

ผลของการใช้รูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 ต่อการ
เสริมสร้างความสุขในพ่อแม่ผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการพิเศษ
THE EFFECT OF USING COUNSELING MODEL ACCORDING TO THE
FOUR NOBLE TRUTHS PTINCIPLES TOWARDS ENHANCING
HAPPINNESS AMONG PARENTS OF CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS

¹ณัฐชา บุญศรี, ²ประสิทธิ์ แก้วศรี และ ³เริงชัย หมื่นชนะ
¹Nattacha Boonsri, ²Prasit Keawsri and ³Rengchai Munchna

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ประเทศไทย
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

¹tichanunong@gmail.com

Received: January 15, 2022; **Revised:** February 20, 2023; **Accepted :**April 24, 2023

บทคัดย่อ

การวิจัยเรื่อง ผลการใช้รูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 เพื่อเสริมสร้างความสุขในกลุ่มผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการพิเศษ มีวัตถุประสงค์คือ 1) เพื่อศึกษารูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 เพื่อเสริมสร้างความสุขในกลุ่มผู้ปกครองของเด็กที่มีความต้องการพิเศษ 2) เพื่อสร้างรูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 เพื่อเสริมสร้างความสุขในกลุ่มผู้ปกครองของเด็กที่มีความต้องการพิเศษ 3) เพื่อนำเสนอผลทดลองรูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 เพื่อเสริมสร้างความสุขในกลุ่มผู้ปกครองของเด็กที่มีความต้องการพิเศษ การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง โดยคัดเลือกกลุ่มทดลองแบบเจาะจง (Purposive Sampling) คือกลุ่มพ่อแม่ผู้ปกครองของเด็กที่มีความต้องการพิเศษ จำนวน 7 คน ได้ดำเนินการตามกระบวนการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้สถิติแบบบรรยาย (Descriptive Statistics) และเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้สถิตินอนพารามตริก (Nonparametric) ใช้วิธีทดสอบแบบ Wilcoxon Matched pairs และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

¹ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

² มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

³ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) และการสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย (Analytic Induction) ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

รูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 เพื่อเสริมสร้างความสุขในกลุ่มผู้ปกครองของเด็กที่มีความต้องการพิเศษ คือ กระบวนการที่ส่งเสริมให้เกิดประสบการณ์ และกระตุ้นให้เกิดการคิดและการใส่ใจ เพื่อให้เกิดกระบวนการทางความคิดอย่างลึกซึ้งก่อนที่จะต้องสนองสิ่งเร้าออกไป โดยประยุกต์ร่วมกับอริยสัจ 4 และการฝึกสติ ให้ผู้ปกครองได้มีการปรับการรับรู้ทุกข์ให้ถูกต้อง นำไปสู่ความสุขผ่านกระบวนการต่อไปนี้ คือ 1) สร้างสุข ขวนรู้ทุกข์ 2) สนุกค้นสมุทัย 3) ตั้งเป้าหมายสู่นิโรธ 4) สร้างมรรคสู่ความงอกงาม 5) สรุปรธรรมนำชีวิต

ผลการทดลองใช้กระบวนการ การให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 ต่อการเสริมสร้างความสุขในพ่อแม่ผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการพิเศษ สรุปได้ว่า ผู้ปกครองที่ผ่านกระบวนการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 ต่อการเสริมสร้างความสุขในพ่อแม่ผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการพิเศษ มีผลการทดสอบทางสถิติพบว่า ระดับความสุขของผู้ปกครองหลังจากเข้ากระบวนการปรึกษา มีคะแนนสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกระบวนการอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ:

Abstract

Subject for the Research of The Results of using counseling model according to the Four Noble Truth principles towards Enhancing Happiness Among Parents of Children with Special Needs are;

1. To study the counseling model according to the Four Noble Truth principles towards Enhancing Happiness Among Parents of Children with Special Needs.
2. To create the counseling model according to the Four Noble Truth principles towards Enhancing Happiness Among Parents of Children with Special Needs.
3. To present the Experimental results of the counseling model according to the Four Noble Truth principles towards Enhancing Happiness Among Parents of Children with Special Needs.

This research is quasi-experimental research using Purposive Sampling.

There were 7 Parents of Children with Special Needs that voluntarily participated experimental activities throughout the whole process.

The process were to conduct the counseling model according to the Four Noble Truth. Quantitative data analysis was done by using Descriptive Statistics method. The testimonial process was carried out and the scores were compared before and the experimental principles. using non-parametric statistics (Nonparametric) using the Wilcoxon matched pairs test method and qualitatively analyzed the data by content analysis and analytic induction.

