วิเคราะห์ความเชื่อมโยงระหว่างหลักอิทธิบาท 4 และแนวคิดเรื่องกริท เพื่อการพัฒนาผู้เรียน

Analyzing the Related Between the Four Paths of Accomplishment and GRIT for Learner Development

[1]**วิจิตรตา พรหมสนธิ์** Wijitta Promsonthi
[1]คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา
[1]Faculty of Education, Phra Nakhon Si Ayutthaya Rajabhat University
[2]**เหมันต์ พรหมสนธิ์** Hamun Promsonthi
[2]คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ จังหวัดปทุมธานี
[2]Faculty of Education, Valaya Alongkorn Rajabhat University under the Royal Patronage Pathum Thani Province
[2]Corresponding author, e-mail: hamun.prom@vru.ac.th

Received November 15, 2024; **Revised** December 27, 2024; **Accepted:** December 31, 2024

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มุ่งศึกษาความเชื่อมโยงระหว่างหลักอิทธิบาท 4 ของพระพุทธศาสนา และแนวคิด GRIT ซึ่งเป็นจิตวิทยาตะวันตกสมัยใหม่โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) วิเคราะห์ความสอดคล้องและความแตกต่างระหว่างองค์ประกอบของอิทธิบาท 4 และ GRIT และ (2) เสนอแนวทางการประยุกต์หลักอิทธิบาท 4 และ GRIT ในการจัดการเรียนการสอน การศึกษานี้ดำเนินการผ่านการทบทวนวรรณกรรม และการวิเคราะห์เชิงวิพากษ์ เพื่อเปรียบเทียบองค์ประกอบ แนวคิดพื้นฐาน และผลลัพธ์ที่คาดหวังของทั้งสองแนวคิด ผลการศึกษาชี้ให้เห็นถึงความสอดคล้องระหว่างอิทธิบาท 4 และ GRIT ในแง่ของการส่งเสริมความมุ่งมั่น ความอดทน และการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง อย่างไรก็ตาม พบความแตกต่างที่สำคัญในด้านรากฐานทางปรัชญา กระบวนการพัฒนา และบริบททางวัฒนธรรม บทความนี้นำเสนอกรอบแนวคิดที่บูรณาการจุดแข็งของทั้งสองแนวคิด โดยเสนอแนวทางการประยุกต์ใช้ในการจัดการเรียนการสอน และการพัฒนาผู้เรียน

คำสำคัญ: อิทธิบาท 4; กริท; การพัฒนาผู้เรียน

Abstract

This article seeks to examine the relationship between the Buddhist principle of the The Four Paths of Accomplishment and the concept of GRIT, a modern Western psychological theory. The objectives of the study are: (1) to analyze the

congruence and divergence between the components of The Four Paths of Accomplishment and GRIT, and (2) to propose approaches for applying both concepts in educational practice. The research methodology includes a comprehensive literature review and critical analysis to compare the elements, foundational principles, and expected outcomes of both frameworks. The results of the study highlight the alignment between The Four Paths of Accomplishment and GRIT in promoting commitment, perseverance, and continuous self-improvement. However, notable differences emerge in terms of their philosophical foundations, developmental processes, and cultural contexts. This article offers a conceptual framework that integrates the strengths of both perspectives, suggesting practical applications for teaching and learning, as well as for the holistic development of learners.

Keywords: The Four Paths of Accomplishment; GRIT; Learner development

บทนำ

ในยุคปัจจุบันที่เต็มไปด้วยความท้าทายของสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในโลก หลักอิทธิบาท 4 และแนวคิดกริท (Grit) สามารถผสานกันเพื่อสร้างกรอบแนวทางในการพัฒนาผู้เรียนที่มีความสมดุลทั้งด้านจิตใจและพฤติกรรม โดยหลักอิทธิบาท 4 ช่วยวางรากฐานด้านจิตใจของบุคคลให้เกิดขึ้นได้ เช่น การมีฉันทะและสมาธิ ในขณะที่กริท(Grit) ช่วยเสริมสร้างความเข้มแข็งทางพฤติกรรม เช่น ความอดทนและการพยายามอย่างต่อเนื่อง แนวคิดกริท (Grit) ได้รับการพัฒนาและเผยแพร่โดย Angela Duckworth นักจิตวิทยาและนักวิจัยที่เน้นศึกษาเรื่องความสำเร็จในชีวิตของบุคคล กริท (Grit) ถูกอธิบายว่าเป็นความหลงใหล (Passion) และความพยายามอย่างต่อเนื่อง (Perseverance) ในการทำตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ในระยะยาว ในปัจจุบัน กริท (Grit)เป็นแนวคิดที่ได้รับความสนใจในแวดวงการศึกษา และการพัฒนาตนเอง เนื่องจากเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้บุคคลสามารถประสบความสำเร็จได้ แม้จะต้องเผชิญกับความล้มเหลวหรืออุปสรรคต่างๆ โดยคุณลักษณะของการมุ่งมั่นใน การทำงานประกอบด้วยตัวชี้วัด 2 ประการ คือ 1. ความตั้งใจและรับผิดชอบในการปฏิบัติหน้าที่ การงาน และ 2. ทำงานด้วยความเพียรพยายามและอดทนเพื่อให้งานสำเร็จตามเป้าหมาย (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา, 2554) โดยคุณลักษณะดังกล่าวสอดคล้องกับคุณลักษณะ ทางจิตวิทยาอย่างหนึ่ง คือ Grit

ในสถาบันการศึกษา แนวคิดกริท (Grit) ถูกนำมาใช้ในการสร้างโปรแกรมการเรียนรู้ที่เน้นการเสริมสร้างความอดทนและการมุ่งมั่นให้กับผู้เรียน เช่น การฝึกให้ผู้เรียนตั้งเป้าหมายระยะยาว การส่งเสริมให้ผู้เรียนเผชิญกับความท้าทาย การให้กำลังใจในการพยายาม และการสะท้อนความสำเร็จหรือความผิดพลาดเพื่อปรับปรุงตนเอง แนวคิดนี้ช่วยสร้างความยืดหยุ่นทางจิตใจ (Mental resilience) และทำให้ผู้เรียนมีทัศนคติเชิงบวกต่อการเผชิญหน้ากับความล้มเหลว การบูรณาการทั้งสองแนวคิดนี้ ทำให้การพัฒนาผู้เรียนไม่เพียงแค่มุ่งเน้นการบรรลุผลสำเร็จในด้านวิชาการเท่านั้น แต่ยังสร้างบุคคลที่มีความพร้อมในการรับมือกับชีวิตจริงอย่างมั่นคงและยั่งยืน การพัฒนา

ผู้เรียนให้เป็นบุคคลที่มีความมุ่งมั่นและสามารถบรรลุเป้าหมายในชีวิตได้อย่างยั่งยืน จำเป็นต้องอาศัยแนวคิดที่เสริมสร้างแรงจูงใจและความอดทนในการเรียนรู้ หลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนากับแนวคิดเรื่อง “กริท” (Grit) ที่ได้รับการพัฒนาจากงานวิจัยด้านจิตวิทยาสมัยใหม่ เช่น จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยทั้งในประเทศไทยพบว่า เบญจรัตน์ จงจำรัสพันธ์ ได้ทำการศึกษา Grit ของนักเรียนสายอาชีพในภาคกลาง โดยศึกษาความสัมพันธ์ ระหว่าง ความหวัง ความเพียร (Grit) ความเครียด ต่อสุขภาวะองค์รวมของนักเรียนสายอาชีพ งานวิจัยนี้ได้ดำเนินการศึกษาโดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนสายอาชีพ ของโรงเรียน อาชีวะ ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 2 โรงเรียน จำนวนกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา 141 คน ผลการวิจัยพบว่านักเรียนสายอาชีพที่มีสุขภาวะองค์รวมที่ดี จะเป็นผู้ที่มีความหวังในชีวิตและมีความเพียรระดับสูงและมีการรับรู้ความเครียดในระดับต่ำ (เบญจรัตน์ จงจำรัสพันธ์, 2559) และอันซอรี่ ช่างเหล็ก และธัญภา พลานุกูลวงศ์ ได้ทำการศึกษาแรงจูงใจ และความเพียร(Grit) ปัจจัยพยากรณ์ความสำเร็จในการเรียนภาษากลุ่มตัวอย่างของการวิจัยเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 180 คน ของโรงเรียน มอ.วิทยานุสรณ์ จังหวัดสงขลา ผลการวิจัยพบว่า แรงจูงใจและความเพียรในการเรียนภาษามีความสัมพันธ์กันในเชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญ ในขณะที่ความวิตกกังวลและความเพียรมีความสัมพันธ์กันในเชิงลบอย่างมีนัยสำคัญ ในกลุ่มที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาอังกฤษสูง ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจและความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์กันในเชิงลบ อย่างมีนัยสำคัญในกลุ่มที่มีผลสัมฤทธิ์ ทางการเรียนภาษาอังกฤษต่ำ ความวิตกกังวลในการถูกประเมินผลเชิงลบ ความวิตกกังวลในการสอบ และแรงจูงใจภายในเป็นตัวแปรที่สามารถพยากรณ์ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนภาษาอังกฤษของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด (อันซอรี่ ช่างเหล็ก และธัญภา พลานุกูลวงศ์, 2558)

