

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยเรื่องผลของกลุ่มการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มโยนิโสมนสิการต่อการเพิ่มปัญญาครั้งนี้มีสมมุติฐานการวิจัย คือ 1) หลังการทดลองกลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าคะแนนปัญญาสูงกว่าก่อนการทดลอง และ 2) หลังการทดลองกลุ่มโยนิโสมนสิการ จะมีค่าคะแนนปัญญาสูงกว่ากลุ่มควบคุม 3) หลังการทดลองกลุ่มโยนิโสมนสิการ จะมีค่าคะแนนปัญญาสูงกว่ากลุ่มแนวทอตเซอร์

ผู้วิจัยจึงนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตอบสนองสมมุติฐานของการวิจัยในครั้งนี้ โดยแบ่งออกเป็น 5 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 การทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 1

ตอนที่ 2 การทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 2

ตอนที่ 3 การทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 3

ตอนที่ 4 การวิเคราะห์เพิ่มเติม

ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ตอนที่ 1 การทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 1

สมมุติฐานข้อที่ 1 หลังการทดลอง กลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าคะแนนปัญญาสูงขึ้นสูงกว่าก่อนการทดลอง

1.1 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาของกลุ่มโยนิโสมนสิการ ก่อน และหลังการทดลอง พบว่า คะแนนปัญญาสูงกว่าก่อนเข้าร่วมกลุ่มโยนิโสมนสิการ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

และได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาของกลุ่มแนวทอตเซอร์ และกลุ่มควบคุมรวมไว้ในตารางเดียวกันด้วย ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 23

ตารางที่ 23 ผลการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาก่อนและหลังการทดลองด้วยค่าที่
(t-test, dependent group)

กลุ่ม	n	M (pre)	SD (pre)	M (post)	SD (post)	t
กลุ่มโยนิโสมนสิการ	25	242.60	27.80	272.20	35.19	5.93*
กลุ่มแนวทรอดเซอร์	24	243.17	25.25	256.50	27.99	3.65*
กลุ่มควบคุม	23	242.13	21.76	241.83	19.73	-.087

* $p < .001$

ผลการวิเคราะห์แสดงถึงการสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1 ที่กำหนดไว้ว่า หลังการทดลอง กลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าคะแนนปัญญาก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

การทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 และข้อที่ 3 ผู้วิจัยขอเสนอการวิเคราะห์ข้อมูลในตารางที่ 25 และ 26 เป็นหลักฐานในการทดสอบ โดยจัดลำดับขั้นตอนแสดงให้เห็นชัดเจนดังต่อไปนี้

ในขั้นแรก ก่อนการวิเคราะห์ค่าความแปรปรวน ได้มีการทดสอบความเป็นเอกพันธ์ของค่าความแปรปรวน (Levene's Test of Homogeneity of Variance) โดยในการวิเคราะห์ความแปรปรวนหากพบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ผู้วิจัยใช้การทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่ตามวิธี Bonferroni ในกรณีที่ความแปรปรวนไม่แตกต่างกัน และใช้วิธี Dunnett's T3 ในกรณีที่ความแปรปรวนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ตอนที่ 2 การทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2

สมมติฐานข้อที่ 2 หลังการทดลอง กลุ่มโยนิโสมนสิการจะมีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาก่อนการทดลองสูงกว่ากลุ่มควบคุม

ก่อนการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ได้มีการทดสอบก่อนการทดลอง 3 กลุ่มว่ามีค่าเฉลี่ยของปัญญาก่อนการทดลองต่างกันหรือไม่ ผู้วิจัยจึงนำค่าเฉลี่ยปัญญาก่อนการทดลองมาวิเคราะห์

ตารางที่ 24 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์การกระจายของคะแนนปัญญาก่อนการทดลอง

กลุ่ม	N	M	SD	CV
กลุ่มโยนิโสมนสิการ	25	242.60	27.80	11.45
กลุ่มทรอดเซอร์	24	243.17	25.25	10.38
กลุ่มควบคุม	23	242.13	21.76	8.99

หมายเหตุ Levene Statistic = 0.496 ; df 2, 69 Sig. = 0.611

2.1 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนปัญญาก่อนการทดลองในกลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทรอดเซอร์ และกลุ่มควบคุมเพื่อตรวจสอบอิทธิพลของคะแนนปัญญาระหว่างทั้ง 3 กลุ่มก่อนการทดลอง ไม่พบว่า ความแปรปรวนของคะแนนปัญญาของประชากรทั้ง 3 กลุ่มก่อนการทดลองมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 25 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาก่อนการทดลองของกลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทรอดเซอร์ และกลุ่มควบคุม

	SS	df	MS	F	Sig
Between Groups	12.669	2	6.335	.010	.990
Within Groups	43629.942	69	632.318		
Total	43642.611	71			

สรุปได้ว่ากลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทรอดเซอร์ และกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาไม่แตกต่างกันก่อนการทดลอง ซึ่งหมายถึงว่า ความแตกต่างของคะแนนปัญญาระหว่างกลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทรอดเซอร์ และกลุ่มควบคุมหลังการทดลองไม่ได้รับอิทธิพลจากคะแนนปัญญาก่อนการทดลอง จากนั้นจึงนำค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาหลังการทดลองมาทดสอบต่อไป

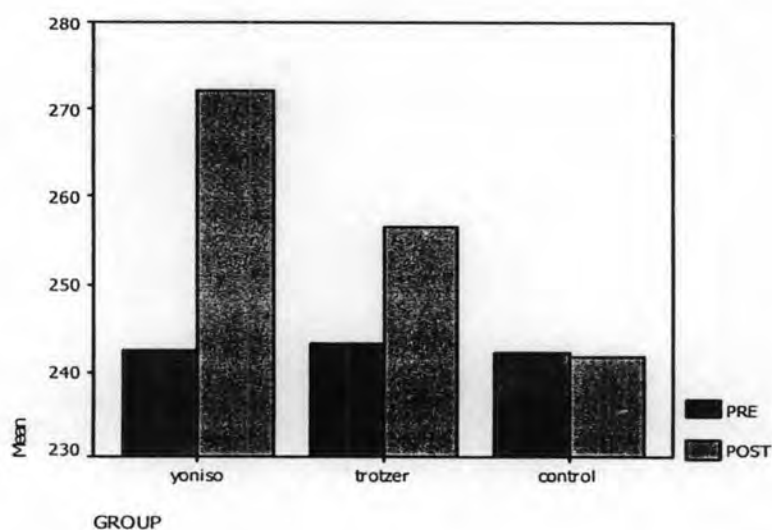
ตารางที่ 26 แสดงค่าเฉลี่ยหลังการทดลอง ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์การกระจายของ
ค่าคะแนนปัญญา

	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>CV</i>
กลุ่มโยนิโสมนสิการ	25	272.20	35.19	12.93
กลุ่มทรอตเซอร์	24	256.50	27.99	10.91
กลุ่มควบคุม	23	241.83	19.73	8.16

หมายเหตุ Levene Statistic = 3.387 ; *df* 2, 69 Sig. = 0.040

ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเบื้องต้น ค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาหลังการทดลอง พบว่า กลุ่มโยนิโสมนสิการ มีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญามากที่สุดเท่ากับ 272.20 ในขณะที่ กลุ่มควบคุม มีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาน้อยที่สุดเท่ากับ 241.83 เมื่อนำมาคำนวณสัมประสิทธิ์การกระจายพบว่า ก่อนการทดลองกลุ่มโยนิโสมนสิการมีการกระจายของข้อมูลภายในกลุ่มคือ 11.45 และหลังการทดลอง 12.93 และก่อนการทดลองกลุ่มแนวทรอตเซอร์มีการกระจายของข้อมูลภายในกลุ่ม คือ 10.38 และหลังการทดลองคือ 10.91

เมื่อเปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์การกระจายก่อนการทดลอง (Pretest) และหลังการทดลอง (Posttest) ในกลุ่มโยนิโสมนสิการกับกลุ่มแนวทรอตเซอร์ พบว่า หลังการทดลองกลุ่มโยนิโสมนสิการมีการกระจายของข้อมูลภายในกลุ่มมากกว่ากลุ่มแนวทรอตเซอร์ ในขณะที่กลุ่มควบคุมมีการกระจายของข้อมูลหลังการทดลองลดลงกว่าก่อนการทดลอง



ภาพที่ 3 แสดงคะแนนปัญญาในกลุ่มต่างๆ ก่อนการทดลอง (Pretest) และหลังการทดลอง (Posttest)

2.2 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนปัญญาที่ทำการวัดหลังการทดลองทั้ง 3 กลุ่ม จะเห็นได้ว่า มีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาของประชากรอย่างน้อย 1 กลุ่มที่แตกต่างจากกลุ่มอื่น ดังรายละเอียดในตารางที่ 27

ตารางที่ 27 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาหลังการทดลองของ กลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทรอดเซอร์ และกลุ่มควบคุม

	SS	df	MS	F
Between Groups	11072.68	2	5536.341	6.785*
Within Groups	56303.30	69	815.990	
Total	67375.98	71		

* $p < .01$

2.3 เมื่อนำเอาค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาที่ทำการวัดหลังการทดลองของทั้ง 3 กลุ่มไปเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีของ Dunnett's T3 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาในกลุ่มโยนิโสมนสิการแตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังรายละเอียดในตารางที่ 28

ตารางที่ 28 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีของ Dunnett's T3

Variable	M	X1	X2	X3
กลุ่มโยนิโสมนสิการ (X1)	272.20		~	X1>X3*
กลุ่มแนวทรอดเซอร์ (X2)	256.50			~
กลุ่มควบคุม (X3)	241.83			

* $p < .01$

ดังนั้นในการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 โดยอาศัยข้อมูลจากตารางที่ 28 พบว่า หลังการทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาในกลุ่มโยนิโสมนสิการสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตอนที่ 3 การทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3

สมมติฐานข้อที่ 3 หลังการทดลอง กลุ่มโยนิโสมนสิการจะมีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาสูงขึ้น
กว่ากลุ่มแนวทรอดเซอร์

ตารางที่ 28 เมื่อนำเอาค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาที่ทำการวัดหลังการทดลองของทั้ง 3
กลุ่มไปเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีของ Dunnett's T3 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญา
ของกลุ่มแนวทรอดเซอร์พบว่าไม่มีความแตกต่างจากกลุ่มควบคุมและกลุ่มโยนิโสมนสิการ

ในการทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 โดยอาศัยข้อมูลจากตารางที่ 28 ไม่พบว่า หลังการ
ทดลองค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาในกลุ่มโยนิโสมนสิการ สูงกว่ากลุ่มแนวทรอดเซอร์อย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 4 การวิเคราะห์เพิ่มเติม

4.1 ในการวิเคราะห์ข้อมูลที่พบว่ากลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาหลังการ
ทดลองสูงที่สุด (ตารางที่ 26) ผู้วิจัยจึงเกิดความสนใจที่จะนำข้อมูลมาวิเคราะห์เพิ่มเติมเพื่อค้นหา
ว่า กลุ่มโยนิโสมนสิการมีคะแนนปัญญาในองค์ประกอบใดบ้างที่แตกต่างจากกลุ่มอื่นๆ อย่างมี
นัยสำคัญทางสถิติ

4.1.1 ผู้วิจัยได้นำค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาในกลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนว
ทรอดเซอร์ และกลุ่มควบคุมมาวิเคราะห์โดยแยกตามองค์ประกอบของแบบวัดปัญญา
โดยได้คะแนน 5 ด้านดังนี้

ค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาในภาวะความสัมพันธ์เชื่อมโยง มี 3 องค์ประกอบรายด้าน ได้แก่

- ด้านความเข้าใจว่าชีวิตคือความพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันระหว่างมนุษย์กับ
มนุษย์ และมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม (A1)
- ด้านภาวะจิตใจที่เกิดขึ้นเมื่อเข้าใจความสัมพันธ์เชื่อมโยง คือ ความสำนึก
ขอบคุณ ความกตัญญูกับเหตุปัจจัยต่างๆในที่เอื้อเพื่อเกื้อกูลชีวิต (A2)
- ด้านการตระหนักถึงการกระทำของตนเองที่ส่งผลเชื่อมโยงกับสรรพสิ่งรอบตัว
(A3)

ค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาในภาวะความเปลี่ยนแปลง มี 2 องค์ประกอบรายด้าน ได้แก่

- ด้านการยอมรับความเปลี่ยนแปลง แม้ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจะไม่น่าปรารถนาก็มองและพิจารณาตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้น ไม่มองตามความปรารถนา ความต้องการของตน (B1)
- ด้านความสามารถแก้ไขและปฏิบัติภาระหน้าที่ตามความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น โดยสอดคล้องกับความเป็นจริงของธรรมชาติ และเกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น (B2)

4.1.2 ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเบื้องต้นของค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญหาโดยแยกตามองค์ประกอบรายด้านของนักศึกษา ก่อนการทดลอง (Pretest) ของทุกกลุ่ม

เมื่อพิจารณาสัมประสิทธิ์การกระจาย พบว่าด้าน A1 และ ด้าน A2 กลุ่มควบคุมมีการกระจายของข้อมูลภายในกลุ่มมากที่สุด สำหรับด้าน A3 ด้าน B1 และ ด้าน B2 กลุ่มโยนโบสถ์มีการกระจายของข้อมูลภายในกลุ่มมากที่สุด ดังรายละเอียดในตารางที่ 29

ตารางที่ 29 แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนปัญหาก่อนการทดลองโดยแยกตามองค์ประกอบรายด้าน ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์การกระจายของค่าคะแนนปัญหา

