

บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง



แนวคิดและทฤษฎี

ในการศึกษาเรื่อง “ความรู้ ทักษะ และการใช้ประโยชน์จากธรรมชาติของผู้ปฏิบัติ
กรรมฐานที่วัดอัมพวัน จังหวัดสิงห์บุรี” มีแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องซึ่งได้นำมาใช้เป็น
กรอบในการอ้างอิง ดังต่อไปนี้

1. การเผยแผ่ธรรมะในพระพุทธศาสนาและพุทธวิธีในการสอนของพระพุทธเจ้า
2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการสื่อสารภายในตัวบุคคล
3. แนวคิดเกี่ยวกับความคิดรวบยอดและการพัฒนาตนเอง
4. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความรู้ ทักษะ และพฤติกรรม
5. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการสื่อสารเพื่อการโน้มน้าวใจ
6. ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. การเผยแผ่ธรรมะในพระพุทธศาสนาและพุทธวิธีในการสอนของพระพุทธเจ้า

พระราชวรมุนี (ประยูร ปยุตโต) กล่าวถึง จุดมุ่งเน้นของการเผยแผ่ธรรมะใน
พระพุทธศาสนาว่า พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่เกิดขึ้นมาเพื่อช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ทุกชนชั้น
โดยมุ่งเน้นถึงกลุ่มคนที่มีความวุ่นวาย หรือความทุกข์ทั้งหมด พระพุทธศาสนาจะเน้นที่หลักธรรม
คำสอนเพื่อให้นึกคิดถึง สาเหตุแห่งความทุกข์ ให้หยุดพิจารณาหลักธรรมตามเหตุผลที่เป็นจริง
โดยอาศัยหลักของศรัทธาคือ อริยสัจ 4 ข้อที่ว่าทุกข์ให้รู้ว่านี่คือทุกข์ เมื่อรู้แล้วให้นึกถึงสาเหตุที่ทำให้
ให้ทุกข์เกิด ให้พิจารณาถึงความดับทุกข์ และวิธีการแก้ทุกข์ สิ่งเหล่านี้เมื่อคิดถึงเหตุผลได้แล้ว
จุดแห่งปัญญาทั้งหลายก็จะเกิดตาม นี่คือหลักแห่งจินตามยปัญญา อันเป็นปัญญาที่เกิดจากการ
นึกคิดถึงเหตุผล พระพุทธศาสนามีหลักธรรมที่เป็นจุดแห่งความคิดมากมายโดยอาศัยศรัทธาเป็น
ตัวพื้นฐานและมีปัญญาเป็นผลที่เกิดตามมา จุดมุ่งเน้นของการเผยแผ่ธรรมะในพระพุทธศาสนา
แบ่งออกเป็นหัวข้อดังนี้ (พระราชวรมุนี (ประยูร ปยุตโต), 2525)

1. พระพุทธศาสนาเน้นการพัฒนาศรัทธา และปัญญาที่ถูกต้อง พระพุทธ
ศาสนาเป็นศาสนาประเภทอเทวนิยม สอนให้มนุษย์พึ่งตนเอง ฝึกหัด และอบรมพัฒนาตนเอง

โดยเน้นในเรื่องของศรัทธาและการใช้ปัญญา ไม่หวังพึ่งพาสีงภายนอก ไม่ว่าจะเป็นเทพเจ้าสูงสุดหรือเทวดาใดๆ

1.1 การพัฒนาศรัทธา พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่สอนเน้นหนักในเรื่องการใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต ให้อู้จักกำจััดความทุกข์ความเดือดร้อนด้วยการพิจารณา ให้อเห็นต้นเหตุของความทุกข์ แล้วแก้ไขให้อถูกทาง ไม่ให้อเชื่อถืออย่างมงายไร้เหตุผล พระพุทธองค์ทรงแสดงหลักความเชื่อไว้ 10 ประการ ซึ่งต่อมากได้บันทึกไว้ในพระไตรปิฎก เป็นพระสูตร สูตรหนึ่งชื่อว้า “เกสปุตตสูตร” บางทีก็เรียกว้า “กาลามสูตร” เนื้อความในกาลามสูตรนี้เหมาะสมอย่างยิ่งที่จะนำมาเป็นหลักในการคิดพิจารณา หาเหตุผลก่อนที่จะเชื่ออะไรงายๆ หลักที่ควรนำมาพิจารณาก่อนที่จะเชื่อถือมีดังนี้

- 1) อย่าเชื่อเพียงเพราะได้ยินได้ฟังตามๆ กันมา
- 2) อย่าเชื่อเพียงเพราะการถือลือบๆ กันมา
- 3) อย่าเชื่อเพียงเพราะชาวที่เล่าลือกัน
- 4) อย่าเชื่อเพียงเพราะอ้างว่ามีอยู่ในตำนานหรือคัมภีร์
- 5) อย่าเชื่อเพียงเพราะตามหลักตรรกศาสตร์หรือนักเดาเอา
- 6) อย่าเชื่อเพียงเพราะด้วยการคาดคะเน
- 7) อย่าเชื่อเพียงเพราะด้วยการคิดตรองตามแนวเหตุผล
- 8) อย่าเชื่อเพียงเพราะเข้ากันได้กับทฤษฎีของตน
- 9) อย่าเชื่อเพียงเพราะเห็นว้าผู้พูดเป็นบุคคลที่น่าเชื่อถือ
- 10) อย่าเชื่อเพียงเพราะนับว้าท่าน สมณะนี้เป็นครูของเรา

1.2 การพัฒนาปัญญา ปัญญา คือ ความรอบรู้อ ความฉลาดอันเป็นผลมาจากการเรียนและคิด บ่อเกิดแห่งปัญญามี 3 ประการ คือ

1) สุตมยปัญญา สุตะ แปลว้า ฟัง การฟังเป็นการเพิ่มพูนสติปัญญาได้อย่างหนึ่ง แต่จะได้อผลดีต้องตั้งใจฟัง เช่น เมื้อครูสอนอยู่ในห้องเรียน ถ้าเราไม่ตั้งใจฟัง จิตใจไม่เป็นสมาธิ คิดไปถึงเรื่องอื่นๆ ถึงแม้หูจะฟัง แต่ถ้าใจไม่เป็นสมาธิแล้ว ก็เป็นสลักแต่ว้าฟังไม่สังเกต ไม่จดจำ ก็จะไม่ได้อความรู้ ต้องตั้งใจฟัง รู้อจักจับใจความสำคัญของเนื้อหาวิชาที่เรียนจึงจะได้อความรู้

2) จินตามยปัญญา จินตะ แปลว้า คิด การเรียนนั้นถ้าเพียงแต่ฟัง หรืออ่านเฉยๆ ไม่ใช้อความคิดพิจารณา ความรู้อที่ได้อไม่แตกฉาน เป็นเพียงรู้อเท่าตำรา ต้องอาศัยการคิดพิจารณาหาเหตุผลเปรียบเทียบกับด้วย จึงจะมีความรู้อกว้างขวาง การพิจารณาปัญญาให้อกว้างขวางและคิดได้ลึกซึ้งนั้น ต้องรู้อจักวิธีคิดหรือคิดถุกวิธี เอาความรู้อที่ได้อจากการฟัง การอ่าน การเล่าเรียน

มาเป็นพื้นฐาน แล้วคิดพิจารณาให้รอบคอบ การคิด การพิจารณา โดยใช้ปัญญาให้เข้าใจคุณค่า มองเห็นผลดีผลเสีย ซึ่งมีชื่อเรียกเฉพาะว่า "โยนิโสมนสิการ" คือ การพิจารณาโดยแยกแยะพิจารณาเพื่อเข้าถึงความจริง โดยสืบค้นหาเหตุไปตามลำดับจนถึงต้นเหตุที่แท้ มีการแยกแยะองค์ประกอบจนมองเห็นตัวสภาวะและความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย หรือตริตรองให้รู้ว่าอะไรดี อะไรชั่ว

3) ภาวนามยปัญญา ภาวนา แปลว่า การทำให้เกิดขึ้น การฝึกอบรม ภาวนามยปัญญา คือ ปัญญาที่เกิดขึ้นจากการฝึกอบรมเจริญปัญญาให้รู้เท่าทัน เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง จนมีจิตใจเป็นอิสระไม่ถูกครอบงำด้วยกิเลส พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญแก่ปัญญาที่เกิดจากการปฏิบัติมากกว่าการเรียนทางทฤษฎีแต่ขาดการปฏิบัติ

2. พระพุทธศาสนาเน้นการฝึกอบรมตน การพึ่งตนเอง และการมุ่งอิสรภาพ

2.1 การฝึกอบรมตน พระพุทธศาสนาให้ความสำคัญกับการฝึกอบรมตนเป็นอย่างมาก การปฏิบัติธรรมทุกอย่างในพระพุทธศาสนา เช่น การให้ทาน การรักษาศีล และการเจริญภาวนา ล้วนเป็นการฝึกอบรมตนทั้งสิ้น หลักธรรมที่เกี่ยวกับการฝึกอบรมตนมีหลายข้อ เช่น ภาวนา ทมะ สิกขา

1) ภาวนา แปลว่า ทำให้เกิดให้มีขึ้น ทำให้มีให้เป็นขึ้น หมายความว่าอะไรที่ยังไม่มีก็ทำให้มีขึ้น อะไรที่ยังไม่เป็นก็ทำให้เป็นขึ้น ซึ่งหมายถึง การฝึกอบรมเพื่อสร้างเสริมให้เกิดขึ้น เช่น การฝึกอบรมจิตให้เป็นสมาธิ การฝึกอบรมจิตให้มีเมตตา เป็นต้น

2) ทมะ แปลว่า การฝึก หมายถึง การฝึกปรับปรุงตน การรู้จักข่มจิต ข่มใจ บังคับควบคุมตนเองได้ ไม่พูดไม่ทำอะไรไปตามอารมณ์ แต่พูดและทำตามเหตุผลที่พิจารณาแล้วว่าดีมีประโยชน์

3) สิกขา แปลว่า การศึกษา ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมมี 3 อย่าง รวมเรียกว่า ไตรสิกขา คือ

อธิศีลสิกขา ฝึกอบรมในเรื่องศีล ควบคุมความประพฤติทางกายและวาจา

อธิจิตตสิกขา ฝึกอบรมในเรื่องจิต คือ การฝึกสมาธิ

อธิปัญญาสิกขา ฝึกอบรมในเรื่องปัญญา

พระพุทธศาสนาเชื่อในเรื่องศักยภาพของมนุษย์ว่าเป็นสัตว์ที่ฝึกได้ ฝึกผลได้ตั้งแต่มียัญชาติญาณ ป่าเถื่อน ไปจนกระทั่งเป็นพระอรหันต์คนชั้นสูงสุด คือ พระพุทธเจ้า

2.2 การพึ่งตนเอง พระพุทธศาสนาสอนให้รู้จักพึ่งตนเอง หวังผลสำเร็จด้วยการลงมือทำและรู้จักแก้ไขปรับปรุงตนเอง อย่างไม่หวังพึ่งปัจจัยภายนอก เพราะปัจจัยภายนอกไม่แน่นอน มีพระพุทธสุภาษิตหลายบทที่สอนให้พึ่งตนเอง เช่น อดตา หิ อดตโน นาโถ : ตน

เป็นที่พึ่งของตน โก หิ นาโถ ปโร สिया : คนอื่นใครเล่าจะเป็นที่พึ่งได้ ตุมเหท กิจจ อาตปป : ความเพียรพยายาม เป็นหน้าที่ที่ท่านทั้งหลายต้องทำเอง ออกขาตาโร ตถาคตา : ตถาคตเป็นแต่ผู้บอกทาง หลักคำสอนให้พึ่งตนเองนี้จะมีประสงค์เพื่อให้เรามีความเพียรพยายามในการที่จะประพฤติตนเป็นคนดี ทำความดียิ่งขึ้น และปรับปรุงตนเองให้มีความสามารถยิ่งขึ้น จุดมุ่งหมายจะบรรลุได้โดยตัวเราต้องทำ พระศาสดากิติ ครูอาจารย์กิติ เป็นเพียงผู้แนะผู้บอกทางเท่านั้น จุดมุ่งหมายในทางพุทธศาสนาพระศาสดาจะช่วยส่งเราหรือนำเราไปสวรรค์ไปนิพพานนั้นไม่ได้ แต่ช่วยบอกทางชี้ทางและแนะนำพร่ำสอนกันได้ เป็นกัลยาณมิตรได้ แต่เมื่อถึงคราวปฏิบัติเราต้องปฏิบัติเอง ดังนั้นเราจึงควรพึ่งตนเองให้มากที่สุด ทำให้ตัวเรามีสมรรถภาพ มีคุณภาพ ที่จะพึ่งตัวเองช่วยตัวเองได้ เป็นที่พึ่งของตนเองได้ จะพึ่งผู้อื่นต่อเมื่อจำเป็นเท่านั้น (พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), 2531 : 22-23 อ้างถึงในชานาญ นิสาร์ตันและคณะ, 2533 : 14-16)

2.3 การมุ่งอิสรภาพ อิสรภาพในทางพุทธศาสนา หมายถึง ความหลุดพ้นจากกิเลส คำที่ใช้ในทางธรรมที่หมายถึง อิสรภาพได้แก่คำว่า วิมุตติ หรือ วิโมกข์ หรือโมกษะ ทั้งคำนี้แปลว่า ความหลุดพ้นจากกิเลส หมายถึงนิพพาน คือการดับกิเลส และกองทุกข์ เป็นจุดหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา

การปฏิบัติ เพื่อให้หลุดพ้นจากกิเลส ต้องอาศัยปัจจัย (เหตุที่ให้ผล เหตุอันเป็นทางให้เกิดผล) หลายอย่าง ปัจจัยที่จำเป็นอย่างยิ่งก็คือ ความรู้หรือปัญญา ลำดับขั้นของการฝึกอบรมตน การที่จะบรรลุวิมุตติได้นั้นต้องอาศัยปัญญาเป็นองค์ประกอบสำคัญ และอาศัยองค์ประกอบเสริมอีก 4 อย่าง คือ

1. ศรัทธา ความเชื่อ ความมั่นใจ ทำให้มีกำลังใจที่จะกระทำต่อไป
2. วิริยะ ความเพียร ทำให้ไม่เกิดความท้อถอย
3. สติ ความระลึกได้ ทำให้กระทำถูกต้อง รอบคอบ ไม่ผิดพลาด
4. สมာธิ ความตั้งใจมั่น ทำให้เกิดความมั่นคงแน่วแน่

คุณธรรม 4 ข้อดังกล่าว เมื่อรวมกับปัญญา คือ ความรอบรู้เป็น 5 ข้อเรียกว่า พละ 5 คือธรรมเป็นกำลัง 5 อย่าง อันเป็นปัจจัยที่ส่งเสริมอิสรภาพให้แก่ผู้ปฏิบัติธรรมนั้น (พระราชาวรมุณี (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), 2530 : 12-21 อ้างถึงในชานาญ นิสาร์ตัน และคณะ, 2533 : 16-17)

ทฤษฎีความรู้ของพระพุทธเจ้าและวิธีการคิด อันนำไปสู่สาร

อรรถรณ ปิลันธนีโอวาท (2536 : 2-3) ได้กล่าวถึง วิธีการในการแสวงหาความรู้เกี่ยวกับความจริงของพระพุทธเจ้าว่าเป็นวิธีการแบบเดียวกับที่นักวิทยาศาสตร์ปัจจุบันใช้ในการ

แสวงหาความรู้เกี่ยวกับความจริงทางวิทยาศาสตร์นั้นคือ พระพุทธเจ้าทรงสอบสวนและทดลองให้ประจักษ์ด้วยพระองค์เอง พร้อมกันนั้นก็ทรงใช้พระปัญญาพิจารณาไตร่ตรอง ในช่วงที่ทรงบำเพ็ญทุกรกิริยานั้น พระองค์ทรงได้ย่นคนดีดีพันทำให้ ทรงตระหนัก ในทันทีว่าทรงประพฤติพระองค์อุปมาดังสายพินที่ถูกขึงให้ตึงเกินไป ถ้าขึงให้มีความพอดีก็จะดีเป็นเสียงไพเราะได้ตามต้องการ หากต้องการปฏิบัติให้หลุดพ้น จากความทุกข์ ก็ต้องปฏิบัติให้พอดีอยู่ในทางสายกลางไม่ย่อหย่อนหรือ เข้มงวดจนเกินไป

