ต่อตนเอง ในปัจจุบันขณะของความคิด คำพูดและการกระทำให้เป็นปกติ ไม่ด้นร่นกระวนกระวายจนเกิดความเดือดร้อนเสียหาย ซึ่งมีความสำคัญโดยตรงต่อจิตใจและอารมณ์ ป้องกันตนเองไม่ให้ดำเนินชีวิตไปในทางที่เสื่อมเพราะขาดสติ อารมณ์จึงอ่อนไหว อ่อนแอ ฟุ้งซ่านไหลตามกระแสของสิ่งยั่วเย้าอย่างไร้ทิศทาง จึงเกิดความเดือดร้อนแก่ตน



และบุคคลอื่น 3) สมาธิ คือ เครื่องอบรมจิตให้มีความตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวโดยไม่สั่นคลอนไม่หวั่นไหวไปตามอำนาจของสิ่งยั่วยุหรือสิ่งที่มากระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมอันไม่พึงประสงค์ ทำให้จิตสำรวม ไม่ฟุ้งซ่านไปในทางทุจริต จิตใจจึงมีความเยือกเย็น การก่อความเดือดร้อนวุ่นวายหรือความรุนแรงต่างๆก็ไม่อาจเกิดขึ้นได้ 4) ปัญญา คือ ความรอบรู้ในทางแห่งความหลุดพ้นทั้งทางโลกและทางธรรม เพื่อนำพาชีวิตสู่เส้นทางของความเป็นจริงปราศจากความงมงาย อคติและการหลงผิด ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการนำพาการดำเนินชีวิตให้ตระหนักถึง ถูก ผิด ดี ชั่ว ควร ไม่ควร ทำให้สามารถมองเห็นปัญหาและแก้ไขปัญหาด้วยการคิดการตัดสินใจที่ผ่านการไตร่ตรองด้วยเหตุและผล ทำให้การดำเนินชีวิตมีความสงบสุข เรียบง่ายและประสบความสำเร็จสมดังใจปรารถนายิ่งขึ้น

3. ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 พบว่า หลักธรรมที่นำมาใช้สร้างทักษะการดำเนินชีวิตในยุคดิจิทัล ให้มีความมั่นคงและสามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้จริง กล่าวคือ 1) สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ รากฐานที่นำไปสู่การเข้าใจในตนเอง สร้างให้เกิดทักษะการตระหนักรู้ในตน ด้วยการเห็นจุดเด่นจุดด้อยที่เกิดขึ้นกับตนเอง เข้าใจบทบาทและหน้าที่ของตน มองเห็นถึงคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ ความเป็นมิตรและมีสัมพันธภาพที่ดีกับสิ่งต่างๆรอบตัว ทำให้เกิดการพัฒนาด้านตนไปสู่เป้าหมายพฤติกรรมอันพึงประสงค์ สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขและประสบความสำเร็จสมดังที่ได้ตั้งเป้าหมายไว้ 2) สติสัมปชัญญะ ความระลึกทั่วทั้งความคิด คำพูดและการกระทำของ

