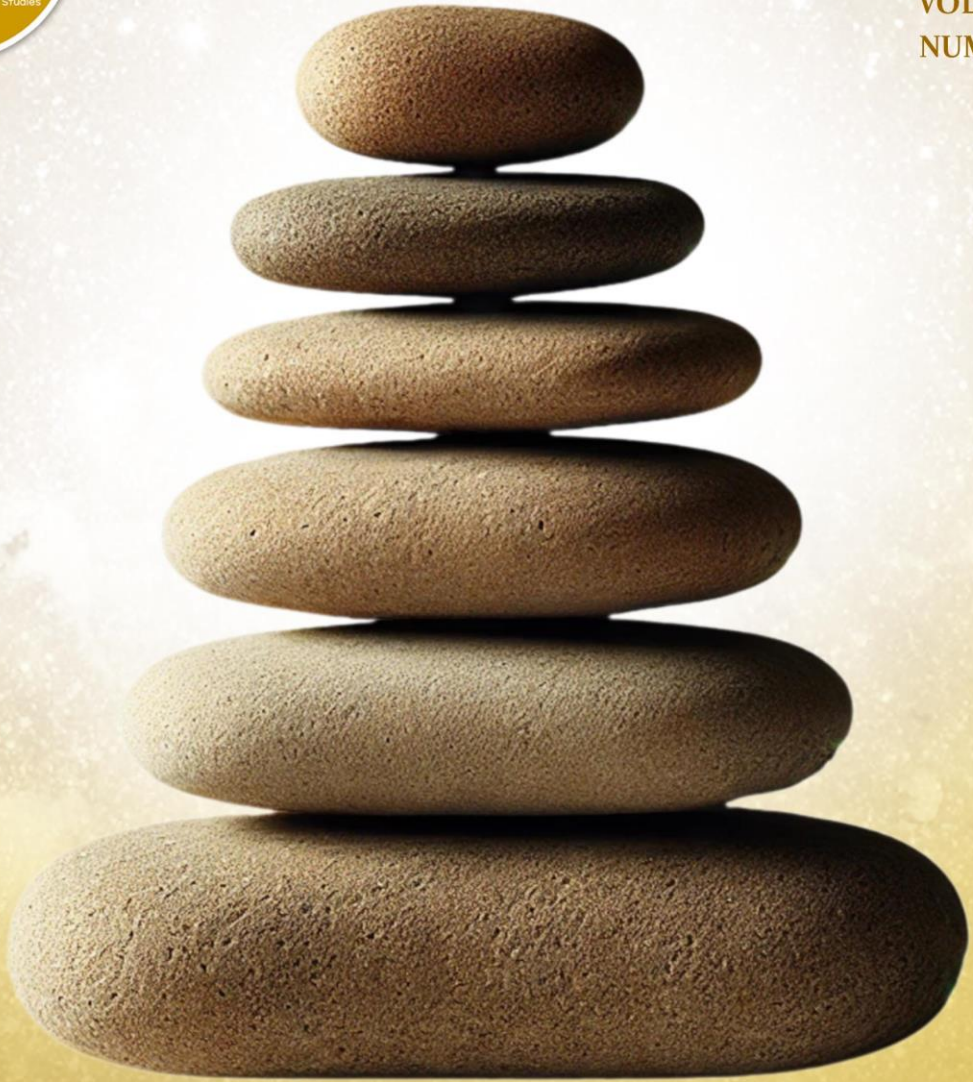




2024
JANUARY - JUNE
VOLUME 3
NUMBER 1



วารสาร

นวพุทธศาสตร์

Journal of Modern Buddhist Studies (JMBS)

ปีที่ 3 ฉบับที่ 1 : มกราคม - มิถุนายน 2567
ISSN 3057 - 0875 (Online)

Vol.3 No.1 : January - June 2024



วารสาร นวพุทธศาสตร์

JMBS journal of Modern Buddhist Studies

ISSN : 3057 – 0875 (Online)

ปีที่ 3 ฉบับที่ 1 มกราคม - มิถุนายน 2567

Vol.3 No.1 January - June 2024

เลขมาตรฐานสากล:

ISSN : 3057 – 0875 (Online)

วัตถุประสงค์และขอบเขตของวารสาร:

วารสาร นวพุทธศาสตร์ (Journal of Buddhist Innovation) มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการศึกษา ค้นคว้า และเพื่อเผยแพร่บทความวิจัย บทความวิชาการ บทความวิจารณ์หนังสือ และบทความในสาขาที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้ สาขาศาสนาและเทววิทยา สาขาพระพุทธศาสนา สาขาปรัชญา สาขาศิลปศาสตร์ และสหวิทยาการด้านมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ทุกบทความที่ตีพิมพ์เผยแพร่ได้ผ่านการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิ อย่างน้อย 3 ท่าน เปิดรับบทความทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ

กำหนดการเผยแพร่ ปีละ 2 ฉบับ

ฉบับที่ 1 มกราคม - มิถุนายน

ฉบับที่ 2 กรกฎาคม - ธันวาคม

ประเภทของผลงานที่ตีพิมพ์ในวารสาร:

- 1) บทความวิชาการ (Academic Article)
- 2) บทความวิจัย (Research Article)
- 3) บทความวิจารณ์หนังสือ (Book Review)
- 4) บทความอื่น ๆ ที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของวารสาร

การพิจารณาและคัดเลือกบทความ:

บทความแต่ละบทความจะได้รับพิจารณาจากคณะกรรมการกลั่นกรองบทความวารสาร (Peer Review) จำนวนไม่น้อยกว่า 3 ท่าน ที่มีความเชี่ยวชาญในสาขาวิชาที่เกี่ยวข้อง และได้รับความเห็นชอบจาก

กองบรรณาธิการก่อนตีพิมพ์ โดยการพิจารณาบทความจะมีรูปแบบที่ผู้พิจารณาบทความไม่ทราบชื่อหรือข้อมูลของผู้เขียนบทความ และผู้เขียนบทความไม่ทราบชื่อผู้พิจารณาบทความ (Double - Blind Peer Review)

บทความที่ส่งมาตีพิมพ์ในวารสาร นวพุทธศาสตร์ จะต้องไม่เคยตีพิมพ์ หรืออยู่ระหว่างการพิจารณาของวารสารอื่น ๆ ผู้เขียนบทความจะต้องปฏิบัติตามหลักเกณฑ์และเงื่อนไขที่วารสารกำหนด

ทัศนะและความคิดเห็นที่ปรากฏในบทความวารสาร นวพุทธศาสตร์ ถือเป็นความรับผิดชอบของผู้เขียนบทความนั้น และไม่ถือเป็นทัศนะและความรับผิดชอบของกองบรรณาธิการวารสาร

ที่ปรึกษาวารสาร

พระสุธีรัตนบัณฑิต, รศ. ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ศ.(พิเศษ) ร.ท. ดร.บรรจบ บรรณรุจิ	จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กองบรรณาธิการ

บรรณาธิการ:

พระมหาณรงค์ศักดิ์ สุทนต์, ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
-------------------------------	------------------------------------

หัวหน้ากองบรรณาธิการ:

พระสมุห์นพดล อตฺตยุตโต, ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
-----------------------------	------------------------------------

กองบรรณาธิการ:

พระครูพิพิธวรกิจจานุการ, รศ. ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระครูใบฎีกาธีรยุทธ จนฺทูปโม, ผศ. ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระเจริญพงษ์ ธรรมทีโป, ผศ. ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระมหาตณัฏพัทธ์ คมกীরปญโญ, ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระมหาศุภวัฒน์ ฐานวุฑโฒ, ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระครูสวัสดิ์ศักดิ์กาญจนภาส, ดร.	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พระมหาณรงค์ราช ปณิธานธิติ, ดร.	มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
พระธงชัย อุกกวีโร, ดร.	วัดบางไผ่นารถ
พระมหาพุมิแพน ปญฺญาวุโร, ดร.	วัดไร่ขิง พระอารามหลวง
รศ.ดร.มานพ นักการเรียน	มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
รศ.พ.ต.อ.หญิง ดร.ตัดดาว โฉมลักษณ์	โรงเรียนนายร้อยตำรวจ

ผศ.ดร.ธเนศ เกษศิลป์	มหาวิทยาลัยมหิดล
ผศ.ดร.กัณวล คัชฌิมา	มหาวิทยาลัยศิลปากร
ผศ.ดร.โยตะ ชัยวรมันกุล	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ผศ.ดร.กฤติยา ถ้ำทอง	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ผศ. (พิเศษ) ดร.สรวิชัย วงษ์สอาด	มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม
ดร.อัญธิษฐา อักษรศรี	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ดร.สุรัตน์ พักน้อย	กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ
ดร.สุพัฒน์ ชัยวรรณ	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ดร.ปัทมาวดี แสนเขื่อนแก้ว	มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ดร.สุริยา แสงอินตา	สำนักเขตการศึกษาพระปริยัติธรรม เขต 14
ดร.แม่ชีจิราภรณ์ ขนาดนิต	เสถียรธรรมสถาน
ดร.ทชมน เยี่ยมสอาด	โรงเรียนหมู่บ้านป่าไม้
ดร.ปกรณกฤษ หวังกุ่ม	โรงเรียนบ้านช่องกั้งช่องกรด
Ven. Dr. Sovanna Hoeurn	Wat Damnak Temple, Cambodia
Dr. Samphose Prak	Preah Sihanoukrajra Buddhist University, Kingdom of Cambodia

ผู้ช่วยกองบรรณาธิการ:

พระพัฒนวัชร ญาณสิริ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ฝ่ายกฎหมาย:

ดร.วันชัย แสงสุวรรณ นักกฎหมายอิสระ

ฝ่ายออกแบบปกและจัดรูปเล่ม:

พระพัฒนวัชร ญาณสิริ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

สำนักงาน:

สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแห่งที่ 1 วัดพยัคฆาราม
เลขที่ 311 หมู่ที่ 2 ตำบลศรีประจันต์ อำเภอสรีประจันต์ จังหวัดสุพรรณบุรี 72140
E-mail : narongsag@gmail.com / โทร : 065-665-9119

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทบรรณาธิการ	ก
สารบัญ	จ
ผลงานที่เผยแพร่	
1. คติยาเสพติด: การป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงราย โดย นางวนัชภรณ์ มะโนวัง และปรีชา วงศ์ทิพย์	1
2. การประยุกต์หลักภavana 4 สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุใน จังหวัดเชียงราย โดย พระอธิการเอกพจน์ อธิปญโญ, พระสุวรรณ สุขเมธปญโญ (ข้าโพธิ์ทัย) และพีชมงคล จิวเจริญ	17
3. แนวทางสำหรับการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ด้วยหลักไตรสิกขา โดย SONG VOEUNG, ส่งเสริม แสงทอง และรัตกร แสงสุด	33
4. รูปแบบการบริหารงานเชิงพุทธ: การมีส่วนร่วมขององค์การ โดย พระมหาชุมพล สุทสสี (ชุมพล ต้นวัฒนเสรี) และพระครูปฐมสตถากร (รัตน์ะ สิทธิรัตน)	50
5. การมีส่วนร่วมของประชาชนในการพัฒนาชุมชนและสังคม โดย พระมหาถนอม ฐานวโร และพระครูสิริปัญญาภิวัฒน์	66
6. สูงวัยอย่างสร้างสรรค์ แก่ชราอย่างมีความสุข โดย วันชัย แสงสุวรรณ	78

คดียาเสพติด: การป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงใหม่

DRUG-RELATED CASES: PREVENTION OF RECIDIVISM AMONG INMATES AT CHIANG RAI CENTRAL PRISON

นางวนัชภรณ์ มะโนวัง และปรีชา วงศ์ทิพย์

กรมราชทัณฑ์

Mrs. Wanatchaporn Manowang, and Preecha Wongthip

Department of Corrections

E-mail: Chompu_mamaew18@hotmail.com



บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ ดังนี้ 1) เพื่อศึกษาลักษณะของคดียาเสพติด และการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงใหม่ 2) เพื่อวิเคราะห์คดียาเสพติดในการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงใหม่ 3) เพื่อนำเสนอแนวทางเกี่ยวกับคดียาเสพติดเพื่อป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงใหม่ คณะผู้วิจัยได้กำหนดใช้วิธีวิจัยแบบผสมวิธี (Mixed Methodology Research) ประกอบด้วย การวิจัยเชิงปริมาณ ด้วยแบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 365 คน และการวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้เกี่ยวข้อง 6 คน สำหรับอธิบายผลการวิจัย ผลการวิจัยพบว่า

1. การศึกษาลักษณะของคดียาเสพติด และการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงใหม่ พบว่า การส่งเสริมการมีส่วนร่วมของผู้กระทำผิด พัฒนาความเข้าใจและกำลังใจจากครอบครัว ติดตามผลในระยะแรกผ่านปัจจัยด้านครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม พร้อมสร้างแบบจำลองการป้องกันการกระทำผิดซ้ำ และพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อเสริมทักษะและส่งเสริมการทำงาน

2. การวิเคราะห์คดียาเสพติดในการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงใหม่ พบว่า ผลการวิจัยในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง (3.29) เมื่อจำแนกเป็นรายด้านแล้วพบว่า ปัจจัยด้านเศรษฐกิจมีระดับมากที่สุด (3.42) และรองลงมา คือ ด้านสังคม (3.41) และน้อยที่สุด คือ ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม (3.10) ตามลำดับ

3. นำเสนอแนวทางเกี่ยวกับคดียาเสพติดเพื่อป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงใหม่ พบว่า การเรียงลำดับการให้ข้อเสนอแนะ มีดังต่อไปนี้ ลำดับที่ 1 ควรมีการตรวจสอบและจัดแหล่งซื้อขายยาเสพติดให้โทษ มีการให้ความเห็นมากที่สุด ลำดับที่ 2 ควรมีการให้ความรู้เรื่อง ยา

เสพติดให้โทษกับคนในชุมชน มีการให้ลำดับรองลงมา และ ลำดับที่ 3 ควรมีการจัดสภาพแวดล้อมที่ดี อยู่ในลำดับที่น้อยที่สุด

คำสำคัญ: คติยาเสพติด, ผู้ต้องขังเรือนจำ, การป้องกันการกระทำผิดซ้ำ

Abstract

This research aimed to: Study the characteristics of drug-related cases and recidivism prevention for inmates at Chiang Rai Central Prison. Analyze drug-related cases in preventing recidivism among inmates at Chiang Rai Central Prison. Propose guidelines for addressing drug-related cases to prevent recidivism among inmates at Chiang Rai Central Prison. The research employed a mixed-methodology approach, including: Quantitative research using questionnaires with a sample group of 365 participants. Qualitative research through in-depth interviews with 6 relevant individuals to explain the findings. Key Findings:

1.Characteristics of Drug-Related Cases and Recidivism Prevention

Effective prevention involves encouraging offender participation, fostering understanding and support from families, and monitoring initial reintegration outcomes based on family, economic, social, and environmental factors. Development of a prevention model and training programs to enhance skills and promote employment opportunities is recommended.

2.Analysis of Drug-Related Cases in Recidivism Prevention Overall results indicated a moderate level (mean = 3.29). Among factors, economic factors ranked the highest (mean = 3.42), followed by social factors (mean = 3.41), and environmental factors ranked the lowest (mean = 3.10).

3.Proposed Guidelines for Drug-Related Cases in Recidivism Prevention Priority

1: Monitor and eliminate sources of illicit drug trade—this received the highest level of support. Priority 2: Educate communities about the dangers of illicit drugs—ranked second. Priority 3: Improve environmental conditions—ranked the lowest priority.

Keywords: Drug-Related Cases, Prison Inmates, Recidivism Prevention

บทนำ

ประเทศไทยมีปัญหาอาชญากรรมยาเสพติด การที่ประเทศไทยมีจำนวนผู้กระทำผิดด้านยาเสพติดอย่างไม่สมส่วนก็สะท้อนให้เห็นการบังคับใช้กฎหมายยาเสพติดเป็นปัญหาสำคัญที่ไม่สามารถแยกแยะระหว่างผู้กระทำความผิดร้ายแรงและผู้กระทำผิดที่ไม่ร้ายแรง เช่น ผู้ใช้ยาและผู้ค้ายา

แม้ว่าความรุนแรงของความผิดจะแตกต่างกันไป ดังนั้นกฎหมายต่อต้านยาเสพติดฉบับใหม่จึงมีจุดมุ่งหมายเพื่อช่วยแก้ไขปัญหานี้ ตัวอย่างเช่น การปรับข้อสันนิษฐานว่ามีความผิดมีสมมติฐานที่แข็งแกร่งมากก่อนหน้านี้ ผู้คนคิดว่าการมียาหมายถึงการมียา การขายในทุกกรณีได้รับการแก้ไขในภายหลังในปี 2560 โดยตั้งข้อหาตามปริมาณยาที่ครอบครอง โดยพื้นฐานแล้วหากมีการถือครองเกินกว่าจำนวนที่กำหนด จะถือเป็นทรัพย์สินสำหรับขาย แต่นั่นก็ยังไม่ช่วยแก้ปัญหาประชากรนักโทษได้ ส่งผลให้กฎหมายต่อต้านยาเสพติดฉบับล่าสุดไม่ได้วัดกันเป็นตัวเลขอีกต่อไป (วงศ์พันธ์ อมรินทร์เทวา, 2567: ออนไลน์)

การแพร่ระบาดของยาเสพติดในประเทศไทยมีการขยายตัวเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง และแพร่ระบาดเข้าไปในทุกสถาบันของสังคมทุกเพศทุกวัย ไม่ว่าจะเป็นครอบครัว ชุมชน ทั้งในเขตเมืองและชนบท รวมถึงกลุ่มนักเรียน นักศึกษา จนเป็นปัญหายาเสพติดเป็นปัญหาที่พบเห็นได้ทั่วไปในสังคม ประกอบกับปัจจัยที่เอื้อต่อการเกิดและแพร่กระจายของยาเสพติดยังคงดำรงอยู่และขยายตัวอย่างต่อเนื่อง เช่น ปัญหาเชิงโครงสร้างทั้งด้านเศรษฐกิจและสังคมตลอดจนแห่งอบายมุข เช่น สถานบริการ และสถานบันเทิงเรีงรมย์ต่างๆ ส่งผลอย่างกว้างขวางทั้งต่อตัวบุคคลและสังคมโดยรวม โดยเฉพาะ กระทบต่อพัฒนาการ ทางร่างกาย จิตประสาทและทำลายสมองของเยาวชนและแรงงานที่เป็นพลังที่สำคัญในอนาคต ที่เป็นยุคเศรษฐกิจใหม่ที่ต้องการสติปัญญา ความรู้เป็นฐานในการพัฒนา ส่งผลกระทบต่อ ความอบอุ่น ความเข้มแข็งของครอบครัว ชุมชน ความสงบสุขของสังคม ตลอดจนกระทบถึงชื่อเสียงและเกียรติภูมิของประเทศไทย (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2542: ก) คติยาเสพติดจึงถือเป็นปัญหาสังคมที่ร้ายแรง สังคมไทยยังคงดำเนินมาตรการป้องกันและปราบปรามอาชญากรรมยาเสพติด เช่น พระราชบัญญัติยาเสพติด พ.ศ. 2522 พระราชบัญญัติมาตรการป้องกันผู้กระทำความผิด พระราชบัญญัติฟื้นฟูผู้เสพยา พ.ศ. 2545 และพระราชบัญญัติยาเสพติด (ฉบับที่ 5) พ.ศ. 2545 ซึ่งเพิ่มบทลงโทษสำหรับผู้กระทำผิดที่ผลิต นำเข้า ส่งออก ขาย หรือมีไว้เพื่อขาย ศาลกำหนดให้มีโทษจำคุกและปรับเป็นเงินหลายล้านบาทเสมอ และพระราชกฤษฎีกาวิธีพิจารณาคดียาเสพติด พ.ศ. 2550 เป็นต้น ก็ยังไม่สามารถจัดปัญหาคดียาเสพติดในสังคมไทยได้อย่างแท้จริง (สุรศักดิ์ ลิขสิทธิ์ และคณะ, 2558: 1) ถือว่ายาเสพติดถือเป็นปัญหาสำคัญอย่างหนึ่งของประเทศไทยที่ทำลายซึ่งทรัพยากรมนุษย์และทำลายความเจริญก้าวหน้าของประเทศชาติ แต่เมื่อพิจารณาการกำหนดโทษผู้กระทำผิดเกี่ยวกับคดียาเสพติดในปัจจุบัน มุ่งเน้นนโยบายปราบปรามที่มีความรุนแรง การกำหนดโทษผู้กระทำผิดที่มุ่งเน้นการข่มขู่เพียงอย่างเดียว เห็นได้จากตัวบทกฎหมายที่มีการกำหนดโทษประหารชีวิต หรือโทษจำคุกที่มีระยะเวลายาวนาน และแนวคำพิพากษาของศาลที่ลงโทษผู้กระทำผิดเกี่ยวกับยาเสพติดก็ค่อนข้างรุนแรง รวมทั้งการกำหนดโทษผู้กระทำผิดในคดียาเสพติดฐานผลิต ของไทยที่ลงโทษตามประเภทของยาเสพติดยังไม่สอดคล้องกับหลักการกำหนดโทษที่ได้สัดส่วนให้เหมาะสมกับผู้กระทำความผิดแต่ละบุคคล ตามหลักการสากลของนานาประเทศ และเพื่อให้เกิดความเข้าใจมากยิ่งขึ้นจึงควรทำการศึกษาถึงแนวคิดทฤษฎีทางอาชญากรรมมีแนวคิดว่าการกระทำความผิดทางอาญา คือ

อาชญากรรมและในส่วนของผู้กระทำความผิดคือ อาชญากร ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับวัฒนธรรม การยอมรับตามค่านิยมและความเชื่อถือ หรือประวัติศาสตร์ในความเชื่อและวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน (นวลจันทร์ ทศนชัยกุล, 2549: 34)

ขณะนี้ผู้ที่เกี่ยวข้องได้ถูกจับกุมแล้ว อาชญากรรมด้านยาเสพติดมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยผู้กระทำความผิดบางรายเคยถูกจำคุกและถูกส่งตัวกลับมาแล้ว การกระทำความผิดซ้ำและปัญหานักโทษที่กลับมาก่ออาชญากรรมแบบเดิมหลังได้รับการปล่อยตัวจากเรือนจำ นี่เป็นปัญหาที่มีมายาวนานในสังคมไทยและเป็นสาเหตุสำคัญของการกระทำความผิดซ้ำหลังเรือนจำ เกิดจากการที่คนไม่ยอมรับในสังคม การไม่ให้โอกาสนักโทษหนีคุกและไม่มีการทำงานหลังปล่อยตัวทำให้รู้สึกไร้ค่า การไม่มีที่ยืนในสังคมหมายความว่าเขาทำผิดพลาดซ้ำแล้วซ้ำอีก ประเทศที่กลายเป็นกระแสน้ำวนดั้งเดิมจะต้องใช้เงินจำนวนมหาศาลเพื่อดูแลนักโทษในเรือนจำจำนวนเพิ่มขึ้นทุกวัน ปัญหาที่นำไปสู่ความแออัดยัดเยียดในเรือนจำและเจ้าหน้าที่ไม่ได้รับการดูแลอย่างทั่วถึง กรมราชทัณฑ์ การดำเนินคดีผู้กระทำความผิดตามคำตัดสินของศาล ซึ่งงานราชทัณฑ์ไม่จำกัดเพียงการควบคุมนักโทษไม่ให้หลบหนี แต่ยังมีหน้าที่แก้ไขและพัฒนาพฤติกรรมของผู้ต้องขังด้วย ความรับผิดชอบต่อตนเอง ในปี 2561 ประชากรเรือนจำของไทยอยู่ในอันดับที่ 6 ของโลกและอันดับ 3 ในเอเชีย ตามหลังจีน (ประชากร 1.4 พันล้านคน) และอินเดีย (ประชากรเรือนจำ 1.3 พันล้านคนในปี 2562) กรมราชทัณฑ์รายงานว่า มีผู้ถูกควบคุมตัวทั่วประเทศ 382,895 ราย เป็นชาย 332,751 ราย และหญิง 50,144 ราย และจำนวนผู้ต้องขังมีเพิ่มมากขึ้น เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ปี 1960 ถึง 2018 จาก 19,650 เป็นมากกว่า 300,000 เนื่องด้วยสัดส่วนของผู้ต้องขังต่อประชากรมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยจาก 72 คนในปี 2503 เพิ่มเป็น 526 คนต่อประชากร 100,000 คนในปี 2561 ส่งผลให้เรือนจำมีสภาพแออัดและเป็นภาระต่องบประมาณของรัฐที่เพิ่มขึ้น โดยเฉลี่ยค่าใช้จ่ายสำหรับนักโทษแต่ละคนต่อปีอยู่ที่ 21,000 บาท และงบประมาณสำหรับกรมราชทัณฑ์สูงถึง 12,141 ล้านบาทต่อปี นอกจากนี้ ร้อยละ 76 ของผู้ต้องราชทัณฑ์มีคดีที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด และเมื่อผู้ต้องราชทัณฑ์พ้นโทษแล้ว พบว่ามีอัตราการกระทำความผิดซ้ำและถูกส่งกลับเข้าเรือนจำ โดยภายใน 1 ปี มีร้อยละ 15 ที่กลับเข้าไป ภายใน 2 ปี ร้อยละ 25 และภายใน 3 ปี ร้อยละ 33 ของผู้พ้นโทษทั้งหมดในช่วงปี 2556 - 2560 ซึ่งหนึ่งในสาเหตุหลักคือการทำงานไม่ได้ (กรมคุมประพฤติ กระทรวงยุติธรรม, 2561: 1.)

คดียาเสพติด: การป้องกันการกระทำความผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงราย เป็นการศึกษาแนวทางในการแก้ไขปัญหาคดีผู้กระทำความผิดซ้ำในคดียาเสพติดให้เกิดประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ในฐานะที่ผู้ศึกษาเป็นเจ้าหน้าที่ราชทัณฑ์ได้ปฏิบัติหน้าที่ในการควบคุม แก้ไข พันฟู และพัฒนาพฤติกรรมผู้ต้องขัง เรือนจำกลางเชียงราย ผู้วิจัยจึงมีความสนใจเป็นอย่างยิ่งที่จะศึกษาถึงคดียาเสพติด: การป้องกันการกระทำความผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงราย ทั้งนี้เพื่อเป็นประโยชน์ต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้องและเป็นประโยชน์สำหรับกรมราชทัณฑ์ในการแก้ไขปัญหาดังกล่าวอย่างมีประสิทธิภาพและเกิดประโยชน์ต่อส่วนรวม

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาลักษณะของคดียาเสพติด และการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงใหม่
2. เพื่อวิเคราะห์คดียาเสพติดในการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงใหม่
3. เพื่อนำเสนอแนวทางเกี่ยวกับคดียาเสพติดเพื่อป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงใหม่

การทบทวนวรรณกรรม

การวิจัยเรื่อง “คดียาเสพติด: การป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงใหม่” ผู้ศึกษาได้เตรียมแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย

1. แนวคิดเกี่ยวกับอาชญากรรม

การกระทำความผิดหรืออาชญากรรมที่เกิดขึ้นในสังคมปัจจุบัน ไปเป็นที่ยอมรับของนักวิชาการว่ามีความเป็นมาหรือมีที่มาจากสาเหตุหรือปัจจัยหลายประการรวมกัน โดยไม่ใช่สาเหตุหรือปัจจัยอย่างหนึ่งอย่างใด เพียงอย่างเดียวเป็นหลักในการก่อเกิดการกระทำความผิดหรืออาชญากรรม ดังนั้น แนวความคิดของนักวิชาการทั้งหลายจึงมักให้เหตุผลหรืออธิบายสาเหตุหรือปัจจัยการก่อเกิดการกระทำความผิดตามแนวความคิดหรือความรู้ประสบการณ์ในศาสตร์ของตน เป็นหลัก เช่น นักเศรษฐศาสตร์ให้เหตุผลว่าการก่อเกิดความผิดเกิดจากความยากจนเป็นหลัก นักจิตวิทยาเห็นว่าสาเหตุหลักมักมาจากทางด้านจิตใจ ส่วนนักชีววิทยาและกายภาพรวมทั้งจิตแพทย์ก็ให้เหตุผลว่าสาเหตุมาจากพันธุกรรมและความบกพร่องทางพันธุกรรมหรือทางร่างกายเป็นหลัก (ปกรณ มณีปกณ์, 2553: 144-195) ด้วยเหตุนี้จึงอาจกล่าวได้ว่าการกระทำความผิดหรืออาชญากรรมเกิดจากสาเหตุหรือปัจจัยหลักใหญ่ได้ 2 ประการด้วยกัน กล่าวคือ สาเหตุภายใน อันได้แก่ สาเหตุทางด้านชีววิทยา (ชีวกายภาพ) และสาเหตุทางด้านจิตวิทยา (จิตใจ) และสาเหตุภายนอก ได้แก่ สาเหตุทางด้านสังคม

ตามที่กล่าวมา นักวิชาการส่วนใหญ่เห็นว่าการกระทำความผิดเกิดขึ้นจากสาเหตุหรือปัจจัยหลาย ๆ อย่างมารวมกัน ดังนั้น นักอาชญาวิทยา ผู้ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับสาเหตุการก่อเกิด การกระทำความผิดหรืออาชญากรรมเป็นหลัก ส่วนใหญ่วิเคราะห์ว่า สาเหตุในการก่อเกิดการกระทำความผิดมิใช่เพียงสาเหตุเดียวแต่ต้องประกอบด้วยสาเหตุหรือปัจจัยสองหรือสามประการแล้วแต่กรณี นอกจากนี้ สาเหตุหรือ ปัจจัยเหล่านี้จะต้องมีความสัมพันธ์และซับซ้อนในการผลักดันให้เกิดการกระทำความผิดหรืออาชญากรรมขึ้น

กระบวนการและความสัมพันธ์ของสาเหตุหรือปัจจัยที่ทำให้เกิดการกระทำความผิด ประกอบด้วยปัจจัยทางกายภาพหรือปัจจัยทางด้านสังคม และปัจจัยทางจิตใจ ปัจจัยทั้งสองจะต้องสัมพันธ์และมีการผลักดันกันให้เกิดการกระทำความผิด กล่าวคือ ปัจจัยทางกายภาพหรือปัจจัย ทาง

สังคมเพียงประการเดียวไม่ใช่สาเหตุในการก่อเกิดการกระทำความผิดเสมอไปจะต้องมีการผลักดันหรือได้รับอิทธิพลจากปัจจัยทางจิตใจด้วย เช่น บุคคลที่บกพร่องทางร่างกาย มีปัญหา ด้านครอบครัว สภาพแวดล้อมไม่ดี ฐานะยากจน เป็นต้น บุคคลเหล่านี้มิใช่ว่าจะต้องก่อเกิดการกระทำความผิดหรืออาชญากรรมเสมอไป จะต้องได้การผลักดันหรืออิทธิพลจากปัจจัยทางด้านจิตใจ ทำให้เกิดขบวนการเปลี่ยนแปลงสภาพจิต คือ ความรู้สึกผิดชอบชั่วดี สติบั้งยังของบุคคล วาจะเข้มแข็งมากน้อยเพียงใด ถ้ามีมากก็จะไม่ก่อเกิดการกระทำผิดแต่ถ้ามีน้อยหรือ มีไม่เพียงพอก็จะก่อให้เกิดการกระทำผิดขึ้นจากสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมโดยเชื่อว่าอาชญากรรมเกิดจากการที่อาชญากร ได้เข้าไปอยู่ในสถานที่ และมีโอกาส เลือดยี่ห้อที่เหมาะสม หากมีโอกาสก็จะลงมือประกอบอาชญากรรมประทุษร้ายต่อทรัพย์สินหรือชีวิตร่างกายและเพศโดยเยื่อมีโอกาสดูประทุษร้าย ได้ทุกสถานที่และเวลา นอกจากนี้อาชญากรก็ จะมีการเดินทางไปมาเหมือนเหยื่อ หรือบุคคลทั่วไป แต่อาชญากรจำนวนมากจะไม่ลงมือประกอบอาชญากรรมในสถานที่ที่ตนเองไม่คุ้นเคยหรือ ไม่เคยไปมาก่อน อาชญากรมีแนวโน้มจะประกอบอาชญากรรมในบริเวณที่ตนเองคุ้นเคย เนื่องจากเห็นว่ามีโอกาสที่จะหลบหนีได้หรือมีความมั่นคงทางด้านจิตใจ ดังนั้นทฤษฎีรูปแบบอาชญากรรม จึงเห็นว่าสถานที่เกิดเหตุเป็นปัจจัย สำคัญในการประกอบอาชญากรรม โดยทฤษฎีรูปแบบอาชญากรรมจะอธิบายสาเหตุการกระทำผิดโดยใช้ปัจจัยที่ สำคัญ 3 ประการ ได้แก่ (ประเทือง ธนียผล, 2556: 72)

ประการที่ 1 Node หมายถึง สถานที่ที่คนเดินทางและเดินทางไปถึงที่เหล่านี้ทำให้เกิดการกระทำผิด ทั้ง ในตัวสถานที่และบริเวณใกล้เคียง

ประการที่ 2 Paths หมายถึง บริเวณที่อาชญากรหรือผู้กระทำผิดเห็นว่าเป็นสถานที่เหมาะสมที่จะลงมือประกอบอาชญากรรมและตัดสินใจที่ประกอบอาชญากรรม

ประการที่ 3 Edges หมายถึง เขตแดนของบริเวณสถานที่ที่บุคคลอาศัยทำงาน ท่องเที่ยว หรือไปเที่ยว พักผ่อนหย่อนใจซึ่งอาชญากรรมบางประเภทจะเกิดขึ้นในบริเวณเขตแดนนี้

2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับจิตอาสา

ปัญหาเสพติดในประเทศไทยเป็นปัญหาที่มีมาอย่างยาวนาน และถือเป็นเรื่องสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อสังคมโดยรวม รวมถึงผู้ที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติดโดยตรง จึงมีความจำเป็นที่จะต้องเร่งแก้ไขและปราบปรามให้หมดสิ้นไปจากสังคม ในปี 2539 การแพร่ระบาดของยาเสพติดในประเทศไทยมีความรุนแรงมาก โดยเฉพาะเมทแอมเฟตามีน หรือที่รู้จักกันในชื่อ “ยาม้า” หรือ “ยาขยัน” ซึ่งได้รับความนิยมในกลุ่มผู้ใช้แรงงาน นักเรียน และนักศึกษา เนื่องจากเมื่อเสพในระยะแรกจะทำให้ร่างกายตื่นตัว สามารถทำงานหรือเรียนได้มากกว่าปกติ แต่หากเสพต่อเนื่องในระยะยาว จะส่งผลกระทบต่อระบบประสาท ทำให้เกิดโรคจิตแบบหวาดระแวงและคลุ้มคลั่ง ซึ่งมีข่าวให้เห็นอยู่บ่อยครั้งเกี่ยวกับผู้ที่เสพยาม้าคลุ้มคลั่งและจับประชาชนเป็นตัวประกัน ด้วยเหตุนี้ ภาครัฐจึงให้ความสำคัญในการปราบปรามยาเสพติดชนิดนี้อย่างจริงจัง โดยมีการเปลี่ยนชื่อจาก “ยาม้า” เป็น “ยาบ้า” เพื่อให้ประชาชนตระหนักถึงอันตรายของยาบ้า และได้มีการปรับสถานะของยาเสพติดกลุ่มแอมเฟตามีนจากวัตถุออกฤทธิ์ต่อจิต

ประสาทประภท 2 ตามพระราชบัญญัติวัตถุออกฤทธิ์ต่อจิตประสาท พ.ศ. 2518 เป็นยาเสพติดให้โทษ (ราชกิจจานุเบกษา 2539: 8-10) และ จากข้อมูลของงานทะเบียนประวัติผู้ต้องขัง ฝ่ายทัณฑปฏิบัติ เรือนจำกลางเชียงราย พบว่ามีผู้ต้องขังในคดี พ.ร.บ.ยาเสพติดที่กระทำผิดซ้ำในแต่ละปีมีจำนวนมาก แม้ว่าจะมีการพระราชทานอภัยโทษ แต่ก็ไม่สามารถทำให้ผู้พ้นโทษบางส่วนเกิดความสำนึกผิดและกลับตัวเป็นคนดีได้ นอกจากนี้ ผู้ที่กระทำผิดซ้ำในคดียาเสพติดบางรายยังมีพฤติกรรมทั้งเป็นผู้จำหน่ายและผู้เสพ เมื่อครบกำหนดโทษก็กลับไปกระทำผิดซ้ำอีก โดยบางรายมีการกระทำผิดซ้ำมากกว่า 2 ครั้ง ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่านโยบายในการแก้ไขปัญหามุ่งหวังให้ผู้ต้องขังกลับตัวเป็นคนดีและไม่หวนกลับไปกระทำผิดนั้น ยังไม่ประสบผลสำเร็จเท่าที่ควร นอกจากนี้ ยังเป็นการสร้างภาระให้กับภาครัฐในการจัดสรรงบประมาณเพื่อดูแลผู้ต้องขังในเรือนจำ ซึ่งมีค่าใช้จ่ายสูง ปัจจุบันเรือนจำกลางเชียงรายมีผู้ต้องขังเด็ดขาดที่กระทำผิดซ้ำในคดียาเสพติดจำนวน 157 ราย

3. ทฤษฎีราชทัณฑ์ที่เชื่อมโยงกับการกระทำผิดซ้ำ

งานราชทัณฑ์เป็นสาขาวิชาที่ต้องอาศัยความรู้จากหลายศาสตร์เพื่ออธิบายแนวทางการจัดการกับผู้กระทำผิด โดยมีทฤษฎีพื้นฐานที่ชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ในการลงโทษหรือการปฏิบัติต่อผู้กระทำความผิด ซึ่งจะเป็นแนวทางในการกำหนดวิธีการจัดการกับผู้กระทำผิดในอนาคต ทฤษฎีการราชทัณฑ์เป็นแนวคิดและหลักปรัชญาที่ใช้ในการปฏิบัติต่อผู้กระทำผิด โดยอธิบายเหตุผลที่สังคมต้องลงโทษผู้กระทำผิด และแสดงถึงความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุของการกระทำความผิด เช่น หากเชื่อว่าผู้กระทำผิดเกิดจากสภาพแวดล้อมและขาดโอกาสทางสังคม การจัดการกับผู้กระทำผิดจะเน้นการอบรมและแก้ไขมากกว่าการลงโทษเพื่อสร้างความกลัว แต่หากเชื่อว่าผู้กระทำผิดเกิดจากการไม่เกรงกลัวกฎหมาย การจัดการจะต้องเด็ดขาดเพื่อสร้างความเกรงกลัวและป้องกันไม่ให้เกิดการกระทำผิดอีกในอนาคตทฤษฎีการราชทัณฑ์ที่ปรากฏชัดในปัจจุบันสามารถแบ่งออกได้ 4 ทฤษฎี ดังนี้

ทฤษฎีการลงโทษเพื่อการแก้แค้นทดแทน (Retribution Theory) เป็นทฤษฎีที่มีวัตถุประสงค์ในการลงโทษที่มีมาอย่างยาวนาน โดยการลงโทษในรูปแบบนี้มีลักษณะที่รุนแรงและป่าเถื่อน เช่น การตัดอวัยวะ การเขียนตี การทรมาน และการประหารชีวิต การลงโทษเพื่อการแก้แค้นทดแทนนี้สอดคล้องกับความรู้สึกของผู้เสียหายและประชาชนทั่วไปที่ต้องการเห็นผู้กระทำผิดได้รับผลร้ายเช่นเดียวกัน นอกจากนี้ยังเป็นการลงโทษที่มีเป้าหมายเพื่อชดเชยและให้ความยุติธรรมตามความผิดที่เกิดขึ้นอีกด้วย

ทฤษฎีการลงโทษเพื่อข่มขวัญยับยั้ง (Deterrence Theory) เชื่อว่าการกระทำผิดเกิดขึ้นจากความไม่เกรงกลัวต่อกฎหมายหรือการบังคับใช้กฎหมายที่ไม่เข้มงวด เนื่องจากมนุษย์มีเหตุผลและมีอิสระในการเลือกทำหรือไม่ทำสิ่งใด การลงโทษจึงมีความจำเป็นเพื่อป้องกันการกระทำผิด โดยการทำให้ผู้กระทำผิดตระหนักถึงผลที่ตามมาซึ่งความเจ็บปวดและไม่ก่อให้เกิดผลดี ดังนั้น หากมนุษย์รู้สึกถึงความเจ็บปวดจากการกระทำผิดมากกว่าความพอใจที่ได้รับ พวกเขาจะมีแนวโน้มที่จะหลีกเลี่ยงการกระทำผิดนั้นในอนาคตทฤษฎี

ทฤษฎีการลงโทษเพื่อป้องกันการกระทำความผิด (Incapacitation Theory) มีเป้าหมายหลักในการปกป้องสังคมโดยการลดโอกาสในการกระทำความผิด โดยมีแนวคิดที่ว่าอาชญากรรมจะไม่เกิดขึ้นหากไม่มีอาชญากร หรือหากอาชญากรไม่มีโอกาสในการกระทำความผิด การลงโทษในลักษณะนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อป้องกันการกระทำความผิดซ้ำ โดยการทำให้อาชญากรไม่สามารถกระทำความผิดได้อีก ซึ่งมีความคล้ายคลึงกับการลงโทษที่มุ่งหวังให้เกิดความกลัวและยับยั้งการกระทำความผิด แต่การลงโทษเพื่อการตัดโอกาสนั้นเน้นไปที่การป้องกันไม่ให้เกิดการกระทำความผิดขึ้นอีกในอนาคต

ทฤษฎีการลงโทษเพื่อฟื้นฟูผู้กระทำความผิด (Rehabilitation Theory) เป็นแนวคิดที่เชื่อว่าการกระทำของมนุษย์ไม่ได้เกิดจากเจตจำนงอิสระ แต่ถูกกำหนดโดยปัจจัยต่าง ๆ ที่มีอิทธิพลต่อบุคลิกภาพของพวกเขา ซึ่งรวมถึงปัจจัยทางจิตวิทยา ชีววิทยา และสิ่งแวดล้อมทางสังคม เมื่อมนุษย์มีบุคลิกภาพที่บกพร่อง อาจนำไปสู่การกระทำความผิดได้ ดังนั้น การลงโทษจึงไม่ควรมุ่งเน้นที่การลงโทษเพียงอย่างเดียว แต่ควรพิจารณาสาเหตุที่ทำให้เกิดการกระทำความผิด และมุ่งเน้นการแก้ไขปัญหาที่ต้นเหตุ ส่งเสริมให้โอกาสแก่ผู้กระทำความผิดในการกลับตัวและปรับปรุงพฤติกรรม เพื่อไม่ให้พวกเขาถลำลึกไปสู่การกระทำความผิดซ้ำ โดยการหลีกเลี่ยงการลงโทษที่อาจทำลายศักยภาพในการกลับสู่สังคม เช่น การใช้มาตรการที่ไม่ทำให้เกิดรอยมลทิน การรอลงอาญา การใช้โทษปรับ หรือการใช้มาตรการในชุมชน เพื่อให้ผู้กระทำความผิดสามารถเรียนรู้และปรับปรุงตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ. (นที จิตสว่าง, ม.ป.ป)

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ได้ข้อมูลตามวัตถุประสงค์การวิจัย ที่ผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรมจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ “คดียาเสพติด: การป้องกันการกระทำความผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงราย” เพื่อประมวลองค์ความรู้สร้างกรอบแนวคิดการวิจัยและการเก็บข้อมูล ประกอบด้วย การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) กับกลุ่มเป้าหมายเฉพาะ และทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) และการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ที่เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม (Questionnaire)

1. การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)

ผู้วิจัยได้กำหนดใช้วิธีวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการสัมภาษณ์ผู้เกี่ยวข้องในการให้ข้อมูลการสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้วิจัยจัดกลุ่มข้อมูลของการสัมภาษณ์ที่กำหนดไว้ (Data Grouping) และทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์เชิงเนื้อหาประกอบบริบท (Content Analysis Technic)

2. การวิจัยเชิงปฏิบัติการ (Action Research)

การสอบถามความคิดเห็นจากการตอบแบบสอบถามของประชากร เกี่ยวกับคดียาเสพติด: การป้องกันการกระทำความผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงราย ใช้สถิติการวิเคราะห์ คือ ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) การสุ่มตัวอย่างจากผู้ต้องขังคดียาเสพติด

ของเรือนจำกลางเชียงราย จำนวน 4,104 คน โดยการใช้สูตรทาโรยามาเน่ (Taro Yamane) ที่ความเชื่อมั่น 0.05 ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 365 คน จากนั้นทำการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยมีขั้นตอนการสุ่มดังนี้

2.1) กำหนดกลุ่มประชากร ผู้ต้องขังคดีอาชญากรรมของเรือนจำกลางเชียงราย จำนวน 4,104 คน แล้วหาขนาดกลุ่มตัวอย่างจากการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) ได้จำนวน 365 คน

2.2) แบ่งจำนวนประชากร ผู้ต้องขังคดีอาชญากรรมของเรือนจำกลางเชียงราย โดยการสุ่มดังตารางที่ 3.1

สูตรคำนวณขนาดกลุ่มประชากรตัวอย่างของยามาเน่ (Taro Yamane) ในกรณีนี้ที่ทราบจำนวนประชากร คือ 365 คน

ผู้ต้องขังคดีอาชญากรรมของเรือนจำกลางเชียงราย	ประชากร (คน)	กลุ่มตัวอย่าง (คน)
หญิง	627	56
ชาย	3,477	309
รวม	4,104	365

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

3. การนำเสนอและรายงานผลการวิจัย

การนำเสนอและรายงานผลการวิจัย การสัมภาษณ์ผู้บริหารและเจ้าหน้าที่ในงานที่เกี่ยวข้องของเรือนจำ กลางเชียงราย และวิเคราะห์เนื้อหาสาระในประเด็นสำคัญแล้วนำเสนอเป็นการเขียนแบบความเรียงนำเสนอโดยใช้ตารางประกอบด้วย ค่าความถี่ และค่าร้อยละเกี่ยวกับความคิดเห็นของผู้บริหารและเจ้าหน้าที่ในงานที่เกี่ยวข้องของเรือนจำกลางเชียงราย ซึ่งเป็นข้อมูลมาตรวจสอบประเมิณค่า นำเสนอในรูปแบบของตารางประกอบด้วยค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและนำไปสู่ข้อเสนอแนะจากคำถามปลายเปิดในเรื่องการพัฒนาแบบการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังคดีอาชญากรรมของเรือนจำกลางเชียงราย วิเคราะห์เนื้อหาสาระประเด็นสำคัญ และนำเสนอเป็นการเขียนแบบความเรียง

ผลการวิจัย

1. การศึกษาลักษณะของคดีอาชญากรรม และการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงราย

ผลการวิจัยพบว่า การป้องกันการกระทำผิดซ้ำให้ได้ผลกรมราชทัณฑ์พัฒนาทักษะวิชาชีพของผู้ต้องขัง รวมถึงหาตลาดรองรับฝีมือและเปิดโอกาส และนอกจากนี้ ควรจัดหางานหรืออาชีพและที่