เมื่อได้ทรงปฏิบัติด้วยการบำเพ็ญเพียรทางจิตด้วยวิธีเจริญสมาธิ คือการทำจิตใจให้สงบและเจริญวิปัสสนา คือ การพิจารณาสิ่งทั้งปวงให้เห็นแจ้งตามความเป็นจริงด้วยปัญญาจนได้ตรัสรู้ในอริยสัจ 4 ทรงรู้แจ้งในความจริงอันได้แก่ ตัวปัญหา (ทุกข์) ทรงรู้สาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ (สมุทัย) อันได้แก่ ตัณหา 3 คือ กามตัณหา ได้แก่ ความทะเยอทะยาน อยากในสิ่งที่น่าใคร่ น่าพอใจ ภวตัณหา ได้แก่ ความทะเยอทะยานในความเป็นจริง และวิภวตัณหา ได้แก่ ความทะเยอทะยานอยากในอันไม่มีไม่เป็น ทรงรู้แจ้งในความดับทุกข์หรือการแก้ปัญหา(นิโรธ) ว่า คือ การดับตัณหา ซึ่งเป็นสาเหตุให้เกิดทุกข์ และทรงรู้แจ้งวิธีปฏิบัติที่นำไปสู่ความทุกข์ (มรรค) อันได้แก่ อริยมรรค มีองค์ 8 (นิกาย เชนะกุล, ผู้รวบรวม, 2540 : 29) คือ

1. สัมมาทิฐิ	= เห็นชอบ	}	= ปัญญา	}	= ไตรสิกขา
2. สัมมาสังกัปปะ	= ดำริชอบ				
3. สัมมาวาจา	= เจรจาชอบ	}	= ศีล		
4. สัมมากัมมัฏฐะ	= การกระทำชอบ				
5. สัมมาอาชีวะ	= เลี้ยงชีพชอบ				
6. สัมมาวายามะ	= เพียรชอบ	}	= สมาธิ		
7. สัมมาสติ	= ระลึกรชอบ				
8. สัมมาสมาธิ	= ตั้งมั่นชอบ				

นอกจาก อริยสัจ 4 อันเป็นหัวใจของการตรัสรู้แล้ว พื้นฐานปรัชญาของพุทธศาสนายังตั้งอยู่บนความเชื่อเรื่อง “กฎแห่งกรรม” A. Foucher (อ้างในอรุวรรณ ปิสังคนีโวภาท, 2536 : 3) ผู้ศึกษาตีความพุทธศาสนา ยุโรปแสดงทรรศนะว่า ตามประวัติศาสตร์พุทธศาสนาถูกแบ่งออกเป็น 2 ฝ่าย ฝ่ายหนึ่งยึดมั่นเมตตาคิจิต การอุทิศตนเอง การมอบความรัก ให้กับมวลมนุษยและสรรพชีวิต เพื่อการหลุดพ้นจากการยึดถือตนเองโดยสมบูรณ์ อีกฝ่ายหนึ่งยึดถือในเรื่องการ

แยกกายออกเพื่อสัมผัสสิ่งที่อยู่ภายในจิต โดยการทำสมาธิ ให้จิตแน่วแน่ปราศจากอารมณ์ทั้งปวง อยากรู้ก็ตามแน่วโน้มของทั้งสองฝ่าย ก็ยังอยู่บนหลักพื้นฐาน แห่งความจริงในเรื่อง “กฎแห่งกรรม” ที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ ซึ่งมีความหมายว่ามนุษย์ในโลกย่อมเป็นไปตามกรรมที่ตนกระทำมา แล้วทั้งสิ้น หากใช้สติปัญญาหาเหตุผลพิจารณาดูให้ถ่องแท้ก็จะตระหนักได้ว่า ความทุกข์ ความเสียใจ ความสบายใจ ความสุข หรือไม่สุขทั้งหลายเกิดขึ้น ในจิตใจตัวเราทั้งสิ้น และตัวเรานี้ก็ไม่มีแก่นสาร ไม่มีอำนาจที่จะบังคับสังขารให้หลุดพ้น จากความแก่ ความเจ็บ ความตาย และความทุกข์ไปได้ แม้จะดิ้นรนแก้ไขอย่างไร ก็ไม่สามารถพ้นทุกข์ หากแม้ผู้ใดจักขุมืดมัวแต่จิตเกิดสว่าง เห็นชีวิตที่แท้ด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา มีการใช้สติปัญญาพิจารณาไตร่ตรอง ไชคร่ายที่รบกวนจิตใจ อยู่ตลอดเวลา ก็จะสิ้นสุดลงด้วยอำนาจจิตที่ปล่อยวางไม่ยอมรับไว้ เมื่อถึงคราวไชคร่ายจะสิ้นสุดก็มีไชด้วยอำนาจศักดิ์สิทธิ์ใดๆ ไม่ใช่อำนาจไสยศาสตร์หรือดวงดาวหรือยศศักดิ์อำนาจทรัพย์สินเงินทองจะช่วยปลดปล่อยให้คลายทุกข์ก็หาไม่ แท้จริงอยู่ในตัวเราเอง คือ ปฏิบัติศีล สมาธิ ปัญญา เมื่อพิจารณาจนรู้จักที่มาแห่งทุกข์ ผู้นั้นก็เข้าถึงธรรมะได้

คุณสมบัติของผู้ส่งสารที่พึงประสงค์ตามแนวทางแห่งพุทธะ

สमान งามสนิท (2537 : 93-95) กล่าวถึง คุณสมบัติของผู้ส่งสารที่พึงประสงค์ตามแนวทางแห่งพุทธะ จำแนกตามที่ยกไว้ไว้ในพระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวง เล่ม 11 ข้อ 221 หน้า 22 ระบุถึงผู้มีคุณสมบัติดังกล่าวซึ่งเรียกว่า “สี่ปวิริสธรรม 7 ประการ” คือ

1. มีธัมมัญญตา เป็นผู้รู้ธรรมะ คือ หลักการ หลักความจริง เนื้อหาสาระของเรื่องที่จะสื่อสาร รู้แจ้งตลอดในทฤษฎีและปฏิบัติในศาสตร์ และศิลป์ของตน
2. มีอัตถัญญตา รู้จักเนื้อหาสาระ ความหมาย ความมุ่งหมาย วัตถุประสงค์ของการสื่อสารที่แน่นอน ชัดเจน (Goal oriented)
3. มีอัตตัญญตา รู้จักตนเอง รู้ว่าตนคือใคร มีความพร้อม หรือไม่พร้อมอย่างไร การรู้จักตนเป็นสิ่งที่สำคัญยิ่ง เมื่อเรารู้จักตนเองดีแล้วจะนำไปสู่การยอมรับตน (Self Acceptance) แล้วจะเปิดเผยตน (Self Disclosure) สามารถสื่อสารภายในตนได้อย่างดียิ่ง ผู้ที่สามารถสื่อสารภายในตนได้ดีจะเป็นผู้ที่สามารถรับรู้ วิเคราะห์ สังเคราะห์ และมีวิจารณญาณที่สุ่มรอบคอบ มีเหตุ มีผล ทำให้การสื่อสารมีประสิทธิภาพยิ่ง
4. มีมัตตัญญตา รู้จักประมาณ รู้จักความพอดี การสื่อสารบางอย่างหากมากเกินไป ผู้รับสารก็รับไม่ได้ หากน้อยไปก็ไม่เพียงพอ การรู้จักประมาณ ในการสื่อสาร (Frequency) คือ ไม่ส่งสารที่ซ้ำซากมากหรือน้อยจนเกินไป

5. มีกาลัญญุตฯ รู้จักเวลา ผู้ส่งสารต้องรู้จักเวลาในการสื่อสารว่าเวลาไหนควรเวลาไหนไม่ควร หากผู้ส่งสารไม่รู้จักเวลาในการสื่อสารแม้ว่าจะเป็นการสื่อสารภายในตน การสื่อสารระหว่างบุคคล หรือการสื่อสารมวลชน นอกจากการสื่อสารนั้นจะไม่ประสบความสำเร็จแล้ว บางครั้งอาจจะมีข้อพิพาทหรือข้อบาดหมางใจตามมา หากเราย้อนดูประวัติศาสตร์ แม่นักวิทยาศาสตร์ผู้มีชื่อเสียงของโลกยังต้องได้รับโทษจากการประกาศสังคมนิยม หรือทฤษฎีความรู้ของตนในเวลาที่ไม่เหมาะสม

6. มีปริสัจญุตฯ รู้จักชุมชน รู้จักสังคม ในทางนิเทศศาสตร์เรียกว่ากลุ่มผู้รับสารเป้าหมาย ผู้ส่งสารต้องรู้จักกลุ่มเป้าหมายการสื่อสารจึงจะประสบความสำเร็จ ยิ่งรู้จักมากเท่าไร การสื่อสารก็ยิ่งมีประสิทธิภาพมากขึ้นเท่านั้น พระพุทธเจ้าเผยแพร่ธรรมะของพระองค์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะว่าพระองค์ทรงรอบรู้ผู้รับสารอย่างรู้แจ้งตลอด ทรงรู้ไปถึงภูมิหลังหรือกรรมเก่าตั้งแต่ชาติก่อนของผู้รับสาร ผู้ส่งสารที่เป็นปฤชชนธรรมดาที่มีความจำเป็นต้องรู้จักกลุ่มเป้าหมายว่า เค้าเหล่านั้นเป็นใคร ต้องรู้จักเพศ อายุ การศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจ และสังคม ฯลฯ ยิ่งรู้จักกลุ่มเป้าหมายมากการสื่อสาร ยิ่งมีประสิทธิภาพมาก

7. มีบุคคลปโรปรัญญุตฯ รู้จักความแตกต่างระหว่างบุคคลว่าผู้รับสารแต่ละคนแต่ละกลุ่มมีลักษณะจำเพาะเป็นของตนเอง มีจริต มีอัธยาศัย มีศักยภาพในการรับสารมากน้อยเพียงใด การที่ผู้ส่งสารรู้ความแตกต่างระหว่างบุคคลได้นั้น ทำให้สามารถแยกแยะผู้รับสารได้ นักวิชาการการสื่อสารแถบทวีปตะวันตกได้จำแนกกลุ่มผู้รับสารเป้าหมายออกเป็น 5 กลุ่ม คือ กลุ่มที่เห็นด้วยอย่างยิ่ง กลุ่มที่เห็นด้วย กลุ่มเป็นกลาง กลุ่มที่ไม่เห็นด้วย และกลุ่มที่ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ส่วนในทางพุทธะจำแนกกลุ่มเป้าหมายในการรับสารไว้ 4 กลุ่ม เปรียบเสมือนบัว 4 เหล่า ได้แก่

1) กลุ่มบัวพ้นน้ำ เมื่อได้รับแสงอาทิตย์จะแย้มบานทันที กลุ่มนี้เปรียบเสมือนผู้มีปัญญาเฉียบแหลม มีการศึกษาดีแล้ว ไม่ต้องการเนื้อหาหรือการอธิบายอะไรมากมาย เพียงแต่ให้หัวข้อธรรมะก็สามารถรู้ได้ กลุ่มนี้เพียงได้รับหัวข้อข่าวสาร ก็สามารถยังประโยชน์ตนและประโยชน์ผู้อื่นให้สำเร็จได้

2) กลุ่มบัวได้ผิวน้ำ เพียงรอวันจะไหลพ้นน้ำขึ้นมารับแสงอรุณแล้วแย้มบานในวันรุ่งขึ้น เปรียบเสมือนผู้มีปัญญามากอยู่แล้ว ให้ข้อมูลข่าวสารเพียงเล็กน้อยก็จะเข้าใจ ยังประโยชน์ให้สำเร็จได้

3) กลุ่มบัวที่จมอยู่กลางน้ำ โอกาสที่จะไหลพ้นน้ำเพื่อรับแสงอรุณ แล้วแย้มบานกับการที่ปลา เตะก่อกินเป็นอาหารมีเท่าๆกัน เปรียบเสมือนกลุ่มคนที่มีเชาวน์ปัญญาปานกลาง หากประคับประคองดีโอกาสที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตก็มีมาก การสื่อสารกับกลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มนี้ต้องละเอียด เนื้อหาต้องตรงประเด็น ชัดเจนและถูกต้อง เพราะกลุ่มนี้ไม่ยอมเปลี่ยนแปลงอะไรง่าย ๆ

4) กลุ่มบัวในโคลนตม คือบัวที่ยังเป็นหน่อยังไม่โผล่พ้นโคลนตมขึ้นมา โอกาสที่จะเป็นอาหารของเต่าของปลามีมากที่สุด เปรียบเสมือนกลุ่มผู้รับสารที่มีปัญญาที่บิ ห่อหุ้มด้วยอวิชชาคือความไม่รู้แจ้ง การสื่อสารกับกลุ่มนี้ ผู้ส่งสารต้องออกแรงมากจึงจะประสบความสำเร็จหรือบางครั้งอาจต้องเลิกหากันไปเฉยๆ พระพุทธเจ้าได้ทรงใช้ญาณพิเศษทราบถึงภูมิหลังตั้งแต่อดีตชาติ จึงช่วยกลุ่มนี้ให้บรรลุธรรมะได้ เพราะกลุ่มนี้เป็นกลุ่ม ปทปรม (ปะทะปะระมะ) ผู้มีตมอย่างยิ่ง

เทคนิคการสอนของพระพุทธเจ้า

พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต) (2541 : 33-44) ได้กล่าวถึงเทคนิคการสอนของพระพุทธเจ้าซึ่งทำให้ประชาชน / ผู้รับสารซึ่งมีสติปัญญาแตกต่างกันสามารถเข้าใจและจดจำได้ง่ายที่สุด เนื้อหาหรือเรื่องที่พระองค์ทรงสอนจะมีหลักการสอนโดยแบ่งเป็น 3 หมวด คือ ข้อควรคำนึงต่างๆ เกี่ยวกับเนื้อหาเรื่องที่สอน เกี่ยวกับตัวผู้เรียน และเกี่ยวกับตัวการสอน มีรายละเอียดดังนี้

ก. เกี่ยวกับเนื้อหาหรือเรื่องที่สอน

1. สอนจากสิ่งที่รู้เห็นเข้าใจง่ายหรือรู้เห็นเข้าใจอยู่แล้ว ไปหาสิ่งรู้เห็นเข้าใจยาก หรือยังไม่รู้ไม่เห็นไม่เข้าใจ ตัวอย่างที่เห็นชัดคือ อริยสัจ ทรงเริ่มสอนจากความทุกข์ ความเดือดร้อน ปัญหาชีวิตที่คนมองเห็นและประสบอยู่โดยธรรมดา รู้เห็นประจักษ์กันอยู่ทุกคนแล้ว ต่อจากนั้นจึงสาวหาเหตุที่ยกเลิกซึ่ง และหาทางแก้ไขต่อไป

2. สอนเนื้อเรื่องที่ค่อยลุ่มลึกยากขึ้นไปตามลำดับขั้น และต่อเนื่องกันเป็นสายลงไป

3. ถ้าสิ่งที่สอนเป็นสิ่งที่แสดงได้ ฟังสอนด้วยของจริง ให้เรียนรู้อันได้ดู ได้เห็น ได้ฟังเอง อย่างที่เรียกว่าประสบการณ์ตรง

4. สอนเนื้อหา ตรงเรื่อง คมอยู่ในเรื่อง มีจุด ไม่วกวน ไม่ไขว้เขว ไม่ออกนอกเรื่องโดยไม่มีอะไรเกี่ยวข้องในเนื้อหา

