

กิจกรรมเสริมสร้างสุจริต จิตอาสา

(Strengthen Honesty and Volunteerism)



กิจกรรมเสริมสร้างสุจริต จิตอาสา (Strengthen Honesty and Volunteerism)

กิจกรรมเสริมหลักสูตร

ISBN 978-616-495-255-3

พิมพ์ครั้งที่ 1 พ.ศ. 2567

จำนวนที่พิมพ์ 5,000 เล่ม

เรียบเรียงโดย

ณัฐศรัณย์ พันธุ์ศิริ

จัดพิมพ์และจัดจำหน่าย โดย...



บริษัท วังอักษร จำกัด

69/3 ถนนอรุณอมรินทร์ แขวงวัดอรุณ

เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพฯ 10600

โทร. 0-2472-3293-4

Mobile 08-8585-1521

e-mail : wangaksorn9@gmail.com

Facebook : สำนักพิมพ์ วังอักษร

www.wangaksorn.com

Line ID : wangaksorn



e-book แต่ละบทเรียน
ในรูปแบบ QR Code



สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2565

โดยบริษัท วังอักษร จำกัด ห้ามนำส่วนใดส่วนหนึ่งของหนังสือเล่มนี้
ไปทำซ้ำ ดัดแปลง หรือเผยแพร่ต่อสาธารณชน ไม่ว่ารูปแบบใด ๆ
นอกจากได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจากทางบริษัทฯ เท่านั้น
ชื่อและเครื่องหมายการค้าอื่น ๆ ที่อ้างอิงในหนังสือฉบับนี้
เป็นสิทธิโดยชอบด้วยกฎหมายของเจ้าของแต่ละราย
โดยบริษัท วังอักษร จำกัด มิได้อ้างความเป็นเจ้าของแต่อย่างใด



ตารางกำหนดการจัดการเรียนรู้
วิชากิจกรรมเสริมสร้างสุขจิต จิตอาสา

ครั้งที่	รายการ			จำนวนชั่วโมง		
	ทฤษฎี	ปฏิบัติ				
	ความรู้	ทักษะ	ประยุกต์ใช้	ท	ป	รวม
1 - 2	บทเรียนที่ 1 ความสำคัญและหลักในการ เป็นคนดี	ใบกิจกรรมที่ 1.1 กิจกรรมทำความดี ที่ตนเองภาคภูมิใจ	ใบกิจกรรมที่ 1.2 กิจกรรมทำความดี เพื่อสถานศึกษา	-	4	4
3 - 4	บทเรียนที่ 2 การสร้างจิตพอเพียงด้านทุจริต	ใบกิจกรรมที่ 2.1 กิจกรรม STRONG ที่น่าสนใจ	ใบกิจกรรมที่ 2.2 การออกแบบกิจกรรม STRONG	-	4	4
5	บทเรียนที่ 3 ประโยชน์ส่วนตน และประโยชน์ส่วนรวม	ใบกิจกรรมที่ 3.2 คุณธรรมเชิงสัมพัทธ์ กับการต่อต้าน การทุจริต	ใบกิจกรรมที่ 3.1 ระบบคิดฐานสิบ และระบบคิดฐานสอง	-	2	2
6	บทเรียนที่ 4 การวิเคราะห์สินน้ำใจและสินบน	ใบกิจกรรมที่ 4.1 ความแตกต่างของ สินน้ำใจกับสินบน	ใบกิจกรรมที่ 4.2 สื่อการเรียนรู้อินโฟ กราฟิกเรื่อง สินน้ำใจ = สินบน	-	2	2
7	บทเรียนที่ 5 ความไม่ทนต่อการทุจริต	ใบกิจกรรมที่ 5.1 บทลงโทษทางสังคม เกี่ยวกับการทุจริต	ใบกิจกรรมที่ 5.2 การแสดงเจตนารมณ์ ต่อต้านการทุจริต	-	2	2
8 - 10	บทเรียนที่ 6 การเป็นพลเมืองดี กับความรับผิดชอบต่อสังคม	ใบกิจกรรมที่ 6.2 การแก้ไขปัญหา ในสถานศึกษา	ใบกิจกรรมที่ 6.1 การอยู่ร่วมกัน ในห้องเรียน ใบกิจกรรมที่ 6.3 กิจกรรมสร้างพลเมืองดี	-	6	6

ครั้งที่	รายการ			จำนวนชั่วโมง		
	ทฤษฎี	ปฏิบัติ				
	ความรู้	ทักษะ	ประยุกต์ใช้	ท	ป	รวม
11 - 13	บทเรียนที่ 7 จิตอาสา	ใบกิจกรรมที่ 7.2 ตัวอย่างกิจกรรม จิตอาสา	ใบกิจกรรมที่ 7.1 การพัฒนาตนเอง เพื่อเป็นจิตอาสา ใบกิจกรรมที่ 7.3 กิจกรรมจิตอาสา เพื่อพัฒนาสถานศึกษา	-	6	6
14 - 17	บทเรียนที่ 8 กิจกรรมสร้างสุขจิตอาสา	ใบกิจกรรมที่ 8.3 กิจกรรมการโค้ชชิ่ง	ใบมอบหมายงานที่ 8.1 โครงการสร้างสุขจิตอาสา ต่อต้าน การทุจริต ใบกิจกรรมที่ 8.2 กิจกรรม กระบวนการกลุ่ม ใบมอบหมายงานที่ 8.4 การประเมินผล โครงการ	-	8	8
18	ประเมินผลลัพธ์การเรียนรู้ระดับรายวิชา			-	2	2
รวม				-	36	36





บริษัท วังอักษร จำกัด ได้จัดทำหนังสือวิชา **กิจกรรมเสริมสร้างสุจริต จิตอาสา (Strengthen Honesty and Volunteerism)** เพื่อใช้บูรณาการและประกอบการเรียนการสอน ตามหลักสูตร อาชีวศึกษา (สอศ.) หลักสูตรส่งเสริมการเรียนรู้ (สกร.) และหลักสูตรอุดมศึกษา ผู้สนใจในการพัฒนา การเรียนรู้และทักษะ

หนังสือเล่มนี้ประกอบด้วยเนื้อหาสาระ ใบกิจกรรม แบบฝึกหัด แบบทดสอบคู่ขนาน มีจุดประสงค์ ในการยกระดับผู้เรียนให้เรียนทฤษฎีและปฏิบัติ เพื่อเสริมสร้างทักษะ ประสบการณ์ และการประยุกต์ ใช้ได้จริง โดยเน้นกระบวนการเรียนรู้ที่มีคุณธรรม จริยธรรม จรรยาบรรณวิชาชีพ และกิจนิสัยในการทำงาน เพื่อสร้างสมรรถนะตามความต้องการของสถานประกอบการ เนื้อหาในหนังสือเล่มนี้แบ่งออกเป็น **8 บทเรียน คือ บทเรียนที่ 1 ความสำคัญและหลักในการเป็นคนดี บทเรียนที่ 2 การสร้างจิตพอเพียง ด้านทุจริต บทเรียนที่ 3 ประโยชน์ส่วนตนและประโยชน์ส่วนรวม บทเรียนที่ 4 การวิเคราะห์สินน้ำใจ และสินบน บทเรียนที่ 5 ความไม่ทนต่อการทุจริต บทเรียนที่ 6 การเป็นพลเมืองดีกับความรับผิดชอบ ต่อสังคม บทเรียนที่ 7 จิตอาสา และบทเรียนที่ 8 กิจกรรมสร้างสุจริตจิตอาสา**

