

📄 ชื่อผลงานวิจัย (ไทย)

ผลของการปฏิบัติธรรมสายวิชาธรรมกายที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์และการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักศึกษา มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน

📄 ชื่อผลงานวิจัย (อังกฤษ)

Effect of Dhamakaya meditation training on emotional quotient and moral reasoning of Rajamagala University of Technology Isan's students

📄 ชื่อนักวิจัย

มนัส โกมลทา

อุษณา แจ็งคล้อย

📄 ปีที่ผลงานวิจัยเสร็จ

พ.ศ. 2550

📄 ประเภทของงานวิจัย

อื่นๆ

📄 คำสำคัญ

การปฏิบัติธรรม ความฉลาดทางอารมณ์ การใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม

📄 ความเป็นมา/หลักการและเหตุผล

งานวิจัยนี้จึงต้องการที่จะศึกษาว่า การปฏิบัติธรรมของสายวิชาธรรมกายจะส่งผลให้ความฉลาดทางอารมณ์และการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักศึกษาพัฒนาขึ้นหรือไม่ เนื่องจากถ้าผลการปฏิบัติธรรมสามารถพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม และความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษาได้แล้ว นอกจากจะส่งผลนักศึกษาสามารถเรียนจบอย่างมีความสุขตามที่ควรจะเป็นแล้ว ยังเป็นพื้นฐานให้นักศึกษาสามารถดำเนินชีวิตการทำงานและชีวิตประจำวันได้ประสบความสำเร็จอีกด้วย

📄 วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาว่าการปฏิบัติธรรมสายวิชาธรรมกายสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักศึกษาได้หรือไม่อย่างไร

📁 ขอบเขตของการวิจัย

ให้กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติธรรมก่อนการเรียนวิชาภาษาไทย 1 จำนวน 8 ครั้ง (ประมาณ 2 เดือน) โดยผู้วิจัยทำหน้าที่วิทยากรในการสอนปฏิบัติธรรมเอง ในการปฏิบัติธรรมจะใช้เวลาประมาณ 30 นาทีต่อครั้ง และมีการเก็บข้อมูลทั้งก่อนและหลังการปฏิบัติธรรม

📁 ผลการวิจัย

1. ประเด็นเรื่องการปฏิบัติธรรมกับความฉลาดทางปัญญา ผลการศึกษาพบว่า ค่าคะแนนเฉลี่ยขององค์ประกอบของความฉลาดทางปัญญาก่อนการปฏิบัติธรรมสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ระดับคือ ระดับปานกลางและระดับมาก โดยที่องค์ประกอบความสามารถในการใช้ภาษา (verbal/linguistic), การใช้เหตุผลและความสามารถทางคณิตศาสตร์ (logical/mathematical), ความสามารถในการรับรู้ฟอร์มแนวราบ (visual/spatial), ความสามารถทางดนตรี (musical/rhythmic), และ ความสามารถที่จะเข้าใจปรากฏการณ์ธรรมชาติ (naturalist) มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนองค์ประกอบความสามารถในการเคลื่อนไหว (bodily), ความสามารถในการสร้างสัมพันธ์อันดีกับผู้อื่น (interpersonal) และความสามารถในการเข้าใจตนเอง (intrapersonal) มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก

เมื่อปฏิบัติธรรมไปแล้ว จะเห็นว่า ผลของการปฏิบัติธรรมสามารถพัฒนาองค์ประกอบของความฉลาดทางปัญญาได้ทุกองค์ประกอบ โดยจะเห็นว่า ค่าคะแนนเฉลี่ยจำนวน 7 องค์ประกอบที่อยู่ในระดับปานกลางสามารถพัฒนาขึ้นไปอยู่ในระดับมาก ยกเว้น องค์ประกอบความสามารถในการรับรู้ฟอร์มแนวราบ (visual/spatial) ซึ่งพัฒนาขึ้นไปแต่เป็น 3.38 ซึ่งยังไม่ถึงระดับมาก

ส่วนค่าคะแนนขององค์ประกอบที่อยู่ในระดับมากอยู่แล้ว ก็สามารถพัฒนาได้สูงขึ้นขึ้นไปอีก ดังนั้นจึงสามารถสรุปได้ว่า การปฏิบัติธรรมสามารถพัฒนาความฉลาดทางปัญญาได้จริงในทุกองค์ประกอบ

2. ประเด็นเรื่องการปฏิบัติธรรมกับความฉลาดทางอารมณ์ ผลการศึกษาพบว่า ค่าคะแนนเฉลี่ยขององค์ประกอบของความสามารถภายในตนเอง (Intrapersonal) ก่อนการปฏิบัติธรรมอยู่ในระดับปานกลางทั้งหมด เมื่อปฏิบัติธรรมไปแล้ว จะเห็นว่า ผลของการปฏิบัติธรรมสามารถพัฒนาองค์ประกอบความสามารถภายในตนเอง (intrapersonal) ได้ทุกองค์ประกอบ แต่ส่วนใหญ่แล้วยังคงอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นองค์ประกอบการตระหนักรู้ในอารมณ์ตนเอง (emotional self-awareness) ซึ่งพัฒนาขึ้นไปถึงระดับมากได้