ตนเอง สร้างให้เกิดทักษะการควบคุมอารมณ์ ไม่ให้สั่นไหวไปตามกระแสสิ่งยั่วยุและสิ่งเร้าที่มากระทบจากภายนอก สามารถยับยั้งชั่งใจตนเองได้รวดเร็ว จึงสามารถลดและทำลายความรุนแรงที่จะเกิดขึ้นได้ในที่สุด 3) สมาธิ จิตมั่นคง แน่วแน่ ไม่สั่นคลอนตามอารมณ์สิ่งเร้าต่อประสาทสัมผัสทั้ง 6 สร้างให้เกิดทักษะการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา เพราะเป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นกับจิตโดยตรง เมื่อจิตมีความตั้งมั่น มั่นคง ร่างกายจะหลั่งสารความสุขนำไปสู่การคลายตัวจากปัญหาที่รุมเร้าต่างๆมากมาย เพราะสมาธิทำให้สมองโล่ง ทำให้การคิดวิเคราะห์มีความเด็ดขาดเฉียบคมเพื่อนำไปสู่กระบวนการในการตัดสินใจ ผลของการตัดสินใจที่เฉียบแหลมนั้น ย่อมนำไปสู่การแก้ไขปัญหาได้อย่างชาญฉลาด เนื่องจากทักษะการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหาที่ถูกสร้างขึ้นจากกำลังของสมาธิ ผลประโยชน์ใหญ่อันเกิดจากจิตที่มีความสงบ ตั้งมั่น ไม่สอพลอ ฟุ้งซ่าน ปราศจากความกระวนกระวาย จิตจึงปราศจากความตรึงเครียด ความเกียจคร้าน จึงทำให้มองเห็นช่องทางในการเลือกกระบวนการการตัดสินใจที่เหมาะสมกับสภาวะปัญหาที่เกิดขึ้นในขณะนั้น และแก้ไขอย่างตรงจุดและทันทั่วทั้งที่ไม่ลุกลามไปสู่อันตรายทั้งต่อชีวิตและทรัพย์สิน 4) ปัญญา ความรอบรู้ถ้วนทั่ว ประกอบพร้อมด้วยเหตุและผล สร้างทักษะทางสังคมให้บังเกิดขึ้น เพราะปัญญาเป็นธรรมที่มีคุณค่าเหนือความคิดเหนือการตัดสินใจที่โลเลอยู่เหนือจากความเศร้าหมองและความงมงายทั้งปวง เพราะทักษะทางสังคมคือทักษะของการอยู่ร่วมกันของบุคคลต่างๆ เพื่อให้การดำเนินชีวิตเป็นไปด้วยความผาสุก สงบและสันติ จึงต้องอาศัย



ปัญหาเป็นเครื่องขึ้นนำทางและหล่อเลี้ยงให้เกิดการดำรงตนร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมเป็นไปในทางที่สงบสุข ไม่ก่อให้เกิดการเดือดร้อน ทำร้าย และการรบกวนรำพัน ดังนั้นการอยู่ร่วมกันในสังคมย่อมอาศัยปัจจัยต่างๆ ที่สมดุล ความสมดุลเหมาะสมต้องอาศัยปัญหาเป็นเครื่องหล่อหลอม เพื่อให้เกิดระเบียบ วินัย ความรับผิดชอบ ความเป็นธรรม ความเสมอภาค นำไปสู่ความสามัคคีในหมู่คณะองค์กร ชุมชน สังคม และชาติได้

5. อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาเรื่องดังกล่าวผู้วิจัยได้ค้นพบประเด็นที่น่าสนใจและนำมาอภิปรายผลดังนี้

สุขภาพจิตของชาวจังหวัดร้อยเอ็ดเป็นไปในทางที่ดีขึ้น มีความเห็นว่าการแพลตฟอร์มโซเชียลเน็ตเวิร์คในปัจจุบัน แม้มีความสะดวกสบายแต่แฝงไว้ด้วยอันตราย จึงอาศัยความคิดวิเคราะห์เหตุผล ความเข้าใจที่ถูกต้องชอบธรรม โดยเฉพาะต้องรู้เท่าทันต่อการใช้สื่อต่างๆ ในยุคสมัยที่เรียกว่ายุคดิจิทัลนี้ให้มากขึ้น ซึ่งมีความสอดคล้องกับสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ. ปยุตฺโต) (2562) ได้แต่งหนังสือ สุขภาวะองค์กรรวมแนวพุทธ ว่าด้วยเรื่อง ภาวะจิตเพื่อชีวิต ได้กล่าวถึง สุขภาวะที่สมบูรณ์ของจิต ความว่า ชีวิตที่ดำเนินไปอย่างถูกต้อง เป็นอยู่ถูกต้อง เป็นอยู่ มี 3 แดน คือ แดนความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม แดนภาวะจิตใจ และแดนปัญญา ที่นี้ระดับจิตใจ เน้นเรื่องภาวะจิตพื้นฐาน ที่เป็นคุณสมบัติซึ่งทุกคนควรมีไว้ประจำใจ คือ ภาวะจิตดีเพื่อความอยู่ดีมีสุขของตนเอง และเป็นพื้นฐานของการพัฒนาชีวิตให้เจริญก้าวหน้า

