



ศึกษาหลักพุทธธรรมที่เหมาะสมในการอบรมเยาวชน A Study of Buddhadhamma appropriate for training youth

ชาตรี ชุมเสน

Chatree Chumsen

คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

Faculty of Education, Udon Thani Rajabhat University

E-mail: chatree512566@gmail.com

Received: March 13, 2025; Revised: April 06, 2025; Accepted: April 09, 2025



บทคัดย่อ

บทความฉบับนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาหลักพุทธธรรมที่เหมาะสมในการอบรมเยาวชน โดยวิธีการค้นคว้าเอกสารและผลงานของท่านผู้รู้ทางพระพุทธศาสนาที่มีความสอดคล้องกับคัมภีร์พระไตรปิฎก และศึกษาเอกสารอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ผลจากการศึกษาพบว่า หลักพุทธธรรมที่เหมาะสมในการอบรมเยาวชนแบ่งออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่ 1) หลักพุทธธรรมที่ส่งเสริมการเรียนรู้มีหลักไตรสิกขา, หลักกรรม, หลักอริยสัจ 4 และ มงคล 38 ประการ 2) หลักพุทธธรรมที่ส่งเสริมทักษะชีวิต มีหลักพรหมวิหาร 4 และหลักทิศ 6 และ 3) หลักพุทธธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาตน มีหลักภาวนา 4 และสังคหวัตถุ 4 นอกจากนี้ยังมีหลักพุทธธรรมที่เป็นรากฐานในการพัฒนาเยาวชน ได้แก่ หลักศีล 5 และหลักสมาธิ สำหรับคุณค่าต่อการฝึกอบรมเยาวชนด้านกายทำให้เกิดความปกติทางกายและวาจาด้วยการฝึกกิริยาและคำพูดไม่ให้มีโทษ, ด้านจิตใจ เพราะทำให้ใจสงบตั้งมั่นด้วยการฝึกเจริญภาวนา, ด้านอารมณ์ เพราะทำให้รู้สึกผ่อนคลาย ไร้กังวลด้วยการฝึกกำหนดรู้อารมณ์ต่างๆ, ด้านปัญญา เพราะทำให้มีความรอบรู้ที่เกิดจากการฟัง การคิด และปฏิบัติจริง, ด้านสังคม เพราะทำให้รู้จักสามัคคีด้วยการคบเพื่อนดีแนะนำสิ่งดีให้แก่กันและกัน

คำสำคัญ: การศึกษา, หลักพุทธธรรม, การอบรมเยาวชน

Abstract

This article aims to study the appropriate Buddhist principles for training youth. By researching documents and works of Buddhist experts that are consistent with the Tripitaka and study other documents related. The results of the study found that:- Buddhist principles appropriate for training youth can be divided into 3 types: 1) The Buddhist principles that promote learning are the threefold training, principle of Karma, the Four Noble Truths, and principle of 38 blessings, 2) Buddhist principles that promote life skills include the four Sublime States of Mind and the six directions and 3) Buddhist principles that promote self-development include the four of development and the four bases of sympathy. There are also Buddhist principles that are the foundation for youth development, namely



the Five Precepts and the principles of meditation. For the value of training the youth physically and verbally, it creates normal physical and verbal behavior by training actions and speech to be free from harm. Mental aspect: Because it makes the mind calm and steady through meditation practice. Emotionally, because it makes you feel relaxed and carefree by practicing mindfulness of different emotions. Intellectually, because it gives knowledge that comes from listening, thinking, and actually practicing. Social aspect: Because it makes us know how to love and be united by having good friends who recommend good things to each other.

Keywords: A Study, Buddhadhamma, the Youth Training.

บทนำ

สภาพสังคมยุคปัจจุบันมีความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีทางวัตถุเป็นอย่างมากทำให้เยาวชนบางส่วนไม่ค่อยสนใจในหลักพุทธธรรมเท่าที่ควร อาจเป็นเพราะบริบทของสังคมมีสภาพที่ต้องแข่งขันสูง ส่งผลให้มนุษย์ส่วนใหญ่มุ่งเน้นพัฒนาทางด้านวัตถุโดยไม่ได้ใส่ใจในการอบรมพัฒนาทางด้านจิตใจ แม้ผู้มีหน้าที่เกี่ยวข้องก็ไม่ได้ให้ความสำคัญมากนักจนกลายเป็นการละเลยต่อปัญหาดังกล่าว จนกลายเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้สังคมเต็มไปด้วยปัญหาที่ทับถมกันวันจะกลายเป็นสิ่งที่แก้ไขได้ยาก จากสังคมในอดีตที่เคยยกย่องคนดีที่มีศีลธรรม คุณธรรม และจริยธรรมก็เปลี่ยนไปยกย่องคนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจที่ดี มีหน้าตาเด่นดังในสังคม ซึ่งบางคนหรือบางกลุ่มอาจจะมีความหลงใหลไปกับสิ่งที่ไม่ดี มีความเห็นแก่ตัว แกร่งแข็งชิงดีชิงเด่น เอาเปรียบคนอื่น มุ่งแต่ผลประโยชน์ ขาดความเห็นอกเห็นใจ และความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกัน จนทำให้สังคมจึงมีสภาพย่ำแย่ให้เยาวชนกระทำความผิดได้มาก เกิดเป็นพฤติกรรมแบบเพราะสิ่งเหล่านี้สามารถพบเห็นได้ผ่านทางสื่อต่างๆ โดยเฉพาะสื่อออนไลน์ทางโซเชียลมีเดียที่แม้แต่เยาวชนก็สามารถที่จะเข้าถึงได้ไม่ยากนัก นอกจากนี้ เยาวชนยังถูกกำหนดให้เป็นเป้าหมายใหญ่ของธุรกิจการค้าการโฆษณาและบันเทิง เพราะยังมีวุฒิภาวะในการไตร่ตรองจึงง่ายต่อการโน้มน้าวชักจูงได้ง่ายต่างจากกลุ่มอื่น จึงถูกชักจูงล่อใจด้วยกลยุทธ์ต่างทำให้มีพฤติกรรมไปในทางที่ไม่ถูกต้อง มีการใช้จ่ายอย่างฟุ่มเฟือยซึ่งก่อให้เกิดปัญหาสังคมด้านต่างๆ ตามมา ตลอดจนขาดการควบคุมตนเอง มั่วสุม ยาเสพติด เสพกาม ลักขโมย ยกพวกตีกัน การแข่งขัน การเอาเปรียบ ขาดความเมตตากรุณา เอื้อเฟื้ออาทรต่อกันเกิดเป็นสังคมที่มีสภาพขาดแคลนทางศีลธรรม คุณธรรม และจริยธรรม จากปัญหาของการละเลยไม่เอาใจใส่ในการอบรมพัฒนาทางด้านจิตใจของเยาวชนดังกล่าว ด้วยเหตุนี้ ผู้เขียนจึงมีความสนใจที่ศึกษาการนำเอาหลักพุทธธรรมที่มีอยู่แล้วและเป็นสิ่งที่ชาวพุทธทั่วไปได้ศึกษาและเข้าใจเป็นอย่างดีนำมาปรับใช้ให้เหมาะสมกับเยาวชน ซึ่งนับเป็นกลุ่มคนที่สำคัญมาก เพราะจะต้องเป็นผู้รับช่วงความรับผิดชอบจากผู้ใหญ่ในการประกอบอาชีพหน้าที่การงาน ตลอดจนการพัฒนาสังคม และการพัฒนาประเทศชาติในอนาคต

แนวคิดเกี่ยวกับเยาวชน

1. ความหมายของเยาวชน

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2525: 662) ได้ให้ความหมายไว้ว่า “เยาวชน หมายถึง บุคคลที่มีอายุเกิน 14 ปี บริบูรณ์ แต่ยังไม่ถึง 18 ปี บริบูรณ์ และมีใช้เป็นผู้บรรลุนิติภาวะแล้วด้วยการสมรส”



พระราชบัญญัติการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ (2526: 62) ได้ให้ความหมายไว้ว่า “เยาวชน หมายถึงบุคคลที่มีอายุระหว่าง 15-25 ปี”