5. สอนมีเหตุผล ตรงตามเห็นจริงได้

6. สอนเท่าที่จำเป็นพอดีสำหรับให้เกิดความเข้าใจ ให้เรียนรู้ได้ผล ไม่ใช่สอนเท่าที่ตนรู้ หรือแสดงภูมิว่าผู้สอนมีความรู้มาก

7. สอนสิ่งที่มีความหมาย ควรที่เขาคะเรียนรู้และเข้าใจ เป็นประโยชน์ต่อตัวเขาเอง

ข. เกี่ยวกับตัวผู้เรียน

1. รู้ คำนึงถึง และสอนให้เหมาะตามความแตกต่างระหว่างบุคคล

2. ปรับวิธีสอนผ่อนให้เหมาะกับบุคคล แม้สอนเรื่องเดียวกันแต่ต่างบุคคล อาจใช้ต่างวิธี ข้อนี้เกี่ยวข้องต่อเนื่องมาจากข้อ 1

3. คำนึงถึงความพร้อม ของผู้เรียนแต่ละบุคคลเป็นรายๆ ไปด้วย ว่าในแต่ละคราว หรือเมื่อถึงเวลานั้นๆ เขาคงจะได้เรียนอะไร และเรียนได้แค่ไหนเพียงไร หรือว่าสิ่งที่ต้องการให้เขารู้นั้นควรให้เขาเรียนได้หรือยัง

4. สอนโดยให้ผู้เรียนลงมือทำด้วยตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เกิดความรู้ความเข้าใจชัดเจน แม่นยำและได้ผลจริง

5. การสอนดำเนินไปในรูปที่ให้ผู้รู้สึกว่าผู้เรียนกับผู้สอนมีบทบาทร่วมกัน ในการแสวงหาความจริง มีการแสดงความคิดเห็น ได้ตอบเสรี หลักนี้เป็นข้อสำคัญในวิธีการแห่งปัญญาซึ่งต้องการอิสรภาพในทางความคิด และโดยวิธีนี้เมื่อเข้าถึงความจริง ผู้เรียนก็จะรู้สึกว่าตนได้มองเห็นความจริงด้วยตนเองและมีความชัดเจนมั่นใจ หลักนี้เป็นหลักที่พระพุทธเจ้าทรงใช้เป็นประจำและมักมาในรูปการถามตอบ

6. เอาใจใส่บุคคลที่ควรได้รับความสนใจพิเศษเป็นรายๆ ไปตามควรแก่กาลเทศะและเหตุการณ์

ค. เกี่ยวกับตัวผู้สอน

1. การเริ่มต้นเป็นจุดสำคัญมากอย่างหนึ่ง การเริ่มต้นที่ดีมีส่วนช่วยให้การสอนสำเร็จผลดีเป็นอย่างมาก อย่างน้อยก็เป็นเครื่องดึงความสนใจ และนำเข้าสู่เนื้อหาได้ พระพุทธเจ้าจะไม่ทรงเริ่มสอนด้วยการเข้าสู่เนื้อหาธรรมทีเดียวแต่จะเริ่มสนทนากับผู้ทรงพบด้วยเรื่องที่เขาู้เข้าใจดี หรือสนใจอยู่

2. สร้างบรรยากาศในการสอนให้ปลอดโปร่ง เพลิดเพลิน ไม่ให้ตึงเครียด ไม่ให้เกิดความอึดอัดใจและให้เกียรติแก่ผู้เรียนให้เขามีความภูมิใจในตัว

3. สอนมุ่งเนื้อหา มุ่งให้เกิดความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่สอนเป็นสำคัญ ไม่กระทบตนและผู้อื่น ไม่ยุ่งยากตน ไม่มุ่งเสียดสีใครๆ

4. สอนโดยเคารพ คือ ตั้งใจสอน ทำจริง ด้วยความรู้สึกรู้ว่าเป็นสิ่งมีค่า มองเห็นความสำคัญของผู้เรียน

5. ใช้ภาษาสุภาพนุ่มนวล ไม่หยาบคาย ชวนให้สบายใจ สละสลวยเข้าใจง่าย

กลวิธีและอุบายประกอบการสอน

พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) (2541 : 51-63) กล่าวถึงกลวิธีและอุบายประกอบการสอนของพระพุทธเจ้าดังนี้

1. การยกอุทาหรณ์ และการเล่านิทานประกอบ ช่วยให้เข้าใจความได้ง่ายและชัดเจนช่วยให้จำแม่นยำ เห็นจริง และเกิดความเพลิดเพลิน ทำให้การเรียนการสอนมีรสยิ่งขึ้น พระพุทธเจ้าทรงใช้อุทาหรณ์และนิทานประกอบการสอนมากมาย จะเห็นได้จากการใช้คัมภีร์ต่างๆ มีอุทาหรณ์และนิทานปรากฏอยู่ทั่วไป เฉพาะคัมภีร์ชาดกอย่างเดียวก็มีนิทานชาดกถึง 547 เรื่อง

2. การเปรียบเทียบด้วยข้ออุปมา ช่วยให้เรื่องที่ลึกซึ้งเข้าใจยาก ปรากฏความหมายเด่นชัดและเข้าใจง่ายขึ้น โดยเฉพาะมักใช้ในการอธิบายสิ่งที่เป็นนามธรรม เปรียบให้เห็นชัดด้วยสิ่งที่เป็นรูปธรรมหรือแม้เปรียบเรื่องที่เป็นรูปธรรมด้วยข้ออุปมาแบบรูปธรรมก็ช่วยให้ความหนักแน่น เข้า การใช้อุปมานี้ น่าจะเป็นกลวิธีประกอบการสอนที่พระพุทธองค์ทรงใช้มากที่สุด เมื่อเทียบกับวิธีอื่นๆ

3. การใช้อุปกรณ์การสอน ในสมัยพุทธกาล ย่อมไม่มีอุปกรณ์การสอนชนิดต่างๆ ที่จัดขึ้นไว้เพื่อการสอนโดยเฉพาะเหมือนสมัยปัจจุบัน เพราะยังไม่มีการศึกษาเป็นระบบขึ้นอย่างกว้างขวาง หากใช้อุปกรณ์บ้างก็คงต้องอาศัยวัตถุสิ่งของที่มีในธรรมชาติ หรือเครื่องใช้ต่างๆ ที่ผู้คนใช้กันอยู่

4. การทำเป็นตัวอย่าง เป็นวิธีการสอนที่ดีที่สุดโดยไม่ต้องกล่าวสอนด้วยวาจาแต่เป็นทำนองการสาธิตให้ดู พระพุทธเจ้าทรงกระทำเป็นตัวอย่างด้วยการเป็นผู้นำที่ดีและการมีพระจริยาวัตรอันดีงามที่เป็นอยู่โดยปกตินั่นเอง

5. การเล่นภาษา เล่นคำ และใช้คำในความหมายใหม่ เป็นเรื่องของความสามารถในการใช้ภาษาบวกกับปฏิภาณไหวพริบ ข้อนี้จึงเป็นการแสดงให้เห็นถึงพระปรีชาสามารถของพระพุทธเจ้าที่มีความรู้รอบไปทุกด้าน เมื่อผู้ใดทูลถามปัญหาเป็นคำร้อยกรองพระองค์ก็ทรงตอบเป็นคำร้อยกรองไปทันที ทำนองกลอนสด บางทีเขาทูลถามหรือกล่าวข้อความโดยใช้คำที่มีความหมาย

ไปในทางที่ไม่ดีงาม พระองค์ก็ตรัสตอบไปด้วยคำพูดเดียวกันนั่นเอง แต่เป็นคำพูดในความหมายที่ต่างออกไปเป็นฝ่ายดีงาม

6. อุบายเลือกคน และการปฏิบัติรายบุคคล การเลือกคนเป็นอุบายสำคัญในการเผยแผ่ธรรมะในพระพุทธศาสนาของพระพุทธเจ้า ในการสั่งสอนคนแต่ละถิ่นหรือแต่ละหมู่คณะ มักทรงเริ่มต้นที่บุคคลผู้เป็นประมุข เช่นพระมหากษัตริย์ หรือหัวหน้าของชนหมู่นั้นๆ ทำให้การประกาศพระศาสนาได้ผลดีรวดเร็วและเป็นการยืนยันพระปรีชาสามารถของพระองค์ด้วย

7. การรู้จักจังหวะและโอกาส เมื่อยังไม่ถึงจังหวะไม่เป็นโอกาส ก็ต้องมีความอดทน ไม่ชิงหักหาญหรือตั้งต้นทำ แต่ก็ต้องตื่นตัวอยู่เสมอ เมื่อถึงจังหวะหรือเป็นโอกาส ก็ต้องมีความจับไวที่จะจับมาใช้ให้เป็นประโยชน์ ไม่ปล่อยให้ผ่านเลยไปเสียเปล่า แม้ในการเผยแผ่ศาสนาแก่คนส่วนใหญ่ พระพุทธเจ้าก็ทรงปฏิบัติตามจังหวะและโอกาสด้วย เช่นในระยะแรกประกาศพระศาสนา ณ วันมาฆบูชา หลังตรัสรู้ 1 ปี เมื่อประทับอยู่ ณ เวฬุวัน พระสงฆ์สาวกมาชุมนุมพร้อมกัน ณ ที่นั้นและเป็นโอกาสเหมาะ พระพุทธเจ้าก็ทรงแสดงโอวาทปาติโมกข์สำหรับเป็นหลักยึดถือร่วมกันของคณะสงฆ์ก่อนที่จะแยกย้ายกันไปบำเพ็ญศาสนกิจ

8. ความยืดหยุ่นในการใช้วิธีการ ถ้าผู้สอนสอนอย่างไม่มียึดตายตัว ตัดต้นเหมา มาจะทวิญญูเสียให้น้อยที่สุด ก็จะมีผลสำเร็จในการเรียนรู้เป็นสำคัญ สุดท้ายจะใช้กลวิธีใดให้การสอนได้ผลดีที่สุด ก็จะทำในทางนั้น ไม่กลัวว่าจะเสียเกียรติ ไม่กลัวจะถูกรู้สึกรู้ว่าแพ้ บางคราวเมื่อสมควรก็ต้องยอมให้เรียนรู้สึกตัวว่าเขาเก่ง สมควรคล้อยก็คล้อย สมควรปลอบก็ปลอบ มีพุทธพจน์ว่า "เรายอมฝึกคนด้วยวิธีอ่อนละมุนละไมบ้าง ด้วยวิธีรุนแรงบ้าง ด้วยวิธีทั้งอ่อนละมุนละไม และทั้งรุนแรงปนกันไปบ้าง"

9. การลงโทษและให้รางวัล แม้ว่าพระพุทธเจ้าจะทรงใช้การชมเชยยกย่องบ้าง ก็เป็นไปในรูปการยอมรับคุณความดีของผู้นั้น กล่าวชมโดยธรรมให้เขามั่นใจในการกระทำความดีของตนแต่ไม่ได้เกิดเป็นการเปรียบเทียบข่มคนอื่นลง บางทีทรงชมเพื่อให้ถือเป็นตัวอย่าง หรือเพื่อแก้ความเข้าใจผิด ให้ตั้งทัศนคติที่ถูกต้อง อย่างไรก็ตามการลงโทษน่าจะมีอยู่แบบหนึ่ง คือ การลงโทษตนเอง ซึ่งมีทั้งในทางธรรมและทางวินัย ในทรงพระวินัย ถือว่ามีบทบัญญัติความประพฤติอยู่แล้ว และบทบัญญัติเหล่านี้พระพุทธเจ้าทรงตราไว้ด้วยความเห็นชอบร่วมกันของคณะสงฆ์ พร้อมทั้งมีบทกำหนดโทษไว้เสร็จ ส่วนในทางธรรม ภาวะที่เหลือขอจริงๆ สอนไม่ได้ ก็กลายเป็นผู้ที่พระพุทธเจ้าและเพื่อนพรหมจรรย์ทั้งปวงไม่ถือว่าเป็นผู้ที่ควรจะกล่าวสั่งสอน โดยวิธีนี้ ถือว่าเป็นการลงโทษอย่างรุนแรงที่สุด

10. กลวิธีแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ย่อมต้องอาศัยปฏิภาณ คือ ความสามารถในการประยุกต์หลัก วิธีการ และกลวิธีต่างๆ มาใช้ให้เหมาะสม เป็นเรื่องเฉพาะครั้งเฉพาะคราวไป

พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) (2541 : 45) กล่าวว่า การสอนของพระพุทธเจ้าแต่ละครั้ง จะดำเนินไปจนถึงผลสำเร็จ โดยมีคุณลักษณะซึ่งเรียกได้ว่าเป็นลีลาในการสอน 4 อย่างดังนี้

- 1) สันทัดสนา อธิบายให้เห็นชัดเจนแจ่มแจ้ง เหมือนจูงมือไปดูเห็นกับตา
- 2) สมหาปนา ชักจูงให้เห็นจริงด้วย ชวนให้คล้อยตาม จนต้องยอมรับและนำไปปฏิบัติ
- 3) สมุตเตชนา รั้าใจให้แกล้งวักล้า บังเกิดกำล้งใจ ปลุกให้มีอุตสาหะแข็งขัน มั่นใจว่าจะทำให้สำเร็จได้ ไม่หวั่นระยอต่อความเหนื่อยยาก
- 4) สัมปก้งสนา ซโลมใจให้แซมขึ้น รั้าเรึง เบิกบาน พ้งไมเบือและเปียมด้วยความหวัง เพราะมองเห็นคุณประโยชน์ที่ตนจะพึงได้รับจากการปฏิบัติ

พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตฺโต) (2541 : 46-50) วิธีสอนของพระพุทธเจ้า มีหลายแบบหลายอย่าง ที่น่าสังเกตได้แก่วิธีต่อไปนี้

1. แบบสนทนา วิธีนี้น่าจะเป็นวิธีที่ทรงใช้บ่อย โดยเฉพาะเมื่อผู้มาเฝ้าหรือทรงพบนั้นยังไม่ได้เลื่อมใสศรัทธาในพระศาสนา ยังไม่รู้ ไม่เข้าใจในหลักธรรม ในการสนทนา พระพุทธเจ้ามักจะทรงเป็นฝ่ายถามนำคู่สนทนาเข้าสู่ความเข้าใจธรรมและความเลื่อมใสศรัทธาในที่สุด
2. แบบบรรยาย วิธีสอนแบบนี้ น่าจะทรงใช้ในที่ประชุมใหญ่ในการแสดงธรรมประจำวัน ซึ่งมีประชาชนหรือพระสงฆ์จำนวนมาก และส่วนมากเป็นผู้มีพื้นความรู้ความเข้าใจกับมีความเลื่อมใสศรัทธาอยู่แล้วมาเพื่อหาความรู้ความเข้าใจเพิ่มเติม และหาความสงบสุขทางจิตใจ นับได้ว่าเป็นคนประเภทและระดับใกล้เคียงกันพอจะใช้วิธีบรรยายแบบกว้างๆ ได้
3. แบบตอบปัญหา ผู้ที่มาถามปัญหานั้น นอกจากผู้ที่มีความสงสัยข้องใจในข้อธรรมต่างๆ แล้ว โดยมากเป็นผู้นับถือลัทธิศาสนาอื่น บ้างก็มาถามเพื่อต้องการรู้คำสอนทางฝ่ายพระพุทธศาสนาหรือเทียบเคียงกับคำสอนในลัทธิของตน เป็นต้น ในการตอบปัญหานั้นถ้าได้รู้ซึ่งถึงจิตใจของผู้ถามด้วยว่า เขาถามด้วยความประสงค์อย่างใด ก็จะสามารถกล่าวแก้ได้อย่างเหมาะสม และตอบปัญหาได้ตรงจุด ทำให้การสอนได้ผลดียิ่งขึ้น
4. แบบวางกฎข้อบังคับ โดยชี้แจงผลดีในการปฏิบัติตามกฎข้อบังคับและผลเสียในการไม่ปฏิบัติตามกฎข้อบังคับ ไม่ทรงบังคับเอาโดยพลการ