นี่คือจิตมีสุขภาวะที่ดี

การรู้เท่าทันและไม่หวั่นไหวต่อสิ่งต่างๆ ที่เข้ามากระทบประสาทสัมผัสทั้ง 6 จนสามารถหยุดและยับยั้งชั่งใจไม่ให้ลุ่มหลงอารมณ์ที่ชื่นชอบทางใจ เข้าใจ และไตร่ตรองอย่างมีเหตุผล ไม่เอนเอียงไปฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ชีวิตจึงจะมีความสุขกายสบายใจ มีความร่มเย็นเป็นปกติในชีวิตประจำวัน ซึ่งมีความสอดคล้องกับสิทธิ บุตรอินทร์ (2559) ได้กล่าวถึงวิชาความเป็นมนุษย์ ไว้ในหนังสือปรัชญานิพนธ์ ความว่า การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้เป็นผู้มีเหตุผล มีปัญญา และรู้ความสามารถ ผ่านกระบวนการขั้นตอนทางวัฒนธรรม การศึกษาเล่าเรียน การฝึกฝนอบรมจนเกิดประสบการณ์ มีความชำนาญในวิชาชีวิต นั่นคือการเป็นคนดี ตระหนักและเข้าใจถึงคุณค่าความเป็นจริงของชีวิต มีรูปแบบการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องเหมาะสม มีความเชี่ยวชาญและชำนาญในการประกอบสัมมาอาชีพ สร้างและแสวงหาวัตถุประสงค์เพื่อความอยู่รอด อยู่ดี กินดี สมบูรณ์พูนสุขแก่ตนเองและผู้อื่น ท่ามกลางสิ่งแวดล้อมทางสังคมและวัฒนธรรมได้อย่างมีกาลและเทศะ

ยุคปัจจุบันมีเรียกชื่อว่า โลกาวิตนบ้าง ยุคไร้พรมแดนบ้าง ยุคดิจิทัลบ้าง สภาพที่ปรากฏคือชาวจังหวัดร้อยเอ็ดและประชากรส่วนใหญ่ทั่วโลก ล้วนตกอยู่ในอำนาจของยุคดิจิทัลอย่างเบ็ดเสร็จเด็ดขาด ตกเป็นผู้ทาสเครื่องมือสื่อสารขนาดต่างๆ อย่างขาดไม่ได้จนกลายเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวัน ตั้งแต่ตื่นนอนไปจนถึงก่อนหลับ ซึ่งมีความสัมพันธ์กับทิพย์ภวิชัย ไสชาติ (2557) ได้ทำสารนิพนธ์เรื่อง วิเคราะห์ค่านิยมบริโภคตาม



แนวพุทธศาสนา พบว่า สภาพการบริโภคในยุคโลกาภิวัตน์ เป็นการบริโภคตามกระแสค่านิยม เพื่อตอบสนองความต้องการที่เกินความจำเป็นของตนเอง เป็นไปเพื่อความหรูหรา หลงตามกระแส จนทำให้เกิดมีพฤติกรรมการเลียนแบบด้วยความหลง เพราะเชื่อว่าถ้าได้บริโภคตามความต้องการแล้วจะดูโก้เก๋และทันสมัยอยู่เสมอ ทำให้เกิดผลกระทบตามมา เกิดการสูญเสียทั้งทรัพย์สิน ชีวิต และสติปัญญา เป็นเหตุให้เกิดปัญหาครอบครัว