สำหรับค่าคะแนนเฉลี่ยขององค์ประกอบของความสามารถระหว่างบุคคล (Interpersonal) ก่อนการปฏิบัติธรรมสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ระดับคือ ระดับปานกลางและระดับมาก โดยที่องค์ประกอบความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal relationship) และการรับผิดชอบต่อสังคม (social responsibility) มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนองค์ประกอบความเอาใจเขามาใส่ใจเรา (empathy) อยู่ในระดับมาก เมื่อปฏิบัติธรรมไปแล้ว จะเห็นว่า ผลของการปฏิบัติธรรมสามารถพัฒนาองค์ประกอบความสามารถระหว่างบุคคล (Interpersonal) ได้ทุกองค์ประกอบ แต่ทุกองค์ประกอบยังคงอยู่ในระดับเดิม

สำหรับค่าคะแนนเฉลี่ยขององค์ประกอบความสามารถในการปรับตัว (Adaptability) ก่อนการปฏิบัติธรรมอยู่ในระดับปานกลางทั้งหมด เมื่อปฏิบัติธรรมไปแล้ว จะเห็นว่า ผลของการปฏิบัติธรรมสามารถพัฒนาองค์ประกอบความสามารถในการปรับตัว (Adaptability) ได้ทุกองค์ประกอบ แต่ทุกองค์ประกอบยังคงอยู่ในระดับปานกลางเช่นเดิม

สำหรับค่าคะแนนเฉลี่ยขององค์ประกอบของการจัดการกับความเครียด (Stress management) ก่อนการปฏิบัติธรรมสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ระดับคือ ระดับปานกลางและระดับน้อย โดยที่องค์ประกอบอดทนกับความเครียด (stress tolerance) มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนองค์ประกอบควบคุมแรงกระตุ้น (impulse control) มีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อย เมื่อปฏิบัติธรรมไปแล้วจะเห็นว่า องค์ประกอบอดทนกับความเครียด (stress tolerance) มีคะแนนเฉลี่ยเท่าเดิม ส่วนองค์ประกอบควบคุมแรงกระตุ้น (impulse control) มีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นอยู่ในระดับปานกลาง

สำหรับค่าคะแนนเฉลี่ยขององค์ประกอบของอารมณ์ชั่วขณะโดยทั่วไป (General mood) ก่อนการปฏิบัติธรรมอยู่ในระดับปานกลางทั้งหมด ทั้งองค์ประกอบมีความสุข (happiness) และองค์ประกอบมองโลกในแง่ดี (optimistic) เมื่อปฏิบัติธรรมไปแล้วจะเห็นว่า องค์ประกอบมองโลกในแง่ดี (optimistic) มีคะแนนเฉลี่ยสูงขึ้น แต่องค์ประกอบมีความสุข (happiness) มีคะแนนเฉลี่ยลดลง

โดยสรุป ผลของการปฏิบัติธรรมสามารถพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ได้จริงทั้ง 4 องค์ประกอบ

3. ประเด็นการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม ก่อนการปฏิบัติธรรมกลุ่มตัวอย่างมีระดับการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมอยู่ในขั้นที่ 4 เมื่อปฏิบัติธรรมไปแล้ว ระดับของการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมยังคงเดิม ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า การปฏิบัติธรรมไม่สามารถพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรมได้

ข้อเสนอแนะในการใช้ประโยชน์

1) งานวิจัยครั้งนี้ เมื่อเขียนเค้าโครงงานวิจัย ผู้วิจัยต้องการที่จะให้กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติธรรมเป็นประจำทุกวัน อย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง คือ ตื่นนอนตอนเช้า และก่อนเข้านอน แต่ก็มีอุปสรรคเพราะกลุ่มตัวอย่างมีกิจกรรมในมหาวิทยาลัยมาก ดังนั้นจึงเปลี่ยนกลุ่มตัวอย่างมาเป็นให้ปฏิบัติธรรมก่อนเรียนจำนวน 8 ครั้ง ดังนั้น ถ้าเป็นไปได้ควรมีการศึกษากับกลุ่มตัวอย่างที่มีความสะดวกจะปฏิบัติธรรมได้ทุกวัน

2) ควรทำวิจัยกับผู้ป่วยว่า เมื่อปฏิบัติธรรมไปแล้ว สามารถจะรักษาผู้ป่วยให้หายจากโรคที่เป็นอยู่หรือไม่

3) ควรทำวิจัยกับผู้ที่เกี่ยวข้องจะเสียชีวิต จะได้ทราบว่า ผู้ที่ตกอยู่ในภาวะเช่นนั้น เมื่อปฏิบัติธรรมไปแล้ว ทำให้เข้าใจเรื่องชีวิต และมีจิตใจสงบบ้างหรือไม่