องค์การสหประชาชาติ ให้ความหมายว่า เยาวชน หมายถึง คนในวัยหนุ่มสาวระหว่าง 15-25 ปี (สุภักดี อนุกุล, 2529: 82)

กรมการพัฒนาชุมชนและสำนักงานคณะกรรมการเยาวชนแห่งชาติเยาวชน ได้ให้ความหมายไว้ว่า “หมายถึง ผู้ที่มีอายุระหว่าง 15-25 ปี ทั้งหญิงและชาย ซึ่งเป็นผู้รับช่วงความรับผิดชอบจากผู้ใหญ่ ในการประกอบอาชีพหน้าที่การงาน ตลอดจนการพัฒนาสังคม และการบริหารประเทศ” (เรณู ผลสวัสดิ์, 2528: 1)

พุทธทาสภิกขุ (2526: 45) ได้ให้ความหมายไว้ว่า “เยาวชน หมายถึง ผู้เยาว์ หรืออ่อน คือ ผู้ที่เกิดมาในโลกไม่กี่ปี พร้อมทั้งจะกระทำผิดอยู่เรื่อยไป เมื่อปีติมารดาไม่ประคับประคองให้ดี ผู้ที่วัยเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กไปสู่วัยผู้ใหญ่ เป็นวัยที่อยู่ระหว่างความเป็นเด็กกับความเป็นผู้ใหญ่หรือเป็นวัยที่เข้าสู่ความเป็นหนุ่มสาว เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงซึ่งมีผลกระทบกระเทือนต่อความเจริญด้านอื่นๆ ด้วย เช่น อารมณ์อ่อนไหวง่ายเต็มไปด้วยความพ้อฝัน มีอุดมคติสูงมักจะมองสิ่งต่างๆ ในแง่ดี ขาดความรับผิดชอบ”

อมรรัตน์ เทพกัมปนาท (2530: 86) สรุปความหมายไว้ว่า เยาวชน หมายถึง วัยที่เจริญสู่วุฒิภาวะเป็นผู้ที่เริ่มมีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจซึ่งเป็นวัยต่อระหว่างวัยเด็กกับวัยเริ่มต้นของการเปลี่ยนแปลงที่ชัดเจน

พิชญ พงษ์สวัสดิ์ (2547: 86) ได้ให้ความหมายไว้ว่า “เยาวชน หมายถึง เป็นบุคคลที่มีลักษณะพิเศษที่มีใช้เพียงเพราะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและฮอร์โมนแต่เป็นเรื่องอำนาจและเสรีภาพร่วมด้วย เยาวชนจึงมีใช้เพียงมนุษย์ผู้มีร่างกายและหัวใจได้”

จึงสรุปได้ว่าเยาวชนนั้นจะหมายถึงผู้ที่มีอายุอยู่ในระหว่าง 15 - 25 ปีเท่านั้นจะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ปัญญา และสังคมตามช่วงอายุอย่างชัดเจน นับเป็นช่วงต่อจากวัยเด็กไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ หรือเป็นวัยที่เปลี่ยนเข้าสู่ความเป็นหนุ่มสาว จึงเป็นวัยที่มีการปรับตัวเพื่อการรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเองมากขึ้น จะเริ่มมีแนวคิดที่เฉพาะทางเป็นของตนเอง จึงมีความเชื่อมั่นในแนวคิดของตนเป็นอย่างมาก และสนใจที่จะแสวงหาเสรีภาพของตนเองจนถูกต้องว่าเป็นผู้พร้อมที่จะกระทำผิดอยู่เรื่อยไปกล้าที่จะลองผิดลองถูกเพื่อหาแนวทางของตนเอง จึงอาจจะทำให้บุคคลทั่วไปที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับเยาวชนบางส่วนไม่เข้าใจ และไม่ช่วยกันฝึกอบรมพัฒนาเยาวชนให้ดี จึงอาจทำให้มีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมหรือเดินหลงทางก็เป็นได้ เยาวชนจึงเป็นบุคคลที่จะต้องได้รับการฝึกอบรมพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ปัญญา จากสังคมที่เกี่ยวข้องด้วยกระบวนการฝึกอบรมที่เหมาะสมถูกต้องกับวัยของเยาวชน เพื่อให้เยาวชนได้มีความพร้อมมากพอที่จะรับผิดชอบต่อหน้าที่ทางสังคมครบถ้วน ชุมชน ตลอดจนกระทั่งการพัฒนาบริหารประเทศชาติต่อไปในอนาคต

2. ลักษณะของเยาวชน

จากการสรุปลักษณะของเยาวชนที่ปรากฏอยู่ในคู่มือดูแลสุขภาพจิตเด็กวัยเรียน ที่จัดทำโดยกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2535: 1-7) พบว่า เยาวชนมีลักษณะที่มีความแตกต่างกันในลักษณะทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และจิตใจ ดังนี้

ก. ลักษณะทางร่างกายของเยาวชน เยาวชนชายและหญิงจะมีลักษณะทางการเจริญเติบโต และการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่แตกต่างกัน ทั้งขนาดความสูง ไขมันและกล้ามเนื้อ โครงสร้างใบหน้า การเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมน ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะเพศของเยาวชนเอง คือ



1) ขนาดและความสูง ในเยาวชนชายและหญิงจะมีความกว้างของไหล่และสะโพกใกล้เคียงกัน แต่เมื่อเข้าสู่การเป็นเยาวชนเต็มตัวแล้วชายจะมีอัตราเร็วในการเจริญเติบโตของไหล่มากที่สุด ทำให้ชายมีไหล่กว้าง ในขณะที่หญิงมีอัตราการเจริญเติบโตของสะโพกมากกว่าชาย 2) ไขมันและกล้ามเนื้อ เยาวชนชายและหญิงมีความหนาของไขมันที่สะสมอยู่ใต้ผิวหนังใกล้เคียงกัน จนกระทั่งอายุประมาณ 8 ปี จะเริ่มมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว เยาวชนชายจะมีกำลังของกล้ามเนื้อมากกว่าหญิงพลกำลังของกล้ามเนื้อจะแข็งแรงขึ้น สำหรับหญิงถึงแม้ว่าจะมีการเพิ่มขึ้นของกล้ามเนื้อ แต่ขณะเดียวกันจะมีการสะสมของไขมันใต้ผิวหนังเพิ่มขึ้นอีกโดยที่น้ำหนักจะเพิ่มได้ถึงร้อยละ 25 ของน้ำหนัก โดยเฉพาะไขมันที่สะสมที่เต้านมและสะโพก 3) โครงสร้างใบหน้า ช่วงนี้กระดูกของจมูกจะโตขึ้น ทำให้ตั้งจมูกเป็นสันขึ้น กระดูกขากรรไกรบนและขากรรไกรล่างเติบโตเร็วมากในระยะนี้เช่นเดียวกับกล่องเสียง ลำคอ และกระดูกอัยลอยด์ (hyoid bone) และพบว่าในเยาวชนชายจะเจริญเติบโตเร็วกว่าหญิงชัดเจน เป็นเหตุให้ชายเสียงแตก 4) การเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมน ทั้งฮอร์โมนการเติบโต และฮอร์โมนจากต่อมธัยรอยด์ (Thyroid gland) มีอิทธิพลต่อการเจริญเติบโตรวมทั้งฮอร์โมนทางเพศ จากการเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมนโดยเฉพาะต่อมไขมันใต้ผิวหนัง และต่อมเหงื่อจะทำหน้าที่เพิ่มมากขึ้น เป็นสาเหตุทำให้เกิดปัญหาเรื่องสิวและกลิ่นตัว และ 5) การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะเพศ สำหรับเยาวชนหญิงมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วในช่วงระยะ 1 ปี ก่อนที่จะมีประจำเดือน โดยเฉพาะการเจริญเติบโตของเต้านม ซึ่งเริ่มมีการขยายในขนาดเมื่ออายุประมาณ 8-13 ปี และจะใช้เวลา 2 ปีครึ่ง จึงจะเจริญเติบโตเต็มที่ในช่วงอายุ 11-13 ปี สำหรับเยาวชนชาย ซึ่งจะเริ่มมีการเจริญเติบโตของลูกอัณฑะ เมื่อเข้าสู่ช่วงอายุ 10-13 ปี ครึ่ง และจะใช้เวลานาน 2-4 ปี กว่าที่จะเติบโตและทำงานได้อย่างสมบูรณ์