การใช้สื่อจนติดสื่อนั้นนับว่าเป็นอันตรายต่อการดำเนินชีวิต บางครั้งอาจไปถึงลดทอนคุณภาพชีวิตของผู้ใช้สื่อได้อีกด้วย ทั้งนี้เพราะทุกคนมี 3 สิ่งเหมือนกัน คือ มีชีวิต มีการใช้ชีวิต และการดำเนินชีวิตไปเหมือนกัน สภาพปัญหาปัญหาของชาวร้อยเอ็ดก็ไม่ต่างไปจากที่อื่น คือ มีความเห็นผิดต่อการใช้สื่อ มีความระลึกรู้เท่าทันต่อการใช้สื่อ ใช้สื่อไปนานๆ ก็เป็นคนขาดสมาธิ และเป็นคนที่ขาดเหตุผล มีจิตใจไม่หนักแน่นมั่นคง ซึ่งมีความสัมพันธ์กับกาลัญญา หาญศรีวรพงศ์ (2561) ได้ทำดัชนีพันธะเรื่อง การสร้างคุณภาพชีวิตตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนา พบว่า สภาพปัญหาเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของคนในสังคมไทยยุคปัจจุบัน เป็นสังคมนิยมวัตถุ ผู้คนให้ความสำคัญกับความเจริญทางวัตถุมากกว่าความเจริญทางด้านจิตใจ มีสภาพจิตใจที่เสื่อมลง ไม่มีวินัย ไม่มีคุณธรรมและจริยธรรม แก่งแย่ง เบียดเบียนกัน ขาดความมีเมตตาต่อกัน เห็นประโยชน์ส่วนตนมากกว่าประโยชน์ส่วนรวม หากบุคคลปฏิบัติถูกต้องก็จะทำให้เกิดความสมดุล ความมีคุณภาพชีวิตเป็นผู้มีสุขภาพจิตที่มั่นคงอันส่งผลถึงการมีสุขภาพ

กายที่ดี เป็นผู้ที่มีจิตใจและอารมณ์มั่นคง อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข เพราะทุกคนในสังคมมีความสุขเสมอภาคไม่เอารัดเอาเปรียบกัน

จากการสัมภาษณ์ วัธนา เทียนทองดี (การสัมภาษณ์, 15 พฤศจิกายน 2566) ได้นำหลักพุทธปรัชญาเถรวาทมาสร้างให้เกิดทักษะการดำเนินชีวิตในยุคดิจิทัลได้อย่างเหมาะสม นำสัมมาทิฐิ คือ ความเห็นถูกในการตระหนักรู้ในตนเข้าใจตนเองในทางที่ถูกต้องจากการเสพสื่อแพลตฟอร์มทางโซเชียลได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตั้งสติสัมปชัญญะ คือ ความรู้ตัว เพื่อควบคุมอารมณ์ไม่ให้สั่นไหวไปตามกระแสสิ่งยั่วยุได้อย่างชาญฉลาด ใช้สมาธิ ความตั้งใจมั่น เพื่อให้ตัดสินใจและการแก้ไขปัญหาจากการเสพสื่อหรือโดรนิจฉาชีพออนไลน์ล่อลวงได้อย่างเยียบคม และใช้ปัญญาความรู้ มาพิจารณาเพื่อให้อยู่ร่วมกันกับคนรุ่นใหม่ในสังคมแห่งการเปลี่ยนแปลงที่ก้าวกระโดดได้อย่างมีความสุข มีความสอดคล้องกับโสวิทย์ บำรุงภักดิ์ (2560) ได้กล่าวถึงจริยธรรมของการใช้ชีวิต จากรายงานการวิจัย เรื่องการศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในวรรณกรรมสินไซ พบว่า ปัจจุบันกระแสไฮเทคโนโลยีได้เข้ามามีบทบาทในการจัดการศึกษา สังคม ศาสนา เศรษฐกิจและวัฒนธรรมที่ตืออยู่แล้วให้เปลี่ยนแปลงไปเพื่อให้ทันกับความล้ำสมัยของโลก แต่ในความล้ำหน้านักกลับเป็นดาบสองคมที่คอยบ่อนทำลายให้เกิดปัญหาและภัยคุกคามต่างๆมากมายเกิดปัญหาด้านจริยธรรมในวงกว้าง สูญเสียซึ่งชีวิตและทรัพย์สิน ขาดความสงบสุขตั้งแต่ระดับเล็กสุดคือ ต่อตนเอง ครอบครัว องค์กร ชุมชน สังคมและภายในประเทศ