หนังสือเล่มนี้ มีเนื้อหาที่ทันสมัยตามแผนการพัฒนาศึกษาด้านกิจกรรมเสริมหลักสูตร สอดคล้องกับยุทธศาสตร์ชาติและแผนการศึกษาแห่งชาติ เพื่อให้ผู้เรียนมีผลลัพธ์การเรียนรู้และสมรรถนะ ตามหลักสูตร

ณัฐศรัณย์ พันธุ์ศิริ

บทเรียนที่ 1 ความสำคัญและหลักในการเป็นคนดี

1

1.1 ความสำคัญของการเป็นคนดี	2
1.2 ลักษณะของคนดี	4
1.3 การปฏิบัติตนเป็นคนดี มีคุณธรรมและจริยธรรม	6
1.4 การพัฒนาตนเองเป็นคนดี	10
1.5 การน้อมนำพระบรมราโชบายสู่การเป็นคนดี	14
ใบกิจกรรมที่ 1.1 กิจกรรมทำความดีที่ตนเองภาคภูมิใจ	21
ใบกิจกรรมที่ 1.2 กิจกรรมทำความดีเพื่อสถานศึกษา	22
แบบฝึกหัดบทเรียนที่ 1	23

บทเรียนที่ 2 การสร้างจิตพอเพียงด้านทุจริต

25

2.1 ความหมายและความสำคัญของความพอเพียง	26
2.2 ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง	27
2.3 ปัญหาของการทุจริต	29
2.4 โครงการจิตพอเพียงด้านทุจริต	32
2.5 การประยุกต์ใช้โมเดล STRONG เพื่อต้านทุจริต	36
ใบกิจกรรมที่ 2.1 กิจกรรม STRONG ที่น่าสนใจ	43
ใบกิจกรรมที่ 2.2 การออกแบบกิจกรรม STRONG	44
แบบฝึกหัดบทเรียนที่ 2	45

บทเรียนที่ 3 ประโยชน์ส่วนตนและประโยชน์ส่วนรวม

47

3.1 ความหมายและความสำคัญของผลประโยชน์ส่วนตนและส่วนรวม	48
3.2 ความขัดแย้งระหว่างผลประโยชน์ส่วนตนกับผลประโยชน์ส่วนรวม	48
3.3 รูปแบบการขัดกันของผลประโยชน์	51
3.4 การป้องกันผลประโยชน์ทับซ้อน	53
3.5 ระบบความคิด วิเคราะห์เรื่องผลประโยชน์ทับซ้อน	54
ใบกิจกรรมที่ 3.1 ระบบคิดฐานสิบและระบบคิดฐานสอง	62
ใบกิจกรรมที่ 3.2 คุณธรรมเชิงสัมพันธ์กับการต่อต้านการทุจริต	63
แบบฝึกหัดบทเรียนที่ 3	64

บทเรียนที่ 4 การวิเคราะห์สินน้ำใจและสินบน 67

4.1 ความหมายของสินน้ำใจและสินบน	68
4.2 การแยกแยะสินน้ำใจและสินบน	69
4.3 การป้องกันการรับสินบน	72
4.4 การปฏิบัติตนอย่างถูกต้องเพื่อหลีกเลี่ยงสินน้ำใจและสินบน	76
ใบกิจกรรมที่ 4.1 ความแตกต่างระหว่างสินน้ำใจกับสินบน	81
ใบกิจกรรมที่ 4.2 สื่อการเรียนรู้อินโฟกราฟิกเรื่อง สินน้ำใจ = สินบน	82
แบบฝึกหัดบทเรียนที่ 4	83

บทเรียนที่ 5 ความไม่ทนต่อการทุจริต 86

5.1 ความหมายและความสำคัญของความละเอียดและความไม่ทนต่อการทุจริต	87
5.2 ลักษณะของความละเอียดและความไม่ทนต่อการทุจริต	88
5.3 การปรับกระบวนการคิดเกี่ยวกับการทุจริต	90
5.4 การสร้างสังคมที่ไม่ทนต่อการทุจริต	91
ใบกิจกรรมที่ 5.1 บทลงโทษทางสังคมเกี่ยวกับการทุจริต	99
ใบกิจกรรมที่ 5.2 การแสดงเจตนารมณ์ต่อต้านการทุจริต	100
แบบฝึกหัดบทเรียนที่ 5	101

บทเรียนที่ 6 การเป็นพลเมืองดีกับความรับผิดชอบต่อสังคม 104

6.1 ความหมายและความสำคัญของพลเมืองดี	105
6.2 ลักษณะและหน้าที่ของพลเมือง	107
6.3 การเป็นพลเมืองดี	110
6.4 พลเมืองดีกับความรับผิดชอบต่อสังคมเพื่อป้องกันการทุจริต	111
ใบกิจกรรมที่ 6.1 การอยู่ร่วมกันในห้องเรียน	117
ใบกิจกรรมที่ 6.2 การแก้ไขปัญหาในสถานศึกษา	118
ใบกิจกรรมที่ 6.3 กิจกรรมสร้างพลเมืองดี	119
แบบฝึกหัดบทเรียนที่ 6	120

บทเรียนที่ 7 จิตอาสา 122

7.1 ความหมายและประโยชน์ของจิตอาสา	123
7.2 คุณลักษณะของจิตอาสา	125
7.3 รูปแบบของจิตอาสา	128

7.4 การพัฒนาตนเองเพื่อเป็นจิตอาสา	129
7.5 การทำงานจิตอาสา	132
ใบกิจกรรมที่ 7.1 การพัฒนาตนเองเพื่อเป็นจิตอาสาที่ดี	139
ใบกิจกรรมที่ 7.2 ตัวอย่างกิจกรรมจิตอาสา	140
ใบกิจกรรมที่ 7.3 กิจกรรมจิตอาสาเพื่อพัฒนาสถานศึกษา	141
แบบฝึกหัดบทเรียนที่ 7	142

บทเรียนที่ 8 กิจกรรมสร้างสุขจิต จิตอาสา 144

8.1 แนวทางการดำเนินกิจกรรมสร้างสุขจิต จิตอาสา	145
8.2 กระบวนการกลุ่ม	147
8.3 การโค้ชชิ่ง	152
8.4 การประเมินผลกิจกรรม	158
ใบมอบหมายงานที่ 8.1 โครงการสร้างสุขจิต จิตอาสา ต่อต้านการทุจริต	162
ใบกิจกรรมที่ 8.2 กิจกรรมกระบวนการกลุ่ม	163
ใบกิจกรรมที่ 8.3 กิจกรรมการโค้ชชิ่ง	164
ใบมอบหมายงานที่ 8.4 การประเมินผลโครงการ	165
แบบฝึกหัดบทเรียนที่ 8	166