ด้าน	กลุ่ม	n	M	SD	CV
A1	โยนโบสถ์	25	3.482	.364	10.45
	ทรอตเซอร์	24	3.389	.371	10.95
	ควบคุม	23	3.435	.433	12.60
A2	โยนโบสถ์	25	4.016	.447	11.13
	ทรอตเซอร์	24	3.950	.422	10.68
	ควบคุม	23	3.926	.515	13.03
A3	โยนโบสถ์	25	3.395	.414	12.19
	ทรอตเซอร์	24	3.424	.411	12.00
	ควบคุม	23	3.419	.409	11.96
B1	โยนโบสถ์	25	2.913	.600	20.59
	ทรอตเซอร์	24	3.001	.451	15.03
	ควบคุม	23	2.967	.413	13.92
B2	โยนโบสถ์	25	2.980	.609	20.44
	ทรอตเซอร์	24	2.983	.431	14.45
	ควบคุม	23	2.947	.461	15.64

หมายเหตุ Levene Statistic A1, A2, A3, B1, B2 = .234, 1.202, .076, 1.015, 1.426 ; df 2, 69 ; Sig. A1, A2, A3, B1, B2 = .792, .307, .927, .368, .247

ผลการทดสอบความแปรปรวนของคะแนนปัญญาเมื่อแยกตามองค์ประกอบรายด้านก่อนการทดลองในกลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทอตเซอร์ และกลุ่มควบคุม พบว่า ความแปรปรวนค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาแต่ละองค์ประกอบรายด้านของประชากรทั้ง 3 กลุ่มไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าประชากรทั้ง 3 กลุ่ม มีคะแนนปัญญาก่อนการทดลองในแต่ละองค์ประกอบรายด้านไม่แตกต่างกัน ดังรายละเอียดในตารางที่ 30

ตารางที่ 30 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาก่อนการทดลอง (Pre-test) เมื่อแยกตามองค์ประกอบรายด้านของกลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทอตเซอร์ และกลุ่มควบคุม

ด้าน		SS	df	MS	F	P
A1	Between Groups	.107	2	.053	.352	.705
	Within Groups	10.482	69	.152		
	Total	10.5899	71			
A2	Between Groups	.105	2	.053	.246	.782
	Within Groups	14.738	69	.214		
	Total	14.8433	71			
A3	Between Groups	.012	2	.006	.034	.967
	Within Groups	11.708	69	.170		
	Total	11.720	71			
B1	Between Groups	.095	2	.047	.191	.826
	Within Groups	17.106	69	.248		
	Total	17.2011	71			
B2	Between Groups	.019	2	.009	.037	.964
	Within Groups	17.883	69	.259		
	Total	17.902	71			

4.1.3 ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติเบื้องต้นค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาโดยแยกตามองค์ประกอบรายด้านหลังการทดลอง (Post-test) ในกลุ่มต่างๆ พบว่า

กลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญามากที่สุดในทุกด้าน และกลุ่มควบคุมมีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาน้อยที่สุดในทุกด้าน

เมื่อพิจารณาสัมประสิทธิ์การกระจาย พบว่ากลุ่มโยนิโสมนสิการมีการกระจายของข้อมูลภายในกลุ่มด้าน A1 ด้าน A3 ด้าน B1 และ ด้าน B2 มากที่สุดและ กลุ่มควบคุมมีการกระจายของข้อมูลภายในกลุ่มด้าน A2 มากที่สุด

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การกระจายก่อนการทดลอง (Pretest) และหลังการทดลองในกลุ่มโยนิโสมนสิการกับกลุ่มแนวทรอดเซอร์ พบว่า กลุ่มโยนิโสมนสิการมีการกระจายของข้อมูลภายในกลุ่มด้าน A1และ A3หลังการทดลองมากกว่ากลุ่มแนวทรอดเซอร์ ดังรายละเอียดในตารางที่ 29 และ 31

ตารางที่ 31 แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนปัญหาหลังการทดลอง (Post-test) โดยแยกตามองค์ประกอบรายด้าน ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และสัมประสิทธิ์การกระจายของค่าคะแนนปัญหา

ด้าน	กลุ่ม	n	M	SD	CV
A1	โยนิโสมนสิการ	25	3.953	.509	12.88
	ทรอดเซอร์	24	3.761	.401	10.66
	ควบคุม	23	3.536	.387	10.94
A2	โยนิโสมนสิการ	25	4.560	.332	7.28
	ทรอดเซอร์	24	4.208	.414	9.84
	ควบคุม	23	4.004	.406	10.14
A3	โยนิโสมนสิการ	25	3.673	.526	14.32
	ทรอดเซอร์	24	3.446	.383	11.11
	ควบคุม	23	3.398	.454	13.36
B1	โยนิโสมนสิการ	25	3.332	.582	17.47
	ทรอดเซอร์	24	3.140	.520	16.56
	ควบคุม	23	2.879	.375	13.03
B2	โยนิโสมนสิการ	25	3.340	.667	19.97
	ทรอดเซอร์	24	3.197	.587	18.36
	ควบคุม	23	2.938	.458	15.59

หมายเหตุ Levene Statistic A1, A2, A3, B1, B2 = .682, .859, 1.349, 1.103, 1.137 ; df 2, 69 ; Sig. A1, A2, A3, B1, B2 = .509, .428, .266, .338, .327

4.1.4 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนปัญหาเมื่อแยกตามองค์ประกอบรายด้านหลังการทดลองในกลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทรอดเซอร์ และกลุ่มควบคุม พบว่า มีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญหาเมื่อแยกตามองค์ประกอบรายด้านของประชากรอย่างน้อย 1 กลุ่มที่แตกต่างจากกลุ่มอื่นในด้าน A1 ด้าน A2 และด้าน B1 ดังรายละเอียดในตารางที่ 32

ตารางที่ 32 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาหลังการทดลอง (Post-test) เมื่อแยกตามองค์ประกอบรายด้านของกลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทอตเซอร์ และกลุ่มควบคุม

ด้าน		SS	df	MS	F
A1	Between Groups	2.090	2	1.045	5.450*
	Within Groups	13.227	69	.192	
	Total	15.317	71		
A2	Between Groups	3.815	2	1.908	12.895*
	Within Groups	10.208	69	.148	
	Total	14.023	71		
A3	Between Groups	1.047	2	.524	2.483
	Within Groups	14.551	69	.211	
	Total	15.598	71		
B1	Between Groups	2.468	2	1.234	4.882*
	Within Groups	17.440	69	.253	
	Total	19.908	71		
B2	Between Groups	1.969	2	.985	2.924
	Within Groups	23.236	69	.337	
	Total	25.205	71		

* $p < .01$

4.1.5 เมื่อนำเอาคะแนนปัญญาโดยแยกตามองค์ประกอบรายด้านของทั้ง 3 กลุ่มไปเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีของ Bonferoni พบว่า

กลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาด้าน A1 แตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

กลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาด้าน A2 แตกต่างจากกลุ่มแนวทอตเซอร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และแตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

และกลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาด้าน B1 แตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังรายละเอียดในตารางที่ 33

ตารางที่ 33 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ ด้าน A1 A2 และ B1 ด้วยวิธีของ Bonferroni

	Variable	M	SD	X1	X2	X3
ด้าน A1	กลุ่มโยนิโสมนสิการ (X1)	3.953	.509		~	X1>X3*
	กลุ่มแนวทรอดเซอร์ (X2)	3.761	.401			~
	กลุ่มควบคุม (X3)	3.536	.387			
ด้าน A2	กลุ่มโยนิโสมนสิการ (X1)	4.560	.332		X1>X2*	X1>X3**
	กลุ่มแนวทรอดเซอร์ (X2)	4.208	.414			~
	กลุ่มควบคุม (X3)	4.004	.406			
ด้าน B1	กลุ่มโยนิโสมนสิการ (X1)	3.332	.582		~	X1>X3*
	กลุ่มแนวทรอดเซอร์ (X2)	3.140	.520			~
	กลุ่มควบคุม (X3)	2.879	.375			

* $p < .01$, ** $p < .001$

สรุปได้ว่า กลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาด้าน A1 ด้าน A2 และ ด้าน B1 หลังการทดลองแตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และกลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาด้าน A2 หลังการทดลองแตกต่างกลุ่มแนวทรอดเซอร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

การวิเคราะห์ค่าสถิติจากค่าคะแนนปัญญาในแต่ละด้าน แสดงว่า กลุ่มโยนิโสมนสิการทำให้ค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาในด้านความเข้าใจว่าชีวิตคือความพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ และมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม (A1) ด้านภาวะจิตใจที่เกิดขึ้นเมื่อเข้าใจความสัมพันธ์เชื่อมโยง คือ ความสำนึกขอบคุณ ความกตัญญูกับเหตุปัจจัยต่างๆในที่เอื้อเพื่อเกื้อกูลชีวิต (A2) และด้านการยอมรับความเปลี่ยนแปลง แม้ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจะไม่น่าปรารถนาก็มองและพิจารณาตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้น ไม่มองตามความปรารถนา ความต้องการของตน (B1) สูงขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จึงกล่าวได้ว่ากลุ่มโยนิโสมนสิการทำให้ค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาสูงขึ้นทั้ง 2 มิติ หลังการทดลอง

ข้อค้นพบนี้เป็นข้อค้นพบที่น่าสนใจมาก เพราะแสดงว่าแม้ค่าคะแนนรวมเฉลี่ยของปัญญาของกลุ่มโยนิโสมนสิการไม่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับค่าคะแนนของกลุ่มแนวทรอดเซอร์ แต่เมื่อวิเคราะห์รายด้านแล้ว ยังมีความแตกต่างอยู่ในส่วนรายละเอียดซึ่งปรากฏใน

ด้าน A1 ด้าน A2 และ B1 ซึ่งแสดงว่าปัจจัยของโยนิโสมนสิการและกัลยาณมิตรบางระดับ ส่งผลให้เกิดการเพิ่มขึ้นของปัญญาใน 3 ด้านของสมาชิก ซึ่งกลุ่มแนวทอตเซอร์ไม่สามารถทำให้เกิดขึ้นได้ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพต่อไปในตอนที 5 จะเสริมให้เห็นข้อค้นพบนี้ชัดเจนมากขึ้น

4.2 เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างของการทดลองครั้งนี้มี 3 รุ่น และช่วงเวลาในการจัดกลุ่มทดลองไม่พร้อมกัน พื้นฐานความรู้เดิมของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกัน

จากลักษณะของกลุ่มตัวอย่างในการทดลองทั้ง 3 รุ่น จะเห็นว่า

- กลุ่มตัวอย่างรุ่นที่ 1 ประกอบด้วยนักศึกษาจาก 2 สาขาวิชา คือ ปฐมวัย และ การศึกษาพิเศษ
- กลุ่มตัวอย่างรุ่นที่ 2 ประกอบด้วยนักศึกษาสาขาคณิตศาสตร์
- กลุ่มตัวอย่างรุ่นที่ 3 ประกอบด้วยนักศึกษาสาขาการจัดการทั่วไป

จากข้อมูลกลุ่มตัวอย่างในการทดลองรุ่นที่ 1-3 ซึ่งสาขาวิชาแตกต่างกัน จึงมีคำถามว่า สาขาวิชาอาจทำให้เกิดความแตกต่างของคะแนนปัญญาก่อน-หลังได้ ผู้วิจัยจึงนำค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาก่อนการทดลองของกลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทอตเซอร์ และกลุ่มควบคุมในรุ่นที่ 1-3 มาวิเคราะห์เพิ่มเติมเพื่อตรวจสอบ

วิธีการวิเคราะห์แบ่งเป็น 3 ส่วนดังนี้

- 4.2.1 การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาก่อนการทดลองระหว่างรุ่นที่ 1-3 โดยใช้สัญลักษณ์แทนรุ่นที่ 1 = MIX รุ่นที่ 2 = MATH และรุ่นที่ 3 = MANAGE เมื่อพบความแตกต่างระหว่างรุ่น จะนำไปวิเคราะห์ในข้อที่ 4.2.2-4.2.3 ต่อไป
- 4.2.2 การวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาก่อนการทดลองระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่ต่างกันโดยรุ่นและแตกต่างกันด้วยกลุ่มที่เข้าร่วม (Treatment) โดยนำมาวิเคราะห์ด้วย Twoway-ANOVA ต่อไป
- 4.2.3 การวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาหลังการทดลองระหว่างกลุ่มตัวอย่างที่ต่างกันโดยรุ่นและแตกต่างกันด้วย Treatment ที่ได้รับ โดยนำมาวิเคราะห์ด้วย Twoway-ANOVA

ตารางที่ 34 แสดงค่าเฉลี่ยก่อนการทดลอง ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนปัญญาจำแนกตามรุ่น

รุ่น	n	M	SD
MIX	25	238.64	28.851
MATH	24	254.29	20.161
MANAGE	23	234.83	20.509

หมายเหตุ Levene Statistic = 1.474 ; df 2, 69 Sig. = 0.236

จากค่า Levene Statistic พบว่า ความแปรปรวนระหว่างกลุ่มไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงสามารถนำไปวิเคราะห์ความแปรปรวนได้

ตารางที่ 35 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาก่อนการทดลอง เมื่อจำแนกตามรุ่น

	SS	df	MS	F
Between Groups	5062.588	2	2531.294	4.527*
Within Groups	38580.023	69	559.131	
Total	43642.611	71		

* $p < .01$

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนปัญญาก่อนการทดลองในแต่ละรุ่น จะเห็นได้ว่า มีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาของประชากรอย่างน้อย 1 รุ่นที่แตกต่างจากรุ่นอื่น

เมื่อนำเอาค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาที่ทำการวัดก่อนการทดลองของทั้ง 3 รุ่นไปเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีของ Bonferroni พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาในรุ่นที่ 2 แตกต่างจากรุ่นที่ 3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังรายละเอียดในตารางที่ 36

ตารางที่ 36 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีของ Bonferroni

Variable	M	X1	X2	X3
MIX (X1)	272.20		~	~
MATH (X2)	256.50			X2>X3*
MANAGE (X3)	241.83			

* $p < .05$

เมื่อพบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาระหว่างรุ่น ซึ่งพบว่า รุ่นที่ 2 มีค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาแตกต่างจากรุ่นที่ 3 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นถึงสาขาวิชาพื้นฐานความรู้เดิมของกลุ่มตัวอย่างก่อนการทดลองมีผลต่อคะแนนปัญญา จากนั้นจึงนำไปวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาก่อนการทดลองระหว่างรุ่น และกลุ่ม ด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางต่อไป

ตารางที่ 37 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนปัญญาก่อนการทดลอง จำแนกตามกลุ่มและรุ่น

กลุ่ม/ รุ่น	n	M	SD
โยนิโสมนสิการ	MIX	9	254.89
	MATH	8	250.50
	MANAGE	8	220.88
แนวทอตเซอร์	MIX	8	221.88
	MATH	8	258.88
	MANAGE	8	248.75
ควบคุม	MIX	8	237.13
	MATH	8	253.50
	MANAGE	7	234.86

จากค่า Levene Statistic พบว่า ความแปรปรวนระหว่างกลุ่มไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงสามารถนำไปวิเคราะห์ความแปรปรวนต่อไป

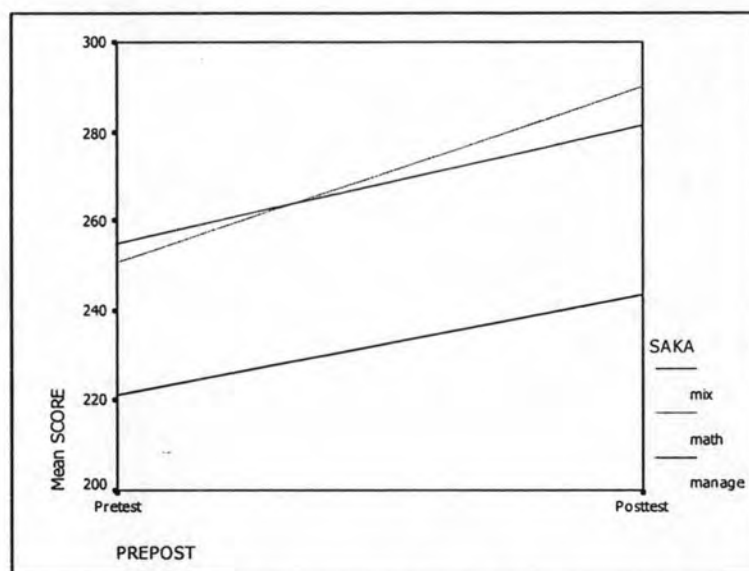
ตารางที่ 38 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาก่อนการทดลองเมื่อจำแนกตามกลุ่มและรุ่น

Source	SS	df	MS	F	Levene's F Test
กลุ่ม	23.958	2	11.979	.025	
รุ่น	5198.237	2	2599.118	5.362*	
กลุ่ม*รุ่น	8015.970	4	2003.992	4.134*	
ความคลาดเคลื่อน	30540.74	63	484.774		0.604

* $p < .01$

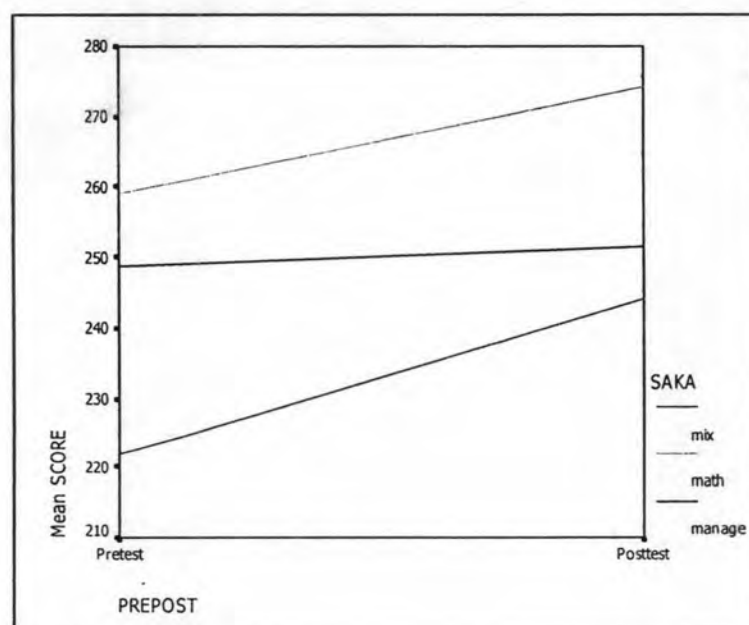
จากตารางที่ 38 แสดงผลวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางระหว่างกลุ่มกับรุ่น พบว่ามีปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรกลุ่มและรุ่นที่มีผลต่อค่าเฉลี่ยคะแนนปัญหา ซึ่งปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นโดยภาพที่แสดงต่อไปนี้จะแสดงค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญหาก่อนทดลอง-หลังทดลองในแต่ละกลุ่มโดยจำแนกตามรุ่นดังภาพต่อไปนี้

กลุ่มโยนิโสมนสิการ



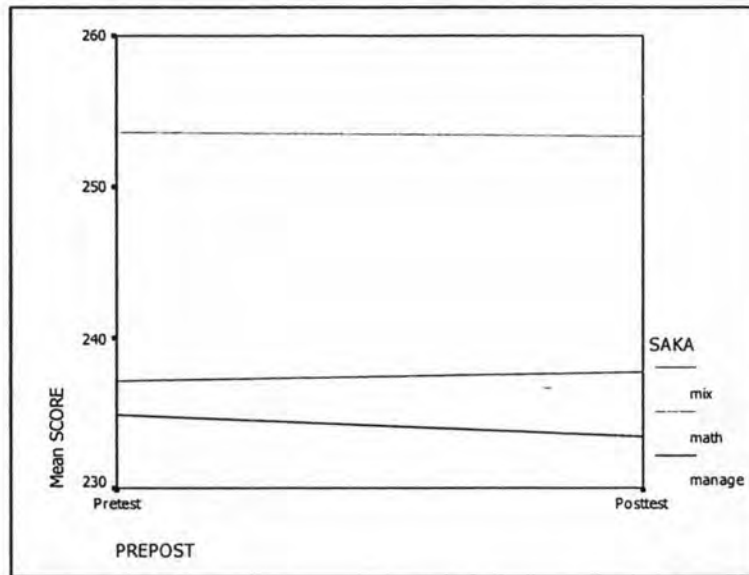
ภาพที่ 4 แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนปัญหาก่อน-หลังการเข้ากลุ่มโยนิโสมนสิการแยกตามรุ่น

กลุ่มแนวทรอดเซอร์



ภาพที่ 5 แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนปัญหาก่อน-หลังการเข้ากลุ่มแนวทรอดเซอร์แยกตามรุ่น

กลุ่มควบคุม



ภาพที่ 6 แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาก่อน-หลังการเข้ากลุ่มควบคุมแยกตามรุ่น

จากตารางที่ 38 พบว่ากลุ่มและรุ่นมีปฏิสัมพันธ์กัน โดยพบว่า รุ่นที่ 1 ก่อนการทดลอง กลุ่มตัวอย่างในกลุ่มโยนิโสมนสิการมีคะแนนปัญญาสูงสุด รุ่นที่ 2 และ รุ่นที่ 3 กลุ่มตัวอย่างในกลุ่มแนวทอตเซอร์มีปัญญาสูงสุด

ก่อนการทดลอง รุ่นที่ 1 และ 2 มีค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาโดยเฉลี่ยในกลุ่มโยนิโสมนสิการสูงกว่ากลุ่มแนวทอตเซอร์ และกลุ่มควบคุม ขณะที่ รุ่นที่ 3 ค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาโดยเฉลี่ยในกลุ่มแนวทอตเซอร์มีค่าเฉลี่ยสูงกว่ากลุ่มโยนิโสมนสิการและกลุ่มควบคุม เมื่อพิจารณาโดยภาพรวมจะเห็นว่ากลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาสูงกว่ากลุ่มแนวทอตเซอร์และกลุ่มควบคุม

นอกจากนี้ การจากการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาก่อนการทดลองเมื่อแยกตามกลุ่มพบว่า ก่อนการทดลองแต่ละกลุ่มมีค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่าในการทดลองครั้งนี้สามารถจัดกลุ่มเข้ารับการทดลองได้อย่างเท่าเทียมกันและค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาแต่ละกลุ่มไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากนั้นจึงนำไปวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนปัญญาหลังการทดลองระหว่างรุ่น และกลุ่มต่อไป

ตารางที่ 39 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนปัญหาหลังการทดลองจำแนกตามกลุ่มและรุ่น

กลุ่ม/ รุ่น	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
โยนิโสมนสิการ	MIX	9	281.67	29.879
	MATH	8	290.13	28.498
	MANAGE	8	243.62	31.604
แนวทรอดเซอร์	MIX	8	244.00	34.318
	MATH	8	274.00	22.703
	MANAGE	8	251.50	17.976
ควบคุม	MIX	8	237.75	17.934
	MATH	8	253.25	23.584
	MANAGE	7	233.43	11.148

จากค่า Levene Statistic พบว่า ความแปรปรวนระหว่างกลุ่มไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงสามารถนำไปวิเคราะห์ความแปรปรวนต่อไป

ตารางที่ 40 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทางของค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญหาหลังการทดลองเมื่อจำแนกตามกลุ่มและรุ่น

Source	SS	df	MS	F	Levene's F Test
กลุ่ม	10990.055	2	5495.028	8.480*	
รุ่น	10476.810	2	5238.405	8.084*	
กลุ่ม*รุ่น	4870.502	4	1217.625	1.879	
ความคลาดเคลื่อน	40823.46	63	647.991		0.450

* $p < .001$

จากการวิเคราะห์ปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรกลุ่มและรุ่นที่มีผลต่อคะแนนปัญหาหลังการทดลองไม่พบว่า ตัวแปรกลุ่มกับรุ่นมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สำหรับการวิเคราะห์อิทธิพลของกลุ่มที่มีต่อคะแนนปัญหาหลังการทดลอง พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่เข้ากลุ่มต่างกันอย่างน้อย 1 กลุ่มมีคะแนนปัญหาหลังการทดลองแตกต่างจากกลุ่มอื่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

และการวิเคราะห์อิทธิพลของกลุ่มที่มีต่อคะแนนปัญหาหลังการทดลอง พบว่า รุ่นหรือสาขาวิชาที่ต่างกันอย่างน้อย 1 รุ่นมีคะแนนปัญหาหลังการทดลองแตกต่างจากกลุ่มอื่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

เมื่อนำมาวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยรายคู่ ได้ผลการวิเคราะห์ดังนี้

ตารางที่ 41 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ของคะแนนปัญหาหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกลุ่มต่างกันด้วยวิธีของ Bonferroni

Variable	M	X1	X2	X3
กลุ่มโยนิโสมนสิการ (X1)	272.20		~	X1>X3*
กลุ่มแนวทอตเซอร์ (X2)	256.50			~
กลุ่มควบคุม (X3)	241.83			

* $p < .001$

จากการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีของ Bonferroni พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญหาในกลุ่มโยนิโสมนสิการแตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตารางที่ 42 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ของคะแนนปัญหาหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่างที่มีรุ่นต่างกันด้วยวิธีของ Bonferroni

Variable	M	X1	X2	X3
MIX (X1)	272.20		~	~
MATH (X2)	256.50			X2>X3*
MANAGE (X3)	241.83			

* $p < .001$

จากการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ด้วยวิธีของ Bonferroni พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญหาในรุ่นที่ 1 แตกต่างจากรุ่นที่ 3 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

เมื่อตรวจสอบค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญหาหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่างที่แจกแจงตามรุ่นและการเข้ากลุ่มที่ต่างกัน แสดงดังภาพที่ 4-6

จากภาพที่ 4-6 พบว่า หลังการทดลอง กลุ่มโยนิโสมนสิการสามารถทำให้ปัญหาสูงขึ้นอย่างชัดเจนในรุ่นที่ 1 และรุ่น 2 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง สาขาปฐมวัย/ การศึกษาพิเศษ (รุ่นที่ 1) และ สาขาคณิตศาสตร์ (รุ่นที่ 2)

ขณะที่กลุ่มแนวทรอดเซอร์ทำให้ รุ่นที่ 1 และ รุ่นที่ 2 มีคะแนนปัญญาเพิ่มขึ้นเล็กน้อย ขณะที่รุ่นที่ 3 มีคะแนนปัญญาลดลงกว่าก่อนการทดลอง

สำหรับหลังการทดลองกลุ่มควบคุมทำให้ รุ่นที่ 1-3 มีคะแนนปัญญาลดลงหรือประมาณเท่าเดิม

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพนี้เป็นการนำเสนอการวิเคราะห์ข้อมูลจากการติดตามผล (Follow up) ระหว่าง 3-4 สัปดาห์หลังสิ้นสุดการทดลอง โดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth interview) กับสมาชิกที่มีคะแนน Post-test สูงสุดหรือผู้ที่ได้คะแนนรองลงมาในกรณีที่ผู้วิจัยต้องการข้อมูลเพิ่มเติม โดยได้ผู้ให้ข้อมูลทั้งหมด 13 คน แบ่งเป็นผู้ให้ข้อมูลจากกลุ่มโยนิโสมนสิการ 5 คน กลุ่มแนวทรอดเซอร์ 4 คน และกลุ่มควบคุม 4 คน