อยู่อาศัยให้ผู้ต้องขังพ้นโทษเพื่อป้องกันการกระทำผิดซ้ำ การพัฒนาเศรษฐกิจให้ดีขึ้นจะช่วยให้ผู้ต้องขังพ้นโทษมีแหล่งเงินทุนและงานทำมากขึ้น และการป้องกันการกระทำผิดซ้ำต้องมีครอบครัวเข้ามามีส่วนร่วมในการแก้ปัญหา โดยการให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์ในครอบครัวจะช่วยให้ผู้ต้องขังมีกำลังใจและไม่หันกลับไปกระทำผิดซ้ำ และไม่ให้ผู้ต้องขังรู้สึกโดดเดี่ยวหรือถูกทอดทิ้ง เรือนจำควรเปิดโอกาสให้มีการเยี่ยมญาติมากขึ้น ส่วนที่เสริมเติมคือ ควรมีกิจกรรมที่ทำให้สังคมเข้าใจและยอมรับผู้เคยต้องโทษ เปิดโอกาสให้พวกเขาปรับปรุงตัวและมีส่วนร่วมในสังคม ปัจจัยสำคัญคือแหล่งที่อยู่อาศัย การศึกษา และอาชีพ ซึ่งต้องปรับปรุงเพื่อป้องกันการกระทำผิดซ้ำ เมื่อพ้นโทษ ผู้ต้องขังควรได้รับการสนับสนุนจากสังคมในการหางานและปรับตัวให้อยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสม

2. การวิเคราะห์คติยาเสพติดในการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลาง เชียงราย ผลการวิจัย การวิเคราะห์คติยาเสพติดในการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงราย โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 3.29$) เมื่อจำแนกเป็นรายด้านแล้วพบว่า ปัจจัยด้านเศรษฐกิจมีระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 3.42$) และรองลงมา คือ ด้านสังคม ($\bar{x} = 3.41$) และน้อยที่สุด คือ ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อม ($\bar{x} = 3.10$) ตามลำดับ โดยแต่ละด้านมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

2.1) การวิเคราะห์คติยาเสพติดในการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลาง เชียงราย ด้านเศรษฐกิจ อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.42$) เมื่อจำแนกเป็นรายข้อแล้วพบว่า การมีประวัติเคยต้องโทษ เป็นอุปสรรคสำคัญในการประกอบสัมมาอาชีพ มีระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 3.58$) และรองลงมา คือ ความยากจน การไม่มีอาชีพ ส่งผลให้ต้องกระทำผิดซ้ำ ($\bar{x} = 3.55$) และน้อยที่สุด คือ รายจ่ายของท่านส่วนใหญ่เกิดจากหรือเกี่ยวเนื่องจากการพนัน/การเที่ยวเตร่/ยาเสพติด ($\bar{x} = 2.93$)

2.2) การวิเคราะห์คติยาเสพติดในการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลาง เชียงราย ด้านครอบครัว อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 3.24$) เมื่อจำแนกเป็นรายข้อแล้วพบว่า ท่านมีความรักความผูกพันต่อบุคคลในครอบครัวที่มากที่สุด ($\bar{x} = 3.83$) รองลงมา คือ ครอบครัวท่านมีการพูดคุย และเปลี่ยนความคิดเห็นกันอยู่เสมอ ($\bar{x} = 3.52$) และน้อยที่สุด คือ บุคคลในครอบครัวท่านมักจะทำสิ่งต่าง ๆ ที่ไม่เคยทำรวมถึงการทำความผิดต่อกฎหมายด้วย ($\bar{x} = 2.55$)

2.3) การวิเคราะห์คติยาเสพติดในการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลาง เชียงราย ด้านสังคม อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 3.41$) เมื่อจำแนกเป็นรายข้อแล้ว พบว่า ข้อที่มากที่สุดคือ เพื่อน ๆ ที่ท่านคบมักไม่มีรายได้ ไม่มีงานทำเป็นหลักแหล่ง ($\bar{x} = 3.52$) รองมา คือ เพื่อน ๆ ที่ท่านคบส่วนใหญ่มีนิสัยชอบเที่ยวกลางคืน สูบบุหรี่ ดื่มสุรา เล่นการพนัน ชอบใช้ความรุนแรง เป็นต้น ($\bar{x} = 3.47$) และน้อยที่สุด คือ บุคคลโดยทั่วไปมักไม่เชื่อว่าท่านเป็นคนดี ($\bar{x} = 3.30$)

2.4) การวิเคราะห์คติยาเสพติดในการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลาง เชียงราย ด้านสภาพแวดล้อม อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 3.10$) เมื่อจำแนกเป็นรายข้อแล้ว พบว่า ข้อที่มากที่สุด เมื่อท่านเห็นบุคคลในชุมชนทำความผิดท่านจะพยายามหลีกเลี่ยงและไม่กระทำตาม (\bar{x}

=3.27) รองลงมา คือ บุคคลในชุมชนท่านส่วนใหญ่ติดยาเสพติด หรือติดการพนัน ($\bar{x} = 3.20$) และน้อยที่สุด คือ ในชุมชนมีบุคคลภายนอก ลักษณะแปลก ๆ เข้า-ออก บ่อยครั้งเป็นจำนวนมาก ($\bar{x} = 2.93$)

3. การนำเสนอแนวทางเกี่ยวกับคดียาเสพติดเพื่อป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงราย ผลการวิจัยพบว่า 1) สภาพปัญหาเกี่ยวกับเกี่ยวกับนำเสนอแนวทางเกี่ยวกับคดียาเสพติดเพื่อป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงราย โดยเรียงลำดับปัญหาจากมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด พบว่า มากที่สุด แหล่งซื้อขายยาเสพติดในชุมชนทำให้เกิดการชักจูงได้ง่าย รองลงมา คือ ปัญหาส่วนใหญ่ของผู้กระทำผิดมักจะมาจกชุมชนแออัดมักเต็มไปด้วยการพนัน ยาเสพติด และน้อยที่สุด คือ สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อยู่อาศัยมีผลต่อการกระทำผิดของผู้ต้องขังพันโทษ ตามลำดับ 2) ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับนำเสนอแนวทางเกี่ยวกับคดียาเสพติดเพื่อป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงราย โดยเรียงลำดับปัญหาจากมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด พบว่า มากที่สุด คือ ควรมีการตรวจสอบและขจัดแหล่งซื้อขายยาเสพติดให้โทษ รองลงมา ควรมีการให้ความรู้เรื่องยาเสพติดให้โทษกับคนในชุมชน และน้อยที่สุด คือ ควรมีการจัดสภาพแวดล้อมที่ดี และเน้นการให้ความรู้ในเรื่องยาเสพติดให้โทษ

อภิปรายผลการวิจัย

1. การวิเคราะห์คดียาเสพติดในการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงราย พบว่า ด้านเศรษฐกิจ อยู่ในระดับมาก ($\bar{x} = 3.42$) เมื่อจำแนกเป็นรายข้อแล้วพบว่า การมีประวัติเคยต้องโทษ เป็นอุปสรรคสำคัญในการประกอบสัมมาอาชีพ มีระดับมากที่สุด ($\bar{x} = 3.58$) และรองลงมา คือ ความยากจน การไม่มีอาชีพ ส่งผลให้ต้องกระทำผิดซ้ำ ($\bar{x} = 3.55$) และน้อยที่สุด คือ รายจ่ายของท่านส่วนใหญ่เกิดจากหรือเกี่ยวเนื่องจากการพนัน/การเที่ยวเตร่/ยาเสพติด ($\bar{x} = 2.93$) สอดคล้องกับงานวิจัยของ พระมหานันทวิทย์ ธีรภทโท, กมลาศ ภูวนาธิพงษ์ และอัครนันท์ อริยศรีพงษ์ (2561: 1347) ศึกษาเรื่อง การเสริมสร้างจริยธรรมสำหรับผู้ต้องขังในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษารายงานว่า 1) ผู้ต้องขังส่วนใหญ่เป็นผู้ต้องขังคดี ยาเสพติด มีสาเหตุการกระทำผิดมาจากปัญหาเรื่องเศรษฐกิจ มีรายได้ไม่เพียงพอกับการเลี้ยงครอบครัว มีค่านิยมการดำเนินชีวิตรักความสบาย อยากรวยเร็ว เมื่อพ้นโทษได้กลับมากระทำผิดซ้ำอีก สาเหตุสำคัญ เกิดจากการไม่ยอมรับของสังคม และไม่มีงานทำ 2) กระบวนการสร้างจริยธรรมเชิงพุทธบูรณาการสำหรับผู้ ต้องขัง มีขั้นตอนคือ การควบคุมและพัฒนาพฤติกรรม และได้นำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ ได้แก่ หลักศีล 5 มรรคมีองค์ 8 หลักสังคัตถุ 4 พรหมวิหาร 4 โยนิโสมนสิการ และหิริ โอตตัปปะ มีกระบวนการสำคัญ ได้แก่ 1) การฝึกสัมมาทิฐิ 2) ฝึกอบรมศีล สมาธิ และปัญญา 3) การปฏิบัติกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา ประจำวันและวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา และ 3) ผู้เข้าร่วมอบรมหลักสูตรศักดิ์ศาสมาธิมีจริยธรรมเชิง พุทธบูรณาการสูงกว่าก่อนเข้าอบรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

2. การวิเคราะห์คติยาเสพติดในการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลาง เชียงราย พบว่า ด้านครอบครัว อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 3.24$) เมื่อจำแนกเป็นรายข้อแล้วพบว่า ท่านมีความรักความผูกพันต่อบุคคลในครอบครัวที่มากที่สุด ($= 3.83$) รองลงมา คือ ครอบครัวท่านมีการพูดคุย และเปลี่ยนความคิดเห็นกันอยู่เสมอ ($\bar{x} = 3.52$) และน้อยที่สุด คือ บุคคลในครอบครัวท่านมักจะกล้าทำสิ่งต่าง ๆ ที่ไม่เคยทำรวมถึงการกระทำผิดต่อกฎหมายด้วย ($\bar{x} = 2.55$) สอดคล้องกับงานวิจัยของ ศิริวรรณ กมลสุขสถิต (2563: 1) ศึกษาเรื่อง แนวทางในการป้องกันและแก้ไขการกระทำผิดซ้ำของเด็กและเยาวชนในคดีความผิด เกี่ยวกับยาเสพติดโดยอาศัยปัจจัยที่เป็นตัวทำนายทางด้านอาชีววิทยา ผลการศึกษาหาแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหากการกระทำผิดซ้ำของเด็กและ เยาวชนในคดีความผิดเกี่ยวกับยาเสพติดบนพื้นฐานของอิทธิพลของปัจจัยทางด้านอาชีววิทยา ปรากฏผล ดังนี้ 1) ครอบครัว ควรดูแลเอาใจใส่เด็กและเยาวชนที่กระทำผิด พูดคุย ทำความเข้าใจ ช่วย แก้ปัญหา และลดสิ่งกระตุ้นที่จะทำให้เด็กและเยาวชนกระทำผิด ตลอดจนให้โอกาสเด็กและเยาวชน ในการกระทำความผิดต่าง ๆ ที่เกิดประโยชน์ รวมถึงค่านิยมในการดำรงชีวิตในทางที่ดี 2) โรงเรียน/สถานศึกษา/ครู-อาจารย์ ควรให้ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับโทษของยาเสพติด รวมทั้งการอบรมสั่งสอนในเรื่องของการประพฤติปฏิบัติตัวที่เหมาะสมกับเด็กและเยาวชน 3) ชุมชน/คนในชุมชน/วัด ควรมีส่วนร่วมในการดูแล ติดตาม และ สอดส่องพฤติกรรม แต่ไม่ใช้การจ้องจับผิดในพฤติกรรม ตลอดจนจัดทำโครงการหรือกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนมี ส่วนร่วม รวมถึงการให้โอกาสเด็กและเยาวชนสามารถดำรงอยู่กับคนในชุมชน สังคมได้อย่างมีความสุข เช่น การเรียนต่อ การมีงานทำอย่างสุจริต ฝึกอบรมทางด้านคุณธรรมจริยธรรม 4) หน่วยงานองค์กร หรือบุคลากรที่เกี่ยวข้อง ควรจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เด็กและเยาวชน มีทักษะการตัดสินใจที่ถูกต้องเหมาะสม ควรจัดให้มีพื้นที่ในการบำบัดฟื้นฟูแก้ไขเฉพาะทาง และคอยกำกับ ติดตาม ในการดูแลส่งเสริมเด็กและเยาวชน รวมถึงครอบครัว โดยเน้นการฝึกอาชีพ นอกจากนี้ควรเพิ่มโทษผู้ต้องหาคติยาเสพติด รวมถึงกลุ่มนายทุนหรือผู้สนับสนุน ตลอดจนมีการป้องกัน ปรึษาปรามแหล่งมั่วสุม แหล่งอบายมุขต่าง ๆ ที่จะทำให้เด็กและเยาวชนมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนและอาจนำไปสู่การกระทำผิดซ้ำได้

3. การวิเคราะห์คติยาเสพติดในการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลาง เชียงราย พบว่า อยู่ในระดับปานกลาง ($= 3.41$) เมื่อจำแนกเป็นรายข้อแล้ว พบว่า ข้อที่มากที่สุด คือ เพื่อน ๆ ที่ท่านคบมักไม่มีรายได้ ไม่มีงานทำเป็นหลักแหล่ง ($= 3.52$) รองมา คือ เพื่อน ๆ ที่ท่านคบส่วนใหญ่มีนิสัยชอบเที่ยวกลางคืน สูบบุหรี่ ดื่มสุรา เล่นการพนัน ชอบใช้ความรุนแรง เป็นต้น ($= 3.47$) และน้อยที่สุด คือ บุคคลโดยทั่วไปมักไม่เชื่อว่าท่านเป็นคนดี ($= 3.30$) สอดคล้องกับงานวิจัยของ ฉัตรชญา ศรีบุรี (2561) ศึกษาเรื่อง การบริหารจัดการเชิงบูรณาการเพื่อป้องกันการกระทำผิดซ้ำ ของผู้ต้องขังคดี ยาเสพติด กรณีศึกษา : เรือนจำจังหวัดลำพูน ผลการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับสถานการณ์ ยาเสพติดและการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังคดียาเสพติดพบว่าจังหวัดลำพูนก็เป็นจังหวัดที่มีการ แพร่ระบาดของยาเสพติด ชนิดต่าง ๆ เพิ่มขึ้นอย่างรุนแรง และต่อเนื่องเช่นเดียวกับจังหวัดต่าง ๆ ในประเทศไทย และสภาพการณ์ปัจจุบันเครือข่ายหรือกระบวนการเกี่ยวกับยาเสพติด มีวงจรที่สลับซับซ้อนและแผ่ขยายเข้าสู่กลุ่มคนทุก

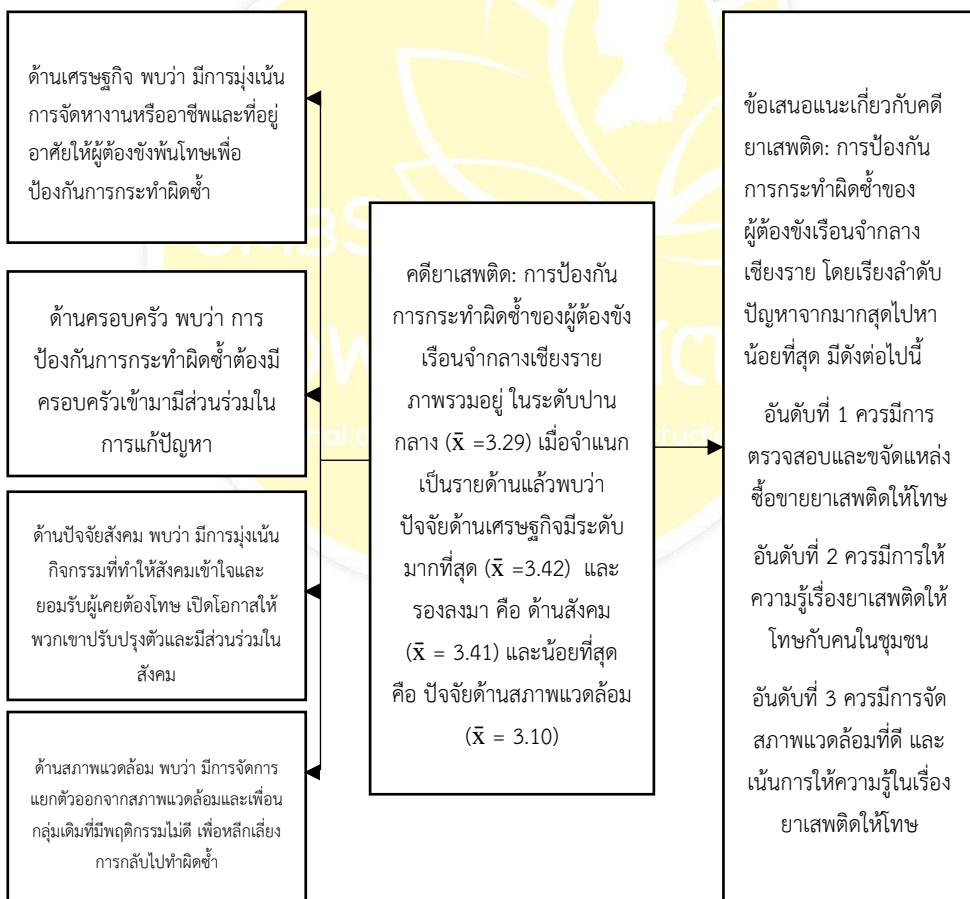
สาขาอาชีพจนกลายเป็นวงจรอุบาทว์ที่หากไม่มีนโยบาย กลยุทธ์ เทคนิควิธีการ กฎหมาย และมาตรการที่เบ็ดเสร็จ เต็มขนาด รวมถึงมีการบูรณาการเพื่อป้องกันปราบปรามและกำจัดแหล่งผลิตยาเสพติดอย่างจริงจังบนพื้นฐานของการมีจิตสำนึกร่วมกันของคนไทย สังคมไทยก็สามารถคาดการณ์ได้ว่าประเทศไทยจะประสบปัญหาในเชิงซ้อนตามมามากมายเพราะปัญหายาเสพติดเป็นตัวตั้งต้นที่จะนำไปสู่ปัญหาด้านเศรษฐกิจ สังคมความมั่นคง และความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินรวมถึงปัญหาทางด้านการศึกษา และปัญหาสาธารณสุข จากผลของการแพร่ระบาดของยาเสพติดอย่างรุนแรงโดยการสร้างเครือข่ายที่กว้างขวาง และมีกระบวนการที่เข้มแข็ง จนทำให้วงจรเกี่ยวกับยาเสพติดสามารถแผ่ขยายเข้าไปสู่กลุ่มคนทุกสาขาอาชีพ ประกอบกับมาตรการกำจัดและการป้องกันปราบปรามของหน่วยงาน องค์กร ของรัฐที่รับผิดชอบยังไม่ได้ผลมากเพียงพอไม่บรรลุวัตถุประสงค์และเป้าหมาย บางหน่วยงานหรือองค์กรของ รัฐขาดประสิทธิภาพประสิทธิผล ในการบริหารจัดการและการปฏิบัติการและการปฏิบัติงานบุคลากรบาง คนของบางหน่วยงาน และบางองค์กรของรัฐอาศัยยาเสพติดอาศัยกระบวนการหรือเครือข่ายของยาเสพติดเข้ามาขยายฐานอำนาจทางการเมืองทั้งในระดับท้องถิ่นและระดับประเทศ ดังที่ปรากฏเป็นข่าวสาร ข้อมูลในสื่อรูปแบบต่าง ๆ ในยุคปัจจุบัน เป็นที่ทราบกันดีว่าประเทศไทยในยุคปัจจุบันปัญหาเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของ ยาเสพติด มีความรุนแรงมากจนลุกลามก่อให้เกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมา มากมาย โดยเฉพาะปัญหาด้านสังคม เศรษฐกิจ สาธารณสุข และความมั่นคงปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ประการสำคัญคือในเมื่อนโยบายยุทธศาสตร์เทคนิควิธีการรวมถึงมาตรการต่าง ๆ ของหน่วยงานหรือ องค์กรรับผิดชอบของรัฐในการกำจัดป้องกันปราบปรามของรัฐไม่ประสบผลสำเร็จ และบรรลุ วัตถุประสงค์และเป้าหมายอย่างแท้จริงจนนำไปสู่ปัญหาด้านการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังคดียาเสพติดเพิ่มมากขึ้นจนทำให้รัฐบาลต้องนำเงินภาษีซึ่งเป็นของประชาชนส่วนใหญ่ของประเทศมาเป็นค่าใช้จ่าย ในด้านต่าง ๆ เพื่อควบคุมดูแลผู้ต้องขังที่กระทำผิดใหม่ และผู้ต้องขังที่กระทำผิดซ้ำในคดีเกี่ยวกับยาเสพติดเพราะเกือบทุกเรือนจำในประเทศไทยผู้ต้องขังประมาณ 80 เปอร์เซ็นต์ เป็นผู้ต้องขังเกี่ยวกับยาเสพติดทั้งสิ้น

4. การวิเคราะห์คดียาเสพติดในการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลาง เชียงราย พบว่า ด้านสภาพแวดล้อม อยู่ในระดับปานกลาง ($=3.10$) เมื่อจำแนกเป็นรายข้อแล้ว พบว่า ข้อที่มากที่สุด เมื่อท่านเห็นบุคคลในชุมชนกระทำความผิดท่านจะพยายามหลีกเลี่ยงและไม่กระทำตาม ($=3.27$) รองลงมา คือ บุคคลในชุมชนท่านส่วนใหญ่ติดยาเสพติด หรือติดการพนัน ($=3.20$) และน้อยที่สุด คือ ในชุมชนมีบุคคลภายนอก ลักษณะแปลก ๆ เข้า-ออก บ่อยครั้งเป็นจำนวนมาก ($=2.93$) สอดคล้องกับงานวิจัยของ วรปัทมน์ มั่นยำ และ ศุภกร ปุญญฤทธิ์ (2563: 74-83) ศึกษาเรื่อง สาเหตุ และแนวทางการป้องกัน การกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังในคดีลักทรัพย์: กรณีศึกษาเรือนจำจังหวัด ปทุมธานี พบว่า ปัจจัย สาเหตุและแรงจูงใจในการกระทำความผิดซ้ำของผู้ต้องขังในคดีเกี่ยวกับทรัพย์สินสามารถแบ่งได้ ออกเป็น 3 ประเด็นหลัก ได้แก่ 1) สภาพสภาวะเศรษฐกิจ 2) สภาพแวดล้อมทางสังคม และ 3) เพื่อน ซึ่งสาเหตุเหล่านี้ กลายเป็นแรงจูงใจหลักที่สำคัญในการกระทำความผิดซ้ำในคดีลักทรัพย์

ที่มีความชัดเจนที่สุดในสภาพสังคมไทยในปัจจุบัน การแก้ไขพฤติกรรมของผู้กระทำความผิดในปัจจุบัน นั้น มีเพียงผู้กระทำความผิดบางกลุ่มที่สามารถ นำเอาความรู้จากการอบรมไปใช้ได้ แต่เป็นปัจจัยที่สำคัญที่เป็นอุปสรรคในการดำเนินชีวิตหลังพ้นโทษ คือ การถูกตัดโอกาสในการประกอบอาชีพ การไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม การถูกตีตราว่าเป็นคนชู้คุก ทำให้ผู้กระทำความผิดเหล่านี้ไม่สามารถไปประกอบอาชีพที่เป็นของตนเองได้ เมื่อไม่มีความผูกพันทางสังคมที่จะสามารถยึดเหนี่ยว ผู้กระทำความผิดเหล่านี้ จึงนำไปสู่การกระทำความผิดซ้ำ ส่งผลให้ผู้กระทำความผิดล้นคอกจนกลายเป็นปัญหาใหญ่ที่ส่งผลกระทบต่อระบบกระบวนการยุติธรรมไทย ดังนั้นการทราบถึงสาเหตุที่แท้จริงจะทำให้สามารถพัฒนาแนวทางการป้องกันและตัดวงจรผู้กระทำซ้ำในความผิดคดีลักทรัพย์ได้อย่างมีประสิทธิภาพได้มากยิ่งขึ้น

สรุปองค์ความรู้

องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย “คดียาเสพติด: การป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงใหม่” มีรายละเอียดตามแผนภาพดังนี้



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

ข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง “คดียาเสพติด: การป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลาง เชียงราย” ผู้วิจัยได้กำหนดข้อเสนอแนะไว้เพื่อเป็นประโยชน์ในงานวิจัยซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ข้อเสนอเชิงนโยบาย

ควรมีการนำเสนอแนวทางในนำเสนอรูปแบบเกี่ยวกับคดียาเสพติด: การป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงราย เพื่อให้เป็นประโยชน์ในเชิงปฏิบัติ และสำหรับผู้ที่กระทำผิดแล้ว เจ้าหน้าที่ควรมีสื่อในการสอดแทรกหลักธรรม เพื่อปลูกฝังให้ผู้ต้องขังในเรือนจำมีความคิดที่ดี เป็นประโยชน์ต่อสังคม อีกทั้งเป็นการปูพื้นฐานในการศึกษาข้อมูลให้เป็นแนวทางในคดียาเสพติด: การป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงราย เพื่อส่งเสริมให้จิตใจสูงขึ้น พร้อมด้วยการนำเสนอแนวทางในการปรับปรุงแก้ไขเกี่ยวกับคดียาเสพติด: การป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงราย ในการปรับปรุงให้ดีขึ้นและมีประสิทธิภาพสูงสุด

2. ข้อเสนอเชิงปฏิบัติ

ควรมีการดำเนินการจัดกิจกรรมสำหรับผู้ต้องขังในรูปแบบต่าง ๆ เช่น กิจกรรมเสริมการสร้างอาชีพ กิจกรรมที่เน้นให้สังคมเข้าใจและยอมรับผู้เคยต้องโทษ เปิดโอกาสให้พวกเขาปรับปรุงตัวและมีส่วนร่วมในสังคม การนำเสนอแนวคิดเพื่อนำไปสู่การปรับปรุงแก้ไข และให้ความรู้เกี่ยวกับคดียาเสพติด: การป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลางเชียงราย ให้กับประชาชนทั่วไป เด็ก เยาวชน โดยเน้นเป็นแนวทางในการปฏิบัติ โดยการจัดบรรยายภาคในการทำกิจกรรมควรเป็นลักษณะที่ให้ความรู้ไม่อึดอัด และกิจกรรมดำเนินไปด้วยดีและมีประสิทธิภาพ และแนวทางการประยุกต์ใช้กับประชาชน เด็ก และเยาวชนในภาคหน้า รวมไปถึงผู้กระทำผิดไม่ให้กระทำผิดซ้ำอีก

3. ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยในครั้งต่อไป

ควรศึกษาลักษณะกลุ่มตัวแปรตามเดียวกัน เพื่อขยายขอบข่ายในพื้นที่การวิจัยให้กว้างออกไปหลายจังหวัด เพื่อให้ได้หลากหลายมุมมองในคดียาเสพติด: การป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังเรือนจำกลาง พร้อมทั้งการสัมภาษณ์เชิงลึก จากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลายๆ ฝ่าย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ลุ่มลึกหลากหลายมุมมอง รวมไปถึงการขยายขอบข่ายกลุ่มตัวแปรที่ศึกษา โดยเพิ่มปัจจัยที่เกี่ยวข้องที่ส่งผลต่อความสำเร็จต่อการศึกษา

เอกสารอ้างอิง

กรมคุมประพฤติ กระทรวงยุติธรรม (2561). คู่มืองานกิจกรรมชุมชน. กรุงเทพมหานคร : กระทรวงยุติธรรม.

- ฉัตรชญา ศรีบุรี (2561). “การบริหารจัดการเชิงบูรณาการเพื่อป้องกันการกระทำผิดซ้ำ ของผู้ต้องขังคดี ยาเสพติด กรณีศึกษา: เรือนจำจังหวัดลำพูน”. ปรินญารัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชานโยบายและการบริหารสาธารณะ. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยแม่โจ้.
- นวลจันทร์ ทศนชัยกุล (2549). อาชญากรรม. ม.ป.ท: ม.ป.พ.
- นันทิยา สวัสดิวิชัยโสภิต (2563). “การตกเป็นเหยื่ออาชญากรรมในสถานศึกษา กรณีศึกษา: มหาวิทยาลัยนเรศวร”. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขาภูมิศาสตร์. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- ปกรณ มณีปกณ์ (2553). อาชญาวิทยาและทัณฑวิทยา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: เวิลด์เทรด ประเทศไทย.
- ประเทือง ธนียผล (2556). อาชญาวิทยาและทัณฑวิทยา. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- พระมหานันทวิทย์ ธีรภทโท, กมลาศ ภูวนาธิพงษ์ และอัครนันท์ อริยศรีพงษ์ (2561). “การเสริมสร้าง จริยธรรมสำหรับผู้ต้องขังในเขตกรุงเทพมหานคร”. วารสารสันติศึกษาปริทรรศน์ มจร. 6 (4) (ตุลาคม-ธันวาคม).
- วงศ์พันธ์ อมรินทร์เทวา (2567). พลิกหน้ากฎหมายยาเสพติดใหม่ เปิดมิติใหม่แห่งการแก้ปัญหาเสพติดไทย สืบค้นข้อมูลจาก <https://www.the101.world/new-narcotic-bills/>
- วโรปัทฒน์ มั่นยาและศุภกร ปุญญฤทธิ์ (2563). “สาเหตุและแนวทางการป้องกันการกระทำผิดซ้ำของผู้ต้องขังในคดีลักทรัพย์ : กรณีศึกษาเรือนจำจังหวัดปทุมธานี”. วารสารวิชาการสถาบัน วิทยาการจัดการแห่งแปซิฟิก, 6 (3) (กันยายน-ธันวาคม).
- ศิริวรรณ กมลสุขสถิต (2563). “แนวทางในการป้องกันและแก้ไขการกระทำผิดซ้ำของเด็กและเยาวชน ในคดีความผิด เกี่ยวกับยาเสพติดโดยอาศัยปัจจัยที่เป็นตัวทำนายทางด้านอาชญาวิทยา”. วารสารวิชาการ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์. 7 (1) (มกราคม-มิถุนายน).
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2542). แนวทางการดำเนินการป้องกัน และแก้ไขปัญหายาเสพติดในสถานศึกษา. กรุงเทพมหานคร : อรุณาการพิมพ์.
- สุรศักดิ์ ลิขสิทธิ์ และคณะ (2558). “การศึกษาเพื่อพัฒนาแนวทางการลงโทษ หลักการลงโทษที่ได้ สัดส่วนกรณีคดียาเสพติดให้โทษ”. รายงานฉบับสมบูรณ์. ม.ป.ท: ม.ป.พ.



การประยุกต์หลักภาวนา 4 สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ในจังหวัดเชียงราย

APPLICATION OF THE FOUR BHĀVANĀ OF MEDITATION FOR ENHANCING THE QUALITY OF LIFE OF ELDERLY PEOPLE IN CHIANG RAI PROVINCE

พระอธิการเอกพจน์ อธิบุญโญ, พระสุวรรณ สุเมธบุญโญ (ข้าโพธิ์ทัย) และพีชมงคล จิวเจริญ
วิทยาลัยสงฆ์เชียงราย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Phra Athikan Ekaphon Athipunyo, Phra Suwan Sumethapunyo (Khampothai), and
Phuetmongkhon Jiwcharoen

Chiang Rai Buddhist College, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

E-mail: eakpojzai@gmail.com

บทคัดย่อ

งานวิจัยเรื่อง “การประยุกต์หลักภาวนา 4 สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงราย” มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาบริบทของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุทั่วไปในจังหวัดเชียงราย 2) เพื่อศึกษาวิธีการนำหลักภาวนา 4 มาใช้เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงราย 3) เพื่อนำเสนอแนวทาง การประยุกต์หลักภาวนา 4 สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงราย ใช้วิธีวิจัยแบบเชิงคุณภาพ ทำการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 10 คน ทำการสนทนากลุ่มเฉพาะจำนวน 10 รูป/คน วิเคราะห์ข้อมูลแบบบอร์ธดาเบีย และพรรณนาผลการวิจัยพบว่า

1) การศึกษาบริบทของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุทั่วไปในจังหวัดเชียงราย พบว่า 1) หน่วยงานธุรกิจเอกชนจัดระบบบำนาญ และผลประโยชน์เมื่อเกษียณอายุ ส่งเสริมรายได้ให้ผู้สูงอายุ จัดกิจกรรมสันทนาการ จัดหาแหล่งงานที่เหมาะสมกับวัย หน่วยงานของรัฐ จัดระบบประกันสังคม กำหนดรายได้ที่มั่นคงและเหมาะสม ให้การดูแลช่วยเหลือกลุ่มผู้สูงอายุที่ยากจนหน่วยบริการแพทย์และสาธารณสุข จัดหาผู้เชี่ยวชาญด้านผู้สูงอายุ ลดค่าใช้จ่ายของระบบประกันสังคมให้ถูกลงจัดบริการรักษาพยาบาล สถาบันครอบครัว และสถาบันที่จัดบริการรักษาให้กับผู้สูงอายุ ด้านกิจกรรม ของผู้สูงอายุ เป็นกิจกรรมการพัฒนาตนเองตามศักยภาพ พัฒนาอย่างรอบด้าน และกิจกรรมทางด้านศาสนา เพื่อพัฒนา ทั้งร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ และสังคม

2) การศึกษาวิธีการนำหลักภาวนา 4 มาใช้เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงราย พบว่า การมีส่วนร่วมขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ผู้นำ

ชุมชน บุคลากรที่มีความรู้ในชุมชน (อดีตข้าราชการครู) วัด และองค์กรภาคีต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ได้สร้างกิจกรรมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ได้แก่ กิจกรรมสร้างหลักคุณธรรม จริยธรรม เพื่อเห็นคุณค่าของตนเอง ปฏิบัติตนตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนา หรือศาสนาที่ตนนับถือ มีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพกาย และสุขภาพจิต

3) การนำเสนอแนวทาง การประยุกต์หลักภavana 4 สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงราย พบว่า แนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ที่เหมาะสม คือการให้ความรู้ เรื่องการดูแลสุขภาพ ด้วยการกิน การอยู่อาศัยในสิ่งแวดล้อมที่ดี และการออกกำลังกายที่พอเหมาะแก่วัย ไปสู่การพัฒนาด้านจิตใจเริ่มตั้งแต่หลักศีลธรรมที่พึงมีต่อสังคม การมีสติในการใช้ชีวิตและประกอบกิจการงาน รวมถึงด้านปัญญารู้พิจารณา เข้าใจในสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองและสังคม

คำสำคัญ : การประยุกต์หลักภavana 4, การพัฒนาคุณภาพชีวิต, ผู้สูงอายุ

Abstract

Research on “Application of the Four Bhāvanā of Meditation for Enhancing the Quality of Life of Elderly People in Chiang Rai Province” The objectives are 1) to Study on the Context of Quality of Life Development for the Elderly in Chiang Rai Province; 2) To Study Methods of Applying the Four Bhāvanā to Enhance the Quality of Life of Elderly People in Chiang Rai Province 3) To Propose Approaches for Applying the Four Bhāvanā to Enhance the Quality of Life of Elderly People in Chiang Rai Province, Use qualitative research methods. Conduct in-depth interviews with informants. There were 10 important people. Conducted focus group discussions with 10 figures/person. Data were analyzed using explanatory and descriptive methods. The research results found that

1) Study on the Context of Quality of Life Development for the Elderly in Chiang Rai Province found that It was found that there are private business units that organize pension systems. and retirement benefits Promote income for the elderly Organize recreational activities Provide ageappropriate job resources government agency Organize a social security system Set a stable and appropriate income. Providing care and assistance to poor elderly groups Medical and Public Health Service Unit Providing experts in the elderly Reduce the cost of the social security system by providing medical care services. family institution and institutions that provide treatment services for the elderly. Activities for the elderly are self-development activities according to their potential. All-round development and religious activities to develop physically, intellectually, emotionally, and socially.

2) To Study Methods of Applying the Four Bhāvanā to Enhance the Quality of Life of Elderly People in Chiang Rai Province found that the participation of local administrative organizations Subdistrict Health Promoting Hospital, community leaders,

knowledgeable personnel in the community (Former government teacher) Temples and various related organizations Created activities to develop the quality of life of the elderly, including activities to create principles of morality and ethics in order to see their own worth. Behave according to the principles of Buddhism. or the religion that they believe in Activities to promote physical health and good mental health

3) To Propose Approaches for Applying the Four Bhāvanā to Enhance the Quality of Life of Elderly People in Chiang Rai Province found that guidelines for improving the quality of life of the elderly were appropriate. It is to provide knowledge about taking care of your health by eating and living in a good environment. and exercise that is appropriate for age Toward mental development, starting from the moral principles that one should have in society. Being mindful in living life and doing work Including the intellectual aspect. Understand what is happening to yourself and society.

Keywords: Application of the Four Bhāvanā, Enhance the Quality of Life, Elderly People

บทนำ

สังคมผู้สูงอายุมีความสำคัญทั้งด้านสังคมและเศรษฐกิจ เป็นที่น่าสนใจในหลายประเทศ เนื่องจากจำนวนผู้สูงอายุกำลังเพิ่มขึ้นอย่างมาก โดยมีสาเหตุหลักมาจากความก้าวหน้าทางการแพทย์ที่ส่งผลให้อายุขัยเฉลี่ยของประชากรสูงขึ้น ในขณะที่อัตราการเกิดในหลายประเทศกลับลดลง เนื่องจากคนรุ่นใหม่มีแนวโน้มที่จะมีบุตรน้อยกว่ารุ่นก่อน ทำให้สัดส่วนประชากรสูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ปรากฏการณ์นี้เกิดขึ้นทั่วโลก และได้รับความสนใจมาก เนื่องจากประเทศที่มีจำนวนผู้สูงอายุมากอาจเป็นตัวบ่งชี้ถึงปัญหาขาดแคลนแรงงาน ซึ่งส่งผลต่อความสามารถในการผลิตสินค้าและบริการ นอกจากนี้รัฐบาลยังมีภาระค่าใช้จ่ายด้านสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้น ซึ่งอาจกระทบต่อเสถียรภาพทางการเงินของประเทศ อย่างไรก็ตาม ในด้านการผลิตสินค้าและบริการ สังคมผู้สูงอายุถือเป็นโอกาสที่ควรมีการศึกษาและพัฒนาเพื่อให้สอดคล้องกับพฤติกรรมบริโภคของประชากรสูงวัย ที่คาดว่าจะมีสัดส่วนเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องในอนาคต โดยเฉพาะอย่างยิ่งในมิติของสังคมผู้สูงอายุ (จิรภา วิลาวรรณ, 2565: 181 - 195)

ซึ่งจำนวนผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงรายที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้เชียงรายเริ่มดำเนินการจัดตั้งโรงเรียนผู้สูงอายุแห่งแรกที่วัดหัวฝาย ตำบลสันกลาง อำเภอพาน จังหวัดเชียงราย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ปัจจุบันในปี 2565 จังหวัดเชียงรายมีโรงเรียนผู้สูงอายุทั้งหมด 144 แห่ง ซึ่งมุ่งเน้นเสริมสร้างและพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุให้ดีขึ้นอย่างต่อเนื่อง (ชจาย เหล่าสุนทร, 2562) ส่วนในด้าน ปัญหาที่พบในผู้สูงอายุโดยทั่วไปคือพวกเขามักเผชิญกับการเสื่อมสภาพทางสุขภาพกาย ซึ่งรวมถึงโรคต่าง ๆ ทั้งทางกายและทางสมอง โดยเฉพาะในกลุ่มผู้ที่มีอายุเกิน 65 ปี มักมีการเปลี่ยนแปลงทางสมอง เช่น โรคสมองเสื่อม โรคหลงลืม และโรค

ชิมเคร้า นอกจากนี้ ปัญหาทางเศรษฐกิจเป็นอีกหนึ่งเรื่องที่สำคัญ ผู้สูงอายุที่มีฐานะยากจนและไม่มีบุตรหลานมาช่วยดูแลอาจเผชิญกับปัญหารายได้ไม่เพียงพอหรือไม่มีที่อยู่อาศัย ส่งผลให้ชีวิตของพวกเขาลำบาก ประกอบด้วย

1) ด้านความรู้ ผู้สูงอายุหลายคนขาดโอกาสในการเรียนรู้และพัฒนาตนเองให้เข้ากับวัยและสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลง รวมถึงการปรับตัวเข้ากับเยาวชนรุ่นใหม่ นอกจากนี้ ยังมีปัญหาทางสังคมที่ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกขาดความเคารพจากสังคม โดยเฉพาะผู้ที่เคยมีสถานะและอำนาจ ในขณะที่เยาวชนบางกลุ่มมีทัศนคติไม่ดีต่อผู้สูงอายุ

2) ด้านจิตใจ ผู้สูงอายุอาจไม่ได้รับการเอาใจใส่และความอบอุ่นจากลูกหลานเพียงพอ ทำให้เกิดความรู้สึกเหงาและวิตกกังวลในหลายเรื่อง เช่น ความกังวลเกี่ยวกับการถูกทอดทิ้งหรือความตาย นอกจากนี้ พวกเขาอาจมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงบ่อยครั้ง และมีความต้องการด้านความสุภาพทางโลกีย์ที่ไม่เหมาะสมกับวัย

ส่วนปัญหาที่น่าเป็นห่วงคือการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม ในอดีตครอบครัวไทยมักเป็นแบบครอบครัวใหญ่ที่มีความสัมพันธ์แน่นแฟ้น แต่ปัจจุบันรูปแบบครอบครัวของคนไทยเริ่มมีการเปลี่ยนแปลง ส่งผลให้เกิดผลกระทบต่อความอบอุ่นระหว่างสมาชิกในครอบครัว (รศรินทร์ เกรย์ และคณะ, 2556: 26)

การพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุอย่างเหมาะสม เป็นหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ซึ่งรวมถึงหลักภavana 4 ที่ช่วยเสริมสร้างและพัฒนาตนเอง ผ่านการฝึกอบรม อันประกอบด้วย กายภavana ที่เน้นการเรียนรู้เกี่ยวกับร่างกาย เช่น การเข้าใจวิธีการดูแลร่างกาย การรับประทานอาหารที่เหมาะสมกับวัย และการออกกำลังกายที่เหมาะสม ศีลภavana ที่หมายถึงการใช้ชีวิตในสังคมอย่างมีความสุขโดยไม่เบียดเบียนผู้อื่น ทั้งในแง่ของคำพูดและการกระทำ จิตภavana ที่เป็นการเข้าใจสิ่งที่เกิดขึ้นกับตัวเองทั้งด้านร่างกายและอารมณ์ รวมถึงการรับรู้ถึงการเปลี่ยนแปลงในยุคสมัย และปัญญาภavana ที่เน้นการใช้ปัญญาในการรับรู้และพิจารณาสถานการณ์ต่าง ๆ รอบตัวอย่างมีสติ ด้วยหลักธรรมเหล่านี้ จึงเหมาะสมอย่างยิ่งสำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

การที่ผู้สูงอายุในปัจจุบัน เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้ความต้องการสวัสดิการก็เพิ่มขึ้นตามไปด้วย โดยเฉพาะในด้านร่างกาย เนื่องจากผู้สูงอายุมักเผชิญกับปัญหาความเสื่อมโทรมและโรคภัยต่าง ๆ นอกจากนี้ ยังมีปัญหาเกี่ยวกับการประกอบอาชีพในวัยสูงอายุ ความท้าทายภายในครอบครัว และการเปลี่ยนแปลงในโครงสร้างสังคมที่ส่งผลให้ผู้สูงอายุอาจรู้สึกอ้างว้างจากการที่ครอบครัวมีขนาดเล็ก และทำให้ความเคารพระหว่างผู้สูงอายุกับเด็ก ๆ ลดลง ดังนั้นหลักภavana 4 ในพระพุทธศาสนา จึงเป็นแนวทางที่สามารถพัฒนาด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญาของผู้สูงอายุ เพื่อให้พวกเขาสามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้อย่างมีความสุขและปกติสุข

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาบริบทของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุทั่วไปในจังหวัดเชียงราย
2. เพื่อศึกษาวิธีการนำหลักภavana 4 มาใช้เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงราย
3. เพื่อนำเสนอแนวทาง การประยุกต์หลักภavana 4 สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงราย

การทบทวนวรรณกรรม

การวิจัยเรื่อง “การประยุกต์หลักภavana 4 สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงราย” ผู้ศึกษาได้เตรียมแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย

1. หลักการทั่วไปเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

หลักการทั่วไปเกี่ยวกับผู้สูงอายุ ทางองค์การสหประชาชาติ (United Nations: UN) นั้นไม่ได้มีหลักการนิยามหรือข้อตกลงเกี่ยวกับคำว่า “ผู้สูงอายุ” (Elderly) ตายตัว เพียงแต่เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปว่าหมายถึง บุคคลหรือกลุ่มประชากรที่มีอายุตามปีปฏิทิน ตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งเป็นเกณฑ์อายุเริ่มต้นเดียวกับขององค์การอนามัยโลกที่ใช้ในการกำหนดช่วงอายุของผู้สูงอายุในกลุ่มประเทศพัฒนาแล้ว แม้ในบางกรณีอาจไม่ได้กำหนดอย่างเป็นทางการหรือระบุชัดเจนทางกฎหมาย แต่โดยส่วนใหญ่มักถูกอ้างอิงหรือตกลงไว้ที่เกณฑ์อายุตั้งแต่ 65 ปี ขึ้นไป ในขณะที่ประเทศกำลังพัฒนาหลายประเทศ รวมถึงประเทศไทย กำหนดไว้หรือตกลงไว้ที่อายุตั้งแต่ 60 ปี ขึ้นไป การมีอายุ 60 ปี ยังเป็นการครบรอบปีนักซ์ตรรอบที่ 5 และเริ่มต้นปีนักซ์ตรรอบที่ 6 จากรอบปีนักซ์ตร 12 ปี ซึ่งเป็นที่นิยมในการนับในหลาย ๆ ประเทศทางเอเชีย (รศรินทร์ เกรย์ และคณะ, 2555) ผู้สูงอายุ โดยทั่วไปนอกจากมีสุขภาพร่างกายแล้วยังมีปัญหาด้านจิตใจสมทบด้วยภายในเวลาเดียวกัน เนื่องสภาพร่างกายที่เสื่อมสมรรถภาพตามอายุ จึงจำเป็นต้องได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิด ใครมีผู้สูงอายุที่ต้องดูแล ช่วยเหลือตัวเองได้น้อย ยังต้องให้ความสำคัญ ทั้งในด้านปัญหาสุขภาพและสภาพแวดล้อมรอบตัวผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งสิ่งนี้ผู้ที่มิบทบาทสำคัญคือ บุคคลในครอบครัว ที่ต้องเข้าใจปัญหาต่างๆ ของผู้สูงอายุ เพื่อที่จะได้ดูแลได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม โดยเรามี 10 วิธี คือ

วิธีที่ 1 เลือกอาหารให้เหมาะสม และพอดี ผู้สูงอายุเป็นวัยที่ร่างกายมีความต้องการต่อการใช้พลังงานลดน้อยลง เนื่องจากมีกิจกรรมที่ทำได้น้อยมากส่งผลให้แต่ละวันใช้พลังงานลดน้อยลง

วิธีที่ 2 การพยายามควบคุมน้ำหนักตัวผู้สูงอายุไม่ให้อ้วน เป็นที่ทราบกันดีว่าความอ้วนส่งผลเสียต่อสุขภาพร่างกายในทุกเพศทุกวัย