2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการสื่อสารภายในตัวบุคคล

ปรมะ สตะเวทิน(2540 : 34) การสื่อสารภายในตัวบุคคล (Intrapersonal Communication) หมายถึง การสื่อสารของบุคคลคนเดียว บุคคลคนเดียวกันั้นทำหน้าที่เป็นทั้งผู้ส่งสารและผู้รับสาร กล่าวคือระบบประสาทส่วนกลาง (central nervous system) ของบุคคลนั้น ทำจะทำหน้าที่ทั้งส่งสารและรับสาร ตัวอย่างของการสื่อสารภายในบุคคลได้แก่การพูดกับตัวเอง, การร้องเพลงฟังคนเดียว, การเขียนจดหมายแล้วอ่านตรวจทานก่อนส่ง, การคิดถึงงานที่จะทำ เป็นต้น

ฉิรพันธ์ อนุวัชศิริวงศ์ (2532) กล่าวว่า ในการสื่อสารทุกระดับและทุกรูปแบบของมนุษย์ เกี่ยวเนื่องกับ "ตัวตน" หรือ "อัตตา" ของปัจเจกบุคคล ซึ่งเป็นหน่วยที่เล็กที่สุดที่มีความสำคัญยิ่งในกระบวนการสื่อสาร กล่าวอีกนัยได้ว่า การสื่อสารภายในตัวบุคคล (Intrapersonal Communication) อันหมายรวมถึงระบบปฏิสัมพันธ์ของความคิด ความรู้ และความรู้สึกของบุคคล มีบทบาทโดยตรงต่อการสื่อสารระหว่างบุคคล การสื่อสารในกลุ่ม การสื่อสารสู่ประชุมชน ตลอดจนจนถึงการสื่อสารมวลชน ดังนั้น หากเราสามารถกำหนดและพัฒนาระบบพฤติกรรมภายในของตนได้เป็นอย่างดีแล้ว ย่อมจะส่งผลให้การสื่อสารที่เป็นพฤติกรรมภายนอกเป็นไปได้อย่างมีประสิทธิภาพอย่างไม่มีปัญหา

คนเราจะถูกกระตุ้นจากสิ่งที่เราเห็น สิ่งที่เราได้ยิน หรือสิ่งที่เราคิดขึ้นมาได้อยู่เสมอ สิ่งที่กระตุ้นทั้งหลายนี้มีผลต่อความรู้สึกตัวของคนเรา มองไปรอบๆ ตัว การได้เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ได้รส และได้สัมผัส ล้วนก่อให้เกิดความรู้สึกต่างๆ นานา ความรู้สึกจะเป็นไปตามสิ่งเร้า นั้นๆ กล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือ ตัวเราสามารถเป็นตัวกระทำในระบบการรับรู้ของตนเอง ดังนั้นการรับรู้จึงเป็นสิ่งที่เรากระทำขึ้นนั่นเอง ถ้าพิจารณาแบบแผนของการรับรู้ เราจะมองเห็นแบบแผนของการประติดประต่อที่เป็นเอกลักษณ์ของตัวเอง เราแต่ละคนต่างก็มีประสบการณ์ในการสร้างความจริงเหล่านี้เหมือนกัน แต่ว่า "การรับรู้" ความจริงของเราแต่ละคนมีแนวทางที่แตกต่างกัน ลักษณะความแตกต่างด้านการรับรู้เช่นนี้จะอธิบายได้โดยต้องเข้าใจว่าเราไม่ใช่กระดาศที่ว่างเปล่า ซึ่งมี "โลกภายนอก" ที่คนอื่นเป็นผู้เขียนความหมายลงบนกระดาศนั้น ในทางตรงกันกับ "ความหมาย" เป็นสิ่งซึ่งเรากำหนดให้แก่สภาพแวดล้อม และเราได้แทรกทัศนคติของเราทั้งหมดเข้าไปสู่กระบวนการรับรู้

พัชนี เขยจรรรยาและคณะ (2538) การสื่อสารภายในตัวบุคคล คือ การสื่อสารสัมพันธ์ซึ่งเกิดขึ้นภายในตัวบุคคล กล่าวอย่างง่าย ๆ ก็คือ ปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นภายในตัวเอง

การสื่อสารภายในตัวบุคคลเป็นไปได้เพราะเราสามารถคำนึงถึงตนเองโดยใช้สัญลักษณ์ที่ตนเองใช้ในการสื่อสารกับผู้อื่น สัญลักษณ์ที่เราพูดกับผู้อื่นก็เหมือนกับที่บุคคลพูดกับตัวเอง

ขณะที่มีการสื่อสารทุกประเภทมันจะขยายไปถึงการสื่อสารภายในบุคคลเสมอ กล่าวคือ การตีความหมายจะเกี่ยวข้องในการสื่อสารทุกประเภท

Barnlund (1968) การสื่อสารภายในบุคคลของแต่ละคนเป็นอย่างนั้น ขึ้นอยู่กับสภาพการณ์ สิ่งแวดล้อมรอบตัว คนเราจะเห็นสิ่งต่างๆ ตามวัตถุประสงค์ รู้สึกตามที่อวัยวะรับรู้ ยอมรับ สัมพันธ์กับรหัสต่างๆ ตามพลวัตของบุคลิกภาพของตนเอง

ในแต่ละบุคคลจะมีระบบการรับและถ่ายทอดข้อมูลข่าวสาร การรับสารนั้นเราจะได้รับจากบุคคลที่เราทำการสื่อสารด้วย ในทำนองเดียวกันก็จะส่งสารให้บุคคลอื่นเช่นกัน เพราะมนุษย์ไม่อาจดำเนินชีวิตอยู่ได้โดยไม่มีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น การรับและการส่งสารเป็นกระบวนการที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ข้อมูลข่าวสารที่ได้รับจะถูกกลั่นกรองและมีการจัดระบบภายในความนึกคิดของบุคคล จนเกิดเป็นแนวคิดรวบยอดเกี่ยวกับตนเอง เรียกว่า อัตตมโนทัศน์ (self-concept) ซึ่งจะมีแบบแผนเฉพาะตัว แต่กระนั้นก็เป็นกลไกที่ไม่คงที่ แปรเปลี่ยนได้ และเป็นแก่นสำคัญของสื่อสารในสังคม

กระบวนการคิดในการสื่อสารภายในบุคคล

การคิดและการตัดสินใจนั้น มีอยู่ในมนุษย์ทุกคน ในทุกวันและทุกเวลาของชีวิต ไม่ว่าจะอยู่กับคนอื่นหรืออยู่กับตนเองก็ตาม การคิดเป็นกระบวนการสื่อสารภายในตนเอง (Intrapersonal Communication) และการคิดมีลักษณะเป็นกระบวนการ

เซลโกและดานซ์ กล่าวว่า เมื่อคนเราได้รับสิ่งเร้าก็จะเกิดการรับรู้ การตีความและการตัดสินใจ ต่อจากนั้นจะเกิดการใส่รหัสและส่งสารออกไป ไม่ว่าจะส่งสารกับตนเองหรือกับผู้อื่นก็ตาม กระบวนการนี้จะเกิดขึ้นอยู่เสมอตลอดเวลา

เมื่อเราเผชิญกับปัญหาและคิดหาทางแก้ไขอยู่ นั่นคือ เรากำลังใช้ “ความคิด” สมองของคนเรามีขอบเขตจำกัด เราสามารถผลิตความคิดที่หลากหลายออกมา เก็บรวบรวมและเลือกสรรความคิดเพื่อนำมาใช้ในโอกาสต่างๆ

การคิดนั้นแบ่งออกเป็น

1. การคิดธรรมดาสำหรับแก้ปัญหาทั่วไป
2. การคิดเฉียบแหลม (Bright Ideas) ซึ่งจะมีคุณค่ามากกว่า เนื่องจากสามารถแก้ปัญหาที่สลบซับซ้อนได้
3. ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ (Creative Thinking) เกิดจากความคิดเฉียบแหลมซึ่งนำไปสู่สิ่งใหม่ๆ และวิธีแก้ปัญหาใหม่ๆ ซึ่งจะต้องฝึกฝนและใช้ความสามารถส่วนตัวบางประการ

การนำผลจากการคิดอย่างมีวิจารณญาณนั้นไปใช้ในสถานการณ์ต่างๆ

1. การตัดสินใจ - ว่าควรเชื่อ/ไม่ควรเชื่อ, ควรทำ/ไม่ควรทำอะไร
2. การแก้ปัญหา - ตัดสินใจว่าควรเลือก/ไม่ควรเลือกวิธีแก้ปัญหาแบบใด
3. การศึกษาวิจัย - นำความคิดที่ผ่านการคิดอย่างมีวิจารณญาณแล้วไปใช้ศึกษาวิจัยให้ได้ข้อมูลความรู้ใหม่ต่อไป
4. การปฏิบัติ, การทำ/ไม่ทำการ สร้างหรือผลิต - ลงมือกระทำหรือสร้าง หรือผลิตสิ่งต่างๆ ตามความคิดที่ได้ตัดสินใจแล้ว
5. การริเริ่มสร้างสรรค์ - นำความคิดที่ผ่านการคิดอย่างมีวิจารณญาณแล้ว ไปใช้ในการริเริ่มสร้างสรรค์ผลิตสิ่งแปลกใหม่

ในส่วนของการตัดสินใจนั้น ไม่เพียงแต่เป็นส่วนหนึ่งของงานประจำวันของคนทุกคนเท่านั้น แต่การตัดสินใจยังเป็นข้อกำหนดอย่างหนึ่งสำหรับการดำรงคงอยู่ขององค์กรด้วย การตัดสินใจในองค์กรนั้นจะมีความซับซ้อนมากกว่าการตัดสินใจของบุคคล เนื่องจากต้องเกี่ยวข้องกับบุคคลหลายคน สถานการณ์ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับหลายฝ่าย เป็นต้น

ความหมายของกระบวนการคิดและการตัดสินใจ

เลวิน (Lewin) นักทฤษฎีกลุ่มเกสตัต์ดัลท์ (Gestalt) เชื่อว่า ความคิดของบุคคลเกิดจากการรับรู้สื่อเร้า ซึ่งบุคคลมักรับรู้ในลักษณะภาพรวมหรือส่วนรวมมากกว่าส่วนย่อย

บลูม (Bloom, 1961) ได้จำแนกการรู้ (Cognition) ออกเป็น 5 ชั้น ได้แก่ การรู้ชั้นความรู้ การรู้ชั้นเข้าใจ การรู้ชั้นวิเคราะห์ การรู้ชั้นสังเคราะห์ และการรู้ชั้นประเมิน

ทอเรนซ์ (Torrance, 1962) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบของความคิดสร้างสรรค์ว่าประกอบไปด้วย ความคล่องแคล่วในการคิด (Fluency) ความยืดหยุ่นในการคิด (Flexibility) และความคิดริเริ่มในการคิด (Originality)

ออสซูเบล (Ausubel, 1963) ได้อธิบายว่า การเรียนรู้ที่มีความหมายจะเกิดขึ้นได้ หากการเรียนรู้นั้นสามารถเชื่อมโยงกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่มีมาก่อน

เพียเจต์ (Piaget, 1964) ได้อธิบายพัฒนาการทางสติปัญญาว่าเป็นผลเนื่องมาจากการปะทะสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม โดยบุคคลพยายามปรับตัวโดยใช้กระบวนการดูดซึม (assimilation) และกระบวนการปรับให้เหมาะสม (accommodation) โดยการพยายามปรับความรู้ ความคิดเดิมกับสิ่งแวดล้อมใหม่ ซึ่งทำให้บุคคลอยู่ในสภาวะสมดุลสามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ กระบวนการดังกล่าวเป็นกระบวนการการพัฒนาโครงสร้างทางสติปัญญาของบุคคล

พระธรรมปิฎก (2539) ได้นำเสนอแนวคิดในการจัดการศึกษาและการสอนตามหลักพุทธธรรม ซึ่งครอบคลุมในเรื่องการพัฒนาปัญญา และการคิดไว้เป็นจำนวนมาก ทฤษฎีพื้นฐานมีดังนี้

1. ความสุขของมนุษย์เกิดจากการรู้จักดำเนินชีวิตให้ถูกต้องทั้งต่อตัวเองและผู้อื่น
2. การรู้จักดำเนินชีวิตอย่างถูกต้อง คือ การรู้จักคิดเป็น พูดเป็น และทำเป็น
3. การคิดเป็นหรือการคิดอย่างถูกต้องเป็นศูนย์กลางที่บริหารการดำเนินชีวิตทั้งหมด มีหน้าที่ชี้แนะและควบคุมการกระทำ
4. กระบวนการคิดเป็น เป็นสิ่งที่พัฒนาได้ โดยกระบวนการที่เรียกว่า การศึกษา หรือสิกขา การพัฒนานั้นเรียกว่า สัมมาทิฐิ ผลที่ได้คือ มรรคหรือการกระทำที่เที่ยงาม
5. แก่นแท้ของการศึกษา คือ การพัฒนาปัญญาของตนเองให้เกิดมีสัมมาทิฐิ คือ ความรู้ ความเข้าใจ ความคิดเห็น ค่านิยมที่ถูกต้อง เที่ยงาม เกื้อกูลแก่ชีวิตและครอบครัว
6. สัมมาทิฐิ ทำให้เกิดการพูดและการกระทำที่ถูกต้องเที่ยงาม สามารถดับทุกข์และแก้ปัญหาได้
7. ปัจจัยที่ทำให้เกิดสัมมาทิฐิได้ มี 2 ประการ คือ
 - 1) ปัจจัยภายนอก หรือเรียกว่า ปรโต โฆสะ ได้แก่ สิ่งแวดล้อมต่างๆ ครู พ่อแม่ เพื่อน
 - 2) ปัจจัยภายใน หรือเรียกว่า โยนิโสมนสิการ ได้แก่ การคิดเป็น
8. การศึกษาทั้งหลายที่จัดกันมาตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน ทำกันอย่างเป็นงานเป็นการ เป็นระบบระเบียบ ถือว่าเป็นปรโต โฆสะ ทั้งสิ้น

9. บุคคลส่วนใหญ่ในโลกจะสามารถพัฒนาตนเองโดยใช้โยนิโสมนสิการอย่างเดียวไม่ได้ จำเป็นต้องอาศัยปรโต โฆสะก่อนในเบื้องต้น จะมีก็แต่เฉพาะกับอัจฉริยะบุคคล เช่น พระพุทธเจ้าเท่านั้นที่จะใช้แต่โยนิโสมนสิการเพียงอย่างเดียวได้

10. โยนิโสมนสิการเรียกได้ว่าเป็นการคิดเป็น เป็นความสามารถที่บุคคลผู้จักมอง รู้จักพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามสภาวะโดยวิธีคิดหาเหตุปัจจัย สืบค้นจากต้นเหตุตลอดทางจนถึงผลสุดท้ายที่เกิด แยกแยะเรื่องออกให้เห็นตามสภาวะที่เป็นจริง คิดตามความสัมพันธ์ที่สืบทอดจากเหตุโดยไม่เอาความรู้สึกอุปทานของตนเองเข้าไปจับหรือเคลือบคลุมบุคคลนั้นจะสามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม ด้วยวิธีการแห่งปัญญา

ในการวิจัยนี้ ผู้ปฏิบัติกรรมฐานต้องอาศัยปัจจัยภายนอก (ปรโต โฆสะ) เพื่อให้เกิดปัญญาภายในเช่นกัน อันได้แก่การมาฝึกอบรมจิตปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่วัดอัมพวัน ซึ่งเป็นแนวทางที่จะช่วยให้ผู้ปฏิบัติกรรมฐานนั้นใช้โยนิโสมนสิการของแต่ละบุคคลด้วยการปฏิบัติกรรมฐานด้วยตนเองจนเข้าใจและรู้แจ้ง ซึ่งก็ขึ้นอยู่กับลักษณะประชากร ความรู้ ทัศนคติ ของแต่ละคนด้วยว่าจะสามารถนำธรรมะจากการมาปฏิบัติกรรมฐานนี้ไปใช้ให้เกิดประโยชน์จริงเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของแต่ละบุคคลอย่างไร