ในการยืนยันความน่าเชื่อถือของข้อมูลผู้วิจัยได้ใช้วิธีตรวจสอบ 3 ขั้นตอน

1. ตรวจสอบโดยผู้ที่จบปริญญาเอก สาขาจิตวิทยาการปรึกษา 1 คน และมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการปรึกษา 2 คน อ่าน (Peer Debriefing) บทสนทนาที่เป็นตัวอักษร (Script) และทำการถอดรหัสข้อความ (Coding) และนำมาพิจารณาเปรียบเทียบความสอดคล้องของจากการถอดรหัสข้อมูล
2. หลังจากนั้นผู้วิจัยนำความเห็นของผู้ที่มีความเชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่านมาสังเคราะห์ และผู้วิจัยได้พิจารณาความสอดคล้องและสรุปประเด็น
3. นำประเด็นที่ได้จากการสังเคราะห์กลับไปให้สมาชิกตรวจสอบประเด็นที่ได้นั้นอีกครั้งเพื่อเป็นการยืนยันข้อมูลจากสมาชิก

ตารางที่ 43 แสดงประเด็นประสบการณ์ที่สมาชิกรายงานหลังเข้าร่วมการทดลอง

กลุ่มโยนิโสมนสิการ	กลุ่มแนวทรอดเซอร์	กลุ่มควบคุม
1. การเพิ่มสัมพันธภาพและความเข้าใจเพื่อน	1. การเพิ่มสัมพันธภาพและความเข้าใจเพื่อน	1. การเพิ่มสัมพันธภาพและความคุ้นเคยกับเพื่อน
2. ความประทับใจและบรรยากาศ	2. ความประทับใจและบรรยากาศ	2. ความประทับใจและบรรยากาศ
3. ความภาคภูมิใจและการเห็นคุณค่าในตนเอง	3. ความภาคภูมิใจและการเห็นคุณค่าในตนเอง	3. ความมั่นใจและการเห็นคุณค่าในตนเอง
4. กำลังใจที่ได้รับจากเพื่อนและกลุ่ม	4. กำลังใจที่ได้รับจากเพื่อนและกลุ่ม	-
5. การเรียนรู้ชีวิตจากประสบการณ์เพื่อน	5. การเรียนรู้ชีวิตจากประสบการณ์เพื่อน	4. การเรียนรู้จากกิจกรรม
6. ความแน่นแฟ้นเป็นเนื้อเดียวกันในกลุ่ม	6. ความแน่นแฟ้นเป็นเนื้อเดียวกันในกลุ่ม	-
7. การช่วยเหลือการแก้ปัญหาในกลุ่ม	7. การช่วยเหลือการแก้ปัญหาในกลุ่ม	5. การได้แสดงความคิดเห็นหรือช่วยเหลือกันในกลุ่ม
8. การได้รับการแก้ปัญหาของตนเอง	8. การได้รับการแก้ปัญหาของตนเอง	6. การได้รับการแก้ปัญหาของตนเองในกลุ่ม
9. การเห็นคุณค่าของสรรพสิ่งที่เกี่ยวข้องกับชีวิตตนเอง	-	-
10. ความสำนึก ขอบคุณ กตัญญูต่อครอบครัว	-	-
11. การตระหนักในการกระทำของตนเอง	9. การตระหนักในการกระทำของตนเอง	7. การเปลี่ยนแปลงตนเอง
12. การยอมรับกับความเปลี่ยนแปลง	10. การยอมรับกับความเปลี่ยนแปลง	-
13. ความสามารถเผชิญกับความเปลี่ยนแปลง	-	-
14. การมีหลักและทิศทางในการดำเนินชีวิต	11. การมีหลักและทิศทางในการดำเนินชีวิต	8. การได้รับประโยชน์จากกิจกรรม
15. การนำหลักธรรม ความเข้าใจชีวิตไปปฏิบัติหลังการเข้ากลุ่ม	-	-
16. ผู้นำกลุ่มในฐานะกัลยาณมิตร	12. ผู้นำกลุ่มในฐานะกัลยาณมิตร	9. ผู้นำกลุ่มกิจกรรม
17. ความสบายใจ ปลอดภัย ใจ อุ่นใจ	13. ความสบายใจ ปลอดภัย ใจ อุ่นใจ	-
18. ความผ่อนคลาย สบายกาย	14. ความผ่อนคลาย สบายกาย	10. ความผ่อนคลาย สบายกาย

การวิเคราะห์เปรียบเทียบเนื้อหาประสบการณ์ที่ได้มาจากประสบการณ์พบว่า มีความแตกต่างกันในเนื้อหาและสาระที่น่าสนใจอยู่มาก การวิเคราะห์เชิงลึกพบว่า สมาชิกกลุ่มโยนิโสมนสิการจะมีเนื้อหาประสบการณ์ถึง 18 ประเด็น กลุ่มแนวทอตเซอร์มีทั้งหมด 14 ประเด็น และกลุ่มควบคุมมีทั้งหมด 10 ประเด็น

การพิจารณาพบว่าเนื้อหาประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในกลุ่มโยนิโสมนสิการ มีความแตกต่างกับกลุ่มแนวทอตเซอร์ 4 ประเด็น และแตกต่างจากกลุ่มควบคุม 8 ประเด็น ดังแสดงในภาพที่ 7



ภาพที่ 7 แสดงเนื้อหาที่ประสบการณ์ภายหลังการเข้ากลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทอตเซอร์ และกลุ่มควบคุม

ความแตกต่างเชิงคุณภาพระหว่างกลุ่มโยนิโสมนสิการ กลุ่มแนวทอตเซอร์ และกลุ่มควบคุม

จากตาราง ที่ 43 เมื่อพิจารณาความแตกต่างกันเชิงคุณภาพ และเมื่อวิเคราะห์กันเชิงเปรียบเทียบแล้ว พบว่า เนื้อหาประสบการณ์ของสมาชิกนั้น สมาชิกกลุ่มโยนิโสมนสิการได้สัมผัสกับเนื้อหาที่ประสบการณ์ภายในใจมากกว่าอีกสองกลุ่ม ถึง 4 ประเด็นที่น่าสนใจคือ

1. เนื้อหาประสบการณ์ของการเห็นคุณค่าของสรรพสิ่งที่เกี่ยวข้องกับชีวิตตนเอง
2. เนื้อหาประสบการณ์ของความสำนึก ขอบคุณ กตัญญูต่อครอบครัว
3. เนื้อหาประสบการณ์ของความสามารถเผชิญกับความเปลี่ยนแปลง และ
4. เนื้อหาประสบการณ์ของการนำหลักธรรม ความเข้าใจชีวิตไปปฏิบัติหลังการเข้ากลุ่ม

เนื้อหาประสบการณ์ของทั้ง 4 ประเด็นเมื่อพิจารณาแล้วสอดคล้องกับหลักธรรมที่ได้แทรกอยู่ในกระบวนการในกลุ่มโยนิโสมนสิการ คือ หลักอทิปปัจจยตาและหลักไตรลักษณ์

เมื่อพิจารณาเนื้อหาประสบการณ์ทั้ง 18 ประเด็นของกลุ่มโยนิโสมนสิการ (ดังตารางที่ 44) เทียบกับองค์ประกอบรายด้านของปัญญา สอดคล้องและแสดงถึงภาวะปัญญาในด้านต่างๆดังนี้

ตารางที่ 44 การเปรียบเทียบเนื้อหาประสบการณ์กับองค์ประกอบรายด้านของปัญญา

องค์ประกอบรายด้าน	เนื้อหาประสบการณ์
ด้านความเข้าใจว่าชีวิตคือความพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ และมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม (A1)	ข้อ2 ความประทับใจและบรรยากาศ ข้อ3 ความภาคภูมิใจและการ เห็นคุณค่าในตนเอง ข้อ5 การเรียนรู้ชีวิตจากประสบการณ์เพื่อน ข้อ6 ความแน่นแฟ้นเป็นเนื้อเดียวกันในกลุ่ม ข้อ9 การเห็นคุณค่าของสรรพสิ่งที่เกี่ยวข้องกับชีวิตตนเอง ข้อ14 การมีหลักและทิศทางในการดำเนินชีวิต ข้อ15 การนำหลักธรรม ความเข้าใจชีวิตไปปฏิบัติหลังการเข้ากลุ่ม ข้อ16 ผู้นำกลุ่มในฐานะกัลยาณมิตร ข้อ17 ความสบายใจ ปลอดภัยโปร่งโล่งใจ อบอุ่นใจ ข้อ18 ความผ่อนคลาย สบายกาย
ด้านภาวะจิตใจที่เกิดขึ้นเมื่อเข้าใจความสัมพันธ์เชื่อมโยง คือ ความสำนึกขอบคุณ ความกตัญญูกับเหตุปัจจัยต่างๆในที่เอื้อเพื่อเกื้อกูลชีวิต (A2)	ข้อ1 การเพิ่มสัมพันธภาพและความเข้าใจเพื่อน ข้อ2 ความประทับใจและบรรยากาศ ข้อ3 ความภาคภูมิใจและการเห็นคุณค่าในตนเอง ข้อ4 กำลังใจที่ได้รับจากเพื่อนและกลุ่ม ข้อ5 การเรียนรู้ชีวิตจากประสบการณ์เพื่อน ข้อ6 ความแน่นแฟ้นเป็นเนื้อเดียวกันในกลุ่ม ข้อ10 ความสำนึก ขอบคุณ กตัญญูต่อครอบครัว ข้อ16 ผู้นำกลุ่มในฐานะกัลยาณมิตร ข้อ17 ความสบายใจ ปลอดภัยโปร่งโล่งใจ อบอุ่นใจ ข้อ18 ความผ่อนคลาย สบายกาย
ด้านการตระหนักถึงการกระทำของตนเองที่ส่งผลเชื่อมโยงกับสรรพสิ่งรอบตัว (A3)	ข้อ1 การเพิ่มสัมพันธภาพและความเข้าใจเพื่อน ข้อ3 ความภาคภูมิใจและการ เห็นคุณค่าในตนเอง ข้อ8 การได้รับการแก้ปัญหาของตนเอง ข้อ11 การตระหนักในการกระทำของตนเอง ข้อ14 การมีหลักและทิศทางในการดำเนินชีวิต ข้อ15 การนำหลักธรรม ความเข้าใจชีวิตไปปฏิบัติหลังการเข้ากลุ่ม

องค์ประกอบรายด้าน	เนื้อหาประสบการณ์
<p>ด้านการยอมรับความเปลี่ยนแปลง แม้ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจะไม่น่าปรารถนาก็มองและพิจารณาตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้น ไม่มองตามความปรารถนา ความต้องการของตน (B1)</p>	<p>ข้อ7 การช่วยเหลือการแก้ปัญหาในกลุ่ม ข้อ8 การได้รับการแก้ปัญหาของตนเอง ข้อ12 การยอมรับกับความเปลี่ยนแปลง ข้อ14 การมีหลักและทิศทางในการดำเนินชีวิต ข้อ15 การนำหลักธรรม ความเข้าใจชีวิตไปปฏิบัติหลังการเข้ากลุ่ม ข้อ17 ความสบายใจ ปลอดภัย ใจ อุ่นใจ ข้อ18 ความผ่อนคลาย สบายกาย</p>
<p>ด้านความสามารถแก้ไขและปฏิบัติภาระหน้าที่ตามความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น โดยสอดคล้องกับความเป็นจริงของธรรมชาติ และเกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น (B2)</p>	<p>ข้อ7 การช่วยเหลือการแก้ปัญหาในกลุ่ม ข้อ8 การได้รับการแก้ปัญหาของตนเอง ข้อ13 ความสามารถเผชิญกับความเปลี่ยนแปลง ข้อ14 การมีหลักและทิศทางในการดำเนินชีวิต ข้อ15 การนำหลักธรรม ความเข้าใจชีวิตไปปฏิบัติหลังการเข้ากลุ่ม ข้อ17 ความสบายใจ ปลอดภัย ใจ อุ่นใจ ข้อ18 ความผ่อนคลาย สบายกาย</p>

ตารางที่ 44 แสดงการเทียบเนื้อหาประสบการณ์ของสมาชิกกับองค์ประกอบของปัญหา เนื้อหาประสบการณ์แต่ละประเด็น อาจแสดงถึงภาวะปัญหาได้หลายด้าน

ตัวอย่าง เช่น เนื้อหาประสบการณ์ข้อที่ 3 ด้านความภาคภูมิใจและการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งปรากฏอยู่ในด้าน A1 A2 และ A3 ซึ่งอธิบายได้ว่าเมื่อสมาชิกรู้สึกภาคภูมิใจในกระทำของตนเอง นั้นแสดงถึงภาวะจิตใจที่สมาชิกเกิดความสำนึกและใส่ใจว่าการกระทำที่ติงามของตนส่งผลต่อผู้คนรอบข้าง และเบื้องลึกที่สมาชิกมีกำลังใจและความมุ่งมั่นกระทำจนประสบผลสำเร็จในเรื่องใดๆ ย่อมแสดงให้เห็นว่า สมาชิกมีความสำนึกในผู้ที่ตนรัก กตัญญูต่อผู้มีพระคุณ เมื่อกลุ่มได้รับรู้ประสบการณ์หรือเรื่องที่เล่า จึงมีส่วนให้เพื่อนสมาชิกได้ขยายมุมมองและเปิดประสบการณ์ และสมาชิกได้เรียนรู้ชีวิตผ่านกันและกัน และได้เป็นบทเรียนแห่งชีวิตที่อาศัยประสบการณ์ของทุกคนเป็นตำรา การที่สมาชิกในกลุ่มได้แสดงความรู้สึกต่อกันอย่างใกล้ชิด เปิดเผย แบ่งปัน ความเข้าใจให้กันโดยตรงกับความรู้สึก สมาชิกจะเกิดความรู้สึกมีส่วนร่วมในเรื่องราวกันและกัน และรู้สึกว่าเพื่อนเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตของตนเองมากขึ้น ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและเห็นคุณค่าความสำคัญในเพื่อนจึงเกิดขึ้นไปด้วยกัน ความรู้สึกภาคภูมิใจและ