วิธีที่ 3 การพาผู้สูงอายุออกกำลังกายอย่างพอเหมาะ ผู้สูงอายุจำเป็นต้องออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ แต่ในกรณีที่ผู้สูงอายุไม่เคยออกกำลังกาย ผู้ดูแลจำเป็นต้องศึกษาหลักการให้ถูกต้องและค่อยๆ ทำ และไม่ควรให้ผู้สูงอายุออกกำลังกายแบบหักโหมจนเกินไป

วิธีที่ 4 การมีสภาพแวดล้อมที่ดีและสัมผัสอากาศที่บริสุทธิ์บ้าง ผู้สูงอายุควรอยู่ในสภาพที่เอื้ออำนวยต่อการอยู่อาศัย อากาศต้องถ่ายเท มีอากาศที่สดชื่นเพื่อช่วยปัญหาสุขภาพจิตใจ

วิธีที่ 5 การหากิจกรรมสร้างสรรค์ให้ผู้สูงอายุทำ ผู้สูงอายุควรมีกิจกรรมทำ หรือช่วยให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสพบปะเพื่อน หรือพูดคุยกับญาติสนิท เพื่อนวัยเดียวกัน

วิธีที่ 6 การดูแลผู้สูงอายุ อย่าให้เกิดอุบัติเหตุ อุบัติเหตุ การพลัด ตก หกล้ม ในผู้สูงอายุดูเหมือนจะมาคู่กัน เนื่องจากการเคลื่อนไหวที่ไม่สะดวก ประกอบกับสายตาที่มองได้ไม่ชัดเหมือนเช่นแต่ก่อน ดังนั้นการเลือกกิจกรรม หรือการเตรียมที่อยู่อาศัย ควรมีความเหมาะสม

วิธีที่ 7 การหลีกเลี่ยงการใช้จ่ายที่ไม่เหมาะสม อาทิเช่น การดูแลควบคุมการรับประทานยาของผู้สูงอายุ เนื่องจากผู้สูงอายุบางท่านอาจมีความรู้ความเข้าใจที่ผิด

วิธีที่ 8 การหมั่นสังเกตอาการผิดปกติต่างๆ ของร่างกาย ผู้สูงอายุเป็นวัยที่สามารถเกิดภาวะเจ็บป่วยได้ง่าย เนื่องจากสภาพร่างกายที่เสื่อมถอยจากการใช้งานมานาน

วิธีที่ 9 ควรให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ เมื่ออายุมากขึ้น และไม่ได้รับผิดชอบในหน้าที่มากเท่าในอดีต คุณค่าและบทบาทของผู้สูงอายุจะถูกลดทอนลง จนบางครั้งกลายเป็นถูกละเลย ความสำคัญ สร้างความทุกข์ใจให้กับผู้สูงอายุ บางรายอาจเกิดความน้อยใจ ซึมเศร้าลง และมีความเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าสูง

วิธีที่ 10 การตรวจสุขภาพประจำปี การตรวจสุขภาพประจำปีเป็นสิ่งที่ไม่ควรละเลยสำหรับการดูแลผู้สูงอายุ แนะนำให้ตรวจสม่ำเสมอเป็นประจำทุกปี หรืออย่างน้อยทุก 2 ปี เพื่อลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรค และค้นหาโรคเพื่อวางแผนการรักษาในระยะแรกเริ่ม (เมธชนัน เลิศชุมพะเกียรติ แพทย์หญิง, 2567: ออนไลน์)

2. สุขภาวะที่เชื่อมโยงกับผู้สูงอายุ

สุขภาวะที่เชื่อมโยงกับผู้สูงอายุ เป็นแนวคิดที่สะท้อนถึงขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมของไทย และในทางพระพุทธศาสนา โดยให้ความเห็นว่าสุขภาพ คือ สุขภาวะทางกาย ทางจิต วิชาญญา ทางสังคมและทางปัญญา และได้อธิบายความหมายของสุขภาพในลักษณะของความสุข คือ ความเป็นอิสระหรือการหลุดพ้นจากความบีบคั้นทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคมและทางปัญญา ประกอบด้วย

ลักษณะที่ 1 อิศราภาพทางกายหรือทางวัตถุ หมายถึงไม่ขาดแคลนวัตถุปัจจัยเกินไป ไม่เป็นโรค ปลอดภัยในชีวิตทรัพย์สินและมีสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม

ลักษณะที่ 2 อิศราภาพทางสังคม หมายถึง การมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันกับบุคคลรอบข้างกับชุมชน มีครอบครัวที่อบอุ่น มีความเสมอภาคและภราดรภาพ

ลักษณะที่ 3 อิศรภาพทางจิต คือมีจิตใจดี สงบ มีสติ มีสมาธิ หลุดพ้นจากความครอบงำของกิเลส

ลักษณะที่ 4 อิศรภาพทางปัญญา หมายถึง การรับรู้โลกที่เป็นจริง เรียนรู้และมีทัศนคติต่อโลกที่ถูกต้องมีทักษะชีวิตที่ดี ส่วนความสุขทางจิตวิญญาณเป็นความสุขอันประณีต เกิดขึ้นเมื่อคนเราลดอัตตาหรือ ลดความมีตัวตน ลดความเห็นแก่ตัวจิตวิญญาณก็จะสูงขึ้น ซึ่งเป็นพัฒนาการทางคุณค่าที่สูงสุดของมนุษย์ (ประเวศ วะสี, 2541: 5-7) โดยระบบสุขภาพที่ครอบคลุมสุขภาวะของมนุษย์ โดยมี “มนุษย์” เป็นศูนย์กลางของสุขภาพ ได้แก่ (1) สุขภาวะทางกาย (2) สุขภาวะทางจิต (3) สุขภาวะทางสังคม (4) สุขภาวะทางศีลธรรมและปัญญา โดยปฏิบัติตามหลักปรัชญาแห่งเศรษฐกิจพอเพียง ที่เน้นการสร้าง “ระบบภูมิคุ้มกัน” ที่ครอบคลุมมนุษย์ สิ่งแวดล้อมและวัฒนธรรม มี 4 มิติได้แก่ (1) ระบบภูมิคุ้มกันด้านวัตถุ (หรือเศรษฐกิจ) (2) ระบบ ภูมิคุ้มกันด้านสังคม (รวมคุณธรรม) (3) ระบบภูมิคุ้มกันด้านสิ่งแวดล้อม (4) ระบบภูมิคุ้มกันด้าน วัฒนธรรม และมีการเชื่อมโยง “หลักคิดด้านสุขภาพ” เข้ากับ “ระบบภูมิคุ้มกัน 4 มิติ” จะทำให้ระบบสุขภาพเชื่อมโยงกับระบบเศรษฐกิจ ระบบสังคม และคุณธรรม เชื่อมโยงกับระบบสิ่งแวดล้อม ระบบวัฒนธรรมเป็นระบบสุขภาพที่สมบูรณ์แบบหรือองค์รวม รวมทั้งต้องดำเนิน “ทางสายกลาง” หรือ “ความพอเพียง” มีองค์ประกอบ 3 ประการ คือ (1) ความพอประมาณ (พอเหมาะพอดี ไม่สุดโต่ง) (2) ความมีเหตุผล (อธิบายได้ในหลักกฎหมายหลักศีลธรรม และภายใต้กฎเกณฑ์ของชุมชนและสังคม) (3) มีระบบภูมิคุ้มกันที่เข้มแข็ง หากการบริหารจัดการสุขภาพทั้งระดับบุคคล ครอบครัว ชุมชน และประเทศชาติ ยึดหลักการใหญ่ของปรัชญาแห่งเศรษฐกิจพอเพียง โดยเฉพาะองค์ประกอบทั้ง 3 ประการนั้น ก็ย่อมจะเกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลเต็มที่เกิดระบบสุขภาพที่พอเพียง และจะเกิดระบบสุขภาพองค์รวม และระบบสุขภาพพอเพียง เรียกว่า “ระบบสุขภาพในอุดมคติ” (คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ, 2443: 27-28.)

โดยทั่วไปแล้วสุขภาวะ หรือภาวะสุขภาพของบุคคลประกอบด้วย ภาวะที่มีสุขภาพดี และภาวะเจ็บป่วยสนับสนุน หรือต่อเนื่องกันไป และเป็นประสบการณ์ตลอดชีวิตของมนุษย์ทุกคนที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ การรับรู้ของ บุคคลต่อภาวะสุขภาพนั้น จะดำเนินไปตามความต่อเนื่องของภาวะสุขภาพดี และภาวะเจ็บป่วย แต่การรับรู้มีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคล คือ บางคนรับรู้ว่าการเจ็บป่วยเป็นสิ่งผิดปกติเล็กน้อย และไม่เป็นอุปสรรคในการดำเนินชีวิต ดังนั้น การรับรู้ของบุคคลเหล่านี้ความเจ็บป่วยจึงเป็นภาวะปกติ ที่เกิดขึ้นในกระบวนการของการพัฒนา และการเจริญเติบโต ขณะที่บางคนมีการรับรู้ว่าการเจ็บป่วยเป็นสิ่งที่รบกวน และคุกคามต่อชีวิตอย่างมาก ทำให้สูญเสียความเป็นบุคคล ผลที่ตามมาคือ ความกลัว ความท้อแท้ การรับรู้ต่อภาวะสุขภาพของบุคคลที่แตกต่างกัน มีอิทธิพลต่อกำลังใจในการต่อสู้ปัญหาที่เข้ามารบกวนชีวิตแตกต่างกันด้วย ภาวะสุขภาพมีการเปลี่ยนแปลงไปตามระยะ พัฒนาการ โดยผู้สูงอายุจะประสบกับปัญหาสุขภาพ เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ และ สังคม ผู้สูงอายุมีความรู้สึกสูญเสียอำนาจบทบาท และสถานะทางสังคม มีปัญหาสุขภาพอันเนื่องมาจากความเสื่อมถอยของร่างกาย นิยามสุขภาพ จึงอาจเปลี่ยนไปตามปัญหาที่มีผลกระทบต่อ การดำรงชีวิต ทั้งนี้

กล่าวว่า ภาวะสุขภาพที่ดีของผู้สูงอายุ หมายถึง การมีอิสระในการปฏิบัติกิจกรรม ตามความต้องการโดยไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น และมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ดัชนีบ่งชี้ภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุ จึงประกอบด้วย การมีกำลังทำในสิ่งที่ต้องการ พึ่งพาตนเองได้ในกิจวัตรประจำวัน และมองโลกในแง่ดี สามารถเผชิญกับความ เป็นจริง และยอมรับในสิ่งที่ไม่สามารถกำจัดหรือแก้ไขได้ (ประคอง อินทรสมบัติ, 2539: 2-3)

3. การประยุกต์หลักภาวา 4 สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

การประยุกต์หลักภาวา 4 สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเพื่อให้มีผลปรากฏ เช่น มีบุคลิกภาพ ภาพลักษณ์ภายนอก และคุณธรรมภายในคนที่ดีขึ้นซึ่งในความหมายนี้ แบ่งผลที่ปรากฏออกเป็น 4 ด้าน

ด้านที่ 1 กายภาวา (Physical development) หรือ การพัฒนากาย การมีความสัมพันธ์ที่ เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ หรือทางวัตถุ ให้อัจฉริยะ “กิน อยู่ ดู ฟัง” เป็น สามารถเสพสิ่งเหล่านั้น ในทางที่เป็นคุณที่ไม่ให้เกิดโทษ รู้จักควบคุมไม่ให้เกิดความต้องการที่ฟุ่มเฟือยหรือเกินความจำเป็น ที่ มนุษย์ควรจะใช้

ด้านที่ 2 ศิลภาวา (Social development) หรือ การพัฒนาศีล การมีความสัมพันธ์ที่ เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมทางสังคม คือเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน โดยที่ตั้งอยู่ในกฎระเบียบ เพื่อให้การตอบสนอง ความต้องการของตนนั้น ไม่ไปเบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหายกับผู้อื่นเขา สามารถอยู่ร่วมกับ ผู้อื่นและเกื้อกูลกัน ได้ด้วยดีมีความสุข

ด้านที่ 3 จิตภาวา (Emotional development) หรือ การพัฒนาจิต การมีจิตที่สมบูรณ์ ด้วย คุณธรรม ความดีงามสมบูรณ์ด้วยสมรรถภาพ มีความเข้มแข็งมั่นคง และสมบูรณ์ด้วยสุขภาพ มี ความเบิกบาน ผ่องใสสงบสุข

ด้านที่ 4 ปัญญาภาวา (Cognitive development) หรือ การพัฒนาปัญญา การเสริมสร้าง ความรู้ความคิดความเข้าใจ อย่างเป็นนายความคิด และการหยั่งรู้ถึงความจริง รู้เห็นอย่างเท่าทันโลกและ ชีวิตตามความเป็นจริง (พระพรหมคุณาภรณ์, 2547: 70-77)

การที่ชีวิตจะมีสุขภาวะที่ดีได้นั้น ต้องบริหารใจให้มีภาวะจิตด้านบวก สุขภาวะที่ แพ้ต้องเป็น ตามความจริงแห่งธรรมชาติของชีวิต องค์กรวมของชีวิตที่มีสุขภาวะต้องเป็นอย่างไร กายกับใจต้องสัมพันธ์ กับสิ่งแวดล้อมอย่างไร สุขภาวะจะสำเร็จได้ต้องพัฒนาจิตใจและปัญญา ปัญญาเป็นองค์ประกอบสำคัญ ทำให้การสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและภาวะต่างๆ ของจิตใจดำเนินไปได้ โดยปัญญาให้แสงสว่าง ส่องทาง ชี้ทางให้ หลักการพัฒนาบุคลิกของพระพุทธศาสนา เรียกว่า ภาวา 4 การพัฒนาแบบองค์รวมจึงเป็น เรื่องเกี่ยวกับสุขภาวะโดยตรง (พระพรหมคุณาภรณ์, 2551: 6-8) โดยในสมัยพุทธกาลได้มีการกล่าวถึง ภาวะความมีความสุขกายและสุขภาพจิตดีควบคู่กันไปเป็นความหมายที่สมบูรณ์สูงสุดในพระพุทธศาสนา แม้ว่าจะมีโรคทางกายเกิดขึ้นก็สามารถพัฒนาด้านจิตใจไว้ได้เพราะมุ่งให้ความสำคัญทางด้านจิตใจเป็น พิเศษดังพุทธภาษิตที่ว่า “ใจเป็นผู้นำสรรพสิ่ง”(ขุ.ธ.(ไทย) 25/1/23.) หากร่างกายเจ็บป่วยไม่อาจเยียวยา ได้แล้วพระองค์จะทรงมุ่งเน้นการเยียวยาทางด้านจิตใจเป็นหลักดังเรื่องที่ปรากฏว่าครั้งหนึ่งมีภิกษุพหูพล

ภาพป่วยหนักระยะสุดท้ายพระพุทธเจ้าทรงเยียวารักษาด้านจิตใจทรงมีพระดำรัสว่า “แม้ร่างกายจะเจ็บหนักแต่ยังสามารถพัฒนาไปสู่การบรรลุธรรมได้” (อง.ปญจก. (ไทย) 22/121/201.)

ระเบียบวิธีวิจัย

การทำวิจัยในครั้งนี้ผู้ทำวิจัยได้มุ่งศึกษาถึง “การประยุกต์หลักภาวา 4 สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงราย” ผู้วิจัยได้กำหนดวิธีการวิจัยแบบ การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ใช้การเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) และการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) เพื่อให้ได้ข้อมูลตามวัตถุประสงค์ของการทำวิจัย โดยมีเกณฑ์ในการเลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญดังนี้

1. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้วิจัยดำเนินการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญ กับการประยุกต์หลักภาวา 4 สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิต เนื่องจากผู้สูงอายุด้วยกันจะทราบบริบท และสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองได้เป็นอย่างดี โดยใช้เกณฑ์การคัดเลือกแบบเจาะจงผู้เกี่ยวข้อง 10 คน ในพื้นที่อำเภอเชียงแสน จังหวัดเชียงราย

2. ผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการสนทนากลุ่ม ผู้วิจัยการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการสนทนากลุ่ม เป็นผู้ให้ข้อมูลเสริมเกี่ยวกับผู้สูงอายุ เนื่องจากเป็นผู้ที่มีความรู้เกี่ยวกับบริบทของผู้สูงอายุเป็นอย่างดี โดยใช้เกณฑ์เจาะจง ประกอบด้วย กลุ่มพระสังฆาธิการ 3 รูป กลุ่มผู้ใหญ่บ้าน 3 คน กลุ่มนักวิชาการ และผู้เชี่ยวชาญไป 4 คน รวมทั้งสิ้น 10 คน/รูป

ผลการวิจัย

1. การศึกษาบริบทของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุทั่วไปในจังหวัดเชียงราย พบว่าด้านความเข้าใจในการใช้หลักภาวา 4 ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต จากการศึกษาความเข้าใจในการใช้หลักภาวา 4 ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต พบว่า ผู้ให้สัมภาษณ์มีความเห็นในการใช้หลักภาวา 4 มาพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ได้ด้วยการเริ่มจากการมองถึงปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ โดยมุ่งไปในเรื่องของ การมีร่างกายที่สมบูรณ์เป็นอันดับแรก การกิน การออกกำลังกาย การดูแลด้านความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นพื้นฐานในการพัฒนาจิตใจ ศักยภาพผู้สูงอายุในการมีส่วนร่วมในสังคม และการสร้างมุมมองด้านบวกแก่ผู้สูงอายุ การศึกษาหลักเบื้องต้นในการจัดการสุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่มีต่อภาวา 4 การสัมภาษณ์ และสนทนากลุ่มเกี่ยวกับหลักเบื้องต้นในการจัดการกับสุขภาพกาย และสุขภาพจิตโดยใช้หลักภาวา 4 ผู้ให้สัมภาษณ์ และสนทนากลุ่มมีมุมมองที่ต่างกันตามประสบการณ์ที่พบเจอ แต่โดยรวมแล้วมีความเข้าใจในเรื่องของการพัฒนาด้วยหลักภาวา 4 ว่าด้วยการพัฒนาที่เริ่มจากร่างกายก่อน เมื่อการพัฒนาร่างกายให้สมบูรณ์ มีที่อยู่อาศัยมีสุขภาพที่ดี ย่อมส่งผลต่อการพัฒนาจิตใจ

2. เพื่อศึกษาวิธีการนำหลักภาวนา 4 มาใช้เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงราย พบว่า ลักษณะของผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีนั้น ต้องอาศัยปัจจัยทางสิ่งแวดล้อม อากาศ และระบบเศรษฐกิจคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในครอบครัว รวมถึงเจตคติของแต่ละครอบครัว เมื่อผู้สูงอายุมีสิ่งเหล่านี้ ก็จะมีความพร้อมในด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยหลักภาวนา 4 ได้ ทั้งนี้ ทางหน่วยงาน อปท.และทางวัด ได้ร่วมมือในการพัฒนาผู้สูงอายุด้านร่างกายและจิตใจไปพร้อม ๆ กัน จึงเหมาะแก่การนำหลักภาวนา 4 มาพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ตั้งแต่ด้านร่างกาย คือ การสร้างกิจกรรมการออกกำลังกาย การเดินแอโรบิค และกิจกรรมโยคะบำบัดจากวิทยากร ในการอบรมผู้สูงอายุแต่ละครั้ง การพัฒนาในด้านของ ศิล โดยการเข้ามามีส่วนร่วมของพระสงฆ์ ในการให้ความรู้ความเข้าใจในเรื่องศิลปะ เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เข้าใจในเรื่องศิลปะและนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเป็นสุข จากกรที่รู้จักว่าศิลปะคือข้อปฏิบัติให้เกิดผลดีต่อการดำเนินชีวิต การพัฒนาในด้านของจิตใจ หรือจิตภาวนา โดยพระสงฆ์ได้มีการชี้แนะในโอกาสต่าง ๆ เช่นวันพระ วันสำคัญได้มีการเจริญจิตภาวนาโดยเฉพาะบุคคลที่เข้ามาร่วมกิจกรรมทางวัดส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ จึงได้ซึมซับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับจิตภาวนา และผู้สูงอายุหลายคนสามารถนำหลักภาวนา 4 ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันด้วย และการพัฒนาด้านปัญญา สิ่งนี้จะพัฒนาให้ควบคู่ไปกับการใช้ชีวิตในแต่ละวันของผู้สูงอายุ ให้สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข รู้จักพิจารณาในทุกขณะการกระทำ ด้วยการรู้จักสังเกตพฤติกรรมตนเอง การกำหนดรู้ในสิ่งที่เกิดขึ้นในสังคม และสิ่งแวดล้อมอย่างเข้าใจ

3. การนำเสนอแนวทาง การประยุกต์หลักภาวนา 4 สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงราย พบว่า การศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลการสัมภาษณ์และสนทนากลุ่ม และนำมาวิเคราะห์การประยุกต์หลักภาวนา 4 สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงราย ได้ดังนี้

1) การสร้างเสริมสุขภาพร่างกายและจิตใจ มีการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ การแข่งขันกีฬา กิจกรรมนันทนาการแก่ผู้สูงอายุ กิจกรรมทางศาสนา การฟังธรรม เทศนา และการเข้าร่วมกิจกรรมปฏิบัติสมาธิภาวนา เป็นการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุด้านกาย และจิตใจ

2) การเชื่อมโยงและความสัมพันธ์ โดยการมีกิจกรรมในกาสต่าง ๆ ด้วยอาศัยประเพณีท้องถิ่น เช่น ประเพณีวันสงกรานต์ มีการนำคำหัวผู้สูงอายุ ตั้งแต่ระดับครอบครัว เครือญาติ จนถึงระดับชุมชน จะมีการเดินทางไปรดน้ำคำหัวผู้ที่มีอายุมากในชุมชน ด้วยเหตุนี้เป็นการให้กำลังใจ และก ลังใจ และเพื่อขัดเกลาด้านสังคมให้รู้จักความสำคัญของผู้สูงอายุ

3) การเข้าถึงการดูแลสุขภาพ ด้วยทางโรงพยาบาลตำบล ร่วมกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ได้มีการตรวจสุขภาพผู้สูงอายุ การให้การสนับสนุนและบริการแก่ผู้สูงอายุ การอบรมให้ความรู้ด้านอาหาร และการใช้ยา รวมถึงการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย

4) การรักษาความเชื่อมโยงกับสังคม ด้วยการสร้างเสริมกิจกรรมด้านงานฝีมือแก่ผู้สูงอายุ ได้มีการรวมตัวทำกิจกรรมในสังคม สม่าเสมอ เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีระหว่าง ผู้สูงอายุด้วยกันรวมไปถึงความสัมพันธ์กับวัยอื่น ๆ

5) การเสริมสร้างหลักความรู้ด้านพระพุทธศาสนา ด้วยการที่ผู้สูงอายุเป็นวัยที่เริ่มเข้าวัย สิ่งสำคัญการให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหลักธรรม และประเพณีที่มีในชุมชนให้ผู้สูงอายุได้เข้าใจ วิเคราะห์ และแยกแยะเป็น รวมถึงการให้ความรู้ด้านหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ในโอกาสวันพระ และงานมงคล อวมงคล เพื่อสอดแทรกศีลธรรม ให้รู้จักพิจารณา โดยเฉพาะหลักภavana 4 ที่เหมาะแก่ การเสริมสร้างสภาวะทางร่างกายและจิตใจของผู้สูงอายุ

อภิปรายผลการวิจัย

1. การศึกษาบริบทของการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุทั่วไปในจังหวัดเชียงราย พบว่า พบว่าการศึกษาหลักเบื้องต้นในการจัดการสุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่มีต่อภavana 4 การสัมภาษณ์ และสนทนากลุ่มเกี่ยวกับหลักเบื้องต้นในการจัดการกับสุขภาพกาย และสุขภาพจิตโดยใช้หลักภavana 4 ผู้ให้สัมภาษณ์ และสนทนากลุ่มมีมุมมองที่ต่างกันตามประสบการณ์ที่พบเจอ แต่โดยรวมแล้วมีความ เข้าใจในเรื่องของการพัฒนาด้วยหลักภavana 4 ว่าด้วยการพัฒนาที่เริ่มจากร่างกายก่อน เมื่อการพัฒนา ร่างกายให้สมบูรณ์ มีที่อยู่อาศัยมีสุขภาพที่ดี ย่อมส่งผลต่อการพัฒนาด้านจิตใจ สอดคล้องกับงานวิจัย ของ พระครูโกศลอรธกิจ, นวินดา นิลวรรณ, สิทธิโชค ปาณะศรี (2563) ได้ศึกษาเรื่อง “การประยุกต์ใช้ หลักภavana 4 ตามแนวพระพุทธศาสนาเถรวาทสู่สังคมผู้สูงอายุ” ผลการวิจัย พบว่า สภาพปัญหาของ สังคมผู้สูงอายุ ปัจจุบันประเทศไทย และต่างประเทศการก้าวเข้าสู่ สังคมผู้สูงอายุ ความ เจริญก้าวหน้าทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการแพทย์ซึ่งท าให้คนมีอายุที่ ยืนยาวขึ้น เป็นต้น การ ดูแลเอาใจใส่ผู้สูงอายุซึ่งมีเพิ่มมากขึ้นในสังคมปัจจุบันจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง เพื่อให้ผู้สูงอายุมี ความสามารถ มีความพร้อมและรับมือกับความเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายพฤติกรรม จิตใจ และ การพัฒนาปัญญาเพื่อให้มีศักยภาพที่จะดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข อีกทั้งเป็นการป้องกัน ปัญหา ที่อาจจะเกิดขึ้นตามมาจากการก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในอนาคตอีกด้วย

2) การศึกษาวิธีการนำหลักภavana 4 มาใช้เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัด เชียงราย พบว่า ลักษณะของผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีนั้น ต้องอาศัยปัจจัยทางสิ่งแวดล้อม อากาศ และ ระบบเศรษฐกิจคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในครอบครัว รวมถึงเจตคติของแต่ละครอบครัว เมื่อผู้สูงอายุมีสิ่ง เหล่านี้ ก็จะมีความพร้อมในด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้วยหลักภavana 4 ได้ ทั้งนี้ ทางหน่วยงาน อปท. และทางวัด ได้ร่วมมือในการพัฒนาผู้สูงอายุด้านร่างกายและจิตใจไปพร้อม ๆ กัน จึงเหมาะแก่การนำหลัก ภavana 4 มาพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ตั้งแต่ด้านร่างกาย คือ การสร้างกิจกรรมการออกกำลังกาย การ เดินแอโรบิก และกิจกรรมโยคะบำบัดจากวิทยากร ในการอบรมผู้สูงอายุแต่ละครั้ง การพัฒนาในด้านของ ศิล โดยการเข้ามามีส่วนร่วมของพระสงฆ์ ในการให้ความรู้ความเข้าใจในเรื่องศีล เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เข้าใจใน เรื่องศีลและนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเป็นสุข จากการที่รู้จักศีลคือข้อปฏิบัติดีให้เกิดผลดีต่อการ ดำเนินชีวิต การพัฒนาในด้านของจิตใจ หรือจิตภavana โดยพระสงฆ์ได้มีการชี้แนะในโอกาสต่าง ๆ เช่นวัน พระ วันสำคัญได้มีการเจริญจิตภาวนาโดยเฉพาะบุคคลที่เข้ามาร่วมกิจกรรมทางวัดส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ จึง

ได้ซึมซับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับจิตภาวนา และผู้สูงอายุหลายคนสามารถนำหลักภาวนา 4 ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันด้วย และการพัฒนาด้านปัญญา สิ่งนี้จะพัฒนาให้ควบคู่ไปกับการใช้ชีวิตในแต่ละวันของผู้สูงอายุ ให้สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข รู้จักพิจารณาในทุกขณะการกระทำ ด้วยการรู้จักสังเกตพฤติกรรมตนเอง การกำหนดรู้ในสิ่งที่เกิดขึ้นในสังคม และสิ่งแวดล้อมอย่างเข้าใจ สอดคล้องกับงานวิจัยของสุรจิตต์ วุฒิการณ พิสิษฐ์ จอมบุญเรือง ไพศาล สรรสรวิสุทธิ์ (2555) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบางมูล นากอำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร” พบว่าระดับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง และผลการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวแปร พบว่า ตัวแปรปัจจัยลักษณะส่วนบุคคลไม่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรคุณภาพชีวิต จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องสรุปได้ว่า คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ หมายถึง ระดับความพึงพอใจในชีวิตที่ผู้สูงอายุแต่ละคนประเมินด้วยตนเอง โดยมีองค์ประกอบต่าง ๆ ที่เป็นตัวบ่งชี้คุณภาพชีวิต 4 ด้าน คือ ด้านสุขภาพกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม และด้าน สิ่งแวดล้อม โดยแบ่งออกเป็น 3 ระดับ ได้แก่ คุณภาพชีวิตที่ไม่ดี คุณภาพชีวิตกลาง ๆ และคุณภาพ ชีวิตที่ดี ซึ่งคุณภาพชีวิตของแต่ละบุคคลจะมีความแตกต่างกันขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ เช่น กาลเวลา วัฒนธรรมขนบธรรมเนียม ประเพณี ความเชื่อ และนอกจากนี้ยังมีปัจจัยอื่นที่ส่งผลต่อ คุณภาพชีวิตผู้สูงอายุทำให้คุณภาพชีวิตมีความแตกต่างกันในแต่ละคน เช่น อายุ เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้และลักษณะครอบครัวที่ผู้สูงอายุอาศัย และสถานการณ์เป็นสมาชิกชมรม ผู้สูงอายุ ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเช่นเดียวกัน คือ ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ กับ ผู้สูงอายุที่ไม่เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ มีคุณภาพชีวิตที่แตกต่างกัน

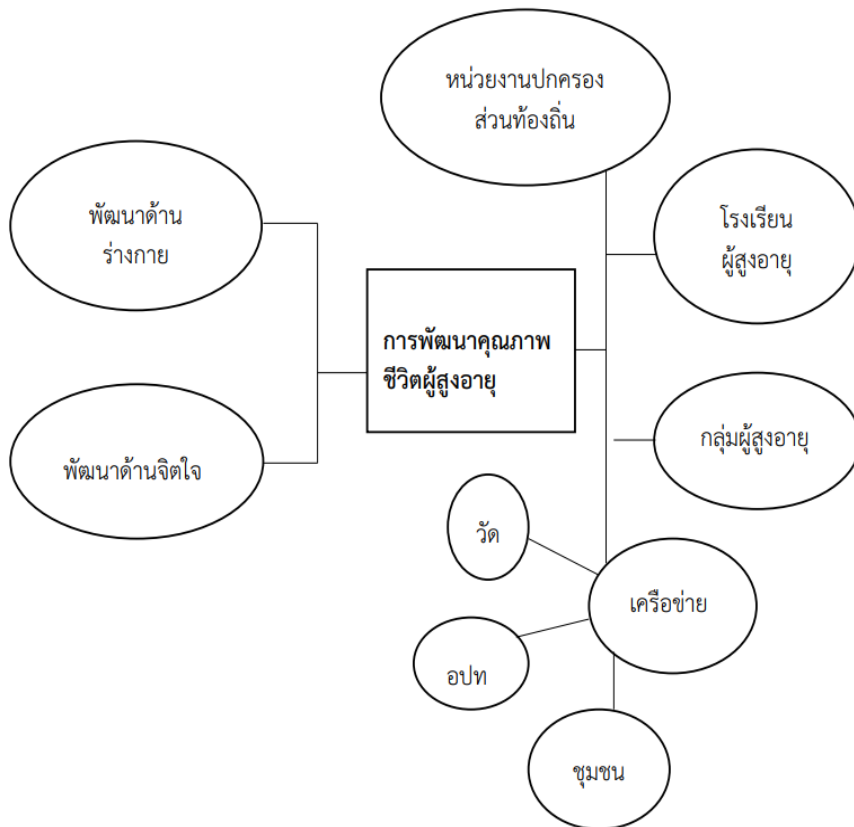
3. การนำเสนอแนวทาง การประยุกต์หลักภาวนา 4 สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิต

ผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงราย พบว่า ผู้สูงอายุจะมีความแตกต่างกัน ทางด้านฐานะความเป็นอยู่ แม้กระนั้นการได้รับสวัสดิการที่สมควร รวมถึงการมีคุณภาพชีวิตที่ดีจากกิจกรรมต่าง ๆ ที่ให้ความสำคัญแก่ผู้สูงอายุในสังคม ก็เป็นเหตุให้ผู้สูงอายุได้รับการพัฒนาไปตามบริบททางสังคม ตามยุคสมัยที่เปลี่ยนแปลงด้วยกิจกรรมการเรียนรู้ของผู้สูงอายุ การดูแลสุขภาพกายและจิตใจ และการมีส่วนร่วมในสังคม เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี อยู่ในสังคมอย่างมีความสุข มีหน่วยงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น แพทย์ประจำตำบลศรีดอนมูล ผู้นำชุมชน พระสงฆ์ ได้เข้าร่วมในการวางแผนงานกิจกรรมเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุเริ่มด้วยการพัฒนาด้านร่างกาย การให้ความรู้เรื่องการดูแลสุขภาพ ด้วยการกิน การอยู่อาศัยในสิ่งแวดล้อมที่ดี และการออกกำลังกายที่พอเหมาะแก่วัย ไปสู่การพัฒนาด้านจิตใจเริ่มตั้งแต่หลักศีลธรรมที่พึงมีต่อสังคม การมีสติในการใช้ชีวิตและประกอบการทำงาน รวมถึงด้านปัญญาพิจารณา เข้าใจในสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองและสังคม ซึ่งสอดคล้อง ทรัพย์สินวิไล นรินโท, พระมหามิตร ฐิตปัญโญ, พระครูสุธีศัมภีร์ ญาณ, หอมหวล บัวระภา (2562) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ตามหลักภาวนา 4 กรณีศึกษา: ผู้สูงอายุบ้านห้วยห้อย ต. บลธาดูทอง อ. เกอภูเขี้ยว จังหวัดชัยภูมิ ผลการวิจัย พบว่า หลักภาวนา 4 ในพระพุทธศาสนา เป็นหลักการพัฒนาบุคคลโดยมีกรอบแห่งการ พัฒนา 4 ประการ คือ การพัฒนาตนเองให้มีสติตั้งอยู่ในความไม่ประมาท การท าดนให้ตั้งอยู่ใน

กรอบ ระเบียบข้อประพฤติที่ดั่งามของสังคม การอบรมจิตของตนให้มีความม่งใส การพัฒนาปัญญา ให้เป็นผู้มีเหตุมีผล หลักภavana 4 นี้ เป็นหลักการพัฒนาตนเองในการดำเนินชีวิตประจำวันและการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข บริบทวิถีการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุบ้านห้วยห้อย

สรุปองค์ความรู้

องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย “การประยุกต์หลักภavana 4 สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงราย” มีรายละเอียดตามแผนภาพ ดังนี้



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์เชิงลึก และการจัดกิจกรรมสนทนากลุ่ม ผู้ให้ข้อมูลสำคัญจากหน่วยงานในตำบล ประกอบด้วย ผู้อำนวยการโรงพยาบาลตำบล นักวิชาการศึกษาด้านการบริหารส่วนตำบล ผู้ใหญ่บ้าน อดีตข้าราชการบำนาญ และกลุ่มผู้สูงอายุ โดยได้ข้อมูลสำคัญ คือ แก้ไขปัญหาด้วยสุขภาพกาย และสุขภาพจิตของผู้สูงอายุที่ได้ร่วมกิจกรรมเกี่ยวกับการพัฒนาด้านร่างกายและจิตใจ และผู้สูงอายุมีการเรียนรู้ และเข้าใจหลักการจัดการกับปัญหาที่ขึ้น ด้านการจัดกิจกรรมของผู้สูงอายุ มีกิจกรรมอบรมให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุด้านพระพุทธศาสนา ได้แก่กิจกรรมธรรมะสัญจร กิจกรรมโรงเรียน

ผู้สูงอายุ กิจกรรมการดูแลสุขภาพสุขภาพผู้สูงอายุ การส่งเสริมภูมิปัญญาท้องถิ่นให้ผู้สูงอายุที่ว่างงานได้มีงานทำ กิจกรรมสังคมสงเคราะห์

ข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง “การประยุกต์หลักภavana 4 สำหรับการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงราย” ผู้วิจัยได้กำหนดข้อเสนอแนะไว้เพื่อเป็นประโยชน์ในงานวิจัยซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ข้อเสนอเชิงนโยบาย

จากการศึกษาวิจัยนี้ ผู้วิจัยเห็นว่าการวางแผนงานพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ เป็นการศึกษาจากปัญหาผู้สูงอายุ มองด้านบริบทผู้สูงอายุ และความเป็นไปได้ที่จะสามารถการแก้ไขปัญหาผู้สูงอายุได้ตรงจุด ประกอบด้วย 1) การติดต่อประสานงานไปยังหน่วยงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้นำชุมชนในตำบล แพทย์ประจำตำบล พระสงฆ์ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในด้านงานพัฒนาชุมชนได้มาร่วมประชุมเพื่อปรึกษาหารือ 2) การประชุมร่วมกันเพื่อหาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในตำบล การอภิปราย หาข้อตกลง ในที่ประชุม และ 3) เมื่อได้ข้อตกลงผ่านทางคณะกรรมการจากหน่วยงานในชุมชนแล้ว ก็เชิญตัวแทนผู้สูงอายุแต่ละหมู่บ้าน ได้ร่วมประชุมใหญ่ เพื่อวางแผนสร้างกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพกาย และใจเพื่อให้เกิดประโยชน์และผู้สูงอายุอย่างทั่วถึง และ 4) เมื่อผ่านการประชุมระดับตำบลแล้วก็นำผลการประชุม มาในระดับชุมชน และให้ผู้สูงอายุทุกช่วงวัย ได้เข้าร่วมในการประชุม และสามารถมีส่วนร่วมในการเสนอปัญหา และแนวทางการแก้ปัญหาของแต่ละท่าน เพื่อนำมาพิจารณาเพื่อสร้างเป็นกิจกรรมเสริมสร้างคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

2. ข้อเสนอเชิงปฏิบัติ

ผู้วิจัยเห็นว่า สามารถนำประเด็นปัญหาและแนวทางแก้ปัญหาจากการวางแผนงาน ผ่านการประชุมปรึกษาหารือ และการมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุมาทำเป็นนโยบายพัฒนาคุณภาพชีวิต ประกอบด้วย 1) การมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุโดยกิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพร่างกาย มีการให้ความรู้ด้านการกิน การอยู่ การออกกำลังกาย และการตรวจสุขภาพ วัดความดัน จากหน่วยงานแพทย์ในตำบล เป็นประจำ 2) การเสริมสร้างงานที่เหมาะสมแก่ผู้สูงอายุผู้ว่างงาน หรือบุคคลที่ต้องการทำงานหลังวัยเกษียณ เพื่อให้เกิดการรวมตัวกันของกลุ่มผู้สูงอายุ และสามารถสร้างผลิตภัณฑ์ของชุมชน และเป็นรายได้ของผู้สูงอายุเป็นลำดับ 3) การสร้างเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมในผู้สูงอายุ ด้วยกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา การมีพระสงฆ์ได้เข้ามามีส่วนร่วม ในการให้ความรู้เรื่องศีลภาวนา 4) กิจกรรมเสริมสร้างหลักในการแก้ปัญหาด้านอารมณ์แก่ผู้สูงอายุ โดยการอบรม ให้ความรู้ในด้านการเจริญสมาธิภาวนา ผ่านกิจกรรมวันธรรมสวนะ หรือกิจกรรมโรงเรียนผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุเกิดปัญญา เข้าใจปัญหา และนำไปใช้ในชีวิตประจำวันอย่างรู้เท่าทันปัญหา และ 5) การเสริมสร้างความรู้ของผู้สูงอายุ ให้มีโอกาได้เรียนรู้เทคโนโลยี ติดต่อสื่อสาร การใช้สื่อเพื่อหาความรู้อย่างไม่จำกัด

3. ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยในครั้งต่อไป

สำหรับการวิจัยในครั้งต่อไป ประกอบด้วย 1) ความสามารถในการจัดการเกี่ยวกับปัญหาสุขภาพด้วยการรู้การเปลี่ยนแปลงของร่างกายอย่างเข้าใจ 2) การเรียนรู้และเข้าใจเกี่ยวกับหลักศีลธรรมในการนำไปประยุกต์เมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุในชีวิตประจำวัน ตลอดถึงความสัมพันธ์ที่ดีในสังคมของผู้สูงอายุ และ 3) ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ ผ่านการเจริญสมาธิภาวนา และการใช้ปัญญาพิจารณาเข้าใจความเป็นจริงที่เกิดขึ้นกับร่างกาย และสิ่งแวดล้อมในวัยสูงอายุอย่างรู้เท่าทัน

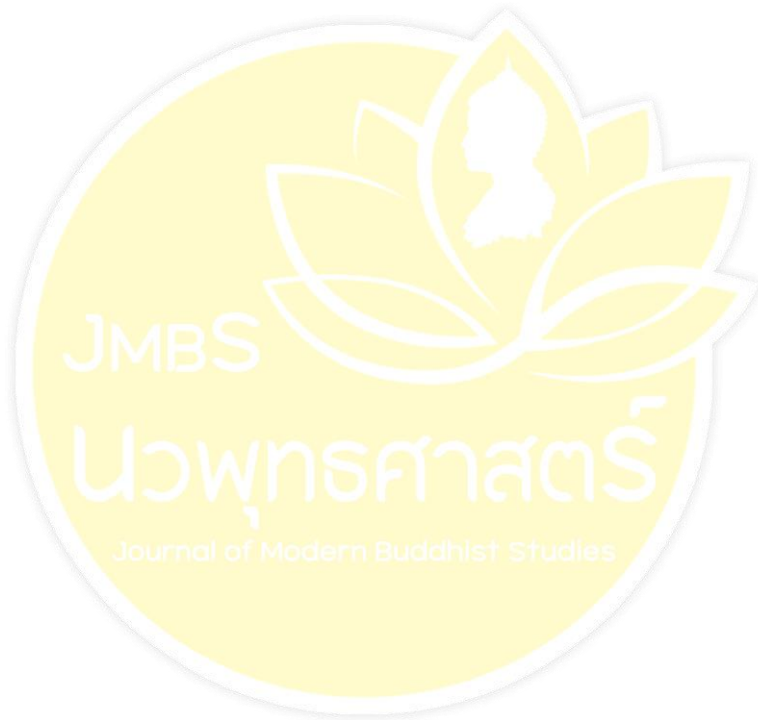
เอกสารอ้างอิง

- ขยาย เหล่าสุนทร (2562). “แนวทางในการสร้างเสริมคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุในจังหวัดเชียงราย”.
 คุษภูมินพนธ์ สาขาวิชาพุทธศาสตร์การพัฒนากฎมภาคคม. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราช
 ภัฏเชียงราย.
- คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ (2443). แผนพัฒนาสุขภาพ แห่งชาติฉบับที่
 9. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.
- จิรภา วิลาวรรณ (2565). “ผลของโปรแกรมการส่งเสริมคุณภาพชีวิตและป้องกัน ภาวะซึมเศร้า เชิง
 สังคมและวัฒนธรรมในกลุ่มผู้สูงอายุตำบลนาฝาย อำเภอเมืองจังหวัดชัยภูมิ”. วารสารวิจัย
 และพัฒนาระบบสุขภาพ. 15 (1) (เดือนมกราคม – เมษายน): 181-195.
- ประคอง อินทรสมบัติ (2539). การประเมินภาวะสุขภาพในผู้สูงอายุ. กรุงเทพมหานคร : รามาริบดี
 พยาบาลสาร.
- ประเวศ วะสี (2541). บนเส้นทางใหม่การส่งเสริมสุขภาพภักิวัฒนชีวิตแลสังคม. กรุงเทพมหานคร : หมอ
 ชาวบ้าน.
- พระครูโกศลธรรณกิจ, นวินดา นิลวรรณ, สิทธิโชค ปาณะศรีม (2563). การประยุกต์ใช้หลักภากานา 4
 ตาม แนวพระพุทศาสนาเถรวาทสู่สังคมผู้สูงอายุ. วารสารมหาจุฬานาครทรรศน์
 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 7 (3) (มีนาคม): 38-39.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (2547). หลักแม่บทของการพัฒนาตน. พิมพ์ครั้งที่ 15. กรุงเทพมหานคร: มหา
 จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (2551). สุขภากะองค์รวมแนวพุทธ. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร : บริษัทสหพ
 รินตั้งแอนด์พับลิชซิง.
- พระมหาเชาวฤทศ ทรัพย์สวัสดิ์ นรินโท, พระมหามิตร ฐิตปณโณ, พระครูสุศีคัมภีรญาณ, หอมหวนบัวระ
 ภา (2562). “การศึกษาแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุตามหลักภากานา 4
 กรณศึกษา: ผู้สูงอายุบ้านห้วยหอยตำบลธาตุทอง อำเภอภูเขียว จังหวัดชัยภูมิ”. รายงาน
 การวิจัย. (มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตขอนแก่น).

เมธชนัน เลิศคุณหะเกียรติ แพทย์หญิง (2567). 10 วิธีดูแลสุขภาพดีทั้งกาย – ใจ. สืบค้นข้อมูลจาก [www. phyathai3hospital.com](http://www.phyathai3hospital.com).

รศรินทร์ เกรย์ และคณะ (2556). มโนทัศน์ใหม่ของนิยามผู้สูงอายุ, มุมมองเชิงจิตวิทยาสังคมและสุขภาพ. เอกสารทางวิชาการ. สถาบันวิจัยประชากรและสังคม: มหาวิทยาลัยมหิดล.

สุรจิตต์ วุฒิการณ พิสิษฐ์ จอมบุญเรือง ไพศาล สรรสรวิสุทธิ์ (2555). “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุในเขตเทศบาลเมืองบางมูลนาก อำเภอบางมูลนากจังหวัดพิจิตร”. วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครสวรรค์.



แนวทางสำหรับการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ด้วยหลักไตรสิกขา

ELINES FOR SOLVING THE PROBLEM OF CHILDREN ADDICTED TO ONLINE GAMES WITH THE TRISIKKHA PRINCIPLE

SONG VOEUNG, ส่งเสริม แสงทอง และรัตกร แสงสุด

วิทยาลัยสงฆ์เชียงราย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Song Voeung, Songsom Saengthong, and Rattakorn Saengsut

Chiang Rai Buddhist College, Mahachulalongkornrajavidyalaya University

E-mail: song.voeung@icloud.com

บทคัดย่อ

งานวิจัยเรื่อง “แนวทางสำหรับการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ด้วยหลักไตรสิกขา” มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาบริบทเกี่ยวกับสภาพปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ เพื่อศึกษาวิธีการนำหลักไตรสิกขามาใช้ในการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ และเพื่อเสนอรูปแบบการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ด้วยหลักไตรสิกขา เป็นวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ใช้การเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก(In-depth Interview) และ สนทนากลุ่ม (Focus Group) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informant) โดยวิธีใช้การคัดเลือกแบบเจาะจงผู้ให้ข้อมูลสำคัญที่เกี่ยวข้องจำนวน 26 รูป/คน ผลการวิจัยพบว่า

1. การศึกษาบริบทเกี่ยวกับสภาพปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ พบว่า ลักษณะพฤติกรรมเด็กที่ติดเกมออนไลน์มักจะมีพฤติกรรมที่แสดงถึงความหมกมุ่น เช่น ใช้เวลาเล่นเกมเป็นเวลานาน, มักละเลยการบ้านหรือการเรียน, และมีปัญหาในการเข้าสังคม เด็กบางคนรู้สึกเบื่อกับการเรียนหรือชีวิตประจำวัน จึงหันมาเล่นเกมเพื่อหาความสนุกการได้รับอิทธิพลจากเพื่อนที่เล่นเกมด้วยกัน บางคนใช้เกมเป็นที่พึ่งเมื่อมีปัญหาในครอบครัว

2. การศึกษาวิธีการนำหลักไตรสิกขามาใช้ในการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ พบว่า 1)กิจกรรมฝึกพฤติกรรม (ศีล) ช่วยสร้างวินัยรับผิดชอบพร้อมรู้จักหน้าที่ ไม่ใช้เวลาหมดไปกับการเล่นเกม 2) กิจกรรมฝึกจิต (สมาธิ) สามารถรับรู้และ มีความกระตือรือร้นในการเรียน และ 3) กิจกรรมฝึกความคิดความอ่าน (ปัญญา) นักเรียนรู้จักการวางแผน สื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ จัดการเวลาและ กิจกรรมอย่างเหมาะสมในการพัฒนาทักษะทางอารมณ์รู้จักการพัฒนาตนเองและปรับตัวไปในทิศทางที่ดีขึ้น

3. การนำเสนอรูปแบบการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ด้วยหลักไตรสิกขา พบว่า กิจกรรม “แสงธรรมนำชีวิต” เพื่อให้นักเรียนและผู้เข้ารับการอบรมทุกคน มีความเข้าใจในหลักธรรมของศาสนาเท่าที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตอย่างถูกต้องและเพียงพอ พร้อมนำหลักธรรมมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เช่นมีระเบียบ วินัย ขยัน อดทน ซื่อสัตย์ สุจริต รับผิดชอบจนเกิดเป็นคุณธรรมประจำชีวิต มีชีวิตอยู่อย่างปลอดภัยและสงบเย็น

คำสำคัญ : เด็กติดเกมออนไลน์, หลักไตรสิกขา, ไตรสิกขากับเกมออนไลน์

Abstract

Research on “Elines for Solving the problem of children addicted to online games with the trisikkha principle” has the objective To study the context of behavioral problems of children addicted to online games. To study how to apply the trisikkha principle to solve the problem of children's behavior addicted to online games. and to propose a model to solve the problem of children's behavior addicted to online games with the trisikkha principle The researcher has established a research method. Qualitative Research uses data collection through in-depth interviews and focus groups with key informants by means of specific selection of key informants. There are 24 people The research results found that

1) Contextual study of behavioral problems of children addicted to online games, found that the behavioral characteristics of children who are addicted to online games often have behaviors that show obsession, such as spending a long time playing games, often neglecting homework or studying, and having problems logging in. society Some children feel bored with school or daily life. Therefore, they turn to playing games to find fun. Being influenced by friends who play games together, some people use games as a refuge when having family problems.

2) A study of how to apply the trisikkha principle to solving the behavior problem of children addicted to online games, found that the activities solved the problem of children's behavior addicted to online games, physically, mentally, and intellectually, by using the three principles. Let's solve the behavior problem of children addicted to games. By organizing activities to train students about gaming addiction behavior. There are expert teachers, monks, and parents of students. Come to provide knowledge on solving problems with gaming addiction behavior.

3) Presenting a model for solving the problem of children's behavior addicted to online games. With the trisikkha principle, found that the activity "Sangtham Leads Life" for all students and trainees. Have an understanding of religious principles as necessary for living a correct and adequate life. Ready to apply Dhamma principles in daily life. Such as having

order, discipline, diligence, patience, honesty, integrity, and responsibility until it becomes a virtue in life. Do not become a slave to evil. Live safely and calmly.

Keywords : Children addicted to online games, trisikkha principle, trisikkha and online games

บทนำ

ผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการติดเกม มีทั้งผลกระทบที่เกิดขึ้นกับทางร่างกาย และ ทางจิตใจ โดยผลกระทบทางด้านร่างกายที่เห็นได้อย่างชัดเจน คือ อาการปวดตา แสบตา เนื่องจากต้องนั่งมองจอมอนิเตอร์ติดต่อกันเป็นเวลานาน นอกจากนี้การเล่นเกมนั้นยังส่งผลกระทบต่อสุขภาพที่เป็นปัญหากับเด็กอีกมากมาย ทั้งด้านสุขภาพร่างกาย ด้านการเรียน รวมไปถึงด้านพฤติกรรม ซึ่งถือเป็นผลกระทบที่สำคัญที่จะขัดขวางการพัฒนาของเด็กไม่ว่าจะเป็น การพัฒนาทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม โดยอาจส่งผลกระทบต่อเด็กเกิดปัญหาขึ้นใน อนาคตได้ (สุภะเกษ ประกายเพชร, นันทมงคลชัย สุธรรม, และ ดำรงค์ดี มัณฑนา, 2555: 66-77.) โดยสืบเนื่องจากศึกษาสาเหตุที่ทำให้เด็กและเยาวชนมีพฤติกรรมติดเกม พบว่าเกิดจากหลาย สาเหตุด้วยกัน โดยสาเหตุประการแรกเป็นสาเหตุที่เกิดจากตนเอง ซึ่งเกิดจากบุคลิกภาพที่มี ลักษณะก้าวร้าว ตื้อเสียบ ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง ในบางกรณีมีความอายน่าไม่มั่นใจในตนเอง ไม่ชอบเข้าสังคม จึงรู้สึกต้องการเอาชนะ หนีการเผชิญความเครียด ต้องการการยอมรับจากเพื่อน และต้องการอิสระ สาเหตุประการที่สองเป็นสาเหตุจากครอบครัว เกิดจากการที่ครอบครัวขาด ความอบอุ่น มีการเลี้ยงดูที่ไม่เหมาะสม ประกอบกับการให้การสนับสนุนจากครอบครัวในการใช้ คอมพิวเตอร์เพื่อเล่นเกม และประการสุดท้าย สาเหตุจากเพื่อน ชุมชน และสังคม ซึ่งเกิดจากอิทธิพลของกลุ่มเพื่อน การคบเพื่อนที่มีพฤติกรรมติดเกมเหมือนกัน (วิไลพรรณ มีบุญธรรม, 2552) โดยจะเห็นได้ว่าปัจจัยที่ทำให้เด็กเกิดพฤติกรรมติดเกมนั้น ไม่ว่าจะเป็นปัจจัยทางด้านชีวภาพ จิตใจ ครอบครัว หรือสังคม ล้วนเป็นปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมหรือยับยั้งการเกิดพฤติกรรมติดเกมในเด็กทั้งสิ้น (สุภาวดี เจริญวานิช, 2557: 871-879) อ้างจากผลสำรวจพบว่า จากผลการสำรวจสถานการณ์การเล่น เกมออนไลน์ของเด็กไทย ในปี พ.ศ. 2562 จำนวน 3,756 คน จากทุกภูมิภาค พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 89.33 เคยเล่นเกมออนไลน์ โดยเล่นเกือบทุกวัน ร้อยละ 64.66 โดยเฉลี่ยเล่นวันละ 3 – 5 ชั่วโมง หากเป็นเด็กในกรุงเทพฯ ร้อยละ 8.1 ใช้เวลาเล่นเกมมากกว่า 8 ชั่วโมงในวันหยุด โดยปัจจัยที่ทำให้มีพฤติกรรมการเล่นเกมนานที่สุด คือ เพื่อนชักชวน รองลงมา คือ การเห็นข้อมูลจากสื่อออนไลน์ และเข้าใจว่า E-sport เป็นกีฬาชนิดหนึ่ง ตามลำดับ โดยเกมที่ได้รับนิยามมากที่สุดของเด็กไทย คือ ROV รองลงมา คือPUBG MOBILE ร้อยละ 18.21 และ Free Fire ร้อยละ 15.53 (สมาคมวิทยุและสื่อเพื่อเด็กและเยาวชน, 2567: ออนไลน์) นอกจากนี้ มีรายงานจำนวนผู้เล่นเกม PC และ Console Games จากทั่วโลกเพิ่มขึ้นเกือบร้อยละ 50 เนื่องจากการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ จำกัดให้ผู้คนต้องอยู่แต่ภายในบ้านของตนเอง บริษัท Unity Technologies ผู้พัฒนาเกมซอฟต์แวร์ รายงานว่าจำนวนผู้เล่นเกม PC และ Console Games รายวันเพิ่มขึ้นสูงถึง ร้อยละ 64 เมื่อเทียบกับปี

พ.ศ. 2562 เช่นเดียวกับจำนวนผู้เล่น Mobile Game ที่เพิ่มขึ้น ร้อยละ 17 ทั้งนี้ก่อนการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส COVID-19 มีการดาวน์โหลด Mobile Application เพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 13 เมื่อเทียบกับปี พ.ศ. 2562 จะเห็นได้ว่าโรคติดเกม เป็นพฤติกรรมเสพติดที่ส่งผลกระทบต่อในวงกว้างและมีแนวโน้มของปัญหาเพิ่ม มากขึ้น โดยเฉพาะการติดเกมออนไลน์ (Online Game) ที่ในปัจจุบันเข้ามามีอิทธิพล และส่งผลกระทบต่อเด็กและเยาวชนมากขึ้น เนื่องจากเข้าถึงได้ง่าย มีประเภทเกมให้เลือกหลากหลาย เช่น เกมแอ็คชั่น (Action Game) เกมการผจญภัย (Adventure Game) เกมกีฬา (Sport Game) เกมการยิง (Shooting Game) สามารถเล่นได้ทั้งแบบเดี่ยวและแบบกลุ่ม โดยใช้การเชื่อมต่อผ่านอินเทอร์เน็ตเพื่อให้สามารถติดต่อกับ เซิร์ฟเวอร์ของผู้ให้บริการเกมออนไลน์ ซึ่งหากผู้เล่นไม่สามารถควบคุมตนเองในการเล่นได้ ทั้งเรื่องของเวลา อารมณ์ และพฤติกรรมการเล่น จะนำไปสู่การมีพฤติกรรมเสพติดเกมได้โดยง่าย และส่งผลกระทบต่อต่าง ๆ ตามมา เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดพฤติกรรมเสพติดเกม รวมถึงเกมออนไลน์มาจากหลากหลายสาเหตุปัจจัยดังเช่น 1) สาเหตุจากปัจจัยด้านสมองและการทำงานของสมอง หรือปัจจัยทางชีวภาพ (Biological Factors) เป็นการหลั่งของสารโดพามีนในระบบสมองส่วนกลางซึ่งก่อให้เกิดความสุขและเสพติด (Brain Reward Circuit) ทำให้เกิดแรงจูงใจในการเล่นในระยะแรก แต่การหลั่งของโดพามีนที่มีปริมาณมาก และเป็นเวลานานจากการเล่นเกมอาจทำให้สมองส่วนที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงในลักษณะเดียวกัน ในระยะต่อมาเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมจึงมีความหมกมุ่นกับการเล่นเกมเป็นอย่างมาก คล้ายกับผู้ป่วยที่ติดสารเสพติดที่หมกมุ่นกับการเสพสารเสพติด และผู้ป่วยติดการพนันที่หมกมุ่นกับการพนัน จนละเลยการทำกิจกรรมที่ให้ความเพลิดเพลินใจอย่างอื่น และมีความต้องการเล่นเกมที่ควบคุมได้ยาก โดยเฉพาะเมื่อมีสิ่งเร้าที่สัมพันธ์กับการเล่นเกม ได้แก่ เครื่องคอมพิวเตอร์ โทรศัพท์ Tablet ร้านเกมหรือสถานที่ที่เคยเล่นเกม และเพื่อน 2) สาเหตุด้านจิตสังคม (Psychosocial Factors) เด็กและวัยรุ่นที่เป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการเกิดปัญหาโรคติดเกม คือ มีความนับถือตนเองต่ำ เนื่องจากไม่ค่อยได้รับความสำเร็จจากการทำกิจกรรมอื่น ๆ จึงมักเพลิดเพลิน สนุกสนาน และพอใจกับความสำเร็จจากการเล่นเกมจนไม่สามารถควบคุมได้ ขาดการฝึกวินัยอย่างเหมาะสมมาก่อน (ศิริไชย หงส์สงวนศรี และพนม เกตุมาน, 2567: ออนไลน์) การเลี้ยงดูแบบไม่มีระเบียบวินัย (Poor Disciplines) ไม่มีกฎกติกาทำให้เด็กมีความสามารถในการควบคุมตัวเองไม่ดี เมื่อเริ่มเล่นเกมแล้วจะติดพัน เล่นมากขึ้นเรื่อย ๆ จนไม่ได้ทำสิ่งที่ต้องรับผิดชอบ ไม่รู้หน้าที่ เช่น การเรียน กิจวัตรประจำวัน โดยที่ผู้ปกครองไม่ได้อบรมสั่งสอนหรือแค่พูดห้ามไม่ให้เล่น แต่ไม่ได้ลงมือหยุดการเล่นของเด็กอย่างจริงจัง ปัญหาครอบครัว (Family Dysfunction) ทำให้เด็กมีความเครียดเกิดขึ้น เด็กเล่นเกมเพื่อเป็นการระบาย ความเครียด การขาดต้นแบบที่ดี (Poor Role Model) บางครอบครัวตัวผู้ใหญ่เองก็ไม่มีระเบียบวินัย ติดมือถือ ไม่มีกิจกรรมอย่างอื่นทำร่วมกัน มีกลุ่มเพื่อนที่โน้มน้าวกดดันให้ต้องเล่น (Peer Pressure) ต้องเล่นเพื่อให้เพื่อนยอมรับเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม (สรวาภูมิ ตรีศรี,ดร. และคณะ, 2565: ก)

จากการศึกษาเกี่ยวกับแนวทางสำหรับการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ผู้ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่ศึกษา การศึกษาหลัก คือ สมภาติ และปัญญา มาใช้ในการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติด

เกมออนไลน์ โดยเน้นหลักไตรสิกขาเป็นหลักในการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ดังนั้นภารกิจของสถานศึกษาก็คือการฝึกบุคคล ด้วยหลักไตรสิกขา เพื่อพัฒนาเด็กและเยาวชนให้มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ มีจิตใจดี มีสมาธิมั่นคงและมีปัญญาดี และห่างไกลจากเกมออนไลน์ พร้อมเป็นพลเมืองที่ดีของประเทศชาติต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาบริบทเกี่ยวกับสภาพปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์
2. เพื่อศึกษาวิธีการนำหลักไตรสิกขามาใช้ในการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์
3. เพื่อเสนอรูปแบบการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ด้วยหลักไตรสิกขา

กรทบทวนวรรณกรรม

การวิจัยเรื่อง “แนวทางสำหรับการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ด้วยหลักไตรสิกขา” ผู้ศึกษาได้เตรียมแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย

1. แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม

ความหมายของพฤติกรรม คือ การประพฤติในชีวิตประจำวัน การทำตัว คุณสมบัติของบุคคลที่แสดงออก ส่วนหลักพุทธธรรมได้ระบุว่า “พฤติกรรม” หรือความประพฤติของมนุษย์นั้น จัดอยู่ในกฎกรรมนิยาม (Law of Karma) ซึ่งหมายถึงกฎธรรมชาติที่เกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์คือ กระบวนการกระทำและการไหลของการกระทำหรือเป็นกระบวนการแห่งเจตนาหรือความคิดปรุงแต่งสร้างสรรค์ต่างๆพร้อมทั้งผลที่สืบเนื่องออกไปอันสอดคล้องกันเช่นสร้างพฤติกรรมดีก็มีผลดี การสร้างพฤติกรรมชั่วก็ได้รับผลชั่ว (พระธรรมปิฎก, 2527: 179) พฤติกรรมดังกล่าว เป็นสิ่งที่เกี่ยวกับกิจกรรมทุกชนิดของสิ่งมีชีวิตที่สังเกตได้โดยบุคคลอื่นและการแสดงออกของพฤติกรรมนั้น จะชี้ให้เห็นถึงความ เป็นปัจเจกบุคคลในการปรับตัวต่อสิ่งแวดล้อม รวมถึงลักษณะที่ส่งผลไปยังการติดต่อสัมพันธ์กับผู้อื่น (Hilgard, E.R., 1966: 68) พฤติกรรมเกิดจากการ กระทำหรือตอบสนองการกระทำทางจิตวิทยาของแต่ละบุคคลและเป็นปฏิสัมพันธ์ในการตอบสนองสิ่ง กระตุ้นภายในหรือภายนอก รวมทั้งเป็นกิจกรรมการกระทำต่างๆที่เป็นไปอย่างมีจุดหมาย สังเกตเห็นได้ หรือเป็นกิจกรรมการกระทำต่างๆ ที่ได้ผ่านการใคร่ครวญแล้ว หรือเป็นไปอย่างไม่รู้ตัว จากความหมายของพฤติกรรมที่กล่าว ดังนั้นคำว่า “พฤติกรรม” เป็นการกระทำหรืออาการที่แสดงออกของจิตใจทั้งภายในและภายนอก เป็นการกระทำเพื่อสนองความต้องการ ของบุคคล ซึ่งบุคคลอื่นสังเกต และใช้เครื่องมือทดสอบได้ (Goldenson, R.M., 1994: 90)

พฤติกรรมนั้น มีความซับซ้อน มีองค์ประกอบและปัจจัยเกี่ยวเนื่องจำนวนมาก ด้วยเหตุนี้จึงมีความ จำเป็นที่ผู้ศึกษาจะต้องทำความเข้าใจกับสิ่งต่างๆ เหล่านั้น เพื่อที่จะได้จัดการให้มีอิทธิพลเชิงบวกหรือหลีกเลี่ยงหากมีอิทธิพลเชิงลบต่อการพัฒนาตนเอง การศึกษาปัจจัยพื้นฐานของพฤติกรรมจะช่วยให้เข้าใจพฤติกรรมมนุษย์ได้ดียิ่งขึ้น (สงวน สุทธิเลิศอรุณ, 2543: 14) ซึ่งอาจแสดงเป็นการกระทำของ

ผู้กระทำโดยรู้ตัวหรือไม่ก็ได้โดยคนอื่นจะสังเกตเห็น หรือไม่สังเกตเห็นก็ได้และพฤติกรรม คือ การกระทำ หรือการแสดงออก ของมนุษย์ที่ปรากฏออกมา เพื่อวัตถุประสงค์อย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งการแสดงออก หรือการกระทำดังกล่าวนี้จะมีกระบวนการของสิ่งต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกำกับอยู่ตัวบุคคลนั้น ๆ เสมอ กล่าวคือ จะมีกลไกกำกับสั่งการจากความคิดและความรู้สึกที่มีอยู่ภายในเป็นของตนเองตลอดมา (ชัยพร วิชชาวุธ, 2529: 11) หรือนัยหนึ่ง พฤติกรรม คือ การกระทำของบุคคลซึ่งจะครอบคลุมเฉพาะ สิ่งที่แสดงออก เช่น การพูด การนั่ง การยิ้ม หรือการเคลื่อนไหว เป็นต้น หากแบ่งทางกระบวนการทางจิต เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นส่วนบุคคลซึ่งผู้อื่นไม่สามารถสังเกตเห็นได้โดยตรง เช่น ความคิด อารมณ์ความรู้สึก การรับรู้การสัมผัส หรือแม้กระทั่งความฝัน (Nevid, J. S. , 2012: 4)

นอกจากนี้ คำว่า “พฤติกรรม” (Behavior) และ “กระบวนการทางจิต” (Mental processes) ออกจากกันอย่างชัดเจนว่าพฤติกรรม คือ การแสดงออกภายนอก เช่น การเคลื่อนไหว การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (การสนทนา) และการตอบสนองทางอารมณ์หรือการแสดงออกทางอารมณ์(การหัวเราะ หรือร้องไห้) นอกจากนี้ยังรวมถึง การทำงานของระบบต่างๆ ภายในร่างกาย เช่น การเต้นของหัวใจ หรือการทำงานของสมองซึ่ง สามารถใช้เครื่องมือตรวจสอบได้ ในขณะที่กระบวนการทางจิต คือ กระบวนการคิดและเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการใช้เหตุและผล ทั้งนี้ สามารถทำนายหรือพยากรณ์ กระบวนการทางจิตผ่านการศึกษาพฤติกรรม (Lefton, L. A., & Brannon, L., 2008: 3) ดังนั้น ความหมายของ “พฤติกรรม” กับ “กระบวนการทางจิต” จะแบ่งออกจากกัน อย่างชัดเจน โดยให้ความหมายของพฤติกรรมว่าหมายถึง การกระทำทุกอย่างของบุคคล ที่สามารถ สังเกตได้โดยตรง เช่น การจูบ, การร้องไห้, การขับรถไปเรียน ขณะที่กระบวนการทางจิตหมายถึง ความคิด, ได้ความรู้สึก และแรงจูงใจที่บุคคลรับรู้แต่เพียงผู้เดียว โดยสามารถสังเกตได้โดยตรงเช่น ความคิดที่มีต่อการกระทำ, ความรู้สึกต่อสถานการณ์และความทรงจำ (King, L. A. , 2011: 4) จึงกล่าวได้ว่า พฤติกรรมเป็นการกระทำของผู้กระทำโดยรู้ตัว หรือไม่ก็ได้โดยคนอื่นจะสังเกตเห็น หรือไม่สังเกตเห็นก็ได้และพฤติกรรม คือ การกระทำหรือการแสดงออก ของมนุษย์ที่ปรากฏออกมา เพื่อวัตถุประสงค์อย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งการแสดงออก หรือการกระทำดังกล่าวนี้จะมีกระบวนการของสิ่งต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกำกับอยู่ตัวบุคคลนั้น ๆ เสมอ กล่าวคือจะมีกลไกกำกับสั่งการจากความคิดและความรู้สึกที่มีอยู่ภายในเป็นของตนเองตลอดมา (ชัยพร วิชชาวุธ, 2529: 11)

2. แนวคิดเกี่ยวกับเยาวชน

คำว่า “เยาวชน” ไม่ได้เรียกตรงตามศัพท์ แต่จะเรียกว่า “เด็ก” “กุลบุตร” (เยาวชนชาย), “กุลธิดา” (เยาวชนหญิง), เรียก “ยุวและยุวตี” หมายถึง ชายหนุ่มหญิงสาว (สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส, 2547: 33) ในการกำหนดอายุของเยาวชนแตกต่างกันไปเป็นหลายแบบ เช่น โครงการเรือเยาวชน กำหนดอายุเยาวชนไม่เกิน 30 ปี องค์การสหประชาชาติกำหนดอายุ 15 ถึง 25 ปีบริบูรณ์. ศาลแพ่งและพาณิชย์ของไทยกำหนดว่า เยาวชนคือผู้ที่มีอายุเกิน 14 ปีบริบูรณ์แต่ไม่เกิน 18

ปีบริบูรณ์ ในแง่ของกฎหมายนั้น เยาวชนนั้นถือว่าเป็นผู้อ่อนผู้เยาว์ จึงเป็นผู้ที่ควรได้รับการให้อภัย หากกระทำผิดก็ควรได้รับโทษตามควรแก่วัยและความรู้เท่าไม่ถึงการณ์. การพิจารณาโทษจะแตกต่างจากผู้กระทำผิดที่เป็นผู้ใหญ่ (กาญจนา นาคสกุล, 2567: ออนไลน์)

ตามนัยแล้ว “เยาวชน” ส่วนใหญ่เป็นวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 10 – 19 ปี ซึ่งเป็นกลุ่มที่คิดว่ามีสุขภาพดี วัยรุ่นเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อเนื่องจากกำลังเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กไปสู่วัยผู้ใหญ่มีการเปลี่ยนแปลงพัฒนาการหลายด้าน ทั้งด้านร่างกายกับฮอร์โมนเพศ มีความคิดเป็นของตนเอง ต้องการความเป็นอิสระ อยากรู้ อยากรู้อยากลอง แสวงหาประสบการณ์แปลกใหม่ บางครั้งไม่แน่ใจ สับสนในบทบาทตนเอง มีการเจริญเติบโตในทุกส่วนอย่างรวดเร็วและมีน้ำหนักเพิ่ม รวมทั้งมีความต้องการทางเพศสูงขึ้น เริ่มมีความคิดเป็นนามธรรม เป็นเหตุเป็นผลและมีวุฒิภาวะมากยิ่งขึ้น มีการแสวงหาเอกลักษณ์ของตนเอง ต้องการความเป็นอิสระแสวงหาความตื่นเต้น ทำทายและประสบการณ์แปลกใหม่ วัยนี้จะมีอารมณ์เปลี่ยนแปลง ง่ายสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน จนได้รับการกล่าวขานว่าเป็น “วัยพายุบุแคม (storm and stress)” เป็นวัยที่ไวต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ มีลักษณะอารมณ์ที่ไม่คงที่ เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาควบคุมอารมณ์ไม่ค่อยได้ มีการแสดงออกของพฤติกรรมเพื่อตอบสนองต่ออารมณ์ที่ไม่เหมาะสม เป็นวัยที่ต้องการได้รับความรักและการยอมรับจากเพื่อนและสังคมมีพัฒนาการทางด้านความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนต่างเพศเพิ่มขึ้น (ดวงใจ วัฒนสินธุ์, 2559)

เยาวชนนั้น มีการเจริญเติบโตอันเป็นระยะหัวเลี้ยวหัวต่อระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ เด็กจะพัฒนาจากการพึ่งพิงผู้ใหญ่ไปสู่ความเป็นอิสระอย่างเห็นได้ชัดในทุกๆ ด้านและการที่เด็กจะบรรลุถึงขั้นวุฒิภาวะนั้นมีใช้เจริญเติบโตแต่เพียงด้านร่างกายอย่างเดียวเท่านั้นทางด้านจิตใจก็เจริญเป็นเงาตามไปด้วยนั่นคือต้องมีการพัฒนาการทั้ง 4 ด้าน ไปพร้อมๆ กัน ได้แก่ ด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา (Crow, Lester Donald, 1961: 113) ดังนั้น เยาวชน หรือ วัยรุ่นว่าเป็นช่วงชีวิตของแต่ละบุคคล ซึ่งอยู่ระหว่างวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับวัฒนธรรมของสังคม ฐานะทางเศรษฐกิจและสังคมเช่น เด็กที่มาจากชนชั้นกลางเป็นวัยรุ่นนานกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวที่ฐานะเศรษฐกิจและสังคมต่ำ การย่างเข้าสู่วัยรุ่นของเด็กชายและเด็กหญิงไม่พร้อมกันโดยปกติเด็กหญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นก่อนเด็กชาย 1 – 2 ปี การเข้าสู่ระยะวัยรุ่นนั้น เด็กจะเกิดพัฒนาการในด้านต่างๆ ได้แก่ พัฒนาด้านร่างกาย ทางอารมณ์ จิตใจและสังคม (Blair ;&Jones, 1964: 1-2) เยาวชน หรือวัยรุ่น มีลำดับขั้นในการพัฒนาซึ่งแบ่งได้เป็น 3 ระยะ ดังนี้

1) วัยรุ่นตอนต้น (Early Adolescence) อายุ 13 – 15 ปี ซึ่งเป็นระยะที่ร่างกายเริ่มมีการเจริญเติบโตทางเพศอย่างสมบูรณ์ทั้งในเด็กหญิงและเด็กชาย สฟหรับเด็กหญิงนั้นแสดงให้เห็นความเจริญของร่างกายเต็มที่ก็คือ การมีประจำเดือนครั้งแรก ส่วนเด็กชายนั้นไม่มีลักษณะบ่งชี้ชัดเช่นเด็กผู้หญิง แต่เราสังเกตได้จากการหลังสุจิในครั้งแรก การมีขนตามอวัยวะเพศ น้ำเสียงที่ทุ้มดังเปลี่ยนแปลงเป็นท้วมขึ้น และมีลักษณะที่เรียกว่า แตกพาน ส่วนเด็กหญิงนอกจากการมีประจำเดือนสัดส่วนต่างๆ ของร่างกายก็เปลี่ยนแปลงไป

2) วัยรุ่นตอนกลาง (Middle Adolescence) อายุ 15 – 18 ปี มีการเปลี่ยนแปลงทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ และความนึกคิด การเจริญเติบโตในระยะเวลานี้มีลักษณะค่อยเป็นค่อยไป ในร่างกาย แม้ว่าลักษณะการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายเป็นสิ่งปกติของเด็กทุกคน แต่การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจของเด็กแต่ละคนไม่เหมือนกัน

3) วัยรุ่นตอนปลาย (Late Adolescence) อายุ 18 – 21 ในระยะนี้พัฒนาการของวัยรุ่นเริ่มเข้าสู่ภาวะอย่างสมบูรณ์ ซึ่งมักมีพัฒนาการด้านจิตใจมากกว่าด้านร่างกายโดยเฉพาะด้านเกี่ยวกับความนึกคิดและปรัชญาชีวิต เด็กวัยนี้มักพยายามปรับปรุงร่างกายของตนให้เข้ากับสภาพแวดล้อมมากยิ่งขึ้นและพยายามตัดสินใจแก้ปัญหาต่างๆ ก่อให้เกิดความมั่นใจในตนเอง (สชา จันทรธรม, 2540: 46)

3. การติดเกมออนไลน์ของเยาวชน

ในช่วง 10 กว่าปีที่ผ่านมา เทคโนโลยีมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก ทำให้รูปแบบการใช้ชีวิตของเราต้องเปลี่ยนตามอย่างปฏิเสธไม่ได้ ไม่ว่าจะเป็นสมาร์ทโฟนที่เกือบทุกคนสามารถซื้อได้ โซเชียลมีเดียรูปแบบต่างๆ ความไวและการเข้าถึงของอินเทอร์เน็ตและเทคโนโลยีพลิกโลกอื่นๆ ปรากฏการณ์อย่างหนึ่งที่มีการพูดถึงกันมากขึ้นเรื่อยๆ คือ การเสพติดเกม ช่วงอายุของคนที่เสพติดเกมมักเป็นเยาวชน ไม่ว่าจะเป็นเด็กชั้นประถม มัธยม ไปจนถึงนักศึกษา แม้แต่ผู้ใหญ่เองก็สามารถเป็นโรคเสพติดเกมได้เช่นกัน ในปัจจุบันการเสพติดเกมจัดเป็นโรคอย่างหนึ่ง ผลเสียที่ตามมาจากการเสพติดเกมเกิดทั้งกับตัวเด็ก ครอบครัว ไปจนถึงสังคมส่วนรวม (ปราณี ปวีณชญา, 2567: ออนไลน์) โรคติดเกม มีลักษณะของอาการที่เสพติดการเล่นจนควบคุมไม่ได้ คนเหล่านี้มักเป็นผู้ป่วยที่มีความผิดปกติ พวกเขาเลือกที่จะเล่นเกมเป็นอย่างแรกเมื่อตื่นนอนแล้วเล่นลากยาวไปจนกระทั่งเข้านอนแบบไม่สนใจที่จะทำกิจวัตรประจำวัน หรือกิจกรรมอย่างอื่น จนเป็นเหตุให้เกิดผลเสียและส่งผลกระทบต่อความรับผิดชอบในหน้าที่ต่างๆ ในการดำเนินชีวิตประจำวัน ซึ่งเมื่อประมาณกลางปี 2018 ที่ผ่านมานี้ องค์การอนามัยโลก (WHO) ได้มีมติบรรจุให้อาการผิดปกติในการเล่นเกมนานเกินไปหรือการติดเกมลงไปในคู่มือการวินิจฉัยโรคฉบับที่ 11 อย่างเป็นทางการ (International Classification of Diseases 11th revision หรือ ICD-11) ในหมวดหมู่ความผิดปกติทางจิต กลุ่มการติดสารเสพติดและการเสพติดพฤติกรรม โดยการติดเกมนี้จะมีอาการคล้ายกับการติดสุรา สารเสพติด หรือการพนัน (กรมสุขภาพจิต, 2567: ออนไลน์) โดยเด็กติดเกมเป็นปัญหาที่พบมากในเด็กและวัยรุ่น ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อการใช้ชีวิตประจำวัน และอาจส่งผลให้เกิดอาการป่วยทางจิตเวชที่ต้องให้ความสำคัญการเล่นเกมนานเกินไปเป็นกิจกรรมอย่างหนึ่ง ซึ่งให้ความบันเทิงเป็นหลัก เสริมสร้างความสุขในช่วงเวลาว่างได้ดี แต่บางครั้งก็ทำให้เกิดโทษและกลายเป็นปัญหาตามมาได้หากใช้งานไม่เหมาะสม สำหรับกิจกรรมดังกล่าวสามารถแบ่งได้เป็น 2 ประเภท ได้แก่ การเล่นเกมทั่วไปและการติดเกม ซึ่งการติดเกม คือ ปัญหาที่ถือเป็นอาการป่วยทางจิตเวชที่ต้องได้รับการรักษา

ผู้ที่เล่นเกมทั่วไป ได้แก่ ผู้ที่สามารถควบคุมตัวเองได้ รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นได้อย่างเหมาะสม และการเล่นเกมไม่รบกวนหรือส่งผลกระทบต่อกิจกรรมประจำวัน

ผู้ที่มีปัญหาติดเกม ได้แก่ ผู้ที่เล่นเกมมากจนรบกวนกิจกรรมอื่นในชีวิตประจำวัน ความคิดจะววนอยู่กับเรื่องเกม แม้ในขณะที่ทำกิจกรรมอื่นอยู่ ไม่มีแก็งจิตแก็งใจจะทำอย่างอื่นนอกจากเล่นเกม มีความรู้สึกอยากเล่นเกมอยู่ตลอดเวลา หากมีสิ่งที่มาขัดขวางการเล่นเกมจะรู้สึกหงุดหงิด ฉุนเฉียว มีความกระวนกระวาย กระสับกระส่าย หากไม่ได้เล่นเกม ไม่มีการแบ่งเวลา โดยเวลาส่วนมากจะเอาไปเล่นเกม บางรายโดดเรียนไปเล่นเกม หรือไม่ยอมนอนเพราะมัวแต่เล่นเกม รวมถึงไม่กินข้าวตามเวลา ไม่ออกไปสังสรรค์กับเพื่อน เป็นต้น (รามมา มหิตล, 2567: ออนไลน์) นอกจากนี้ยังมีปัจจัยที่ส่งผลต่อการติดเกมดังนี้

ปัจจัยจากตัวเด็ก เด็กที่มีโอกาสเสี่ยงในการติดเกมได้มาก เช่น ในเด็กที่มีภาวะสมาธิสั้น มีความอดทนน้อย ขาดการควบคุมตนเอง ในเด็กที่มีปัญหาอารมณ์ซึมเศร้า เครียด อาจใช้เกมเพื่อช่วยคลายเครียด สร้างความสุข เด็กที่ขาดความภาคภูมิใจในตนเอง (Low self-esteem) ขาดทักษะทางสังคม หรือมีปัญหาการเรียน อาจใช้เกมเป็นสิ่งที่ทำให้เพิ่มความสามารถและความภาคภูมิใจ ได้รับการยอมรับจากเพื่อนและสังคมได้

ปัจจัยด้านครอบครัว สิ่งสำคัญคือการเลี้ยงดูที่ขาดระเบียบวินัย กฎกติกา หรือตามใจเด็กมากเกินไป ทำให้เด็กขาดการควบคุมตนเองในการเล่นเกม หลายงานวิจัยพบว่าปัญหาความสัมพันธ์ในครอบครัวเป็นปัจจัยสำคัญปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เด็กติดเกมได้ บางครอบครัวใช้อารมณ์กับลูกหรือไม่มีเวลาให้เด็ก ขาดการทำกิจกรรมที่สนุกสนาน ทำให้เด็กเกิดความเหงา ความเบื่อหน่าย เด็กจึงต้องหากิจกรรมอื่นเพื่อทำให้ตัวเองสนุก...ซึ่งก็คือการเล่นเกม หรือบางครั้งครอบครัวก็ใช้เกมเพื่อช่วยให้เด็กนั่งสงบ ไม่รบกวนการทำงานของครอบครัว และผู้ปกครองที่ความสัมพันธ์กับเด็กไม่ดีมักจะพบว่าเด็กไม่เชื่อฟังเวลากำหนดกติกาการเล่นเกม หรือให้หยุดเล่น

ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เด็กเข้าถึงเกมได้ง่าย เช่น การที่พ่อแม่หยิбыีนอุปกรณ์ที่ทำให้เด็กเข้าถึงเกมมากเกินไป ในสังคมมีกลุ่มเพื่อนที่มีการพูดคุยเรื่องเกม โรงเรียนหรือบ้านที่ตั้งอยู่ใกล้ร้านเกมก็เป็นปัจจัยที่ทำให้เด็กติดเกมได้ง่ายขึ้น ทีมผู้ผลิตเกมในปัจจุบันทำได้ดึงดูดให้เด็กอยู่หน้าจอได้นานขึ้นเรื่อยๆ

ปัจจัยทางชีวภาพ จากหลายการศึกษาพบว่าเด็กที่มีภาวะติดเกมนั้นสมองถูกกระตุ้นคล้ายกับผู้ติดยาเสพติด

จะเห็นได้ว่า เด็กติดเกมมักจะเล่นเกมจนมีปัญหาสุขภาพร่างกาย ปวดหลัง ปวดหัว ละเอียดความต้องการพื้นฐานของร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นการกินหรือการนอน ไม่สนใจเรียนจนส่งผลกระทบต่อผลการเรียน มีภาวะแยกตัวไม่เข้าสังคม หมกมุ่นอยู่กับเกม บ่อยครั้งที่เด็กอาจแสดงออกทางอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมกับพ่อแม่ถ้าหากไม่ได้เล่น อาจอาละวาด ฉุนเฉียว ก้าวร้าว หรือมีอารมณ์ซึมเศร้าได้ (กมลวิสาข เตชะพูลผล, 2567: ออนไลน์)

ระเบียบวิธีวิจัย

การทำวิจัยเรื่อง “การแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ด้วยหลักไตรสิกขา อ้าเภอแม่สาย จังหวัดเชียงราย” ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เก็บข้อมูลโดยใช้สัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) และการสนทนากลุ่ม (Focus Group) เพื่อให้ได้ข้อมูลที่จะส่งผลให้บรรลุดัตุประสงค์ของการทำวิจัย โดยกำหนดรูปแบบการดำเนินการวิจัย ซึ่งผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่มด้วยตนเอง โดยวิธีใช้การคัดเลือกแบบเจาะจงผู้ให้ข้อมูลสำคัญที่เกี่ยวข้องจำนวน 26 รูป/คน โดยมีรายละเอียดต่อไปนี้

1) แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) จำนวนนักเรียน 14 คน โดยใช้แนวทางสัมภาษณ์กับแบบสัมภาษณ์ที่ได้ออกมาแล้วซึ่งผ่านการตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญที่ผู้วิจัยได้กำหนดไว้ว่าเป็นนักเรียนในโรงเรียน

2) ผู้ร่วมสนทนากลุ่ม ผู้วิจัยได้กำหนดเจาะจงผู้ร่วมสนทนากลุ่ม ประกอบด้วย ผู้อำนวยการ 1 คน พระสอนศีลธรรม 1 รูป ครูผู้เกี่ยวข้อง 3 คน และผู้ปกครองนักเรียน 3 คน นักเรียน 4 คน ซึ่งอาจเป็นบุคคลเดียวกันกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญได้รวมทั้งสิ้นจำนวน 12 รูป/คน

3) ผู้วิจัยได้นัดวันที่จะเก็บข้อมูลกับประชากรผู้ให้ข้อมูลหลัก และผู้สนทนากลุ่ม โดยประชากร และผู้ให้ข้อมูลหลักอยู่ในโรงเรียน ณ วันที่ลงเก็บข้อมูล

4) แบบบันทึก (Record From) ผู้วิจัยได้ใช้เครื่องมือบันทึกเทปเพื่อเก็บข้อมูลจากผู้ให้สัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่ม ผู้วิจัยได้ถอดความจากเครื่องบันทึกเทปออกมาเพื่อเก็บข้อมูลสัมภาษณ์พร้อมกันนี้ผู้วิจัยได้ทำการจดบันทึกข้อมูลเป็นหลายหลักอักษร แล้วนำข้อมูลที่ได้อามาวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ และสรุปผลวิจัยเพื่อนำเสนอผลวิจัยในบทความวิชาการ

ผลการวิจัย

1. การศึกษาบริบทเกี่ยวกับสภาพปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ พบว่า เด็กที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์มักแสดงถึงการใช้เวลาอย่างไม่เหมาะสมกับการเล่นเกม ส่งผลให้ละเลยความรับผิดชอบในด้านการเรียนและกิจวัตรประจำวัน การเข้าสังคมกับเพื่อนหรือครอบครัวลดลง พบว่าเด็กจำนวนหนึ่งใช้เกมเป็นเครื่องมือในการหลีกเลี่ยงปัญหาในชีวิตจริง เช่น ความกดดันทางการเรียน ความขัดแย้งในครอบครัว หรือความรู้สึกโดดเดี่ยว ทั้งนี้ การมีเพื่อนที่มีพฤติกรรมติดเกมด้วยกันยังเป็นปัจจัยเสริมที่กระตุ้นให้เด็กมีการเล่นเกมต่อเนื่องในระยะเวลายาวนาน ความสนุกสนานและความท้าทายที่เกมมอบให้อาจกลายเป็นแหล่งความสุขหลักที่แทนที่ความน่าสนใจของการเรียนหรือกิจกรรมอื่นในชีวิตประจำวัน ผลการศึกษาพบว่าความสำคัญของการสร้างความสมดุลในชีวิตเด็ก โดยเสนอว่าการมีสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมการสื่อสารที่ดีในครอบครัว การพัฒนาทักษะการจัดการเวลา และการจัดกิจกรรมที่หลากหลายสามารถช่วยลดพฤติกรรมติดเกมได้ การแทรกแซงในเชิงป้องกันและแก้ไขต้อง

มุ่งการสร้างความเข้าใจระหว่างผู้ปกครอง ครู และเด็ก เพื่อสร้างพื้นที่ทางสังคมและจิตใจที่เข้มแข็งในระยะยาว

2. การศึกษาวิธีการนำหลักไตรสิกขามาใช้ในการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ พบว่า สามารถพัฒนาพฤติกรรมและทักษะต่าง ๆ ของเด็กได้อย่างเป็นระบบและยั่งยืน โดยกิจกรรมฝึกพฤติกรรม (ศีล) ช่วยสร้างวินัยและความรับผิดชอบในชีวิตประจำวัน เด็กเรียนรู้การจัดการเวลาที่เหมาะสม ลดการใช้เวลามากเกินไปกับการเล่นเกมและเพิ่มความเข้าใจในหน้าที่ของตนเอง เช่น การเรียน การทำการบ้าน และกิจกรรมในครอบครัว ส่วน กิจกรรมฝึกจิต (สมาธิ) ช่วยเสริมสร้างสมาธิในการเรียนและกิจกรรมต่าง ๆ เด็กมีความกระตือรือร้นและสามารถจดจ่อกับสิ่งที่สำคัญมากขึ้น ลดความฟุ้งซ่านที่มักเกิดจากการเล่นเกม กิจกรรมฝึกความคิดความอ่าน (ปัญญา) ช่วยพัฒนาทักษะการคิดอย่างมีเหตุผล เด็กสามารถวางแผนการเรียนรู้และชีวิตประจำวันได้ดีขึ้น รวมถึงการจัดการเวลาและกิจกรรมต่าง ๆ อย่างสมดุล ส่งผลต่อการพัฒนาทักษะทางอารมณ์ การรู้จักพัฒนาตนเอง และปรับตัวต่อสถานการณ์รอบตัวในทางที่ดีขึ้น การบูรณาการหลักไตรสิกขาช่วยแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ได้โดยไม่เพียงลดพฤติกรรมเสี่ยงแต่ยังเสริมสร้างคุณลักษณะที่ดี

3. การนำเสนอรูปแบบการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ด้วยหลักไตรสิกขา พบว่า กิจกรรม “แสงธรรมนำชีวิต” ช่วยการสร้างความเข้าใจและการปฏิบัติหลักธรรมในชีวิตประจำวัน อย่างเป็นรูปธรรม โดยกิจกรรมจะให้นักเรียนและผู้เข้ารับการอบรมได้รับความรู้เกี่ยวกับหลักธรรมที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิต ในด้าน ความมีระเบียบวินัย การรู้จักหน้าที่ ความขยันหมั่นเพียร ความอดทน การซื่อสัตย์สุจริต และความรับผิดชอบต่อผ่านกระบวนการเรียนรู้ที่ส่งเสริมให้เกิดการตระหนักรู้ถึงคุณค่าของการดำรงชีวิตที่ปลอดภัยและสงบเย็น กิจกรรมฝึกปฏิบัติ (ศีล) ช่วยปลูกฝังวินัยและความรับผิดชอบต่อทำให้ผู้เรียนไม่ถูกรบกวนงำด้วยสิ่งยั่วยุ เช่น เกมออนไลน์ กิจกรรมฝึกสมาธิ (สมาธิ) ช่วยให้ผู้เรียนมีจิตใจสงบ เพิ่มสมาธิในกิจกรรมที่สำคัญ เช่น การเรียน และ กิจกรรมเสริมสร้างปัญญา (ปัญญา) ช่วยให้ผู้เรียนมีความสามารถในการวิเคราะห์ วางแผน และแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน ผลจากการนำหลักธรรมไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริงสามารถช่วยลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเกมออนไลน์ พร้อมทั้งสร้างความมั่นคงทางจิตใจและส่งเสริมการพัฒนาคุณธรรมประจำตัว กิจกรรม “แสงธรรมนำชีวิต” จึงเป็นเครื่องมือที่ทรงพลังในการปลูกฝังหลักธรรมและคุณค่าชีวิตแก่เด็กและเยาวชนในยุคปัจจุบัน

อภิปรายผลการวิจัย

1. การศึกษาบริบทเกี่ยวกับสภาพปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ พบว่า ลักษณะพฤติกรรมเด็กที่ติดเกมออนไลน์มักจะมีพฤติกรรมที่แสดงถึงความหมกมุ่น เช่น ใช้เวลาเล่นเกมเป็นเวลานาน, มักละเลยการบ้านหรือการเรียน, และมีปัญหาในการเข้าสังคม เด็กบางคนรู้สึกเบื่อกับการเรียนหรือชีวิตประจำวัน จึงหันมาเล่นเกมเพื่อหาความสนุกการได้รับอิทธิพลจากเพื่อนที่เล่นเกมด้วยกัน

บางคนใช้เกมเป็นที่พึ่งเมื่อมีปัญหาในครอบครัว ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เจตพล จิตต์วิบูลย์ (2563) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ผลกระทบของเกมออนไลน์กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น” ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ร้อยละ 51.63 เรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษาปีที่3 ร้อยละ 85.37 เกรดเฉลี่ยสะสม 3.01 – 4.00 ร้อยละ 47.15 มีคอมพิวเตอร์ ร้อยละ 77.64 โดยพบว่า ส่วนใหญ่เล่นเกมออนไลน์ด้วยมือถือ/แท็บเล็ต ไม่จำกัดเวลาในการเล่น เล่นเกมทุกครั้งที่มีเวลาว่าง ไม่มีค่าใช้จ่ายในการเล่น เล่นเกมทุกวัน และเล่นเกมออนไลน์เพื่อความบันเทิง ปัจจัยในการเลือกเล่นเกมออนไลน์มากที่สุดคือความสวยงามภายในตัวเกม,กลุ่มเพื่อที่ชอบเล่นเกมเหมือนกันส่งผลกระทบต่อความสัมพันธ์กับครอบครัว/เพื่อนมากที่สุด,ความรู้สึกผ่อนคลายจากความตึงเครียดเมื่อได้เล่นเกมมีผลต่ออารมณ์มากที่สุด ปัจจัยส่วนบุคคลมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น และ ปัจจัยในการเลือกเล่นเกมออนไลน์ส่งผลกระทบต่ออารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ0.05