ระบบความคิด (cognitive system) คือ ระบบของการค้นหาเหตุผล การประเมินข้อมูลและการใช้วิจารณ์ญาณเพื่อการตัดสินใจ ระบบนี้จะทำหน้าที่เป็นสื่อประสานสิ่งต่างๆ ที่อยู่ในสภาพแวดล้อมกับความต้องการ อารมณ์ และความรู้สึกภายในของมนุษย์

การตัดสินใจ

การตัดสินใจ คือ การเลือกสิ่งหนึ่งจากหลายๆ สิ่ง หรือเลือกที่จะปฏิบัติทางใดทางหนึ่งจากหลายๆ ทางที่มีอยู่ สิ่งหรือวิธีการที่เลือกนั้นย่อมได้รับการพิจารณาอย่างถี่ถ้วนแล้วว่าถูกต้องเหมาะสมหรือดีที่สุด และตรงกับเป้าหมายที่ตั้งไว้

การทำงานของกระบวนการคิดและการตัดสินใจในการแปลสิ่งเร้าออกมาเป็นพฤติกรรม โดยในขั้นแรกระบบการรับรู้จะทำหน้าที่ในการรับสิ่งเร้าจากสิ่งแวดล้อมภายนอกร่างกายผ่านทางประสาทสัมผัส หลังจากนั้นก็จะทำการย่อย แปลและกลั่นกรองข้อมูลโดยอาศัยประสบการณ์ในอดีตที่จดจำในสมองบวกกับความต้องการ ทัศนคติและอารมณ์ความรู้สึกในขณะนั้น แล้วจึงใช้วิจารณ์ญาณตัดสินใจว่าจะเลือกพฤติกรรมอย่างไรในการตอบโต้สิ่งเร้าานั้น เมื่อแสดง

พฤติกรรมอย่างไรแล้ว ผลที่เกิดจากพฤติกรรมนั้นจะกลายเป็นข้อมูลป้อนกลับให้กับระบบการเรียนรู้ และเก็บสะสมไว้ในระบบความจำอันเป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้

ปัจจัยที่เป็นองค์ประกอบ ได้แก่

1. การรับรู้ (Perception) การรับรู้เป็นส่วนสำคัญของกระบวนการคิด เพราะก่อนที่คนเราจะแสดงพฤติกรรมอะไรนั้น จะต้องมีส่วนเร้ามากระทบความรู้สึกและความคิดของตนเองเสียก่อนแล้วจึงจะตัดสินใจว่าจะตอบโต้สิ่งเร้านั้นอย่างไร

2. การเรียนรู้ (Learning) พฤติกรรมมนุษย์ส่วนใหญ่เป็นผลของการเรียนรู้ทั้งทางตรงและทางอ้อม การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้นั้นต้องเป็นการเปลี่ยนแปลงที่ค่อนข้างจะถาวร มิใช่เปลี่ยนแปลงเพียงชั่วคราว และถ้ายังมีประสบการณ์หรือมีเหตุการณ์เกิดขึ้นซ้ำๆ กัน ก็ย่อมเป็นการปลูกฝังการเรียนรู้นั้นมากยิ่งขึ้น เรียนกว่าเป็นการเน้นย้ำการเรียนรู้ (reinforcement)

3. ทัศนคติ อารมณ์ ความต้องการ (ซึ่งจะได้กล่าวในรายละเอียดอีกทีในทฤษฎีเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรม)

การคิดและตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพ

1. การพิจารณาตัวปัญหา สิ่งแรกที่จำเป็นต้องรู้ คือ ปัญหาที่แท้จริงที่เราจะต้องตัดสินใจในขณะนั้น คืออะไร กระบวนการการตัดสินใจเป็นกระบวนการแก้ปัญหาอย่างหนึ่ง การที่จะรู้ว่าอะไร คือปัญหาที่แท้จริงหรือไม่ จำต้องทำการวิเคราะห์ข้อมูล และรายละเอียดต่างๆ ของสถานการณ์ที่เกิดขึ้นและที่เกี่ยวข้องให้ถี่ถ้วน ซึ่งบางปัญหาก็ปรากฏชัด แต่บางปัญหาก็คลุมเครือ ซึ่งต้องดูบริบท และองค์ประกอบอย่างรอบด้านในการระบุปัญหา

2. การพิจารณาทางเลือกเพื่อการตัดสินใจ เมื่อรู้ว่าอะไรคือปัญหาและทราบข้อมูลรายละเอียดเกี่ยวกับมากพอแล้ว จะต้องพิจารณาวิธีแก้ปัญหาซึ่งอาจจะมีหลายทางเลือก ควรพิจารณาทางเลือกหลายๆ ทางไม่ใช่พอเห็นทางแก้ทางเดียวก็รีบตัดสินใจ ซึ่งอาจประสบความล้มเหลวได้ ในการหาทางเลือกต่างๆ นี้ต้องอาศัยความรู้ความสามารถ ประสบการณ์ ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์

3. การประเมินทางเลือก ภายหลังจากที่พิจารณาทางเลือกหรือวิธีต่างๆ สำหรับแก้ปัญหาได้หลายๆ วิธีแล้วจะต้องประเมินผลวิธีเหล่านั้นเพื่อให้ได้วิธีที่ดีที่สุด โดยอาศัย

ดุลยพินิจอย่างรอบคอบ ในการประเมินผล ผลควรมีการเปรียบเทียบให้เห็นว่าแต่ละวิธีนั้นมีผลดี และเสียอย่างไร ซึ่งควรยึดหลักเพื่อช่วยให้เกิดประโยชน์สูงสุดดังนี้

- 1) การเสี่ยงภัย
- 2) ความยากง่ายในการปฏิบัติ
- 3) เวลาที่เหมาะสม
- 4) ทรัพยากรที่มีอยู่

4. การตัดสินใจ เมื่อได้วิเคราะห์ปัญหา หาทางแก้ปัญหาและประเมินทางเลือกที่เหมาะสมไว้หลายๆ ทางและจัดลำดับความสำคัญของทางเลือกไว้แล้ว ก็ต้องทำการตัดสินใจขั้นสุดท้าย คือ ทางเลือกที่เหมาะสมที่สุดเพียงทางเดียว

ความหมายของการรับรู้

การรับรู้ (Perception) หมายถึง กระบวนการที่อินทรีย์แสดงอาการรับหรือแสดง ปฏิกริยาตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อม โดยทั่วไปนักจิตวิทยายอมรับว่ามนุษย์มีการรับรู้โดยอาศัย อวัยวะทางกาย 5 ทางด้วยกัน คือ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย(ผิวหนัง) ทำหน้าที่รับสัมผัสข่าวสาร จากสิ่งแวดล้อมแล้วส่งต่อไปยังสมองเพื่อให้เกิดความรู้สึก เป็นการได้เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ได้รู้รส และการรับความรู้สึกร้อนหนาว เจ็บปวดและความรู้สึกอื่นๆ ที่มากระทบผิวกาย กระบวนการที่ อวัยวะรับรู้ทั้ง 5 ทาง รับสัมผัสจากสิ่งแวดล้อมๆ ตัว อันได้แก่ รูป รส กลิ่น เสียง และการสัมผัสแต่ละ ต้องสิ่งต่างๆ แล้วส่งข้อมูลต่อไปยังสมองนั้น ขั้นตอนนี้เรียกว่า การรู้สึก (Sensation)

สรุปว่า การรับรู้เกิดขึ้นได้จากการเชื่อมโยงกันระหว่างอวัยวะรับสัมผัส (Sensory organ) กับสิ่งที่ถูกสัมผัสหรือเรียกว่า สิ่งเร้า (Stimulus) และสรุปได้ว่ากระบวนการรับรู้แบ่งได้ เป็น 2 ตอน คือ การรู้สึก (Sensation) และ การตีความหรือแปลความหมายข่าวสารที่สมองได้รับ ซึ่งมีผลต่อเนื่องนำไปสู่การสรุปรวบยอด (Concept) และการตัดสินใจแสดงการกระทำ ซึ่งบ่งบอก บุคลิกภาพของบุคคลนั้น

มนุษย์มีการรับรู้ได้มากหรือน้อย ถูกต้องหรือผิดพลาดและรับรู้แตกต่างกัน ขึ้น ต่อปัจจัยสองรูปแบบ ได้แก่ ลักษณะของสิ่งเร้าจัดเป็น ปัจจัยภายนอก ลักษณะปัจจัยภายนอก จะมีอิทธิพลต่อการรับรู้มากหรือน้อย ขึ้นต่อความเข้ม ความเด่น ความถี่ หรือรวมเรียกว่า การ กระตุ้นของสิ่งเร้าที่มาแรงหรืออ่อน ซึ่งสามารถทำให้บุคคลรับรู้ได้เร็ว-ช้า และรู้สึกอ่อนไหว เอน

เอียง ไปตามข้อมูลที่ส่งมาจากแรงกระตุ้นนั้นๆ มากหรือน้อย และอาจรวมถึงคุณภาพของอวัยวะรับสัมผัสภายนอกทั้ง 5 ทางอีกด้วย คุณสมบัติของผู้รับรู้จัดเป็น ปัจจัยภายใน เช่น ความสามารถในการรับรู้ของอินทรีย์ ทัศนคติของบุคคลนั่นเอง ประสบการณ์หรือความรู้เดิม พบว่าความสนใจ (Attention) ความใส่ใจ (Interest) ใครเรียนรู้ในสิ่งที่ตนพอใจมีผลต่อการรับรู้เป็นอย่างมาก

การได้เรียนรู้และมีความเข้าใจในสิ่งต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกัตนเองมีผลให้บุคลิกภาพของผู้คนเปลี่ยนไป บุคคลมีพฤติกรรมใหม่ๆ ในความหมายว่ามีความสามารถ “ปรับตัว” ได้ เพราะได้เรียนรู้แล้วว่าสิ่งที่ตนกระทำลงไปนั้นจะมีผลตอบสนองตามที่ตนต้องการ องค์ประกอบสองประการตามทฤษฎีการเรียนรู้ ได้แก่ ประสบการณ์เดิมในอดีตกับสิ่งเร้าในสิ่งแวดล้อมปัจจุบัน มีอิทธิพลต่อผู้เรียนรู้ให้เกิดแรงจูงใจที่จะแสดงความรู้สึกรู้สึกนึกคิดและการกระทำตามความพอใจของตนเอง การเรียนรู้มีความสัมพันธ์กับการรับรู้ ซึ่งทำให้การตีความข้อมูลและการกระทำตามความรู้สึกรู้สึกนึกคิดดำเนินไปด้วยกันอย่างสอดคล้อง หากการรับรู้และการเรียนรู้เป็นไปอย่างผิดพลาด ย่อมมีผลต่อการแปรเปลี่ยนบุคลิกภาพไปในทางที่ไม่สมควร จิตวิทยาได้ให้ข้อสรุปแก่เราว่าบุคคลได้เรียนรู้แล้วว่าการกระทำใดๆ ต้องมีผล ดังนั้นเขาจึงยอมรับในเงื่อนไขนี้ โดยเลือกกระทำในสิ่งที่ให้ผลเป็นความพึงพอใจแก่ตนเอง การเรียนรู้และปรับตัวได้ตามเงื่อนไขดังกล่าวเป็นสภาวะธรรมชาติที่เกิดแก่ทุกคน คือสภาวะ “ความเห็นแก่ตัว” ดังนั้นจึงมีความจำเป็นอยู่เองที่เราทุกคนจะต้องถือเป็นหน้าที่ปรับปรุงบุคลิกภาพของตน เพื่อมิให้ถูกผูกมัดด้วยเงื่อนไขที่จูงใจว่าน่าล่อมให้แสดงพฤติกรรมในทางที่ไม่เหมาะสม

ตามแนวทางของพุทธธรรม ถือว่าการควบคุมปัจจัยภายนอกและภายในทั้ง 2 ทางนี้ต้องกระทำควบคู่กัน และทั้ง 2 ทางนี้เป็นหนทางเริ่มต้นนำไปสู่การพัฒนาบุคคลให้มีบุคลิกลักษณะที่ดีงาม (good character) และจะสังเกตเห็นว่า หลักพุทธศาสนานิยมให้มนุษย์เริ่มต้นการปฏิบัติที่ตนเอง ดังที่ผู้ปฏิบัติกรรมฐานในการวิจัยนี้ปฏิบัติเพื่อให้เกิดปัญญาโดยอาศัยศีลและสมาธิ จนสามารถนำปัญญาที่ได้มาแก้ไขปัญหาในชีวิตประจำวันและพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองได้

3. แนวคิดเกี่ยวกับความคิดรวบยอดและการพัฒนาตนเอง

คำจำกัดความของ “ความคิดรวบยอด”

Rosenberg กล่าวว่า คือ “ความคิดและความรู้สึกทั้งหมดของบุคคล ซึ่งบุคคลมองดูตนเองเหมือนกับเป็นวัตถุอย่างหนึ่ง”

Chad Gordon กล่าวว่า “อัตตะ (Self)” เป็นกระบวนการของการตีความที่ต่อเนื่อง อันรวมถึงการรับรู้ การคิด การวางแผน การประเมิน การเลือก ฯลฯ ผลที่ได้จากกระบวนการดังกล่าวนี้เป็นโครงสร้างของ ความคิดเกี่ยวกับตนเอง

ดังกล่าวมาแล้วว่าอัตตะเป็นลักษณะของภาพสะท้อน ความคิดเกี่ยวกับตนเอง จึงมีลักษณะเป็นภาพสะท้อนเช่นกัน ตามแนวคิดของ Mead นั้นมีความคิดเกี่ยวกับตนเองเป็นผลผลิตจากสังคม โดยปรากฏขึ้นในรูปของกระบวนการการติดต่อสื่อสาร ในการที่จะทำให้มนุษย์มีการติดต่อสื่อสารกัน Mead เชื่อว่ามนุษย์จะแสดงท่าทาง ใช้เสียง ใช้ภาษา ซึ่งเป็นลักษณะของสัญลักษณ์สำคัญ ซึ่งมีการสวมบทบาทซึ่งกันและกัน กระบวนการติดต่อสื่อสารโดยสัญลักษณ์ดังกล่าวนี้ในแนวคิดของ Mead สามารถสรุปและกล่าวได้อย่างย่อๆ ได้ 2 ประการดังนี้

1. บุคคลเป็นวัตถุอย่างหนึ่งสำหรับตนเอง
2. ในการที่จะสวมบทบาทของผู้อื่นนั้น บุคคลจะมองดูตนเองโดยผ่านสายตาของบุคคลบางคนหรือบุคคลทั่วไป

ตามแนวคิดของ Mead ดังกล่าวนี้ ต่อมาได้รับการนำเสนอและศึกษาต่อมาโดยนักจิตวิทยาสังคมรุ่นหลังๆ (กลุ่ม Miyamoto และ Dornbush, กลุ่ม Reeder, Donohue และ Biblarz, และกลุ่ม Sherwood)

ทริแนนท์ อนวัชศิริวงศ์ (2532) กล่าวว่า ในการสื่อสารทุกระดับและทุกรูปแบบของมนุษย์ เกี่ยวเนื่องกับ “ตัวตน” หรือ “อัตตา” ของปัจเจกบุคคล ซึ่งเป็นหน่วยที่เล็กที่สุดที่มีความสำคัญยิ่งในกระบวนการสื่อสาร กล่าวอีกนัยได้ว่า การสื่อสารภายในตัวบุคคล (Intrapersonal Communication) อันหมายรวมถึงระบบปฏิสัมพันธ์ของความคิด ความรู้ และความรู้สึกของบุคคล มีบทบาทโดยตรงต่อการสื่อสารระหว่างบุคคล การสื่อสารในกลุ่ม การสื่อสารสู่ประชุมชน ตลอดจนถึงการสื่อสารมวลชน ดังนั้น หากเราสามารถกำหนดและพัฒนาระบบ