The results of the research can be summarized as follows:

The counseling model according to the Four Noble Truth principles towards Enhancing Happiness Among Parents of Children with Special Needs was the processes that encourages thinking and attention experiences to achieve processes of profound thinking before responding to stimulators by applying the Four Noble Truth, practicing of mindfulness and improving perception of suffering to ways of happiness through the following processes.

- a.) Happy creation. Realize Suffering.
- b.) Enjoy searching cause of suffering.
- c.) Goal to Nirvana.
- d.) Create prosperity paths.
- e.) Lead the life with Dharma.

The experimental results based on the consultation process according to the Four Noble Truth principles towards Enhancing Happiness Among Parents of Children with Special Needs concluded that the parents who obtained the consultation process according to the Four Noble Truth principles towards Enhancing Happiness Among Parents of Children with Special Needs have happiness statistical test resulted that it was higher prior to participation significantly at level 0.05

Keywords:

บทนำ

ความสุขในชีวิตเป็นสิ่งที่สำคัญในการดำเนินชีวิต เป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนปรารถนา และในปัจจุบันความผาสุกแห่งตนเป็นเป้าหมายการพัฒนาประชากรในประเทศต่างๆ ความผาสุกในชีวิตมีความหมายเช่นเดียวกับคุณภาพชีวิต ความพึงพอใจในชีวิต ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ภาวะสุขภาพ ความสุข การปรับตัว (Adjustment) คุณค่าของชีวิต (Value of Life) ความหมายของชีวิต (Meaning of Life) และภาระหน้าที่ของบุคคล (Functional Status) ความสุขในชีวิตเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของบุคคลที่ตอบสนองต่อเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่เป็นอยู่ ซึ่งมีระดับแตกต่างกันขึ้นอยู่กับการรับรู้ต่อประสบการณ์ในอดีตและความคาดหวังในอนาคตของแต่ละบุคคล การกระทำสิ่งต่างๆ ตามที่ตนเองต้องการสามารถตัดสินใจด้วยตนเองที่จะดำเนินการกับเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นอย่างเหมาะสม เพื่อบรรลุจุดหมายในชีวิตที่วางไว้ พร้อมทั้งยอมรับสภาพการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น เปิดโอกาสให้ตนเองได้รับประสบการณ์ใหม่ที่มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นมีความพึงพอใจใน การดำเนินชีวิต ทำให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ปฏิบัติหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพสามารถปรับตัวให้มีความสุขอยู่กับครอบครัวสิ่งแวดล้อมและสังคมได้เป็นอย่างดี

ในแต่ละบุคคลมีความเห็นไม่เหมือนกันว่าความสุขคืออะไร บางคนพูดว่าจะมีความสุขถ้ามีบ้าน มีรถ บางคนพูดว่าจะมีความสุขถ้ามีคนรักหยาบป่วย บางคนพูดว่าจะมีความสุขถ้ามีครอบครัวและมีลูก และในกลุ่มพ่อแม่ผู้ปกครองที่มีลูกมีความต้องการพิเศษมักพูดว่าจะมีความสุขมากถ้าลูกที่มีความต้องการพิเศษ มีพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์จิตใจ สังคม และสติปัญญาดีขึ้น

สภาวะความบกพร่องในเด็กที่มีความต้องการพิเศษ อาจเห็นได้โดยตาเปล่า เช่น เด็กที่มีความบกพร่องทางการมองเห็น เด็กที่มีความบกพร่องทางร่างกายและเคลื่อนไหว หรือเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญา กลุ่มดาวน์ซินโดรม แต่ในเด็กที่มีความบกพร่องกลุ่มอื่นนั้น ต้องอาศัยการตรวจจากแพทย์กุมารแพทย์ และจิตแพทย์เด็ก ซึ่งในระยะแรกที่บิดา มารดา พบว่าลูกของตนนั้นมีความผิดปกติเกิดขึ้น ไม่ว่าจะรับรู้ด้วยตนเอง หรือรับรู้จากการวินิจฉัยจากแพทย์ ย่อมก่อให้เกิดความรู้สึกหมดหวัง ท้อแท้ สูญเสียสิ่งมีค่าที่ยิ่งใหญ่ และไม่สามารถจะตกลงใจได้ว่าจะทำอย่างไรดี กับบุตร รวมถึงภาวะความบกพร่องของเด็กแต่ละคน อาจต้องใช้ระยะเวลานานในการรักษา และพยาธิสภาพที่เป็นอยู่ของเด็กบางคน ก็ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ นอกจากนั้น พยาธิสภาพดังกล่าว เมื่อเกิดขึ้นกับสมาชิกคนใดคนหนึ่ง ครอบครัวแล้ว ย่อมส่งผลกระทบต่อสมาชิกทุกคนในครอบครัว โดยเฉพาะบิดามารดา หรือผู้ปกครองของเด็ก ที่อาจมีภาวะเครียดเกิดขึ้นได้ ซึ่งความเครียดดังกล่าว อาจเกิดได้จากสาเหตุหลายประการ เช่น สภาพความเจ็บป่วยของบุตร การเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจ การเปลี่ยนบทบาทหน้าที่ของสมาชิกในครอบครัว การเปลี่ยนแปลงสภาพความเป็นอยู่ในครอบครัว และความเครียดนั้นย่อมส่งผลในการทำงาน การดำเนินชีวิต สุขภาพกาย สุขภาพจิต ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว รวมทั้งอาจไปกระตุ้นให้เกิดความรุนแรงได้ เป็นต้น