ข. ลักษณะทางอารมณ์ ปัญหา และสังคมของเยาวชน ซึ่งลักษณะทางอารมณ์และสังคมของเยาวชนจะมีผลมาจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายของเยาวชน จึงทำให้เยาวชนมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ และสังคม โดยเฉพาะ 1) ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ผู้ชายจะเจริญเติบโตช้าจะมีความวิตกกังวลสูงเกี่ยวกับความแข็งแรงของร่างกาย และความคิดสติ ปัญญาของสมองซึ่งอาจจะไม่มั่นใจในความเป็นชายรู้สึกที่ตัวเองไม่สมบูรณ์มักถูกล้อเลียนกลั่นแกล้งจากเพื่อนๆ ที่รูปร่างใหญ่โตกว่า สำหรับเยาวชนหญิงที่โตเร็วกว่าเพื่อนในวัยเดียวกันมักจะรู้สึกอึดอัดและรู้สึกเคอะเขิน ประหม่าอายต่อสายตาและคำพูดของเพศตรงข้ามในขณะที่สภาพอารมณ์จิตใจยังเป็นเด็ก 2) ความวิตกกังวลกับอารมณ์เพศที่สูงขึ้น ซึ่งเกิดจากการเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมนทางเพศจะส่งผลทำให้เยาวชนเกิดอารมณ์เพศขึ้นมาได้บ่อย จนทำให้เยาวชนเรียนรู้ที่จะหัดสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง อยากรู้ อยากเห็นกิจกรรมทางเพศ ผู้ใหญ่ควรให้ความรู้ในเรื่องเพศที่ถูกต้องและถือว่าความรู้สึกในวัยนี้เป็นเรื่องธรรมดาเป็นธรรมชาติอย่างหนึ่ง 3) ความวิตกกังวลกลัวการเป็นผู้ใหญ่ วัยนี้จะมี ความวิตกกังวลกลัวจะไม่เป็นที่ยอมรับจากคนรอบข้าง มักจะกลัวความรับผิดชอบ ซึ่งจะรู้สึกว่าเป็นภาระหนักหนา ยุ่งยาก บางครั้งอยากจะเป็นเด็ก อยากแสดงอารมณ์สนุกสนาน ร่าเริง เบิกบาน และ 4) ความวิตกกังวลในความงามทางร่างกาย ไม่ว่าเยาวชนหญิงหรือเยาวชนชายก็จะมีความรู้สึกต้องการให้คนรอบข้างชื่นชมเกี่ยวกับรูปลักษณ์ภายนอกของตน เพราะว่าเยาวชนมักจะเข้าใจว่าความสวยงามทางกายเป็นแรงจูงใจทำให้คนยอมรับ ทำให้เพื่อนยอมรับเข้าไปในกลุ่มได้ง่ายและเป็นที่ยึดติดใจของเพศตรงข้าม ช่วงนี้จึงเห็นว่าเยาวชนจะสนใจสนใจ พิถีพิถันในการเลือกเสื้อผ้า การหวีผม เอาใจใส่ต่อการออกกำลังกายสนใจคุณค่าทางอาหาร เครื่องประดับ สุขภาพอนามัยการวางตัวให้สมบทบาททางเพศการวางตัวในสังคมและความสนใจในแต่ละเรื่องอาจอยู่ได้ไม่นาน



ค. ลักษณะทางจิตใจของเยาวชน จะมีลักษณะทางจิตใจที่มีผลพวงมาจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอารมณ์ และสังคม จึงทำให้ลักษณะทางจิตใจเยาวชนมีความแปรปรวน เปลี่ยนแปลงง่ายจากสาเหตุ ดังนี้ 1) ความรักและความห่วงใย ความรู้สึกอยากที่จะถูกรัก และยังอยากได้รับความเอาใจใส่ห่วงใยจากบุคคลที่มีความสำคัญต่อเยาวชน แต่มักจะมีข้อแม้ว่าจะต้องไม่ใช่การแสดงออกของ พ่อแม่ที่ทำกับเขาราวกับเยาวชนตัวเล็กๆ ไม่ต้องการความเจ้ากี้เจ้าการ ไม่ต้องการให้แสดงความห่วงใยอยู่ตลอดเวลา 2) เป็นอิสระอยากทำอะไรได้ด้วยตัวของตัวเอง อยากทำในสิ่งที่ตัวเองคิดแล้วว่าดี อยากมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ อยากที่จะทำตัวห่างจากพ่อแม่ ห่างจากคำสั่ง การเจริญเติบโตในการทำงานของสังคมทำให้เยาวชนวันนี้เริ่มมีความคิดอ่านเป็นของตนเองเริ่มมีความคิดแบบนามธรรม การแยกจากพ่อแม่ในทุกรูปแบบ บางครั้งอาจทำให้เยาวชนเกิดความรู้สึกสับสน อาจมีความรู้สึก สูญเสียในความรักความเอาใจใส่จากพ่อแม่ ซึ่งการเลี้ยงดูจึงต้องอาศัยความเข้าใจและเคารพในสิทธิส่วนบุคคลของเยาวชนด้วย 3) ต้องการเป็นตัวของตัวเอง ความต้องการที่ยอมรับในสิ่งที่มาจากตัวของตัวเองทำให้พวกเขามั่นใจในตัวเอง พ่อแม่คงต้องส่งเสริมให้เยาวชนได้ช่วยเหลือตัวเองให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ตามวัย 4) มีความอยากรู้ อยากเห็น อยากลอง ชอบการลองผิดลองถูก และชอบสังเกตดูปฏิกิริยาของคนรอบข้างเพื่อตัดสินใจว่าสิ่งที่ทำนั้น ดีเลวเป็นอย่างไร วัยที่โตขึ้นเมื่อความสามารถเพิ่มขึ้น ร่างกายเจริญเติบโตขึ้นมา สิ่งรอบตัวต่างๆ ที่น่าสนใจและท้าทายความสามารถก็จะเริ่มเข้ามาเพื่อทดสอบการสนับสนุนส่งเสริมเยาวชนให้คงสภาพอยากรู้อยากเห็น อยากลองและได้มีโอกาสทดลองสิ่งแปลกๆ ใหม่ๆ ในขอบเขตที่เหมาะสมเพิ่มขึ้นตามวัย จะทำให้เยาวชนก้าวเข้าสู่ผู้ใหญ่ด้วยความภาคภูมิใจ

อาจกล่าวได้ว่า เยาวชนจะมีลักษณะการเปลี่ยนแปลงที่เห็นได้ชัดเจน ก็คือร่างกาย จิตใจ อารมณ์ ปัญญา อาจเป็นเหตุให้เยาวชนมีความสับสนกับการดำเนินชีวิตจึงมีลักษณะความเปลี่ยนแปลงในหลายรูปแบบแตกต่างกันออกไป เมื่อใกล้สู่วัยเป็นผู้ใหญ่จะเริ่มมีชีวิตเป็นของตนเองมากขึ้น ซึ่งลักษณะการเปลี่ยนแปลงเช่นนี้เป็นสิ่งที่ผู้ใหญ่จะต้องยอมรับให้ได้ และมีหน้าที่คอยให้คำแนะนำช่วยเหลือตลอดจนการฝึกอบรมเยาวชนในทางที่ถูกต้อง จึงจะทำให้เยาวชนมีการพัฒนาไปสู่วัยผู้ใหญ่พร้อมกับสภาพจิตใจที่ประกอบไปด้วยศีลธรรมคุณธรรม และจริยธรรม อันจะส่งผลให้เยาวชนเป็นผู้มีความรับผิดชอบต่อนหน้าที่ของตนเองและที่สำคัญก็เพื่อเป็นเยาวชนที่ดีของครอบครัว ชุมชน และประเทศชาติต่อไป