เห็นคุณค่าในตนเองนั้นเป็นความเข้าใจถึงการพึ่งพาอาศัยกันและกันระหว่างตัวเรากับทุกสิ่ง การตระหนักในการกระทำของตนเอง อย่างสำนึกถึงผู้คนที่ได้รับผลกระทบ

เนื้อหาประสบการณ์แต่ละด้าน จึงมีความทับซ้อนกันและแผ่ไปถึงภาวะจิตใจแง่มุมอื่นด้วย

การเทียบองค์ประกอบรายด้านกับประสบการณ์ของสมาชิก

ผู้วิจัยได้นำเนื้อหาประสบการณ์ทั้ง 18 ประเด็นที่เกิดกับสมาชิกในกลุ่มโยนิโสมนสิการ มาวิเคราะห์เข้ากับตารางการจัดองค์ประกอบของข้อกระทงในแบบวัดปัญญาชุด 74 ข้อ เพื่อแสดงให้เห็นถึงความสอดคล้องของเนื้อหาประสบการณ์ที่สมาชิกได้รับ กับนิยามและสภาวะของปัญญา ซึ่งผู้วิจัยแสดงองค์ประกอบรายด้านของปัญญาเทียบกับประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจริงกับสมาชิก ดังนี้

1. ด้านความเข้าใจว่าชีวิตคือความพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันระหว่างมนุษย์กับมนุษย์ และมนุษย์กับสิ่งแวดล้อม (A1) แบ่งเป็นรายด้านดังนี้

- 1.1 การเห็นคุณค่าของสรรพสิ่งที่เกื้อกูลในชีวิต คือ สมาชิกเริ่มเห็นคุณค่าและพิจารณาปัจจัยต่างๆที่มีส่วนในชีวิตจนสามารถเข้าใจว่าตนเองอาศัยผู้คนและธรรมชาติรอบตัว ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

“ได้คิดถึงว่า เงินมันไม่ใช่ทุกอย่างในชีวิตเพราะว่าถ้าไม่มีธรรมชาติ ก็คือธรรมชาติมันสร้างชีวิตขึ้นมา อยู่ได้ไหมถ้าไม่มีธรรมชาติแล้วเงินก็เป็นสิ่งของธรรมดาในชีวิต” (Yo17, สัมภาษณ์เชิงลึก, 20 ธันวาคม 2550)

“คิดถึงว่าเออ เขาจะมีความทุกข์ใหม่ ถ้าเกิดเงินเขาหาย ก็เหมือนเรา ถ้าเกิดเราเงินหาย เราก็ทุกข์ ถ้าเขาเอามาคืน เราก็ดีใจ ถ้าเราเอาไปคืนเขา เขาก็ดีใจเหมือนกัน คิดถึงของคนที่เขาหาย” (Yo22, สัมภาษณ์เชิงลึก, 19 ธันวาคม 2550)

- 1.2 การไม่เข้าใจว่าชีวิตคือการพึ่งพาอาศัยกัน คือ ความคิดแบบแยกส่วน ไม่สามารถเห็นความพึ่งพาอาศัยของทุกสิ่ง เมื่อสมาชิกไม่เข้าใจก็จะไม่เห็นชีวิตของตนเองต้องพึ่งพาอาศัยใคร และไม่เห็นว่าผู้คนรอบข้างก็ต้องพึ่งพาอาศัยจากตัวเรา ทำให้สมาชิกละเลย เทิกเฉยต่อสรรพสิ่งในชีวิต ในขณะที่เมื่อสมาชิกเข้าใจการพึ่งพาอาศัยเขาจะใส่ใจ สนใจ และเข้าใจว่าตนเองและผู้อื่นล้วนต้องพึ่งพาอาศัยกันและกัน ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

“ก็คือพวกสิ่งแวดลอม ต้นไม้...ที่อยู่รอบๆ ตัวเราที่เราอาจจะทำลายโดยไม่ได้ตั้งใจ มันอาจจะส่งผลกระทบมาก ก็คือใช้พวกทรัพยากรสิ้นเปลือง...มันก็ทำมาจากต้นไม้...ก็แต่ก่อนเวลาน้ำอย่างนี้ก็ไม่ค่อยสนใจ แต่พอได้ฟังก็เห็นคุณค่าของน้ำมากขึ้นครับ เวลาจะทำธุระอะไรในห้องน้ำ ก็จะต้องดูน้ำ...อย่างเข้าห้องในมหาวิทยาลัยก็จะดูว่าน้ำมีลิ้มเปิดทิ้งไว้ไหม”
(Yo17, สัมภาษณ์เชิงลึก, 20 ธันวาคม 2550)

- 1.3 ความเข้าใจว่าผู้คนรอบข้างมีส่วนในชีวิตของเรา คือ สมาชิกเข้าใจว่าชีวิตของตัวเองมีผู้คนที่เกื้อกูลและมีส่วนในความเป็นตัวเรา มิใช่มาจากตนเองเพียงส่วนเดียว ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

“ผมรู้สึกที่เราได้ความรู้จากเพื่อนๆ ได้แลกเปลี่ยนกับเพื่อนๆ บางเรื่องผมก็ได้เป็นตัวอย่งให้เพื่อนนำไปใช้ ทำให้เรารู้ว่าเรามีแรงคิดดีๆ หรือว่าเรามีข้อเตือนใจเรา ว่าเราควรทำหรือไม่ควรทำ แล้วก็ได้แบบอย่ง ได้ความคิดดีๆ ได้ความรู้สึกดีๆ แล้วก็ได้ครุตันแบบอย่งพีเพียร์ช” (Yo22, สัมภาษณ์เชิงลึก, 19 ธันวาคม 2550)

“เหมือนเข้าใจกันมากขึ้น เหมือนกับอย่งแม่หนู เหมือนเข้าใจขึ้นนะ เข้าใจว่ามนุษย์เราต้องเป็นแบบนี้ ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไปโดยธรรมชาติ เพราะว่า เหมือนกับพีเพียร์ชบอกว่า ตื่นเข้ามาธรรมชาติของเราเป็นยังงัพีเพียร์ชก็จะบอก ตื่นมาแล้วก็มองเห็นต้นไม้ ต้นไม้มันเป็นยังงั มันก็เหมือนให้เรามองเป็นธรรมชาตินะคะ ไม่ใช่ให้มองทุกสิ่งทุกอย่างเหมือนวัตถุ ทำให้เราเหมือนเข้าไปในธรรมชาติ” (Yo10, สัมภาษณ์เชิงลึก, 18 ธันวาคม 2550)

- 1.4 ผลของความเข้าใจความเชื่อมโยงในชีวิตของตน คือ เมื่อสมาชิกเข้าใจว่ามีชีวิตคือความสัมพันธ์เชื่อมโยงตัวเรากับผู้อื่น ก็จะส่งผลต่อการเกี่ยวข้องสัมพันธ์ และมองผู้คนรอบข้างอย่งไม่แบ่งแยกจากชีวิตตน ดังนั้นสมาชิกจะเห็นความเชื่อมโยงว่าชีวิตของผู้คนที่พบล้นมีส่วนแต่เต็มในชีวิตของตัวเอง สมาชิกก็เริ่มขยายการมองชีวิตในมุมที่กว้างขึ้น ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

“ก็จากที่ไม่ได้เข้ากลุ่มเราก็จะมองทุกคนว่า เหมือนคนธรรมดา แต่พอมาเข้ากลุ่มแล้วทำให้เรารู้ว่า การที่เราเห็นว่าเขาธรรมดาบางทีเขาอาจมีเบื้องหลังที่ไม่ธรรมดาก็ได้ อย่งเพื่อนหนูไซใหม่คะ จากที่มองเหมือนกับ

เขาไม่มีปัญหา...แต่พอได้เข้ากลุ่มบีบ ทำไมเขามีปัญหามากขนาดนี้ แต่เขาก็ผ่านมาได้ ก็ทำให้เราแบบมองทุกคนว่า เขามีอะไรหลายอย่างที่เรารู้...ต่อไปก็จะมองเขาลึกขึ้น" (Y010, สัมภาษณ์เชิงลึก, 18 ธันวาคม 2550)

2. ด้านภาวะจิตใจที่เกิดขึ้นเมื่อเข้าใจความสัมพันธ์เชื่อมโยง คือ ความสำนึกขอบคุณ ความกตัญญูกับเหตุปัจจัยต่างๆในที่เชื้อเพื่อเกื้อกูลชีวิต (A2)

2.1 ความสำนึกขอบคุณผู้คนและสรรพสิ่ง คือ เมื่อสมาชิกเห็นความเกี่ยวข้องสัมพันธ์ในชีวิตก็จะเกิดความอ่อนโยนในจิตใจ เกิดความสำนึกขอบคุณผู้คนและสรรพสิ่งที่มีส่วนเกื้อกูลในชีวิต ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

"ก็คือว่าเพื่อนมีปัญหา ยอมสละแม้ตัวเราจะเป็นยังไงก็ตาม เขายอมที่จะเสียสละแม้ตัวเองจะต้องยอมเจ็บ มีความอดทน กล้าตัดสินใจแบบเด็ดขาด" (Y05, สัมภาษณ์เชิงลึก, 3 ธันวาคม 2550)

"บางที่เราไม่รู้จะคะว่าสิ่งที่ที่เขาสอนนะมันส่งผลให้เรามาถึงตอนนี้ นี่ก็ไม่รู้เหมือนกันแต่ทุกสิ่งทุกอย่างเริ่มมองเหมือนธรรมชาติ คือทุกสิ่งทุกอย่างมันเป็นส่วนประกอบให้กับเรานะคะ เหมือนกับเราก็เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาติเหมือนครอบครัวเรานะ เหมือนเราก็เป็นส่วนหนึ่งในครอบครัวก็เหมือนกับมันเป็นธรรมชาติ ที่มันจะต้องมีการเลี้ยงดูมีการดูแล" (Y010, สัมภาษณ์เชิงลึก, 18 ธันวาคม 2550)

2.2 ความสำนึกกตัญญูต่อบุพการี คือ เมื่อสมาชิกใคร่ครวญถึงโยงโยในชีวิตของตนเองก็จะพบความจริงว่าตัวเราก็คือครอบครัว ทุกๆคนล้วนมีส่วนสร้างความเติบโตองงามให้แก่ตัวเรา การระลึกถึงผู้มีพระคุณในชีวิตเป็นรากฐานสำคัญให้สมาชิกได้ตระหนักถึงคุณค่าที่แท้จริงในชีวิต ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

"จากที่ไปเข้าค่ายก็ทำให้เราได้คิดถึงคนข้างหลัง คนข้างหลังเขายังคอยเราอยู่นะ เพื่อน น้ำ แพน หรือว่าปู่ย่าตายายที่อยู่ข้างหลังเรา...เขายังคอยเป็นห่วงเป็นใยเราอยู่นะ ถ้าเกิดเราทำอะไรไป เราก็ต้องคิดถึงคนข้างหลังบ้าง" (Yo22, สัมภาษณ์เชิงลึก, 19 ธันวาคม 2550)

"...ก็คือว่าพ่อแม่เหนียวครับต้องทำงานส่งเรา เราก็จะรู้สึกที่เราต้องตั้งใจเรียน เป็นคนดีด้วย" (Yo17, สัมภาษณ์เชิงลึก, 20 ธันวาคม 2550)

- 2.3 ความสำนึกกตัญญูต่อผู้คนที่เรารู้จักในชีวิต คือ การสำนึกถึงผู้มีพระคุณที่ขยายจากครอบครัวมาเป็นผู้คนที่มีส่วนอุปถัมภ์ในชีวิตของตน ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

“ก็คือหนูอยากขอบคุณพี่เพียร์ชนะคะ ว่าถ้าพี่เพียร์ไม่มาทำงานตรงนี้ หนูก็คงไม่มีโอกาสได้ไปร่วม ได้นึกถึงแนวทางในการดำเนินชีวิต ได้นึกถึงความรู้สึกเดิมๆ ความหลังที่เราเคยเป็นอยู่นะคะ...ก็ทำให้เรานำมาปรับปรุงในตัวของเราให้ดีขึ้นคะ” (Y021, สัมภาษณ์เชิงลึก, 18 ธันวาคม 2550)

“ก็ทำให้มีกำลังใจขึ้น พอนึกถึงเพื่อนบางคนเค้าเล่าเรื่องทางครอบครัว เค้าก็เคยสูญเสียก็เหมือนว่าเค้าจะไม่มีโอกาสเท่าเรา เค้าก็สามารถอยู่ได้ เค้าก็ทำได้อะไรอย่างนี้จะมีกำลังใจ...เค้าก็ยังสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ คือเค้าก็ยังมีความคิด มีความตั้งใจที่จะทำได้ดีที่สุด แล้วตัวเรามีพร้อมทุกอย่างทั้งโอกาสทั้งอะไรทุกอย่างก็ต้องสู้เหมือนเค้า” (Y021, สัมภาษณ์เชิงลึก, 18 ธันวาคม 2550)