อริยสัจสี่เป็นหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงค้นพบด้วยพระองค์เองแล้วทรงนำมาประกาศสั่งสอนพุทธสาวกให้บรรลุตาม เป็นหลักธรรมที่เป็นความจริงในการแสวงหาจุดมุ่งหมายของชีวิต ผู้ที่ปฏิบัติตามหลักอริยสัจสี่ก็จะสามารถกำจัดกิเลสที่อยู่ภายในจิตใจ จนถึงขั้นบรรลุคุณธรรมชั้นสูง เป็นวิถีแห่งความดับทุกข์ นอกจากนี้หลักอริยสัจสี่ยังสามารถนำมาใช้ในการแก้ปัญหาในการดำเนินชีวิตได้เป็นอย่างดี การปฏิบัติตามหลักอริยสัจสี่จะทำให้รู้แจ้งถึงวิธีการและกระบวนการในการแก้ปัญหาอย่างเป็นระบบ และได้ผลจริงที่ยั่งยืนกระบวนการในการแก้ปัญหาตามหลักอริยสัจ 4 ขั้น ได้แก่ ขั้นกำหนดปัญหา ขั้นวิเคราะห์สาเหตุ ปัญหา ขั้นแก้ปัญหา และขั้นกำหนดวิธีการแก้ปัญหา

กระบวนการค้นหาความจริงตามหลักอริยสัจสี่นอกจากจะทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าถึงสัจธรรมแล้วเป็นหลักธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตได้เป็นอย่างดีและมีความเป็นสากลนำมาประยุกต์ใช้ได้ตลอดทุกกาลสมัยปัจจุบันมีการนำ หลักอริยสัจสี่มาใช้ในการแก้ปัญหอย่างแพร่หลาย เช่น ปัญหาความขัดแย้ง ปัญหาสังคมและเศรษฐกิจ เป็นต้น ผู้ที่ทำความเข้าใจหลักอริยสัจสี่ก็จะเข้าใจได้ว่าปัญหาที่เกิดขึ้นคืออะไร มีสาเหตุมาจากอะไรเมื่อรู้สาเหตุแล้วจะเกิดผลอย่างไรและมีวิธีการหรือกระบวนการแก้ปัญหอย่างไร จึงเป็นกระบวนการที่ทำให้รู้จักคิดหาทางออกของปัญหาได้อย่างเป็นระบบ หลักการสำคัญคือต้องพิจารณาให้ดีหรือมองให้ออกว่า อะไรคือตัวปัญหาและอะไรคือสาเหตุที่ทำให้เกิดปัญหา จึงจะสามารถหาทางแก้ได้ถูกวิธี

การดำเนินชีวิตและการงานบนฐานอริยสัจ 4 เพื่อศึกษาทำความเข้าใจประสบการณ์ในการดำเนินชีวิตและการงานบนฐานอริยสัจ 4 ของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ พบว่าการดำเนินชีวิตและการงานบนฐานความเข้าใจในอริยสัจ 4 ได้แก่ ความเข้าใจในโลกและชีวิต การอยู่กับปัจจุบันและความจริง และการตระหนักถึงความสัมพันธ์เชื่อมโยงและการประยุกต์ความเข้าใจอริยสัจ 4 มาใช้ในการดำเนินชีวิตและการงาน และสามารถประยุกต์ความเข้าใจมาใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตและการงานได้ดี