บรรณานุกรม 169



บทเรียนที่



ความสำคัญและหลักในการเป็นคนดี



หัวเรื่องหลัก

- 1.1 ความสำคัญของการเป็นคนดี
- 1.2 ลักษณะของคนดี
- 1.3 การปฏิบัติตนเป็นคนดี มีคุณธรรมและจริยธรรม
- 1.4 การพัฒนาตนเองเป็นคนดี
- 1.5 การน้อมนำพระบรมราโชบายสู่การเป็นคนดี



สแกนเพื่อดู
 e-book 4
 บทเรียนที่ 1



ผลลัพธ์การเรียนรู้ระดับบทเรียน

น้อมนำพระบรมราโชบายมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตและปฏิบัติตนให้เป็นคนดี



แนวคิดหลัก

การเป็นคนดีจะต้องศึกษา เรียนรู้ และฝึกปฏิบัติ ฝึกจิตใจให้ตนมีลักษณะของคนดี การปฏิบัติตนเป็นคนดี มีคุณธรรมและจริยธรรม รู้จักพัฒนาตนเอง และน้อมนำพระบรมราโชบายสู่การเป็นคนดี



สมรรถนะการเรียนรู้

แสดงความรู้เกี่ยวกับการเป็นคนดี มีคุณธรรมและจริยธรรม และจัดกิจกรรมเสริมสร้างความเป็นคนดี



จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. อธิบายความสำคัญของการเป็นคนดี มีคุณธรรมและจริยธรรมได้ถูกต้อง
2. ระบุลักษณะของคนดี มีคุณธรรมและจริยธรรมได้ถูกต้อง
3. ปฏิบัติกิจกรรมเพื่อพัฒนาตนเองให้เป็นคนดีของสังคมได้ถูกต้อง
4. น้อมนำพระบรมราโชบายมาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติตนเป็นคนดีได้ถูกต้อง
5. ยึดมั่นในการทำความดี มีความรับผิดชอบต่อสังคม



เนื้อหาสาระ

การเป็นคนดี คือ การเป็นคนที่มีศีลธรรม มีความประพฤติปฏิบัติ มีจิตใจที่ดีงาม เมื่อในสังคมมีคนดีอยู่ก็จะช่วยให้สังคมนั้นมีความสุข การเป็นคนดีไม่ใช่สิ่งที่ทำได้ยาก เพียงแค่มีความตั้งใจและเริ่มต้นที่จะทำความดี โดยค่อย ๆ สะสมการทำความดีไปเรื่อย ๆ ไม่จำเป็นต้องมีความเพียบพร้อมสมบูรณ์แบบ หรือต้องมีคนยอมรับ เติบโต เพียงแต่ทำดีเพื่อตนเองและคนรอบข้างให้มีความสุข ก็จะนำไปสู่สิ่งดี ๆ ในชีวิตต่อไป

1.1 ความสำคัญของการเป็นคนดี

1.1.1 ความหมายของคนดี

คนดี ตามพจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 ได้ให้ความหมายไว้ว่า คนที่มีคุณความดี คนที่มีคุณธรรม

เว็บไซต์ครูบ้านนอก ได้ให้ความหมายไว้ว่า คนดี หมายถึง คนที่ดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพ มีจิตใจที่ดีงาม มีคุณธรรมจริยธรรม มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ทั้งด้านจิตใจและพฤติกรรมที่แสดงออก เช่น มีวินัย มีความเอื้อเฟื้อเกื้อกูล มีเหตุผล รู้หน้าที่ ซื่อสัตย์ พากเพียร ขยัน ประหยัด มีจิตใจเป็นประชาธิปไตย เคารพความคิดเห็นและสิทธิของผู้อื่น มีความเสียสละ รักษาสิ่งแวดล้อม สามารถอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นอย่างสันติสุข

รจรินทร์ ผลนา ได้ให้ความหมายไว้ว่า คนดี หมายถึง คนที่มีคุณธรรม จริยธรรม มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของสังคม โดยแสดงออกทางพฤติกรรมที่เหมาะสมทั้งทางกาย วาจา ใจ

จากความหมายข้างต้น สามารถสรุปได้ว่า **คนดี (Good Person)** คือ คนที่ประพฤติตนอยู่ในความดี มีคุณธรรมและจริยธรรม เพื่อให้เกิดผลดีต่อการดำรงชีวิตของตนเอง ไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนแก่ผู้อื่นและสังคม

ความดี ได้มีผู้ให้ความหมายไว้ดังนี้

เอี่ยมพร แสงสุวรรณ ได้ให้ความหมายไว้ว่า ความดี คือ การไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น หรือสิ่งอื่นที่อยู่รอบตัวเรา การไม่เบียดเบียนตนเอง ก็คือ การทำใจให้สดใส เบิกบาน มีความสุข อิงตามหลักพุทธศาสนา คิดดี พูดดี ทำดี ส่วนการไม่เบียดเบียนผู้อื่น คือ คำพูดและการกระทำของเราต้องไม่ไปกระทบหรือทำร้ายคนอื่น หรือให้กระทบน้อยที่สุด และยังเป็นสิ่งที่พึงพาให้ผู้อื่นได้อยู่อย่างมีความสุข หรือเรียกว่า **อยู่ให้ตนเองมีความสุข ในขณะที่เดียวกันก็ช่วยผู้อื่นด้วย**

ปฐมา ทรัพย์สังข์ ให้ความหมายไว้ว่า ความดี คือ ธรรมชาติที่ก่อประโยชน์สุขแก่ชีวิต การประกอบความดีนั้นให้ผลในหลายระดับ ทั้งสุขสมบูรณ์ในปัจจุบัน นำไปสู่สุคติโลกสวรรค์ จนถึงเป็นปัจจัยเกื้อหนุนให้พบความสุขที่แท้จริง ไม่มีทุกข์เจือ ในพระพุทธศาสนามีหลายคำที่หมายถึง ความดี ได้แก่ บุญ กุศล งามจริยา สุจริต กรณียะ เป็นต้น คำที่ใช้กล่าวถึงความดีเหล่านี้อาจมีความคล้ายกัน แต่ระดับความลึกซึ้งแตกต่างกัน

ณัฐวดี แวนนกยูง ได้จำแนกความหมายของความดีไว้หลายประการ ดังนี้

ความดี คือ การทำให้เกิดผลดีอย่างมีคุณค่าต่อผู้อื่น ต่อส่วนรวม รวมถึงต่อตนเอง ดังนี้

- **ผลดีต่อผู้อื่น** โดยเฉพาะที่ไม่จำกัดพวก เหล่า ศาสนา เชื้อชาติ ฯลฯ
- **ผลดีต่อส่วนรวม** รวมถึงต่อหมู่คณะ ต่อองค์กร ต่อชุมชน ต่อสังคม ต่อโลก ฯลฯ
- **ผลดีต่อตนเอง** ได้แก่ การพัฒนาตนเองอย่างเป็นคุณและสร้างสรรค์ รวมถึงการพัฒนาทางกาย