พฤติกรรมภายในของตนได้เป็นอย่างดีแล้ว ย่อมจะส่งผลให้การสื่อสารที่เป็นพฤติกรรมภายนอก เป็นไปได้อย่างมีประสิทธิภาพอย่างไม่มีปัญหา

แนวทางปฏิบัติเพื่อการพัฒนาตนเอง

การพัฒนาตนเอง เป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งที่คนเราควรมี นอกเหนือ จากที่ได้รับการเรียนรู้ในด้านวิชาการจากโรงเรียนและสถาบันการศึกษาแล้ว ยังมีสิ่งที่คุณจะต้องเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตน จะต้องฝึกเพื่อให้เกิดความสำเร็จในชีวิต มีความสุขในการทำงานและการดำรงชีวิต

ส่วนประกอบที่ควรได้รับการพัฒนาจริงๆ แล้วมีอยู่ 2 ส่วนคือ

- 1) การพัฒนาทางกาย
- 2) การพัฒนาจิตใจ

การพัฒนาทางกายนั้นมีหลักให้ปฏิบัติอยู่มากมาย ได้แก่ การกินอาหาร การพักผ่อน การออกกำลังกาย การฝึกสมรรถภาพทางกายอื่นๆ (Physical Fitness) แม้ว่าไม่มีการศึกษาอบรมมากนักก็สามารถปฏิบัติการพัฒนาทางกายได้ เพราะสาเหตุเนื่องมาจากร่างกายเรียกร้อง การจะพัฒนาร่างกายไปสู่สภาพที่ดี (Good health) หรือไม่แล้วแต่สภาพของแต่ละบุคคลและปัจจัย สิ่งแวดล้อมซึ่งตนเองมีอยู่ การพัฒนาทางกายต้องการทรัพยากรและปัจจัยมาก แต่การพัฒนาจิตใจนั้นไม่จำเป็นต้องใช้ทรัพยากรก็พัฒนาได้ แต่จะหวังผลสำเร็จนั้นไม่ได้

สมิต อาชวณิชกุล (2532) แนวทางปฏิบัติในการพัฒนาตนเอง

1. การพัฒนาตนเองให้เป็นผู้มีใจสงบ (Calmness) คือการทำตนให้กล้าหาญ ไม่ตื่นเต้นงายๆ รู้จักควบคุมอารมณ์ ไม่ว่าจะไปในทางดีหรือทางร้าย การฝึกจิตใจให้ราบเรียบ ต้องอาศัยการละระคะ โทสะ โมหะ และความกลัว
2. การฝึกตนเองให้เป็นผู้มีใจเบิกบาน (Cheerfulness)
3. การรู้จักตั้งความมุ่งหมาย (Aim) คือการไม่ทำตนให้อยู่ภายใต้โชคชะตาหรือแล้วแต่สวรรค์บันดาล หรืออาจหมายถึงความเป็นตัวของตัวเอง เราต้องรู้ว่าเราต้องการอะไรมากที่สุดในชีวิต แต่ไม่ตั้งอยู่บนความเพ้อฝันหรือไร้เหตุผล
4. การฝึกตนให้เป็นคนมีความหวัง (Hopefulness) หรือความเป็นผู้ไม่รู้จักหมดหวัง

5. ความเป็นผู้มีพลัง (Energy) ไม่หวาดหวั่นต่อความยากลำบาก หมายถึง การมีความอดทนต่อความทุกข์ และอุปสรรค เราจะเห็นว่าบุคคลผู้ประสบความสำเร็จในชีวิตล้วน ผจญกับความยากลำบากมาแล้วมากมายทั้งสิ้น

6. ความเป็นผู้มีจิตใจเข้มแข็ง (Strongmindness)

7. การฝึกตนให้เป็นคนตรงต่อเวลา (Exactitude)

8. ความเป็นคนขยันขันแข็ง (Activeness)

9. การทำงานเสมอต้นเสมอปลาย (Steadiness) ความเสมอต้นเสมอปลาย เป็นคุณธรรมอันสำคัญขั้นพื้นฐานของมนุษย์ สำหรับปฏิบัติทุกกิจกรรมที่มีการกระทำหรือแสดง ออก จะช่วยให้ผู้อยู่ใกล้ชิดและสัมพันธ์เกี่ยวข้องด้วยความสบายใจ

10. สมาธิ (Concentration) การเป็นคนมีสมาธิจะให้ประโยชน์ต่อสุขภาพจิตได้ อย่างดียิ่ง ในพุทธศาสนามีการสอนให้เกิดสมาธิมากกว่าศาสนาอื่นๆ

11. ความเป็นผู้มีระเบียบวินัย (Orderliness)

12. การพัฒนาตนให้เป็นผู้รู้จักไตร่ตรอง (Reflection)

13. การรู้จักหาเหตุผลให้ถูกต้อง (Right Reasoning) และการวินิจฉัยที่ถูกต้อง (Good Judgement)

14. การฝึกตนให้เป็นคนมีความเชื่อมั่นในตัวเอง (Self confidence)

15. การรู้จักปฏิบัติตนให้เป็นที่ต้องใจของคนอื่น (Charming Personality)

16. การเป็นผู้รู้จักกาลเทศะ (Tact)

17. การเป็นผู้มีความสามารถในการป้องกันตน (Self Defence)

ในการวิจัยนี้ การอบรมวิปัสสนากรรมฐานก็เป็นแนวทางการปฏิบัติทางพุทธ ศาสนาที่มุ่งพัฒนาผู้ปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งเป็นการพัฒนาคนทั้ง ทางด้านกาย วาจาและใจ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดข้างต้นดังที่กล่าวมาแล้ว

4. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรม

การสื่อสารโดยทั่วไปทำให้เกิดผล 3 ประการ คือ

1. ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความรู้ (Knowledge) ของผู้รับสาร

2. ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ (Attitude) ของผู้รับสารที่มีต่อสิ่งที่ได้รับรู้ ซึ่งทัศนคตินี้เองที่จะก่อให้เกิดการกระทำตามมา

3. ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในพฤติกรรมที่แสดงออก (Practice)

การเปลี่ยนแปลงทั้งสามประเภทนี้ จะเกิดขึ้นในลักษณะต่อเนื่อง กล่าวคือ เมื่อผู้รับสารได้รับสารก็จะทำให้เกิดความรู้ เมื่อเกิดความรู้ขึ้น ก็จะไปมีผลทำให้เกิดทัศนคติและขั้นสุดท้าย คือ การก่อให้เกิดการกระทำ ดังคำนิยามของ เอฟเวอร์เรทท์ เอ็ม โรเจอร์ (Roger, 1973) ที่กล่าวถึงการสื่อสารว่า คือกระบวนการที่ความคิด ข่าวสารถูกส่งจากแหล่งสารไปยังผู้รับสาร ด้วยเจตนาจะเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบางประการของผู้รับสาร โดยที่ผลของการสื่อสารทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง 3 ประการ คือ การเปลี่ยนแปลงความรู้ (Knowledge) ทัศนคติ (Attitude) และพฤติกรรมของผู้รับสาร (Practice)

ทฤษฎีนี้เป็นทฤษฎีที่ให้ความสำคัญกับตัวแปร 3 ตัว คือ ความรู้ (Knowledge) ทัศนคติ (Attitude) และพฤติกรรม (Practice) ของผู้รับสารที่อาจจะมีผลกระทบต่อสังคม โดยมีหลักว่า การเปลี่ยนแปลงทัศนคติขึ้นอยู่กับความรู้ ถ้ามีความรู้ ความเข้าใจดี ทัศนคติก็จะเปลี่ยนแปลง และเมื่อทัศนคติเปลี่ยนแปลงแล้ว ก็จะมีการยอมรับปฏิบัติหรือเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทั้งความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกัน ดังนั้นการที่จะมีการยอมรับ หรือ ปฏิเสธสิ่งใดต้องพยายามเปลี่ยนทัศนคติก่อนโดยการให้ความรู้

ในที่นี้ การเกิดพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติกรรฐานก็คือการใช้ประโยชน์จากการปฏิบัติกรรฐานนั้น ยังขึ้นอยู่กับปัจจัยภายในของแต่ละบุคคลที่สำคัญ ซึ่งในทางพุทธศาสนาก็คือ โยนิโสมนสิการ หรือการคิดเป็น ซึ่งเป็นความสามารถที่บุคคลรู้จักมอง รู้จักพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามสภาวะ โดยวิธีคิดหาเหตุปัจจัย สืบค้นจากต้นเหตุ ตลอดทางจนถึงผลสุดท้ายที่เกิด แยกแยะเรื่องออกให้เห็นตามสภาวะที่เป็นจริง คิดตามความสัมพันธ์ที่สืบทอดจากเหตุโดยไม่เอาความรู้สึกอุปทานของตนเองเข้าไปจับ หรือเคลือบคลุม บุคคลนั้นๆ จะสามารถแก้ปัญหาต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม ด้วยวิธีการแห่งปัญญา

โยนิโสมนสิการเป็นการฝึกการใช้ความคิด ให้รู้จักคิดอย่างถูกวิธี คิดอย่างมีระเบียบ รู้จักคิดวิเคราะห์ ไม่มองเห็นสิ่งต่างๆ อย่างตื้นๆ ผิวดิน เป็นขั้นตอนสำคัญในการสร้างปัญญาที่บริสุทธิ์เป็นอิสระ ทำให้ทุกคนช่วยตนเองได้ และนำไปสู่จุดมุ่งหมายของพุทธธรรมอย่างแท้จริง (พระราชวรมุนี(ประยูร ทรัพย์โต, 2529 : 667)

ทฤษฎีเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และพฤติกรรมได้ถูกนำมาเป็นเครื่องมือในการศึกษาที่แสดงให้เห็นว่า การสื่อสารในฐานะตัวแปรต้นสามารถนำการพัฒนาไปสู่ชุมชนได้ โดยการศึกษาถึงความรู้ ทัศนคติ และพฤติกรรมของผู้รับสารว่าเปลี่ยนแปลงไปหรือไม่ เพราะอะไร นอกจากนี้ยังศึกษาถึงความสัมพันธ์ในลักษณะสายโซ่ที่เริ่มจากความรู้ไปสู่ทัศนคติ และกลายเป็นพฤติกรรมต่อไป (สุรพงษ์ ไชยชนะเสถียร, 2533)

ความรู้ (Knowledge)

คาร์เตอร์ วี กู๊ด (Carter V Good, 1973 : 325) ได้ให้ความหมายของความรู้ไว้ว่า "ความรู้เป็นข้อเท็จจริง (Fact) ความจริง (Truth) กฎเกณฑ์และข้อมูลต่างๆ ที่มนุษย์ได้รับและรวบรวมสะสมไว้จากมวลประสบการณ์ต่างๆ"

ประภาเพ็ญ สุวรรณ (2520 : 16) กล่าวว่า "ความรู้เป็นพฤติกรรมข้างต้น ซึ่งผู้เรียนเพียงแต่จำได้อาจจะโดยการนึกได้ หรือการมองเห็น หรือได้ยิน จำได้ ความรู้ในขั้นนี้ได้แก่ความรู้เกี่ยวกับคำจำกัดความ ความหมายข้อเท็จจริง ทฤษฎี กฎ โครงสร้าง และวิธีแก้ปัญหา"

ความรู้ (Knowledge) ในที่นี้เป็นการรับรู้เบื้องต้น ซึ่งบุคคลส่วนมากจะได้รับผ่านประสบการณ์โดยการเรียนรู้จากการตอบสนองสิ่งเร้า (S-R) แล้วจัดระบบเป็นโครงสร้างของความรู้ที่ผสมผสานระหว่างความจำ (ข้อมูล) กับสภาพจิตใจของตนเอง ความรู้จึงเป็นกระบวนการภายนอก อย่างไรก็ตามความรู้ดีก็อาจส่งผลต่อพฤติกรรมที่แสดงออกของมนุษย์ และผลกระทบที่ผู้รับสารเชิงความรู้ในทฤษฎีการสื่อสารนั้นอาจปรากฏได้จากสาเหตุ 5 ประการคือ

1. การตอบข้อสงสัย (ambiguity resolution) การสื่อสารมักจะสร้างความสับสนให้สมาชิกในสังคม ผู้รับสารจึงมักแสวงหาสารสนเทศโดยการอาศัยสื่อทั้งหลายเพื่อตอบข้อสงสัยและความสับสนของคน

2. การสร้างทัศนคติ (attitude formation) ผลกระทบเชิงความรู้ต่อการปลูกฝังทัศนคตินั้น ส่วนมากนิยมใช้กับสารสนเทศที่เป็นนวัตกรรม เพื่อสร้างทัศนคติให้คนยอมรับการแพรวนวัตกรรมนั้นๆ (ในฐานะความรู้)

3. การกำหนดวาระ (agenda setting) เป็นผลกระทบเชิงความรู้ที่สื่อกระจายออกไปเพื่อให้ประชาชนตระหนักและผูกพันกับประเด็นวาระที่สื่อกำหนดขึ้น หากตรงกับภูมิหลังของปัจเจกชนและค่านิยมของสังคมแล้ว ผู้รับสารก็จะเลือกสารสนเทศนั้น

4. การพอกพูนระบบความเชื่อ (expansion of belief system) การสื่อสารสังคมมักจะกระจายความเชื่อ ค่านิยม และอุดมการณ์ต่างๆ ไปสู่ประชาชน จึงทำให้ผู้รับสารรับทราบระบบความเชื่อที่หลากหลายและลึกซึ้งไว้ในความเชื่อของตนมากขึ้นไปเรื่อยๆ

5. การรู้แจ้งต่อค่านิยม (value clarification) ความขัดแย้งในเรื่องค่านิยม และอุดมการณ์เป็นภาวะปกติของสังคม สื่อมวลชนที่นำเสนอข้อเท็จจริงในประเด็นเหล่านี้ย่อมทำให้ประชาชนผู้รับสารเข้าใจถึงค่านิยมเหล่านั้นชัดเจนขึ้น

การประเมินความรู้ หมายถึง การประเมินการเปลี่ยนแปลงความรู้เดิมในเนื้อหา และทักษะในการใช้เนื้อหาความรู้ ตามที่นักวิชาการชื่อ บลูม (Bloom) และคณะ ได้แยกระดับความรู้ไว้ 6 ระดับ คือ

1. ระดับที่ระลึกได้ (Recall) หมายถึง การเรียนรู้ในลักษณะที่จำเรื่องเฉพาะวิธีปฏิบัติกระบวนการและแบบแผนได้ ความสำเร็จในระดับนี้ คือ ความสามารถในการดึงข้อมูลจากความจำออกมาได้

2. ระดับที่รวบรวมสาระสำคัญได้ (Comprehension) หมายถึง บุคคลสามารถทำบางสิ่งบางอย่างได้มากกว่าการจำเนื้อหาที่ได้รับ สามารถเขียนข้อความเหล่านั้นได้ด้วยถ้อยคำของตนเอง สามารถแสดงให้เห็นได้ด้วยภาพ ให้ความหมายแปลความและเปรียบเทียบความคิดอื่นๆ หรือคาดคะเนที่เกิดขึ้นต่อไปได้

3. ระดับของการนำไปใช้ (Application) สามารถนำเอาข้อเท็จจริงและความคิดที่เป็นนามธรรม (Abstract) ปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม

4. ระดับของการวิเคราะห์ (Analysis) สามารถใช้ความคิดในรูปของการนำความคิดมาแยกเป็นส่วน เป็นประเภท หรือการนำข้อมูลมาประกอบกันเพื่อการปฏิบัติของตนเอง

5. ระดับการสังเคราะห์ (Synthesis) คือ การนำเอาข้อมูล แนวความคิดมาประกอบกันแล้วนำไปสู่การสร้างสรรค์ (Creative) ซึ่งเป็นสิ่งใหม่แตกต่างไปจากเดิม

6. ระดับของการประเมิน (Evaluation) คือ ความสามารถในการใช้ข้อมูลเพื่อตั้งเกณฑ์ (Criteria) การรวบรวมผล ผลวัดข้อมูลตามมาตรฐาน เพื่อให้ตั้งข้อตัดสินถึงระดับของกิจกรรมแต่ละอย่าง