3. พฤติกรรมของเยาวชน

เยาวชนมักจะถูกมองด้านลบว่ามีพฤติกรรมที่สร้างปัญหาให้กับสังคม นิยมความรุนแรง ส่งผลลบต่อการพัฒนาสังคม ประเทศชาติในหลายๆ ด้าน สำหรับการแก้ปัญหาให้ได้ผลอย่างถาวรนั้นผู้เกี่ยวข้องจะต้องเข้าใจพฤติกรรมของเยาวชนว่าเป็นอย่างไร ซึ่งผู้เขียนจะได้นำมาเสนอ ดังนี้

1) พฤติกรรมด้านอารมณ์ของเยาวชน จะพบว่าเยาวชนจะมีพฤติกรรมทางอารมณ์ต่างๆ ดังนี้ (1) อารมณ์อ่อนไหวง่าย มักจะมีความสัมพันธ์กับการให้ความสนใจทางการเขียน การอ่าน การฟัง บทเพลง บทกลอน บทกวีที่ร่าเริงถึงความรัก ความผิดหวังความเศร้าโศกเสียใจ (2) อารมณ์รุนแรง ชอบทำอะไรบ้าบิ่น เสี่ยงภัย ไม่กลัวอันตราย บางครั้งทำแบบไม่คิดหน้าคิดหลังแล้วจะมารู้สึกผิดในภายหลังเสมอ (3) อารมณ์ไม่คงที่ ไม่สม่ำเสมอ เปลี่ยนแปลงง่าย และ (4) อารมณ์ค้าง เกิดความเครียด ความวิตกกังวลในเรื่องต่างๆ ไม่สามารถถูกขจัดให้หายในเวลาอันสั้นได้ เยาวชนมักหมกมุ่นกับปัญหาต่างๆ ที่ตนสับสนและแก้ไม่ได้ หรือไม่ได้รับความเข้าใจจากผู้ใหญ่

2) พฤติกรรมด้านสังคมของเยาวชน จะพบว่า การเจริญเติบโต และวุฒิภาวะของเยาวชนจะมีพฤติกรรมด้านสังคมควบคู่ไปกับการตระหนักรู้ถึงความสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง ตั้งแต่ความเป็นวัยของ



เยาวชนจนถึงเข้าสู่ความเป็นวัยของผู้ใหญ่ โดยเฉพาะเพื่อนจะเริ่มเข้ามามีบทบาท มีความสำคัญต่อชีวิตของเยาวชนเป็นอย่างมาก เพราะต้องการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน จึงมีความสนใจในการกระทำของตนเอง เพื่อให้เป็นที่ดึงดูดใจของหมู่เพื่อน ผู้ใหญ่ที่เกี่ยวข้องควรหาโอกาสสนับสนุนให้เยาวชนได้ทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้วิธีการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคม จะช่วยให้เยาวชนเกิดความรู้สึกรักมั่นในตนเอง และฝึกอบรมความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนได้ ซึ่งนับว่าเป็นพื้นฐานสำคัญในการปรับตัวทางสังคมในอนาคตด้วย และสิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งที่ผู้ใหญ่ควรที่จะต้องเข้าใจ ก็คือพฤติกรรมด้านสังคมของเยาวชนที่มีความสัมพันธ์ระหว่างเยาวชนกับครอบครัว พฤติกรรมทางสังคมกับการคบเพื่อนและพฤติกรรมกับการปรับตัวในสังคมของเยาวชน (พรพิมล เจียมนาครินทร์, 2539: 53-54)

อาจสรุปได้ว่า พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ของเยาวชนนั้น โดยเฉพาะระหว่างเพื่อนต่างเพศ เป็นสิ่งที่ผู้เกี่ยวข้องจะต้องดูแลเอาใจใส่เป็นพิเศษคอยให้คำปรึกษากับเยาวชน และควรคอยสังเกตดูเยาวชนอยู่ห่างๆ เพื่อป้องกันมิให้เยาวชนมีพฤติกรรมทางการกระทำที่เกินขอบเขตจากวัยที่สำคัญ ก็คือควรคอยให้กำลังใจและพยายามสร้างความเข้าใจมุมบวกในตัวเยาวชนให้มากด้วยมองว่าพฤติกรรมดังกล่าวนี้เป็นเรื่องปกติของวัยเยาวชนเอง ทั้งนี้ผู้ใหญ่จะทำหน้าที่เป็นผู้ให้คำแนะนำหรือควรวางตัวเป็นที่ปรึกษาที่ดีในเรื่องการคบเพื่อนต่างเพศที่ถูกต้องเหมาะสมกับวัยของเยาวชน

แนวทางการอบรมเยาวชน

การอบรมนั้นจะมีความหมายถึงการอบรมที่กำหนดขึ้นเป็นหลัก หรือเป็นแนวในการแนะนำพร่ำสอนชี้แจงให้เยาวชนเข้าใจในเรื่องที่ต้องการฝึกอบรมขัดเกลาให้ซึมซับเข้าไปจนติดเป็นนิสัยทางพฤติกรรมความประพฤติ โดยการจัดการฝึกอบรมกิจกรรมอย่างเป็นระบบมีการกำหนดองค์ประกอบของการอบรมให้มีความสัมพันธ์กิจกรรมเป็นอย่างดี เพื่อนำไปสู่จุดมุ่งหมายที่ต้องการ หรือจัดความสัมพันธ์ขององค์ประกอบของการอบรมนั้นให้เป็นไปตามลำดับขั้นตอนที่ช่วยให้การอบรมนั้นมีประสิทธิภาพการอบรม ก็คือองค์ประกอบต่างๆ ของการอบรมกิจกรรมที่ได้รับการจัดไว้ให้มีความสัมพันธ์ และส่งเสริมกันอย่างเป็นระเบียบ เพื่อช่วยให้เยาวชนเกิดการเรียนรู้ตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ โดยจัดเป็นกระบวนการในโครงการฝึกอบรมเยาวชนบำบัดพฤติกรรมทางกาย จิตใจ อารมณ์ ปัญญา และสังคมของเยาวชนให้มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในทิศทางที่ดีขึ้น รวมถึงเป็นที่พึงประสงค์ของตนเอง สังคม และประเทศชาติ (ชำเลื่อง วุฒิจันทร์, 2524:19)

ด้วยเหตุนี้ การอบรมจึงมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งต่อการฝึกอบรมพัฒนาพฤติกรรมของเยาวชนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง และต้องเข้ารับการฝึกอบรมในโครงการอบรมเยาวชนเพื่อทำให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางด้านกาย จิตใจ อารมณ์ ปัญญา และสังคมที่ดิ่งม มั่นคงขึ้น เช่น การทำสมาธิ เจริญภาวนาจิต การจัดกิจกรรมเรียนรู้ เป็นต้น โดยจะทำให้เยาวชนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงเกิดจิตสำนึกในทางที่ดีงาม มั่นคงขึ้น และเยาวชนจะได้รับรู้ว่าสังคมยังมีความรัก และความห่วงใยในตัวเยาวชนอยู่ทางสังคมต้องมีส่วนร่วมในการพัฒนาการฝึกอบรม และช่วยกันเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของเยาวชนให้ดีขึ้น มีความมั่นคงทางศีลธรรม คุณธรรม และจริยธรรมให้มากยิ่งขึ้น (สุภาพ พิศาลบุตร และยงยุทธ เกษสาคร, 2545: 6)

แนวทางของการอบรมของโครงการอบรมเยาวชนจะมีลักษณะของการอบรมกาย จิต อารมณ์ ปัญญา และสังคมด้วยการเจริญภาวนา โดยฝึกอบรมสมาธิ รวมถึงการอบรมหลักพุทธธรรมที่สัมพันธ์และสอดคล้องกับกิจกรรมที่มีลักษณะของการอบรม ดังนี้



1. มีการจัดสถานที่ โดยการจัดสภาพแวดล้อมรอบๆ บริเวณสถานที่การอบรม และสิ่งอำนวยความสะดวกในการอบรมเยาวชน