การประยุกต์อริยสัจ 4 ของพระพุทธศาสนา กับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและจิตรักษา . ผลการศึกษาพบว่า การนำอริยสัจ 4 ของพระพุทธศาสนา และผสมผสานเข้าสู่กระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาและจิตรักษา นักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธต้องผ่านกระบวนการฝึกฝน ความเข้าใจโลกและชีวิต คุณภาพของจิตใจ และความสามารถในการทำงานการปรึกษาเชิงจิตวิทยาภายใต้โครงความคิดของอริยสัจ 4 การฝึกฝนของนักจิตวิทยาการปรึกษาแนวพุทธ สามารถเอื้อให้บุคคลได้บรรลุศักยภาพที่มีประสิทธิภาพสามารถแก้ไขปัญหาด้านจิตใจด้วยตนเอง และสามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างสอดคล้องกับความเป็นจริงด้วยปัญญา

และจากการที่ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้างานวิจัย ก็ได้พบว่า มีนักวิจัยหลายท่านที่นำอริยสัจ 4 มาสร้างเป็นกระบวนการในการให้การปรึกษากับกลุ่มต่างๆ และได้ผลลัพธ์ที่ดี การให้คำปรึกษาตามทฤษฎีเผชิญความจริงต่อการยอมรับความตาย พบว่า กลุ่มตัวอย่างผู้ป่วยโรคเอดส์ที่ติดเชื้อไวรัสโรคปอด ส่วนใหญ่สามารถปรับตัวยอมรับ และสามารถเผชิญสภาพความเป็นจริงได้ และผลการวิจัยครั้งนี้เป็นประโยชน์ต่อการพยาบาล คือ แนวทางที่พัฒนาขึ้นนี้เหมาะสมที่จะนำไปใช้ในการดูแลผู้ป่วย เป็นรายบุคคลระหว่างอยู่รับการรักษาในหอผู้ป่วย เพื่อช่วยเหลือผู้ป่วยในการปรับตัวให้ดีขึ้น การวิจัยแบบกึ่งทดลอง ศึกษาเรื่องการเปรียบเทียบผล การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม โดยวิธีการเผชิญความจริง กับวิธีการให้บริการแบบเมตริกโปรแกรมเพื่อพัฒนาสุขภาพผู้เสพยาบ้า การปรึกษาแบบกลุ่ม โดยวิธีเผชิญความจริงและกลุ่มที่ได้รับการให้บริการ แบบเมตริกโปรแกรม ก่อนการให้การปรึกษามีปัญหาสุขภาพจิตโดยรวมทุกคน และ หลังยุติการให้คำปรึกษา มีสุขภาพจิตโดยรวมทุกด้านและรายด้านดีขึ้นกว่าก่อนการให้คำปรึกษา

การวิจัยแบบกึ่งทดลอง ศึกษาเรื่องผลของโปรแกรมการให้การปรึกษาแบบกลุ่ม ตามแนวทฤษฎีพิจารณาการเผชิญความจริง เพื่อเพิ่มพฤติกรรมความรับผิดชอบ ทางด้านการเรียนของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัยรังสิต ในระยะก่อนการทดลอง พบว่าการประเมินของครูและนักเรียนกลุ่มทดลองมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ นักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมความรับผิดชอบในห้องเรียนด้านการพูดคุยในห้องเรียนโดยรวมดีขึ้น และนักเรียนกลุ่มทดลองมีพฤติกรรมความรับผิดชอบในห้องเรียนด้านการส่งงาน ดีขึ้น

ผู้วิจัยเห็นว่า หากได้นำรูปแบบการให้คำปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 มาใช้เพื่อให้การปรึกษากับกลุ่มผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการพิเศษอาจเป็นแนวคิดและแนวทางในการส่งเสริมสร้างสุขและพัฒนาารูปแบบกระบวนการให้คำปรึกษาพ่อแม่ผู้ปกครองได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นผู้ศึกษาวิจัยจึงสนใจที่จะศึกษารูปแบบการให้คำปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 ในพ่อแม่ผู้ปกครองของเด็กที่มีความต้องการพิเศษ เพื่อเป็นประโยชน์แก่พ่อแม่ผู้ปกครองที่ความทุกข์ใจจากสภาวะความเป็นจริงของ

ชีวิตที่มีลูกที่มีความต้องการพิเศษ และพร้อมที่จะต่อสู้กับความจริงของชีวิตที่ได้อุบัติขึ้นแล้วนี้ โดยมีผู้ให้คำปรึกษา (counselor) คอยเป็นผู้นำพาสันับสนุนให้กำลังใจและแนะนำแนวทางอยู่เคียงข้าง เพื่อให้สภาวะนั้นได้เบาง ผ่อนคลาย และเรียนรู้ที่จะอยู่กับสภาวะอารมณ์อย่างมั่นคงตามความความเป็นจริง รวมถึงสามารถปรับตัว เรียนรู้ สิ่งที่เกิดขึ้นนั้นได้อย่างเบิกบานกายใจ และเพื่อให้เกิดความเข้าใจ มีองค์ความรู้ที่จะกำหนดรูปแบบการให้การปรึกษา เพื่อให้กระบวนการปฏิสัมพันธ์ในกระบวนการให้การปรึกษามีประสิทธิภาพ และเพื่อให้ผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษาได้บริหารประโยชน์จากความจริงของธรรมชาติตามหลักพระพุทธศาสนา และนำไปเป็นกระบวนการเรียนรู้ในชีวิตประจำวันได้