อย่างไรก็ตาม การเกิดความรู้ไม่ว่าระดับใดก็ตามย่อมมีความสัมพันธ์กับความรู้ลึกนึกคิด ซึ่งเชื่อมโยงกับสภาพจิตใจในบุคคลต่างกัน อันมีปัจจัยมาจากประสบการณ์ที่สั่งสมมา และสภาพแวดล้อมที่มีอิทธิพลทำให้บุคคลมีความคิด และแสดงออกตามแนวคิด ความรู้สึกของตน ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่า ความรู้เป็นบ่อเกิดแห่งทัศนคติ

ทัศนคติ (Attitude)

การ์ดอน ดับบลิว ออลพอร์ท (Gardon W. Allport) ให้ความหมายว่า “ทัศนคติ หมายถึงภาวะทางจิตซึ่งทำให้บุคคลพร้อมที่จะตอบโต้ต่อสิ่งแวดล้อมที่เกิดจากประสบการณ์และเป็นตัวกำหนดทิศทางที่แต่ละบุคคลจะตอบสนองต่อสิ่งของและเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้อง”

สุรพงษ์ โสธนะเสถียร (2533) กล่าวว่า “ทัศนคติ (Attitude) เป็นดัชนีชี้ว่าคุณคือนั้นคิดและความรู้สึกอย่างไรกับคนรอบข้าง วัตถุ หรือสิ่งแวดล้อม ตลอดจนสถานการณ์ต่างๆ โดยทัศนคตินั้นมีรากฐานมาจากความเชื่อที่อาจส่งผลถึงพฤติกรรมในอนาคตได้ ทัศนคติจึงเป็นเพียงความพร้อมที่จะตอบสนองต่อสิ่งเร้า และเป็นมิติของการประเมินเพื่อแสดงว่าชอบหรือไม่ชอบต่อประเด็นหนึ่งๆ ซึ่งถือเป็นการสื่อสารภายในบุคคล (Intrapersonal Communication) ที่เป็นผลกระทบมาจากการรับสาร อันมีผลต่อพฤติกรรมต่อไป ทัศนคติเป็นพรมแดนเชื่อมโยงระหว่างความรู้และพฤติกรรม”

พีระนันท์ บุรณะโสภณม (2538) กล่าวว่า “ทัศนคติ หมายถึง ระดับความรู้สึกที่เกี่ยวข้องกับภาวะทางใจของบุคคลที่มีต่อวัตถุ เป็นศักยภาพของพฤติกรรม หรือส่วนนำที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมทางบวก หรือทางลบต่อสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง”

ซิมบาโด และเอบบีเซน (Zimbardo and Ebbeson, 1970) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของทัศนคติไว้ว่ามี 3 ประการ คือ

1. องค์ประกอบด้านความรู้ ความนึกคิด (The Cognitive Component)

เป็นส่วนประกอบที่เป็นความเชื่อของบุคคลเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ ทัวไปทั้งสิ่งที่ชอบและไม่ชอบ หากบุคคลมีความรู้หรือมีความคิดว่าสิ่งใดดี ก็มักจะมีทัศนคติที่ดีต่อสิ่งนั้น หากมีความรู้มาก่อนว่าสิ่งใดไม่ดี ก็จะมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อสิ่งนั้น

2. องค์ประกอบด้านความรู้สึก (The Affective Component)

เป็นส่วนที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์ที่เกี่ยวข้องเนื่องกับสิ่งต่างๆ ซึ่งมีผลแตกต่างกันไปตามบุคลิกภาพของคนนั้น เป็นลักษณะที่เป็นค่านิยมของแต่ละบุคคล เป็นตัวเร้าความคิดอีกทอดหนึ่ง ถ้าหากบุคคลมีภาวะความรู้สึกที่ดีหรือไม่ดีก็จะแสดงออกมาในขณะคิดถึงสิ่งนั้นออกมาในลักษณะที่แตกต่างกัน เช่น ความรู้สึกในด้านบวก เรียกว่า “Positive Affective Component” ก็

จะมีความรู้สึกในด้านบวกเป็นไปในทางที่ดี ในทางตรงกันข้าม บุคคลที่มีความรู้สึกในด้านลบ เรียกว่า "Negative Affective Component" ก็จะมีความรู้สึกในด้านลบเป็นไปในทางที่ไม่ดี

3. องค์ประกอบด้านพฤติกรรม (The Behavior Component)

คือการแสดงออกของบุคคลต่อสิ่งหนึ่ง หรือบุคคลใดบุคคลหนึ่ง ซึ่งเป็นผลมาจาก องค์ประกอบด้านความรู้ ความคิด และความรู้สึก

เรนซิส ไลเคิร์ต (Rensis Likert) ได้ศึกษาการเกิดทัศนคติของคน ซึ่งเป็นผลการศึกษาที่เน้นถึงการเกิดทัศนคติตามหลักวิชาการด้านการสื่อสารโดยเฉพาะโดยได้สรุปข้อศึกษาไว้ว่าทัศนคติเป็นสิ่งที่เกิดจากการเรียนรู้ (Learning) จากแหล่งทัศนคติ(Source of Attitude) ต่างๆ ที่มีอยู่มากมาย และแหล่งที่ทำให้คนเกิดทัศนคติที่สำคัญ คือ

1. ประสบการณ์เฉพาะอย่าง (Specific Experience) เมื่อบุคคลมีประสบการณ์เฉพาะอย่างต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งในทางที่ดีหรือไม่ดี จะทำให้เกิดทัศนคติต่อสิ่งนั้นไปตามทิศทางที่เคยมีประสบการณ์มาก่อน

2. การติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่น (Communication with others) ทำให้เกิดทัศนคติจากการรับรู้ข่าวสารต่างๆ จากผู้อื่นได้ เช่น นักเรียนเคยได้รับการสั่งสอนจากครูอาจารย์ว่าทำอย่างนี้ดี อย่างนั้นไม่ดี ก็จะทำให้นักเรียนมีทัศนคติต่อการกระทำต่างๆ ตามที่ได้รับทราบมา

3. สิ่งที่เป็นแบบอย่าง (Models) การเลียนแบบผู้อื่น ทำให้เกิดทัศนคติขึ้นได้ เช่น ลูกที่เคารพเชื่อฟังพ่อแม่จะเลียนแบบการแสดงท่าทางในการชอบหรือไม่ชอบ ต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งตามพ่อแม่ของตนไปด้วย

4. ความเกี่ยวข้องกับสถาบัน (Institutinal Factors) ทัศนคติของบุคคลหลายอย่างเกิดขึ้นเนื่องจากความเกี่ยวข้องกับสถาบัน เช่น โรงเรียน วัด หน่วยงานต่างๆ ซึ่งสถาบันเหล่านี้จะเป็นแหล่งที่มาและสนับสนุนให้คนเกิดทัศนคติบางอย่างขึ้นได้

เมื่อพิจารณาจากแหล่งที่มาของทัศนติดังกล่าวแล้ว จะเห็นได้ว่าองค์ประกอบสำคัญที่เป็นตัวเชื่อมโยงให้เกิดทัศนคติต่อสิ่งต่างๆ ก็คือ การติดต่อสื่อสาร ทั้งนี้เพราะการสื่อสารจะมีการแทรกอยู่ตลอด ไม่ว่าทัศนคติจะเกิดจากประสบการณ์เฉพาะอย่าง หรือเกิดจากสิ่งที่เป็นแบบอย่าง หรือเกิดจากการเกี่ยวข้องกับสถาบัน หรือเกิดจากการติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่นก็ตาม จึงอาจกล่าวได้ว่าการสื่อสารเป็นกิจกรรมที่สำคัญอย่างมากที่มีผลทำให้เกิดทัศนคติต่อสิ่งต่างๆ

จุมพล รอดคำดี (2532) กล่าวว่า กระบวนการเปลี่ยนแปลงทัศนคติมีอยู่ 3 ระดับ คือ

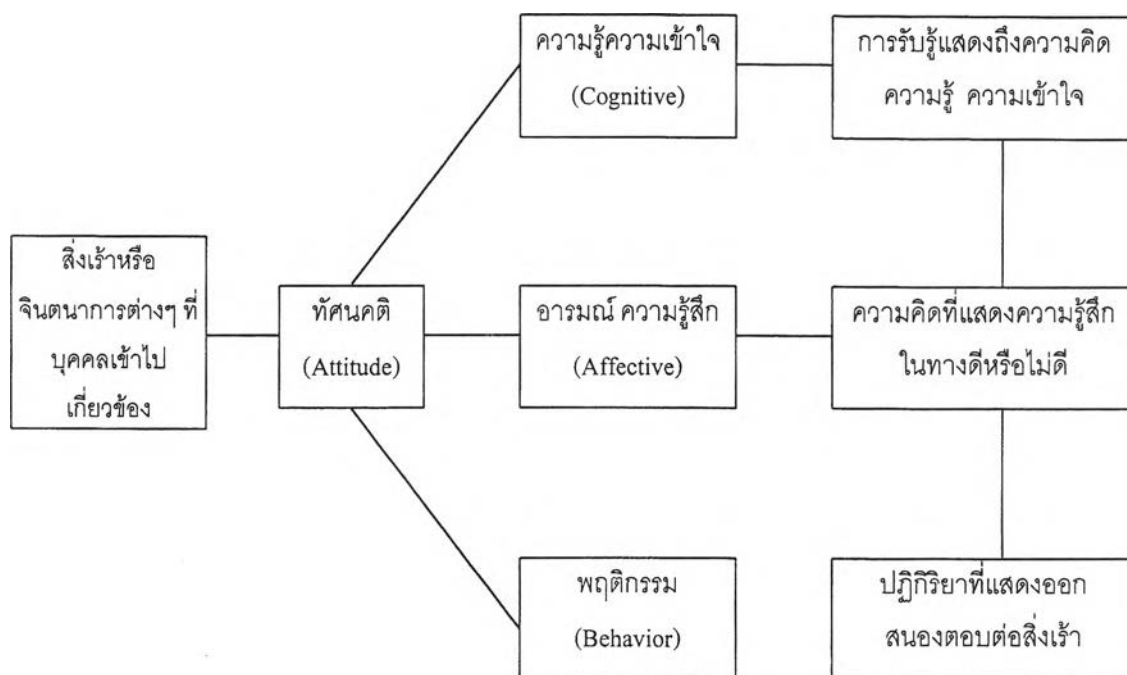
1. การเปลี่ยนแปลงความคิด สิ่งที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนี้ จะมาจากข้อมูลข่าวสารใหม่ ซึ่งอาจจะมาจากสื่อสารมวลชนหรือบุคคลอื่นๆ
2. การเปลี่ยนความรู้สึก การเปลี่ยนแปลงในระดับนี้จะมาจากประสบการณ์หรือความประทับใจ หรือสิ่งทำให้เกิดความสะเทือนใจ
3. การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เป็นการเปลี่ยนแปลงวิธีการดำเนินในสังคม ซึ่งไปมีผลต่อบุคคล ทำให้ต้องปรับพฤติกรรมเดิมเสียใหม่

การปรับพฤติกรรมดังกล่าวมีส่วนเกี่ยวข้องกันโดยตรง ถ้าความคิดความรู้สึก และพฤติกรรมถูกกระทบ ไม่ว่าจะระดับใดก็ตามจะมีผลต่อการเปลี่ยนทัศนคติทั้งสิ้น นอกจากนี้ องค์ประกอบต่างๆ ในกระบวนการสื่อสาร เช่น คุณสมบัติของผู้ส่งสารและผู้รับสาร ลักษณะของข่าวสาร ตลอดจนช่องทางในการสื่อสาร ล้วนแล้วแต่มีผลกระทบต่อกระบวนการเปลี่ยนทัศนคติทั้งสิ้น

Mcguire ได้กล่าวว่า การเปลี่ยนแปลงทัศนคติประกอบด้วย 5 ขั้นตอน คือ การใส่ใจ (attention) ความเข้าใจ (comprehension) การยินยอม (yielding) การจำได้ (retention) และการกระทำ (action) และกล่าวว่าถ้ากระบวนการสื่อความหมาย หรือการติดต่อทางด้านข่าวสารทำให้ผู้รับเกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติแล้วจะทำให้เกิดการใส่ใจ ความเข้าใจ การมีสิ่งใหม่เกิดขึ้น การเก็บเอาไว้ การกระทำและการที่ผู้รับสารจะเกิดขึ้นตอนเหล่านี้หรือไม่ขึ้นอยู่กับความสามารถทางสติปัญญา ฐานะทางเศรษฐกิจ การศึกษา และอื่นๆ

ดังนั้น ส่วนประกอบทางด้านความคิดหรือความรู้ ความเข้าใจ จึงนับได้ว่าเป็นส่วนประกอบขั้นพื้นฐานของทัศนคติ และส่วนประกอบนี้จะเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับความรู้สึกของบุคคลอาจออกมาในรูปแบบแตกต่างกันทั้งในทางบวกและทางลบ ซึ่งขึ้นอยู่กับประสบการณ์ และการเรียนรู้ของความรู้สึกที่เกิดขึ้น ที่มีต่อวัตถุหรือปรากฏการณ์นั้นๆ เป็นสำคัญ

จากที่กล่าวมาทั้งหมดในเรื่องของส่วนประกอบของทัศนคติ สามารถแสดงเป็นแผนภูมิได้ดังนี้



ที่มา : Milton J. Rosenberg and Carl I. Hovland. Attitude Organization and Change.
New Harven, Yale University Press, 1960. P.3

พฤติกรรม (Practice)

พฤติกรรม (Practice) การกระทำ หรือพฤติกรรมใดๆ ของคนเราส่วนใหญ่จะเป็นการแสดงออกของบุคคลผู้นั้นที่มีพื้นฐานมาจากความรู้ และทัศนคติของตนเอง การที่บุคคลมีพฤติกรรมแตกต่างกัน ก็เนื่องมาจากมีความรู้ และทัศนคติที่แตกต่างกัน ซึ่งความแตกต่างของความรู้ และทัศนคติเกิดจากความแตกต่างในเรื่องการเปิดรับสื่อ การแปลความหมายของสารที่ตนเองได้รับสิ่งเหล่านี้ก่อให้เกิดประสบการณ์สิ่งสมที่แตกต่างกัน อันมีผลกระจายต่อพฤติกรรมของบุคคล โดยทั่วไปการใช้การสื่อสารเพื่อนำมาพฤติกรรมนั้นมีวิธีการดังนี้ (สุรพงษ์ โสธนะเสถียร, 2533)

1. การปลุกเร้าอารมณ์ (emotional arousal) เพื่อให้เกิดความตื่นตัวเร้าใจในการติดตามไม่ว่าด้วยภาพหรือเสียง เช่น บรรยากาศในการประกาศปฏิบัติรัฐประหาร

2. การเห็นอกเห็นใจ (empathy) ด้วยการแสดงความอ่อนโยน เสียสละและความกรุณาปราณี ยอมแพ้เพื่อความเป็นพระก็อาจโน้มน้าวใจผู้คนที่ยอมรับได้ เช่น คนไปลงคะแนนเสียงเลือกตั้งให้ก็เพราะเห็นผู้สมัครคนนั้นถูกโจมตีจากผู้สมัครคนอื่น ๆ

3. การสร้างแบบอย่างขึ้นในใจ (internalized norms) เป็นการสร้างมาตรฐานอย่างหนึ่งขึ้น เพื่อให้มาตรฐานนั้นปลูกศรัทธาและเป็นตัวอย่างแก่ผู้รับสารที่จะต้องปฏิบัติตาม

4. การให้รางวัล (reward) เช่น การลด แลก แจก แถม ในการโฆษณาเพื่อเป็นการจูงใจให้เลือกซื้อสินค้ายี่ห้ออื่นๆ

ผลของการโน้มน้าวใจด้วยวิธีการข้างต้น ก่อให้เกิดพฤติกรรมพื้นฐาน 2 แบบ

- 1) กระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมใหม่ๆ หรือให้มีพฤติกรรมที่ต่อเนื่อง (activation)
- 2) หยุดยั้งพฤติกรรมเก่า (deactivation)