2. มีการดำเนินการฝึกอบรมเยาวชนที่เข้ารับการฝึกอบรมกาย จิต อารมณ์ ปัญญา และสังคม และการอบรมได้มีการกำหนดเวลาในการอบรมเยาวชนที่ชัดเจน และมีเทคนิคการฝึกอบรมของโครงการอบรมเยาวชนในการเจริญภาวนา โดยการทำสมาธิ

3. มีการรับผู้เข้าอบรม เป็นเยาวชนจากโรงเรียนที่มีการศึกษาอยู่ในระดับมัธยมและอุดมศึกษา ที่มีอายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไปที่อยู่ในจังหวัดนั้นๆ ซึ่งวัดเป็นผู้จัดโครงการอบรมเยาวชนโดยมีที่จังหวัดกำแพงเพชร จังหวัดพิษณุโลก จังหวัดสกลนคร จังหวัดปทุมธานี จังหวัดสุราษฎร์ธานี และจังหวัดพังงา เป็นต้น

4. มีการจัดหลักสูตรธรรมให้สัมพันธ์และสอดคล้องกับกิจกรรมพร้อมทั้งมีความเหมาะสมกับสถานที่ เวลา ระดับการศึกษา และวิทยากรให้ความรู้กับผู้เข้ารับการอบรม โดยการอบรมสติสัมปชัญญะ เพื่อให้เกิดปัญญาในการดำเนินชีวิต และมีการคัดเลือกพระวิทยากร รวมถึงวิทยากรฆราวาส ที่มีความรู้ความสามารถโดยตรงที่เกี่ยวข้องกับการเจริญภาวนา การทำสมาธิ และกิจกรรมการเรียนรู้ (สุภาพ พิศาลบุตร และยงยุทธ เกษสาคร, 2545: 4)

เมื่อพิจารณาจากนโยบายการฝึกอบรมเยาวชนแห่งชาติ ฉบับที่ 5 พ.ศ. 2545 จะพบว่า เยาวชนเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และเปี่ยมด้วยศักยภาพซึ่งจะเป็นพลังสำคัญในการพัฒนาสังคม และประเทศชาติ ดังนั้นทางโครงการฝึกอบรมเยาวชนทั้ง 7 นั้นจำเป็นต้องมีนโยบายที่เหมาะสมภายใต้เงื่อนไข และหลักประกันต่างๆ ทั้งภายใน และภายนอกประเทศ

ตามนโยบายการฝึกอบรมเยาวชนแห่งชาติ ฉบับที่ 5 พ.ศ. 2545 เพื่อให้กระบวนการฝึกอบรมเยาวชนของชาติดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ และมีส่วนร่วมของโครงการอบรมเยาวชน ทั้ง 7 และทุกภาคส่วนในสังคม คณะรัฐมนตรีจึงมีมติเห็นชอบนโยบายเยาวชนแห่งชาติ และแผนฝึกอบรมเยาวชนระยะยาว พ.ศ. 2545-2554 เมื่อวันที่ 15 มกราคม 2545 ด้วยการประกาศนโยบายระดับชาติ ดังนี้

1. ส่งเสริม และสนับสนุนให้สถาบันครอบครัวมีบทบาทหลักในการฝึกอบรมเลี้ยงดูเยาวชน ให้เกิดการฝึกอบรมศักยภาพที่มีอยู่อย่างเต็มที่

2. สนับสนุนให้องค์กรสำคัญอื่นๆ ของสังคม เช่น โครงการอบรมเยาวชน สถาบันการศึกษา สถาบันศาสนา สถาบันวิชาชีพ และสถาบันการเมืองการปกครองทุกระดับ โดยเฉพาะองค์การบริหารส่วนตำบลองค์การภาคเอกชน สถาบันการเมืองการปกครองทุกระดับ สถาบันสื่อมวลชนมีบทบาทและประสานร่วมมืออย่างจริงจังต่อเนื่องในกระบวนการพัฒนา และในการเสริมสร้างประสบการณ์ชีวิตให้กับเยาวชนอย่างสร้างสรรค์

3. สนับสนุนให้บริการแก่เยาวชนทั้งภาคราชการ และนอกภาคราชการได้ปฏิบัติหน้าที่อย่างมีประสิทธิภาพ ไม่เลือกปฏิบัติ ทำงานอย่างโปร่งใส และสามารถตรวจสอบได้

4. สนับสนุนการออกกฎหมาย และการบังคับใช้กฎหมายให้ทันต่อสถานการณ์และการเปลี่ยนแปลงที่ส่งผลกระทบต่อกระบวนการฝึกอบรมเยาวชน

5. สนับสนุนโครงการอบรมเยาวชนให้มีการติดตาม และประเมินผลการฝึกอบรมเยาวชน โดยมีดัชนีชี้วัดอย่างเป็นระบบ

6. ส่งเสริมให้เยาวชนในแต่ละวัยได้เข้ารับการฝึกอบรมด้วยหลักสูตรธรรมในพระพุทธศาสนาอย่างต่อเนื่อง และได้รับบริการตามสิทธิ และความต้องการพื้นฐานตามมาตรฐานสากลทั้งทางด้านปริมาณ และคุณภาพ



7. สนับสนุนให้เยาวชนรู้จักการวิเคราะห์ข้อมูล มีความคิด ความรับผิดชอบ และกล้าตัดสินใจ บนพื้นฐานของเหตุผลตามหลักพุทธธรรมทางศีลธรรม คุณธรรม และจริยธรรม ในกระบวนการปรับตัวให้เข้ากับสังคมที่มีความเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมทางกาย จิต อารมณ์ ปัญญา และสังคมของเยาวชน ได้อย่างมีความสุข

8. สนับสนุนให้เยาวชนสามารถใช้ความรู้ด้านวิทยาการสมัยใหม่บนพื้นฐานภูมิปัญญาตามหลักพุทธธรรมที่เหมาะสมทางพุทธศาสนา และปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงให้เป็นประโยชน์ต่อการดำรงชีวิต และประกอบอาชีพ

9. สนับสนุนให้เยาวชนแต่ละวัย มีส่วนร่วมในการส่งเสริมโครงการอบรมเยาวชนอย่างสร้างสรรค์ ในกิจการของโครงการอบรมเยาวชน และชุมชน รวมถึงการเสริมสร้างมิตรภาพระหว่างประเทศ โดยให้คณะกรรมการส่งเสริม และประสานงานเยาวชนแห่งชาติ มีหน้าที่ในการดูแล และปฏิบัติงานให้เป็นไปตามแนวนโยบายนี้ เพื่อให้บังเกิดผลต่อการฝึกอบรมเยาวชนที่ครอบคลุมทุกช่วงอายุ และทุกพื้นที่ นโยบายเยาวชนแห่งชาตินี้ ได้ประกาศ ณ วันที่ 19 เดือนกรกฎาคม พ.ศ. 2545 (สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพ และพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส คนพิการ และผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, [ออนไลน์], 10 กุมภาพันธ์ 2568)

อาจกล่าวได้ว่าแนวทางการอบรมเยาวชนซึ่งเป็นวัยที่สามารถนำมาฝึกอบรมในโปรแกรมอบรมเยาวชนได้ ต้องใช้หลักพุทธธรรมในกระบวนการฝึกอบรม การอบรมเยาวชนต้องคำนึงถึง สถานที่ เวลา ระดับการศึกษาของผู้เข้าอบรม และวิทยาการที่เหมาะสม อีกทั้งต้องมีการจัดเตรียมหลักสูตรให้สัมพันธ์ และสอดคล้องกิจกรรมเพื่อจะได้สร้างสรรค์กระบวนการฝึกอบรมได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตามนโยบายการฝึกอบรมเยาวชนแห่งชาติ ฉบับที่ 5 พ.ศ. 2545 ได้เล็งเห็นเยาวชนเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่า ซึ่งต้องมีนโยบายที่เหมาะสมกับเยาวชน โดยมีมติให้ทุกภาคส่วนช่วยกันส่งเสริมและสนับสนุนให้โปรแกรมอบรมเยาวชน สถาบันครอบครัว องค์กร ภาคีรัฐ และเอกชนต่างๆ สอนความต้องการของเยาวชนตามมาตรฐานสากล ต้องช่วยกันฝึกอบรมเยาวชนในด้านที่ถูกต้อง