2. การศึกษาวิธีการนำหลักไตรสิกขามาใช้ในการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ พบว่า การดำเนินกิจกรรมการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ด้านร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา โดยใช้หลักไตรสิกขา มาแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกม โดยมีกิจกรรมจัดเพื่ออบรมเด็กนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมการติดเกม มีครูผู้เชี่ยวชาญ หรือพระสงฆ์ และผู้ปกครองของนักเรียน เข้ามาให้ความรู้ด้านการแก้ปัญหาพฤติกรรมการติดเกมครั้งนี้ ครูผู้เชี่ยวชาญอธิบายถึงผลกระทบของการติดเกมออนไลน์ต่อสุขภาพ การเรียน และความสัมพันธ์ พร้อมทั้งเสนอแนะแนวทางการจัดการเวลาการเล่นเกมอย่างมีประสิทธิภาพ พระสงฆ์สอนเกี่ยวกับการใช้หลักศีล สมาธิ ปัญญา ในการควบคุมตนเอง การฝึกสมาธิเพื่อให้มีสติสัมปชัญญะ และการเจริญปัญญาเพื่อรู้เท่าทันความต้องการในการเล่นเกมน ส่วนผู้ปกครอง แบ่งปันประสบการณ์การแก้ปัญหาพฤติกรรมการติดเกมของลูก ๆ และการสร้างสภาพแวดล้อมที่สนับสนุนการพัฒนาที่ดี ซึ่งสอดคล้องกับ พระมหาศุภกร จนูปโม (2562) ศึกษาวิจัยเรื่อง “การจัดการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา โรงเรียนในสังกัดเทศบาล อำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา” ผลการวิจัยพบว่า 1. นักเรียนมีความคิดเห็นต่อสภาพการจัดการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา โรงเรียนในสังกัด เทศบาล อำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา ด้านการจัดกิจกรรมพื้นฐานชีวิตโดยภาพรวมอยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.22$) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ โรงเรียนจัดกิจกรรมส่งเสริมการระลึกและศรัทธาใน พระรัตนตรัยในโอกาสสำคัญอย่างต่อเนื่อง ($\bar{x} = 4.48$) ข้ออื่น ๆ มีค่าเฉลี่ยระดับมาก เรียงจากมาก ไปน้อย คือโรงเรียนส่งเสริมให้นักเรียนปฏิบัติกิจกรรมพระพุทธศาสนาอย่างเห็นคุณค่า ($\bar{x} = 4.44$) รองลงมาคือ โรงเรียนส่งเสริมให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการรักษาและสืบต่อพระพุทธศาสนา ($\bar{x} = 4.36$) และโรงเรียนฝึกฝนอบรมให้เกิด การกิน อยู่ ดู ฟัง เป็น (รู้เข้าใจเหตุผลและได้ประโยชน์ตามคุณค่าแท้ ตามหลักไตรสิกขา) ($\bar{x} = 4.04$) ตามลำดับ ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือ โรงเรียนส่งเสริมกิจกรรมการรับผิดชอบ ดูแลรักษา พัฒนาอาคารสถานที่อย่างสม่ำเสมอ ($\bar{x} = 3.46$) 2) เปรียบเทียบ

การจัดการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขาของนักเรียนโดยภาพรวม อยู่ในระดับ มาก ($\bar{x} = 4.17$) ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านปัจจัยนำเข้า ($\bar{x} = 4.23$) รองลงมาคือ ด้าน ข ผลกระทบ ($\bar{x} = 4.19$) และด้าน ผลผลิต ($\bar{x} = 4.18$) ตามลำดับ ส่วนข้อที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดคือ ด้านกระบวนการ ($\bar{x} = 4.10$)

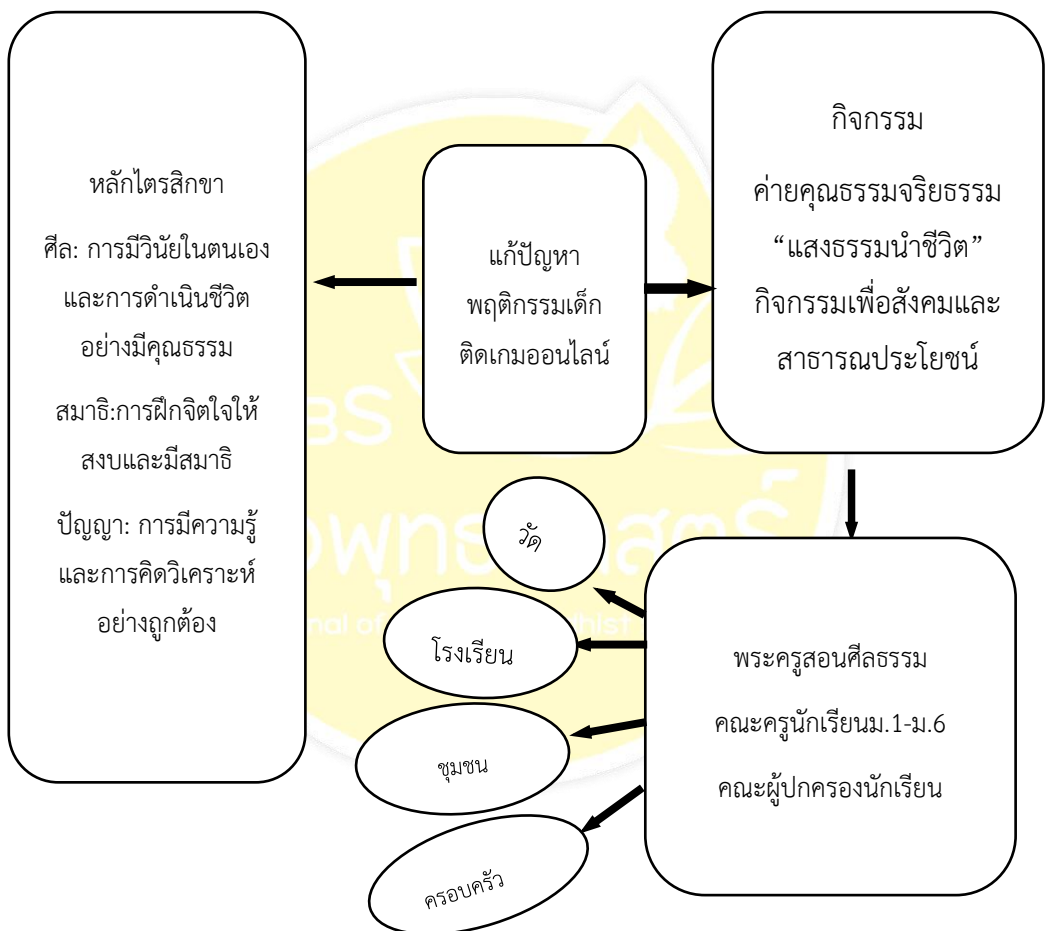
3.การนำเสนอรูปแบบการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ด้วยหลักไตรสิกขา

พบว่า กิจกรรมในค่ายคุณธรรม จริยธรรม “แสงธรรมนำชีวิต” เพื่อให้นักเรียนและผู้เข้ารับการอบรมทุกคน มีความรู้ความเข้าใจในหลักธรรมของศาสนาเท่าที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิต อย่างถูกต้องและเพียงพอ พร้อมนำหลักธรรมนั้นมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เช่นมีระเบียบ วินัย ขยัน อดทน ซื่อสัตย์ สุจริต รับผิดชอบและกตัญญูทุกเวที เป็นต้น จนเกิดเป็นคุณธรรมประจำชีวิต ไม่ตกเป็นทาสของความชั่วร้าย มีชีวิต อยู่อย่างปลอดภัยและสงบเย็น เป็นกิจกรรมได้รับการออกแบบมาเพื่อเสริมสร้างคุณธรรม จริยธรรม และการใช้ชีวิตอย่างมีความสุขและสงบสุข นักเรียนจะได้เรียนรู้และฝึกฝนตนเองในด้านต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับคุณธรรมและจริยธรรม ซึ่งจะ เป็นพื้นฐานที่สำคัญในการดำเนินชีวิตและการอยู่ร่วมในสังคม และหลักไตรสิกขาเป็นหลักธรรมพื้นฐานของการพัฒนานักเรียนที่สามารถนำไปปรับใช้ในการแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมออนไลน์พร้อมเสริมด้วยกิจกรรมและการจัดการเรียนการสอนอย่างมีประสิทธิภาพเพื่อส่งเสริมการพัฒนาทั้งด้านความรู้ ความสามารถในการแก้ปัญหา และจิตใจของนักเรียนอย่างสมดุล ศิลเป็นพื้นฐานของการสร้างจริยธรรมและความรับผิดชอบ ซึ่งสามารถนำไปปรับใช้ในการพัฒนานักเรียนที่เน้นการปลูกฝังคุณธรรม จริยธรรม และการมีน้ำใจ เช่น การเสวนาเกี่ยวกับการรักษา ศิล การเคารพสิทธิของผู้อื่น และการเป็นคนดีในสังคม สมานธิ เป็นการฝึกจิตใจให้มีความมั่นคงและสงบ ซึ่งสามารถนำไปปรับใช้ในการพัฒนานักเรียน การฝึกสมาธิและการนั่งสมาธิหรือการจัดการกิจกรรมที่เน้นการใช้สมาธิ ซึ่งช่วยให้เด็กๆ มีจิตใจที่มั่นคงและมีสมาธิในการเรียนรู้มากขึ้น ปัญหา เป็นการพัฒนาความรู้และการคิดอย่างเป็นระบบ ซึ่งสามารถนำไปปรับใช้ในการพัฒนานักเรียนที่เชื่อมโยงกับชีวิตประจำวันคิดวิเคราะห์และแก้ปัญหาได้อย่างฉลาด ซึ่งสอดคล้องกับ พระมหาอนันท์ อานนโท (2560: 62-63) ได้สรุปผลการวิจัย “การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา เพื่อพัฒนาผลสัมฤทธิ์ของผู้เรียน สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนทวิวัฒนา แขวงช่องนนทรี เขตยานนาวา กรุงเทพมหานคร” พบว่า การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา เป็นกระบวนการที่เน้นผู้เรียนเป็นสำคัญ อาศัยกันและกัน ในองค์ประกอบทั้ง 3 ด้าน คือ ศิล หมายถึงการฝึกในด้านพฤติกรรม การจัดระเบียบระบบความรับผิดชอบ ความเสียสละ ความกตัญญูการตรงต่อเวลา การมีระเบียบวินัย สมานธิหมายถึง การฝึกในด้านจิต หรือระดับจิตใจ ความตั้งมั่นตั้งใจ เอาใจใส่มีใจจดจ่อ อย่างมีสมาธิ รวมถึงสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการจัดการความรู้ในองค์กร ปัญหา หมายถึง การฝึกหรือพัฒนาในด้านปัญญา การรู้ความจริง เริ่มตั้งแต่ความเชื่อ ความเห็น ความรู้ความเข้าใจ ความหยั่งรู้เหตุผล การรู้จักวินิจฉัยไตร่ตรอง ตรวจสอบคิดการต่างๆ สร้างสรรค์การจัดการความรู้การคิดวิเคราะห์มีความสัมพันธ์กับลักษณะการเรียนรู้ทั้ง 3 ด้าน คือ พุทธิพิสัย นักเรียนมีความรู้ความสามารถในการจำแนกเนื้อหาความรู้ เรื่องการสวดมนต์แปลแผ่ เมตตา การ

บริหารจัดการและเจริญปัญญาได้ มีความเข้าใจว่าทำไมก่อนสวดมนต์เราต้องมีศีล ระหว่าง สวดมนต์ต้องมีสมาธิจดจ่อจนทำให้เกิดปัญญาในที่สุด สามารถนำทักษะกระบวนการไตรสิกขาไป ประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวันได้จิตพิสัย นักเรียนได้รับประสบการณ์จริงในการสวดมนต์แปลแผ่เมตตา บริหารจิตและเจริญปัญญา มีปฏิริยาที่ตอบสนองในช่วงแรกเป็นลบแต่เมื่อทำการตกลงและกระตุ้น

สรุปองค์ความรู้

องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย “แนวทางสำหรับการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ด้วยหลักไตรสิกขา” มีรายละเอียดตามแผนภาพดังนี้



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

ข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง “แนวทางสำหรับการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ด้วยหลักไตรสิกขา” ผู้วิจัยได้กำหนดข้อเสนอแนะไว้เพื่อเป็นประโยชน์ในงานวิจัยซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

จากการศึกษาวิจัยนี้ ผู้วิจัยเห็นว่า การวางแผนการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกม เป็นการศึกษาจากปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ มองด้านบริบทของเด็กนักเรียน และความเป็นไปได้ที่จะสามารถการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ได้ตรงจุด ดังนี้

1. การติดต่อประสานงานไปยังสถาบันโรงเรียน ชุมชน พระสงฆ์ และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในด้านแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ได้มาร่วมประชุมเพื่อปรึกษาหารือ

2. การประชุมร่วมกันเพื่อหาแนวทางการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ในโรงเรียน การอภิปราย หาข้อตกลง ในที่ประชุม

3. เมื่อได้ข้อตกลงผ่านทางคณะกรรมการ ทางคณะครูและผู้ปกครองของนักเรียนแล้ว ก็เชิญเด็กนักเรียน ได้ร่วมการอบรม เพื่อสร้างกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพกาย จิตใจ และสติปัญญา เพื่อให้เกิดประโยชน์และเด็กนักเรียนอย่างทั่วถึง

4. เมื่อผ่านการประชุมในโรงเรียนแล้วก็นำผลการประชุม มาในระดับชุมชน และให้เด็กนักเรียน ได้เข้าร่วมในการประชุม และสามารถมีส่วนร่วมในการเสนอปัญหา และแนวทางการแก้ปัญหาของแต่ละท่าน เพื่อนำมาพิจารณาเพื่อสร้างเป็นกิจกรรมในการแก้ปัญหาดังกล่าวตามหลักธรรม

2. ข้อเสนอเชิงปฏิบัติ

จากการศึกษาวิจัยนี้ ผู้วิจัยเห็นว่า การปฏิบัติงานในการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกม เป็นการศึกษาจากปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ มองด้านปัญหาของบริบทเด็กนักเรียน และความเป็นไปได้ที่จะสามารถปฏิบัติการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ได้ ดังนี้

2.1) โรงเรียนควรมีการส่งเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมแก่นักเรียน ด้วยกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา โดยการมีพระสงฆ์ได้เข้ามามีส่วนร่วม ในการให้ความรู้เรื่องหลักไตรสิกขา

2.2) กิจกรรมเสริมสร้างหลักธรรมในการแก้ปัญหาด้านพฤติกรรมนักเรียน โดยการอบรมให้ความรู้ในด้านการเจริญสติศึกษา ผ่านกิจกรรมวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา หรือกิจกรรมอาสาสมัครของโรงเรียน เพื่อให้เด็กนักเรียนเกิดปัญญา เข้าใจปัญหา และนำไปใช้ในชีวิตประจำวันอย่างรู้เท่าทันปัญหา

2.3) การเสริมสร้างความรู้นักเรียน ให้มีการได้เรียนรู้เทคโนโลยี ติดต่อสื่อสาร การใช้สื่อเพื่อหาความรู้อย่างไม่จำกัด และรู้เท่าทันคุณและโทษจากสื่อเทคโนโลยีได้อย่างกว้างขวาง

3. ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยในครั้งต่อไป

จากการศึกษาวิจัยนี้ ผู้วิจัยเห็นว่า การปฏิบัติงานในการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกม เป็น การศึกษาจากปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ มองด้านปัญหาของบริษัทเด็กนักเรียน และ ความ เป็นไปได้ที่จะสามารถปฏิบัติการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กติดเกมออนไลน์ ได้ ดังนี้

1. โรงเรียนควรมีการส่งเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรมแก่นักเรียน ด้วยกิจกรรมทาง พระพุทธศาสนา โดยการมีพระสงฆ์ได้เข้ามามีส่วนร่วม ในการให้ความรู้เรื่องหลักไตรสิกขา

2. กิจกรรมเสริมสร้างหลักธรรมในการแก้ปัญหาด้านพฤติกรรมนักเรียน โดยการอบรม ให้ ความรู้ในด้านการเจริญศีลสิกขา ผ่านกิจกรรมวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา หรือกิจกรรมอาสาสมัคร ของโรงเรียน เพื่อให้เด็กนักเรียนเกิดปัญญา เข้าใจปัญหา และนำไปใช้ในชีวิตประจำวันอย่างรู้เท่าทันปัญหา

3. การเสริมสร้างความรู้ของนักเรียน ให้มีการได้เรียนรู้เทคโนโลยี ติดต่อสื่อสาร การใช้สื่อ เพื่อหาความรู้อย่างไม่จำกัด และรู้เท่าทันคุณและโทษจากสื่อเทคโนโลยีได้อย่างกว้างขวาง

เอกสารอ้างอิง

กมลวิสาข์ เตชะพลผล นายแพทย์หญิง (2567). อย่าปล่อยให้ลูกแปรปรวน! เมื่อลูกติดเกม..ควรรับรักษา.

สืบค้นข้อมูลจาก <https://www.phyathai.com/th/article/>

กรมสุขภาพจิต (2567). โรคติดเกม (Gaming disorder) มุมมองที่เปลี่ยนไป. สืบค้นข้อมูลจาก

<https://dmh.go.th/news/view.asp?id=2271>

กาญจนา นาคสกุล (2567). การกำหนดอายุเยาวชน, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: [http:// legacy.orst.go.th/.](http://legacy.orst.go.th/)

เจตพล จิตต์วิบูลย์ (2563). “ผลกระทบของเกมออนไลน์กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น”.

วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาการจัดการทั่วไป. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยสยาม.

ชัยพร วิชชาวุธ (2529). พฤติกรรมจริยธรรมของคนในสังคมไทย. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.

ดวงใจ วัฒนสินธุ์ (2559). “การทดสอบรูปแบบภาวะซึมเศร้าของวัยรุ่นไทย: กรณีศึกษาเขตพื้นที่จังหวัด เชียงใหม่”. วิทยานิพนธ์ปริญญาตรีบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

ปรานี ปวีณชนา, แพทย์หญิง (2567). การเสพติดเกม (Game Addiction). สืบค้นข้อมูลจาก

<https://www.manarom.com/blog/GameAddiction.html>.

พระธรรมปิฎก (2527). พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก.

พระมหาศุภกร จนฺทูปโม (2562). “การจัดการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา โรงเรียนในสังกัดเทศบาล

อำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการ สอนสังคมศึกษา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระมหาอานนท์ อานนฺโท (2560). “การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ตามหลักไตรสิกขา เพื่อพัฒนา ผลสัมฤทธิ์ ของผู้เรียน สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนทวีวัฒนา”. วิทยานิพนธ์พุทธ

- ศาสตร์ มหาบัณฑิต สาขาวิชาการสอนสังคมศึกษา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- รามามา มหิดล (2567). เด็กติดเกม ปัญหาพฤติกรรมที่ต้องให้ความสำคัญ. สืบค้นข้อมูลจาก <https://www.rama.mahidol.ac.th/>
- วิไลพรรณ มีบุญธรรม (2552). พฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์ของวัยรุ่น การศึกษารายกรณี, [10], 166 แผ่น + ซีดีรอม 161 แผ่น.
- ศิริไชย หงส์สงวนศรี และพนม เกตุมาน (2567). Game Addiction: The Crisis and Solution. สืบค้นข้อมูลจาก <https://med.mahidol.ac.th/2564>
- สงวน สุทธิเลิศอรุณ (2543). พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาคน. กรุงเทพมหานคร: อักษราพิพัฒน์.
- สชา จันทรธอม (2540). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส (2547). บาลีไวยากรณ์ วจิวภาค ภาคที่ 2. พิมพ์ครั้งที่ 48. กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- สมาคมวิทยุและสื่อเพื่อเด็กและเยาวชน (2567). เด็กไทยเล่นเกมออนไลน์สูงสุดเกิน 8 ชั่วโมง/วัน นำหนึ่งคือ ROV. สืบค้นข้อมูลจาก <https://www.bangkokbiznews.com/social/856162>
- สรารุณี ตรีศรี, ดร. และคณะ (2565). “การศึกษาแนวทางการป้องกันและลดผลกระทบจากการเสพติดเกมออนไลน์ ในกลุ่มเยาวชน”. รายงานวิจัย. คณะแพทยศาสตร์: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุภะเกษ ประกายเพชร, นันทมงคลชัย สุธรรม, และ ดำรงค์ศักดิ์ มั่นทนา (2555). “ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ ในนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา”. วารสารสาธารณสุขศาสตร์. 42 (1): 66-77.
- สุภาวดี เจริญวานิช (2567). “พฤติกรรมติดเกม ผลกระทบและการป้องกัน”. วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี. 22 (6): 871-879.
- Blair ;&Jones (1964). Psychology of Adolescence for Teacher. New York: Mc Millin Company.
- Crow, Lester Donal (1961). Education in The Secondary School. New York: America.
- Goldenson, R.M. (1994). Longman Dictionary of Psychology and Psychiatry. New York: n.p.
- Hilgard, E.R. (1966). Introduction to psychology. 3 rd. ed. New York: Harcourt Brace and Word.
- King, L. A. (2011). The Science of Psychology. 2nd ed. New York: McGraw Hill.
- Lefton, L. A., & Brannon, L. (2008). Psychology. New York: Pearson Education.
- Nevid, J. S. (2012). An Introduction to Psychology. 4 th ed. Connecticut: WADSWORTH CENGAGE Learning.



รูปแบบการบริหารงานเชิงพุทธ: การมีส่วนร่วมขององค์กร BUDDHIST MANAGEMENT MODEL: ORGANIZATIONAL PARTICIPATION

พระมหาชุมพล สุทสสี (ชุมพล ต้นวัฒนเสรี) และพระครูปฐมสุตากร (รัตน์ะ สิทธิรัตนโน)
วัดหนองกระโดน จังหวัดนครปฐม

Phra Maha Chumpol Sutasee (Chumpol Tanwatanaseree) and
Phra Khru Pathom Sutakorn (Rattana Siddhiratano)
Wat Nong Kradon, Nakhon Pathom Province
Email: Atbright2012@gmail.com

บทคัดย่อ

การมีส่วนร่วมของสังคมมนุษย์ควรแสดงถึงจิตเมตตากรุณาและความรับผิดชอบต่อสังคม การพัฒนาทักษะในการใช้ชีวิตและการทำงานเป็นสิ่งสำคัญ ซึ่งการบริหารจัดการแนวพุทธสามารถนำมาใช้ในการพัฒนาองค์กรในด้านคุณภาพ คุณธรรม และความสุข การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ควรมุ่งเน้นการฝึกอบรมและการเสริมสร้างทักษะที่เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย การปรับปรุงอย่างต่อเนื่อง ความสัมพันธ์เชิงโครงสร้างที่ตรวจสอบได้ และการระบுகลไกเชิงเหตุผลเป็นสิ่งสำคัญ การบริหารแบบมีส่วนร่วมได้รับความสนใจในยุคปัจจุบัน โดยการนำหลักธรรมมาภิบาลมาใช้เพื่อลดความขัดแย้งในองค์กร และสร้างความผูกพันกับบุคลากร การมีส่วนร่วมหมายถึงการเปิดโอกาสให้ประชาชนร่วมรับรู้และเสนอความคิดเห็นในการตัดสินใจในปัญหาสำคัญ การใช้พุทธวิธีกกับการมีส่วนร่วมของประชาชน โดยใช้หลักอปริหานิยธรรมเพื่อสร้างความสามัคคี ความร่วมมือ และความเป็นธรรม ซึ่งช่วยเสริมสร้างความผูกพันและความรับผิดชอบต่อชุมชน รวมทั้งลดความขัดแย้ง พระพุทธองค์ทรงเน้นให้ผู้ปกครองเป็นคนดีมีศีลธรรม การนำหลักนี้ไปใช้ช่วยแก้ปัญหาการสื่อสาร ทำให้สมาชิกทำงานร่วมกันอย่างมีความสุข สร้างความสามัคคีและความเป็นปึกแผ่นในครอบครัวและสังคม

คำสำคัญ: รูปแบบ, การบริหารงานเชิงพุทธ, การมีส่วนร่วมขององค์กร

Abstract

The participation of human society should reflect compassion and social responsibility. The development of life and work skills is important, which Buddhist management can be used to develop organizations in terms of quality, morality and happiness. Human resource development should focus on training and enhancing skills appropriate to the target group. Continuous improvement, verifiable structural relationships and the

identification of rational mechanisms are important. Participatory management has received attention in the present era, especially the application of good governance principles to reduce conflicts in organizations and create engagement with personnel. Participation means giving people the opportunity to participate in learning and expressing opinions in decision-making on important issues. The use of Buddhism with public participation, using the principle of *aparihaniyadhamma*, to create unity, cooperation and fairness, which helps to strengthen bonds and responsibilities in the community and reduce conflicts. The Buddha emphasized that parents should be good and moral people. Applying this principle helps to solve communication problems, allows members to work together happily, and creates unity and solidarity in the family and society.

Keywords: Model, Buddhist Administration, Organizational Participation

บทนำ

ปัจจุบันสถานการณ์โลกนับวันยิ่งผันผวน หลายองค์กรต้องเผชิญหน้ากับปัญหาวิกฤตที่อาจเกิดขึ้นได้ทั้งทางตรงและทางอ้อมไม่เว้นแม้แต่องค์กรทางศาสนา ดังจะเห็นได้จากสถานการณ์เกี่ยวกับองค์กรพุทธนานาชาติซึ่งมีเป้าหมายในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา ในช่วงภาวะวิกฤตที่ผ่านมา ต้องเผชิญทั้งภัยคุกคามจากโรคภัยไข้เจ็บ ภาวะเศรษฐกิจ ภัยสงคราม การไม่นับถือศาสนาของคนรุ่นใหม่ ภาวะเสื่อมถอยของศรัทธาชาวพุทธ ทำให้การเผยแผ่คำสอนเริ่มเข้าสู่สถานการณ์ที่ท้าทาย อย่างไรก็ตาม หลายองค์กรมีการบริหารจัดการความเสี่ยง เพื่องานเผยแผ่อย่างมีประสิทธิภาพและช่วยแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้อย่างทันท่วงที (พระครูสมุห์สนิทวงศ์ วุฑฒวิโส, 2567: บทคัดย่อ) ปัจจุบันในสังคมโลกได้เปลี่ยนแปลงเป็นสังคมแห่งความรู้ (Knowledge Society) หรือสังคมแห่งการเรียนรู้ (Learning Society) โดยประเด็นทางสังคมที่มีการพูดถึงและให้ความสำคัญเป็นอย่างมาก คือ จิตอาสา (Volunteer) และความรับผิดชอบต่อสังคม (Social Responsibility) มนุษย์ทุกคนควรมีจิตเมตตากรุณาต่อกัน และไม่ว่าจะคิดหรือทำอะไรก็ตาม ควรมีความรับผิดชอบต่อสังคม ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของคุณธรรมและจริยธรรม การปลูกฝังและพัฒนาจิตอาสาและความรับผิดชอบต่อสังคมเป็นทักษะการเรียนรู้ที่สำคัญในหมวดของการใช้ชีวิตและการทำงาน (วิจารณ์ พานิช, 2555: 13) การบริหารราชการขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจำเป็นต้องพัฒนาตามนโยบายการบริหารประเทศ ซึ่งเน้นการสร้างความเป็นธรรมในสังคม พัฒนาระบบราชการโดยยึดหลักธรรมาภิบาล เพิ่มประสิทธิภาพในการกระจายอำนาจแก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น รวมทั้งพัฒนาระบบและกลไกการป้องกันและปราบปรามการทุจริตและการประพฤติมิชอบ ส่งเสริมให้ประชาชนทุกระดับมีโอกาสเข้าถึงกระบวนการยุติธรรมอย่างเท่าเทียม พร้อมกับปลูกจิตสำนึกค่านิยมประชาธิปไตยและหลักธรรมาภิบาล จึงได้กำหนดวิสัยทัศน์การพัฒนาประเทศในระยะ 5

ปี (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักงานนายกรัฐมนตรี, 2554: 7-8)

การบริหารและการบริหารจัดการมีแนวคิดมาจากธรรมชาติของมนุษย์ที่เป็นสัตว์สังคมซึ่งจะต้อง อยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม โดยจะต้องมีผู้นำกลุ่มและมีแนวทางหรือวิธีการควบคุมดูแลกันภายในกลุ่ม เพื่อให้เกิด ความสุขและความสงบเรียบร้อย ซึ่งอาจเรียกว่า ผู้บริหารและการบริหาร การบริหารจัดการ แนวพุทธเป็น ความพยายามในการนำเอาหลักธรรมของพระพุทธศาสนามาประยุกต์กับการทำงาน สมัยใหม่ ทั้งนี้ เพราะพุทธธรรมเป็นนามธรรมสูงกว่าความรู้สมัยใหม่ใด ๆ เมื่อองค์การมั่นคงแล้ว เราจะหยุดแค่นั้นไม่ได้ จำเป็นต้องมีการ ปรับปรุงเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา เรียกว่า การพัฒนาองค์การ สามารถทำได้ทั้งทางโลกและทางธรรม (พระมหาธีรพันธ์ ธีรภิตติ, อัญชลี จตุรานน, 2555: 5) สำหรับการพัฒนาทางโลกนั้น มีวิธีการทำได้หลากหลายรูปแบบเช่น Reengineering, Human Resource Development Mia Knowledge Management แต่สำหรับการพัฒนาองค์การทางธรรม (Buddhist organization development) คือการใช้หลักธรรมเป็นเครื่องมือในการ พัฒนาองค์การ ตัวแปรที่จะพัฒนานั้น ก็คือ องค์ประกอบหลักขององค์การนั่นเอง ได้แก่ 1) สมาชิกองค์การ สมาชิกองค์การต้องส่งเสริมในด้าน คุณภาพ คุณธรรม และความสุขของสมาชิก 2) ผู้นำ ต้องพัฒนาเช่นเดียวกัน กับสมาชิก นั่นก็คือ ด้าน คุณภาพ คุณธรรม และความสุข (สัญญา สัญญาวิวัฒน์ และชายสัญญา วิวัฒน์, 2550 : 3)

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจึงได้กำหนดแผนยุทธศาสตร์การพัฒนาขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเป็นแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (กรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น คู่มือการจัดทำแผนพัฒนาท้องถิ่น, 2552 : 18) เป็นแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น โดยกำหนดวิสัยทัศน์ พันธกิจ และจุดมุ่งหมายเพื่อการพัฒนาในอนาคต ให้สอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ แผนพัฒนาจังหวัด แผนพัฒนาอำเภอ และนโยบายการพัฒนาท้องถิ่น การวางแผนยุทธศาสตร์การพัฒนานั้นเป็นกระบวนการกำหนดทิศทางการบริหารจัดการขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น โดยกำหนดแนวทางพื้นฐาน รวบรวม วิเคราะห์ข้อมูลอย่างรอบด้าน เป็นระบบ และตรงตามความต้องการของประชาชน การวางแผนยุทธศาสตร์ท้องถิ่นคือ กระบวนการตัดสินใจเพื่อบรรลุเป้าหมายที่วางไว้ในการตอบสนองปัญหาและความต้องการของชุมชนในท้องถิ่น การวางแผนยุทธศาสตร์ช่วยจัดลำดับความสำคัญ (เสรี พงศ์พิศ, 2552 : 6) ของปัญหาและความต้องการต่าง ๆ รวมถึงลำดับความจำเป็นเร่งด่วน โดยมีกระบวนการเรียนรู้ที่ดีและมีประสิทธิภาพ เพื่อให้เกิดแผนงาน โครงการ และกิจกรรมที่ทำให้วิสัยทัศน์และเป้าประสงค์ที่กำหนดสามารถบรรลุผลได้ ดังนั้น ชุมชนจำเป็นต้องมีความรู้เท่าทัน มีภูมิคุ้มกัน มีอำนาจต่อรอง สามารถปรับตัวได้ และมีวิธีการแก้ไข ปัญหาของชุมชนเอง เพิ่มโอกาสในการเข้ามามีส่วนร่วมในการตัดสินใจ มีส่วนร่วมในการดำเนินงาน มีส่วนร่วมในการรับผลประโยชน์ และมีส่วนร่วมในการประเมินผลมากขึ้น ปัจจุบัน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเข้ามามีบทบาทในการให้บริการประชาชนทั่วประเทศ ซึ่งจำนวนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (สำนักพัฒนาระบบรูปแบบและโครงสร้าง กรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น, 2567 : ออนไลน์)

ประกอบด้วย องค์การบริหารส่วนจังหวัด 76 แห่ง, เทศบาล 2,266 แห่ง ได้แก่ เทศบาลนคร 29 แห่ง เทศบาลเมือง 167 แห่ง และเทศบาลตำบล 2,070 แห่ง, องค์การบริหารส่วนตำบล 5,509 แห่ง และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นรูปแบบพิเศษ 2 แห่ง ได้แก่ กรุงเทพมหานครและเมืองพัทยา รวมทั้งสิ้น 7,853 แห่ง ได้มีการนำแนวคิดการมีส่วนร่วมของชุมชนมาใช้บริหารงานท้องถิ่นตามหลักการบริหารกิจการบ้านเมืองที่ดีหรือหลักธรรมาภิบาล ส่งเสริมกระบวนการในการแก้ไขปัญหาและนำไปสู่การพัฒนาท้องถิ่นอย่างยั่งยืน และบางหน่วยงานมีผลการดำเนินงานดีเด่นก็จะได้รับรางวัลระดับชาติ ได้แก่ รางวัลพระปกเกล้า (วิทยาลัยการพัฒนาการเมืองท้องถิ่น สถาบันพระปกเกล้า, 2555 : 7-13)

การมีส่วนร่วมทางการเมืองถือเป็นองค์ประกอบหนึ่งในการขับเคลื่อนระบอบประชาธิปไตย ให้ไปสู่แก่นแท้ของระบอบการเมืองการปกครองที่เป็นของประชาชน โดยประชาชน และเพื่อประชาชน อย่างแท้จริง รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2560 ได้เปิดโอกาสให้ประชาชนเข้ามามีส่วนร่วมทางการเมืองตามระบอบประชาธิปไตยได้มากขึ้นและง่ายขึ้น โดยได้มีการปรับปรุงโครงสร้างทางการเมือง เริ่มตั้งแต่กระบวนการการเลือกตั้ง ที่มาและคุณสมบัติของสมาชิกสภาผู้แทนราษฎร และสมาชิกวุฒิสภา หลักเกณฑ์ในการเข้าชื่อเสนอกฎหมาย และการถอดถอนผู้ดำรงตำแหน่งทางการเมือง และข้าราชการระดับสูง และเพิ่มหลักการให้กับการออกเสียงประชามติ โดยให้ผลของการออกเสียงประชามติเป็นการให้คำปรึกษาแก่คณะรัฐมนตรีหรือให้มีผลเป็นข้อผูกพันได้ ซึ่งแต่เดิมผลของประชามติเป็นเพียงแค่การให้คำปรึกษาเท่านั้น นอกจากนี้รัฐธรรมนูญฉบับนี้ ได้เพิ่มอำนาจให้กับประชาชนในการเข้ามามีส่วนร่วมทางการเมืองในการปกครองส่วนท้องถิ่น เป็นการกระจายอำนาจการตัดสินใจลงไปในระดับท้องถิ่น โดยให้ประชาชนในพื้นที่ดูแลและตรวจสอบการใช้อำนาจของผู้บริหารส่วนท้องถิ่นได้อีกด้วย รัฐธรรมนูญฉบับปี 2560 ได้เพิ่มช่องทางการมีส่วนร่วมทางการเมืองให้กับประชาชนไว้อีกประการหนึ่ง คือ การให้สิทธิประชาชน 50,000 คน เข้าชื่อ เพื่อเสนอขอแก้ไขเพิ่มเติมรัฐธรรมนูญ ซึ่งนับเป็นหลักการใหม่ที่เกิดขึ้นครั้งแรกในรัฐธรรมนูญฉบับนี้ที่จะเสริมสร้างบทบาทของประชาชนในระบอบประชาธิปไตยให้มีความสมบูรณ์มากขึ้น (การมีส่วนร่วมทางการเมืองของประชาชน, 2560 : 7-8)

หลักคำสอนทางพระพุทธศาสนามีจุดมุ่งหมายเพื่อดับทุกข์ โดยเริ่มจากการเรียนรู้ทำความเข้าใจความทุกข์ที่เกิดขึ้น หรือเรียนรู้สาเหตุของปัญหา เพื่อนำไปสู่การวิเคราะห์หาวิธีแก้ไขปัญหาย่างแท้จริง ดังนั้นการนำหลักอปริหานิยธรรม 7 ซึ่งประกอบด้วย 1) หมั่นประชุมกันเป็นเนืองนิตย์ 2) พร้อมเพรียงกันประชุม 3) ไม่บัญญัติสิ่งที่ยังไม่บัญญัติ จักไม่ถอนสิ่งที่ท่านบัญญัติไว้แล้ว ประพฤติมน้อยในธรรมของชุมชนครั้งโบราณ 4) สักการะเคารพนับถือบูชาท่านผู้ใหญ่ทั้งหลาย มองเห็นความสำคัญแห่งถ้อยคำของท่านว่าเป็นสิ่งอันพึงรับฟัง 5) ไม่ข่มขืนบังคับปกครองหญิงในสกุล 6) สักการะ เคารพ นับถือบูชาเจตีสถานของคนในชุมชนทั้งภายในและภายนอก และไม่ลบล้างพิธีกรรมอันชอบธรรมซึ่งเคยให้เคยทำแก่เจตีสถานเหล่านั้น 7) ถวายความอารักขา ความคุ้มครอง ป้องกันโดยชอบธรรมในพระอรหันต์ทั้งหลายเป็นอย่างดีด้วยหวังว่า โฉนพระอรหันต์ทั้งหลายที่ยังไม่มาพึงมาสู่แว่นแคว้น และที่มาแล้วพึงอยู่เป็นสุข (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2553 : 15) หลักธรรมเหล่านี้เป็นสิ่งที่ควรปลูกฝังในจิตใจ

ของบุคคลในสังคม เพราะเป็นหลักการของการประพฤติตนเป็นคนดี นำไปสู่การป้องกันและการแก้ไข ปัญหา และฟื้นฟูจิตใจ เพื่อพัฒนาชีวิตให้ดีขึ้นทั้งแก่บุคคล ครอบครัว ชุมชน และประเทศชาติ การปฏิบัติ ตามหลักการทำให้เกิดความสงบสุข และสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในสังคม ช่วยให้คุณคนมีคุณธรรมและ จริยธรรมที่ดี สังคมก็จะเจริญรุ่งเรือง มีความมั่นคงและยั่งยืน ทั้งนี้การนำหลักการไปใช้ในชีวิตประจำวัน จะช่วยสร้างความสุข ความสงบ และความเจริญในทุกระดับของสังคม

โดยมีประเด็นสำคัญคือ จิตอาสาและความรับผิดชอบต่อสังคม มนุษย์ควรมีจิตเมตตา กรุณา และรับผิดชอบต่อสังคม การพัฒนาจิตอาสาและความรับผิดชอบต่อสังคมเป็นทักษะสำคัญในการใช้ชีวิต และการทำงาน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นต้องพัฒนามาตามนโยบายของประเทศ โดยเน้นการสร้างความเป็นธรรม พัฒนาระบบราชการตามหลักธรรมาภิบาล และเพิ่มประสิทธิภาพการกระจายอำนาจ การบริหารจัดการแนวพุทธนำหลักการมาใช้ในการพัฒนาองค์กร ทั้งการพัฒนาสมาชิกและผู้นำในด้าน คุณภาพ คุณธรรม และความสุข การวางแผนยุทธศาสตร์ท้องถิ่นต้องตอบสนองปัญหาและความต้องการ ของชุมชน องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นนำแนวคิดการมีส่วนร่วมของชุมชนมาใช้บริหารงานตามหลักธรรมาภิบาล และส่งเสริมการมีส่วนร่วมทางการเมืองตามรัฐธรรมนูญ เพื่อให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการ ตัดสินใจ และการนำหลักการพระพุทธศาสนาใช้ในการพัฒนาองค์กรจะส่งผลให้เกิดความสงบสุข และความเจริญมั่นคงในสังคม การปฏิบัติตามหลักการจะช่วยทำให้บุคคลมีคุณธรรมและจริยธรรมที่ดี สร้างความสัมพันธ์ที่ดีในสังคม

ความรู้เกี่ยวกับการสร้างรูปแบบในสังคม

คำว่า “รูปแบบ” หรือ Model หรือ Format เป็นคำที่มีความหมายหลากหลายและ สามารถใช้ในหลายบริบท โดยทั่วไปแล้ว “รูปแบบ” มักหมายถึงวิธีการหรือแนวทางการดำเนินงานที่ใช้ เป็นต้นแบบ เช่น รูปแบบการสร้างบ้านที่เน้นการใช้วัสดุที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม รูปแบบการบริหารงาน ที่เน้นการมีส่วนร่วมของพนักงานทุกระดับ หรือรูปแบบการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่เน้นการฝึกอบรม และเสริมสร้างทักษะต่าง ๆ เพื่อให้บุคลากรสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มที่ องค์กรและนักวิชาการ หลายท่านได้ให้ความหมายและแนวทางการใช้ “รูปแบบ” ในบริบทต่าง ๆ เพื่อช่วยให้การดำเนินงาน เป็นไปอย่างมีระบบ โดยการสร้างรูปแบบที่ดีนั้นจะต้องคำนึงถึงความเหมาะสมและความต้องการของ กลุ่มเป้าหมาย รวมทั้งต้องมีการปรับปรุงและพัฒนาอย่างต่อเนื่องเพื่อให้สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลง ของสภาพแวดล้อมและเทคโนโลยีในปัจจุบัน และในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 ให้ ความหมายของ “รูปแบบ” ไว้ว่า รูปที่กำหนดขึ้นเป็นหลักหรือเป็นแนวซึ่งเป็นที่ยอมรับ เช่น รูปแบบร้อย กรอง (ศิลปะ) สิ่งที่แสดงให้เห็นว่าเป็นเช่นนั้น ๆ อย่างรูปคน รูปบ้าน รูปปลา รูปใบไม้ เช่น รูปแบบ ผู้หญิง รูปแบบเปิด รูปแบบวัด (พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, 2546, 964)

รูปแบบยังเป็นสิ่งที่ได้รับการพัฒนาขึ้นเพื่อบรรยายคุณลักษณะที่สำคัญของปรากฏการณ์ อย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อให้ถ่ายทอดการทำความเข้าใจ รูปแบบจึงมิใช่การบรรยายหรืออธิบายปรากฏการณ์

อย่างละเอียดทุกแง่มุม เพราะการกระทำเช่นนั้นจะทำให้รูปแบบนั้นด้อยลงไป ส่วนการที่ระบุว่าเป็นแบบใด ๆ จะต้องประกอบด้วยรายละเอียดอย่างน้อยเพียงใดจึงเหมาะสมกับรูปแบบนั้น ๆ ควรมียุทธศาสตร์ประกอบอะไรบ้าง ไม่ได้มีการกำหนดตายตัว ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปรากฏการณ์แต่ละอย่าง และวัตถุประสงค์ของผู้สร้างรูปแบบนั้นว่าต้องการจะอธิบายปรากฏการณ์นั้นอย่างไร (Bardo, John W., and Hartman, John J., 1982, 70-71) อย่างไรก็ตามรูปแบบต่าง ๆ ยังคงเป็นนามธรรมของจริง หรือภาพจำลองของสถานการณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งอาจมีตั้งแต่แบบจำลองอย่างง่ายไปจนถึงแบบจำลองที่มีความซับซ้อนมาก ๆ มีทั้งแบบจำลองเชิงกายภาพ (Physical model) เช่น แบบจำลองอะตอม แบบจำลองเครื่องบิน เป็นต้น และแบบจำลองเชิงคุณลักษณะ (Qualitative model) ที่ใช้อธิบายสภาพการณ์หรือปรากฏการณ์ด้วยภาษาหรือสัญลักษณ์ต่างๆ (Tosi, Henry L. and Carroll, Stephen J., 1982, 163) หรือรูปแบบที่เป็นการจำลองสถานการณ์เพื่อให้เข้าใจความสัมพันธ์ที่ซับซ้อนของปรากฏการณ์นั้น ๆ ได้ง่ายขึ้น (Stoner, A. F., & Wankel, C., Management, 1986, 50) จึงเป็นการสร้างความคิดรวบยอดของปรากฏการณ์ด้วยวิธีการของเหตุผลที่มีจุดหมายเพื่อให้เกิดความกระจ่างชัดในนิยามที่แสดงถึงความสัมพันธ์และข้อเสนอของระบบรูปนัยที่เกี่ยวข้อง (Willer, D., 1986, 94) กล่าวได้ว่า คำว่า “รูปแบบ” จำแนกออกเป็น 3 ความหมาย ได้แก่ 1) แผนภาพหรือภาพร่างของสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ยังไม่สมบูรณ์เหมือนของจริง รูปแบบในความหมายนี้มักจะเรียกทับศัพท์ในภาษาไทยว่า “โมเดล” ได้แก่ โมเดลบ้าน โมเดลรถยนต์ โมเดลเสื้อ เป็นต้น 2) แบบแผนความสัมพันธ์ของตัวแปร หรือสมการทางคณิตศาสตร์ที่รู้จักกันในชื่อที่เรียกว่า “Mathematical Model” 3) แผนภาพที่แสดงถึงองค์ประกอบการทำงานของสิ่งใดสิ่งหนึ่ง รูปแบบในความหมายนี้บางทีเรียกกันว่าภาพย่อส่วนของทฤษฎีหรือแนวคิดในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เช่น รูปแบบการสอน รูปแบบการบริหาร รูปแบบการประเมิน เป็นต้น (รัตนะ บัวสนธ, 2552, 124)

คุณลักษณะของการสร้างรูปแบบที่ดีจะต้องมองถึงบริบทขององค์ประกอบหลายส่วนที่จะนำไปประยุกต์ใช้ได้ให้เกิดประโยชน์อย่างเป็นรูปธรรมและเกิดประโยชน์ ควรมองถึงคุณลักษณะที่ต้องประกอบด้วยคุณลักษณะดังต่อไปนี้