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษารูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 เพื่อเสริมสร้างความสุขในกลุ่มพ่อแม่ผู้ปกครองของเด็กที่มีความต้องการพิเศษ
2. เพื่อสร้างรูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 เพื่อเสริมสร้างความสุขในกลุ่มพ่อแม่ผู้ปกครองของเด็กที่มีความต้องการพิเศษ
3. เพื่อนำเสนอผลทดลองรูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 เพื่อเสริมสร้างความสุขในกลุ่มพ่อแม่ผู้ปกครองของเด็กที่มีความต้องการพิเศษ

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง โดยคัดเลือกกลุ่มทดลองแบบเจาะจง (Purposive Sampling) คือกลุ่มพ่อแม่ผู้ปกครองของเด็กที่มีความต้องการพิเศษ จำนวน 7 คน ที่สมัครใจเข้าร่วมกิจกรรมการทดลอง และมีความพร้อมที่จะเข้าร่วมจนครบกระบวนการ ได้ดำเนินการตามกระบวนการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 ในช่วงเดือนมีนาคม 2564 ตามกระบวนการที่ได้ออกแบบไว้ โดยมีเครื่องมือในการวิจัย คือแบบสอบถามความสุข และชุดคู่มือการปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 เพื่อเสริมสร้างความสุขในกลุ่มผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการพิเศษ วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้สถิติแบบบรรยาย (Descriptive Statistics) และการทดสอบเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้สถิตินอนพารามेटริก (Nonparametric) ใช้วิธีทดสอบแบบ Wilcoxon Matched pairs และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) และการสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย (Analytic Induction)

ผลการวิจัย

การสรุปผลการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้สรุปเป็น 3 ตอน ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ผลการวิจัยสรุปได้ดังต่อไปนี้

1. รูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 เพื่อเสริมสร้างความสุขในกลุ่มผู้ปกครองของเด็กที่มีความต้องการพิเศษ

จากการศึกษา พัฒนา สร้างและตรวจสอบรูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 เพื่อเสริมสร้างความสุขในกลุ่มผู้ปกครองของเด็กที่มีความต้องการพิเศษ ผ่านการพัฒนาและตรวจสอบรูปแบบ สรุปได้ว่า รูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 เพื่อเสริมสร้างความสุขในกลุ่มผู้ปกครองของเด็กที่มีความต้องการพิเศษ คือ กระบวนการที่ส่งเสริมให้เกิดประสบการณ์และกระตุ้นให้เกิดการคิดและการใส่ใจ เพื่อให้เกิดกระบวนการทางความคิดอย่างลึกซึ้งก่อนที่จะต้องสนองสิ่งที่เราออกไป โดยประยุกต์ร่วมกับอริยสัจ 4 และการฝึกสติ ให้ผู้ปกครองได้มีการปรับการรับรู้ทุกข์ให้ถูกต้องนำไปสู่ความสุขผ่านกระบวนการต่อไปนี้ คือ 1) สร้างสุข ขวนรู้ทุกข์ 2) สนุกค้นสมุทัย 3) ตั้งเป้าหมายสู่นิโรธ 4) สร้างมรรคสู่ความงอกงาม 5) สรุปรธรรมนาชีวิต

2 เพื่อนำเสนอผลทดลองรูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 เพื่อเสริมสร้างความสุขในกลุ่มผู้ปกครองของเด็กที่มีความต้องการพิเศษ

ผลการทดลองใช้กระบวนการ การให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 ต่อการเสริมสร้างความสุขในพ่อแม่ผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการพิเศษ จากตารางที่ 4.4 สรุปได้ว่า