หลักพุทธธรรมที่เหมาะสมในการอบรมเยาวชน

ในปัจจุบันนี้บริบทสังคมไทยโดยภาพรวมได้พัฒนาทางด้านวัตถุมิมีความเจริญขึ้นมากกว่าในอดีต จากอิทธิพลของวัตถุนิยมส่งผลให้กลายเป็นสังคมที่ให้ความสำคัญกับวัตถุมากกว่าจิตใจ ส่งผลให้เกิดสถานที่ต่างๆ ที่แปลกใหม่ขึ้นมาเพื่อบตอบสนองความต้องการของผู้คนในสังคม ซึ่งสถานที่ดังกล่าวมุ่งให้ความสนุกสนานบันเทิงโดยเฉพาะ จึงสามารถแย่งชิงเอาเยาวชนไปจากสถานศึกษาหรือวัด ซึ่งเป็นสถานที่ให้ความรู้และสร้างจิตสำนึกทางศีลธรรมที่ดีงาม โดยเฉพาะวัดได้สูญเสียบทบาทการเป็นศูนย์กลางแห่งชุมชนไปเกือบสิ้นเชิง ไม่สามารถที่จะถึงเยาวชนสมัยนี้ได้ จึงทำให้เยาวชนเหินห่างจากการอบรม บ่มเพาะจากวัดที่เป็นตัวแทนของผู้ใช้หลักพุทธธรรมในการอบรมทั้งทางกาย และจิตใจ แม้ว่าในปัจจุบันนี้ วัดบางแห่งก็ได้เริ่มแสดงบทบาทมากยิ่งขึ้น โดยการพยายามจัดการฝึกอบรมเยาวชนด้วยหลักพุทธธรรมที่เหมาะสม และสอดคล้องกับกิจกรรมมากขึ้น โดยได้จัดทำโครงการอบรมศีลธรรมคุณธรรม และจริยธรรม สำหรับเยาวชนโดยเน้นใช้หลักพุทธธรรมที่เหมาะสมกับพฤติกรรมทางกาย จิต อารมณ์ ปัญญา และสังคมของเยาวชนในปัจจุบันอีกด้วย ซึ่งสามารถจำแนกหลักพุทธธรรมที่เหมาะสมในการอบรมเยาวชนได้ดังนี้



ก. หลักพุทธธรรมที่ส่งเสริมการเรียนรู้

1. ไตรสิกขา: ระบบการศึกษาสมบูรณ์เพื่อพัฒนาเยาวชน

ไตรสิกขาเป็นระบบการศึกษาองค์รวมของพุทธศาสนาที่ครอบคลุมการพัฒนามนุษย์ทั้งทางด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา ประกอบด้วย 1) ศีล คือ การฝึกอบรมพฤติกรรมให้สุจริต การรักษากติกาของสังคม และการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมอย่างเหมาะสม เน้นทักษะการอยู่ร่วมกับผู้อื่นอย่างสันติ การใช้ชีวิตที่ไม่เบียดเบียน และการเคารพกฎระเบียบ 2) สมาธิ คือ การพัฒนาจิตใจให้เข้มแข็ง มั่นคง มีประสิทธิภาพในการทำงาน มีความสุขและภาวะที่เหมาะสมในการใช้ชีวิต เน้นความอดทน การควบคุมตนเอง และการมีสติในการดำเนินชีวิต และ 3) ปัญญา คือ ความรู้ความเข้าใจ การมองเห็นความเป็นจริง ความสามารถวิเคราะห์ และการแก้ไขปัญหาด้วยความรอบคอบ เป็นการฝึกการคิดอย่างมีเหตุผล และการตัดสินใจบนฐานของความเข้าใจที่ถูกต้อง การนำหลักไตรสิกขามาฝึกอบรมเยาวชนอย่างเป็นขั้นตอนจะช่วยสร้างคนที่มีคุณภาพ มีความสามารถในการปรับตัว และรู้จักการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข

2. หลักกรรม: กฎแห่งการกระทำ

หลักกรรมสอนให้เข้าใจว่าการกระทำของเรามีผลต่อชีวิต ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว หลักนี้ส่งเสริมให้เยาวชน เข้าใจความรับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง, ตระหนักถึงผลของการกระทำในระยะยาว, พัฒนาความมีวินัยและความรับผิดชอบในชีวิต และสร้างแรงจูงใจให้ประพฤติดี ละเว้นความชั่ว

3. อริยสัจ 4: ความจริงอันประเสริฐ

อริยสัจ 4 คือ ความจริงที่ช่วยให้มนุษย์เข้าใจปัญหาและวิธีดับทุกข์ ประกอบด้วย 1) ทุกข์ คือ การเข้าใจปัญหาและความทุกข์ในชีวิต 2) สมุทัย คือ การเข้าใจสาเหตุของปัญหา 3) นิโรธ คือ การเข้าใจว่าปัญหามีทางแก้ไข และ 4) มรรค คือ การเข้าใจวิธีการแก้ปัญหอย่างเป็นระบบ แม้หลักอริยสัจ 4 จะช่วยพัฒนาให้เยาวชนเรียนรู้การเผชิญปัญหาอย่างมีสติ มองปัญหาตามความเป็นจริง และแก้ไขปัญหามีระบบด้วยปัญญา

4. มงคล 38: หลักการดำเนินชีวิตที่เป็นสิริมงคล

มงคล 38 เป็นหลักปฏิบัติเพื่อความเจริญในชีวิต ซึ่งเหมาะสมกับการนำมาประยุกต์สำหรับเยาวชน เช่น การคบมิตรดี หลีกเลียงคนพาล, การเคารพผู้ที่ควรเคารพ, การรู้จักพอในสิ่งที่มี, การพึงธรรม พัฒนาความรู้อยู่เสมอ, ความอดทน ความสุภาพอ่อนโยน และการมีระเบียบวินัย และการมีศีลธรรม

ค. หลักพุทธธรรมที่ส่งเสริมทักษะชีวิต

1. พรหมวิหาร 4: คุณธรรมสำหรับการอยู่ร่วมกับผู้อื่น

หลักพรหมวิหาร 4 คือ หลักธรรมที่ช่วยให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข ประกอบด้วย 1) เมตตา คือ ความปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข สอนให้เยาวชนรู้จักมีความรัก ความปรารถนาดีและความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น 2) กรุณา คือ ความปรารถนาให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ สอนให้เยาวชนรู้จักการช่วยเหลือผู้อื่นเมื่อเขาประสบความทุกข์ยาก 3) มุทิตา คือ ความยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี สอนให้เยาวชนรู้จักชื่นชมความสำเร็จของผู้อื่น ไม่อิจฉาริษยา และ 4) อุเบกขา คือ การวางใจเป็นกลาง สอนให้เยาวชนรู้จักวางใจเป็นกลาง เที่ยงธรรมไม่ลำเอียง

2. ทิศ 6: หลักการสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลรอบตัว

หลักทิศ 6 สอนให้เยาวชนรู้จักหน้าที่และความรับผิดชอบต่อบุคคลรอบข้าง ดังนี้ 1) ความสัมพันธ์กับพ่อแม่ (ทิศเบื้องหน้า) 2) ความสัมพันธ์กับครูอาจารย์ (ทิศเบื้องขวา) 3) ความสัมพันธ์กับคู่ครอง



(ทิศเบื้องหลัง) 4) ความสัมพันธ์กับมิตรสหาย (ทิศเบื้องซ้าย) 5) ความสัมพันธ์กับผู้ได้บังคับบัญชา (ทิศเบื้องล่าง) และ 5) ความสัมพันธ์กับนักบวชและผู้มีศีลธรรม (ทิศเบื้องบน)