ประชาชนบางส่วนไม่สามารถปรับตัวหรือสร้างความมั่นคง ความปลอดภัย หรือแม้แต่ความสำเร็จจากการดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นปกติสุข ทำให้คนไทยรุ่นหลังๆ ส่วนใหญ่ถูกรากเหง้าคุณงามความดีของตนว่าเป็นสิ่งล้าสมัย ไม่พัฒนา ถูกกีดกันยอมรับสิทธิ วนเวียนในวัฏฏะของความสุข ความทุกข์ กามตัณหา

6. ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงพัฒนา

หลักจากการศึกษาวิจัยเรื่องนี้สำเร็จแล้ว ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงพื้นฐานของการอบรมเลี้ยงดูและสภาพแวดล้อมของชาวจังหวัดร้อยเอ็ด เป็นเรื่องที่มีความสำคัญและทรงอิทธิพลเป็นอย่างมากต่อทุกคนในสังคม ทั้งในระดับครอบครัว ชุมชน สังคม จนถึงระดับชาติ โดยเฉพาะในระดับครอบครัว ที่เป็นปราการด่านแรกที่ต้องให้ความเอาใจใส่ในการสร้างบุคลิกภาพที่พึงประสงค์ให้เกิดขึ้น โดยเริ่มจากบทบาทของบิดามารดาหรือผู้ปกครอง ที่ต้องได้รับความรู้ การฝึกฝน และปลูกฝังเจตคติ สร้างแรงบันดาลใจเชิงบวกให้บังเกิดขึ้นแก่บุคคลในครอบครัวด้วยการนำหลักธรรมเข้ามาใช้ในการดำเนินชีวิตทุกขั้นตอน

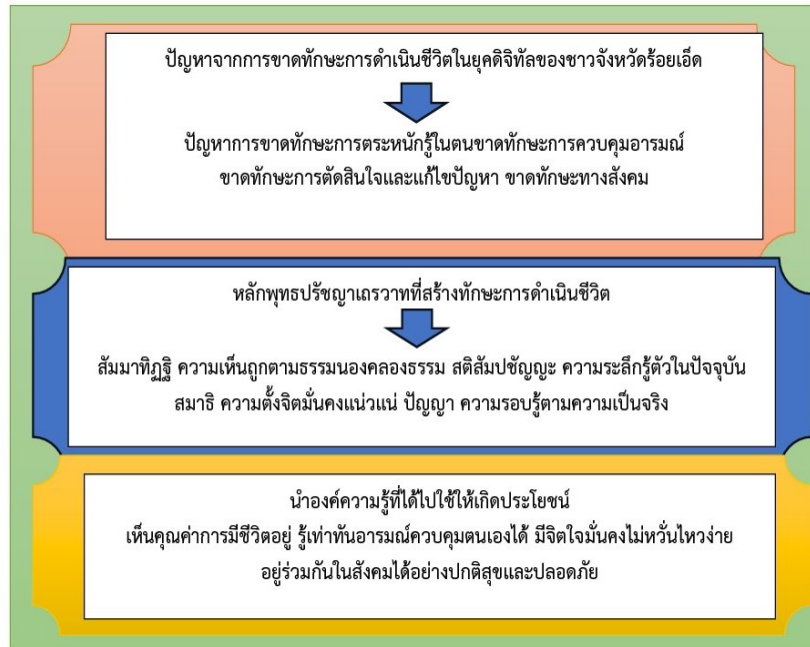
2. ข้อเสนอแนะงานวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนาทักษะการตระหนักรู้ในตนด้วยการเจริญสติ เพื่อเสริมสร้างบุคลิกภาพอันพึงประสงค์ในเด็กปฐมวัย ของชาวจังหวัดร้อยเอ็ด

2.2 ควรมีการศึกษาวิจัยเรื่อง การบูรณาการสัมมาสมาธิสู่การเสริมสร้างทักษะการควบคุมอารมณ์ของประชาชนในจังหวัดร้อยเอ็ด