- 2.4 ผลจากความสำนึกถึงสรรพสิ่งที่เกิดในชีวิต คือ เมื่อสมาชิกเกิดความสำนึกถึงผู้คนที่มีส่วนเกิดในชีวิต สมาชิกก็พร้อมที่จะช่วยเหลือเอื้อเฟื้อต่อผู้อื่น ดังนั้นสมาชิกจะพบว่าผู้คนที่รอบข้างล้วนมีส่วนให้ตัวเราได้เรียนรู้และเติบโต ทำให้ความรู้สึกที่มีต่อสรรพสิ่งก็จะเปลี่ยนไป เช่นสมาชิกมีทัศนคติและความรู้สึกต่อตนเองและคนรอบข้างเปลี่ยนไป ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

“จากเพื่อนที่อยู่ในห้องเดียวกัน ไม่ค่อยได้พูดกัน เหมือนวันๆ หนึ่งก็ไม่เคยได้พูดกันเลยพอมาอยู่รวมกลุ่มกันตรงนี้ก็รู้สึกว่าเข้ากันได้ ก็จากไม่รู้จักกันก็มารู้จักมากขึ้น” (Yo5, สัมภาษณ์เชิงลึก, 3 ธันวาคม 2550)

“บางทีเราคิดว่าเราไม่ค่อยสำคัญใช่ไหมคะ ตัวเราอาจจะไม่สำคัญกับคนอื่น แต่ว่าความรู้สึกของเขาคิดว่าเราเป็นไอดอล คือเป็นตัวอย่างที่ดี คือเขาต้องทำตามอย่างเราคะ” (Y010, สัมภาษณ์เชิงลึก, 18 ธันวาคม 2550)

3. ด้านการตระหนักถึงการกระทำของตนเองที่ส่งผลเชื่อมโยงกับสรรพสิ่งรอบตัว (A3)

3.1 การตระหนักในการกระทำของตนเองที่ส่งผลต่อผู้อื่น คือ สมาชิกตระหนักว่าการกระทำของตนเองส่งผลเชื่อมโยงไปยังผู้คนรอบข้างไม่ว่าคุณหรือโทษ ดังนั้นสมาชิกจะสามารถไตร่ตรอง และมีสติในการกระทำของตนเอง ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

"ก็ถ้าเราเข้มแข็งปุ๊บจะทำให้คนอื่นรอบข้างเขาไม่เป็นห่วงเราไปด้วยครับ...พอเห็นเพื่อนเจออย่างนี้...ก็คิดว่าเราต้องทำแบบนั้นถ้าเกิดเป็นอย่างนั้นขึ้นมา ควรจะต้องทำ...ก็จะต้องเข้มแข็ง เป็นหลักให้คนในบ้าน" (Yo17, สัมภาษณ์เชิงลึก, 20 ธันวาคม 2550)

3.2 ความใส่ใจการกระทำของตน คือเมื่อสมาชิกเกิดความตระหนักว่าการกระทำของตนเองส่งผลต่อผู้อื่น สมาชิกจะสามารถใส่ใจในหน้าที่ของตนและมีความรับผิดชอบในการกระทำของตน ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

"ก็คือจากคนที่เปลือง ใช้จ่ายมาก ก็ลดลง แล้วก็เห็นคุณค่าของเงิน แล้วก็จากที่เพื่อนโทรมาชวนให้ออก ชวนไปเที่ยว ก็ไม่ค่อยไป จะพยายามดูหนัง พยายามทำตัวให้ดีขึ้นค่ะ อยู่ในห้องมากขึ้น ส่งผลให้หนูให้ใช้ชีวิตในทางที่ถูกต้องนะคะ คือ การเรียน การรู้จักบุญคุณพ่อแม่ค่ะ" (Y021, สัมภาษณ์เชิงลึก, 18 ธันวาคม 2550)

3.3 ผลจากความตระหนักถึงการกระทำของตนเองที่ส่งผลต่อผู้อื่น คือ เมื่อสมาชิกตระหนักถึงผลจากการกระทำของตน การกระทำก็มีลักษณะนี้ถึงผู้คนรอบข้างที่มีส่วนได้รับผลจากการกระทำ และเมื่อสมาชิกได้ใคร่ครวญและตระหนักถึงการกระทำของตนเองอย่างชัดเจนก็สามารถมองการกระทำของตนเองอย่างชัดเจนและพร้อมที่จะปรับปรุงต่อไปดังที่สมาชิกกล่าวว่า

"ก็คือคิดไปคิดมามาอยู่ตรงนี้ก็ลืมท่านไปเยอะ ก็ลืมว่าท่านเคยลำบากกับเรามาก แล้วก็เราอยู่ตรงนี้ บางทีหนูก็ทำอะไรไม่คิดถึงท่าน ก็ทำให้ท่านเสียใจหลายครั้ง เรื่องเรียนบางทีก็ไม่ตั้งใจ บางทีท่านก็รอๆ คือรอให้เราเรียนจบค่ะ มีความหวังกับเรา แล้วก็เรื่องใช้เงินด้วยค่ะ เราไม่ได้นึกถึงความลำบาก ...ที่เพียรซักรับฟัง ก็พูดให้กำลังใจ" (Y021, สัมภาษณ์เชิงลึก, 18 ธันวาคม 2550)

3.4 ความสามารถควบคุมการกระทำของตน คือ เมื่อสมาชิกตระหนักในการกระทำของตนว่าส่งผลถึงผู้คนรอบข้าง ความคิด การกระทำ การบริโภคใช้สอยก็เป็นไปตามความสมดุลพอเหมาะ เมื่อสมาชิกได้เรียนรู้จากกลุ่มและเห็นถึงความสัมพันธ์เชื่อมโยงในชีวิต สมาชิกก็เกิดการพิจารณาการกระทำ การใช้สอย บริโภคก็เป็นไปอย่างเหมาะสมและเกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

“ก็คือตั้งใจเรียนมากขึ้น ไม่ค่อยเที่ยว จากเดิมก็ตามเพื่อนคะ แล้วก็ใช้เงินฟุ่มเฟือยไม่ได้คิดถึงความลำบากของพ่อแม่ แล้วก็อยากได้อะไรก็ต้องเอาแต่ใจตัวเอง” (Y021, สัมภาษณ์เชิงลึก, 18 ธันวาคม 2550)

3.5 ความคิดที่ตระหนักถึงผลกระทบต่อตนเองและคนรอบข้าง คือเมื่อสมาชิกเข้าใจถึงความสัมพันธ์เชื่อมโยงในชีวิต สมาชิกจะเกิดการตระหนักถึงผลที่ส่งไปยังผู้คนรอบข้าง การคิดก็จะเป็นการคิดอย่างเห็นความเชื่อมโยง ทำให้สมาชิกสามารถเลือกการกระทำที่เป็นคุณแก่ตนเอง สามารถพิจารณาว่าสิ่งใดเป็นคุณเป็นโทษ ชั่วดีได้ ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

“...เหมือนกับเราก็ไม่ได้อยู่คนเดียว เราก็ยังมีพ่อแม่ หรือว่าน้ำ เพื่อนๆ ก็อยู่รอบข้าง ถ้าเกิดเรามีความรักแล้วผิดหวังจากความรัก เราจะไปฆ่าตัวตาย แต่ถ้าเกิดเรามีคำว่า “ถ้าไม่มีเขา เราก็อยู่ได้” เราก็จะมีวิธีเลี้ยงฆ่าตัวตายหรือกินยา อะไรประมาณนี้ อันนี้คือเอามาจากกลุ่มนะ” (Yo22, สัมภาษณ์เชิงลึก, 19 ธันวาคม 2550)

4. ด้านการยอมรับความเปลี่ยนแปลง แม้ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจะไม่น่าปรารถนาก็มองและพิจารณาตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้น ไม่มองตามความปรารถนา ความต้องการของตน (B1)

4.1 การยอมรับกับปัจจุบันไม่ติดกับอดีตและอนาคต คือ ความสามารถที่สมาชิกยอมรับกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างเข้าใจ ไม่ยึดอยู่กับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น สามารถมองเห็นธรรมชาติของความเปลี่ยนแปลงในชีวิต ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

“ก็เข้มแข็ง อดทนเยอะ อดทนขึ้น...ก็คือในแง่ของแม่ครับ คือผมเป็นคนอ่อนไหว ชอบคิดฟุ้งซ่าน ผมก็เออ ได้แง่คิดดีๆ มันก็ทำให้ผมเข้มแข็ง อดทนขึ้น...เหตุการณ์แบบนี้มันเกิดขึ้นกับทุกคนก็ให้ผมทำใจ ให้ผมยอมรับในสิ่งที่มันเกิดขึ้น ให้ยอมรับกับมัน ไม่มีใครอยู่ค้ำฟ้า...” (Yo22, สัมภาษณ์เชิงลึก, 19 ธันวาคม 2550)

- 4.2 การยอมรับกับความคาดหวัง คือ ความสามารถที่สมาชิกยอมรับและเข้าใจกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นแม้ไม่ตรงกับความคาดหวังในใจตน ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

“แต่ก็คือพอกลับมาแล้วก็เหมือน บางทีก็เหมือนเราเอาชนะสิ่งแวดล้อมตรงนี้ได้ ก็คือเหมือนต้องนำมาคิดอยู่บ่อยๆ บางทีคิดแล้วก็เหมือนสิ่งพวกนั้นเข้ามาก็เหมือนยังเอาชนะใจตัวเองไม่ได้...พอนึกถึงบ่อยๆ ก็ช่วยให้เอาชนะในสิ่งที่ไม่ดีต่อเราละ ก็ช่วยได้มากเหมือนกัน” (Y021, สัมภาษณ์เชิงลึก, 18 ธันวาคม 2550)

“มันต้องเจอทุกคน ไม่รู้ว่าจะช้าหรือเร็ว แต่ต้องเจอทุกคน เราก็ต้องยอมรับ...ทำใจยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้น เพราะว่าเราหลีกเลี่ยงไม่ได้นะที่” (Y022, สัมภาษณ์เชิงลึก, 19 ธันวาคม 2550)

- 4.3 การยอมรับความไม่คงที่ไม่เหมือนเดิม คือ ความสามารถที่สมาชิกยอมรับกับสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นว่าสิ่งต่างๆ สามารถเกิดการเสื่อม เสียหาย พลัดพราก ไม่คงที่ ไม่คงเดิม ฯลฯ ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

“ก็เหมือนกับว่าเรามองทุกอย่างให้แบบมันเป็นเรื่องธรรมดา ไม่ใช่มันเป็นเรื่องแปลกประหลาด อู้ยทำไมมันต้องมาเกิดขึ้นกับแม่เรา เราจะไม่มองตรงนั้น เรามองว่าเป็นว่าเป็นเรื่องธรรมดาเป็นธรรมชาติ” (Y010, สัมภาษณ์เชิงลึก, 18 ธันวาคม 2550)

- 4.4 การยอมรับความไม่พอใจไม่ถูกใจ คือ ความสามารถที่สมาชิกยอมรับกับเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความไม่พอใจไม่ถูกใจ เพราะสิ่งนั้นเกิดการเปลี่ยนแปลงไปจากที่ตัวเราตั้งไว้ ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

“...เราผิดใจกันเหมือนว่าหนูเข้ากับเพื่อนเขาไม่ได้ ตอนแรกก็เข้ากันดีแต่มาเหมือนผิดใจกัน ไม่ค่อยเข้ากัน ก็กลับมาเข้ากันได้ปกติ” (Y05, สัมภาษณ์เชิงลึก, 3 ธันวาคม 2550)

“ก่อนหน้านั้นมันรู้สึกอึดใจเจ็บ เสียใจมากทำไมมันต้องมาเกิดกับครอบครัวเราอะไรแบบนี้ แล้วแบบแม่เราก็รักใช้ใหม่คะ ทำไมต้องมาเกิด...ก็เป็นโรคไต แต่มันก็เป็นโรคที่แบบโอกาสที่มันจะรักษามันก็น้อยลง...แต่ก็พอได้เข้ามาก็โอเคมีกำลังใจเพิ่มขึ้น” (Y010, สัมภาษณ์เชิงลึก, 18 ธันวาคม 2550)

5. ด้านความสามารถแก้ไขและปฏิบัติภาระหน้าที่ตามความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น โดยสอดคล้องกับความเป็นจริงของธรรมชาติ และเกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น (B2)

5.1 ความสามารถแก้ไขจัดการกับเหตุการณ์ในอดีต คือ ความสามารถจัดการกับเรื่องราวที่เกิดขึ้นในอดีต ซึ่งจากเดิมสมาชิกยังไม่สามารถยอมรับและเข้าใจสิ่งที่เกิดกับตน เมื่อสมาชิกเข้าใจธรรมชาติของความเปลี่ยนแปลง ก็สามารถดำเนินชีวิตท่ามกลางความเปลี่ยนแปลงอย่างมั่นคง ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

“จากประสบการณ์ที่ไป ทำให้เราเข้มแข็ง ทำให้เรารู้จักแก้ปัญหา ไม่ว่าปัญหาเฉพาะหน้าหรือปัญหาที่ใหญ่ เราก็สามารถแก้ไขได้ เหมือนเชือกที่เป็นปมนะพี่ ถ้าเรามีวิธีดี ๆ มันก็จะไม่เป็นปม เพราะว่ามันขาดไปแล้ว มาต่อกันมันก็จะไม่เป็นปมครับ...แล้วไปคราวนี้ได้คลี่ปมเยอะเลยครับ เหมือนมันหายไปแล้วละ ปมตอนนี้” (Yo22, สัมภาษณ์เชิงลึก, 19 ธันวาคม 2550)

5.2 ความสามารถแก้ไขจัดการกับความกังวลในอนาคต คือ ความสามารถจัดการกับความวิตกกังวลไปในอนาคต โดยสมาชิกสามารถพิจารณาถึงสิ่งที่พึงทำในปัจจุบัน ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