ทางอารมณ์ ทางความคิด ทางจิตวิญญาณ ทางสติปัญญา และทางความสามารถ ฯลฯ

ความดี เป็นสิ่งที่มีมาในอดีต มีอยู่ในปัจจุบัน และจะมีต่อไปในอนาคต

ความดี คือ อุดมการณ์อันสูงส่งของสังคมที่พึงปรารถนา

ความดี คือ รากฐานอันแน่นหลักของสังคมอุดมธรรม

ความดี คือ แรงขับเคลื่อนอันทรงพลัง ซึ่งจะช่วยให้สังคมเคลื่อนไปในทิศทางที่พึงประสงค์

ความดี คือ สายใยอันนุ่มเหนียวที่ร้อยโยงผู้คนหลากหลายไปสู่ความสันติ ความเจริญ และความสุขร่วมกัน

สรุปความหมายของ **ความดี (Goodness)** หมายถึง การทำให้เกิดประโยชน์ เกิดผลดีต่อตนเอง และผู้อื่น ยึดมั่นในความถูกต้อง ความซื่อสัตย์ สุจริต คุณธรรมและจริยธรรม ทำให้เกิดความสุขและความเบิกบานใจ

1.1.2 ความสำคัญของความดี

ความดีมีความสำคัญทั้งต่อผู้ปฏิบัติตนอยู่ในความดี บุคคลรอบข้าง สังคม ตลอดจนประเทศชาติ โดยสามารถสรุปความสำคัญของคนดีได้ดังนี้

1. ความดีเป็นมงคลชีวิตสำหรับผู้ปฏิบัติตนอยู่ในความดี การทำดีเป็นความงาม ความประเสริฐ ความเจริญ ผู้ที่ปฏิบัติตนอยู่ในความดีจึงมีจิตใจผ่องใส มองโลกในแง่ดี มีความสุข แม้ว่าจะต้องพบเจอกับเรื่องร้ายหรืออุปสรรคใด ๆ ในชีวิต ก็จะสามารถรับมือและแก้ไขปัญหาจนผ่านพ้นไปได้ มงคลชีวิตนั้นไม่ใช่สิ่งที่แสวงหาได้จากภายนอก แต่เป็นสิ่งที่เกิดจากภายในของบุคคล หากตั้งมั่นอยู่ในความดี ก็จะส่งผลให้ชีวิตเป็นสุข

2. ความดีทำให้ไม่เกิดความเดือดร้อนแก่ผู้อื่นและสังคม ผู้ที่ปฏิบัติตนเป็นคนดีจะกระทำแต่สิ่งที่ดีและมีประโยชน์ต่อผู้อื่น ไม่ก่อให้เกิดความทุกข์ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น จึงสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี ทำให้สังคมรอบข้างมีความสุข มีความสามัคคี ช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน

ความสำคัญของคนดี

ตามพระราชดำรัส พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร

“คนดี ทำให้คนอื่นดีได้ หมายความว่า คนดีทำให้เกิดความดีในสังคม คนอื่นก็ดีไปด้วย
ความเลวนั้น จะทำให้คนดีเป็นคนเลวกียาก แต่เป็นไปได้
ถ้าคนดีเข้มแข็งในความดี จะทำให้คนเลวมาทำให้คนดีเป็นคนเลวยาก
สำคัญอยู่ที่ความเข้มแข็งของคนดี”

ที่มา : <https://www.facebook.com/nakhonchaair.official>

1.2 ลักษณะของคนดี

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ได้กำหนดลักษณะของคนดีไว้ 9 ประการ ดังนี้

1. มีคุณธรรม จริยธรรม (Morals and Ethics) คือ การประพฤติปฏิบัติตนอย่างเหมาะสม ถูกต้อง ตั้งใจทั้งกาย วาจา และใจ โดยไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนต่อตนเองและผู้อื่น เพื่อประโยชน์ต่อตนเองและสังคม เช่น ความจงรักภักดีต่อชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์ มีน้ำใจ อ่อนน้อมถ่อมตน มีความสามัคคี ซื่อสัตย์ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ฯลฯ การเป็นผู้มีคุณธรรมและจริยธรรมจึงเป็นลักษณะสำคัญของคนดี ที่จะช่วยให้เกิดความสงบสุขและความเจริญแก่สังคมและประเทศชาติ

2. มีระเบียบวินัย (Disciplined) คือ การปฏิบัติตนอย่างมีระเบียบแบบแผน เป็นไปตามกฎระเบียบ ข้อบังคับ กติกาของสังคม เพื่อไม่ให้เกิดความยุ่งเหยิง เดือดร้อน ขัดต่อสิทธิของผู้อื่น เพราะเมื่ออยู่ในสังคมใดก็ตาม ในสังคมนั้นต่างมีกฎระเบียบ ข้อบังคับที่คนในสังคมจะต้องปฏิบัติ เพื่อให้อยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข หากมีผู้ใดฝ่าฝืนก็จะเกิดความเดือดร้อน แยกแยะ ไม่สามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้ และอาจจะไม่ได้รับการต้อนรับให้อยู่ร่วมกับผู้อื่น ดังนั้น จึงควรเรียนรู้ เข้าใจ และปฏิบัติตามกฎระเบียบอย่างมีวินัย และเคร่งครัด

3. มีจิตสำนึกดี (Good Conscience) คือ มีความรู้สึกผิดชอบชั่วดี เข้าใจในสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เป็นอย่างดี และสามารถตัดสินใจเพื่อดำเนินการอย่างเหมาะสม ทำให้เกิดผลดีต่อตนเองและผู้อื่น ผู้ที่มีจิตสำนึกดีจึงมีความซื่อสัตย์ จริงใจ มีความรับผิดชอบ ไม่เอาเปรียบผู้อื่น มีจิตสาธารณะเพื่อประโยชน์ของส่วนรวม สามารถแยกแยะประโยชน์ส่วนตนและประโยชน์ส่วนรวมได้เป็นอย่างดี

4. รักการเรียนรู้ (Love of Learning) คือ การมีความกระตือรือร้นในการค้นคว้าหาความรู้ เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ และแสวงหาความรู้อยู่เสมอ เพื่อนำไปใช้พัฒนาตนเองและพัฒนาการทำงานให้ดีขึ้น โดยต้องเป็นการเรียนรู้ในสิ่งที่ถูกต้องและเหมาะสม และจะต้องมีคุณธรรม จริยธรรมด้วย ซึ่งจะช่วยให้

สามารถเรียนรู้ในสิ่งที่ดีและมีประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น ไม่เรียนรู้ในสิ่งที่ไม่ดี บุคคลผู้รักการเรียนรู้ จึงเป็นผู้ที่มีการพัฒนาตนเองให้ดีขึ้นอยู่เสมอ มีความรู้เพิ่มพูนสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการเรียน และการทำงานได้เป็นอย่างดี มีความสามารถในการทำงานดีขึ้น มีสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้อื่นในการแลกเปลี่ยน ความรู้ร่วมกัน และช่วยให้การทำงานกลุ่มหรือการทำงานร่วมกันเป็นทีมเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