1. รูปแบบควรประกอบด้วยความสัมพันธ์อย่างมีโครงสร้าง (Structural Relationship) มากกว่าความสัมพันธ์ที่เกี่ยวเนื่องกันแบบรวม ๆ (Associative Relationship)
2. รูปแบบควรใช้เป็นแนวทางการพยากรณ์ผลที่จะเกิดขึ้นสามารถถูกตรวจสอบได้โดยการสังเกต ซึ่งเป็นไปได้ที่จะทดสอบรูปแบบพื้นฐานของข้อมูลเชิงประจักษ์ได้
3. รูปแบบควรจะต้องระบุหรือชี้ให้เห็นถึงกลไกเชิงเหตุผลของเรื่องที่ศึกษา ดังนั้นนอกจากรูปแบบจะเป็นเครื่องมือในการพยากรณ์ได้ ควรใช้อธิบายปรากฏการณ์ได้ด้วย
4. รูปแบบควรเป็นเครื่องมือในการสร้างมโนทัศน์ใหม่ และสร้างความสัมพันธ์ของตัวแปรในลักษณะใหม่ ซึ่งเป็นการขยายในเรื่องที่กำลังศึกษา (Keeves, P.J, Educational research methodology, 1988, 561-565)

สำหรับประเภทของรูปแบบด้วยการอธิบายลักษณะจากลักษณะของเมืองออกเป็นรูปแบบที่อธิบายโดยลักษณะพื้นที่และรูปแบบที่อธิบายโดยลักษณะของประชากร รูปแบบที่ใช้ในการอธิบายโดยพื้นที่นั้นมีจุดมุ่งหมายในการบรรยายลักษณะของเมืองว่ามีลักษณะเช่นไร เช่น Concentric Zone Model และ Social Area Analysis Model เป็นต้น สำหรับรูปแบบที่ใช้อธิบายคุณลักษณะของประชากรเมืองนั้น เป็นรูปแบบที่เสนอแนวคิดในการอธิบายเกี่ยวกับลักษณะของประชากรเมืองต่าง ๆ เช่น Residential Segregation Model เป็นต้น

1. Analogue Model เป็นรูปแบบที่ใช้การอุปมาอุปไมยเทียบเคียงปรากฏการณ์ซึ่งเป็นรูปธรรมเพื่อสร้างความเข้าใจในปรากฏการณ์ที่เป็นนามธรรม เช่น รูปแบบในการทำนายจำนวนนักเรียนที่จะเข้าสู่ระบบโรงเรียน ซึ่งอนุมานแนวคิดมาจากการเปิดน้ำเข้าและปล่อยน้ำออกจากถังนักเรียนที่จะเข้าสู่ระบบเปรียบเทียบได้กับน้ำที่เปิดออกจากถัง ดังนั้นนักเรียนที่คงอยู่ในระบบจึงเท่ากับนักเรียนที่เข้าสู่ระบบลบด้วยนักเรียนที่ออกจากระบบ เป็นต้น

2. Semantic Model เป็นรูปแบบที่ใช้ภาษาเป็นสื่อในการบรรยายหรืออธิบายปรากฏการณ์ที่ศึกษาด้วยภาษา แผนภูมิ หรือรูปภาพ เพื่อให้เห็นโครงสร้างทางความคิด องค์ประกอบและความสัมพันธ์ขององค์ประกอบของปรากฏการณ์นั้น ๆ (Bardo, I. & Hartman, J. J., 1982, 70-72)

จะสรุปได้ว่า “รูปแบบ” หมายถึง วิธีการหรือแนวทางการดำเนินงานที่ใช้เป็นต้นแบบในบริบทต่าง ๆ เช่น การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่เน้นการฝึกอบรมและเสริมสร้างทักษะ การสร้างรูปแบบที่ดีต้องคำนึงถึงความเหมาะสมและความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย รวมทั้งต้องปรับปรุงและพัฒนาอย่างต่อเนื่อง รูปแบบสามารถเป็นการบรรยายคุณลักษณะที่สำคัญของปรากฏการณ์หนึ่งเพื่อให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจ ซึ่งอาจเป็นแบบจำลองเชิงกายภาพหรือเชิงคุณลักษณะ รูปแบบที่ดีควรมีความสัมพันธ์เชิงโครงสร้าง สามารถพยากรณ์ผลและตรวจสอบได้ ระบุถึงกลไกเชิงเหตุผล และสร้างโมโนทัศน์ใหม่

การบริหารเชิงพุทธกับการบริหารในสังคมปัจจุบัน

การบริหาร หมายถึง ศิลปะแห่งการทำงานให้สำเร็จโดยอาศัยคนอื่น ซึ่งนักบริหารมีหน้าที่ในการวางแผน จัดองค์กร อำนวยการและควบคุมทรัพยากรบุคคลและทรัพยากรอื่นๆ ให้ดำเนินงานไปในทิศทางเดียวกันเพื่อบรรลุเป้าหมายที่วางไว้ หน้าที่ของนักบริหารมีอยู่ 5 ประการ คือ การวางแผน (Planning) การจัดองค์การ (Organizing) การแต่งตั้งบุคลากร (Staffing) การอำนวยการ (Directing) และการควบคุม (Controlling) แม้ว่าหน้าที่ของนักบริหารทั้ง 5 ประการ จะถูกกำหนดโดยนักวิชาการสมัยใหม่ก็ตาม แต่เมื่อกันทางปฏิบัติแล้ว คนไทยเราก้บริหารบ้านเมืองแบบนี้มานานแล้ว หน้าที่ของนักบริหารปรากฏชัดเจนในการปฏิบัติขององค์การตั้งแต่สมัยโบราณ (พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมมจิตโต), 2539, 2-3) ที่เป็นการสั่งการและควบคุมกิจกรรมของสมาชิกในองค์กรอุปนัย เพื่อวัตถุประสงค์ใน

การทำให้เป้าหมายและจุดมุ่งหมายของสถาบันสำเร็จผล (ชาญชัย อาจิณสมภาร, 2540, 11) นอกจากนี้การบริหารงานยังเป็นกระบวนการอย่างหนึ่งภายในองค์กรซึ่งมีลำดับการทำงานเป็นขั้นตอน มีกลุ่มบุคคลเป็นกลไกสำคัญในการบริหารงาน มีเงินทุน เครื่องจักร และวัสดุครุภัณฑ์ต่างๆ เป็นองค์ประกอบด้วย (ธีรวิมล บุญยโสภณ และวีระพงษ์ เฉลิมจิระรัตน์, 2534, 12) และภาระหน้าที่ของผู้นำของกลุ่ม ซึ่งจะต้องจัดการให้ทรัพยากรทั้งที่เป็นตัวคนและวัตถุสามารถประสานเข้าด้วยกัน เพื่อร่วมกันทำงานเป็นองค์กรที่มีประสิทธิภาพได้ และขณะเดียวกันจะต้องจัดการนำองค์การให้สัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมภายนอกได้อย่างดีที่สุด (ธงชัย สันติวงษ์, 2537, 26) โดยมีวัตถุประสงค์ในการทำงานร่วมกัน ในการร่วมมือทำงานนั้น จะต้องมียุทธศาสตร์ที่เป็นหัวหน้าหรือเรียกว่าผู้บริหารและจะต้องจัดในรูปแบบขององค์กร (นิพนธ์ กินวงษ์, 2543, 16) นอกจากนี้การบริหารเป็นเรื่องของการนำเอากฎหมายและนโยบายต่างๆ ไปปฏิบัติให้เกิดผล ซึ่งเป็นหน้าที่ของข้าราชการที่ทำงานด้วยความเต็มใจ ด้วยความเที่ยงธรรมและอย่างมีประสิทธิภาพตามหลักเกณฑ์ที่กำหนดไว้ (พิทยา บวรวัฒนา, 2546, 2) รวมทั้งการกำหนดแนวทาง หรือนโยบาย การสั่งการ การอำนวยความสะดวก การสนับสนุน และการตรวจสอบ ให้ผู้ปฏิบัติสามารถดำเนินงานให้ได้ตามเป้าหมายที่ต้องการ (มัลลิกา ต้นสอน, 2544, 10) ฉะนั้น การบริหารทั่วไปเป็นกิจกรรมสนับสนุนการดำเนินงานของหน่วยงานให้เกิดความคล่องตัว สามารถดำเนินกิจการไปสู่เป้าหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพ (รุ่ง แก้วแดง, 2546, 34)

หลักการบริหารเชิงพุทธศาสตร์เกี่ยวข้องกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่มีคุณค่ายาวนานกว่าสองพันห้าร้อยปี ในยุคโลกาภิวัตน์หรือยุคทุนนิยมในปัจจุบัน การบริหารจัดการสมัยใหม่ต่างกลับมาทบทวนบทบาททางวิชาการในการบริหารจัดการสมัยใหม่ว่ายังคงเป็นแนวทางเดียวหรือไม่ ที่การบริหารจัดการที่มีประสิทธิภาพจะต้องสนองตอบระบบทุนนิยมที่เน้นการแข่งขันและสร้างผลกำไร หรือการบรรลุวัตถุประสงค์ขององค์กรเพียงอย่างเดียว การบริหารจัดการสมัยใหม่ยังขาดนามธรรมที่เกี่ยวกับมนุษย์ที่จะต้องอยู่ร่วมกัน รวมทั้งสิ่งแวดล้อมในโลกที่กำลังเปลี่ยนแปลงและมีผลกระทบต่องานสังคมและองค์กร หลักธรรมทางพระพุทธศาสนาที่กล่าวถึงการบริหารจัดการมีอยู่มากมาย เป็นคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ยังทันสมัยอยู่จนถึงปัจจุบันและในอนาคต แต่ในที่นี้จะได้นำหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาบางประการ ได้แก่ หลักสัพปุริสธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ในสัพปุริสสูตร (พระไตรปิฎกเล่มที่ 23) อันเป็นแนวทางในการบริหารจัดการเชิงพุทธศาสตร์เพียงหลักธรรมหนึ่งเพื่อประกอบการพิจารณาว่า หลักการบริหารเชิงพุทธศาสตร์มีได้มุ่งหวังกำไรหรือการแข่งขันเพียงอย่างเดียว แต่ได้บรรจุหลักการที่สร้างความยั่งยืน การไม่เบียดเบียน การอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข มีความเมตตาต่อกัน และรู้เท่าทันโลก โดยมีได้ปฏิเสศกระแสโลกาภิวัตน์หรือระบบทุนนิยมในปัจจุบัน แต่ให้ยึดหลักการอยู่ร่วมกันและรู้เท่าทันโลก หลักสัพปุริสธรรมที่เกี่ยวข้องกับการบริหารจัดการมี 7 ประการ คือ

1) รัชมัญญูตา (Knowing the Law, Knowing the Cause) ความเป็นผู้รู้จักเหตุ คือ รู้ความจริง รู้หลักการ รู้กฎเกณฑ์ รู้กฎแห่งธรรมได้ รู้กฎเกณฑ์แห่งเหตุผล และรู้จักหลักการที่จะทำให้เกิดผล รวมความว่า การบริหารจัดการในองค์กร ผู้บริหารจำเป็นต้องพิจารณาข้อเท็จจริงอย่างถูกต้อง

เพื่อบรรลุเป้าหมายขององค์กรให้มีประสิทธิภาพและประสิทธิผล รู้จักการวิเคราะห์ความจริงที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ อันว่า “สิ่งทั้งหลายเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เป็นธรรมดา” โดยพิจารณาหลักการและเกณฑ์แห่งเหตุผลมาบริหารจัดการองค์กร

2) อุตัญญตา (Knowing the Meaning, Knowing the Purpose) ความเป็นผู้รู้จักผลหรือความมุ่งหมาย คือรู้ความหมาย รู้ความมุ่งหมาย รู้ประโยชน์ที่ประสงค์ รู้จักผลที่เกิดขึ้นสืบเนื่องจากการกระทำตามหลัก หมายถึงการบริหารงานองค์กรให้บรรลุถึงวัตถุประสงค์ และรู้ถึงประโยชน์ขององค์กรที่นำไปสู่ความมั่นคง และไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อองค์กร ในที่นี้ก็หมายถึงการมีแผนงานที่ดี การวางแผนที่วิเคราะห์ผลกระทบด้านต่าง ๆ

3) อัตตัญญตา (Knowing Oneself) ความเป็นผู้รู้จักตน คือ รู้จักเราว่าเรานั้นโดยฐานะภาวะเพศ ความรู้ความสามารถ และคุณธรรมเป็นอย่างไร และเท่าใด แล้วประพฤติให้เหมาะสม และรู้จักที่จะปรับปรุงต่อไป ในที่นี้หมายถึง รู้จักองค์กรที่เราบริหารเป็นอย่างดีว่ามีจุดด้อย จุดแข็งอย่างไร มีขีดความสามารถอย่างไร และรู้จักการปรับปรุงองค์กรให้ทันต่อเหตุการณ์ที่มีผลกระทบ รวมทั้งการบริหารความแตกต่างที่จะทำให้องค์กรเป็นเลิศมีประสิทธิภาพ และมั่นคงถาวร

4) มัตตัญญตา (Moderation, Knowing how to be temperate) ความเป็นผู้รู้จักประมาณ คือ ความพอดีในการจ่ายโภชนาหาร ในที่นี้หมายถึงการบริหารการเงิน หรือการขยายกิจการ ต้องพิจารณาให้รู้จักประมาณในความเพียงพอขององค์กร ขีดความสามารถขององค์กร ขีดความสามารถของทรัพยากรมนุษย์ในองค์กร รวมทั้งการแข่งขันที่รอบคอบและรู้จักประมาณขีดความสามารถขององค์กร

5) กาลัญญตา (Knowing the Propertime) ความเป็นผู้รู้จักกาล คือ รู้กาลเวลาอันเหมาะสมและระยะเวลาในการประกอบกิจ ในที่นี้หมายถึงการบริหารจัดการจะต้องมีความเข้าใจถึงระยะเวลาที่เหมาะสม การสร้างโอกาสขององค์กรจะต้องพิจารณาถึงสถานการณ์ในเวลานั้น ๆ ว่าควรจะดำเนินการอย่างไร อะไรควรงด อะไรควรกระทำ เวลาใดควรขยายกิจการ หรือช่วงเวลาใดที่จะบริหารองค์กรให้ประสบผลสำเร็จต่อองค์กรมากที่สุด

6) ปริสัญญตา (Knowing the Assembly, Knowing the Society) ความเป็นผู้รู้จักชุมชน คือ รู้กริยาที่จะประพัตต่อชุมชนนั้นว่าควรจะดำเนินการอย่างไร การบริหารจัดการจำเป็นต้องปฏิสัมพันธ์กับองค์กรต่าง ๆ ทั้งที่เป็นพันธมิตรและคู่แข่ง การสร้างสรรค์หรือการประสานงานกับชุมชนหรือกลุ่มบุคคลที่มีผลต่อองค์กร ก็คือเข้าถึง เข้าใจ และพัฒนา เป็นการบริหารจัดการที่สร้างความสัมพันธ์ด้วยเมตตา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อชุมชนหรือสาธารณชน จะเป็นภาพลักษณ์ที่ดีขององค์กร

7) บุคคลัญญตา (Knowing the individual, Knowing the different individuals) ความเป็นผู้รู้จักบุคคล คือ รู้จักความแตกต่างของบุคคลว่าโดยอหยาศัย ความสามารถ และคุณธรรม ตลอดจนรู้ในความสามารถของบุคคล และมอบหมายงานที่เหมาะสม การบริหารจัดการในการรู้จักบุคคล เปรียบเสมือนการพัฒนาและบริหารทรัพยากรมนุษย์ที่จะต้องมีการพัฒนาและบริหารบุคคลในองค์กรให้

มีความรู้ความสามารถและภาคีต่อองค์กร มีความสามัคคี สร้างความเป็นธรรมและเสมอภาคให้แก่บุคลากรในองค์กร รวมถึงการทำงานเป็นหมู่คณะ การติดต่อสื่อสารกับบุคคลต่าง ๆ ด้วยความเป็นมิตรไมตรี รวมทั้งมีความจริงใจต่อกัน (หลักการบริหารงานสมัยใหม่กับหลักการบริหารงานเชิงพุทธศาสตร์ เพื่อความมั่นคงแห่งพระพุทธศาสนา, 2567: ออนไลน์)

สรุปว่า การบริหาร หมายถึง ศิลปะแห่งการทำงานให้สำเร็จโดยอาศัยคนอื่น นักบริหารมีหน้าที่วางแผน จัดองค์กร อำนาจการ และควบคุมทรัพยากรบุคคลและทรัพยากรอื่น ๆ ให้ดำเนินงานไปในทิศทางเดียวกันเพื่อบรรลุเป้าหมาย หน้าที่ของนักบริหารมี 5 ประการ ได้แก่ การวางแผน การจัดองค์การ การแต่งตั้งบุคลากร การอำนาจการ และการควบคุม มีการจัดการองค์การให้สัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมภายนอก การบริหารยัง หมายถึง การนำกฎหมายและนโยบายไปปฏิบัติให้เกิดผล ข้าราชการต้องทำงานด้วยความเที่ยงธรรม ตามหลักเกณฑ์ที่กำหนด หลักการบริหารเชิงพุทธมีหลักธรรม เช่น สัมปยุตธรรม ที่เน้นความยั่งยืน การไม่เบียดเบียน และการอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุข ผู้บริหารควรมีความรู้ในเรื่องในการใช้เหตุและผล ความเหมาะสมในแต่ละสถานการณ์

ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับการมีส่วนร่วม

การบริหารแบบมีส่วนร่วมในยุคปัจจุบันได้รับการกล่าวถึงอย่างมาก โดยได้รับอิทธิพลจากการขยายฐานองค์ความรู้ทางทฤษฎีการบริหารและทฤษฎีการมีส่วนร่วม โดยเฉพาะการนำหลักธรรมมาภิบาลมาใช้ ซึ่งช่วยลดความขัดแย้งในองค์กร ส่งผลให้บุคลากรมีความรู้สึกผูกพันกับองค์กรที่ตนปฏิบัติงานอยู่ ซึ่งนำไปสู่การทุ่มเทและเสียสละในการปฏิบัติหน้าที่อย่างสูงสุด การบริหารแบบมีส่วนร่วมจึงเป็นแนวทางที่ช่วยสร้างความสามัคคีในการทำงานร่วมกันในองค์กร หลักการมีส่วนร่วมเป็นการเปิดโอกาสให้ประชาชนมีส่วนร่วมรับรู้และเสนอความคิดเห็นในการตัดสินใจปัญหาสำคัญของประเทศ ไม่ว่าจะด้วยการแสดงความคิดเห็น การไต่สวนสาธารณะ ประชาพิจารณ์ หรือการแสดงประขามติ (ธีระพล อรุณะกสิกร และคณะ, 2542, 6-7) ซึ่งเป็นกระบวนการให้ประชาชนเข้ามามีส่วนร่วมในการดำเนินพัฒนา ร่วมคิดร่วมตัดสินใจแก้ปัญหาของตนเอง ใช้ความคิดสร้างสรรค์และความชำนาญของประชาชนร่วมกับการใช้วิทยาการที่เหมาะสมในการแก้ปัญหา (Earwin William, 1976, 130) ซึ่งรวมทั้งการมีส่วนร่วมของปัจเจกบุคคลและการมีส่วนร่วมของกลุ่ม (Reeder William W., 1974, 39) ประกอบด้วย 3 มิติ คือ มิติที่หนึ่ง การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจว่าจะทำอะไรควรทำและทำอย่างไร มิติที่สอง มีส่วนร่วมเสียสละในการพัฒนาลงมือปฏิบัติการตามที่ได้ตัดสินใจ และมิติที่สาม มีส่วนร่วมในการแบ่งปันผลประโยชน์ที่เกิดจากการดำเนินงาน (White, Alastair T., 1982, 18)

การมีส่วนร่วม คือ การที่ประชาชนหรือชุมชนสามารถเข้าไปมีส่วนในการตัดสินใจในการกำหนดนโยบายพัฒนาท้องถิ่น และมีส่วนร่วมในการรับประโยชน์จากบริการ รวมทั้งมีส่วนในการควบคุมและประเมินผลโครงการต่าง ๆ ของท้องถิ่น นอกจากนี้ยังได้ให้ความหมายของการมีส่วนร่วมว่ามี 2 ลักษณะ คือ

1. การมีส่วนร่วมในลักษณะที่เป็นกระบวนการของการพัฒนา โดยให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการพัฒนาตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงสิ้นสุดโครงการ ได้แก่ การร่วมกันค้นหาปัญหา การวางแผน การตัดสินใจ การระดมทรัพยากรและเทคโนโลยีท้องถิ่น การบริหารจัดการ การติดตามประเมินผล รวมทั้งรับผลประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากโครงการ

2. การมีส่วนร่วมทางการเมือง แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ การส่งเสริมสิทธิและพลังอำนาจของพลเมืองโดยประชาชนหรือชุมชนพัฒนาขีดความสามารถของตนในการจัดการเพื่อรักษาผลประโยชน์ของกลุ่ม ควบคุมการใช้และการกระจายทรัพยากรของชุมชน อันจะก่อให้เกิดกระบวนการและโครงสร้างที่ประชาชนในชนบทสามารถแสดงออกซึ่งความสามารถของตนและได้รับผลประโยชน์จากการพัฒนา

3. การเปลี่ยนแปลงกลไกการพัฒนาโดยรัฐมาเป็นการพัฒนาที่ประชาชนมีบทบาทหลัก โดยการกระจายอำนาจในการวางแผนจากส่วนกลางมาเป็นส่วนภูมิภาค เป็นการคืนอำนาจในการพัฒนาให้แก่ประชาชนให้มีส่วนร่วมในการกำหนดอนาคตของตนเอง (สำนักงานคณะกรรมการกองทุนหมู่บ้านและชุมชนเมืองแห่งชาติ, 2546, 114)

การบริหารแบบมีส่วนร่วมในยุคปัจจุบันได้รับความสนใจมาก โดยได้รับอิทธิพลจากทฤษฎีการบริหารและทฤษฎีการมีส่วนร่วม โดยเฉพาะการนำหลักธรรมาภิบาลมาใช้ ซึ่งช่วยลดความขัดแย้งในองค์กรและสร้างความผูกพันกับบุคลากร การมีส่วนร่วมหมายถึงการเปิดโอกาสให้ประชาชนร่วมรับรู้และเสนอความคิดเห็นในการตัดสินใจปัญหาสำคัญของประเทศ เช่น การแสดงความคิดเห็น การไต่สวนสาธารณะ ประชาพิจารณ์ หรือการแสดงประชามติ การมีส่วนร่วมนี้มี 3 มิติ คือ การตัดสินใจ การลงมือปฏิบัติ และการแบ่งปันผลประโยชน์ นอกจากนี้ การมีส่วนร่วมยังหมายถึงการที่ประชาชนสามารถมีส่วนร่วมในการตัดสินใจและกำหนดนโยบายพัฒนาท้องถิ่น รวมทั้งการรับประโยชน์จากบริการและการควบคุมโครงการต่าง ๆ การมีส่วนร่วมแบ่งเป็น 2 ลักษณะคือ 1) การมีส่วนร่วมในกระบวนการพัฒนา ตั้งแต่เริ่มจนจบโครงการ และ 2) การมีส่วนร่วมทางการเมืองซึ่งรวมถึงการส่งเสริมสิทธิและพลังอำนาจของพลเมือง การกระจายอำนาจในการวางแผนจากส่วนกลางไปยังภูมิภาคเป็นการคืนอำนาจให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการกำหนดอนาคตของตนเอง เช่น การสร้างจิตสำนึกของนักท่องเที่ยวหรือคนในสังคมจะสังเกตเห็นได้ว่าการขาดจิตสำนึกอยู่เป็นส่วนมากจึงต้องนักท่องเที่ยวหรือคนในแหล่งพื้นที่ควรมีการสร้างจิตสำนึก รู้จักการร่วมแรงร่วมใจกัน ปลูกสร้างจิตสำนึกเพื่อให้เกิดจิตสำนึกที่ดี มีความรับผิดชอบ รู้จักการอนุรักษ์วัฒนธรรม ไม่ทิ้งขยะและของเสีย ไม่สร้างผลกระทบต่อระบบนิเวศ และสิ่งแวดล้อม สะท้อนให้เห็นถึงคุณค่า (พระสมห์นพดล อดตฤตโต และคณะ, 2567, บทคัดย่อ)

ฉะนั้น การบริหารแบบมีส่วนร่วมในยุคปัจจุบันได้รับความสนใจอย่างมาก โดยได้รับอิทธิพลจากทฤษฎีการบริหารและการมีส่วนร่วม โดยเฉพาะการนำหลักธรรมาภิบาลมาใช้ ซึ่งจะช่วยลดความขัดแย้งในองค์กรและสร้างความผูกพันกับบุคลากรในส่วนงาน ส่วนการมีส่วนร่วม หมายถึงการเปิดโอกาสให้ประชาชนได้ร่วมรับรู้ และเสนอความคิดเห็น การตัดสินใจปัญหาสำคัญของประเทศ เช่น การ

แสดงความเห็น ประชาพิจารณ์ หรือการแสดงประชามติ การมีส่วนร่วมนี้มี 3 มิติ คือ การตัดสินใจ การลงมือปฏิบัติ และการแบ่งปันผลประโยชน์ นอกจากนี้การมีส่วนร่วมยังหมายถึงการที่ประชาชนสามารถมีส่วนในการตัดสินใจและกำหนดนโยบายพัฒนาท้องถิ่น รวมทั้งการรับประโยชน์จากบริการจากโครงการต่าง ๆ ของการมีส่วนร่วมแบ่งเป็น 2 ลักษณะคือ 1) การมีส่วนร่วมในกระบวนการพัฒนาตั้งแต่เริ่มจนจบโครงการ และ 2) การมีส่วนร่วมทางการเมืองซึ่งรวมถึงการส่งเสริมสิทธิและพลังอำนาจของพลเมือง การกระจายอำนาจในการวางแผนจากส่วนกลางไปยังภูมิภาคเป็นการคืนอำนาจให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการกำหนดอนาคตของตนเอง เช่น การสร้างจิตสำนึกของนักท่องเที่ยวหรือคนในสังคมให้มีความรับผิดชอบ ร่วมมือกันอนุรักษ์วัฒนธรรม ไม่ทิ้งขยะและของเสีย ไม่สร้างผลกระทบต่อระบบนิเวศและสิ่งแวดล้อม สะท้อนถึงคุณค่าและความสำคัญของการมีส่วนร่วมของบุคคลทุกระดับ

พุทธวิถีกับการบริหารงานในสังคมปัจจุบัน

พุทธวิถีในพระไตรปิฎกมีคำสอนที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมมาก ผู้เขียนจึงได้คัดเลือกเฉพาะส่วนที่มีความสำคัญและเกี่ยวข้องกับประเด็นที่ศึกษา อย่างหลักอปริหานิยธรรมที่นักวิชาการ ใช้เป็นแนวทางในการประยุกต์การมีส่วนร่วมของประชาชน บุคลากรในองค์กร และชุมชนต่าง ๆ ที่ต้องการพัฒนาบทบาทของประชาชนในการพัฒนาชุมชน การใช้หลักอปริหานิยธรรมเน้นการสร้างสามัคคีความร่วมมือ และความเป็นธรรมในสังคม ซึ่งสามารถนำไปใช้ในการส่งเสริมการมีส่วนร่วมในทุกระดับ ไม่ว่าจะเป็นการตัดสินใจ วางแผน หรือดำเนินการร่วมกัน การนำหลักธรรมนี้มาประยุกต์ใช้จะช่วยเสริมสร้างความรู้สึกผูกพัน และความรับผิดชอบต่อชุมชน ทำให้ประชาชนรู้สึกมีส่วนร่วมและมีคุณค่าในการพัฒนาท้องถิ่น และยังช่วยลดความขัดแย้งในการทำงานร่วมกัน อันเป็นประโยชน์ในการพัฒนาชุมชนในสังคม

พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค (3.ปรินิพพานสูตร) ในตอนที่วัสสการพราหมณ์มหาอำมาตย์แห่งแคว้นมคธไปยังภูเขาคิชฌกูฏ เพื่อเข้าเฝ้าและกราบทูลต่อพระผู้มีพระภาคว่าพระราชาแห่งแคว้นมคธพระนามว่า อชาตศัตรู เวเทหิบุตร (ที.ม. (ไทย) 10/68/86)แห่งแคว้นมคธทรงพระประสงค์จะยตราทัพไปย่ำยีชาววัชชี จึงได้ตรัสเรียกวัสสการพราหมณ์มหาอำมาตย์มาปรึกษาว่า “ดูก่อนท่านพราหมณ์ เชิญท่านเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้าถึงที่ประทับ ณ ภูเขาคิชฌกูฏ จงถวายบังคมพระบาทพระองค์ด้วยเศียรเกล้า แล้วจงทูลถามถึงความเป็นผู้มีพระอาพาธน้อย มีพระโรคเบาบาง กระปี้กระเปร่า ทรงมีกำลัง ความอยู่สำราญตามคำสั่งของเรา แล้วทูลว่า ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ พระเจ้าอชาตศัตรูทรงประสงค์จะยตราทัพไปย่ำยีชาววัชชี จักตัดเจ้าวัชชีผู้มีฤทธิ์ มีอานุภาพมาก ให้ขาดสูญให้พินาศ ให้ถึงความย่อยยับดับสูญ และท่านจงสำนึกพระดำรัสที่พระองค์ทรงพยากรณ์ไว้ให้ดีแล้วมาบอกแก่เรา พระตถาคตทั้งหลายจะไม่ตรัสพระดำรัสที่คลาดเคลื่อนจากความจริงเลย” วัสสการพราหมณ์รับพระราชาโองการแล้วเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้าถึงที่ประทับ ได้ปราศรัยพอให้ระลึกถึงกันไปแล้วจึงนั่ง ณ ที่ควรส่วนข้างหนึ่ง จึงได้กราบทูลตามที่พระเจ้าอชาตศัตรูตรัสสั่งมา พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสกวัส

สการพราหมณ์ว่า “ดูก่อนพราหมณ์ สมัยหนึ่ง เราอยู่ ณ สารันทเจดีย์ ใกล้พระนครไพสาลี ได้แสดงอุปนิทานียธรรม 7 ประการนี้ แก่เจ้าวัชชี” วัสสการพราหมณ์กราบทูลว่า “ข้าแต่พระโคตมผู้เจริญ ชาววัชชีประกอบด้วยอุปนิทานียธรรมแต่ละอย่าง ก็พึงหวังความเจริญได้แน่นอน ไม่พึงหวังความเสื่อมเลย” จะกล่าวไปไปถึงชาววัชชีผู้ประกอบด้วยอุปนิทานียธรรม 7 ประการเล่า อนึ่ง พระเจ้าอชาตศัตรูไม่พึงทำการต่อยุทด้วยได้ เว้นเสียจากการเกลี้ยกล่อม เว้นเสียจากการยุยงให้แตกกัน ข้าพระองค์ผู้มีกิมมากขอกราบลาไป ณ บัดนี้ (อง.สตตก. (ไทย) 23/20/18-22)

หลักอุปนิทานียธรรม 7 นี้สามารถนำมาใช้ในการประชุมทั่วไป แม้แต่การประชุมของข้าราชการบริพารของกษัตริย์ในระบอบสมบูรณาญาสิทธิราชย์ และแม้ในการประชุมรัฐสภาในระบอบประชาธิปไตยในปัจจุบัน ก็น่าจะนำมาใช้ได้ เช่นนี้แล้วการขาดประชุมจนไม่ครบองค์ประชุม และความวุ่นวายอื่น ๆ ในที่ประชุมรัฐสภา เช่น การไม่เคารพเชื่อฟังประธานในที่ประชุมก็คงลดลงได้บ้าง

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงยอมรับระบอบการปกครองทั้งสองแบบที่มีอยู่ในชมพูทวีปดังกล่าวแล้ว พระองค์ไม่ได้สนับสนุนหรือแสดงความเห็นวาระบอบการปกครองแบบใดดีกว่ากัน เพราะทรงเห็นวาระบอบการปกครองใดก็ไม่สำคัญ สิ่งสำคัญอยู่ที่ผู้ปกครองต้องเป็นคนดีมีศีลธรรม คุณธรรม จริยธรรม ปกครองโดยธรรม ถ้าเป็นพระราชาก็เป็นธรรมราชา ใช้อำนาจแบบธรรมาธิปไตย การที่พระพุทธเจ้าไม่ได้ทรงแสดงการโต้แย้งคัดค้านระบอบการปกครองที่เป็นอยู่นั้น น่าจะเป็นผลดีต่อการเผยแผ่พระธรรมของพระองค์ ทำให้พระพุทธศาสนาสามารถเผยแผ่เจริญรุ่งเรือง และประดิษฐานอยู่ได้ทั้งในแคว้นที่ปกครองด้วยระบอบราชาธิปไตย และระบอบสามัคคีธรรม (สโรช สันตะพันธ์, 2567, ออนไลน์)

กรณีการนำหลักอุปนิทานียธรรมไปสร้างความสำเร็จและความมั่นคงขององค์กร โดยพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงพบสิ่งที่เป็นต้นเหตุแห่งความไม่เข้าใจกัน ต้นเหตุแห่งความกระทบกระทั่งกัน จนก่อให้เกิดเป็นปัญหาในการอยู่ร่วมกัน แต่ปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นเป็นผลมาจากการพูดจา การสื่อสาร การประสานงานที่ไม่เหมาะสม ความไม่เข้าใจ ความต้องการพื้นฐานนั้นไม่ใช่เป็นต้นเหตุแต่เป็นผล ซึ่งต้องเร่งแก้ไขเพื่อไม่ให้ปัญหานั้นบานปลายรุนแรง องค์กรที่จะประสบความสำเร็จในการทำงานได้นั้น สิ่งสำคัญประการหนึ่งคือสมาชิกในองค์กรต้องทำงานร่วมกันอย่างมีความสุข หรือครอบครัวจะอยู่กันอย่างมีความสุขได้ สมาชิกในครอบครัวต้องให้ความสำคัญกัน ดังนั้นจึงต้องหมั่นมีการพูดคุย แลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสารซึ่งกันและกัน ทั้งภายในครอบครัวและภายในองค์กร พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงให้หลักในการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และสามารถทำงานเป็นทีมได้ด้วยหลักอุปนิทานียธรรม 7 ประการ ซึ่งเป็นธรรมะอันเป็นที่ตั้งแห่งความไม่รู้จักเสื่อม เป็นเหตุที่ตั้งแห่งความสามัคคี ความเป็นปึกแผ่นแห่งครัวเรือน หมู่คณะ และประเทศชาติ (ความรู้พระพุทธศาสนาเพื่อการพัฒนาตนเอง, 2567, ออนไลน์)

สรุปพุทธวิธีในพระไตรปิฎก มีคำสอนที่เกี่ยวข้องกับการมีส่วนร่วมของประชาชน บุคลากรในองค์กร และชุมชน การใช้หลักอุปนิทานียธรรมเน้นการสร้างสามัคคี ความร่วมมือ และความเป็นธรรมในสังคม สามารถนำไปใช้ในการส่งเสริมการมีส่วนร่วมในทุกระดับ ช่วยเสริมสร้างความผูกพันและ

ความรับผิดชอบในชุมชน ลดความขัดแย้งในการทำงานร่วมกัน เป็นประโยชน์ในการพัฒนาชุมชน พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค มีเรื่องราวที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงหลักอภิธานิยธรรม 7 ประการแก่ชาววัชชี ซึ่งช่วยส่งเสริมความเจริญรุ่งเรืองและความมั่นคงขององค์กร องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ได้สนับสนุนระบอบการปกครองใดเป็นพิเศษ แต่เน้นให้ผู้ปกครองเป็นคนดีมีศีลธรรม คุณธรรม และจริยธรรม การนำหลักอภิธานิยธรรมไปใช้สามารถแก้ไขปัญหาการสื่อสารและความเข้าใจผิดในองค์กร ทำให้สมาชิกทำงานร่วมกันอย่างมีความสุข สร้างความสามัคคีและความเป็นปึกแผ่นในครอบครัว หมู่คณะ และประเทศชาติ

สรุป

การมีส่วนร่วมของสังคมมนุษย์ควรมีจิตเมตตากรุณาและรับผิดชอบต่อสังคม การใช้ทักษะสำคัญในการใช้ชีวิตและการทำงานเป็น การบริหารจัดการแนวพุทธใช้ในการพัฒนาองค์กร ทั้งในด้านคุณภาพ คุณธรรม และความสุข การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ควรเน้นการฝึกอบรมและเสริมสร้างทักษะรูปแบบที่ดีต้องเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย ปรับปรุงอย่างต่อเนื่อง มีความสัมพันธ์เชิงโครงสร้างตรวจสอบได้ และระบุถึงกลไกเชิงเหตุผล การบริหารแบบมีส่วนร่วมในยุคปัจจุบันได้รับความสนใจ โดยเฉพาะการนำหลักธรรมมาภิบาลมาใช้เพื่อลดความขัดแย้งในองค์กรและสร้างความผูกพันกับบุคลากร การมีส่วนร่วม หมายถึง การเปิดโอกาสให้ประชาชนร่วมรับรู้และเสนอความคิดเห็นในการตัดสินใจปัญหาสำคัญ ส่วนการใช้พุทธวิธีในพระไตรปิฎกสอน เน้นการมีส่วนร่วมของประชาชน โดยใช้หลักอภิธานิยธรรมเพื่อสร้างความสามัคคี ความร่วมมือ และความป็นธรรม ช่วยเสริมสร้างความผูกพันและความรับผิดชอบในชุมชน ลดความขัดแย้ง พระพุทธองค์ ทรงเน้นให้ผู้ปกครองเป็นคนดีมีศีลธรรม การนำหลักนี้ไปใช้ช่วยแก้ปัญหาการสื่อสาร ทำให้สมาชิกทำงานร่วมกันอย่างมีความสุข สร้างความสามัคคีและความเป็นปึกแผ่นในครอบครัวและสังคม

เอกสารอ้างอิง

กรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น. (2552).คู่มือการจัดทำแผนพัฒนาท้องถิ่น แผนยุทธศาสตร์การ พัฒนา แผนพัฒนาสามปี และแผนการดำเนินงาน. กรุงเทพมหานคร: กรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น.

สำนักงานคณะกรรมการกองทุนหมู่บ้านและชุมชนเมืองแห่งชาติ (2546). (สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและมหวมหาวิทยาลัย.

สำนักพัฒนาระบบ รูปแบบและโครงสร้าง กรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น (2567). [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:

<https://www.dla.go.th/servlet/TemplateOrganizeServlet?organize=structure>

สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร(2560). การมีส่วนร่วมทางการเมืองของประชาชน.

กรุงเทพมหานคร : สำนักการพิมพ์สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร.

- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักงานนายกรัฐมนตรื. (2554). แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 11 (พ.ศ. 2555-2559). กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สำนักงานนายกรัฐมนตรื.
- สัญญา สัญญาวิวัฒน์,ชาย สัญญาวิวัฒน์. (2550). การจัดการทรัพยากรมนุษย์แนวพุทธ การบริหารจัดการจัดการแนวพุทธ. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ราชบัณฑิตยสถาน (2546). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542. กรุงเทพมหานคร : นามมีบุ๊กส์พับลิเคชั่นส์.
- รัตนะ บัวสนธ (2552). การวิจัยและพัฒนานวัตกรรมการศึกษา. กรุงเทพมหานคร : คำสมัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) (2553). ธรรมนุญชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ 122. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก.
- พระครูสมุห์สนทวงศ์ วุฑฒิวิโส (2567). 4 มาตรการบริหารความเสี่ยงขององค์กรพุทธกับการเผยแผ่ในโลกยุคผันผวน. วารสาร มจร พุทธปัญญาปริทรรศน์. ปีที่ 9 ฉบับที่ 2
- พระสมุห์นพดล อตถยุตโต (2567). ความรับผิดชอบต่อสังคมในการสร้างจิตสำนึกในการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม. วารสาร เสียงธรรมจากมหายาน. ปีที่ 10 ฉบับที่ 1
- พระพรหมบัณฑิต (ประยูร ธมฺมจิตโต) (2539). คุณธรรมสำหรับนักบริหาร. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพุทธธรรม.
- ชาญชัย อัจฉริยสมาจาร (2540). ศัพท์การบริหารการศึกษา. กรุงเทพมหานคร : ไทยวัฒนาพานิช.
- ธีรวุฒิ บุญยโสภณ และ วีระพงษ์ เฉลิมจิระรัตน์ (2534). องค์กรและการจัดการ. กรุงเทพมหานคร: อักษรปริทรรศน์.
- ธีระพล อรุณะกสิกร และคณะ (2542). ระเบียบสำนักนายกรัฐมนตรีว่าด้วยการสร้างระบบบริหารกิจการบ้านเมืองและสังคมที่ดี. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์วิญญูชน.
- ธงชัย สันติวงศ์, องค์กรและการบริหาร (2537). พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.
- นิพนธ์ กินาวงศ์, หลักการบริหารการศึกษา (2543). พิษณุโลก: ภาควิชาการบริหารและพัฒนาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- นายกนก แสนประเสริฐ (2567). หลักการบริหารงานสมัยใหม่กับหลักการบริหารงานเชิงพุทธศาสตร์เพื่อความมั่นคงแห่งพระพุทธศาสนา. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <https://nsn.onab.go.th/content/category/detail/id/109/iid/645>.
- พิทยา บวรวัฒนา (2546). การบริหารเชิงบูรณาการ. นนทบุรี: สำนักงานข้าราชการพลเรือน.
- มัลลิกา ต้นสอน (2544). การจัดการยุคใหม่. กรุงเทพมหานคร: เอกซ์เปอร์เน็ท จำกัด.
- รุ่ง แก้วแดง (2547). โรงเรียนนิติบุคคล. กรุงเทพมหานคร: วัฒนาพานิช.
- วิจารณ์ พานิช (2555). วิธีสร้างการเรียนรู้เพื่อศิษย์ในศตวรรษที่ 21. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสดศรีสฤษดิ์วงศ์.

- วิทยาลัยการพัฒนากองเมืองท้องถิ่น สถาบันพระปกเกล้า (2555). รางวัลพระปกเกล้า' 55 (KPI Awards). พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: ธรรมดาเพรส จำกัด.
- เสรี พงศ์พิศ (2552). แนวคิดแนวปฏิบัติ ยุทธศาสตร์พัฒนาท้องถิ่น. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์พลังปัญญา.
- สโรช สันตะพันธ์ นิตินศาสตร์บัณฑิต (2567). พระพุทธศาสนากับหลักพื้นฐานกฎหมายมหาชน. [ออนไลน์]. แหล่งข้อมูล: <http://www.panyathai.or.th/wiki/index.php>.
- ความรู้พระพุทธศาสนาเพื่อการพัฒนาตนเอง (2567). [ออนไลน์], แหล่งข้อมูล: https://kalyanamitra.org/th/article_detail.php?i=15410.
- Bardo John W. (1982). and Hartman, John J, Urban Soclogoy : A Systematic Introduction, (U.S.A. :F.E. Peacock Publishers, Inc, (1982). pp. 70-71.
- Tosi. Henry L. and Carroll. Stephen J. (1982). Management. 2nd edition. New York : John Wiley & Sons.
- Stoner. A. F. & Wankel. C. (1986). Management, 3rd ed. New Delhi: Prentice – Hill Privated.
- Willer. D. (1986). Scientific Sociology: Theory and Method. Englewood cliff. NJ.: PrenticeHill.
- Keeves, P.J (1988). Educational research methodology, and measurement: An international handbook, (Oxford, England : Pergamon Press.
- Schwirian. (1982) Bardo. I. & Hartman. J. J. Urban society: A systematic introduction. New York: F. E. Peacock.
- Earwin William(1976). Participation Management: Concept, Theory. and Implementation. (Atlanta, GA: Georgia State University.
- Reeder William W. (1974). Some Aspects of the Informal Social Participation of Families in New York State. Ph.D. Dissertation. Cornell University.
- White, Alastair T. (1982). Why Community Participation?: A Discussion of the Argument. Go. Community Participation: Current Issue and Lessons Learned. (United Nations Children's Fund.

การมีส่วนร่วมของประชาชนในการพัฒนาชุมชนและสังคม
PARTICIPATION OF PEOPLE IN COMMUNITY AND SOCIAL
DEVELOPMENT

พระมหาดานอม ฐานวโร และพระครูสิริปัญญาภิวัฒน์
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Phra Maha Thanom Thanavaro and Phra Khru Siripunnapiwat
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Email: Mcu.mahatanom@gmail.com



บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของประชาชนในการพัฒนาชุมชนและสังคม ผลการศึกษาพบว่า การเปิดโอกาสให้ประชาชนได้มีส่วนร่วมชุมชนและสังคมในทุกขั้นตอน ทั้งการพัฒนา การแก้ไขปัญหาและป้องกันปัญหา โดยเปิดโอกาสให้มีส่วนร่วมในการคิดริเริ่มร่วมกำหนดนโยบาย ร่วมวางแผน ตัดสินใจและปฏิบัติตามแผน การมีส่วนร่วมของประชาชนเป็นหัวใจของงานพัฒนาชุมชนและสังคม โดยยึดหลักของการมีส่วนร่วมที่ว่าประชาชนในท้องถิ่นมีส่วนร่วมในการคิด การพัฒนาชุมชนและท้องถิ่นเป็นสิ่งที่สำคัญและต้องเป็นกระบวนการในการดำเนินงานที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของชุมชนท้องถิ่นในทางที่ดีขึ้น เจริญขึ้นและรุ่งเรืองขึ้นในทุก ๆ ด้าน อาจจะค่อยเป็น ๆ หรือก้าวกระโดดก็ได้ ทั้งด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม ด้านการเมือง ด้านวัฒนธรรม และด้านสิ่งแวดล้อม รวมทั้งสามารถจัดการกับภาวะการณ์ของกระแสโลกาภิวัตน์เพื่อให้ตอบสนองความต้องการของพื้นที่ตนเองและสังคม และการพัฒนาเป็นการคิดตัดสินใจและดำเนินการแก้ไขปัญหาที่เห็นได้ชัดเจน การมีส่วนร่วมของประชาชนต้องการบริหารจัดการที่ดี มีการวิเคราะห์ปัญหาให้ตรงกับความต้องการการมีส่วนร่วมของประชาชน โดยการมีส่วนร่วมของประชาชนเป็นเรื่องที่สำคัญ รูปแบบและเทคนิคการมีส่วนร่วมที่หลากหลายอย่างชัดเจนและตรงประเด็น

คำสำคัญ: การมีส่วนร่วม, ประชาชน, พัฒนาชุมชน, สังคม

Abstract

This academic paper aims to promote public participation in community and social development. The results of the study showed that providing opportunities for people to participate in communities and society at all stages, including development, problem solving

and problem prevention, by providing opportunities to participate in initiatives, joint policy formulation, joint planning. Make decisions and stick to the plan. Public participation is at the heart of community and social development work. Community and local development is important and must be a process of operation that contributes to the transformation of local communities for the better, prosperity and prosperity in all aspects, either gradually or by leaps and bounds. They are able to deal with the globalization trend in order to address the needs of self-sufficiency and society and develop into decision-making and action to solve obvious problems. Public participation requires good management. The problem is analyzed to meet the need for public participation. Public participation is important. A variety of forms and techniques of engagement are clear and to the point.