หลักอิทธิบาท 4 เป็นหลักธรรมที่จะนำบุคคลไปสู่ความสำเร็จ ประกอบด้วย ฉันทะ (ความรู้สึกพอใจ) วิริยะ (ความเพียร) จิตตะ (การจดจ่อ) และวิมังสา (การไตร่ตรอง) (ป.อ. ปยุตฺโต, 2541) ในขณะที่แนวคิดเรื่องกริท (Grit) มุ่งเน้นที่การมีความหลงใหลและความพยายามอย่างต่อเนื่อง ซึ่งทั้งสองแนวคิดมีจุดร่วมที่เน้นการเสริมสร้างความมุ่งมั่นและความพยายามไม่ย่อท้อต่อสิ่งต่างๆ การเชื่อมโยงระหว่างอิทธิบาท 4 และกริท (Grit) สามารถนำมาใช้ในการพัฒนาผู้เรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยการฝึกฝนผู้เรียนให้มีความพอใจในสิ่งที่ทำ (ฉันทะ) การพยายามอย่างต่อเนื่อง (วิริยะ) การจดจ่อในสิ่งที่ทำ (จิตตะ) และการปรับปรุงตนเองอย่างสม่ำเสมอ (วิมังสา) ซึ่งจะทำให้ผู้เรียนมีลักษณะนิสัยที่สอดคล้องกับแนวคิดกริท (Grit) ทำให้สามารถเผชิญกับความยากลำบากได้อย่างไม่ย่อท้อ การส่งเสริมทั้งสองแนวคิดนี้ในกระบวนการเรียนรู้จะช่วยให้ผู้เรียนพัฒนาความสามารถในการบรรลุเป้าหมายระยะยาว ไม่ว่าจะเป็นทางการศึกษา การทำงาน หรือการดำเนินชีวิต ผู้เรียนที่มีคุณลักษณะดังกล่าวจะไม่เพียงแต่ประสบความสำเร็จทางวิชาการ แต่ยังมีความพร้อมในการปรับตัวและพัฒนาไปสู่การเป็นบุคคลที่แข็งแกร่งและยั่งยืนในสังคมปัจจุบัน และยังปลูกฝังทัศนคติที่ดีต่อการเรียนรู้และการใช้ชีวิต ทำให้ผู้เรียนสามารถเป็นบุคคลที่มีความยืดหยุ่นทางจิตใจ มีความรับผิดชอบต่อตนเอง และพร้อมที่จะก้าวสู่ความสำเร็จในทุกด้านของชีวิตอย่างมั่นคงและยั่งยืน

ความหมายของอิทธิบาท 4

อิทธิบาท 4 เป็นหลักธรรมที่จะนำบุคคลไปสู่ความสำเร็จ ตามที่หรือเป็น เป้าหมาย เกี่ยวข้องกับสมาธิที่จะทำงานให้สำเร็จ มี 4 องค์ธรรมที่ประกอบอยู่ได้แก่ 1) ฉันทะ เป็น ความรู้สึกพอใจ ความรักในสิ่งนั้น บุคคลจะปรารถนาหรือต้องการที่จะทำในสิ่งนั้นอยู่เสมอ และมุ่งทำให้เกิดผลดียิ่งๆ ขึ้นไป 2) วิริยะ เป็นความเพียร ความขยันที่จะทำสิ่งนั้นด้วยความพยายามอย่างยิ่ง อดทน ไม่ท้อถอย 3) จิตตะ เป็นด้านความคิด ไม่ว่าจะทำสิ่งใดก็จะมีจิตรับรู้ในสิ่งที่ทำ เป็นการมีสติ สมาธิรับรู้ในสิ่งที่ทำ ไม่ฟุ้งซ่านหรือใจลอย และ 4) วิมังสา เป็นการที่บุคคลจะใช้ปัญญาของตนเองในการพิจารณาไตร่ตรองทั้งเหตุผลที่ทำ ผลที่เกิดขึ้น และตรวจสอบในสิ่งที่ทำ เพื่อปรับปรุงให้งานดีขึ้น (ป.อ. ปยุตฺโต, 2541) สอดคล้องกับ ว. วชิรเมธี ที่ได้กล่าวถึงการทำงานให้ประสบความสำเร็จตามหลักพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้าได้ทรงแนะนำให้ปฏิบัติตามหลักอิทธิบาท 4 โดยคำว่า "อิทธิบาท" หมายถึงหลักพื้นฐานของความสำเร็จหรือเส้นทางสู่ความสำเร็จ ซึ่งประกอบด้วย 4 ประการคือ 1) ฉันทะ คือความรักในงาน การทำงานด้วยใจรักจะทำให้เกิดแรงจูงใจในการทำงาน 2) วิริยะ คือความพยายาม หากรักงานแล้วต้องมีความขยัน ขยันคือการแสดงออกของความรักในงาน ซึ่งความขยันนี้จะช่วยให้งานก้าวไปสู่ความสำเร็จ หากขาดความขยัน ความชำนาญก็จะไม่เกิดขึ้น 3) จิตตะ คือความจดจ่อ การทำงานใดๆ ต้องมีความมุ่งมั่นและตั้งใจอย่างจริงจัง ผู้ที่ทำงานด้วยใจที่จดจ่อจะประสบความสำเร็จ และ 4) วิมังสา คือการวินิจฉัย วิเคราะห์ และสร้างสรรค์ การทำงานจะต้องพินิจพิเคราะห์และพัฒนาอย่างต่อเนื่อง พระพุทธเจ้าเองทรงเป็นตัวอย่างของนักวิจัยที่ยอดเยี่ยม เพราะพระองค์ทรงใช้ปัญญาในการวิเคราะห์สิ่งที่คนอื่นมองไม่เห็นและเปลี่ยนแปลงให้เกิดความรู้ใหม่ได้ เหตุนี้เองที่ทำให้พระองค์เมื่อครั้นยังเป็นเจ้าชายสิทธัตถะเสด็จออกบวช เพื่อแสวงหาความรู้จากการใช้ปัญญาในเชิงวิเคราะห์ (ว. วชิรเมธี, 2551) และสอดคล้องกับท่านพุทธทาสภิกขุที่ได้กล่าวถึงอิทธิบาท 4 ว่าเป็นหลักธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จ โดยคำว่า “อิทธิ” แปลว่า ความสำเร็จ และคำว่า “บาท” แปลว่า ฐาน เชิงรอง ดังนั้น อิทธิบาท 4 จึงแปลว่า รากฐานแห่งความสำเร็จ ซึ่งมี 4 อย่าง คือ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา (พุทธทาสภิกขุ, 2537)