5. มีความรัก ผูกพันใกล้ชิด สม่่าเสมอ เอื้ออาทร ห่วงใยบุคคลในครอบครัว (Love, Close Connection) คือ การสร้างครอบครัวที่เข้มแข็งอบอุ่น โดยการมีความรัก ความผูกพัน ความใกล้ชิด ความเอื้ออาทรต่อกัน ความห่วงใยกันในครอบครัว เพราะครอบครัว คือ หน่วยขนาดเล็กของสังคมที่มี อิทธิพลต่อลักษณะนิสัยของบุคคลมากที่สุด ครอบครัวที่ดีจะสามารถสร้างพลเมืองที่ดีให้แก่สังคมและ ประเทศชาติได้ โดยสมาชิกในครอบครัวจะต้องเรียนรู้และเข้าใจบทบาทหน้าที่ของตนเอง มีเวลาพูดคุย ปรึกษากันในเรื่องต่าง ๆ และเอาใจใส่ซึ่งกันและกัน จะทำให้ครอบครัวมีความเข้มแข็งและอบอุ่น สมาชิก ในครอบครัวก็จะได้รับภูมิคุ้มกันที่ดีในการเผชิญกับสิ่งแวดล้อมภายนอก อันอาจจะถูกชักจูงหรือล่อลวง ไปในทางที่ไม่ดี โดยการได้รับการดูแลเอาใจใส่จากครอบครัวอย่างใกล้ชิด

6. รักความเป็นไทยและวัฒนธรรม (Love Thainess and Culture) คือ การมีความภาคภูมิใจ และเห็นคุณค่าในขนบธรรมเนียม ประเพณี ศิลปวัฒนธรรมไทย โดยมีส่วนร่วมในการสืบทอด อนุรักษ์ หรือร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับขนบธรรมเนียม ประเพณี ศิลปวัฒนธรรมไทย ซึ่งผู้ที่รักความเป็นไทยและ วัฒนธรรมจะมีความรักชาติ มีความกตัญญูต่อบุคคล มีสัมมาคารวะ มีความเคารพอ่อนน้อม มีการวางตน อย่างเหมาะสม มีจิตใจอันเข้มแข็ง มีความมุ่งมั่นที่จะช่วยพัฒนาประเทศชาติ ซึ่งเป็นคุณลักษณะที่สำคัญ ของคนดีต่อสังคมและประเทศชาติ

7. มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดี (Physical and Mental Health) คือ การดูแลสุขภาพ ร่างกายให้แข็งแรง ดูแลสุขภาพจิตให้มีความเข้มแข็ง ร่าเริง แจ่มใส รู้จักสร้างความสุขให้แก่ตนเอง มองโลกในแง่ดี สามารถเปลี่ยนความทุกข์ที่ต้องเผชิญให้เป็นความสุขได้ โดยมีความเข้าใจปัญหา และสามารถแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้

8. มีวิถีชีวิตแบบประชาธิปไตย (Have a Democratic Way of Life) คือ การมีความรู้ และความเข้าใจเกี่ยวกับระบอบประชาธิปไตยเป็นอย่างดี โดยปฏิบัติหน้าที่ของตนตามสิทธิอย่างถูกต้อง การเคารพสิทธิและเสรีภาพของผู้อื่น การยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ปฏิบัติตนตามกฎหมายระเบียบ ข้อบังคับในสถานศึกษาและสถานที่ทำงานได้เป็นอย่างดี และใช้สิทธิในการเลือกตั้ง

9. ไม่มั่วสุมอบายมุข (Don't Life Mingle with Vices) คือ การไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข ไม่เล่น การพนัน ไม่เสพติดของมีเงินเมา ไม่เที่ยวเตร่ยามวิกาล และไม่มั่วสุมทางเพศ เพราะอบายมุขจะเป็นสิ่งที่ ทำให้ต้องเสียทรัพย์สินและอดุร่งให้ชีวิตตกต่ำ จนนำไปสู่การก่ออาชญากรรมและอาจทำให้ผู้อื่นได้รับความเดือดร้อนได้ ผู้เป็นคนดีจึงมีความเข้าใจในโทษของอบายมุขเป็นอย่างดี และพยายามหลีกเลี่ยง การยุ่งเกี่ยวกับอบายมุข

1.3 การปฏิบัติตนเป็นคนดี มีคุณธรรมและจริยธรรม

1.3.1 การฝึกตนเป็นผู้มีคุณธรรม

1. ความหมายของคุณธรรม ตามพจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 หมายถึง สภาพคุณงามความดี

คุณธรรม ตามระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรี ว่าด้วยการส่งเสริมคุณธรรมแห่งชาติ พ.ศ. 2550 หมายถึง สิ่งที่มีคุณค่า มีประโยชน์ เป็นความดีงาม เป็นมโนธรรม เป็นเครื่องประคับประคองใจให้เกลียดความชั่ว กลัวบาป เป็นเครื่องกระตุ้น ผลักดันให้เกิดความรู้สึกลึกซึ้ง เกิดจิตสำนึกที่มีความสงบเย็นภายใน และเป็นสิ่งที่ต้องปลูกฝังโดยเฉพาะ เพื่อให้เกิดขึ้นและเหมาะสมกับความต้องการของสังคมไทย

คุณธรรม ตามคณะกรรมการส่งเสริมคุณธรรมแห่งชาติ พ.ศ. 2561 หมายถึง สภาพความดีที่เกิดขึ้นในจิตใจของคน และแสดงออกเป็นการประพฤติปฏิบัติที่ดีจนเคยชิน ก่อให้เกิดประโยชน์สุขในสังคม

อนิวัช แก้วจางง ให้ความหมายของคุณธรรมว่า หมายถึง คุณงามความดีที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ ทำให้แสดงออกด้านพฤติกรรมที่ประพฤติปฏิบัติโดยบุคคลอื่นสามารถสัมผัสได้ว่า บุคคลนั้นมีสภาพจิตใจที่ดี มีความตั้งใจที่จะประพฤติปฏิบัติต่อบุคคลอื่นด้วยความดี โดยมีหลักธรรมเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวในการทำคามดีอย่างมีสติสัมปชัญญะ และถูกต้องตามครรลองคลองธรรม

จากความหมายข้างต้นจึงสรุปได้ว่า **คุณธรรม** หมายถึง ความดีงามในจิตใจ การกระทำอันดีงาม การประพฤติปฏิบัติอยู่ในคุณความดีจนเป็นสิ่งเคยชิน ละเว้นการกระทำความชั่ว ทำให้มีจิตใจที่ดีงามสูงส่ง และประพฤติปฏิบัติตนอย่างถูกต้องเหมาะสม