ด้วยเหตุนี้ การเรียนรู้หลักทิศ 6 จะช่วยให้เยาวชนปฏิบัติตนเหมาะสมต่อบุคคลรอบข้าง เข้าใจบทบาทและหน้าที่ของตนในสังคม

ง. หลักพุทธธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาดน

1. หลักภาวนา 4: การพัฒนาดนเองอย่างรอบด้าน เป็นหลักการพัฒนาตนเองแบบองค์รวม 4 ด้าน ดังนี้ 1) กายภาวนา คือ การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพอย่างเหมาะสม 2) ศิลภาวนา คือ การพัฒนาความประพฤติให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างปกติสุข 3) จิตภาวนา คือ การพัฒนาจิตใจให้เข้มแข็ง มั่นคง มีความสุข และ 4) ปัญญาภาวนา คือ การพัฒนาปัญญาให้เกิดความรู้ความเข้าใจสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง

2. สังคหัตถุ 4: หลักการยึดเหนี่ยวจิตใจผู้อื่น เป็นหลักธรรมที่ช่วยประสานความสัมพันธ์และเอื้อเพื่อเกื้อกูลกันในสังคมดังนี้ 1) ทาน คือ การให้ การเสียสละ การแบ่งปัน 2) ปิยวาจา คือ การพูดจาไพเราะ สุภาพ จริงใจ 3) อตถจริยา คือ การประพฤติประโยชน์ ช่วยเหลือผู้อื่นและ 4) สมานัตตตา คือ การวางตนเสมอต้นเสมอปลาย ดังนั้น การนำหลักธรรมเหล่านี้มาประยุกต์ใช้ในการอบรมเยาวชนจะช่วยปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม ทักษะชีวิต และความสามารถในการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข ทำให้เยาวชนเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ มีความรับผิดชอบ และเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไป

ประโยชน์ของหลักพุทธธรรมที่เหมาะสมในการอบรมเยาวชน

ก. หลักพุทธธรรมที่เป็นรากฐานในการพัฒนาเยาวชน

หลักพุทธธรรมเป็นคำสอนที่มีคุณค่าอย่างสูงในการพัฒนาเยาวชนให้เป็นผู้มีคุณธรรม จริยธรรม และมีคุณภาพชีวิตที่ดี เยาวชนถือเป็นกำลังสำคัญของชาติในอนาคต การใช้หลักพุทธธรรมในการอบรมสั่งสอนเยาวชนจึงมีประโยชน์มากมาย ซึ่งเหมาะกับบริบทของสังคมไทยที่พุทธศาสนามีอิทธิพลและเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของคนไทยมาอย่างยาวนาน หลักพุทธธรรมสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการอบรมเยาวชนได้ในหลายมิติ ดังนี้

1. หลักศีล 5 เป็นหลักการพื้นฐานในการดำเนินชีวิตที่ช่วยให้เยาวชนรู้จักความถูกต้องเหมาะสม และการปฏิบัติตนในสังคมอย่างมีคุณธรรม ได้แก่ 1) การไม่ฆ่าสัตว์ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ทำให้เยาวชนมีความเมตตา กรุณา ไม่ใช้ความรุนแรง 2) การไม่ลักทรัพย์ สอนให้เยาวชนเคารพกรรมสิทธิ์ของผู้อื่น มีความซื่อสัตย์สุจริต 3) การไม่ประพฤติผิดในกาม ช่วยให้เยาวชนมีความยับยั้งชั่งใจ รู้จักควบคุมตนเอง 4) การไม่พูดเท็จ ส่งเสริมให้เยาวชนพูดความจริง ไม่โกหกหลอกลวง และ 5) การไม่ดื่มสุรา ไม่เสพสิ่งเสพติด ทำให้เยาวชนมีสติ ไม่ประมาท รู้เท่าทันอารมณ์และพฤติกรรมของตนเอง ดังนั้น การปฏิบัติตามหลักศีล 5 จะช่วยให้เยาวชนไม่เป็นภัยต่อตนเองและสังคม มีความปลอดภัยในชีวิต และมีความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น

2. หลักสมาธิ เป็นการฝึกจิตให้มั่นคง ตั้งมั่น จดจ่อ ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อเยาวชนในหลายด้าน ดังนี้ 1) ช่วยเพิ่มความสามารถในการจดจ่อกับการเรียน ทำให้มีสมาธิในการเรียนรู้ดีขึ้น 2) ช่วยให้เยาวชนรู้จักควบคุมอารมณ์ ไม่หุนหันพลันแล่น 3) ส่งเสริมให้เยาวชนมีความอดทน รู้จักรอคอย ไม่เร่งรีบจนเกินไป 4) พัฒนาความสามารถในการแก้ไขปัญหาอย่างมีเหตุผล เนื่องจากมีจิตใจที่สงบ มั่นคง และ 5) ลดความเครียด ความวิตกกังวล ซึ่งเป็นปัญหาสำคัญของเยาวชนในยุคปัจจุบัน



การฝึกสมาธิไม่จำเป็นต้องยุ่งยากซับซ้อน แต่สามารถทำได้ง่ายๆ ในชีวิตประจำวัน เช่น การหายใจอย่างมีสติ การทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยความตั้งใจ ซึ่งจะช่วยให้เยาวชนมีจิตใจที่เข้มแข็ง พร้อมรับมือกับความท้าทายในชีวิต

การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในการพัฒนาเยาวชน

1. หลักปัญญา จะเน้นการพัฒนาความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้อง และการคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล ซึ่งมีประโยชน์ต่อเยาวชนดังนี้ 1) พัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์ แยกแยะข้อเท็จจริงจากความคิดเห็น 2) ส่งเสริมการมีวิจยารณญาณในการรับข้อมูลข่าวสาร โดยเฉพาะในยุคที่มีข้อมูลมากมายทั้งจริงและเท็จ 3) สร้างความเข้าใจเกี่ยวกับเหตุและผล การกระทำและผลของการกระทำ (กฎแห่งกรรม) 4) ช่วยให้เยาวชนเข้าใจความจริงของชีวิต เช่น หลักอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทำให้ไม่ยึดติดและรู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลง และ 5) เสริมสร้างความรู้เท่าทันอารมณ์และความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น นอกจากนี้ปัญญาในพุทธศาสนาไม่ได้หมายถึงแค่ความรู้ทางวิชาการ แต่รวมถึงปัญญาในการดำเนินชีวิต การแก้ปัญหา และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมอย่างสันติ

2. หลักอริยมรรค เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องสมบูรณ์ เกี่ยวข้องกับความคิด การพูด และการกระทำ ซึ่งมีประโยชน์ต่อการพัฒนาเยาวชนดังนี้ 1) สัมมาทิฐิ (ความเห็นชอบ) ช่วยให้เยาวชนมีความเข้าใจถูกต้องเกี่ยวกับชีวิตและโลก 2) สัมมาสังกัปปะ (ความดำริชอบ) ส่งเสริมการคิดในทางที่ดี ไม่คิดเบียดเบียน ไม่พยายาบท 3) สัมมาวาจา (การพูดชอบ) สอนให้เยาวชนพูดความจริง ไม่พูดคำหยาบ ไม่นินทา ส่อเสียด 4) สัมมากัมมัฏฐะ (การกระทำชอบ) นำไปสู่การปฏิบัติที่ดีต่อผู้อื่น ไม่เบียดเบียน 5) สัมมาอาชีวะ (การเลี้ยงชีพชอบ) ปลุกฝังแนวคิดการประกอบอาชีพสุจริต ไม่ทุจริต 6) สัมมาวายามะ (ความเพียรชอบ) สร้างแรงบันดาลใจให้มุ่งมั่นทำความดี ละเว้นความชั่ว 7) สัมมาสติ (ความระลึกชอบ) พัฒนาการมีสติรู้ตัวอยู่เสมอในการกระทำทุกอย่าง และ 8) สัมมาสมาธิ (ความตั้งมั่นชอบ) ส่งเสริมการมีจิตใจที่มั่นคง ไม่หวั่นไหวง่าย อย่างไรก็ตาม ตามหลักอริยมรรคสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการศึกษาและการดำเนินชีวิตของเยาวชนได้อย่างเป็นรูปธรรม ทำให้มีความสมดุลทั้งด้านความรู้ คุณธรรม และทักษะชีวิต