กล่าวโดยสรุป อิทธิบาท 4 คือหลักธรรมในพระพุทธศาสนาที่เป็นรากฐานของความสำเร็จในชีวิตและการทำงาน ประกอบด้วยองค์ธรรม 4 ประการ คือ 1) ฉันทะ (ความพอใจหรือความรักในสิ่งที่ทำ) คือ ความปรารถนาอย่างจริงใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ด้วยความรักและเต็มใจ ซึ่งจะเป็นแรงผลักดันให้บุคคลทำงานอย่างมีความสุขและมุ่งมั่น 2) วิริยะ (ความพยายาม) คือ ความขยันหมั่นเพียร ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค มีความอดทนและมุ่งมั่นที่จะทำสิ่งที่ตั้งใจไว้ให้สำเร็จ 3) จิตตะ (ความเอาใจใส่และจดจ่อ) คือ การมีสมาธิ ตั้งใจทำสิ่งต่างๆ ด้วยความใส่ใจ ไม่วอกแวกหรือหลงลืมเป้าหมาย 4) วิมังสา (การไตร่ตรองและพิจารณา) คือ การใช้ปัญญาในการวิเคราะห์ สังเคราะห์ และประเมินผลสิ่งที่ทำ เพื่อหาทางปรับปรุงและพัฒนาให้ดียิ่งขึ้น

องค์ประกอบทั้ง 4 นี้เป็นปัจจัยที่เกื้อหนุนให้บุคคลสามารถบรรลุเป้าหมายในด้านต่างๆ ได้ ไม่ว่าจะเป็นด้านการทำงาน การศึกษา และการพัฒนาตนเอง

องค์ประกอบของอิทธิบาท 4

1. ฉันทะ แปลว่า ความพอใจ ได้แก่ ความมีใจรักใคร่สิ่งที่ทำ และพอใจใฝ่รักในจุดหมาย ของสิ่งที่ทำนั้น อยากทำสิ่งนั้นๆ ให้สำเร็จ อยากให้งานนั้นหรือสิ่งนั้นบรรลุ หรือเรียกว่า รักงานและรักจุดหมายของงาน กล่าวให้ลึกลงไปในทางธรรมว่า ความรักความใฝ่ใจปรารถนาต่อภาวะดีงามเต็มเปี่ยม สมบูรณ์ของสิ่งนั้นๆ ของงานนั้น อยากทำให้สำเร็จผลตามจุดหมายที่ดีงามนั้น เมื่อเห็นสิ่งนั้นหรืองานนั้นกำลังเดินหน้าไปสู่จุดหมาย ก็เกิดปีติเป็นความเอิบอิ่มใจ หรืองานที่ทำนั้นบรรลุจุดหมาย ก็รับโสมนัสเป็นความฉ่ำชื่นใจที่พร้อมด้วยความรู้สึกโปร่งโล่งผ่องใสเบิกบานแผ่ออกไปเป็นอิสระไร้ขอบเขต ถ้าสามารถปลุกเร้าฉันทะให้เกิดอย่างแรงกล้า เกิดความรักในคุณค่าความดีงามความสมบูรณ์ของสิ่งนั้น หรือจุดหมายนั้นอย่างเต็มที่แล้ว บุคคลก็จะทุ่มเทชีวิตและจิตใจอุทิศให้แก่สิ่งนั้น เมื่อรักแท้ก็มอบใจให้อาจถึงขนาดยอมสละชีวิตเพื่อสิ่งนั้นได้ เมื่อมีฉันทะแล้วก็ต้องการทำสิ่งนั้นให้ดีที่สุด ให้สำเร็จผลอย่างดีที่สุดของสิ่งนั้นของงานนั้น ไม่ห่วงพะวงกับสิ่งล่อเร้า หรือผลตอบแทนทั้งหลาย จิตใจก็มุ่งแน่วแน่ มั่นคงในการดำเนินสู่จุดหมาย เดินเรียบสม่ำเสมอ ไม่ซ่าน ไม่ส่าย ฉันทะสมาธิจึงเกิดขึ้นโดยนัยนี้ และพร้อมกับปธานสังขาร คือ ความเพียรสร้างสรรค์ก็ย่อมเกิดควบคู่มาด้วย

2. วิริยะ แปลว่า ความอาจหาญ แกล้วกล้า บากบั่น ก้าวไป ใจสู้ ไม่ย่อท้อไม่หวั่นกลัวต่ออุปสรรคและความยากลำบาก เมื่อบุคคลรู้ว่าสิ่งใดมีคุณค่าควรแก่การบรรลุถึง ถ้าวิริยะเกิดขึ้นแก่เขาแล้ว แม้ได้ยินว่าจุดหมายนั้นจะลุถึงได้ยากนัก มีอุปสรรคมาก หรืออาจใช้เวลาเท่านั้นปีเท่านี้เดือนเขาก็ไม่ท้อถอย กลับเห็นเป็นสิ่งท้าทายที่จะเอาชนะให้ได้ทำให้สำเร็จ บุคคลที่มีความเพียรเท่ากับมีแรงหนุน เวลาทำงานหรือปฏิบัติธรรมก็ตาม จิตใจจะแน่วแน่มั่นคง พุ่งตรงต่อจุดหมาย สมาธิก็เกิดขึ้นได้เรียกว่าเป็นวิริยสมาธิ พร้อมทั้งมีปธานสังขาร คือ ความเพียรสร้างสรรค์เข้าประกอบคู่ไปด้วยกัน

3. จิตตะ แปลว่า ความคิดจดจ่อ หรือเอาใจฝักใฝ่ ได้แก่ ความมีจิตผูกพัน จดจ่อเฝ้าคิดเรื่องนั้น ใจอยู่กับงานนั้น ไม่ปล่อย ไม่ห่างไปไหน ถ้าจิตตะเป็นไปอย่างแรงกล้าในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง หรืองานอย่างใดอย่างหนึ่ง บุคคลผู้นั้นจะไม่สนใจไม่รับรู้เรื่องอื่นๆ ใครพูดอะไรเรื่องอื่นๆ ไม่สนใจ แต่ถ้าพูดเรื่องงานนั้นจะสนใจเป็นพิเศษในทันที บางทีจัดทำเรื่องนั้น งานนั้น ขลุกง่วนอยู่ได้ทั้งวันทั้งคืน ไม่เอาใจใส่ร่างกาย การแต่งเนื้อแต่งตัว อะไรเกิดขึ้นก็ไม่สนใจ เรื่องอื่นเกิดขึ้นใกล้ๆ บางทีก็ไม่รู้ ทำจนลืมวัน ลืมคืน ลืมกิน ลืมนอน ความมีใจฝักใฝ่เช่นนี้ ย่อมนำให้สมาธิเกิดขึ้น จิตจะแน่วแน่ แนบสนิทในกิจที่ทำ มีกำลังมากเฉพาะสำหรับกิจนั้น เรียกว่า เป็นจิตตสมาธิ พร้อมกันนั้นก็เกิดปธานสังขาร คือ ความเพียร สร้างสรรค์ร่วมสนับสนุนไปด้วย

4. วิมังสา แปลว่า ความสอบสวนไตร่ตรอง ได้แก่ การใช้ปัญญาพิจารณาหมั่นใคร่ครวญตรวจตราหาเหตุผล และตรวจสอบข้อยิ่งหย่อนเกินเลย บกพร่อง หรือขัดข้อง เป็นต้นในกิจที่ทำ รู้จักทดลองและคิดค้นหาทางแก้ไขปรับปรุง ข้อนี้เป็นการใช้ปัญญาชักนำสมาธิ ซึ่งจะเห็นได้ไม่ยาก บุคคลมีวิมังสาเป็นพวกชอบคิด ค้นหาเหตุผล ชอบสอบสวนทดลอง เมื่อทำอะไรก็คิดพิจารณาทดสอบไป เช่นคิดว่าผลนี้เกิดจากสาเหตุอะไร ทำไมจึงเป็นอย่างนี้ ผลคราวนี้เกิดจากปัจจัยที่เป็นองค์ประกอบเหล่านี้เท่านั้น ลองเปลี่ยนองค์ประกอบนั้นแล้ว ไม่เกิดผลอย่างที่คาดหมาย เป็นเพราะอะไร จะแก้ไขที่จุดไหน ฯลฯ เป็นเหตุให้จิตแน่วแน่แล่นดิ่งไปกับเรื่องที่พิจารณา ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่วอกแวก และมีกำลังเรียกว่า วิมังสาสมาธิ ซึ่งจะมีปธานสังขาร คือ ความเพียรสร้างสรรค์เกิดมาด้วย เช่นเดียวกับสมาธิ ข้ออื่นๆ (ป.อ. ปยุตฺโต, 2542)