1) ด้านความสัมพันธ์ ค่าเฉลี่ยคะแนนก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 ต่อการเสริมสร้างความสุข ก่อนการให้การปรึกษา พบว่า พ่อแม่ผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการพิเศษ 7 คน มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขก่อนเข้าร่วมการทดลองโดยรวมอยู่ในระดับ 4.34 และค่าคะแนนความสุขหลังเข้าร่วมการทดลองโดยรวมอยู่ในระดับ 4.66 2) ด้านการยอมรับความจริง ค่าเฉลี่ยคะแนนก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 ต่อการเสริมสร้างความสุข ก่อนการให้การปรึกษา พบว่า พ่อแม่ผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการพิเศษ 7 คน มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขก่อนเข้าร่วมการทดลองโดยรวมอยู่ในระดับ 3.63 และค่าคะแนนความสุขหลังเข้าร่วมการทดลองโดยรวมอยู่ในระดับ 3.94 3) ด้านความมั่นคงทางอารมณ์ ค่าเฉลี่ยคะแนนก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 ต่อการเสริมสร้างความสุข ก่อนการให้การปรึกษา พบว่า พ่อแม่ผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการพิเศษ 7 คน มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขก่อนเข้าร่วมการทดลองโดยรวมอยู่ในระดับ 3.12 และค่าคะแนนความสุขหลังเข้าร่วมการทดลองโดยรวมอยู่ในระดับ 3.60 4) ด้านการปรับตัว ค่าเฉลี่ยคะแนนก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 ต่อการเสริมสร้างความสุข ก่อนการให้การปรึกษา พบว่า พ่อแม่ผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการพิเศษ 7 คน มีค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขก่อนเข้าร่วมการทดลองโดยรวมอยู่ในระดับ 3.54 และค่าคะแนนความสุขหลังเข้าร่วมการทดลองโดยรวมอยู่ในระดับ 3.69

โดยสรุปผลของการวิจัยการใช้รูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 ต่อการเสริมสร้างความสุขในกลุ่มพ่อแม่ผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการพิเศษ ผลค่าเฉลี่ยคะแนนความสุขในแต่ละด้านมีที่เพิ่มขึ้น และค่าเฉลี่ยคะแนนด้านความมั่นคงทางอารมณ์หลังการทดลองมีความห่างอย่างเห็นได้ชัดเจน ซึ่งสะท้อนได้ว่าการใช้รูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 เพื่อเสริมสร้างความสุขในกลุ่มพ่อแม่ผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการพิเศษกิจกรรมสามารถส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วม

การทดลองมีทักษะในการปรับฐานความมั่นคงทางอารมณ์ได้เป็นอย่างดี และเมื่อมีทักษะในการปรับฐานความมั่นคงทางอารมณ์ให้อยู่ในระดับที่ดีได้ก็จะส่งผลต่อการปรับด้านอื่นตามมาด้วย

ผลของการใช้รูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 ต่อการเสริมสร้างความสุขในพ่อแม่ผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการพิเศษ ก่อนการทดลอง มีคะแนนความสุข ค่าเฉลี่ย เท่ากับ 3.66 ค่า ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 0.72 หลังการทดลอง ค่าเฉลี่ย เท่ากับ 3.97 ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 0.79 เมื่อเปรียบเทียบคะแนนก่อนและหลังการทดลอง โดยใช้สถิติแบบนอนพาราเมตริก Wilcoxon Matched pairs พบว่า คะแนนความสุข แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

การศึกษาวิจัยเรื่อง การให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 ต่อการเสริมสร้างความสุขในพ่อแม่ผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการพิเศษ สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