คุณธรรมถือเป็นปัจจัยสำคัญที่สร้างความเป็นระเบียบเรียบร้อย ความสงบสุข สันติ และความเจริญให้แก่สังคม คุณธรรมเป็นสิ่งดีงามที่จะต้องปลูกฝังและยึดถือปฏิบัติไว้อย่างสม่ำเสมอ ซึ่งจะมีประโยชน์แก่ผู้ยึดถือ คือ ทำให้เป็นผู้มีบุคลิกสง่างาม อบอุ่น ใจดี ความเป็นมิตร ผู้ที่มีคุณธรรมจะปฏิบัติในสิ่งที่ถูกต้อง เหมาะสม พอเพียง รู้กาลเทศะ ไม่สร้างความเดือดร้อน ไม่ขัดแย้งกับผู้อื่น สังคมที่มีผู้มีความดีจึงเป็นสังคมที่น่าอยู่ สงบสุข ไม่มีความขัดแย้ง ไม่มีการทุจริต มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ช่วยเหลือดูแลกันเป็นอย่างดี

2. คุณธรรม 5 ประการ เพื่อสร้างคนดีสู่สังคม คณะกรรมการส่งเสริมคุณธรรมแห่งชาติ พิจารณาเห็นชอบหลักคุณธรรม 5 ประการ ที่เหมาะสมกับสังคมไทย เพื่อส่งเสริมคุณธรรมสู่การเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ คือ การเป็นคนดี คนเก่ง เป็นคนมีคุณภาพ และมีเป้าหมายหลัก คือ คนไทยมีพฤติกรรมที่สะท้อนการมีคุณธรรมเพิ่มขึ้น มุ่งสู่สังคมคุณธรรมที่คนไทยอยู่ร่วมกันด้วยความสมานฉันท์ ภายใต้หลักธรรมทางศาสนา หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง วิถีวัฒนธรรมไทยที่ดีงาม และประเทศไทยปลอดทุจริตและประพฤติมิชอบ หลักคุณธรรม 5 ประการ ประกอบด้วย

2.1 พอเพียง หมายถึง ความพอเพียงในการดำเนินชีวิตแบบทางสายกลาง มีเหตุผล ใช้ความรู้ ในการตัดสินใจอย่างรอบคอบ มีความพอประมาณ พอดี ไม่เบียดเบียนตนเอง สังคม และสิ่งแวดล้อม ไม่ประมาท สร้างภูมิคุ้มกันที่ดี รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลง

2.2 วินัย หมายถึง การยึดมั่นและความรับผิดชอบในหน้าที่ของตน ทั้งวินัยต่อตนเองในการ ผลักดันชีวิตให้ก้าวหน้า วินัยต่อองค์กร สังคม ปฏิบัติตามจริยธรรม จรรยาบรรณ และเคารพต่อกฎหมาย

2.3 สุจริต หมายถึง ความซื่อตรง ซื่อสัตย์สุจริต ยึดมั่นในการรักษาความจริง ความถูกต้อง และความเป็นธรรมทั้งปวง ถ้าปฏิบัติสุจริตจะทำให้ไม่ซื่อตรง ไม่ซื่อสัตย์ของบุคคลอื่นที่จะก่อให้เกิด ความเสียหายต่อส่วนรวม

2.4 จิตอาสา หมายถึง การเป็นผู้ที่ใส่ใจต่อสังคมสาธารณะ และอาสาลงมือทำอย่างใดอย่างหนึ่ง อันมิใช่หน้าที่ของตนด้วยความรัก ความสามัคคี เพื่อประโยชน์ของผู้อื่น ของสังคม และของประเทศชาติ โดยไม่หวังผลตอบแทน ทำความดีเพื่อความดี เอื้ออาทรต่อคนร่วมสังคม ทำอย่างสม่ำเสมอจนเป็นนิสัย

2.5 กตัญญู หมายถึง การสำนึกรู้คุณและแสดงออกถึงความกตัญญูต่อแผ่นดินเกิด ธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม สถาบัน องค์กร และผู้มีพระคุณ นับตั้งแต่บิดา มารดา ญาติผู้ใหญ่ โดยไม่จำเป็นที่จะต้องให้ เป็นสิ่งของ แต่เป็นการกระทำหรือความจริงใจบนหลักพื้นฐานของความถูกต้องดีงาม

1.3.2 การปฏิบัติตนเป็นคนดีมีจริยธรรม

1. ความหมายของจริยธรรม (Ethic) ตามความหมายของพจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 หมายถึง ธรรมที่เป็นข้อประพฤติปฏิบัติ ศีลธรรม กฎศีลธรรม

พระราชวรมนิ ได้ให้ความหมายไว้ว่า จริยธรรม หมายถึง การดำเนินชีวิต ความเป็นอยู่ การยังชีวิต ให้เป็นไป การครองชีวิต การใช้ชีวิต การเคลื่อนไหวของชีวิตทุกแห่งทุกมุม ทุกด้าน ทุกระดับ ทางกาย วาจา ใจ ทั้งด้านส่วนตัว ด้านสังคม ด้านอารมณ์ ด้านจิตใจ ด้านปัญญา อย่างถูกต้อง

กรมการศาสนา (2543) ได้ให้ความหมายไว้ว่า จริยธรรม หมายถึง ธรรมที่เป็นข้อประพฤติปฏิบัติ ศีลธรรม กฎศีลธรรม ซึ่งก็คือ กฎเกณฑ์ความประพฤติของมนุษย์ที่เกิดขึ้นจากธรรมชาติของมนุษย์ ความเป็นผู้มีปัญญาและเหตุผล ทำให้มนุษย์มีมโนธรรม รู้จักแยกแยะความถูกผิด ควรไม่ควร โดยจริยธรรม มีลักษณะ 4 ประการ ได้แก่

- 1.1 การตัดสินใจทางจริยธรรมด้วยหลักการของตนเอง
- 1.2 หลักการของจริยธรรมและการตัดสินใจ เป็นความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นในตัวบุคคลก่อนที่จะ ปฏิบัติการ
- 1.3 หลักการทางจริยธรรมเป็นหลักการสากลที่บุคคลใช้ตัดสินใจในการกระทำสิ่งต่าง ๆ
- 1.4 ทักษะเกี่ยวกับจริยธรรมได้มาจากความคิดของบุคคลหรืออุดมคติของสังคม จนเกิดเป็น ทักษะในการดำรงชีวิตของตนและสังคมที่ตนอาศัยอยู่

สรุปความหมายของ **จริยธรรม** หมายถึง ธรรมอันเป็นแนวทางในการปฏิบัติตน แนวทางในการดำเนินชีวิตให้อยู่ในศีลธรรม ประพฤติปฏิบัติดี กระทำแต่ความดีทั้งกาย วาจา ใจ ละเว้นการกระทำ ความชั่ว สิ่งใดควรทำก็ควรยึดถือปฏิบัติ สิ่งใดไม่ควรทำก็ควรละเว้น