การประยุกต์ใช้อิทธิบาท 4

อิทธิบาท 4 เป็นหลักธรรมสำคัญในพระพุทธศาสนาที่ช่วยให้บุคคลประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิตการเรียน และการทำงาน การนำหลักอิทธิบาท 4 ไปประยุกต์ใช้จะช่วยให้บุคคลบรรลุตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ ทั้งนี้ผู้ศึกษาขอนำเสนอการนำหลักอิทธิบาท 4 ไปประยุกต์ใช้ในบริบททางการศึกษา ดังต่อไปนี้

1. การประยุกต์ใช้ฉันทะ (ความพอใจ) เพื่อสร้างแรงจูงใจและความกระตือรือร้นในการเรียน ฉันทะ (ความพอใจ) คือ ความมีใจรักในสิ่งที่ทำ และพอใจใฝ่รักในจุดหมายของสิ่งที่ทำนั้น อยากทำสิ่งนั้นๆ ให้สำเร็จ อยากให้งานนั้นหรือสิ่งนั้นบรรลุถึงจุดหมาย พูดง่ายๆ ว่า รักงาน และรักจุดหมายของงาน

ตัวอย่าง “เมื่อเด็กเล็กๆ คนหนึ่งอยู่ตามลำพัง เด็กนั้นอาจกำลังเขียนภาพอย่างประณีตบรรจงด้วยใจรัก ตั้งใจให้ภาพนั้นดีงามสมบูรณ์ที่สุด หรืออาจกำลังเอาของเล่นที่เป็นชิ้นส่วนมาต่อเข้าเป็นรูปร่างต่าง ๆ อย่างระมัดระวังให้เรียบร้อยดีที่สุดของรูปร่างที่หมายใจไว้นั้น เด็กนี้มีความสุข เมื่องานเขียน หรืองานต่อชิ้นส่วนนั้น ดำเนินไปด้วยดี มีความสำเร็จทีละน้อยๆ ไปเรื่อยๆ ยิ่งเมื่อการเขียนหรือต่อชิ้นส่วนนั้นเสร็จสิ้นบรรลุจุดหมาย เขาจะดีใจมีความสุขมาก อาจถึงโลดเต้น แต่เมื่อทำสำเร็จแล้ว เขาอาจอยากเรียกให้ใครๆ มาดู หรือเอาภาพนั้นไปอวด (เผื่อแผ่) ให้คนอื่นได้ชื่นชมกับความดีงามความประณีตสมบูรณ์ของภาพ หรือรูปที่เขาต่อขึ้นนั้นบ้าง ในกรณีเช่นนี้ ถ้าผู้ใหญ่ที่ดู หรือรับการอวดนั้น จะแสดงความชื่นชมต่อความดีงามสมบูรณ์ของภาพหรือสิ่งนั้นด้วย หรือแสดงความเอาใจใส่ต่อคุณค่าของสิ่งนั้นตามสมควร หรือเสริมบ้างว่า น่าทำอย่างนี้อีก และหนุนให้ทำดียิ่งขึ้นไป ก็น่าจะเป็นการถูกต้องเพียงพอ” (ป.อ.ปยุตฺโต, 2551) ดังนั้น หากครูส่งเสริมให้นักเรียนมีความรักในวิชาที่เรียน นักเรียนก็จะมีแรงจูงใจในการศึกษาเล่าเรียนทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียนได้เต็มที่ตามศักยภาพแต่ละบุคคล

2. การประยุกต์ใช้วิริยะ (ความเพียร) เพื่อพัฒนาความอดทนและความมุ่งมั่นในการเรียน วิริยะ (ความเพียร) คือ ความอาจหาญ แกล้วกล้า บากบั่น ก้าวไป ใจสู้ ไม่ย่อท้อ ไม่หวั่นกลัวต่ออุปสรรคและความยากลำบาก (ป.อ.ปยุตฺโต, 2551)

ตัวอย่าง “นักเรียนเพียรพยายามในการเรียนรู้ การเรียนรู้แต่เช้า ตั้งใจเรียน มีความรับผิดชอบสูง และมีความพยายามศึกษาหาความรู้อยู่เสมอ” (พระมหาบรรจง ติสรโณ (ศรีสุข), 2560) ดังนั้นหากนักเรียนคนใดมีความเพียร เท่ากับมีแรงหนุน เวลาเรียนหรือทำกิจกรรมต่างๆ ไม่ว่าจะมีความยากหรือง่ายก็ตาม จิตใจจะแน่วแน่ เกิดสมาธิ มีความมั่นคง และจดจ่อกับเป้าหมาย

3. การประยุกต์ใช้จิตตะ (ความเอาใจใส่) เพื่อพัฒนาสมาธิและความรอบคอบในการเรียน จิตตะ (ความเอาใจใส่) คือ มีใจจดจ่อหรือเอาใจฝักใฝ่ ความมีจิตผูกพัน เฝ้าคิดเรื่องนั้น ใจอยู่กับงานนั้นไม่ปล่อย ไม่ห่างไปไหน (ป.อ.ปยุตฺโต, 2551)

ตัวอย่าง “นักเรียนมีสมาธิจดจ่อกับการทำการบ้านหรือทำข้อสอบ โดยไม่วอกแวกกับสิ่งรอบข้าง ส่งผลให้เกิดการเรียนรู้ได้เต็มศักยภาพและทำคะแนนการสอบได้ตามที่ตั้งใจไว้” ดังนั้นการที่นักเรียนเอาใจใส่ในสิ่งที่ทำ ไม่ว่าจะทำการสิ่งใดย่อมจดจ่ออยู่กับสิ่งนั้นได้ ดังที่ป.อ. ปยุตฺโต กล่าวว่า ความมีใจจดจ่อฝักใฝ่เช่นนี้ ย่อมนำให้สมาธิเกิดขึ้น จิตจะแน่วแน่ แนบสนิทในกิจที่ทำ มีกำลังมาก เรียกว่าเป็นจิตตสมาธิ พร้อมนั้นก็เกิดปธานสังขาร คือความเพียรสร้างสรรค์ร่วมสนับสนุนไปด้วย (ป.อ. ปยุตฺโต 2551)

4. การประยุกต์ใช้วิมังสา (การไตร่ตรอง) เพื่อพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์และการแก้ปัญหา ของนักเรียนวิมังสา (การไตร่ตรอง) คือ การใช้ปัญญาพิจารณาหมั่นใคร่ครวญตรวจตราหาเหตุผลและตรวจสอบข้อยิ่งหย่อน เกินเลย บกพร่อง หรือขัดข้อง เป็นต้น ในกิจที่ทำ รู้จักทดลอง และคิดค้นหาทางแก้ไขปรับปรุง (ป.อ.ปยุตฺโต, 2551)

ตัวอย่าง “นักเรียนทบทวนบทเรียน วิเคราะห์ข้อผิดพลาดในการทำข้อสอบ และหาวิธีการเรียนที่เหมาะสมกับตนเอง” ดังนั้นนักเรียนที่มีวิมังสาจะมีเหตุผล เมื่อทำสิ่งใดก็มักคิดพิจารณาค้นคว้า ตรวจสอบ ทดลอง นักเรียนจะตั้งคำถามว่าอะไรเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดผลเช่นนี้

นอกจากนี้ผู้บริหารโรงเรียน ครู และบุคลากรทางการศึกษาสามารถนำหลักอิทธิบาท 4 มาประยุกต์ใช้เพื่อพัฒนาการเรียนการสอนและบรรยากาศในโรงเรียนได้ ดังนี้:

1. ฉันทะ ได้แก่ 1) สร้างบรรยากาศการเรียนรู้ที่สนุกและน่าสนใจ เพื่อกระตุ้นความอยากเรียนรู้ของ 2) นักเรียนจัดกิจกรรมที่ช่วยให้นักเรียนค้นพบความชอบและความถนัดของตนเอง 3) ส่งเสริมให้ครูมีความรักและภาคภูมิใจในวิชาชีพของตน

2. วิริยะ คือ 1) สอนให้นักเรียนเห็นคุณค่าของความพยายามและความอดทน 2) จัดกิจกรรมที่ท้าทายความสามารถของนักเรียน เพื่อฝึกความเพียรพยายาม 3) สนับสนุนให้ครูพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง ผ่านการอบรมและการศึกษาเพิ่มเติม

3. จิตตะ คือ 1) ฝึกสมาธิให้กับนักเรียนผ่านกิจกรรมต่างๆ เช่น การนั่งสมาธิ หรือการทำงานศิลปะ 2) สอนเทคนิคการจดจ่อกับงานและการจัดการเวลาให้กับนักเรียน 3) ส่งเสริมให้ครูใส่ใจรายละเอียดในการเตรียมการสอนและการดูแลนักเรียน

4. วิมังสา คือ 1) ส่งเสริมการเรียนรู้แบบโครงงาน (Project-Based Learning) เพื่อฝึกการคิดวิเคราะห์และแก้ปัญหา 2) จัดกิจกรรมถอดบทเรียนหลังจากทำกิจกรรมหรือโครงงานต่างๆ 3) สนับสนุนให้ครูทำวิจัยในชั้นเรียนเพื่อพัฒนาการเรียนการสอน

การนำหลักอิทธิบาท 4 มาประยุกต์ใช้ในโรงเรียนอย่างเหมาะสม จะช่วยพัฒนาทั้งนักเรียน ครู และบุคลากรทางการศึกษา ส่งผลให้เกิดบรรยากาศการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ และสร้างความสุขในการเรียนและการทำงานร่วมกัน

ความหมายของ GRIT

GRIT คือ ความมุ่งมั่นและความอดทน ในการทำงานหนักเพื่อบรรลุเป้าหมายระยะยาว แม้ว่าจะต้องเผชิญกับอุปสรรค ความยากลำบาก หรือความล้มเหลวในระหว่างทางก็ตาม GRIT เป็นลักษณะนิสัยในด้านบวกของมนุษย์ที่ขึ้นอยู่กับเป้าหมายระยะยาว (long-term goal) Grit ประกอบไปด้วยสององค์ประกอบหลักคือ Passion คือ ความหลงใหลและความสนใจในเป้าหมายระยะยาวอย่างต่อเนื่อง และ Perseverance คือ ความอดทนและพยายามไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคหรือความล้มเหลว จากการค้นคว้าข้อมูลจากตำราทางวิชาการต่างๆ พบว่า ผู้เชี่ยวชาญทางด้านจิตวิทยาจำนวนหลายท่าน ได้ให้ความหมายของ GRIT ไว้อย่างหลากหลาย ในที่นี้ผู้วิจัยใช้คำว่า GRIT ตามศัพท์ภาษาต่างประเทศเพื่อให้เกิดความชัดเจน ซึ่งมีนักวิชาการได้ให้ความหมายของ GRIT ดังต่อไปนี้

ดักเวิร์ธ และคณะ (Duckworth et al.) ได้ให้ความหมายว่า GRIT หมายถึง ความรักอย่างทุ่มเท ความพยายามอย่างไม่ย่อท้อ ซึ่งจะส่งผลให้สิ่งที่ต้องการทำบรรลุเป้าหมายในระยะยาวได้ GRIT

เป็นความฝักใฝ่ทุ่มเท บากบั่น และมุ่งมั่น แม้จะล้มเหลวก็อดทนต่อความลำบาก เพื่อไปให้ถึงเป้าหมายระยะยาวที่วางไว้ รวมไปถึง การที่ผู้คนนั้นจะไม่ละทิ้งเป้าหมายจนกว่าจะทำได้สำเร็จ GRIT เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้บุคคลนำตนเองไปสู่เป้าหมายได้ (Duckworth et al., 2007)

ดักเวิร์ธ และคณะ (Duckworth et al.) ได้กล่าวในรายการ TED Talks Education ว่า GRIT เป็นความรักอย่างฝักใฝ่ ทุ่มเท และมีความมานะบากบั่น GRIT คือความอดทน การมุ่งมั่นกับสิ่งที่มั่นหมายและต้องการทำให้ประสบความสำเร็จ (Duckworth et al., 2016)

Caren Baruch-Feldman ได้ให้ความหมายว่า GRIT หมายถึง ความสามารถที่บุคคลนั้นมุ่งเน้นไปที่เป้าหมายระยะยาว เมื่อบุคคลมีความปรารถนาอันแรงกล้า บุคคลจะสามารถทำในสิ่งที่ยากและน่าเบื่อได้อย่างไม่ท้อถอย (Caren Baruch-Feldman, 2017)

Shechtman, N. e. a. ได้ให้ความหมายว่า GRIT หมายถึง การทำงานอย่างแข็งแกร่งภายใต้สถานการณ์ที่มีความท้าทาย มีความเกี่ยวข้องกับความพยายามและความสนใจในระยะยาวหลายปี แม้ว่าจะล้มเหลวก็ไม่ยอมแพ้ มีความสามารถที่จะเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นได้ (Shechtman, N. e. a.,2013)

กล่าวโดยสรุป GRIT หมายถึง ความมุ่งมั่นและความอดทน ในการทำงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายระยะยาว โดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคหรือความล้มเหลว ซึ่งประกอบด้วย ความหลงใหลในเป้าหมาย และ การพากเพียรทำงานอย่างต่อเนื่อง แม้ต้องเผชิญกับความท้าทายต่างๆ ที่จะทำตามเป้าหมายในระยะยาว GRIT คือความอดทนในการที่จะทำสิ่งต่างๆ ประกอบไปด้วย การทำด้วยใจรัก ความปรารถนาอย่างแรงกล้า (Passion) และ ความอุตสาหะหรือความเพียรพยายาม (Perseverance) ถึงแม้จะต้องอยู่ภายใต้สถานการณ์ที่ท้าทายหรือล้มเหลวก็ตาม ทั้งนี้บุคคลที่มี GRIT จะไม่ยอมแพ้กับสิ่งที่ต้องเจอ แต่จะยังคงอดทนต่อการฟันฝ่าอุปสรรคผ่านความลำบาก เพื่อไปให้ถึงเป้าหมายที่ตั้งใจ ไม่ละทิ้งเป้าหมายจนกว่าจะทำได้สำเร็จ

ความสำคัญของ GRIT

GRIT เป็นคุณลักษณะด้านบวกของมนุษย์ ที่มีความสำคัญอย่างมาก และเป็นที่ยอมรับกันว่า GRIT เป็นลักษณะนิสัยที่ทำให้บุคคลประสบความสำเร็จได้ตามเป้าหมายที่วางไว้ เนื่องจากผู้ที่มี GRIT จะมีพฤติกรรมที่มีเป้าหมาย และมีความมานะบากบั่น ที่จะทำให้สำเร็จตามเป้าหมายของตนเอง (Angela L. Duckworth, 2016) กล่าวว่า ผู้เรียนที่มี GRIT จะแสดงออกซึ่งพฤติกรรม ความทุ่มเทในสิ่งที่ตนสนใจ ใส่ใจ มีจุดยืนไม่เปลี่ยนแปลงสิ่งนั้นได้ง่าย มีความอดทน อดกลั้น ในการแก้ปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้น และไม่ยอมแพ้ต่อความล้มเหลว ความสำคัญของ GRIT สามารถอธิบายได้ดังนี้