ผลการศึกษา รูปแบบการให้การปรึกษา ตามหลักอริยสัจ 4 ได้แก่ คือ 1) สร้างสุข ขวนรู้ ทุกข์ 2) สนุกค้นสมุทัย 3) ตั้งเป้าหมายสู่นิโรธ 4) สร้างมรรคสู่ความงอกงาม 5) สรุปรธรรมนำชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ โสริช โพธิแก้ว ที่ทำการศึกษารื่องการประยุกต์อริยสัจ 4 ของ พระพุทธศาสนากับการศึกษาเชิงจิตวิทยาและจิตรักษา มีประสิทธิภาพของกระบวนการศึกษาเชิงจิตวิทยาและจิตรักษา ที่วางรากฐานอยู่บนหลักอริยสัจ 4 สามารถเอื้อให้บุคคลได้บรรลุศักยภาพที่มีประสิทธิภาพสามารถแก้ไขปัญหาด้านจิตใจด้วยตนเอง และสามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างสอดคล้องกับความเป็นจริงด้วยปัญญา โดยการวิจัยได้แสดงว่า กระบวนการการศึกษาเชิงจิตวิทยาและจิตรักษา ส่งผลต่อตัวแปร ทั้งตัวแปรทางตะวันตกที่อิงหลักพุทธธรรม เช่น ศิล ปัญญา สันติภาวะ เมตตา สันโดษ เป็นต้นและตัวแปรทางตะวันตก อาทิเช่น ความเอื้อเฟื้อ ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิต ความสามารถในการฟื้นฟู การเพิ่มความเข้มแข็งอดทน และการยกระดับสุขภาวะทางจิต เป็นต้น และสอดคล้องกับการศึกษาของ นางชนิกา ภูวดิษคุณ ได้ทำการวิจัยเรื่อง การประยุกต์หลักพุทธธรรมเพื่อการบริหารความเครียดในองค์กร ผลการศึกษพบว่า หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเพื่อการบริหารความเครียดในองค์กร ใช้ จำนวน 4 หลักธรรมด้วยกัน คือ 1. หลักไตรลักษณ์ หรือลักษณะ 3 ประการ กล่าวคือความเป็น อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา 2. หลักอริยสัจ 4 คือความจริงอันประเสริฐ คือ ทุกข์ สมุทัย ทำให้เห็นว่า แนวทางการนำจิตวิทยาแนวพุทธหรือหลักธรรมในพระพุทธศาสนาสามารถที่จะนำมาปรับใช้เพื่อการศึกษา การเยียวยาและการพัฒนาจิตใจมนุษย์นั้นได้อย่างมีประสิทธิภาพและเกิดประสิทธิผล ดังการศึกษาของ ชมพูนุท ศรีจันทร์นิล ได้ทำการวิจัยเรื่องจิตวิทยาแนวพุทธ: แนวทางเพื่อการเยียวยาและพัฒนาจิตใจมนุษย์ ผลการวิจัยพบว่า จิตวิทยาแนวพุทธมีประสิทธิภาพทั้งในการเยียวยาสภาพจิตใจด้านลบและการพัฒนาสภาพจิตใจด้านบวก จิตวิทยาแนวพุทธจึงช่วยขยายความคิดความเข้าใจและขยายจุดหมายของการบำบัดทาง จิตวิทยาตะวันตกให้กว้างออกไปโดยมีจุดมุ่งหมาย เพื่อให้ผู้ศึกษาเข้าใจถึงความเป็นไปของกระแสของ โลกและชีวิตอย่างถูกต้องตามความเป็นจริงเพื่อนำ ไปใช้ในการทำความ

เข้าใจและแก้ไขสภาพจิตใจที่เป็นทุกข์ซึ่งเมื่อสภาพจิตใจได้รับการเยียวยาก็ส่งผลให้คุณภาพของจิตใจได้รับการขัดเกลาและพัฒนาขึ้นในเวลาเดียวกัน ผลการทดลอง การให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 ต่อการเสริมสร้างความสุขในพ่อแม่ผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการพิเศษ จึงสะท้อนถึงประสิทธิภาพของกระบวนการปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 เพราะทำให้คะแนนหลักการปรึกษามีมากกว่าก่อนการปรึกษาและมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งผลการศึกษาชี้แนวโน้มไปในทิศทางเดียวกันกับการศึกษาของเอมมอน (Emmon. 1986: 1058-1068) ศึกษาถึงความเชื่อมโยงระหว่างลักษณะบุคลิกภาพด้านความพยายาม (stiving) ที่มีต่อสุขภาวะ (wellbeing) ของบุคคล พบว่า อารมณ์เชิงบวกมีความเชื่อมโยงอย่างมากกับการเห็นคุณค่าในตนเอง และการประสบความสำเร็จ ส่วนอารมณ์มีความเชื่อมโยงกับการไม่ประสบความสำเร็จในอนาคต และนอกจากนั้นยังพบว่าความพยายามเป็นตัวทำนายที่มีความเข้มข้นมากที่สุดของความสุขพอใจในชีวิต ซึ่งเมื่อศึกษาผลสะท้อนเชิงคุณภาพผู้รับการปรึกษาที่ผ่านกระบวนการจะสะท้อนให้เห็นถึงสิ่งที่เกิดขึ้น คือมีความเข้าใจในชีวิตตนเองมากขึ้น เข้าใจกระบวนการแก้ไขปัญหาของตนเองมากขึ้นโดยเฉพาะเรื่องการจัดการกับอารมณ์ที่จะต้องมีสติมากขึ้น เพื่อรับมือกับลูกของตนเองที่มีความต้องการดูแลพิเศษ ด้วยความเข้าใจในระดับต้นนี้เป็นพื้นฐานที่จะนำไปสู่ความสงบสุขในชีวิตมากขึ้น เมื่อสามารถที่จะตระหนักรู้ในคุณค่าของชีวิตและมีทักษะในการฝึกสติ และบริหารอารมณ์ และคิดเชิงบวกมากขึ้น ก็สามารถที่จะทำทนายอนาคตได้ว่าผู้ผ่านกระบวนการปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 จะมีความสุขในชีวิตมากขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ โสริช โพธิแก้ว ได้ทำการวิจัยเรื่องการเกิดปัญญาในกระบวนการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวพุทธ ผลการศึกษาพบว่าการปรึกษาแนวพุทธอาศัยอริยสัจสี่เป็นแผนที่นำทางในการพาคนจากความไม่เข้าใจสู่ความเข้าใจและดำรงตนอย่างสงบและมีความสุขด้วยกระบวนการทางปัญญาปัญญาเป็นภาวะที่สำคัญอย่างยิ่งที่จะทำให้คนเราอยู่อย่างเข้าใจโลก เข้าใจชีวิต ปัญญาจะช่วยขจัดความไม่เข้าใจโลกและชีวิต ขจัดความทุกข์ในใจ และเอื้อให้คนอยู่ร่วมกับความเป็นจริงได้อย่างกลมกลืน