ในสังคมปัจจุบันที่มีความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งในด้านเทคโนโลยี การสื่อสาร การศึกษา เศรษฐกิจ สังคมและวัฒนธรรม ความเปลี่ยนแปลงนี้ส่งผลกระทบต่อการดำรงชีวิตของประชาชนอย่างมาก โดยเฉพาะในด้านการสื่อสารและวัฒนธรรม ซึ่งในปัจจุบันการสื่อสารสามารถทำได้หลายช่องทาง ทำให้สามารถติดต่อสื่อสารกันได้ทุกมุมโลกอย่างรวดเร็ว วัฒนธรรมของต่างชาติจึงเข้ามามีอิทธิพลอย่างรวดเร็ว ด้วยเช่นกัน เห็นได้จากพฤติกรรมการดำรงชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป เช่น การบริโภคที่มีการใช้จ่ายฟุ่มเฟือยมากขึ้น ขาดการยับยั้งชั่งใจ เพียงแค่คำว่า **“ของมันต้องมี”** โดยไม่ใช้สิ่งที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต การเบี่ยงเบนของวัฒนธรรมมุ่งเน้นการสร้างความสนใจ หรือคอนเทนต์ (Content) โดยไม่สนใจว่าเป็นสิ่งที่ผิดต่อวัฒนธรรมอันดีงาม หรือเป็นการหลอกลวงผู้อื่น เพียงเพื่อการให้เป็นที่สนใจ โดยไม่ได้สนใจต่อศีลธรรม เป็นต้น การเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วนี้ส่งผลกระทบต่อการมีจริยธรรมอันดีของมนุษย์ ทำให้ศีลธรรมลดลง เกิดความขัดแย้ง ขาดความประนีประนอมกัน และทำให้เกิดความเสื่อมของสังคม

การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ จะนำไปสู่ความเสื่อมของศีลธรรม จริยธรรม จึงเป็นสิ่งจำเป็นที่จะต้องขับเคลื่อนคู่ไปกับการเปลี่ยนแปลง เพราะจริยธรรมถือเป็นรากฐานของความเจริญทางจิตใจของมนุษย์ ช่วยให้ดำรงชีวิตได้อย่างเป็นสุข มีความสงบ มีระเบียบวินัย มีความเจริญ และนำไปสู่ความสำเร็จในชีวิต ซึ่งจะส่งผลต่อความเจริญของสังคมและประเทศชาติด้วย การมีจริยธรรมจะช่วยให้เกิดความเข้มแข็ง มีความรัก มีความสามัคคี ต่อต้านการกระทำชั่ว ต่อต้านการทุจริต อันจะส่งผลให้ประเทศชาติมีความเจริญก้าวหน้า

2. จริยธรรมสำคัญสำหรับคนดี บุคคลที่เป็นคนดีย่อมเป็นบุคคลที่มีจริยธรรม เพราะจริยธรรมเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตให้อยู่ในศีลธรรมอันดีงาม ซึ่งจะช่วยให้ดำเนินชีวิตโดยการปฏิบัติแต่สิ่งที่ดี ทำให้ชีวิตมีความสุข ดังนั้น ผู้เป็นคนดีจึงจะต้องมีจริยธรรมอันสำคัญ ดังนี้

2.1 มีเหตุผล (Reasonableness) คือ การตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ อย่างรอบคอบ มีการคิดพิจารณาถึงเหตุและปัจจัยที่ก่อให้เกิดผลนั้น ๆ ว่าเกิดจากอะไร และควรตัดสินใจอย่างไร โดยคำนึงถึงผลที่จะเกิดขึ้นจากการตัดสินใจนั้น และเลือกทางที่เหมาะสมที่สุด ไม่ใช่การตัดสินใจโดยใช้เพียงอารมณ์ การใช้เหตุผลจะต้องมีปัจจัยเกี่ยวกับความรู้ ความรอบคอบ เพื่อนำมาใช้ในการพิจารณาและกลั่นกรองอย่างถี่ถ้วน มีสติ รู้ตัวอยู่เสมอ และสามารถควบคุมตนเองได้ดี ดังนั้น คนที่มีเหตุผลก็จะเป็นคนที่เลือกทำแต่สิ่งที่ดี สามารถยับยั้งใจของตนเองไม่ให้ทำในสิ่งที่ไม่ดีได้

2.2 มีความขยัน (Diligent) คือ มีความตั้งใจเพียรพยายามในการทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จ โดยการทำอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอและอดทน ไม่ท้อถอยต่ออุปสรรคหรือความเหน็ดเหนื่อย แต่ความขยันสำหรับคนดีต้องควบคู่กับศีลธรรม คือ ต้องเป็นความขยันในทางที่ถูกต้อง ไม่ผิดศีลธรรม ไม่คดโกง

และไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น จึงจะเป็นความขยันอย่างถูกทาง และทำให้ประสบความสำเร็จอย่างงดงาม

2.3 มีความซื่อสัตย์ (Honest) คือ มีความประพฤติตรง มีความจริงใจ ไม่เอนเอียง ไม่คดโกง ไม่มีเล่ห์เหลี่ยม ไม่มีอคติ ไม่บิดเบือน หลอกลวง โกหก ผู้เป็นคนดีต้องมีความซื่อสัตย์ทั้งต่อตนเอง ต่อหน้าที่ ต่อการงาน และต่อผู้อื่น ดังนี้

1) ความซื่อสัตย์ต่อตนเอง คือ เมื่อตั้งใจจะทำอะไรแล้วต้องมีความมุ่งมั่นที่จะทำให้สำเร็จ ไม่ผัดวันประกันพรุ่ง ไม่หลอกตนเองว่าได้ทำไปแล้ว หากขาดวินัยและความตั้งใจ ก็จะไม่สามารถทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จได้

2) ความซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ คือ หน้าที่หรืองานที่ได้รับมอบหมาย ควรจะมีความตั้งใจทำงานนั้นให้สำเร็จ โดยไม่หลีกเลี่ยง ไม่เกี่ยงงาน ไม่ทำงานแบบลวก ๆ เพื่อให้เสร็จไป แต่ควรมีความตั้งใจ มีความใส่ใจในรายละเอียดของงาน เพื่อให้งานสำเร็จตามเป้าหมาย

3) ความซื่อสัตย์ต่อการงาน คือ การประกอบอาชีพด้วยความสุจริต ทำงานของตนเองด้วยความขยัน ตั้งใจ ไม่คดโกง ไม่แสวงหาผลประโยชน์จากการงานของตนเอง เช่น แม่ค้าขายผลไม้ไม่ควรโกงตาชั่ง หรือเอาผลไม้ที่เสียมาปะปนกับผลไม้ดี ข้าราชการไม่ควรทุจริตในหน้าที่ ไม่รับสินบน เป็นต้น การกระทำที่ไม่ซื่อสัตย์ต่อการงานของตนเองเช่นนี้ จะทำให้เกิดผลเสียต่อตนเอง เพราะหากถูกจับได้ว่าคดโกงหรือทุจริต ก็จะทำให้เสื่อมเสียชื่อเสียงและถูกดำเนินคดี หากมีความซื่อสัตย์ต่อการงานของตนเอง ก็จะประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน ได้รับความเชื่อถือและความนับถือจากผู้อื่น