ทั้งการกระตุ้น และการหยุดยั้งเป็นพฤติกรรมพื้นฐานที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมอื่นๆ ตามมา เช่น การตัดสินใจวินิจฉัยยับยั้งต่อประเด็นปัญหา การจัดหายุทธวิธีดำเนินงาน และการสร้างพฤติกรรมเพื่อส่วนรวม

5. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการสื่อสารเพื่อการโน้มน้าวใจ

การสื่อสารและการโน้มน้าวใจ

จอร์จ เกรร์บเนอร์ (Gorge Gerbner, 1956) ได้ให้คำจำกัดความเพื่อสร้างความเข้าใจโดยรวมของคำว่า "การสื่อสาร" คือ กระบวนการที่ผู้ส่งสาร และผู้รับสาร มีปฏิสัมพันธ์กันในสภาพแวดล้อมทางสังคมเฉพาะ จึงเห็นได้ว่า การสื่อสารมีความสำคัญ และเป็นพื้นฐานของการมีปฏิริยาของมนุษย์ วัตถุประสงค์ที่สำคัญประการหนึ่งของการสื่อสารคือ การก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลง ซึ่งก่อให้เกิดผลบางประการในตัวผู้รับสารโดยเกิดจากความตั้งใจของแหล่งสารซึ่งผลของการสื่อสาร ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงใน 3 ประเด็นใหญ่ คือ

1. ระดับความรู้ของผู้รับสาร
2. ทศนคติของผู้รับสาร
3. พฤติกรรมของผู้รับสาร

ไซมอนส์ (Simons, 1976) สรุปความหมายของ "การโน้มน้าวใจ" ว่า หมายถึง การสื่อสารของมนุษย์ที่สร้างขึ้นมา เพื่อให้มีอิทธิพลเหนือผู้อื่น โดยการเปลี่ยนแปลงความเชื่อ ค่านิยม หรือ ทศนคติ

รจิตลักษณะน์ แสงอุไร (2530 : 208) ให้นิยามคำว่า "การสื่อสารเพื่อการโน้มน้าวใจ" (Persuasive Communication) หมายถึง การสื่อสารเพื่อการจูงใจ ชี้แนะ และชักชวนให้บุคคลทำตามในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง โดยอาศัยกระบวนการสื่อสารเป็นเครื่องมือในการโน้มน้าวใจ โดยมุ่งไปที่เป้าหมาย คือ ผู้รับสาร สถานการณ์ ข่าวสาร และช่องทางในการรับสาร

การพิจารณาผลการโน้มน้าวใจ

ผลการโน้มน้าวใจนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทัศนคติ ซึ่งสามารถสังเกตเห็นได้จากการเปลี่ยนแปลงความรู้ การรับรู้ ความรู้สึก และพฤติกรรม ในบางครั้งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนี้ อาจจะไม่เกิดขึ้นโดยฉับพลัน แต่ผลอาจจะสั่งสมอยู่ในความรู้สึกนึกคิดของผู้รับสารนั้นๆ

โรเซนเบิร์ก และโฮฟแลนด์ (Resenberg & Hovland, 1960 : 1-4) กล่าวถึงผลการโน้มน้าวใจว่า เมื่อผู้รับสารเกิดความสนใจ และตอบสนองต่อเนื้อหาสาร ย่อมก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และความเชื่อ ทั้งในด้านการรู้ และจิตสำนึก การเปลี่ยนแปลงในด้านอารมณ์และความรู้สึก การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม โดยรวมไปถึงการเปลี่ยนแปลงภายนอกร่างกายของผู้รับสาร

ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อ ทัศนคติกับการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ ทั้งภายในและภายนอกร่างกายของผู้รับสาร ในกรณีที่การสื่อสารเพื่อโน้มน้าวใจเกิดประสิทธิผล

1. การเปลี่ยนแปลงด้านการรู้ และสำนึก (Cognitions) ทั้งความคิดภายนอก ความเชื่อ และคุณค่าที่ผู้รับสารมีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ปกติการเปลี่ยนแปลงในด้านการรู้และสำนึก แยกออกให้เห็นได้ทางวาจา โดยผู้รับสารจะแสดงออกมาหลังจากได้ฟังสารที่โน้มน้าวใจแล้ว อย่างไรก็ตาม การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวข้างต้นอาจจะไม่เกิดในทันทีทันใด ทั้งนี้อาจเกิดหลังจากการสั่งสมข้อมูลจากแหล่งสารอื่นเพิ่มขึ้นในเวลาต่อมาก็ได้

2. การเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ความรู้สึก (Affection) อาจแสดงออกได้โดยการหัวเราะ ร้องไห้ ขนหัวลุก ตัวสะท้าน ฯ การเปลี่ยนแปลงในลักษณะดังกล่าวนี้สามารถทดสอบ

โดยการใช้เทคโนโลยีทางการแพทย์ หรือในการทดลองทางจิตวิทยา โดยการวัดจังหวะการเต้นของหัวใจ ความดันโลหิต การตรวจวัดปฏิกิริยา ได้ตอบทางผิวหนังด้วยกระแสไฟฟ้า และสังเกตจากเหงื่อของผู้รับสารซึ่งออกมาอย่างผิดปกติ เป็นต้น แต่การทดสอบด้วยวิธีการดังกล่าวย่อมเป็นไปได้ยาก ในสถานการณ์นอกห้องทดลอง จึงเป็นหน้าที่ของผู้ส่งสารที่จะต้องสังเกตปฏิกิริยาตอบกลับของผู้รับสาร โดยอาจจะฟังจากคำพูด สีหน้า หรือ อากัปกริยาต่างๆ เป็นต้น

3. การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Behavior) โดยเกิดการเปลี่ยนแปลงการกระทำที่สามารถมองเห็นได้ ถือว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นได้ยากกว่า 2 ข้อแรก อย่างไรก็ตามการเปลี่ยนแปลงทั้ง 3 ประเภทนี้ ไม่สามารถแยกออกได้อย่างชัดเจนเพราะบางครั้งก็เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในเวลาที่เกี่ยวข้องกัน

โฮฟแลนด์ (Hovland) และคณะ (1953) เห็นว่าการสื่อสารเพื่อการโน้มน้าวใจจะได้ผลมากน้อยเพียงใด ย่อมขึ้นอยู่กับตัวแปรพื้นฐาน 3 ตัวคือ

1) ความใส่ใจ (Attention) การสื่อสารเพื่อการโน้มน้าวใจที่จะได้ผลต้องทำให้ผู้รับสารเกิดความใส่ใจต่อสารในเบื้องต้น ทั้งนี้ผู้ส่งสารอาจสร้างจุดดึงดูดความสนใจหรือสร้างความประทับใจให้เกิดขึ้นในใจของผู้รับสารก่อน

2) ความเข้าใจ (Comprehension) จะพิจารณาต่อไปว่าผู้รับสารเข้าใจสารที่สื่อไปหรือไม่ หากผู้รับสารเข้าใจโอกาสที่เขาจะเห็นด้วยก็มีมากขึ้น แต่หากไม่เข้าใจผลก็อาจจะเป็นไปในทางตรงกันข้าม เช่น ผู้เข้าอบรมวิปัสสนากรรมฐานนี้ต้องเข้าใจขั้นตอนในการปฏิบัติที่ครูผู้สอนอธิบายเสียก่อนเสียก่อน จึงจะเกิดสามารถปฏิบัติให้เกิดผลตามมา การสอบอารมณ์ หรือซักถามปัญหาข้อข้องใจกับครูผู้สอนจึงจะเป็นการสร้างความเข้าใจได้อีกรูปแบบหนึ่ง เป็นต้น

3) การยอมรับ (Acceptance) เมื่อผู้รับสารใส่ใจและเข้าใจแล้ว ต่อไปจะประสบผลสำเร็จหรือไม่ ย่อมขึ้นอยู่กับว่าผู้รับสารยอมรับในประเด็นต่างๆในสารหรือไม่ การยอมรับนี้ขึ้นอยู่กับตัวจูงใจ (Incentive) ที่จะทำให้ผู้รับสารยอมรับสารนั้นๆ ซึ่งตัวจูงใจนี้อาจจะเป็นรางวัล หรือตัวเสริมแรงต่างๆ เช่น ในงานวิจัยนี้จะต้องพิจารณาว่าผู้มาปฏิบัติกรรมฐานเกิดการยอมรับหรือเชื่อเรื่องบาปบุญคุณโทษ กฎแห่งกรรม ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ฯลฯ มากน้อยเพียงไร

นอกจากตัวแปรพื้นฐานดังกล่าวข้างต้นแล้ว ในการวิจัยเรื่องการเปลี่ยนทัศนคติ อาจมีการศึกษาถึงตัวแปรตามเพิ่มอีก 2 ตัว (Mc Quire, 1969)

4) การเก็บจำ (Retention) หมายถึง ความมากน้อยที่ผู้รับสารสามารถจำประเด็นหรือเนื้อหาของสาร เช่น การเก็บจำธรรมะเพื่อเป็นเครื่องเตือนสติในการดำเนินชีวิตของตนให้มันทำความดี ละเว้นความชั่ว และทำจิตใจให้บริสุทธิ์ เป็นต้น

5) การกระทำ (Action) หมายถึง ความมากน้อยที่ผู้รับสารจะทำตามข้อเสนอในสาร เช่น เมื่อผ่านการอบรมวิปัสสนากรรมฐานแล้ว ผู้นั้นประพฤติตนเป็นคนดีมากขึ้น หมั่นให้ทาน รักษาศีล และเจริญภาวนา เป็นต้น

แนวคิดทฤษฎีดังกล่าวข้างต้นสอดคล้องกับแนวคิดหลักในพระพุทธศาสนาซึ่งพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2539 : 3-4) ได้กล่าวไว้คือ ในการที่จะมีพฤติกรรมไม่ว่าทางกายหรือทางวาจาเรามีความตั้งใจหรือเจตนา (intention) ทุกครั้งที่เราจะทำอะไร เราจะพูดอะไร นอกจากมีความตั้งใจแล้วลึกลงไปก็มีแรงจูงใจว่าอยากจะได้อะไร เช่น ต้องการผลประโยชน์ เมื่อเรามีแรงจูงใจ ของเราที่ตั้งใจ โดยสอดคล้องกับแรงจูงใจนั้นแล้วก็แสดงออกทางพฤติกรรมด้วยกายและวาจา นอกจากนั้นความรู้สึกหรือสภาพอารมณ์รวมทั้งคุณธรรมและบาปอกุศล เช่น ความรัก ความชอบใจ ความเกลียดชัง ความเครียด ความริษยา ความน้อยใจ ความซาบซึ้งใจ ความหวาดกลัว อะไรต่างๆ เหล่านี้ก็มีอิทธิพลอยู่เบื้องหลังพฤติกรรมทั้งนั้น นอกจากนี้พฤติกรรมก็ต้องอาศัยปัญญาเข้ามาเกี่ยวข้องด้วยการที่เราจะแสดงพฤติกรรมอะไรออกมานั้น เราต้องมีความรู้ความเข้าใจอะไรอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น มองเห็นความมุ่งหมาย และมีความเข้าใจสัมพันธ์ระหว่างเหตุกับผลว่า หากต้องการได้รับผลเช่นนี้จะต้องทำพฤติกรรมได้อย่างไร เรามีปัญญาแค่ไหนเราก็ทำพฤติกรรมได้ภายในขอบเขตของปัญญานั้น ถ้ามีปัญญาน้อยพฤติกรรมก็อาจตั้งเงินไม่มีประสิทธิภาพ แต่ถ้ามีความรู้ความเข้าใจมีปัญญามากก็สามารถวางแผนพฤติกรรมได้ละเอียดลออและได้ผลมาก เพราะฉะนั้นปัญญามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมจนแยกจากกันไม่ได้

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

นิตยา จิ่งเกษมสุข (2531) ศึกษาวิจัยเรื่อง "กระบวนการสื่อสารเพื่อการพัฒนาจิตใจผู้เข้ารับการอบรมของสำนักธรรมปฏิบัติ" จากผลการวิจัยพบว่า

1. ผู้ทำการอบรม เป็นผู้ที่มีความน่าเชื่อถือและเป็นที่ยอมรับในสายตาของผู้เข้ารับการอบรม ซึ่งคุณลักษณะเช่นนี้เอื้ออำนวยต่อการยอมรับสารของผู้รับสาร
2. เนื้อหาการอบรม มีความชัดเจน แจ่มแจ้ง สามารถนำไปทดลองปฏิบัติได้ ซึ่งเมื่อผู้รับสารเข้าใจเนื้อหาได้แจ่มแจ้งและทดลองปฏิบัติแล้วเห็นผลดีย่อมง่ายต่อการยอมรับสารต่อไป

3. วิธีการอบรม เป็นการสื่อสารระหว่างบุคคล ซึ่งสามารถเข้าถึงผู้รับสารได้ตรงตามจุดมุ่งหมายและวิธีการชี้ผิด-บอกถูกยังเป็นวิธีที่มีประสิทธิภาพในการเปลี่ยนพฤติกรรมและทัศนคติของผู้รับสารให้เป็นไปตามจุดมุ่งหมายของผู้ส่งสารได้

4. ผู้เข้ารับการอบรม ไม่จำเป็นจะต้องมีสถานภาพทางสังคมและเศรษฐกิจสูงจึงจะยอมรับสารได้ คุณสมบัติของผู้เข้ารับการอบรมที่มีผลต่อการพัฒนาจิตใจกลับเป็นความเอาใจใส่ ความเพียรและความอดทนในการปฏิบัติของแต่ละบุคคลเอง

นอกจากนี้ยังพบว่า แม้ปัจจัยทุกตัวข้างต้นจะมีความสำคัญ แต่เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบกันแล้วพบว่า ปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดความสัมฤทธิ์ผลของการพัฒนาจิตใจก็คือ ปัจจัยผู้เข้ารับการอบรม ดังนั้นจึงอาจกล่าวสรุปได้ว่า การพัฒนาจิตใจบุคคลโดยเฉพาะตามแนวทางพุทธศาสนา จะสำเร็จได้จะต้องประกอบด้วยปัจจัยดังกล่าวข้างต้นทั้งหมด โดยเฉพาะผู้เข้ารับการอบรม ซึ่งจะต้องมีความตั้งใจจริง การพัฒนาจิตใจจึงจะเป็นประโยชน์ต่อตัวบุคคลเอง สังคมและประเทศชาติได้

ณัฐนันท์ ประกายสันติสุข (2541) ศึกษาวิจัยเรื่อง “ประสิทธิผลของการสื่อสารในการเผยแผ่ธรรมะหลักสูตรการพัฒนาจิตใจให้เกิดปัญญาและสันติสุข” จากผลการวิจัยพบว่าเกิดประสิทธิผลของการสื่อสารในการเผยแผ่ธรรมะหลักสูตรการพัฒนาจิตใจให้เกิดปัญญาและสันติสุข เนื่องจากผู้ส่งสารอันได้แก่คุณแม่ดร.สิริ กรินชัยและวิทยากรสามารถโน้มน้าวใจผู้รับสาร/ผู้เข้าอบรมให้คล้อยตามเนื้อหาธรรมะโดยการใช้สื่อต่างๆ อย่างมีประสิทธิภาพ จนทำให้ผู้รับสารเกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านการรู้และสำนึก อารมณ์ความรู้สึก และพฤติกรรมของตนให้เป็นไปในทางที่ดีอย่างเห็นได้ชัด ในเรื่อง การรักษาศีล 5 ความมีเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา รู้จักให้อภัยไม่พยายาทจองเวร เกิดความสำนึกในบาปบุญคุณโทษ เชื่อในหลักกฎแห่งกรรมทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว มีสติในการแก้ปัญหาหรือสถานการณ์เฉพาะหน้า ความกตัญญูรู้คุณต่อพ่อแม่หรือผู้มีพระคุณ เป็นต้น