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

การศึกษารูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 เพื่อเสริมสร้างความสุขในกลุ่มผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการดูแลพิเศษ สามารถที่จะเพิ่มความสุขให้กับผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการดูแลพิเศษได้ จึงควรนำกระบวนการการศึกษารูปแบบการให้การปรึกษาตามหลักอริยสัจ 4 เพื่อเสริมสร้างความสุขในกลุ่มผู้ปกครองเด็กที่มีความต้องการดูแลพิเศษ เป็นเครื่องมือหนึ่งที่สถานการศึกษาหรือหน่วยงานของรัฐ ที่ดูแลเด็กที่มีความต้องการพิเศษจะได้จัดทำเป็นนโยบายเพื่อส่งเสริมให้กับผู้ปกครองที่มีความทุกข์ในการดูแลบุตรหลาน ซึ่งนอกจากจะต้องมีความเข้าใจในความเป็นเด็กที่ต้องการดูแลพิเศษของตนเองแล้ว ยังต้องฝึกทักษะในการจัดการอารมณ์และความรู้สึกของตนเองด้วย และเมื่อมีการพบกลุ่มทำให้เกิดการแบ่งปันประสบการณ์และสะท้อนความรู้สึกร่วมกัน ทำให้ผู้ปกครองเกิดความรู้สึกอบอุ่นใจไม่โดดเดี่ยวอีกต่อไปเพราะมีเครือข่ายที่มีความเข้าใจซึ่งกันและกัน

เอกสารอ้างอิง

- เฉลิมวรรณ เกตุสวาส. (2546) . ผลของการระลึกถึงความหลังแบบกลุ่มและการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมแบบกลุ่ม ที่มีต่อความผาสุกในชีวิตของผู้สูงอายุ. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- นางชนิกา ภูดิษคุณ, (2554) "การประยุกต์หลักพุทธธรรมเพื่อการบริหารความเครียดในองค์กร",วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (สาขาวิชาชีวิตและความตาย,บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2554) หน้าบทคัดย่อ.
- วาสนา เกษมสุข. (2545) ความผาสุกของผู้ดูแลเด็กพัฒนากรล่าช้าที่มารับการรักษาที่ศูนย์ส่งเสริมพัฒนาการเด็กภาคเหนือการค้นคว้าอิสระปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต,สาขาวิชาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช,บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- วิจิต นามลักษณ์ .(2547) "การเปรียบเทียบผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มโดยวิธีการเผชิญความจริงกับวิธีการให้บริการแบบเมตริกโปรแกรมเพื่อพัฒนาสุขภาพจิตผู้เสพยาบ้าในคลินิกจิตสังคมบำบัด ศูนย์สุขภาพชุมชนบนยางต่อ กิ่งอำเภอทุ่งเขาหลวง จังหวัดร้อยเอ็ด"ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิตสาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษาคณะศึกษาศาสตร์,(มหาวิทยาลัยมหาสารคาม)
- สขมพูนท ศรีจันทร์นิล (2552) "จิตวิทยาแนวพุทธ: แนวทางเพื่อการเยียวยา และพัฒนาจิตใจมนุษย์"วารสารวิชาการ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย, ปีที่ 29 ฉบับที่ 4(ตุลาคม-ธันวาคม 2552)
- Being”,(Journal of Personality Social Psychology.51(5)1996) P.1058-1068.
- Diener, E., Suh E., & Oishi, S. (1997). Recent Findings on Subjective Well - Being. Retrieved August 10, 2004, from <http://www.psych.uiuc.edu/~ediener/hottopid/paper.html>.
- Emmons, RA,” Personal Strivings : An Approach to Personality and Subjective Well-
- Zhan,L.(1992),Quality of life: conceptual and measurement issues. Journal of Advanced Nursing,17,795-800