1.เพิ่มโอกาสในการประสบความสำเร็จ GRIT ช่วยให้บุคคลสามารถทำงานได้อย่างต่อเนื่องและไม่ยอมแพ้เมื่อบุคคลต้องเผชิญกับอุปสรรค แม้ว่าความสามารถส่วนตัวหรือพรสวรรค์อาจมีจำกัด แต่ความพยายามและความอดทนนั้น จะสามารถเพิ่มโอกาสในการบรรลุเป้าหมายได้

2. พัฒนาความสามารถผ่านการฝึกฝนและความพยายาม GRIT เน้นการทำงานและฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง ทำให้บุคคลสามารถที่จะพัฒนาความสามารถของตนเองได้ แม้ในกรณีที่เริ่มต้นด้วยทักษะที่น้อย การฝึกฝนและความอดทนทำให้สามารถเก่งขึ้นเรื่อยๆ

3. ช่วยให้เผชิญกับความล้มเหลวได้ดีขึ้น บุคคลที่มี GRIT จะมีความยืดหยุ่นในการเผชิญกับความล้มเหลว เพราะบุคคลเห็นว่าความล้มเหลวเป็นโอกาสในการที่จะเรียนรู้ แทนที่จะยอมแพ้ GRIT ช่วยให้บุคคลเรียนรู้จากประสบการณ์และกลับมาพยายามอีกครั้ง

4. เพิ่มความสำเร็จในระยะยาว ความสำเร็จที่มั่นคง ไม่ได้มาจากการประสบความสำเร็จในทันที GRIT จะช่วยให้คนทำงานต่อไปได้ แม้ว่าบุคคลจะใช้เวลานานกว่าจะเห็นผลลัพธ์ ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างความสำเร็จในระยะยาว

กล่าวโดยสรุปแล้ว ความสำคัญของการมี GRIT มีความเชื่อมโยงกับชีวิตของบุคคล เนื่องจาก GRIT ทำให้บุคคลมีความรัก ทุ่มเท ให้กับสิ่งที่ตนเองทำ มีเป้าหมาย และสู้เพื่อไปให้ถึงเป้าหมายอย่างไม่ท้อถอย แม้จะมีอุปสรรคเกิดขึ้นมากมาย หรือจะต้องล้มเหลวอีกกี่ครั้ง บุคคลที่มี GRIT ก็จะไม่ท้อถอย และสามารถที่จะลุกมาเริ่มใหม่ ในเป้าหมายเดิมที่วางไว้ เพื่อให้เกิดความสำเร็จขึ้นได้

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะ GRIT กับการพัฒนามนุษย์ในสังคม

1. งานวิจัยเกี่ยวกับ GRIT กับการพัฒนาการศึกษา

นักวิชาการในประเทศไทยได้ทำการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวกับ GRIT ไว้ดังนี้

ธนพจน์ โพสมัคร และ ลักขณา สริวัฒน์ ได้ทำการศึกษาการพัฒนารูปแบบการเสริมสร้าง GRIT ของนักเรียนวิทยาลัยนาฏศิลป์ สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์ กระทรวงวัฒนธรรม โดยงานวิจัยนี้ มีการพัฒนาสองระยะ คือ ระยะที่ 1 ศึกษารูปแบบการเสริมสร้างกริทของนักเรียน ระยะที่สองทดลองใช้รูปแบบที่พัฒนาแล้วกับกลุ่มเป้าหมาย รูปแบบการเสริมสร้างกริทของนักเรียนวิทยาลัย ผลการศึกษา พบว่านักเรียนมี กริท หลังการเข้าร่วมกิจกรรมสูงกว่า ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมตามรูปแบบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 (ธนพจน์ โพสมัคร และลักขณา สริวัฒน์, 2562)

สำราญ เพ็ญภักดี ได้ศึกษาวิจัย เพื่อสร้างคู่มือความขยันหมั่นเพียรของนักเรียนช่วงชั้ ที่1 เพื่อหาประสิทธิภาพของคู่มือพัฒนาความขยันหมั่นเพียรของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ที่สร้างขึ้นเพื่อเปรียบเทียบ ความขยันหมั่นเพียรของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ก่อนและหลังการใช้เครื่องมือพัฒนาความขยันหมั่นเพียร โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่าง นักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ของโรงเรียนบ้านผือ อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี ปีการศึกษา 2548 จำนวน 70 คน ประกอบด้วย นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จำนวน 24 คน นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 จำนวน 33 คน(สำราญ เพ็ญภักดี, 2549)

กล่าวโดยสรุป งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ GRIT ในประเทศพบว่า มีการศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้เรียน ในหลากหลายระดับ โดยงานวิจัยส่วนใหญ่เป็นการวิจัยในเชิงสำรวจ การวิจัยเชิงความสัมพันธ์เป็นส่วนใหญ่ โดยงานวิจัยที่นำ GRIT ใช้ในงานวิจัย ผลของงานวิจัย พบว่า มีการเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น ก่อนที่จะนำ GRIT ลงไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างที่ทำงานวิจัย

2. งานวิจัยเกี่ยวกับ GRIT กับการพัฒนาการทำงาน

ดักเวิร์ธ (Duckworth) ได้ทำการศึกษาความเพียรพยายาม โดยศึกษาจากแหล่งข้อมูล 6 แห่ง คือ การศึกษาที่ 1 ศึกษากับผู้ใหญ่ อายุ 25 ปี และมากกว่า การศึกษาที่ 2 ทำการศึกษากับ ผู้ใหญ่ อายุ 25 ปีหรือมากกว่า การศึกษาที่ 3 ศึกษากับนักเรียนมัธยมศึกษา Ivy league การศึกษาที่ 4 ศึกษากับนักศึกษาทหารวิทยาลัยเวสท์พอยท์ ในปี 2008 การศึกษาที่ 5 ศึกษากับนักศึกษาทหารวิทยาลัยเวสท์พอยท์ ในปี 2010 การศึกษากับนักศึกษานานาชาติปีสุดท้าย จากการศึกษาพบว่า

ความเพียรพยายามไม่ได้มีความสัมพันธ์กับ IQ ในขณะเดียวกันมีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพ 5 ด้าน และความเพียรพยายามสามารถทำนายพยากรณ์การสำเร็จการศึกษาได้ (Duckworth, 2007)

จากงานวิจัยของ Von Culin et al. เน้นถึงความสัมพันธ์ระหว่าง GRIT และความสุขในการทำงานหรือการพัฒนาตนเอง โดยพบว่าผู้ที่มี GRIT สูงมักจะมีความพอใจในชีวิตมากกว่า เพราะพวกเขามีความสามารถในการทำงานต่อเนื่องและสามารถบรรลุเป้าหมายระยะยาวได้ (Von Culin et al., 2014)

กล่าวโดยสรุป งานวิจัยในต่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับ GRIT พบว่า เน้นไปที่การศึกษาผลของ GRIT ต่อความสำเร็จในหลายด้าน เช่น การศึกษา การทำงาน การกีฬา และการพัฒนาตนเอง โดยมีการพิสูจน์ว่า GRIT เป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้บุคคลสามารถบรรลุเป้าหมายระยะยาวได้แม้เผชิญกับความยากลำบาก นอกจากนี้ งานวิจัยหลายชิ้นยังยืนยันได้ว่า GRIT สามารถพัฒนาได้ โดยการผ่านการฝึกฝนและประสบการณ์

วิเคราะห์ความเชื่อมโยงระหว่างหลักอิทธิบาท 4 และแนวคิดเรื่อง กริท

การเชื่อมโยงระหว่างหลักอิทธิบาท 4 และ กริท มีความสอดคล้องกันในหลายมิติ เนื่องจากทั้งสองแนวคิดเน้นไปที่กระบวนการที่นำบุคคลไปสู่ความสำเร็จอย่างยั่งยืน โดยผ่านการพัฒนาองค์ประกอบภายในตนเองเพื่อสร้างความรัก ความเพียร ความมุ่งมั่น และการคิดไตร่ตรอง ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้:

1. ฉันทะ (ความรักและความพอใจในสิ่งที่ทำ) กับความหลงใหลในกริท

ฉันทะในอิทธิบาท 4 และในทางพุทธศาสนา หมายถึง "ความรักและความพอใจในสิ่งที่ทำ" ซึ่งถือเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยให้บุคคลทำกิจกรรมต่างๆ ได้อย่างมีคุณค่าและความสุข โดยฉันทะถูกจัดให้อยู่ในหมวดธรรมะที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาตนเอง เช่น ในอิทธิบาท 4 (ฉันทะ, วิริยะ, จิตตะ, วิมังสา) ซึ่งถือเป็นจุดเริ่มต้น ความสำเร็จผ่านความพยายามและการพิจารณา (ป.อ. ปยุตฺโต, 2551) และฉันทะ ยังเป็นความรู้สึก "รัก" ในงานหรือเป้าหมาย ซึ่งช่วยกระตุ้นแรงจูงใจในการทำงานอย่างต่อเนื่อง ไม่รู้สึกท้อถอย และในส่วนแนวคิดกริท (Grit) ซึ่งเสนอโดยแองเจล่า ดักเวิร์ธ (Angela Duckworth) ได้เน้นถึง ความพยายามและความหลงใหล ในเป้าหมายระยะยาว ซึ่งประกอบด้วยความสม่ำเสมอของความสนใจ เป็นความสามารถในการคงความสนใจในเป้าหมายที่กำลังทำ แม้จะเผชิญกับความล้มเหลวหรือสิ่งรบกวนก็ตาม และความพากเพียร เป็นความอดทนและมุ่งมั่นในการทำงานอย่างต่อเนื่องแม้จะยากลำบาก (Duckworth et al., 2007) ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดฉันทะที่เน้นเรื่องการสร้างแรงบันดาลใจเพื่อทำงานไปสู่เป้าหมายโดยไม่ยอมแพ้ต่ออุปสรรคที่ขัดขวาง เช่น นักเรียนที่มีฉันทะในวิชาดนตรีที่ตนเองรัก จะสามารถทุ่มเทเวลาในการฝึกซ้อมหรือค้นคว้าได้อย่างไม่รู้สึกเหนื่อยล้า ซึ่งคล้ายกับการที่บุคคลมีความหลงใหลใน กริท ที่ช่วยให้สามารถทำงานได้ต่อเนื่อง ซึ่งแนวคิดทั้งสองสามารถประยุกต์ใช้ร่วมกันในการพัฒนาศักยภาพของบุคคล โดยเริ่มต้นจากฉันทะเพื่อสร้างแรงขับเคลื่อนภายใน และใช้ความหลงใหลแบบกริทเพื่อให้ยืนหยัดไปจนถึงเป้าหมายที่วางไว้จนประสบความสำเร็จ

2. วิริยะ (ความพยายาม) กับความเพียรในกริท

ในหลักอิทธิบาท 4 ซึ่งเป็นหลักธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จในทางพุทธศาสนา "วิริยะ" หมายถึง ความพยายามอย่างจริงจัง หรือการตั้งใจปฏิบัติอย่างไม่ลดละในสิ่งที่ทำ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายหรือความสำเร็จที่ดีงาม โดยแสดงออกมาในรูปแบบของความขยันหมั่นเพียร เช่น การพยายามต่อสู้กับความเกียจคร้านในตนเองหรืออุปสรรคที่เกิดขึ้นในระหว่างทาง (ป.อ. ปยุตฺโต, 2547) ซึ่งสอดคล้องกับ ความเพียร (Perseverance) ใน Grit ซึ่งเน้นการมีความอดทนต่อความยากลำบาก ไม่ยอมแพ้เมื่อเจอกับอุปสรรคหรือความล้มเหลว ทั้งสองแนวคิดเน้นให้บุคคลมุ่งมั่นทำงานหรือภารกิจไปสู่ความสำเร็จระยะยาวโดยไม่ยอมล้มเลิกง่ายๆ เช่น นักเรียนที่ฝึกซ้อมกีฬาหรือดนตรีอย่างต่อเนื่อง แม้จะพบกับความล้มเหลวในการแข่งขันหรือการแสดง สามารถฝ่าฟันอุปสรรคได้ด้วยวิริยะ สอดคล้องกับการมีความเพียร ซึ่งช่วยให้พวกเขาไม่ท้อถอยและพัฒนาความสามารถต่อไป ทั้ง "วิริยะ" และ "ความเพียร" ต่างเน้นที่ความมุ่งมั่นและความไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค ซึ่งเป็นคุณลักษณะสำคัญในการบรรลุเป้าหมายได้อย่างสำเร็จ

3. จิตตะ (ความตั้งใจและมีสมาธิ) กับการมุ่งมั่นเพื่อไปสู่เป้าระยะยาวในกริท

จิตตะ" ใน อิทธิบาท 4 คือ ความตั้งใจแน่วแน่และการมีสมาธิ ในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างต่อเนื่อง โดยจิตตะ ยังเป็นการช่วยเสริมสร้างความมั่นคงภายในจิตใจ (ป.อ. ปยุตฺโต, 2547) นอกจากนี้ จิตตะยังแสดงถึงการมุ่งเป้าไปที่เป้าหมายเฉพาะ โดยไม่หลงทิศทางหรือเสียสมาธิ และจิตตะ ยังเป็นการฝึกสมาธิและความจดจ่อในการทำงาน ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการทำให้งานสำเร็จลุล่วงได้ดี และในส่วนแนวคิด กริท (Grit) ของ Duckworth (Duckworth et al., 2007) เป็นการมุ่งมั่นสู่เป้าหมายระยะยาว (Passion for Long-Term Goals) เป็นองค์ประกอบสำคัญที่สะท้อนถึงความตั้งใจและความชอบต่อเป้าหมายอย่างยั่งยืน ไม่เพียงแต่มีความสนใจในสิ่งที่ทำ แต่ยังรวมถึงการให้ความสำคัญกับการพัฒนาตนเองเพื่อเป้าหมายนั้น ซึ่งตรงกับจิตตะที่เน้นให้บุคคลมีใจที่ตั้งมั่นและไม่ถอดใจจากเป้าหมาย เช่น นักเรียนทำการบ้านหรือศึกษาสิ่งต่างๆ ได้โดยไม่ถูกรบกวนจากสิ่งรอบข้าง มีสมาธิสูงและทำงานอย่างต่อเนื่องจนกว่าจะสำเร็จ ซึ่งสอดคล้องกับการมี ความมุ่งมั่นในการทำงาน ภายใต้แนวคิดของ Grit ทั้ง "จิตตะ" และการมุ่งมั่นใน กริท (Grit) ต่างเน้นที่ความตั้งใจและการมีสมาธิในการดำเนินกิจกรรม เพื่อให้สามารถทำสิ่งนั้นได้อย่างต่อเนื่องจนบรรลุเป้าหมายที่ตนเองตั้งไว้

4. วิมังสา (การไตร่ตรอง) กับการเรียนรู้จากความผิดพลาดในกริท

วิมังสา ใน หลักอิทธิบาท 4 หมายถึง การพิจารณาอย่างรอบคอบและการไตร่ตรองในสิ่งที่กระทำ ถึงเหตุและผลในสิ่งนั้น รวมถึงการประเมินผลของการกระทำเพื่อหาวิธีการที่เหมาะสมยิ่งขึ้นในอนาคต (ป.อ. ปยุตฺโต, 2547) การใช้วิมังสา เป็นการเน้นกระบวนการเรียนรู้จากประสบการณ์เพื่อใช้ในการพัฒนาตนเอง เช่น การปรับปรุงวิธีการทำงานหรือแก้ไขข้อบกพร่อง ในGrit บุคคลจะสามารถเผชิญกับอุปสรรคและความล้มเหลวได้นั้น ต้องเกิดการเรียนรู้จากความผิดพลาด และพยายามปรับปรุงการทำงานให้ดีขึ้น ตามแนวคิด กริท (Grit) ของ Duckworth (Duckworth et al., 2007) การเรียนรู้จากความผิดพลาด (Learning from Failure) เป็นส่วนสำคัญของความพากเพียรและความมุ่งมั่น การเผชิญกับความล้มเหลวที่เกิดขึ้นไม่ได้เป็นจุดจบของสิ่งที่กำลังทำ แต่เป็นโอกาสในการสะท้อนตนเอง ปรับปรุงวิธีการ และพัฒนาความสามารถในการก้าวข้ามอุปสรรคที่กำลังเผชิญ คล้ายกับกระบวนของการวิมังสาที่ใช้ปัญญาในการหาทางแก้ไขเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด เช่น นักเรียนที่พิจารณาข้อผิดพลาดจากการสอบและวิเคราะห์วิธีการเรียนใหม่ๆ เพื่อเตรียมตัวในการสอบครั้งถัดไปให้ดีขึ้น