Keyword: Participation, people, community development, society

บทนำ

การมีส่วนร่วมของประชาชนในการพัฒนาชุมชนและสังคม เป็นสิ่งสำคัญยิ่งในสังคมปัจจุบัน การขับเคลื่อนกลยุทธ์ การทำงานทั้งระดับชุมชน และระดับประเทศก็ต้องมีส่วนร่วมของประชาชน ดังนั้น การปกครองส่วนท้องถิ่นจึงต้องมุ่งเสริมสร้างการมีส่วนร่วมของประชาชน เพื่อบรรลุวัตถุประสงค์การเกิดขึ้นขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น เป็นรากฐานของการพัฒนาประชาธิปไตย การมีส่วนร่วมของประชาชน (Public Participation) การมีส่วนร่วมของประชาชน คือ กระบวนการให้ประชาชนเข้ามามีส่วนเกี่ยวข้องในการดำเนินงานพัฒนา ร่วมคิด ร่วมตัดสินใจแก้ปัญหาาร่วมกัน โดยร่วมกันใช้ความคิดสร้างสรรค์ ความรู้ และความชำนาญที่มีเหมาะสม และสนับสนุนติดตามผลการปฏิบัติงานขององค์กรและเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องการมีส่วนร่วมของประชาชนที่แท้จริง จึงหมายถึงการที่ประชาชนหรือชุมชนพัฒนาขีดความสามารถของตนเองในการจัดการและควบคุมการใช้ทรัพยากร และปัจจัยการผลิตที่มีอยู่ในสังคม เพื่อประโยชน์ต่อการดำรงชีพทางเศรษฐกิจและสังคม และการตัดสินใจต่าง ๆ เกี่ยวกับโครงการที่เหมาะสมและเป็นที่ยอมรับร่วมกันกลยุทธ์การประชาสัมพันธ์โดยเน้นการมีส่วนร่วมของประชาชน (Public Participation) เป็นแนวความคิดใหม่ที่มีรากฐานมาจากแนวคิดของระบอบประชาธิปไตย เป็นกระแสของความคิดที่ทำให้ผู้คนในสังคมตระหนักว่าการดำเนินกิจการใด ๆ ก็ตาม ผู้ที่ได้รับผลกระทบและมีส่วนได้เสียควรเป็นผู้มีโอกาสดูแลแสดงความคิดเห็นและเสนอแนะความคิด การปฏิบัติงานประชาสัมพันธ์ในยุคปัจจุบันจึงต้อง ประยุกต์แนวคิดให้ตอบรับกับแนวคิดประชาธิปไตย โดยต้องสร้างกระบวนการรับฟังความคิดเห็นจากประชาชนอัน เป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติงาน และเป็นส่วนสำคัญของแนวคิดการมีส่วนร่วมของประชาชน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ประชาชนกลุ่มที่มีส่วนได้เสียและได้รับผลกระทบต่อการดำเนินชีวิต โดยการพัฒนาจึงเริ่มจากความต้องการของชุมชนแทนความต้องการของหน่วยงานภาครัฐรูปแบบของการมีส่วนร่วม การที่ประชาชนภายในพื้นที่มีการรวมกลุ่ม ในรูปของประชาคมหรือชุมชน ซึ่งเป็นแนวคิดที่สนับสนุน ความเข้มแข็งของชุมชนและสังคม โดยเน้นการมีส่วน

ร่วม ของประชาชน ให้ร่วมคิด ร่วมทำ ร่วมแก้ไขปัญหา ซึ่งการแก้ไขปัญหาที่จำเป็นต้องมีความร่วมมือ ทำพร้อม ๆ กัน ในทุกระดับต้องระดมทุกองค์ประกอบในสังคม โดยเฉพาะชุมชน เพื่อเสริมสร้างความ เป็นชุมชนให้มีความเข้มแข็ง สามารถแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง ตามรัฐธรรมนูญ 2560 ได้บัญญัติ ไว้ว่า มาตรา 253 ในการดำเนินงาน ในส่วนของท้องถิ่นให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น สภาท้องถิ่น และ ผู้บริหารท้องถิ่นเปิดเผยข้อมูลและรายงานผลการดำเนินงานให้ประชาชนทราบ รวมตลอดทั้งมีกลไกให้ ประชาชนในท้องถิ่นมีส่วนร่วมด้วย (รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2560)

สรุป การมีส่วนร่วม หมายถึง การเปิดโอกาสให้ประชาชนได้มีส่วนร่วมในทุกขั้นตอน การ พัฒนาทั้งในการแก้ไขปัญหาและป้องกันปัญหาโดยเปิดโอกาสให้มีส่วนร่วมในการคิดริเริ่ม ร่วมกำหนด นโยบาย ร่วมวางแผน ตัดสินใจและปฏิบัติตามแผน การมีส่วนร่วมของประชาชน เป็นหัวใจของงาน พัฒนาชุมชนและสังคม โดยยึดหลักของการมีส่วนร่วมที่ว่าประชาชนในท้องถิ่นมีส่วนร่วมในการคิด การ ตัดสินใจ การวางแผนงาน การปฏิบัติการ และการร่วมกันบำรุงรักษา การวัดความสำเร็จหรือเป้าหมาย ของการมีส่วนร่วมของประชาชนอยู่ที่การเรียนรู้ร่วมกันระหว่างประชาชนและองค์กรปกครองส่วน ท้องถิ่น เพื่อสร้างความเป็นเจ้าของชุมชน การให้ประชาชนมาร่วมแสดงความคิดเห็น เรียกร้อง แสดง ความต้องการ การมีส่วนร่วม ควรทำด้วยความสมัครใจ และตั้งอยู่บนความเสมอภาค สนองตอบความ ต้องการของตนและชุมชนอย่างแท้จริง การให้ประชาชนเข้ามามีส่วนร่วม ในการปฏิบัติอย่างแท้จริง จะ ทำให้บุคคล ชุมชน เกิดความสามัคคี ในการแก้ปัญหาาร่วมกัน ดังนั้น การมีส่วนร่วมเป็นการแสดงออก อย่างมีเป้าหมายแสดงให้เห็นต้องการขั้นพื้นฐานการแก้ปัญหาของชุมชนเป็นเรื่องของประชาชนและ ร่วมกันแก้ปัญหาาร่วมกันอย่างเป็นระบบ และถูกต้องตรงความต้องการของประชาชน

รูปแบบของการมีส่วนร่วม

การมีส่วนร่วมของประชาชนมีความสำคัญขึ้นอยู่กับรูปแบบของการมีส่วนร่วมที่ดำเนินอยู่ โดยทั่วไป สามารถสรุปได้เป็น 4 รูปแบบ ดังนี้

1. การรับรู้ข่าวสาร (Public Information) ประชาชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจะต้องได้รับการ แจ้งให้ ทราบถึงรายละเอียดของโครงการที่จะดำเนินการรวมทั้งผลกระทบที่คาดว่าจะเกิดขึ้น ทั้งนี้การ ได้รับแจ้งข่าวสาร ดังกล่าวจะต้องเป็นการแจ้งก่อนที่จะมีการตัดสินใจดำเนินโครงการ

2. การปรึกษาหารือ (Public Consultation) เป็นรูปแบบการมีส่วนร่วมที่มีการจัดการหารือ ระหว่าง ผู้ดำเนินการโครงการกับประชาชนที่ เกี่ยวข้องและได้รับผลกระทบ เพื่อรับฟังความคิดเห็นและ ตรวจสอบข้อมูล เพิ่มเติม เพื่อให้เกิดความเข้าใจในโครงการและกิจกรรมมากขึ้น

3. การประชุมรับฟังความคิดเห็น (Public Meeting) มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ประชาชนและฝ่าย เกี่ยวข้องกับโครงการหรือกิจกรรม และผู้มีอำนาจตัดสินใจในการทำโครงการหรือกิจกรรมนั้นได้ใช้เวที สาธารณะในการทำความเข้าใจ และค้นหาเหตุผลในการดำเนินโครงการหรือกิจกรรมในพื้นที่นั้น ซึ่งการ ประชุมรับฟังความคิดเห็นมีหลายรูปแบบ ได้แก่

3.1 การประชุมในระดับชุมชน (Community Meeting) โดยจัดขึ้นในชุมชนที่ได้รับผลกระทบจากโครงการ โดยเจ้าของโครงการหรือกิจกรรมจะต้องส่งตัวแทนเข้าร่วม เพื่ออธิบายให้ที่ประชุมทราบถึง ลักษณะโครงการและผลกระทบที่ คาดว่าจะเกิดขึ้นและตอบข้อซักถาม

3.2 การประชุมรับฟังความคิดเห็นในเชิงวิชาการ (Technical Hearing) สำหรับโครงการที่มีข้อโต้แย้งในเชิงวิชาการ จำเป็นจะต้องเชิญผู้เชี่ยวชาญเฉพาะสาขาจากภายนอกมาช่วย อธิบาย และให้ความเห็น ต่อโครงการ ซึ่งผู้เข้าร่วมประชุมต้องได้รับทราบผลดังกล่าวด้วย

3.3 การประชาพิจารณ์ (Public Hearing) เป็นเวทีในการเสนอข้อมูลอย่างเปิดเผยไม่มี การปิดบัง ทั้งฝ่ายเจ้าของโครงการและฝ่ายผู้มีส่วนได้ส่วนเสียจากโครงการ ซึ่งจะต้องมีองค์ประกอบของ ผู้เข้าร่วมที่เป็นที่ยอมรับมีหลักเกณฑ์และประเด็นในการพิจารณาที่ชัดเจน และแจ้งให้ทุกฝ่ายทราบทั่วกัน

4. การร่วมในการตัดสินใจ (Decision Making) เป็นเป้าหมายสูงสุดของการมีส่วนร่วมของ ประชาชน ซึ่งประชาชนจะมีบทบาทในการตัดสินใจได้เพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับองค์ประกอบของคณะกรรมการที่ เป็นผู้แทนประชาชนในพื้นที่ลักษณะที่สำคัญของการมีส่วนร่วมว่าเป็นเรื่องของกระบวนการ

5. การเสริมอำนาจแก่ประชาชน เป็นขั้นที่ให้บทบาทประชาชนในระดับสูงสุด โดยให้ ประชาชนเป็นผู้ตัดสินใจ เช่น การลงประชามติในประเด็นสาธารณะต่าง ๆ โครงการกองทุนหมู่บ้านที่มอบ อำนาจให้ประชาชนเป็นผู้ตัดสินใจทั้งหมด เป็นต้น

ระดับการมีส่วนร่วม

ระดับที่ 1 การให้ข้อมูลข่าวสารแก่ประชาชนเกี่ยวกับกิจกรรม หรือสิทธิต่าง ๆ ของประชาชน การมีส่วนร่วมในระดับนี้ถือเป็นระดับที่ประชาชนเข้ามามีส่วนร่วมในขั้นตอนน้อยที่สุด ซึ่งเป็นสิทธิพื้นฐาน ของประชาชนในการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับงานของภาครัฐ โดยหน่วยงานภาครัฐมีหน้าที่ในการ นำเสนอข้อมูลที่แท้จริง ถูกต้อง ทันสมัย และประชาชนสามารถเข้าถึงได้

ระดับที่ 2 การปรึกษาหารือ (Consult) เป็นระดับการมีส่วนร่วมในการให้ข้อมูล ข้อเท็จจริง ความรู้สึก และความคิดเห็นประกอบการตัดสินใจ ดังนั้น ประชาชนมีบทบาทในฐานะการให้ข้อมูลการ ตัดสินใจเป็นของหน่วยงานภาครัฐรูปแบบการมีส่วนร่วมในลักษณะนี้ เช่น การสำรวจ ความคิดเห็น และการ ประชุมสาธารณะ

ระดับที่ 3 การให้ประชาชนเข้ามามีบทบาท (Involve) ในกระบวนการทำงานเริ่มตั้งแต่การ กำหนดนโยบาย การวางแผน โครงการ และวิธีการทำงานโดยหน่วยงานภาครัฐมีหน้าที่จัดระบบอำนวยความสะดวก ยอมรับการเสนอแนะ และการตัดสินใจร่วมกับภาคประชาชน การมีส่วนร่วมระดับนี้มักดำเนินการ ในรูปแบบการประชุมเชิงปฏิบัติการ

ระดับที่ 4 การสร้างความร่วมมือ (Collaborate) เป็นระดับของการเปิดโอกาสให้ประชาชนเข้า มามีส่วนร่วมในระดับสูง โดยประชาชนและภาครัฐจะทำงานร่วมกันในกระบวนการของการตัดสินใจ เช่น คณะกรรมการร่วมภาครัฐ และเอกชน คณะที่ปรึกษาภาคประชาชน

ระดับที่ 5 การให้อำนาจแก่ประชาชน (Empower) เป็นระดับที่ให้บทบาทแก่ประชาชนในระดับที่สูงที่สุด เพราะให้ประชาชนเป็นผู้ตัดสินใจ รัฐจะดำเนินการตามการตัดสินใจนั้น ระดับการมีส่วนร่วมของประชาชนในระดับสูงสุดนี้เน้นให้ประชาชนเป็นเจ้าของดำเนินการกิจ และภาครัฐมีหน้าที่ในการส่งเสริมสนับสนุนเท่านั้น รูปแบบการมีส่วนร่วมในระดับนี้ เช่น การลงประชามติ และการแก้ไขปัญหาความขัดแย้ง โดยกระบวนการประชาคม (บวรศักดิ์ อุวรรณโณ และคณะ, 2554: 18)

การมีส่วนร่วมในระดับนี้ถือเป็นระดับที่ประชาชนเข้ามามีส่วนร่วมข้อมูล ข้อเท็จจริง ความรู้สึก และความคิดเห็นประกอบการตัดสินใจ การมีส่วนร่วมระดับนี้จะดำเนินการในรูปแบบการประชุมเชิงปฏิบัติ การสัมมนา การลงมือปฏิบัติ การมีส่วนร่วมไม่ว่าระดับไหนก็มีความสำคัญอย่างยิ่ง ดังนั้นระดับการมีส่วนร่วมของประชาชนในระดับสูงสุดนี้เน้นให้ประชาชนได้รับรู้กระบวนการต่าง ๆ ในการมีส่วนร่วมและเข้าถึงทุกระดับ

ระดับขั้นการมีส่วนร่วมของประชาชน

การแบ่งระดับขั้นการมีส่วนร่วมของประชาชนอาจแบ่งได้หลายวิธี ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์และความละเอียดของการแบ่งเป็นสำคัญ โดยมีข้อสังเกต คือ ถ้าระดับการมีส่วนร่วมต่ำ จำนวนประชาชนที่เข้ามามีส่วนร่วมมาก และยิ่งระดับการมีส่วนร่วมสูงขึ้นเพียงใด จำนวนประชาชนที่เข้ามามีส่วนร่วมก็จะลดลง ตามลำดับ ระดับการมีส่วนร่วมของประชาชนเรียงตามลำดับจากต่ำสุดไปหาสูงสุด ได้แก่

1. ระดับการให้ข้อมูล เป็นระดับต่ำสุด และเป็นวิธีการที่ง่ายที่สุดของการติดต่อสื่อสารระหว่างผู้วางแผนโครงการกับประชาชน มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ข้อมูลแก่ประชาชน โดยวิธีการต่าง ๆ เช่น การแถลงข่าว การแจกข่าวสาร และการแสดงนิทรรศการ เป็นต้น แต่ไม่เปิดโอกาสให้แสดงความคิดเห็นหรือเข้ามาเกี่ยวข้อง ใด ๆ

2. ระดับการเปิดรับความคิดเห็นจากประชาชน เป็นระดับขั้นที่สูงกว่าระดับแรก กล่าวคือผู้วางแผนโครงการจะเชิญชวนให้ประชาชนแสดงความคิดเห็น เพื่อเป็นข้อมูลในการประเมินข้อดีข้อเสียของโครงการ อย่างชัดเจนมากขึ้น เช่น การจัดทำแบบสอบถามก่อนริเริ่มโครงการต่าง ๆ หรือการบรรยายและเปิดโอกาสให้ ผู้ฟังแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับโครงการนั้น ๆ เป็นต้น

3. ระดับการปรึกษาหารือ เป็นการเจรจาอย่างเป็นทางการระหว่างผู้วางแผนโครงการและประชาชน เพื่อประเมินความก้าวหน้าหรือระบุประเด็นข้อสงสัยต่าง ๆ เช่น การจัดประชุม การจัดสัมมนาเชิงปฏิบัติการ และการเปิดกว้างรับฟังความคิดเห็น เป็นต้น

4. ระดับการวางแผนร่วมกัน เป็นระดับการมีส่วนร่วมที่ผู้วางแผนโครงการกับประชาชนมีความรับผิดชอบร่วมกันในการวางแผนเตรียมโครงการ และผลที่จะเกิดขึ้นจากการดำเนินการโครงการเหมาะที่จะ ใช้สำหรับการพิจารณาประเด็นที่มีความยุ่งยากซับซ้อนและมีข้อโต้แย้งมาก เช่น การใช้กลุ่มที่ปรึกษาซึ่งเป็น ผู้ทรงคุณวุฒิในสาขาต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการใบอนุญาตโครงการเพื่อแก้ปัญหาข้อขัดแย้ง และการเจรจาเพื่อ หาทางประนีประนอมกัน เป็นต้น

5. ระดับการร่วมปฏิบัติ เป็นระดับที่ผู้รับผิดชอบโครงการกับประชาชนร่วมกันดำเนินโครงการ เป็นขั้นการนำ โครงการไปปฏิบัติร่วมกันเพื่อให้บรรลุผลตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้

6. ระดับการควบคุมโดยประชาชน เป็นระดับสูงสุดของการมีส่วนร่วมโดยประชาชน เพื่อแก้ปัญหา ข้อขัดแย้งที่มีอยู่ทั้งหมด เช่น การลงประชามติ แต่การลงประชามติจะสะท้อนถึงความต้องการของประชาชนได้ดีเพียงใด ขึ้นอยู่กับความชัดเจนของประเด็นที่จะลงประชามติและการกระจายข่าวสารเกี่ยวกับข้อดีข้อเสียของประเด็นดังกล่าว ให้ประชาชนเข้าใจอย่างสมบูรณ์และทั่วถึงเพียงใด โดยในประเทศที่มีการพัฒนาทางการเมืองแล้ว ผลของการลงประชามติจะมีผลบังคับให้รัฐบาลต้องปฏิบัติตาม แต่สำหรับประเทศไทยนั้น รัฐธรรมนูญฉบับปัจจุบันบัญญัติให้ผลของการประชามติมีทั้งแบบที่มีข้อยุติโดยเสียงข้างมาก และแบบที่เป็นเพียงการให้คำปรึกษาแก่คณะรัฐมนตรีซึ่งไม่มี ผลบังคับให้รัฐบาลต้องปฏิบัติตามแต่อย่างใด (มาตรา 165)

ประโยชน์ของการมีส่วนร่วมของประชาชน

เจมส์แอล เครยตัน (2554) ได้กล่าวประโยชน์ของการมีส่วนร่วมของประชาชน ไว้ดังนี้

1. คุณภาพของการตัดสินใจดีขึ้นเนื่องจากกระบวนการปรึกษาหารือกับสาธารณชนจะช่วยสร้างความกระจ่างให้กับวัตถุประสงค์และความต้องการของโครงการหรือนโยบาย และบ่อยครั้งที่การมีส่วนร่วมของประชาชนนำมาสู่การพิจารณาทางเลือกใหม่ ๆ ที่น่าจะเป็นคำตอบที่มีประสิทธิผลที่สุดได้

2. ใช้ต้นทุนน้อยและลดความล่าช้าลง แม้ว่าการเปิดโอกาสให้ประชาชนได้มีส่วนร่วมจะต้องใช้เวลาและมีค่าใช้จ่ายมากกว่าการตัดสินใจฝ่ายเดียวแต่การตัดสินใจฝ่ายเดียวที่ไม่คำนึงถึง ความต้องการแท้จริงของประชาชนนั้น อาจนำมาซึ่งการโต้แย้งคัดค้านหรือการฟ้องร้องกันอันทำให้ต้องเสียค่าใช้จ่ายสูงในระยะยาวเกิดความล่าช้าและความล้มเหลวของโครงการได้ในที่สุด

3. การสร้างฉันทามติการมีส่วนร่วมของประชาชนจะสร้างข้อตกลงและข้อผูกพันอย่างมั่นคงในระยะยาวระหว่างกลุ่มที่มีความแตกต่างกันช่วยสร้างความเข้าใจระหว่างกลุ่มต่าง ๆ ลดข้อโต้แย้งทางการเมืองและช่วยให้เกิดความชอบธรรมต่อการตัดสินใจของรัฐบาล

4. การนำไปปฏิบัติง่ายขึ้น การเข้ามามีส่วนร่วมในการตัดสินใจทำให้ประชาชนมีความรู้สึกของการเป็นเจ้าของการตัดสินใจนั้น และทันทีที่การตัดสินใจได้เกิดขึ้นพวกเขาก็อยากเห็นมันเกิดผลในทางปฏิบัติและยังอาจเข้ามาช่วยกันอย่างกระตือรือร้นอีกด้วย

5. การหลีกเลี่ยงการเผชิญหน้าที่เลวร้ายที่สุด เพราะการเปิดโอกาสให้ฝ่ายต่าง ๆ เข้ามาแสดงความต้องการและข้อห่วงกังวลตั้งแต่เริ่มต้นโครงการจะช่วยลดโอกาสของการโต้แย้ง และการแบ่งฝ่ายที่จะเป็นปัจจัยให้เกิดการเผชิญหน้าอย่างรุนแรงได้

6. การคงไว้ซึ่งความน่าเชื่อถือและความชอบธรรม เนื่องจากกระบวนการตัดสินใจที่โปร่งใสและเปิดโอกาสให้ประชาชนเข้ามามีส่วนร่วมจะสร้างความน่าเชื่อถือต่อสาธารณชน และเกิดความชอบธรรมโดยเฉพาะเมื่อต้องมีการตัดสินใจในเรื่องที่มีการโต้แย้งกัน

7. การคาดการณ์ความห่วงกังวลและทัศนคติของสาธารณชน เพราะเมื่อเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องได้มาทำงานร่วมกับสาธารณชนในกระบวนการมีส่วนร่วมพวกเขาจะได้รับรู้ถึงความห่วงกังวลและมุมมองของสาธารณชนต่อการทำงานขององค์กรซึ่งจะทำให้เจ้าหน้าที่สามารถคาดการณ์ปฏิกิริยาตอบสนองของสาธารณชนต่อกระบวนการและการตัดสินใจขององค์กรได้

8. การพัฒนาภาคประชาสังคม ประโยชน์อย่างหนึ่งของการมีส่วนร่วมของประชาชน คือ ทำให้ประชาชนมีความรู้ทั้งในส่วนของเนื้อหาโครงการและกระบวนการตัดสินใจของรัฐรวมทั้งเป็นการฝึกอบรมผู้นำและทำให้ประชาชนได้เรียนรู้ทักษะการทำงานร่วมกันแก้ปัญหาต่าง ๆ อย่างมีประสิทธิภาพในอนาคต

สรุปการมีส่วนร่วมของประชาชนต้องการบริหารจัดการที่ดี มีการวิเคราะห์ปัญหาให้ตรงกับความต้องการการมีส่วนร่วมของประชาชน เพราะการมีส่วนร่วมของประชาชนเป็นเรื่องที่สำคัญ รูปแบบและเทคนิคการมีส่วนร่วมที่หลากหลายการมีส่วนร่วมของประชาชนเป็นกระบวนการที่มีความต่อเนื่อง มีการเรียนรู้ร่วมกันของผู้ที่เกี่ยวข้องทั้งฝ่ายภาครัฐ องค์กรเอกชน และประชาชนทั่วไปโดยเน้นการสื่อสารสองทางทั้งสองทางที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ

การมีส่วนร่วมกับการพัฒนาชุมชนและท้องถิ่น

การพัฒนาชุมชนได้มีกำเนิดขึ้นและเป็นที่ยอมรับกันมานานแล้วและจากการที่การพัฒนาชุมชนได้ถูกนำมาใช้และรับการยอมรับอย่างแพร่หลายจึงได้มีองค์การ ด้านการพัฒนาท้องถิ่น นักพัฒนาได้ให้ความหมายของการพัฒนาไว้ว่า การที่คนในท้องถิ่นและสังคมโดยรวมได้ร่วมกันดำเนินกิจกรรมเพื่อปรับปรุงความรู้ความสามารถของตนเอง และร่วมกันเปลี่ยนแปลงคุณภาพชีวิตของตนเองชุมชนสังคมให้ดีขึ้น การพัฒนาเป็นเสมือนกลวิธีหรือมรรควิธีที่ทำให้เกิดผล ที่ต้องการคุณภาพชีวิต ชุมชน และสังคมให้ดีขึ้น (สมศักดิ์ ศรีสันติสุข, 2525)

องค์การสหประชาชาติ ให้ความหมายว่า การพัฒนาชุมชนและท้องถิ่น เป็นกระบวนการร่วมกำลังระหว่างประชาชนในชุมชนกับเจ้าหน้าที่ของรัฐบาล เพื่อปรับปรุงสภาพทางเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรมของชุมชนนั้น ๆ ให้เจริญยิ่งขึ้นและผสมผสานเข้าเป็นชีวิตของชาติทำให้ประชาชนสามารถอุทิศตนเพื่อความก้าวหน้าของประเทศชาติได้อย่างเต็มที่ (UN, 1955 อ้างอิงใน จิตติมา อัครนิติพงศ์, 2557)

กรมการพัฒนาชุมชน ได้กล่าวว่า การพัฒนาความรู้ความสามารถของประชาชน เพื่อให้เกิดความเชื่อมั่นในการช่วยตนเอง ช่วยเพื่อนบ้านและชุมชนให้มีมาตรฐานความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น โดยการร่วมมือระหว่างประชาชนกับรัฐบาล เป็นวิธีการที่นำเอาบริการของรัฐบาลผนวกเข้ากับความต้องการของประชาชนเพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนให้ดีขึ้น โดยการพัฒนาชุมชนต้องเป็นขบวนการอย่างใดอย่างหนึ่งที่รัฐบาลนำมาใช้เพื่อเป็นการกระตุ้นเตือน ยังยู่และส่งเสริมประชาชน ในชนบทให้เกิดความคิดริเริ่มขึ้น และเสริมสร้างท้องถิ่นให้ก้าวหน้าทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรมและการดูแลตนเองตามระบอบประชาธิปไตย (พัฒน์ บุญรัตนพันธุ์, 2560)

การมีส่วนร่วมในการพัฒนาชุมชนและสังคม

การมีส่วนร่วมในการพัฒนาชุมชนที่แท้จริง คือ หลักประชาชน ดังต่อไปนี้

1. เริ่มต้นที่ประชาชน โดยยึดจุดเดียวกับประชาชน มองโลก มองชีวิต มองปัญหาจากทัศนะของประชาชน เพื่อให้เข้าใจปัญหา ความต้องการของประชาชนในท้องถิ่นเพื่อให้เข้าถึงชีวิตจิตใจของประชาชน

2. ทำงานร่วมกับประชาชน โดยการคำนึงถึงการทำที่จะทำให้ประชาชนเข้าใจปัญหาของตนเองและของท้องถิ่น และมีกำลังใจลุกขึ้นต่อสู้กับปัญหา ช่วยกันคิด ช่วยกันแก้ไขปัญหานั้น ย่อมมีหนทางที่จะกระทำได้โดยไม่ยากหากเข้าใจปัญหาและเข้าถึงจิต

3. ยึดประชาชนเป็นหลัก โดยประชาชนต้องเป็นผู้กระทำการพัฒนาด้วยตนเองไม่ใช่เป็นผู้ถูกระทำ หรือเป็นฝ่ายรองรับข้างเดียว เพราะผลของการกระทำการพัฒนานั้น ตกอยู่ที่ประชาชนโดยตรง ท้องถิ่นโดยตรง ประชาชนเป็นผู้รับโชค หรือเคราะห์จากการพัฒนานั้น

การมีส่วนร่วมของประชาชน ถือเป็นหลักการสากลที่อารยประเทศให้ความสำคัญ และเป็นประเด็นหลักที่สังคมไทยให้ความสนใจเพื่อพัฒนาการเมืองเขาสระบอบประชาธิปไตยแบบมีส่วนร่วมตามหลักการ ธรรมาภิบาลที่ภาครัฐจะต้องเปิดโอกาสให้ประชาชนและผู้เกี่ยวข้องทุกภาคส่วนรับรู้ ร่วมคิดร่วมตัดสินใจ เพื่อสร้างความโปร่งใสและเพิ่มคุณภาพการตัดสินใจของภาครัฐให้ดีขึ้น และเป็นที่ยอมรับร่วมกันของทุก ๆ ฝ่ายในการบริหารราชการเพื่อประโยชน์สุขของประชาชน

ความสำคัญของการพัฒนาชุมชนและท้องถิ่น

ความสำคัญของการพัฒนาชุมชนและท้องถิ่น มีความสำคัญยิ่งในการพัฒนาทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคมประชาชนในชนบทด้วยโอกาสทางการศึกษา ทางด้านการเมืองการปกครองจากปัญหาเศรษฐกิจ โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. ความสำคัญทางด้านเศรษฐกิจ เป็นที่ทราบกันว่าปัญหาที่ชุมชนประสบกันอยู่ทั่ว ๆ ไปก็คือปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ ประชาชนประสบความยากลำบากมีความแร้นแค้นเนื่องจากการขาดความรู้ในการผลิตสมัยใหม่วิธีการผลิตยังอยู่ภายใต้อิทธิพลของธรรมชาติ รวมทั้งขาดแคลนเงินทุน ขาดแคลนอุปกรณ์ในการผลิตเกษตรกรมักขายผลผลิตให้แก่พ่อค้าคนกลางในราคาต่ำและช่องทางประกอบอาชีพอย่างอื่นมีจำกัดหลังจากเก็บแล้วเกษตรกรส่วนใหญ่จะว่างงาน การนำเอาการพัฒนาชุมชนมาใช้จะทำให้เศรษฐกิจของเกษตรกรชนบทดีขึ้น คือ 1) ช่วยยกระดับการครองชีพของประชาชนให้ดีขึ้น 2) ช่วยแก้ไขปัญหาว่างาน 3) ส่งเสริมให้ประชาชนได้รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ 4) ลดความไม่เท่าเทียมกันระหว่างชนชั้นในสังคม 5) ทำให้ประชาชนมีฐานะด้านเศรษฐกิจดีขึ้นและประเทศชาติมีความมั่นคงด้านเศรษฐกิจ

2. ความสำคัญทางสังคมประชาชนในชนบทด้วยโอกาสทางการศึกษา เป็นเหตุให้ชาวชนบทมีสภาพความเป็นอยู่ทางด้านสุขภาพอนามัยดีไปด้วย สุขภาพของชาวชนบทเป็นแบบสามวันดีสี่

วันไข้เป็นโรคขาดสารอาหารและทางเดินอาหารก่อให้เกิดการด้อยคุณภาพของประชาชน ส่วนด้านความคิดต่าง ๆ นับว่ายังเป็นแนวความคิดที่ล้าสมัยยึดมั่นในเรื่องไสยศาสตร์เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ประชาชนในชนบทเจริญช้าและมีผลกระทบทางด้านเศรษฐกิจการนำเอาวิธีการพัฒนาชุมชนเข้าไปใช้ในชุมชน มีผลทำให้สภาพสังคมเปลี่ยนไปในทางที่ดี คือ 1) ทำให้ประชาชนได้รู้จักการปรับปรุงสภาพความเป็นอยู่ของตนเองให้ดีขึ้น 2) ช่วยให้ประชาชนรู้จักป้องกันโรคภัยไข้เจ็บรักษาอนามัยครอบครัวให้ดีขึ้น 3) เป็นการลดความแตกต่างระหว่างชนชั้นในสังคมให้บรรเทาเบาบางลงสร้าง ความเป็นธรรมให้เกิดขึ้นสมาชิก 4) ช่วยปรับปรุงชีวิตความสัมพันธ์ในครอบครัวและสังคมให้ดีขึ้น 5) ทำให้ประชาชนรู้จักหน้าที่ของตนและมีความรับผิดชอบต่อสังคมมากขึ้น

3. ความสำคัญทางด้านการเมืองการปกครองจากปัญหาเศรษฐกิจ และสังคมที่ชาวบ้านชนบทได้รับทำให้มีผลสืบเนื่องมาสู่ปัญหาด้านการเมืองการปกครองด้วย ต้นเหตุคือความยากจนที่ทำให้ชาวบ้านไม่มั่นใจในการเมืองการปกครองประชาชนถือว่าการเมืองเป็นเรื่องของคนบางกลุ่มเท่านั้นปัญหาความยากจนจะโยงมาสู่ปัญหาการเมือง จะเห็นได้จากปัญหาผู้ก่อการร้ายและการด้อยการศึกษาที่เป็นสาเหตุหนึ่งที่น่าไปสู่ปัญหานี้การไม่เข้าใจในเรื่องการเมืองประกอบกับความยากจน เมื่อมีฝ่ายตรงข้ามมาเกลี้ยกล่อมชักชวนก็เห็นตามไปด้วย ดังนั้น การพัฒนาชุมชนจึงมีผลต่อการเมืองการปกครอง ดังนี้ 1) เป็นการก่อให้เกิดความสามัคคีความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันของคนในชุมชนท้องถิ่นและคนในชาติ 2) ทำให้ประชาชนเกิดความรักความเข้าใจในรัฐบาลและประเทศชาติของตนยิ่งขึ้น 3) เป็นการขจัดความขัดแย้งที่จะเกิดขึ้นระหว่างประชาชนกับประชาชน และระหว่างประชาชนกับเจ้าหน้าที่ของรัฐ 4) ทำให้ประชาชนสนใจที่จะปกครองตนเองและเข้าใจการปกครองในระบบ ประชาธิปไตยมากขึ้นการพัฒนาชุมชนด้านต่าง ๆ นั้นมีความสำคัญอย่างยิ่งที่จะช่วยให้พัฒนาบรรลุเป้าหมายได้ ฉะนั้น ในการพัฒนาชุมชนจึงพยายามที่จะพัฒนาในด้านต่าง ๆ ไปพร้อมกันทุกด้านที่มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน เพราะจะมีส่วนช่วยสนับสนุนซึ่งกันและกันอย่างมาก กล่าวคือหากเราพัฒนาด้านใดด้านหนึ่งเพียงด้านเดียว โดยละทิ้งหรือไม่ให้ความสำคัญแก่ด้านอื่นอย่างเท่าเทียมกัน แล้วด้านที่พัฒนานั้นจะไม่ประสบผลสำเร็จเพราะมีด้านที่ไม่พัฒนาเป็นเครื่องถ่วงอยู่ด้วยเหตุนี้การพัฒนาชุมชนสังคมจึงต้องพัฒนาทั้งคนและวัตถุไปพร้อม ๆ กัน

สรุปการพัฒนาชุมชนและท้องถิ่นเป็นสิ่งที่สำคัญและต้องเป็นกระบวนการในการดำเนินงานที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของชุมชนท้องถิ่นในทางที่ดีขึ้น เจริญขึ้นและรุ่งเรืองขึ้นในทุก ๆ ด้าน อาจจะค่อยเป็น ๆ หรือก้าวกระโดดก็ได้ ทั้งด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม ด้านการเมือง ด้านวัฒนธรรม และด้านสิ่งแวดล้อม รวมทั้งสามารถจัดการกับภาวะการณ์ของกระแสโลกาภิวัตน์เพื่อให้ตอบสนองความต้องการของพื้นที่ตนเองและสังคม และการพัฒนาเป็นการคิดตัดสินใจและดำเนินการแก้ไขปัญหาที่เห็นได้ชัดเจน ตลอดจนตอบสนองความต้องการของตนเองและส่วนรวมทั้งทางตรงและทางอ้อม โดยการที่ประชาชนได้เข้าถึงข้อมูลสำคัญเพื่อในการพัฒนาต่อไปทันแก่โลกกระแสโลกาภิวัตน์

ปรัชญาของการพัฒนาท้องถิ่น

ปรัชญาของการพัฒนาชุมชนมาจากหลักการแห่งธรรมชาติ และภาวะทางกายภาพของมนุษย์ ที่มนุษย์แต่ละคนมีความแตกต่างระหว่างบุคคลทั้งรูปร่าง สมอง สติปัญญาและจิตใจ ภาวะธรรมชาติ และภาวะกายภาพนี้ ทำให้มนุษย์ไม่สามารถที่จะประสบความสำเร็จของชีวิตได้เท่าเทียมกัน ถึงแม้ว่า มนุษย์ทุกคนมีสิทธิและความเสมอภาพในโอกาสที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างเท่าเทียมกันก็ตาม การพัฒนาชุมชน เป็นกลไกอันสำคัญที่กำหนดทิศทางนโยบาย แนวทางและกระบวนการในการพัฒนา เพื่อนำไปสู่จุดมุ่งหมายเบื้องต้น คือ ชุมชนที่สุขสมบูรณ์

สรุปการพัฒนาชุมชน เป็นเรื่องที่มีความเกี่ยวข้องกันอย่างเป็นระบบ อันประกอบด้วย ปัจจัยภายใน ได้แก่ สภาพทั่วไปของปัญหา ความต้องการ กระบวนการแก้ไขปัญหา และผู้เกี่ยวข้องในระบบ และปัจจัยภายนอก อันได้แก่ กระแสโลกาภิวัตน์ และการเปลี่ยนแปลงทางธรรมชาติ การพัฒนาชุมชน เป็นการบริหารจัดการชุมชนที่มีกลไกการขับเคลื่อนการพัฒนาทั้งองค์การ ภาคมืองค์ประกอบทั้งภาครัฐ ท้องถิ่น ภาคเอกชน และประชาสังคม โดยท้องถิ่นเป็นองค์กรหลัก และประชาสังคมเป็นผู้รับประโยชน์ที่สุขสมบูรณ์ การพัฒนาชุมชน จึงเป็นภาระหน้าที่ของคนทุกคนที่จะต้องร่วมกันคิด ร่วมกันทำ และร่วมกันรับผิดชอบเพื่อให้ได้มาซึ่งประโยชน์สุขร่วมกัน ชุมชน เป็นการรวมตัวของบุคคล กลุ่ม องค์กร ชุมชน และประชาชนที่อาศัยอยู่ในขอบเขตพื้นที่หนึ่ง ๆ ซึ่งมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกันระดับพื้นฐานที่สุด คือ หมู่บ้านหรือชุมชนในรูปแบบอื่น ๆ ที่มารวมกันเพื่อแก้ไขปัญหาเดียวกัน เช่น ชุมชนลุ่มน้ำ ชุมชนวัฒนธรรม เป็นต้น

หลักปรัชญามูลฐานของงานพัฒนาชุมชน

ปรัชญาการพัฒนาชุมชน การดำเนินงานพัฒนาชุมชนพลังสำคัญที่บันดาลให้งานบรรลุ สำเร็จตามเป้าหมายและวัตถุประสงค์สมความมุ่งหมายที่มาจากประชาชน โดยเชื่อว่าประชาชนทุกคนไม่ ว่าจะยากดีมีจนหรือด้อยการศึกษาที่ยังปรารถนาที่จะปรับปรุงพัฒนาวิถีชีวิตของตนให้มีมาตรฐานมี คุณภาพเท่าเทียมกับผู้อื่นการดำเนินงานพัฒนาชุมชนเพื่อให้เกิดประโยชน์เพื่อการพัฒนาด้านเศรษฐกิจสังคมและวัฒนธรรม เป็นการสร้างสรรค์ความเจริญให้แก่ชุมชน ช่วยให้ประชาชนได้บรรลุถึงเป้าหมายถึงความปรารถนา ความสุขในชีวิตและเป็นสิ่งที่ดีงานในการได้ช่วยเหลือ ในลักษณะทำหน้าที่ของเพื่อนมนุษย์ในสังคม

การพัฒนาชุมชนท้องถิ่น

การพัฒนาชุมชนท้องถิ่นที่แท้จริงโดยให้ความสำคัญกับประชาชนเป็นหลัก

1. เริ่มต้นที่ประชาชน โดยยืนจุดเดียวกับประชาชน มองโลก มองชีวิต มองปัญหา จาก ทักษะของประชาชน เพื่อให้เข้าใจปัญหา ความต้องการของประชาชนในท้องถิ่นเพื่อให้เข้าถึงชีวิต จิตใจ ของประชาชน

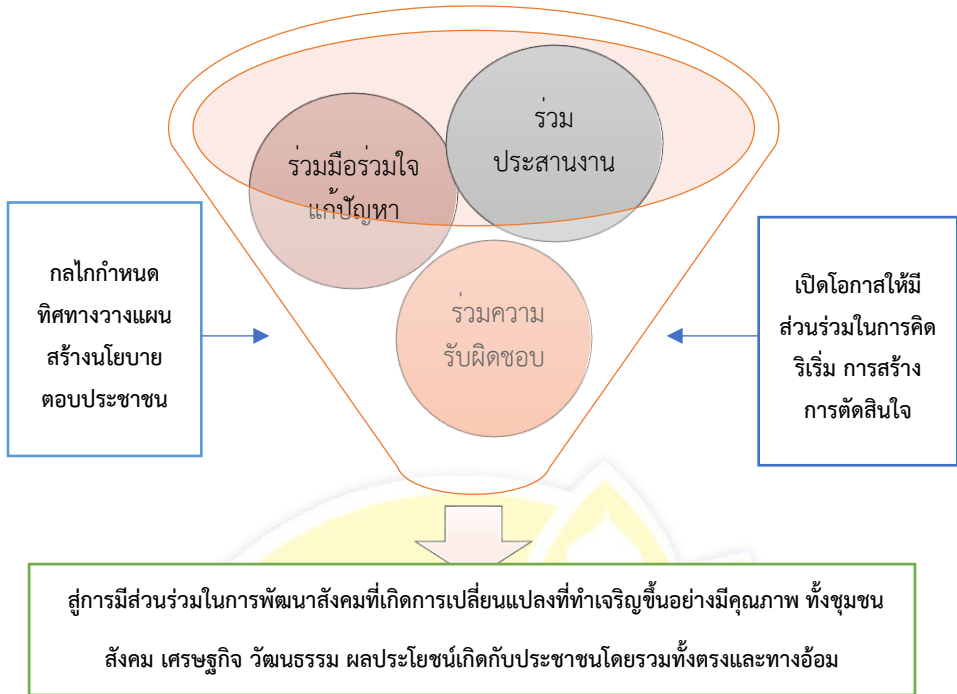
2. ทำงานร่วมกับประชาชน โดยการคำนึงถึงการที่จำทำให้ประชาชนเข้าใจปัญหาของตนเองและของท้องถิ่น และมีกำลังใจลุกขึ้นต่อสู้กับปัญหา ช่วยกันคิด ช่วยกันแก้ไขปัญหานั้น ย่อมมีหนทางที่จะกระทำได้โดยไม่ยากหากเข้าใจปัญหาและเข้าถึงจิตใจของประชาชน

3. ยึดประชาชนเป็นพระเอก โดยประชาชนต้องเป็นผู้กระทำการพัฒนาด้วยตนเองไม่ใช่เป็นผู้ถูกกระทำ หรือเป็นฝ่ายรองรับข้างเดียว เพราะผลของการกระทำการพัฒนานั้น ตกอยู่ที่ประชาชนโดยตรง ท้องถิ่นโดยตรง ประชาชนเป็นผู้รับโชค หรือเคราะห์จากการพัฒนา นั้น (สมชาย ศรีวิรัตน์)

สรุปการพัฒนา หมายถึง การทำให้เกิดความเจริญก้าวหน้า เพื่อตอบสนองความต้องการของประชาชนโดยตรง เช่น การพัฒนาชุมชน การพัฒนาสังคม การพัฒนาประเทศ เป็นการทำให้ดีขึ้น ให้เจริญขึ้นทั้งทางด้านวัตถุ และทางด้านจิตใจ เพื่อตอบสนองความต้องการของประชาชนส่วนใหญ่ ดังนั้น การพัฒนาเป็นกระบวนการพัฒนาที่เปลี่ยนแปลงอยู่เสมออยู่ตลอดเวลา เป็นการพัฒนาที่มีความสัมพันธ์กับเศรษฐกิจ ชุมชนสังคม และสิ่งแวดล้อมโดยตรง ดังนั้น การพัฒนาที่มีความเปลี่ยนแปลงต้องมีการวางแผน มีนโยบาย โดยการเปลี่ยนแปลงนี้ จะเปลี่ยนแปลงทั้งสภาพแวดล้อม และเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านคุณภาพชีวิตเพื่อให้เกิดผลประโยชน์ทั้งทางตรงและทางอ้อมแก่ประชาชนเป็นหลักสำคัญ

องค์ความรู้

การมีส่วนร่วมของประชาชนในการพัฒนาชุมชนและสังคม เป็นการเปิดโอกาสให้ประชาชนได้ร่วมกันแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นที่ส่งผลกระทบต่อประชาชน ต่อการดำเนินชีวิต และต่อความเป็นอยู่ของประชาชนโดยส่วนรวม การมีส่วนร่วมเป็นการร่วมกันแสดงความคิดเห็น ในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นทั้งทางตรงและทางอ้อม เปิดโอกาสให้ประชาชนได้แสดงความคิดเห็น ร่วมกันในการจัดสรรทรัพยากรของชุมชนและสังคม ร่วมกันวางแผนและปฏิบัติ ร่วมกันพัฒนาเศรษฐกิจชุมชน และสังคม โดยการสร้างกระบวนการเรียนรู้เข้าใจ เข้าถึง เปิดโอกาส ร่วมพัฒนาประชาชนทุกคนปรารถนาที่จะปรับปรุงพัฒนาวิถีชีวิตของตนให้มีมาตรฐานมีคุณภาพเท่าเทียมกับผู้อื่นการดำเนินการนี้เพื่อให้เกิดประโยชน์เพื่อการพัฒนาด้านเศรษฐกิจสังคมและวัฒนธรรม



เอกสารอ้างอิง

- จิตติมา อัครจิตติพงศ์ (2557). การพัฒนาองค์กร.พระนครศรีอยุธยา: คณะวิทยาการจัดการมหาวิทยาลัยราชภัฏพระนครศรีอยุธยา.
- บวรศักดิ์ อูวรรณโณ และคณะ (2554). การมีส่วนร่วมของประชาชนในกระบวนการนโยบาย สาธารณะ, พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอ.พี.กราฟฟิค ดีไซน์และการพิมพ์ จำกัด.
- พัฒน์ บุญรัตนพันธ์. (2560). การสร้างพลังชุมชนโดยขบวนการพัฒนาชุมชน. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช.
- รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2560. (6 เมษายน 2560). ราชกิจจานุเบกษา. เล่ม 134 ตอนที่ 40 ก
- สมชาย ศรีวิรัตน์ (2567). การพัฒนาชุมชนท้องถิ่น : แนวคิด หลักการพัฒนา และการดำเนินงานพัฒนาชุมชน. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:<https://www.gotoknow.org/posts/549133>
- สมศักดิ์ ศรีสนตีสุข. (2525). สังคมไทยแนวทางการวิจัยและพัฒนา. ขอนแก่น : มหาวิทยาลัยขอนแก่น.