“ก็คือการวางตัว ขยันอ่านหนังสืออย่างนี้ครับเพราะเราไม่เคยอ่านเลย จากใช้ถามเพื่อนเยอะๆ เพราะเราไม่อ่าน ก็เลยตั้งใจเรียนมากขึ้น” (Yo17, สัมภาษณ์เชิงลึก, 20 ธันวาคม 2550)

5.3 ความสามารถแก้ไขจัดการกับความท้อแท้ คือ ความสามารถจัดการกับความผิดหวังท้อแท้ที่เกิดขึ้น ซึ่งสมาชิกยังไม่สามารถยอมรับกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนได้ส่งผลให้สมาชิกไม่พร้อมที่จะเผชิญกับสิ่งที่เกิด เมื่อสมาชิกรับฟังเรื่องราวของเพื่อนสมาชิกจนเห็นว่าทุกคนล้วนอยู่ภายใต้กฎความเปลี่ยนแปลง สมาชิกจึงสามารถยอมรับและจัดการกับสิ่งที่เกิดกับตนได้ ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

“ก็จากที่หนูเคยเล่าให้พี่เพียรฟังเรื่องปัญหาของหนู แล้วก็จะมีเพื่อนอีกคนหนึ่งที่เขาก็มีปัญหาอย่างนี้เหมือนกัน เหมือนกับว่าตอนเราประสบปัญหานั้น เรารู้สึกท้อแต่พอเรามาฟังปัญหาเพื่อนแล้ว เพื่อนสามารถอยู่กับมันได้ มันก็เหมือนเป็นแรงให้เราที่เราต้องอยู่กับมันได้เหมือนกัน” (Yo10, สัมภาษณ์เชิงลึก, 18 ธันวาคม 2550)

"คือส่งผลคือทำให้ผมเข้มแข็ง เหมือนกับเปลี่ยนหน้ามือเป็นหลังมือ เปลี่ยนผมได้เยอะเลย ทำให้ผมรู้จักคิด รู้จักแก้ปัญหา รู้จักวางตัวให้เหมาะสมกับสถานการณ์..." (Yo22, สัมภาษณ์เชิงลึก, 19 ธันวาคม 2550)

5.4 ความสามารถแก้ไขจัดการกับความคาดหวัง ความปรารถนาของตน คือ ความสามารถจัดการกับความปรารถนาในใจตน เมื่อสมาชิกสามารถ ยอมรับและตระหนักในการกระทำที่เกิดขึ้นกับตน แม้จะเป็นสิ่งที่ไม่ ปรารถนาจะให้เกิด แต่เมื่อสมาชิกเข้าใจ และยอมรับก็ทำให้สมาชิกพิจารณา การกระทำของตนอย่างชัดเจน ดังที่สมาชิกกล่าวว่า

"ก็คือจากคนที่เปลือง ใ้่มาก ก็ลดลง แล้วก็เห็นคุณค่าของเงิน แล้วก็ จากที่เพื่อนโทรมาชวนให้ออก ขวนไปเที่ยว ก็ไม่ค่อยไป จะพยายามดู หนึ่ง พยายามทำตัวให้ดีขึ้นค่ะ อยู่ในห้องมากขึ้น ส่งผลให้หนูให้ใช้ ชีวิตในทางที่ถูกต้องนะคะ คือ การเรียน การรู้จักบุญคุณพ่อแม่ค่ะ" (Yo21, สัมภาษณ์เชิงลึก, 18 ธันวาคม 2550)

ข้อสังเกตความเกี่ยวข้องของข้อมูลเชิงปริมาณและข้อมูลเชิงคุณภาพ

การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยการเปรียบเทียบองค์ประกอบรายด้านของแบบวัด ปัญญาระหว่างกลุ่ม พบว่า

กลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาด้าน A1 แตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

กลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาด้าน A2 แตกต่างจากกลุ่มทรอดเซอร์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และแตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .001 และ

กลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าเฉลี่ยของคะแนนปัญญาด้าน B1 แตกต่างจากกลุ่มควบคุมอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ข้อค้นพบในเนื้อหาประสบการณ์ที่ต่างกันระหว่างกลุ่มโยนิโสมนสิการ และกลุ่มแนวทรอด เซอร์นั้น (และอาจจะรวมไปถึงกลุ่มควบคุมด้วย ซึ่งในงานวิจัยนี้ได้รับประสบการณ์บางประการ แม้จะไม่ถึงขั้นเป็นกลุ่มทางจิตวิทยา) ดูเหมือนจะสอดคล้องกับทัศนะที่วัตสัน (Watson, 1998) ได้กล่าวไว้ว่า

“...ผมมีข้อสังเกตว่าเป้าหมายและผลของพุทธศาสนาและจิตบำบัดนั้น ผมอยากจะเสนอว่า เป้าหมายและผลของพุทธศาสนาและจิตบำบัดนั้น น่าจะเปรียบเทียบกันได้และคล้ายคลึงกันในเชิงคุณภาพมากกว่าปริมาณ คุณภาพในที่นี้หมายถึงอิสรภาพ (Liberation) นั่นคืออิสรภาพจากการถูกกักขัง อวิชชาและอุปาทาน โดยการพัฒนาสติ ปัญญา และการรับรู้ สำหรับพุทธศาสนาแล้ว การแสวงหาอิสรภาพคือการมุ่งสู่นิพพาน ภาวะนิพพาน อันเป็นสัจธรรมสูงสุดและเป็นอิสรภาพสูงสุดจากสังสารวัฏ ซึ่งเป็นอาณาเขตของความจริงแบบเก่าซึ่งทำให้เกิดความทุกข์ ในจิตบำบัดเป้าหมายของจิตบำบัดนั้น เป้าหมายของจิตบำบัดนั้นแคบกว่าพุทธศาสนา มันหยุดถึงอิสรภาพภายใต้เงื่อนไขบางประการ ตั้งแต่อิสรภาพจากความเจ็บป่วย หรือ อิสรภาพจากการถูกบังคับ หรือความดิ้นรนที่จะอยู่เหนือสิ่งที่จำกัดศักยภาพของเรา”

การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพของผู้วิจัยสอดคล้องกับทัศนะของวัตสัน ดังนั้นแม้ว่าค่าคะแนนปัญญาของกลุ่มโยนิโสมนสิการไม่แตกต่างจากกลุ่มแนวทอตเซอร์ในเชิงสถิติ แต่โดยคุณภาพแล้วกลุ่มโยนิโสมนสิการพาสมาชิกไปสัมผัสกับเนื้อหาที่ประสบการณ์ได้กว้างกว่าของกลุ่มแนวทอตเซอร์ และความเป็นจริงข้อนี้ก็สอดคล้องกับการวิเคราะห์ความแตกต่างรายด้านของคะแนนปัญญา ซึ่งพบว่ากลุ่มโยนิโสมนสิการมีค่าคะแนนปัญญาด้านความสำนึกขอบคุณ ความกตัญญูกับเหตุปัจจัยต่างๆในที่เอื้อเพื่อเกื้อกูลชีวิต แตกต่างจากกลุ่มแนวทอตเซอร์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การวิเคราะห์ประเด็นเนื้อหาประสบการณ์ “การได้รับการช่วยเหลือในการแก้ปัญหา”

เพื่อการเห็นความแตกต่างเชิงคุณภาพของเนื้อหาประสบการณ์ที่ได้มาจากการบันทึกบทสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้วิจัยจะวิเคราะห์ความแตกต่างเชิงคุณภาพ ในหัวข้อ “ประเด็นประสบการณ์การได้รับการช่วยเหลือในการแก้ปัญหา” ซึ่งสมาชิกแต่ละกลุ่มได้ประสบ

การพิจารณาอย่างละเอียดจะเห็นว่าเนื้อหาของปัญหา ความลึกของปัญหา ท่าทีการมองปัญหาและ แนวคิดในการแก้ปัญหา ในทั้ง 3 กลุ่มนั้น พอลจะเห็นชัดเจนว่าแตกต่างกันในแง่ความเข้มและความ “เข้าถึง” ปัญหาและการแก้ปัญหา

ในกลุ่มโยนิโสมนสิการปัญหา การแก้ปัญหา การร่วมแก้ปัญหา และ“รสชาติ”ในการร่วมแก้ปัญหา มีลักษณะที่เข้มและกว้าง ลึก สมาชิกได้ตระหนักถึงการที่ผู้นำกลุ่มได้ เข้ามามีส่วนร่วม ลึกๆในใจ ซึ่งทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ลึกซึ้งบางอย่างในการมองโลก มองชีวิต และสมาชิกได้

ตระหนักถึงคุณค่าบางประการที่สมาชิกเคยมองข้ามไป และสมาชิกได้สัมผัสกับสภาวะที่ละเอียดอ่อน (Subtle) ในใจบางอย่าง

ในกลุ่มแนวทรอดเซอร์ สมาชิกได้เล่าถึงปัญหาของตนในบรรยากาศของการยอมรับซึ่งช่วยให้สมาชิกรู้สึกปลอดภัยขึ้น แต่ความตระหนักถึงคุณค่าบางอย่างยังไม่ชัดเจน

ในกลุ่มควบคุมซึ่งเป็นกลุ่มที่ทำกิจกรรมร่วมกัน ปัญหาที่สมาชิกสนใจมักจะเป็นปัญหาภายนอกมากกว่าจะเป็นการแก้ปัญหาภายในจิตใจ เช่นความกังวลถึงกิจกรรมที่จะทำในวันต่อไป หรือรายงานเรื่อง บรรยากาศ อาหาร สถานที่ หรือ กิจกรรม ฯลฯ ซึ่งเป็นเรื่องภายนอก

ตัวอย่างที่เสนอแสดงถึงข้อสังเกตที่ต่างกันในแต่ละระดับ ในแง่ท่าทีต่อผู้นำกลุ่ม และต่อกลุ่มได้ชัดเจน

การแก้ปัญหาในกลุ่มโยนิโสมนสิการ

1. ตัวอย่างประเด็นการได้รับการแก้ปัญหาของตนเองของสมาชิกคนที่ 21 ในกลุ่มโยนิโสมนสิการ (Yo21, สัมภาษณ์เชิงลึก, 18 ธันวาคม 2550)

1.1 เนื้อหาของปัญหา

“ก็คือตรงที่หนูเล่าเรื่องทางบ้านให้ฟัง ก็อย่างเช่นคุยเรื่องพ่อแม่อะไรอย่างนี้คะ ก็เล่าว่าท่านก็รัก แล้วก็ท่านก็ลำบากกับหนูมากจากที่ท่านไม่มีอะไรเลย เป็นคนบ้านนอกแล้วก็พยายามที่จะส่งลูกเรียน ถึงขั้นว่าก็เล่าเรื่องกับข้าวคะ ก็ไม่มีจริงๆ ค่ะ ก็ปลาทุตัวเดียวก็แบ่งกัน พ่อก็กินแบ่งเอาส่วนหัวกับแม่ไป แล้วก็เอาหางไว้ให้หนู อยู่บ้านก็แบ่งกินกันนะคะ ก็ไม่คิดว่าชีวิตจะมาดีขึ้นได้มากขนาดนี้นะคะ ท่านก็ไม่มีอะไรเลย แล้วทุกวันนี้ก็มีทุกอย่าง ก็ดีกว่าคนอื่นมาก ก็สามารถอยู่ได้ไม่อายใครคะ แล้วพี่เพียรก็แสดงออกด้วยการ พี่เพียรก็ร้องไห้กับเราเหมือนพี่เค้าแบบ วันนั้นหนูก็เล่าแล้วก็ร้องไห้เหมือนกันคะ ก็คือคิดไปคิดมาอยู่ตรงนี้ก็ลืมท่านไปเยอะ ก็ลืมว่าท่านเคยลำบากกับเรามาก แล้วก็เราอยู่ตรงนี้ บางทีหนูก็ทำอะไรไม่คิดถึงท่าน ก็ทำให้ท่านเสียใจหลายครั้ง เรื่องเรียนบางทีก็ไม่ตั้งใจ บางทีท่านก็รอๆ คือรอให้เราเรียนจบคะ มีความหวังกับเรา แล้วก็เรื่องใช้เงินด้วยคะ เราไม่ได้นึกถึงความลำบาก ...พี่เพียรก็รับฟัง ก็พูดให้กำลังใจบอกว่าอย่างน้อยหนูก็ได้คิดได้นึกถึงท่านอยู่ ก็คือพี่เพียรก็ให้คำแนะนำก็ให้กลับไปหาพ่อแม่ อยู่กับท่านให้มาก ไม่ทำให้ท่านเสียใจคะ”

1.2 แนวทางแก้ไขปัญหาและความลึกของปัญหา

“ก็รู้สึกอบอุ่นขึ้น ก็ช่วยให้กำลังใจเรามากขึ้น ยอมรับฟัง...คะ ช่วยคิดว่าจะทำ
 ยังไงจากที่เราคิดไว้แต่ไม่ได้ทำ ก็ไม่ต้องแค้คิด ให้ทำเลย เพราะว่าคำว่าแต่
 หรือว่าคำว่าน่าจะ ทำให้เพื่อนไม่มีโอกาสเลย ถ้าไม่ติดคำว่าน่าจะเค้าก็คงได้ทำ
 ก็ช่วยให้หนูได้ตัดสินใจที่จะทำ ก็ไม่ต้องลังเลคะ ถ้าคิดว่าสิ่งนั้นดีก็ทำเลย”

1.3 การมองปัญหา

“ก็รู้สึกว่าตัวเองมีค่ามากขึ้นนะคะ อย่างน้อยเราทำตัวดีขึ้นก็ไม่ใช่ว่าจะดีแต่
 สำหรับตัวเรา ก็ดีสำหรับคนอื่นด้วย ญาติพี่น้อง พ่อแม่ อย่างน้อยเค้าก็ไม่เสียใจ”