สอดคล้องกับการมีวิมังสาในการไตร่ตรองและปรับปรุงการเรียนรู้ของตนเอง และทั้ง "วิมังสา" และ "การเรียนรู้จากความผิดพลาด" ต่างเน้นการใช้กระบวนการคิดและการประเมินผลอย่างเป็นระบบเพื่อปรับปรุงและพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น

เมื่อพิจารณาอย่างลึกซึ้ง จะพบว่าหลักอิทธิบาท 4 และแนวคิดเรื่องกริทมีความเชื่อมโยงกันอย่างน่าสนใจหลักอิทธิบาท 4 และแนวคิดเรื่องกริท ล้วนส่งเสริมการประสบความสำเร็จผ่านความมุ่งมั่น ความพากเพียร และการพัฒนาตนเอง แม้จะมีรากฐานจากวัฒนธรรมและบริบทที่ต่างกัน แต่ทั้งสองแนวคิดสามารถนำมาประยุกต์ใช้ร่วมกันในการพัฒนาชีวิตส่วนตัว การเรียนรู้ และการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพและสมดุล การบูรณาการทั้ง 2 แนวคิดสามารถนำไปสู่แนวทางการพัฒนาผู้เรียนที่มีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตามผู้ศึกษามีข้อสังเกตว่า การนำแนวคิดจากต่างวัฒนธรรมมาบูรณาการอาจต้องพินิจ พิจารณา และศึกษาอย่างถี่ถ้วน เพราะอาจเกิดความเข้าใจผิดหรือการตีความที่คลาดเคลื่อนได้ และการนำมาประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับบริบท ต้องคำนึงถึงบริบททางสังคมและวัฒนธรรมของผู้เรียน

บทสรุป

หลักอิทธิบาท 4 ในพระพุทธศาสนาและแนวคิด Grit ทางจิตวิทยามีความคล้ายคลึงในหลายประเด็น มีความสำคัญในการพัฒนาตนเองเพื่อให้เกิดความสำเร็จ โดยใช้หลักการที่มุ่งเน้นความมุ่งมั่นในระยะยาว ความพยายาม และการปรับปรุงตนเอง โดยทั้งสองแนวคิดสามารถประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันและการพัฒนาศักยภาพในทุกด้าน ทั้งสองแนวคิดเน้นที่แรงจูงใจภายในและการพยายามเพื่อบรรลุเป้าหมายระยะยาว อิทธิบาท 4 ประกอบด้วย ฉันทะ (ความพอใจ), วิริยะ (ความเพียร), จิตตะ (ความจดจ่อ) และวิมังสา (การไตร่ตรอง) ซึ่งสอดคล้องกับ Grit ที่เน้น Passion (ความหลงใหล) และ Perseverance (ความเพียรพยายาม) ทั้งสองแนวคิดให้ความสำคัญกับการเพียรพยายามแม้จะเผชิญอุปสรรค ความมุ่งมั่นต่อเป้าหมายระยะยาว และการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง การผสมผสานทั้งสองแนวคิดสามารถช่วยในการพัฒนาผู้เรียนให้มีความยืดหยุ่น อดทน และพร้อมที่จะพัฒนาตนเองเพื่อไปสู่เป้าหมายในชีวิต อีกทั้งยังช่วยพัฒนาทั้งตนเองและสังคม ด้วยการมุ่งเน้นการมีเป้าหมายที่ชัดเจน ความพากเพียร อย่างไรก็ตามมีประเด็นสำคัญที่ควรพิจารณาเพิ่มเติม ได้แก่ ความแตกต่างในเป้าหมายสูงสุด (การบรรลุมรรคผลนิพพาน ความสำเร็จในทางโลก) การประยุกต์ใช้ในบริบทต่างวัฒนธรรม และการพัฒนาเครื่องมือวัดและประเมินผลที่ครอบคลุมทั้งสองแนวคิด การศึกษาวิจัยเพิ่มเติมในประเด็นเหล่านี้จะช่วยให้เข้าใจและประยุกต์ใช้ทั้งสองแนวคิดในการพัฒนาผู้เรียนได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้ผู้เรียนประสบความสำเร็จทั้งในด้านการเรียนและการดำเนินชีวิตอย่างยั่งยืน

เอกสารอ้างอิง

เบญจรัตน์ จงจำรัสพันธ์. (2559). ความสัมพันธ์ระหว่างความหวังและสุขภาวะองค์รวม โดยมีความเพียรและความเครียดเป็นตัวแปรกำกับ. *วิทยานิพนธ์ศิลปะศาสตร์มหาบัณฑิต*. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ป.อ. ปยุตฺโต. (2541). *การศึกษาเครื่องมือพัฒนาที่ยังต้องพัฒนา.* กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัทสหธรรมิก จำกัด.

ป.อ. ปยุตฺโต. (2542). *พุทธธรรม.* กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

ป.อ. ปยุตฺโต. (2547). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม.* กรุงเทพฯ: มูลนิธิธรรมทาน.

ป.อ. ปยุตฺโต. (2551). *พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พุทธทาสภิกขุ. (2537). *ฆราวาสธรรม*. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: สุขภาพใจ.

พระมหาบรรจง ติสรโณ (ศรีสุข). (2560). ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักอิทธิบาทธรรม 4 ในการจัดการเรียนการสอน
ของโรงเรียนปริยัติคุณรสวิทยา อำเภอเมืองสุรินทร์ จังหวัดสุรินทร์. *ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต. สาขาวิชาพระพุทธศาสนา.* บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

ว.วชิรเมธี. (2551). *คนสำราญงานสำเร็จ.* (พิมพ์ครั้งที่14). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์อมรินทร์.

ธนพจน์ โพสมัคร และลักขณา สริวัฒน์ (2562). การพัฒนารูปแบบการเสริมสร้างกริท (Grit) ของนักเรียนวิทยาลัยนาฏศิลป สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์กระทรวงวัฒนธรรม. *วารสารราชพฤกษ์*, 17(1): 59-65.

สำราญ เพ็ญภักดี. (2549). คูมือพัฒนาความขยันหมั่นเพียรของนักเรียนชวงชั้นที่ 1. *สารนิพนธ์จิตวิทยาการแนะแนว.* มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. (2554). *แนวทางการพัฒนาการวัดและประเมินคุณลักษณะอันพึงประสงค์ ตามหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551*. (พิมพ์ครั้งที่3). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.

อันซอรี่ ช่างเหล็กและธัญภา พลานุกูลวงศ์. (2558). *แรงจูงใจ ความวิตกกังวล และความมุ่งมั่น: ปัจจัยร่วมตัดสินความสำเร็จในการเรียนภาษา.* (วารสารศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตหาดใหญ่) , 9(2): 88-89.

Duckworth, A. L., et al. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, (92)(6): 1087–1101.

Duckworth, A. L., et al. (2016). Situational strategies for self-control. *Perspectives on Psychological Science*, (11)(1): 35-55.

Caren Baruch-Feldman. (2017). *The grit guide for teens*. California New Harbinger Publications.

Shechtman, N. e. a. (2013). *Promoting Grit, Tenacity, and Perseverance: Critical Factors for success in the 21st Century.* U.S. Department of education: Center for Technology in Learning SRI International.

Von Culin, et al. (2014). Unpacking grit: Motivational correlates of perseverance and passion for long-term goals. *The Journal of Positive Psychology*, (9)(4): 306-312.