สูงวัยอย่างสร้างสรรค์ แก่ชราอย่างมีความสุข

CREATIVE AGING, JOYFUL ELDERHOOD

วันชัย แสงสุวรรณ

นักวิชาการอิสระ

Wanchai Saengsuwan

Independent Scholar

Email: Sattalaw@hotmail.com



บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผู้สูงอายุโดยที่สูงวัยอย่างสร้างสรรค์ แก่ชราอย่างมีความสุข ผู้สูงอายุเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่าต่อสังคมและประเทศชาติ เพราะเป็นผู้เพียบพร้อมไปด้วยความรู้ประสบการณ์ โดยทำให้ผู้สูงอายุอยู่อย่างมีความสุข สุขทั้งใจและสุขทั้งกาย การให้ผู้สูงอายุมีความสุขมีคุณภาพชีวิตที่ดีโดยอาศัยพัฒนาสุขภาพในด้านร่างกาย และจิตใจการให้ความสำคัญกับสุขภาพ การบริโภคอาหารอย่างถูกสุขลักษณะ การพักผ่อนให้เพียงพอ การออกกำลังกายเป็นประจำเพื่อสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง อารมณ์ดี ซึ่งการสูงวัยอย่างมีคุณค่า แก่ชราอย่างมีความสุขยึดหลัก สุขสบาย สุขสนุก สุขสง่า สุขสว่าง สุขสงบ ผู้สูงอายุก้าวทันโลกสมัยใหม่และเข้าใจการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตามยุคตามสมัย แบบค่อยเป็นค่อยไป ทำให้เกิดการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ

คำสำคัญ: สูงวัย, มีคุณค่า, แก่ชรา, มีความสุข

Abstract

This academic article aims to study the elderly with a focus on creative aging and joyful elderhood. The elderly are valuable human resources for society and the nation, as they are full of knowledge and experience. Ensuring the elderly live happily, both mentally and physically, involves promoting a good quality of life by developing physical and mental health, emphasizing proper health care, consuming hygienic food, getting enough rest, and exercising regularly for physical strength and emotional stability. Aging with dignity and happiness adheres to the principles of comfortable happiness, joyful happiness, elegant happiness, illuminated happiness, and peaceful happiness. The elderly stay updated with modern changes and adapt gradually, leading to new learning experiences

Keywords: Elderly, Valuable, Old, Happy

บทนำ

การเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคม ตลอดจนความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีการแพทย์ และสาธารณสุข ได้ทำให้เกิดการเปลี่ยนผ่านทางประชากร (Demographic transition) อัตราเกิดและอัตราตายที่ลดลง กับอายุคาดเฉลี่ยที่ยืนยาวขึ้นของคนไทย ส่งผลให้ประเทศไทยก้าวเข้าสู่การเป็นสังคมผู้สูงอายุในระยะเวลาอันสั้น กล่าวคือ ประชากรสูงอายุในประเทศ ได้เพิ่มจาก 1.7 ล้านคน หรือประมาณร้อยละ 4.9 ของประชากรทั้งหมด ใน พ.ศ. 2513 เป็นจำนวนสูงถึง 7.5 ล้านคน หรือร้อยละ 11.8 ของประชากรทั้งหมด ใน พ.ศ. 2553 (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม, มหาวิทยาลัยมหาดล) ภายในปี 2567 หรืออีก 6 ปีข้างหน้า ไทยจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์ หรือมี ผู้สูงอายุที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไป คิดเป็นสัดส่วนร้อยละ 14.0 ของประชากรทั้งหมด สัญญาณ ดังกล่าวคาดว่ากลุ่มผู้สูงอายุจะกลายมาเป็นกลุ่มมลูกค้ำที่มีบทบาทสำคัญต่อภาคธุรกิจ สินค้าและบริการต่าง ๆ มากขึ้น แม้ว่าสัดส่วนผู้สูงอายุจะมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น แต่ผู้สูงอายุไทยส่วนใหญ่ยังมีกำลังซื้อหรือ รายได้ที่ไม่สูงนัก อีกทั้งการตัดสินใจซื้อสินค้าและบริการส่วนหนึ่งมาจากบุตรหลาน เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นสังขธรรม เป็นธรรมชาติของมนุษยชาติที่ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ มนุษย์เราเป็นสัตว์สังคมจึงไม่สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้โดยลำพัง ต้องอยู่ร่วมกันกับผู้อื่น ตั้งแต่แรกเกิดไปจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต เมื่อยังเป็นเด็กพ่อแม่และแม่คอยดูแลเอาใจใส่ กล่อมเกลี้ยงเลี้ยงดู อบรมสั่งสอนในสิ่งที่ควรรู้ ระเบียบ กฎเกณฑ์ มารยาท ให้กระทำในสิ่งที่ดี ละเว้นสิ่งที่ชั่วร้าย ให้มีพฤติกรรมตามแบบแผนของสังคม เมื่อถึงวัยเรียนท่านก็ส่งให้เรียนในโรงเรียนที่ดี หวังให้ลูกมีชีวิตที่ดี มีความรู้ ที่จะไปประกอบอาชีพได้

การเปลี่ยนแปลงนิยามผู้สูงอายุ ย่อมส่งผลต่อผู้ที่กำลังจะก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุเอง รวมถึงระบบการจัดสวัสดิการสำหรับผู้สูงอายุด้วย สถาบันวิจัยประชากรและสังคมจึงต้องการศึกษาผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว ที่มีต่อการออมของผู้สูงอายุ ซึ่งน่าจะทำให้บุคคลนั้น ๆ มีระยะเวลาในการเก็บหอมรอมริบ และมีเงินออมที่เก็บสะสมจากการทำงาน เมื่อยังเป็นวัยแรงงานเพิ่มมากขึ้น ก่อนที่จะนำเงินออมเหล่านั้น มาใช้จ่ายเมื่อตนเองเป็นผู้สูงอายุ นอกจากนี้ ยังต้องการศึกษาผลกระทบต่อภาระทางคลังของประเทศ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ค่าใช้จ่ายในการจัดสวัสดิการ และค่าใช้จ่ายสุขภาพของผู้สูงอายุ ไม่ว่าจะเป็นเบี้ยยังชีพ เงินบำนาญ ประกันสังคม หรือประกันสุขภาพต่าง ๆ ที่น่าจะลดลงจากการเปลี่ยนแปลงนิยามของผู้สูงอายุอย่างเห็นได้ชัด ตลอดจนรายรับจากภาษีของรัฐบาลที่น่าจะเพิ่มขึ้น จากการขยายจำนวนแรงงานในประเทศ ประเด็นเหล่านี้จะเป็นประโยชน์ในการวางนโยบายสำคัญเกี่ยวกับผู้สูงอายุในอนาคต ทั้งนโยบายส่งเสริมการออม ระบบบำนาญ ตลอดจนการปรับปรุงคุณภาพของสวัสดิการยามชรา เป็นต้น (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม, มหาวิทยาลัยมหาดล)

ผู้สูงอายุแก่อายุมีคุณค่า ชาวอย่างมีสุข

ปัจจุบันวัฒนธรรมไทยเปลี่ยนแปลงเป็นวัฒนธรรมทางตะวันตกมากขึ้นขณะที่ผู้สูงอายุยังมีความคิดเห็นที่คงที่ยึดมั่นกับคตินิยมของตนเองขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมดั้งเดิมซึ่งเป็นผล

มาจากความสามารถในการเรียนรู้และความจำเกี่ยวกับสิ่งใหม่ ๆ ลดลงแต่ยังสามารถจำเรื่องราวเก่า ๆ ซึ่งเป็นสิ่งที่ประทับใจได้ดีจึงทำให้ผู้สูงอายุเกิดการต่อต้านความคิดใหม่ ๆ ก่อให้เกิดช่องว่างระหว่างวัยมากขึ้นผู้สูงอายุกลายเป็นคนล้าสมัยจู้จี้ขี้บ่นน้อยใจง่ายทำให้ลูกหลานไม่ยอมเลี้ยงดูกลายเป็นส่วนเกินของครอบครัวผู้สูงอายุจึงแยกตัวเองและเกิดความรู้สึกเบื่อหน่ายท้อแท้ไม่มีความสุขจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นทุกปี การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ ควรพัฒนาสุขภาพในด้านร่างกาย ได้แก่ การให้ความสำคัญกับสุขภาพ การบริโภคอาหารอย่างถูกสุขลักษณะ การพักผ่อนให้เพียงพอ การออกกำลังกายเป็นประจำเพื่อสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง การพัฒนาทางด้านอารมณ์ ได้แก่ การสร้างเสริมสุขภาพจิตที่ดี รู้จักควบคุมอารมณ์ การทำงานอดิเรกที่ชื่นชอบ การเข้าร่วมกิจกรรมสันตนาการ การฝึกสมาธิ การพัฒนาด้านสังคม ได้แก่ การเข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อน การใช้เวลาว่างบำเพ็ญประโยชน์เพื่อชุมชน การปฏิบัติตนโดยยึดหลักคุณธรรม จริยธรรม และการพัฒนาทางด้านสติปัญญา ได้แก่ การเพิ่มทักษะทางด้านความรู้ให้กับตนเอง การเข้ารับการอบรมเพื่อเพิ่มพูนความรู้ ทักษะและประสบการณ์ในด้านต่าง ๆ การศึกษาข้อมูลด้วยตนเองจากสื่อสารสนเทศ รวมไปถึงการหัดสังเกตและติดตามการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อมซึ่งปัญหาที่เกิดขึ้นในพื้นที่ คือ ผู้สูงอายุในพื้นที่เพิ่มขึ้นทุกปี ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้ง มีปัญหาทั้งด้านสุขภาพจิต และสุขภาพกาย เกิดภาวะพิการในกลุ่มผู้สูงอายุ และขาดการเตรียมความพร้อมเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ

1.อย่าลืมเอาจิตไปพักผ่อนบ้าง หลายคนเมื่อเกษียณแล้ว มักใช้เวลาหาแต่ความสุขทาง “กาย” พากายไปเที่ยว ไปพักผ่อน ไปสูดอากาศ ไปกินอาหารดี ๆ แต่กลับละเลยไม่คิดที่จะเอาจิตไปพักผ่อน ทั้งที่กายกับจิตนั้นสัมพันธ์

2. ใช้ชีวิต อย่างมี “สติ” แทนที่จะกินตามใจปาก สนองความอยากของตัวเอง แล้วต้องให้หมอย่ายาลดไขมัน ลดน้ำตาล ทำไมเราไม่ลองหันมาลดที่ “ปาก” ของตัวเองด้วยการใช้สติในการพิจารณาอย่างมีเหตุมีผลทุกครั้งในการกิน

3. น้อมนำหลักเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำเนินชีวิต โดยมี “เหตุผล” เป็นเครื่องนำทางเหตุผลเป็นผลผลิตของปัญญา ดังนั้น จึงต้องรักษาศีลเสียก่อน และมีสติ สมาธิ ผลสุดท้ายจะทำให้เกิดการพิจารณาโดยใช้ปัญญาเป็นที่ตั้ง เมื่อดำเนินทุกอย่างด้วยเหตุด้วยผล ก็จะไม่เกิดความพอเพียง

4. ฝึกการให้โดยไม่หวังผลตอบแทน ด้วยหลัก “ทาน” ของทศพิธราชธรรมเกษียณแล้วอย่าเอาแต่อยู่บ้านเฉยๆ แต่ให้พยายามหาเรื่องช่วยคนโน้นคนนี้ เท่าที่ร่างกายของเราจะทำได้ รักษาร่างกายให้แข็งแรง เพื่อทำประโยชน์ให้แก่ผู้อื่น

5. ฝึกระลึกถึง “มรณานุสติ” ใคร ๆ ก็ตายได้ ไม่ว่าใครก็ต้องเจอความตายเท่าเทียมกันหมดทุกคน เมื่อมองเห็นความตายเป็นเรื่องธรรมดา จะทำให้เรานิ่งกับความตาย

6. อยู่อย่างสง่า ตายอย่างสงบ ตอนมีชีวิตอยู่ต้องมีความสง่างามในตัวเอง ทุกอย่างต้องช่วยเหลือตัวเองได้ ใครเห็นก็ให้ความเคารพนับถือ จะยิ่งใหญ่แค่ไหน เมื่อตายแล้วเกียรติยศเงินทอง

สะสมไว้แค่นั้นก็ต้องส่งคืนหมด สิ่งเดียวที่เหลือไว้ คือ คุณงามความดีไว้คนก็ยังนึกถึง แต่ถ้าประกอบความชั่วไว้มาก คนก็ยังตำหนิไปจนถึงลูกหลาน

7. ไร่เริง รื่นเริง คึกคัก ครึกครื้น คาลาที่ว่านี้ ในหลวงรัชกาลที่ 9 ทรงรับสั่งเสมอ เพราะจิตเป็นเรื่องสำคัญ ต้องมีอารมณ์ขันอยู่ตลอดเวลา มองเห็นทุกอย่างเป็นเรื่องสนุก จึงจะสามารถทำงานได้สำเร็จรวดเร็วและมีประสิทธิภาพ เมื่อตัวเราไร่เริง ยิ้มแย้มแจ่มใส บรรยากาศรอบตัว คนรอบข้างที่อยู่กับเราก็รื่นเริงไปด้วย

8. อักโกระ หรือ ความไม่โกรธ เป็นอีกหลักข้อหนึ่งในทศพิธราชธรรม เพราะเมื่อโกรธแล้วมักจะเสียหายหากคุณอารมณ์ไม่อยู่ในเรื่องไร้สาระ เมื่อไหร่ก็ตามที่มีเรื่องมากระทบใจ แค่ลองพลิกอารมณ์มองให้เห็นเป็นเรื่องสนุกๆ

9. อวิโรธนะ คือ การดำรงอยู่ในความถูกต้องเสมอ เป็นหลักทศพิธราชธรรมที่ต้องรักษาให้มั่น หากอย่างปฏิบัติตามในหลวงรัชกาลที่ 9 โดยยึดหลักธรรมะที่ต้องมีทั้งสองอย่าง คือ ทั้งความดีและความถูกต้อง เพราะบางอย่างดีแต่ไม่ถูกต้อง บางอย่างถูกต้องแต่ไม่ดี การกระทำของเราต้องตรวจสอบอยู่ตลอดเวลา เป็นธรรมหรือเปล่า นั่นคือ ดีและถูกต้องหรือเปล่า

10. รักษากายและจิต ผู้สูงอายุต้องรักษากายให้ดี เพราะเงินทองไม่มีประโยชน์ เอาแค่นี้พอเพียงพอชีวิตความเป็นอยู่ ที่เหลือเป็นส่วนเกินที่เราไม่ได้ใช้ เรื่องจิตก็สำคัญเช่นกัน ต้องโปร่งใส อย่านไปขุ่นมัวโดยที่ไร้ประโยชน์ คำนึงไว้ว่า เวลาอยู่ในโลกนี้สั้นแล้ว ดังนั้น อย่านเสียเวลาเป็นทุกข์ แต่ให้ Enjoy last minute

11. ใช้ชีวิตโดยรักษาความเป็นธรรมดาเอาไว้ อย่ายึดติดยึดตายบรรดาศักดิ์ แต่ให้ใช้ชีวิตอยู่อย่างธรรมดา เรียบ ๆ ง่าย ๆ เพราะจะยิ่งใหญ่มากจากไหน เกษียณแล้ว ทุกอย่างสูงสุดคืนสู่สามัญ ไม่ต้องเป็นวีไอพีหรือ เพราะจะเป็นวีไอพีอยู่แล้ว

12. ยึดถือคำว่า “ประโยชน์สุข” เป็นเป้าหมายของชีวิต อะไรไม่มีประโยชน์อย่าทำ อย่าคิด ทำให้ทำแต่สิ่งที่มีประโยชน์ ผลสุดท้ายสิ่งที่เราจะได้รับคือความสุข (หมอชาวบ้าน สสส. แก่อย่างมีคุณค่า ชราอย่างมีสุข)

สรุปผู้สูงอายุใช้ชีวิตอย่างมีสติการบริโภคอาหารอย่างถูกสุขลักษณะรักษากายและจิต ผู้สูงอายุต้องรักษากายให้ดี การพักผ่อนให้เพียงพอ การออกกำลังกายเป็นประจำ เพื่อสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง การพัฒนาทางด้านอารมณ์ ผู้สูงอายุต้องดูแลสุขภาพกาย สุขภาพใจให้สำคัญ

ผู้สูงอายุมีคุณค่าต่อสังคม

การเป็นผู้สูงอายุมีคุณค่าต่อสังคม เพราะทุกท่านได้ผ่านการทำความดีมาแล้ว อย่างน้อยที่สุด คือ การได้อบรมเลี้ยงดูลูกหลานจนเติบโตเป็นคนดี มีหน้าที่การงานดี นอกจากนี้ผู้สูงอายุต่างก็มีประสบการณ์ชีวิตมากมาย สามารถแยกแยะสิ่งใดถูกสิ่งใดผิด ประสบการณ์ความรู้เหล่านี้ย่อมสืบสานภูมิ

ปัญญาพื้นถิ่นต่อไปสู่คนรุ่นใหม่ ได้เป็นอย่างดี ทั้งวัฒนธรรม ประเพณี พิธีกรรมต่างๆ นั้น ต้องอาศัย ประสบการณ์แห่งผู้รู้ คือ ผู้สูงอายุทุกคนนั่นเอง

ผู้สูงอายุยังมีบทบาทในฐานะผู้ผลิต ทำงานสร้างรายได้เลี้ยงดูลูกหลาน หรือเคยเป็นกำลังสำคัญของการในทางด้านเศรษฐกิจมาก่อน ท่านจึงเป็นชุมทรัพย์ทางปัญญาแก่ชุมชน และสังคมความกตัญญูรู้คุณต่อบุพการี และผู้มีบุญคุณ ยังคงเป็นค่านิยมอันดีงามของสังคมไทย ผู้สูงอายุต่างเชื่อว่าความกตัญญูยังคงดำรงอยู่ สิ่งนี้เป็นการตอบแทนทางสังคม ที่อาจหาได้ยากยิ่งในสังคมอื่น การแสดงออกถึงความกตัญญูได้แก่ บุตรหลานมารดาบิดาหัวในวันปีใหม่ สงกรานต์ ให้ความเคารพ เชื่อฟังคำสั่งสอน อุปการะด้วยการมอบทรัพย์สินเงินทอง เอาใจใส่สุขภาพ นอกจากนี้ยังแสดงออกได้โดยการบวชทดแทนบุญคุณ ลูกหลานที่เป็นหญิงอาจบวชชีพรหมณีให้พ่อแม่ สังคมไทยถือว่าการไม่ทดแทนคุณ ไม่กตัญญูจัดเป็นบาป ถูกสังคมตำหนิ ไม่ควรเอาเป็นเยี่ยงอย่าง

ผู้สูงอายุ เป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่าต่อสังคมและประเทศชาติ เพราะเป็นผู้เพียบพร้อมไปด้วยความรู้ประสบการณ์ คุณวุฒิ และภูมิปัญญาไทย การทำให้ผู้สูงอายุอยู่อย่างมีความสุข หมายถึง ผู้สูงอายุต้องมีสุขภาพดี ทั้งร่างกายและจิตใจ สามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีศักดิ์ศรี ได้รับการยอมรับและเห็นคุณค่าจากครอบครัวและสังคมชั่วชีวิตที่ผ่านมาผู้สูงอายุได้สร้างคุณประโยชน์ คุณงามความดีไว้มากมาย รวมทั้งสรรค์สร้างทุก ๆ สิ่งมาให้กับสังคมตั้งแต่อดีตจวบจนถึงปัจจุบัน สังคมที่มองเห็นคุณค่าของผู้สูงอายุย่อมมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมสุขภาพ ไม่ว่าเด็กหรือผู้ใหญ่ย่อมปรารถนาให้ผู้อื่นเห็นตัวตนนั้นมีคุณค่า ผู้สูงอายุเปรียบดั่งหนังสือมีค่าเล่มหนึ่งเพราะประสบการณ์ซึ่งบรรจุอยู่ในนั้น มีความเป็นเอกลักษณ์อยู่ในตัว หากได้ไม่ได้อีกแล้ว การสร้างความสุขให้แก่ผู้สูงอายุ ลูกหลาน ญาติพี่น้อง และผู้ดูแล เป็นบุคคลที่มีส่วนสำคัญอย่างมาก โดยต้องกระทำด้วยใจ ด้วยความรัก และด้วยความปรารถนาดี

การประเมินสุขภาพของผู้สูงอายุ ได้ดังนี้

กลุ่มที่ 1 ติดสังคม ผู้สูงอายุที่ช่วยเหลือตนเองได้ ช่วยเหลือผู้อื่นและสังคม ชุมชนได้สามารถเดินขึ้นบันไดเองโดยไม่ต้องช่วยเหลือ เดินออกนอกบ้านได้ เดินตามลำพังบนทางเรียบได้ รับประทานอาหารด้วยตนเองได้ดี ใช้สากด้วยตนเองได้อย่างเรียบร้อย กลุ่มที่ 2 ติดบ้าน ผู้สูงอายุกลุ่มที่ช่วยเหลือตนเองได้บ้าง ไม่สามารถเดินตามลำพังบนทางเรียบได้ต้องใช้อุปกรณ์ช่วยเหลือ ต้องการความช่วยเหลือขณะรับประทานอาหาร ต้องการความช่วยเหลือพาไปห้องน้ำ

กลุ่มที่ 3 ติดเตียง ผู้สูงอายุที่ป่วยและช่วยเหลือตนเองไม่ได้ พิกการ ทูพพลภาพ ไม่สามารถย้ายตนเองขณะนั่งได้ ไม่สามารถขยับได้ในท่านอน การรับประทานอาหารกลืนลำบาก แม้ว่าผู้ดูแลจะป้อนอาหารให้ ต้องขยับภายในท่านอนหรืออยู่บนเตียง สวมใส่ผ้าอ้อมตลอดเวลา ต้องเปลี่ยนผ้าอ้อมเป็นประจำ

หลักการดูแลผู้สูงอายุต้องผสมผสาน การดูแลในมิติการรักษาพยาบาล การส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันควบคุมโรคและการฟื้นฟูสภาพ การเตรียมชุมชนให้มีความเข้าใจสภาพผู้สูงอายุที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ และสังคม อาทิ การเตรียมความพร้อมต่อการลดภาวะโรคเรื้อรังใน

ผู้สูงอายุ เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง การสร้างการมีส่วนร่วมและเป็นเจ้าของปัญหาผู้สูงอายุในชุมชน โดยผ่านชมรมผู้สูงอายุ แกนนำผู้สูงอายุ อาสาสมัครผู้สูงอายุ มีเวทีในการแลกเปลี่ยนความรู้จากการทำงานกิจกรรมต่อเนื่องที่สอดคล้องกับวัฒนธรรมและศาสนา การระดมความช่วยเหลือจากชุมชน

วิธีการที่จะทำให้ผู้สูงอายุมีความสุข

ความสุขเป็นพลังงานทางบวก ช่วยขับเคลื่อนให้เรามีกำลังใจในการดำเนินชีวิต และเมื่อต้องพบเจอกับอุปสรรค ผู้ที่มีความสุขในชีวิตก็จะ สามารถรับมือกับปัญหาได้อย่างใจเย็น ที่สำคัญเวลาเรามีความสุข คลื่นความสุขภายใน ตัวเรายังสามารถแผ่กระจายไปสู่คนรอบข้าง เหมือนที่เวลาเรายิ้มกว้าง ผู้คนรอบข้างก็พลอยรู้สึกดีไปด้วย ดังนั้นจะดีแค่ไหน ที่เราพร้อมกันสร้างความสุขให้ผู้สูงวัยในบ้าน หรือในสังคมของเรา เพราะเมื่อท่านมีความสุข ยิ้มได้ เราลูกหลานก็พลอยสบายใจไปด้วย สำหรับการสร้างความสุขใจให้แก่ผู้สูงอายุ ได้แก่ การได้รับการสนับสนุนทางสังคม โดยมีสถาบันครอบครัว ไม่ว่าจะ เป็นคู่สมรส ลูกหลาน ญาติพี่น้อง เป็นแหล่งสนับสนุนที่สำคัญ หน้าที่ของเราลูกหลานก็คือแสดงให้ผู้สูงวัยรับรู้ ว่าท่านได้รับการสนับสนุนทางสังคม ไม่ทำตัวห่างเหิน พูดคุยกับท่าน ถามไถ่ทุกข์สุขของท่าน หลีกเลี่ยงมีผู้สูงวัยอาศัยอยู่บ้านเดียวกัน แต่กลับอยู่กันคนละห้อง รับประทานอาหารกันคนละที่ คนละเวลา ยังไม่สายเกินไป ที่เราจะปรับเปลี่ยนวิถี ชีวิตในครอบครัวเสียใหม่ เพื่อให้เราได้ใกล้ชิดกับผู้สูงวัยในบ้านมากขึ้น หากหน้าที่การเรียนการทำงานไม่เอื้อที่จะอยู่พร้อมหน้าพร้อมตากันทุกวัน อย่างน้อยแต่ละสัปดาห์ ให้มีสักหนึ่งวันที่ได้พูดคุยทำกิจกรรมร่วมกัน ก็จะทำให้ผู้สูงวัยในบ้านมีความสุขไม่น้อย

วิธีการที่จะทำให้ผู้สูงอายุมีความสุข ที่ทุกคนสามารถทำได้

1) การปรับตัวของลูกหลาน ญาติพี่น้องและผู้ดูแล โดยการปรับใจ ปรับความคิด และหาวิธีการที่จะปรับการทำกิจวัตรประจำวัน และการทำงานของตนเอง ให้สอดคล้องกับการดูแลผู้สูงอายุ 2) การเอาใจใส่ดูแลผู้สูงอายุด้วยความรัก เพราะเมื่อเรารักใครเราก็จะทำสิ่งต่าง ๆ ให้กับคนที่เรารักเป็นอย่างดี 3) การได้ดูแลบุพการี หรือญาติผู้ใหญ่ที่เรารักโดยลูกหลาน หรือการที่ลูกหลานมาเยี่ยมเยียนบ่อย ๆ 4) การที่ลูกหลานแสดงความรักด้วยการโอบกอด หรือหอมแก้ม เป็นสัมผัสที่ทำให้ ผู้สูงอายุรับรู้ถึงความรัก และความสัมพันธ์ที่มีต่อผู้สูงอายุ 5) การสร้างอารมณ์ขันให้ผู้สูงอายุ การทำให้ยิ้มและหัวเราะจากใจวันละครั้งด้วยการพูด หรือแสดงพฤติกรรมหยอกล้อให้ตลก หรืออาจจะช่วยลดความซึมเศร้าและความเหงา ทำให้เกิด ความรู้สึกที่ดีต่อกัน เกิดบรรยากาศที่อบอุ่นในครอบครัว

เพื่อที่จะพัฒนาความสุขเชิงจิตวิทยาในผู้สูงอายุ จำ เป็นต้องนิยามความสุขที่พร้อมจะนำ มาปฏิบัติและสามารถวัดในเชิงสัมพันธ์ได้จึงจะทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีดังนิยามข้างต้นในเนื้อหาที่จะกล่าวต่อไปนี้จะจำแนกความสุขของผู้สูงอายุ 5 มิติดังนี้

ด้านที่ 1 สุขสบาย (Health) หมายถึง ความสามารถของผู้สูงอายุในการดูแลสุขภาพร่างกายให้มีสมรรถภาพร่างกายที่แข็งแรงคล่องแคล่วมีกำลังสามารถตอบสนองต่อความต้องการทาง

กายภาพได้ตามสภาพที่เป็นอยู่ มีเศรษฐกิจหรือปัจจัยที่จำเป็นพอเพียง ไม่มีอุบัติเหตุหรืออันตราย มีสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมสุขภาพ ไม่ติดสิ่งเสพติด

ด้านที่ 2 สุขสนุก (Recreation) หมายถึง ความสามารถของผู้สูงอายุในการเลือกวิถีชีวิตที่รื่นรมย์ สนุกสนาน ด้วยการทำ กิจกรรมที่ ก่อให้เกิดอารมณ์เป็นสุข จิตใจสดชื่นแจ่มใส กระปรี้กระเปร่า มีคุณภาพชีวิตที่ดีซึ่งกิจกรรมเหล่านี้สามารถลดความซึมเศร้า ความเครียดและความวิตกกังวลได้

ด้านที่ 3 สุขสง่า (Integrity) หมายถึง ความรู้สึกพึงพอใจในชีวิต ความภาคภูมิใจในตนเอง ความเชื่อมั่นในตนเอง เห็นคุณค่าในตนเองการยอมรับนับถือตนเอง ให้กำลังใจตนเองได้เห็นนอกเห็นใจผู้อื่น มีลักษณะเอื้อเฟื้อแบ่งปัน และมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือผู้อื่นในสังคม

ด้านที่ 4 สุขสว่าง (Cognition) หมายถึง ความสามารถของผู้สูงอายุด้านความจำ ความคิดอย่างมีเหตุมีผล การสื่อสาร การวางแผนและการแก้ไขปัญหาความสามารถในการคิดแบบนามธรรม รวมทั้งความสามารถในการจัดการสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ด้านที่ 5 สุขสงบ (Peacefulness) หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการรับรู้-เข้าใจ ความรู้สึกของตนเอง รู้จักควบคุมอารมณ์และสามารถจัดการกับสภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถผ่อนคลายให้เกิดความสุขสงบกับตนเองได้รวมทั้งความสามารถในการปรับตัวยอมรับสภาพสิ่งที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง (สุจริต สุวรรณชีพ, 2554)

สรุปวิธีการสร้างความสุขในผู้สูงอายุไม่ใช่เป็นสิ่งที่ยาก เพียงแต่ผู้สูงอายุเริ่มที่จะทำตนเองให้มีความสุข ลูกหลาน ญาติพี่น้องและผู้ดูแลหันมาสร้างความสุขให้ผู้สูงอายุเท่านั้นจะทำให้ทุกคนมีความสุขซึ่งเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา

การปรับตัวให้มีความสุขในวัยสูงอายุ

การเสริมสร้างและพัฒนาศักยภาพทุนมนุษย์ ให้ผู้สูงอายุมีอาชีพ รายได้ที่เหมาะสมกับศักยภาพ พึ่งพาตนเองได้มากขึ้นจากนวัตกรรม ได้รับการดูแลอย่างมีศักดิ์ศรี เข้าถึงทุนและโอกาสทางเศรษฐกิจ “คนไทยเฝ้าดี มีวินัย สร้างสรรค์นวัตกรรม พึ่งพาตนเองได้อย่างยั่งยืน” หลักการสำคัญคือ ยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ยึดคนเป็นศูนย์กลางการพัฒนา ยึดวิถีทัศน์ศกนภายใต้อุตสาหกรรมชาติ 20 ปี ยึดเป้าหมายอนาคตประเทศไทย ปี 2579 ยึดหลักการเติบโตทางเศรษฐกิจที่ลดความเหลื่อมล้ำ บนพื้นฐานการใช้ภูมิปัญญาและนวัตกรรม ยึดการปฏิบัติให้เกิดสัมฤทธิ์ผลอย่างจริงจัง การดำเนินการเพื่อพัฒนาผู้สูงอายุในพื้นที่ให้มีสุขภาพกาย สุขภาพใจที่ดี การจัดกิจกรรมที่เป็นเหมือนสวนสาธารณะทางอารมณ์ ที่จะเอาความเหงา ความเศร้า ความทุกข์มาปลดปล่อยและให้ผู้สูงอายุมารับรอยยิ้มจากเพื่อนวัยเดียวกัน ซึ่งบางครั้งผู้สูงอายุต้องการกำลังใจ ต้องการความอบอุ่น ต้องการพูดคุย การผู้สูงอายุสุขใจ สูงวัยอย่างมีคุณค่า ชราอย่างมีคุณภาพ ดังนั้นการปรับตัวให้มีความสุขให้วัยสูงอายุ ต้องปฏิบัติดังต่อไปนี้

1) เตรียมใจยอมรับความรู้สึกสูญเสีย ซึ่งเป็นธรรมชาติของวัยนี้ เช่น สูญเสีย สมรรถภาพทางกาย ลูกหลานจากไปมีครอบครัว บางครั้งก็ต้องอยู่ตามลำพังคนเดียว 2) ไม่ควรคิดถึงอายุซึ่งลวงเลย

ไป หรืออดีตด้วยความวิตกกังวล 3) อย่าคิดว่าอายุทำให้คนอื่นเลิกเคารพตัวท่าน 4) เมื่อมีปัญหาควรปรึกษาขอคำแนะนำจากคนอื่นบ้าง 5) ไม่ควรจริงจังกับชีวิตมากนัก ดำเนินชีวิตด้วยทางสายกลาง 6) ดูแลสุขภาพอนามัยให้ถูกต้อง เช่น รับประทานอาหารที่มีคุณค่า มีโปรตีนปานกลาง ไขมันน้อย วิตามินมาก ปริมาณต้องจำกัด 7) การออกกำลังกายให้เหมาะสมกับวัยและควรพบแพทย์เพื่อตรวจสุขภาพอย่างสม่ำเสมอเป็นประจำทุกปี ปีละ 2 ครั้ง 8) ควรมีการพักผ่อนหย่อนใจและทำงานอดิเรกเล็ก ๆ น้อย ๆ เพื่อความเพลิดเพลินใจ เช่น ปลูกต้นไม้ ไปวัดทำบุญศึกษาและปฏิบัติธรรม 9) ในขณะที่ยังทำงานมีรายได้ก็ควรออมทรัพย์ไว้เพื่อฉุกเฉินใช้จ่ายในวัยสูงอายุจะได้ไม่ลำบาก และไม่ใช่ว่าจะแก่ผู้อื่น จะได้พึ่งตนเองได้ 10) ไม่เก็บตัว แยกตัวอยู่ตามลำพังคนเดียว 11) ควรร่วมวงสนทนากับเพื่อน ๆ และผู้อื่นที่มีอายุอ่อนกว่าจะช่วยทำให้สังคมของผู้สูงอายุกว้างขวางมากขึ้น และยอมรับการเปลี่ยนแปลงใหม่ ๆ ในสังคมช่วยให้ปรับตัวเข้ากับเหตุการณ์ปัจจุบันได้อย่างมีความสุข ไม่คับข้องใจมากนัก 12) การยอมรับว่าตนเองเป็นผู้สูงอายุ ประพฤติปฏิบัติตัวให้ถูกกาลเทศะและเหมาะสม กับอายุ 13) ไม่ทำตนให้เป็นที่รำคาญแก่ลูกหลานหรือผู้อื่น ไม่จู้จี้ขี้บ่น ซึ่งจะช่วยให้ผู้อื่นและลูกหลานรู้สึกอบอุ่นและอยากเข้ามาใกล้ชิด 14) ทำจิตใจให้เบิกบานอยู่เสมอ รู้จักสร้างอารมณ์ขัน

คนรอบข้างอย่าง ลูกหลานญาติพี่น้อง มีส่วนสำคัญยิ่งในการช่วยให้ผู้สูงอายุปรับตัวได้อย่างมีความสุขยิ่งขึ้น โดยให้เกียรติแก่ผู้สูงอายุ และช่วยให้ท่านมีความภาคภูมิใจ เช่น เวลามีปัญหาอาจไปขอคำปรึกษาจากท่าน ไม่ดูถูกเหยียดหยามท่าน ให้การเลี้ยงดูและดูแลท่าน คอยถามไถ่เวลาท่านไม่สบายพาไปหาหมอ ช่วยดูแลจนหายจากเจ็บไข้ ท่านจะได้รู้สึกว่าคุณเองยังมีความสำคัญต่อครอบครัวยังมีคนห่วงใยคอยดูแลอยู่ทำให้ท่านรู้สึกอบอุ่นใจ และสามารถที่จะต่อสู้กับชีวิตในวัยสูงอายุได้ดีขึ้นในปัจจุบัน รัฐบาลและสังคมได้ให้ความสำคัญแก่ผู้สูงอายุมาก โดยได้จัดให้วันที่ 13 เมษายน เป็น “วันผู้สูงอายุแห่งชาติ” เพื่อเป็นการตอบแทนคุณงามความดีของท่านที่ได้ทำประโยชน์ให้แก่สังคมมาช้านาน โดยการจัดตั้งสถานสงเคราะห์คนชราขึ้นตามภาคต่าง ๆ บริการด้านสาธารณสุข แก่ผู้สูงอายุ คือให้บริการด้านการรักษาพยาบาลแก่ผู้มีอายุเกิน 60 ปีขึ้นไปฟรีโดยไม่คิดมูลค่าและส่งเสริม ให้โรงพยาบาลต่าง ๆ จัดตั้งบริการคลินิกผู้สูงอายุขึ้น บริการตรวจสุขภาพฟรี และชุมนุมผู้สูงอายุเพื่อให้ความรู้ให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมร่วมกัน มีการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งกันและกัน (อัญชลี จุมพจามิตร)

สรุปสังคมไม่เคยทอดทิ้งผู้สูงอายุเลย และเห็นความสำคัญของท่านมาก ฉะนั้นจึงมีความภาคภูมิใจในความมีอายุของท่านเถิด ส่วนลูกหลานก็ควรแสดงความกตัญญูต่อผู้สูงอายุโดยการเลี้ยงดูเอาใจใส่ดูแลท่าน ก็จะช่วยทำให้ท่านปรับตัวต่อปัญหาต่างๆได้อย่างมีความสุข ส่วนผู้สูงอายุก็ควรทำตนให้เป็นที่เคารพรักของลูกหลานให้ความอบอุ่นใจ ความสบายใจแก่ลูกหลานด้วยการไม่สร้างความลำบากใจให้แก่ลูกหลาน ไม่จู้จี้ขี้บ่น ไม่เรียกร้องความสนใจและความเอาใจใส่มากเกินไป พยายามช่วยเหลือตัวเองเท่าที่จะทำได้ก็จะช่วยให้ผู้สูงอายุและลูกหลานอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ยามใดที่ลูกหลานรู้สึกไม่พอใจผู้สูงอายุก็ลองนึกถึงกลอนบทนี้ดู ซึ่งก็คงพอจะช่วยให้ผ่อนคลายความเครียดได้บ้าง

ความภาคภูมิใจของผู้สูงอายุ

สังคมและครอบครัว ต้องสร้างความเชื่อมั่นให้ผู้สูงอายุเกิดความภาคภูมิใจที่ได้เป็นผู้สูงอายุ ด้วยการที่ลูกหลานให้ความเคารพยกย่อง เชื้อฟุ้งสิ่งที่ท่านอบรมสั่งสอน ร่วมกับการเปิดโอกาสให้ผู้สูงอายุได้ทำงาน เป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยให้ผู้สูงอายุภูมิใจ ว่ายังคงเป็นกำลังแรงงานให้ครอบครัวได้ เช่น ช่วยลูกหลานค้าขาย ทำงานบ้าน เลี้ยงหลาน จักสาน ซ่อมแซมบ้าน หรือสนับสนุนให้เข้าร่วมในกิจกรรมสาธารณะ เป็นกรรมการชุมชน กรรมการวัดก็เป็นการสร้างความภาคภูมิใจให้ ว่าได้ช่วยเหลือผู้อื่นตลอดมา ไม่แตกต่างไปจากอดีต และช่วยลดความโดดเดี่ยวได้ ที่สำคัญคือ ช่วยเสริมสร้างกำลังใจ ให้ผู้สูงอายุเห็นความสำคัญของตนเอง มีชีวิตอยู่อย่างมีศักดิ์ศรี

วิธีดูแลสุขภาพจิตผู้สูงอายุ

สำหรับการดูแลสุขภาพจิตของผู้สูงอายุ ในความเป็นจริงแล้วไม่ได้มีอะไรที่ยาก หรือซับซ้อน สิ่งสำคัญ คือ ต้องอาศัยความเข้าใจในภาวะอารมณ์ของผู้สูงอายุ ต้องมีความอดทนสูง และการยอมรับกับการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ของผู้สูงอายุ ที่บางครั้งอาจจะมีอารมณ์หรือพฤติกรรมเหมือนกับช่วงวัยเด็ก เช่น การดื้อรั้น อารมณ์ขึ้นน้อยใจ เป็นต้น ผู้ที่ดูแลหรือบุคคลในครอบครัวที่มีผู้สูงอายุจึงต้องเรียนรู้และทำความเข้าใจหลักการดูแลสุขภาพจิตใจของผู้สูงอายุ เพื่อไม่ให้ผู้สูงอายุต้องเผชิญกับสภาวะทางอารมณ์ขุ่นมัว ความรู้สึกเศร้า หรือเสียใจ โดยแนวทางการดูแลสุขภาพจิตใจของผู้สูงอายุ มีแนวทางปฏิบัติ ดังนี้

1. ดูแลสุขภาพจิตใจภายใน หมั่นให้ความรักและความอบอุ่นกับผู้สูงอายุ ทั้งการพูดและการกระทำ ผู้ทำหน้าที่ดูแลหรือบุคคลในครอบครัว ต้องหมั่นพูดคุยอย่างใกล้ชิด พยายามสร้างเสียงหัวเราะให้กับผู้สูงอายุ รวมถึงหาเวลาว่างหาเวลาทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว เช่น รับประทานอาหาร ทำบุญ ท่องเที่ยว ซึ่งจะช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกอุ่นใจ รู้สึกว่าตนเองยังมีคุณค่าและมีความสำคัญ นอกจากนี้ ต้องระมัดระวังคำพูดและท่าทางที่แสดงออกต่อผู้สูงอายุ ไม่แสดงความรำคาญ ไม่ต่อว่าด้วยถ้อยคำรุนแรง หรือจับผิดเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ แม้ผู้สูงอายุจะดื้อหรือเอาแต่ใจ รวมถึงการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุรับรู้และเข้าใจความรู้สึกของตนเอง รู้จักควบคุมอารมณ์ ผ่อนคลาย และปล่อยวาง รวมทั้งสามารถปรับตัวและยอมรับสภาพที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง รวมถึงเรื่องความตาย ผ่านการควบคุมลมหายใจ ผึกคิดอย่างยืดหยุ่นและคิดบวก

2. ส่งเสริมความมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุจำนวนมาก จะรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า ไม่มีความสำคัญ แถมบางคนยังมองว่าตัวเองเป็นภาระให้กับลูกหลาน ซึ่งความคิดเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจ ทำให้เกิดภาวะซึมเศร้า จิตใจท้อเหี่ยว ดังนั้น จึงจำเป็นต้องหาวิธีการที่ช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกภาคภูมิใจและมีความเชื่อมั่นในตนเอง ด้วยการปล่อยผู้สูงอายุพยายามช่วยเหลือตนเองในเรื่องง่าย ๆ เช่น กิจวัตรประจำวัน หรืองานบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่ไม่เกินกำลังและไม่เป็นอันตราย

3. ส่งเสริมการเข้าสังคม ผู้สูงอายุมักจะมีอารมณ์เหงา เพราะไม่ได้ออกไปพบปะเพื่อนฝูง หรือบุคคลภายนอกมากนัก การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้ออกไปรวมกลุ่มกับเพื่อน ๆ หรือกลุ่มวัยอื่น ๆ เพื่อพบปะพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น จะช่วยให้ผู้สูงอายุได้รู้สึกผ่อนคลาย ลดปัญหาการเก็บตัวหรือปลีกวิเวกจากสังคมได้นอกจากนี้ การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ เพื่อส่งเสริมความรู้สึกสนุกสนาน ด้วยการทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดอารมณ์เป็นสุข จิตใจสดชื่นแจ่มใส กระปรี้กระเปร่า อาทิ การเล่นกีฬา ดนตรี ศิลปะ หรืองานอดิเรกที่ชอบ เช่น เปตอง รำวง เต้นแอโรบิก เป็นต้น จะช่วยผ่อนคลายและลดความเครียดได้เป็นอย่างดีด้วยเช่นกัน

4. การฝึกสมอง-ระบบความคิด ปัญหาที่มักเกิดกับผู้สูงอายุคือ ภาวะความจำเสื่อม หรือสมองเสื่อม ดังนั้น การฝึกให้ผู้สูงอายุเล่นเกมที่ช่วยฝึกฝนด้านความจำหรือฝึกสมอง เช่น หมากรุก อักษรไขว้ ต่อคำ ต่อเพลง คิดเลข หรือการจดจำข้อมูลต่าง ๆ เช่น วัน เวลา สถานที่ บุคคล หมายเลขโทรศัพท์ เป็นต้น จะช่วยลดการเกิดปัญหาดังกล่าว และยังส่งเสริมความสามารถของผู้สูงอายุด้านความจำ การฝึกการวางแผน และการแก้ไขปัญหาเพื่อชะลอความเสื่อมของสมองในด้านต่าง ๆ ด้วย

5. ดูแลร่างกายให้แข็งแรง การมีร่างกายที่แข็งแรง ดูแบบผิวเผินอาจจะไม่ได้เกี่ยวข้องกับเรื่องสภาพอารมณ์เท่าไรนัก แต่ความจริงแล้ว การมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง กระฉับกระเฉง ทำอะไรได้คล่องแคล่ว จะส่งผลต่ออารมณ์และความรู้สึกของผู้สูงอายุอย่างมาก เพราะการที่ผู้สูงอายุทำอะไรได้ด้วยตนเอง เขาจะรู้สึกภาคภูมิใจ ไม่รู้สึกว่าตนเองเป็นภาระของลูกหลาน แถมการมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ก็ยังทำให้ระบบฮอร์โมนและระบบการทำงานภายในร่างกายดีขึ้นกว่าการไม่ออกกำลังกายด้วย ผู้สูงอายุบางคนที่มีปัญหาการนอนไม่หลับ การออกกำลังกายก็ยังจะช่วยให้หลับได้ง่ายมากขึ้น ดังนั้น จึงควรหมั่นให้ผู้สูงอายุออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และเหมาะสมกับสภาพร่างกายของแต่ละบุคคลด้วย (5 วิธีดูแลสุขภาพจิตผู้สูงอายุ ให้สดใสร่าเริง ห่างไกลจากโรคซึมเศร้า)

องค์ความรู้

การที่เป็นผู้สูงอายุนั้นมีความสุขกายสุขใจในมีหลายปัจจัยทั้งปัจจัยภายนอกและปัจจัยภายใน โดยผ่านกระบวนการของสังคม และกระบวนการที่ปฏิบัติได้อารมณ์ถือเป็นพลังชีวิต เป็นสีสันของชีวิต และยังมีพลังมหาศาลในการดำรงชีวิต ผู้สูงอายุที่มีอารมณ์ดีเป็นผู้มีชีวิตชีวา มักมีเพื่อน ไม่เหงา ห่างไกลจากภาวะซึมเศร้า การจะเป็นผู้มีอารมณ์ร่าเริง ยินดีมีความสุขพึงพอใจในชีวิตต้องมีการพัฒนาอารมณ์ให้เกิดความสนุกสนาน มีกิจกรรมทำให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินผ่อนคลายความตึงเครียด และเกิดความสุขทางใจ กิจกรรมนี้ต้องไม่เป็นอาชีพ มีคุณประโยชน์ต่อตนเองและส่วนรวม ทั้งยังไม่ขัดต่อขนบธรรมเนียมประเพณีวัฒนธรรม และกฎหมายบ้านเมือง



แผนภาพที่ 1 สุขวัยอย่างสร้างสรรค์ แก่ชราอย่างมีความสุข

เอกสารอ้างอิง

- 5 วิธีดูแลสุขภาพจิตผู้สูงอายุ ให้สดใสร่าเริง ห่างไกลจากโรคซึมเศร้า (2567). [ออนไลน์] แหล่งที่มา : <https://www.thairath.co.th>.
- ภาวะสูงวัยของประชากร. สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหาดล (2567). [ออนไลน์] แหล่งที่มา : <https://ipsr.mahidol.ac.th/research-cluster/population-aging/>.
- สุจริต สุวรรณชีพ, (2554) ความสุข 5 มิติ เพื่อส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันโรคในผู้สูงอายุ, สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต.
- หมอชาวบ้าน สสส.แก่อายุมีคุณค่า ชราอย่างมีความสุข(2567). [ออนไลน์] แหล่งที่มา :: <https://empowerliving.doctor.or.th/case/172>).
- อัญชลี จุมพามิกร (2567). คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล อยู่อย่างไรให้เป็นสุขในวัยสูงอายุ. [ออนไลน์] แหล่งที่มา : <https://www.rama.mahidol.ac.th>.