1.4 ความรู้สึกหลังคลี่คลายปัญหา

“พี่เพียรฯส่งผลกับตัวเรา...ก็ในแง่ของการใช้ชีวิตประจำวัน ก็เรื่องใช้เงิน เรื่อง
 เรียน เรื่องบุญคุณพ่อแม่ เรื่องมนุษยสัมพันธ์กับเพื่อน รุ่นพี่ อาจารย์ อะไรอย่าง
 นี้คะ”

“ก็คือหนูอยากขอบคุณพี่เพียรฯคะ ว่าถ้าพี่เพียรฯไม่มาทำงานตรงนี้ หนูก็คงไม่
 มีโอกาสได้ไปร่วม ได้นึกถึงแนวทางในการดำเนินชีวิต ได้นึกถึงความรู้สึกเดิมๆ
 ความหลังที่เราเคยเป็นอยู่นะคะ...ก็ทำให้เรานำมาปรับปรุงในตัวของเราให้ดีขึ้น
 คะ”

1.5 ความรู้สึกที่มีต่อกระบวนการ

“กลุ่มนี้ก็คือเปรียบเหมือนนก เพราะว่าก็ปีกแข็งออกมาบิน ไม่ได้อยู่กับพ่อแม่
 แล้วคะ ก็เหมือนที่ว่ายังไม่เคยเรียนรู้ในชีวิตมาก... ก็คือทำให้หนักตัวหนึ่ง
 เหมือนว่าออกมาแล้ว ไม่มีกำลัง เหมือนว่ายังไม่แข็งแรงพอที่จะบินได้ คือไม่
 สามารถที่จะบินสู่ท้องฟ้าได้ พอได้มาอยู่จุดตรงนี้ก็เหมือนนกกล้าที่จะทำอะไร
 กล้าที่จะบิน ก็เหมือนคนเราคะ จะออกไปใช้ชีวิตข้างนอกก็ต้องผ่าน
 ประสบการณ์ต่างๆ มา ก็ถ้าเกิดไม่ผ่านประสบการณ์ตรงนี้มาเราก็ไม่สามารถจะมี
 ชีวิตได้คะ”

2. ตัวอย่างประเด็นการได้รับการแก้ปัญหาของตนเองของสมาชิกคนที่ 20 ในกลุ่มแนว
ทรอตเซอร์ (Tr20, สัมภาษณ์เชิงลึก, 19 ธันวาคม 2550)

การแก้ปัญหาในกลุ่มแนวทรอตเซอร์

2.1 เนื้อหาของปัญหา

“มันก็เป็นบางส่วนนะคะ บางทีแบบเรื่องเก่าๆ ที่หนูแบบเออคิดมากอะไรอย่างนี้
ที่ตึกก็จะพูด แกก็จะพูดให้ฟังเหมือนแบบเออ เขาก็รักเราอะไรอย่างนี้ เราอย่าไป
คิดมาก เรื่องเพื่อนเหมือนกัน หมายถึงว่ายังงั้นละ พูดไม่ถูก เขาก็จะช่วยพูดให้ฟัง
เหมือนปลอบใจให้กำลังใจ”

2.2 แนวทางแก้ไขปัญหาและความลึกของปัญหา

“ก็รู้สึกดีนะคะที่แบบ เราก็มีปัญหา เพื่อนก็บอกเออ คอยปลอบใจหนู เออเธอ
อย่าคิดมาก พ่อแม่เขาก็อารมณ์เราเหมือนกันแหละ หนูเป็นคนที่เป็นคนขี้บ่นขี้บ่นใจ เขาพูด
อะไรแบบนี้ หนูก็จะเก็บมาคิด เรื่องเพื่อน เรื่องแม่ เรื่องที่บ้านทุกอย่างหนูจะคิด
หนูเป็นคนขี้บ่นขี้บ่นใจ”

2.3 การมองปัญหา

“หนูรู้สึกดีกว่าเดิมนะ เหมือนแบบตอนแรก...หนูแบบไม่รู้จะระบายให้ใครฟัง พอ
ได้พูดมา รู้สึกดี คนอื่นเขาได้รับรู้ว่าเราเป็นยังไง แล้วก็เขาก็ปลอบใจเราดี เขาไม่
ซ้ำเติมเราอะไรแบบนี้ บางทีหนูก็คิดเราพูดไปแล้วเขาจะซ้ำเติมเราหรือเปล่า หนู
เป็นคนคิดด้วยใจ ดีเขาปลอบใจแล้วเขาก็ให้กำลังใจเรา”

2.4 ความรู้สึกหลังคลี่คลายปัญหา

“จากที่หนูเคยคิดว่า...หนูบ่นขี้บ่นพ่อแม่ คือหนูอยากได้อะไรหนูก็ได้ หนูก็ได้
ของจากพ่อแม่ไรๆนี้ แล้วหนูก็ลบความรู้สึกนั้นออกไป คือแบบ เพื่อนคอยปลอบ
ว่าเออเขาก็อารมณ์เรานั้นแหละ เขาก็คงจะรักเราแต่ว่าของบางอย่างเขาคงจะให้เรา
ไม่ได้เพราะว่ามันก็ยังมีอยู่มันก็ยังใช้ได้ อยู่อะไรอย่างนี้ หนูก็เออเปลี่ยนความคิด
นั้น เขาก็อารมณ์เรา หนูเป็นคนขี้บ่นขี้บ่นใจนี่”

“ก็ดีกว่าเดิม เพราะการที่หนูเข้าค่าย หนูก็แบบไม่ค่อยพูดกับแกไม่ค่อยอะไร พอ
เลิกเรียนเสร็จหนูก็จะเข้าบ้าน ถึงเวลาหนูก็ออกมากินข้าว ไม่กินกับใคร ช่วงนี้
กลับมาจากเข้าค่ายแม่ก็จะถาม เออเป็นไงลูก ไปเข้าค่ายเป็นไง รู้สึกยังไงอะไร

แบบนี้ เขาก็จะถามหนูดี หนูกินข้าวเรียกกินข้าว เรียกมาคุยกันอะไรแบบนี้...หนู มาคิดเราจะไปน้อยใจเขาทำไม เขาก็รักเราเขาก็ยังอะไร"

2.5 ความรู้สึกที่มีต่อกระบวนการ

"กลุ่มนี้เปรียบเหมือนห้องฟ้ามั่งคะ ว่าก็มีแสงสว่างไง เพื่อนๆ ก็จะคอยช่วยคอย อะไรอย่างนี้ คอยให้กำลังใจ"

3. ตัวอย่างประเด็นการได้รับการแก้ปัญหาของตนเองของสมาชิกคนที่ 14 ในกลุ่มควบคุม (C14, สัมภาษณ์เชิงลึก, 18 ธันวาคม 2550)

การแก้ปัญหาในกลุ่มควบคุม

3.1 เนื้อหาของปัญหา

"ก็เวลาที่ปอยถามว่าเราจะทำอะไรก่อนในวันพรุ่งนี้อะไรอย่างนี้คะ เพื่อนก็จะ เหมือนแบบประชุมกัน แล้วก็ลงมติกันโดยที่ไม่เอาความคิดใครเป็นใหญ่ หรือ ตามใจใครอะไรอย่างนี้คะ แล้วเชื่อว่าวางแผน จะมีการวางแผนกันเป็นกลุ่ม แล้ว ก็คือ แล้วก็ทำไปด้วยกันไม่ใช่แบบว่าคนหนึ่งดูหนังก็ดูไป คนหนึ่งอ่านหนังสือก็ อ่านไป ก็คือพอถึงเวลาปุ๊บก็แบบมาทำด้วยกันมาแบบดูหนังด้วยกัน พอที่ปอย บอกให้ไปอ่านหนังสือก็ไปอ่านด้วยกัน"

3.2 แนวทางแก้ไขปัญหาและความลึกของปัญหา

"...จากที่ไปทำงานในกลุ่มนะ อย่างที่หนูยกตัวอย่างว่าตั้งใจแล้ว วางแผนเพื่อนๆคิด กัน ที่แรกหนูก็แบบไม่ได้คิดอะไร ก็ตอนเช้าเราไปวัดนะ แล้วหนูก็ เออก็ตื่นก็พูด แค่นี้ แล้วที่นี้พอ พอที่ปอยโทรมาบอกว่าตอนเช้าที่ไปไม่ได้นะ พี่ติดธุระ ก็มากันเริ่ม คิด แล้วจะทำอย่างไร เพื่อนๆเริ่มแบบเหมือนแบบไม่ค่อยพอใจว่าเออ เฮ้ยอยากไป อะไรอย่างนี้ ที่นี้ก็เลยแบบมีความรู้สึกตัวเอง ก็เลยอยากจะลองพูดกับเพื่อนดู ก็ เลยบอกว่า เออ ไม่เป็นไรหรอกก็ไปถ่ายรูปก็ได้ตอนเช้า ก็ปรากฏว่าเพื่อนก็ อิม ยอมรับความคิดเห็นนี้ว่าดีเหมือนกัน...ก็แบบเพิ่งรู้ว่าความคิดตัวเองก็ดีเหมือนกัน (ซ่า) หลังจากที่พักแต่คนอื่นมานาน"

3.3 การมองปัญหา

"...แล้วที่นี้ก็บอกว่าแล้วช่วงบ่ายเราก็ค่อยไป มันก็ไม่มีปัญหา ก็อย่างนี้คะ ก็คือเรา ก็คือ ใครอยากทำอะไรก็คือเอามาพูดกันก่อน แล้วก็คือเราต้องดูเวลาด้วยว่าเราจะ

ทำกิจกรรมแบบนี้ได้ไหม ถ้าทำกิจกรรมนั้นช่วงนั้น ของคนๆนั้นยังทำไม่ได้ เรา ก็เปลี่ยนเป็นกิจกรรมอื่นขึ้นมาแทน”

3.4 ความรู้สึกหลังคลี่คลายปัญหา

“ก็รู้สึกดีพี่ แบบว่าคืออย่างน้อยๆความคิดเรา เค้าก็เห็นด้วย แบบเขาเรียกอะไรละ อย่างแบบไม่เคยพูด ก็พอได้พูด ได้คิดออกมา คือปกติประชุมกันในคณะ ในเอก หนูก็แบบชอบนั่งฟังเขาเฉยๆ แบบเขาออกความเห็นที่เพื่อนจะไปในั้นใหม่ ไปนี่ใหม่ อะไรอย่างนี้ ก็แบบไม่ค่อยเสนอ ไม่ค่อยยกมือ แต่พอแบบได้มาทำงานในกลุ่มนี้ เราได้พูด แบบความเห็นเราออกมา แล้วเพื่อนแบบเออเห็นด้วย ดี อะไรอย่างนี้นั้นก็ รู้สึก เราก็มีส่วนดีเหมือนกันนะ (ข้า) คือแบบอย่างน้อยๆพูดออกมาก็มีคนรับฟัง มีคนเห็นด้วย”

“ก็พอตั้งแต่กลุ่มนั้นมา พอวันนี้เข้าประชุมเขาถามว่าไปเที่ยวไหน หนูก็ยังกล้ายกมือ เลยกบอกว่าไปเกาะช้างกันเถอะ”

“แล้วพี่เขาก็แบบฟังความเห็นน้องแต่ละคนในกลุ่มว่าน้องเขาอยากทำอะไร แล้วพี่ เขาก็วางเวลาเหมือนแบบน้องอยากทำกิจกรรมนี้ ตอนนั้นพี่เขาก็ไม่ได้ขัด พี่เขาก็ทำ เหมือนเป็นส่วนหนึ่งในกลุ่ม ก็คือว่า บางครั้งก็มีการแนะนำอะไรอย่างนี้ค่ะ ว่าเอา อย่างนี้ดีไหม เหมือนเป็นสมาชิกคนหนึ่งในกลุ่มเลย แห้วความคิดเห็นกัน”

3.5 ความรู้สึกที่มีต่อกระบวนการ

“เปลี่ยนแปลงเพิ่มลด อิม ก็เพิ่มแค่ความสัมพันธ์กับเพื่อน ลดก็คงไม่มี เพราะว่า มันเสริมขึ้นมา กิจกรรมนี้มันเสริม เรียกว่าเสริมจิตใจหนูให้ดีขึ้นอะไรอย่างนี้ ความคิดก็คือ จากความคิดที่แบบก็ไม่รู้จะไปไหน พอเพื่อนชวนก็ไม่อยากไป คิดว่าไปทำไม เสียเวลา ไปนอนดีกว่า อะไรอย่างนี้ พอเพื่อน พอมาระยะหลังๆนี้ ความคิดเพิ่มขึ้นว่า น่าจะไปนะ เพราะเพื่อนไปอาจจะมีอะไรดีๆเขาถึงไป ไซ้ ก็เลยเปลี่ยนความคิดใหม่ว่า ลองไปกับเขาสักครั้งสองครั้งดูเป็นไง พอไปแค่ครั้ง สองครั้งเท่านั้นแหละ ชวนเมื่อไหร่ ไปทั้งนั้นเลย”

“ก็เปลี่ยนจากคิดว่าเป็นคนที่แบบไม่พูด แบบเป็นคนที่ไม่ค่อยใส่ใจอะไรเลย กลับ เป็นมาใส่ใจมากขึ้น อย่างประชุมหรืออะไร นัดหมายกัน หนูก็แบบเออมาวันไหน ก็ได้ อะไรอย่างนี้ กลับมาเริ่มแบบว่าวันนั้นเราจะติดธุระอะไรใหม่ ก็ต้องคอย ชี้แจงกับเพื่อนว่าเปลี่ยนเป็นวันอื่นได้ไหม อะไรอย่างนี้ค่ะ”