7. องค์ความรู้ที่ได้รับ

จากการวิจัยเรื่องดังกล่าว องค์ความรู้เกี่ยวกับทักษะการดำเนินชีวิต 4 ด้าน คือ 1) ทักษะการตระหนักรู้ในตน เห็นคุณค่าของการมีชีวิตอยู่อย่างมีเป้าหมายและถูกต้องไม่ผิดเพี้ยน 2) ทักษะการควบคุมอารมณ์ ไม่ประมาทเมื่อตกอยู่ในสถานการณ์ที่ถูกกระทบกระทั่งควบคุมตนเองให้อยู่ในภาวะที่พึงประสงค์เสมอ 3) ทักษะการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ตั้งจิตให้แน่วแน่มั่นคงเพื่อคิดวิเคราะห์หาทางออกด้วยเหตุและผล และ 4) ทักษะทางสังคม เข้าใจมนุษย์และสิ่งรอบตัวได้อย่างชาญฉลาดและพร้อมปรับตัวได้อย่างไม่กดดัน เพื่อให้เกิดเป็นทักษะที่มั่นคงและยั่งยืนนำพาความสงบสุขและความสำเร็จมาสู่ตนและสังคมโดยรวมได้ดังภาพองค์ความรู้ที่ได้รับ



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้รับ

เอกสารอ้างอิง

- กาญจนา หาญศรีวรพงศ์. (2561). *การสร้างดุลยภาพชีวิตตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนา*. (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ข่าวออนไลน์ 7HD. (2566). *เจ้าหน้าที่ฆ่าตัวตายเมืองร้อยเอ็ด*. เข้าถึงได้จาก <https://www.news.ch7.com>
- เดลินิวส์ออนไลน์. (2566). *เดนคุกก่อคดีฆ่าพ่อ ช่มชืนแม่ ฟันเพื่อน*. เข้าถึงได้จาก <https://www.daily-news.co.th>
- ทิพย์ภวิษณ์ ไสชาติ. (2557). *วิเคราะห์ค่านิยมบริโภคตามแนวพระพุทธศาสนา*. (สารนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต). พระนครศรีอยุธยา: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ไทยรัฐออนไลน์. (2566). *พ่อเลี้ยงอำมหิตฆ่าเด็ก 12 โบกปูนยัดใส่ถังน้ำแข็ง*. เข้าถึงได้จาก <https://www.thairath.co.th>
- ธรรมรักษ์. (2559). *ประวัติของพ่อ พระราชดำรัสพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชการที่ 9*. กรุงเทพฯ: เสี่ยงบุญ.



พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). (2546). *พุทธธรรมฉบับขยายความ*. (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: สหัมมิก.
พระพุทโธชาจารย์ (ป.อ.ปยุตฺโต). (2562). *สุขภาวะองค์รวมแนวพุทธ*. (พิมพ์ครั้งที่ 34). กรุงเทพฯ: สหัมมิก.
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

สนามข่าว 7 สี ออนไลน์. (2566). *บุกบ้านยาย 78 ฆ่าชิงทรัพย์ ร้อยเอ็ด*. เข้าถึงได้จาก <https://www.news.ch7.com>

สิทธิ บุตรอินทร์. (2559). *ปรัชญานิพนธ์*. กรุงเทพฯ: ศยาม.

สำนักข่าวไทย. (2566). *สารวัตรกำนันถูกแก๊งมีจลาชีพหลอกกดลิงค์ ร้อยเอ็ด*. เข้าถึงได้จาก <https://www.tna.mcot.net>

สำนักงานราชบัณฑิตยสภา. (2566). *รู้จักภาษาไทย*. เข้าถึงได้จาก <https://www.orst.go.th>

โสวิทย์ บำรุงศักดิ์. (2560). *การศึกษาวิเคราะห์พุทธจริยศาสตร์ในวรรณกรรมลิ้นไซ*. (รายงานการวิจัย).
ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น.