4) ความซื่อสัตย์ต่อผู้อื่น คือ การมีความจริงใจต่อผู้อื่น ทั้งบุคคลในครอบครัว เพื่อน เพื่อนร่วมงาน และสังคมรอบข้าง ไม่โกหก หลอกลวง ไม่มีเล่ห์เหลี่ยม ก็จะทำให้เป็นบุคคลที่น่าคบหาสมาคมด้วย ได้รับความเชื่อถือ ไว้วางใจ เป็นมิตรที่ดีต่อกัน และพึงพาอาศัยกันได้ เพราะทุกคนไม่สามารถอยู่ได้เพียงลำพัง แต่มีสังคมต่าง ๆ ที่แวดล้อมอยู่และพึ่งพาอาศัยกัน หากไม่ซื่อสัตย์ต่อผู้อื่นก็จะไม่มีเพื่อน ไม่ได้รับความช่วยเหลือในยามลำบาก

2.4 มีวินัย (Discipline) คือ การมีระเบียบแบบแผน กฎเกณฑ์ ข้อบังคับ และข้อปฏิบัติสำหรับตนเองและการอยู่ร่วมกันในสังคมกับผู้อื่น เพื่อให้ประพฤติปฏิบัติตนได้อย่างเหมาะสม มีความเป็นระเบียบเรียบร้อย และไม่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนแก่ผู้อื่น เช่น วินัยในการใช้เงิน คือ การไม่ใช้จ่ายเงินสุรุ่ยสุร่าย วินัยในการเรียน คือ การตั้งใจเรียน ไม่ขาดเรียน วินัยของนักเรียน คือ การปฏิบัติตามกฎระเบียบของโรงเรียน เป็นต้น

2.5 มีความอ่อนน้อมถ่อมตน (Humble) คือ การไม่อี้อวด ไม่แสดงตนข่มผู้อื่น ไม่เย่อหยิ่งจองหอง แต่มีความเรียบร้อย อ่อนโยน สงบเสถียร สุขภาพ มีกิริยามารยาทที่ดีงาม มีสัมมาคารวะและความนอบน้อม ความอ่อนน้อมถ่อมตนเกิดจากการมองโลกในแง่ดี ไม่มีอคติ ไม่คิดว่าตนเองเก่ง ไม่คิดว่าตนเองฉลาด หรือมีความเหนือกว่าผู้อื่น แต่เป็นคนที่พร้อมจะเรียนรู้ เชื่อฟังคำแนะนำของผู้อื่น

2.6 มีน้ำใจ เสียสละ (Generous and Sacrifice) คือ การให้ความช่วยเหลือผู้อื่น รู้จักแบ่งปัน มีความเสียสละ เอื้ออาทร เอาใจใส่ เห็นอกเห็นใจ และเห็นคุณค่าของผู้อื่น ผู้มีน้ำใจเป็นผู้ที่มีความเมตตา เป็นผู้ให้ที่เสียสละประโยชน์ส่วนตนให้แก่ผู้อื่นโดยไม่หวังผลตอบแทน แต่เพื่อให้บุคคลนั้นได้บรรเทาความทุกข์ หรือได้รับประโยชน์จากสิ่งที่ให้ โดยที่ผู้นั้นจะรู้สึกอึดอัดใจ มีความภาคภูมิใจในตนเอง และเห็นคุณค่าของตนเองที่ได้ทำประโยชน์เพื่อผู้อื่น

2.7 มีความประหยัดอดออม (Thrift) คือ การใช้จ่ายเงินอย่างระมัดระวัง รู้จักคิดก่อนตัดสินใจซื้อ รู้จักยับยั้งชั่งใจ ไม่ซื้อในสิ่งที่ไม่จำเป็น ไม่ใช้จ่ายเกินตัวจนทำให้เกิดหนี้สิน รู้จักคุณค่าของสิ่งที่มีอยู่ และใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด ไม่ซื้อมาเพียงเพราะความอยากได้หรือเพียงเพราะอยากโอ้อวด แต่ใช้จ่ายโดยคำนึงถึงสภาพของตนเอง และจัดสรรเงินไว้เพื่อเก็บออมสำหรับอนาคตหรือเพื่อไว้ใช้ในยามลำบาก ไม่คดโกง ไม่รับสินบน และไม่ทุจริตในหน้าที่การงานเพื่อหวังจะได้รับเงินหรือทรัพย์สินโดยไม่ถูกต้อง และเป็นการเบียดเบียนผู้อื่นให้ได้รับความเดือดร้อน

1.4 การพัฒนาตนเองเป็นคนดี

การพัฒนาตนเอง (Self-development) เป็นกระบวนการในการปรับปรุงตนเอง เพื่อให้เกิดความเจริญก้าวหน้า การเติบโต และการเป็นคนที่ดีกว่าเดิม ทั้งในด้านความรู้ ทักษะ ความสามารถ และพฤติกรรม การพัฒนาตนเองให้เป็นคนดีจึงเป็นการปรับปรุงตัวเองให้เป็นคนที่ดีกว่าเดิม ซึ่งจะทำให้ตนเองและคนรอบข้างมีความสุข และนำไปสู่การพัฒนาตนเองในด้านอื่น ๆ ด้วย

การพัฒนาตนเองให้ประสบความสำเร็จได้ ต้องอาศัยความตั้งใจหรือแรงบันดาลใจเป็นสิ่งผลักดันให้เกิดการเปลี่ยนแปลงตนเอง โดยการกำหนดเป้าหมายและเรียนรู้เพื่อการพัฒนาตนเองอย่างค่อยเป็นค่อยไป ในการพัฒนาตนเองให้เป็นคนดี มีวิธีการต่าง ๆ ดังนี้

1.4.1 หลักธรรมสำหรับการพัฒนาตนเองเป็นคนดี

หลักคำสอนของศาสนาในทุกศาสนาต่างมุ่งเน้นให้คนเป็นคนดี เพื่อให้เกิดความสุขต่อตนเองและผู้อื่น และอยู่ร่วมกันอย่างสันติ ได้แก่

- 1. พระพุทธศาสนา** สอนให้ละเว้นความชั่ว ทำความดี ทำจิตใจให้บริสุทธิ์ และบำเพ็ญประโยชน์สุข
- 2. ศาสนาอิสลาม** สอนในเรื่องของหลักศรัทธา (รูกอนอิมาน) หลักปฏิบัติ (รูกอนอิสลาม) และหลักคุณธรรม (เอียะห์ซาน) รวมถึงข้อห้ามหลักอันเป็นการกระทำที่ไม่ดี ไม่ถูกศีลธรรม
- 3. ศาสนาคริสต์** สอนให้รักและเชื่อมั่นในพระเจ้า การเคารพศรัทธาต่อบิดา มารดาและผู้มีพระคุณ การทำความดีด้วยกาย วาจา และใจ การมีความรักต่อผู้อื่นและปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุข
- 4. ศาสนาพราหมณ์ - ฮินดู** สอนให้มีจริยธรรม รู้จักความละเอียดต่อการทำชั่ว การให้ทาน คุณธรรมในการดำรงชีวิต ความเชื่อในเรื่องของกรรมที่จะส่งผลต่อชีวิตในชาติหน้า เมื่อทำดีหรือทำชั่ว