ประโยชน์ของหลักพุทธธรรมต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเยาวชน

1. การพัฒนาตนเองแบบองค์รวม ตามหลักพุทธธรรมจะมุ่งเน้นการพัฒนามนุษย์แบบองค์รวม คือ พัฒนาทั้งกาย วาจา และใจ ไปพร้อมกัน ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อเยาวชนดังนี้ 1) ส่งเสริมการมีสุขภาพกายที่ดี ผ่านการรู้จักประมาณในการบริโภค การออกกำลังกาย 2) พัฒนาวาจาให้สุภาพ มีประโยชน์ ไม่ก่อให้เกิดความขัดแย้ง 3) เสริมสร้างจิตใจที่เข้มแข็ง มีความสุข สงบ และมีความฉลาดทางอารมณ์ 4) สร้างความสมดุลระหว่างการพัฒนาศาสตร์ทางวิชาการกับการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรม 5) นำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีความสุขที่ไม่ต้องพึ่งพาวัตถุภายนอกมากเกินไป และ 6) การพัฒนาตนเองตามหลักหลักพุทธธรรมจะช่วยให้เยาวชนเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจ สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขและเป็นประโยชน์ต่อสังคม

2. การอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสันติ ตามหลักพุทธธรรมมีคำสอนมากมายที่เกี่ยวข้องกับการอยู่ร่วมกันในสังคม ซึ่งมีประโยชน์ต่อเยาวชนในด้านนี้ ได้แก่ 1) หลักพรหมวิหาร 4 (เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา) สอนให้เยาวชนมีความรัก ความปรารถนาดี เห็นอกเห็นใจผู้อื่น และมีความยุติธรรม 2) หลักสังคหวัตถุ 4 (ทาน ปิยวาจา อตถจริยา สมานัตตตา) สอนให้เยาวชนรู้จักการให้ การพูดดี การช่วยเหลือผู้อื่น และการวางตัวเสมอต้นเสมอปลาย 3) หลักสาราณียธรรม 6 เน้นการสร้าง ความ



สามัคคี การแบ่งปัน การเคารพซึ่งกันและกัน และ 4) หลักการระ 6 สอนให้เยาวชนมีความเคารพต่อ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ การศึกษา ความไม่ประมาท และการสนทนาที่เป็นประโยชน์ อาจกล่าวได้ว่าการปลูกฝังหลักธรรมเหล่านี้จะช่วยให้เยาวชนสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข เข้าใจบทบาทหน้าที่ของตนเอง และมีความรับผิดชอบต่อสังคม

บทสรุป

หลักพุทธธรรมที่มีคุณค่าและประโยชน์ที่ทำให้เกิดการผสมผสานครอบครัว ชุมชน และประเทศชาติ เยาวชนได้เกิดความรักความสามัคคีเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันเกิดความรักความผูกพันกันฉันเป็นพี่น้อง เป็นญาติ เป็นเพื่อนเกิดร่วมโลกเดียวกันเมื่อมีจิตสำนึกได้เช่นนี้แล้วทำให้การอยู่ร่วมกันระหว่างเยาวชน กับครอบครัว ชุมชน และประเทศชาติมีความเป็นปึกแผ่น มั่นคง เป็นใหญ่ อิสระเสรีภาพทางความดี และความเจริญ รักสันติสนม เคารพ ยกย่อง พுகติต่อกัน อดทนต่อคำพูด ทำเรื่องใหญ่เป็นเรื่องเล็ก ชักนำทำ เรื่องดี ร่วมมือช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เยาวชนหรือบุคคลในชาติเป็นปึกแผ่น มั่นคงต่อกัน เป็นใหญ่ร่วมไป พร้อมกัน มีอิสระเสรีภาพทางการบริหารประเทศชาติที่เท่าเทียมกัน คุณค่าของความดี ความเจริญ คือ เป็นมิตรรักใคร่ ช่วยเหลือแบ่งปันด้วยความบริสุทธิ์ใจ และทำให้ประเทศชาติรู้จักสามัคคี ได้เป็นน้ำหนึ่ง ใจเดียวกัน ได้ความเสียสละ ได้ความรักชาติ ได้ช่วยเหลือเอื้ออาทรต่อกัน ได้เพื่อนหรือมิตรรักใคร่ ได้ความสมัครสมานสามัคคีเป็นน้ำหนึ่งใจเดียว ได้ปฏิสัมพันธ์เหนียวแน่น ได้ช่วยเหลือแบ่งปันด้วยความ บริสุทธิ์ใจ ได้อบรมพัฒนาหลักความดี ความเจริญให้กัน คือ ได้ความเป็นครอบครัว เป็นญาติพี่น้อง เพื่อนกันได้เคารพกัน ได้พูดคุยฉันท์เพื่อนหรือมิตรจริงใจ ได้อดทนต่อกัน ได้ชักนำกันทำดีสร้างความ เจริญให้กับประเทศชาติ โดยประเทศชาติมีคุณภาพสมบูรณ์ได้ด้วยศีลธรรม คุณธรรม และจริยธรรม ประเทศชาติมีความสุข มั่นคง เพราะการฝึกอบรมหลักหลักพุทธธรรมที่สัมพันธ์และสอดคล้องกับ กิจกรรมที่ใช้อบรม และมีความเหมาะสมกับสถานที่ เวลา ระดับการศึกษา และวิทยาการการฝึกอบรม พัฒนาความดี และความเจริญให้แก่กัน คือ คุณค่าของความเป็นปึกแผ่น มั่นคง รักสันติสนมฉันท์ ครอบครัว ญาติพี่น้อง เพื่อน เคารพกัน พุดคุยด้วยไมตรีจิต อดทนต่อการกระทบกระทั่ง ชักนำกันทำดี สร้างความเจริญให้กับประเทศชาติที่เต็มไปด้วยศีลธรรม คุณธรรม และจริยธรรมของเยาวชน และบุคคล ในชาติ เท่านั้นประเทศชาติมีคุณภาพ สงบสุข และมั่นคงตลอดไป

เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2535). *คู่มือดูแลสุขภาพจิตเด็กวัยเรียน*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ ร.ส.พ.
- ข้าเลื่อง วุฒิจันทร์. (2524). *วิธีสอนอบรมและจัดกิจกรรม*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์การศาสนา.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2525). *พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ อักษรเจริญทัศน์.
- พระราชบัญญัติ. (2526). *การส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกฎหมาย มงคลธรรม.
- เรณู ผลสวัสดิ์. (2528). *การอบรมเลี้ยงดูเยาวชนในครอบครัวไทย*. กรุงเทพฯ: เกษม.
- พุทธทาสภิกขุ. (2526). *จิตตภาวนาคือชีวิตพัฒนา*. กรุงเทพฯ: บริษัทสหธรรมิก.
- พิชญ์ พงษ์สวัสดิ์. (2547). *จิตวิทยาเด็กวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พรพิมล เจียมนาครินทร์, ผศ.ดร. (2539). *พัฒนาการวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: บริษัท คอมพิวเตอร์ จำกัด.
- สุภักดิ์ อนุกุล. (2529). *วันสำคัญของไทย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ.



สุภาพ พิศาลบุตร และยงยุทธ เกษสาคร. (2545). *การพัฒนาบุคคลและการฝึกอบรม*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ห้างหุ้นส่วนจำกัด วี.เจ.พรินต์.

สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส คนพิการ และผู้สูงอายุ. กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. *นโยบายเยาวชนแห่งชาติ ฉบับที่ 5*. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: https://www.m-society.go.th/ewtadmin/ewt/mso_web/article_attach/8435/16490.pdf. [10 กุมภาพันธ์ 2568].

อมรรัตน์ เทพกัมปนาท. (2530). *กลุ่มประชาสัมพันธ์*. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติกระทรวงวัฒนธรรม สำนักงานวัฒนธรรมแห่งชาติ.

